

## ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สุขภาพเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่สำคัญในการพัฒนาศักยภาพของคน ทั้งนี้เพื่อให้คนในชาติมีศักยภาพตามที่ประเทศต้องการคือคนมีศักยภาพเต็มที่ทั้งทางด้านร่างกายจิตใจ สติปัญญา มีทักษะฝีมือดี มีคุณธรรม มีสุขภาพพลานามัยที่ดี และมีส่วนร่วมในการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคม ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ( สำนักนายกรัฐมนตรี, สำนักงานคณะกรรมการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, มปป.:11) ในการพัฒนาการสาธารณสุขเพื่อพัฒนาสุขภาพของคนในชาติเท่าที่ผ่านมา นั้น รัฐโดยกระทรวงสาธารณสุขได้ให้ความสำคัญกับการขยาย และพัฒนาบริการสาธารณสุขอย่างต่อเนื่อง แต่ยังไม่สามารถแก้ไขปัญหาสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพ อีกทั้งยังพบปัญหาเชิงระบบที่สำคัญคือ เรื่องสุขภาพถูกทำให้มีความหมายแคบลงเหลือเพียงการพึ่งพิงระบบบริการของรัฐ เน้นการซ่อมสุขภาพมากกว่าการสร้างเสริมสุขภาพ กฎหมายที่มีล้าสมัยไม่เอื้อต่อการป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพของประชาชน ระบบบริการสาธารณสุขขาดความคล่องตัว และประชาชนมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่พึงประสงค์ นอกจากนั้นประเทศยังต้องใช้จ่ายเงินเพื่อการซ่อมสุขภาพเป็นจำนวนมากในขณะที่ผลตอบแทนทางสุขภาพต่ำ (จิรุตม์ ศรีรัตนบัลล์ , 2543 : 63)

จากสภาพการณ์ดังกล่าวเป็นปัญหาที่รัฐตระหนัก และได้ดำเนินการให้มีการปฏิรูปการพัฒนาระบบสุขภาพของประเทศทั้งนี้เพื่อนำไปสู่ระบบการสาธารณสุขที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดีอย่างยั่งยืน ซึ่งการพัฒนาสุขภาพที่ยั่งยืนนั้นมิใช่เพียงเพื่อการพัฒนาบริการสาธารณสุขเท่านั้น แต่หมายถึงการพัฒนาสุขภาพแวดล้อม อาชีพ ทั้งในเขตเมือง และชนบทที่เอื้อต่อการพัฒนาที่ยั่งยืนด้วย (สมาคมนักเรียนทุนรัฐบาลไทย , 2541 : 84) การพัฒนาสุขภาพให้ประชาชนมีสุขภาพดีอย่างยั่งยืนจึงนับว่าเป็นเป้าหมายสำคัญในการพัฒนาการสาธารณสุขของประเทศที่ต้องการให้ คนไทยทุกคนเป็นคนที่มีความเป็นปกติสุข ทั้งมิติทางกาย ทางใจ และทางสังคม มุ่งให้ประชาชนรู้จักดูแลสุขภาพของตนเองมากขึ้น และพึ่งพิงบริการจากรัฐให้น้อยลง เพราะการขยายบริการสาธารณสุขเพื่อให้เพียงพอกับความต้องการของประชาชนไม่ใช่วิธีการแก้ปัญหาที่มีประสิทธิภาพอย่างแท้จริง (วิชัย โปษยะจินดา และสุพัตรา ศรีวณิชชากร , 2544 : 2 ) ดังนั้น ในการพัฒนาคนเพื่อให้คนสามารถดูแลสุขภาพของตนเองได้มากขึ้น จึงได้นำยุทธวิธีการส่งเสริมสุขภาพมาใช้โดยที่วิธีการส่งเสริมสุขภาพจะใช้มาตรการทางการศึกษาร่วมกับการจัดการทรัพยากรสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อสภาวะสุขภาพหรือพฤติกรรมสุขภาพเพื่อที่จะปรับเปลี่ยน

พฤติกรรมสุขภาพได้อย่างต่อเนื่องและยั่งยืนทำให้คนมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีในการดำเนินชีวิต ทั้งนี้จะเป็นเช่นนี้ได้อาศัยประกอบ ต่าง ๆ ทางสังคมจะต้องเข้ามามีส่วนในการส่งเสริมสุขภาพของประชาชนเพื่อให้ประชาชนมีศักยภาพในการพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มที่ (ทวิทอง หงษ์วิวัฒน์ , 2534 : 30)

การพัฒนาศักยภาพของคนให้สามารถดูแลสุขภาพของตนเองได้มากขึ้น นอกจากการใช้วิธีการส่งเสริมสุขภาพ การศึกษานับเป็นอีกองค์ประกอบหนึ่งที่มีความสำคัญเนื่องจากการศึกษามีบทบาทในการเตรียมพลเมืองให้แก่สังคม โดยทำหน้าที่พัฒนาความรู้ สติปัญญา ทักษะฝีมือในการประกอบอาชีพเพื่อให้คนเป็นกำลังสำคัญของชาติในอนาคตตลอดจนมีบทบาทในการถ่ายทอดวัฒนธรรมสู่คนรุ่นใหม่ ปลูกฝังความคิดความเชื่อ ค่านิยมทางด้านการเมือง เศรษฐกิจ สังคมและ วัฒนธรรม รวมถึงการสร้างกลุ่มพลังทางสังคม และยังเป็นพาหนะในการสนับสนุนการดำเนินนโยบายของรัฐในด้านต่าง ๆ อีกด้วย (อุทัย บุญประเสริฐ , 2527 : 6-7) การที่การศึกษามีบทบาทสำคัญในการเตรียมพลเมืองของชาติและได้มีการกำหนดจุดมุ่งหมายในการจัดการศึกษาตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 ไว้ว่า การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนให้มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ สติปัญญา มีความรู้ เป็นคนดี มีวัฒนธรรมในการดำรงชีวิตและสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ในสังคมอย่างมีความสุข(สำนักนายกรัฐมนตรี, สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ , 2542 : 5) การกำหนดจุดมุ่งหมายดังกล่าว แสดงให้เห็นว่าการจัดการศึกษาได้ให้ความสำคัญต่อการพัฒนาสุขภาพของคนในชาติเพราะการที่จะบรรลุจุดมุ่งหมายของการจัดการศึกษาดังกล่าวต้องใช้มาตรการทางการศึกษาร่วมกับการพัฒนาสุขภาพควบคู่ไปด้วย ในขณะที่จุดมุ่งหมายทางสุขภาพต้องการให้คนมีสุขภาพดีอย่างยั่งยืน การบรรลุจุดมุ่งหมายดังกล่าวต้องทำร่วมกับการพัฒนาการศึกษาและพัฒนาสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการมีสุขภาพดี ดังนั้น การศึกษาและสุขภาพ จึงมีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาศักยภาพของคน นอกจากนี้ ได้มีงานวิจัยในต่างประเทศอันได้แก่ประเทศสหรัฐอเมริกา ประเทศออสเตรเลีย และประเทศอังกฤษที่แสดงว่าการพัฒนาสุขภาพมีความสัมพันธ์กับการพัฒนาการศึกษาและการพัฒนาเศรษฐกิจ โดยที่สุขภาพมีความเชื่อมโยงโดยตรงกับความสามารถทางการศึกษา คุณภาพชีวิต และผลผลิตทางเศรษฐกิจ การจัดทำมีโครงการสุขภาพในโรงเรียนสามารถลดปัญหาสุขภาพเบื้องต้น ช่วยเพิ่มประสิทธิผลของระบบการจัดการศึกษาและช่วยพัฒนาด้านการสาธารณสุขได้อย่างชัดเจน ( Kann et al , 1995 :291-293 ; Moon et al,1999 :111-121 ; Leger and Nutbeam, 2000 : 45-50 )

งานส่งเสริมสุขภาพเด็กในโรงเรียนนับได้ว่าเป็นงานที่องค์การอนามัยโลกได้ให้ความสำคัญ ในปี ค.ศ.1950 คณะกรรมการผู้เชี่ยวชาญด้านการบริการสุขภาพในโรงเรียนขององค์การอนามัยโลกได้วางพื้นฐานทฤษฎี (The first theoretical grundwork) ให้มีการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียนขึ้นเป็นหลักปฏิบัติทั่วไป (World Health Organization , 1998 : 1) ต่อมาในปี ค.ศ.1986 องค์การอนามัยโลกได้จัดประชุมวิชาการ เรื่อง การส่งเสริมสุขภาพนานาชาติขึ้นครั้งแรกที่กรุงออตตาวาประเทศแคนาดา ในการประชุมครั้งนี้ได้มีการประกาศกฎบัตรออตตาวา ว่าด้วย ยุทธศาสตร์การส่งเสริมสุขภาพแนวใหม่ในการพัฒนาสุขภาพเพื่อให้บรรลุเป้าหมายของการมีสุขภาพดีถ้วนหน้า และหลังจากคำประกาศกฎบัตรออตตาวาขององค์การอนามัยโลกยังได้จัดประชุมวิชาการเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพในหัวข้อต่างๆ ขึ้นอีกทำให้แนวคิดและกระแสของการส่งเสริมสุขภาพมีความชัดเจนมากขึ้น (ลักษณะ เต็มศิริกุลชัย และสุชาติ ตังทางธรรม, ผู้แปล ,2541 :3 ) หลังจากนั้น ปี ค.ศ.1995 คณะกรรมการผู้เชี่ยวชาญด้านการส่งเสริมสุขภาพและสุขภาพศึกษาขององค์การอนามัยโลก ได้เสนอแนวคิดโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพขึ้น

สำหรับประเทศไทยแนวคิดโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเกิดจากข้อเสนอแนะของ คณะกรรมการผู้เชี่ยวชาญด้านการส่งเสริมสุขภาพและสุขภาพศึกษาขององค์การอนามัยโลกที่ต้องการปรับเปลี่ยนโครงการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพภายในโรงเรียนเพื่อตอบสนองต่อปัญหาสุขภาพอนามัยของประชาชน และจากการที่ภาวการณ์ของโรคที่ไม่ติดต่อมีแนวโน้มสูงขึ้น และต้องการให้แต่ละประเทศให้ความสำคัญกับการศึกษาโดยปี พ.ศ.2540 มีการจัดประชุมร่วมกันระหว่างองค์การอนามัยโลกภาคพื้นเอเชียตะวันออกเฉียงใต้(SEARO) กระทรวงสาธารณสุข และกระทรวงศึกษาธิการ ซึ่งผลจากการประชุมดังกล่าว ทำให้มีการแต่งตั้งคณะกรรมการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพแห่งชาติขึ้น และมีมติร่วมกันในการที่จะพัฒนาโรงเรียนทุกโรงเรียนให้เป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ (สุคนธ์ เจียสกุล , นพรัตน์ แก่นนาคำ และอาจบรรณาธิการ , 2542 : 12) โดยการทำดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพนั้น องค์การอนามัยโลกกำหนดให้มีองค์ประกอบสำคัญ 10 ประการ ประกอบด้วย (1) นโยบายของโรงเรียน (2) การบริหารจัดการในโรงเรียน (3) โครงการร่วมระหว่างโรงเรียนและชุมชน (4) การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อสุขภาพ (5) บริการอนามัยโรงเรียน (6) สุขศึกษาในโรงเรียน (7) โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย (8) การออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ (9) การให้คำปรึกษาและสนับสนุนทางสังคม (10) การส่งเสริมสุขภาพบุคลากรของโรงเรียน ( กระทรวงสาธารณสุข , กรมอนามัย ,2543 : 3 )

การที่รัฐบาลเห็นความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน ดังนั้นใน พ.ศ. 2545 รัฐบาลได้ประกาศกำหนดเป้าหมายการรณรงค์การสร้างเสริมสุขภาพในโรงเรียน โดยจะพัฒนาให้เกิดโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพจำนวนไม่ต่ำกว่าร้อยละ 60 ของโรงเรียนทั้งหมดทั่วประเทศเพื่อให้โรงเรียนเป็นศูนย์ส่งเสริมให้นักเรียน และชุมชน มีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพทั้งสุขภาพกาย และสุขภาพจิต ( พัทธพร เกิดมงคล , 2545 : 78 ) นอกจากนั้นคณะกรรมการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับชาติ ได้กำหนดนโยบายว่า เมื่อสิ้นแผนพัฒนาการสาธารณสุขฉบับที่ 9 ร้อยละ 80 ของโรงเรียนในทุกสังกัดจะเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ( คณะกรรมการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพแห่งชาติ , 2543 : 1) แนวคิดในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพนั้น เป้าหมายที่ต้องการคือ ต้องการให้โรงเรียนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนาสุขภาพของเด็กควบคู่ไปกับการศึกษา โดยมุ่งหวังให้โรงเรียนปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องให้แก่เด็ก และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสมให้กับ นักเรียน ครูและบุคลากรในโรงเรียน และผู้ปกครองและสมาชิกในชุมชน โดยหลักสำคัญในการดำเนินงาน ต้องสร้างการมีส่วนร่วมเพื่อให้เกิดการพัฒนาสุขภาพที่ยั่งยืน (กระทรวงสาธารณสุข , กรมอนามัย , 2542 : 3 ) ซึ่งแนวคิดในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเป็นแนวคิดที่ยังไม่มีรูปแบบการปฏิบัติที่เป็นรูปธรรมเนื่องจากการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเป็นกระบวนการที่โรงเรียนต้องพัฒนาด้วยตัวเอง ( มานิต วีระตันติกานนท์ , 2543 : 41 ) และจากการที่ผู้วิจัยได้วิเคราะห์เอกสารประสบการณ์ตัวอย่างเพื่อการพัฒนาเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน 8 แห่ง คือ โรงเรียนอนุบาลห้วยคต โรงเรียนชุมชนวัดท่าเลทอง โรงเรียนดอนศาลา โรงเรียนสิริพรรณสันติภาพนาฝาย โรงเรียนบ้านต้อม โรงเรียนวังไคร้ โรงเรียนบ้านโนนยาง และโรงเรียนสุขานารี (ประสบการณ์ตัวอย่างเพื่อพัฒนาเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ , 2543 : 2-30 ) ผลจากการวิเคราะห์เอกสารพบว่า การดำเนินงานโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน ทั้ง 8 แห่ง ให้ความสำคัญกับการจัดกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพอย่างมาก มีการจัดกิจกรรมด้านสุขภาพที่หลากหลายแต่การดำเนินงานไม่ใช่ลักษณะการสร้างการมีส่วนร่วมในลักษณะหุ้นส่วนโรงเรียนมีการดำเนินการไปสู่โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพตามแนวทางที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนดไว้แต่ยังไม่มีรูปแบบที่โรงเรียนพัฒนาขึ้นจากการดำเนินงานของโรงเรียนเอง เพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงในการพัฒนาสุขภาพของนักเรียน ครู และผู้ปกครองนักเรียน ใน 3 ด้าน คือ ด้านความรู้ ด้านทัศนคติ และด้านพฤติกรรมสุขภาพ (Hawes,ed.,1977 :137) ซึ่งจะส่งผลให้คนมีศักยภาพในการดูแลสุขภาพของตนเองและสามารถพึ่งตนเองในด้านสุขภาพมากขึ้น ก่อให้เกิดความสมดุลในการพัฒนาสุขภาพนำไปสู่การพัฒนาสุขภาพที่ยั่งยืน

จากความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาดังกล่าวผู้วิจัยต้องการที่จะพัฒนารูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเพื่อการนำไปสู่การพัฒนาสุขภาพของนักเรียน ครู/บุคลากรในโรงเรียนและผู้ปกครอง/สมาชิกในชุมชนที่ยั่งยืน โดยเมื่อโรงเรียนนำรูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพที่พัฒนาขึ้นไปปฏิบัติจะทำให้ นักเรียน ครูและบุคลากรในโรงเรียน และผู้ปกครอง/สมาชิกในชุมชนมีการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ ทักษะคิดต่อการส่งเสริมสุขภาพ และมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี นำไปสู่ความสามารถในการพัฒนาและดูแลสุขภาพของตนเองได้อย่างยั่งยืน

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนารูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเพื่อการนำไปสู่การพัฒนาสุขภาพของนักเรียน ครูและ ผู้ปกครองนักเรียน ที่ยั่งยืน
2. เพื่อศึกษาประสิทธิผลของรูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพที่พัฒนาขึ้นโดยศึกษาเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ ทักษะคิดต่อการส่งเสริมสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน ครู และผู้ปกครองนักเรียนในโรงเรียนที่นำรูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพไปทดลองใช้ โดยศึกษาก่อน-หลัง และติดตามวัดซ้ำ

### สมมติฐานของการวิจัย

รูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพที่พัฒนาขึ้น จะส่งผลต่อการพัฒนาสุขภาพของนักเรียน ครู และผู้ปกครองนักเรียนโดยทำให้ คะแนนความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ คะแนนทักษะคิดต่อการส่งเสริมสุขภาพ และคะแนนพฤติกรรมสุขภาพ หลังจากที่โรงเรียนดำเนินการทดลองตามรูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพสูงขึ้นกว่าก่อนดำเนินการทดลอง

### ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรที่ศึกษาในการพัฒนารูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ประกอบด้วย
  - 1.1 ผู้นิเทศงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของศูนย์ส่งเสริมสุขภาพเขตของกระทรวงสาธารณสุข จำนวน 12 เขต
  - 1.2 คณะกรรมการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน 13 แห่ง ที่ได้รับการคัดเลือกจากสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด 75 จังหวัด ร่วมกับศูนย์ส่งเสริมสุขภาพของกรมอนามัยที่ตั้งอยู่ในส่วนภูมิภาคจำนวน 12 เขต และส่วนอนามัยเด็กวัยเรียนและเยาวชน สำนักงานส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ให้เป็นโรงเรียน ที่มีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพใน

โรงเรียนดีเด่นสมควรเป็นแบบอย่างกับโรงเรียนอื่นๆในการพัฒนาโรงเรียนไปสู่การเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โดยได้รับการคัดเลือกเมื่อปี พ.ศ.2543 ดังนี้

- 1.2.1 ร.ร.ชุมชนวัดท่าเลทอง สังกัด สปจ. ปทุมธานี
- 1.2.2 ร.ร.วัดโคกพระ สังกัด สปจ. สิงห์บุรี
- 1.2.3 ร.ร.บ้านห้วยตะปอก สังกัด สปจ. ฉะเชิงเทรา
- 1.2.4 ร.ร. วัดวังไคร้ สังกัด สปจ. เพชรบุรี
- 1.2.5 ร.ร.สุขานารี สังกัด สปจ. นครราชสีมา
- 1.2.6 ร.ร.ห้วยน้ำคำจตุรศิลป์ สังกัด สปจ. กาฬสินธุ์
- 1.2.7 ร.ร. บ้านโนนยาง สังกัด สปจ. ร้อยเอ็ด
- 1.2.8 ร.ร. อนุบาลห้วยคต สังกัด สปจ. อุทัยธานี
- 1.2.9 ร.ร. บ้านในเมือง สังกัด สปจ. อุดรดิตถ์
- 1.2.10 ร.ร. บ้านด้อม สังกัด สปจ. พะเยา
- 1.2.11 ร.ร. บ้านคลองยาง สังกัด สปจ. กระบี่
- 1.2.12 ร.ร. วัดดอนศาลา สังกัด สปจ. พัทลุง
- 1.2.13 ร.ร. วัดสระแก้ว (รุ่งโรจน์ธนกุลอุปถัมภ์) สังกัด สำนักงาน  
การศึกษาเอกชน

2. ประชากรที่ใช้ในการศึกษาประสิทธิผลของรูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพที่พัฒนาขึ้น ประกอบด้วย นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ครู และผู้ปกครองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ในโรงเรียนบ้านด้อม ต.ด้อม อ.เมือง จ.พะเยา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 1

3. รูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพครอบคลุมหลักการบริหารจัดการของโรงเรียนเพื่อการพัฒนาโรงเรียนไปสู่การเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในประเด็นต่อไปนี้

- 3.1 โครงสร้างและการบริหารงานของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ
  - 3.2 กิจกรรมต่าง ๆ ที่เป็นองค์ประกอบในการดำเนินงานของโรงเรียน
  - 3.3 กระบวนการดำเนินงานของโรงเรียน
4. การพัฒนารูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพประกอบด้วยขั้นตอนต่อไปนี้
- 4.1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐานจากเอกสาร และการวิจัยเชิงสำรวจ
  - 4.2 การยกร่างรูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

- 4.3 การตรวจสอบรูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพที่ยก่างขึ้นโดยผู้เชี่ยวชาญ
- 4.4 การปรับปรุงรูปแบบก่อนการนำไปทดลองใช้
5. การศึกษาประสิทธิผลของรูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพที่พัฒนาขึ้นประกอบด้วยขั้นตอนต่อไปนี้
  - 5.1 การนำรูปแบบที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้
  - 5.2 การให้ข้อเสนอแนะหลังการทดลองใช้รูปแบบ
6. ประสิทธิภาพของรูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเพื่อนำไปสู่การพัฒนาสุขภาพของนักเรียน ครูและผู้ปกครองนักเรียนที่ยั่งยืน ศึกษาครอบคลุมในประเด็นต่อไปนี้
  - 6.1 ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ
  - 6.2 ทักษะคิดต่อการส่งเสริมสุขภาพ
  - 6.3 พฤติกรรมสุขภาพ

#### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

**โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ** หมายถึง โรงเรียนที่ดำเนินงานด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน โดยมีองค์ประกอบสำคัญในการดำเนินงาน 10 องค์ประกอบ ประกอบด้วย (1) นโยบายของโรงเรียน (2) การบริหารจัดการในโรงเรียน (3) โครงการร่วมระหว่างโรงเรียนและชุมชน (4) การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อสุขภาพ (5) บริการอนามัยโรงเรียน (6) สุขศึกษาในโรงเรียน (7) โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย (8) การออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ (9) การให้คำปรึกษาและสนับสนุนทางสังคม (10) การส่งเสริมสุขภาพบุคลากรของโรงเรียน

**รูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ** หมายถึง หลักการบริหารจัดการของโรงเรียนเพื่อการพัฒนาโรงเรียนไปสู่การเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งหลักการบริหารจัดการของโรงเรียนมี 2 รูปแบบ คือ หลักการควบคุมจากภายนอก (External Control Management) และหลักการบริหารโดยใช้โรงเรียนเป็นฐาน (School-Based Management)

**หลักการควบคุมจากภายนอก** หมายถึง การบริหารจัดการของโรงเรียนที่ถูกควบคุมจากภายนอกโดยรัฐหรือหน่วยงานส่วนกลางเป็นผู้กำหนดแนวทางการดำเนินงานต่างๆภายในโรงเรียน

**หลักการบริหารโดยใช้โรงเรียนเป็นฐาน** หมายถึง การบริหารจัดการของโรงเรียนที่โรงเรียนจะเป็นหน่วยสำคัญที่จะตัดสินใจในการบริหารจัดการหรือกำหนดแนวทางการดำเนินงานในเรื่องต่างๆ ภายในโรงเรียนตามสภาพการณ์ของโรงเรียน ซึ่งหลักการบริหารโดยใช้โรงเรียนเป็นฐานมี 4 รูปแบบย่อย คือ รูปแบบที่มีผู้บริหารโรงเรียนเป็นหลัก รูปแบบที่มีครูเป็นหลัก รูปแบบที่มีชุมชนมีบทบาทหลัก และรูปแบบที่มีครูและชุมชนมีบทบาทหลัก

**โครงสร้างและการบริหารของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ** หมายถึง การกำหนดหรือการแต่งตั้งให้มีบุคคลหรือคณะกรรมการต่างๆ เพื่อทำหน้าที่ดำเนินงานในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ กำหนดลักษณะของการทำงานร่วมกันของบุคคล คณะกรรมการ หรือหน่วยงานที่ร่วมสนับสนุนการดำเนินงานของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

**กิจกรรมต่าง ๆ ที่เป็นองค์ประกอบในการดำเนินงานของโรงเรียน** หมายถึง กิจกรรม/โครงการต่าง ๆ ที่โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพดำเนินการเพื่อการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียน ครู/บุคลากรในโรงเรียน ผู้ปกครองและสมาชิกในชุมชน

**กระบวนการดำเนินงานของโรงเรียน** หมายถึง วิธีการ/ขั้นตอนที่โรงเรียนปฏิบัติเพื่อการพัฒนาโรงเรียนไปสู่การเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

**การพัฒนาสุขภาพที่ยั่งยืน** หมายถึง การทำให้คนให้มีความสามารถในการดูแลสุขภาพของตนเอง โดยคนจะต้องมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ มีทัศนคติที่ดีต่อการส่งเสริมสุขภาพ และมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีเพื่อพัฒนาสุขภาพของตนเองที่ยั่งยืน

**ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ** หมายถึง ความรู้และเข้าใจเกี่ยวกับความหมายของสุขภาพ ความสำคัญของสุขภาพของตนเองและผู้อื่น อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่มีต่อสุขภาพ การดูแลรักษาสุขภาพและการส่งเสริมสุขภาพของตนเองและผู้อื่นเพื่อให้มีสุขภาพดี ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพวัดจากคะแนนที่ได้จากการทำแบบวัดความรู้เกี่ยวกับสุขภาพที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

เกณฑ์ของคะแนนแบ่งเป็น 3 ระดับ คือ ระดับต่ำ กลาง และสูง คะแนนระดับต่ำ หมายถึงมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพไม่ดี คะแนนระดับกลาง หมายถึงมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพปานกลาง และคะแนนระดับสูง หมายถึงมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพดี

**ทัศนคติต่อการส่งเสริมสุขภาพ** หมายถึง ความรู้สึกที่มีต่อการส่งเสริมสุขภาพ การให้คุณค่าต่อการส่งเสริมสุขภาพ และความมุ่งที่จะกระทำพฤติกรรมเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ ทัศนคติเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ วัดจากคะแนนที่ได้จากการทำแบบวัดทัศนคติต่อการส่งเสริมสุขภาพที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น



เกณฑ์ของคะแนนแบ่งเป็น 3 ระดับ คือ ระดับต่ำ กลาง และสูง คะแนนระดับต่ำ หมายถึงมีทัศนคติต่อการส่งเสริมสุขภาพไม่ดี คะแนนระดับกลาง หมายถึงมีทัศนคติต่อการส่งเสริมสุขภาพปานกลาง และคะแนนระดับสูง หมายถึงมีทัศนคติที่ดีต่อการส่งเสริมสุขภาพ

**พฤติกรรมสุขภาพ** หมายถึง การปฏิบัติตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ ประกอบด้วย (1) การดูแลร่างกายและของใช้ให้สะอาด (2) การรักษาฟันให้สะอาดและแปรงฟันทุกวันอย่างถูกต้อง (3) การล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหารและหลังขับถ่ายทุกครั้ง (4) กินอาหารสุก สะอาด ปราศจากสารอันตราย และหลีกเลี่ยงอาหารรสจัด สีฉูดฉาด (5) การงดบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนัน และการสำส่อนทางเพศ (6) การสร้างความสัมพันธ์ภายในครอบครัวให้อบอุ่น (7) การป้องกันอุบัติเหตุด้วยความไม่ประมาท (8) การออกกำลังกายสม่ำเสมอและตรวจสุขภาพประจำปี (9) การทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ (10) การมีจิตสำนึกต่อส่วนรวม ร่วมสร้างสรรค์สังคม

พฤติกรรมสุขภาพวัดจากคะแนนที่ได้จากการทำแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เกณฑ์ของคะแนนแบ่งเป็น 3 ระดับ คือ ระดับต่ำ กลาง และสูง คะแนนระดับต่ำหมายถึงมีพฤติกรรมสุขภาพไม่ดี คะแนนระดับกลาง หมายถึงมีพฤติกรรมสุขภาพปานกลาง และคะแนนระดับสูง หมายถึงมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้รูปแบบการวิจัยและพัฒนา การดำเนินการวิจัย แบ่งเป็น 2 ระยะ มีรายละเอียดการดำเนินการวิจัย ดังนี้

การวิจัยระยะที่ 1 เป็นการพัฒนารูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ แบ่งการดำเนินการวิจัยเป็น 4 ขั้นตอน ขั้นตอนที่ 1 เป็นการศึกษาข้อมูลพื้นฐานจากเอกสารและการวิจัยเชิงสำรวจ ประกอบด้วยการศึกษาเอกสารเกี่ยวกับโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในประเทศสหรัฐอเมริกา ประเทศอังกฤษ ประเทศออสเตรเลีย ประเทศนิวซีแลนด์ และประเทศแคนาดา การสำรวจความคิดเห็นของผู้นิเทศงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเกี่ยวกับสภาพ ปัญหา ความต้องการ และรูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพที่พึงประสงค์ และการสำรวจความคิดเห็นของคณะกรรมการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเกี่ยวกับสภาพ ปัญหา และความต้องการในการดำเนินการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ขั้นตอนที่ 2 เป็นการยกกร่างรูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ขั้นตอนที่ 3 เป็นการตรวจสอบ

รูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพที่ยกวางขึ้นโดยผู้เชี่ยวชาญ และขั้นตอนที่ 4 เป็นการปรับปรุงรูปแบบก่อนนำไปทดลองใช้

การวิจัยระยะที่ 2 เป็นการศึกษาประสิทธิผลของรูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพที่พัฒนาขึ้นประกอบด้วย 2 ขั้นตอน คือ (1) การนำรูปแบบที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้ในสภาพการณ์จริงที่โรงเรียนบ้านต่อม อ.เมือง จ.พะเยา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยาเขต 1 และศึกษาเปรียบเทียบความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ ทักษะคิดต่อการส่งเสริมสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพ ของนักเรียน ครู และผู้ปกครองนักเรียน โดยศึกษาก่อนการใช้รูปแบบ หลังการใช้รูปแบบ และติดตามวัดซ้ำ และ (2) การให้ข้อเสนอแนะหลังการทดลองใช้รูปแบบ

#### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้รูปแบบโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ที่มีประสิทธิผลเพื่อนำไปสู่การพัฒนาสุขภาพของนักเรียน ครู และผู้ปกครองนักเรียนที่ยั่งยืน และเป็นแบบอย่างให้โรงเรียนอื่น ๆ นำไปใช้ในการพัฒนาโรงเรียนไปสู่การเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ
2. ได้แนวทางการพัฒนาการมีส่วนร่วมระหว่างโรงเรียนหน่วยงานสาธารณสุขและชุมชน เพื่อให้หน่วยงานระดับนโยบายนำไปวางแผนและกำหนดแนวทางในการพัฒนาสุขภาพต่อไป
3. ผลการวิจัยสามารถนำไปเป็นข้อมูลในการกำหนดแนวทางการพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพให้กับนักเรียน ครู และผู้ปกครองนักเรียนในโรงเรียนแห่งอื่น ๆ
4. เป็นแนวทางการวิจัยเพื่อพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในด้านอื่นๆ