

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) ชนิดสองกลุ่ม
วัดก่อน หลังการทดลอง และติดตามผล (Control Group Pretest-Posttest and Follow-Up Design)
โดยมุ่งศึกษาผลของการฝึกการสร้างจินตภาพต่อภาวะซึมเศร้าของเด็กวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์
เด็กชายบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ศึกษา คือ เด็กวัยรุ่นชายที่อาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านบางละมุง
อำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี ที่มีอายุระหว่าง 11-18 ปี จำนวน 70 คน

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยกำหนดให้มีคุณสมบัติ ดังนี้

1. มีภาวะซึมเศร้า คัดกรองโดยแบบประเมินภาวะซึมเศร้าในเด็ก Children Depression Inventory (CDI) ที่มีค่าคะแนนตั้งแต่ 15 คะแนนขึ้นไป ซึ่งเป็นจุดตัดคะแนนที่ใช้ในการประเมินภาวะซึมเศร้า (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2545)
2. มีการมองเห็น การได้ยินปกติ สามารถอ่านและเข้าใจภาษาไทยได้ดี
3. ไม่มีอาการทางจิตประสาท มีการรับรู้เรื่องบุคคล เวลา สถานที่ ไม่มีความบกพร่องในการทำงานของสมองด้านความรู้ ความเข้าใจ (Cognitive Impairment) คัดกรองโดยใช้แบบการตรวจสภาพจิตแบบย่อ (Mini-Mental State Examination) (อภิญา กังสนารักษ์ และ นัยพินิจ ทรายักดี, 2534)
4. สุขภาพร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ดี ไม่มีโรคประจำตัวใด ๆ
5. ไม่เคยได้รับการฝึกการสร้างจินตภาพมาก่อน
6. ยินดีเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ โดยเซ็นใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย (Consent Form) และได้รับการเซ็นยินยอมจากผู้ปกครองสถานสงเคราะห์

วัยรุ่นที่ได้รับการคัดกรอง มีระดับคะแนนภาวะซึมเศร้าตั้งแต่ 15 คะแนนขึ้นไป จำนวน 38 คน ทุกคนสมัครใจในการเข้าร่วมงานวิจัย แต่มีกลุ่มตัวอย่าง 2 คน ที่คุณสมบัติไม่เข้าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ คือ ไม่สามารถอ่านและเข้าใจภาษาไทยได้ คงเหลือกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองจำนวน 36 คน ใช้วิธีการจับฉลาก (Simple Random Sampling) เพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 18 คน กลุ่มควบคุม 18 คน เปรียบเทียบอายุและคะแนนภาวะซึมเศร้า CDI เฉลี่ยของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมอีกครั้ง โดยใช้สถิติ t-test ซึ่งกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

ทางสถิติ กลุ่มทดลองมีความสามารถในการสร้างจินตภาพ คัดกรองโดยแบบประเมินความสามารถในการสร้างจินตภาพ (Kid Imaging Ability Questionnaires: KIAQ) (Kristine, Mary, & Tara, 2000)

กลุ่มทดลอง ได้รับการฝึกการสร้างจินตภาพ จำนวน 18 คน

กลุ่มควบคุม ได้รับการดูแลตามโปรแกรมปกติของสถานสงเคราะห์ จำนวน 18 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ประกอบด้วยเครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

1. แบบบันทึกข้อมูลทั่วไป ซึ่งสร้างโดยผู้วิจัย ได้แก่ อายุ ระยะเวลาที่อาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์ การศึกษา โรคประจำตัว ประสบการณ์การสร้างจินตภาพ

2. แบบประเมินภาวะซึมเศร้าในเด็ก (CDI) แปลโดยศาสตราจารย์แพทย์หญิงอุมพร ตรังคสมบัติ จากภาษาอังกฤษที่สร้างขึ้นโดย Maria Kovacs ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถาม 27 ข้อ มีลักษณะเป็นคำถามที่让孩子ตอบด้วยตนเอง (Self-Report Instrument) ซึ่งครอบคลุมอาการซึมเศร้าทั้ง 5 ด้าน ดังต่อไปนี้ คือ

2.1 อารมณ์เศร้าที่แสดงออกในรูปของความรู้สึกเศร้าตรง ๆ หรือเป็นความรู้สึกหงุดหงิด เมื่อหน่าย ยากไร้ให้ มีจำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 4, 10, 11, 20

2.2 อาการทางกาย เช่น เบื่ออาหาร นอนไม่หลับรู้สึกปวดตามข้อต่าง ๆ หรืออ่อนเพลียง่าย มีจำนวน 3 ข้อ ได้แก่ ข้อ 16, 17, 18

2.3 การเปลี่ยนแปลงทางด้านความรู้สึกนึกคิด เช่น สมาธิแย่ง รู้สึกตนเองไม่มีคุณค่า หดหู่ในชีวิต มีจำนวน 13 ข้อ ได้แก่ ข้อ 2, 3, 5, 6, 7, 8, 13, 14, 15, 19, 23, 24, 25

2.4 ความสัมพันธ์กับผู้อื่นเปลี่ยนแปลงไป เช่น ชอบอยู่คนเดียวเงียบ ๆ แยกตัวหนีออกจากสังคม สนใจสิ่งแวดล้อมน้อยลง มีจำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 12, 21, 22, 26, 27

2.5 ความรู้สึกไม่มีค่า ไม่มีความหมาย จึงคิดอยากฆ่าตัวตายและมีพฤติกรรมฆ่าตัวตาย มีจำนวน 1 ข้อ ได้แก่ ข้อ 9

แต่ละคำถามประกอบด้วย 3 ตัวเลือก ซึ่งบอกถึงระดับความรุนแรงของภาวะซึมเศร้าในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา คะแนนสำหรับตัวเลือกแต่ละข้อคือ 0, 1, 2 คะแนน ตามลำดับความรุนแรงของภาวะซึมเศร้า ได้แก่

คะแนน 0 หมายถึง ไม่มีอาการซึมเศร้าเลย หรือ มีน้อยมาก

คะแนน 1 หมายถึง มีอาการซึมเศร้าเกิดขึ้นบ่อย ๆ

คะแนน 2 หมายถึง มีอาการซึมเศร้าเกิดขึ้นตลอดเวลา

ตัวอย่าง

ให้เลือกประโยคที่ตรงกับความรู้สึก หรือความคิดของคุณมากที่สุด ในระยะ 2 สัปดาห์
โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง [] หน้าข้อความ ตัวอย่างเช่น

1. [✓] ฉันรู้สึกเศร้านาน ๆ ครั้ง

[] ฉันรู้สึกเศร้าบ่อยครั้ง

[] ฉันรู้สึกเศร้าตลอดเวลา

ตัวอย่างเกณฑ์การให้คะแนน

เนื่องจากแบบประเมินตนเองนี้ ในแต่ละข้อประกอบด้วยข้อความซึ่งใช้ประเมิน
ภาวะซึมเศร้าในแต่ละด้าน ซึ่งข้อคำถามมีทั้งเชิงบวกและเชิงลบ และการเรียงลำดับข้อความใน
แต่ละข้อความนั้นมีความแตกต่างกัน จึงทำให้เกณฑ์การให้คะแนนแตกต่างกัน ในการให้คะแนน
แต่ละข้อจะมีลักษณะเป็น 0, 1, 2 และบางข้อจะมีลักษณะคะแนนเป็น 2, 1, 0

เกณฑ์การให้คะแนนข้อคำถามเชิงบวกเป็นแบบ 0, 1, 2 มีทั้งหมด 14 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 3,
4, 6, 9, 12, 14, 17, 19, 20, 22, 23, 26, 27

เกณฑ์การให้คะแนนข้อคำถามเชิงลบเป็นแบบ 2, 1, 0 มีทั้งหมด 13 ข้อ ได้แก่ ข้อ 2, 5, 7,
8, 10, 11, 13, 15, 16, 18, 21, 24, 25

การแปลผล

คะแนนรวมของแบบวัดภาวะซึมเศร้า มีได้ตั้งแต่ 0-54 คะแนน

คะแนนตั้งแต่ 15 คะแนนขึ้นไป หมายถึง มีภาวะซึมเศร้าที่มีนัยสำคัญทางสถิติ

คะแนนตั้งแต่ 14 ลงไป หมายถึง ไม่มีภาวะซึมเศร้าที่มีนัยสำคัญทางสถิติ

สำหรับในประเทศไทย อุมพร ตรังคสมบัติ และดุสิต ลิขนะพิชิตกุล ได้แปลแบบวัด
ภาวะซึมเศร้าหรือ ซี.ดี.ไอ (CDI) เป็นภาษาไทย และศึกษาคุณสมบัติทางสถิติในเด็กไทย พบว่า
มีความตรงในการจำแนกสูง (Discriminant Validity) ค่าคะแนนที่บ่งชี้ถึงภาวะซึมเศร้าที่สามารถ
ตรวจพบได้จากการตรวจสุขภาพจิตในเด็กไทย คือ ค่าคะแนนตั้งแต่ 15 คะแนนขึ้นไป มีค่าความ
เชื่อมั่นของแบบวัดภาวะซึมเศร้า (Reliability Coefficient) = 0.83 และจากการศึกษาดังกล่าวพบว่า
แบบประเมินภาวะซึมเศร้า ซี.ดี.ไอ (CDI) มีคุณสมบัติทางสถิติที่เหมาะสมสำหรับใช้ประเมิน
ภาวะซึมเศร้า เนื่องจากเป็นเครื่องมือที่ใช้ง่าย สั้นเปลืองเวลาน้อย และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุ
11-15 ปี ผู้วิจัยจึงได้นำมาใช้ในการประเมินภาวะซึมเศร้าในครั้งนี้

3. แบบทดสอบสภาพจิตแบบย่อ (Mini-Mental State Examination: MMSE)

เป็นแบบทดสอบวัดการทำงานของสมอง ด้านความรู้ ความเข้าใจ (Cognitive
Impairment) ด้านต่าง ๆ คือด้านการรับรู้เวลา สถานที่ (Orientation to Time and Place) ด้านความจำ

(Registration and Memory) ด้านความตั้งใจและคำนวณ (Attention and Calculation) ด้านความเข้าใจภาษา และการแสดงออกทางภาษา รวมถึงการจำภาพ (Visual Construction) MMSE นี้ให้ความสำคัญเฉพาะด้านความคิดรู้ (Cognitive) ของการทำงานทางจิตใจเท่านั้น ไม่รวมพื้นฐานอารมณ์ (Mood) ความผิดปกติทางจิต (Abnormal Mentality) และรูปแบบความคิด (Form of Thinking)

แบบทดสอบสภาพจิตแบบย่อ (MMSE) มีค่าความไว (Sensitivity) = .87 ค่าความจำเพาะ (Specificity) = .82 ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ (Reliability Coefficient) = .91 มีข้อคำถามทั้งหมด 20 ข้อ คะแนนเต็มเท่ากับ 30 คะแนน โดยใช้จุดตัด (Cut-Point) ที่ 23 คะแนน แบ่งแยกผู้ป่วยที่มีภาวะสมองเสื่อมไว้ดังนี้

คะแนน 0-17 คะแนน หมายถึง กลุ่มที่มีความบกพร่องทางความรู้ ความเข้าใจ
แบบรุนแรง (Severe Cognitive Impairment)

คะแนน 18-23 คะแนน หมายถึง กลุ่มที่มีความบกพร่องทางความรู้ ความเข้าใจ
แบบเล็กน้อย (Mild Cognitive Impairment)

คะแนน 24-30 คะแนน หมายถึง กลุ่มที่ไม่มีความผิดปกติ
(อภิญา กังสนารักษ์ และนัยพินิจ คชภักดี, 2534)

และผลจากการทดสอบสภาพจิต กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมในงานวิจัยครั้งนี้ทั้งหมด 36 คน มีระดับคะแนนการทดสอบสภาพจิตมากกว่า 24 คะแนน

ส่วนที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ดำเนินการทดลอง คือ

1. โปรแกรมการสร้างจินตภาพ ซึ่งประกอบด้วย

1.1 ขั้นตอนการ เป็นการสร้างสัมพันธภาพ ความคุ้นเคยระหว่างผู้วิจัยกับ
กลุ่มทดลอง ให้ความรู้ ความเข้าใจถึงความหมายของสุขภาพจิต ภาวะซึมเศร้า และผลของภาวะ
ซึมเศร้าที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และการสังเกตตนเองในชีวิตประจำวันในเรื่องความคิด อารมณ์และ
พฤติกรรม ในแต่ละสถานการณ์ ให้ความรู้ ประโยชน์ของการฝึกจินตภาพ และทดลองฝึกการสร้าง
จินตภาพโดยการให้จินตภาพถึงสถานที่ที่ต้องการไป เป็นที่ที่ปลอดภัย และทำให้มีความสุข

1.2 ขั้นตอนการ ดำเนินการฝึกโดยใช้เทปบันทึกการสร้างจินตภาพที่นำมาจาก
งานวิจัยของจารุณี มโนรา ณิชสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ซึ่งเทปดังกล่าว
จัดทำขึ้นตามกรอบแนวคิดของ โฮรวิทซ์ (Horowitz, 1978 cited in Stephen, 1993)
มีส่วนประกอบ 2 ส่วน คือ ส่วนที่หนึ่งเป็นการผ่อนคลาย โดยการกำหนดลมหายใจเข้าออก และ
ผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ก่อนการสร้างจินตภาพ 20 วินาที เพื่อจะทำให้สามารถสร้างจินตภาพได้ง่ายขึ้น
และในส่วนที่ 2 ของการสร้างจินตภาพจะเป็นการบรรยายชักนำให้จินตนาการถึงภาพสถานที่

ที่พึงพอใจ และเนื้อหาที่บรรยายเป็นสถานที่ที่เป็นธรรมชาติและส่งเสริมให้บุคคลทั่วไปเกิดการผ่อนคลายเช่น ชายทะเล หุบเขา ป่าเขา น้ำตก เป็นต้น (Brian, 1997) ประกอบกับเสียงธรรมชาติ เช่น เสียงน้ำไหล นกร้อง คลื่นกระทบฝั่ง เป็นต้น เพื่อเหนี่ยวนำให้เกิดการสร้างจินตภาพ และการพูดบรรยายให้รู้สึกมีคุณค่าในตนเอง มองตนเอง โลก และอนาคตในทางบวก ดำเนินชีวิตอย่างมีความหวัง และมีอนาคตที่ดี เช่น ฉันสามารถแก้ไขปัญหาในชีวิตของฉันได้อย่างแน่นอน ฉันมีพลังเต็มเปี่ยมที่จะต่อสู้กับปัญหาที่เกิดขึ้น เป็นต้น เทปมีความยาว 15 นาที โดยดำเนินการฝึกสร้างจินตภาพสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ในวันพุธ และวันอาทิตย์ ช่วงเวลา 17.00 น.-18.00 น. เป็นเวลา 5 สัปดาห์ โดยดำเนินการฝึกสร้างจินตภาพทั้งหมด 10 ครั้ง

1.3 ขั้นตอนการสร้างจินตภาพและติดตามผล เป็นการประเมินผลของการฝึกการสร้างจินตภาพ ที่ได้ดำเนินการไปแล้ว 10 ครั้ง และแนวทางการนำการสร้างจินตภาพไปใช้ต่อไปเมื่อเกิดภาวะซึมเศร้า

2. แบบประเมินความสามารถในการฝึกการสร้างจินตภาพ ที่ดัดแปลงมาจากแบบประเมิน Kid Imaging Ability Questionnaires (KIAQ) ที่มีค่าความเชื่อมั่น (Reliability Coefficient) = 0.73 ค่าความตรงภายใน (Internal Consistency) = 0.76 (Kristine, Mary, & Tara, 2000) มีข้อคำถามทั้งหมด 17 ข้อ 10 ข้อแรก เป็นแบบประเมินความสามารถก่อนทำการทดลอง ส่วนใน 7 ข้อหลัง เป็นการประเมินความสามารถหลังเข้าสู่กระบวนการฝึกจินตภาพแล้ว ทำการประเมินความสามารถก่อนทำการทดลอง หลังจากทำการทดลองในครั้งที่ 5 และหลังการทดลองในครั้งที่ 10 เพื่อการประเมินความก้าวหน้าของการฝึกจินตภาพของกลุ่มทดลอง และผลจากการประเมินความสามารถในการฝึกการสร้างจินตภาพ ก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 13.78 คะแนน (คะแนนเต็ม 20 คะแนน) หลังการทดลองครั้งที่ 5 มีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 25.61 คะแนน (คะแนนเต็ม 34 คะแนน) หลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที มีค่าเฉลี่ยคะแนนเท่ากับ 29.72 คะแนน (คะแนนเต็ม 34 คะแนน)

3. แบบบันทึกการฝึกสร้างจินตภาพด้วยตนเอง โดยให้กลุ่มตัวอย่างฝึกสร้างจินตภาพด้วยตนเองที่บ้าน และลงบันทึกลงในแบบบันทึกด้วยตนเองทุกครั้งที่มีการฝึกสร้างจินตภาพ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การหาความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)

ผู้วิจัยนำโปรแกรมการสร้างจินตภาพ และแบบประเมินความสามารถในการสร้างจินตภาพ KIAQ (Kristine, Mary, & Tara 2000) มาให้อาจารย์ที่ปรึกษา 1 ท่าน อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช 3 ท่าน จิตแพทย์ 1 ท่าน และอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญทางด้าน การพยาบาลเด็ก 1 ท่าน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา หลังจากนั้นผู้วิจัยนำข้อคิดเห็น และ

ข้อเสนอแนะมาพิจารณา และแก้ไขปรับปรุง แล้วนำไปประกอบการสร้างจินตภาพ และแบบประเมินความสามารถในการสร้างจินตภาพไปทดลองใช้กับวัยรุ่นที่ศูนย์เด็กด้อยโอกาสพระมหาไถ่ ค.หนองปรือ อ.บางละมุง จ.ชลบุรี คัดเลือกวัยรุ่นที่มีลักษณะคล้ายคลึงหรือใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่างที่มีภาวะซึมเศร้าจากการประเมินด้วยแบบทดสอบภาวะซึมเศร้า CDI จำนวน 5 ราย เพื่อทดลองสร้างจินตภาพตามโปรแกรมและประเมินความสามารถในการสร้างจินตภาพด้วยแบบประเมินความสามารถในการสร้างจินตภาพ (KIAQ) ผลการทดลองใช้โปรแกรมพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกละสบาย ผ่อนคลาย และรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า กระนั้นความสามารถในการสร้างจินตภาพจากแบบประเมินความสามารถในการสร้างจินตภาพ (KIAQ) มากกว่า 25 คะแนน (มากกว่าร้อยละ 75) และเมื่อประเมินภาวะซึมเศร้าซ้ำ พบว่าคะแนนภาวะซึมเศร้าลดลง

การหาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบประเมินภาวะซึมเศร้า CDI

แบบประเมินภาวะซึมเศร้าในเด็ก (CDI) ซึ่งแปลโดยแพทย์หญิงอุมาพร ด้รงค์สมบัติ และคุณิต ติชนะพิชิตกุล ที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยนำมาหาค่าความเชื่อมั่น โดยทดลองใช้กับวัยรุ่นที่ศูนย์เด็กด้อยโอกาสพระมหาไถ่ คัดเลือกที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่จะทำการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ จำนวน 34 ราย แล้วนำมาหาค่าความเชื่อมั่น โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดภาวะซึมเศร้าเท่ากับ 0.77 (Polit & Hungler, 1999)

การเตรียมความพร้อมของผู้วิจัย

ผู้วิจัยได้ศึกษาหลักการและแนวทางในการสร้างจินตภาพ พร้อมฝึกปฏิบัติจากหลักสูตรที่ได้ศึกษาในระดับบัณฑิตศึกษา เป็นเวลา 1 ภาคการศึกษา หลังจากนั้นได้นำความรู้ที่ได้รับไปฝึกปฏิบัติกับผู้ป่วยและผู้คิดเชื่อในคลินิกให้บริการยาต้านไวรัสเอดส์ และกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชนร่วมกับทีมปรับพฤติกรรมสุขภาพ ประมาณ 15 ครั้ง ก่อนที่จะดำเนินการวิจัยกับกลุ่มทดลอง

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา ไปถึง อธิบดีกรมพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ และผู้ปกครองสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี ซึ่งมีอำนาจหน้าที่ตามกฎหมายในการดูแลรับผิดชอบเด็กวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์แทนบิดามารดา ก่อนเข้าร่วมรวบรวมข้อมูลจากเด็กวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยอธิบายให้กลุ่มตัวอย่างทราบถึงวัตถุประสงค์ และขั้นตอนในการศึกษาและการรวบรวมข้อมูล กลุ่มตัวอย่างมีอิสระที่จะสมัครเข้าร่วมการวิจัย โดยไม่มีข้อบังคับใดๆ และมีเวลาในการตัดสินใจในการให้ข้อมูล กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิที่จะยกเลิก หรือถอนตัวออกจากการวิจัยตลอดเวลาของ

การทำวิจัย โดยจะไม่มีคำถามใด ๆ และจะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปี จะต้องได้รับการเซ็นยินยอมจากผู้ปกครองสถานสงเคราะห์เด็กชาย บ้านบางละมุง การนำเสนอ หรือการอภิปรายผลข้อมูลในรายงานการวิจัยใช้การนำเสนอในภาพรวมของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด หลังจากการเสร็จสิ้นการวิจัย และเมื่อประเมินผลพบว่าการสร้างจินตภาพได้ผลในการลดภาวะซึมเศร้าผู้วิจัยจะดำเนินกิจกรรมการสร้างจินตภาพให้กลุ่มตัวอย่างกลุ่มที่ได้รับการดูแลปกติเหมือนกับกลุ่มทดลอง

การรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยมีขั้นตอนในการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. จัดเตรียมการ ขออนุญาตแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพาถึงอธิบดีกรมพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เพื่อขออนุมัติในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. เข้าพบอธิบดีกรมพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เพื่อขออนุมัติในการเก็บรวบรวมข้อมูล และนำหนังสืออนุมัติดังกล่าว เข้าพบผู้ปกครองสถานสงเคราะห์เด็กชาย บ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี ในวันที่ 24 พฤษภาคม 2549 อธิบายรายละเอียดของการทดลองและขออนุญาตในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. ติดต่อประสานงานกับนักสังคมสงเคราะห์ ครูผู้ดูแล พ่อบ้าน และแม่บ้าน เพื่ออธิบายวัตถุประสงค์และขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ รวมทั้งร่วมกันกำหนดวันและเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้เวลาที่เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างมากที่สุด คือ ในวันพุธ และวันอาทิตย์ เวลา 17.00 น.-18.00 น.
4. การดำเนินการวิจัย โดยเริ่มจากการสำรวจแบบประเมินภาวะซึมเศร้าก่อนการทดลอง ในวันที่ 31 พฤษภาคม 2549 หลังจากนั้นเริ่มการทดลองในวันที่ 4 มิถุนายน 2549 สัปดาห์ละ 2 ครั้งเป็นเวลาทั้งสิ้น 5 สัปดาห์ เมื่อสิ้นสุดการทดลองให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบประเมินภาวะซึมเศร้า ในวันที่ 5 กรกฎาคม 2549 ต่อจากนั้น 1 เดือน ให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบประเมินภาวะซึมเศร้าอีกครั้งในระยะติดตามผล ในวันที่ 30 กรกฎาคม 2549

การดำเนินการทดลอง

แบบแผนการทดลอง การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง โดยดำเนินการวิจัยแบบมีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง และติดตามผล (Control Group Pretest-Posttest and Follow-Up Design) โดยมีแบบแผนการวิจัยดังนี้

ตารางที่ 1 แบบแผนการทดลอง

กลุ่ม	ทดสอบก่อน	ตัวแปรต้น	ทดสอบหลัง	ติดตามผล
ทดลอง (RE)	T ₁	X	T ₂	T ₃
ควบคุม (RC)	T ₄	-	T ₅	T ₆

ความหมายของสัญลักษณ์

RE	แทน	กลุ่มที่ได้รับการฝึกการสร้างจินตภาพ
RC	แทน	กลุ่มควบคุม
T ₁	แทน	การทดสอบก่อนการทดลองของกลุ่มที่ได้รับการฝึกการสร้างจินตภาพ
T ₂	แทน	การทดสอบหลังการทดลองของกลุ่มที่ได้รับการฝึกการสร้างจินตภาพ
T ₃	แทน	การทดสอบในระยะติดตามผลของกลุ่มที่ได้รับการฝึกการสร้างจินตภาพ
T ₄	แทน	การทดสอบก่อนการทดลองของกลุ่มควบคุม
T ₅	แทน	การทดสอบหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม
T ₆	แทน	การทดสอบในระยะติดตามผลของกลุ่มควบคุม
X	แทน	การฝึกการสร้างจินตภาพ

ขั้นตอนในการดำเนินการทดลอง

มีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

1. ระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยสำรวจภาวะซึมเศร้าของเด็กวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านบางละมุง จำนวน 70 คน ในวันที่ 31 พฤษภาคม 2549 เพื่อประเมินระดับคะแนนภาวะซึมเศร้าก่อนการทดลอง ตรวจให้คะแนนแล้วคัดเลือกเด็กวัยรุ่นที่มีคะแนนภาวะซึมเศร้าตั้งแต่ 15 คะแนนขึ้นไป ไม่มีอาการทางจิตประสาท การรับรู้เรื่องเวลา บุคคล สถานที่ ไม่มีความบกพร่องในการทำงานของสมองด้านความรู้ ความเข้าใจ (Cognitive Impairment) ไม่มีโรคประจำตัวใด ๆ และไม่เคยฝึกการสร้างจินตภาพมาก่อน ได้จำนวน 38 คน สอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมกิจกรรมซึ่งเด็กวัยรุ่นสมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมทั้ง 38 คน แต่ด้วยข้อจำกัด คือ เด็กวัยรุ่น 2 คน ไม่สามารถอ่านและเข้าใจภาษาไทยได้ดีพอ เนื่องจากเป็นเด็กชาวเขา และมาอาศัยอยู่ที่สถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านบางละมุง ไม่นาน ผู้วิจัยจึงได้คัดเลือกเด็กวัยรุ่น 2 คนนี้ออกจากงานวิจัย แต่ให้เข้าร่วมทำกิจกรรมด้วย โดยไม่นำผลการวิจัยของทั้ง 2 คนนี้มาวิเคราะห์ข้อมูล คงเหลือผู้ที่สามารถเข้าร่วมโปรแกรมได้

36 คน หลังจากนั้นผู้วิจัยได้จับสลากเพื่อแบ่งกลุ่ม โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 18 คน และกลุ่มควบคุม 18 คน เก็บค่าคะแนนภาวะซึมเศร้าที่ได้เป็นค่าคะแนนก่อนการทดลอง และนำข้อมูลมาเปรียบเทียบ อายุและระดับคะแนนภาวะซึมเศร้าเฉลี่ยของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมอีกครั้ง โดยใช้สถิติ Independent t-test ซึ่ง ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และประเมินความสามารถในการสร้างจินตภาพ ตามแบบประเมินที่ดัดแปลงมาจาก Kid Imaging Ability Questionnaire (Kristine, Mary, & Tara, 2000) ก่อนการทดลอง ซึ่งกลุ่มทดลองทุกคนได้คะแนนความสามารถในการสร้างจินตภาพ (KIAQ) มากกว่า 50 % (KIAQ มากกว่า 50 % ถือว่ามีความสามารถในการสร้างจินตภาพได้)

2. ระยะทดลอง ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

2.1 กลุ่มทดลอง ผู้วิจัยพบกลุ่มทดลอง แนะนำตนเอง อธิบายวัตถุประสงค์ของการวิจัย พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการทำวิจัย และพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง และอธิบายให้กลุ่มตัวอย่างทราบถึงความหมาย ประโยชน์ และขั้นตอนในการสร้างจินตภาพ เนื่องจากการที่บุคคลมีความเข้าใจ และยินดีที่จะสร้างจินตภาพ จะทำใหบุคคลนั้นเกิดความตั้งใจ และมีทัศนคติที่ดี ส่งผลให้การสร้างจินตภาพได้ง่ายขึ้น

2.2 ผู้วิจัยจัดสิ่งแวดล้อมให้มีความเหมาะสมในการสร้างจินตภาพ โดยจัดห้องที่จะทำการสร้างจินตภาพได้ ไม่มีเสียงภายนอกมารบกวน ภายในห้องไม่ร้อน หรือเย็นเกินไป รวมทั้ง ประเมินปัญหาทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจของกลุ่มตัวอย่างก่อนทำการทดลอง ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยดำเนินการฝึกสร้างจินตภาพให้กับกลุ่มทดลองในวันพุธ และวันอาทิตย์ เวลา 17.00-18.00 น. เนื่องจากเป็นช่วงเวลาที่กลุ่มตัวอย่างมีความพร้อมมากที่สุด

2.3 ให้กลุ่มทดลองเข้าร่วมฝึกการสร้างจินตภาพตามโปรแกรม จำนวน 10 ครั้ง ๆ ละ 15 นาที สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ติดต่อกันเป็นเวลา 5 สัปดาห์ ตั้งแต่วันที่ 4 มิถุนายน 2549 ถึง 5 กรกฎาคม 2549 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสังเกตพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่าง และหลังจากสิ้นสุดการดำเนินการสร้างจินตภาพ ผู้วิจัยจะสัมภาษณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นหลังจากการสร้างจินตภาพเป็นรายบุคคล และประเมินความสามารถในการสร้างจินตภาพโดยใช้แบบประเมิน KIAQ เมื่อสิ้นสุดการฝึกสร้างจินตภาพในครั้งที่ 5 และ ครั้งที่ 10

2.4 กลุ่มควบคุม ได้รับการดูแลตามโปรแกรมปกติของสถานสงเคราะห์ ไม่ได้เข้าร่วมการทดลองใด ๆ นอกจากการทดสอบภาวะซึมเศร้า 3 ระยะ พร้อมกับกลุ่มทดลอง คือ ระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที และระยะติดตามผล

3. ระยะหลังการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

3.1 เมื่อสิ้นสุดโปรแกรมแล้ว ให้ทั้ง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทำแบบประเมินภาวะซึมเศร้าอีกครั้งหนึ่ง สรุปกิจกรรมทั้งหมดที่ได้ดำเนินการมา รวมทั้งผลดีต่าง ๆ

ที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรม นำข้อมูลมาวิเคราะห์ พร้อมทั้งเก็บคะแนนที่ได้ไว้เป็นคะแนน
ระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที (Post-Test)

3.2 ในระยะหลังทดลองและในระยะติดตามผล พบว่า วิทยุร่นในกลุ่มควบคุม
มีแนวโน้มที่จะมีภาวะซึมเศร้ารุนแรงขึ้น เพื่อเป็นการป้องกันผลกระทบที่อาจจะเกิดขึ้นจากภาวะ
ซึมเศร้า เมื่อผู้วิจัยประเมินผลแล้วพบว่า การสร้างจินตภาพสามารถลดภาวะซึมเศร้าให้กับวิทยุร่น
ในกลุ่มทดลองได้ ผู้วิจัยจะดำเนินการฝึกการสร้างจินตภาพให้กับกลุ่มควบคุมด้วย

4. ระยะติดตามผล ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

4.1 หลังการทดลองเสร็จสิ้นเป็นเวลาประมาณ 1 เดือน (4 สัปดาห์) ผู้วิจัยให้กลุ่ม
ตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทำแบบประเมินภาวะซึมเศร้าอีกครั้ง ในวันที่
30 กรกฎาคม 2549 ซึ่งจากการศึกษาของ คีบารา และเจอร์ลด์ (Debarah & Jerald, 1999) ที่ได้อธิบาย
ถึงกระบวนการจำที่มีความสัมพันธ์กับระยะของการติดตามผลการทดลอง คือ บุคคลจะเก็บสิ่งที่
รับรู้ไว้ในประสาทสัมผัส เป็นความจำระยะสั้น (Short Term Memory) เป็นเวลาประมาณ
2-3 สัปดาห์ หลังการเรียนรู้เรื่องนั้น ๆ เป็นความจำชั่วคราวซึ่งใช้ประโยชน์ได้ในขณะนั้น
ต่อจากนั้นจึงมีการเก็บสะสมเรื่องราวไว้ในประสาทสัมผัส จัดระเบียบเนื้อหา แปลงเป็นรหัส เก็บไว้
จนกว่าต้องการใช้ จึงจะดึงออกมาใช้ประโยชน์ได้ และจะเป็นความจำที่ถาวร (Long Term Memory)
ซึ่งแสดงให้เห็นว่าในระยะติดตามผล 1 เดือน (4 สัปดาห์) น่าจะเป็นเวลาที่เหมาะสม และจาก
การศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวกับการสร้างจินตภาพส่วนใหญ่ พบว่า ระยะติดตามผลที่ใช้ในงานวิจัยอยู่
ในช่วงเวลา 4 สัปดาห์ (Ellen, 1990; Cordero, 1990; Gold, 1982) ผู้วิจัยจึงใช้ระยะการติดตามผลที่
4 สัปดาห์ ในงานวิจัยครั้งนี้

4.2 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ พร้อมทั้งเก็บคะแนนที่ได้ไว้เป็นคะแนนระยะติดตามผล
(Follow-Up) และนำไปวิเคราะห์ข้อมูลทั้งหมดต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ของการตอบ และนำมา
วิเคราะห์ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป สถิติที่ใช้คือ สถิติเชิงพรรณนา
การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (Repeated Measures Analysis of Variance) และ
สถิติทดสอบค่าที โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างนำมาวิเคราะห์ด้วยการแจกแจงความถี่ จำนวน ร้อยละ
ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะซึมเศร้าระหว่างระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลองทันทีและระยะติดตามผลอีก 1 เดือน ด้วยสถิติ Repeated Measures Analysis of Variance ของ ฮาวเวล (Howell, 1997, pp. 457-482) และทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะซึมเศร้าในแต่ละระยะ โดยใช้สถิติทดสอบค่าที (t-test)

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University