

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาหลักการและแนวทางการบำบัดภาวะซึมเศร้า สำหรับนิสิตนักศึกษาไทย 2) พัฒนาโปรแกรมดนตรีบำบัดเพื่อลดภาวะซึมเศร้าสำหรับนิสิตนักศึกษาไทย และ 3) ทดลองใช้โปรแกรมดนตรีบำบัดเพื่อลดภาวะซึมเศร้าสำหรับนิสิตนักศึกษาไทย ประชากรที่ใช้ในการศึกษาคือครั้งนี้ได้แก่ ฤกษ์ แนวคิด หลักการ เอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และผู้ทรงคุณวุฒิ และอาสาสมัครกลุ่มตัวอย่าง โดยที่ กลุ่มตัวอย่างที่เป็นบุคคลประกอบด้วย ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านจิตเวช นักวิชาการและ/หรือผู้มีประสบการณ์ในการบริหารจัดการและ/หรือบำบัดภาวะซึมเศร้า จำนวน 5 คน และอาสาสมัครกลุ่มตัวอย่าง นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่สมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมฯ จำนวน 12 คน ซึ่งผ่านการคัดเลือกด้วย วิธีการคัดกรองและการสุ่มเข้ากลุ่มระดับภาวะซึมเศร้าในระดับต่างๆ โดยใช้เกณฑ์เฉพาะ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1. เครื่องมือหลักที่ใช้ศึกษาตามวัตถุประสงค์วิจัย 2. เครื่องมือที่ใช้ศึกษาทดลองภายในโปรแกรมดนตรีบำบัดฯ การเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย การบันทึกข้อมูลลงในแบบสำรวจ แบบสัมภาษณ์ แบบวิเคราะห์สาระ แบบวิเคราะห์ทรรคนะผู้ทรงคุณวุฒิ การวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ 1 การวิเคราะห์หลักการและแนวทางการบำบัดภาวะซึมเศร้าสำหรับนิสิตนักศึกษาไทย โดยใช้วิธีวิเคราะห์สาระเป็นหลัก 2 การวิเคราะห์และสังเคราะห์การพัฒนาโปรแกรมดนตรีบำบัดเพื่อลดภาวะซึมเศร้าสำหรับนิสิตนักศึกษาไทยนั้น ใช้การวิเคราะห์สาระร่วมกับการวิเคราะห์ผลทรรคนะจากผู้เชี่ยวชาญประกอบกัน 3 การวิเคราะห์ผลการทดลองใช้โปรแกรมดนตรีบำบัดเพื่อลดภาวะซึมเศร้าสำหรับนิสิตนักศึกษาไทยนั้น ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างด้วยความถี่ และร้อยละ ($\%$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ย และการกระจายคะแนน ความรุนแรงของภาวะซึมเศร้าก่อนและหลังการทดลอง ร่วมกับการวิเคราะห์ด้วยวิธีวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับภาวะซึมเศร้ารายบุคคล

ผลการวิจัยพบว่า

1. หลักการและแนวคิดในการบำบัดนิสิตนักศึกษาไทยที่มีปัญหาภาวะซึมเศร้ามี 4 ลักษณะ คือ การใช้สารหรือวัตถุออกฤทธิ์ การช็อคด้วยไฟฟ้า (electroconvulsive therapy ECT) การใช้ศาสตร์ทางด้านจิตเวชและจิตวิทยาในการบำบัดรักษา การใช้การบำบัดทางเลือก ในส่วนที่เหมาะสมกับนิสิตนักศึกษาไทยนั้น ควรบำบัดด้วยวิธีบูรณาการ โดยอยู่ภายใต้ดุลยพินิจและการดูแลของผู้เชี่ยวชาญ

2. โปรแกรมดนตรีบำบัดเพื่อลดภาวะซึมเศร้าสำหรับนิสิตนักศึกษาไทย "ฟ้าใสโปรแกรม" ประกอบไปด้วย 2.1 คู่มือผู้ใช้โปรแกรมฯ 2.2 วิธีการดำเนินกิจกรรมโปรแกรมฯ 2.3 เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรมของโปรแกรมฯ โดยที่ ใช้ระยะเวลา 10 ครั้งในการดำเนินการ มีการควบคุมบริบท อันได้แก่ อาหาร เครื่องดื่ม แสง สี เสียง กลิ่นและอุณหภูมิ ตลอดจนบทเพลงที่ใช้ในการบำบัดนั้น ประกอบด้วย บทเพลงที่สังเคราะห์ขึ้นจากแนวคิดของโรเจอร์ (Rogers, 1989) 10 บทเพลง 5 วัตถุประสงค์ คือ ชีวิตนี้มีคุณค่า จงก้าวกล้าบนขวากหนาม เพื่อนที่ดีมีทุกยาม สิ่งงดงามจงเรียนรู้ เพื่อก้าวสู่ความฝันวันศรัทธา แต่ละเพลงมี 3 ช่วง คือ ช่วงจังหวะช้า ปานกลางและกระชับ (สงบ รบรึก รุกเร้า) ส่วนเนื้อหาของแต่ละกิจกรรมในโปรแกรมฯแบ่งเป็น 3 ชั้น คือ ชั้นปรับสมดุล อบอุ่นหัวใจและเสริมสายใยรักตามลำดับ ตลอดจน มีการประเมินผลพัฒนาการของระดับภาวะซึมเศร้าก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมฯด้วย

3. ระดับคะแนนภาวะซึมเศร้าของกลุ่มตัวอย่าง (อาสาสมัคร) ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมดนตรีบำบัดเพื่อลดภาวะซึมเศร้าสำหรับนิสิตนักศึกษาไทย มีระดับคะแนนภาวะซึมเศร่าลดลง

ภาควิชา.....นโยบาย การจัดการและความเป็นผู้นำทางการศึกษา

ลายมือชื่อนิสิต

สาขาวิชา.....อุดมศึกษา

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

ปีการศึกษา.....2551

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

The purposes of this research have shown as following: 1) To study methods and approaches of depression therapy for Thai university students. 2) To develop music therapy programs in order to reduce depression for Thai university students. 3) To experiment the music therapy programs in order to reduce depression for Thai university students. The sample groups that has been applied in this researching are as following; 1) Theory, methodology, documents and relating researches 2) Experts in the field of clinical psychology, scholars and/or persons who have experience in management and/or depression therapy, also experimental units totally seventeen persons. 3) Sample groups of twelve volunteer Chulalongkorn university students who were selected both specifically and randomly into each group of depression stages. Researching tools composed as following; 1. The main tools for studying each researching objective. 2. The tools for studying and experimenting in music therapy program. The data has been collected by recording in survey forms, interview forms, content analysis forms, and expertise analysis forms. The data analysis has been divided into three sections as following 1. Analysis of problem status of depression in Thai university students mainly applies content analysis. 2. Analysis and synthesis of music therapy programs in order to reduce depression in Thai university students applies both content analysis and expertise analysis. 3. Analysis of experimental results on music therapy programs for reducing depression in Thai university students applies general data analysis derived from sample groups by using frequency and percentage, also, standard deviation (S.D.) in order to compare the differences of mean and the expansion of severe stages on depression period before and after experimenting, thereafter, applies quality research in order to analyze and compare the severe stage individually.

The researching results have shown as following:

1. Therapy methods to provide to Thai university students who suffer from depression problem consist of four approaches; using chemical or effective materials, using electroconvulsive therapy ECT, using clinical or consulting psychology in therapy and using optional therapy. The proper approaches in order to apply to Thai university students suggest integrated approaches therapy.

2. The music therapy programs to reduce depression for Thai university students "Fah Sai Program" consist of 2.1 Handbooks for the program users 2.2 Instructions for the program activity running 2.3 Tools for the program activity running, by taking 10 times in working process. The context controlling included food, beverage, light, color, sound, aroma and temperature, also the music that is used in therapy consists of the synthesis of Rogers (1989) method including 10 songs and 5 objectives. Each song has three levels which are slow, medium and fast. The content of the program consists of 3 steps.

3. Depression period of sample groups (Volunteers) after attending the music therapy programs to reduce depression for Thai university students has been decreased.