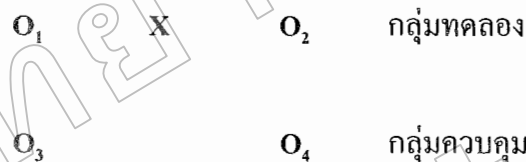


บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental Research Design) แบบสองกลุ่มวัดก่อน และ หลังทดลอง (Two Group Pretest-posttest Design) เพื่อศึกษาผลของ โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอด โรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ โดยประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองต่อการรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งมีรูปแบบการวิจัยดังนี้



ภาพที่ 6 รูปแบบการวิจัย

X หมายถึง สิ่งทดลอง ได้แก่ โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

O₁ O₃ หมายถึง การวัดการรับรู้ความสามารถตนเองต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ก่อนทดลองในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

O₂ O₄ หมายถึง การวัดการรับรู้ความสามารถตนเองต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หลังทดลองในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ มารดาหลังคลอดโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ ซึ่งมีภูมิลำเนาอยู่ในเขตพื้นที่อำเภอสตึก จังหวัดชลบุรี

กลุ่มตัวอย่าง คือ มารดาหลังคลอดไม่เกิน 1 เดือน โดยกำหนดคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างไว้ดังนี้

1. ครรภ์แรก
2. อายุ 20-40 ปี
3. คลอดเองโดยวิธีธรรมชาติ
4. อาชีพทำงานนอกบ้าน
5. มีความยินดีที่จะเข้าร่วมในการวิจัย
6. มีหัวนมและเต้านมปกติทั้งสองข้าง
7. มารดาและบุตรมีสุขภาพแข็งแรงไม่มีภาวะแทรกซ้อนที่เป็นอุปสรรคต่อการเลี้ยงลูก

ด้วยนมแม่

8. มารดาและบุตรอาศัยอยู่ด้วยกันอย่างน้อย 6 เดือนหลังคลอด
- มารดาที่ไม่ถูกคัดเลือกให้เข้าร่วมวิจัย คือ มารดาที่ติดเชื้อ HIV

กลุ่มทดลอง คือ มารดากลุ่มที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

กลุ่มควบคุม คือ มารดากลุ่มที่ได้รับคำแนะนำการปฏิบัติตนหลังคลอด และการเลี้ยงดูบุตรตามปกติของหอผู้ป่วยสูตินรีเวชกรรม

ขนาดของกลุ่มตัวอย่างคำนวณจากค่าขนาดอิทธิพล (Effect Size) ประมาณค่าขนาดอิทธิพลจากค่าเฉลี่ย 2 กลุ่ม ซึ่งคำนวณจากสูตรของ Glass (1976) (บุญใจ ศรีสถิตยัณรากร, 2547, หน้า 210-213) ดังนี้

$$d = \frac{\bar{X}_E - \bar{X}_C}{SD_C}$$

d คือ ขนาดอิทธิพล

$\bar{X}_E$ คือ ค่าเฉลี่ยของกลุ่มทดลอง

$\bar{X}_C$ คือ ค่าเฉลี่ยของกลุ่มควบคุม

SD_C คือ ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มควบคุม

จากการศึกษาที่ผ่านมาของ ศรีนิธร มังคะมณี (2547) ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการดูแลตนเองต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของหญิง

ตั้งครีวัยรุ่นครั้งแรก โดยใช้ทฤษฎีการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของ Bandura (1997) ได้ทราบค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ($SD = 11.54$) และ ค่าเฉลี่ยของการรับรู้สมรรถนะแห่งตนเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลตนเอง ภายหลังการทดลองในกลุ่มทดลอง ($\bar{X}_E = 200.25$) และกลุ่มควบคุม ($\bar{X}_C = 191.95$) นำมาคำนวณหาขนาดอิทธิพลได้ดังนี้

$$\begin{aligned} d &= \frac{\bar{X}_E - \bar{X}_C}{SD_C} \\ &= \frac{200.25 - 191.95}{11.54} \\ &= 0.70 \end{aligned}$$

นำค่าขนาดอิทธิพล (Effect Size) = 0.70 มาประมาณขนาดตัวอย่างจากตารางขนาดตัวอย่าง (Polit, D.F. and Hungler, B.P. (1987) อ้างถึงใน บุญใจ ศรีสถิตยัณราภรณ์, 2547, หน้า 563) ที่ $\alpha = .05$, Power = .80 จะได้ขนาดในแต่ละกลุ่มเท่ากับ 32 คน

การเลือกตัวอย่าง

เลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีเลือกมารดาหลังคลอดตามคุณสมบัติที่กำหนด ให้มารดาหลังคลอดคนที่ 1 ที่มีคุณสมบัติตามกำหนดเข้ากลุ่มทดลอง มารดาหลังคลอดคนที่ 2 ที่มีคุณสมบัติตามกำหนดเช่นกัน เข้ากลุ่มควบคุม สลับกันจนครบ 64 คน คือ มารดากลุ่มทดลอง 32 คน และ มารดากลุ่มควบคุม 32 คน

การทดลอง

ในการศึกษาวิจัยนี้ สิ่งที่จะจัดเป็นสิ่งทดลอง (Treatment) ที่ให้กับกลุ่มทดลองคือ โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งแบบแผนที่สร้างขึ้น ประยุกต์แนวคิดจากทฤษฎีการรับรู้ความสามารถตนเองของแบนดูรา (Bandura, 1997) มาใช้ในการพัฒนาโปรแกรมเพื่อการเพิ่มการรับรู้ความสามารถตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพิ่มความคาดหวังในผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ สามารถปฏิบัติการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ยาวนานอย่างน้อย 6 เดือน ในการพัฒนาการรับรู้ความสามารถตนเองนั้นอาศัยแนวคิด 4 แหล่ง คือ ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ การใช้ตัวแบบ การใช้คำพูดชักจูง และ การรับรู้สถานะทางอารมณ์ โปรแกรมดำเนินกิจกรรมทั้งหมด 4 ครั้งดังนี้

1. กิจกรรมกลุ่ม ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อให้มารดาที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มทราบลักษณะเต้านม หัวนม และ การสร้างน้ำนม มีความคาดหวังในประโยชน์ที่ได้รับจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ทั้งต่อตนเอง และบุตร ได้รับความสามารถตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ ปฏิบัติเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ดังนี้ ทำทางการให้นม การอุ้มทารก การอมลานหัวนม การดูดกลืนนม และ การอุ้มเรือ

แนวคิดจากทฤษฎี

ความเชื่อจะเป็นตัวกำหนดความคิด ความรู้สึก จูงใจให้มารดาสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ มารดาที่มีการรับรู้ความสามารถตนเองสูง จะช่วยให้ประสบความสำเร็จ เมื่อเผชิญปัญหาที่ยากจะเป็นสิ่งที่ท้าทายให้มารดาแก้ไข โดยใช้ความพยายาม ในทางตรงกันข้ามมารดาที่มีการรับรู้ความสามารถตนเองต่ำ จะหลีกเลี่ยงหรือล้มเลิกการกระทำนั้น ๆ เมื่อมีความผิดพลาดจะมองว่าตนเองด้อย ขาดความสามารถ มารดาจะมีพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ดี ขึ้นอยู่กับความคาดหวังว่า จะได้ผลลัพธ์ตามต้องการ และเชื่อว่าตนมีความสามารถพอที่จะกระทำได้สำเร็จหรือไม่ ซึ่งความคาดหวังผลที่จะเกิดขึ้นนั้นมีความแตกต่างกับการรับรู้ ความสามารถตนเองด้วย กล่าวคือการรับรู้ความสามารถตนเองเป็นการตัดสินใจถึงระดับความสามารถตนเอง ในขณะที่ความคาดหวังเกี่ยวกับผลที่จะเกิดขึ้นเป็นการตัดสินใจว่า ผลลัพธ์ใดจะเกิดขึ้นจากการกระทำพฤติกรรม ความเชื่อมั่นว่าตนมีความสามารถ เป็นแรงเสริมให้มารดาที่มีความพยายาม และกระตือรือร้นที่มีพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จมากขึ้น และถ้าได้รับผลลัพธ์ตามที่ตนต้องการหรือคาดหวังไว้จะเป็นแรงเสริมให้มารดาที่มีการรับรู้ความสามารถตนเอง และเกิดความกลัวน้อยลงเมื่อพบเหตุการณ์เช่นเดิมอีก การรับรู้ความสามารถตนเองและความคาดหวังผลที่จะเกิดขึ้นนั้นมีความสัมพันธ์กัน โดยที่ความสัมพันธ์ของตัวแปรทั้งสองมีผลต่อการตัดสินใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ในการพัฒนาการรับรู้ความสามารถตนเองนั้นอาศัยแนวคิด 4 แหล่ง คือ ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ การใช้ตัวแบบ การใช้คำพูดชักจูง และ การรับรู้สถานะทางอารมณ์

การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมารดาจะได้ทราบถึงลักษณะเต้านม หัวนมของตนเอง กลไกการสร้างน้ำนม ได้รับทราบถึงประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ วิธีปฏิบัติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ทำให้มารดาเกิดทักษะ สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ด้วยวิธีที่ถูกต้อง มารดาได้รับประสบการณ์จากความสามารถของผู้อื่น ซึ่งจะทำให้เกิดความเชื่อมั่นในความสามารถของตน เกิดความคาดหวังในผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง

วิธีดำเนินการกิจกรรม

1. ผู้นำกลุ่มสร้างสัมพันธภาพกับมารดา โดยแนะนำตนเอง และ ให้มารดาแนะนำชื่อของตนเอง

2. ผู้นำกลุ่มชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม ระยะเวลาการดำเนินการกิจกรรมกลุ่ม และชี้แจงถึงการปฏิบัติตนของมารดาขณะเข้ากลุ่ม

3. ประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองดังนี้

3.1 พุดคุยสนทนา เรื่องทั่ว ๆ ไปของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยให้มารดาทุกคนในกลุ่มได้พูดถึงความรู้สึกของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เมื่อนำลูกมาโอบกอดและให้ลูกดูดนมจากเต้าของตนเองเพื่อเป็นการกระตุ้นการรับรู้สถานะทางอารมณ์ ให้เกิดความรู้สึกมีความสุขในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ เล่าถึงปัญหาที่พบในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตลอดระยะเวลา 1-2 วันที่ผ่านมา (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกกิจกรรมกลุ่มในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่) ผู้นำกลุ่มอธิบายถึงลักษณะของเต้านมและกลไกการสร้างน้ำนม (รายละเอียดในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พร้อมภาพพลีการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่) ผู้นำกลุ่มประเมินลักษณะเต้านม หัวนมของมารดาแต่ละคน หลังจากนั้น ผู้นำกลุ่มซักถามถึงความคาดหวังในประโยชน์ของน้ำนมมารดา โดยให้มารดาทุกคนในกลุ่มร่วมกันสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกกิจกรรมกลุ่มในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่) ผู้นำกลุ่มกล่าวชมมารดา และพุดชักจูงให้มารดาได้คาดหวังในประโยชน์ของน้ำนมมารดา พร้อมกันให้ข้อมูลเพิ่มเติมในเรื่องประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (รายละเอียดในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)

3.2 ให้มารดาได้รับประสบการณ์จากความสามารถของผู้อื่น โดยยกตัวอย่างมารดาที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ซึ่งเป็นมารดาที่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้นาน 1-2 ปี เพื่อเป็นแรงจูงใจให้มารดาเกิดความเชื่อมั่นในความสามารถตนเองมากขึ้น

3.3 ให้มารดาชม VCD การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ซึ่งเป็นวิธีการให้นมที่ถูกต้อง และให้มารดาได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการชมVCD หลังจากนั้นให้มารดาแสดงออกถึงความเชื่อมั่นของตนเอง โดยให้พูดถึงความเชื่อมั่นว่าตนมีความสามารถที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกกิจกรรมกลุ่มในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)

3.4 ประเมินท่าทางการให้นม การอุ้มทารก การอมลานหัวนม การดูดกลืนนม และการอุ้มเรือ เพื่อเป็นแนวทางในการให้ความช่วยเหลือมารดาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้สำเร็จ เกิดความเชื่อมั่นในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อเนื่อง (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกกิจกรรมกลุ่มในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)

3.5 ให้มารดาช่วยกันแสดงความคิดเห็นถึงวิธีปฏิบัติการให้นม (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกกิจกรรมกลุ่มในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่) หลังจากนั้นผู้นำกลุ่มอธิบายเพิ่มเติม (รายละเอียดในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)

3.6 ให้มารดาพูดถึงสิ่งที่ได้รับจากกิจกรรมกลุ่ม (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกกิจกรรมกลุ่มในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่) กล่าวชม กล่าวขอบคุณ นัดหมายการเยี่ยมบ้าน และกล่าวปิดกลุ่ม

สื่อและอุปกรณ์

1. ภาพพลิกการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. คู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
3. VCD การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ระยะเวลาการดำเนินกิจกรรม

ใช้เวลาดำเนินกิจกรรม 60 นาที

สถานที่

หอผู้ป่วยสูตินรีเวชกรรม

การประเมิน

1. จากการสนทนากลุ่ม
2. จากการปฏิบัติการให้นม
3. จากแบบสัมภาษณ์การรับรู้ความสามารถตนเอง และความคาดหวังในผลลัพธ์จากการ

เลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2. กิจกรรมเยี่ยมบ้านครั้งที่ 1

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อให้มารดา ปฏิบัติการบีบเก็บน้ำนมไว้ให้ลูก และ ให้เกิดความเชื่อมั่นในความสามารถตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมอย่างต่อเนื่องเมื่อต้องออกทำงานนอกบ้าน

แนวคิดจากทฤษฎี

ถ้ามารดามีความเชื่อมั่นว่าตนมีความสามารถ จะเป็นแรงเสริมให้มารดามีความพยายาม และกระตือรือร้นที่จะกระทำพฤติกรรมนั้นได้สำเร็จมากขึ้นและถ้าได้รับผลลัพธ์ตามที่ตนต้องการหรือคาดหวังไว้จะเป็นแรงเสริมให้มารดาการรับรู้ความสามารถตนเอง ในทางกลับกันถ้ามารดาเคยล้มเลิกพฤติกรรมด้วยสาเหตุใดก็ตามจะส่งผลให้มารดาการรับรู้ความสามารถตนเองต่ำลง และเกิดความกลัวต่อเหตุการณ์ที่ต้องเผชิญ การรับรู้ความสามารถตนเองและความคาดหวังผลที่จะ

เกิดขึ้นนั้นมีความสัมพันธ์กัน โดยที่ความสัมพันธ์ของตัวแปรทั้งสองมีผลต่อการตัดสินใจที่จะกระทำพฤติกรรมของมารดา ถ้ามารดามีความคาดหวังในประโยชน์ของน้ำนมมารดา มารดาไม่จำเป็นต้องหยุดให้นมลูก ถ้าได้เรียนรู้ เข้าใจวิธีเก็บน้ำนมไว้ให้ลูกเมื่อต้องไปทำงานนอกบ้าน และมีความเชื่อมั่นในความสามารถในการบีบเก็บน้ำนม ก็สามารถประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และในอาชีพการงานโดยไม่ยาก ในการพัฒนาการรับรู้ความสามารถตนเองนั้นอาศัยแนวคิด 4 แหล่ง คือ ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ การใช้ตัวแบบ การใช้คำพูดชักจูง และ การรับรู้สภาวะทางอารมณ์

วิธีดำเนินการกิจกรรม

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทาย สร้างสัมพันธ์ภาพกับมารดา ถามถึงสุขภาพ และ ปัญหาที่เกิดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตลอด 1 เดือนที่ผ่านมา

2. ผู้วิจัยกล่าวถึงวัตถุประสงค์ของกรรมาเยี่ยมชมครั้งนี้

3. ประเมินผลการทำกลุ่มครั้งที่ผ่านๆ มา โดยให้มารดาตอบแบบสัมภาษณ์การรับรู้ความสามารถตนเอง และ ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

4. อธิบายเทคนิคการบีบและการเก็บน้ำนมจากเต้า โดยประยุกต์ตามทฤษฎีความสามารถตนเองดังนี้

4.1 ผู้วิจัยพูดถึงประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ อธิบายเทคนิคการบีบและการเก็บน้ำนมจากเต้า (รายละเอียดในกลุ่มมือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่) หลังจากนั้นให้มารดาได้แสดงความคิดเห็นและซักถามเกี่ยวกับการบีบเก็บน้ำนม (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 1 ในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)

4.2 ผู้วิจัยยกตัวอย่างมารดาที่ทำงานนอกบ้าน เป็นตัวแบบที่ดีในการบีบเก็บน้ำนม และสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวได้ถึง 6 เดือน ซึ่งเป็นความสำเร็จของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

4.3 ให้มารดาฝึกปฏิบัติการบีบเก็บน้ำนม และให้บอกถึงความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในการบีบเก็บน้ำนมเมื่อต้องออกทำงาน และ ระยะเวลาที่ต้องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 1 ในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่) ผู้วิจัยพูดให้กำลังใจ กล่าวชมความสามารถของมารดาในการบีบเก็บน้ำนม ให้มารดาบอกถึงความคาดหวังในประโยชน์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ถึงความพึงพอใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และความต้องการในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 1 ในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)

4.4 ให้มารดาแสดงความรู้สึกที่ผู้วิจัยมาเยี่ยมบ้านในครั้งนี้ และ สิ่งที่มาคาดหวังการให้เพิ่มเติมในการมาเยี่ยมในครั้งต่อไป (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 1 ในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)

4.5 ผู้วิจัยกล่าวทามารดา และ นัดหมายวันมาเยี่ยมครั้งต่อไป
(ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 1 ในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)

สื่อและอุปกรณ์

1. ถูเก็บน้ำนม
2. คู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
3. แผ่นพับการบีบเก็บน้ำนมของศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย
4. เต้านมฟองน้ำแบบจำลอง

ระยะเวลาการดำเนินกิจกรรม

ใช้เวลาดำเนินกิจกรรม 60 นาที

สถานที่

บ้านของมารดา

วิธีการประเมินผล

1. จากการสนทนา
2. จากปฏิบัติการบีบเก็บน้ำนม

3. กิจกรรมเยี่ยมบ้านครั้งที่ 2

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อให้มารดา มีการพัฒนาการรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

แนวคิดจากทฤษฎี

การขาดความเชื่อมั่นในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ประกอบกับการไม่ได้รับการแก้ไขที่ถูกต้องในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จะก่อให้เกิดความเครียดซึ่งจะมีผลยับยั้งในการสร้างน้ำนม ทำให้น้ำมน้อยลง และถ้าแม่ขาดการรับรู้ในความสามารถในการกระตุ้นการสร้างน้ำนม จึงทำให้มารดาไม่มีความเชื่อมั่นในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จะให้ผลลัพธ์ที่ดี ต้องให้ลูกดูดนมแม่ตั้งแต่แรกคลอดไม่นานนมผสมมาให้โดยไม่จำเป็น ในสัปดาห์แรก น้ำนมจะเป็นขอดน้ำนมที่เรียกว่า โคลอสตรัม ซึ่งมีภูมิคุ้มกันสูงสุด ช่วยลดโอกาสการติดเชื้อในวัยทารกได้เป็นอย่างดี ระยะ 6 เดือนแรก ให้ลูกได้นมแม่อย่างเดียว ดังนั้นการติดตามเยี่ยมบ้านอย่างต่อเนื่องจะส่งผลให้มารดาเกิดความเชื่อมั่นในความสามารถตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ยาวนานขึ้น

วิธีดำเนินการกิจกรรม

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทาย สร้างสัมพันธภาพกับมารดา และ ผู้ช่วยดูแลบุตร
2. ผู้วิจัยกล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการมาเยี่ยมบ้านครั้งนี้
3. ผู้วิจัยประเมินการรับรู้ความสามารถตนเอง และ ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 1
4. ผู้วิจัยประเมินด้านนมและหัวนมของมารดา ชักถามมารดาถึงปัญหาที่เกิดขึ้นในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ใน 2 เดือนที่ผ่านมา (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 2 ในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่) พร้อมกับ อธิบายถึง ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และแนวทางแก้ไขเพื่อให้มารดาได้ทราบถึงวิธีการแก้ไขเมื่อเกิดปัญหาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (รายละเอียดในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และ ภาพพลิกการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)
5. สนทนากับมารดา และ ผู้ช่วยดูแลบุตร โดยประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองดังนี้
 - 5.1 ให้ผู้ช่วยดูแลบุตรช่วยพูดให้กำลังใจมารดาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โน้มน้าวให้มารดาเกิดความคาดหวังในประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และรับรู้ถึงความสามารถตนเองเพิ่มมากขึ้น และผู้วิจัยคอยสนับสนุนส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 2 ในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)
 - 5.2 ให้ผู้ช่วยดูแลบุตรได้เล่าถึงความสำเร็จของมารดาที่สามารถให้นมมารดาได้ดีและต่อเนื่อง (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 2 ในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)
 - 5.3 ให้มารดาพูดถึงการช่วยเหลือของผู้ช่วยดูแลบุตรในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และให้กำลังใจซึ่งกันและกันระหว่างมารดาและผู้ช่วยดูแลบุตร (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 2 ในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)
 - 5.4 ผู้วิจัยซักถามถึงสุขภาพของบุตร และ สุขภาพของมารดา (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 2 ในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่) พร้อมกับพูดถึงประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพื่อเป็นการกระตุ้นให้มารดาู้สึกว่าการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นั้นส่งผลดีต่อตนเองและต่อบุตร
 - 5.5 ผู้วิจัยกล่าวชมมารดา ที่สามารถปฏิบัติกรเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ถูกต้อง และ กล่าวชมผู้ช่วยดูแลบุตรที่สามารถช่วยเหลือมารดาในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ต่อเนื่องมาถึง 2 เดือน
- 5.6 ผู้วิจัยกล่าวลา และ นัดหมายวันมาเยี่ยมครั้งต่อไป

สื่อและอุปกรณ์

1. คู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. ภาพพลิกการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ระยะเวลาการดำเนินกิจกรรม

