

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) แบบสองกลุ่มแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองให้ treatment เป็นรายบุคคล มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการให้การสนับสนุนทางการพยาบาลต่อระดับความเครียด การยอมรับและการเลี้ยงดูทารกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

คือ มารดาวัยรุ่นหลังคลอดอายุระหว่าง 16-19 ปี ที่ผ่านการคลอดเป็นครั้งแรกในโรงพยาบาลพระนั่งเกล้า ที่มีคุณสมบัติดังนี้

1. คลอดปกติหรือคลอดโดยใช้เครื่องดูดสุญญากาศ หรือใช้คีมช่วยคลอด และได้รับการรักษาภายในโรงพยาบาลภายหลังการคลอดอย่างน้อย 3 วัน
2. ไม่มีโรค เช่น ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ เบาหวานหรือภาวะแทรกซ้อนใดๆที่ทำให้มารดาต้องถูกจำกัดกิจกรรม และดูแลทารกไม่ได้
3. ทารกอยู่กับมารดาภายใน 2 ชั่วโมงแรกหลังคลอด และมีสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์ไม่มีความพิการแต่กำเนิด
4. ระดับการศึกษาอย่างน้อยป.4
5. ไม่มีปัญหาการได้ยิน การใช้ภาษาพูด และการใช้สายตา ยกเว้นสายตาสั้นหรือสายตายาว
6. มีสภาพการรับรู้ บุคคล เวลา สถานที่ อยู่ในระดับปกติ ไม่มีประวัติการเจ็บป่วยทางสมอง หรือโรคจิต

กลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 34 คน โดยคัดเลือกจากมารดาหลังคลอดในแผนกหลังคลอดโรงพยาบาลพระนั่งเกล้า จากนั้นนำมาจัดเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยการจับคู่ (Match by pairs) ในแต่ละคู่จะมีคุณสมบัติตรงกันในเรื่อง ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพสมรส อาชีพของสามี รายได้ของ ครอบครัวต่อเดือน

ผู้วิจัยกำหนดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ดังนี้ เมื่อมีมารดาหลังคลอดที่มีลักษณะตรงตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ ย้ายมาที่แผนกหลังคลอดโรงพยาบาล

พระนั่งเกล้า ผู้วิจัยจะสุ่มกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลองหรือกลุ่มควบคุมด้วยวิธีการจับฉลาก และเมื่อมีมารดาหลังคลอดที่มีลักษณะตรงตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ย้ายมาที่แผนกหลังคลอดโรงพยาบาลพระนั่งเกล้าอีก ผู้วิจัยจะพิจารณาว่ามารดาหลังคลอดนั้นๆ มีลักษณะตรงกับมารดาหลังคลอดที่ได้รับการจับฉลากเข้ากลุ่มควบคุมหรือกลุ่มทดลองไว้แล้วหรือไม่ ถ้ามีลักษณะตรงกันก็จับเข้าคู่กัน ถ้ามีลักษณะไม่ตรงกันก็จับฉลากเข้ากลุ่มทดลองหรือกลุ่มควบคุมเพื่อคอยมารดาหลังคลอดรายต่อไป จนได้ครบตามจำนวนซึ่งอยู่ในช่วงเวลาประมาณ 3 เดือน

Mr	O ₁	X	O ₃	กลุ่มทดลอง
	O ₂	(X)	O ₄	กลุ่มควบคุม

Mr หมายถึง การคัดเลือกมารดาวัยรุ่นหลังคลอดในแผนกหลังคลอดโรงพยาบาลพระนั่งเกล้าจากนั้นนำมาจัดเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยการจับคู่ (Match by pairs) ในแต่ละคู่จะมีคุณสมบัติตรงกันในเรื่อง ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพสมรส อาชีพของสามี รายได้ของครอบครัวต่อเดือน

X หมายถึง การสนับสนุนทางการพยาบาลมารดาวัยรุ่นหลังคลอดจากผู้วิจัยโดยการพบกับมารดาวัยรุ่นหลังคลอดจำนวน 5 ครั้ง เริ่มตั้งแต่มารดาวัยรุ่นย้ายมาที่แผนกหลังคลอด

(X) หมายถึง การพยาบาลจากพยาบาลประจำหอผู้ป่วยตามปกติ

O₁ หมายถึง กาวัดระดับความเครียดของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ก่อนได้รับการสนับสนุนทางการพยาบาลจากผู้วิจัย

O₂ หมายถึง การวัดระดับความเครียดของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ก่อนได้รับการสนับสนุนทางการพยาบาลจากพยาบาลประจำหอผู้ป่วย

O₃ หมายถึง การวัดระดับความเครียด การยอมรับและการเลี้ยงดูทารกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดภายหลังได้รับการสนับสนุนทางการพยาบาลจากผู้วิจัย

O₄ หมายถึง การวัดระดับความเครียด การยอมรับและการเลี้ยงดูทารกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดภายหลังได้รับการพยาบาลจากพยาบาลประจำหอผู้ป่วย

ตารางที่ 2 ลักษณะของกลุ่มตัวอย่างแบ่งตามกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ลำดับ	กลุ่มทดลอง							กลุ่มควบคุม						
	อายุ(ปี)	การศึกษา สูงสุด	สถานะภาพ สมรส	อาชีพ	อาชีพสามี	รายได้ครอบครัว / เดือน	อายุ(ปี)	การศึกษา สูงสุด	สถานะภาพ สมรส	อาชีพ	อาชีพ สามี	รายได้ครอบครัว / เดือน		
1	17	ป.6	สมรส	กรรมกร	กรรมกร	5,000	17	ป.6	สมรส	กรรมกร	กรรมกร	5,500		
2	18	ม.3	สมรส	ทำงานบ้าน	ยาม	7,000	19	ป.ว.ช.	สมรส	ทำงานบ้าน	ยาม	8,000		
3	16	ไม่ทราบ	-	-	-	-	17	ไม่ทราบ	-	-	-	-		
4	18	ม.3	สมรส	ขายส้มตำ	ยาม	9,000	18	ม.3	สมรส	ทำงานบ้าน	ยาม	8,000		
5	17	ไม่ทราบ	-	-	-	-	18	ไม่ทราบ	-	-	-	-		
6	19	ป.ว.ช.	สมรส	ขายผักสด	จับหน่อเตยไรซ์	10,000	19	ม.3	สมรส	ขายส้มตำ	ยาม	9,000		
7	17	ป.6	สมรส	กรรมกร	กรรมกร	5,500	19	ป.6	สมรส	กรรมกร	กรรมกร	5,000		
8	18	ป.6	สมรส	กรรมกร	กรรมกร	4,000	17	ป.6	สมรส	กรรมกร	กรรมกร	5,000		
9	16	ไม่ทราบ	-	-	-	-	17	ไม่ทราบ	-	-	-	-		
10	19	ป.ว.ช.	สมรส	รับจ้างซักผ้า	จับหน่อเตยไรซ์	12,000	18	ม.3	สมรส	ขายส้มตำ	จับหน่อเตยไรซ์	11,000		
11	17	ป.6	สมรส	กรรมกร	กรรมกร	6,000	17	ป.6	สมรส	กรรมกร	กรรมกร	5,000		
12	17	ป.6	สมรส	กรรมกร	กรรมกร	5,000	18	ป.6	สมรส	กรรมกร	กรรมกร	5,500		
13	19	ป.ว.ช.	สมรส	ขายส้มตำ	จับหน่อเตยไรซ์	12,000	19	ม.3	สมรส	ขายส้มตำ	ขายส้มตำ	10,000		
14	18	ป.6	-	กรรมกร	-	3,000	19	ป.6	-	ทำงานบ้าน	-	3,000		
15	17	ม.3	สมรส	แม่บ้าน	ยาม	4,500	18	ป.ว.ช.	สมรส	แม่บ้าน	จับหน่อเตยไรซ์	6,000		
16	18	ป.ว.ช.	สมรส	แม่บ้าน	จับหน่อเตยไรซ์	6,000	19	ป.ว.ช.	สมรส	แม่บ้าน	จับหน่อเตยไรซ์	7,000		
17	19	ป.ว.ช.	สมรส	ขายอาหาร	ขายอาหาร	15,000	19	ม.3	สมรส	ขายของชำ	ขายของชำ	13,000		

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี 2 ชุด คือ
ชุดที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง
ชุดที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

ชุดที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ประกอบด้วย แผนการสนับสนุนทางการพยาบาลสำหรับมารดาวัยรุ่นหลังคลอด และคู่มือการเลี้ยงดูทารก

1.1 แผนการสนับสนุนทางการพยาบาลสำหรับมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีวิธีการสร้าง ดังนี้

1.1.1 ศึกษาค้นคว้าจากตำรา เอกสารวิชาการ วารสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทั้งในประเทศและต่างประเทศ ที่เกี่ยวข้องกับระดับความเครียด การยอมรับและการเลี้ยงดูทารกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด และ แนวคิดพฤติกรรมกรรมการสนับสนุนทางการพยาบาลของสต็อคเวลล์และนิชิคาวา (Stockwell and nishikawa)

1.1.2 นำข้อมูลจากข้อ 1.1.1 มาสร้างเป็นแผนการสนับสนุนทางการพยาบาล โดยกำหนดขั้นตอนการทดลอง และกำหนดกิจกรรมการพยาบาล

1.1.3 ขอความร่วมมือจากแผนกหลังคลอดโรงพยาบาลตำรวจในการนำแผนการสนับสนุนทางการพยาบาลที่สร้างขึ้นทดลองใช้กับมารดาวัยรุ่นหลังคลอด จำนวน 5 ราย

