

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมนันทนาการตาม
ทฤษฎีแอนดราโกจีเพื่อเพิ่มความเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้าน
บางแคในกรุงเทพมหานคร เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) ทดสอบ
รูปแบบการจัดกิจกรรมนันทนาการตามทฤษฎีของผู้สูงอายุ และเปรียบเทียบความเห็นคุณค่าใน
ตนเองของผู้สูงอายุวิเคราะห์ผลของการจัดกิจกรรมนันทนาการทั่วไปของสถานสงเคราะห์คนชรา
บ้านบางแค ซึ่งจะได้เป็นแนวปฏิบัติสำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจะนำไปจัดกิจกรรมในสถาน
สงเคราะห์คนชราที่ต่างๆสำหรับผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลเบื้องต้น

ตอนที่ 2 วิธีดำเนินการทดลอง

1. กำหนดกลุ่มตัวอย่างประชากร
2. กำหนดเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
 - 2.1 กระบวนการทดลอง
 - 2.2 แบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเอง
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
 - 3.1 รูปแบบการทดลอง
 - 3.2 การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลเบื้องต้น

1. ศึกษาหนังสือ เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องความเห็นคุณค่าในตนเอง
2. ศึกษาทฤษฎีเกี่ยวกับการวัดความเห็นคุณค่าในตนเอง และแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเอง ของคูเปอร์สมิธ ฉบับที่ใช้กับผู้ใหญ่ (Coopersmith Self-Esteem Inventory-Adult Form, 1967) ซึ่ง นิภาวรรณ กิริยะ (2534) แปลและปรับปรุง
3. ศึกษาหนังสือ เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องผู้สูงอายุ
4. ศึกษาแนวคิด และปรัชญานันทนาการกับทฤษฎีแอนดาโกจีจากหนังสือ เอกสาร และการปฏิบัติจริง
5. ศึกษารายละเอียด แนวคิด และการดำเนินงานของสถานสงเคราะห์คนชราบ้าน

บางแค จากผู้ปกครองสถานสงเคราะห์ ผู้ช่วยฯ นักสังคมสงเคราะห์ และนักจิตวิทยา รวมทั้งศึกษาสภาพสถานที่ และกลุ่มประชากรที่ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อสร้างความคุ้นเคยและใช้ในการดำเนินกิจกรรม

ตอนที่ 2 วิธีดำเนินการทดลอง

1. กำหนดกลุ่มตัวอย่างประชากร

ในการวิจัยทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยมีขั้นตอนดังนี้

การสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

1. สุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยคัดเลือกเฉพาะผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแค ผู้ที่มีคุณสมบัติดังนี้

- 1.1 เป็นผู้สูงอายุ ชาย หรือ หญิง
- 1.2 สามารถปฏิบัติกิจกรรมที่เคลื่อนไหว พูด อ่านและเขียนได้
- 1.3 มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป
- 1.4 เข้าร่วมกิจกรรมด้วยความสมัครใจ

2. จากข้อ 1. มีคุณสมบัติดังกล่าวจำนวน 68 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง แล้วทำแบบสอบถามวัดความเห็นคุณค่าในตนเอง ก่อนการทดลอง (Pretest)

3. ผู้วิจัยถามความสมัครใจของผู้ที่จะเข้าร่วมการวิจัยพบว่าผู้ที่มีคุณสมบัติดังกล่าว การวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองแบบสองกลุ่ม วัดก่อนและหลังการทดลอง (The Pretest

Posttest Control Group Design) โดยมีเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 2 ประเภท คือ แบบวัด
 ความเห็นคุณค่าในตนเอง กิจกรรมนันทนาการตามทฤษฎีแอนดราโกจี

2. กำหนดเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ

1. กิจกรรมนันทนาการตามทฤษฎีแอนดราโกจี เป็นกิจกรรมที่นำเอาทฤษฎีแอนดราโกจี
 มาปรับประยุกต์เข้ากับกิจกรรมที่มีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ ในสถานสงเคราะห์บ้านบางแค

ขั้นตอนและกระบวนการจัดกิจกรรมนันทนาการตามทฤษฎีแอนดราโกจี ที่ใช้ดังนี้

ขั้นตอน	กระบวนการจัดกิจกรรม	กิจกรรมที่ใช้จริง
1.สร้างบรรยากาศ	ความเป็นกันเองเป็นความรู้สึก ไว้วางใจซึ่งกันและกัน	แต่งห้องไหนก่อน ข้าพเจ้า ทดสอบ ความรู้สึกในตนเอง รสชาติไหนตรง กับใจ ส่วนประกอบรถยนต์ เทพี
2.การวางแผน	เพื่อเอื้อต่อการสื่อสารมุ่ง กระตุ้นให้มีการแลกเปลี่ยน ประสบการณ์ที่ผู้เรียนผู้ใหญ่ สะสมติดตัว	ส่วนประกอบรถยนต์ หอคอยของ ฉัน ต่อให้ยาว
3.การวิเคราะห์	ความต้องการของตนเอง ตาม ความเชื่อผู้เรียนเป็นผู้ระบุ ความต้องการของตนเอง	ข้าพเจ้า รสชาติไหนตรงกับใจ หอคอยของฉัน
4.การส่งเสริมความคิด	ช่วยให้ผู้เรียนกำหนด วัตถุประสงค์ที่เป็นจริง วิเคราะห์ ความต้องการผูกพัน มุ่งมั่นและการยอมรับในสิ่งที่ ตนเองระบุ	ส่วนประกอบรถยนต์ ภาพวาดที่ อยากบอกในใจ ต่อให้ยาว
5.การส่งเสริมประสบการณ์	เปิดโอกาสให้ผู้เรียนเลือก วิธีการเรียนรู้ เลือกกิจกรรม สอดคล้องกับประสบการณ์ เดิมมาใช้	แต่งห้องไหนก่อน รสชาติไหนตรง กับใจ ส่วนประกอบรถยนต์ เทพี ภาพวาดที่อยากบอกในใจ

6.การลงมือปฏิบัติจริง	ผู้เรียนจะดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อให้เกิดความมั่นใจ	ภาพวาดที่อยากบอกในใจ ต่อให้ยาว หอคอยของฉัน
7.การประเมินตนเอง	ความก้าวหน้าของการเรียนรู้ด้วยตนเองเพื่อให้ผู้เรียนตัดสินใจในการกระทำของตนเองตามกิจกรรมการเรียนรู้ ออกมาจากประสบการณ์	แต่งห้องไหนก่อน ข้าพเจ้า ทดสอบความรู้สึกในตนเอง รสชาติไหนตรงกับใจ เทพี ภาพวาดที่อยากบอกจากใจ ต่อให้ยาว

จัดโปรแกรมเน้นหนักการตามทฤษฎีแอนดราโกจี ส่งเสริมให้มีความเห็นคุณค่าในตนเองดังนี้

เน้นหนักการตามทฤษฎีแอนดราโกจี	การเห็นคุณค่าในตนเอง
1. แต่งห้องไหนก่อน	เพื่อเพิ่มความเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะคติที่บุคคลมีต่อตนเอง มีความเคารพยอมรับประเมินตนเองที่มาจากความสามารถของบุคคลหรือมีความสามารถในการตัดสินใจคุณค่าของตนเองทั้งด้านบวก
2. ทดสอบความรู้สึกในตนเอง	เพื่อเพิ่มความเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะคติที่บุคคลมีต่อตนเอง มีความเคารพยอมรับประเมินตนเองมีความภาคภูมิใจในตนเองทางความคิด อารมณ์ ความต้องการ ค่านิยม และเป้าหมายของบุคคล
3. รสชาติไหนตรงกับใจ	เพื่อเพิ่มความเห็นคุณค่าในตนเองความภาคภูมิใจในตนเองทางความคิด อารมณ์ ความต้องการ ค่านิยม และเป้าหมายของบุคคลความเชื่อมั่นในตนเองที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อประสิทธิภาพของตนเองที่บุคคลเผชิญกับความจริง

4. ส่วนประกอบรถยนต์	<p>เพื่อเพิ่มความเห็นคุณค่าในตนเองความภาคภูมิใจในตนเองทางความคิด อารมณ์ ความต้องการ ค่านิยม และเป้าหมายของบุคคลความเคารพยอมรับประเมินตนเองความเชื่อมั่นในตนเองที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อประสิทธิภาพของตนการที่บุคคลเผชิญกับความจริง</p>
5. เทพี	<p>เพื่อเพิ่มความเห็นคุณค่าในตนเองทัศนคติที่บุคคลมีต่อตนเอง มีความเคารพยอมรับประเมินตนเองที่มาจากความสามารถของบุคคลหรือมีความสามารถในการตัดสินใจของตนเองทั้งด้านบวกมีความภาคภูมิใจในความเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง มีความมั่นใจในการกระทำต่าง ๆ</p>
6. ภาพวาดที่อยากบอกในใจ	<p>เพื่อเพิ่มความเห็นคุณค่าในตนเอง ทัศนคติที่บุคคลมีต่อตนเอง มีความเคารพและความภาคภูมิใจในตนเองทางความคิด อารมณ์ ความต้องการ ค่านิยม และเป้าหมายของบุคคลภาคภูมิใจในความเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง มีความมั่นใจในการกระทำต่าง ๆ</p>
6. ข้าพเจ้า	<p>เพื่อเพิ่มความเห็นคุณค่าในตนเองความภาคภูมิใจในตนเองทางความคิด อารมณ์ ความต้องการ ค่านิยม และเป้าหมายของบุคคลความเชื่อมั่นในตนเองที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อประสิทธิภาพของตนการที่บุคคลเผชิญกับความจริงและทัศนคติที่บุคคลมีต่อตนเอง มีความเคารพยอมรับประเมินตนเองที่มาจากความสามารถของบุคคลหรือมีความสามารถในการตัดสินใจของตนเองทั้งด้านบวก</p>

8. หอคอยของฉัน	เพื่อเพิ่มความเห็นคุณค่าในตนเองความภาคภูมิใจ ในตนเองทางความคิด อารมณ์ ความต้องการ ค่านิยม และเป้าหมายของบุคคลความเชื่อมั่นใน ตนเองที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อประสิทธิภาพของ ตนมีความเคารพยอมรับประเมินตนเองที่มาจาก ความสามารถของบุคคลหรือมีความสามารถในการ ตัดสินคุณค่าของตนเองทั้งด้านบวก
9. ต่อให้ยาว	เพื่อเพิ่มความเห็นคุณค่าในตนเองความภาคภูมิใจ ในตนเองทางความคิด อารมณ์ ความต้องการ ค่านิยม และเป้าหมายของบุคคลความเชื่อมั่นใน ตนเองที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อประสิทธิภาพของ ตนมีความเคารพยอมรับประเมินตนเองที่มาจาก ความสามารถของบุคคลหรือมีความสามารถในการ ตัดสินคุณค่าของตนเองทั้งด้านบวก

แผนหลักการจัดกิจกรรมนันทนาการตามทฤษฎีแอนดราโกจี ดังนี้

ครั้งที่ 1 ระยะเวลา 09.00 น. ถึง 11.00 น.

09.00 น. ผู้สูงอายุรวมกันที่ประชุม

09.10 น. แนะนำตัว ร้องเพลงนี้ว์ และบอกจุดประสงค์

09.30 น. ทำแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเอง

11.00 น. เก็บแบบสอบถาม แล้วนัดหมายครั้งต่อไป

ครั้งที่ 2 ระยะเวลา 09.00 น. ถึง 11.00 น.

09.00 น. ผู้สูงอายุรวมกันที่ประชุม

09.10 น. ร้องเพลงนี้่มือ กับ เพลงดนตรีชีวิต และแบ่งกลุ่ม

09.50 น. ทำกิจกรรมภาพวาดที่อยากบอกจากใจ

11.00 น. สิ้นสุดกิจกรรมและสรุปประโยชน์ที่ให้กับผู้ร่วมกิจกรรมโดยวิทยากร

ครั้งที่ 3 ระยะเวลา 09.00 น. ถึง 11.00 น.

09.00 น. ผู้สูงอายุรวมกันที่ประชุม

09.10 น. ร้องเพลงกรรไกร ผ้าไหม กับ เพลงดื่มนม

09.50 น. ทำกิจกรรมแต่งห้องไหนก่อน

11.00 น. สิ้นสุดกิจกรรมและสรุปประโยชน์ที่ให้กับผู้ร่วมกิจกรรมโดยวิทยากร

ครั้งที่ 4 ระยะเวลา 09.00 น. ถึง 11.00 น.

09.00 น. ผู้สูงอายุรวมกันที่ประชุม

09.10 น. ร้องเพลงแจวเรือ กับ เพลงมาร้องเพลงกัน

09.50 น. ทำกิจกรรมหอคอยของฉัน

11.00 น. สิ้นสุดกิจกรรมและสรุปประโยชน์ที่ให้กับผู้ร่วมกิจกรรมโดยวิทยากร

ครั้งที่ 5 ระยะเวลา 09.00 น. ถึง 11.00 น.

09.00 น. ผู้สูงอายุรวมกันที่ประชุม

09.10 น. ร้องเพลงบอลร้อน กับ เพลงสวรรค์

09.50 น. ทำกิจกรรมต่อให้ยาว

11.00 น. สิ้นสุดกิจกรรมและสรุปประโยชน์ที่ให้กับผู้ร่วมกิจกรรมโดยวิทยากร

ครั้งที่ 6 ระยะเวลา 09.00 น. ถึง 11.00 น.

09.00 น. ผู้สูงอายุรวมกันที่ประชุม

09.10 น. ร้องเพลงจ๊ะเอ๋ กับ เพลงลงแล้วขึ้น

09.50 น. ทำกิจกรรมทดสอบหาความรู้สึกในตัว

11.00 น. สิ้นสุดกิจกรรมและสรุปประโยชน์ที่ให้กับผู้ร่วมกิจกรรมโดยวิทยากร

ครั้งที่ 7 ระยะเวลา 09.00 น. ถึง 11.00 น.

09.00 น. ผู้สูงอายุรวมกันที่ประชุม

09.10 น. ร้องเพลงออกกำลังกาย กับ เพลงมาร้องเพลงกัน

09.50 น. ทำกิจกรรมรสชาติไหนตรงกับใจ และ ลูกหลานแลกเปลี่ยน

11.00 น. สิ้นสุดกิจกรรมและสรุปประโยชน์ที่ให้กับผู้ร่วมกิจกรรมโดยวิทยากร
ครั้งที่ 8 ระยะเวลา 09.00 น. ถึง 11.00 น.

09.00 น. ผู้สูงอายุรวมกันที่ประชุม

09.10 น. ร้องเพลงกังหันต้องลม กับ เพลงนี้ว

09.50 น. ทำกิจกรรมส่วนประกอบรถยนต์

11.00 น. สิ้นสุดกิจกรรมและสรุปประโยชน์ที่ให้กับผู้ร่วมกิจกรรมโดยวิทยากร
ครั้งที่ 9 ระยะเวลา 09.00 น. ถึง 11.00 น.

09.00 น. ผู้สูงอายุรวมกันที่ประชุม

09.10 น. ร้องเพลงจับตัว กับ เพลงวงจริง

09.50 น. ทำกิจกรรมเทพี และ ข้าพเจ้า

11.00 น. สิ้นสุดกิจกรรมและสรุปประโยชน์ที่ให้กับผู้ร่วมกิจกรรมโดยวิทยากร
ครั้งที่ 10 ระยะเวลา 09.00 น. ถึง 11.00 น.

09.00 น. ผู้สูงอายุรวมกันที่ประชุม

09.10 น. ร้องเพลงวงจริง

09.20 น. ทำแบบสอบถามวัดความเห็นคุณค่าในตนเอง

11.00 น. เก็บแบบสอบถามและกล่าวสรุปขอบคุณ

2. แบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเองและการสัมภาษณ์ความเห็นคุณค่าในตนเอง

2.1 แบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเอง

แบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งนิภาวรรณ กิริยะ(2534) แปลและปรับปรุง
ขึ้นจากแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเองของคูเปอร์สมิธ ฉบับที่ใช้กับผู้ใหญ่(Coopersmith Self-
Esteem Inventory-Adult Form,1967) ซึ่งมีจำนวน 61 ข้อ และครอบคลุมสาเหตุของการเกิด
ความเห็นคุณค่าในตนเอง ตามทฤษฎีของคูเปอร์สมิธ(Coopersmith,1981) ทั้ง 3 ด้าน ซึ่งได้แก่
การมีอำนาจทางจิตใจ การมีคุณความดีและการมีความสามารถเพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง
และประชากรที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยปรับปรุงภาษาที่ใช้และนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบภาษา
ที่ใช้

2.1.1 ลักษณะของแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเอง

แบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งผู้วิจัยได้ปรับปรุงภาษาที่ใช้เพื่อความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง โดยปรับปรุงมาจากแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเองของคูเปอร์สมิท ฉบับที่ใช้กับผู้ใหญ่ (Coopersmith Self-Esteem Inventory-Adult Form, 1967) แบ่งตามองค์ประกอบที่เป็นสาเหตุของการเกิดความเห็นคุณค่าในตนเองของคูเปอร์สมิท (Coopersmith 1981) มีดังนี้

ด้านการมีอำนาจทางจิตใจ ได้แก่ ข้อกระทงที่ 2, 4, 5, 6, 7, 9, 13, 16, 18, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 41, 42, 43, 44, 45, 47, 48, 51, 54, 55, 58, 59 รวม 40 ข้อ

ด้านการมีคุณความดี ได้แก่ ข้อกระทงที่ 8, 10, 11, 17, 19, 21, 30, 50, 52, 53, 57 รวม 11 ข้อ

ด้านการมีความสามารถ ได้แก่ ข้อกระทงที่ 1, 3, 7, 12, 14, 15, 40, 46, 60, 61 รวม 10 ข้อ

2.1.2 วิธีการตอบและให้คะแนน

ให้ผู้ตอบอ่านข้อความ ในแต่ละข้อผู้ตอบต้องเลือกตอบเพียงคำตอบเดียวที่ตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบมากที่สุด คือ

มากที่สุด หมายถึง เมื่อผู้ตอบเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกมากที่สุดของผู้ตอบ

มาก หมายถึง เมื่อผู้ตอบเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกมากของผู้ตอบ

ปานกลาง หมายถึง เมื่อผู้ตอบเห็นว่าข้อความนั้นตัดสินใจไม่แน่นอนหรือทำหังคู่เท่ากัน

น้อย หมายถึง เมื่อผู้ตอบเห็นว่าข้อความนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกเท่าไรของผู้ตอบ

น้อยที่สุด หมายถึง เมื่อผู้ตอบเห็นว่าข้อความนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกนั้นเลยของผู้ตอบ

ในการให้คะแนน ข้อกระทงที่มีความหมายด้านบวกส่วนด้านการมีคุณความดีและการมีความสามารถ ถ้าผู้ตอบตอบ "มากที่สุด" จะได้ 5 คะแนน ถ้าตอบ "มาก" จะได้ 4 คะแนน ส่วนตอบ "ปานกลาง" จะได้ 3 คะแนน ถ้าตอบ "น้อย" จะได้ 2 คะแนน และถ้าตอบ "น้อยที่สุด" จะได้ 1 คะแนน และส่วนข้อกระทงด้านการมีอำนาจจิตใจจะเป็นคำถามทางด้านลบ การให้คะแนนจะตรงกันข้ามกับทางบวกส่วนข้อกระทงที่ไม่ตอบก็จะได้คะแนน สำหรับข้อกระทงที่การตรวจสอบการตอบไม่ตรงกับความเป็นจริงของผู้ตอบจะไม่นำคะแนนมารวมกับข้อกระทงอื่น แต่จะนำมาพิจารณาความเชื่อถือได้ของผู้ตอบ ถ้าผู้ตอบตอบไม่ตรงความเป็นจริง 3 ข้อขึ้นไป ผู้วิจัย

จะไม่นำแบบวัดชุดนั้นมาคิดคะแนนรวม เพราะผู้ตอบคำถามแบบปกป้องตนเองสูง ดังนั้นคะแนนที่เป็นไปได้ทั้งหมดของแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเอง จะอยู่ระหว่าง 0-32 คะแนน

2.1.3 การตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเอง

2.1.3.1 ตรวจการสอบคุณภาพของแบบวัดโดยนิการวรรณ กิริยะ(2534)

2.1.3.1.1 ความเที่ยง (Reliability) นิการวรรณ กิริยะ(2534) ได้นำแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเองทั้ง 61 ข้อไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นโดยนำข้อความในแบบวัดมาสร้างเป็นแบบสอบถามผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ในชมรมผู้สูงอายุเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 30 คน โดยใช้สูตรของคูเดอร์ ริชาร์ดสัน(Kuder Richardson Formula) ได้สัมประสิทธิ์อัลฟาเท่ากับ .87

2.1.3.1.2 ความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity) นิการวรรณ กิริยะ(2534) ได้ตรวจสอบความตรงตามสภาพของแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเองทั้ง 61 ข้อ โดยนำข้อความในแบบวัดมาสร้างเป็นแบบสอบถามผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปในชมรมผู้สูงอายุเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 30 คน แสดงความคิดเห็นว่าคุณลักษณะของบุคคลในวัยเดียวกันที่ตนเห็นว่า เป็นคนที่มีความเห็นคุณค่าในตนเองควรมีลักษณะตามแบบสอบถามมากน้อยเพียงใด เพื่อสะท้อนสิ่งที่แสดงถึงความเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ โดยมาตราส่วนที่ใช้เป็นแบบประเมินค่า คือ น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด และนำคำตอบที่ได้มาเฉลี่ยความนิยมและดูความสอดคล้องของทิศทางคำตอบ

2.1.3.1.3 การหาความเที่ยง (Reliability) ผู้วิจัยหาความเที่ยงของแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเองโดยนำแบบวัดไปทดลองใช้กับกลุ่มในชมรมผู้สูงอายุเขตกรุงเทพมหานครแล้วนำมาหาความเที่ยงของแบบวัดด้วยวิธีการหาความสอดคล้องภายในโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แห่งความเที่ยงของ คูเดอร์-ริชาร์ดสัน (Kuder-Richardson : KR20) ได้ค่าสัมประสิทธิ์แห่งความเที่ยงเท่ากับ .87 แสดงถึงว่า แบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเองฉบับนี้มีความเที่ยงในระดับสูง

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 รูปแบบการทดลอง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้รูปแบบการทดลองแบบสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง (The Pretest Posttest Control Group Design)(บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์ , 2531) ซึ่งมีรูปแบบดังนี้

Mr	O_{1E} X O_{2E}	E-group
	O_{1C} O_{2C}	C-group

Mr หมายถึง การคัดเลือกตัวอย่างการกระทำด้วยการจับคู่(Matching) ให้มีคุณสมบัติเหมือนกัน และการแบ่งกลุ่มตัวอย่างการกระทำด้วยการสุ่มตัวอย่าง

E-group	หมายถึง	กลุ่มทดลอง
C-group	หมายถึง	กลุ่มควบคุม
O_{1E}	หมายถึง	การวัดผลก่อนการทดลองของกลุ่มทดลอง
O_{2E}	หมายถึง	การวัดผลหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง
O_{1C}	หมายถึง	การวัดผลก่อนการทดลองของกลุ่มควบคุม
O_{2C}	หมายถึง	การวัดผลหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม
X	หมายถึง	การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการตามทฤษฎี

ในการทดลองครั้งนี้ ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการฝึกเฉพาะกลุ่มทดลองเท่านั้น ส่วนกลุ่มควบคุม ทำกิจกรรมของสถานสงเคราะห์ที่จัดไว้ตามปกติ

3.2 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเองก่อนการทดลอง (Pretest) ซึ่งทำในขั้นเดียวกับการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังที่กล่าวมาแล้วในหัวข้อการกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง แล้วนำผลที่ได้มาคำนวณหาคะแนนความเห็นคุณค่าในตนเอง ตามวิธีที่กำหนดไว้ คะแนนที่ได้นำมาวิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ยเลขคณิต (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ความเห็นคุณค่าในตนเอง (Pretest) คะแนนที่ได้จากแบบสัมภาษณ์ในข้อคำถาม 1. ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าเฉลี่ยเลขคณิต (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

นำค่าเฉลี่ยเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทั้งสองกลุ่มที่ได้จากแบบวัดและแบบสัมภาษณ์ข้อ 1 มาวิเคราะห์ผลเปรียบเทียบความเห็นคุณค่าในตนเอง

อธิบายกิจกรรมที่กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมต้องทำในขณะที่เข้าร่วมกิจกรรม โดยที่กลุ่มทดลองจะนัดวัน เวลา และสถานที่ในการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหน้าการของสถานสงเคราะห์ตามปกติ แต่นัดหมายมาทำแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเอง และทำการสัมภาษณ์อีกครั้งหนึ่ง

หลังจากที่กลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหน้าการที่กำหนดไว้ ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเองและทำการสัมภาษณ์โดยใช้แบบสัมภาษณ์ความเห็นคุณค่าในตนเองอีกครั้งหนึ่ง เป็นการทดสอบหลังการทดลอง (Posttest) โดยกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำ แล้วนำผลที่ได้มาคำนวณหาคะแนนความเห็นคุณค่าในตนเองตามวิธีที่กำหนดไว้ และนำคะแนนที่ได้จากแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเอง และจากแบบสัมภาษณ์ความเห็นคุณค่าในตนเองในข้อคำถาม 1 มาวิเคราะห์ โดยการหาค่าเฉลี่ยเลขคณิต (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

นำค่าเฉลี่ยคะแนนที่ได้จากแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเองและค่าเฉลี่ยคะแนนการประมาณค่าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มาวิเคราะห์ผลเปรียบเทียบความเห็นคุณค่าในตนเอง และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ของผู้สูงอายุก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหน้าการตามทฤษฎีแอนตาโคจีของแต่ละกลุ่ม

นำค่าเฉลี่ยคะแนนที่ได้จากแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเองและค่าเฉลี่ยคะแนนการประมาณค่าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง หลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม มาวิเคราะห์ผลเปรียบเทียบความเห็นคุณค่าในตนเอง และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ระหว่างผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหน้าการตามทฤษฎีแอนตาโคจีกับผู้สูงอายุที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมนั้นหน้าการที่ปฏิบัติเป็นประจำของสถานสงเคราะห์

แบ่งผู้สูงอายุเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุม และ กลุ่มทดลอง แบ่งเท่าๆกัน โดยกลุ่มควบคุมปฏิบัติกิจกรรมนั้นหน้าการของสถานสงเคราะห์ที่ปฏิบัติเป็นประจำ และกลุ่มทดลองนั้นให้ทำกิจกรรมนั้นหน้าการตามทฤษฎีแอนตราโคจี ใช้เวลา 10 วัน วันละ 2 ชั่วโมง

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยนำมาวิเคราะห์ ดังนี้
เมื่อรวบรวมข้อมูลได้แล้ว ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป (SPSS For Windows Version 12) วิเคราะห์ดังนี้

4.1 การวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเอง

4.1.1 คะแนนที่ได้จากแบบวัดความเห็นคุณค่าในตนเอง ทั้งก่อนและหลังการทดลอง ของทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าเฉลี่ยเลขคณิต (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

4.1.2 การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความเห็นคุณค่าในตนเอง ก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม และการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความเห็นคุณค่าในตนเองหลังการทดลอง ระหว่างสองกลุ่มดังกล่าว เพื่อเปรียบเทียบความเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างผู้สูงอายุ ใช้การทดสอบค่าที (t-test) แบบ t-independent อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

4.2 การวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากแบบสัมภาษณ์ความเห็นคุณค่าในตนเอง

4.2.1 การประมาณค่าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองใน 5 สเกล ทั้งก่อนและหลังการทดลอง ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าเฉลี่ยเลขคณิต (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยใช้สูตรดังข้อ 4.1.1

4.2.2 การทดสอบ ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนการประมาณค่าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนการประมาณค่าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ใช้การควบคุมค่าที t-test แบบ t-independent ซึ่งจะใช้สูตรเช่นเดียวกับข้อ 4.1.2