

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตของครูสุขศึกษา โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา ระหว่างเขตการศึกษา 5 และกรุงเทพมหานคร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและ เปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวและสุขภาพจิตระหว่างครูสุขศึกษา โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา เขตการศึกษา 5 และกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัย ได้ดำเนินการวิจัย ดังนี้

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ ได้แก่ ครูสุขศึกษา โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษาในเขตการศึกษา 5 จำนวน 422 คน และกรุงเทพมหานคร จำนวน 1,073 คน รวมทั้งสิ้น 1,495 คน

กลุ่มตัวอย่างประชากร

กลุ่มตัวอย่างประชากรในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ครูสุขศึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา เขตการศึกษา 5 จำนวน 250 คน จากจำนวนโรงเรียนทั้งหมด 125 โรงเรียน โรงเรียนละ 2 คน และเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 212 คน จากโรงเรียนทั้งหมด 106 โรงเรียน โรงเรียนละ 2 คน รวมทั้งสิ้น 462 คน โดยใช้วิธีสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยให้ผู้บริหารโรงเรียนเป็นผู้คัดเลือกครูสุขศึกษาในโรงเรียนของตนเอง โรงเรียนละ 2 คน โดยแยกเป็นครูสุขศึกษาที่สอนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น 1 คน และครูสุขศึกษาที่สอนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย 1 คน แต่ถ้าโรงเรียนใดเป็นโรงเรียนที่สอนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น หรือตอนปลายอย่างเดียว ก็ให้คัดเลือกมาโรงเรียนละ 2 คน เหมือนกัน

การคำนวณตัวอย่างประชากร

ใช้การคำนวณของ ทาโรยามาเน่ (Yamane 1970 : 580 – 581 อ้างาน
 ประคอง กรรณสูตร, 2534) ในระดับความมีนัยสำคัญที่ .05
 จากสูตร

$$n = \frac{N}{1+Ne^2}$$

N = ขนาดประชากร

n = ขนาดของตัวอย่างประชากร

e = ความคลาดเคลื่อนเท่าที่จะยอมรับได้

$$\begin{aligned} u &= \frac{1495}{1 + 1495 \times (.05)^2} \\ &= 315.567 \\ &= 316 \end{aligned}$$

แต่ในการสุ่มตัวอย่างประชากรในการวิจัยครั้งนี้ ใช้กลุ่มตัวอย่างประชากร
 462 คน โดยสุ่มกลุ่มตัวอย่างประชากรครูศึกษาโรงเรียนละ 2 คน ดังที่กล่าวมาแล้ว

ศูนย์วิทยทรัพยากร
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ตารางที่ 1 แสดงรายชื่อจังหวัดเป้าหมายและจำนวนตัวอย่างในการวิจัย

เขตการศึกษา	จังหวัด	จำนวนโรงเรียน	จำนวนครู
กรุงเทพมหานคร	กรุงเทพมหานคร	106	212
เขตการศึกษา 5	ราชบุรี	25	50
	สุพรรณบุรี	27	54
	กาญจนบุรี	26	52
	เพชรบุรี	21	42
	ประจวบคีรีขันธ์	17	34
	สมุทรสงคราม	9	18
		รวม	231

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามซึ่งแบ่งตามลักษณะของเครื่องมือออกเป็น 3 ตอนคือ

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับสถานภาพของครูสุศึกษา ได้แก่ เพศ อายุ วุฒิการศึกษา วิชาเอกทางการศึกษาที่สำเร็จ ประสบการณ์การสอนวิชาสุศึกษา สถานภาพการสมรสและรายได้ต่อเดือน ลักษณะคำถามเป็นคำถามปิดและเปิด และเติมคำถามในช่องว่าง มีชื่อคำถามจำนวน 7 ข้อ

ตอนที่ 2 เป็นแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวของครูสุศึกษา ซึ่งผู้วิจัยได้แปลและดัดแปลงมาจากแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวของ มูนี (Mooney Problem Adult Form,

1950) ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบประมาณค่า (Rating Scale) ประกอบด้วยปัญหาต่าง ๆ จำนวน 8 ด้าน มีจำนวนข้อคำถาม 150 ข้อ ซึ่งมีปัญหาด้านต่าง ๆ ได้แก่

1. ด้านสุขภาพ (Health : H) จำนวน 20 ข้อ ซึ่งมีรายการปัญหาสุขภาพ เช่น รู้สึกเหนื่อยและอ่อนเพลียอยู่เสมอ มีอาการปวดศีรษะอยู่บ่อย ๆ มีปัญหาเกี่ยวกับโรคภูมิแพ้ รู้สึกเบื่ออาหาร รับประทานอาหารไม่ค่อยได้
2. ด้านเศรษฐกิจ (Economic Security : ES) จำนวน 18 ข้อ ซึ่งมีรายการปัญหา เช่น ขาดสิ่งอำนวยความสะดวกที่ทันสมัยในบ้าน ต้องการงานพิเศษนอกเวลางาน มีหนี้สิน เป็นคนสุรุษสุราย และใช้จ่ายเงินเปลืองโดยไม่จำเป็น
3. ด้านการปรับปรุงตนเอง (Self Improvement : SI) จำนวน 19 ข้อ ซึ่งมีรายการปัญหา ได้แก่ ต้องการทำให้จิตใจของตนเองดีขึ้น ไม่ได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ต้องการปรับปรุงกิจกรรมการยาทำให้ดีขึ้น ต้องการอ่านหนังสือที่มีคุณค่ามากขึ้นอีก
4. ด้านบุคลิกภาพ (Personality : P) จำนวน 37 ข้อ ซึ่งมีรายการปัญหา ได้แก่ ขาดความสามารถในการเป็นผู้นำ ท้อใจด้วยความจริงจังมากเกินไป มักคล้อยตามผู้อื่น ได้ง่าย มักเข้ากับผู้อื่นไม่ค่อยได้ มีความวิตกกังวลอยู่เป็นประจำ รู้สึกว่าตนเองต่ำต้อย
5. ด้านที่อยู่อาศัยและครอบครัว (Home and Family : HF) จำนวน 18 ข้อ ซึ่งมีรายการปัญหา ได้แก่ อาศัยอยู่กับญาติพี่น้อง ไม่มีบ้าน มีความคิดขัดแย้งกับบิดามารดา อยากมีพื้นฐานครอบครัวที่ดีกว่านี้
6. ด้านความรักและเพศ (Courtship and Sex : CS) จำนวน 18 ข้อ ซึ่งมีรายการปัญหา ได้แก่ ยังไม่พบคู่ชีวิตที่เหมาะสม ต้องการคำแนะนำเกี่ยวกับการแต่งงาน หลาดหวังด้านความรัก มีคนรักมากกว่าหนึ่งคน
7. ด้านศาสนา (Religion : R) จำนวน 9 ข้อ ซึ่งมีรายการปัญหา ได้แก่ ต้องการปรัชญาของชีวิต ขาดความเลื่อมใสศรัทธาในศาสนาที่นับถือ มีความขัดแย้งระหว่างวิทยาศาสตร์กับศาสนาไม่ได้ไปวัดบ่อยนัก
8. ด้านอาชีพ (Occupation : O) จำนวน 11 ข้อ ซึ่งมีรายการปัญหา ได้แก่ ขาดประสบการณ์ที่จำเป็นในการทำงาน ไม่เคยได้รับคำชมเชยในงานที่ทำ บรรณาจะทำงาน

อาชีพอื่น ไม่ชอบเพื่อนร่วมงานบางคน เห็นว่างานที่ทำอยู่ในปัจจุบันมีความเจริญก้าวหน้าน้อย

การกำหนดค่าของคำตอบในแบบสอบถามตอนที่ 2 แบ่งออกเป็น 5 ระดับ ดังนี้

ไม่เป็นปัญหา	มีค่าเท่ากับ	1	คะแนน
เป็นปัญหาน้อย	มีค่าเท่ากับ	2	คะแนน
เป็นปัญหามากปานกลาง	มีค่าเท่ากับ	3	คะแนน
เป็นปัญหามาก	มีค่าเท่ากับ	4	คะแนน
เป็นปัญหามากที่สุด	มีค่าเท่ากับ	5	คะแนน

การแปลความหมายของค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เป็นระดับปัญหาการปรับตัว ดังนี้

1.00 - 1.49	หมายถึง	ไม่เป็นปัญหา
1.50 - 2.49	หมายถึง	เป็นปัญหาน้อย
2.50 - 3.49	หมายถึง	เป็นปัญหามากปานกลาง
3.50 - 4.49	หมายถึง	เป็นปัญหามาก
4.50 - 5.00	หมายถึง	เป็นปัญหามากที่สุด

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับแบบสำรวจสุขภาพจิต SCL 90 ซึ่ง ละเอียดยุทธประยูร ได้แปลและเรียบเรียงจาก SCL 90 ของ เลียนวาร์ด อาร์ เดอโรกาสิส และคณะ (Leonard R. Derogatis, Ronald S. Lipman and Line Covi, 1973) และ พรรณรายทรัพย์ะประภา ได้นำมาแก้ไขปรับปรุงโดยมีค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงของแบบสอบถาม เท่ากับ .82 (รัชณี ขวัญบุญจันทร์ และคณะ, 2524) ลักษณะของแบบสอบถาม SCL 90 เป็นแบบประเมินค่า (Rating Scale) จำนวน 90 ข้อ ประกอบด้วยสภาพสุขภาพจิต 9 ด้านดังนี้

1. ความรู้สึกผิดปกติของร่างกาย (Somatization, SOMAT) จำนวน 12 ข้อ ประกอบด้วยข้อความต่าง ๆ ที่จะสะท้อนให้เห็นปัญหาหรือความทุกข์อันเนื่องมาจากการทำงานที่ผิดปกติของร่างกาย เช่น อาการปวดศีรษะ ปวดหลัง เป็นลม

2. การย้ำคิดย้ำทำ (Obsessive-Compulsive, OBSES) จำนวน 10 ข้อ ประกอบด้วยข้อความที่จะสะท้อนพฤติกรรมที่มาจากความคิดแบบลึกลับและการกระทำต่าง ๆ

ที่รบกวนจิตใจ ซึ่งบุคคลนั้นไม่ต้องการให้เกิดขึ้นแต่หลีกเลี่ยงไม่ได้ พฤติกรรมเหล่านั้นทำให้สูญเสียความสามารถด้านสติปัญญาไป เช่น ต้องทำงานซ้ำ ๆ เพื่อให้แน่ใจว่าถูกต้อง ตรวจสอบที่ทำไปซ้ำแล้วซ้ำอีก

3. ด้านความรู้สึกไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น (Interpersonal Sensitivity, (INTER) จำนวน 9 ข้อ ประกอบด้วยข้อความที่แสดงความรู้สึกขบถพร่องของตนเอง ความรู้สึกว่าตนเองด้อยกว่าผู้อื่น นอกจากนี้ยังมีความรู้สึกหมกมุ่นกับความคิดของตนเองอย่างรุนแรง

4. ด้านซึมเศร้า (Depression, DEPRE) จำนวน 13 ข้อ ประกอบด้วยข้อความที่แสดงอารมณ์เศร้า รู้สึกสิ้นหวัง ท้อแท้ คิดฆ่าตัวตาย อาการเหล่านี้มีผลต่อการสูญเสียทางสติปัญญาด้วย

5. ด้านวิตกกังวล (Anxiety, ANXIE) จำนวน 10 ข้อ ประกอบด้วยข้อความที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลต่าง ๆ ที่สังเกตได้ เช่น ความกระวนกระวาย รู้สึกกลัว ประหม่า

6. ด้านก้าวร้าวชอบทำลาย (Hostility, HOSIT) จำนวน 6 ข้อ ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงความคิด อารมณ์หรือการกระทำที่เป็นลักษณะของความรู้สึกโกรธ รวมทั้งความรู้สึกก้าวร้าว ชอบทำลาย ชอบโต้แย้ง หรือควบคุมอารมณ์ไม่ได้ เช่น มีอารมณ์พุ่งพล่าน

7. ด้านความกลัวโดยไม่มีเหตุผล (Phobic Anxiety, PHOBI) จำนวน 7 ข้อ ประกอบด้วยข้อความที่สะท้อนให้เห็นกลุ่มอาการที่แสดงถึงความกลัว ไม่ว่าจะเป็นบุคคล สถานที่ หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ไม่มีเหตุผลทำให้ต้องหลีกเลี่ยงสิ่งเหล่านั้น เช่น กลัวที่ร่ำรัง

8. ด้านความหวาดระแวง (Paranoid Ideation, PARAN) จำนวน 6 ข้อ ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงความคิดในการโทษผู้อื่น ความไม่เป็นมิตร ความหลงผิด ความหวาดระแวงเอาตนเองเป็นจุดศูนย์กลาง เช่น รู้สึกไม่ไว้วางใจผู้อื่น

9. ด้านอาการทางจิต (Psychoticism, PSYCHO) จำนวน 10 ข้อ ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงลักษณะความประหลาดที่มีแนวโน้มของพฤติกรรมโรคจิต ซึ่งอาการมีตั้งแต่ยังไม่แสดงชัดเจนจนถึงอาการแสดงชัดเจน เช่น การแยกตัวเองหนีสังคม จิตเภท (Schizophrenia)

การกำหนดคำตอบของแบบสอบถามปัญหาสุขภาพจิต แบ่งออกเป็น 5 ระดับ ดังนี้

ไม่เคย	มีค่าเท่ากับ	0	คะแนน
เล็กน้อย	มีค่าเท่ากับ	1	คะแนน
ปานกลาง	มีค่าเท่ากับ	2	คะแนน
ค่อนข้างมาก	มีค่าเท่ากับ	3	คะแนน
มากที่สุด	มีค่าเท่ากับ	4	คะแนน

การแปลความหมายคะแนน

เมื่อตรวจให้คะแนน เอส ซี แอล 90 (SCL 90) แล้ว นำคะแนนค่าเฉลี่ยไปเทียบกับค่าคะแนนที่ (T-Score) ตามคะแนนมาตรฐานแบบตรวจสอบสุขภาพจิต เอส ซี แอล 90 (SCL 90) ของคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ในภาคผนวก ค.)

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือตอนที่ 2 ที่ใช้ในการวิจัย

1. ศึกษาแบบสำรวจปัญหาการปรับตัวของมูนี (Mooney Problem Checklist Adult Form, 1950) และข้อมูลเกี่ยวกับครูสุศึกษา จากเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง แล้วสร้างเป็นแบบสำรวจปัญหา การปรับตัวของครูสุศึกษา ประกอบด้วย สภาพปัญหา ด้านต่าง ๆ 8 ด้าน จำนวน 150 ข้อ
2. นำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จแล้วไปให้คณะกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ที่มีความรู้และประสบการณ์ด้านสุขภาพจิตได้ตรวจสอบ จากนั้นจึงนำแบบสอบถามมาปรับปรุงแก้ไข
3. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วพร้อมกับแบบสำรวจ สุขภาพจิต SCL 90 ไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับประชากรที่ศึกษา ได้แก่ ครูสุศึกษา โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา เขตการศึกษา 1 จำนวน 30 คน
4. วิเคราะห์หาความเที่ยงหรือความเชื่อมั่น (Reliability) ของเครื่องมือ โดยวิธีสัมประสิทธิ์ แอลฟาของ ครอนบัค (Coefficient Alpha Cronbach Method)

ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามปัญหาการปรับตัวเท่ากับ .99 และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามปัญหาสุขภาพจิตเท่ากับ .99

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลดังต่อไปนี้

1. ทบทวนหนังสือขอความร่วมมือในการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ไปยังอธิบดีกรมสามัญศึกษา
2. ทบทวนหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลไปยังผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา เขตการศึกษา 5 และเขตกรุงเทพมหานคร
3. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยส่งทางไปรษณีย์ไปยังกลุ่มเป้าหมาย จำนวน 231 โรงเรียน จำนวนครูสุศึกษา 462 คน ตั้งแต่วันที่ 1 กุมภาพันธ์ 2536 ถึงวันที่ 31 มีนาคม 2536 รวมระยะเวลาในการเก็บข้อมูลทั้งสิ้น 2 เดือน ได้รับแบบสอบถามกลับคืนมาเป็นฉบับที่สมบูรณ์สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูล จำนวน 344 ชุด จากจำนวนโรงเรียน 195 โรงเรียน คิดเป็นร้อยละ 74.45 และ 84.41 ตามลำดับ

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

จากการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้รับแบบสอบถามกลับคืน ดังแสดงในตารางที่ 2 ดังนี้

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของแบบสอบถามที่ส่งไป และได้รับคืนของครูผู้ศึกษา โรงเรียนมัธยมศึกษา เขตการศึกษา 5 และเขตกรุงเทพมหานคร

เขตการศึกษา	แบบสอบถามที่ส่งไป				ได้รับกลับคืน			
	ครูผู้ศึกษา		โรงเรียน		ครูผู้ศึกษา		โรงเรียน	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
กรุงเทพมหานคร	212	100.0	106	100.0	156	73.58	90	84.90
เขตการศึกษา 5	250	100.0	125	100.0	188	75.20	105	84.00
รวม	462	100.0	231	100.0	344	74.45	195	84.41

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลเมื่อผ่านการตรวจสอบความสมบูรณ์ และความถูกต้อง จะนำมาวิเคราะห์โดยดำเนินการดังนี้

- นำแบบสอบถามตอนที่ 1 สถานภาพของครูผู้ศึกษา มาแจกแจงความถี่ และคิดเป็นร้อยละ แล้วนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง
- นำแบบสอบถามตอนที่ 2 แบบสำรวจปัญหาการปรับตัวของครูผู้ศึกษามาแจกแจงความถี่หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวของประชากร 2 กลุ่ม โดยใช้สถิติ t-test

3. นำแบบสอบถามตอนที่ 3 แบบสำรวจสุขภาพจิตของครูสุศึกษา มหาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และเปรียบเทียบปัญหาสุขภาพจิตของประชากรกลุ่มโดยใช้สถิติ t-test

การวิเคราะห์ข้อมูล กระทำโดยการคำนวณจากคอมพิวเตอร์ ซึ่งใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ SPSS/PC (Statistical Package for the Social Science/Personal Computer)

สถิติที่ใช้ในการวิจัย

1. การคำนวณค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยหรือมัธยฐานเลขคณิต (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)
2. เปรียบเทียบปัญหาการปรับตัว และปัญหาสุขภาพจิตของประชากร 2 กลุ่ม โดยใช้สถิติ t-test



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย