

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง
3. การหาคุณภาพเครื่องมือ
4. การดำเนินการทดลอง
5. วิธีดำเนินการทดลอง
6. การวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร วัยรุ่นที่มีอายุ 15-18 ปี โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา
จำนวน 616 คน

กลุ่มตัวอย่าง วัยรุ่นที่มีอายุ 15-18 ปี โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัย
บูรพาที่มีคะแนนจากการทำแบบวัดสุขภาพจิตคนไทย (TMHI-54) โดยมีคะแนนอยู่ในเกณฑ์
99-117 คะแนน (สุขภาพจิตเท่ากับคนทั่วไป) และมีความสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง ทำการสุ่ม
อย่างง่าย (Simple Random Sampling) จำนวน 16 คน แล้วสุ่มเข้ากลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่ม
ควบคุม 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

เครื่องมือการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบวัดสุขภาพจิตคนไทย (TMHI-54) ของกรม
สุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข พัฒนาแบบวัดโดย นพ.อภิชัย มงคล และคณะ (อภิชัย มงคล
และคณะ, 2547) ประกอบด้วยคำถาม 54 ข้อ แบ่งเป็น 4 มิติ และ 15 มิติย่อย ดังนี้

มิติ 1 สภาพจิตใจ (Mental State) ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.83
มีคำถาม 13 ข้อ แบ่งเป็นมิติย่อย ดังนี้

- 1.1 ความรู้สึกในทางที่ดี (4 ข้อ)
- 1.2 ความรู้สึกในทางที่ไม่ดี (6 ข้อ)
- 1.3 การรับรู้ภาวะสุขภาพ และการเจ็บป่วยทางด้านจิตใจ (3 ข้อ)

มิติ 2 สมรรถภาพของจิตใจ (Mental Capacity) ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.81

มีคำถาม 15 ข้อ แบ่งเป็นมิตีย่อย ดังนี้

- 2.1 สัมพันธภาพระหว่างบุคคล (3 ข้อ)
- 2.2 ความสามารถที่จะบรรลุความสำเร็จตามความคาดหวัง (3 ข้อ)
- 2.3 ความมั่นใจในการเผชิญปัญหา (5 ข้อ)
- 2.4 การควบคุมจิตใจของตนเองไม่มีประสิทธิภาพ (4 ข้อ)

มิติ 3 คุณภาพของจิตใจ (Mental Quality) ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.86

มีคำถาม 14 ข้อ แบ่งเป็นมิตีย่อย ดังนี้

- 3.1 เมตตา กรุณา และเสียสละ (6 ข้อ)
- 3.2 การนับถือตนเอง (2 ข้อ)
- 3.3 ความศรัทธา (3 ข้อ)
- 3.4 ความคิดสร้างสรรค์และความกระตือรือร้นในการดำเนินชีวิต (3 ข้อ)

มิติ 4 ปัจจัยสนับสนุน (Supporting Factors) ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.83

มีคำถาม 12 ข้อ แบ่งเป็นมิตีย่อย ดังนี้

- 4.1 การสนับสนุนทางสังคม (2 ข้อ)
- 4.2 การสนับสนุนจากครอบครัว (4 ข้อ)
- 4.3 ความปลอดภัยทางร่างกายและความมั่นคงในชีวิต (2 ข้อ)
- 4.4 การดูแลสุขภาพและบริการทางสังคม : การให้บริการและคุณภาพของการบริการ

(4 ข้อ)

เกณฑ์การให้คะแนน

กลุ่มที่ 1 ข้อคำถามเชิงบวก ได้แก่ข้อ 1-4, 14-24, 29-54

แต่ละข้อให้คะแนน ดังนี้

- | | | |
|-----------|---|---------|
| ไม่เลย | = | 0 คะแนน |
| เล็กน้อย | = | 1 คะแนน |
| มาก | = | 2 คะแนน |
| มากที่สุด | = | 3 คะแนน |

กลุ่มที่ 2 ข้อคำถามเชิงลบ ได้แก่ข้อ 5-13, 25-28

แต่ละข้อให้คะแนน ดังนี้

- | | | |
|--------|---|---------|
| ไม่เลย | = | 3 คะแนน |
|--------|---|---------|

เล็กน้อย	=	2 คะแนน
มาก	=	1 คะแนน
มากที่สุด	=	0 คะแนน

2. การปรึกษากลุ่มแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง มีขั้นตอนในการจัดทำเครื่องมือ ดังนี้

2.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรึกษากลุ่มแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดขั้นตอนการสร้างโปรแกรมให้เหมาะสมกับผู้รับการปรึกษา

2.2 สร้างโปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง

2.3 นำโปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางที่สร้างขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบและนำโปรแกรมไปใช้ให้เหมาะสม

2.4 นำโปรแกรมไปใช้ในการทดลองกับวัยรุ่นกลุ่มทดลองต่อไป

การหาคุณภาพเครื่องมือ

ผู้วิจัยนำแบบทดสอบ คือ แบบวัดสุขภาพจิตคนไทย (TMHI-54) ทดลอง (Try Out) กับกลุ่มที่มีคุณสมบัติเหมือนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน และนำคะแนนมาหาความเชื่อมั่นด้วยสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟา (Coefficient Alpha) ของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ = .8587 และได้รับความเห็นชอบจากคณะกรรมการจริยธรรม เมื่อวันที่ 1 กันยายน 2548

การดำเนินการทดลอง

แบบแผนการทดลอง การวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research Design)

ใช้แบบแผนการทดลองแบบกำหนดสมาชิกกลุ่มตัวอย่างโดยการสุ่มอย่างง่าย แยกกลุ่มตัวอย่างออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีการทดสอบระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล (Randomized Control Group Pretest-Posttest-Design)

ตารางที่ 1 แบบแผนการทดลอง

กลุ่ม	ก่อน	ทดลอง	หลัง	ติดตามผล
E	T1	X1	T2	T3
C	T1	-	T2	T3

E แทน กลุ่มทดลอง

C แทน กลุ่มควบคุม

T1 แทน การทดสอบก่อนการทดลอง

T2 แทน การทดสอบหลังการทดลอง

T3 แทน การทดสอบระยะติดตามผล

X1 แทน การรักษากลุ่มแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง

วิธีดำเนินการทดลอง

1. ระยะก่อนการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลการทดลองจากบัณฑิตวิทยาลัยถึง
ผู้อำนวยการโรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา

1.2 ผู้วิจัยเข้าพบผู้อำนวยการโรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา
เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์และขอความร่วมมือในการดำเนินการทดลอง

1.3 ผู้วิจัยดำเนินการคัดเลือกวัยรุ่นตามเกณฑ์ที่กำหนดและสมัครใจเข้าร่วมการ
ทดลอง โดยให้วัยรุ่นทำแบบวัดสุขภาพจิตคนไทย (TMHI-54) คัดเลือกวัยรุ่นที่มีคะแนน
สุขภาพจิตระหว่าง 99-117 คะแนน (สุขภาพจิตเท่ากับคนทั่วไป) สุ่มอย่างง่ายโดยการจับฉลาก
เป็นกลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 16 คน แบ่งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน คะแนนที่ได้
ครั้งนี้ถือเป็นคะแนนก่อนการทดลอง ใช้เวลาในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตั้งแต่วันที่ 1-9
พฤศจิกายน 2548

2. ระยะทดลอง

2.1 กลุ่มตัวอย่างได้รับการรักษากลุ่มแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางจำนวน 10 ครั้ง
สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1-1.30 ชั่วโมง กลุ่มทดลองรับการรักษาสัปดาห์ละ 2 วัน วันจันทร์
หลังเลิกเรียน เวลา 16:00-17:30 น. วันพฤหัสบดีชั่วโมงกิจกรรม เวลา 14:45-16:15 น.

โดยเริ่มทดลอง วันที่ 14 พฤศจิกายน 2548 ถึง วันที่ 15 ธันวาคม 2548

2.2 กลุ่มควบคุมดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ตามปกติ คือ การดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งในชีวิตประจำวันและการเรียนตามปกติ โดยไม่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง

3. ระยะหลังการทดลอง

กลุ่มตัวอย่างและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดสุขภาพจิตคนไทย (TMHI-54) วันสุดท้ายของการทดลองในวันที่ 15 ธันวาคม 2549

4. ระยะติดตามผล

กลุ่มตัวอย่างและกลุ่มควบคุม ทำแบบวัดสุขภาพจิตคนไทย (TMHI-54) หลังจากเสร็จสิ้นการทดลอง 1 เดือน ในวันที่ 13 มกราคม 2548

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ประเภทตัวแปรต้นสองตัวแปร ตัวแปรตามหนึ่งตัวแปร วัดซ้ำหนึ่งตัวแปร วัดต่างกลุ่มหนึ่งตัวแปร (Repeat Measure Two Way ANOVA One Between Subject Variable and One Within Subject Variable) เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของผลการทดลองหลังให้ Treatment หากพบว่ามีค่าความแตกต่างก็จะทดสอบความแตกต่างรายคู่แบบนิวแมน-คูลส์ (Newman-Keuls Method) ซึ่งในการทดลองครั้งนี้มีการทดสอบความแตกต่างรายคู่เฉพาะในกลุ่มทดลองเท่านั้น