

ผลของการใช้กระดาษช่วยบำบัดต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง  
ภาวะซึมเศร้า และความสุขของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม

นางสาวแก้วกุล ตันติพิสิฐกุล

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2555

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)

เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository(CUIR) are the thesis authors' files submitted through the Graduate School.

EFFECTS OF RABBIT-ASSISTED THERAPY ON SELF-ESTEEM,  
DEPRESSION AND HAPPINESS OF ABUSED CHILDREN

Miss Kaewkul Tantipisitkul

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Science Program in Mental Health

Department of Psychiatry

Faculty of Medicine

Chulalongkorn University

Academic Year 2012

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ผลของการใช้กระดาษช่วยบำบัดต่อความรู้สึกเห็น  
คุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า และความสุข  
ของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม

โดย

นางสาวแก้วกุล ตันติพิสิฐกุล

สาขาวิชา

สุขภาพจิต

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ ฉัตร พิทยรัตน์เสถียร

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วน  
หนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

..... คณบดีคณะแพทยศาสตร์  
(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ โสภณ นภาธร)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ ชัยชนะ นิ่มนวล)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ ฉัตร พิทยรัตน์เสถียร)

..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย  
(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ อัมพล สุอำพัน)

แก้วกุล ตันติพิสิฐกุล : ผลของการใช้กระดาษช่วยบำบัดต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า และความสุขของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม (EFFECTS OF RABBIT-ASSISTED THERAPY ON SELF-ESTEEM, DEPRESSION AND HAPPINESS OF ABUSED) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก : ผศ.นพ.ฉัตร พิชัยรัตน์เสถียร, 90 หน้า.

การใช้สัตว์ช่วยบำบัดเป็นการรักษาทางเลือกที่ยังใหม่ และยังไม่มีการศึกษาที่ชัดเจน โดยเฉพาะในประเทศไทย นอกจากนี้สัตว์เป็นสิ่งมีชีวิตที่สามารถรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของมนุษย์ และตอบสนองกลับได้ รวมไปถึงยังต้องการการดูแลเอาใจใส่เพื่อการมีชีวิตรอด เป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาคุณค่าในตัวเด็ก การวิจัยนี้จึงศึกษาผลของการใช้กระดาษช่วยบำบัดต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า และความสุขของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม เพื่อช่วยเพิ่มทางเลือกในการบำบัดเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม ผลของการ คำนามาเป็นแนวทางในการปรับประยุกต์ใช้กับการช่วยเหลือเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมและเด็กอื่นๆ

กลุ่มตัวอย่าง คือ เด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมทางเพศ ร่างกายและจิตใจที่อยู่ภายใต้การดูแลสถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง อายุ 13-18 ปี จำนวน 22 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเอง แบบประเมินภาวะซึมเศร้า และความสุข ของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม ก่อน หลัง และหนึ่งเดือนหลังทำการทำโปรแกรมกระดาษช่วยบำบัด วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ค่าอัตราส่วน ร้อยละ ค่าคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความแตกต่างของการเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้าและมีความสุขของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม สรุปผลการทดลองด้วยสถิติ Generalized Estimating Equations (GEE) และ paired t-test

ผลของการใช้โปรแกรมกระดาษช่วยบำบัดพบว่าโปรแกรมสามารถช่วยให้เด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น ลดภาวะซึมเศร้า และมีความสุขได้ระดับหนึ่ง อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ภาควิชา.....จิตเวชศาสตร์.....ลายมือชื่อนิสิต.....  
 สาขาวิชา.....สุขภาพจิต.....ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก.....  
 ปีการศึกษา..... 2555.....



## 5474351230 : MAJOR MENTAL HEALTH

KEYWORDS : ANIMAL ASSISTED THERAPY / SELF-ESTEEM / DEPRESSION / HAPPINESS / ABUSED CHILDREN

KAEWKUL TANTIPISTITKUL : EFFECTS OF RABBIT-ASSISTED THERAPY ON SELF-ESTEEM, DEPRESSION AND HAPPINESS OF ABUSED CHILDREN. ADVISOR: ASST. PROF. NUTTORN PITYARATSTIAN, M.D., 90 pp.

Animal-assisted therapy is a new alternative therapy with limited evidence, especially in Thailand. The animal is a creature that receives and responds to human emotion for caring his/her life to be alive. This part will be an important to increase value of children. The objective of this study was to examine the effects of rabbit-assisted therapy on self-esteem, depression and happiness on abused children. The effects of therapy will be applied to help and treat other children.

Participants were 22 children, who were sexually or physically or emotionally abused. They were 13-18 years old and stayed at Lampang Child Development and Rehabilitation Center.

The research instruments were: General Questionnaires, Coopersmith Self-Esteem Inventory (CSEI), Children Depression Inventory (CDI), Happiness (Face Scale) and Intervention of Rabbit-Assisted Therapy Program. Data were analyzed by descriptive statistics and compared mean difference score of self-esteem, depression and happiness of abused children by Generalized Estimating Equations (GEE) and paired t-test.

The results showed that rabbit-assisted therapy could increase self-esteem and happiness and reduce depression of abused children, although the effects were not statistically significant.

Department : ..... Psychiatry ..... Student's Signature .....

Field of Study : ..... Mental Health ..... Advisor's Signature .....

Academic Year : ..... 2012 .....

## กิตติกรรมประกาศ

ด้วยพระมหากรุณาธิคุณของพระบาทสมเด็จพระปกเกล้าเจ้าอยู่หัวและพระนางเจ้ารำไพพรรณี เห็นความสำคัญถึงระเบียบวิธีเชิงวิทยาศาสตร์ มุ่งประโยชน์ในวงกว้าง ก่อให้เกิดโครงการทุนสนับสนุนวิทยานิพนธ์ของมูลนิธิพระบรมราชานุสรณ์ ซึ่งมีส่วนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ได้รับการสนับสนุนทุนการวิจัยและประสบความสำเร็จด้วยดี สิ่งสำคัญที่ขาดไม่ได้ คือ กำลังใจ ความเมตตา ความช่วยเหลือด้านต่างๆจากบุคคลดังต่อไปนี้

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตร พิชัยรัตน์เสถียร อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก ที่ให้แรงบันดาลใจ ให้การปรึกษา ช่วยเหลือ ตรวจสอบ ดูแลและตรวจทานวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ต้นจนจบ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นายแพทย์ ชัยชนะ นิ่มนวล ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และรองศาสตราจารย์ นายแพทย์ อำพล สุอำพัน กาญจนธนาเลิศ กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาสละเวลามาให้คำแนะนำและตรวจสอบแก้ไขวิทยานิพนธ์ฉบับนี้

ศาสตราจารย์แพทย์หญิง อุมามพร ตรังคสมบัติ และ สัตวแพทย์หญิง เทพสิรินทร์ มากบุญศรี ผู้เชี่ยวชาญเพื่อการออกแบบโปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด

นางรัศมี บัวบาน ผู้อำนวยการสถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง ที่กรุณาอนุเคราะห์สถานที่ทำการวิจัยและเก็บข้อมูล รวมถึงนักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์และเจ้าหน้าที่สถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง ที่ประสานงานและให้ความช่วยเหลือเป็นอย่างดี

ดร.ณภัทรรต บัวทองที่กรุณาแนะนำและสอนเรื่องการวิเคราะห์ข้อมูล

นายอนุวัต พัวเวส เจ้าของฟาร์มกระต่าย ที่กรุณาเอื้อเพื่อกระต่ายเพื่อการศึกษา

อาสาสมัครผู้เข้าร่วมการวิจัยที่ทำให้รู้สึกสนุกและได้รับประสบการณ์มากมาย วิทยานิพนธ์เล่มนี้ไม่อาจสำเร็จได้ หากขาดอาสาสมัครเข้าร่วมการวิจัย

ขอขอบคุณเพื่อนๆทุกคนที่ให้ความช่วยเหลือและกำลังใจ โดยเฉพาะนายชนกฤต ชัยถวัลย์วงศ์ เสียสละเวลาเป็นเพื่อนร่วมเดินทางการวิจัย คอยให้การปรึกษา และความช่วยเหลือตลอดระยะเวลาการทำวิจัย และนางสาวพิมญาดา จรัสศรี ที่ประสานงานตลอดระยะเวลาการไปศึกษาเป็นนิสิตแลกเปลี่ยนระหว่างมหาวิทยาลัย 4 เดือน ตลอดจนการแบ่งปันข้อมูลต่างๆ

ขอขอบคุณทุกท่านที่มีได้เอื้อนามที่เป็นกำลังใจในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้

ความสำเร็จของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้มอบให้บิดามารดา ผู้เป็นกำลังหลักสำคัญทำให้วิทยานิพนธ์เล่มนี้เกิดขึ้นและจบลงด้วยดี

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฌ
สารบัญกราฟ.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
1.2 คำถามการวิจัย.....	2
1.3 กรอบแนวคิดการวิจัย.....	4
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
2.1 การใช้สัตว์ช่วยบำบัด (Animal-Assisted Therapy).....	7
2.2 ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem).....	10
2.3 ภาวะซึมเศร้า (Depression).....	12
2.4 ความสุข (Happiness).....	14
2.5 เด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม (Abused Children).....	15
2.6 งานวิจัยต่างประเทศที่เกี่ยวข้อง.....	18
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	19
3.1 ขั้นตอนเตรียมก่อนการดำเนินการทดลอง.....	20
3.2 ขั้นตอนดำเนินการทดลอง.....	25
3.3 จริยธรรมการวิจัย.....	27

บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	29
4.1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	30
4.2 ผลการเปรียบเทียบกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	32
4.3 ผลความแตกต่างก่อนและหลังการเข้าร่วม โปรแกรมบำบัด และหนึ่งเดือนหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมบำบัดของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม.....	36
 บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	 38
 รายการอ้างอิง.....	 51
ภาคผนวก.....	54
ภาคผนวก ก ราชานามผู้ทรงคุณวุฒิในการออกแบบ โปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด.....	55
ภาคผนวก ข เอกสารข้อมูลคำอธิบายผู้เข้าร่วม โครงการวิจัย.....	57
เอกสารข้อมูลอธิบายผู้แทน โดยชอบธรรม.....	62
เอกสารแสดงความยินยอมผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย.....	66
เอกสารแสดงความยินยอมผู้แทน โดยชอบธรรม.....	68
ภาคผนวก ค แบบสอบถามเครื่องมือที่ใช้.....	70
ภาคผนวก ง โปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด.....	78
 ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	 90

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
ตารางที่ 1 ตารางแสดงข้อมูลทั่วไป.....	31
ตารางที่ 2 แสดงผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าคะแนนก่อนการทดลอง สถิติ Non-Parametric Mann-Whitney test.....	32
ตารางที่ 3 แสดงผลการวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงค่าคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติ Non-parametric Wilcoxon Signed Ranks test.....	34
ตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์ด้วยสถิติ Generalized Estimating Equations (GEE).....	36

สารบัญกราฟ

กราฟ	หน้า
กราฟที่ 1 แสดงผลคะแนนก่อนการทดลอง.....	33
กราฟที่ 2 แสดงความแตกต่างคะแนนค่าเฉลี่ย ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง.....	34
กราฟที่ 3 แสดงความแตกต่างคะแนนค่าเฉลี่ย ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มควบคุม.....	35
กราฟที่ 4 แสดงคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	36
กราฟที่ 5 แสดงคะแนนภาวะซึมเศร้าของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	37
กราฟที่ 6 แสดงคะแนนความสุขของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	37

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วิวัฒนาการของการรักษาความเจ็บป่วยด้านจิตใจมีความพยายามที่จะพัฒนารูปแบบความช่วยเหลือด้วยการใช้สัตว์ช่วยในการรักษา (Animal-Assisted Therapy) บนความเชื่อว่าสัตว์และมนุษย์มีความสัมพันธ์พิเศษร่วมกันตั้งแต่อดีตกาล ซึ่งเห็นได้จากภาพวาดบนผนัง แสดงความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นเป็นรูปแบบหมาป่ากับมนุษย์ถ้ำ นักมานุษยวิทยาคาดเดาว่ามากกว่าหนึ่งหมื่นปีก่อน หมาป่าเป็นสัตว์ชนิดแรกที่ถูกทำให้เชื่อง โดยความสัมพันธ์เริ่มต้นจากการตอบสนองครั้งแรกของหมาป่าจากการแกว่งหางไปมาเมื่อมีการตบหัวเบาๆ แม้ว่าจะไม่มีเรื่องราวที่สามารถยืนยันได้ชัดเจน(1) งานวิจัยโครงการ Chimo Project ของ Liana Urichuk กับ Dennis Anderson(2) เขียนเกี่ยวกับการผูกพันทางอารมณ์ระหว่างมนุษย์และสัตว์ว่าสามารถพัฒนาเป็นพลังที่ยิ่งใหญ่ได้ ทั้งนี้จากรวบรวมผลการทำวิจัยเชิงทดลองใน Animal-Assisted Therapy (AAT) ของหลายๆคนพบว่า ผู้เชี่ยวชาญในการรักษาและนักวิจัยให้ข้อสรุปที่เหมือนกันว่า การใช้สัตว์ช่วยในการบำบัด ประสิทธิภาพในการลดความวิตกกังวล บรรเทาอาการซึมเศร้า มองเห็นคุณค่าในตนเองดีขึ้น และมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันในสังคมของคนไข้

วารสาร MedScape(3) ในหัวข้อ Advanced Practice Nursing eJournal กล่าวว่า การวิจัยเชิงปริมาณมีน้อยมากในการใช้สัตว์ช่วยในการบำบัด และ เขียนถึง Elisabeth Reichart ผู้ที่ทำการบำบัดในเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมด้วย AAT ซึ่งยังไม่มียานวิจัยด้านนี้โดยตรงมาก่อน จึงนำสุนัขพันธุ์ดัชชุนด์มาเป็นผู้ช่วยในการบำบัดพบว่า การนำเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมมีทำที่ลดความวิตกกังวล ช่วยเปิดเผยต่อเรื่องราวการถูกทารุณกรรมมากขึ้น แสดงความรู้สึกออกมากขึ้น ผ่านการส่งเสริมการวางแผนและแสดงด้านอารมณ์มากขึ้น นอกจากนี้ยังกล่าวถึงงานวิจัยอื่นๆที่พบว่า การนำสัตว์มาช่วยบำบัดด้านการอ่านในกลุ่มเด็กที่เข้าโปรแกรมเป็นระยะเวลา 13 เดือนพบว่า เด็กเพิ่มทักษะการอ่านขึ้น 2 ระดับ และในบางคนเพิ่มถึง 4 ระดับ อีกทั้งสัตว์สามารถช่วยรักษากลุ่มคนหลายกลุ่ม ขณะเดียวกันมีการศึกษาในคนไข้ Schizophrenia ในวัยกลางคน (Middle age) พบว่ามีพัฒนาการการปรับตัวด้าน Function และมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมากขึ้น

จากงานวิจัยในต่างประเทศข้างต้นที่กล่าวมา การใช้สัตว์ช่วยในการบำบัด(AAT) ให้ผลถึงคนหลายกลุ่ม รวมถึงเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม ซึ่งนับว่ามีประโยชน์อย่างยิ่งและสามารถเป็นทางเลือกในการรักษา ซึ่งในประเทศไทยยังไม่มีการศึกษาวิจัยโดยการนำ AAT บำบัดช่วยเหลือ



อย่างชัดเจน ในมุมมองหนึ่งหากสัตว์สามารถช่วยในด้านจิตใจกับคนปกติทั่วไป ย่อมสามารถช่วยเยียวยาในผู้ที่มีความรู้สึกทางด้านจิตใจต่ำกว่าปกติ ให้เพิ่มขึ้นได้มากกว่าเดิม

กระต่ายเป็นสัตว์เลี้ยงอีกชนิดหนึ่ง ที่น่ารัก ไม่เป็นอันตราย คุณแล้ว อาจมองเพลินตาและคุณเป็นมิตร กว่าสัตว์ชนิดอื่นๆ ด้วยรูปร่างที่เล็ก สีตามลำตัวที่ดูสดใส น่าทะนุถนอม มองแล้ว รู้สึกผ่อนคลาย และผู้วิจัยยังไม่ค้นพบงานวิจัยที่นำกระต่ายนำมาช่วยบำบัด เนื่องจากกระต่ายคุณสมบัติที่ไม่เหมือนสุนัขในแง่ปฏิกริยาการตอบสนองที่เด่นชัด เช่น การออกคำสั่งให้สุนัขนั่งเดิน กระโดดเป็นต้น การใช้กระต่ายในการออกคำสั่งเช่นเดียวกันกับสุนัขจึงเป็นไปได้ ขณะเดียวกันหากกระต่ายสามารถช่วยในการเยียวยาได้เช่นเดียวกับสุนัข สัตว์เลี้ยงชนิดอื่นที่ไม่สามารถตอบสนองได้แบบสุนัขน่าจะสามารถช่วยได้เช่นกัน เพื่อช่วยให้การวิจัยศึกษาเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ผู้วิจัยเลือกใช้กระต่ายที่เป็นสัตว์จริงมากกว่าที่จะเลือกใช้ตุ๊กตากระต่ายในการบำบัดนั้น เนื่องจากสัตว์เป็นสิ่งมีชีวิต สามารถรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของมนุษย์และตอบสนองกลับได้ รวมไปถึงยังต้องการการดูแลเอาใจใส่เพื่อการมีชีวิตรอด เป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาคุณค่าในตัวเด็กมากกว่าการใช้ตุ๊กตาที่ไม่มีชีวิต ไม่มีอารมณ์และความรู้สึก ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยเน้นช่วยเหลือด้านจิตใจในเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมด้วยวิธีการใช้สัตว์มาช่วยในการบำบัด (AAT) เนื่องจากเป็นเด็กด้อยโอกาส เด็กไม่ไว้วางใจกับสังคม การใช้สัตว์มาช่วยในการบำบัดจึงเป็นเสมือนสื่อกลางวิธีการทางธรรมชาติในการเยียวยาฟื้นฟูทางด้านจิตใจ เพื่อให้มีอนาคตที่ดี มองเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นเป็นสิ่งสำคัญ

### คำถามการวิจัย (Research Question)

1. หลังจากนำกระต่ายมาช่วยในการบำบัดแล้ว เด็กในกลุ่มทดลองมีระดับคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเด็กในกลุ่มควบคุมหรือไม่
2. หลังจากนำกระต่ายมาช่วยในการบำบัดแล้ว เด็กในกลุ่มทดลองมีระดับคะแนนภาวะซึมเศร้าต่ำกว่าเด็กในกลุ่มควบคุมหรือไม่
3. หลังจากนำกระต่ายมาช่วยในการบำบัดแล้ว เด็กในกลุ่มทดลองมีความสุขมากกว่าเด็กกลุ่มควบคุมหรือไม่



### วัตถุประสงค์ของการวิจัย (Objective)

เพื่อศึกษาผลของการนำกระต่ายมาช่วยในการบำบัดต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้าและความสุขของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม

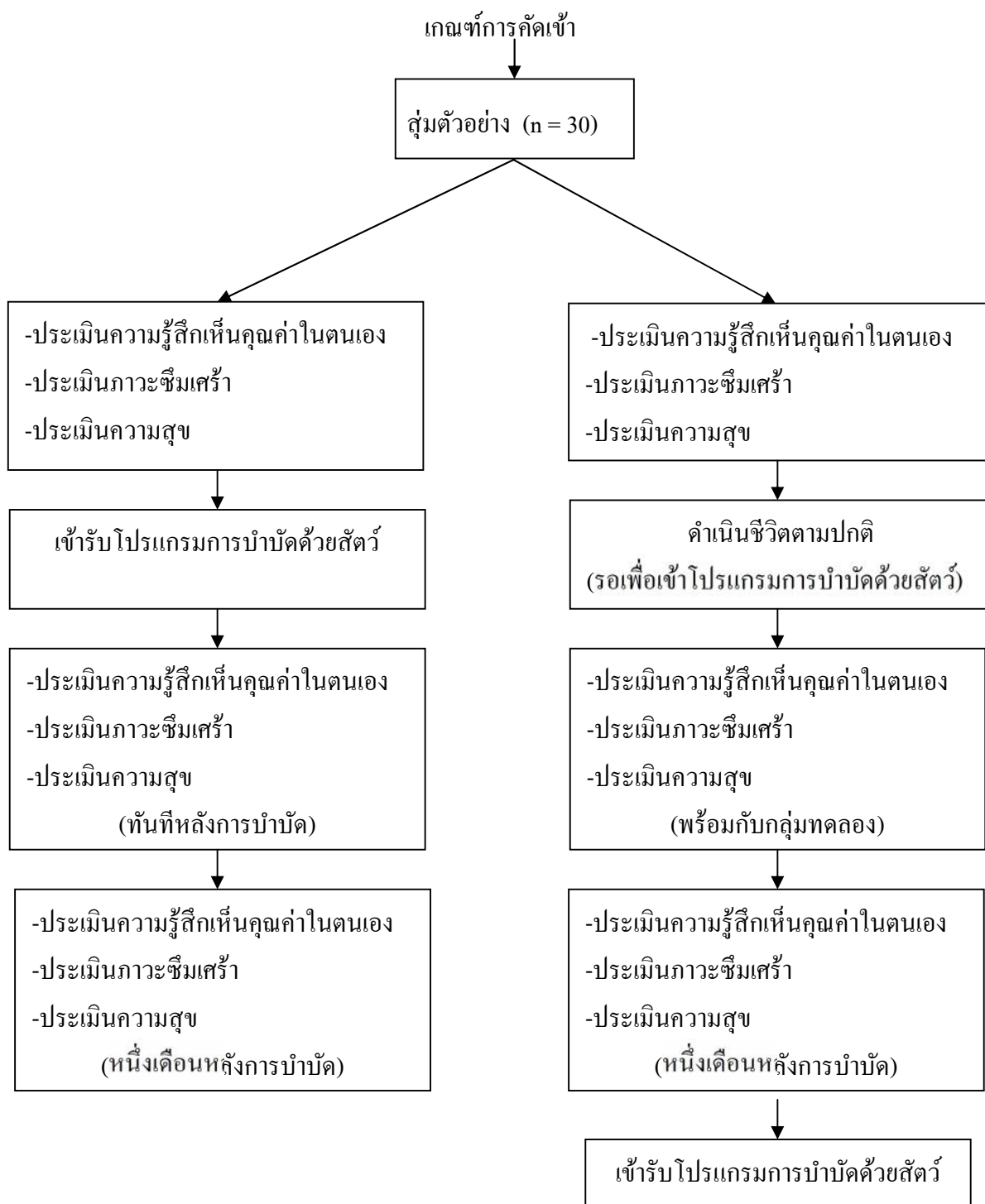
### สมมติฐานการวิจัย (Hypothesis)

1. หลังจากนำกระต่ายมาช่วยในการบำบัดแล้ว เด็กกลุ่มทดลองจะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มเด็กควบคุม
2. หลังจากนำกระต่ายมาช่วยในการบำบัดแล้ว เด็กกลุ่มทดลองมีภาวะซึมเศร้าลดลงมากกว่ากลุ่มเด็กควบคุม
3. หลังจากนำกระต่ายมาช่วยในการบำบัดแล้ว เด็กกลุ่มทดลองมีความสุขมากกว่าเด็กกลุ่มควบคุม

### ขอบเขตของการวิจัย (Limitation)

การวิจัยโดยการใช้กระต่ายช่วยบำบัดในเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมเป็นแนวทางบำบัดรักษาที่ค่อนข้างใหม่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเทศไทย ผู้วิจัยจึงออกแบบ โปรแกรมขึ้นมาใหม่ให้มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของงานวิจัยมากที่สุด ด้วยระยะเวลาการศึกษาวิจัยมีข้อจำกัด การศึกษาเพิ่มเติม โปรแกรมบำบัดด้วยสัตว์เพื่อประยุกต์และนำไปปรับใช้กับกลุ่มเด็กทั่วไปเป็นสิ่งจำเป็น

### กรอบแนวคิดการวิจัย (Conceptual Framework)



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

### ข้อตกลงเบื้องต้น (Assumption)

การวิจัยโปรแกรมกระต่ายช่วยในการบำบัดครั้งนี้ เป็นการศึกษากรณีเฉพาะเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมทางเพศ ร่างกายและจิตใจ ที่อยู่ภายใต้ความดูแลของสถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็กจังหวัดลำปาง ซึ่งเป็นสถานที่ดูแลเด็กหญิงมากที่สุดแห่งเดียวที่มีจำนวนประชากรที่ศึกษาเพียงพอต่อการทำวิจัย

### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย (Operational Definition)

เด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม	หมายถึง เด็กหญิง อายุ 12-18 ปี ที่ถูกกระทำทารุณกรรมทางเพศ ร่างกายและจิตใจในความดูแลของสถานพัฒนาและฟื้นฟู จังหวัดลำปาง
กลุ่มทดลอง	หมายถึง กลุ่มที่ถูกเลือกและได้รับการเข้าโปรแกรมบำบัดด้วยสัตว์
กลุ่มควบคุม	หมายถึง กลุ่มที่ถูกเลือกและได้รับการเข้าโปรแกรมบำบัดด้วย ภายหลังจากเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย และผลคะแนนที่ได้จากการวัดหลัง เข้าโปรแกรมจะไม่มีผลต่อการวิจัยรวมถึงการเขียนในรายงานผลการวิจัย
การใช้กระต่ายช่วยบำบัด	หมายถึง การนำกระต่ายบ้านมาช่วยในการบำบัดโดยการทำ กิจกรรมร่วมกันระหว่างเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม เพื่อเพิ่มความสุข ตามตารางที่ได้รับการออกแบบและตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ บนพื้นฐาน ความปลอดภัย

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ (Expected Benefit and Application)

1. สามารถนำโปรแกรมการใช้กระต่ายช่วยบำบัดไปปรับปรุงและพัฒนาช่วยเหลือในเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมด้านอื่นๆและบุคคลในกลุ่มอื่นได้
2. เพื่อเป็นแนวทางเลือกในการนำสัตว์มาช่วยในการบำบัดความคิด ความรู้สึก ซึ่งเป็นทางเลือกหนึ่งสำหรับผู้บำบัดสามารถใช้เป็นตัวเลือกตามความสมัครใจของผู้ถูกบำบัด เพื่อประสิทธิภาพการดูแลหรือรักษาด้านสุขภาพจิต
3. เพื่อเป็นทางเลือกส่งเสริมสุขภาพจิต และช่วยการบำบัดด้านอารมณ์ นอกจากกลุ่มเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม
4. เพื่อเป็นองค์ความรู้ใหม่ และเป็นข้อมูลพื้นฐานเพื่อการวิจัยในอนาคต

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษามุ่งเน้นผลการใช้โปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัดต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า และความสุขของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม เพื่อให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์การศึกษา ผู้วิจัยจึงศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้

#### 1. การใช้สัตว์ช่วยบำบัด (Animal-Assisted Therapy)

- 1.1 ความหมาย
- 1.2 ประโยชน์ของการนำสัตว์ช่วยบำบัด
- 1.3 สัตว์ที่นิยมนำมาบำบัด
- 1.4 ความรู้เกี่ยวกับกระต่าย

#### 2. ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem)

- 2.1 ความหมาย
- 2.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

#### 3. ภาวะซึมเศร้า (Depression)

- 3.1 ความหมาย
- 3.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

#### 4. ความสุข (Happiness)

- 4.1 ความหมาย
- 4.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

#### 5. เด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม (Abused Children)

- 5.1 ความหมาย
- 5.2 ลักษณะและรูปแบบของการถูกทารุณกรรม

#### 6. งานวิจัยต่างประเทศที่เกี่ยวข้อง

## 1. การใช้สัตว์ช่วยบำบัด (Animal-Assisted Therapy)

### 1.1 ความหมาย

สงกรานต์ ก่อธรรมนิเวศน์(4) ให้ความหมายในศัพท์ทางจิตเวช คำว่า “Animal therapy” ว่าเป็นความหมายเดียวกับ Pet therapy การบำบัดรักษาโดยใช้สัตว์เลี้ยง เช่น สุนัข นำมาใช้รักษาโรคซึมเศร้า

ศูนย์วิชาการเพื่อการพัฒนาเด็กและวัยรุ่น(5) ให้ความหมาย การบำบัดด้วยสัตว์ (Animal Therapy) หมายถึง การนำสัตว์ช่วยเยียวยาทางด้านจิตใจ และร่างกาย จากงานวิจัยหลายแห่งพบว่า สัตว์สามารถช่วยเยียวยาจิตใจได้เป็นอย่างดี รวมถึงในเด็กที่ถูกทอดทิ้งหรือทารุณกรรม พบว่าสัตว์เลี้ยงสามารถช่วยเยียวยาจิตใจได้ดีมาก ให้ทั้งความรู้สึกที่ปลอดภัยขึ้น ได้รับความรักโดยไม่มีเงื่อนไข และเด็กยังสามารถสื่อสารกับสัตว์เลี้ยงได้อีกด้วย

#### แนวคิดการบำบัดด้วยสัตว์

ศูนย์วิชาการเพื่อการพัฒนาเด็กและวัยรุ่น ได้อธิบายการแนวคิดนำสัตว์มาช่วยในการบำบัดว่า “สัตว์สามารถช่วยในเรื่อง การรับรู้สัมผัส เสริมสร้างสมาธิ เพิ่มความไว้วางใจผู้อื่น ให้สัมผัสที่อบอุ่น ปลอดภัย และเป็นมิตร เพิ่มแรงจูงใจในการทำกิจกรรมต่างๆ อย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ยังช่วยให้เด็กเรียนรู้ในเรื่องสัมพันธภาพ และการตอบสนองทางอารมณ์ได้ดีขึ้นด้วยโดยสัตว์ที่นำมาใช้ในการบำบัดส่วนใหญ่มักเป็นสัตว์เลี้ยง ซึ่งมนุษย์คุ้นเคยเป็นอย่างดี เช่น สุนัข แมว กระต่าย นก ปลา เป็นต้น หรือเป็นสัตว์ใหญ่ที่เป็นมิตรกับมนุษย์เสมอในความรู้สึก เช่น โลมา ม้า ช้าง เป็นต้น”

สัตว์ที่นำมาใช้ในการบำบัดมักเป็นสัตว์เลี้ยงตัวเล็กๆ เนื่องจากสามารถอุ้มได้ง่าย และเหมาะสมกับบ้านพักอาศัยที่มีพื้นที่ไม่มากนัก แต่สุนัขตัวใหญ่ๆ ก็เหมาะสมสำหรับผู้ที่นั่งอยู่บนรถเข็นเช่นกัน และสัตว์บางชนิดจำเป็นต้องใช้การบำบัดนอกสถานที่พักอาศัย เช่น โลมาบำบัด อาซาบำบัด เป็นต้น

ในการสร้างความผูกพันกัน จำเป็นที่จะต้องก้าวออกจากโลกของตัวเอง และพยายามที่จะสื่อสารกับผู้อื่น ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญในการบำบัดรักษา สัตว์เลี้ยงเองก็มีความสามารถในการกระตุ้นให้เกิดสิ่งเหล่านี้ง่ายขึ้น อย่างน้อยที่สุดก็เป็นช่วงเวลาสั้นๆ ช่วงหนึ่งที่ทำให้เราสนใจสิ่งอื่นนอกจากตัวเราเอง จึงเป็นส่วนผสมที่ลงตัวยิ่งในการบำบัดด้วยสัตว์

### 1.2 ประโยชน์ของการนำสัตว์มาบำบัด

สัตว์แต่ละชนิดมีคุณสมบัติและเงื่อนไขที่แตกต่างกันในการนำมาบำบัดรักษาผู้ป่วย ซึ่งจะต้องพิจารณาตามสภาพปัญหา และความเหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละคน โดยพบว่าสามารถนำสัตว์มาใช้ประโยชน์ในการบำบัดรักษาทางการแพทย์ได้หลากหลาย ดังนี้



1. สามารถทำให้ผู้ป่วยโรคอัลไซเมอร์กลับมาอยู่กับปัจจุบันได้ดี เนื่องจากผู้ป่วยกลุ่มนี้มักหลงพะวงและระแวงเป็นส่วนใหญ่ ลูกสุนัขที่ได้รับการฝึกมาเป็นอย่างดี สามารถช่วยกระตุ้นให้ผู้ป่วยอัลไซเมอร์หลุดออกมาจากภาวะเหล่านั้น
2. สัตว์เลี้ยงสามารถช่วยกระตุ้นการสื่อสารพูดคุยได้เป็นอย่างดี เป็นเพื่อนคุย สำหรับผู้ที่มีความบกพร่องในการสื่อสาร หรือเพิ่งเริ่มหัดพูดใหม่อีกครั้งหลังจากเป็นโรคหลอดเลือดสมอง
3. เด็กสมาธิสั้นสามารถจดจ่ออยู่กับสัตว์เลี้ยงได้นานขึ้น ซึ่งช่วยให้เรียนรู้สถานะที่มีสมาธิดี
4. ผู้ป่วยที่มีปัญหาด้านอารมณ์และจิตใจ ก็สามารถนำสัตว์เลี้ยงมาช่วยเสริมสร้างสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตร และเสริมสร้างความผูกพันที่ดีได้ ช่วยให้ลดมุมมองในเชิงลบหรือเลวร้ายที่มีต่อโลกหรือคนรอบข้าง
5. ผู้ป่วยซึมเศร้า สามารถมีอารมณ์ดีขึ้นได้ด้วยสัตว์เลี้ยงเช่นกัน เนื่องจากช่วยลดความซ้ำซากจำเจในชีวิตประจำวัน และเพิ่มความสนใจ ใส่ใจ ในโลกนอกตัวที่กว้างขึ้น
6. สัตว์เลี้ยงช่วยเสริมสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมได้เป็นอย่างดี กระตุ้นให้ผู้ป่วยออกจากห้อง และมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับสัตว์เลี้ยงและผู้อื่นมากขึ้น
7. สัตว์เลี้ยงสามารถให้สัมผัสที่อบอุ่นได้เป็นอย่างดี จากการถูบ กอด ซึ่งเป็นเสมือนสัมผัสแห่งรักมาทดแทนสิ่งที่ขาดหายไป

การบำบัดด้วยสัตว์มีประโยชน์มากมาย ถ้าสามารถเลือกนำมาใช้ได้เหมาะสม อย่างน้อย 3 ประการ คือ

- 1) ผลทางด้านจิตวิทยา คือ ช่วยให้เกิดความผ่อนคลาย สร้างเสริมแรงจูงใจ
- 2) ผลทางด้านชีววิทยา คือ การเพิ่มสัญญาณชีพ
- 3) ผลทางด้านสังคม คือ กระตุ้นให้เกิดการสื่อสารระหว่างผู้ป่วยและผู้ดูแล

### 1.3 สัตว์ที่นิยมนำมาบำบัด

1.3.1 ม้าบำบัด หรือ เรียกว่า อาชาบำบัด (equine therapy) สามารถช่วยในเด็กพิเศษกลุ่มที่มีความผิดปกติด้านระบบการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อและข้อต่อ เช่น โรคสมองพิการหรือที่เรียกกันสั้นๆ ว่า ซีพี (C.P. ย่อมาจาก cerebral palsy) รวมไปถึง บำบัดกลุ่มเด็กออทิสติก เนื่องจากจังหวะการก้าวของม้าใกล้เคียงกับจังหวะการก้าวเดินของมนุษย์ เมื่อเด็กพิเศษได้มีโอกาสนั่งบนหลังม้าก็เปรียบเสมือนกับการได้ฝึกเดินด้วยตัวเอง นอกจากนี้การนั่งบนหลังม้า เป็นการกระตุ้นกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ให้เคลื่อนไหวเป็นจังหวะ เพราะต้องขยับอิริยาบถตลอดเวลา จึงสามารถช่วยลดอาการเกร็งต่างๆ ได้เป็นอย่างดี เสมือนการทำกายภาพบำบัดรูปแบบหนึ่ง

1.3.2 สุนัขบำบัด (dog therapy) สามารถนำมาช่วยในเรื่องร่างกายและจิตใจ ในทางร่างกายเน้นผู้ป่วยที่ต้องทำกายภาพบำบัด ในส่วนกล้ามเนื้อ สุนัขจะเป็นตัวช่วยกระตุ้น สรีระ แรงจูงใจ และความสนุกสนาน ให้กับผู้ป่วย และในทางจิตใจโดยการนำสุนัขไปแสดงโชว์ความน่ารักให้ผู้สูงอายุหรือเด็กดู เพื่อช่วยให้คลายความเหงาได้ และการเลี้ยงสุนัขยังช่วยลดอาการซึมเศร้าลงได้อีกด้วย

1.3.1 แมวบำบัด (cat therapy) สามารถช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด โดยมีการนำแมวมาช่วยนวดในเด็กพิเศษกลุ่มที่มีความผิดปกติด้านระบบการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อและข้อต่อจากโรคสมองพิการ

1.3.4 โลมาบำบัด (dolphin therapy) เป็นทางเลือกหนึ่งของการบำบัดด้วยเป็นการนำเสียงของโลมา มาช่วยในการบำบัด เรียกว่า การบำบัดด้วยคลื่นเสียงความถี่สูง (ultrasonic therapy)

โปรแกรมโลมาบำบัด เริ่มมีการนำมาใช้ในการบำบัดเด็กพิเศษ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2513 ในมลรัฐฟลอริดาทางใต้ ประเทศสหรัฐอเมริกา โดย Dave Nathanson นักจิตวิทยาคลินิก หลังจากนั้นก็เริ่มมีงานวิจัยสนับสนุนผลดีของโปรแกรมนี้มากขึ้น มีการพัฒนาและประยุกต์ใช้โปรแกรมในหลายประเทศ สำหรับในประเทศไทยเอง ยังไม่มีโปรแกรมโลมาบำบัด แต่ก็พบว่ามีเด็กพิเศษบางรายไปเข้าโปรแกรมในต่างประเทศ ซึ่งได้ผลเป็นที่น่าพอใจเช่นกัน แต่ค่าใช้จ่ายสูงมาก

1.3.5 มัจฉาบำบัด (fish therapy) ในประเทศตุรกี มีการทดลองนำเอาปลา "สไตรเกอร์" และ "ลิกเกอร์" ซึ่งพบเฉพาะในตุรกีเท่านั้น มาช่วยบำบัดรักษาอาการโรคผิวหนังสะเก็ดเจี (psoriasis) โดยให้ผู้ป่วยลงไปแช่น้ำแร่กลางแจ้งที่มีคุณสมบัติของธาตุเซเลเนียมราว 13 ppm มีความเป็นกรด-ด่าง 7.2 มีอุณหภูมิ 35 องศาเซลเซียส วันละ 2 ครั้ง รวม 8 ชั่วโมงต่อวัน จากนั้นปล่อยให้ปลาลงแทะบริเวณที่เป็นผื่นให้ค่อยๆ หลุดออกไป ซึ่งวิธีการรักษาดังกล่าวต้องควบคุมอย่างใกล้ชิดโดยแพทย์ และยังไม่มียุทธศาสตร์ทางวิทยาศาสตร์ยืนยันว่าใช้ได้กับผู้ป่วยทุกคน นอกจากนี้ยังมีการใช้ปลานำมาบำบัด โดยใช้วิธีคัดเลือกปลาสวยงาม เช่น ปลาเงินปลาทอง ช่วยในการคลายเครียดกับกลุ่มผู้ป่วยความดันโลหิต และโรคหัวใจ(6)

#### 1.4 ความรู้เกี่ยวกับกระต่าย(7,8)

ความเป็นมาของกระต่าย

ในอดีตกระต่ายถูกจัดอยู่ใน Order Rodentia ซึ่งเป็นกลุ่มสัตว์ฟันแทะประเภทหนู แต่ปัจจุบันถูกเปลี่ยนใหม่ ถูกจัดอยู่ใน Order Lagomorpha เนื่องจากพบว่า กระต่ายเป็นสัตว์ที่มีฟันตัดหรือฟันแทะ (Incisor) 6 ซี่ แทนที่จะมี 4 ซี่เหมือนสัตว์ในกลุ่ม Rodent ทั่วไป โดยฟันที่เพิ่มขึ้น 2 ซี่เป็นตุ่มเล็ก ๆ มีลักษณะกลม ไม่มีความคม และอยู่ด้านหลังฟันตัดทางขากรรไกรด้านบน

พฤติกรรมและลักษณะนิสัยของกระต่าย(9)

นิสัยเชิง ค่อนข้างเป็นมิตรจึงเข้ากับเด็กๆ ได้ดี เหมาะเป็นสัตว์เลี้ยงของเด็ก  
 ลักษณะตามเดิม คือ การขุด เนื่องจาก กระต่ายบ้านมีกำเนิดมาจากกระต่ายป่า ซึ่งสมัยก่อนจะขุดดิน  
 เป็นโพรง เพื่อเป็นรังนอน และเลี้ยงลูกอ่อน ชรรษชาติจึงสร้างให้กระต่ายมีความระวังภัย  
 ดวงตาให้มองเห็นถึงด้านหลังเพื่อให้รอดพ้นจากศัตรู

การที่กระต่ายเป็นสัตว์เลี้ยงง่าย กินอาหารได้เกือบทุกประเภท ทำให้มีผู้นิยมเลี้ยงกระต่าย  
 กันมาก เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ กระต่ายจะเป็นเพื่อนเล่นในยามเหงาได้ ซึ่งจะทำให้มี  
 สุขภาพจิตดีขึ้น ยังช่วยให้เด็กๆ มีนิสัยรักสัตว์ มีความเมตตาปรานีต่อสัตว์ และรู้จักความรับผิดชอบ  
 ในการเลี้ยงดูกระต่าย ซึ่งจะเป็นการเตรียมพร้อมที่จะก้าวไปเป็นผู้ใหญ่ที่ดีในอนาคต

ด้วยลักษณะนิสัยที่เชิง เป็นมิตร และสามารถให้ความอบอุ่นผ่านผิวหนัง และขนอันนุ่ม  
 นุ่มให้กับคนทั่วไป การนำกระต่ายมาช่วยในการบำบัดจึงน่าจะเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่จะช่วย  
 ประคับประคอง ฟันฟู อารมณ์ความรู้สึกของเด็กทารกกรรม

## 2. ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem)

### 2.1 ความหมาย

สารานุกรมศึกษาศาสตร์อันดับที่ 5 ของคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ(10)  
 ให้ความหมาย การเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem) หมายถึง “การที่บุคคลเห็นความสำคัญและ  
 คุณค่าของตัวเอง กับทั้งเห็นว่าคุณค่าของตนเป็นที่ยอมรับนับถือของบุคคลอื่นด้วย ทำให้บุคคลนั้น  
 เกิดความรู้สึกดีงามต่อตนเอง”

สงกรานต์ ก่อธรรมนิเวศน์ ให้ความหมายในศัพท์ทางจิตเวช คำว่า “self-esteem” หมายถึง  
 การยกย่อง ภาคภูมิใจในตนเอง โดยself-esteem สามารถพัฒนาได้

Gael Lindenfield(11) ให้ความหมาย Self-esteem เป็นสิ่งที่มีลักษณะเป็นไดนามิก  
 (dynamic) เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ ซึ่งมีลักษณะเฉพาะกรณีไม่ซ้ำในลักษณะคงที่หรือแน่นอน ทั้งยังมี  
 ตัวตนสามารถสังเกตเห็นได้โดยตรงและวัดได้

John Caunt(12) ให้ความหมาย self-esteem ในหนังสือ Boost Your Self-Esteem ว่า self-  
 esteem เป็นเรื่องการมองเห็นคุณค่าในตนเองตามมูลค่าของเราบนพื้นฐานการประเมินผลของการ  
 กระทำตนเอง ในฐานะที่เราเป็นมนุษย์

คูเปอร์สมิธ(13) ให้ความหมาย การเห็นคุณค่าในตนเอง คือ ขอบเขตที่บุคคลมีความเชื่อ  
 เกี่ยวกับความสามารถของเขาว่า มีความสำคัญและมีคุณค่า



## 2.2 ทฤษฎีของการเห็นคุณค่าในตนเอง

มาสโลว์(14) แบ่งการจัดลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ออกเป็น 5 ชั้น โดยชั้นที่4 เป็นขั้น ความต้องการการเห็นคุณค่าในตนเอง เกิดขึ้นจากการที่ผู้อื่นให้การยอมรับ การที่จะประเมินออกมาในรูปของทัศนคติ หรือความเชื่อว่าคุณค่าของตนเองจะประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลวต่อภาระกิจต่างๆ และต้องใช้ความพยายามมากเท่าใด และเสียใจหรือไม่ถ้าล้มเหลว ในทางจิตวิทยาความรู้สึกลักษณะภายในตนเองนับเป็นสิ่งที่ดี เพราะ เวลเตรียมสภาวะทางจิตให้เป็นไปอย่างสอดคล้องกับความคาดหวังในความสำเร็จ การได้รับการยอมรับและความเข้มแข็งทางจิตใจมีผลให้คนคนนั้นสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้ดีขึ้น

คูเปอร์สมิท จำแนกคุณลักษณะพื้นฐานของการเห็นคุณค่าในตนเองเป็น 4 ประการ

1. ความสำคัญ (Significance) คือ วิธีที่บุคคลรู้สึกว่าคุณค่าตนเองยังเป็นที่รัก ซึ่งพิสูจน์จากการที่ผู้อื่นเห็นความสำคัญของตัวเอง
2. ความสามารถ (Competence) คือ วิธีที่จะพิจารณาถึงความสำคัญโดยการกระทำ
3. คุณความดี (Virtue) คือ การบรรลุซึ่งมาตรฐานตามศีลธรรมและจริยธรรม
4. พลังอำนาจ (Power) คือ อิทธิพลที่บุคคลมีต่อชีวิตตนเองและผู้อื่น

## 2.3 องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

คูเปอร์สมิท แบ่งองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่า ในตนเองออกเป็น 2 อย่าง คือ องค์ประกอบภายในและองค์ประกอบภายนอก ดังนี้

### 1. องค์ประกอบภายใน ได้แก่

1.1 ลักษณะทางกายภาพ เช่น ความมีเสน่ห์ด้านรูปร่าง ความคล่องแคล่วในการเคลื่อนไหว ลักษณะทางกายภาพจะส่งผลต่อความภาคภูมิใจในตนเองมากน้อยเพียงใดอาจขึ้นอยู่กับค่านิยมของสังคมนั้น

1.2 สภาพจิตใจและ สภาวะทางอารมณ์หรือความรู้สึก การประเมินด้านบวกเป็นการมองตนเองว่า เป็นคนที่มีความสามารถประสบความสำเร็จ เกิดความรู้สึกชื่นชมตนเอง มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง มีความสุข หากประเมินตนเองในด้านลบ จะมองตนเองว่าไม่มีความสามารถ ไร้สมรรถภาพ มีปมด้อย มีความวิตกกังวล และไม่สามารถประสบความสำเร็จในอนาคตเป็นผลให้การเห็นคุณค่าในตนเองลดต่ำลง

1.3 ประสบการณ์ในชีวิต คนที่เคยประสบความสำเร็จ หรือความล้มเหลวมาก่อน มักมีความแตกต่างกันในด้านความเสี่ยง การตั้งเป้าหมาย โดยคนที่กล้าตั้งระดับความปรารถนาที่เป็นจริง

จะมองตนเองในด้านดีมากกว่าบุคคลที่เคยประสบความล้มเหลว และคนที่ประสบการณืเรื่องความสำเร็จมากมักมองการมีคุณค่าในตนเองมากกว่าคนที่ประสบการณืของความสำเร็จน้อย

1.4 ค่านิยมส่วนบุคคล การเห็นคุณค่าในตนเองของแต่ละคนจะผันแปรตามค่านิยม และการให้คุณค่าต่อสิ่งนั้น รวมถึงความรู้สึกนึกคิดที่ตนเองมีต่อสิ่งนั้นด้วย

1.5 ระดับความมุ่งหวัง ความมุ่งหวังด้านการประสบความสำเร็จในหน้าที่การความสามารถด้านต่างๆซึ่งมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง หากตนเองมีความมุ่งความสามารถ โอกาสที่จะประสบความสำเร็จตามความมุ่งหวังมีน้อย ทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองลดลงได้

2. องค์ประกอบภายนอก ได้แก่

2.1 สัมพันธภาพในครอบครัว คือ ความสัมพันธ์กันภายในครอบครัวมีความอบอุ่น มีการให้เกียรติซึ่งกันและกันหรือไม่มีการพุดคุยปรึกษาหารือ ให้อิสระในการแสดงความคิดเห็น และการตัดสินใจ รวมทั้งการเข้าใจซึ่งกันและกัน จะส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองได้

2.2 สถานภาพทางสังคม และกลุ่มเพื่อน อัน ได้แก่ ตำแหน่งหน้าที่การงาน วงศ์ตระกูลฐานะทางเศรษฐกิจ เป็นต้น ซึ่งอาจพิจารณาจาก อาชีพ รายได้ และที่อยู่อาศัย เนื่องมาจากสถานภาพทางสังคมเป็นสิ่งบ่งบอกถึงความสำเร็จและมีเกียรติ

ดังนั้น การเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง ตามทฤษฎีขั้นลำดับความต้องการของมาสโลว์และคูเปอร์สมิธ สามารถทำได้โดยการทำให้มีความสำคัญ เห็นความสามารถ ได้รับการยอมรับและความสำเร็จในสิ่งที่มอบหมายหรือตั้งใจไว้

### 3. ภาวะซึมเศร้า (Depression)

3.1 ความหมาย

ดวงใจ กษานติกุล(15) ให้ความหมายว่า เป็นอารมณ์ซึมเศร้า เบื่อหน่าย หดหู่ ห่อเหี่ยวใจ และหมดอารมณ์สนุกสนานเพลิดเพลิน เป็นอยู่นาน 2 สัปดาห์ขึ้นไป จนกระทั่งมีผลกระทบต่ออาชีพการงานหรือการเรียน โดยอาจมีอาการทางกายที่ไม่ตามรูปแบบ (atypical) เช่น รับประทานไม่ได้ นอนไม่หลับ น้ำหนักลด นอนมาก เป็นต้น หรืออาจมีอาการเชิงซึม หรือกระวนกระวาย กระสับกระส่าย รวมไปถึงอาจมีกระบวนการการคิดในเรื่องร้ายๆ มองโลกในแง่ร้าย และวิตกกังวลร่วมด้วย

อลิสตา วัชรสินธุ(16) ให้ความหมายว่า อาการซึมเศร้ารุนแรงกว่าความรู้สึกเศร้าเสียใจธรรมดา เป็นผลรวมของความรู้สึก เศร้า ว่างเปล่า และเฉื่อยชา ที่รุนแรงกว่า

Beck(17) ให้ความหมายว่า เป็นภาวะที่เบี่ยงเบนทางอารมณ์ ความคิด แรงจูงใจ ร่างกายและพฤติกรรม เพราะมีความคิดที่เป็นลบต่อตนเอง สิ่งแวดล้อมและอนาคต

#### ภาวะซึมเศร้าในเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม

สุวพักตร์ เวศม์วิบูลย์(18) กล่าวว่า จากการศึกษาของ Sansonet-Hyden และคณะ(1987) รายงานว่า เด็กที่ถูกทารุณกรรมทางเพศที่มารับการรักษาที่โรงพยาบาลฝ่ายจิตเวช มีอุบัติการณ์เป็นโรคซึมเศร้า (major depression) ถึงร้อยละ 71 ในผู้ป่วยกลุ่มนี้มีอุบัติการณ์ของการพยายามฆ่าตัวตายมากกว่ากลุ่มเด็กป่วยทางจิตที่ไม่มีประวัติ การถูกทารุณกรรมทางเพศ ทั้งนี้ Finkelhor และ Brown (1986) ได้ตั้งสมมติฐานว่า ภาวะซึมเศร้าเกิดขึ้นจากการที่เด็กรู้สึกว่าคุณถูกทรยศจากผู้ใหญ่ เป็นผลให้พวกเขาขาดความไว้วางใจบุคคล มีความรู้สึกที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ ส่วนความรู้สึกเป็นตราบาป (stigmatization) ก่อให้เกิดความรู้สึกเลวร้าย อับอาย รู้สึกผิด ซึ่งจะมีผลต่อการมองภาพพจน์ของตนเองไปในทางลบ มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

### 3.2 ทฤษฎีภาวะซึมเศร้า

สุวนีย์ เกี้ยวกิ่งแก้ว(19) กล่าวว่า แนวคิดพื้นฐานของทฤษฎีภาวะซึมเศร้า เพื่อใช้อธิบายสาเหตุของภาวะซึมเศร้ามีหลากหลายดังนี้

ทฤษฎีชีวเคมี (biochemical theory) เชื่อว่า ภาวะซึมเศร้าเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของสารสื่อประสาทอัตโนมัติ (neurotransmitters) ได้แก่ ซีโรโทนิน (serotonin) และแคทีโคลามีน (catecholamine) ประกอบด้วยโดปามีน (dopamine) และนอร์อิพิเนฟริน (norepinephrine) โดยลักษณะในคลินิกมีสองแบบ คือ ลักษณะแคทีโคลามีนต่ำ หรือ การลดลงของนอร์อิพิเนฟรินและซีโรโทนิน

ทฤษฎีพันธุกรรม (genetic theory) เป็นภาวะพันธุกรรมบกพร่องที่ได้รับการถ่ายทอดรุ่นหนึ่งไปอีกรุ่นหนึ่ง เช่น โรคซึมเศร้าชนิด manic depressive psychosis

ทฤษฎีทางสังคม (social theory) อธิบายว่าเป็นการตอบสนองทางจิตใจสิ่งแวดล้อม ประสบการณ์ และการเรียนรู้ เช่น การมีสิ่งกระตุ้นจากเหตุการณ์ที่ยุ้งยาก ลำบาก การสูญเสีย การตกงาน เป็นต้น

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ของ ฟรอยด์ อธิบายว่า เกิดจากปัญหาการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และปัญหาความภาคภูมิใจในตนเอง บุคคลที่ซึมเศร้าง่ายเป็นบุคคลที่วัยเด็กรู้สึกผิดหวังจากปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เวลาโตขึ้นจึงทิ้งรักทิ้งเกลียด



ทฤษฎีสถาน (field theory) อธิบายถึงพลังงานไฟฟ้าของบุคคลที่มีภาวะซึมเศร้าต่างจากคนปกติ มีผลให้ไวต่อความรู้สึก โดยกลีบสมองส่วนเทอเพอรัล โลป (temporal lobe) และฮิปโปแคมปัส (hippo campus) มีความหนาแน่นของกลีบสมองลดลง

ทฤษฎีการเรียนรู้ (learning theory) อธิบาย ภาวะซึมเศร้าเกิดจากการเรียนรู้ว่าไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ และไม่ขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น เชื่อมโยงกับทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและปัญญานิยม ซึ่งโยงว่า เกิดจากกระบวนการรับเรื่องราวและรูปแบบความคิดเชิงลบแม้ว่าจะตรงข้ามกับความเป็นจริง จึงทำให้เกิดภาวะซึมเศร้า

#### 4. ความสุข (happiness)

##### 4.1 ความหมาย

พจนานุกรมไทย ฉบับราชบัณฑิตยสถาน ให้ความหมาย “สุข” คือ ความสบายกายสบายใจ “ความสุข” มีผู้ให้ความหมายและคำนิยามไว้อย่างหลากหลาย เช่น ความสุข คือ สภาพของจิตใจที่ดีที่เป็นผลมาจากการมีพื้นฐานทางอารมณ์ในเชิงบวกซึ่งมาจากการได้รับความพึงพอใจสูงที่สุด(20)

ความสุข คือ สิ่งที่เกี่ยวข้องกับผลรวมของความพอใจหรือความต้องการ ความสมดุลที่ซับซ้อน ที่เกี่ยวข้องกับความดี ความพอใจ ความสำเร็จ และความโชคดี(21)

##### 4.2 ทฤษฎีความสุข

Martin Seligman(22) นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ได้กล่าวไว้ว่า มนุษย์จะมีความสุขที่สุดเมื่อ

(1) มีความพึงพอใจ ในความพร้อมและสมบูรณ์ของปัจจัยสี่ เช่น อาหาร เครื่องแต่งกาย สบายงาม เป็นต้น

(2) การมีส่วนร่วม ในการทำกิจกรรมตามความสนใจอย่างเต็มที่ทั้งร่างกาย แรงใจ และนำมาซึ่งความสำเร็จ

(3) สัมพันธภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสัมพันธภาพในสังคมเป็นองค์ประกอบสำคัญในการนำมาซึ่งความสุข

(4) ความหมาย โดยการทำให้ชีวิตมีความหมาย มีคุณค่า เพื่อการดำเนินชีวิตและมีชีวิตอยู่

(5) ความสำเร็จ โดยการตระหนักถึงเป้าหมายที่เป็นจริงและสัมพัทธ์ได้

## 5. เด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม (abused children)

### 5.1 ความหมายเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม

องค์การอนามัยโลก (WHO) นิยาม การทารุณกรรมเด็ก (Child abuse or maltreatment) หมายถึง การเลี้ยงดู และการปฏิบัติอย่างไม่เหมาะสมแก่เด็กในรูปแบบใดก็ตามของการทำร้ายทางร่างกายและจิตใจ การทำร้ายทางเพศ การละเลยทอดทิ้ง หรือ การใช้เด็กเพื่อการค้า หรือ แสวงประโยชน์จากเด็ก ทำให้เกิดผลกระทบโดยตรง หรือเกิดความเสี่ยงที่จะเกิดอันตรายต่อสุขภาพ (health) ความอยู่รอดปลอดภัย (survival) พัฒนาการ (development) และควมมีคุณค่าแห่งตนของเด็ก (dignity) ในบริบทที่เกี่ยวข้องกับ ความสัมพันธ์ของความรับผิดชอบ (relationship of responsibility) ความไว้วางใจ (trust) และ อำนาจ (power)(23)

พระราชบัญญัติคุ้มครองเด็ก พ.ศ. 2546 มาตรา 4(24) ให้ความหมายว่า การกระทำหรือละเว้นการกระทำด้วยประการใดๆ จนเป็นเหตุให้เด็กเสื่อมเสียเสรีภาพหรือเกิดอันตรายแก่ร่างกายหรือจิตใจ การกระทำผิดทางเพศต่อเด็ก การใช้เด็กให้กระทำหรือประพฤตินลักษณะที่น่าจะอันตรายแก่ร่างกายหรือจิตใจหรือขัดต่อกฎหมาย หรือศีลธรรมอันดี ทั้งนี้ไม่ว่าเด็กจะยินยอมหรือไม่ก็ตาม

สุภาเพ็ญ(25) กล่าวในปริญญาวิทยานิพนธ์เรื่องผลของการจัดกิจกรรมบำบัดต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ความคาดหวังในชีวิต และภาวะซึมเศร้า ของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม ว่า Welstat (1987) ให้คำจำกัดความของการทารุณกรรมเด็ก (Child maltreatment) คือ สถานการณ์อันซึ่ง พ่อ-แม่ หรือบุคคลที่มีหน้าที่ดูแลเด็ก ทำให้เด็กประสบกับความเจ็บปวด หรือทำให้บาดเจ็บทางกาย หรือพลัดพราก อันซึ่งเป็นสาเหตุ หรือปัจจัยเสี่ยงต่อการเสียชีวิต สูญเสียอวัยวะ พิการของร่างกาย หรือสุขภาพจิต หรือพัฒนาการ หรือก่อให้เกิดปัจจัยเสี่ยงของการบาดเจ็บอื่นๆ มากกว่าจากการเกิดอุบัติเหตุ ซึ่งรวมถึงการกระทำทารุณทางเพศ หรือการใช้ประโยชน์ทางเพศต่อเด็กด้วย

### 5.2 รูปแบบของการทารุณกรรมเด็ก

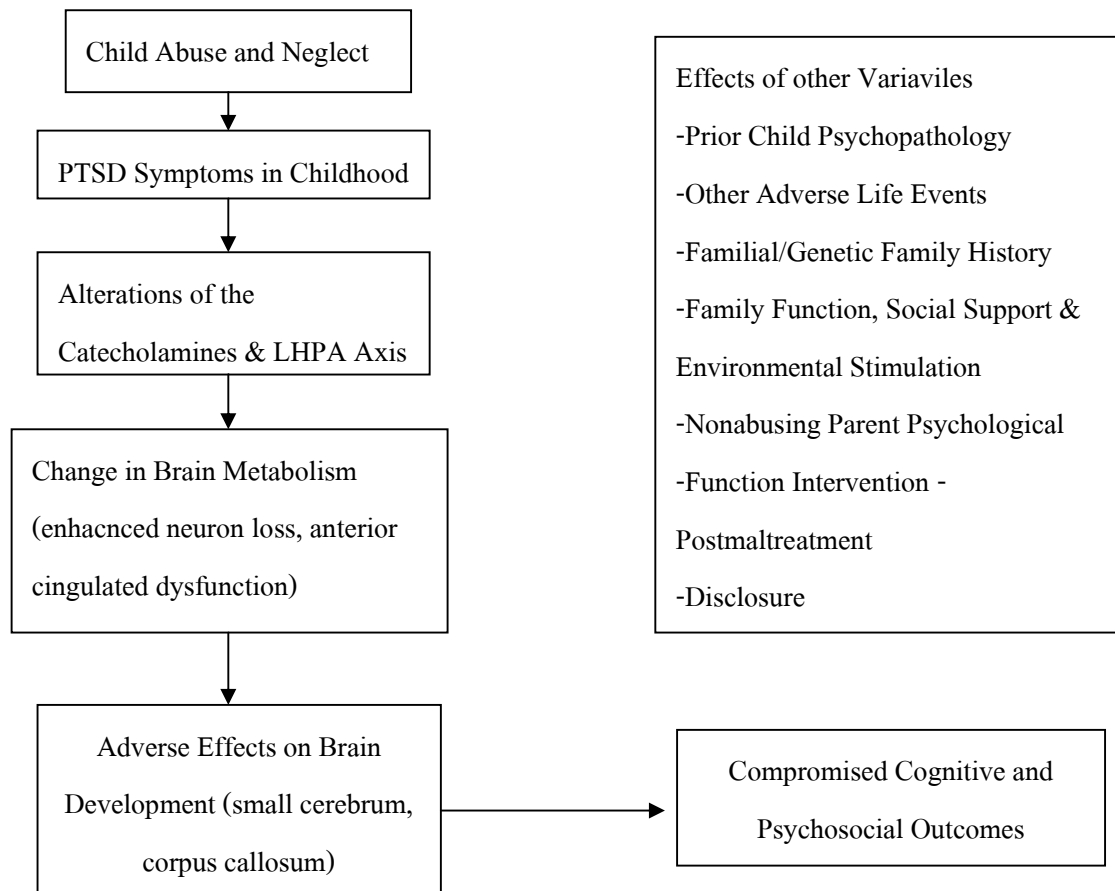
1. การทำร้ายร่างกาย (Physical abuse)
2. การทำร้ายทางเพศ (Sexual abuse)
3. การทำร้ายทางอารมณ์ (Emotional and Psychological abuse)
4. การละเลยทอดทิ้ง (Neglect)

ความรุนแรงของเด็กจากการถูกระงับการทำทารุณกรรม ขึ้นอยู่กับอายุของเด็กเมื่อถูกทารุณกรรม ผลกระทบต่อเด็กโตจะมากกว่าเด็กเล็ก ระยะเวลาของการถูกระงับการทำทารุณกรรม ยิ่งนาน ผลกระทบต่อเด็กยิ่งมากกว่า หากมีการใช้ความรุนแรง หรือการข่มขู่ที่จะใช้ความรุนแรง ผลกระทบจะเพิ่มมากขึ้น อายุของผู้ถูกระงับทำ ยิ่งแตกต่างกันมากยิ่งมีผลกระทบมาก ความสัมพันธ์ที่มีระหว่างผู้กระทำและผู้ถูกระงับทำ ยิ่งใกล้ชิดยิ่งมีผลกระทบมาก ระยะเวลาการเก็บเป็นความลับ ยิ่งนานยิ่งมีผลกระทบ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การขาดภาพพ่อแม่ปกป้อง ในกรณีพ่อแม่ปฏิเสธที่จะเชื่อเหตุการณ์ที่เด็กบอก ผลกระทบจะยิ่งมาก

### 5.3 สภาพะจิตสังคมของเด็กที่ถูกระงับการทำทารุณกรรม

จากการศึกษาแบบสัมภาษณ์เชิงเจาะลึกของ สุวพัทธ์ เวศม์วิบูลย์(18) ในการวิจัยเรื่องสภาพะจิตสังคมของเด็กหญิงที่ถูกระงับการทำทารุณกรรมทางเพศ ในศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก และมูลนิธิคุ้มครองเด็ก จำนวน 10 ราย พบว่าลักษณะครอบครัวของเด็กที่ศึกษา มีปัญหาทางจิตสังคมหลายด้าน เช่น ครอบครัวแตกแยก บิดามารดาแยกทาง ความสัมพันธ์ครอบครัวไม่ดี และมีการใช้ความรุนแรงในครอบครัว เด็กส่วนใหญ่พ่อแม่ไม่ได้เป็นผู้ดูแลโดยตรง สภาพจิตใจของเด็กภายหลังจากถูกระงับการทำทารุณกรรมทางเพศ พบว่า เด็กมีปัญหาด้านอารมณ์เป็นลักษณะเด่น คือ มีความวิตกกังวล อารมณ์เศร้า และ มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และในจำนวน 9 ราย มีความคิดฆ่าตัวตายหรือต้องการฆ่าตัวตาย นอกจากนี้ยังแสดงปัญหาด้านพฤติกรรมเกราะต่อต้านสังคม ขาดสมาธิ พฤติกรรมถดถอย พัฒนาการทางเพศผิดปกติ ปัญหาด้านการสร้างสัมพันธภาพ และปัญหาการเรียน เด็กทั้งหมดมีความคิดเห็นเชิงบวกต่อการศึกษานี้ แต่มีจำนวน 6 คน มีความคิดเห็นเชิงลบต่อการแต่งงาน กรณีศึกษาถูกระงับการทำทารุณกรรมทางเพศครั้งแรกเมื่ออายุระหว่าง 6-14 ปี เป็นระยะเวลานานตั้งแต่ 3 เดือน จนถึง 7 ปี ส่วนใหญ่ถูกระงับการทำทารุณกรรมทางเพศโดยคนในครอบครัวหรือคนรู้จัก จำนวนครึ่งหนึ่งของผู้กระทำเป็นบิดา หรือ บิดาเลี้ยง รองลงมาเป็นญาติ และผู้เลี้ยงดู โดยผู้กระทำมักใช้กำลังข่มขู่หรือบังคับ โดยถูกระงับการทำทารุณกรรมทางเพศในรูปแบบมีเพศสัมพันธ์กับเด็ก

ในทางชีววิทยา กล่าวว่า เด็กที่โดนกระทำทารุณกรรมจะมีภาวะอาการบาดเจ็บทางจิตใจที่มีผลต่อการพัฒนาสมอง นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางกระบวนการความคิดและการแสดงออกทางจิตใจสังคม โดยมีปัจจัยที่จิตพยาธิสภาพของเด็ก ประสบการณ์ชีวิต ครอบครัว ประวัติก่อนครอบครัว การทำงานของครอบครัว การเกื้อหนุนทางสังคมและสิ่งแวดล้อม การไม่ใช้ความรุนแรงในครอบครัว การทำหน้าที่ของเด็ก การบำบัดรักษาภายหลังโดนกระทำทารุณกรรม และ การเปิดเผยตนเอง ดังภาพ(35)



การช่วยเหลือเด็กที่โดนกระทำทารุณกรรมทางด้านจิตใจจึงจำเป็นที่ต้อง  
ระยะเวลา ไม่ว่าจะกับการบำบัดใดๆ



## 6. งานวิจัยต่างประเทศที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัย Chimo Project ของ Liana Urichuk with Dennis Anderson(2) ได้นำเสนอเรื่องราวการนำสัตว์มาช่วยในการบำบัด ผ่านหนังสือ Improving Mental Health Through Animal-Assisted Therapy โดยค้นพบว่าสัตว์ชนิดต่าง เป็นสื่อในการสร้างความสัมพันธ์ระหว่าง ผู้ป่วยกับจิตแพทย์ และนักจิตบำบัด จากการสังเกตผู้ป่วยแต่ละราย อาทิ เช่น ในผู้ป่วยอายุ 8 ปี ที่โดนทารุณกรรม ปิดตัวเงียบไม่พูดกับใคร ไม่เล่าถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อถูกสอบถาม หลังจากที่เด็กได้พัก และออกมาเดินเล่นในบริเวณข้างนอก เห็นกระต่ายแม่ลูกอยู่ด้วยกัน จึงได้เกิดบทสนทนาพูดคุยระหว่างผู้ดูแล กับเด็ก เด็กเล่าเหตุการณ์กับสิ่งที่ถูกกระทำ และความรู้สึกที่เด็กได้รับ ทำให้สามารถเข้าถึงและช่วยเหลือเด็ก ได้มากขึ้น ทั้งนี้งานวิจัยนี้ยังได้ยกสัตว์หลายชนิด เช่น สุนัข แมว นก กระต่าย ลูกแรคคูน ฯลฯ เป็นต้น

งานวิจัยของ Christian Antonioli(26) มหาวิทยาลัย Leicester Medical School ทำการวิจัย เรื่อง Randomised controlled trial of animal facilitated therapy with dolphins in the treatment of depression การวิจัยทดลองในผู้ป่วย 30 คน ระยะเวลา 2 สัปดาห์ แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จากการสุ่มตัวอย่าง พบว่าค่าเฉลี่ยความรุนแรงของภาวะซึมเศร้าในกลุ่มทดลองมากกว่ากลุ่มควบคุม (โดยเมื่อใช้เครื่องมือวัด Hamilton rating scale for depression ได้ค่า  $P=0.002$  ของ Beck depression inventory ได้ค่า  $P=0.006$ ) สำหรับกลุ่มตัวอย่างหลังจากการหาค่าเฉลี่ยความแตกต่างของคะแนนที่ใช้เครื่องมือวัด Hamilton กับ Beck พบว่า ทั้งสองกลุ่มมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติสูง โดย ค่า  $P=0.007$  และ  $P=0.012$  ตามลำดับ ดังนั้น การนำปลาโลมา มาบำบัดภาวะซึมเศร้าหลังการรักษา 2 สัปดาห์ มีผลต่อภาวะซึมเศร้าระดับ mild ถึง moderate ภายใต้วิธีการแบบองค์รวม ผ่านการปฏิสัมพันธ์ระหว่างสัตว์ตามธรรมชาติ ซึ่งมีเงื่อนไขกำหนดให้หยุดรับการบำบัดใดๆเป็นเวลา 1 สัปดาห์ก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมการบำบัด



### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัย ผลของการใช้กระดาษช่วยบำบัดต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า และความสุขของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม เป็นแบบการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Design) โดยวัดค่าคะแนนก่อน-หลัง และหนึ่งเดือนหลังการจัดโปรแกรมกระดาษ วัยบำบัด ซึ่งมีกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมอย่างละ 1 กลุ่ม วัดผลการทดลองจากมาตรวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า และความสุข เพื่อให้การวิจัยเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ จึงแ

วิธีการดำเนินการวิจัย ออกเป็น สามส่วน คือ

#### 1. ขั้นเตรียมก่อนการดำเนินการทดลอง

##### 1.1 เตรียมดำเนินการทดลอง

##### 1.2 เตรียมเครื่องมือ

##### 1.2.1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

##### 1.2.2 แบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem)

##### 1.2.3 ภาวะซึมเศร้า (CDI)

##### 1.2.4 แบบความสุข (face scale)

#### 2. ขั้นดำเนินการทดลอง

##### 2.1 พื้นที่และกลุ่มตัวอย่าง

##### 2.2 วิธีการดำเนินการทดลอง

##### 2.3 การวิเคราะห์ข้อมูล

#### 3. จริยธรรมการวิจัย

## 1. ชั้นเตรียมก่อนการดำเนินการทดลอง

### 1.1 เตรียมดำเนินการทดลอง

1.1.1 ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการใช้สัตว์ช่วยบำบัดจากหนังสือ งานวิจัย วารสาร วิทยานิพนธ์ รายงานการประชุม และเอกสารอื่นๆ ทั้งภายในประเทศและต่างประเทศ พบว่า ยังไม่มีการศึกษาการใช้กระต่ายช่วยบำบัดในเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมในประเทศไทย แต่มีการใช้ต่างประเทศอยู่บ้าง

1.1.2 ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม ถึงความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า และความสุข รวมถึงการบำบัดรักษา พบว่า เด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมทางเพศ ร่างกายและจิตใจมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ภาวะซึมเศร้าสูง และไม่ค่อยมีความสุขเนื่องมาจากผลกระทบของการ โดนกระทำทารุณกรรมส่งผลในระยะยาว มีผลให้เด็กสมควรได้รับการบำบัด

1.1.3 ศึกษาการเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ลดภาวะซึมเศร้า และเพิ่มความสุขในเด็ก

### 1.2 เตรียมเครื่องมือ

การวิจัยครั้งนี้ได้เตรียมเครื่องมือที่เป็นมาตรวัด สาม อย่าง และ แบบสอบถามทั่วไป 1 อย่าง

#### 1.2.1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

เป็นแบบสอบถามข้อมูลเพื่อเก็บรายละเอียดเกี่ยวกับเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมเบื้องต้นจากผู้ดูแลกลุ่มตัวอย่าง เพื่อเป็นการนำเสนอข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ อายุ ประเภทของการถูกกระทำทารุณกรรม และระยะเวลาพำนัก

#### 1.2.2 แบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (CSEI)

เป็นแบบสอบถามวัดความรู้สึกที่ประเมินด้วยตนเอง โดยมีลักษณะเป็นประโยคบอกเล่า รายงานตนเอง เด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมทางเพศ ร่างกายและจิตใจ จะพิจารณาข้อความเหล่านั้นว่า “ใช่” หรือ “ไม่ใช่” ด้วยตนเอง คัดแปลงเป็นภาษาไทยโดย ชุมพร ขงกิตติกุล และ สุภาพรรณ โคตรจรัส ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือโดย อัสพรสิริ เอี่ยมประชา และปรับภาษาให้เหมาะสมกับการประเมินเด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์โดย วันเพ็ญ อำนางเกษม แบบสอบถามมีค่าความเที่ยงเท่ากับ .81

แบบสอบถามแบ่งการประเมินออกเป็น 5 ด้านคือ

1. ด้านทั่วไป (general self subscale score) มี 26 ข้อความ
2. ด้านโรงเรียน (school-academic subscale score) มี 8 ข้อความ
3. ด้านครอบครัวและผู้ปกครอง (home-parents subscale score) มี 8 ข้อความ
4. ด้านสังคมสัมพันธ์ (social self-peers subscale score) มี 8 ข้อความ
5. ด้านการตอบที่ไม่ตรงตามความเป็นจริง (lie scale score) มี 8 ข้อความ

แบบประเมินด้วยตนเอง ประกอบด้วย ข้อความที่บรรยายเกี่ยวกับตนเองทั้งด้านบวกและด้านลบ เกณฑ์การให้คะแนนจึงต่างกัน

เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อความด้านบวกที่ตอบว่า “ใช่” 1 คะแนน และ “ไม่ใช่” 0 คะแนน ได้แก่ข้อ

1,4,5,8,9,14,19,20,26,27,28,29,32,33,36,37,38,39,41,42,43,45,47,50,53,58

ข้อความด้านลบที่ตอบว่า “ไม่ใช่” 1 คะแนน และ “ใช่” 0 คะแนน ได้แก่ข้อ

2,3,6,7,10,11,12,13,15,16,17,18,21,22,23,24,25,30,31,34,35,40,44,46,48,49,51,52,54,55,56,57

ข้อความที่วัดการตอบไม่ตรงตามความเป็นจริง ได้แก่ข้อ 26, 36, 41, 45, 50, 53, 58 ถ้าตอบ “ใช่” ได้ 1 คะแนน แล้วแยกคะแนนออกต่างหาก เนื่องจาก คูเปอร์ สมิธ มีเจตนา ในการตรวจสอบการตอบแบบปกป้องตนเอง (defensiveness) หากผู้ตอบปกป้องตนเอง คะแนนในด้านนี้จะสูง

การแปลผล

คะแนนรวมอยู่ระหว่าง 0 -100 จากข้อคำถาม 50 ข้อ (ไม่รวมด้านความจริงใจ 8 ข้อ) โดยการคูณสอง และแบ่งการแปลผลเป็น 4 ระดับ คือ

< 25 คะแนน หมายถึงความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับต่ำ

25 - 50 คะแนน หมายถึงความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างต่ำ

51 - 75 คะแนน หมายถึงความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างสูง

> 75 คะแนน หมายถึงความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับสูง

### 1.2.3 แบบประเมินภาวะซึมเศร้าในเด็ก (Children Depression Inventory: CDI)

แบบประเมินด้วยตนเอง CDI ใช้สำหรับประเมินอาการซึมเศร้าในเด็ก ฉบับภาษาไทย พัฒนาโดยศาสตราจารย์แพทย์หญิง อูมาพร ตรังคสมบัติ แปลจากฉบับภาษาอังกฤษ ของ Maria Kovacs ผู้สร้างเครื่องมือวัดซึ่งดัดแปลงมาจาก Beck Depression Inventory และศึกษาในเด็กไทย พบว่ามี reliability coefficient (Alpha) ที่ระดับ 0.83 มีความไว (sensitivity) เท่ากับ 78.7% specificity เท่ากับ 91.3% accuracy เท่ากับ 87% แบบประเมินให้เด็กตอบตามความรู้สึกด้วยตนเอง ประกอบด้วยคำถาม 27 ข้อ มี 3 ตัวเลือก เพื่อบอกอาการภาวะซึมเศร้าในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา

เกณฑ์การให้คะแนน

แบบประเมิน CDI ให้คะแนนตามความรุนแรงของอาการ โดยการเรียงลำดับข้อความในแต่ละข้อความนั้นแตกต่างกัน จึงทำให้เกณฑ์การให้คะแนนแตกต่างกันไป

การให้คะแนน 0, 1, 2 มี 13 ข้อ ได้แก่ข้อ 1, 3, 4, 6, 9, 12, 14, 17, 19, 20, 23, 26, 27

การให้คะแนน 2, 1, 0 มี 14 ข้อ ได้แก่ข้อ 2, 5, 7, 8, 10, 11, 13, 15, 16, 18, 21, 24, 25

การแปลผล

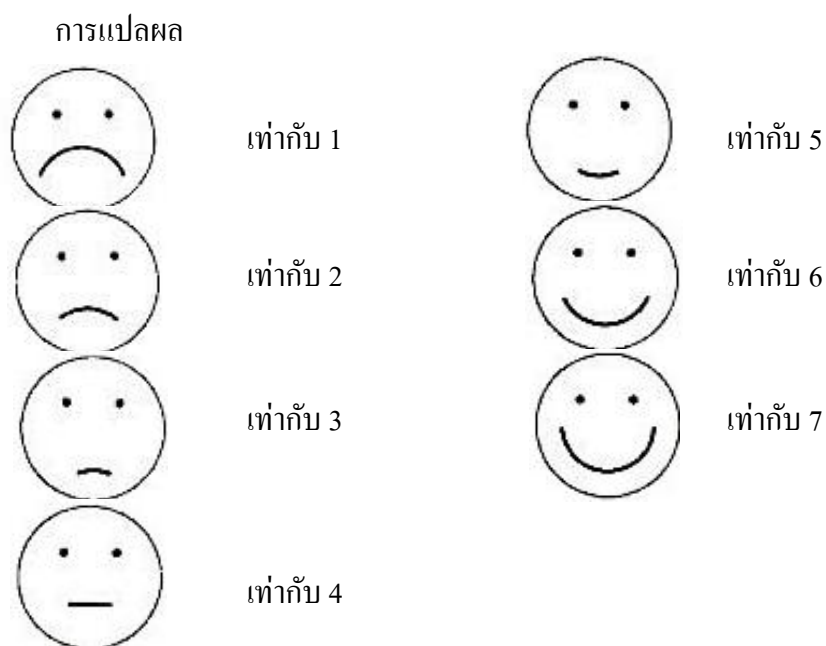
คะแนนรวมของ CDI มีได้ตั้งแต่ 0 ถึง 54 คะแนน

คะแนนตั้งแต่ 15 ขึ้นไป หมายถึง มีภาวะซึมเศร้าที่มีนัยสำคัญทางคลินิก

คะแนนตั้งแต่ 15 ลงไป หมายถึง ไม่มีภาวะซึมเศร้าที่มีนัยสำคัญทางคลินิก

### 1.2.4 แบบวัดความสุข (Face scale)

แบบวัด Face Scale เป็นแบบวัดความสุขรูปหน้า ณ ขณะนั้น คำถาม 1 ข้อ แบ่งคะแนนเป็น 1-7 คะแนน จากไม่มีความสุขมากที่สุด ถึง มีความสุขมากที่สุด เป็นแบบวัดจากงานวิจัยของ Holder and Coleman (2008) ประเมินโดยเด็ก แบบวัด Face Scale นี้ผู้วิจัยพบว่าแบบวัด Face scale มีความตรงสำหรับการวัดทางคลินิก จากการมีผู้นำแบบวัดมาใช้ในการวัดความสุขในการวัดความวิตกกังวลในการทำฟันในเด็กอายุ 3-18 ปี<sup>(27)</sup>



## 2. ขั้นตอนการทดลอง

### 2.1 พื้นที่และกลุ่มตัวอย่าง

#### 2.1.1 พื้นที่ทำการวิจัย

ติดต่อขออนุญาตทำการวิจัยสถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง และสอบถามข้อมูลเบื้องต้น

#### 2.1.2 กลุ่มตัวอย่าง

##### 2.1.2.1 ประชากร

ประชากร (Population) คือ เด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม ที่อยู่ในความดูแลของสถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง

ประชากรเป้าหมาย (Target Population) คือ เด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมทางเพศ ร่างกาย และจิตใจ อายุระหว่าง 12-18 ปี ที่อยู่ในความดูแลของสถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง

ประชากรกลุ่มเป้าหมาย (Samples) คือ เด็กหญิงที่ถูกกระทำทารุณกรรมทางเพศ ร่างกาย และจิตใจ อายุระหว่าง 12-18 ปี ที่อยู่ในความดูแลของสถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง จำนวน 30 คน

### 2.1.2.2 การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

#### เกณฑ์การคัดเลือก (Inclusion criteria)

1. อาสาสมัครถูกกระทำทารุณกรรมทางเพศ ร่างกายและจิตใจ อายุ 12-18 ปี ที่อยู่ในความดูแลของสถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง
2. อาสาสมัครมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรค ไม่มีภาวะภูมิแพ้ หรือแพ้ขนสัตว์
3. ไม่จำกัดระดับการศึกษา ระยะเวลา วิธีการ และจำนวนครั้งที่ถูกกระทำทารุณกรรม
4. อาสาสมัครสามารถอ่านหนังสือออกเขียนได้
5. มีความสนใจและสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัย โดยไม่ถูกชี้นำหรือบีบบังคับจากผู้ดูแลหรือผู้วิจัย

#### เกณฑ์การคัดออก (Exclusion Criteria)

1. อาสาสมัครมีสติสัมปชัญญะของตัวเองหรืออยู่กับสติสัมปชัญญะ
2. อาสาสมัครมีความประพฤติก้าวร้าว และไม่สามารถควบคุมตัวเองได้
3. อาสาสมัครที่ไม่ให้ความร่วมมือในการวิจัย หรือไม่ปฏิบัติตามคำแนะนำของผู้วิจัย

### 2.1.2.3 ขนาดกลุ่มตัวอย่าง

ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ใช้การแทนค่า จากการการศึกษาในกลุ่มเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมของ สุภาเพ็ญ คชพลาญต์ ที่ศึกษา ผลของการจัดกิจกรรมบำบัดต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ความคาดหวังในชีวิต และภาวะซึมเศร้าของเด็กที่ถูกทารุณกรรม ใช้สูตรการคำนวณหาขนาดกลุ่มตัวอย่างดังนี้

สูตร

$$n = \frac{(Z + Z)^2 Sp^2}{D^2}$$

เมื่อ	n	=	ขนาดตัวอย่างต่อกลุ่ม
	Z	=	ค่า Z ที่ได้จากรายการแจกแจงปกติ เมื่อกำหนดขนาดของ Type I error ให้เท่ากับ 5% มีค่า = 1.96 (two tail)
	Z	=	ค่า Z ที่ได้จากรายการแจกแจงปกติ เมื่อกำหนดขนาดของ Type II error ให้เท่ากับ 5% มีค่า = 1.64 (two tail)
	Sp <sup>2</sup>	=	pool variance = $\frac{[n_1-1]S_1^2 + [n_2-1]S_2^2}{N_1 + n_2 - 2} = 11.17$

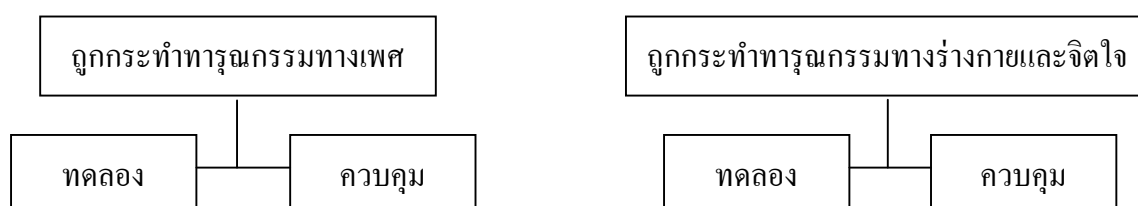


$$\begin{aligned}
 D^2 &= \text{ค่าความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยที่ต้องการทดลอง} = 111.2 - 100.7 = 10.5 \\
 N &= \frac{(1.96 + 1.64)^2 11.17}{10.5} \\
 &= \frac{144.7632}{10.5} \\
 &= 13.78697
 \end{aligned}$$

จากการคำนวณด้วยสูตรดังกล่าว จะได้ขนาดกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 14 คน คำนวณรวมขนาดกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งจะ drop out ระหว่างการทดลอง 10% และเพิ่มความเหมาะสมของกลุ่มตัวอย่าง จึงเป็นกลุ่มละ 15 คน

#### 2.1.2.4 การสุ่มตัวอย่าง (Sampling Techniques)

การสุ่มตัวอย่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยแบ่งประเภทการถูกกระทำทารุณกรรม และการสุ่มจับฉลาก จำนวน 30 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน



#### 2.2 วิธีการดำเนินการทดลอง

1. ผู้วิจัยติดต่อกับคณะสัตวแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อออกแบบโปรแกรมการบำบัดด้วยสัตว์อย่างถูกต้องและเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง
2. ผู้วิจัยยื่นหนังสือเพื่อขออนุญาตทำวิจัยต่อผู้อำนวยการสถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็กจังหวัดลำปาง
3. เมื่อได้รับอนุญาตให้ทำวิจัย ผู้วิจัยเข้าพบเจ้าหน้าที่ดูแลเด็ก เพื่อชี้แจงรายละเอียดวัตถุประสงค์ และกระบวนการทำการวิจัย
4. ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูล ด้วยตนเอง ดังนี้
  - 4.1 ผู้วิจัยคัดเลือกอาสาสมัครตามเกณฑ์คัดเข้าและเกณฑ์คัดออก
  - 4.2 ผู้วิจัยชี้แจงรายละเอียด วัตถุประสงค์ และขั้นตอนการวิจัยอย่างถูกต้องครบถ้วนให้แก่อาสาสมัคร
  - 4.3 ผู้วิจัยขอความยินยอมจากอาสาสมัครและผู้แทน โดยขอพรหมก่อนทำการเก็บข้อมูล โดยการเลือกผู้แทนโดยขอพรหมจะพิจารณาเลือกบิดามารดาหรือผู้ปกครอง โดยขอพรหม

เป็นอันดับแรก หากไม่สามารถกระทำได้ ผู้วิจัยดำเนินการปรึกษาสถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง

4.4 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง แบบวัดภาวะซึมเศร้า และแบบวัดความสุข ให้อาสาสมัครประเมินด้วยตนเอง

4.5 ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มอาสาสมัคร 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมโดยวิธีการสุ่มจับสลาก และกำหนดให้กลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด เป็นระยะเวลา 5 วัน โดยนำกระต่ายขนย้ายไป-กลับ จากฟาร์มกระต่าย และ สถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง ตั้งแต่เวลา 9.00 น. ถึง 12.00 น. ตลอดระยะเวลาทำกิจกรรมโปรแกรมการบำบัด ในส่วนของการดูแลและรักษากระต่าย กระต่ายจะได้รับการตรวจร่างกาย เลี้ยงดู นิดยา ตรวจสอบสภาพความพร้อมในความดูแลของเจ้าของฟาร์มก่อนทำกิจกรรมทุกวัน และตรวจลวงหน้า 1 สัปดาห์ เพื่อความมั่นใจว่าไม่มีโรค สามารถเล่นกับคนได้ รวมถึงการสังเกตพฤติกรรมลวงหน้าเป็นเวลาอย่างน้อย 2 สัปดาห์ เพื่อความแน่นอนว่าไม่กัด นำไปสู่การแพร่เชื้อสู่คนก่อนนำเข้าโปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด ทั้งนี้ภายในระยะเวลาการทำโปรแกรมดังกล่าว จะมีอาสาสมัครนิสิตปริญญาโท สาขาสุขภาพจิต จำนวน 1 คน เข้ามาดูแลอาสาสมัครเด็กที่เข้าร่วมโปรแกรมอย่างใกล้ชิด เพื่อให้เกิดความปลอดภัยต่ออาสาสมัครและกระต่าย รวมถึงเตรียมอุปกรณ์ปฐมพยาบาลเบื้องต้น อาทิ ชุดทำแผล เพื่อสามารถดูแลและรักษาได้ทันที หากเกิดอุบัติเหตุ หรืออันตรายใดๆ

4.6 หลังจากการเข้าโปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัดเป็นระยะเวลา 5 วัน ผู้วิจัยนำแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง แบบวัดภาวะซึมเศร้า และแบบวัดความสุข ให้อาสาสมัครประเมินครั้งที่สอง และประเมินครั้งที่สามเมื่อผ่านไป 1 เดือน

4.7 กลุ่มควบคุม เข้าร่วมโปรแกรมการกระต่ายช่วยบำบัด เช่นเดียวกับกลุ่มทดลอง เป็นระยะเวลา 5 วัน (วันจันทร์ – วันศุกร์) ตั้งแต่เวลา 9.00-12.00 น. ณ สถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง โดยวัดก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด ผลการประเมินในส่วนนี้ จะไม่มีผลต่อการวิจัยและรายงานผลในวิทยานิพนธ์

5. ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

### 2.3 การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมเอสพีเอสเอส รุ่น 17.0 โดยวิเคราะห์ด้วยสถิติ ดังนี้

2.3.1 ใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง ความเปลี่ยนแปลงการเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้าและความสุขในเด็กกลุ่มทดลองและควบคุม ด้วยจำนวนค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน



2.3.2 ใช้สถิติเชิงอนุมาน (Inferential statistic) เพื่อเปรียบเทียบข้อมูลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยสถิติ Generalized Estimating Equations (GEE) และใช้สูตร t-test ชนิด pair t-test เปรียบเทียบคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า และความสุขก่อนและหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด

2.3.3 ใช้สถิติเชิงอนุมาน (Inferential statistic) แบบ Non-parametric Wilcoxon Signs Rank test และ Mann Whitney test เพื่อเปรียบเทียบผลข้อมูลการเข้าร่วมโปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด และความเปลี่ยนแปลงของคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า และความสุขระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

### 3. จริยธรรมการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ผ่านการอนุมัติโดยคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยของคณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อวันที่ 16 สิงหาคม 2555 ซึ่งได้พิจารณาถึงการวิจัยในครั้งนี้จะไม่ก่อให้เกิดผลเสียต่ออาสาสมัครผู้เข้าร่วมการวิจัย โดยมีข้อพิจารณาเป็นไปตามหลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ดังนี้

หลักความเคารพในบุคคล โดยให้สิทธิของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมทางเพศ ร่างกายและจิตใจ สามารถเลือกที่จะเข้าร่วมหรือปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัยและสามารถเลือกที่จะตัดสินใจออกจากการวิจัยได้ทุกเมื่อ ซึ่งข้อมูลด้านสิทธิดังกล่าว ผู้วิจัยจะชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอน และประโยชน์ของการวิจัยให้อาสาสมัครและผู้ดูแลทราบ ก่อนการเข้าร่วมการวิจัย ทั้งนี้ผู้วิจัยจะเลือกใช้นามสมมติ เพื่อป้องกันการระบุชื่อและนามสกุลจริงของอาสาสมัครออกสู่สาธารณะ และเก็บรักษาข้อมูลของอาสาสมัครเป็นความลับ การนำเสนอข้อมูลระหว่างการบำบัดในระดับบุคคลจะนำเสนอภายใต้นามสมมติเท่านั้น และสรุปผลการวิจัยในภาพรวม รายละเอียดเหล่านี้ อาสาสมัครและผู้ดูแลของผู้เข้าร่วมการวิจัยโดยตรงจะได้รับทราบ พิจารณาจนเข้าใจก่อนที่เซ็นชื่อเพื่อเข้าร่วมการวิจัยด้วยความสมัครใจ ภายใต้การรับรู้และยินยอมของผู้ดูแล โดยมีได้รับสิทธิประโยชน์ใดๆ โดยตรง

หลักการให้ประโยชน์ การวิจัยครั้งนี้ไม่ก่อให้เกิดอันตราย และไม่มีผลต่อการเข้ารับบริการทางการแพทย์ มีการใช้แบบวัดภาวะซึมเศร้าที่มีมาตรฐานเป็นที่ยอมรับในทางการแพทย์ หากพบว่าอาสาสมัครมีภาวะซึมเศร้าจากการประเมินจากแบบสอบถามหรือมีพฤติกรรมผิดปกติระหว่างโปรแกรมบำบัด หรืออาสาสมัครมีภาวะซึมเศร้าระดับรุนแรง หลังเข้าร่วมโปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด ผู้วิจัยจะดำเนินการแจ้งทันทีต่อ ผู้ดูแล และ สถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง เพื่อดำเนินการส่งต่อผู้เชี่ยวชาญเพื่อรักษาต่อไป

หลักความยุติธรรม ผู้วิจัยจัดตั้งกำหนดเกณฑ์คัดเข้า-คัดออกอย่างชัดเจน และมีการกระจายความเสี่ยง ให้ผลประโยชน์อย่างเท่าเทียมกัน นอกจากนี้การวิจัยมีการนำสัตว์มาใช้เพื่อการวิจัย ผู้วิจัยตระหนักถึงการป้องกันอันตรายจากสัตว์ และการติดเชื้อ จึงได้ตรวจสอบและเตรียมความพร้อม โดยได้รับความร่วมมือจากเจ้าของฟาร์มกระต่ายมาช่วยในการดูแลทั้งสัตว์และเด็กตั้งแต่ต้นจนจบกิจกรรม

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงทดลอง เก็บข้อมูลทั้งสิ้น 3 ครั้ง คือ ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และ 1 เดือนหลังการทดลอง การทดลองครั้งนี้เป็นการทดลองโดยนำกระต่ายมาช่วยในการบำบัด ใช้ระยะเวลาในการเก็บข้อมูลทั้งสิ้น สองเดือน คือ เดือนมกราคม ถึง กุมภาพันธ์ 2556 ผลการวิจัย แบ่งเป็น สามส่วนดังนี้

#### ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล การเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า และความสุข

- 2.1 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบข้อมูลทั่วไป
- 2.2 ผลการวิเคราะห์คะแนนก่อนการทดลอง
- 2.3 ผลการวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงก่อนและหลังการทดลอง

ส่วนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ด้วยสถิติ Generalized Estimating Equations (GEE)

## ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

จากตารางที่ 1 กลุ่มทดลอง (N=11) มีอายุเฉลี่ย 15.55 ปี โดยมีอายุน้อยที่สุด 13 ปี และอายุมากที่สุด 18 ปี แบ่งเป็นถูกกระทำทารุณกรรมทางเพศร้อยละ 81.8 และถูกกระทำทารุณกรรมทางร่างกายและจิตใจร้อยละ 18.2 ส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่ในสถานพัฒนาและฟื้นฟูน้อยกว่า 7 เดือน ร้อยละ 36.4 ร้อยละ 27.3 พักอาศัยอยู่มากกว่า 2 ปี ร้อยละ 18.2 พักอาศัยน้อยกว่า 2 ปี แต่มากกว่า 1 ปีครึ่ง ขณะที่เด็กที่พักอาศัยมากกว่า 6 เดือนถึง 1ปี และ 1 ปีครึ่ง มีร้อยละ 9.1 โดยกลุ่มนี้มีเด็กส่วนใหญ่ก่อนเริ่มการทดลองเห็นคุณค่าในตนเองในระดับปานกลางค่อนข้างต่ำ ร้อยละ 54.5 รองลงมาเห็นคุณค่าในตนเองระดับปานกลางถึงค่อนข้างสูง ร้อยละ 36.4 และเห็นคุณค่าในตนเองต่ำร้อยละ 9.1 ในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีภาวะซึมเศร้าร้อยละ 81.8

กลุ่มควบคุม (N=11) มีอายุเฉลี่ย 15.82 ปี อายุน้อยที่สุด 14 ปี และมากที่สุด 18 ปี แบ่งเป็นถูกกระทำทารุณกรรมทางเพศร้อยละ 72.7 และถูกกระทำทารุณกรรมทางร่างกายและจิตใจร้อยละ 27.3 ระยะเวลาพักอาศัยของกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 1 ปีถึง 1ปีครึ่ง ร้อยละ 45.5 รองลงมาพักอาศัยมากกว่า 2 ปี ร้อยละ 27.3 และต่ำกว่า 6 เดือนร้อยละ 9.1 ในกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่เห็นคุณค่าในตนเองปานกลางค่อนข้างสูงร้อยละ 63.6 รองลงมาเห็นคุณค่าในตนเองปานกลางค่อนข้างต่ำ ร้อยละ 27.3 และเห็นคุณค่าในตนเองสูงร้อยละ 9.1 ซึ่งกลุ่มควบคุมมีคะแนนภาวะซึมเศร้าร้อยละ 54.5

ตารางที่ 1 แสดงจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสูงสุดและค่าต่ำสุด

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง (N=11)	กลุ่มควบคุม (N=11)	p-value
อายุ (Mean±SD)	(15.55±1.508)	(15.82±1.471)	0.748 <sup>a</sup>
13	1(9.1%)	-	
14	2(18.2%)	3(27.3%)	
15	2(18.2%)	1(9.1%)	
16	3(27.3%)	4(36.4%)	
17	2(18.2)	1(9.1%)	
18	1(9.1%)	2(18.2%)	
Min, Max	13, 18	14, 18	
<b>ประเภทการถูกกระทำทารุณกรรม</b>			1.000 <sup>b</sup>
ทางเพศ	9(81.8%)	8(72.7%)	
ทางร่างกายและจิตใจ	2(18.2%)	3(27.3%)	
<b>ระยะเวลาพำนัก (เดือน)</b>			0.478 <sup>a</sup>
เริ่มต้น - 6 เดือน	4(36.4%)	1(9.1 %)	
7 – 12 เดือน (ครึ่งปีถึง 1 ปี)	1(9.1%)	-	
13 – 18 เดือน ( 1 ปีกว่าถึง 1 ปีครึ่ง)	1(9.1%)	5(45.5%)	
19 – 24 เดือน ( 1 ปีครึ่งถึง 2 ปี)	2(18.2%)	2(18.2%)	
มากกว่า 24 เดือนขึ้นไป(มากกว่า 2 ปี)	3(27.3%)	3(27.3%)	

a= Mann-Whitney test, b= Chi-square test



## ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล การเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า และความสุข

### 2.1 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบข้อมูลทั่วไป

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมพบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ตามตารางที่ 1

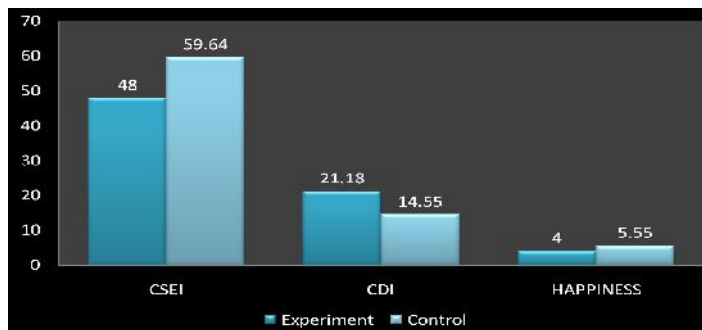
### 2.2 ผลการวิเคราะห์คะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้าและความสุขก่อนทดลอง

ตารางที่ 2 แสดงผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าคะแนนก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยสถิติ Non-Parametric Mann-Whitney test

ค่าคะแนน	กลุ่มทดลอง (n=11) (Mean±SD)	กลุ่มควบคุม (n=11) (Mean±SD)	p-value
ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง	48.00(15.620)	59.64(12.832)	0.122
ภาวะซึมเศร้า	21.18(9.796)	14.55(7.712)	0.148
ความสุข	4.00(2.000)	5.55(1.508)	0.073

จากตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์คะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า และความสุขของเด็ก ก่อนการทดลองพบว่าไม่มีความแตกต่างกันทางสถิติ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ดังภาพเปรียบเทียบกราฟที่ 1

**กราฟที่ 1** แสดงผลคะแนนก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม  
ค่าคะแนนเฉลี่ย



แบบการประเมิน

CSEI	= Coopersmith Self-Esteem Inventory	แบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง
CDI	= Children Depression Inventory	แบบวัดภาวะซึมเศร้าในเด็ก
Happiness by children		แบบวัดความสุขเด็กประเมินด้วยตนเอง

จากกราฟ แสดงว่าผลกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมแตกต่างกันไม่มาก ดังนี้  
การเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ย 48 คะแนน กลุ่มควบคุม 59.64 คะแนน  
ภาวะซึมเศร้าของกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ย 21.18 คะแนน และ กลุ่มควบคุม 14.55 คะแนน  
ความสุขมีคะแนนเฉลี่ย กลุ่มทดลอง 4 คะแนน และกลุ่มควบคุม 5.55 คะแนน

## 2.3 ผลการวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงก่อนและหลังการทดลอง

ตารางที่ 4 แสดงผลการวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงค่าคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน  
ที่วัดได้จากกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยสถิติ Non-parametric Wilcoxon Signed Ranks test  
ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมกระต่ายบำบัด พบว่าคะแนนของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง  
หลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนภาวะซึมเศร้าและความสุข  
ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (กราฟ 2 และ 3)

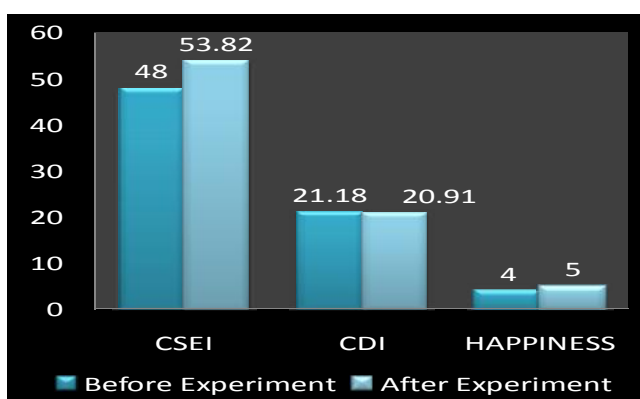
ตารางที่ 3 แสดงผลการวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงค่าคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยสถิติ Non-parametric Wilcoxon Signed Ranks test

ค่าคะแนน	กลุ่มทดลอง (n=11)		กลุ่มควบคุม(n=11)		p-value
	(Mean±SD)		(Mean±SD)		
	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	
ความรู้สึกรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง	48.00(15.620)	53.82(12.015)	59.64(12.832)	62.73(12.846)	0.012*
ภาวะซึมเศร้า	21.18(9.796)	20.91(8.408)	14.55(7.712)	13.18(7.833)	0.092
ความสุขของเด็ก	4.00(2.000)	5.00 (1.183)	5.55(1.508)	5.36(1.859)	0.155

\* p<0.05

ตารางที่ 3 ก่อนและหลังการเข้าโปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัดพบว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้สึกรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันพอสมควร เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนที่เพิ่มขึ้น โดยดูได้จากกราฟ 2 และ กราฟ 3

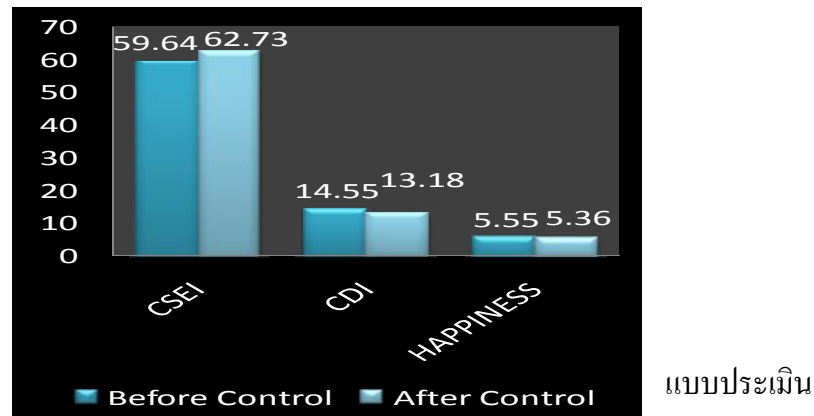
กราฟที่ 2 แสดงความแตกต่างคะแนนค่าเฉลี่ย ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง ค่าคะแนนเฉลี่ย



แบบประเมิน

จากกราฟที่ 2 กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น 5.82 คะแนน คะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าลดลง 0.27 คะแนน และคะแนนเฉลี่ยความสุขเพิ่มขึ้น 1 คะแนน

กราฟที่ 3 แสดงความแตกต่างคะแนนค่าเฉลี่ย ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มควบคุม ค่าคะแนนเฉลี่ย



จากกราฟที่ 3 กลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น 3.09 คะแนน คะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าลดลง 1.37 และคะแนนเฉลี่ยความสุขลดลง 0.19 คะแนน

### ส่วนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ด้วยสถิติ Generalized Estimating Equations (GEE)

ผลการวิเคราะห์ด้วยสถิติ Generalized Estimating Equations (GEE) เพื่อวิเคราะห์ผลการทดลองโปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด พบว่าระหว่างกลุ่มไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ขณะที่เมื่อเปรียบเทียบกับเวลา ระดับคะแนนการมองเห็นคุณค่าในตนเอง เมื่อเปรียบเทียบกับระยะเวลาผ่านไปมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  $p = 0.026$  ตารางที่ 4

และแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงทั้งการวัดก่อน หลัง และหลังติดตาม 1 เดือนของคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้าและความสุข กราฟที่ 4 - 6

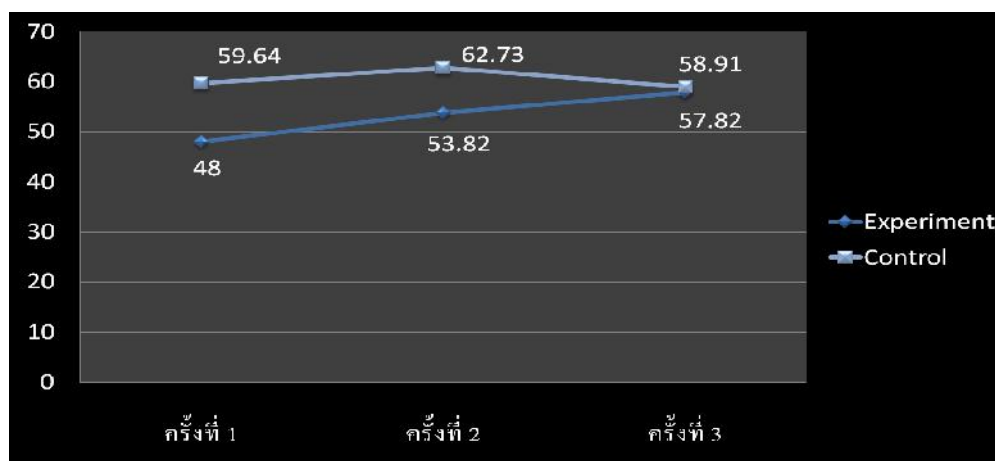
**ตารางที่ 4** ผลการวิเคราะห์ผลการทดลองโปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัดต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้าและความสุข ด้วยสถิติ Generalized Estimating Equations (GEE)

แบบวัด	B	S.E(b)	p-value	(95%CI)
ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง	-7.818	5.420	0.149	-18.442 – 2.806
เวลา	2.727	1.226	0.026*	0.324 – 5.130
Constant	51.666	3.749	0.000*	44.319 – 59.014
ภาวะซึมเศร้า	5.424	3.374	0.108	- 1.188 – 12.037
เวลา	0.227	0.505	0.653	- 0.753 – 1.217
Constant	17.136	2.049	0.000*	13.118 - 21.153
ความสุข	0.030	0.163	0.852	- 0.289 – 0.350
เวลา	0.273	0.191	0.154	- 0.102 – 0.647
Constant	4.545	0.474	0.000*	3.617 - 5.474

\* p < 0.05

**กราฟที่ 4** แสดงคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง วัดผลก่อน-หลัง และติดตามผล 1 เดือน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

คะแนน

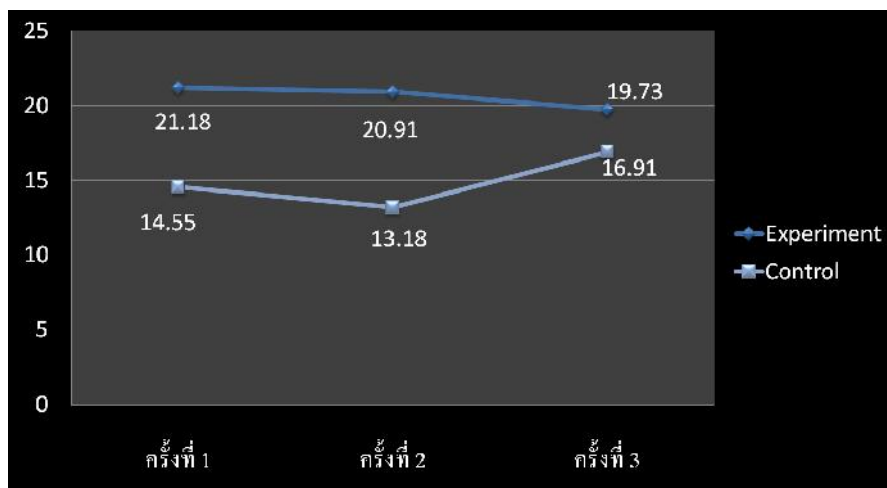


กราฟที่ 4 กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการใช้กระต่ายช่วยบำบัด และเพิ่มขึ้นอีกระดับหนึ่งเมื่อผ่านไป 1 เดือน ขณะที่กลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นเมื่อวัดหลังโปรแกรมการใช้กระต่ายช่วยบำบัด แต่ไม่ได้เข้าโปรแกรม เมื่อติดตามผล 1 เดือน พบว่า มีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองลดลง



กราฟที่ 5 แสดงคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้า วัดก่อน-หลัง และติดตามผล 1 เดือน ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

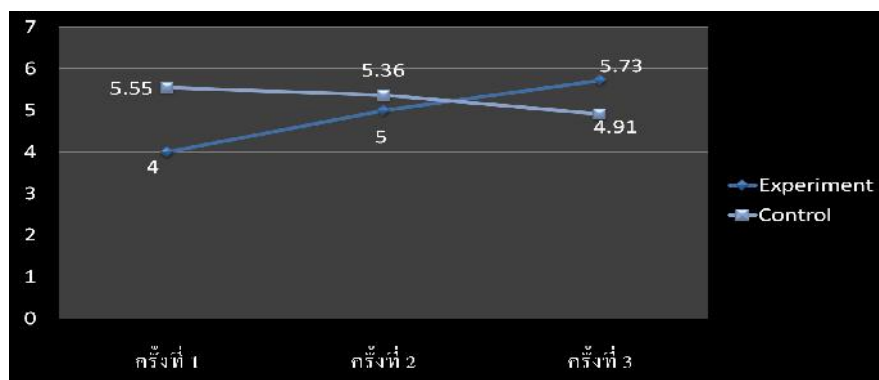
คะแนน



กราฟที่ 5 กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าลดลงเล็กน้อยหลังเข้าร่วมโปรแกรม กระจายช่วยบำบัด และลดลงอีกเล็กน้อยเมื่อติดตามผล 1 เดือน ขณะที่กลุ่มควบคุมมีคะแนนภาวะซึมเศร้าลดลง แม้ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกระจายช่วยบำบัด แต่เมื่อติดตามผล 1 เดือน กลุ่มควบคุมมีคะแนนภาวะซึมเศร้าเพิ่มขึ้นจากเดิม

กราฟที่ 6 แสดงคะแนนเฉลี่ยความสุข วัดก่อน-หลัง และติดตามผล 1 เดือน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

คะแนน



กราฟที่ 6 คะแนนเฉลี่ยความสุขของกลุ่มควบคุมมีแนวโน้มลดลงทีละเล็กน้อย เมื่อระยะเวลาผ่านไป แต่กลุ่มทดลองมีแนวโน้มดีขึ้นหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกระจายช่วยบำบัด และติดตามผล 1 เดือน

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยผลการใช้โปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ณ ช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง มีจุดประสงค์เพื่อเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ลดภาวะซึมเศร้าและเพิ่มความสุขในเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม โดยเก็บข้อมูลตั้งแต่เดือนมกราคมถึงกุมภาพันธ์ 2556

#### สรุปผลการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กถูกกระทำทารุณกรรมที่ผ่านเกณฑ์การคัดเลือก (inclusion criteria) จำนวน 22 คน จากกลุ่มประชากรทั้งหมด 35 โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ซึ่งมีความคล้ายคลึงกัน คือ จึงได้แบ่งประเภทการถูกกระทำทางทารุณกรรมของเด็ก แบ่งออกเป็น กลุ่มทดลอง 11 คน และกลุ่มควบคุม 11 คน จากการวิเคราะห์ สรุปได้ดังนี้

##### 1. ข้อมูลทั่วไป (ตารางที่ 1)

กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมทางเพศ ทางร่างกายและจิตใจ 22 คน ที่อยู่ในความดูแลของสถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง อายุ 13-18 ปี ประกอบด้วยเด็กอายุ 13 ปี จำนวน 1 คน (ร้อยละ4.5) อายุ 14 ปี จำนวน 5 คน (ร้อยละ22.7) อายุ 15 ปี จำนวน 3 คน (ร้อยละ 13.6) อายุ 16 ปี จำนวน 7 คน (ร้อยละ31.8) อายุ 17 ปี จำนวน 3 คน (ร้อยละ 13.6) และ อายุ 18 ปี จำนวน 3 คน (ร้อยละ13.6)

ประเภทของการถูกกระทำทารุณกรรม แบ่งเป็น การถูกกระทำทารุณกรรมทางเพศ 17 คน (ร้อยละ77.3) และการกระทำทารุณกรรมทางร่างกายและจิตใจ จำนวน 5 คน (ร้อยละ 22.7)

ระยะเวลาการพำนัก เนื่องจากสถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปางเปิดตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2549 จึงยังมีเด็กจำนวนน้อย โดยกลุ่มตัวอย่างที่พำนักมากกว่า 2 ปี มีจำนวน 6 คน (ร้อยละ27.3) รองลงมาพำนัก 1 ปีครึ่งขึ้นไปถึง 2 ปี มีจำนวน 4 คน (ร้อยละ18.2) พำนัก1ปีขึ้นไป ถึง 1 ปีครึ่ง จำนวน 6 คน (ร้อยละ27.3) ตั้งแต่ 7 เดือนถึง 1 ปี จำนวน 1 คน (ร้อยละ4.5) และน้อยกว่า 7 เดือน จำนวน 5 คน (ร้อยละ22.7)

## 2. สรุปผลการวิเคราะห์ตามวัตถุประสงค์การวิจัย

2.1 หลังจากนำกระต่ายมาช่วยในการบำบัดแล้ว เด็กในกลุ่มทดลองมีระดับคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเด็กในกลุ่มควบคุมหรือไม่

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีระดับคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นหลังการทำโปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด 5 วัน และต่อมามีระดับคะแนนเพิ่มขึ้นอีกเล็กน้อยหลังผ่านไปหนึ่งเดือน ขณะที่กลุ่มควบคุมมีระดับคะแนนลดลงเมื่อผ่านไปหนึ่งเดือน

เมื่อประมวลผลภาพรวมด้วยสถิติ Generalized Estimating Equations (GEE) พบว่า ผลการใช้กระต่ายบำบัดไม่ทำให้กลุ่มทดลองมีระดับคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ระดับคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อเปรียบเทียบกับระยะเวลา

2.2 หลังจากนำกระต่ายมาช่วยในการบำบัดแล้ว เด็กในกลุ่มทดลองมีระดับคะแนนภาวะซึมเศร้าต่ำกว่าเด็กในกลุ่มควบคุมหรือไม่

ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองมีระดับคะแนนภาวะซึมเศร้าลดลงหลังการทำโปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด 5 วัน และต่อมามีระดับคะแนนลดลงอีกเล็กน้อยหลังผ่านไปหนึ่งเดือน ขณะที่กลุ่มควบคุมคะแนนภาวะซึมเศร้าเพิ่มขึ้นหลังจากผ่านไปหนึ่งเดือน

เมื่อประมวลผลภาพรวมด้วยสถิติ Generalized Estimating Equations (GEE) พบว่า ผลการใช้กระต่ายบำบัดไม่ทำให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อเวลาผ่านไป ซึ่งกลุ่มทดลองไม่มีระดับคะแนนภาวะซึมเศร้าต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.3 หลังจากนำกระต่ายมาช่วยในการบำบัดแล้ว เด็กในกลุ่มทดลองมีความสุขมากกว่าเด็กกลุ่มควบคุมหรือไม่

ผลการวิจัยพบว่าความสุขของกลุ่มทดลองมีระดับคะแนนความสุขเพิ่มขึ้นหลังการทำโปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด 5 วัน และต่อมามีระดับคะแนนเพิ่มขึ้นอีกเล็กน้อยหลังผ่านไปหนึ่งเดือน ขณะที่กลุ่มควบคุมมีระดับคะแนนลดลงเมื่อผ่านไปหนึ่งเดือน

เมื่อประมวลผลภาพรวมด้วยสถิติ Generalized Estimating Equations (GEE) พบว่า ผลการใช้กระต่ายบำบัดไม่ทำให้กลุ่มทดลองมีระดับคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และระดับคะแนนความสุขเมื่อเทียบกับเวลาผ่านไปไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

## อภิปรายผลการวิจัย

งานวิจัยนี้ ศึกษาผลการใช้โปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัดต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้าและความสุขของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม พบว่าข้อมูลทั่วไปของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งด้าน เพศ อายุ ระดับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า และความสุข

หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด พบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีระดับคะแนนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เฉพาะความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ( $P=0.012$ ) และหลังติดตามผลหนึ่งเดือน เมื่อประมวลผลด้วย สถิติ Generalized Estimating Equations (GEE) พบว่า ระยะเวลาที่มีผลต่อระดับคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p=0.026$ ) ซึ่งดูได้จากกราฟผลคะแนนของกลุ่มควบคุมหลังติดตามผล 1 เดือนพบว่ามีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองลดลง (กราฟที่ 4) หากเปรียบเทียบภาพรวมของค่าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง คะแนนภาวะซึมเศร้าและความสุข พบว่า ผลคะแนนระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยทางสถิติ แต่เบื้องต้นกลุ่มทดลองแสดงให้เห็นว่า การใช้โปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด ซึ่งถือเป็นโปรแกรมสัตว์บำบัดชนิดหนึ่งช่วยให้เห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น ภาวะซึมเศร้าลดลง และความสุขเพิ่มขึ้น เมื่อระยะเวลาผ่านไป

ซึ่งมีความสอดคล้องกับการศึกษาของการนำสัตว์ช่วยในการบำบัด ว่าการศึกษาในเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม จากวารสาร *Journal of Child Sexual Abuse* นำเสนอหัวข้อ *Evaluating Animal-Assisted Therapy in Group Treatment for Child Sexual Abuse* ของ Tracy J. Dietz, Diana Davis และ Jacquelyn S. Pennings(28) กล่าวว่าจากการเปรียบเทียบผลการทดลองสามกลุ่ม ในกลุ่มที่มีอาการวิตกกังวลที่เกิดขึ้นหลังจากที่เผชิญเหตุการณ์รุนแรงในชีวิต (post-traumatic stress disorder) ของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมทางเพศ จำนวน 153 คน อายุ 7-17 ปี ที่ Child Advocacy Center พบว่ากลุ่มที่เข้าร่วมการบำบัดด้วยสุนัขมีอาการเหล่านี้ลดลง เช่น ความวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า ความโกรธ ที่มาจากรายหลังจากที่เผชิญเหตุการณ์รุนแรงในชีวิต การแยกตัว และความกังวลทางเพศ มากกว่ากลุ่มอื่น ในทำนองเดียวกันกับการศึกษาการนำสัตว์ช่วยบำบัดต่อปัจจัยด้านจิตใจและการทำหน้าที่ทางสังคมของ 17 คน อายุ 9-14 ปี ของ Lindsey



Engelbrecht(29) พบว่าพฤติกรรมของเด็กก่อนและหลังการใช้โปรแกรมสัตว์ช่วยบำบัดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติทั้งในด้านจิตใจและการทำหน้าที่ทางสังคมของเด็ก

เมื่อศึกษา กรณีกลุ่มคนไข้ที่อยู่ในบริเวณการดูแล ข้อมูลการรวบรวมการศึกษาเชิงทดลอง ในหนังสือ Improving Mental Health Through Animal-Assisted Therapy กล่าวถึงผลการทดลองของ Clark Brickel (1984) แบ่งกลุ่มตัวอย่างชายที่อยู่บ้านพัก โดยมีผู้ดูแล(nursing home) เป็นสามกลุ่ม ได้แก่ กลุ่มที่เข้ารับการบำบัดตามปกติ กลุ่มที่ได้รับการบำบัดด้วยสุนัข และ กลุ่มที่ไม่ได้รับการบำบัดแต่พบนักบำบัดตามนัด จากนั้นทำกิจกรรมทั้งหมด 45-90 นาที ทุกสัปดาห์เป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ ผลจากการสังเกตและวัดผล pre-post Zung Self-Rating Depression Scales พบว่า กลุ่มที่ได้รับการบำบัดทั้งสองกลุ่มมีคะแนนภาวะซึมเศร้า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $P < .05$ ) แต่ไม่ได้กล่าวถึง ค่าความแตกต่างนัยสำคัญทางสถิติระหว่างสองกลุ่มที่รับการบำบัด

ส่วนการทดลองผลของ Barker และ Dawson(2) การนำสัตว์มาปฏิสัมพันธ์ต่อภาวะวิตกกังวลของผู้ป่วยในของจิตเวชศาสตร์ จำนวน 230 คน พบว่าผลการวัดภาวะวิตกกังวล คะแนนของคนที่ เป็น mood disorders ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมสัตว์ช่วยบำบัดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่  $p = < .001$  ในระหว่างที่กลุ่มpsychotic, mood และ โรคทางจิตเวชอื่นๆ มีระดับคะแนนภาวะวิตกกังวลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่  $p = < .026$  เมื่อนำคะแนนระดับภาวะวิตกกังวลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมพบว่า ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

Walsh, Martin, Verlander และ Pollard(2) การนำสุนัขไปแนะนำกลุ่มคนไข้สมองเสื่อม 7 รายที่อยู่วอร์ดจิตเวชศาสตร์ ระยะเวลา 2 ครั้งต่อสัปดาห์ ครั้งละ สามชั่วโมง พบว่า ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ในแบบวัด London Psycho-Geriatric Scale, the Brighton Clinic Adaptive Behavior Scale หรือ diastolic หรือ systolic blood pressure ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีเพียงอัตราการเต้นหัวใจเท่านั้น ที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p = 0.021$

ในการทดลองของ Zisselman, Rovner, Shumuely และ Ferri กล่าวว่า การมีขนาดกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสมเป็นสิ่งจำเป็น ผลการทดลองโดยการนำสัตว์เลี้ยงไปช่วยผู้สูงอายุในจิตเวชผู้ป่วยใน เพื่อช่วยส่งเสริมการทานยาและการบำบัด ในกิจกรรมกลุ่ม เป็นระยะเวลา 1 ชั่วโมง ต่อเนื่อง 5 วัน พบว่า ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม



เมื่อเปรียบเทียบแบบการวัดด้วย Multidimensional Observation Scale for Elderly Subjects (MOSES)

ขณะที่หนังสือ The Incorporation of Animal-Assisted Interventions in Social Work Education(30) หัวข้อ Animal Assisted Social Work (AASW) กล่าวว่า การนำสัตว์ช่วยบำบัดในเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม สัตว์เป็นผู้สร้างแรงจูงใจและกระตุ้นให้เกิดการเติบโต และเปลี่ยนแปลง เช่น การพัฒนาด้านการเห็นคุณค่าในตนเองพบได้บ่อยขณะที่เด็กกำลังทำงานและดูแลสัตว์

ผลของการศึกษาโปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด การเพิ่มคุณค่าในตนเองของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อเทียบกับเวลาผ่านไป ซึ่งช่วยอธิบายผลงานของ Elisabeth Reichert(31) กล่าวว่า การนำสัตว์มาช่วยในการบำบัดช่วยลดความตึงเครียด ความวิตกกังวล ในกระบวนการของการบำบัดจะช่วยให้เด็กมองเห็นสัตว์เป็นตัวอย่าง กระจกสะท้อน หรือเป็นครู เพราะสัตว์ไม่มีการโต้ตอบการตัดสินทางจิตใจ จึงช่วยให้เกิดการเพิ่มคุณค่าในตนเองและส่งเสริมการแสดงออกทางความรู้สึก นอกจากนี้ยังช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้บำบัดกับคนไข้ ตาม Levison ซึ่งกล่าวไว้ว่า สัตว์จะเป็นช่วยสะพานระหว่างนักบำบัดกับคนไข้ หรือเด็ก ทำให้เกิดการพูดคุยถึงความรู้สึกผ่านสัตว์ได้ง่ายขึ้น มากกว่าจะพูดกันตรงๆเพียงอย่างเดียว

อย่างไรก็ตามการใช้โปรแกรมช่วยในการบำบัดในเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม ระยะเวลาในการบำบัดมีผลอย่างมาก อย่างงานวิจัยของ Feather, Jacqueline S., Ronan และ Kevin R.(32) เรื่อง Trauma-Focused Cognitive Behavioural Therapy for Abused Children with Posttraumatic Stress Disorder ศึกษากรณีเฉพาะในเด็กอายุระหว่าง 9 – 14 ปี ที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็น Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) เข้ารับการบำบัดด้วยความคิดและพฤติกรรม (CBT) จำนวน 4 คน มุ่งเน้นการลดความวิตกกังวลและผลกระทบที่ได้รับความรุนแรงจากการถูกกระทำทารุณกรรม พบว่า อาการต่างๆที่ทั่วไปที่เกี่ยวข้องกับผลกระทบหลังการโดนกระทำทารุณกรรมลดลง และมีทักษะในการจัดการมากขึ้นเรื่อยๆตามระยะเวลาการติดตามผล 3 เดือน 6 เดือน และ 12 เดือนตามลำดับ

### พิจารณาจากลักษณะเด็ก

การนำกระต่ายมาช่วยในการบำบัดเป็นเพียงเครื่องมือสื่อกลางให้เด็กได้มองโลกภายในของตนเอง (inner world) โดยไม่จำเป็นต้องใช้ทักษะของเด็ก เน้นการเล่นกับสัตว์ และการติดตามโดยใช้ทฤษฎีของ Piaget(33) อธิบายถึงเน้นผู้เรียนเป็นผู้สร้างความรู้ บนพื้นฐานที่เกิดจ

พันธกรรมและสิ่งแวดล้อม และมองว่าเด็กมีคุณสมบัติของความกระตือรือร้นพัฒนาตามวุฒิภาวะ และการเรียนรู้ ที่จะมองหาสิ่งต่างๆที่ช่วยให้เกิดการตีความวัตถุและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ตามมุมมอง ของตัวเองที่มีต่อตัวเอง ต่อรอบข้าง และต่อโลก ขณะเดียวกันวัยของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระ Formal Operations หรือการใช้ตรรกศาสตร์ ที่คิดวิเคราะห์ ปรับตัวได้ตั้งแต่อายุ 11-15 ปี จึงมีผลให้ การพัฒนาด้านความรู้สึกมองเห็นในคุณค่าในตนเองเป็นไปในเชิงบวก

ตามทฤษฎี attachment เนื่องจากเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมโดยเฉพาะเพศหญิงเมื่อ ความรู้สึกที่เป็นไปเชิงลบ กลไกการเผชิญปัญหาก่อให้เกิดการตำหนิตัวตนของตนเอง (blame self) โดยแสดงออกผ่านการเก็บไว้ข้างใน (internalize) ยิ่งคนสนิททำ จะยิ่งเสียตัวตน การทำโปรแกรม จึงจำเป็นต้องสร้างสัมพันธภาพที่ดีก่อนเพื่อให้เด็กรู้สึกปลอดภัย เพื่อให้เด็กยอมเปิดโลกภายในของ ตนเอง ให้เด็กได้รับโลกใหม่ผ่านประสบการณ์ ตั้งแต่การสะท้อนเชื่อมโยงความรู้สึกที่มีกับกระต่าย เชื่อมโยงเรื่องราวของตนเอง ได้รับความตอบสนองที่ดีจากสัตว์ ซึ่งตัวเด็กเมื่อ ได้รับการถูกกระทำ ทารุณกรรมย่อมมีความโกรธ เมื่อเจอกับความกรุณากระต่ายให้อย่างไม่มีเงื่อนไข ทำให้กระต่ายเป็น เพียงตัวแทนของการลดความโกรธของเด็ก และเปิดใจเป็นสื่อ

ด้วยลักษณะของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมมักเกิดจากการที่มีความเสี่ยงมากเพราะพ่อแม่มี ความเครียดเพิ่มขึ้นทำให้จิตใจแยกลงนำไปสู่ความรุนแรง ซึ่งเด็กเหล่านี้มักเป็นเด็กที่มีความต้องการ พิเศษ หรือมีการพัฒนาการช้า(34) ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 พัฒนาการของความแตกต่างจากการถูกระงับการกระทำทารุณกรรม(35)

	ทางเพศ	ร่างกาย	จิตใจ	การแสดงออกความรุนแรง
วัยรุ่นและวัยเด็ก				
กระบวนการคิด	กระบวนการคิดซ้ำ	กระบวนการคิดซ้ำ	กระบวนการคิดซ้ำ	กระบวนการคิดซ้ำ
อารมณ์	วิตกกังวล/ ภาวะถอน	หลีกเลี่ยง สัมผัส/ ความเข้าใจด้าน อารมณ์มีจำกัด	โกรธ หลีกเลี่ยง / จริงจังกับจิตพยาธิ วิทยา	วิตกกังวล/แยกตัว/ กลัว
สังคม	พฤติกรรมทางเพศไม่ เหมาะสม	ความกลัว/ก้าวร้าว	ถอยออก/ก้าวร้าว	ก้าวร้าว
วัยเด็กตอนกลาง				
กระบวนการคิด	ไม่ไปโรงเรียน/มี ปัญหาการเรียน	กระบวนการคิด พัฒนาด้านภาษาช้า/ การเรียนรู้ผิดปกติ	ผลการเรียนไม่ดี / ความสำเร็จน้อย และไอคิวต่ำ	ผลการเรียนไม่ดี
อารมณ์	ความเครียดจากการ เผชิญความรุนแรง หลังเกิดเหตุการณ์/ กลัว/การเห็นคุณค่า ในตนเองต่ำ/ซึมเศร้า/ ภาวะถดถอย	การแสดงออกทาง อารมณ์ไม่ เหมาะสม/เปิดเผย (เด็กชาย) และไม่ เปิดเผย (เด็กหญิง)	ส่วนใหญ่ซึมเศร้า/ ก้าวร้าว	ซึมเศร้า/วิตกก ังวล/เปิดเผย/ ความเครียดจากการ เผชิญความรุนแรง หลังเกิดเหตุการณ์
สังคม	การแสดงออกทาง เพศไม่เหมาะสม / ถูก ตกเป็นเหยื่ออีกครั้ง	ก้าวร้าว/ ปฏิเสธ เพื่อน	ความสามารถทาง สังคมต่ำ/ก้าวร้าว/ ถอน	ก้าวร้าว
วัยรุ่น				
กระบวนการคิด	ผลการเรียนแย่	ความสำเร็จต่ำ	ความสำเร็จ ทางการเรียนต่ำ	หนีโรงเรียน/ ผล การเรียนต่ำ
อารมณ์	ซึมเศร้า/ฆ่าตัวตาย/ใช้ สารเสพติด/หนีออก จากบ้าน	ซึมเศร้า/การเห็น คุณค่าในตนเองต่ำ/ ความประพฤ ติผิดปกติ /ใช้ความ รุนแรง	กระทำสิ่ง กฎหมาย/ ซึมเศร้า / อารมณ์แยก ปกติ/ การกิน ผิดปกติ / บุคลิกภาพผิดปกติ	ซึมเศร้า/มีความคิด ฆ่าตัวตาย/ กระทำ สิ่งผิดกฎหมาย
สังคม	ตกเป็นเหยื่ออีกครั้ง	ก้าวร้าว	มองโลกแง่ร้าย	ความรุนแรงใน สัมพันธ์ภาพคู่เดท

จากตารางดังกล่าว ช่วยอธิบายกลไกการเผชิญปัญหาของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม โดยเฉพาะเพศหญิงเมื่อความรู้สึกที่เป็นไปเชิงลบ กลไกการเผชิญปัญหาก่อให้เกิดการตำหนิตัวตนของตนเอง (blame self) โดยแสดงออกผ่านการเก็บไว้ข้างใน (internalize) ยิ่งคนสนิททำ จะยิ่งเสีย self การทำโปรแกรม จึงจำเป็นต้องสร้างสัมพันธภาพที่ดีก่อนเพื่อให้เด็กรู้สึกปลอดภัย เพื่อให้เด็กยอมเปิดโลกภายในของตนเอง ให้เด็กได้รับโลกใหม่ผ่านประสบการณ์ ตั้งแต่การสะท้อนเชื่อมโยงความรู้สึกที่มีกับกระต่ายเชื่อมโยงเรื่องราวของตนเอง ได้รับการตอบสนองที่ดีจากสัตว์ ซึ่งตัวเด็กเมื่อได้รับการถูกกระทำทารุณกรรมย่อมมีความโกรธ เมื่อเจอกับความรุนแรงกระทำให้อย่างไม่เจือใจ ทำให้กระต่ายเป็นเพียงตัวแทนของการลดความโกรธของเด็ก และเปิดใจเป็นสื่อ

การเปิดใจและได้รับการตอบสนองที่ดี ช่วยให้เด็กทำกิจกรรมพัฒนาตัวตนผ่านกระบวนการทางสติปัญญา ตามทฤษฎีของคูเปอร์สมิธ เกี่ยวกับพื้นฐานการเห็นคุณค่าในตนเองเป็น 4 อย่าง ดังนี้

1. ความสำคัญ (Significance) คือ การให้เด็กได้เล่นกับสัตว์พูดคุยกับสัตว์ในพื้นที่ของตน การให้เด็กได้รับรู้ความสำคัญวิธีที่บุคคลรู้สึกว่าคุณยังเป็นที่ยกย่อง ซึ่งพิสูจน์จากการที่ผู้อื่นเห็นความสำคัญของตัวเองด้วยการรับฟังปัญหาอย่างตั้งใจ การสะท้อนความคิดเห็นจากเพื่อน ในมุมมองของเพื่อน
2. ความสามารถ (Competence) คือ ให้เด็กทำในสิ่งที่ตนเองชอบมอบให้กับสัตว์
3. คุณความดี (Virtue) คือ การยอมรับในสิ่งที่ผ่านมาและสิ่งที่ตนเองกระทำ ผ่านการเล่าสิ่งที่ดีและไม่ดีในชีวิตตน การกระทำที่ดีและไม่ดีของตน
4. พลังอำนาจ (Power) คือ เด็กมีโอกาสดูแลสัตว์อย่างอิสระ มีอำนาจในการควบคุมตนเอง นอกจากนี้กิจกรรมจะเสริมสร้างให้เด็กมีภาพการวางแผน และดึงสิ่งที่ดีมาเป็นแรงจูงใจ ซึ่งช่วยให้ลดภาวะซึมเศร้าที่ตามมาจากการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

เมื่อพื้นฐานการเห็นคุณค่าในตนเองของที่ถูกกระทำทารุณกรรมได้รับการกระทบกระเทือนเชิงบวกโดยเฉพาะความรู้สึก นำไปสู่กระบวนการเปลี่ยนแปลงภายในจิตใจ ในมุมมองเด็ก ซึ่ง Satir อธิบายว่า เมื่อมีสิ่งเข้ามาทำให้เกิดการสั่นคลอนภายในจิตใจ สิ่งที่จะเปลี่ยนแปลง คือ ความรู้สึก การรับรู้ ความคาดหวัง ความปรารถนา และ ตัวตน การเปลี่ยนแปลงตัวตน เป็นขั้นต่ำสุด ซึ่งก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืน นำไปสู่การปรับตัวและเปลี่ยนแปลงการแสดงออกของพฤติกรรม



หากในมุมมองทางชีววิทยา เด็กที่โดนกระทำทารุณกรรมจะมีภาวะอาการบาดเจ็บทางจิตใจ ที่มีผลต่อการพัฒนาสมอง การใช้สัตว์ช่วยในการบำบัดจึงเป็นสื่อกลางที่ช่วยให้เด็กเปิดใจมากขึ้น และจำเป็นต้องใช้เวลา เนื่องจากภาวะอาการบาดเจ็บทางจิตใจภายหลังการถูกกระทำทารุณกรรม เป็นสิ่งที่รุนแรง

ตามทฤษฎี self-concept ที่ได้รับการปรับปรุงจาก John Hattie(36) ช่วยอธิบายถึงการเรียนรู้เกี่ยวกับความคิดของตนเอง ว่า เด็กในวัย 9-17 ปี จะเรียนรู้ได้มากจากความแตกต่างตนเองจากผู้อื่น สาเหตุที่เกิดผล มากที่สุดคือการพัฒนาความคิด และเด็กในวัย 17-15 เรียนรู้ได้พอสมควร ซึ่งกิจกรรมที่ให้เด็กทำ เน้นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์จากเพื่อน โดยมีกระต่ายเป็นสื่อกลางในการแบ่งปันประสบการณ์

ในด้านทางอารมณ์ เมื่อได้ให้เด็กเข้าโปรแกรมพบว่าตื่นเต้นมากเมื่อได้เห็นกระต่าย หลังจากที่ได้ให้สัมผัสและจับกระต่าย เด็กมีบอกว่ามีความสุขมาก และในบางครั้งเด็กก็ไม่สามารถบรรยายมากกว่านี้ได้

ดังนั้นผลการศึกษาในเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมครั้งนี้ ส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างมองเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น ภาวะซึมเศร้าลดลง และความสุขเพิ่มขึ้น อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และอาจช่วยในการพัฒนาด้านจิตใจและการทำหน้าที่ของสังคม เป็นการส่งเสริมสุขภาพจิตเชิงบวก การให้โปรแกรมสัตว์บำบัดได้ผลมากยิ่งขึ้นจำเป็นที่จำเป็นต้องมีการศึกษาเพิ่มเติม และควบคุมปริมาณที่ไม่น่าจะขัดซึ่งส่งผลกระทบต่อการศึกษา เช่น การถูกรบกวนจากกลุ่มอื่น กิจกรรมที่ต่อเนื่องจากภายนอกหลังจากทำกิจกรรมบางวัน สิ่งสำคัญที่สุดคือ ข้อจำกัดของการวิจัย ด้วยขนาดกลุ่มตัวอย่างและระยะเวลาการเก็บข้อมูลยังไม่เพียงพอต่อการเป็นตัวแทนประชากรทั่วไป

### ข้อสังเกต

เด็กในกลุ่มตัวอย่างส่วนหนึ่งเป็นเด็กที่ได้รับการบำบัดมาระยะหนึ่งแล้ว ด้ผ่านกระบวนการการบำบัดรูปแบบ EMDR หรือ SATIR หรือทั้งสองอย่าง ซึ่งจิตแพทย์ประจำตัวเด็กอนุญาตให้เด็กหยุดเข้ารับการบำบัดเป็นเวลา 1 สัปดาห์ ก่อนเข้าร่วม โปรแกรมบำบัด ขณะเดียวกันตลอดการทำวิจัยเด็กที่ทานยายังคงทานยาต่อเนื่อง จึงอาจมีผลให้เด็กมีลักษณะเปิดเผยข้อมูล กล้าเข้าหาผู้วิจัยและให้ความร่วมมือในการวิจัย จากการศึกษาพบว่าเด็กมีแนวโน้มเชิงบวกด้วยระยะเวลาจำนวนครั้ง และจำนวนกลุ่มตัวอย่างการเก็บข้อมูลการวิจัยอาจไม่เพียงพอทำให้เห็นผลของการนำสัตว์มาช่วยบำบัดอย่างชัดเจน



## ข้อมูลผลกิจกรรม

ร้อยละ 95% กิจกรรมมุ่งเน้นเพิ่มและพัฒนาทักษะในการเข้าใจผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องทฤษฎี self-concept ที่ได้รับการปรับปรุงจาก Hattie ว่า เด็กวัย 9-17 ปี จะเรียนรู้ได้มาก และเด็กวัย 18-25 ปี เรียนรู้ได้พอสมควรเกี่ยวกับตนเองจากผู้อื่น

โดยกิจกรรมมุ่งเน้นกระทำเป็นสื่อกลางที่让孩子ใช้มุมมองต่อตนเองมีต่อกระทำ มุมมองตนเองมีต่อคนอื่น และมุมมองตนเองต่อตนเองตามลำดับ การนำกระทำมาใช้เป็นสื่อกลางทำให้เด็กกล้าที่จะเปิดมุมมองของตนเอง และการสื่อสารไม่เป็นไปยากลำบากมากนัก เนื่องจากการนำสัตว์ ซึ่งเป็นสิ่งมีชีวิต เสมือนการถูกกระทำ ทำให้เด็กสามารถคิดเชื่อมโยงต่อเนื่องได้

การทำวิจัยครั้งนี้ สิ่งที่สังเกตได้คือ อารมณ์เชิงบวก ความสุขของเด็กเมื่อแรกพบกระทำ เด็กรู้สึกตื่นเต้น และบอกว่า อยากเล่น อยากจับ และเมื่อสัมผัสครั้งแรก เด็กบอกว่า นุ่มจัง นุ่มจัง จากนั้น เกิดการสังเกตกระทำ และตั้งคำถามต่างๆ เช่น ทำไมตัวนี้ชอบนอน เหมือนตัวนี้หิวน้ำ ทำไมตัวนี้ขี้เกียจ ทำไมมันไม่ยอมวิ่ง เป็นต้น

นอกจากนี้เด็กที่ได้เข้าร่วมการทำกิจกรรมต่างๆ อยากนำสิ่งที่ได้ทำให้กระทำเก็บไว้เป็นของตนเอง จึงได้บอกกับเด็กว่า “หลังจากได้ทำกิจกรรมเสร็จแล้ว ทุกอย่างที่นี่จะทำให้กระทำจะเก็บไว้ที่ที่ตู้แลนนิ่ง หลังจากนี้ออกจากศูนย์แล้ว จะได้รับกลับไป” สิ่งนี้ทำให้เด็กมีความสุขมาก และเด็กตั้งใจทำในสิ่งที่ตนเองจะทำ เพื่อให้มีอนาคตที่ดีและได้ออกจากศูนย์

กิจกรรมต่างๆที่จัดขึ้นให้เด็กมีทั้งสิ้น 10 กิจกรรม และเด็กพบเหตุการณ์ดังนี้

### กิจกรรมที่ 1 WHO AM I? (สร้างความสัมพันธ์เพื่อลดความวิตกกังวล สร้างความมั่นคง)

กิจกรรมนี้ ในช่วงแรกเด็กบางคนจะบอกว่าวาดไม่ได้ วาดไม่เป็น คิดไม่ออก เมื่อกระตุ้นบอกเด็กว่าลองวาดตามความคิดของเด็ก เห็นภาพเป็นอย่างไร ค่อยๆถ่ายเทภาพออกมา เด็กจึงได้เริ่มวาดตามที่ตนเองคิด กิจกรรมนี้ช่วยกระตุ้นให้เด็กเริ่มจินตนาการ และได้แสดงความคิดเห็นการบอกลักษณะตนเองผ่านรูปวาดระหว่างเพื่อน

### กิจกรรมที่ 2 เพื่อนใหม่ (สร้างแรงจูงใจ)

กิจกรรมนี้สร้างความรับผิดชอบและความตระหนักต่อหน้าที่ของเด็กด้วยความเต็มใจ ผ่านแรงจูงใจด้วยการรางวัล (Reward) คือ การได้เล่นกับกระทำ และความรู้สึกที่อยากดูแล หลังจากให้เวลากับเด็กๆเล่นกับกระทำ เมื่อมารวมกลุ่มกัน ทุกคนพร้อมยกมือแสดงความคิดเห็นกับคำถามและแบ่งปันความรู้สึก ซึ่งหน้าที่และความรับผิดชอบที่เด็กได้รับ คือ การเก็บกวาด เช็ดมูล ทำความสะอาดมือทุกครั้งที่จะจับและดูแลกระทำ

### กิจกรรมที่ 3 อารมณ์ (เรียนรู้จากการสะท้อนความรู้สึก)

กิจกรรมนี้ เด็กคนหนึ่งเล่าว่า “เหมือนหนูตรงที่ชอบอยู่นิ่งๆ ไม่เหมือนตรงที่ ชอบไปหาเพื่อนเพราะหนูอยากอยู่คนเดียว อยากเดินเข้าป่า กลัว โคนรังแก” เมื่อพูดถึงการออกคำสั่งกระต่าย เด็กกล่าวว่า “เวลาออกคำสั่งบางครั้งมันก็ทำตาม บางครั้งก็ไม่ทำตาม บางทีมันก็ชวนเวลากระต่ายไม่ทำตาม ก็ปล่อยมัน ตอนแรกก็โกรธ แล้วก็ให้อภัยมันได้ ไม่เป็นไร รักมัน” หลังจากเก็บกระต่ายแล้วมีการแบ่งปันประสบการณ์เรื่องของการ “ถูกใจ ไม่ถูกใจ” ช่วย让孩子เรียนรู้การเข้าใจผู้อื่นผ่านเรื่องราวอดีตของเพื่อน เด็กกล่าวว่า “รู้สึกประทับใจและเข้าใจเพื่อนมากขึ้น เพราะที่ผ่านมาไม่เคยรู้มาก่อนว่าเพื่อนเคยผ่านอะไรมาบ้าง” เด็กบางคนบอกว่า “ไม่เคยทำกิจกรรมในรูปแบบนี้มาก่อน ไม่เคยได้ฟังเรื่องราวของเพื่อนมากขนาดนี้ และรู้สึกว่าเป็นเรื่องของตัวเองเป็นเรื่องเพียงเล็กน้อยมาก” กิจกรรมนี้เด็กๆ ทุกคนจะตั้งใจฟังกันเป็นพิเศษ สนใจเรื่องราวของกันและกัน

### กิจกรรมที่ 4 รู้จักฉัน - รู้จักเธอ (เรียนรู้ความคิดเพื่อน)

กิจกรรมนี้ ช่วยให้เด็กบางคนได้แสดงถึงสิ่งที่เพื่อนไม่เคยรู้ ได้รู้จักตนเองมากขึ้น ขณะเดียวกันเด็กได้บอกว่าตนเองรู้สึกอย่างไร ไม่อยากให้อื่นทำอะไร ระหว่างการพูดคุยเด็กที่ถูกเพื่อนกล่าวถึง บอกตอบว่า “จะพยายามเลิกทำและไม่ทำในสิ่งที่ไม่ดี” กิจกรรมนี้ช่วยให้เกิดการสะท้อนพฤติกรรมในมุมมองของเพื่อนๆ โดยไม่ได้ตั้งใจ

### กิจกรรมที่ 5 หน้าม่าน (เพิ่มทักษะสังคม สร้างการสื่อสารกับเพื่อน)

กิจกรรมนี้ช่วยให้เด็กมีความสุขเพิ่มขึ้น และเห็นมุมมองแนวทางการแก้ไขของกลุ่มอื่นๆ และความคิดเห็นของเพื่อนๆ ขณะเดียวกันสร้างความรักสามัคคีต่อกัน โดยดูจากการที่เด็กสามารถแสดงบทบาทร่วมกับคนที่ตนเองไม่ชอบได้ ภายหลังจากเด็กบอก “เข้าใจเพื่อนหลังจากได้ฟังเรื่องราวที่ผ่านมา”

การแสดงของกลุ่ม เด็กบอกว่า ตรงกับชีวิตจริงมาก และการแก้ไขปัญหามีมุมมองต่างกัน เพราะนิสัยที่ทำนั้น ต่างกัน

### กิจกรรมที่ 6 เปิดประสบการณ์ (เรียนรู้ประสบการณ์ตนเองและเพื่อน)

กิจกรรมนี้ ภายหลังจากมีเด็กคนหนึ่งได้กล้าเล่าเรื่องราวของตนเองและร้องไห้ ปรากฏว่าเด็กคนอื่น ๆ ตั้งใจเล่าตาม และพร้อมแบ่งปัน เด็กบางคนกล่าวว่า เห็นภาพตนเองชัดเจนขึ้น และเข้าใจตนเองมากขึ้น จะเก็บสิ่งที่ดีไว้เป็นแรงจูงใจต่อไป ขณะที่เด็กแต่ละคนเล่าเรื่อง ทุกคนให้ความสนใจฟังอย่างตั้งใจและบางคนมีอารมณ์ร่วมกับเรื่องราวของเพื่อนดูจากการที่เด็กมีการร้องไห้ จับมือให้กำลังใจเพื่อน เป็นกิจกรรมที่เด็กบอกว่าชอบที่สุด เพราะไม่มีคนมาเล่าเรื่องราวเยาะขำขนาดนี้ให้ฟังมาก่อนและเป็นประสบการณ์ที่ดีมาก

### กิจกรรมที่ 7 ฉันทาได้ (สร้างการเห็นคุณค่าในตนเองผ่านการให้ โดยใช้ความสามารถของตนเอง)

กิจกรรมนี้ เด็กบอกว่า “มีความสุขกับการได้ทำสิ่งดี ๆ ให้กระต่าย เป็นสิ่งที่แปลกและไม่เคยทำมาก่อน รู้สึกมีความสุข พบว่า ความสุขเกิดจากการให้ บางทีเราก็ไม่ต้องหวังผลตอบแทน” กิจกรรมนี้จึงช่วยให้เด็กมีความสุขและเห็นคุณค่าในตนเองได้ในระดับหนึ่ง

### กิจกรรมที่ 8 ความหวัง (ทำให้เด็กอยู่กับปัจจุบัน)

กิจกรรมนี้เป็นการจัดการความรู้สึกของตนเองของเด็กในระดับหนึ่ง เนื่องจากเด็กมีความสุขกับการเล่นกับกระต่ายและรู้สึกผูกพันมาก ในการแสดงความคิดเห็นเด็กบอกว่ามีความสุขและรับรู้ว่ามีความหวังดี ไม่อยากให้ออกไป แต่ขณะเดียวกัน รับรู้ว่ากระต่ายก็จะได้ไปที่ที่ดี เหมือนกับตนเอง เด็กแต่ละคนได้ให้คำจำกัดความรู้สึกและความทรงจำที่จะเก็บแตกต่างกันไป เช่น “ดีใจ ดีจัง ประทับใจ ภูมิใจ มีความสุข คิดถึง น่ารัก สุขใจ”

### กิจกรรมที่ 9 ผู้ให้ (เด็กคิดเชิงนามธรรม เชื่อมโยงตนเองกับรอบข้าง)

กิจกรรมนี้เด็กสามารถตอบเองได้ว่าตนเองมีคุณค่าอย่างไรบ้าง และจะทำให้ตนเองมีคุณค่าได้อย่างไร เมื่อพูดถึงคุณค่า เด็กบอกว่า “หนูมีคุณค่าต่อพ่อแม่ พ่อแม่จะมารับหนูกลับไป” “หนูไม่รู้ว่ามีความค่าอย่างไร หนูสามารถทำประโยชน์ให้สังคมได้” ขณะเดียวกันเด็กบางคนบอกว่า “ตนเองมีคุณค่าต่อเพื่อน ๆ ที่น่ารัก” ซึ่งเด็กแต่ละคนต่างบอกวิธีการทำ โดยการตั้งใจเรียนและเป็นเด็กดี

### กิจกรรมที่ 10 MY PLAN (นำการเห็นคุณค่าในตนเองมาสร้างเป้าหมาย)

กิจกรรมนี้ พบว่าเด็กมีเป้าหมายคล้ายๆกัน คือ การเป็นผู้ช่วยพยาบาล ครู พยาบาล หลังจบกิจกรรมเด็กเข้ามาปรึกษาเรื่องอนาคต เส้นทางชีวิต ไม่ค่อยเล่นกับกระต่ายมากเท่าใดนัก แสดงถึงเด็กตระหนักกับปัจจุบันมากขึ้น



### ข้อเสนอแนะ

1. การนำโปรแกรมไปใช้ควรมีการปรับกิจกรรมให้เหมาะกับสภาพแวดล้อมและสถานที่ทำการวิจัยอีกครั้ง เพื่อปรับให้เข้ากับกฎระเบียบ ความปลอดภัยของกระทายและเด็ก
2. ควรมีการศึกษาต่อในการใช้โปรแกรมกระทายสัตว์บำบัดแบบรายบุคคล
3. เพื่อให้การศึกษามีความน่าเชื่อถือ เพิ่มขึ้น ควรเพิ่มประชากรกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา และเพิ่มระยะเวลาการศึกษา
4. หากปรับจำนวนสมาชิกในกลุ่มให้ลดลงเหลือประมาณ 6-8 คน น่าจะช่วยให้การใช้โปรแกรมบำบัดได้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น เนื่องจากต้องใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกันภายในระยะเวลาจำกัด
5. ขยายทางเลือกใช้สัตว์ในการบำบัด ควรมีความยืดหยุ่นในการเลือกสัตว์ให้เหมาะสมกับความชอบของเด็ก เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยเพิ่มคุณค่าในตนเอง ลดภาวะซึมเศร้าและความสุขของเด็ก

## รายการอ้างอิง

- (1) Aubrey Fine. Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice. California: Academic Press, 2000.
- (2) Liana Urichuk, Dennis Anderson. Improving Mental Health Through Animal-Assisted Therapy. The Chimo Project, 2003.
- (3) Eggiman J. Animal-Assisted Therapy: Research Findings. Medscape [online]. 2006. Available from: [http://www.medscape.com/viewarticle/545439\\_5](http://www.medscape.com/viewarticle/545439_5) [2011, November 23].
- (4) สงกรานต์ ก่อกรรมนิเวศน์. ศัพท์ทางจิตเวช. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2552.
- (5) ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เลขา. การบำบัดทางเลือกในเด็กพิเศษ. กรุงเทพมหานคร: อรุณลาดพร้าว, 2550.
- (6) Never Age. สัตว์บำบัด: Animal Therapy. MMM Digital Asset Ltd. [online]. Available from: <http://www.never-age.com/lifestyle/lifestyle.php?lid=193> [2011, November 23].
- (7) สนั่น วงศ์ทวีทอง, จารุวัฒน์ ชวลิตชีวิน, บรรณาธิการ. การเลี้ยงกระต่ายทั่วไป. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: คณะสัตวแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2531.
- (8) ชีระ วิสิทธิ์พานิช. การเลี้ยงกระต่าย : RAISING RABBITS. เชียงใหม่: ภาควิชาสัตวบาล คณะเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2534.
- (9) สุวรรณ อ่อนวิมล. กระต่าย. พิมพ์ครั้งแรก. กรุงเทพมหานคร: หนังสือชุมชนเกษตร, 2531.
- (10) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะศึกษาศาสตร์. สารานุกรมศึกษา อันดับที5: จิตวิทยาและจิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพมหานคร : ศูนย์การพิมพ์ จำกัด, 2547.
- (11) Gael LindenField. Self Esteem. London: Thorsons, 2000.
- (12) Caunt J. Boost Your Self-Esteem. London [database on the Internet]. Main Database: Chulalongkorn University Library and Information Network (TH).C2003 [online]. Available from: [http://ehis.ebscohost.com/ehost/ebookviewer/ebook/nlebk\\_81880\\_AN?sid=b59e946f-60c5-4631-a4ec-9e977cac3fea@sessionmgr14&vid=1](http://ehis.ebscohost.com/ehost/ebookviewer/ebook/nlebk_81880_AN?sid=b59e946f-60c5-4631-a4ec-9e977cac3fea@sessionmgr14&vid=1) [2012, January 9].
- (13) Stanley Coopersmith. The Antecedents of Self-Esteem. Palo Alto. California: Consulting Psychologists Press, 1981.
- (14) Abraham Harold Maslow. Motivation and Personality. 2<sup>nd</sup> ed. New York: Harper & Row. 1970.
- (15) ดวงใจ กสานติกุล. โรคซึมเศร้า รักษาหายได้. กรุงเทพมหานคร: นำอักษรการพิมพ์, 2542.



- (16) อลิสา วัชรสินธุ. ภาวะซึมเศร้า. อ้างถึงใน: วันเพ็ญ บุญประกอบ, อัมพล สุอำพัน และนงพงา ลีมีสุวรรณ. จิตเวชเด็กสำหรับกุมารแพทย์. กรุงเทพมหานคร: ชวนพิมพ์, 2538.
- (17) Beck, A.T. Depression: Clinical, experimental and theoretical aspect. New York: Happer Row, 1967.
- (18) สุวพัทธ์ เวสม์วิบูลย์. สภาวะทางจิตสังคมของเด็กหญิงที่ถูกทารุณกรรมทางเพศในศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็กและมูลนิธิคุ้มครองเด็ก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- (19) พยาบาลบ้านหลวง จังหวัดน่าน. ภาวะซึมเศร้า-ความหมาย [ออนไลน์]. 2011. แหล่งที่มา: [http://nursebl.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=9%3Amillions-of-smiles&catid=1%3Alatest-news&limitstart=3](http://nursebl.com/index.php?option=com_content&view=article&id=9%3Amillions-of-smiles&catid=1%3Alatest-news&limitstart=3). [27 กุมภาพันธ์ 2556]
- (20) Wikipedia. Happiness. The Free Encyclopedia [online]. 2012. Available from: <http://en.wikipedia.org/wiki/Happiness>. [2012, February 2]
- (21) มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ความสุข. วารสารทรัพยากรมนุษย์ [ออนไลน์]. 2555. แหล่งที่มา: <http://kc.hri.tu.ac.th/index.php?title=ความสุข> [23 กุมภาพันธ์ 2555]
- (22) Computational Knowledge engine. Happy. WolframAlpha [online]. Available from: <http://www.wolframalpha.com/input/?i=happy> [2012, February 2]
- (23) WHO. Maltreatment. Yes I can.org [online]. Available from: <http://www.yesican.org/definitions/WHO.html>. [2011, December 24]
- (24) จิราภรณ์ บุญปก. ความหมายของความรุนแรงในเด็ก. งานเทคโนโลยีสารสนเทศ: สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ขอนแก่น [ออนไลน์]. 2551. แหล่งที่มา: [http://mx.kkpho.go.th/osckk/index.php?option=com\\_content&task=view&id=105&Itemid=72](http://mx.kkpho.go.th/osckk/index.php?option=com_content&task=view&id=105&Itemid=72) [23 กุมภาพันธ์ 2555]
- (25) สุภาเพ็ญ คชพลายุทธ์. ผลของการจัดกิจกรรมบำบัดต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ความคาดหวังในชีวิต และภาวะซึมเศร้า ของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541
- (26) Christian A. Randomised controlled trial of animal facilitated therapy with dolphins in the treatment of depression. BMJ research [online]. Available from: <http://www.bmj.com/content/331/7527/1231.abstract>. [2005, November 24]
- (27) Buchanan H and Niven N. Validation of a Facial Image Scale to assess child dental anxiety. International Journal of Paediatric Dentistry. 2002. 12: 47–52.

- (28) Tracy J. D., Diana D. and Jacquelyn S. P. Evaluating Animal-Assisted Therapy in Group Treatment for Child Sexual Abuse. Journal of Child Sexual Abuse[online]. 2012. Vol.21 Issue 6. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23194140?dopt=Abstract> [2013, February 28]
- (29) Lindsey E. Animal Assisted Therapy and the Psycho-social Correlates of Children in the “Paws for People” Therapy Dog Program at Muriel Brand School [online]. 2009 Available from: <http://www.pawsforpeople.co.za/science/Research%20Assignment.pdf> [2013, February 28]
- (30) Tedeschi P. Fitchett J. and Molidor E.C. The Incorporation of Animal-Assisted Interventions in Social Work Education [online]. 2005. Available from: [http://www.humananimalconnection.org/PDF/AASW\\_in\\_Education.pdf](http://www.humananimalconnection.org/PDF/AASW_in_Education.pdf) [2013, March 3]
- (31) Sori F. C and Hecker L.L. The Therapist's Notebook for Children and Adolescents: Homework, Handouts and Activities for Use in Psychotherapy. The Haworth Clinical Practice Press[online], 2003. Available from <http://ehlt.flinders.edu.au/education/DLiT/2000/Piaget/stages.htm> [2013, February 28]
- (32) Feather, Jacqueline S.; Ronan, Kevin R. Trauma-Focused Cognitive Behavioural Therapy for Abused Children with Posttraumatic Stress Disorder: A Pilot Study. New Zealand Journal of Psychology, 2006, Vol. 35 Issue 3, p132. Available from:<http://connection.ebscohost.com/c/articles/23835523/trauma-focused-cognitive-behavioural-therapy-abused-children-posttraumatic-stress-disorder-pilot-study>. [2013, March 13]
- (33) Edwards L., Hopgood J., Rosenberg K. and Rush K. Mental Development and Education. [online] available from: <http://tkc.go.th> [2013, March 13]
- (34) Garralda E.M. and Flament M. Working with Children and Adolescents: An Evidence-Based Approach to Risk and Resilience. Maryland: Rowman and Littlefield Publishers, 2006.
- (35) Kerig K.P. and Wenar C. Developmental Psychopathology: From Infancy through Adolescence. 5<sup>th</sup> ed. New York: McGraw-Hill, 2006.
- (36) Thomas M.R. Comparing Theories of Child. 4<sup>th</sup> ed. California: Brooks/Cole, 1996.

ภาคผนวก


ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบโปรแกรมกระต่ายช่วยบำบัด

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตร พิทยรัตน์เสถียร
2. ศาสตราจารย์ แพทย์หญิงอุมาพร ตรังคสมบัติ
3. สัตวแพทย์หญิง เทพสิรินทร์ มากบุญศรี



## ภาคผนวก ข

 <p>คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</p>	<p>เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วม โครงการวิจัย (Information sheet for research participation)</p>
--	--

**ชื่อโครงการวิจัย** ผลการใช้กระดาษช่วยบำบัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้าและความสุข  
ของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม

**ผู้ทำวิจัย**

**ชื่อ** นางสาวแก้วกุล ดันดีพิสิฐกุล  
**ที่อยู่** ภาควิชาจิตเวช คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
เลขที่ 1873 ถนนพระราม 4 ปทุมวัน กรุงเทพมหานคร 10330  
**เบอร์โทรศัพท์** 080-590-1793

**เรียน** อาสาสมัครโครงการวิจัยทุกท่าน

หนูได้รับเชิญให้เข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้เนื่องจาก หนูเป็นเด็กหญิงที่ถูกกระทำทารุณทางเพศ  
ร่างกายและจิตใจ ซึ่งอยู่ในความดูแลของสถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง ก่อนที่หนูจะตัดสินใจเข้าร่วม  
ในการศึกษาวิจัยดังกล่าว ขอให้หนูอ่านเอกสารฉบับนี้อย่างถี่ถ้วน เพื่อให้หนูได้ทราบถึงเหตุผลและรายละเอียด  
ของการวิจัยในครั้งนี้ หากหนูมีข้อสงสัยใดๆ เพิ่มเติม กรุณาซักถามจากพี่ซึ่งจะเป็นผู้สามารถตอบคำถามและ  
ให้ความเข้าใจที่ถูกต้องแก่หนู

หนูสามารถขอคำแนะนำในการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้จากผู้ปกครองของหนู และแพทย์ประจำตัวของ  
หนูได้ หนูมีเวลาเพียงพอในการตัดสินใจอย่างอิสระ ถ้าหนูตัดสินใจแล้วว่าจะเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ ขอให้หนูลง  
นามในเอกสารแสดงความยินยอมของโครงการวิจัยนี้

**เหตุผลและความเป็นมา**

เนื่องจากเด็กๆที่อยู่ในสถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็กจังหวัดลำปาง มักมีความวิตกกังวล ซึมเศร้า ไม่เห็น  
คุณค่าในตนเอง อ่างว้าง โดดเดี่ยว เปลี่ยวเหงา ซึ่งเป็น ด้านความรู้สึกที่ส่งผลกระทบต่อจิตใจในระยะ ยาว  
โดยเฉพาะในเพศหญิง ซึ่งเป็นกลุ่มที่สถิติสูงมีกว่าเพศชาย พี่จึงสนใจและเห็นความสำคัญของการนำสัตว์มาช่วย  
ในส่งเสริมสุขภาพจิตทางหนึ่งนี้อาจมีผลให้ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้าและความสุขเปลี่ยนแปลง  
ไปในทางที่ดีขึ้น อีกทั้งเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตและสามารถนำไปประยุกต์ใช้เพื่อช่วยเหลือสังคม  
ต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการศึกษา

เพื่อศึกษาผลของการนำกระต่ายมาช่วยในการบำบัดต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้าและความสุขของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม สถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย จำนวน 30 คน

### วิธีการที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

หากหนูตกลงเข้าร่วมการวิจัยจะมีขั้นตอน ดังต่อไปนี้

หนูจะได้รับแบบสอบถาม จำนวน 3 ชุด คือ 1. แบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง จำนวน 58 ข้อ 2. แบบวัดภาวะซึมเศร้าในเด็ก (CDI) จำนวน 27 ข้อ 3. Face scale จำนวน 1 ข้อ การทำแบบสอบถามเหล่านี้จะทำ 3 ช่วง คือ ก่อนการเข้าโปรแกรมการบำบัดด้วยกระต่าย หลังการเข้าโปรแกรมการบำบัดด้วยกระต่ายทันที และหลังการเข้าโปรแกรมการบำบัดด้วยกระต่าย เป็นเวลา 1 เดือน ซึ่งจะใช้เวลาในการตอบแบบสอบถามประมาณ 30-45 นาที โดยหนูมีสิทธิ์ที่จะไม่ตอบคำถามข้อใดๆ ที่หนูไม่ต้องการตอบ

โปรแกรมการบำบัดด้วยกระต่ายจะใช้เวลาทั้งสิ้น 5 วัน ณ สถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง โดยตลอดทั้งโปรแกรมการบำบัดจะมีอาจารย์แพทย์ 1 ท่าน พี่ๆ ปรึกษาโทและพี่ๆ สัตวแพทย์ ร่วมโปรแกรมกับหนูด้วย

### ความเสี่ยงที่อาจได้รับ

ความเสี่ยงจากการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้มีความเสี่ยงเพียงเล็กน้อย คือ หนูอาจจะโดนเล็บของกระต่ายขีด ข่วนขณะอุ้ม หรือ ทำกิจกรรมในการดูแลกระต่าย รวมถึงให้ระมัดระวังกระต่ายกัด ซึ่งอาจทำให้หนูเกิดอาการตื่นตกใจ หากเกิดอุบัติเหตุขึ้นระหว่างกิจกรรมหนูจะได้รับการดูแลเบื้องต้นโดยอาจารย์แพทย์ แต่ถ้าหากมีความรุนแรงมาก พี่จะรีบส่งโรงพยาบาลทันที

ส่วนเรื่องเชื้อโรคที่อาจติดจากกระต่าย หนูไม่ต้องกังวล เพราะพี่ๆ สัตวแพทย์ได้มีการดูแล ตรวจ และฉีด ยากระต่ายเป็นอย่างดีมาแล้ว 6 เดือน

### ประโยชน์ที่หนูอาจได้รับ

หนูอาจได้ประโยชน์จากโปรแกรมการบำบัดด้วยสัตว์ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตของอาสาสมัคร ช่วยให้หนูมีความสุข และเห็นคุณค่าในตัวเองมากขึ้น เพื่อนำไปสู่การมีชีวิตที่ดีต่อไปในอนาคต

### ข้อปฏิบัติของหนูขณะเข้าร่วมในโครงการวิจัย

ขอให้หนูปฏิบัติดังนี้

- ขอให้หนูปฏิบัติตามคำแนะนำของพี่อย่างเคร่งครัด
- ขอให้หนูแจ้งพี่ทราบถึงความผิดปกติที่เกิดขึ้นระหว่างที่หนูเข้าร่วมในโครงการวิจัย

### **อันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากการเข้าร่วมในโครงการวิจัยและความรับผิดชอบของพี่**

หากหนูพบอันตรายที่เกิดจากการทำวิจัย หนูจะได้รับการรักษาที่ดีที่สุดและเหมาะสมทันที และพี่ยินดีจะรับผิดชอบค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลของหนูทั้งหมด นอกจากนี้หากพบว่าหนูมีภาวะซึมเศร้าจากการประเมินจากแบบสอบถามหรือมีอาการผิดปกติระหว่างโปรแกรมบำบัด พี่จะดำเนินการส่งต่อผู้เชี่ยวชาญเพื่อทำการรักษาต่อไป

ในกรณีที่หนูได้รับอันตรายใดๆ หรือต้องการข้อมูลเพิ่มเติมที่เกี่ยวข้องกับโครงการวิจัย หนูสามารถติดต่อพี่ที่ คือ นางสาวแก้วกุล ตันตพิสิษฐกุล ได้ตลอด 24 ชั่วโมง โทรศัพท์ 080-590-1793

### **การเข้าร่วมและสิ้นสุดการเข้าร่วมโครงการวิจัย**

การเข้าร่วมโครงการวิจัยครั้งนี้เป็นไปโดยสมัครใจ หากหนูไม่สมัครใจจะเข้าร่วมการศึกษาแล้วสามารถถอนตัวได้ตลอดเวลา

### **การปกป้องรักษาข้อมูลความลับของอาสาสมัคร**

ข้อมูลทุกอย่างเกี่ยวกับตัวหนูจะถูกเก็บเป็นความลับ จะได้รับการปกปิดและไม่เปิดเผยแก่สาธารณชน ในกรณีที่ผลการวิจัยได้รับการตีพิมพ์ ชื่อของหนูจะต้องได้รับการปกปิดอยู่เสมอ หากจะยกเลิกรายให้สิทธิ์ใดๆ หนูสามารถแจ้งหรือเขียนบันทึกขอยกเลิก โดยส่งไปที่ นางสาวแก้วกุล ตันตพิสิษฐกุล ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เลขที่ 1873 ถนนพระราม 4 ปทุมวัน กรุงเทพมหานคร 10330

หากหนูขอยกเลิกการให้คำยินยอมหลังจากที่หนูได้เข้าร่วมโครงการวิจัยแล้ว ข้อมูลส่วนตัวของหนูจะไม่ถูกบันทึกเพิ่มเติม อย่างไรก็ตามข้อมูลอื่นๆ ของหนูอาจถูกนำมาใช้เพื่อประเมินผลการวิจัย และหนูไม่สามารถกลับมาเข้าร่วมในโครงการครั้งนี้ได้อีก ทั้งนี้เนื่องจากข้อมูลของหนูที่จำเป็นสำหรับการใช้เพื่อการวิจัยไม่ได้ถูกบันทึกสิทธิ์ของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย


ในฐานะที่หนูเป็นผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย หนูจะมีสิทธิ์ในการตัดสินใจดังต่อไปนี้

1. หนูจะได้รับทราบถึงลักษณะและวัตถุประสงค์ของการวิจัยในครั้งนี้
2. หนูจะได้รับการอธิบายเกี่ยวกับระเบียบวิธีวิจัยของการวิจัย
3. หนูจะได้รับทราบการอธิบายถึงความเสี่ยงเกี่ยวกับความไม่สบายที่หนูจะได้รับจากการวิจัย
4. หนูจะได้รับทราบการอธิบายถึงประโยชน์ที่หนูอาจได้รับการวิจัย
5. หนูจะไม่มีโอกาสซักถามเกี่ยวกับงานวิจัยหรือขั้นตอนที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย
6. หนูจะได้รับทราบว่า การยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ หนูสามารถขอถอนตัวจากโครงการเมื่อใดก็ได้ โดยสามารถขอถอนตัวออกจากโครงการวิจัยโดยไม่มีผลกระทบใดๆ ทั้งสิ้น
7. หนูจะได้รับสำเนาเอกสารใบยินยอมที่มีทั้งลายเซ็นและวันที่
8. หนูจะได้รับโอกาสในการตัดสินใจว่าจะเข้าร่วมในโครงการวิจัยหรือไม่ก็ได้ โดยปราศจากการใช้อิทธิพลข่มขู่

หากหนูไม่ได้รับการชดเชยอันควรต่อการบาดเจ็บหรือการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นโดยตรงจากการวิจัย หรือ หนูไม่ได้รับการปฏิบัติตามที่ปรากฏในเอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมในการวิจัย หนูสามารถร้องเรียนได้ที่ คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ตึกอำนวยการ ชั้น 3 โรงพยาบาล จุฬาลงกรณ์ ถนนพระราม 4 ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์ 0-2256-4455 ต่อ 14, 15 ในเวลาราชการ

ขอขอบคุณหนูในความร่วมมือ



 <p>คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</p>	<p>เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้แทนโดยชอบธรรม (Information sheet for research participation)</p>
--	--

**ชื่อโครงการวิจัย** ผลการใช้กระทายช่วยบำบัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้าและความสุข  
ของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม

### ผู้ทำวิจัย

**ชื่อ** นางสาวแก้วกุล ดันติพิสิฐกุล  
**ที่อยู่** ภาควิชาจิตเวช คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
เลขที่ 1873 ถนนพระราม 4 ปทุมวัน กรุงเทพมหานคร 10330  
**เบอร์โทรศัพท์** 080-590-1793

**เรียน ผู้ปกครองและผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยทุกท่าน**

เด็กในความดูแลของท่านได้รับเชิญให้เข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ เนื่องจากเด็กในความดูแลของท่าน เป็นเด็กหญิง  
ที่ถูกกระทำทารุณทางเพศ ร่างกายและจิตใจ ก่อนที่ท่านจะตัดสินใจอนุญาตให้เด็ก ความดูแลของท่านเข้าร่วมการ  
ศึกษาวิจัยดังกล่าว ขอให้ท่านอ่านเอกสารฉบับนี้อย่างถี่ถ้วน เพื่อให้ท่านได้ทราบถึงเหตุผลและรายละเอียดของกา  
ศึกษาวิจัยในครั้งนี้ หากท่านมีข้อสงสัยใดๆเพิ่มเติม กรุณาซักถามจากผู้ทำวิจัย ซึ่งจะเป็นผู้ตอบคำถามและให้ความกระจ่าง  
แก่ท่านได้

ท่านสามารถขอคำแนะนำในการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้จากเพื่อนของท่าน และแพทย์ประจำตัวเด็กในความดูแล  
ของท่านได้ ท่านมีเวลาเพียงพอในการตัดสินใจโดยอิสระ ถ้าท่านตัดสินใจแล้วว่า จะเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ ขอให้ท่านลง  
นามในเอกสารแสดงความยินยอมของโครงการวิจัยนี้

### เหตุผลและความเป็นมา

เนื่องจากความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและภาวะซึมเศร้าของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรมเป็นความเจ็บป่วยด้าน  
ความรู้สึกที่ส่งผลกระทบต่อจิตใจในระยะยาว โดยเฉพาะในเพศหญิง ซึ่งเป็นกลุ่มที่สถิติสูงกว่าเพศชาย ผู้วิจัยจึงเล็งเห็น  
ความสำคัญของการนำสัตว์มาช่วยในการบำบัดเป็นทางเลือกหนึ่งที่มีผลให้ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า  
และความสุขเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น อีกทั้งเป็นแนวทางในการพัฒนาองค์ความรู้ในสาขาสุขภาพจิตและงานวิจัย  
ต่อไป

## วัตถุประสงค์ของการศึกษา

เพื่อศึกษาผลของการนำกระต่ายมาช่วยในการบำบัดต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้าและ ความสุขของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม สถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย จำนวน 30 คน

## วิธีการที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

หากท่านตกลงอนุญาตให้เด็กในความดูแลของท่านเข้าร่วมการวิจัยจะมีขั้นตอน ดังต่อไปนี้

ผู้วิจัยจะนำแบบสอบถามมาให้อาสาสมัคร จำนวน 3 ส่วน ประกอบด้วย ส่วนที่ 1. แบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง จำนวน 58 ข้อ ส่วนที่ 2. แบบวัดภาวะซึมเศร้าในเด็ก (CDI) จำนวน 27 ข้อ ส่วนที่ 3. Face scale จำนวน 1 ข้อ ซึ่งอาสาสมัครต้องเป็นผู้ตอบแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง แบบวัดภาวะซึมเศร้าในเด็ก (CDI) และ Face scale ด้วยตนเอง

การทำแบบสอบถามเหล่านี้จะทำ 3 ช่วง คือ ก่อนการเข้ารับการบำบัด หลังการเข้ารับการบำบัดทันที และภายหลังสิ้นสุดการเข้ารับการบำบัดเป็นเวลา 1 เดือน ซึ่งจะใช้เวลาในการตอบแบบวัดประมาณ 30-45 นาที ท่านและอาสาสมัครมีสิทธิ์ไม่ตอบคำถามข้อใดๆ ที่ท่านไม่ต้องการตอบ

โปรแกรมการบำบัดด้วยกระต่ายจะใช้เวลาทั้งสิ้น 5 วัน ณ สถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง โดยตลอดทั้งโปรแกรมการบำบัดจะมีอาจารย์แพทย์ 1 ท่าน นิสิตปริญญาโท สาขาสุขภาพจิต และนิสิตสัตวแพทย์ เป็นผู้ดูแลอาสาสมัครตลอดโครงการ

## ความเสี่ยงที่อาจได้รับ

ความเสี่ยงจากการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้มีความเสี่ยงเพียงเล็กน้อย คือ เด็กที่อยู่ในความดูแลของท่านอาจจะโดน เล็บของกระต่ายขีดข่วนขณะอุ้ม หรือทำกิจกรรมในการดูแลกระต่าย และให้ระมัดระวังกระต่ายกัด ซึ่งอาจทำให้เกิดอาการ ตื่นตกใจ หากเกิดอุบัติเหตุขึ้นระหว่างกิจกรรม อาสาสมัครจะได้รับการดูแลเบื้องต้นโดยอาจารย์แพทย์ แต่ถ้าหากมีความรุนแรงมาก ผู้วิจัยจะรีบส่งโรงพยาบาลทันที

ส่วนเรื่องเชื้อโรคที่อาจติดจากกระต่ายนั้น ก่อนที่จะนำกระต่ายมาเข้าร่วมโปรแกรม ได้มีการเลี้ยงดู ตรวจโรค นีดวัคซีน โดยสัตวแพทย์มาแล้วเป็นเวลาอย่างน้อย 6 เดือน จึงมีความเสี่ยงน้อยมากที่จะเกิดการติดเชื้อ

## ประโยชน์ที่ท่านอาจได้รับ

อาสาสมัครอาจได้ประโยชน์จากโปรแกรมการบำบัดด้วยสัตว์ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตของอาสาสมัคร นอกจากนี้ผลการศึกษาที่ได้จะนำมาเป็นแนวทางสำหรับสถานพัฒนาและฟื้นฟูเด็ก จังหวัดลำปาง ประชาชน

บุคลากรด้านสาธารณสุขและการศึกษา ในการวางแผน ให้ดูแลและช่วยเหลือแก่ผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าในระดับมากถึงรุนแรง เพื่อการรักษา ส่วนกลุ่มที่มีภาวะซึมเศร้าอยู่ในระดับปกติ ควรได้รับการส่งเสริมสุขภาพจิต ต่อไปด้วย

### ข้อปฏิบัติของท่านขณะเข้าร่วมในโครงการวิจัย

ขอให้ท่านปฏิบัติดังนี้

- ขอให้ท่านแจ้งผู้ทำวิจัยทราบถึงความผิดปกติที่เกิดขึ้นระหว่างที่เด็กในความดูแลของท่านเข้าร่วมในโครงการวิจัย

### อันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากการเข้าร่วมในโครงการวิจัยและความรับผิดชอบของผู้ทำวิจัย

หากอาสาสมัครพบอันตรายที่เกิดจากการทำวิจัย อาสาสมัครจะได้รับการรักษาอย่างเหมาะสมทันทีหากพิสูจน์ว่าเด็กในความดูแลของท่านปฏิบัติตามคำแนะนำของผู้วิจัยแล้ว ผู้วิจัยยินดีจะรับผิดชอบค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลของอาสาสมัคร และการลงนามในเอกสารให้ความยินยอม ไม่ได้หมายความว่าผู้เข้าร่วมการวิจัยได้สละสิทธิ์ทางกฎหมายตามปกติที่ผู้เข้าร่วมการวิจัยพึงมี นอกจากนี้หากพบว่าอาสาสมัครมีภาวะซึมเศร้าจากการประเมินจากแบบสอบถามหรือมีพฤติกรรมผิดปกติระหว่าง โปรแกรมบำบัดให้ส่งต่อผู้เชี่ยวชาญเพื่อรักษาต่อไป

ในกรณีที่อาสาสมัครได้รับอันตรายใดๆ หรือต้องการข้อมูลเพิ่มเติมที่เกี่ยวข้องกับ โครงการวิจัย ท่านหรืออาสาสมัคร สามารถติดต่อกับผู้ทำวิจัย คือ นางสาวแก้วกุล ดันดิพิสิฐกุล ได้ตลอด 24 ชั่วโมง โทรศัพท์ 080-590-1793

### การเข้าร่วมและสิ้นสุดการเข้าร่วมโครงการวิจัย

การเข้าร่วมโครงการวิจัยครั้งนี้เป็นไปโดยสมัครใจ หากท่านหรือเด็กในความดูแลของท่านไม่สมัครใจจะเข้าร่วมการศึกษาแล้วสามารถถอนตัวได้ตลอดเวลา

### การปกป้องรักษาข้อมูลความลับของอาสาสมัคร

ข้อมูลที่จะจะไปสู่การเปิดเผยตัวอาสาสมัคร จะได้รับการปกปิดและไม่เปิดเผยแก่สาธารณชน ในกรณีที่ผลการวิจัยได้รับการตีพิมพ์ ชื่อและที่อยู่ของอาสาสมัครจะต้องได้รับการปกปิดอยู่เสมอ โดยเฉพาะรหัสประจำโครงการวิจัยของอาสาสมัคร หากจะขอยกเลิกการให้สิทธิ์ดังกล่าว ท่านหรืออาสาสมัครสามารถแจ้งหรือเขียนบันทึกขอยกเลิกการให้คำยินยอม โดยส่งไปที่ นางสาวแก้วกุล ดันดิพิสิฐกุล ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เลขที่ 1873 ถนนพระราม 4 ปทุมวัน กรุงเทพมหานคร 10330

หากท่านหรือเด็กในความดูแลของท่าน ขอยกเลิกการให้คำยินยอมหลังจากที่ได้เข้าร่วมโครงการวิจัยแล้ว ข้อมูลส่วนตัวของอาสาสมัครจะไม่ถูกบันทึกเพิ่มเติม อย่างไรก็ตามข้อมูลอื่นๆ ของอาสาสมัครอาจถูกนำมาใช้เพื่อประเมิน

ผลการวิจัย และอาสาสมัครไม่สามารถกลับมาเข้าร่วมในโครงการครั้งนี้ได้อีก ทั้งนี้เนื่องจากข้อมูลของอาสาสมัครที่จำเป็นสำหรับการใช้เพื่อการวิจัยไม่ได้ถูกบันทึก


### สิทธิของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

ในฐานะที่เด็กในความดูแลของท่านเป็นอาสาสมัครร่วมโครงการวิจัย ท่านจะมีสิทธิในการตัดสินใจดังต่อไปนี้

1. ท่านจะได้รับทราบถึงลักษณะและวัตถุประสงค์ของการวิจัยในครั้งนี้
2. ท่านจะได้รับการอธิบายเกี่ยวกับระเบียบวิธีวิจัยของการวิจัย
3. ท่านจะได้รับทราบการอธิบายถึงความเสี่ยงเกี่ยวกับความไม่สบายที่ท่านจะได้รับจากการวิจัย
4. ท่านจะได้รับทราบการอธิบายถึงประโยชน์ที่ท่านอาจได้รับจากการวิจัย
5. ท่านจะได้มีโอกาสซักถามเกี่ยวกับงานวิจัยหรือขั้นตอนที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย
6. ท่านจะได้รับทราบว่าการยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ ท่านสามารถขอถอนตัวจากโครงการเมื่อใดก็ได้ โดยผู้เข้าร่วมวิจัยในโครงการวิจัยสามารถขอถอนตัวออกจากโครงการวิจัยโดยไม่มีผลกระทบใดๆ ทั้งสิ้น
7. ท่านจะได้รับสำเนาเอกสารใบยินยอมที่มีทั้งลายเซ็นและวันที่
8. ท่านจะได้รับโอกาสในการตัดสินใจว่าจะเข้าร่วมในโครงการวิจัยหรือไม่ก็ได้ โดยปราศจากการใช้สิทธิพลข่มขู่

หากท่านไม่ได้รับการชดเชยอันควรต่อการบาดเจ็บหรือการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นโดยตรงจากการวิจัย หรือท่านไม่ได้รับการปฏิบัติตามที่ปรากฏในเอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมในการวิจัย ท่านสามารถร้องเรียนคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ตึกอำนวยการ 3 โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ถนนพระราม 4 ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์ 0-2256-4455 ต่อ 14, 15 ในเวลาราชการ

ขอขอบพระคุณในการร่วมมือของท่านมา ณ ที่นี้

 <p>คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</p>	<p>เอกสารแสดงความยินยอมผู้เข้าร่วม โครงการวิจัย สำหรับเด็ก (Informed Consent Form)</p>
--	--

การวิจัยเรื่อง ผลของการใช้กระดาษช่วยบำบัดต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า และความสุข  
ของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม

วันที่ให้คำยินยอม วันที่ .....เดือน.....พ.ศ.....

ข้าพเจ้า ค.ณ / นางสาว.....

ที่อยู่.....

ได้อ่านรายละเอียดจากเอกสารข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยที่แนบมาฉบับวันที่.....

และอนุญาตให้เข้าร่วมโครงการวิจัยโดยสมัครใจ

หนูได้รับสำเนาเอกสารแสดงความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยที่หนูได้ลงนาม และวันที่พร้อมด้วย  
เอกสารข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย ทั้งนี้ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมให้ทำการวิจัยครั้งนี้ หนูได้รับการ  
อธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ระยะเวลาของการทำวิจัย วิธีการวิจัย อันตรายหรืออาการที่อาจ  
เกิดขึ้นจากการวิจัย รวมทั้งประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัย หนูมีเวลาและโอกาสเพียงพอในการซักถามข้อ  
สงสัยจนมีความเข้าใจอย่างดีแล้ว โดยผู้วิจัยได้ตอบคำถามต่างๆ ด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบังซ่อนเร้นจนหนูเข้าใจ

หนูมีสิทธิ์ที่จะบอกเลิกเข้าร่วมในโครงการวิจัยเมื่อใดก็ได้ โดยไม่จำเป็นต้องแจ้งเหตุผล และการบอก  
เลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้ ซึ่งจะไม่มีผลต่อการเรียนหรือสิทธิอื่นๆ ที่หนูจะพึงได้รับต่อไป

หนูจะเป็นคนตอบแบบสอบถามด้วยตนเองตามความสมัครใจ ไม่มีการบังคับ หนูจะเลือกตอบ  
แบบสอบถามหรือไม่ก็ได้ จะไม่มีผลต่อการเรียนการสอนและผลการเรียนของหนู

ถ้าหนูอยากตอบแบบสอบถาม ขอให้หนูตอบตามความเป็นจริง โดยผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลส่วนตัว  
ของหนูเป็นความลับและจะเปิดเผยได้เฉพาะเมื่อได้รับการยินยอมจากหนูเท่านั้น

ถ้าหนูสงสัยอะไรเกี่ยวกับแบบสอบถาม หนูสามารถถามพี่ได้โดยตรง พี่จะตอบคำถามที่หนูสงสัยทุก  
อย่าง หนูยังสามารถให้ผู้ปกครองติดต่อพี่ได้ที่ ภาควิชาจิตเวช คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เลขที่  
1873 ถนนพระราม 4 ปทุมวัน กรุงเทพมหานคร 10330 โทรศัพท์ 086-975-6651 หรือหากหนูเห็นว่าพี่กระทำการ  
ใดที่ไม่เหมาะสมก็สามารถร้องเรียนได้ที่สำนักงานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศา



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ตึกอำนวยการ ชั้น 3 โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ถนนพระราม 4 ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์ 0-2256-4455 ต่อ 14, 15 โทรสาร 0-2256-4493

หนูทราบว่าข้อมูลในการวิจัยของหนูที่ไม่มีการเปิดเผยชื่อ จะผ่านกระบวนการต่างๆ เช่น การเก็บข้อมูล การบันทึกข้อมูลในแบบบันทึกและในคอมพิวเตอร์ การตรวจสอบ การวิเคราะห์ และการรายงานข้อมูล วัตถุประสงค์ทางวิชาการเท่านั้น


หนูได้อ่านข้อความข้างต้นและมีความเข้าใจดีทุกประการแล้ว ยินดีเข้าร่วมในการวิจัยด้วยความเต็มใจ จึงได้ลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมนี้

..... ลงนามผู้ให้ความยินยอม (ชื่อหนู)  
 (.....) ชื่อหนู ตัวบรรจง  
 วันที่.....เดือน..... พ.ศ.....

ข้าพเจ้าได้อธิบายถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย ความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นจากการวิจัย รวมทั้งประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียดให้ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยตามนามข้างต้นได้ทราบและมีความเข้าใจดีแล้ว พร้อมลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมด้วยความเต็มใจ

..... ลงนามผู้ทำวิจัย  
 (.....) ชื่อผู้ทำวิจัย ตัวบรรจง  
 วันที่.....เดือน..... พ.ศ.....

..... ลงนามพยาน  
 (.....) ชื่อพยาน ตัวบรรจง  
 วันที่.....เดือน..... พ.ศ.....

 <p>คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</p>	<p>เอกสารแสดงความยินยอมผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย สำหรับผู้แทนโดยชอบธรรม (Informed Consent Form)</p>
--	---

โครงการวิจัยเรื่อง ผลของการใช้กระดาษช่วยบำบัดต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า และความสุข  
ของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม

วันให้ความยินยอม วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ข้าพเจ้า นาย/นาง/นางสาว..... ซึ่งมีความสัมพันธ์  
เป็น ..... ของ ค.ณ./ นางสาว..... ได้อ่านรายละเอียดจาก  
เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยที่แนบมาฉบับวันที่..... แล้วข้าพเจ้ายินยอมให้  
ค.ณ./ นางสาว..... เข้าร่วมในโครงการวิจัยโดยสมัครใจ

ข้าพเจ้าได้รับสำเนาเอกสารแสดงความยินยอมเข้าร่วมในโครงการวิจัยที่ข้าพเจ้าได้ลงนาม และ วันที่ พร้อม  
ด้วยเอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย ทั้งนี้ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมในการวิจัยนี้  
ข้าพเจ้าและผู้เข้าร่วมการวิจัยได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ระยะเวลาของการทำวิจัย วิธีการ  
วิจัย อันตราย หรืออาการที่อาจเกิดขึ้นจากการวิจัย หรือจากยาที่ใช้รวมทั้งประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยและ  
แนวทางรักษาโดยวิธีอื่นอย่างละเอียด ข้าพเจ้าและผู้เข้าร่วมการวิจัยมีเวลาและโอกาสเพียงพอในการซักถามข้อสงสัย  
ทั้งหมดจนมีความเข้าใจอย่างดีแล้ว โดยผู้วิจัยได้ตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าและผู้เข้าร่วมการวิจัย สงสัยด้วยความเต็ม  
ใจไม่ปิดบังซ่อนเร้นจนข้าพเจ้าและผู้เข้าร่วมการวิจัย พอใจ

ข้าพเจ้าและผู้เข้าร่วมใน โครงการวิจัย ได้รับทราบจากผู้วิจัยว่าหากเกิดอันตรายใด ๆ จากการวิจัยดังกล่าว  
ผู้เข้าร่วมวิจัยจะได้รับการรักษาพยาบาล โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย

ข้าพเจ้าเข้าใจถึงสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัย เมื่อใดก็ได้โดยไม่จำเป็นต้องแจ้งเหตุผลและการบอก  
เลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้ จะไม่มีผลต่อการรักษาโรคหรือสิทธิอื่นๆ ที่ผู้เข้าร่วมการวิจัยจะพึงได้รับต่อไป

ผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวของผู้เข้าร่วมการวิจัยเป็นความลับ และจะเปิดเผยได้เฉพาะเมื่อ  
ได้รับการยินยอมจากข้าพเจ้าเท่านั้น บุคคลอื่น ในนามของบริษัทผู้สนับสนุนการวิจัย คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรม  
การวิจัยในคน และสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา อาจจะได้รับอนุญาตให้เข้ามาตรวจและประมวลข้อมูล  
ส่วนตัวของผู้เข้าร่วมการวิจัย ทั้งนี้จะต้องกระทำไปเพื่อวัตถุประสงค์เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลเท่านั้น โดย  
การตกลงที่จะเข้าร่วมการศึกษานี้ข้าพเจ้าได้ให้ความยินยอมที่จะให้มีการตรวจสอบข้อมูลประวัติทางการแพทย์  
ของผู้เข้าร่วมการวิจัยได้

ผู้วิจัยรับรองว่าจะไม่มีการเก็บข้อมูลใด ๆ ของผู้เข้าร่วมการวิจัย เพิ่มเติม หลังจากที่ข้าพเจ้าขอยกเลิกการเข้าร่วมโครงการวิจัยและต้องการให้ทำลายเอกสารและ/หรือตัวอย่างที่ใช้ตรวจสอบทั้งหมดที่สามารถสืบค้นถึงตัวผู้เข้าร่วมการวิจัย

ข้าพเจ้าเข้าใจว่า ข้าพเจ้าและ ผู้เข้าร่วมการวิจัยมีสิทธิที่จะตรวจสอบหรือแก้ไขข้อมูลส่วนตัวของผู้เข้าร่วมการวิจัยและสามารถยกเลิกการให้สิทธิในการใช้ข้อมูลส่วนตัวของผู้เข้าร่วมการวิจัยได้ โดยต้องแจ้งให้ผู้วิจัยรับทราบ

ข้าพเจ้าได้ตระหนักว่าข้อมูลในการวิจัยรวมถึงข้อมูลทางการแพทย์ที่ไม่มีการเปิดเผยชื่อของผู้เข้าร่วมการวิจัย จะผ่านกระบวนการต่าง ๆ เช่น การเก็บข้อมูล การบันทึกข้อมูลในแบบบันทึกและในคอมพิวเตอร์ การตรวจสอบ การวิเคราะห์ และการรายงานข้อมูลเพื่อวัตถุประสงค์ทางวิชาการ รวมทั้งการใช้ข้อมูลทางการแพทย์ในอนาคตหรือการวิจัยทางด้านเภสัชภัณฑ์ เท่านั้น

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นและมีความเข้าใจดีทุกประการแล้วยินดีให้ ค.ญ./นางสาว ..... เข้าร่วมในโครงการวิจัยด้วยความเต็มใจ จึงได้ลงนามในเอกสารใบยินยอมนี้

.....ลงนามผู้แทนโดยชอบธรรม  
(.....) ชื่อผู้แทนโดยชอบธรรมตัวบรรจง  
.....ความสัมพันธ์ของผู้แทน โดยชอบธรรมกับผู้เข้าร่วมการวิจัย  
วันที่ .....เดือน.....พ.ศ.....

ข้าพเจ้าได้อธิบายถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย อันตราย อาการ ไม่พึงประสงค์ หรือความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นจากการวิจัย หรือจากยาที่ใช้รวมทั้งประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียด ให้ผู้แทนโดยชอบธรรมของผู้เข้าร่วมการวิจัยตามนามข้างต้นได้ทราบและมีความเข้าใจดีแล้ว พร้อมลงนามลงในเอกสารแสดงความยินยอมด้วยความเต็มใจ

.....ลงนามผู้ทำวิจัย  
(.....) ชื่อผู้ทำวิจัย ตัวบรรจง  
วันที่ .....เดือน.....พ.ศ.....

.....ลงนามพยาน  
(.....) ชื่อพยาน ตัวบรรจง  
วันที่ .....เดือน.....พ.ศ.....

## ภาคผนวก ค

(สำหรับผู้ปกครอง/ผู้ดูแล)

**แบบสอบถามทั่วไป**

แบบสอบถามนี้เป็นส่วนหนึ่งของการวิจัย “ผลของการใช้กระดาษช่วยบำบัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง  
ภาวะซึมเศร้า และความสุขของเด็กที่ถูกกระทำทารุณกรรม: ” วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขา  
สุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

---

**ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ถูกกระทำทารุณกรรม**

1.1 อายุ \_\_\_\_ ปี

1.2 รูปแบบการถูกกระทำทารุณกรรม  เพศ  ร่างกายและจิตใจ**ส่วนที่ 2 ประวัติส่วนตัวของผู้ถูกกระทำทารุณกรรม**

ระยะเวลาที่พักอาศัยอยู่กับสถานพัฒนาและฟื้นฟู \_\_\_\_ ปี \_\_\_\_ เดือน



### แบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

**คำชี้แจง** แบบสอบถามนี้ต้องการให้ประเมินลักษณะนิสัย ความคิด และความรู้สึกบางประการของ你在ด้านต่างๆว่าโดยทั่วไปคุณมีลักษณะแบบนั้นหรือไม่ แต่ละข้อไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด เพราะแต่ละคนย่อมมีลักษณะนิสัยหรือแนวทางในการประพฤติปฏิบัติไม่เหมือนกัน จึงขอให้พิจารณาข้อความต่อไปนี้แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบ “ใช่” หรือ “ไม่ใช่” ให้ตรงกับสภาพที่เป็นจริงของคุณ

ลำดับ	ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1	สิ่งต่างๆมักไม่กวนใจฉัน		
2	ฉันรู้สึกยากลำบากมากที่ต้องพูดหน้าชั้น		
3	ถ้าเป็นไปได้ฉันอยากเปลี่ยนหลายสิ่งหลายอย่างเกี่ยวกับตัวเอง		
4	ฉันตัดสินใจได้ไม่ยากนัก		
5	ใครอยู่กับฉันแล้วจะสนุก		
6	เมื่ออยู่ที่บ้านแล้วฉันหงุดหงิดง่ายมาก		
7	ฉันต้องใช้เวลาานที่ทำให้ตัวคุ้นกับสิ่งใหม่		
8	ฉันเป็นที่นิยมชมชอบของกลุ่มคนวัยเดียวกัน		
9	ผู้ปกครองคำนึงถึงความรู้สึกฉันเสมอ		
10	ฉันยอมแพ้อย่างง่ายดาย		
11	ผู้ปกครองคาดหวังกับฉันมากเกินไป		
12	เป็นตัวฉันนี่มันยากพอๆ		
13	ชีวิตฉันยุ่งเหยิงไปหมด		
14	เพื่อนๆมักกล้อยตามความคิดของฉัน		
15	ฉันรู้สึกว่าตัวเองต่ำต้อย		
16	หลายครั้งที่ฉันอยากหนีออกจากบ้าน		
17	เมื่อฉันอยู่ที่โรงเรียนฉันหงุดหงิดบ่อยๆ		
18	ฉันหน้าตาไม่ค่อยดีเมื่อเทียบกับคนส่วนมาก		
19	ถ้าฉันมีอะไรจะพูดฉันมักจะพูดออกมาเลย		
20	ผู้ปกครองเข้าใจฉัน		
21	คนส่วนมากได้รับความนิยมนมากกว่าฉัน		
22	ฉันรู้สึกอยู่เสมอว่าผู้ปกครองผลัดกันฉัน		
23	ที่โรงเรียนฉันรู้สึกท้อแท้บ่อยๆ		
24	บ่อยครั้งที่ฉันอยากจะเป็นคนอื่น		
25	ฉันไม่สามารถเป็นที่พึ่งของใครได้		

ลำดับ	ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
26	ฉันไม่กังวลเกี่ยวกับสิ่งใดเลย		
27	ฉันค่อนข้างมั่นใจในตนเอง		
28	ฉันชอบอะไรง่ายๆ		
29	ฉันกับผู้ปกครองมีสิ่งสนุกสนานร่วมกัน		
30	ฉันใช้เวลาฝึกลงกลางวันมากทีเดียว		
31	ฉันอยากเป็นเด็กมากกว่านี้		
32	ฉันทำสิ่งที่ถูกต้องเสมอ		
33	ฉันภูมิใจกับงานด้านการเรียนของฉัน		
34	ต้องมีคนคอยบอกว่าฉันต้องทำอะไรบ้าง		
35	ฉันมักเสียใจกับสิ่งที่ได้ทำไปแล้ว		
36	ฉันไม่เคยมีความสุขเลย		
37	ฉันจะทำอะไรเพิ่มความสามารรถ		
38	ฉันสามารถดูแลตนเองได้		
39	ฉันค่อนข้างมีความสุข		
40	ฉันชอบที่จะเล่นกับคนที่เด็กกว่าฉัน		
41	ฉันชอบทุกคนที่ฉันรู้จัก		
42	ฉันชอบให้ถูกเรียกตอบในชั้นเรียน		
43	ฉันเข้าใจตนเอง		
44	ที่บ้านไม่มีใครใส่ใจฉันมากนัก		
45	ฉันไม่เคยถูกดูเลย		
46	ที่โรงเรียนฉันทำอะไรได้ไม่ดีเท่าที่อยากทำ		
47	ฉันตัดสินใจได้เองและมั่นใจกับสิ่งนั้น		
48	โดยแท้จริงฉันไม่อยากเป็นเด็กผู้หญิง		
49	ฉันไม่ชอบรวมกลุ่มกับผู้อื่น		
50	ฉันไม่เคยประหม่าเลย		
51	บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกอายตนเอง		
52	เพื่อนๆจับผิดฉันบ่อยมาก		
53	ฉันพูดความจริงเสมอ		
54	ครูทำให้ฉันรู้สึกว่าฉันไม่ดีพอ		
55	ฉันไม่คิดว่าอะไรจะเกิดขึ้นกับฉัน		
56	ฉันเป็นคนล้มเหลว		
57	ฉันหงุดหงิดง่ายเมื่อถูกดู		
58	ฉันรู้อยู่เสมอว่าควรพูดอะไรกับผู้อื่น		

### แบบวัดภาวะซึมเศร้าในเด็ก (CDI)

คำชี้แจง เลือกประโยคที่ตรงกับความรู้สึก หรือความคิดของคนมากที่สุดในช่วงเวลา 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน

1.  ฉันรู้สึกเศร้ามานานๆ ครั้ง  
 ฉันรู้สึกเศร้าบ่อยครั้ง  
 ฉันรู้สึกเศร้าตลอดเวลา
2.  อะไรก็มีอุปสรรคไปเสียหมด  
 ฉันไม่แน่ใจว่าสิ่งต่างๆ จะเป็นไปได้ด้วยดี  
 สิ่งต่างๆ จะเป็นไปได้ด้วยดีสำหรับฉัน
3.  ฉันทำอะไรได้ก่อนข้างดี  
 ฉันทำผิดพลาดหลายอย่าง  
 ฉันทำอะไรผิดพลาดไปหมด
4.  ฉันรู้สึกสนุกกับหลายสิ่งหลายอย่าง  
 ฉันรู้สึกสนุกกับบางสิ่งบางอย่าง  
 ไม่มีอะไรสนุกสนานเลยสำหรับฉัน
5.  ฉันทำตัวไม่ดีเสมอ  
 ฉันทำตัวไม่ดีบ่อยครั้ง  
 ฉันทำตัวไม่ดีนานๆ ที
6.  นานๆ ครั้งฉันจะคิดถึงสิ่งไม่ดีที่อาจเกิดขึ้นกับฉัน  
 ฉันวิตกว่าจะมีสิ่งไม่ดีเกิดขึ้นกับฉัน  
 จะต้องมียุติกรรมร้ายเกิดขึ้นกับฉันแน่ๆ
7.  ฉันเกลียดตัวเอง  
 ฉันไม่ชอบตัวเอง  
 ฉันชอบตัวเอง
8.  สิ่งเลวร้ายทั้งหมดที่เกิดขึ้นเป็นความคิดฉัน  
 สิ่งเลวร้ายหลายสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นความคิดของฉัน  
 สิ่งเลวร้ายที่เกิดขึ้นมักไม่ใช่ความคิดของฉัน
9.  ฉันไม่คิดจะฆ่าตัวตาย  
 ฉันคิดถึงการทำตัวตาย  
 ฉันต้องการฆ่าตัวตาย

10.  ฉันรู้สึกอยากร้องไห้ทุกวัน  
 ฉันรู้สึกอยากร้องไห้บ่อยครั้ง  
 ฉันรู้สึกอยากร้องไห้นานๆครั้ง
11.  ฉันรู้สึกหงุดหงิดใจตลอดเวลา  
 ฉันรู้สึกหงุดหงิดใจบ่อยครั้ง  
 ฉันรู้สึกหงุดหงิดใจนานๆครั้ง
12.  ฉันชอบอยู่กับคนอื่น  
 ฉันไม่ค่อยชอบอยู่กับคนอื่น  
 ฉันไม่ต้องการอยู่กับใครเลย
13.  ฉันไม่สามารถตัดสินใจอะไรต่างๆด้วยตนเอง  
 ฉันตัดสินใจเรื่องต่างๆได้ลำบาก  
 ฉันตัดสินใจเรื่องต่างๆได้ง่าย
14.  ฉันเป็นคนหน้าตาดี  
 ฉันเป็นคนหน้าตาไม่ค่อยดี  
 ฉันเป็นคนหน้าตาน่าเกลียด
15.  ฉันต้องใช้ความพยายามอย่างหนักทุกครั้งที่ทำกรบ้าน  
 ฉันต้องใช้ความพยายามอย่างหนักบ่อยครั้งเวลาทำกรบ้าน  
 การทำกรบ้านไม่ใช่ปัญหาใหญ่สำหรับฉัน
16.  ฉันนอนไม่หลับทุกคืน  
 ฉันนอนไม่หลับหลายคืน  
 ฉันนอนหลับสบาย
17.  ฉันรู้สึกเหนื่อยนานๆครั้ง  
 ฉันรู้สึกเหนื่อยบ่อยครั้ง  
 ฉันรู้สึกเหนื่อยตลอดเวลา
18.  มีหลายวันที่ฉันไม่รู้สึกอยากกินอาหาร  
 มีบางวันที่ฉันไม่รู้สึกอยากกินอาหาร  
 ฉันกินอาหารได้ดี
19.  ฉันไม่กังวลกับการเจ็บป่วย  
 ฉันกังวลกับการเจ็บป่วยบ่อยครั้ง  
 ฉันกังวลกับการเจ็บป่วยตลอดเวลา

20.  ฉันไม่รู้สีกเหงา  
 ฉันรู้สึกเหงาบ่อยๆ  
 ฉันรู้สึกเหงาตลอดเวลา
21.  ฉันไม่รู้สีกินสนุกเลยเวลาอยู่ที่โรงเรียน  
 ฉันรู้สึกสนุกนานๆครั้งเวลาอยู่ที่โรงเรียน  
 ฉันรู้สึกสนุกบ่อยครั้งเวลาอยู่ที่โรงเรียน
22.  ฉันมีเพื่อนมาก  
 ฉันมีเพื่อนไม่กี่คน และอยากมีมากกว่านี้  
 ฉันไม่มีเพื่อนเลย
23.  การเรียนของฉันอยู่ในขั้นใช้ได้ดี  
 การเรียนของฉันไม่ค่อยดีเหมือนเมื่อก่อน  
 การเรียนของฉันแย่มาก
24.  ฉันทำอะไรไม่ได้ดีเท่าคนอื่น  
 ฉันทำอะไรได้เท่าคนอื่น ถ้าฉันพยายาม  
 ฉันทำได้ดีพอๆกับคนอื่นอยู่แล้วในขณะนี้
25.  ไม่มีใครรักฉันจริง  
 ฉันไม่แน่ใจว่ามีใครรักฉันหรือเปล่า  
 ฉันไม่เคยทำตามคำสั่ง
26.  ฉันทำตามคำสั่งที่ได้รับเสมอ  
 ฉันไม่ทำตามคำสั่งบ่อยครั้ง  
 ฉันไม่เคยทำตามคำสั่ง
27.  ฉันเข้ากับคนอื่นได้ดี  
 ฉันทะเลาะกับคนอื่นบ่อยครั้ง  
 ฉันทะเลาะกับคนอื่นตลอดเวลา



**Face scale (สำหรับเด็ก)**

จากภาพด้านล่างนี้ภาพใดที่ตรงกับความรู้สึกที่หนูมีอยู่ในขณะนี้ ?



ภาคผนวก ง

**ตารางการจัดกิจกรรม Rabbit-Assisted Therapy**

วันที่	กิจกรรม (เวลา 9.00-12.00 น.)		
1	1. WHO AM I?	2. เพื่อนใหม่	3. อารมณ์
2	4. รู้จักฉัน – รู้จักเธอ		5. หน้าม่าน
3	6. เปิดประสบการณ์		7. ฉันทำได้
4	8. ความหวัง		9. ผู้ให้
5	10. MY PLAN		

### กิจกรรม Rabbit-Assisted Therapy

กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	อุปกรณ์	เวลา
1	WHO AM I?	1. เพื่อสร้างความสัมพันธ์และความไว้วางใจระหว่างผู้วิจัยกับผู้เข้าร่วมวิจัย 2. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้เข้าร่วมวิจัย	-กระดาษ 100 ปอนด์ -อุปกรณ์สำหรับวาดภาพ	50 นาที

#### วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยและผู้เข้าร่วมวิจัยแนะนำตัวเองสั้นๆ และซักถาม เพื่อให้เกิดบรรยากาศที่เป็นกันเองและมารยาทในการอยู่ร่วมกันตลอดการทำกิจกรรม
2. ผู้วิจัยและผู้เข้าร่วมวิจัยร่วมกันตกลงกฎ
3. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย
4. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยวาดภาพกระดาษในจินตนาการที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แทนตนเองคนละ 1 ภาพ
5. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยนั่งเป็นวงกลมและแนะนำตนเอง บุคลิกลักษณะ ผ่านภาพวาดภาพ
6. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยร่วมกันแสดงความคิดเห็นถึงสิ่งที่เหมือนกันหรือต่างกันของลักษณะ หรือบุคลิก จากภาพวาดของตนเองและเพื่อน
7. ผู้วิจัยสรุปกิจกรรม

กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	อุปกรณ์	เวลา
2	เพื่อนใหม่	1. เพื่อพัฒนาความสัมพันธ์ใกล้ชิดระหว่างผู้เข้าร่วมวิจัยกับกระต่าย 2. เพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับกระต่าย 3. เพื่อเพิ่มการตระหนักในหน้าที่และความรับผิดชอบ	-กระต่าย -แปรงสำหรับแปรงขน -ขวดน้ำสำหรับกระต่าย	50 นาที
<p><b>วิธีดำเนินการ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยจับฉลากเพื่อเลือกกระต่ายของตัวเองคนละ 1 ตัว และให้ผู้เข้าร่วมวิจัยแสดงความคิดเห็นต่อกระต่ายของตนว่ามีความเหมือนหรือต่างกับภาพวาดกระต่ายในกิจกรรมที่ 1 อย่างไร</li> <li>2. ผู้วิจัยให้ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับกระต่าย และสอนการดูแล เลี้ยงดูที่ถูกต้อง</li> <li>3. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยตั้งชื่อกระต่ายของตนเอง และฝึกหัดการเลี้ยงดูตามวิธีการที่ถูกต้อง</li> <li>4. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยแบ่งปันเรื่องราวเกี่ยวกับกระต่ายที่เป็นเพื่อนใหม่ของตนเองให้เพื่อนๆ ฟัง</li> <li>5. ผู้วิจัยสรุปกิจกรรม</li> </ol>				

กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	อุปกรณ์	เวลา
3	อารมณ์	1. เพื่อเพิ่มและพัฒนาทักษะในการ เข้าใจผู้อื่น (Empathy) 2. เพื่อฝึกทักษะการสังเกต	- กระดาษ - แปรงสำหรับ แปรงชน - ขวดน้ำสำหรับ กระดาษ - อาหารกระดาษ - ผัก, ผลไม้ - ของเล่นของ กระดาษ	80 นาที

#### วิธีดำเนินการ

1. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยดูแลกระดาษของตัวเองตามอวัยวะ และสังเกตพฤติกรรม ท่าทางของกระดาษ
2. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยพูดคุยถึงพฤติกรรมของกระดาษที่ตนเองชอบให้เพื่อนๆฟัง
3. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยแยกกัน ไปอยู่ส่วนตัวกับกระดาษของตัวเองอีกครั้งหนึ่ง และลองฝึกออกคำสั่งกับกระดาษ ด้วยเทคนิคของตนเอง
4. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยแบ่งปัน แลกเปลี่ยนประสบการณ์ข้างตนให้เพื่อนๆฟัง รวมทั้งบอกอารมณ์ ความรู้สึกขณะที่ ออกคำสั่งแล้วกระดาษไม่ทำตามหรือทำไม่ถูกใจ และบอกวิธีการเรียนรู้ที่อยู่กับอารมณ์นั้น
5. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยหลับตา นึกถึงเหตุการณ์ในลักษณะนี้ที่เคยเกิดขึ้นกับตนเอง แล้วบอกความรู้สึกและวิธีการจัดการในอดีต และปัจจุบันว่าเปลี่ยนแปลงไปหรือไม่ อย่างไร
6. ผู้วิจัยสรุปกิจกรรม



กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	อุปกรณ์	เวลา
4	รู้จักฉัน – รู้จักเธอ	1.เพื่อลดปัญหาการแยกตัว ความเบื่อหน่าย และความเหงา 2.เพื่อเพิ่มทักษะทางสังคมและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น	- กระจต้าย - แปรงสำหรับแปรงชน - ขวดน้ำสำหรับกระจต้าย - อาหารกระจต้าย - ผัก, ผลไม้ - ของเล่นของกระจต้าย	90 นาที
<p><b>วิธีดำเนินการ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยดูแลกระจต้ายของตนเองตามอชยาศัย</li> <li>2. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยพากระจต้ายของตนเองไปแนะนำให้เพื่อนๆ ได้รู้จักจนครบทุกคน รวมทั้งให้กระจต้ายของตนเองและของเพื่อนได้ทำความรู้จัก และเล่นร่วมกัน</li> <li>3. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยแนะนำ บอกเล่าเรื่องราว นิสัย ความชอบของตนเอง แลกเปลี่ยนกับเพื่อนให้ครบทุกคนเช่นเดียวกับการแนะนำกระจต้าย</li> <li>4. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยพูดถึงสิ่งที่ได้รับและความรู้สึกจากการพูดคุย แลกเปลี่ยนประสบการณ์กับเพื่อน</li> <li>5. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยร่วมกันแสดงความคิดเห็นถึงพฤติกรรมที่เป็นสัญลักษณ์ในการแสดงพฤติกรรมเป้าหมายของกระจต้าย และอภิปรายร่วมกันว่าการที่กระจต้ายของแต่ละคนแสดงพฤติกรรมที่เป็นสัญลักษณ์แบบเดียวกันนั้น พฤติกรรมเป้าหมายเหมือนกันหรือไม่</li> <li>6. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยแสดงพฤติกรรมที่ตนเองชอบทำ 2 พฤติกรรม (แ่งบวกและแ่งลบ) แล้วบอกความหมายของพฤติกรรมนั้นให้เพื่อนๆ ได้เข้าใจ</li> <li>7. ผู้วิจัยสรุปกิจกรรมถึงการเรียนรู้และทำความเข้าใจในการแสดงพฤติกรรมของเพื่อน เพื่อนการเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข</li> </ol>				

กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	อุปกรณ์	เวลา
5	หน้าม่าน	1. เพื่อเพิ่มกระบวนการคิดวางแผน 2. เพื่อเพิ่มความสนใจในการดูแลตนเอง และกระตุ้นการมีส่วนร่วมในกิจวัตรประจำวัน	- กระดาษ - แปรงสำหรับแปรงขน - ขวดน้ำสำหรับกระดาษ - อาหารกระดาษ - ผัก, ผลไม้ - ของเล่นของกระดาษ	90 นาที

#### วิธีดำเนินการ

1. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยดูแลกระดาษของตนเองตามอวัยวะ
2. แบ่งกลุ่มให้ผู้เข้าร่วมวิจัยออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละ 3 คน และให้แต่ละกลุ่มคิดปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันมากลุ่มละ 1 เหตุการณ์ แล้วให้แต่ละกลุ่มจับฉลากเหตุการณ์นั้นๆ มากลุ่มละ 1 เหตุการณ์ และให้คิดวิธีการแก้ไขปัญหาโดยนำเสนอผ่านบทบาทสมมติ
3. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะถึงบทบาทสมมติของกลุ่มตรงข้าม รวมทั้งให้กลุ่มที่เป็นเจ้าของเหตุการณ์ปัญหานั้นๆ แสดงความคิดเห็นว่าวิธีการแก้ไขปัญหาที่ตนคิดไว้เหมือนหรือต่างกับกลุ่มที่ออกมาแสดงบทบาทสมมติ
4. ผู้วิจัยสรุปกิจกรรม

กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	อุปกรณ์	เวลา
6	เปิดประสบการณ์	1. เพื่อเรียนรู้และยอมรับอารมณ์ความรู้ ของตนเอง 2. เพื่อการตระหนักรู้ถึงประสบการณ์ด้าน บวกในชีวิตและการนำประสบการณ์ด้าน บวกมาใช้ให้เป็นประโยชน์ในการดำเนิน ชีวิต	- กระดาษ - กระดาษ 100 ปอนด์ - อุปกรณ์ สำหรับวาด ภาพ	90 นาที

#### วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมวิจัยอุ้มกระดาษไว้และผู้วิจัยเล่าถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตของกระดาษ
2. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยร่วมแสดงความคิดเห็นต่อเหตุการณ์ที่กระดาษเจอ โดยการมองเหตุการณ์เดิมนั้นทั้งด้านดี  
และด้านไม่ดี
3. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยหลับตา นึกย้อนกลับไปในอดีตถึงเหตุการณ์ที่ดีและไม่ดี แล้วถ่ายทอดผ่านการวาดภาพ และ  
นำมาเล่าอย่างสั้นๆ ให้เพื่อนๆ ฟัง แล้วอาจมีการซักถามหรือแสดงความคิดเห็นจากเพื่อนๆ ระหว่างนั้นตามความ  
เหมาะสม
4. ผู้วิจัยสรุปกิจกรรม และชี้ให้เห็นถึงข้อดี และวิธีการดึงประสบการณ์ด้านบวกในชีวิตมาเป็นแรงผลักดันใน  
การดำเนินชีวิตและการมีชีวิตที่ดีต่อไป

กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	อุปกรณ์	เวลา
7	ฉันทำได้	1. เพื่อเรียนรู้วิธีผ่อนคลายความเครียด 2. เพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) จากการเรียนรู้ทักษะใหม่ๆ 3. เพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) จากการดึงทักษะหรือความสามารถที่มีอยู่ในตัวเองออกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ 4. เพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์	- กระดาษ - แปรงสำหรับแปรงขน - ขวดน้ำสำหรับกระดาษ - อาหารกระดาษ - ผัก, ผลไม้ - ของเล่นของกระดาษ - อุปกรณ์งานประดิษฐ์	90 นาที
<p><b>วิธีดำเนินการ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยดูเอกสารกระดาษของตัวเองตามอวัยวะ และสังเกตพฤติกรรม ทำทางที่กระดาษชอบทำแล้วให้ความรู้สึกว่าการกระดาษสบาย ผ่อนคลาย และมีความสุข</li> <li>ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยเล่าถึงพฤติกรรมที่กระดาษทำแล้วสบาย ผ่อนคลาย และมีความสุข แล้วให้แสดงทำทางนั้นให้เพื่อนๆดู และจากนั้นให้ผู้เข้าร่วมวิจัยแสดงทำทางที่ทำให้ตนเองรู้สึกสบาย ผ่อนคลาย และมีความสุข เช่นเดียวกับกระดาษ โดยให้เพื่อนๆร่วมกันทำทำนั้นไปพร้อมๆกันด้วย</li> <li>ผู้วิจัยสรุปถึงการนำทำทางและวิธีผ่อนคลายไปใช้ให้เกิดประโยชน์</li> <li>ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยใช้ทักษะเดิมที่แต่ละคนมีอยู่มาใช้ในการทำสิ่งของให้กระดาษ เช่น ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยที่มีความสามารถในการถักเปีย ก็อาจจะถักเชือกสำหรับจูงกระดาษ หรือ ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยที่มีความสามารถในการเย็บหรือถัก ก็อาจจะทำชุดให้กระดาษ เป็นต้น</li> <li>ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยแบ่งปันประสบการณ์จากการทำ และความรู้สึกที่ได้ให้สิ่งของที่ทำแก่กระดาษ</li> <li>ผู้วิจัยสรุปกิจกรรม</li> </ol>				

กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	อุปกรณ์	เวลา
8	ความหวัง	1. เพื่อจัดการกับความรู้อคติและความรู้สึกสูญเสีย 2. เพื่อเสริมสร้างพลังใจในการดำเนินชีวิต และเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง	- กระดาษ	90 นาที
<p><b>วิธีดำเนินการ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ให้เขียนจดหมายถึงกระดาษ ในหัวข้อ “ทำไมฉันจึงรักกระดาษของฉัน”</li> <li>2. ผู้วิจัยให้ผู้เข้าร่วมวิจัยอุ้มกระดาษไว้และเล่าเรื่องเกี่ยวกับกระดาษที่ต้องสูญเสียพ่อแม่ไปตั้งแต่วัยเด็ก และให้ผู้เข้าร่วมวิจัยร่วมกันแสดงความคิดเห็นว่ากระดาษรู้สึกอย่างไร และทำไมกระดาษถึงเจ็บโตมาได้อย่างมีความสุข</li> <li>3. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยร่วมกันแสดงความคิดเห็นว่า ถ้ามีเพื่อนสนิทเจอเหตุการณ์เช่นเดียวกับกระดาษจะมีวิธีการแนะนำ หรือปลอบประโลมเพื่อนอย่างไร</li> <li>4. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยหลับตา และจินตนาการว่า ถ้าภายหลังการจบกิจกรรมแล้ว ไม่ได้อยู่กับกระดาษ ไม่ได้เล่นไม่ได้คุยกับกระดาษแล้ว ผู้เข้าร่วมวิจัยร่วมแสดงความคิดเห็นว่า <ul style="list-style-type: none"> <li>- กระดาษสอนอะไรเราบ้าง</li> <li>- ทำอย่างไรให้เรามีภาพความทรงจำระหว่างเรากับกระดาษอยู่ตลอด</li> </ul> </li> <li>5. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยร่วมแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจกันและกัน</li> <li>6. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยพูดถึงสิ่งที่ได้รับจากกิจกรรม</li> <li>7. ผู้วิจัยสรุปกิจกรรม</li> </ol>				

กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	อุปกรณ์	เวลา
9	ผู้ให้	1. เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมกาให้ 2. เพื่อลดความรู้สึกไร้ค่า (Worthlessness) ในตนเอง	- กระดาษ - ขวดน้ำสำหรับกระดาษ - อาหารกระดาษ - ผัก, ผลไม้ - ของเล่นของกระดาษ	90 นาที

#### วิธีดำเนินการ

1. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยดูแลกระดาษของตนเองตามอริยาศัย และทำกิจกรรมที่คิดว่ากระดาษของตนเองชอบ เช่น อุ้ม แปรงขน ป้อนอาหาร เล่นลูกบอล เป็นต้น
2. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยแบ่งปันประสบการณ์และร่วมกันแสดงความคิดเห็นถึงสิ่งที่กระดาษชอบ
  - สรุปความสำคัญของการค้นพบสิ่งที่กระดาษชอบ
  - ถ้ากระดาษไม่ได้ในสิ่งที่ชอบ กระดาษจะรู้สึกอย่างไร
3. ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมหลับตา เพื่อทบทวนเรื่องราวเกี่ยวกับตนเองและกระดาษ แล้วให้ทุกคนร่วมกันแบ่งปันประสบการณ์ ดังนี้
  - กระดาษดีกับฉันอย่างไร , กระดาษดีกับกระดาษตัวอื่นอย่างไร , กระดาษมีคุณค่าต่อโลกใบนี้อย่างไร
  - ตัวของฉันคืออย่างไร , ฉันมีประโยชน์หรือคุณค่าอย่างไร
4. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยพูดถึงสิ่งที่ได้รับจากกิจกรรม
5. ผู้วิจัยสรุปกิจกรรม



กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	อุปกรณ์	เวลา
10	MY PLAN	1. เพื่อเพิ่มทัศนคติในแง่บวก 2. เพื่อส่งเสริมและพัฒนาการมีเป้าหมายในชีวิต	1. ให้ผู้เข้าร่วม วิจัยดูแลกระดาษ ของตนเองตาม อักษาศัย 2. ให้ผู้เข้าร่วม วิจัยบันทึก เรื่องราว	180 นาที
<p><b>วิธีการดำเนินการ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยดูแลกระดาษของตนเองตามอักษาศัย</li> <li>2. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยบันทึกเรื่องราวประทับใจเกี่ยวกับตนเองและกระดาษลงในสมุดบันทึก</li> <li>3. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยประดิษฐ์ “กระดาษเพื่อนรัก” เพื่อเป็นสัญลักษณ์แทนกระดาษภายหลังการจบกิจกรรม และให้ผู้เข้าร่วมวิจัยอธิบายถึงรูปร่างลักษณะของกระดาษที่ตนประดิษฐ์ขึ้นมา</li> <li>4. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยพูดคุย แลกเปลี่ยน และแสดงความคิดเห็นถึงความฝันในอนาคต และถ่ายทอดออกมาผ่านภาพถ่ายในชื่อ “ความฝันของฉัน” และเขียนวิธีการที่จะทำให้ฝันเป็นจริง</li> <li>5. ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยพูดถึงสิ่งที่ได้รับทั้งหมดตลอด 10 กิจกรรมที่ผ่านมา</li> <li>6. ผู้วิจัยสรุปกิจกรรม</li> </ol>				

### ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวแก้วกุล ตันติพิสิฐกุล เกิดเมื่อวันที่ 6 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2530 จบการศึกษาปริญญาตรี จากภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2551 และเข้าศึกษาต่อระดับปริญญาโท สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2554 ในระหว่างที่ศึกษาเป็นนิสิตนักศึกษาแลกเปลี่ยนระหว่างมหาวิทยาลัย ณ มหาวิทยาลัย Humboldt Universität zu Berlin ที่คณะจิตวิทยา สาขาจิตวิทยาคลินิก (Klinische Psychologie) ระหว่างเดือน เมษายน ถึง กรกฎาคม 2555