1.1.4 นำผลการทดลองใช้ในข้อ 1.1.3 มาปรับปรุงแผนการสนับสนุนทางการพยาบาล โดยปรับขั้นตอนการทดลอง ทำที่ในการเข้าพบมารดาวัยรุ่นหลังคลอด แนวทางในการค้นหาปัญหาของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด แนวทางในการให้คำแนะนำ เทคนิคการใช้คำพูด จนได้แผนการสนับสนุนทางการพยาบาลโดยพบกับมารดาวัยรุ่นหลังคลอด จำนวน 5 ครั้ง (รายละเอียดหน้า 58)

1.2 คู่มือการเลี้ยงดูทารก

1.2.1 ศึกษาค้นคว้าจากตำรา เอกสารวิชาการ วารสารงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ ที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงดูทารกและความต้องการของทารก

1.2.2 นำข้อมูลที่ได้จากข้อ 1.2.1 มาสร้างเป็นคู่มือการเลี้ยงดูทารก ซึ่งประกอบไปด้วย

- 1) การให้นม
- 2) การดูแลการนอนหลับ
- 3) การดูแลการขับถ่าย

- 4) การดูแลความสะอาด
- 5) การส่งเสริมพัฒนาการ
- 6) การให้ภูมิคุ้มกันโรค

ชุดที่2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วยเครื่องมือ 4 ชุด

คือ

- 2.1 แบบประเมินระดับความเครียดของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด
- 2.2 แบบสังเกตการยอมรับทารกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด
- 2.3 แบบทดสอบความรู้การเลี้ยงดูทารกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด
- 2.4 แบบสังเกตพฤติกรรมการเลี้ยงดูทารกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

2.1 แบบประเมินระดับความเครียดของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด เป็นแบบประเมินระดับความเครียด เอชโอเอส (HOS:Health Opinion Survey) ซึ่งถอดแปลโดย บรรจง สืบสมาน ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับอาการต่างๆ ของร่างกายและอารมณ์ ที่เกิดขึ้นเมื่อมีความเครียดจำนวน 20 ข้อ เป็นข้อคำถามที่มีทั้งความหมายในเชิงนิมาน (Positive) และ นิเสธ(Negative) มีการประเมินค่า 3 ระดับ ให้ผู้ตอบเลือกตอบให้ตรงกับความรู้สึกและความ เป็นจริงเกี่ยวกับสุขภาพของตนเองมากที่สุด

การให้คะแนนข้อความที่มีความหมายในเชิงนิมานให้คะแนนดังนี้

ในข้อความ เคยบ่อยๆ ให้ 3 คะแนน

ในข้อความ เคยเป็นบางครั้ง ให้ 2 คะแนน

ในข้อความ ไม่เคยเลย ให้ 1 คะแนน

การให้คะแนนข้อความที่มีความหมายในเชิงนิเสธให้คะแนนดังนี้

ในข้อความ เคยบ่อยๆ ให้ 1 คะแนน

ในข้อความ เคยเป็นบางครั้ง ให้ 2 คะแนน

ในข้อความ ไม่เคยเลย ให้ 3 คะแนน

การประเมินระดับความเครียด โดยการรวมคะแนนรวมทั้ง 20 ข้อ นำมา เปรียบเทียบแสดงเป็นค่าความเครียดของแต่ละคน โดยถือว่าคนที่มีคะแนนรวมสูงมีระดับ ความเครียดมากกว่าคนที่มีคะแนนรวมต่ำกว่า

2.2 แบบสังเกตพฤติกรรมการยอมรับทารกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

2.2.1 ศึกษาค้นคว้าจากตำรา เอกสารวิชาการ วารสารงานวิจัย ทั้งในประเทศและต่างประเทศ ที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงดูทารก จิตวิทยาการยอมรับทารก

1.2.2 ข้อความร่วมมือจากแผนกหลังคลอดโรงพยาบาลตำรวจเพื่อ สังเกตพฤติกรรมการยอมรับทารกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด จำนวน 5 ราย

2.2.3 นำข้อมูลที่ได้จากข้อ 2.2.1 และ 2.2.3 มาสร้างเป็นแบบสังเกตพฤติกรรมกรรมการยอมรับทารกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด มีทั้งหมด 10 หมวด คือ

- 1) การอุ้ม
- 2) การสัมผัส
- 3) การแสดงสีหน้า
- 4) การมอง
- 5) การใช้เสียง
- 6) การแสดงความรัก
- 7) ชะนะให้นม
- 8) การดูแลการขับถ่าย
- 9) การดูแลการนอน
- 10) ชะนะอาบน้ำ

ลักษณะของการให้คะแนนซึ่งเป็นการบันทึกโดยการสังเกต ให้คะแนนชนิดมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ ดังนี้

- คะแนน 4 คะแนน พฤติกรรมที่แสดงถึงการยอมรับทารกมากที่สุด
 คะแนน 3 คะแนน พฤติกรรมที่แสดงถึงการยอมรับทารกมาก
 คะแนน 2 คะแนน พฤติกรรมที่แสดงถึงการยอมรับทารกบ้าง
 คะแนน 1 คะแนน พฤติกรรมที่แสดงถึงการยอมรับทารกน้อยมาก

การประเมินการยอมรับทารก โดยการรวมคะแนนทั้ง 10 ข้อ นำมาเปรียบเทียบแสดงเป็นค่าการยอมรับทารกของแต่ละคน โดยถือว่าคนที่มีคะแนนรวมสูงมีระดับการยอมรับทารกมากกว่าคนที่มีคะแนนรวมต่ำกว่า

2.3 และ 2.4 แบบทดสอบความรู้การเลี้ยงดูทารก และ แบบสังเกตพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงดูทารกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

ศึกษาค้นคว้าจากตำรา เอกสารวิชาการ วารสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทั้งในประเทศและต่างประเทศ ที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงดูทารกนำมาสร้างเป็น แบบทดสอบความรู้การเลี้ยงดูทารก และ แบบสังเกตพฤติกรรมกรรมการเลี้ยงดูทารกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

2.3 แบบทดสอบความรู้การเลี้ยงดูทารกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด มี 6 หมวด คือ

- 1) การให้นม
- 2) การดูแลการนอนหลับ
- 3) การดูแลการขับถ่าย
- 4) การอาบน้ำ
- 5) การให้ภูมิคุ้มกันโรค
- 6) การส่งเสริมพัฒนาการ

ลักษณะของคำตอบเป็นการเขียนเครื่องหมาย (/) ในข้อความที่เห็นว่าถูก และเขียนเครื่องหมาย (x) ในข้อความที่เห็นว่าผิด

2.4 แบบสังเกตพฤติกรรมการเลี้ยงดูทารกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด แบ่งเป็น 5 หมวด คือ

- 1) การให้นม
- 2) การดูแลการขับถ่าย
- 3) การดูแลการอาบน้ำ
- 4) การดูแลการนอนหลับ
- 5) การส่งเสริมพัฒนาการ

ลักษณะของการให้คะแนนซึ่งเป็นการบันทึกโดยการสังเกต โดยให้คะแนน 1 คะแนน ในพฤติกรรมที่ถูกต้อง และ ให้คะแนน 0 คะแนนในพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง

การประเมินการเลี้ยงดูทารก โดยการรวมคะแนนความรู้การเลี้ยงดูทารก และคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงดูทารก ทั้ง 50 ข้อ นำมาเปรียบเทียบแสดงเป็นค่าการยอมรับทารกของแต่ละคน โดยถือว่าคนที่มีคะแนนรวมสูงมีระดับการยอมรับทารกมากกว่าคนที่มีคะแนนรวมต่ำกว่า

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

การตรวจสอบความตรงของเนื้อหา
ชุดที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

1.1.แผนการสนับสนุนทางการพยาบาล ให้ผู้ทรงคุณวุฒิทางการพยาบาล จำนวน 5 ท่าน นักจิตวิทยาจำนวน 1 ท่าน โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกผู้ทรงคุณวุฒิ คือ มีวุฒิ การศึกษาอย่างน้อยปริญญาโท มีประสบการณ์ในด้านการสอนหรือการปฏิบัติงานหรือทำการ ศึกษาวิจัยหรือเขียนหนังสือทางวิชาการที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยาเด็กหรือวัยรุ่นหรือการพยาบาล

มารดาหลังคลอดอย่างน้อย 5 ปี ให้ผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาตรวจสอบความตรงตามโครงสร้างและความตรงตามเนื้อหาเพื่อให้แผนการสนับสนุนทางการพยาบาลมีความครอบคลุมและความชัดเจนตามเนื้อหา ตรงตามกรอบแนวคิดที่ ผู้วิจัยนำเสนอตลอดจนความชัดเจนของภาษาที่ใช้โดยถือความเห็นสอดคล้อง 4 ใน 6 ท่าน และทำการ ปรับปรุงตามข้อเสนอของผู้ทรงคุณวุฒิ

1.2. คู่มือการเลี้ยงดูทารก ผู้ทรงคุณวุฒิทางการพยาบาล 5 ท่าน โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกผู้ทรงคุณวุฒิ คือ มีวุฒิการศึกษาอย่างน้อยปริญญาโท มีประสบการณ์ในด้านการสอนหรือการปฏิบัติงานหรือทำการศึกษาวิจัยหรือเขียนหนังสือทางวิชาการที่เกี่ยวข้องกับการพยาบาลทารกอย่างน้อย 5 ปี ให้ผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาตรวจสอบความตรงตามโครงสร้างและความตรงตามเนื้อหาเพื่อให้แผนการสนับสนุนทางการพยาบาลมีความครอบคลุมและความชัดเจนตามเนื้อหาตรงตามกรอบแนวคิดที่ ผู้วิจัยนำเสนอตลอดจนความชัดเจนของภาษาที่ใช้โดยถือความเห็นสอดคล้อง 3 ใน 5 ท่าน และทำการ ปรับปรุงตามข้อเสนอของผู้ทรงคุณวุฒิ

ชุดที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

2.1 แบบประเมินความเครียดของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ใช้แบบประเมินความเครียด ของ HOS มาปรับใช้ โดยนำไปทดลองใช้กับมารดาวัยรุ่นหลังคลอดจำนวน 15 คน ที่แผนกหลังคลอด โรงพยาบาลตำรวจ เพื่อทดสอบว่ามารดาวัยรุ่นหลังคลอดมีความเข้าใจในภาษาหรือคำถามในแต่ละข้อหรือไม่ โคนผู้วิจัยได้บอกกับมารดาวัยรุ่นหลังคลอดว่าถ้ามีข้อสงสัยในคำถามข้อไหนให้สอบถามผู้วิจัยได้ทันที จากนั้นนำข้อมูลที่ได้จากการสอบถามของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดมาปรับปรุงภาษา และให้ผู้ทรงคุณวุฒิเป็นนักจิตวิทยา 1 ท่าน ผู้ทรงคุณวุฒิทางการพยาบาล 2 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องตรงตามเนื้อหาและความถูกต้องของภาษาโดยถือความเห็นสอดคล้อง 2 ใน 3 ท่าน ทำการปรับปรุงตามข้อเสนอของผู้ทรงคุณวุฒิ

2.2 แบบสังเกตพฤติกรรมการยอมรับทารกให้ผู้ทรงคุณวุฒิเป็นนักจิตวิทยา 1 ท่าน ผู้ทรงคุณวุฒิทางการพยาบาล 5 ท่าน โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกผู้ทรงคุณวุฒิ คือ มีวุฒิการศึกษาอย่างน้อยปริญญาโท มีประสบการณ์ในด้านการสอนหรือการปฏิบัติงานหรือทำการศึกษาวิจัยหรือเขียนหนังสือทางวิชาการที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยาเด็กและวัยรุ่นหรือการพยาบาลมารดาหลังคลอดอย่างน้อย 5 ปี ให้ผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาตรวจสอบความตรงตามโครงสร้างและความตรงตามเนื้อหา เพื่อให้แบบสังเกตพฤติกรรมการยอมรับทารกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดมีความครอบคลุม และความชัดเจนตามเนื้อหาตรงตามกรอบแนวคิดที่ผู้วิจัยนำเสนอ ตลอดจนความชัดเจนของภาษาที่ใช้โดยถือความเห็นสอดคล้อง 4 ใน 6 ท่าน และทำการปรับปรุง ตามข้อเสนอของผู้ทรงคุณวุฒิ

2.3 และ 2.4 แบบทดสอบความรู้การเลี้ยงดูทารกและแบบสังเกตพฤติกรรม การเลี้ยงดูทารกให้ผู้ทรงคุณวุฒิทางการพยาบาล 5 ท่าน โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกผู้ทรงคุณวุฒิ คือ มีวุฒิการศึกษาอย่างน้อยปริญญาโท มีประสบการณ์ในด้านการสอนหรือการปฏิบัติงานหรือทำการศึกษาวิจัยหรือเขียนหนังสือทางวิชาการที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงดูทารกอย่าง

น้อย 5 ปี ให้ผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาตรวจสอบความตรงตามโครงสร้าง และความตรงตามเนื้อหา เพื่อให้แบบทดสอบความรู้การเลี้ยงดูทารกและแบบสังเกตพฤติกรรมการเลี้ยงดูทารกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด มีความครอบคลุมและความชัดเจนตามเนื้อหา ตรงตามกรอบแนวคิดที่ผู้วิจัยนำเสนอ ตลอดจน ความชัดเจนของภาษาที่ใช้โดยถือความเห็นสอดคล้อง 3 ใน 5 ท่าน และทำการปรับปรุงตามข้อเสนอ ของผู้ทรงคุณวุฒิ

การตรวจสอบความเที่ยง

ผู้วิจัยนำเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1 แบบประเมินระดับความเครียดของ มารดาวัยรุ่นหลังคลอด ไปใช้กับมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 ราย ที่แผนกหลังคลอดโรงพยาบาลตำรวจ แล้วนำไปหาความเที่ยงโดยวิธี Cronbach ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.87

2 และ 4 แบบสังเกตพฤติกรรมการยอมรับทารกและแบบสังเกตพฤติกรรม การเลี้ยงดูทารก ไปใช้กับมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 15 ราย ที่แผนกหลังคลอดโรงพยาบาลตำรวจ แล้วนำไปหาดัชนีของความสอดคล้องของการสังเกต โดยใช้สูตร Scott ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.86 และ 0.87 ตามลำดับ

3 แบบทดสอบความรู้การเลี้ยงดูทารก ไปใช้กับมารดาวัยรุ่นหลังคลอดที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 ราย ที่แผนกหลังคลอดโรงพยาบาลตำรวจ แล้วนำไปหาความเที่ยงโดยวิธี Cronbach ได้ค่า ความเที่ยงเท่ากับ 0.88

การดำเนินการทดลอง

1. ขั้นตอนการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยขอหนังสืออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากบัณฑิตวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ไป เสนอผู้อำนวยการโรงพยาบาลพระนั่งเกล้า เพื่อดำเนินการทดลอง และ เก็บรวบรวม ข้อมูลในโรงพยาบาล

1.2 เตรียมตัวผู้วิจัย โดยศึกษา ค้นคว้าจากตำรา เอกสารวิชาการ วารสาร งานวิจัย ทั้งในประเทศและต่างประเทศ ที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดการสนับสนุนทางการพยาบาล แนวคิดเกี่ยวกับมารดาวัยรุ่น ความเครียด การยอมรับทารก การเลี้ยงดูทารก

1.3 เตรียมผู้ช่วยวิจัย ผู้วิจัยเตรียมผู้ช่วยวิจัย จำนวน 1 คน เพื่อทำหน้าที่รวบรวมข้อมูล โดยมีคุณสมบัติ ดังนี้

1.3.1 เป็นผู้มีความรู้อย่างน้อยระดับอนุปริญญา

1.3.2 ผู้ช่วยวิจัย ศึกษาแบบประเมินระดับความเครียด แบบประเมินและแบบสังเกตการเลี้ยงดู และการยอมรับทารกของมารดาวัยรุ่นหลังคลอด ร่วมกับผู้วิจัย จนผู้ช่วยวิจัยมีความเข้าใจและทำการ เก็บรวบรวมข้อมูลได้ถูกต้องเหมาะสม

2. ขั้นตอนทดลอง

ผู้วิจัยจะเป็นผู้ดำเนินการทดลอง และ ผู้ช่วยวิจัยเป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูล โดยดำเนินการดังนี้

2.1 ในเวลาประมาณ 8-16 น. ของทุกวันผู้วิจัยจะไปที่แผนกหลังคลอดของโรงพยาบาลพระนั่งเกล้า เพื่อคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้

2.2 หลังจากที่ได้กลุ่มตัวอย่างแล้ว ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยจะแนะนำตัวเอง ขอความร่วมมือและ ความสมัครใจจากกลุ่มตัวอย่าง โดยบอกวัตถุประสงค์และขั้นตอนการวิจัย ที่กลุ่มตัวอย่างต้องให้ความร่วมมือ

2.3 ก่อนการทดลอง (Pretest)

กลุ่มควบคุม ผู้ช่วยวิจัยขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม ใช้แบบสอบถามชุดที่ 2.1 แบบประเมินระดับความเครียดของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดผู้ช่วยวิจัยกล่าวขอบคุณกลุ่มตัวอย่าง และทำการนัดหมายกลุ่มตัวอย่างในการทำแบบสอบถามชุดที่ 2.1 อีกครั้งในวันที่ 3 หลังคลอด

กลุ่มทดลอง ผู้ช่วยวิจัยขอความร่วมมือจากกลุ่มตัวอย่าง ในการตอบแบบสอบถาม ใช้แบบสอบถาม ชุดที่ 2.1 แบบประเมินระดับความเครียดของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดผู้ช่วยวิจัยกล่าวขอบคุณกลุ่มตัวอย่าง และทำการนัดหมายกลุ่มตัวอย่างในการทำแบบสอบถามชุดที่ 2.1 อีกครั้ง ในวันที่ 3 หลังคลอด เป็นแบบสอบถามชุดเดียวกับที่ใช้กับกลุ่มตัวอย่างกลุ่มควบคุม

2.4 การทดลอง

กลุ่มควบคุม ได้รับการพยาบาลจากพยาบาลประจำหอผู้ป่วยตามปกติ

กลุ่มทดลอง ได้รับการพยาบาลจากพยาบาลประจำหอผู้ป่วยตามปกติ และได้รับการสนับสนุนทางการพยาบาลตามขั้นตอนและวิธีการในแผนการสนับสนุนทางการพยาบาลจากผู้วิจัย

การทดลอง ผู้วิจัยทำการทดลองโดยประยุกต์แนวคิดพฤติกรรมกรรมการสนับสนุนทางการพยาบาลของสต็อคเวลและนิชิกาวา โดยใช้เวลาพบกับมารดาวัยรุ่นหลังคลอด 5 ครั้ง มีขั้นตอนการสนับสนุนทางการพยาบาล ดังนี้

ตารางที่ 3 ขั้นตอนการสนับสนุนทางการพยาบาล

การสนับสนุนทางการพยาบาล	เทคนิคที่ใช้	ผลที่ได้รับ
<p>ขั้นตอนที่ 1</p> <p>มีวัตถุประสงค์</p> <p>เพื่อสร้างสัมพันธภาพกับมารดา</p> <p>วัยรุ่นหลังคลอด</p>	<p>Attention</p> <p>Concern</p> <p>Presence</p> <p>Care</p> <p>Thereness</p> <p>Understanding</p> <p>Acceptance</p>	<p>มารดาวัยรุ่นหลังคลอด</p> <p>รู้สึกผ่อนคลาย มีความ</p> <p>ไว้วางใจต่อพยาบาล</p>
<p>ขั้นตอนที่ 2</p> <p>มีวัตถุประสงค์</p> <p>เพื่อส่งเสริมสัมพันธภาพ</p> <p>ระหว่างมารดาวัยรุ่นและทารก</p>	<p>Care</p> <p>Involvement</p> <p>Empathy</p>	<p>มารดาวัยรุ่นหลังคลอด</p> <p>เกิดความรู้สึกผูกพันกับ</p> <p>ทารก</p>
<p>ขั้นตอนที่ 3</p> <p>มีวัตถุประสงค์</p> <p>1. เพื่อช่วยให้มารดาวัยรุ่นได้</p> <p>ระบายความคับข้องใจ</p> <p>2. เพื่อช่วยให้มารดาวัยรุ่นได้</p> <p>มองเห็นปัญหาและแนวทางการ</p> <p>แก้ไขปัญหาของตนเอง</p>	<p>Attention</p> <p>Acceptance</p> <p>Presence</p> <p>Thereness</p> <p>Concern</p> <p>Involvement</p>	<p>มารดาวัยรุ่นหลังคลอด</p> <p>มองเห็นปัญหาของตัวเอง</p> <p>ชัดเจนขึ้น และมีแนวทาง</p> <p>แก้ไขปัญหาของตนเอง</p>
<p>ขั้นตอนที่ 4</p> <p>มีวัตถุประสงค์</p> <p>เพื่อให้มารดาวัยรุ่นหลังคลอด</p> <p>มีความรู้และฝึกทักษะเลี้ยงดู</p> <p>ทารก</p>	<p>Acceptance</p> <p>Understanding</p> <p>Empathy</p>	<p>มารดาวัยรุ่นหลังคลอดมี</p> <p>ความรู้และทักษะในการ</p> <p>เลี้ยงดูทารก</p>
<p>ขั้นตอนที่ 5 (Discharge Plan)</p> <p>มีวัตถุประสงค์</p> <p>1. เพื่อทบทวนการสนับสนุนทาง</p> <p>การพยาบาล</p> <p>2. เพื่อให้มารดาวัยรุ่นทบทวน</p> <p>ปัญหาและแนวทางการแก้ไข</p> <p>ปัญหาของตนเอง</p>	<p>Involvement</p> <p>Empathy</p> <p>Understanding</p>	<p>มารดาวัยรุ่นหลังคลอด</p> <p>ยอมรับทารก มีความรู้</p> <p>และทักษะในการเลี้ยงดู</p> <p>และมีแนวทางการแก้ไข</p> <p>ปัญหาของตนเอง</p>

ตารางที่ 4 แผนการสนับสนุนทางการพยาบาล

ครั้งที่ 1

วัน วันแรกหลังคลอด

เวลา ทันทีที่มารดาวัยรุ่นย้ายมาที่แผนกหลัง คลอด

สถานที่ แผนกหลังคลอด

วัตถุประสงค์

เพื่อสร้างสัมพันธภาพกับมารดาวัยรุ่นหลังคลอด

ขั้นตอนการดำเนินการ	กิจกรรม
1. ผู้วิจัยแนะนำตนเองและชี้แจงวัตถุประสงค์ของการทดลอง	ผู้วิจัยเข้าไปยืนข้างเตียงมารดาวัยรุ่น นั่งลงบนเก้าอี้ ผู้วิจัยยิ้ม มองสบตากลุ่มทดลอง แนะนำตนเอง พร้อมกับเรียกชื่อกลุ่มทดลองด้วยคำนำหน้าชื่อที่สุภาพ "สวัสดิ์คะ คุณ(สุภา) ดิฉันชื่อ ปาริฉัตร พงษ์จำปา เป็นนิสิตปริญญาโท คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ดิฉันกำลังศึกษาเกี่ยวกับมารดาและทารก ในระยะหลังคลอดอยู่ ซึ่งกลุ่มมารดาที่ดิฉันทำการศึกษา นั้นอยู่ในช่วงอายุตั้งแต่ 13-19 ปี ที่ผ่านการคลอดครั้งแรก คุณ(สุภา)อายุ 18 ปี อยู่ในกลุ่มที่ดิฉัน ทำการศึกษาอยู่พอดี ดิฉันก็ขอความร่วมมือจากคุณในเรื่องการช่วยตอบแบบสอบถามด้วยนะคะ ข้อมูลที่คุณ(สุภา)ได้ให้กับดิฉันจะถือเป็นความลับ และผลการศึกษานี้จะเป็นประโยชน์ต่อการปรับปรุงการพยาบาลให้ตรงกับความต้องการของมารดาวัยรุ่นหลังคลอดต่อไป" (ในขั้นตอนนี้จะดำเนินการไปพร้อมกับขั้นตอนที่ 2) พร้อมทั้งแจ้งให้กลุ่มทดลองทราบว่า ผู้วิจัยจะมาพบกับกลุ่มทดลองทั้งหมด 5 ครั้ง ครั้งละประมาณ 40 นาที
2. สร้างบรรยากาศที่เป็นกันเองพร้อมทั้งทำความเข้าใจความสละสลวยของมารดาวัยรุ่น และจัดให้นอนในท่าที่สบาย (Attention, Concern, Care)	เฝ้าสังเกต(Attention)มารดาวัยรุ่นหลังคลอดในขณะที่พูดคุยกับมารดาวัยรุ่นในเรื่องต่างๆไป หรือในเรื่องความสละสลวยของร่างกาย ดังอย่างเช่น "ดูเหมือนผ้าถุงของคุณจะเป็นเลือดมากแล้วนะคะ ดิฉันจะช่วยทำความสะอาดแล้วเปลี่ยนเสื้อผ้าให้ใหม่ คุณจะรู้สึกสบายขึ้น" พร้อมทั้งจัดทำน่านกันป้องกันมดลูกอักเสบ(แสดงความห่วงใย 'Concern') ทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์อย่าง ถูกต้องตามหลักการพยาบาลด้วยความอ่อนโยนไม่เร่งรีบ จนสะอาด เปลี่ยนผ้าปูที่นอน สวมเสื้อผ้าที่สะอาดให้กลุ่มทดลอง และช่วยจัดให้กลุ่มทดลองนอนในท่าที่สบาย (Care)
3. ผู้วิจัยสร้างเสริมสัมพันธภาพและพัฒนา ความไว้วางใจ ซึ่งในระยะ 1-2 ชม.แรกหลังคลอดมารดาวัยรุ่นจะมีพฤติกรรมพึ่งพาผู้วิจัยจะให้ความเข้าใจ ได้รับความรู้สึกของมารดาวัยรุ่น (Understanding, Interest, Acceptance, Concern, Thereness)	ในระยะนี้มารดาวัยรุ่นอาจปรับตัวค่อนข้างยาก อารมณ์อาจหงุดหงิด แปรปรวน ได้ง่ายผู้วิจัยใช้วิธีจูงใจภาษาชมเชยกลุ่มทดลองด้วยสายตาดูอ่อนโยน และเป็นมิตร (เป็นการแสดงออกทางอารมณ์ 'Thereness') พูดคุยกับกลุ่มทดลองด้วยเรื่องทั่วไป หรือเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการ ให้ความช่วยเหลือทางการแพทย์ เช่น "ในระยะนี้คุณอาจจะรู้สึกปวด แผลหรือปวดมดลูกบ้าง แต่ถ้าคุณรู้สึกปวดมาก คุณบอกดิฉันได้นะคะ ดิฉันจะได้ จัดยาแก้ปวดให้" หรือ ในบางกรณีมารดาอาจมีพฤติกรรมพึ่งพา ต้องการการเอาใจใส่และความช่วยเหลือจากบุคคลรอบข้าง สังเกตได้ดังเช่น มารดาวัยรุ่นพูดว่า : "ดิฉันรู้สึกเวียนศีรษะจังเลยคะ" ผู้วิจัย : "ที่คุณ(สุภา)รู้สึกเวียนศีรษะเพราะคุณเสียเลือดไประหว่างการคลอด นะคะ ดังนั้นในระยะนี้คุณควร นอนพักบนเตียงก่อนจนกว่าคุณจะรู้สึกดีขึ้น....."

	<p>ในช่วงนี้ถ้าคุณ(สุภา)ต้องการเข้าห้องน้ำก็บอกกับดิฉันนะคะ ดิฉันจะช่วยพุงไปหรือถ้ามีอาการเวียนศีรษะมากดิฉันจะไปเอากระโถนมาให้ที่เตียง"</p> <p>มารดาวัยรุ่น : "ดิฉัน อยากนอนหลับคะ"</p> <p>ผู้วิจัย : ผู้วิจัยยิ้ม มองสบตา พร้อมกับพูดว่า "คุณ (สุภา) คงจะกังวลใจว่าไม่มีใครอยู่เป็นเพื่อน ดิฉันจะนั่งทำงานอยู่ตรงเคาเตอร์ตรงนั้น (พร้อมกับชี้ให้มารดาหลังคลอดดู) ดิฉันจะมองเห็นคุณ(สุภา) และถ้าคุณสุภาตื่นขึ้นมาก็สามารถมองเห็นดิฉันได้เช่นกัน แล้วดิฉันจะเดินมาดูคุณ (สุภา) เป็นระยะๆ"</p> <p>(ผู้วิจัยเป็นผู้ปกป้อง กลุ่มทดลองเป็นผู้พึ่งพา 'Interest')</p> <p>จากตัวอย่างการโต้ตอบของผู้วิจัยและกลุ่มทดลองในตอนนี เพื่อแสดงให้เห็นว่าผู้วิจัยจะเข้าใจ (Understanding) ยอมรับ (Acceptance) ความห่วงใย(Concern)</p>
<p>4.ให้ข้อมูลกับมารดาวัยรุ่นในเรื่องกฎระเบียบและกิจวัตรประจำวันที่ต้องปฏิบัติในแผนกหลังคลอด (Attention)</p>	<p>ผู้วิจัยให้ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับมารดาวัยรุ่น เช่น เวลาการเยี่ยมของแพทย์ เวลาของการให้การรักษาพยาบาลตามปกติ เวลาเยี่ยมของญาติ เป็นต้น (ในการให้ข้อมูลนั้นผู้วิจัยจะเตรียมข้อมูลให้พร้อมและถูกต้อง)</p>
<p>5.เปิดโอกาสให้มารดาวัยรุ่นซักถามข้อสงสัยต่างๆ และในกรณีที่ยังไม่ถึงเวลาเยี่ยมผู้วิจัยจะรับฝากข้อความต่างๆ เพื่อนำไปบอกสามีและญาติที่รออยู่หน้าห้อง แผนกหลังคลอด (Presence, Care)</p>	<p>ในขณะนี้มารดาวัยรุ่นอาจจะอยากทราบข้อมูลต่างๆที่เกี่ยวกับบุตรของคน เช่น เพศ ความสมบูรณ์ของเด็ก น้ำหนัก เป็นต้น ผู้วิจัยจะให้ข้อมูลเหล่านั้นด้วยข้อมูลที่ถูกต้อง แม่นยำและเต็มใจ แสดงให้มารดาวัยรุ่นรับรู้ได้ด้วยสายตาที่อบอุ่น น้ำเสียงที่นุ่มนวล และในกรณีที่ยังไม่ถึงเวลาเยี่ยมผู้วิจัยจะเสนอตัวเป็นผู้นำข่าวสารต่างๆของมารดาวัยรุ่นไปบอกสามีและญาติที่รออยู่หน้าห้องแผนกหลังคลอด เช่น "คุณ(สุภา)คะ ตอนนี้สามีของคุณรออยู่ที่หน้าห้องรอเวลาเยี่ยมอยู่นะคะ คุณมีอะไรที่ต้องการบอกสามี(ญาติ)ของคุณหรือเปล่านั้นคะ หรือว่าคุณต้องการจะรับประทานอะไรเป็นพิเศษคะ ดิฉันจะไปบอกสามี(ญาติ) ของคุณ"</p> <p>(เป็นการแสดง ออกเพื่อให้อีกกลุ่มทดลองรับรู้ว่าคุณวิจัยสนใจกลุ่มทดลอง Presence และมีความ เอื้ออาทร Care)</p>
<p>6.สรุปการสนับสนุนทางการพยาบาลที่ ให้ เปิดโอกาสให้ซักถามและทำการนัดหมาย ครั้งต่อไป</p>	<p>"ดิฉันกับคุณ(สุภา)ก็รู้จักกันพอสมควรแล้วนะคะ ก่อนที่จะลาคุณไป ดิฉันขอให้คุณช่วยตอบแบบสอบถามด้วยนะคะ ดิฉันจะนั่งอยู่ด้วย ถ้าคุณสงสัยในข้อไหนจะก็ถามได้นะคะ.....ขอบคุณมากนะคะที่ช่วยตอบแบบสอบถามทุกข้อ แล้วดิฉันจะไปบอกสามีของคุณตามที่คุณฝากบอกเมื่อครูนี.....ดิฉันจะมาพบคุณอีกครั้งเมื่อเจ้าหน้าที่ห้องเด็กนำบุตรของคุณมาให้คะ"</p>

ครั้งที่ 2

วัน วันแรกหลังคลอด

เวลา เมื่อทารกได้มาอยู่กับมารดาวัยรุ่น

สถานที่ แผนกหลังคลอด

วัตถุประสงค์

เพื่อส่งเสริมสัมพันธ์ภาพระหว่างมารดาวัยรุ่นและทารก

ขั้นตอนการดำเนินการ	กิจกรรม
1.จัดให้ทารกได้นอนอยู่ใกล้กลุ่มทดลอง (Care)	เมื่อเจ้าหน้าที่ห้องเด็กนำทารกมาให้มารดาด้วยรุ่น ผู้วิจัยจะเป็นผู้เข้ามาดูแลเพื่อให้มารดาและทารกมีสัมผัสภาพที่ดีต่อกันผู้วิจัยผู้มารดาจากเจ้าหน้าที่ห้องเด็กด้วยท่าที่อ่อนโยน จัดให้ทารกได้นอนอยู่ใกล้มารดาด้วยรุ่นให้กลุ่มทดลองมองเห็นทารก และใบหน้าของทารก ได้อย่างชัดเจน (Care)
2.กระตุ้นให้มารดาด้วยรุ่นได้สังเกตเห็นรูปร่างหน้าตา ลักษณะต่างๆไปของทารก ได้สัมผัส ได้สัมผัส ได้สัมผัส ให้ทารกได้ดูนมมารดา (Involvement,Empathy)	ผู้วิจัยใช้วงจภาษาด้วยการยิ้ม มองใบหน้ามารดาด้วยรุ่นด้วยสายตาดูที่อบอุ่นอ่อนโยน แล้วพูดขึ้นว่า “ลูกสาวของคุณ(สุภา) น่ารักมากเลยนะคะ เออ เขาหน้าตาเหมือนคุณพ่อหรือคุณแม่คะ, มีเขาเนียนสวยเชียวคะ” กระตุ้นให้มารดาด้วยรุ่นได้สัมผัส ได้สัมผัสทารก “คุณ (สุภา) ลองอุ้มเขาดูไหมคะ.....ดิฉันช่วยค่ะ” ผู้วิจัยประคองมารดาด้วยรุ่นให้ลุกขึ้นนั่งในท่าที่สบาย จากนั้นอุ้มทารกวางลงในอ้อมแขนของมารดาด้วยรุ่น จัดให้ศีรษะของทารกพาดที่ข้อศอกของมารดาด้วยรุ่นแล้วให้มือของมารดาด้วยรุ่นประคองบริเวณสะโพกและขาของทารกไว้ พร้อมทั้งกระตุ้นให้มารดาด้วยรุ่นใช้มืออีกข้างหนึ่งสัมผัสใบหน้า แขน ขา ของทารก “คุณลองใช้มือแตะใบหน้าของเขาดูสิคะ มีผิวของเขาเนียนนุ่มมาก” ช่วยให้ทารกได้ดูนมมารดา “เขาคงหิวแล้วนะคะ ดิฉันจะช่วยให้เขาได้ดูนมของคุณคะ” ผู้วิจัยช่วยแกะเชือกผูกเสื้อของมารดาด้วยรุ่นออก ช่วยนำนิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือของมือที่ว่างอยู่ของมารดาด้วยรุ่นจับหัวนมเข้าปากทารก ให้ทารกอมหัวนมจนถึงบริเวณที่คล้ำทั้งหมดและให้มารดาด้วยรุ่นอุ้มทารกโดยให้ส่วนศีรษะสูงกว่าบริเวณสะโพก ให้ทารกดูดประมาณ 5 นาที แล้วสลับให้ดูดเต้านมอีกข้างหนึ่ง ในการให้ทารกเปลี่ยนข้างดูดนั้น ให้มารดาด้วยรุ่นใช้นิ้วหัวแม่มือกดบริเวณคางให้ปากทารกแยกออกแล้วจึงดึงหัวนมออก
3.จัดให้มารดาด้วยรุ่นและทารกได้พักผ่อนอยู่ใกล้กัน	ภายหลังที่ทารกดูดนมทั้ง 2 ข้างแล้ว ผู้วิจัยจะช่วยจัดให้ทารกและมารดาด้วยรุ่นได้พักผ่อนอยู่ใกล้กัน “คุณ(สุภา)คงรู้สึกเหนื่อยแล้วนะคะ ดิฉันจะช่วยอุ้มเขาก่อนคุณจะได้นอนสะดวก” เมื่อมารดาด้วยรุ่นนอนในท่าที่สบายแล้วผู้วิจัยจะจัดให้ทารกได้นอนอยู่ใกล้มารดา “ดิฉันจะให้เขานอนใกล้ๆคุณนะคะ”
4.สรุปการสนับสนุนทางการพยาบาลที่ให้ และทำการนัดหมายครั้งต่อไป	“วันนี้คุณเหนื่อยมากแล้วนะคะ คุณก็สามารถอุ้มแล้วก็ให้นมได้แล้ว การให้นมนั้นคุณจะให้เมื่อไหร่ก็ได้ตามความต้องการของเด็ก ถ้าเขาร้องคุณก็ลองดูว่าเขาถ่ายอุจจาระหรือปัสสาวะไหม ถ้าไม่มีอะไรคุณก็ลองให้เขาดูดนมดู ถ้าเขาหิวเขาก็จะดูดแล้วก็งีบ ในการให้นมแต่ละครั้งคุณต้องให้เขาดูดนมของคุณทั้งสองข้าง ข้างละประมาณ 10-15 นาที เวลาเปลี่ยนข้างดูดให้คุณใช้นิ้วหัวแม่มือกดลงตรงคางของเด็กแล้วจึงดึงหัวนมออกเพื่อป้องกันหัวนมแตก นะคะ ไม่ทราบว่าคุณ(สุภา)อยากจะทำอะไรดิฉันอีกหรือเปล่านะคะ.....ถ้าไม่มีอะไรดิฉันขอให้คุณไปก่อนนะคะ พรุ่งนี้ประมาณ 10.00 น. ดิฉันจะมาพบคุณใหม่ค่ะ สวัสดี ค่ะ” (ผู้วิจัยใช้วิธีการอภิปรายและซักถาม)

ครั้งที่ 3

วัน วันที่ 2 หลังคลอด

เวลา ประมาณ 10.00 น.

สถานที่ แผนกหลังคลอด

วัตถุประสงค์

1. เพื่อช่วยให้มารดาวัยรุ่นได้ระบายความคับข้องใจ
2. เพื่อช่วยให้มารดาวัยรุ่นได้มองเห็นปัญหาและแนวทางการแก้ไขปัญหาของตนเอง

ขั้นตอนการดำเนินการ	กิจกรรม
<p>1. สังเกตและทำความเข้าใจถึงสภาวะอารมณ์ของมารดาวัยรุ่น (Attention, Acceptance)</p>	<p>ผู้วิจัยเดินเข้าไปพบมารดาวัยรุ่น นั่งลงตรงเก้าอี้ข้างเตียงพร้อมกับทักทายมารดาวัยรุ่น “สวัสดีค่ะ วันนี้รู้สึกเป็นอย่างไรบ้างคะ”</p> <p>ในระยะแรกหลังคลอดมารดาวัยรุ่นมักจะปรับตัวได้ค่อนข้างลำบาก อาจหงุดหงิด อารมณ์แปรปรวนได้ง่าย เนื่องจากต้องปรับตัวอย่างมากทั้งทางร่างกายและจิตใจ อาจทำให้มารดาวัยรุ่นมีอาการซึมเศร้า ไม่นั่นใจ ขาดความมั่นใจในตนเอง เป็นต้น ผู้วิจัยจะเฝ้าสังเกต (Attention) เพื่อทำความเข้าใจและยอมรับ (Acceptance) มารดาวัยรุ่น ตลอดจนรับรู้ถึงความต้องการของมารดาวัยรุ่น</p>
<p>2. กระตุ้นให้กลุ่มทดลองได้ระบายความคับข้องใจและปัญหาต่างๆ ที่ประสบอยู่ (Presence, Thereness, Concern, Acceptance)</p>	<p>จากขั้นตอนที่ 1 ผู้วิจัยจะแปรความหมายของสิ่งที่มารดาวัยรุ่นแสดงออกมา เช่น ผู้วิจัยพบว่ามารดาวัยรุ่นรับประทานเพียงเล็กน้อย ผู้วิจัยจะสอบถามสิ่งที่สังเกตพบ</p> <p>ผู้วิจัย : “คุณ(สุภา)ทานอาหารน้อยจังนะคะ” จากนั้นผู้วิจัยจะใช้ทักษะในการสังเกตปฏิบัติและน้ำเสียงมารดาวัยรุ่นตอบ</p> <p>กลุ่มทดลอง : “ไม่ค่อยหิวค่ะ”</p> <p>ซึ่งในความเป็นจริงนั้นมารดาหลังคลอดต้องมีความอ่อนเพลียและความอยากอาหาร ถ้าผู้วิจัยพบความผิดปกติเช่น น้ำเสียงเรียบเฉย โใบหน้าเศร้า สายตาเหม่อลอย บิดมือ ฯลฯ ผู้วิจัยจะค้นหาต่อไปว่ามารดาวัยรุ่นกำลังมีปัญหอะไรซ่อนเร้นอยู่ โดยการกระตุ้นให้มารดาวัยรุ่นระบายความคับข้องใจออกมา เช่น</p> <p>ผู้วิจัย : “คุณ(สุภา)บอกว่าไม่หิวแต่ดูสายตาคุณเศร้า ไม่ทราบว่าคุณต้องการพูดอะไรกับดิฉันอีกไหมคะ” (Presence)</p> <p>การที่ผู้วิจัยมีปฏิริยาได้ตอบเช่นนี้ จะทำให้ทราบต่อไปว่ามารดาวัยรุ่นกำลังมีปัญหอะไร กำลังหวาดกลัวหรือวิตกกังวลในเรื่องอะไร เช่น</p> <p>กลุ่มทดลอง : “ฉันกลัวจ้งเลยคะ..... ฉันไม่รู้ว่าจะเลี้ยงลูกได้อย่างไร ฉันไม่มีเงิน ไม่มีบ้าน ฉันอยู่ที่บ้านพักคนงานก่อสร้างนะคะ”</p> <p>ในช่วงเวลานี้ผู้วิจัยจะใช้วจิณภาษา คือ การให้เวลา (time) เป็นการให้เวลามารดาวัยรุ่นได้ระบายความคับข้องใจโดยไม่ขัดจังหวะ การสัมผัส (touch) ผู้วิจัยใช้มือสัมผัสแขนกลุ่มทดลองเพื่อแสดงให้กลุ่มทดลองรับรู้อารมณ์และความรู้สึก (Thereness) ของผู้วิจัยในการแสดงความห่วงใย (Concern) หากกลุ่มทดลองร้องไห้ แสดงความคับข้องใจ ผู้วิจัยจะใช้เวลาและความเงียบ (Time and Silence) เพื่อให้กลุ่มทดลองได้ระบายออกและใช้เวลาในการควบคุมอารมณ์ ตลอดกระบวนการนี้ผู้วิจัยจะให้การยอมรับ (Acceptance) และไม่ตัดสินกลุ่มทดลอง</p>
<p>3. สอบถามถึงแหล่งสนับสนุนทางสังคมต่างๆ ที่ให้ความช่วยเหลือมารดาวัยรุ่นอยู่ และแนะนำแหล่งสนับสนุนทางสังคมอื่นๆ เพิ่มเติม (Involvement)</p>	<p>ผู้วิจัยสอบถามถึงแหล่งสนับสนุนทางสังคมอื่นๆ ที่สามารถให้ความช่วยเหลือแก่มารดาวัยรุ่นได้ เช่น บิดา มารดา ญาติพี่น้อง เป็นต้น และแนะนำแหล่งสนับสนุนทางสังคมอื่นๆ เพิ่มเติม เช่น สังคมสงเคราะห์ของทางโรงพยาบาลเพื่อยกเว้นค่าใช้จ่ายในการคลอด อีกทั้งแนะนำการหารายได้เพิ่มเติมโดยสอบถามข้อมูลจากมารดาวัยรุ่น เช่น การขายอาหารในบริเวณบ้านพักคนงานซึ่งสามารถเลี้ยงลูกไปด้วยได้, การรับจ้างผูกเหล็กเส้นที่ใช้ในงานก่อสร้างซึ่งสามารถเลี้ยงลูกไปด้วยได้เช่นกัน เป็นต้น ซึ่ง การแนะนำนั้นผู้วิจัยต้องมีข้อมูลเพียงพอ (Involvement)</p>

4.สรุปการสนับสนุนทางการพยาบาลที่ ให้ และทำการนัดหมายครั้งต่อไป	"วันนี้เราคุยกันมาพอสมควรแล้วนะคะ คุณ(สุภา) ลองนำสิ่งที่เราคุยกันไปไตร่ตรอง ดูนะคะ คิดว่าคงจะเป็นประโยชน์สำหรับคุณบ้าง ไม่ทราบว่าคุณต้องการทราบข้อมูล อะไรเพิ่มเติมอีกหรือเปล่านั้น..... ค่ะ ถ้าคุณไม่มีอะไร ดิฉันขอลาคุณไปก่อน ประมาณ 13.30 น. ดิฉันจะมาพบคุณใหม่ค่ะ สวัสดีค่ะ"
---	---

ครั้งที่ 4

วัน วันที่ 2 หลังคลอด

เวลา ประมาณ 13.30 น.

สถานที่ แผนกหลังคลอด

วัตถุประสงค์

เพื่อให้มารดาวัยรุ่นมีความรู้ และฝึกทักษะในการเลี้ยงดูทารก

ขั้นตอนการดำเนินการ	กิจกรรม
1.ให้คำแนะนำ สาธิต และกระตุ้นให้ มารดาวัยรุ่นได้หัดทำเองในเรื่องต่างๆ ดังนี้ (โดยใช้คู่มือการเลี้ยงดูทารก ประกอบ ซึ่งให้กลุ่มทดลองไว้แล้ว) ซึ่งในขั้นตอนนี้อาจแทรกอยู่ในการ สนับสนุนทางการพยาบาลครั้งที่ 2 และ 3	<p>1.ให้คำแนะนำในเรื่องการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาและการเลี้ยงทารกด้วยนมผสม โดยใช้คู่มือการเลี้ยงดูทารกประกอบ</p> <p>กระตุ้นให้มารดาวัยรุ่นหัดทำเองในเรื่อง การให้นมทารก</p> <ul style="list-style-type: none"> - การทำความสะอาดหัวนม เต้านม - การอุ้มทารกขณะให้นม - วิธีการให้ทารกเปลี่ยนข้างดูด - การจัดท่าให้ทารกเออระหว่างให้นมและหลังให้นม - วิธีการบีบน้ำนม <p>2.ให้คำแนะนำในเรื่องการดูแลการนอนหลับ โดยใช้คู่มือการเลี้ยงดูทารกประกอบ</p> <p>3.ให้คำแนะนำในเรื่องการดูแลการขับถ่ายโดยใช้คู่มือการเลี้ยงดูทารกประกอบ</p> <p>กระตุ้นให้มารดาวัยรุ่นหัดทำเองในเรื่อง</p> <ul style="list-style-type: none"> - การทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์โดยใช้สำลีชุบน้ำต้มสุกเช็ดจากบริเวณอวัยวะสืบ พันธุ์จนถึงบริเวณก้นจนสะอาด <p>4.ให้คำแนะนำในเรื่องการดูแลความสะอาดโดยใช้คู่มือการเลี้ยงดูทารกประกอบ</p> <p>ให้มารดาวัยรุ่นได้หัดทำเองในเรื่อง การอาบน้ำทารก</p> <p>5.ให้คำแนะนำในเรื่องการส่งเสริมพัฒนาการ โดยใช้คู่มือการเลี้ยงดูทารกประกอบ</p> <p>กระตุ้นให้มารดาวัยรุ่นปฏิบัติในเรื่อง</p> <ul style="list-style-type: none"> - การสัมผัส การส่งเสียงพูดคุยกับทารก การยิ้ม สบตาทารก อยู่เสมอ โดยเฉพาะภายหลังการให้นม <p>ขณะให้คำแนะนำผู้วิจัยจะไม่นำตนเองเข้าไปแทรกระหว่างมารดาและทารก ผู้วิจัย จะเป็นผู้ที่คอยกระตุ้นให้กำลังใจและส่งเสริมความรู้สึกที่มีคุณค่าและความ มั่นใจให้กับมารดาวัยรุ่น เช่น</p> <p>ผู้วิจัยกล่าวว่า "ดิฉันสังเกตว่าคุณ(สุภา)เปลี่ยนผ้าอ้อมได้คล่องขึ้นนะคะ" (เป็นการสร้างความเข้มแข็ง กล่าวหาญ ความมั่นใจให้กับกลุ่มทดลอง Involvement)</p> <p>ผู้วิจัยกล่าวว่า "คุณ(สุภา)ลองใช้มือขวาประคองสะโพกและขาของเด็กแล้วให้ ศีรษะของเด็กพาดตรงข้อศอกคุณดูซิคะว่าคุณจะให้นมถนัดขึ้นไหม" (เป็นการหลีกเลี่ยงการชี้นำมารดาวัยรุ่นโดยการให้ทดลองทำ)</p> <p>ผู้วิจัยจะยอมรับ(Acceptance)ในการเป็นบุคคลของมารดาวัยรุ่น ยอมรับในสภาพ</p>

	<p>พื้นฐานความคิด ลักษณะส่วนตัวทั้งส่วนที่เข้มแข็ง ที่อ่อนแอ ส่วนที่ดี ส่วนที่ไม่ดีและต้องมีความเข้าใจ (Understanding) การร่วมรู้สึก(Empathy) เช่นในกรณีนี้ผู้วิจัยพบว่า มารดาวัยรุ่นดึงหัวนมออกจากปากทารกทันทีโดยไม่ได้กอดทารกให้ปากทารกเผยออกก่อน ผู้วิจัยจะให้การยอมรับ(Acceptance) เข้าใจ(Understanding) และการร่วมรู้สึก(Empathy) ว่าที่มารดาวัยรุ่นปฏิบัติเช่นนั้นเพราะขาดความรู้ ขาดประสบการณ์ และขาดคำแนะนำ ผู้วิจัยต้องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเหล่านั้นผู้วิจัยจะกล่าวว่า “เมื่อสักครู่นี้ฉันสังเกตเห็นว่าคุณ(สุภา) ดึงหัวนมออกจากปากเด็กโดยไม่ได้กอดคางเด็กให้ปากเผยออกก่อน รู้สึกเจ็บหัวนมหรือเปล่าคะ.....การดึงหัวนมออกจากปากเด็กแบบนี้หลายครั้งจะทำให้หัวนมแตกได้ คราวต่อไปคุณลองใช้หัวนมแม่มือกดปลายคางเด็กแบบนี้จะ.....(ผู้วิจัยสาธิตให้ดู) คุณ(สุภา) ลองทำดูสิคะ.....ผู้วิจัยพูดด้วยน้ำเสียงที่นุ่มนวล ยิ้ม และมองสบตากลุ่มทอดลง หลีกเลี่ยงกิริยาหรือคำพูดที่เป็นการตัดสินกลุ่มทดลองหรือดูหมิ่นเหยียดหยาม เช่น “เมื่อครู่นี้ฉันเห็นคุณทำไม่ถูกต้องที่ดึงหัวนมออกจากปากเด็กทันที” “คุณไม่ควรดึงหัวนมออกจากปากเด็กทันทีแบบนี้” เป็นต้น</p>
<p>2.สรุปการสนับสนุนทางการพยาบาลที่ให้และทำการนัดหมายครั้งต่อไป</p>	<p>“วันนี้เราคุยกันหลายเรื่องนะค่ะ ทั้งการให้นม การดูแลการนอนหลับ การดูแลการขับถ่าย การดูแลความสะอาด การส่งเสริมพัฒนาการ ไม่ทราบว่าจะจากที่เราคุยกันหลายๆเรื่องนี้คุณ(สุภา)อยากทราบอะไรเพิ่มเติมอีกไหมคะ.....ถ้าไม่มีอะไรฉันขอลาคุณ(สุภา)ก่อนนะค่ะ พรุ่งนี้ประมาณ 9.30 น. ฉันจะมาพบคุณ(สุภา)ใหม่ค่ะ”</p>

ครั้งที่ 5

วัน วันที่ 3 หลังคลอด
เวลา ประมาณ 9.30 น.
สถานที่ แผนกหลังคลอด
วัตถุประสงค์

- 1.เพื่อทบทวนการสนับสนุนทางการพยาบาล (Discharged Plan)
- 2.เพื่อให้มารดาวัยรุ่นทบทวนปัญหาและแนวทางการแก้ไขปัญหาของตนเอง

ขั้นตอนการดำเนินการ	กิจกรรม
<p>1.ทบทวนการสนับสนุนทางการพยาบาลครั้งที่ 1-4</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการเลี้ยงดูทารกและกระตุ้นให้มารดาวัยรุ่นแสดงพฤติกรรมที่ส่งเสริมการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับทารก เช่น การใช้มือสัมผัสสัมผัสแก้ม แชนชา ลำตัวทารก การส่งเสียงพูดคุยกับทารกด้วยน้ำเสียงที่นุ่มนวล พร้อมทั้งให้กำลังใจเพราะมนุษย์มีความรู้และทักษะในการเลี้ยงดูทารก เป็นต้น - กระตุ้นให้มารดาวัยรุ่นวิเคราะห์ปัญหาและวางแผนแก้ไขปัญหาด้วยตนเองและให้กำลังใจเพราะมนุษย์ทุกคนต่างมีปัญหาที่แตกต่างกันและแต่ละคนก็มีหน้าที่ในการแก้ปัญหาของตนเอง อีกทั้งในหน้าที่ของแม่คือการให้ความรัก ความอบอุ่น ปกป้องคุ้มครอง เลี้ยงดูทารก ให้สามารถเติบโตอยู่ในโลกนี้ได้อย่างเข้มแข็ง มั่นคง - กล่าวลามารดาวัยรุ่นหลังคลอดและให้ความมั่นใจกับมารดาวัยรุ่นว่าข้อมูลต่างๆของมารดาวัยรุ่นผู้วิจัยจะไม่นำไปเปิดเผยหรือทำให้มารดาวัยรุ่นเสียหาย

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบการพยาบาลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม
<p>ครั้งที่ 1</p> <p>วัน วันแรกหลังคลอด</p> <p>เวลา ทันทีที่มารดาวัยรุ่นย้ายมาที่แผนก หลัง คลอด</p> <p>สถานที่ แผนกหลังคลอด</p> <p>วัตถุประสงค์ เพื่อสร้างสัมพันธภาพกับมารดาวัยรุ่นหลังคลอด</p> <p>กิจกรรม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ผู้วิจัยแนะนำตนเองและชี้แจงวัตถุประสงค์ของการทดลอง (Presence) 2.สร้างบรรยากาศที่เป็นกันเองพร้อมทั้งทำความสะอาดร่างกายของมารดาวัยรุ่น และจัดให้นอนในท่าที่สบาย (Concern,Care) 3.ผู้วิจัยสร้างเสริมสัมพันธภาพและ พัฒนา ความไว้วางใจ ซึ่งในระยะ 1-2 ชม.แรกหลังคลอดมารดาวัยรุ่นจะมี พฤติกรรมพึ่งพา ผู้วิจัยจะให้ความเข้าใจ รับรู้ความรู้สึกของมารดาวัยรุ่น (Understanding,Interest,Acceptance, Concern, Thereness) 4.ให้ข้อมูลกับมารดาวัยรุ่นในเรื่องกฎ ระเบียบและกิจวัตรประจำวันที่ต้องปฏิบัติในแผนกหลังคลอด (Attention) 5.เปิดโอกาสให้มารดาวัยรุ่นซักถามข้อสงสัยต่างๆ และในขณะที่ยังไม่ถึงเวลาเยี่ยมผู้วิจัยจะรับฝากข้อความต่างๆ เพื่อนำ ไปบอกสามีและญาติที่รออยู่หน้าห้อง แผนกหลังคลอด (Presence, Care) 6.สรุปการสนับสนุนทางการพยาบาลที่ ให้ เปิดโอกาสให้ซักถามและทำการนัดหมาย ครั้งต่อไป 	<p>กิจกรรม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.วัดระดับมดลูก อัตราการหายใจ ชีพจร ความดันโลหิตและอุณหภูมิ 2.เปลี่ยนผ้าอนามัย สวมเสื้อผ้าชุดใหม่ 3.จัดให้มารดาวัยรุ่นนอนคนเดียว
<p>ครั้งที่ 2</p> <p>วัน วันแรกหลังคลอด</p> <p>เวลา เมื่อทารกได้มาอยู่กับมารดาวัยรุ่น</p> <p>สถานที่ แผนกหลังคลอด</p> <p>วัตถุประสงค์ เพื่อส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างมารดาวัยรุ่นและทารก</p> <p>กิจกรรม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.จัดให้ทารกได้นอนอยู่ใกล้กลุ่มทดลอง(Care) 2.กระตุ้นให้มารดาวัยรุ่นได้สังเกตรูปร่าง หน้าตา ลักษณะทั่วไปของทารก ได้สัมผัส ได้อุ้ม ให้ทารกได้ดูดนมมารดา (Involvement,Empathy) 3.จัดให้มารดาวัยรุ่นและทารกได้พักผ่อนอยู่ใกล้กันคุณจะได้ "นอนสะดวก" เมื่อมารดาวัยรุ่นนอนในท่าที่สบายแล้วผู้วิจัยจะจัดให้ทารกได้นอนอยู่ใกล้มารดา "ดิฉันจะให้เขานอนใกล้ๆคุณนะคะ" 	<p>กิจกรรม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.จัดให้ทารกได้นอนอยู่ใกล้มารดาวัยรุ่น 2.จัดให้ทารกได้ดูดนมมารดา

<p>4.สรุปการสนับสนุนทางการพยาบาลที่ให้ และทำการนัดหมายครั้งต่อไป</p> <p>ครั้งที่3</p> <p>วัน วันที่ 2 หลังคลอด</p> <p>เวลา ประมาณ 10.00 น.</p> <p>สถานที่ แผนกหลังคลอด</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.เพื่อช่วยให้มารดาวัยรุ่นได้ระบายความคับข้องใจ 2.เพื่อช่วยให้มารดาวัยรุ่นได้มองเห็นปัญหาและแนวทางการแก้ไขปัญหาของตนเอง <p>กิจกรรม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.สังเกตและทำความเข้าใจถึงสภาวะอารมณ์ของมารดาวัยรุ่น (Attention,Acceptance) 2.กระตุ้นให้กลุ่มทดลองได้ระบายความคับข้องใจและปัญหาต่างๆที่ประสบอยู่(Presence,Thereness,Concern, Acceptance) 3.สอบถามถึงแหล่งสนับสนุนทางสังคมต่างๆที่ให้ความช่วยเหลือมารดาวัยรุ่นอยู่และแนะนำแหล่งสนับสนุนทางสังคมอื่นๆ เพิ่มเติม (Involvement) 4.สรุปการสนับสนุนทางการพยาบาลที่ ให้ และทำการนัดหมายครั้งต่อไป <p>ครั้งที่ 4</p> <p>วัน วันที่ 2 หลังคลอด</p> <p>เวลา ประมาณ 13.30 น.</p> <p>สถานที่ แผนกหลังคลอด</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <p>เพื่อให้มารดาวัยรุ่นมีความรู้ และทักษะในการเลี้ยงดูทารก</p> <p>กิจกรรม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.ให้คำแนะนำ สาธิต และกระตุ้นให้ มารดาวัยรุ่นได้หัดทำเองในเรื่องต่างๆ ดังนี้ (โดยใช้คู่มือการเลี้ยงดูทารกประกอบ ซึ่งให้กลุ่มทดลองไว้แล้ว) ซึ่งในขั้นตอนนี้อาจแทรกอยู่ในการสนับสนุนทางการพยาบาลครั้งที่ 2และ3 <ul style="list-style-type: none"> - การให้นม - การดูแลการนอนหลับ - การดูแลการขับถ่าย - การดูแลความสะอาด - การส่งเสริมพัฒนาการ - การให้ภูมิคุ้มกัน 2.สรุปการสนับสนุนทางการพยาบาลที่ให้และทำการนัดหมายครั้งต่อไป 	<p>กิจกรรม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.วัดระดับมดลูก อัตราการหายใจ ชีพจร ความดันโลหิตและอุณหภูมิ ตรวจเช็คท่าความสะอาดแผลมีเย็บ 2. แนะนำแหล่งสนับสนุนทางสังคมอื่นๆ เช่น สัมคมสงเคราะห์ของทางโรงพยาบาล สถานพยาบาลใกล้บ้าน <p>กิจกรรม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.แนะนำและสาธิตในเรื่อง <ul style="list-style-type: none"> - การให้นม - การดูแลการขับถ่าย - การให้ภูมิคุ้มกัน - การดูแลความสะอาด
--	---

<p>ครั้งที่ 5</p> <p>วัน วันที่ 3 หลังคลอด</p> <p>เวลา ประมาณ 9.30 น.</p> <p>สถานที่ แผนกหลังคลอด</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <p>1.เพื่อทบทวนการสนับสนุนทางการพยาบาล (Discharged Plan)</p> <p>2.เพื่อให้มารดาเรียนรู้ทบทวนปัญหาและแนวทางการแก้ไขปัญหของตนเอง</p> <p>กิจกรรม</p> <p>1.ทบทวนการสนับสนุนทางการพยาบาลครั้งที่ 1-4</p> <p>2.ให้กำลังใจ และกระตุ้นให้มารดาเรียนรู้หลังคลอดวิเคราะห์ปัญหาแล้วหาทางแก้ไขปัญหของตนเอง</p>	<p>กิจกรรม</p> <p>1.แนะนำวิธีการดูแลความสะอาดแผลฝีเย็บ</p> <p>2.ย้ำในเรื่องการมาตรวจหลังคลอด</p>
---	--

3.หลังการทดลอง

เมื่อผู้วิจัยให้การสนับสนุนทางการพยาบาลครบทั้ง 5 ครั้งแล้ว

1.ผู้ช่วยวิจัยจะขอความร่วมมือจากกลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในการประเมินระดับความเครียดชุดเดิมอีกครั้งหนึ่ง

2.ผู้ช่วยวิจัยทำการสังเกตพฤติกรรมการยอมรับทารก และทำการประเมินและสังเกตพฤติกรรมการเลี้ยงดูทารกของทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

การสังเกตพฤติกรรมการเลี้ยงดูทารก

ผู้ช่วยวิจัยจะทำการสังเกตพฤติกรรมการยอมรับและการเลี้ยงดูทารกในเวลา 10.00-11.00 น. ซึ่งเป็นเวลาของการอาบน้ำทารก และเวลา 31.30-14.30 น. ของวันที่ 2 และที่ 3 หลังคลอด โดยจะสังเกตเพียง 1 ครั้งในแต่ละพฤติกรรม

กลุ่มทดลอง สังเกตในพฤติกรรมครั้งแรกที่พบภายหลังที่ได้รับการสนับสนุนทางการพยาบาล

กลุ่มควบคุม สังเกตในพฤติกรรมครั้งแรกที่พบในวันที่ 2 หลังคลอดซึ่งมารดาหลังคลอดจะได้รับคำแนะนำและการดูแลจากพยาบาลประจำหอผู้ป่วยแล้ว

ระยะเวลาการสังเกตและระยะเวลาการบันทึก ผู้ช่วยวิจัยจะสังเกตทุกพฤติกรรมตามเครื่องมือ โดยทำการสังเกตจนมารดาเรียนรู้หลังคลอดกระทำพฤติกรรมนั้นๆ เสร็จสิ้นแล้วจึงทำการบันทึก

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้ไปทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการทางสถิติดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์กลุ่มตัวอย่าง ตามลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างโดยการแจกแจง ความถี่ และ ค่าร้อยละ
2. หาค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ ผลต่างของคะแนนความเครียดของกลุ่มตัวอย่างก่อน และ หลังการทดลอง
3. หาค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนการยอมรับทารกและการเลี้ยงดูทารกของกลุ่มตัวอย่างหลังการทดลอง
4. เปรียบเทียบและทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความเครียดของกลุ่มตัวอย่างกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลองโดยใช้สถิติทดสอบที (paired t-test)
5. เปรียบเทียบและทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความเครียดของกลุ่มตัวอย่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลองโดยใช้สถิติทดสอบที (t-test Independent)
6. เปรียบเทียบและทดสอบความแตกต่าง ของค่าเฉลี่ยของคะแนนการยอมรับทารกและการเลี้ยงดูทารก ของกลุ่มตัวอย่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง โดยใช้สถิติทดสอบที (t-test Independent)

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สรุปขั้นตอนการทดลอง

