



บทที่ 4

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการเสนอตัวแบบต่อการลดความวิตกกังวลในการคลอดของหญิงครรภ์แรก ที่เข้ารับการฝากครรภ์ที่หน่วยฝากครรภ์ โรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ จ.อุบลราชธานี จำนวน 40 คน โดยมีสมมติฐานในการวิจัย คือ

สมมติฐานที่ 1 หญิงครรภ์แรกในกลุ่มทดลองที่ดูตัวแบบจะมีความวิตกกังวลในการคลอดน้อยกว่าหญิงครรภ์แรกในกลุ่มควบคุม

สมมติฐานที่ 2 หญิงครรภ์แรกในกลุ่มทดลองที่ดูตัวแบบจะมีความวิตกกังวลในการคลอดในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ลดลงกว่าระยะก่อนการทดลอง

สมมติฐานที่ 1 หญิงครรภ์แรกในกลุ่มทดลองที่ดูตัวแบบจะมีความวิตกกังวลในการคลอดน้อยกว่าหญิงครรภ์แรกในกลุ่มควบคุม

จากการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมสองทางแบบวัดซ้ำของคะแนนความวิตกกังวลในการคลอดในระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า หญิงครรภ์แรกในกลุ่มทดลองที่ดูตัวแบบมีคะแนนความวิตกกังวลในการคลอดน้อยกว่าหญิงครรภ์แรกในกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้ดูตัวแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยไม่คำนึงถึงระยะเวลา ผลการวิเคราะห์นี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ 1 และสอดคล้องกับการศึกษาที่ทดลองใช้ตัวแบบในการลดความวิตกกังวลในกรณีอื่นๆ เช่น การศึกษาของดาราวรรณ ต๊ะปินตา (2527) ซึ่งได้ศึกษาผลของการเสนอตัวแบบต่อการลดความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาลก่อนเข้าศึกษาภาคปฏิบัติวิชาการพยาบาลจิตเวช พบว่า กลุ่มที่ดูตัวแบบมีความวิตกกังวลต่ำกว่ากลุ่มควบคุม และการศึกษาของจินตวีพร เขมะจารีย์กุล (2535) ซึ่งศึกษาผลของการใช้ตัวแบบที่มีต่อความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาลก่อนการศึกษาภาคปฏิบัติวิชาแนวคิดพื้นฐานและหลักการพยาบาล พบว่า กลุ่มที่ดูตัวแบบมีคะแนนความวิตกกังวลหลังการทดลองต่ำกว่ากลุ่มที่ไม่ได้ดูตัวแบบ นอกจากนี้เทคนิคการเสนอตัวแบบยังสามารถลดความรู้สึกลบอื่นๆได้ เช่น ความกลัว (Bandura, Blanchard, & Ritter, 1969 cited in Bandura, 1969) กลัวสุนัข (Lindsay, Michic, Baty, & Mckenzie, 1991) และกลัวการฉีดยา (Trijsbura, Jelicic, & Van-den-Broek, 1996) เป็นต้น

วิธีการเสนอตัวแบบเป็นวิธีที่สามารถเปลี่ยนกระบวนการคิดภายในตัวบุคคล ทำให้บุคคลเรียนรู้หรือปรับเปลี่ยนความคิดที่ไม่ถูกต้องเหมาะสมให้เป็นความคิดที่เหมาะสมมากยิ่งขึ้นด้วยการสังเกตจากตัวแบบแล้วเปรียบเทียบกับตนเองพร้อมทั้งพิจารณาถึงความสามารถของตนเองจนเชื่อว่าถ้าตนเองปฏิบัติเช่นเดียวกับตัวแบบแล้วจะได้ผลลัพธ์เช่นเดียวกับที่ตัวแบบได้รับ (Bandura, 1986; 1997) ในการทดลองครั้งนี้ผู้วิจัยได้สร้างและนำเสนอตัวแบบตามแนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้ของแบนดูรา โดยเน้นที่การเรียนรู้ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายในตัวบุคคลโดยอาจจะไม่มีการแสดงออก ซึ่งการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้นขึ้นอยู่กับลักษณะเฉพาะของบุคคล และปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม เมื่อพฤติกรรม บุคคล หรือสิ่งแวดล้อมอย่างใดอย่างหนึ่งมีการเปลี่ยนแปลงก็จะส่งผลให้ปัจจัยที่เหลือเปลี่ยนแปลงไปด้วย ตัวแบบที่ผู้วิจัยนำเสนอเป็นการจัดกระทำกับสิ่งแวดล้อมของหญิงครรภ์แรกโดยการให้ข้อมูลที่ถูกต้องผ่านตัวแบบ ซึ่งผลที่คาดว่าจะเกิดตามมาคือทำให้พฤติกรรมภายในของหญิงครรภ์แรกคือความวิตกกังวลต่อการคลอดที่เกิดจากการขาดความรู้หรือการได้รับความรู้ที่ไม่ถูกต้องนั้นลดลงกว่าหญิงครรภ์แรกที่ไม่ได้ดูตัวแบบ เพราะหญิงครรภ์แรกที่ได้ดูตัวแบบมีโอกาสที่จะเปรียบเทียบตนเองกับตัวแบบที่ตนเองสังเกตได้ แล้วเชื่อว่าถ้าตนเองปฏิบัติตนอย่างถูกต้องเช่นเดียวกับตัวแบบก็จะได้รับผลเหมือนตัวแบบ เช่น การดูแลตนเองที่ถูกต้องขณะตั้งครรภ์ จะทำให้การตั้งครรภ์ดำเนินไปอย่างปลอดภัยทั้งมารดาและทารก การมีความรู้ในเรื่องกายวิภาค สรีรวิทยา กระบวนการคลอด และวิธีการผ่อนคลายกล้ามเนื้อเนื้อรวมทั้งการฝึกควบคุมการหายใจนั้นทำให้สามารถที่จะเผชิญกับความเจ็บปวดในขณะที่เจ็บครรภ์ได้ ไม่เอะอะโวยวาย สามารถควบคุมตนเองด้านร่างกายและอารมณ์ได้ดี และได้รับการดูแลเป็นอย่างดีจากพยาบาล และเจ้าหน้าที่ในห้องคลอด เป็นต้น (Bobak & Starn, 1993; Pillitteri, 1992)

ในการสร้างและนำเสนอตัวแบบครั้งนี้ผู้วิจัยได้คำนึงถึงปัจจัยที่ส่งเสริมการเรียนรู้และการเก็บจำของหญิงครรภ์แรก (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2539; Perry & Furukava, 1986) กล่าวคือ ตัวแบบที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนั้นสร้างเป็นตัวแบบสัญลักษณ์ในรูปของวีดิทัศน์เพราะเป็นตัวแบบที่มีทั้งภาพและเสียง ทำให้น่าสนใจและดึงดูดใจให้ติดตามเรื่องราวและพิจารณาตัวแบบไปพร้อมๆกัน โดยดำเนินการสร้างตัวแบบตามขั้นตอน เริ่มตั้งแต่การกำหนดวัตถุประสงค์ที่ต้องการให้หญิงครรภ์แรกเรียนรู้ สำนวจเป้าหมายทางจิตวิทยาด้วยการสร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการคลอดในกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติเช่นเดียวกับกลุ่มประชากร ที่หน่วยฝากครรภ์โรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ จ.อุบลราชธานี จำนวน 40 คน เพื่อใช้เป็นเนื้อหาในตัวแบบ หลังจากนั้นผู้วิจัยได้เขียนบท (Script) โดยสถานการณ์ในตัวแบบกำหนดให้ตัวแบบเป็นหญิงครรภ์แรกอายุ 28 ปี อายุครรภ์อยู่ระหว่าง 28-40 สัปดาห์ ซึ่งอยู่ในช่วงอายุและอายุครรภ์เดียวกับ

ผู้สังเกต มีบุคลิกภาพอ่อนโยน ยิ้มแย้มแจ่มใส ปฏิบัติตัวในการดูแลสภาพได้อย่างคล่องแคล่ว และเหมาะสมกับอายุครรภ์ และสามารถปรับตัวต่อปัญหาทางร่างกายและจิตใจที่เกิดขึ้นระหว่างการตั้งครรภ์และการคลอดได้อย่างเหมาะสม ซึ่งตัวแบบจะดำเนินการตั้งครรภ์จนกระทั่งครบกำหนดคลอด ผู้วิจัยกำหนดพฤติกรรมของตัวแบบให้เป็นพฤติกรรมจริงของหญิงครรภ์แรกและกำหนดผลที่ตัวแบบได้รับเป็นผลทางบวก เช่น ได้รับคำชมว่าเก่งมาก ดีมาก ลูกคุณแข็งแรงและปลอดภัย เป็นต้น นอกจากนี้ตัวแบบจะพูดและแสดงพฤติกรรมที่ต้องการให้สังเกตไปพร้อมๆกัน หรือมีตัวอักษรประกอบ เพื่อไม่ให้เกิดการสับสนในข้อมูลและสามารถจำได้ง่าย การตรวจสอบความชัดเจนของพฤติกรรมและความถูกต้องของเนื้อหา นั้น ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความถูกต้องของบทในเบื้องต้นร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ หลังจากนั้นตรวจสอบโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน เป็นผู้ทรงคุณวุฒิด้านจิตวิทยา 1 ท่าน และผู้ทรงคุณวุฒิด้านการพยาบาลสูติศาสตร์ 2 ท่าน เมื่อปรับปรุงแก้ไขบทตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว จึงนำบทนั้นมาถ่ายทำเป็นวิดีโอ 5 เรื่อง ความยาวเรื่องละ 15 นาที และนำไปทดลองใช้กับหญิงครรภ์แรก 5 คน เพื่อศึกษาความเหมาะสมของขั้นตอนการเสนอตัวแบบ แล้วนำมาปรับปรุงอีกครั้งก่อนการนำไปใช้

ด้านวิธีการเสนอตัวแบบ ผู้วิจัยได้เสนอตัวแบบแก่หญิงครรภ์แรกในห้องสอนมารดาและห้องให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ซึ่งเป็นการจัดสภาพแวดล้อมที่ลดการรบกวนจากสิ่งรบกวนนอก ส่วนพฤติกรรมที่ตัวแบบแสดงนั้นเป็นพฤติกรรมที่แสดงให้เห็นถึงความสามารถในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในขณะตั้งครรภ์ การแสดงพฤติกรรมต่างๆจะเป็นขั้นตอนทำให้จำได้ง่าย ประกอบกับผู้วิจัยได้อธิบายให้หญิงครรภ์แรกที่อยู่ตัวแบบทราบว่าเขาจะต้องสังเกตตัวแบบอะไรและผู้วิจัยคาดหวังที่จะเห็นเขาแสดงพฤติกรรมตามตัวแบบนั้น รวมทั้งกระตุ้นให้หญิงครรภ์แรกแสดงพฤติกรรมบางอย่างที่สามารถปฏิบัติไปพร้อมๆกับตัวแบบได้ และเมื่อสิ้นสุดการดูตัวแบบแต่ละครั้งผู้วิจัยได้ให้หญิงครรภ์แรกทำแบบตรวจสอบพฤติกรรมของตัวแบบในวิดีโอ 5 เรื่อง ถ้าพฤติกรรมใดของตัวแบบที่หญิงครรภ์แรกสังเกตไม่เห็นผู้วิจัยจะอธิบายเพิ่มเติมเพื่อให้หญิงครรภ์แรกได้ทบทวนพฤติกรรมต่างๆของตัวแบบทุกครั้งก่อนที่จะกลับบ้าน วิธีการเหล่านี้จะทำให้หญิงครรภ์แรกเรียนรู้และเก็บจำลักษณะของตัวแบบได้ดียิ่งขึ้น

การได้รับความรู้และฝึกที่จะแก้ปัญหาการเจ็บครรภ์ตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์เป็นการเปลี่ยนความรู้สึกวิตกกังวลให้เป็นความมั่นใจและเข้าใจในสถานการณ์ที่ตนเองกำลังจะเผชิญอยู่ (Lamaze, 1970 cited in Bobak & Starn, 1993) การดูตัวแบบเป็นการเรียนรู้ของบุคคลโดยผ่านการสังเกตพฤติกรรมจากบุคคลอื่น ดังนั้นหญิงครรภ์แรกที่มีโอกาสดูตัวแบบ เมื่อดูตัวแบบครบทุกเรื่องแล้ววัดความวิตกกังวลจึงพบว่ามีความวิตกกังวลน้อยกว่าหญิงครรภ์แรกที่ไม่ได้ดูตัวแบบ

สมมติฐานที่ 2 หนึ่งกรรมแรกในกลุ่มทดลองที่ดูตัวแบบจะมีความวิตกกังวลในการคลอดในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ลดลงกว่าระยะก่อนการทดลอง

จากผลการทดสอบความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำของคะแนนความวิตกกังวลในการคลอดในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของกลุ่มทดลอง พบว่าคะแนนความวิตกกังวลในการคลอดในระยะต่างๆของการทดลองมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อทดสอบเป็นรายคู่ พบว่าค่าเฉลี่ยเลขคณิตของคะแนนความวิตกกังวลในการคลอดในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลลดลงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนค่าเฉลี่ยเลขคณิตของคะแนนความวิตกกังวลในการคลอดระหว่างระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลนั้นไม่แตกต่างกัน

ผลการวิเคราะห์ที่พบว่าค่าเฉลี่ยเลขคณิตของคะแนนความวิตกกังวลในการคลอดในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลลดลงกว่าระยะก่อนการทดลองนี้สอดคล้องกับสมมติฐานที่ 2 และสอดคล้องกับการศึกษาของดาร์วอร์น ต๊ะปิ่นตา (2527) ซึ่งพบว่ากลุ่มที่ได้ดูตัวแบบมีความวิตกกังวลในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลลดลงกว่าก่อนการทดลอง และจินตวีพร เขมะจารีย์กุล (2535) พบว่ากลุ่มที่ดูตัวแบบมีคะแนนความวิตกกังวลหลังการทดลองต่ำกว่าในระยะก่อนการทดลอง ส่วนราณี พรมานะจิริงกุล (2537) ศึกษาผลการเสนอตัวแบบสัญลักษณ์ต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล พบว่า การลดความวิตกกังวลและการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของนักศึกษาหลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลองเช่นเดียวกัน จากผลการทดลองดังกล่าวแสดงว่าเมื่อหนึ่งกรรมแรกได้ดูตัวแบบแล้วความวิตกกังวลในการคลอดจะลดลง ทั้งนี้เนื่องจากวิธีการเสนอตัวแบบเป็นวิธีที่สามารถเปลี่ยนกระบวนการคิดภายในตัวบุคคล ทำให้บุคคลเรียนรู้หรือปรับเปลี่ยนความคิดที่ไม่ถูกต้องเหมาะสมให้เป็นความคิดที่เหมาะสมมากยิ่งขึ้นด้วยการสังเกตจากตัวแบบ ดังที่ผู้วิจัยได้อธิบายไว้แล้วในสมมติฐานที่ 1

เมื่อวัดความวิตกกังวลในการคลอดในระยะติดตามผลซึ่งวัดห่างจากความวิตกกังวลในการคลอดในระยะหลังการทดลองเป็นเวลา 1 สัปดาห์ พบว่าค่าเฉลี่ยเลขคณิตของคะแนนความวิตกกังวลในการคลอดในระยะติดตามผลไม่แตกต่างจากค่าเฉลี่ยเลขคณิตของคะแนนความวิตกกังวลในการคลอดในระยะหลังการทดลอง แสดงว่าวิธีการเสนอตัวแบบทำให้ความวิตกกังวลในการคลอดลดลงอย่างคงที่ในระดับหนึ่ง ถึงแม้ว่าความวิตกกังวลนี้จะเป็นความวิตกกังวลที่ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ (State Anxiety) ซึ่งจะเปลี่ยนแปลงตามสถานการณ์ที่เปลี่ยนไปก็ตาม (Spielberger, 1979) ทั้งนี้เกิดขึ้นเนื่องจากตัวแบบถูกได้สร้างและนำเสนอเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้

และการเก็บจำของหญิงครรภ์แรกดังที่อธิบายไว้ในสมมติฐานที่ 1 เพื่อให้หญิงครรภ์แรกได้ทราบ และทบทวนถึงวิธีที่จะปฏิบัติตัวเมื่อตนเองต้องเผชิญกับความเจ็บปวดหรือปัญหาอื่นๆในขณะคลอดอยู่เสมอ และใช้เป็นแนวทางในการแสวงหาความรู้เพื่อการเตรียมคลอดที่ถูกต้องแก่ตนเอง ในประเด็นอื่นๆต่อไป ประกอบกับในขณะที่วัดความวิตกกังวลในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลนั้น เป็นระยะที่หญิงครรภ์แรกดำเนินการตั้งครรภ์จนใกล้เข้าสู่ระยะคลอด คือ หญิงครรภ์แรกจะมีอายุครรภ์อยู่ระหว่าง 33 – 39 สัปดาห์ ซึ่งหญิงครรภ์แรกแต่ละคนได้ผ่านขั้นตอนการเผชิญและแก้ปัญหาความวิตกกังวลในด้านต่างๆมาโดยลำดับ ตั้งแต่ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงภาพลักษณ์ทางร่างกาย ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการรับบทบาทใหม่ ความวิตกกังวลเกี่ยวกับสัมพันธ์ภาพระหว่างคู่สมรส ความวิตกกังวลเกี่ยวกับบุตรในครรภ์ และผู้วิจัยได้เตรียมความพร้อมให้แก่หญิงครรภ์แรกเพื่อการเผชิญกับความวิตกกังวลเกี่ยวกับการคลอดตั้งแต่เริ่มเข้าสู่ไตรมาสที่ 3 เมื่อเข้าสู่ช่วงท้ายของไตรมาสที่ 3 ซึ่งเป็นระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลหญิงครรภ์แรกจึงมีความพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจที่จะเข้าสู่ระยะคลอดจริง ดังนั้นเมื่อวัดความวิตกกังวลในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลจึงพบว่าไม่มีความแตกต่างกัน

นอกจากการเสนอตัวแบบสัญลักษณ์ในรูปวิถีทัศน์จะสามารถลดความวิตกกังวลในการคลอดของหญิงครรภ์แรกได้แล้ว ยังมีผู้ทดลองใช้เทคนิคการเสนอตัวแบบในรูปแบบต่างๆเพื่อศึกษาผลต่อการตั้งครรภ์และการคลอดอย่างได้ผล เช่น พบว่า กลุ่มที่ได้ดูตัวแบบมีเจตคติต่อการคลอดดีขึ้น (พรณิกา รักษ์กุล, 2537) ทำให้ความกังวลลดลงและมั่นใจว่าตนเองจะจัดการเกี่ยวกับการคลอดได้ดียิ่งขึ้น (Mackey, 1990, 1995) มีพฤติกรรมขณะเผชิญกับความเจ็บปวดในระยะคลอดได้ดี (รสสุคนธ์ ลิ้มทะวงศ์, 2530; พรณิกา รักษ์กุล, 2537) การรับรู้ประสบการณ์การคลอดดี (อุษา เชื้อหอม, 2534; วาสนา แหวนหล่อ, 2540) มีสัมพันธ์ภาพระหว่างมารดากับทารกดีขึ้น (วาสนา แหวนหล่อ, 2540) และมีภาวะแทรกซ้อนหลังคลอดน้อยลง (Slager-Earnest, Hooman, & Anderson-Backmann, 1987)

ระบบบริการของกระทรวงสาธารณสุขในด้านอนามัยแม่และเด็กยังมีบางส่วนที่ยังไม่สามารถครอบคลุมได้ทุกพื้นที่อย่างมีประสิทธิภาพเท่าเทียมกัน เนื่องจากข้อจำกัดด้านทรัพยากรต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านงบประมาณหรือด้านบุคลากร หรือแม้แต่การคมนาคม ดังนั้นผลการวิจัยครั้งนี้ น่าจะเป็นแนวทางในการนำตัวแบบไปใช้เพื่อลดความวิตกกังวลในการคลอดของหญิงครรภ์แรกได้ เพราะเป็นตัวแบบที่สามารถนำกลับมาใช้ได้หลายครั้ง และสามารถนำเสนอกับคนจำนวนมากได้โดยไม่เสียอัตราค่าลังทางการพยาบาล