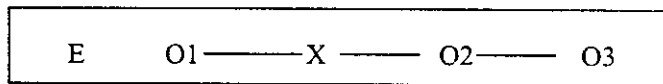


บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (quasi – experimental research) ชนิดศึกษา
กลุ่มเดียววัดก่อนและหลัง (the one groups pre- post test design) เพื่อทดสอบผลของกลุ่มช่วยเหลือ
ตนเองต่อความรู้สึกรักมีภาระและความผาสุกในชีวิตของผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม ที่อาศัยอยู่ใน
เขตอำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี



ภาพที่ 2 รูปแบบการทดลอง

โดยกำหนดให้

- E หมายถึง กลุ่มทดลอง ซึ่งเป็นผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมที่ได้รับการเข้าร่วม
กลุ่มช่วยเหลือตนเอง
- O1 หมายถึง การประเมินความรู้สึกรักมีภาระและความผาสุกในชีวิตของผู้ดูแลผู้สูงอายุ
ภาวะสมองเสื่อมในกลุ่มทดลอง ระยะก่อนการทดลอง
- O2 หมายถึง การประเมินความรู้สึกรักมีภาระและความผาสุกในชีวิตของผู้ดูแลผู้สูงอายุ
ภาวะสมองเสื่อมในกลุ่มทดลอง ระยะหลังเสร็จสิ้นการทดลองทันที
- O3 หมายถึง การประเมินความรู้สึกรักมีภาระและความผาสุกในชีวิตของผู้ดูแลผู้สูงอายุ
ภาวะสมองเสื่อมในกลุ่มทดลอง ระยะหลังเสร็จสิ้นการทดลอง 4 สัปดาห์
- X หมายถึง แผนกลุ่มช่วยเหลือตนเองของผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้คือ ผู้ดูแลทั้งเพศชายและเพศหญิงที่ให้การดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม สำหรับการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยควบคุมตัวแปรแทรกซ้อน โดยกำหนดคุณสมบัติของประชากรและกลุ่มตัวอย่างไว้ ดังต่อไปนี้

1. มีความสามารถในการรับรู้ สื่อความหมายความเข้าใจและสามารถอ่านเขียนภาษาไทยได้

2. เป็นบุคคลที่อาศัยอยู่ในครอบครัวเดียวกับผู้ป่วยโดยมีความสัมพันธ์ในฐานะ สามี ภรรยา บุตร หลาน พี่น้อง ลูกสะใภ้ หลานสะใภ้ เป็นต้น

3. เป็นผู้ดูแลหลักซึ่งมีความรับผิดชอบให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยเป็นส่วนใหญ่

4. ผู้ดูแลให้การดูแลผู้สูงอายุมากกว่า 15 ชั่วโมงต่อวัน

5. เป็นบุคคลที่ให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยโดยไม่รับค่าจ้างตอบแทน

6. มีภูมิลำเนาอยู่ในอำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี

7. มีผู้สูงอายุในความดูแล ซึ่งมีคุณสมบัติ ดังนี้

7.1 อายุ 60 ปีขึ้นไป

7.2 ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคสมองเสื่อมซึ่งมีระดับความรุนแรงระดับปานกลางขึ้นไป โดยการวินิจฉัยซึ่งมีขั้นตอนการวินิจฉัย ดังนี้

7.2.1. ผู้วิจัยดำเนินการสำรวจผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมโดยใช้แบบทดสอบสภาพสมองของไทย (TMSE) โดยผลการคัดกรองค่าคะแนนมีระดับคะแนน ต่ำกว่า 23 คะแนน นอกจากนี้เพื่อให้ได้ผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมแท้จริงที่ไม่ใช่ผู้สูงอายุภาวะซึมเศร้า เนื่องจากมีลักษณะอาการที่คล้ายคลึงกัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ใช้แบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุไทย (TGDS) ร่วมในการคัดกรองเพื่อคัดกรองผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าออก โดยผู้สูงอายุต้องมีระดับคะแนนความซึมเศร้าอยู่ในช่วงคะแนน 0-12 คะแนนซึ่งหมายถึง ไม่มีความซึมเศร้า

7.2.2. เมื่อได้ผลการคัดกรองดังกล่าวผู้วิจัยได้เขียนรายงานสรุปผลจากนั้นได้นำเสนอต่อแพทย์ เพื่อตรวจสอบผลการคัดกรองและให้การวินิจฉัยโรคว่าเป็นโรคสมองเสื่อม

8. มีความสนใจและยินยอมให้ความร่วมมือในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ดูแลที่ได้มาด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างจากประชากรผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม จำนวนทั้งหมด 10 ราย

ขั้นตอนการได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง สรุปได้ ดังนี้

1. ผู้วิจัยนำหนังสือขออนุญาตจากคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา ถึง

สาธารณสุขอำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี เพื่อขออนุญาตในการดำเนินการคัดกรองผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม ณ สถานีอนามัยตำบลทองเอน อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี

2. เมื่อได้รับอนุญาตผู้วิจัยจะดำเนินการประสานงานกับหัวหน้าสถานีอนามัยประจำตำบลทองเอน เพื่ออำนวยความสะดวกในการสำรวจผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม โดยคัดเลือกผู้ดูแลตามคุณสมบัติที่กำหนดไว้

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้ทำการแนะนำตัว พร้อมกับชี้แจงวัตถุประสงค์และขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย ข้อมูลในการเข้าร่วมกลุ่มช่วยเหลือตนเองแก่กลุ่มตัวอย่าง โดยกลุ่มตัวอย่างมีสิทธิ์ที่จะปฏิเสธในการตอบคำถามที่ไม่ต้องการเปิดเผยหรือยกเลิกในการเข้าร่วมการวิจัยเมื่อใดก็ได้ ข้อมูลทั้งหมดเก็บไว้เป็นความลับ การเสนอผลการวิจัยเสนอในภาพรวมจึงไม่ส่งผลกระทบต่อกลุ่มตัวอย่างแต่อย่างใด รวมทั้งในเรื่องการรักษาพยาบาล และในส่วนของข้อมูลที่ได้จะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพทางการพยาบาลผู้สูงอายุต่อไป หากกลุ่มตัวอย่างมีข้อสงสัยประการใดเกี่ยวกับงานวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างซักถามและยินดีตอบข้อสงสัยของกลุ่มตัวอย่างตลอดเวลา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มี 3 ประเภท ได้แก่ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และเครื่องมือที่ใช้ในการคัดกรองแยกโรคผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อม ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

1.1 แผนการดำเนินการกลุ่มช่วยเหลือตนเอง ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยการศึกษาจาก ตำราวารสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย วิธีการปฏิบัติ เป้าหมาย ระยะเวลาและสถานที่ดำเนินการ สื่อ อุปกรณ์ที่ใช้ประกอบกิจกรรม

1.2 คู่มือการดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมที่บ้าน เป็นเอกสารที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยการศึกษาค้นคว้าเนื้อหา จากตำรา เอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องและจากสื่อทางอินเทอร์เน็ต ซึ่งใช้ภาพประกอบเป็นตัวแทนสัญลักษณ์ เพื่อเป็นสื่อให้ความรู้และใช้เป็นเอกสารแจกให้กับกลุ่มทดลองทบทวนด้วยตนเอง ประกอบด้วยเนื้อหาเกี่ยวกับ ความหมายโรคสมองเสื่อม ระดับความรุนแรง อาการและอาการแสดง การดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมที่บ้าน การจัดการกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหารวมถึงแหล่งสนับสนุนที่เกี่ยวข้อง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 แบบสัมภาษณ์ความรู้สึกรู้สึกมีภาระของผู้ดูแล เป็นแบบสัมภาษณ์ที่ออกแบบมาเพื่อวัดภาระของผู้ดูแลผู้ป่วยโรคสมองเสื่อม ของ ซาริท (Zarit Burden Interview : ZBI) (Zarit, et al., 1980) ซึ่งผู้วิจัยนำมาแปลเพื่อใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ซาริทและคณะ (Zarit, et al., 1980) ได้ทำการทดสอบกับกลุ่มผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคสมองเสื่อม จำนวน 22 ราย เพื่อทดสอบหาความเที่ยง ได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟ่าของครอนบาค เท่ากับ .91 และในปี 1996 ได้ทำการทดสอบเครื่องมือกับกลุ่มผู้ดูแลผู้สูงอายุโรคสมองเสื่อม จำนวน 97 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟ่าของครอนบาค เท่ากับ .89 ซึ่งแบบสัมภาษณ์ประกอบด้วยข้อคำถามมีทั้งหมด 22 ข้อ เป็นการถามถึงความรู้สึกของผู้ดูแลเกี่ยวกับผลกระทบต่อชีวิตที่ได้รับจากการดูแลผู้ป่วยที่ไร้ความสามารถ การให้คะแนนแต่ละข้อคำถามแบ่งเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ดังนี้

ระดับการรับรู้	คะแนนรายข้อ
ประจำ	4
บ่อยๆ	3
เป็นครั้งเป็นคราว	2
นานๆครั้ง	1
ไม่เคยเลย	0

เมื่อนำคะแนนที่สัมภาษณ์มารวมกัน ระดับคะแนนที่แสดงถึงความรู้สึกมีภาระ มีดังนี้ (Zarit, et al., 1980)

ระดับคะแนน	ระดับความรู้สึกมีภาระ
0-20	เล็กน้อยหรือไม่มี
21-40	น้อยถึงปานกลาง
41-60	ปานกลางถึงรุนแรง
61-88	รุนแรง

2.2 แบบประเมินความผาสุกในชีวิต เป็นแบบสัมภาษณ์ที่แปลมาจากแบบประเมินความผาสุกโดยทั่วไปของดูพาย (Duppy, 1977 cited in McDowell & Newell, 1996) โดย สมจิต หนูเจริญกุล, ประครอง อินทรสมบัติ, และพรรณวดี พุทธิวัฒนะ (2532 อ้างถึงใน วิจารณ์ชน ชะอุ่ม และคณะ, 2545) และได้ทำการทดสอบเพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือกับกลุ่มเจ้าหน้าที่พยาบาล บิดา และมารดาผู้ป่วยเด็ก ญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุ ได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟ่าของครอนบาคระหว่าง .87-.95 และวิจารณ์ชน ชะอุ่ม และคณะ (2545) ได้นำแบบวัดความผาสุกในชีวิตของ

ดูพาย (Duppy, 1977 cited in McDowell & Newell, 1996) ไปใช้ในนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาบัณฑิต ได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาครอน-บาค เท่ากับ .85 โดยแบบประเมินมีจำนวน ข้อคำถาม ทั้งหมด 18 ข้อ ประกอบด้วยข้อคำถาม 6 ด้าน คือ ด้านความวิตกกังวล มีจำนวนทั้งหมด 4 ข้อ ด้านความซึมเศร้า มีจำนวนทั้งหมด 3 ข้อ ด้านความผาสุก มีจำนวนทั้งหมด 3 ข้อ ด้านการควบคุม ตนเอง มีจำนวนทั้งหมด 3 ข้อ ด้านภาวะสุขภาพทั่วไป มีจำนวนทั้งหมด 2 ข้อ และด้านความมี ชีวิตชีวา มีจำนวนทั้งหมด 3 ข้อ นอกจากนี้ดูพายได้แบ่งช่วงคะแนนออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

0-60 คะแนน	หมายถึงมีความผาสุกในชีวิตระดับต่ำ
61-72 คะแนน	หมายถึงมีความผาสุกในชีวิตระดับปานกลาง
73-110 คะแนน	หมายถึงมีความผาสุกในชีวิตระดับสูง

3. เครื่องมือที่ใช้ในการคัดกรองแยกโรคผู้ป่วยโรคสมองเสื่อม

3.1 แบบทดสอบสภาพทางสมองของไทย (Thai Mental State Exam หรือ TMSE)

เป็นแบบทดสอบสภาพทางสมองสร้างโดย กลุ่มฟื้นฟูสมรรถภาพสมอง มีวัตถุประสงค์เพื่อนำไป ใช้กับผู้ป่วยที่นอนอยู่โรงพยาบาลและมาตราบานเดียวกันทั่วประเทศ เพื่อเป็นแบบทดสอบคัดกรอง วินิจฉัย และติดตามประเมินผลในผู้ป่วยความจำเสื่อม แบบทดสอบนี้สะดวกและรวดเร็ว ใช้ระยะเวลา ประมาณ 10 นาที แบบทดสอบนี้ได้ทำการทดสอบหาความเที่ยงได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาครอน บาค เท่ากับ .90 (สามารถ นิธินันท์ และสุรจิต สุนทรธรรม, 2544) และมีความเหมาะสมกับขนบ ธรรมเนียมประเพณีไทย แบบทดสอบประกอบด้วยข้อคำถาม 6 ด้าน ได้แก่ การรับรู้ (6 คะแนน) การจดจำ (3 คะแนน) การใส่ใจ (5 คะแนน) การคำนวณ (3 คะแนน) ด้านภาษา (10 คะแนน) และ การระลึกได้ (3 คะแนน) รวม 30 คะแนน มีคะแนนที่เป็นไปได้ระหว่าง 0-30 คะแนน ผู้ที่มีคะแนน TMSE ต่ำจะมีภาวะสมองเสื่อมมากกว่าผู้ที่มีคะแนนของ TMSE สูงกว่า ซึ่งเกณฑ์ที่ใช้ในการ วินิจฉัยสมองเสื่อม ดังนี้

คะแนนตั้งแต่ 23 คะแนนขึ้นไป	หมายถึง ไม่มีภาวะสมองเสื่อม
คะแนนต่ำกว่า 23 คะแนน	หมายถึง มีภาวะสมองเสื่อม

3.2 แบบวัดภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุไทย (Thai Geriatric Depression Scale : TGDS)

เป็นแบบวัดที่ เขสเวจ (Yesavage) สร้างขึ้น และได้รับการพัฒนาขึ้นโดย นิพนธ์ พวงวรินทร์ และ คณะ (2537 อ้างถึงใน อรุณี นาคะพงศ์, 2539) สร้างขึ้นและได้นำแบบวัดภาวะซึมเศร้าใน ผู้สูงอายุไทยนี้ได้รับการตรวจสอบคุณภาพโดยนำไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 275 ราย ทั่วประเทศไทย อายุระหว่าง 60-70 ปี เป็นชาย 121 ราย และหญิง 154 ราย ได้นำไปหาความเที่ยง ด้วยสูตร KR-20 ได้ค่าความเที่ยงในผู้สูงอายุเพศหญิงเท่ากับ .94 และผู้สูงอายุชาย เท่ากับ .91 ค่า ความเที่ยงรวม .93 และจากการศึกษาของอรุณี นาคะพงศ์ (2539) ถึงภาวะร่างกาย ภาวะซึมเศร้า

การดูแลตนเองด้านโภชนาการของในผู้สูงอายุในชุมชน ได้คำสัมประสิทธิ์อัลฟ่าครอนบาค เท่ากับ .88 แบบสัมภาษณ์นี้มีจำนวนทั้งหมด 30 ข้อ ลักษณะคำถามเป็นความรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง จิตใจ และสังคม โดยตอบว่า “ใช่” หรือ “ไม่ใช่” มาตราประเมินแบบถูกผิด การคิดคะแนนถ้าตอบว่า “ใช่” ได้ 1 คะแนน และถ้าตอบว่า “ไม่ใช่” ได้ 0 คะแนน ซึ่งระดับคะแนนที่ใช้เป็นเกณฑ์วัดระดับความซึมเศร้า มีดังต่อไปนี้

คะแนน	ระดับความซึมเศร้า
0-12	ปกติ
13-18	มีความเศร้าเล็กน้อย
19-24	มีความเศร้าปานกลาง
25-30	มีความเศร้ารุนแรง

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ตรวจสอบคุณภาพของแผนกลุ่มช่วยเหลือตนเอง แบบสัมภาษณ์ภาระของผู้ดูแลและแบบประเมินความผาสุกในชีวิต ด้วยวิธีการ ดังต่อไปนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ผู้วิจัยนำแผนกลุ่มช่วยเหลือตนเองและคู่มือการดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อมที่บ้านไปทำการตรวจสอบหาความตรงของเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ประกอบด้วย แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านภาวะสมองเสื่อม 1 ท่าน อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านภาวะสมองเสื่อม 1 ท่าน อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านการพยาบาลผู้สูงอายุ 1 ท่าน อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านกิจกรรมบำบัด 1 ท่าน และพยาบาลประจำการผู้ให้การพยาบาลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมจำนวน 1 ท่าน เพื่อพิจารณาความถูกต้องและความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ และการจัดลำดับของเนื้อหา หลังจากนั้นผู้วิจัยจะนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ก่อนนำไปดำเนินการทดลอง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 แบบสัมภาษณ์ความรู้สึกภาระของผู้ดูแล ผู้วิจัยได้ขออนุญาตใช้เครื่องมือต่อซาริท (Zarit) ซึ่งเป็นเจ้าของลิขสิทธิ์ ด้วยวิธีการส่งผ่านทางจดหมายอิเล็กทรอนิกส์ (e-mail) เมื่อได้รับอนุญาตแล้วผู้วิจัยได้ให้ผู้เชี่ยวชาญด้านภาษาไทยและภาษาอังกฤษซึ่งเป็นอาจารย์ที่มีประสบการณ์ด้านการสอนภาษาตะวันตกได้แปลและเรียบเรียงเป็นภาษาไทย จากนั้นได้นำแบบสัมภาษณ์ความรู้สึกมีภาระไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิกลุ่มเดียวกับที่ตรวจสอบความตรงของเนื้อหาของแผนกลุ่มช่วยเหลือตนเองและคู่มือการดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อมที่บ้าน ลำดับสุดท้ายได้นำมาปรับปรุง

แก้ไขให้มีความเหมาะสมต่อกลุ่มตัวอย่างที่จะนำไปใช้ ภายใต้ความควบคุมของประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ และนำไปตรวจสอบหาความเที่ยงของเครื่องมือ โดยนำไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้ดูแลผู้สูงอายุกวาระสมองเสื่อมที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 22 ราย ณ โรงพยาบาลจิตเวชนครสวรรค์เพื่อทดสอบหาระดับความเที่ยง โดยใช้วิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach' s alpha coefficient) ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ .87

2.2 แบบประเมินความผาสุกในชีวิต เป็นแบบประเมินของวิภาวรรณ ชะอุ่ม (วิภาวรรณ ชะอุ่ม, 2537) นักศึกษาคณะจิตวิทยา มหาวชิราวุธวิทยาลัย ซึ่งมีรองศาสตราจารย์ ประคอง อินทรสมบัติ ทำหน้าที่ประธานควบคุมวิทยานิพนธ์ แบบประเมินดังกล่าวผู้วิจัยได้ขออนุญาตใช้เครื่องมือตามระเบียบ และเมื่อได้รับอนุญาตผู้วิจัยได้นำไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้ดูแลผู้สูงอายุกวาระสมองเสื่อมที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 22 ราย ณ โรงพยาบาลจิตเวชนครสวรรค์เพื่อทดสอบหาระดับความเที่ยงโดยใช้วิธีหาค่า สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach' s alpha coefficient) ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ .91

การทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนการดำเนินการ

ขั้นตอนที่ 1 ก่อนการทดลอง

1. การเตรียมเข้าพื้นที่ ผู้วิจัยนำหนังสือขออนุญาตจากคณบดีบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยบูรพา เสนอต่อหัวหน้าสถานีอนามัยประจำตำบล ทองเอน เพื่อขออนุญาตในการทำวิจัย

2. ผู้วิจัยทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนดแล้ว ผู้วิจัยได้ชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ ระยะเวลา สถานที่ ในการเข้ากลุ่มช่วยเหลือตนเองพร้อมกับให้ผู้ที่มีสมัครใจเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้เซ็นยินยอม

3. การเตรียมผู้ดูแลรอง ผู้วิจัยได้ดำเนินการเตรียมความพร้อมให้กับผู้ดูแลรองที่จะเข้ามาช่วยเหลือในการดูแลผู้สูงอายุกวาระสมองเสื่อมแทนในขณะที่ผู้ดูแลหลักไปเข้ากลุ่มช่วยเหลือตนเอง โดยผู้วิจัยได้ชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ ระยะเวลา สถานที่ ในการเข้ากลุ่มช่วยเหลือตนเองของผู้ดูแลหลักให้กับผู้ดูแลรองทราบ หลังจากนั้นผู้วิจัยจะเปิดโอกาสให้ผู้ดูแลหลักบอกถึง แบบแผนในการดูแลผู้สูงอายุกวาระสมองเสื่อมประจำวันที่ได้รับผิดชอบอยู่ให้กับผู้ดูแลรองทราบ เพื่อผู้ดูแลรองสามารถนำไปปฏิบัติกรดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุกวาระสมองเสื่อมได้

4. การเตรียมผู้ช่วยวิจัย ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ควบคุมตัวแปรแทรกซ้อนอันเกิดจากความลำเอียงของผู้ทดลองโดยผู้วิจัยได้มีผู้ช่วยวิจัยจำนวน 1 คน เป็นพยาบาลวิชาชีพซึ่งเป็นผู้ที่มี

ประสบการณ์การดูแลผู้สูงอายุมาระยะเวลา 5 ปี ผู้ช่วยวิจัยจะทำหน้าที่ช่วยผู้วิจัยในการเก็บรวบรวมข้อมูลกับผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม เกี่ยวกับความรู้สึกรู้สึกมีภาระและความผาสุกในชีวิต ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที และหลังการทดลองระยะ 4 สัปดาห์ วิธีการเตรียม ผู้ช่วยวิจัยมีดังนี้ ผู้วิจัยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล โดยให้ผู้ช่วยวิจัยทำความเข้าใจแบบสัมภาษณ์ ข้อคำถาม และวิธีการจดบันทึกนอกจากนี้ผู้ช่วยวิจัยได้มีการทดลองฝึกการใช้แบบสัมภาษณ์ โดยสัมภาษณ์ผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมที่บ้าน ณ ตำบล ประสุกร อำเภอ อินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี จำนวน 3-5 ราย ภายใต้การแนะนำของผู้วิจัย ทั้งนี้เพื่อเป็นการฝึกความชำนาญในการใช้แบบสัมภาษณ์ ก่อนการนำไปเก็บข้อมูลจริง

5. ผู้ช่วยวิจัย ได้ทำเก็บรวบรวมข้อมูลกับผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม ตามคุณสมบัติที่กำหนดในการทำวิจัย โดยใช้แบบสัมภาษณ์ภาระของผู้ดูแลและแบบประเมินความผาสุกในชีวิต และนัดหมายผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมเพื่อเข้ากลุ่มช่วยเหลือตนเอง

ขั้นตอนที่ 2 การดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการตามแผนกลุ่มช่วยเหลือตนเอง ซึ่งกลุ่มช่วยเหลือตนเองประกอบด้วย สมาชิกซึ่งเป็นผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม โดยกิจกรรมแต่ละครั้งใช้ระยะเวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ถึง 2 ชั่วโมง ทั้งหมด 6 ครั้ง แต่ละครั้งห่างกันประมาณ 1 สัปดาห์ โดยสถานที่ในการทำกลุ่มคือ สถานีอนามัยประจำตำบล ทองเอน อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี ขั้นตอนการดำเนินการ แบ่งเป็น 3 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพ สัปดาห์ที่ 1

การสร้างสัมพันธภาพเป็นระยะของการทำความรู้จักคุ้นเคยกันระหว่างผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมซึ่งเป็นสมาชิกกับผู้นำกลุ่ม และระหว่างสมาชิกด้วยกันเอง รวมถึงการทำความรู้จักกันระหว่างผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยกับสมาชิกภายในกลุ่ม เพื่อให้เกิดความรู้สึกที่เป็นมิตรเกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกันซึ่งในครั้งนี้เป็นผู้ดำเนินการกลุ่ม เริ่มจากผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยแนะนำตนเองจากนั้นเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มแต่ละท่านได้แนะนำตนเองและเปิดโอกาสให้ทำความรู้จักซึ่งกันและกันอย่างอิสระเป็นเวลา 15 นาที ลำดับต่อไปผู้วิจัยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่มช่วยเหลือตนเอง ระยะเวลาในการดำเนินการกลุ่ม ข้อควรปฏิบัติในการเป็นสมาชิกกลุ่มช่วยเหลือตนเอง ช่วงสุดท้ายผู้วิจัยเปิดโอกาสให้สมาชิกภายในกลุ่มคัดเลือกผู้นำกลุ่มในครั้งต่อไป ผู้วิจัยสรุปผลการคัดเลือกผู้นำกลุ่มพร้อมกับนัดหมายการเข้ากลุ่มช่วยเหลือตนเองในครั้งต่อไป สำหรับระยะสร้างสัมพันธภาพนี้ใช้เวลาประมาณ 60 นาที

ระยะที่ 2 การดำเนินการ สัปดาห์ที่ 2-5

การดำเนินการในแต่ละครั้งประกอบด้วยขั้นตอน ดังต่อไปนี้

สัปดาห์ที่ 2-4 ผู้วิจัยได้จัดให้สมาชิกกลุ่มได้พูดถึงปัญหาการดูแลและแนวทางในการแก้ปัญหาในการดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมมีขั้นตอน ดังต่อไปนี้

1. กิจกรรมกลุ่มดำเนินการโดยผู้นำกลุ่มซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่มที่ได้รับการคัดเลือกขึ้นมาเป็นผู้นำกลุ่มโดยผู้นำกลุ่มรับหน้าที่ดำเนินการกลุ่ม เริ่มจากเปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละคนพูดถึงปัญหาการดูแลทั้งในอดีตและปัจจุบัน

2. ผู้นำกลุ่มหยิบยกปัญหาที่กลุ่มสนใจขึ้นมาพูดคุย แลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร แสดงความคิดเห็น พร้อมกับให้สมาชิกร่วมกันหาแนวทางการแก้ปัญหา โดยให้สมาชิกที่มีประสบการณ์ในการแก้ปัญหาและได้ผ่านพ้นปัญหาดังกล่าวไปแล้ว ได้บอกเล่าถึงวิธีการแก้ปัญหาให้กับสมาชิกทราบ จากนั้นจึงให้สมาชิกท่านอื่น ๆ แสดงความคิดเห็นร่วมกันเกี่ยวกับวิธีการดูแลพร้อมกับหาข้อสรุปแนวทางการดูแลในแต่ละปัญหา

3. ผู้วิจัยเป็นผู้คอยกระตุ้นให้ “กลุ่ม” มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกันอย่างทั่วถึง คอยเชื่อมโยงคำพูดของสมาชิกแต่ละท่านขณะร่วมกันอภิปรายและเสนอแนะข้อมูลในเรื่อง 4 ภาวะสมองเสื่อม อาการและอาการแสดง แนวทางการรักษา การดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม และปัญหาพฤติกรรมที่พบบ่อยและแนวทางการช่วยเหลือ อีกทั้งหน่วยงานที่ให้คำแนะนำและให้การช่วยเหลือ นอกจากนี้ผู้วิจัยได้สนับสนุนให้สมาชิกมีโอกาสดังกล่าวทั้งการเป็นผู้ให้และผู้รับความช่วยเหลือในเวลาเดียวกัน และมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน

4. ในช่วงท้ายของกิจกรรมในแต่ละครั้งผู้วิจัยเปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามข้อสงสัย จากนั้นผู้นำกลุ่มและผู้วิจัยร่วมกันสรุปประเด็นสำคัญของการสนทนาที่เกิดขึ้นในกิจกรรมกลุ่มในแต่ละครั้ง

5. ผู้วิจัยเน้นย้ำกับสมาชิกถึงความสำคัญของการนำผลที่ได้รับจากการเข้ากลุ่มในแต่ละครั้งนำไปประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้สูงอายุสมองเสื่อมที่บ้าน พร้อมกับแจ้งกำหนดการมาประชุมกลุ่มในครั้งต่อไปอีก 1 สัปดาห์ถัดไป

สัปดาห์ที่ 5 สัปดาห์นี้ผู้นำกลุ่มได้ให้สมาชิกกลุ่มช่วยเหลือตนเองได้สนทนากับผลกระทบบที่ได้รับจากการดูแล และเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ระบายความรู้สึกทั้งทางด้านบวกและด้านลบที่ติดต่อสถานการณ์การดูแล โดยให้สมาชิกที่มีประสบการณ์ในการแก้ปัญหาในการดูแลที่ยุ่งยากมาแล้วและมีทัศนคติที่ดีต่อการดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมได้เสนอแนะมุมมองที่ดีต่อการรับบทบาทหน้าที่ผู้ดูแลพร้อมกับได้แนะนำวิธีการในการขจัดปัญหาที่เกิดจากการดูแล ประกอบกับผู้วิจัยได้เสนอแนะวิธีการในการแก้ปัญหาและยกตัวอย่างประกอบ อีกทั้งเสริมแรงให้ตระหนักถึงความสำคัญของการรับบทบาทผู้ดูแล โดยการยกตัวอย่างผู้ดูแลที่มีทัศนคติที่ดีต่อการดูแลผู้สูงอายุ

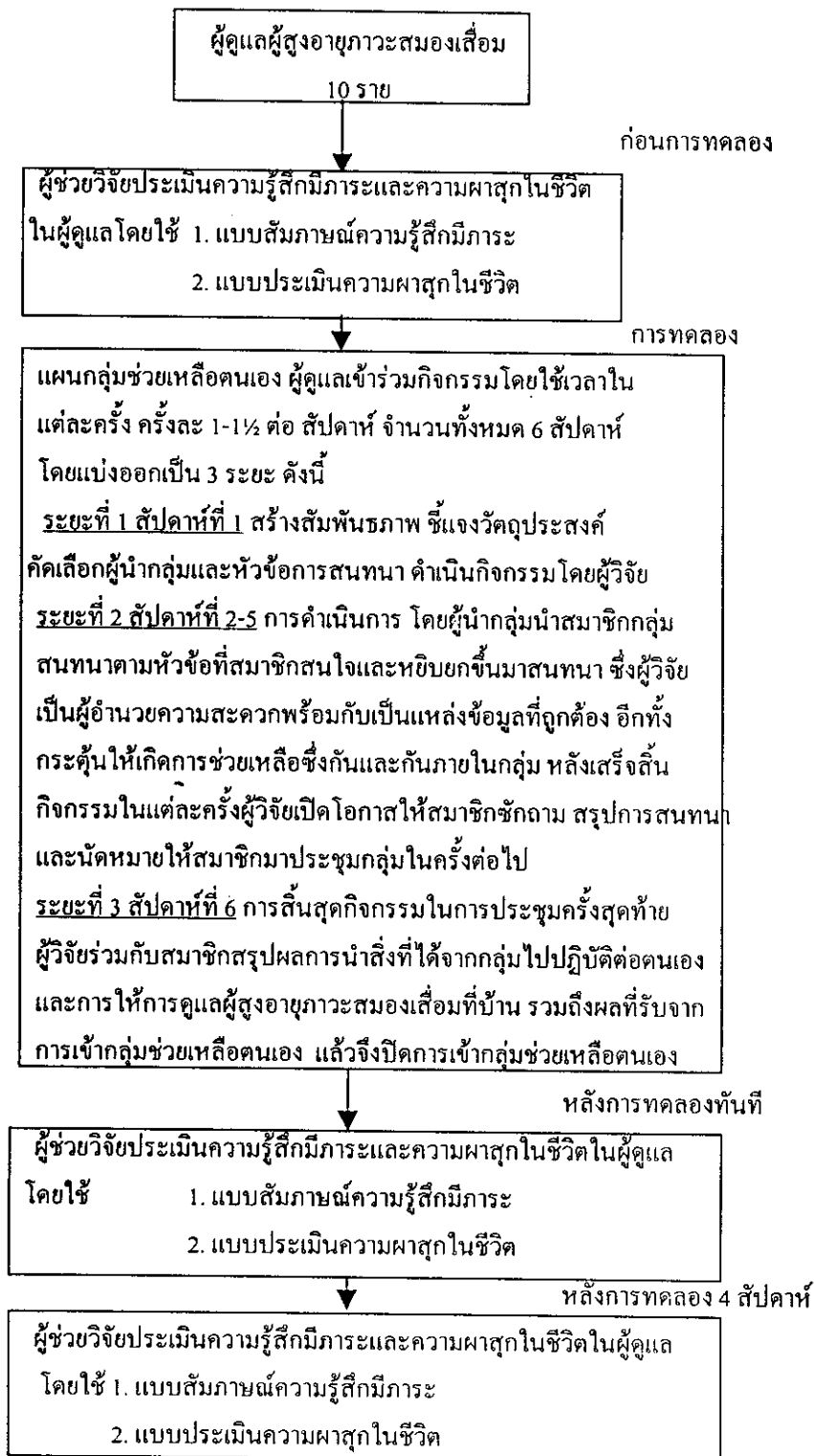
ภาวะสมองเสื่อม จากนั้นได้ให้สมาชิกภายในกลุ่มได้แสดงความคิดเห็นร่วมกัน พร้อมกับหาข้อสรุปสำหรับในสัปดาห์นี้ได้มีการแจ้งสิ้นสุดการเข้าร่วมกลุ่มช่วยเหลือตนเอง

ระยะที่ 3 การสิ้นสุดกิจกรรม สัปดาห์ที่ 6

ผู้วิจัยดำเนินการให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันสรุปผลการนำสิ่งที่ได้รับจากกลุ่มไปปฏิบัติต่อตนเองและการให้การดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมที่บ้าน รวมถึงสิ่งที่ตนเองนั้นได้รับจากการเข้าร่วมกลุ่มช่วยเหลือตนเอง หลังจากนั้นจึงยุติสัมพันธภาพและปิดการเข้ากลุ่มช่วยเหลือตนเอง

ขั้นตอนที่ 3 ระยะหลังการทดลอง

ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างทำแบบสัมภาษณ์ภาวะของผู้ดูแลและแบบประเมินความผาสุกในชีวิต ภายหลังจากเสร็จสิ้นการทดลองทันที และภายหลังจากเสร็จสิ้นการทดลอง 4 สัปดาห์



ภาพที่ 3 แผนการดำเนินการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS 10.0 for Windows ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

1. ข้อมูลพื้นฐานทั่วไปส่วนบุคคล ด้วยการแจกแจงความถี่ และร้อยละ
2. ข้อมูลความรู้สึกรู้สึกมีภาระและความผาสุกในชีวิตในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที และระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้น 4 สัปดาห์ ด้วยการแจกแจงความถี่ และร้อยละ
3. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนน ความรู้สึกรู้สึกมีภาระและความผาสุกในชีวิต ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที และระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้น 4 สัปดาห์ในกลุ่มทดลอง โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียววัดซ้ำ (one way analysis of variance : repeated measure)
4. เมื่อพบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกรู้สึกมีภาระและค่าคะแนนเฉลี่ยความผาสุกในชีวิตมีความแตกต่างกันในแต่ละระยะ ทำการทดสอบเป็นรายคู่ด้วยวิธีการเปรียบเทียบเชิงพหุคูณแบบรายคู่ด้วยวิธี LSD