

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย

การออกแบบการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ ต่อการเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนของบุคคลที่สูญเสียแขนขา โดยศึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ กับกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ โดยใช้รูปแบบการทดลองแบบทดสอบก่อนและหลังการทดลองโดยมีกลุ่มควบคุม (Randomized pretest-posttest control group design)

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นบุคคลที่สูญเสียแขนขาที่ไม่มีความพิการทางสมองหรือโรคทางกายอื่น ๆ ที่กำลังได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพที่ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนงาน จังหวัดปทุมธานี ที่มีความสมัครใจเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 16 คน จากกลุ่มประชากรจำนวน 42 คน โดยพิจารณาจากคะแนนจากแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนดังนี้

1. คัดเลือกผู้ที่มีคะแนนจากแบบวัดการรับรู้ความสามารถโดยทั่วไปของตนต่ำกว่าค่าเฉลี่ย 0.5 SD คือมีคะแนนต่ำกว่า 126.82 (\bar{X}) อยู่ 10.21 คะแนน (0.5SD) นั่นคือผู้ที่มีคะแนนต่ำกว่า 116.61 ในแบบวัดการรับรู้ความสามารถโดยทั่วไปของตน และผู้ที่มีคะแนนจากแบบวัดการรับรู้ความสามารถเฉพาะของตนต่ำกว่าค่าเฉลี่ย 0.5 SD คือมีคะแนนต่ำกว่า 221.30 (X) อยู่ 20.53 คะแนน (0.5 SD) นั่นคือผู้ที่มีคะแนนต่ำกว่า 200.77 ในแบบวัดการรับรู้ความสามารถเฉพาะของตน ได้จำนวน 18 คน คัดเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่าง 16 คน โดยการสอบถามความสมัครใจและความพร้อมในการเข้าร่วมกลุ่ม

2. จากข้อ 1 ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 8 คน คือกลุ่มควบคุม 8 คน และกลุ่มทดลอง 8 คน โดยวิธีสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (simple random sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ได้มีผู้ที่ศึกษาและวิจัยเกี่ยวกับทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนไว้จำนวนมาก โดยมีการพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวัดการรับรู้ความสามารถของตนดังนี้คือ

สิริวรรณค์ อัสกุล (2528) ได้ศึกษาความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนในการทำงานที่กำหนดของนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและต่ำ แบบทดสอบที่ใช้เป็นแบบทดสอบการเปลี่ยนตัวเลขเป็นสัญลักษณ์ ดัดแปลงมาจากแบบสอบชุด Digit-Symbol ของ WAIS 1955 ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของแบบสอบสติปัญญาของผู้ใหญ่ตั้งแต่ 16 ปีขึ้นไป เป็นแบบสอบการเปลี่ยนตัวเลขเป็นสัญลักษณ์โดยถือว่าเป็นงานที่เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และจากการนำเครื่องมือไปทดลองใช้ พบว่ากลุ่มตัวอย่างให้ความสนใจและกระตือรือร้นที่จะทำงาน เป็นการแสดงให้เห็นว่าลักษณะของงานเหมาะสมกับวัยของกลุ่มผู้รับการทดลอง เป็นแบบทดสอบที่ให้ผู้รับการทดลองเขียนสัญลักษณ์แทนตัวเลขที่กำหนดหาในเวลา 1 นาที ตัวเลขที่ใช้มี 9 ตัวคือ 1,2,3,4,5,6,7,8,9 นำตัวเลขมาสุ่มเรียงเป็นแถว แถวละ 20 ตัว มีทั้งหมด 5 แถว รวมเป็นตัวเลข 100 ตัว ภายใต้ตัวเลขแต่ละตัวมีช่องว่างสำหรับผู้รับการทดลอง เขียนสัญลักษณ์ที่กำหนดไว้แทนตัวเลข การตรวจนับคะแนนจากการเขียนสัญลักษณ์แทนตัวเลขถูกต้องได้คะแนนตัวเลข 1 คะแนน ในหน้าแรกของเครื่องมือมีคำอธิบายพร้อมทั้งตัวอย่างของงานที่นักเรียนจะต้องทำ และมีช่องว่างสำหรับเขียนคะแนนที่ตนคาดแจ้งว่าจะทำงานนี้ได้ ในหน้าถัดไป เป็นงานที่กำหนดค่าให้ทำ

ชนิษฐา สุวรรณนิตย์ (2533) ได้ศึกษาถึงปัจจัยคิดสรรที่มีอิทธิพลต่อความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 แบบทดสอบที่ใช้เป็นแบบทดสอบที่ดัดแปลงมาจาก The Self-efficacy Test ของ Schunk, Hanson และ Cox (Schunk et al., 1987) โดยนำมาปรับปรุงเพื่อให้สอดคล้องกับเนื้อหาวิชาคณิตศาสตร์ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตามหลักสูตรประถมศึกษาพุทธศักราช 2521 ของกระทรวงศึกษาธิการ ลักษณะของ

แบบทดสอบจะประกอบไปด้วยปัญหาเกี่ยวกับการบวก การลบ การคูณ การหารเศษส่วน และเศษ
 ซ้อน จำนวน 33 ข้อ แต่ละข้อจะมีปัญหาเศษส่วนที่มีลักษณะคล้ายกันด้านเนื้อหาจำนวน 2 ปัญหา
 บรรจุอยู่ในแผ่นการ์ดขนาด 5 x 8 นิ้ว วิธีการทดสอบจะให้นักเรียนดูโจทย์ปัญหาแต่ละข้อเป็น
 เวลา 2 วินาที แล้วให้นักเรียนตัดสินใจว่านักเรียนมีความสามารถที่จะแก้ปัญหานั้นในแผ่นการ์ด
 ที่กำหนดให้ได้หรือไม่ในระดับใดจากระดับ 1-4 โดยมีความหมายดังนี้

- | | | |
|---|---------|------------------------|
| 1 | หมายถึง | แน่ใจว่าทำไม่ได้ |
| 2 | หมายถึง | ไม่ค่อยแน่ใจว่าจะทำได้ |
| 3 | หมายถึง | ค่อนข้างแน่ใจว่าทำได้ |
| 4 | หมายถึง | แน่ใจว่าทำได้จริง ๆ |

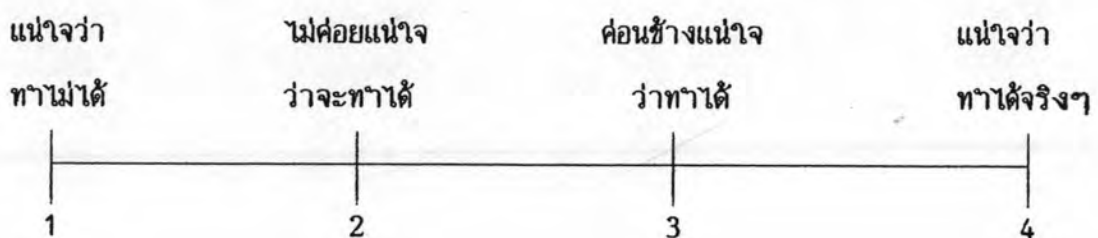
เมื่อนักเรียนตัดสินใจความสามารถของตนแล้ว ให้นักเรียนวงกลมล้อมรอบตัวเลขซึ่งเป็น
 คำตอบลงในกระดาษคำตอบ

ชนิษฐา สุวรรณนิตย์ ทำการหาความตรงตามเนื้อหาของแบบทดสอบ ด้วยการนำแบบ
 ทดสอบมาเปรียบเทียบกับเนื้อหาวิชาคณิตศาสตร์ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พุทธศักราช 2521 ของ
 กระทรวงศึกษาธิการ พบว่า แบบทดสอบฉบับนี้มีความสอดคล้องกับเนื้อหาวิชาคณิตศาสตร์ ชั้น
 ประถมศึกษาปีที่ 6 จากนั้นได้ให้ครูผู้สอนวิชาคณิตศาสตร์ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 5 คน
 ทำการประเมินว่าแบบทดสอบมีความตรงกับเนื้อหาที่ครูใช้สอนหรือไม่ พบว่า แบบทดสอบความ
 คาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนฉบับนี้มีความตรงตามเนื้อหาวิชาคณิตศาสตร์ ชั้นประถม
 ศึกษาปีที่ 6

หาความเที่ยงของแบบทดสอบแบบวัดซ้ำ โดยการนำแบบทดสอบไปทดลองใช้กับนักเรียน
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดนครสวรรค์ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยจำนวน 40 คน ทำการ
 ทดสอบ 2 ครั้ง เว้นระยะระหว่างการทดสอบ 2 สัปดาห์ พบว่าค่าความเที่ยงของแบบ
 ทดสอบความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนฉบับนี้ มีค่า เท่ากับ 0.80

ฐิติพัฒน์ สงบกาย (2533) ได้ศึกษาถึงผลของการกำกับตนเองต่อความคาดหวังเกี่ยว
 กับความสามารถของตนเอง และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ของนักเรียนชั้นประถม

ศึกษาปีที่ 5 แบบทดสอบที่ใช้เป็นสไลด์แบบทดสอบความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเอง (The Self-efficacy Test) สร้างขึ้นโดยปรับปรุงและพัฒนามาจาก The Self-efficacy Test ของ Schunk, Hanson และ Cox (Schunk, Hanson and Cox, 1987) ทั้งนี้เพื่อให้เหมาะสมกับหลักสูตรวิชาคณิตศาสตร์ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 พุทธศักราช 2521 ของกระทรวงศึกษาธิการ ซึ่งแบบทดสอบจะครอบคลุมเนื้อหาและวัตถุประสงค์ในการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เรื่องการบวก ลบ คูณ ทหารเศษส่วน ลักษณะแบบทดสอบเป็นแบบวัดมี 4 อันดับมีระยะห่างจาก 1-4 และมีข้อความกำกับดังนี้ 1 = แน่ใจว่าทำไม่ได้, 2 = ไม่ค่อยแน่ใจว่าจะทำได้, 3 = ค่อนข้างแน่ใจว่าจะทำได้, 4 = แน่ใจว่าทำได้จริง ๆ ดังแสดงในตัวอย่างต่อไปนี้



เครื่องมือที่เป็นสิ่งเร้า ประกอบด้วยปัญหาการบวก ลบ คูณ ทหารเศษส่วน จำนวน 32 ข้อ ๆ ละ 2 ปัญหา (คู่) ปัญหาในแต่ละคู่จะมีลักษณะคล้ายกันทั้งรูปแบบ เนื้อหาและวิธีทำ บรรจุอยู่ในภาพสไลด์ วิธีการทดสอบนั้น ผู้ตีพิมพ์ สงบกาย จะฉายสไลด์แบบทดสอบความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเองให้นักเรียนดูข้อละ 2 วินาที แล้วให้นักเรียนตัดสินใจความสามารถของตนเองว่ามีความสามารถทำข้อสอบในแต่ละข้อได้ในระดับใด และให้นักเรียนวงกลมลงบนแบบวัดในกระดาษคำตอบ

เมื่อสร้างแบบทดสอบเสร็จเรียบร้อยแล้ว ได้นำไปให้อาจารย์ผู้สอนวิชาคณิตศาสตร์ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอนุบาลสามเสนและโรงเรียนวัดโสมนัส จำนวน 5 ท่าน พิจารณา

ความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) วิชาคณิตศาสตร์ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ตามหลักสูตรประถมศึกษาพุทธศักราช 2521 ซึ่งจากการพิจารณาของอาจารย์ผู้สอนวิชาคณิตศาสตร์ทั้ง 5 ท่าน พบว่าแบบทดสอบความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเองมีความตรงตามเนื้อหาของหลักสูตรวิชาคณิตศาสตร์ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จากนั้นได้นำแบบทดสอบความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเองไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอนุบาลสามเสน จำนวน 40 คน เพื่อหาค่าระดับความเที่ยงของแบบทดสอบ โดยการหาค่าความเที่ยงแบบวัดซ้ำ (Test-Retest Reliability) โดยนำแบบทดสอบไปทดสอบซ้ำกับนักเรียนกลุ่มเดิมโดยเว้นระยะห่างจากการทดสอบครั้งแรกกับครั้งที่สอง 2 สัปดาห์ พบว่า ค่าระดับความเที่ยงของแบบทดสอบความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเองเท่ากับ 0.83

รัตนภรณ์ ศิริวัฒน์ชัยพร (2536) ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพื้นฐานบางประการ และการรับรู้สมรรถนะในการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน แบบทดสอบเป็นแบบประเมินสมรรถนะในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวาน สร้างโดย วิลลา ตันตโยทัย แบบประเมินฉบับนี้สร้างขึ้นสำหรับประเมินการรับรู้สมรรถนะในการดูแลตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน ซึ่งได้รับการรักษาด้วยยาชนิดรับประทาน กรอบแนวคิดที่ใช้ในการสร้างแบบประเมินนี้คือ แนวคิดเรื่องการดูแลตนเองของโอเรม และแนวคิดเรื่องการรับรู้สมรรถนะของตนเองของแบนดูรา ลักษณะรายชื่อ ถามถึงความเชื่อมั่นในความสามารถของผู้ป่วยในการกระทำกิจกรรมเพื่อสนองตอบการดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไป การดูแลตนเองที่จำเป็นตามระยะพัฒนาการ และการดูแลตนเองที่จำเป็นเมื่อมีปัญหาทางด้านสุขภาพได้สำเร็จ ชื่อความในแต่ละรายชื่อได้จากประสพการณ์การดูแลผู้ป่วยเบาหวานและจากการทบทวนวรรณกรรม จำนวน 44 ชื่อ แบ่งเป็นหมวดย่อยได้ 3 หมวดคือ

- 1) กิจกรรมในชีวิตประจำวัน มี 20 ชื่อ
- 2) กิจกรรมเกี่ยวกับการรักษา มี 17 ชื่อ
- 3) กิจกรรมด้านการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นและการใช้แหล่งประโยชน์ มี 7 ชื่อ

Altmaier, Russell, Kao, Lehmann และ Weinstein (1993) ได้ศึกษาถึงบทบาทของการรับรู้ความสามารถของคนที่ต่อการฟื้นฟูผู้ป่วยที่ปวดหลังส่วนล่างเรื้อรัง เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตน สร้างจากกรอบทฤษฎีของ Bandura (1986) เป็นมาตรวัดเกี่ยวกับความมั่นใจของผู้ป่วยในความสามารถของพวกเขาในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวัน เช่น การทำงานให้สำเร็จหรือการขับยานพาหนะที่มีความเจ็บปวดอยู่ รายการของกิจกรรมทั้ง 50 กิจกรรม ได้จากการศึกษานำร่อง (pilot study) โดยให้ผู้สัมภาษณ์ที่ผ่านการอบรมซักถามผู้ป่วยที่ปวดหลังส่วนล่างเกี่ยวกับกิจกรรมที่ผู้ป่วยเห็นว่ายากแก่การปฏิบัติ นำรายการของกิจกรรมดังกล่าวไปใ้ถามกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นผู้ป่วยที่ปวดหลังส่วนล่างจำนวน 48 คน โดยให้ตอบเป็นระดับ แบ่งเป็น 10 ระดับ ว่าผู้ป่วยมีความมั่นใจเพียงใดในการมองความสามารถของตนในการที่จะประสบผลสำเร็จในงานที่ยากแก่การปฏิบัติแต่ละอย่างในขณะที่มีความเจ็บปวดอยู่ และคัดเลือกกิจกรรมซึ่งยากแก่การปฏิบัติ และมีความหลากหลายในการปฏิบัติสำหรับผู้ป่วยมา 20 กิจกรรม มาสร้างเป็นแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนในผู้ป่วยที่ปวดหลังส่วนล่าง โดยมีระดับการวัดจากไม่มั่นใจเลย (0) จนถึงมั่นใจมาก (10) ดังนั้นคะแนนจึงอยู่ในช่วง 0 ถึง 200 คะแนน

Stuifbergen และ Becker (1994) ได้ศึกษาถึงบทบาทของการรับรู้ความสามารถของคนที่ต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้พิการประเภทต่าง ๆ เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนที่สร้างจากกรอบทฤษฎีของ Bandura 2 ชุด คือ

1. แบบวัด General Self-efficacy ซึ่งนำมาจากแบบวัด The Self-efficacy Scale (Sherer และคณะ, 1982) เป็นการวัดความเชื่อเกี่ยวกับความสามารถของบุคคลที่มีต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ประกอบด้วย 17 ข้อคำถาม เป็นมาตราประมาณค่า 5 ระดับ คะแนนจะอยู่ในช่วง 17 ถึง 85 คะแนน คะแนนที่สูงแสดงถึงการรับรู้ความสามารถที่สูง Sherer และคณะ ได้รายงานความเที่ยงของแบบวัดเท่ากับ .86 ส่วนความตรงตามโครงสร้างของแบบวัด หาได้จากความสัมพันธ์กับโครงสร้างทางจิตวิทยาอื่น ๆ เช่น การประสบความสำเร็จในชีวิต การศึกษาและสถานภาพทางการงาน

2. แบบวัด Specific Self-efficacy สำหรับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพนั้น วัดโดยแบบวัด The Self-Rated Abilities for Health Practices Scale (Becher, Stuijbergen, Oh, & Hall, 1993) เป็นการวัดความเชื่อเกี่ยวกับความสามารถของบุคคลในการปฏิบัติพฤติกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพในหัวข้อเกี่ยวกับโภชนาการ กิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาพ การออกกำลังกาย การคงไว้ซึ่งการมีสุขภาพจิตที่ดี และความรับผิดชอบต่อการปฏิบัติตนเพื่อสุขภาพ ตัวอย่างของข้อความที่เกี่ยวกับโภชนาการคือ การหาอาหารสุขภาพได้นั่งบประมาณที่มี ตัวอย่างข้อความที่เกี่ยวกับการคงไว้ซึ่งการมีสุขภาพจิตที่ดีคือ ทานสิ่งที่ฉันเกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ตัวอย่างข้อความที่เกี่ยวกับความรับผิดชอบต่อการปฏิบัติตนเพื่อสุขภาพคือ ขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อต้องการ ประกอบด้วย 28 พฤติกรรมทางด้านสุขภาพ เป็นมาตราประมาณค่ามี 5 ระดับ ตั้งแต่ 0 (not at all) จนถึง 4 (completely) โดยแต่ละข้อความจะนำด้วยคำว่าฉันสามารถที่จะ (I am able to)

ความตรงตามเนื้อหาของแบบวัดนี้สร้างโดยการตรวจสอบจากผู้ชำนาญการ 9 ท่าน ซึ่งประกอบด้วยพยาบาลที่กำลังศึกษานระดับปริญญาเอกจากสถาบันที่วิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ ผู้ชำนาญการเกี่ยวกับการพัฒนาแบบวัด ผู้ชำนาญการเกี่ยวกับการฟื้นฟู และพยาบาลที่ปฏิบัติงานกับผู้พิการ ข้อความของแบบวัดนี้ได้รับการตรวจสอบสำนวนภาษาโดยคนพิการที่อาศัยอยู่ในชุมชนจำนวน 15 คนและได้นำมาทดสอบกับบุคคลสองกลุ่มคือ ผู้ที่มีสุขภาพดีจำนวน 188 คน และกลุ่มนักศึกษาพยาบาล จำนวน 111 คน ได้ค่าความเที่ยงของแบบวัดเท่ากับ .94 และได้ค่าความเที่ยงจากการทดสอบซ้ำเท่ากับ .70 และหาความตรงตามสภาพของแบบวัดนี้ โดยวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของแบบวัดนี้กับแบบวัดทัศนคติและพฤติกรรมทางสุขภาพอื่น ๆ ค่าสหสัมพันธ์ที่ได้จากแบบวัด Specific Self-efficacy และแบบวัด General Self-efficacy ที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างผู้มีสุขภาพดีเท่ากับ .44 ($r = .44, p < .01$) และแบบวัด Specific Self-efficacy นี้มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับแบบวัด The Health Promoting Lifestyle Profile (Walker และคณะ, 1987) เท่ากับ .69 ($r = .69, p < .01$)

Sherer และคณะ (1982) ผู้สนใจทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองและมีความเชื่อว่าความคาดหวังของบุคคลเป็นสาเหตุที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรม (Bandura

1977, 1982) และเชื่อว่าความแตกต่างของประสบการณ์ในอดีต การประสบความสำเร็จในทักษะและการใช้โอกาสของบุคคลมีผลมาจากความแตกต่างของระดับความคาดหวังในความสามารถโดยทั่วไปของบุคคลนั้น Sherer และคณะ จึงได้สร้างแบบวัดชื่อ The Self-efficacy Scale เพื่อวัดระดับการรับรู้ความสามารถของบุคคลในสถานการณ์ทั่ว ๆ ไป และในการตอบสนองต่อสถานการณ์ซึ่งแต่ละคนมีข้อมูลเพียงเล็กน้อยหรือไม่มีเลย โดยมีแนวคิดพื้นฐานว่า ประสบการณ์ของบุคคลเป็นสิ่งที่ส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตน ซึ่งสามารถนำไปสู่ความสำเร็จหรือขยายไปสู่การกระทำอื่น ๆ ที่มากกว่าพฤติกรรมที่เฉพาะเจาะจง ซึ่งบุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนสูง จะมีความพยายามมากกว่าในการกระทำพฤติกรรมใหม่ ๆ การยืนยันในการกระทำพฤติกรรมนั้น ๆ และมีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จมากกว่าในพฤติกรรมนั้น ๆ ด้วย ข้อคำถามที่สร้างขึ้นครอบคลุมเนื้อหา 3 ด้านคือ

1. ความตั้งใจในการริเริ่มพฤติกรรม
2. ความตั้งใจในการใช้ความพยายามในการกระทำพฤติกรรมให้สำเร็จ
3. การยืนยันในการเผชิญหน้ากับความยากลำบาก

The Self-efficacy Scale ประกอบด้วย 2 subscale คือ General Self-efficacy subscale เป็นแบบวัดที่ใช้ประเมินการรับรู้ความสามารถโดยทั่วไปของตน ประกอบด้วย 17 ข้อความ (ดูรายละเอียดในภาคผนวก) ตัวอย่างของข้อความ เช่น "เมื่อฉันตั้งเป้าหมายใดไว้ ฉันจะดำเนินงานจนบรรลุเป้าหมายนั้น" และ Social Self-efficacy subscale เป็นแบบวัดที่ใช้ประเมินการรับรู้ความสามารถของตนทางสังคม ประกอบด้วย 6 ข้อความ ตัวอย่างของข้อความ เช่น "เป็นการยากสำหรับฉันในการที่จะคบเพื่อนใหม่" แต่ละข้อความเป็นมาตรประมาณค่า 14 ระดับ โดยให้รายงานตนเองถึงระดับการรับรู้ความสามารถของตนในการกระทำพฤติกรรมนั้น ๆ

ความตรงตามโครงสร้าง (Construct Validity) ความตรงตามโครงสร้างของแบบวัดนี้ Sherer และคณะได้ประเมินในกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักศึกษาทางจิตวิทยาจำนวน 376 คน ความสัมพันธ์ที่ได้จากแบบวัด General Self-efficacy กับแบบวัดบุคลิกภาพ 6 ชุดคือ

Internal External Control Scale (Rotter, 1966), The Personal Control Subscale (Gurin, Lao and Beattie, 1969), The Marlowe Crowne Social Desirability Scale (Crowne and Marlowe, 1964), The Ego Strength Scale (Barron, 1953), The Interpersonal Competency Scale (Holland and Baird, 1968) และ The Self-esteem Scale (Rosenberg, 1965) ซึ่งความสัมพันธ์ระหว่าง General Self-efficacy กับแบบวัดทั้ง 6 ชุด ที่ได้ทั้งหมดล้วนแต่มีความสัมพันธ์ไปในทิศทางที่ทำนายไว้ ดังที่แสดงไว้ในตารางดังนี้

ตารางที่ 1 แสดงความสัมพันธ์ (Pearson Correlations) ของคะแนนแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนกับแบบวัดลักษณะบุคลิกภาพ

Personality Characteristics	General Self-efficacy
- Internal External	- .287
- Personal Control	- .355
- Social Desirability	.431
- Ego strength	.290
- Interpersonal Competency	.451
- Self-esteem	- .510

$p < .0001$

ความเที่ยงของแบบวัด (Reliability) Sherer และคณะ ได้ประเมินความเที่ยงของแบบวัด The Self-efficacy Scale โดยประเมินในกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักศึกษาทางจิตวิทยาจำนวน 376 คน ได้ค่าความเที่ยงของแบบวัด General Self-efficacy subscale เท่ากับ .86 และค่าความเที่ยงของแบบวัด Social Self-efficacy subscale เท่ากับ .71

ความตรงตามเกณฑ์ (Criterion Validity) ความตรงตามเกณฑ์ของแบบวัดนี้ Sherer และคณะ ได้ประเมินในกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นผู้ป่วยที่ติดสุราเรื้อรัง (alcoholism) จำนวน 150 คน ถึงความสัมพันธ์ของคะแนนที่ได้จากแบบวัดกับประสบการณ์ของความสำเร็จในอดีตเกี่ยวกับการศึกษาและอาชีพซึ่งจะรวมถึงสถานภาพทางการงานในปัจจุบัน ซึ่งผลการศึกษาพบว่า ผู้ที่ได้คะแนนสูงในแบบวัดนี้มักเป็นผู้มีงานทำ มีจำนวนครั้งของการลาออกจากงานน้อยกว่า และมีความสัมพันธ์ในทางบวกกับระดับการศึกษา ดังที่แสดงไว้ในตารางดังนี้

ตารางที่ 2 แสดงความสัมพันธ์ (Pearson Correlations) ของคะแนนแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนกับประสบการณ์ของความสำเร็จ

Demographic Variables	General Self-Efficacy
Employed	.278 ⁺
Number of jobs quit	- .240 ⁺
Number of Times Fired	- .226 [*]
Educational Level	.268 ⁺
Military Rank	.218 ⁺

* $p < .05$, + = $p \leq .01$

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเห็นว่าลักษณะการให้คะแนนตามมาตรวัดแบบลิเกิตสเกลโดยให้คะแนน 0 หมายถึง ไม่มีมั่นใจเลย และมีคะแนนความมั่นใจเพิ่มขึ้นทีละ 1 คะแนน จนถึง 10 คะแนน น่าจะจำแนกระดับความมั่นใจของผู้ตอบแบบวัดได้ละเอียดชัดเจนกว่า จึงเลือกมาใช้ในการสร้างแบบวัดในครั้งนี้

จากการศึกษาทฤษฎี บทความ และรายงานการวิจัยต่าง ๆ ทำให้ทราบว่าประสบการณ์ความสำเร็จจากการกระทำของบุคคลมีผลต่อการตัดสินใจเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถซึ่งสามารถแผ่ขยายไปสู่พฤติกรรมและสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เข้ามาในชีวิต (Bandura, 1982) และจากงานวิจัยซึ่งพบความสัมพันธ์อันทางบวกระหว่างพฤติกรรมของบุคคลกับการรับรู้ความสามารถโดยทั่วไปของตน (General Self-efficacy) และการรับรู้ความสามารถเฉพาะของตน (Specific Self-efficacy) ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจึงศึกษาทั้งการรับรู้ความสามารถโดยทั่วไปของตน และการรับรู้ความสามารถเฉพาะของตน โดยแบ่งแบบวัดเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัว ได้แก่ อายุ อาชีพ การศึกษา รายได้ สถานภาพสมรส และผู้ดูแลช่วยเหลือในปัจจุบัน เป็นต้น

ตอนที่ 2 เป็นแบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า (Rating Scale) มี 11 ระดับ ตั้งแต่ 0-10 ซึ่งประกอบด้วยแบบวัด 2 ชุด คือ แบบวัดการรับรู้ความสามารถโดยทั่วไปของตน (General Self-efficacy) และแบบวัดการรับรู้ความสามารถเฉพาะของตน (Specific Self-efficacy)

ลักษณะการให้คะแนน การให้คะแนนของแบบวัดทั้งสองชุดมีลักษณะเหมือนกันคือ เป็นการให้คะแนนความมั่นใจในความสามารถของตนเองที่จะกระทำพฤติกรรมในแต่ละพฤติกรรมได้สำเร็จ โดยคะแนน 0 หมายถึง ไม่มีมั่นใจเลย คะแนนความมั่นใจจะเพิ่มขึ้นช่วงละ 1 คะแนน (0 1 2 3 ...) จนถึง 10 คะแนนในแต่ละข้อคำถาม คะแนนที่สูงแสดงถึงการมีการรับรู้ความสามารถที่สูง ตัวอย่างเช่น

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1 การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)

1.1 ผู้วิจัยนำแบบวัด General Self-efficacy ที่แปลเป็นภาษาไทยทั้ง 17 ข้อ ไปให้ผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน โดยจำแนกเป็นอาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา 1 ท่าน คือ รศ.สุภาพรรณ โคตรจรัส อาจารย์พยาบาลผู้นำทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนมาใช้ในวงการพยาบาล 1 ท่านคือ อาจารย์วัลลา ตันตโยทัย อาจารย์ประจำภาควิชาจิตเวชศึกษาและวิจัยทางด้านจิตวิทยาการปรึกษา 1 ท่าน คือ อาจารย์รุ่งนภา พาณิชย์รัตน์ และนักจิตวิทยาผู้ทำงานทางด้านจิตวิทยาการปรึกษากับผู้ป่วยที่สูญเสียการทาทหน้าที่ของอวัยวะ 2 ท่าน คือ คุณอัจฉรา บัวเลิศ และคุณสมศรี กิตติพงศ์ไพศาล เพื่อพิจารณาความตรงตามคำจำกัดความ โดยที่ผู้วิจัยได้กำหนดรายละเอียดเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ กลุ่มตัวอย่าง และคำจำกัดความของการรับรู้ความสามารถให้แก่ผู้เชี่ยวชาญเป็นแนวทาง

1.2 นำผลการตรวจสอบของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน มาคัดเลือก โดยถือเกณฑ์ตัดสิน 3 ใน 5 ท่าน นำข้อคำถามซึ่งผ่านการพิจารณา ตลอดจนข้อเสนอแนะต่างๆ มาพิจารณาเพื่อปรับปรุงแก้ไขตามความเหมาะสม ได้ข้อคำถามที่ผ่านการตรวจสอบและแก้ไขแล้วทั้งสิ้น 17 ข้อ

2 การตรวจสอบสำนวนภาษา นำข้อคำถามที่ผ่านการคัดเลือกทั้ง 17 ข้อ ไปตรวจสอบสำนวนภาษากับบุคคลที่สูญเสียแขนขาจำนวน 20 คน เพื่อพิจารณาความชัดเจนและความเข้าใจได้ของข้อคำถามที่สร้างขึ้น จากการตรวจสอบพบว่า ข้อคำถามทุกข้อมีความชัดเจนและสามารถเข้าใจได้

3 การตรวจความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity) โดยใช้เทคนิคการแยกกลุ่ม ดังนี้

3.1 นำแบบวัดการรับรู้ความสามารถ General Self-efficacy ไปทดลองใช้กับบุคคลที่สูญเสียแขนขาซึ่งอยู่ในช่วงฝึกอาชีพที่สถานสงเคราะห์คนพิการและทุพพลภาพพระประแดง ทั้งสิ้นจำนวน 60 คน

3.2 นำคะแนนที่ได้จากแบบวัดแต่ละชุดมาเรียงลำดับจากสูงไปต่ำ (หรือจากต่ำไปสูง) แบ่งคะแนนออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มสูง กลุ่มกลาง และกลุ่มต่ำ อย่างละ 20 คน นำคะแนนของกลุ่มสูง และกลุ่มต่ำ มาหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อโดยการทดสอบค่าที (t-test) ระหว่าง

กลุ่มของข้อความที่เป็นรายชื่อ เพื่อทดสอบความสามารถของข้อความในการจำแนกการรับรู้ความสามารถของตนสูง และการรับรู้ความสามารถของตนต่ำ เลือกข้อความที่มีค่าอำนาจจำแนกสูง คือ มีค่า t ตั้งแต่ 1.688 ขึ้นไป ที่ระดับนัยสำคัญ .05 (degree of freedom = 38, one tail) ได้ข้อความที่ผ่านเกณฑ์ทั้ง 17 ข้อ ซึ่งมีค่า t ระหว่าง 3.71 ถึง 6.17 (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ค ตารางที่ 7)

3.3 นำข้อความที่ผ่านเกณฑ์จากข้อ 3.2 ไปตรวจความตรงตามสภาพอีกครั้งโดยใช้เทคนิคแยกกลุ่ม (Known group method) โดยนำแบบวัดไปทดลองใช้กับบุคคล 2 กลุ่มคือ

กลุ่มที่ 1 เป็นบุคคลที่สูญเสียแขนขาที่อยู่นในช่วงฟื้นฟูสมรรถภาพทางร่างกายและฝึกอาชีพ 20 คน คืออยู่ที่ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนงานจำนวน 10 คน และอยู่ที่ศูนย์ฝึกอาชีพคนพิการพระประแดงจำนวน 10 คน

กลุ่มที่ 2 เป็นบุคคลที่สูญเสียแขนขาหรือมีความผิดปกติของแขนขาที่ประสบความสำเร็จทางการศึกษาหรืออาชีพ เป็นสมาชิกของสมาคมคนพิการแห่งประเทศไทย และเป็นบุคคลภายนอกที่มาได้อยู่ในช่วงฟื้นฟูสมรรถภาพทางกายหรือฝึกอาชีพทั้งสิ้นจำนวน 20 คน

3.4 นำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์ทางสถิติด้วยโปรแกรม SPSS_x ดังนี้

3.4.1 ทาค่าอำนาจจำแนกรายชื่อ ด้วยวิธีการทดสอบค่าที (t-test) นำข้อมูลที่ได้จากบุคคลทั้งสองกลุ่ม มาทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างกลุ่มของคะแนนรวมทั้งหมดโดยวิธีทดสอบค่าที (t-test) จากนั้นนำมาทาค่าอำนาจจำแนกรายชื่อโดยทดสอบค่าที (t-test) ระหว่างกลุ่มของข้อความที่เป็นรายชื่อ เพื่อทดสอบความสามารถของข้อความในการจำแนกการรับรู้ความสามารถของกลุ่มบุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนสูง และกลุ่มที่มีการรับรู้ความสามารถของตนต่ำ เลือกข้อความที่มีค่าอำนาจจำแนกสูง คือมีค่า t ตั้งแต่ 1.688 ขึ้นไป ที่ระดับนัยสำคัญ .05 (degree of freedom = 38, one tail) ได้ข้อความที่ผ่านเกณฑ์ทั้ง 17 ข้อ ซึ่งมีค่า t ระหว่าง 2.40 ถึง 7.71 (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ค ตารางที่ 9)

3.4.2 ทาค่าสหสัมพันธ์รายชื่อของแบบวัด (Item-Total Correlation) เพื่อคัดเลือกข้อความที่อยู่ในคุณลักษณะของความรู้สึกมั่นใจในความสามารถเหมือนกันโดยนำแบบวัด General Self-efficacy ที่ผ่านเกณฑ์จากข้อ 3.4.1 มาทาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อ

คำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ เลือกข้อคำถามที่มีค่าสหสัมพันธ์ตั้งแต่ .30 ขึ้นไป (มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05) ได้ข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์ทั้ง 17 ข้อ ซึ่งมีค่า r ระหว่าง .40 ถึง .85 (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ค ตารางที่ 9)

4. ท้าค่าความเชื่อถือได้ (Reliability) ท้าค่าความเที่ยงของแบบวัด General Self-efficacy โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ความคงที่ภายใน (Coefficient of Internal Consistency) โดยใช้สูตรของครอนบาค (Cronbach Alpha) ได้ค่าความเที่ยงของแบบวัดทั้งฉบับเท่ากับ .93 (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ค ตารางที่ 11)

แบบวัดการรับรู้ความสามารถเฉพาะของตน (Specific Self-efficacy) ประกอบด้วยข้อคำถาม 29 ข้อ โดยดัดแปลงจากแบบวัดพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยที่สูญเสียแขนขาของ เสาวภา วิชิตวาทย์ (2534) จากการศึกษาทฤษฎี บทความ รายงานการวิจัยและการสัมภาษณ์ผู้สูญเสียแขนขาถึงพฤติกรรมที่จำเป็นในการดำเนินชีวิตที่ต้องใช้ความพยายามในการปฏิบัติ เพื่อสร้างข้อคำถามที่เหมาะสมสำหรับวัดการรับรู้ความสามารถของตนเองในการดูแลตนเองที่จำเป็นจำนวน 7 ด้าน ดังนี้

1. ด้านการคงไว้ซึ่งการได้รับสารอาหารและน้ำที่เพียงพอ หมายถึงการได้รับอาหารและน้ำที่เพียงพอกับการทำหน้าที่ของร่างกายที่ปกติ เพื่อรักษาไว้ซึ่งความคงทนของโครงสร้างและหน้าที่ของอวัยวะที่เกี่ยวข้อง
2. ด้านการคงไว้ซึ่งกระบวนการขับถ่ายของเสียและการดูแลสุขภาพส่วนบุคคล รวมถึงความสามารถในการจัดการให้มีการขับถ่ายตามปกติ การจัดดูแลความสะอาดของตนเองและสิ่งแวดล้อม การแต่งตัว การรักษาโครงสร้างและหน้าที่ให้เป็นไปตามปกติ
3. ด้านการคงไว้ซึ่งการมีสมดุลระหว่างการมีกิจกรรมและการพักผ่อน หมายถึงการเลือกกิจกรรมมาให้ร่างกายได้เคลื่อนไหวออกกำลังกาย การตอบสนองทางอารมณ์ ทางสติปัญญา การรับรู้และสนใจถึงความต้องการพักผ่อนของตนเอง การใช้ความสามารถ ความสนใจ ค่านิยม และกฎเกณฑ์ทางขนบธรรมเนียมประเพณีเป็นพื้นฐานในการสร้างแบบแผนการพักผ่อน และการมีกิจกรรมของตนเอง

4. ด้านการคงไว้ซึ่งการมีสมดุลระหว่างการอยู่อย่างสันโดษและการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม หมายถึงการคงไว้ซึ่งคุณภาพและความสมดุลที่จำเป็นในการพัฒนา เพื่อเป็นที่พึ่งของตนเอง และสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นเพื่อที่จะช่วยๆให้ตนเองทำหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ รู้จักติดต่อขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นในเครือข่ายสังคมเมื่อจำเป็น เป็นความสามารถที่บุคคลสามารถติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่นในเรื่องเกี่ยวกับเป้าหมาย ความปรารถนา และความต้องการของตนเอง

5. การคงไว้ซึ่งการป้องกันอันตรายที่จะเกิดขึ้นกับชีวิต การทำหน้าที่และสวัสดิภาพ หมายถึงการจัดการป้องกันไม่ให้เกิดเหตุการณ์ที่อาจเป็นอันตราย การหลีกเลี่ยงหรือป้องกันตนเองจากอันตรายต่าง ๆ การควบคุมหรือจัดเหตุการณ์ที่เป็นอันตรายต่อชีวิตและสวัสดิภาพ รวมถึงการเดินและการเดินทางซึ่งเป็นกิจกรรมที่ต้องใช้แขนขาเป็นหลัก

6. ด้านการส่งเสริมการทำหน้าที่ และการพัฒนาการของบุคคลให้เป็นไปตามปกติและความสามารถของตนเอง หมายถึง การพัฒนาและรักษาไว้ซึ่งอัตมโนทัศน์ที่เป็นจริงของตนเอง การปฏิบัติกิจกรรมที่ส่งเสริมพัฒนาการของตนเอง การรักษาไว้ซึ่งโครงสร้างและหน้าที่ของบุคคล และรวมถึงความคาดหวังที่บุคคลอื่นคาดว่าบุคคลในตำแหน่งใดตำแหน่งหนึ่งนั้นควรจะทำหรือแสดงพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งออกมา

7. ด้านการดูแลตนเองที่จำเป็นเมื่อมีปัญหาทางด้านสุขภาพ เป็นการดูแลตนเองที่เกิดขึ้นเนื่องจากความพิการของโครงสร้างหรือหน้าที่ที่ผิดปกติ

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

ในการสร้างแบบวัดการรับรู้ความสามารถเฉพาะของตน ผู้วิจัยดำเนินการสร้างดังนี้

1. ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเองและการสูญเสียความสามารถของบุคคลที่สูญเสียแขนขา เนื้อหาเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตน ตลอดจนวิธีการประเมินการรับรู้ความสามารถของตนจากเอกสาร บทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาปรับปรุงให้เหมาะสมสำหรับบุคคลที่สูญเสียแขนขา

2. กำหนดค่าจำกัดความเชิงปฏิบัติการของการรับรู้ความสามารถของตนเองที่จำเป็นของบุคคลที่สูญเสียแขนขาทั้ง 7 ด้าน เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบวัดให้สอดคล้องและครอบคลุมตามค่าจำกัดความที่ได้กำหนดไว้

3. สัมภาษณ์ผู้สูญเสียแขนขาถึงพฤติกรรมที่จำเป็นในการดำเนินชีวิตที่ต้องใช้ความพยายามในการปฏิบัติจากบุคคลที่สูญเสียแขนขาที่กำลังได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพที่ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนงาน และบุคคลที่สูญเสียแขนขาที่ศูนย์ฝึกอาชีพคนพิการพระประแดง เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบวัด

4. สร้างข้อคำถาม (items) ที่แสดงถึงความสามารถในการดูแลตนเองที่จำเป็นของบุคคลที่สูญเสียแขนขาในแต่ละด้าน ได้แก่ ด้านการคงไว้ซึ่งการได้รับสารอาหารและน้ำที่เพียงพอ จำนวน 3 ข้อ ด้านการคงไว้ซึ่งกระบวนการขับถ่ายของเสียและการดูแลสุขวิทยาส่วนบุคคล 3 ข้อ ด้านการคงไว้ซึ่งการมีสมดุลระหว่างการมีกิจกรรมและการพักผ่อน 6 ข้อ ด้านการคงไว้ซึ่งการมีสมดุลระหว่างการอยู่อย่างสันโดษและการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม 7 ข้อ ด้านการคงไว้ซึ่งการป้องกันอันตรายที่จะเกิดขึ้นกับชีวิต 5 ข้อ ด้านการส่งเสริมการทบทวนและการพัฒนาการของบุคคลให้เป็นไปตามปกติจำนวน 6 ข้อ และด้านการดูแลตนเองที่จำเป็นเมื่อมีปัญหาทางด้านสุขภาพจำนวน 9 ข้อ รวม 39 ข้อ

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1 การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)

1.1 ผู้วิจัยนำแบบวัดการรับรู้ความสามารถ Specific Self-efficacy ไปให้ผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน โดยจำแนกเป็นอาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา สาขาวิชาจิตวิทยา การปรึกษา 1 ท่าน คือ รศ.สุภาพรรณ โคตรจรัส อาจารย์พยาบาลผู้นำทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองมาใช้ในวงการพยาบาล 1 ท่านคือ อาจารย์วัลลา ตันตโยทัย อาจารย์พยาบาลประจำภาควิชาจิตเวชผู้ศึกษาและวิจัยทางด้านจิตวิทยาการปรึกษา 1 ท่าน คือ อาจารย์รุ่งนภา ผาณิตรัตน์ และนักจิตวิทยาผู้ทำงานทางด้านจิตวิทยาการปรึกษากับผู้ป่วยที่สูญเสียการทบทวนที่ของอวัยวะ 2 ท่าน คือ คุณอัจฉรา บัวเลิศ และคุณสมศรี กิตติพงศ์ไพศาล เพื่อพิจารณาความตรงตามค่าจำกัดความของข้อคำถามที่สร้างขึ้น โดยที่ผู้วิจัยได้กำหนดรายละเอียดเกี่ยวกับ

วัตถุประสงค์ กลุ่มตัวอย่าง จุดมุ่งหมายในการสร้างแบบวัดและคำจำกัดความของการรับรู้ความสามารถของตนเองในการดูแลตนเองที่จำเป็นของบุคคลที่สูญเสียแขนขา ให้แก่ผู้เชี่ยวชาญเป็นแนวทาง

1.2 นำผลการตรวจสอบของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน มาคัดเลือก โดยถือเกณฑ์ตัดสิน 3 ใน 5 ท่าน นำข้อคำถามซึ่งผ่านการพิจารณา ตลอดจนข้อเสนอแนะต่างๆ มาพิจารณาเพื่อปรับปรุงแก้ไขตามความเหมาะสม ได้ข้อคำถามที่ผ่านการตรวจสอบและแก้ไขแล้วทั้งสิ้น 35 ข้อ

2 ตรวจสอบสำนวนภาษา นำข้อคำถามที่ผ่านการคัดเลือกทั้ง 35 ข้อ ไปตรวจสอบสำนวนภาษากับบุคคลที่สูญเสียแขนขาจำนวน 20 คน เพื่อพิจารณาความชัดเจนและความเข้าใจได้ของข้อคำถามที่สร้างขึ้น จากการตรวจสอบพบว่า ข้อคำถามทุกข้อมีความชัดเจนและสามารถเข้าใจได้

3 การตรวจความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity) โดยใช้เทคนิคการแยกกลุ่ม ดังนี้

3.1 นำแบบวัดการรับรู้ความสามารถ Specific Self-efficacy ไปทดลองใช้กับบุคคลที่สูญเสียแขนขาซึ่งเป็นสมาชิกของสมาคมคนพิการพระประแดง และบุคคลที่สูญเสียแขนขาซึ่งอยู่ในช่วงฝึกอาชีพที่สถานสงเคราะห์คนพิการและทุพพลภาพพระประแดงทั้งสิ้นจำนวน 60 คน

3.2 นำคะแนนที่ได้จากแบบวัดแต่ละชุด มาเรียงลำดับจากสูงไปต่ำ (หรือจากต่ำไปสูง) แบ่งคะแนนออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มสูง กลุ่มกลางและกลุ่มต่ำ อย่างละ 20 คน นำคะแนนของกลุ่มสูง และกลุ่มต่ำ มาหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อโดยการทดสอบค่าที (t-test) ระหว่างกลุ่มของข้อคำถามเป็นรายข้อ เพื่อทดสอบความสามารถของข้อคำถามในการจำแนกการรับรู้ความสามารถของตนสูง และการรับรู้ความสามารถของตนต่ำ เลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกสูง คือ มีค่า t ตั้งแต่ 1.688 ขึ้นไป ที่ระดับนัยสำคัญ .05 (degree of freedom = 38, one tail) ได้ข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์จำนวน 32 ข้อ ซึ่งมีค่า t ระหว่าง 2.20 ถึง 5.79 (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ค ตารางที่ 8)

3.3 นำข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์จากข้อ 3.2 ไปตรวจความตรงตามสภาพอีกครั้งโดยใช้เทคนิคแยกกลุ่ม (Known group method) โดยนำแบบวัดไปทดลองใช้กับบุคคล 2 กลุ่มคือ

กลุ่มที่ 1 เป็นบุคคลที่สูญเสียแขนขาที่อยู่ในช่วงฟื้นฟูสมรรถภาพทางร่างกายและฝึกอาชีพที่ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนงานจำนวน 10 คน และศูนย์ฝึกอาชีพคนพิการพระประแดงจำนวน 10 คน

กลุ่มที่ 2 เป็นบุคคลที่สูญเสียแขนขาหรือมีความผิดปกติของแขนขาที่ประสบความสำเร็จทางการศึกษาหรืออาชีพ ซึ่งเป็นสมาชิกของสมาคมคนพิการแห่งประเทศไทย และที่เป็นบุคคลภายนอกทั้งสิ้นจำนวน 20 คน

3.4 นำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์ทางสถิติด้วยโปรแกรม SPSS_x ดังนี้

3.4.1 ทาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ ด้วยวิธีการทดสอบค่าที (t-test) นำข้อมูลที่ได้จากบุคคลทั้งสองกลุ่มมาทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างกลุ่มของคะแนนรวมทั้งหมดโดยวิธีทดสอบค่าที (t-test) จากนั้นนำมาทาค่าอำนาจจำแนกรายข้อโดยทดสอบค่าที (t-test) ระหว่างกลุ่มของข้อคำถามเป็นรายข้อ เพื่อทดสอบความสามารถของข้อคำถามในการจำแนกการรับรู้ความสามารถของกลุ่มบุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนสูง และกลุ่มที่มีการรับรู้ความสามารถของตนต่ำ เลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกสูง คือมีค่า t ตั้งแต่ 1.688 ขึ้นไปที่ระดับนัยสำคัญ .05 (degree of freedom = 38, one tail) ได้ข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์จำนวน 29 ข้อ มีค่า t ระหว่าง 2.28 ถึง 5.85 (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ค ตารางที่ 10)

3.4.2 ทาค่าสหสัมพันธ์รายข้อของแบบวัด (Item-Total Correlation) เพื่อคัดเลือกข้อคำถามที่อยู่ในคุณลักษณะของความรู้สึกมั่นใจในความสามารถเหมือนกันโดยนัยแบบวัด Specific Self-efficacy ที่ผ่านเกณฑ์จากข้อ 3.4.1 มาทาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อของแต่ละด้านกับคะแนนรวมในแต่ละด้านของข้อคำถามนั้น และทาค่าความสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ เลือกข้อคำถามที่มีค่าสหสัมพันธ์ตั้งแต่ .30 ขึ้นไป (มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05) ได้ข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์ 29 ข้อ (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ค ตารางที่ 10) ซึ่งมีค่า r ระหว่าง .40 ถึง .86

ข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์ 29 ข้อ ในแบบวัดฉบับสมบูรณ์ จะครอบคลุมการดูแลตนเองที่จำเป็น ซึ่งปรับตามภาวะการสูญเสียแขนขาใน 6 ด้าน คือ

1. ด้านการคงไว้ซึ่งการได้รับสารอาหารและน้ำที่เพียงพอ จำนวน 3 ข้อ คือ ข้อ 1-3
2. ด้านการคงไว้ซึ่งการมีสมดุลระหว่างการมีกิจกรรมและการพักผ่อน จำนวน 5 ข้อคือ ข้อ 4-8

3. ด้านการคงไว้ซึ่งการมีสมดุลระหว่างการอยู่อย่างสันโดษและการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม จำนวน 6 ข้อ คือ ข้อ 9-14
4. ด้านการคงไว้ซึ่งการป้องกันอันตรายที่จะเกิดขึ้นกับชีวิต จำนวน 2 ข้อ คือ ข้อ 15-16
5. ด้านการส่งเสริมการทำหน้าที่ และการพัฒนาการของบุคคลให้เป็นไปตามปกติและความสามารถของตนเอง จำนวน 5 ข้อ คือ ข้อ 17-21
6. ด้านการดูแลตนเองที่จำเป็นเมื่อมีปัญหาทางด้านสุขภาพจำนวน 8 ข้อ คือ ข้อ 22-29

4. **หาค่าความเชื่อถือได้ (Reliability)** หาค่าความเที่ยงของแบบวัด Specific Self-efficacy โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ความคงที่ภายใน (Coefficient of Internal Consistency) โดยใช้สูตรของครอนบาค (Cronbach Alpha) ได้ค่าความเที่ยงของแบบวัดทั้งฉบับเท่ากับ .91 และหาค่าความเที่ยงของแบบวัดในแต่ละด้าน (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ค ตารางที่ 12)

5. **หาค่าสหสัมพันธ์ของแบบวัดทั้งสองฉบับ** นำคะแนนรวมของแบบวัดการรับรู้ความสามารถโดยทั่วไปของตน (General Self-efficacy) ทั้ง 17 ข้อ มาหาค่าสหสัมพันธ์กับคะแนนรวมของแบบวัดการรับรู้ความสามารถเฉพาะของตน (Specific Self-efficacy) 29 ข้อ ได้ค่าสหสัมพันธ์ของแบบวัดทั้งสองฉบับเท่ากับ .78

ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

1. ขั้นเตรียมการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตต่อผู้อำนวยการศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนงาน เพื่อขอเก็บข้อมูล และทำการทดลอง และขอความร่วมมือจากเจ้าหน้าที่ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนงาน เพื่อขอใช้สถานที่ในการจัดการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

1.2 คัดเลือกคนงานที่สูญเสียแขนขาที่มีการรับรู้ความสามารถของตนน้อย ได้
คนงานที่สูญเสียแขนขา จำนวน 18 คน โดยใช้ค่าคะแนนจากแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตน
ที่มีคะแนนต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ย 0.5 SD ดังนี้

- 1) คะแนนการรับรู้ความสามารถโดยทั่วไปของตนต่ำกว่า 116.61 คะแนน
- 2) คะแนนการรับรู้ความสามารถเฉพาะของตนต่ำกว่า 200.77 คะแนน

1.3 คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง 16 คน จากจำนวน 18 คน โดยสอบถามความสมัครใจ
และความพร้อมในการเข้าร่วมกลุ่ม

1.4 สุ่มคนงานที่สูญเสียแขนขาที่สมัครใจเข้าร่วมการวิจัยจำนวน 16 คน แบ่งเป็น
กลุ่มทดลอง 8 คน กลุ่มควบคุม 8 คน โดยชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างทราบถึงเหตุผลในการสุ่มเป็น
กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

2. ขั้นตอนการทดลอง กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลองเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิต
วิทยาแบบกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม 10 ครั้ง ภายใต
เวลา 5 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมงรวมเวลาทั้งสิ้น 20 ชั่วโมง ในการนี้ที่ขาด
การเข้ากลุ่ม จะต้องมาเข้ากลุ่มไม่ต่ำกว่าคนละ 8 ครั้ง

กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มควบคุม จะไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ
กลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ แต่ได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพและคำแนะนำต่าง ๆ จาก
เจ้าหน้าที่ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนงานตามปกติ

3. หลังจากการทดลองสิ้นสุดลง ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
ตอบแบบวัดการรับรู้ความสามารถโดยทั่วไปของตน และแบบวัดการรับรู้ความสามารถเฉพาะของตน
อีกครั้ง เพื่อเก็บคะแนนไว้เป็นการทดสอบครั้งหลัง (Post-test)

4. นำผลที่ได้จากการตอบแบบวัดทั้งสองฉบับ มาตรวจหาค่าคะแนน และนำมาวิเคราะห์
เปรียบเทียบข้อมูลด้วยวิธีการทางสถิติ

ก่อนลงปฏิบัติกลุ่มจริงในการวิจัยครั้งนี้ ผู้นำกลุ่มได้ทำการศึกษาทฤษฎี และวิธีการเกี่ยวกับการดำเนินกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และได้ทำการศึกษาสำรวจ (Pilot Study) เพื่อหารูปแบบการดำเนินกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ โดยจัดกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ในคนงานที่กำลังได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพที่ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนงานที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยตามโปรแกรมการศึกษาจริง จำนวน 10 คน จำนวน 6 ครั้งๆ ละ 2 ชั่วโมง ตั้งแต่วันที่ 7 พฤศจิกายน ถึงวันที่ 23 พฤศจิกายน 2538 โดยจัดโปรแกรมการศึกษาสำรวจดังนี้

ขั้นตอนตามทฤษฎี	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
ครั้งที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพ	เพื่อส่งเสริมความรู้สึกมีส่วนร่วมและความไว้วางใจ	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวแนะนำตนเอง ชี้แจงวัตถุประสงค์ ภาระเบี่ยงของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม และลักษณะของกลุ่ม บทบาทของผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่ม 2. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกแนะนำตนเอง ประวัติส่วนตัวสั้น ๆ และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ชีวิตของตนที่ผ่านมาจนถึงวันนี้ เพื่อให้สมาชิกได้รู้จักและคุ้นเคยกันมากขึ้น

ขั้นตอนตามทฤษฎี	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
<p>ครั้งที่ 2 นำเข้าสู่ทฤษฎี A-B-C เกี่ยวกับ การกระทำของบุคคล</p>	<p>เพื่อให้สมาชิกเกิดความเข้าใจถึงสาเหตุที่ก่อให้เกิดอารมณ์ไม่ เป็นสุขหรือความทุกข์</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวอธิบายถึงรูปแบบของลักษณะความคิด A-B-C โดยเสนอให้สมาชิกเข้าใจถึงสาเหตุที่ก่อให้เกิดอารมณ์ไม่ เป็นสุขหรือความทุกข์ ดังนี้ A คือ เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับบุคคล B คือ ความคิดของบุคคลที่มีต่อเหตุการณ์นั้น C คือ ความรู้สึกของบุคคลที่ตามมา ผู้นำกลุ่มกล่าวอธิบายประกอบกับการใช้ chart ซึ่งมีเนื้อหาทฤษฎี A-B-C เกี่ยวกับการกระทำของบุคคล ติดไว้หน้าห้อง 2. ผู้นำกลุ่มกล่าวถึง A-B-C โดยเชื่อมโยงเข้ากับเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันที่สมาชิกเคยประสบมา 3. เปิดโอกาสให้สมาชิกเล่าถึงเหตุการณ์ที่ตนเองเคยประสบมา แล้วโยงเข้ากับรูปแบบความคิด A-B-C 4. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปทฤษฎี A-B-C เพื่อความเข้าใจของสมาชิกอีกครั้ง
<p>ครั้งที่ 3 การนำทฤษฎี A-B-C ไปใช้ในชีวิตรประจำวัน</p>	<p>เพื่อให้สมาชิกเกิดความเข้าใจถึงสาเหตุที่ก่อให้เกิดอารมณ์ไม่ เป็นสุขหรืออารมณ์ทุกข์ หรือสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตรประจำวันได้</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายและสรุปสิ่งที่ได้จากการพูดคุยในครั้งที่แล้ว 2. ผู้นำกลุ่มกล่าวทบทวนทฤษฎี A-B-C และการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตรประจำวัน 3. ผู้นำกลุ่มแนะนำกิจกรรมบนดินน้ำมันและให้สมาชิกลงมือปฏิบัติ (ดูรายละเอียดของกิจกรรมในภาคผนวก ง)

ขั้นตอนตามทฤษฎี	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
ครั้งที่ 4,5-การนำลักษณะความคิดที่มีเหตุผลและไม่มีเหตุผล 11 ข้อของเอลลิสไปใช้ในชีวิตประจำวัน	เพื่อให้สมาชิกเกิดความเข้าใจถึงลักษณะความคิดที่มีเหตุผลและไม่มีเหตุผล 11 ข้อของเอลลิส และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้	<p>4. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรมบนดินน้ำมันแล้วเชื่อมโยงเข้ากับทฤษฎี A-B-C และการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน</p> <p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวถึงลักษณะความคิดที่ไม่มีเหตุผลของเอลลิสทีละข้อ โดยเริ่มจากข้อ 1 ไปจนถึงข้อ 11 แล้วเปิดโอกาสให้สมาชิกร่วมกันแสดงความคิดเห็นว่ามีความเข้าใจอย่างไร แล้วชี้ชวนให้สมาชิกเล่าถึงประสบการณ์ และความรู้สึกที่ตนมีตรงกับความคิดไม่มีเหตุผลของข้อนั้น โดยติด Chart ที่แสดงถึงลักษณะความคิดที่ไม่มีเหตุผล และมีเหตุผล 11 ข้อของเอลลิส ไว้หน้าห้อง (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ง)</p> <p>2. สำหรับสมาชิกที่มีความคิดที่ไม่มีเหตุผลตรงกับข้อใด ผู้นำกลุ่มและสมาชิกจะร่วมกันแสดงความคิดเห็น เพื่อเปลี่ยนความคิดและทัศนคติการมองโลก และชีวิต แล้วร่วมกันหาแนวทางแก้ปัญหา</p> <p>3. ผู้นำกลุ่มสรุปแนวความคิดที่มีเหตุผลและแนวทางแก้ปัญหของสมาชิกแต่ละคน รวมทั้งการสามารถคิดอย่างมีเหตุผล เพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน และในอนาคตได้</p>

ขั้นตอนตามทฤษฎี	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
ครั้งที่ 6 การนำลักษณะความคิดที่มีเหตุผลและไม่มีเหตุผล 11 ข้อของเอลลิสไปใช้ในชีวิตประจำวัน - สรุปและยุติการปรึกษา	<p>เพื่อให้สมาชิกเกิดความเข้าใจถึงลักษณะความคิดที่มีเหตุผลและไม่มีเหตุผล 11 ข้อของเอลลิส และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้</p> <p>เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ให้กำลังใจแก่กัน</p> <p>เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีความมั่นใจในการดำเนินชีวิตต่อไป</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้นำกลุ่มกล่าวถึงลักษณะความคิดที่ไม่มีเหตุผลของเอลลิสที่ละข้อ โดยเริ่มจากข้อที่เหลือไปจนถึงข้อ 11 ผู้นำกลุ่มใช้วิธีดำเนินการกลุ่มเช่นเดียวกับครั้งที่ 4, 5 2. ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกกล่าวถึงประโยชน์ที่ได้รับ และแนวทางการดำเนินชีวิต 3. ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกกล่าวอาลาและให้กำลังใจแก่กัน

ในขั้นการทดลองผู้นำกลุ่มได้จัดโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ต่อการเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนของบุคคลที่สูญเสียแขนขา ผู้นำกลุ่มได้ยึดหลักการสำคัญของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ (Rational-emotive Therapy) ของเอลลิส ต่อ ทฤษฎี A-B-C

นำหลักทฤษฎี A-B-C มาใช้โดยการเชื่อมโยงรูปแบบของลักษณะความคิด A-B-C ซึ่งเป็นทฤษฎีให้เข้ากับรูปแบบการดำเนินชีวิตซึ่งก็คือการมองโลกและชีวิตของบุคคล ดังนี้

แทน A ด้วย เหตุการณ์หรือสิ่งที่เกิดขึ้น

แทน B ด้วย ความคิดในทรศนะของการมองโลกและชีวิตที่มีต่อเหตุการณ์นั้น โดย

แทนความคิดที่มีเหตุผล ด้วยการมองโลกในแง่ดี

แทนความคิดที่ไม่มีเหตุผล ด้วยการมองโลกในแง่ไม่ดี

แทน C ด้วย ความรู้สึกที่เกิดขึ้น ซึ่งแบ่งเป็น

ความทุกข์ ความไม่สบายใจ

ความสุข ความสงบในจิตใจ

ซึ่งเขียนเป็นรูปแบบได้ดังนี้

เหตุการณ์หรือสิ่งที่เกิดขึ้น(A) → ความคิดในทรวงการ → ความรู้สึกที่เกิดขึ้น(C)

มองโลกและชีวิต(B)

- | | |
|-----------------------|---------------------------|
| - การมองโลกในแง่ดี | - ความสุข ความสงบในจิตใจ |
| - การมองโลกในแง่ไม่ดี | - ความทุกข์ ความไม่สบายใจ |

ลักษณะความคิดที่ไม่มีเหตุผล 11 ข้อของเอลลิส มีดังนี้

1. เราต้องเป็นที่รักหรือเป็นที่ยอมรับของทุกคน
2. เราจะต้องมีความสามารถที่เยี่ยมยอด สมบูรณ์ และสำเร็จเสียก่อน จึงจะเป็นคนมีค่า
3. ไม่ว่าเราหรือใครก็ตามที่เป็นคนเลว หรือทำผิดพลาด ต้องถูกลงโทษ
4. ทุกสิ่งทุกอย่างจะต้องเป็นไปตามที่เราต้องการ
5. ความทุกข์ใจนั้นมาจากภายนอก และควบคุมไม่ได้
6. สิ่งร้ายแรงอาจเกิดขึ้นได้ เราจึงต้องกังวลในเรื่องนี้อยู่เสมอ
7. การหลีกเลี่ยงปัญหาเป็นสิ่งที่แย่กว่าการเผชิญกับมัน
8. เราต้องพึ่งพาผู้อื่น ขึ้นอยู่กับผู้อื่น และอาศัยผู้อื่นเสมอ
9. อดีตเป็นตัวกำหนดปัจจุบัน คนที่อดีตเป็นอย่างไรแล้ว แก้ไขไม่ได้
10. เราควรจะแบกภาระทุกข์ของผู้อื่นมาเป็นของตน
11. ปัญหาทุกอย่างจะต้องมีทางออกที่สมบูรณ์แบบที่สุด

แต่เนื่องจากผลการศึกษานำร่อง ผู้วิจัยซึ่งเป็นผู้นำกลุ่มพบว่า การดำเนินกลุ่มในลักษณะ การนำทฤษฎี A-B-C และลักษณะความคิดที่มีเหตุผล และไม่มีเหตุผล 11 ข้อ ไปใช้โดยตรงกับ สมาชิกโดยการอธิบายให้เข้าใจเพียงอย่างเดียวนั้น กระแสกลุ่มที่เกิดขึ้นจะมีลักษณะของการ สันทนกันมากกว่าบรรยากาศของการปรึกษา ผู้นำกลุ่มจึงได้พัฒนาวิธีดำเนินการปรึกษา โดยนำ ทฤษฎีของเอลลิสมาประยุกต์เข้ากับรูปแบบการดำเนินชีวิตของสมาชิก โดยการที่ผู้นำกลุ่มกล่าวถึง การดำเนินชีวิตประจำวันที่แฝงไว้ด้วยความคิดที่มีเหตุผลหรือไม่มีเหตุผล แล้วเอื้ออำนวยให้สมาชิก ได้แสดงความคิดเห็น สันทนาและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ผู้นำกลุ่มจึงมีความคิดเห็นว่าการนำทฤษฎีมาประยุกต์ใช้กับการดำเนินชีวิตจริง จึงน่าจะนำมาใช้ได้ดีกว่า

ผู้วิจัยดำเนินการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ โดยใช้เวลา 5 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 10 ครั้ง รวม 20 ชั่วโมง ดังนี้

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	การสร้างสัมพันธภาพ	เพื่อสร้างความคุ้นเคยและความรู้สึกมีส่วนร่วมและความไว้วางใจ	1. ผู้นำกลุ่มกล่าวแนะนำตนเอง ชี้แจงวัตถุประสงค์ กฎระเบียบของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ลักษณะของกลุ่ม และบทบาทของผู้นำกลุ่ม สมาชิกกลุ่ม 2. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกแนะนำตนเอง ประวัติส่วนตัวสั้น ๆ และพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ชีวิตของตนที่ผ่านมา เพื่อให้สมาชิกได้รู้จักคุ้นเคยกันมากขึ้น
2,3	นำเข้าสู่ทฤษฎี A-B-C ในรูปแบบของความคิดเกี่ยวกับทฤษฎีการมองโลกและชีวิต	1. เพื่อให้สมาชิกเกิดความเข้าใจถึงสาเหตุที่ก่อให้เกิดอารมณ์ไม่สงบสุขหรือความทุกข์ 2. เพื่อให้สมาชิกสามารถนำรูปแบบความคิดที่ดีไปใช้ในการดำเนินชีวิตต่อไป	1. ผู้นำกลุ่มกล่าวเชิญชวนให้สมาชิกกล่าวถึงประสบการณ์การมองโลกและชีวิตของตนที่ผ่านมา (โดยยกประเด็นเรื่องราวจากที่สมาชิกเล่าในครั้งที่แล้วและที่พูดในครั้งนี้) แล้วนำมาเชื่อมโยงกับ A-B-C ในรูปแบบของความคิดเกี่ยวกับทฤษฎีการมองโลกและชีวิต โดยพูดคุยในรูปแบบดังนี้ A แทน เหตุการณ์หรือสิ่งที่เกิดขึ้น B แทน ความคิดในทฤษฎีการมองโลกและชีวิตที่มีต่อเหตุการณ์นั้นโดย - แทนความคิดที่มีเหตุผลด้วยการมองโลกในแง่ดี - แทนความคิดที่ไม่มีเหตุผลด้วยการมองโลกในแง่ไม่ดี

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			<p>C แทนความรู้สึกที่เกิดขึ้น แบ่งเป็น ความทุกข์ ความไม่สบายใจ ความสุข ความสงบในจิตใจ</p> <p>2. เอื้ออำนวยให้สมาชิกได้มีส่วนร่วมในการ แสดงและแลกเปลี่ยนความคิดและความรู้สึก ที่มีต่อเหตุการณ์ของสมาชิกแต่ละคน</p> <p>3. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปลักษณะความคิดและแนว ทางการมองโลกและชีวิตที่เหมาะสม และ มีเหตุผลให้สมาชิก</p>
4-9	<p>นำเข้าสู่ ลักษณะความ คิดที่มีเหตุผล และไม่มี เหตุผล 11 ข้อของเฮลลิส</p>	<p>1. เพื่อให้สมาชิกเกิด ความเข้าใจถึงลักษณะ ความคิดที่ไม่มีเหตุผล ซึ่งเป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิด อารมณ์ไม่เป็นสุข หรือความทุกข์</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิก สามารถนำลักษณะ ความคิดที่มีเหตุผลไป ใช้ในการดำเนินชีวิต ต่อไป</p>	<p>1. ผู้นำกลุ่มชวนสมาชิกหาคู่มือถึงชีวิตความเป็นอยู่ ในปัจจุบัน อาชีพที่กำลังฝึก การวางแผนการ ดำเนินชีวิตของตน ลักษณะความคิดต่างๆของ สมาชิกแต่ละคนที่มีต่อตนเอง ผู้อื่น และ สิ่งแวดล้อม ฯลฯ เมื่อสมาชิกกล่าวถึงลักษณะ ความคิดที่ไม่มีเหตุผล ผู้นำกลุ่มและสมาชิก อื่น ๆ จะร่วมกันแสดงความคิดเห็นที่มีต่อ ความคิดที่ไม่มีเหตุผลข้อนั้น เพื่อให้สมาชิกเกิด ความเข้าใจถึงความคิดของตนที่ก่อให้เกิด ความทุกข์หรืออารมณ์ไม่เป็นสุขนั้น แล้วร่วม กันหาแนวทางแก้ไขปัญหามอบให้สมาชิกแต่ละคนที่มี ต่อความคิดที่ไม่มีเหตุผล 11 ข้อ ร่วมกับการ ใช้วิธีการดังนี้</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มกล่าวถึงลักษณะความคิดที่ไม่มีเหตุผล ของเฮลลิสในข้อต่าง ๆ แล้วเปิดโอกาสให้ สมาชิกร่วมกันแสดงความคิดเห็น บอกเล่า</p>

ครั้งที่	หลักการ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			<p>ประสบการณ์ และความรู้สึกที่มีต่อความคิดที่ไม่มีเหตุผลนั้น เมื่อสมาชิกคนใดแสดงออกถึงการมีลักษณะความคิดที่ไม่มีเหตุผล ผู้นำกลุ่มและสมาชิกอื่นๆ จะร่วมกันแสดงความคิดเห็นที่มีต่อความคิดที่ไม่มีเหตุผลนั้น แล้วร่วมกันหาแนวทางแก้ไขปัญหาให้สมาชิกที่มีต่อความคิดที่ไม่มีเหตุผลนั้น (ดูรายละเอียดลักษณะความคิดที่มีเหตุผลและไม่มีเหตุผลในภาคผนวก ง)</p>
10	<p>1. สรุปลักษณะความคิดที่มีเหตุผลและไม่มีเหตุผล 11 ข้อของเอลลิส และการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน</p> <p>2. การสรุปและยุติการปรึกษา</p>	<p>1. เพื่อให้สมาชิกเกิดความเข้าใจถึงลักษณะความคิดที่มีเหตุผลและไม่มีเหตุผล 11 ข้อของเอลลิส และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ให้กำลังใจแก่กัน - เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีความมั่นใจในการดำเนินชีวิตต่อไป</p>	<p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวถึงลักษณะความคิดที่ไม่มีเหตุผลของเอลลิสทีละข้อ โดยกล่าววนข้อที่ยังไม่ถูกกล่าวถึงจนครบทั้ง 11 ข้อ ดำเนินกลุ่มในลักษณะของการสนทนาและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันในรูปแบบที่สมาชิกสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มแจกเอกสารแสดงถึงลักษณะความคิดที่มีเหตุผลและไม่มีเหตุผล 11 ข้อของเอลลิส (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ง) ให้สมาชิกทุกคน</p> <p>3. ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกกล่าวถึงประสบการณ์ที่ตนได้รับการเข้ากลุ่ม</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปการเข้ากลุ่ม และกล่าวคำอำลาต่อกัน</p>

(รายละเอียดของกระแสกลุ่ม ดูในภาคผนวก ง)

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนจากแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนทั้งสองฉบับ ทั้งก่อนการเข้ากลุ่มและหลังจากการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
2. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนทั้งสองฉบับของกลุ่มตัวอย่างที่วัดก่อน และหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที (t-dependent test)
3. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนทั้งสองฉบับของกลุ่มตัวอย่างที่วัดหลังการทดลองในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที (t-independent test)