บทที่ 4
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาโครงการอิสระครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยโรคซึมเศร้า ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่เน้นการปรับพฤติกรรมความคิด โดยกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา เป็นผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคซึมเศร้า และมีคุณลักษณะตามเกณฑ์ที่กำหนดจำนวน 20 ราย ผลการศึกษานำมาวิเคราะห์ข้อมูล นำเสนอในรูปตารางประกอบคำบรรยายตามลำดับดังนี้

ส่วนที่ 1 เสนอข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา

ส่วนที่ 2 เสนอผลการศึกษาเปรียบเทียบภาวะซึมเศร้า ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่เน้นการปรับพฤติกรรมความคิด

ส่วนที่ 3 สรุปความรู้เพิ่มเติมที่ได้จากการศึกษา

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา

ตารางที่ 1 แสดงจำนวน ร้อยละ ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพการสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ และระยะเวลาการเจ็บป่วย

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน(คน) n =20	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	0	0
หญิง	20	100
อายุ		
20-30 ปี	4	20
31-40 ปี	6	30
41-50 ปี	10	50
สถานภาพการสมรส		
โสด	5	25
สมรส	14	70
หม้าย	1	5
หย่า /แยกกันอยู่	-	0
การศึกษา		
ประถมศึกษา	9	45
มัธยมศึกษา	10	50
ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	1	5
อาชีพ		
ว่างงาน	10	50
รับจ้าง	7	35
ธุรกิจส่วนตัว / ค้าขาย	2	10
รับราชการ	1	5

ตารางที่ 1 แสดงจำนวน ร้อยละ ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพการสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ และระยะเวลาการเจ็บป่วย(ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน(คน) n =20	ร้อยละ
รายได้ต่อเดือน		
ไม่มีรายได้	10	50
1,000-5,000 บาท	0	0
5,001-10,000 บาท	7	35
10,001 บาทขึ้นไป	3	15
ระยะเวลาการเจ็บป่วย		
น้อยกว่า 1 ปี	3	15
1 ปีขึ้นไป	17	85

จากตารางที่ 1 พบว่ากลุ่มตัวอย่างทั้งหมดเป็นเพศหญิง (ร้อยละ100) ส่วนใหญ่มีอายุ 41-50 ปีร้อยละ 50 สถานภาพการสมรสส่วนใหญ่สมรสร้อยละ 70 รองลงมามีสถานภาพโสดร้อยละ 25 การศึกษาส่วนใหญ่จบชั้นมัธยมศึกษาร้อยละ 50 รองลงมาจบประถมศึกษา ร้อยละ 45 มีเพียงร้อยละ 5 เท่านั้นที่เรียนจบระดับปริญญาตรี อาชีพส่วนใหญ่ของกลุ่มตัวอย่างว่างงานถึงร้อยละ 50 รองลงมาอาชีพรับจ้างร้อยละ 35

ด้านรายได้พบว่าร้อยละ 50 ไม่มีรายได้ รองลงมามีรายได้ในช่วง 5,001-10,000 บาทร้อยละ 35 ส่วนระยะเวลาการเจ็บป่วยพบว่าส่วนใหญ่ถึงร้อยละ 85 เจ็บป่วยนานกว่า 1 ปี มีเพียงร้อยละ 15 ที่ระยะเวลาการเจ็บป่วยต่ำกว่า 1 ปี

ส่วนที่ 2 เสนอผลการศึกษาเปรียบเทียบภาวะซึมเศร้าก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มโดยเน้นแนวคิดการปรับพฤติกรรมความคิด

การเสนอผลการเปรียบเทียบภาวะซึมเศร้าก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่เน้นการปรับพฤติกรรมความคิดแสดงรายละเอียดตามตารางที่ 2 และ 3

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนภาวะซึมเศร้าก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่เน้นการปรับพฤติกรรมความคิด

กลุ่มตัวอย่างคนที่	คะแนนภาวะซึมเศร้า(คะแนน)	
	ก่อนการให้คำปรึกษา	หลังการให้คำปรึกษา
1	29	20
2	28	14
3	22	16
4	29	19
5	28	19
6	24	20
7	29	24
8	29	23
9	21	18
10	21	18
11	23	19
12	25	23
13	24	19
14	26	21
15	24	19
16	21	18
17	26	21
18	29	25
19	29	23
20	28	24
	$\bar{X}$ = 25.75	$\bar{X}$ = 20.15
	S.D. = 3.06	S.D. = 2.85

จากตารางที่ 2 พบว่าคะแนนภาวะซึมเศร้าหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่เน้นการปรับพฤติกรรมความคิดลดลงจากก่อนการให้คำปรึกษาทุกราย โดยมีค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะซึมเศร้าก่อนให้คำปรึกษาเป็น 25.75 คะแนน โดยมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.06 และคะแนนเฉลี่ยหลังให้คำปรึกษาเป็น 20.15 คะแนน โดยมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.85

เมื่อนำคะแนนภาวะซึมเศร้าก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่เน้นการปรับพฤติกรรมความคิดมาเปรียบเทียบทางสถิติโดยใช้ paired t-test ได้ผลดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงผลการศึกษาเปรียบเทียบคะแนนภาวะซึมเศร้าก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่เน้นการปรับพฤติกรรมความคิด (n = 20)

คะแนนภาวะซึมเศร้า	$\bar{X}$	S.D.	t	P value
ก่อนให้คำปรึกษา	25.75	3.06	8.67	.000
หลังให้คำปรึกษา	20.15	2.85		

จากตารางที่ 3 เมื่อนำคะแนนภาวะซึมเศร้าก่อนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่เน้นการปรับพฤติกรรมความคิดเปรียบเทียบกับคะแนนภาวะซึมเศร้าหลังจากการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม พบว่าคะแนนภาวะซึมเศร้าหลังจากการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่เน้นการปรับพฤติกรรมความคิด ($\bar{X}$ = 20.15, S.D. = 2.85) ต่ำกว่าก่อนการให้คำปรึกษากลุ่ม ($\bar{X}$ = 25.75 , S.D. = 3.06) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 ($t = 8.67 , p < .01$)

ส่วนที่ 3 สรุปความรู้เพิ่มเติมที่ได้จากการศึกษา

จากการศึกษาการใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่เน้นการปรับพฤติกรรมความคิดต่อภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยโรคซึมเศร้า ผู้ศึกษาได้รับความรู้เพิ่มเติมจากการศึกษา คือ

ในการทำกิจกรรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่เน้นการปรับพฤติกรรมความคิดควรมีการให้แรงเสริมทางบวกแก่ผู้ป่วยเพื่อเพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ซึ่งสามารถทำได้โดยใช้กระบวนการกลุ่ม และการเพิ่มกิจกรรมการบันทึกความดี ความสุข และความภาคภูมิใจที่ผู้ป่วยได้พบเพื่อนำมาเป็นแรงจูงใจในการดำเนินชีวิต ซึ่งพบว่าเป็นสิ่งที่ผู้ป่วยพึงพอใจและช่วยให้ผู้ป่วยมีความรู้สึกที่ดีกับตนเองเพิ่มขึ้น