



ปัจจัยทำนายความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านปัญหาสุขภาพจิตในนักศึกษาแพทย์

Factors Predicting Help-Seeking Intention for Mental Health Problems among Medical Students

สมจิตร์ ร่องบุตรศรี*, ชนกฤทัย ชื่นอารมณฺ์*, สุรพล วีระศิริ**

Somchit Rongbudsri*, Chanokruthai Choen-arom*, Surapol Virasiri**

* คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

** ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

* Faculty of Nursing, Khon Kaen University

** Department of Psychiatry, Faculty of Medicine, Khon Kaen University

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และปัจจัยทำนายการแสวงหาความช่วยเหลือด้านปัญหาสุขภาพจิตในนักศึกษาแพทย์

วิธีการศึกษา เป็นการศึกษาเชิงวิเคราะห์แบบตัดขวาง (cross-sectional analytical study) เพื่อหาความสัมพันธ์เชิงทำนาย (predictive correlation) กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาแพทย์มหาวิทยาลัยขอนแก่น ชั้นปีที่ 1 - 6 จำนวน 219 คน เก็บข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตโดยใช้แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินสุขภาพทั่วไป GHQ-28 แบบประเมินความยืดหยุ่นทางอารมณ์ และแบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตจากบุคลากรทางสุขภาพจิต วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน และสถิติวิเคราะห์ถดถอยพหุตัวแปร

ผลการศึกษา นักศึกษาตอบแบบสอบถาม 219 ราย เป็นเพศหญิงร้อยละ 54.8 ศึกษาชั้นปี 1 ร้อยละ 58.4 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิต ประกอบด้วย ประสิทธิภาพการเคयरับบริการทางสุขภาพจิต ทศนคติต่อพฤติกรรม ความเชื่อเชิงพฤติกรรม การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ความเชื่อเชิงการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ความเชื่อเชิงการควบคุมพฤติกรรม โดยการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงมีขนาดอิทธิพลการทำนายมากที่สุด ($\beta = .347, P < .01$) รองลงมาคือ ความเชื่อเชิงควบคุมพฤติกรรม ($\beta = .253, P < .01$) และนักศึกษาที่มีประสิทธิภาพการเคयरับบริการทางสุขภาพจิต ($\beta = .229, P < .01$) โดยปัจจัยด้านความเชื่อเชิงการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ประสิทธิภาพการเคयरับบริการทางสุขภาพจิตและความเชื่อเชิงการควบคุมพฤติกรรม สามารถร่วมกันทำนายความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตได้ร้อยละ 34.2 ($R^2 = .342$)

สรุป ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิต ได้แก่ ประสิทธิภาพการเคयरับบริการทางสุขภาพจิต ทศนคติต่อพฤติกรรม ความเชื่อเชิงพฤติกรรม การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ความเชื่อเชิงการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ความเชื่อเชิงการควบคุมพฤติกรรม การช่วยเหลือนักศึกษาแพทย์ที่มีปัญหาสุขภาพจิต จึงควรสร้างประสิทธิภาพที่ดีครั้งแรกที่มาใช้บริการและระบบอาจารย์ที่ปรึกษาที่ดี รวมถึงระบบเพื่อนช่วยเพื่อน จะส่งเสริมให้นักศึกษาเข้ามาขอความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตมากขึ้น

คำสำคัญ นักศึกษาแพทย์ สุขภาพจิต การแสวงหาความช่วยเหลือ

Corresponding author: สมจิตร์ ร่องบุตรศรี

วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 2562; 64(4): 351-358

ABSTRACT

Objective : Examine the factors related to and predicting help-seeking intentions for mental health problems among medical students.

Method : A cross-sectional analytical study was conducted to determine the predictive correlation among selected factors. The participants were 219, medical students who had studied in the 1st - 6th year class and were asked to complete a self-reported online questionnaire consisting of general health questionnaire (GHQ-28), the emotional resilience assessment scale, and the professional psychological help-seeking questionnaire. Data were analyzed using descriptive statistics, Pearson's product moment correlation and multiple linear regressions.

Results : Among the 219 students who completed a survey, a majority of them were 1st year students (58.4%) and about half of them were women (54.8%). Six factors were found to be significantly correlated with the help-seeking intentions for mental health problems: prior experiences with mental health service, attitudes towards behavior, behavioral beliefs, subjective norm, normative beliefs, and control beliefs. Out of these variables, normative belief, prior experiences with mental health service, and behavioral control beliefs might predicted and explained 34.2% of variance in the participants' intention to seek professional help ($R^2 = .342$). Normative beliefs is shown to have the largest effect size ($\beta = .347$, $p < .01$), while the behavioral control believe had the effect size of $\beta = .253$, $p < .01$. The results show that students who had previously received mental health service, on average, have a higher mean score ($\beta = .229$, $p < .01$) on help-seeking intention than those who never received mental health service.

Conclusion : Factors found to be correlated with help-seeking intentions for mental health problems including prior experiences with mental health service, attitudes towards behavior, behavioral beliefs, subjective norm, normative beliefs, and control beliefs. Factors found to have unique predicting effects were normative beliefs, prior experiences with mental health service, and behavioral control beliefs.

Keywords : medical students, mental health, help-seeking

Corresponding author: Somchit Rongbudsri

J Psychiatr Assoc Thailand 2019; 64(4): 351-358

บทนำ

ในปัจจุบันปัญหาสุขภาพจิตในนักศึกษาแพทย์ได้รับความสนใจมากขึ้นเนื่องจากผลการศึกษาในหลายงานวิจัยพบว่านักศึกษาแพทย์มีอาการวิตกกังวล (anxiety) ความเครียด (stress) ภาวะซึมเศร้า (depression) และภาวะหมดไฟ (burnout)¹ Rotienstien ทำการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบและสังเคราะห์หรืออภิธาน (systematic review and meta-analysis) พบนักศึกษาแพทย์มีความชุกของภาวะซึมเศร้าร้อยละ 27.2 และความคิดที่จะฆ่าตัวตายที่ร้อยละ 11.1 สูงกว่า 3.4 เท่าตัว เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มประชากรวัยเดียวกัน² ปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาแพทย์ส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การไม่จบการศึกษาตามเวลาที่กำหนดและส่วนหนึ่งต้องออกจากการศึกษากลางคัน ในประเทศไทยมีการรวบรวมข้อมูลนักศึกษาแพทย์ในโรงพยาบาลแพทย์แห่งหนึ่ง ในช่วงปี พ.ศ. 2525-2550 พบว่าร้อยละ 32 ของผู้ไม่สำเร็จการศึกษาป่วยด้วยโรคซึมเศร้า³

สำหรับสถานการณ์การเข้ารับบริการด้านสุขภาพจิตของนักศึกษาแพทย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่มารับบริการในแผนกจิตเวชโรงพยาบาลศรีนครินทร์ ระหว่างปี พ.ศ. 2557-2561 พบนักศึกษาเข้ารับการรักษาด้วยภาวะซึมเศร้า วิตกกังวล ย้ำคิดย้ำทำ และอาการแสดงออกทางร่างกาย เช่น อาการปวดศีรษะ นอนไม่หลับ วิตกกังวล ในปี พ.ศ. 2561 มีนักศึกษาที่เข้ารับบริการในแผนกผู้ป่วยนอกจิตเวช รวมทั้งสิ้น 70 ราย ทั้งนี้ นักศึกษาจะมารับบริการเมื่อมีผลกระทบจากปัญหาต่อทั้งการเรียน การปฏิบัติงาน การปรับตัวกับทั้งเพื่อนและครอบครัวซึ่งมีนักศึกษาที่ต้องหยุดพักการเรียน การลาออกจากการศึกษา

