

มานิตา ศิริพัฒน์ และจินตนา ยูนิพันธุ์. (2561). ผลของโปรแกรมการเผชิญ
ความเครียดแบบกลุ่มต่อ การแสดงออกทางอารมณ์ของผู้ดูแลผู้ป่วยจิต
เภท. วารสารพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 30(3), 78-90



THE EFFECT OF COPING GROUP PROGRAM

ON EXPRESSED EMOTION OF SCHIZOPHRENIC
PATIENTS' CAREGIVERS





นิยามศัพท์

- **การแสดงออกทางอารมณ์** เป็นลักษณะของผู้ดูแลผู้ป่วยจิตเภทโดยภาษาพูด ท่าทาง พฤติกรรมที่สื่ออารมณ์ความรู้สึกต่อผู้ป่วยของผู้ดูแลผู้ป่วยจิตเภท
- **การเผชิญความเครียด** เป็นความพยายามในการเปลี่ยนความคิดการกระทำในการจัดการ ความเครียดทั้งภายในและภายนอก โดยใช้กำลังความสามารถและแหล่งประโยชน์
- **การวิจัยกึ่งการทดลอง (Quasi-Experimental research)** เป็นแบบการวิจัยเชิงปริมาณที่ใช้ศึกษาในห้องทดลอง หรือภาคสนาม หรือสถานการณ์ในชีวิตจริงที่มีการจัดกระทำกับตัวแปรอิสระ แต่ไม่สามารถทำการสุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มได้โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ อาจจะเป็นกลุ่มตัวอย่างที่มีอยู่แล้วตามสภาพธรรมชาติ



ที่มาและความสำคัญ

แผนกผู้ป่วยนอกคลินิกจิตเวช โรงพยาบาลมหาสารนครศรีธรรมราช
ช่วงปี พ.ศ. 2558-2560 พบสถิติผู้ป่วยจิตเภทจำนวน 946 1,025 1,120 คน
ตามลำดับซึ่งมีแนวโน้มสูงขึ้นและเป็นจำนวนมากที่สุดของโรคจิตเวชที่พบ

ปัจจุบัน ผู้ป่วยจิตเภทที่เข้ารับการรักษามีอาการทุเลาจะสามารถกลับไป
รักษาตัวที่บ้าน ทำให้เกิดผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของผู้ดูแล เช่น รับรู้
ความรู้สึกเครียด กดดัน เกิดการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมซึ่งเป็น
ปัจจัยในการเกิดการป่วยซ้ำ (relapse)

จากการศึกษา พบว่าผู้ป่วยจิตเภทที่กลับสู่ครอบครัวที่มีการแสดงออก
ทางอารมณ์สูงภายใน 9 เดือน มีโอกาสป่วยซ้ำร้อยละ 58 ซึ่งเป็นปัญหา
สำคัญของผู้ดูแล การเผชิญความเครียดไม่เหมาะสม และทำให้ผู้ป่วยจิตเภท
มองผู้ดูแลในด้านลบ มีความเครียด สูงจนเกิดการกำเริบซ้ำได้

แนวคิดที่เกี่ยวข้อง

Lazarus and Folkman บุคคลต้องผ่านกระบวนการประเมินทางความคิดเพื่อให้ความเครียดลดลง มี 3 ขั้นตอน

- การประเมินขั้นแรก (Primary Appraisal)
- การประเมินขั้นที่สอง (Secondary Appraisal)
- การประเมินซ้ำ (Reappraisal)

Lazarus and Folkman กล่าวว่า การเผชิญความเครียดมี 2 รูปแบบ ดังนี้

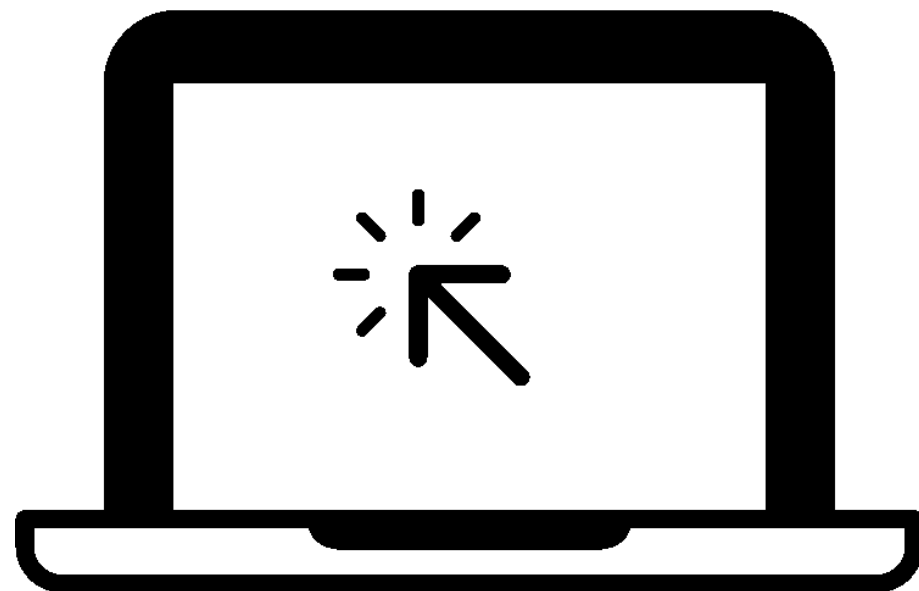
1. การเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหา
2. การเผชิญความเครียดแบบมุ่งอารมณ์

ผู้วิจัยได้ศึกษาถึงการใช้ในการส่งเสริมทักษะการเผชิญความเครียด ในโปรแกรม
ต่างๆ พบว่าหากผู้ดูแลขาดการเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหา จะส่งผล
ให้การแสดงออกทางอารมณ์สูง ดังนั้น ผู้วิจัยจึงใช้แนวคิดนี้มาพัฒนา
โปรแกรมการเผชิญความเครียดแบบกลุ่ม

INTRO



RESEARCH PURPOSE



1

เพื่อเปรียบเทียบการแสดงออกทางอารมณ์ของผู้ดูแลผู้ป่วยจิต
เภทก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการเผชิญความเครียดแบบกลุ่ม

2

เพื่อเปรียบเทียบการแสดงออกทางอารมณ์ของผู้ดูแลผู้ป่วย
จิตเภทระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการเผชิญความเครียดและ
กลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ

RESEARCH METHOD



Design: Quasi-Experimental research & Two group pretest-posttest design

ประชากร - ผู้ดูแล และผู้ป่วยจิตเภทที่มารับบริการในคลินิกจิตเวชแผนกผู้ป่วยนอก ร.พ.มหาราช นครศรีธรรมราช

กลุ่มตัวอย่าง - ผู้ดูแล และผู้ป่วยจิตเภทที่มารับบริการในคลินิกจิตเวชแผนกผู้ป่วยนอก ร.พ.มหาราช นครศรีธรรมราช ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ คัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง 40 คน และนำมาสุ่มเข้ากลุ่มทดลองและควบคุม อย่างละ 20 คน

Qualification



- ผู้ดูแลอายุ 20-59 ปี มีการแสดงออกทางอารมณ์มากกว่า 8 คะแนนขึ้นไป ผู้ดูแลผู้ป่วยต่อเนื่องมากกว่า 6 เดือน โดยไม่ได้รับค่าตอบแทน สามารถฟัง/พูด/อ่าน/เขียนภาษาไทยได้ สม่ครใจและยินยอมเข้าร่วมวิจัย
- ผู้ป่วยจิตเภทได้รับการวินิจฉัยจากจิตแพทย์ตามเกณฑ์การวินิจฉัยรักษาด้วยยาอย่างต่อเนื่องใน 1 เดือน มีคะแนนจากการประเมินอาการทางจิตไม่เกิน 36 คะแนน สื่อสารรู้เรื่อง ฟัง/พูด/อ่าน/เขียนภาษาไทยได้

RESEARCH TOOLS

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง



โปรแกรมเผชิญความเครียดแบบกลุ่ม ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยใช้แนวคิดของ Lazarus and Folkman (1984) แบ่งเป็น 6 กิจกรรม ดังนี้

กิจกรรมที่ 1 สร้างสัมพันธภาพ ให้ความรู้กระบวนการประเมินทางความคิด

กิจกรรมที่ 2 ประเมินความเครียดจากการปฏิสัมพันธ์กับผู้ป่วยจิตเภท

กิจกรรมที่ 3 ประเมินแหล่งประโยชน์ ให้ความรู้เรื่องโรคจิตเภทและทักษะการดูแล

กิจกรรมที่ 4 ฝึกทักษะการแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม และการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ

กิจกรรมที่ 5 ฝึกทักษะการเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหาและมุ่งปรับอารมณ์

กิจกรรมที่ 6 ประเมินสถานการณ์หลังได้รับการแก้ไขซ้ำ

เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล

แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ดูแลผู้ป่วยจิตเภท ได้แก่ เพศ อายุ ความสัมพันธ์กับผู้ป่วย เป็นต้น
แบบวัดการแสดงออกทางอารมณ์ (The Level of Expressed Emotion Scale; LEE) โดย Cole and Kazarian (1988) เป็นข้อคำถามเลือกตอบใช่หรือไม่ โดยครอบคลุมการแสดงออกทางอารมณ์สูง 4 ลักษณะ จำนวน 60 ข้อ

เครื่องมือกำกับการทดลอง

แบบวัดการเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหา โดย Pongjantarasatien (2006) จำนวน 12 ข้อ



RESEARCH PROCESS

1.ระยะเตรียมการทดลอง

- ศึกษาแนวคิดทฤษฎีจากเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ การเผชิญความเครียด ตามแนวคิดของ Lazarus and Folkman (1984)
- เตรียมความพร้อมวิทยานิพนธ์ฉบับสมบูรณ์ เครื่องมือวิจัย ขอบจริยธรรมการวิจัย
- จัดกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนด ให้กลุ่มตัวอย่างลงนามยินยอมเข้าร่วมการ ศึกษา แจ้งนัดหมาย ดำเนินงานตามโปรแกรม



2.ระยะดำเนินการทดลอง

- กลุ่มควบคุม - ประเมินการแสดงออกทางอารมณ์ของผู้ดูแล (Pre-test) กลุ่มนี้จะได้รับการพยาบาล ตามปกติจากการมารับบริการในคลินิกจิตเวชแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลมหาราชนครศรีธรรมราช โดยพยาบาลประจำคลินิกจิตเวช และขณะติดตามเยี่ยมบ้านในช่วงสัปดาห์ที่ 1-4 จะได้รับคำแนะนำ เกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยจิตเภทที่บ้านและคำแนะนำตามสภาพปัญหาของผู้ดูแลผู้ป่วยจิตเภท
- กลุ่มทดลอง - ประเมินการแสดงออกทางอารมณ์ของผู้ดูแล (Pre-test) กลุ่มนี้จะได้รับกิจกรรม ตามโปรแกรมการเผชิญความเครียดแบบกลุ่ม



RESEARCH PROCESS

โปรแกรมเผชิญความเครียดแบบกลุ่ม : กิจกรรมทั้งหมด 6 ครั้ง สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง ครั้งละ 45-60 นาที
ติดต่อกัน 4 สัปดาห์ (โดยแบ่งกลุ่มละ 10 คน ที่ห้องประชุมกลุ่มโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยศรีธรรมราช
กลุ่มที่ 1 ช่วงเช้า และกลุ่มที่ 2 ช่วงบ่ายของแต่ละวันที่นัดหมาย)

3.ระยะการประเมินผลการทดลอง



- ให้กลุ่มทดลองทำแบบวัดการแสดงออกทางอารมณ์ของผู้ดูแลผู้ป่วยจิตเภทตามการรับรู้ของผู้ป่วยจิตเภท (Post-test) หลังการทดลองครบ 6 ครั้ง
- กำกับการทดลองทันทีด้วยแบบทดสอบแบบวัดการเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหา (ต้องมีคะแนนเฉลี่ยมากกว่า 2.5 คะแนน ผู้ดูแลจึงจะมีการเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหาเหมาะสม)
- แจ้งสิ้นสุดการดำเนินการวิจัย ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามและนำไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

RESEARCH RESULT

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรม
สำเร็จรูป SPSS โดยกำหนดระดับนัย
สำคัญที่.05 ใช้สถิติค่าเฉลี่ย ส่วน
เบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติ
ทดสอบที

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		df	t	p-value
	$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD			
การแสดงออกทางอารมณ์							
กลุ่มทดลอง	26.80	4.76	20.10	6.18	19	10.57	.00

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของการแสดงออกทางอารมณ์ของผู้ดูแลผู้ป่วยจิตเภทก่อน
และหลังการทดลอง ภายในกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการเผชิญความเครียดแบบกลุ่ม (n = 20)

ตัวแปร	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		t	p-value
	$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD		
การแสดงออกทางอารมณ์						
ก่อนการทดลอง	25.15	3.94	26.80	4.76	1.19	.240
หลังการทดลอง	26.35	4.63	20.10	6.18	-3.62	.001

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของการแสดงออกทางอารมณ์ของผู้ดูแลผู้ป่วยจิต
เภทระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการเผชิญความเครียด
แบบกลุ่มและการดูแลตามปกติ

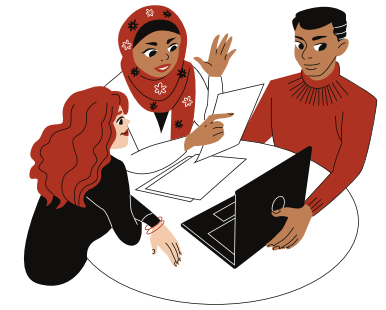


CONCLUSION



1. การแสดงออกทางอารมณ์ของผู้ดูแลผู้ป่วยจิตเภทภายหลังได้รับโปรแกรมการเผชิญความเครียดแบบกลุ่มลดลงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการเผชิญความเครียดแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
 2. การแสดงออกทางอารมณ์ของผู้ดูแลผู้ป่วยจิตเภทกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการเผชิญความเครียดแบบกลุ่มลดลงกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
- ดังนั้น ผลการวิจัยครั้งนี้จึงสรุปได้ว่า โปรแกรมการเผชิญความเครียดแบบกลุ่มมีผลทำให้การแสดงออกทางอารมณ์ของผู้ดูแลผู้ป่วยจิตเภทลดลง

DISCUSSION



ผลการทดลองอภิปรายได้ว่า โปรแกรมการเผชิญความเครียดแบบกลุ่ม ตามแนวคิดของ Lazarus and Folkman (1984) มีประสิทธิภาพในการลดการแสดงออกทางอารมณ์ของผู้ดูแลผู้ป่วยจิตเภทได้ โดยผ่านกระบวนการประเมินทางความคิด 3 ขั้นตอน ดังนี้

การประเมินขั้นแรก

- **กิจกรรมที่ 1** ช่วยให้เกิดสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับผู้ดูแล และทบทวนสัมพันธภาพกับผู้ป่วยจิตเภทในครอบครัว เพื่อจูงใจให้เกิดความร่วมมือในการดูแลผู้ป่วยจิตเภทร่วมกัน
- **กิจกรรมที่ 2** ช่วยให้ผู้ดูแลสามารถประเมินความเครียดต่อการแสดงออกทางอารมณ์ของตนเอง เพื่อหาวิธีแก้ไขต่อไปได้

การประเมินขั้นที่สอง

- **กิจกรรมที่ 3** ทำให้สมาชิกได้แลกเปลี่ยนเกี่ยวกับแหล่งประโยชน์และทางเลือกที่สามารถกระทำได้ ส่งผลให้การแสดงออกทางอารมณ์ของผู้ดูแล
- **กิจกรรมที่ 4** เนื่องจากการแสดงออกด้วยการวิพากษ์วิจารณ์แสดงท่าที่ไม่เป็นมิตรทำให้ผู้ป่วยเครียดและเกิดการป่วยซ้ำได้ จึงได้จัดกิจกรรมเพื่อให้ผู้ดูแลมีการแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม
- **กิจกรรมที่ 5** เนื่องจากการขาดทักษะการเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหา ทำให้ผู้ดูแลมีการแสดงออกทางอารมณ์สูงได้ จึงได้จัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมทักษะการเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหาแก่ผู้ดูแล

การประเมินขั้นที่สาม

- **กิจกรรมที่ 6** ช่วยให้ผู้ดูแลทบทวนหลังจากได้รับข้อมูลเข้ามาใหม่ว่ายังมีปัญหาความเครียดอีกหรือไม่ ลดลงอย่างไร และสามารถแก้ไขต่อไปได้อย่างไร

ซึ่งหลังจากได้รับการแก้ไขจากกิจกรรมดังกล่าวจะช่วยให้ผู้ดูแลสามารถเผชิญกับความเครียดได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้ผู้ดูแลมีการแสดงออกทางอารมณ์เหมาะสม และลดการกลับเป็นซ้ำในผู้ป่วยจิตเภทได้

มานิตา ศิริพัฒน์ และจินตนา ยูนิพันธุ์. (2561). ผลของ
โปรแกรมการเผชิญ ความเครียดแบบกลุ่มต่อ การ
แสดงออกทางอารมณ์ของผู้ดูแลผู้ป่วยจิตเภท. วารสาร
พยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 30(3), 78-90



ผลของโปรแกรมการเผชิญความเครียด แบบกลุ่มต่อ การแสดงออกทางอารมณ์ ของผู้ดูแลผู้ป่วยจิตเภท

มานิตา ศิริพัฒน์
จินตนา ยูนิพันธุ์

ณวรา คงขจรเกียรติ	6206610013
ณัฐพล คุ่มรักษา	6206610096
ภัทริกา กรเกษม	6206610922
จตุวรรี เจียมพลาวยิจิตร	6206611086
สุชัยญา นนทูล	6206611110
วริศรา กฤตการุจน์	6206611185
สุจิตรภัค ศรีสุพรรณราช	6206680438
ญาณินท์ เดชฉิมพลี	6206680503