

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมที่มีผลต่อความวิตกกังวลในผู้สูงอายุ

สมมติฐานของการวิจัย

1. หลังการทดลอง ผู้สูงอายุที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม จะมีคะแนนความวิตกกังวลต่ำกว่ากลุ่มผู้สูงอายุที่ไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม
2. ผู้สูงอายุที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม จะมีคะแนนความวิตกกังวลต่ำกว่าก่อนเข้ากลุ่ม

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราวาศณะเวศม์ จ. พระนครศรีอยุธยา ที่สมัครใจเข้าร่วมกลุ่มการศึกษา และได้คะแนนจากแบบวัดความวิตกกังวลสูงกว่าค่าเฉลี่ย 1 SD คือ สูงกว่า 64.8 คะแนน มีผู้สูงอายุผ่านเกณฑ์ทั้งสิ้น จำนวน 14 คน ได้ผู้สมัครใจเข้าร่วมกลุ่มเป็นกลุ่มทดลอง 7 คน และกลุ่มควบคุม 7 คน ซึ่งเป็นผู้สมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัยแต่ไม่สะดวกในการเข้ากลุ่ม

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองแบบทดสอบก่อนหลังการทดลองโดยมีกลุ่มควบคุม (Pretest-Posttest Control Group Design)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ
2. แบบวัดความร่าเหว ที่พัฒนาจากแบบวัดความร่าเหวของมหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย นครลอสแอนเจลิส ฉบับที่ 3 (The UCLA Loneliness Scale (Version 3)) ของรัสเซล (Russel, 1996)

ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

1. ขั้นตอนเตรียมการทดลอง
 - 1.1 ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตต่ออธิบดีกรมประชาสงเคราะห์ เพื่อขอเก็บข้อมูล ทำการทดลอง และขอความร่วมมือจาก ผู้ปกครองสถานสงเคราะห์คนชราวาระสนะเวศม์ จังหวัด พระนครศรีอยุธยา เพื่อขอใช้สถานที่ในการจัดการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม
 - 1.2 พิจารณาผู้สูงอายุทั้งชายและหญิงที่มีสุขภาพแข็งแรง ไม่เจ็บป่วยด้วยโรคที่เป็นอุปสรรคต่อการเข้ากลุ่ม ผู้วิจัยสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่มีคุณสมบัติดังกล่าว โดยใช้แบบวัดความร่าเหว ที่ผู้วิจัยได้พัฒนาให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุในสังคมไทย คัดเลือกผู้สูงอายุที่มีความร่าเหวสูง ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้มีค่าคะแนนความร่าเหวสูงกว่าค่าเฉลี่ย 1 SD คือสูงกว่า 64.8 คะแนน ได้ผู้สูงอายุที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ทั้งสิ้น 14 คน
 - 1.3 สันทนาเป็นรายบุคคลกับกลุ่มตัวอย่างทั้ง 14 คน โดยสอบถามความสมัครใจ และความพร้อมในการเข้าร่วมกลุ่ม ได้ผู้สมัครใจเข้าร่วมกลุ่มเป็นกลุ่มทดลอง 7 คน และกลุ่มควบคุม 7 คน เป็นผู้สมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัยแต่ไม่สะดวกในการเข้ากลุ่ม
2. ขั้นตอนดำเนินการทดลอง

กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลองเข้าร่วมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม 10 ครั้ง ภายใต้อาณาเขต 5 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาทีถึง 2 ชั่วโมง รวมเวลาทั้งสิ้น 18 ชั่วโมง ในกรณีที่ขาดการเข้ากลุ่มจะต้องมาเข้ากลุ่มไม่ต่ำกว่าคนละ 8 ครั้ง

กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มควบคุมจะไม่ได้รับการเข้าร่วมร่วมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม แต่เข้าร่วมกิจกรรมของสถานสงเคราะห์คนชราตามปกติ

3. หลังการทดลองสิ้นสุดลง ผู้วิจัยสัมภาษณ์กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยแบบวัดความวิตกกังวลอีกครั้ง เพื่อเก็บคะแนนไว้เป็นการทดสอบครั้งหลัง (Post test)

4. นำผลคะแนนที่ได้จากการตอบแบบวัดทั้ง 2 ครั้ง มาตรวจให้คะแนนและนำมาวิเคราะห์เปรียบเทียบข้อมูลด้วยวิธีการทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ของคะแนนความวิตกกังวลจากแบบวัดความวิตกกังวลของกลุ่มตัวอย่างที่วัดหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที (t-independent test)

2. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ของคะแนนความวิตกกังวลจากแบบวัดความวิตกกังวลของกลุ่มตัวอย่างที่วัดก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที (t-dependent test)

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า

1. หลังการทดลอง ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีคะแนนความวิตกกังวลต่ำกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. หลังการทดลอง ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีคะแนนความวิตกกังวลลดลงต่ำกว่าก่อนเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

1. ผลจากการวิจัยพบว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม สามารถลดความวิตกกังวลในผู้สูงอายุได้ จึงน่าจะมีการศึกษาถึงระดับของความวิตกกังวลของผู้สูงอายุในระยะติดตามผล เช่นภายหลังสิ้นสุดการทดลอง 1 เดือน เนื่องจากเหตุผล

(Ellis, 1997:355) กล่าวว่า บุคคลที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และ พฤติกรรมจะมีความว่าเหว่ลดลงในช่วงเวลาที่เข้ารับการบำบัด แต่อาจพบอาการอื่นแทน ความว่าเหว่ที่ลดลง เช่น ความรู้สึกฟุ้งฟิงนักจิตวิทยาการปรึกษา หรือผู้รับการบำบัดอาจกลับมา รู้สึกว่าเหว่เช่นเดิม ภายหลังจากสิ้นสุดกระบวนการบำบัด จึงน่าจะมีการศึกษาความคงทนของผลของ กระบวนการบำบัด เพื่อเป็นข้อมูลในการจัด โครงการลดความว่าเหว่ในผู้สูงอายุอย่างมีประสิทธิภาพ

2. ผลการวิจัยพบว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม สามารถลดความว่าเหว่ในผู้สูงอายุได้ จึงน่าจะมีการนำการปรึกษาเชิงจิตวิทยา แบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ที่มีการประยุกต์ใช้ในหลักการ A-B-C แล้วไปใช้ในสถานสงเคราะห์สงเคราะห์คนชราต่าง ๆ เพื่อช่วยลดอารมณ์ที่ไม่เป็นสุขด้านอื่น ๆ เช่น ความซึมเศร้า ความรู้สึกสิ้นหวัง เป็นต้น เนื่องจากรุกและเพปโลว์ (Rook & Peplau, 1972 cited in Perlman & Peplau, 1982: 353) กล่าวว่า ความรู้สึกซึมเศร้าและความรู้สึกสิ้นหวัง เป็นอารมณ์ไม่เหมาะสมทางลบที่มีความสัมพันธ์สูงกับความว่าเหว่ และมักเกิดขึ้นควบคู่กันเสมอ



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย