

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษานี้เป็นศึกษาวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-experimental design) ชนิด 2 กลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง (pretest-posttest, control group design) เพื่อเปรียบเทียบภาวะซึมเศร้าของผู้ดูแลเด็กออทิสติก ที่มารับการบริการแผนกผู้ป่วยใน สถาบันพัฒนาการเด็กราชนครินทร์

E	O ₁	X ₁	O ₂	O ₃
C	O ₁		O ₂	O ₃

O₁ = การวัดภาวะซึมเศร้าก่อนเข้ารับโปรแกรมฯ

X₁ = โปรแกรมการบำบัดตามแนวความคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและ

พฤติกรรม จำนวน 8 ครั้ง สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง เป็นเวลา 2 สัปดาห์

O₂ = การวัดหลังได้รับโปรแกรมการบำบัดตามแนวความคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมสิ้นสุดทันที

O₃ = การวัดหลังได้รับโปรแกรมการบำบัดตามแนวความคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม 1 เดือน

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ที่ใช้ในการศึกษานี้ เป็นผู้ดูแลเด็กออทิสติกที่มารับการบริการแผนกผู้ป่วยใน สถาบันพัฒนาการเด็กราชนครินทร์ จังหวัดเชียงใหม่ และเด็กออทิสติกดังกล่าวได้รับการวินิจฉัยเป็นโรคออทิสติก (Autistic) ตามเกณฑ์การวินิจฉัยโรคของสมาคมจิตแพทย์อเมริกัน (DSM-IV) (American Psychiatric Association, 1994) หรือได้รับการบันทึกการวินิจฉัยเป็น F 84 ตามรหัสโรคที่ยึดตามระบบขององค์การอนามัยโลก (ICD-10) (สถาบันสุขภาพจิต, 2541)

กลุ่มตัวอย่าง กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 15 คน ดังนั้นจำนวนกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่ต้องการในการศึกษานี้เท่ากับ 30 คน โดยเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) โดยมีคุณสมบัติเพิ่มเติม ดังนี้

1. เป็นผู้ดูแลเด็กออทิสติกที่เข้ามารับการบริการแผนกผู้ป่วยใน สถาบันพัฒนาการเด็กราชนครินทร์ ใช้เวลาดูแลเด็กออทิสติกอย่างน้อย 6 เดือน

2. สามารถพูดคุยติดต่อสื่อสารได้
3. มีคะแนนของระดับภาวะซึมเศร้าตั้งแต่ระดับน้อย (7.00 คะแนน) ขึ้นไป โดยใช้แบบประเมินโรคซึมเศร้า (ชรณินทร์ กองสุข และคณะ, 2550)
4. ยินดีให้ความร่วมมือในการทำวิจัย

โดย ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างจากการคำนวณจากค่าขนาดอิทธิพล (effect size) โดยกำหนดความเชื่อมั่นที่ 0.01 ใช้อำนาจการทดสอบ (power) 0.90 และค่าขนาดอิทธิพล ที่ 0.72 ซึ่งคำนวณจากงานวิจัยของ (Bechdolf et al., 2005) จากการคำนวณได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 30 คน เป็นกลุ่มทดลอง 15 คน และกลุ่มควบคุม 15 คน โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง แต่คัดเลือกเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยวิธีการสุ่มเข้ากลุ่มอย่างง่าย (Simple random assignment)

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาแบ่งเป็นเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินงานวิจัย และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

ส่วนที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ สมรส อาชีพ ความเพียงพอของรายได้ จำนวนบุตรที่รับผิดชอบนอกจากเด็กออทิสติก อายุของเด็ก ออทิสติก เพศของเด็ก ออทิสติก และค่าใช้จ่ายในการดูแลบุตร

2. แบบประเมินโรคซึมเศร้า ของ ชรณินทร์ กองสุข และคณะ (2550) ซึ่งประกอบด้วย ข้อคำถามจำนวน 9 ข้อ แบ่งระดับคะแนนเป็นช่วง 0 – 3 คะแนน รวมคะแนนทั้งแบบประเมินเท่ากับ 27 คะแนน เป็นการประเมินอาการในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา แปลผลระดับคะแนนของภาวะซึมเศร้า ดังนี้

คะแนน 7 – 12 มีภาวะซึมเศร้าระดับเล็กน้อย (Mild major depression)

คะแนน 13 – 18 มีภาวะซึมเศร้าระดับปานกลาง (Moderately major depression)

คะแนน ≥ 19 มีภาวะซึมเศร้าระดับรุนแรง (Severe major depression)

ส่วนที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง ได้แก่ โปรแกรมการบำบัดตามแนวคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม ที่ผู้วิจัยได้ดัดแปลงจากโปรแกรมการปรับความคิดและพฤติกรรมเพื่อลดความวิตกกังวลของชญาณิชชร์ อนันตวรราช และดารารวรรณ ต๊ะปิ่นตา (2550) และ

โปรแกรมการปรับความคิดและพฤติกรรมเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของ ดาราวรรณ ต๊ะปิ่นตา สุพิศ กุลชัย
กรรณิการ์ ศรีมงคลธรา สุธาทพร บุญยศิลาพงศ์ (2553)

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. โปรแกรมการบำบัดตามแนวคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม ได้ดัดแปลงจากโปรแกรมการปรับความคิดและพฤติกรรมเพื่อลดความวิตกกังวลของชญาธิษฐ์ อนันตวรวงค์ และดาราวรรณ ต๊ะปิ่นตา (2550) และโปรแกรมการปรับความคิดและพฤติกรรมเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของ ดาราวรรณ ต๊ะปิ่นตา สุพิศ กุลชัย กรรณิการ์ ศรีมงคลธรา และสุธาทพร บุญยศิลาพงศ์ (2553) นำไปตรวจสอบหาความตรงตามเนื้อหา (content validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน หลังจากนั้นนำข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะมาพิจารณาและแก้ไขปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ และนำแผนการทำกลุ่มระดับประจักษ์และจิตศึกษาไปทดลองใช้กับผู้ปกครองเด็กออทิสติกที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง 5 ราย เพื่อประเมินความสามารถในการเข้าใจเนื้อหาและนำมาปรับปรุงอีกครั้งก่อนนำไปใช้จริง

2. แบบประเมินโรคซึมเศร้า ของ ธรณินทร์ กองสุข และคณะ (2550) มาใช้กับผู้ปกครองเด็กออทิสติก โดยผ่านการตรวจความตรงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน และคำนวณค่าความตรงกันของผู้ทรงคุณวุฒิ (interrater agreement) และค่าดัชนีความตรงเนื้อหา (content validity index: CVI) ได้เท่ากับ .94 ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ผู้ศึกษาไม่ได้ดัดแปลงเนื้อหาใดๆ จึงไม่ได้ตรวจสอบความตรงของเนื้อหาซ้ำ และผ่านการตรวจหาความเชื่อมั่น โดยคำนวณจากค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้เท่ากับ .90

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้จะต้องได้รับพิจารณารับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยของสถาบันพัฒนาการเด็กราชนครินทร์ ซึ่งผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการโปรแกรมและเก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยจะคำนึงจรรยาบรรณของนักวิจัยและให้การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างด้วยการแนะนำตัว ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัยกระบวนการดำเนินการบำบัดตามแนวคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม และเก็บข้อมูล รวมทั้งประโยชน์ที่จะได้รับการวิจัย กลุ่มตัวอย่างสามารถบอกยกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยได้ตลอดช่วงดำเนินการวิจัยโดยไม่ต้องบอกเหตุผลรวมทั้งไม่สูญเสียผลประโยชน์ใดๆ และไม่มีผลต่อการเข้ารับการรักษาใดๆทั้งสิ้น ตลอดจนเปิดโอกาสให้ข้อซักถามข้อสงสัย สอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัยของกลุ่มตัวอย่างด้วยการเซ็นยินยอมในการเข้าร่วมวิจัย เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินยอมให้ความร่วมมือผู้วิจัยจึงเริ่มดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ข้อมูลทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยจะเก็บเป็นความลับ ในการวิจัยครั้งนี้หากกลุ่มตัวอย่างมีปัญหาทางด้านจิตใจหรือต้องการความช่วยเหลือและต้องการคำปรึกษา ผู้วิจัยจะให้คำปรึกษาหรือส่งต่อเพื่อรับความช่วยเหลือตามความเหมาะสม ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้พบว่ากลุ่มตัวอย่างไม่มีปัญหาทางจิตใจ ทั้งนี้ผู้วิจัยให้ข้อมูลแก่กลุ่มตัวอย่าง

การรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเป็นผู้รวบรวมข้อมูล โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. เสนอโครงร่างต่อผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาการเด็กราชนครินทร์ จังหวัดเชียงใหม่
2. เมื่อได้รับการอนุมัติจากผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาการเด็กราชนครินทร์ และได้รับพิจารณารับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยของสถาบันพัฒนาการเด็กราชนครินทร์แล้ว ผู้วิจัยพบหัวหน้ากลุ่มการพยาบาล หัวหน้าแผนกผู้ป่วยใน เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ และขอความร่วมมือดำเนินการตามแผนที่วางไว้ พิจารณาคัดเลือกผู้ดูแลเด็กออทิสติกเข้าร่วมในการวิจัยตามคุณสมบัติที่กำหนด และขอความสมัครใจ แล้วให้ทำแบบประเมินภาวะซึมเศร้า ถ้าได้คะแนนอยู่ตั้งแต่ระดับน้อย (คะแนนมากกว่าหรือเท่ากับ 7.00 คะแนนขึ้นไป) จะรับไว้เป็นกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยชี้แจง วัน เวลา สถานที่ จำนวนครั้งในการเข้ารับโปรแกรมการบำบัดตามแนวความคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมโดยให้การบำบัดเป็นรายบุคคล

3. ผู้วิจัยดำเนินการใช้โปรแกรมการบำบัดตามแนวความคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม ในกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

- 3.1 ผู้วิจัยผู้ศึกษาเข้าพบกลุ่มตัวอย่าง แนะนำตัวเอง อธิบายวัตถุประสงค์ของการศึกษา พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการศึกษา และพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง โดยอธิบายให้กลุ่มตัวอย่างทราบถึงการดำเนินการตามโปรแกรมการบำบัดตามแนวความคิดการปรับเปลี่ยนความคิดโดยทำเป็นรายบุคคล ชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนของโปรแกรม และประโยชน์ที่จะได้รับจากการใช้โปรแกรม และให้กลุ่มตัวอย่างลงลายมือชื่อยินยอมเข้าร่วมกลุ่มศึกษาด้วยความสมัครใจ

- 3.2 ผู้วิจัยดำเนินการตามโปรแกรมการบำบัดตามแนวความคิดการปรับเปลี่ยนความคิด โดยทำการบำบัดรายบุคคล ซึ่งมีทั้งหมด จำนวน 8 ครั้ง สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง เป็นเวลา 2 สัปดาห์ โดยแต่ละครั้ง มีจุดมุ่งเน้นแตกต่างกันออกไป ดังนี้

ครั้งที่ 1 สร้างสัมพันธภาพ และเรียนรู้เกี่ยวกับภาวะซึมเศร้ารวมทั้งการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรมต่อการลดภาวะซึมเศร้า

ครั้งที่ 2 ช่วยให้ผู้รับการบำบัดฝึกค้นหาความคิดอัตโนมัติในทางลบและชี้ให้เห็นความเชื่อมโยงของการคิดดังกล่าวกับภาวะซึมเศร้า รวมทั้งการพิสูจน์ความคิดอัตโนมัติในทางลบ

ครั้งที่ 3 ช่วยให้ผู้รับการบำบัดให้สามารถตรวจสอบความคิดอัตโนมัติที่นำไปสู่ภาวะซึมเศร้า ตามความเป็นจริง ไม่มากเกินไปจนทำให้เกิดภาวะซึมเศร้า

ครั้งที่ 4 ฝึกการปรับเปลี่ยนความคิดอัตโนมัติทางลบ

ครั้งที่ 5 ฝึกการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมเพิ่มเติมเพื่อให้มีทักษะเพิ่มขึ้น

ครั้งที่ 6 ทบทวนบทเรียน ฝึกการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมเพิ่มเติมเพื่อให้มีทักษะเพิ่มขึ้น

ครั้งที่ 7 ทบทวนบทเรียน การแก้ไขปัญหาตามเป้าหมาย และการนำไปใช้ เพื่อป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้น

ครั้งที่ 8 การปรับเปลี่ยนความคิดอัตโนมัติทางลบ สรุปทบทวนบทเรียน การแก้ไขปัญหาตามเป้าหมาย และการนำไปใช้ เพื่อป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้น พร้อมกับการประเมินภาวะซึมเศร้า และยุติการบำบัด

4. ในกรณีที่กลุ่มตัวอย่างเกิดภาวะตึงเครียดทางอารมณ์ (emotional distress) ขณะอยู่ในโปรแกรม ผู้วิจัยจะให้การดูแลช่วยเหลือ และส่งต่อเพื่อรับการรักษาที่มีความเหมาะสมในกรณีที่มมีอาการรุนแรงที่ผู้วิจัยไม่สามารถให้การช่วยเหลือได้

5. ผู้วิจัยนำข้อมูลทั้งหมดมาตรวจสอบความสมบูรณ์ครบถ้วนก่อนนำไปวิเคราะห์ข้อมูลตามวิธีการทางสถิติต่อไป

6. เผยแพร่ผลงานโปรแกรมการบำบัดตามแนวความคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม และผลการวิจัยสู่สาธารณะ เพื่อเป็นประโยชน์ต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้องนำไปใช้ต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้มา ตรวจสอบความสมบูรณ์ ครบถ้วนก่อนนำไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคล วิเคราะห์โดยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน รวมทั้งใช้สถิติไคสแคว (Chi-square) และการทดสอบฟิชเชอร์ (Fisher's test) วิเคราะห์ความแตกต่างของข้อมูลส่วนบุคคลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

2. ข้อมูลเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าคะแนนระดับซึมเศร้าก่อนเข้ารับโปรแกรมการบำบัดตามแนวความคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม (วัดครั้งที่ 1) หลังได้รับโปรแกรมการบำบัดตามแนวความคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมสิ้นสุดทันที (วัดครั้งที่ 2) และหลังได้รับโปรแกรมการบำบัดตามแนวความคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม 1 เดือน (วัดครั้งที่ 3) โดยผู้ศึกษานำข้อมูลมาวิเคราะห์ด้วยสถิติโคลโมโกรอฟ-สไมนอฟ (Kolmogorov-

Smirnov Test) พบว่า มีการแจกแจงเป็นโค้งปกติ จึงใช้สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวเมื่อมีการวัดซ้ำ (two-way repeated measure ANOVA)