



สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง เพื่อศึกษาผลของการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาต่อความเครียดในบทบาทของผู้ดูแล โดยศึกษาระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลและผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา และเปรียบเทียบความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาระหว่างก่อนและหลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ซึ่งผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาได้เข้ารับการรักษาคือเป็นผู้ป่วยสามัญในแผนกอายุรกรรม สถาบันประสาทวิทยา แผนกอายุรกรรม และอายุรกรรมประสาท โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ระหว่างเดือนมกราคม ถึง เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2541 และอยู่ในช่วงวางแผนจำหน่าย แห่งละ 15 คน รวมจำนวน 30 คน โดยมีสมมติฐานดังนี้คือ ความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาลังการใช้อัตวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาน้อยกว่าก่อนการใช้อัตวแบบ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มี 2 ประเภท คือ

1. เครื่องมือทดลอง เป็นตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ซึ่งเป็นวิธีการดูแลที่จัดทำขึ้นเป็นสื่อวีดิทัศน์ มีความยาว 25 นาที ประกอบด้วยสาระของตัวแบบ 8 ด้านดังนี้

1.1 การให้ยา หมายถึงรวมถึง การให้ยาถูกชนิด ถูกขนาด ถูกเวลา ถูกทาง และให้ยาตามคำสั่งแพทย์ การสังเกตอาการผิดปกติจากฤทธิ์ข้างเคียงของยา ผลจากการให้ยา และการช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาในการรับประทานยา

1.2 การจัดสภาพแวดล้อม หมายถึงรวมถึง การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาและการจัดเตรียมห้องพักที่มีลักษณะอากาศถ่ายเทดี มีเฉพาะอุปกรณ์ที่จำเป็น เช่น โต๊ะหัวเตียง เก้าอี้ข้างเตียง เตียงนอนที่มีลักษณะเตี้ยหรือการปูที่นอนบนพื้น ห้องนอนอยู่บริเวณชั้นล่างของบ้าน และอยู่ใกล้ห้องน้ำ

1.3 การสังเกตอาการผิดปกติ หมายถึงรวมถึง การสังเกตอาการผิดปกติของภาวะการนอนไม่หลับ การเกิดแผลกดทับ และการช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา เมื่อมีอาการนอนไม่หลับ

1.4 การดูแลสุขวิทยาส่วนบุคคล หมายถึง การดูแลและรักษาความสะอาด ผิวหนัง ผม มือ เท้า เล็บ ตา หู จมูก ปาก ฟันและอวัยวะสืบพันธุ์ การเลือกเสื้อผ้าที่เหมาะสมและการพุงผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาไปอาบน้ำในห้องน้ำ

1.5 การช่วยเหลือในการเคลื่อนไหว หมายถึง การช่วยเหลือในด้านการจัดทำนอน การพลิกตะแคงตัว การพุงลุกเดิน และการสอดหมอนนอน

1.6 การดูแลเรื่องอาหาร หมายถึง การเตรียมอาหารที่เหมาะสม และการให้อาหารผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาได้ถูกต้อง

1.7 การประเมินความต้องการ และการส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ หมายถึง การพูดคุยกับผู้สูงอายุอย่างอ่อนโยน การบอกเล่าเหตุการณ์ที่เปลี่ยนแปลง หรือเกิดขึ้นใหม่ ภายในบ้านอย่างย่อๆและเข้าใจง่าย การถามความต้องการของผู้สูงอายุและการกล่าวถึงกิจกรรมต่าง ๆ ก่อนที่ผู้ดูแลจะปฏิบัติต่อผู้สูงอายุและการนำลูกหลานเข้าเยี่ยมและพูดคุยกับผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมอทุกวัน

1.8 การใช้แหล่งประโยชน์พึ่งพาด้านสุขภาพ หมายถึง การนำผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพามาตรวจตามนัดอย่างสม่ำเสมอ และการเลือกใช้สถานบริการด้านสุขภาพใกล้บ้าน กรณีฉุกเฉินหรือจำเป็น เช่น โรงพยาบาลใกล้บ้าน สถานีอนามัย ศูนย์สาธารณสุขของกรุงเทพมหานคร คลินิก และอื่น ๆ

2. เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบวัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ตามแนวคิดความเครียดในบทบาทของ Hardy and Conway (1988) ประกอบด้วย 2 ตอน ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ประกอบด้วยข้อมูลเกี่ยวกับ ลักษณะความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา รูปแบบการรับผิดชอบดูแลผู้สูงอายุที่พักอาศัย แหล่งสนับสนุนทางสังคมและครอบครัว ภาวะสุขภาพ ความพึงพอใจในชีวิต รายได้ สถานภาพสมรส การมีบุตร ระดับการศึกษาและอายุ

ตอนที่ 2 ความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ประกอบด้วย 3 ด้านดังนี้

1. ความเครียดด้านความขัดแย้งในบทบาท จำนวน 8 ข้อ
2. ความเครียดด้านความคลุมเครือในบทบาท จำนวน 11 ข้อ
3. ความเครียดด้านความมีบทบาทที่มากเกินไป จำนวน 9 ข้อ

ขั้นตอนการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. **ขั้นเตรียมการ** ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการทดลองต่อหัวหน้าตึกในแผนกที่ดำเนินการทดลอง และผู้ช่วยวิจัย เพื่อขอความร่วมมือในการดำเนินการทดลองและจัดเตรียมสถานที่ในการดำเนินการทดลอง และศึกษารูปแบบการเตรียมผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาก่อนกลับบ้านในภาวะปกติ เพื่อศึกษาปัญหาของผู้ดูแล และกระบวนการเตรียมผู้ดูแล แล้วนำมาดำเนินการจัดการ โดยการเสนอตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา เพื่อลดความเครียดในบทบาทของผู้ดูแล

2. **ขั้นดำเนินการทดลอง** แบ่งออกเป็น 3 ระยะ ดังนี้

2.1 **ระยะก่อนการทดลอง** ผู้วิจัยนำกลุ่มตัวอย่างที่สุ่มไว้ในแต่ละสัปดาห์มาดำเนินการทดลองในห้องสอนแสดง ที่มีเครื่องปรับอากาศ และปราศจากเสียงรบกวนภายนอก กลุ่มละ 2-3 คน ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพ ชี้แจงขั้นตอนการดำเนินการทดลอง หลังจากนั้นผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยดำเนินการวัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา

2.2 **ระยะทดลอง** ผู้วิจัยกล่าววาทะ และให้กำลังใจกลุ่มตัวอย่างในการรับบทบาทผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา พร้อมทั้งชี้แจงประโยชน์ในการดูแลตัวแบบ และสิ่งที่ผู้วิจัยต้องการให้กลุ่มตัวอย่างแสดงตามตัวแบบ เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเกิดกระบวนการใส่ใจ ใช้เวลา 5 นาที ผู้วิจัยเปิดวิดีโอทัศน์ให้กลุ่มตัวอย่างดูตัวแบบ เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเกิดกระบวนการเก็บจำ ใช้เวลา 25 นาที หลังเสร็จสิ้นการดูตัวแบบ เปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างซักถาม และแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับตัวแบบ เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเกิดกระบวนการกระทำ ใช้เวลา 20 นาที จากนั้นผู้วิจัยสรุปสิ่งที่ได้จากการดูตัวแบบ และให้การเสริมแรงกลุ่มตัวอย่างในการนำพฤติกรรมของตัวแบบไปกระทำต่อไป เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเกิดกระบวนการสนใจในการนำพฤติกรรมของตัวแบบไปปฏิบัติต่อไป ใช้เวลา 3 นาที

2.3 **ระยะหลังการทดลอง** ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างพัก 10 นาที และรับประทานอาหารว่าง หลังจากนั้นผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยดำเนินการวัดระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง โดยการแจกแจงความถี่และร้อยละ ส่วนระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาก่อนและหลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา วิเคราะห์โดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การประเมินระดับความเครียดและการเปรียบเทียบความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาระหว่าง

ก่อนและหลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ใช้การคำนวณหาค่าผลการทดสอบอันดับที่มีเครื่องหมายวิลคอกสัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed-Ranks Test)

สรุปผลการวิจัย

การศึกษาผลของการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาต่อความเครียดในบทบาทของผู้ดูแล โดยศึกษาระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา และเปรียบเทียบความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ระหว่างก่อนและหลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. การศึกษาระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา พบว่า
 - 1.1 ระดับความเครียดด้านความขัดแย้งในบทบาทก่อนการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.24
 - 1.2 ระดับความเครียดด้านความขัดแย้งในบทบาทหลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาอยู่ในระดับต่ำ โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.51
 - 1.3 ระดับความเครียดด้านความคลุมเครือในบทบาทก่อนการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.58
 - 1.4 ระดับความเครียดด้านความคลุมเครือในบทบาทหลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาอยู่ในระดับต่ำ โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.25
 - 1.5 ระดับความเครียดด้านความมีบทบาทที่มากเกินไปก่อนการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.70
 - 1.6 ระดับความเครียดด้านความมีบทบาทที่มากเกินไปหลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาอยู่ในระดับต่ำ โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.83
 - 1.7 ระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาโดยรวมก่อนการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.52
 - 1.8 ระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาโดยรวมหลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาอยู่ในระดับต่ำ โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.51

2. การเปรียบเทียบความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ระหว่าง ก่อนและหลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา พบว่า

2.1 ความเครียดด้านความขัดแย้งในบทบาทหลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา น้อยกว่าก่อนการใช้ตัวแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2 ความเครียดด้านความคลุมเครือในบทบาท หลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา น้อยกว่าก่อนการใช้ตัวแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.3 ความเครียดด้านความมีบทบาทที่มากเกินไป หลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาน้อยกว่าก่อนการใช้ตัวแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.4 ความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาโดยรวม หลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา น้อยกว่าก่อนการใช้ตัวแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การอภิปรายผล

การศึกษาผลของการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาต่อความเครียดในบทบาทของผู้ดูแล ผลการศึกษา พบว่า

1. ระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ทั้งรายด้านและโดยรวม ก่อนการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา อยู่ในระดับปานกลาง อภิปรายผลได้ดังนี้

เนื่องจากผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาส่วนใหญ่เป็นบุตรสาว (ร้อยละ 60) ซึ่งบทบาทหน้าที่ของบุตร คือการดูแลบิดามารดาเมื่ออยู่ในวัยสูงอายุ และยามเจ็บป่วย สอดคล้องกับบรรทัดฐานของสังคมไทยที่ว่า บุตรควรทดแทนบุญคุณบิดามารดาด้วยการเป็นผู้ดูแลเมื่อบิดามารดาอยู่ในวัยสูงอายุ และคนหนุ่มสาว (ร้อยละ 79) คิดอยากให้บุตรเป็นผู้ดูแลเมื่อยามเจ็บป่วยและในวัยชรา (นภาพร ชโยวรรณ, 2535: 105) สอดคล้องกับแนวคิดการดูแลบุคคลที่ต้องพึ่งพาของโอเร็มที่กล่าวว่า ผู้สูงอายุหรือผู้เจ็บป่วยจำเป็นต้องได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลในครอบครัว เป็นความรับผิดชอบของสังคมที่จะต้องให้การช่วยเหลือ ดังนั้น บุคคลในครอบครัวที่ดูแลผู้สูงอายุจึงยอมรับ เต็มใจ และพัฒนาความสามารถในการดูแล (วิภาวรรณ ชะอุ่ม, 2536: 54) ผู้ดูแลจึงยอมรับบทบาทผู้ดูแล และจากการศึกษาพบว่า ผู้ดูแลส่วนใหญ่ให้ความร่วมมือในการเข้ากลุ่มทดลอง เพื่อเรียนรู้การดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาจากการดูแล

ตัวแบบที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เพื่อจะได้นำความรู้ ความเข้าใจ แบบอย่างพฤติกรรมของตัวแบบไปปฏิบัติในการดูแลบิดามารดาต่อไป และผลการศึกษาพบว่า ความเครียดด้านความขัดแย้งในบทบาทก่อนการใช้ตัวแบบอยู่ในระดับปานกลาง และมีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 2.24$) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ความเครียดจากการรู้สึกที่ตัวเองไม่เหมาะสมในการดูแลผู้สูงอายุ มีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 2.10$) แสดงให้เห็นว่าผู้ดูแลส่วนหนึ่งยอมรับบทบาทผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา การยอมรับ และเต็มใจที่จะดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ทำให้ผู้ดูแลมีความขัดแย้งในด้านการยอมรับบทบาทผู้ดูแลน้อย จึงทำให้การรับรู้ความเครียดด้านความขัดแย้งในบทบาทอยู่ในระดับปานกลาง และมีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุด ส่งผลให้ความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลก่อนการใช้ตัวแบบอยู่ในระดับปานกลางด้วย

และจากการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพามีระดับการพึ่งพานกลาง โดยมีคะแนนความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน 5 - 8 คะแนน จำนวนมากที่สุด (ร้อยละ 56.7) จากการศึกษาของ Schulz, Tompkin, and Wood and Decker, 1987 อ้างถึงใน เฟื่องลดดา เคนไชยวงศ์, 2539: 6) พบว่า ระดับการให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน จำนวนชั่วโมงต่อวันในการดูแลผู้ป่วย มีผลทำให้เกิดความเครียดแก่ผู้ดูแลและมีความสัมพันธ์กับภาระของผู้ดูแล

Pearson, Verma and Nellett (1988) พบว่า ความบกพร่องของสมรรถภาพในการทำหน้าที่ของผู้ป่วยมีความสัมพันธ์กับภาระของผู้ดูแล เนื่องจากความบกพร่องของสมรรถภาพในการทำหน้าที่ของผู้ป่วย ทำให้ผู้ป่วยต้องการความช่วยเหลือจากผู้ดูแล ซึ่งระดับความต้องการของผู้ป่วยในส่วนที่ต้องการให้ผู้ดูแลช่วยเหลือหรือตอบสนองแสดงถึงระดับการพึ่งพาของผู้ป่วย (สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล, 2537) สอดคล้องกับการศึกษาของ เฟื่องลดดา เคนไชยวงศ์ (2539) พบว่า การพึ่งพาของผู้ป่วยเกี่ยวกับการปฏิบัติกิจกรรมเชิงปฏิบัติขั้นพื้นฐานและการปฏิบัติกิจกรรมในการดำรงชีวิต มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาระของผู้ดูแลทั้งภาระเชิงปรนัย (objective burden) และภาระเชิงอัตนัย (subjective burden) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และ .01 ตามลำดับ ดังการศึกษาของ Carey et. al. (1991) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับการพึ่งพาของผู้ป่วยกับภาระในการดูแล โดยศึกษาจากสมาชิกในครอบครัวที่ดูแลผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับเคมีบำบัด จำนวน 49 ราย พบว่า ระดับการพึ่งพามีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาระการดูแลในทำนองเดียวกัน Montgomery et al. (1985) ศึกษาจากสมาชิกในครอบครัวที่ดูแลผู้ป่วยสูงอายุ จำนวน 80 ราย พบว่า กิจกรรมการดูแลมีความสัมพันธ์ในทางบวกกับภาระเชิงวัตถุวิสัย (objective burden) ส่วน Sheehan and Nuttal (1988) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างร้อยละของการดูแลและความเครียดของผู้ดูแล จากสมาชิกใน

ครอบครัวที่ดูแลผู้สูงอายุ จำนวน 98 ราย พบว่า มีความสัมพันธ์ในทางบวกเช่นกัน กล่าวได้ว่า ระดับการพึ่งพาของผู้ป่วย กิจกรรมการดูแล และร้อยละของการดูแลสะท้อนถึงความต้องการในการดูแลทั้งสิ้น ซึ่งทั้งหมดให้ผลทำนองเดียวกันคือความต้องการในการดูแลที่เพิ่มขึ้น ความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลจะเพิ่มขึ้นตามไปด้วย (สายพิณ เกษมกิจวัฒนา, 2536: 41) สอดคล้องกับการศึกษาของ คมสัน แก้วระยะ (2540) พบว่า ความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั้นแสดงว่า ผู้สูงอายุมีความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวันน้อย จะทำให้ความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุมาก และผู้สูงอายุมีความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวันมาก จะทำให้ความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุ น้อย และจากการศึกษาครั้งนี้พบว่า ผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพามีคะแนนความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันอยู่ในระดับปานกลาง หรือมีระดับการพึ่งพานานกลาง จึงทำให้ผู้ดูแลรับรู้ความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งต่างจากการศึกษาของ คมสัน แก้วระยะ (2540) ที่ศึกษาผู้ดูแลผู้สูงอายุในเขตเทศบาล จังหวัดเพชรบุรี จำนวน 210 ราย ผลการศึกษาพบว่า ผู้ดูแลผู้สูงอายุมีความเครียดในบทบาทผู้ดูแลทั้งรายด้านและโดยรวมอยู่ในระดับต่ำ และจากการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพเกี่ยวกับผู้ดูแลผู้สูงอายุ พบว่า มีญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุถึงร้อยละ 70 รายงานว่า การดูแลผู้สูงอายุมีผลกระทบต่อการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันไม่มาก สามารถดำเนินชีวิตประจำวันได้ตามปกติ (วิภาวรรณ ชะอุ่ม, 2536: 56)

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ถ้าต้องการศึกษาแนวทางในการลดความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลด้วยเครื่องมือประเภทอื่น ๆ ที่ต่างจากการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยควรศึกษาผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ให้การดูแลผู้สูงอายุที่มีระดับการพึ่งพามาก จะทำให้ระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลอยู่ในระดับสูงด้วย ทำให้การศึกษาเชิงปฏิบัติในการใช้เครื่องมือเพื่อลดความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลมีความชัดเจนมากขึ้น

2. การเปรียบเทียบความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาระหว่างก่อนและหลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ผลการศึกษาพบว่า ความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาลงหลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาทั้งรายด้านและโดยรวมน้อยกว่าก่อนการใช้ตัวแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานที่ระบุไว้คือ ความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาลงหลังการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาน้อยกว่าก่อนการใช้ตัวแบบ สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

ในชั้นการเกิดกระบวนการใส่ใจ ผู้วิจัยกล่าวยกย่องและให้กำลังใจกลุ่มตัวอย่างในการรับบทบาทผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา การกล่าวยกย่องและให้คุณค่าแก่ผู้ดูแลเป็นการสร้างแรงจูงใจในการให้ความช่วยเหลือผู้อื่น ประเภทตอบสนองความต้องการของ ตนเอง (egoistic motivation) ในด้านการได้รับคำยกย่องและชื่นชมจากบุคคลอื่น เป็นที่ยอมรับของสังคม (ยุพาพิน ศิริโพธิ์งาม, 2539: 85 - 86) และเป็นการสร้างแรงจูงใจที่สอดคล้องกับวัฒนธรรม ประเพณี และบรรทัดฐานของสังคมไทยที่ว่า บุตรควรทดแทนบุญคุณบิดามารดา ด้วยการเป็นผู้ดูแลเมื่อบิดามารดาอยู่ในวัยสูงอายุ (นภาพร ชโยวรรณ, 2535: 105) จึงจะเป็นที่ยอมรับของบุคคลทั่วไป ทำให้กลุ่มตัวอย่างมีกำลังใจ และตั้งใจในการดูแลบิดามารดา และสามีมากขึ้น จะได้เป็นที่ยอมรับและยกย่องของบุคคลทั่วไป จึงทำให้สนใจในการเรียนรู้ หรือรับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาเพื่อนำกลับไปดูแลบิดามารดาและสามีที่บ้านต่อไป จึงทำให้เกิดกระบวนการใส่ใจในการดูแลตัวเอง นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ชี้แจงประโยชน์ในการดูแลตัวเอง อธิบายให้กลุ่มตัวอย่างทราบว่า จะเห็นตัวเองแบบทำอะไร ผลกระทบที่ตัวเองได้รับ และสิ่งที่ผู้วิจัยต้องการให้กลุ่มตัวอย่างแสดงตามตัวเอง เป็นการนำขั้นนำของหลักการสอนมาประยุกต์ในการใช้ตัวเอง (เพ็ญวรรณ มหาผล, 2539: 38) ซึ่งเป็นการเตรียมความพร้อมของกลุ่มตัวอย่างในการเรียนรู้จากการดูแลตัวเอง ทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความตั้งใจ และสนใจในการเรียนรู้จากการดูแลตัวเอง ก่อให้เกิดกระบวนการใส่ใจ สอดคล้องกับแนวคิดของ สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2539: 258) ที่ว่า ควรนำหลักการสอนมาพิจารณาใช้ร่วมกับการเสนอตัวเองจะทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดกระบวนการใส่ใจในการดูแลตัวเองมากขึ้น

ชั้นการเกิดกระบวนการเก็บจำ ผู้วิจัยเปิดวิธีทัศน์ให้กลุ่มตัวอย่างดูแลตัวเอง ซึ่งการเสนอตัวเองสัญลักษณ์ผ่านสื่อวิธีทัศน์ทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดการเก็บจำพฤติกรรมของตัวเองในรูปรหัสการเก็บจำภาพ และคำพูด ซึ่งง่ายต่อการเก็บจำ (Bandura, 1986: 51 - 52) และการนำเสนอตัวเองเป็นขั้นตอนโดยเสนอการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาเป็นพฤติกรรมย่อย 8 ด้าน ร่วมกับการชี้แนะพฤติกรรม และการแนะนำการกระทำในแต่ละพฤติกรรมย่อย ซึ่งประกอบด้วยการบรรยายประกอบภาพ การสนทนาระหว่างผู้ดูแลกับผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างง่ายต่อการเก็บจำพฤติกรรม ทำให้การเกิดกระบวนการเก็บจำมีประสิทธิภาพมากขึ้น แต่เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ความเครียดด้านความคลุมเครือในบทบาทมีระดับความเครียดลดลงทุกข้อ แต่ความเครียดด้านความขัดแย้งในบทบาทจากการเพิ่มภาระการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ทำให้การทำหน้าที่ที่มีแต่เดิมไม่ดีเท่าที่ควร มีระดับความเครียดก่อนและหลังการใช้ตัวเองอยู่ในระดับปานกลาง และความเครียดด้านความมีบทบาทที่มากเกินไป จากปัจจุบันมีงานเต็มที่แล้ว การดูแลผู้สูงอายุทำให้ต้องรับผิดชอบงานมากเกินไป การดูแลผู้สูงอายุทำให้ไม่

สามารถให้เวลากับอาชีพการงานได้เต็มที่ การดูแลผู้สูงอายุทำให้การดำเนินชีวิตไม่เป็นอิสระเหมือนคนทั่วไป และการดูแลผู้สูงอายุทำให้ไม่มีเวลาให้กับเพื่อนฝูงและสังคม ก่อนและหลังการใช้ตัวแบบต่างก็มีความเครียดอยู่ในระดับปานกลางเช่นเดิม อาจเนื่องจากผู้วิจัยเสนอตัวแบบโดยเน้นความรู้ ความเข้าใจในการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาในกิจวัตรประจำวันทั่วไป ในด้านการใช้จ่าย การจัดสภาพแวดล้อม การสังเกตการผิดปกติ การดูแลสุขอนามัยส่วนบุคคล การช่วยเหลือในการเคลื่อนไหว การดูแลเรื่องอาหาร การประเมินความต้องการและการส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้ดูแล และการใช้แหล่งประโยชน์พึ่งพาด้านสุขภาพ ทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดกระบวนการเก็บจำพฤติกรรมของตัวแบบในด้านความรู้ ความเข้าใจในการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา แต่ไม่ได้เกิดการเก็บจำในด้านการแก้ไขปัญหของตัวแบบเมื่อเกิดความรู้สึกขัดแย้งในบทบาทและความมีบทบาทที่มากเกินไป ในการเสนอตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาเพื่อลดความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลในทุกด้านและทุกข้อ ควรนำเสนอปัญหาของตัวแบบที่มีลักษณะใกล้เคียงกับตัวแบบ แล้วค่อย ๆ แสดงวิธีแก้ปัญหาในแต่ละขั้นตอนจนบรรลุพฤติกรรมเป้าหมาย (ประเทือง ภูมิภักทราคม, 2535: 266 - 268; Perry and Furukawa, 1986: 74 - 76 อ้างถึงใน ราณี พรมานะจิริงกุล, 2537: 29 - 30) จะทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดกระบวนการเก็บจำพฤติกรรมของตัวแบบในด้านการแก้ไขปัญหความเครียดในบทบาท ทำให้ระดับความเครียดในบทบาทลดลง โดยเฉพาะความเครียดด้านความขัดแย้งในบทบาทและความมีบทบาทที่มากเกินไปลดลงทุกข้อ

ขั้นการเกิดกระบวนการกระทำ ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้กลุ่มตัวอย่างซักถามและแสดงความคิดเห็นหลังจากดูตัวแบบ โดยการให้กลุ่มตัวอย่างได้ระลึกรูปแบบพฤติกรรมการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาที่กลุ่มตัวอย่างได้เก็บจำไว้ในปัญญาออกมา แล้วแสดงออกทางกระทำทางความคิด (เพ็ญวรรณ มหาผล, 2539: 38) และการดำเนินการทดลองเป็นกลุ่มย่อยครั้งละ 2 - 3 คน ทำให้กลุ่มตัวอย่างได้แสดงความคิดเห็น รับฟังความคิดเห็น ข้อมูลเหล่านี้เป็นข้อมูลป้อนกลับให้กลุ่มตัวอย่างนำมาเปรียบเทียบกับภาพแห่งการกระทำที่เก็บไว้ในปัญญาทำให้กลุ่มตัวอย่างได้ปรับปรุงการแสดงพฤติกรรมการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาของตนเองทางปัญญาให้เหมาะสม และเหมือนกับการกระทำของตัวแบบ ทำให้การเรียนรู้จากการดูตัวแบบในขั้นการเกิดกระบวนการกระทำมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น แต่การที่กลุ่มตัวอย่างเกิดกระบวนการกระทำเฉพาะด้านความรู้ ความเข้าใจในการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาในกิจวัตรประจำวันทั่วไปตามพฤติกรรมของตัวแบบ ทำให้ความเครียดด้านความขัดแย้งจากการเพิ่มภาระการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาทำให้การทำหน้าที่ที่มีแต่เดิมไม่ดีเท่าที่ควร มีระดับความเครียดก่อนและหลังการใช้ตัวแบบอยู่ในระดับปานกลาง และความเครียดด้านความมีบทบาทที่มากเกินไปจากปัจจุบันมีงานเดิมที่

แล้วการดูแลผู้สูงอายุ ทำให้ต้องรับผิดชอบงานมากเกินไป การดูแลผู้สูงอายุทำให้ไม่สามารถให้เวลากับอาชีพการงานได้เต็มที่ การดูแลผู้สูงอายุทำให้การดำเนินชีวิตไม่เป็นอิสระเหมือนคนทั่วไป และการดูแลผู้สูงอายุทำให้ไม่มีเวลาให้กับเพื่อนฝูงและสังคมต่างก็มีความเครียดก่อนและหลังการใช้ตัวแบบอยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้นการเสนอตัวแบบเพื่อลดความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลในทุกด้านและทุกข้อ ควรเสนอตัวแบบที่แสดงถึงปัญหาของตัวแบบที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างแล้วค่อย ๆ แสดงวิธีแก้ปัญหาในแต่ละขั้นตอนจนบรรลุพฤติกรรมเป้าหมายจะทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดกระบวนการกระทำตามพฤติกรรมของตัวแบบที่ครอบคลุมการแก้ปัญหาความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลในทุกด้าน จะทำให้ระดับความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลลดลงทุกข้อ

ขั้นการเกิดกระบวนการจูงใจ โดยผู้วิจัยสรุปสิ่งที่กลุ่มตัวอย่างได้จากการสังเกตตัวแบบ เสริมสร้างแรงจูงใจโดยกล่าววยกย่อง และให้กำลังใจกลุ่มตัวอย่างในการนำพฤติกรรมของตัวแบบไปกระทำต่อไป การที่ผู้วิจัยได้สรุปสิ่งที่กลุ่มตัวอย่างได้จากการดูตัวแบบในด้านผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาได้รับการดูแลที่ดีจากบุตรสาว ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุข สุขภาพแข็งแรง พ้นจากสภาพการเจ็บป่วยได้เร็ว ไม่มีปัญหาโรคแทรกซ้อน ส่วนบุตรสาวซึ่งเป็นผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพามีความสุข ได้แสดงความกตัญญูต่อบุพการีตามวัฒนธรรมประเพณีที่ดีของสังคมไทย และตามบรรทัดฐานของสังคม จึงเป็นที่ยอมรับและชื่นชมจากบุคคลทั่วไป ซึ่งเป็นผลกระทบทางบวกที่ผู้ดูแลได้รับ ทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดกระบวนการจูงใจในการนำพฤติกรรมของตัวแบบไปปฏิบัติ สอดคล้องกับแนวคิดของ Bandura (1986: 51 - 52) ที่ว่า บุคคลจะเลือกกระทำตามตัวแบบเมื่อการกระทำนั้นให้ผลกระทบทางบวกมากกว่าที่จะเลือกทำตามการกระทำที่ให้ผลกระทบทางลบ นอกจากนี้ผู้วิจัยได้เสริมสร้างแรงจูงใจโดยกล่าววยกย่องและให้กำลังใจกลุ่มตัวอย่างในการนำพฤติกรรมของตัวแบบไปปฏิบัติ เป็นการสร้างแรงจูงใจในการช่วยเหลือผู้อื่นประเภทตอบสนองต่อความต้องการของตนเอง ทำให้กลุ่มตัวอย่างมั่นใจในการนำพฤติกรรมของตัวแบบไปปฏิบัติ เพื่อจะได้รับการยกย่องและชื่นชมจากบุคคลทั่วไป ทำให้การเกิดกระบวนการจูงใจมีประสิทธิภาพมากขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ นภาพรณ แก้วภรณ์ (2533) ที่ได้ศึกษาผลการจูงใจญาติต่อพฤติกรรมดูแลผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดสมองในระยะพักฟื้นของญาติกลุ่มที่ได้รับการจูงใจ เปลี่ยนแปลงดีขึ้นกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการจูงใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

การนำกระบวนการเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบ 4 กระบวนการ มาใช้ในการเสนอตัวแบบ ทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดการเรียนรู้และลอกเลียนแบบพฤติกรรมดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ยอมรับบทบาทผู้ดูแล สามารถจัดแบ่งเวลาในการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาและ

การทำหน้าที่อื่นได้ ทำให้ความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาทั้งรายด้านและโดยรวม หลังการใช้ตัวแบบน้อยกว่าก่อนการใช้ตัวแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับการศึกษาของนักการศึกษาหลายท่าน เช่น ดาราวรรณ ต๊ะปิ่นตา (2528) ศึกษาผลการใช้ตัวแบบในการลดความวิตกกังวลของนักศึกษา ก่อนการศึกษาภาคปฏิบัติวิชาการพยาบาลจิตเวช ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้ดูตัวแบบสามารถลดความวิตกกังวลได้มากกว่ากลุ่มควบคุม Jaffe, and Carlson (1972 อ้างถึงใน เพ็ญวรรณ มหาผล, 2539: 48) ได้ศึกษาบทบาทของตัวแบบ และผลกระทบในการบำบัดโดยใช้ตัวแบบ เพื่อลดความวิตกกังวลในการสอบ ผลการศึกษาพบว่า ผู้ถูกทดลองทั้ง 4 กลุ่ม ซึ่งได้ดูตัวแบบร่วมกับการเสนอผลกระทบ มีความวิตกกังวลลดลง และคะแนนการเรียนเพิ่มขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมซึ่งไม่ได้รับการบำบัด โดยวิธีใดเลย Melamed, and Siegel (1975 อ้างถึงใน ดาราวรรณ ต๊ะปิ่นตา, 2528: 2) ศึกษาการลดความวิตกกังวลของเด็กที่จะเข้ารับการผ่าตัดในโรงพยาบาล โดยให้ดูภาพยนตร์ตัวแบบแสดงโดยเด็กวัยเดียวกับผู้เข้ารับการทดลอง ผลการศึกษา พบว่า เด็กที่ดูภาพยนตร์ตัวแบบมีความวิตกกังวลต่อการผ่าตัดลดลง และ Patterson, et al. (1984) ศึกษาการใช้ตัวแบบภาพยนตร์ เพื่อลดความวิตกกังวลและการกลัวการผ่าตัดในช่องปากของเด็กที่ไม่เคยเข้ารับการผ่าตัดมาก่อน ผลการศึกษาพบว่า ผู้เข้ารับการทดลองที่ได้ดูตัวแบบมีความวิตกกังวลต่อการผ่าตัดลดลงมากกว่าผู้เข้ารับการทดลองที่ไม่ได้ดูตัวแบบ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. ควรนำตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพามาใช้ในการเตรียมสภาพจิตใจของผู้ดูแล โดยการลดความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา จะทำให้ผู้ดูแลมีความรู้ ความเข้าใจในการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ยอมรับบทบาทผู้ดูแล และสามารถจัดแบ่งเวลาในการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา และการทำหน้าที่อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา

2. ควรนำตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพามาใช้เป็นเครื่องมือในกระบวนการวางแผนจำหน่าย จะทำให้การจำหน่ายผู้ป่วยสูงอายุที่ต้องพึ่งพามีประสิทธิภาพมากขึ้น ลดการกลับเข้ารับรักษาซ้ำในโรงพยาบาล ลดเวลาในการครองเตียง เพิ่มอัตราการหมุนเวียนเตียง ประหยัดค่าใช้จ่ายในด้านการรักษาของญาติและโรงพยาบาล

3. ควรนำเสนอตัวแบบผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาที่ดำรงบทบาทในขณะเดียวกันหลายบทบาท ไม่สามารถจัดแบ่งเวลาในการทำหน้าที่ต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความเครียดในบทบาทด้านการมีบทบาทที่มากเกินไป และวิธีแก้ปัญหาของตัวแบบในแต่ละขั้นตอนจนกระทั่งตัวแบบประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหา ได้รับผลกระทบทางบวก มีความสุข และสามารถจัดแบ่งเวลาในการทำหน้าที่ต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพามีความสุข ไม่มีภาวะแทรกซ้อนเกิดขึ้น จะทำให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาเกิดกระบวนการเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบในด้านการดำรงบทบาทหลายบทบาทในขณะเดียวกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีอารมณ์คล้อยตามตัวแบบ ทำให้ความเครียดด้านการมีบทบาทที่มากเกินไปลดลงได้ดียิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรติดตามศึกษาภาวะสุขภาพกายและสุขภาพจิตของผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาที่ได้รับการดูแลจากผู้ดูแลที่ผ่านการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา
2. ควรศึกษาผลของการใช้ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา ต่อความรู้ ความสามารถ ในการดูแลผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพา และความเครียดในบทบาทของผู้ดูแลที่บ้าน