

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยเป็นงานวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง ต่อความเครียดของญาติผู้ป่วยโรคจิตเภท โดยผู้วิจัยมีขั้นตอนในการดำเนินการศึกษาตามขั้นตอนต่อไปนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
 - 2.1 แบบวัดความเครียดสวนปรง 20 ข้อ (SPST - 20)
 - 2.2 โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง
3. การดำเนินการทดลอง
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นญาติผู้ป่วยโรคจิตเภท โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร โดยไม่จำกัดอายุ อาชีพ ระดับการศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจ และ มีคุณสมบัติดังนี้

1. เป็นญาติผู้ป่วยจิตเภท
2. ไม่มีปัญหาเกี่ยวกับการพูด การฟัง
3. ยินยอม ให้ความร่วมมือ และสมัครใจเข้าร่วมการทดลองอย่างต่อเนื่อง
4. มีคะแนน แบบวัดความเครียดสวนปรง (SPST - 20) จำนวน 20 ข้อ คัดเลือกผู้ที่ได้คะแนนความเครียด 42 คะแนนขึ้นไป

กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นญาติผู้ป่วยโรคจิตเภทที่ดูแลผู้ป่วยที่บ้าน หรือที่ญาติพาผู้ป่วยมารับการรักษาที่คลินิกจิตเวช โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร มีคะแนนความเครียดจากแบบวัดความเครียดสวนปรง (SPST - 20) 42 คะแนนขึ้นไป จำนวน 75 คน ทำการสุ่มอย่างง่าย จำนวน 20 คน (Simple Random Sampling) ด้วยวิธีการจับสลากแล้ว จับสลากเพื่อสุ่มเข้ากลุ่มทดลอง 10 คน เป็นกลุ่มควบคุม 10 คนโดย

กลุ่มทดลอง ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง จำนวน 10 คน

กลุ่มควบคุม การให้คำปรึกษาตามปกติ จำนวน 10 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่

1. แบบวัดความเครียดสวนปรง 20 ข้อ (SPST - 20)
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง

แบบวัดความเครียดสวนปรง 20 ข้อ (SPST - 20) ที่สร้างโดย สุวัฒน์ มหัตถ์นรินทร์กุล, วณิดา พุ่มไพศาลชัย และพิมพ์มาศ คาปัญญา (2545) แบบวัดสร้างจากกรอบแนวคิดทางด้านชีวภาพ จิตใจ และสังคมของความเครียด เหมาะที่จะนำมาใช้หาข้อมูลเกี่ยวกับความเครียดของผู้ที่มารับ บริการทราบที่มาของความเครียดที่เกิดขึ้น เพื่อประเมินความเครียดว่าอยู่ในระดับใดมากน้อยแค่ไหน ก่อนที่จะนำไปสู่การแก้ไขที่เหมาะสม

แบบวัดความเครียดได้ผ่านการหาค่าความเชื่อมั่น (Cronbach Alpha > .70) และค่า ความถูกต้องกับการนำไปใช้ในคนไทย (R) 0.27 การให้คะแนนของแบบวัดความเครียดสวนปรง เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ให้เลือก 5 อันดับ (5 Point Rating Scale) ตั้งแต่ไม่รู้สึกร ีเครียดจนถึงเครียดมากที่สุด มีความหมายดังนี้

ไม่รู้สึกร ีเครียด	ให้	1	คะแนน
เครียดเล็กน้อย	ให้	2	คะแนน
เครียดปานกลาง	ให้	3	คะแนน
เครียดมาก	ให้	4	คะแนน
เครียดมากที่สุด	ให้	5	คะแนน

เกณฑ์การแปลผล แบบวัดความเครียดสวนปรง 20 ข้อ มีคะแนนรวมไม่เกิน 100 คะแนน โดยผลรวมที่ได้แบ่งออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

1. คะแนน 0 - 23 คะแนน ท่านที่มีความเครียดในระดับน้อย (Mild Stress) หมายถึง ความเครียดขนาดน้อยและหายไปในช่วงเวลาอันสั้น เป็นความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ความเครียดในระดับนี้ไม่คุกคามต่อชีวิตการดำเนินชีวิตบุคคลมีการปรับตัวอย่างอัตโนมัติ เป็นการปรับตัวด้วยความเคยชิน และการปรับตัวต้องการพลังงานเพียงเล็กน้อยที่ร่างกายผ่อนคลาย
2. คะแนน 24 - 41 คะแนน ท่านที่มีความเครียดในระดับปานกลาง (Moderate Stress) หมายถึง ความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เนื่องจากมีสิ่งคุกคามหรือพบเหตุการณ์สำคัญ ๆ ในสังคมบุคคลจะมีปฏิกิริยาตอบสนองออกมาในลักษณะความวิตกกังวล ความกลัว ฯลฯ ถือว่า อยู่ในเกณฑ์ปกติทั่วไป ไม่รุนแรงจนก่อให้เกิดอันตรายแก่ร่างกาย เป็นระดับความเครียดที่ทำให้ บุคคลเกิดความกระตือรือร้น

3. คะแนน 42 - 61 คะแนน ท่านที่มีความเครียดในระดับสูง (High Stress) เป็นระดับที่บุคคลได้รับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดสูง ไม่สามารถปรับตัวให้ลดความเครียดลงได้ในเวลาอันสั้น ถือว่าอยู่ในเขตอันตราย หากไม่ได้รับการบรรเทาจะนำไปสู่ความเครียดเรื้อรัง เกิดโรคต่าง ๆ ภายหลังได้

4. คะแนน 61 คะแนนขึ้นไป ท่านที่มีความเครียดในระดับรุนแรง (Severe Stress) เป็นความเครียดระดับสูงที่ดำเนินติดต่อกันมาอย่างต่อเนื่อง จนทำให้บุคคลมีความล้มเหลวในการปรับตัวจนเกิดความเบื่อหน่าย ท้อแท้ หดแรงแรง ควบคุมตัวเองไม่ได้ เกิดอาการทางกาย หรือโรคร้ายต่าง ๆ ตามมาได้ง่าย

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง

ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างตามลำดับ ดังนี้

1. ศึกษาทฤษฎี เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง เพื่อให้ได้โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่สามารถลดความเครียดได้

2. สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง ให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการศึกษาครั้งนี้

3. นำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่สร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ ให้เหมาะสมกับนิยามศัพท์เฉพาะ จุดมุ่งหมายกิจกรรม เนื้อหา และวิธีการดำเนินการ และปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ นำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงตามข้อ 2.3 ไปใช้ทดลองกับผู้ดูแลผู้ป่วยจิตเภทที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง แล้วนำไปปรับปรุงให้เหมาะสมอีกครั้งก่อนที่จะนำไปใช้ในการดำเนินการวิจัย

การดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยมีขั้นตอนในการดำเนินการดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ

1.1 นำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา เพื่อให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1.2 นำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา ถึงผู้อำนวยการโรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร จังหวัดปราจีนบุรี เพื่อขออนุมัติในการศึกษาวิจัย

2. ขั้นตอนการทดลอง 3 ระยะ ดังนี้

2.1 ระยะก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยได้นัดผู้ป่วยจิตเภทพร้อมญาติ ในวันที่ผู้ป่วยมารับการรักษาที่คลินิกจิตเวช โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร ผู้วิจัยให้ญาติผู้ป่วยจิตเภททำแบบวัดความเครียดสวนปรง 20 ข้อ (SPST - 20) กรณีญาติผู้ป่วยจิตเภทไม่สามารถอ่านข้อความเองได้ เพราะสายตาไม่ดี มองเห็นไม่ชัด หรือบางคนอ่านหนังสือไม่ออก ผู้วิจัยใช้วิธีการสัมภาษณ์ด้วยตัวเอง ถ้าญาติผู้ป่วยจิตเภทไม่สามารถมาตามนัดที่โรงพยาบาลได้ ผู้วิจัยจะใช้วิธีลงเยี่ยมบ้านผู้ป่วยจิตเภท และให้ญาติทำแบบวัดความเครียดสวนปรง 20 ข้อ (SPST - 20) เลือกญาติที่มีคะแนนความเครียดในระดับสูง ตามความสมัครใจ แล้วจึงสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีจับสลากเป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน จากนั้นจึงติดต่อญาติผู้ป่วยจิตเภทที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมาทำการทดลองต่อไป

2.2 ระยะทดลอง กลุ่มทดลองจะได้รับ โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่ผู้วิจัยกำหนดไว้ 11 ครั้ง แบ่งเป็นสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 60 - 90 นาที ระหว่างเวลา 13.30 - 15.00 น. รวมระยะเวลา 6 สัปดาห์ โดยผู้วิจัยจะดำเนินการให้คำปรึกษา โดยใช้ห้อง กลายเครียด กลุ่มงานจิตเวช โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร

กลุ่มควบคุม ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง แต่ได้รับก็คำแนะนำตามปกติที่มาพบแพทย์ การเตรียมเอกสารในการมารับยา การมาให้ตรงนัด และความสำคัญของการให้คนไข้จิตเภทได้ทานยาอย่างสม่ำเสมอตามคำสั่งแพทย์

2.3 ระยะหลังการทดลอง เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ให้กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทำแบบวัดความเครียดสวนปรง 20 ข้อ (SPST - 20) ซึ่งเป็นฉบับเดียวกันกับที่ใช้ในระยะก่อนการทดลอง

2.4 ระยะติดตามผล ผู้วิจัยนัดกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ทั้งกลุ่มทดลองและควบคุม อีกครั้ง ห่างจากระยะหลังการทดลอง 2 สัปดาห์ ทำการวัดแบบประเมินความเครียดสวนปรง 20 ข้อ (SPST - 20) ฉบับเดิม เช่นเดียวกับระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

แบบแผนการทดลอง การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research Design) เพื่อศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงต่อความเครียดของญาติผู้ป่วยโรคจิตเภท จำนวน 20 คน โดยการสุ่มอย่างง่ายแล้วแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน มีการทดสอบระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล โดยใช้แบบแผนการวิจัยทดลองสองตัวประกอบแบบวัดซ้ำหนึ่งตัวประกอบ (Two-Factors Experiment with Repeated Measures on One Factor) ซึ่งมีแบบแผนการวิจัยดังนี้ (Winer, Brown, & Michels, 1991, p. 509)

ตารางที่ 1 แบบแผนการทดลอง

	b1	...	bj	...	bq
a1	G1	...	G1	...	G1
a2	G2	...	G2	...	G2

หมายเหตุ	a1 แทน	การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง
	a2 แทน	วิธีการให้คำปรึกษาแบบปกติ
	b1 แทน	ระยะก่อนการทดลอง
	bj แทน	ระยะหลังการทดลอง
	bq แทน	ระยะติดตามผล
	G1 แทน	กลุ่มทดลองที่ได้รับวิธีการ a1
	G2 แทน	กลุ่มควบคุมที่ได้รับวิธีการ a2

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (Statistical Package for The Social Science-SPSS)

1. สถิติพื้นฐานในการบรรยายลักษณะข้อมูล ได้แก่

ค่าเฉลี่ย (Mean)

ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

ทดสอบปฏิสัมพันธ์ และเปรียบเทียบคะแนนความเครียดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เปรียบเทียบคะแนนความเครียดของกลุ่มทดลองในระยะก่อนทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล โดยใช้วิธีวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปร ระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated - Measure Analysis of Variance: one Between - Subjects Variable and One Within - Subjects Variable) ถ้าพบว่าค่าเฉลี่ยในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ในกลุ่มทดลองมีความแตกต่างกัน ก็จะทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีทดสอบแบบนิวแมน-คูลส์ (Newman - Keuls Procedure) ของ ฮาวเวล (Howell, 2007, p. 461)