



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

ภาคผนวก ก

เอกสารรับรองโครงการวิจัย



เอกสารเลขที่ 111/2549

เอกสารรับรองโครงการวิจัย

โดย

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ขอรับรองว่า
โครงการการค้นคว้าแบบอิสระเรื่อง : ผลของการเสริมสร้างแรงจูงใจบำบัดรายกลุ่มต่อพฤติกรรมการดื่ม
สุราของผู้ติดสุราในคลินิกสารเสพติด โรงพยาบาลสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ (Effect of Motivational
Enhancement Therapy Group on Drinking Behavior Among Persons with Alcohol Dependence
at Addiction Clinic, Sanpatong Hospital, Chiang Mai Province)

ของ : นางดอกรัก พิทาคำ

สังกัด : นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช
แผน ข. (ภาคพิเศษ) คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ได้ผ่านการพิจารณาแล้ว เห็นว่าไม่มีการล่วงละเมิดสิทธิ สวัสดิภาพ และไม่ก่อให้เกิด
ภัยอันตรายแก่ผู้ถูกวิจัย

จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยในขอบข่ายของโครงการวิจัยที่เสนอได้ ตั้งแต่วันที่ออก
หนังสือรับรองฉบับนี้จนถึงวันที่ 30 มิถุนายน 2550

หนังสือออกวันที่ 1 มิถุนายน 2549

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

ลงนาม.....

(ศาสตราจารย์เกียรติคุณ ดร.วิจิตร ศรีสุพรรณ)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ลงนาม.....

(รองศาสตราจารย์ ดร.วิภาดา กุณาวิกิตกุล)

คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ภาคผนวก ข

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

คำชี้แจงและพิทักษ์สิทธิของผู้ที่เข้าร่วมการศึกษา

เอกสารคำชี้แจงสำหรับกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับแบบสอบถาม ผลการเสริมสร้างแรงจูงใจ
บำบัดรายกลุ่มในผู้ป่วยกลุ่มโรคติดสุรา

ส่วนที่ 1 เอกสารคำชี้แจงแก่อาสาสมัคร/ผู้เข้าร่วมโครงการ

ข้าพเจ้า นางดอกรัก พิฑาคำ นักศึกษาปริญญาโท สาขาสุขภาพจิตและการพยาบาล
จิตเวช แผนก ข คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการค้นคว้าแบบ
อิสระเรื่อง “ผลของการเสริมสร้างแรงจูงใจบำบัดรายกลุ่มต่อพฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ที่เคยดื่ม
สุราในคลินิกของโรงพยาบาลสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงผลของการ
เสริมสร้างแรงจูงใจบำบัดรายกลุ่มต่อพฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ที่เคยดื่มสุรา จำนวน 15 ราย ซึ่ง
ท่านเป็นผู้หนึ่งที่ได้รับการคัดเลือกในการตอบแบบสอบถาม และร่วมกลุ่มบำบัด เนื่องจากท่านเป็น
ผู้ป่วยที่เคยดื่มสุราที่มารับบริการที่คลินิกในโรงพยาบาลสันป่าตอง สำหรับการวิจัยศึกษาดังนี้ไม่มี
ค่าตอบแทนสำหรับผู้เข้าร่วมศึกษา และท่านไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆทั้งสิ้น ในการวิจัยท่านจะ
ไม่ได้รับความเสียหายใดๆ เนื่องจากการตอบแบบสอบถาม และร่วมกลุ่มบำบัดท่านนั้น หากเกิด
สถานการณ์ที่ท่านต้องการความช่วยเหลือในด้านการบำบัด ผู้ศึกษาจะให้คำปรึกษา หรือส่งต่อเพื่อ
รับการดูแลช่วยเหลือที่เหมาะสมจากทีมการรักษาต่อไป

ดังนั้นข้าพเจ้าใคร่ขอความร่วมมือจากท่านซึ่งเป็นบุคคลสำคัญและเป็นผู้ป่วยที่เคยดื่ม
สุราที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม หากท่านยินดีเข้าร่วมการศึกษา ขอให้ท่านตอบแบบสอบถาม ซึ่งมี
2 ส่วนคือ แบบสอบถามส่วนที่ 1 เกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 11 ข้อ และส่วนที่ 2 เป็นแบบ
ประเมินระดับปัญหาของการดื่มแอลกอฮอล์ซึ่งมีทั้งหมด 10 ข้อ โดยใช้เวลาประมาณ 15-20 นาที
และท่านจะได้เข้าร่วมกลุ่มบำบัดจำนวน 8 ครั้ง โดยใช้เวลา 4 สัปดาห์ ข้อมูลที่ได้จากการตอบ
แบบสอบถามและการร่วมกลุ่มบำบัดทุกครั้ง ข้อมูลที่ได้จะทำให้ทราบประสิทธิภาพของโปรแกรม
รูปแบบ วิธีการปฏิบัติการบำบัดผู้ป่วยที่เคยดื่มสุราและนำไปใช้ในการบำบัดผู้ที่เคยดื่มสุราต่อไป

ข้าพเจ้า ขอรับรองว่าข้อมูลที่ได้จะเก็บเป็นความลับ การนำข้อมูลไปเสนอหรือพิมพ์
เผยแพร่ จะทำในภาพรวมของผลการศึกษานั้น การเข้าร่วมการศึกษาดังนี้ขึ้นอยู่กับ

ตัดสินใจของท่าน หากท่านไม่สมัครใจที่จะเข้าร่วมการศึกษา หรือกรณีที่ท่านต้องเข้ารับการรักษา ในโรงพยาบาล ท่านสามารถถอนตัวจากการศึกษาคั้งนี้ได้ตลอดเวลา โดยที่ท่านจะไม่สูญเสีย ประโยชน์ใดๆที่ท่านควรได้รับ และสิทธิประโยชน์อื่นๆอันจะเกิดจากผลการศึกษา ให้เป็นไปตาม ระเบียบข้อบังคับของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ในกรณีที่ท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับโครงการ หรือการ เข้าร่วมโครงการ ท่านสามารถติดต่อกับข้าพเจ้าคือ นางดอกรัก พิทาคำ ได้ที่ โรงพยาบาลสันป่าตอง ต. ยูหว่า อ.สันป่าตอง จ.เชียงใหม่ โทรศัพท์ 053-311404 ต่อ 2122 ในเวลาราชการ หรือ โทรศัพท์ 01-8843929 ได้ตลอดเวลา หรือผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ภัทรภรณ์ ทุ่งปันคำ อาจารย์ที่ปรึกษาการ ค้นคว้าอิสระ ภาควิชาการพยาบาลจิตเวช มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ หมายเลขโทรศัพท์ 053-945033 และสอบถามถึงสิทธิของท่านในการเข้าร่วมการวิจัยได้ที่ ศาสตราจารย์ เกียรติคุณ ดร.วิจิตร ศรีสุพรรณ ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ หมายเลขโทรศัพท์ 053-945049

ลงนาม.....ผู้ให้ข้อมูล

(นางดอกรัก พิทาคำ)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. 2549

ส่วนที่ 2 เอกสารการยินยอมของอาสาสมัคร/ผู้เข้าร่วมศึกษา

ข้าพเจ้าผู้มีนามข้างล่างนี้มีความยินยอมที่จะเข้าร่วมการศึกษาในครั้งนี้ โดยข้าพเจ้าได้ รับทราบข้อมูลและเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการ วัตถุประสงค์ และประโยชน์ของการศึกษาจากการอธิบาย ของผู้ศึกษาโดยตรง และตามที่ได้อ่านรายละเอียดในข้างต้นจึงขอลงนาม หรือพิมพ์ลายนิ้วมือไว้ เพื่อเป็นหลักฐานประกอบการตัดสินใจเข้าร่วมการศึกษาคั้งนี้ของข้าพเจ้า

ลงชื่อ.....ผู้ยินยอม

(.....)

ลงชื่อ.....ผู้ปกครอง

(.....)

ลงชื่อ.....ผู้ศึกษา

(นางดอกรัก พิทาคำ)

ลงชื่อ.....พยาน

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. 2549

ภาคผนวก ก

เครื่องมือรวบรวมข้อมูล

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย (/) ลงใน หน้าข้อความ หรือเติมข้อความลงในช่องว่างที่มีอยู่

1. HN.....
2. อายุ.....ปี
3. เพศ ชาย หญิง
4. ศาสนา พุทธ คริสต์ อิสลาม
 อื่นๆ.....
5. สถานภาพ โสด คู่ ม่าย/หย่า แยกกันอยู่
6. อาชีพ เกษตรกรรม รับจ้าง ค้าขาย รับราชการ
 แม่บ้าน ไม่มีอาชีพ
7. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ไม่มีรายได้ รายได้.....บาท
8. การวินิจฉัยโรค.....
9. จำนวนครั้งที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล.....ครั้ง
10. ผู้ดูแลเมื่อเจ็บป่วย.....
 เกี่ยวข้องเป็น บิดา มารดา สามี ภรรยา บุตร
 เกี่ยวข้องเป็น พี่ ป้า น้า อา หลาน

ส่วนที่ 2 แบบประเมินระดับปัญหาจากการดื่มสุรา (Alcohol use disorders identification test: AUDIT)

คำถามแต่ละข้อต่อไปนี้จะถามถึงประสบการณ์การดื่มสุรา โดยสุรามีหมายถึงเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ทุกชนิด ได้แก่ เบียร์ เหล้า สาโท กระแช่ วิสกี้ สเปย์ ไวน์ เป็นต้น ขอให้ตอบตามความเป็นจริง

ข้อคำถาม	0	1	2	3	4
1. คุณดื่มสุร่าบ่อยเพียงไร	ไม่เคยเลย	เดือนละครั้ง หรือน้อยกว่า	1-2 ครั้ง ต่อเดือน	2-3 ครั้ง ต่อ สัปดาห์	4 ครั้งขึ้นไป ต่อสัปดาห์
2. เวลาที่คุณดื่มสุราโดยทั่วไปแล้ว คุณดื่มประมาณเท่าไรต่อวัน (เลือกคำตอบเป็นเบียร์ ข้อ ก หรือ เหล้าวิสกี้ ข้อ ข เพียงข้อเดียว)					
ก. ถ้าเทียบปริมาณเบียร์ สเปย์ (เช่น เบียร์ช้าง สิงห์ คลอสเตอร์ กลาสเบอร์ก)	1.1-1.5 กระป๋อง	2-3 กระป๋อง	3.5-4 กระป๋อง	4.5-7 กระป๋อง	7กระป๋อง ขึ้นไป
ข. ถ้าเทียบเป็นปริมาณเหล้า เช่น แมโจง หงส์ทอง หงส์ทิพย์ เหล้าขาว 40 ดีกรี	2-3 ฝา	1 / 4 แบน	1 / 2 แบน	3 / 4 แบน	1 แบนขึ้นไป
3. บ่อยครั้งเพียงไรที่คุณดื่มเบียร์ 4 กระป๋องขึ้นไป หรือเหล้าวิสกี้ ½ แบนขึ้นไป	ไม่เคยเลย	น้อยกว่า เดือนละครั้ง	เดือนละครั้ง	สัปดาห์ละ ครั้ง	ทุกวัน หรือ เกือบทุกวัน
4. ในช่วงหนึ่งปีที่ผ่านมา มีบ่อยครั้งเพียงไรที่คุณพบว่าคุณไม่สามารถหยุดดื่มได้หากคุณได้เริ่มดื่มไปแล้ว	ไม่เคยเลย	น้อยกว่า เดือนละครั้ง	เดือนละครั้ง	สัปดาห์ละ ครั้ง	ทุกวัน หรือ เกือบทุกวัน
.
.
.
.
8. ในช่วงหนึ่งปีที่ผ่านมา มีบ่อยครั้งเพียงไรที่คุณไม่สามารถจำได้ว่าเกิดอะไรขึ้นในคืนที่ผ่านมา เพราะว่าคุณได้ดื่มสุราเข้าไป	ไม่เคยเลย	น้อยกว่า เดือนละครั้ง	เดือนละครั้ง	สัปดาห์ละ ครั้ง	ทุกวัน หรือ เกือบทุกวัน
9. ตัวคุณเอง หรือคนอื่น เคยได้รับบาดเจ็บซึ่งเป็นผลจากการดื่มสุราของคุณหรือไม่	ไม่เคยเลย	เคยแต่ไม่ได้ เกิดขึ้นในปีที่ แล้ว	.	.	เคยเกิด ช่วงหนึ่งในปีที่ ที่แล้ว
10. เคยมีแพทย์ หรือบุคลากรทางการแพทย์ หรือเพื่อนฝูง หรือญาติพี่น้อง แสดงความเป็นห่วงเป็นใยต่อการดื่มสุราของคุณหรือไม่	ไม่เคยเลย	เคยแต่ไม่ได้ เกิดขึ้นในปีที่ แล้ว	.	.	เคยเกิด ช่วงหนึ่งในปีที่ ที่แล้ว

คะแนนรวม

จัดอยู่ในกลุ่มแบบ

กลุ่มที่ดื่มอย่างปลอดภัย ; Low risk use (0-7)

กลุ่มดื่มแบบเสี่ยงหรือมีปัญหา ; Hazardous use/Harmful use (8-12)

กลุ่มดื่มแบบติด; Dependence (≥ 13)

ส่วนที่ 3 แบบวัดขั้นตอนของความพร้อมในการเปลี่ยนแปลงและความต้องการการรักษา: สำหรับผู้
ดื่มสุรา (Stage of Change Readiness and Treatment Eagerness Scale: SOCRATES-8A)

กรุณาอ่านข้อความต่อไปนี้อย่างตั้งใจ แต่ละข้อความจะระบุถึงว่าคุณอาจจะ (หรืออาจจะไม่
รู้สึก) เกี่ยวกับพฤติกรรมการดื่มสุราของคุณ ให้วงกลมล้อมรอบตัวเลข 1-5 เพื่อแสดงว่าในขณะที่ คุณ
เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยมากน้อยเพียงใดกับข้อความเหล่านี้ กรุณา O เพียง 1 ตัวเลือก

ข้อความ	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	ไม่แน่ใจ	เห็นด้วย	เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
1.ฉันต้องการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการดื่ม ของฉันอย่างจริงจัง 2.บางครั้งฉันสงสัยว่าฉันติดสุราหรือไม่ 3.ถ้าฉันไม่เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการดื่มของ ฉันในเร็วๆนี้ ปัญหาของฉันก็จะแย่ลง 4.ฉันได้เริ่มที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการ ดื่มของฉันบ้างแล้ว 5.ฉันดื่มสุราอย่างหนักในแต่ละครั้ง แต่ฉันได้ จัดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนี้แล้ว 17.ฉันเป็นผู้ติดสุรา 18.ฉันกำลังพยายามอย่างมากเพื่อ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการดื่มของฉัน 19.ฉันได้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการดื่มของ ฉันบ้างแล้ว และฉันต้องการความช่วยเหลือ เพื่อป้องกันไม่ให้กลับไป ดื่มแบบเดิมอีก					

ภาคผนวก ง

ตารางแสดงผล คะแนนความพร้อมในการเปลี่ยนแปลงและความต้องการการรักษา
ในด้านความล้ม

ตารางที่ ง 1

เปรียบเทียบคะแนนความพร้อมในการเปลี่ยนแปลงและความต้องการการรักษาในด้านความล้ม
ก่อนและหลังการเสริมสร้างแรงจูงใจ (n= 15)

รายที่	คะแนน ก่อนบำบัด	ติดตามผลการบำบัด		
		หลังจบการบำบัดทันที	2 สัปดาห์	1 เดือน
1	19	13	11	14
2	17	13	14	14
3	17	14	13	14
4	18	15	14	15
5	17	14	15	15
6	20	15	16	16
7	17	14	12	14
8	18	14	15	15
9	19	14	13	13
10	18	15	15	15
11	18	14	15	14
12	18	14	14	16
13	20	12	12	12
14	18	13	11	13
15	17	15	16	16

ตารางที่ ๒

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวเมื่อมีการวัดซ้ำของคะแนนความพร้อมในการเปลี่ยนแปลงและความต้องการการรักษาในด้านความถี่ของกลุ่มตัวอย่าง ระหว่างการวัดครั้งที่ 1 ถึง ครั้งที่ 4 ($n=15$)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	P
ระหว่างกลุ่ม	13560.067	1	13560.067	4876.05	.000
ภายในกลุ่ม	187.53	3	62.51		
รวม	13747.60	4			

ตารางที่ ๓

ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนความพร้อมในการเปลี่ยนแปลงและความต้องการรักษาในด้านความถี่ที่ได้ผลแตกต่าง ($n=15$)

ผลต่างรายคู่ของคะแนนความพร้อมและความต้องการด้านความถี่	mean difference	SD
ครั้งที่ 1 - ครั้งที่ 2	4.13*	.389
ครั้งที่ 1 - ครั้งที่ 3	4.33*	.54
ครั้งที่ 1 - ครั้งที่ 4	3.67*	.45

* $P < .01$

ภาคผนวก จ

สรุปผลการเสริมสร้างแรงจูงใจบำบัดรายกลุ่ม

สรุปผลการเสริมสร้างแรงจูงใจบำบัดรายกลุ่มนี้เขียนขึ้นทันทีภายหลังการทำกลุ่มในแต่ละครั้ง เป็นการรวบรวมเนื้อหา กระบวนการและสิ่งที่ประสบจากการทำกลุ่มทั้งหมด เนื้อหาบางส่วนยังคงเป็นภาษาพูดเพื่อสื่อความเข้าใจของผู้บำบัดให้มากที่สุด

วิเคราะห์กลุ่มครั้งที่ 1

การดำเนินกลุ่มครั้งนี้เป็นครั้งแรก เป็นการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้บำบัดกับสมาชิก และสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกลุ่มด้วยกัน ตอนแรกบรรยากาศดูตึงเครียดเล็กน้อยเนื่องจากสมาชิกยังไม่คุ้นเคยรู้จักกันมาก่อน มีความรู้สึกเกร็งแต่เมื่อผู้บำบัดสร้างบรรยากาศของความ เป็นมิตรที่แข็ง เน้นนำตัวและสมาชิกทุกคนแนะนำตัว กล่าวชื่นชมสมาชิกทุกคนที่มาร่วมกลุ่ม บอก วัตถุประสงค์ ให้ข้อมูลในโปรแกรมการรักษาสั้นๆและกำหนดข้อตกลงร่วมกันเกี่ยวกับกติกา กลุ่ม เมื่อเวลาผ่านไป 15 นาทีแล้วบรรยากาศของความเป็นมิตร ความคุ้นเคยกันทำให้บรรยากาศผ่อนคลายมากขึ้น สังเกตจากสมาชิกดูกระตือรือร้น ทำทางผ่อนคลายขึ้น ผู้บำบัดได้เปิดประเด็นโดยให้ สมาชิกทุกคนพูดถึงปัญหาที่พบเมื่อดื่มสุราจนติดและผลกระทบจากปัญหาที่เกิดขึ้น สมาชิกทุกคน พูดถึงปัญหาที่พบคล้ายคลึงกัน ในปัญหาด้านร่างกายเป็นส่วนมาก คืออาการนอนพิษสุรา โรค ภาวะแพ้อาหาร เลือดออกในระบบทางเดินอาหาร ถ่ายเป็นเลือด หลายคนถูกใส่สายยางลงใน ภาวะแพ้อาหารยังรู้สึกเจ็บอยู่ ถูกผูกมัดขณะรักษาในหอผู้ป่วยและเกิดอาการนอนพิษสุรา เกิด อุบัติเหตุกระดูกซี่โครงหักนอนรักษาในโรงพยาบาลนานเป็นสัปดาห์ บางรายถูกส่งไปรักษาที่ โรงพยาบาลสวนปรุงเนื่องจากดื่มสุราแล้วควบคุมตนเองไม่ได้ ทำท่ายกยัด เอะอะอาละวาดทำลาย ข้าวของ อาเจียนตลอดเวลา รับประทานอาหารไม่ได้ มีอาการใจสั่น เหงื่อออกแต่ไม่สามารถถูกกับ น้ำได้เพราะจะมีอาการหนาวสั่นมากๆ เป็นความรู้สึกที่ทุกข์ทรมานมาก บางรายชักเกร็งเมื่อดื่มสุรา มากถูกนำส่งโรงพยาบาล ในขณะที่สมาชิกพูดถึงปัญหาผู้บำบัดจะกล่าวสรุปสอดแทรกข้อมูลทาง วิชาการไปด้วยและเชื่อมโยงปัญหาของแต่ละคนกับของสมาชิกคนอื่นที่พบปัญหาเช่นเดียวกัน เพื่อให้สมาชิกรู้สึกถึงความเป็นสากลคือทุกคนที่ดื่มสุรามากจะเกิดปัญหาทั้งสิ้น ต่อมาผู้บำบัดจุด ประเด็นให้สมาชิกทุกคนพูดถึงผลกระทบจากปัญหาที่เกิดขึ้น สมาชิกทุกคนพูดถึงผลกระทบต่อ

ตนเองคือความไม่สุขสบาย ทำงานไม่ได้ ขาดรายได้ ครอบครัวไม่สบายใจ บางรายลูกๆขอร้องไห้ เลิกเนื่องจากอายุเพื่อนๆ บางรายเป็นภาระต่อมารดาซึ่งอายุมากต้องมาลำบากนอนเฝ้าและดูแล มารดาไม่เป็นอันกินอันนอนเนื่องจากไม่รู้จะทำอย่างไรเมื่อลูกชักเกร็งและนำส่งโรงพยาบาลจน มารดาป่วยเป็นโรคหัวใจ บางรายไม่เคยรับประทานอาหารพร้อมครอบครัวเลยทำให้สัมพันธ์ภาพ ลดลง สังกัดเขาเมินเฉยไม่สนใจดูแลหาอาหารเหมือนเคย รู้สึกน้อยใจ บางรายรู้สึกร่างกายอ่อนแอ ลงทำงานหนักไม่ได้ รายได้ลดลง ไม่มีคนมาจ้าง บางรายถูกนายจ้างตำหนิให้หยุดงานเนื่องจากมือ สั่นแะสลักไม่ได้ บางรายถูกยกเลิกการจ้างเหมาเนื่องจากไม่แน่ใจว่างานจะสำเร็จตรงตามเวลาที่ วางไว้ และประเด็นที่สมาชิกส่วนมากพูดถึงผลกระทบต่อด้านจิตใจที่สังคมรังเกียจ ถูกเรียกว่า “ไอ้จี้ เหล้า” ซึ่งทำให้รู้สึกโกรธ ไม่พอใจ แค้นใจ เพราะคิดว่าไม่ได้ขอเงินใครมาซื้อ ไม่ได้เดือดร้อนคน อื่น บางรายถึงกับทำชกต่อย ผู้บำบัดถามเหตุผลที่โกรธแค้นสมาชิกหลายคนบอกว่าคนเรานั้นต้องมี ศักดิ์ศรี ถึงดื่มเหล้าก็เป็นลูกผู้ชายรักศักดิ์ศรีกันทุกคน และผู้บำบัดกล่าวสรุปว่าการพูดคุยในครั้งนี้ ทำให้ทราบว่าทุกคนประสบปัญหาและผลกระทบกันทุกคน ดังนั้นจะเห็นว่าทุกคนมานั่งรวมกันใน วันนี้และครั้งต่อไปก็เนื่องจากประสบกับปัญหาและผลกระทบจากการดื่มทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ ครอบครัวและชุมชน และให้สมาชิกทุกคนพูดถึงความรู้สึกที่ได้มาร่วมกลุ่มวันนี้ สมาชิกทุกคน บอกว่ารู้สึกดีที่มีโอกาสได้พูดคุย รู้สึกสบายใจขึ้นและได้เรียนรู้ประสบการณ์ เรื่องราวของกันและ กันซึ่งไม่เคยทราบมาก่อน ทำให้เข้าใจคนอื่นๆที่มีปัญหาเหมือนตนเอง ได้ความรู้ที่ผู้บำบัดอธิบาย สอดแทรก หลังจากนั้นแจกใบความรู้เกี่ยวกับปัญหาจากการดื่มสุราให้สมาชิกกลับไปทบทวนและ นำกลับมาในครั้งต่อไป และตกลงนัดหมายในครั้งต่อไป (ครั้งที่ 2)

วิเคราะห์กลุ่มครั้งที่ 2

การทำกลุ่มครั้งที่ 2 ผู้บำบัดกล่าวสวัสดิ และแนะนำตัวและสมาชิกทุกคนแนะนำตัว บอกกฎ กติกากลุ่มและกล่าวชื่นชมสมาชิกทุกคนที่มาร่วมกลุ่ม บรรยายทฤษฎีรู้ลึกเป็นกันเอง ฟ่อนคลาย มากกว่าครั้งแรก สมาชิกทุกคนดูกระตือรือร้น ผู้บำบัดเปิด DVD เรื่อง “ทุกข์ของคนบนถนน” ซึ่ง เป็นเรื่องราวของครอบครัว 4 ครอบครัว 2 ครอบครัวแรกพิการ เป็นอัมพาตช่วยเหลือตนเองไม่ได้ เนื่องจากถูกมอเตอร์ไซค์ ของผู้เมาสุราเฉี่ยวชนจนพิการ ครอบครัวต้องดูแลด้วยความยากลำบาก เสรี โศก ทุกข์กับผู้พิการ ในขณะที่ผู้พิการต้องทรมานจากสภาพร่างกายที่ต้องใส่เครื่องเจาะคอและ การขยับถ่าย 2 ครอบครัวหลังเป็นชีวิตของวัยรุ่นที่เมาสุราแล้วขับมอเตอร์ไซค์ประมาทจนเกิด อุบัติเหตุ และทำให้เป็นอัมพาต พิการ ครอบครัวกล่าวถึงความทุกข์ทรมานของผู้พิการและความ ลำบากกาย ใจและความทุกข์จากการที่ต้องดูแล บรรยายทฤษฎีเสรี โศก สมาชิกทุกคนตั้งใจดูสีหน้า

หม่นหมอง บางรายน้ำตาซึม เมื่อดู DVD จบแล้วผู้บ้นำบัตรกระตุ้นให้สมาชิกทุกคนบอกถึงความรู้สึก จากเรื่องราว สมาชิกทุกคนบอกว่ารู้สึกกลัว สงสารผู้พิการ สงสารญาติของผู้พิการ ความรู้สึกหดหู่ใจ ผู้บ้นำบัตรจึงได้สรุปถึงผลกระทบจากการดื่มสุรามากส่งผลต่อสมอง ทำให้การตัดสินใจไม่ดี จึงเกิดอุบัติเหตุนำมาซึ่งความพิการ ความทุกข์ทรมานของผู้พิการและญาติ ซึ่งเชื่อมโยงจากครั้งที่แล้วที่สมาชิกบอกว่าเอาเงินตนเองซื้อ ไม่ได้ทำให้ใครเดือดร้อนซึ่งในความเป็นจริงคนที่ไม่ดื่มก็ได้รับผลกระทบเช่นกัน ซึ่งสมาชิกก็พยักหน้าแสดงความเข้าใจ ยอมรับ ผู้บ้นำบัตรจุดประเด็นให้สมาชิกทุกคนแสดงความคิดเห็นกับประโยคที่สมาชิกกล่าวถึงผลกระทบทางสังคมที่ถูกเรียกว่า คือ “ไอ้ขี้เหล้า” สมาชิกบางคนบอกว่าเฉยๆ เราไม่ได้ขโมยเงินเขาซื้อ เวลาดื่มเหล้าแล้วก็ลืม อยากเรียกก็เรียกไปหลายคนบอกว่ารู้สึกโกรธ เพราะดื่มด้วยเงินของตนเอง ไม่ได้ขโมยใคร รู้สึกรับไม่ได้ เป็นคำที่รู้สึกอยากเอาชนะให้ได้ รู้สึกถูกดูถูกมาก บางรายรู้สึกน้อยใจ แต่อยากให้ใช้คำพูดที่ดีกว่านี้ อยากเอาชนะ ต้องทำให้เขาเปลี่ยนคำพูดให้ได้ บางคนบอกว่าแม้แต่เด็กเล็กยังเรียกลุงขี้เหล้าเลย รู้สึกน้อยใจจะต้องเลิกเพื่อให้เปลี่ยนคำพูดให้เรียกลุงเฉยๆเหมือนเดิม บางคนบอกว่าเด็กเรียกรู้สึกเจ็บปวดกว่า ผู้บ้นำบัตรกล่าวสรุปและชมเชยที่สมาชิกเอาความรู้สึกไม่มาเป็นวิกฤตเพื่อสร้างโอกาสคือการเอาชนะ โดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเอง และจุดประเด็นต่อด้วยความรู้สึกของคำว่า “ศักดิ์ศรี” ให้สมาชิกทุกคนแสดงความรู้สึก ซึ่งสมาชิกส่วนมากต่างให้ความเห็นว่าทุกคนต้องมีศักดิ์ศรี เราต้องทำตัวเองให้ดีแล้วศักดิ์ศรีจะตามมาเอง ลูกผู้ชายทุกคนต้องมีศักดิ์ศรี เราต้องกู้ศักดิ์ศรีเรากินมา บางคนบอกว่าถ้าเมาสุราแล้วศักดิ์ศรีไม่มีเนื่องจากราศียังไม่มึนเลย แอ้มงานก็ถูกยึดกินไปหมด ดังนั้นต้องกู้ศักดิ์ศรีกินมา ผมจะเลิกเหล้าให้ได้ ผู้บ้นำบัตรจึงสรุปว่าขอเป็นกำลังใจให้ทุกคนและทุกคนควรให้กำลังใจซึ่งกันและกันเพื่อกอบกู้ศักดิ์ศรีกินมา สมาชิกคนหนึ่งกล่าวเสริมว่า“ทำดีไม่ได้ก็ไม่ต้องทำชั่ว” แล้วสมาชิกคนอื่นต่างยิ้มและบอกว่าเป็นคำพูดสั้นๆที่เข้าใจง่าย ในระยะสุดท้ายของการทำกลุ่มผู้บ้นำบัตรสรุปถึงสิ่งที่ได้พูดคุยในวันนี้ กล่าวทิ้งท้ายประโยคว่า “เมื่อเป็นเช่นนี้แล้วท่านอยาก ลด ละ เลิก สุราหรือไม่” เพื่อให้เกิดความรู้สึกลังเลใจระหว่างการดื่มสุราต่อไปหรือการหยุดดื่มและให้สมาชิกทุกคนแสดงความรู้สึกถึงการทำกลุ่มวันนี้ ทุกคนบอกว่าดีใจที่มาวันนี้ ได้พบแลกเปลี่ยนความคิดเห็นรู้สึกสนิท รู้จักกันมากขึ้น ดีใจที่ได้เลิกเหล้า ภูมิใจที่ได้มาร่วมกับคนที่มึนวัดดูประสงค์เดียวกัน ได้ข้อคิด ประสบการณ์ ผู้บ้นำบัตรกล่าวขอบคุณสมาชิกทุกคนอีกครั้งและนัดหมายครั้งต่อไป

วิเคราะห์กลุ่มครั้งที่ 3

การดำเนินกลุ่มครั้งนี้เป็นครั้งที่ 3 สมาชิกทุกคนมาตรงเวลามากขึ้น ใบหน้าแสดงถึงความรู้สึกดีขึ้น กระจื่อรีอรั้น เมื่อก้าวแนะนำตัว ทบทวนกติกา ทบทวนเรื่องที่สนทนาในกลุ่มครั้งก่อนแล้วผู้บำบัดให้สมาชิกทุกคนนั่งทำสมาธิและกิจกรรมผ่อนคลายประมาณ 5 นาที แล้วถามความรู้สึกซึ่งทุกคนพอใจกับกิจกรรมนี้และครั้งต่อไปขอทำอีก จากนั้นผู้บำบัดเล่านิทานเรื่อง “สมชาย เลือกลง” (สร้างเรื่องในแนวที่เกี่ยวกับพฤติกรรมการคิดสุรา หรือสารเสพติดอื่นๆ ซึ่งรู้อยู่แล้วว่าจะเกิดผลเสียอย่างไร แล้วสุดท้าย สมชาย แทบจะ เอาชีวิตไม่รอด) ซึ่งเนื้อหาเป็นชีวิตที่ลำบากของสมชายแต่สมชายฟันฝ่าจนประสบความสำเร็จ และวันหนึ่งสมชายพบเพื่อนเก่าและเริ่มดื่มสุราและเมามจนทำให้เกิดอุบัติเหตุส่งผลให้กลายเป็นผู้พิการ ผู้บำบัดให้สมาชิกทุกคนแสดงความรู้สึกกับชีวิตของสมชาย สมาชิกส่วนใหญ่สงสารสมชาย บางคนโทษเพื่อนสมชายที่ไม่นำมาชวน บางคนคัดค้านว่าเป็นเช่นนี้เพราะตัวของสมชายเอง การดื่มเหล้าอยู่ที่ตัวของเราเองไม่มีใครบังคับ เราเอามือจับแก้วเหล้าดื่มเอง บางคนบอกว่าชีวิตตนเองเกือบเป็นเหมือนสมชายครั้งหนึ่งแล้วแต่ตอนนี้ขอเลือกที่จะหยุดดื่ม บางคนบอกว่าสมชายเป็นแบบนี้เนื่องจากเกรงใจเพื่อนเหมือนกับที่ตนเองเป็นถ้าเพื่อนชวนมักไม่ปฏิเสธ โชคดีที่ไม่เป็นเช่นสมชาย บางคนบอกว่าฟังแล้วคิดถึงลูกและภรรยาตอนที่เมาสุราแล้วล้มในห้องน้ำ ดิที่ไม่เป็นอัมพาต บางคนบอกว่าน้ำชายเมาสุราแล้วขับรถชนเสาไฟฟ้าแล้วเป็นอัมพาตครั้งก่อนเหมือนสมชาย รู้สึกกลัวมากถึงพยายามมาเลิกสุราที่โรงพยาบาล คิดว่าไม่ดื่มแล้ว ผู้บำบัดสรุปและกล่าวถึงความโชคดีของทุกคนที่เคยผ่านปัญหาจากการดื่มสุราและไม่พิการแต่เรายังสามารถปรับพฤติกรรมตนเองได้เพื่อไม่ให้เกิดปัญหาหนักเช่นสมชาย ต่อไปนี้พวกเราจะมาช่วยเหลือกัน เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดื่มสุรา ผู้บำบัดจุดประเด็นของประโยชน์ที่สมาชิก คนหนึ่งกล่าวเมื่อครั้งที่แล้วคือ “ทำดีไม่ได้ก็ไม่ต้องทำชั่ว” ให้สมาชิกทุกคนแสดงความรู้สึกต่อประโยคดังกล่าว สมาชิกบางคนบอกว่าการดื่มเหล้าจนซัดคือการทำชั่ว บางคนบอกว่าเลิกดื่มสุราแล้วคือการไม่ทำชั่ว ผมทำดีแล้วคือไม่ดื่มเหล้าแล้ว ผมกลัวลูกตายเพราะเขาเป็นสาวแล้ว เขากำลังเรียนระดับปริญญาโท ส่วนลูกชายกำลังเรียนระดับปริญญาตรีปีสุดท้าย ผู้บำบัดกล่าวชมเชยสมาชิกคนนี้และให้สมาชิกทุกคนปรบมือแสดงความชื่นชมเป็นกำลังใจ สมาชิกบางคนบอกว่าผมจะเลิกแล้วไม่ให้แม่ต้องลำบากกับผมแล้ว บางรายลูกสาวขอร้องบอกว่าอายุเพื่อนเช่นกันจะไม่ดื่มเหล้าแล้วลูกสาวจะได้มีกำลังใจ ภรรยาที่สบายใจด้วย บางรายเลิกแล้วพ่อแม่ดีใจถ้าสุขภาพดีขึ้นจะได้เปิดร้านขายวัสดุก่อสร้างให้ผม บางคนบอกว่านับถือศาสนาคริสต์มีบัญญัติไว้ว่าจะไม่ดื่มเหล้าอีก ถือว่าไม่ทำชั่ว บางรายกล่าวว่าทุกคนเคยทำชั่วเพราะความดีทำยาก ความชั่วทำง่าย ขอให้เพื่อนสมาชิกทุกคนมุ่งมั่นละเว้นความชั่วคือการไม่ดื่มเหล้าแบบเดิมอีก บางคนบอกว่าร่ายยังมีท้อไอ

ตนเองได้ลืมนไปแล้ว ไม่อยากพูดถึง ผู้บังคับจึงเจาะประเด็นของบางคนที่ยังไม่ลืมนุมมีดีในอดีตเช่นกรณีสมาชิกที่ก่อคดีและทำปิ่นลับให้สมาชิกช่วยเหลือแฉะซึ่งกันและกัน โดยมุ่งเน้นให้อยู่กับปัจจุบัน (here and now) และเสริมสร้างกำลังใจ จากนั้นให้สมาชิกทุกคนแสดงความคิดเห็นถึงการร่วมทำกลุ่มมีผลต่อสภาพความเป็นอยู่ปัจจุบันหรือไม่อย่างไร สมาชิกทุกคนบอกว่าการที่เขาเลิกดื่มสุราหรือดื่มสุราลดลงก็เพราะการมาร่วมทำกลุ่มเนื่องจากที่ได้พูดคุย แลกเปลี่ยนประสบการณ์ การได้ฟังความรู้ ได้กำลังใจจากเพื่อนสมาชิก เห็นตัวอย่างที่ดีและไม่ดี ทำให้รู้สึกดี หลังทำกลุ่มขณะขับรถกลับบ้านรู้สึกจิตใจสบาย โล่งอก รู้สึกมีความสุข ที่บ้านให้การยอมรับ ดูแล สนใจมากขึ้น ทุกคนจิตใจที่เป็นเช่นนี้ ผลที่ตามมาแบบไม่รู้ตัวเลยว่าจะเป็นเช่นนี้ ทุกวันนี้สบายใจขึ้น บางคนมีแต่คนมาจ้างงานล้นมือทำไม่ทัน การยอมรับจากครอบครัวและชุมชนมีมากขึ้นอย่างชัดเจน ในขณะที่พูดสมาชิกทุกคนแสดงความตั้งใจ สนใจมาก สังเกตจากท่าหน้าที่ทุกคน โน้มตัวไปข้างหน้า ท่าที่สงบและหลังจากนั้นผู้บังคับให้สมาชิกทุกคนบอกความรู้สึกกับการทำกลุ่มวันนี้ สมาชิกทุกคนบอกว่ารู้สึกดี อยากพาเพื่อนที่ข้างบ้านมาร่วมฟังด้วย อยากให้เขาเลิกดื่มเหล้าเหมือนตนเองและเพื่อนสมาชิก ต่อมาผู้บังคับได้สรุปถึงสิ่งที่เห็นว่าสมาชิกทุกคนแสดงออกให้เห็นถึงความเป็น “พวก” ชัดเจนขึ้น มีความเป็นหนึ่งเดียวมากขึ้น จากการที่สมาชิกมาพร้อมเพรียงกันทุกครั้ง พูดคุยแสดงความรู้สึกอย่างเปิดเผยเนื่องจากสมาชิกรู้สึกไว้วางใจกันมากขึ้นและสมาชิกก็ได้พูดให้กำลังใจเกื้อกูลกัน ซึ่งมีมากขึ้นทุกครั้ง และผู้บังคับคิดว่าเราจะเป็น “พวก” มากขึ้น กล่าวขอบคุณ นัดหมายและให้การบ้านผู้ป่วยก่อนกลับบ้าน โดยให้ไปเขียน “เป้าหมายในการเลิกสุรา” และ “ความใฝ่ฝันของฉันในอนาคต” และนำกลับมาสนทนาในกลุ่มครั้งต่อไป

วิเคราะห์กลุ่มครั้งที่ 5

การทำกลุ่มครั้งนี้เริ่มด้วยบรรยากาศที่เป็นกันเอง สังเกตสมาชิกมีความกระตือรือร้น มาร่วมกลุ่มตั้งแต่เช้า มาพร้อมเพรียงกัน ผู้บังคับเริ่มกลุ่มด้วยการทักทายและย้ำถึงกติกากลุ่ม บอกวัตถุประสงค์ของการทำกลุ่มในครั้งนี้ หลังจากนั้นทบทวนถึงเรื่องกลุ่มครั้งที่แล้วและการบ้านที่ให้ไปทำตาม แต่มีสมาชิกคนหนึ่งที่ขอพูดถึงเรื่องของตนเองที่กำลังรู้สึกผิดและขอเล่าให้สมาชิกฟัง ผู้บังคับสอบถามสมาชิกทุกคนสนใจและสมาชิกเล่าเรื่องที่รู้สึกผิดคือเมื่อวานนี้สมาชิกไปปรับข้างขึ้นลำไยตลอดทั้งวันได้เงินค่าจ้าง 200 บาท ตกตอนเย็นต้องรอรถมารับกับเพื่อนบ้าน ขณะรอตนเองรู้สึกหิวข้าวจึงรับประทานลำไยจนรู้สึกเจ็บปาก แต่รถมาช้า จากนั้นมีเพื่อนๆ มาชวนให้ดื่มสุรา จึงดื่มสุราจนรู้สึกมึนเล็กน้อย จากนั้นรถมารับ ขณะนั่งรถกลับบ้านเพื่อนๆ ชวนดื่มสุราอีกและชวนไปดื่มต่อ พอกลับถึงบ้านรีบอาบน้ำแต่งตัวและออกบ้านไปเที่ยวต่อ กลับบ้านตอนดึก บุตรชายนอน

หลับไปแล้ว สมาชิกรู้สึกเมามาและนอนหลับไป ตอนเช้ารู้สึกผิดเนื่องจากเงินจำนวน 200 บาทหมดแล้วไม่เหลือเลย รู้สึกว่าไม่น่าดื่มต่อเลย รู้สึกผิดและคิดว่าไม่ไปปรับข้างแล้วเนื่องจากคิดว่าสูญเปล่าไม่มีประโยชน์จึงอยากเล่าให้เพื่อนสมาชิกฟังเป็นการเตือน และรู้สึกสบายใจขึ้นที่ได้เล่าระบาย ผู้บำบัดจึงกล่าวขอบคุณสมาชิกท่านนี้ที่ยอมเปิดเผยเรื่องราวของตนเองซึ่งแสดงให้เห็นถึงความเป็น “พวก” ชัดเจนขึ้นเพราะเป็นการแสดงความไว้วางใจ จากนั้นจึงให้สมาชิกทุกคนแสดงความคิดเห็นต่อเรื่องที่ได้ฟัง สมาชิกทุกคนต่างแสดงความคิดเห็นและบางคนบอกว่าเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นได้ สมาชิกบางคนบอกว่าตนเองก็เคยเป็นแบบนี้ แต่เมื่อก่อนไม่รู้สึกผิด แต่ขณะนี้หลังร่วมกลุ่มแล้วบอกว่าถ้าเป็นตนเองก็คงรู้สึกเช่นกัน แต่สมาชิกก็พร้อมใจกันปลอบใจ ให้กำลังใจซึ่งกันและกันโดยบอกว่าเป็นสิ่งที่ดีที่สมาชิกยังรู้สึกผิดและต่างบอกว่าเริ่มต้นได้ ตั้งแต่นี้เป็นต้นไปเราก็ต้องระวังและพยายามหลีกเลี่ยง บางคนบอกว่ามันอยู่ที่ใจของเรา ถ้าใจเราแข็งพอ สมาชิกบางคนก็ปลอบใจว่าไม่เป็นไรเขาเป็นมากกว่านี้อีก เกือบเอาชีวิตไม่รอด และทะเลาะมากกว่านี้แต่ก็ยังคิดได้ ผู้บำบัดสังเกตเห็นหน้าของสมาชิกเจ้าของเรื่องดูแจ่มใสขึ้น ผู้บำบัดถามความรู้สึกบอกว่ารู้สึกดีใจที่สมาชิกให้คำแนะนำ รู้สึกสบายใจมาก ความรู้สึกผิดลดลงมาก ผู้บำบัดจึงย้ำว่าเป็นการแสดงออกถึงการก้าวถอยกลับ และสมาชิกเจ้าของเรื่องรู้สึกผิดนั้นเพราะเป็นคนที่มีความรับผิดชอบต่อครอบครัว ต่อบุตรชาย และเชื่อว่าต่อไปในอนาคตเชื่อว่าจะระวังมากขึ้น สมาชิกพยักหน้าเห็นด้วย จากนั้นผู้บำบัดจึงนำสู่ประเด็นของการบ้านที่สมาชิกทุกคนนำมาด้วย บางคนบอกว่าลูกสาวช่วยเขียน บางคนให้หลานและทำกับมารดา ซึ่งรู้สึกภูมิใจ โดยผู้บำบัดให้สมาชิกทุกคนพูดถึงการบ้านเกี่ยวกับเป้าหมายในการเลิกสุรา สมาชิกหลายคนมีเป้าหมายเดียวกันคือต้องเลิกให้ได้ตลอดไป บางคนขอลดและดื่มนานๆ ครั้ง ดื่มเล็กน้อย บางคนบอกว่าขอดื่มลดลงทีละน้อย ซึ่งผู้บำบัดก็ขอเป็นกำลังใจและเชื่อว่าสมาชิกทุกคนทำได้ จากนั้นให้สมาชิกทุกคนพูดถึงความไฝ่ฝืนในอนาคต ซึ่งสมาชิกส่วนมากไฝ่ฝืนที่จะเริ่มต้นมีครอบครัวหลังจากเลิกดื่มสุรา มีงานทำมากขึ้น สุขภาพแข็งแรง บางคนอยากเลิกและสุขภาพดี จะไปปรับภรรยาและลูกที่หนีไปอยู่บ้านพ่อแม่กลับมา หลายคนไฝ่ฝืนให้สุขภาพแข็งแรงและสามารถทำงานได้ตลอดไป และบางคนไฝ่ฝืนให้สุขภาพแข็งแรงเปิดร้านทำกิจการค้าขาย ผู้บำบัดสรุปและให้กำลังใจทุกคนอีกครั้ง และสุดท้ายให้สมาชิกแสดงความรู้สึกต่อการทำกลุ่มครั้งนี้ สมาชิกทุกคนแสดงความรู้สึกพึงพอใจ บอกว่าดีมาก ได้ประโยชน์และขอบคุณผู้บำบัดที่ให้โอกาสร่วมกลุ่มครั้งนี้ ผู้บำบัดนัดหมายการทำกลุ่มครั้งต่อไป

วิเคราะห์กลุ่มครั้งที่ 6

การทำกลุ่มครั้งนี้บรรยากาศเป็นกันเอง สมาชิกทุกคนมาพร้อมเพรียงกันและแสดงความกระตือรือร้นเช่นครั้งก่อน ผู้บำบัดกล่าวสวัสดิ์ แนะนำตัวและย้ำติกากลุ่ม และบอกวัตถุประสงค์ของการทำกลุ่มครั้งนี้ หลังจากนั้นทบทวนถึงประสบการณ์ครั้งก่อนซึ่งสมาชิกทุกคนกล่าวอย่างเปิดเผยถึงปัญหาและยอมรับถึงปัญหาที่ผ่านมา ซึ่งแสดงถึงความไว้วางใจกัน มั่นใจในความสนิทสนม ผู้บำบัดกระตุ้นให้สมาชิกทุกคนพูดถึงการกำหนดเป้าหมายระยะยาวที่ชัดเจนและเป็นเป้าหมายที่สามารถทำให้เห็นจริงได้ กระตุ้นให้สมาชิกสำรวจปัจจัยสนับสนุน และปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อความสำเร็จของเป้าหมายนั้น โดยทบทวนเป้าหมายระยะยาวของสมาชิก ซึ่งสมาชิกทุกคนมีเป้าหมายระยะยาวคือการเลิกดื่มสุราหรือลดการดื่มสุรา อยากมีสุขภาพแข็งแรง บางรายอยากให้ชุมชนของตนเองปลอดจากสุรา อยากมีครอบครัวที่อบอุ่น มีงานทำประจำ มีกิจการเป็นของตนเอง อยากให้สังคมยอมรับ ครอบครัวมีความสุข อยากเป็นแบบอย่างให้ลูกหลาน ปัจจัยที่สนับสนุนสมาชิกส่วนมากอยากให้เริ่มต้นที่ตนเองก่อน ความคิด ความตั้งใจเป็นสิ่งสนับสนุนที่สำคัญ บางรายบอกว่าครอบครัว ภรรยาและลูก มารดา เป็นปัจจัยสนับสนุนอย่างดีที่ทำให้มีกำลังใจ บางรายขอเพิ่มชุมชนที่ยอมรับและไม่ดูถูก ซึ่งสมาชิกได้ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน บางรายบอกว่าต้องใช้เวลาเป็นเครื่องพิสูจน์เพื่อให้ชุมชนยอมรับ สมาชิกบางรายเห็นด้วยและยกตัวอย่างตนเองที่ถูกชาวบ้าน พ่อตาซึ่งเคยตราหน้าไว้และดูถูกตนเอง แต่พอมาร่วมกลุ่มและเลิกดื่มสุราได้รับการยอมรับจากพ่อตา การดูแลเอาใจใส่จากภรรยาและลูกสาวบอกว่าดีใจ ไปทางไหนก็มีแต่คนทักทาย ต่อมาผู้บำบัดกระตุ้นให้สมาชิกทุกคนพูดถึงปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อความสำเร็จในการเลิกสุราคือสิ่งแวดล้อมในชุมชน เพื่อนๆ และสังคมการทำงานหรือวัฒนธรรมของการทำงานที่ต้องร่วมดื่ม ผู้บำบัดจึงสอบถามสมาชิกว่าเมื่อเป็นเช่นนี้แล้วจะแก้ไขอย่างไร สมาชิกหลายคนกล่าวว่าเป็นเรื่องที่ต้องใช้ทักษะด้านการพูด การรู้จักออกตัวหรือปฏิเสธ เช่น สุขภาพไม่ดี หมอสั่งห้าม ไม่สบาย หรือการหลีกเลี่ยง พยายามไม่ไปในกลุ่มที่ดื่ม บางรายบอกว่าเพิ่งทำแบบนี้เมื่อวานนี้เองคือถูกเพื่อนชวนและรีบปฏิเสธและรีบรับประทานอาหารจนอึดทำให้รู้สึกไม่อยากดื่ม โดยพอบอกกับเพื่อนๆว่ารับประทานอาหารอึดแล้วเขาก็ไม่คะยั้นคะยอ สมาชิกคนหนึ่งกล่าวว่าทุกอย่างอยู่ที่ใจของเราว่าเมื่อตั้งใจแล้วว่าจะไม่ดื่ม ก็ต้องใช้ทักษะการหลีกเลี่ยง การปฏิเสธทุกรูปแบบ เพื่อเราจะได้ไม่กลับไปดื่มซ้ำอีก ผู้บำบัดสังเกตเห็นสมาชิกหลายคนพยักหน้าเห็นด้วยและผู้บำบัดกล่าวสนับสนุนความคิดนี้ จากนั้นผู้บำบัดได้สอบถามถึงความก้าวหน้าของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของสมาชิก บันทึกชนิดของสุราและ ปริมาณการดื่มสุรา สมาชิกส่วนมากบอกว่าเลิกดื่มแล้ว บางรายบอกว่าดื่มบางครั้ง บางรายบอกว่านานๆครั้ง ซึ่งสมาชิกที่ดื่มสามารถทำงานได้ตามปกติ ดื่มครั้งละ 1-2 แก้วและ

ส่วนมากเป็นสุราเสรีเนื่องจากไปรับจ้างขึ้นลำไย เพื่อนชวนและกะชั้นกะขอให้ดื่ม ซึ่งสมาชิกคนหนึ่งได้เอ่ยขึ้นว่าให้ระวังการดื่มที่ไม่สามารถหยุดได้ ตนเองเคยเป็นมาแล้ว ผู้บำบัดกล่าวแสดงความชื่นชมสมาชิกทุกคนและให้กำลังใจว่าสมาชิกทุกคนมีสุขภาพดีขึ้นเมื่อเทียบกับครั้งแรกที่ออกจากโรงพยาบาลและผลการตรวจสัญญาณชีพทุกคนปกติดี ขอให้พยายามต่อไป ต่อมาผู้บำบัดสอบถามถึงสถานที่ในชุมชนที่ปลอดสุรา สมาชิกหลายคนบอกว่ามีวัด สนามฟุตบอลซึ่งหลายคนบอกว่าเมื่อมีความเครียดจะไปวัด บางคนเล่นฟุตบอลกับเด็กวัยรุ่นที่สนามฟุตบอล บางรายใช้วิธีวิ่งรอบๆบ้าน บางรายไปนั่งคุยกับเพื่อนบ้าน คนแก่ที่หอสมุดประจำหมู่บ้าน ซึ่งคิดว่าได้ผลดีทำให้ไม่เครียดและไม่อยากดื่มสุรา ผู้บำบัดกล่าวสรุปและให้กำลังใจสมาชิกอีกครั้ง และนัดทำกลุ่มครั้งต่อไป

การวิเคราะห์กลุ่มครั้งที่ 7

การทำกลุ่มครั้งนี้สมาชิกทุกคนมาพร้อมเพรียงกันเช่นเดิม ผู้บำบัดเริ่มกลุ่มโดยการแนะนำตัว ทบทวนกติกาและบอกวัตถุประสงค์การทำกลุ่มครั้งนี้ สังเกตว่าสมาชิกดูอ่อนเพลีย ไม่ค่อยกระตือรือร้นเช่นเคย และมีสมาชิกคนหนึ่งเดินมาจากหอผู้ป่วยในเนื่องจากกำลังนอนรักษาเมื่อวานนี้เนื่องจากเหยียบใส่ตะปูและเท้าอักเสบวมแดง ซึ่งสมาชิกต่างปรบมือที่แสดงถึงความตั้งใจจริงของสมาชิกคนนี้ ผู้บำบัดจึงให้สมาชิกทำสมาธิก่อนเริ่มกลุ่ม หลังจากนั้นผู้บำบัดสอบถามความรู้สึกของสมาชิกทุกคน หลายคนบอกว่าเหมือนเดิม ไม่ได้ดื่มสุรา บางคนบอกว่าเมื่อวานดื่มประมาณครึ่งแก้ว แล้วไม่รู้สึกอะไร รับประทานอาหารได้ดี บางรายบอกว่าตั้งแต่ออกจากโรงพยาบาลกว่า 1 เดือนแล้วไม่ดื่มเลย คิดว่าเลิกดื่มได้แล้วและจะพยายามต่อไป ซึ่งผู้บำบัดได้ให้คำชมเชยเพื่อเป็นกำลังใจและให้สมาชิกเห็นคุณค่าในตนเอง ใช้คำถามถึงวิธีการและสนับสนุนให้เป็นต้นแบบ (modeling) สมาชิกบอกว่าใช้วิธีการที่เคยพูดคุยในกลุ่มที่ผ่านมา นำแบบอย่างจากสมาชิกในกลุ่มสมาชิกกลุ่มคนหนึ่งบอกว่าวันนี้รู้สึกอ่อนเพลียเนื่องจากเมื่อคืนที่แล้วไม่ได้นอนเลย

เนื่องจากได้ถูกขอความช่วยเหลือจากเพื่อนบ้านให้นำบุตรชายซึ่งเมาสุราและเกิดอุบัติเหตุรถจักรยานยนต์แล่นจนได้รับบาดเจ็บ ต้องนอนรักษาในโรงพยาบาล ช่วยประสานเรื่องขั้นตอนการทำบัตร หลักฐานและค่าใช้จ่าย ทำให้กลับบ้านดีและมาพบกับสมาชิกที่เท้าอักเสบ ผู้บำบัดสอบถามความรู้สึกของสมาชิกในกลุ่มต่อเหตุการณ์และการกระทำของเพื่อนสมาชิก ทุกคนบอกว่าเป็นสิ่งที่ดี นำชมเชย เป็นสิ่งที่ดี สมาชิกบางคนบอกว่าเป็นสิ่งที่แสดงถึงความไว้วางใจเชื่อถือจากเพื่อนบ้าน บางคนบอกว่าได้รับความเชื่อมั่นแสดงว่าเป็นคนที่มีศักดิ์ศรีกลับมาโดยไม่รู้ตัวและผู้บำบัดกล่าวเสริมคำพูดของสมาชิกว่าถูกต้องและคงเป็นเช่นนี้ตลอดไป สมาชิกคนหนึ่ง

กล่าวว่าในหมู่บ้านมีคนติดสุรามาก อยากชวนมาบำบัดเช่นนี้ มาร่วมกลุ่มเหมือนตนเองเพราะรู้สึก สงสารภรรยาเขาที่สามีติดสุรา ภรรยาได้มาขอคำปรึกษา ตนเองไม่รู้จะทำอย่างไร ซึ่งผู้บำบัดได้ โอกาสพูดและแสดงความเห็นอกเห็นใจในผู้ติดสุรา ว่าการติดสุราเป็นโรค ไม่ใช่นิสัยไม่ดี ดังนั้น เราจึงควรยอมรับว่าผู้ที่ติดสุราอาจจะยังไม่ตระหนักกับปัญหาการติดสุราเพราะยังไม่มีอาการ ถอนพิษจากสุรา หรือเขายังมองไม่เห็นข้อเสียจากการดื่ม เข้าใจว่าโดยแท้จริงเขาอาจจะยัง รู้สึกว่า การดื่มสุรามีข้อดีอยู่มากหรืออาจเสียดายความสุขที่เกิดจากสุรา ดังนั้นจึงเป็นโอกาสที่เราจะต้องเป็น แบบอย่างที่ไม่แสดงว่าการเลิกดื่มสุรามีผลดีอย่างไร สิ่งดีที่ได้รับจากการเลิกดื่มสุราก็อะไร สมาชิก คนหนึ่งกล่าวขึ้นว่าบางครั้งก็เป็นเรื่องยาก เนื่องจากประสบการณ์ที่ผ่านมามันเป็นวงจรที่พูดไม่ได้ ว่าสุดท้ายมันถึงที่เหล้า สมาชิกอีกคนหนึ่งพูดเสริมว่าผมเองก็เคยนอนหลับวันกับคืนไม่คืน สุดท้าย ญาติเอาเหล้าหยอดที่ปากแล้วทำให้ฟื้นขึ้นมา ผู้บำบัดจึงพูดเสริมให้ความรู้และข้อเท็จจริงทาง วิชาการเกี่ยวกับน้ำตาลในเหล้าที่ทำให้ฟื้นขึ้นมาแต่นั้น ไม่ได้หมายความว่าทุกคนจะเป็นแบบนี้ แท้จริงแล้วสภาพนั้นของสมาชิกเป็นเสมือนชีวิตที่แขวนอยู่บนเส้นด้าย สมาชิกคนหนึ่งก็เสริมว่า เป็นประสบการณ์บนเส้นยาแดง ผู้บำบัดกล่าวชื่นชมกับความพยายามของสมาชิก ที่มาเป็นทุกวันนี้ เปรียบเสมือนได้ขึ้นจากบ่อโคลนมาชำระร่างกายให้สะอาดแล้ว ร่างกายรู้สึกสบาย ญาติทุกคนรู้สึก ดีใจ เป็นกำลังใจ สักเกตจากหลายๆคนมีญาติมาส่งทุกครั้งที่มาเข้าร่วมกลุ่ม และผู้บำบัดสอบถามถึง ผลดีของการลดหรือเลิกดื่มสุราของสมาชิกแต่ละคนอีกครั้ง สมาชิกทุกคนต่างบอกว่ารู้สึกดี ร่างกาย แข็งแรง รับประทานอาหารได้ดี นอนหลับดี สมาชิกในครอบครัวต่างดีใจ ดูแลเอาใจใส่ มีเวลา รับประทานอาหารกับครอบครัว มีงานทำ มีคนมาจ้างงาน งานมีมากขึ้น รายได้เพิ่มขึ้น ผู้บำบัดจึง กล่าวสรุปว่าผลดีที่เกิดขึ้นนั้นมากมายและสมาชิกได้ใช้ความพยายามตั้งใจกระทำมาเป็นแรมเดือน และขอให้ตั้งใจตลอดไป ซึ่งกาลเวลาเป็นเครื่องพิสูจน์ดังคำที่ว่า “หนทางพิสูจน์ม้า กาลเวลาพิสูจน์ คน” พร้อมนัดหมายครั้งต่อไปซึ่งเป็นการทำกลุ่มครั้งสุดท้าย

วิเคราะห์กลุ่มครั้งที่ 8

การทำกลุ่มครั้งนี้เป็นครั้งสุดท้าย สมาชิกทุกคนมาตั้งแต่เช้า แต่งกายสุภาพเรียบร้อยว่า ทุกครั้ง ทุกคนแสดงออกถึงความกระตือรือร้น มาพร้อมเพียงกัน ทักทายกันเสียงดัง แสดงออกถึง ความสนิทสนมกัน เป็นกันเอง ทั้งๆที่มาจากคนละหมู่บ้าน การเริ่มกลุ่มเร็วกว่าทุกครั้ง ผู้บำบัดแจ้ง ถึงการทำกลุ่มว่าเป็นครั้งสุดท้ายและบอกวัตถุประสงค์ จากนั้นให้สมาชิกทบทวนถึงการทำกลุ่มครั้งที่ แล้ว ให้สมาชิก ทุกคนต่างบอกว่าดี รู้สึกดีขึ้นเป็นลำดับ หลายคนบอกว่าไม่ดื่มสุราเลย สมาชิก ทุกคนพูดถึงศักยภาพที่มีอยู่ในตนเอง และบอกถึงความมั่นใจว่าสามารถเลิกสุราได้ บางคนยอมรับ

ว่าดื่มอยู่บางครั้งแต่ดื่มครั้งละ 1-2 แก้ว ไม่เมา ลดลงมากๆ รู้สึกดีขึ้น จะพยายามลดลงอีก มั่นใจว่าจะเลิกได้ในที่สุด ผู้บำบัดให้กำลังใจ เพื่อเสริมความมั่นใจ และส่งเสริมศักยภาพของสมาชิก ผู้บำบัดให้สมาชิกทุกคนพูดถึงความรู้สึกในการร่วมกลุ่มในประเด็นความถี่ จำนวนครั้งของการร่วมกลุ่ม สมาชิกหลายๆคนบอกว่าควรเป็นสัปดาห์ละครั้ง บางคนบอกว่าเหมาะสมดีทั้งจำนวนครั้งและความถี่ มีสมาชิกบางคนอยากให้ลงไปทำในหมู่บ้าน เนื่องจากไม่ต้องเดินทางมาโรงพยาบาล ซึ่งผู้บำบัดกล่าวขอบคุณที่เห็นความสำคัญและนึกถึงผู้อื่น และบอกว่าเป็นเรื่องของอนาคต จากนั้นให้สมาชิกทุกคนกล่าวความรู้สึกของตนเองในวันนี้เมื่อเปรียบเทียบกับครั้งแรกก่อนร่วมกลุ่ม สมาชิกทุกคนบอกถึงความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงคือจากความรู้สึกครั้งแรกที่ไม่แน่ใจว่าจะสามารถเปลี่ยนแปลงตนเองหรือควบคุมตนเองเรื่องการดื่มสุราได้ ไม่เชื่อว่าการมาร่วมกิจกรรมกลุ่มจะทำให้ตนเองเกิดความรู้สึกดีขึ้นได้ แต่เมื่อมาร่วมกลุ่มครั้งที่ 3 เริ่มมีความรู้สึกมั่นใจ มีความสุขทุกครั้ง หลังจากเลิกกลุ่ม สมาชิกบางคนบอกว่าอยากมาทำกลุ่มทุกวัน บางรายบอกว่าเว้นวันเสาร์ วันอาทิตย์ วันวันรอให้ถึงวันอังคารเร็วๆ สมาชิกบางรายพูดติดตลกว่าตนเองก็มีความรู้สึกเช่นนี้เพราะเคยมาก่อนนัดพร้อมกับภรรยา พอมาถึงโรงพยาบาลเจ้าหน้าที่บอกว่ามาก่อนนัด สมาชิกต่างแลกเปลี่ยนความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น บรรยากาศเป็นกันเอง สนุกสนานเพราะมีเสียงหัวเราะจากสมาชิกเป็นช่วงๆ จากนั้นผู้บำบัดกล่าวสรุปและให้กำลังใจ อธิบายถึงการประเมินติดตามผล กำหนดวันและวิธีการติดตาม จากนั้นมีพิธีการทางศาสนาที่ให้กำลังใจซึ่งและกัน โดยสมาชิกเลือกสมาชิกที่อาวุโสสูงสุดทำพิธีผูกข้อมือให้สมาชิกทุกคนต่อมาเป็นพิธีมอบเกียรติบัตรโดยอายุรแพทย์ของโรงพยาบาล ซึ่งอายุรแพทย์ได้ให้ความรู้และข้อคิดเห็นกับสมาชิกทุกคน หลังจากนั้นสมาชิกทุกคนได้ไปเยี่ยมผู้ป่วยในหอผู้ป่วยใน ซึ่งนอนรักษาด้วยสาเหตุจากการดื่มสุรา สมาชิกไปพักทักทายผู้ป่วยที่รู้จัก บางคนมาจากหมู่บ้านเดียวกัน ทุกคนไปให้กำลังใจญาติและผู้ป่วยก่อนกลับบ้าน

ในการนำแผนการดำเนินกลุ่มไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่าง ผู้ศึกษาหรือผู้ดำเนินกลุ่มได้ทำหน้าที่เป็นผู้บำบัด 8 ครั้ง มีผู้ช่วยเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช ทำหน้าที่เป็นผู้สังเกตการณ์และช่วยจดบันทึกพฤติกรรมของสมาชิกรวมทั้งบันทึกปัจจัยต่างๆที่เกิดขึ้นและวิเคราะห์เนื้อหาของการทำกลุ่มเสริมสร้างแรงจูงใจ

ภาคผนวก จ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. นายปริทรรศ ศิลปะกิจ
นายแพทย์ 9 โรงพยาบาลสวนปรุง
2. อาจารย์สมบัติ สกุลพรรณ
ภาควิชาการพยาบาลจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
3. นางชลธิดา สิมะวงศ์
พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลสวนปรุง

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ นามสกุล	นางดอกรัก พิทาคำ
วัน เดือน ปีเกิด	29 กรกฎาคม 2507
ประวัติการศึกษา	ประกาศนียบัตรพยาบาลศาสตร์และผดุงครรภ์ชั้นสูง วิทยาลัยพยาบาลพูนชินราช พิษณุโลก ปีการศึกษา 2530 สาธารณสุขศาสตร์บัณฑิต มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ปีการศึกษา 2537
ประวัติการทำงาน	พ.ศ.2530-2541 พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลแม่แจ่ม พ.ศ.2541-ปัจจุบัน พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลสันป่าตอง
ตำแหน่ง	พยาบาลวิชาชีพ 7
สถานที่ทำงาน	โรงพยาบาลสันป่าตอง อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved