

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษา

การค้นคว้าแบบอิสระครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi experimental research) ชนิดหนึ่งกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มต่อพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของผู้ที่เป็นโรคติดสุราในโรงพยาบาลบ้านธิ อำเภอบ้านธิ จังหวัดลำพูน ระยะเวลาในการศึกษา 6 สัปดาห์ โดย 4 สัปดาห์แรกเป็นการดำเนินการตามโปรแกรม และประเมินพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์หลังสิ้นสุดโปรแกรมทันที และหลังสิ้นสุดโปรแกรม 2 สัปดาห์

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ศึกษา คือ ผู้ที่ได้รับการวินิจฉัยเป็นกลุ่มโรค F 10 ตามรหัสของโรคในระบบขององค์การอนามัยโลก (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problem [ICD-10]) ที่เข้ารับการรักษาฟื้นฟูสมรรถภาพในคลินิกบำบัดสุรา แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลบ้านธิ จังหวัดลำพูน ระหว่างวันที่ 4 มิถุนายน ถึง 13 กรกฎาคม พ.ศ.2550

กลุ่มตัวอย่าง กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยมีอำนาจการทำนาย (power analysis) ที่ระดับอำนาจการทดสอบ 0.8 ค่าระดับนัยสำคัญที่ .05 (Polit, Beck, & Hungler, 2004) และคำนวณอิทธิพลของขนาดตัวอย่าง (effect size) = 0.86 ซึ่งคำนวณได้จากการศึกษาวิจัยเรื่อง ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น (สมพร สิทธิสงคราม, 2549) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง 11 ราย โดยกำหนดกลุ่มตัวอย่างมีคุณสมบัติ ดังนี้

1. มีคะแนนประเมินพฤติกรรมการดื่ม AUDIT ≥ 20 คะแนน
2. ประเมินอาการถอนพิษสุราโดยประเมินจากแบบประเมินอาการถอนพิษสุรา (Alcohol Withdrawal Scale [AWS]) ของซอนเดอร์ส (Saunders อ้างใน พันธุ์ภา กิตติรัตนไพบูลย์ และคณะ, 2549) ได้ค่าคะแนนเท่ากับ 1-4 คือพบอาการถอนพิษสุราเล็กน้อย
3. สามารถสื่อสารด้วยภาษาไทยได้เข้าใจ และอ่านออก เขียนได้
4. ยินดีให้ความร่วมมือในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ แบ่งออกเป็น 2 ประเภท ดังนี้

1. เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย

1.1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปจากกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพ สมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้เฉลี่ย สิทธิในการรักษาพยาบาลและโรคประจำตัว

1.2 แบบประเมินพฤติกรรมการดื่ม AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test [WHO]) แปลโดย ศาสตราจารย์ อัยยงค์กรชัย ในปี 2547 ประกอบด้วยคำถาม 10 ข้อ เกี่ยวกับปริมาณความถี่ของการดื่ม อาการของการติดสุรา และปัญหาของการดื่มสุรา แต่ละคำถามจะมีคะแนนตั้งแต่ 0-4 โดยข้อคำถามความถี่ของการดื่มสุราข้อ 2 แบ่งเป็น ก. และ ข. มีคะแนน 0-4 เช่นกัน และข้อคำถามข้อ 9 และ 10 ไม่คิดคะแนนระดับ 2 และ 3 การคำนวณและแปลผลคะแนน การจัดกลุ่มพฤติกรรมการดื่มสุรา โดยนำคะแนนรวมของคำถามทั้ง 10 ข้อใหญ่ 2 ข้อย่อย ซึ่งจะมีคะแนนรวมตั้งแต่ 0-40 คะแนน จากนั้นแบ่งคะแนนการจัดกลุ่มพฤติกรรมการดื่มสุราเป็น 4 ระดับ

คะแนน 0-7 คะแนน หมายถึง กลุ่มที่ดื่มแบบเสี่ยงน้อย (Low risk drinking)

คะแนน 8-15 คะแนน หมายถึง กลุ่มที่ดื่มแบบเป็นอันตรายหรือเสี่ยง (Hazardous drinking หรือ risky drinking)

คะแนน 16-19 คะแนน หมายถึง กลุ่มที่ดื่มแบบมีปัญหา (Harmful drinking)

คะแนน ≥ 20 คะแนน หมายถึง กลุ่มที่ดื่มแบบติด (Alcohol dependence)

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้ปรับระยะเวลาในข้อคำถามให้สอดคล้องกับบริบทของเรื่องที่ทำการศึกษา

2. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการศึกษา คือ โปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสหการดื่มที่ผู้ศึกษาพัฒนาขึ้นจากการศึกษาดารเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตามแนวคิดทฤษฎีการรับรู้สมรรถนะแห่งตนของแบนดูรา (Bandura, 1997) ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสหการดื่มแอลกอฮอล์ที่สอดคล้องกับแหล่ง ข้อมูล 4 แหล่งคือ 1) ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเองในการปฏิเสหการดื่มแอลกอฮอล์ 2) การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์จากผู้อื่นในการปฏิเสหการดื่มแอลกอฮอล์ 3) การใช้คำพูดชักจูงเพื่อให้บุคคลเชื่อมั่นว่าตนเองมีความสามารถในการปฏิเสหการดื่มแอลกอฮอล์ 4) การส่งเสริมสถานะด้านร่างกายและอารมณ์ ให้มีความพร้อมในการปฏิเสหการดื่มแอลกอฮอล์ มีกิจกรรมตามแผน คือกำหนดให้มีการเข้ากลุ่มจำนวน 7 ครั้ง ครั้งละ 90 นาที สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 4 สัปดาห์ กิจกรรมหลักในการดำเนินการ แต่ละครั้งมีดังนี้

- | | |
|------------|---------------------------------------|
| ครั้งที่ 1 | สร้างสัมพันธ |
| ครั้งที่ 2 | คล้ายเครียดได้ด้วยมือเรา |
| ครั้งที่ 3 | การสนทนาระหว่างตัวแบบกับกลุ่มตัวอย่าง |
| ครั้งที่ 4 | กรณีศึกษา เรียนรู้จากข่าว |
| ครั้งที่ 5 | การสนทนาระหว่างกลุ่มตัวอย่าง (1) |
| ครั้งที่ 6 | การสนทนาระหว่างกลุ่มตัวอย่าง (2) |
| ครั้งที่ 7 | สรุปและประเมินผล |

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือในการศึกษาคครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้ดำเนินการดังต่อไปนี้

1. การหาความตรงของเครื่องมือ (content validity)

1.1 แบบประเมินพฤติกรรมการดื่ม AUDIT (Alcohol Use Disorders

Identification Test [WHO]) ขององค์การอนามัยโลก โดยนักวิชาการจากประเทศต่างๆ ร่วมกันพัฒนาเครื่องมือนี้ขึ้น และได้ผ่านการทดลองใช้ในหลายประเทศทั่วโลก สำหรับในประเทศไทยแบบประเมินนี้ได้รับการแปลเป็นภาษาไทยโดย ศาวิตรี อัยฉนังค์กรชัย ในปี พ.ศ.2547 ปรับปรุงภาษาบางส่วนเพื่อใช้ในโรงพยาบาลสวนปรุงและนำมาใช้ในสถานบริการทุกระดับ บุคคลทั่วไปสามารถประเมินได้ด้วยตนเอง มีค่าความไว (sensitivity) 96% และความจำเพาะ (specificity) 96% ในการตรวจพบภาวะการดื่มที่เป็นอันตราย และมีค่าความไว (sensitivity) 87% และความจำเพาะ (specificity) 81% ในการตรวจพบภาวะการดื่มที่มีปัญหาและเป็นที่ยอมรับในการนำไปใช้ การศึกษาคครั้งนี้ผู้ศึกษาได้ปรับระยะเวลาในข้อคำถามให้สอดคล้องกับบริบทของเรื่องที่ศึกษา โดยไม่ได้ดัดแปลงเนื้อหาของแบบประเมินดังกล่าว จึงไม่ได้นำแบบประเมินไปหาความตรงตามเนื้อหาซ้ำอีกครั้ง

1.2 แบบประเมินอาการถอนพิษสุรา Alcohol withdrawal Scale(AWS) ของ ซอนเดอร์ส (Saunders อ้างใน พันธุ์ธนา กิตติรัตนไพบูลย์ และคณะ, 2549) แปลโดย พันธุ์ธนา กิตติรัตนไพบูลย์ ในปี 2547 เป็นแบบประเมินที่ยอมรับและนิยมใช้ ในการศึกษาคครั้งนี้ผู้ศึกษาไม่ได้ นำแบบประเมินไปหาความตรงตามเนื้อหาซ้ำ เนื่องจากไม่ได้ดัดแปลงเนื้อหาของแบบประเมินดังกล่าว

1.3 โปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มที่ผู้ศึกษาพัฒนาขึ้นจากแนวคิดทฤษฎีการรับรู้สมรรถนะแห่งตน ของแบนดูรา (Bandura, 1997) ได้นำไป

ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ซึ่งประกอบด้วย จิตแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านการบำบัดผู้ที่เป็นโรคจิตสุรา จำนวน 1 ท่าน อาจารย์พยาบาลด้านการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชจำนวน 2 ท่าน และพยาบาลผู้ชำนาญการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชจำนวน 2 ท่าน แก้ไขปรับปรุงตามข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ หลังจากนั้นผู้ศึกษานำโปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มไปทดลองใช้กับผู้ที่เป็นโรคจิตสุราที่โรงพยาบาลแม่ทา อำเภอแม่ทา จังหวัดลำพูน ซึ่งเป็นผู้ที่เป็นโรคจิตสุราที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างและมีคะแนนพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ ≥ 20 จำนวน 2 ราย เพื่อประเมินปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินโปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตน ที่ได้พัฒนาขึ้นจากนั้นนำมาปรับปรุงจนสมบูรณ์ก่อนนำมาใช้จริง

2. การหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (reliability)

2.1 แบบประเมินลักษณะการดื่มสุรา AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test [WHO]) ผู้ศึกษาได้นำไปทดสอบหาความเชื่อมั่นด้านความสอดคล้องภายใน ในผู้ป่วยที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 รายในโรงพยาบาลใกล้เคียงคือโรงพยาบาล แม่ทา จังหวัดลำพูน ได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของ ครอนบาค เท่ากับ 0.90 ซึ่งเป็นค่าที่ยอมรับได้ (Polit, Beck, & Hungler, 2001)

2.2 แบบประเมินอาการถอนพิษสุรา Alcohol withdrawal Scale (AWS) ของ ซอนเดอร์ส (Saunders อ้างใน พันธุ์ภา กิตติรัตนไพบูลย์ และคณะ, 2549) ผู้ศึกษาได้นำไปทดสอบหาความเชื่อมั่นด้านความสอดคล้องภายใน ในผู้ป่วยที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 รายในโรงพยาบาลใกล้เคียงคือโรงพยาบาล แม่ทา จังหวัดลำพูน ได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของ ครอนบาค เท่ากับ 0.84 ซึ่งเป็นค่าที่ยอมรับได้ (Polit, Beck, & Hungler, 2001)

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้ศึกษาพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างโดยนำเรื่องเข้าสู่คณะกรรมการจริยธรรม คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่เพื่อขอความเห็นชอบ หลังจากนั้นมีการแนะนำตัวกับกลุ่มตัวอย่าง อธิบายให้ทราบถึงวัตถุประสงค์ วิธีการเก็บข้อมูล ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการศึกษาให้กลุ่มตัวอย่างทราบและสอบถามความสมัครใจของกลุ่มตัวอย่างในการเข้าร่วมการศึกษา กลุ่มตัวอย่างสามารถเข้าร่วมหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการศึกษาได้โดยไม่มีการบังคับ และไม่มีผลเสียใดๆต่อกลุ่มตัวอย่างและการบำบัดรักษา ขณะเข้าร่วมการศึกษาหากกลุ่มตัวอย่าง

ไม่สบายใจ สามารถออกจากการศึกษาได้ตลอดเวลาหากต้องการ โดยไม่ต้องอธิบายเหตุผล และหากกลุ่มตัวอย่างมีการเจ็บป่วยหรือมีอาการแทรกซ้อนจากอาการถอนพิษสุราจะได้รับการส่งต่อเพื่อให้ได้รับการวินิจฉัยและบำบัดรักษาจากแพทย์หรือส่งต่อตามขั้นตอนต่อไป ในการศึกษาครั้งนี้ไม่มีกลุ่มตัวอย่างออกจากการศึกษาและไม่พบอาการแทรกซ้อนจากอาการถอนพิษสุรา การนำข้อมูลไปอภิปรายหรือพิมพ์เผยแพร่ จะทำในภาพรวมเพื่อใช้ประโยชน์ตามวัตถุประสงค์ของการศึกษาเท่านั้น

การรวบรวมข้อมูล

ผู้ศึกษาดำเนินการรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยมีขั้นตอนดำเนินการดังนี้

1. ทำหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากคณะบดีคณะพยาบาลศาสตรมหาวิททยาลัยเชียงใหม่ ถึงผู้อำนวยการ โรงพยาบาลบ้านธิ จังหวัดลำพูนเพื่อขออนุญาตในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2 ผู้ศึกษาเข้าพบผู้อำนวยการ โรงพยาบาลบ้านธิและหัวหน้าฝ่ายสุขภาพจิตชุมชน เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษาและขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล

3. ผู้ศึกษาแนะนำตนเองต่อกลุ่มตัวอย่าง ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษา และการเก็บรวบรวมข้อมูล ขอความร่วมมือในการเข้าร่วมการศึกษา เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินยอมให้อ่านเอกสารยินยอมและลงนาม

4. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้ศึกษาดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ ณ คลินิกบำบัดสุราโรงพยาบาลบ้านธิ จังหวัดลำพูน และชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษา

ประเมินความรุนแรงของอาการถอนพิษสุรา หากผลประเมินอยู่ในระดับน้อย (คะแนน ≤ 4) จึงจะสอบถามกลุ่มตัวอย่างด้วยแบบประเมินพฤติกรรมการดื่ม AUDIT

การสอบถามกลุ่มตัวอย่างด้วยแบบประเมินพฤติกรรมการดื่ม AUDITจะสอบถามก่อนเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่ม หลังได้รับโปรแกรมทันที และหลังสิ้นสุดการเข้าร่วมโปรแกรม 2 สัปดาห์ เพื่อประเมินผลของการเข้าร่วมโปรแกรมต่อพฤติกรรมการดื่มของกลุ่มตัวอย่าง โดยสรุปการทำกิจกรรมทั้ง 7 ครั้ง และติดตามผลอีก 1 ครั้งหลังสิ้นสุดโปรแกรม 2 สัปดาห์ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 11 ราย เข้าร่วมกิจกรรมครบทุกครั้งที่ซึ่งรายละเอียดของกิจกรรมมีดังนี้

ครั้งที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพ กิจกรรมประกอบด้วย

- (1) ชี้แจงวัตถุประสงค์และรายละเอียดขั้นตอนของโปรแกรม (20 นาที)
- (2) การสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ศึกษาและกลุ่มตัวอย่าง และระหว่างกลุ่มตัวอย่างด้วยกันเอง โดยให้ทำกิจกรรม “สร้างสัมพันธ์” (30 นาที)
- (3) สรุปกิจกรรมและประเด็นที่ได้พูดคุยกัน และเปิดโอกาสซักถามปัญหา ความรู้สึกของกลุ่มตัวอย่างโดยมีเป้าหมายสำคัญคือการส่งเสริมสภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ให้มีความพร้อมในการปฏิบัติภารกิจเดิมเครื่องเดิมแอลกอฮอล์ และนัดเข้ากลุ่มครั้งต่อไป (40 นาที)

ครั้งที่ 2 การฝึกเทคนิคการผ่อนคลายความเครียด กิจกรรมประกอบด้วย

- (1) กล่าวทักทายกลุ่มตัวอย่าง พุดคุยซักถามทั่วไปและให้กลุ่มตัวอย่าง ทำกิจกรรม “คลายเครียดได้ด้วยมือเรา” เพื่อกลุ่มตัวอย่าง ได้เรียนรู้การผ่อนคลายความตึงเครียดของร่างกายและอารมณ์ (30 นาที)
- (2) ให้กลุ่มตัวอย่าง พุดคุยถึงประสบการณ์ที่ผ่านมาในความสามารถปฏิบัติภารกิจเดิมเครื่องเดิมแอลกอฮอล์ เห็นประโยชน์หรือโทษของการดื่มเครื่องเดิมแอลกอฮอล์อย่างไร และประเมินความต้องการในการปฏิบัติ รวมทั้งสาเหตุที่ทำให้ไม่สามารถปฏิบัติหรือไม่มั่นใจในการปฏิบัติภารกิจเดิมเครื่องเดิมแอลกอฮอล์ โดยให้ทำกิจกรรม “ทบทวน” (40 นาที)
- (3) ผู้ศึกษาและกลุ่มตัวอย่างร่วมกันสรุปประเด็นความต้องการอยากจะปฏิบัติภารกิจเดิมของกลุ่มตัวอย่าง สาเหตุที่ทำให้ผู้ที่อยากจะปฏิบัติภารกิจเดิมไม่สามารถปฏิบัติได้ โดยไม่ดำเนินกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับความต้องการปฏิบัติภารกิจเดิมในระดับต่ำหรือไม่เคยอยากจะปฏิบัติเลย แต่จะชี้ให้เห็นถึงพฤติกรรมของตนเองและสิ่งที่ขัดขวางเป็นอุปสรรคในการปฏิบัติภารกิจเดิม (15 นาที)
- (4) เปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างซักถามปัญหาข้อสงสัยและนัดหมายครั้งต่อไป (5 นาที)

ครั้งที่ 3 การสนทนาระหว่างตัวแบบและกลุ่มตัวอย่าง กิจกรรมประกอบด้วย

- (1) การทักทายกลุ่มตัวอย่าง และทบทวนกิจกรรมครั้งที่แล้ว (10 นาที)
- (2) การให้กลุ่มตัวอย่างได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ของผู้อื่นโดยการศึกษาจากตัวแบบที่เป็นบุคคลจริง (life-modeling) ที่มีประสบการณ์ในการดื่มเครื่องเดิมแอลกอฮอล์ ซึ่งประสบความสำเร็จในการหยุดดื่มได้เล่าประสบการณ์ของตนเองในการปฏิบัติภารกิจเดิม และสาธิตวิธีการปฏิบัติ

ด้วยคำพูดและท่าทางให้กลุ่มตัวอย่าง ดูและฝึกปฏิบัติตามรวมทั้งเปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างได้ซักถามปัญหาและข้อสงสัย (40 นาที)

(3) ผู้ศึกษาและกลุ่มตัวอย่างร่วมกันสรุปวิธีการปฏิเสการคัมและให้กลุ่มตัวอย่างคิดถึงตนเองว่า จะสามารถปฏิเสการคัมด้วยวิธีเหล่านั้นได้หรือไม่ เพราะเหตุใด

(4) เปิดโอกาสให้ซักถามปัญหาหรือข้อสงสัยเกี่ยวกับการปฏิเสการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์และผู้ศึกษาสรุปหลักการปฏิเสการคัม (ใบความรู้หลักการปฏิเสการคัม)

ครั้งที่ 4 กรณีศึกษา เรียนรู้จากข่าว กิจกรรมประกอบด้วย

(1) ผู้ศึกษากล่าวทักทายกลุ่มตัวอย่าง พูดคุยซักถามทั่วไปทบทวนถึงกิจกรรมที่ทำในครั้งที่แล้ว (5 นาที)

(2) ผู้ศึกษาให้ข้อมูลแก่กลุ่มตัวอย่างในเรื่องผลกระทบที่เกิดจากการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์และวิเคราะห์กรณีศึกษาที่ได้รับผลกระทบอย่างรุนแรงจากการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์และเป็นที่น่าสนใจในปัจจุบัน เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ตระหนักถึงผลเสียของการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์และเกิดแรงจูงใจในการหยุดคัม (30 นาที)

(3) ให้กลุ่มตัวอย่างได้สนทนาถึงผลกระทบจากการคัมแอลกอฮอล์จากประสบการณ์จริงของตัวเอง (15 นาที)

(4) ให้กลุ่มแสดงความคิดเห็นถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้และกระตุ้นให้มองเห็นปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในอนาคตหากมีการคัมแอลกอฮอล์อย่างต่อเนื่อง (10 นาที)

(5) ผู้ศึกษากระตุ้นให้กลุ่มตัวอย่างได้ทบทวนถึงประสบการณ์ที่เคยประสบความสำเร็จในการกระทำสิ่งต่างๆ เพื่อให้เห็นความสามารถของตนเองและเชื่อมั่นว่าตนเองจะสามารถประสบความสำเร็จในการปฏิเสการคัมแอลกอฮอล์ได้ (20 นาที)

(6) เปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างซักถามปัญหา หรือข้อสงสัยและเตรียมความพร้อมในการทำกิจกรรมครั้งต่อไป โดยมอบหมายการบ้านให้กลุ่มตัวอย่างเขียนเล่าประสบการณ์ในการปฏิเสการคัมเครื่องคัมแอลกอฮอล์ จากการนำวิธีที่ตัวเองได้สาธิตไปใช้ และนัดหมายครั้งต่อไป (10 นาที)

ครั้งที่ 5 การสนทนาระหว่างกลุ่มตัวอย่าง (1) กิจกรรมประกอบด้วย

- (1) ผู้ศึกษากล่าวทักทายกลุ่มตัวอย่าง พุดคุยซักถามทั่วไปทบทวนถึงกิจกรรมที่ทำในครั้งที่แล้ว (10 นาที)
- (2) ผู้ศึกษากระตุ้นให้กลุ่มตัวอย่างเล่าประสบการณ์ของแต่ละคน ในการปฏิเสธการดื่มแอลกอฮอล์ อารมณ์ ความรู้สึก ปัญหาอุปสรรคและปัจจัยที่สามารถทำให้ประสบความสำเร็จในการปฏิเสธการดื่มตามการบ้านที่ได้มอบหมายให้ (50 นาที)
- (3) ผู้ศึกษาและกลุ่มตัวอย่างสรุปร่วมกันถึงความสำเร็จที่ได้เรียนรู้จากประสบการณ์ของตนเอง ในการปฏิเสธการดื่มแอลกอฮอล์ (20 นาที)
- (4) เปิดโอกาสให้ซักถามปัญหา และนัดหมายครั้งต่อไป (10 นาที)

ครั้งที่ 6 การสนทนาระหว่างกลุ่มตัวอย่าง (2) กิจกรรมประกอบด้วย

- (1) ผู้ศึกษากล่าวทักทายกลุ่มตัวอย่าง พุดคุยซักถามทั่วไปทบทวนถึงกิจกรรมที่ทำในครั้งที่แล้ว (10 นาที)
- (2) ผู้ศึกษากระตุ้นให้กลุ่มตัวอย่างเล่าประสบการณ์ของแต่ละคน ในความสำเร็จจากการปฏิเสธการดื่มแอลกอฮอล์ อารมณ์ ความรู้สึกที่เกิดขึ้น ปัญหาอุปสรรคและปัจจัยที่สามารถทำให้ประสบความสำเร็จในการปฏิเสธการดื่ม (50 นาที)
- (3) ผู้ศึกษาและกลุ่มตัวอย่างสรุปร่วมกันจากความสำเร็จที่ได้เรียนรู้ ผู้ศึกษากล่าวชื่นชมและให้กำลังใจ (20 นาที)
- (4) เปิดโอกาสให้ซักถามปัญหา และข้อสงสัย และนัดหมายครั้งต่อไป (10 นาที)

ครั้งที่ 7 สรุปและประเมินผล กิจกรรมประกอบด้วย

- (1) ผู้ศึกษากล่าวทักทายกลุ่มตัวอย่าง พุดคุยซักถามทั่วไปทบทวนถึงกิจกรรมที่ทำในครั้งที่แล้ว (10 นาที)
- (2) ผู้ศึกษาสรุปวิธีการสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนในการปฏิเสธการดื่มแอลกอฮอล์ ตามแหล่งสนับสนุน 4 แหล่ง ได้แก่ การเรียนรู้ประสบการณ์ประสบความสำเร็จด้วยตัวเองในการปฏิเสธการดื่มแอลกอฮอล์, การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์จากผู้อื่นในการปฏิเสธการดื่มแอลกอฮอล์, การใช้คำพูดชักจูงเพื่อให้บุคคลเชื่อว่าตนเองสามารถประสบความสำเร็จในการปฏิเสธการดื่มแอลกอฮอล์ และการส่งเสริมภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ให้มีความพร้อมในการปฏิเสธแอลกอฮอล์ ตามกิจกรรมในโปรแกรมที่ได้ดำเนินการไป (20 นาที)

(3) ให้กลุ่มตัวอย่างแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมโดยบอกความรู้สึกของตนเองและสิ่งที่ได้จากการเข้าร่วมโปรแกรมในครั้งนี้ (20 นาที)

(4) ให้กลุ่มตัวอย่างสรุปและประเมินผลการเข้าร่วมกิจกรรมตามแบบประเมิน (10 นาที)

(5) เปิดโอกาสให้ซักถามปัญหาหรือข้อสงสัย (10 นาที)

(6) ผู้ศึกษากล่าวอำลาและให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบประเมินพฤติกรรมที่ดี (AUDIT) และนัดหมายอีก 2 สัปดาห์ เพื่อตอบแบบประเมินพฤติกรรมที่ดี AUDIT ซ้ำ (20 นาที)

นำข้อมูลที่ได้จากการศึกษามาวิเคราะห์ทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษานี้ได้นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ ดังต่อไปนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคล และข้อมูลทางด้านสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง นำมาแจกแจงความถี่คำนวณหาร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมที่ดีสุราของกลุ่มตัวอย่างก่อน และหลังการทดลอง และหลังสิ้นสุดการทดลอง 2 สัปดาห์โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวเมื่อมีการวัดซ้ำ (One-way repeated measures ANOVA) เนื่องจากข้อมูลมีลักษณะการแจกแจงเป็นโค้งปกติเมื่อทดสอบด้วย สถิติโคลโมโกรอฟ สไมนอฟ (Kolmogorov-Smirnov test)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved