

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการส่งเสริมสุขภาพของมารดาที่ถูกเป็นเด็กออทิสติก ศึกษากลุ่มตัวอย่างมารดาที่มีอายุ 30-50 ปี ที่พาลูกที่เป็นออทิสติกมารับการบำบัด ณ ศูนย์บริการเทคนิคการแพทย์คลินิก คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยวิธีการติดต่อโดยตรงกับมารดาที่ยอมรับว่าลูกมีภาวะออทิสติกสเปกตรัม (Autistic Spectrum Disorder: ASD) และยินดีเข้าร่วมการวิจัย จำนวน 12 ราย ดำเนินการวิจัยโดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) การสนทนากลุ่ม (Focus Group Interview) การสังเกตแบบมีส่วนร่วม และไม่มีส่วนร่วม การจดบันทึกภาคสนาม รวมทั้งศึกษาเอกสารวิชาการและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผลการวิจัยพบว่า มารดาได้รับผลกระทบ ด้านการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตและการใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับการดูแลลูก ไม่มีเวลาเป็นส่วนตัวในการทำกิจกรรมต่างๆ สำหรับสุขภาพตนเอง ผลกระทบด้านสุขภาพของมารดา เกิดผลต่อจิตใจ และการเจ็บป่วยทางกาย มารดามีความตระหนักในสุขภาพ จึงร่วมกันหาแนวทางในการวิเคราะห์แผนในการส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้กรอบแนวคิดส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ (Pender, 1996) เพื่อส่งเสริมให้มารดามีสุขภาพที่ดี ซึ่งทำให้ได้แผนด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ (Health Responsibility) ได้แก่ กิจกรรมพิจารณาการใช้เวลาของมารดา และแผนด้านการจัดการกับความเครียด (Stress Management) โดยการใช้เทคนิคการผ่อนคลาย ซึ่งมี 2 กิจกรรมคือ แผนด้านกิจกรรมทางกาย (Physical Activity) ได้แก่ กิจกรรมความรู้เรื่องโยคะ (Yoga) และแผนด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ (Health Responsibility) ได้แก่ กิจกรรมความรู้สนูซีเก็น (Snoezelen) และผลจากการรวมกลุ่มแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์และมีส่วนร่วมในการปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทำให้ มารดาได้สร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกัน (Interpersonal Relation) และยังได้ความรู้ในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ดีและเหมาะสมกับตนเองด้วย

This study is an action research aiming to study health promotion for mothers of children with autism. Participants comprised 30-50 years old mothers with autistic children who attended Occupational Therapy Clinic at the Faculty of Associated Medical Sciences, Chiang Mai University. Direct contact was used as the method of purposive sampling to recruit 12 mothers of the children with Autistic Spectrum Disorder (ASD) as the samples of the study. The data were collected through questionnaires, focus group interview, participatory and non-participatory observations, note-taking in the field, document analysis and literature review.

Study results revealed that the lifestyles of the mothers were affected. They had to spend most of their time for taking care of their children. Therefore, they did not have time for doing their personal activities or for taking care of their own health. The mothers were also affected in term of their health both physically and mentally. However, these mothers were well aware of their health status so they worked together to identify and analyze a plan for health promotion. Pender's conceptual framework on Health Promotion (Pender, 1996) was applied for helping these mothers to improve their health. The "Health Responsibility Plan" was then obtained, under which the mother would need to review and adjust the pattern of their time management. The "Stress Management Plan" was also obtained, which included the use of relaxation techniques comprising 2 activities. The first one was 'physical activity' which was the 'yoga' program. The second one was 'health responsibility' program in which Snoezelen's knowledge activity was organized. By participating in the group activities for exchanging knowledge and experiences and by taking part in health promotion activities, the mothers developed good interpersonal relationship among themselves and gained knowledge suitable and applicable for their actual practice of health promotion.