

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงกับโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ต่อการลดความเครียดของมารดาที่คลอดก่อนกำหนด หอผู้ป่วยกุมารเวชกรรม 3 โรงพยาบาลระยอง

ความสำคัญของปัญหา

การถือกำเนิดของทารก นับเป็นเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างสำคัญยิ่งในครอบครัว เพราะจะต้องมีการปรับตัวทั้งทารกและบิดามารดา แต่การคลอดก่อนกำหนดก็เป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้โดยไม่ได้คาดการณ์หรือเตรียมตัวล่วงหน้ามาก่อน มารดาที่คลอดก่อนกำหนดและบุตรต้องใส่เครื่องช่วยหายใจหลังคลอด จะเกิดภาวะวิกฤตของอารมณ์จากการคลอดที่ไม่ได้เตรียมจิตใจ และบุตรมีความเจ็บป่วยที่รุนแรง เสี่ยงต่อการเสียชีวิตตั้งแต่แรกเกิด ทำให้มารดาเกิดความกลัว และวิตกกังวล เกินกว่าจะสูญเสียบุตรไป หรือหากรอดชีวิตก็เกรงว่าจะมีระดับสติปัญญาต่ำ และพัฒนาการต่างๆล่าช้ากว่าทารกที่คลอดครบกำหนด จะเห็นได้ว่ามารดาต้องเผชิญกับความเครียดตลอดเวลา ทั้งระยะที่บุตรอยู่ในโรงพยาบาล และเมื่อนำบุตรกลับมาเลี้ยงดูที่บ้าน ซึ่งผู้วิจัยเชื่อว่าการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง และโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สามารถลดความเครียดของมารดาได้ จึงต้องการทำการทดลองเพื่อให้ทราบผลเป็นที่ประจักษ์

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงกับโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ต่อการลดความเครียดของมารดาที่มีบุตรคลอดก่อนกำหนด

สมมติฐานการวิจัย

โดยผู้วิจัยเชื่อว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง และโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สามารถช่วยลดความเครียดของมารดาลงได้ เมื่อสิ้นสุดการทดลอง และผลของการให้คำปรึกษาแต่ละวิธีจะยังคงอยู่ในระยะติดตามผลด้วย

กลุ่มตัวอย่าง

เป็นมารดาที่มีบุตรคลอดก่อนกำหนดที่มีอายุครรภ์ระหว่าง 28-34 สัปดาห์ โดยทารกที่คลอดมีน้ำหนักตัวอยู่ระหว่าง 1,000-2,400 กรัม ที่มีคะแนนความเครียดตั้งแต่ 14 ขึ้นไป ร่วมกับการวินิจฉัยของแพทย์ และเป็นผู้ที่สมัครใจเข้าร่วมการทดลองระหว่างวันที่ 20 กุมภาพันธ์ - 31 มีนาคม 2545 โดยใช้วิธีสุ่มอย่างง่ายจากประชากรมา 18 ราย แบ่งเข้ากลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม ๆ ละ 6 ราย และกลุ่มควบคุม 6 ราย

วิธีการทดลอง

1. วัดระดับความเครียดของมารดาที่คลอดก่อนกำหนดและบุตรต้องใส่เครื่องช่วยหายใจ โดยใช้แบบวัดความเครียดที่สร้างขึ้น
2. ให้คำปรึกษาตามโปรแกรมแก่กลุ่มทดลองเป็นรายบุคคล สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ๆ ละ ครั้งละประมาณ 40 นาที จำนวน 10 ครั้ง
3. วัดระดับความเครียดของมารดา หลังจบการให้คำปรึกษาทุกครั้ง
4. วัดระดับความเครียดของมารดา ในระยะติดตามผล 2 สัปดาห์

สรุปและอภิปรายผลการทดลอง

จากผลการทดลองพบว่า

1. ทดสอบปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ ก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยความเครียดไม่แตกต่างกัน แต่ในระยะหลังการทดลองและติดตามผล ได้ผลที่ต่างออกไป คือ กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ และกลุ่มควบคุม มีความเครียดลดลง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภัทราวุธ รักกลิ่น (2544, หน้า 71) ผลของการใช้โปรแกรมฝึกความฉลาดทางอารมณ์กับการควบคุมตน

เองต่อความฉลาดทางอารมณ์ของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี พบว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชนิภา ขวัญจรเกียรติ (2543 หน้า 61) ผลของการใช้พฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสม และการฝึกวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมกล้าเผชิญความขัดแย้งระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 พบว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. มารดาในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง และมารดาในกลุ่มได้รับโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ มีความเครียดลดลงทั้งในระยะสิ้นสุดการทดลอง และระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อเทียบภายในกลุ่ม แสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงสามารถพัฒนาศักยภาพด้านความคิด ความรับผิดชอบของมารดาทำให้มารดาเปลี่ยนแปลงความคิดจากความท้อแท้ และวิตกกังวลให้กล้าเผชิญกับความจริง สามารถแก้ปัญหาเอาชนะอุปสรรค และใช้วิธีการคลายเครียดอย่างเหมาะสม สอดคล้องกับงานวิจัยของ จันทรีเพ็ญ อินทรไชยา (2537 บทคัดย่อ) ที่ศึกษาผลของการปรึกษาจิตวิทยาแบบกลุ่ม แนวคิดพิจารณาความเป็นจริงในการลดความเครียดในการปฏิบัติงานของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยขอนแก่น พบว่ากลุ่มทดลองมีความเครียดลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และโปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ทำให้มารดาได้ตระหนักรู้อารมณ์ตนเอง เข้าใจตนเองส่งผลให้สามารถควบคุมอารมณ์ต่าง ๆ ของตนได้เหมาะสม สามารถผ่อนคลายความเครียดได้ด้วยตนเองสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุตารัตน์ หนูหอม (2543 บทคัดย่อ) ศึกษาอิทธิพลของเชาว์อารมณ์ที่มีต่อความเครียด และการเผชิญความเครียดต่อพยาบาล : ศึกษาเฉพาะกรณีโรงพยาบาลศิริราช พบว่าเชาว์อารมณ์โดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคะแนนพฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. เมื่อสิ้นสุดการทดลอง กลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ความเครียดไม่ได้ลดลงต่ำกว่ากลุ่มควบคุม แต่ในระยะติดตามผล ความเครียดลดลงต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์พบว่า ทั้งในระยะสิ้นสุดการทดลอง และติดตามผลความเครียดลดลงต่ำกว่ากลุ่มควบคุม และเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงความเครียดของกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มีประสิทธิภาพมากกว่า เป็นเพราะว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญกับความจริง สอดคล้องกับ วัชรวิ ทรัพย์มี (2533 หน้า 180-181) กล่าวว่า

มนุษย์มีความรู้สึก ว่า ตนเองมีความสามารถในการตัดสินใจแก้ปัญหาต่าง ๆ ด้วยตนเองได้ และมีความรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง ซึ่งในการแก้ปัญหาที่ต้องอาศัยกระบวนการ ขั้นตอน และเวลา ดังนั้นเมื่อสิ้นสุดการทดลอง ความเครียดจึงลดลงระดับหนึ่ง ส่วนโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เน้นให้มารดารู้จักจัดการกับอารมณ์ของตนเอง และให้กำลังใจตนเองได้ สอดคล้องกับ ทศพร ประเสริฐสุข (2542 หน้า 21-22) กล่าวว่า การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ทำให้บุคคล สามารถควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นภายใน และให้กำลังใจตนเองใน การที่จะเผชิญกับอุปสรรคและข้อขัดแย้งต่าง ๆ ได้อย่างไม่คับข้องใจ ซึ่งส่งผลต่อการลด ความเครียดโดยตรง

ดังนั้น จากผลการทดลอง สรุปได้ว่าการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง และ โปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สามารถช่วยลดความเครียดของมารดาที่คลอดบุตรก่อน กำหนดได้จริง

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง และการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สามารถช่วยลดความเครียดของมารดาที่คลอดบุตรก่อน กำหนด และบุตรต้องใส่เครื่องช่วยหายใจได้ ดังนั้น หน่วยงานต่าง ๆ ในโรงพยาบาล ควรจัด โครงการอบรมเพื่อเสริมสร้างความรู้และทักษะเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงและ โปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์แก่บุคลากรทีมสุขภาพสำหรับช่วยดูแลสุขภาพจิตของ มารดากลุ่มนี้

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรนำการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง และโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทาง อารมณ์ไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างอื่น เช่น ผู้ป่วยโรคไต ธารัสซีเมีย เพื่อยืนยันผลของการทดลองว่า ไม่แตกต่างไปจากครั้งนี้
2. ควรมีการทดลองเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง และการใช้ โปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์กับกลุ่มตัวอย่างอื่น เช่น ญาติของผู้ป่วยที่อยู่ในภาวะ วิกฤต ระยะสิ้นหวัง เพื่อจะได้ทราบว่าวิธีการเหล่านี้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างประเภทใด และ เพื่อเป็นแนวทางให้แก่บุคลากรทีมสุขภาพ ในการให้ความช่วยเหลือแก่ ผู้ป่วย ญาติ และผู้มาใช้ บริการสาธารณสุข