

## บทที่ 5

### สรุปและอภิปรายผล

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบยืดยุทธเป็นศูนย์กลางต่อความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อย กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ มารดาที่คลอดทารกที่มีน้ำหนักน้อยกว่า 2,500 กรัม ต้องอยู่ในแผนกทารกแรกเกิดเป็นครั้งแรกและมีภาวะแทรกซ้อน ต้องเข้ารับการรักษาดังแต่แรกเกิดจนถึงปัจจุบันในแผนกทารกแรกเกิด โรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ คัดเลือกตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วทำแบบวัดความวิตกกังวล โดยมีคะแนนความวิตกกังวลตั้งแต่ 94 คะแนนขึ้นไป และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 16 ราย ทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างจากมารดาที่มีบุตรเข้ารับการรักษาละราย และสุ่มเข้ากลุ่ม โดยการจับสลาก (Random Assignment) เพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 8 ราย และกลุ่มควบคุมจำนวน 8 ราย โดยทำที่ละรายๆ สะสมไว้เป็นกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบวัดความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยและ โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยืดยุทธเป็นศูนย์กลางที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

กลุ่มตัวอย่าง ได้รับการประเมินความวิตกกังวล 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล นอกจากนี้ยังได้รับ โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยืดยุทธเป็นศูนย์กลาง จำนวน 8 ครั้ง ครั้งละ 40 นาที จากนั้นนำข้อมูลมาวิเคราะห์ด้วยวิธีวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated-Measure Analysis of Variance: One Between-Subjects Variable and One Within-Subjects Variable) การศึกษาครั้งนี้มีสมมติฐานของการวิจัย ดังนี้

#### สมมติฐานของการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง
2. มารดาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยืดยุทธเป็นศูนย์กลาง มีความวิตกกังวลในระยะหลังการทดลองต่ำกว่ามารดากลุ่มควบคุม
3. มารดาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยืดยุทธเป็นศูนย์กลาง มีความวิตกกังวลในระยะติดตามผลต่ำกว่ามารดากลุ่มควบคุม
4. มารดาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยืดยุทธเป็นศูนย์กลาง มีความวิตกกังวลในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง

5. มารดาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่ดุนุคคเป็นศูนย์กลาง มีความวิตกกังวลในระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง

## สรุปผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูลผลปรากฏดังนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. มารดาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่ดุนุคคเป็นศูนย์กลาง มีความวิตกกังวลในระยะหลังการทดลองต่ำกว่ามารดาในกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. มารดาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่ดุนุคคเป็นศูนย์กลาง มีความวิตกกังวลในระยะติดตามผลลดลงต่ำกว่ามารดาในกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. มารดาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่ดุนุคคเป็นศูนย์กลาง มีความวิตกกังวลในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. มารดาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่ดุนุคคเป็นศูนย์กลาง มีความวิตกกังวลในระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## อภิปรายผล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้อภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐาน ดังนี้

1. การทดสอบปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง มีผลต่อความวิตกกังวล คือ ก่อนการทดลองมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อย กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่ดุนุคคเป็นศูนย์กลาง และกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่ดุนุคคเป็นศูนย์กลาง มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลไม่แตกต่างกัน แต่ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ได้ผลที่แตกต่างกันออกไป คือ มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่ดุนุคคเป็นศูนย์กลาง มีความวิตกกังวลต่ำลง ทั้งนี้เนื่องมาจากการวิจัยครั้งนี้ มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่ดุนุคคเป็นศูนย์กลาง มีพื้นฐานของความเชื่อและเห็นคุณค่า เห็นความสามารถของมนุษย์ ก่อให้เกิดความรู้สึกอิสระที่จะเป็นตัวของตัวเอง มีความอบอุ่นไว้วางใจกัน สามารถเผชิญกับความกังวลใจและปัญหา ยอมรับตนเองและสิ่งที่มาคุกคามตนเองมากขึ้น มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่ดุนุคคเป็นศูนย์กลาง ได้ระบายความรู้สึก ความคับข้องใจหรือความขัดแย้งในใจ

คนออกมา มีการแสดงออกที่เหมาะสม อันจะนำไปสู่การพิจารณาตนเองและสิ่งแวดล้อมอย่างถูกต้องตามความเป็นจริง สามารถจัดการดำเนินชีวิตของตนเองได้อย่างเหมาะสมและเลี้ยงดูบุตรให้มีสุขภาพสมบูรณ์ แข็งแรง เจียรนัย ทรงชัยกุล (2533, หน้า 755-756) กล่าวว่า ธรรมชาติของมนุษย์นั้น มนุษย์มีความสามารถ มีเหตุผล และนำตนเอง สามารถพัฒนาตนเอง เพราะโดยธรรมชาติมนุษย์ต้องการความอยู่รอด และต้องการพัฒนาตนเอง ให้ประสบความสำเร็จในชีวิต สามารถที่จะดำเนินชีวิตด้วยความสุข รับรู้เกี่ยวกับตนเองและสิ่งแวดล้อมตามประสบการณ์ของตน พฤติกรรมการปรับตัวของมนุษย์นั้น มักจะสอดคล้องกับการรับรู้ของแต่ละบุคคล ซึ่งแตกต่างจากบุคคลอื่น ฉะนั้นมนุษย์จึงเป็นบุคคลที่มีคุณค่า สามารถพัฒนาตนเองไปในวิถีทางที่ดีงาม ถ้าเขาได้รับโอกาสที่ดีนั้น โดยผู้วิจัยในฐานะผู้ให้คำปรึกษาได้ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาที่มีความวิตกกังวลลดลง ด้วยการใช้เทคนิคต่าง ๆ ตามโปรแกรมที่สร้างขึ้นตามแนวคิดและทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ร่วมกับการกำหนดระยะเวลาของการให้คำปรึกษาในแต่ละครั้งที่เหมาะสมกับการรับรู้ของบุคคล ในมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยย่อมเกิดความวิตกกังวลเกี่ยวกับบุตรในด้าน ความวิตกกังวลเกี่ยวกับอาการเจ็บป่วยของบุตร ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการรักษาพยาบาลที่ทารกได้รับ ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตรรวมถึงพฤติกรรมต่าง ๆ ที่แสดงถึงความวิตกกังวล ซึ่งคอเรีย (Corey, 2005, pp. 167-168) ได้สรุปวิธีการแนวคิดทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางว่า มนุษย์มีความสามารถและความรับผิดชอบที่จะแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง มีเหตุผล เป็นคนดี มีคุณค่า น่าเชื่อถือ สามารถนำตนเองได้ เมื่อมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยเกิดการตระหนักรู้ว่า ตนมีความสามารถที่แก้ปัญหาด้วยตนเอง ได้ระบายอารมณ์และความรู้สึกกับข้อใจออกมา เป็นการช่วยให้ความวิตกกังวลลดลง เข้าใจตนเองและมองเห็นแนวทางในการช่วยเหลือตนเองได้ ซึ่งหลังจากให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางในช่วงระยะเวลาหนึ่ง พบว่า มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางรู้สึกสบายใจขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นิภา มาดาชะสี (2544) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางของโรเจอร์ที่มีต่อความวิตกกังวลในสตรีแม่บ้านที่ติดเชื้อ HIV ในเขตอำเภอเมืองสรวง จังหวัดร้อยเอ็ด กลุ่มตัวอย่างเป็นสตรีแม่บ้านที่ติดเชื้อ HIV จำนวน 12 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 6 คน กลุ่มควบคุม 6 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางของโรเจอร์ ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการดูแลช่วยเหลือตามปกติ ผลการศึกษาพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล มีความวิตกกังวลลดลงต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับ บัวตัน เขียวอารมณ์ (2540) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเพื่อลดความท้อแท้ในการดำรงชีวิตของหญิงมีครรภ์ที่ติดเชื้อ โรคเอดส์ ที่มีความท้อแท้ใน

ชีวิตสูงกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ขึ้นไป จำนวน 14 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 7 คน ผลการศึกษาพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล มีความวิตกกังวลลดลงต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สรุปได้ว่า วิธีการให้คำปรึกษาแบบยี่สิบบุคคลเป็นศูนย์กลาง ส่งผลให้มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อย มีความวิตกกังวลลดลง ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล

2. มารดาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่สิบบุคคลเป็นศูนย์กลาง มีความวิตกกังวลในระยะหลังการทดลองต่ำกว่ามารดาในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่สิบบุคคลเป็นศูนย์กลาง มีความวิตกกังวลต่ำกว่ามารดาในกลุ่มที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่สิบบุคคลเป็นศูนย์กลางในระยะหลังการทดลอง ทั้งนี้เพราะการที่มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่สิบบุคคลเป็นศูนย์กลาง ซึ่งเป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือ ให้มารดาได้เปิดเผย ระบายความรู้สึกและประสบการณ์ต่าง ๆ ภายใต้อาณัติของสัมพันธภาพที่ดี ช่วยให้มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยเกิดความเข้าใจตนเอง สภาพแวดล้อมและปัญหาที่ถ่วงถ่วงอยู่ได้ดีขึ้น โดยที่ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิค และวิธีการให้คำปรึกษา ช่วยให้มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยพิจารณาทำความเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง นำไปสู่การพัฒนาปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ มาลาตี รุ่งเรืองศิริพันธ์ (2542) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา รายบุคคลตามแนวโรเจอร์ที่มีต่อความวิตกกังวลของเด็กหญิงที่ถูกล่วงเกินทางเพศ กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กหญิงอายุระหว่าง 12-16 ปี ที่ถูกล่วงเกินทางเพศ ในความดูแลของมูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน กลุ่มควบคุม 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบรายบุคคลตามแนวโรเจอร์ รายละ 12 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที ผลการวิจัยพบว่า ในระยะหลังการทดลอง เด็กหญิงที่ถูกล่วงเกินทางเพศมีความวิตกกังวลลดลงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ จิว เซาว์ถาวร (2539) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบรายบุคคลตามแนวของโรเจอร์ต่อวิธีการเผชิญความเครียดของมารดาที่มีบุตรเป็นธาลัสซีเมียกลุ่มตัวอย่างเป็นมารดาที่พาบุตรซึ่งป่วยเป็นโรคธาลัสซีเมียมารับการรักษาที่คลินิกกุมารเวชศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช จำนวน 24 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 12 คน และกลุ่มควบคุม 12 คน กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบรายบุคคลตามแนวของโรเจอร์เป็นเวลา 3 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละประมาณ 1 ชั่วโมง ผลการวิจัยพบว่า ในระยะหลังการทดลอง มารดาที่มีบุตรเป็นธาลัสซีเมียที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบรายบุคคลตามแนวของโรเจอร์มีความวิตกกังวลลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบยี่ดุนุคคละเป็นศูนย์กลาง ในระยะหลังการทดลอง ส่งผลให้ความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยลดลงต่ำกว่ากลุ่มควบคุม

3. มารดาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่ดุนุคคละเป็นศูนย์กลาง มีความวิตกกังวลในระยะติดตามผลต่ำกว่ามารดาในกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 เนื่องจาก การให้คำปรึกษาแบบยี่ดุนุคคละเป็นศูนย์กลางช่วยให้มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยได้เปิดเผยความรู้สึกที่แท้จริงของตนเอง ภายใต้บรรยากาศของการยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข และปฏิบัติของบุคคลทั้งสองฝ่าย เป็นไปอย่างไว้นื้อเชื่อใจ ทำให้มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยได้ระบายความวิตกกังวล ความทุกข์ ความเครียด โดยผู้ให้คำปรึกษาจะใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาแบบยี่ดุนุคคละเป็นศูนย์กลาง เช่น การยอมรับ การสะท้อนความรู้สึก การเรียบและการฟัง การทำให้เกิดความกระจ่าง เป็นต้น ซึ่งส่งผลให้มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยเกิดการตระหนักรู้ และเข้าใจตนเอง ควบคุมอารมณ์ต่าง ๆ ของตนเองได้อย่างเหมาะสม สามารถผ่อนคลายเมื่อเกิดความเครียด ความวิตกกังวลได้ ส่งผลให้มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยเลี้ยงดูบุตรได้อย่างมีความสุข ถึงแม้ระยะเวลาจะผ่านไป 2 สัปดาห์และทำการทดสอบอีกครั้ง ความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่ดุนุคคละเป็นศูนย์กลางลดลง แสดงว่าการให้คำปรึกษาแบบยี่ดุนุคคละเป็นศูนย์กลางทำให้ความวิตกกังวลลดลง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของดวงพร หิรัญรัตน์ (2543) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์ต่อความสุขของเด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์ กลุ่มตัวอย่างเป็นกำพร้าหญิงที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ เด็กหญิงสระบุรี จำนวน 16 คน สุ่มเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน กลุ่มควบคุม 8 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวโรเจอร์มีระยะเวลา 3 วัน 2 คืน รวมทั้งสิ้นประมาณ 20 ชั่วโมง ผลการวิจัยพบว่า ในระยะติดตามผล เด็กกำพร้าที่เข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวโรเจอร์มีคะแนนความสุขสูงกว่าเด็กกำพร้าที่ไม่ได้เข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวโรเจอร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของสุขอรุณ วงษ์ทิม (2541) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของโรเจอร์ที่มีต่อการลดความวิตกกังวลของญาติผู้ป่วยเอดส์ โรงพยาบาลบาราศนราดรุ โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นญาติผู้ป่วยเอดส์ชาย ที่มาเฝ้าผู้ป่วยขณะเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลบาราศนราดรุ จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 8 คน ผลการศึกษพบว่า ญาติผู้ป่วยเอดส์ที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ตามแนวของโรเจอร์มีความวิตกกังวลต่ำกว่าญาติผู้ป่วยเอดส์ชายที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่ม

สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบยี่ดุนุคคละเป็นศูนย์กลางส่งผลให้ความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยลดลง ถึงแม้ระยะเวลาจะผ่านไป 2 สัปดาห์ ในระยะติดตามผล

4. มารดาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยิดบุคคลเป็นศูนย์กลาง มีความวิตกกังวลในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 ทั้งนี้เนื่องจาก เมื่อเข้ารับการทดลอง มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อย จะได้รับการให้คำปรึกษาตามโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยิดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ซึ่งเป็นการให้คำปรึกษาที่เน้นให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับความจริง พิจารณาสังต่าง ๆ อย่างกว้างขวาง เพื่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นตัวของตัวเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและสามารถปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ระบายความรู้สึกและความคับข้องใจออกมา โดยผู้ให้คำปรึกษาคอยช่วยเหลือ (วัชร ทรัพย์มี, 2533, หน้า 18) ภายใต้สัมพันธภาพที่ดี ทำให้มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยรู้สึกผ่อนคลายกับความทุกข์ กลับมาสำรวจตนเอง เกิดความเข้าใจและสามารถนำตนเองได้ง่ายขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สิรินาถ สนดุ่น (2544) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลแบบยิดบุคคลเป็นศูนย์กลางและการใช้จดหมายบำบัดที่มีต่อความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวิสุทธิรังษี จังหวัดกาญจนบุรี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่มีคะแนนเฉลี่ยจากการวัดความเครียดของนักเรียนอยู่ในระดับสูงตั้งแต่ 60 คะแนนขึ้นไป จำนวนทั้งสิ้น 15 คน สุ่มอย่างง่ายเพื่อเข้ากลุ่มทดลอง 2 กลุ่มและกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 5 คน ผลการศึกษาพบว่า ในระยะหลังการทดลอง นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลแบบยิดบุคคลเป็นศูนย์กลางและการใช้จดหมายบำบัดมีความเครียดลดลงต่ำกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับ ภัทร อุสวัสดิ์ (2542) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวของโรเจอร์ ที่มีต่อการลดความวิตกกังวลอันเนื่องมาจากการตั้งครรภ์ในหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ครั้งแรกในโรงพยาบาลร้อยเอ็ด กลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครั้งแรก จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน กลุ่มควบคุม 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวของโรเจอร์ 8 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีความวิตกกังวลอันเนื่องมาจากการตั้งครรภ์ในระดับปานกลาง ลดลงจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบยิดบุคคลเป็นศูนย์กลางส่งผลให้ความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง

5. มารดาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยิดบุคคลเป็นศูนย์กลางมีความวิตกกังวลในระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5 ทั้งนี้มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยิดบุคคลเป็นศูนย์กลาง มีความวิตกกังวลลดลง ส่งผลต่อเนื่อง ถึงแม้ระยะเวลาจะผ่านไป 2 สัปดาห์ หลังการทดลอง เมื่อมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยวัดความวิตกกังวลด้วยแบบวัดความวิตกกังวลของ

มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยอีกครั้ง ปรากฏว่า ความวิตกกังวลในระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง เนื่องจากการคลอดทารกน้ำหนักน้อยเกิดการยอมรับความรู้สึกของตนเอง อาภา จันทรสกุล (2536, หน้า 96-98) กล่าวว่า การหยั่งเห็น การเข้าใจ การยอมรับตนเอง เป็นส่วนสำคัญของกระบวนการทั้งหมด การหยั่งเห็นทำให้เกิดความกระจำง เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้สำรวจตนเอง เข้าใจตนเอง ได้ถูกต้อง ตรงกับความเป็นจริงมากขึ้น กล้าเผชิญและพิจารณาการกระทำของตน เชื่อมมั่นที่จะนำตนเอง ทำให้ความวิตกกังวลลดลง แพทเทอร์สัน (Patterson, 1980, pp. 418-419) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางผู้รับคำปรึกษาจะระบายความรู้สึกอย่างอิสระของตน เกี่ยวกับสถานการณ์ของตนเอง แยกแยะความรู้สึกของตนเองได้มากขึ้น ยอมรับความรู้สึกของตนเองและเริ่มรับผิดชอบในปัญหาของตนเอง เผชิญปัญหาได้ด้วยควมรับผิดชอบ ทำให้รับรู้ประสบการณ์ที่แท้จริง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชนกานต์ ศรีวงษ์ชัย (2544) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อพัฒนาความเจริญส่วนบุคคลตามทฤษฎีโรเจอร์ของเด็กนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2543 โรงเรียนแก้งคร้อวิทยา อำเภอแก้งคร้อ จังหวัดชัยภูมิ กลุ่มตัวอย่างแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม โดยกลุ่มที่ 1 ให้คำปรึกษา อีกกลุ่มให้ข้อเสนอแนะ กลุ่มละ 10 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีโรเจอร์ ภายหลังจากการให้คำปรึกษาแล้วพบว่า มีความเจริญส่วนบุคคลสูงกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ วันทนีย์ ตรีเทศ (2538) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและรายบุคคลที่มีต่อความวิตกกังวลในการเรียน วิชาสถิติ-นรีเวชศาสตร์ของนักเรียนพยาบาลชั้นปีที่ 3 วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ ผลการศึกษาพบว่าในระยะติดตามผลนักศึกษาพยาบาลมีความวิตกกังวลในการเรียนวิชาสถิติ-นรีเวชศาสตร์ลดลง หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเป็นกลุ่มและรายบุคคลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง มีความคงทนและส่งผลต่อเนื่องต่อความวิตกกังวล ถึงแม้ระยะเวลาจะผ่านไป 2 สัปดาห์ ในระยะติดตามผล มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง มีความวิตกกังวลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง

การให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางนั้น สามารถลดความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยได้ โดยมีระดับความวิตกกังวลในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าในระยะก่อนการทดลองและยังคงต่ำอยู่ในระยะติดตามผล ซึ่งแตกต่างจากมารดาในกลุ่มควบคุม คือ มารดาที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง แต่ให้มารดาได้รับข้อมูลเกี่ยวกับอาการของบุตรและแผนการรักษาของแพทย์ รวมทั้งกิจกรรมการมาเยี่ยมดูแลบุตรของมารดา เช่น เวลาและ

การเข้าเยี่ยมบุตรตามนโยบายของ โรงพยาบาล จากคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ทั้งในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลลดลง เมื่อทดสอบย่อยของระยะเวลาของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยกลุ่มควบคุม พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทดสอบรายคู่พบว่า คะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจาก จะได้รับข้อมูลเกี่ยวกับอาการของบุตรและแผนการรักษาของแพทย์แต่รายละเอียดของเนื้อหาไม่ได้เน้นทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในและเปลี่ยนแปลงทางด้านความรู้สึก ซึ่งการให้คำปรึกษาแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ทำให้มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยค้นพบ รู้จักและยอมรับตนเองตามความเป็นจริง ยอมรับความรับผิดชอบในการแก้ปัญหา เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านความรู้สึก เข้าใจตนเอง และสามารถตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ จัดความวิตกกังวลได้ด้วยตนเอง ช่วยให้มีมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยเห็นความสามารถของตนเอง ก่อให้เกิดความรู้สึกอิสระที่จะเป็นตัวของตัวเอง กล้าที่จะเปิดเผยอย่างแท้จริง เกิดการเปลี่ยนแปลงในการตระหนักรู้ว่าตนมีความสามารถที่จะแก้ปัญหาด้วยตนเอง มีการยอมรับตนเอง มารดาที่มีความวิตกกังวลสามารถลดความทุกข์ทางอารมณ์และความรู้สึกของมารดาได้ ได้รับความรู้สึก ความับข้องใจ หรือความขัดแย้งในใจตนออกมา มีการแสดงออกที่เหมาะสม อันจะนำไปสู่การพิจารณาตนเองและสิ่งแวดล้อมอย่างถูกต้องตามความเป็นจริง การให้คำปรึกษาแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลางสามารถนำไปใช้ร่วมกับวิธีปกติของทางโรงพยาบาลเพื่อให้ผลในการให้คำปรึกษามีประสิทธิภาพ และลดความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยได้มากยิ่งขึ้น ทำให้มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยสามารถจัดการดำเนินชีวิตของตนเองได้และเลี้ยงดูบุตรให้มีสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ต่อไป

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า การให้คำปรึกษาแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลาง สามารถช่วยลดความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อยได้ ดังนั้นในหน่วยงานสาธารณสุขที่เกี่ยวข้องควรจัดให้มีการอบรมบุคลากรที่เกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เพื่อนำไปใช้ในการให้คำปรึกษาแก่มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อย หรือนำไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงาน ก่อให้เกิดทางเลือกเพิ่มขึ้นในการเลือกใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษา

2. สำหรับมารดาที่มีทารกน้ำหนักน้อยเป็นโรคเรื้อรัง เช่น โรคหัวใจพิการแต่กำเนิด ทารกที่มีความผิดปกติทางพันธุกรรม ฯลฯ หน่วยงานสาธารณสุขที่เกี่ยวข้อง ควรส่งเสริมให้มีการเยี่ยมบ้านร่วมกับการใช้กระบวนการการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพมากขึ้น เนื่องจากกระบวนการการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เน้นการสร้างสัมพันธภาพกับมารดาเพื่อให้เกิดความไว้วางใจ ระบายความรู้สึก ทำให้มารดาที่มีทารกน้ำหนักน้อยเป็นโรคเรื้อรัง เกิดการยอมรับความรู้สึกของตนเอง สำรวจตนเอง เข้าใจตนเองตามความเป็นจริง และมองเห็นแนวทางในการช่วยเหลือตนเองได้

#### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาในกลุ่มมารดากลุ่มอื่น โดยนำวิธีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ไปช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในการตระหนักรู้ต่อตนเอง และสามารถแก้ปัญหาได้
2. ควรศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง กับกลุ่มตัวอย่างกลุ่มอื่น นอกเหนือจากมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อย เพื่อลดความวิตกกังวลในกลุ่มตัวอย่างกลุ่มอื่น ๆ เช่น ในบิดาหรือมารดาที่มีบุตรเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล บิดา มารดาที่มีบุตรเป็นโรคเรื้อรัง เช่น โรคหัวใจพิการแต่กำเนิด ญาติของผู้ป่วย