ใช้เวลาดำเนินกิจกรรม 60 นาที

สถานที่

บ้านของมารดา

วิธีการประเมินผล

1. จากการสนทนา
2. จากการสังเกต
3. จากปฏิบัติการให้นม

4. กิจกรรมเยี่ยมบ้านครั้งที่ 3

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อให้มารดาเกิดความเชื่อมั่นในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ มีความคาดหวังในประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เพิ่มมากขึ้น พร้อมทั้งจะออกทำงานนอกบ้านอย่างมั่นใจ และ ส่งเสริมพัฒนาการของลูก มีความรัก ความรู้สึผูกพัน มีความสุขในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างต่อเนื่อง

แนวคิดจากทฤษฎี

มารดาที่มีการรับรู้ความสามารถตนเองสูง จะช่วยให้ประสบความสำเร็จ และมีความเป็นอยู่ที่ดี เมื่อเผชิญปัญหาจะเป็นสิ่งที่ท้าทายให้แก้ไขโดยใช้ความพยายาม ถึงแม้จะล้มเหลวเขาก็มองความผิดพลาดไปที่พยายามไม่เพียงพอ หรือขาดความรู้ หรือขาดทักษะ ในทางตรงกันข้ามมารดาที่มีการรับรู้ความสามารถตนเองต่ำ จะมองงานที่ยากกว่าเป็นภาวะคุกคาม จะหลีกเลี่ยง เมื่อมีความผิดพลาดจะมองว่าตนเองด้อย ขาดความสามารถ มารดาจะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หรือไม่ ขึ้นอยู่กับความคาดหวังในประโยชน์ของน้ำนมมารดา เชื่อว่าตนมีความสามารถพอที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จ ความเชื่อมั่นว่าตนมีความสามารถ เป็นแรงเสริมให้มารดามีความพยายาม และตั้งใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และถ้าได้รับผลลัพธ์ตามที่ตนต้องการหรือคาดหวังไว้จะเป็นแรงเสริมให้มารดา มีการรับรู้ความสามารถตนเอง และเกิดความกลัวน้อยลงเมื่อพบเหตุการณ์เช่นเดิมอีก การรับรู้ความสามารถตนเองและความคาดหวังผลที่จะเกิดขึ้นนั้นมีความสัมพันธ์กัน โดยที่ความสัมพันธ์ของตัวแปรทั้งสองมีผลต่อการตัดสินใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อเนื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จะให้ประโยชน์ต่อตัวมารดาและบุตร มารดาจะต้องรับรู้ความสามารถในการส่งเสริมพัฒนาการและการเจริญเติบโตของเด็กอย่างมีคุณภาพ ซึ่งจะช่วยให้โอกาสให้เด็กกลายเป็นผู้มีบุคลิกภาพที่ดี และ

คาดหวังว่าบุตรจะเป็นผู้มีความฉลาด แข็งแรง มีจริยธรรม อดทน อดกลั้น และเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อผู้อื่น

สัญชาตญาณความเป็นแม่ที่เพิ่มขึ้นจากการเพิ่มระดับของฮอร์โมนออกซิโตซิน (Oxytocin) ในตัวแม่ขณะที่ลูกกำลังดูดนมจากอกแม่ที่จะช่วยให้แม่เป็นผู้มีจิตใจอ่อนโยนเปี่ยมด้วยความรักและเมตตา อันเนื่องมาจากการรับรู้ถึงสภาวะอารมณ์ที่สงบเป็นสุข เปี่ยมด้วยความรักที่แม่มีต่อลูก ที่เกิดขึ้นมากกว่าปกติในตัวแม่ขณะลูกกำลังดูดนมแม่ ซึ่งเด็กจะรู้สึกได้ถึงความรู้สึกอ่อนโยน ทำให้เด็กอารมณ์ดี และมีความสุข

วิธีดำเนินการกิจกรรม

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทาย สร้างสัมพันธ์ภาพกับมารดา และ ผู้ช่วยดูแลบุตร
2. ผู้วิจัยกล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการมาเยี่ยมบ้านครั้งนี้
3. สนทนากับมารดา และ ผู้ช่วยดูแลบุตร โดยประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองดังนี้
 - 3.1 ให้มารดาได้เล่าถึงประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตลอด 3 เดือนที่ผ่านมา (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 3 ในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)
 - 3.2 ให้มารดาทบทวนเรื่องการบีบเก็บน้ำนมให้ฟังอีกครั้งหนึ่ง เนื่องจากต้องเตรียมออกทำงานนอกบ้าน (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 3 ในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่) พร้อมกับกล่าวชมมารดาที่สามารถทบทวนได้
 - 3.3 ผู้วิจัยซักถามมารดาในเรื่องพัฒนาการของลูก (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 3 ในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)
 - 3.4 ผู้วิจัยอธิบายเพิ่มเติมในเรื่องพัฒนาการลูก (รายละเอียดในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)
 - 3.5 ผู้วิจัยทำการประเมินพัฒนาการลูก โดยใช้แบบประเมินพัฒนาการเด็กอายุ 3 เดือน พร้อมกับชั่งน้ำหนัก และ วัดส่วนสูงให้ลูก (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 3 ในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)
 - 3.6 ให้มารดาได้พูดถึงความรัก ความรู้สึกผูกพันที่มีต่อลูก พูดถึงความเชื่อมั่นในความสามารถตนเองที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อไป และ ให้มารดาพูดถึง สิ่งที่จะทำให้เขาสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้สำเร็จต่อไป (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 3 ในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)
 - 3.7 ผู้วิจัยกล่าวชมมารดา และ ผู้ช่วยดูแลบุตร ที่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างต่อเนื่อง และ คอยเป็นกำลังใจให้สามารถเลี้ยงลูกได้ยาวนานที่สุดเท่าที่จะสามารถทำได้

3.8 ให้มารดาแสดงความรู้สึกร่วมกับผู้วิจัยที่ดำเนินกิจกรรมมาตั้งแต่แรกจนกระทั่งถึงวันนี้ (ผู้นำกลุ่มบันทึกลงแบบบันทึกการเยี่ยมบ้านครั้งที่ 3 ในคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่)

3.9 ประเมินการรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์ และ พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยให้มารดาตอบแบบสัมภาษณ์การรับรู้ความสามารถตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (Posttest)

3.10 ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณผู้เข้าร่วม และชี้แจงการประเมินระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยการโทรศัพท์ถามทุกเดือนจนถึง 6 เดือน และ กล่าวถามมารดา

สื่อและอุปกรณ์

1. คู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
2. เครื่องชั่งน้ำหนัก
3. แบบประเมินพัฒนาการเด็ก

ระยะเวลาการดำเนินกิจกรรม

ใช้เวลาดำเนินกิจกรรม 60 นาที

สถานที่

บ้านของมารดา

วิธีการประเมินผล

1. จากการสนทนา
2. จากการสังเกต
3. จากแบบสัมภาษณ์การรับรู้ความสามารถตนเอง ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล แบ่งเป็น 4 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 แบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไปของมารดา และ บุตร ซึ่งมีข้อคำถามเกี่ยวกับ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้เฉลี่ยต่อเดือน การลาคลอด วันที่คลอดบุตร เพศบุตร น้ำหนักบุตร ที่อยู่ หมายเลขโทรศัพท์ที่ติดต่อได้ และ แผนที่บ้าน

ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์การรับรู้ความสามารถตนเองต่อพฤติกรรมกาเลียงลูกด้วยนมแม่ เพื่อต้องการทราบถึงความเชื่อมั่นในความสามารถของมารดาในการเลียงลูกด้วยนมแม่ ใช้มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับ ตั้งแต่ มั่นใจมากที่สุด มั่นใจมาก มั่นใจปานกลาง มั่นใจน้อย ไม่มั่นใจเลย โดยทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของมารดาเพียงช่องเดียว แต่ละระดับมีความหมายดังนี้

มั่นใจมากที่สุด	หมายถึง	เมื่อเลือกข้อนั้นแล้ว มั่นใจว่าสามารถปฏิบัติได้ทั้งหมด
มั่นใจมาก	หมายถึง	เมื่อเลือกข้อนั้นแล้ว มั่นใจว่าสามารถปฏิบัติได้เป็นส่วนใหญ่
มั่นใจปานกลาง	หมายถึง	เมื่อเลือกข้อนั้นแล้ว มั่นใจว่าสามารถปฏิบัติได้บ้างไม่ได้บ้าง
มั่นใจน้อย	หมายถึง	เมื่อเลือกข้อนั้นแล้ว มั่นใจว่าสามารถปฏิบัติได้เป็นบางส่วน
ไม่มั่นใจเลย	หมายถึง	เมื่อเลือกข้อนั้นแล้ว มั่นใจว่าไม่สามารถปฏิบัติได้เลย

เกณฑ์การให้คะแนนมีดังนี้

มั่นใจมากที่สุด	5	คะแนน
มั่นใจมาก	4	คะแนน
มั่นใจปานกลาง	3	คะแนน
มั่นใจน้อย	2	คะแนน
ไม่มั่นใจเลย	1	คะแนน

การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยมีเกณฑ์ในการพิจารณาดังนี้

(รวิวรรณ ชินะตระกูล, 2542 หน้า 182)

4.50 – 5.00 หมายถึง มารดามีความมั่นใจในการรับรู้ความสามารถตนเองในระดับมากที่สุด

3.50 – 4.49 หมายถึง มารดามีความมั่นใจในการรับรู้ความสามารถตนเองในระดับมาก

2.50 – 3.49 หมายถึง มารดามีความมั่นใจในการรับรู้ความสามารถตนเองในระดับปานกลาง

1.50 – 2.49 หมายถึง มารดามีความมั่นใจในการรับรู้ความสามารถตนเองในระดับน้อย

1.00 – 1.49 หมายถึง มารดามีความมั่นใจในการรับรู้ความสามารถตนเองในระดับน้อยที่สุด

ส่วนที่ 3 แบบสัมภาษณ์ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการเลียงลูกด้วยนมแม่ เพื่อต้องการทราบถึงความคาดหวังในประโยชน์จากการเลียงลูกด้วยนมแม่ ใช้มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับ ตั้งแต่ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง โดยทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของมารดาเพียงช่องเดียว แต่ละระดับมีความหมายดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคาดหวังของมารดาอย่างยิ่ง
เห็นด้วย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคาดหวังของมารดา

ไม่แน่ใจ	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่แน่ใจว่าตรงกับความคาดหวังของมารดา
ไม่เห็นด้วย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคาดหวังของมารดา
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคาดหวังของมารดาอย่างยิ่ง

เกณฑ์การให้คะแนนมีดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5	คะแนน
เห็นด้วย	4	คะแนน
ไม่แน่ใจ	3	คะแนน
ไม่เห็นด้วย	2	คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1	คะแนน

การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยมีเกณฑ์ในการพิจารณาดังนี้
(รวิวรรณ ชินะตระกูล, 2542 หน้า 182)

- 4.50 – 5.00 หมายถึง มารดาคาดหวังในประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับมากที่สุด
3.50 – 4.49 หมายถึง มารดาคาดหวังในประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับมาก
2.50 – 3.49 หมายถึง มารดาคาดหวังในประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับปานกลาง
1.50 – 2.49 หมายถึง มารดาคาดหวังในประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับน้อย
1.00 – 1.49 หมายถึง มารดามีความหวังในผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับน้อยที่สุด

ส่วนที่ 4 แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพื่อให้ทราบถึงวิธีปฏิบัติของมารดาในการให้นม ใช้มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับ ตั้งแต่ ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติบ่อยครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง ไม่เคยปฏิบัติ โดยทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องคำตอบที่ตรงกับกรปฏิบัติของมารดาตามความเป็นจริง แต่ละระดับมีความหมายดังนี้

ปฏิบัติทุกครั้ง	หมายถึง	ปฏิบัติตามข้อความนั้นสม่ำเสมอทุกครั้ง
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	หมายถึง	ปฏิบัติตามข้อความนั้นเฉลี่ยสัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง
ปฏิบัติบางครั้ง	หมายถึง	ปฏิบัติตามข้อความนั้นเฉลี่ยสัปดาห์ละครั้ง
ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง	หมายถึง	ปฏิบัติตามข้อความนั้นเฉลี่ยเดือนละครั้ง
ไม่เคยปฏิบัติ	หมายถึง	ไม่ปฏิบัติตามข้อความนั้นเลย

เกณฑ์การให้คะแนน แบบสัมภาษณ์มีข้อความเชิงบวก จำนวน 10 ข้อ และเชิงลบ จำนวน 7 ข้อ มีการให้คะแนนขึ้นอยู่กับข้อความดังนี้

	เชิงบวก	เชิงลบ	
ปฏิบัติทุกครั้ง	5	1	คะแนน
ปฏิบัติบ่อยครั้ง	4	2	คะแนน

ไม่แน่ใจ	3	3	คะแนน
ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง	2	4	คะแนน
ไม่เคยปฏิบัติ	1	5	คะแนน

การแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยมีเกณฑ์ในการพิจารณาดังนี้

(รวิวรรณ ชินะตระกูล, 2542 หน้า 182)

- 4.50 – 5.00 หมายถึง มารดามีพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับปฏิบัติถูกต้องมากที่สุด
 3.50 – 4.49 หมายถึง มารดามีพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับปฏิบัติถูกต้องมาก
 2.50 – 3.49 หมายถึง มารดามีพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับปฏิบัติถูกต้องปานกลาง
 1.50 – 2.49 หมายถึง มารดามีพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับปฏิบัติถูกต้องน้อย
 1.00 – 1.49 หมายถึง มารดามีพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในระดับปฏิบัติถูกต้องน้อยที่สุด

การสร้างเครื่องมือ และพัฒนาคุณภาพของแบบสัมภาษณ์

ขั้นตอนที่ 1 สร้างแบบสัมภาษณ์ตามประเด็นที่ต้องการวัดในแต่ละตัวแปร

1. ศึกษาแนวคิดทฤษฎี และ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งศึกษาข้อมูลพื้นฐานของมารดาหลังคลอดเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2. กำหนดขอบเขตและโครงสร้างของเนื้อหาของแบบสัมภาษณ์ ให้ครอบคลุมตามวัตถุประสงค์

3. สร้างข้อคำถามของแบบสัมภาษณ์ และกำหนดเกณฑ์การให้คะแนน

ขั้นตอนที่ 2 ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) และปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ซึ่งประกอบด้วย

1. อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญทางด้านมารดาทารก 1 ท่าน
2. พยาบาลผู้เชี่ยวชาญทางด้านทฤษฎีความสามารถตนเอง และการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 1 ท่าน

3. กุมารแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 1 ท่าน

ขั้นตอนที่ 3 หาความเที่ยง (Reliability) โดยนำแบบสัมภาษณ์ที่ปรับปรุงแก้ไขให้

สมบูรณ์ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ ไปทดลอง (Try Out) ใช้กับกลุ่มมารดาหลังคลอดไม่เกิน 1 เดือนที่คลอดโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ และ มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 ราย มาคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ของ ครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) (บุญใจ ศรีสถิตยัณรากร, 2547, หน้า 236) พบว่า แบบสัมภาษณ์ส่วนที่ 2 การรับรู้ความสามารถตนเองต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ค่าความเชื่อมั่นระดับสูง ($\alpha = .90$)

แบบสัมภาษณ์ส่วนที่ 3 ความคาดหวังในผลลัพธ์ต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ได้ค่าความเชื่อมั่นระดับสูง ($\alpha = .91$) และแบบสัมภาษณ์ส่วนที่ 4 พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ค่าความเชื่อมั่นระดับสูง ($\alpha = .84$) หลังจากนั้นปรับปรุงแบบสัมภาษณ์ ก่อนนำไปใช้เก็บข้อมูลจริง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมส่งเสริมการรับรู้ความสามารถตนเองในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยมีขั้นตอนการสร้างดังนี้

2.1 ทบทวนวรรณกรรม และศึกษาแนวคิดทฤษฎีการรับรู้ความสามารถตนเองของ Bandura (1997) ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และ การเยี่ยมบ้าน

2.2 กำหนดขั้นตอนของการทำกิจกรรมตามแนวคิดทฤษฎีการรับรู้ความสามารถตนเอง ประกอบด้วย ประสพการณ์โดยตรงจากตนเอง และจากการสังเกตผู้อื่น โดยใช้ตัวแบบ การใช้คำพูดชักจูง การรับรู้ถึงสภาวะอารมณ์ และจัดเนื้อหากิจกรรมให้ครอบคลุมเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2.3 จัดทำคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยผู้วิจัยสร้างขึ้น จากการทบทวนวรรณกรรม มีเนื้อหาดังนี้

2.3.1 ลักษณะของเต้านม และการสร้างน้ำนม

2.3.2 ประโยชน์ของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2.3.3 วิธีปฏิบัติในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2.3.4 ปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และแนวทางแก้ไข

2.3.5 ประสพการณ์ความสำเร็จของมารดาที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่

2.3.6 การส่งเสริมพัฒนาการแรกเกิดถึง 1 ปี

2.3.7 แบบบันทึกกิจกรรมกลุ่ม

2.3.8 แบบบันทึกการเยี่ยมบ้าน

2.3.9 แบบประเมินพัฒนาการเด็กอายุ 3 เดือน

การพัฒนาคุณภาพเครื่องมือในการทดลอง

ผู้วิจัยนำคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แผนการดำเนินกิจกรรม และ แบบบันทึกการเยี่ยมบ้าน เสนอผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง ครบถ้วนตามวัตถุประสงค์ ความเหมาะสมของภาษา และชัดเจนในเนื้อหา แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ หลังจากนั้นนำคู่มือการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไปให้มารดาหลังคลอดอ่านจำนวน 5 รายที่มีคุณสมบัติใกล้เคียง

กับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อทดสอบความเข้าใจในเนื้อหา ส่วนวนภาษาที่ใช้ และนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะก่อนนำไปใช้จริง

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

พิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการรวบรวมข้อมูล และ ระยะเวลาของการวิจัย พร้อมทั้งชี้แจงให้ทราบถึงสิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้ โดยไม่มีผลต่อการพยาบาล การบริการ หรือการรักษาที่ได้รับแต่อย่างใด นอกจากนี้ในระหว่างการวิจัย หากกลุ่มตัวอย่างไม่พอใจ หรือ ไม่ต้องการเข้าร่วมวิจัยจนครบตามกำหนดเวลา กลุ่มตัวอย่างสามารถบอกเลิกได้ โดยไม่มีผลต่อการพยาบาล การบริการ หรือ การรักษาที่จะได้รับ สำหรับกลุ่มควบคุมได้รับคำแนะนำการปฏิบัติตนหลังคลอดและการเลี้ยงดูบุตรตามปกติของหอผู้ป่วยสูตินรีเวชกรรม ข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ถือเป็นความลับ การนำเสนอข้อมูลต่าง ๆ จะนำเสนอในภาพรวม ไม่มีการเปิดเผยชื่อและนามสกุล เมื่อมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการทำวิจัย สามารถสอบถามผู้วิจัยได้ตลอดเวลา หลังจากนั้นผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างอ่านเอกสารข้อมูลสำหรับกลุ่มตัวอย่าง (Patient/ Participant Information Sheet) เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินดีเข้าร่วมการวิจัย ให้เซ็นชื่อในใบยินยอมการเข้าร่วมการวิจัย

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาวิจัยนี้มีขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. ระยะเตรียมการ

1.1 ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัย พร้อมแบบรายงานรับรองโครงการวิจัยจากคณะกรรมการวิจัยมหาวิทยาลัยบูรพา ถึงผู้อำนวยการโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ เพื่อขออนุญาตในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1.2 ภายหลังได้รับอนุมัติแล้ว ผู้วิจัยเข้าพบผู้อำนวยการกองการพยาบาล หัวหน้าหอผู้ป่วยสูตินรีเวชกรรม เพื่อขอความร่วมมือและชี้แจงวิธีดำเนินการวิจัย

2. ระยะดำเนินการวิจัย

2.1 ผู้วิจัยสำรวจและคัดเลือกรดาหลังคลอดขณะพักฟื้นในหอผู้ป่วยสูตินรีเวชกรรม โรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ตามคุณสมบัติที่กำหนดไว้ และพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง โดยอธิบายวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ระยะเวลาที่ทำการศึกษา ให้สิทธิในการตัดสินใจเข้าร่วมวิจัย รวมทั้งสามารถบอกยุติการให้ความร่วมมือในขั้นตอนใด ๆ ของการวิจัย

ไม่ต้องบอกเหตุผล และไม่มีผลต่อการรักษาพยาบาลที่ได้รับตามสิทธิ เมื่อมารดาสมัครใจเข้าร่วมวิจัย ให้เซ็นชื่อในแบบฟอร์มแสดงความยินยอม จึงเริ่มดำเนินการเก็บข้อมูล

2.2 ในวันแรกหลังคลอด หลังจากที่มาตราได้รับการพักผ่อนอย่างเต็มที่ ผู้วิจัยให้มารดาที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนด ทั้งกลุ่มทดลอง และ กลุ่มควบคุมตอบแบบสัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไปของมารดา และ บุตร แบบสัมภาษณ์การรับรู้ความสามารถตนเองต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบสัมภาษณ์ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (Pretest)

2.3 ภายหลังจากการดำเนินการทดลองเสร็จสิ้น 3 เดือน ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลอง และ กลุ่มควบคุมตอบแบบสัมภาษณ์การรับรู้ความสามารถตนเองต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แบบสัมภาษณ์ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (Posttest)

2.4 ติดตามระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยการ โทรศัพท์ถามทุกเดือนจนกว่ามารดาหยุดเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ ติดตามประเมินจนถึง 6 เดือนในรายที่ยังคงเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

การวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลมาแล้ว ทำการตรวจสอบความครบถ้วนสมบูรณ์ของข้อมูล นำข้อมูลที่ได้มาลงรหัส และวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปวิเคราะห์สถิติ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง โดยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของข้อมูลส่วนบุคคล และเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก่อนทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมด้วยการทดสอบ Independent t-Test และ Chi-square
3. วิเคราะห์เปรียบเทียบผลต่างของคะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถตนเองต่อพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ความคาดหวังในผลลัพธ์จากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่หลังทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมด้วยการทดสอบ Independent t-Test
4. วิเคราะห์เปรียบเทียบระยะเวลาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ด้วยการทดสอบ Chi-square

แผนการดำเนินการวิจัย

เลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่ผู้วิจัยกำหนด



ภาพที่ 7 แผนการดำเนินการวิจัย