

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลการรักษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญาต่อความเข้มแข็งอดทนของครอบครัวผู้ป่วยโรคเบาหวาน โดยใช้รูปแบบการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental Research Design) ประเภทสององค์ประกอบแบบวัดซ้ำหนึ่งองค์ประกอบ (Two-factor Experimental with Repeated Measures on One Factor)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยที่ใช้ในการให้การรักษาครอบครัวเพื่อพัฒนาความเข้มแข็งอดทนของครอบครัวผู้ป่วยเบาหวาน ได้แก่ ครอบครัวที่มีประกอบด้วยบุตรและมารดารับการวินิจฉัยว่าป่วยด้วยโรคเบาหวานไม่เกิน 6 เดือน และสามารถช่วยเหลือตนเองได้ อายุ 45 ปีขึ้นไป เข้ารับการตรวจรักษาที่ห้องตรวจโรคคลินิกกล้วยน้ำไทด้วยวิธีการสู่มครอบครัวผู้ป่วยที่มีคะแนนความเข้มแข็งอดทนของครอบครัวในระดับต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 และมีความสมัครใจและสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตลอดช่วงการทดลอง จำนวน 10 ครอบครัว รวม 20 คน และสุ่มเข้ากลุ่ม (Random Assignment) เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 5 ครอบครัว

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดความเข้มแข็งอดทนครอบครัว (The Family Hardiness Index) ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนามาจากกรอบแนวคิดของ McCubbin et al. (1986) ซึ่งประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ ดังนี้ ความร่วมมือและพันธะสัญญาาร่วมกันของบุคคลในครอบครัว (Commitment) การควบคุมสถานการณ์ (Control) การท้าทาย (Challenge) และโปรแกรมการให้การรักษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญา

การให้การรักษาผู้วิจัยได้แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 5 ครอบครัว วิธีดำเนินการวิจัยแบ่งออกเป็น 3 ระยะคือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ในระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้จากการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลองทั้งสองกลุ่ม ในระยะทดลองกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง เป็นกลุ่มที่ได้รับการรักษาแบบเล่าเรื่องตามโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 8 ครั้ง ให้การรักษาสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที รวมระยะเวลาการให้การรักษาทั้งสิ้น 5 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุม ให้ดำเนินชีวิตประจำวันตามปกติโดยไม่ได้รับการให้การรักษา ระยะหลังการทดลองคือระยะหลังการรักษารับตามโปรแกรมที่กำหนด จากนั้นให้กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มทำแบบวัดความเข้มแข็งอดทนครอบครัว (The Family Hardiness Index) ที่พัฒนามาจากกรอบแนวคิดของ McCubbin et al. (1986) ตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อเก็บเป็นคะแนน

การทดสอบระยะหลังการทดลอง ในระยะติดตามผล ภายหลังจากเสร็จสิ้นการทดลอง ทั้งช่วงเวลา 2 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดความเข้มแข็งอดทนของครอบครัวเป็นครั้งที่ 3 โดยมีการสลับข้อคำถามของแบบวัด เพื่อป้องกันการจดจำ ตรวจสอบให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดและเก็บเป็นคะแนนการทดสอบระยะติดตามผล จากนั้นนำข้อมูลมาวิเคราะห์ด้วยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Two-Factor Experimental with Repeated Measures on One Factor) (Winer et al., 1991, p. 509)

สมมุติฐานของการวิจัย

1. ครอบครัวผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ได้รับการรักษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญามีคะแนนความเข้มแข็งอดทนของครอบครัวสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง
2. ครอบครัวผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ได้รับการรักษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญามีคะแนนความเข้มแข็งอดทนของครอบครัวสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล
3. ครอบครัวผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ได้รับการรักษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญามีคะแนนความเข้มแข็งอดทนของครอบครัวในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง
4. ครอบครัวผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ได้รับการรักษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญามีคะแนนความเข้มแข็งอดทนของครอบครัวในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

สรุปผลการวิจัย

1. ครอบครัวผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ได้รับการรักษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญามีความเข้มแข็งอดทนของครอบครัวสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. ครอบครัวผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ได้รับการรักษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญามีความเข้มแข็งอดทนของครอบครัวสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. ครอบครัวผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ได้รับการรักษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญามีความเข้มแข็งอดทนของครอบครัวในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ครอบครัวยุโรปป่วยโรคเบาหวานที่ได้รับการรักษาครอบครัวยุโรปตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญามีความเข้มแข็งอดทนในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐาน ดังนี้

1. สมมติฐานที่ 1 ครอบครัวยุโรปป่วยโรคเบาหวานที่ได้รับการรักษาตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญามีความเข้มแข็งอดทนครอบครัวสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อันเนื่องมาจากครอบครัวในกลุ่มตัวอย่างสามารถปรับมุมมองความคิด เปิดใจพูดคุยกัน ยอมรับฟังความคิดเห็นของสมาชิกในครอบครัว มีการให้ความหมายของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ในทางที่สอดคล้องกับความเป็นจริง จากเดิมที่บุคคลพิจารณาตนเอง โลก และอนาคตในทางที่บิดเบือนไป (Cognitive Error) ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางการส่งเสริมความเข้มแข็งอดทนของ Turner (2013) ที่อาศัยแนวทางการบำบัดครอบครัวและการให้การปรึกษา รวมถึงผลของการวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ Wood, Piacentini, Southam-Gerow, Chu, and Sigman (2006) ทำศึกษาผลการส่งเสริมความมั่นใจของกลุ่มวัยรุ่นที่มีอาการวิตกกังวลด้านการแยกตนเองเป็นอิสระ ด้วยการบำบัดครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญา พบว่า การบำบัดครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญาสามารถช่วยเสริมสร้างความสามารถและความมั่นใจได้

2. สมมติฐานที่ 2 ครอบครัวยุโรปป่วยโรคเบาหวานที่ได้รับการรักษาตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญามีความเข้มแข็งอดทนของครอบครัวสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผู้ให้การปรึกษาเชื่อว่าสิ่งที่ยั่งยืนอย่างยิ่งของการส่งเสริมความเข้มแข็งอดทนของครอบครัว คือ การที่สมาชิกครอบครัวร่วมมือร่วมใจกันนำพันธะสัญญาไปปรับใช้ และลงมือปฏิบัติตามข้อแลกเปลี่ยนต่าง ๆ ที่ได้ร่วมกันระบุไว้ในใบงาน “ใบร้องขอต่างตอบแทน” ซึ่งกลุ่มทดลองได้เรียนรู้ ทดลองและสามารถฝึกฝนจนพัฒนาเป็นทักษะได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Ford (1999) ได้ทำการศึกษาเรื่องผลคะแนนของแบบวัดความเจ็บปวดของทหารผ่านศึกหลังจากได้รับการรักษาครอบครัวยุโรปตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญา ซึ่งให้ผลปรากฏว่าผู้ประสพภัยมีความเข้มแข็งอดทนเพิ่มขึ้นร้อยละ 50 ในระยะหลังการให้การปรึกษารั้งที่ 1-5 และในระยะติดตามผล 3 เดือนต่อมา พบว่า ความเข้มแข็งอดทนเพิ่มสูงขึ้น โดยเฉพาะด้านการลดความวิตกกังวลและมีทักษะการแก้ไขปัญหาได้ดีขึ้น ซึ่งงานวิจัยนี้ได้แสดงถึงความคงอยู่ของทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อพฤติกรรมของครอบครัวกลุ่มตัวอย่างได้เป็นอย่างดี

3. สมมุติฐานที่ 3 ครอบครัวยุวัยป่วยโรคเบาหวานที่ได้รับการปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญามีความเข้มแข็งอดทนของครอบครัวในระยะหลังสูงกว่าระยะก่อนได้รับการปรึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผู้ให้การศึกษาเชื่อว่าโปรแกรมการให้การศึกษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญาส่งเสริมให้สมาชิกได้ทดลองและลงมือวางแผนจัดการอย่างเหมาะสม มีการคาดคะเนถึงผลการกระทำล่วงหน้า ได้ฝึกการคิดริเริ่มหาแนวทางในการควบคุมสถานการณ์อย่างหลากหลาย และสอดคล้องกับพื้นฐานความเป็นจริง เรียนรู้การประเมินทางเลือกที่สามารถนำไปสู่การปรับใช้กับสถานการณ์ในครอบครัวผ่านเทคนิคและกิจกรรมตลอดช่วงระยะเวลาของโปรแกรมการให้การศึกษา อาทิ เทคนิคการสอน (Coaching) เทคนิคการปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่ (Cognitive Restructuring) ผ่านการฝึกปรับเปลี่ยนคำพูดหรือความคิด ในใบงาน “ดอกไม้แห่งปัญญา” “ใบร้องขอต่างตอบแทน” “ปรับความคิด ชีวิตเปลี่ยน” ทำให้คะแนนความเข้มแข็งอดทนของครอบครัวกลุ่มทดลองหลังได้รับการปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญาสูงกว่าระยะก่อนได้รับการปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญา

4. สมมุติฐานที่ 4 ครอบครัวยุวัยป่วยโรคเบาหวานที่ได้รับการปรึกษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญามีความเข้มแข็งอดทนของครอบครัวในระยะติดตามสูงกว่าระยะก่อนได้รับการปรึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผู้ให้การศึกษาเชื่อว่าเทคนิคที่นำมาใช้ในการให้การศึกษา ที่มุ่งเน้นการทดลอง ลงมือปฏิบัติ มีแบบแผนชัดเจนเชิงประจักษ์ สามารถประเมินได้เพื่อให้เกิดเรียนรู้จากผลของการลงมือกระทำ อันจะพัฒนาเป็นทักษะต่อไป อาทิ เทคนิคการปรับเปลี่ยนรูปแบบการคิดใหม่ (Cognitive Restructuring) ผ่านการฝึกปรับเปลี่ยนคำพูดหรือความคิด ทำสัญญากับตัวเอง (Self-Contracting)ว่าจะนำไปใช้ในการควบคุมสถานการณ์ครอบครัว เป็นวิธีการที่บุคคลสัญญากับตัวเองว่าจะเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเช่นใดบ้าง เทคนิคการเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) การทำให้พฤติกรรมที่ได้รับการเสริมเรานั้นมีความถี่มากขึ้น หากต้องการคงไว้ซึ่งพฤติกรรมของการปรับมุมมองในแง่ใหม่นั้น จำเป็นต้องอาศัยการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง จึงส่งเสริมให้ผู้รับการปรึกษากลุ่มตัวอย่างลองทำซ้ำ โดยอาศัยฝึกพูดกับตัวเอง (Self-Talk) ในด้านบวก และเทคนิคสรรพนามแทนตนเอง (“I” Message) ที่เป็นการเน้นย้ำให้ตระหนักถึงมุมมองความคิด ความรู้สึกมีผลต่อการแสดงออกของตนเองและครอบครัว จึงทำให้ครอบครัวกลุ่มทดลองเกิดการเรียนรู้และการคงอยู่ของ โปรแกรม ดังนั้น ความเข้มแข็งอดทนของครอบครัวผู้ป่วยโรคเบาหวานในระยะติดตามผลจึงสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

ข้อเสนอแนะ

1. ด้านการนำโปรแกรมการให้การศึกษาครอบครัวตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญาต่อความเข้มแข็งของตนของครอบครัวนั้น ควรมีการศึกษาหลักการ กระบวนการ และเทคนิคต่าง ๆ เพื่อให้สามารถปรับใช้อย่างถูกต้องเหมาะสม ตลอดจนควรมีการฝึกฝนทักษะให้เกิดความชำนาญ รูปแบบโปรแกรมการให้การศึกษาตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญาสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในผู้ที่ประสบปัญหาเกี่ยวกับรูปแบบความคิดที่บิดเบือนจากพื้นฐานความเป็นจริง (Cognitive Errors) ทั้งการมองตนเอง โลก และอนาคตในทางที่บิดเบือนไป เช่น ผู้ป่วยโรคเรื้อรังอื่น ๆ โรคซึมเศร้า ผู้ป่วยโรคอ้วน หรือผู้ที่ได้รับการสูญเสีย ภาวะความเครียดภายหลังเหตุการณ์สะเทือนขวัญ (Posttraumatic Stress Disorder)

2. ด้านเทคนิคการให้การศึกษา ผู้ให้การศึกษาควรมีศึกษาและเข้าใจแนวคิดพื้นฐานของทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญาและเทคนิคที่มีอยู่อย่างหลากหลาย อันมีวัตถุประสงค์ต่างกันออกไป เพื่อให้สามารถนำเทคนิคไปใช้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลสูงสุด อาทิ เบื้องต้นผู้วิจัยได้นำหลักฟรีแมค (Premack Principle) คือการที่บุคคลหรือครอบครัวต้องยอมทำในสิ่งที่ตนเองไม่ชอบก่อน จึงจะได้รับอนุญาตให้ได้ทำในสิ่งที่ตนชอบ มาประยุกต์ใช้ในการสร้างพันธสัญญา ระหว่างมารดาและบุตร ในใบงาน “ใบขอร้องต่างตอบแทน” ผลของการ Try Out พบว่าไม่สามารถนำมาปรับใช้ได้ ผู้วิจัยมีความเห็นว่า ค่านิยมและเจตคติความกตัญญูกตเวทิตาต่อบุพการีของบุตร ซึ่งเชื่อว่าบุตร ไม่มีอำนาจต่อรองแลกเปลี่ยนบุพการีมากนัก อาจมีการตีความคาดเคลื่อนว่าออกตัณยู ดังนั้น ผู้วิจัยจึงปรับใช้เทคนิคการทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อบางสิ่งบางอย่าง (Quid Pro Quo) แทน

3. ด้านการพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความเข้มแข็งของตนของครอบครัว ควรคำนึงถึงความเหมาะสมวัตถุประสงค์ หน่วยงาน บุคลากร กลุ่มเป้าหมาย ตลอดจนข้อจำกัดด้านระยะเวลา