

ภาคผนวก

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ก

แบบวัดการปรับตัว และปัจจัยที่เป็นสาเหตุการปรับตัวของผู้ติดเชื้อเอชไอวี

คำชี้แจง

สวัสดีครับ ผมชื่อ นายปริญญา สิริอรรถกุล เป็นนิสิตปริญญาโท สาขาเทคโนโลยีวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา มีความสนใจศึกษาสาเหตุการปรับตัวในผู้ติดเชื้อ จึงขอความร่วมมือจากเพื่อน ๆ พี่ ๆ ในการตอบแบบวัดฉบับนี้ โดยใช้เวลาประมาณ 15 นาที ข้อมูลที่ผมได้รับจากเพื่อน ๆ พี่ ๆ จะเป็นความลับ และจะใช้เพื่อประโยชน์ทางวิชาการเท่านั้น โดยนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวม หากมีข้อสงสัยใดเกี่ยวกับแบบวัดฉบับนี้ ผมยินดีที่จะตอบคำถามจนกว่าจะเข้าใจ

แบบวัดมีทั้งหมด 2 ตอน ประกอบด้วย

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 8 ข้อ

ตอนที่ 2 ประกอบด้วย

ความเข้มแข็งอดทน จำนวน 15 ข้อ

ความเชื่ออำนาจภายในตนด้านสุขภาพ จำนวน 7 ข้อ

การรับรู้ของคนทั่วไป จำนวน 20 ข้อ

การสนับสนุนทางสังคม จำนวน 30 ข้อ

การปรับตัว จำนวน 20 ข้อ



ผมขอเป็นกำลังใจสำหรับเพื่อนๆ พี่ๆ ผู้ติดเชื้อทุกคน

และขอขอบคุณสำหรับความร่วมมือครับ

ตอนที่ 1

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย (✓) ลงใน ☐ หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

1. เพศ ☐ 1. ชาย ☐ 2. หญิง
2. อายุ.....ปี
3. สถานภาพสมรส ☐ 1. โสด ☐ 2. แต่งงาน และอยู่ด้วยกัน
☐ 3. แต่งงานแต่แยกกันอยู่ ☐ 4. หย่าร้าง
☐ 5. หม้าย
4. ระดับการศึกษา ☐ 1. ประถมศึกษา ☐ 2. มัธยมศึกษา
☐ 3. อนุปริญญา, ปวส. ☐ 4. ปริญญาตรี
☐ 5. สูงกว่าปริญญาตรี ☐ 6. อื่นๆ (โปรดระบุ).....
5. รายได้ของครอบครัวโดยเฉลี่ยต่อเดือน
☐ 1. 5,000 บาท หรือน้อยกว่า ☐ 2. 5,001 – 10,000 บาท
☐ 3. 10,001 – 15,000 บาท ☐ 4. 15,001 – 20,000 บาท
☐ 5. ตั้งแต่ 20,001 บาทขึ้นไป
6. ระยะเวลาที่ท่านทราบว่าคุณเองคิดเชื่อ.....ปี.....เดือน
7. บุคคลที่ท่านเปิดเผยสภาพการคิดเชื่อ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
☐ 1. ไม่เปิดเผย ☐ 2. คู่สมรส
☐ 3. พ่อ/แม่ ☐ 4. พี่/น้อง
☐ 5. บุตร ☐ 6.ญาติ
☐ 7. เพื่อน/เพื่อนบ้าน ☐ 8. แพทย์/พยาบาล
☐ 9. อื่นๆ (โปรดระบุ)
8. ท่านรู้สึกว่าการเจ็บป่วยของท่านขณะนี้ความรุนแรงอยู่ในระดับใด
☐ 1. ไม่รุนแรง ☐ 2. รุนแรงน้อย
☐ 3. รุนแรงปานกลาง ☐ 4. รุนแรงมาก
☐ 5. รุนแรงมากที่สุด

ตอนที่ 2

ความเข้มแข็งออกทน

คำชี้แจง ขอให้ท่านอ่านแต่ละข้อความ แล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นเป็นจริงตามคุณลักษณะ หรือตรงกับความรู้สึกของท่านมากน้อยเพียงใด แล้วทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องว่างที่เป็นจริงตามคุณลักษณะ หรือตรงกับความรู้สึกของท่าน โดยมีเกณฑ์ดังนี้

- มากที่สุด** หมายถึง ท่านพิจารณาแล้วว่าข้อความนั้นเป็นจริงตามคุณลักษณะ หรือตรงกับความรู้สึกของท่านในระดับมากที่สุด
- มาก** หมายถึง ท่านพิจารณาแล้วว่าข้อความนั้นเป็นจริงตามคุณลักษณะ หรือตรงกับความรู้สึกของท่านในระดับมาก
- ปานกลาง** หมายถึง ท่านพิจารณาแล้วว่าข้อความนั้นเป็นจริงตามคุณลักษณะ หรือตรงกับความรู้สึกของท่านในระดับปานกลาง
- น้อย** หมายถึง ท่านพิจารณาแล้วว่าข้อความนั้นเป็นจริงตามคุณลักษณะ หรือตรงกับความรู้สึกของท่านในระดับน้อย
- น้อยที่สุด** หมายถึง ท่านพิจารณาแล้วว่าข้อความนั้นเป็นจริงตามคุณลักษณะ หรือตรงกับความรู้สึกของท่านในระดับน้อย

ข้อความ	ตรงตามคุณลักษณะ / ความรู้สึก				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ฉันพยายามที่จะทำให้สุขภาพของตนเองดีเท่าที่จะ สามารถทำได้.....					
2. ฉันฝึกจิตใจให้เข้มแข็งอยู่เสมอ และทำจิตใจให้สงบ เพื่อต่อสู้กับความเจ็บป่วยที่อาจจะเกิดขึ้น.....					
3. ไม่จำเป็นที่ฉันจะต้องพยายามรักษาสุขภาพเพราะ ผลที่เกิดขึ้นก็ยังเหมือนเดิม.....					
4. ถึงแม้จะใช้ความพยายามอย่างมากในการรักษา สุขภาพก็คงจะไม่มีอะไรดีขึ้น.....					

ข้อความ	ตรงตามคุณลักษณะ / ความรู้สึก				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
5. ฉันไม่เข้าร่วมกิจกรรมใดๆ ที่ส่งเสริมสุขภาพ เพราะไม่มีประโยชน์อะไร.....					
6. ฉันสามารถดูแลสุขภาพของตนเองให้แข็งแรงได้.....					
7. ฉันไม่ดูแลสุขภาพของตนเอง ทำให้เกิดการติดเชื้อ แทรกซ้อนได้ง่าย.....					
8. ฉันมักจะรู้สึกโกรธ และไม่พอใจตนเอง เมื่อฉันนึกถึงการติดเชื้อของตนเอง.....					
9. ฉันรู้สึกโกรธคนที่ทำให้ฉันติดเชื้อ.....					
10. ฉันไม่สามารถพูดคุย หรือเข้าสังคมได้ เพราะรู้สึกอาย และกลัวผู้คนรังเกียจ.....					
11. ฉันพยายามเข้าร่วมในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ เพื่อให้ตนเองแข็งแรง.....					
12. ฉันพยายามทุกวิธีการเพื่อให้สุขภาพของฉันดีขึ้น.....					
13. การติดเชื้อ ทำให้ฉันสนใจดูแลสุขภาพของตนเอง ไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อนมากกว่าเดิม.....					
14. การรักษาสุขภาพให้แข็งแรงเป็นสิ่งที่ทำได้ยาก.....					
15. ฉันรู้สึกเบื่อการที่ต้องรับประทานอาหาร และออกกำลังกายให้พอเหมาะเพื่อรักษาสุขภาพ.....					

การสนับสนุนทางสังคม

ข้อความ	ตรงตามคุณลักษณะ / ความรู้สึก				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. คนใกล้ชิดแสดงความรักใคร่ห่วงใยฉัน.....					
2. พ่อแม่ และญาติมิตรต่างก็ให้คำแนะนำ ในการรักษาสุขภาพ.....					
3. เพื่อนๆ แสดงความเห็นใจ และให้ความรักฉันมากขึ้น.....					
4. คนใกล้ชิด มักจะพูดปลอบใจ ทำให้ฉันคลาย ความวิตกกังวล					
5. คนใกล้ชิดไม่เอาใจใส่ดูแลฉัน.....					
6. เพื่อนร่วมงานให้ความสำคัญแก่ฉันในฐานะที่เป็น สมาชิกคนหนึ่ง.....					
7. คนปกติยอมรับความคิดเห็นของฉัน.....					
8. เพื่อนของฉันยอมรับ และให้ความช่วยเหลือแก่ฉัน ในเรื่องต่างๆ เสมอ.....					
9. ฉันถูกปฏิเสธ เมื่อทำกิจกรรมร่วมกับคนปกติ.....					
10. เพื่อนบ้านปฏิเสธที่จะพูดคุยกับฉัน.....					
11. ฉันสามารถให้คำปรึกษาเรื่องสุขภาพแก่ สมาชิกในชมรมฯ ได้.....					
12. ฉันมีโอกาสดูออกไปเยี่ยมสมาชิกของชมรมฯ ตามบ้าน.....					
13. ฉันไม่เคยช่วยเหลือคนที่ด้อยกว่า.....					
14. ฉันไม่สามารถดูแลครอบครัวได้ดีเหมือนเดิม.....					
15. คนรอบข้างปฏิเสธความช่วยเหลือจากฉัน.....					
16. ฉันมีความรู้สึกว่าตนเองยังเป็นที่ต้องการของผู้อื่น.....					
17. ฉันสามารถช่วยเหลือตนเองในกิจกรรมต่างๆ ได้ดี.....					

ข้อความ	ตรงตามคุณลักษณะ / ความรู้สึก				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
18. เพื่อนร่วมงานบอกว่าฉันยังคงทำงานได้เหมือนคนปกติ.....					
19. คนใกล้ชิดบอกว่า เขายินดีที่จะทำกิจกรรมร่วมกับฉัน.....					
20. บุคคลรอบข้างไม่ให้ฉันทำกิจกรรมร่วมด้วย.....					
21. สมาชิกในครอบครัว สามารถพึ่งพาอาศัยฉันได้.....					
22. คนในครอบครัวเป็นที่พึ่งทางใจสำหรับฉันได้.....					
23. คนในครอบครัวถามไถ่ทุกข์สุขฉันเสมอ.....					
24. ฉันรู้สึกที่ถูกทอดทิ้งจากครอบครัว ญาติ พี่น้อง.....					
25. เมื่อฉันติดเชื้อเอชไอวี ฉันจึงไม่สามารถเป็นที่พึ่งทางใจของคนในครอบครัวได้.....					
26. เมื่อฉันมีปัญหา หรืออุปสรรค คนใกล้ชิดให้คำแนะนำ และช่วยฉันวางแผนแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้.....					
27. ฉันสบายใจขึ้น เมื่อเข้ารับคำปรึกษาจากแพทย์และพยาบาล.....					
28. คนใกล้ชิดปฏิเสธที่จะแนะนำวิธีการดูแลสุขภาพให้แก่ฉัน.....					
29. แพทย์ และพยาบาลปฏิเสธที่จะให้คำปรึกษาแก่ฉัน.....					
30. สมาชิกในครอบครัวแนะนำฉันให้ออกกำลังกายสม่ำเสมอ.....					

ความเชื่ออำนาจภายในตนด้านสุขภาพ

คำชี้แจง ขอให้ท่านอ่านแต่ละข้อความ แล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านมากน้อยเพียงใด แล้วทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน โดยมีเกณฑ์ดังนี้

- เห็นด้วยอย่างยิ่ง

หมายถึง ท่านพิจารณาแล้วว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด
- เห็นด้วย

หมายถึง ท่านพิจารณาแล้วว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นของท่าน
- ไม่แน่ใจ

หมายถึง ท่านพิจารณาแล้วว่าข้อความนั้นอาจจะตรงกับความคิดเห็นของท่าน หรืออาจจะไม่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน
- ไม่เห็นด้วย

หมายถึง ท่านพิจารณาแล้วว่าข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน
- ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

หมายถึง ท่านพิจารณาแล้วว่าข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1. เมื่อฉันเจ็บป่วย การปฏิบัติตนของฉันจะเป็นตัวกำหนดว่าจะหายเร็วหรือช้า.....					
2. ฉันเชื่อว่าฉันสามารถดูแลสุขภาพของตนเองได้.....					
3. สิ่งสำคัญที่มีผลต่อสุขภาพของฉันคือการปฏิบัติตัวของฉันเอง.....					
4. ถ้าฉันดูแลสุขภาพตนเองดีพอฉันก็จะไม่เจ็บป่วย.....					
5. ถ้าฉันปฏิบัติตัวได้ถูกต้องฉันก็จะมีสุขภาพดีอยู่เสมอ.....					
6. ฉันคิดว่าฉันสามารถวางแผนกำหนดการรักษาตนเองได้.....					
7. ฉันเชื่อว่าวิธีการรักษาสุขภาพของฉันนั้นถูกต้อง.....					

การรับรู้ที่เป็นตราบาป

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1. คนทั่วไปคิดว่าผู้ติดเชื้อเป็นคนสำส่อน ทางเพศ/ติดยาเสพติด/โสเภณี/รักร่วมเพศ.....					
2. คนทั่วไปคิดว่าโรคเอดส์คือโรคของคนมั่งง่าย.....					
3. คนทั่วไปคิดว่าผู้ติดเชื้อคือคนบาปที่ทำผิดศีลธรรม.....					
4. คนทั่วไปคิดว่าผู้ติดเชื้อเป็นบุคคลอันตรายต่อสังคม.....					
5. คนทั่วไปคิดว่า การติดเชื้อเอชไอวีเป็นความโชคร้าย.....					
6. คนทั่วไปส่วนใหญ่แสดงความเห็นอกเห็นใจผู้ติดเชื้อ.....					
7. คนทั่วไปยังคงรับประทานอาหารร่วมกับผู้ติดเชื้อ.....					
8. คนทั่วไปคิดว่าผู้ติดเชื้อมีสภาพเหมือนผู้ป่วยโรคเรื้อน.....					
9. คนทั่วไปไม่ต้องการแต่งงานด้วยผู้ติดเชื้อ.....					
10. คนทั่วไปไม่ต้องการสนทนา และพบปะกับผู้ติดเชื้อ.....					
11. คนทั่วไปยินดีให้การดูแลช่วยเหลือ หรือปฏิบัติต่อผู้ติดเชื้อเหมือนคนปกติทั่วไป.....					
12. คนทั่วไปยินดีให้ผู้ติดเชื้อทำกิจกรรมร่วมกับ ผู้อื่นในสังคมได้ตามปกติ.....					
13. คนทั่วไปคบค้าสมาคมกับผู้ติดเชื้อ.....					
14. คนทั่วไปไม่ต้องการให้ผู้ติดเชื้ออยู่ร่วมในสังคมด้วย.....					
15. คนทั่วไปต้องการให้ผู้ติดเชื้ออยู่ร่วมเฉพาะกับ สังคมของผู้ติดเชื้อเท่านั้น.....					
16. คนทั่วไปคิดว่าผู้ติดเชื้อคงมีชีวิตรอดอยู่อีกไม่นาน.....					
17. คนทั่วไปคิดว่าผู้ติดเชื้อไม่สามารถช่วยเหลือใครได้.....					
18. คนทั่วไปเสแสร้งทำเป็นเห็นอกเห็นใจผู้ติดเชื้อ.....					
19. คนทั่วไปคิดว่าผู้ติดเชื้อไม่มีคนคบหาด้วย.....					
20. คนทั่วไปคิดว่าผู้ติดเชื้อหมกมุ่นอยู่กับความเสียใจ ในการติดเชื้อ โดยไม่ยอมรับรักษาสุขภาพ.....					

การปรับตัว

คำชี้แจง ขอให้ท่านอ่านแต่ละข้อความ แล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นเป็นจริงตามคุณลักษณะ หรือตรงกับความรู้สึกของท่านมากน้อยเพียงใด แล้วทำเครื่องหมาย (✓) ลงในช่องว่างที่เป็นจริงตามคุณลักษณะ หรือตรงกับความรู้สึกของท่าน โดยมีเกณฑ์ดังนี้

- มากที่สุด** หมายถึง ท่านพิจารณาแล้วว่าข้อความนั้นเป็นจริงตามคุณลักษณะ หรือตรงกับความรู้สึกของท่านในระดับมากที่สุด
- มาก** หมายถึง ท่านพิจารณาแล้วว่าข้อความนั้นเป็นจริงตามคุณลักษณะ หรือตรงกับความรู้สึกของท่านในระดับมาก
- ปานกลาง** หมายถึง ท่านพิจารณาแล้วว่าข้อความนั้นเป็นจริงตามคุณลักษณะ หรือตรงกับความรู้สึกของท่านในระดับปานกลาง
- น้อย** หมายถึง ท่านพิจารณาแล้วว่าข้อความนั้นเป็นจริงตามคุณลักษณะ หรือตรงกับความรู้สึกของท่านในระดับน้อย
- น้อยที่สุด** หมายถึง ท่านพิจารณาแล้วว่าข้อความนั้นเป็นจริงตามคุณลักษณะ หรือตรงกับความรู้สึกของท่านในระดับน้อย

ข้อความ	ตรงตามคุณลักษณะ / ความรู้สึก				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ฉันสามารถรับประทานอาหารทุกประเภท (เช่น เนื้อ นม ไข่ ผัก ผลไม้ และอื่นๆ) ได้ในปริมาณปกติ.....					
2. ฉันถ่ายอุจจาระไม่เป็นเวลา.....					
3. ฉันสามารถทำกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวัน ได้ตามปกติ (เช่น แปร่งฟัน อาบน้ำ แต่งตัว ออกกำลังกาย และรับประทานอาหาร เป็นต้น).....					
4. ฉันได้ยินเสียงต่างๆ ชัดเจนตามปกติ.....					
5. ฉันมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน.....					
6. สภาพร่างกายของฉันแข็งแรงเหมือนบุคคลอื่น.....					
7. ฉันรู้สึกอายเกี่ยวกับการติดเชื้อเอชไอวี.....					

ข้อความ	ตรงตามคุณลักษณะ / ความรู้สึก				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
8. ฉันรู้สึกวิตกกังวลว่าอาการของฉันจะเลวลง.....					
9. ฉันรู้สึกผิดในการกระทำของตนเอง ที่ทำให้ฉันคิดเชื่อ.....					
10. ฉันรู้สึกสงสารตนเองเมื่อนึกถึงโรคที่ฉันประสบอยู่.....					
11. แม้สภาพร่างกายของฉันเปลี่ยนไป แต่ฉันยังคงทำหน้าที่ช่วยเหลือผู้อื่นได้ตามปกติ.....					
12. ฉันไปพบแพทย์อย่างสม่ำเสมอ.....					
13. ฉันไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อนได้.....					
14. ฉันไม่สามารถทำงานได้ตามปกติ.....					
15. ฉันรู้สึกว่าความคิดข้อเฮอไอวีทำให้ฉันอึดอัดใจ ในหน้าที่ที่ปฏิบัติอยู่.....					
16. ฉันขอความช่วยเหลือจากเพื่อนด้วยความสบายใจ.....					
17. ฉันรู้สึกอึดอัดใจที่ต้องพึ่งพาอาศัยคนอื่น มากขึ้นหลังจากคิดเชื่อ.....					
18. ฉันรู้สึกลุ่มใจที่ไม่สามารถเป็นที่พึ่ง ของบุคคลอื่นได้หลังจากที่ฉันคิดเชื่อ.....					
19. ฉันไม่สบายใจที่ต้องขอความช่วยเหลือ จากเพื่อน แม้ในเรื่องที่จำเป็น.....					
20. ฉันไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ หากต้องอยู่เพียงลำพัง.....					