

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

จากสถิติกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุขในปี พ.ศ.2548 พบว่าในประเทศไทยมีผู้ป่วยจิตเวชที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลทั้งหมด 335,202 คน และส่วนใหญ่เป็นผู้ป่วยจิตเภทจำนวน 172,648 คน (กองแผนงาน กรมสุขภาพจิต, 2548) ซึ่งโรคจิตเภทเป็นโรคหนึ่งที่เป็นปัญหาสำคัญทางจิตเวช เพราะเป็นความเจ็บป่วยทางจิตที่รุนแรงที่สุด พฤติกรรมที่ผู้ป่วยจิตเภทแสดงออกมาส่วนใหญ่คือ พฤติกรรมก้าวร้าว (กชพงษ์ สารการ, 2542) พฤติกรรมก้าวร้าวของผู้ป่วยจิตเภทเป็นภาวะที่แสดงถึงความผิดปกติทางความคิด อารมณ์และพฤติกรรม มีความบกพร่องในการควบคุมอารมณ์ตนเอง ก่อให้เกิดอันตรายต่อตนเอง คนอื่นและสิ่งของ จำเป็นต้องได้รับการช่วยเหลืออย่างเร่งด่วนและต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล (ฉวีวรรณ สัตยธรรม, 2540) พฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดขึ้นในหอผู้ป่วยจิตเวชสาเหตุส่วนใหญ่มาจากพยาธิสภาพทางจิตใจและสิ่งแวดล้อม ซึ่งสาเหตุด้านจิตใจได้แก่ ผู้ป่วยจิตเวชที่มีอาการอยู่ในระยะเฉียบพลัน (Barnett, 2002) มีอาการประสาทหลอนทางหู ได้ยินเสียงมาสั่งให้ฆ่าตัวตาย นำผู้อื่น มีความคิดหลงผิดหวาดระแวงกลัวคนมาทำร้ายและอยู่ในภาวะสับสน (ดวงตา กุศลรัตนญาณ, 2541) ส่วนสาเหตุจากสิ่งแวดล้อมมีทั้งสิ่งแวดล้อมภายในและสิ่งแวดล้อมภายนอกหอผู้ป่วย สิ่งแวดล้อมภายนอกได้แก่เสียงรบกวนจากภายนอก ส่วนสิ่งแวดล้อมภายในได้แก่กฎระเบียบที่เคร่งครัดเกินไป สภาพภายในหอผู้ป่วยที่มีคนจำนวนมาก อากาศไม่ถ่ายเท (มาโนช หล่อตระกูล, 2539)

พฤติกรรมก้าวร้าวของผู้ป่วยจิตเภทที่เกิดขึ้นในหอผู้ป่วยไม่ว่าจะเกิดจากสภาพจิตใจหรือเกิดจากสิ่งแวดล้อมก่อให้เกิดปัญหาตามมา เช่นตัวผู้ป่วยได้รับการบาดเจ็บหรือถ้ารุนแรงอาจทำให้เกิดการเสียชีวิตได้ (สมภพ เรื่องตระกูล, 2545; Cardwell, 1984) หรือเป็นที่น่ากลัวสำหรับผู้ป่วยอื่นและต่อทรัพย์สินเสียหาย (นิรันดร์ วิเชียรทอง, 2541) ส่วนผลกระทบต่อบุคลากรคือถูกผู้ป่วยทำร้ายซึ่งส่วนใหญ่เกิดขึ้นจากการเข้าไปจัดการกับผู้ป่วยขณะที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวทำให้บุคลากรเกิดความรู้สึกกลัว อยากหนีไปจากที่ทำงาน เสียขวัญและกำลังใจในที่ปฏิบัติงาน (ธีระ ลีลำนันทกิจ, 2541) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Rose (1992) ที่ได้ศึกษาพฤติกรรมรุนแรงต่อบุคลากรในแผนกฉุกเฉิน โรงพยาบาลเซนต์เจมส์ ประเทศไอซ์แลนด์พบว่า หลังจากบุคลากรถูกผู้ป่วยทำร้ายร่างกายมีความวิตกกังวลกลัวว่าจะถูกทำร้ายซ้ำอีกและหลังเกิดเหตุต้องการลาพักผ่อนหรือลาป่วยและอยากลาออกจากงาน (Lanza, 1992) นอกจากนี้พฤติกรรมก้าวร้าวยังส่งผลกระทบต่อสภาพแวดล้อมที่อยู่ใกล้ตัวผู้ป่วยเสียหายด้วยเช่น เติงนอน แก้ว กาชนะใส่อาหาร เป็นต้น (Tame,

1990) บุคลากรบางคนไม่หยุดพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงของผู้ป่วยเกรงจะเกิดอันตรายขึ้นกับตนเอง (จินตนา ยูนิพันธุ์, 2527) หากไม่สามารถจัดการกับผู้ป่วยได้จะเกิดความเครียดกับพฤติกรรมก้าวร้าวของผู้ป่วย (Peter, 2002) ส่งผลให้เกิดอันตรายต่อผู้ป่วยอื่น บุคลากรและทรัพย์สินได้

โรงพยาบาลจิตเวชสระแก้วราชชนรินทร์ สังกัดกรมสุขภาพจิต เป็นโรงพยาบาลเฉพาะทางด้านสุขภาพจิตและจิตเวช ตั้งอยู่ที่อำเภอวัฒนานคร จังหวัดสระแก้ว รับผิดชอบในการดูแลผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิต และสารเสพติด ในรูปแบบการส่งเสริมและป้องกันปัญหาสุขภาพจิต บำบัดรักษาพยาบาลผู้ที่มีปัญหาทางสุขภาพจิตและจิตเวช และฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ป่วยจิตเวช จากสถิติของผู้ป่วยจิตเภทที่เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลจิตเวชสระแก้วราชชนรินทร์พบว่าในปีงบประมาณ 2548 มีผู้ป่วยจิตเวชที่เข้ารับการรักษาแบบผู้ป่วยในทั้งหมดจำนวน 1,123 ราย เป็นผู้ป่วยจิตเภทจำนวน 582 รายคิดเป็นร้อยละ 51.9 พบว่าผู้ป่วยจิตเภทมีพฤติกรรมรุนแรงก้าวร้าวทำร้ายทรัพย์สินและทำร้ายผู้อื่นมีอัตราจำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 14.43 จะเห็นได้ว่าผู้ป่วยที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวมีจำนวนมากส่งผลที่จะก่อให้เกิดอันตรายต่อตัวผู้ป่วย และผู้อื่นได้ รวมถึงมีผลถึงทำให้มีอัตราการนอนโรงพยาบาลยาวนานขึ้นส่งผลกระทบต่อการสูญเสียทางด้านเศรษฐกิจได้

การลดพฤติกรรมก้าวร้าวจึงเป็นอีกทางหนึ่งในการดูแลผู้ป่วยให้มีคุณภาพและได้รับความปลอดภัยทั้งตัวผู้ป่วยและบุคลากรที่ให้การดูแลรักษาผู้ป่วยซึ่งสามารถใช้ได้ทั้งการให้ยาเพื่อระงับอาการและการบำบัดด้วยพฤติกรรม จากการศึกษาพบว่า ประมาณร้อยละ 30 ของผู้ป่วยจิตเภทที่ได้รับยาจะทำให้พฤติกรรมก้าวร้าวลดลง หากผู้ป่วยรับประทานอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ ส่วนอีกร้อยละ 30 ยังคงมีพฤติกรรมก้าวร้าว ทั้ง ๆ ที่ผู้ป่วยยังคงมีพฤติกรรมรับประทานยา แต่ยาไม่มีผลต่อพฤติกรรมก้าวร้าวเลย จากการศึกษาพบว่า การลดพฤติกรรมก้าวร้าวในผู้ป่วยจิตเภท นั้นมีหลายวิธีด้วยกันเช่น Lance. (1982) ได้ศึกษาวิธีการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อผสมกับการฝึกสมาธิ ในการรักษาคนไข้ที่มีอาการปวดศีรษะเนื่องมาจากความเครียดเรื้อรัง พบว่า คนไข้มีอาการปวดศีรษะลดลง พัทธา พุ่มพชาติ (2533) ศึกษาโดยการใช้เสียงดนตรี ในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กปฐมวัย และเปรียบเทียบผลของการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ที่ใช้เสียงดนตรีประกอบกับการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ปกติ ต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กปฐมวัย โดยกลุ่มทดลองจะได้รับการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ที่ใช้เสียงดนตรีประกอบและกลุ่มควบคุมได้รับการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ตามปกติตามแผนการจัดประสบการณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 5 วัน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ผลการศึกษาพบว่าเสียงดนตรีช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กปฐมวัย ทั้งก้าวร้าวโดยการกระทำและคำพูด และการใช้เสียงดนตรีประกอบการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ทำให้เด็กประถมวัยที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวมีพฤติกรรมลดลงมากกว่าเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ตามปกติอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 อีกทั้งจินตนา สังข์ประเสริฐ และคณะ (2538) ได้นำดนตรีบำบัดมาใช้กับผู้ป่วยโดยการเปิดเทปจังหวะเร้า

ใจ และมีการขยับตัวเข้าจังหวะ ใช้ดนตรีแบบเคาะจังหวะ และอุปกรณ์เกิดเสียงให้ผู้ป่วยได้เขย่าหรือ ฟังเพลง แล้วให้หอกถึงความรู้สึกที่ได้จากเพลง ในผู้ป่วยที่มีอาการเรื้อรัง พฤติกรรมถดถอย แยกตัว พบว่าผู้ป่วย สามารถกลับเข้าสู่สังคมได้โดยเร็ว นอกจากนี้สิ่งที่ได้รับจากการนำดนตรีบำบัดมาใช้ คือ ผู้ป่วยไม่อยู่ในโลกส่วนตัว อาการสงบเร็ว อัตราการอยู่โรงพยาบาลลดจำนวนวันลง กลับบ้าน ได้เร็วขึ้น รวมถึง อัดตพงศ์ ถนิมพาสน์และคณะ (2546) ศึกษาผลของดนตรีบำบัดต่อการลดกลุ่ม อาการทางลบของในผู้ป่วยจิตเภท โรงพยาบาลสวนสราญรมย์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี ผลการศึกษา พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการบำบัดด้วยเสียงดนตรีบำบัดมีอาการทางลบ ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05 จำนวน 2 อาการคือ การแสดงอารมณ์น้อยกว่าปกติและพฤติกรรมการแยกตัว

จากการศึกษาข้างต้นพบว่า การผ่อนคลายกล้ามเนื้อและการใช้ดนตรีนั้นสามารถลด พฤติกรรมก้าวร้าว ลดความเครียด ลดความเจ็บปวด ลดความวิตกกังวลได้ ดังนั้นผู้ศึกษาจึงมีความ สนใจที่นำการใช้การผ่อนคลายกล้ามเนื้อร่วมกับการใช้ดนตรีในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวในผู้ป่วย โรคนิ่วจิตเภท ซึ่งผู้ศึกษาใช้แนวคิดการผ่อนคลายกล้ามเนื้อของ Groatein and Foa (1980) กล่าวว่า เป็น การผ่อนคลายไปที่ละส่วนของร่างกายจนครบทุกส่วน ซึ่งมีทั้งการปลดปล่อยความตึงเครียดของ กล้ามเนื้อ (muscle tension released) และเกิดการเรียนรู้ที่จะเข้าใจและใส่ใจกับความรู้สึกสัมผัสที่ เกิดขึ้นในระบบสรีระทำให้มีความนึกคิดอย่างรู้ตัว (cognitive awareness) ว่ารู้สึกอย่างไรในขณะที่ ตึงเครียดและผ่อนคลายซึ่งความสามารถในการแยกแยะความรู้สึกเครียดและผ่อนคลายนี้จะทำให้ เกิดความสามารถในการควบคุมความตึงเครียดได้อย่างมีประสิทธิภาพขึ้นไปอีก ความสามารถนี้จะ เป็นประโยชน์ต่อผู้ฝึกที่สามารถใช้ร่างกายของตน เป็นเหมือนเครื่องวัดความต้านทานกระแสไฟฟ้า ที่ผิวหนัง (biofeedback) ที่จะรู้ถึงสัญญาณเตือนของความเครียดที่เพิ่มอยู่ในร่างกายและสามารถ ผ่อนคลายได้เมื่ออยู่ในภาวะก่อให้เกิดความเครียด ทั้งทำให้มีความสามารถในการควบคุมจิตใจ โดย ที่ผู้ฝึกจะเรียนรู้การควบคุมจิตใจของตนเองอย่างมีเป้าหมายไม่ปล่อยให้ความคิดเลื่อนลอย ส่วน แนวคิดในทางด้านดนตรีใช้แนวคิดตามการศึกษาของ พัชรา พุ่มพชาติ (2533) ที่กล่าวว่า ดนตรี สามารถใช้ควบคุมและมีอิทธิพลต่อการควบคุม ร่างกายจิตใจ อารมณ์ของแต่ละคนในการเจ็บป่วย หรือไร้ความสามารถ เป็นศิลปะก่อให้เกิดความสุข

การฝึกการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ เป็นเทคนิคการผ่อนคลายประเภทหนึ่งในเทคนิคพฤติกรรม บำบัดซึ่งนิยมนำมาใช้ในการลดความตึงเครียด เนื่องจากเป็นเทคนิคที่ผู้ฝึกสามารถเข้าใจและปฏิบัติ ตามได้ง่าย เทคนิคการผ่อนคลายกล้ามเนื้อมีหลักการพื้นฐานที่ว่า จิตกับกายเป็นสิ่งที่แยกออกจาก กันไม่ได้ เมื่อมีปัญหาหรือความไม่สบายใจ จะมีผลกระทบต่อร่างกาย และในขณะเดียวกัน เมื่อ ร่างกายเจ็บป่วยหรือไม่สบายก็จะเกิดผลต่อจิตใจตามมาด้วย ดังนั้นถ้ากล้ามเนื้อที่ยึดตรึงอยู่เป็น นิสัยจะมีผลกระทบต่อความรู้สึกนึกคิด และอารมณ์ ในการดำเนินชีวิตได้ซึ่งโดยปกติแล้ว กล้ามเนื้อของเรานั้นมักไม่เกร็งเครียดด้วยตัวของมันเอง นอกจากนี้เหตุการณ์ที่ไปกระตุ้นความคิด

ความรู้สึกทำให้เกิดความวิตกกังวลบ่อยๆ หรือมีเรื่องที่ทำให้เกิดความขัดแย้งในจิตใจและความคับข้องใจอยู่ภายในเป็นประจำ จนในที่สุดจึงมีผลต่อร่างกาย ทำให้เกิดความเกร็งเครียดของกล้ามเนื้อ (ทิภาพร อังคกุล, 2543) และการใช้ดนตรีเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถนำมาใช้ในการบำบัดรักษาฟื้นฟูผู้ป่วยทั้งทางร่างกายและจิตใจซึ่งเรียกว่า “ดนตรีบำบัด” (Music Therapy) เป็นวิธีการนำเอาดนตรี กิจกรรมของดนตรีในรูปแบบต่างๆ ไปใช้ในการบำบัดรักษาผู้ป่วยทั้งร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ โดยคำนึงถึงวัยของผู้ป่วย ลักษณะโรค อาการ เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถฟื้นฟูสภาพของตนเอง ทำให้ดำเนินชีวิตทั้งต่อตนเองและสังคมต่อไปได้ปกติสุข (พิชัย ปรัชญานุสรณ์, 2534)

ดนตรีบำบัดมีประโยชน์คือ ช่วยปรับสภาพจิตใจของผู้ป่วย (eliciting emotion) ช่วยกระตุ้นและสร้างความจำในการเรียนรู้สิ่งต่างๆ ให้ดียิ่งขึ้น (cognitive learning) ช่วยให้เกิดการรับรู้ดีขึ้น (perceptual) ช่วยพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวของร่างกาย (motor development) โดยใช้จังหวะดนตรีช่วยส่งเสริมพัฒนาการทางด้านสังคม (social skill) ทำให้สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้ง่าย กล้าแสดงออก สามารถร่วมกิจกรรมกับผู้อื่นได้ ช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านการใช้ภาษา (language) ช่วยฝึกทักษะในการฟัง ฟังใช้ประสาทหูและสมอง ฟังสมาธิในการฟังได้นานขึ้น เป็นการพัฒนาสติปัญญา และผ่อนคลายความตึงเครียด (อรรถพงษ์ ถนิมพาสณ์, 2547) ดนตรีสามารถช่วยเบี่ยงเบนและดึงดูดความสนใจของผู้ป่วยจากความรู้สึกหรือสถานการณ์ที่กำลังเผชิญมาสู่สิ่งที่ทำให้ผู้ป่วยเพลิดเพลินได้อย่างน่าสนใจมากกว่า (ดวงใจ ดวงโกสม, 2541) อีกทั้งความดังของเสียงดนตรีสามารถนำมาใช้เป็นประโยชน์โดยช่วยให้เกิดสมาธิ กระตุ้นและลดความรู้สึกส่วนลึกของจิตใจให้สงบหรือไม่สงบได้ตามต้องการ รวมทั้งช่วยในการสร้างระเบียบและควบคุมตนเองให้เข้าระดับปกติได้ (โณมนภา กิตติศัพท์, 2536) ผลของทำนองจะช่วยเสริมสร้างให้เกิดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ การระบายความรู้สึกส่วนลึกของจิตใจ และเกิดการสร้างสัมพันธ์ภาพขึ้น ในระหว่างผู้ป่วยด้วยกันหรือช่วยลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยที่มีความวิตกกังวล (โณมนภา กิตติศัพท์, 2536) การรับรู้หรือการได้ยินเสียงของบุคคลเกิดขึ้นเมื่อเสียงผ่านเข้าไปยังอวัยวะที่เกี่ยวข้องกับการได้ยิน (Auditory apparatus) ส่งทอดไปตามเส้นประสาท นำสู่สมองส่วน thalamus และ cortical ในการฟังดนตรีถ้าบุคคลอยู่ในภาวะที่รู้สึกตัวหรือมีสติสัมปชัญญะ ดนตรีจะปรับเปลี่ยนอารมณ์และความรู้สึกนึกคิดที่สมอง ซึ่งจะมีผลต่อจินตนาการทางอารมณ์ เซวรณ์ปัญญาและความจำ ทำให้เกิดความรู้สึกนึกคิด แรงจูงใจ ความสนใจ มีสมาธิ ลดความเครียดหรือสภาวะอารมณ์ต่างๆ ส่วนในภาวะที่ไม่รู้สึกตัวหรือขาดสติสัมปชัญญะ ดนตรีจะปรับเปลี่ยนอารมณ์ที่สมอง ทำให้ลดความเครียด หรืออารมณ์ต่าง ๆ ได้ (Avin, 1996; cook, 1981; 1986 อ้างใน บำเพ็ญจิต แสงชาติ, 2530)

ในการให้การพยาบาลตามปกติในผู้ป่วยจิตเภทที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวของโรงพยาบาลจิตเวชสระแก้วราชครินทร์ นั่นคือ การดูแลผู้ป่วยได้รับยาตามแผนการรักษา การทำกลุ่มบำบัด ซึ่งจะ

เป็นการให้ข้อมูลในเรื่องโรคของผู้ป่วย การปฏิบัติตน การรับประทานยา และการดูแลตนเอง นั้นไม่สามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ ดังนั้นผู้ศึกษาจึงมีความสนใจที่จะนำการใช้การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ร่วมกับการใช้ดนตรีลดพฤติกรรมก้าวร้าวในผู้ป่วยจิตเภท ซึ่งสอดคล้องกับบทบาทของพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช ที่เป็นผู้ดำเนินการใช้นวัตกรรม มาให้บริการผู้ป่วย โดยใช้พื้นฐานจากงานวิจัยและทฤษฎี ร่วมกับใช้ความเชี่ยวชาญเฉพาะด้านในการให้การพยาบาลเพื่อ เพื่อให้ผู้ป่วยจิตเภทที่มีพฤติกรรมที่ก้าวร้าวสามารถควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของผู้ป่วยลดลงและสามารถให้การพยาบาลฟื้นฟูในระยะเร่งรัดบำบัดหรือกลับไปอยู่ร่วมกับครอบครัว และสังคมต่อไปได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมก้าวร้าวในผู้ป่วยโรคจิตเภทก่อนและหลังการใช้การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ร่วมกับการใช้ดนตรี

แนวเหตุผลและสมมติฐานการศึกษา

โรคจิตเภทเป็นโรคหนึ่งที่เป็นปัญหาสำคัญทางจิตเวช เพราะเป็นความเจ็บป่วยทางจิตที่รุนแรงที่สุด พฤติกรรมที่ผู้ป่วยโรคจิตเภทแสดงออกมาส่วนใหญ่คือ พฤติกรรมก้าวร้าว (กชพงษ์สารการ, 2542) พฤติกรรมก้าวร้าวของผู้ป่วยโรคจิตเภทเป็นภาวะที่แสดงถึงความผิดปกติทางความคิด อารมณ์และพฤติกรรม มีความบกพร่องในการควบคุมอารมณ์ตนเอง ก่อให้เกิดอันตรายต่อตนเอง คนอื่นและสิ่งของ จำเป็นต้องได้รับการช่วยเหลืออย่างเร่งด่วน สาเหตุส่วนใหญ่มาจากพยาธิสภาพทางจิตใจและสิ่งแวดล้อม ซึ่งสาเหตุจิตใจได้แก่ ผู้ป่วยจิตเวชที่มีอาการอยู่ในระยะเฉียบพลัน (Barnett, 2002) มีอาการประสาทหลอนทางหู ได้ยินเสียงมาสั่งให้ฆ่าตัวตาย ฆ่าผู้อื่น มีความคิดหลงผิดหวาดระแวงกลัวคนมาทำร้ายและอยู่ในภาวะสับสน (ดวงดา กุศลรัตนญาณ, 2541) ส่วนสาเหตุจากสิ่งแวดล้อมมีทั้งสิ่งแวดล้อมภายในและสิ่งแวดล้อมภายนอกห่อผู้ป่วย สิ่งแวดล้อมภายนอกได้แก่เสียงรบกวนจากภายนอก ส่วนสิ่งแวดล้อมภายในได้แก่ภาวะเครียดที่เคร่งครัดเกินไป สภาพภายในห่อผู้ป่วยที่มีคนจำนวนมาก อากาศไม่ถ่ายเท (มาโนช หล่อตระกูล, 2539)ถ้าผู้ป่วยยังคงมีพฤติกรรมก้าวร้าวจะส่งผลให้เกิดผลเสียต่อตนเอง ผู้อื่น ทรัพย์สิน มีผลต่อสภาวะจิตใจของบุคคลรอบข้าง และตัวของผู้ป่วยเอง

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า การใช้การผ่อนคลายกล้ามเนื้อนั้น ช่วยลดระดับความวิตกกังวล ช่วยลดความเครียดจากภาวะที่มากกระตุ้น ช่วยลดปัญหาที่ตามมาอันเป็นผลมาจากความเครียด ช่วยปรับปรุงด้านบุคลิกภาพ ทำให้มีสติ เพิ่มความเชื่อมั่นและการยอมรับตนเอง การผ่อนคลายทำให้สามารถใช้ความคิดได้อย่างมีเหตุผลมากกว่าอยู่ในภาวะเครียด การตัดสินใจดีกว่า

ซึ่งจะทำให้สัมพันธภาพกับคนอื่นดีด้วย (พัชรา พุ่มพชาติ, 2533, อัดถพงษ์ ถนิมพาสน์และคณะ, 2546, Lance, 1982, จันทจิการพ์ รัตนจิรากร, 2542, จินตนา สังก์ประเสริฐ และคณะ, 2538) คนตรีช่วยให้ผู้รับบริการมีการเปลี่ยนแปลงภาวะสุขภาพร่างกายและอารมณ์ (Seaward, 1999 อ้างถึงใน อังคณา มนต์สนธิ, 2548) องค์ประกอบต่างๆของคนตรีเป็นสื่อในการบำบัดรักษาผู้ป่วยทั้งทางร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ โดยอาศัยความรู้หลายสาขา เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถฟื้นฟูสภาพร่างกายและจิตใจ สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้ (ดวงดาว ดุลยธรรม, 2544) ทางด้านจิตใจมีการเปลี่ยนแปลง ดังนี้ ทำให้เกิดปฏิกิริยาตอบสนองและการแสดงออก เพิ่มแรงจูงใจและความสนใจ ช่วยให้ควบคุมอารมณ์และทำจิตใจให้เข้มแข็ง เพิ่มสมาธิในการวิเคราะห์แยกแยะ เพิ่มความคิดสร้างสรรค์ ลดความวิตกกังวล ลดความซึมเศร้าและเครียด ป้องกันการเกิดโรคจิตและโรคประสาท (ขวัญหทัย ยิ้มละมัย, 2547)

จากแนวคิดดังกล่าวผู้ศึกษาคิดว่าโปรแกรมการผ่อนคลายกล้ามเนื้อพร้อมกับกิจกรรมดนตรีที่สร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวกับการการลดพฤติกรรมก้าวร้าวผู้ป่วยโรคจิตเภทตามการพยาบาลเพื่อการพัฒนาการควบคุมและการผ่อนคลายอารมณ์ โดยใช้ศาสตร์ความรู้ทางด้านสุขภาพจิตและจิตเวชรวมทั้งศาสตร์อื่นที่เกี่ยวข้องจะทำให้ผู้ป่วยได้รับการดูแลครอบคลุม ทั้งนี้เนื่องจากการดำเนินโปรแกรมจะช่วยลดความก้าวร้าวของผู้ป่วยตามกิจกรรมที่ได้พัฒนาขึ้น ดังนี้ กิจกรรมที่ทำด้วยกระบวนการกลุ่มแบบมีส่วนร่วมจะทำให้ผู้ป่วยเกิดการพัฒนาด้านการสร้างสัมพันธภาพ ได้มีการพบปะ ปรีกษาหรือ มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวของผู้ป่วยจิตเภทได้โดยในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้ใช้การผสมผสานแนวทางการศึกษาของ พัทธา พุ่มพชาติ (2533) ซึ่งเป็นเรื่องการศึกษาเรื่องดนตรี ร่วมกับการศึกษาของ Lance (1982) ในส่วนของการใช้การผ่อนคลายกล้ามเนื้อซึ่งผู้ศึกษาพัฒนามาดำเนินการศึกษาทั้งหมด 6 กิจกรรม โดยจัดกระทำเป็นรูปแบบกระบวนการกลุ่ม ประกอบด้วยผู้ป่วย 20 คนแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 10 คน สัปดาห์ละ 3 ครั้ง/กลุ่ม เป็นจำนวน 2 สัปดาห์ ครั้งละ 90 นาที ทั้งหมดรวม 4 สัปดาห์ มีขั้นตอนดังนี้คือ

กิจกรรมที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพ ประกอบด้วย การเตรียมความพร้อมของสมาชิก ประเมินแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว ชี้แจงและตอบคำถามสมาชิกรายบุคคล เกี่ยวกับวัตถุประสงค์และวิธีดำเนินการศึกษา กำหนดบทบาท กติกากลุ่ม

กิจกรรมที่ 2 การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ประโยชน์ที่เกิดขึ้นคือช่วยลดระดับความวิตกกังวล ช่วยลดความเครียดจากภาวะที่มากกระตุ้น ช่วยลดปัญหาที่ตามมาอันเป็นผลมาจากความเครียด ช่วยปรับปรุงด้านบุคลิกภาพ ทำให้มีสติ เพิ่มความเชื่อมั่นและการยอมรับตนเอง การผ่อนคลายทำให้สามารถใช้ความคิดได้อย่างมีเหตุผลมากกว่าอยู่ในภาวะเครียด การตัดสินใจดีกว่า ซึ่งจะช่วยให้สัมพันธภาพกับคนอื่นดีด้วย (Wolpe, 1973)

กิจกรรมที่ 3 การฟังเพลงบรรเลง โดยการปฏิบัติทางจังหวะ จะช่วยให้ผู้ป่วยเกิดสมาธิ ความจำ เบี่ยงเบนความสนใจจากเรื่องราวที่ผู้ป่วยยึดติดอยู่ ลดความเครียดทางอารมณ์และจิตใจ สร้างสัมพันธภาพกับบุคคลในกลุ่ม ตลอดจนได้รับการกระตุ้นให้กล้าแสดงออก โดยปฏิบัติกิจกรรมจังหวะของตนเองและอารมณ์ของจังหวะนั้นๆ (Moss, 1988)

กิจกรรมที่ 4 การเล่นดนตรีประเภทเครื่องเคาะ ทำให้ผู้ป่วยสามารถแสดงอารมณ์ความรู้สึกของตนเองผ่านอุปกรณ์ภายนอก คือเครื่องดนตรีที่จัดไว้ให้ได้ เกิดความเพลิดเพลิน และมีความสุขจากความสามารถที่แสดงออกมาทำให้ไม่ตึงเครียดและทำให้พฤติกรรมก้าวร้าวลดลง (ศิริตน์วดี ปิยะศิลป์, 2540)

กิจกรรมที่ 5 การร้องเพลง ผู้ป่วยมีโอกาสใช้เสียงของตนเองเป็นจังหวะ มีความคิดสร้างสรรค์ เป็นการระบายความเครียดในใจ โดยผ่านการร้องออกเสียงเป็นจังหวะและทำนองเพลง อีกด้วยทำให้ลดภาวะกดดันที่เป็นแรงขับให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวในผู้ป่วยโรคจิตเภท (Tang, Yao, Zheng, 1994)

กิจกรรมที่ 6 การเคลื่อนไหวร่างกายประกอบเสียงดนตรี ผู้ป่วยมีโอกาสเคลื่อนไหวไปในท่าทางต่างๆ โดยมีจังหวะและทำนองดนตรีเป็นตัวกระตุ้น ทำให้ผู้ป่วยมีปริมาณออกซิเจนเพิ่มขึ้น ผู้ป่วยได้รับการเรียนรู้ให้อวัยวะของร่างกายทำงานกับจิตใจ สามารถปรับอารมณ์ให้เหมาะสมและสามารถควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น (พัชรา พุ่มพชาติ, 2533)

ดังนั้นการให้ความช่วยเหลือผู้ที่มีการก้าวร้าวในผู้ป่วยโรคจิตเภท ในบทบาทพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชขั้นสูงสามารถจัดกระทำได้โดยการค้นหาพฤติกรรมมาใช้ในการให้การบริการผู้ป่วย โดยมีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้านในการให้การพยาบาล และต้องได้รับการฝึกฝนจากผู้เชี่ยวชาญ รวมถึงการใช้ผลงานวิจัยและทฤษฎี มาใช้ในการให้พยาบาล จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่าแนวทางในการช่วยเหลือผู้ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวในผู้ป่วยโรคจิตเภทนั้นคือ การใช้การผ่อนคลายกล้ามเนื้อเนื่องร่วมกับการใช้ดนตรีสามารถที่จะลดพฤติกรรมก้าวร้าวของผู้ป่วยจิตเภทได้ โดยที่การใช้การผ่อนคลายกล้ามเนื้อนั้นสามารถลดความตึงเครียดของผู้ป่วยได้ตามทฤษฎีของ Groatein and Foa (1980) และแนวคิดตามการศึกษาของ Wang (2002) เพื่อให้ผู้ป่วยมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง สามารถกลับไปอยู่ร่วมกับครอบครัว และสังคมต่อไปได้

สมมติฐานการศึกษา

พฤติกรรมก้าวร้าวของผู้ป่วยโรคจิตเภทลดลงภายหลังการใช้การผ่อนคลายกล้ามเนื้อเนื่องร่วมกับการใช้ดนตรี

ขอบเขตการศึกษา

1. ประชากรที่ศึกษา คือ ผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ ว่าเป็นโรคจิตเภท ตามเกณฑ์การวินิจฉัยโรคทางจิตเวช ICD-10 และมีพฤติกรรมก้าวร้าว

2. กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ป่วยโรคจิตเภทที่เข้ารับการรักษาแบบผู้ป่วยใน หอผู้ป่วยจิตเวช โรงพยาบาลจิตเวชสระแก้วราชนครินทร์ จังหวัดสระแก้ว จำนวน 20 คน โดยผู้ศึกษาได้ใช้แบบประเมินพฤติกรรมรุนแรงพบว่ามีช่วงคะแนนในระดับปานกลาง (ช่วง 25-36 คะแนน) ไม่มีอาการหลงผิด ประสาทหลอน สามารถติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นได้ ไม่มีพยาธิสภาพทางกายหรือภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรง

3. ตัวแปรที่ศึกษาในการศึกษา

ตัวแปรต้น คือ โปรแกรมการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ร่วมกับการใช้ดนตรี

ตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมก้าวร้าว

คำจำกัดความที่ใช้ในการศึกษา

ผู้ป่วยโรคจิตเภท หมายถึง บุคคลที่แพทย์วินิจฉัยว่าเป็นโรคจิตเภทตามเกณฑ์การวินิจฉัยโรคทางจิตเวช ICD-10 ซึ่งมีความผิดปกติของความคิด อารมณ์ การรับรู้ โดยมีพฤติกรรมก้าวร้าวอยู่ในระดับปานกลาง ไม่มีอาการหลงผิด ประสาทหลอน สามารถติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นได้ ไม่มีพยาธิสภาพทางกายหรือภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรง

พฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง การแสดงออกของผู้ป่วยโรคจิตเภทที่มุ่งทำลายหรือทำอันตรายต่อบุคคล สิ่งของ อาจแสดงออกในรูปของการพูดจา หยาบคาย ทบทำลายข้าวของ ทำร้ายร่างกายของตนเองและผู้อื่น ซึ่งประเมินได้จากแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว Overt Aggression Scale ของ Stuart Yodofsky et al. (1986) ซึ่งเจตาดา นาบุตร(2547) ได้แปลแบบประเมินเป็นภาษาไทย และใช้ในผู้ป่วยจิตเวชที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง ผู้ศึกษาได้นำมาใช้กับผู้ป่วยโรคจิตเภทที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว

การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ หมายถึง กิจกรรมที่พยาบาลสอนให้ผู้ป่วยฝึกการผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบก้าวหน้า (progressive muscle relaxation training) โดยให้ผู้ป่วยได้รับการฝึกการฝึกเกร็งและผ่อนคลายกล้ามเนื้อของร่างกายไปที่ละส่วน หลักการฝึกการผ่อนคลายกล้ามเนื้อสามารถแบ่งออกเป็น 4 กลุ่มใหญ่ด้วยกัน คือ 1. มือ ปลายแขน และกล้ามเนื้อที่โคนแขน 2. ศีรษะ หน้า ลำคอ และไหล่ โดยเน้นที่หน้าผาก แก้ม จมูก ตา กราม ลิ้น ริมฝีปากและ คอ 3. หน้าอก ท้อง และหลังส่วนล่าง 4. ต้นขา สะโพก น่อง และเท้า โดยมีการฝึกเกร็งและผ่อนคลายไปที่ละส่วนในขณะที่ฝึกจะมีการฟังเพลงบรรเลงร่วมด้วย เพื่อให้ผู้ป่วยได้เกิดการผ่อนคลาย

การใช้ดนตรี หมายถึง กิจกรรมที่จัดขึ้น โดยการให้ผู้ป่วยได้มีปฏิสัมพันธ์เพื่อให้ผู้ป่วยซึ่งกันและกัน มีการแสดงออกทางอารมณ์และความรู้สึก โดยใช้กิจกรรมการฟังดนตรีที่เป็นดนตรีบรรเลงประเภทอ่อนคลาย โดยเฉพาะเสียงดนตรีที่มีท่วงทำนองเรียบง่าย ฟังสบาย อาจมีเสียงธรรมชาติเช่น เสียงนกร้อง กะลิวคลิ่น ลมฝน เป็นต้น จะช่วยกล่อมจิตใจให้สงบขึ้น ลดความตึงเครียด ลดการหดเกร็งของกล้ามเนื้อ ในการศึกษาครั้งนี้เลือกใช้เสียงดนตรีธรรมชาติ ในขณะที่ดำเนินกิจกรรม นอกจากนี้ยังจัดให้มีกิจกรรมการร้องเพลง, การเล่นดนตรีประเภทเครื่องเขย่าและเครื่องเคาะ และการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบเสียงดนตรีและประกอบจังหวะ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เป็นแนวทางในการพัฒนาปฏิบัติการพยาบาล เพื่อช่วยเหลือดูแลผู้ป่วยจิตเภทที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว
2. เป็นแนวทางศึกษา วิจัยเพื่อพัฒนาองค์ความรู้ทางการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช
3. เป็นแนวทางการศึกษาเพื่อพัฒนาระบบบริการสุขภาพ ระบบบริการพยาบาล พัฒนาระบบของพยาบาลโดยใช้ข้อมูลเชิงประจักษ์ เป็นผู้นำทางด้านพยาบาล