

## บทที่ 4

### แนวทางและวิธีการพัฒนา และดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนา คุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง อำเภوتاม่วง จังหวัดลพบุรี

การแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนา และดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพ  
ชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง อำเภوتاม่วง จังหวัดลพบุรี โดยนำเสนอเป็น 5 ตอน  
ดังนี้

1. คำถามการวิจัย
2. วัตถุประสงค์การวิจัย
3. วิธีดำเนินการวิจัย
4. แนวทางและวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง  
อำเภوتاม่วง จังหวัดลพบุรี
5. ดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง  
อำเภوتاม่วง จังหวัดลพบุรี

#### คำถามการวิจัย

ในการวิจัยในระยะที่ 2 นี้ มุ่งแสวงหาคำตอบสำหรับคำถามวิจัยที่สำคัญ 2 ประการ คือ

1. แนวทางและวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง อำเภوتاม่วง จังหวัดลพบุรี คืออะไร
2. ดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง  
อำเภوتاม่วง จังหวัดลพบุรี เป็นอย่างไร

#### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาล  
ท่าม่วง อำเภوتاม่วง จังหวัดลพบุรี
2. เพื่อกำหนดดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี  
โรงพยาบาลท่าม่วง อำเภوتاม่วง จังหวัดลพบุรี

## วิธีดำเนินการวิจัย

การแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนา และดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง ในการวิจัยระยะที่ 2 นี้ เป็นขั้นตอนที่สำคัญเพราะเป็นโอกาสที่ผู้มีส่วนสำคัญและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการพัฒนาจะได้ร่วมกันพิจารณาเพื่อแสวงหาแนวทางและวิธีการที่มีประสิทธิภาพและมีความเป็นไปได้สูงในการพัฒนา พร้อมทั้งร่วมกันกำหนดดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงซึ่งเป็นขั้นตอนที่ต่อเนื่องจากการวิจัยระยะที่ 1 โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (PAR) ซึ่งมีวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

### 1. กรอบการวิจัย

ในการวิจัยระยะที่ 2 นี้ ผู้วิจัยนำผลการวิจัยในระยะที่ 1 ซึ่งประกอบด้วยสภาพปัจจุบัน ปัญหาและความต้องการการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงเป็นข้อมูลพื้นฐานเพื่อแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนา และดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามกรอบการวิจัย 4 ด้าน ดังนี้

- 1.1 ด้านร่างกาย
- 1.2 ด้านจิตใจ
- 1.3 ด้านสัมพันธภาพทางสังคม
- 1.4 ด้านสิ่งแวดล้อม

ทั้งนี้ได้นำปัญหาและความต้องการการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงที่ได้ค้นพบจากการวิจัยในระยะที่ 1 มาพิจารณาร่วมกับกรอบแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนา มากำหนดเป็นกรอบแนวคิดในการแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้และความเหมาะสมเป็นสำคัญ

### 2. ประชากรในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นผู้มีส่วนสำคัญและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง ซึ่งประกอบด้วย 2 กลุ่ม จำนวน 14 คน คือ

- 2.1 ผู้มีส่วนสำคัญในการพัฒนา ซึ่งได้แก่ ผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง 8 คน
- 2.2 ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการพัฒนา 6 คน ได้แก่
  - 2.2.1 พยาบาลให้คำปรึกษา 2 คน
  - 2.2.2 ผู้ดูแลผู้ติดเชื้อเอชไอวีในครอบครัว 1 คน
  - 2.2.3 ผู้เชี่ยวชาญด้านการดูแลผู้ป่วยทางด้านจิตใจ 3 คน

### 3. วิธีการและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือและวิธีการที่ใช้ในการวิจัย ใช้เทคนิคและวิธีการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมโดยการสร้างโอกาส กระตุ้น ส่งเสริม สนับสนุน และเสริมพลังให้ผู้มีส่วนสำคัญ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาได้มาร่วมกันระดมความคิดเห็น ได้ใช้วิธีการประชุมกลุ่มเฉพาะ (focus group discussion) ก่อให้เกิดพลังใจ เพื่อสร้างโอกาส กระตุ้น และเสริมพลังให้กับผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้ร่วมกันแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนา และกำหนดดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง ซึ่งเป็นการพัฒนาการเรียนรู้ที่ต่อเนื่องจาก การวิจัยระยะที่ 1 โดยอาศัยองค์ความรู้ที่เกิดจากการศึกษาบริบทของผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงแต่ละคน สภาพปัจจุบัน ปัญหาและความต้องการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้ร่วมกันคิดวิเคราะห์ และสังเคราะห์ไว้ โดยกระบวนการมีส่วนร่วม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ เพื่อค้นพบตนเอง

การดำเนินการวิจัยในระยะนี้ เป็นการร่วมกันแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงโดยใช้การจัดประชุมกลุ่มที่ให้ความสำคัญกับการระดมความคิดเห็นและการแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร และ/หรือข้อมูลความรู้ ความจริง อย่างมีเหตุผลในการตัดสินใจ ใช้ความรู้ที่ได้ศึกษามาร่วมกันวางแผนการดำเนินงาน ศึกษาและวิเคราะห์ รวมทั้งแสวงหาแนวทางและวิธีการการพัฒนา และกำหนดดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงโดยได้จัดประชุมกลุ่มเฉพาะ ขึ้นในวันที่ 17 มกราคม พ.ศ. 2550 เวลา 09.00 – 12.00 น. ณ ห้องประชุมแสงเทียน โรงพยาบาลท่าม่วง เพื่อระดมความคิดเห็นจากผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง และผู้เชี่ยวชาญด้านการดูแลผู้ป่วยด้านจิตใจตลอดจนพยาบาล ผู้ให้คำปรึกษา ได้ร่วมกันแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิต มีกลุ่มเป้าหมายมาร่วมประชุม จำนวน 14 คน ประกอบด้วย ผู้คิดเชื้อเอชไอวี 8 คน และผู้ดูแลผู้ป่วยในครอบครัว 1 คน ผู้เชี่ยวชาญด้านการดูแลผู้ป่วยด้านจิตใจ 3 คน และพยาบาลผู้ให้คำปรึกษา 2 คน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อร่วมกันแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนาและดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ วิเคราะห์ สังเคราะห์ ข้อมูลร่วมกันอย่างต่อเนื่องและมีประสิทธิภาพสูงสุดต่อไป

ในการรวบรวมข้อมูลจากการประชุมกลุ่มครั้งนี้ ผู้วิจัยทำหน้าที่ดำเนินการประชุม ใช้การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยผู้ช่วยนักวิจัย 2 คน คือ คนที่ 1 ทำหน้าที่บันทึกข้อมูลความคิดเห็นประเด็นสำคัญในกระดาษ (mind map) คนที่ 2 จดลงในแบบบันทึกการสังเกตกิจกรรมการประชุมเกี่ยวกับบรรยากาศ อารมณ์ ความรู้สึก และสภาพแวดล้อมการประชุม เมื่อสิ้นสุดประเด็นสนทนา ผู้วิจัยได้สรุปบทวนเพื่อให้ที่ประชุมยืนยันความถูกต้องอีกครั้งหนึ่ง (collective summarization)

ทำเช่นนี้จนครบทุกประเด็นตามกรอบการวิจัยแล้วกล่าวขอบคุณและนัดหมายกลุ่มในการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป

#### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยในระยะที่ 2 นี้ ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) แบบสร้างข้อสรุปการจำแนกชนิดข้อมูลแบบไม่ใช้ทฤษฎี คือ การจำแนกข้อมูลที่วิเคราะห์ตามความเหมาะสมของข้อมูล โดยยึดกรอบการวิจัยเป็นหลัก รวมทั้งสังเคราะห์สรุปเป็นแนวทางและวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง เพื่อให้ได้แนวทางพัฒนาที่จะนำไปสู่การวิจัยระยะที่ 3 ต่อไป

**แนวทางและวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง อำเภอท่าม่วง จังหวัดลพบุรี**

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญได้ร่วมกันพิจารณาเสนอแนะแนวทางและวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงให้มีประสิทธิภาพสูงสุด ซึ่งมีรายละเอียดปรากฏ

1. กิจกรรมที่ก่อให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านร่างกายของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง ควรดำเนินการ ดังนี้

1.1 สนับสนุนให้กลุ่มผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงมีความรู้ความเข้าใจเรื่อง การดูแลสุขภาพด้วยตนเอง โดยจัดอบรมให้ความรู้ในกิจกรรมต่อไปนี้

- 1.1.1 การออกกำลังกายที่เหมาะสม
- 1.1.2 การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ งดอาหารแสลง
- 1.1.3 วิธีการพักผ่อน การคลายเครียด
- 1.1.4 การรับประทานยาอย่างต่อเนื่อง

2. กิจกรรมที่ก่อให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง ควรดำเนินการ ดังนี้

2.1 ควรจัดกิจกรรมที่ทำให้กลุ่มผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงเห็นคุณค่าและยอมรับตนเอง เพื่อให้เห็นคุณค่าตนเองและเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ในกิจกรรมต่อไปนี้

- 2.1.1 การปฏิบัติธรรม เช่น ทำบุญตักบาตร ไหว้พระสวดมนต์ แผ่เมตตา เพื่อฝึกจิตใจให้เข้มแข็ง
- 2.1.2 มีตัวอย่างการฝึกปฏิบัติที่ก่อให้เกิดแรงจูงใจในการปฏิบัติตามแบบอย่างที่ดี เช่น ฝึกโยคะสมาธิ การเจริญเมตตาภาวนา

3. กิจกรรมที่ก่อให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสัมพันธภาพทางสังคมของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง ควรดำเนินการ ดังนี้

3.1 ควรจัดกิจกรรมที่ทำให้กลุ่มผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงเห็นคุณค่าและยอมรับตนเอง เพื่อให้เกิดความมั่นใจในการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น การอยู่ร่วมกับคนอื่นอย่างมีความสุข ในกิจกรรมการประชุมกลุ่มช่วยเหลือตนเอง ดังต่อไปนี้

3.1.1 การประชุมกลุ่มช่วยเหลือตนเองระหว่างการฝึกอบรม เพื่อกระตุ้นให้ผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง ได้ใช้ศักยภาพ เปิดโอกาส ให้มีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็นเพื่อสะท้อนข้อมูลความรู้สึกประสบการณ์และเสนอแนวทางการดูแลตนเอง การช่วยเหลือซึ่งกันระหว่างสมาชิก

3.1.2 การประชุมกลุ่มช่วยเหลือตนเองหลังการฝึกอบรม เพื่อติดตามความก้าวหน้าของการปฏิบัติ เป็นการเสริมสร้างพลังให้เห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

4. กิจกรรมที่ก่อให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อมของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง ควรจัดกิจกรรมที่ทำให้กลุ่มผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงมีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียดดำเนินชีวิตได้ตามปกติมีความมั่นคงปลอดภัยในชีวิต ในกิจกรรมต่อไปนี้

4.1 จัดกิจกรรมเสริมรายได้ หาอาชีพที่เหมาะสมเพื่อเพิ่มรายได้

4.2 จัดกิจกรรมคลายความเครียด

4.3 การประชุมกลุ่มช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

จากประเด็นปัญหาความต้องการการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง ดังกล่าว ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารวิชาการโดยทบทวนทฤษฎี หลักการเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงพบว่าปัญหาความต้องการการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงมีครบทั้ง 4 ด้าน และสัมพันธ์กันเป็นองค์รวมของชีวิต กล่าวคือ ปัญหาด้านร่างกาย สังคมและสิ่งแวดล้อมส่งผลกระทบต่อจิตใจ ในทางกลับกัน ปัญหาของจิตใจก็ส่งผลกระทบต่อร่างกาย สังคมและสิ่งแวดล้อม เนื่องจากจิตใจเป็นศูนย์รวมของชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับหลักการของพระพุทธศาสนาที่เน้นเรื่องจิตเป็นสำคัญ ดังพุทธพจน์ที่ว่า *มโนปุพฺผ คมามมฺมา มโน เสฏฺฐา มโน มยา* “ธรรมทั้งหลายนี้อำนาจเป็นหัวหน้า มีใจเป็นใหญ่ สำเร็จแล้วด้วยใจ” ดังนั้น หลักการพัฒนาพระพุทธศาสนาจึงให้ความสำคัญทั้งปัจจัยภายนอกและปัจจัยภายใน คือ การมีปรัตติโยชะทีติ มีกัลยาณมิตร และโยนิโสมนสการ นำไปสู่การพัฒนาตนเอง

ที่ประชุมกลุ่มเฉพาะได้นำหลักการพัฒนาคุณภาพชีวิตแนวพุทธ ตามหลักการพัฒนา 4 ด้าน หรือภาวนา 4 โดยนำหลักการของจิตภาวนา (emotional development) (พระราชนิพนธ์: ประยุทธ์ ปยุตโต, 2530, หน้า 858-865) มาเป็นยุทธศาสตร์ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ติดเชื้อ

เอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง เพื่อใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง ให้มีจิตใจที่สมบูรณ์ มีคุณภาพ สัมพันธภาพและสุขภาพจิตที่ดี ได้แก่ จิตที่เมตตา ทรมวิหาวาสี เข้มแข็ง มั่นคง มีสติและสมาธิ เบิกบาน สดชื่น อิ่มเอิบ ปล่อยใจและสงบสุข โดยจัดกิจกรรมการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการภายใต้โครงการ “สร้างพลังความเข้มแข็งสู่ความสุข” โดยมีกิจกรรมการพัฒนาหลักที่สำคัญ 3 กิจกรรม ดังนี้

- 1) การสร้างความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพตนเอง (โยนิโสมนสิการ)
- 2) การฝึกโยคะสมาธิ (จิตตั้งมั่นมีสมาธิ จดจ่ออยู่กับอาการทางกายและอารมณ์ อยู่กับตนเองอย่างเป็นปัจจุบัน)

- 3) การจัดกลุ่มช่วยเหลือตนเอง (กัลยาณมิตร)

ที่ประชุมกลุ่มเฉพาะได้พิจารณาว่าทั้ง 3 กิจกรรมการพัฒนานี้ สอดคล้องกัน สามารถจัดรวมอยู่ภายใต้โครงการเดียวกันได้ จึงได้กำหนดให้จัดดำเนินการ “โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิต ผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง” ขึ้น เพื่อสร้างพลังความเข้มแข็งสู่ความสุขร่วมกันของกลุ่มผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง ทั้งนี้ที่ประชุมให้เหตุผลว่า กลุ่มผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงเป็นกลุ่มที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน การรวมตัวกันโดยสมัครใจ เพื่อพัฒนาศักยภาพตนเองที่เริ่มจากการพัฒนาจิตใจ เป็นเรื่องที่ต้องดำเนินการก่อน เพราะถ้าจิตใจเข้มแข็ง จะเกิดความเชื่อมั่น และเห็นคุณค่าในตนเองจะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านอื่น ๆ ได้ดีขึ้น โดยมีรายละเอียดของโครงการดังนี้

### โครงการการสร้างพลังความเข้มแข็งสู่ความสุข

#### หลักการและเหตุผล

มนุษย์แต่ละคนมุ่งหวังที่จะให้ชีวิตของตนมีความสุข ซึ่งจะมีความสุขได้นั้นต้องได้รับการตอบสนองความต้องการของตนเอง บังเป็นบุคคลที่เจ็บป่วยและต้องเผชิญกับความทุกข์ทรมานทั้งร่างกายและจิตใจ ยิ่งต้องใช้ความพยายามที่จะตอบสนองความต้องการของตนเอง การพัฒนาแบบองค์รวมความแนวพุทธเพื่อการดำรงอยู่และดำรงชีวิตต่อไปอย่างมีคุณภาพ ซึ่งส่วนใหญ่มักคาดหวังและต้องการให้บุคคลอื่นหรือบริบทโดยรอบมาตอบสนองความต้องการของตนเอง ทำให้เกิดความผิดหวัง ไม่สมปวารณาแล้วทำให้เกิดความทุกข์ทรมานมากยิ่งขึ้น

จากการที่ได้จัดเวทีประชุมกลุ่มเฉพาะเพื่อค้นหาข้อมูลที่เป็นปัญหาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง ผู้เข้าร่วมกิจกรรมประกอบด้วยผู้มีส่วนสำคัญและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงได้พิจารณาร่วมกันถึงสภาพปัญหา

ความองค์ประกอบ 4 ด้าน คือ 1) คุณภาพชีวิตด้านร่างกาย 2) คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ 3) คุณภาพชีวิตด้านสัมพันธภาพทางสังคม 4) คุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งผลการศึกษาพบว่า ปัญหาสำคัญคือจิตใจของผู้ติดเชื้อแต่ละรายที่วิตกกังวล หวาดระแวง กลัวความจริงเปิดเผย กลัวจะไม่ได้รับการยอมรับจากบุคคลรอบข้าง ได้จัดประชุมหาแนวทางวิธีการพัฒนา และกำหนดดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงโดยมีมติเลือกกิจกรรมในการพัฒนา 3 ยุทธศาสตร์ ได้แก่ 1) การสร้างความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพตนเอง 2) การฝึกโยคะสมาธิ 3) การจัดกลุ่มช่วยเหลือตนเอง โดยกำหนดเป็นโครงการขึ้นมาให้ชื่อว่า "โครงการการสร้างพลังความเข้มแข็งสู่ความสุข" ทั้งนี้เนื่องจาก ความเชื่อว่าหากจิตใจได้รับการพัฒนาให้เข้มแข็งจะนำไปสู่ความเชื่อมั่นและตระหนักในคุณค่าของตนเองก่อให้เกิดการปฏิบัติตนที่ถูกต้องเหมาะสม เมื่อได้พัฒนาจิตใจ ให้ใจมีความเข้มแข็ง ยอมรับความจริง ใจสงบ ใจสบาย ปล่อยวางได้ ไม่ติดมาก จะสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านอื่นๆ ได้ด้วย

#### วัตถุประสงค์

เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง

#### วิธีดำเนินการ

กิจกรรมในโครงการนี้มี 2 กิจกรรม ได้แก่ 1) การอบรมเชิงปฏิบัติการพัฒนาคุณภาพชีวิตแก่ผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง 2) การติดตามผลการพัฒนา ดังรายละเอียดของโครงการต่อไปนี้

กิจกรรมที่ 1 เป็นการพัฒนาพลังความเข้มแข็งสู่ความสุข โดยดำเนินการดังนี้

1. ประชุมเตรียมการ ผู้มีส่วนสำคัญ ผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง วิทยากรเพื่อสร้างความเข้าใจและเตรียมหลักสูตร
2. จัดทำหลักสูตรการอบรมเชิงปฏิบัติการ ประกอบด้วย ตารางกิจกรรม แผนการฝึกอบรม วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการฝึกอบรม
3. จัดอบรมเชิงปฏิบัติการ จำนวน 3 วัน ระหว่างวันที่ 23 – 25 มกราคม 2550
4. หลังการอบรมมีการประเมินผลการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยโดยใช้แบบประเมินเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อ ฉบับภาษาไทย (WHOQOL – BREF – THAI) โดยให้ผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงเป็นผู้ตอบด้วยตนเอง

กิจกรรมที่ 2 เป็นการติดตามผลภายหลังการพัฒนาได้ 4 สัปดาห์ โดยดำเนินการดังนี้

1. มอบหมายให้ผู้ติดตามเชอเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง บันทึกกิจกรรมในรูปแบบ “บันทึกฉบับ : สำหรับผู้ที่รักตัวเอง” เป็นเวลา 4 สัปดาห์ต่อเนื่องกัน
2. ติดตามผลการพัฒนาโดยการนัดพบหรือโทรศัพท์สอบถามกรณีกับผู้ติดตามเดินทางไปต่างจังหวัด ทุกสัปดาห์ เพื่อประเมินความก้าวหน้าซึ่งผู้วิจัยได้ให้คำแนะนำ ชื่นชมให้กำลังใจ เสริมแรงบวก
3. เมื่อครบ 4 สัปดาห์ ได้นัดประชุมกลุ่มสรุปผลการพัฒนาคุณภาพชีวิต และมอบของที่ระลึกให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมครบ 4 สัปดาห์
4. นำผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ติดตามเชอเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงมาวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

#### การประเมินผล

เพื่อให้มั่นใจว่าการดำเนินโครงการนี้จะทำให้ผู้เข้ารับการอบรมเชิงปฏิบัติการเกิดการพัฒนาขึ้นจริง จึงได้กำหนดการประเมินผลการพัฒนา ดังนี้

1. การประเมินหลังการปฏิบัติกิจกรรม (After Action Reviews : AAR)
2. การสังเกตพฤติกรรมความสนใจ และการมีส่วนร่วมของผู้ที่เข้ารับการฝึกอบรม
3. ประเมินการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยใช้แบบประเมินเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อ ฉบับภาษาไทย (WHOQOL – BREF – THAI) โดยให้ผู้ติดตามเชอเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงเป็นผู้ตอบด้วยตนเอง
4. ประเมินการเปลี่ยนแปลงคุณภาพชีวิตของผู้ติดตามเชอเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงจากการสัมภาษณ์ การสังเกต และจากแบบบันทึกกลับ หลังการพัฒนาครบ 4 สัปดาห์

#### ดัชนีชี้วัดความสำเร็จ

เพื่อประเมินประสิทธิผลของการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการ ได้กำหนดดัชนีชี้วัดความสำเร็จร่วมกันระหว่างผู้มีส่วนสำคัญและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ติดตามเชอเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง ดังนี้

1. ร้อยละ 100 ของผู้ติดตามเชอเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงมีความรู้และเข้าใจดูแลสุขภาพตนเองได้
2. ร้อยละ 80 ของผู้ติดตามเชอเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงสามารถปฏิบัติการเจริญสติกำหนดลมปราณได้ถูกต้อง
3. ร้อยละ 100 ของผู้ติดตามเชอเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงปฏิบัติโยคะสมาธิได้ถูกต้อง

4. ร้อยละ 100 ของผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงมีจิตมั่นคงและเกิดกุศลจิต
5. ร้อยละ 100 ของผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงเกิดความเห็นอกเห็นใจกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน
6. ร้อยละ 100 ของผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงสามารถพักผ่อนและนอนหลับได้ดี
7. ร้อยละ 100 ของผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงมีคะแนนคุณภาพชีวิตเพิ่มขึ้น ทั้งโดยรวมและรายด้าน (เมื่อเทียบกับคะแนนคุณภาพชีวิตที่ประเมินโดยใช้แบบประเมินเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อ ฉบับภาษาไทย (WHOQOL - BREF - THAI) ไว้ในการวิจัยในระยะที่ 1)

#### ผู้รับผิดชอบโครงการ

1. ผู้มีส่วนสำคัญในการพัฒนาคือผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง
2. ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนา ได้แก่ แพทย์ พยาบาลให้คำปรึกษา ผู้ดูแลผู้ป่วยในครอบครัว ผู้เชี่ยวชาญการดูแลผู้ป่วยทางด้านจิตใจ

#### ผลที่คาดว่าจะได้รับ

การฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการครั้งนี้ เมื่อเกิดผลสำเร็จตามดัชนีชี้วัดความสำเร็จที่กำหนดไว้แล้ว จะเป็นผลให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง ได้แก่

1. ผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง มีความรู้ ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพตนเอง
2. ผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง มีจิตใจที่เข้มแข็ง กล้ายอมรับความจริง
3. ผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง มีการจัดกลุ่มช่วยเหลือกันเองอย่างต่อเนื่อง

#### ดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วง อำเภอท่าม่วง จังหวัดลพบุรี

ที่ประชุมกลุ่มเฉพาะได้ร่วมกันพิจารณากำหนดดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงไว้ดังนี้

1. ดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพชีวิตในเชิงปริมาณ ได้แก่
  - 1.1 ร้อยละ 100 ของผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงมีความรู้และเข้าใจดูแลสุขภาพตนเองได้
  - 1.2 ร้อยละ 80 ของผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงสามารถปฏิบัติการเจริญสติกำหนดลมปราณได้ถูกต้อง
  - 1.3 ร้อยละ 100 ของผู้คิดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าม่วงปฏิบัติโยคะสมาธิได้ถูกต้อง

1.4 ร้อยละ 100 ของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าแร่มีจิตใจมั่นคงและเกิดกุศลจิต

1.5 ร้อยละ 100 ของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าแร่เกิดความเห็นอกเห็นใจกัน  
ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

1.6 ร้อยละ 100 ของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าแร่สามารถพักผ่อนและนอน  
หลับได้ดี

1.7 ร้อยละ 100 ของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าแร่มีคะแนนคุณภาพชีวิต  
เพิ่มขึ้น ทั้งโดยรวมและรายด้าน (เมื่อเทียบกับคะแนนคุณภาพชีวิตที่ประเมินโดยใช้แบบประเมิน  
เครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อ ฉบับภาษาไทย (WHOQOL - BREF -  
THAI) ไว้ในการวิจัยในระยะที่ 1)

2. ดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพชีวิตในเชิงคุณภาพ เป็นการประเมินการ  
เปลี่ยนแปลงคุณภาพชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โรงพยาบาลท่าแร่จากการสัมภาษณ์ การสังเกต และ  
จากแบบ "บันทึกกลับ : สำหรับผู้ที่รักตัวเอง" หลังการพัฒนาครบ 4 สัปดาห์