



รายงานผลการวิจัย

เรื่อง

การศึกษาคุณภาพชีวิต และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของ
เกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้
Study in Quality of Life and Factors Influencing Quality of Life
of Oil Palm Farming in South of Thailand

โดย

พัชรีย์ หล้าแหล่ง

มหาวิทยาลัยแม่โจ้

2556

รหัสโครงการวิจัย



รายงานผลการวิจัย

เรื่อง การศึกษาคุณภาพชีวิต และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม
น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้
Study in Quality of Life and Factors Influencing Quality of Life of Oil Palm
Farming in South of Thailand

ได้รับการจัดสรรงบประมาณวิจัย ประจำปี 2555
จำนวน 222,200 บาท

หัวหน้าโครงการ

นางสาวพัชรี หล้าแหล่ง

งานวิจัยเสร็จสิ้นสมบูรณ์

5 /10 / 2556

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยฉบับนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากสำนักวิจัยและส่งเสริมวิชาการการเกษตร มหาวิทยาลัยแม่โจ้ ประจำปีงบประมาณ 2555 ผู้วิจัยใคร่ขอขอบคุณรองศาสตราจารย์ ดร.เฉลิมชัย ปัญญาดี ที่ปรึกษาโครงการวิจัย ที่สนับสนุนและคอยให้คำปรึกษาจนทำให้งานวิจัยนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

นอกจากนี้ยังขอขอบคุณเกษตรกรทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม ตลอดจนหน่วยงานภาครัฐ เอกชน หน่วยงานที่เกี่ยวข้องที่ให้ข้อมูลและอำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูลงานวิจัย และที่สำคัญขอขอบคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์พาวัน มะโนชัย ผู้อำนวยการสำนักวิจัยและส่งเสริมวิชาการการเกษตร และเจ้าหน้าที่ประจำสำนักวิจัยและส่งเสริมวิชาการการเกษตร มหาวิทยาลัยแม่โจ้ ทุกท่าน ที่คอยช่วยเหลือและให้คำปรึกษาจนทำให้งานวิจัยฉบับนี้สำเร็จลงได้ และสามารถนำไปใช้ประโยชน์สืบต่อไป

สุดท้ายนี้ ขอขอบคุณพ่อ แม่ และทุกคนที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ที่คอยให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจให้เสมอมา

พัชรี หล้าแหล่ง

สารบัญเรื่อง

	หน้า
สารบัญตาราง	ก
สารบัญภาพ	จ
บทคัดย่อ	1
Abstract	2
บทที่ 1 บทนำ	
ที่มาและความสำคัญของปัญหา	3
วัตถุประสงค์ของงานวิจัย	4
ขอบเขตของการวิจัย	4
ผลการวิจัยที่คาดว่าจะได้รับ	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	5
บทที่ 2 การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง	6
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	33
กรอบแนวคิดของการวิจัย	36
บทที่ 3 ระเบียบวิธีดำเนินการวิจัย	
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	38
ข้อมูลและการเก็บรวบรวมข้อมูล	38
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	39
การวิเคราะห์ข้อมูล	41
บทที่ 4 ผลการศึกษาวิจัย	
ผลการวิจัย	43
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	
สรุปผลการวิจัย	60
อภิปรายผล	62
ข้อเสนอแนะ	63
บรรณานุกรม	
ภาคผนวก	

สารบัญตาราง

		หน้า
ตารางที่ 1	ร้อยละของปัจจัยส่วนบุคคลของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้	44
ตารางที่ 2	ร้อยละของปัจจัยทางเศรษฐกิจของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้	46
ตารางที่ 3	ร้อยละของปัจจัยทางสังคมของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้	47
ตารางที่ 4	ร้อยละของปัจจัยการทำงานของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้	49
ตารางที่ 5	ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานระดับคุณภาพชีวิตของชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้	51
ตารางที่ 6	การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามเพศ	51
ตารางที่ 7	การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามอายุ	52
ตารางที่ 8	การเปรียบเทียบรายคู่ของคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามอายุ	52
ตารางที่ 9	การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามสถานภาพ	53
ตารางที่ 10	การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรในชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามศาสนา	53
ตารางที่ 11	การเปรียบเทียบรายคู่ของคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามสมาชิกในครอบครัว	54

ตารางที่ 12	การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมัน ในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามจำนวนสมาชิกในครอบครัว	54
ตารางที่ 13	การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมัน ในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามรายได้เฉลี่ยของครัวเรือน	55
ตารางที่ 14	การเปรียบเทียบรายจ่ายของคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามรายได้ของครัวเรือน	55
ตารางที่ 15	การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมัน ในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามภาระการมีหนี้สิน	56
ตารางที่ 16	การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมัน ในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามระดับการศึกษา	56
ตารางที่ 17	การเปรียบเทียบรายจ่ายของคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามระดับการศึกษา	57
ตารางที่ 18	การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมัน ในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามการเป็นสมาชิกในกลุ่มของชุมชน	57
ตารางที่ 19	การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมัน ในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามลักษณะการถือครองที่ดินทำกิน	58
ตารางที่ 20	การเปรียบเทียบรายจ่ายของคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามลักษณะการถือครองที่ดินทำกิน	58
ตารางที่ 21	การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมัน ในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามลักษณะลักษณะการใช้แรงงานของครัวเรือน	59
ตารางที่ 22	ผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวน ปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้	59

สารบัญรูปภาพ

ภาพที่ 1 แสดงกรอบแนวความคิดของการวิจัย

หน้า

37



การศึกษาคุณภาพชีวิตและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมัน ในพื้นที่ภาคใต้

Study in Quality of Life and Factors Influencing Quality of Life of Oil Palm Farming in South of Thailand

พัชรี หล้าแหล่ง¹

Patcharee Lalang¹

¹มหาวิทยาลัยแม่โจ้-ชุมพร มหาวิทยาลัยแม่โจ้ จ.เชียงใหม่ 50290

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาข้อมูลด้านปัจจัยส่วนบุคคล เศรษฐกิจ สังคม และปัจจัยการทำงานของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ 2) เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิต ทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อมของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ 3) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล เศรษฐกิจ สังคม และการทำงานของเกษตรกรกับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ และ 4) เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้ตอนบน ซึ่งทำการศึกษากับเกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้ตอนบน ประกอบด้วย จังหวัดชุมพร ระนอง สุราษฎร์ธานี พังงา ภูเก็ต กระบี่ และ นครศรีธรรมราช โดยใช้แบบสอบถาม เป็นเครื่องมือ ในการเก็บข้อมูลทั้งสิ้น 400 ราย

ผลการศึกษาพบว่า ในภาพรวมกลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่มีคุณภาพชีวิต อยู่ในระดับปานกลาง ผลการทดสอบความแตกต่างพบว่า ปัจจัยด้านอายุ ศาสนา รายได้เฉลี่ยของครัวเรือน ระดับการศึกษา และลักษณะการถือครองที่ดินทำกินต่างกัันมีผลต่อระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05

ผลการวิเคราะห์สมการถดถอยแบบพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis) ของตัวแปรอิสระกับตัวแปร พบว่า มีเพียงตัวแปรอิสระเพียงตัวเดียวเท่านั้นที่มีประสิทธิภาพในการทำนายระดับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้ตอนบน ศาสนาที่นับถือ (X1) โดยสามารถทำนายระดับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้ (Y) ได้ร้อยละ 22.0

คำสำคัญ : คุณภาพชีวิต , เกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมัน, ภาคใต้

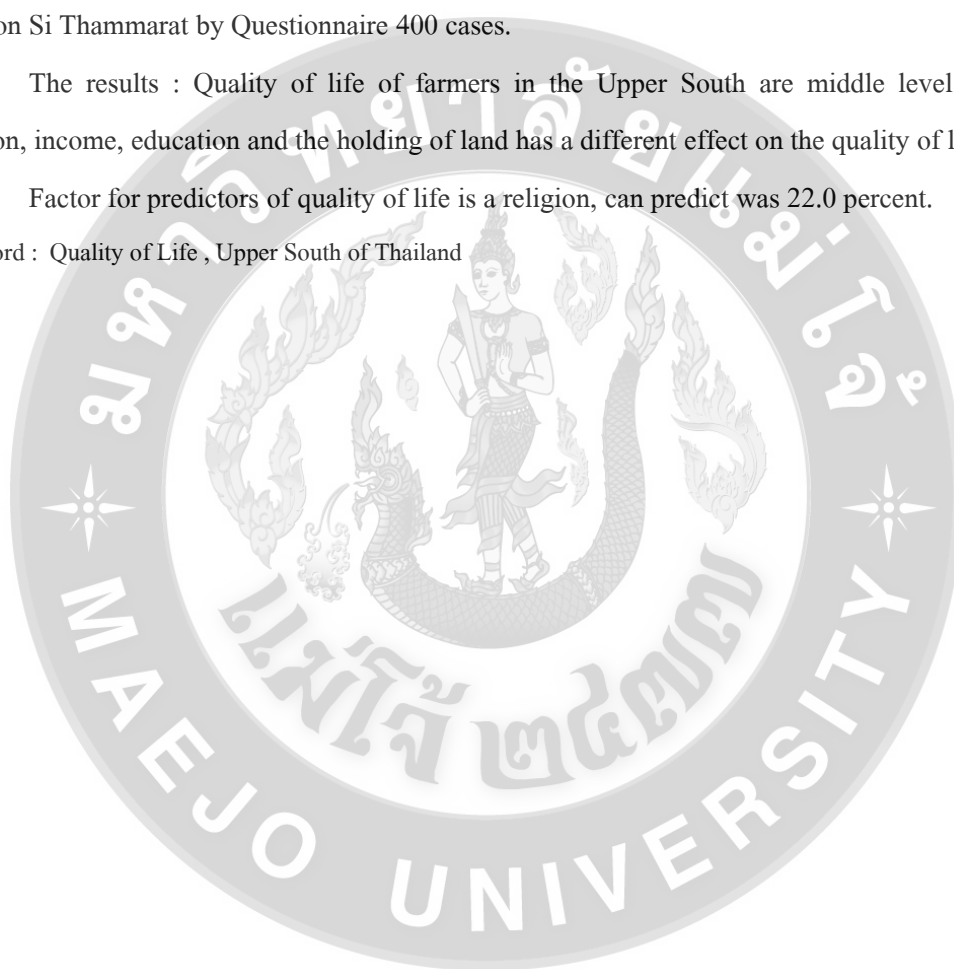
Abstract

Purpose of this study to : 1) the personal factors, economic, social and work factors of farmers in the South. 2) the Quality of Life 3) personal factors, economic, social and work factors of farmers 4) Analysis of factors affecting the quality of life of farmers . Conducted with farmers in the Upper South Include Chumphon, Ranong, Phang Nga, Phuket, Krabi, Surat Thani and Nakhon Si Thammarat by Questionnaire 400 cases.

The results : Quality of life of farmers in the Upper South are middle level. Age, religion, income, education and the holding of land has a different effect on the quality of life.

Factor for predictors of quality of life is a religion, can predict was 22.0 percent.

Keyword : Quality of Life , Upper South of Thailand



บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ประชากรเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีความสำคัญที่สุดในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ ดังนั้นเพื่อเป็นการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้มีคุณภาพและศักยภาพ เราควรตระหนักถึงการพัฒนาคูณภาพชีวิตของประชากรคุณภาพชีวิตเป็นเรื่องสำคัญมากของบุคคลและสังคมในปัจจุบัน เริ่มตั้งแต่ความสำคัญระดับตนเองและครอบครัว คือ การมีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ สุขภาพอนามัยดีไม่เจ็บป่วยทำให้ประหยัดค่าใช้จ่ายส่วนตน และสามารถประกอบอาชีพการงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้ชีวิตความเป็นอยู่ดี ครอบครัวอบอุ่นไม่มีปัญหาและความสำคัญระดับสังคมและประเทศชาติ เมื่อประชากรในสังคมมีคุณภาพชีวิตที่ดี ย่อมทำให้อุณภาพชีวิตในสังคมและประเทศดีขึ้นด้วย แต่ทั้งนี้รัฐต้องมึนโยบายที่จะเอื้อต่อการพัฒนาคูณภาพชีวิตของประชากร เช่น สภาพแวดล้อม การศึกษา การประกอบอาชีพ รายได้ของประชากร เป็นต้น

ประเทศไทยเป็นประเทศเกษตรกรรม ประชากรมากกว่าร้อยละ 60 อาศัยอยู่ในชนบทและมีอาชีพเกษตรกรรมเป็นอาชีพหลัก “ความเจริญของประเทศต้องอาศัยความเจริญของการเกษตรเป็นสำคัญ” พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ซึ่งแสดงให้เห็นอย่างชัดเจนถึงความสำคัญของภาคเกษตรที่มีต่อประเทศชาติและประชาชนชาวไทย เกษตรกรรมเป็นอาชีพพื้นฐานของคนไทยในสังคมไทยมาทุกยุคทุกสมัย ประชากรประมาณสองในสามอยู่ในภาคเกษตร การพัฒนาการเกษตรเป็นเป้าหมายที่สำคัญของการพัฒนาประเทศมาตลอด สาขากเกษตรเป็นสาขาที่ได้รับความสำคัญอย่างสูงในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติทุกฉบับ โดยเฉพาะภาคใต้ของไทย ซึ่งเป็นแหล่งเกษตรกรรมที่สำคัญของประเทศไทยเป็นอย่างมาก

จากความสำคัญของภาคเกษตร จะเห็นว่าตัวแปรที่สำคัญของเศรษฐกิจภาคเกษตร คือ เกษตรกร เกษตรกรนับเป็นทรัพยากรที่สำคัญที่สุดของธุรกิจภาคการเกษตร รัฐบาลควรส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีของเกษตรกร สำหรับภาคใต้ของประเทศไทย ถือเป็นพื้นที่ที่มีการปลูกพืชเศรษฐกิจปาล์มน้ำมันมากเป็นอันดับหนึ่งของประเทศ ประชาชนส่วนใหญ่มีอาชีพเป็นเกษตรกร ผู้ปลูกปาล์มน้ำมันดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาคูณภาพชีวิตและปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต

ของเกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้ เพื่อประเมินคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันและศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ เพื่อนำผลการศึกษาที่ได้จากการวิจัยไปใช้เป็นฐานข้อมูล ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาข้อมูลด้านปัจจัยส่วนบุคคล เศรษฐกิจ สังคม และปัจจัยการทำงานของเกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้
2. เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อมของเกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้
3. เพื่อศึกษาความแตกต่างระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล เศรษฐกิจ สังคม และปัจจัยการทำงานการทำงานกับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้
4. เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้

ขอบเขตของการวิจัย

ขอบเขตด้านเนื้อหา

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาคุณภาพชีวิตและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ โดยมีเนื้อหาที่ใช้ในการศึกษา 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 ศึกษาข้อมูลด้าน ปัจจัยส่วนบุคคล เศรษฐกิจ สังคม และข้อมูลการทำงาน ของเกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้ และส่วนที่ 2 ศึกษาวัดคุณภาพชีวิตซึ่งนำมาจากเครื่องวัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลก ชุดฉบับย่อฉบับภาษาไทย

ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้จะทำการศึกษากับเกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้ตอนบน ซึ่งประกอบด้วย จังหวัดชุมพร ระนอง สุราษฎร์ธานี พังงา ภูเก็ต กระบี่ และนครศรีธรรมราช

ขอบเขตด้านเวลา

การศึกษาคุณภาพชีวิตและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของ เกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ครั้งนี้ ทำการศึกษาในช่วงเวลาเดือนตุลาคม พ.ศ. 2554 ถึง เดือนกันยายน พ.ศ. 2555

ผลการวิจัยที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทราบปัจจัยส่วนบุคคล เศรษฐกิจ สังคม และการทำงานของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้
2. ทราบระดับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ ในด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม
3. ทราบความสัมพันธ์ระหว่างระดับคุณภาพชีวิตกับปัจจัยส่วนบุคคล เศรษฐกิจ สังคม และการทำงานของเกษตรกรของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้
4. ทราบปัจจัยที่ใช้ทำนายระดับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

เพื่อสามารถทำนายคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการวิจัยสามารถนำไปให้ความรู้หรือเป็นข้อมูลพื้นฐานให้กับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ในการกำหนดนโยบายการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของเกษตรกรหรือผู้ที่เกี่ยวข้องต่อไป

บทที่ 2

การตรวจเอกสาร

การศึกษาคุณภาพชีวิตและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ตอนบน ได้มีการรวบรวมวรรณกรรม แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

1) แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต (Quality of Life)

- 1.1) ความหมายคุณภาพชีวิต
- 1.2) ความสำคัญของคุณภาพชีวิต
- 1.3) องค์ประกอบของคุณภาพชีวิต
- 1.4) การประเมินคุณภาพชีวิต

2) แนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพจิต

- 2.1) ความหมายของสุขภาพจิต
- 2.2) ความสำคัญของสุขภาพจิต
- 2.3) หลักพื้นฐานของสุขภาพจิต
- 2.4) สาเหตุที่ทำให้สุขภาพจิตเสื่อม
- 2.5) พฤติกรรมของผู้มีสุขภาพจิตผิดปกติ
- 2.6) พฤติกรรมของผู้มีสุขภาพจิตปกติ

3) องค์ความรู้เกี่ยวกับปาล์มน้ำมัน

2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3. กรอบแนวคิดของการวิจัย

แนวคิด ทฤษฎีและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1) แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต (Quality of Life)

1.1) ความหมายคุณภาพชีวิต

คุณภาพชีวิต หมายถึง คุณภาพในด้านสุขภาพ สังคม เศรษฐกิจ การศึกษา การเมือง และศาสนา ซึ่งเป็นค่าเทียบเคียงไม่มีกฎเกณฑ์ตายตัวแน่นอน กล่าวคือ ทุกคนหรือทุกประเทศ

อาจจะกำหนดมาตรฐานต่างๆ กันไปตามความต้องการ และความต้องการคุณภาพชีวิตนี้ย่อมจะเปลี่ยนแปลงไปได้ตามกาลเวลาและกาลเทศะ (ศิริ ฮามสุโพธิ์ , 2543 : 56)

คุณภาพชีวิต หมายถึง ชีวิตของบุคคลที่สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างเหมาะสม ไม่เป็นภาระและไม่ก่อให้เกิดปัญหาแก่สังคม เป็นชีวิตที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ และสามารถดำรงชีวิตที่ชอบธรรมสอดคล้องกับสภาพแวดล้อม และค่านิยมสังคม ตลอดจนแสวงหา สิ่งที่ดีตนปรารถนาให้ได้มาอย่างถูกต้องภายใต้เครื่องมือและทรัพยากรที่มีอยู่

คุณภาพชีวิตแบ่งเป็น 3 ประการ คือ

1. ทางด้านร่างกาย คือ บุคคลจะต้องมีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ อันเป็นผลตอบสนองมาจากปัจจัยพื้นฐาน
2. ทางด้านจิตใจ คือ บุคคลจะต้องมีสภาวะจิตใจที่สมบูรณ์ร่าเริงแจ่มใส ไม่วิตกกังวล มีความรู้สึกพึงพอใจในชีวิตตนเองครบถ้วน และสังคมสิ่งแวดล้อม มีความปลอดภัยในชีวิต
3. ทางด้านสังคม คือ บุคคลสามารถดำรงชีวิตภายใต้บรรทัดฐานและค่านิยมของสังคมในฐานะเป็นสมาชิกของสังคมได้อย่างปกติสุขฯ (ศิริ ฮามสุโพธิ์ 2543 : 57)

องค์การอนามัยโลก UNESCO (1993 อ้างใน ประเวศ วะสี 2545 : 9) ซึ่งได้ร่วมกันคิดร่วมกันทำจากประเทศต่างๆ ให้นิยาม ความหมายของคำว่าสุขภาพว่า “Health is stage of complete physical, mental, social and spiritual well-being, not merely absence of diseases and infirmity” การไม่มีโรคก็ไม่ได้หมายความว่าสุขภาพดี และแม้มีโรคสุขภาพก็ดีได้ เพราะสุขภาพ หมายถึง สภาวะที่สมบูรณ์ ทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางวิญญาณ หรือสภาวะที่สมบูรณ์เชื่อมโยงกัน

องค์การอนามัยโลก ให้คำจำกัดความคุณภาพชีวิตว่า เป็นการรับรู้ของบุคคลต่อตำแหน่งชีวิตของตนในบริบทของวัฒนธรรมและระบบคุณค่าต่าง ๆ ที่เขาเกี่ยวข้องกับอยู่ และในส่วนที่สัมพันธ์กับบรรดาเป้าหมายของชีวิตของเขา รวมทั้งการคาดหมายมาตรฐาน และสิ่งเกี่ยวข้องต่าง ๆ ของเขาด้วย เป็นแนวคิดกว้างขวางและซับซ้อนด้านสุขภาพกาย สภาวะจิตใจ ระดับของความอิสระ (ความเป็นตัวของตัวเอง) ความสัมพันธ์ทางสังคม ความเชื่อและความสัมพันธ์กับของเขา กับสภาพแวดล้อมต่าง ๆ รอบตัวเขาด้วย

ชีวิตที่มีคุณภาพ เป็นชีวิตที่สามารถสนองตอบความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับอัตภาพ อยู่ในกรอบและระเบียบแบบแผน วัฒนธรรมที่อิงตามมาตรฐานที่ยอมรับของสังคม พร้อมทั้งสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสังคมที่เปลี่ยนแปลง ชีวิตจะมี คุณภาพได้ต้องอาศัยสถาบันต่างๆ ของสังคมร่วมกันทำหน้าที่ตามบทบาท (ผาสุก มุทฺธเมธา 2535 : 96)

คุณภาพชีวิต (Quality of life) ในแง่ของสิ่งแวดล้อมนั้น หมายถึง การศึกษาความเป็นอยู่ของมนุษย์ที่เกี่ยวข้องกับสถานภาพทางการศึกษาอนามัยและเศรษฐกิจตามลักษณะของสิ่งแวดล้อมทางชีวกายภาพ เชื้อชาติ วัฒนธรรม และวิธีการเลี้ยงดู โดยที่คุณภาพชีวิตนั้นขึ้นอยู่กับสภาพทั่วไปของสิ่งแวดล้อมทางชีวกายภาพ บุคคลอยู่ในที่ทรัพยากรสิ่งแวดล้อมที่อุดมสมบูรณ์ย่อมจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่า บุคคลที่อยู่ในที่ขาดแคลนทรัพยากรสิ่งแวดล้อม คุณภาพชีวิตต้องขึ้นอยู่กับความพึงพอใจ ซึ่งมีความแตกต่างกันไปแต่ละบุคคลอีกด้วย (เกษม จันทรแก่ 2540 : 28-29)

จากการให้ความหมายของคุณภาพชีวิตจะเห็นว่าคุณภาพชีวิตเป็นคำที่มีความสลับซับซ้อน มีความหมายกว้างและยังไม่มีการให้ความหมายไปในทางเดียวกัน ซึ่งมีเบริกซ์ (Meeberg, 1993) สรุปให้ความหมายคุณภาพชีวิตที่ผ่านมามีออกเป็น 4 ลักษณะ คือ 1) ความรู้สึกพึงพอใจหรือความปรารถนาในชีวิตของบุคคล 2) ความรับรู้เกี่ยวกับความพึงพอใจหรือความปรารถนาในชีวิตของบุคคล 3) สภาวะทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านอารมณ์ของบุคคล และ 4) อธิบายด้านวัตถุนิยมเกี่ยวกับสภาพการดำรงชีวิตที่มีความหมายเพียงพอและไม่มีอันตรายคุกคามต่อชีวิตของบุคคลสำหรับแนวคิดคุณภาพชีวิตที่ถูกนำมาใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คุณภาพชีวิตหมายถึง ระดับชีวิตที่ดี มีความสุข ความพึงพอใจในชีวิต ทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์ และการดำเนินชีวิตของปัจเจกบุคคลในสังคม ทั้งนี้เพราะแนวคิดดังกล่าว แสดงถึงการประสานการรับรู้ของบุคคลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม สิ่งแวดล้อม ภายใต้วรรณค่านิยมและเป้าหมายในชีวิต

1.2) ความสำคัญของคุณภาพชีวิต

คุณภาพชีวิตเป็นเรื่องสำคัญมากของบุคคลและสังคมในปัจจุบัน ดังนี้

1. ความสำคัญระดับตนเองและครอบครัว คือ การมีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ สุขภาพอนามัยดี ไม่เจ็บป่วย ทำให้ประหยัดค่าใช้จ่ายส่วนตน และสามารถประกอบอาชีพการงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้ชีวิตความเป็นอยู่ดี ครอบครัวอบอุ่น ไม่มีปัญหา

2. ความสำคัญระดับสังคม และประเทศชาติ เมื่อประชากรในสังคมมีคุณภาพชีวิตที่ดี ย่อมทำให้คุณภาพชีวิตในสังคมและประเทศดีขึ้นด้วย แต่ทั้งนี้รัฐต้องมีนโยบายที่จะเอื้อต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชากร เช่น สภาพแวดล้อม การศึกษา การประกอบอาชีพ รายได้ของประชากร เป็นต้น

1.3) องค์ประกอบของคุณภาพชีวิต

คุณภาพชีวิตเป็นแนวที่มีหลายมิติ ซึ่งมีผู้กล่าวถึงองค์ประกอบคุณภาพชีวิตไว้หลากหลาย โดยแต่ละองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตมีความสำคัญแตกต่างกันไป ดังนี้

เฟอร์เรล (Ferrel, 1995) ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตในผู้ป่วยมะเร็งและได้สรุปองค์ประกอบคุณภาพชีวิตไว้ 4 ด้านคือ

1. ความผาสุกด้านร่างกาย (physical well – being) เป็นความสุขของบุคคลในการควบคุมหรือบรรเทาความเจ็บป่วยและคงไว้ซึ่งการทำหน้าที่ของร่างกาย
2. ความผาสุกด้านจิตใจ (psychological well – being) เป็นการเผชิญต่อความรู้สึกเจ็บป่วยของบุคคล เช่น ความเครียด ความรู้สึกกลัว ความวิตกกังวล
3. ความผาสุกด้านวิญญาณ (spiritual well – being) ได้แก่ ความหวัง และความเชื่อในด้านศาสนา
4. ความผาสุกด้านสังคม (social well – being) เป็นความรู้สึกของบุคคลต่อสิ่งแวดล้อมและบทบาทในสังคม

ฟลานาแกน (Flanagan, 1982) ได้ศึกษาองค์ประกอบคุณภาพชีวิต พบว่า คุณภาพชีวิตมาจากพื้นฐานความต้องการของมนุษย์ ซึ่งจำแนกได้ 5 องค์ประกอบ ดังนี้

1. ความสุขสบายทางด้านร่างกายและวัตถุ เช่น มีสุขภาพสมบูรณ์ แข็งแรง และปราศจากโรคมีอาหาร มีบ้านที่ถาวรและมีความมั่นคงปลอดภัย
2. มีสัมพันธภาพที่ดี เช่น สัมพันธภาพกับบิดา มารดา คู่สมรส ญาติ เพื่อนและบุคคลอื่น
3. มีกิจกรรมและมีส่วนร่วมในสังคม ชุมชน รวมทั้งมีโอกาสช่วยเหลือและสนับสนุนผู้อื่น
4. มีพัฒนาการทางบุคลิกภาพและการดำเนินชีวิตตามพัฒนาการ เช่น พัฒนาการด้านสติปัญญา มีการเรียนรู้สนใจการเรียนรู้ เข้าใจตนเอง รู้จุดเด่นจุดด้อยของตนเอง ทำงานที่น่าสนใจได้รับค่าตอบแทนที่ดี และแสดงความรู้สึกออกมาในทางสร้างสรรค์

5. มีการสนทนากับผู้อื่น อ่านหนังสือ ฟังเพลงหรือสิ่งบันเทิงอื่น ๆ และมีส่วนร่วมในสังคม

เฟอร์ แรนส์ และพาวเวอร์ (Ferrans & Power, 1992) พิจารณาองค์ประกอบคุณภาพชีวิตจากความพึงพอใจหรือไม่พึงพอใจในชีวิต และสรุปองค์ประกอบคุณภาพชีวิต ได้ 4 ด้าน ดังนี้

1. สุขภาพและหน้าที่ (health and functioning) ได้แก่ การดูแลสุขภาพตนเอง การพักผ่อน การทำกิจกรรมต่าง ๆ ในเวลาว่าง การมีกิจกรรมในครอบครัว และการเดินทาง
2. สังคมเศรษฐกิจ (socioeconomic) ได้แก่ สภาพความเป็นอยู่ รายได้ การทำงาน เพื่อนร่วมงาน และที่อยู่อาศัย
3. จิตวิญญาณ (psychological spiritual) ได้แก่ ความพึงพอใจในชีวิตความสงบทางจิตใจการบรรลุเป้าหมายในชีวิต และความพึงพอใจในชีวิตความเป็นอยู่
4. ครอบครัว ได้แก่ ความสุขในครอบครัว ความสัมพันธ์กับคู่สมรส บุตร และภาวะสุขภาพของครอบครัว

ชาน (Zhan, 1992) ได้กล่าวว่า คุณภาพเกี่ยวข้องกับปัจจัยส่วนบุคคลโดยบุคคลสามารถรู้และประเมินได้ด้วยตนเอง ซึ่งมีองค์ประกอบ 4 ด้าน

1. ด้านความพึงพอใจในชีวิต (life satisfaction) เป็นการรับรู้ในสิ่งที่ตนเป็นอยู่ ได้แก่ ความพึงพอใจในสภาพความเป็นอยู่ สภาพแวดล้อม และการดำเนินชีวิต
2. ด้านอัตมโนทัศน์ (self concept) เป็นความรู้สึกรู้สึกหรือ ความคิดเห็นที่มีต่อตนเอง การยอมรับและการรับรู้ถึงคุณค่าของตนเอง รวมถึงภาพลักษณ์ของตน
3. ด้านสุขภาพและการทำงานของร่างกาย (health and functioning) เป็นการรับรู้เกี่ยวกับความสามารถด้านร่างกาย สุขภาพ และการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน
4. ด้านสังคมและเศรษฐกิจ (socioeconomic) เป็นการรับรู้ถึงความพึงพอใจในด้านสังคมทั่วไป รวมถึง รายได้ อาชีพ และการศึกษา

องค์การอนามัยโลก ได้แบ่งองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตไว้ 6 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านระดับความเป็นอิสระของบุคคล ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม และด้านความเชื่อส่วนบุคคล (WHO QOL Group, 1996) ต่อมาในปี ค.ศ.1995 ทีมพัฒนาคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลก ได้จัดองค์ประกอบใหม่ โดยรวมองค์ประกอบบางด้านเข้าด้วยกัน คือ ด้านร่างกายกับด้านความเป็นอิสระของบุคคล และด้านจิตใจกับด้านความเชื่อส่วนบุคคล จึงเหลือเพียง 4 ด้าน (WHO QOL Group, 1996) ดังนี้

1. ด้านร่างกาย (physical) คือ การรับรู้สภาพทางร่างกายของบุคคลซึ่งมีผลต่อชีวิตประจำวัน ได้แก่ การรับรู้สภาพความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย การรับรู้ถึงความรู้สึกสุขสบาย ไม่มีความเจ็บปวด การรับรู้ถึงความสามารถที่จะจัดการกับความเจ็บปวดทางร่างกาย การรักษาทางการแพทย์ การรับรู้พลังกำลังในการดำเนินชีวิตประจำวัน การพักผ่อนนอนหลับ การปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน และการทำงาน

2. ด้านจิตใจ (psychological) คือ การรับรู้สภาพทางจิตใจของตนเอง ได้แก่ การรับรู้ความรู้สึกทางบวกที่บุคคลมีต่อตนเอง การรับรู้ภาพลักษณ์ของตนเอง ความรู้สึกภาพภูมิใจในตนเอง ความมั่นใจในตนเอง การรับรู้ความคิด ความจำ สมาธิ การตัดสินใจ ความสามารถจัดการกับความเศร้า ความกังวล การรับรู้ถึงความด้านจิตวิญญาณ ศาสนา การให้ความหมายของชีวิต และความเชื่อถืออื่นๆที่มีผลต่อการดำรงชีวิตและการเอาชนะอุปสรรคต่างๆที่เกิดขึ้น

3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (social relationship) คือการรับรู้ด้านความสัมพันธ์ ของตนเองกับบุคคลอื่น การรับรู้ถึงการที่ได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นในสังคม การรับรู้ว่าคุณได้เป็นผู้ให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่นในสังคมด้วย รวมทั้งการรับรู้เรื่องอารมณ์ทางเพศ หรือ การมีเพศสัมพันธ์

4. ด้านสิ่งแวดล้อม (environment) คือการรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การรับรู้ว่าคุณ มีชีวิตอยู่อย่างอิสระ ไม่ถูกกักขัง มีความปลอดภัย และมั่นคงในชีวิต การรับรู้ว่าคุณอยู่ในสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่ดี การคมนาคมสะดวก มีแหล่งประโยชน์ด้านการเงิน มีสถานบริการสุขภาพ สถานบริการสังคม การรับรู้ว่าคุณได้รับข่าวสาร ได้มีกิจกรรมสันทนาการ และมีกิจกรรมในเวลาว่างเป็นต้น

สำหรับในประเทศไทยนั้นได้มีการนำแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตมาใช้ในการศึกษาคุณภาพชีวิตของประชาชน และได้มีการปรับปรุงองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตให้มีความเหมาะสมกับสังคมไทย ดังนี้

สำหรับการศึกษารุ่นนี้ ได้เลือกใช้อำนาจประกอบคุณภาพชีวิต ขององค์การอนามัยโลก ซึ่งประกอบด้วย 4 ด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม เป็นเครื่องมือในการวัดคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันชาวสวนยางพารา ด้วยเหตุผลว่า เนื้อหา มีความครอบคลุม ทั้งด้านวัตถุวิสัยและด้านจิตวิสัย

1.4) การประเมินคุณภาพชีวิต

การประเมินคุณภาพชีวิตหรือการวัดคุณภาพชีวิต จะมีความแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับแนวคิด และวัตถุประสงค์ในการวิจัย การประเมินคุณภาพชีวิตอาจจะประเมินด้วยบุคคลนั้น ๆ หรือบุคคลอื่นเป็นผู้ประเมิน โดยแนวทางการประเมินคุณภาพชีวิตมีความแตกต่างกันดังต่อไปนี้

มีเบอร์ก (Meeberh, 1993) ได้กำหนดแนวทางในการประเมินคุณภาพชีวิต โดยอาศัยตัวบ่งชี้ 2 ประเภท ซึ่งสอดคล้ององค์การ ยูเนสโก (Unesco, 1993) คือ

1. ตัวบ่งชี้วัตถุวิสัย (objective indicator) เป็นข้อมูลที่เป็นรูปธรรม เช่น รายได้ อาชีพ และการศึกษา เป็นต้น

2. ตัวบ่งชี้เชิงจิตวิสัย (subjective indicator) เป็นการประเมินข้อมูลด้านจิตวิทยา เช่น ความพึงพอใจในชีวิต ความสุข และการมีคุณค่าในตนเอง

นอกจากนี้การประเมินคุณภาพชีวิตยังสามารถประเมินโดยอาศัยแนวคิด โครงสร้างของคุณภาพชีวิต ซึ่งแบ่งเป็น 2 ด้านคือ

1. คุณภาพชีวิตมิติเดียว ซึ่งมีแนวคิดว่าคุณภาพชีวิตทั้งหมด โดยยึดการมอง ความพึงพอใจโดยรวม ซึ่งถือว่าการถามคำถามเดียว เป็นการประเมินที่เที่ยงตรง และเชื่อถือได้ ดังเช่น เครื่องมือที่วัดคุณภาพชีวิตของ แคนทริล (Cantril, 1965) ตามวรรณกรรม , 2543) สร้างขึ้นโดยใช้คำถามเดียวเรียกว่า บรรทัดการประเมินตนเองของแคนทริล เป็นการวัดเป็นแบบ ลิเกทสเกล (Likert Scale) ในแนวตั้งมีทั้งหมด 10 ขั้น โดยให้บุคคล ประเมินตนเองว่าคุณภาพชีวิตของตนอยู่ในระดับใด

2. คุณภาพชีวิตหลายมิติ ซึ่งมีแนวคิดว่าคุณภาพชีวิตในด้านต่าง ๆ ไม่เท่ากันขึ้นอยู่กับ การรับรู้ ประสบการณ์ และปัจจัยอื่น ดังเช่น บีเล็ค (Belec, 1993) ซึ่งได้กล่าวถึงองค์ประกอบ คุณภาพชีวิตว่ามี 4 ด้าน คือ 1) จิตใจ 2) สังคม 3) เศรษฐกิจ และ 4) จิตวิญญาณ นอกจากนี้พาติลลาและแกรนด์ (Padilla & Grant, 1985) ซึ่งมีแนวคิดในกรรมนองเดียวกัน ก็ได้สร้างเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิต ที่มีโครงสร้างหลายมิติ และให้ชื่อว่าดัชนีคุณภาพชีวิต (Quality of Life index) ประกอบไปด้วยข้อคำถามตามองค์ประกอบ 4 ด้าน คือ 1) ความผาสุกทางด้านจิตใจ 2) ความผาสุกทางด้านร่างกาย 3) ความผาสุกทางด้านสังคมและสัมพันธภาพทางด้านบุคคลและ 4) ความผาสุกทางด้านฐานะจัดประชุมนักวิชาการจากประเทศต่าง ๆ ดังกล่าวขึ้น เพื่อสร้างแบบวัด หรือเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิต ในมิติ เกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิต และการรับรู้สถานะ ของตนเองด้านต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิต โดยครั้งแรกจะมีคำถาม 277 ข้อ ได้รับการทดสอบ ความเที่ยงและความตรงในแต่ละภาคสนาม (กรมสุขภาพจิต, 2541) จากนั้นได้นำไปใช้

ศึกษานำร่องในศูนย์ภาคสนามของประเทศต่างๆหลายครั้งก่อนนำมาปรับปรุงให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

ต่อมาในปี ค.ศ. 1994 เครื่องชี้วัดคุณภาพดังกล่าวได้นำมาปรับปรุงจนมีความเหมาะสมในการนำไปใช้มากยิ่งขึ้น โดยมีข้อคำถามเพียง 100 ข้อ และได้เรียกว่าแบบชี้วัด คุณภาพชีวิต ขององค์การอนามัยโลก หรือ WHOQOL _100 (World Health Organization Quality of Life – 100) โดยโครงสร้างแบบวัดคุณภาพชีวิตชุดนี้ จะสะท้อนให้เห็นประเด็นสำคัญ ๆ ของคุณภาพชีวิต ด้วยกลุ่มคำถาม 6 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านระดับความเป็นอิสระ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านสภาพแวดล้อม และด้านความเชื่อส่วนบุคคล ลักษณะข้อคำถามเป็นการรับรู้เชิงรูปธรรม (objective) ประกอบด้วยคำถามในรูปของความเข้ม (intensity) ซึ่งจะหมายถึง ความรุนแรงของความรู้สึกนั้น ๆ ความจุ (capacity) หมายถึง ความสามารถในการรับรู้สถานการณ์ที่มีผลต่อคุณภาพชีวิต มากน้อยเพียงใด มากน้อยเพียงใด ความถี่ (frequency) หมายถึง ช่วงหรือระยะห่างของพฤติกรรม หรือความรู้สึกที่เป็นประสบการณ์ซึ่งจะมีผลต่อคุณภาพชีวิต และคำถามที่ต้องการให้ตอบตามการรับรู้ของผู้ที่ถูกวัด โดยจะเป็นคำถามเกี่ยวกับการประเมินปัญหาที่ผู้ถูกวัดกำลังเผชิญอยู่ เพื่อประเมินว่าเหตุการณ์นั้นมีผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตอย่างไร จึงนับว่าเป็นเครื่องมือ ที่มีความครอบคลุมด้านเนื้อหา มีความละเอียดและมีความไวสูง (สุวัฒน์และคณะ , 2541)

ต่อมาในปี ค.ศ. 1995 ทีมพัฒนาเครื่องมือคุณภาพชีวิต ขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization Quality of Life Group) ได้พัฒนาเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตขึ้นมาใหม่ เพื่อเป็นเครื่องมือมาตรฐานในการวัดคุณภาพชีวิตของประชากรโลก โดยการรวมข้อคำถามบางส่วนเข้าด้วยกัน จนเหลือข้อคำถามเพียง 4 ด้าน จำนวน 26 ข้อ (World health Organization, 1996) ซึ่งหลายประเทศทั่วโลกได้นำไปแปลและใช้ในการวัดคุณภาพชีวิตของประชากร รวมทั้งประเทศไทย ซึ่งถูกวัด และคณะ (2541) ได้แปลและปรับปรุงเพื่อให้เหมาะสมกับประชากรไทย และได้หาค่าความสัมพันธ์ระหว่างเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิต ชุด 100 ตัวชี้วัด และเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิต ชุด 26 ตัวชี้วัด ได้หาค่าความสัมพันธ์ระหว่างเครื่องชี้วัดทั้งสอง มีค่า $r = 0.65$ ($p < 0.01$) และค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือเท่ากับ 0.84 และต่อมาได้มีการนำเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตชุด 26 ตัวชี้วัด ไปใช้อีกครั้ง โดยสุวัฒน์ และคณะ (2541) เพื่อศึกษาคุณภาพของคนไทยในภาวะวิกฤติทางเศรษฐกิจ โดยกำหนดกลุ่มตัวอย่างเป็นประชากรไทยที่สื่อสารรู้เรื่องทั้งชายและหญิง อายุระหว่าง 16 - 87 ปี โดยการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอนและแบ่งเขตตามเขตสาธารณสุข ซึ่งมี 12 เขต

และหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือในทุกกลุ่มอายุ กลุ่มละ 30 คน ได้ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือเท่ากับ 0.84

2) แนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพจิต

2.1 ความหมายของสุขภาพจิต

ความหมายของคำว่า “สุขภาพจิต” มีนักจิตวิทยาอธิบายไว้หลายท่านพอนำมาเสนอ ดังนี้

คำว่า “Healthy” หมายถึง การมีสุขภาพที่ดี ในที่นี้หมายถึง สุขภาพของร่างกาย และจิตใจ การที่คนใดคนหนึ่งจะได้ชื่อว่าเป็นคนที่มีสุขภาพดีนั้น หมายถึงบุคคลที่มีลักษณะ 3 ข้อคือ

1. ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บทั้งทางร่างกายและจิตใจอย่างเหมาะสม
2. มีการพัฒนาการทางร่างกายและจิตใจอย่างเหมาะสม
3. ยอมรับสภาพความเป็นจริงของตน

การมีสุขภาพที่ดีทางร่างกายนั้นก็คือ การที่คนๆ นั้นไม่เป็นโรคภัยไข้เจ็บ ส่วนทางด้านจิตใจนั้นก็คือการที่คนๆ นั้นสามารถที่จะแก้ไขและเผชิญกับปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้และมีบุคลิกภาพที่ไม่แตกต่างไปจากคนส่วนใหญ่

สุขภาพจิต หมายถึง สุขภาพของจิตใจที่ดีของมนุษย์หรือ การมีสภาพจิตที่ดี เช่น มีจิตใจเบิกบานแจ่มใส อยู่เสมอ ไม่มีความวิตกกังวลใดๆ มีแนวความคิดถูกต้อง ส่วนบุคคลที่สุขภาพจิตเสื่อม ย่อมหมายถึง บุคคลที่มีสุขภาพจิตผิดปกติ มีความกังวลทุกข์ร้อนอยู่เสมอ ตลอดจนมีแนวความคิด พฤติกรรมผิดไปจากปกติธรรมดา สุรางค์ จันทน์เอม (2527: 2)

คนที่มีสุขภาพทางจิต (Mentally Health) หมายถึง คนที่ยอมรับความเป็นจริงและมองเห็นความสัมพันธ์ที่ถูกต้องระหว่างตนเอง และสิ่งแวดล้อมสายสุรี จุติกุล (2511: 12)

คนที่มีสุขภาพจิตดี หมายถึง คนที่สามารถปรับตัวได้ (Adjusted Person) หมายความว่า เมื่อเผชิญกับความคับข้องใจ จะไม่แสดงความท้อแท้ หรือเสียใจเกินกว่าเหตุ และเมื่อเผชิญปัญหาก็จะแก้ปัญหาโดยอาศัยข้อเท็จจริงส่วนคนที่มีสุขภาพจิตไม่ดีคือคนที่ปรับตัวไม่ได้ (Maladjusted Person) คือเมื่อพบกับความคับข้องใจจะแสดงความท้อแท้และวิตกกังวลออกมา เสมอและแก้ปัญหาโดยการหนีความจริง เดือน สินธุพันธุ์ประทุม (2511: 1)

องค์การอนามัยโลก (WHO: World Health Organization) ว่าสุขภาพที่ดี หมายถึง ความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจปราศจากซึ่งโรคภัยไข้เจ็บ และคำว่าสุขภาพจิต

หมายถึง ความสมบูรณ์ทางด้านจิตใจซึ่งปราศจากอาการของโรคจิตโรคประสาทหรือลักษณะผิดปกติอื่นๆ ทางจิตและความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้โดยไม่มีข้อขัดแย้งภายในจิตใจ กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ (2524: 1)

ดังนั้นผู้มีสุขภาพจิตดีนั้นต้องเป็นผู้มองโลกในแง่ดี พึ่งตนเองได้ พึ่งผู้อื่นได้บ้าง และให้ผู้อื่นพึ่งได้บ้าง สามารถทำประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่น สามารถปรับตัวให้เข้ากับปัญหาอุปสรรคของชีวิตได้โดยไม่เสียสุขภาพเป็นผู้สำรวจตนเองเสมอ มองตนเองอย่างถูกต้องตามความเป็นจริง รู้สึกในคุณค่าของตนเอง มีความพอใจในสถานภาพของตนและรู้สึกมีความมั่นคงในชีวิต พพอใจในบทบาทและเพศแห่งตน เรียนรู้จากประสบการณ์ในอดีตแล้วสามารถปรับปรุงแก้ไขตัวเองได้เสมอ มีความอยากรู้อยากเห็นหรือใฝ่รู้ใฝ่เรียน มีความพอใจที่จะร่วมมือ สามารถประนีประนอมกับผู้อื่น กล้าแสดงออก และสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดี มีบุคลิกภาพที่เหมาะสมกับลักษณะเพศ วัย และบทบาทของตน

สุขภาพจิตจึงเป็นการปรับตัวของแต่ละบุคคลที่มีต่อตนเอง และมีต่อสิ่งแวดล้อมอย่างมีประสิทธิภาพ บุคคลต้องมีพฤติกรรมที่เป็นที่พึงพอใจ เบิกบานเอาใจใส่และระลึกถึงบุคคลอื่น มีความสามารถที่จะเผชิญและประสบความสำเร็จกับความกระทบกระทั่ง ความแตกร้าง และความเครียดน้อยมาก ตลอดจนปราศจากพฤติกรรมที่แสดงถึงความบกพร่องทางสติปัญญา อารมณ์ และสังคม สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

สุขภาพจิตที่ดี จึงหมายถึง การมีสภาวะทางจิตที่สมบูรณ์ และการมีสุขภาพจิตที่สมบูรณ์ของแต่ละบุคคลนั้น โดยจะต้องพิจารณาองค์ประกอบต่างๆ ทั้ง 6 ประการต่อไปนี้ คือ ประการแรก คือ เจตคติที่มีต่อตนเอง สามารถที่จะยอมรับตนเอง สามารถที่จะยอมรับความอ่อนแอและความบกพร่องของตนเอง มีความมั่นใจในตนเอง มีความภูมิใจในคุณค่าของตนเองเคารพตนเอง ตลอดจนมีความเข้าใจและยอมรับสภาพของตนเอง ประการที่สอง คือ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของบุคคลเป็นไปอย่างสมปรารถนาและสอดคล้องกับศักยภาพของตนเองสามารถประสบความสำเร็จและความมุ่งหวังที่พึงประสงค์ ตลอดจนสามารถพัฒนาความสามารถของตนเต็มที ประการที่สามคือความผสมผสานขององค์ประกอบบุคลิกภาพเป็นไปอย่างกลมกลืนราบรื่น มีสติสัมปชัญญะ ไม่อยู่ภายใต้อิทธิพลของจิตไร้สำนึก มีความสามารถที่จะทนต่อความวิตกกังวล และความบีบคั้นภายใต้สภาพการณ์ใดสภาพการณ์หนึ่งได้ ประการที่สี่ คือ ความเป็นตัวของตัวเองและความเป็นอิสระในการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งอันเป็นสิ่งที่พึงประสงค์ มีความเป็นอิสระจากอิทธิพลของสังคม ในการที่จะตัดสินใจโดยยึดมาตรฐานที่เป็นหลักประจำใจของตน มากกว่าที่จะขึ้นอยู่กับความบีบคั้นของอิทธิพลภายนอก ประการที่ห้าคือ การยอมรับและเผชิญต่อความเป็นจริง ไม่หลงงมงายในความพ้อฝันหรือความปรารถนาของตนเอง แต่ในขณะเดียวกันก็มีความสนใจ

เอาใจใส่ในสวัสดิภาพของบุคคลอื่นๆ และประการสุดท้ายคือ ความสามารถที่จะเอาชนะอุปสรรคและสิ่งแวดล้อมต่างๆ โดยสามารถที่จะรักและให้ความรักแก่บุคคลอื่นได้ สามารถที่จะรับความรักจากบุคคลอื่นและสามารถที่จะอุทิศเวลาให้แก่งานตลอดทั้งการละเล่นต่างๆ ได้ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีสามารถที่จะปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม มีความพอใจในสภาพแวดล้อมของตนเอง เต็มใจที่จะหาวิธีการต่าง ๆ เพื่อแก้ปัญหาตลอดทั้งอุปสรรคที่จะต้องเผชิญในชีวิตของตน

สุขภาพจิตที่ดีจะทำให้บุคคลที่มีสุขภาพจิตสมบูรณ์ ซึ่งสามารถแยกเป็นข้อๆ ได้คือ ประการแรก บุคคลจะสามารถยอมรับสภาพความเป็นตัวของตัวเอง มีเหตุผล เคารพในเหตุผลของตนเอง และพยายามแสวงหาแนวทางที่จะปรับปรุงตนเอง ประการที่สองคือ บุคคลจะรู้จักประเมินค่าของตนเอง ตามสภาพความเป็นจริง ตั้งระดับความคาดหวัง ความสำเร็จของตนเอง อันเป็นการวางแผนชีวิตที่เหมาะสมกับตนเองโดยแผนชีวิตนั้น ๆ จะไม่สูงหรือต่ำเกินความสามารถตามสภาพความเป็นจริงของตนเอง ประการที่สาม คือบุคคลมีความรับผิดชอบ ในการที่จะตัดสินใจตลอดทั้งสามารถดำเนินชีวิตอย่างเป็นปกติสุขและมีความสุข สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพการณ์ต่าง ๆ ได้ สามารถดำเนินชีวิตได้สอดคล้องกับจุดหมาย เป้าหมาย และอุดมคติของตนเอง ประการที่ห้าคือ สามารถที่จะทนต่อความบีบคั้น สภาพการณ์ที่บีบบังคับ และกังวลใจต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น สามารถปรับตัวปรับใจให้ชนะเหตุการณ์ที่ฝังใจ และความคับข้องใจต่างๆ ได้ ประการที่หก คือ มีความสัมพันธ์อันดีกับบุคคลอื่น มีแนวความคิดที่ดีทั้งต่อตนเองและต่อสังคม ประการที่เจ็ดคือ สามารถแสวงหาอิสรภาพ ความเป็นตัวของตัวเอง มีแนวทางชีวิตที่เป็นตัวของตัวเอง ไม่เป็นบุคคลที่ทำตามบุคคลอื่นแต่ประการเดียว หรือมีความเห็นแก่ตัวเองมากเกินไปจนระดับคนปกติ ประการที่แปดคือ พยายามที่จะแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นมากกว่าที่จะหนีปัญหานั้นๆ อีกทั้งจะต้องไม่พยายามใช้กลวิธานในการป้องกันตัวหรือกลไกทางจิตมากเกินไปหรือใช้บ่อยครั้งเกินไป และประการที่เก้า คือ คำนึงถึงวัฒนธรรม ระเบียบ ประเพณี และค่านิยมต่าง ๆ ของสังคมโดยนำสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ มาพิจารณาประกอบกับความรู้ลึก สติของตนเองทั้งที่มีต่อตนเองและผู้อื่น เพื่อจะนำมาเป็นแนวทางในการพิจารณาว่าควรจะสนองความต้องการของชีวิตในระดับใดจึงจะมีชีวิตจิตใจอย่างสุขสมบูรณ์ได้

จากความหมายของสุขภาพจิตที่กล่าวมาข้างต้นนี้ จะเห็นว่าคำว่าสุขภาพจิตมีความหมาย 2 ประการ คือ ประการแรกมีความหมายในทางบวก หรือมีความหมายในทางที่ดี ที่ชื่นชอบ และประการที่สอง มีความหมายถึง ความสามารถในการปรับตัวตลอดทั้งความสามารถในการยอมรับความเป็นจริงและความสามารถของบุคคลในการมองเห็นความสัมพันธ์ที่ถูกต้องระหว่างตนเองและสิ่งแวดล้อม ซึ่งถ้าบุคคลนั้นมีความสามารถในการปรับตัวดีก็แสดงถึง การมีสุขภาพจิตดีหรือมีสุขภาพจิตสมบูรณ์ แต่หากว่าบุคคลนั้นประสบความล้มเหลว

ในการปรับตัว ปรับตัวไม่ได้ ปฏิบัติตนเบี่ยงเบนไปจากบรรทัดฐานของสังคมไม่สามารถยอมรับความเป็นจริง และไม่สามารถมองเห็นความสัมพันธ์ที่ถูกต้องระหว่างตนเองและสิ่งแวดล้อมได้ บุคคลนั้นก็จะเป็่่นบุคคลที่มีสุขภาพจิตไม่ดีหรือมีสุขภาพจิตเสื่อมในที่สุด

2.2) ความสำคัญของสุขภาพจิต

ในสังคมปัจจุบันนี้ทุกชีวิตต้องเผชิญปัญหามากมาย แก่ปัญหานี้เสร็จก็มีปัญหาอื่น ๆ เข้ามาให้ขบคิดมากมาย บางคนก็ค่อยๆ สะสมปัญหาไปทีละป่ละป่ละค่อยๆ แก่ค่อยๆ คลาย แต่บางคนยังแก่ปัญหาก็ยังพันตัว ควบุนวายไปหมด และก็มีอีกหลายชีวิตที่ใช่วิธีแก่ปัญหาโดยการหันหลังให้กับความจริง และท้ายที่สุดก็ย้ายตัวเองไปอยู่บ้านใหม่ที่ตัวเองไม่รู้จักและไม่รู้จักใครอีกเลย มีหลายชีวิตที่แก่ปัญหานักไปอีกคือการทำร้ายตัวเอง ตั้งแต่เสพยาเสพติดจนถึงการทำร้ายชีวิตตนคือการฆ่าตัวตาย

ในโลกนี้ไม่มีใครที่ไม่มีปัญหาเพียงแต่ว่า เมื่อเกิดปัญหาแล้วตัวเรามีพลังใจมีแรงกายที่จะคิดแก่ไขหรือไม่ ถ้ามีพลังที่จะแก่ไขปัญหาเราก้จะชนะการจะชนะปัญหาใดๆ ได้เราต้องเป็นผู้มีสุขภาพจิตดี ยอมรับความจริง รู้และเท่าทันโลกของการเปลี่ยนแปลง

ทุกวันนี้มีคนไข้โรคประสาท โรคจิตเดินเข้าออกในโรงพยาบาลมากขึ้น ยิ่งสังคมเสื่อมเท่าไร มโนธรรมต่ำลงเท่าไร ความยับยั้งชั่งใจของคนก็ตกต่ำลงเท่านั้น ปัญหาต่าง ๆ ก้จะเข้ามารุมเร้ามีแนวทางหนึ่งที่จะประคองให้บุคคลพ้นจากความวิกฤตต่อปัญหาต่าง ๆ ลงบ้างได้แก่การรักษาสภาพจิตให้ดี รักษาร่างกายให้แข็งแรง มองโลกตามจริงแก่ปัญหาทีละขั้น เชื่อว่าปัญหาจะทุเลาลงได้แต่ใช่ว่าปัญหาจะหมดไป แก่ปัญหานี้แล้วอาจมีปัญห่อื่นเข้ามาเราก้ค่อยๆ แก่ ยิ่งเราโตขึ้นวุฒิภาวะเรามีมากขึ้นแนวทางหรือช่องทางในการแก่ปัญหาก็จะมีหลายวิธีขึ้นอย่างใดก็ดี จงสร้างความเข้มแข็งจากภายในให้เป็นเสมือนภูมิคุ้มกันเมื่อนั้นทุกอย่างจะออกมาดี

ในแง่ของควมสำคัญระดับชาติ ตั้งแต่แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 5 จนถึงปัจจุบัน นโยบายที่เกี่ยวกับสุขภาพจิตซึ่งสาระสำคัญของนโยบายที่เกี่ยวกับสุขภาพจิตได้แก่ การพัฒนา คุณภาพประชากร โดยการส่งเสริมเรื่องสุขภาพอนามัยทั้งทางร่างกายและจิตใจของประชากร และเร่งพัฒนาคุณภาพจิตใจของประชากรโดยระดมสรรพกำลังจากทุกหน่วยของรัฐและเอกชน ตลอดจนสถาบันต่าง ๆ ทางสังคม โดยเฉพาะสถาบันครอบครัว ส่วนแผนงานสุขภาพจิตในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 5 ดังกล่าว ได้ระบุถึง เป้าหมายของแผนงานสุขภาพจิตขอบข่ายของงานสุขภาพจิตซึ่งเน้นทั้งในเรื่องการป้องกัน การบำบัดรักษา และการส่งเสริมสุขภาพจิต สำหรับสาระสำคัญของเป้าหมายของ

แผนงานสุขภาพจิต ได้แก่ การมุ่งแก้ปัญหาสุขภาพจิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มประชากรที่เสี่ยงต่อการเป็นโรค เพื่อให้บรรลุผลในระยะยาวคือ สุขภาพดีถ้วนหน้า โดยเน้นเรื่องการป้องกันและส่งเสริมสุขภาพจิต พร้อมทั้งจัดข่างานให้สามารถ ครอบคลุมประชากรได้อย่างทั่วถึง ทั้งในเขตเมืองและเขตชนบทเป็นต้น จากแผนนี้ จะเห็นว่า บิดา มารดา ครู อาจารย์ เป็นกลุ่มบุคคลต่างๆที่สามารถจะร่วมงานหรือประสานงานกับบุคคลต่างๆ ในสังคมทั้งนี้ เพื่อจะช่วยเหลือส่งเสริม ให้แต่ละบุคคลไม่ว่าจะเป็นเด็กหรือผู้ใหญ่ ได้เจริญเติบโตและสุขสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ตลอดจนเพื่อหาวิถีทางที่จะป้องกันและ บำบัดรักษา แก้อาการ หากมีสิ่งใดสิ่งหนึ่งบกพร่องหรือมีความโน้มเอียงไปสู่ความผิดปกติด้วยเหตุนี้ จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่นักศึกษาครูอาจารย์ตลอดทั้งบิดามารดาควรจะต้องทำความเข้าใจเกี่ยวกับสาระสำคัญต่างๆของสุขภาพจิตเพื่อจะได้ทราบและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสมนอกจากนี้แล้ววิชาจิตวิทยายังมุ่งหวังให้นักศึกษามีความเข้าใจในธรรมชาติของมนุษย์ ตลอดจนพัฒนาการทางด้าน ร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญาเข้าใจพฤติกรรมต่างๆ ของตนเองและผู้อื่นนำความรู้ทางจิตวิทยาไปใช้แก้ปัญหาของตนเอง และนำความรู้ทางจิตวิทยา ไปใช้ในการปรับตัว เข้ากับสังคมได้ ตระหนักถึงความสำคัญของจิตวิทยา และการนำจิตวิทยาไปประยุกต์ใช้ในการดำรงชีวิต การประกอบอาชีพและการทำงานต่าง ๆ

2.3) หลักพื้นฐานของสุขภาพจิต

1. การปรับตัวเป็นวิถีชีวิตของคนทั่วไปทุกคนที่จะต้องปรับตัวอยู่ตลอดเวลาทุกคนย่อมจะการดำเนินชีวิตประจำวันเป็นไปตามครรลองแห่งตนแต่หลายคนย่อมประสบปัญหา และต้องแก้ปัญหาต่าง ๆ มากมายดังนั้นบุคคลจึงต้องหาทางผ่อนคลายอารมณ์ด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง อาจจะต้องมีการปรับตัวปรับใจให้ทันกับเรื่องต่างๆคนที่ปรับตัวเก่งก็จะมีสุขภาพจิตดี คนที่มีสุขภาพจิตดี ย่อมปรับตัวได้ดี ดำรงตนในสังคมได้

2. บุคคลแต่ละคนย่อมมีลักษณะประจำตัวที่แตกต่างกัน บางคนมีความอดทนต่อบางสิ่งไม่ได้บางคนสามารถทนต่อสิ่งแวดล้อมที่รุนแรงได้ต่างคนต่างก็มีปฏิกิริยาต่อสภาพที่คับข้องใจต่างกัน มีวิธีการใช้ชีวิตที่ต่างกัน บุคคลแต่ละคนจึงไม่เหมือนกัน

3. สิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของบุคคลมากมาย เช่น ระบบสังคม วัฒนธรรม และในชุมชนก็มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของบุคคลมาก ถ้าวัฒนธรรมของเขาขัดกับคำสั่ง ย่อมเป็นปัญหาในทางปฏิบัติในการดำเนินชีวิต คนจนขาดแคลนถ้าต้องการให้สวมใส่เสื้อผ้าดี ๆ ย่อมลำบากที่จะหาใส่ได้ ผู้ที่มาจากสิ่งแวดล้อมทางสังคมดี ย่อมมีความสามารถในการปรับตัวได้ดีในสภาพการณ์ต่าง ๆ ดังนั้นคนจึงมีความแตกต่างกันวิธีการของบุคคลจึงเลือกวิธีที่ไม่เหมือนกัน

4. ระบบศีลธรรมนับว่ามีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตมาก ถ้าวัฒนธรรมแตกต่างกันคนสองคนอาจขัดแย้งกันและไม่ทราบว่า จะถือปฏิบัติตามฝ่ายไหน อาจทำให้เสื่อมสุขภาพจิตได้

5. พันธุกรรมก็เป็นตัวกำหนดลักษณะทางร่างกายและจิตใจของมนุษย์ติดตัวมาโดยแต่กำเนิด จึงเป็นการยากที่จะแก้ไข เช่น ตาบอดสี จิตทรมาน ปัญญาอ่อน เป็นต้น

ดังนั้นนักศึกษาจะต้องระมัดระวังในเรื่องหลักการพื้นฐานของสุขภาพจิต ทั้งห้าประการดังกล่าวข้างต้นในการวิเคราะห์พฤติกรรมมนุษย์เพราะยังมีปัจจัยที่มีอิทธิพลอีกหลายประการที่ทำให้หลายคนมีสุขภาพจิตที่ต่างกันแต่ที่ดีที่สุดคือการรักษาสุขภาพจิตของตนเองระมัดระวังความคิดความคิดที่ดีจะทำให้เราปฏิบัติรู้จักรักตนเองและนำความรักและความรู้สึกที่เรารักตัวเองออกมารักผู้อื่น ปฏิบัติดี ๆ กับผู้อื่น สุขภาพจิตเราก็จะดี มีข้อสังเกตบางประการคือความรักที่เรามอบให้เพื่อนมนุษย์ต้องไม่หวังสิ่งตอบแทน ต้องไม่คาดหวังว่าเมื่อเราทำอย่างนี้แล้วต้องได้ผลตอบแทนอย่างนั้นจึงพยายามเข้าใจคนอื่นตามที่เขาเป็นเราก็จะมีความสุข และสิ่งที่ควรศึกษาต่อไปคือลักษณะของผู้มีสุขภาพจิตดีมีลักษณะอย่างไร ซึ่งอาจทำให้เราหลายคนพัฒนาตนพัฒนาจิตได้อีกระดับหนึ่ง

2.4) สาเหตุที่ทำให้สุขภาพจิตเสื่อม

สาเหตุที่ทำให้สุขภาพจิตของบุคคลเสื่อมได้แก่ สาเหตุทางร่างกาย สาเหตุทางจิตใจและสาเหตุจากสิ่งแวดล้อม ซึ่งแยกอธิบายเพื่อให้เข้าใจง่าย ๆ ดังนี้คือ

1.) สาเหตุทางร่างกาย เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้สุขภาพจิตเสื่อม ได้แก่ ความบกพร่องทางร่างกาย ความเจ็บไข้ได้ป่วย ความบกพร่องของอวัยวะรับสัมผัสสมองได้รับความกระทบกระเทือน ความบกพร่องในด้านอนามัยและโภชนาการและสาเหตุทางพันธุกรรม โดยจะแยกอธิบายเป็นข้อ ๆ ดังนี้คือ

1.1 ความบกพร่องทางร่างกาย เช่น มีร่างกายอ่อนแอ เป็นคนผอมหรืออ้วนเกินไป เตี้ยเกินไป แคระแกร็น จมูกแพบ หรือมีความพิการ ไม่สมประกอบ เช่น ตาถั่ว ปากแหว่ง แขนคอก ทำให้เกิดความวิตกกังวล รู้สึกคนว่ามีปมด้อย มีความละเอียดจนไม่สามารถปรับตัวได้ ทำให้เกิดปัญหาทางด้านพฤติกรรมมาก อาจถูกแกล้ง ถูกล้อเลียน ถากถาง อยู่เสมอจนทนไม่ได้จะรู้สึก เสียใจ กลุ้มใจ น้อยใจในความอากัปกิริยา กังวลใจในความพิการ มักจะทำให้จิตใจหงุดหงิดอยู่เสมอ นาน ๆ เข้าจิตใจอาจผิดปกติได้ การแก้ไขต้องหาสมมุติฐานให้แพทย์แก้ไข หรือพยายามหาทางให้ทำงานหรือเข้าสังคมสนุกสนานกับเพื่อน ๆ เสียอาจจะลืมเรื่องบกพร่องเหล่านั้นได้

1.2 ความเจ็บไข้ได้ป่วย มีโรคประจำตัวเรื้อรัง เช่น โรคหัวใจ โรคหืด โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตหรือโรคปอด โรคเรื้อน หรือโรคขาดธาตุอาหารบางอย่าง ทำให้มีผล

ต่อสุขภาพจิต ทำให้รู้สึกหงุดหงิด ซึ่งระแวงจนเฉียว ใจน้อย ปรับตัวยาก พัฒนาการทางด้านกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาล่าช้า เป็นอุปสรรคต่อการศึกษาล่าเรียน กลายเป็นคนมีปัญหา

1.3 ความบกพร่องทางอวัยวะรับสัมผัส เช่น หูฟังไม่ค่อยได้ยิน ตามองไม่ค่อยเห็น เป็นอุปสรรคต่อกระบวนการเรียนรู้ทั้งสิ้น โดยภาพรวมคนที่พิการหรือคนที่บกพร่องทางร่างกายมักจะหงุดหงิดง่ายเพราะทำอะไรไม่ถนัดนักยิ่งมาพิการภายหลังจะยิ่งทำให้คนไม่มีความสุขนัก เมื่อไม่มีความสุขนานวันเข้าก็ทำให้สุขภาพจิตเสื่อม

1.4 สมองได้รับความกระทบกระเทือนอย่างหนักจากอุบัติเหตุหรืออื่นๆ

1.5 ความบกพร่องในด้านอนามัยและโภชนาการ ทำให้อ่อนแอ พัฒนาการล่าช้ากว่าปกติ เด็กที่ขาดอาหารนอกจากพัฒนาการช้าแล้วยังอาจเป็นโรคบางอย่าง เช่น ขาดไอโอดีน ทำให้เป็นโรคคอพอก ทำให้หงุดหงิดเจ้าอารมณ์ มีปัญหาด้านความประพฤติ

1.6 สาเหตุจากพันธุกรรม (Heredity) ได้แก่ ความบกพร่องทางร่างกายและทางสติปัญญาแต่กำเนิด เช่น ตาบอดสี ลมบ้าหมู เป็นผลต่อสุขภาพจิตมาก

สติปัญญาต่ำเกินไปหรือสูงเกินไป ทำให้มีปัญหาทางสุขภาพจิตได้ทั้งสองอย่าง ที่ต่ำเกินไปทำให้เรียนช้าไม่ทันเพื่อน ที่สติปัญญาสูงเกินไปก็กับข้องใจรำคาญใจ เพราะต้องทนเรียนสิ่งที่ตนเองไม่สนใจ ทั้งคนโง่และคนฉลาดเกินไปย่อมมีปัญหาในเรื่องการปรับตัวทั้งสิ้น

2.) สาเหตุทางจิตใจ ได้แก่

2.1 อารมณ์ เมื่อเกิดปัญหาทางอารมณ์จะมีผลถึงสุขภาพจิต อารมณ์ที่อาจทำให้คนเสียสุขภาพจิตได้มากได้แก่ความกลัว (Fear) ความวิตกกังวล (Anxiety) และ ความโกรธ (Anger) ดังอธิบายคือ

2.1.1 ความกลัว (Fear) บางคนกลัว ความมืดกลัวที่แออัด กลัวพลัดพรากจากกัน กลัวถูกตำหนิกลัวคนไม่รักกลัวถูกลงโทษ กลัวคนแปลกหน้า กลัวที่สูงๆ ถ้ามีอารมณ์เช่นนั้นนานๆ เข้าก็จะกลายเป็นคนกลัวโดยไม่มีเหตุผล บางคนกลัวมากจนทำให้เสียสุขภาพจิต

2.1.2 ความวิตกกังวล (Anxiety) มีอิทธิพลร้ายแรงเพราะเป็นอารมณ์ที่เกิดติดต่อกันได้เป็นระยะนานๆ ทำลายประสิทธิภาพและสุขภาพทางจิตของคนลงได้มาก ซึ่งความวิตกกังวลมักป็นห่วงอะไรต่ออะไร บางคนกังวลในเรื่องรูปร่างหน้าตา ฐานะเศรษฐกิจ เสื้อผ้า เครื่องแต่งตัว วุฒิ ทำให้เกิดความทุกข์ ทำให้ตนขาดความมั่นคงไป ถ้าใครวิตกกังวลมากๆ โดยปราศจากเหตุผล คนนั้นมักขาดประสิทธิภาพและเสียสุขภาพจิตไปโดยไม่จำเป็น

2.1.3 ความโกรธ (Anger) คนที่โกรธบ่อยๆ แสดงว่าไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์ ทำให้เข้าสังคมได้ยากและมีผลให้เสียสุขภาพจิต ทุกข์ใจ ไม่สบายใจ

2. 2 ความเหนื่อยล้าของจิต (Fatigue) มีผลต่อสุขภาพจิตและปัญหาอื่นๆ ความเหนื่อยล้าของจิตอาจเกิดจากสาเหตุต่างๆ ได้หลายสาเหตุเช่น การขาดสารอาหาร บางกลุ่มในร่างกาย การรับประทานอึ้มมากเกินไป การอดนอน ออกกำลังกายมากเกินไป ความเบื่อหน่าย การทำงานไม่ประสบความสำเร็จ การมีปัญหาขัดแย้งกับคนอื่น คนประเภทนี้มีโอกาสสุขภาพจิตเสียได้ง่ายกว่าคนธรรมดา และการขาดความรู้ความสามารถในการแก้ปัญหา ทำให้บุคคลยิ่งเกิดความเครียดทางอารมณ์ สุขภาพจิตเสียได้ง่าย

2.3 การเปลี่ยนแปลงของสังคม ทำให้บุคคลย่อมมีปัญหาต่างๆ มากมาย จึงมีแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ กัน ถ้าบุคคลถูกขัดขวางจะทำให้เกิดความขัดแย้ง (Conflict) เกิดความขุ่นข้องหมองใจหรือความคับข้องใจ (Frustration) และเกิดความวิตกกังวล (Anxiety) จะทำให้เกิดความแปรปรวนทางจิตใจขึ้นได้ ต่างสังคมก็ย่อมต่างวัฒนธรรม ไม่ทราบจะถือว่าประการใด ถูกกันแน่ แม้นักจิตวิทยาเองก็ยังมองธรรมชาติของมนุษย์แตกต่างกัน เช่น Freud เน้นพฤติกรรมธรรมชาติของมนุษย์ในทางเพศ (Sex) แต่ Adler มีความเห็นว่าธรรมชาติของมนุษย์ต้องการมีอำนาจ และเห็นว่าธรรมชาติของมนุษย์ต้องการปกป้องรักษาตัวเอง ฉะนั้นความขัดแย้งกันใน ทางสังคม และวัฒนธรรมย่อมต้องเกิดขึ้น

3.) สาเหตุจากสิ่งแวดล้อม ได้แก่

3.1 สิ่งแวดล้อมทางบ้าน ในครอบครัวที่ดีมีการเลี้ยงดูดีให้ความรัก ให้ความอบอุ่นแก่สมาชิกรวมทั้งให้ความเห็นอกเห็นใจกันบุคคลก็จะมีสุขภาพจิตดี ปรับตัวได้ดี ถ้าเกิดในครอบครัวที่เลี้ยงดูไม่ค่อยดีเท่าที่ควรมีการอบรมเลี้ยงดูที่ไม่ถูกต้อง บุคคลก็จะมีความสามารถของการปรับตัวที่ไม่ดีนักและสุขภาพจิตก็ไม่ดีด้วย

บ้านแตก (Broken Home) คือครอบครัวที่แตกร้าง ลูกที่ขาดพ่อแม่ หรือพ่อแม่ไม่ลงรอยกันพ่อแม่ทะเลาะกันไม่เว้นแต่ละวัน ในบ้านมีแต่ปัญหาที่มีการทะเลาะกันไม่ได้หยุด คนในบ้านไม่รักกัน ขาดความเอาใจใส่กัน ซึ่งอาจทำให้สุขภาพจิตของคนเสื่อมง่าย

เด็กกำพร้าพ่อแม่ เด็กที่ขาดความอบอุ่น ขาดความรัก ว่าเหว่ เหวง เด็กประเภทนี้ต้องให้ความรัก ความเอาใจใส่เป็นพิเศษ ให้มีเพื่อนที่ดีมีการเล่นหัวและคอยช่วยเหลือ อยู่เสมอ ต้องคอยสนทนาคำอย่างเห็นอกเห็นใจ ให้เขามีกิจกรรมทำตามความสนใจอาจช่วยบุคคลเหล่านี้ได้

บ้านที่ปล่อยปละละเลยลูกเลี้ยงดูอย่างไม่เต็มใจไม่เอาใจใส่ เด็กขาดความรัก ความอบอุ่นขาดที่พึ่ง ถูกทอดทิ้ง เด็กเหล่านี้มักมีปัญหาสุขภาพจิตได้

บ้านที่บิดามารดาเข้มงวดมากเกินไป ผู้ใหญ่เจ้าระเบียบ เอาแต่ใจ กดขี่ ข่มขู่ ตั้งความหวังไว้อย่างเกินไป อาจเป็นสาเหตุในการกดดันทำให้เด็กมีสุขภาพจิตผิดปกติได้

บ้านที่คุ้มครองเด็กมากเกินไปจนเด็กไม่มีโอกาสเป็นตัวของตัวเองขาดอิสระ เด็กประเภทนี้ก็เป็นปัญหาในการปรับตัวของเด็กเช่นกัน

บ้านที่ตั้งอยู่ในสิ่งแวดล้อมไม่ดีเช่น ตั้งอยู่ใกล้แหล่งเสื่อมโทรม แหล่งการพนัน อบายมุข สิ่งแวดล้อมที่ไม่ดีอาจทำให้เด็กสับสน

บ้านที่เศรษฐกิจไม่ดี ไม่มีของใช้ ขาดอาหารการกิน ขาดเครื่องนุ่งห่ม ขาดปัจจัยในการดำรงชีวิต ความขัดสนความไม่พอสร้างความคิดให้เด็กได้เช่นกัน

3.2 สิ่งแวดล้อมในสถานบันการศึกษา ถ้าสถาบันมีระเบียบข้อบังคับเข้มงวดมากเกินไป ทุ้มหมึ้ม หรือระเบียบหย่อนยานเกินไป มีการแข่งขันกันมากเกินไป หรือครูไม่เอาใจใส่ ขาดระเบียบวินัย บรรยากาศใน โรงเรียน ไม่ดี อาจทำให้สุขภาพจิตของเด็กเสื่อมลงได้ และทำให้เกิดความเครียด วิตกกังวล โดยเฉพาะนักศึกษาใหม่ที่ยังไม่เคยชินต่อสถานที่ ที่ยังปรับตัวไม่ได้ ถ้าไม่ได้รับการต้อนรับอย่างอบอุ่นยังพบกับอาจารย์ที่มีสัมพันธภาพกับนักศึกษาน้อยมาก อาจทำให้นักศึกษาถึง และกลัว ทำให้การปรับตัวทำได้ค่อนข้างยาก

2.5) พฤติกรรมของผู้มีสุขภาพจิตผิดปกติ

พฤติกรรมของผู้มีสุขภาพจิตผิดปกติ หรือผู้มีความผิดปกติทางจิตในขั้นอ่อน เรียกว่า Neuroses เป็นสภาพผิดปกติทางจิตซึ่งเรามักจัดอยู่ในระดับการป่วยทางจิตระดับปานกลาง ระหว่างสุขภาพจิตสมบูรณ์แบบหรือที่เรียกว่าโรคประสาท ซึ่งผู้ป่วยสามารถรับรู้โลกของความจริง และสามารถดำรงอยู่ในสังคมได้ และ Psychoses หรือการป่วยทางจิตอย่างรุนแรง หรือที่เรามักเรียกกันว่าโรคจิต ผู้ป่วยจะไม่รับรู้โลกของความจริงไม่สามารถดำรงตนในสังคมได้ ซึ่งจะอธิบายเรื่องโรคประสาทและโรคจิตโดยสรุปดังนี้คือ

โรคประสาท (Neurosis) โรคประสาท เป็นลักษณะความผิดปกติทางจิต มีความวิตกกังวลเป็นอาการพื้นฐานและผู้ป่วยพยายามใช้กลวิธานในการปรับตัวต่างๆเพื่อให้ความวิตกกังวลบรรเทาลงหรือหมดไป โรคประสาทต่างจากโรคจิตตรงที่บุคคลที่เป็นโรคประสาทยังมีความคิดเป็นปกติยังอยู่ในโลกความจริงสามารถแยกแยะโลกความจริงและความฝันได้รู้ว่าตนเองไม่สบายใจด้วยเรื่องใด โรคประสาทประกอบด้วยกลุ่มต่างๆ ในที่นี้พอสรุปได้แก่

1. ความวิตกกังวล (anxiety) เป็นความวิตกกังวลที่แสดงออก ในทางความตึงเครียดของประสาทซึ่งนำผลไปสู่ความเครียดในทางความคิดและพฤติกรรม เช่น มีความไม่สบายใจ กระวนกระวายใจ หงุดหงิดขาดสมาธิ นอนไม่หลับ มีความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ ใจสั่น เหงื่อออก มือสั่น

2. conversion หรือศัพท์ที่รู้จักกันแพร่หลายเรียกว่า hysteria เป็นลักษณะของ anxiety ที่เก็บไว้มากผลักดันและเปลี่ยนรูปออกไป เพื่อบำบัดหรือจัดความต้องการที่กดดันอยู่ภายในบางประการของบุคคล เช่น การหมดความรู้สึกในบางส่วนของร่างกาย เป็นต้น

3. phobia เป็น ความกลัวอย่างรุนแรงต่อสิ่งเร้าเฉพาะที่ทำให้กลัว เป็นความกลัวที่อยู่ในจิตสำนึก แม้เจ้าตัวก็ไม่ได้รู้สาเหตุของความกลัวนั้นๆ

4. obsessive-Compulsive เป็นพฤติกรรมที่มีแบบแผนความคิด หรือการกระทำ ซ้ำๆ ซากๆ และหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทำพฤติกรรมต่างๆ ซ้ำแล้วซ้ำอีก

5. depressive พวกเศร้าเสียใจ ผิดหวัง ความรู้สึกหลังการสูญเสีย ถ้ารุนแรงอาจทำร้ายตัวเอง

6. neurasthenic พวกท้อแท้ ท้อใจ เหนื่อยล้า หมดแรง อ่อนระโหย ไม่อยากเริ่มสิ่งใดบุคคลที่เป็นโรคประสาทในกลุ่มข้างต้นซึ่งอาจเป็นโรคใดโรคหนึ่งบุคคลยังสามารถติดต่อกับบุคคลในสังคมได้ มีสติปัญญาเท่าเดิมเพียงแต่ต้องได้รับการรักษาที่ถูกต้อง

โรคจิต (Psychoses) เป็นภาวะความผิดปกติทางจิต มีการสูญเสียหน้าที่การทำงานของจิตถึงระดับที่ทำให้เสียความสามารถ ที่จะตอบสนองความต้องการที่จำเป็นในการดำรงชีวิตหรือความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมต่างๆ ที่อยู่ในกรอบหรือโลกแห่งความเป็นจริงจนบางครั้งไม่อาจแยกโลกของความฝันออกจากความเป็นจริงได้ บุคลิกภาพของผู้ป่วยในขั้นนี้มักไม่คงที่ มีความแปรปรวนของบุคลิกภาพรุนแรง เราแบ่งความผิดปกติอย่างรุนแรงของจิตออกเป็น 2 แบบ ตามสาเหตุของอาการ คือ

1. Organic psychoses คือ ความผิดปกติอย่างรุนแรงของจิต เนื่องจากความผิดปกติอย่างรุนแรงของสภาพทางกาย ได้แก่ โรคของสมองต่างๆ เช่น เนื้องอกในสมอง เนื้องอกในสมอง เส้นโลหิตสมองแตก การป่วยเนื่องจากพิษสุราเรื้อรัง เป็นต้น

2. Functional psychoses คือ ความผิดปกติอย่างรุนแรงของจิตเนื่องจากความป่วยอย่างรุนแรงของจิตเอง แบ่งออกเป็น

2.1 Affective reactions maniac depressive คือรูปแบบหนึ่งของลักษณะโรคจิตประเภทนี้ ซึ่งมีลักษณะเด่น คือ การเปลี่ยนอารมณ์อย่างรวดเร็ว อาจซึมเศร้ามากจนถึงตื่นเต้นมากจนคลั่ง ความผิดปกติดังกล่าวทำให้ผู้ป่วยมีพฤติกรรมไม่สมกับสภาพแวดล้อม โรคจิตทางอารมณ์เรียกว่า Manic-Depressive Psychosis ลักษณะอาการเวลาหายป่วยก็หายสนิท แต่อาจกลับมาเป็นอีกคือ เกิดอาการเป็นระยะสติปัญญาหรือบุคลิกภาพไม่เสื่อม มักมีประวัติคนในครอบครัวเป็นโรคนี้ โรคนี้แบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม

2.1.1 Manic type ได้แก่ แบบที่มีอาการคลั่งอะอะ ตื่นเต้น

2.1.2 Depressive type ได้แก่ แบบที่มีอาการซึมเศร้า ไม่มีปฏิกิริยาโต้ตอบกับสิ่งแวดล้อม

2.1.3 Circular type ได้แก่ พวกซึมเศร้าแล้วเปลี่ยนมาคลั่ง แล้วกลับมาซึมเศร้าอีก

2.1.4 Mixed type ได้แก่ ลักษณะหัวเลี้ยวหัวต่อจากระยะคลั่งเข้าสู่ซึมเศร้า บางครั้งก็ผสมกันทั้งสองแบบ

2.2 Schizophrenia หรือโรคจิตเภทเป็นลักษณะโรคจิตที่พบเป็นจำนวนมากในโรงพยาบาลประสาทและเชื่อว่ามีสาเหตุจากพันธุกรรมและร้อยละ 70 เกิดจากความผิดปกติในสารชีวเคมีในร่างกายและยังพบว่า ถ้าความสัมพันธ์ในครอบครัวบกพร่องมาก ๆ บุคคลอาจเป็นโรคจิตเภทได้ ผู้ป่วยเป็นโรคนี้มักมีภาพหลอน (hallucination) ระยะวัยของผู้ป่วยเป็นโรคนี้มักเป็นในวัยหลังวัยรุ่นหรือต้นวัยผู้ใหญ่เป็นจำนวนมาก โรคจิตเภทแบ่งออกเป็น 8 กลุ่มพอสรุปคือ กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ (2524 : 226-242)

2.2.1 Simple type ได้แก่ พวกขาดความสนใจในมนุษย์สัมพันธ์ มีอารมณ์เฉยเมย

2.2.2 Hebephrenic type ได้แก่ กลุ่มที่มีอาการถอยกลับไปมีพฤติกรรมแบบเด็ก อารมณ์ตื้น ๆ ไม่เหมาะสม ชอบแสดงหน้าตาประหลาดๆ ชอบเพ้อฝัน ชอบบ่น

2.2.3 Catatonic type ได้แก่ พวกชอบเคลื่อนไหวน้อย ไม่พูดหรือตรงข้ามเลยทำตัวคล้ายหุ่นขี้ผึ้ง

2.2.4 Paranoid ได้แก่ พวกหลงผิดชนิดรุนแรงคิดว่าตนเองเป็นใหญ่ มีอำนาจ โกรธเกินเหตุ ขาดความไว้วางใจในบุคคลอื่น

2.2.5 Schizo-Affective type ได้แก่ พวกเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์อย่างมาก มีแนวโน้มไม่ยอมเชื่อความจริง

2.2.6 Undifferentiated schizophrenia ได้แก่ พวกแสดงพฤติกรรมต่างๆ ซ้ำมาก

2.2.7 Schizophrenia ,Childhood ได้แก่ พวกชอบนั่งฝันเกี่ยวกับตนเอง

2.2.8 Schizophrenia residual type พวกนี้เบาสุดได้รับการรักษาแล้วไปอยู่บ้านได้แต่อาจมีอาการหลงเหลือเรื่องความคิด อารมณ์ พฤติกรรม

2.3 Paranoid States เป็นโรคจิตที่มีอาการหลงผิดคิดว่าบุคคลอื่นไม่ว่าจะกระทำสิ่งใดก็ตามต้องมีความหมายพาดพิงถึงตนหรือมีอิทธิพลต่อตน หรือคิดว่าตนเองเป็นใหญ่เป็นโต อิจฉาริษยา มักคิดว่าบุคคลอื่นแกล้งหรือจะมาทำร้าย โดยไม่มีอาการประสาทหลอนร่วมด้วย ลักษณะเด่นของผู้เป็นโรคจิตประเภทนี้คือการเชื่อถือที่ผิด (delusion) การเชื่อที่ผิดนี้มีหลายรูปแบบหนึ่งของลักษณะโรคจิตประเภทนี้คือการเชื่อว่าตนเป็นคนสำคัญ เป็นผู้ยิ่งใหญ่และมีอำนาจสูงสุด ระวังมีหลายแบบ เช่น การระแวงแบบอิจฉาริษยา การระแวงในรูปของความรัก เป็นต้น

2.6) พฤติกรรมของผู้มีสุขภาพจิตปกติ

พฤติกรรมของผู้มีสุขภาพจิตปกติหรือลักษณะของผู้มีสุขภาพจิตดีควรมีลักษณะต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. เป็นผู้ที่รู้จักและเข้าใจตนเองได้คืออยู่เสมอรู้จักควบคุมอารมณ์ไม่ตกเป็นทาสของอารมณ์ เช่น โกรธ กลัว อิจฉา ฯลฯ ยอมรับสภาพความขาดแคลนและขีดจำกัดของตน ยอมรับนับถือตนเอง ยอมรับสภาพทั่วไปของตนเอง ยอมรับความผิดหวังอย่างไม่สะทกสะท้าน สามารถรับได้ทั้งความผิดหวังและความสำเร็จ รู้จักประมาณตน ประเมินความสามารถของตนเอง ไม่ดูถูกหรือยกย่องความสามารถของตนจนเกินความเป็นจริง

2. เป็นผู้ที่รู้จักตนเองและสามารถเข้าใจผู้อื่นได้ดี บุคคลควรมีเข้าใจและยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล ให้ความสนใจ รักใคร่แก่ผู้อื่นมีความสัมพันธ์อันดีกับเพื่อนอย่างราบรื่นชื่นสุขและมั่นคง สามารถเป็นได้ทั้งผู้นำและผู้ตามที่ดี มีความรับผิดชอบ ต่อเพื่อนบ้านหรือบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้อง มีความรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะหรือสังคม ทำงานร่วมกับคนอื่นได้ดี ไม่ยกตนข่มท่าน ไม่คิดว่าตนเองเก่งกว่าคนอื่น มีน้ำใจเสียสละ ให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่น ไม่เอาเปรียบผู้อื่น เข้าใจความรู้สึกของบุคคลอื่น ใจกว้างยอมรับฟังการติชมจากคนอื่น รู้สึกว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

3. เป็นผู้ที่สามารถเผชิญกับปัญหาและความเป็นจริงแห่งชีวิตได้ดี สามารถตัดสินใจในปัญหาต่างๆ ได้อย่างฉลาด มีเหตุผล รับผิดชอบ ปราศจากความลังเล หรือเสียใจ ภายหลังสามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ทุกสภาพการณ์และปรับสิ่งแวดล้อมให้ดีขึ้นได้ รับผิดชอบต่อปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองอย่างเต็มที่ พร้อมทั้งเผชิญปัญหาชีวิตได้ด้วยความไม่ประมาท ปราศจากความวิตกกังวล ไม่ประหม่า และไม่หวาดกลัวต่อเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นในอนาคตสามารถใช้พลังงานที่มีอยู่อย่างเต็มที่ให้เกิดประโยชน์มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ พอใจ

ชื่นชม ยินดีต่อการกระทำที่ตนกำลังกระทำอยู่ มีความมานะพยายาม พากเพียร ลักษณะสำคัญที่เราสามารถจะเรียกได้ว่าเป็นผู้ที่มีสุภาพจิตดี คือ

- 3.1 เป็นผู้ยอมรับความจริงของตน ยอมรับตนเอง เข้าใจในสถานะของตนเอง
- 3.2 มีแรงกระตุ้นในการเจริญเติบโตและพัฒนาการไปในทางที่เป็นไปได้
- 3.3 มีลักษณะเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในเรื่องของบุคลิกภาพ ปรัชญาชีวิต มีความอดทนต่อความกดดันจากสิ่งต่าง ๆ ทั้งภายนอกและภายใน
- 3.4 มีการมองความจริงอย่างมีแบบแผนและเข้าใจสถานการณ์ของสังคม
- 3.5 มีความต้องการความรักจากผู้อื่น มีการทำงาน มีการละเล่น และมีความสามารถที่จะแก้ไขปัญหาใหม่ ๆ

3) องค์ความรู้เกี่ยวกับปาล์มน้ำมัน (กรมวิชาการเกษตร, 2551)

3.1) ประวัติความเป็นมา

ปาล์มน้ำมันมีถิ่นกำเนิดในแถบแอฟริกาตะวันตก ชาวโปรตุเกสได้นำปาล์มน้ำมันเข้ามาปลูกในทวีปเอเชียโดยเริ่มปลูกที่สวนพฤกษศาสตร์ เมืองโบกอร์ ประเทศอินโดนีเซีย ราวปี พ.ศ. 2391 จากนั้นได้แพร่กระจายพันธุ์มายังเกาะสุมาตราในช่วงปี พ.ศ.2396 – 2400 และเริ่มปลูกเป็นการค้าอย่างจริงจังเมื่อ พ.ศ.2454 และ พ.ศ.2461 มีพื้นที่ปลูกปาล์มน้ำมันในเกาะสุมาตรา 22,500 ไร่ สำหรับประเทศมาเลเซีย ได้เริ่มปลูกปาล์มน้ำมันครั้งแรกที่สวนพฤกษศาสตร์สิงคโปร์ราว พ.ศ. 2413 ต่อมาได้รับความสนใจและมีการค้นคว้าวิจัยครั้งแรกในรัฐ Selangor และเริ่มปลูกเป็นการค้าครั้งแรกใน พ.ศ.2460 จนถึงปัจจุบันนี้ อินโดนีเซีย และมาเลเซียมีพื้นที่ปลูกปาล์มน้ำมันรวมกันประมาณ 37.04 ล้านไร่

ตั้งแต่ปี พ.ศ.2472 มีผู้นำปาล์มน้ำมันเข้ามาปลูกในประเทศไทยที่สถานีทดลองยางคองหงส์ จังหวัดสงขลา และสถานีสิกรรมพลี จังหวัดจันทบุรี โดยปลูกเป็นปาล์มประดับ ส่วนการส่งเสริมการปลูกเป็นพื้นที่ใหญ่นั้นเริ่มเมื่อ พ.ศ.2511 โดยโครงการนิคมสร้างตนเองพัฒนาภาคใต้ จังหวัดสตูล ประมาณ 20,000 ไร่ และจังหวัด กระบี่ ประมาณ 20,000 ไร่ หลังจากนั้นจึงขยายพื้นที่ปลูกมากขึ้น การพัฒนาปลูกปาล์มน้ำมันในประเทศไทยแบ่งเป็น 2 ระยะคือ ระยะแรกตั้งแต่ พ.ศ.2472 ถึง 2525 หรือระยะเวลาประมาณ 50 ปี เป็นระยะของการเริ่มต้น มีการขยายพื้นที่ปลูกปาล์มน้ำมันค่อนข้างช้า และระยะที่สองจาก พ.ศ. 2525 ถึง 2545 เป็นระยะที่มีการพัฒนาการขยายพื้นที่ปลูกอย่างรวดเร็ว โดยเฉลี่ยประมาณ 50,000-100,000 ไร่ต่อปี ในพ.ศ. 0546 มีพื้นที่ปลูกปาล์มน้ำมันประมาณ 2,100,000 ไร่ โดยจังหวัดที่ปลูกมากที่สุดคือ กระบี่ สุราษฎร์ธานี และชุมพร ตามลำดับ

3.2) แนวทางการเพิ่มศักยภาพและประสิทธิภาพการผลิตปาล์มน้ำมันของไทย

1.) เพิ่มมูลค่าผลผลิตทะลายสดปาล์มน้ำมัน

การเพิ่มประสิทธิภาพการผลิตทะลายสดของปาล์มน้ำมันเป็นการลดต้นทุนการผลิตเกษตรกรจึงจำเป็นต้องมีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับธรรมชาติของปาล์มน้ำมัน และปัจจัยภายนอกที่ปาล์มน้ำมันต้องการ เช่น ดินและสภาพภูมิอากาศ พันธุ์ปาล์มเพื่อให้ได้ปริมาณน้ำมันต่อทะลายมากขึ้น การออกช่อดอกของปาล์มน้ำมันทั้งเพศผู้และเพศเมีย ซึ่งแต่ละช่อดอกจะต้องใช้เวลาในการเจริญและพัฒนาเป็นเวลานานประมาณ 3 ปี จึงจะโผล่พ้นทางใบปาล์มออกมาให้สังเกตเห็นได้ และการจัดการสวนปาล์มที่ถูกต้องและเหมาะสม เป็นต้น ซึ่งเรื่องต่าง ๆ เหล่านี้ จำเป็นต้องอาศัยนักวิชาการที่มีความรู้ และมีประสบการณ์ในการถ่ายทอดความรู้ที่ถูกต้องให้กับเกษตรกรผู้ปลูกปาล์มน้ำมัน

2.) เพิ่มมูลค่าน้ำมันปาล์ม

น้ำมันปาล์มมีองค์ประกอบทางเคมีที่เกี่ยวข้องกับวิตามินที่สำคัญ 2 ชนิด คือ วิตามินอี และ สารแคโรทีนอยด์ ซึ่งเป็นสารตั้งต้นในการสร้างวิตามินเอ สารทั้งสองชนิดพบในน้ำมันปาล์มปริมาณสูงมากเมื่อเปรียบเทียบกับพืชชนิดอื่น ๆ หากสามารถคิดค้นวิธีการสกัดทั้ง วิตามินอี และ สารแคโรทีนอยด์ มาใช้ประโยชน์ โดยที่ปาล์มน้ำมันที่เหลือยังคงนำไปใช้ประโยชน์ได้ ก็จะช่วยเพิ่มมูลค่าให้กับปาล์มน้ำมันได้อย่างมากมาย

นอกจากนี้ปาล์มน้ำมันยังสามารถนำมาแปรรูปโดยผ่านกระบวนการทางเคมีภายใต้อุตสาหกรรมที่โอเอเคมีคอล เพื่อให้ได้สารประกอบทางเคมีชนิดต่าง ๆ มากมาย และสามารถนำสารดังกล่าวไปใช้ประโยชน์ในอุตสาหกรรมต่อเนื่องอื่น ๆ ทั้งด้านบริโภค เช่น อุตสาหกรรมเครื่องสำอาง เกษียกรรม น้ำมันหล่อลื่น ไปโอเคเซล เป็นต้น ซึ่งหากประเทศไทยสามารถดำเนินการถึงจุดนี้ได้ จะทำให้อุตสาหกรรมปาล์มน้ำมันของไทยมีความมั่นคงและยั่งยืน และจะช่วยเพิ่มมูลค่าให้กับปาล์มน้ำมันได้อย่างมากเช่นกัน

3.) เพิ่มมูลค่าเนื้อไม้และวัสดุพลอยได้อื่น ๆ

ต้น : ใช้ทำแผ่นไม้สำหรับผนังห้อง เพดาน โถ๊ะ และเฟอร์นิเจอร์ต่าง ๆ นอกจากนี้ ต้นปาล์มยังสามารถนำมาทำเป็นแผ่นไม้บาง ๆ ทำหลังคา และทำเชื้อเพลิงอัดเม็ด ที่มีค่าซัลเฟอร์ต่ำ ซึ่งช่วยลดปัญหาภาวะมลพิษได้ดี

3.3) ประวัติและลักษณะของปาล์มน้ำมันกลุ่มพันธุ์ต่าง ๆ

1.) ประชากรแหล่งพันธุ์แม่

1.1) DELI DURA เป็นกลุ่มพันธุ์ที่แหล่งปรับปรุงพันธุ์ส่วนใหญ่คัดเลือก เป็นต้นแม่ในการผลิตเมล็ดพันธุ์ แหล่งพันธุ์นี้ มีประวัติว่าได้นำมาจากอัฟริกาเมื่อปี 2391 ปลุกที่สวนพฤกษศาสตร์ที่เมือง Deli ประเทศอินโดนีเซีย จำนวน 4 ต้น หลังจากนั้นก็นำไปปลุกที่เกาะสุมาตรา ส่วนหนึ่งปลุกที่เมือง Deli จากการคัดเลือกได้ต้นที่มีลักษณะดี จึงเรียกชื่อว่า Deli Dura ลักษณะสำคัญคือให้ผลผลิตทะลายสดสูงและสม่ำเสมอผลผลิตน้ำมันสูง

1.2) DUMPY DURA เป็นปาล์มน้ำมันที่มีลักษณะต้นเตี้ย ลำต้นและทะลายใหญ่ การติดผลสูงใช้เป็นแม่พันธุ์ในการผลิตเมล็ดพันธุ์ในอินโดนีเซีย มีประวัติพันธุ์ว่าได้คัดเลือกต้นมาจากกลุ่มพันธุ์ DELIDURA

1.3) AFRICAN DURA เป็นพันธุ์แม่ดราที่มีถิ่นกำเนิดในแถบทวีปแอฟริกา และศูนย์วิจัยในทวีปแอฟริกา นิยมใช้เป็นแม่พันธุ์ในการปรับปรุงพันธุ์ แต่แม่พันธุ์ชนิดนี้มีข้อด้อยคือ ลำต้นสูงเร็ว และขนาดทะลายเล็ก

2.) ประชากรแหล่งพันธุ์พ่อ

2.1) AVROS เป็นกลุ่มพันธุ์ที่ใช้เป็นแหล่งพันธุ์พ่อ โดยสถาบัน AVROS อินโดนีเซียได้รับมาจากสวนพฤกษศาสตร์ EALA ประเทศแซร์ คัดเลือกได้สายพันธุ์ที่ดีเด่นเรียกว่า SP 540 ที่มีลักษณะดี ซึ่งใช้เป็นพ่อพันธุ์ในการปรับปรุงพันธุ์ และผลิตเมล็ดพันธุ์ลูกผสม Deli x AVROS แพร่หลายที่สุด ในปี 1935 สถาบัน AVROS ได้สร้างลูกผสม Deli Dura x SP 540 ซึ่งพบว่าให้ผลดีกว่า Deli Dura ที่ปลุกเป็นการค้าในขณะนั้นและลูกผสมนี้ก็ยังคงลักษณะให้ผลผลิตได้ดี มีความสม่ำเสมอ ใช้ปลุกในทวีปเอเชียและอเมริกาลูกผสม Deli x AVROS มีลักษณะสูงเร็ว ทะลายบาง ผลเป็นรูปไข่ และให้ผลผลิตน้ำมันสูง และมีลักษณะต่าง ๆ ก่อนข้างสม่ำเสมอ

2.2) YANGAMBI เป็นกลุ่มพันธุ์พ่อที่มีพันธุกรรมใกล้ชิดกับ AVROS มีถิ่นกำเนิดในประเทศแซร์ ทวีปแอฟริกา ดังนั้นลักษณะลูกผสมที่มีพันธุ์พ่อกลุ่ม Yangambi จะมีลักษณะคล้ายลูกผสมที่มีพันธุ์พ่อกับกลุ่มพันธุ์ AVROS

2.3) Lz Me เป็นกลุ่มพันธุ์ที่มีการปรับปรุงพันธุ์ที่เมือง LA ME ประเทศไอวอรีโคสต์ ทวีปแอฟริกา ลักษณะของลูกผสมที่มีพ่อพันธุ์เป็นกลุ่ม LA ME จะมีต้นเตี้ย ผลเล็ก มีลักษณะเป็นรูปหยดน้ำ ทะลายมีขนาดเล็ก ทะลายหนากว่าลูกผสมอื่น ๆ ขนาดเมล็ดในเล็ก แต่เปอร์เซ็นต์น้ำมันสูง ลักษณะเด่น คือ ก้านทะลายยาว ทำให้การเก็บเกี่ยวง่าย สถาบัน CIEAD (IRHO) ประเทศไอวอรีโคสต์ผลิตลูกผสม Deli x La Me จำหน่าย

2.4) EKONA เป็นกลุ่มพันธุ์ที่มีบางสายพันธุ์ต้านทานต่อโรค fusarium wilt ลักษณะต้นเตี้ยและให้เปอร์เซ็นต์น้ำมันสูงกว่าพันธุ์จากกลุ่มอื่น ๆ ปัจจุบันแหล่งปรับปรุงพันธุ์ในประเทศคอสตาริกาผลิตลูกผสม Deli x Ekona จำหน่าย ผลผลิตน้ำมันด้อยกว่ากลุ่มพันธุ์ AVROS เล็กน้อย

2.5) CALABAR กลุ่มพันธุ์นี้มีถิ่นกำเนิดเดิมจาก CALABAR ประเทศไนจีเรีย ทวีปแอฟริกา ลูกผสมที่ใช้ CALABAR เป็นพันธุ์พ่อ พบว่าเจริญเติบโตได้ดีในสภาพฝนตกชุก ความชื้นสูงและในสภาพที่แสงแดดน้อย (ต่ำกว่า 360 แคลอรีต่อเซนติเมตรต่อวัน) สีส้มเป็นแบบ virescens (ผลดิบมีสีเขียวและเปลี่ยนเป็นสีส้มเมื่อสุก) ปัจจุบันแหล่งปรับปรุงพันธุ์ในคอสตาริกาผลิตพันธุ์นี้จำหน่าย ตัวอย่างลูกผสมนี้คือ Deli x GHANA

3.4) การปลูกปาล์มน้ำมัน

1.) การเตรียมพื้นที่ปลูก

- 1.1) ควรดำเนินการในฤดูแล้งเพราะสะดวกในการใช้เครื่องจักรกล
- 1.2) โกล่น และกำจัดต้นไม้ออกจากแปลง ไถพรวนปรับพื้นที่ให้เรียบ

2.) ทำแผนผังแปลง

2.1) ควรวางแผนผังแปลงแบบสามเหลี่ยมด้านเท่า เพราะจะทำให้การกระจายตัวของดินปาล์มน้ำมันในพื้นที่ได้ดีกว่า และให้จำนวนต้นมากกว่าแบบสี่เหลี่ยมจัตุรัส ประมาณ 15.49%

2.2) ระยะปลูกที่ใช้คือ

- ระยะปลูก 8.5 เมตร (ใช้กับพันธุ์ที่มีทางใบสั้นกว่าพันธุ์อื่น ๆ เช่น พันธุ์ลูกผสมสุราษฎร์ธานี)
- ระยะปลูก 9 x 9 x 9 เมตร (ใช้ได้กับทุก ๆ พันธุ์)

2.3) วิธีการวางผังปลูกปาล์มน้ำมัน (ระยะ 9 เมตร)

- ให้ปักหลักแถวแรกตามแนวทิศเหนือ – ใต้ เริ่มต้นจากมุมหนึ่งของแปลงปลูกให้ห่างกัน 9 เมตร
- จากหลักแรกของแถวที่ 1 ปักหลักตามแนวตั้งฉากกับแถวที่ 1 ในทิศตะวันออก – ตะวันตก และให้หลักห่างกัน 7.79 เมตร
- เริ่มปักหลักแรกของแถวที่ 2 ที่ระยะห่างกับแถวแรก 7.79 เมตร และทำมุม 30 องศาที่หลักแรกของแถวที่ 1 หรือห่างจากแนวตั้งฉากกับแถวแรก 4.5 เมตร และปักหลักที่ 2,3,4...ของแถวที่ 2 ให้ห่างกัน 9 เมตร และให้ขนานกับแถวที่ 1

- ปีกหลักแรกของแถวที่ 3 ที่ระยะห่าง 7.79 เมตรจากแถวที่ 2 และให้อยู่ในแนวทำมุมจากที่หลักแรกของแถวที่ 1
- การปักหลักในแถวที่ 4,6,8,...ให้ทำเช่นเดียวกับแถวที่ 2 และแถวที่ 5,7,9,11...ให้ทำเช่นเดียวกับแถวที่ 3

ระยะปลูก (เมตร)	ระยะระหว่างต้น (เมตร)	ระยะระหว่างแถว (เมตร)
9	9	7.754
8.5	8.5	7.361

3.) การทำถนน การวางแผนทำถนนขึ้นอยู่กับขนาดของสวนปาล์มน้ำมันโดยทั่วไปรูปแบบของถนนมี 3 แบบ คือ

3.1) ถนนใหญ่ กว้างประมาณ 5-8 เมตร ห่างกัน 120 ต้นปาล์ม เพื่อใช้เป็นเส้นทางขนส่งวัสดุการเกษตร และผลผลิตไปโรงสกัดน้ำมันปาล์ม (สำหรับสวนปาล์มขนาดเล็กกว่า 500 ไร่ไม่จำเป็นต้องสร้างถนนใหญ่)

3.2) ถนนข้างแปลง หรือถนนซอยแยกออกจากถนนใหญ่ มีความกว้างประมาณ 4-5 เมตร หรือห่างกันประมาณ 40 ต้นปาล์ม เพื่อใช้สำหรับขนส่งวัสดุการเกษตรเข้าสวนปาล์มและขนส่งผลผลิต

3.3) ถนนซอย แยกจากถนนเข้าแปลง ขนาดกว้างประมาณ 3-4 เมตร ห่างกันประมาณ 20 ต้นปาล์มซึ่งสามารถทำถนนซอยขนานไปกับแถวของต้นปาล์มน้ำมันได้ใช้ขนส่งวัสดุการเกษตร และผลผลิต

4.) การทำร่องระบายน้ำ การทำร่องระบายน้ำควรทำควบคู่ไปกับทำถนน ร่องระบายน้ำมีลักษณะเป็นรูปตัววี ร่องระบายน้ำในสวนปาล์มมี 3 ชนิด คือ

4.1) ร่องระบายน้ำในแปลง ทำทุก ๆ แถวของปาล์มน้ำมัน ขนาด 1.0x0.3x1.1 เซนติเมตร (ด้านบนxด้านล่างxลึก)

4.2) ร่องระบายน้ำรวม สร้างขนานไปกับถนนเข้าแปลง เชื่อมต่อกับร่องระบายน้ำในแปลงกับร่องระบายน้ำใหญ่ ขนาด 2.0x0.6x1.25 เมตร

4.3) ร่องระบายน้ำใหญ่ รับน้ำจากร่องระบายน้ำรวมและระบายออกสู่แหล่งน้ำธรรมชาติสร้างขนานไปกับถนนใหญ่ ขนาด 3.0x1.0x2.5 เมตร

5.) การปลูกพืชตระกูลถั่วคลุมดิน เพื่อควบคุมการเจริญเติบโตของวัชพืช ป้องกันการชะล้างพังทลายของดิน และเพิ่มอินทรีย์วัตถุให้แปลงปลูก

5.1) ควรปลูกพืชคลุมดินหลังจากการวางแผนหว่านปลูกในช่วงเตรียมพื้นที่ เพื่อให้พืชคลุมเจริญเติบโตคลุมพื้นที่แปลงปลูก ลดการชะล้างพังทลายของหน้าดินและควบคุมวัชพืชก่อนที่จะย้ายปลูกต้นปาล์ม

5.2) ปลูกพืชตระกูลถั่วคลุมดินก่อนปลูกปาล์มน้ำมันในสัดส่วน ถั่วเพอราเรีย:ถั่วคาโลโปโกเนียม:ถั่วสิริเลียม 3:3:1 โดยน้ำหนัก โดยใช้เมล็ดอัตรา 1.5-2 กิโลกรัมต่อไร่

5.3) ปลูกพืชคลุมโดยการหว่านเมล็ดเป็นแถวปลูกต้นปาล์ม ประมาณ 3-5 แถว ต่อระหว่างแถวปลูกปาล์ม หรือหยอดเป็นหลุมก็ได้

6.) การเตรียมหลุมปลูก หลังจากวางแผนการปลูกและปลูกพืชคลุมเรียบร้อยแล้ว ควรเตรียมหลุมปลูกดังนี้

6.1) ขุดหลุมให้มีขนาดกว้างกว่าถุงต้นกล้าเล็กน้อย ให้มีลักษณะเป็นรูปตัวยู หรือทรงกระบอก

6.2) การขุดหลุมควรแยกดินบน-ล่าง ออกจากกัน

6.3) ควรใช้ปุ๋ยหินฟอสเฟต(0-3-0)รองก้นหลุม 250-500 กรัม/หลุม

7.) การเลือกต้นกล้าปาล์มน้ำมัน เลือกต้นกล้าปาล์มน้ำมันที่มีลักษณะและอายุที่เหมาะสมไปปลูกทำให้ต้นกล้าเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว ให้ผลผลิตเร็ว และสูง ซึ่งเป็นการลดค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษา

7.1) ควรใช้ต้นกล้าที่มีอายุมากกว่า 10 เดือน ซึ่งมีลักษณะต้นสมบูรณ์ แข็งแรงไม่แสดงอาการผิดปกติ มีความสูงระหว่าง 100 -150 เซนติเมตร จากระดับดินในถุง และมีใบรูปขนนกจำนวนอย่างน้อย 9 ใบ

7.2) แหล่งของต้นกล้าปาล์มน้ำมัน ควรเลือกซื้อต้นกล้าปาล์มน้ำมันพันธุ์ลูกผสม (คูรา X ฟิสิเฟอรา) เท่านั้น อย่าซื้อต้นกล้าที่ไม่รู้แหล่งที่มาชัดเจน เพราะจะได้ต้นกล้าที่มีคุณภาพต่ำ เจริญเติบโตช้า และให้ผลผลิตต่ำควรซื้อจากแหล่งที่เชื่อถือได้ เช่น จากแปลงเพาะที่กรมวิชาการเกษตรรับรองหรือจากหน่วยงานราชการที่เพาะต้นกล้าเอง เช่น ศูนย์วิจัยปาล์มน้ำมันสุราษฎร์ธานี เป็นต้น

8.) การขนย้ายต้นกล้าปาล์มน้ำมัน

8.1) การขนย้ายต้นกล้าปาล์มจากแปลงเพาะไปแปลงปลูกจะต้องกระทำอย่างระมัดระวังไม่ให้ต้นกล้ากระทบกระเทือน

8.2) ขนย้ายต้นกล้าเข้าประจำหลุมปลูก (ต้องขนย้ายอย่างระมัดระวัง ห้ามจับหัวและโคนต้นปาล์มโดยเด็ดขาด)

9) การปลูก

9.1) ระยะเวลาปลูกควรกำหนดช่วงเวลาในการปลูกปาล์มน้ำมันในช่วงฤดูฝนไม่ควรปลูกช่วงปลายฤดูฝนต่อเนื่องฤดูแล้ง หรือหลังจากปลูกต้นกล้าแล้วจะต้องมีฝนตกอีกอย่างน้อย 3 เดือน จึงจะเข้าฤดูแล้ง ข้อควรระวังหลังจากปลูกไม่ควรเกิน 10 วัน จะต้องมีฝนตกทั้งนี้เพื่อให้ต้นกล้าได้ตั้งตัว และมีการเจริญเติบโตในแปลงปลูกอย่างรวดเร็ว

9.2) การปลูกจะต้องนำถุงพลาสติกออกจากต้นปาล์มน้ำมันอย่างระมัดระวังอย่างให้ก่อนดินแตกโดยเด็ดขาดจะทำให้ต้นกล้าชะงักการเจริญเติบโต

9.3) ประคองต้นกล้าอย่างระมัดระวังแล้ววางลงในหลุมปลูก ไล่ดินชั้นบนลงก้นหลุม แล้วจึงไล่ดินชั้นล่างตามลงไป และจัดต้นกล้าให้ตั้งตรงแล้วจึงอัดดินให้แน่น เมื่อปลูกเสร็จแล้ว โคนต้นกล้าจะต้องอยู่ในระดับเดียวกันกับระดับดินเดิมของแปลงปลูก

10.) การจัดการภายหลังปลูก

10.1) หลังปลูกควรตรวจต้นปาล์มในแปลงปลูกทุกวัน เมื่อพบต้นที่โยกหรือเอนจะต้องปรับให้ต้นตั้งตรง ถ้าพบสัตว์ และแมลง ทำลายจะต้องป้องกันกำจัด และถ้าพบสภาพน้ำท่วมขัง ต้องระบายน้ำออกทันที

10.2) ศัตรูที่สำคัญที่สุดในช่วงหลังการปลูก 1 ปี คือ สัตว์กัดกินต้นปาล์ม เช่น หนู เม่น และหมูป่า จะต้องป้องกันกำจัด โดยใช้ลวดตาข่ายห่อปิดโคนต้นและใช้กับดัก นอกจากนี้แมลงที่เป็นศัตรูในช่วงหลังปลูกคือด้วงกุหลาบกัดกินใบในเวลากลางคืน ป้องกันกำจัดโดยใช้ ฟูราดาน รองก้นหลุม ประมาณ 1 ช้อนชา หรือใช้สาร เซฟวิน 85% 40 กรัม/น้ำ 20 ลิตร ฉีด พ่น ในเวลาเย็นช่วงใกล้ค่ำ

10.3) กำจัดวัชพืชรอบโคนต้น การใช้สารเคมีกำจัดวัชพืช ในช่วงต้นปาล์มอายุ 1-3 ปีแรก ให้ระมัดระวังอย่าให้สารเคมีถูกต้นปาล์มน้ำมัน

10.4) ดูแลรักษาพืชคลุมดินไม่ให้มีวัชพืชรบกวน

11.) การปลูกซ่อม เมื่อพบต้นที่ถูกทำลายโดยศัตรูพืชและต้นที่กระทบ กระเทือนจากการขนส่งหรือการปฏิบัติอย่างรุนแรง ตลอดจนต้นผิดปกติ จะต้องขุดทิ้งและปลูกซ่อม ควรปลูกซ่อมให้เร็วที่สุด โดยควรสำรองต้นกล้าไว้สำหรับปลูกซ่อมประมาณร้อยละ 5 ของต้นกล้าที่ต้องการใช้ปลูกจริง ดูแลรักษาไว้ในถุงพลาสติกสีดำ ขนาด 15x18 นิ้ว ต้นกล้าจะมีอายุระหว่าง 12-18 เดือน ทั้งนี้เพื่อให้ต้นกล้าที่นำไปปลูกซ่อมมีขนาดใกล้เคียงกับต้นกล้าในแปลงปลูกจริง การปลูกซ่อมแบ่งออกเป็น 2 ระยะคือ

11.1) ปลูกซ่อมหลังจากปลูกในแปลงประมาณ 1-2 เดือน อาจเกิดจากการกระทบกระเทือนตอนขนย้ายปลูก หรือเกิดจากความแห้งแล้งหลังปลูกอย่างรุนแรง

11.2) ปลุกซ่อมหลังจากการย้ายปลุก 6-8 เดือน หรือไม่ควรเกิน 1 ปี เป็นการ ปลุกซ่อมต้นกล้าที่มีลักษณะผิดปกติ เช่น ต้นที่มีลักษณะทรงสูง โตเร็วผิดปกติซึ่งเป็นลักษณะของต้นผู้

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สุภา แก้วบริสุทธิ์ (2547) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตเกษตรกรชาวสวนยางพารา จังหวัดสงขลา ผลการศึกษาพบว่าคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนยางพาราที่ศึกษาอยู่ในระดับปานกลาง ปัจจัยด้านศาสนา จำนวนชั่วโมงการทำงานต่อวัน รายได้ เพศ และสถานภาพสมรส สามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตเกษตรกร ชาวสวนยางพาราได้ร้อยละ 13 โดยพบว่า เกษตรกรที่นับถือศาสนาพุทธรับรู้ถึงคุณภาพชีวิต ที่ดีกว่าเกษตรกรที่นับถือศาสนาอื่น ๆ เกษตรกรชาวสวนยางพาราที่มีจำนวนชั่วโมงการทำงาน น้อยรับรู้ถึงคุณภาพชีวิตดีกว่าเกษตรกรที่มีชั่วโมงการทำงานมาก เกษตรกรชาวสวนยางพารา ที่มีรายได้สูงรับรู้ถึงคุณภาพชีวิตที่ดีกว่าเกษตรกรที่มีรายได้ต่ำ เพศชายรับรู้ถึงคุณภาพชีวิตที่ดีกว่าเพศหญิง และเกษตรกรชาวสวนยางพาราที่มีคู่สมรส รับรู้คุณภาพชีวิตที่ดีกว่าเกษตรกรที่มีสถานภาพโสด หม้าย แยกกันอยู่หรือหย่าร้าง

วันเพ็ญ วอกลาง (2536) ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของคนในกรุงเทพมหานคร(ชีวิตในเมือง) เพื่อให้ทราบความพึงพอใจในชีวิตความเป็นอยู่ ด้านร่างกาย และจิตใจ ผลการวิจัยในส่วนของคุณภาพชีวิตในเมืองของคนในกรุงเทพฯ พบว่า โดยภาพรวมของคนในกรุงเทพฯ พึงพอใจในชีวิตความเป็นอยู่ถึงแม้จะต้องเผชิญปัญหาผลกระทบทางสิ่งแวดล้อมสาธารณสุขปลอดภัยเพียงพอกับความ ต้องการ และค่าครองชีพในกรุงเทพฯ สูงการพักผ่อนหย่อนใจของคนในกรุงเทพฯ ส่วนใหญ่มีเวลาพักผ่อนหย่อนใจแต่มีความแตกต่างกันตามกลุ่มต่างๆ กิจกรรมในการพักผ่อนหย่อนใจได้แก่ การดูโทรทัศน์ การนอน และการอ่านหนังสือ การได้รับรู้ข่าวสารในกรุงเทพฯ ส่วนใหญ่ได้จากสื่อทางโทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ และวิทยุ ตามลำดับ นอกจากนี้ ยังพบว่าผู้ที่ไม่เคยได้รับรู้ข่าวสารจากสื่อต่างๆ เลย ได้แก่ เพศหญิง ผู้ที่มีการศึกษาน้อย ผู้ที่มีฐานะเศรษฐกิจยากจน ผู้ที่มีอาชีพรับจ้าง/กรรมกร และผู้ที่ไม่ประกอบอาชีพ

สุวัฒน์ มหัตถินรัตน์กุลและคณะ (2541) ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของคนไทย ในภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจ โดยวัตถุประสงค์ที่จะสำรวจระดับคุณภาพชีวิต และภาวะสุขภาพจิตในรูปของอาการซึมเศร้า ความเครียด ความวิตกกังวลฆ่าตัวตายและคิดฆ่าผู้อื่น รวมทั้งปัจจัยต่างๆ ที่มีความสัมพันธ์กับระดับคุณภาพชีวิตและภาวะสุขภาพจิตของคนไทย

ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นหญิง 65.6% ชาย 34.4% อายุตั้งแต่ 16-87 ปี (เฉลี่ย 38.9 ปี) , ส่วนมากสมรสแล้ว (76%), มีบุตรไม่เกิน 2 คน (46.7%), การศึกษาไม่เกินระดับชั้นประถมศึกษาตอนต้น (69.6%) อาชีพหลักเป็นเกษตรกร/ประมง (50.3%) รองลงมา คือ กรรมกรรับจ้างทั่วไป (15.9%) รายได้เฉลี่ย 4,303 บาท/เดือน, 77.1% จะมีบ้านหรือที่ดินเป็นของตนเอง, 71.9% อาศัยอยู่ในบ้านที่เป็นของตนเอง, 75.1% จะอาศัยอยู่รวมกันตั้งแต่ 4 คนขึ้นไป, บรรยายภาพความสัมพันธ์ภายในครอบครัว 14.8% มีลักษณะที่เป็นปัญหา กลุ่มตัวอย่าง 64.1% รู้จักโครงการสุขภาพดีถ้วนหน้าของกระทรวงสาธารณสุขโดย 42.9% ระบุว่าเคยมีส่วนร่วมตามโครงการนี้ กิจกรรมที่มีส่วนร่วมมากที่สุด 3 อันดับแรก คือ การมีและใช้ส้วม (13.8%), การจัดบ้านเรือนและบริเวณบ้านให้เป็นระเบียบ (33.2%) และการกินเนื้อสัตว์ที่สุกแล้ว (33.1%) ผลการสำรวจปัญหาการเจ็บป่วยทางจิต โดย 2.7% เป็นโรคจิต, 1.2% เป็นโรคซึมเศร้า, 0.8% มีอาการของปัญหาอ่อน เมื่อมีการเจ็บป่วยทางจิตจะไปรับการรักษาที่โรงพยาบาลจิตเวชมากที่สุด รองลงมา คือ โรงพยาบาลประจำอำเภอ โรงพยาบาลประจำจังหวัด และสถานอนามัยตามลำดับ ส่วนน้อยที่ไปรับการรักษาจากหมอพื้นบ้านหรือรักษาไสยศาสตร์ ในแต่ละจังหวัด เขตและภาค ของ ประเทศจะมีระดับคุณภาพชีวิต ความเครียด อาการซึมเศร้า ความคิดอยากฆ่าตัวตาย และคิดฆ่าผู้อื่นในระดับที่แตกต่างกัน ($p < 0.05$) พบว่าคุณภาพชีวิตโดยรวม อยู่ในระดับที่ดี 20.5% ปานกลาง 78.3% และในระดับที่ไม่ดี 1.2% (คะแนนสัมพัทธ์ 3.31 : 0.45) คุณภาพชีวิตด้านจิตใจอยู่ในระดับดีสูงที่สุด (33.5%) รองลงมา คือ ด้านสุขภาพร่างกาย (23.9%) ส่วนคุณภาพชีวิตด้านสัมพันธภาพทางสังคม จะอยู่ในระดับที่ไม่ดีมากที่สุด (15.0%) รองลงมา คือ สิ่งแวดล้อม (6.4%) ปัจจัยที่มีผลต่อ การมีคุณภาพชีวิตในระดับที่ดี คือ เพศชาย, คนอายุมากกว่า, สถานภาพสมรส ที่เป็นคนโสดหรือแต่งงานแล้ว, การศึกษาในระดับสูง, จำนวนบุตรน้อย, อาชีพธุรกิจส่วนตัว, รายได้สูง, การมีที่ดินเป็นของตนเอง, สถานภาพทางการเงินที่พอกินพอใช้, ครอบครัวที่รักใคร่กันดีและสมาชิกในครอบครัวไม่มีปัญหาทางจิต

ธนวิทย์ บตรอุดม (2549) ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของแรงงานก่อสร้างไทยในประเทศสิงคโปร์ ผลการวิจัยพบว่า แรงงานไทยที่เดินทางไปทำงานในอุตสาหกรรมก่อสร้างในประเทศสิงคโปร์ทั้งหมดเป็นเพศชาย เนื่องจากข้อจำกัดของกฎหมาย มีอายุเฉลี่ย 30.8 ปี ส่วนใหญ่มีการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 6 และมีรายได้เฉลี่ย 15,898.75 บาทต่อเดือน ผลการประเมินคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกายพบว่าภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ภาพรวมคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพจิตอยู่ในระดับปานกลาง ภาพรวมคุณภาพชีวิต ด้านสภาพแวดล้อม

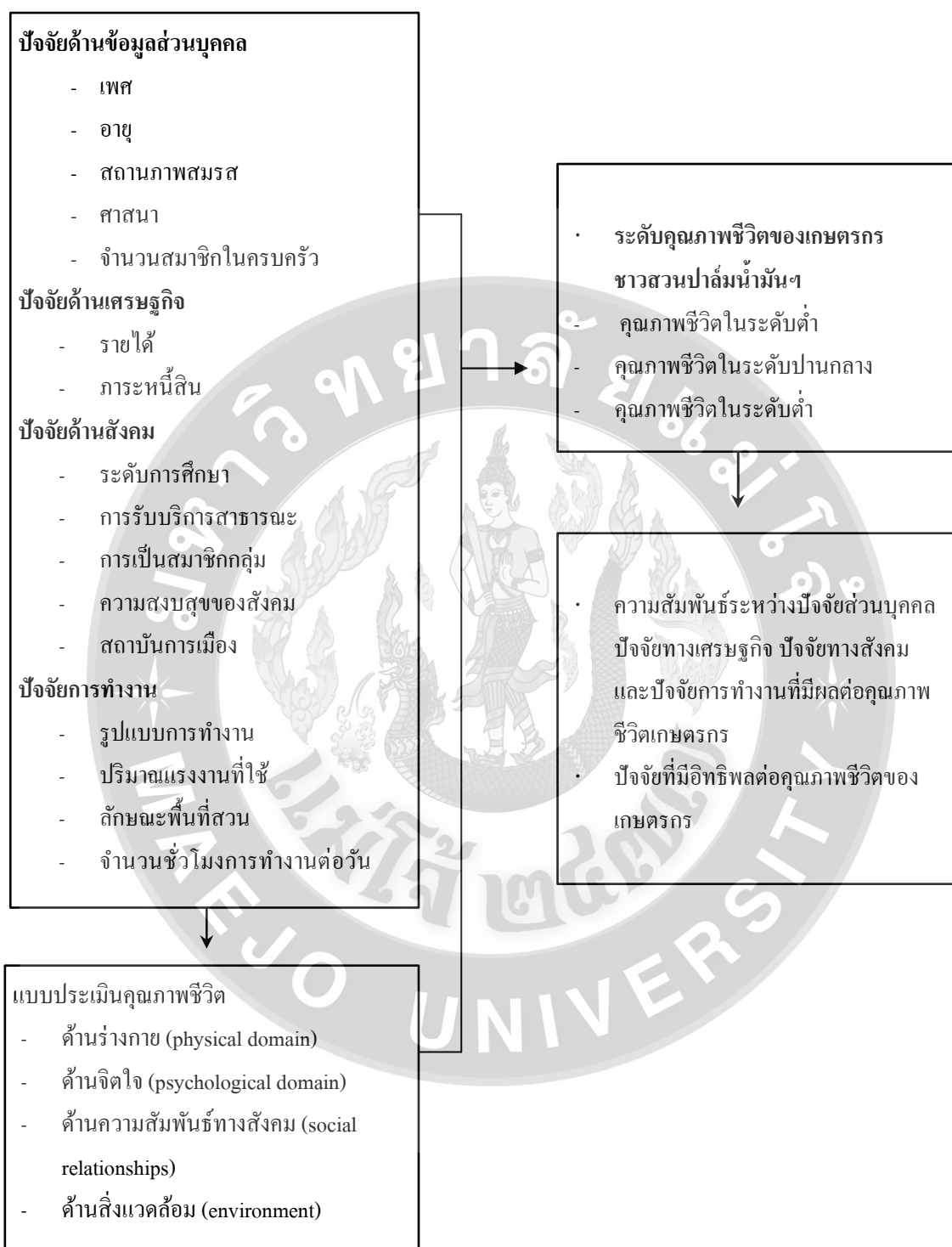
อยู่ในระดับปานกลาง และภาพรวมคุณภาพชีวิต ด้านความสัมพันธ์ ทางสังคมอยู่ในระดับปานกลางเช่นกัน ผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของแรงงานไทยในอุตสาหกรรมก่อสร้างในประเทศสิงคโปร์ในแต่ละด้านและในภาพรวมพบว่ามีปัจจัยหลายปัจจัยที่เป็นปัจจัยร่วมกันที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของแรงงานในแต่ละด้านและในภาพรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ปัจจัยเหล่านั้นได้แก่ ปัจจัยสถานภาพสมรส โดยการเป็นโสดของแรงงานจะมีอิทธิพลในทางบวกต่อคุณภาพชีวิตในภาพรวมและคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย ในขณะที่แยกกันอยู่ของแรงงานจะมีอิทธิพลในทางบวกต่อคุณภาพชีวิตด้านจิตใจและด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ปัจจัยด้านระยะเวลาในการทำงานจะมีอิทธิพลในทางลบต่อคุณภาพชีวิตในภาพรวม คุณภาพชีวิตด้านจิตใจและคุณภาพชีวิต ด้านสภาพแวดล้อม ปัจจัยในเรื่องของรายได้จะมีอิทธิพลในทางบวกต่อคุณภาพชีวิต ด้านสุขภาพกายและคุณภาพชีวิต ด้านสภาพแวดล้อม ส่วนการมีสมาชิกในการย้ายถิ่นจะมีอิทธิพลในทางบวกต่อคุณภาพชีวิตในภาพรวม คุณภาพชีวิตด้านจิตใจและคุณภาพชีวิต ด้านสภาพแวดล้อม โดยที่การมีหนี้สินของแรงงานจะมีอิทธิพลในทางลบต่อคุณภาพชีวิตในภาพรวม และคุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ทางสังคม สำหรับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตในประการสุดท้ายได้แก่ความพึงพอใจในการทำงาน ซึ่งเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลในทางบวกต่อคุณภาพชีวิต ของแรงงานในภาพรวมและในทุกด้านของคุณภาพชีวิต ในขณะที่มีปัจจัยบางประการที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตในบางด้าน ได้แก่ ปัจจัยด้านอายุที่มีอิทธิพลในทางลบเฉพาะคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกายเพียงด้านเดียวเท่านั้น หรือปัจจัยด้านระดับการศึกษาที่มีอิทธิพลในทางลบต่อคุณภาพชีวิตด้านจิตใจของแรงงาน ซึ่งหากผู้วิจัยวิเคราะห์เพียงเฉพาะปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตในด้านรวมแล้ว จะไม่ปรากฏว่าปัจจัยทั้ง 2 ประการนี้มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของแรงงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเช่นเดียวกับสถานภาพการสมรส การแยกกันอยู่และปัจจัยด้านรายได้ซึ่งไม่ปรากฏว่ามีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของแรงงานในภาพรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ชิดชัย ไชยรัตน์ (2536) ได้ศึกษาเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของประชากรในชนบท การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิต ระดับความพึงพอใจในชีวิต และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของประชากรในชนบท ตามปัจจัยที่เป็นตัวชี้วัดถึงคุณภาพชีวิต 3 ด้าน ประกอบด้วยด้านสุขภาพกาย, สุขภาพจิต และความมั่นคงในครอบครัว หรือชีวิตสมรส และปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิต ได้แก่ รายได้ ระดับการศึกษา ความเชื่อทางศาสนา ทรัพย์สิน ภาวะผู้นำ องค์การทางสังคม และการติดต่อกับชุมชนภายนอก

โดยสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive) จาก 3 หมู่บ้าน ได้แก่ บ้านนาหม้า บ้านโพธิ์ธาตุ และบ้านห้วยสูง อำเภอปากท่า จังหวัดอุดรธานี โดยสุ่มตัวอย่างครอบครัวละ 1 คน จำนวน 200 ครอบครัว และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์เรื่องนี้เป็นสถิติพรรณนา คือ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติวิเคราะห์ คือ ค่า chi-square ในการวิเคราะห์ข้อมูล จากการศึกษาพบว่า ระดับความพึงพอใจในชีวิตประชากรทั้ง 3 ด้าน คือด้านสุขภาพกาย, ด้านสุขภาพจิต และระดับความมั่นคงในครอบครัวและชีวิตสมรส ส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูง ส่วนปัจจัยที่ทำให้คุณภาพชีวิตของประชากรในชนบทดีขึ้นบ้าง แต่ความสามารถในการอธิบายสำหรับในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ยังน้อย ซึ่งต้องมีการศึกษาและปรับปรุงต่อไป ดังนั้นการยกระดับคุณภาพชีวิตของประชากรในชนบทควรจะเน้นหนักหรือให้ความสำคัญกับรายได้, ความเชื่อทางศาสนา และ ปัจจัยทางสังคม โดยหารูปแบบในการพัฒนาตามแนวทางนี้ อย่างไรก็ตาม การทำวิจัยครั้งนี้ได้กำหนดขอบเขตเฉพาะประชากรเท่านั้น ซึ่งประชากรในชนบทมีลักษณะการดำเนินชีวิตที่คล้ายคลึงกัน เมื่อสร้างแบบสอบถามมาใช้เก็บข้อมูลที่ได้อาจไม่มีความแตกต่างกันมากนัก เมื่อนำมาทดสอบค่า chi-square จึงไม่ได้รับการยอมรับ การศึกษาค้นคว้าต่อไปน่าจะเป็นการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างประชากรที่มีความแตกต่างกัน เช่น ประชากรในเขตเมืองและประชาชนในเขตชนบท จะทำให้เห็นความแตกต่างของตัวแปรได้ชัดเจนขึ้น

กรอบแนวคิดของการวิจัย

การศึกษาคุณภาพชีวิตและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ ผู้วิจัยได้แบ่งปัจจัยที่อาจมีผลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรออกเป็น 4 ด้าน คือ 1) ปัจจัยด้านข้อมูลส่วนบุคคล 2) ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ 3) ปัจจัยด้านสังคม 4) ปัจจัยการทำงาน และในส่วนการประเมินคุณภาพชีวิต ผู้วิจัยจะใช้เครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลก (WHO QOL) ชุดฉบับย่อฉบับภาษาไทย (WHO - QOL - BREF - THAI) ซึ่งประกอบด้วยองค์ประกอบคุณภาพชีวิต 4 ด้าน ดังนี้ 1) ด้านร่างกาย 2) ด้านจิตใจ 3) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม 4) ด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งสามารถสร้างกรอบแนวคิดของการวิจัยได้ดังนี้



ภาพที่ 1 แสดงกรอบแนวความคิดของการวิจัย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาคุณภาพชีวิตและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ ได้กำหนดวิธีการดำเนินการวิจัยเกี่ยวกับประชากรและกลุ่มตัวอย่าง การเก็บรวบรวมข้อมูล เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และการวิเคราะห์ข้อมูลดังต่อไปนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการวิจัย คือ เกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้ได้แก่ จังหวัดชุมพร ระนอง สุราษฎร์ธานี พังงา ภูเก็ต กระบี่ และนครศรีธรรมราชทั้งสิ้น 400 ตัวอย่าง

ข้อมูลและการเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษานี้ใช้วิธีการรวบรวมข้อมูล 2 ลักษณะ คือ

1.) ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Data) ได้มาจากการใช้แบบสอบถามในการสัมภาษณ์ เกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้ ซึ่งเป็นข้อมูลที่ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์เกษตรกร กลุ่มตัวอย่างเพื่อทราบข้อมูลด้านประชากรศาสตร์ ข้อมูลด้านเศรษฐกิจ ข้อมูลด้านสังคม และข้อมูลการทำงานของเกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้

2.) ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Data) เป็นข้อมูลที่ได้จากการรวบรวมเอกสาร การศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และเป็นข้อมูลที่ได้จาก หน่วยงานราชการ เช่น สำนักงานเศรษฐกิจ การเกษตร องค์การอนามัยโลก เป็นต้น

โดยก่อนดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้เตรียมความพร้อมผู้ช่วยนักวิจัย เกี่ยวกับขั้นตอนและวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล พร้อมกับเปิดโอกาสให้ผู้ช่วยวิจัย สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมในส่วนที่ไม่เข้าใจ หลังจากนั้นจึงได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยเริ่มจากการชี้แจงวัตถุประสงค์และรูปแบบการเก็บข้อมูลให้กลุ่มตัวอย่างพร้อมทั้งดำเนินการ

เก็บข้อมูลตามแบบสอบถาม หลังจากนั้นจึงนำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้อง และความสมบูรณ์เพื่อนำมาวิเคราะห์ตามวิธีทางสถิติต่อไป

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้ ผู้วิจัยจะใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) เป็นเครื่องมือในการสัมภาษณ์ (Interviewing) เกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้ ซึ่งประกอบด้วย เนื้อหา 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยทางเศรษฐกิจ ปัจจัยทางสังคม และปัจจัยการทำงานของเกษตรกรชาวในพื้นที่ภาคใต้ตอนบน ได้แก่ เพศ, อายุ, สถานภาพสมรส, ศาสนา, จำนวนสมาชิกในครอบครัว, รายได้, ภาระหนี้สิน, ระดับการศึกษา, การบริการสาธารณะของรัฐ, การเป็นสมาชิกกลุ่ม, ปัญหาการเมือง, การถือครองที่ดิน, ลักษณะการถือครองเอกสารสิทธิ์ ลักษณะการใช้แรงงาน, จำนวนชั่วโมงการทำงานต่อวัน เป็นต้น

ส่วนที่ 2 ข้อมูลด้านคุณภาพชีวิต ซึ่งใช้แบบวัดคุณภาพชีวิตที่ จากเครื่องวัดคุณภาพชีวิต ขององค์การอนามัยโลกชุดย่อฉบับภาษาไทย (WHOQOL – BREF – THAI) ประกอบด้วยข้อคำถาม 2 ชนิด คือ แบบภาวะวิสัย (Perceived objective) และอัตวิสัย (self-report subjective) รวม 26 ข้อ จะประกอบด้วยองค์ประกอบของคุณภาพชีวิต 4 ด้าน ดังนี้

1. ด้านร่างกาย (physical domain) คือ การรับรู้สภาพทางด้านร่างกายของบุคคล ซึ่งมีผล ต่อชีวิตประจำวัน เช่น การรับรู้สภาพความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย การรับรู้ถึงความรู้สึก สุขสบาย ไม่มีความเจ็บปวด การรับรู้ถึงความสามารถที่จะจัดการ กับความเจ็บปวด ทางร่างกายได้ การรับรู้ถึงพลังกำลังในการดำเนินชีวิตประจำวัน การรับรู้ถึงความเป็นอิสระ ที่ไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่นการรับรู้ถึงความสามารถในการเคลื่อนไหวของตนเองการรับรู้ถึงความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของตนเองการรับรู้ถึงความสามารถในการทำงานการรับรู้ว่าคุณไม่จำเป็นต้องพึ่งพาต่าง ๆ หรือการรักษาทางการแพทย์อื่น ๆ เป็นต้น

2. ด้านจิตใจ (psychological domain) คือ การรับรู้สภาพทางจิตใจของตนเอง เช่น การรับรู้ความรู้สึกทางบวกที่บุคคลมีต่อตนเอง การรับรู้ภาพลักษณ์ของตนเอง การรับรู้ถึงความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ถึงความมั่นใจในตนเอง การรับรู้ถึงความคิด ความจำ สมาธิ การตัดสินใจ และความสามารถในการเรียนรู้เรื่องราวต่าง ๆ ของตนเอง การรับรู้ถึงความสามารถในการจัดการกับความเศร้า หรือกังวล การรับรู้เกี่ยวกับความเชื่อต่าง ๆ

ของตน ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การรับรู้ถึงความเชื่อด้านวิญญาณ ศาสนา การให้ความหมายของชีวิต และความเชื่ออื่น ๆ ที่มีผลในทางที่ดีต่อการดำเนินชีวิต มีผลต่อการเอาชนะอุปสรรค เป็นต้น

3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (social relationships) คือการรับรู้เรื่องความสัมพันธ์ของตนเองกับบุคคลอื่น การรับรู้ถึงการที่ได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นในสังคม การรับรู้ว่าคุณได้เป็นผู้ให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่นในสังคมด้วย รวมทั้งการรับรู้ในเรื่องอารมณ์ทางเพศหรือการมีเพศสัมพันธ์

4. ด้านสิ่งแวดล้อม (environment) คือ การรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การรับรู้ว่าคุณมีชีวิตรอยู่อย่างอิสระ ไม่ถูกกักขัง มีความปลอดภัยและมั่นคงในชีวิต การรับรู้ว่าคุณอยู่ในสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่ดี ปราศจากมลพิษต่าง ๆ การคมนาคมสะดวก มีแหล่งประโยชน์ด้านการเงิน สถานบริการทางสุขภาพและสังคม สงเคราะห์ การรับรู้ว่าคุณมีโอกาสที่จะได้รับข่าวสาร หรือฝึกฝนทักษะต่าง ๆ การรับรู้ว่าคุณได้มีกิจกรรมสันทนาการ และมีกิจกรรมในเวลาว่าง เป็นต้น

แบบวัดคุณภาพชีวิตมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ โดยมีคะแนนตั้งแต่ 1 – 5 คะแนนยิ่งมาก การรับรู้คุณภาพชีวิตจะยิ่งสูง ดังนั้นคะแนนรวมคุณภาพชีวิตจะมีค่าคะแนนตั้งแต่ 26 – 130 คะแนน โดยแบบสอบถามจะแบ่งการให้คะแนนออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 เป็นข้อความทางบวก 23 ข้อ และกลุ่มที่ 2 เป็นข้อความทางลบ 3 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1 ข้อ 5 และข้อ 12 โดยการให้คะแนนนำมากลบค่าคะแนนก่อนที่จะนำไปคำนวณค่าคะแนนคุณภาพชีวิตรวม นอกจากนี้การรับรู้คุณภาพชีวิตจะถูกแบ่งตามระดับคะแนนเป็น 3 ระดับ คือ ระดับต่ำ ระดับปานกลาง และระดับสูง โดยแบ่งช่วงคะแนนดังนี้

ระดับคุณภาพชีวิต	คะแนนรวม
คุณภาพชีวิตต่ำ	26 – 60 คะแนน
คุณภาพชีวิตปานกลาง	61 – 95 คะแนน
คุณภาพชีวิตสูง	96 – 130 คะแนน

การให้คะแนนแบบวัดคุณภาพชีวิต WHOQOL – 26 ข้อคำถามที่มีความหมายทางบวก 23 ข้อ และข้อคำถามที่มีความหมายทางลบ 3 ข้อ คือ ข้อ 2, 9, 11 แต่ละข้อเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ให้ผู้ตอบเลือกตอบ

กลุ่มที่ 1 ข้อความทางลบ 3 ข้อ

กลุ่มที่ 2 ข้อความทางบวก 23 ข้อ

กลุ่มที่ 1 แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้			กลุ่มที่ 2 แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้		
ตอบ	ไม่เลย ให้	5 คะแนน	ตอบ	ไม่เลย ให้	1 คะแนน
ตอบ	เล็กน้อย ให้	4 คะแนน	ตอบ	เล็กน้อย ให้	2 คะแนน
ตอบ	ปานกลาง ให้	3 คะแนน	ตอบ	ปานกลาง ให้	3 คะแนน
ตอบ	มาก ให้	2 คะแนน	ตอบ	มาก ให้	4 คะแนน
ตอบ	มากที่สุด ให้	1 คะแนน	ตอบ	มากที่สุด ให้	5 คะแนน

สำหรับคุณภาพชีวิตรายด้าน 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย (physical domain) ด้านจิตใจ (psychological domain) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (social relationships) และด้านสิ่งแวดล้อม (environment) ได้ถูกนำมาแบ่งระดับเป็น 3 ระดับเช่นเดียวกัน ดังนี้

คุณภาพชีวิตรายด้าน	การมีคุณภาพชีวิตต่ำ	คุณภาพชีวิตปานกลาง	คุณภาพชีวิตสูง
1. ด้านสุขภาพกาย	7 – 16	17 – 26	27 – 35
2. ด้านจิตใจ	6 – 14	15 – 22	23 – 30
3. ด้านสัมพันธภาพทางสังคม	3 – 7	8 – 11	12 – 15
4. ด้านสิ่งแวดล้อม	8 – 18	19 – 29	30 – 40

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาครั้งนี้จะใช้โปรแกรมสำเร็จรูปในการวิเคราะห์ข้อมูล โดยมีสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. การศึกษาข้อมูลด้านปัจจัยส่วนบุคคล เศรษฐกิจและสังคม ข้อมูลปัจจัยการทำงาน และการประเมินคุณภาพชีวิตโดยรวมและรายด้าน จะใช้สถิติเชิงพรรณนา คือ จำนวน ร้อยละ
2. การศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตกับปัจจัยส่วนบุคคล เศรษฐกิจและสังคม

ข้อมูลปัจจัยการทำงาน โดยใช้สถิติค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติศึกษาความแตกต่างแบบ One Way Anova

3. การวิเคราะห์ปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยทางเศรษฐกิจ ปัจจัยทางสังคม และปัจจัยการทำงานที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมัน โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ตัวแปรถดถอยเชิงพหุคูณ (multiple regression analysis) ด้วยวิธี ตัวแปรนำเข้าไปวิเคราะห์แบบขั้นตอน (stepwise method)



บทที่ 4

ผลการศึกษา

ผลการศึกษาการศึกษาคุณภาพชีวิตและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ สามารถอธิบายผลการศึกษาออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1. ผลการศึกษาข้อมูลด้านปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยทางเศรษฐกิจ ปัจจัยทางสังคม และปัจจัยการทำงานของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้

ตอนที่ 2. ผลการศึกษาคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อมของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้

ตอนที่ 3. ผลการศึกษาคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามปัจจัย ส่วนบุคคล ปัจจัยทางเศรษฐกิจ ปัจจัยทางสังคม และปัจจัยการทำงานของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้

ตอนที่ 4. ผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้

ตอนที่ 1. ผลการศึกษาข้อมูลด้านปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยทางเศรษฐกิจ ปัจจัยทางสังคม และปัจจัยการทำงานของเกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้

ผลการศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลของเกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้ พบว่า

เพศ

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 75.0 รองลงมาเป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 25.0

อายุ

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 41 - 50 ปี คิดเป็นร้อยละ 45.0 รองลงมา คือ อายุ 31 - 40 ปี และ 51 ปีขึ้นไป เท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 20.0 และอายุต่ำกว่า 30 ปี คิดเป็นร้อยละ 15.0 ตามลำดับ

สถานภาพ

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสถานะภาพสมรส คิดเป็นร้อยละ 70.0 รองลงมามีสถานะโสด คิดเป็นร้อยละ 20.0 และมีสถานภาพหม้ายหรือหย่าร้าง คิดเป็นร้อยละ 10.0 ตามลำดับ

ระดับการศึกษา

กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่มีการศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 40.0 รองลงมา มีการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 20.0 มีการศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรีและไม่ได้เรียนหนังสือ คิดเป็นร้อยละ 15.0 เท่ากัน และมีการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 5.0 ตามลำดับ

การนับถือศาสนา

กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ คิดเป็นร้อยละ 55.0 รองลงมานับถือศาสนาอิสลาม คิดเป็นร้อยละ 40.0 และศาสนาอื่น ๆ คิดเป็นร้อยละ 5.0 ตามลำดับ รายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ร้อยละของปัจจัยส่วนบุคคลของเกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้

	รายละเอียด	ร้อยละ
เพศ	ชาย	75.0
	หญิง	25.0
อายุ	ต่ำกว่า 30 ปี	15.0
	31 – 40 ปี	20.0
	41 – 50 ปี	45.0
	51 ปีขึ้นไป	20.0
สถานภาพ	โสด	20.0
	สมรส	70.0
	หม้าย	10.0
ระดับการศึกษา		
	ไม่ได้เรียนหนังสือ	15.0
	ประถมศึกษา	25.0
	มัธยมศึกษา	40.0
	ปริญญาตรี	15.0
	สูงกว่าปริญญาตรี	5.0

ตารางที่ 1 ต่อ

รายละเอียด	ร้อยละ
การนับถือศาสนา	
ศาสนาพุทธ	55.0
ศาสนาคริสต์	5.0
ศาสนาอิสลาม	40.0

ผลการศึกษาปัจจัยทางเศรษฐกิจของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ ซึ่งประกอบด้วย จำนวนสมาชิกในครอบครัว รายได้เฉลี่ยต่อเดือน การมีภาระหนี้สิน แหล่งเงินที่ท่านเป็นหนี้สิน ในปัจจุบัน พบว่า

จำนวนสมาชิกในครอบครัว

กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว 3 - 4 คน คิดเป็นร้อยละ 50.0 รองลงมาคือ จำนวน 1 - 2 คน คิดเป็นร้อยละ 25.0 จำนวน 5 - 6 คน คิดเป็นร้อยละ 20.0 และจำนวน 7 คนขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 5.0 ตามลำดับ

รายได้เฉลี่ยต่อเดือน

กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่ มีรายได้เฉลี่ยในครอบครัวอยู่ระหว่าง 15,001 – 20,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 35 รองลงมาคือ ระหว่าง 10,001 – 15,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 30.0 ระหว่าง 20,001 – 25,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 15.0 ต่ำกว่า 10,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 10.0 และมากกว่า 25,001 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 5.0 ตามลำดับ

ภาระหนี้สิน

กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่มีภาระหนี้สิน คิดเป็นร้อยละ 85.0 รองลงมาคือ ไม่มีภาระหนี้ คิดเป็นร้อยละ 15.0 ตามลำดับ

แหล่งหนี้สินที่กู้ยืมมา

กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่ที่มีภาระหนี้สินกู้ยืมมาจากญาติพี่น้อง เพื่อนบ้าน คิดเป็นร้อยละ 40 รองลงมาคือ กลุ่มองค์กร กองทุนหมู่บ้าน คิดเป็นร้อยละ 30.0 ธนาคารพาณิชย์ต่างๆ คิดเป็นร้อยละ 15.0 สถาบันการเงินของภาครัฐ คิดเป็นร้อยละ 10.0 และ เจ้าของที่ดิน/นายทุน คิดเป็นร้อยละ 5.0 รายละเอียดดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ร้อยละของปัจจัยทางเศรษฐกิจของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้

รายละเอียด	ร้อยละ
จำนวนสมาชิกในครอบครัว	
1 - 2 คน	25.0
3 - 4 คน	50.0
5 - 6 คน	20.0
7 คนขึ้นไป	5.0
รายได้เฉลี่ยต่อเดือน	
ต่ำกว่า 10,000 บาท	10.0
10,001 – 15,000 บาท	30.0
15,001 – 20,000 บาท	35.0
20,001 – 25,000 บาท	15.0
มากกว่า 25,001 บาทขึ้นไป	5.0
ภาระหนี้สิน	
ไม่มีหนี้สิน	15.0
มีหนี้สิน	85.0
แหล่งหนี้สินที่กู้ยืมมา	
ธนาคารพาณิชย์ต่างๆ	15.0
สถาบันการเงินของภาครัฐ	10.0
เจ้าของที่ดิน นายทุน	5.0
กลุ่มองค์กร กองทุนหมู่บ้าน	30.0
ญาติพี่น้อง เพื่อนบ้าน	40.0

ผลการศึกษาปัจจัยทางสังคมของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ ซึ่งประกอบด้วย การได้รับการบริการสาธารณะจากภาครัฐ การเป็นสมาชิกในกลุ่ม ปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชน ระดับความสนใจด้านการเมือง พบว่า

การบริการสาธารณะจากภาครัฐ

กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่ ได้รับการบริการสาธารณะจากภาครัฐ คิดเป็นร้อยละ 65.0 รองลงมา ไม่ได้รับบริการจากภาครัฐ คิดเป็นร้อยละ 35.0

การเป็นสมาชิกกลุ่มในชุมชน

กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่ เข้าร่วมการเป็นสมาชิกกลุ่มของชุมชน คิดเป็นร้อยละ 60.0
 รองลงมา ไม่เข้าร่วม คิดเป็นร้อยละ 40.0

ปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชนของท่าน

ปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชนของกลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่คือ ปัญหาเกี่ยวกับยาเสพติด คิดเป็นร้อยละ 50.0 รองลงมาคือปัญหาการว่างงาน คิดเป็นร้อยละ 45.0 ปัญหาด้านที่อยู่อาศัย/ที่ทำกิน คิดเป็นร้อยละ 35.0 ปัญหาด้านการศึกษาไม่ทั่วถึง คิดเป็นร้อยละ 25.0 ปัญหาอาชญากรรม คิดเป็นร้อยละ 20.0 และปัญหาอื่น ๆ คิดเป็นร้อยละ 10.0

ระดับความสนใจด้านการเมือง

กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่มีความสนใจด้านการเมืองอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 30.0 รองลงมาให้ความสนใจอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 25.0 มีความสนใจอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 20.0 มีความสนใจอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 15.0 และมีความสนใจอยู่ในระดับน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 10.0 ตามลำดับ รายละเอียดดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ร้อยละของปัจจัยทางสังคมของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้

รายละเอียด	ร้อยละ
การได้รับบริการจากภาครัฐ	
ได้รับ	65.0
ไม่ได้รับ	35.0
การเป็นสมาชิกกลุ่มในชุมชน	
เข้าร่วม	60.0
ไม่ได้เข้าร่วม	40.0
ปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชนของท่าน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)	
ปัญหาด้านการศึกษาไม่ทั่วถึง	25.0
ปัญหาด้านที่อยู่อาศัย/ที่ทำกิน	35.0
ปัญหาการว่างงาน	45.0
ปัญหายาเสพติด	50.0
ปัญหาอาชญากรรม	20.0
อื่นๆ	10.0

ตารางที่ 3 (ต่อ)

รายละเอียด	ร้อยละ
ระดับความสนใจด้านการเมือง	
มากที่สุด	15.0
มาก	30.0
ปานกลาง	25.0
น้อย	20.0
น้อยที่สุด	10.0

ผลการศึกษาปัจจัยการทำงานของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ ซึ่งประกอบด้วย การมีที่ดินทำกิน การถือครองเอกสารสิทธิ์ที่ดินทำกิน ลักษณะการใช้แรงงานของครัวเรือน จำนวนชั่วโมงการทำงานต่อวัน พบว่า

การถือครองที่ดินทำกิน

กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่มีที่ดินทำกินเป็นของตนเอง คิดเป็นร้อยละ 55.0 รองลงมา มีที่ดินทำกินเป็นของตนเองและเช่าที่ดินด้วย คิดเป็นร้อยละ 30.0 และไม่มีที่ดินทำกินเป็นของตนเอง ต้องเช่า คิดเป็นร้อยละ 15.0 ตามลำดับ

ขนาดพื้นที่ทำกิน

กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่มีขนาดพื้นที่ทำกินระหว่าง 10 - 20 ไร่ คิดเป็นร้อยละ 35.0 รองลง มีขนาดพื้นที่ทำกินระหว่าง 21 - 30 ไร่ และต่ำกว่า 10 ไร่ คิดเป็นร้อยละ 20.0 เท่ากัน มีขนาดพื้นที่ทำกินระหว่าง 31 - 40 ไร่ คิดเป็นร้อยละ 15.0 และมีขนาดพื้นที่ทำกิน 41 ไร่ขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 10.0

ลักษณะการใช้แรงงานของครัวเรือน

กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่มีลักษณะการใช้แรงงานในครัวเรือนแบบใช้แรงงานในครัวเรือนเองและจ้างคนอื่นทำบ้างเป็นครั้งคราว คิดเป็นร้อยละ 55.0 รองลงมา ใช้แรงงานในครัวเรือนทั้งหมด คิดเป็นร้อยละ 30.0 และจ้างคนอื่นทำทั้งหมด คิดเป็น ร้อยละ 15.0 ตามลำดับ

จำนวนชั่วโมงการทำงานต่อวัน

กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่ มีชั่วโมงการทำงานต่อวันเป็น 6 – 8 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 40.0 รองลงมามีชั่วโมงการทำงานต่อวันน้อยกว่า 6 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 30.0 มีชั่วโมงการทำงาน

ต่อวัน 9 – 11 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 20.0 และมีชั่วโมงการทำงานต่อวันมากกว่า 11 ชั่วโมง คิดเป็นร้อยละ 10.0 ตามลำดับ รายละเอียดดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ร้อยละของปัจจัยการทำงานของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้

รายละเอียด	ร้อยละ
ลักษณะการถือครองที่ดินทำกิน	
มีที่ดินทำกินเป็นของตนเอง	55.0
ไม่มีที่ดินทำกินเป็นของตนเอง ต้องเช่า	15.0
มีที่ดินทำกินเป็นของตนเอง และเช่าที่ดินด้วย	30.0
ขนาดที่ดินทำกิน	
ต่ำกว่า 10 ไร่	20.0
10 - 20 ไร่	35.0
21 - 30 ไร่	20.0
31 - 40 ไร่	15.0
41 ไร่ขึ้นไป	10.0
ลักษณะการใช้แรงงานของครัวเรือน	
ใช้แรงงานในครัวเรือนทั้งหมด	30.0
ใช้แรงงานในครัวเรือนและจ้างคนอื่นทำบ้างเป็นครั้งคราว	55.0
จ้างคนอื่นทำทั้งหมด	15.0
จำนวนชั่วโมงการทำงานต่อวัน	
น้อยกว่า 6 ชั่วโมง	30.0
6 – 8 ชั่วโมง	40.0
9 – 11 ชั่วโมง	20.0
มากกว่า 11 ชั่วโมง	10.0

ตอนที่ 2 ผลการศึกษาคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้

ผลการศึกษาคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันซึ่งประกอบด้วยคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพ ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อมของเกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้ พบว่า ในภาพรวมกลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย = 71.90) คิดเป็นร้อยละ 94.8 รองลงมา มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 1.0 และมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 4.30 ตามลำดับ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า

ด้านสุขภาพกาย

กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่มีคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย อยู่ในระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย = 20.71) คิดเป็นร้อยละ 88.1 รองลงนามีคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกายอยู่ในระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 17.0 และมีคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกายอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 1.30 ตามลำดับ

ด้านจิตใจ

กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่มีคุณภาพชีวิตด้านจิตใจอยู่ในระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย = 17.65) คิดเป็นร้อยละ 77.0 รองลงนามีคุณภาพชีวิตด้านจิตใจอยู่ในระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 21.5 และมีคุณภาพชีวิตด้านจิตใจอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 1.5 ตามลำดับ

ด้านสัมพันธภาพทางสังคม

กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่มีคุณภาพชีวิตด้านสัมพันธภาพทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย = 9.70) คิดเป็นร้อยละ 70.8 รองลงนามีคุณภาพชีวิตด้านสัมพันธภาพทางสังคมอยู่ในระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 25.5 และมีคุณภาพชีวิตด้านสัมพันธภาพทางสังคมอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 3.8 ตามลำดับ

ด้านสิ่งแวดล้อม

กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่มีคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย = 23.83) คิดเป็นร้อยละ 88.5 รองลงนามีคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 10.0 และมีคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 1.5 ตามลำดับ รายละเอียดดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานระดับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในภาพรวม และรายด้าน ซึ่งประกอบด้วย ด้านสุขภาพกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้าน สิ่งแวดล้อมของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้

ประเด็น	ระดับคุณภาพชีวิต (ร้อยละ)				ค่าเฉลี่ย $\bar{X}$	S.D	ระดับ คุณภาพชีวิต
	ต่ำ	ปานกลาง	สูง	รวม			
ด้านสุขภาพกาย	17.0	81.8	1.30	100.0	20.70	3.16	ปานกลาง
ด้านจิตใจ	21.5	77.0	1.50	100.0	17.65	2.52	ปานกลาง
ด้านสัมพันธภาพทางสังคม	25.5	70.8	3.8	100.0	9.70	1.76	ปานกลาง
ด้านสิ่งแวดล้อม	10.0	88.5	1.5	100.0	23.83	4.73	ปานกลาง
คุณภาพชีวิตรวม	4.3	94.8	1.0	100.0	71.88	6.83	ปานกลาง

ตอนที่ 3 ผลการศึกษาคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้
จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยทางเศรษฐกิจ ปัจจัยทางสังคม และปัจจัยการทำงานของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้

ผลการศึกษาคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้จำแนกตามเพศพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ รายละเอียดดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้
จำแนกตามเพศ

แหล่งความแปรปรวน	SS.	df	MS.	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	5.070	1	5.070	.108	.742
ภายในกลุ่ม	18647.640	398	46.853		
รวม	18652.710	399			

ผลการศึกษาคูณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้จำแนกตามอายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีช่วงอายุต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 จึงต้องทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่เปรียบเทียบโดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe)

ผลการทดสอบเป็นรายคู่เปรียบเทียบ โดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe) พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของ ช่วงอายุน้อยกว่า 20 ปี แตกต่างกับช่วงอายุ 31- 40 ปี ซึ่งแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 รายละเอียดดังตารางที่ 7 และ 8

ตารางที่ 7 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามอายุ

แหล่งความแปรปรวน	SS.	df	MS.	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	440.272	3	146.757	3.191	.024
ภายในกลุ่ม	18212.438	396	45.991		
รวม	18652.710	399			

ตารางที่ 8 การเปรียบเทียบรายคู่ของคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตาม อายุ

ช่วงอายุ	น้อยกว่า 20 ปี	20 - 30 ปี	31 - 40 ปี	41 - 50 ปี	51 ปีขึ้นไป
น้อยกว่า 20 ปี	-	-	0.01*	-	-
20 - 30 ปี	0.01*	-	-	-	-
31 - 40 ปี	-	-	-	-	-
41 - 50 ปี	-	-	-	-	-
41 - 50 ปี	-	-	-	-	-

*นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการศึกษาคูณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้
จำแนกตามสถานภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิต
แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทาง สถิติ รายละเอียดดังตารางที่ 9

ตารางที่ 9 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้
จำแนกตาม สถานภาพ

แหล่งความแปรปรวน	SS.	df	MS.	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	2.327	2	1.163	.025	.976
ภายในกลุ่ม	18650.383	397	46.978		
รวม	18652.710	399			

ผลการศึกษาคูณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้
จำแนกตามศาสนาที่นับถือ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่นับถือศาสนาต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิต
แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จึงต้องทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่
เปรียบเทียบโดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe)

ผลการทดสอบเป็นรายคู่เปรียบเทียบโดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe) พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของ
ผู้นับถือศาสนาพุทธแตกต่างจากผู้นับถือศาสนาคริสต์และอิสลาม ซึ่งแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทาง
สถิติที่ระดับ 0.05 รายละเอียดดังตารางที่ 10 และตารางที่ 11

ตารางที่ 10 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้
จำแนกตามศาสนา ที่นับถือ

แหล่งความแปรปรวน	SS.	df	MS.	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	563.365	2	281.682	6.182	.002
ภายในกลุ่ม	18089.345	397	45.565		
รวม	18652.710	399			

ตารางที่ 11 การเปรียบเทียบรายคู่ของคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้จำแนก ตามศาสนา

ศาสนา	พุทธ	คริสต์	อิสลาม
พุทธ	-	0.049*	0.013*
คริสต์	0.049*	-	-
อิสลาม	0.013*	-	-

*นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการศึกษาคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกจำนวนสมาชิกใน ครอบครัว พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว ต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ รายละเอียดดังตารางที่ 12

ตารางที่ 12 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามจำนวน สมาชิกในครอบครัว

แหล่งความแปรปรวน	SS.	df	MS.	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	26.685	3	8.895	0.189	.904
ภายในกลุ่ม	18626.025	396	47.035		
รวม	18652.710	399			

ผลการศึกษาคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามรายได้เฉลี่ยของครัวเรือน พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้เฉลี่ยของครัวเรือนต่างกัน มีระดับคุณภาพชีวิต แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จึงต้องทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่เปรียบเทียบโดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe) ผลการทดสอบเป็นรายคู่เปรียบเทียบโดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe) พบว่า ระดับรายได้เฉลี่ยของครัวเรือนระหว่าง 10,001 - 15,000 บาท แตกต่างจากระดับรายได้เฉลี่ยของครัวเรือนระหว่าง 20,001 - 25,000 บาท ซึ่งแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 รายละเอียดดังตารางที่ 13 และ 14

ตารางที่ 13 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้
จำแนกตามรายได้เฉลี่ยของครัวเรือน

แหล่งความแปรปรวน	SS.	df	MS.	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	615.639	4	153.910	3.371	.010
ภายในกลุ่ม	18037.071	395	45.663		
รวม	18652.710	399			

ตารางที่ 14 การเปรียบเทียบรายจ่ายของคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่
ภาคใต้จำแนกตามรายได้เฉลี่ยของครัวเรือน

รายได้	< 10,000 บาท	10,001 - 15,000	15,001 - 20,000	20,001 - 25,000	> 25,001
< 10,000 บาท	-	-	-	-	-
10,001 - 15,000	-	-	-	0.019*	-
15,001 - 20,000	-	-	-	-	-
20,001 - 25,000	-	0.019*	-	-	-
> 25,001	-	-	-	-	-

*นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการศึกษาค้นคว้าคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้
จำแนกตามภาระ การมีหนี้สินพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีภาระการมีหนี้สินต่างกัน
มีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ รายละเอียดดังตารางที่ 15

ตารางที่ 15 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้
จำแนกตามภาระ การมีหนี้สิน

แหล่งความแปรปรวน	SS.	df	MS.	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	.000	1	.000	.000	.998
ภายในกลุ่ม	18652.710	398	46.866		
รวม	18652.710	399			

ผลการศึกษาค่าคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้
จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน
มีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จึงต้องทำการทดสอบความ
แตกต่างเป็นรายคู่เปรียบเทียบโดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe)

ผลการทดสอบเป็นรายคู่เปรียบเทียบโดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe) พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของ
กลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้เรียนหนังสือแตกต่างจากระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี กลุ่มตัวอย่างที่มี
การศึกษาระดับมัธยมศึกษาแตกต่างจากการศึกษาระดับปริญญาตรี และกลุ่มตัวอย่างที่มีการศึกษา
ระดับปริญญาตรีแตกต่างจากระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี ซึ่งแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
ที่ระดับ 0.05 รายละเอียดดังตารางที่ 16 และ 17

ตารางที่ 16 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้
จำแนกตาม ระดับการศึกษา

แหล่งความแปรปรวน	SS.	df	MS.	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	481.470	4	120.368	2.617	.035
ภายในกลุ่ม	18171.240	395	46.003		
รวม	18652.710	399			

ตารางที่ 17 การเปรียบเทียบรายคู่ของคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	ไม่ได้เรียนหนังสือ	ประถมศึกษา	มัธยมศึกษา	ปริญญาตรี	>ปริญญาตรี
ไม่ได้เรียนหนังสือ	-	-	-	-	0.023*
ประถมศึกษา	-	-	-	-	-
มัธยมศึกษา	-	-	-	0.047*	-
ปริญญาตรี	-	-	0.047*	-	0.015*
>ปริญญาตรี	0.023*	-	-	0.015*	-

*นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการศึกษาคูณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามการเป็นสมาชิกในกลุ่มของชุมชน พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมเป็นสมาชิกกลุ่มในชุมชนต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ รายละเอียดดังตารางที่ 18

ตารางที่ 18 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้จำแนกตาม การเป็นสมาชิกในกลุ่มของชุมชน

แหล่งความแปรปรวน	SS.	df	MS.	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	5.205	1	5.205	.111	.739
ภายในกลุ่ม	18647.505	398	46.853		
รวม	18652.710	399			

ผลการศึกษาคูณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตาม ลักษณะการถือครองที่ดินทำกิน พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะการถือครองที่ดินทำกินต่างกัน มีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 จึงต้องทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่เปรียบเทียบโดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe)

ผลการทดสอบเป็นรายคู่เปรียบเทียบโดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe) พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของกลุ่มตัวอย่างที่มีที่ดินทำกินเป็นของตนเองแตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีที่ดินเป็นของตนเองโดยต้องเช่า ซึ่งแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 รายละเอียดดังตารางที่ 19 และ 20

ตารางที่ 19 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตาม ลักษณะการถือครองที่ดินทำกิน

แหล่งความแปรปรวน	SS.	df	MS.	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	558.042	2	279.021	6.122	.002
ภายในกลุ่ม	18094.668	397	45.579		
รวม	18652.710	399			

ตารางที่ 20 การเปรียบเทียบรายคู่ของคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามลักษณะการถือครองที่ดินทำกิน

ลักษณะการถือครองที่ดินทำกิน	มีที่ดินของตนเอง	มีที่ดินเป็นของตนเองและเช่าด้วย	ไม่มีที่ดินเป็นของตนเองต้องเช่า
มีที่ดินของตนเอง	-	-	0.003*
มีที่ดินเป็นของตนเองและเช่าด้วย	-	-	-
ไม่มีที่ดินเป็นของตนเองต้องเช่า	0.003*	-	-

*นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการศึกษาคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามลักษณะ การใช้แรงงานของครัวเรือน พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะการใช้แรงงานของครัวเรือนต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ รายละเอียดดังตารางที่ 21

ตารางที่ 21 การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้
จำแนกตาม ลักษณะลักษณะการใช้แรงงานของครัวเรือน

แหล่งความแปรปรวน	SS.	df	MS.	F	sig
ระหว่างกลุ่ม	28.101	2	14.050	.299	.741
ภายในกลุ่ม	18624.609	397	46.913		
รวม	18652.710	399			

ตอนที่ 4. ผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตในภาพรวมของเกษตรกร ในพื้นที่ภาคใต้ ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยทางเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านทางสังคม และปัจจัยการทำงาน โดยการวิเคราะห์ตัวแปรลดถอยเชิงพหุคูณตามลำดับความสำคัญของตัวแปรที่นำเข้าสู่สมการ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

ผลการวิเคราะห์สมการถดถอยแบบพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis) ของตัวแปรอิสระกับตัวแปร ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ศาสนาที่นับถือ จำนวนสมาชิกในครัวเรือน รายได้เฉลี่ยของครัวเรือน ภาระหนี้สินจึงครัวเรือน การเป็นสมาชิกกลุ่มในชุมชน ลักษณะการถือครองที่ดิน จำนวนชั่วโมงในการทำงาน พบว่า มีเพียงตัวแปรอิสระเพียงตัวเดียวเท่านั้นที่มีประสิทธิภาพในการทำนายระดับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ ศาสนาที่นับถือ (X1) โดยสามารถทำนายระดับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ (Y) ได้ร้อยละ 22.0 ($R^2 = .022$) รายละเอียดดังตารางที่ 22

ตารางที่ 22 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตในภาพรวมของเกษตรกร ในพื้นที่ภาคใต้

ตัวแปร	b	Std. Error	beta	t	Sig.
Constant (a)	73.90	.758	-	97.49	.000
ศาสนา	-1.035	.348	-.148	-2.97	.003
R = .148	$R^2 = .022$		Adj $R^2 = .019$		SE(est) = 6.77

บทที่ 5

สรุปผลการศึกษา วิจัยผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาคุณภาพชีวิตและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ ตอนบน สามารถสรุปผลการศึกษา อภิปรายผล และ ข้อเสนอแนะดังนี้

สรุปผลการศึกษา

ผลการศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลของเกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เป็นเพศชาย มีอายุระหว่าง 41 - 50 ปี ส่วนใหญ่มีสถานะภาพสมรสและมีการศึกษา อยู่ในระดับมัธยมศึกษา โดยส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวโดยเฉลี่ย 3 - 4 คน รายได้เฉลี่ยของครัวเรือนอยู่ระหว่าง 15,001 - 20,000 บาท ทั้งนี้ส่วนใหญ่มีภาระหนี้สิน โดย กู้ยืม มา จาก ญาติ พี่น้อง เพื่อนบ้าน กลุ่มตัวอย่าง โดยส่วนใหญ่ ได้รับการบริการสาธารณสุขจากภาครัฐ และเข้าร่วมการเป็นสมาชิกกลุ่มของชุมชน มีความเห็น เกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชนว่าปัญหาเสพติดเป็นปัญหาใหญ่ ส่วนใหญ่ มีความสนใจด้านการเมืองอยู่ในระดับมาก ด้านการถือครองที่ดินทำกิน ส่วนใหญ่มี ที่ดินทำกินเป็นของตนเอง ขนาดพื้นที่ระหว่าง 10 - 20 ไร่ โดยมีมีลักษณะการใช้แรงงาน ในครัวเรือนแบบใช้แรงงานในครัวเรือนเองและจ้างคนอื่นทำบ้างเป็นครั้งคราว มีชั่วโมงการทำงานต่อวัน 6-8 ชั่วโมง

ผลการศึกษา ระดับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมัน ซึ่งประกอบด้วยคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพ ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อมของเกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้ พบว่า ในภาพรวม กลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมาคุณภาพชีวิตอยู่ใน ระดับสูง และระดับต่ำ ตามลำดับ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ทั้งคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับปานกลาง

ผลการศึกษาคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยทางเศรษฐกิจ ปัจจัยทางสังคมและปัจจัยการทำงาน พบว่า

กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

กลุ่มตัวอย่างที่มีช่วงอายุต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่เปรียบเทียบโดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe) พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของช่วงอายุน้อยกว่า 20 ปี แตกต่างกับช่วงอายุ 31- 40 ปี ซึ่งแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญ

กลุ่มตัวอย่างที่นับถือศาสนาต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จึงต้องทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่เปรียบเทียบโดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe) โดยผลการทดสอบเป็นรายคู่เปรียบเทียบโดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe) พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้นับถือศาสนาพุทธแตกต่างจากผู้นับถือศาสนาคริสต์และอิสลาม ซึ่งแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

กลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้เฉลี่ยของครัวเรือนต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จึงต้องทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่เปรียบเทียบโดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe) โดยผลการทดสอบเป็นรายคู่เปรียบเทียบโดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe) พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของผู้มีระดับรายได้เฉลี่ยของครัวเรือนระหว่าง 10,001 - 15,000 บาท แตกต่างจากระดับรายได้เฉลี่ยของครัวเรือนระหว่าง 20,001 - 25,000 บาท ซึ่งแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

กลุ่มตัวอย่างที่มีภาระการมีหนี้สินต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่เปรียบเทียบโดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe) พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้เรียนหนังสือแตกต่างจากระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี กลุ่มตัวอย่างที่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาแตกต่างจากการศึกษาระดับปริญญาตรี และกลุ่มตัวอย่างที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีแตกต่างจากระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี ซึ่งแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมเป็นสมาชิกกลุ่มในชุมชนต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

กลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะการถือครองที่ดินทำกินต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 เมื่อทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่เปรียบเทียบโดยวิธีเชฟเฟ (Scheffe) พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของกลุ่มตัวอย่างที่มีที่ดินทำกินเป็นของตนเองแตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีที่ดินเป็นของตนเองโดยต้องเช่า ซึ่งแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

กลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะการใช้แรงงานของครัวเรือนต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการวิเคราะห์สมการถดถอยแบบพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis) ของตัวแปรอิสระกับตัวแปร ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ศาสนาที่นับถือ จำนวนสมาชิกในครัวเรือน รายได้เฉลี่ยของครัวเรือน ภาระหนี้สินจึงครัวเรือน การเป็นสมาชิกกลุ่มในชุมชน ลักษณะการถือครองที่ดิน จำนวนชั่วโมงในการทำงาน พบว่า มีเพียงตัวแปรอิสระเพียงตัวเดียวเท่านั้นที่มีประสิทธิภาพในการทำนายระดับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ ศาสนาที่นับถือ (X1) โดยสามารถทำนายระดับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ (Y) ได้ร้อยละ 22.0

อภิปรายผล

จากผลการศึกษาในระดับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ พบว่า ในภาพรวมมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุภา แก้วบริสุทธ์ (2547) ซึ่งได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิต เกษตรกรชาวสวนยางพารา จังหวัดสงขลา ผลการศึกษพบว่าคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันชาวสวนยางพาราที่ศึกษาอยู่ในระดับปานกลาง

ผลการศึกษาคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยทางเศรษฐกิจ ปัจจัยทางสังคมและปัจจัยการทำงาน พบว่า ช่วงอายุ รายได้เฉลี่ยของครัวเรือน ระดับการศึกษา ลักษณะการถือครองที่ดินต่างกัน มีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุภา แก้วบริสุทธ์ (2547) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพล ต่อคุณภาพชีวิต เกษตรกรชาวสวนยางพารา จังหวัดสงขลา ผลการศึกษพบว่าคุณภาพชีวิต ของเกษตรกร เกษตรกรที่นับถือศาสนาพุทธ

รับรู้ถึงคุณภาพชีวิต ที่ดีกว่าเกษตรกรที่นับถือศาสนาอื่น ๆ เกษตรกรชาวสวนยางพารา ที่มีจำนวนชั่วโมงการทำงาน น้อยรับรู้ถึงคุณภาพชีวิตดีกว่า เกษตรกรที่มีชั่วโมงการทำงานมาก เกษตรกรชาวสวนยางพาราที่มีรายได้สูง รับรู้ถึงคุณภาพชีวิต ที่ดีกว่าเกษตรกรที่มีรายได้ต่ำ เพศชายรับรู้ถึงคุณภาพชีวิตที่ดีกว่าเพศหญิง และเกษตรกรชาวสวนยางพารา ที่มีคู่สมรส รับรู้คุณภาพชีวิตที่ดีกว่าเกษตรกรที่มีสถานภาพโสด หม้าย แยกกันอยู่หรือหย่าร้าง

ผลการวิเคราะห์สมการถดถอยแบบพหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis) ของ ตัวแปรอิสระกับตัวแปร ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ศาสนาที่นับถือ จำนวนสมาชิกในครัวเรือน รายได้เฉลี่ยของครัวเรือน ภาระหนี้สินจึงครัวเรือน การเป็นสมาชิกกลุ่มในชุมชน ลักษณะการถือครองที่ดิน จำนวนชั่วโมงในการทำงาน พบว่า มีเพียงตัวแปรอิสระเพียงตัวเดียวเท่านั้นที่มี ประสิทธิภาพในการทำนายระดับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ ศาสนาที่นับถือ (X1) โดยสามารถทำนายระดับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ (Y) ได้ร้อยละ 22.0 ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุภา แก้วบริสุทธิ์ (2547) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิต เกษตรกรชาวสวนยางพารา จังหวัดสงขลา ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยด้านศาสนา จำนวนชั่วโมงการทำงานต่อวัน รายได้ เพศ และสถานภาพสมรส สามารถร่วมกันทำนาย คุณภาพชีวิตเกษตรกร ชาวสวนยางพาราได้ร้อยละ 13

ข้อเสนอแนะ

1. รัฐบาลควรมีนโยบายส่งเสริมคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมัน โดย อาจกำหนดมาตรฐานคุณภาพชีวิตขั้นต่ำ เพื่อให้คุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันดีขึ้น
2. รัฐบาลควรบริหารงานเพื่อให้มีเสถียรภาพทางเศรษฐกิจ โดยเฉพาะเสถียรภาพด้านราคาสินค้าเกษตร เนื่องจากปัจจัยทางเศรษฐกิจจัดเป็นปัจจัยหลักที่ส่งผลต่อระดับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมัน
3. รัฐบาลควรส่งเสริม ปรับปรุงสิ่งแวดล้อมในชุมชนของเกษตรกรให้ดีขึ้นเนื่องจากปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมเป็นอีกหนึ่งปัจจัยหลักที่ส่งผลต่อระดับคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมัน

บรรณานุกรม

กรมส่งเสริมการเกษตร.2549.การปลูกปาล์มน้ำมัน. กรุงเทพมหานคร:
โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.

เพชรน้อย สิงห์ช่างชัย. (2539). คุณภาพชีวิตของแรงงานย้ายถิ่นในอุตสาหกรรมยางพารา
จังหวัดสงขลา. วิทยานิพนธ์ประชากรศาสตร์ดุสิตบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

วันเพ็ญ วอกลาง, สิทธิเดช นิลสัมฤทธิ์ และมนตรี เกิดมีมูล. 2545. รายงานการวิจัยเรื่อง
คุณภาพชีวิตของคนกรุงเทพมหานครในยุคเศรษฐกิจถดถอย. กรุงเทพฯ: สำนักวิจัยศูนย์ประสาน
การพัฒนาชนบทแห่งชาติ สำนักคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ

สุภาพจิต, กรม. (2541). การวัดคุณภาพชีวิต แบบวัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลก.
วารสารกรมสุขภาพจิต, 5(2), 102-109

สุวัฒน์ มหัตนิรันดร์กุล. วิราวรรณ ตันติพิวัฒนสกุล และคณะ. (2540) เปรียบเทียบตัวชี้วัด
คุณภาพชีวิตของ WHO 100 ตัวชี้วัด และ 26 ตัวชี้วัด.เชียงใหม่: โรงพยาบาลสวนปรุง

สุภา แก้วบริสุทธ์. (2547). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์ม
น้ำมันชาวสวน ยางพาราในจังหวัดสงขลา. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

Ferrel, B.R., (1995). The quality of lives: 1,525 voices of cancer. Oncology Nursing
Forum, 23(6),907-916.

Ferrans, C.,& Power, M. (1992). Psychometric Assessment of The Quality of Life. Index.
Research in Nursing and Health,15 (May 1992), 29-38

<http://www.doae.go.th>. เข้าถึง 13 กันยายน 2554



แบบสอบถามเรื่อง

การศึกษาคุณภาพชีวิตและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมัน ในพื้นที่ภาคใต้

การศึกษาคุณภาพชีวิตและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันในพื้นที่ภาคใต้ มีวัตถุประสงค์เพื่อทราบคุณภาพชีวิตในด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม รวมถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของเกษตรกรในพื้นที่ภาคใต้ และสามารถนำข้อมูลที่ได้จากผลการวิจัย ไปใช้เป็นแนวทางในการวางแผนนโยบาย เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของเกษตรกรชาวสวนปาล์มน้ำมันต่อไป

คำชี้แจง : แบบสอบถามประกอบด้วยเนื้อหา 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล เศรษฐกิจและสังคมของเกษตรกร ได้แก่ เพศ , อายุ , สถานภาพสมรส, ศาสนา, จำนวนสมาชิกในครอบครัว, รายได้ , ภาระหนี้สิน , ระดับการศึกษา , การรับบริการสาธารณสุข, การเป็นสมาชิกกลุ่ม , ข้อมูลการทำงานของเกษตรกร , ปริมาณแรงงานที่ใช้ , จำนวนชั่วโมงการทำงานต่อวัน , พื้นที่ดินทำกินทั้งหมด เป็นต้น

ส่วนที่ 2 ข้อมูลด้านคุณภาพชีวิต ซึ่งใช้แบบวัดคุณภาพชีวิตที่ใช้เครื่องวัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อฉบับภาษาไทย (WHOQOL – BREF –THAI) ประกอบด้วยข้อคำถาม 2 ชนิด คือ แบบภาวะวิสัย (Perceived objective) และอัตวิสัย (self-report subjective) รวม 26 ข้อ จะประกอบด้วยองค์ประกอบของคุณภาพชีวิต 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม

ขอขอบคุณ
พัชรี หล้าแหล่ง
มหาวิทยาลัยแม่โจ้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยทางเศรษฐกิจ ปัจจัยทางสังคม และปัจจัยการทำงานของเกษตรกร

คำชี้แจง : โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงใน () ที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด และเติมค่าลงในช่องว่าง

1. เพศ

() 1. ชาย

() 2. หญิง

2. อายุ

() 1. น้อยกว่า 20 ปี

() 2. 20 – 30 ปี

() 3. 31 – 40 ปี

() 4. 41 – 50 ปี

() 5. 51 ปีขึ้นไป

3. สถานภาพ

() 1. โสด

() 2. สมรส

() 3. หม้าย/หย่าร้าง

4. การนับถือศาสนา

() 1. ศาสนาพุทธ

() 2. ศาสนาคริสต์

() 3. ศาสนาอิสลาม

() 4. ศาสนาอื่นๆ (โปรดระบุ) _____

5. จำนวนสมาชิกในครอบครัว (รวมทั้งตัวท่านด้วย)

() 1. 1 - 2 คน

() 2. 3 - 4 คน

() 3. 5 – 6 คน

() 4. 7 คนขึ้นไป

6. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน

() 1. ต่ำกว่า 10,000 บาท

() 2. 10,001 – 15,000 บาท

() 3. 15,001 – 20,000 บาท

() 4. 20,001 – 25,000 บาท

() 5. 25,001 – 30,000 บาท

() 6. มากกว่า 30,001 บาทขึ้นไป

7. ท่านมีภาระหนี้สินในปัจจุบันหรือไม่

() 1. ไม่มีหนี้สิน

() 2. มีหนี้สินจำนวนประมาณ _____ บาท

8. แหล่งเงินที่ท่านเป็นหนี้สินในปัจจุบัน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

() 1. ธนาคารพาณิชย์

() 2. สถาบันการเงินของภาครัฐ

() 3. เจ้าของที่ดิน นายทุน

() 4. กลุ่มองค์กร เช่น สหกรณ์ กองทุนหมู่บ้าน

() 5.ญาติพี่น้อง เพื่อนบ้าน

() 6. อื่นๆ

9. ระดับการศึกษา

() 1. ไม่ได้เรียนหนังสือ

() 2. ประถมศึกษา

() 3. มัธยมศึกษา

() 4. ปริญญาตรี

() 5. สูงกว่าปริญญาตรี

10. ท่านได้รับการบริการสาธารณะจากภาครัฐหรือไม่

() 1. ได้รับ

() 2. ไม่ได้รับ

ได้รับในด้านใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

() 1. การบริการด้านกฎหมายได้แก่ (โปรดระบุ) _____

() 2. การบริการด้านสาธารณสุข ได้แก่ (โปรดระบุ) _____

() 3. การบริการด้านการคมนาคมขนส่ง ได้แก่ (โปรดระบุ) _____

() 4. การบริการด้านเทคโนโลยี ได้แก่ (โปรดระบุ) _____

() 5. การบริการด้านชีวิตและทรัพย์สิน ได้แก่ (โปรดระบุ) _____

() 6. การบริการอื่น ได้แก่ (โปรดระบุ) _____

11. ปัจจุบันท่านได้เข้าเป็นสมาชิกในกลุ่มของชุมชนบ้างหรือไม่

() 1. ได้รับ

() 1. ไม่ได้รับ

เป็นสมาชิกของกลุ่มใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

() 1. กลุ่มอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน () 2. กลุ่มพัฒนาฝีมือแรงงาน (OTOP)

() 3. กลุ่มแม่บ้าน () 4. กลุ่มสหกรณ์ชุมชน

() 5. กลุ่มสหกรณ์ออมทรัพย์ () 6. อื่นๆ (โปรดระบุ) _____

12. ท่านมีภาระหนี้สินในปัจจุบันหรือไม่

() 1. ไม่มีหนี้สิน

() 2. มีหนี้สินจำนวนประมาณ _____ บาท

13. แหล่งเงินที่ท่านเป็นหนี้สินในปัจจุบัน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

() 1. ธนาคารพาณิชย์

() 2. สถาบันการเงินของภาครัฐ

() 3. เจ้าของที่ดิน นายทุน

() 4. กลุ่มองค์กร เช่น สหกรณ์ กองทุนหมู่บ้าน

() 5. ญาติพี่น้อง เพื่อนบ้าน

() 6. อื่นๆ

14. ระดับการศึกษา

- () 1. ไม่ได้เรียนหนังสือ () 2. ประถมศึกษา
 () 3. มัธยมศึกษา () 4. ปริญญาตรี
 () 5. สูงกว่าปริญญาตรี

15. ท่านคิดว่าชุมชนที่ท่านอยู่มีปัญหาในด้านใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- () 1. ปัญหาการศึกษา () 2. ปัญหาที่อยู่อาศัย/ที่ทำกิน
 () 3. ปัญหาการว่างงาน () 4. ปัญหาสุขภาพจิต
 () 5. ปัญหาอาชญากรรม () 6. ปัญหาแรงงานต่างด้าว
 () 7. อื่นๆ (โปรดระบุ) _____

16. ปัจจุบันครัวเรือนของท่านมีลักษณะการถือครองที่ดินทำกินในลักษณะใด

- () 1. มีที่ดินทำกินเป็นของตนเอง
 () 2. ไม่มีที่ดินทำกินเป็นของตนเองต้องเช่าที่ดินทำกิน
 () 3. มีที่ดินทำกินเป็นของตนเองและเช่าด้วย

17. ท่านคิดว่าชุมชนที่ท่านอยู่มีปัญหาในด้านใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- () 1. ปัญหาการศึกษา () 2. ปัญหาที่อยู่อาศัย/ที่ทำกิน
 () 3. ปัญหาการว่างงาน () 4. ปัญหาสุขภาพจิต
 () 5. ปัญหาอาชญากรรม () 6. ปัญหาแรงงานต่างด้าว
 () 7. อื่นๆ (โปรดระบุ) _____

18. ปัจจุบันครัวเรือนของท่านมีลักษณะการถือครองที่ดินทำกินในลักษณะใด

- () 1. มีที่ดินทำกินเป็นของตนเอง
 () 2. ไม่มีที่ดินทำกินเป็นของตนเองต้องเช่าที่ดินทำกิน
 () 3. มีที่ดินทำกินเป็นของตนเองและเช่าด้วย

19. ขนาดที่ดินทำกินของครัวเรือน

- () 1. ต่ำกว่า 10 ไร่ () 2. 10 – 20 ไร่
 () 3. 21 – 30 ไร่ () 4. 31 – 40 ไร่
 () 5. 41 ไร่ขึ้นไป

20. ลักษณะการใช้แรงงานของครัวเรือนท่านในการทำการเกษตร

- () 1. ใช้แรงงานในครัวเรือนทั้งหมด
 () 2. ใช้แรงงานในครัวเรือนและจ้างคนอื่นทำบ้างเป็นครั้งคราว
 () 3. จ้างคนอื่นทำทั้งหมด

21. จำนวนชั่วโมงการทำงานในแต่ละวันของท่าน

- () 1. น้อยกว่า 6 ชั่วโมง () 2. 6 – 8 ชั่วโมง
() 3. 9 – 11 ชั่วโมง () 4. มากกว่า 11 ชั่วโมง

ส่วนที่ 2 ข้อมูลด้านคุณภาพชีวิต

คำชี้แจง : ข้อคำถามต่อไปนี้จะถามถึงประสบการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งของท่าน ในช่วงระยะเวลา 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ให้ท่านสำรวจตัวท่านเอง และประเมินเหตุการณ์หรือความรู้สึกของท่าน เลือกคำตอบที่เหมาะสมและตรงกับความเป็นจริงของตัวท่านมากที่สุด

ข้อมูลในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	ระดับความคิดเห็น				
	ไม่เลย	เล็กน้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
1. ท่านพอใจกับสุขภาพของท่านในตอนนี้เพียงใด					
2. การเจ็บปวดตามร่างกาย เช่น ปวดหัว ปวดท้อง ปวดตามตัว ทำให้ท่านไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการมากนักเพียงใด					
3. ท่านมีกำลังเพียงพอที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ในแต่ละวันไหม(ทั้งเรื่องงาน หรือการดำเนินชีวิตประจำวัน)					
4. ท่านพอใจกับการนอนหลับของท่านมากนักเพียงใด					
5. ท่านรู้สึกพึงพอใจในชีวิต (เช่น มีความสุข ความสงบ มีความหวัง) มากน้อยเพียงใด					
6. ท่านมีสมาธิในการทำงานต่าง ๆ ดีเพียงใด					
7. ท่านรู้สึกพอใจในตนเองมากนักแค่ไหน					
8. ท่านยอมรับรูปร่างหน้าตาของตัวเองได้ไหม					
9. ท่านมีความรู้สึกไม่ดี เช่น รู้สึกเหงา เศร้า หดหู่ สิ้นหวังวิตกกังวล บ่อยแค่ไหน					
10. ท่านรู้สึกพอใจมากขึ้นแค่ไหนที่สามารถทำอะไร ๆ ผ่านไปได้ในแต่ละวัน					
11. ท่านจำเป็นต้องไปรับการรักษาพยาบาลมากนักเพียงใด เพื่อที่จะทำงานหรือมีชีวิตอยู่ไปได้ในแต่ละวัน					
12. ท่านพอใจกับความสามารถในการทำงานได้อย่างที่เคยทำมา มากน้อยเพียงใด					

13. ท่านพอใจต่อการผูกมิตรหรือเข้ากับคนอื่น อย่างที่ผ่านมา แค่ไหน					
14. ท่านพอใจกับการช่วยเหลือที่เคยได้รับจากเพื่อน ๆ ไหม					
15. ท่านรู้สึกว่าชีวิตมีความมั่นคงปลอดภัยดีไหมในแต่ละวัน					
16. ท่านพอใจกับสภาพบ้านเรือนที่อยู่ตอนนี้มากน้อยเพียงใด					
17. ท่านมีเงินพอใช้จ่ายตามความจำเป็นมากน้อยเพียงใด					
18. ท่านพอใจที่จะสามารถไปใช้บริการสาธารณสุขได้ตาม ความจำเป็นเพียงใด					
19. ท่านได้รู้เรื่องราวข่าวสารที่จำเป็นในชีวิตแต่ละวันมากน้อย เพียงใด					
20. ท่านมีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียดมากน้อยเพียงใด					
21. สภาพแวดล้อมดีต่อสุขภาพของท่านมากน้อยเพียงใด					
22. ท่านพอใจกับการเดินทางไปไหนมาไหนของท่าน(หมายถึง การคมนาคม) มากน้อยเพียงใด					
23. ท่านรู้สึกว่าชีวิตท่านมีความหมายมากน้อยแค่ไหน					
24. ท่านสามารถไปไหนมาไหนด้วยตนเองได้ดีเพียงใด					
25. ท่าน พิจารณาในชีวิตทางเพศของท่านแค่ไหน					
26. ท่านคิดว่าท่านมีคุณภาพชีวิต					