

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยตามลำดับ ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ
4. การดำเนินการทดลอง
5. วิธีดำเนินการทดลอง
6. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร เป็นผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านเขาน้อยแก้ว จังหวัดนครสวรรค์ ตลอดระยะเวลาของการทดลองตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน - ธันวาคม 2545 ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดดังนี้

- 1.1 มีอายุอยู่ในช่วง 60-80 ปี ทั้งเพศชายและเพศหญิง
- 1.2 เป็นผู้ที่สามารถฟังและพูดภาษาไทยได้ดีไม่จำกัดระดับการศึกษา
- 1.3 ไม่เป็นโรคจิต หรือโรคประสาทและไม่อยู่ในหอผู้ป่วยสมองเสื่อม มีการรับรู้เกี่ยวกับเวลา สถานที่ บุคคลถูกต้อง สามารถได้ตอบและสื่อความหมายให้เข้าใจกันได้ใน การตอบแบบสัมภาษณ์และการเข้าร่วมกลุ่มรับคำปรึกษา

1.4 ไม่มีการบาดเจ็บรุนแรง และมีสภาพร่างกายไม่เป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมกลุ่ม

1.5 เป็นผู้ที่นับถือ หรือเลื่อมใสในพุทธศาสนา

1.6 รับการสงเคราะห์ประเภทสามัญ ในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านเขาน้อยแก้ว จังหวัดนครสวรรค์

1.7 มีความรู้เท่าทันสูงกว่าค่าเฉลี่ย มีความเต็มใจและยินดีเข้าร่วมกลุ่มการทดลอง

จำนวน 12 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย (simple random sampling) ใช้วิธีจับฉลาก จำนวน 10 คน และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเพื่อแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ประกอบด้วย กลุ่มทดลองจำนวน 5 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 5 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย

1. แบบวัดความเหงา
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มโดยการประยุกต์การคิดตามหลักโยนิโสมนติการ

ของศาสนาพุทธ

การสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ

การสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือมีขั้นตอนการดำเนินการ ดังนี้

1. แบบวัดความเหงา ใช้แบบวัดความเหงาของ วัดลภา โคสิดานนท์ ซึ่งได้ดัดแปลงมาจากแบบวัดความเหงาของมหาวิทยาลัย แคลิฟอร์เนีย แห่งเมืองลอสแอนเจลิส ฉบับที่ 3 (University of California Los Angeles Loneliness Scale, Version 3) ของรัสเซล (Russell, 1996) ซึ่งค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดมีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา เท่ากับ .99 ประกอบด้วยคำถามปลายเปิด จำนวน 24 ข้อ เป็นข้อคำถามทางบวกจำนวน 9 ข้อ และข้อคำถามทางลบ 15 ข้อ เป็นข้อความเกี่ยวกับความรู้สึกของผู้สูงอายุที่มีต่อเพื่อน และความใกล้ชิดสนิทสนมกับเพื่อนที่มีอยู่ในขณะนี้ ลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) ตามแบบลิเคิร์ต (Likert scale) โดยมีค่าตั้งแต่ระดับที่ 1 โดยบ่งบอกว่าไม่เคยรู้สึกเช่นนั้นเลย จนถึงระดับ 4 ซึ่งบ่งบอกว่ารู้สึกเช่นนั้นบ่อยมาก หรือเป็นประจำ ผู้วิจัยเป็นผู้อ่านข้อคำถามให้ผู้สูงอายุฟังทีละข้อ และขอให้ผู้สูงอายุเลือกตอบตามความบ่อยครั้งของความรู้สึกที่ตรงกับความรู้สึกนั้น แล้วผู้วิจัยกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกนึกคิดหรือการกระทำของผู้สูงอายุ

การตรวจวัดให้คะแนนและการแปลผล ให้คะแนนเป็นรายข้อ โดยมีช่วงคะแนนตั้งแต่ 1-4 คะแนน โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนแต่ละระดับดังนี้

ระดับความรู้สึก	คำถามทางบวก (คะแนน)	คำถามทางลบ (คะแนน)
	1,5,6,9,10,15,16,18,,19	2,3,4,7,8,11,12,13,14,17,20,21,22,23,24
บ่อยมาก/เป็นประจำ	1	4
บ่อย	2	3
นานๆ ครั้ง	3	2

ไม่เคยเลข

4

1

รวมคะแนนทุกข้อเข้าด้วยกันแล้วแปลผลคะแนน

ถ้าคะแนนสูงแสดงว่า ว้าเหว่มาก

คะแนนต่ำแสดงว่า ว้าเหวน้อย

นำแบบสัมภาษณ์ที่ได้ผ่านการเห็นชอบจากอาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์แล้ว ไปทดลองใช้ (try out) กับผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ แต่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 35 คน เพื่อหาความสมบูรณ์ของเครื่องมือในด้านความพร้อมของภาษา และเทคนิคการใช้คำถามเพื่อสื่อความหมายกับผู้สูงอายุ และเพื่อประเมินเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไข นำแบบสัมภาษณ์มาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่น .90 นำแบบสอบถามไปใช้ในการดำเนินการวิจัย

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มโดยการประยุกต์การคิดตามหลักโยนิโสมนสิการของศาสนาพุทธ ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยนำหลักการให้คำปรึกษากลุ่ม การให้คำปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ และการคิดตามหลักโยนิโสมนสิการของศาสนาพุทธ มาประยุกต์ เพื่อใช้ฝึกฝนและพัฒนานุคลิกให้เกิดปัญญาที่เกิดจากการคิด หรือจินตมยปัญญา เป็นการใช้ความคิดพิจารณาให้รู้ถึงความเป็นจริงตามเหตุและผล แล้วคิดแก้ปัญหาและอุปสรรคต่างๆ มีองค์ประกอบ 2 ส่วนที่จะนำไปสู่ปัญญาที่เกิดจากการคิด อย่างแรก คือ ศรัทธา เป็น ปัจจัยภายนอก หรือปรโตโมสะ ได้แก่ ความเป็นกัลยาณมิตรต่อกันของสมาชิกในกลุ่ม ข้อมูลความรู้ที่ได้รับจากผู้นำกลุ่ม บรรยายภาพ และสิ่งแวดล้อมภายในกลุ่ม ส่วน โยนิโสมนสิการเป็นปัจจัยภายในซึ่งเป็นวิธีการคิดที่ทำให้เกิดความคิดนำไปสู่การเกิดปัญญา การสร้างมีขั้นตอนดังนี้

1. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับหลักการให้คำปรึกษากลุ่ม หลักการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแนวพุทธศาสตร์ และการคิดตามหลักโยนิโสมนสิการ เลือกวิธีการคิดตามหลักโยนิโสมนสิการ 3 วิธี คือ การคิดแบบสามัญลักษณ์ หรือรู้เท่าทันธรรมดา การคิดแบบเป็นอยู่กับปัจจุบัน และการคิดแบบอุปมาอุปไมยรู้คุณธรรม จากคำรา เอกสาร บทความ และงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดจุดมุ่งหมายและวิธีการที่เหมาะสมในการปรับเปลี่ยนความคิด ความเชื่อเกี่ยวกับความว้าเหว่

2. สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มโดยการประยุกต์การคิดตามหลักโยนิโสมนสิการของศาสนาพุทธ ให้สอดคล้องกับงานวิจัยในครั้งนี้

3. นำโปรแกรมที่สร้างขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบ และให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุง นำโปรแกรมที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไข ไปตรวจสอบความเที่ยงตรง โดย

ผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ท่าน คือ ดร.พระมหาไพเราะ จิตสีโล และ ดร.นันทวิทย์ พรหมศรี เพื่อพิจารณาความสอดคล้องกับ วัตถุประสงค์ นิยามศัพท์เฉพาะ เนื้อหา วิธีดำเนินการทดลอง นำโปรแกรมมาปรับปรุงตามความข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

4. นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาที่สร้างขึ้นไปทดลองใช้ (Try out) กับผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ เพื่อพิจารณาความเหมาะสม ภาษาที่ใช้ วิธีดำเนินการ อุปกรณ์ และเวลาในการให้คำปรึกษา แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขร่วมกับอาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์อีกครั้งก่อนนำไปใช้จริง โดยในการทดลองใช้โปรแกรมได้มีการปรับในส่วนของระยะเวลาในการให้คำปรึกษาจากเดิมกำหนดไว้สัปดาห์ละ 2 ครั้ง เว้นวันเสาร์-อาทิตย์ ปรับเป็นสัปดาห์ละ 3 ครั้ง และปรับอีกครั้งเป็นทุกวัน เว้นวันเสาร์-อาทิตย์เช่นเดิม เนื่องจากในการทดลองใช้โปรแกรม พบว่า ผู้สูงอายุมีปัญหาสำคัญมากเรื่องความจำ และไม่พร้อมในการเข้าร่วมกลุ่ม จากปัญหาการเจ็บป่วย หรือมีเหตุการณ์ที่มากระทบจิตใจ เช่น ญาติไม่มาเยี่ยมตามนัด รู้สึกคิดถึงบ้าน คิดถึงลูกคิดถึงหลานมาก อยากกลับไปเยี่ยมบ้าน ไปทำบุญ เพื่อนป่วยต้องไปเฝ้าไข้ พักผ่อนไม่เพียงพอ เพื่อนเสียชีวิต ทะเลาะกัน

5. นำโปรแกรมที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปใช้ในการดำเนินการทดลอง

การดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองสองตัวประกอบแบบวัดซ้ำหนึ่งตัวประกอบ (a two-factor experiment with repeated measures on one factor) (Winer, Brown & Michels, 1991, p. 509) เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามโดยการประยุกต์การคิดตามหลักโยนิโสมนสิการของศาสนาพุทธที่มีต่อความรู้สึกลัวหวงของผู้สูงอายุ ทั้งในระยะก่อนการทดลองกับระยะหลังการทดลอง และระยะก่อนการทดลองกับระยะติดตามผล

ตารางที่ 1 แบบแผนการทดลอง

	b_1	...	b_j	...	b_q
a_1	G_1	...	G_1	...	G_1
a_2	G_2	...	G_2	...	G_2

a_1 แทน กลุ่มทดลอง
 a_2 แทน กลุ่มควบคุม
 b_1 แทน ระยะก่อนการทดลอง

b_j แทน ระยะหลังการทดลอง

b_q แทน ระยะติดตามผล

G_1 แทน จำนวนคนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มโดยการประยุกต์การคิดตามหลัก

โยนิโสมนสิการของศาสนาพุทธ

G_2 แทน จำนวนคนที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มโดยการประยุกต์การคิดตามหลัก

โยนิโสมนสิการของศาสนาพุทธ

วิธีดำเนินการทดลอง

มีขั้นตอนในการดำเนินงานดังนี้

1. ขั้นตอนเตรียมการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยนำหนังสือจากฉบับตีพิมพ์วิทยาลัษมหาวิทยาลัยบูรพา ถึงอธิบดีกรมประชาสงเคราะห์ เพื่อขอลดลงหาคุณภาพเครื่องมือและขอเก็บข้อมูลการวิจัย แล้วติดต่อผู้ปกครองสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี เพื่อขออนุญาตนำแบบวัดความวิตกกังวล ความเชื่อมั่นของแบบวัด และขอความอนุเคราะห์ในการทดลองใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยการประยุกต์การคิดตามหลักโยนิโสมนสิการของศาสนาพุทธต่อความวิตกกังวลของผู้สูงอายุ

1.2 ผู้วิจัยติดต่อผู้ปกครองสถานสงเคราะห์คนชราบ้านเขาบ่อแก้ว จังหวัดนครสวรรค์ เพื่อขออนุญาตทำการศึกษาวิจัย และขอความร่วมมือในการดำเนินการวิจัยกับผู้สูงอายุ

2. ขั้นตอนการทดลอง แบ่งเป็น 3 ระยะ ดังนี้

2.1 ระยะก่อนการทดลอง

2.1.1 พิจารณาผู้สูงอายุทั้งชายและหญิงตามเกณฑ์ที่กำหนดและสมัครใจในการทำแบบประเมินจำนวน 27 คน ผู้วิจัยสัมภาษณ์ โดยใช้แบบวัดความวิตกกังวล พบผู้มีคะแนนความวิตกกังวลสูงกว่าค่าเฉลี่ย จำนวน 12 คน จากนั้นจึงทำการสุ่มอย่างง่ายโดยการจับสลาก มาจำนวน 10 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้ง แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 5 คน บันทึกค่าคะแนนที่ได้ไว้เป็นคะแนนระยะก่อนการทดลอง (pre-test)

2.1.2 ผู้วิจัยเข้าพบผู้สูงอายุเป็นรายบุคคลเพื่อทำความเข้าใจในการเข้าร่วมกลุ่ม โดยการพูดคุยเกี่ยวกับลักษณะของการให้คำปรึกษากลุ่มโดยการประยุกต์การคิดตามหลักโยนิโสมนสิการของศาสนาพุทธ รวมทั้งความต้องการและเป้าหมายของการเข้ากลุ่ม เพื่อขอความร่วมมือแล้วสอบถามความสมัครใจอีกครั้ง และทุกคนก็ยินดีให้ความร่วมมือและมีความต้องการเข้ากลุ่ม

2.2 ระยะทดลอง

2.2.1 ปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพกับผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง

2.2.2 ดำเนินการทดลอง โดยผู้วิจัยให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มโดยการประยุกต์การคิดตามหลักโยนิโสมนสิการของศาสนาพุทธ ทุกวันจันทร์ – ศุกร์ เว้นวันเสาร์ – อาทิตย์ จำนวน 8 ครั้ง โดยใช้เวลาในการทำกลุ่มครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที ถึง 2 ชั่วโมง ส่วนกลุ่มควบคุม ดำเนินกิจกรรมประจำวันตามปกติของสถานสงเคราะห์คนชรา

2.2.3 ผู้วิจัยสัมภาษณ์ผู้สูงอายุกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยแบบวัดความว้าเหว่หลังสิ้นสุดโปรแกรมทันที เก็บคะแนนไว้เป็นการทดสอบระยะหลังการทดลอง (Post-test)

การดำเนินการทดลองกระทำในวันที่ 4 พฤศจิกายน 2545 ถึง วันที่ 13 พฤศจิกายน 2545 โดยจัดกระทำในช่วงเวลา 09.00 น. – 11.00 น. โดยประมาณ

2.3 ระยะติดตามผล เมื่อครบเวลา 4 สัปดาห์ คือวันที่ 11 พฤศจิกายน 2545 ผู้วิจัยเข้าพบผู้สูงอายุเพื่อสัมภาษณ์กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยแบบวัดความว้าเหว่ โดยผู้วิจัยอ่านข้อคำถามให้ผู้สูงอายุฟังทีละข้อ เป็นรายบุคคล เมื่อได้คำตอบผู้วิจัยบันทึกลงในแบบวัดจนครบทุกคนเหมือนที่เคยทำ แล้วเก็บคะแนนไว้เป็นการทดสอบในระยะติดตามผลหลังการให้คำปรึกษา

3. นำข้อมูลทั้งหมดมาตรวจสอบความถูกต้องให้ครบถ้วนเพื่อเตรียมการวิเคราะห์ข้อมูลตามขั้นตอนทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างเพื่อเปรียบเทียบคะแนนความว้าเหว่ของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 ระยะ โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated-measure analysis of variance : one between-subjects variable and one within- subject variable) (Howell, 1997, p. 458) และตรวจสอบความถูกต้องของการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมที่พัฒนาขึ้นโดยภาษาคิวเบสิก (QBASIC) ของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพรัตน์ วงษ์นาม (อาจารย์ประจำภาควิชาวิจัยและวัดผลการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา) และเมื่อพบความแตกต่างทำการทดสอบความแตกต่างด้วยวิธีทดสอบรายคู่แบบนิวแมน-คูลส์ (Newman-Keuls Procedure)