

บทที่ 5

สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาแบบกึ่งทดลอง (quasi-experimental design) ชนิดสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง (pretest-posttest, control group design) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการบำบัดตามแนวความคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมต่อภาวะซึมเศร้าของผู้ดูแลเด็กออทิสติก กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ดูแลเด็กออทิสติกที่ดูแลเด็กออทิสติกที่มารับบริการแผนกผู้ป่วยในสถาบันพัฒนาการเด็กราชนครินทร์ จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งมีคุณสมบัติตามที่กำหนดไว้ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย 2 ส่วน ได้แก่ 1) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบประเมินโรคซึมเศร้าของ ธรณินทร์ กองสุขและคณะ (2550) ที่ผ่านการตรวจสอบความเชื่อมั่นด้วยสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาค ได้ค่าเท่ากับ 0.90 และ 2) เครื่องมือดำเนินการวิจัย ได้แก่ โปรแกรมการบำบัดตามแนวความคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม ที่ผู้ศึกษาได้ดัดแปลงจากโปรแกรมการปรับความคิดและพฤติกรรมเพื่อลดความวิตกกังวลของ ชญานิษฐ์ อนันตวรรังศ์ และดาราวรรณ ต๊ะปันทา (2550) และโปรแกรมการปรับความคิดและพฤติกรรมเพื่อลดภาวะซึมเศร้าของ ดาราวรรณ ต๊ะปันทา สุพิศ กุลชัย กรรณิการ์ ศรีมงคลธารา สุชาพร บุญยศิวาพงศ์ (2553) ข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา และ สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางเมื่อมีการวัดซ้ำ (Two-way repeated measure ANOVA)

ผลการศึกษาพบว่า คะแนนภาวะซึมเศร้าของผู้ดูแลเด็กออทิสติกในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยภาวะซึมเศร้าของกลุ่มทดลองลดลงอย่างมีนัยสำคัญหลังจากได้เข้าร่วมการบำบัดตามแนวความคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมทันที และในระยะติดตามผล 1 เดือน ในขณะที่กลุ่มควบคุมลดลงในช่วงระยะติดตามผลทันทีหลังการทดลอง แต่เพิ่มขึ้นในระยะติดตามผล 1 เดือน

ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้

จากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า การทำกลุ่มให้ความรู้ ตามโปรแกรมการบำบัดตามแนวคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม สามารถลดภาวะซึมเศร้าของผู้ดูแลเด็กออทิสติกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาวិจัยไปใช้ในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. ควรนำโปรแกรมการบำบัดตามแนวคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมไปใช้เป็นแนวทางในการนำไปปฏิบัติเพื่อแก้ไขภาวะซึมเศร้าของผู้ดูแลเด็กออทิสติกในระดับโรงพยาบาลและในชุมชน โดยเฉพาะในกลุ่มพยาบาลวิชาชีพที่ได้รับการอบรมเฉพาะทางหรือปฏิบัติงานในคลินิก
2. ควรนำผลการศึกษาเสนอแก่ผู้บริหาร เพื่อกำหนดเป็นแนวทางในการจัดรูปแบบโปรแกรมการบำบัดตามแนวคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมของผู้ดูแลเด็กออทิสติก เพื่อเป็นการพัฒนาการดูแลในระดับโรงพยาบาลต่อไป
3. ในการนำโปรแกรมฯ ไปใช้ ผู้ใช้จะต้องมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหลักการบำบัดตามแนวคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม การพยาบาลผู้ป่วยเด็กออทิสติกและผู้ดูแลที่มีภาวะซึมเศร้า และมีพื้นฐานในการให้ความรู้ที่เน้นการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและกระบวนการกลุ่มเป็นอย่างดี ดังนั้นจึงควรมีการฝึกอบรมเพื่อเตรียมความพร้อมสำหรับผู้ที่จะนำโปรแกรมไปใช้จะทำให้ใช้โปรแกรมนี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ
4. การใช้โปรแกรมฯ นี้กับผู้ดูแลที่มีภาวะซึมเศร้า ควรมีติดตามผลระยะยาวอย่างต่อเนื่องในทุก 1, 3, 6 เดือนและ 1 ปี เพื่อประเมินภาวะซึมเศร้า

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

จากผลการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษามีข้อเสนอแนะในการทำครั้งต่อไป ดังนี้

1. ควรมีการศึกษาค้นคว้าของโปรแกรมการบำบัดตามแนวคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมต่อภาวะซึมเศร้าของผู้ดูแลเด็กออทิสติกในหน่วยงานระดับปฐมภูมิและทุติยภูมิ เพื่อให้เกิดความหลากหลายในพื้นที่ เช่น ในสถานีนอนามัย โรงพยาบาลชุมชนหรือโรงพยาบาลทั่วไป
2. ควรมีการติดตามกลุ่มผู้ดูแลที่ได้รับโปรแกรมการบำบัดตามแนวคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม เพื่อประเมินระดับของภาวะซึมเศร้าว่าเพิ่มหรือลดลงหรือไม่ในช่วงระยะเวลาใด รวมทั้งในช่วงของการประเมินที่ยาวนานมากขึ้นกว่าเดิม เพื่อติดตามผลในระยะยาว

3. ควรมีการศึกษารูปแบบการบำบัดตามแนวคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมในผู้ดูแลที่มีปัญหาสุขภาพจิตที่เกิดจากความคิดที่บิดเบือนอื่นๆ เช่น วิตกกังวล เครียด ปัญหาบุคลิกภาพปัญหาด้านสัมพันธภาพในครอบครัว ทำร้ายตนเอง เป็นต้น

4. ควรมีการศึกษาพัฒนาบุคลากรพยาบาลที่ปฏิบัติงานเกี่ยวกับเด็กออทิสติกหรือพัฒนาการล่าช้าในโรงพยาบาลศูนย์ โรงพยาบาลทั่วไป โรงพยาบาลชุมชนและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเพื่อพัฒนาความรู้และทักษะเกี่ยวกับโปรแกรมการบำบัดตามแนวคิดการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม