

มหาวิทยาลัยบูรพา

ภาคผนวก

Burapha University

ภาคผนวก ก

- หนังสือถึงผู้ทรงคุณวุฒิ
- หนังสือขอตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ
- หนังสือขอเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือเพื่อการวิจัย
- หนังสือขอเก็บเครื่องมือเพื่อการวิจัย
- รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

(ตำนาน)

ที่ ศธ 0528.03/0210-0212

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา
169 ถ. ลาดยาวบางแสน ต.แสนสุข
อ. เมือง จ. ชลบุรี 20131

16 มกราคม 2549

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย
เรียน

สิ่งที่ส่งมาด้วย คำร้องขอวิทยานิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วย เรือตรีหญิง จิตรสุตา บุรี นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร์
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์
เรื่อง ผลของการให้คำปรึกษาแบบยี่คนุคคลเป็นศูนย์กลางต่อความวิตกกังวลของมารดาที่คลอด
ทารกน้ำหนักน้อย ในความควบคุมดูแลของ ผศ.ดร. ระพีพันธ์ ฉายวิมล ประธานกรรมการ ขณะนี้
อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่าน
เป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความ
เที่ยงตรงของเครื่องมือ เพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่ง
ว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ลงชื่อ) สมถวิล จริตควร

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมถวิล จริตควร)

รองคณบดีฝ่ายวิจัยและประกันคุณภาพ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

ผู้วิจัยโทร. 0-4013-5788

(ถ้าเนา)

ที่ ศธ 0528.03/ 1015

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา
169 ถ. ลาดยาวบางแสน ต. แสนสุข
อ. เมือง จ. ชลบุรี 20131

21 มีนาคม 2549

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือเพื่อการวิจัย
เรียน

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วย เรือโทหญิง จิตรสุดา บุรี นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร์
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์
เรื่อง ผลของการให้คำปรึกษาแบบยี่คนุคคลเป็นศูนย์กลางต่อความวิตกกังวลของมารดาที่คลอด
ทารกน้ำหนักน้อย ในความควบคุมดูแลของ ผศ.ดร. ระพีพันธ์ ฉายวิมล ประธานกรรมการ มีความ
ประสงค์จะขอความอนุเคราะห์จากท่าน เพื่ออำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจาก
มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อย โดยผู้วิจัยจะขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่าง
วันที่ 20 มีนาคม 2549 ถึงวันที่ 30 เมษายน 2549 อนึ่ง โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านขั้นตอนการพิจารณา
ทางจริยธรรมการวิจัยของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพาเรียบร้อยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่ง
ว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ลงชื่อ) สมถวิล จริตควร

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมถวิล จริตควร)

รองคณบดีฝ่ายวิจัยและประกันคุณภาพ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

ผู้วิจัยโทร. 0-4013-5788

(สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/ 1020

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

169 ถ. ลาดยาวบางแสน ต.แสนสุข

อ. เมือง จ. ชลบุรี 20131

22 มีนาคม 2549

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย
เรียน

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วย เรือโทหญิง จิตรสุดา บุรี นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร์
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์
เรื่อง ผลของการให้คำปรึกษาแบบยี่คนุคคลเป็นศูนย์กลางต่อความวิตกกังวลของมารดาที่คลอด
ทารกน้ำหนักน้อยในความควบคุมดูแลของ ผศ.ดร. ระพีพันธ์ ฉายวิมล ประธานกรรมการ มีความ
ประสงค์จะขอความอนุเคราะห์จากท่าน เพื่ออำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจาก
มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อย โดยผู้วิจัยจะขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่าง
วันที่ 1 พฤษภาคม 2549 ถึงวันที่ 31 กรกฎาคม 2549 อนึ่ง โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านขั้นตอนการ
พิจารณาทางจริยธรรมการวิจัยของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพาเรียบร้อยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่ง
ว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ลงชื่อ) สมถวิล จริตควร

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมถวิล จริตควร)

รองคณบดีฝ่ายวิจัยและประกันคุณภาพ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

ผู้วิจัยโทร. 0-4013-5788

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ

1. รองศาสตราจารย์ ดร. ม.ร.ว. สมพร สุทัศนีย์ ข้าราชการบำนาญ คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุรินทร์ สุทธิชาติพิชัย ข้าราชการบำนาญ คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา
3. นาวาเอกหญิง พ.ญ. จงพัฒนา รุมาคม ที่ปรึกษาผู้อำนวยการ โรงพยาบาล
สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ข

- เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- ค่าอำนาจจำแนกของเครื่องมือ

- ตารางแสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตาม

คุณลักษณะ

แบบวัดความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อย

คำชี้แจง

แบบประเมินต่อไปนี้เป็นข้อความที่เกี่ยวกับความรู้สึกของท่านที่มีต่อทารกน้ำหนักน้อย ขณะอยู่ในโรงพยาบาล จำนวน 31 ข้อ โปรดตอบข้อความต่อไปนี้ว่าตรงกับความรู้สึกของท่านมาก น้อยเพียงใด โดยให้ท่านทำเครื่องหมาย ✓ ลงในแบบสอบถามดังนี้

- | | | |
|------------|---------|--|
| มากที่สุด | หมายถึง | ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบขณะทดสอบมากที่สุด |
| มาก | หมายถึง | ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบขณะทดสอบมาก |
| ปานกลาง | หมายถึง | ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบขณะทดสอบปานกลาง |
| น้อย | หมายถึง | ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบขณะทดสอบน้อย |
| น้อยที่สุด | หมายถึง | ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบขณะทดสอบน้อยที่สุด |

ในการพิจารณาเลือกตอบ ท่านไม่ควรใช้เวลาในการพิจารณาคำตอบข้อใดข้อหนึ่งนานเกินควรแต่จงเลือกคำตอบที่ท่านคิดว่าบรรยายความรู้สึกของท่านในขณะนี้ได้ชัดเจนที่สุด

ข้อที่	ความรู้สึกของมารดาที่มีต่อทารกน้ำหนักน้อย	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.	ท่านรู้สึกไม่สบายใจเกี่ยวกับอาการเจ็บป่วยของลูก					
2.	ท่านไม่สบายใจที่ลูกดูคนม ใด้น้อย					
3.	ท่านรู้สึกเป็นห่วงลูกเมื่อลูกสำลักหรืออาเจียนขณะให้นม					
4.	ท่านรู้สึกผิดเมื่อลูกต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล					
5.	ท่านรู้สึกอยากร้องไห้เมื่อได้รับข้อมูลเกี่ยวกับอาการลูกในทางที่ไม่ดี					
6.	ท่านรู้สึกผิดที่คลอดลูกน้ำหนักน้อยกว่าปกติ					
7.	ลักษณะของลูกที่ปรากฏให้เห็นทำให้ท่านรู้สึกไม่มีความสุข					
8.	ท่านไม่สบายใจที่ลูกตัวเล็กกว่าปกติ					
9.	ท่านกังวลว่าลูกจะมีพัฒนาการช้ากว่าปกติ					
10.	เมื่อลูกกลับบ้านท่านกังวลว่าลูกเคลื่อนไหวใด้น้อย					
11.	ท่านกลัวลูกจะมีระดับสติปัญญาต่ำกว่าเด็กปกติ					
12.	ท่านกังวลที่น้ำหนักแรกเกิดของลูกน้อยกว่าปกติ					
13.	ท่านรู้สึกกลัวการอุ้มลูก					
14.	ท่านกลัวว่าลูกจะเกิดภาวะแทรกซ้อนและมีอันตรายถึงชีวิต					
15.	ท่านตกใจเมื่อลูกมีอาการคล้ายผวา					
16.	ท่านกลัวลูกจะติดเชื้อโรคต่าง ๆ ใด้ง่ายเพราะลูกตัวเล็ก					
17.	ท่านรู้สึกเครียดเมื่อต้องเผชิญกับสิ่งแวดล้อมและบรรยากาศต่าง ๆ ในแผนก					
18.	ท่านกังวลเนื่องจากมีอุปกรณ์ในการรักษาลูกหลายอย่าง					

ข้อที่	ความรู้สึกของมารดาที่มีต่อทารกน้ำหนักน้อย	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
19.	ท่านรู้สึกสงสารลูกที่ต้องเจ็บจากการรักษา เช่น ถูกเจาะเลือด แขนงน้ำเกลือบ่อย ๆ					
20.	ท่านกังวลเมื่อลูกต้องนอนในตู้อบ					
21.	การทำงานของเจ้าหน้าที่อย่างเร่งด่วน เมื่อลูกมีอาการผิดปกติ ทำให้ท่านไม่สบายใจ					
22.	ท่านเกรงว่าเสียงสัญญาณของเครื่องมือแพทย์ ทำให้รบกวนการนอนหลับของลูก					
23.	ท่านขาดสมาธิในการจดจำสิ่งต่าง ๆ เกี่ยวกับลูก					
24.	ในขณะที่ทำความสะอาด เปลี่ยนผ้าอ้อม ท่านมีอาการมือสั่น					
25.	ท่านมีอาการใจสั่นในขณะที่ลูกร้องไห้มาก					
26.	ท่านนอนไม่หลับในเวลากลางวัน หรือตื่นกลางดึก เมื่อคิดถึงเรื่องการเจ็บป่วยของลูก					
27.	ท่านรู้สึกเบื่ออาหารและรับประทานอาหารน้อยลง					
28.	ท่านรู้สึกมือสั่น ทำอะไรไม่ถูก เมื่อลูกร้องไห้ไม่หยุด					
29.	เมื่อท่านไม่สามารถเยี่ยมลูกได้ท่านกังวลใจและอยากโทรศัพท์ตามอาการลูก					
30.	เมื่อลูกกลับบ้าน ท่านกังวลว่าลูกจะมีอาการผิดปกติ					
31.	เมื่ออยู่ที่บ้าน ท่านไม่มั่นใจว่าจะเลี้ยงลูกได้					

โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

ครั้งที่	วัตถุประสงค์
1.	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ และคุ้นเคยกับผู้ให้คำปรึกษา 2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ทราบวัตถุประสงค์ กฎระเบียบ วิธีการให้คำปรึกษา บทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา ช่วงเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ที่จะให้คำปรึกษา 3. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ระบายความรู้สึกอย่างเสรีเกี่ยวกับความวิตกกังวลของการคลอดทารกน้ำหนักน้อย
2.	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล 2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับความรู้สึก ความคิดตลอดจนบุคลิกภาพของตน 3. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับตนเองอย่างไม่มีเงื่อนไข 4. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษากล้าเปิดเผยตนเอง โดยเล่าถึงความรู้สึกนึกคิด ความวิตกกังวลของการคลอดทารกน้ำหนักน้อย 5. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับตนเองอย่างไม่มีเงื่อนไข
3.-7.	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้ระบายความรู้สึกและประสบการณ์เกี่ยวกับความรู้สึกและประสบการณ์ที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลในการคลอดทารกน้ำหนักน้อย 2. เพื่อเป็นการช่วยเหลือและสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดการเปลี่ยนแปลงในความคิด และความรู้สึก มีวิธีการแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง และมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทางที่ดี 3. เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น แนวทางในการแก้ปัญหาและแนวทางในการปฏิบัติตน 4. เพื่อให้มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อย เข้าใจตนเอง ยอมรับความรู้สึกของตนเอง ตลอดจนมองปัญหาของตนเองอย่างชัดเจน เกิดความกระฉับในปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่
8.	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาประเมินตนเองเกี่ยวกับการให้คำปรึกษา 2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจและสามารถแก้ปัญหาเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการคลอดทารกน้ำหนักน้อย

ครั้งที่	วัตถุประสงค์
	3. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปการให้คำปรึกษาแบบยี่คนุคคลเป็นศูนย์กลางต่อความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อย 4. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถบอกถึงความวิตกกังวลของการคลอดทารกน้ำหนักน้อยลดลง 5. เพื่อยุติการให้คำปรึกษา

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ครั้งที่ 1

เรื่อง **ปฐมนิเทศ การสร้างสัมพันธภาพและความคุ้นเคย**

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ และคุ้นเคยกับผู้ให้คำปรึกษา
2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ทราบวัตถุประสงค์ กฎระเบียบ วิธีการให้คำปรึกษา บทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา ช่วงเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ที่จะให้คำปรึกษา
3. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ระบายความรู้สึกอย่างเสรีเกี่ยวกับความวิตกกังวลของการคลอดทากรกน้ำหนักน้อย

ระยะเวลา 40 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาแนะนำตนเอง
2. ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มสร้างสัมพันธภาพโดยทักทายและพูดคุยเรื่องทั่ว ๆ ไปของผู้รับคำปรึกษา
3. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์กฎระเบียบ วิธีการการให้คำปรึกษา บทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา ช่วงเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ที่จะให้คำปรึกษาตลอดโปรแกรม
4. ให้ผู้รับคำปรึกษาระบายความรู้สึกอย่างเสรีเกี่ยวกับความวิตกกังวลของการคลอดทากรกน้ำหนักน้อย
5. ให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปเรื่องที่สนทนา และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจปัญหาของตนเองมากขึ้น
6. นัดหมายและให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจ ความตั้งใจของผู้รับคำปรึกษา
2. สัมผัสจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น
3. สัมผัสจากการแสดงความคิดเห็นของผู้รับคำปรึกษา.

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ครั้งที่ 2

เรื่อง การยอมรับซึ่งกันและกันและการเปิดเผยตนเอง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล
2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับความรู้สึก ความคิด ตลอดจนบุคลิกภาพของตน
3. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับตนเองอย่างไม่มีเงื่อนไข
4. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาก้าวเปิดเผยตนเอง โดยเล่าถึงความรู้สึกนึกคิด ความวิตกกังวลของการคลอดทารกน้ำหนักน้อย

ระยะเวลา 40 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทาย ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาครั้งนี้และทบทวนประเด็นสำคัญของการให้คำปรึกษาครั้งก่อน
2. ให้ผู้รับคำปรึกษากล่าวถึงบุคลิก นิสัย ความคิด ตลอดจนพฤติกรรมของตนเองทั้งข้อดีและข้อเสีย
3. ให้ผู้รับคำปรึกษากล่าวถึงบุคลิก นิสัย ความคิด ตลอดจนพฤติกรรมของคนรอบข้าง ทั้งที่ชอบและไม่ชอบ
4. ให้ผู้รับคำปรึกษาเปิดเผยตนเอง โดยการระบายความรู้สึกเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการคลอดทารกน้ำหนักน้อย อาการเจ็บป่วยของบุตรและการเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล
5. ให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปเรื่องที่ได้จากการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจยิ่งขึ้น
6. นัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจ ความตั้งใจของผู้รับคำปรึกษา
2. สัมผัสจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น
3. สัมผัสจากการแสดงความคิดเห็นของผู้รับคำปรึกษา

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ครั้งที่ 3-7

เรื่อง กระบวนการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเกี่ยวกับความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้ระบายความรู้สึกและประสบการณ์เกี่ยวกับความรู้สึกและประสบการณ์ที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลในการคลอดทารกน้ำหนักน้อย
2. เพื่อเป็นการช่วยเหลือและสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดการเปลี่ยนแปลงในความคิด และความรู้สึก มีวิธีการแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง และมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทางที่ดี
3. เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น แนวทางในการแก้ปัญหา และแนวทางในการปฏิบัติตน
4. เพื่อให้มารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อย เข้าใจตนเอง ยอมรับความรู้สึกของตนเอง ตลอดจนมองปัญหาของตนเองอย่างชัดเจน เกิดความกระจ่างในปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่

ระยะเวลา 40 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทาย ซึ่งแจ้งวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาครั้งนี้และทบทวนประเด็นสำคัญของการให้คำปรึกษาก่อน
2. ให้ผู้รับคำปรึกษาระบายความรู้สึกอย่างอิสระเกี่ยวกับความวิตกกังวลของการคลอดทารกน้ำหนักน้อย พร้อมทั้งหาแนวทางในการปฏิบัติตนเพื่อลดความวิตกกังวลที่เกิดขึ้น
3. ในแต่ละครั้งของการให้คำปรึกษา จะใช้ปัญหาของผู้รับคำปรึกษาเป็นหลักในการให้คำปรึกษา โดยใช้เทคนิคของการให้คำปรึกษา เพื่อเอื้ออำนวยให้ผู้รับคำปรึกษาได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่เป็นปัญหา ทั้งด้านอารมณ์ ความรู้สึกและพฤติกรรมที่ทำให้เกิดความวิตกกังวล
4. ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ดังนี้

4.1 การเริ่มต้นการให้คำปรึกษา (Opening The Interview) ในการเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ทั้งผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาอาจอยู่ในภาวะตื่นตัว จึงควรปรับสถานการณ์ โดยนึกถึงหลักการปฏิบัติตนที่ดีต่อบุคคลอื่น การเริ่มต้นการให้คำปรึกษาอาจเริ่มต้นโดยการถาม ในลักษณะที่ทำให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกสบายใจ เป็นกันเอง และเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้เริ่มต้นปัญหาของเขาได้ ตัวอย่างคำถาม เช่น “สวัสดิ์ค่ะ วันนี้อาการของคุณเป็นอย่างไรบ้างคะ”

4.2 การตั้งคำถาม (Questioning) คำถามที่ใช้เป็นคำถามปลายเปิด เป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกอิสระและสนใจผู้ให้คำปรึกษาเกิดความรู้สึกกระฉับในปัญหา ตัวอย่างคำถาม เช่น “ตอนนี้คุณรู้สึกอย่างไรบ้างคะ ที่ไม่ได้อยู่กับลูก”

4.3 การเงียบและการฟัง (Silence and Listening) เทคนิคนี้ส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษาได้พูดและแสดงความรู้สึกต่างๆอย่างเสรี ผู้ให้คำปรึกษาต้องตั้งใจเพื่อที่จะเข้าใจในเรื่องที่พูด และการเงียบเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้ใคร่ครวญถึงการโต้ตอบ หรือการแก้ไขปัญห โดยไม่รีบร้อนเกินความจำเป็น

4.4 การยอมรับ (Acceptance) ผู้ให้คำปรึกษารับฟังเรื่องราวที่ผู้รับคำปรึกษาเล่าให้ฟัง โดยไม่แสดงความคิดเห็น ความในใจ หรือปฏิกิริยาใดๆของคุณออกไป เช่น “พยักหน้า” “ฉันเข้าใจที่คุณรู้สึกเป็นห่วงลูก” “ไม่เป็นไร”

4.5 การสะท้อนเนื้อหา (Reflecting of Content) ผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจเรื่องราวของผู้รับคำปรึกษา โดยพยายามค้นคว้าสิ่งที่มีความหมายและมีความสัมพันธ์กับผู้รับคำปรึกษาแล้วสะท้อนกลับไปให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความเข้าใจแจ่มแจ้งเกี่ยวกับความรู้สึกของเขา เช่น “ลูกของคุณน้ำหนักน้อยเกินไปใช่ไหมคะ”

4.6 การทำให้เกิดความกระจ่าง (Clarification) ผู้ให้คำปรึกษาจะพูดให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจปัญหาของเขาชัดเจนขึ้น เกิดความกระจ่างในตนเอง เช่น “ที่คุณพูดเช่นนี้แสดงว่าคุณเป็นห่วงลูกจนคุณทำอะไรไม่ได้ใช่ไหมคะ”

4.7 การสังเกต (Observation) ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษาในขณะที่เขาเล่าปัญหา จะทำให้ผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจผู้รับคำปรึกษามากขึ้นและผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเองได้ดียิ่งขึ้นด้วย เช่น ผู้รับคำปรึกษามาปรึกษาปัญหาเรื่องการเจ็บป่วยของลูก อาจมีลักษณะอาการตึงเครียด สอบถามอาการเจ็บป่วยของลูกบ่อยๆ ทำให้เห็นว่า ปัญหาของเขาในขณะนี้ คือ ปัญหาทางอารมณ์

4.8 การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of feeling) เป็นการเรียบเรียงคำพูดใหม่ โดยนำเอาคำพูดของผู้รับคำปรึกษามาตีความหมาย อาจถอดข้อความและจัดคำพูดใหม่ โดยจะเน้น

ความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษามากกว่าเนื้อหาคำพูด ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจความรู้สึกที่แท้จริงของตน และสามารถแสดงความรู้สึกของตนออกมาโดยปราศจากความวิตกกังวล เช่น “ลูกต้องอยู่โรงพยาบาลหลายวัน คุณรู้สึกเป็นห่วงลูก”

5. ให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปเรื่องที่ได้จากการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจยิ่งขึ้น

6. นัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจ ความตั้งใจของผู้รับคำปรึกษา
2. สัมผัสจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น
3. สัมผัสจากการแสดงความคิดเห็นของผู้รับคำปรึกษา

โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ครั้งที่ 8

เรื่อง ยุติการให้คำปรึกษาและปัจจัยนิเทศ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาประเมินตนเองเกี่ยวกับการให้คำปรึกษา
2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจและสามารถแก้ปัญหาเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการ
คลอดทารกน้ำหนักน้อย
3. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางต่อความวิตก
กังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อย
เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถบอกถึงความวิตกกังวลของการคลอดทารกน้ำหนักน้อยลดลง
4. เพื่อยุติการให้คำปรึกษา

ระยะเวลา 40 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทาย ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาครั้งนี้และ
ทบทวนประเด็นสำคัญของการให้คำปรึกษารั้งก่อน
2. ให้ผู้รับคำปรึกษาพิจารณาตนเองว่ายังมีสิ่งใดที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล
3. ให้ผู้รับคำปรึกษาประเมินการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายหลังการให้คำปรึกษา
4. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปผลของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง
5. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปแนวทางการลดความวิตกกังวลในการคลอดทารกน้ำหนักน้อย
6. ให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปเรื่องที่สนทนาและผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมเพื่อให้ผู้รับ
คำปรึกษาเข้าใจตนเองมากขึ้น
7. ผู้ให้คำปรึกษายุติการให้คำปรึกษา
8. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบคุณผู้รับคำปรึกษาและกล่าวปิดการให้คำปรึกษา

การประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจ ความตั้งใจของผู้รับคำปรึกษา
2. สัมผัสจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น
3. สัมผัสจากการแสดงความคิดเห็นของผู้รับคำปรึกษา

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ตารางที่ 11 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบวัดความวิตกกังวลของมารดาที่คลอดทารกน้ำหนักน้อย

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	.43	16	.54
2	.45	17	.48
3	.45	18	.67
4	.41	19	.62
5	.38	20	.60
6	.42	21	.42
7	.54	22	.56
8	.64	23	.47
9	.64	24	.50
10	.63	25	.42
11	.62	26	.54
12	.41	27	.37
13	.54	28	.66
14	.56	29	.38
15	.60	30	.69
		31	.57

ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ = .93

ตารางที่ 12 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้
ของครอบครัวต่อเดือน ภาวะแทรกซ้อน ของกลุ่มทดลอง 8 คน กลุ่มควบคุม 8 คน

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	กลุ่มทดลอง (ร้อยละ)	กลุ่มควบคุม (ร้อยละ)
อายุ (ปี)		
ต่ำกว่า 20 ปี	25	25
20-30 ปี	37.5	50
มากกว่า 30 ปี	37.5	25
ระดับการศึกษา		
มัธยมศึกษา	50	37.5
อาชีวศึกษา/อนุปริญญา	12.5	25
อุดมศึกษา	37.5	37.5
อาชีพ		
รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	12.5	25
ค้าขาย	12.5	25
รับจ้าง	37.5	25
แม่บ้าน	37.5	25
รายได้ของครอบครัวต่อเดือน		
2,000-4,000 บาท	12.5	25
4,001-6,000 บาท	37.5	50
มากกว่า 6,000 บาท	50	25
ภาวะแทรกซ้อน		
ภาวะขาดออกซิเจนตั้งแต่แรกเกิด	12.5	12.5
ภาวะหายใจลำบาก	12.5	-
ภาวะอุณหภูมิกายต่ำ	25	37.5
ภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำ	37.5	37.5
ภาวะติดเชื้อ	12.5	12.5