การไม่เข้าสู่กระบวนการการรักษาเป็นประเด็นที่ได้รับความสนใจเนื่องจากเป็นประเด็นที่พบได้ทั้งในและต่างประเทศพบว่า มีนักศึกษาที่มีปัญหาสุขภาพจิตเพียงร้อยละ 15.7 เท่านั้นที่เข้าสู่กระบวนการรักษา² อุปสรรคที่มีผลต่อรับความช่วยเหลือมีทั้งจากการกลัวการ

ถูกตีตรา (stigmatization) การรับรู้ว่าเป็นความล้มเหลว หากต้องเข้ารับบริการด้านสุขภาพจิต การขาดข้อมูลและข้อเสนอแนะในการเข้าสู่ระบบบริการ⁴ ความกังวลเรื่องผลกระทบต่อการเรียนและการประกอบอาชีพในอนาคต^{5,6} และส่วนใหญ่เลือกที่จะขอรับคำปรึกษาอย่างไม่เป็นทางการมากกว่าการดูแลที่เป็นทางการในสถานบริการ⁷

ทั้งนี้หากพิจารณาแล้วแม้ว่านักศึกษาแพทย์จะมีโอกาสในการเข้าถึงการรักษาที่มีประสิทธิภาพและเข้ารับบริการที่ง่ายกว่าผู้ป่วยกลุ่มอื่น แต่นักศึกษามีการเข้าสู่กระบวนการรักษาที่ต่ำกว่าความเป็นจริง ดังนั้นประเด็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิต (mental health help-seeking) ซึ่งถือเป็นพฤติกรรมกรณเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพและตัดสินใจเข้าสู่กระบวนการรักษา จึงมีความสำคัญเพื่อการได้รับการดูแลรักษาอย่างทันทั่วทั้งนี้ นำไปสู่การบรรเทาหรือแก้ไขปัญหาสุขภาพจิตได้ การที่นักศึกษาสามารถเข้าถึงบริการทางสุขภาพจิตอย่างเป็นทางการได้นี้ถือเป็นกระบวนการที่สำคัญในการดูแลสุขภาพจิต

การศึกษาในครั้งนี้ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (theory of planed behavior) เป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย ปัจจัยหลักที่ทำการศึกษาคือความตั้งใจ (intention) เป็นตัวกำหนดว่านักศึกษาจะแสวงหาความช่วยเหลือด้านปัญหาสุขภาพจิต ปัจจัยที่เกี่ยวข้องในทฤษฎีนี้ประกอบด้วย ทศนคติต่อพฤติกรรม (attitudes towards behavior: AB) ความเชื่อเชิงพฤติกรรม (behavioral beliefs: BB) การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง (subjective norm: SN) ความเชื่อเชิงการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง (normative beliefs: NB) การรับรู้การควบคุมพฤติกรรม (perceived behavioral control: PBC) และความเชื่อเชิงการควบคุมพฤติกรรม (control beliefs: CB) โดยทฤษฎีได้อธิบายถึงความตั้งใจในการกระทำพฤติกรรมมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับพฤติกรรมที่จะเกิดขึ้นในอนาคต หากบุคคลมีความตั้งใจโอกาสที่จะกระทำพฤติกรรมนั้นจะมีมากตามความตั้งใจ และปัจจัยทั้ง 6 ข้างต้นเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความตั้งใจ

ในการกระทำพฤติกรรม แต่ปัจจัยใดจะมีอิทธิพลมากน้อยเพียงใดขึ้นกับบริบทที่ศึกษาและจะมีปัจจัยใดนอกเหนือจากที่ได้กล่าวในทฤษฎีจะขึ้นกับบริบทที่จะศึกษาด้วยเช่นกัน⁹

นอกจากปัจจัยในเชิงทฤษฎีผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องและนำมาร่วมศึกษาในครั้งนี้ประกอบด้วยปัจจัยด้าน เพศ ประสบการณ์เคยใช้บริการด้านสุขภาพจิต ภาวะสุขภาพจิต และความยืดหยุ่นทางอารมณ์ ทั้งนี้เพื่อให้ทราบถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิต และปัจจัยใดที่สามารถทำนายความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านปัญหาสุขภาพจิตได้อย่างครอบคลุม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านปัญหาสุขภาพจิตในนักศึกษาแพทย์
2. เพื่อศึกษาปัจจัยทำนายความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านปัญหาสุขภาพจิตในนักศึกษาแพทย์

วิธีการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงวิเคราะห์แบบตัดขวาง (cross-sectional analytical study) เพื่อหาความสัมพันธ์เชิงทำนาย (predictive correlation)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรครั้งนี้เป็นนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2561 คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น จำนวนทั้งสิ้น 1,279 ราย ตอบแบบประเมินกลับทั้งสิ้น 219 ราย คิดเป็นร้อยละ 17.12

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

1. ข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ ชั้นปี ประสบการณ์เคยใช้บริการด้านสุขภาพจิตหรือไม่
2. แบบสอบถามสุขภาพทั่วไป GHQ-28 (General Health Questionnaire, GHQ-28) เป็นแบบคัดกรองที่พัฒนาขึ้น โดย Piyavhatkul และคณะ⁹

GHQ-28 มีจำนวน 28 ข้อ ค่าคะแนน 0-28 ค่าคะแนน 5 คะแนนลงมาคือ ไม่มีปัญหาสุขภาพจิต 6 คะแนนขึ้นไปคือ มีปัญหาสุขภาพจิต หาความเชื่อมั่นด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่น .91

3. แบบประเมินความยืดหยุ่นทางอารมณ์ (resilience scale) มีจำนวนทั้งสิ้น 14 ข้อ ค่าคะแนน 14 - 56 พัฒนาขึ้นโดย Ketitanabumrong¹⁰ ผู้วิจัยได้ปรับข้อความในแบบประเมินเพื่อให้เหมาะสมและสอดคล้องกับงานวิจัยตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (content validity) ความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (index of item objective congruence: IOC) ได้คะแนนระหว่าง 0.8 -1.0 และวิเคราะห์หาความเชื่อมั่นได้ค่า .83

4. แบบประเมินปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิต เป็นแบบประเมินที่สร้างขึ้นโดย Pumpuang และคณะ⁸ สร้างตามกรอบแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนมีจำนวน 41 ข้อ โดยประกอบด้วยข้อคำถาม ประเมินความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิต เป็นตัวแปรหลัก มีข้อคำถาม 3 ข้อ ค่าคะแนน 3-21 แบบประเมินทัศนคติ ค่าคะแนน 9-63 ความเชื่อเชิงพฤติกรรมค่าคะแนน 5-254 การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ค่าคะแนน 3-21 ความเชื่อเชิงการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงค่าคะแนน 4-196 การรับรู้การควบคุมพฤติกรรมค่าคะแนน 2-14 และความเชื่อเชิงการควบคุมพฤติกรรมค่าคะแนน 3-147 ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (content validity) ได้คะแนนระหว่าง 0.6 -1.0 หาความเชื่อมั่นได้ค่า .95

การพิทักษ์สิทธิ์อาสาสมัคร

โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น เลขที่โครงการ HE 621056

การรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บข้อมูลโดยแบบประเมินทาง internet based ในรูปแบบ Google form โดย

ส่งแบบสอบถามให้นักศึกษาทั้งหมด ตรวจสอบการตอบกลับและส่งแบบสอบถามเพื่อขอความร่วมมือจากนักศึกษาที่ยังไม่ตอบแบบสอบถามอีกครั้งหลังจากส่งแบบประเมินครั้งแรก 1 สัปดาห์

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ลักษณะข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างและตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาใช้โปรแกรมสถิติสำเร็จรูป SPSS version 23 ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยขอนแก่น สถิติที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ สถิติบรรยาย สถิติสัมพันธ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน วิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน

ผลการศึกษา

กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 219 ราย ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 54.8 เรียนในชั้นปี 1 มากที่สุด ร้อยละ 58.4 มีประสบการณ์การใช้บริการทางสุขภาพจิตร้อยละ 16.4

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านปัญหาสุขภาพจิตในนักศึกษาแพทย์ ได้แก่ ประสบการณ์การใช้บริการทางสุขภาพจิต (r = .265) การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง (r = .373) ความเชื่อเชิงการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง (r = .487) ความเชื่อเชิงการควบคุมพฤติกรรม (r = .441) มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทิศนคติต่อพฤติกรรม (r = .298) ความเชื่อเชิงพฤติกรรม (r = .153) มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัยกับความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านปัญหาสุขภาพจิต (n = 219)

ตัวแปร	IN	เพศ	service	GHQ	RE	AB	BB	SN	NB	PCB	CB
1. IN		-.025	.265**	.086	.041	.298*	.153*	.373**	.487**	.131	.441**
2. เพศ			.007	.041	-.049	.039	.125	-.065	-.008	-.087	.052
3. Service				.135**	-.026	.001	.001	.102	.055	-.106	.065
4. GHQ					-.442**	-.254**	-.183*	.101	-.025	-.062	-.068
5. RE						.280**	.304**	-.004	.024	.092	.165
6. AB							.511**	.252**	.405**	.212**	.502**
7. BB								.106	.326**	.250**	.457**
8. SN									.632**	.260**	.310**
9. NB										.224**	.494**
10. PCB											.375**

* p < .05 ** p < .01

IN = ความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิต Service = ประสบการณ์เคยใช้บริการด้านสุขภาพจิต

GHQ = แบบสอบถามสุขภาพทั่วไป GHQ-28 RE = ความยืดหยุ่นทางอารมณ์ AB = ทิศนคติต่อพฤติกรรม

BB = ความเชื่อเชิงพฤติกรรม SN = การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง NB = ความเชื่อเชิงการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง

PCB = การรับรู้การควบคุมพฤติกรรม CB = ความเชื่อเชิงการควบคุมพฤติกรรม

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนทำนายความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านปัญหาสุขภาพจิต

ตัวแปร	รูปแบบที่ 1		รูปแบบที่ 2		รูปแบบที่ 3	
	B	Beta	B	Beta	B	Beta
NB	.046**	.487	.044**	.474	.033**	.347
Service (1= เคย)			3.35**	.239	3.009**	.229
CB					.037**	.253
Constant		6.985		6.609		4.417
R ²		.237		.294		.342

** P < .01

เมื่อนำปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตทั้งหมด 6 ปัจจัยเพื่อวิเคราะห์หาปัจจัยที่สามารถทำนายความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิต พบว่ามี 3 ปัจจัยคือ ความเชื่อเชิงการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ประสบการณ์การเคยใช้บริการด้านสุขภาพจิตและความเชื่อเชิงการควบคุมพฤติกรรม ที่สามารถทำนายความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิต โดยปัจจัยด้านความเชื่อเชิงการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงสามารถทำนายความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือ ได้ร้อยละ 23.7 ($R^2 = .237$) เมื่อร่วมกับปัจจัยด้านประสบการณ์เคยใช้บริการด้านสุขภาพจิตสามารถทำนายความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือ ได้ร้อยละ 29.4 ($R^2 = .294$) และเมื่อร่วมกับปัจจัยความเชื่อเชิงควบคุมพฤติกรรมสามารถทำนายความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือ ได้ร้อยละ 34.2 ($R^2 = .342$) เมื่อพิจารณาขนาดอิทธิพลของปัจจัยพบว่าการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงมีขนาดอิทธิพลการทำนายมากที่สุดเป็นอันดับแรก ($\beta = .347, p < .01$) รองลงมาคือ ความเชื่อเชิงควบคุมพฤติกรรม ($\beta = .253, p < .01$) และนักศึกษาที่มีประสบการณ์เคยใช้บริการทางสุขภาพจิต มีค่าคะแนนความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตมากกว่าผู้ที่ไม่เคยใช้บริการด้านสุขภาพจิตที่ .229 คะแนน ($\beta = .229, p < .01$)

วิจารณ์

การศึกษาในครั้งนี้พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตประกอบด้วยประสบการณ์การเคยใช้บริการด้านสุขภาพจิต ทศนคติต่อพฤติกรรม ความเชื่อเชิงพฤติกรรม การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ความเชื่อเชิงการควบคุมพฤติกรรม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาพบว่าประสบการณ์การเคยใช้บริการด้านสุขภาพจิต¹¹ ทศนคติ¹¹⁻¹³ ความเชื่อเชิงการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง^{13,14,15} มีความสัมพันธ์ต่อความตั้งใจและการใช้บริการทางสุขภาพจิต

ตัวแปรในการศึกษาครั้งนี้ที่สามารถทำนายความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตได้แก่

ความเชื่อเชิงการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ความเชื่อเชิงการรับรู้การควบคุมพฤติกรรม ประสบการณ์การเคยใช้บริการด้านสุขภาพจิต สามารถร่วมกันทำนายความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตได้ร้อยละ 34.2 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาที่เคยศึกษาพบว่าประสบการณ์การเคยใช้บริการด้านสุขภาพจิตสามารถทำนายการแสวงหาความช่วยเหลือด้านปัญหาสุขภาพจิตในนักศึกษาที่มีพฤติกรรมฆ่าตัวตายได้ร้อยละ 10¹¹ ทศนคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง สามารถร่วมกันทำนายความตั้งใจในการแสวงหาการช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตได้ร้อยละ 17.1¹⁶

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้พบว่าปัจจัยด้านเพศไม่มีความสัมพันธ์กับความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านปัญหาสุขภาพจิต ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาที่ผ่านมาซึ่งพบว่าเพศหญิงจะมีความตั้งใจการแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตมากกว่าเพศชาย^{11,12,17-19} ทั้งนี้อาจเนื่องจากนักศึกษาแพทย์มีบริบทด้านสังคมที่เปิดกว้างของการเท่าเทียมระหว่างเพศและบุคลิกภาพความมั่นใจและประสบความสำเร็จด้านการเรียนซึ่งไม่มีความแตกต่างกันซึ่งอาจส่งผลต่อมุมมองการแสวงหาความช่วยเหลือด้านปัญหาสุขภาพจิตที่ไม่แตกต่างกัน

สำหรับภาวะสุขภาพจิตพบว่าไม่สัมพันธ์กับความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ Liu และคณะ¹⁸ ที่พบว่ากลุ่มอาการที่เจ็บป่วยมีผลต่อการแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตโดยหากมีกลุ่มอาการหลายอาการจะส่งผลให้แสวงหาความช่วยเหลือมากขึ้น ทั้งนี้อาจเนื่องจากภาวะสุขภาพจิตที่ได้จากการประเมินของนักศึกษาในครั้งนี้ยังไม่รุนแรงจนเกิดผลกระทบต่อนักศึกษา จึงไม่ส่งผลต่อความตั้งใจในการแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิต

ในปัจจัยด้านความยืดหยุ่นทางอารมณ์พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านปัญหาสุขภาพจิต อย่างไรก็ตามประเด็นที่น่าสนใจคือความยืดหยุ่นทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิตโดยพบว่าถ้านักศึกษามีความยืดหยุ่นทางอารมณ์ต่ำจะมีภาวะสุขภาพจิตไม่ดี ซึ่งมีข้อมูลที่

สนับสนุนว่าความยืดหยุ่นทางอารมณ์เป็นคุณสมบัติหนึ่งที่ช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญปัญหาที่ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตได้²⁰ ดังนั้นการส่งเสริมด้านความยืดหยุ่นทางอารมณ์จึงเป็นกิจกรรมที่จำเป็นและสำคัญสำหรับนักศึกษาแพทย์

จากผลการศึกษาในครั้งนี้น่าจะนำมาปรับใช้ในการให้บริการสุขภาพจิตนักศึกษาโดยส่งเสริมให้บุคคลที่ใกล้ชิดและมีความสำคัญกับนักศึกษาได้มีส่วนร่วมในการดูแลและสนับสนุนการเข้ารับบริการด้านสุขภาพจิต การประชาสัมพันธ์หน่วยงานด้านสุขภาพจิตที่สามารถใช้บริการได้สะดวก มีขั้นตอนที่ชัดเจน การสร้างความไว้วางใจแก่นักศึกษาโดยเน้นถึงการรักษาความลับ การเป็นส่วนตัวในการมารับบริการ เพื่อสร้างประสบการณ์ที่ดีต่อการใช้บริการด้านสุขภาพจิตเพื่อก่อให้เกิดความร่วมมือในการดูแลรักษาอย่างต่อเนื่อง

อย่างไรก็ตามการศึกษานี้มีข้อจำกัดในการศึกษา เนื่องจากนักศึกษาที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ถึงร้อยละ 50 เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ซึ่งอาจส่งผลต่อข้อมูลที่ได้ไม่สามารถเป็นตัวแทนของนักศึกษาทุกชั้นปีได้ นอกจากนี้รูปแบบการเก็บข้อมูลทางอินเตอร์เน็ตที่เก็บในนักศึกษาทั้งหมดโดยไม่ได้ส่งถึงแบบจำเพาะถึงเจ้าตัวอาจส่งผลต่อความใส่ใจในการตอบทำให้การตอบกลับมีอัตราที่ต่ำ อีกทั้งข้อคำถาม 86 ข้อ มีจำนวนที่มากส่งผลให้เกิดความเหนื่อยล้าและความตั้งใจในการทำแบบประเมินได้ ดังนั้นการสุ่มกลุ่มตัวอย่างและส่งแบบสอบถามถึงเจ้าตัวอาจทำให้การตอบแบบสอบถามมีอัตราที่สูงขึ้น

สรุป

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิต ได้แก่ ประสบการณ์เคยรับบริการด้านสุขภาพจิต ทักษะคิดต่อพฤติกรรม ความเชื่อเชิงพฤติกรรม การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ความเชื่อเชิงการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และความเชื่อเชิงการควบคุมพฤติกรรม โดยตัวแปรที่สามารถร่วมทำนายความตั้งใจแสวงหาความช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตมี 3 ตัวแปรคือ ประสบการณ์เคยรับบริการด้านสุขภาพจิต ความเชื่อเชิงการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และความเชื่อเชิงการควบคุมพฤติกรรม

ข้อเสนอแนะ

1. การทำวิจัยในกลุ่มนักศึกษาที่มีปัญหาสุขภาพจิตเพื่อจะได้ข้อมูลที่ชัดเจน สามารถนำข้อมูลนั้นมาเพื่อวางแผนในการช่วยเหลือและส่งเสริมการเข้าถึงบริการด้านสุขภาพจิต
2. การวิจัยถึงปัจจัยที่ส่งเสริมและเป็นอุปสรรคต่อการเข้าถึงบริการด้านสุขภาพจิตและรูปแบบการบริการที่นักศึกษาต้องการ

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูล ศูนย์จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ในการให้ข้อเสนอแนะในการวิจัย ขอขอบคุณนักศึกษาแพทย์ทุกท่านที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการตอบแบบสอบถามในครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

1. Chang E, Eddins-Folensbee F Coverdale. Survey of the Prevalence of Burnout, Stress, Depression, and the Use of Supports by Medical Students at One School. *Academic Psychiatry* 2012; 36: 177-82.
2. Roteinstein L, Ramos M, Torre M, Segal B, Peluso M, Guille M, et al. Prevalence of depression, depressive symptoms, and suicidal ideation among medical students, a systematic review and meta-analysis. *JAMA* 2016; 316: 2214-36.
3. Ketumarn P, Sitdhiraksa N, Sittironnarit G, Limsricharoen K, Pukrittayakamee P, Wannarit K. Mental Health Problems of Medical Students Retired from the Faculty of Medicine, Siriraj Hospital, 1982-2007 *Psychiatric Association of Thailand* 2013; 58: 271-82
4. Winter RI, Patel R, Norman RI. A Qualitative Exploration of the Help- Seeking Behaviors of Students Who Experience Psychological Distress around Assessment at Medical School. *Acad Psychiatry* 2017; 41: 477-85.

5. Menon V, Sarkar S, Kumar S. A cross-sectional analysis of barriers to Health -care seeking among medical students across training period. *J Mental Health Hum Behav* 2017; 22: 97-103.
6. Menon V, Sarkar S, Kumar S. Barriers to healthcare seeking among medical students: a cross sectional study from South India. *Postgrad Med J* 2015; 91: 477-82.
7. Rickwood D, Thomas K. Conceptual measurement framework for help-seeking for mental health problems. *Psychol Res Behav Manag* 2012; 5: 173-83.
8. Pumpuang W, Seeherunwong A, Vongsirimas N. Developing and Testing of an Instrument Assessing Factors Related to Professional Psychological Help Seeking Behavior of Nursing Students. *J Nurs Sci* 2015; 33: 86-102
9. Piyavhatkul N, Krisanaprakornkit T, Rangseekajee P, Jareonsettasin T, Paholpak S, Visasiri S, et al. The Validity and Reliability of Thai General Health Questionnaire-28 in Northeastern Thai Population. *Journal of the Psychiatric Association of Thailand* 1998; 43: 325-35.
10. Ketitanabumrong J. Resilience and Job Demand Predict Burnout in Veterinarians (dissertation). King Mongkut's University of Technology North Bangkok; 2017.
11. Kearns M, Muldoon OT, Msetfi RM, Surgenor PWG. Understanding help-seeking amongst university students: the role of group identity, stigma, and exposure to suicide and help-seeking. *Front. Psychol* 2015; 6: 1462.
12. Vogel DL, Wade NG, Wester SR, Larson L, Hackler AH. Seeking help from a mental health professional: the influence of one's Social network. *J. Clin. Psychol* 2007; 63: 233-45.
13. Bohon LM, Cotter KA, Kravitz RL, Cello PC, Garcia FE. The Theory of Planned Behavior as It Predicts Potential Intention to Seek Mental Health Services for Depression among College Students. *Am Coll Health* 2016; 64: 593-603.
14. Chandrasekara WS. Help Seeking Attitudes and Willingness to Seek Psychological Help: Application of the Theory of Planed Behavior. *International Journal of Management, Accounting and Economics* 2016; 3: 233-45.
15. Kanittha Meesue. Experience of Psychological Through Internet Service among Adolescents: Consensual Qualitative Research. Degree of Master of Art Program in Psychology (dissertation). Chulalongkorn University; 2013.
16. Pumpuang W, Seeherunwong A, Vongsirimas N. Factors Predicting Intention among Nursing Students to Seek Professional Psychological Help. *Pacific Rim International Journal of Nursing Research* 2018; 22: 200-11. Available from <https://tci-thaijo.org/index.php/PRIJNR/article/view/89827>
17. Amarasuriya SD, Jorm AF, Reavley NJ. Predicting intentions to seek help for depression among undergraduates in Sri Lanka. *BMC Psychiatry* 2018; 18:122.
18. Liu F, Zhou N, Cao H, Fang X, Deng L, Chen W, et al. Chinese College freshmen's mental health problems and their subsequent help-seeking behaviors: A cohort design (2005-2011) . *PLoS ONE* 2017; 12: e0185531.
19. Leão PB, Martins LA, Menezes PR, Bellodi PL.. Well-being and help-seeking: an exploratory study among final-year medical students. *Rev Assoc Méd Bras* 2011; 57: 379-86.
20. Howe A, Smajdor A, Stockl A. Towards an understanding of resilience and its relevance to medical training. *Med Educ* 2012; 46: 349-56.