

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ที่มาและความสำคัญของปัญหา

จากรายงานของสำนักงานสถิติแห่งชาติได้รายงานการสำรวจจำนวนผู้พิการ ในปี พ.ศ. 2544 พบว่าจากจำนวนประชากรทั้งประเทศประมาณ 62.9 ล้านคน เป็นจำนวนผู้พิการประมาณ 1.1 ล้านคนหรือคิดเป็นร้อยละ 1.8 ของประชากรทั้งหมด เมื่อเปรียบเทียบอัตราส่วนของผู้พิการในและนอกเขตเทศบาลพบว่า นอกเขตเทศบาลจะมีอัตราส่วนคนพิการสูงกว่าในเขตเทศบาลเล็กน้อยคือ ร้อยละ 2.0 และ 1.3 ตามลำดับ เมื่อพิจารณาตามภาคพบว่าภาคเหนือมีอัตราส่วนของผู้พิการสูงกว่าภาคอื่นๆ คือ ร้อยละ 2.3 รองลงมา คือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคกลาง (ไม่รวมกรุงเทพมหานคร) และภาคใต้ ร้อยละ 1.9, 1.6 และ 1.5 ตามลำดับ ในด้านความต้องการบริการหรือความช่วยเหลือจากรัฐบาล พบว่า ร้อยละ 94.1 ของจำนวนประชากรที่พิการทั้งหมด 1.1 ล้านคน ต้องการการบริการหรือความช่วยเหลือจากรัฐบาล โดยเฉพาะอย่างยิ่งความช่วยเหลือในด้านการรักษาพยาบาล การผ่าตัด กายภาพบำบัด ซึ่งมีอัตราที่สูงถึงร้อยละ 42.7 นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้พิการเป็นโรคเกี่ยวกับระบบหัวใจและหลอดเลือดสูงถึง ร้อยละ 22.2 รองลงมา คือ โรคระบบกล้ามเนื้อ เส้นเอ็น กระดูก และข้อ และโรคระบบทางเดินหายใจ ร้อยละ 19.4 และ 14.8 ตามลำดับ ซึ่งผู้พิการเหล่านี้เลือกวิธีการรักษาพยาบาลเมื่อเจ็บป่วย โดยไปโรงพยาบาลจังหวัด หรือโรงพยาบาลอื่นๆของรัฐ ในอัตราส่วนร้อยละ 34.9 ไปโรงพยาบาลชุมชน ร้อยละ 17.0 และ ซักยาทานเอง ร้อยละ 13.9 จากข้อมูลทางสถิติเหล่านี้ทำให้ครอบครัว และรัฐบาลต้องสูญเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลเป็นจำนวนไม่น้อย (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2544)

มนุษย์ทุกคนมีศักดิ์ศรีเท่าเทียมกัน สามารถพัฒนาศักยภาพหากได้รับโอกาสอย่างเสมอภาคเพื่อนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดี แนวคิดและการดำเนินงานด้านผู้พิการทั้งในและต่างประเทศได้รับการพัฒนาไปอย่างมาก โดยเน้นความสำคัญที่การพัฒนาผู้พิการเพราะเป็นทรัพยากรทางสังคมที่ ต้อง ได้รับการเสริมสร้างศักยภาพอย่างสูงสุดตามสภาพ มีความเสมอภาคที่จะได้รับผลจากการพัฒนา เท่าเทียมบุคคลทั่วไป จนสามารถดำรงชีวิตได้อย่างอิสระในครอบครัว ชุมชน และสังคม มีส่วนร่วม ในการพัฒนาสังคม และมีความสามารถในการพัฒนาตนเองอยู่เสมอ เพื่อให้ทันกับสังคมโลก ที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว นอกจากนี้ควรมีการส่งเสริมสุขภาพของผู้พิการ ทั้งทาง

ด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ โดยบริการรักษาฟื้นฟูสมรรถภาพ พัฒนาศักยภาพ ส่งเสริมสุขภาพ จัดบริการป้องกันการเจ็บป่วยของผู้พิการ จัดกิจกรรมนันทนาการ การท่องเที่ยว และกีฬาสำหรับคนพิการ พร้อมทั้งสนับสนุนให้คนพิการได้รับ ปัจจัย 4 มีความสุข และดำรงชีวิตอย่างสมศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ (แผนพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ พ.ศ. 2545 – 2549)

ความพิการไม่ว่าจะเป็นลักษณะใดหรือสาเหตุใดก็ตามย่อมมีผลกระทบต่อผู้ที่พิการทั้งทางตรงและทางอ้อม อีกทั้งยังส่งผลกระทบต่อบุคคลนั้นทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งความพิการซึ่งเกิดจากการได้รับอุบัติเหตุที่เป็นสาเหตุให้สูญเสียอวัยวะส่วนหนึ่งส่วนใดอย่างกะทันหัน ความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่เกิดขึ้นแม้จะชัดเจนหรือไม่ก็ตามย่อมมีผลทำให้บุคคลมีสมรรถภาพทางร่างกายลดน้อยลง และเป็นอุปสรรคในการทำกิจกรรมต่างๆ เช่น การเคลื่อนไหว การทำกิจวัตรประจำวัน การทำงาน นอกจากความพิการที่เกิดขึ้นแล้วคนทั่วไปมักมองผู้ที่พิการเป็น คนที่ขาดความสามารถไร้ประโยชน์ จึงทำให้ผู้พิการเหล่านี้รู้สึกว่าคุณค่าตนเองมีปมด้อย ไม่มีความนับถือตนเอง มีความพึงพอใจในชีวิตลดลง ต้องการแยกตัวออกจากสังคม (Social Isolation) และรู้สึกว่าตนเองเป็นภาระของผู้อื่น ซึ่งเมื่อความรู้สึกเหล่านี้เกิดขึ้นจะทำให้ผู้พิการละเลยตนเอง ส่งผลต่อสุขภาพของตนเองเช่น เกิดแผลกดทับ ข้อติด แผลติดเชื้อ ฯลฯ หากสังคมละเลยไม่เอาใจใส่ต่อผู้พิการแล้วก็จะทำให้การพัฒนาคนของชาติไม่ได้ผลอย่างเต็มที่ นับเป็นการทอดทิ้งทรัพยากรที่มีค่าของประเทศไปอย่างน่าเสียดาย

จากปัญหาเหล่านี้ผู้พิการจึงสมควรได้รับสิทธิและโอกาสในการพัฒนาตนเองให้เต็มศักยภาพทั้งด้านร่างกาย สังคม จิตใจ เพื่อให้กลับกลายมาเป็นทรัพยากรที่มีค่าเช่นเดียวกับคนปกติ ดังกระแสพระราชดำริสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช ที่ว่า “งานช่วยผู้พิการมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะผู้พิการ ไม่ได้เป็นผู้ที่อยากจะพิการและอยากจะช่วยตัวเอง ถ้าเราไม่ช่วยให้เขาสามารถปฏิบัติงานอะไร เพื่อชีวิตและเศรษฐกิจของครอบครัว จะทำให้เกิดสิ่งที่หนักแก่ครอบครัว หนักแก่ส่วนร่วม ฉะนั้น นโยบายที่จะทำก็คือช่วยตัวเองได้ เพื่อที่จะเป็นประโยชน์ต่อสังคม”

ดังนั้น การศึกษาถึงทัศนคติของผู้พิการก็ย่อมมีความสำคัญ เช่นเดียวกับคนปกติ เนื่องจากทัศนคติ (Attitude) นั้นเป็นค่านามธรรม เป็นส่วนที่ทำให้เกิดการแสดงออกทางด้านการปฏิบัติ แต่ไม่ใช่แรงจูงใจ (Motivation) และแรงขับ (Drive) หากเป็นสภาพแห่งความพร้อมที่จะตอบโต้ (State of Readiness) และแสดงให้ทราบถึงแนวทางของการตอบสนองของบุคคลที่มีต่อสิ่งเร้า (ประภาเพ็ญสุวรรณ, 2526: 1) ทัศนคติมาจากรากศัพท์ภาษาละตินว่า “Aptus” แปลว่า ใฝ่เยี่ยง เหมาะสม ทัศนคติไม่ใช่สิ่งที่มาแต่กำเนิด บุคคลเกิดทัศนคติขึ้นมาได้มากมายหลายเรื่องจากการเรียนรู้ การได้รับ ประสบการณ์ในเรื่องนั้นๆ ทัศนคติย่อมมีจุดมุ่งหมาย เช่น ทัศนคติต่างคนต่าง

สภาพการณ์ ต่างชาติหรือต่างสิ่งของ ทักษะคติมีทั้งทางบวกไปถึงกลางๆ ตลอดจนถึงทางลบ (Brown, 1968: 420) ทักษะคติเป็น องค์ประกอบหนึ่งที่มีอยู่ในตัวบุคคล ทักษะคติจะเป็นลักษณะ ภายในของบุคคล แต่ละบุคคลเกิด พฤติกรรมต่างๆ ไปตามทิศทางที่กำหนด และจากการที่ทักษะคติ ได้มาจากการเรียนรู้โดยกระบวนการเรียนรู้ทางสังคม ซึ่งมีตัวแทนทางสังคมเป็นผู้ถ่ายทอด ดังนั้น สังคมตลอดจนวัฒนธรรมและบุคคลในสังคมจึงมีอิทธิพลต่อการสร้างทักษะคติของบุคคล เป็นที่ ทราบกันโดยทั่วไป การออกกำลังกายนั้นเป็นวิธีการเพิ่มสมรรถภาพทางกายได้อย่างดีเยี่ยม เป็น พื้นฐานของกิจกรรมการเคลื่อนไหวและกิจกรรมแห่งการสร้างสรรค์ รวมทั้งการป้องกันโรคภัยไข้ เจ็บต่างๆ อีกด้วย มีผู้สนใจนำแนวคิดทฤษฎีต่างๆ มาเป็นแนวทางในการศึกษาการออกกำลังกาย ต่างๆ มากมาย เช่น การศึกษาตามแนวคิดของ (Pender, 1996) ที่ว่าปัจจัยด้านสติปัญญา การรับรู้ เกี่ยวกับประโยชน์และโทษของการออกกำลังกาย เป็นปัจจัยสำคัญที่จะนำไปสู่การตอบสนองต่อ การรับรู้ และทำให้เกิดแรงจูงใจ ที่จะแสดงพฤติกรรมการออกกำลังกายออกมา เช่นเดียวกับ Green และคณะ (1980) เชื่อว่าปัจจัยหลัก เช่น ความรู้ ทักษะคติ ความเชื่อ ค่านิยม และการรับรู้ เป็นปัจจัย สำคัญที่ทำให้เกิดพฤติกรรมการออกกำลังกาย โดยมีปัจจัยเอื้อสนับสนุน ได้แก่ สถานที่ การเข้าถึง บริการ เวลา บุคลากรที่ให้คำแนะนำ ทักษะการออกกำลังกาย ฯลฯ รวมไปถึงปัจจัยสนับสนุนจาก ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เช่น ครอบครัว เพื่อน หน่วยงาน ฯลฯ เป็นสิ่งเอื้ออำนวยให้พฤติกรรม เกิดขึ้นได้สอดคล้องกับทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล (Theory of Reasoned Action) ของ Ajzen และ Fishbein (1980) ซึ่งล้วนแต่เชื่อว่าปัจจัยด้านการรับรู้ การเรียนรู้ ความเชื่อ ทักษะคติ เป็นปัจจัยสำคัญ ในการทำนายพฤติกรรมได้

การออกกำลังกายนั้นเป็นชนิดของกิจกรรมทางกายที่ทำอย่างมีแบบแผน เกิดการใช้ พลังงานเพื่อพัฒนา หรือคงไว้ซึ่งสุขภาพที่ดีและเกิดประโยชน์ต่อสุขภาพ (มีทนา อินทร์แพง, 2543) การออกกำลังกายเป็นปัจจัยที่สำคัญอย่างหนึ่งในอันที่จะก่อให้เกิดความสมบูรณ์ความฟิตของ ร่างกาย นอกจากนี้ การออกกำลังกายเป็นความจำเป็นสำหรับชีวิตเพราะการออกกำลังกายอย่าง เพียงพอและสม่ำเสมอเป็นประจำจะทำให้อวัยวะต่างๆของร่างกายได้รับการพัฒนาเพิ่มประสิทธิภาพ ในการทำงาน (พิชิต ภูติจันทร์, 2530) ส่วนพฤติกรรมการออกกำลังกายและการปฏิบัติของคนใน การส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion) เพื่อให้ตนมีสุขภาพดีประการหนึ่งคือการออกกำลังกาย อย่างสม่ำเสมอ (มุทธิกา ตระกูลวงษ์, 2532) นอกจากนี้การออกกำลังกายเป็นผลพฤติกรรมสุขภาพ อีกอย่างหนึ่งที่บุคคลสามารถนำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวันเพื่อก่อให้เกิดการมีสุขภาพที่แข็งแรง สมบูรณ์ (เกษม นครเขตต์, 2534) ดังนั้น จึงควรมีการส่งเสริมจัดกิจกรรมทางด้านกีฬา นันทนาการ สำหรับคนพิการ (แผนพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ, 2545 - 2549) เพื่อเป็นการส่งเสริมสุขภาพะของ คนพิการ

ในโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ก็เป็นหน่วยงานหนึ่งของรัฐบาลที่เป็นศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการที่มีพร้อมแห่งหนึ่งในเขตภาคเหนือและมีเจ้าหน้าที่ผู้เชี่ยวชาญทุกสาขา มีผู้พิการในจังหวัดเชียงใหม่เข้ารับการรักษา โดยเฉพาะในเขตภาคเหนือและโดยเฉพาะผู้พิการจังหวัดเชียงใหม่ในปี 2541-2543 มีจำนวนถึง 173 คน (ฝ่ายการพยาบาล, 2539-2543: 52) ก่อนที่คนพิการจะกลับบ้านจะต้องมีความพร้อมทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ มีสภาวะจิตใจที่ยอมรับสภาพตนเอง ครอบครัวคนพิการและคนพิการจะได้รับคำแนะนำในการดูแลตนเองจากแพทย์และพยาบาล ฝึกการเคลื่อนไหวต่างๆ จาก นักกายภาพบำบัด รวมทั้งจะได้รับคำแนะนำด้านการฝึกอาชีพและเตรียมความพร้อมด้านอาชีพ การฝึกกิจวัตรประจำวัน จากนักกิจกรรมบำบัด (อภิขณา โภวินทะ, 2533: 45) แต่อย่างไรก็ตามเมื่อคนพิการกลับเข้าสู่สังคมแล้วยังไม่มีการติดตามข้อมูลทางด้านการออกกำลังกายเพื่อฟื้นฟูสภาพป้องกัน โรคแทรกซ้อนต่างๆ ที่เื้อต่อสุขภาพคน อีกทั้งยังขาดนักวิทยาศาสตร์การกีฬาที่จะเข้าไปมีส่วนร่วมใน การดูแลฟื้นฟูสภาพผู้พิการเหล่านี้ให้มีสภาวะที่ดีขึ้นเพื่อพวกเขาเหล่านี้จะสามารถดำรงชีวิตอยู่ตามสิทธิความเสมอภาคในสังคม อีกทั้งสามารถกลับมามีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคมได้

จากความสำคัญดังกล่าวมาผู้วิจัยในฐานะนักวิทยาศาสตร์การกีฬาจึงมีความสนใจที่จะสำรวจทัศนคติต่อการออกกำลังกายของคนพิการในจังหวัดเชียงใหม่ เพื่อค้นหาความเชื่อ ความรู้สึก ทัศนคติของ บุคคลเหล่านี้ที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อใช้เป็นแนวทางและพื้นฐานของการจัดหารูปแบบการออกกำลังกายที่เหมาะสมเกิดประโยชน์และส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้พิการและครอบครัวต่อไปได้

1.2 วัตถุประสงค์ของการศึกษา

- 1) เพื่อศึกษาทัศนคติต่อการออกกำลังกายของคนพิการ
- 2) เพื่อศึกษารูปแบบการออกกำลังกายของผู้พิการ

1.3 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการศึกษา

- 1) ผลการวิจัยสามารถทราบถึงข้อมูลทางด้านทัศนคติต่อการออกกำลังกายของคนพิการ
- 2) ผลการวิจัยสามารถทราบถึงรูปแบบการออกกำลังกายที่คนพิการสนใจ
- 3) เป็นแนวทางในการจัดรูปแบบการออกกำลังกายปรับให้เหมาะสมตามความสนใจ

ของผู้พิการ

- 4) สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับกลุ่มเป้าหมายอื่น ๆ นอกเหนือจากผู้พิการได้

- 5) เป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้าวิจัยในเรื่องที่เกี่ยวข้องต่อไป
- 6) เป็นการกระตุ้นหน่วยงานหรือองค์กรที่เกี่ยวข้องหรือมีส่วนรับผิดชอบให้เห็นความสำคัญของคนพิการเพิ่มขึ้น

1.4 ขอบเขตของการศึกษา

1) ขอบเขตเนื้อหา

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ (Survey research design) เพื่อค้นหาทัศนคติต่อการออกกำลังกายของผู้พิการ และรูปแบบการออกกำลังกายที่คนพิการสนใจ

2) ประชากร

คนพิการของศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการหายาศพน อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ ไม่จำกัดอายุ

1.5 นิยามศัพท์ทั่วไป

1) ทัศนคติ หมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งต่างๆ อันเป็นผลเนื่องมาจากการเรียนรู้ ประสบการณ์ และเป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมหรือแนวโน้มที่จะตอบสนองต่อสิ่งเรานั้นๆ ไปในทิศทางใดทิศหนึ่ง อาจเป็นไปในทางสนับสนุนหรือคัดค้านก็ได้ ซึ่งขึ้นอยู่กับกระบวนการอบรมเรียนรู้ระเบียบวิธีสังคม

2) การออกกำลังกาย หมายถึง การเล่น การฝึก การกระทำใดๆ ที่ทำให้มีการใช้แรงกล้ามเนื้อและมีการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆของร่างกาย นอกเหนือจากการออกกำลังกายในอาชีพและการเคลื่อนไหวในชีวิตประจำวัน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างสุขภาพ ความสนุกสนานและสังคม โดยใช้กิจกรรมใดเป็นสื่อก็ได้ และจะเคร่งครัดต่อกฎ กติกา การแข่งขันหรือไม่ก็ได้ เช่น การเดิน วิ่งเหยาะๆ เดินแอโรบิกแดนซ์ เล่นฟุตบอล ขกน้ำหนัก ว่ายน้ำ เล่นกอล์ฟ ขี่จักรยาน เป็นต้น

3) ผู้พิการ หมายถึง บุคคลที่เสื่อมสมรรถภาพอันเป็นผลมาจากความบกพร่องทางร่างกายหรือจิตใจไม่ว่าจะเป็นแต่กำเนิดหรือไม่ก็ตาม ซึ่งมีผลทำให้โอกาสในการประกอบอาชีพลดลง โดยมีความบกพร่องตามประเภทและกฎเกณฑ์ที่กำหนดไว้ในพระราชบัญญัติการฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ พ.ศ. 2534