

บทที่ 1

บทนำ

ปัจจุบันปัญหาสุขภาพจิต เป็นปัญหาที่สำคัญอีกปัญหาหนึ่งในสังคมไทย โดยเฉพาะปัญหาสุขภาพจิตของวัยรุ่น เนื่องจากเป็นช่วงวัยที่ถือเป็นวัยวิกฤติของชีวิตซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงทางพัฒนาการอย่างสูง ทำให้มีความยากลำบากในการปรับตัวหลายประการ ถือเป็นวัยพายุแควมและความเครียด (สุชา จันทร์หอม, 2539)

นักศึกษาพยาบาล เป็นวัยรุ่นตอนปลายที่เรียนอยู่ในระดับอุดมศึกษา ซึ่งนอกจากจะเผชิญปัญหาการปรับตัวต่าง ๆ ตามวัยแล้ว การเรียนในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ซึ่งเป็นการเรียนทั้งภาคทฤษฎีควบคู่ไปกับการฝึกภาคปฏิบัติ นักศึกษาต้องเผชิญต่อปัญหาการปรับตัวต่อวิชาชีพพยาบาล สภาพแวดล้อม รูปแบบการเรียนการสอน รวมทั้งบุคลากรในทีมสุขภาพ ทำให้นักศึกษาพยาบาลเกิดความเครียดได้ จากการศึกษาของ วันเพ็ญ หวังวิวัฒน์เจริญ และ สารระ มุขดี (2539) พบว่า นักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลเกื้อการุณย์ ปีการศึกษา 2538-2539 มีค่าเฉลี่ยคะแนนความเครียดเท่ากับ 47.67 และจากการศึกษาของ รัชนิบูล เสรมฐภูมิรินทร์ และจินตนา ตั้งวรพงศ์ชัย (2540) พบว่า นักศึกษาพยาบาลคณะพยาบาลศาสตรมหาวิทาลัยขอนแก่น ส่วนใหญ่มีความเครียดอยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 83.87 มีความเครียดระดับสูง ร้อยละ 16.13 นอกจากนี้ พรธรวดี ดันตศิรินทร์ และคณะ (2541) ศึกษาพบว่า นักศึกษาคณะพยาบาลศาสตรมหาวิทาลัยขอนแก่นทุกชั้นปี มีระดับความเครียดสูง จากการศึกษาที่ผ่านมา นี้ แสดงให้เห็นว่านักศึกษาพยาบาลมีความเครียดทั้งในระดับต่ำและระดับสูง สำหรับนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตรแมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ นั้น หทัยทิพย์ ชาญมณีเวช (2541) ได้ศึกษาพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีความเครียดปกติ ร้อยละ 44.9 มีความเครียดเล็กน้อย ร้อยละ 38.8 มีความเครียดปานกลาง ร้อยละ 9.7 และมีความเครียดมาก ร้อยละ 5.6

การมีความเครียดในระดับต่ำหรือเล็กน้อย ชรรถมาติของคนจะมีการปรับตัวทำให้จิตใจอยู่ในสมดุล เกิดผลดีคือเป็นการฝึกการปรับตัว ทำให้จิตใจเข้มแข็ง แต่ถ้าความเครียดเพิ่มสูงขึ้นและคงอยู่นานจนเกินความสามารถที่จะปรับตัวได้ จะเกิดผลเสียต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจได้ (ชูทิพย์ ปานปรีชา, 2535 : 490) ดังนั้น ผู้ที่เกิดความเครียดจึงต้องรู้จักปรับตัวเพื่อลดความเครียด ซึ่งความสามารถในการปรับตัวเพื่อแก้ปัญหา และทำให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขนี้ เรียกว่าสุขภาพจิต ตามที่องค์การอนามัยโลก (อ้างใน กันยา สุวรรณแสง, 2538 : 203) กล่าวว่า

สุขภาพจิต คือ ความสามารถของบุคคลที่จะปรับตัวให้มีความสุขเข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อมได้ดี มีสัมพันธภาพอันดีงามกับบุคคลอื่น และสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยความสมดุลอย่างสุขสบายใจ รวมทั้งสามารถสนองความต้องการของตนเองในสังคมที่กำลังเปลี่ยนแปลงได้โดยไม่มีข้อขัดแย้งภายในจิตใจ ไม่ได้หมายความว่าเฉพาะเพียงแต่ปราศจากอาการของโรคจิตและโรคประสาท เท่านั้น ดังนั้น บุคคลที่ปรับตัวได้ดี ย่อมหมายถึง บุคคลที่มีสุขภาพจิตดีจะสามารถยืนหยัดสู้กับภาวะตึงเครียดได้ ส่วนบุคคลที่ขาดความสามารถในการจัดการกับความเครียด เป็นลักษณะของบุคคลที่มีสุขภาพจิตไม่ดี (บุญวดี เพชรรัตน์, 2539 : 25)

สำหรับนักศึกษาพยาบาลที่ต้องมีการปรับตัวต่อความเครียดนั้น ได้มีการศึกษาภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลโดย สมสร เชื้อหิรัญ และคณะ (2522) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ปีการศึกษา 2521 พบว่า นักศึกษาพยาบาลอาจมีปัญหาสุขภาพจิต คิดเป็นร้อยละ 49.9 และ เพยาวี พูลเจริญ และคณะ (2530) พบว่า นักศึกษาพยาบาล ภาควิชาพยาบาลศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี ปีการศึกษา 2528 มีสุขภาพจิตไม่ดี คิดเป็นร้อยละ 36.0 มีปัญหาสุขภาพจิตเล็กน้อย ร้อยละ 37.5 และมีสุขภาพจิตดี คิดเป็นร้อยละ 26.5 นอกจากนี้ กอบกาญจน์ ศรีประสิทธิ์ และ บุญวดี เพชรรัตน์ (2534) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ปีการศึกษา 2531 พบว่า นักศึกษาพยาบาลมีสุขภาพจิตไม่ดี ร้อยละ 42.1 มีสุขภาพจิตดี จำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 18.7 จากการศึกษาที่ผ่านมา พบว่า นักศึกษาพยาบาลส่วนหนึ่งมีสุขภาพจิตไม่ดี แสดงให้เห็นว่านักศึกษาพยาบาลเหล่านั้นไม่สามารถปรับตัวต่อความเครียดที่เกิดขึ้น เพื่อคืนสู่ภาวะสมดุลของจิตได้ ซึ่งจะทำให้เกิดผลกระทบโดยมีการเปลี่ยนแปลงด้านชีววิทยาของร่างกาย ทำให้ระบบต่าง ๆ ของร่างกายทำงานเพิ่มขึ้นและทำงานแปรปรวนเป็นสาเหตุให้เกิดภาวะเจ็บป่วยทางกายได้ง่าย นอกจากนี้ ภาวะสุขภาพจิตไม่ดี ยังมีผลต่ออารมณ์ ความนึกคิด ความจำ การเคลื่อนไหว การรู้สึกตัว ตลอดจนพฤติกรรมการแสดงออกต่าง ๆ จนกระทั่งไม่สามารถควบคุมตนเองและส่งผลกระทบต่อการดำรงชีวิตประจำวันของนักศึกษาได้ (บุญวดี เพชรรัตน์, 2539 : 29)

สำหรับนักศึกษาพยาบาล ที่ประสบความสำเร็จในการจัดการกับความเครียดได้อย่างมีประสิทธิภาพ หรือมีสุขภาพจิตดีนั้น แอนโทนอฟสกี (อ้างใน สมจิต หนูเจริญกุล และคณะ, 2532) ศึกษาพบว่า มีลักษณะสำคัญอย่างหนึ่งในตัวบุคคล ซึ่งเรียกว่า ความเข้มแข็งในการมองโลก (The sense of coherence) ที่เป็นปัจจัยเอื้ออำนวยต่อการจัดการหรือหลีกเลี่ยงกับภาวะเครียดที่เกิดขึ้น ทั้งนี้ ความเข้มแข็งในการมองโลก ทำให้บุคคลสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง หรือความผันผวนต่าง ๆ ในชีวิตได้ โดยการที่บุคคลจะมองโลกในลักษณะของเหตุการณ์ หรือสิ่งกระตุ้นจากสิ่งแวดล้อมในชีวิตมนุษย์นั้น มีระบบระเบียบสามารถอธิบายเหตุและผล สามารถคาดการณ์

ล่วงหน้าได้ ทำทนายและคุ้มคำที่จะใช้กำลังกายและสติปัญญาแก้ไขให้สำเร็จลุล่วงไปได้ และมนุษย์มีแหล่งประโยชน์ที่จะตอบสนองต่อความต้องการที่เกิดจากสิ่งกระตุ้นเหล่านั้น การมองโลกเช่นนี้ทำให้บุคคลเชื่อมั่นว่า ไม่ว่าจะเกิดเหตุการณ์ใด ๆ เกิดขึ้นก็จะสามารถทำนายได้และทุกสิ่งทุกอย่างจะคลี่คลายลงตามที่ได้คาดหวังไว้ ดังนั้น บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงจะสามารถปรับตัวได้ดีในสถานการณ์ต่าง ๆ และมีสุขภาพจิตที่ดีได้

ผู้วิจัย ในฐานะอาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค ได้ตระหนักถึงความสำคัญของสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลและปัจจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าว จึงมีความสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งในการมองโลกกับสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ เพื่อนำข้อมูลมาเป็นประโยชน์ในการส่งเสริมสุขภาพนักศึกษาพยาบาล ให้สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความเข้มแข็งในการมองโลก และสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบ ความเข้มแข็งในการมองโลก และสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามชั้นปี
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งในการมองโลก กับสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ

สมมติฐานการวิจัย จากวัตถุประสงค์ของการวิจัย ผู้วิจัยได้ตั้งสมมติฐาน ดังนี้

1. ความเข้มแข็งในการมองโลกของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 1 ถึง ชั้นปีที่ 4 มีความแตกต่างกัน
2. สุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 4 มีความแตกต่างกัน
3. ความเข้มแข็งในการมองโลกมีความสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเพื่อศึกษาเปรียบเทียบและหาความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งในการมองโลกกับสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ ปีการศึกษา 2542 จำนวน 188 คน เก็บข้อมูลในช่วงเดือนมกราคม ถึง เดือนกุมภาพันธ์ 2543

นิยามศัพท์

ความเข้มแข็งในการมองโลก

หมายถึง ลักษณะของการรับรู้ต่อเหตุการณ์หรือสิ่งกระตุ้น ว่าเป็นสิ่งที่ท้าทาย เป็นระบบระเบียบ สามารถอธิบายด้วยเหตุผล สามารถคาดการณ์ล่วงหน้าได้ และตนเองมีแหล่งประโยชน์ที่จะตอบสนองความต้องการที่เกิดจากสิ่งกระตุ้นนั้น สิ่งกระตุ้นนั้นคุ้มค่าที่จะใช้กำลังกายและสติปัญญาแก้ไขให้สำเร็จลุล่วงไปได้ ประเมินโดยแบบวัดความเข้มแข็งในการมองโลก (The Sense of Coherence Questionnaire) ของ แอนโทโนฟสกี (Antonovsky, 1987) ซึ่งแปลโดย สมจิต หนูเจริญกุล และคณะ (2532)

สุขภาพจิต

หมายถึง สภาวะที่บุคคลมีความสมบูรณ์ทั้งกายและใจ ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมและสภาพแวดล้อมได้อย่างมีความสุข วัดโดยแบบสอบถาม Thai General Health Questionnaire – 30 (GHQ-30) ซึ่งแปลโดย ธนา นิลชัยโกวิทย์ และคณะ (2539)

นักศึกษาพยาบาล

หมายถึง นักศึกษาที่ศึกษาในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์แมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ ประจำปีการศึกษา 2542