

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

โปรแกรมการส่งเสริมการทำหน้าที่ครอบครัว

สถาปัตยกรรมศาสตร์

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎี
1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพและ ค่านิยมร่วมกันระหว่าง ระหว่างผู้วิจัยกับผู้ช่วยที่ สุธาและครอบครัว พร้อมทั้ง ชี้แจงการเข้าร่วม โครงการวิจัย	1. สร้างสัมพันธภาพ 1.1 ผู้วิจัยไปพบผู้ช่วยและครอบครัวที่ ด้วยคำแนะนำตนเองกับผู้ช่วยและครอบครัว ด้วยสื่อที่ ทำทางที่เป็นมิตร หลังจากนั้นให้ผู้ช่วยและครอบครัวแนะนำตนเอง	10 นาที		- การสร้างสัมพันธภาพ โดยคำแนะนำ ตนเองเป็นการสร้างความคุ้นเคยจะทำให้ ลดความตึงเครียด วิตกกังวล สร้างความ ไว้วางใจ ซึ่งจะนำไปสู่ความร่วมมืออย่าง ต่อเนื่อง (อุมพร ธรรมสมบัติ, 2544 ,หน้า 127) นอกจากนี้ความถี่ของการ ปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวหรือการที่ ครอบครัวจะยอมรับวิธีการแก้ปัญหา หรือไม่อย่างไรนั้นขึ้นอยู่กับสัมพันธภาพ ระหว่างพยาบาลกับครอบครัว (Bohn, Wright, & Moules, 2003; Duhamel & Talbot, 2004 อ้างในจินตนา วัชรสินธุ์, 2548) - การชี้แจงวัตถุประสงค์ที่ชัดเจน วิธีการ ดำเนินการ ระยะเวลา และขอบเขตของการ สนทนารวมถึงขั้นตอนในการดำเนินการ วิจัย จะช่วยลดความวิตกกังวล และช่วยให้ เพิ่มสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับ ครอบครัวมากขึ้น (Wright & Leahey, 2000)
	1.2 ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย วิธีการดำเนินการวิจัย ระยะเวลา และขอบเขตของการสนทนา และขั้นตอนในการ ดำเนินการวิจัย การเข้าร่วมการวิจัย ชี้แจงในวัน เวลา สถานที่ในการ รับโปรแกรมการส่งเสริมการทำหน้าที่ครอบครัว			

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่ออุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎี
2. เพื่อให้ผู้ป่วนที่ติดสุราและครอบครัวเข้าใจในบริบทของครอบครัว ความเชื่อต่อการติดสุราและสะท้อนคิดในการทำหน้าที่ของครอบครัว	2. ผู้วิจัยกับผู้ป่วนและครอบครัวร่วมกันประเมินเกี่ยวกับบริบทของครอบครัว โดยประเมินเกี่ยวกับโครงสร้างของครอบครัว เช่น โครงสร้าง พันธกรรมของครอบครัว (Genogram) แผนผังสัมพันธภาพของครอบครัว (Ecomap) แผนผังสัมพันธภาพของครอบครัวในครอบครัว และสัมพันธภาพของครอบครัวด้วยและครอบครัวได้หันถึงบริบท และการพูดคุยเปิดโอกาสให้เล่าและสอบถามผู้ป่วนและผู้ป่วนถึงผู้ป่วนปฏิบัติต่อครอบครัวและความรู้สึก และพบทวนถึงผู้ป่วนปฏิบัติต่อครอบครัวและครอบครัวปฏิบัติต่อผู้ป่วน การแสดงความรู้สึกต่อการปฏิบัติในพร้อมทั้งกล่าวชื่นชมบุคคลและครอบครัวในความสามารถหรือพฤติกรรมที่ดีที่บุคคลและครอบครัวกระทำ โดยใช้แนวคำถามปลายเปิดดังนี้ “ท่านมีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับการทำหน้าที่ครอบครัวในครอบครัวของท่าน” “ขอให้ท่านช่วยเล่ากิจกรรมที่ท่านทำในแต่ละวัน (เริ่มตั้งแต่ต้นเช้าจนเย็น)” ผู้วิจัยขอให้ผู้ป่วนประเมินการทำหน้าที่ครอบครัวของตนเองโดยใช้นาฬิกา “ถ้าท่านจะให้คะแนนการทำหน้าที่ครอบครัวของท่าน ระหว่าง 1 - 10 (1= ไม่ดี และ 10 = ดีมาก) ท่านจะให้คะแนนการทำหน้าที่	30 นาที 15 นาที	- แบบบันทึกโครงสร้าง พันธกรรมของครอบครัว (Genogram) - แผนผังสัมพันธภาพของครอบครัว (Ecomap) - แผนผังสัมพันธภาพของครอบครัว (Relationship)	- การประเมินเกี่ยวกับบริบทของครอบครัว โดยประเมินเกี่ยวกับโครงสร้างของครอบครัวเป็นขั้นตอนของการค้นหาปัญหาที่เกิดขึ้น ทำให้ครอบครัวและพยาบาลมองเห็นภาพของครอบครัวชัดเจนขึ้น และช่วยให้พยาบาลคำนึงถึงครอบครัวในการดูแลผู้ป่วยมากขึ้น ซึ่งในการเข้าใจบุคคลนั้นจะต้องเข้าใจบริบทที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน และวิธีการแก้ปัญหาของครอบครัว (Wright & Leahey, 2000) - การให้ความชื่นชมในความสามารถหรือพฤติกรรมที่ดีที่บุคคลและครอบครัวกระทำ ทำให้ครอบครัวรู้สึกว่ามีคุณค่า รู้สึกถึงความดี และสามารถของครอบครัว เป็นการเพิ่มความมั่นใจในความสามารถของครอบครัว และช่วยลดความทุกข์ทรมานของครอบครัว และมีพลังที่จะต่อสู้ชีวิตหรือกระทำการพฤติกรรมที่ดีต่อไป อีกทั้งยังเป็นการส่งเสริมสัมพันธภาพที่ดีเพิ่มเติมการ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎี
	ครอบครัวของท่าน ทำอะไร” กรณี คณะเนนน้อย ผู้วิจัยถามต่อว่า “แล้วท่านคิดว่าทำอะไรจะทำได้บ้าง” คณะเนนจึงจะเพิ่มขึ้น” กรณี คณะเนนมาก ผู้วิจัยถามต่อว่า “แล้วท่านคิดว่าทำอะไรจะทำได้บ้าง” คณะเนนจึงจะเพิ่มขึ้น” หรือเพิ่มขึ้นกว่าเดิม” ผู้วิจัยขอให้ครอบครัวประเมินการทำหน้าที่ที่ครอบครัวของท่านเอง โดยภาพรวม โดยใช้มาตรา “ถ้าท่านจะให้คะแนนการทำหน้าที่ที่ครอบครัวในภาพรวม ระหว่าง 1 – 10 (1= ไม่ดี และ 10 = ดีมาก) ท่านจะให้คะแนนการทำหน้าที่ที่ครอบครัว โดยภาพรวมเท่าไร” กรณี คณะเนนน้อย ผู้วิจัยถามต่อว่า “แล้วท่านคิดว่าทำอะไรจะทำได้บ้าง” คณะเนนจึงจะเพิ่มขึ้น” กรณี คณะเนนมาก ผู้วิจัยถามต่อว่า “แล้วท่านคิดว่าทำอะไรจะทำได้บ้าง” คณะเนนจึงจะเพิ่มขึ้น” หรือเพิ่มขึ้นกว่าเดิม” “ท่านคิดว่าการทำงานนี้ที่ในครอบครัวของท่านมีสิ่งใดบ้างที่ต้องการเปลี่ยนแปลง” “ท่านต้องการเห็นการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับการทำหน้าที่ที่ครอบครัวในครอบครัวเป็นอย่างไร ” “ท่านต้องการให้ครอบครัวปฏิบัติตามต่อท่านอย่างไรบ้าง” “ท่านมีความเชื่อเกี่ยวกับการสื่อสารอย่างไร”			ยอมรับของครอบครัว และเกิดความไว้วางใจระหว่างพยาบาลและครอบครัว (Wright & Leahey, 2000) - การประเมินครอบครัวที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วย และครอบครัวผู้วิจัยใช้คำถามปลายเปิด (opened questioning) เพื่อให้ครอบครัวมีโอกาสในการตอบ ให้ความกระจำของข้อมูล (อุมาพร ตังค์สมบัติ, 2544, หน้า 144)

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่ออุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎี
	“การดื่มสุราของท่านมีผลกระทบต่อการรวบรวมถึงการทำหน้าที่ครอบครัวอย่างไร” “ท่านจัดการเกี่ยวกับการดื่มสุราอย่างไร” “การดื่มสุราของสามี มีผลกระทบต่อการรวบรวมถึงการทำหน้าที่ครอบครัวอย่างไร” “ลูก หรือ ภรรยาของคุณมีปฏิกิริยาต่อการดื่มสุราของท่านอย่างไร” ในกรณีที่ผู้ป่วยและครอบครัวได้ออกเล่าถึงการปฏิบัติตัวที่ขัดแย้งกันที่ข้อมูล ดังนี้ - จากการบอกเล่าของผู้ป่วยและครอบครัว - จากการสังเกตของผู้วิจัยขณะสนทนา โดยสังเกตสีหน้า ท่าทาง และน้ำเสียงของผู้ป่วยและครอบครัว กรณีที่ผู้ป่วยและครอบครัวกล่าวถึงการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยและครอบครัวที่เกิดขึ้นในแง่ดี ผู้วิจัยกล่าวยกย่องชมเชยผู้ป่วยและครอบครัว 3. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้ป่วยและครอบครัวถามคำถาม 1 คำถามที่ต้องการคำตอบ (one question) หลังจากพูดคุยกันวันนี้ และมอบหมายการบ้านให้ผู้ป่วยและครอบครัวทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น รับประทานอาหารเย็นร่วมกัน หรือคุยกันที่บ้านในเรื่องที่ไม่ขัดแย้ง รับประทานอาหารจะคุยเรื่องอะไรก็ได้แต่ควรเป็นเรื่องที่ไม่ขัดแย้งกัน เพื่อให้เกิดการส่งเสริมสัมพันธ์ภาพที่ดีภายในครอบครัว	10 นาที	แบบบันทึก พฤติกรรมการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้ป่วยและครอบครัว	- คำถามเดียวชี้ให้เห็นถึงความต้องการหรือประเด็นที่สำคัญที่สุดหรือทุกขั้วตรงกันที่สุด ซึ่งอาจเป็นคำถามที่อาจเกิดขึ้นหลังจากการพูดคุยกัน หรือปัญหาที่ต้องการการแก้ไขผู้ป่วยและครอบครัวต้องการคำตอบ ซึ่งทำให้ผู้วิจัยทราบปัญหาที่ยังคงเหลืออยู่และเป็นประโยชน์ในการวางแผนเมื่อพบครั้งต่อไป (Winght & Leabey, 2000) - การมอบหมายการบ้านมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เกิดประสบการณ์ใหม่ และทักษะในด้านต่างๆ ที่จะช่วยให้ครอบครัวมีจุดสนใจหรือเป้าหมายที่ต้องทำให้สำเร็จ แทนที่จะมาเสียเวลาสนใจอยู่แต่ปัญหา (อุมพร ธรรมสมบัติ 2544, หน้า 161)

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎี
	โดยให้ผู้ป่วยและครอบครัวร่วมกันคิดกิจกรรมที่จะนำไปปฏิบัติ หลังจากนั้นผู้วิจัยกล่าวขอบคุณผู้ป่วยและครอบครัวที่ให้ความ ร่วมมือในการบอกเล่าถึงโครงสร้างของครอบครัว ความรู้สึก และ ความต้องการในการเปลี่ยนแปลงด้านการทำงานนี้ที่ครอบครัว และ นัดหมายผู้ป่วยและครอบครัวในครั้งต่อไป			

สัปดาห์ที่ 2

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎี
1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพและ คงไว้ซึ่งสัมพันธภาพที่ดี ระหว่างผู้วิจัยกับผู้ช่วยที่ติด สุราและครอบครัว	1. ผู้วิจัยไปพบผู้ป่วยและครอบครัว และเริ่มด้วยการทักทายกล่าว สวัสดี และพูดคุยเรื่องทั่วๆ ไป ให้ผู้ป่วยและครอบครัวเล่าเหตุการณ์ ที่ผ่านมา 1 สัปดาห์ (ถ้ามี/ต้องการแลกเปลี่ยน)	5 นาที		- ผู้วิจัยต้องพยายามสร้างความสัมพันธ์ที่ดี ไว้ตลอดระยะเวลาเพราะความสัมพันธ์ที่ดี จะทำให้ผู้รับการบำบัดให้ความร่วมมือ อย่างต่อเนื่อง
2. เพื่อประเมินสัมพันธภาพ ภายในครอบครัว และการ เปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรม การทำหน้าที่ที่ครอบครัวของ ผู้ป่วยที่ติดสุราและครอบครัว	2. ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ป่วยและครอบครัวเกี่ยวกับการทำงานที่มอบหมาย ให้ผู้ป่วยและครอบครัวปฏิบัติหลังจากการพบกันครั้งที่แล้ว “จากการที่ได้ทดลองปฏิบัติตามที่ได้พูดคุยกัน ในครั้งที่ผ่านมา ครอบครัวรู้สึกอย่างไร และผู้ป่วยรู้สึกอย่างไร” 3. ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ป่วยและครอบครัวเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงการ ทำหน้าที่ที่ครอบครัวที่เกิดขึ้นหลังจากการพบกันครั้งที่แล้ว “การทำหน้าที่ที่ครอบครัวในครอบครัวของท่านเป็นอย่างไรบ้าง ตอนนี้” - ผู้วิจัยจดบันทึกประเมินพฤติกรรมและการเปลี่ยนแปลงของผู้ป่วย และครอบครัว	5 นาที	- แบบบันทึก พฤติกรรมกรณี ปฏิบัติตามพันธ ระหว่างผู้ป่วยและ ครอบครัว	- การเพิ่มความรู้ถึงภาคภูมิใจในความเป็ สมาธิกับความผูกพันระหว่างสมาชิก ทำให้ ครอบครัว เข้าใจซึ่งกันและกัน รู้สึกใกล้ชิด และรักกันมากขึ้น ส่งผลให้การทำหน้าที่ ครอบครัวดีขึ้น (Wright & Leachey, 2000)
3. เพื่อให้ผู้ป่วยที่ติดสุราและ ครอบครัวสามารถเปิดเผย ความเชื่อและค่านิยมที่ เกิดขึ้นเกี่ยวกับการทำหน้าที่ ของครอบครัวได้	4. ผู้วิจัยใช้แนวคำถามกระตุ้น ให้ผู้ป่วยและครอบครัวเปิดเผยความ เชื่อและค่านิยมที่เกี่ยวกับการทำงานหน้าที่ของครอบครัว ดังนี้	30 นาที		- การเปลี่ยนแปลงขึ้นกับการรับรู้ปัญหา การเปลี่ยนแปลงที่ขึ้นจะต้องมาจากการ เปลี่ยนแปลงระบบความเชื่อของบุคคลหรือ ครอบครัวด้วย (Wright & Leachey, 2000)

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎี
	“อะไรเป็นปัญหาสำคัญที่พวกคุณต้องการแก้ไข” “ท่านมีความเชื่ออย่างไรถึงสาเหตุของการติดสุรา” “ท่านเชื่อว่าการติดสุรามีผลกระทบต่อการทำหน้าที่ที่ครอบครัวอย่างไร” “อะไรเป็นผลกระทบจากการติดสุราของท่าน ค่อยๆทำตนเองและครอบครัว (ความรุนแรงในครอบครัว, ความขัดแย้งในครอบครัว)” “ในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ท่านคิดว่า ครอบครัวท่านน่าจะมีความรู้สึกเช่นใด” ผู้วิจัยใช้แนวคำถามแบบวงกลม (circular Question) กระตุ้นให้ผู้ป่วนและครอบครัวเปิดเผยความเชื่อและค้นหาปัญหาที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับการทำหน้าที่ของครอบครัวด้านการสื่อสารดังนี้ ผู้วิจัยถามผู้ป่วน ดังนี้ “ท่านเชื่อว่าสมาชิกในครอบครัวของท่านคนใดที่รู้สึกถึงเครียดมากที่สุดจากการดื่มสุราของท่าน และเขาแสดงออกอย่างไรเวลาท่านดื่มสุรา หรือท่านปฏิบัติต่อเขาอย่างไร” “นอกจากนี้ใครบ้างที่รู้สึกทุกข์ทรมานจากการที่ท่านดื่มสุรา” “ท่านคิดว่าภรรยา และลูกของท่านรู้สึกอย่างไรต่อการดื่มสุราของท่าน” “ท่านคิดว่าถ้าท่านไม่ดื่มสุรา ภรรยา และลูกของท่านรู้สึกอย่างไร”		- แบบบันทึกพฤติกรรมกรณีปฏิบัติหน้าที่ระหว่างผู้ป่วนและครอบครัว	- ความเชื่อเกี่ยวกับความเจ็บป่วยเป็นการเชื่อมโยงระหว่างความทุกข์ทรมานและจิตวิญญาณ ความทุกข์ทรมานต้องการการถูกเล่า ถูกลบออก พุทธะบายความรู้สึกร ซึ่งการสนทนาสามารถช่วยลดความทุกข์ทรมานด้านร่างกาย อารมณ์ และจิตวิญญาณ (Wright, Watson & Bell, 1996) - การใช้คำถามแบบวงกลม(circular Question)ทำให้เห็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ปรากฏการณ์ ความคิดหรือความเชื่อ และความตั้งใจของครอบครัวที่จะเอื้ออำนวย หรือปรับวิถีชีวิตครอบครัวเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Wright & Leahey, 2000)

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎี
	ผู้วิจัยถามครอบครัว ดังนี้ “ท่านคิดว่าสามี/พ่อของท่านรู้สึกอย่างไรต่อการดื่มสุรา” “ถ้าพ่อของคุณไม่ดื่มสุรา แม่ของคุณจะรู้สึกอย่างไร” ผู้วิจัยใช้แนวคำถามกระตุ้นให้ผู้ป่วยและครอบครัวเปิดเผยความรู้สึกและค้นหาปัญหาที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับการทำหน้าที่ของครอบครัวด้านการแสดงบทบาท ดังนี้ “สมาชิกแต่ละคนในครอบครัวมีบทบาทหน้าที่อย่างไร” “ครอบครัวของท่านจะรู้สึกอย่างไรถ้าท่านช่วยเหลืองานที่บ้าน” ผู้วิจัยใช้แนวคำถามกระตุ้นให้ผู้ป่วยและครอบครัวเปิดเผยความรู้สึกและค้นหาปัญหาที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับการทำหน้าที่ของครอบครัวด้านการแก้ปัญหา ดังนี้ “เมื่อก่อนท่านทำอย่างไรเมื่อเกิดปัญหาขึ้น” “เมื่อสมาชิกในครอบครัวมีปัญหาครอบครัวได้มีส่วนช่วยเหลืออย่างไร” “เมื่อสมาชิกในครอบครัวมีปัญหาท่านได้ให้คำปรึกษาแก่สมาชิกในครอบครัวอย่างไร” “ถ้าพ่อของคุณพูดคุยกับแม่เกี่ยวกับการแก้ปัญหาดื่มสุรา พ่อของคุณจะพูดอย่างไร” ผู้วิจัยใช้แนวคำถามกระตุ้นให้ผู้ป่วยและครอบครัวเปิดเผยความรู้สึกและค้นหาปัญหาที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับการทำหน้าที่ของครอบครัว			

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่ออุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎี
	ด้านการตอบสนองทางอารมณ์ ดังนี้ “ท่านรู้สึกอย่างไร เมื่อรู้ว่าครอบครัวรักและห่วงใยท่าน” “ท่านและครอบครัวมีการแสดงความรัก เอาใจใส่ต่อกัน หรือไม่ อย่างไร” ผู้วิจัยใช้แนวคำถามกระตุ้นให้ผู้ป่วยและครอบครัวเปิดเผยความเชื่อและค่านิยมที่ปัญหาที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับการทำหน้าที่ของครอบครัว ด้านความผูกพันทางอารมณ์ ดังนี้ “ครอบครัวแสดงความรู้สึกอย่างไร เมื่อท่านเจ็บป่วยต้องเข้ารับรักษาตัวในโรงพยาบาล” ผู้วิจัยใช้แนวคำถามกระตุ้นให้ผู้ป่วยและครอบครัวเปิดเผยความเชื่อและค่านิยมที่ปัญหาที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับการทำหน้าที่ของครอบครัว ด้านการควบคุมพฤติกรรม ดังนี้ “ในครอบครัวของท่านมีกฎระเบียบอย่างไร และครอบครัวจะปฏิบัติตามอย่างไรเมื่อสมาชิกไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบ” 5. ผู้วิจัยจดบันทึกจากคำบอกเล่าของผู้ป่วยและครอบครัวในเรื่องความเชื่อและปัญหาที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับการทำหน้าที่ของครอบครัว ด้านการสื่อสาร ด้านการแสดงบทบาท ด้านการแก้ปัญหา การตอบสนองทางอารมณ์ ความผูกพันทางอารมณ์ และการควบคุมพฤติกรรม กรณีผู้ป่วยและครอบครัวกล่าวถึงการทำหน้าที่ของครอบครัวที่เกิดขึ้นในด้านบวกผู้วิจัยเสริมแรงบวกโดยการกล่าว	5 นาที	- แบบบันทึกพฤติกรรมกรณีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้ป่วยและครอบครัว	- คำพูดชมเชย ให้กำลังใจ ทำให้ครอบครัวรู้สึกว่ามีคุณค่า และความสามารถของครอบครัว เป็นการชี้จุดแข็งและเพิ่มความมั่นใจในความสามารถของครอบครัว และบุคคล เพื่อให้เกิดพลังที่จะต่อสู้ชีวิตหรือกระทำพฤติกรรมที่ดีต่อไป อีกทั้งเป็นการ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่ออุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎี
4. ผู้ป่วยที่ติดสุราและครอบครัวมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับผลกระทบจากการดื่มสุรา และการทำหน้าที่ยาเสพติด รวมทั้งสามารถปรับเปลี่ยนความรู้ความเข้าใจที่เป็นอุปสรรคต่อการทำหน้าที่ครอบครัว และพฤติกรรมที่มีผลต่อการทำหน้าที่ครอบครัวได้	ยกย่องชมเชยผู้ป่วยและครอบครัว เพื่อเป็นการกระตุ้นให้ผู้ป่วยและครอบครัวเกิดแรงจูงใจ และคงไว้ซึ่งสัมพันธภาพในครอบครัว 6. ผู้วิจัยเสนอข้อมูลเกี่ยวกับแนวทางการติดสุรา ผลกระทบจากการดื่มสุรา และการทำหน้าที่ครอบครัว - และเปิดโอกาสให้ผู้ป่วยและครอบครัวซักถามข้อมูล และระบบความรู้สึกร่วมกัน โดยกระตุ้นให้ผู้ป่วยและครอบครัวถามคำถามดังนี้ “มีคำถามที่ท่านอยากรู้เกี่ยวกับโรคหรือสมาชิกครอบครัวคนอื่นหรือไม่” “ถ้าท่านมีหนึ่งคำถามที่ต้องการคำตอบ ท่านจะถามว่าอะไร” หลังจากนั้นผู้วิจัยมอบหมายการบ้านให้ผู้ป่วยและครอบครัวทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น ให้ผู้ป่วยและครอบครัวใช้เวลาคุยกันที่บ้านในเรื่องที่ไม่ขัดแย้งกันเป็นเวลา 15 นาทีทุกวันจะคุยเรื่องอะไรก็ได้แต่ควรเป็นเรื่องที่ไม่ขัดแย้งกัน โดยให้ผู้ป่วยและครอบครัวร่วมกันคิดกิจกรรมที่จะนำไปปฏิบัติ ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณผู้ป่วยและครอบครัวที่ให้ความร่วมมือ นัดหมายผู้ป่วยและครอบครัวในครั้งต่อไป	20 นาที 5 นาที	คู่มือความรู้เกี่ยวกับสุรา และการทำหน้าที่ครอบครัว	ส่งเสริมสัมพันธภาพที่ดี เพิ่มการยอมรับของครอบครัว และเกิดความไว้วางใจระหว่างพยาบาลและครอบครัว (Wright & Leahey, 2000) - การแจกแจงข้อมูลเป็นการให้ความรู้ ข้อมูลที่จำเป็นแก่ครอบครัว เป็นกิจกรรมการพยาบาลตามรูปแบบ CFIM เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้ ความเชื่อ (cognition) ของการทำหน้าที่ครอบครัว ซึ่งการออกแบบปฏิบัติการพยาบาลครอบครัวพยายามที่จะออกแบบเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านความรู้ ความเชื่อ (cognition) ด้านอารมณ์ ความรู้สึก (affection) และด้านพฤติกรรม (behavior) แต่บางครั้งอาจมีหนึ่งเปลี่ยนแปลงด้านใดด้านหนึ่ง เนื่องจากเชื่อว่าการเปลี่ยนแปลงด้านอื่นๆ จะส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านการเปลี่ยนแปลงให้ความรู้จะส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลง

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎี
				- บุคคลจะเกิดการเปลี่ยนแปลงได้อย่างแท้จริงต่อเมื่อมีประสบการณ์ใหม่ที่เกิดขึ้น ไม่ใช่เพียงแต่ความเข้าใจ ดังนั้นการมอบหมายการบ้านจึงมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เกิดประสบการณ์ใหม่ และทักษะในด้านต่างๆ เช่น การสื่อสาร การแก้ปัญหา ที่จะช่วยให้ครอบครัวมีจุดสนใจหรือเป้าหมายที่ต้องทำให้สำเร็จ แทนที่จะมาเสียเวลาสนใจอยู่แต่ปัญหา (อุมาพร ตรีงคสมบัติ, 2544, หน้า 161)

สัปดาห์ที่ 3

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎี
1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพและ ความรู้สึกสัมพันธภาพที่ดี ระหว่างผู้วิจัยกับผู้วิจัยที่ติด สุราและครอบครัว	1. ผู้วิจัยไปพบผู้ป่วยและครอบครัว และเริ่มด้วยการทักทายกล่าว สวัสดี และพูดคุยเรื่องทั่วไป ให้ผู้ป่วยและครอบครัวเล่าเหตุการณ์ ที่ผ่านมา 1 สัปดาห์ (ถ้ามี) ต้องการแลกเปลี่ยน)	5 นาที		- ผู้วิจัยต้องพยายามสร้างความสัมพันธ์ที่ดี ให้ตลอดระยะเวลาเพราะความสัมพันธ์ที่ดี จะทำให้ผู้รับการบำบัดให้ความร่วมมือ อย่างต่อเนื่อง
2. เพื่อประเมินสัมพันธภาพ ภายในครอบครัว และการ เปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรม การทำหน้าที่ครอบครัวของ ผู้ป่วยที่ติดสุราและครอบครัว	2. ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ป่วยและครอบครัวเกี่ยวกับความเป็นที่มอบหมาย ให้ผู้ป่วยและครอบครัวปฏิบัติหลังจากการพบกันครั้งนี้แล้ว “จากการที่ได้ทดลองปฏิบัติตามที่ได้พูดคุยกัน ในครั้งที่ผ่านมามี ครอบครัวรู้สึกอย่างไร และผู้ป่วยรู้สึกอย่างไร ”	10 นาที	- แบบบันทึก พฤติกรรมการมี ปฏิสัมพันธ์ ระหว่างผู้ป่วยและ ครอบครัว	- การที่ครอบครัวได้ทำกิจกรรมร่วมกันจะ ช่วยเพิ่มความผูกพันระหว่างสมาชิก ทำให้ สมาชิกรู้สึกภาคภูมิใจในความเป็น ครอบครัว เข้าใจซึ่งกันและกัน ผู้ติดใช้ชีวิต และรักกันมากขึ้น ส่งผลให้การทำหน้าที่ ครอบครัวดีขึ้น (Wright & Leahey, 2000)
3. เพื่อให้ครอบครัวมีการ เปลี่ยนแปลงการทำหน้าที่ ของครอบครัวอย่างเหมาะสม และต่อเนื่อง	3. ผู้วิจัย ผู้ป่วยและครอบครัวพูดคุยประเมินพฤติกรรมที่แสดงถึง การเปลี่ยนแปลงการทำหน้าที่ของครอบครัวซึ่งได้จากการพูดคุยใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาดังนี้ “จากการที่ได้พบกันมา 3 สัปดาห์ มีการเปลี่ยนแปลงอะไรบ้างใน ครอบครัว/สามี ” “ท่านรู้ได้อย่างไรว่าสามีมีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น ” “ท่านคิดว่าการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนั้นเกิดจากอะไร ”	30 นาที		- การเปลี่ยนแปลงการทำหน้าที่ครอบครัว เป็นการเปลี่ยนแปลงที่ซับซ้อนและยั่งยืนซึ่ง จะเกิดขึ้นภายใต้ความเชื่อและบริบทของ ครอบครัว ซึ่งเป็นเป้าหมายของการ ปฏิบัติการพยาบาลครอบครัว

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่ออุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎี
	- ผู้วิจัยถามผู้ป่าวว่า “การเลิกดื่มสุราของท่านมีผลต่อครอบครัวอย่างไร” ในกรณีนี้ผู้ป่าวและครอบครัวบอกเล่าถึงการเปลี่ยนแปลงนั้นผู้วิจัยจะกระตุ้นต่อเพื่อให้อธิบายเพิ่มเติม “ท่านคิดว่าอะไรเป็นแรงบันดาลใจที่ทำให้ครอบครัวของท่านมีการทำหน้าที่ของครอบครัวที่ดี” “ครอบครัวคิดว่ามีการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนี้จะส่งผลต่อสามีอย่างไร” “ท่านคิดว่าการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนี้จะส่งผลต่อครอบครัวอย่างไร” ผู้วิจัยขอให้ผู้ป่าวและครอบครัวประเมินการทำหน้าที่ครอบครัวของตนเองโดยภาพรวม โดยใช้มาตรา “ผู้ท่านจะให้คะแนนการทำหน้าที่ครอบครัวในภาพรวม ระหว่าง 1-10 (1= ไม่ดี และ 10 = ดีมาก) ท่านจะให้คะแนนการทำหน้าที่ครอบครัวโดยภาพรวมเท่าไร” เมื่อผู้ป่าวและครอบครัวบอกเล่าถึงการเปลี่ยนแปลงในทางบวก ผู้วิจัยให้คำชมเชยเสริมแรงบวกแก่ผู้ป่าวและครอบครัว “จากการที่ได้พูดคุยกับมา เราได้ค้นพบว่าการทำหน้าที่ของครอบครัวในด้านการสื่อสาร การแสดงบทบาท การแก้ปัญหา การตอบสนองทางอารมณ์ ความผูกพันทางอารมณ์ การควบคุมพฤติกรรม และการทำ	10 นาที		

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎี
	หน้าที่ทั่วไปของครอบครัวท่านเป็นลักษณะดังนี้ - ด้านการสื่อสาร..... - ด้านการแสดงบทบาท..... - ด้านการแก้ปัญหา..... - ด้านการตอบสนองทางอารมณ์..... - ด้านความผูกพันทางอารมณ์..... - ด้านการควบคุมพฤติกรรม..... - ด้านการทำหน้าที่ทั่วไป..... ” 4. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้ช่วยและครอบครัวได้ซักถามข้อสงสัยหรือประเด็นที่สนใจ ผู้วิจัยกระตุ้นให้ผู้ช่วยและครอบครัวดูวีซีดีการทำหน้าที่ของครอบครัวที่ดีโดยการกระตุ้นให้ครอบครัวจัดกิจกรรมแก่สมาชิกในครอบครัว เช่น สมาชิกในครอบครัวต้องรับประทานอาหารร่วมกัน ทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันในครอบครัวเพื่อเพิ่มความผูกพัน 5. หลังจากนั้นผู้วิจัยพูดคุยเกี่ยวกับการเข้าร่วมโครงการนี้ประโยชน์ที่ได้รับและความรู้สึกลึกจากการเข้าร่วมโครงการ หลังจากนั้นนักวิจัยขอขอบผู้ช่วยและครอบครัวที่ให้ความร่วมมือในการดำเนินงานวิจัย	10 นาที		- การที่ครอบครัวได้ทำกิจกรรมร่วมกันเป็นกิจกรรมการพยาบาลเพื่อการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมการทำงานที่ครอบครัว ซึ่งจะช่วยเพิ่มความผูกพันระหว่างสมาชิก ทำให้สมาชิกเกิดความภาคภูมิใจในความเป็นครอบครัว เข้าใจซึ่งกันและกัน ใช้สิทธิและรับผิดชอบร่วมกัน ส่งผลให้การทำหน้าที่ครอบครัวดีขึ้น

ภาคผนวก ข

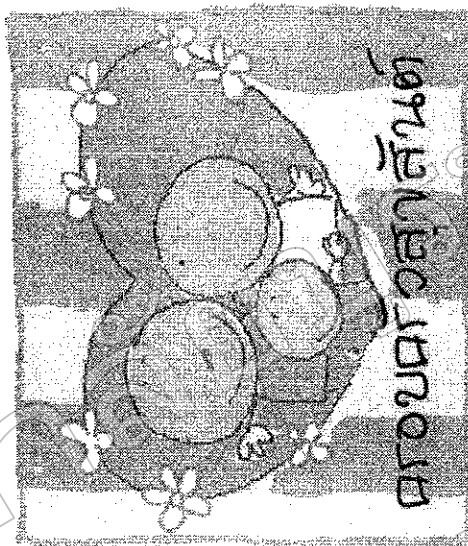
คู่มือความรู้เกี่ยวกับสุรา และการทำหน้าที่ครอบครัว

มารู้จัก.....สุรา

กับ

การทำหน้าที่ครอบครัว

กันเถอะ



โดย....สรนา มงคล

นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาการพยาบาลครอบครัว มหาวิทยาลัยบูรพา

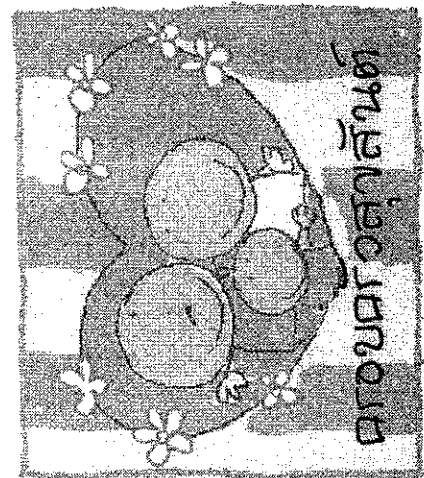


ครอบครัวคืออะไร.....?

ครอบครัวเป็นกลุ่มของบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปมาอยู่ร่วมกัน
ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัว มีลักษณะเฉพาะที่แตกต่างจาก
กลุ่มอื่น ๆ สมาชิกในครอบครัว หรือไม่ความสัมพันธ์ทางสายโลหิต
หรือ ทางกฎหมาย แต่มีการทำหน้าที่ในครอบครัวเหมือนเป็นสมาชิกใน
ครอบครัว

ครอบครัวมีการทำหน้าที่อย่างไร..... ?

การทำหน้าที่ครอบครัว เป็นกิจกรรมที่สมาชิกใน
ครอบครัวควรกระทำเพื่อประโยชน์ต่อการอยู่รอดของครอบครัว
โดยได้แบ่งการทำหน้าที่ของครอบครัวซึ่งเน้นในด้านที่สำคัญ
สำหรับการทำหน้าที่ครอบครัวในปัจจุบันไว้ เป็น 6 ด้าน ได้แก่
ด้านการปัญหา ด้านการสื่อสาร ด้านการแสดงบทบาท
ด้านการตอบสนองทางอารมณ์ ด้านความผูกพันทางอารมณ์
และ ด้านการควบคุมพฤติกรรม



- **การแก้ปัญหา** เป็นความสามารถของครอบครัวในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นอย่างเหมาะสม ทำให้ครอบครัวดำเนินไปได้ดีและปฏิบัติหน้าที่ต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ปัญหาแบ่งเป็น 2 แบบ คือปัญหาทางวัตถุ เช่น ปัญหาที่อยู่อาศัย ปัญหาการเงิน เป็นต้น และปัญหาทางอารมณ์ เช่น ความโกรธระหว่างพี่น้อง ความขมขื่นหรือไม่ไว้วางใจกันระหว่างสามี ภรรยา เป็นต้น ครอบครัวได้ที่มีปัญหาทางวัตถุเกิดขึ้นก็มักจะมีความต้องการความช่วยเหลือ เช่น ครอบครัวที่ยากจนและขาดแคลนปัจจัยสี่มักจะมีการทะเลาะเบาะแว้งกันระหว่างสามีภรรยาด้วย
- แต่ละครอบครัวมีทักษะการแก้ปัญหาแตกต่างกัน บางครอบครัวจะแก้ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับวัตถุได้หมด แต่อาจแก้ปัญหาทางอารมณ์ได้ลำบาก ครอบครัวที่มีประสิทธิภาพจะแก้ปัญหาอย่างรวดเร็วและเป็นระบบ การแก้ไขปัญหายของครอบครัวคือการชี้ชัดปัญหาและแยกแยะปัญหาออกมาได้อย่างถูกต้อง หลังจากนั้นมีการบอกกล่าวให้คนในครอบครัวรับรู้เพื่อจะได้ช่วยเหลือแก้ปัญหา และร่วมกันคิดหาหนทางและตัดสินใจเลือกวิธีแก้ปัญหาที่เหมาะสม ภายหลังการแก้ปัญหาแล้วควรติดตามและประเมินว่าวิธีแก้ปัญหาที่เลือกนั้นได้ผลมากน้อยเพียงไร
- **การสื่อสาร** ครอบครัวควรมีการแลกเปลี่ยนข้อมูลระหว่างสมาชิก ซึ่งการสื่อสารแบ่งเป็นการสื่อสารโดยใช้คำพูด และการสื่อสารโดยไม่ใช้คำพูด เช่น สีหน้า แววตา ท่าทาง เป็นต้น ครอบครัวที่มีประสิทธิภาพจะสื่อสารได้ชัดเจนและตรงต่อบุคคลเป้าหมาย ถ้าการสื่อสารมีความคลุมเครือและอ้อมค้อมมากเกินไป ครอบครัวก็จะทำหน้าที่ไม่ได้ดีเท่าที่ควร
- **บทบาท** เป็นแบบแผนพฤติกรรมที่สมาชิกประพฤติต่อกันและกันเข้า ๆ เป็นประจำ ครอบครัวที่มีประสิทธิภาพจะมีกรอบบทบาทหน้าที่อย่างชัดเจนให้กับบุคคลที่เหมาะสม แต่ครอบครัวที่มีปัญหาจะมีการมอบหมายหน้าที่อย่างไม่เหมาะสม สมาชิกบางคนต้องรับหน้าที่มากเกินไปในขณะที่คนอื่นไม่ได้ทำอะไรเลย เช่น ภรรยาต้องทำงานนอกบ้าน ทำงานบ้าน ดูแลลูกที่ป่วยหนัก เป็นต้น
- การทำหน้าที่ครอบครัวจะดำเนินไปได้ด้วยดีก็ต่อเมื่อบทบาทและหน้าที่ของสมาชิกแต่ละคนมีความสอดคล้องกัน สมาชิกมีความเอื้ออาทรต่อกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีการมอบหมายหน้าที่อย่างเหมาะสมและมีระบบควบคุมให้สมาชิกปฏิบัติตามหน้าที่ของตนโดยครบถ้วน

❖ การตอบสนองทางอารมณ์ เป็นความสามารที่จะ

ตอบสนองทางอารมณ์ต่อกันอย่างเหมาะสม อารมณ์ที่เกิดขึ้นในครอบครัว มีได้หลายแบบทั้งอารมณ์เชิงบวก เช่น อารมณ์รัก เป็นสุข และอารมณ์เชิงลบ เช่น ก้าว โกรธ เป็นต้น ครอบครัวที่ทำหน้าที่ปกตจะแสดงอารมณ์ได้หลายแบบในปริมาณและสถานการณ์ที่เหมาะสม แต่ครอบครัวที่มีปัญหา มักมีความจำกัดในการแสดงอารมณ์ เช่น แสดงออกมาน้อยเกินไป

❖ ความผูกพันทางอารมณ์ เป็นระดับความผูกพันห่วงใยที่สมาชิกแต่ละคนมีต่อกัน รวมทั้งการแสดงออกซึ่งความสนใจ และการเห็นคุณค่าของกันและกันแสดงโดยความรัก ความอบอุ่น ความเอาใจใส่ แก่สมาชิกเพื่อให้สมาชิกมีสุขภาพจิตดี มีบุคลิกภาพที่มั่นคง ครอบครัวควรมีการแสดงออกถึงความรัก เช่น การกอด การให้การดูแล เอาใจใส่ซึ่งกันและกันยามเจ็บป่วยและภาวะปกติ

❖ การควบคุมพฤติกรรม เป็นวิธีการที่ครอบครัวควบคุมหรือ จัดการกับพฤติกรรมของสมาชิก เพื่อให้สมาชิกประพฤติตนอยู่ในขอบเขตอันเหมาะสม ไม่ทำให้เกิดความเดือดร้อนแก่ตนเองและผู้อื่น พฤติกรรมที่ครอบครัวควรมีการควบคุม เช่น การกิน การนอน การคบเพื่อนฝูง การรักษาระเบียบวินัยภายในครอบครัว เป็นต้น สำหรับ

ครอบครัวการควบคุมพฤติกรรมแบบยืดหยุ่นมีประสิทธิภาพมากที่สุด เพราะเป็นไปด้วยความเข้าใจและการยอมรับในแต่ละบุคคล การควบคุม พฤติกรรมแบบี้มีการปรับเปลี่ยนกฎระเบียบไปตามความเหมาะสมของสถานการณ์ที่เกิดขึ้น

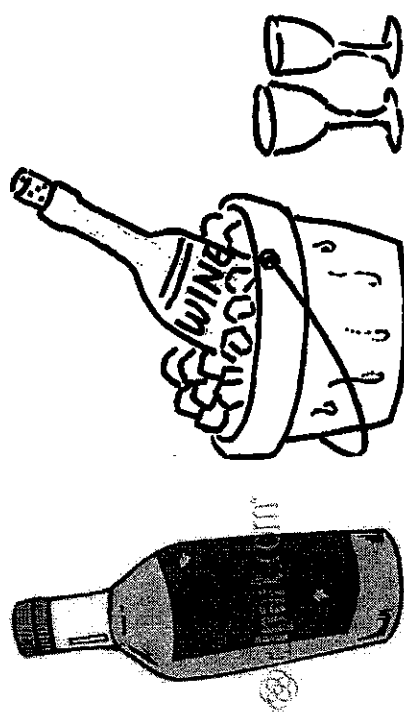
❖ ด้านการทำหน้าที่ทั่วไป เป็นพฤติกรรมในภาพรวมทั้งหมดของสมาชิกในครอบครัวที่แสดงถึง การมีความสุหรือไม่มี ความสุขของครอบครัว



เมื่อสมาชิกในครอบครัวติดสุรา....?

สุราคือ....?

หมายถึง เครื่องดื่มทุกประเภทที่มีแอลกอฮอล์ผสมอยู่ ได้แก่ เหล้า เบียร์ ไวน์ แชมเปญจ์ กระเซ่ น้ำตาลเมา ยาตอง เป็นต้น



การติดสุรามีผลเสียอย่างไร....?

ผลกระทบจากการติดสุราแบ่งออกเป็น 3 ด้าน

1. การติดสุรามีผลต่อร่างกายอย่างไร...

1. พิษของแอลกอฮอล์ต่อสมอง

1.1 พิษแบบเฉียบพลัน : เกิดอาการเมา สูญเสียการ

ทรงตัว เดินเซ สับสนเหม็นง่วงซึม อาจสลบ และถึงตายได้

1.2 พิษต่อสมองเรื้อรัง (โรคสมองพิการ) : ทำให้

สมองเสื่อม ความจำเสื่อม ประสาทหลอน หูแว่ว หลงผิด หวาดระแวง คลั่งคลั่ง

2. พิษของแอลกอฮอล์ต่อระบบทางเดินอาหาร

: ทำให้เกิดแผลในกระเพาะอาหาร เยื่อบุลำไส้เล็ก ส่วนต้นอักเสบ ท้องอืด ท้องเฟ้อ ตับอ่อนอักเสบ โรคตับแข็ง

3. พิษของแอลกอฮอล์ต่อระบบหัวใจและหลอดเลือด

: สุราทำให้หลอดเลือดขยาย หน้าแดง เกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ

4. พิษของแอลกอฮอล์ต่อระบบประสาท และต่อมไร้ท่อ

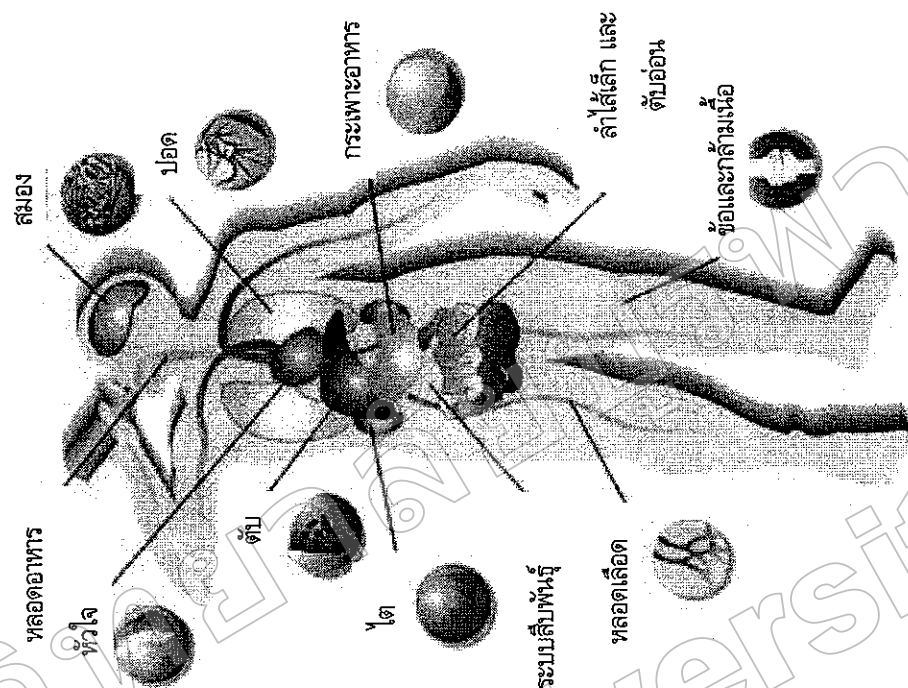
: ทำให้เกิดโรคเบาหวาน โรคข้ออักเสบ (เกาต์) โรคไตอักเสบ

5. พิษของแอลกอฮอล์ต่อระบบต่อต้านเชื้อโรค

: สุราทำให้ร่างกายมีการติดเชื้อโรคได้ง่ายขึ้น ผู้ดื่มสุรามีโอกาสที่จะเป็นโรคปอดบวมหรือโรคติดเชื้ออื่นๆ ได้ง่าย

6. พิษของแอลกอฮอล์ต่อทารกในครรภ์

: ทำให้ทารกเจริญเติบโตช้าในครรภ์ พิการ



2. การตัดสินใจผิดพลาดอย่างไร...

- ☹ บุคลิกภาพแปรปรวน อารมณ์หงุดหงิดไม่ไฝ่หาย พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไป ก้าวร้าว ทะเลาะวิวาท ซึ่มเศร้า อารมณ์เปลี่ยนแปลงเร็ว
- ☹ ไร้สติสัมปชัญญะ ไม่สนใจตนเอง ครอบครัวยุและสิ่งแวดล้อม
- ☹ การตัดสินใจบกพร่อง สมมติในการทำงานลดลง
- ☹ ขาดการยอมรับจากเพื่อนร่วมงาน
- ☹ มีความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเองลดลง ในบางรายอาจมีความคิดฆ่าตัวตาย

3. การตัดสินใจผิดพลาดอย่างไร...

- ☹ เกิดความรุนแรงขึ้นในครอบครัว เช่น ทำร้ายร่างกาย ทะเลาะเบาะแว้ง ด่าว่าด้วยถ้อยคำหยาบคาย ทำลายสิ่งของ ละเมิดสิทธิทางเพศ
- ☹ เกิดปัญหาสัมพันธภาพในครอบครัวจากการทะเลาะเบาะแว้งกันมากขึ้น และการมีสมรรถภาพทางเพศลดลงระหว่างสามีภรรยา จนทำให้เกิดปัญหาครอบครัวแตกแยกตามมา
- ☹ เศรษฐกิจ ครอบครัวจะขาดหรือสูญเสียรายได้จากการที่ผู้ตัดสินใจมีความสามารถในการทำงานลดลง ขาดงานบ่อย และยังคงเสียค่าใช้จ่ายในการที่ต้องซื้อสุราที่ดื่มจนทำให้ครอบครัวเป็นหนี้สิน
- ☹ การปฏิบัติหน้าที่ของครอบครัวไม่มีประสิทธิภาพ จากการที่ผู้ตัดสินใจขาดความรับผิดชอบในครอบครัว
- ☹ การเปลี่ยนแปลงบทบาทในครอบครัว สมาชิกบางคนต้องรับหน้าที่มากขึ้นไป

จะแก้ไขอย่างไรเมื่อสมาชิกครอบครัวติดสุรา....?

ด้านตัวผู้ติดสุราเอง

วิธีเลิกดื่มสุรา

1. ตั้งใจอย่างแน่วแน่ว่าจะเลิกดื่มสุรา
2. ลดปริมาณการดื่มสุราลงเรื่อยๆ จนกระทั่งเลิกดื่มได้เด็ดขาด สำหรับผู้ที่ดื่มจิตใจเข้มแข็งก็อาจจะลดดื่มสุราทันที
3. พยายามหลีกเลี่ยงไม่ไปงานสังสรรค์ที่มีการดื่มสุรา ไม่เข้าไปในร้านที่จำหน่ายสุรา เป็นต้น
4. ให้แพทย์ช่วยบำบัดรักษา

การรักษา

สิ่งสำคัญที่สุดที่ช่วยให้การรักษาผู้ติดสุราให้ประสบผลสำเร็จก็คือ ความจริงใจที่จะรับการบำบัดของตัวผู้

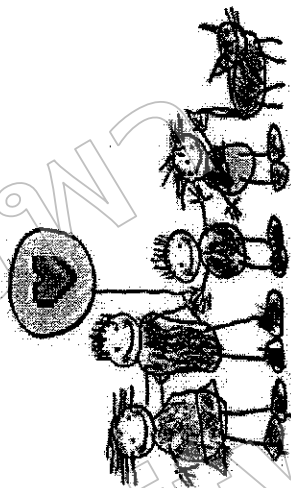
ติดสุราเอง ซึ่งจะต้องรับการบำบัดรักษาด้วยยา การใช้เครื่องมือกระตุ้นไฟฟ้า และการใช้จิตบำบัด

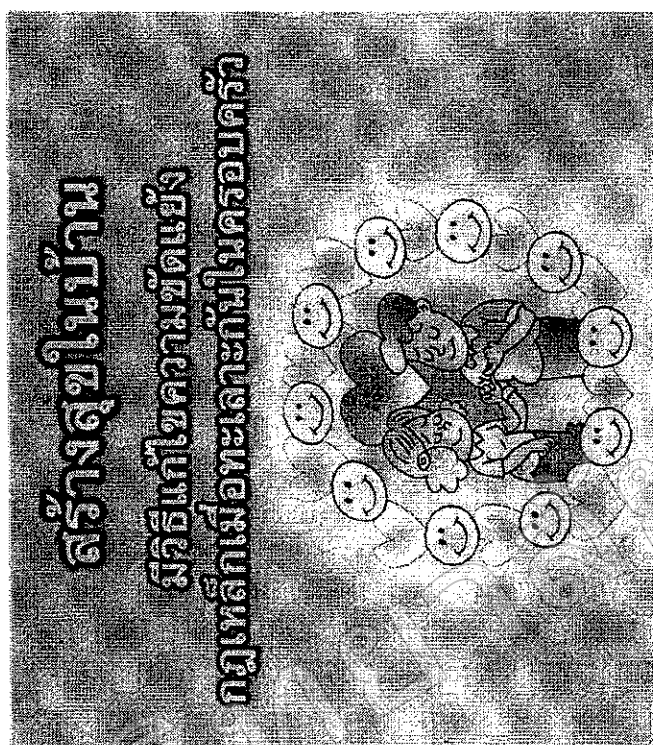


ด้านครอบครัวมีส่วนช่วยอย่างไร...?

1. ครอบครัวควรเข้าใจว่า การติตตสุรา ไม่ใช่ปัญหาของใครคนใดคนหนึ่ง แต่เป็นปัญหาของทั้งครอบครัว ซึ่งครอบครัวต้องร่วมกันแก้ไข เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น
2. ครอบครัวต้องเข้าใจความรู้สึก ความคิด สาเหตุ การติตตสุราของผู้ติตตสุรา เพื่อนำไปสู่การหือภัย ลดความเครียดของผู้ติตตสุราและครอบครัว
3. ควรสนับสนุนให้มีกิจกรรมต่างๆ เพื่อทดแทนเวลาที่ดื่มสุรา หรือดึงดูดความสนใจให้มารากลับไปดื่มสุราอีกโดยเฉพาะอารมณ์ โกรธ เหวง เครียด ดังนั้นควรลดภาวะการขัดแย้งต่างๆภายในครอบครัวซึ่งเป็นสาเหตุทำให้เกิดภาวะเครียด
4. ควรสนับสนุนให้ครอบครัวทำกิจกรรมต่างๆร่วมกัน เพื่อส่งเสริมสัมพันธภาพ และความผูกพันภายในครอบครัว

5. ควรให้กำลังใจผู้ติตตสุรา พูดถึงความคาดหวังของครอบครัวที่มีต่อผู้ติตตสุรา โดยยังหวังว่าจะใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขกับปราศจากสุรา และชื่นชมเมื่อผู้ติตตสุราทำหน้าที่ครอบครัวได้เหมาะสม เพื่อเป็นแรงกระตุ้นให้เข้ารับการรักษายาอย่างต่อเนื่อง
6. ควรให้กำลังใจ และให้การดูแลผู้ติตตสุราย่างใกล้ชิด เพื่อไม่ให้เกิดความเครียด ท้อแท้ ต่อการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้น
7. ครอบครัวควรกระตุ้นเตือนไม่ให้ผู้ติตตสุรากลับมาติตตสุราซ้ำ
8. ครอบครัวและผู้ติตตสุราควรมาขอรับคำปรึกษาจากแพทย์และพยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านการให้คำปรึกษาด้านครอบครัว เพื่อลดปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัว





- ❁ ถ้ายังโกรธอยู่ ต้องไม่พูด
- ❁ ต้องปลัดกันพูด ปลัดกันฟัง
- ❁ เมื่อฝ่ายหนึ่งพูด อีกฝ่ายควรฟัง
- ❁ พูดเฉพาะเรื่องที่จำเป็นปัญหา
- ❁ ไม่ลงมือลงมือ





- ❁ บอกเล่าเรื่องราวสนุกสนาน หยอกล้อกันบ้าง
- ❁ ช่วยกันทำงานของครอบครัว
- ❁ ไปเที่ยวด้วยกัน
- ❁ ปรึกษากันเวลามีเรื่องทุกซ่อ

ครอบครัวจะอบอุ่น
ถ้าใช้เวลาร่วมกันมากขึ้น

ภาคผนวก ค

แบบวัดการทำหน้าที่ของครอบครัวตามการรับรู้ของภรรยาที่มีสามีติดสุรา

แบบสอบถาม

เรื่อง

ผลของโปรแกรมการส่งเสริมการทำหน้าที่ครอบครัว ต่อการทำหน้าที่ของครอบครัวที่มีสมาชิกติดสุรา

คำชี้แจง

แบบสอบถามในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบวัดการทำหน้าที่ของครอบครัว ซึ่งไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด จึงใคร่ขอความร่วมมือในการตอบแต่ละข้อให้ตรงความเป็นจริง ตามความรู้สึของท่านมากที่สุด โดยคำตอบที่ได้รับจากท่านจะสรุปออกมาเป็นภาพรวม ไม่มีผลต่อท่านแต่อย่างใดไม่ว่าทางตรงหรือทางอ้อม คำตอบที่ได้รับจะเป็นความลับ และนำมาใช้วิเคราะห์ตามวัตถุประสงค์ของการศึกษาเท่านั้น

แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัยแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

- ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปส่วนบุคคลของสมาชิกที่ติดสุรา / แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปส่วนบุคคลของภรรยา
- ส่วนที่ 2 แบบสอบถามข้อมูลครอบครัว
- ส่วนที่ 3 แบบวัดการทำหน้าที่ของครอบครัวตามการรับรู้ของภรรยาที่มีสมาชิกติดสุรา

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

ชุดที่ 1 แบบสอบถามสำหรับสามี

1. ปัจจุบันท่านอายุ _____ ปี
2. สถานภาพสมรส []
 - ☐ คู่
 - ☐ โสด
 - ☐ หม้าย
 - ☐ หย่า หรือแยกกันอยู่
3. จำนวนสมาชิกในครอบครัว _____ คน [] []
4. ระดับการศึกษา []
 - ☐ ประถมศึกษา ☐ มัธยมศึกษา ☐ อนุปริญญา
 - ☐ ปริญญาตรี ☐ สูงกว่าปริญญาตรี
5. อาชีพ _____
6. รายได้ _____ บาท/เดือน
7. ความถี่ในการดื่มสุรา []
 - ☐ นานๆครั้ง เฉพาะเทศกาลสำคัญหรือการพบปะสังสรรค์
 - ☐ เดือนละ 1 – 3 วัน
 - ☐ สัปดาห์ละ 1 – 2 วัน
 - ☐ สัปดาห์ละ 3 – 5 วัน
 - ☐ ทุกวัน
8. ระยะเวลาตั้งแต่เริ่มดื่มจนถึงปัจจุบันรวม _____ เดือน _____ ปี
9. ความผิดปกติที่เกิดจากการดื่มสุรา
 - ☐ ไม่มี
 - ☐ มี ระบุ.....

10. ผลกระทบจากการติดสุราของสามี

☐ ต่อครอบครัวโดยรวม.....

.....

.....

☐ ต่อภรรยา.....

.....

☐ ต่อบุตร.....

.....

11. ความต้องการที่จะเลิกดื่มสุรา

☐ ไม่ต้องการ

☐ ต้องการ ระบุวิธีเลิกดื่มสุรา.....

.....

ชุดที่ 2 แบบสอบถามสำหรับภรรยา

1. ปัจจุบันท่านอายุ _____ ปี

2. สถานภาพสมรส

[]

☐ คู่☐ โสด☐ หม้าย☐ หย่า หรือแยกกันอยู่

3. ระดับการศึกษา

[]

☐ ประถมศึกษา☐ มัธยมศึกษา☐ อนุปริญญา☐ ปริญญาตรี☐ สูงกว่าปริญญาตรี

4. อาชีพ

[]

☐ ค้าขาย☐ รับราชการ☐ รับจ้างทั่วไป☐ ไม่มีอาชีพ☐ อื่นๆ (เช่น อาชีพอิสระ ร้านเสริมสวย)

5. รายได้ _____ บาท/เดือน

6. ระยะเวลาที่อาศัยอยู่ร่วมกับสามี _____ ปี

7. จำนวนสมาชิกในครอบครัว _____ คน

ประกอบด้วย (ระบุ) _____

8. จำนวนบุตร _____ คน

9. ผลกระทบจากการติดสุราของสามี

☐ ต่อครอบครัวโดยรวม.....

.....

.....

☐ ต่อภรรยา.....

.....

☐ ต่อบุตร.....

.....

9. ต้องการให้สามีเลิกดื่มสุราหรือไม่

☐ ไม่ต้องการ☐ ต้องการ

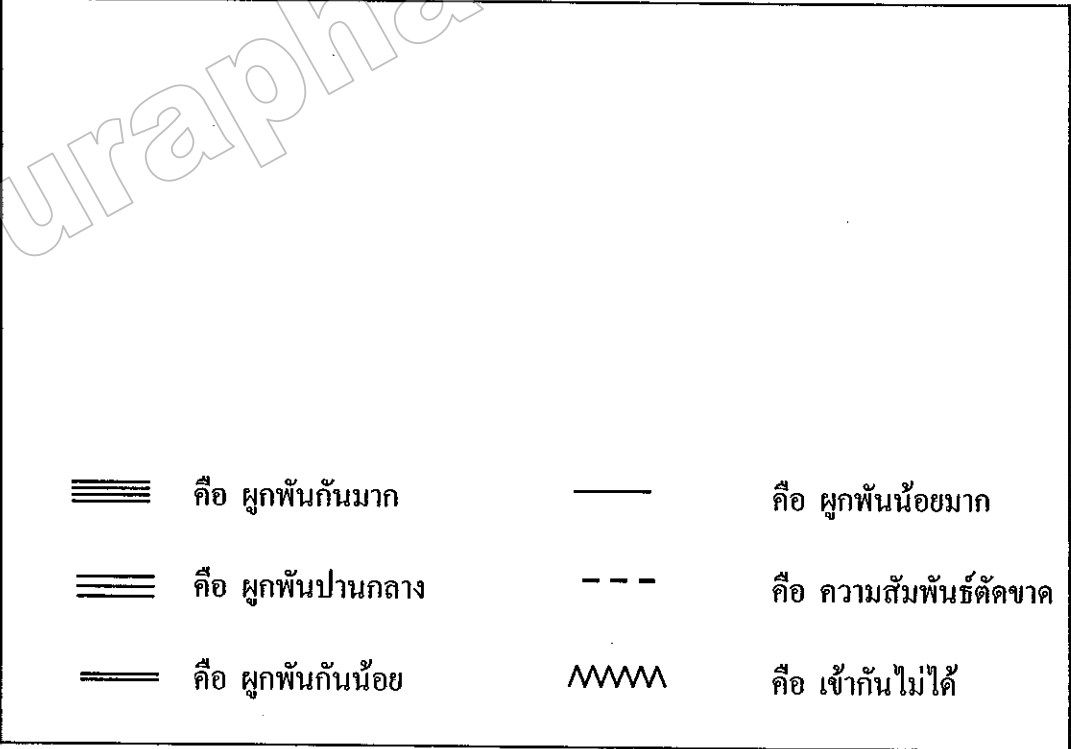
ระบุวิธีปฏิบัติ.....

2. โครงสร้างพันธุกรรมครอบครัว (Genogram)



☐ เพศชาย ○ เพศหญิง × ถึงแก่กรรม
 ◎ หรือ ◻ บุคคลที่ศึกษา ข/ด มีชีวิต/สุขภาพดี

3. โครงสร้างสัมพันธภาพของสมาชิกในครอบครัว (Relationship)



≡≡≡	คือ ผูกพันกันมาก	—	คือ ผูกพันน้อยมาก
≡≡	คือ ผูกพันปานกลาง	- - -	คือ ความสัมพันธ์ตัดขาด
≡	คือ ผูกพันกันน้อย	~~~~~	คือ เข้ากันไม่ได้

4. โครงสร้างสัมพันธภาพของครอบครัวกับสิ่งแวดล้อม (Ecomap)



มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ส่วนที่ 3 แบบวัดการทำหน้าที่ของครอบครัวตามการรับรู้ของภรรยาที่มีสามีติดสุรา

คำชี้แจง กรุณาอ่านข้อความและตัดสินใจว่าสิ่งต่างๆในแต่ละข้อตรงกับครอบครัวของท่านมาก

น้อยเพียงใด โดยเลือกคำตอบเพียงคำตอบเดียว คำตอบไม่มีถูกหรือผิด

กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความจริงมากที่สุด

ตรงมากที่สุด หมายถึง กิจกรรมนั้นทำเป็นประจำ

ตรงปานกลาง หมายถึง กิจกรรมนั้นทำเป็นบางครั้งบางวัน

ตรงเล็กน้อย หมายถึง กิจกรรมนั้นทำนานๆครั้ง

ไม่ตรงเลย หมายถึง ไม่เคยทำกิจกรรมนั้นเลย

ข้อ	ข้อความ	ตรง มาก ที่สุด	ตรง ปาน กลาง	ตรง เล็ก น้อย	ไม่ ตรง เลย	สำหรับ ผู้วิจัย
1	สมาชิกในครอบครัวช่วยกันแก้ปัญหาส่วนใหญ่ที่เกิดขึ้นในบ้านได้					[]
2	มีการพูดคุยกันเสมอว่าวิธีการแก้ปัญหาที่ทำไปนั้นได้ผลหรือไม่					[]
3	เมื่อคุณขอให้คนในครอบครัวทำอะไรให้คุณ มักไม่แน่ใจว่าเขาจะทำได้หรือไม่					[]
4	ครอบครัวของคุณแสดงความรักใคร่เอ็นดูต่อกันมากพอ					[]
5	คุณรู้สึกมีอิสระ และเป็นตัวของตัวเองเพียงพอแล้ว					[]
6	คนในครอบครัวสามารถทำผิดได้โดยไม่ต้องรับโทษ					[]
7	ทุกคนเข้ากันได้เป็นอย่างดี					[]
8	เมื่อมีปัญหา มักมีการปรึกษากันว่าจะแก้ปัญหายังไง					[]
9	บ่อยครั้งที่คุณไม่สามารถพูดในสิ่งที่คิดหรือรู้สึก					[]
10	ทุกคนในครอบครัวมีงานบ้านที่ต้องรับผิดชอบ					[]
11	แต่ละคนแสดงความรู้สึกทั้งดีและไม่ดีต่อกันอย่างเปิดเผย					[]
12	คนในครอบครัวคุณจะสนใจคุณก็ต่อเมื่อเรื่องนั้นเป็นเรื่องสำคัญสำหรับเขา					[]
13	ครอบครัวของคุณ ห้ามมีการทำร้ายร่างกายกัน (ไม่นับการตีลูกเพื่อสั่งสอน)					[]

ข้อ	ข้อความ	ตรง มาก ที่สุด	ตรง ปาน กลาง	ตรง เล็กน้อย	ไม่ ตรง เลย	สำหรับ ผู้วิจัย
14	สมาชิกในครอบครัวมีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน					[]
15	การตกลงเรื่องต่างๆร่วมกันเป็นไปได้ลำบาก เพราะไม่ค่อย เข้าใจกัน					[]
16	ทุกคนสามารถพูดกันตรงไปตรงมา ไม่อ้อมค้อม					[]
17	ครอบครัวของคุณไม่เคยขาดสิ่งจำเป็น เช่น อาหาร เสื้อผ้า ยา ฯลฯ					[]
18	บางคนในครอบครัวไม่ค่อยแสดงอารมณ์และความรู้สึก					[]
19	ทุกคนยอมรับว่า แต่ละคนมีแบบฉบับของตนเอง					[]
20	ครอบครัวของคุณรักใคร่ปรองดองกันดี					[]
21	บางคนในครอบครัวก็ยังวุ่นวายกับคนอื่นมากเกินไปจนน่า อึดอัดใจ					[]
22	ขณะนี้ครอบครัวของคุณมีความสุขพอแล้ว					[]
23	คุณรู้ชัดเจนว่าแต่ละคนรู้สึกอย่างไรเมื่อฟังจากคำพูดของเขา					[]
24	ครอบครัวของคุณ ต่างคนต่างอยู่					[]
25	ครอบครัวของคุณเผชิญปัญหาต่างๆร่วมกันได้อย่างดี					[]
26	ครอบครัวของคุณแก้ปัญหาความไม่สบายใจระหว่างกันได้ ค่อนข้างดี					[]
27	ครอบครัวของคุณมีลักษณะตามสบาย ไม่ยึดถือมาตรฐาน หรือกฎใดๆ					[]
28	ทุกคนคุณมักจะพูดคุยกันตรงๆ แทนที่จะพูดผ่านอีกคนหนึ่ง					[]
29	แต่ละคนปฏิบัติหน้าที่ได้อย่างไม่ขาดตกบกพร่อง					[]
30	ในครอบครัวของคุณ ใครจะทำอะไรก็ได้ตามใจชอบ					[]
31	คุณกล้าบอกคนในครอบครัวเมื่อเขาทำในสิ่งที่คุณไม่ชอบ					[]
32	ในยามวิกฤต คนในครอบครัวสามารถพึ่งพาอาศัยกันได้					[]
33	ผู้ใหญ่ในครอบครัวออกคำสั่งหรือควบคุมเด็กมากเกินไป					[]
34	คุณระบายความทุกข์ใจให้คนในครอบครัวฟังได้					[]

ข้อ	ข้อความ	ตรง มาก ที่สุด	ตรง ปาน กลาง	ตรง เล็กน้อย	ไม่ ตรง เลย	สำหรับ ผู้วิจัย
35	ครอบครัวของคุณให้ความสำคัญต่อความรู้สึกของสมาชิก					[]
36	ในครอบครัวของคุณมีความรู้สึกที่ไม่ดีเกิดขึ้นมากมาย					[]

ภาคผนวก ง
รายงานผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนิรัตน์ ภาคารูป
อาจารย์ประจำภาควิชาการพยาบาลแม่
และเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา
2. ดร.ศุภกรใจ เจริญสุข
อาจารย์ประจำภาควิชาการพยาบาล
อนามัยชุมชนและจิตเวช
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชลบุรี
3. นายแพทย์เวทิส ประทุมศรี
จิตแพทย์ ประจำโรงพยาบาลเมือง
ฉะเชิงเทรา