

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวไรเซอร์ส ที่มีต่อการลดความเครียดในญาติผู้ป่วยโรคจิตเภท โดยใช้วิธีการวิจัยแบบมีกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม มีการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (Control Group Pretest-Posttest Design)

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้เป็นญาติของผู้ป่วยโรคจิตเภทตามการวินิจฉัยของจิตแพทย์ที่มาเยี่ยมผู้ป่วยที่กำลังพักรักษาตัวในโรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพระยา หรือที่พาผู้ป่วยมารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาล ซึ่งได้คะแนนจากแบบสำรวจความเครียดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น สูงกว่าคะแนนในตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 (47.75 คะแนน จากคะแนนเต็ม 90) โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้สัมภาษณ์ และสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย จำนวน 15 คน ผู้วิจัยได้จัดญาติที่มีเวลามาร่วมกลุ่มต่อเนื่องกัน 8 ครั้งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน และญาติที่ไม่มีเวลามาร่วมกลุ่มแต่สามารถมาให้ผู้วิจัยสัมภาษณ์ในอีก 2 เดือนข้างหน้าเป็นกลุ่มควบคุม จำนวน 8 คน

กลุ่มทดลองมีลักษณะดังนี้ คือเป็นหญิง 6 คน ชาย 1 คน มีช่วงอายุอยู่ระหว่าง 39-66 ปี โดยมีมัธยฐานของอายุ = 53 ปี ระดับการศึกษาตั้งแต่ระดับปริญญาตรีถึงประถมศึกษาตอนต้น โดยมีผู้ที่จบปริญญาตรี 1 คน มัธยมตอนต้น 3 คน และประถมศึกษาตอนต้น 3 คน อาชีพรับราชการ 1 คน รับจ้าง 3 คน กิจการส่วนตัว 1 คน แม่บ้าน 1 คน และเป็นแม่ชี 1 คน

ส่วนกลุ่มควบคุม จำนวน 8 คน เป็นหญิง 7 คน ชาย 1 คน มีช่วงอายุอยู่ระหว่าง 24-63 ปี โดยมีมัธยฐานของอายุ = 38.5 ปี ระดับการศึกษาตั้งแต่ปริญญาตรีถึงประถมศึกษาตอนต้น โดยมีผู้จบการศึกษาระดับปริญญาตรี 2 คน มัธยมศึกษาตอนต้น 1 คน และประถมศึกษา

ตอนต้น 5 คน อาชีพรับราชการ 1 คน รับจ้าง 2 คน ทำกิจการส่วนตัว 3 คน และเป็นแม่บ้าน 2 คน

### การตั้งเกณฑ์ในการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ ญาติผู้ป่วยที่มีความเครียดมาก และ ญาติผู้ป่วยที่มีความเครียดน้อยกลุ่มละ 20 คน รวมเป็น 40 คน มาให้คะแนนตามกำหนดที่ตั้งไว้ ซึ่งปรากฏว่าคะแนนที่ได้จากการสัมภาษณ์ญาติผู้ป่วยจำนวนดังกล่าวอยู่ในช่วงตั้งแต่ 3 - 82 คะแนน จากคะแนนเต็มของแบบสำรวจความเครียดซึ่งเท่ากับ 90 คะแนน โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนทั้งหมด = 33.325 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 20.665 และค่ามัธยฐาน = 34.5 จากนั้นนำคะแนนของผู้ตอบทั้งหมดมาหาตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ โดยได้ตั้งเกณฑ์ไว้ว่า จะเอาคะแนนที่สูงกว่าคะแนนในตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 (47.75 คะแนน) มาตั้งเป็นเกณฑ์ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสำรวจความเครียดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งมีลักษณะ เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ จำนวน 30 ข้อ
2. แบบประเมินผลการเข้ากลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยา ซึ่งผู้วิจัยได้ดัดแปลงมาจากแบบประเมินผลการเข้ากลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาของ ไลเบอร์แมน ยาโลม และไมล์ส (Lieberman, Yalom and Miles 1973) ที่ อุกุล สาทิตะกร ได้แปลไว้ แบ่งเป็น 2 ตอน คือ
  - ตอนที่ 1 เป็นแบบประเมินความรู้สึกของสมาชิกที่มีต่อผู้นำกลุ่ม มีลักษณะเป็นมาตราซีแมนติก ดิฟเฟอเรนเชียล ของออสกูด (Osgood's Semantic Differential) มี 7 ระดับ
  - ตอนที่ 2 เป็นแบบประเมินสิ่งที่สมาชิกได้จากกลุ่ม แบ่งเป็น 2 ส่วน
    - ส่วนที่ 1 มีลักษณะเป็นคำถามปลายเปิด ซึ่งถามว่าการเข้ากลุ่มครั้งนี้มีประโยชน์ต่อท่านมากน้อยเพียงใด
    - ส่วนที่ 2 มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (The Likert Type Scale) มี 7 ระดับ เพื่อให้สมาชิกเปรียบเทียบความรู้สึกของตนก่อนและหลังการเข้ากลุ่ม

### วิธีการสร้างเครื่องมือวัด

1. ผู้วิจัยศึกษาแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความเครียด และความเครียดในญาติผู้ป่วยโรคจิตเภท

2. ผู้วิจัยได้ไปสัมภาษณ์ญาติผู้ป่วยโรคจิตเภท ที่พาผู้ป่วยมารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลศรีธัญญา เกี่ยวกับความรู้สึกในลักษณะของความเครียดที่ต้องอยู่ร่วมกับผู้ป่วยโรคจิตเภท จำนวน 10 คน เพื่อนำมาประกอบในการสร้างข้อคำถามในแบบสำรวจ

3. การศึกษาทฤษฎี และงานวิจัยต่าง ๆ ปรากฏว่า ความเครียด หมายถึง ความรู้สึกในทางลบ เป็นต้นว่า อึดอัด เบื่อ วิตกกังวล เศร้า เสียใจ อันเกิดจากความไม่สอดคล้องกันระหว่างความคาดหวัง กับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจริง ซึ่งพบว่าองค์ประกอบของความเครียดในญาติผู้ป่วยโรคจิตเภทที่ต้องอยู่ร่วมกับผู้ป่วยนั้น มี 4 ส่วน ดังนี้ คือ

1. ความสัมพันธ์ระหว่างญาติผู้ดูแลกับผู้ป่วย
  2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ของญาติ
  3. ความสัมพันธ์ระหว่างญาติในครอบครัว
  4. ความยุ่งยากในเรื่องต่าง ๆ
- (รายละเอียดอยู่ในตารางที่ 2)

4. สร้างข้อคำถามจากองค์ประกอบของความเครียดในข้อ 3 ทั้ง 4 ส่วน และความรู้สึกที่ได้จากการสัมภาษณ์ญาติผู้ป่วยในข้อ 2 ได้ข้อคำถามทั้งหมดจำนวน 73 ข้อ ซึ่งแต่ละส่วนจะมีข้อคำถามดังแสดงไว้ในภาคผนวก

5. การหาความตรงตามเนื้อหา

ผู้วิจัยนำข้อคำถามทั้ง 73 ข้อ ไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน ได้แก่

ผศ.ดร. โสรัช โพธิ์แก้ว รศ.ดร. ชุมพร ยงกิตติกุล อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ร.ศ. สุภาพรณ โคตรจรัส ปัจจุบันดำรงตำแหน่งหัวหน้าภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย นายแพทย์ธีระ สีสานันทกิจ ผู้เชี่ยวชาญด้านเวชกรรม สาขาจิตเวช ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง หัวหน้ากลุ่มงานโรงพยาบาลกลางวัน โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ และนางดวงตา กุรัตนญาณ พยาบาลวิชาชีพที่มีประสบการณ์ใน



การทำงานกว่า 10 ปี ประจำที่โรงพยาบาลสมเด็จพระยา ได้พิจารณาตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของข้อคำถาม ซึ่งผู้เชี่ยวชาญก็ได้ให้ปรับปรุงแก้ไข จนกระทั่งเหลือข้อคำถามจำนวน 44 ข้อ โดยมีส่วนประกอบ ดังนี้

1. ความสัมพันธ์ระหว่างญาติผู้ดูแลกับผู้ป่วย มีข้อคำถาม 14 ข้อ
2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ของญาติ มีข้อคำถาม 17 ข้อ
3. ความสัมพันธ์ระหว่างญาติในครอบครัว มีข้อคำถาม 4 ข้อ
4. ความยุ่งยากในเรื่องต่าง ๆ มีข้อคำถาม 9 ข้อ

6. การตรวจสอบสำนวนภาษา

ผู้วิจัยได้นำข้อคำถามทั้ง 44 ข้อไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาช่วยตรวจสอบสำนวนและแก้ไข จากนั้นนำไปตรวจสอบสำนวนภาษากับญาติผู้ป่วยโรคจิตเภท จำนวน 10 คน เพื่อความชัดเจนและความเข้าใจได้ของภาษาที่ใช้

7. นำข้อคำถามทั้ง 44 ข้อไปสัมภาษณ์ญาติผู้ป่วยโรคจิตเภท ที่พาผู้ป่วยมารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลศรีธัญญา โดยแบ่งเป็นกลุ่มญาติที่มีความเครียดมาก 20 คน และกลุ่มญาติที่มีความเครียดน้อย 20 คน ซึ่งจำแนกตามดัชนีของผู้เชี่ยวชาญ 4 ท่าน ได้แก่ นายแพทย์ธีระ ลีลาเนตกิจ ผู้เชี่ยวชาญด้านเวชกรรม สาขาจิตเวช ปัจจุบันดำรงตำแหน่งหัวหน้ากลุ่มงานโรงพยาบาลกลางวัน นายแพทย์กฤษ ชินศิริ ผู้เชี่ยวชาญพิเศษด้านเวชกรรม สาขาจิตเวช ปัจจุบันดำรงตำแหน่งหัวหน้ากลุ่มงานจิตเวชทั่วไป น.ส. ละเอียด ชูประยูร นักจิตวิทยา ผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่านนี้ประจำอยู่ที่โรงพยาบาลสมเด็จพระยา และ นางวรกษ นิธิกุล พยาบาลวิชาชีพ ที่มีประสบการณ์กับผู้ป่วยจิตเวช และญาติผู้ป่วยกว่า 10 ปี ที่โรงพยาบาลศรีธัญญา ผู้เชี่ยวชาญทั้ง 4 ท่าน ได้ระดับดัชนีที่จำแนกระดับความเครียดในญาติที่ต้องอยู่ร่วมกับผู้ป่วยโรคจิตเภท นั่นคือ ลักษณะของผู้ป่วยที่บ่งบอกความเครียดของญาติผู้ป่วย และผู้วิจัยได้เลือกดัชนีที่ผู้เชี่ยวชาญให้ความเห็นตรงกันด้วยคะแนน 3 ใน 4 ซึ่งปรากฏว่าได้ดัชนีที่ใช้ในการจำแนกกลุ่มญาติที่เครียดมาก และกลุ่มญาติที่เครียดน้อยมา 8 ดัชนี ตามตารางที่ 3 ดังนี้ คือ

ตารางที่ 3 ดัชนีในการจำแนกกลุ่มญาติที่เครียดมาก และกลุ่มที่เครียดน้อย

1. ความรุนแรงของอาการ

ลักษณะของญาติที่มีความเครียดมาก	ลักษณะของญาติที่มีความเครียดน้อย
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Positive ตอนที่ผู้ป่วยมีอาการกำเริบ เช่น ก้าวร้าวต่อผู้อื่น หรือ ตนเอง</li> <li>- Negative หมายถึง อาการเรื้อรังของผู้ป่วยที่ทำให้ญาติรู้สึกว่าเป็นภาระอย่างยาวนาน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Positive หลังช่วงที่ผู้ป่วยได้รับการรักษาจากจิตแพทย์แล้วมีอาการสงบลง</li> </ul>

2. การใช้เวลาของญาติในการอยู่ร่วมกับผู้ป่วย

ลักษณะของญาติที่มีความเครียดมาก	ลักษณะของญาติที่มีความเครียดน้อย
<ul style="list-style-type: none"> <li>- High contact หมายถึง การที่ญาติใช้เวลาเผชิญหน้ากับผู้ป่วยมากกว่า 35 ชั่วโมงต่อสัปดาห์</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Low contact หมายถึง การที่ญาติใช้เวลาเผชิญหน้ากับผู้ป่วยน้อยกว่า 35 ชั่วโมงต่อสัปดาห์</li> </ul>

### 3. ความใกล้ชิดกับผู้ป่วย

ลักษณะของญาติที่มีความเครียดมาก	ลักษณะของญาติที่มีความเครียดน้อย
เกี่ยวข้องกับ เป็น พ่อ แม่ หรือญาติคนสำคัญของผู้ป่วย คือมีความผูกพัน ความสนิทสนม	เป็นญาติห่าง ๆ กับผู้ป่วย ไม่มีความผูกพัน หรือสนิทสนมกับผู้ป่วย

### 4. จำนวนบุตรและ เพศของบุตร

ลักษณะของญาติที่มีความเครียดมาก	ลักษณะของญาติที่มีความเครียดน้อย
พิจารณาในกรณีที่ญาติเป็นพ่อ แม่ เท่านั้น โดยพ่อแม่ นั้น ๆ มีบุตรคนเดียว หรือมีบุตรชายคนเดียว หรือมีบุตรสาวคนเดียว	ในกรณีที่พ่อแม่ไม่ได้มีบุตรคนเดียว หรือไม่ได้มีบุตรชายหรือบุตรสาวคนเดียว หรือในกรณีที่ญาติคนนั้นไม่ได้เป็นพ่อแม่

### 5. ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ

ลักษณะของญาติที่มีความเครียดมาก	ลักษณะของญาติที่มีความเครียดน้อย
ญาติเป็นผู้รับผิดชอบค่าใช้จ่าย และรู้สึกเดือดร้อนในเรื่องนี้	ญาติไม่ได้เป็นผู้รับผิดชอบค่าใช้จ่าย หรือไม่ได้รู้สึกเดือดร้อนใด ๆ ในเรื่องนี้



### 6. ระยะในการเจ็บป่วย

ลักษณะของญาติที่มีความเครียดมาก	ลักษณะของญาติที่มีความเครียดน้อย
ช่วงระยะเวลาแรก ๆ ที่ความรู้สึกของญาติจะรู้สึกสูญเสียอย่างรุนแรงและไม่ยอมรับ หรือในระยะเวลายาวนานที่ญาติรู้สึกว่าต้องอดทน หรือต้องแบกรับภาระอย่างไม่มีที่สิ้นสุด	ช่วงระยะเวลาที่เริ่มรู้สึกยอมรับ หรือรู้สึกเคยชินกับการอยู่ร่วมกับผู้ป่วยแล้ว

### 7. ทัศนคติของญาติที่มีต่อผู้ป่วย

ลักษณะของญาติที่มีความเครียดมาก	ลักษณะของญาติที่มีความเครียดน้อย
ญาติรู้สึกว่าผู้ป่วย เป็นคนที่ไม่มีความประนีประนอมอีกต่อไปแล้ว รู้สึกปฏิเสธ และมีความรู้สึกทางลบต่อผู้ป่วย ไม่ยอมรับว่าผู้ป่วยจะต้องมีอาการ ความผิดปกติและความเสื่อมเกิดขึ้น	ญาติรู้สึกว่าผู้ป่วย เป็นคนที่มีประโยชน์อยู่ หรือยอมรับว่าผู้ป่วยจะมีอาการบางอย่างผิดไปจากคนอื่น ๆ ไม่คาดหวังกับผู้ป่วย เกินกว่าที่ผู้ป่วยจะปฏิบัติได้

### 8. ความคาดหวังในอดีตของญาติที่มีต่อผู้ป่วย

ลักษณะของญาติที่มีความเครียดมาก	ลักษณะของญาติที่มีความเครียดน้อย
ญาติมีความคาดหวังกับอนาคตของผู้ป่วยอย่างสูง และรู้สึกผิดหวังอย่างมาก	ญาติคาดหวังกับผู้ป่วยต่ำ หรือไม่ได้คาดหวังอะไรในตัวผู้ป่วยมาก่อน

ผู้วิจัยได้ใช้ดัชนีดังกล่าวมาสัมภาษณ์ญาติผู้ป่วย จำนวน 40 คน และรวบรวมข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มาพิจารณา โดยร่วมกับผู้เชี่ยวชาญ 1 ท่าน เพื่อพิจารณาแยกกลุ่มญาติ 40 คนนี้ออกเป็นกลุ่มญาติที่เครียดมาก และเครียดน้อย ตามดัชนีทั้ง 8 นี้

8. นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ญาติผู้ป่วยทั้ง 40 คน ตามข้อคำถามจำนวน 44 ข้อ มาทำการวิเคราะห์ค่าทางสถิติ ด้วยโปรแกรม SPSSX ดังนี้

#### 8.1 หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยวิธีทดสอบค่าที ( t-test )

นำคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสำรวจของญาติทั้งสองกลุ่ม มาทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างกลุ่ม โดยวิธีทดสอบค่าที เพื่อตรวจสอบแบบสำรวจที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ว่าสามารถจำแนกความแตกต่างระหว่างกลุ่มญาติเครียดมากและเครียดน้อยได้ และหาค่าอำนาจจำแนก โดยเปรียบเทียบค่าที ระหว่างกลุ่มเป็นรายข้อ เพื่อทดสอบว่าข้อคำถามแต่ละข้อสามารถจำแนกความแตกต่างระหว่างกลุ่มญาติเครียดมากและเครียดน้อยได้ เลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกถึงระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยเลือกข้อที่มีค่าที สูงกว่า ( t .05 df=38 two tailed) 2.02 ขึ้นไป ปรากฏว่าได้ข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์ จำนวน 32 ข้อ ซึ่งมีค่าที ระหว่าง 2.02 ถึง 5.47

#### 8.2 หาค่าสหสัมพันธ์ระหว่าง ข้อคำถามรายข้อ กับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Item-total Correlation)

นำข้อมูลที่ผ่านเกณฑ์จากข้อ 8.1 มาหาค่าสหสัมพันธ์รายข้อที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 เพื่อดูว่าข้อคำถามอยู่ในคุณลักษณะของความรู้สึกที่เหมือนกัน เลือกข้อคำถามที่มีค่าสหสัมพันธ์ตั้งแต่ .30 ขึ้นไป ซึ่งทำให้เหลือข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์ 30 ข้อ ซึ่งมีค่า r ระหว่าง 0.34 ถึง 0.74

#### 9. หาค่าความเชื่อถือได้ (Reliability)

นำข้อคำถามที่เลือกได้จากข้อ 8.2 มาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อถือได้ด้วยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ความคงที่ภายใน (Coefficient of Internal Consistency) โดยใช้สูตรของครอนบาคอัลฟา (Cronbach Alpha) ได้ค่าความเชื่อถือได้ของแบบวัดทั้งฉบับ = 0.92



## ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

### ระยะก่อนการทดลอง

1. ผู้วิจัยวัดความเครียดของญาติผู้ป่วยโรคจิตเภท โดยสัมภาษณ์ญาติที่มาเยี่ยม ผู้ป่วย ซึ่งป่วยเป็นโรคจิตเภทตามการวินิจฉัยของจิตแพทย์ ที่กำลังรักษาตัวอยู่ที่ตึกผู้ป่วยพิเศษ ตึกสามัญ ทั้งหญิงและชาย และญาติที่พาผู้ป่วยมารับรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลสมเด็จพระยา ที่ละคน ตามข้อคำถามในแบบสำรวจความเครียดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น นำคำตอบมาตรวจให้คะแนน ตามที่ได้กำหนดไว้ ในการสัมภาษณ์ญาติผู้ป่วยผู้วิจัยใช้เวลาประมาณ 1/2 ถึง 1 ชั่วโมงต่อคน

2. ผู้วิจัยเชิญชวนญาติที่ได้คะแนนความเครียด (ที่วัดได้ในข้อ 1) สูงกว่าคะแนนใน ตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 (47.75 คะแนน จากคะแนนเต็ม 90) ให้เข้าร่วมกลุ่ม โดยสนทนากับญาติแต่ละคนในลักษณะของการรับฟังความทุกข์ร้อน และแสดงให้เห็นว่าผู้วิจัยมีความเข้าใจ และเห็นใจในความรู้สึกของเขา จากนั้นผู้วิจัยได้อธิบายว่า กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาจะเป็นที่ ที่มาพบกันในระหว่างญาติซึ่งร่วมทุกข์และมีความเข้าใจให้แก่กัน และชี้แจงต่อญาติว่าการเข้ากลุ่ม นั้นจะใช้เวลา 8 สัปดาห์ต่อเนื่องกัน ผู้วิจัยใช้เวลาในการสนทนากับญาติแต่ละคนช่วงนี้ ประมาณ 1 ชั่วโมงต่อคน

3. ผู้วิจัยได้ทบทวนญาติ ที่สนใจ สมัครใจจะเข้าร่วมการวิจัย แต่ไม่มีเวลามาร่วม กลุ่มได้อย่างต่อเนื่อง 8 ครั้ง ให้เขาสละเวลาเพื่อมาให้ผู้วิจัยสัมภาษณ์ในเวลาอีก 2 เดือน ข้างหน้า เพื่อเป็นกลุ่มควบคุม ซึ่งมีอยู่จำนวน 12 คน แต่ในการวิจัยจริงปรากฏว่าญาติบางส่วน มีอุปสรรคในเรื่องเวลาทำงาน ไม่สามารถมาให้ผู้วิจัยสัมภาษณ์หลังจากกลุ่มยุติลง จึงเหลือสมาชิก กลุ่มควบคุม ซึ่งผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ทั้งในตอนต้นและตอนท้าย เป็นจำนวน 8 คน

4. ผู้วิจัยทำการสำรวจช่วงเวลาที่ญาติสะดวกในการเข้าร่วมกลุ่ม ของญาติที่สมัครใจ และมีเวลามาร่วมกลุ่มได้ โดยกำหนดช่วงเวลาที่ญาติเลือก 5 ช่วงเวลา คือ

1. วันเสาร์ 9.00-12.00 น.

2. วันเสาร์ 13.00-16.00 น.

3. วันอาทิตย์ 9.00-12.00 น.

4. วันอาทิตย์ 13.00-16.00 น.

5. วันอื่น ๆ ที่ท่านสะดวก

ปรากฏว่าญาติส่วนใหญ่เลือกที่จะมาร่วมกลุ่ม วันอาทิตย์ เวลา 9.00-12.00 น. ผู้วิจัยจึงจัดญาติที่สมัครใจ และได้เลือกช่วงเวลาดังกล่าวเป็นกลุ่มทดลอง ซึ่งมีจำนวน 14 คน

5. สัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย
6. ผู้วิจัยได้ติดต่อกลับไปยังญาติผู้ป่วยที่เลือกช่วง เวลาของการเข้าร่วมกลุ่มนอกเหนือไปจากวันอาทิตย์ เวลา 9.00-12.00 น. เพื่อชี้แจงถึงความจำเป็นที่ยังไม่สามารถจัดกลุ่มในเวลานั้น ๆ ได้

7. ผู้วิจัยได้ทำการติดต่อทางไปรษณีย์กับญาติกลุ่มทดลองทุกคนและบางคนทางโทรศัพท์ ด้วย เพื่อแจ้งให้ทราบกำหนดที่จะเริ่มดำเนินกลุ่ม ปรากฏว่าในการดำเนินการจริงสมาชิกที่มาเข้ากลุ่มเป็นประจำและขาดไม่เกิน 2 ครั้ง มีจำนวน 7 คน ซึ่งผู้วิจัยได้ยึด 7 คนนี้เป็นหลักในการดำเนินการเก็บข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล ญาติคนอื่น ๆ มีอุปสรรคไม่สามารถมาเข้ากลุ่มได้ ต่อเนื่อง เนื่องจากผู้ป่วยเสียชีวิต ผู้ป่วยย้ายสถานที่อยู่ และญาติบางคนติดงานไม่สามารถปลีกเวลามาร่วมกลุ่มได้ ดังนั้นกลุ่มทดลองจึงมีสมาชิกทั้งหมด 7 คน

โดยสรุป ผู้วิจัยใช้เวลาในระยะก่อนการทดลอง ประมาณ 2 สัปดาห์

#### ระยะทดลอง

1. ให้การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวไรเจอร์ส แก่กลุ่มทดลอง โดยจัดขึ้นในวันอาทิตย์ เวลาประมาณ 9.30-12.30 น. ต่อเนื่องกัน 8 ครั้ง รวมเวลาของการดำเนินกลุ่มเป็นจำนวน 24 ชั่วโมง และใช้ห้องประชุมตึกราชพฤกษ์ ชั้นล่าง โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพระยา เป็นสถานที่ในการประชุมกลุ่ม ซึ่งเป็นห้องประชุมติดเครื่องปรับอากาศ หน้าต่างมีม่านมิดชิด ไม่มีเสียงรบกวน นอกจากการที่ผู้ป่วยมาเคาะประตูเป็นครั้งคราว หรือมาปิดไฟซึ่งมีสวิทช์อยู่ด้านนอกห้องประชุมบ้าง มีผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม และได้เริ่มดำเนินกลุ่มเป็นครั้งแรกเมื่อวันอาทิตย์ที่ 10 มกราคม 2536 เสร็จสิ้นการดำเนินกลุ่มครั้งที่ 8 ในวันเสาร์ที่ 7 มีนาคม 2536 ในบางสัปดาห์ญาติส่วนใหญ่ขอเลื่อนการเข้ากลุ่มเป็นวันเสาร์ในช่วงเช้าบ้าง หรือบ่ายบ้าง เนื่องจากชุกชุมเป็นประจำ



2. ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์สครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อลดความเครียดของญาติผู้ป่วยโรคจิตเภท โดยมีแนวทางกว้าง ๆ ดังนี้

2.1 ผู้นำกลุ่ม ชวนให้สมาชิกกลุ่มบอกเล่าถึงประสบการณ์ของตนเกี่ยวกับความเครียดอันเกิดจากการที่ต้องอยู่ร่วมกับผู้ป่วยจิตเภท โดยไม่มีการกำหนดหัวข้อในการสนทนา แต่เปิดกว้างเพื่อให้สมาชิกได้แสดงถึงสิ่งที่เขาต้องการ

2.2 ผู้นำกลุ่ม ใช้ทักษะทางจิตวิทยาต่าง ๆ เช่นการทวนซ้ำ การสรุป การถาม การสะท้อนความรู้สึก เพื่อเอื้อให้สมาชิกได้สำรวจความรู้สึกของตน และบอกเล่าประสบการณ์แก่กัน ผู้นำกลุ่มเชิญชวนให้สมาชิกอื่น ๆ เข้ามามีส่วนร่วมในสิ่งที่สมาชิกเล่า เพื่อให้ทุกคนรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม

2.3 ผู้นำกลุ่มเชิญชวนให้สมาชิกมองปัญหา ซึ่งเกิดจากความไม่สบายใจของตน และช่วยให้สมาชิกแก้ปัญหา ด้วยการขยายทัศนะในการมอง และชวนให้สมาชิกอื่น ๆ เข้ามามีส่วนร่วมในการช่วยเหลือหาวิธีการแก้ปัญหา หรือยอมรับกับปัญหาที่เกิดขึ้น

2.4 ในแต่ละครั้งของการเริ่มต้นกลุ่ม ตั้งแต่ครั้งที่ 2 ผู้นำกลุ่มจะนำสมาชิกเข้าสู่บรรยากาศของกลุ่ม โดยการทบทวนสิ่งที่สมาชิกได้พูดในครั้งก่อน และก่อนที่จะยุติกลุ่มแต่ละครั้ง ผู้นำกลุ่มจะให้โอกาสสมาชิกได้สรุป ทบทวนสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองในกลุ่ม ตลอดระยะเวลาในการดำเนินกลุ่ม จะใช้เทปบันทึกเสียงในการบันทึกการประชุมกลุ่มทุกครั้ง หลังจากยุติกลุ่มครั้งสุดท้าย จะให้สมาชิกตอบแบบสำรวจความเครียด และแบบประเมินผลการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

3. นักกลุ่มควบคุม จำนวน 8 คน ซึ่งไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา มาตอบแบบสำรวจความเครียดที่โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพระยา โดยผู้วิจัยเป็นผู้สัมภาษณ์

ผู้วิจัยได้ดำเนินการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม กับญาติผู้ป่วยโรคจิตเภทตามแนวดังกล่าวข้างต้น ในขณะที่ดำเนินการ ผู้วิจัยได้สังเกตพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่มและบรรยากาศของกลุ่ม พร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นในขณะที่ทำกลุ่ม



### การเก็บข้อมูลและการตรวจให้คะแนน

1. ผู้วิจัย ทำการสัมภาษณ์ญาติผู้ป่วยทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยา โดยสัมภาษณ์เกี่ยวกับความรู้สึกของญาติตามข้อคำถามในแบบสำรวจความเครียด และได้อธิบายให้ผู้ตอบเข้าใจถึงการประเมินระดับของความรู้สึกที่เกิดขึ้นว่า ต้องการให้ผู้ตอบประเมินว่าผู้ตอบมีความรู้สึกนั้น ๆ ในระดับใด โดยเขียนเป็นเสมือนขั้นบันได 3 ขั้น คือ น้อย ปานกลาง และมาก เพื่อช่วยให้ผู้ตอบตอบได้ตรงกับความรู้สึกที่เป็นจริงมากที่สุด โดยที่ผู้ตอบสามารถจะเลือกตอบว่า

รู้สึกมาก หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของท่านและท่านรู้สึกในระดับสูง  
 รู้สึกปานกลาง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของท่านและท่านรู้สึกในระดับกลาง ๆ

รู้สึกน้อย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของท่านและท่านรู้สึกในระดับต่ำ

ไม่รู้สึก หมายถึง ข้อความนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกของท่าน

ไม่มี หมายถึง ข้อความนั้นไม่ตรงกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในบ้านของท่าน

2. แบบสำรวจความเครียดนี้ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ จึงถือกำหนดการให้คะแนน ดังนี้

ถ้าตอบ รู้สึกมาก ให้ 3 คะแนน

ถ้าตอบ รู้สึกปานกลาง ให้ 2 คะแนน

ถ้าตอบ รู้สึกน้อย ให้ 1 คะแนน

ถ้าตอบ ไม่รู้สึก ให้ 0 คะแนน

ถ้าตอบ ไม่มี ให้ 0 คะแนน

3. คัดคะแนนรวม โดยการรวมคะแนนจากทุกข้อของผู้ตอบแบบสำรวจเข้าด้วยกันเป็นคะแนนความเครียดของผู้ตอบแต่ละคน

4. นำคะแนนของผู้ตอบแต่ละคนมาหาค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทั้งก่อนและหลังการทดลอง

### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความเครียดภายในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยา โดยใช้ค่าสถิติ t-test
2. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความเครียดระหว่างกลุ่ม ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังให้การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้ค่าสถิติ t-test



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย