

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย

การออกแบบการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ต่อกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาพยาบาล โดยศึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวความคิดพิจารณาความเป็นจริง (กลุ่มทดลอง) กับกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยากลุ่มตามแนวความคิดพิจารณาความเป็นจริง (กลุ่มควบคุม) โดยใช้รูปแบบการทดลองแบบทดสอบก่อนและหลังการทดลองโดยมีกลุ่มควบคุม (Randomized pretest-posttest control group design)

ประชากร

ประชากรในการศึกษาวิจัยครั้งนี้คือนักศึกษาพยาบาลของวิทยาลัยพยาบาลศรีมหาสารคาม ปีการศึกษา 2538 จำนวน 580 คน การที่เลือกนักศึกษากลุ่มนี้คือ

1. นักศึกษากลุ่มนี้เป็นนักศึกษาพยาบาล ซึ่งต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงสภาพสิ่งแวดล้อมที่จะต้องเผชิญ หลังจากเข้าสู่ระบบการศึกษาของวิทยาลัยพยาบาลแล้วต้องสามารถเผชิญกับเหตุการณ์ที่มีภาวะกดดันต่าง ๆ มากมายได้ และเป็นกลุ่มที่ต้องเผชิญกับปัญหาทุกด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านการเรียน ด้านส่วนตัว และด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ซึ่งไม่ตอบสนองตามความต้องการกลุ่มนี้จึงเป็นกลุ่มเสี่ยงที่จะก่อให้เกิดเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว และมีแนวโน้มเลือกวิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่เหมาะสมได้ง่าย ดังนั้น การพัฒนาวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษาพยาบาลให้มีประสิทธิภาพจึงมีความสำคัญ เพื่อเสริมสร้างให้มีทักษะ สามารถเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นตามมาได้ทุกสถานการณ์ในอนาคต

2. นักศึกษาพยาบาลกลุ่มนี้เป็นตัวแทนของกลุ่มประชากรนักศึกษาพยาบาลได้ ในแง่ที่ระบบการศึกษาและหลักสูตรการศึกษามีความคล้ายคลึงกับวิทยาลัยพยาบาลอื่น ๆ
3. สถานที่ทำการวิจัย มีความพร้อมในการทำวิจัยโดยทางวิทยาลัยพยาบาลได้อำนวยความสะดวก สนับสนุนให้นักศึกษาพยาบาลเข้ามามีส่วนร่วมในการทำวิจัยและอำนวยความสะดวกเกี่ยวกับสถานที่ที่เอื้อต่อการทำวิจัย มีห้องที่เป็นส่วนตัวในการดำเนินการทดลอง

กลุ่มตัวอย่างและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 ของวิทยาลัยพยาบาลศรีมหาสารคาม ปีการศึกษา 2538 ที่มีพฤติกรรมขาดความรับผิดชอบในการปฏิบัติงานตามหน้าที่ของตนเองที่ได้รับการคัดเลือกแบบเจาะจง (purposive sampling) โดยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน โดยวิธีดังนี้

1. ให้นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 ทั้งหมดจำนวน 76 คน ตอบแบบวัดการเผชิญปัญหา เพื่อจำแนกลักษณะการเผชิญปัญหาของนักศึกษาพยาบาล คัดเลือกนักศึกษาพยาบาลที่มีคะแนนจากแบบวัดการเผชิญปัญหาในด้านมุ่งเน้นการแก้ปัญหาที่มีแนวโน้มในระดับต่ำ คือ ต่ำกว่าค่าคะแนนเฉลี่ยของแต่ละด้านคือมีคะแนนต่ำกว่า 10 และคะแนนด้านมุ่งเน้นทางด้านอารมณ์ที่ไม่สนับสนุนการแก้ปัญหาที่มีแนวโน้มในระดับสูง คือ มีคะแนนตั้งแต่ 10 และมากกว่า และคะแนนด้านหลีกเลี่ยงปัญหาที่มีแนวโน้มในระดับสูง คือ มีคะแนนตั้งแต่ 10 และมากกว่า ได้นักศึกษาพยาบาลจำนวน 25 คน
2. คัดเลือกนักศึกษาพยาบาลแบบเจาะจงจากนักศึกษาพยาบาล 25 คน ดังกล่าวที่คัดเลือกผู้ที่มีพฤติกรรมขาดความรับผิดชอบในการปฏิบัติตามหน้าที่ โดยการพิจารณาจากแบบบันทึกพฤติกรรมของนักศึกษาพยาบาล และจากการประเมินของอาจารย์ที่ปรึกษาว่าเป็นบุคคลที่ขาดความรับผิดชอบได้นักศึกษาพยาบาล จำนวน 19 คน
3. ประกาศรับอาสาสมัครจากนักศึกษาที่คัดเลือกไว้ เพื่อเข้าร่วมทำการทดลอง ได้ผู้อาสาสมัคร จำนวน 16 คน

4. แบ่งกลุ่มตัวอย่าง เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน ด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยกลุ่มทดลองจะได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง และกลุ่มควบคุม ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง แต่จะมีการจัดกลุ่มพัฒนาตนให้ในระยะต่อไป

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวัดการเผชิญปัญหา (The COPE Inventory) ซึ่งผู้วิจัยจะได้พัฒนาให้สอดคล้องกับสภาพสังคมไทยก่อนนำไปใช้จริง จากแบบวัดการเผชิญปัญหาของคาร์เวอร์และคณะ

ก. แบบวัดการเผชิญปัญหาของคาร์เวอร์และคณะ

ชาร์ลส์ เอส. คาร์เวอร์ (Charles S. Carver) ไมเคิล เอฟ ไชย์เออร์ (Michael F. Scheier) และจาคิช คูมารี ไวน์ทรอบ (Jagdish Kumari Weintraub) ได้พัฒนาแบบวัดการเผชิญปัญหา (The COPE Inventory, 1989) โดยพัฒนาจากแบบวัดการเผชิญปัญหา (The Ways of Coping Scales, 1980) ของโฟล์คแมนและลาซารัส (Folkman and Lazarus) ซึ่งพัฒนาในปี ค.ศ. 1980 คุณสมบัติของแบบวัดประกอบด้วย

1. ลักษณะของแบบวัดการเผชิญปัญหา

แบบวัดชุดนี้แบ่งเป็น 14 ด้าน ประกอบด้วยข้อความที่เป็นข้อคำถามจำนวน 53 ข้อ คือ

- | | |
|--|-------------|
| 1. ด้านการลงมือกระทำการเผชิญปัญหา | จำนวน 4 ข้อ |
| ได้แก่ ข้อที่ 5, 22, 41, 50 | |
| 2. ด้านการวางแผน | จำนวน 4 ข้อ |
| ได้แก่ ข้อที่ 17, 28, 33, 48 | |
| 3. ด้านการระงับกิจกรรมที่ไม่เกี่ยวข้อง | จำนวน 4 ข้อ |
| ได้แก่ ข้อที่ 13, 29, 36, 47 | |

4. ด้านการชะลอการเผชิญปัญหา จำนวน 4 ข้อ
ได้แก่ ข้อที่ 9, 19, 35, 43
5. ด้านการค้นหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ จำนวน 4 ข้อ
ได้แก่ ข้อที่ 4, 12, 26, 39
6. ด้านการค้นหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ จำนวน 4 ข้อ
ได้แก่ ข้อที่ 10, 20, 30, 45
7. ด้านการตีความใหม่ในทางบวกและการเติบโต จำนวน 4 ข้อ
ได้แก่ ข้อที่ 1, 25, 32, 51
8. ด้านการยอมรับ จำนวน 4 ข้อ
ได้แก่ ข้อที่ 11, 18, 38, 46
9. ด้านการพึ่งศาสนา จำนวน 4 ข้อ
ได้แก่ ข้อที่ 7, 16, 42, 52
10. ด้านการปฏิเสธ จำนวน 4 ข้อ
ได้แก่ ข้อที่ 6, 23, 34, 49
11. ด้านการระบายออกทางอารมณ์ จำนวน 4 ข้อ
ได้แก่ ข้อที่ 3, 15, 24, 40
12. ด้านการไม่แสดงออกทางพฤติกรรม จำนวน 4 ข้อ
ได้แก่ ข้อที่ 8, 21, 31, 44
13. ด้านการไม่เกี่ยวข้องทางความคิด จำนวน 4 ข้อ
ได้แก่ ข้อที่ 2, 14, 27, 37
14. ด้านการติมเหล้าและโซ้ยา จำนวน 1 ข้อ
(เป็นด้านที่พัฒนาเพิ่มเติมมาภายหลังและอยู่ในระหว่างการพัฒนา)
ได้แก่ ข้อที่ 53

วิธีการตอบแบบวัด

แบบวัดการเผชิญปัญหาเป็นแบบมาตราประมาณค่า (Rating Scale) ตามแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) โดยมีค่าตั้งแต่ระดับที่ 1 ซึ่งบ่งบอกว่าไม่เคยใช้วิธีนี้ในการเผชิญปัญหาเลย ถึงระดับที่ 4 ซึ่งบ่งบอกว่าใช้วิธีนี้มาก

โครงสร้างองค์ประกอบของแบบวัด

แบบวัดนี้แบ่งเป็น 14 ด้าน แต่นำมาจัดองค์ประกอบต่าง ๆ ได้ 12 องค์ประกอบ คือ (Carver and Scheier, 1989)

องค์ประกอบที่ 1 ประกอบด้วย 2 ด้านคือ

1. ด้านการลงมือกระทำการเผชิญปัญหา ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงกระบวนการในการลงมือแก้ปัญหา เพื่อขจัดสิ่งที่กระตุ้นให้เกิดความเครียด รวมถึงมีความพยายามเพิ่มขึ้นในการเผชิญปัญหา

2. ด้านการวางแผน ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึง การคิดเกี่ยวกับวิธีการในการเผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด รวมถึงกลวิธีในการเผชิญปัญหา การคิดเกี่ยวกับขั้นตอนในการกระทำและหาวิธีที่จะจัดการกับปัญหาอย่างดีที่สุด

องค์ประกอบที่ 2 ด้านการระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการระงับความสนใจอื่นที่จะเข้ามาเกี่ยวข้อง เพื่อที่จะใส่ใจในการเผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดอย่างเต็มที่มากขึ้น

องค์ประกอบที่ 3 ด้านการชะลอการเผชิญปัญหา ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการรอโอกาสที่เหมาะสม ที่จะสามารถใช้วิธีการเผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดได้

องค์ประกอบที่ 4 ประกอบด้วย 2 ด้านคือ

1. ด้านการค้นหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงความต้องการการช่วยเหลือ ข้อมูล และคำแนะนำเกี่ยวกับสิ่งที่จะต้องกระทำ

2. ด้านการค้นหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงความต้องการกำลังใจ ความเห็นอกเห็นใจ และความเข้าใจจากบุคคลอื่น

องค์ประกอบที่ 5 ด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการมองสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดในทางที่ดี หรือการเติบโตด้วยการทำให้สถานการณ์นั้นดีที่สุดในที่สุด

องค์ประกอบที่ 6 ด้านการยอมรับ ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการยอมรับความเป็นจริงตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น

องค์ประกอบที่ 7 ด้านการพึ่งศาสนา ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึง การเพิ่มการใช้วิถีทางศาสนาเพื่อมาเป็นส่วนช่วยเหลือทางด้านจิตใจ

องค์ประกอบที่ 8 ด้านการระบายออกทางอารมณ์ ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงการเพิ่มความตระหนักต่อความกดดันทางอารมณ์และการระบายความรู้สึกเหล่านั้นออกไป

องค์ประกอบที่ 9 ด้านการปฏิเสธ ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงการพยายามที่จะปฏิเสธความจริงและไม่สนใจต่อเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด

องค์ประกอบที่ 10 ด้านการไม่แสดงออกทางพฤติกรรม ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงความพยายามของบุคคลในการเผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดลดลง รวมทั้งการละทิ้งความพยายามและหนีจากการบรรลุเป้าหมายในการเผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด

องค์ประกอบที่ 11 ด้านการไม่เกี่ยวข้องทางความคิด ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงการไม่คิดถึงวิธีการที่จะเผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด การหนีจากปัญหาโดยวิธีการอื่น รวมถึงการฝันกลางวันด้วย

องค์ประกอบที่ 12 ด้านการดื่มเหล้าและใช้ยา ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงการดื่มเหล้าและใช้ยาเพื่อเป็นวิธีการที่ไม่ยุ่งเกี่ยวกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด

เกณฑ์การให้คะแนนและการแปลผล

การให้คะแนนจะให้คะแนนรายข้อ โดยมีช่วงคะแนนตั้งแต่ 1-4 คะแนน ซึ่งให้คะแนนรายข้อตามความบ่อยครั้งของการใช้แต่ละวิธีดังนี้คือ

ไม่เคยใช้วิธีนั้นในการเผชิญปัญหาเลย	ได้ 1 คะแนน
ใช้วิธีนั้นบ้างเล็กน้อย	ได้ 2 คะแนน
ใช้วิธีนั้นในปริมาณปานกลาง	ได้ 3 คะแนน
ใช้วิธีนั้นเป็นส่วนมาก	ได้ 4 คะแนน

จะมีคะแนนรวมทั้ง 4-16 คะแนน ในแต่ละด้าน

การแปลผลจะนำคะแนนในแต่ละด้านรวมกัน แล้วเทียบค่าคะแนนกับค่าคะแนนจุดกลาง ระหว่าง 4 กับ 16 คะแนน คือ 10 คะแนน ถ้าคะแนนมากกว่า 10 คะแนนขึ้นไปแสดงว่า กลุ่มตัวอย่างมีแนวโน้มในการใช้วิธีนั้นเผชิญปัญหาแบบนั้นมาก

2. คุณภาพของแบบวัดการเผชิญปัญหา (The COPE Inventory)

คาร์เวอร์ ไชย์เออร์และไวน์ทรอบ (Carver, Scheier and Weintraub, 1989) ได้พัฒนาแบบวัดการเผชิญปัญหานี้ โดยผ่านการปรับข้อความหลายครั้ง มีการพิจารณาแยกแยะอย่างละเอียดจากกลุ่มตัวอย่างหลายร้อยคน จนกระทั่งได้แบบวัดที่มีข้อความทั้งสิ้น 53 ข้อ ได้นำแบบวัดที่ได้ไปทดลองใช้กับนักศึกษาระดับปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยไมอามี จำนวน 978 คน จากนั้นนำคะแนนที่ได้มาตรวจสอบคุณภาพของแบบวัด ดังนี้

1. การหาความเที่ยง (Reliability) มีการตรวจสอบดังนี้

1.1 วิธีการทดสอบซ้ำ (Test-retest method)

โดยนำแบบวัดการเผชิญปัญหา ซึ่งประกอบด้วยวิธีเผชิญปัญหา 53 ข้อ แบ่งเป็น 14 ด้าน ไปหาความเที่ยงโดยวิธีการทดสอบซ้ำกับนักศึกษา 2 กลุ่ม

กลุ่มที่ 1 ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 89 คน ใช้ช่วงเวลาห่าง 8 สัปดาห์
ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงระหว่าง .46 ถึง .86

กลุ่มที่ 2 ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 116 คน ใช้ช่วงเวลาห่าง 6 สัปดาห์
ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงระหว่าง .42 ถึง .89

1.2 วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's alpha reliability Coefficients) (ดังตารางที่ 1)

แสดงว่าแบบวัดการเผชิญปัญหาให้ผลการวัดที่มีความคงเส้นคงวา (Carver and Scheier, 1989)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 1 ค่าความเที่ยงของแบบวัดการเผชิญปัญหาของคาร์เวอร์ ไซย์เออร์ และไวน์ทรอบ
ในแต่ละด้าน โดยวิธีการทดสอบซ้ำ และวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค

ด้าน	ค่า α (n=978)	ค่า r_1 (n=89)	ค่า r_2 (n=116)
ด้านการลงมือกระทำการเผชิญปัญหา	.62	.56	.69
ด้านการวางแผน	.80	.63	.69
ด้านการระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง	.68	.46	.64
ด้านการชะลอการเผชิญปัญหา	.72	.51	-
ด้านการค้นหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ	.75	.64	.76
ด้านการค้นหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ	.85	.77	.72
ด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต	.68	.48	.63
ด้านการยอมรับ	.65	.63	.61
ด้านการพึ่งศาสนา	.92	.86	.89
ด้านการระบายออกทางอารมณ์	.77	.69	-
ด้านการปฏิเสธ	.71	.54	-
ด้านการไม่แสดงออกทางพฤติกรรม	.63	.66	.42
ด้านการไม่เกี่ยวข้องทางความคิด	.45	.58	.56

2. การหาความตรง (Validity) มีการตรวจสอบดังนี้

2.1 การหาความตรงตามภาวะสันนิษฐาน (Construct Validity) ด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor analysis) พบว่าแบบวัดแบ่งออกเป็น 12 องค์ประกอบ แต่มี 14 ด้าน โดยจะมี 2 องค์ประกอบที่มีการรวมกันของด้าน 2 ด้านคือ องค์ประกอบที่ 1 จะรวมด้านการลงมือกระทำการเผชิญปัญหาทั้งด้านการวางแผน และองค์ประกอบที่ 2 จะรวมด้านการค้นหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ กับด้านการค้นหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบ พบว่า มี 2 ข้อคำถาม ในองค์ประกอบที่ 5 ด้านการตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโตและองค์ประกอบที่ 11 ด้านการไม่เกี่ยวข้องทางความคิดที่มีน้ำหนักองค์ประกอบ (Factor loading) ต่ำคือ .23 , .17 และ .28 , .23 ตามลำดับ

2.2 การหาความตรงสอดคล้อง (Convergent Validity)


โดยการให้นักศึกษาที่ทำแบบวัดการเผชิญปัญหาได้ทำแบบวัดบุคลิกภาพที่เลือกจำเพาะที่เป็นตัวชี้วัดแนวโน้มทั้งทางด้านบวกและด้านลบ ได้แก่

1. แบบวัดการมองโลกในแง่ดี (Life orientation test)
2. แบบวัดการควบคุมต่อภาวะเครียด (Controlability)
3. แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง (Rosenberg's self-esteem)
4. แบบวัดการควบคุมตนเอง (Rotter's locus of control)
5. แบบวัดความทนทาน (Personal view survey)
6. แบบวัดบุคลิกภาพแบบ type A
(Student Version of Jenkins Activity Survey)
7. แบบวัดความวิตกกังวล (State-Trait Anxiety Inventory)
8. แบบวัดวิธีการเผชิญสถานการณ์ (Millor Behavior Style Scale)
9. แบบวัดมาตรฐานทางสังคม (Social Desirability Scale)

นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ พบว่า คະแนนจากแบบวัดบุคลิกภาพด้าน
บวกจะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสเกลด้านที่มีแนวโน้มวิธีการเผชิญปัญหาด้านบวก (ดังตารางที่ 2)
แสดงว่า แบบวัดการเผชิญปัญหานี้มีความตรงสอดคล้องสูง

2.3 การหาความตรงจำแนก (Discriminant Validity)

ทำวิธีการเดียวกับการหาความตรงสอดคล้อง แต่วิเคราะห์ผลจาก
ค่าสหสัมพันธ์ที่ พบว่า คະแนนจากแบบวัดบุคลิกภาพด้านลบจะสัมพันธ์ทางลบกับสเกลด้านที่มีแนวโน้ม
วิธีการเผชิญปัญหาด้านบวก (ดังตารางที่ 2) แสดงว่าแบบวัดการเผชิญปัญหาวัดในสิ่งที่แตกต่างกัน



ศูนย์วิทยพัชร์พยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 2 ค่าสหสัมพันธ์ของวิธีการเผชิญปัญหาแต่ละด้านในแบบวัดการเผชิญปัญหาของคาร์เวอร์ ไชย์เออร์ และไวน์ทรอบ กับบุคลิกภาพที่เลือกจำเพาะเจาะจง

	การมอง โลกใน แง่ดี (n=476)	การ ควบคุม (n=476)	การเห็น คุณค่าใน ตนเอง (n=162)	การควบคุม ตนเอง ภายใน (n=162)	ความ ทนทาน (n=162)	บุคลิกภาพ Type A (n=162)	การหา ข้อมูล (n=162)	การแยก ตัวเอง (n=162)	ความวิตก กังวล (n=162)	มาตรฐาน ทางสังคม (n=209)
1. การลงมือกระทำการเผชิญปัญหา	.32++	.21++	.27++	.17++	.20++	.30++	.04	.02	-.25++	.10
2. การวางแผน	.25++	.14++	.22++	.09	.17++	.23++	.12	.01	-.15	.06
3. การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่ เกี่ยวข้อง	.08	.04	.07	.07	-.06	.19+	.08	-.09	-.10	.02
4. การชะลอการเผชิญปัญหา	.20++	.09	-.03	.03	.13	-.07	.00	-.07	-.19+	.14
5. การค้นหาการสนับสนุนทางสังคม เพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ	.10+	.02	.12	-.15	.14	.09	.16+	.04	.01	-.04
6. การค้นหาการสนับสนุนทางสังคม เพื่อได้รับกำลังใจ	.07	-.07	.06	-.08	.05	.13	.12	.05	.14	-.08
7. การตีความหมายใหม่ในทางบวก และการเติบโต	.41++	.16++	.16+	-.02	.23++	.03	.03	-.01	-.25++	.23++
8. การยอมรับ	.19++	.02	.12	.08	.07	.07	.11	.09	-.15	-.01
9. การพึ่งศาสนา	.15++	-.02	-.06	-.02	-.06	-.09	.20++	-.05	.11	.11

ตารางที่ 2 (ต่อ)

	การมอง โลกใน แง่ดี (n=476)	การ ควบคุม (n=476)	การเห็น คุณค่าใน ตนเอง (n=162)	การควบคุม ตนเอง ภายใน (n=162)	ความ ทนทาน (n=162)	บุคลิกภาพ Type A (n=162)	การหา ข้อมูล (n=162)	การแยก ตัวเอง (n=162)	ความวิตก กังวล (n=162)	มาตรฐาน ทางสังคม (n=209)
10. การระบายออกทางอารมณ์	-.11+	-.16++	-.01	-.16+	-.06	.18+	.21++	.05	.36++	-.17+
11. การปฏิเสธ	-.27++	-.19++	-.28++	-.13	-.21++	-.04	.05	.01	.35++	-.11
12. การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม	-.34++	-.20++	-.31++	-.08	-.29++	-.28++	-.16+	.01	.37++	-.20++
13. การไม่เกี่ยวข้องกับความคิด	-.14++	-.12++	-.08	-.11	-.09	-.07	.03	.09	.21++	-.07

มีนัยสำคัญที่ระดับ $p < .05$

+ $p < .05$ ทดสอบสองทาง ++ $p < .01$ ทดสอบสองทาง

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ข. แบบวัดการเผชิญปัญหาที่พัฒนาขึ้น

จากแบบวัดการเผชิญปัญหา (The COPE Inventory) ของ คาร์เวอร์ ไชเยอร์ และไวน์ทรอบ (Carver, Scheier and Weintraub, 1989) และงานวิจัยที่เกี่ยวกับการเผชิญปัญหาและองค์ประกอบของการเผชิญปัญหา (Parker & Endler, 1990; Parker & Endler, 1994; Carver, 1994; Moos, 1987; Bolger, 1990; Endler et al., 1994; Folkman & Lazarus, 1988) พบว่ามีวิธีการเผชิญปัญหาที่จัดได้ว่าเป็นวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหา วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นทางด้านอารมณ์ ซึ่งวิธีการเผชิญปัญหาแบบนี้จะมีทั้งวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นทางด้านอารมณ์ที่สนับสนุนการแก้ปัญหา และวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นทางด้านอารมณ์ที่ไม่สนับสนุนการแก้ปัญหา และวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา ผู้วิจัยเรื่องนี้ ได้ประมวลวิธีการแก้ปัญหามาตามเอกสารที่เกี่ยวข้อง แล้วจึงได้เสนอลักษณะของแบบวัดการเผชิญปัญหาดังนี้

1. ลักษณะของแบบวัดการเผชิญปัญหา

แบบวัดการเผชิญปัญหานี้แบ่งเป็น 4 ด้าน ประกอบด้วย ข้อคำถาม จำนวน 50 ข้อ (ดังรายละเอียดในภาคผนวก ข.) ดังนี้

1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหา (Problem-focused Coping) ประกอบด้วยด้านย่อย (Subscales) 5 ด้านดังนี้

1.1 การลงมือกระทำการเผชิญปัญหา (Active Coping) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงกระบวนการในการลงมือแก้ปัญหา เพื่อจัดสิ่งทีกระตุ้นให้เกิดความเครียด รวมถึงมีความพยายามเพิ่มขึ้นในการเผชิญปัญหา จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 4, 21, 40, 48

1.2 การวางแผน (Planning) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการคิดเกี่ยวกับวิธีการในการเผชิญกับสิ่งทีทำให้เกิดความเครียด รวมถึงกลวิธีในการเผชิญปัญหา การคิดเกี่ยวกับขั้นตอนในการกระทำและหาวิธีทีจะจัดการกับปัญหาอย่างดีที่สุด จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 16, 27, 32, 46

1.3 การระงับกิจกรรมที่ไม่เกี่ยวข้อง (Suppression of Competing Activities) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงการระงับความสนใจอื่นที่จะเข้ามาเกี่ยวข้อง เพื่อที่จะใส่ใจในการเผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดอย่างเต็มที่มากขึ้น จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 12, 28, 35, 45

1.4 การชะลอการเผชิญปัญหา (Restraint Coping) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงการรอโอกาสที่เหมาะสม ที่จะสามารถใช้วิธีการเผชิญปัญหากับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดได้ จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 8, 18, 34, 42

1.5 การค้นหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาสิ่งช่วยเหลือ (Seeking Social Support for Instrumental Reasons) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงความต้องการความช่วยเหลือข้อมูลและคำแนะนำเกี่ยวกับสิ่งที่จะต้องกระทำ จำนวน 3 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 11, 25, 38

2. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นทางด้านอารมณ์ที่สนับสนุนการแก้ปัญหา ประกอบด้วยด้านย่อย (Subscales) 3 ด้าน ดังนี้

2.1 การค้นหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อได้รับกำลังใจ (Seeking Social Support for Emotional Reasons) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงความต้องการกำลังใจ ความเห็นอกเห็นใจ และความเข้าใจจากบุคคลอื่น จำนวน 3 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 9, 19, 29

2.2 การตีความหมายใหม่ในทางบวกและการเติบโต (Positive Reinterpretation and Growth) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงการมองสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดในทางที่ดี หรือการเติบโตด้วยการทำให้สถานการณ์นั้นดีที่สุด จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 1, 24, 31, 49

2.3 การพึ่งศาสนา (Turning to Religion) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงการเพิ่มการใช้วิถีทางศาสนาเพื่อมาเป็นส่วนช่วยเหลือทางด้านจิตใจ จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 6, 15, 41, 50

3. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นทางด้านอารมณ์ที่ไม่สนับสนุนการแก้ปัญหา ประกอบด้วยด้านย่อย (Subscales) 2 ด้านดังนี้

3.1 การยอมรับ (Acceptance) ประกอบด้วยข้อความที่แสดงถึงการยอมรับความเป็นจริงตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 10, 17, 37, 44

3.2 การปฏิเสธ (Denial) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงการพยายามที่จะปฏิเสธความจริงและไม่สนใจต่อเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 5, 22, 33, 47

4. การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา ประกอบด้วยด้านย่อย (Subscales) 3 ด้านดังนี้

4.1 การระบายออกทางอารมณ์ (Focusing on and Venting of Emotion) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงการเพิ่มความตระหนักต่อความกดดันทางอารมณ์ และการระบายความรู้สึกเหล่านั้นออกไป จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 3, 14, 23, 39

4.2 การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม (Behavioral Disengagement) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงความพยายามของบุคคลในการเผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด ลดลง รวมทั้งการละทิ้งความพยายามและหนีจากการบรรลุเป้าหมายในการเผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 7, 20, 30, 43

4.3 การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด (Mental Disengagement) ประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงการไม่คิดถึงวิธีการที่จะเผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด การหนีจากปัญหาโดยวิธีการอื่น รวมถึงการฝันกลางวันด้วย จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ 2, 13, 26, 36

แบบวัดนี้มีลักษณะเป็นแบบมาตราประเมินค่า (Rating Scale) ตามแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) แบ่งเป็น 4 ระดับคือ

- ระดับที่ 1 ไม่เคยใช้วิธีนั้นในการเผชิญปัญหาเลย
- ระดับที่ 2 ใช้วิธีนั้นบ้างเล็กน้อย
- ระดับที่ 3 ใช้วิธีนั้นในปริมาณปานกลาง
- ระดับที่ 4 ใช้วิธีนั้นเป็นส่วนมาก

เกณฑ์การให้คะแนนและการแปลผล

การให้คะแนนจะให้คะแนนรายข้อ โดยมีช่วงคะแนนตั้งแต่ 1-4 คะแนน ซึ่งให้คะแนนรายข้อตามความบ่อยครั้งของการใช้แต่ละวิธี ดังนี้คือ

ไม่เคยใช้วิธีนั้นในการเผชิญปัญหาเลย	ได้ 1 คะแนน
ใช้วิธีนั้นบ้างเล็กน้อย	ได้ 2 คะแนน
ใช้วิธีนั้นในปริมาณปานกลาง	ได้ 3 คะแนน
ใช้วิธีนั้นเป็นส่วนมาก	ได้ 4 คะแนน

จะมีคะแนนรวมตั้งแต่ 4-16 คะแนนในแต่ละด้าน

การแปลผลจะนำคะแนนในแต่ละด้านรวมกัน แล้วเทียบค่าคะแนนกับค่าคะแนนจุดกลางระหว่าง 4 กับ 16 คือ 10 คะแนน ถ้าคะแนนมากกว่า 10 คะแนนขึ้นไป แสดงว่ากลุ่มตัวอย่างมีแนวโน้มในการใช้วิธีนั้นเผชิญปัญหาแบบนั้นมาก

การพัฒนาเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้นำแบบวัดการเผชิญปัญหา (The COPE Inventory) มาพัฒนาตามขั้นตอนดังนี้

1. แปลข้อความของแบบวัดการเผชิญปัญหาทั้ง 53 ข้อความ เลือกใช้เพียง 52 ข้อความ เนื่องจากข้อความที่ 53 เป็นวิธีการเผชิญปัญหาโดยการดื่มเหล้าและใช้ยา ซึ่งในนักศึกษายาบาลมีการใช้วิธีนี้น้อยมาก ผู้วิจัยจึงได้ตัดข้อความนี้ออก
2. นำแบบวัดที่แปลแล้วไปตรวจสอบด้านความถูกต้องในการแปล ส่วนภาษาและการคงความหมายเดิม โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ถือเกณฑ์ 2 ท่านให้ความเห็นตรงกันจะถือว่าข้อความนั้นสื่อความหมายได้

3. นำแบบวัดที่ได้รับการตรวจสอบแล้ว ไปทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครธانی จำนวน 10 คน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ความเข้าใจความหมายตรงกัน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขข้อความให้ชัดเจนและสามารถเข้าใจได้

4. นำแบบวัดที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วนั้นไปใช้กับนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา จำนวน 80 คน เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อโดยใช้วิธีทดสอบค่าที (t-test) โดยใช้กลุ่มคะแนนสูงและกลุ่มคะแนนต่ำ ร้อยละ 27 โดยคัดเลือกข้อความที่มีค่าอำนาจจำแนกสูงหรือมีค่า t มากกว่า 1.96 ที่ระดับนัยสำคัญ .05 ซึ่งค่า t มีค่าอยู่ระหว่าง 2.01 ถึง 5.68 และนำข้อความที่มีค่าอำนาจจำแนกที่ไม่มีนัยสำคัญมาปรับปรุงแก้ไข แล้วนำมาหาค่าอำนาจจำแนกอีกครั้ง (ดูภาคผนวก ค)

5. นำคะแนนที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างในข้อ 4 มาวิเคราะห์หาค่าความเที่ยง โดยใช้วิธีการคำนวณสัมประสิทธิ์ค่าคงที่ภายในของครอนบาค (Cronbach's alpha reliability Coefficients) ได้ค่าความเที่ยง ดังนี้

5.1	ค่าความเที่ยงทั้งฉบับ	=	0.83
5.2	ค่าความเที่ยงด้านมุ่งเน้นการแก้ปัญหา	=	0.87
5.3	ค่าความเที่ยงด้านมุ่งเน้นทางด้านอารมณ์ที่สนับสนุนการแก้ปัญหา	=	0.61
5.4	ค่าความเที่ยงด้านมุ่งเน้นทางด้านอารมณ์ที่ไม่สนับสนุนการแก้ปัญหา	=	0.55
5.5	ค่าความเที่ยงด้านหลีกเลี่ยงปัญหา	=	0.79

6. หาความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity) โดยเปรียบเทียบกับ Known group โดยนำแบบวัดไปทดสอบกับนักศึกษาพยาบาลที่มีปัญหาในการปฏิบัติหน้าที่ของนักศึกษา โดยนักศึกษามีพฤติกรรมดังนี้ เช่น หนีเรียน เข้าห้องเรียนช้ากว่าอาจารย์ ทำงานไม่เสร็จตามเวลาที่กำหนด เข้าหอพักช้ากว่ากำหนด ออกนอกบริเวณวิทยาลัยโดยไม่ได้รับอนุญาต ขึ้นปฏิบัติงานในคลินิกสาย เป็นต้น ซึ่งถือเป็นผู้ที่ขาดความรับผิดชอบและเลือกวิธีการเผชิญปัญหาอย่างไม่เหมาะสม จำนวน 20 คน และนักศึกษาพยาบาลที่ไม่มีปัญหาในการปฏิบัติหน้าที่ของนักศึกษา จำนวน 20 คน นำคะแนนที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มนี้มาเปรียบเทียบกัน เพื่อทดสอบหาความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนการเผชิญปัญหาของกลุ่มตัวอย่างทั้งสอง ซึ่งจะเป็นการแสดงถึงความตรงตามสภาพของแบบวัด จากผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า

6.1 ค่าเฉลี่ยของคะแนนการเผชิญปัญหาของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองในทั้ง 3 ด้าน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 (ค่า $t = 3.43$)

6.2 ค่าเฉลี่ยของคะแนนการเผชิญปัญหาของกลุ่มตัวอย่างทั้งสอง ในด้านมุ่งเน้นการแก้ปัญหาที่มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 (ค่า $t = 3.41$)

6.3 ค่าเฉลี่ยของคะแนนการเผชิญปัญหาของกลุ่มตัวอย่างทั้งสอง ในด้านมุ่งเน้นทางด้านอารมณ์ที่สนับสนุนการแก้ปัญหาที่มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 (ค่า $t = 3.18$)

6.4 ค่าเฉลี่ยของคะแนนการเผชิญปัญหาของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองในด้านมุ่งเน้นทางด้านอารมณ์ที่ไม่สนับสนุนการแก้ปัญหาที่มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 (ค่า $t = 2.78$)

6.5 ค่าเฉลี่ยของคะแนนการเผชิญปัญหาของกลุ่มตัวอย่างทั้งสอง ในด้านหลีกเลี่ยงปัญหาที่มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 (ค่า $t = 8.15$)

และหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามรายข้อในแต่ละด้านและคะแนนรวมของแต่ละด้าน พบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มีค่าสหสัมพันธ์ระหว่าง .30 ถึง .63 (ดูภาคผนวก ค.)

แสดงว่าแบบวัดการเผชิญปัญหานี้มีความตรงตามสภาพ สามารถใช้จำแนกกลุ่มตัวอย่างที่ขาดความรับผิดชอบและเลือกวิธีการเผชิญปัญหาที่ไม่เหมาะสมได้

2. แบบประเมินพฤติกรรมในการปฏิบัติตามหน้าที่ของนักศึกษาพยาบาลที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

ผู้วิจัยสร้างแบบประเมินพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบในการปฏิบัติตามหน้าที่ของนักศึกษา ดังนี้

1. สร้างข้อระทงคำถามที่ใช้ประเมินพฤติกรรมความรับผิดชอบในการปฏิบัติ ในหน้าที่ของนักศึกษาทั้งที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติงานโดยทั่วไปและการปฏิบัติงานในคลินิก ตามเกณฑ์ในการประเมินพฤติกรรมความรับผิดชอบในการปฏิบัติตามหน้าที่ของนักศึกษาพยาบาล ได้ข้อระทงทั้งสิ้น 15 ข้อ ภายใต้การดูแลของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

2. นำแบบประเมินพฤติกรรมที่ได้ไปตรวจสอบความเหมาะสมโดยการทดลองใช้ให้อาจารย์ที่ปรึกษาทำการประเมินพฤติกรรมความรับผิดชอบของนักศึกษาในการปฏิบัติตามหน้าที่ ทั้งในสถานการณ์ทั่วไปและสถานการณ์ปฏิบัติงานในคลินิก

3. แก้ไขปรับปรุงสำนวนภาษาที่ใช้ให้มีความเหมาะสมอีกครั้ง ได้แบบประเมินพฤติกรรมที่ประกอบด้วยข้อกระทงทั้งสิ้น 15 ข้อ (ดูภาคผนวก ข)

4. แบบประเมินพฤติกรรมนี้จะมีลักษณะเป็นแบบมาตราประเมินค่า (Rating Scale) ตามแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) แบ่งเป็น 8 ระดับคือ ตั้งแต่ระดับที่ 1 หมายถึง นักศึกษามีพฤติกรรมนั้นน้อยที่สุด จนถึงระดับที่ 7 หมายถึง นักศึกษามีพฤติกรรมนั้นมากที่สุด โดยมีค่าคะแนนตั้งแต่ 0 ถึง 7 จะมีคะแนนรวมตั้งแต่ 0 ถึง 105 คะแนน การแปลผลจะนำคะแนนทั้งหมดมารวมกัน ถ้าคะแนนรวมทั้งหมดมากกว่าค่าเฉลี่ย คือ มากกว่า 53 คะแนน แสดงว่า นักศึกษามีพฤติกรรมขาดความรับผิดชอบในการปฏิบัติตามหน้าที่

5. แบบประเมินนี้อาจารย์ที่ปรึกษาจะเป็นผู้พิจารณา และประเมินคัดเลือกนักศึกษาศูนย์สุขภาพที่มีพฤติกรรมขาดความรับผิดชอบในการปฏิบัติในหน้าที่ของตนเอง ตามระเบียบวิทยาลัยพยาบาลศรีมหาสารคาม ว่าด้วยหลักเกณฑ์การพิจารณาความผิดทางการศึกษาภาคปฏิบัติ และทางความประพฤติของนักศึกษา ฉบับแก้ไขใหม่ ปี 2531 ซึ่งอาจารย์ที่ปรึกษาจะเป็นผู้คัดค้านักศึกษาอย่างใกล้ชิด และเป็นผู้ที่เอื้อให้นักศึกษาได้เรียนรู้ความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคมของนักศึกษาศูนย์สุขภาพ และเป็นผู้ดูแลความประพฤติของนักศึกษาโดยตรง

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังนี้

1. ขั้นเตรียมการทดลอง

- 1.1 ผู้วิจัยติดต่อขอความร่วมมือจากวิทยาลัยพยาบาลศรีมหาสารคาม ในการอำนวยความสะดวก สนับสนุนให้นักศึกษาเข้ามีส่วนร่วมในการศึกษา
- 1.2 คัดเลือกนักศึกษายาบาลชั้นปีที่ 3 ที่มีวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพน้อย ได้นักศึกษายาบาลจำนวน 25 คน โดยใช้ค่าคะแนนจากแบบวัดการเผชิญปัญหาที่มีคะแนนเฉลี่ยของวิธีการเผชิญปัญหาแต่ละด้าน คือ คะแนน 10 เป็นเกณฑ์ ดังนี้
 1. คะแนนการเผชิญปัญหาด้านมุ่งเน้นการแก้ปัญหาที่มีแนวโน้มในระดับต่ำ คือ คะแนนต่ำกว่า 10
 2. คะแนนการเผชิญปัญหาด้านมุ่งเน้นทางด้านอารมณ์ที่ไม่สนับสนุนการแก้ปัญหาที่มีแนวโน้มในระดับสูง คือ คะแนนตั้งแต่ 10 ขึ้นไป
 3. คะแนนการเผชิญปัญหาด้านหลีกเลี่ยงปัญหาที่มีแนวโน้มในระดับสูง คือ คะแนนตั้งแต่ 10 ขึ้นไป
- 1.3 คัดเลือกนักศึกษายาบาลที่มีพฤติกรรมขาดความรับผิดชอบในการปฏิบัติตามหน้าที่ของนักศึกษาแบบเจาะจง โดยการพิจารณาจากแบบบันทึกพฤติกรรมของนักศึกษายาบาลตามระเบียบของวิทยาลัย และจากการประเมินพฤติกรรมความรับผิดชอบในการปฏิบัติหน้าที่ของนักศึกษายาบาล ของอาจารย์ที่ปรึกษาว่าเป็นบุคคลที่ขาดความรับผิดชอบ ได้นักศึกษายาบาลจำนวน 19 คน
- 1.4 จัดทำโครงการพัฒนาตนเองสู่ความสำเร็จ และรับสมัครนักศึกษายาบาลจากกลุ่มตัวอย่างที่คัดเลือกแล้ว ได้อาสาสมัครจำนวน 16 คน
- 1.5 สุ่มนักศึกษายาบาลจากจำนวนนักศึกษายาบาล ที่สมัครเข้าร่วมการวิจัยจำนวน 16 คน หลังจากนั้นสุ่มแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน กลุ่มควบคุม 8 คน
- 1.6 สันทนาเป็นรายบุคคลกับกลุ่มทดลองทั้ง 8 คน เพื่อสัมภาษณ์และทำความเข้าใจในการเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยการพูดคุยเกี่ยวกับความต้องการและเป้าหมายของการเข้ากลุ่มของกลุ่มตัวอย่าง ตลอดจนลักษณะของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

2. ขึ้นดำเนินการทดลอง กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง โดยผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม ทั้งสิ้น 10 ครั้ง ในระยะเวลา 5 สัปดาห์ โดยแบ่งออกเป็นสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 20 ชั่วโมง

กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มควบคุม จะไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง แต่จะมีการจัดกลุ่มพัฒนาตนให้ในระยยะต่อไป

3. หลังจากการทดลองสิ้นสุดลง ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบวัดการเผชิญปัญหาอีกครั้ง เพื่อเก็บคะแนนไว้เป็นการทดสอบครั้งหลัง (Posttest)

4. การตรวจให้คะแนนและการวิเคราะห์ ผู้วิจัยได้นำแบบวัดมาตรวจให้คะแนนเพื่อนำคะแนนมาวิเคราะห์ เปรียบเทียบข้อมูลด้วยวิธีทางสถิติ

5. ติดตามผลการประเมินพฤติกรรมของนักศึกษาพยาบาลจากแบบการประเมินพฤติกรรมของนักศึกษาจากอาจารย์ที่ปรึกษา

โปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง

โปรแกรมกลุ่มกำหนดขึ้นโดยยึดหลักการสำคัญของการศึกษาเชิงจิตวิทยาแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง (Reality Therapy) ของกลาสเซอร์ (Glasser) หลักการสำคัญของแนวคิดนี้มี 8 ประการคือ

1. การสร้างสัมพันธภาพ
2. การเน้นพฤติกรรมปัจจุบัน
3. การประเมินคุณค่า
4. การวางแผนเพื่อการกระทำ
5. การประกาศข้อผูกมัดที่จะปฏิบัติตามแผนที่กำหนด
6. การไม่ยอมรับข้อแก้ตัว
7. การไม่ใช้การลงโทษ
8. การไม่ยอมเลิกล้มความตั้งใจ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ใช้เวลา 5 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 10 ครั้ง รวม 20 ชั่วโมง ดังนี้

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	การสร้างสัมพันธภาพ (Involvement)	เพื่อทำความรู้จักสร้างความคุ้นเคยและความรู้สึกมีส่วนร่วมและไว้วางใจ	<ul style="list-style-type: none"> - ผู้นำกลุ่มแนะนำตัว และชี้แจงวัตถุประสงค์ ระยะเวลาในการประชุมกลุ่มและข้อตกลงของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงด้วยท่าที่ที่อบอุ่น และแสดงความเป็นมิตร ช่วยเหลือให้เกิดบรรยากาศของความเป็นกันเองมากที่สุด - ให้สมาชิกได้มีโอกาสแนะนำตัวทำความรู้จักซึ่งกันและกัน โดย - ให้สมาชิกแต่ละคนได้บอกเล่าเกี่ยวกับตนเอง ได้แก่ ความเป็นมา เกิดที่ไหน สภาพครอบครัว สิ่งที่ชอบหรือพอใจในตนเอง

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			<ul style="list-style-type: none"> - ผู้นำกลุ่มรับฟังเรื่องราวของสมาชิกด้วยความใส่ใจ เอื้อให้สมาชิกทุกคนใส่ใจ ต่อเรื่องราวของสมาชิกร่วมกัน เปิดโอกาสให้สมาชิกคนอื่น ๆ ชักถามซึ่งกันและกัน - ผู้นำกลุ่มสื่อให้สมาชิกรับรู้ถึงความเข้าใจ ยอมรับ และห่วงใยด้วยความจริงใจ พร้อมทั้งจะเป็นกำลังใจให้เสมอ - เมื่อทุกคนเล่าเกี่ยวกับตนเองแล้วให้กลุ่มช่วยกันสรุปความรู้สึกที่ได้รับจากการที่ได้เป็นผู้เล่าและการรับฟังผู้อื่น - ผู้นำกลุ่มเกริ่นนำถึงเรื่อง "ความสำเร็จในชีวิต" (3R) เน้นความรับผิดชอบที่มีต่อตนเองและผู้อื่น - กล่าวปิดกลุ่ม

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2	การสร้างสัมพันธภาพ (Involvement)	เพื่อพัฒนาบรรยากาศของ ความไว้วางใจมากขึ้น มี ความเป็นมิตรและส่งเสริม ให้มีการเปิดเผยตนเอง มากขึ้น	<ul style="list-style-type: none"> - ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสรุปสิ่งที่ได้ พูดคุยกันในครั้งที่ 1 - ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ มีโอกาสบอกเล่าความรู้สึกใน การเข้ากลุ่มครั้งที่ 1 และ พิจารณาแนวทางในการดำเนิน กลุ่มร่วมกัน
3	การสร้างสัมพันธภาพ (Involvement)	เพื่อให้สมาชิกพิจารณา ตนเองในแง่มุมต่าง ๆ และ สร้างการเห็นคุณค่าใน ตนเองและผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> - ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสรุปสิ่งที่ได้ พูดคุยกันในครั้งที่ 2 - ผู้นำกลุ่ม เปิดโอกาสให้สมาชิก ทำความรู้จักกันมากขึ้น โดย แลกเปลี่ยนเรื่องราวเกี่ยวกับ ตนเองในเรื่อง <ul style="list-style-type: none"> - ความภาคภูมิใจ/ความสำเร็จ เพื่อเป็นการวางพื้นฐานให้ สมาชิกได้ตระหนักถึงความ สำคัญของการให้และการได้ รับความรักและรู้สึกมีคุณค่า ในตนเอง

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
4	การสำรวจพฤติกรรม การเน้นพฤติกรรม ปัจจุบัน (Focus on Present Behavior)	เพื่อให้สมาชิกเข้าใจและ ยอมรับเหตุการณ์และ สถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับ ตนเองในปัจจุบันที่เป็นผล จากพฤติกรรมความรับผิดชอบ ของตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> - ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสรุปสิ่งที่ได้ พูดคุยในครั้งที่ 3 - จากการสร้างสัมพันธ์ภาพ จนพบ ว่า สมาชิกมีความไว้วางใจกัน กล้าเปิดเผยตนเองมากขึ้น และ ยอมรับตนเองได้มากขึ้น ผู้นำกลุ่ม จึงชวนให้สมาชิกสำรวจพฤติกรรม ที่เป็นปัญหาของตน โดยชวนให้ สมาชิกได้พิจารณาถึงสิ่งต่าง ๆ หรือเหตุการณ์ที่ทำให้รู้สึกไม่ ไม่สบายใจ และเป็นอุปสรรคที่ ทำให้สมาชิกไม่สามารถทำตาม ความต้องการตามเป้าหมาย ของตนเองได้และทำให้สมาชิก รู้สึกไม่ประสบความสำเร็จ - ให้สมาชิกได้บอกเล่าและแสดง ความรู้สึกต่อเหตุการณ์นั้น ๆ และ สำรวจพฤติกรรมที่มีต่อเหตุการณ์ นั้น ๆ

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
5 และ 6	การประเมินคุณค่า (Value Judgment)	เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกตระหนักถึงพฤติกรรมที่ไม่รับผิดชอบต่อตนเองในปัจจุบันและประเมินผลจากการแสดงออกของพฤติกรรมของตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> - หลังจากที่สมาชิกได้บอกเล่าถึงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเองครั้งที่แล้ว - ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับ <ul style="list-style-type: none"> - ความสำคัญของความรับผิดชอบต่อ - พฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบต่อตนเอง - ผลอันเกิดจากการแสดงออกของพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบต่อในการปฏิบัติตามหน้าที่ว่ามีผลต่อตนเองและผู้อื่นอย่างไรบ้าง - เปิดโอกาสให้สมาชิกได้พิจารณาร่วมกันถึงวิธีการใช้เผชิญต่อสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมขาดความรับผิดชอบในการปฏิบัติตามหน้าที่ว่าเหมาะสมหรือไม่อย่างไร

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
7	การวางแผนเพื่อการกระทำ (Positive Plan to Action) การประกาศข้อผูกมัด (Commitment)	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้วิธีการจัดการกับพฤติกรรมของตนเอง กำหนดวิธีการเผชิญสถานการณ์เพื่อวางแผนแก้ไขพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบของตนเอง และตัดสินใจด้วยตนเองในการเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่เหมาะสม 	<ul style="list-style-type: none"> - ผู้นำกลุ่มสรุปถึงพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบ และให้สมาชิกได้พิจารณาและตระหนักถึงความต้องการของตนเองที่จะกระทำกับพฤติกรรมที่ตนเองได้กระทำอยู่ในปัจจุบัน - เปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละคนพิจารณาวางแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบของตนเองและเลือกวิธีการเผชิญปัญหาที่เหมาะสมและเป็นไปได้จริง
8	ดำเนินการตามแผน ไม่ใช้การลงโทษ (No punishment)	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อตรวจสอบการปฏิบัติและให้ได้รับประสบการณ์ของความสำเร็จในการเผชิญปัญหา เพื่อแก้ไข 	<ul style="list-style-type: none"> - ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกบอกเล่าถึงผลของการปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ที่ได้นำวิธีการเผชิญปัญหาไปใช้ หากสมาชิก
9	ไม่ยอมรับข้อแก้ตัว (No excuses) ไม่ล้มเลิกความตั้งใจ (Refuse to give up)	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบมากขึ้น 	<ul style="list-style-type: none"> สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ผู้นำกลุ่มจะให้กำลังใจเพื่อสมาชิกรู้สึกว่า ตนเองมีความสามารถที่จะทำได้ และภาคภูมิใจที่สามารถทำได้สำเร็จ แต่หากสมาชิกไม่สามารถปฏิบัติตามแผน

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
10	สรุปและยุติการปรึกษา	- เพื่อให้สมาชิกให้กำลังใจ และมีความเข้มแข็งและ รับผิดชอบต่อนวัตกรรม ของตนเองและมีวิธีการ เผชิญปัญหาที่เหมาะสม	ที่กำหนดไว้ได้ ผู้นำกลุ่มจะไม่ ตำหนิ หรือลงโทษใด ๆ แต่จะให้ สมาชิกได้พิจารณาหาแนวทาง ปรับปรุงวิธีการ และวางแผน วิธีการใหม่ให้เหมาะสม และ สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง เพื่อ ส่งเสริมให้ประสบความสำเร็จ - ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ รายงานผลการปฏิบัติแนวทางการ เผชิญปัญหาในการพัฒนาพฤติกรรม ความรับผิดชอบและความตั้งใจที่ จะนำวิธีการเหล่านี้ไปใช้ เมื่อ สิ้นสุดการประชุมกลุ่มแล้ว และ เปิดโอกาสให้สมาชิกได้ให้กำลังใจ ซึ่งกันและกัน ตลอดจนให้ สมาชิกได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ที่ได้จากการเข้าร่วมประชุมกลุ่ม

(รายละเอียดของกระแสมุมมอง ดูในภาคผนวก ง.)

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนจากแบบวัดการเผชิญปัญหาในแต่ละด้าน ทั้งก่อนการเข้าร่วมกลุ่มและหลังจากการเข้ากลุ่มเสร็จสิ้นของ ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
2. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดการเผชิญปัญหา ในแต่ละด้านของนักศึกษาพยาบาลที่วัดก่อนและหลังการทดลองของทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที (t-dependent test)
3. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดการเผชิญปัญหาในแต่ละด้าน ของนักศึกษาพยาบาลที่วัดหลังการทดลองในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที (t-independent test)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย