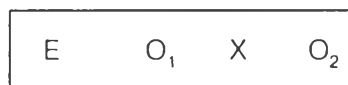


บทที่ 3



วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) แบบหนึ่งกลุ่ม โดยวัดก่อนทดลองและหลังทดลอง (The one group pretest-posttest design) (ฉวีชัย วรพงศธร, 2538: 345) เพื่อศึกษาระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา และเพื่อเปรียบเทียบความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาระหว่างก่อนและหลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา โดยมีแบบแผนการวิจัยดังนี้



- E แทน กลุ่มผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา
- O₁ แทน วัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาก่อนการใช้ตัวแบบ
- X แทน การใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา
- O₂ แทน วัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาลังการใช้ตัวแบบ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ บุคคลที่จะรับบทบาท หน้าที่ เป็นผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาที่บ้าน ซึ่งมีคุณสมบัติดังต่อไปนี้

1. เพศหญิง
2. สามารถอ่านเขียนเข้าใจภาษาไทยได้ การสื่อสารและการรับรู้ปกติ
3. ยินดีเข้าร่วมการวิจัย
4. เป็นภรรยา บุตรสาว หลานสาว สะใภ้ หรือญาติของผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา

5. เป็นผู้ที่จะมีบทบาทหน้าที่หลักในการรับผิดชอบดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาที่บ้าน โดยตรงอย่างสม่ำเสมอ และต่อเนื่องมากกว่าผู้อื่น และไม่มีประสบการณ์ในการดูแลผู้สูงอายุ ประเภทที่ต้องพึ่งพาผู้อื่น หรือผู้ป่วยที่ต้องพึ่งพามาก่อน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่ายจากประชากรที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนดไว้ โดยดำเนินการดังนี้

1. สุ่มจากผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาที่มีคะแนนความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวันน้อยกว่า 12 คะแนน ควบคู่กับการสำรวจผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนดไว้ โดยทำการสำรวจทุกวันอังคารและวันเสาร์ในสถาบันประสาทวิทยา จำนวน 6 สัปดาห์ ได้จำนวนผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาสัปดาห์ละ 3 - 5 คน รวมจำนวน 26 คน และทำการสำรวจทุกวันอาทิตย์และวันพุธในโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ จำนวน 6 สัปดาห์ ได้จำนวนผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา สัปดาห์ละ 3 - 5 คน รวมจำนวน 25 คน รวมจำนวนประชากรผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาทั้งหมด 51 คน

2. สุ่มขนาดตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มแบบง่าย โดยใช้อันดับเลขคี่ของผู้ดูแลในอัตราร้อยละ 50 ของแต่ละสัปดาห์ที่สำรวจได้ ในสถาบันประสาทวิทยา ได้ขนาดตัวอย่างผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาสัปดาห์ละ 2 - 3 คน รวมจำนวน 15 คน และในโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ได้ขนาดตัวอย่างผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาสัปดาห์ละ 2 - 3 คน รวมจำนวน 15 คน ในการวิจัยครั้งนี้ได้ขนาดตัวอย่างผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาจำนวน 30 คน ซึ่งดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาจำนวน 30 คน ที่มีคะแนนความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวันตั้งแต่ 0 - 11 คะแนน จำแนกเป็นผู้สูงอายุที่มีระดับการพึ่งพาโดยสมบูรณ์ (0 คะแนน) จำนวน 6 คน มีระดับการพึ่งพามาก (1 - 4 คะแนน) จำนวน 3 คน ระดับการพึ่งพานกลาง (5 - 8 คะแนน) จำนวน 17 คน และระดับการพึ่งพาน้อย (9 - 11 คะแนน) จำนวน 4 คน (การประเมินระดับการพึ่งพาปรากฏในภาคผนวก ข)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มี 2 ประเภท คือเครื่องมือทดลองและเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือทดลอง เป็นตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ซึ่งเป็นวิธีการดูแลที่จัดทำขึ้นเป็นสื่อวีดิทัศน์ มีความยาว 25 นาที ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อใช้เป็นตัวแบบในการลดความเครียดในบทบาทของผู้ดูแล โดยดำเนินการสร้างตามขั้นตอน ดังนี้ (ดังปรากฏในแผนภาพ หน้า 75)

1. ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน โดยศึกษาแนวคิดจากเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง มีสาระครอบคลุมในด้าน

1.1 ความต้องการการดูแลขั้นพื้นฐานของผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา และแนวคิดเกี่ยวกับการพยาบาลผู้สูงอายุ

1.2 ความเครียดในบทบาทของ Hardy และ Conway (1988)

1.3 วิธีการเสนอตัวแบบของ Bandura และการใช้วีดิทัศน์สำหรับการเรียนรู้

1.4 รูปแบบการวางแผนจำหน่ายของ Huey และคณะ (1981) หรือเรียกว่ารูปแบบ METHOD ซึ่งหมายถึง

1.4.1 MEDICATION

1.4.2 ENVIRONMENT

1.4.3 ITREATMENT

1.4.4 HEALTH TEACHING

1.4.5 OUT PATIENT REFERAL

1.4.6 DIET

2. กำหนดสาระของตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ตามข้อมูลพื้นฐานในข้อ 1. จำแนกได้ 8 ด้าน ดังนี้

2.1 การให้ยา หมายถึง การให้ยาถูกชนิด ถูกขนาด ถูกเวลา ถูกทาง และให้ยาตามคำสั่งแพทย์ การสังเกตอาการผิดปกติจากฤทธิ์ข้างเคียงของยา ผลจากการให้ยา และการช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาในการรับประทานยา

2.2 การจัดสภาพแวดล้อม หมายถึง การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาและการจัดเตรียมห้องพักที่มีลักษณะอากาศถ่ายเทดี มีเฉพาะอุปกรณ์ที่จำเป็น เช่น โต๊ะหัวเตียง แก้วน้ำข้างเตียง เตียงนอนที่มีลักษณะเตียงหรือการปูที่นอนบนพื้น ห้องนอนอยู่บริเวณชั้นล่างของบ้าน และอยู่ใกล้ห้องน้ำ

2.3 การสังเกตอาการผิดปกติ หมายถึงรวมถึง การสังเกตอาการผิดปกติของภาวะการนอนไม่หลับ การเกิดแผลกดทับ และการช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา เมื่อมีอาการนอนไม่หลับ

2.4 การดูแลสุขวิทยาส่วนบุคคล หมายถึงรวมถึง การดูแลและรักษาความสะอาด ผิวหนัง ผม มือ เท้า เล็บ ตา หู จมูก ปาก ฟันและอวัยวะสืบพันธุ์ การเลือกเสื้อผ้าที่เหมาะสมและการพุงผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาไปอาบน้ำในห้องน้ำ

2.5 การช่วยเหลือในการเคลื่อนไหว หมายถึงรวมถึง การช่วยเหลือในด้านการจัดท่านอน การพลิกตะแคงตัว การพุงลุกเดิน และการสอดหมอนนอน

2.6 การดูแลเรื่องอาหาร หมายถึงรวมถึง การเตรียมอาหารที่เหมาะสม และการให้อาหารผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาได้ถูกต้อง

2.7 การประเมินความต้องการ และการส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ หมายถึงรวมถึง การพูดคุยกับผู้สูงอายุอย่างอ่อนโยน การบอกเล่าเหตุการณ์ที่เปลี่ยนแปลง หรือเกิดขึ้นใหม่ ภายในบ้านอย่างย่อๆและเข้าใจง่าย การถามความต้องการของผู้สูงอายุและการกล่าวถึงกิจกรรมต่าง ๆ ก่อนที่ผู้ดูแลจะปฏิบัติต่อผู้สูงอายุและการนำลูกหลานเข้าเยี่ยมและพูดคุยกับผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมอทุกวัน

2.8 การใช้แหล่งประโยชน์พึ่งพาด้านสุขภาพ หมายถึงรวมถึง การนำผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพามาตรวจตามนัดอย่างสม่ำเสมอ และการเลือกใช้สถานบริการด้านสุขภาพใกล้บ้านกรณีฉุกเฉินหรือจำเป็น เช่น โรงพยาบาลใกล้บ้าน สถานีอนามัย ศูนย์สาธารณสุขของกรุงเทพมหานคร คลินิก และอื่น ๆ

3. การสร้างตัวแบบ

3.1 แนวคิดของการสร้างตัวแบบ

3.1.1 เป็นตัวแบบที่เหมือนจริงมากที่สุด

- 1) ถ่ายทำในสถานที่ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับบ้านผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพามากที่สุด
- 2) ใช้การแสดงระหว่างผู้ดูแลกับผู้สูงอายุที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง
- 3) นำเสนอปัญหาของผู้ดูแลและแนวทางในการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาที่กลุ่มตัวอย่างต้องนำไปปฏิบัติจริง
- 4) ใช้วัสดุและอุปกรณ์จริงในการประกอบฉาก

3.1.2 เป็นตัวแบบที่มีความชัดเจน ง่ายต่อการเรียนรู้และการเก็บจำพฤติกรรม

- 1) เน้นจุดสำคัญของการแสดงพฤติกรรมการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึงพา
- 2) ควบคุมพฤติกรรม และผลกรรมให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์
- 3) นำเสนอเป็นภาพประกอบเสียงและการบรรยาย
- 4) ใช้ภาษาพูดในการสื่อข้อความ

3.1.3 พฤติกรรมที่ตัวแบบแสดงอยู่ภายในระดับความสามารถของกลุ่มตัวอย่าง

3.1.4 เป็นการเสนอตัวแบบร่วมกับการชี้แนะพฤติกรรม และการแนะนำวิธีการกระทำ

3.1.5 ให้โอกาสกลุ่มตัวอย่างได้ซักซ้อมการลอกเลียนแบบพฤติกรรมในใจ และแสดงออกโดยการแสดงความคิดเห็น และซักถาม

3.1.6 ตัวแบบเน้นการเสริมแรงทางบวกแก่กลุ่มตัวอย่าง

3.1.7 ตอบสนองทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างให้คล้ายตามพฤติกรรมของตัวแบบ

3.1.8 ง่ายและสะดวกในการใช้

- 1) กลุ่มตัวอย่างสามารถเปิดตัวแบบดูด้วยตนเองได้
- 2) สามารถดูได้โดยบุคคลคนเดียวหรือกลุ่มบุคคลได้
- 3) เก็บไว้ใช้ในการให้แบบครั้งต่อไปได้หลาย ๆ ครั้ง

3.2 กำหนดวัตถุประสงค์ สถานการณ์ และกิจกรรม ตามสาระของตัวแบบ 8 ด้าน ในข้อ 2 ดังนี้

3.2.1 การไ้ยา มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจหลักการไ้ยาทั่วไปในผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา

สถานการณ์ และกิจกรรม ประกอบด้วย การไ้ยาถูกชนิด ถูกขนาด ถูกทาง ถูกเวลา การสังเกตอาการผิดปกติจากฤทธิ์ข้างเคียงของยา ผลจากการไ้ยา การไ้ยาตามคำสั่งแพทย์ และการช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาในการรับประทานยา

3.2.2 การจัดสภาพแวดล้อม มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจวิธีการจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา

สถานการณ์ และกิจกรรม ประกอบด้วย การแสดงลักษณะห้องที่เหมาะสมเช่น ห้องที่มีหน้าต่างหลายบาน มีอากาศถ่ายเทดีอยู่บริเวณชั้นล่างใกล้ห้องน้ำ

ภายในห้องมีอุปกรณ์ที่จำเป็น เช่น โต๊ะหัวเตียง เก้าอี้นั่งข้างเตียง เตียงนอนที่มีลักษณะเตี้ย

3.2.3 การสังเกตอาการผิดปกติ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่าง เข้าใจวิธีสังเกตอาการผิดปกติและสามารถช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาที่มีปัญหาในเบื้องต้นได้

สถานการณ์ และกิจกรรม ประกอบด้วย ตัวอย่างอาการผิดปกติต่าง ๆ เช่น การนอนไม่หลับ แผลกดทับ และผดผื่นคัน พร้อมหลักการปฏิบัติเมื่อผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาเกิดอาการเหล่านี้

3.2.4 การดูแลสุขวิทยาส่วนบุคคล มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่าง เข้าใจวิธีการดูแลความสะอาดผิวหนัง ผม มือ เท้า เล็บ ตา หู จมูก ปาก ฟันและอวัยวะสืบพันธุ์

สถานการณ์ และกิจกรรม ประกอบด้วย การสาธิตวิธีการเช็ดตัว การสระผม การดูแลรักษาความสะอาด มือ เท้า เล็บ ตา หู จมูก ปากและฟัน การแนะนำวิธีเลือกเสื้อผ้าที่เหมาะสม การบรรยายหลักการช่วยเหลือผู้สูงอายุในการทำ ความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอก และการพุงผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาไปอาบน้ำในห้องน้ำ

3.2.5 การช่วยเหลือในการเคลื่อนไหวนิว มีวัตถุประสงค์ เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างตระหนักและเข้าใจวิธีการช่วยเหลือผู้สูงอายุในด้านการเคลื่อนไหวนิวได้ถูกต้อง

สถานการณ์และกิจกรรม ประกอบด้วย การช่วยเหลือในด้านการจัดท่านอน การพลิกตะแคงตัว การพุงลูกเดิน และการสอดหมอนนอน

3.2.6 การดูแลเรื่องอาหาร มีวัตถุประสงค์ เพื่อ

1) กลุ่มตัวอย่างเข้าใจการเตรียมอาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา

สถานการณ์ และกิจกรรม ประกอบด้วย การเตรียมอาหารในด้านคุณค่าทางโภชนาการ เช่น อาหารครบ 5 หมู่ รสชาติอาหาร ลักษณะอาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุที่มีปัญหาในด้านการกลืนลำบาก เป็นโรคฟันและเหงือก

2) กลุ่มตัวอย่างเข้าใจวิธีการให้อาหารผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาได้ถูกต้อง

สถานการณ์ และกิจกรรม ประกอบด้วย การเตรียมร่างกายและจิตใจผู้สูงอายุก่อนรับประทานอาหาร การป้อนอาหาร การช่วยเหลือในการดื่มน้ำ และรับอาหารเหลว

3.2.7 การประเมินความต้องการและการส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจวิธีการประเมินความต้องการของผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา และเข้าใจวิธีการส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาได้เหมาะสม

สถานการณ์และกิจกรรมประกอบด้วย การแสดงการพูดคุยกับผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาอย่างอ่อนโยน การบอกเล่าเหตุการณ์ที่เปลี่ยนแปลง หรือเกิดขึ้นใหม่ภายในบ้านอย่างย่อ ๆ และเข้าใจง่าย การถามความต้องการของผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา และการกล่าวถึงกิจกรรมต่าง ๆ ก่อนที่ผู้ดูแลจะปฏิบัติต่อผู้สูงอายุและการนำลูกหลานเข้าเยี่ยมและพูดคุยกับผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมอทุกวัน

3.2.8 การใช้แหล่งประโยชน์พึ่งพาด้านสุขภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจถึงความสำคัญและความจำเป็นของการนำผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพามาตรวจตามนัดอย่างสม่ำเสมอและเข้าใจวิธีการเลือกใช้สถานบริการด้านสุขภาพใกล้บ้านในกรณีฉุกเฉินหรือจำเป็น

สถานการณ์ และกิจกรรมประกอบด้วย การนำเสนอความสำคัญและความจำเป็นของการนำผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพามาตรวจตามนัดอย่างสม่ำเสมอ และการแนะนำสถานบริการด้านสุขภาพของหน่วยงานต่าง ๆ ในเขตกรุงเทพมหานคร เช่น ศูนย์สาธารณสุขของกรุงเทพมหานคร โรงพยาบาลต่าง ๆ คลินิกใกล้บ้าน และอื่น ๆ

3.3 กำหนดสื่อของตัวแบบโดยการใช้ตัวแบบสัญลักษณ์นำเสนอในรูปวีดิทัศน์ เนื่องจากสามารถนำรูปแบบเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพามาเสนอได้อย่างชัดเจน สามารถเน้นจุดสำคัญของการแสดงพฤติกรรม สามารถควบคุมพฤติกรรม และผลกรรมของตัวแบบตามผู้วิจัยกำหนด นอกจากนี้ภาพและเสียงจะทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดกระบวนการดึงดูดความสนใจในการเลียนแบบ และยังมีอิทธิพลในด้านการตอบสนองทางอารมณ์ และการลดความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา

3.4 ดำเนินการสร้างตัวแบบ

3.4.1 เขียนบทวีดิทัศน์ ประกอบด้วย

1) วางแผนการเขียนบทวีดิทัศน์ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้กลุ่มตัวอย่าง เกิดกระบวนการเรียนรู้ในการลอกเลียนแบบพฤติกรรม 4 กระบวนการ คือ กระบวนการใส่ใจ กระบวนการเก็บจำ กระบวนการกระทำ และกระบวนการสนใจในการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา เรียนรู้การแก้ปัญหาและการป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นในระหว่างการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาและกลุ่มตัวอย่างเกิดอารมณ์คล้ายตามตัวแบบส่งผลให้การรับรู้ความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาลดลง

2) การเขียนโครงเรื่อง (treatment หรือ synopsis) ในส่วนของการเริ่มเรื่อง มีการแนะนำและจูงใจในการดูตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา เสนอภาพการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ ความสูงอายุกับการพึ่งพา สาเหตุของความต้องการการดูแลของผู้สูงอายุ ภาระงานที่ผู้ดูแลต้องกระทำกับผู้สูงอายุ และปัญหาของผู้ดูแลผู้สูงอายุ ใช้เวลาประมาณ 2 นาที เป็นการนำเสนอตัวแบบที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างมีความตั้งใจ และสนใจในการดูตัวแบบต่อไป ส่วนของเนื้อเรื่อง ผู้วิจัยนำสาระตัวแบบทั้ง 8 ด้านมาเรียบเรียงเป็นบทแสดง ที่แสดงถึงบทบาทของผู้ดูแลในการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาในแต่ละพฤติกรรมย่อย พร้อมชี้แนะพฤติกรรมและการแนะนำการกระทำในแต่ละพฤติกรรมย่อยและความสามารถของผู้ดูแลในการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาได้อย่างมีประสิทธิภาพใช้เวลาประมาณ 21 นาที และบทสรุปประเด็นที่สำคัญของการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา และการสะท้อนความรู้สึกที่มีความสุขของผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา และผู้ดูแลใช้เวลาประมาณ 2 นาที

3) นำโครงเรื่องการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิทางการสร้างตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาตรวจสอบความตรงของเนื้อหา

4) การเขียนบทสำหรับการถ่ายทำ (video script) โดยผู้วิจัยแปลงข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ออกมาเป็นภาพ แล้วถ่ายทอดออกไปเป็นตัวหนังสือ เพื่อให้ผู้ถ่ายสื่อวีดิทัศน์ถ่ายทอดตัวหนังสือออกมาเป็นภาพอีกทอดหนึ่ง

แบบฟอร์มที่ใช้ในการเขียนบท ผู้วิจัยใช้แบบการแบ่งหน้ากระดาษ ออกเป็น 2 ส่วน ส่วนซ้าย เป็นภาพ (video) ส่วนขวาเป็นเรื่อง (audio) ในส่วนของภาพ ผู้วิจัยบอกเลขลำดับฉาก ช็อต (shot) สถานที่ของฉาก บทบาทของผู้แสดง ขนาดของภาพ มุมกล้อง และความต่อเนื่องของภาพแต่ละช็อต หรือฉากอย่างชัดเจน ส่วนทางด้านขวามือเป็นเสียง โดยมีเสียงประกอบและการบรรยายภาพด้วยข้อความสั้น ๆ กระทัดรัด เข้าใจง่าย ใช้ภาษาพูดในการสื่อข้อความ เพื่อความเป็นธรรมชาติ โดยมีการสอดคล้องกับภาพ และความต่อเนื่องในแต่ละฉาก

5) ผู้วิจัยนำบทวีดิทัศน์ที่สำเร็จแล้ว ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิทางการสร้างและถ่ายทำเทปวีดิทัศน์ ตรวจสอบความเหมาะสมของภาพและภาษาที่ใช้ ผู้วิจัยแก้ไขบทวีดิทัศน์ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิและนำบทวีดิทัศน์ไปถ่ายทำ

3.4.2 การเตรียมการ

1) ผู้วิจัยและผู้ถ่ายทำวีดิทัศน์ ประชุมปรึกษาหารือเกี่ยวกับกระบวนการผลิตตัวแบบตามบทวีดิทัศน์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งเป็นรูปแบบสถานการณ์จำลอง โดยใช้การแสดงระหว่างผู้ดูแลกับผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาเป็นหลักในการเดินเรื่องให้เหมือนจริงมากที่สุด โดยการถ่ายทำในสถานที่ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับบ้านของผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา

2) การจัดเตรียมวัสดุ ซึ่งใช้ประกอบฉาก ในระหว่างการถ่ายทำ วิดีทัศน์ เช่น การเตรียมอาหาร สำหรับผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา เพื่อถ่ายทำฉากการดูแลเรื่องอาหาร การเตรียมอุปกรณ์สำหรับทำความสะอาดร่างกายผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ฯลฯ

3) การกำกับบทก่อนการแสดงจริง ผู้วิจัยได้เตรียมผู้ดูแลและผู้สูงอายุในการแสดงการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา และซักซ้อมความเข้าใจกับผู้ถ่ายทำวีดิทัศน์ อีกครั้งหนึ่งตามบทวีดิทัศน์ และตรวจดูความพร้อมของอุปกรณ์ที่เกี่ยวข้องกับการผลิตตัวแบบ ตามบทวีดิทัศน์

3.4.3 การผลิต

1) ผู้วิจัยและผู้ถ่ายวีดิทัศน์ได้ถ่ายทำบันทึกเทปการแสดงการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาเป็นตอน ๆ เพื่อนำมาตัดต่อให้เข้ากันภายหลัง

2) ภายหลังจากการถ่ายทำ ผู้วิจัยและผู้ถ่ายวีดิทัศน์ได้คัดเลือก ภาพตอนต่าง ๆ ที่บันทึกไว้แล้วมาต่อกันอย่างสมบูรณ์ พร้อมบันทึกเสียงบรรยายและเสียงดนตรี ตามบทวีดิทัศน์

3) ผู้วิจัยนำตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านโสตทัศนูปกรณ์ตรวจสอบความตรงอีกครั้งหนึ่ง

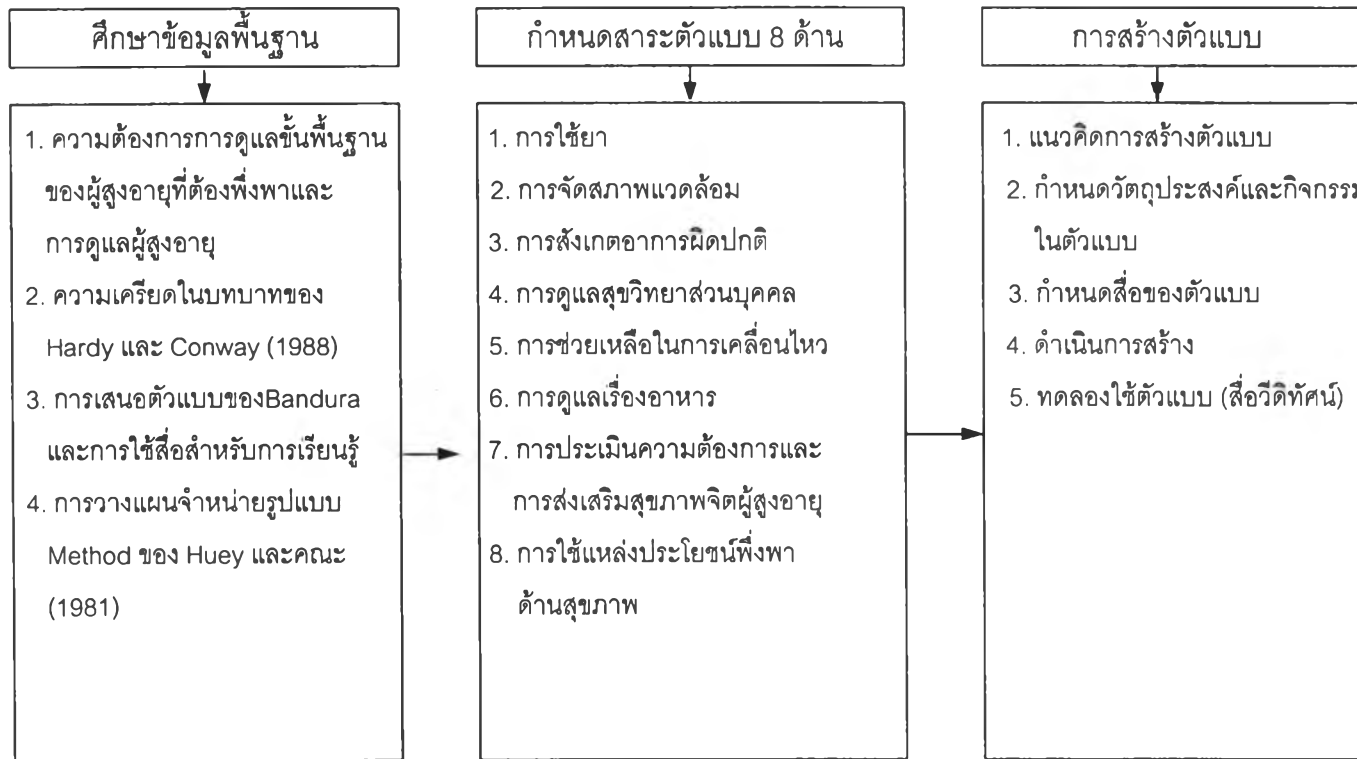
4) ผู้วิจัยและผู้ถ่ายวีดิทัศน์ ได้ทำการแก้ไขตัวแบบและถ่าย วีดิทัศน์ซ่อมแซมตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ โดยเพิ่มเติมคำแนะนำในการดูตัวแบบในชว่บหน้าและตัดเสียงดนตรีในช่วงของการนำเสนอผู้ผลิตและผู้ร่วมงานการสร้างตัวแบบเพื่อลด เวลาในการเสนอตัวแบบ และนำตัวแบบไปทดลองใช้ต่อไป

3.4.4 การทดลองใช้ตัวแบบ (สื่อวีดิทัศน์)

นำตัวแบบไปทดลองใช้กับผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ที่มีคุณสมบัติเช่นเดียวกับกลุ่มตัวอย่าง โดยครั้งแรกนำไปทดลองใช้กับผู้ดูแล จำนวน 1 คน ผู้วิจัยรับฟังข้อเสนอแนะและประเมินผลจากแบบวัดความเครียดในบทบาทของผู้ดูแล แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข โดยตัดต่อคำแนะนำในการดูตัวแบบให้สั้นและกระชับมากขึ้น หลังจากนั้นผู้วิจัยนำตัวแบบไปทดลองใช้กับผู้ดูแล จำนวน 10 คน ผู้วิจัยรับฟังข้อเสนอแนะและประเมินผลจากแบบวัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแล ผลการศึกษาพบว่า ความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลหลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาน้อยกว่าก่อนการใช้ตัวแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($Z = -2.8031$)

สรุปขั้นตอนการสร้างตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ดังแผนภาพที่ 4

แผนภาพที่ 4 ขั้นตอนการสร้างตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา



เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบวัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ซึ่งดัดแปลงจากแบบสอบถามเกี่ยวกับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุ ของ คมสัน แก้วระยะ (2540) ซึ่งสร้างจากแนวคิดความเครียดในบทบาทของ Hardy and Conway (1988) ครอบคลุมองค์ประกอบ 3 ประการ ได้แก่ ความเครียดด้านความขัดแย้งในบทบาท ความเครียดด้านความคลุมเครือในบทบาท และความเครียดด้านความมีบทบาทที่มากเกินไป จำนวน 30 ข้อ โดยมีค่าความเที่ยงของเครื่องมือเท่ากับ 0.9094 โดยผู้วิจัยดัดแปลงแบบสอบถามในด้านความขัดแย้งในบทบาทจาก 10 ข้อ เหลือ 8 ข้อ ความคลุมเครือในบทบาทจาก 10 ข้อ เพิ่มเป็น 11 ข้อ ส่วนความมีบทบาทที่มากเกินไปจาก 10 ข้อ เหลือ 9 ข้อ เพื่อให้เหมาะสมกับคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้

แบบวัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา
ประกอบด้วย 2 ตอน ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ประกอบด้วย ข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา รูปแบบการรับผิดชอบดูแลผู้สูงอายุ ที่พักอาศัย แหล่งสนับสนุนทางสังคมและครอบครัว ภาวะสุขภาพ ความพึงพอใจในชีวิต รายได้ สถานภาพสมรส การมีบุตร ระดับการศึกษา และอายุ

ตอนที่ 2 ความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ประกอบด้วย 3 ด้าน ดังนี้

ความเครียดด้านความขัดแย้งในบทบาท	จำนวน 8 ข้อ
ความเครียดด้านความคลุมเครือในบทบาท	จำนวน 11 ข้อ
ความเครียดด้านความมีบทบาทที่มากเกินไป	จำนวน 9 ข้อ

ลักษณะแบบวัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา

แบบวัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ คือ เป็นจริงมากที่สุด เป็นจริงมาก เป็นจริงเล็กน้อย และไม่เป็นจริงเลย

เกณฑ์การให้คะแนน

	ด้านบวก	ด้านลบ
เป็นจริงมากที่สุด	1 คะแนน	4 คะแนน
เป็นจริงมาก	2 คะแนน	3 คะแนน
เป็นจริงเล็กน้อย	3 คะแนน	2 คะแนน
ไม่เป็นจริงเลย	4 คะแนน	1 คะแนน

การแปลคะแนน

คะแนนเฉลี่ย 1.00-1.99 หมายถึง ความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุ
ที่ต้องพึ่งพา อยู่ในระดับต่ำ

คะแนนเฉลี่ย 2.00-2.99 หมายถึง ความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุ
ที่ต้องพึ่งพา อยู่ในระดับปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย 3.00-4.00 หมายถึง ความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุ
ที่ต้องพึ่งพา อยู่ในระดับสูง

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. การหาความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity)

ผู้วิจัยได้นำแบบวัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 10 คน (รายชื่อปรากฏในภาคผนวก ก. ลำดับที่ 1-10) โดยประกอบด้วย อาจารย์แพทย์ผู้เชี่ยวชาญทางผู้สูงอายุ 2 คน อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญทางการพยาบาลผู้สูงอายุ 4 คน พยาบาลประจำชมรมผู้สูงอายุ 1 คน พยาบาลผู้เชี่ยวชาญทางการพยาบาลผู้สูงอายุ 2 คน และอาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญทางการพยาบาลจิตเวช 1 คน พิจารณาตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา ความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ ความชัดเจนของข้อความแต่ละข้อ และความครอบคลุมสาระในแต่ละเรื่อง เพื่อให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไข หลังจากนั้นผู้วิจัยปรับปรุงแก้ไขแบบวัดตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

2. การหาความเที่ยง (reliability)

ผู้วิจัยนำแบบวัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาไปวัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาที่มีคุณสมบัติเช่นเดียวกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 คน นำไปหาค่าความเที่ยง โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (coefficient alpha or Cronbach coefficient) (ยุวดี ฤชา และคณะ, 2537 : 127) ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.77 เมื่อพิจารณาความเที่ยงรายด้าน พบว่า ความเครียดความขัดแย้งในบทบาท มีค่าความเที่ยง

เท่ากับ 0.73 ความเครียดด้านความคลุมเครือในบทบาทมีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.24 และ ความเครียดด้านความมีบทบาทที่มากเกินไป มีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.92 ผู้วิจัยปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และอาจารย์ที่ปรึกษาทางด้านสถิติ ได้แนะนำให้หาความสัมพันธ์ของคะแนนที่ได้จริงในรายข้อและคะแนนที่ได้จริงจากข้อคำถามทั้งหมดในรายด้าน (item - total correlation) เพื่อปรับปรุงคำถามในรายข้อที่มีคะแนนความสัมพันธ์น้อยกว่าหรือเท่ากับ 0 พบว่า ข้อที่ได้คะแนนน้อยกว่าหรือเท่ากับ 0 คือ ข้อ 3, ข้อ 18 และข้อ 20 ผู้วิจัยจึงได้พิจารณาข้อคำถามทั้ง 3 ข้อ และปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อความเหมาะสมของข้อคำถามและความเที่ยงของแบบวัด จากคำถามข้อ 3 ข้าพเจ้าไม่สบายใจหากดูแลผู้สูงอายุได้ไม่เต็มที่ ผู้วิจัยจึงปรับเปลี่ยนคำถามใหม่ เป็นข้าพเจ้ากังวลใจว่าจะดูแลผู้สูงอายุได้ไม่เต็มที่ คำถามข้อ 18 ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าจะช่วยผู้สูงอายุไม่ให้เกิดแผลกดทับ ผดผื่นคัน หรือเชื้อราได้ ผู้วิจัยได้ตัดคำถามข้อนี้ออกไปเนื่องจากคำถามซ้ำซ้อนกับข้อ 17 และ ข้อ 19 ส่วนคำถามข้อ 20 ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าสามารถดูแลผู้สูงอายุให้มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดี ผู้วิจัยได้ปรับเปลี่ยนคำถามใหม่เป็น ข้าพเจ้าไม่แน่ใจว่าจะช่วยให้ผู้สูงอายุคลายความวิตกกังวลได้ จึงเหลือข้อคำถามจำนวน 28 ข้อ หลังจากนั้น ผู้วิจัยจึงนำแบบวัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาที่ได้ปรับปรุงแล้วไปทดลองจริงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ได้ค่าความเที่ยง เท่ากับ 0.8663 เมื่อพิจารณาความเที่ยงรายด้าน พบว่า ความเครียดด้านความขัดแย้งในบทบาทมีค่าความเที่ยงเท่ากับ .7233 ความเครียดด้านความคลุมเครือในบทบาทมีค่าความเที่ยงเท่ากับ .5747 และความเครียดด้านความมีบทบาทที่มากเกินไปมีค่าความเที่ยงเท่ากับ .8756

ขั้นตอนการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขั้นเตรียมการ

1.1 นำหนังสือขอความร่วมมือในการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เสนอต่อผู้อำนวยการสถาบันประสาทวิทยาและโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

1.2 ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการทดลอง และการเก็บรวบรวมข้อมูลต่อหัวหน้าตึกผู้ป่วยแผนกอายุรกรรม สถาบันประสาทวิทยา และหัวหน้าหอผู้ป่วยแผนกอายุรกรรมและอายุรกรรมประสาท โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ เพื่อขอความร่วมมือในการทดลอง

1.3 ศึกษารูปแบบการเตรียมผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาที่นอนที่บ้านในภาวะปกติของแผนกอายุรกรรม สถาบันประสาทวิทยา แผนกอายุรกรรมและอายุรกรรมประสาท โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

1.4 จัดเตรียมสถานที่ และอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ใช้ในการทดลอง

1.5 เตรียมผู้ช่วยวิจัย 1 คน เป็นพยาบาลวิชาชีพ เพื่อช่วยในการเก็บรวบรวมข้อมูล และอำนวยความสะดวกแก่ผู้เข้าร่วมการทดลอง

1.6 จัดทำคู่มือการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา (รายละเอียดปรากฏในภาคผนวก ง)

2. ขั้นตอนการทดลอง

2.1 ระยะเวลาการทดลอง มีขั้นตอนดังนี้

2.1.1 ผู้วิจัยนำกลุ่มตัวอย่างผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ที่สุ่มไว้ในแต่ละสัปดาห์ และทำการนัดวัน เวลาและสถานที่ในการดำเนินการทดลอง ทำการทดลองเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 2 - 3 คน ในห้องสอนแสดงโดยมีเครื่องปรับอากาศและปราศจากเสียงรบกวนภายนอก เริ่มตั้งแต่วันที่ 10 มกราคม 2541 ถึง 28 กุมภาพันธ์ 2541 โดยทำการทดลองในวันอังคารและวันหยุดที่สถาบันประสาทวิทยา วันพุธและวันศุกร์ที่โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ เวลา 13.00 น. ถึง 14.30 น. โดยกำหนดให้ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเป็นผู้วัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา

2.1.2 ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพ แนะนำตัว ชี้แจงขั้นตอนการดำเนินการทดลองต่อกลุ่มตัวอย่าง

2.1.3 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยดำเนินการวัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา และทำการเก็บรวบรวมแบบวัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาที่กลุ่มตัวอย่างตอบเรียบร้อยแล้ว

2.2 ระยะเวลาทดลอง มีขั้นตอนดังนี้

2.2.1 ผู้วิจัยกล่าวยกย่องและให้กำลังใจกลุ่มตัวอย่างในการรับบทบาทผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา และชี้แจงประโยชน์ในการดูตัวแบบ อธิบายให้กลุ่มตัวอย่างทราบว่า จะเห็นตัวแบบกระทำอะไร และผลกรรมที่ตัวแบบได้รับและสิ่งที่ผู้วิจัยต้องการให้กลุ่มตัวอย่างแสดงตามตัวแบบ เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเกิดกระบวนการใส่ใจในการดูตัวแบบ ใช้เวลา 5 นาที

2.2.2 ผู้วิจัยเปิดวีดิทัศน์ ให้กลุ่มตัวอย่างดูตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยร่วมสังเกตการณ์ในห้องตลอดเวลา เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเกิดกระบวนการเก็บจำจากการดูตัวแบบ ใช้เวลา 25 นาที

2.2.3 เปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างซักถามและแสดงความคิดเห็น หลังจากดูตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเกิดกระบวนการกระทำโดยการซักซ้อมการกระทำในใจ แสดงการกระทำออกมาทางความคิด และการใช้ข้อมูลป้อนกลับ จากการแสดงความคิดเห็นเพื่อเทียบเคียงกับการกระทำทางปัญญา ใช้เวลา 20 นาที

2.2.4 ผู้วิจัยสรุปสิ่งที่กลุ่มตัวอย่างได้จากการสังเกตตัวแบบ เสริมสร้างแรงจูงใจโดย กล่าวยกย่อง และให้กำลังใจกลุ่มตัวอย่างในการนำพฤติกรรมของตัวแบบไปกระทำต่อไป เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเกิดกระบวนการจูงใจในการนำพฤติกรรมของตัวแบบไปกระทำ ใช้เวลา 3 นาที

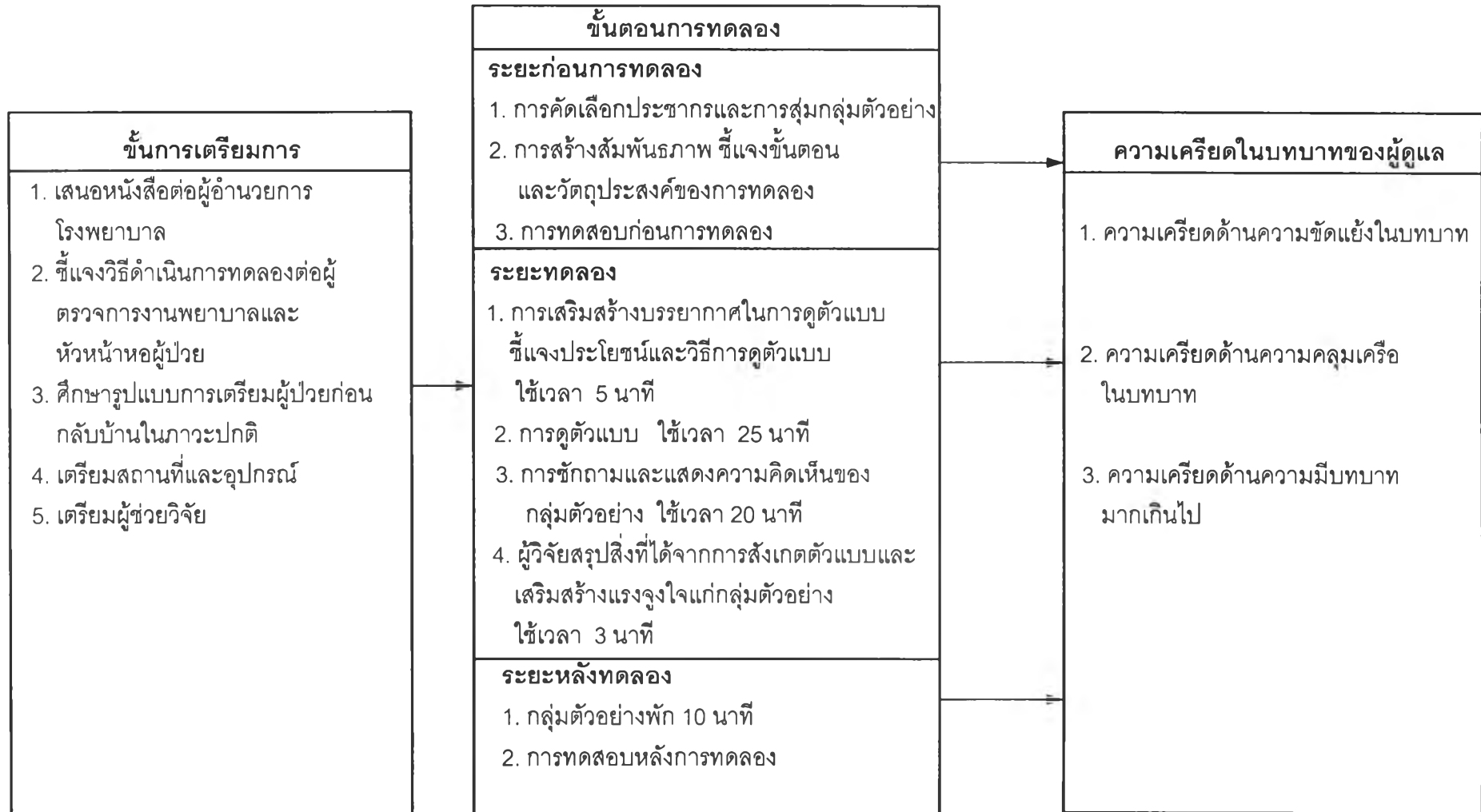
2.3 ระยะเวลาหลังการทดลอง มีขั้นตอนดังนี้

2.3.1 ให้กลุ่มตัวอย่างพัก 10 นาที และรับประทานอาหารว่าง

2.3.2 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยดำเนินการวัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ซึ่งเป็นแบบวัดลักษณะเดิมให้กลุ่มตัวอย่างตอบอีกครั้งหนึ่งและทำการเก็บรวบรวมแบบวัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา

สรุปขั้นตอนการทดลอง ดังแผนภาพที่ 5

แผนภาพที่ 5 ขั้นตอนการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล



การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลดำเนินการดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ดูแลและผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ใช้สถิติบรรยายโดยการแจกแจงความถี่ และค่าร้อยละ
2. ระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลและผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาก่อนและหลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา วิเคราะห์โดยใช้สถิติค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และประเมินระดับความเครียด
3. การเปรียบเทียบความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลและผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ระหว่างก่อนและหลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ทำการวิเคราะห์โดยใช้การคำนวณหาค่าผลการทดสอบอันดับที่มีเครื่องหมาย วิลคอกสัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed Ranks Test) (นิภา ศรีไพโรจน์, 2533: 92) และทดสอบนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แบบทางเดียว