



Appendix A
Ethical consideration

สำนักหอสมุด

Information sheet and informed consent form for the volunteers

ชื่อโครงการ การพัฒนารูปแบบกิจกรรมเชิงรุกเพื่อป้องกันความเครียดของครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชน

ผู้รับผิดชอบ นายทวิศักดิ์ กสิผล นักศึกษาปริญญาเอก
สาขาวิทยาศาสตร์การแพทย์ กลุ่มวิชาเวชศาสตร์ชุมชนและเวชศาสตร์ครอบครัว
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

สถานที่ติดต่อ 206/1 หมู่ที่ 2 ซอยดาวทอง 3 ถนนเลียบคูนายกิม แขวงสีกัน เขตดอนเมือง
กรุงเทพมหานคร 10210 โทร. (06) 600-4953

อาจารย์ที่ปรึกษา

อาจารย์แพทย์หญิงสมบุรณ์ เกียรตินันท์

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. จรรยา ภัทรอาชาชัย

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

อาจารย์นายแพทย์ธนูชาติธนานนท์

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ดร. สุนทร ยุทธชนะ

สำนักบริหารงานคณะกรรมการการส่งเสริม

การศึกษาเอกชน กระทรวงศึกษาธิการ

โครงการย่อ

แบบแผนการเจ็บป่วยและการเกิดโรคในปัจจุบันได้เปลี่ยนแปลงไปจากในอดีตอย่างสิ้นเชิงโดยพบว่าการเจ็บป่วยหรือการเกิดโรคเปลี่ยนจากการเจ็บป่วยหรือโรคที่ป้องกันไม่ได้มาเป็นโรคที่ป้องกันได้ ทำให้มุมมองหรือแนวคิดในการดูแลสุขภาพของประชาชนเปลี่ยนแปลงไปด้วยโดยผู้ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพเริ่มหันมาความสนใจและใส่ใจกับแนวคิดในการป้องกันโรคเพิ่มมากขึ้น และถือว่เป็นพื้นฐานที่สำคัญในการดำเนินงานทางด้านการแพทย์และด้านสาธารณสุขก็ได้ ที่ได้มุ่งเน้นมิติต่าง ๆ ของสุขภาพกว้างออกไปอีก มิใช่แค่แนวคิดหรือมุมมองทางด้าน การแพทย์เพียงอย่างเดียว แต่มิติทางด้านชีวิตจิตสังคม จัดว่ามีบทบาทที่สำคัญอย่างมากต่อการ

เปลี่ยนแปลงแบบแผนของการเจ็บป่วยและการเกิดโรคในปัจจุบัน กล่าวคือการดำเนินงานทางด้านการแพทย์และสาธารณสุขสมัยใหม่ต้องคำนึงถึงมิติต่าง ๆ ด้วยมิใช่มิติทางการแพทย์เพียงอย่างเดียว (สุรีย์ กาญจนวงศ์ และจรรยาวัตร คมพาศย์, 2545, น.1-2)

นอกจากนี้ยังพบว่ากระแสการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ของโลก และประเทศไทยได้เปลี่ยนแปลงไป เพื่อให้หน่วยงานของตนเองอยู่รอดได้ประกอบด้วยการเปลี่ยนแปลง ใน 3 ลักษณะใหญ่ ๆ ได้แก่ การรีอับระบบ (Re-engineering) การสร้างระบบราชการขึ้นมาใหม่ (Reinventing government) และการปฏิรูป (Reform) (สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ สำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงสาธารณสุข, 2545, น.2-4) สิ่งเหล่านี้จัดว่าเป็นที่มาของความเครียด ในด้านสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับนโยบายและส่งผลต่อความเครียดด้านต่าง ๆ ได้แก่ ความเครียดด้านการทำงาน ด้านการเงิน ด้านครอบครัว ด้านสังคม และด้านส่วนตัว เพราะสภาพของสังคมที่ไม่หยุดนิ่งและมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา โดยผ่านไปยังเกราะป้องกันความเครียดของแต่ละบุคคล ที่เรียกว่าความไวต่อความเครียด (Susceptibility to stress) (สุวัฒน์ มหัตถินันต์กรกุล, วนิดา พุ่มไพศาลชัย และพิมพ์มาศ ตาปัญญา, 2540, น. 7) จัดว่าเป็นแบบแผนการดำเนินชีวิตที่สามารถป้องกันไม่ให้แต่ละบุคคลเกิดความเครียดได้ดีเพียงใดก็ขึ้นอยู่กับความสม่ำเสมอหรือความเสมอต้นเสมอปลายต่อการดูแลสุขภาพของตนเองทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ ดังนั้นเกราะป้องกันความเครียดนี้จึงควรมีฝืนอยู่เสมอเพื่อป้องกันภาวะความเครียดที่คอยรุกรานแต่ละบุคคลอยู่ตลอดเวลา

ในบรรดาผู้ที่มีความเครียดครูเป็นอีกอาชีพหนึ่งที่ต้องเผชิญกับความเครียดอยู่ตลอดเวลาอันเนื่องมาจากภาระงานที่มาก และความสามารถที่ไม่ทันต่อความต้องการของสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปทำให้อาชีพครูต้องได้รับผลกระทบต่อความเครียดอย่างเต็มที่ โดยเฉพาะครูที่ปฏิบัติหน้าที่อยู่ในโรงเรียนเอกชน ส่วนใหญ่ต้องรับภาระหน้าที่ค่อนข้างมาก และสวนทางกับค่าตอบแทนที่ไม่คุ้มค่า แต่เป็นสิ่งที่ครูเอกชนเหล่านี้หลีกเลี่ยงไม่ได้ ไม่ว่าจะด้วยเหตุผลอะไรก็ตามของครูแต่ละคนทำให้ต้องทนอยู่ในสภาพที่ค่อนข้างไม่เป็นธรรมชาติกับตนเองอยู่ตลอดเวลา จนเกิดเป็นความเคียดขื่นขึ้นมาสำหรับครูที่ปรับตัวได้ แต่ครูที่ปรับตัวไม่ได้สิ่งเหล่านี้จะถูกรบกวนอยู่เสมออยู่ตลอดเวลา เหมือนระเบิดเวลาที่พร้อมจะระเบิดได้ทุกเมื่อ สิ่งเหล่านี้สะท้อนให้เห็นว่าคุณภาพชีวิตของครูโรงเรียนเอกชนส่วนหนึ่งที่ต้องทุกข้ออยู่กับสิ่งที่ตนเองไม่สามารถเลือกได้ จะด้วยเหตุผลประการใดก็ตาม ผลกระทบต่อการปฏิบัติหน้าที่ของครูเอกชนในฐานะที่เป็นแม่พิมพ์ และพ่อพิมพ์ของชาติที่เป็นต้นแบบของลูกศิษย์ทั้งหลายเกิดขึ้นอย่างแน่นอน อันเนื่องมาจากภาวะความเครียดที่ครูเอกชนได้รับและสะสมไว้ ส่งผลให้คุณภาพการทำงานด้านการสอน และทุก ๆ ด้านของครูเอกชนลดต่ำลง ขาดคุณภาพ และไม่ได้มาตรฐาน เด็ก ๆ ที่เป็นอนาคตของชาติก็ขาดคุณภาพไปด้วยเช่นกัน

จากข้อมูลการศึกษาวิจัยพบว่า สาเหตุของความเครียดของครูส่วนใหญ่มาจากภาระหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายไม่สอดคล้องกับความสามารถของครูเอง ทำให้เกิดความเครียด ซึ่งผลเสียของความเครียดนั้นสามารถแยกได้เป็น หลักใหญ่ ๆ 2 ทาง คือผลเสียที่เกิดกับครูเองทำให้คุณภาพการทำงานในทุกเรื่องลดลง และสะสมไว้นานโดยไม่ได้รับการแก้ไขก็อาจส่งผลให้เกิดปัญหาทางสุขภาพตามมามากมาย ตั้งแต่โรคที่ไม่ร้ายแรง เช่น ไซหวัด จนถึงโรคมะเร็งที่จัดว่าเป็นโรคร้ายแรงได้ สำหรับผลเสียของความเครียดอีกทางหนึ่งก็คือทุก ๆ สิ่ง ทุก ๆ อย่างที่เกี่ยวข้องกับครูทั้งโดยตรงและทางอ้อมก็จะได้รับผลกระทบไปด้วยทุกคน และเมื่อพิจารณาถึงแนวทางทางการแก้ไขที่ครูควรจะได้รับในช่วงระยะเวลาที่ผ่านมาพบว่ามีอยู่ 2 หน่วยงานใหญ่ คือ กระทรวงศึกษาธิการ ยังไม่มีมาตรการอะไรที่ชัดเจนเกี่ยวกับการป้องกันความเครียดของครู ประถมศึกษา ส่วนกระทรวงสาธารณสุข โดยกรมสุขภาพจิตนั้น ได้พยายามหาแนวทางและรูปแบบเพื่อการพัฒนาและป้องกันสุขภาพจิตของผู้ที่ทำงานในสถานประกอบการต่าง ๆ อยู่ตลอดเวลา แต่ยังไม่มียุทธศาสตร์ที่มีลักษณะของการดำเนินการและปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรมและเหมาะสมกับแต่ละโรงเรียนได้อย่างชัดเจน ดังนั้นผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพของครู จึงควรช่วยกันแก้ไขปัญหาคความเครียดให้หมดไปหรือเบาบางลงเพื่อให้ครูมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ซึ่งแนวทางหนึ่งที่จะช่วยลดปัญหาคความเครียดของครูเอกชนให้เบาบางลงได้คือการแก้ไขที่สาเหตุของปัญหาคความเครียด ด้วยการวิจัยเพื่อท้องถิ่นโดยผ่านการวิจัยอย่างมีส่วนร่วมของผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในโรงเรียนนั้น ๆ

การแก้ไขปัญหาคความเครียดที่สาเหตุ โดยเน้นการมีส่วนร่วมของทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องกับครูล้วนทั้งตัวครูเองจะทำให้เกิดความเป็นหุ้นส่วนที่จะต้องรวมพลังช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อแก้ไขปัญหาคความเครียดที่กำลังประสบอยู่ในทุกขั้นตอน และครูต้องเป็นแกนนำในการที่จะช่วยกันหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาคต่าง ๆ ให้หมดไป ตามศักยภาพและความเอื้ออำนวยของทรัพยากรที่มีอยู่ในโรงเรียนที่ครูปฏิบัติหน้าที่ อันจะนำไปสู่รูปแบบการแก้ไขปัญหาคความเครียดที่ยั่งยืนต่อไป

การดำเนินงานเพื่อค้นหาและพัฒนารูปแบบกิจกรรมการป้องกันความเครียดของครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชนนี้จะประกอบด้วย การดำเนินงาน 2 ระยะ คือ ระยะที่ 1 การประเมินสถานการณ์ความเครียดของครู ฯ ซึ่งประกอบด้วย การประเมินระดับความไวต่อความเครียด ที่มาของความเครียด และอาการของความเครียด ตลอดจนสำรวจวิถีจัดการกับความเครียดที่ครูประถมศึกษา และผู้บริหารเลือกใช้ หลังจากนั้นนำข้อมูลที่ได้จากการประเมินแบบทดสอบความเครียดทั้ง 3 ส่วน พร้อมด้วยการสำรวจวิถีจัดการกับความเครียด มาสรุปวิเคราะห์ผล เพื่อเตรียมดำเนินการในระยะที่ 2 สำหรับในระยะที่ 2 เป็นระยะที่เริ่มการดำเนินการค้นหาและพัฒนารูปแบบกิจกรรมเชิงรุกเพื่อป้องกันความเครียดของครูประถมศึกษา ฯ

ประกอบด้วยขั้นตอนก่อนการพัฒนาารูปแบบกิจกรรมเชิงรุก ฯ โดยใช้วิธีการจัดลำดับความสำคัญของปัญหาเป็นเครื่องมือที่ช่วยในการเลือกปัญหาที่มีความเหมาะสมกับสภาพความพร้อมที่จะร่วมกันแก้ไขหรือป้องกันก่อนและหลังตามลำดับ ขั้นตอนการพัฒนาารูปแบบกิจกรรมเชิงรุก ฯ ประกอบด้วยใช้เทคนิคการวิจัยเชิงปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วมเป็นเครื่องมือในการวิจัย เข้ามาดำเนินการควบคุมทุกขั้นตอนของการหาและพัฒนาารูปแบบกิจกรรมเชิงรุกเพื่อป้องกันความเครียดของครู ฯ และขั้นหลังการพัฒนาารูปแบบกิจกรรมเชิงรุก ฯ เป็นการประเมินผลกระทบของการพัฒนาารูปแบบกิจกรรมเชิงรุกเพื่อป้องกันความเครียด ฯ เป็นระยะ ๆ ตั้งแต่หลังเสร็จสิ้นการทำกิจกรรมทันที และติดตามประเมินผลอีก 2 ครั้ง ห่างกันครั้งละ 1 เดือน ทำการเปรียบเทียบก่อนและหลัง ทุกครั้งที่มีการประเมินเพื่อดูแนวโน้มของความเครียดเมื่อเวลาเปลี่ยนแปลงไป และตรวจสอบรูปแบบการดำเนินกิจกรรมเชิงรุกเพื่อป้องกันความเครียดของครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชนอย่างต่อเนื่องภายหลังที่ ผู้วิจัยถอนตัวออกมาแล้ว ว่ามีแนวโน้มของความยั่งยืนในการดำเนินกิจกรรมการป้องกันความเครียดของครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชนมากน้อยแค่ไหน นอกจากนี้ยังมีการประเมินกระบวนการ การพัฒนาารูปแบบกิจกรรมเชิงรุกเพื่อป้องกันความเครียดของครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชนเป็นระยะ ๆ

ประโยชน์ที่จะได้รับจากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ทำให้ครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชนได้เครื่องมือที่ใช้เป็นแนวทางในการดำเนินกิจกรรมเชิงรุกเพื่อป้องกันความเครียดด้วยตัวของครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชน และความรู้ที่ได้จากการร่วมกันคิด ร่วมกันดำเนินการตั้งแต่เริ่มแรกจนถึงเสร็จสิ้นการดำเนินกิจกรรมดังกล่าวจัดว่าเป็นองค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากกลุ่มของครูที่ช่วยกันดำเนินกิจกรรม เช่นกัน ซึ่งจะมีความเหมาะสมกับสภาพของโรงเรียนที่ทำการศึกษาวิจัย อันจะนำมาซึ่งการมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นของครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชนที่ทำการศึกษาวิจัยอย่างยั่งยืนตลอดไป และสามารถนำผลการศึกษาวิจัยไปประยุกต์ใช้กับครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชนแห่งอื่น ๆ ที่มีคุณลักษณะที่เหมือนกันหรือคล้ายคลึงกันได้เป็นอย่างดีเช่นกัน

นายทวีศักดิ์ กสิผล

นักศึกษาระดับปริญญาเอก

ใบยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

ชื่อโครงการ การพัฒนารูปแบบกิจกรรมเชิงรุกเพื่อป้องกันความเครียดของครูประถมศึกษา
ในโรงเรียนเอกชน
วันที่ให้การยินยอม วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

โครงการนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบกิจกรรมเชิงรุกในการป้องกันความเครียดของครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชน โดยมีวิธีการดำเนินงานแบ่งออกเป็น 2 ระยะเวลา ใหญ่ ๆ ระยะเวลาที่ 1 เป็นการประเมินสถานการณ์ความเครียดของครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชน และระยะเวลาที่ 2 เป็นการพัฒนารูปแบบกิจกรรมเชิงรุกเพื่อป้องกันความเครียดของครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชน หลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมในระยะเวลาที่ 2 แล้วจะมีการประเมินผลกระทบที่เกิดจากการพัฒนารูปแบบกิจกรรมเชิงรุกเพื่อป้องกันความเครียดของครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชนทันที และติดตามประเมินผลกระทบ อีก 2 ครั้ง

ประโยชน์ที่จะได้รับจากการวิจัยในครั้งนี้ทำให้ครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชนได้เครื่องมือที่สามารถใช้เป็นแนวทางในการดำเนินกิจกรรมเชิงรุกเพื่อป้องกันความเครียดด้วยตัวครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชนเอง และความรู้ที่ได้จากการที่ครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชน ร่วมกันคิด และร่วมกันดำเนินกิจกรรมตั้งแต่เริ่มแรกจนถึงเสร็จสิ้นการดำเนินกิจกรรมดังกล่าว จัดว่าเป็นองค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากกลุ่มของครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชนที่ช่วยกันดำเนินกิจกรรมเช่นกัน ซึ่งจะเหมาะสมกับสภาพความเป็นจริงของโรงเรียนท่าน อันจะนำมาซึ่งการมีคุณภาพชีวิตที่ขึ้นของครูประถมศึกษาในโรงเรียนเอกชน และสามารถทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบกิจกรรมเชิงรุกเพื่อป้องกันความเครียดด้วยตนเองอย่างยั่งยืนต่อไป

ข้าพเจ้า.....มีความสมัครใจที่จะลงนามในใบยินยอมให้ทำการวิจัยหลังจากที่ได้รับการอธิบายถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย รวมทั้งประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียดแล้ว และมีความเข้าใจเป็นอย่างดีก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมให้ทำการวิจัยในครั้งนี้

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่าง ๆ ตามที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบัง ซ่อนเร้น นอกจากนี้ ข้าพเจ้าทราบดีว่าสามารถขอปฏิบัติหรือสิ้นสุดการให้ข้อมูลได้ตลอดเวลาตามความต้องการ ด้วยความสมัครใจโดยไม่มีผลกระทบกระเทือนแต่อย่างใดต่อการทำงานของข้าพเจ้า

ผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าไว้เป็นความลับและจะเปิดเผยได้เฉพาะในรูปแบบที่เป็นผลสรุปรวมของการวิจัย (หรือข้าพเจ้าอนุญาตให้ผู้วิจัยเปิดเผยข้อมูลเกี่ยวกับข้าพเจ้าต่อเจ้าหน้าที่หน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องได้ตามที่ผู้วิจัยเห็นสมควร)

ข้าพเจ้าสามารถติดต่อผู้วิจัยได้ที่กลุ่มวิชาเวชศาสตร์ชุมชนและเวชศาสตร์ครอบครัว คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ หรือบ้านเลขที่ 206/1 ซอยดาวทอง 3 แขวงสีกัน เขตดอนเมือง กรุงเทพมหานคร 10210 โทร. (06) 6004953

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นนี้แล้ว มีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามในใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม

ลงนาม.....ผู้วิจัย

ลงนาม.....พยาน

ชำนาญกหอสมุด