

การศึกษาคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน
สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ปริญญานิพนธ์
ของ
สุวรรณ จันทสาร

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

พฤษภาคม 2543

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๒๑๕๕๖

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอก
จิตวิทยาการแนะแนวของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

.....ประธาน

(ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์)

คณะกรรมการสอบ

.....ประธาน

(ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

วันที่ 12 เดือน มิถุนายน พ.ศ. 2543

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาของ ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์
ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์
กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นันทนา วงษ์อินทร์
และผู้ช่วยศาสตราจารย์ พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา กรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์ ซึ่งได้กรุณา
ให้คำปรึกษา ข้อเสนอแนะและตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ จนทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้
อย่างเรียบร้อยสมบูรณ์

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร จัตรสุภกุล ผู้ช่วยศาสตราจารย์
บังอร เสดนนท์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ยุวดี เทียรณประสิทธิ์ ที่กรุณาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ
วิจัยในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์ ในภาควิชาการแนะแนว และจิตวิทยาการศึกษาทุกท่านที่ได้ให้
ความรู้ และประสบการณ์ต่างๆ ตลอดเวลา ที่ผู้วิจัยกำลังศึกษา

ขอกราบขอบพระคุณ นายตำรวจ เผือกพันธ์ ผู้อำนวยการการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร
นายวัศกร ช่วยชูวงษ์ ผู้อำนวยการการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ฝ่ายศึกษานิเทศก์ของสำนักงาน
การประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร และ ศึกษาานิเทศก์ของสำนักงาน การประถมศึกษาอำเภอทุกอำเภอใน
จังหวัดสมุทรปราการ ข้าราชการครูที่รับผิดชอบงานแนะแนว ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงาน การประถม
ศึกษากรุงเทพมหานคร และ สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ทุกท่านที่ได้ให้ความ
ร่วมมือในการรวบรวมข้อมูลและตอบแบบสอบถาม จนทำให้การวิจัยสำเร็จสมบูรณ์ด้วยความเรียบร้อย

ขอขอบคุณ เพื่อนๆและน้องๆ วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ภาคพิเศษปี2538 ทุกท่านโดยเฉพาะ
เรืออากาศโทวีระวัฒน์ ประทีปรัตน์ คุณพิมพ์ภา อัคระพู คุณวรรณวดี พรมสุรินทร์ ที่ได้ให้ความช่วยเหลือ
ในทุกๆด้าน เป็นอย่างดี และ คุณดารณี เพ็ชรเลิศ ผู้ที่คอยให้กำลังใจตลอดมา

คุณค่าและประโยชน์จากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ขอมอบแด่บิดา มารดา ของผู้วิจัย ตลอดจน
ครู- อาจารย์ ทุกท่านที่มีส่วนร่วมสร้างพื้นฐานการศึกษาให้แก่ผู้วิจัย

สุวรรณ จันทสาร

1	บทนำ	1
	ภูมิหลัง	1
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	4
	สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า	4
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	5
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	5
	นิยามศัพท์เฉพาะ	6
	กรอบความคิดในการวิจัย.....	9
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	10
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิต	10
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว	13
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตด้านการทำงาน	24
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว	34
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตด้านสังคม	37
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิต	39
3	การดำเนินการศึกษาค้นคว้า	47
	แหล่งข้อมูล	47
	เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	48
	การเก็บรวบรวมข้อมูล	55
	การวิเคราะห์ข้อมูล	56
	สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	56
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	57
	สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	57
	ผลการศึกษาค้นคว้า.....	59

5 บทย่อสรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	96
บทย่อ	96
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	96
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า	96
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	97
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	97
การเก็บรวบรวมข้อมูล	97
การวิเคราะห์ข้อมูล	98
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	98
อภิปรายผล	101
ข้อเสนอแนะ	107
บรรณานุกรม	108
ภาคผนวก	115
ภาคผนวก ก	116
ภาคผนวก ข	143
ประวัติของผู้วิจัย	149

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	จำนวนแหล่งข้อมูลจำแนกตามที่ตั้งของโรงเรียน ในระดับอำเภอ / กิ่งอำเภอ.....	47
2	จำนวนและร้อยละของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว ประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว และการะงานสอน	60
3	ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจ คุณภาพชีวิตโดยรวมและแต่ละด้าน ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว ของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ.....	63
4	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว ของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ.....	64
5	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในตัวแปรคุณภาพชีวิต ของครูผู้รับผิดชอบ งานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ.....	65
6	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในตัวแปรความพึงพอใจคุณภาพชีวิต ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ.....	66
7	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับตัวแปรคุณภาพชีวิต ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ.....	67
8	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับความพึงพอใจ คุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ.....	68
9	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตกับความพึงพอใจ คุณภาพชีวิต ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ.....	69

10	เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับเพศ ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ	71
11	เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับอายุ ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ	72
12	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ.....	73
13	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ.....	74
14	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านการทำงาน ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ.....	75
15	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ คุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆนอกเหนือจากงานแนะแนว ที่ต้องปฏิบัติครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ.....	76
16	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆนอกเหนือ จากงานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ.....	77
17	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว ของครูผู้รับผิดชอบ งานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ.....	78
18	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิตด้านสังคม ของครูผู้รับผิดชอบ งานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ.....	79

19	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านสังคม ของครูผู้รับผิดชอบงาน เนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ...	80
20	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิต โดยรวม ของครูผู้รับผิดชอบ งานเนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ.....	81
21	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวม ของครูผู้รับผิดชอบงานเนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ.....	82
22	เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับระดับการศึกษา ของครูผู้รับผิดชอบงานเนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ	83
23	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว ของครูผู้รับผิดชอบงานเนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามระดับการศึกษา.....	84
24	เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับสถานภาพสมรส ของครูผู้รับผิดชอบงานเนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ	85
25	เปรียบเทียบคุณภาพชีวิต และความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับลักษณะครอบครัว ของครูผู้รับผิดชอบงานเนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ.....	86
26	เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับความรู้ด้านวิชาชีพ งานเนะแนว ของครูผู้รับผิดชอบงานเนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ.....	87

27	เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับประสบการณ์ ในการทำงานแนะแนวของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ.....	88
28	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิตงานแนะแนว ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว.....	89
29	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนว ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว.....	90
30	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคล ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามประสบการณ์ในการทำงานงานแนะแนว.....	91
31	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ความพึงพอใจคุณภาพชีวิต ด้านบริการจัดวางตัวบุคคล ของครูผู้รับ ผิดชอบงานแนะแนว ของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว.....	92
32	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผล ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว.....	93
33	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ความพึงพอใจคุณภาพชีวิต ด้านบริการติดตามผล ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว.....	94

34	เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับการะงานสอน ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ	95
35	แสดงค่าอำนาจจำแนก (t) เป็นรายชื่อของแบบสอบถามคุณภาพชีวิต ด้านส่วนตัว.....	144
36	แสดงค่าอำนาจจำแนก (t) เป็นรายชื่อของแบบสอบถามคุณภาพชีวิต ด้านการทำงานแนะแนว.....	145
37	แสดงค่าอำนาจจำแนก (t) เป็นรายชื่อของแบบสอบถามคุณภาพชีวิต ด้านการทำงานอื่นๆนอกเหนือจาก ทำงานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ.....	146
38	แสดงค่าอำนาจจำแนก (t) เป็นรายชื่อของแบบสอบถามคุณภาพชีวิต ด้านครอบครัว.....	147
39	แสดงค่าอำนาจจำแนก (t) เป็นรายชื่อของแบบสอบถามคุณภาพชีวิต ด้านสังคม.....	148

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

จากการที่ประเทศไทยมีการพัฒนาทางเศรษฐกิจค่อนข้างรวดเร็ว นับตั้งแต่ช่วงพุทธศักราช 2523 จนถึงปัจจุบัน โดยที่การขยายตัวเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วนี้เป็นผลสืบเนื่องจากการขยายตัวภาคอุตสาหกรรมและบริการ ในขณะที่ภาคเกษตรกรรมขยายตัวน้อยมาก รายได้ที่สูงขึ้นจึงเป็นของผู้ประกอบการอุตสาหกรรมและบริการ และผู้บริหารระดับสูงเสียเป็นส่วนใหญ่เป็นการขยายตัวของเศรษฐกิจใน เขตเมือง ส่วนในชนบทนั้นไม่มีการเปลี่ยนแปลงมากนัก คนชนบทยังยากจนต้องอาศัยการเกษตรที่มีผลตอบแทนน้อยเป็นพื้นฐานดำรงชีวิต ประเทศไทยจึงมีความจำเป็นต้องริบหาทางแก้ไข ปัญหา คือ ช่องว่างระหว่างคนรวยกับคนจนนี้ให้ได้โดยเร็ววิธีการง่ายๆ ก็คือหาทางขจัดความยากจนให้หมดไป ช่วยให้คนยากไร้มีฐานะความเป็นอยู่มีรายได้ที่สูงขึ้น มีปัจจัยพื้นฐานเพื่อการดำรงชีวิตที่ดีขึ้น และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น (พนม พงษ์ไพบูลย์. 2541 : 9 – 10)

4 ในการวางแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540 – 2544) ได้ปรับเปลี่ยนจุดมุ่งหมายในการพัฒนาประเทศใหม่ โดยเน้นให้คนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนา ทั้งนี้เพื่อเสริมสร้างศักยภาพของคนทุกคนทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา ให้มีสุขภาพพลานามัยสมบูรณ์แข็งแรง มีความรู้ความสามารถ และทักษะในการประกอบอาชีพ และสามารถปรับตัวให้ทันต่อกระแสการเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านเศรษฐกิจ สังคม และการปกครอง(สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ. 2541:1) ซึ่งแนวทางดังกล่าวสอดคล้องกับลักษณะของความหมายคุณภาพชีวิตที่ว่า คุณภาพชีวิต หมายถึงชีวิตที่มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ มีความสามารถเพียบพร้อมที่จะดำรงสถานภาพทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง ให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม ค่านิยมของคนในสังคม สามารถแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมออกมาได้ (รุจิรา สูงใหญ่. 2539 : 20)

การที่จะพัฒนาคนให้มีคุณภาพ มีความสามารถที่จะปรับตัวได้อย่างรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่จะมาถึง การจัดการศึกษาในแนวทางที่เหมาะสมกับสภาพความต้องการทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และวัฒนธรรมของประเทศ จะสามารถสร้างสรรค์ความเจริญก้าวหน้าให้แก่สังคมไทยและช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนไทยให้เป็นไปตามแนวทางที่พึงประสงค์ (มณีนภา ชุตินทร. 2542 : 39)

ดังนั้นเพื่อให้สอดคล้องกับสภาพการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม การจัดการศึกษาในปัจจุบันจึงได้กำหนดไว้ในพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ (2542 : 3) ในหมวดที่ 1 ว่าด้วย

ความมุ่งหมายและหลักการมาตรา 6 ที่ว่า "การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้ง ร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่าง มีความสุข" ✨

ในการจัดการศึกษาของชาตินั้น สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เป็นองค์กรในสังกัดของกระทรวงศึกษาธิการ ได้ก่อตั้งขึ้นหลังจากได้มีการประกาศใช้พระราชบัญญัติ คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2523 ทำหน้าที่จัดการศึกษาให้กับเด็ก ตั้งแต่ระดับ ก่อนประถมศึกษา ประถมศึกษา จนถึงระดับมัธยมศึกษาตอนต้น รวมกันประมาณ 7 ล้านคน ดูแลรับผิดชอบโรงเรียนกว่า 30,000 โรงเรียน และครูอีก 400,000 คนเศษ (สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ. 2541 : 29) โดยกำหนดแนวทางการจัดการศึกษาในหลายรูปแบบให้เหมาะสมกับ สภาพปัจจุบันของสังคม เศรษฐกิจ การเมือง การปกครองที่เปลี่ยนไป ทั้งการจัดการศึกษาในระบบ โรงเรียน นอกโรงเรียน และการจัดการศึกษาตามอัธยาศัยและที่สำคัญ โรงเรียนต้องปรับเปลี่ยน รูปแบบการจัดการให้เปิดกว้างยิ่งขึ้นจัดการเรียนการสอนที่มุ่งเน้นการสร้างคนให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี และให้เป็นคนที่มีคุณภาพที่จะเป็นพื้นฐานในการพัฒนาประเทศต่อไป(สำนักงานคณะกรรมการการ ประถมศึกษาแห่งชาติ. 2541 : 89)

สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ มีนโยบายที่จะให้โรงเรียนประถมศึกษา ทั่วประเทศจัดให้มีโครงการแนะแนวขึ้นในโรงเรียน ซึ่งเป็นไปตามแนวทางของกระทรวงศึกษาธิการ ที่ต่อมาได้จัดทำแผนพัฒนางานแนะแนว ระยะที่ 1 (พ.ศ. 2535 – 2539) เพื่อเป็นกรอบหรือทิศทางใน การพัฒนางานแนะแนวที่ชัดเจนและเป็นแนวทางเดียวกัน โดยทางกระทรวงศึกษาธิการมีวัตถุประสงค์ให้ งานแนะแนวมีส่วนช่วยพัฒนาผู้เรียนทุกระดับให้รู้จักและเข้าใจตนเอง ช่วยให้ได้ใช้ความรู้ ความสามารถ ความสนใจ และคุณลักษณะอื่นๆ ได้อย่างถูกต้อง ช่วยให้สามารถตัดสินใจได้อย่างรอบครอบ ถูกต้องและ เหมาะสม ตลอดจนสามารถแก้ปัญหาของตนเองได้อย่างฉลาด รวมทั้งช่วยเหลือให้สามารถปฏิบัติตนให้ เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวมหรือสังคมได้อย่างเต็มที่และดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข (ทัศนีย์ ศิริวัฒน์. 2540 : 25)

จากการติดตามประเมินผลของคณะกรรมการการดำเนินงานตามแผนพัฒนาแนะแนว กระทรวงศึกษาธิการ ระยะที่ 1 (พ.ศ. 2535 – 2539) สรุปได้ว่า ในด้านบุคลากรแนะแนวของสถาน ศึกษา ส่วนใหญ่มีบุคลากรที่สำเร็จการศึกษาด้านการแนะแนวโดยตรงมีจำนวนน้อย ขาดการส่งเสริมด้าน พัฒนาความรู้ ทักษะประสบการณ์และส่งเสริมขวัญกำลังใจ ผู้บริหารสถานศึกษาบางแห่งยังไม่ให้ ความสำคัญต่องานแนะแนว และการนิเทศทั้งภายในและภายนอกสถานศึกษายังพัฒนาไม่เป็นระบบ (กรมวิชาการ 2540:21)

สำหรับครูที่รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ ส่วนมากไม่มีคุณสมบัติทางการแนะแนว บางคนไม่มีพื้นฐานความรู้ทางงานแนะแนวมาก่อน เพียงแต่ผ่านการฝึกอบรมระยะสั้นๆ ในหลักสูตรของงานแนะแนว จากหน่วยงานของทางราชการเท่านั้น จึงยังขาดทักษะความชำนาญ และความรู้ในการปฏิบัติงานแนะแนว บางครั้งครูเหล่านี้ต้องปฏิบัติงานตามลำพัง ไม่ได้รับความสนใจจากฝ่ายบริหาร หรือ ไม่ได้รับความร่วมมือจากคณะครูภายในโรงเรียน นอกจากนี้ยังต้องรับผิดชอบในด้านการงานสอนตลอดจนงานประจำชั้นทำให้ไม่มีเวลาที่จะทำงานแนะแนวของโรงเรียนอย่างเต็มที่ ครูเหล่านี้จึงมีความรู้สึกท้อแท้และไม่อยากจะปฏิบัติงานต่อไปจึงทำให้งานแนะแนวของโรงเรียนขาดประสิทธิภาพไปด้วย

จากปัญหาในการปฏิบัติงานของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวที่กล่าวมาข้างต้นและสภาพของสังคม เศรษฐกิจ การเมืองการปกครอง และสิ่งแวดล้อมต่างๆ ที่เปลี่ยนไปในปัจจุบันอาจมีผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของครูที่รับผิดชอบงานแนะแนวได้ ผู้วิจัยจึงได้สำรวจข้อมูลเบื้องต้น โดยการสัมภาษณ์ ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการจำนวน 50 คน โดยสัมภาษณ์เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตในด้านส่วนตัว ด้านการทำงาน ด้านครอบครัว และด้านสังคม ตลอดจนแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองให้ดีขึ้น ผลปรากฏว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว (1) มีปัญหาสุขภาพ ต้องใช้เวลาในการเดินทางไกลไปทำงาน ให้เหน็ดเหนื่อยมากอ่อนเพลียบ่อย มีเวลาพักผ่อนน้อย สุขภาพร่างกายไม่แข็งแรง (2) มีปัญหาเกี่ยวกับการปฏิบัติงานแนะแนว ไม่พอใจในการปฏิบัติงานแนะแนว เพราะขาดความรู้ความเข้าใจทางด้านการแนะแนว ขาดงบประมาณสนับสนุนด้านวัสดุครุภัณฑ์ในการดำเนินงาน ไม่ได้รับความร่วมมือจากเพื่อนร่วมงาน มีจำนวนชั่วโมงสอนมากทำให้ไม่มีเวลาในการปฏิบัติงานแนะแนวเท่าที่ควร ต้องรับผิดชอบงานประจำชั้นและดูแลนักเรียนซึ่งมีจำนวนมาก บางคนต้องรับผิดชอบงานหลายหน้าที่ในโรงเรียนโดยเฉพาะโรงเรียนที่มีขนาดเล็กหรือขนาดกลางซึ่งจำนวนครูมีน้อยจึงต้องช่วยเหลืองานโรงเรียนหลายด้าน บางคนมีความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานหรือผู้บังคับบัญชาไม่ดี จึงต้องการเปลี่ยนหน้าที่ไปรับผิดชอบงานด้านอื่น (3) ด้านครอบครัว มีเวลาอยู่ร่วมกับครอบครัวและมีกิจกรรมร่วมกันพอสมควร บางคนมีปัญหาด้านสัมพันธภาพในครอบครัว (4) ด้านสังคม ส่วนมากครูให้คำตอบว่า มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมน้อย มีความเมื่อนำต่อการบริจาคในรูปแบบต่างๆ ภายในโรงเรียนและทางสังคมและไม่มีบทบาทเป็นที่ยอมรับของชุมชนหรือสังคม (5) แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตครูส่วนมากให้คำตอบว่า ต้องการมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง มีสุขภาพจิตดี มีความสุขในการทำงาน เป็นที่รักใคร่ของเพื่อนร่วมงาน และผู้บังคับบัญชา ต้องการแสวงหาความรู้และทักษะในการปฏิบัติงานเพิ่มมากขึ้น

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยมีความประสงค์จะศึกษาคุณภาพชีวิตในด้านต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับ การดำเนินชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว ได้แก่ คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว ด้านการทำงาน ด้านครอบครัว และด้านสังคม โดยศึกษาตามตัวแปรด้าน เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว ประสิทธิภาพในการทำงานแนะแนว และภาระงานสอน เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปประกอบการพิจารณาปรับปรุงนโยบายการพัฒนาครูผู้รับผิดชอบ งานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ให้มีการพัฒนาคุณภาพ ชีวิตที่ดีขึ้นซึ่งคาดว่าจะส่งผลดีต่อการปฏิบัติงานแนะแนวที่มีประสิทธิภาพ และมีส่วนพัฒนาการศึกษาให้ มีคุณภาพต่อไป

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว ของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับตัวแปร เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว ประสิทธิภาพในการทำงานแนะแนว และภาระงานสอน ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ
3. เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิต กับตัวแปรเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว ประสิทธิภาพใน การทำงานแนะแนว และภาระงานสอน ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. คุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของ โรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ มีความสัมพันธ์กับตัวแปร เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว ประสิทธิภาพใน การทำงานแนะแนวและภาระงานสอน

2. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว ประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว และภาระงานสอนแตกต่างกันมีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

การศึกษานี้จะทำให้ทราบและตระหนักถึงคุณภาพชีวิตของข้าราชการครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ซึ่งจะนำไปใช้เป็นข้อมูลประกอบการพิจารณากำหนดนโยบายและแนวทางในการพัฒนาข้าราชการครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการให้มีการพัฒนาคุณภาพชีวิตดียิ่งขึ้น

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. แหล่งข้อมูล เป็นข้าราชการครูที่ปฏิบัติหน้าที่รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียนรับราชการในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ปี พ.ศ. 2542 จำนวน 147 โรงเรียนๆ ละ 1 คน รวม 147 คน

2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

2.1. ตัวแปรอิสระ คือ

ตัวแปรด้านส่วนตัว ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว ประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว และภาระงานสอน

2.2. ตัวแปรตาม คือ

2.2.1. คุณภาพชีวิต จำแนกเป็น 4 ด้าน ได้แก่

2.2.1.1. คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว

2.2.1.2. คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน

2.2.1.3. คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว

2.2.1.4. คุณภาพชีวิตด้านสังคม

2.2.2. ความพึงพอใจคุณภาพชีวิต จำแนกเป็น 3 ด้าน ได้แก่

2.2.2.1. ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านการทำงาน

2.2.2.2. ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว

2.2.2.3. ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านสังคม

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ตัวแปรด้านส่วนตัว ได้แก่

1.1. เพศ จำแนกเป็น เพศชาย หรือ เพศหญิง

1.2. อายุ หมายถึง จำนวนปีของอายุของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว จำแนกเป็น 3 ระดับ ได้แก่

1.2.1. อายุ ตั้งแต่ 30 ปีลงมา

1.2.2. อายุ 31 – 40 ปี

1.2.3. อายุ 41 – 60 ปี

1.3. ระดับการศึกษา หมายถึงวุฒิการศึกษาสูงสุดของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว จำแนกเป็น ต่ำกว่าปริญญาตรี ปริญญาตรี และสูงกว่าปริญญาตรี

1.4. สถานภาพสมรส หมายถึง สถานภาพตามความเป็นจริงของการอยู่ร่วมกันของ ชายหญิง ตามพฤติกรรมการมี – ภรรยา (แม้จะไม่จดทะเบียนสมรสก็ตาม) จำแนกเป็น โสด สมรส และหย่า

1.5. ลักษณะครอบครัว หมายถึง รูปแบบโครงสร้างของครอบครัวที่พบในสังคมไทย แบ่งเป็น 2 ประเภทคือ

1.5.1. ครอบครัวเดี่ยว หมายถึง ครอบครัวที่ประกอบด้วยชายหญิงคู่แต่งงาน และลูกๆ

1.5.2. ครอบครัวขยาย หมายถึง ครอบครัวที่ประกอบด้วยครอบครัวเดี่ยวและ บุคคลอื่นอาจเป็นบิดามารดาของสามีหรือภรรยาหรือญาติพี่น้องของคู่สมรสฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง

1.6. ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว หมายถึง ความรู้เฉพาะทางวิชาชีพการแนะแนว ที่ครู ผู้รับผิดชอบงานแนะแนวได้รับ จำแนกเป็น 3 ประเภท คือ

1.6.1. ปริญญาตรีด้านการแนะแนว

1.6.2. ปริญญาโทด้านการแนะแนว

1.6.3. มิได้สำเร็จการศึกษาปริญญาตรีหรือโทด้านการแนะแนว แต่ผ่านการอบรมหลักสูตรการแนะแนว

1.7. ประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว หมายถึง จำนวนปีของระยะเวลาที่
รับผิดชอบปฏิบัติงานแนะแนวจนถึงปัจจุบัน จำแนกเป็น 3 ระดับ ได้แก่

1.7.1. 1 – 5 ปี

1.7.2. 6 – 10 ปี

1.7.3. 11 ปีขึ้นไป

1.8. ภาระงานสอน หมายถึง จำนวนชั่วโมงของงานการสอน งานแนะแนว และงาน
อื่นที่ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวปฏิบัติต่อสัปดาห์ จำแนกเป็น 2 ระดับ ได้แก่

1.8.1. ต่ำกว่า 18 ชั่วโมง / สัปดาห์

1.8.2. สูงกว่า 18 ชั่วโมง / สัปดาห์

2. **คุณภาพชีวิต** หมายถึง การมีชีวิตอย่างมีคุณภาพ ประกอบด้วยคุณลักษณะต่างๆ ได้แก่
การมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงและมีสุขภาพจิตดี มีความสุขในการทำงาน มีชีวิตครอบครัวที่มีความสุข
มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลในสังคมและเป็นสมาชิกที่ดีของสังคม

2.1. **คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว** ประกอบด้วย

2.1.1. การมีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง ได้แก่ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
ออกกำลังกายสม่ำเสมอ การดูแลสุขภาพสุขภาพของตนเองพักผ่อนให้เพียงพอและเหมาะสม ใช้เวลาว่างใน
การทำงาน และ มีที่อยู่อาศัย มั่นคงแข็งแรง

2.1.2. การมีสุขภาพจิตดี ได้แก่ รู้จักและเข้าใจตนเอง รู้จักและเข้าใจบุคคลอื่น
ควบคุมอารมณ์ของตนเองให้เหมาะสมกับสถานการณ์ มีความเป็นตัวของตัวเอง ยอมรับข้อดีข้อบกพร่อง
ของตนเอง และรู้วิธีเผชิญปัญหาที่เหมาะสม

2.2. **คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน** ประกอบด้วย

2.2.1. งานด้านการแนะแนว หมายถึง งานที่เกี่ยวกับการจัดบริการแนะแนวใน
โรงเรียนทั้ง 5 ด้าน คือ 1) ด้านบริการสำรวจข้อมูล 2) ด้านบริการสนเทศ 3) ด้านบริการให้คำปรึกษา
4) ด้านบริการจัดวางตัวบุคคล 5) ด้านบริการติดตามผล ซึ่งในแต่ละด้านประกอบด้วย
ความรู้ความสามารถในการทำงาน ภารกิจในการจัดกิจกรรม การบริหารงาน และความร่วมมือในการ
ทำงาน

2.2.2. งานด้านอื่นๆ นอกเหนือจากงานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ หมายถึง งานที่เกี่ยวกับ
การเรียนการสอน ได้แก่ ลักษณะงาน ความรู้ความสามารถในงานที่รับผิดชอบ ความมีอิสระใน
การทำงาน ภาระงานที่รับผิดชอบ ความก้าวหน้าในงาน ความมั่นคงของงาน ความสัมพันธ์กับร่วมงาน
และการมีส่วนร่วมพัฒนางาน

2.3. คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว ได้แก่ การให้ความรักเอาใจใส่สมาชิกในครอบครัว ความรับผิดชอบต่อภาระหน้าที่ที่มีต่อครอบครัว การเคารพในสิทธิของสมาชิกครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกในครอบครัว การให้ความร่วมมือในการแก้ไขปัญหาครอบครัว และการให้อภัยซึ่งกันและกัน

2.4. คุณภาพชีวิตด้านสังคม ได้แก่ การมีสัมพันธภาพที่ดีกับสมาชิกในสังคม การมีส่วนร่วมในกิจกรรมของสังคม และการให้ความร่วมมือในการพัฒนาสังคม

3. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว หมายถึง ข้าราชการครูที่ได้รับการแต่งตั้งจากผู้บริหารสถานศึกษาให้ปฏิบัติหน้าที่ดูแลรับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน

4. สำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ หมายถึง หน่วยราชการในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ กระทรวงศึกษาธิการ ตั้งอยู่เลขที่ 34/2 ถนนสุขุมวิท ตำบลปากน้ำ อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ มีภารกิจและรับผิดชอบในการจัดการศึกษา ปฏิบัติงานอื่นตามที่กฎหมายกำหนด และงานที่สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติมอบหมาย

กรอบความคิดในการวิจัย

ตัวแปรต้น

1. เพศ
2. อายุ
3. ระดับการศึกษา
4. สถานภาพสมรส
5. ลักษณะครอบครัว
6. ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว
7. ประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว
8. ภาระงานสอน

ตัวแปรตาม

1. คุณภาพชีวิต จำแนกเป็น 4 ด้าน ได้แก่
 - 1.1. คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว
 - 1.2. คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน
 - 1.3. คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว
 - 1.4. คุณภาพชีวิตด้านสังคม
2. ความพึงพอใจคุณภาพชีวิต จำแนกเป็น 3 ด้าน ได้แก่
 - 2.1. ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านการทำงาน
 - 2.2. ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว
 - 2.3. ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านสังคม

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัย ได้เรียบเรียงเนื้อหาสาระจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามลำดับหัวข้อ ดังนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิต
2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว
3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตด้านการทำงาน
4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว
5. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตด้านสังคม
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิต

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิต

ความหมายของคุณภาพชีวิต (Quality of Life)

จาก Webster's Dictionary (1980 : 150) ได้ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตว่าหมายถึง การมีชีวิตอย่างมีคุณภาพที่ประกอบด้วยความสุขสบายทางกายและจิตใจ มีสิ่งประทับใจและสุนทรียภาพรอบๆตัวมนุษย์

นิพนธ์ คันธเสวี (2528 : 1) ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตว่า คุณภาพชีวิตคือ ระดับการดำรงชีวิตของมนุษย์ ตามองค์ประกอบของชีวิต อันได้แก่ ทางร่างกาย อารมณ์ สังคม ความคิด และจิตใจ

ชวน หลีกภัย (2526 : 2) กล่าวว่า คนที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี ควรเป็นคนที่มีความสมบูรณ์หลายประการ เช่น การรู้จักตนเอง รู้จักผู้อื่น หรือสิ่งแวดล้อม มีความสำนึกในหน้าที่ความรับผิดชอบของตน มีความสามารถในการประกอบอาชีพ มีพลานามัยสมบูรณ์ ยึดมั่นในคุณธรรม ศีลธรรม เสียสละ เพื่อความเจริญก้าวหน้าของประเทศ และมีส่วนร่วมในการปกครองระบอบประชาธิปไตย

ชัยวัฒน์ ปัญจพงษ์ และคณะ (2527 : 50) กล่าวว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง ชีวิตที่ไม่เป็นภาระและไม่ก่อปัญหาให้สังคม เป็นชีวิตที่มีความสมบูรณ์ ทั้งร่างกายและจิตใจ มีความคิดและความสามารถที่ดำรงสภาพทางเศรษฐกิจ สังคมและการเมืองได้อย่างถูกต้อง แก้ปัญหาที่สลับซับซ้อนได้ สามารถหาวิธีการอันชอบธรรมเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ตนเองพึงประสงค์ภายใต้เครื่องมือและทรัพยากรที่มีอยู่

พนณิน กิตติพราภรณ์ (2531:7) ให้คำจำกัดความของคุณภาพชีวิตไว้ว่าคือ ชีวิตที่มีความสุข ความสุขที่เกิดขึ้นได้จาก 1) ความสุขทางกาย หมายถึงการมีความเป็นอยู่ที่ดี เช่น มีที่อยู่อาศัยดี มีสุขภาพดี มีสาธารณูปโภค เช่น การคมนาคมดี มีสภาพแวดล้อมที่ดี เช่น น้ำ อากาศบริสุทธิ์ และยังรวมไปถึงการพักผ่อนและสันทนาการที่ดี 2) ความสุขทางใจ ได้มาจากการรู้จักความพอดี พอใจในสภาพที่เป็นอยู่การมีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีความรักความอบอุ่น ผูกพันในครอบครัวและเพื่อนมนุษย์ มีความอดทน เสียสละ และประโยชน์ให้กับสังคม

ปรีชา คัมภีร์ปกรณ์ (2525 : 24 – 25) ได้ให้ทรรศนะว่า การมีชีวิตที่มีคุณภาพเป็นเรื่องที่กำหนดได้ยากมากเพราะคุณภาพชีวิตของบุคคลย่อมแตกต่างกันไปตามวัยและสังคมที่แวดล้อมบุคคลนั้นๆ อยู่ โดยเฉพาะ คุณภาพชีวิตของคนไทยมีลักษณะทางโครงสร้างของสังคมไทยและการแพร่กระจายทางวัฒนธรรมเป็นตัวกำหนดให้เกิดความเหลื่อมล้ำทางด้านคุณภาพของคนระหว่างภูมิภาคต่างๆ ซึ่งมาจากสาเหตุความยากจน และวัฏจักรของความค่อยพัฒนาอื่นๆ อย่างไรก็ดี เมื่อประมวลความคิดหลายๆ ด้านแล้วพอจะสรุปได้ว่า ชีวิตที่มีคุณภาพจะมีสิ่งต่อไปนี้คือ 1) สามารถรับผิดชอบได้ทั้งต่อตนเอง ต่อสังคม ต่อประเทศชาติ และต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน 2) เป็นสมาชิกที่ดีของสังคม 3) มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อบุคคลอื่น 4) เป็นผู้มีความสุขทั้งร่างกายและจิตใจ 5) เป็นผู้มีการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล และมีขั้นตอนที่เหมาะสม

เบนเนตต์ (Bennett. 1975 : 1) ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตไว้ว่า คุณภาพชีวิตของบุคคลประกอบด้วย 2 ส่วนคือ ส่วนที่ 1 บุคคลมีสิ่งจำเป็นแก่ความต้องการของชีวิต เช่น อาหาร ที่อยู่อาศัย เสื้อผ้า สุขภาพแข็งแรงไม่เจ็บป่วยบ่อยครั้ง และมีความมั่นคงในชีวิต มีเศรษฐกิจดี สังคมดี สนใจการเมือง ส่วนที่ 2 บุคคลมีค่านิยมที่เหมาะสมกับสังคม วัฒนธรรม การเมือง และสิ่งแวดล้อมทางเศรษฐกิจ ซึ่งแต่ละบุคคลใช้เป็นรากฐานในการตัดสินใจอันสำคัญในชีวิต มีความสมดุลระหว่างความปรารถนาและความเป็นไปได้ที่จะบรรลุถึงความปรารถนา มีจุดมุ่งหมายในชีวิต มีความร่าเริงในครอบครัว

ชาร์มา (Sharma. 1975 : 4) ได้เสนอความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตไว้ว่าคุณภาพชีวิตเป็นความคิดรวบยอดที่ซับซ้อน (Complex) ที่เป็นทั้งความพึงพอใจอันเกิดจากการได้รับการตอบสนอง ความต้องการทางด้านจิตใจ และในด้านสังคมในระดับจุลภาคและมหภาค

ยูเนสโก (Unesco. 1978 : 1) ได้ระบุแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตไว้ว่า คุณภาพชีวิต เป็นการรู้สึกของการอยู่อย่างพอใจ มีความสุขมีความพอใจต่อองค์ประกอบต่างๆ ของชีวิตที่มีส่วนสำคัญมากที่สุดของบุคคล

เดย์ (Day. 1978 : 10) ได้เสนอว่าองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตของมนุษย์แต่ละคน ประกอบด้วย 13 มิติย่อย คือ 1) ครอบครัว 2) การงานอาชีพ 3) ชีวิตสังคม 4) การพักผ่อนหย่อนใจ 5) สุขภาพอนามัย 6) การสาธารณสุข 7) การบริโภคสินค้าและการบริการ 8) การครอบครองทรัพย์สิน

- 9) ทักษณภาพเกี่ยวกับตนเอง 10) ความเชื่อและศาสนา 11) ความรู้สึกเกี่ยวกับท้องถิ่นของตนเอง
12) ความรู้สึกเกี่ยวกับรัฐบาลของตนเอง 13) ความรู้สึกเกี่ยวกับประเทศของตนเอง

เบนเนท (บังอร ฤทธิอุคม. 2536 : 14 ; อ้างอิงจาก Bennet .1976) ได้สรุปความหมายของคุณภาพชีวิตของคนจะแตกต่างกันไปตามวัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อม การที่คนมีฐานะดีมีรายได้แน่นอนมีบ้านเป็นของตนเอง ไม่อาจจะตัดสินว่ามีคุณภาพชีวิตดี คนที่มีรายได้สูง ไม่จำเป็นต้องมีคุณภาพชีวิตดีกว่าคนที่มีรายได้ต่ำ คุณภาพชีวิตจึงสัมพันธ์กับปัจจัยความต้องการ 2 ระดับ ได้แก่

- (1) ปัจจัยที่จำเป็นในการดำรงชีวิต เป็นความต้องการขั้นต่ำสุดของบุคคลทุกคน
 - 1.1. ความจำเป็นขั้นต่ำเกี่ยวกับอาหาร ที่อยู่อาศัยและเสื้อผ้า
 - 1.2. สุขภาพ หมายถึง มีสุขภาพแข็งแรง มีความกระปรี้กระเปร่าและไม่เจ็บป่วย
 - 1.3. มีชีวิตที่ปราศจากภัยอันตรายต่าง ๆ มีเศรษฐกิจที่ดี สังคมที่ดี และสนใจการเมือง
- (2) ปัจจัยความต้องการที่สนองความพอใจของแต่ละบุคคล ได้แก่
 - 2.1. ค่านิยมที่เหมาะสมกลมกลืนกับสังคม วัฒนธรรม การเมือง และสิ่งแวดล้อมทางเศรษฐกิจ เป็นสิ่งซึ่งแต่ละบุคคลจะสามารถใช้เป็นรากฐานในการตัดสินใจอันสำคัญของชีวิต
 - 2.2. ความสมดุลระหว่างความปรารถนาและความเป็นไปได้ที่จะบรรลุถึงความปรารถนา
 - 2.3. มีจุดมุ่งหมายของชีวิต
 - 2.4. มีชีวิตที่กลมกลืนกับครอบครัว ชุมชน และสังคม

จากการศึกษาความหมายของคุณภาพชีวิต สรุปได้ว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง คุณภาพที่สมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ที่สามารถดำเนินอยู่ในชีวิตและสังคมได้ มีความพึงพอใจกับความเป็นอยู่ของตนเอง มีปัจจัยทางด้านวัตถุที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต ได้แก่อาหาร เสื้อผ้า ที่อยู่อาศัย สุขภาพ มีสาธารณูปโภคที่ดี มีงานทำ มีเศรษฐกิจดี เป็นผู้มีความดีและมีจริยธรรมเป็นที่ยอมรับของสังคม //

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยมีความประสงค์จะศึกษาคุณภาพชีวิตในด้านต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว 4 ด้าน ได้แก่ 1) คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว 2) คุณภาพชีวิตการทำงาน 3) คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว 4) คุณภาพชีวิตด้านสังคม

2. เอกสารเกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตส่วนตัว

จอห์น ลอค นักการศึกษา คนสำคัญของประเทศอังกฤษผู้ซึ่งได้รับเกียรติยกย่องให้เป็นบิดาแห่งจิตวิทยา ในยุคปัจจุบันได้กล่าว “จิตใจที่สดใสย่อมอยู่ในร่างกายที่สมบูรณ์”(A Sound mind is in a sound body)

การที่ได้มีคำกล่าวกันไว้เช่นนี้เนื่องจากกายและจิตมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิดจนเกือบจะแยกกันไม่ได้ ทั้งนี้เพราะร่างกาย และจิตใจของคนเรานั้นเป็นของคู่กัน และต้องพึ่งพาอาศัยกันตลอดเวลา ถ้าเมื่อใดร่างกายสุขภาพดี ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ หรือมีสุขภาพดี จิตใจก็สุขสบายปราศจากความเศร้าหมอง และมีความสุขชื่นรื่นเรีง เรื่องที่กล่าวมานี้เป็นไปในด้านนิตย (Positive) หรือในทางที่ดี ในทำนองเดียวกับความสัมพันธ์ทางนิตย (Negative) หรือทางที่ไม่ดีก็อาจเกิดขึ้นได้ เช่น ถ้าเมื่อใดจิตใจได้รับแต่ความทุกข์ร้อน ประสบความผิดหวังและความเศร้าโศกเสียใจอยู่เสมอก็พลอยทำให้ร่างกายทรุดโทรม ชุ่มพอม กินไม่ได้ นอนไม่หลับ และมีโรคภัยไข้เจ็บมาเบียดเบียน (สุชาติ โสมประยูร.2525: 1)

อย่างไรก็ดี เนื่องจากร่างกายและจิตใจ มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิดและควบคู่กันอยู่เสมอดังกล่าวดังนั้นเมื่อพิจารณาเลยไปถึงเรื่องของสุขภาพ เราก็คงจะต้องมีทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต โดยในการศึกษาเราอาจพิจารณาแยกออกมาเพื่อประโยชน์ในการศึกษาและเปรียบเทียบโดยสรุปได้ 2 ด้าน คือ

2.1 สุขภาพกาย

สุชาติ โสมประยูร (2525 : 2) กล่าวว่า สุขภาพกาย หมายถึงสภาพของร่างกายที่มีความเจริญเติบโต และพัฒนาการสมกับวัย สะอาดแข็งแรงสมบูรณ์ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บพร้อมทั้งมีภูมิคุ้มกันโรคหรือความต้านทานโรคเป็นอย่างดี

เกตเชลล์และคนอื่นๆ (Getchell and others. 1987: 78) กล่าวว่า สุขภาพเป็นเรื่องที่มีความเกี่ยวข้องกับบุคคล สังคมและสิ่งแวดล้อม การที่บุคคลจะมีสุขภาพที่ดีหรือไม่ดีมิได้ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหรือปัจจัยเพียงอย่างใดอย่างหนึ่ง แต่เป็นผลรวมจากปัจจัยหลาย ๆ ด้านประกอบกัน สำหรับปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดภาวะสุขภาพของบุคคลประกอบด้วย 4 ปัจจัย ได้แก่ พฤติกรรมสุขภาพ สภาพแวดล้อมทางกายภาพ พันธุกรรมและบริการสุขภาพ ปัจจัยทั้ง 4 ประการ ดังกล่าวเป็นปัจจัยที่ช่วยกันกำหนดสถานะสุขภาพของบุคคล และมีอิทธิพลในการเป็นตัวกำหนดสถานะสุขภาพแตกต่างกันดังนี้

1. พฤติกรรมสุขภาพ (Health behavior) หมายถึง การกระทำหรือการปฏิบัติของบุคคลที่มีผลต่อสุขภาพซึ่งเป็นผลมาจากการเรียนรู้ของบุคคลเป็นสำคัญ โดยแสดงออกให้เห็นได้จากลักษณะของการกระทำและการไม่กระทำในสิ่งที่เป็นผลต่อสุขภาพหรือผลเสียต่อสุขภาพ (คณะกรรมการสุขภาพศึกษา, 2539 : 23) โดยทั่วไปพฤติกรรมสุขภาพของคนอาจจำแนกได้ 3 ประเภท ดังนี้

1.1. พฤติกรรมการป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพ (Preventive and Promotive Health Behavior) เป็นพฤติกรรมสุขภาพที่บุคคลกระทำในภาวะปกติ โดยแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ พฤติกรรมส่งเสริมให้ตนเองมีสุขภาพดี เช่น การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ การออกกำลังกายเป็นประจำ การพักผ่อนที่เหมาะสมกับสภาพของตนเอง และอีกลักษณะหนึ่งคือพฤติกรรมการป้องกันโรคและอุบัติเหตุต่าง ๆ เช่น การไปตรวจร่างกายเป็นประจำทุกปี การคาดเข็มขัดนิรภัย หรือสวมหมวกนิรภัยเมื่อขับขี่ยานพาหนะ เป็นต้น

1.2. พฤติกรรมเมื่อเจ็บป่วย (Illness Behavior) หมายถึงการปฏิบัติที่บุคคลกระทำเมื่อรู้สึกว่ามี ความผิดปกติเกิดขึ้นกับตนเอง เช่น เมื่อรู้สึกปวดท้อง อาจเพิกเฉยเพื่อรอดูอาการ หรือปรึกษาบุคคลใกล้ชิดเกี่ยวกับความผิดปกติของตน หรืออาจไปแสวงหาการรักษาพยาบาล

1.3 พฤติกรรมที่เป็นบทบาทของการเจ็บป่วย (Sick Role Behavior) หมายถึงการปฏิบัติที่บุคคลกระทำ หลังจากได้ทราบผลการวินิจฉัยแล้ว เป็นพฤติกรรมที่ทำตามคำสั่ง หรือคำแนะนำของผู้ให้การรักษา เพื่อให้หายจากการเจ็บป่วยนั้น เช่น แพทย์วินิจฉัยว่าเขาเป็นโรคหัดต้องรับประทานยาตามที่แพทย์สั่ง พักผ่อนมากๆ รักษาร่างกายให้อบอุ่นไม่ควรดื่มน้ำเย็น หรือหลีกเลี่ยงกิจกรรมที่จะทำให้อาการของโรคมียากขึ้น

2. สภาพแวดล้อมทางกายภาพ (Physical Environment) เป็น สิ่งไม่มีชีวิตที่อยู่รอบ ๆ ตัวเรา เช่น อาคารบ้านเรือน อากาศ น้ำ เสียง ความร้อน ฯลฯ สภาพแวดล้อมทางกายภาพจะส่งผลต่อสุขภาพของบุคคลรองจากปัจจัยทางด้านพฤติกรรมสุขภาพ

มาลินี จุลวัจนะ (2539 : 46) มีความเห็นว่า สภาพแวดล้อมทางกายภาพอาจก่อให้เกิดผลต่อภาวะสุขภาพได้ทั้งในแง่ความผิดปกติที่เกิดจากโรคต่าง ๆ ตลอดจนอุบัติเหตุ ตัวอย่างเช่น ในปัจจุบัน สภาพแวดล้อมทางกายภาพในประเทศไทยมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก กล่าวคือ พื้นที่ต่างๆ ได้แปรสภาพเป็นเขตเมืองอย่างรวดเร็วและมีแนวโน้มว่าจะขยายตัวต่อเนื่องไปอย่างไม่สามารถหยุดยั้งได้ ซึ่งทำให้เกิดสภาวะวิกฤตทางด้านสิ่งแวดล้อมเพราะทรัพยากรธรรมชาติถูกทำลายเพื่อนำมาใช้เป็นที่ปลูกสร้าง หรือเพื่อสนองความต้องการด้านอื่นๆ ระบบนิเวศที่เสื่อมโทรมด้วยปัญหาน้ำเสียจากโรงงานอุตสาหกรรม น้ำทิ้งจากอาคารบ้านเรือน ปัญหามลพิษในอากาศที่เจือปนด้วยฝุ่นละอองและสารที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ ปัญหาความแออัด ปัญหาของขยะมูลฝอย ปัญหาการขาดสุขลักษณะ โดยทั่วไป เพราะถูกทะเลาะและขาดความเอาใจใส่ด้วยข้อจำกัดด้วยการกิจในชีวิตประจำวันที่เร่งรัด สิ่งเหล่านี้ล้วนแต่ส่งผลต่อภาวะสุขภาพทั้งสิ้น ปัจจัยทางด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพนี้เป็นปัจจัยที่เราสามารถเปลี่ยนแปลงและพัฒนาได้โดยพยายามขจัดสิ่งแวดล้อมที่เป็นภัยต่อสุขภาพให้หมดไปหรือให้เหลือน้อยที่สุดและพยายามสร้างสิ่งแวดล้อมที่ดี และปลอดภัยเพื่อให้ประชาชนได้รับการตอบสนองสิ่งที่เป็นพื้นฐานการดำรงชีวิตที่เหมาะสม

3. พันธุกรรม (Heredity) คือ การถ่ายทอดลักษณะต่าง ๆ ทางชีววิทยาจากบรรพบุรุษไปสู่ลูกหลานโดยการสืบสายโลหิต เป็นที่ยอมรับกันว่า มีโรคหรือความผิดปกติบางอย่างที่สามารถถ่ายทอดทางพันธุกรรมได้ เช่น โรคตาบอดสี โรคเลือดออกไม่หยุด โรคจิตบางประเภท เป็นต้น ซึ่งโรคและความผิดปกติบางอย่างที่ถ่ายทอดมาทางพันธุกรรมเหล่านี้ นอกจากจะเป็นผลทำให้ภาวะสุขภาพของบุคคลนั้นขาดความสมบูรณ์ด้วยถูกโรคดังกล่าวคุกคามด้วย ความผิดปกติเหล่านั้นอาจเป็นข้อจำกัดต่อการดูแลรักษาส่งเสริมสุขภาพของบุคคลอีกด้วย ปัจจัยทางพันธุกรรมเป็นสิ่งที่เราไม่สามารถควบคุมได้ทั้งหมด การจะมีภาวะสุขภาพที่ดีจึงต้องอาศัยการควบคุมดูแลปัจจัยอื่นๆร่วมด้วย

4. บริการสุขภาพ (Health Care Service) เป็นบริการที่จัดทำขึ้นในหลายรูปแบบโดยหน่วยงานของรัฐและเอกชน คุณภาพของการบริการทางสุขภาพจะเป็นปัจจัยในการกำหนดภาวะสุขภาพของบุคคลด้วย เนื่องจากหากมีแหล่งบริการสุขภาพที่เพียงพอและมีคุณภาพที่ดีก็จะช่วยป้องกันปัญหาต่างๆ ทางด้านสุขภาพที่จะเกิดขึ้นได้ หรือช่วยผ่อนคลายนปัญหาสุขภาพที่เกิดขึ้นแล้วให้ลดความรุนแรงได้ รวมทั้งจะเป็น การยกระดับสุขภาพอนามัยของประชาชนให้อยู่บนรากฐานของสุขภาพที่ดีอีกด้วย

เรณูมาศ มาอุ่น (2535 : 21) กล่าวว่า การดูแลสุขภาพตนเองเป็นกระบวนการที่ประชาชนสามารถทำกิจกรรมต่างๆ อันได้แก่ การส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันสุขภาพ การวิเคราะห์โรค รวมทั้งการรักษาในขั้นปฐมภูมิได้ด้วยตนเอง ซึ่งจากแนวคิดนี้สามารถจำแนกบทบาทของการดูแลสุขภาพตนเองได้ ซึ่งประกอบด้วย

- 1) การทำนุบำรุงรักษาสุขภาพของตน
- 2) การป้องกันโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ
- 3) การวินิจฉัยความผิดปกติ หรือพยากรณ์สุขภาพที่เกิดขึ้นด้วยตนเอง
- 4) การรักษาตัวเองด้วยวิธีการต่างๆ รวมถึงการใช้ยา
- 5) การมีส่วนร่วมในการดูแลรักษาวิชาชีพทางการแพทย์และสาธารณสุขจัด และการมีส่วนร่วม

หรือ ตัดสินใจต่อแผนการรักษาพยาบาล

ในการดำรงชีวิตตามปกติของคนเราเพื่อมีภาวะสุขภาพที่ดี สามารถประกอบกิจกรรมประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ บทบาทในการดูแลสุขภาพตนเอง เบื้องแรกคือ การทำนุบำรุงสุขภาพและป้องกันโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ โดยให้ความสนใจและเอาใจใส่ปัจจัยพื้นฐานที่สำคัญดังต่อไปนี้ซึ่งถูกต้องและเหมาะสมได้แก่

1. การโภชนาการเพื่อสุขภาพ คือ การดูแลสุขภาพด้วยการรับประทานอาหารที่มีคุณค่าก่อให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกายในด้านการสร้างเสริมความเจริญเติบโต ช่วยซ่อมแซมเนื้อเยื่อที่เสื่อมสภาพทั้งยังช่วยในการดำรงร่างกาย ตลอดจนการดำรงรักษา ส่งเสริมสุขภาพเพื่อให้ร่างกายมีความสมบูรณ์แข็งแรง และมีสุขภาพดี

การโภชนาการเพื่อการรักษาสุขภาพ มีแนวปฏิบัติดังนี้

- 1) บริโภคอาหารให้ปริมาณเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย
 - 2) กำหนดประเภทของอาหารในแต่ละมื้อและแต่ละวัยอย่างเหมาะสม โดยพยายามกำหนดสัดส่วนของอาหารทั้ง 5 หมู่ให้เหมาะสมเพียงพอกับความต้องการของร่างกาย
 - 3) เลือกรับประทานอาหารที่จะไม่ก่อให้เกิดภาวะความเจ็บป่วย หรือความผิดปกติต่าง ๆ แก่ร่างกายทั้งในปัจจุบันและในช่วงวัยต่อไปของชีวิต เช่น อาหารที่ผ่านกรรมวิธีปิ้งย่าง หรือรมควัน การรับประทานอาหารที่มีไขมันและคาร์โบไฮเดรตสูง หรือรับประทานอาหารเค็มจัดอาจทำให้เกิดโรคความดัน หรือโรคหัวใจได้
 - 4) ให้ความสำคัญต่ออาหารทุกมื้อเท่าเทียมกัน และพยายามวางแผนกิจกรรมประจำวันให้สามารถรับประทานอาหารทุกมื้อได้สม่ำเสมอ
 - 5) ฝึกให้มีบริโภคนิสัยที่ดี เช่น ไม่รับประทานอาหารจุจิก อาหารสุกๆดิบๆ อาหารที่มีรสจัด เป็นต้น
 - 6) เลือกรับประทานอาหารหลาย ๆ ชนิดสลับเปลี่ยนหมุนเวียนกัน ไม่ควรรับประทานอาหารซ้ำซากเพราะอาจได้รับสารตกค้างนั้นอยู่ตลอดเวลา ซึ่งก่อให้เกิดอันตรายได้
 - 7) พยายามหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารตามบาวิถีโดยไม่จำเป็น เพราะมีโอกาสเสี่ยงต่อการได้รับสารพิษและเกิดโรคติดต่อได้ง่าย
2. การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ หมายถึง การประกอบกิจกรรมที่ทำให้สนุกสนานเพลิดเพลิน แต่ต้องเป็นการบำรุงร่างกายให้แข็งแรง สร้างเสริมสมรรถภาพของร่างกายและผ่อนคลายความเครียดทางจิตใจ และการดูแลตนเองเรื่องการออกกำลังกาย ควรยึดหลักดังนี้
(วาริศา วิเศษสวรรค์ 2540 : 78 – 79)

- 1) ความถี่ของการออกกำลังกาย หมายถึง จำนวนครั้งของการออกกำลังกายเพื่อให้มีสมรรถภาพทางร่างกายที่ดี ควรออกกำลังกาย 3 – 5 ครั้ง/สัปดาห์
- 2) ความเข้มในการออกกำลังกายหรือบางคนอาจเรียกว่าความหนักเบาของการออกกำลังกาย ถ้าเราออกกำลังกายที่มีความเข้มต่ำเกินไปก็จะไม่ช่วยพัฒนาระบบการทำงานของระบบหัวใจและการไหลเวียนโลหิต แต่ถ้าออกกำลังกายมากเกินไปก็จะทำให้ร่างกายเกิดความเมื่อยล้าและอาจเกิดการบาดเจ็บได้

วิธีการตรวจสอบค่าความเข้มในการออกกำลังกายว่าเหมาะสมกับเราหรือไม่ สามารถทำได้โดยการนับอัตราการเต้นของชีพจรขณะพัก แล้วนำมาหาค่าโดยการนำ 220 - อายุ ปัจจุบัน เช่น นายสมพล อายุ 18 ปี อัตราเต้นของชีพจรสูงสุด = $220 - 18 = 202$

3) ระยะเวลาของการออกกำลังกาย ควรออกกำลังกายให้หัวใจเต้นร้อยละ 60 – 86 ของอัตราเต้นสูงสุดประมาณ 20 – 30 นาที

4) ขั้นตอนการออกกำลังกาย การออกกำลังกายแบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน การปฏิบัติตามขั้นตอนการออกกำลังกายที่ถูกต้องดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นอบอุ่นร่างกาย (Warm-up) เป็นขั้นเตรียมร่างกายให้พร้อมสำหรับการออกกำลังกาย กล่าวคือ การอบอุ่นร่างกายอย่างสมบูรณ์ประมาณ 5 – 15 นาที จะช่วยทำให้กล้ามเนื้อและเอ็นยืดตัวพร้อมสำหรับการเคลื่อนไหวที่จะเกิดขึ้นตามมา ทำให้ไม่เกิดการบาดเจ็บของกล้ามเนื้อ

ขั้นที่ 2 ขั้นการออกกำลังกายอย่างเต็มที่ (Conditioning) เป็นการออกกำลังกายที่ทำต่อเนื่องให้อัตราการเต้นของหัวใจเพิ่มขึ้นถึงระดับร้อยละ 60-85 ของอัตราการเต้นหัวใจสูงสุดนาน 20-30 นาที

ขั้นที่ 3 ขั้นลดการออกกำลังกายจนหยุด (Cool-down) เป็นขั้นลดความเข้มข้นของการออกกำลังกายลงภายหลังการออกกำลังกายอย่างเต็มที่แล้ว เพื่อให้อัตราการเต้นของหัวใจกลับเข้าสู่ภาวะปกติ

5) พยายามสร้างนิสัยให้รักการออกกำลังกาย ทำให้รู้สึกว่าการออกกำลังกายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตและเพื่อให้เกิดผลดีต่อสุขภาพ ควรบันทึกการออกกำลังกายควบคู่ไปกับการตรวจสอบสุขภาพด้วย

6) หลีกเลี่ยงการออกกำลังกายที่มีกิจกรรมประเภทที่เราขาดทักษะพื้นฐานที่จำเป็น เช่น ถ้าเราว่ายน้ำไม่เป็นก็ไม่ออกกำลังกายโดยเล่นสกีน้ำ เป็นต้น

3 การพักผ่อน เป็นกิจกรรมที่มีความจำเป็นต่อสุขภาพมากเช่นเดียวกับการปฏิบัติตัวทางสุขภาพ หรือสุขปฏิบัติด้านอื่นๆ คนทั่วไปมักเข้าใจว่าการพักผ่อน หมายถึงการนอนหลับ แท้ที่จริงแล้วการพักผ่อนของบุคคลแต่ละคนอาจมีความหมายแตกต่างกัน เช่น บางคนการพักผ่อน หมายถึง ความเป็นอิสระจากการถูกรบกวนจากสิ่งแวดล้อมภายนอก บางคนการพักผ่อน หมายถึง การที่เขามีเวลาอยู่ตามลำพังเป็นส่วนตัว แต่ไม่ว่าการพักผ่อนจะมีความหมายอย่างไรก็ตาม หากรู้จักเลือกวิธีการพักผ่อนที่เหมาะสมก็จะเป็นการเสริมสุขภาพที่สำคัญอีกทางหนึ่ง

3.1 ลักษณะของการพักผ่อน

คนแต่ละคนจะมีวิธีการพักผ่อนที่แตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ เช่น อายุ เพศ เวลา ความชอบของบุคคล ฯลฯ อย่างไรก็ตามเราอาจแบ่งการพักผ่อนออกได้เป็น 2 ลักษณะใหญ่ๆ ได้แก่ การพักผ่อนโดยการนอนหลับ และการกระทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อการพักผ่อน เช่น การเล่นเกมกีฬา การปลูกต้นไม้ การฟังดนตรี การชมภาพยนตร์ การชมโทรทัศน์ ฯลฯ การกระทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อการพักผ่อนนั้น แต่ละคนก็อาจเลือกปฏิบัติได้ตามความพอใจของคนซึ่งจะแตกต่างกัน

ตามที่ได้กล่าวมาแล้ว แต่การพักผ่อนโดยการนอนหลับนั้นเป็นกิจกรรมการพักผ่อนที่ทุกคนปฏิบัติ ในที่นี้จึงจะกล่าวเฉพาะการพักผ่อนโดยการนอนหลับเพื่อให้รู้ถึงวิธีการนอนหลับที่เป็นการพักผ่อนที่มี ประโยชน์ต่อสุขภาพอย่างแท้จริง

3.2 ประโยชน์ของการนอนหลับ

ทุกคนคงเคยได้ยินคำพูดที่ว่า “การนอนหลับเป็นวิธีการพักผ่อนที่ดีที่สุด” สาเหตุที่มีคำกล่าวเช่นนี้คงเนื่องจากการนอนหลับมีคุณค่าต่อสุขภาพดังนี้

- 1) การนอนหลับเป็นการสะสมพลังงานของร่างกาย เพราะในการดำรงชีวิตประจำวัน คนเรามีกิจกรรมมากมายที่ต้องใช้พลังงาน การนอนหลับเป็นการส่งเสริมกระบวนการสร้างพลังของร่างกายเพื่อทดแทนพลังงานที่สูญเสียไป
- 2) การนอนหลับมีความจำเป็นต่อการเจริญเติบโตของสมองและการสร้างเซลล์สมองใหม่
- 3) การนอนหลับเป็นการฟื้นฟูความรู้สึกของบุคคลให้ดีขึ้นภายหลังการกระทำกิจกรรมที่เมื่อยล้าในแต่ละวัน
- 4) การนอนหลับจะทำให้เกิดปัญญาและช่วยให้อารมณ์สดชื่นหากจะสังเกตพบว่า ถ้าเรา นอนหลับไม่เพียงพอเป็นเวลาดูต่อเนื่องนานๆ จะทำให้เกิดความหงุดหงิดและมีอารมณ์ขุ่นมัว

3.3 การดูแลตนเองเรื่องการนอนหลับ

การปฏิบัติตนเพื่อให้ตนเองนอนหลับได้ดีควรมีสถาบันปฏิบัติดังนี้

- 1) มีการวางแผนการดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อให้มีเวลาสำหรับการนอนที่เพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย เช่น บุคคลในช่วงวัยรุ่น (อายุ 13-19 ปี) ควรนอนหลับวันละ 8-10 ชั่วโมง
- 2) ในกรณีที่มีการดำเนินชีวิตผิดไปจากปกติ เช่น เจ็บป่วย เครียด ควรวางแผนเพิ่มการนอนหลับให้มากขึ้น
- 3) ออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ สัปดาห์ละ ไม่น้อยกว่า 3 วัน วันละอย่างน้อย 20 นาที เพราะการออกกำลังกายจะช่วยให้ตนเองนอนหลับได้ดี แต่ควรหลีกเลี่ยงการออกกำลังกายก่อนการเข้านอน เพราะจะทำให้ตนเองนอนไม่หลับ
- 4) การทำในสิ่งที่จะช่วยให้การนอนหลับสมบูรณ์ เช่น
 - ดื่มนมอุ่นๆ ครั้งแกวก่อนนอน เพราะในนมมีกรดอะมิโนที่จำเป็นสำหรับร่างกาย คือ แอลทริปโตเฟน (L-Tryptophan Amino Acid) ซึ่งจะช่วยการนอนหลับ และทำให้ตนเองนอนหลับได้นานขึ้น
 - พยายามหลีกเลี่ยงอาหารหรือเครื่องดื่มที่มีส่วนประกอบของคาเฟอีน เช่น ชา กาแฟ ช็อกโกแลต น้ำอัดลมบางชนิด เพราะคาเฟอีน เป็นสารกระตุ้นที่มีฤทธิ์อยู่นานและคงทน

- จัดให้มีการสบายทางกายที่เกี่ยวข้องกับการนอนหลับให้มากที่สุด เช่น จัดที่นอนให้สะอาดเพื่อไม่ให้เกิดความรำคาญหรือรบกวนเวลานอน สวมเสื้อผ้าที่สบาย จัดอุณหภูมิและการระบายถ่ายเทอากาศของห้องนอนให้เหมาะสม
- หลีกเลี่ยงการนำวัสดุอุปกรณ์ที่อาจเป็นสิ่งรบกวนระหว่างการนอนหลับไว้ใกล้ที่นอนเช่น โทรศัพท เพราะจะทำให้การนอนกลับถูกรบกวนได้

4 การนันทนาการ

การดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบันทุกคนต้องรีบเร่ง หรือแข่งขันกับเวลา เพื่อให้สามารถประกอบกิจกรรมในชีวิตตามภาระหน้าที่ของตน ทำให้คนเกิดความเหน็ดเหนื่อย ความตึงเครียดทั้งร่างกายและจิตใจ ดังนั้นการหาเวลาว่างเท่าที่มีอยู่ในการเลือกทำกิจกรรมที่เราพอใจก็จะทำให้เกิดความเพลิดเพลิน ผ่อนคลายความตึงเครียดทางร่างกาย และจิตใจก็ได้รับการพักผ่อน พร้อมทั้งจะเผชิญกับภาระหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติต่อไป (วาริศา วิเศษสวรรค์.2540: 87)

4.1 ประเภทของกิจกรรมนันทนาการ

กิจกรรมนันทนาการเป็นกิจกรรมที่ทำตามความสมัครใจในยามว่าง เพื่อให้เกิดความเพลิดเพลินและผ่อนคลายความเครียด กิจกรรมนันทนาการแบ่งออกได้เป็นหลายประเภท เช่น

- 1) กิจกรรมด้านการกีฬาและการออกกำลังกาย ได้แก่ การเล่นกีฬาและการออกกำลังกายตามความสมัครใจ เช่น เล่นฟุตบอล ตะกร้อ วูตว๊าน้ำ เต้นแอโรบิค ฯลฯ
- 2) กิจกรรมดนตรีและการแสดง รวมทั้งการเล่นดนตรี ชมการแสดงดนตรีละคร ภาพยนตร์ และการแสดงอื่นๆ เช่น การแสดงตลก ฯลฯ
- 3) กิจกรรมการพ่อน้ำ เดินน้ำ และกิจกรรมเข้าจังหวะ ได้แก่ กิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบดนตรี
- 4) กิจกรรมทางสังคมและวัฒนธรรม ได้แก่ กิจกรรมที่มีการพบปะสังสรรค์ระหว่างสมาชิกของครอบครัว สมาคม หรือสังคม เช่น งานเลี้ยงปีใหม่ งานเลี้ยงสังสรรค์โอกาสพิเศษ งาน วันตรุษ วันสงกรานต์ ฯลฯ กิจกรรมประเภทนี้นอกจากจะเป็นการนันทนาการแล้ว ยังเป็นกิจกรรมที่สร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันอีกด้วย
- 5) กิจกรรมที่เป็นงานอดิเรก อาจจะเป็นงานประเภทเก็บสะสมสิ่งที่ชอบหรือสนใจ เช่น แสตมป์ ภาพถ่าย เกรียนุษาปณ์ เครื่องลายคราม ฯลฯ หรือเป็นงานประเภทประดิษฐ์ เช่น การเย็บปักถักร้อย การจัดดอกไม้ การวาดรูป
- 6) กิจกรรมกลางแจ้งหรือนอกบ้าน เช่น การทัศนศึกษาตามสถานที่ต่าง ๆ การไปเที่ยวชมธรรมชาติการปีนเขา การตั้งค่ายพักแรม ฯลฯ

4.2 การเลือกกิจกรรมนันทนาการ

กิจกรรมนันทนาการมีหลายประเภทดังที่กล่าวมาแล้ว กิจกรรมนันทนาการแต่ละประเภทอาจให้ประโยชน์แก่บุคคลหนึ่งแต่อาจเป็นอันตรายต่ออีกบุคคลหนึ่งก็ได้ เช่น กิจกรรมการปีนเขา อาจเป็นกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับคนที่มึนร่างกายที่แข็งแรง และอยู่ในวัยหนุ่มสาว แต่เป็นอันตรายต่อคนสูงอายุ หรือคนที่มึนร่างกายไม่แข็งแรง เป็นต้น ดังนั้นในการจะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการใดๆ ควรได้มีการพิจารณาเลือกให้เหมาะสม ตามหลักการดังนี้

- 1) **สถานะสุขภาพ** สุขภาพของร่างกายนั้นเป็นปัจจัยพื้นฐานที่สำคัญมากต่อการพิจารณาเลือกกิจกรรมนันทนาการ กล่าวคือ เลือกให้เหมาะสมกับเพศ วัย รูปร่าง และความพร้อมของร่างกาย เพราะแม้ว่าเราจะมี ความชอบหรือสนใจในกิจกรรมนันทนาการนั้นๆ แต่หากทำกิจกรรมนั้นแล้วอาจเกิดโทษ หรืออันตรายต่อสุขภาพ เราก็ควรเลือกกิจกรรมอื่นที่สอดคล้องกับสถานะสุขภาพของเรามากกว่าเช่น คนเป็นโรคหัวใจควรหลีกเลี่ยงกิจกรรมปีนเขาเพราะเป็นการออกกำลังกายหนักหรือหลีกเลี่ยงกิจกรรมชมภาพยนตร์ละคร การแสดง ที่โลดโผน ตื่นเต้น หวาดเสียว เพราะอาจทำให้เกิดอันตรายถึงแก่ชีวิตได้
- 2) **ความปลอดภัย** ควรเลือกกิจกรรมนันทนาการที่มีความปลอดภัยต่อชีวิตและทรัพย์สิน และหลีกเลี่ยงกิจกรรมนันทนาการที่เสี่ยงอันตราย กิจกรรมนันทนาการต่างชนิดกันจะมีความเสี่ยงต่ออันตรายต่างกัน แม้กิจกรรมนันทนาการชนิดเดียวกันก็อาจมีความปลอดภัยต่างกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยประกอบอื่นๆ เช่น การไปฟังดนตรี หรือไปชมการแสดงควรเลือกชมในเวลากลางวัน จะมีความปลอดภัยมากกว่าการชมในเวลากลางคืนเพราะยามวิกาลมีโอกาสเสี่ยงต่ออุบัติเหตุหรืออันตรายต่างๆ ได้มาก
- 3) **ลักษณะภารกิจประจำวัน** การเลือกกิจกรรมนันทนาการต้องคำนึงถึงภาระกิจที่กระทำในแต่ละวันด้วย เช่น บุคคลที่ทำงานโดยใช้สมองมากกว่าการใช้แรงงาน ควรเลือกกิจกรรมนันทนาการที่ต้องออกกำลังกาย เพื่อเป็นการผ่อนคลายและเพิ่มสมรรถภาพทางกายไปในตัว แต่หากบุคคลที่ทำงานใช้แรงงานอยู่แล้วก็ไม่ควรเลือกใช้กิจกรรมที่ต้องออกกำลังกายมากอีก ควรใช้กิจกรรมเบาๆ เช่นการอ่านหนังสือ ชมการแสดง เป็นต้น
- 4) **ฐานะเศรษฐกิจ** ควรเลือกกิจกรรมนันทนาการที่ประหยัดแต่ให้ประโยชน์มากและเหมาะสมกับฐานะเศรษฐกิจของเรา การเลือกกิจกรรมนันทนาการที่ต้องสิ้นเปลืองมาก แม้ว่าเราจะได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลินแต่อาจทำให้เป็นภาระหรือก่อความเดือดร้อนให้แก่ผู้ปกครองหรือครอบครัวได้
- 5) **ความสนใจและความถนัด** การเลือกกิจกรรมนันทนาการที่เราสนใจและมีความถนัดจะทำให้เราเกิดความพึงพอใจ เพลิดเพลินในการทำกิจกรรมนั้น และสามารถทำกิจกรรมนั้นให้ประสบความสำเร็จได้ด้วยดี

6) ศีลธรรมและวัฒนธรรม กิจกรรมนันทนาการบางชนิดแม้ว่าจะให้ความสนุกสนานเพลิดเพลินมากแก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมนั้นๆ แต่หากขัดต่อจารีตประเพณี วัฒนธรรม ศีลธรรม หรือขัดต่อกฎหมายและควรหลีกเลี่ยงอย่างเด็ดขาด เช่น การล่าสัตว์ป่าคุ้มครอง การพนันขั้นต่อที่ผิดกฎหมาย เป็นต้น

การเลือกกิจกรรมนันทนาการดังกล่าวนอกจากการเลือกกิจกรรมที่ให้ประโยชน์ต่อตนเองแล้ว สามารถก่อให้เกิดประโยชน์แก่ส่วนร่วมได้ก็จะเป็นสิ่งที่ดีมาก ได้แก่ การทำกิจกรรมอาสาสมัครเพื่อสาธารณประโยชน์ เช่น การพัฒนาชุมชน กิจกรรมส่งเสริมศิลปวัฒนธรรม เป็นต้น

2.2. สุขภาพจิต

ฟั่น แสงสิงแก้ว (สุภาพรรณ โคตรจรัส. 2527 : 4 ; อ้างอิงมาจาก ฟั่น แสงสิงแก้ว. 2510) กล่าวว่า องค์การอนามัยโลกได้ให้ความหมายของสุขภาพจิตไว้ว่า สุขภาพจิตคือความสามารถของบุคคลที่จะปรับตัวให้มีความสุขอยู่กับสังคมและสิ่งแวดล้อม ได้ดีมีสัมพันธภาพอันดีงามกับบุคคลอื่นและดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยความสะดวกอย่างสุขสบายรวมทั้งสนองความต้องการของตนเองในโลกที่กำลังเปลี่ยนแปลงได้ โดยไม่มีข้อขัดแย้งภายในจิตใจของตนเอง

กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2524 : 2) ได้ให้ความหมายของสุขภาพจิตไว้ว่า สุขภาพจิต คือสภาพชีวิตที่เป็นสุข มีอารมณ์มั่นคง สามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมที่เปลี่ยนแปลงได้ มีสมรรถภาพในการทำงานและอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยความพอใจ

สุรางค์ จันทร์เอม (2527 : 2) กล่าวว่า สุขภาพจิตหมายถึง สมรรถภาพในการปรับปรุงตนเองให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดี มีความคิดถูกต้อง แก้ปัญหาในการดำรงชีวิตได้อย่างเหมาะสม

มูลี(Mouly.1965:165- 167) กล่าวว่า สุขภาพจิตหมายถึงกระทำพฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อสนองความต้องการของบุคคล เป็นการลดความตึงเครียดทางอารมณ์เพื่อการปรับตัว เพื่อสัมพันธภาพอันดีระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม เช่น เพศ วัฒนธรรม และสภาพสังคม

เอกเบิร์ด (Egbert. 1980 : 10) กล่าวว่า สุขภาพจิต หมายถึง การปฏิบัติตนอยู่ในศีลทั้งทางใจ วาจา มีสติพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความจริง ไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดี ยินร้าย และมีความเป็นมิตรกับคนอื่น ๆ

คาเพลนและคนอื่นๆ (Kaplan and others.1980 : 285) กล่าวว่า สุขภาพจิต หมายถึง ความรู้สึกที่เป็นสุข สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพมีการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า สุขภาพจิตคือ สุขภาพความสมบูรณ์ทางจิตใจของมนุษย์ที่ปราศจากโรคจิตโรคประสาท มีความสามารถที่จะปรับปรุงตนเองใหม่ ความสุข อารมณ์มั่นคง มีความคิดถูกต้อง มีร่างกายแข็งแรง มีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศวัย และมีสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลอื่น โดยมีข้อขัดแย้งภายในน้อยที่สุด

สุขภาพจิตเป็นเรื่องของวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของมนุษย์ในชีวิตประจำวันมีลักษณะต่าง ๆ ที่แสดงถึงสุขภาพจิตของบุคคลทั้งตนเองและผู้อื่นๆ จึงได้มีผู้กล่าวถึงลักษณะของผู้มีสุขภาพจิตดีไว้ดังต่อไปนี้

เอกเบิร์ต (Egbert. 1980 : 11) กล่าวว่าผู้มีสุขภาพจิตดี มีลักษณะดังต่อไปนี้

1. รู้จักตัวเอง สามารถพัฒนาบุคลิกภาพผสมผสานได้เหมาะสมกับความเป็นจริง
2. เป็นผู้ที่ตั้งความหวังไปในทางที่เป็นจริงได้
3. เข้าใจชีวิตและจุดมุ่งหมายในชีวิต
4. เป็นผู้มีส่วนร่วมในการดำรงชีวิต และสามารถก่อให้เกิดความหวังของชีวิต
5. มีความสามารถในการปรับความคิดพฤติกรรมตามประสบการณ์ของชีวิต

แต่ละช่วงได้

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 3) สรุปลักษณะของผู้มีสุขภาพจิตดีดังต่อไปนี้

1. สุขภาพกายดี มีสุข นิยดีในเรื่อง การพักผ่อน การออกกำลังกาย อาหาร และรักษาความสะอาด
2. สามารถเผชิญกับความจริง โดยไม่แสดงพฤติกรรมเกินกว่าเหตุ
3. เมื่อพบอุปสรรค จะพยายามใช้วิธีการแก้ปัญหาโดยตรงไม่หลีกเลี่ยง
4. มีความรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง
5. มีความเคารพตนเองและผู้อื่น มีเจตคติที่ดีต่อชีวิต
6. มีเป้าหมาย ความสนใจ และวิธีการไปสู่เป้าหมายภายในขอบเขตที่สังคมยอมรับ
7. เข้าใจ และยอมรับตนเองอย่างแท้จริงทราบถึงส่วนดีและยอมรับข้อบกพร่องของตนเอง เป็นคนมีอารมณ์ขัน
8. มีความกระตือรือร้นในชีวิต ไม่เบื่อหน่ายท้อแท้ เข้าทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยความพอใจ

สุจินต์ ปริชามารถ(2535 : 44 – 48) กล่าวว่า ผู้มีสุขภาพจิตดีหรือปรับตัวได้ดีคือ เป็นผู้ที่ยอมรับและเข้าใจผู้อื่นได้ดี และสามารถเผชิญกับปัญหาและความจริงแห่งชีวิตได้ดี ซึ่งมีรายละเอียดพอสังเขป ดังนี้

1. รู้จักและเข้าใจตนเองได้ดี ผู้ที่มีสุขภาพจิตดี หรือปรับตัวได้ดี คือ การรู้จักและเข้าใจตนเอง ได้ดีในเรื่องต่าง ๆ ดังนี้

1.1 ยอมรับสภาพทั่วไปของตนเองทุกด้านในทางเศรษฐกิจและพื้นฐานทางสังคม ตลอดจนรู้จักให้การยอมรับนับถือตนเองในสภาพเท่าที่เป็นอยู่ที่แท้จริง

1.2 ยอมรับและเข้าใจในข้อบกพร่องต่าง ๆ ของตนเอง และเห็นว่าเป็นของธรรมดา ซึ่งพร้อมที่จะปรับปรุงแก้ไขได้ตลอดเวลา

1.3 รู้จักประมาณความสามารถของตนเองได้ดี ไม่ถูกเหยียดหยาม น้อยเนื้อต่ำใจ ในความสามารถของตนเอง หรือโอ้อวดยกย่องในความสามารถของตนเองมากเกินไป

1.4 รู้จักประมาณตนเองได้ดีในการปรับตัวเองเข้ากับสังคม บุคคล และรู้จักวางตนเองให้เหมาะสมกับคนในสังคมไม่ว่าระดับใด

1.5 รู้จักควบคุมอารมณ์ได้ดี ไม่โกรธง่าย ไม่มีอารมณ์หวนไหว กลัว รัก อิจฉาริษยา หรือวิตกกังวลสิ่งต่าง ๆ มากเกินไป เพราะสิ่งเหล่านี้จะนำไปสู่การทำให้เกิดความหวนไหว อารมณ์ ประสาท ซึ่งอาจทำให้เกิดอาการโรคประสาท และโรคจิตได้ง่าย

2. รู้จักและเข้าใจบุคคลอื่นได้ดี การปรับสภาพจิตใจให้ดี โดยที่รู้จักและเข้าใจตนเอง แต่เพียงฝ่ายเดียวก็หาไม่ เพราะคนเราย่อมจะอยู่ในสังคมกับบุคคลอื่น ฉะนั้นจึงจำเป็นต้องรู้จักและเข้าใจบุคคลอื่น ย่อมแสดงถึงลักษณะแห่งผู้มีสุขภาพจิตที่ดี การรู้จักและเข้าใจบุคคลอื่นได้ดีนั้น ควรรู้จักและเข้าใจในสิ่งต่อไปนี้

2.1 รู้จักให้ความสนใจ หรือให้ความรักใคร่บุคคลอื่น และยอมรับพิจารณา ความสนใจ ความรักใคร่ของผู้อื่นด้วยความยุติธรรม และเหมาะสมด้วยดี

2.2 รู้จักและเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของบุคคลอื่นด้วยดี อย่างมีเหตุผล

2.3 รู้จักยอมรับและพิจารณาด้วยดีในการติชมจากบุคคลอื่นด้วยความใจกว้างและเป็นธรรม

2.4 มีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นด้วยใจจริง และเป็นมิตรกับเพื่อนฝูง มิตรสหาย ได้อย่างราบรื่น โดยตลอด และยืนนานอย่างน่าพึงพอใจ

2.5 เข้าใจและยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคลว่าแต่ละคนนั้นย่อมจะไม่เหมือนกันในด้านต่าง ๆ ฉะนั้นเราจะไม่เหมือนเพื่อนหรือคนอื่นจะเหมือนเรานั้นย่อมไม่ได้

3. สามารถ เผชิญกับปัญหา และความจริงแห่งชีวิตผู้ที่มีสุขภาพจิตดีย่อมแสดงออกซึ่งลักษณะแห่งความกล้าเผชิญกับปัญหา และความจริงแห่งชีวิตได้เป็นอย่างดี เช่น

3.1 เมื่อมีความเครียด ความวิตกกังวล ความคับข้องใจ และความขัดแย้งภายในจิตใจ จินก็สามารถทนต่อภาวะเหล่านั้นได้ และสามารถใช้กลไกทางจิตวิทยาลดภาวะดังกล่าวได้อย่างเหมาะสม

3.2 สามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ โดยอาศัยเหตุผลหรือวิธีการทางวิทยาศาสตร์หรือวิธีการแห่งปัญญาในการแก้ปัญหาต่าง ๆ

3.3 สามารถใช้สติปัญญาตัดสินใจแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้อง ตามความเป็นจริง ไม่พลาดและมีเหตุผล

3.4 สามารถเผชิญกับปัญหาต่างๆ ด้วยความสุขุมเยือกเย็น โดยไม่มีความประหม่าและความวิตกกังวลใด ๆ

จากที่กล่าวมาแล้วข้างต้น สรุปได้ว่า ผู้ที่มีสุขภาพจิตดีก็คือผู้ที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม สามารถแก้ปัญหา และเผชิญปัญหาต่าง ๆ ได้มีความเข้าใจตนเองและผู้อื่น ตลอดจนใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข

ในการศึกษาคุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว ผู้วิจัยได้เลือกคุณลักษณะที่เกี่ยวข้องมาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย คือ การมีสุขภาพทางกายที่สมบูรณ์แข็งแรง ได้แก่เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ พักผ่อนให้เพียงพอและเหมาะสม ใช้เวลาว่างทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย มีที่อยู่อาศัยสะอาดมั่นคงแข็งแรง และการดูแลสุขภาพของตนเอง

การมีสุขภาพจิตดี ได้แก่ รู้จักและเข้าใจตนเอง รู้จักและเข้าใจบุคคลอื่น ควบคุมอารมณ์ของตนเองให้เหมาะสมกับสถานการณ์ มีความเป็นตัวของตัวเอง ยอมรับข้อดีข้อบกพร่องของตนเอง และรู้วิธีเผชิญปัญหาที่เหมาะสม

3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตด้านการทำงาน

3.1 ความหมายของคุณภาพชีวิตการทำงาน

คิน ปรัชญาพฤทธิ์ (2530 : 266) กล่าวว่า คุณภาพชีวิตการทำงาน หมายถึงชีวิตการทำงาน ที่มีศักดิ์ศรี เหมาะสมกับเกียรติภูมิ และคุณค่าของความเป็นมนุษย์ของบุคลากร นั่นก็คือชีวิตการทำงานที่ไม่ถูกเอารัดเอาเปรียบ และสามารถสนองความต้องการพื้นฐาน

บุญแสง ชีระภากร (2533 : 6) ได้ให้ความหมายคุณภาพชีวิตการทำงานว่า หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจที่แตกต่าง กันไปตามมิติการรับรู้ของแต่ละบุคคล เพราะต่างมีพื้นฐาน ภูมิหลังลักษณะอื่นๆ ที่เป็นลักษณะเฉพาะตัว บางคนอาจสนใจที่เนื้อหาของงาน บางคนสนใจสภาพแวดล้อมและค่าตอบแทน บางคนเน้นในเรื่องความก้าวหน้าในอนาคตและลักษณะอื่น ๆ ที่แตกต่างกันออกไปมากมาย

บุญเลิศ ไพรินทร์ (2537 : 470) กล่าวว่า คุณภาพชีวิตการทำงานเป็นปัจจัยต่างๆ ที่มีส่วนช่วยให้ผู้ทำงานมีความสุข และความพึงพอใจในการทำงาน โดยทั้งบุคคลและองค์การเจริญเติบโต และก้าวหน้าไปพร้อมๆ กัน

สุทิน สายสงวน (2533 : 55) กล่าวว่า คุณภาพชีวิตการทำงานเป็นชีวิตการทำงานที่มีศักดิ์ศรีเหมาะสมกับเกียรติภูมิของความเป็นมนุษย์

ชฎาภา ประเสริฐทรง (2541 : 24) กล่าวว่า คุณภาพชีวิตการทำงาน หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจที่บุคคลได้รับจากประสบการณ์การทำงานที่มีต่อแนวทางในการทำงานหรือวิธีการพัฒนาชีวิตอาชีพและมีความสุขในการทำงาน

เดวิส (Davis.1977 : 53) ได้นิยามว่า คุณภาพชีวิตการทำงาน หมายถึง คุณภาพของความสัมพันธ์ระหว่างผู้ปฏิบัติงานกับสิ่งแวดล้อม โดยส่วนรวมในการทำงาน โดยเน้นมีเกี่ยวกับความเป็นมนุษย์ ซึ่งมักจะถูกละเลยจากปัจจัยทางเทคนิค และปัจจัยทางเศรษฐศาสตร์ในการออกแบบการทำงาน

แฮคแมน และซัทเทิล (Hackman and Suttke.1997 : 14) กล่าวว่า คุณภาพชีวิตการทำงานเป็นสิ่งที่ตอบสนองความพึงพอใจของผู้ทำงานทุกระดับในองค์การ ทำให้เกิดความผาสุก ส่งผลถึงความเจริญรุ่งเรืองในด้านต่างๆ เช่น สภาพสังคม เศรษฐกิจ และที่สำคัญคุณภาพชีวิตการทำงานจะนำไปสู่ความผูกพันในองค์การได้

ฮิวส์และคัมมิงส์(Huse and Cummings. 1985 : 198 – 199) อธิบายว่า คุณภาพชีวิตการทำงาน หมายถึง ความสอดคล้องระหว่างความพึงพอใจในงานของบุคคลกับประสิทธิผลขององค์การ หรืออีกนัยหนึ่งคือ ประสิทธิภาพขององค์การอันเนื่องมาจากความสุข(Will-Being)ในงานของผู้ทำงาน เป็นผลสืบเนื่องมาจากการรับรู้ประสบการณ์ในการทำงาน ซึ่ง ทำให้พนักงานมีความพึงพอใจในงานนั้นๆ คุณภาพชีวิตการทำงานจะส่งผลต่อองค์การ 3 ประการคือ ประการแรก ช่วยเพิ่มผลิตผลขององค์การ ประการที่ 2 ช่วยเพิ่มพูนขวัญและกำลังใจของผู้ทำงานตลอดจนเป็นแรงจูงใจแก่พวกเขาในการทำงาน และประการที่ 3 คุณภาพชีวิตการทำงานช่วยปรับปรุงและพัฒนาศักยภาพของผู้ทำงาน

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจที่บุคคลได้รับจากประสบการณ์การทำงานอันก่อให้เกิดผลดีต่อตนเองและทำให้งานขององค์การบรรลุวัตถุประสงค์อย่างมีประสิทธิภาพ การดำเนินชีวิตของบุคคลมีความสุขและมีความสุขและมีความสุขและมีความสุข

3.2. ประเภทของงาน

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาคุณภาพชีวิตด้านการทำงานของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว โดยแบ่งประเภทของงาน ออกเป็น 2 ด้าน คือ

3.2.1 งานด้านการแนะแนว

การแนะแนวเป็นบริการที่โรงเรียนจัดขึ้น เพื่อช่วยให้นักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง รู้จักและเข้าใจโลกรอบตัว ด้วยกระบวนการ กลวิธีและเครื่องมือต่างๆ เพื่อให้สามารถตัดสินใจเลือกวิธีการที่จะเผชิญปัญหาเลือกวิธีการแก้ปัญหาและปรับตัวได้ด้วยตนเองอย่างถูกต้องเหมาะสม ฉลาดรอบคอบ ซึ่งช่วยให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและทำประโยชน์ให้กับสังคมได้เป็นอย่างดี (สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ 2538: 9)

3.2.1.1. จุดมุ่งหมาย ของการแนะแนว

สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ (2538 : 9) ได้ระบุถึงจุดมุ่งหมายของการจัดบริการแนะแนวในโรงเรียนว่าควรมีความครอบคลุมในเรื่องต่อไปนี้

1. ส่งเสริมพัฒนาการทุกด้านของนักเรียนทั้งด้าน ร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคมให้เป็นไปด้วยดี ตั้งแต่ขั้นเริ่มต้นของชีวิตเพื่อมิให้พัฒนาการของนักเรียนหยุดชะงัก
2. สร้างเสริมและแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียนให้เปลี่ยนแปลงไปในแนวทางที่ดี มีคุณภาพชีวิตที่พึงประสงค์และเป็นที่ยอมรับของสังคม
3. ช่วยเหลือ ดูแลนักเรียนให้เรียนรู้สมรรถภาพของตนเอง มองเห็นคุณค่า ความสำคัญของตนเอง มองเห็นชีวิตในอนาคต รู้และปฏิบัติอย่างฉลาด ซึ่งจะเป็นประโยชน์ ต่อตนเองและสังคม

3.2.1.2 หลักสำคัญของการแนะแนว

สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ (2538 : 10) ได้ระบุถึง หลักการแนะแนวในโรงเรียนระดับประถมศึกษา ควรอาศัยหลักสำคัญ ดังนี้

1. การแนะแนวต้องจัดให้เป็นส่วนหนึ่งของการจัดการศึกษา โดยสอดแทรกอยู่ในกระบวนการเรียนการสอนทุกกลุ่มประสบการณ์และรายวิชา ตามจุดมุ่งหมายและหลักการของหลักสูตร
2. การแนะแนวควรถือเป็นหน้าที่ของครูทุกคนที่จะต้องดำเนินการร่วมกัน และควรมีการประสานงานกันของบุคลากรที่เกี่ยวข้อง ทั้งภายในและภายนอกโรงเรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือ โรงเรียน ผู้ปกครองและชุมชน

3. การแนะแนวต้องจัดสำหรับนักเรียนทุกคน ไม่ใช่เฉพาะนักเรียนที่มีปัญหาเท่านั้น และต้องจัดให้ครอบคลุมชีวิตนักเรียนทุกด้านคือ การศึกษา อาชีพ และบุคลิกภาพ

4. การแนะแนวต้องจัดอย่างต่อเนื่อง มีแผนปฏิบัติงานแน่นอน โดยให้สอดคล้องสัมพันธ์กับปัญหา ความต้องการในปัจจุบันและแนวโน้มในอนาคต

5. การแนะแนวควรมีข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียนทุกด้านตรงตามความเป็นจริงและปัจจุบัน ซึ่งจะทำให้สามารถช่วยเหลือนักเรียนได้ตรงตามความต้องการทุกคน

6. การแนะแนวควรช่วยนักเรียนให้สามารถนำตนเองและพึ่งตนเองได้

3.2.1.3. การดำเนินงานแนะแนวในโรงเรียน

สำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ (2538:11) ได้ให้หลักเกณฑ์การดำเนินการแนะแนวในโรงเรียนว่า การดำเนินงานแนะแนวในโรงเรียนมีบริการ 5 บริการที่ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวควรจัดให้ได้ครบทั้ง 5 บริการคือ

1. บริการศึกษาและรวบรวมข้อมูล หมายถึง การศึกษา สำรวจ รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับตัวนักเรียนด้านการศึกษา อาชีพ บุคลิกภาพ และสิ่งแวดล้อม ซึ่งเมื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์และจัดระบบแล้วจะทำให้ครูรู้จักนักเรียน และสามารถให้ความช่วยเหลือ ส่งเสริมและพัฒนาได้อย่างถูกต้อง ทั้งสามารถช่วยให้นักเรียนได้เข้าใจตนเองและยอมรับตนเองอีกด้วย

2. บริการสนเทศ หมายถึง การให้ข้อมูล ข่าวสาร ความรู้ เพื่อให้นักเรียนเกิดการพัฒนาเป็นกิจกรรมหนึ่งที่เกิดเนื่องจากบริการศึกษาและรวบรวมข้อมูล อันจะช่วยให้นักเรียนได้รับข้อมูล ข่าวสาร ความรู้ที่ตรงกับความต้องการในการส่งเสริม พัฒนา ตลอดจนแก้ไขปัญหาอย่างเหมาะสม

3. บริการให้คำปรึกษา หมายถึง การให้ความช่วยเหลือ ความใกล้ชิด ความอบอุ่น ความมั่นใจ สถิติปัญหา อันจะช่วยให้นักเรียนสามารถตัดสินใจและเลือกได้อย่างฉลาด ถูกต้องเหมาะสมกับสภาพปัญหา ความต้องการจำเป็น ซึ่งการให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพจำเป็นต้องมีข้อมูล ที่ถูกต้อง ลึกซึ้ง อย่างเพียงพอ

4. บริการจัดวางตัวบุคคล หมายถึง การให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ตรง หรือฝึกฝนทักษะในเรื่องที่ตนสนใจ การจัดบรรยากาศ สิ่งแวดล้อม ตลอดจนกิจกรรมให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ดังกล่าวนี้ อาจจัดให้สอดคล้อง ต่อเนื่องกับกระบวนการเรียนการสอน ทั้งสอดคล้องกับผลจากการวิเคราะห์ข้อมูล ความสนใจ ความต้องการ ซึ่งนับเป็นบริการที่ช่วยให้นักเรียนค้นพบและรู้จักตนเองมากยิ่งขึ้น อันเป็นผลอย่างสำคัญในการศึกษาและเลือกประกอบอาชีพต่อไป

5. บริการติดตามและประเมินผล หมายถึง การปฏิบัติการอย่างต่อเนื่องจากบริการต่างๆ ที่กำหนดเพื่อติดตาม ดูแลว่านักเรียนมีสิ่งใดที่ต้องปรับปรุงแก้ไขพัฒนา ตลอดจนติดตามการจัดบริการต่างๆ ว่าสัมฤทธิ์ผลเพียงใด มีสิ่งใดต้องปรับปรุงให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น

3.2.1.4 การบริหารงานแนะแนวในโรงเรียน

สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ (2538 : 18:19) ระบุว่า การบริหารงานแนะแนวในโรงเรียน เป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้งานแนะแนวหลุดรอดไปด้วยดี ดังนั้นจึงมีความจำเป็นต้องวางระบบและกำหนดแนวทางการดำเนินงาน ตลอดจนการนิเทศ ติดตาม และกำกับดูแล ให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างราบรื่นต่อเนื่อง ควรคำนึงถึงหลักการสำคัญดังนี้

1. ผู้บริหารต้องมีความรู้ความเข้าใจต่องานแนะแนวเป็นอย่างดี และสิ่งสำคัญจะต้องตระหนักถึงความจำเป็นของการจัดให้มีงานแนะแนวในโรงเรียน ทั้งนี้เพราะสิ่งที่กล่าวทั้งหมดจะเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดการจัดการ การสนับสนุน ตลอดจนการแก้ปัญหาต่างๆ ให้งานแนะแนวเป็นงานที่อยู่ในโรงเรียนอย่างถาวร

2. บุคลากรในโรงเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการจัดบริการแนะแนวในโรงเรียน พร้อมทั้งจะสนับสนุน ให้ความร่วมมือทุกๆ ด้าน ดังนั้นการพัฒนาครูเรื่องการแนะแนว จึงเป็นเรื่องจำเป็นและสำคัญ

3. พึงระลึกเสมอว่า การบริการแนะแนวที่มีประสิทธิภาพ ต้องจัดเพื่อสนองความต้องการของนักเรียนทุกคนและทุกระดับชั้น ดังนั้นการสำรวจข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูลที่ต้องการ และเป็นระบบจึงสำคัญ อันจะเป็นประโยชน์นำไปใช้ในการพัฒนานักเรียนอย่างทั่วถึง

4. บุคลากรที่จะรับผิดชอบโดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้รับผิดชอบในการประสานงาน ต้องมีความรู้เรื่องการแนะแนวอย่างลึกซึ้งเพียงพอ

5. การประชาสัมพันธ์ให้ ครู นักเรียนและผู้ปกครอง ทราบเกี่ยวกับบริการแนะแนว เป็นยุทธศาสตร์หนึ่งที่สำคัญยิ่ง ที่จะช่วยทำให้การดำเนินงานแนะแนว ไปสู่เป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ

6. การประสานงานกับบุคลากรและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น หน่วยงานหรือสถานที่ที่จะช่วยในการแก้ปัญหาหรือพัฒนาเด็ก จะช่วยทำให้การช่วยเหลือนักเรียนเป็นไปอย่างเหมาะสมและถูกต้องยิ่งขึ้น

3.2.1.5. บทบาทหน้าที่ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน

สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ (2538 :26 – 27) ระบุถึงบทบาทและหน้าที่ของครูผู้ประสานงานแนะแนวหรือครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน ไว้ดังนี้ คือ

1. ประสานงานกับผู้บริหาร โรงเรียน เพื่อ
 - 1.1. วางแผน
 - 1.2. จัดทำโครงการ
 - 1.3. ประเมินผลจัดทำรายงานผล
 - 1.4. ประชุมชี้แจงให้ความรู้เรื่องการแนะแนวแก่บุคลากรในโรงเรียน
2. ประสานงานกับครูและบุคลากรอื่นในโรงเรียนเพื่อ
 - 2.1. สร้างความเข้าใจและเจตคติที่ดีต่องานแนะแนวแก่ครูในโรงเรียน
 - 2.2. ชี้แจงให้ครูเข้าใจบทบาทหน้าที่ในการดำเนินงานแนะแนว
 - 2.3. สนับสนุนให้ครูเก็บข้อมูลและใช้ข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียนให้เกิดประโยชน์กับนักเรียนมากที่สุด
 - 2.4. เป็นที่ปรึกษาในการจัดกิจกรรมและบริการแนะแนวทั้งในและนอกห้องเรียน
3. ประสานงานกับผู้ปกครอง เพื่อ
 - 3.1. สร้างความเข้าใจเกี่ยวกับงานแนะแนวแก่ผู้ปกครอง เช่นจัดทำเอกสารจัดประชุมชี้แจง เยี่ยมบ้านนักเรียน เป็นต้น
 - 3.2. แจ้งข้อมูลพฤติกรรมนักเรียนให้ผู้ปกครองทราบ
 - 3.3. ประชาสัมพันธ์งานแนะแนวของโรงเรียนให้บุคลากรที่เกี่ยวข้องทราบเป็นระยะๆ
 - 3.4. ประเมินและสรุปรายงานผลการดำเนินงานแนะแนวประจำปี

3.2.1.6 การพัฒนางานแนะแนว

สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ (2538 : 45 – 43)ได้ระบุถึง การพัฒนางานแนะแนวในโรงเรียนให้มีประสิทธิภาพนั้น ผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน ควรประสานงานกับทางฝ่ายผู้บริหารโรงเรียน คณะกรรมการงานแนะแนว ตลอดจนบุคลากรที่เกี่ยวข้องในการบริหารงานแนะแนวไปสู่การพัฒนางานแนะแนว โดยมีการดำเนินงานใน 5 ขั้นตอน ซึ่งสรุปได้ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 จัดระบบข้อมูลความต้องการจำเป็นในการดำเนินงานแนะแนวโดยโรงเรียนจะต้องกำหนดบุคลากรในการทำงาน และการทำงานในรูปคณะกรรมการซึ่งจะต้องมีประสบการณ์สัมพันธ์กันเป็นอย่างดี ต้องได้รับความร่วมมือจากบุคลากรทุกฝ่าย โดยคำนึงถึงหลักที่ว่า ครูทุกคนในโรงเรียนเป็นครูแนะแนว ต่อจากนั้นจะต้องจัดให้มีระบบข้อมูลความต้องการจำเป็นในการดำเนินงานแนะแนวโดยประชุมคณะกรรมการ จัดทำสิ่งต่อไปนี้

1. สำรวจและวิเคราะห์สภาพปัญหาและความต้องการของนักเรียน โรงเรียน และชุมชนและความต้องการ
2. จัดระบบข้อมูลและกำหนดจุดที่จะต้องพัฒนานักเรียนให้สอดคล้องกับปัญหาและตามต้องการ

ขั้นตอนที่ 2 วางแผนการจัดงานแนะแนวเป็นระบบอย่างมียุทธศาสตร์ขั้นตอนนี้ เป็นขั้นตอนที่สำคัญที่จะต้องปฏิบัติด้วยความรอบคอบ มีกลวิธีที่แยบคาย อันจะส่งผลให้งานแนะแนวสามารถพัฒนา นักเรียนมีพัฒนาการรอบด้านอย่างแท้จริง โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ประชุมคณะกรรมการเพื่อวางแผนและจัดทำโครงการแนะแนวคือ
 - 1.1. พิจารณาระบบข้อมูลและจุดพัฒนานักเรียน
 - 1.2. กำหนดยุทธศาสตร์ กลวิธี กิจกรรมแนะแนวในการพัฒนาให้สอดคล้องกับจุดที่ต้องการจะพัฒนา

2. จัดทำโครงการการดำเนินงานแนะแนวของโรงเรียน

ขั้นตอนที่ 3 ดำเนินงานตามแผนแนะแนวของโรงเรียน มีขั้นตอนดังนี้

1. จัดประชุมชี้แจงให้เข้าใจจุดมุ่งหมายและแนวปฏิบัติการจัดกิจกรรมแนะแนวให้ชัดเจน
2. ทบทวนบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบในการปฏิบัติงานแนะแนวของบุคลากรในโรงเรียน
3. ทบทวนกิจกรรมให้ครอบคลุมงานแนะแนวด้านการศึกษา อาชีพ และพัฒนาบุคลิกภาพตลอดปีให้ชัดเจน

4. นำปฏิทินปฏิบัติงานประชาสัมพันธ์ให้ครูทุกคนทราบ

5. ผู้รับผิดชอบแต่ละฝ่ายปฏิบัติงานตามปฏิทินที่กำหนด

ขั้นตอนที่ 4 นิเทศ ติดตาม และกำกับดูแลให้บุคลากรปฏิบัติงานอย่างมีคุณภาพ การนิเทศติดตาม และกำกับและงานแนะแนว มีแนวทางการดำเนินการ ดังนี้

1. นิเทศภายในโรงเรียน โครงการพัฒนาความรู้ความสามารถของครูอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องอบรม ศึกษาดูงาน หรือให้ศึกษาจากเอกสารต่างๆ
2. ให้ขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน โดยการร่วมดำเนินการร่วมรับรู้การดำเนินการหรือชื่นชมผลงาน

3. สนับสนุนด้านสื่อ วัสดุ อุปกรณ์ ที่สนับสนุนการปฏิบัติงาน ขั้นตอนที่ 5 ประเมินผลและพัฒนางานอย่างต่อเนื่อง ตามขั้นตอนดังนี้

1. ติดตามผลและประเมินผลการจัดกิจกรรมแนะแนวในบริการต่าง ๆ อย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง
2. วิเคราะห์ผลที่ได้จากการประเมินและนำข้อมูลไปใช้ประโยชน์การปรับปรุงงานแนะแนว

3. สรุปและรายงานผลให้ผู้เกี่ยวข้องทราบ และวางแผนพัฒนางานอย่างต่อเนื่องจากเอกสารดังกล่าวข้างต้น ในการศึกษาวิจัยคุณภาพชีวิต ด้านงานแนะแนวผู้วิจัยได้เลือกคุณลักษณะที่ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน ควรมีความรู้และได้รับจากการทำงาน ได้แก่ ลักษณะงาน ความรู้ความสามารถในการทำงาน การบริหารงานแนะแนว ภาระงานที่รับผิดชอบ ความร่วมมือในการทำงาน ความก้าวหน้า ความมั่นคง ความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงาน และการพัฒนางานแนะแนว

3.2.2. งานด้านอื่นๆ นอกเหนือจากงานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ

ในการทำงานของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน งานที่เป็นภาระกิจหลักนอกจากงานแนะแนวแล้วนั้นก็คือ งานด้านการเรียนการสอน ซึ่งครูต้องมีความรู้ความสามารถ ดังที่พจนานรด แดงพลอย (2532 : 11 – 12) กล่าวว่า ในการที่ครูจะประสบความสำเร็จในอาชีพ ครูต้องมีความรู้ความสามารถใน 4 ด้านคือ

1. ความสามารถด้านเทคนิคการสอน คือ เป็นผู้มีความรู้เกี่ยวกับหลักสูตร มีความสามารถในการสอนโดยมีเทคนิค รวมทั้งนำความรู้ทางจิตวิทยาใช้ในการสอน ซึ่งสามารถประเมินผลได้ตรงตามจุดประสงค์การเรียนรู้ เป็นผู้มีความสนใจในคุณภาพการสอนของตนและปรับปรุงในทันสมัย
2. ความสามารถด้านวิชาการ คือเป็นผู้ที่รู้จักพัฒนาตนเองทางด้านวิชาการ โดยมีความสนใจเข้าร่วมประชุมทางวิชาการ ใช้เวลาศึกษาค้นคว้าหรือวิจัยเพื่อนำความรู้มาปรับปรุงการสอนให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น เป็นผู้คิดงานใหม่ๆ เกี่ยวกับด้านวิชาการ บทความทางวิชาการ เป็นผู้นิเทศภายในโรงเรียน หรือเป็นวิทยากรด้านวิชาการให้สถาบันการศึกษาอื่น

3. ด้านมนุษยสัมพันธ์ คือ เป็นผู้มีความสัมพันธ์อันดีกับผู้ร่วมงานและนักเรียน สามารถทำงานร่วมกันได้อย่างราบรื่น เป็นผู้มีความเสียสละเพื่อหมู่คณะ เคารพความคิดเห็นของผู้อื่น สามารถเป็นผู้นำและผู้ตามได้เหมาะสมกับกาลเทศะและให้ความร่วมมือในกิจกรรมของโรงเรียนและชุมชน

4. ด้านคุณธรรมและความประพฤติ คือ เป็นผู้ปฏิบัติหน้าที่อย่างซื่อสัตย์ มีความเมตตา กรุณา ยุติธรรมและประพฤติตนตามระเบียบวินัยครู มีกิริยาจาตุสภาพเรียบร้อย แต่งกายได้เหมาะสมกับอาชีพครู มีความกระตือรือร้นในการทำงาน ตรงต่อเวลา และเป็นผู้มีความยืดหยุ่น โดยยอมรับในความสามารถของตนและความแตกต่างระหว่างบุคคล

3.2.2.1 การพัฒนางานการสอน

สมศักดิ์ สันตุรเวชญ์ (2541 : 43 – 44) กล่าวว่า การประเมินตนเองของบุคลากรในโรงเรียนสามารถที่จะตรวจสอบการทำงานและพัฒนางานของตนเองได้จึงยึดกระบวนการทำงานของบุคลากรเป็นหลัก และกระบวนการทำงานของผู้สอนคือครูนั้น มีขั้นตอนดังนี้

1. ศึกษานโยบายการจัดการเรียนการสอนของโรงเรียน หลักสูตรและนักเรียน โดย

1.1. ศึกษานโยบายการจัดการเรียนการสอนของหมวดวิชา/กลุ่ม
ประสบการณ์

1.2. ศึกษาคำอธิบายรายวิชา

1.3. ศึกษาความรู้พื้นฐาน ความถนัด ความสนใจ เจตคติของนักเรียน

2. จัดทำแผนการสอนที่มีคุณภาพ โดย

2.1. วิเคราะห์คำอธิบายรายวิชา

2.2. วิเคราะห์จุดประสงค์และเนื้อหา

2.3. จัดทำกำหนดการสอน

2.4. เลือกรูปแบบการสอน สื่อ เครื่องมือที่สอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้

2.5. จัดทำแผนการสอน

2.6. จัดทำสื่อและเครื่องมือวัดผล

3. ดำเนินการสอนตามแผนการสอนได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดย

3.1. จัดกิจกรรมตามแผนการสอน เน้นนักเรียนเป็นศูนย์กลาง

3.2. จัดบรรยากาศด้านกายภาพ และด้านจิตใจที่เอื้อต่อการเรียนรู้

3.3. จัดกิจกรรมโดยใช้ยุทธศาสตร์การสอนอย่างหลากหลาย เพื่อให้ให้นักเรียนสามารถสร้างความรู้และเรียนรู้ด้วยตนเอง

สร้างสรรค์เต็มที่

- 3.4. จัดกิจกรรมให้นักเรียนได้แสดงออกอย่างอิสระเพื่อให้นักเรียน
- 3.5. ใช้เทคโนโลยีอย่างกว้างขวางเป็นเครื่องมือการเรียนรู้ของนักเรียน
- 3.6. ส่งเสริมการทำงานเป็นทีม
- 3.7. มีการเสริมแรงทางบวก
- 3.8. ให้นักเรียนฝึกปฏิบัติจริง
- 3.9. สร้างบทเรียนที่ท้าทายปัญญา
4. ประเมินผลการเรียนได้ถูกต้องตามหลักการ และระเบียบการประเมินผลโดย
 - 4.1. ให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง
 - 4.2. ใช้เครื่องมือตรงตามจุดประสงค์การเรียนรู้และมีการปรับปรุงพัฒนา
 - 4.3. วิเคราะห์หาจุดอ่อนของนักเรียนเพื่อช่วยผลักดันให้นักเรียนก้าวหน้า
 - 4.4. วิเคราะห์ผลการประเมินและนำผลไปใช้ปรับปรุงการเรียนการสอน
 - 4.5. จัดทำหลักฐานการประเมินผล
5. สอนซ่อมเสริมเพื่อให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ตามจุดประสงค์โดย
 - 5.1. จัดกลุ่มนักเรียนตามจุดประสงค์ที่ไม่ผ่าน
 - 5.2. ใช้เทคนิคการสอนที่เหมาะสมกับนักเรียน
 - 5.3. ประเมินผล และรายงานผลการสอนซ่อมเสริม
6. วิจัยในชั้นเรียน เพื่อปรับปรุงพัฒนาการเรียนการสอน โดย
 - 6.1. สำรวจเพื่อวินิจฉัยข้อบกพร่อง
 - 6.2. วิเคราะห์แนวทางในการแก้ไขข้อบกพร่อง
 - 6.3. ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับแนวทางแก้ไขข้อบกพร่อง
 - 6.4. กำหนดรูปแบบนวัตกรรม
 - 6.5. สร้างสื่อนวัตกรรม
 - 6.6. ทดลองใช้หาคุณภาพ
 - 6.7. สรุปผลการใช้

ในการศึกษาคุณภาพชีวิตด้านงานด้านอื่นๆนอกเหนือจากงานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ ผู้วิจัยได้เลือกคุณลักษณะที่นำมาเป็นกรอบในการวิจัยได้แก่ ลักษณะงาน ความรู้ความสามารถในงานที่รับผิดชอบ ความมีอิสระในการทำงาน ภาระงานที่รับผิดชอบ ความก้าวหน้าในงาน ความมั่นคงของงาน ความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงานและการมีส่วนร่วมพัฒนางาน

4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว

4.1. ครอบครัวกับคุณภาพชีวิต

อัจฉรา นวจินดา และขจีจิรัช ภิรมย์ธรรมศิริ(2532 : 18 – 21) กล่าวว่า ครอบครัวเป็นหน่วยเล็กที่สุดของสังคม เป็นสถาบันพื้นฐานที่ทำหน้าที่วางรากฐานให้แก่สถาบันอื่นในสังคม ครอบครัวจึงเป็นแหล่งกำเนิด เป็นแหล่งสร้างสุขภาพทั้งสุขภาพและสุขภาพจิตให้แก่มนุษย์ และเป็นแหล่งที่คุณภาพชีวิตของมนุษย์ได้รับการพัฒนาขึ้นมา คุณภาพชีวิตของประชากรแต่ละครอบครัวจะเป็นพื้นฐานคุณภาพของชุมชนและประเทศชาติ

4.2 หน้าที่ของครอบครัวในการพัฒนาสุขภาพกาย สุขภาพจิต และคุณภาพชีวิตในครอบครัว

ครอบครัวมีบทบาทและหน้าที่หลักในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของสมาชิกในครอบครัว โดยผ่านกิจกรรมที่สนองต่อความต้องการด้านร่างกายและจิตใจของสมาชิกในครอบครัว มีหน้าที่อบรมสั่งสอนให้สมาชิกในครอบครัวมีวิถีชีวิตที่มีส่วนร่วมในการพัฒนาสภาวะแวดล้อมด้านเศรษฐกิจและสังคม กลไกดังกล่าวนี้จะสร้างความมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีให้สมาชิกในครอบครัวซึ่งเป็นสิ่งที่พึงประสงค์และนำมาซึ่งความพึงพอใจในการดำเนินชีวิตของบุคคล ความสัมพันธ์ระหว่างหน้าที่ของครอบครัวต่อการสนองตอบความต้องการของบุคคลที่จะมีผลต่อความมีสุขภาพ และคุณภาพชีวิตของสมาชิกในครอบครัวมีดังนี้

4.2.1 หน้าที่ทางชีววิทยา คู่สมรสจะเป็นผู้สร้างครอบครัว และเป็นบิดามารดาผู้ให้กำเนิดแก่บุตร พื้นฐานด้านพันธุกรรมและภาวะทางจิตใจที่ดีของบิดาจะเป็นพื้นฐานที่สำคัญต่อการได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่ต้องการตามสภาวะปกติของบุตร และส่งผลถึงความมั่นคงทางด้านร่างกายและจิตใจของบุตรด้วย หน้าที่ทางชีววิทยาของบิดามารดา นับเป็นหน้าที่สำคัญที่สุดที่เกิดขึ้นในครอบครัวและไม่มีใครหรือสถาบันใดจะทำหน้าที่แทนได้

4.2.2 หน้าที่ปกป้องให้ความปลอดภัย บิดามารดาจะเป็นผู้ดูแลจัดหาปัจจัยพื้นฐานที่จำเป็นแก่ชีวิตให้แก่บุตร เช่น ขณะที่บุตรอยู่ในครรภ์ มารดาจะให้อาหารและออกซิเจนแก่บุตร บิดาจะช่วยสร้างสภาวะแวดล้อมที่เป็นผลดีต่อร่างกายและจิตใจของมารดา ขณะที่บุตรยังเล็กหรือแม้แต่เมื่อโตขึ้น บิดามารดาจะช่วยป้องกันอันตรายไม่ให้มาแฉ้วพานบุตร ทำให้บุตรได้รับการสนองตอบต่อความต้องการขั้นพื้นฐานด้านร่างกาย มีความรู้สึกปลอดภัยมั่นคงในชีวิต ในขณะที่เดียวกันก็ตระหนักถึงความรัก ความเป็นเจ้าของที่บิดามารดามีต่อตน และที่ตนมีต่อบิดามารดา ปัจจัยต่างๆเหล่านี้นำมาซึ่งความมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีของบุตร

4.2.3 หน้าที่ให้ความรัก บิดามารดาจะมีความรักให้แก่บุตรตั้งแต่บุตรได้เริ่มต้นชีวิตและความรักนี้จะคงอยู่และเพิ่มพูนต่อไปไม่ว่าบุตรจะมีลักษณะดีและไม่ดีอย่างไร แม้บุตรจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ความรักของ

บิดามารดาก็จะมั่นคงไม่เสื่อมคลาย ด้วยความรักดังกล่าวนี้ ทำให้บิดา มารดา มีความรับผิดชอบต่อการจัดหาปัจจัย 4 เพื่อสนองความต้องการด้านร่างกายให้แก่บุตร ให้การปกป้องคุ้มครองให้บุตรปลอดภัย ให้ความรัก ความอบอุ่น การอบรมสั่งสอน เพื่อให้บุตรเป็นที่รักใคร่นับถือและมีแนวทางการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องและ บรรลุถึงความสำเร็จของชีวิต ด้วยหน้าที่ให้ความรักของบิดามารดาดังกล่าวนี้จะช่วยทำให้บุตรเป็นผู้มีสุขภาพ ภายและสุขภาพจิตดี และนำมาซึ่งความมีคุณภาพชีวิตที่ดี

4.2.4 หน้าที่ให้การศึกษา วิทยาการสมัยใหม่สร้างสภาวะแวดล้อมเพื่อการเรียนรู้ของบุตรที่อยู่ใน ครรภ์ทำให้บิดามารดาเป็นครูของบุตรหรือผู้ให้ความรู้แก่บุตรนับตั้งแต่บุตรอยู่ในครรภ์ก็ว่าได้ และเมื่อบุตร คลอดออกมา ครูสองคนแรกของบุตรก็คือบิดามารดา การชี้แนะการช่วยเหลือ การอบรมบ่มนิสัยเพื่อการเรี ยนรู้ให้เกิดทักษะและประสบการณ์ในการดำรงชีวิตอย่างปลอดภัยทั้งด้านร่างกายและจิตใจของบุตรนับตั้งแต่ เล็กจนโต ก็จะมีบิดามารดาเป็นหลักในการให้ความรู้และประสบการณ์นั้นเสมอ นอกจากนี้การสรรหาปัจจัย แนวทางการแก้ปัญหาและส่งเสริมด้านการศึกษาในระบบการศึกษาเท่าที่บุตรจะศึกษาได้ก็เป็นภาระหน้าที่ที่ บิดาจะต้องรับผิดชอบเช่นเดียวกัน ทั้งนี้เนื่องจากการมีการศึกษาทำให้บุคคลสามารถจัดหาสิ่งที่สนองต่อ ความต้องการพื้นฐานด้านร่างกายได้ ทำให้บุคคลมีวิถีชีวิตที่ปลอดภัย มั่นคง เป็นที่รักใคร่นับถือ และประสบ ความสำเร็จสูงสุดตามที่ต้องการได้ จึงอาจกล่าวได้ว่าหน้าที่ให้การศึกษาของบิดามารดาหรือครอบครัว มีผลต่อการสร้างเสริมสุขภาพกาย สุขภาพจิตและการมีคุณภาพชีวิตให้แก่บุคคลโดยสมบูรณ์

4.2.5 หน้าที่กำหนดสถานภาพ เมื่อบุคคลเกิดในครอบครัวที่บิดามารดา มีฐานะอย่างไร เขาก็จะมี สถานภาพตามฐานะของบิดามารดาไปด้วยสถานภาพดังกล่าวนี้เรียกว่าสถานภาพกำเนิด (ascribed status) เช่น บุคคลเกิดในครอบครัวชาวนา ครอบครัวข้าราชการ เขาก็จะมีสถานภาพเป็นบุตรของชาวนาหรือบุตร ของข้าราชการไปด้วย ถ้าสังคมให้ความสำคัญในสถานภาพของชนชั้นต่างๆ ไม่เท่าเทียมกันหน้าที่ของ ครอบครัวในเรื่องการกำหนดฐานะนี้ จะมีผลต่อความรู้สึกทางด้านจิตใจของบุคคล เช่นความรู้สึกปลอดภัย มั่นคงทางจิตใจ การได้รับการยกย่องนับถือ หรือแม้แต่ความต้องการสู่ตำแหน่งที่สูงสุดของชีวิตก็อาจเป็น ผลกระทบจากสถานภาพตามกำเนิดนี้ได้ อย่างไรก็ตามบุคคลสามารถเปลี่ยนแปลงสถานภาพตามกำเนิดของตน ได้โดยสร้างฐานะของตนให้ตรงกับสภาพของชนชั้นที่ต้องการเรียกว่าเป็น สถานภาพที่จัดหามาภายหลัง (achieved status) บุคคลในแต่ละสถานภาพจะมีบทบาทและหน้าที่ต่างกันดังนั้นความต้องการและการได้รับ การตอบสนองต่อสิ่งที่ต้องการ ไม่ว่าจะเป็นความต้องการพื้นฐานด้านร่างกาย ด้านความปลอดภัยมั่นคง ความต้องการความรักความนับถือ หรือแม้แต่ความทะเยอทะยานให้บรรลุความสำเร็จในชีวิต ซึ่งจะมีผลต่อ สุขภาพกาย สุขภาพจิต และคุณภาพชีวิตของบุคคล ก็จะมีผลแตกต่างกันตามสถานภาพของบุคคลไปด้วย

4.2.6 หน้าที่ทางเศรษฐกิจ เป็นหน้าที่ที่สำคัญของบิดามารดาหรือสมาชิกในครอบครัวที่จะต้อง หารายได้เพื่อใช้จ่ายในครอบครัว ความต้องการเกือบทุกระดับของบุคคลในครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นความ

ต้องการขั้นพื้นฐานด้านปัจจัย 4 ความต้องการในระดับที่สูงขึ้น เช่น ความรู้สึกปลอดภัยมั่นคงทางร่างกายและจิตใจ ความเป็นที่รักหรือเป็นเจ้าของในตัวบุคคลหรือสิ่งของความเป็นที่นับถือหรือการมีชีวิตในสภาวะแวดล้อมที่น่ารื่นรมย์ ตลอดจนการบรรลุความสำเร็จในชีวิตล้วนแต่ต้องการปัจจัยด้านเศรษฐกิจมาสนับสนุนทั้งสิ้น การมีปัจจัยด้านเศรษฐกิจอย่างเพียงพอของครอบครัวจึงเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาสุขภาพกาย สุขภาพจิตและคุณภาพชีวิตของบุคคลโดยครอบครัว

4.2.7 หน้าที่ทางสันตนาการ หมายถึงหน้าที่ก่อให้เกิดกิจกรรมที่นำมาซึ่งความผ่อนคลาย ความเคร่งเครียดของอารมณ์ก่อให้เกิดความสนุกสนานรื่นรมย์เกิดความพึงพอใจในชีวิตแวดล้อมจึงเป็นหน้าที่สำคัญอย่างหนึ่งของสมาชิกในครอบครัวที่จะต้องใช้เวลาให้แก่กิจกรรมที่นำความสนุกสนานสร้างความรู้สึกอบอุ่น รักใคร่ปรองดองกันในหมู่สมาชิกในครอบครัว กิจกรรมดังกล่าวนี้ ถ้าเป็นกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวออกกำลัง ก็จะเป็นผลดีต่อสุขภาพกาย ถ้าเป็นกิจกรรมที่อยู่กับที่ก็อาจสร้างความรู้สึกลดลง มั่นคงทางจิตใจ ความรู้สึกพึงพอใจในชีวิตก็จะบังเกิดขึ้นซึ่งเป็นลักษณะของบุคคลที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี

4.2.8 หน้าที่ทางศาสนา ทุกศาสนามีหลักการเหมือนกัน ในเรื่องมุ่งสั่งสอนให้ทุกคนทำความดีมีแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องและอยู่ร่วมกันในสังคมได้โดยไม่เบียดเบียนกัน ไม่ว่ามนุษย์หรือสัตว์จึงเป็นหน้าที่สำคัญของครอบครัวที่จะต้องมีการศึกษาในศาสนายึดถือธรรมะของศาสนามาใช้ในการดำเนินชีวิต ปฏิบัติศาสนกิจอย่างสม่ำเสมอ ทำให้เกิดกิเลสที่เป็นปัจจัยในการประพฤติปฏิบัติมิชอบ ไม่มีโอกาสแสดงออก สมาชิกในครอบครัวย่อมมีความรู้สึกมั่นคงในจิตใจ มีการแสดงออกที่ทำให้เกิดความอบอุ่น ไว้วางใจ และเป็นที่น่าเชื่อถือของบุคคลทั่วไป ย่อมช่วยให้บุคคลมีสุขภาพจิตที่ดีมี ความพึงพอใจในชีวิต และนำมาซึ่งความมีคุณภาพชีวิตในที่สุด

4.3. ความสัมพันธ์ในครอบครัว

ความสัมพันธ์ในครอบครัว หมายถึง ความผูกพัน ความรัก ความเข้าใจ การให้อภัยซึ่งกันและกัน ตลอดจนการปฏิบัติต่อกันอย่างอบอุ่นระหว่าง สามีภรรยา ลูก และญาติพี่น้อง ถ้าครอบครัวใดมีความสัมพันธ์อันดีและมีความสามัคคีเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ก็จะเป็นเหมือนเกราะที่คุ้มครองสมาชิกในครอบครัวให้เกิดความมั่นคงและอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข สำหรับองค์ประกอบสำคัญในการสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวมีดังนี้

4.3.1. การมีความรู้และความเข้าใจซึ่งกันและกัน เช่น เข้าใจในความต้องการของแต่ละฝ่ายเข้าใจในความอ่อนแอ ความเข้มแข็ง ความบกพร่อง และความสามารถแต่ละฝ่าย ในบทบาทหน้าที่ของตนเองและคู่สมรสเป็นต้น ทั้งความรักความเข้าใจจะสามารถช่วยกันแก้ไข หรือปิดเป่าอุปสรรคและปัญหาต่าง ๆ ที่บังเกิดขึ้นในครอบครัวได้โดยสันติวิธี

4.3.2. การแสดงความจริงใจต่อกัน เช่น มีความเลื่อมใสศรัทธา ความเชื่อถือและไว้วางใจตลอดจนความเชื่อมั่นต่อกันและกัน โดยต่างฝ่ายต้องมีความซื่อสัตย์และจริงใจต่อกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งทั้งคู่ควรหลีกเลี่ยงการแสดงพฤติกรรมในทางที่จะแสดงให้เห็นถึงความนอกใจหรือไม่จริงใจต่อกัน

4.3.3 ความอดทนและการให้อภัย ไม่มีสามีภรรยาใครที่จะไม่ประสบข้อขัดแย้ง หรือปัญหายุ่งยากกังวลใจในชีวิตสมรส ถ้าระลึกได้เช่นนี้แล้ว ในฐานะสามีภรรยาที่ดีควรจะพยายามมองข้ามข้อบกพร่องเล็กๆ น้อยๆ ของกันและกัน และเมื่อมีอะไรเกิดขึ้นควรจะให้เห็นหน้าเข้าหากัน ร่วมปรึกษาหารือถึงปัญหาและช่วยกันแก้ไขต่อไป

4.3.4. การมีประชาธิปไตยในครอบครัว เช่น การไม่ก้าวล่วงไปในสิทธิของแต่ละฝ่ายมากเกินไป ควรมีความยกย่องนับถือและความเกรงอกเกรงใจ ไม่ล่วงเกินอีกฝ่ายหนึ่ง

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัย ได้เลือกคุณลักษณะที่สำคัญและเกี่ยวข้องเพื่อนำมาเป็นกรอบความคิดในการศึกษาคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว ได้แก่ ให้ความรักเอาใจใส่สมาชิกครอบครัว รับผิดชอบต่อภาระหน้าที่ที่มีต่อครอบครัว เคารพในสิทธิของสมาชิกครอบครัว ให้ความร่วมมือในการแก้ไขปัญหาของครอบครัว และอดทนให้อภัยซึ่งกันและกัน

5. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตด้านสังคม

มนุษย์ทุกคนย่อมต้องเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับสังคม มนุษย์จะอยู่หรือมีชีวิต อยู่โดยลำพังคงไม่ได้ เพราะมนุษย์จะต้องเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กันเพื่อความอยู่รอดเพื่อสนองความต้องการและช่วยแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น โดยอาศัยการกระทำร่วมกันและต้องอาศัยกลุ่มสังคม เมื่อมนุษย์ต้องเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กันจำเป็นต้องสร้างบรรทัดฐาน(Social Norms) เพื่อใช้ในการกระทำต่อกัน (Social Interaction) เพื่อจะได้ไม่ละเมิดต่อสิทธิเสรีภาพของกันและกัน เพื่อหาแนวทางกระทำต่อกันเพื่อก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด (ณรงค์ เสียงประชา : 2541 : 25)

การที่มนุษย์อยู่รวมกันเป็นกลุ่ม ทำให้มีการเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กันมากขึ้น ทั้งคนในกลุ่มของตนและระหว่างกลุ่ม ทั้งนี้เนื่องจากทุกคนทุกกลุ่มต่างก็มีปัญหา โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เมื่อมาอยู่ร่วมกันมีการติดต่อกันจึงเกิดสิ่งเร้าและมีการตอบสนองต่อกัน ดังนั้น จึงเกิดการกระทำต่อกันในรูปแบบต่างๆ ซึ่งบางรูปแบบก็อาจก่อให้เกิดผลดี แต่บางรูปแบบก็ก่อให้เกิดผลเสียต่อสังคมก็ได้รูปแบบของการกระทำต่อกันมีดังนี้

1) การร่วมมือกัน (Cooperation) เป็นการกระทำร่วมกันของบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปเพื่อจุดมุ่งหมายอย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งอาจเป็นจุดมุ่งหมายร่วมกันหรือจุดมุ่งหมายเฉพาะของแต่ละบุคคลก็ได้ อย่างเช่นในหน่วยงานราชการ ข้าราชการอาจร่วมมือร่วมกำลังกันทำงาน คนหนึ่งมีจุดมุ่งหวังเพื่อให้ได้

เงินเดือนของคนเพิ่ม แต่อีกคนหนึ่งทำงานเพื่ออุดมคติก็ได้อย่างไรก็ตามการร่วมมือกันย่อมมีผลดี และอย่างน้อยก็ช่วยให้สังคมอยู่รอด การร่วมมือกันจะปรากฏเห็นได้เด่นชัดในกลุ่มปฐมภูมิมากกว่ากลุ่มทุติยภูมิ โดยทั่วไปแล้วการร่วมมือย่อมก่อประโยชน์แก่ทั้ง 2 ฝ่ายแต่อาจได้ประโยชน์ไม่เท่ากัน ฝ่ายที่ได้ประโยชน์มากกว่าคือฝ่ายที่แข็งแรงกว่า นอกจากนั้น การร่วมมือกันอย่างใกล้ชิดอาจทำให้เกิดความสนิทสนมกันยิ่งขึ้น และถ้าเป็นการร่วมมือระดับกลุ่มก็อาจก่อให้เกิดการรวมกลุ่มกันได้ กลุ่มเล็กอาจถูกรวมเข้าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มใหญ่

2) การแข่งขัน (Competition) เป็นความพยายามที่จะเอาชนะคู่แข่ง หรือฝ่ายตรงกันข้ามเพื่อวัตถุประสงค์ใดวัตถุประสงค์หนึ่ง เช่น เพื่อตำแหน่งทางการเมือง เพื่อให้ขายสินค้าของตนได้มากกว่า โดยทั่วไปการแข่งขันย่อมมาจากค่านิยมของสังคม เช่น ค่านิยมในอาชีพ ในปริญญาบัตร การแข่งขันเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในทุกสังคม และจากการศึกษาพบว่า การแข่งขันย่อมก่อให้เกิดประโยชน์ เพราะจะเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดการต่อสู้ดิ้นรนเพื่อเอาชนะคู่แข่ง ยิ่งถ้าหากการแข่งขันนั้นมีกติกาที่เหมาะสมและมีการดำเนินไปตามกติกาที่กำหนดก็ยิ่งจะก่อให้เกิดผลดีมากขึ้น อย่างไรก็ตาม การแข่งขันอาจก่อให้เกิดผลเสียขึ้นก็ได้ เช่น อาจก่อให้เกิดความเกลียดชังกัน เป็นศัตรูกันในระหว่างผู้แข่งขันก็ได้ หรืออาจก่อให้เกิดการขัดแย้งกันในโอกาสต่อไปก็ได้

3) การขัดแย้ง (Conflict) เป็นความสัมพันธ์ของมนุษย์ที่แสดงออกมาในลักษณะของการคัดค้านต่อต้าน หรือบังคับซึ่งกันและกัน เมื่อการแข่งขันมีความรุนแรงมากขึ้น และต่างฝ่ายต่างก็ไม่ยอมรับกติกา ไม่ยอมรับบรรทัดฐานทางสังคม ก็จะเกิดการถิรอนหรือทำร้ายสมาชิกอีกฝ่ายหนึ่ง หรือทำร้ายต่ออีกกลุ่มหนึ่ง การขัดแย้งอาจเกิดจากผลประโยชน์ขัดกัน เป้าหมายและอุดมการณ์ขัดกัน หรือมีแนวคิดต่างกัน โดยทั่วไปแล้วการขัดแย้งมักก่อให้เกิดผลเสีย ทำให้เกิดการโต้ตอบแก้เผ็ดซึ่งกันและกัน การขัดแย้งกันสามารถที่จะทำลายล้างความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของกลุ่มก็ได้ อาจก่อให้เกิดการแตกแยก และเสียกำลังอำนาจของกลุ่ม แต่ถ้าเกิดการขัดแย้งระหว่างกลุ่ม จะมีผลให้แต่ละกลุ่มเกิดความสามัคคีรวมตัวกันเพื่อเอาชนะอีกกลุ่มหนึ่ง

4) การผ่อนปรนเข้าหากัน (Accommodation) เป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยลดการขัดแย้งกันของกลุ่ม โดยทั่วไปการผ่อนปรนเข้าหากันจะเกิดขึ้นเมื่อคู่กรณีหรือระหว่างกลุ่มเกิดการขัดแย้งกัน เห็นว่าการขัดแย้งนั้น ๆ ไม่ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ฝ่ายตน หรือมองเห็นว่าตนเป็นฝ่ายเสียเปรียบ จึงได้มาทำข้อตกลงซึ่งอาจเป็นการชั่วคราวหรือถาวรก็ได้ แต่สภาพของการขัดแย้งยังอาจมีอยู่ในแต่ละฝ่าย การผ่อนปรนเข้าหากันเป็นกระบวนการทางสังคมที่แต่ละกลุ่มต่างก็ปรับตัวเข้าหากัน โดยที่ต่างฝ่ายยังคงรักษาเอกลักษณ์และผลประโยชน์ของตนเท่าที่จะทำได้ แต่ถ้าฝ่ายใดมีกำลังอำนาจมากกว่าย่อมมีโอกาสเรียกร้องได้มากกว่า

5) การผสมกลมกลืน (Assimilation) เป็นกระบวนการปรับตัวของอีกฝ่ายหนึ่งให้เข้ากับอีกฝ่ายหนึ่ง โดยรับเอาวัฒนธรรมของอีกฝ่ายหนึ่งมาเป็นของตน กระบวนการนี้มักจะค่อยเป็นค่อยไปและใช้เวลานาน ซึ่งจะเป็นผลให้ความแตกต่างระหว่างกลุ่มหรือระหว่างบุคคลน้อยลงไปโดยลำดับ ตัวอย่างของการผสมกลมกลืน เช่น ชาวจีนที่เข้ามาอยู่ในประเทศไทย จะค่อยๆ ปรับตัวโดยละทิ้ง วัฒนธรรมเดิม และรับเอาวัฒนธรรมใหม่มาใช้แทน ในที่สุดก็จะมีลักษณะชีวิตความเป็นอยู่ ค่านิยม ฯลฯ เหมือนๆ กับคนไทยโดยทั่วไป มนุษย์เราเมื่อมาอยู่ร่วมกันย่อมจะต้องมีการกระทำต่อกันทางสังคม และการกระทำต่อกันนั้นๆ ถ้าจะให้เกิดผลดี ต้องอยู่ในรูปของการร่วมมือร่วมใจ ช่วยกันทำ ช่วยกันแก้ปัญหาและช่วยกันเพื่อให้ได้มาในสิ่งที่ต้องการ ในสิ่งที่ประ โยชน์ต่อสังคม การกระทำต่อกันในรูปแบบอื่นๆ เช่น การแก่งแย่งแข่งขัน การเอารัดเอาเปรียบกัน ไม่ควรส่งเสริมให้เกิดขึ้นอย่างไรก็ตามการกระทำต่อกันย่อมต้องอยู่ในกรอบต้องเป็นไปตามบรรทัดฐานทางสังคม และเมื่อนั้นผู้คนในสังคมจะอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขและเจริญรุ่งเรืองด้วยดี

ในการศึกษาคุณภาพชีวิตด้านสังคม ผู้วิจัยเลือกคุณลักษณะที่เกี่ยวข้อง ได้แก่มีสัมพันธภาพที่ดีกับสมาชิกในชุมชน มีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชนและให้ความร่วมมือในการพัฒนาชุมชนมาเป็นกรอบในการวิจัย

6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิต

อุทุมพร จามรมาน (2528:บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง คุณภาพชีวิตของคนกรุงเทพมหานคร พบว่า องค์ประกอบที่สำคัญต่อคุณภาพชีวิต เรียงตามลำดับความสำคัญมากที่สุดถึงน้อยที่สุดคือ ทัศนคติต่อการมีชีวิตในกรุงเทพมหานคร การเป็นเจ้าของบริการของรัฐ สุขอนามัย อาชีพ หลักการแสวงหาความรู้ ความบันเทิง อาชีพรอง ลักษณะความเป็นอยู่ นันทนาการ การถือครองบ้านและที่ดิน ซึ่งองค์ประกอบทั้ง 10 ตัวนี้ มีค่าคุณภาพชีวิตที่ใกล้เคียงกัน ดังนั้น องค์ประกอบทั้งหมดนี้ ต่างมีความสำคัญต่อการวัดคุณภาพชีวิตที่ใกล้เคียงกัน

ศรี ผ่อง จิตกรณกิจศิลป์ (2528:บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องการรับรู้เรื่องคุณภาพชีวิตของผู้อาศัยอยู่ในอาคารสงเคราะห์ของการเคหะแห่งชาติเขตห้วยขวาง พบว่าปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดคุณภาพชีวิตขึ้นอยู่กับอาหาร เครื่องนุ่งห่ม สุขภาพอนามัย ที่อยู่อาศัย รายได้ บริการทางสังคม ความมั่นคง และความก้าวหน้าในงาน ชื่อเสียงเกียรติยศ สิทธิเสรีภาพ การศึกษา สังคม และสิ่งแวดล้อม ศาสนา ขนบธรรมเนียม ประเพณี วัฒนธรรม

สุวรรณี พร้อมเพรียงชัย (2534.บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องความรู้ความเข้าใจเรื่องความจำเป็นพื้นฐาน และการนำเกณฑ์ปฏิบัติพื้นฐานไปใช้ในระดับประถมศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตจังหวัดบุรีรัมย์ ผลการศึกษา พบว่า ครูที่มี เพศ อายุ ประสบการณ์ในการสอน และสาขาวิชาที่ศึกษาอยู่แตกต่างกัน มีความรู้ความเข้าใจในความจำเป็นพื้นฐาน และมีการนำเกณฑ์ปฏิบัติพื้นฐาน ไปใช้สถานศึกษา แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ครูประจำการมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องพื้นฐานในระดับสูงและต่ำ มีความจำเป็นพื้นฐาน และมีการนำเกณฑ์ปฏิบัติพื้นฐาน ไปใช้ในสถานศึกษาแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

สมฤทธิ์ อินทราทิพย์ (2529 : บทคัดย่อ) ได้ทำวิจัยเรื่องแนวทางการปรับปรุงคุณภาพชีวิต และการแก้ไขปัญหาสุขภาพอนามัยของประชาชนในเขตชุมชนเมืองชั้นนอกของกรุงเทพมหานคร โดยการสัมภาษณ์หัวหน้าครอบครัว จำนวน 939 คน ผลการวิจัย พบว่า ในด้านสภาพแวดล้อมส่วนใหญ่ รักษาความสะอาดได้ดีพอสมควร มีร้อยละ 30 ที่ยังสกปรก การเก็บขยะมูลฝอยไม่ได้กระทำอย่างจริงจัง บริเวณใต้ถุนบ้านมีน้ำขังร้อยละ 56.07 ขาดแคลนน้ำดื่ม น้ำใช้ที่ถูกสุขลักษณะ ในด้านสุขภาพอนามัย พบว่า มีโรคระบบทางเดินอาหารทางเดินหายใจและโรคที่นำโดยแมลงและสัตว์นำโรคมีการเสียชีวิตของเด็กอายุต่ำกว่า 1 ปี มีการคุมกำเนิดร้อยละ 62.75 สตรีที่ตั้งครรภ์ มีการฝากครรภ์กับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ร้อยละ 96.77

นาถฤดี ผลโภค (2527 : บทคัดย่อ) ได้ทำวิจัยเรื่อง ความคิดเห็นของผู้ปกครองเกี่ยวกับการศึกษา เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร โดยส่งแบบสอบถามไปยังผู้ปกครองนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ ที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนรัฐบาลเขตกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2526 จำนวน 432 คน ผลการวิจัย พบว่า ผู้ปกครองกลุ่มฐานะทางเศรษฐกิจสูง ปานกลาง และต่ำ มีความคิดเห็นต่อระดับการศึกษาสูงสุดที่คาดว่าจะให้นักเรียนได้รับแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สำหรับในเรื่องการจัดการศึกษาเพื่อเป็น แนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนนั้น พบว่าผู้ปกครองกลุ่มฐานะทางสังคมและเศรษฐกิจระดับสูง มีความคิดเห็นแตกต่างจากผู้ปกครองของฐานะ เศรษฐกิจ และสังคมระดับปานกลาง และต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนผู้ปกครองที่มีฐานะทางสังคมและเศรษฐกิจระดับกลาง และระดับต่ำ มีความคิดเห็นไม่แตกต่างกันในข้อคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดการศึกษา เพื่อสนองความต้องการพื้นฐานด้านร่างกาย ด้านสติปัญญา และด้านคุณธรรม สำหรับข้อคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดการศึกษาเพื่อสนองความต้องการพื้นฐานด้านสังคม ผู้ปกครองทั้ง 3 กลุ่มมีความคิดเห็นไม่แตกต่างกัน และในเรื่องบทบาทของผู้ปกครองที่มีต่อการศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียน พบว่า ผู้ปกครองกลุ่มฐานะทางสังคมและเศรษฐกิจสูงมีความเห็นแตกต่างจากผู้ปกครองกลุ่มฐานะทางสังคมและเศรษฐกิจระดับกลางและต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ประภา แทนนิล (2529 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัย เรื่องการทดลองสอนจิตวิทยาในชีวิตประจำวันเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษา โดยทดลองกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่2 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่5 ของโรงเรียนไชยาวิทยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี ผลการวิจัย พบว่านักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการสอนจิตวิทยาในชีวิตประจำวัน มีการพัฒนาคุณภาพชีวิตสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนที่ต่างเพศและต่างระดับชั้นกันมีความแตกต่างในการพัฒนาคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

คลฤติ เนตรเจริญ (2531 : บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่อง การประเมินบริบทของการนำเกณฑ์ปฏิบัติพื้นฐาน ไปปฏิบัติในสถานศึกษา เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของเยาวชน และประชาชนของครูระดับประถมศึกษาในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา2530 จำนวน 663 คน ผลการศึกษา พบว่า

1. ครูระดับประถมศึกษามีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความจำเป็นพื้นฐาน เครื่องชี้วัดความจำเป็นพื้นฐาน เกณฑ์ปฏิบัติพื้นฐาน และการนำเกณฑ์ปฏิบัติพื้นฐาน ไปปฏิบัติในสถานศึกษาโดยรวม และแต่ละเรื่องในระดับปานกลาง

2. ครูที่มีเพศ และวุฒิทางการศึกษาต่างกัน มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความจำเป็นพื้นฐาน เครื่องชี้วัดความจำเป็นพื้นฐาน เกณฑ์ปฏิบัติพื้นฐาน และการนำเกณฑ์ปฏิบัติพื้นฐาน ไปปฏิบัติในสถานศึกษา เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของเยาวชนและประชาชนไม่แตกต่างกัน

3. ครู ที่มีอายุ ความรับผิดชอบในการสอนกลุ่มวิชาต่างกัน มีความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับความจำเป็นพื้นฐาน เครื่องชี้วัดความจำเป็นพื้นฐาน เกณฑ์ปฏิบัติพื้นฐาน และการนำเกณฑ์ปฏิบัติพื้นฐาน ไปปฏิบัติในสถานศึกษาหรือพัฒนาคุณภาพชีวิตของเยาวชนและประชาชนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 ตามลำดับ

4. ครูประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร มีความคาดหวังต่อการนำเกณฑ์ปฏิบัติพื้นฐาน ไปปฏิบัติในสถานศึกษา เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของเยาวชนและประชาชนในระดับปานกลาง

5. ครูที่มีเพศ วุฒิการศึกษา และประสบการณ์ทางการสอนต่างกัน มีความคาดหวังต่อการนำเกณฑ์ปฏิบัติพื้นฐาน ไปปฏิบัติในสถานศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของเยาวชนและประชาชน โดยส่วนรวมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

6. ครูที่มีอายุ และความรับผิดชอบ ในการสอนกลุ่มวิชาต่างกัน มีความคาดหวังต่อการนำเกณฑ์ปฏิบัติพื้นฐาน ไปปฏิบัติในสถานศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของเยาวชนและประชาชน โดยส่วนรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 ตามลำดับ

จิตชัย สนั่นเสียง (2529 : บทคัดย่อ) ทำการวิจัยเรื่อง การรับรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตขั้นต่ำของครู ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา จำนวน 450 คนพบว่า

1. ครูชายและครูหญิง มีการรับรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตขั้นต่ำตามองค์ประกอบที่บ่งถึงคุณภาพชีวิตทางด้านสมาชิกในครอบครัวรายได้ ที่อยู่อาศัย สุขภาพอนามัย ปริมาณอาหารหลัก หมู่ที่ 1 หมู่ 3 และ หมู่ที่ 5 ตลอดจนเครื่องนุ่งห่ม แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติแต่องค์ประกอบที่แสดงถึงคุณภาพชีวิตทางด้านอายุแรกสมรส จำนวนบุตร เครื่องนุ่งห่ม การศึกษาปริมาณอาหารหลักหมู่ที่ 2 และหมู่ที่ 4 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ครูที่มีอายุต่างกัน มีการรับรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตขั้นต่ำตามองค์ประกอบที่บ่งถึงคุณภาพชีวิตด้านสมาชิกในครอบครัว ที่อยู่อาศัย (ขนาดบ้านและพื้นที่) เครื่องนุ่งห่ม สุขภาพอนามัย อาหารหลักหมู่ที่ 1,2,3, และ 5 ไม่แตกต่างกัน แต่องค์ประกอบด้านการศึกษา อายุแรกสมรส จำนวนบุตร รายได้ ที่อยู่อาศัย (ราคาบ้าน) และอาหารหลักหมู่ที่ 4 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ครูที่มีประสบการณ์การสอนต่างกันมีการรับรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตขั้นต่ำตามองค์ประกอบด้านอายุแรกสมรส การศึกษา ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม สุขภาพอนามัย อาหารหลักหมู่ที่ 3,4 และ 5 แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติแต่องค์ประกอบด้านการศึกษา รายได้ และที่อยู่อาศัยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ครูโสดและครูที่สมรส มีการรับรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตขั้นต่ำ ด้านจำนวนบุตร สมาชิกในครอบครัว รายได้ การศึกษา ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่มและอาหารแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่องค์ประกอบด้านอายุแรกสมรส เครื่องนุ่งห่ม และสุขภาพอนามัยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ ที่ระดับ .05

5. ครูที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีการรับรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตขั้นต่ำ ด้านอายุแรกสมรส จำนวนบุตร สมาชิกในครอบครัว รายได้ เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย สุขภาพอนามัยและอาหารแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่องค์ประกอบด้านการศึกษา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

สุพรรณณี ไชยอำพร และสนธิ สมัครงการ(2534 : บทคัดย่อ) ได้ทำวิจัยเรื่องคุณภาพชีวิตของคนไทยศึกษาเปรียบเทียบระหว่างชาวเมืองกับชาวนา โดยใช้แบบสัมภาษณ์ที่มีโครงสร้างแน่นอน ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 600 ราย เป็นผู้ที่อยู่ในกรุงเทพฯ 200 ราย แยกเป็นอยู่ในเขตชุมชนแออัด 100 ราย และนอกชุมชนแออัด 100 ราย และอยู่ใน 8 จังหวัดของภาคกลาง อีก 400 ราย โดยอยู่ในเขตเทศบาล 200 ราย และอยู่ในชนบทนอกเขตเทศบาลอีก 200 ราย ผลการศึกษาพบว่า คนไทยในกรุงเทพมหานครและจังหวัดภาคกลาง ส่วนมากมีความพึงพอใจในชีวิตของตนเอง มิติชีวิตที่แสดงความพึงพอใจสูงมาก ได้แก่ ครอบครัว

ตนเอง สังคม สุขภาพอนามัย ความเชื่อและศาสนา มีความแตกต่างกันอยู่บ้าง ระหว่างกลุ่มที่อยู่ในเขตเมืองกับชนบท ที่สำคัญก็คือเรื่องของการงานรวมทั้งรายได้ด้วย พบว่า ผู้ที่อยู่ในเขตชนบทและชุมชนแออัดของกรุงเทพมหานครมีความพึงพอใจต่ำ แต่ผู้ที่อยู่นอกเขตชุมชนแออัดของกรุงเทพและในเขตเทศบาล ของจังหวัดภาคกลาง มีความพึงพอใจค่อนข้างสูง โดยรวมแล้วพอจะสรุปได้ว่าคนไทยส่วนมากทั้งในกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัดมีความพึงพอใจในสภาพชีวิตของตนในปัจจุบัน

แอนครู และวิธเรย์ (Andrew and Withey.1978) ได้ศึกษาเรื่อง “ดัชนี เครื่องชี้ความผาสุก” การรับรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของชาวอเมริกัน เพื่อหาว่าการรับรู้เกี่ยวกับ เรื่องความผาสุกของชาวอเมริกันกลุ่มต่างๆและเพื่อพัฒนาเครื่องมือวัดการรับรู้เกี่ยวกับ คุณภาพชีวิตของชาวอเมริกันใช้กลุ่มตัวอย่าง 5,000 คน ศึกษาตัวแปรด้านเพศ อายุ ชาติพันธุ์ ชีวิตครอบครัวและฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม ผลการวิจัย พบว่าตัวแปรด้านเพศ ไม่ทำให้การรับรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตต่างกัน ตัวแปรด้านอายุทำให้มีการรับรู้ต่างกันระหว่างกลุ่มเด็ก กับกลุ่มผู้สูงอายุ ทางด้านชีวิตครอบครัว พบว่า กลุ่มที่แต่งงานกับกลุ่มที่ไม่ได้แต่งงาน กลุ่มที่แต่งงานแล้วไม่มีบุตร กับกลุ่มที่ยัง ไม่ได้แต่งงานมีเด็กอยู่ในการดูแล มีการรับรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันทางด้านฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม พบว่าการรับรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของกลุ่มที่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมสูงและต่ำแตกต่างกัน ทางด้านชาติพันธุ์ พบว่า ชาวผิวขาวกับ ชาวผิวดำ มีการรับรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน

มาเรียน (Marion. 1977) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรายได้ที่เป็นรูปธรรม เช่น เงินเดือน กับนามธรรม เช่น เกียรติยศ ชื่อเสียงของครอบครัว ที่มีต่อคุณภาพชีวิตโดยทำการสัมภาษณ์ชาวอเมริกัน 1,046 คน พบว่าการมีรายได้ที่เพียงพอของครอบครัว ที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต

เกรสเวล และคนอื่นๆ (ประภาเพ็ญ สุวรรณ. 2533 ; อ้างอิงมาจากCresswell and others. 1981) ได้ศึกษาเรื่องการวัดการรับรู้คุณภาพชีวิตและความเครียดในชีวิตในกลุ่มคนงานในโรงพยาบาลโดยศึกษาคุณภาพชีวิตและความเครียดโดยใช้แบบวัดเหตุการณ์ในชีวิต(Life Events Inventory)และแบบวัดการรับรู้คุณภาพชีวิต(The Perceived Quality of Life : PQOL) ผลการวิจัยพบว่าการสนับสนุนจากครอบครัวมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตและผู้ที่มิคุณภาพชีวิตต่ำเป็นผู้ที่แยกทางกับคู่สมรส

กิลล์ และ วิลส์ (สุพรรณิ ไชยอำพร และสนิท สมัครการ 2534 ; อ้างอิงมาจาก Gill and Wills. 1990) ได้ศึกษาการรับรู้คุณภาพชีวิตในกลุ่มที่อาศัยอยู่ในเขตรอบตัวเมืองและชนบทศึกษา กรณีเมืองสเตอร์ทไคนาและอัลเบอร์ตา ในประเทศแคนาดา โดยศึกษากับตัวแปร 2 ตัวคือ 1)ความพึงพอใจความเป็นอยู่ในเมือง 2)การรับรู้ความเป็นอยู่ของตนเอง ผลการวิจัยพบว่า การมีมาตรฐานของชีวิตที่ดี การมีเพื่อนสนิท ความสัมพันธ์ในครอบครัวและสุขภาพของบุคคล เป็นตัวแปรที่ทำนายคุณภาพชีวิต โดยรวมของบุคคล

วอลต์ และเบอร์นาค(สุวรรณี พร้อมเพรียงชัย. 2534 ; อ้างอิงมาจาก Walty and Bernhad. 1988) ได้ศึกษาตัวแปรด้านสุขภาพ การรับรู้ประสิทธิภาพในคนเพื่อทำนายคุณภาพชีวิตในรอบ 5 ปี หลังจากเป็นโรคหัวใจ โดยศึกษากับกลุ่มคนที่เป็นโรคหัวใจ 400 คน และคู่สมรสซึ่งศึกษาการเปลี่ยนแปลงคุณภาพชีวิตด้านกายภาพ และจิตใจในช่วงที่เป็นโรคหัวใจ ผลจากการศึกษาพบว่า การรับรู้ทางสุขภาพ การรับรู้การมีประสิทธิภาพในคนและสภาพแวดล้อมทางสังคมมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต

ออสทรูต (Ostroot. 1982) และ แอทกินสัน (Atkinson. 1982) ได้ทำการศึกษาองค์ประกอบที่บ่งถึง คุณภาพชีวิต ปรากฏผลใกล้เคียงกัน คือ พบว่ามีองค์ประกอบทางด้านที่อยู่อาศัย การศึกษา รายได้ เพื่อนบ้าน การใช้เวลาว่าง สุขภาพอนามัย การมีงานทำและความปลอดภัย

ไมคาลอส (Michalos. 1980)และ บารัควัล (Bharadwai. 1980) ได้ศึกษาพบว่า องค์ประกอบที่บ่งถึงคุณภาพชีวิตที่เหมือนกันคือ ที่อยู่อาศัย การศึกษา รายได้ เวลาว่าง การมีงานทำ ชีวิตครอบครัว ความปลอดภัย ชุมชนและรัฐบาล

วิลเลเจอร์ (Wheeler. 1991) ได้ศึกษาทฤษฎีและ โครงสร้างเชิงประจักษ์ของภาวะความเป็นอยู่ดี โดยศึกษาสุขภาพและความเป็นอยู่ดี ซึ่งประกอบด้วยองค์ประกอบ ต่างๆ 30 องค์ประกอบแยกเป็น 7 ด้าน คือ 1.) อารมณ์ มีอยู่ทั้งหมด 5 องค์ประกอบ 2.) ความเชื่อในเรื่องของศาสนา วิญญาณ คุณค่าของชีวิต จรรยา และการมีเป้าหมายในชีวิต มีทั้งหมด 6 องค์ประกอบ 3.) ลักษณะส่วนบุคคล คือความเป็นคนเปิดกว้าง การมีทัศนคติที่ดีต่อสุขภาพ ความเชื่ออำนาจในตน การรักษาสุขภาพ การรักษาเวลา และบุคลิกภาพแบบบี ทั้งหมด 6 องค์ประกอบ 4.) พฤติกรรมของบุคคล ได้แก่ การออกกำลังกาย การใช้เวลาว่าง การปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพพฤติกรรมของการกิน มีการพักผ่อน การใช้สารเสพติด และการตอบสนองต่อการแก้ปัญหา มีทั้งหมด 8 องค์ประกอบ 5.) ด้านสถานการณ์ ได้แก่ ความสัมพันธ์ทางสังคม ความวิตกกังวลด้านการเงิน การงานอาชีพ ความก้าวหน้า และสภาพแวดล้อมทางกายภาพมีทั้งหมด 5 องค์ประกอบ 6.) ด้านประสบการณ์ คือ เหตุการณ์ต่างๆ ที่มีการเปลี่ยนแปลงในรอบ 5ปีที่ผ่านมา 7.) ด้านสุขภาพ คือ การดูแลสุขภาพ การเจ็บป่วยในรอบ 1 เดือนที่ผ่านมา วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์องค์ประกอบพบว่า องค์ประกอบที่สัมพันธ์กัน 4 องค์ประกอบ คือ อารมณ์ ความเชื่อ ลักษณะของบุคคล และสุขภาพ มีความสัมพันธ์กัน และวิลเลเจอร์ ได้สรุปว่า ในการศึกษาความอยู่ดีจำเป็นต้องอาศัยตัวแปรทางจิตหลายๆ ตัวประกอบ

แมคเคนเนล และคณะ (Mckennell and others. 1983) ได้ศึกษาเรื่ององค์ประกอบของการรับรู้คุณภาพชีวิต พบว่า ตัวบ่งชี้ทางสังคมของการรับรู้ภาวะความเป็นอยู่ดีจะมีลักษณะคล้ายกับเจตคติคือ ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบด้านความรู้สึก(Affective) และ รู้คิด (Cognitive) โดยองค์ประกอบด้านความรู้สึกมี 2 ลักษณะ คือ 1. ความรู้สึกดี(Positive affect)ที่เป็นการตอบสนองทางด้าน

อารมณ์ในทางที่ดี เช่น การมีความสุข 2. ความรู้สึกที่ไม่ดี (Negative affect) ที่เป็นการตอบสนองในทิศทางที่ไม่ดี เช่น ความวิตกกังวล ความเครียด

มาร์คเลย์และเบคเลย์ (Markley and Bagley, 1975) ได้ทำการวิจัยเรื่องมาตรฐานขั้นต่ำสำหรับคุณภาพชีวิต พบว่าปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตแบ่งได้เป็น 6 ปัจจัยใหญ่ๆ คือ ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ (Economics) ปัจจัยด้านสุขภาพ (Health) ปัจจัยด้านสังคม (Social) ปัจจัยด้านการเมือง (Political) ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมธรรมชาติ (Natural Environment) และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมกายภาพ (Physical Environment) ทั้ง 6 ปัจจัยนั้นสามารถครอบคลุมระบบของสังคมทั้งหมด

ไฮดิก (Heidik, 1982) ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตและความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตกับความรักความเป็นอยู่ ฐานะ และคุณธรรมจริยธรรมใช้กลุ่มตัวอย่าง 133 คน ผลจากการศึกษา พบว่า คุณภาพชีวิตมีความสัมพันธ์ในทางบวกกับความรัก ความเป็นอยู่ ฐานะ และคุณธรรมจริยธรรม โดยกลุ่มตัวอย่างทั้งชายและหญิงมีความคิดเห็นต่อความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นอยู่ ฐานะ และจริยธรรมกับคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน ยกเว้นในเรื่องความรักและนักศึกษาที่เรียนวิชาเอกต่างกันมีความคิดเห็นต่อความสัมพันธ์ระหว่างความรัก ความเป็นอยู่ ฐานะ และคุณธรรมจริยธรรมกับคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน

แฮดเดด (Haddad, 1986) ได้ทำการศึกษาคุณภาพชีวิตของนักศึกษาในวิทยาลัยจอร์แดน โดยศึกษาถึงการรับรู้เกี่ยวกับปัจจัย 16 ประการ ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต กลุ่มตัวอย่าง 300 คน พบว่า ปัจจัยทั้ง 16 ประการ กับคุณภาพชีวิต มีความสัมพันธ์กันในทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต โดยนักศึกษาที่มีการรับรู้ว่าตัวเองมีความพึงพอใจในเรื่องสุขภาพ รายได้ สัมพันธภาพในหมู่เพื่อน และสภาพชีวิตในครอบครัวของตน จะมีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่านักศึกษาที่รายงานตนเองว่า มีความพึงพอใจในเรื่องเหล่านั้นน้อยกว่า และความพึงพอใจในชีวิตครอบครัวของตนนั้นจะเป็น ตัวพยากรณ์ที่มีค่าสูงสุด ในการพยากรณ์ความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษาถึงร้อยละ 50 และนักศึกษาที่มีอายุต่างกันมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างกัน นักศึกษาที่มีเพศต่างกันมีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างกัน

สโปลดิง (Spalding, 1897) ได้ศึกษานโยบายในการพัฒนาประเทศและความสัมพันธ์ระหว่างนโยบายในการพัฒนาประเทศกับเครื่องบ่งชี้คุณภาพชีวิตในประเทศด้อยพัฒนา โดยตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้านเศรษฐกิจการเมือง และนโยบายกับสภาพความอยู่ดีกินดีของประชาชน พบว่า ปัจจัยด้านเศรษฐกิจการเมืองและนโยบาย มีผลต่อสภาพอยู่ดีกินดีของประชากร และการลงทุนทางการศึกษา ก็ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชากรด้วย

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิต ทั้งในประเทศและต่างประเทศ พบว่าลักษณะของงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิต สามารถจำแนกได้เป็น 2 แนวทาง คือแนวทางที่เน้น คุณภาพชีวิตด้านวัตถุ หรือปริมาณ โดยวัดความเป็นอยู่ที่ดีหรือไม่ดี จากการวัดปริมาณของสิ่งจำเป็น ต่อการดำรงชีวิตของบุคคล ส่วนอีกแนวทางหนึ่งเน้นคุณภาพชีวิตจากการรับรู้ของบุคคล โดยวัดความพึงพอใจของบุคคลที่มีต่อความเป็นอยู่ของตนเอง

บทที่ 3

การดำเนินการศึกษาค้นคว้า

แหล่งข้อมูล

แหล่งข้อมูลที่ใช้ในการศึกษารั้งนี้ เป็นข้าราชการครู ผู้รับผิดชอบงานแนะแนว รับราชการอยู่ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ รวม 147 โรงเรียนๆละ 1 คน รวม 147 คน ดังแสดงในตาราง 1.

ตาราง1 จำนวนแหล่งข้อมูลจำแนกตามที่ตั้งของโรงเรียนในระดับอำเภอ/ กิ่งอำเภอ

ที่ตั้งของโรงเรียน	จำนวน(โรงเรียน)
1. อำเภอเมืองสมุทรปราการ	28
2. อำเภอพระประแดง	30
3. อำเภอบางพลี	24
4. อำเภอบางบ่อ	36
5. อำเภอพระสมุทรเจดีย์	16
6. กิ่งอำเภอบางเสาธง	13
รวม	147

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

แบบสอบถามคุณภาพชีวิต

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ

แบบสอบถามคุณภาพชีวิต เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยมีลำดับขั้นตอนในการสร้างดังนี้

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิต
2. ศึกษาแบบสอบถามคุณภาพชีวิต และแบบสอบถามอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ แบบสอบถามองค์ประกอบคุณภาพชีวิตของครูสังกัด กรุงเทพมหานคร ของสมกิจ กิจพูนวงศ์ (2539) แบบสอบถามคุณภาพชีวิตของครูพลศึกษาระดับมัธยมศึกษา เขตการศึกษา 5 ของโกศล ศรีวรกุล (2541) แบบสอบถามตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความผูกพันต่อองค์กรของบุคลากรมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติของชฎาพร ประเสริฐทรง (2541) แบบสอบถามคุณภาพชีวิตในการทำงานของข้าราชการทหารอากาศกองป้องกันทางอากาศ ของวิระวัฒน์ ประทีปรัตน์ (2542) แบบสอบถามการจัดบริการงานแนะแนวในโรงเรียนประถมศึกษา ในสังกัดกรุงเทพมหานคร ของจินดารัตน์ ศรีศุภกาญจน์ (2535) และแบบสอบถามการศึกษาทักษะในการบริหารงานแนะแนวในโรงเรียนมัธยมศึกษาโดยใช้เทคนิคเดลฟาย ของลำเพา เอี่ยมสำอางค์ (2532)
3. สร้างข้อคำถาม จำนวน 147 ข้อ โดยอาศัยข้อมูลจากข้อ 1.1 และ 1.2 และสร้างให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะและให้เหมาะสมกับแหล่งข้อมูล โดยแบ่งคุณภาพชีวิต ออกเป็น 4 ด้าน ดังนี้
 - 3.1 คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว
 - 3.2 คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน แบ่งเป็น 2 ด้านคือ
 - 3.2.1 คุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนว
 - 3.2.2 คุณภาพชีวิตด้านงานอื่น ๆ นอกเหนือจากงานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ
 - 3.3 คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว
 - 3.4 คุณภาพชีวิตด้านสังคม
4. หาค่าความเที่ยงตรงของแบบสอบถามคุณภาพชีวิต โดยนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 คน คือ รองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร จัตรสุภกุล ผู้ช่วยศาสตราจารย์บังอร เสดนนท์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ยุวดี เทียรณประสิทธิ์ ตรวจสอบข้อความในแบบสอบถามให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วนำแบบสอบถามมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

5. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วจำนวน 141 ข้อ ไปทดลองใช้กับครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน ในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 38 คน ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับแหล่งข้อมูล แล้วตรวจแบบสอบถามโดยให้คะแนนเกณฑ์ที่กำหนดไว้ แล้วหาค่าอำนาจจำแนกโดยใช้เทคนิค 50% กลุ่มสูง – กลุ่มต่ำ และทดสอบโดยใช้ t -test และคัดเลือกเฉพาะข้อที่มี t ที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้จำนวน 141 ข้อ แยกเป็นแต่ละด้านได้ดังนี้

5.1. คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว จำนวน 31 ข้อ

5.2. คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน จำนวน 70 ข้อ

5.3. คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว จำนวน 24 ข้อ

5.4. คุณภาพชีวิตด้านสังคม จำนวน 16 ข้อ

6. นำแบบสอบถามที่คัดเลือกไว้ในข้อ 1.5 จำนวน 141 ข้อ มาหาค่าความเชื่อมั่นโดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของ ครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ 0.8633

ลักษณะของแบบสอบถามคุณภาพชีวิต

แบบสอบถามคุณภาพชีวิต มี 2 ตอนคือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว ประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว และภาระงานสอน

ตัวอย่างแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงใน () ซึ่งตรงกับความเป็นจริงในปัจจุบันให้ครบถ้วน

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว ได้แก่

1. เพศ

() เพศชาย

() เพศหญิง

2. อายุ แบ่งออกเป็น 3 ระดับ ได้แก่

() อายุตั้งแต่ 30 ปีลงมา

() อายุตั้งแต่ 31 – 40 ปี

() อายุตั้งแต่ 41 – 60 ปี

3. ระดับการศึกษา แบ่งเป็น 3 ระดับ ได้แก่
 - () ต่ำกว่าปริญญาตรี
 - () ปริญญาตรี
 - () สูงกว่าปริญญาตรี
4. สถานภาพสมรส แบ่งเป็น 3 ประเภท ได้แก่
 - () โสด
 - () สมรส
 - () หม้าย
5. ลักษณะครอบครัว แบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่
 - () ครอบครัวเดี่ยว
 - () ครอบครัวขยาย
6. ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว แบ่งเป็น 3 ระดับ ได้แก่
 - () ปริญญาตรีด้านการแนะแนว
 - () ปริญญาโทด้านการแนะแนว
 - () มิได้สำเร็จปริญญาตรีหรือโทด้านการแนะแนวแต่ผ่านการอบรมหลักสูตร
แนะแนว
7. ประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว แบ่งเป็น 3 ระดับ ได้แก่
 - () 1 – 5 ปี
 - () 6 – 10 ปี
 - () 11 ปีขึ้นไป
8. ภาระงานสอน แบ่งเป็น 2 ระดับ ได้แก่
 - () ต่ำกว่า 18 ชั่วโมง/สัปดาห์
 - () สูงกว่า 18 ชั่วโมง/สัปดาห์

ตอนที่ 2 แบบสอบถามคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิต แบ่งเป็น

2.1. แบบสอบถามคุณภาพชีวิต ที่มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยแบ่งเป็น 4 ด้านคือ

2.1.1. คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว

2.1.2. คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน แบ่งเป็น 2 ด้าน ได้แก่

2.1.2.1. คุณภาพชีวิตด้านงานเนะแนว

2.1.2.2. คุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆ นอกเหนือจากงานเนะแนวที่ต้องปฏิบัติ

2.1.3. คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว

2.1.4. คุณภาพชีวิตด้านสังคม

2.2. แบบสอบถามความพึงพอใจคุณภาพชีวิตที่มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยแบ่งเป็น 3 ด้าน คือ

2.2.1. ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านการทำงาน แบ่งเป็น 2 ด้าน ได้แก่

2.2.1.1. ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านงานเนะแนว

2.2.1.2. ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆ นอกเหนือจากงาน

เนะแนวที่ต้องปฏิบัติ

2.2.2. ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว

2.2.3. ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านสังคม

ตัวอย่างแบบสอบถามคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิต

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างทางขวามือ ตามสภาพความเป็นจริงที่ท่านได้ปฏิบัติ และตามความรู้สึกที่ท่านพึงพอใจ

ข้อที่	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
2.1	คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว					
○	ข้าพเจ้ารับประทานอาหารเป็นเวลา					
○○	ข้าพเจ้าพักผ่อนอย่างเพียงพอในแต่ละวัน					

ข้อที่	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริง น้อย ที่สุด	ท่านมีความพึงพอใจเกี่ยวกับกิจกรรมที่ ท่านมีส่วนเกี่ยวข้องกับชุมชนมากน้อย เพียงใด				
							มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
○	2.4 คุณภาพชีวิตด้านสังคม ข้าพเจ้ามีเพื่อนบ้านที่ช่วยเหลือ และพึ่งพาอาศัยกันและกัน										
○○	ข้าพเจ้าได้รับความช่วยเหลืออย่าง ดีจากสมาชิกของชุมชน										

เกณฑ์การให้คะแนน

คุณภาพชีวิต

	ข้อความทางบวก (คะแนนให้ดังนี้)	ข้อความทางลบ (คะแนนให้ดังนี้)
จริงที่สุด	5	1
จริง	4	2
จริงบ้าง	3	3
จริงน้อย	2	4
จริงน้อยที่สุด	1	5

เกณฑ์การให้คะแนน

ความพึงพอใจคุณภาพชีวิต

	ข้อความทางบวก (คะแนนให้ดังนี้)	ข้อความทางลบ (คะแนนให้ดังนี้)
มากที่สุด	5	1
มาก	4	2
ปานกลาง	3	3
น้อย	2	4
น้อยที่สุด	1	5

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนน

การแปลความหมายของคะแนน ผู้วิจัย กำหนดเกณฑ์ความหมายของคะแนนเฉลี่ยของคุณภาพชีวิต และความพึงพอใจคุณภาพชีวิต โดยอาศัยแนวคิดของ เบสท์ (Best.1975 : 137-139)แล้วแปลความหมายตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ดังต่อไปนี้

- 1.00 – 1.50 หมายถึง มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตในระดับน้อยที่สุด
- 1.51 - 2.50 หมายถึง มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตในระดับน้อย
- 2.51 – 3.50 หมายถึง มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตในระดับปานกลาง
- 3.51 – 4.50 หมายถึง มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตในระดับมาก
- 4.51 – 5.00 หมายถึง มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตในระดับมากที่สุด

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยของหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อขออนุมัติ ผู้อำนวยการ การประถมศึกษากรุงเทพมหานครเพื่อขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม เพื่อนำมาปรับปรุงพัฒนาเครื่องมือกับครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา กรุงเทพมหานครที่มีลักษณะใกล้เคียงกับแหล่งข้อมูล
2. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตรเพื่อขออนุมัติ จาก ผู้อำนวยการการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลจาก ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน ในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 147 โรงเรียนๆ ละ 1 คน รวม 147 คน
3. ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่าง เดือนมีนาคม 2543 โดยแจกแบบสอบถามทั้งหมด 147 ฉบับ ได้รับกลับคืน 147 ฉบับ แล้วตรวจสอบความสมบูรณ์ ปรากฏว่าสมบูรณ์ทุกฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100 แล้วให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วนำมาวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. วิเคราะห์ค่าร้อยละ ของข้อมูลพื้นฐานคุณภาพชีวิต ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ
2. วิเคราะห์คุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิต ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ โดยหาค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าระดับของตัวแปร
3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์คุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับตัวแปรทั้งหมด ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson)
4. วิเคราะห์เปรียบเทียบตัวแปรด้านเพศ ลักษณะครอบครัว และภาระงานสอน โดยใช้ t- test
5. วิเคราะห์เปรียบเทียบตัวแปรด้านอายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว และประสิทธิภาพในการทำงานแนะแนว โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทิศทางเดียว (One way Analysis of Variance) และถ้าพบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติจะทดสอบเป็นรายคู่โดยใช้การทดสอบของ เชฟเฟ (Scheffe)

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

หน้า 43

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. สถิติที่ใช้วิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ
 - 2.1. หาค่าอำนาจจำแนก โดยใช้เทคนิค 50 % กลุ่มสูง – กลุ่ม ต่ำ แล้วทดสอบด้วย t-test
 - 2.2. หาค่าความเชื่อมั่นโดยการหาสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ของ ครอนบาค (Cronbach)
3. สถิติทดสอบสมมุติฐาน
 - 3.1 วิเคราะห์สมมุติฐานข้อที่ 1 ใช้ Pearson Product Moment Correlation
 - 3.2 วิเคราะห์สมมุติฐานข้อที่ 2 ใช้ t-test ทดสอบความแตกต่างคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง สองกลุ่ม
 - 3.3 ใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทิศทางเดียว (One Way Analysis of Variance) โดยพิจารณาค่า F-test เพื่อทดสอบความแตกต่างของกลุ่มตัวอย่างมากกว่าสองกลุ่มขึ้นไป ถ้าพบว่าคะแนนเฉลี่ยของตัวแปรที่ทดสอบแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติจะทำการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าคะแนนเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยใช้การทดสอบของเชฟเฟ (Scheffe)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์และการแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยขอเสนอสัญลักษณ์ที่ใช้แทนความหมายต่างๆ ดังต่อไปนี้

N	แทน	แหล่งข้อมูล
$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ย
S.D.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t.	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน t-test
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณา ใน F-test
df	แทน	ชั้นแห่งความอิสระ (Degrees of Freedom)
SS	แทน	Sum of Squares
MS	แทน	Mean Squares
X_1	แทน	เพศ
X_2	แทน	อายุ
X_3	แทน	ระดับการศึกษา
X_4	แทน	สถานภาพสมรส
X_5	แทน	ลักษณะครอบครัว
X_6	แทน	ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว
X_7	แทน	ประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว
X_8	แทน	ภาระงานสอน
T_1	แทน	คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว
T_2	แทน	คุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนว
T_3	แทน	คุณภาพชีวิตด้านบริการสำรวจข้อมูล
T_4	แทน	คุณภาพชีวิตด้านบริการสนเทศ
T_5	แทน	คุณภาพชีวิตด้านบริการให้คำปรึกษา
T_6	แทน	คุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคล

T ₇	แทน	คุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผล
T ₈	แทน	คุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆ นอกเหนือจากงานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ
T ₉	แทน	คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน
T ₁₀	แทน	คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว
T ₁₁	แทน	คุณภาพชีวิต ด้านสังคม
T ₁₂	แทน	คุณภาพชีวิตโดยรวม
P ₁	แทน	ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนว
P ₂	แทน	ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการสำรวจข้อมูล
P ₃	แทน	ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการสนเทศ
P ₄	แทน	ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการให้คำปรึกษา
P ₅	แทน	ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคล
P ₆	แทน	ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผล
P ₇	แทน	ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆนอกเหนือจากงานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ
P ₈	แทน	ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านการทำงาน
P ₉	แทน	ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว
P ₁₀	แทน	ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านสังคม
P ₁₁	แทน	ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวม

การเสนอผลการศึกษาค้นคว้า

ผลการศึกษาค้นคว้าเสนอตามลำดับดังนี้

ตอนที่ 1 จำนวนและร้อยละของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน

สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ตอนที่ 2 ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้านข้อมูลส่วนตัวกับคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ตอนที่ 3 เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ผลการศึกษาค้นคว้า

ตอนที่ 1 จำนวนและร้อยละของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

การวิเคราะห์ตอนนี้ ผู้วิจัยได้นำข้อมูลของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ มาแจกแจงและหาค่าร้อยละ จำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการ
ศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว ประสบการณ์ในการทำงาน
แนะแนวและภาระงานสอน ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 2

ตาราง 2 จำนวนและร้อยละของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว ประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว และภาระงานสอน

ตัวแปร	จำนวน(คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	44	29.90
หญิง	103	70.10
รวม	147	100.00
อายุ		
ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	11	7.5
31 – 40 ปี	47	32.00
41 – 60 ปี	89	60.50
รวม	147	100.00
ระดับการศึกษา		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	11	7.50
ปริญญาตรี	123	83.70
สูงกว่าปริญญาตรี	13	8.8
รวม	147	100.00
สถานภาพสมรส		
โสด	20	13.6
สมรส	116	78.9
หม้าย	11	7.5
รวม	147	100.00
ลักษณะครอบครัว		
ครอบครัวเดี่ยว	112	76.2
ครอบครัวขยาย	35	23.8
รวม	147	100.00

ตาราง 2 (ต่อ)

ตัวแปร	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว		
ปริญญาตรีด้านการแนะแนว	18	12.2
ปริญญาโทด้านการแนะแนว	6	4.1
มิได้สำเร็จปริญญาตรีหรือโท		
ด้านการแนะแนวแต่ผ่านการ		
อบรมหลักสูตรแนะแนว	123	83.7
รวม	147	100.00
ประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว		
1 – 5 ปี	74	50.3
6 – 10 ปี	41	27.9
11 ปีขึ้นไป	32	21.8
รวม	147	100.00
ภาระงานสอน		
ต่ำกว่า 18 ชั่วโมง/สัปดาห์	35	23.8
สูงกว่า 18 ชั่วโมง/สัปดาห์	112	76.2
รวม	147	100.00

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 2 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียนสังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 70.10 เป็นเพศชาย
ร้อยละ 29.90 เมื่อจำแนกตามอายุ พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว มีอายุ 41 – 60 ปีมากที่สุด คิดเป็น
ร้อยละ 60.50 รองลงมา มีอายุ 31-40 ปี คิดเป็นร้อยละ 32 เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า ครูผู้รับ
ผิดชอบงานแนะแนวส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีคิดเป็นร้อยละ 83.70 เมื่อจำแนกสถานภาพ
สมรส พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส คิดเป็นร้อยละ 78.90

เมื่อจำแนกตามลักษณะครอบครัว พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวส่วนใหญ่มีลักษณะครอบครัวเดี่ยว คิดเป็นร้อยละ 76.20 เมื่อจำแนกตามความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวส่วนใหญ่มีได้สำเร็จปริญญาตรีหรือโท ด้านการแนะแนว แต่ผ่านการอบรมหลักสูตรแนะแนว คิดเป็นร้อยละ 83.70 เมื่อจำแนกตามประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวส่วนใหญ่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว 1 – 5 ปี คิดเป็นร้อยละ 50.30 เมื่อจำแนกตามภาระงานสอน พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวส่วนใหญ่ มีภาระงานสอน สูงกว่า 18 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 76.20

ตอนที่ 2 ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้านข้อมูลส่วนตัวกับคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

การวิเคราะห์ตอนนี้ ผู้วิจัยได้นำคะแนนคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิต ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ มาหาค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยรวม และแยกตามตัวแปรทั้ง 4 ด้าน ดังแสดงในตาราง 3 และหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งหมด ดังแสดงในตาราง 4 - 9

ตาราง 3 ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิต โดยรวมและแต่ละด้าน ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการศึกษา ประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ

ตัวแปร	คุณภาพชีวิต		การแปลความหมาย	ความพึงพอใจคุณภาพชีวิต		การแปลความหมาย
	X	S.D.		X	S.D.	
คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว	3.76	.35	มาก	-	-	-
คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน	3.48	.43	ปานกลาง	3.42	.42	ปานกลาง
คุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนว	3.34	.51	ปานกลาง	3.30	.48	ปานกลาง
คุณภาพชีวิตด้านบริการสำรวจข้อมูล	3.32	.50	ปานกลาง	3.32	.45	ปานกลาง
คุณภาพชีวิตด้านบริการสนเทศ	3.19	.65	ปานกลาง	3.2	.56	ปานกลาง
คุณภาพชีวิตด้านบริการให้คำปรึกษา	3.27	.61	ปานกลาง	3.28	.58	ปานกลาง
คุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคล	3.92	.62	มาก	3.41	.60	ปานกลาง
คุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผล	3.42	.62	ปานกลาง	3.39	.58	ปานกลาง
คุณภาพชีวิตงานอื่นๆนอกเหนือจากงานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ	3.70	.42	มาก	3.63	.44	มาก
คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว	3.93	.49	มาก	3.76	.45	มาก
คุณภาพชีวิตด้านสังคม	3.38	.58	มาก	3.48	.38	ปานกลาง
คุณภาพชีวิตโดยรวม	3.6	.35	มาก	3.5	.30	ปานกลาง

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 3 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ มีคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับมากและมีความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง

ตาราง 4 สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน
สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ตัวแปร	X_1	X_2	X_3	X_4	X_5	X_6	X_7	X_8
X_1	1.0000							
X_2	-0.0859	1.0000						
X_3	0.0220	-0.0283	1.0000					
X_4	-0.0553	.2551**	-0.0695	1.0000				
X_5	0.0515	-.2168**	-0.0979	-.2055**	1.0000			
X_6	-0.1457	0.0850	0.0646	0.1657	-0.1192	1.0000		
X_7	-0.1592	.2868**	-0.0512	.2510**	-0.0399	0.0254	1.0000	
X_8	.2973**	-0.1373	0.1375	-0.1103	0.0500	-0.0715	-0.1398	1.0000

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 4 พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรอิสระที่มีความสัมพันธ์กันทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ได้แก่ สถานภาพสมรส (X_4) กับอายุ (X_2) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .2551 ประสิทธิภาพในการทำงานแนะแนว (X_7) กับอายุ (X_2) และสถานภาพสมรส (X_4) โดยมี ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .2868 และ .2551 ตามลำดับ และภาระงานสอน (X_8) กับ เพศ (X_1) โดยมี ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ .2973

ตัวแปรด้านส่วนตัวที่มีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ได้แก่ ลักษณะครอบครัว (X_5) กับ อายุ (X_2) และสถานภาพสมรส (X_4) โดยมี ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ -0.2168 และ -0.2055 ตามลำดับ ส่วนความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระอื่นๆ มีความสัมพันธ์กันอย่างไม่มีความนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 5 สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในตัวแปรคุณภาพชีวิต ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของ
โรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ตัวแปร	T ₁	T ₂	T ₃	T ₄	T ₅	T ₆	T ₇	T ₈	T ₉	T ₁₀	T ₁₁	T ₁₂
T ₁	1.0000											
T ₂	.4211**	1.0000										
T ₃	.4354**	.8209**	1.0000									
T ₄	.3339**	.8908**	.7115**	1.0000								
T ₅	.3880**	.9056**	.6499**	.7650**	1.0000							
T ₆	.3692**	.8835**	.6397**	.6686**	.8188**	1.0000						
T ₇	.3307**	.8660**	.6151**	.6857**	.7400**	.7565**	1.0000					
T ₈	.5626**	.5854**	.5362**	.4995**	.5496**	.5391**	.4441**	1.0000				
T ₉	.5173**	.9555**	.8046**	.8431**	.8724**	.8522**	.8046**	.7985**	1.0000			
T ₁₀	.3840**	.2172**	.2449*	0.0990	.2046*	.2573**	.2015**	.5991**	.3792**	1.0000		
T ₁₁	.3855**	.4768**	.3841**	.4245**	.4468**	.4352**	.3856**	.6094**	.5758**	.3257**	1.0000	
T ₁₂	.6996**	.8193**	.7191**	.6932**	.7525**	.7465**	.6862**	.8705**	.9250**	.6171**	.7038**	1.0000

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ตาราง 5 พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ภายในตัวแปรคุณภาพชีวิต
ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ
มีความสัมพันธ์ทางบวกซึ่งกันและกันในทุกๆด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 6 สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในตัวแปรความพึงพอใจคุณภาพชีวิต ของครูผู้รับผิดชอบงาน
แนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ตัวแปร	P ₁	P ₂	P ₃	P ₄	P ₅	P ₆	P ₇	P ₈	P ₉	P ₁₀	P ₁₁
P ₁	1.0000										
P ₂	.7909**	1.0000									
P ₃	.8937**	.6988**	1.0000								
P ₄	.8766**	.5969**	.7443**	1.0000							
P ₅	.8809**	.5959**	.6914**	.7372**	1.0000						
P ₆	.8495**	.5698**	.6714**	.6852**	.7278**	1.0000					
P ₇	.6462**	.4987**	.5458**	.5812**	.5523**	.6031**	1.0000				
P ₈	.9549**	.7504**	.8411**	.8429**	.8346**	.8323**	.8436**	1.0000			
P ₉	.2298**	.2758**	.2012**	0.1557	0.1782	.1923**	.4801**	.3484**	1.0000		
P ₁₀	.4055**	.2753**	.3884**	.4276**	.2940**	.3533**	.6053**	.5207**	.4047**	1.0000	
P ₁₁	.8430**	.6771**	.7495**	.7482**	.7166**	.7326**	.8755**	.9336**	.6079**	.7166**	1.0000

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ตาราง 6 พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ภายในตัวแปรความพึงพอใจ
คุณภาพชีวิต ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา
จังหวัดสมุทรปราการ ส่วนมากมีความสัมพันธ์ทางบวกซึ่งกันและกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่
ระดับ .01 ส่วนค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในของความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว(P₉)
กับความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการให้คำปรึกษา(P₄) และกับความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้าน
บริการจัดวางตัวบุคคล(P₃)มีความสัมพันธ์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 7 สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับตัวแปรคุณภาพชีวิต ของครูผู้รับผิดชอบงาน
แนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ตัวแปร	X_1	X_2	X_3	X_4	X_5	X_6	X_7	X_8
T_1	.3673**	.3145**	-.3203**	0.0292	-0.0212	-0.0281	0.0938	0.0272
T_2	-0.0182	.2096**	-0.1176	0.0738	0.0371	-0.1033	.2549**	-0.1020
T_3	0.0017	0.1832	-0.0973	0.1676	0.0879	-0.0416	.2032**	-0.0056
T_4	-0.0096	0.1321	-0.1062	-0.0251	0.0723	-0.0878	0.1498	-0.1192
T_5	-0.0239	.2801**	-0.0809	0.0599	0.0404	-0.1069	.2065**	-0.0930
T_6	-0.0293	0.1867	-0.1448	0.1102	-0.0610	-0.1018	.2723**	-0.0628
T_7	-0.0037	0.1663	-0.0742	0.0618	0.0248	-0.1171	.2910**	-0.1282
T_8	0.1146	.2961**	-0.0728	0.0460	-0.0261	0.0770	0.1746	-0.1297
T_9	0.0281	.2633**	-0.1138	0.0715	0.0181	-0.0487	.2528**	-0.1229
T_{10}	0.0726	.2884**	0.0746	.1972**	-0.0827	0.1548	0.0756	0.1043
T_{11}	-0.0389	.3177**	-.1920**	0.1328	0.0002	0.0975	.2141**	-.2558**
T_{12}	0.1073	.3590**	-0.1579	0.1225	-0.0133	0.0196	.2339**	-0.0928

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 7 พบว่า ตัวแปรอิสระที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิตโดยรวม(T_{12}) ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ได้แก่ อาตม(X₂) และประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว(X₇) โดยมี ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ .3590 และ .2339 ตามลำดับ ส่วนตัวแปรอิสระอื่นๆมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตโดยรวม (T_{12})อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 8 สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับความพึงพอใจคุณภาพชีวิต
ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ตัวแปร	X_1	X_2	X_3	X_4	X_5	X_6	X_7	X_8
P_1	-0.0149	.2095**	-.2202**	0.0711	0.0743	-0.0439	.3275**	-0.1165
P_2	-0.0260	0.1690	-0.1186	0.1182	0.0824	0.0352	.2465**	-0.0584
P_3	-0.0665	0.1455	-.2040**	0.0202	0.1272	-0.0453	.2094**	-0.1130
P_4	-0.0227	0.1890	-.2398**	0.0696	0.0988	-0.0013	.2594**	-0.1092
P_5	0.0276	0.1492	-.2377**	0.0927	0.0125	-0.0693	.3020**	-0.0813
P_6	0.0267	.2614**	-0.1289	0.0171	-0.0035	-0.0925	.4023**	-0.1351
P_7	0.1709	.2593**	-0.1355	-0.0600	-0.0260	-0.0019	0.1905	-0.1377
P_8	0.0560	.2482**	-.2076**	0.0267	0.0422	-0.0316	.3045**	-0.1355
P_9	0.0837	0.1071	0.1007	0.0597	-0.0188	0.0245	0.0024	-0.0183
P_{10}	-0.0552	.2554**	-0.0698	0.0054	0.0585	0.1074	.2048**	-.2394**
P_{11}	0.0492	.2669**	-0.1395	0.0361	0.0393	0.0090	.2681**	-0.1588

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 8 พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ของตัวแปรอิสระมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวม (P_{11}) ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ได้แก่ อายุ (X_2) และประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว (X_7) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .2669 และ .2681 ตามลำดับ ส่วนตัวแปรอิสระอื่นๆ กับความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวม (P_{11}) มีความสัมพันธ์ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 9 สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตกับความพึงพอใจคุณภาพชีวิต ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ตัวแปร	T ₁	T ₂	T ₃	T ₄	T ₅	T ₆	T ₇	T ₈	T ₉	T ₁₀	T ₁₁	T ₁₂
P ₁	.3738**	.8403**	.6730**	.7169**	.7551**	.7939**	.7288**	.5298**	.8167**	.2259*	.4647**	.7238**
P ₂	.3822**	.7089**	.7504**	.6033**	.5952**	.6055**	.5528**	.4816**	.7016**	.3050**	.3139**	.6455**
P ₃	.2935**	.7587**	.5881**	.7473**	.7047**	.6306**	.6107**	.4160**	.7147**	0.1387	.4131**	.6131**
P ₄	.3150**	.7084**	.5318**	.6047**	.7029**	.6881**	.5743**	.4537**	.6910**	0.1836	.4383**	.6188**
P ₅	.3156**	.7125**	.5273**	.5261**	.6222**	.7992**	.6435**	.4365**	.6878**	0.1582	.4444**	.6121**
P ₆	.3201**	.7266**	.5325**	.5938**	.6156**	.6818**	.7517**	.5114**	.7255**	.2208**	.3724**	.6375**
P ₇	.6075**	.5620**	.4456**	.5260**	.5231**	.4964**	.4473**	.8162**	.7142**	.4953**	.5659**	.7955**
P ₈	.4993**	.8098**	.6468**	.7090**	.7347**	.7516**	.6867**	.6902**	.8524**	.3516**	.5471**	.8186**
P ₉	.3088**	0.1818	0.1579	0.1109	0.1890	.2587**	0.1163	.4528**	.2997**	.6520**	.2237*	.4493**
P ₁₀	.2754**	.3198**	.2742**	.3031**	.2788**	.2692**	.2633**	.5421**	.4347**	.3536**	.7543**	.5536**
P ₁₁	.5051**	.7058**	.5714**	.6107**	.6439**	.6721**	.5867**	.7431**	.7944**	.5070**	.6302**	.8373**

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ตาราง 9 พบว่า คุณภาพชีวิตโดยรวม (T₁₂) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับ ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวม (P₁₁) ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตอนที่ 3 เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตของ ครูผู้รับผิดชอบงาน
แนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

การวิเคราะห์ตอนนี้ผู้วิจัยได้เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิต กับตัวแปร
เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว
ประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว และภาระงานสอน ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน
สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ดังแสดงในตาราง 10 - 34

ตาราง 10 เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับเพศของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ตัวแปร	เพศ t	เพศกับความพึงพอใจ คุณภาพชีวิต t
คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว	4.76*	-
คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน	.37	.73
คุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนว	.25	.20
คุณภาพชีวิตด้านบริการสำรวจข้อมูล	.02	.34
คุณภาพชีวิตด้านบริการสนเทศ	.12	.91
คุณภาพชีวิตด้านบริการให้คำปรึกษา	.29	.30
คุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคล	.35	.36
คุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผล	.04	.33
คุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆนอกเหนือจากงาน แนะแนวที่ต้องปฏิบัติ	1.43	2.21
คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว	.97	.36
คุณภาพชีวิตด้านสังคม	.47	.68
คุณภาพชีวิตโดยรวม	1.45	.59

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 10 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีเพศต่างกัน มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวม ไม่แตกต่างกัน และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน ที่เป็นเพศชาย และหญิง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 11 เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับอายุของครูผู้รับผิดชอบงาน
แนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ตัวแปร	อายุ F	อายุกับความพึงพอใจ คุณภาพชีวิต F
คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว	11.75*	-
คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน	5.40*	4.99*
คุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนว	3.31	3.30
คุณภาพชีวิตด้านบริการสำรวจข้อมูล	2.55	2.70
คุณภาพชีวิตด้านบริการสนเทศ	1.28	1.64
คุณภาพชีวิตด้านบริการให้คำปรึกษา	6.19	2.77
คุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคล	2.65	1.71
คุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผล	2.18	5.38
คุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆนอกเหนือจากงาน แนะแนวที่ต้องปฏิบัติ	7.11*	7.00*
คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว	6.94*	1.10
คุณภาพชีวิตด้านสังคม	8.09*	5.04*
คุณภาพชีวิตโดยรวม	10.80*	5.60*

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 11 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุต่างกันมีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านของคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิต พบว่า ด้านที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว ด้านการทำงาน ด้านงานอื่นๆนอกเหนือจากงานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ ด้านครอบครัว และด้านสังคม ตามลำดับ แต่ไม่พบความแตกต่างระหว่างอายุกับความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว ส่วนคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตของครูที่มีอายุต่างกัน กับผู้อื่นๆ ไม่แตกต่างกัน จากผลการวิเคราะห์ตามตาราง 11 ที่พบว่าครูที่รับผิดชอบงานแนะแนวที่มีอายุต่างกันมีคุณภาพชีวิตและ

ความพึงพอใจคุณภาพชีวิต โดยรวมและแต่ละด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงได้เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ตามตาราง 12-21 ต่อไปนี้

ตาราง 12 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ

อายุ	คุณภาพชีวิต ด้านส่วนตัว	ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	31 – 40 ปี	41 – 60 ปี
		3.5806	3.6716	3.8590
ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	3.5806	-	.081	.278
31 – 40 ปี	3.6716	-	-	.187*
41 – 60 ปี	3.8590	-	-	-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 12 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 41 – 60 ปี มีคุณภาพชีวิตด้านส่วนตัวดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 31 - 40 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคู่อื่นๆ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 13 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ

อายุ	คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน	ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	31 – 40 ปี	41 – 60 ปี
		3.3359	3.4832	3.7024
ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	3.3359	-	.147	.366
31 – 40 ปี	3.4832		-	.218*
41 – 60 ปี	3.7024			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 13 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 41 – 60 ปีมีคุณภาพชีวิตด้านการทำงานดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 31 – 40 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคู่อื่นๆ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 14 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านการทำงานครูผู้รับผิดชอบงาน
แนะแนวของ โรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ

อายุ	ความพึงพอใจคุณภาพ ชีวิตด้านการทำงาน	ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	31 – 40 ปี	41 – 60 ปี
		3.3330	3.3964	3.7909
ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	3.3330	-	.063	.457*
31 – 40 ปี	3.3964		-	.394*
41 – 60 ปี	3.7909			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 19 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มี อายุ 41 – 60 ปี มีความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านการทำงาน
ดีกว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ
ที่มีอายุ 31-40 ปีและอายุตั้งแต่ 30 ลงมา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 ส่วนคู่อื่นๆ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 15 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ คุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆนอกเหนือจากงานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ
ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ
จำแนกตามอายุ

อายุ	คุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆนอกเหนือ จากงานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ	ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	31 – 40 ปี	41 – 60 ปี
		3.4476	3.5712	3.7990
ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	3.4476	-	.123	.351
31 – 40 ปี	3.5712		-	.228*
41 – 60 ปี	3.7990			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 15 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 41 – 60 ปี มีคุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆนอกเหนือจากงาน
แนะแนวที่ต้องปฏิบัติ ดีกว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา
จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุตั้งแต่ 31 – 40 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคู่อื่นๆ
ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 16 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆนอกเหนือจากงานแนะแนว
ที่ต้องปฏิบัติ ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัด
สมุทรปราการ จำแนกตามอายุ

อายุ	ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านงาน อื่นๆนอกเหนือจากงานแนะแนว ที่ต้องปฏิบัติ	ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	31 – 40 ปี	41 – 60 ปี
		3.4514	3.5140	3.7239
ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	3.4514	-	.062	.209
31 – 40 ปี	3.5140		-	.272*
41 – 60 ปี	3.7239			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 16 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 41-60 ปี มีความพึงพอใจคุณภาพชีวิตงานอื่นๆนอกเหนือ
จากงานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ ดีกว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 31 – 40 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05
ส่วนคู่อื่นๆ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 17 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ

อายุ	คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว	ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	31 – 40 ปี	41 – 60 ปี
		3.5038	3.8540	4.0281
ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	3.5038	-	.350	.524
31 – 40 ปี	3.8540		-	.173*
41 – 60 ปี	4.0281			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 17 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 41-60 ปี มีคุณภาพชีวิตด้านครอบครัวดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 31 – 40 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 ส่วนคู่อื่นๆ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 18 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิตด้านสังคม ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน
สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ

อายุ	คุณภาพชีวิต ด้านสังคม	ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	31 – 40 ปี	41 – 60 ปี
		2.9205	3.2301	3.5162
ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	2.9205	-	.303	.595*
31 – 40 ปี	3.2301		-	.286
41 – 60 ปี	3.5162			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 15 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 41-60 ปี มีคุณภาพชีวิตด้านสังคมดีกว่าครูผู้รับผิดชอบ
งานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ ตั้งแต่ 30 ปี
ลงมา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคู่อื่นๆ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 19 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านสังคม ของครูผู้รับผิดชอบงาน
แนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ

อายุ	ความพึงพอใจ คุณภาพชีวิตด้านสังคม	ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	31 – 40 ปี	41 – 60 ปี
		3.1193	3.3364	3.5934
ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	3.1193	-	.217	.474*
31 – 40 ปี	3.3364		-	.257
41 – 60 ปี	3.5934			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 19 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 41-60 ปี มีความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านสังคมดีกว่า
ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ
ที่มีอายุตั้งแต่ 30 ปีลงมา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 ส่วนคู่อื่นๆ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 20 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิตโดยรวม ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน
สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ

อายุ	คุณภาพชีวิต โดยรวม	ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	31 – 40 ปี	41 – 60 ปี
		3.3359	3.4832	3.7024
ตั้งแต่ 30 ปีลงมา	3.3359	-	.147*	.366
31 – 40 ปี	3.4832		-	.219*
41 – 60 ปี	3.7024			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 20 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 41- 60 ปี มีคุณภาพชีวิตโดยรวมดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 31 – 40 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วน ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวที่มีอายุ 31-41 ปี มีคุณภาพชีวิตโดยรวมดีกว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว ที่มีอายุตั้งแต่ 30 ปีลงมา ส่วนคู่อื่นๆ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 21 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวม ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว
ของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามอายุ

อายุ	ความพึงพอใจ คุณภาพชีวิตโดยรวม	ตั้งแต่ 30 ปี ลงมา	31 – 40 ปี	41 – 60 ปี
		3.2884	3.4068	3.5809
ตั้งแต่ 30 ปี ลงมา	3.2884	-	.118	.292*
31 – 40 ปี	3.4068		-	.174*
41 – 60 ปี	3.5809			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ 21 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 41-60 ปี มีความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 31 – 40 ปี และอายุตั้งแต่ 30 ปี ลงมา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคู่อื่นๆ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 22 เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับระดับการศึกษาของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ตัวแปร	ระดับการศึกษา F	ระดับการศึกษากับความ พึงพอใจคุณภาพชีวิต F
คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว	9.82*	-
คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน	2.96	4.90
คุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนว	3.84	4.95
คุณภาพชีวิตด้านบริการสำรวจข้อมูล	2.77	2.71
คุณภาพชีวิตด้านบริการสนเทศ	6.03	6.30
คุณภาพชีวิตด้านบริการให้คำปรึกษา	1.77	4.46
คุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคล	1.78	4.59
คุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผล	3.90	2.04
คุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆนอกเหนือจากงาน แนะแนวที่ต้องปฏิบัติ	.62	2.90
คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว	.43	2.99
คุณภาพชีวิตด้านสังคม	2.87	.94
คุณภาพชีวิตโดยรวม	3.17	3.66

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 22 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมและแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน ยกเว้นคุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงได้เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ดังแสดงใน ตาราง 23

ตาราง 23 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของ
โรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	คุณภาพชีวิต ด้านส่วนตัว	ต่ำกว่าปริญญาตรี	ปริญญาตรี	สูงกว่าปริญญาตรี
		3.5806	3.7396	4.1466
ต่ำกว่าปริญญาตรี	3.5806	-	.159*	.566*
ปริญญาตรี	3.7396		-	.407
สูงกว่าปริญญาตรี	4.1466			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 23 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี และระดับปริญญาตรี
มีคุณภาพชีวิตด้านส่วนตัวดีกว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถม
ศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีระดับการศึกษาด้านต่ำกว่าปริญญาตรีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

ตาราง 24 เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับสถานภาพสมรส ของครูผู้รับ
ผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ตัวแปร	สถานภาพสมรส F	สถานภาพสมรสกับความ พึงพอใจคุณภาพชีวิต F
คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว	2.16	-
คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน	1.13	.12
คุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนว	1.32	1.87
คุณภาพชีวิตด้านบริการสำรวจข้อมูล	3.57	1.48
คุณภาพชีวิตด้านบริการสนเทศ	.59	2.02
คุณภาพชีวิตด้านบริการให้คำปรึกษา	1.07	.83
คุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคล	1.11	1.03
คุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผล	1.31	2.51
คุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆนอกเหนือจากงาน แนะแนวที่ต้องปฏิบัติ	.33	.65
คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว	3.09	.28
คุณภาพชีวิตด้านสังคม	3.01	.23
คุณภาพชีวิต โดยรวม	.12	.99

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 24 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีสถานภาพสมรสต่างกันมีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจ
คุณภาพชีวิตโดยรวมและแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน

ตาราง 25 เปรียบเทียบคุณภาพชีวิต และความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับลักษณะครอบครัวของครูผู้รับ
ผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ตัวแปร	ลักษณะครอบครัว	ลักษณะครอบครัวกับความ พึงพอใจคุณภาพชีวิต
	t	t
คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว	.26	-
คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน	.22	.46
คุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนว	.45	.79
คุณภาพชีวิตด้านบริการสำรวจข้อมูล	.98	.96
คุณภาพชีวิตด้านบริการสนเทศ	.90	1.43
คุณภาพชีวิตด้านบริการให้คำปรึกษา	.49	1.11
คุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคล	.73	.14
คุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผล	.31	.04
คุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆนอกเหนือจากงาน แนะแนวที่ต้องปฏิบัติ	.32	.29
คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว	.95	.22
คุณภาพชีวิตด้านสังคม	.46	.75
คุณภาพชีวิต โดยรวม	.16	.47

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 25 พบว่า ครูผู้รับชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีลักษณะครอบครัวต่างกับมีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจ
คุณภาพชีวิตโดยรวมและแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน

ตาราง 26 เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว
ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ตัวแปร	ความรู้ด้านวิชาชีพ งานแนะแนว F	ความรู้ด้านวิชาชีพงาน แนะแนวกับความ พึงพอใจคุณภาพชีวิต F
คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว	.09	-
คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน	.72	.07
คุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนว	1.03	.30
คุณภาพชีวิตด้านบริการสำรวจข้อมูล	1.86	.41
คุณภาพชีวิตด้านบริการสนเทศ	1.52	.15
คุณภาพชีวิตด้านบริการให้คำปรึกษา	1.37	.58
คุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคล	1.79	2.46
คุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผล	1.19	.66
คุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆนอกเหนือจากงาน แนะแนวที่ต้องปฏิบัติ	1.49	.66
คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว	3.81	3.11
คุณภาพชีวิตด้านสังคม	1.14	.84
คุณภาพชีวิตโดยรวม	.14	.25

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 26 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนวต่างกันมีคุณภาพชีวิตและ
ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมและแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน

ตาราง 27 เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับประสบการณ์ในการทำงาน
 แนวโน้มของครูผู้รับผิดชอบงานแนวโน้มของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัด
 สมุทรปราการ

ตัวแปร	ประสบการณ์ในการทำงาน แนวโน้ม F	ประสบการณ์ในการทำงาน แนวโน้มกับความพึงพอใจ คุณภาพชีวิต F
คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว	3.72	-
คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน	3.44	7.59
คุณภาพชีวิตด้านงานแนวโน้ม	5.16*	8.73*
คุณภาพชีวิตด้านบริการสำรวจข้อมูล	3.10	4.67
คุณภาพชีวิตด้านบริการสนเทศ	1.77	4.20
คุณภาพชีวิตด้านบริการให้คำปรึกษา	3.69	5.56
คุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคล	6.04*	7.23*
คุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผล	6.69*	14.28*
คุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆนอกเหนือจากงาน แนวโน้มที่ต้องปฏิบัติ	3.54	3.17
คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว	.41	.14
คุณภาพชีวิตด้านสังคม	3.56	3.19
คุณภาพชีวิต โดยรวม	7.96	4.61

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 27 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนวโน้มของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
 การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนวโน้มต่างกันมีคุณภาพชีวิตและ
 ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมไม่แตกต่างกัน และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าด้านที่มีความแตกต่าง
 กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ คุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านงาน
 แนวโน้ม คุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคล และคุณภาพชีวิตและ
 ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผลตามลำดับ จึงได้เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ดังแสดงใน
 ตาราง 28-33

ตาราง 28 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนว ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำแนกตามประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว

ประสบการณ์ใน การทำงานแนะแนว	คุณภาพชีวิตด้าน งานแนะแนว	1-5 ปี	6 – 10 ปี	11 ปีขึ้นไป
		3.7898	3.9295	4.2292
1 – 5 ปี	3.7898	-	.139	.439*
6 – 10 ปี	3.9295	-	-	.299
11 ปีขึ้นไป	4.2292	-	-	-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 28 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงาน 11 ปีขึ้นไป มีคุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนวดีกว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว 1- 5 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคู่อื่นๆ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 29 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนว ของครูผู้รับผิดชอบงาน
แนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ
จำแนกตามประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว

ประสบการณ์ใน การทำงานแนะแนว	ความพึงพอใจ คุณภาพชีวิตด้าน งานแนะแนว	1-5 ปี	6 – 10 ปี	11 ปีขึ้นไป
		3.2779	3.3918	3.6016
1 – 5 ปี	3.2779	-	.112	.323*
6 – 10 ปี	3.3918	-	-	.209
11 ปีขึ้นไป	3.6016	-	-	-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 29 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงาน 11 ปีขึ้นไป มีความพึงพอใจ
คุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนวดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว 1- 5 ปี อย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติที่ ระดับ .05 ส่วนคู่อื่นๆ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 30 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคล ของครูผู้รับผิดชอบงาน
 แผนของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ
 จำแนกตามประสบการณ์ในการทำงานงานแผน

ประสบการณ์ใน การทำงานแผน	คุณภาพชีวิตด้าน บริการจัดวาง ตัวบุคคล	1-5 ปี	6 – 10 ปี	11 ปีขึ้นไป
		3.2669	3.4695	3.7227
1 – 5 ปี	3.2669	-	.102	.253*
6 – 10 ปี	3.4695	-	-	.455
11 ปีขึ้นไป	3.7227	-	-	-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 30 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแผนของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
 การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงาน 11 ปีขึ้นไป มีคุณภาพชีวิต
 ด้านบริการจัดวางตัวบุคคลดีกว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแผนของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถม
 ศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานแผน 1- 5 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่
 ระดับ .05 ส่วนคู่อื่นๆ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 31 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคล ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ
จำแนกตามประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว

ประสบการณ์ใน การทำงานแนะแนว	ความพึงพอใจคุณภาพ ชีวิตด้านบริการจัดวาง ตัวบุคคล	1-5 ปี	6 – 10 ปี	11 ปีขึ้นไป
		3.2477	3.4770	3.6944
1 – 5 ปี	3.2477	-	.229	.446*
6 – 10 ปี	3.4770	-	-	.217
11 ปีขึ้นไป	3.6944	-	-	-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 31 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงาน 11 ปีขึ้นไป มีความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคลดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว 1- 5 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 ส่วนคู่อื่นๆ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 32 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่คุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผล ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว
ของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ
จำแนกตามประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว

ประสบการณ์ใน การทำงานแนะแนว	คุณภาพชีวิตด้าน บริการติดตามผล	1-5 ปี	6 – 10 ปี	11 ปีขึ้นไป
		3.2669	3.4695	3.7227
1 – 5 ปี	3.2669	-	.202	.455*
6 – 10 ปี	3.4695	-	-	.253
11 ปีขึ้นไป	3.7227	-	-	-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 32 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงาน 11 ปีขึ้นไป มีคุณภาพชีวิต
ด้านบริการติดตามผลดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา
จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว 1- 5 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่
ระดับ .05 ส่วนคู่อื่นๆ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 33 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผล ของครูผู้รับ
 ผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ
 จำแนกตามประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว

ประสบการณ์ใน การทำงานแนะแนว	ความพึงพอใจ คุณภาพชีวิตด้าน บริการติดตามผล	1-5 ปี	6 – 10 ปี	11 ปีขึ้นไป
		3.1706	3.5305	3.7305
1 – 5 ปี	3.1706	-	.359*	.559*
6 – 10 ปี	3.5305		-	.02
11 ปีขึ้นไป	3.7305			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 33 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
 การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว 11 ปีขึ้นไป
 มีความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผลดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน
 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว 1 – 5 ปี
 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวที่มีประสบการณ์ในการทำงาน
 แนะแนว 6 – 10 ปี มีความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผลดีกว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว
 ที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว 1 – 5 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคู่อื่นๆ
 ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 34 เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับการะงานสอน ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ตัวแปร	ภาระงานสอน t	ภาระงานสอนกับความ พึงพอใจคุณภาพชีวิต t
คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว	.35	-
คุณภาพชีวิตด้านการทำงาน	.22	1.18
คุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนว	1.35	1.56
คุณภาพชีวิตด้านบริการสำรวจข้อมูล	.07	.80
คุณภาพชีวิตด้านบริการสนเทศ	1.49	1.54
คุณภาพชีวิตด้านบริการให้คำปรึกษา	1.15	1.42
คุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคล	.78	1.02
คุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผล	1.70	1.17
คุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆนอกเหนือจากงาน	1.57	1.80
แนะแนวที่ต้องปฏิบัติ	1.26	2.23
คุณภาพชีวิตด้านครอบครัว	3.54	3.33
คุณภาพชีวิตด้านสังคม	1.18	1.94
คุณภาพชีวิตโดยรวม		

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 34 พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีภาระงานสอนต่างกัน มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมและแต่ละด้าน ไม่แตกต่างกัน

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับตัวแปรเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว ประสิทธิภาพในการทำงานแนะแนว และภาระงานสอน ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ
3. เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิต กับตัวแปรเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว ประสิทธิภาพในการทำงานแนะแนว และภาระงานสอน ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. คุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิต ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ มีความสัมพันธ์กับตัวแปร เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว ประสิทธิภาพในการทำงานแนะแนว และภาระงานสอน
2. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว ประสิทธิภาพในการทำงานแนะแนว และภาระงานสอน แตกต่างกันมีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน

วิธีดำเนินการวิจัย

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

แหล่งข้อมูล

แหล่งข้อมูลที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นข้าราชการครูที่ปฏิบัติหน้าที่รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน รับราชการในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ปีพ.ศ.2542 จำนวน 147 โรงเรียนๆ ละ 1 คน รวม 147 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เป็นแบบสอบถามคุณภาพชีวิต ประกอบด้วย 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

ตอนที่ 2 แบบสอบถามคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิต

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อขออนุมัติผู้อำนวยการการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร เพื่อขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเพื่อพัฒนาเครื่องมือกับ ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับแหล่งข้อมูล
2. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อขออนุมัติผู้อำนวยการการประถมศึกษาสมุทรปราการ เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากข้าราชการครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน ในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 147 โรงเรียนๆละ1 คน รวม 147 คน
3. ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่าง 13-17 มีนาคม 2543 โดยแจกแบบสอบถามทั้งหมด 147 ฉบับได้รับกลับคืน 147 ฉบับ แล้วตรวจสอบความสมบูรณ์ ปรากฏว่าสมบูรณ์ทุกฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100 แล้วให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดและนำมาวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. วิเคราะห์ค่าร้อยละ ของข้อมูลพื้นฐานคุณภาพชีวิต ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ
2. วิเคราะห์คุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิต ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ โดยหาค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าระดับของตัวแปร
3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์คุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตกับตัวแปรทั้งหมด ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson)
4. วิเคราะห์เปรียบเทียบตัวแปรด้านเพศ ลักษณะครอบครัว และภาระงานสอน โดยใช้ t- test วิเคราะห์เปรียบเทียบตัวแปรด้านอายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว และประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทิศทางเดียว (One way Analysis of Variance) และถ้าพบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติจะทดสอบเป็นรายคู่ โดยใช้การทดสอบของ เชฟเฟ (Scheffe)

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

ผลการศึกษาค้นคว้า สรุปได้ดังนี้

1. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับมากและมีความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง
2. คุณภาพชีวิตโดยรวม และความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวม ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ มีความสัมพันธ์กับอายุ และประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนตัวแปรคู่อื่น มีความสัมพันธ์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
3. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุต่างกันมีคุณภาพชีวิตโดยรวมและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างคุณภาพชีวิตโดยรวมและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมกับตัวแปร เพศ ระดับการศึกษา

สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว ประสบการณ์ในการทำงาน
แนะแนว และภาระงานสอน ซึ่งปรากฏผลดังนี้

3.1. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัด
สมุทรปราการ ที่มีอายุต่างกันมีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมแตกต่างกันอย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านของคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพ
ชีวิตพบว่า ด้านที่แตกต่างกัน คือ คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว ด้านการทำงาน ด้านงานอื่นๆนอกเหนือจาก
งานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ ด้านครอบครัว และด้านสังคม แต่ไม่พบความแตกต่างระหว่างอายุกับ
ความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว ส่วนคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตของครูที่มีอายุ
ต่างกัน กับผู้อื่นๆ ไม่แตกต่างกัน ซึ่งปรากฏผลดังนี้

3.1.1. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา
จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 41 – 60 ปี มีคุณภาพชีวิตด้านส่วนตัวดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว
ของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 31 – 40 ปี

3.1.2. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา
จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 40 – 60 ปี มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านการทำงาน
ดีกว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ
ที่มีอายุ 31 – 40 ปี และอายุตั้งแต่ 30 ปีลงมา

3.1.3. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา
จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 41 – 60 ปี มีคุณภาพชีวิต และความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านงานอื่นๆ
นอกเหนือจากงานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติดีกว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 31 – 40 ปี

3.1.4. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา
จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 41 – 60 ปี มีคุณภาพชีวิตด้านครอบครัวดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว
ของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 31 – 40 ปี

3.1.5. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา
จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 41 – 60 ปี มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านสังคมดีกว่า
ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ
ตั้งแต่ 30 ปีลงมา

3.1.6. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา
จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 41 – 60 ปี มีคุณภาพชีวิตโดยรวมดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของ
โรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 31 – 40 ปี ส่วนครูผู้รับผิดชอบ

งานแนะแนวที่มีอายุ 31 – 40 ปี มีคุณภาพชีวิตโดยรวมดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว ที่มีอายุตั้งแต่ 30 ปีลงมา

3.1.7. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 41 – 60 ปี มีความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุ 31 – 40 ปี และอายุ ตั้งแต่ 30 ปีลงมา

3.2. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีเพศต่างกัน มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมไม่แตกต่างกัน และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัวของ ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ ที่เป็นเพศชายและหญิง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.3. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมและแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน ยกเว้นคุณภาพชีวิตด้านส่วนตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรีและระดับปริญญาตรี มีคุณภาพชีวิตด้านส่วนตัวดีกว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี

3.4. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมและแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน

3.5. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีลักษณะครอบครัวต่างกัน มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมและแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน

3.6. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนวต่างกัน มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมและแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน

3.7. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนวต่างกัน มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมไม่แตกต่างกัน และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านที่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ คุณภาพชีวิต และความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนว คุณภาพชีวิต

และความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคลและคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผล ซึ่งปรากฏผลดังนี้

3.7.1. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว 11 ปีขึ้นไป มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนวดีกว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว 1 – 5 ปี

3.7.2. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว 11 ปีขึ้นไป มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคลดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว 1 – 5 ปี

3.7.3. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว 11 ปีขึ้นไป มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผลดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว 1 – 5 ปี

3.8. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีภาระงานสอนต่างกัน มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมและแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผล

1 ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับมากและมีความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้เพราะครูเหล่านี้เป็นข้าราชการเช่นเดียวกับกลุ่มอื่นๆ อาจจะต่างกันในงานที่ตนสังกัด ซึ่งอาชีพครูกับสังคมไทยนับว่าเป็นที่ยอมรับในบทบาทและระดับชั้นของบุคคลในสังคม ไม่น้อยกว่า แพทย์ วิศวกรหรือนักกฎหมาย ผู้ที่จะประกอบอาชีพครูจะต้องเป็นผู้พร้อมที่จะประพฤติดนในสิ่งที่ดีงาม เป็นแบบอย่างที่ดี เป็นผู้เสียสละรับใช้สังคมและช่วยพัฒนาสังคมให้ดีขึ้น อาชีพครูจะต้องเกี่ยวข้องกับงานอบรมสั่งสอน ซึ่งงานอบรมสั่งสอนเป็นงานที่ยาก ซึ่ง โสกา ชูพิกุลชัย(2522:58) ได้กล่าวว่า ผู้ที่จะอบรมสั่งสอนบุคคลอื่นได้ นอกจากตนเองจะต้องวางตัวให้ดีแล้ว จะต้องเป็นนักวิชาการที่มีความรู้ด้านเนื้อหาวิชา และจะต้องเป็นผู้รู้จักใช้ศิลป์ของการสอนในการถ่ายทอดความรู้เป็นอย่างดีซึ่งครูจะต้องได้รับการศึกษาทางวิชาชีพครู ตลอดจนพัฒนาตนเองหาความรู้ใหม่ๆให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ เพื่อนำมาถ่ายทอดความรู้แก่ศิษย์ทั้งด้านวิชาการ ตลอดจนอบรมสั่งสอนให้มีคุณธรรม

มีความประพฤติดีเป็นที่ยอมรับของสังคม ดังนั้นสถานภาพของครูจึงได้รับการยกย่องไว้สูงยิ่งว่าเป็นบุคคลที่ควรเคารพนับถือและไว้วางใจ ครูจึงต้องเป็นแบบอย่างที่ดีทั้งความประพฤติทั้งทางกายโดยมีบุคลิกภาพที่ดีทั้งการแต่งกายและกิริยามารยาทและการวางตัว มีสุขภาพจิตดี รักเด็ก มีนิสัยเยือกเย็นเป็นกันเอง มีมนุษยสัมพันธ์กับบุคคลทั่วไป อาชีพครูนั้นว่าเป็นอาชีพที่มีความมั่นคงสูง และสามารถเลื่อนตำแหน่งหน้าที่ได้ก้าวหน้ามากกว่าข้าราชการหน่วยอื่นๆ ครูที่รักความก้าวหน้าจึงสามารถเลื่อนตำแหน่งไปสู่สายผู้บริหารได้ไม่ยาก ซึ่งทำให้มีรายได้สูงตามไปด้วย นอกจากนี้ยังได้รับการช่วยเหลือด้านสวัสดิการต่างๆจากทางราชการพอสมควร สามารถยังชีพได้กับสถานะทางเศรษฐกิจในปัจจุบัน ซึ่งทำให้ครูที่มีครอบครัวแล้ว ใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขและในด้านบทบาทของครูกับความสัมพันธ์ทางสังคมหรือชุมชนนับได้ว่างานของครูมีส่วนช่วยพัฒนาสังคมได้พอสมควร ทั้งการให้ความรู้ทางวิชาการหรือเป็นวิทยากรที่ปรึกษาต่างๆ ครูจึงได้รับการยกย่องนับถือและมีบทบาทพอสมควร ยิ่งในสังคมชนบท ครูจะได้รับการยกย่องเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งเมื่อพิจารณาโดยรวมแล้วจึงทำให้คุณภาพชีวิตของครูอยู่ในระดับมาก แต่ในด้านความพึงพอใจคุณภาพชีวิตซึ่งครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวอยู่ในระดับปานกลางนั้น เพราะครูจะมีลักษณะแบบสังคมไทย คืออ่อนน้อมถ่อมตน และระบบราชการไทยที่มีกรอบระเบียบแบบแผนทำให้ครูพอใจในสภาพและยอมรับในความเป็นอยู่ที่มีความสุขทั้งการทำงาน ชีวิตครอบครัว ชีวิตสังคม และความรู้สึกส่วนตัวที่อยู่ในระดับปานกลาง ก็นับว่าพอแล้วเมื่อเทียบกับกลุ่มบุคคลอื่นๆของสังคม

2 คุณภาพชีวิตโดยรวมและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวม ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ มีความสัมพันธ์กับอายุและประสบการณ์ในการทำงานแนะแนวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนตัวแปรคู่อื่นมีความสัมพันธ์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เพราะอายุเป็นตัวแปรที่สัมพันธ์กับความต้องการและการรับรู้ของมนุษย์ซึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลงไปตามวัยและพัฒนาการไปสู่การเรียนรู้และการปรับตัวที่สอดคล้องกับสถานะแวดล้อมและได้ถูกสะสมไปเป็นประสบการณ์ ซึ่งอายุและ ประสบการณ์จะมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ผู้ที่มีอายุมากขึ้นก็จะมีประสบการณ์ในด้านต่างของชีวิตมากขึ้น และมีผลต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม ความคิดและจิตใจ แต่การดำรงชีวิตของมนุษย์แต่ละคนย่อมแตกต่างกันไปตามวัยและสังคมที่แวดล้อมบุคคลนั้นอยู่ ผู้ที่สามารถปรับตัวและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสมย่อมมีการดำรงชีวิตที่ดี มีความรู้สึกละดับตนเองในด้านบวกก็จะมีคามพึงพอใจในชีวิต ดังที่ พาวเวลล์(Powell, 1983 : 17 - 18) กล่าวว่า ความพึงพอใจในชีวิตเป็นความสมดุลระหว่างความต้องการและการได้รับการตอบสนอง โดยเกิดจากการปรับตัวของบุคคลต่อสิ่งแวดล้อม เพื่อให้ตนเองหลุดพ้นจากความทุกข์มีแต่ความสุข เมื่อใดที่บุคคลปรับตัวต่อสถานะแวดล้อมได้ บุคคลนั้นจะเกิดความพึงพอใจในชีวิต

3 ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุต่างกัน มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมแตกต่างกัน ทั้งนี้เนื่องมาจากคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตของมนุษย์จะแตกต่างกันไปตามช่วงของวัยต่างๆ ที่จะมีการรับรู้ของการดำรงชีวิตและการเปลี่ยนแปลงของวัยก็มีความสัมพันธ์กับอายุของมนุษย์ที่เพิ่มมากขึ้นและมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆของมนุษย์ ดังที่ ไบรเรน และ เรนเนอร์

(ขวัญใจ คันทิวานเสถียร. 2534 : 18; อ้างอิงจาก Birren and Renner. 1977) ได้อธิบายว่า การเปลี่ยนแปลงของมนุษย์จะเป็นไปตามอายุ โดยแบ่งเป็น 3 รูปแบบคือ 1) ทางร่างกายจะเปลี่ยนแปลงในด้านการทำงานของอวัยวะต่างๆ ตามอายุวัยของแต่ละบุคคล 2) ทางจิตใจจะเป็นความสามารถในการปรับตัวตามสิ่งแวดล้อมโดยเกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ การรับรู้ การแก้ปัญหา เจตคติตลอดจนบุคลิกภาพ 3) ทางสังคมจะเปลี่ยนแปลงในด้านบทบาท สถานภาพในครอบครัว และภาระงาน รวมทั้งความคาดหวังของสังคมต่อบุคคลนั้น ฉะนั้นอายุจึงเป็นตัวแปรที่มีผลต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์แต่ละคน โดยผู้ที่สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขก็จะมีคุณภาพชีวิตที่ดีมีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของตนเองดีไปด้วย

3.1 ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุต่างกัน มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน ที่มีอายุ 41 – 60 ปี มีคุณภาพชีวิตด้านส่วนตัวดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียนที่มีอายุ 31 – 40 ปี เพราะครูที่มีอายุ 41 – 60 ปี ซึ่งอยู่ในวัยกลางคนย่อมมีการรับรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจที่เพิ่มมากขึ้น โดยมีการดูแลสุขภาพสภาพของตัวอย่างระมัดระวังทั้งการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และเหมาะสมกับวัย มีการออกกำลังกายพอสมควรและให้ความสำคัญต่อการดูแลสุขภาพตนเองเมื่อเจ็บป่วย มีกิจกรรมในยามว่างที่เหมาะสม ทางด้านจิตใจ อยู่ในวัยที่ผ่านประสบการณ์ของชีวิตมาสามารถปรับตัวและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ดี มีความสุขุมรอบคอบเยือกเย็น และมุ่งทำจิตใจของตนเองให้มีความสุขในการดำเนินชีวิตที่เข้าสู่ช่วงวัยเกษียณ มีความรู้สึกที่ตนเองยังมีความค่า มีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น สำหรับครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวที่มีอายุ 31 – 40 ปี อยู่ในช่วงของวัยที่มีสุขภาพร่างกายที่ยังแข็งแรงจึงขาดความดูแลเอาใจใส่เพราะคิดว่าสุขภาพของตนเองยังดีอยู่ จึงใช้ชีวิตกับกิจกรรมทางสังคมอย่างเต็มที่ ยังมุ่งแสวงหาความต้องการในชีวิตทั้งความมั่นคงและรายได้ของครอบครัว ทางการเงิน และสังคม จึงทำให้ต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆที่มีผลกระทบต่อสุขภาพกายและจิตใจมากกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวที่มีอายุ 41 – 60 ปี เมื่อพิจารณาในด้านอื่นๆ พบว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวที่มีอายุ 41 – 60 ปี มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านการทำงาน ด้านงานอื่นๆนอกเหนือจากงานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ ด้านครอบครัว และด้านสังคมดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวที่มีอายุ 31 – 40 ปี และครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวที่มีอายุตั้งแต่ 30 ปีลงมาทั้งนี้ เพราะว่า

ในด้านการทำงาน ครูผู้ชอบผิชอบงานแนะแนวที่มีอายุ 41 – 60 ปี ย่อมมีประสบการณ์ในการทำงานมากกว่าจึงมีความรู้ความสามารถและทักษะในการทำงานสูง มีการเผชิญปัญหาและแก้ไขปัญหาในการทำงานได้ดี มีความผูกพันและมีความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงานมากจึงมีความสุขและความพึงพอใจในการทำงานสูงกว่า ในด้านครอบครัวก็มีความมั่นคงทั้งรายได้ และบทบาทของคนที่มีความต่อสมาชิกในครอบครัวมีความอบอุ่นจากบุตรหลานดี ในด้านสังคมยังมีกิจกรรมร่วมกับทางสังคม มีบทบาทเป็นที่ยอมรับนับถือจากสมาชิกในสังคม ยังรู้ดีกว่าตนเองมีคุณค่าและมีประโยชน์ต่อสังคม ครูผู้รับผิชอบงานแนะแนวที่มีอายุ 41 – 60 ปี จึงมีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตดีกว่าครูผู้รับผิชอบงานแนะแนวที่มีอายุ 31 – 40 ปี และครูผู้รับผิชอบงานแนะแนวที่มีอายุตั้งแต่ 30 ปีลงมา

3.2. ครูผู้รับผิชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีเพศต่างกันมีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เพราะการมีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิต ขึ้นอยู่กับการรับรู้ตามองค์ประกอบของชีวิตที่มาจากร่างกาย อารมณ์ สังคม ทางความคิดและจิตใจมากกว่า ตัวแปรเพศ ซึ่งเป็นเป็นความแตกต่างกันด้านสรีระของมนุษย์จึงไม่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ดังที่ แอนดรู และวิเธย์(Andrew and Withey, 1978) กล่าวว่าตัวแปรด้านเพศไม่ทำให้การรับรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของบุคคลต่างกัน และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ครูผู้รับผิชอบงานแนะแนวที่เป็นเพศชายและหญิง มีคุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เพราะเพศหญิงมีลักษณะทางกายที่ซับซ้อนมีบุคลิกภาพที่อ่อนไหว นุ่มนวลมีการปลูกฝังทางด้านวัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกับเพศชาย จึงมีการดำรงชีวิตที่ปลอดภัยกว่า มีการดูแลเอาใจใส่ในสุขภาพส่วนตัวดีกว่า ต่างจากเพศชายที่ใช้ชีวิตอย่างโลดโผนมีการแสดงออกในความเป็นชาย ต้องดื่มสุรา สูบบุหรี่ ต้องเที่ยวเตร่ชอบการสังสรรค์จึงขาดการดูแลสุขภาพทางกาย ส่วนในทางสุขภาพจิตเพศหญิงมีการควบคุมอารมณ์ได้ดี มีความเข้มแข็งทางจิตใจ อดทน ต่างจากเพศชายที่มักแสดงออกอารมณ์สูงไม่เก็บอารมณ์ ตัดสินใจอย่างรวดเร็วมีความเครียดและความกังวลจากสภาวะแวดล้อมและบทบาทของตน คุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิชอบงานแนะแนวที่เป็นเพศชายและหญิงจึงแตกต่างกัน

3.3. ครูผู้รับผิชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมและแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน ยกเว้นคุณภาพชีวิตด้านส่วนตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่า ครูผู้รับผิชอบงานแนะแนวของโรงเรียน ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี และระดับปริญญาตรี มีคุณภาพชีวิตด้านส่วนตัวดีกว่า ครูผู้รับผิชอบงานแนะแนวที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี ทั้งนี้เพราะในสังคมถือว่า การศึกษาเป็นตัวกำหนด คุณค่าและบทบาทของมนุษย์ว่า ยิ่งบุคคลใดมีการศึกษาสูงย่อมแสดงว่าเป็นบุคคลที่มีความรู้สูง นำยกย่องสรรเสริญให้ความเคารพนับถือมากกว่า

ผู้ที่มีการศึกษาค่ำกว่าหรือไร้การศึกษา นอกจากนี้การศึกษายังเป็นตัวกำหนดบทบาท และตำแหน่งทางสังคมมนุษย์อีกด้วย จึงมีผลทางด้านจิตใจในเรื่องค่านิยมในสังคมมากกว่า ดังที่ สมจิตต์ สุพรรณทัศน์ และนิภา มนูญปี (2535: 105) กล่าวว่า การมีการศึกษาสูงทำให้บุคคลประเมินค่าตนเองว่าเป็นคนฉลาด กระฉับกระเฉง และมีคนให้ความนับถือยกย่อง สามารถทำสิ่งต่างๆ ได้ดีกว่าผู้ที่มีระดับการศึกษาที่ต่ำกว่า

3.4. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมและแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เพราะครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียนส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสจึงมีความอบอุ่นและสัมพันธ์ภาพในครอบครัวที่ดี มีคู่คิดมีเพื่อนแท้ที่คบได้อย่างสนิทใจ ไม่รู้สึกเหงาหรือโดดเดี่ยว มีผู้ให้ความช่วยเหลืออุปถัมภ์ให้กำลังใจ ให้คำปรึกษา มีความรู้สึกมั่นคงในชีวิตและความพึงพอใจในชีวิตดี ส่วนครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวที่เป็นโสด หรือหม้าย ก็เป็นสถานภาพที่สามารถปรับตัวได้ในสังคมไทย ที่ถึงแม้จะเป็นโสด หรือหม้าย ก็มีความสัมพันธ์กับสมาชิกภายในครอบครัวกับบิดามารดาตลอดจนญาติพี่น้องที่ตนมีอยู่ จึงยังมีการพึ่งพาอาศัยและให้การดูแลช่วยเหลือในด้านต่างๆ ได้เมื่อมีปัญหา มีกิจกรรมต่างๆ ร่วมกับครอบครัวอยู่เสมอ สถานภาพสมรสที่ต่างกัน จึงไม่มีผลต่อคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวที่ต่างกัน

3.5. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีลักษณะครอบครัวต่างกัน มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมและแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เพราะในลักษณะของสังคมไทย ถึงแม้ว่าเดิมจะเป็นครอบครัวขยายที่มีลักษณะเป็นครอบครัวที่ประกอบด้วยสมาชิกในครอบครัวที่ประกอบด้วย บิดา มารดา ลูกๆ หลานหรือญาติพี่น้องรวมอยู่ด้วย ซึ่งคนในครอบครัวให้ความช่วยเหลือในการทำกิจกรรมประจำวัน ตลอดจนช่วยเหลือให้คำปรึกษาซึ่งกันและกัน มีความสัมพันธ์อันอบอุ่น หรือในลักษณะครอบครัวเดี่ยวที่มีแต่บิดา มารดา และบุตร แต่ก็มีความสัมพันธ์อันดีต่อกัน ไม่แตกต่างไปจากครอบครัวขยาย ที่ทั้งสองลักษณะยังมีการติดต่อสื่อสารและมีความสัมพันธ์กันอย่างเหนียวแน่น ต่างจากลักษณะสังคมทางตะวันตกที่เมื่อแยกครอบครัวไปแล้วก็มักจะห่างเหินจากครอบครัวเดิมไป ลักษณะครอบครัวของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวที่ต่างกัน อาจมีผลอยู่บ้างในด้านคุณภาพชีวิตครอบครัว แต่ไม่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวม

3.6. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนวต่างกัน มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมและแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เพราะความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนวเป็น ความรู้เฉพาะทางที่ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวนำมาใช้ในการปฏิบัติงานด้านแนะแนวนั้น ซึ่งการพัฒนาความรู้ด้านงานแนะแนว ครูสามารถจะพัฒนาได้หลายทางทั้งการอบรมเพิ่มเติม หรือศึกษาค้นคว้าจากสื่อต่างๆ ในปัจจุบัน ซึ่งในการปฏิบัติงานแนะแนวของแต่ละบุคคล อาจขึ้นอยู่กับสถานะและสิ่งแวดล้อมอื่นๆ

ที่เกี่ยวข้องของบุคคลนั้นเช่น เวลาในการปฏิบัติงาน ความร่วมมือของบุคลากรใน โรงเรียน เป็นต้น ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวจึงมีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวม ไม่แตกต่างกัน

3.7. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนวต่างกัน มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เพราะประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว เป็นทักษะและความรู้ที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติงานแนะแนวที่ครูแต่ละคนแตกต่างกันไปตามอายุและประสบการณ์ที่ตนเองได้รับการจากการทำงาน ซึ่งมีผลต่อการปฏิบัติงานที่ต่างกัน ดังที่พบว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียนที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว 11 ปีขึ้นไป มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านงานแนะแนว ตลอดจนคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการจัดวางตัวบุคคลและคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตด้านบริการติดตามผลดีกว่าครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว 1 – 5 ปี ทั้งนี้เพราะผู้ที่มีการประสบการณ์ในการทำงานแนะแนวมากกว่าย่อมมีสภาพการจัดบริการแนะแนวได้ดีกว่า ซึ่งสอดคล้องกับความเห็นของ คอตเติล และดาวน์นี่ (Cottle และ Downie. 1960 : 7) ที่กล่าวว่า ปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่ทำให้ครูแนะแนวได้รับความสำเร็จในหน้าที่การงานคือประสบการณ์ของครูแนะแนว ผู้ที่มีประสบการณ์มากกว่าย่อมได้เปรียบผู้ที่มีประสบการณ์น้อยกว่าเพราะผู้ที่มีประสบการณ์มากจะมีข้อมูลอยู่มาก และเคยผ่านปัญหามาแล้วย่อมเห็นปัญหา เลือทางแก้ปัญหาได้มากกว่าโดยเฉพาะในด้านงานแนะแนวทาง ด้านบริการจัดวางตัวบุคคล และด้านบริการติดตามผลเป็นบริการที่โรงเรียนระดับประถมศึกษาส่วนมากจะทำได้ดีกว่าบริการด้านอื่นๆ เพราะเป็นงานที่โรงเรียนได้ทำอยู่ก่อนแล้ว เช่น การหาทุนการศึกษาช่วยเหลือนักเรียนขาดแคลนและการติดตามผลนักเรียนที่จบการศึกษาเข้าศึกษาต่อในระดับมัธยมศึกษา ซึ่งครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวที่มีประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว 11 ปีขึ้นไปย่อมสามารถทำได้ต่อเนื่องและสม่ำเสมอมีข้อมูล และทำงานเป็นระบบมากกว่า ตลอดจนมีความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงานและบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้องมากกว่า ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวที่มีประสบการณ์ 1 – 5 ปี ซึ่งมีระยะเวลาในการทำงาน และประสบการณ์แก้ไขปัญหามีน้อยกว่า

3.8. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีภาระงานสอนต่างกัน มีคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมและแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้ ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน ส่วนมากมีหน้าที่รับผิดชอบต่อการเรียนการสอนอยู่แล้ว จึงสามารถปฏิบัติได้ดีเพราะถึงแม้ว่าจะมีจำนวนชั่วโมงมากต่อสัปดาห์ แต่ก็มีการพักและยืดหยุ่นได้ และอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ในทุกปี นอกจากภาระงานสอนแล้วอาจมีงานอื่นๆที่ได้รับมอบหมายจากทางโรงเรียนอีก ซึ่งอาจมีผลต่อการทำงานได้ทำให้มีเวลาในการทำงานแนะแนวน้อย แต่ก็ไม่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

ในการศึกษาคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบแนะแนว นอกจากจะใช้แบบสอบถามคุณภาพชีวิตแล้ว ควรใช้แบบสัมภาษณ์คุณภาพชีวิตประกอบด้วย เพื่อจะได้ข้อมูลที่สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงมากที่สุด เพื่อเป็นแนวทางในการให้ความช่วยเหลือ สนับสนุนทั้งในชีวิตส่วนตัว การทำงาน โดยเฉพาะด้านครอบครัว และด้านสังคมต่อไป

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัย

2.1. ควรมีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการประเมินคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวกับสภาพความเป็นจริงของครูในปัจจุบัน

2.2. ควรหาเกณฑ์ในการประเมินคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนว เพื่อประกอบการพิจารณาคุณภาพชีวิตของครูต่อไป

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ หล้าสุวงษ์. สุขภาพจิตในโรงเรียน กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์หามกุฏราชวิทยาลัย, 2524
- โกศล ศรีวรกุล. คุณภาพชีวิตของครูพลศึกษาระดับมัธยมศึกษา เขตการศึกษา 5. ปรินิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2541. อัดสำเนา.
- คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ, สำนักงาน คู่มือชุดการดำเนินงานแนะแนวในโรงเรียน กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา, 2538.
- คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, สำนักงาน พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542. กรุงเทพฯ : สำนักนายกรัฐมนตรี, 2542.
- ชวน หลีกภัย. " การศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต," : ข่าวสด. ฉบับพิเศษ ก้าวสู่ปีที่ 3. 2526.
- ชฎาภา ประเสริฐทรง. ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความผูกพันต่อองค์การของบุคลากร มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ. ปรินิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2541. อัดสำเนา.
- ชัยวัฒน์ ปัญงพงษ์และคณะ. คู่มือฉบับสมบูรณ์ประชากรศึกษา. กรุงเทพฯ โอเดียนสโตร์, 2527.
- จิตชัย สนั่นเสียง. การรับรู้เกี่ยวกับคุณภาพขั้นต่ำของครูในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2529. อัดสำเนา.
- ณรงค์ เส็งประชา. มานุษยวิทยาประยุกต์ในการพัฒนาชุมชน. กรุงเทพฯ โอเดียนสโตร์, 2541.
- คลฤดี เนตรเจริญ. การประเมินบริบทของการนำเกณฑ์ปฏิบัติพื้นฐานไปปฏิบัติในสถานศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของเยาวชนและประชาชนของครูระดับประถมศึกษา ในสังกัดสำนักงานการศึกษากรุงเทพมหานคร. ปรินิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2531. อัดสำเนา.
- ดิน ปรัชญาพุกษ์. ตัวแปรด้านพฤติกรรมศาสตร์ที่สำคัญในการพัฒนาองค์การ. ในเอกสารการ สอนชุดวิชาการพัฒนาองค์การ หน่วยที่ 4 มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2530.
- ทัศนีย์ ศิริวัฒน์. " กรณีศึกษาการบริการให้คำปรึกษาของคณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง " วารสารแนะแนว. 8(6) : 25 ; มิถุนายน 2540
- นาถฤดี ผลโลก. ความคิดเห็นของผู้ปกครองเกี่ยวกับการศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียน ในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตกรุงเทพมหานคร. ปรินิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2527. อัดสำเนา

- นิพนธ์ คันทะเสวี. คุณภาพกำลังคนเพื่อการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2528.
- บังอร ฤทธิอุดม. ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนจากคู่สมรส พฤติกรรมการดูแลตนเองกับคุณภาพชีวิตในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่ได้รับเคมีบำบัดภายหลังการผ่าตัดเต้านม.
วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล, 2536. อัดสำเนา.
- บุญเลิศ ไพรินทร์. "คุณภาพชีวิตในการทำงาน," ในการพัฒนาองค์กร. หน้าที่ 8 - 15
พิมพ์ครั้งที่ 6. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2537.
- บุญแสง ชีระภากร. "การปรับปรุงคุณภาพการทำงาน," อุตสาหกรรมเข้าราชการ. 25 (40): 5 - 12 ;
มกราคม - มีนาคม 2533.
- ประภา แท่นนิล. การทดลองสอนจิตวิทยาในชีวิตประจำวันเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต
ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
2529. อัดสำเนา.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. "เครื่องมือวัดคุณภาพชีวิต," สุขภาพจิต. 13 (52):14 ตุลาคม - ธันวาคม , 2533.
- ปรีชา คัมภีร์ปกรณ. "การมัธยมศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต," การศึกษาแห่งชาติ. 14 (6) : 24-25;
สิงหาคม - กันยายน , 2523.
- ปลัดกระทรวงศึกษาธิการ,สำนักงาน แผนพัฒนาการศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม ระยะที่ 8
(พ.ศ. 2540 - 2544). กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา, 2541
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. สุขภาพจิตเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : บัณฑิตการพิมพ์, 2530.
- พจนารถ แดงพลอย. การศึกษาเปรียบเทียบบุคลิกภาพของครูและครูแนะแนวที่ประสบความสำเร็จในอาชีพในโรงเรียนมัธยมศึกษาเขตการศึกษา 1. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2523 . อัดสำเนา.
- พนม พงษ์ไพบูลย์. "การศึกษาคือปัจจัยที่ 5 ของชีวิต," วารสารวิชาการ. 1(2) : 9 - 10 ; กุมภาพันธ์ 2541.
- พัฒน์ กิตติพารณ. "นันทวรรณ : ธุรกิจเพื่อคุณภาพชีวิต... ของใคร," เศรษฐศาสตร์และบริหารธุรกิจ. 15 (1): 7; กรกฎาคม - ธันวาคม, 2531.
- มณีนภา ชุตินุตร. "การศึกษาสภาพการเรียนรู้จากหนังสือ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6,"
วารสารวิชาการ. 2(7) : 39 ; สิงหาคม 2542 .
- มาลินี จุลวงษ์. "แนวคิดเมืองน่าอยู่ ความหวังของคนเมือง," วันอานามัยโลก.
กระทรวงสาธารณสุขและองค์การอานามัยโลก. 2539.

รุจิรา สูงใหญ่. อ้อมโนทัศน์ ทศนคติต่อผู้ป่วยและการยอมรับเชิงจิตกับคุณภาพชีวิตและคุณภาพ

การทำงาน ของพยาบาลโรงพยาบาลตำรวจ. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2532. อัดสำเนา

เรณูมาศ มาอุ่น. สุขภาพสำหรับคนและชุมชน. ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. 2535.

ลำเพา เอี่ยมสำอางค์ การศึกษาทักษะในการบริหารงานแนะแนวในโรงเรียนมัธยมศึกษาโดยใช้

เทคนิคเดลฟาย ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสานมิตร, 2532 . อัดสำเนา.

วาริศา วิเศษสวรรค์ “ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ, ” วารสารการศึกษาพยาบาล.1(5) : 78 – 79;

พฤษภาคม, 2540.

วารุณี ธนวรานิษ. “ ใครคือครูแนะแนว, ” วารสารแนะแนว. 8(6): 17; ตุลาคม – พฤศจิกายน

2535.

วิชากร, กรม กระทรวงศึกษาธิการ แผนพัฒนาการแนะแนว ระยะที่ 2 (พ.ศ.2540 – 2544)

กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์รัฐสภา, 2540.

วีรวัฒน์ ประทีปรัตน์ การศึกษาคุณภาพชีวิตในการทำงานของข้าราชการทหารอากาศ กองป้องกัน

อากาศ . ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

2542 อัดสำเนา

ศรีผ่อง จิตกรณกิจศิลป์. การรับรู้เรื่องคุณภาพชีวิตของผู้อยู่อาศัยในอาคารสงเคราะห์ของ

การเคหะแห่งชาติ เขตห้วยขวาง. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ :

มหาวิทยาลัยมหิดล, 2528. อัดสำเนา.

สมกิจ กิจพูนวงศ์. การวิเคราะห์องค์ประกอบคุณภาพชีวิตของครู สังกัดกรุงเทพมหานคร.

ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

2539. อัดสำเนา.

สมฤทธิ์ อินทราทิพย์. แนวทางการปรับปรุงคุณภาพชีวิตและการแก้ปัญหาสุขภาพอนามัยของ

ประชาชนในชุมชนเขตเมืองชั้นนอก. ภาควิชาสุขศึกษา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตพลศึกษา 2529.

สมศักดิ์ สันธะระเวชญ์. “ การประกันคุณภาพการศึกษา, ” วารสารวิชาการ. 1(6) : 43 – 44 ;

มิถุนายน 2541.

สาธารณสุข , กระทรวง , คณะกรรมการสุศึกษา. นโยบายการสุศึกษาแห่งชาติ. กรุงเทพฯ :

โรงพิมพ์กองสุศึกษา , กระทรวงสาธารณสุข. 2539.

สุจินต์ ปริษามารถ สุภาพจิตเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : ภาควิชาสุศึกษา คณะพลศึกษา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2535.

สุชาติ โสมประยูร. การสอนสุศึกษา. กรุงเทพฯ ไทยวัฒนาพานิช. 2525.

สุทิน สายสงวน. การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการสุศึกษากรณี

ข้าราชการในสังกัดกรมส่งเสริมการเกษตรประจำสำนักงานเกษตรอำเภอในภาคใต้ :

วิทยานิพนธ์รศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2533. อัดสำเนา

สุพรรณิ ไชยอำพร และสนธิ สมักรการ. คุณภาพชีวิตของคนไทยสุศึกษาเปรียบเทียบระหว่างชาวเมือง

กับชาวชนบท. กรุงเทพฯ สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2534.

สุภาพรรณ โคตรจรัส. สุภาพจิตในการดำรงชีวิต เล่ม 1. กรุงเทพฯ : คณะสุศาสตร์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2527.

สุรางค์ จันทรเอม. สุภาพจิต. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : อักษรบัณฑิต, 2527.

สุวรรณี พร้อมเพรียงชัย. ความรู้ความเข้าใจเรื่องความจำเป็นพื้นฐานและการนำเกณฑ์ปฏิบัติพื้นฐาน

ไปใช้ในระดับประถมศึกษา เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต จังหวัดบุรีรัมย์ ปริญญาโท

กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2534. อัดสำเนา.

โสภา ชูพิกุลชัย. จิตวิทยาสังคมประยุกต์. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2522

อุทุมพร จามรมาน. รายงานการวิจัยเรื่องคุณภาพชีวิตของคนกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพฯ

คณะสุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2528. อัดสำเนา.

Andrews, Frank M. and Stephan B. Withey. Social Indicators of Well Being : American

Perceptions of Life Quaty. New York. Plenum Press , 1978.

Atkinson , Tom. "The Stability and Validity of Life Measures," Social Indicators Research.

Vol. 3(2):10; February, 1982.

Bennett , Nicholas. "Population Growth , Individual Demographic , Decisions and Quality of

Life," In a Source Book on Population Education Project. Mahidol University ,

Bangkok , 1975

- Hackman , J.R. and L.J. Suttle. "Improving Life at Work," Behavioral Science Approach to Organizational Change. Santa Monica, Calif , Goodyear Publishing. : 14 ; 1977.
- Haddad , Afaf Shukri. "Quality of Life of Jordanian College Student," Dissertation Abstracts International. 47(6) : 2025 – A ; December , 1986
- Heidik , Bruno. "An Investigation of the Quality of Life and Its Relationship to Loving Being Having and Religious Ideology," Dissertation Abstracts International. 42(8) : 3448 – 3449 –A ; February, 1982
- Hues , Edgar F. and Thomas G. Commings. Organization Development and Change. Third edition. Minisota : West Publishing , 1985
- Kaplan and et al. Comprehensive Textbook of Psychiatry III. Baltimore ; William and wikins , 1980.
- Marion , Novlean. "The Relationship of Objective and Subjective Family Income Adequacy to Selected Measures of Precised Life Reality," Dissertation Abstrace International. 38(9) : 1158 – 1159 ; September , 1977.
- Markley , O.W. and Bahley Marilyn. Minimum Standards for Quality of Life. Menlo Park , California: Standford Research Institution ,1975.
- Mckenell , Aubvey C. and others. "Components of Pevceived Life Quality," Journal of Community Psychology. Vol 11(2) ,60-61;February 1983.
- Mouly , Georhe J. Psychology for Effective Teaching. New York : Holt Rinehart and Winsten , 1965.
- Nichalos , Alise C. "Satisfaction and Happiness," Social Indicators Research 11 (2):147;December, 1980.
- Ostroot , Nathali and others. "Quality of Life Perception in two Culture," Social Indicators Research. 11(8):222-223 ; August , 1982.
- Powell, D.H. Understanding Human Adjustment Normal Adaptation Through the Life Cycle Boston: Little Brown and Co, 1983
- Sharma R.C. "Population and Social Economic Development," Population Trends , Recourses and Environment : Hard Book on Population. New Delhi , 1975.

- Spolding, Nancy Louise. "The Poverty of Wealth : Development Policies , and Their Relationship to Quality of Life Indicators in Lesser Developed Countries," Dissertation Abstracts International, 47(12) : 4505 – 4506 A ; June , 1987.
- Spreitzer Elmer and Synder, Eldon E. "Correlates of Life Satisfaction Among the Aged," Journal of Gerontology 29 : 454 – 458 April, 1974.
- UNESCO "Population Education in Asia : A Source Population," Quality of Life Themes Bangkok. UNESCO Regional office for Education in Asia. 1974.
- Wheeler , Robert J. "The Theoretical and Empirical Structure of General Well – Being," Social Indicators Research. 22(10):662-663A; September, 1991.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

หนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ.....บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 5644, 5646
ที่..... ทม 1012/ ๐๕๖1..... วันที่..... ๘ มีนาคม 2543
เรื่อง.....ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ.....
เรื่อง.....

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นายสุวรรณ จันทสาร นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การศึกษาคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ" โดยมี ศาสตราจารย์ ดร.พ่วงพรรณ เกิดพิทักษ์ และ รองศาสตราจารย์ ดร.บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำวิทยานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ รองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร จัตรสุกุล ผู้ช่วยศาสตราจารย์บังอร เสตนนท์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ยุวดี เขียวระสิทธิ์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถามการศึกษาคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นายสุวรรณ จันทสาร ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ที่ ทม 1012/0935



สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา กรุงเทพมหานคร			
เลขที่	3182		
วันที่	10 มี.ค. 2543	เวลา	
☒ บก.	☐ กก.	☐ กก.	☐ ผง.
☐ ศษ.	☐ ศษ.	☐ ศษ.	☐ ศษ.
บัณฑิตวิทยาลัย			

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

14 มีนาคม 2543

เรื่อง ขอความร่วมมือเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการการประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร

สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. แบบสอบถาม

2. รายชื่อโรงเรียนในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร

เนื่องด้วย นายสุวรรณ จันทสาร นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การศึกษาคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ" โดยมี ศาสตราจารย์ ดร.พองพรรณ เกิดพิทักษ์ และ รองศาสตราจารย์ ดร.บุญเชิด ภิธัญญะนันต์ เป็นผู้ควบคุมการควบคุมการทำวิทยานิพนธ์ ในการนี้จึงมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย โดยขออนุญาตให้ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวในโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร โรงเรียนละ 1 คน รวมทั้งหมด จำนวน 38 คน ดังเอกสารที่แนบ ตอบแบบสอบถาม การศึกษาคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ในระหว่างเดือนมีนาคม 2543

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน ได้โปรดพิจารณาให้ นายสุวรรณ จันทสาร ได้เก็บข้อมูลในการทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิสาลากรณี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 258-4119, 664-1000 ต่อ 5644, 5664 โทรสาร. 258-4119



ที่ ศธ.1104/ 1262

สำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร
อาคาร 4 ราชเทวี ถนนศรีอยุธยา 10400

๒ มีนาคม 2543

เรื่อง ขอความร่วมมือในการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียน อาจารย์ใหญ่ โรงเรียนในสังกัดทุกโรงเรียน

ด้วย นายสุวรรณ จันทสาร นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติทำวิจัย เรื่อง " การศึกษาคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ " ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย โดยขอให้ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวในโรงเรียนเป็นผู้ตอบแบบสอบถาม โรงเรียนละ 1 คน จากครูในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานครทุกโรงเรียน ระหว่างเดือน มีนาคม 2543

สำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร พิจารณาแล้วเพื่อประโยชน์ทางการศึกษา ทั้งนี้ บุคคลดังกล่าวจะมาประสานงานด้วยตนเอง และให้สถานศึกษาได้อนุญาตตามที่เห็นสมควร

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการ

ขอแสดงความนับถือ

(นายสำรวย เขื่อนก้านธุ์)

ผู้อำนวยการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร

ฝ่ายบริการการศึกษา

โทร.2458391

โทรสาร 2459939

ที่ ทบ 1012/ 0104๙



เลขที่ 2 / ส.ก. 2543 120
วันที่
เวลา
☐ ข ☐ ค ☐ ง ☐ จ
บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒๒ มีนาคม 2543

เรื่อง ขอความร่วมมือเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ฝ่ายบริการการศึกษา
เลขที่ 2-7-ส.ก.-2543
วันที่
เวลา

สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. แบบสอบถาม

2. รายชื่อโรงเรียนในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

เนื่องด้วย นายสุวรรณ จันทสาร นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การศึกษาคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ" โดยมี ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ และ รองศาสตราจารย์ ดร.บุญเชิด วิทยบุญอินตพงษ์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำวิทยานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อทำวิจัย โดยขออนุญาตให้ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน ในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ตอบแบบสอบถามการศึกษาคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ดังเอกสารที่แนบ ในระหว่างเดือนมีนาคม 2543

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน ได้โปรดพิจารณาให้ นายสุวรรณ จันทสาร ได้เก็บข้อมูลในการทำวิทยานิพนธ์ และจะกรุณามิหนังสือแจ้งไปยังโรงเรียนในสังกัดจะเป็นพระคุณอย่างยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 258-4119, 664-1000 ต่อ 5664, 5644 โทรสาร. 258-4119



ที่ ศธ 1163/ 1216

สำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ
ถนนสุขุมวิท จังหวัดสมุทรปราการ 10270

28 มีนาคม 2543

เรื่อง ขอความร่วมมือเพื่อการวิจัย

เรียน หัวหน้าการประถมศึกษาอำเภอทุกอำเภอ และกิ่งอำเภอบางเสาธง

ด้วย นายสุวรรณ จันทสาร นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “การศึกษาคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ” โดยมี ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ และ รองศาสตราจารย์ ดร.บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขออนุญาตให้ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน ในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ตอบแบบสอบถามการศึกษาคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน ในระหว่างเดือนมีนาคม 2543

สำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ได้พิจารณาแล้ว ขอให้สำนักงานการประถมศึกษาอำเภอ/กิ่งอำเภอ แจ้งโรงเรียนในสังกัดเพื่อให้ความอนุเคราะห์ นายสุวรรณ จันทสาร ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ด้วย

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการ

ขอแสดงความนับถือ

(นายสุพัฒน์ เกาสมณี)

ผู้ช่วยผู้อำนวยการการประถมศึกษาจังหวัด รักษาการแทน
ผู้อำนวยการการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

ฝ่ายบริการการศึกษา

โทร.3945705

โทรสาร 3848092

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

แบบสอบถามคุณภาพชีวิต

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงใน () ซึ่งตรงกับความเป็นจริงในปัจจุบันให้ครบถ้วน

1.1 เพศ

() เพศชาย

() เพศหญิง

1.2 อายุ

() ตั้งแต่ 30 ปีลงมา

() 31 – 40 ปี

() 41 – 60 ปี

1.3 ระดับการศึกษา

() ต่ำกว่าปริญญาตรี

() ปริญญาตรี

() สูงกว่าปริญญาตรี

1.4 สถานภาพสมรส

() โสด

() สมรส

() หม้าย

1.5 ลักษณะครอบครัว

() ครอบครัวเดี่ยว

() ครอบครัวขยาย

1.6 ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว

() ปริญญาตรีด้านการแนะแนว

() ปริญญาโทด้านการแนะแนว

() มีได้สำเร็จปริญญาตรีหรือโทด้านการแนะแนว

แต่ผ่านการอบรมหลักสูตรแนะแนว

1.7 ประสบการณ์ในการทำงานแนะแนว

() 1-5 ปี

() 6-10 ปี

() 11 ปีขึ้นไป

1.8 ภาระงานสอน

() ต่ำกว่า 18 ชั่วโมง / สัปดาห์

() สูงกว่า 18 ชั่วโมง / สัปดาห์

ตอนที่ 2 แบบสอบถามคุณภาพชีวิต

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย/ ลงในช่องว่างทางขวามือตามสภาพความเป็นจริงที่ท่านได้ปฏิบัติและตามความรู้สึกที่ท่านพึงพอใจ

ข้อที่	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
2.1	คุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว					
1.	ข้าพเจ้ารับประทานอาหารเป็นเวลา.....					
2.	ข้าพเจ้ารับประทานอาหารได้ปริมาณเพียงพอกับความ ต้องการของตนเอง.....					
3.	ข้าพเจ้าตระหนักถึงคุณค่าอาหารในการรับประทาน อาหารทุกครั้ง.....					
4.	ข้าพเจ้าออกกำลังกายทุกวัน.....					
5.	ข้าพเจ้ารับการตรวจสุขภาพร่างกายเป็นประจำทุกปี.....					
6.	เมื่อข้าพเจ้าเจ็บป่วยข้าพเจ้าจะไปรับการรักษาที่ โรงพยาบาล.....					
7.	ข้าพเจ้าไม่สูบบุหรี่.....					
8.	ข้าพเจ้าไม่ดื่มของมึนเมา.....					
9.	ข้าพเจ้าพักผ่อนอย่างเพียงพอในแต่ละวัน.....					
10.	ข้าพเจ้าทำงานอดิเรกเมื่อว่างงานจากงานประจำ.....					
11.	ข้าพเจ้าดูแลรักษาบ้านและบริเวณบ้านให้สะอาดและเป็น ระเบียบ.....					
12.	ข้าพเจ้าภูมิใจในหน้าที่การงานที่ปฏิบัติอยู่.....					
13.	ข้าพเจ้าเป็นคนร่าเริง.....					
14.	ข้าพเจ้าสามารถปรับตัวเข้ากับคนอื่นได้.....					

ข้อที่	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
15.	ข้าพเจ้ายอมรับการเปลี่ยนแปลงที่มีผลกระทบต่อชีวิต ของตนเอง.....					
16.	ข้าพเจ้ายอมรับคำติชมจากผู้อื่นอย่างจริงใจ.....					
17.	ข้าพเจ้ายอมรับในเหตุผลของผู้อื่นที่ดีกว่าของตนเอง....					
18.	ข้าพเจ้าสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้เมื่อเผชิญ กับปัญหาต่าง ๆ.....					
19.	ข้าพเจ้าไม่เคยวิตกกังวลในเรื่องใด ๆ.....					
20.	ข้าพเจ้ามั่นใจในการกระทำของตนเอง.....					
21.	ข้าพเจ้าไม่ชอบเลียนแบบใคร.....					
22.	ข้าพเจ้ากล้ารับผิดชอบในการกระทำของตนเอง.....					
23.	ข้าพเจ้าไม่ชอบกล่าวคำหยาบคายผู้อื่นโดยไร้เหตุผล.....					
24.	ข้าพเจ้าเป็นคนคล่องแคล่วว่องไว.....					
25.	ข้าพเจ้าให้ความช่วยเหลือและเอื้อเฟื้อแก่ผู้อื่น.....					
26.	เมื่อได้รับมอบหมายงานข้าพเจ้าสามารถดำเนินการได้ เสร็จทันตามเวลา.....					
27.	ข้าพเจ้าสามารถให้คำแนะนำช่วยเหลือเรื่องงานแก่เพื่อน ร่วมงานได้.....					
28.	เมื่องานไม่ประสบความสำเร็จ ข้าพเจ้ารู้สึกท้อใจ.....					
29.	เมื่อข้าพเจ้าเครียดข้าพเจ้าไม่รู้จะหาทางลดความเครียด ได้อย่างไร.....					
30.	ข้าพเจ้าแก้ไขปัญหาด้วยความสุขุมรอบคอบ.....					
31.	เมื่อมีปัญหาข้าพเจ้าปรึกษากับเพื่อน.....					

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

ข้อที่	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริง น้อย ที่สุด	ท่านมีความพึงพอใจเกี่ยวกับกิจกรรมหรือ ความรู้สึกที่มีต่อสมาชิกครอบครัวมากน้อยเพียงใด				
							มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
23.	เมื่อข้าพเจ้าทำผิดข้าพเจ้าจะได้รับ การอภัยจากสมาชิกในครอบครัว.										
24.	เมื่อข้าพเจ้าทำอะไรแล้วพลาด หวังทุกคนในครอบครัวจะให้ กำลังใจ.....										

[illegible]

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. รองศาสตราจารย์ ดร. คมเพชร นัตรสุภกุล
ภาควิชาการแนะแนว และจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์บังอร เสดนนท์
ภาควิชาการแนะแนว และจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ยุวดี เจริญประสิทธิ์
ภาควิชาการแนะแนว และจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ภาคผนวก ข

1. ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามคุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว
2. ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามคุณภาพชีวิตด้านการทำงานงานแนะแนว
3. ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามคุณภาพชีวิตด้านการทำงานอื่นๆนอกเหนือจากงานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ
4. ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว
5. ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามคุณภาพชีวิตด้านสังคม

ตาราง 35 แสดงค่าอำนาจจำแนก (t) เป็นรายชื่อของแบบสอบถามคุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว

ข้อที่	ค่า t	ข้อที่	ค่า t
1	6.89	17	4.27
2	5.72	18	8.97
3	4.31	19	8.28
4	5.52	20	7.18
5	3.47	21	4.69
6	7.02	22	5.40
7	4.85	23	7.58
8	3.89	24	7.16
9	6.08	25	8.95
10	8.22	26	9.82
11	7.13	27	6.45
12	5.47	28	7.91
13	3.12	29	8.23
14	5.13	30	8.53
15	4.84	31	2.91
16	7.13		

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามคุณภาพชีวิตด้านส่วนตัว = 0.94

ตาราง 36 แสดงค่าอำนาจจำแนก (t) เป็นรายชื่อของแบบสอบถามคุณภาพชีวิตด้านการงานแนะแนว

ข้อที่	ค่า t	ข้อที่	ค่า t
1	8.23	23	7.46
2	8.53	24	6.83
3	2.91	25	4.17
4	6.00	26	6.70
5	2.67	27	4.40
6	4.11	28	7.92
7	6.99	29	5.78
8	6.29	30	3.76
9	6.51	31	5.80
10	5.55	32	4.82
11	7.21	33	4.53
12	6.88	34	5.02
13	4.81	35	5.82
14	5.60	36	7.01
15	3.03	37	1.96
16	6.79	38	4.76
17	7.59	39	5.01
18	8.55	40	6.80
19	8.81	41	3.55
20	3.85	42	4.61
21	3.55	43	6.76
22	3.20	44	4.85

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามคุณภาพชีวิตด้านการงานแนะแนว = 0.98

ตาราง 37 แสดงค่าอำนาจจำแนก (t) เป็นรายชื่อของแบบสอบถามคุณภาพชีวิตด้านการทำงานอื่นๆ
นอกเหนือจาก ทำงานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ

ข้อที่	ค่า t	ข้อที่	ค่า t
1	4.61	14	4.69
2	6.76	15	6.39
3	4.85	16	6.23
4	6.91	17	3.38
5	4.17	18	4.88
6	7.31	19	5.22
7	3.96	20	4.67
8	2.49	21	3.63
9	2.19	22	7.55
10	4.44	23	7.54
11	4.51	24	6.48
12	7.64	25	6.88
13	2.50	26	5.69

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามคุณภาพชีวิตด้านการทำงานอื่นๆนอกเหนือจาก
งานแนะแนวที่ต้องปฏิบัติ = 0.83

ตาราง 38 แสดงค่าอำนาจจำแนก (t) เป็นรายชื่อของแบบสอบถามคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว

ข้อที่	ค่า t	ข้อที่	ค่า t
1	9.11	13	7.81
2	6.08	14	4.38
3	7.16	15	5.37
4	6.19	16	6.48
5	7.69	17	5.90
6	7.88	18	8.86
7	7.00	19	5.81
8	6.82	20	5.94
9	7.03	21	5.94
10	5.80	22	7.37
11	8.17	23	8.13
12	6.14	24	8.04

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว = 0.85

ตาราง 39 แสดงค่าอำนาจจำแนก (t) เป็นรายชื่อของแบบสอบถามคุณภาพชีวิตด้านสังคม

ข้อที่	ค่า t	ข้อที่	ค่า t
1	8.13	9	8.09
2	8.04	10	8.97
3	7.85	11	9.34
4	8.85	12	9.01
5	9.63	13	9.07
6	6.19	14	9.64
7	9.76	15	6.55
8	8.86	16	5.76

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามคุณภาพชีวิตด้านสังคม = 0.98

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ – สกุล นายสุวรรณ จันทสาร
 วัน เดือน ปี 25 มีนาคม 2503
 สถานที่อยู่ปัจจุบัน 19/5 หมู่ 10 ตำบลลำโรงกลาง อำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ
 ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน ผู้ช่วยผู้อำนวยการ โรงเรียนวัดลำโรงเหนือ

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2519	ประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาชั้นต้น จากวิทยาลัยครูบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
พ.ศ. 2522	ประกาศนียบัตรพิเศษครูมัธยม(ศึกษาด้วยตนเอง)
พ.ศ. 2525	การศึกษามัธยมศึกษา (แนะแนวการศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
พ.ศ. 2538	การศึกษามหาบัณฑิต(จิตวิทยาการแนะแนว) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

การศึกษาคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน
สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ

บทคัดย่อ
ของ
สุวรรณ จันทสาร

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว
พฤษภาคม 2543

การวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว ประสิทธิภาพในการทำงานแนะแนว และการะงานสอน แหล่งข้อมูลเป็น ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 147 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถามคุณภาพชีวิต สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ของ เพียร์สัน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ t-test และวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทิศทางเดียว (One Way Analysis of Variance)

ผลการศึกษาค้นคว้า สรุปได้ดังนี้

1. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับมากและมีความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง
2. คุณภาพชีวิตโดยรวม และความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวม ของครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ มีความสัมพันธ์กับอายุ และประสิทธิภาพในการทำงานแนะแนว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แต่ไม่พบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับตัวแปรเพศ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว และการะงานสอน
3. ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสมุทรปราการ ที่มีอายุต่างกันมีคุณภาพชีวิตโดยรวมและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างคุณภาพชีวิตโดยรวมและความพึงพอใจคุณภาพชีวิตโดยรวมกับตัวแปร เพศ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ลักษณะครอบครัว ความรู้ด้านวิชาชีพงานแนะแนว ประสิทธิภาพในการทำงานแนะแนว และการะงานสอน

A STUDY OF QUALITY OF LIFE OF TEACHERS TAKING RESPONSIBILITY
FOR SCHOOL GUIDANCE WORK OF THE OFFICE
OF SAMUTPRAKARN PROVINCIAL PRIMARY EDUCATION

AN ABSTRACT
BY
SUWAN CHANTASAN

Presented in partial fulfillment of the requirements for the Master
Of Education degree in Guidance and Counseling Psychology
at Srinakharinwirot University
May 2000

The purpose of this research was to study the quality of life of teachers taking responsibility for school guidance work of the office of Samutprakan Provincial Primary Education. The variables of this study were : gender, age, educational levels, marital status, type of families, guidance professional knowledge, guidance work life experience, and teaching work load. The population consisted of 147 teachers who were assigned to take responsibility for guidance work of the office of Samutprakarn Provincial Primary Education. The research instrument was a quality of life questionnaire. The data were analyzed by t - test and One – Way Analysis of Variance.

The results of the study were as follows :

1. The level of quality of life (total score) and quality of life satisfaction (total score) of teachers taking responsibility for school guidance work were high and moderate respectively.
2. Significant positive relationships were found between the teachers' quality of life (total score) and quality of life satisfaction (total score) and the following variables : age and guidance work life experience at .01 level. No significant relationships were found between the teachers' quality of life and quality of life satisfaction variables and the following variables : gender, educational levels, marital status, type of families, guidance professional knowledge, and teaching work load.
3. Significant age differences were found for quality of life (total score) and quality of life satisfaction (total score) at .05 level. No significant quality of life and quality of life satisfaction differences were found related to gender, educational levels, marital status, type of families, guidance professional knowledge, guidance work life experience, and teaching work load.