

การใช้หนังสือว่าด้วยความวิตกกังวลของ เด็กป่วยเรื้อรังในโ รงพยาบาล เด็ก

ปริญญานิพนธ์

ของ

มาลี กามมาลา

15 ส.ค. 2533

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

เพื่อ เป็นส่วนหนึ่ง ของการศึกษาคามหลักสูตร

ปรัชญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สิงหาคม 2532

ลิขสิทธิ์ เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การใช้หนังสือมาปกความวิตกกังวลของ เด็กป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาลเด็ก

บทคัดย่อ
ของ
มาลี กามมาดา

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
สิงหาคม 2532

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบ (1) ความวิตกกังวลของ เด็กป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาลเด็ก ที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกซึ่งเป็นหนังสือที่เกี่ยวข้องกับปัญหาของเด็กป่วยโดยตรงก่อนและหลังการทดลอง (2) ความวิตกกังวลของเด็กป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาลเด็กที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไปซึ่งเป็นหนังสือที่ไม่เกี่ยวข้องกับปัญหาของเด็กป่วยโดยตรงก่อนและหลังการทดลอง (3) ความวิตกกังวลของเด็กป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาลเด็กที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกกับเด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง เป็นเด็กป่วยเรื้อรังที่มีอายุ 10 - 11 ปี มีพื้นฐานทางการศึกษาอยู่ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่พักรักษาตัวในตึกผู้ป่วย 2 โรงพยาบาลเด็ก ได้รับคำสั่งจากแพทย์ให้พักรักษาตัวค่อนข้างน้อย 5 สัปดาห์ โดยเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลก่อนการทดลองอย่างน้อยประมาณ 1 สัปดาห์ จำนวน 24 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวัดความสามารถในการอ่าน ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 กลุ่ม ดังนี้ กลุ่มทดลองที่ 1 จำนวน 8 คน ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือก กลุ่มทดลองที่ 2 จำนวน 8 คน ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป และกลุ่มสำรอง จำนวน 8 คน เป็นกลุ่มที่สำรองไว้ เมื่อกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มมีปัญหาในการทำแบบทดสอบวัดความวิตกกังวลปรากฏว่ากลุ่มสำรองกลุ่มนี้ไม่ได้นำมาใช้ เป็นกลุ่มทดลองจึงคัดทิ้งไปไม่นำมาชั่งเกี่ยวกับกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่ม

แบบแผนการวิจัยสำหรับการทดลองครั้งนี้เป็นแบบ Randomized Control - Group Pretest - Posttest Design เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลได้แก่

- (1) แบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่าน
- (2) แบบทดสอบวัดความวิตกกังวล
- (3) หนังสือที่ใช้ในการบำบัด ได้แก่ หนังสือที่ได้รับการคัดเลือก จำนวน 16 ชื่อเรื่อง หนังสือทั่วไป จำนวน 16 ชื่อเรื่อง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ t-test

ผลการทดลองปรากฏว่า

1. เด็กป่วยเรื้อรังหลังการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกแล้ว มีความวิตกกังวลน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับความเชื่อมั่น .05

2. เด็กป่วยเรื้อรังหลังการนำบัตรช่วยหนังสือทั่วไป มีความวิตกกังวลลดลง
แตกต่างจากก่อนการทดลองนำบัตรช่วยหนังสือทั่วไปอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3. เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้รับการ
รื้อการคัดเลือก และเด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือทั่วไป มีความวิตกกังวล
แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับความเชื่อมั่น .05

**AN APPLICATION OF BIBLIOTHERAPY TO RELIEVE ANXIETY
OF THE CHILDREN WITH CHRONIC ILLNESS
IN THE CHILDREN'S HOSPITAL**

AN ABSTRACT

BY

MALEE KARMALA

**Presented in partial fulfillment of the requirement
for the Master Degree of Liberal Arts
at Srinakharinwirot University**

August 1989

The purposes of this research were to compare the followings:

1. Anxiety of the children with chronic illness in the Children's Hospital who attended the bibliotherapy and were offered to read selected books with contents related directly to the patients' problem before and after the experiment.

2. Anxiety of the children with chronic illness in the Children's Hospital who attended the bibliotherapy and were offered to read general books with contents not related directly to the patients' problem before and after the experiment.

3. Anxiety of the children with chronic illness in the Children's Hospital who attended the bibliotherapy and were offered to read selected books and general books.

Twenty four children with chronic illness who were ten to eleven years old, studied at Prathom Suksa five level and had to be hospitalized for at least five weeks and were admitted at least one week prior to the beginning of the experiment. The children were grouped by a reading test. They were divided into three groups :

Experimental group 1 which consisted of eight student patients who attended the bibliotherapy and were offered to read selected books.

Experimental group 2 which consisted of eight student patients who attended the bibliotherapy and were offered to read general books.

The third group consisted of eight student patients who were reserved to fill in case of problems. They would be in any of the two experimental groups if any patients in the two groups had any problems.

The research design of the experiment was the Randomized Control Pretest - Posttest Design. The instruments used were a reading test, a anxiety test and sixteen selected books or the sixteen general books. Statistical method for data analysis was the t-test. The results were as followed :

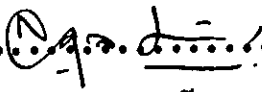
1. The chronic illness children's anxiety was significantly decreased by the selected books at the .05 level.

2. The chronic illness children's anxiety was non-significantly decreased by the general books.

3. The chronic illness children with selected books and general books were statistically significant difference at .05 level.

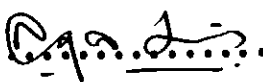
คณะกรรมการที่ปรึกษาประจำตัวนิสิตและคณะกรรมการสอบไล่พิจารณา
ปริญญาบัณฑิตฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่ง ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
ศิลปศาสตรมหาบัณฑิตของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

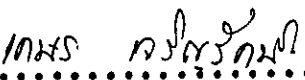
คณะกรรมการที่ปรึกษา

..........ประธาน
(รศ.ดร.ชุม รุกตากกร)

..........กรรมการ
(ยศ. เกษร เจริญรักษ์)

คณะกรรมการสอบ

..........ประธาน
(รศ.ดร.ชุม รุกตากกร)

..........กรรมการ
(ยศ. เกษร เจริญรักษ์)

..........กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(อ. หัสปีย์ อินทรประสิทธิ์)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญาบัณฑิตฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่ง ของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิตของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..........คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศ.ดร.สมพร บัวทอง)

วันที่.....๙.....เดือน.....พฤษภาคม.....พ.ศ. 2532

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความรู้ความกรุณา เป็นอย่างสูง ของ รองศาสตราจารย์
ดร.ณมิต รัตตากร ซึ่งกรุณาเป็นประธาน พร้อมทั้งให้คำแนะนำปรึกษาและกระตุ้น
ให้ผู้วิจัยมีกำลังใจในการศึกษาค้นคว้าจนเป็นผลสำเร็จ ขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง
ไว้ ณ ที่นี้

ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความเมตตาของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สวนา พรหมพันธุ์
เป็นอย่างยิ่ง ที่ได้กรุณาสละเวลาอันมีค่าในการให้คำแนะนำและความรู้ทางจิตวิทยา ซึ่ง
เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยเป็นอย่างมาก และขอจารึกความกรุณาของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์
เกษร เจริญรักษ์ ที่ได้ช่วยเหลือและให้คำปรึกษา และขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์
ทัศนีย์ อินทประสิทธิ์ ที่กรุณาเป็นกรรมการในการสอบปากเปล่าครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเด็ก ตลอดจนแพทย์ พยาบาล
เจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องทุกคนที่อำนวยความสะดวกต่าง ๆ และขอขอบใจเด็กป่วยเรื้อรังที่
ให้ความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดียิ่ง

ผู้วิจัยขอบขอบคุณคำและประโยชน์อันพึงได้รับจากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้เป็นเครื่อง
บูชาพระคุณของคุณพ่อ คุณแม่ และครู อาจารย์ทุกท่านที่ได้มีส่วนสนับสนุนการศึกษาทั้งแก่
ตนจนถึงปัจจุบัน รวมทั้งผู้ที่มีความสำคัญที่สุดในการวิจัยครั้งนี้ คือ "เด็กป่วยเรื้อรัง"

ทุกคน

มาลี กายมาลา

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
/ ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	4
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	4
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	5
นิยามศัพท์เฉพาะ	6
/ สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า	7
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	8
เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับความวิตกกังวล	8
เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับการนำบัตรคำย่นหนังสือ	24
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	34
การเลือกกลุ่มตัวอย่าง	34
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	35
วิธีดำเนินการทดลอง	42
วิธีจัดการกระทำกับข้อมูล	44
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	45
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า	48
ข้อทดลองเกี่ยวกับการวิเคราะห์และแปลผล	48
การวิเคราะห์ข้อมูล	48
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	49

5 บทย่อ สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	53
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	53
กลุ่มตัวอย่าง	53
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	54
วิธีดำเนินการทดลอง	54
การวิเคราะห์ข้อมูล	55
/ สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	55
อภิปรายผล	56
ข้อเสนอแนะ	59
บรรณานุกรม	61
ภาคผนวก	68
ประวัติย่อของผู้วิจัย	103

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แบบแผนการวิจัย	46
2 ความแตกต่าง ระหว่าง คะแนนจากการทดสอบ วัดความวิตกกังวลก่อน และหลังการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือก	50
3 ความแตกต่าง ระหว่าง คะแนนจากการทดสอบ วัดความวิตกกังวลก่อน และหลังการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป	51
4 ความแตกต่าง ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลของแคะกลุ่มหลังจากการบำบัด ด้วยหนังสือ ระหว่าง เด็กป่วย เรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการ การคัดเลือกกับ เด็กป่วย เรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป ...	52

ภูมิหลัง

ปัจจุบันแนวโน้มของผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล ส่วนหนึ่งเป็นผู้ป่วยเรื้อรัง ทั้งนี้เนื่องจากความก้าวหน้าทางวิทยาการ ที่ทำให้ผู้ที่เจ็บป่วยเฉียบพลันได้รับการบำบัดอย่างทันที่ ผู้ป่วยเรื้อรังมักประสบปัญหาซึ่งต้องการความช่วยเหลือจากผู้อื่น และเป็นปัญหาทั้งทางการแพทย์ จิตวิทยา และปัญหาทางสังคมที่จะต้องได้รับการแก้ไข

ผู้ป่วยเมื่อต้องอยู่ในโรงพยาบาลนาน ๆ มักประสบปัญหา เกิดความกลัว วิทกกังวล เบื่อหน่าย ขาดความเชื่อมั่น เนื่องจากกลัวการสูญเสียอวัยวะและเสียชีวิต โดยเฉพาะผู้ป่วยที่เป็นเด็ก เพราะเด็กส่วนมากยังไม่รู้จักวิธีลดความวิตกกังวล ดังนั้นในระหว่างพักรักษาตัวในโรงพยาบาล เด็กป่วยเรื้อรังควรได้รับการดูแล ช่วยเหลือและให้กำลังใจ เพื่อไม่ให้เกิดความรู้สึกหวาดกลัว ห่อหุ้ม หมกหวัง หรือใช้เวลาให้ผ่านไปอย่างเปล่าประโยชน์ น่าเบื่อ และหมดคุณค่าชีวิต แต่ตรงข้ามควรช่วยให้เด็กป่วยเรื้อรังเกิดความรู้สึกว่า ตลอดระยะเวลาที่อยู่ในโรงพยาบาลควรได้รับประโยชน์และการดูแลเอาใจใส่อย่างน่าพึงพอใจบ้าง (Coomaraswamy. 1975 : 29 - 32) ทั้งนี้เพราะการที่เด็กป่วยเรื้อรังเกิดความรู้สึก และมีปฏิสัมพันธ์ต่อการเจ็บป่วยหรือต่อโรงพยาบาลในทางลบอย่างรุนแรง ย่อมมีผลต่ออารมณ์และจิตใจเป็นอย่างมาก ดังนั้นถ้าหากปัญหาทางอารมณ์ยังไม่ได้รับการแก้ไขหรือบรรเทาเบาบางลง ปัญหาทางกายย่อมลุเลาะลงไปด้วย (Pomeranz. 1940 : 687 - 689) มีนักวิจัยหลายท่านเสนอผลงานวิจัยที่แสดงให้เห็นว่า เด็กป่วยเรื้อรังเป็นเด็กที่มีความวิตกกังวลอยู่ในระดับสูง ซึ่งผู้วิจัยจะยกมากล่าวอ้างพอสมควร ทั้งนี้

แบทเทิล (Battle. 1975 : 25) กล่าวว่า การเจ็บป่วยเรื้อรังแตกต่างจากการเจ็บป่วยเฉียบพลัน เพราะทำให้เด็กที่ป่วยกับสมาชิกทุกคนในครอบครัวเกิดความเครียด และห่อหุ้มอย่างไม่รู้จักรบสิ้น เมื่อมองไม่เห็นว่าการของโรคไขุเลาลง ความซึมเศร้า

และความวิตกกังวลก็จะเกิดขึ้น และเด็กป่วยเรื้อรังมักจะไม่มี การเจริญเติบโตตามขั้นตอน พัฒนาการเช่นเด็กปกติ ทำให้เกิดอุปสรรคในการสร้างภาพพจน์แห่งตน (Self-image) และความภาคภูมิใจในตนเอง (Self-esteem)

สเทินฮาวเออร์ มูชิน และเรนกรนท์ (Steinhauer, Mushin and Rae-Grant 1983 : 457 - 475) ค้นพบว่า เด็กป่วยเรื้อรังซึ่งถูกจำกัดความเคลื่อนไหวและต้องอยู่ตามลำพังเป็นเวลานาน มักจะเกิดความกลัวและความรู้สึกที่ว่าตนเองเจ็บป่วยรุนแรงมากกว่าความเป็นจริง การรักษาพยาบาลบางอย่างที่ก่อให้เกิดความเจ็บปวดอาจจะไปเพิ่มความวิตกกังวลให้กับเด็ก ทำให้เด็กเกิดปฏิกิริยาต่อต้านการรักษาที่ของกระทำการที่ท้อแท้เป็นระยะเวลานาน เป็นเสมือนเครื่องเตือนใจให้เด็กรู้สึกอยู่ตลอดเวลาว่าตนเองป่วย ตนเองไม่สมบูรณ์ การขาดเรียนบ่อย ๆ เป็นประจำ นอกจากจะทำให้เรียนไม่ทันเพื่อนแล้วยังทำให้ห่างเหินจากเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกัน ทำให้เด็กเกิดความรู้สึกเหมือนตัวเองถูกตัดขาดออกจากสังคมที่เคยมีส่วนร่วม เด็กจะยิ่งเกิดภาวะความวิตกกังวลมากยิ่งขึ้น

แมทสัน (Mattson. 1972 : 801 - 811) กล่าวว่า พ่อแม่บางคนรู้สึกโกรธที่ลูกป่วยเรื้อรังโดยไม่มีทางหาย เพราะรู้สึกเป็นภาระ บางคนมีความรู้สึกผิดที่ตนเป็นสาเหตุของการเจ็บป่วยของลูก ถ้าโรคนั้นเป็นโรคทางพันธุกรรม บางครั้งความรู้สึกโกรธและรู้สึกผิดนี้จะเกิดขึ้นสลับกันไปมา เมื่อโกรธก็จะพูดว่าลูกอย่างรุนแรง ทำให้เกิดปฏิกิริยาต่อต้านไม่ร่วมมือในการรักษาพยาบาลและมีอารมณ์รุนแรงเช่นกัน หรือเมื่อพ่อแม่รู้สึกผิดก็จะปกป้องลูกเกินสมควร ทำให้เด็กช่วยตนเองไม่ได้ แล้วถึงพ่อแม่ ลูก ก็จะตกอยู่ในสภาวะห่อหุ้มคหวัง ความเจ็บปวด ความอ่อนเพลีย ตลอดจนความไม่สบายทางกายทั้งหมดอันเกิดจากโรคเรื้อรัง จะก่อให้เกิดความวิตกกังวลและความเครียดขึ้น

สไกเปียน (Scipien. 1975 : 398) กล่าวว่า การเจ็บป่วยเรื้อรัง ทำให้เด็กได้รับการเอาใจใส่และทามใจจากพ่อแม่ พี่น้อง มากเกินไป ตลอดจนได้รับการยอมรับในเรื่องกฎเกณฑ์และระเบียบต่าง ๆ ในครอบครัว ทำให้กลายเป็นเด็กเอาแต่ใจตนเอง อาละวาดเมื่อไม่ไ้ดังใจ บางครั้งมีพฤติกรรมก้าวร้าว และท้าทายต่อสิ่งที่เป็นอันตราย แต่เด็กบางคนจะกลายเป็นเด็กที่มีปมค้อย มีความวิตกกังวล และพยายามแยกตัวเองออกจากพ่อแม่ พี่น้อง และเพื่อนฝูง

จากการศึกษาของ เกรย์ดอน (Graydon. 1984 : 1124 - 1125) พบว่า การดูแลเอาใจใส่ เป็นวิธีการรอกภาวะความวิตกกังวลได้ นอกจากการเอาใจใส่ผู้ป่วย ทั้งกล่าวแล้ว การอ่านหนังสือยัง เป็นอีกวิธีหนึ่งซึ่งช่วยให้ผู้ป่วยหายจากภาวะความวิตกกังวล (Lucioli. 1961 : 313 : 314)

หนังสือเป็นเอกสารที่นอกจากจะช่วยเพิ่มพูนความรู้ความเข้าใจในเรื่องต่าง ๆ มากขึ้นแล้ว ยังช่วยให้เกิดความเพลิดเพลิน นอกจากนี้ยังทำให้ผู้ป่วยกลับคืนสู่ภาวะปกติ ทั้งการดำเนินชีวิตและพฤติกรรมต่าง ๆ (Education Research and Development, Social. 1970 : 73-74) เบอร์ก์เกรท (Burkert. 1955 : 450) เห็นว่าหนังสือมีส่วนช่วยเหลือผู้ป่วยได้หลายทาง คือ ช่วยให้ผู้ป่วยรู้จักคิดวางแผนล่วงหน้า ช่วยเบี่ยงเบนความสนใจของผู้ป่วยไปสู่สิ่งอื่น ช่วยให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ ทั้งที่ประสบปัญหาความเจ็บป่วยหรือทุพพลภาพ และช่วยให้คลายความวิตกกังวล ความทุกข์ทรมานและความว้าวุ่น อันเนื่องมาจากความเจ็บป่วย จึงอาจกล่าวได้ว่า หนังสือมีประโยชน์ต่อการช่วยเหลือผู้ป่วยให้สามารถปรับตัวขณะอยู่ในโรงพยาบาลได้แล้ว ยังช่วยให้เกิดความเพลิดเพลิน ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยไม่ชักขวางการรักษาพยาบาล ช่วยขจัดความวิตกกังวลทางจิตใจ และช่วยเตรียมผู้ป่วยให้พร้อมที่จะมีชีวิตอยู่โดยไม่เป็นภาระต่อครอบครัว (Pomeranz. 1940 : 687 - 689) เมื่อเห็นประโยชน์ของหนังสือดังกล่าว จึงได้มีการนำหนังสือมาช่วยนำมัคร่วมกับวิธีการรักษาโรควิธีอื่น ๆ โดยเรียกว่า การนำมัคร่วมหนังสือ (Bibliotherapy)

การนำมัคร่วมหนังสือนั้นในต่างประเทศมีมานานกว่า 50 ปีแล้ว (Grayson. 1920 : 291 - 295) และได้รับความสำเร็จเป็นอย่างดี ในวงการทางการแพทย์ และสาธารณสุขจำนวนไม่น้อยต่าง เห็นถึงความสำคัญของการใช้หนังสือในการช่วยนำมัคร่วม และได้มีการศึกษาวิจัยกันอย่างกว้างขวาง แต่สำหรับประเทศไทยยังไม่เคยมีการศึกษาเรื่องนี้ อย่างจริงจังมาก่อน และให้ความสำคัญกับการนำมัคร่วมหนังสือน้อยมาก จะมีบ้างก็เพียงใช้หนังสือในผู้ป่วยจิตเวช เพื่อเป็นการเบี่ยงเบนความสนใจของผู้ป่วยออกสู่โลกภายนอก โดยทำควบคู่ไปกับการทำจิตบำบัด หรือในผู้ป่วยทางกายก็มีการให้หนังสือกับผู้ป่วยบ้าง แต่เนื้อหา

ของหนังสือเน้นการให้ความรู้กับผู้ป่วย เพื่อให้ทราบถึงสภาพความเจ็บป่วยที่ตนเผชิญอยู่ และวิธีการปฏิบัติตัวจากสภาพและลักษณะดังกล่าวเท่านั้น

ด้วยเหตุดังกล่าวผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำการศึกษาเกี่ยวกับการนำหนังสือไปใช้บำบัดทางด้านความวิตกกังวลกับเด็กป่วยเรื้อรังที่พักรักษาตัวในโรงพยาบาลเด็ก ทั้งนี้ผลจากการศึกษาสามารถใช้เป็นแนวทางให้บรรณารักษ์ ครู ผู้ปกครอง ตลอดจน ผู้ที่เกี่ยวข้อง ได้นำวิธีการนำบัตรช่วยหนังสือไปใช้กับบุคคลที่มีปัญหาทางอารมณ์ และจิตใจต่อไป

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลของ เด็กป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาลเด็ก ที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกก่อนและหลังการทดลอง
2. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลของ เด็กป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาลเด็ก ที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือทั่วไปก่อนและหลังการทดลอง
3. เพื่อ เปรียบเทียบความแตกต่าง ของ ความวิตกกังวลของ เด็กป่วยเรื้อรัง ในโรงพยาบาลเด็ก ที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกกับ เด็กป่วยเรื้อรัง ที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือทั่วไป

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. ทำให้ทราบว่า ความวิตกกังวลของ เด็กป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาลเด็ก ที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันหรือไม่เพียงใด
2. ทำให้ทราบว่า ความวิตกกังวลของ เด็กป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาลเด็ก ที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือทั่วไปก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันหรือไม่เพียงใด

4.1.1 ประเภทของหนังสือที่ใช้ในการบำบัดความวิตกกังวล

4.1.1.1 หนังสือที่ได้รับการคัดเลือก

4.1.1.2 หนังสือทั่วไป

4.2 ตัวแปรตาม

4.2.1 ความวิตกกังวล

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การบำบัดด้วยหนังสือ (Bibliotherapy) หมายถึง การใช้ประโยชน์จากการอ่านหนังสือ เพื่อให้เนื้อหาและแนวทางในการแก้ปัญหาในหนังสือเป็นสื่อช่วยลดภาวะความวิตกกังวลของ เด็กป่วยเรื้อรัง

2. หนังสือที่ได้รับการคัดเลือก หมายถึง หนังสือภาพที่มีเนื้อหาเฉพาะที่เสริมสร้างอารมณ์และกำลังใจให้กับเด็กป่วยเรื้อรัง จำนวน 16 ชื่อเรื่อง ที่ผู้วิจัยพิจารณาเลือกมาจากหนังสือที่เหมาะสมสำหรับเด็กอายุ 10 - 11 ปี จำนวน 189 ชื่อเรื่อง

3. หนังสือทั่วไป หมายถึง หนังสือเรื่องใด ๆ จำนวน 16 ชื่อเรื่อง ที่ผู้วิจัยเลือกมาจากหนังสือที่เหมาะสมสำหรับเด็กอายุ 10 - 11 ปี จำนวน 189 ชื่อเรื่อง

4. ความวิตกกังวล (Anxiety) หมายถึง สภาพทางอารมณ์ซึ่งบุคคลรู้สึกไม่สบายใจ อึดอัดใจ หวาดกลัว ขาดความมั่นคงปลอดภัย หวาดระแวง และกลัว บางครั้งหาสาเหตุได้ บางครั้งหาสาเหตุไม่ได้ เมื่ออยู่ในสถานการณ์ดังกล่าวจะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ เช่น หมั่นหมอง เหม่อซึม เกร็งเครียด หงุดหงิด อารมณ์เสีย ใจง่าย กังวลใจ คิดฟุ้งซ่าน ความวิตกกังวลนี้วัดด้วยแบบทดสอบวัดความวิตกกังวลของ ซาราสัน (Sarason. 1960 : 309 - 310)

5. เด็กป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาล (Children with Chronic Illness in Hospital) หมายถึง เด็กอายุ 10 - 11 ปี มีพื้นฐานทางการศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งป่วยเรื้อรัง ที่พักรักษาตัวในตึกผู้ป่วย 2 โรงพยาบาลเด็ก ได้รับคำสั่งจากแพทย์ให้พักรักษาตัวอย่างน้อย 5 สัปดาห์ โดยเข้ารับการรักษานในโรงพยาบาลก่อนการทดลองอย่างน้อยประมาณ 1 สัปดาห์

สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า

1. เด็กป่วยเรื้อรังหลังการทดลองนำบัตรคำย่นหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกแล้ว จะมีความวิตกกังวลน้อยกว่าก่อนการทดลอง
2. เด็กป่วยเรื้อรังหลังการทดลองนำบัตรคำย่นหนังสือทั่วไปจะมีความวิตกกังวลน้อยกว่าก่อนการทดลอง
3. เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรคำย่นหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกแล้วจะมีความวิตกกังวลน้อยกว่าเด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรคำย่นหนังสือทั่วไป

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ สามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ส่วน คือ

1. เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับความวิตกกังวล
2. เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับการนำเทคนิคหนังสือ

เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับความวิตกกังวล

ความวิตกกังวลเป็นภาวะหนึ่งของมนุษย์ ซึ่งมักจะประสบอยู่เสมอ แม้ว่าจะเป็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นจากความไม่สบายใจ แต่ความวิตกกังวลก็จัดเป็นส่วนประกอบที่จำเป็นของชีวิต ความวิตกกังวลจะก่อให้เกิดประโยชน์หรือโทษนั้น ขึ้นอยู่กับระดับความรุนแรงและความเหมาะสมของสถานการณ์และเวลา (Luckmann. 1974 : 110)

ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) (Rouhani. 1978 : 25) กล่าวถึงความวิตกกังวลไว้ว่า เป็นภาวะหนึ่งของอารมณ์ เกิดจากกระบวนการของจิตใต้สำนึกที่เกิดจากความรู้สึกขัดแย้งในใจระหว่างการตอบสนองของความต้องการของตนเองหรือในสิ่งที่ตนเอง (Ego) และสภาพความต้องการโดยธรรมชาติ (Id)

แมคเรย์โนลด์ (McReynolds. 1976 : 37) กล่าวถึงความหมายของความวิตกกังวลว่าแบ่งเป็น 4 ด้าน คือ ทางอารมณ์ แรงจูงใจ พฤติกรรมและทางสรีระ

วิจารณ์ วิชัยยะ (2523 : 14) ได้ให้คำจำกัดความของความวิตกกังวลไว้ว่า "เป็นความรู้สึกหวั่นหวาดที่เลื่อนลอยไม่มีความสุจริตตามควมอยากการไม่สบายทางร่างกาย เช่น แขนงอกใจเต้นแรง ปวดศีรษะ เหงื่อแตก กระสับกระส่าย เป็นต้น"

ความวิตกกังวลในความหมายของ ประสาท ชีวะวิทยา (2522 : 45) หมายถึง ความไม่สบายใจที่เกิดขึ้นจากการคาดการณ์ล่วงหน้า จะมีสิ่งใดเกิดขึ้นหรือจะมีอันตรายใด ๆ เกิดขึ้นแก่ตน ความวิตกกังวลต่างจากความกลัวตรงที่ว่าความวิตกกังวลเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากความนึกคิดภายใน

ตนเอง (Subjective Danger) ส่วนความกลัวเป็นสิ่งที่เกิดจากสิ่งอื่นที่อยู่ภายนอก
(Objective Danger)

อิงลิช และอิงลิช (English and English. 1958 : 35) ได้ให้ความหมาย
ของความวิตกกังวลไว้อย่างละเอียด ซึ่งอาจสรุปเป็นข้อ ๆ ได้ดังนี้

1. ความวิตกกังวล เป็นภาวะของความไม่สบายใจอันเนื่องมาจากความปรารถนา
อันแรงกล้า และแรงขับ ไปไม่ถึงเป้าหมายที่ต้องการได้

2. ความวิตกกังวล หมายถึง ความกลัวอันว่ารุนแรง ชับสน ว่าอาจมีสิ่งเลวร้าย
เกิดขึ้นในอนาคต

3. ความวิตกกังวล หมายถึง ความกลัวที่ต่อเนื่องซึ่งอาจสังเกตเห็นได้แต่อยู่ใน
ระดับต่ำ

4. ความวิตกกังวล หมายถึง ความรู้สึกว่าตนเองถูกขู่เข็ญ ซึ่งเป็นการขู่เข็ญที่น่ากลัว
โดยที่บุคคลนั้นก็ไม่อาจบอกได้ว่า สิ่งที่เราถูกขู่เข็ญนั้นเป็นอะไร

สมศรี เชื้อนิธัญ (2521 : 16) ได้กล่าวถึงความวิตกกังวลไว้ว่า "เป็นภาวะที่ไม่มีใคร
สามารถหลีกเลี่ยงได้และก่อให้เกิดพฤติกรรมต่าง ๆ เป็นความรู้สึกที่วุ่นวายและไม่สบายใจและมักไม่รู้สาเหตุ
ที่แท้จริง จะเกิดขึ้นเมื่อมีความรู้สึกที่ไม่ปลอดภัย บางคนแสดงออกมาในรูปความกลัวว่าจะมีเหตุการณ์
เกิดขึ้น และอีกความหมายหนึ่งก็คือ "ความวิตกกังวลเป็นความกลัวในบางอันตรายต่าง ๆ ซึ่งเกิดขึ้น
ภายในตนเอง (Unconscious Fear) รวมทั้งการเจ็บป่วยทางร่างกายอีกด้วย อาจเกิดขึ้น
ติดต่อกันไปหรือเป็นครั้งคราวก็ได้ เมื่อเกิดขึ้นร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลงไป เช่น หน้าซีด ใจสั่น
ปากสั่น กระสับกระส่าย เป็นต้น

ประเภทของความวิตกกังวล

ฟรอยด์ (Freud. n.d. : citing Meissner. 1980 : 690) ได้แบ่ง
ความวิตกกังวลออกเป็น 3 ประเภท คือ

1. ความวิตกกังวลตามความจริง (Reality Anxiety) คือความกลัวต่ออันตรายที่
แท้จริงในโลกภายนอก

2. ความวิตกกังวลในแบบโรคประสาท (Neurotic Anxiety) คือความกลัวว่า สิ่งที่ทำไปตามสัญชาตญาณนั้นจะได้รับการลงโทษ ความวิตกกังวลแบบนี้มีรากฐานมาจากความเป็นจริง ทั้งนี้เพราะเคยถูกพ่อแม่ หรือผู้มีอำนาจลงโทษ การกระทำซึ่งเด็ก ๆ ทำไปตามแรงกระตุ้น

3. ความวิตกกังวลที่เกี่ยวข้องหลักศีลธรรม (Moral Anxiety) คือความกลัวต่อความรู้สึกผิดชอบ คือกลัวว่า ความคิดหรือการกระทำบางอย่างจะขัดต่อหลักศีลธรรมที่บุคคลได้รับการอบรมสั่งสอนมาแต่วัยเด็ก ความวิตกกังวลแบบนี้มีรากฐานมาจากความเป็นจริงควบเหมือนกัน ทั้งนี้เพราะบุคคลเคยถูกลงโทษ เนื่องจากฝ่าฝืนหลักศีลธรรมจึงกลัวว่าจะถูกลงโทษอีก

ตามทัศนะของฟรอยด์ ได้อธิบายความวิตกกังวลออกมาในความหมายของความกลัว คือ ความกลัวซึ่งมาจากแหล่งต่าง ๆ กันนั่นเอง

ฮิวส์ (Hughes. 1971 : 17 - 19) ได้แบ่งความวิตกกังวลออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ความวิตกกังวลอย่างปกติ (Normal Anxiety)
2. ความวิตกกังวลที่ผิดปกติ (Pathological Anxiety)

1. ความวิตกกังวลอย่างปกติ (Normal Anxiety) เป็นปรากฏการณ์เพื่อการปรับตัวของมนุษย์ ซึ่งถือเป็นเรื่องปกติในการดำเนินชีวิตประจำวัน ความวิตกกังวลจะช่วยให้เกิดการตื่นตัว ทำให้สามารถประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่ถาเกิดขึ้นและคงอยู่นานเกินไปหรือเปลี่ยนเป็นความวิตกกังวลที่รุนแรงย่อมนำไปสู่สภาวะการเจ็บป่วยได้

2. ความวิตกกังวลที่ผิดปกติ เป็นความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นในภาวะต่าง ๆ ดังนี้ คือ

2.1 เป็นปฏิกิริยาที่มีต่อการเจ็บป่วยทางร่างกาย ทั้งนี้เพราะความเจ็บป่วยตามความคิดเห็นของผู้ป่วยย่อมหมายถึง การสูญเสียหน้าที่และความเข้มแข็งทั้งทางร่างกายและจิตใจ จึงเปรียบเสมือนสถานการณ์ที่เป็นอันตรายคุกคามต่อผู้ป่วย ซึ่งความรุนแรงของความรู้สึกกังวลขึ้นอยู่กับความรู้สึกของผู้ป่วยแต่ละคน ซึ่งเป็นผลมาจากโคเรียนรูและวุฒิภาวะของผู้ป่วยแต่ละคน นอกจากนั้นการที่ผู้ป่วยต้องจากครอบครัวและบุคคลใกล้ชิดมาอยู่ในโรงพยาบาล ย่อมทำให้เกิดความวิตกกังวลต่อการจาก (Separation Anxiety) ได้ และสาเหตุที่สำคัญอีกประการหนึ่งซึ่ง บลูเมนฟิลด์ ได้ให้ความเห็นเพิ่มเติมว่า เมื่อมนุษย์เกิดการเจ็บป่วยจะเกิดความวิตกกังวล

อย่างหนึ่งตามมา คือ ความรู้สึกกลัว หรือหวาดหวั่นต่อความตาย ซึ่งก็หมายถึงการต้องพลัดพรากจากบุคคลผู้เป็นที่รักนั่นเอง (Blumenfield. 1977 : 419)

2.2 จากการเจ็บป่วยทางจิตสรีระ ซึ่งเป็นที่ยอมรับกันแล้วว่าจิตกับกายมีความสัมพันธ์เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เมื่อมีความไม่สบายทางจิตใจหรือ ความแปรปรวนทางอารมณ์เกิดขึ้น ย่อมจะส่งผลกระทบต่อเกิดความผิดปกติทางกายได้ (ลออ บุทาณูร. 2522 : 109) เนื่องจากกระบวนการปรับตัวเพื่อรักษาสภาวะสมดุลของคนแตกต่างจากสัตว์ ซึ่งในสัตว์จะมีการตอบสนองต่ออันตรายที่เกิดขึ้นอย่างทันทีทันใด โดยเพิ่มการทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติเมื่ออันตรายผ่านพ้นไปแล้ว ร่างกายก็จะกลับคืนสู่ภาวะสมดุล แต่ในมนุษย์ภาวะวิตกกังวลมักเกิดขึ้นโดยทราบสาเหตุที่แท้จริง โดยเฉพาะในวิธีการดำรงชีวิตปัจจุบันที่ต้องเผชิญกับความไม่แน่นอน กังวล นานัปการ ทำให้มนุษย์ต้องอยู่ในสภาพเตรียมพร้อมที่จะสู้หรือหนี (Fight or Flight) ซึ่งเป็นพฤติกรรมเพื่อการปรับตัว ซึ่งจะส่งผลทั้งทางร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเจ็บป่วยทางกายจะยิ่งมีผลทำให้เกิดความวิตกกังวลเพิ่มขึ้นไปอีก โรคต่าง ๆ ที่มีสาเหตุมาจาก ความวิตกกังวล ได้แก่ โรคผิวหนัง เช่น เป็นผื่นคัน ผื่นวง โรคทางระบบกล้ามเนื้อและกระดูก เช่น โรคปวดหลัง สะเก็ดเงิน ข้ออักเสบ โรคทางระบบทางเดินอาหาร เช่น โรคกระเพาะอาหารเป็นแผล นอกจากนี้ก็ยังมีโรคทางระบบทางเดินหายใจ เช่น โรคหอบหืด และโรคอื่น ๆ เช่น ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคไต หรือมีพฤติกรรมที่หนีไปจากเดิม เช่น พฤติกรรมต่อต้านสังคม ติดยาเสพติด สติปัญญาและความจำเสื่อมลง เป็นต้น

2.3 ภาวะการเป็นโรคจิต ใจแก่ ภาวะสับสน (Confusion States) โรคจิตจากความผิดปกติทางสมอง (Organic Brain Psychosis) ภาวะการออกเหินหรือขบถอย่างโรคจิตเภท (Schizophrenia) ภาวะซึมเศร้าอย่างรุนแรง และโรคจิตประสาทชนิดย้ำทำ เป็นต้น

2.4 สภาวะจิตกังวล แบ่งได้ดังนี้

2.4.1 ความวิตกกังวลที่หาสาเหตุไม่ได้ เช่น ภาวะวิตกกังวลที่รุนแรงและมีอยู่เกือบตลอดเวลา

2.4.2 ความวิตกกังวลจากความกลัว คือ ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นเมื่อต้องประสบกับสถานการณ์เฉพาะหรือสิ่งที่ทำให้หวาดกลัว

ขั้นตอนของการเกิดความวิตกกังวล

กล่าวกันว่าสิ่งที่ถูกคุกคามต่อสวัสดิภาพ และความสมบูรณ์ทางกายและจิตใจก่อให้เกิดความวิตกกังวล ซึ่งสิ่งคุกคามนี้จะเป็นจริงหรือเป็นเพียงความคาดคะเนก็ได้ เช่น ความเจ็บป่วย เป็นสิ่งคุกคามที่เป็นจริง หรือการหวาดวิตกว่าจะสอบตก เป็นสิ่งที่เราคาดคะเนเอาเองซึ่งอาจจะจริงหรือไม่ก็ได้ แต่ทั้ง 2 อย่างก็มีผลต่อจิตใจและอารมณ์เหมือนกัน คือทำให้รู้สึกหวาดหวั่นไม่มั่นคงปลอดภัย (Sense of Insecurity) รู้สึกว่าตนเองหมดหนทางไม่รู้อะไรจะแก้ไขอย่างไร (Sense of Helplessness) และทำให้ร่างกายมีการตอบสนองเหมือนกันทั้งทางกายและทางจิตวิทยาและทางกายพฤกษศาสตร์

การเกิดของความวิตกกังวล อาจเขียนเป็นขั้นตอนได้ดังนี้ (ดูฉีก กัมภีร์พัฒน์ นันท์,

2522 : 122)

1. บุคคลมีความเชื่อ ความหวัง ค่านิยม ซึ่งโดยรวมกันก่อตัวเป็นภาพพจน์ที่เขามีต่อตัวเอง
2. ความเชื่อ ความหวัง ค่านิยม หรือภาพพจน์ ที่เขามีต่อตัวเอง ถูกคุกคามทำให้เกิดความไม่สมดุลทางอารมณ์
3. บุคคลผู้นั้นเกิดภาวะหวาดหวั่นไม่มั่นคงปลอดภัย เกิดความรู้สึกไม่แน่ใจว่าจะแก้ไขเหตุการณ์เฉพาะหน้าได้อย่างไร
4. เกิดความอึดอัดกระวนกระวายใจขึ้น เกิดความเครียด มีพลังงานเกิดขึ้น ภาวะนี้เรียกว่า ความวิตกกังวล
5. บุคคลหาการชดเชยพลังงานส่วนเกินอย่างอัตโนมัติ โดยเปลี่ยนพลังงานออกเป็นพฤติกรรมอัตโนมัติ เช่น โกรธ เสียใจ ดังนั้น มีการเคลื่อนไหวทางร่างกายมากขึ้น
6. เกิดความรู้สึกอึดอัดลง เกิดความสมดุลทางจิตใจและอารมณ์ขึ้นใหม่

ระดับของความวิตกกังวล

ลักแมนและซอเรนเซน (Luckmann and Sorensen. 1974 : 112) ได้กล่าวว่า ระดับของความวิตกกังวลจะมีผลต่อกระบวนการที่สำคัญต่าง ๆ คือ การเรียนรู้ การรับรู้ ความมีสติรู้สึกตัว และความนึกคิด ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นในแต่ละคน แม้จะสาเหตุเดียวกันก็มีความรุนแรงไม่เท่ากันใด ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับการยอมรับและการปรับตัวของแต่ละคน ซึ่งเชื่อมโยงอยู่หลาย ๆ ลักษณะ เช่น สภาพสังคม วัฒนธรรม ตลอดจนสิ่งแวดล้อมของแต่ละคน ซึ่งลักแมนและซอเรนเซน ได้แบ่งระดับความวิตกกังวลไว้ 3 ระดับดังนี้ คือ

1. ความวิตกกังวลระดับต่ำ ความวิตกกังวลระดับนี้จะช่วยให้การปรับตัวในชีวิตเป็นผลสำเร็จ ทำให้เกิดภาวะการตื่นตัว ช่วยให้การรับรู้และการเรียนรู้ดีขึ้น
2. ความวิตกกังวลระดับกลาง การรับรู้จะลดลง ทำให้สูญเสียความสามารถในการทำหน้าที่อย่างมีประสิทธิภาพในขณะนั้น
3. ความวิตกกังวลระดับสูง ทำให้เกิดความสับสนและมีการกระจัดกระจายของความคิดพิจารณา เป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้และไม่สามารถดำเนินกิจการให้บรรลุจุดหมายที่ตั้งไว้ เสียความสามารถในการปรับตัว ฯลฯ

ผลของความวิตกกังวล

สวานีย์ กันทิพัฒนานันท์ (2521 : 15) ได้กล่าวถึงผลของความวิตกกังวลไว้ 2 ประการคือ

1. ผลของการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย
 - 1.1 มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นที่ระบบประสาท โดยที่รับรับหรือสมองส่วนกลาง เมื่อทำหน้าที่รับรู้สิ่งเร้าจะกระตุ้นให้ต่อมพิทูอิทารี (Pituitary Gland) และไฮโปทาลามัส (Hypothalamus) มีผลเกิดขึ้น 2 ประการ คือ
 - 1.1.1 ต่อมพิทูอิทารีจะหลั่งฮอร์โมน ACTH ไปกระตุ้นส่วนคอร์เทกซ์ของต่อมหมวกไต ทำให้มีการหลั่งฮอร์โมนคอร์ติคอล (Cortical Hormone) มีผลทำให้ร่างกายเกิดความวิตกกังวลขึ้น

1.1.2 ไฮโปทาลามัส หรือศูนย์กลางทางอารมณ์ (The Seat of Emotions) เป็นสมองส่วนที่ควบคุมระบบประสาทอัตโนมัติ โดยสมองส่วนนี้จะส่งกระแสประสาทไปตาม Sympathetic System ไปที่ส่วน Medulla ของกอลัมเบวกโต ทำให้มีการหลั่งสาร Epinephrine ซึ่งจะมีผลทำให้กล้ามเนื้อหัวใจบีบตัว เกร็ง เตรียมพร้อมที่จะต่อสู้หรือหนี

1.2 ผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางกายวิภาคในภาวะวิกฤต Epinephrine Norepinephrine และ Adrenocortical Hormone จะถูกขับออกมาสู่กระแสโลหิตมากขึ้น ฮอรโมนส์เหล่านี้มีหน้าที่ 3 อย่าง คือ

1.2.1 Mineralcorticoids ควบคุมความสมดุลของ Electrolyte เช่น โซเดียม โพแทสเซียม และคลอไรด์

1.2.2 Glucorticoids มีผลต่อการเผาผลาญอาหารจำพวกโปรตีน ไขมัน น้ำตาล

1.2.3 Androgens มีผลต่อระบบกล้ามเนื้อและสร้างเสริมลักษณะเพศชาย

1.3 ผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา

การเปลี่ยนแปลงนี้ขึ้นอยู่กับระดับของความวิกฤต โดยทั่วไปความวิกฤตในระดับต่ำและระดับกลาง จะเพิ่มการทำงานของระบบต่าง ๆ ภายในร่างกาย แต่ถึงขั้นระดับสูงแล้วจะทำให้ระบบต่าง ๆ หยุดทำงานได้เช่นกัน การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ได้แก่ หัวใจเต้นเร็วและถี่ขึ้น การหายใจจะลึกและเร็วขึ้น มีการเปลี่ยนแปลงของอุณหภูมิของร่างกายและความดันโลหิต มีการคลาดเคลื่อนของประจำเดือน ปัสสาวะบ่อย ปากแห้ง ความหิวลดลง เหงื่อออก ตัวเย็น ม่านตาขยายใหญ่ขึ้น น้ำตาลถูกขับออกจากตับมากขึ้น ผิวหนังซีดและเย็น กล้ามเนื้อเย็นโดยเฉพาะกล้ามเนื้อหัวใจ หัวใจ ถ้ามีความวิกฤตมากขึ้น การทำงานของระบบต่าง ๆ อาจหยุดงักไป (Paralyze)

2. การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ

ความวิกฤตในระดับต่าง ๆ จะมีผลต่อการเรียนรู้และการปรับตัว เมื่อมีความวิกฤตในระดับต่ำจนถึงระดับกลาง ถ้าบุคคลนั้นมีทักษะอยู่แล้วเขาจะสามารถใช้ทักษะใน

การเรียนรู้ได้ แต่ถ้าวินิจฉัยความวิตกกังวลระดับสูง ไม่ว่าบุคคลจะมีทักษะหรือไม่ เขาจะไม่มีโอกาสใช้ทักษะนั้น เพราะเขาอยู่ในช่วงที่กล้วสุจริต พฤติกรรมของเขาเป็นไปตามอัตโนมัติที่ไม่ต้องคิดก่อนเพื่อขจัดความวิตกกังวล

ปฏิกิริยาและการปรับตัวของจิตใจเมื่อเกิดความวิตกกังวล

ความวิตกกังวลเป็นลักษณะหนึ่งของอารมณ์ที่เป็นทุกข์ เมื่อถูกความทุกข์ใดบุคคลหนึ่ง บุคคลนั้นย่อมจะพยายามที่จะหาทางออกเพื่อผ่อนคลาย เพื่อมิให้ถูกความทุกข์นั้นครอบงำตลอดเวลา เราเรียกว่า กลไกการปรับตัว (Coping or Defense Mechanism) ซึ่งเกิดจากการกระทำของจิตเพื่อคงสภาพหรือป้องกันความเป็นตนเอง (Ego or Self) ไว้มิให้เปลี่ยนแปลงจากสถานะเดิม (Rouhani. 1978 : 25)

ลัคแมนและซอร์เรนเซน (Luckmann and Sorensen. 1974 : 113) ได้กล่าวถึงกระบวนการปรับตัวของจิตใจเมื่อมีความวิตกกังวล (Psychologic Adaptation Process) ว่ามีลักษณะคล้ายกับกลุ่มอาการการปรับตัวทั่วไปในภาวะเครียด (General Adaptation Syndrome) โดยจะมีกระบวนการเปลี่ยนแปลงอยู่ 3 ระยะ ดังนี้

ตัวอย่าง แสดงการเปรียบเทียบระหว่างกระบวนการปรับตัวของจิตใจ เมื่อมีความวิตกกังวลและกลุ่มอาการปรับตัวทั่วไปในภาวะเครียด

ระยะที่	กลุ่มอาการปรับตัวทั่วไปในภาวะเครียด	กระบวนการปรับตัวของจิตใจเมื่อมีความวิตกกังวล
1	ระยะเตือน เป็นปฏิกิริยาตอบโต้ภาวะเครียดในระยะเริ่มต้น มีกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางสรีระเกิดขึ้นเพื่อเผชิญอันตรายหรือสิ่งรบกวน	สถานการณ์ที่ซับซ้อนใจทำให้เกิดภาวะการตื่นตัว จะแสดงออกในรูปของพฤติกรรม (ก) ท่อสู้ การรว (ข) นั (ค) วิตกกังวล
2	ระยะต่อต้าน เป็นระยะที่การปรับตัวเกิดผลเป็นการย้อนกลับไปยัง	บุคคลจะใช้วิธีเบี่ยงเบนหรือบิดเบือนจากความเป็นจริงเพื่อให้สอดคล้องกับความปรารถนา

ระยะที่	กลุ่มอาการปรับตัวทั่วไปในภาวะเครียด	กระบวนการปรับตัวของจิตใจเมื่อมีความวิตกกังวล
3	(Negative Feedback) อัตรากา การเร่งทาง ๆ จะลดลง ร่างกายจะ พยายามปรับเข้าสู่ภาวะสมดุลและ เริ่มมีกลไกเฉพาะอย่างแทนที่ ระยะหมกกำลัง เป็นระยะสุดท้าย ของการปรับตัว ถ้าสิ่งก่อให้เกิด ความเครียดยังรุนแรง ระบบทาง ๆ ของร่างกายจะเริ่มอ่อนแรงลง การล้มเหลวไ้กาย	ของทน (Defense Mechanism) เป็น ทางออกเพื่อทดแทนการแก้ปัญหาโดยตรงและ ผ่อนคลายความวิตกกังวล ถ้าใช้กลไกการปรับตัวให้ไ้ผล หรือนำไปใช้ มากเกินไป จะทำให้เกิดภาวะหมกกำลัง (Exhausted) อาจนำไปสู่การเป็นโรคจิต โรคประสาทได้

กลไกการปรับตัวมีประโยชน์ในการเป็นเครื่องรักษาสภาพจิตของตนเองเอาไว้ ไม่ให้
ประสบกับความวิตกกังวลใจมากเกินไปหรือรู้สึกวาทนเองค่อยคาลงไป เป็นการหลอความทุกข์
เพื่อหาโอกาสแก้ไขตัวเองหรือหาวิธีแก้ปัญหาให้เหมาะสมต่อไป (สุธา จันทน์เขม. 2524 : 73)
และในขณะที่เกี่ยวข้องกับกลไกทางจิตจะไม่เป็นผลดีต่อสุขภาพจิต ถ้าบุคคลนำไปใช้จนเกิดความเคยชิน
เป็นการไม่ยอมรับการเปลี่ยนแปลง โดยการหลีกเลี่ยงหรือหลบหลีกปัญหา ทำให้บุคคลมีความไม่
เป็นตัวของตัวเอง คือ ไม่รู้จักตนเองที่แท้จริงในที่สุดจะเกิดความทุกข์ ความเบื่อหน่าย ความห่อเห
สิ้นหวัง และอาจเกิดอาการทางโรคจิตโรคประสาทได้ (Rouhani. 1978 : 26)

เคโซ สวานานนท์ ได้กล่าวถึงการใช้กลไกการปรับตัวให้เป็นประโยชน์ อันจะนำไปสู่
การปรับตัวที่ดีกว่า จะต้องเป็นไปในรูปพฤติกรรมที่ปกติ ซึ่งให้ผลเป็นความพอใจ โดยไม่เหลือ
ขอของใจเอาไว้ ทั้งทอไม่กาถวาย ลวงล้า หรือสร้างคามไม่พอใจให้แก่ผู้อื่นควย (เคโซ
สวานานนท์. 2518 : 110)

การแสดงออกของกลไกการปรับตัวที่พบโดยบ่อย ได้แก่

1. การหาเหตุผลประกอบ (Rationalization) เป็นกลไกการปรับตัวประเภทบิดเบือนความจริง ที่บุคคลพยายามหาเหตุผลที่แท้จริงโดยพยายามเชื่อในเหตุผลนั้น ๆ แล้วจะเกิดความสบายใจ ซึ่งการปรับตัวแบบนี้จะเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ บุคคลไม่รู้ตัวว่าตนได้หลอกตัวเอง เป็นการกระทำที่เกิดจากจิตใต้สำนึก การหาเหตุผลประกอบนี้มีอยู่หลายลักษณะ เช่น โห้ซึ่งประกอบอื่น ๆ อุ่นเปรี้ยว มนาวหวาน เป็นต้น
2. การกล่าวโทษผู้อื่น (Projection) เป็นกลไกการปรับตัวประเภทบิดเบือนความจริง หรือหลอกตัวเองเช่นกัน เป็นลักษณะของบุุที่กระทำความผิดแต่ไม่ยอมรับโทษตนเอง ก็นำเรื่องหรือโทษผู้อื่นแทน
3. การย้ายเปลี่ยน (Displacement) เป็นการต่อสู้แบบก้าวร้าวทางอ้อม เป็นการถ่ายเทอารมณ์จากสิ่งหนึ่งไปยังอีกสิ่งหนึ่ง เช่น การเปลี่ยนระบายความรู้สึกที่มีคน ๆ หนึ่งให้ไปอยู่กับอีกคนหนึ่งแทน โดยการกระทำดังกล่าวจะทำให้ผู้กระทำรู้สึกปลอดภัย
4. การกลบเกลื่อน (Reaction Formation หรือ Reversal) เป็นการบิดเบือนความจริงหรือหลอกตนเอง โดยแสดงพฤติกรรมที่ตรงข้ามกับความรู้สึกเพื่อกลบเกลื่อนความรู้สึกที่แท้จริงในใจ เป็นการสร้างเจตคติและการกระทำขึ้นใหม่ในทางที่ตรงข้ามกับความต้องการที่แท้จริงอันก่อให้เกิดความวิตกกังวล
5. การถดถอย (Regression) เป็นกลไกการปรับตัวประเภทยอมจำนนต่ออุปสรรคด้วยการหลบหนีความจริง โดยที่บุคคลจะย้อนกลับไปสู่พฤติกรรมที่เคยได้รับความสำเร็จมาแล้วในอดีต เช่น สมัยเด็ก ๆ และหนีกลับไปหาเซ่นเสริมอีก เป็นการหลบหนีหน้าหรืออุปสรรค
6. การปฏิเสธ (Denial) เป็นกลไกการปรับตัวประเภทไม่ยอมรับความจริงที่บุคคลปฏิเสธที่จะยอมรับเหตุการณ์บางอย่างว่าเกิดขึ้นหรือมีอยู่ ซึ่งอาจเกิดจากจิตสำนึกหรือจิตใต้สำนึกก็ได้
7. การเก็บกด (Repression) เป็นกลไกการปรับตัวประเภทปฏิเสธ หรือไม่ยอมรับความเป็นจริงแบบรุนแรง ที่บุคคลพยายามเก็บกดความรู้สึกบางอย่างไว้ในจิตใต้สำนึกให้โดยอัตโนมัติ ในระดับจิตสำนึก เป็นการไม่ยอมรับ

8. การระงับ (Suppression) เป็นลักษณะการซ่อนเร้นความคิดหรือแรงงูใจที่สังคมไม่ยอมรับไว้ในจิตสำนึก โดยการพยายามหันไปเอาใจใส่ในการทำงานหรือสิ่งอื่นแทน ซึ่งเป็นการระงับโดยชั่วคราว

9. การทดแทน (Compensation) เป็นกลไกการปรับตัวประเภทประนีประนอมกับสถานการณ์ เป็นการแสดงออกเพื่อแสวงหาความสำเร็จในทำนองอื่น ๆ มาชดเชยความบกพร่องหรือข้อบกพร่อง

10. การทดแทน (Sublimation) เป็นกลไกการปรับตัวแบบหนึ่งในลักษณะประนีประนอมกับสถานการณ์ ด้วยการแปลงรูปอารมณ์และพฤติกรรมที่โทรมมาเป็นประโยชน์ และเป็นการเปลี่ยนแรงงูใจให้สังคมยอมรับ

11. การเลียนแบบ (Identification) เป็นกลไกการปรับตัวประเภทเกี่ยวข้องกับ การทดแทน และทดแทน ได้แก่ การเอาคุณสมบัติของคนอื่นซึ่งตนอยากจะมี แต่ไม่มีมาลอกเลียนแบบ เป็นการกระทำตามอย่างโดยไม่ไตร่ตรอง เช่น การเลียนแบบบุคลิกภาพของบุคคลที่ตนเองชอบ เป็นต้น (สุชา จันทนธม. 2524 : 69 - 73)

ปฏิกิริยาที่แสดงออกเมื่อมีความวิตกกังวล

1. มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือบุคลิกภาพ เช่น มีพฤติกรรมดุดองแยกตัวเอง เจื้อยชา ไม่ให้ความร่วมมือ อารมณ์แปรปรวน

2. มีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ไปในทางที่ไม่เหมาะสม เช่น มีอารมณ์หงุดหงิด โกรธง่าย ร้องไห้ หรือหัวเราะโดยไม่มีเหตุผล บ่นโดยไม่มีความเจ็บป่วย กระวนกระวาย

3. สูญเสียระดับความรู้สึก ความจำ สมาธิ ถึงแม้ว่าการเจ็บป่วยจะไม่เกี่ยวข้องกับระดับความรู้สึก

4. ขบวนการทางความคิดถูกรบกวน เช่น สับสน กลัว หักสินใจไม่ได้

5. มีการเปลี่ยนแปลงด้านการรับรู้ เช่น มองเห็นภาพหลอน การรับรู้ความรู้สึกของประสาทสัมผัสผิดปกติ

6. สูญเสียความสนใจ วิตกกังวลรบกวน

7. มีความผิดปกติในการใช้ภาษา หรือในการสื่อสาร เช่น พูดซ้ำ ๆ กัน พูดในเรื่องที่ไม่เกี่ยวข้องกับสภาพปัจจุบัน มีการเปลี่ยนระดับเสียง แผนแผนการพูดและการออกเสียงเปลี่ยนไป

8. ใช้กลไกการป้องกันตนเองโดยไม่รู้สึกรู้หา เช่น มีพฤติกรรมถอยหลัง หานเหตุผล ประกอบเข้างานตนเอง โทษผู้อื่น หรือปฏิเสธ เป็นต้น

9. ภาพลักษณ์ของตนเองเปลี่ยนแปลง ซึ่งแสดงออกโดยพฤติกรรมเบี่ยงเบนแยกตัวเอง รู้สึกว่าตนเองไร้ค่าของอุปนิสัยในการควบคุมของคนอื่น มีความรู้สึกไม่ปลอดภัย (สุพรรณ เกษากิจวงศ์. 2520 : 465 - 466)

ซุง (Zung. 1971 : 371 - 372) ได้กล่าวถึงลักษณะที่แสดงถึงความวิตกกังวลไว้ดังนี้คือ

1. ลักษณะอารมณ์ ผู้ที่มีอาการวิตกกังวลจะมีลักษณะดังต่อไปนี้ คือ รู้สึกหวนหวน จิตใจฟุ้งซ่าน กังวล หงุดหงิดเสียใจ ก้าวอย่างไม่มีเหตุผล ตกใจง่าย รู้สึกว่าตนเองไร้ประโยชน์ คาคิดถึงอันตรายกลัวตาย

2. อาการทางกาย ได้แก่ อาการดังต่อไปนี้ คือ

2.1 ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก ได้แก่ กล้ามเนื้อตึงตัวขึ้น กระตุก เมื่อยล้า อ่อนเพลียไม่มีแรง ปวดศีรษะ คอ และหลัง

2.2 ระบบหัวใจและหลอดเลือด ได้แก่ อาการใจสั่น หัวใจหรือชีพจรเต้นเร็ว หอบ เหนื่อย

2.3 ระบบทางเดินอาหาร ได้แก่ การคลื่นไส้ เบื่ออาหาร อาเจียน ท้องเค้น

2.4 ระบบหายใจ ได้แก่ หายใจแรงเร็ว หายใจถี่ วิ่งเวียน เหนื่อย หอบ หรือหายใจไม่ออก เป็นต้น

2.5 ระบบขับถ่าย ได้แก่ อาการถ่ายปัสสาวะบ่อย กลั้นปัสสาวะไม่อยู่

2.6 ระบบผิวหนัง ได้แก่ อาการหน้าแดง หรือบางคนจะหน้าซีด โดยเฉพาะบริเวณฝ่ามือ ทั้งนี้เนื่องมาจากทวนหนึ่งที่มีลักษณะพิเศษ คือไม่ช่วยในการควบคุมอุณหภูมิ

ของร่างกายและพบว่า เมื่อระบบประสาทสัมผัสถูกกระตุ้น เช่น ถ้าคนเรามีความวิตกกังวลมาก เหนือจะออกที่ฝ่ามือจะเพิ่มขึ้นมาก (เจริญ สมวงษ์ศิริ. 2523 : 10 - 11)

2.7 ระบบประสาทกลาง ไคแก อาการหลงลืมง่าย ซากสมวธิ ดุนเฉียวง่าย นอนไม่หลับหรือมีอาการหลับ ๆ ตื่น ๆ ผื่นร้าย

ความวิตกกังวลของเด็กป่วยเรื้อรัง

ปฏิกิริยาของเด็กป่วยเรื้อรังที่มีต่อความเจ็บป่วย

การเจ็บป่วยที่เรื้อรังที่อยู่ในโรงพยาบาลเป็นเรื่องที่กระทบกระเทือนจิตใจของเด็ก เหมือนกับการที่เด็กมีความรันทดหายาร่างกัน การถูกทำร้ายในเรื่องเพศ การถึงแก่กรรมของบุคคลที่เด็กรัก ความพิการ ความชั่วร้ายหรือของเสียของเด็กเอง และอื่น ๆ การได้รับความเจ็บป่วย และต้องแยกจากครอบครัวมาอยู่ในโรงพยาบาล เด็กจะได้รับความกระทบกระเทือนจิตใจได้หลายระดับ ทั้งระดับอ่อน ปานกลาง จนถึงรุนแรง หรืออาจเป็นการสะสมความกระทบกระเทือนของจิตใจทีละเล็กละน้อย เช่น การได้รับความเจ็บปวด ความวิตกกังวล ในเรื่องการท้องพรวดจากพ่อแม่ การต้องมาอยู่ในสถานที่แปลกใหม่ ได้รับความเจ็บปวด การถูกทำโทษ การได้รับการรักษาพยาบาล ถึงแม้เด็กจะเคยอยู่ในโรงพยาบาลมาก่อน ก็อาจจะได้รับผลย้อนหลัง และมีความเข้าใจน้อยในเหตุการณ์ต่าง ๆ ทั้งเก่าและใหม่ที่เขาได้ประสบมาก่อน เด็กอาจแสดงผลของการได้รับความกระทบกระเทือนในระยะเร็วหรือช้า เด็กจะแสดงอาการของการได้รับความกระทบกระเทือนจิตใจมากขึ้นขึ้นอยู่กับการศึกษาในเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เด็กประสบ จากการสังเกตพฤติกรรมของเด็กป่วยจำนวนมาก ปรากฏว่าเด็กป่วยจะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ดังนี้คือ

เด็กจะมีความวิตกกังวล ความกลัว ความไม่สุขสบายในร่างกาย การตระหนกตกใจ การผื่นร้าย การหัวเราะเยาะ หรือหัวเราะโดยไม่มีเหตุผล การร้องไห้ การหันทาง ๆ ความโกรธ การพูดมาก ขี้ลืมไม่ยอมพูดแต่ขี้ลืมกับคำสั่งต่าง ๆ ซึ่งปฏิกิริยาของเด็กในการตอบสนองกับความไม่สบายใจต่าง ๆ ของเด็ก (Scipien. 1975 : 396)

งานวิจัยเกี่ยวกับความวิตกกังวล

งานวิจัยในต่างประเทศ

เฮย์ และแอนเดอร์สัน (Hay and Anderson. 1963 : 96-99) ศึกษาเกี่ยวกับ "ความต้องการของผู้ป่วยเพื่อการฟื้นฟูสุขภาพ" เป็นการศึกษาจากบทความและวรรณกรรม ซึ่งเขียนโดยผู้ทรงคุณวุฒิ และมีประสบการณ์ พร้อมทั้งจากบันทึกตัวประวัติเพื่อจะหาคำตอบว่า พยาบาลโคลนของความต้องการของผู้ป่วยเพียงใด ผู้ป่วยที่ศึกษามีปัญหาเรื่องความเจ็บป่วยแตกต่างกัน 14 โรค โดยสามารถสรุปความต้องการของผู้ป่วยได้ 12 ประการ คือ

1. ความรู้เกี่ยวกับภาวะของผู้ป่วยและการรักษา
2. การเรียนรู้และฝึกทักษะในการดำรงชีวิตประจำวัน
3. ความช่วยเหลือทางการเงิน
4. ความสามารถในการช่วยเหลือและได้รับความช่วยเหลือจากสังคม
5. การได้รับการยอมรับในความเจ็บป่วย ความพิการและการยอมรับจากกลุ่ม
6. การรักษาพยาบาล
7. สภาพแวดล้อมเหมาะสม และมีเครื่องมือเครื่องใช้อยู่ในสภาพดี เพื่อสะดวก

ความพิการ

8. ต้องการบรรเทาเป้าหมายของชีวิต
9. ต้องการความสุขสบายทางกายใจและอารมณ์
10. บรรเทาความกลัวและความพิการ
11. ต้องการสนับสนุนให้กำลังใจ ความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจ
12. ได้รับการยอมรับในเรื่องที่ท้องฟ้าอาศัยคนอื่น

เมื่อนำมาวิเคราะห์ความต้องการของผู้ป่วย สามารถสรุปความต้องการที่ผู้ป่วยคาดหวังจากพยาบาล และเจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องทางสุขภาพคือ ต้องการความรู้เกี่ยวกับภาวะความเจ็บป่วยและการรักษา วิธีการรักษา ต้องการการเรียนรู้ และฝึกทักษะเพื่อการดำรงชีวิต บรรเทาความวิตกกังวลและความกลัว การยอมรับในความเจ็บป่วย และความพิการ เมื่อพิจารณา

ด้านการตอบสนอง ผู้ป่วยได้รับน้อยมากในเรื่องความรู้เกี่ยวกับภาวะความเจ็บป่วย ไม่เข้าใจภาษาที่ใช้ในการสื่อสาร เนื่องจากเป็นศัพท์ทางการแพทย์ ส่วนความต้องการที่ได้รับการตอบสนองมากที่สุด คือ การเรียนรู้และฝึกทักษะที่จำเป็นในการดำรงชีวิตประจำวัน

มาฮาฟฟี (Mahaffy, 1965 : 19) โค้ดการวิจัยทดลองเรื่อง "ผลของการเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลต่อเด็กซึ่งทำผ่าตัดทอนซิลและแอดีนอยด์" ตัวอย่างประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ เด็กป่วย 43 คน อายุ 2 - 10 ขวบ ซึ่งรับไว้ในหน่วยศัลยกรรมเด็กเพื่อทำผ่าตัดทอนซิลและแอดีนอยด์ เด็ก 43 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลอง 21 คน กลุ่มควบคุม 22 คน สำหรับกลุ่มทดลอง นอกจากจะอยู่ในโรงพยาบาลตามปกติแล้วพยาบาลจะศึกษาความต้องการของมารดา และให้ข้อมูลเพื่อสนองความต้องการของผู้ป่วยและช่วยในมารดาเผชิญกับสถานการณ์ใดก็ตาม มีการอภิปรายปัญหาที่หาในมารดาวิตกกังวลหรือไม่สบายใจ ส่วนกลุ่มควบคุมพยายามให้ดำเนินไปตามปกติ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสรุปได้ดังนี้คือ

1. ค่าเฉลี่ยของอุณหภูมิ ความดันโลหิต อัตราชีพจรระหว่างกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. การฟื้นคืนหลังผ่าตัด กลุ่มทดลองฟื้นคืนไวกว่าและง่ายกว่ากลุ่มควบคุม
3. การถ่ายปัสสาวะหลังผ่าตัด กลุ่มทดลองใช้เวลาน้อยกว่ากลุ่มควบคุม
4. การอาเจียน กลุ่มทดลองอาเจียนน้อยกว่ากลุ่มควบคุม และแตกทางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .005

5. พฤติกรรมของเด็กหลังจากจำหน่ายออกจากโรงพยาบาล กลุ่มควบคุมมีความผิดปกติในการนอน กลืนอาหาร พยายาม และถึงแม้มาก ซึ่งมีสาเหตุจากความวิตกกังวลขณะอยู่ในโรงพยาบาล

ผลการวิจัยนี้ ผู้วิจัยเห็นว่า พยาบาลควรสร้างบรรยากาศในโรงพยาบาลให้เด็กคุ้นเคย จะก่อให้เกิดความวิตกกังวลน้อยที่สุด ผลพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนของเด็กน้อยที่สุด จะช่วยในระยะเวลาที่อยู่ในโรงพยาบาลลดน้อยลง นอกจากนั้นจะช่วยให้ประสบการณ์การอยู่ในโรงพยาบาลไม่ทรมานจิตใจเด็กอีกด้วย

คอกซ์ (Doge. 1969 : 502 - 513) ทำการวิจัยเรื่อง "สิ่งที่ผู้ป่วยควรจะได้รับ คำอธิบาย : ความเชื่อของพยาบาลและผู้ป่วย" ผู้วิจัยเชื่อว่า เมื่อผู้ป่วยได้รับคำแนะนำ คำอธิบาย และเข้าใจอย่างถ่องแท้ จะช่วยให้ได้รับความร่วมมือในการรักษาพยาบาลดีขึ้น ผลการวิจัยสรุปว่า สิ่งผู้ป่วยและพยาบาลควิเห็นสอดคล้องกันคือแก่ ข้อมูลเรื่องความเจ็บป่วย เช่น ภาวะของผู้ป่วย เวลาที่ใช้ในการรักษา และจะให้ผู้ป่วยร่วมมืออย่างไร นอกจากนี้ ผู้ป่วยของการรักษา จะมี อาการอะไรเกิดขึ้นบ้าง ตลอดจนวิธีการรักษาพยาบาล สิ่งเหล่านี้มีความต้องการในระดับสูง ส่วนข้อมูลที่เห็นตรงกันปานกลาง คือแก่ ความคาดหวังถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นจากการคบยา สอบ ความรู้สึกหลังจากตรวจรักษาทาง ๆ ผู้ป่วยและพยาบาลจะนึกถึงเรื่องค่าใช้จ่ายในการรักษา พยาบาลน้อยมาก

เมื่อพิจารณาข้อมูลที่ได้ข้าง เช่น ผู้ป่วยห่วงใยเรื่องภาวะความเจ็บป่วยรุนแรงเพียงใด ต้องการทราบว่า จะมีโอกาสหายหรือไม่ หรือจะเกิดขึ้นใหม่ได้อีกหรือไม่ รวมถึงผลการผ่าตัด และการวินิจฉัยโรค พยาบาลให้คะแนนน้อยในเรื่องต่าง ๆ เหล่านี้ แต่กลับห่วงใยเรื่อง การปฏิบัติตัว การจำกัดอาหาร กิจกรรม เวลาเยี่ยม เป็นต้น จากการวิจัยครั้งนี้ พบว่า พยาบาลเน้นเรื่องที่หา เพราะถ้าผู้ป่วยเข้าใจจะทำให้เกิดความยุ่งยากน้อยลงแต่ข้อมูลของผู้ป่วย ต้องการและเห็นว่าสำคัญผู้ป่วยกลับไม่ได้รับ

งานวิจัยในประเทศ

ศรีบุญลอย สังข์บัวสี (2519) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "อาการทางจิตที่ผู้ป่วยโรคทางกาย แสดงออกขณะรับการรักษาในโรงพยาบาล และการให้การพยาบาล" ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาแผนก อายุรศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช และโรงพยาบาลรามาธิบดี กลุ่มตัวอย่างคือพยาบาลหัวหน้าตึก และพยาบาลประจำการ จำนวน 153 คน จากโรงพยาบาลรามาธิบดี 41 คน และโรงพยาบาล ศิริราช 112 คน ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้คือ จากการสัมภาษณ์พยาบาลหัวหน้าตึก พบว่า ผู้ป่วย โรคทางกายมีอาการทางจิตใจรวมทวย ส่วนใหญ่แสดงออกมาในพฤติกรรมซึมเศร้า การร่า อาการที่แสดงให้เห็นเด่นชัดคือ วิกกังวล เศร้า ไม่สนใจตัวเอง ไม่ให้ความร่วมมือในการรักษาพยาบาล และทำร้ายตนเอง ผู้ป่วยมีพฤติกรรมซึมเศรารอยละ 10.93 การร่า

รอยละ 3.22 ระดับความรุนแรงของอาการทางจิตใจจะสัมพันธ์กับอาการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายเสมอ ซึ่งพยาบาลจะสังเกตได้ชัดเจนเมื่อผู้ป่วยท้องผูก ท้องอืด ท้องเฟ้อ หรืออึดอัด ส่วนวิธีการพยาบาลทางจิตใจของพยาบาลมีแนวโน้มไปในทางบวก

สมศิริ ทับแสง (2512) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความคิดเห็นของผู้ป่วยที่มารับการรักษาที่โรงพยาบาล" ผลการวิจัยคล้ายคลึงกับการวิจัยของ สายรุ้ง สมบัติพานิช (2515) ซึ่งทำการวิจัยเรื่อง "ความคิดเห็นของผู้ป่วยที่มารับการรักษาที่โรงพยาบาลรามาธิบดี" วิธีการรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ผู้ป่วยที่มารับการรักษาในโรงพยาบาล สรุปผลได้ว่า บุคคลที่ผู้ป่วยติดต่อกันมากที่สุดคือ พยาบาล รองลงมาคือ แพทย์ ผู้ช่วยพยาบาล และเจ้าหน้าที่ที่ผู้ป่วยติดต่อกันอยู่ ผู้ป่วยพอใจบริการที่ได้รับจากนักศึกษาแพทย์ และนักศึกษาพยาบาล เจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาลให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยเป็นอย่างดี และทันเวลาที่ สภาพของผู้ป่วยสะดวก แม้สิ่งรบกวน คือ ยุง สำหรับบริการเรื่องอาหารนั้น รสชาติก็ แปรปรวนรับประทานอาหารเร็วเกินไป ส่วนเรื่องการรักษาพยาบาลนั้นเห็นว่าเหมาะสมดี เวลาเยี่ยม ผู้ป่วยครึ่งหนึ่งเห็นว่าเหมาะสม แต่ควรได้รับการผ่อนคลายในกรณีพิเศษเป็นรายบุคคล ในขณะที่พักรักษาตัวในโรงพยาบาลผู้ป่วยต้องการใช้เวลาว่างในการอ่านหนังสือ ฟังวิทยุ ชมโทรทัศน์ นอกจากนี้ได้เสนอแนะเพิ่มเติม เช่น ผู้ป่วยร้อยละ 40 ต้องการให้ทางโรงพยาบาลแจกเอกสารแนะนำระเบียบปฏิบัติขณะอยู่ในโรงพยาบาล ร้อยละ 32 ต้องการให้มีห้องสมุดเคลื่อนที่เพื่อให้อ่านหนังสืออ่าน นอกจากนี้ต้องการเห็นพยาบาลหมั่นมาทักทายเยี่ยมและเมตตาแก่ผู้ป่วย

จากเอกสาร บทความ และผลงานวิจัยต่าง ๆ สรุปได้ว่า เมื่อคนเราเจ็บป่วยและต้องเข้ารักษาพยาบาล จะก่อให้เกิดความวิตกกังวล ซึ่งเกิดขึ้นจากเหตุการณ์ สถานการณ์ เป็นจริง และคาดการณ์ไว้ล่วงหน้ามากมาย จึงทำให้ผู้ป่วยต้องปรับตัวอย่างมาก

เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับการบำบัดด้วยหนังสือ

ความหมายของการบำบัดด้วยหนังสือ

คำว่า การบำบัดด้วยหนังสือ (Bibliotherapy) ยังไม่มีการบัญญัติศัพท์ภาษาไทยที่แน่นอนเท่าที่ปรากฏใช้กันอยู่ในปัจจุบัน ได้แก่ การบำบัดด้วยหนังสือ การบำบัดด้วยการอ่านและบรรณบำบัด แต่สำหรับการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้คำว่า "การบำบัดด้วยหนังสือ"

มีผู้ให้ความหมายของคำว่า การบ่นักควยหนังสือไว้มากมายหลายท่าน ดังนี้

ในพจนานุกรมทางการแพทย์ ชื่อ Dorland's Illustrated Medical Dictionary ให้ความหมายของคำว่า การบ่นักควยหนังสือเป็นครั้งแรกเมื่อ ปี ค.ศ. 1941 ว่า หมายถึง การใช้นักควยและการอ่านเพื่อการรักษาโรคประสาท (Stroneburg. 1980 : 666)

ต่อมา รัสเซลและไชรเคส ได้ให้ความหมายไว้ว่า การบ่นักควยหนังสือ หมายถึง กระบวนการของปฏิกริยาระหว่างบุคคลิกภาพของผู้อ่านกับหนังสือ และปฏิกริยานี้จะมีประโยชน์ต่อบุคคลิกภาพ การปรับตัว และการเจริญเติบโตของผู้อ่าน (Cornett. 1980 : 8 ; citing Russel and Shrodes. 1950) ซึ่งสอดคล้องกับ คำว่า ดาร์ลิง (Darling. 1957 : 293) ที่ให้ความหมายของการบ่นักควยหนังสือว่า เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจของผู้อ่าน ภายหลังจากการอ่านหนังสือประเภทต่าง ๆ ผลของการอ่านหนังสืออาจเป็นประโยชน์ในการประเมินผลตัวบุคคลในเรื่องการปรับตัวและพัฒนาการต่าง ๆ ของบุคคล

สำหรับ ฉวีลักษณ์ บุญะกาญจน (2523 : 22) ได้ให้ความหมายไว้ว่า การบ่นักควยหนังสือ หมายถึง ขบวนการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจของผู้อ่านภายหลังจากที่ได้อ่านแล้ว ซึ่งมีความหมายใกล้เคียงกับ สุนันท์ งานโลกกรวศ ที่กล่าวว่า การบ่นักควยหนังสือคือ การใช้นักควยเพื่อชักจูงหาส่วนบุคคลและปัญหาทางค่านิยม เป็นการนำหนังสือที่เลือกแล้วมาช่วยในการแก้ปัญหาทางสังคมและจิตใจของแต่ละบุคคล และกล่าวว่า การบ่นักควยหนังสือแตกต่างจากการอ่านหนังสือโดยทั่วไป 2 ประการ คือ

1. มีการเสนอแนะหนังสือเฉพาะเล่มจากบุคคลกลุ่มหนึ่ง
2. เด็กที่ไชรกรรมาธิบ่นักควยหนังสือ มักเป็นเด็กที่มีปัญหาไม่ว่าจะเป็นทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ หรือสังคม (สุนันท์ งานโลกกรวศ. 2526 : 72, 75)

ประวัติความเป็นมาของการบ่นักควยหนังสือ

สโตนเบิร์ก (Stoneburg. 1980 : 98) ได้กล่าวถึงความเป็นมาของการบ่นักควยหนังสือไว้ว่า การบ่นักควยหนังสือมีมาตั้งแต่สมัยโบราณ สิ่งที่พิสูจน์ให้เห็นว่ามีการนำหนังสือมาพิจารณาเพื่อใช้ในการบ่นักควยคือคำจารึกบนกำแพงของห้องสมุดที่เมือง ทิเบส ประเทศอียิปต์ โดยปรากฏคำจารึกว่า "สถานที่บ่นักควยของวิญญาณ" และคำจารึกบนกำแพงของห้องสมุดที่เวสต์ทอลล์

ประเทศสวีเดนเชอร์แลนคท์ว่า "คู่มือสำหรับวิญญาณ" แต่ในสหรัฐอเมริกาเริ่มหันมาสนใจในการใช้หนังสือกับผู้ที่สุขภาพจิตไม่ดีเมื่อกลางศตวรรษที่ 19 ซึ่งในเวลานั้นมีการนำหนังสือศีลธรรมและศาสนา มาใช้ในการรักษาผู้ป่วยทางจิตใจ และต่อมาในปี ค.ศ. 1840 ชาวอเมริกัน ชื่อ จอห์น บินสัน ได้พิมพ์หนังสือซึ่งแสดงให้เห็นว่า การบำบัดด้วยหนังสือควรเป็นส่วนหนึ่งของการบริการของห้องสมุดที่ให้แก่ผู้ที่มีความพิการทางใจและกาย จนกระทั่งในปี ค.ศ. 1904 ห้องสมุดโรงพยาบาลแมคคีน (McLean Hospital) ได้จัดทำโครงการบำบัดด้วยหนังสือ โดยให้บรรณารักษ์ และนักจิตเวชเป็นผู้ดำเนินงานร่วมกัน และต่อมาปี ค.ศ. 1950 เมนนิงเจอร์ (Menninger) ก็ได้นำวิธีการบำบัดด้วยหนังสือไปใช้ในการรักษาจิตผู้ป่วยในคลินิคของเขา โดยมีบรรณารักษ์เป็นผู้ให้การบำบัด นับตั้งแต่บัดนั้นมาจึงเป็นที่ยอมรับกันว่า การบำบัดด้วยหนังสือเป็นงานในหน้าที่ของบรรณารักษ์ (Horne. 1975 : 27 - 31)

ประโยชน์ของการบำบัดด้วยหนังสือ

การให้การบำบัดด้วยหนังสือ เป็นกิจกรรมที่น่าสนใจสำหรับผู้ป่วย และควรส่งเสริมให้มีการจัดอย่างแพร่หลายตามโรงพยาบาลต่าง ๆ ทั้งนี้เพราะเป็นที่ยอมรับกันทั่วไปว่า การอ่านหนังสือเป็นสิ่งที่มิได้มีประโยชน์อยู่แล้ว ยิ่งการอ่านอย่างมีระบบ หนังสือได้รับการคัดเลือกอย่างเหมาะสม มีผู้ที่มีความรู้เป็นอย่างดีในเรื่องของหนังสือคอยดูแลและให้คำแนะนำ ตลอดจนทุกยุคกันถึงเรื่องราวในหนังสือ การอ่านดังกล่าวย่อมเป็นประโยชน์กับผู้ป่วยมากยิ่งขึ้น คือ

1. ช่วยให้ผู้ป่วยไม่หมกมุ่นกับตัวเอง รับรู้ว่าคุณสมบัติปัญหาและยอมรับในบุคลิภาพของตน เมื่อผู้ป่วยได้รับการกระตุ้นให้เปรียบเทียบความคิดและคุณค่าของเขากับของผู้เขียนหนังสือ ย่อมก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ ผู้ป่วยที่หมกมุ่นกับตัวเองมากเกินไป โดยหลีกเลี่ยงความขัดแย้งที่ตนเผชิญ เขาสูโลกของความเพ้อฝันอาจหวนกลับเข้าสู่โลกที่เป็นจริง โดยรับความรู้ใหม่ผ่านการอ่านวรรณกรรมทางศาสนาได้

2. เป็นวิถีทางในการหาความรู้ และข้อมูลเกี่ยวกับจิตวิทยา และสรีรวิทยาของพฤติกรรมมนุษย์ ช่วยให้ผู้ป่วยสนใจสิ่งต่าง ๆ ภายนอกมากขึ้น

3. ช่วยให้ผู้ป่วยพัฒนาบุคลิกภาพและการเรียนรู้ภายใต้เงื่อนไขหนึ่ง ๆ ช่วยให้เกิดการแลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน อันจะมีผลต่อการรักษา และช่วยให้ผู้ป่วยมีชีวิตอยู่อย่างมีประสิทธิภาพ

4. สำหรับผู้ป่วยจิตเวช การบำบัดรักษาด้วยหนังสือ ช่วยให้ผู้ป่วยเข้าใจคำศัพท์ที่ใช้ในจิตเวชและจิตวิทยา ซึ่งมีผลต่อการสื่อสารระหว่างผู้ป่วยและจิตแพทย์ หรือนักจิตวิทยา เป็นไปโดยง่ายขึ้น ทำให้ผู้ป่วยคุ้นเคยกับผู้ที่ให้การบำบัด และมีผลให้ผู้ป่วยกล้าที่จะเล่าปัญหาที่ตนเผชิญอยู่ให้สัตวกรฟัง

5. วรรณกรรมเบาสมอง ช่วยให้ผู้ป่วยคลายเครียด เข้าสังคมและเข้ากับผู้อื่นได้ดี ไม่เหงาหรือโดดเดี่ยว และการแลกเปลี่ยนแนวความคิด และทัศนคติ ช่วยให้ผู้ป่วยสามารถเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นได้

6. การอ่านช่วยผู้ป่วยได้พักผ่อน

การบำบัดด้วยหนังสือแบบรายบุคคล

การบำบัดด้วยหนังสือสามารถช่วยเด็กเป็นรายบุคคลให้รู้จักปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ หรือแม้แต่การช่วยให้เด็กได้มีพัฒนาการทางอารมณ์ของตน

1. กระบวนการบำบัดด้วยหนังสือ

กระบวนการบำบัดด้วยหนังสือแบบรายบุคคลนั้น มีพื้นฐานมาจากการบำบัดทางจิต (Psychotherapy) ซึ่งประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือขั้นการเลียนแบบเชิงเปรียบเทียบ (Identification) ขั้นการระบายอารมณ์เพื่อคลายความทุกข์ (Catharsis) และขั้นการหยั่งเห็น (Insight)

นักบำบัดด้วยหนังสือ ได้นำเอากระบวนการดังกล่าวข้างต้นมาใช้ในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ของบุคคล เช่น ปัญหาทางอารมณ์ การปรับตัว การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และปัญหาสุขภาพจิต เป็นต้น โดยใช้หนังสือเป็นเครื่องมือในการบำบัด ซึ่งมีขั้นตอนต่าง ๆ เช่นเดียวกับการบำบัดทางจิต คือ

ขั้นแรก เมื่อบุคคลได้อ่านหนังสือที่นักบำบัดโรคคัดเลือกให้ตามความเหมาะสมกับปัญหา เขาจะเริ่มมีความผูกพันกับเรื่องราวของตัวละครในหนังสือ และรู้สึกเหมือนตัวเองเป็นตัวละครในเรื่อง ซึ่งต้องเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ความรู้สึกเช่นนี้ เป็นการนำตนเองเข้าไปเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันกับเนื้อเรื่อง หรือเป็นการเลียนแบบเชิงเปรียบเทียบ

ขั้นที่สอง ผู้อ่านจะเกิดอารมณ์คล้อยตามเนื้อเรื่อง มีความรู้สึกต่าง ๆ เช่น เศร้าโศกเสียใจ เมื่อตัวละครได้รับความทุกข์ หรือรู้สึกสมหวังดีใจ เมื่อตัวละครสามารถเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ ได้สำเร็จ ความรู้สึกดังกล่าวเป็นการช่วยให้ผู้อ่านใคร่ขบอารมณ์ที่แยกออกมา อันเป็นขั้นการระบายอารมณ์เพื่อคลายความทุกข์

ขั้นที่สาม เมื่อผู้อ่านมีความเข้าใจเนื้อเรื่องอย่างถ่องแท้ ก็จะทำให้เข้าใจและยอมรับความเป็นจริงในชีวิต และสามารถนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการอ่าน วิธีการแก้ไขปัญหของตัวละครในเรื่องมาใช้แก้ปัญหของคนที่สถานการณ์ที่คล้ายคลึงกัน อันเป็นขั้นของการหยั่งเห็นหรือการรู้อย่างแจ่มแจ้ง

2. องค์ประกอบของการบำบัดด้วยหนังสือ

2.1 ผู้ให้การบำบัด (Bibliotherapist) กือนายแพทย์หรือจิตแพทย์ ในระยะเริ่มแรกของการนำเอาวิธีบำบัดมาใช้โดยแพทย์ จะเป็นผู้ให้การบำบัดคนที่พิทักษ์รักษาตัวอยู่ในโรงพยาบาลเป็นรายบุคคล โดยศึกษาสภาพของปัญหาแต่ละบุคคลอย่างลึกซึ้งและบันทึกไว้อย่างละเอียด ระยะเวลาหน้าที่ของผู้ให้การบำบัดจึงเป็นของบรรณารักษ์

2.2 หนังสือ (Books) เชฟเฟิร์ด และไอลส์ (Shepherd and Iles. 1976 : 569) เสนอแนะไว้ว่า ในการคัดเลือกหนังสือเพื่อนำไปใช้ในการบำบัดด้วยหนังสือนั้น ควรคำนึงถึงความเหมาะสมของเนื้อเรื่องเป็นสำคัญ ทั้งนี้เนื้อเรื่องควรจะถูกกรองตรงกับสภาพความเป็นจริง น่าเชื่อถือ ตัวละครและสภาพแวดล้อมในเรื่องควรคล้ายคลึงกับชีวิตของผู้อ่าน สร้างสรรค์ให้ผู้อ่านเกิดกำลังใจที่จะต่อสู้กับอุปสรรคต่าง ๆ จนประสบความสำเร็จ เช่นเดียวกับตัวละครในเรื่อง นอกจากนี้ อัลท์แมน และนิลสัน (Altmann and Nielson. 1974 : 285 - 287) ยังได้เสนอข้อคิดเห็นเกี่ยวกับการพิจารณาคัดเลือกหนังสือเพิ่มเติมไว้อีก

3 ประการ คือ

1. หนังสือที่คัดเลือกจะต้องมีโครงเรื่องที่สมจริง ลักษณะตัวละครเด่นชัด เนื้อเรื่องสนุกสนานและน่าสนใจ

2. การใช้ภาษา คำศัพท์เหมาะสมกับวัยและความรู้ของผู้รับการบำบัด

3. รูปเล่มของหนังสือมีความสวยงาม สะดุดตา ภาพประกอบชัดเจน และตรงกับเนื้อเรื่อง และมีขนาด ท่อคอนรูปเล่มที่สะดวกในการหยิบถือ

สรุปได้ว่าหนังสือที่จะคัดเลือกให้ผู้รับการบำบัดอ่านนั้น จะต้องเป็นเนื้อเรื่องสมจริง มีสภาพปัญหาคล้ายคลึงกับสภาพความเป็นจริงของผู้อ่าน และต้องไม่บั่นทอนจิตใจของผู้อ่านในรูปลักษณ์ที่ห่อหุ้ม ซึ่งสอดคล้องกับประสบการณ์การทำงานด้านนี้ของ เอ็ดนา เพิร์ล มูดี้ (Edna Pearl Moody) บรรณารักษ์ห้องสมุดประชาชนคลีฟแลนด์ (Cleveland Public Library) ซึ่งเคยมีหน้าที่ไปเยี่ยมคนไข้ และจัดหาหนังสือที่เหมาะสมไปให้คนไข้ที่โรงพยาบาลคลีฟแลนด์ สเตท รีซีฟิง (Cleveland State Receiving Hospital) เธอมีประสบการณ์ในการทำงานด้านนี้ถึง 10 ปี ใกล้เคียงว่า ความคิดในสมัยก่อนที่หนังสือศาสนาเป็นเครื่องปลอบใจนั้น สมัยใหม่ถือว่าไม่ควรให้คนไข้อ่านโดยเฉพาะอย่างยิ่งคนไข้โรคจิต และในบรรดาหนังสือสารคดีนั้น หนังสือที่ทองหนามได้แก่ หนังสือด้านจิตวิทยา ส่วนนวนิยายให้หลีกเลี่ยงเรื่องฆาตกรรม สยองขวัญ ทัศนียภาพกรรม และนวนิยายที่โครงเรื่องหนักไปทางปัญหาค้นจิตวิทยา หนังสือที่บรรยายจากสงครามที่ตนเห็น และปัญหาความของครอบครัวที่ลงเอยอย่างน่าสลดใจ (จอย นันทวิชรินทร์. 2523 : 57 - 58)

2.3 วิธีการ (Method) การบำบัดด้วยหนังสือมีขั้นตอนในการปฏิบัติดังนี้

ขั้นที่ 1 กำหนดวัตถุประสงค์ประสงค์ของการบำบัดด้วยหนังสือเพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดวิธีการซึ่งจะนำไปสู่เป้าหมาย เชฟเพิร์ด และไอเลส ได้กำหนดวัตถุประสงค์ของการบำบัดด้วยหนังสือไว้ดังนี้ (Shepherd and Iles. 1976 : 569 - 571)

1. เพื่อให้ผู้รับการบำบัดรู้จักใช้ความคิดสร้างสรรค์
2. เพื่อสนับสนุนและเสริมสร้างกำลังใจของผู้รับการบำบัด

โดยการพูดถึงปัญหาของผู้รับการบำบัดอย่างเสรี

3. เพื่อให้ผู้รับการบำบัดสามารถวิเคราะห์ทัศนคติและพฤติกรรม

ของตนเองได้

4. เพื่อเป็นการชี้แนะให้ผู้รับการบำบัดมองเห็นว่าปัญหาแต่ละ
ปัญหาย่อมมีวิธีแก้ปัญหาค้นหลายหนทาง
5. เพื่อสนับสนุนให้มีการศึกษาหาวิธีแก้ปัญหามากมาย อันจะ
ช่วยลดความขัดแย้งทางสังคม
6. เพื่อให้ผู้รับการบำบัดได้มีโอกาส เปรียบเทียบปัญหาของตนกับ
ผู้อื่น

ขั้นที่ 2 ศึกษาปัญหาที่เป็นสาเหตุของความขัดแย้งทางจิตใจของผู้รับการบำบัด
เพื่อเป็นแนวทางในการคัดเลือกหนังสือให้เหมาะสมกับปัญหาของแต่ละบุคคล

ขั้นที่ 3 สำรวจความสนใจในการอ่านของผู้รับการบำบัดทั้งนี้เพื่อจะไต่ถาม
ความสนใจของผู้รับการบำบัด อาจใช้วิธีสัมภาษณ์หรือแบบทดสอบ

ขั้นที่ 4 ทำทะเบียนประวัติของผู้รับการบำบัดแต่ละคนโดยละเอียด ซึ่งเป็น
เรื่องเกี่ยวกับประวัติส่วนตัว ตลอดจนความสนใจในการอ่าน

ขั้นที่ 5 คัดเลือกหนังสือ โดยพิจารณาจากทะเบียนประวัติของผู้รับการบำบัด
เพื่อให้เหมาะสมกับปัญหาและความสนใจของแต่ละคน หนังสือควรมีหลายประเภทเพื่อให้ผู้รับการบำบัด
จะได้มีโอกาสเลือกอ่านตามความพอใจ

ขั้นที่ 6 นำหนังสือที่คัดเลือกแล้วไปให้ผู้รับการบำบัดอ่าน ทั้งนี้ผู้ให้การบำบัด
จะต้องพยายามกระตุ้นให้ผู้รับการบำบัดเกิดความสนใจในการอ่านโดยไม่รู้สึกท้อแท้หรือท้อแท้ ซึ่งอาจใช้
วิธีการต่าง ๆ เช่น จัดทำนิทรรศการเกี่ยวกับหนังสือ จัดให้มีการอ่านออกเสียง ตลอดจนเล่าเรื่อง
จากหนังสือให้ฟังบางส่วน หรือจัดแสดงละครจากหนังสือ เป็นต้น

ขั้นที่ 7 จัดให้มีการอภิปรายเกี่ยวกับเรื่องที่อ่าน เพื่อให้ผู้รับการบำบัดมีโอกาส
แสดงความคิดเห็น และระบายความรู้สึกที่ได้รับจากการอ่าน สำหรับสถานที่ในการจัดอภิปรายควร
กระทำในที่ซึ่งสมาชิกสามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นได้โดยไม่ถูกรบกวน สถานที่ซึ่งเหมาะสมที่สุด
คือห้องสมุด เพราะมีบรรยากาศที่อบอุ่น ผู้รับการบำบัดจะเกิดความรู้สึกว่าตนมีความปกติเช่นเดียวกับ
บุคคลทั่วไปที่เข้าห้องสมุด (Association of Hospital and Institution Libraries.

ขั้นที่ 8 เป็นขั้นตอนและประเมินผล ผู้ให้การบำบัดจะต้องสังเกตทริยา และพฤติกรรมของผู้รับการบำบัด และบันทึกข้อมูลดังกล่าวไว้เพื่อนำมาประเมินว่าสมควรจะให้ การบำบัดด้วยหนังสือต่อไปหรือควรจะเปลี่ยนวิธีการบำบัดเป็นแบบอื่น

2.4 ผู้รับการบำบัด การบำบัดด้วยหนังสือจะใช้โดยลิตทอเมื่อผู้รับการบำบัดมีความพร้อมและสนใจที่จะอ่านหนังสือที่ผู้ให้การบำบัดคัดเลือกมาให้ ทั้งนี้รวมถึงความสนใจในการอ่าน การทำความเข้าใจในเนื้อเรื่อง และการจับใจความสำคัญของเรื่อง ดังนั้นการบำบัดด้วยหนังสือจึงกระทำได้ในขอบเขตที่จำกัดเฉพาะกับบุคคลที่อ่านหนังสือได้เท่านั้น

งานวิจัยเกี่ยวกับการบำบัดด้วยหนังสือนายบุคคล

งานวิจัยทางประเทศ

จอบ นัฒวิธวัธ (2509 : 353 - 361) กล่าวถึง บรรณาธิการชาวอเมริกันหนึ่ง ชื่อที่ ทำงานเกี่ยวกับคนไข้โรคจิตถึง 10 ปี โดยเป็นบรรณาธิการของสมุทคิลล์แลนค์ และมีหน้าที่ ไปเยี่ยมคนไข้โรงพยาบาลคิลล์แลนค์ สเทท ริชฟิง จักหนังสือไปให้และแนะนำคนไข้ในกาอ่าน หนังสือ หนังสือที่เลือกไปนี้ทองอาศัยหลักการหลายอย่างทีนอกเหนือไปจากความสนใจและความสามารถในการอ่าน โดยทองพิจารณาเฉพาะรายว่า หนังสือจะสัมพันธ์และช่วยคนไข้จิตคนไข้ แต่ละรายไคอยางไร ทั้งนี้จึงทองขอความร่วมมือจากจิตแพทย์และพยาบาลด้วย บางครั้งทองอนุญาตให้คนไข้อ่านหนังสือตามความทองการ เพื่อเป็นการจูงใจให้อ่านเรื่องอื่น

จากรายงานของ มูท มีคนไข้รายหนึ่งเป็นเด็กสาวอายุ 18 ปี เขาสังเกตเห็นท่าทางของคนไข้ว่าสนใจหนังสือมาก และทองการอ่านหนังสือเรื่อง "You Can't Go Home Again" เพียงเล่มเดียวโดยไม่ยอมอ่านเล่มอื่นเลย เขาเห็นว่าเฉพาะข้อเรื่องจะทำให้จิตใจคนไข้ทองแท้ จึงบอกวหนังสือเล่มนี้ไม่มี คนไข้แสดงความไม่พอใจและไม่สนใจว่าเขาจะแนะนำอะไรก็ทวมในที่สุดเขาจึงปรึกษาแพทย์ เมื่อจิตแพทย์อนุญาตแล้ว จึงนำหนังสือเล่มดังกล่าวมาให้คนไข้อ่าน พอคนไข้สนใจจริง ๆ คนไข้ลิก ๆ อ่านเพียงเล็กน้อยแล้วก็ส่งหนังสือคืน หลังจากนั้นคนไข้จึงขอเลือกอ่านหนังสือเล่มอื่น ๆ

กรณีตัวอย่างอีกรายหนึ่งในการบำบัดด้วยหนังสือของบรรณารักษ์ผู้นี้ มีหญิงคนหนึ่งพยายามฆ่าตัวตาย แต่แก้ไขใจไม่ได้และนำพาโรงพยาบาล จากการสอบถามประวัติก็ทราบว่า ชีวิตที่รับทราบว่าเหมาตั้งแต่เด็ก แต่เมื่อแต่งงานไปชีวิตสมรสกลับล้มเหลวด้วยการหย่าร้าง แพทย์ได้ออกบรรณารักษ์ว่า ท่องการหนังสือเบาสมองที่เกี่ยวข้องครอบครัวที่มีความสุขและความอบอุ่น บรรณารักษ์เลือกเรื่อง *Mama's Bank Account* มาให้อ่านในสัปดาห์แรก สัปดาห์ต่อมาแนะนำเรื่อง *Cheaper by The Dozen* และเรื่อง *Life with Father* มาให้อ่านปรากฏว่าคนไข้เกิดความพอใจและขอยืมหนังสือในแนวเดียวกันนี้อ่านอีก

ในโรงพยาบาลแห่งหนึ่ง (จอย นันทวิชรินทร์. 2509 : 358 - 359) ยอร์จเด็กชายอายุ 11 ปี เป็นคนอ่านหนังสือมากกว่าวัยมากและไม่ชอบโรงเรียน ต่อมายอร์จไม่ยอมผูกพันกับเพื่อนและใคร ๆ ทั้งหมึก เป็นคนเก็บตัว ชอบอยู่คนเดียว เมื่อนำมาปรึกษาขอคำแนะนำประวัติ จึงได้สาเหตุว่าสภาพครอบครัวมีปัญหา เขาเกิดในเมืองเล็ก แล้วทองย้ายมาอยู่ในเมืองใหญ่ตั้งแต่อายุยังน้อย จำมากในการคบเพื่อน การปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อม ที่บ้านยอร์จมีแม่เป็นผู้เลี้ยงดูอยู่คนเดียว พ่อไม่ได้อยู่ด้วย บรรณารักษ์พยายามหาโอกาสชวนเด็กคนอื่น ๆ ไปรวมกลุ่มฟังนิทาน และพยายามให้ยอร์จไต่ถามด้วย บรรณารักษ์สังเกตเห็นว่า ยอร์จสนใจนิทาน ต่อมาบรรณารักษ์จึงชวนให้ยอร์จอ่านหนังสือโดยดูหนังสือภาพก่อน เช่น นำเรื่อง *Petunia* มาให้อ่าน เนื้อเรื่องของหนังสือเล่มนี้ว่า แม่ทานพบหนังสือ และนึกว่าตัวเองฉลาดกว่าสัตว์อื่น ๆ เพราะเป็นเจ้าของหนังสือ ในที่สุดจึงเรียนรู้ว่าการมีหนังสือไว้ในครอบครองเฉย ๆ นั้นไม่มีประโยชน์อันใด ไม่ช่วยให้เจ้าของหนังสือฉลาดขึ้นจนกว่าจะอ่านออก และอ่านเรื่องในหนังสือเข้าใจ รู้ว่าอะไรเป็นอะไร ความรู้จึงเกิดขึ้นจากหนังสือนั่นเอง เรื่องนี้เป็นการกระตุ้นให้เด็กเข้าใจว่าควรพยายามเรียนหนังสือ ต่อมายอร์จได้อ่านเรื่อง *Point Brush* ซึ่งจูงใจในแนวเดียวกัน บรรณารักษ์ได้รายงานต่อมา หลังจากนั้นยอร์จได้ทวีความสนใจในหนังสือมากยิ่งขึ้น และผลสุดท้ายเขากลายเป็นคนขยันอ่านหนังสือและไม่เคยขาดเรียนเลย

จากรายงานการวิจัยดังกล่าวทั้งหมดนี้เป็นการบำบัดด้วยหนังสือรายบุคคล แสดงให้เห็นว่าการอ่านหนังสือ เมื่อผู้อ่านได้เปรียบเทียบตนเองกับตัวละครในเรื่อง และเกิดการหยั่งเห็นหรือรู้แจ้งแล้ว ก็หาแนวทางในการปฏิบัติตนได้ดีขึ้น ทำให้สามารถช่วยบำบัดอาการทางจิตและแก้ปัญหาส่วนบุคคลได้

งานวิจัยในประเทศ

สำหรับประเทศไทยยังมีผู้นำเอาวิธีการบันทึกด้วยหนังสือไปใช้ไม่แพร่หลายนัก เนื่องจากยังเป็นวิธีการค่อนข้างใหม่สำหรับประเทศไทย ผลงานวิจัยจึงจำกัดอยู่เฉพาะในวงการศึกษาเท่านั้น เช่น สาริกา กาญจนะ (2518 : 124) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการนำวิธีการบันทึกด้วยหนังสือไปใช้ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านการยอมรับตนเอง ความวิตกกังวล และความเชื่อเพื่อของเด็ก โดยทำการศึกษาแบบรายบุคคล ผลการศึกษาพบว่า การใช้วิธีการบันทึกด้วยหนังสือ สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดังกล่าวทั้ง 3 ด้าน ไปในทางที่ดีขึ้น

สำหรับการนำเอาวิธีการบำบัดด้วยหนังสือแบบกลุ่มไปใช้ ปรากฏเพียง 2 ท่าน คือ
กุลวนิตา กุงคะเศรษฐี และชไมพร เจริญสิน สำหรับ กุลวนิตา กุงคะเศรษฐี (2523 : 43 - 50)
ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับกิจกรรมทางร่างกายและสุขภาพ เพื่อช่วยลดปัญหาทางสุขภาพจิตและสร้าง
ความเชื่อมั่นในตนเองให้แก่เด็กเหล่านั้น ผลการทดลองปรากฏว่า เด็กกิจกรรมมีสุขภาพจิตดีขึ้น และ
มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้นด้วย ทพมา ชไมพร เจริญสิน (2525 : 50 - 51) ได้นำเอาวิธี
การบำบัดด้วยหนังสือแบบกลุ่มไปใช้กับเยาวชนที่มีประวัติศึกษาเสกพิศให้โทษ โดยศึกษาถึงความวิตกกังวล
และความเชื่อมั่นในตนเอง พบว่า เยาวชนที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้น
แต่ความวิตกกังวลลดลงอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ต่อมา ราชวี รัตนพลลภ (2530) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบผลของการบำบัดด้วยหนังสือแบบกลุ่มและรายบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง และความคิดสร้างสรรค์ของเด็กในสถานสงเคราะห์นันทราชวิถี ผลของการวิจัยพบว่า เด็กที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือแบบกลุ่ม และรายบุคคล มีความเชื่อมั่นในตนเองและความคิดสร้างสรรค์ไม่แตกต่างกัน

จากการที่ได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดด้วยหนังสือ แสดงให้เห็นว่าวิธีการบำบัดด้วยหนังสือนำไปใช้ประโยชน์ในการแก้ปัญหาได้หลายด้าน เช่น ปัญหาทางอารมณ์ สังคม พฤติกรรม บุคลิกภาพ ทัศนคติ ความสามารถในการแก้ปัญหา และสุขภาพจิต ผู้วิจัยเห็นว่า เด็กป่วยเรื้อรังซึ่งเป็นบุคคลอีกกลุ่มหนึ่งที่มีปัญหาทางจิตใจและอารมณ์ แต่ยังมีผู้ศึกษาวิจัย เด็กเหล่านี้น้อยมาก ผู้วิจัยจึงเลือกนำมาหาวิธีการบำบัดด้วยหนังสือมาใช้กับเด็กเหล่านี้ว่าจะมีผลต่อการลดภาวะความวิตกกังวลได้เพียงใด

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการทดลอง

การดำเนินการทดลองแบ่งเป็นขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้

1. การเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
3. วิธีการดำเนินการทดลอง
4. วิธีจัดการกระทำกับข้อมูล
5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ เด็กป่วยเรื้อรังที่มีอายุ 10 - 11 ปี มีพื้นฐานทางการศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่พักรักษาตัวในตึกผู้ป่วย 2 โรงพยาบาลเด็ก ได้รับคำสั่งจากแพทย์ให้พักรักษาตัวอย่างน้อยอย่างน้อย 5 สัปดาห์ โดยเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลก่อนการทดลองอย่างน้อยประมาณ 1 สัปดาห์ โดยมีขั้นตอนในการเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. ตรวจสอบจำนวนเด็กป่วยเรื้อรังจากทะเบียนประวัติผู้ป่วยในที่มีอายุ 10 - 11 ปี มีพื้นฐานทางการศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จากการสำรวจเมื่อวันที่ 28 มีนาคม 2532 มีจำนวนทั้งหมด 28 คน
2. ให้เด็กป่วยเรื้อรังที่ตรวจสอบได้ ทำแบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่าน การทดสอบความสามารถในการอ่านครั้งนี้ ผู้วิจัยได้คัดแปลงจากแบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่านของ สมจิตร เจลิมสุวิวัฒนา (2530 : ภาคผนวก) ซึ่งเป็นการทดสอบวัดความสามารถในการอ่านของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีค่าความเชื่อมั่น .80

3. หลังจากให้เด็กช่วยเรือวิ่งทำแบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่านแล้ว รวบรวมคะแนนแต่ละคน ผู้วิจัยจะคัดเลือกเอาเฉพาะเด็กช่วยเรือวิ่งที่ได้คะแนนความสามารถในการอ่านเกินคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างไว้ทั้งหมด 24 คน และเรียงคะแนนจากมากไปหาน้อยตามลำดับ เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่าง 16 คน และเหลืออีก 8 คน เอาไว้เป็นกลุ่มตัวอย่างสำรองต่อไป

4. แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 กลุ่ม คือ

4.1 กลุ่มทดลองที่ 1 จำนวน 8 คน ได้แก่ กลุ่มตัวอย่างที่ได้คะแนนความสามารถในการอ่านลำดับที่ 1, 6, 7, 12, 13, 18, 19 และ 24 ให้ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือก

4.2 กลุ่มทดลองที่ 2 จำนวน 8 คน ได้แก่ กลุ่มตัวอย่างที่ได้คะแนนความสามารถในการอ่านลำดับที่ 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20 และ 23 ให้ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป

4.3 กลุ่มสำรอง จำนวน 8 คน ได้แก่ กลุ่มตัวอย่างที่ได้คะแนนความสามารถในการอ่านลำดับที่ 3, 4, 9, 10, 15, 16, 21 และ 22 เป็นกลุ่มตัวอย่างที่สำรองไว้ เมื่อกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่มมีปัญหาในการทำแบบทดสอบวัดความวิตกกังวล ถ้ากลุ่มสำรองกลุ่มนี้ไม่ได้นำมาใช้เป็นกลุ่มทดลองก็จะตกหายไป โดยจะไม่นำไปข้องเกี่ยวกับกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้แก่

1. แบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่าน
2. แบบทดสอบวัดความวิตกกังวล
3. หนังสือที่ใช้ในการบำบัด แบ่งออกเป็น 2 ประเภท ดังนี้
 - 3.1 หนังสือที่ได้รับการคัดเลือก
 - 3.2 หนังสือทั่วไป

1. แบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่าน

ผู้วิจัยดัดแปลงแบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่านของ สมจิตร เจนินสุวิวัฒนา (2530 : ภาคผนวก) ซึ่งใช้วัดความสามารถในการอ่านของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เป็นแบบทดสอบปรนัย 4 ตัวเลือก มีทั้งหมด 25 ข้อคำถาม คะแนนเต็ม 50 คะแนน ซึ่งมีความเชื่อมั่น .80

ตัวอย่าง แบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่าน

จงอ่านข้อความที่กำหนดให้แล้วตอบคำถามโดยเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด เพียง คำตอบ เดียวแล้วทำเครื่องหมาย ✕ บนตัวอักษรหน้าข้อความที่เลือกลงใน กระดาษคำตอบ

อ่านข้อความนี้แล้วตอบคำถามข้อ 1

บ้านเมืองเขียวขจี ชุมชนสะอาด ชนในชาติสุขใจ ประเทศไทยรุ่งเรือง

1. บ้านเมืองที่กล่าวถึงนี้มีลักษณะอย่างไร

- ก. ประชาชนปลอดภัย
- ข. บ้านเมืองไม่ไ้พิษนา
- ค. บ้านเมืองสะอาดร่มรื่น
- ง. ประชาชนมีความสุข

อ่านข้อความนี้แล้วตอบคำถามข้อ 2 - 3

รถบรรทุก รถแท็กซี่ รถสามล้อเครื่อง รถส่วนตัว แล่นฉวัดเฉวียน
เบี่ยงซ้ายขวา คึกหน้า จ่อคึกหลัง ล้วนแต่เป็นสาเหตุอันตราย ทุกคาม
สวัสดิภาพของประชาชน

2. สวัสดิภาพของประชาชนหมายถึงอะไร

- ก. ความปลอดภัย
- ข. สุขภาพร่างกาย
- ค. ความสุข
- ง. ไม่มีข้อใดถูก

3. ข้อใดเป็นสาเหตุให้เกิดอันตราย

- ก. ขับรถฉวัดเฉวียน
- ข. ขับรถคึกหน้า
- ค. ขับรถคันอื่น
- ง. ถูกทุกข้อ

2. แบบทดสอบวัดความวิตกกังวล

แบบทดสอบวัดความวิตกกังวล ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยศึกษาจากเอกสารด้าน
ความวิตกกังวลและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จึงอาศัยแนวความคิดนั้นมาสร้างแบบทดสอบวัด
ความวิตกกังวลที่จะใช้กับเด็กป่วยเรื้อรัง ผู้วิจัยได้ศึกษาจากแบบทดสอบ GASC
(General Anxiety Scale for Children) ของ ซาราสัน (Sarason. 1960 :
309 - 310) แบบทดสอบวัดความวิตกกังวลของ ดนิมวงษ์ หัมมิมปรานัม (2528 :
ภาคผนวก) ซึ่งใช้วัดความวิตกกังวลของหญิงมีครรภ์มารดาและครรภ์หลัง และแบบทดสอบ
วัดความวิตกกังวลของ อำพล โอง์เกลือบ (2515 : ภาคผนวก) ซึ่งใช้วัดความวิตกกังวล

ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 และ 7 โดยมีขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ ดังนี้

2.1 กำหนดจุดมุ่งหมายของการนำแบบทดสอบนี้ไปใช้ ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายในการสร้างแบบทดสอบ เพื่อวัดความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์การเจ็บป่วยของกลุ่มตัวอย่าง

2.2 ประมวลปัญหาของเด็กกลุ่มตัวอย่าง โดยอาศัยข้อมูลจากทะเบียนประวัติของเด็กป่วยเรื้อรัง ตลอดจนสัมภาษณ์แพทย์ พยาบาล แล้วนำข้อมูลเหล่านั้นมาพิจารณาพร้อมกับอาการแสดงออกถึงความวิตกกังวล (Symptom of Anxiety States) เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการเขียนข้อคำถามในแบบทดสอบให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของแบบทดสอบนี้

2.3 นำข้อคำถามที่เขียนขึ้นทั้งหมดจำนวน 70 ข้อ ไปปรึกษาผู้ทรงคุณวุฒิสาขาจิตวิทยาพัฒนาการ ซึ่งมีวุฒิทางการศึกษาระดับปริญญาเอก และแพทย์ผู้ให้การรักษาเด็กป่วยเรื้อรังโรงพยาบาลเด็ก เพื่อประเมินผลและแก้ไขข้อคำถามเกี่ยวกับการใช้คำให้ตรงความหมาย การใช้ภาษาที่เด็กเข้าใจได้ ชัดชัดข้อความของข้อคำถาม แล้วคัดเลือกเอาเฉพาะข้อคำถามที่เหมาะสมไว้ทั้งหมด 45 ข้อ

2.4 นำข้อคำถามที่คัดเลือกแล้วจากข้อ 2.3 ให้อาจารย์ผู้ฝึกสอนและกรรมการตรวจสอบความเหมาะสมอีกครั้งหนึ่ง

2.5 นำข้อความจากข้อ 2.4 ไปทดลองใช้กับเด็กป่วยเรื้อรังอายุระหว่าง 10 - 11 ปี ซึ่งรับการรักษาในโรงพยาบาลศิริราช จำนวน 30 คน

2.6 ลักษณะและรายละเอียดเกี่ยวกับแบบทดสอบ

2.6.1 ลักษณะของข้อความและวิธีทอบ

ลักษณะของ ข้อความเกี่ยวกับพฤติกรรม ซึ่งแสดงถึงความวิตกกังวลของ เด็กป่วยเรื้อรัง ทั้งตัวอย่างข้อคำถามและวิธีการตอบทั้งทอ ไปนี้

ตัวอย่าง แบบทดสอบวัดความวิตกกังวล

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
1.	ฉันกังวลใจว่าผู้อื่น เช่น พยาบาล ครู และเพื่อน ๆ จะคิดอย่างไรเกี่ยวกับตัวฉัน		
2.	ฉันรู้สึกกลัวเมื่อต้องไปหาหมอ		
3.	ฉันกลัวว่าไม่สามารถจะทำอะไรได้อย่างที่ใจนึกอยากจะทำ		
4.	ฉันรู้สึกว่าตนเองเป็นคนไร้ค่า และไม่มีประโยชน์		
5.	ฉันมักจะสะดุ้งตื่นด้วยความกังวลใจ		
6.	ฉันกลัวว่าพ่อแม่จะไม่มาเยี่ยม		
7.	ฉันกังวลใจว่าตัวเองจะหายป่วยหรือไม่		

จากข้อความต่าง ๆ ในแบบทดสอบ ให้เด็กช่วยเรื่งรังพิจารณาว่า "จริง" หรือ "ไม่จริง" สำหรับเด็กแต่ละคน ถ้าข้อความใดเป็นจริงตามลักษณะและพฤติกรรมของตัวเด็กเองก็ให้เขียนเครื่องหมาย / ลงในช่อง "จริง" ถ้าข้อความใดไม่เป็นจริง ก็ให้เขียนเครื่องหมาย / ลงในช่อง "ไม่จริง"

2.6.2 คะแนนการทักเท็จ (Lie Scale)

เป็นกลุ่มข้อความที่ผู้ตอบ ทอบในทางที่เกี่ยวกับตัวเอง ซึ่งข้อความนั้นไม่น่าจะเป็นจริงถ้าตอบอย่างจริงจัง โดยเฉพาะเด็กบางคนที่มีมักจะใช้กลไกในการป้องกันตนเอง (Defense Mechanism) ย่อมมีแนวโน้มว่าจะทักเท็จ ดังนั้นเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ตอบตรงความเป็นจริงมากที่สุด ผู้วิจัยจึงนำเอาข้อความซึ่งแสดงว่าทักเท็จจากแบบทดสอบ GASC จำนวน 9 ข้อ (Sarason, 1960 : 309 - 310) ข้อความซึ่งแสดงว่าทักเท็จนี้เกิดเป็นข้อความที่เกิดขึ้นจริงสำหรับทุกคน แต่ผู้ที่ตอบแบบทดสอบอย่างไม่จริงจังเท่านั้นที่จะไม่ยอมรับ

ข้อความซึ่งแสดงว่าทุกเท็จนี้มีทั้งหมด 9 ข้อ และแทรกคละไปในแบบทดสอบวัดความวิตกกังวลทั้งหมด หลังจากนำแบบทดสอบนี้ไปทดลองใช้ครั้งแรก แล้วนำข้อความแต่ละข้อมาหาอ่านจนจำแนกรายข้อ ปรากฏว่าในแบบทดสอบฉบับสมบูรณ์ ซึ่งนำไปใช้เป็นเครื่องมือในการวิจัย ข้อความซึ่งแสดงว่าทุกเท็จ ได้แก่ ข้อ 4, 6, 10, 12, 16, 24, 28, 32, 35

2.6.3 เกณฑ์ในการให้คะแนน

2.6.3.1 ข้อความเกี่ยวกับความวิตกกังวล ให้คะแนน 1 และ 0 คะแนน ถ้าตอบว่า "จริง" ให้คะแนน 1 คะแนน ถ้าตอบว่า "ไม่จริง" ให้คะแนน 0 คะแนน ทั้งนี้คะแนนรวมที่ได้จากการตอบทดสอบนี้ จะเป็นคะแนนซึ่งแสดงถึงความวิตกกังวล เด็กคนใดได้คะแนนสูงแสดงว่ามีความวิตกกังวลสูง เด็กคนใดได้คะแนนต่ำแสดงว่ามีความวิตกกังวลต่ำ

2.6.3.2 สำหรับข้อความซึ่งแสดงว่าทุกเท็จ ถ้าตอบว่า "จริง" ให้ 0 คะแนน ถ้าตอบว่า "ไม่จริง" ให้ 1 คะแนน ทั้งนี้คะแนนที่ได้จะเป็นคะแนนการทุกเท็จ ซึ่งในที่นี้จะใช้เกณฑ์พิจารณาว่า เด็กคนใดจะตอบตามความเป็นจริง มากน้อยเพียงใด โดยถือเกณฑ์ว่าเด็กคนใดได้คะแนนทุกเท็จเกิน 25 เปอร์เซ็นต์ ของคะแนนทุกเท็จทั้งหมด (ในที่นี้ใช้ 3 คะแนน เป็นเกณฑ์) แสดงว่ามีแนวโน้มที่จะตอบข้อความเกี่ยวกับความวิตกกังวลไม่ตรงตามความเป็นจริง ดังนั้นจะไม่นำคะแนนของเด็กคนนั้นไปวิเคราะห์ค่าทางสถิติ ถ้าเกิดปัญหาเช่นนี้ขึ้น ผู้วิจัยจะนำกลุ่มตัวอย่างจากกลุ่มสำรวจมาเป็นกลุ่มทดลอง

เมื่อนำแบบทดสอบฉบับสมบูรณ์ไปใช้ในการวิจัย พบว่า เด็กกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ทำแบบทดสอบทั้งก่อนและหลังการทดลองได้คะแนนการทุกเท็จไม่เกินคนละ 2 คะแนน จึงสามารถนำคะแนนของกลุ่มทดลองทั้งสองไปวิเคราะห์ค่าทางสถิติของแบบทดสอบได้ทุกคน

2.7 การวิเคราะห์ค่าทางสถิติของแบบทดสอบ

2.7.1 วิเคราะห์หาค่าอ่านจำแนกของแบบทดสอบ ใช้เทคนิคการวิเคราะห์แบบกลุ่มสูง 27% กลุ่มต่ำ 27% แล้วนำคะแนนของเด็กในกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ

มาคำนวณหาค่าอำนาจจำแนก โดยผู้วิจัยถือเกณฑ์ว่าข้อคำถามใดมีค่า $r > .20$ ถือว่าเป็นข้อคำถามที่มีอำนาจจำแนกสูงพอที่จะนำมาใช้ในแบบทดสอบฉบับสมบูรณ์ได้ ปรากฏว่าได้ข้อทดสอบตามเกณฑ์จำนวนทั้งหมด 35 ข้อ

2.7.2 การหาความเที่ยงตรงของแบบทดสอบ ความเที่ยงตรงของแบบทดสอบที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ จะเป็นการวิเคราะห์ความเที่ยงตรง และ การที่สนใจของผู้ทรงคุณวุฒิ สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ ซึ่งมีวุฒิทางการศึกษาระดับปริญญาเอก เป็นการหาความเที่ยงตรงแบบ Face Validity

2.7.3 การหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยหาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ โดยวิธีการประเมินค่าความคงที่ภายใน (Internal Consistency) โดยทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างเพียงครั้งเดียว แล้วนำคะแนนที่ได้มาประเมินระดับความเชื่อมั่น เพื่อหาค่าสัมประสิทธิ์ของความสอดคล้องภายใน (Coefficient of Internal Consistency) หาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบโดยใช้สูตร KR.-21 ของ กูเดอร์ - ริชาร์ดสัน (Kuder - Richardson) (ทวงรักน์ ทวีรัตน์. 2531 : 131) ผลปรากฏว่าได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบเท่ากับ .826

3. หนังสือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยรวบรวมรายชื่อหนังสือภาพที่เหมาะสมกับเด็กอายุ 10 - 11 ปี จากคู่มือต่าง ๆ ดังนี้

วรณี ศิริสุนทร. บรรณานิทัศน์สังเขปหนังสือสำหรับเด็กและเยาวชน

เล่ม 1. กรุงเทพฯ : ภาพพิมพ์, 2528.

..... . บรรณานิทัศน์สังเขปหนังสือสำหรับเด็กและเยาวชน เล่ม 2.
กรุงเทพฯ : ภาพพิมพ์, 2530.

วิชาการ, กรม. กระทรวงศึกษาธิการ. รายชื่อหนังสือสำหรับเด็กและเยาวชน.
กรุงเทพฯ : กรมวิชาการ, 2528.

ได้รายชื่อหนังสือที่เหมาะสมทั้งหมด 189 ชื่อเรื่อง

3.1 หนังสือที่ใช้ในการนำบท แยกออกเป็น 2 ประเภท ดังนี้

3.1.1 หนังสือที่ได้รับการคัดเลือก ซึ่งให้นำบทกับกลุ่มทดลองที่ 1 เป็นหนังสือภาพที่มีเนื้อหาเสริมสร้างอารมณ์และกำลังใจให้กับเด็กป่วยเรื้อรัง จำนวน 16 ชื่อเรื่อง ซึ่งคัดเลือกมาจากหนังสือทั้งหมด จำนวน 189 ชื่อเรื่อง โดยอาศัยแนวคิดในการคัดเลือกหนังสือของ อัลท์แมน (Altmann. 1974 : 285 - 287) ดังนี้ คือ

3.1.1.1 โครงเรื่อง หนังสือที่คัดเลือกจะต้องมี โครงเรื่องที่สมจริง ลักษณะตัวละครเด่นชัด เนื้อเรื่องสนุกสนานและน่าสนใจ

3.1.1.2 การใช้ภาษา และศัพท์เหมาะสมกับวัยของผู้รับนำบท

3.1.1.3 รูปเล่มของหนังสือ มีความสวยงาม สะดุดตา ภาพประกอบชัดเจนและตรงกับเนื้อเรื่อง และมีขนาดรูปเล่มสะดวกในการหยิบถือ

นอกจากนี้ เชฟเพิร์ด และไอลส์ (Shepherd and Iles. 1974 : 569 - 571) ได้เสนอเพิ่มเติมว่า ในการคัดเลือกหนังสือควรคำนึงถึงความเหมาะสมของเนื้อเรื่องเป็นสำคัญ ทั้งนี้เนื้อเรื่องควรจะถูกต้องตรงกับสภาพความเป็นจริง น่าเชื่อถือ ตัวละคร และสภาพแวดล้อมภายในเรื่องควรคล้ายคลึงกับชีวิตของผู้่าน สร้างสรรค์ให้ผู้่านเกิดกำลังใจที่จะต่อสู้กับอุปสรรคต่าง ๆ จนประสบผลสำเร็จเช่นเดียวกับ ตัวละครในเรื่อง

3.1.2 หนังสือทั่วไป ซึ่งให้นำบทกับกลุ่มทดลองที่ 2 เป็นหนังสือภาพ จำนวน 16 ชื่อเรื่อง โดยนำหนังสือทั้งหมด จำนวน 189 ชื่อเรื่อง มาให้หมายเลขหนังสือทุกชื่อเรื่องแล้วจับฉลาก

วิธีดำเนินการทดลอง

1. ผู้วิจัยนำแบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่าน ไม้ให้เด็กป่วยเรื้อรังที่มีลักษณะตามที่ต้องการ ซึ่งมีจำนวนทั้งหมด 28 คนหา ในวันที่ 30 มีนาคม 2532 โดยผู้วิจัยคอยให้คำอธิบาย และใช้คำพูดกระตุ้นเพื่อสร้างแรงจูงใจในการตอบแบบทดสอบ

2. นำแบบทดสอบมาตรวจให้คะแนน แล้วจัดลำดับคะแนน ทำเป็นการแบ่ง เด็กออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มสำรวจตามรายละเอียดที่ปรากฏในเรื่องการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

3. ผู้วิจัยนำแบบทดสอบวัดความวิตกกังวลไปให้เด็กกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่มทำ ในวันที่ 31 มีนาคม 2532 เวลา 9.00 - 10.00 น. แล้วนำแบบทดสอบมาตรวจให้คะแนน

4. ผู้วิจัยนำหนังสือไปให้กลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม อ่านในวันที่ 3 เมษายน 2532 โดยนำหนังสือที่ได้มีการคัดเลือกให้กลุ่มทดลองที่ 1 อ่าน เวลา 9.00 - 12.00 น. และนำหนังสือทั่วไปให้กลุ่มทดลองที่ 2 อ่าน เวลา 13.00 - 16.00 น. ทุกวันจันทร์ - ศุกร์ เว้นวันหยุดราชการ โดยให้อ่านวันละ 1 เรื่อง เรื่อง หมุนเวียนกันไปจนทุกคนได้อ่านครบทุกชื่อเรื่อง รวมเวลาในการให้เด็กได้อ่านหนังสือประมาณ 1 เดือน

5. ในการให้เด็กอ่านหนังสือแต่ละครั้งนั้น ผู้วิจัยจะให้เวลาเด็กอ่านครั้งละ 30 - 40 นาที เมื่อเด็กอ่านจบ ผู้วิจัยจะให้เด็กเล่าเรื่องที่อ่านให้ฟังหรือถ้าเด็กเล่าไม่คล่อง ผู้วิจัยจะใช้การตั้งคำถามถามเด็กเป็นรายบุคคลเพื่อตรวจสอบว่า เด็กได้อ่านหนังสือนั้นจริงหรือไม่ เสร็จแล้วเก็บหนังสือคืน

6. หลังจากที่ได้เด็กได้อ่านหนังสือครบทุกชื่อเรื่องแล้ว ผู้วิจัยจะให้เด็กทำแบบทดสอบวัดความวิตกกังวลชุดเดิมอีกครั้ง ในวันที่ 26 เมษายน 2532 แล้วนำแบบทดสอบมาตรวจให้คะแนน คิคำนวณต่อไป

แบบแผนการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ที่เรียกว่า Randomized

Control - Group Pretest - Posttest Design (ทวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2531 : 67)

ตาราง 1 แบบแผนการวิจัย

กลุ่ม	สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
R E ₁	T ₁	X _a	T ₂
R E ₂	T ₁	X _b	T ₂

X_a แทน การนำบันทึกวิทยานิพนธ์ที่ได้รับการคัดเลือก

X_b แทน การนำบันทึกวิทยานิพนธ์ทั่วไป

T₁ แทน การทดสอบก่อนที่จะทำการทดลอง

T₂ แทน การทดสอบหลังจากที่ทำการทดลอง

R แทน การกำหนดกลุ่มตัวอย่างแบบสุ่ม

E₁ แทน กลุ่มทดลองที่ 1

E₂ แทน กลุ่มทดลองที่ 2

วิธีจัดการกับข้อมูล

1. ศึกษาจำนวนคะแนนจากแบบทดสอบวัดความวิตกกังวลก่อนและหลังการทดลอง นำบันทึกวิทยานิพนธ์ของกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม โดยหาค่าเฉลี่ย ค่าความแปรปรวน

2. ทำเป็นการทดสอบสมมติฐานดังนี้

2.1 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความแตกต่างของความวิตกกังวลก่อนและหลังการนำบันทึกวิทยานิพนธ์ที่ได้รับการคัดเลือก โดยใช้สถิติ t-test แบบ Dependent

2.2 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความแตกต่างของความวิตกกังวลก่อนและหลังการนำบันทึกวิทยานิพนธ์ทั่วไป โดยใช้สถิติ t-test แบบ Dependent

2.3 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลของแต่ละกลุ่มระหว่าง เก็บหน่วยวิจัยที่ได้รับการนำบันทึกวิทยานิพนธ์ที่ได้รับการคัดเลือกกับ เก็บหน่วยวิจัยที่ได้รับการนำบันทึกวิทยานิพนธ์ทั่วไป โดยใช้สถิติ t-test แบบ Independent

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การหาค่าเฉลี่ย (Mean) โดยใช้สูตร

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

เมื่อ $\bar{X}$ แทน ค่าเฉลี่ย

$\sum X$ แทน ผลรวมของ ค่าเฉลี่ย

N แทน จำนวนคน

2. การหาค่าความแปรปรวน โดยใช้สูตร (ทวงรัตน์ หวีรัตน์. 2531 : 150)

$$s^2 = \frac{N \sum X^2 - (\sum X)^2}{N(N - 1)}$$

เมื่อ s^2 แทน ความแปรปรวน

$\sum X$ แทน ผลรวมของค่าเฉลี่ยทั้งหมด

$\sum X^2$ แทน ผลรวมของค่าเฉลี่ยแต่ละข้อยกกำลังสอง

N แทน จำนวนกลุ่มทดลอง

3. การหาค่าอำนาจจำแนกของแบบทดสอบวัดความวิตกกังวล โดยใช้สูตร

สัดส่วนของ ความแตกต่าง ระหว่างกลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ (ทวงรัตน์ หวีรัตน์. 2531 : 139)

$$r = \frac{R_u - R_e}{N / 2}$$

เมื่อ r แทน ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ

R_u แทน จำนวนผู้ที่ตอบถูกในข้อนั้นในกลุ่มสูง

R_e แทน จำนวนผู้ที่ตอบถูกในข้อนั้นในกลุ่มต่ำ

N แทน จำนวนคนในกลุ่มทดลองทั้งหมด

4. การหาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบวัดความวิตกกังวล โดยใช้สูตร
KR.-21 ของคูเดอร์ - ริชาร์ดสัน (Kuder - Richardson) (ทองรัตน์ หวีรัตน์.
2531 : 131)

$$r_{tt} = \frac{n}{n-1} \left[1 - \frac{\bar{X}(n - \bar{X})}{nS_t^2} \right]$$

เมื่อ r_{tt} แทน ค่าความเชื่อมั่น
 n แทน จำนวนข้อ
 $\bar{X}$ แทน คะแนนเฉลี่ย
 S_t^2 แทน ความแปรปรวนของคะแนนทั้งหมด

5. วิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างการทดสอบก่อนให้การบำบัด
กับการทดสอบภายหลังให้การบำบัดด้วยหนังสือ โดยใช้ t-test แบบ Dependent
จากสูตร (ทองรัตน์ หวีรัตน์. 2531 : 176)

$$t = \frac{\bar{D}}{S_{\bar{D}}}$$

เมื่อ $\bar{D}$ แทน คะแนนเฉลี่ยของ คะแนนความแตกต่าง
 $S_{\bar{D}}$ แทน ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของ $\bar{D}$
 หาได้จากสูตร $S_{\bar{D}} = \frac{S_D}{\sqrt{n}}$
 D แทน ความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่

$$S_D = \sqrt{\frac{n \sum D^2 - (\sum D)^2}{n(n-1)}}$$

6. วิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างเด็กป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาลเด็กที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกกับเด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป โดยใช้ t-test แบบ Independent จากสูตร (ทวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2531 : 175)

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)s_1^2 + (n_2 - 1)s_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}}$$

เมื่อ	$\bar{X}_1$	$\bar{X}_2$	แทน คะแนนเฉลี่ยของแต่ละกลุ่ม
	s_1^2	s_2^2	แทน ค่าความแปรปรวนของคะแนนในแต่ละกลุ่ม
	n_1	n_2	แทน จำนวนกลุ่มทดลองแต่ละกลุ่ม

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า

ข้อทดลอง เกี่ยวกับการวิเคราะห์และแปลผล

เพื่อให้การวิเคราะห์ข้อมูลจากผลของการทดลอง การแปลความหมายของผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามความมุ่งหมายดังกล่าวมาแล้วในบทที่ 1 เป็นที่เข้าใจตรงกัน จึงได้เสนอสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

- N แทน จำนวนเด็กป่วยเรื้อรังในกลุ่มตัวอย่าง
- ΣX แทน ผลรวมของคะแนนดิบ
- ΣX^2 แทน ผลรวมของ คะแนนดิบแต่ละข้อยกกำลังสอง
- $\bar{X}$ แทน คะแนนเฉลี่ย
- S แทน ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
- S^2 แทน ความแปรปรวนของคะแนน
- ΣD แทน ผลรวมของคะแนนความแตกต่างของการทดสอบครั้งแรกและครั้งหลังในแต่ละกลุ่ม
- $\bar{D}$ แทน คะแนนเฉลี่ยของคะแนนความแตกต่างของการทดสอบครั้งแรกและครั้งหลังในแต่ละกลุ่ม
- S_D แทน ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนเฉลี่ยของคะแนนความแตกต่างของการทดสอบครั้งแรกและครั้งหลังในแต่ละกลุ่ม

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและผลของการทดลอง ได้กระทำเป็นลำดับขั้นดังนี้

1. การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความแตกต่างของความวิตกกังวลก่อนและหลังการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือก

2. การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความแตกต่าง ของ ความวิตกกังวลก่อนและหลัง การนำบัตรช่วยหนังสือทั่วไป

3. การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลของ แต่ละกลุ่มระหว่าง เทียบผู้ป่วย เรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกกับ เทียบผู้ป่วย เรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือทั่วไป

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความแตกต่าง ของ ความวิตกกังวลก่อนและหลัง การนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือก

ก่อนดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยได้ให้กลุ่มทดลองทำแบบทดสอบวัดความวิตกกังวล และหลังจากการนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกแล้ว ได้ทดสอบวัดความวิตกกังวล ของกลุ่มทดลองอีกครั้งหนึ่ง แล้วนำคะแนนมาเปรียบเทียบกับการทดสอบครั้งแรก ผลการ เปรียบเทียบความแตกต่าง ระหว่างคะแนนจากการทดสอบครั้งแรก กับคะแนนจากการ ทดสอบครั้งหลังของกลุ่มทดลอง แสดงไว้ในตาราง 2

ตาราง 2 ความแตกต่าง ระหว่างคะแนนจากการทดสอบวัดความวิตกกังวลก่อนและหลัง
การนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้ รับการคัดเลือก

คะแนน	N	ΣX	$\bar{X}$	s^2	ΣD	$\bar{D}$	s_D	$\frac{s_D}{\sqrt{D}}$	t
คะแนนก่อนการทดลอง นำบัตรช่วยหนังสือที่ได้ รับการคัดเลือก	8	247	30.875	4.982	84	10.500	2.726	0.964	10.896
คะแนนหลังการทดลอง นำบัตรช่วยหนังสือที่ได้ รับการคัดเลือก	8	126	20.375	11.411					

ค่า t มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t_{.05} = 1.895$)

จากตาราง 2 แสดงให้เห็นว่าเด็กป่วยเรื้อรังที่ได้ รับการนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้
รับการคัดเลือก มีความวิตกกังวลลดลงกว่าก่อนที่จะได้ รับการนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้ รับ
การคัดเลือกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั่นคือ เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้ รับการนำบัตร
ช่วยหนังสือที่ได้ รับการคัดเลือกจะมีความวิตกกังวลลดลง ซึ่งตรงกับสมมติฐานข้อ 1 ที่ว่า
เด็กป่วยเรื้อรังหลังการทดลองนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้ รับการคัดเลือกแล้วจะมีความวิตกกังวล
น้อยกว่าก่อนการทดลอง

การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความแตกต่าง ของความวิตกกังวลก่อนและหลังการบำบัด ด้วยหนังสือทั่วไป

ก่อนดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยได้ให้กลุ่มทดลองทำแบบทดสอบวัดความวิตกกังวล และหลังจากการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไปแล้ว ได้ทดสอบวัดความวิตกกังวลอีกครั้งหนึ่ง แล้วนำคะแนนมาเปรียบเทียบกับ การทดสอบครั้งแรก ผลการเปรียบเทียบความแตกต่าง ระหว่างคะแนนจากการทดสอบครั้งแรก กับคะแนนจากการทดสอบครั้งหลังของกลุ่มทดลอง แสดงไว้ในตาราง 3

ตาราง 3 ความแตกต่าง ระหว่างคะแนนจากการทดสอบวัดความวิตกกังวลก่อนและหลัง การบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป

คะแนน	N	ΣX	$\bar{X}$	s^2	ΣD	$\bar{D}$	s_D	$s_{\bar{D}}$	t
คะแนนก่อนการทดลอง บำบัดด้วยหนังสือทั่วไป	8	248	31.000	4.000	7	0.875	3.227	1.141	0.767
คะแนนหลังการทดลอง บำบัดด้วยหนังสือทั่วไป	8	243	30.125	3.839					

ค่า t มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t_{.05} = 1.895$)

จากตาราง 3 แสดงให้เห็นว่าเด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป มีความวิตกกังวลลดลงกว่าก่อนที่จะได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไปอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ นั่นคือ เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป ไม่ได้มีความวิตกกังวลลดลงหลังจาก ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือแล้ว ซึ่งไม่ตรงกับสมมติฐานข้อ 2 ที่ว่าเด็กป่วยเรื้อรังหลัง การทดลองบำบัดด้วยหนังสือทั่วไปจะมีความวิตกกังวลน้อยกว่าก่อนการทดลอง

การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลของแต่ละกลุ่ม หลังจากการนำบัตรช่วย
หนังสือระหว่าง เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกกับ เด็กป่วย
เรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือทั่วไป

ตาราง 4 ความแตกต่างค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลของแต่ละกลุ่มหลังจากการนำบัตรช่วย
หนังสือ ระหว่าง เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกกับ
เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือทั่วไป

กลุ่มตัวอย่าง	N	$\bar{x}$	s^2	t
1. เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือก	8	20.375	11.411	7.062
2. เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือทั่วไป	8	30.125	3.839	

ค่า t มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t_{.05} = 2.145$)

จากตาราง 4 แสดงให้เห็นว่าเด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือก และเด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือทั่วไป มีความวิตกกังวลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับความเชื่อมั่น .05 นั่นคือ หลังการนำบัตรช่วยหนังสือแล้วเด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกมีความวิตกกังวลน้อยกว่าเด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือทั่วไป ซึ่งตรงกับสมมติฐานข้อ 3 ที่ว่า เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกแล้ว จะมีความวิตกกังวลน้อยกว่าเด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการนำบัตรช่วยหนังสือทั่วไป

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อ เปรียบเทียบความวิตกกังวลของ เด็กป่วยเรื้อรังในโ รงพยาบาล เด็ก ที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกก่อนและหลังการทดลอง
2. เพื่อ เปรียบเทียบความวิตกกังวลของ เด็กป่วยเรื้อรังในโ รงพยาบาล เด็ก ที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไปก่อนและหลังการทดลอง
3. เพื่อ เปรียบเทียบความแตกต่างของ ความวิตกกังวลของ เด็กป่วยเรื้อรัง ในโ รงพยาบาล เด็กที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือก กับเด็กป่วยเรื้อรัง ที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือเด็กป่วยเรื้อรังที่มีอายุ 10 - 11 ปี มีพื้นฐานทางการศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่พักรักษาตัวในตึกผู้ป่วย 2 โรงพยาบาลเด็ก ได้รับคำสั่งจากแพทย์ให้พักรักษาติดต่อกันอย่างน้อย 5 สัปดาห์ โดยเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลก่อนการทดลองอย่างน้อยประมาณ 1 สัปดาห์ ซึ่งผู้วิจัยคัดเลือกเฉพาะเด็กป่วยเรื้อรังที่ไ้คะแนนความสามารถในการอ่านเกินคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างไว้ทั้งหมด 24 คน แบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่ 1 จำนวน 8 คน ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือก กลุ่มทดลองที่ 2 จำนวน 8 คน ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป และกลุ่มสำรอง จำนวน 8 คน เป็นกลุ่มตัวอย่างที่สำรองไว้ เมื่อกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม มีปัญหาในการทำแบบทดสอบวัดความวิตกกังวล ปรากฏว่ากลุ่มสำรองกลุ่มนี้ไม่นำมาใช้เป็นกลุ่มทดลองจึงได้ตัดทิ้งไป

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. แบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่าน ผู้วิจัยได้ดัดแปลงแบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่านของ สมจิตร เจลิมสุวีวัฒนา (2530 : ภาคผนวก) ซึ่งใช้วัดความสามารถในการอ่านของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เป็นแบบทดสอบปรนัย 4 ตัวเลือก มีทั้งหมด 25 ข้อคำถาม คะแนนเต็ม 50 คะแนน มีค่าความเชื่อมั่น .80
2. แบบทดสอบวัดความวิตกกังวล เป็นแบบทดสอบวัดความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์การเจ็บป่วยของเด็กป่วยเรื้อรัง จำนวน 35 ข้อ หาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตร KR.-21 ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .826
3. หนังสือที่ใช้ในการบันทึก แบ่งออกเป็น 2 ประเภท ดังนี้
 - 3.1 หนังสือที่ได้รับการคัดเลือก จำนวน 16 ชื่อเรื่อง
 - 3.2 หนังสือทั่วไป จำนวน 16 ชื่อเรื่อง

วิธีดำเนินการทดลอง

1. ผู้วิจัยนำแบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่าน ไปให้เด็กป่วยเรื้อรังที่มีลักษณะตามที่ต้องการ ซึ่งมีจำนวนทั้งหมด 28 คนทำ
2. นำแบบทดสอบมาตรวจให้คะแนน แล้วจัดทำกับคะแนน ดำเนินการแบ่งเด็กออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มสำรองกลุ่มละ 8 คน
3. ผู้วิจัยนำแบบทดสอบวัดความวิตกกังวลไปให้เด็กกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่มทำ แล้วนำแบบทดสอบมาตรวจให้คะแนน
4. ผู้วิจัยนำหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกไปให้กลุ่มทดลองที่ 1 อ่าน เวลา 9.00 - 12.00 น. และนำหนังสือทั่วไปไปให้กลุ่มทดลองที่ 2 อ่าน เวลา 13.00 - 16.00 น. ทุกวันจันทร์ - ศุกร์ เว้นวันหยุดราชการ โดยให้อ่านวันละ 1 ชื่อเรื่อง หมุนเวียนกันไปจนทุกคนได้อ่านครบทุกชื่อเรื่อง รวมเวลาในการให้เด็กได้อ่านหนังสือประมาณ 1 เดือน

5. ในการให้เด็กอ่านหนังสือแต่ละครั้งนั้น ผู้วิจัยจะให้เวลาเด็กอ่านครั้งละ 30 - 40 นาที เมื่อเด็กอ่านจบ ผู้วิจัยจะให้เด็กเล่าเรื่องที่อ่านให้ฟังหรือถ้าเด็กเล่าเรื่องไม่คล่อง ผู้วิจัยจะให้การตั้งคำถามถามเด็กเพื่อตรวจสอบว่า เด็กได้อ่านหนังสือนั้นจริงหรือไม่เสร็จแล้ว เก็บหนังสือคืน
6. หลังจากที่เด็กได้อ่านหนังสือครบทุกชื่อเรื่องแล้ว ผู้วิจัยจะให้เด็กทำแบบทดสอบวัดความวิตกกังวลชุดเดิมอีกครั้งหนึ่ง

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้คำนวณหาค่าต่อไปนี้

1. คะแนนเฉลี่ย
2. ความแปรปรวน
3. ค่าความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย โดยใช้ t-test

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. เด็กป่วยเรื้อรังหลังการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกแล้ว มีความวิตกกังวลน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ว่า เด็กป่วยเรื้อรังหลังการทดลองบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกแล้วจะมีความวิตกกังวลน้อยกว่าก่อนการทดลอง
2. เด็กป่วยเรื้อรังหลังการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป ลดความวิตกกังวลลงอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ว่า เด็กป่วยเรื้อรังหลังการทดลองบำบัดด้วยหนังสือทั่วไปจะมีความวิตกกังวลน้อยกว่าก่อนการทดลอง
3. เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือก และเด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป มีความวิตกกังวลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับความเชื่อมั่น .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ว่า เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกแล้ว จะมีความวิตกกังวลน้อยกว่าเด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป

อภิปรายผล

การศึกษาทดลองในครั้งนี้ เป็นการศึกษาผลการทดลองเกี่ยวกับความวิตกกังวลของ เด็กป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาลเด็ก ที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกกับ เด็กป่วยเรื้อรังในโรงพยาบาลเด็กที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป เพื่อศึกษาว่าความวิตกกังวลของ เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกกับ เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป มีความวิตกกังวลแตกต่างกันหรือไม่ เพียงใด ผลจากการทดลองพบว่า

1. เด็กป่วยเรื้อรังหลังการทดลองบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกแล้ว จะมีความวิตกกังวลน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการวิจัยปรากฏว่า สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ คือ คะแนนจากการทดสอบวัดความวิตกกังวลหลังการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกน้อยกว่าคะแนนจากการทดสอบก่อนการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับความเชื่อมั่น .05 ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ สาวิกา กาญจนะ (2518 : 91) ที่ปรากฏว่า การใช้วิธีการบำบัดด้วยหนังสือกับ เด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 เป็นรายกรณี สามารถลดความวิตกกังวล ซึ่งเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดปัญหาทางสุขภาพจิตอย่างได้ผล ทั้งนี้เพราะการอ่านหนังสือเป็นสิ่งที่มิใช่ประโยชน์ เมื่อหนังสือได้รับการคัดเลือกอย่างเหมาะสม การอ่านจึงกลายมาเป็นประโยชน์ยิ่งขึ้น ช่วยให้ผู้อ่านได้ผ่อนคลายความรู้สึกถึงเครียดในจิตใจ ได้เรียนรู้ว่ายังมีสิ่งต่าง ๆ อีกมากมายในโลกที่จะช่วยให้ชีวิตมีความสุข ทำให้พร้อมที่จะยอมรับความเป็นจริง กล้าเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ และมีความหวังที่จะต่อสู้กับชีวิตต่อไป นอกจากนี้ยังช่วยเพิ่มพูนความรู้ความเข้าใจในเรื่องต่าง ๆ มากขึ้นแล้วและช่วยให้เกิดความเพลิดเพลิน ทำให้ผู้ป่วยกลับคืนสู่ภาวะปกติ ทั้งการดำเนินชีวิต และพฤติกรรมต่าง ๆ (Social Education Research and Development. 1970 : 73 - 74) และเบอร์เกอร์ (Burkert. 1955 : 450) เห็นว่า หนังสือที่นำมาใช้บำบัดนั้นมีส่วนช่วยเหลือผู้ป่วยได้หลายทาง คือ ช่วยให้ผู้ป่วยรู้จักความวางแผนล่วงหน้า ช่วยเบี่ยงเบนความสนใจผู้ป่วยไปสู่สิ่งอื่น ช่วยให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ทั้งที่ประสบปัญหาความเจ็บป่วย ทุพพลภาพ และช่วยให้คลายความ

วิตกกังวล ความทุกข์ทรมาน และความว้าเหว่ อันเนื่องมาจากความเจ็บป่วย จึงอาจกล่าวได้ว่าการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกมีประโยชน์อย่างยิ่งต่อการช่วยเหลือผู้ป่วยหลายประการ คือนอกจากช่วยผู้ป่วยให้สามารถปรับตัวกับชีวิตในโรงพยาบาลได้แล้ว ยังช่วยให้เกิดความเพลิดเพลิน ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์โดยไม่ชักช้าทางการแพทย์มาช่วยรักษา วิตกกังวลทางจิตใจ ซึ่งอาจมีสาเหตุมาจากสภาพแวดล้อมในโรงพยาบาล และช่วยเตรียมผู้ป่วยให้พร้อมที่จะมีชีวิตอยู่โดยไม่เป็นภาระต่อสังคม (Pomeranz. 1940 : 687 : 689)

2. เด็กป่วยเรื้อรังหลังการทดลองบำบัดด้วยหนังสือทั่วไปจะมีความวิตกกังวลน้อยกว่าก่อนการทดลอง ผลการวิจัยปรากฏว่า เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไปมีความวิตกกังวลลดลง แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ แม้ว่าความวิตกกังวลของเด็กป่วยเรื้อรังก่อนและหลังการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป จะไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ก็มีแนวโน้มที่จะลดลง การที่ผลการทดลองปรากฏผลเช่นนี้ ผู้วิจัยมีความเห็นว่าหนังสือที่ใช้ในการบำบัดเป็นหนังสือทั่วไป ไม่มีเนื้อหาช่วยส่งเสริมกำลังใจที่จะต่อสู้กับอุปสรรคต่าง ๆ ใ้กับเด็กป่วยเรื้อรังกลุ่มนี้ โดยตรง เหมือนกับหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกแล้ว ทำให้เด็กป่วยเรื้อรังที่มีปัญหาทางจิตใจ ด้านความวิตกกังวลไม่มีโอกาสที่จะได้เปรียบเทียบปัญหาของตนเองกับตัวละคร ในการบำบัดด้วยหนังสือนั้น เชฟเฟิร์ท และไอลส์ (Shepherd and Iles. 1976 : 569) ได้กล่าวว่า หลักของการบำบัดด้วยหนังสือ หนังสือที่นำมาใช้บำบัดจะต้องคำนึงถึงความเหมาะสมของเนื้อเรื่องเป็นสำคัญ เนื้อเรื่องถูกต้องตรงกับความเป็นจริง น่าเชื่อถือ ตัวละครและสภาพแวดล้อมในเรื่องควรคล้ายคลึงกับชีวิตของผู้่าน สร้างสรรค์ให้ผู้อ่านเกิดกำลังใจที่จะต่อสู้กับอุปสรรคต่าง ๆ จนประสบความสำเร็จเช่นเดียวกับตัวละครในเรื่อง

ดังนั้นในการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป อาจกล่าวได้ว่าหนังสือทั่วไปที่ผู้วิจัยได้นำมาใช้ในการทดลอง ครั้งนี้ไม่เหมาะสมที่จะนำมาใช้ในการบำบัดความวิตกกังวลของเด็กป่วยเรื้อรังโดยตรง แต่เป็นหนังสือที่เหมาะสมในการสร้างคุณธรรมสำหรับเด็ก 10 - 11 ปี โดยทั่วไปที่จะไปเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่า และมีประสิทธิภาพของชาติ

3. เด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกแล้วจะมีความวิตกกังวลน้อยกว่าเด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป ผลการวิจัยปรากฏว่าสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ คะแนนจากการทดสอบวัดความวิตกกังวลภายหลังจากการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกของเด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือก น้อยกว่าคะแนนจากการทดสอบวัดความวิตกกังวลภายหลังจากการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไปของเด็กป่วยเรื้อรังที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือทั่วไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับความเชื่อมั่น .05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกที่นำมาใช้ในการทดลองนั้นมีเนื้อหาช่วยเสริมสร้างกำลังใจให้กับเด็กป่วยเรื้อรัง ซึ่งเป็นไปตามหลักการบำบัดด้วยหนังสือ อัลท์แมนน์ และนิลสัน (Altmann and Nielson. 1974 : 285 - 287) กล่าวว่า หนังสือที่จะคัดเลือกให้ผู้ป่วยบำบัดอ่านนั้น จะต้องเป็นเรื่องสมจริง มีสภาพปัญหาคล้ายคลึงกับสภาพความเป็นจริงของผู้อ่าน และต้องไม่บั่นทอนจิตใจของผู้อ่านให้รู้สึกท้อแท้ห่อเหี่ยว สร้างสรรค์ให้ผู้อ่านเกิดกำลังใจที่จะต่อสู้กับอุปสรรคต่าง ๆ จนประสบผลสำเร็จ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ซาวิกา กาญจนะ (2518 : 91) ที่ปรากฏว่า การใช้วิธีการบำบัดด้วยหนังสือกับเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 เป็นรายกรณี สามารถลดความวิตกกังวล และ กุศลนิศา กุญชรเกียรติ (2523 : 49 - 50) ที่ผลการศึกษาพบว่าเด็กที่การที่ได้รับการบำบัดด้วยหนังสือ จะมีสุขภาพจิตดีขึ้น

กล่าวโดยสรุป การให้การบำบัดด้วยหนังสือที่ได้รับการคัดเลือก เป็นกิจกรรมที่น่าสนใจสำหรับผู้ป่วย และควรส่งเสริมให้มีการจัดอย่างแพร่หลายตามโรงพยาบาลต่าง ๆ ทั้งนี้เพราะเป็นที่ยอมรับกันทั่วไปว่า การอ่านหนังสือ เป็นสิ่งที่มีประโยชน์ โดยเฉพาะการอ่านหนังสือที่ได้รับการคัดเลือกอย่างเหมาะสม มีผู้ที่มีความรู้ในเรื่องหนังสือคอยดูแลและให้คำแนะนำ ตลอดจนพูดคุยเรื่อง ราวในหนังสือ การอ่านดังกล่าวย่อมเป็นประโยชน์กับผู้อ่านมากยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะต่อโรงพยาบาล แพทย์ และพยาบาล

โรงพยาบาลควรจัดให้มีห้องสมุดสำหรับผู้ป่วย เพื่อให้บริการทางคำสอนต่าง ๆ ทั้งโดยการอ่าน การฟัง และการดู และควรมีเจ้าหน้าที่ประจำคอยแนะนำเกี่ยวกับหนังสือต่าง ๆ ให้แก่ผู้ป่วย เพราะผู้ป่วยบางราย โดยเฉพาะผู้ป่วยเรื้อรังต้องอยู่โรงพยาบาลเป็นเวลานาน การมีห้องสมุดของโรงพยาบาลจะช่วยให้ผู้ป่วยได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และยังช่วยทางด้านความรู้เกี่ยวกับหนังสือ ในรายที่มีปัญหาทางจิตใจ นอกจากนี้ แพทย์ พยาบาล อาจหาเวลาว่างพูดคุยกับผู้ป่วย เพื่อให้ทราบปัญหาและช่วยเหลือผู้ป่วยได้ เช่น หาหนังสือมาให้อ่าน กับฟังปัญหา และอภิปรายในส่วนของปัญหา บางอย่างที่ยังผู้ป่วยยังไม่เข้าใจ เป็นต้น

2. ข้อเสนอแนะต่อผู้สร้างวรรณกรรม

นักเขียนควรสร้าง สรรค์วรรณกรรมโดยคำนึงถึงผลทางคำสอนจิตใจของบุคคลที่มีปัญหาในคำต่าง ๆ ด้วย ทั้งนี้เพราะหนังสือมีอิทธิพลในด้านการศึกษาของผู้อ่าน ทั้งนั้น การสร้างโครงเรื่องและตัวละครโดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อช่วยแก้ปัญหาให้กับบุคคลแต่ละประเภท จึงเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง เพราะผู้อ่านจะได้แนวทางในการแก้ปัญหาของตัวละครมาใช้แก้ปัญหาของตน ทั้งนี้ ถ้านักเขียนจะวิเคราะห์ปัญหาของบุคคลแต่ละประเภท แล้วนำมาสร้างเป็นเรื่องราวส่งเสริมความคิด และวิธีการที่จะอ่านพัฒนาอุปสรรคต่าง ๆ ก็นับว่าเป็นการช่วยนำปทัสสภาพจิตใจของผู้อ่าน อันเป็นการส่งเสริมวิธีการนำปทัสคด้วยหนังสือให้ได้ดียิ่งขึ้น นอกจากนี้ นักแปลเรื่องจากภาษาต่างประเทศควรหันมาแปลเรื่องที่มีประโยชน์ทางคำสอนจิตใจของผู้อ่าน ทั้งนี้เพราะในต่างประเทศ เช่น สหรัฐอเมริกา ได้มีการประพันธ์หนังสือสำหรับผู้อ่านที่มีปัญหาในคำต่าง ๆ โดยเฉพาะ เนื้อเรื่องของหนังสือเหล่านี้จึงมีความเกี่ยวข้องกับตรงกันกับผู้อ่านแต่ละประเภท ถ้าได้มีการแปลมาเป็นภาษาไทย ก็จะเป็นการขยายแวงวงหนังสือที่จะช่วยนำปทัสสภาพจิตใจของผู้อ่านได้ตรงกับปัญหา

3. ข้อเสนอแนะต่อสมาคมที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการอ่าน

สมาคมที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการอ่าน ควรให้ความสนใจในการส่งเสริมการอ่านของผู้ที่มีปัญหาทางกายต่าง ๆ เช่น ผู้ที่ท้องฟกทึบอยู่ในโรงพยาบาล ผู้มีความพิการทางร่างกาย หูหนวก เป็นไม้ เด็กที่มีปัญหาทางครอบครัว ผู้ติดยาเสพติด และผู้ต้องขังตามทัณฑสถาน โดยการจัดทำรายชื่อพร้อมทั้งบรรณิทัศน์หนังสือที่มีเรื่องราว เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับปัญหาแต่ละประเภท แล้วจัดส่งไปยังห้องสมุดของสถาบันที่รับผิดชอบ ของบุคคลที่มีปัญหาดังกล่าว เพื่อให้บรรณารักษ์ห้องสมุดจะได้จัดหาหนังสือ และดำเนินการว่านาคัดยหนังสือตามความเหมาะสมต่อไป

4. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป

4.1 ควรมีการศึกษาวิจัย เกี่ยวกับการนำวิธีการว่านาคัดยหนังสือไปใช้กับบุคคลที่มีปัญหาประเภทอื่น เช่น ผู้ป่วยที่ท้องฟกทึบในโรงพยาบาลเป็นเวลานาน ทหารผ่านศึกที่พิการหรือทุพพลภาพ ตลอดจนผู้ที่มีร่างกายพิการท่านอื่น ๆ นักโทษในเรือนจำ เด็กในชุมชนแออัด เป็นต้น

4.2 ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบวิธีการว่านาคัดยหนังสือกับวิธีการว่านาคัดยทางจิตแบบอื่น เช่น การจัดกลุ่มสนทนาการ (Group Activity) การว่านาคัดยการอาชีพ (Occupational Therapy) เป็นต้น

અનુષ્ઠાન

บรรณานุกรม

- กุลวนิกา ทุงคะเศรษฐี. การใช้การบำบัดด้วยหนังสือกับเด็กพิการทางร่างกายและสุขภาพ.
ปริญญาปัทมภ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2523. อักษรสำเนา.
- จ้อย บัณฑิตวิจิตร, ม.ล. "การบำบัดโรคด้วยหนังสือ," วารสารห้องสมุด. 10 :
359 ; พฤศจิกายน - ธันวาคม 2509.
- เจริญ สมวงษ์ศิริ. การใช้ยารักษาความวิตกกังวล. กรุงเทพฯ : สาขาการพิมพ์,
2523.
- ฉลองรัฐ อินทรีย์. อิทธิพลของความเจ็บป่วยที่มีต่อเด็กและครอบครัว. กรุงเทพฯ :
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2522.
- ฉวีลักษณ์ มุณเฑาะฎาญจน. "การบำบัดด้วยการอ่าน," วารสารบรรณศาสตร์. 3 :
256 - 260 ; มกราคม 2523.
- ชไมพร เจริญสิน. การบำบัดด้วยหนังสือกับเยาวชนที่มีประวัติเสพยาเสพติดในไทยใน
สถานพินิจและคุ้มครองเด็กกลาง. ปริญญาปัทมภ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2525. อักษรสำเนา.
- เกื้อ สวนานนท์. จิตวิทยาสังคม. กรุงเทพฯ : โอเคียนส์ไตร์, 2518.
- ถนิมวงษ์ ทัฬหิมประทีป. การศึกษาเปรียบเทียบความวิตกกังวลระหว่างหญิงมีครรภ์แรก
และครรภ์หลังในโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์. ปริญญาปัทมภ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2528. อักษรสำเนา.
- นฤมล กิจไพศาลรักษา และฉัญภา สุขนิชรธรรม. รายงานการวิจัยเรื่อง ผลของการบำบัด
ด้วยหนังสือในผู้ป่วยมะเร็งปากมดลูก. กรุงเทพฯ : คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2528.
- บันลือ พฤษะวัน. วรรณกรรมกับเด็ก. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2521.

- ประสาท อิศรปริกา. จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ : กราฟิการ์, 2522.
- ปานเทพ สุทธิพันธ์. "Depression in Medical In-Patient," วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 21 : 62 - 63 ; มกราคม - มีนาคม 2519.
- พวงรัตน์ หวีรัตน์. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2531.
- รัชณี เทพรนิมิตร. การวิเคราะห์หนังสือสำหรับเด็กวัย 11 - 14 ปี ที่พิมพ์ในประเทศไทย ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2520 - 2522. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2523. อักส่าเนา.
- ราตรี รัตนพลล. การเปรียบเทียบผลของการบำบัดด้วยหนังสือแบบกลุ่มและรายบุคคลที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองและความคิดสร้างสรรค์ของเด็กในสถานสงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530. อักส่าเนา.
- ลลิต นุททางกูร. "กระบวนการสร้างจิตสำนึก - จิตสำนึก," ธรรมชาติของมนุษย์หลักร่วมแนวใหม่สำหรับพยาบาล. 2 : 109 ; กันยายน 2522.
- วิจารณ์ วิชัยยะ. คู่มือทางการแพทย์ เรื่องโรคประสาทและการรักษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, 2523.
- ศรีใหญ่ สันธิ์วสี. อาการทางจิตใจที่ผู้ป่วยทางกายแสดงออกขณะรับไว้รักษาในโรงพยาบาลและการให้การพยาบาล แผนกอายุรศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราชและรามาธิบดี. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2519. อักส่าเนา.
- สมจิตร เฉลิมสุวิวัฒนา. การเปรียบเทียบความสามารถในการอ่านของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับและไม่ได้รับบริการส่งเสริมการอ่านของห้องสมุด. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530. อักส่าเนา.
- สมสร เชื้อนิรันดร์. สนทนากับผู้ช่วยจิตเวช. กรุงเทพฯ : อัมรินทร์, 2521.

สมศรี เชื้อนิรุญ. คู่มือปฏิบัติการเบื้องต้นวิชาการพยาบาลจิตเวช. พิมพ์ครั้งที่ 3.

กรุงเทพฯ : อักษรไทย, 2523.

สมศิริ หัมแสง. การสำรวจความคิดเห็นของผู้ป่วยที่มีต่อโรงพยาบาลศิริราช.

วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2512. อักษรสำเนา.

สายรุ้ง สมบัติทานิช. ความคิดเห็นของผู้ป่วยต่อโรงพยาบาลรามมาธิบศ. วิทยานิพนธ์

ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2512. อักษรสำเนา.

สาวิกา กาญจนะ. การบำบัดด้วยหนังสือ : การศึกษาเด็กเป็นรายกรณีกับนักเรียนชั้นประถม

ศึกษาปีที่ 7. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสานมิตร, 2518. อักษรสำเนา.

สุชา จันทน์เอม. จิตวิทยาสังคม. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2524.

สุนันท์ งานโลกกรวค. "บรรณแพทย์ : กรรมวิธีการบำบัดด้วยหนังสือแก่เด็กมีปัญหา,"

ใน ชมรมนิสิตวิชาบรรณารักษศาสตร์จุฬา. หน้า 72 - 79. กรุงเทพฯ :

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2526.

สุพัตนา กันดิฬานานนท์. การพยาบาลจิตเวช. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล,

2522.

สุวิทย์ กันดิฬานานนท์. การพยาบาลจิตเวช. กรุงเทพฯ : อักษรสัมพันธ์, 2522.

อัมพล โอ่งเคลือบ. ความวิตกกังวล ความสามารถในการอ่าน และลักษณะเขียนทางประการ

ของบุคคลิกภาพ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสานมิตร, 2515. อักษรสำเนา.

Ahana, Ellen. "A Study on the Reliability and Internal Consistency of a Manifest Anxiety Scale," Unpublished Master's Thesis, Northwestern : Northwestern University, 1952.

Allen, J.P.B. and H.G. Widdowson. English in Physical Science. London : Oxford University, 1974.

Altmann, H. and B. Nielsen. "Books and Empathy Help Troubled Children," Canadian Library Journal. 31 : 284 - 287; August, 1974.

Battle, C.C. "Target Complaints as Criteria of Improvement," American Journal Psychotherapy. 20 : 25; July, 1975.

- Blumenfield, Michael. "The Psychology Reaction to Physical Illness," Understanding Human Behavior in Health and Illness. Baltimore : William Wilkins, 1977.
- Burkert, R.R. "When Books are Therapy," Wilson Library Bulletin. 29 : 450; November, 1955.
- Coomaraswamy, S.D. "Therapeutic Aspects of a Library Service to Hospital Patient," Health and Welfare Library Quaterly. 2 : 29 - 32; May, 1975.
- Cornett, Claudia E. and Charles F. Cornett. Bibliotherapy : the Right Book at Right Time. Bloomington : Phi Delta Kappa Education Foundation, 1980.
- Darling, R.L. "Mental Hygiene and Books : Bibliotherapy as Used with Children and Adolescence," Wilson Library Bulletin. 32 : 293 - 296; December, 1957.
- Dodge, Joan S. "Factor Related to Patients' Perceptions of Their Cognitive Needs," Nursing Research. 18 : 502 - 513; November - December; 1969.
- Educational Research and Development Social. "The Practice of Bibliotherapy - Program Suggestions for Specific Institutions or Types of Individuals," in Institutional Library Services--a Plan for the States of Illinois. p. 73 - 74. Chicago : American Library Association, 1973.
- Engel, George L. Psychological Development in Health and Disease. Philadelphia : W.B. Saunders, 1962.
- Enlish, Horace B. and Ava Champany English. A Comprehensive Dictionary of Psychological and Psychoanalytical Terms. London : Longman, Green, 1958.
- Graydon, J.E. "Breast Cancer : Stress Point," American Journal of Nursing. 84 : 1124 - 1125 ; June, 1984.
- Grayson, C.T. "Books as a Mental Division," Bookman. 52 :291 - 295; September, 1920.
- Hay, Stella I. and Helen C. Anderson. "Are Nurses Meeting Patient' Need," American Journal of Nursing. 63 : 96 - 99, December, 1963.
- Horn, Erica. M. "A Look at Bibliotherapy," Special Libraries. 66 : 27 - 31; January, 1975.

- Hospital and Institution Libraries, Association of. Bibliotherapy Methods and Materials, Chicago : American Library Association. 1971.
- Hughes, John M. "Anxiety," Nursing Mirror. 21 : 17 - 18; March, 1971.
- Lindah, H.M. and Naterine Koch. "Bibliotherapy in the Middle Grades," Elementary English. 29 : 390 - 396; November, 1952.
- Locioli, C.E. "Full Partnership on the Education and Therapeutic Team-- the Goal Hospital and Institution Libraries," American Library Association Bulletin. 55 : 313 - 314; December, 1961.
- Lückmann, Joan and Karen Sorenson. Medical Surgical Nursing a Psychophysiological Approach. Philadelphia : W.B. Saunders, 1974.
- McReynolds, Paul. "Assimilation and Anxiety," Emotion and Anxiety. Englewood Cliffs : Lawrence Erlbaum Association, 1976.
- Mahaffy, Perry R. "The Effects of Hospitalization on Children Admitted for Tonsillectomy and Adenoidectomy," Nursing Research. 14 : 12 - 19; Winter, 1965.
- Mattson, A. "Long - Term Physical Illness in Children : A Challenge to Psychosocial Adaptation," Pediat. 50(5) : 801 - 811; May, 1972.
- Meissner, William W. "Theories of Personality and Psychopathology Classical Psychoanalysis," in Comprehensive Textbook of Psychiatry. 3rd ed. Baltimore : William & Wilkins, 1980.
- Menninger, W.C. "Bibliotherapy," Bulletin of Menninger Clinic. 1 : 263 - 273; November, 1937.
- Penken, Judge Jacob. "Prevention of Juvenile Delinquency," American Journal of Psychology. 1 : 77 - 86; January, 1957.
- Pomeranz, E.B. "Aims of Bibliotherapy in Tuberculosis Sanatoria," Library Journal. 65 : 687 - 689; August, 1940.
- Rouhani, Graine C. "Understanding Anxiety," Nursing Mirror. 49 : 25; March, 1978.
- Sarason, Seymour B. Anxiety in Elementary School Children. New York : John Wiley & Son, 1960.
- Scipien, Glays M. and others. Comprehensive Pediatric Nursing. New York : McGraw-Hill, 1975.

Shepherd, T. and L.B. Iles. "What is Bibliotherapy," Language Arts. 53 : 567 - 571; May, 1976.

Steinhauer, Paul D., David N. Mushin and Quentin Rae-Grant. "Psychological Aspects of Chronic Illness," in Psychological Problem of in the Family. p. 457 - 475. New York : Basic Book, 1983.

Stoneburg, Mary Rita. "Bibliotherapy and Its Use with Exceptional Children," Illinois Libraries. 62 : 665 - 677; October, 1980,

Waples, Douglas. What Reading Does to People. Chicago : University of Chicago, 1940.

Wassner, Adelheid. "Patient Care for Safety," International Nursing Review. 23 : 144 - 145; September - October, 1976.

Webster's Third New International Dictionary. Chicago : Encyclopedia Britannica Inc., 1966.

Zung, William W.K. The Measurement of Anxiety. New York : Warner Lambert, 1978.

_____. "A Rating Instrument for Anxiety Disorder," Psychosomatics. 12(6) : 371 - 372; November - December, 1971.

ကမ္ဘာ့အသံ

ภาคผนวก ก

แบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่าน

แบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่าน

จงอ่านข้อความที่กำหนดให้แล้วตอบคำถาม โดยเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียง
คำตอบเดียว แล้วทำเครื่องหมายกากบาท ✕ บนตัวอักษรหน้าข้อความที่เลือกลงใน
กระดาษคำตอบ

อ่านข้อความนี้แล้วตอบคำถามข้อ 1

บ้านเมืองเขียวขจี ชุมชนสะอาด ชนในชาติสุขใจ ประเทศไทยรุ่งเรือง

1. บ้านเมืองที่กล่าวถึงมีลักษณะอย่างไร

- ก. ประชาชนปลอดภัย
- ข. บ้านเมืองไม่ไถ่ศาสนา
- ค. บ้านเมืองสะอาดร่มรื่น
- ง. ประชาชนมีความสุข

อ่านข้อความนี้แล้วตอบคำถามข้อ 2 - 3

รถยนต์ทุก รถแท็กซี่ รถสามล้อเครื่อง รถส่วนตัว แล่นฉวัดเฉวียน
เบี่ยงซ้ายขวาก็หน้า จอดก็หลัง จวนแต่เป็นสาเหตุอันตราย ถูกคาม
สวัสดิภาพของประชาชน

2. สวัสดิภาพของประชาชน หมายถึงอะไร

- ก. ความปลอดภัย
- ข. สุขภาพร่างกาย
- ค. ความสุข
- ง. ไม่มีข้อใดถูก

3. ข้อใดเป็นสาเหตุให้เกิดอันตราย

- ก. ขับรถเร็วเจวียน
- ข. ขับรถหักหน้า
- ค. ขับซิกรดคันอื่น
- ง. ถูกทุกข้อ

อ่านข้อความนี้แล้วตอบคำถามข้อ 4 - 6

"แหม ข้าวต้มของแม่หนูอร่อยจริง ๆ ฉันไม่เคยกินข้าวต้มอย่างนี้เลย
ที่บ้านฉันก็มีแต่ไม่เคยถูกใจ หังปลาเค็มมั้งก็หอมไม่เค็มมาก"

4. คำกล่าวนี้ควรจะกล่าว ณ ที่ใด

- ก. ไร่
- ข. บ้าน
- ค. ตลาด
- ง. โรงเรียน

5. ผู้พูดกับผู้ฟังแตกต่างกันในเรื่องใด

- ก. เพศ
- ข. รสนิยม
- ค. ความเป็นอยู่
- ง. อายุ

6. ข้อความนี้กล่าวถึงเรื่องใด

- ก. รสชาติอาหาร
- ข. การปรุงอาหารให้อร่อย
- ค. การรับประทานอาหาร
- ง. ถูกทุกข้อ

อ่านข้อความนี้แล้วตอบคำถามข้อ 7 - 8

การแข่งขันกีฬาที่ดี ผู้เข้าแข่งขันจะต้องมีน้ำใจเป็นนักกีฬา คือไม่เห็นแก่ตัว
ฝ่ายเดียว ต้องรู้จักเห็นใจผู้อื่นด้วย ถ้าผิดใจกันอย่างนี้ ทั้งผู้แพ้และผู้ชนะ
ก็ย่อมสบายใจไม่เดือดร้อนทั้งตัวเองและผู้อื่น

7. ข้อความนี้กล่าวถึง เรื่องใด
 - ก. วิธีการเล่นกีฬา
 - ข. การตัดสินการแข่งขันกีฬา
 - ค. วิธีการแข่งขันกีฬา
 - ง. จุดมุ่งหมายของการแข่งขันกีฬา
8. การแข่งขันกีฬา มีขึ้นเพื่ออะไร
 - ก. ปีกให้ไม่เห็นแก่ตัว
 - ข. ปีกความมีน้ำใจ
 - ค. ปีกให้รู้แพ้ชนะ
 - ง. ถูกทุกข้อ

อ่านข้อความนี้แล้วตอบคำถามข้อ 9

ทุก ๆ วันสิงโตจะโผล่หน้าออกมาหน้าถ้ำ ส่งเสียงคำรามทั้งกึกก้องเพื่อ
แสดงให้สัตว์ต่าง ๆ เห็นเขี้ยวอันคมขาวแข็งแรง สัตว์ต่าง ๆ มีความ
เกรงกลัวเป็นอันมาก ทุกครั้งที่สิงโตโผล่ออกมาคำรามก็ต้องหาอาหาร
มาให้ และต่างก็ประสบความสำเร็จมากในการจัดเปลี่ยนเวรที่จะจัด
อาหารมาให้สิงโต

9. สัตว์ต่าง ๆ กลัวสิ่งใดมากที่สุด ความรู้สึกนี้คล้ายกับข้อใด

- ก. หูกกลัวแมว
- ข. โจรกลัวตำรวจ
- ค. ศิษย์กลัวครู
- ง. ลูกกลัวแม่

อ่านข้อความนี้แล้วตอบคำถามข้อ 10 - 12

ในสมัยก่อนผู้ที่อ่านเขียนหนังสือได้น้อยมาก ส่วนมากเป็นข้าราชการ ข้าราชการหรือคนพื้น ๆ หายาก เพราะไม่ค่อยจะมีโรงเรียนให้เรียน ต้องอาศัยเรียนกับพระตามวัด ซึ่งเป็นโรงเรียนของเด็กผู้ชายเท่านั้น ทั้งผู้คนที่ไม่ค่อยจะเห็นประโยชน์ของการเรียนหนังสือกันนัก จึงไม่นิยมส่งลูกหลานให้เข้าเรียนหนังสือ ยิ่งถูกผู้หญิงแล้วพ่อแม่ก็ไม่จำเป็นเลยควรจะอยู่บ้านทำงานดีกว่า โตอีกหน่อยเป็นสาวก็แต่งงานมีลูกไป ต้องไปทำงานบ้านให้สามีและเลี้ยงลูกแล้ว ถ้าให้เข้าเรียนหนังสือจะหาให้ใจแตก เขียนจดหมายถึงผู้ชายหรือที่เรียกกันว่า "เพลงยาว" ผู้ชายเขียนมา ผู้หญิงเขียนตอบไป ผู้หญิงจึงไม่ได้เข้าเรียนอย่างผู้ชาย อย่างนี้ก็เรียนกันเองในบ้าน พอเขียนหนังสือสุกตัวเองได้เท่านั้น

10. สมัยก่อนใครมีความสามารถอ่านหนังสือได้

- ก. ข้าราชการ
- ข. พระ
- ค. เด็กผู้ชาย
- ง. ข้อ ก และ ข ถูก

11. เหตุใดคนสมัยก่อนจึงไม่นิยมนั่งดูทีวีบนหนังสือ

- ก. ต้องการให้ช่วยงานบ้าน
- ข. ไม่เห็นประโยชน์ของการเข้าเรียน
- ค. ไม่มีหนังสือ
- ง. ฐานะยากจน

12. ข้อใดหมายถึง เพลงยาว

- ก. เพลงพื้นเมือง
- ข. เพลงกล่อมเด็ก
- ค. จกหมายโต๊ตอม
- ง. จกหมายรัก

อ่านข้อความนี้แล้วตอบคำถามข้อ 13 - 14

นางกวางค์หนึ่งในฝูงของพญาควางคำ ถึงคราวจะต้องถูกฆ่าในวันรุ่งขึ้น ขณะนั้นนางกวางค์ท้องแก่ใกล้จะถึงกำหนดคลอดอยู่แล้ว นางนึกสงสารลูกในท้องที่จะต้องเสียชีวิตพร้อมกับแม่ทั้งแต่ยังไม่เกิด นางจึงไปขอร้องพญาควางคำ ขอบ่อนผันเพียงขอให้นางคลอดลูกและเลี้ยงลูกให้แข็งแรงเสียก่อน แล้วนางยินดีจะให้ชีวิตของนางแก่พญาควางคำไม่ยอมบ่อนผันให้ ไบรркаเพื่อนนาง ของนางก็ไม่มีศรัทธายอมเสียชีวิตแทนนาง นางกวางค์ไม่รู้จะหันหน้าไปพึ่งใครอีกแล้วนึกขึ้นมาได้ถึงพญาควางทอง ถึงแม้พญาควางทองจะไม่ใช้หัวหน้าของนางก็จริง แต่ก็ไ้ทราบดีว่าพญาควางทองเป็นหัวหน้าที่มีใจเต็มเปี่ยมไปทั่วด้วยความเมตตากรุณานางจึงไปหาพญาควางทอง

13. บ่อนดิน มีความหมายตรงกับข้อใด

- ก. เลื่อนไป
- ข. ขอนแปรน
- ค. แข็งรัก
- ง. เมื่อยชา

14. เหตุใดนางกวางจึงกลัวภูทอก

- ก. ถึงเวรทองภูทอก
- ข. สงสารภูทอก
- ค. ใก้ลจะถึงกำหนดคลอดลูก
- ง. ภูทอกขี้

อ่านข้อความนี้แล้วตอบคำถามข้อ 15

แก้วเขียวแก้ว	แจ้วแจ้วเจรจา
มันรู้ภาษา	พูดตามคนสอน
เจ้าของพูดเพราะ	แก้ว เกาะจับคอน
อุกสาหัววอน	พูดเพราะตามไป
แก้วเขียวแก้ว	แจ้วแจ้วเสียงทำ
มันรู้ภาษา	ร้องทำเป็นไฟ
เจ้าของคำเล่ง	แก้วเข่ง เหลือใจ
ขึ้นพาไปไหน	ขายหน้าเขาเขย

15. อะไรเป็นสาเหตุให้แก้วพูดคำทำ

- ก. โกรธรัก
- ข. ภูทอกแกล
- ค. โคนคำก่อน
- ง. พูดตามเจ้าของ

อ่านข้อความนี้แล้วตอบคำถามข้อ 16 - 17

นานมาแล้วมีหนูตัวหนึ่ง เห็นพระอาทิตย์มีแสงแรงกล้า สามารถส่องแสงที่
ร้อนแรงไปทั่วหลายสิ่งต่าง ๆ ได้ หนูจึงคิดว่าพระอาทิตย์มีฤทธิ์มากก็อยาก
เป็นพระอาทิตย์บ้าง จึงไปขอพรจากพระอิศวร พระอิศวรก็ประทานพรให้
ครั้งหนูได้เป็นพระอาทิตย์แล้วก็ส่องแสงแรงกล้าไปทำความเดือดร้อนให้แก่โลก
จนเมฆต้องมาขบขันไว้ พระอาทิตย์เอาชนะเมฆไม่ได้จึงไปขอร้องพระอิศวร
ขอเป็นเมฆ พระอิศวรก็ประทานให้ พอได้เป็นเมฆก็ปล่อยฝนให้ตกใหญ่
จนลมพัดเอาเมฆและฝนปลิวไป เมฆหนูหวนลมไม่ได้จึงไปขอร้องพระอิศวรขอ
เป็นลม พระอิศวรก็ประทานให้ พอได้เป็นลมหนูก็แฉองฤทธิ์พัดบ้านเรือน
พังทลาย แต่ไม่สามารถพัดให้จอมปลวกพังลงได้ จึงไปขอร้องพระอิศวรขอเป็น
จอมปลวก พระอิศวรก็ประทานให้ พอเป็นจอมปลวกก็ถูกควายขวิดพังลง
หนูจึงไปขอร้องพระอิศวรขอเป็นควาย พระอิศวรก็ประทานให้ ครั้นได้เป็นควาย
ก็ถูกหนูกัด ควายไล่ขวิดก็ขวิดไม่ถูก เพราะหนูตัวเล็กและว่องไวกว่า
จึงไปขอร้องพระอิศวรขอเป็นหนูกาเมเดิม

16. หนูจึงไปขอพร จากพระอิศวร ขอพรแปลว่าอะไร
- ก. ขอให้พระอิศวรบันดาลให้ทำอะไรก็ได้สมปรารถนา
 - ข. ขอให้พระอิศวรให้ในสิ่งที่ตนประสงค์
 - ค. ขอให้พระอิศวรทำให้ตนมีอำนาจมากที่สุด
 - ง. ถูกทุกข้อ

17. เพราะอะไรหนูจึงอยากเป็นนั้นเป็นนี้
- ก. เพราะอยากให้เป็นใคร ๆ ของตนเอง
 - ข. เพราะอยากให้เป็นใคร ๆ เห็นว่าคนที่
 - ค. เพราะอยากให้เป็นใคร ๆ เคารพนับถือ
 - ง. เพราะอยากให้เป็นใคร ๆ เกรงกลัว

อ่านข้อความนี้แล้วตอบคำถามข้อ 18 - 22

ทุกวันนี้จะเห็นได้ว่าอาหารเสริมจำพวกนมจะมีราคาสูงขึ้นอยู่เสมอ ทำให้คิดว่าเราน่าจะหาน้ำนมวัวเหลืองซึ่งมีราคาถูกกันดีกว่า น้ำฉั้วเหลือง 1 แก้ว จะให้โปรตีนประมาณ 5 กรัม ใกล้เคียงกับไข่ 1 ฟอง ไข่เป็นอาหารเสริมที่ดีสำหรับเด็ก หญิงมีครรภ์ หรือหญิงให้นมลูกกินนม และคนสูงอายุ โดยเฉพาะเหมาะสำหรับเด็กหรือผู้ใหญ่ที่เป็นโรคท้องเสีย หรือเกิดมาจากการเจ็บป่วย และดื่มแล้วไม่โต ให้กินนมฉั้วเหลืองแทนก็มีประโยชน์มาก นมฉั้วเหลืองดื่มได้ทั้งร้อนและเย็นถ้าไม่เก็บไว้นานเกิน 24 ชั่วโมง และในการทำ น้ำนมฉั้วเหลืองจะมีกากหรือเนื้อฉั้วเหลืองอยู่บ้างเพราะเนื้อฉั้วเหลืองมีคุณค่าทางอาหาร ถ้านำไปผสมในอาหารคาวหวาน จะทำให้ไม่เสียของ และได้คุณค่าทางอาหารด้วย เช่น ไข่ผสมในหมู่มะกอก เต้าเจี้ยวหลน ทอดมัน ขนมหอมแกง หัวกวน เป็นต้น

18. คำว่า "อาหารเสริม" มีความหมายใกล้เคียงกับข้อใด
- ก. อาหารสำหรับเด็ก
 - ข. อาหารที่กินเพิ่มเติมน
 - ค. อาหารสำหรับเด็ก
 - ง. อาหารที่เป็นน้ำ

19. น้ำนมตัวเหลือง 1 แก้ว มีโปรตีนเท่ากับอาหารในข้อใด
- นมวัว 1 แก้ว
 - ไข่ 1 ฟอง
 - ไข่ 1 ฟอง
 - ข้อ ก และ ค ถูก
20. ข้อที่สำคัญของนมตัวเหลืองคืออะไร
- ให้ประโยชน์มากกว่านมวัว
 - มีกากเหลือไว้ทำขนมกินได้
 - ดื่มได้ทั้งร้อนและเย็น
 - ราคาถูก
21. ควรทิ้งชื่อเรื่องนี้ว่าอะไร
- วันมีคุณดื่มนมหรือยัง
 - มาที่นมตัวเหลืองกันเถอะ
 - ประโยชน์ของกากนมตัวเหลือง
 - ชมเมอร์รี่จากตัวเหลือง
22. จากข้อความนี้สรุปใจความสำคัญได้ร้อย่างไร
- นมตัวเหลืองเป็นอาหารเสริมที่มีประโยชน์และราคาถูก
 - ตัวเหลืองสามารถนำไปทำอาหารได้หลายชนิด
 - นมเป็นอาหารเสริมทุกเพศและทุกวัย
 - ตัวเหลืองให้คุณค่าทางอาหารเทียบเท่ากับเนื้อสัตว์

อ่านข้อความนี้แล้วตอบคำถามข้อ 23 - 25

มีกาตัวเมียตัวหนึ่งอาศัยอยู่บนต้นไม้ วันหนึ่งแม่มากก็วางไข่ไว้หลายฟอง เมื่อแม่มากและพ่อกาบินออกไปหาอาหาร กลับมาก็พบว่าไข่หายไปหมด เพราะมีงูตัวหนึ่งอาศัยอยู่ในโพรงไม้ มันเลื้อยขึ้นไปขโมยไข่กามากิน หลังจากนั้นแม่มากก็วางไข่ใหม่อีก แต่เมื่อแม่มากพ่อกาบินจากรังไปงูก็เลื้อยขึ้นมาขโมยไข่กินอีก พ่อกาเมื่อเสียใจมาก มันจึงขอให้หมาในเพื่อนของมัน ช่วย หมาในคิดอยู่ครู่หนึ่ง แล้วพูดว่า "จงบินไปยังเมืองโน้นไปที่ห้องสรงในพระราชวัง พระธิดาพระราชมาอาสน์ที่นั่นทุกวัน พระนางต้องออกเครื่องประดับออกก่อนเสมอ เพื่อนจงลอบเครื่องประดับของพระนางบินกลับมาที่ต้นไม้คอยให้ทหารของพระราชาทเห็น แล้วค่อยหึ่งลงไปในรู ทุกลักษณะจะเรียบร้อย" กาตัวเมียพาตามหามาในบอกให้ทุกทุกประการ มันลอบกำไลมือของพระธิดาบินหามา พระนางเห็นดังนั้นจึงร้องให้คนช่วย ทหารของพระราชาวิ่งตามกาทั้งสองไปและเห็นเห็นกาหย่อนกำไลลงในรู ทหารของพระราชานำมาแล้วช่วยกันไล่งูออกมา งูหนีออกมาแล้วเลื้อยเข้าป่าไป ทหารของพระราชาก็เก็บกำไลกลับไป นับตั้งแต่นั้นมางูก็ไม่กล้ากลับมาที่นี้อีก กาตัวเมียก็ใจมาก ไข่ของมันก็ปลอดภัย และพ่อกาเมื่ออยู่กับลูกน้อยของมันอย่างมีความสุข

23. ใคร เป็นผู้ที่ฉลาดที่สุด

- ก. กา
- ข. หมาใน
- ค. ทหารของพระราช
- ง. พระธิดา

24. เพราะเหตุใดจึงต้องหนีไปหาที่อยู่อื่น

- ก. กลัวการจะมาเอาไข่คืน
- ข. กลัวทหารจะมาเอากำไล่คืน
- ค. กลัวพระราชา
- ง. กลัวทหารจะมาทำร้ายตนเอง

25. ห้องตรงหมายถึงอะไร

- ก. ห้องน้ำ
- ข. ห้องแต่งตัว
- ค. ห้องพระโรง
- ง. ห้องรับแขก

ภาคผนวก ข

แบบทดสอบวัดความรู้เกี่ยวกับ

แบบทดสอบวัดความวิตกกังวล

คำชี้แจง

1. แบบทดสอบนี้ต้องการถามเกี่ยวกับความรู้สึกและความวิตกกังวลในการเจ็บป่วยของท่าน โดยจะมีข้อความให้ท่านอ่าน แล้วท่านพิจารณาข้อความเหล่านั้นว่าตรงตามลักษณะความรู้สึกของท่านหรือไม่ ทั้งนี้คำตอบของท่านจะไม่มีถูกหรือผิดเพราะคนเราแต่ละคนย่อมมีความรู้สึกต่างกัน เพราะฉะนั้นขอให้ตอบตรงกับสภาพที่เป็นจริงของท่านให้มากที่สุด

2. วิธีการตอบแบบทดสอบ ให้ท่านอ่านข้อความที่ถามแต่ละข้อ แล้วชี้เครื่องหมายลงในช่อง "จริง" หรือ "ไม่จริง" แล้วเห็นว่าข้อความนั้นจะตรงตามความเป็นจริงของท่านหรือไม่ ถ้าข้อความนั้นตรงตามสภาพความเป็นจริงที่เกิดขึ้นกับตัวท่าน ให้ชี้เครื่องหมาย
 ✓ ลงในช่อง "จริง" แต่ถ้าข้อความนั้นไม่ตรงตามความเป็นจริงของท่าน ให้ชี้เครื่องหมาย
 ✓ ลงในช่อง "ไม่จริง"

ตัวอย่าง

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
๐	ฉันเป็นคนขยัน		
๐๐	ฉันชอบร้องเพลง		

3. ถ้าท่านต้องการเปลี่ยนคำตอบ ให้ชี้เครื่องหมายเดิมทิ้ง แล้วไปกาช่องใหม่

ข้อควรระวัง

- ก. แต่ละข้อกาเครื่องหมาย ✓ เพียงอันเดียว
- ข. ท่านต้องทำแบบทดสอบทุกข้อ
- ค. ขอให้ท่านตอบแบบทดสอบตามความเป็นจริงมากที่สุด เพราะแบบทดสอบนี้จะไม่เป็นผลเสียหายต่อตัวท่านแต่อย่างใด

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
1.	ฉันเกิดความรู้สึกว่าถูกทอดทิ้งให้ฉันคนเดียว		
2.	ฉันรู้สึกหมกหมุ่นในชีวิต จนไม่มีกำลังใจที่จะรักษาโรค		
3.	ฉันรู้สึกเหงา และว่าเธออยู่ตลอดเวลา		
4.	ฉันรู้สึกว่าตนเองมีความสุข		
5.	ฉันรู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจที่ร่างกายไม่สมบูรณ์แข็งแรง เช่นคนอื่น		
6.	ฉันไม่เคยกลัวหมอ และพยาบาล		
7.	ฉันรู้สึกว่าเวลาของแต่ละวันหมดไปอย่างน่าเบื่อหน่าย		
8.	ตอนกลางคืนฉันรู้สึกกลัวเมื่อต้องนอนอยู่คนเดียว		
9.	ฉันรู้สึกเกลียดชังคนที่มึนร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง เพราะคิดว่า เขาช่างโชคดีกว่าฉัน		
10.	ฉันรู้สึกว่าตนเองสบายใจขณะอยู่ในโรงพยาบาล		
11.	ฉันรู้สึกว่าเด็กคนอื่น ๆ เป็นเด็กที่มีรูปร่างลักษณะดีกว่าตัวฉัน		
12.	ฉันไม่เคยรู้สึกกลัวอะไรเลย		
13.	ฉันมักมีอาการหงุดหงิดอยู่เสมอ		
14.	ฉันรู้สึกว่าชีวิตของตนเองเต็มไปด้วยความเศร้าหมอง		
15.	ฉันกังวลใจว่าผู้อื่น เช่น พยาบาล ครู และเพื่อน ๆ จะคิดอย่างไรกับตัวฉัน		
16.	ฉันไม่เคยกังวลใจเกี่ยวกับความเจ็บป่วยของตัวเอง		
17.	ฉันมักรู้สึกหวาดกลัวโดยไม่รู้สาเหตุ		
18.	ฉันรู้สึกวิตกกังวลและกลัวว่าอาจได้รับอันตรายถึงแก่ ชีวิต		
19.	ฉันมักจะคิดมากจนนอนไม่หลับ		

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
20	ฉันคิดว่าชีวิตของฉันมีแต่ความเจ็บปวด		
21	เมื่อใดที่อะไรเจ็บมาก ๆ ฉันมักจะร้องไห้หรือส่งเสียง แสดงความเจ็บปวดออกมาดัง ๆ		
22	ฉันรู้สึกอ่อนเพลียอยู่เสมอ		
23	ฉันกังวลใจว่าตัวเองจะเจริญเติบโตเหมือนเด็กคนอื่น ๆ หรือไม่		
24	ฉันไม่เคยกังวลใจว่าจะทำอะไรไม่ได้		
25	ฉันรู้สึกกลัวว่าตัวเองจะท้องพิการ		
26	เมื่อเห็นเลือดออกมาก ๆ รู้สึกหนาวเสียว หรือหวิว ๆ คล้ายจะเป็นลม		
27	ฉันรู้สึกกลัวบ่อย ๆ ซึ่งบางครั้งก็ไม่ว่ากลัวอะไร		
28	ฉันไม่เคยกลัวความเจ็บปวดจากการรักษาพยาบาล		
29	ฉันรู้สึกไม่สบายใจเกรงว่าจะไม่มีใครดูแลช่วยเหลือ ในขณะที่รักษาตัวในโรงพยาบาล		
30	ฉันรู้สึกกังวลใจที่จะท้องไ้กับความเจ็บปวดจากการรักษา เช่น เจาะเลือด ฉีดยา ให้น้ำเกลือ ฯลฯ		
31	ฉันรู้สึกโกรธแค้นโชคชะตาที่ทำให้ร่างกายไม่สมบูรณ์ แข็งแรงเช่นคนอื่น		
32	ฉันไม่รู้สึกกลัวเจ็บเมื่อไปหาหมอ		
33	ฉันกังวลใจว่าฉันจะหายป่วยหรือไม่		
34	ฉันกังวลใจว่าเมื่อไหร่ฉันจะได้กลับบ้าน		
35	ฉันไม่เคยกังวลใจว่าฉันจะไม่หายป่วย		

ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายชื่อของแบบทดสอบวัดความวิตกกังวล

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	0.27	19	0.33
2	0.33	20	0.40
3	0.30	21	0.27
4	0.33	22	0.30
5	0.27	23	0.47
6	0.30	24	0.27
7	0.30	25	0.27
8	0.27	26	0.40
9	0.47	27	0.27
10	0.27	28	0.33
11	0.27	29	0.27
12	0.33	30	0.27
13	0.27	31	0.30
14	0.40	32	0.27
15	0.27	33	0.30
16	0.27	34	0.27
17	0.40	35	0.33
18	0.27		

ค่าอำนาจจำแนก = .20 จึงใช้ได้

ภาคผนวก ก

บรรณานุกรมหนังสือที่ได้รับการคัดเลือก
ที่ใช้ในการทดลองเก็บเก็บข้อมูล เรื่องที่ได้มีการนำบทความหนังสือ

กรอมาลัย เทพสวัสดิ์ ความหวังของสร้อย. ภาพโดย พิศนทน์ วัฒนพงศ์. กรุงเทพฯ :
กมล, 2528.

สร้อยเป็นไต๋เที่ยวทั่วเล้าช้างศึก ขนสีน้ำตาลปนดำ มีสร้อยสีเหลืองรอบ ๆ คอ
มันมีลักษณะไม่เหมือนกับไต๋ตัวอื่น ๆ ในฝูงที่อาศัยขายเลี้ยงไว้ สร้อยจึงอยากกลับไปหา
พี่น้องของตัว จนกระทั่งวันหนึ่ง สร้อยออกไปหากินไกลมากและออกไข่ออกมา แต่เผชิญ
สุนัขจึงจอกมาแย่งเอาไข่ออกไปกิน สร้อยเสียใจมากแต่ก็ได้รับความดีใจและตื่นเต้นแทนเมื่อ
ได้พบกับไต๋หนุ่มตัวโตกว่าสร้อย ไต๋ตัวนี้มีลักษณะเหมือนสร้อยมากที่สุด มันชวนสร้อยไปอยู่ด้วย
กัน สร้อยได้มีบ้านของตนเองและมีลูกโก๋ห้าตัว มันรู้สึกมีความสุขและสมหวังอย่างยิ่ง

จ้อย นันทวิจิตร, ม.ล. เจ้าเบิ้ม. ภาพโดย สุมิตรา ทรงสิทธิ์. กรุงเทพฯ :
บรรณกิจ, 2528.

หนังสือเล่มนี้มุ่งสอนให้เด็กมีความมานะพยายามไม่ท้อแท้ใจในการกิจการใด ๆ
เมื่อหากอ้าวถึงแม่เบิ้มลูกห้าตัว ไต๋แม่ เบิ้ม บ่าง แหม่ม งอ และจุก เบิ้มตัวโต
แต่ขางอกขาและไม่แข็งแรงเท่าพี่น้องตัวอื่น ๆ แต่เบิ้มก็มีความสุข และเล่นกับพี่น้องทุก ๆ ตัว
ต่อมาแม่และพี่น้องชวนเบิ้มไปสู่โลกภายนอก เบิ้มไม่ยอมจากบ้านแม่และพี่น้องจึงหึงเบิ้มไป
ก่อนแรกเบิ้มก็มีความสุขดี แต่ต่อมาน้ำใจเริ่มแห้ง แหม่มต่าง ๆ ก็หายาก เบิ้มจึงออกมาสู่
โลกภายนอก และพบว่าโลกภายนอกสวยงามและกว้างใหญ่มาก แต่ก็มีอันตรายรอบคั่น
เบิ้มคิดถึงแม่และพี่น้อง จึงออกตามหา เมื่อเบิ้มพบแม่เบิ้ม แม่บ๊ว นากะบายง หนี่ และกระรอก
เบิ้มจึงถามถึงทิศทางที่จะไปพบญาติของตน ถึงแม่จะเหนื่อยยากเบิ้มก็ไม่ห่อหอย จนในที่สุด
เบิ้มพบว่า ชาติของตนแข็งแรงขึ้น และได้พบกับแม่และพี่น้องสมปรารถนา

ม็อก, วาเลรี. หุ่นน้องช่างทำร่ม. ภาพโดย ไพโรจน์ ดวงประทีปวงษ์.

กรุงเทพฯ : สุริยบรรณ, 2524.

สาระของหนังสือเรื่องนี้เกี่ยวกับเด็กหญิงมาลี ซึ่งเริ่มมีอาการเป็นโรคเรื้อน แม้จึงทรมารรักษาที่โรงพยาบาล มาลียอมมาแต่โดยดีและเชื่อฟังคำสั่งของหมออย่างเคร่งครัด ด้วยกำลังใจที่เข้มแข็งและความหวังดีของเธอจะไ้กลับไปอยู่กับพ่อแม่ ส่งผลให้มาลีชยันเรือน และหมั่นรักษาดน ในที่สุดมาลีก็ไ้กลับมามีใจปรารถนา

บุก (นามแฝง). หังแม่น. ภาพโดย รงค์ (นามแฝง). กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2528.

หังแม่นเป็นลูกช่างตัวหนึ่งที่เกิดมาอาภัพ มีหูกว้างใหญ่มาก เวลาเดินมักจะสะดุดขาตนเองหล่นอยู่เสมอ หังแม่นเสียใจและน้อยใจที่เพื่อน ๆ ช่างด้วยกันคอยล้อเลียนและรังแกอยู่ตลอดเวลา ต่อมาหังแม่นพลัดกับแม่ช่าง มันต้องติดตามโซลงช้าง แท้ด้วยประโยชน์ของหูที่กว้างใหญ่นี้ทำให้หังแม่นเดินไ้และรอกตาย หังยังไ้พบกับฝูงลิงไ้อยู่กับลิงอย่างมีความสุข ลิงสอนให้มัน หังแม่นไ้มีส่วนช่วยให้เพื่อนช่างเก่าซึ่งคนเคยอยู่ด้วย และสัตว์ป่าอื่น ๆ พ้นภัยจากไฟไหม้ป่าไ้สำเร็จ และมันก็ไ้พบกับแม่ช่าง ด้วยผลของการรู้จักอกทนและออกกลืน และการมีส่วนช่วยให้เพื่อนช่างพ้นภัย ทำให้ช่างทั้งโซลงระลึกถึงบุญคุณของหังแม่น หังแม่นและแม่ช่างไ้รับการต้อนรับอย่างดีไ้กลับไ้พบกับโซลงช้างตามเดิม

ปิยดา วนันท์ (นามแฝง). เค้าโมงสู่โลก. ภาพโดย สมชาย เวชวิทย์.

พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : ชมรมเด็ก, 2524.

เค้าโมงเป็นลูกคนสุดท้ายของครอบครัวนกเค้าแมว เค้าโมงมีปัญหาเรื่องสายตา คือตาฟางในเวลากลางคืนจึงต้องออกหากินในเวลากลางวัน ซึ่งผิดปกตินิสัยของนกเค้าแมวทั่วไป ไ้ไปพบ ผึ้ง ร้ว และหนูเป็นเพื่อนกัน เค้าโมงพยายามแก้ปัญหาต่าง ๆ ให้ตนดำรงชีวิต

อยู่ในโลกต่อไปได้ เช่น หาว่าหากว่ามาใช้เวลาที่แสงแดดจ้าเกินไป เมื่อผิวหนังถูกแดดเผาจนปวดแสบปวดร้อนก็เอาโคลนเทออกแล้ว และใช้กิ่งไม้มาทำร่มช่วยบรรเทาความร้อน เค้ามองได้เรียนรู้และรู้จักแก้ปัญหา ไม่ยอมแพ้ต่ออุปสรรคของชีวิต จนในที่สุดกลายเป็นคนที่นอนกลางแจ้ง ตื่นออกหากินกลางวันฉีกจากนกเค้าแมวตัวอื่น ๆ และมีความสุขที่ได้เพื่อนใหม่

พิมพ์พิมล ชงเชียร. กระเจียนน้อยสร้างรัง. ภาพไทย ปรีชา (นามแฝง). กรุงเทพฯ : บรรณกิจ, 2528

เมื่อหากล่าวถึงความเพียรพยายาม มานะอดทนของนกกระเจียนน้อย ที่พยายามสร้างรังของตนให้สวยงาม และปลอดภัยตามคำแนะนำสั่งสอนของลุงกระเจียน นอกจากนี้ นกกระเจียนน้อยตัวนี้ยังได้เรียนรู้เกี่ยวกับปรากฏการณ์ตามธรรมชาติ และภัยอันตรายต่าง ๆ

มัลลิกา ศันสน์พน. ท้อมเตี้ยมเขี้ยวโลก. ภาพไทย ประสมโชค นวพันธ์พิพัฒน์. กรุงเทพฯ : สุริยบรรณ, 2524.

ท้อมเตี้ยมเป็นเต่าที่ไม่พึงพอใจในรูปร่างหน้าตาของตนเอง มันเฝ้าพิจารณารูปร่างหน้าตาของสัตว์อื่น ๆ แต่เมื่อท้อมเตี้ยมได้มีโอกาสพูดคุยกับสัตว์ต่าง ๆ แล้ว สัตว์ทั้งหลายต่างก็บอกว่าตนมีข้อสุ่มมาอย่างที่เราคิด และอวัยวะต่าง ๆ ที่ตนมีอยู่ก็มีไว้เพื่อใช้งาน และเพื่อความอยู่รอด ทั้งให้ความเห็นว่ากระดองของเต่าก็คงจะมีประโยชน์เช่นกัน ต่อมาท้อมเตี้ยมได้อาศัยกระดองของตนช่วยให้พ้นภัยจากงูเห่า ท้อมเตี้ยมจึงได้คิด และภูมิใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่ และคิดที่จะหาประโยชน์ให้แก่สังคมด้วย

วรวชิ ศิริสุนทร. การป้องกันอุบัติเหตุ. ภาพโดย สุพจน์ เพ็ชรใหม่. กรุงเทพฯ :
พจนานุกรม, 2526.

กล่าวถึงการป้องกันอุบัติเหตุอย่างทุกขยาก็ตามทีต่าง ๆ ต้องหน
ตากแตก ตากลม และตากฝน จนได้ไปอยู่ที่กองขยะ ซึ่งการป้องกันก็คิดว่าตนเองจะพบกับ
จุดจบเช่นเดียวกับเพื่อน ๆ แต่เชยโชคร้ายที่เด็กหญิงตัวโตมาเก็บเอากระป๋องไปใช้เป็น
ภาชนะปลูกผักสวนครัว การป้องกันจึงออกภูมิใจไม่ได้ที่ตนได้มีส่วนทำประโยชน์ให้แก่เด็กหญิง
ตัวน้อย ๆ

วัชร ชิวโกเศรษฐ์. บทกวีโรค. กรุงเทพฯ : มานี, ม.ป.ป.

แต่เขื่อนนั้นคงคลกกับกบเป็นเพื่อนกัน ทั้งสองเป็นโรคติดกบมีเมือกสีเทาขุ่นมัวเต็มตัว
กบยอมทนเจ็บให้ กุ้ง ปู และเม่น มาช่วยรักษาจนหาย แต่คงคาไม่เคยจริงกลายเป็นคางคก
สีเรื้อนที่กุ้ง และ ปลา พากันรังเกียจ

ศึกษาธิการ, กระทรวง กรมวิชาการ. จะเป็นหมอ. แปลจาก A Visit to the
Hospital. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : กรมวิชาการ, 2526.

เนื้อหาสาระให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพอนามัย ให้รู้จักโรคภัยไข้เจ็บ และการรักษา
รักษา ทั้งสอนให้เด็กรู้จักมีความอดทนเมื่อต้องต่อสู้กับโรคภัยไข้เจ็บ เมื่อเรื่องกล่าวถึง
สุวรรณซึ่งป่วยเป็นหริบน้อย ๆ ทอมหอนนิลอีกเสบ เขจึงพาไปหาหมอ สุวรรณจะต้องคัดคณ
หอนนิลออก หมอได้อธิบายสาเหตุที่ตองคัดคณหอนนิลออกให้สุวรรณฟังอย่างละเอียด
หมอเป็นคนใจดี จึงทำให้สุวรรณรู้สึกสบายใจไม่วิตกกังวล และไม่กลัวหมอ และปฏิบัติ
ทักตามที่หมอสั่งทุกอย่างขณะที่รักษาอยู่โรงพยาบาล จนกระทั่งสุวรรณหายเป็นปกติ
และมีความคิดว่าโตขึ้นอยากเป็นหมอย่าง จะไ้รักษาคณไข้ต่อไป

สมเกียรติ ถนนพหล. เจ้าชู้เรื้อน. ภาพโดย ชีระพันธุ์ ลอใหญ่ชัย. กรุงเทพฯ :
สุวีริยาสาส์น, 2528.

กล่าวถึงเจ้าชู้เรื้อนซึ่งเป็นหมาที่ชาวบ้านไม่ต้องการเลี้ยง เจ้าชู้เรื้อนได้มี
โอกาสขับไล่เสือเถรตัวหนึ่งให้พ้นหมู่บ้านไปได้ ส่วนตัวก็หายจากเป็นชู้เรื้อน เพราะ
ตกลงในอ่างน้ำมันชื้อได้ พวกชาวบ้านต่างก็ชมเชยเจ้าชู้เรื้อนว่าเป็นหมาที่ดี และไม่มีใคร
เกลียดมันอีกต่อไป

สุนทรา จิงพิชาวุฒิชัย. รองเท้าวิเศษ. ภาพโดย ประสพโชค นวพันธุ์พิสัย
กรุงเทพฯ : ชีระสาส์น, น.ป.ป.

เนื้อเรื่องกล่าวถึงเด็กชายต้องเป็นคู่เอกของเรื่อง ซึ่งต้องการจะวิ่งแข่งให้
ชนะเลิศ แต่ต้องไม่เคยมีความพยายามที่จะฝึกซ้อมวิ่งเลย จึงพ่ายแพ้ในการแข่งขันครั้งแรก
ครูวินัยได้เห็นความผิดหวังของต้องเลยชักชวนนายเอารองเท้าคู่หนึ่งมาให้ โดยอ้างว่าเป็น
รองเท้าที่เอามาจากนักวิ่งทีมชาติฉะนั้นถ้าต้องอยากจะชนะเลิศในการแข่งขันวิ่ง ต้องจะต้อง
พยายามใช้รองเท้าคู่นี้วิ่งทุก ๆ วันอย่างน้อยวันละ 1 ชั่วโมง ด้วยเหตุนี้เองต้องจึงต้อง
พยายามวิ่งทุก ๆ วัน ทั้ง ๆ ที่บางวันเขาก็ไม่อยากจะวิ่งแต่ความที่กลัวว่าจะแพ้ ต้องจึงจึง
ทุก ๆ วัน จนถึงวันแข่งขันต้องก็ประสบความสำเร็จ ซึ่งครูวินัยได้เปิดเผยความจริงว่า
รองเท้าคู่นี้ไม่ได้วิเศษเพราะซื้อจากร้านข้างโรงเรียน การที่ต้องชนะเลิศก็เป็นเพราะว่า
ต้องมีความขยันหมั่นเพียรในการฝึกซ้อมนั่นเอง

สุภา สิริสิงห. ลูกไก่แสนสวย. ภาพโดย ฟิลิป จัง. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ :
สุวิทย์บรรณ, 2523.

แม่ไก่ตัวหนึ่งมีลูก 10 ตัว ตัวลูกห้อยปีกการจึงถูกที่ ๆ หัวเราะเยาะอยู่เสมอ
ต่อมาลูกไก่ตัวที่ไ้กับอุบัติเหตุจนพิการบ้าง จึงไ้สำนึกและเห็นใจน้อง หนังสือเล่มนี้เป็น
เรื่องเกี่ยวกับสัตว์ที่เ้ก้กชอบและเห็นอยู่เสมอในชีวิตจริงจึงเป็นเรื่องที่สอนให้เ้เห็นว่า

ความโชคร้ายนั้นเกิดขึ้นกับใครก็ได้ แต่เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็ไม่ควรท้อแท้หรือหมกหมองในชีวิต เพราะเป็นเรื่องราวของชีวิต

อลิสสา วัฒนานุกิจ. คาถาอุกเบ็ก. ภาพโดย ชัยวิน อรุณแสง. กรุงเทพฯ : ต้นอ่อน 2530.

อุกเบ็กตัวหนึ่งซึ่งมีขนสีเหลืองเกรียน อาศัยในอาณานิคมของชาวนาผู้หนึ่ง ในอาณานิคม นั้น นอกจากจะมีอุกเบ็กแล้ว ยังมีเบ็กหนุ่ม เบ็กสาว เบ็กแก่ ไก่จวง และห่านอีกด้วย แต่ละตัวมีลักษณะสวยงาม ตัวโต แข็งแรง ห่าทางสง่างาม อุกเบ็กรู้สึกว่าตนเองอาจ หินไม่ยอมให้มีชีวิตอยู่ต่อไป แต่เบ็กรู้สึกสงสารอุก จึงบอกให้อุกเบ็กของคาถาคนหนึ่งหลังกิน อาหารทุกวัน จนโตขึ้นเป็นเบ็กหนุ่ม มีรูปร่างใหญ่โต สง่างาม ยิ่งกว่าเบ็กทุกตัวในอาณานิคม นั้น และอุกเบ็กก็สอนคาถาให้อุกเบ็กตัวเล็ก ๆ ห้องคาถาเพื่อจะโตแข็งแรงเหมือนตนต่อไป

อำนาง เบ็นสมาย. เพื่อนแท้. ภาพโดย วิน (นามแฝง). กรุงเทพฯ : พี.พี. ม.ป.ป.

อุกหนีชีวิตการก่อกำรตัวหนึ่งอาศัยอยู่กับยายหมี่ไผ่ใหญ่ อุกหนีจะถูกล้อเลียน และชมเชยห่างไกลจากสัตว์ไผ่ที่อยู่เสมอ อุกหนีรู้สึกน้อยใจ แต่เป็นผู้มีน้ำใจเชื่อเพื่อเพื่อน เพื่อนให้ช่วยเหลือเพื่อน ๆ เช่น หมู ลิง กระต่ายให้รอดพ้นจากไฟไหม้ป่า ผลของการ กระทำความดีด้วยการช่วยเหลือผู้อื่นที่ประสบทุกข์ภัย เป็นหนทางที่ให้อูกหนีได้รับความรัก และการมีมิตรแท้

อุไร ท้าคุณ. หนูห้อยอวกลาย. ภาพโดย ศักดิ์จิระ เวียงเก่า. กรุงเทพฯ : วัฒนาพานิช, 2528.

หนูห้อยอวกลาย เป็นหนังสืออ่านสำหรับเด็กยุคโลกของเด็ก ซึ่งให้เห็นธรรมชาติของ เด็กกับการกินยา เด็กหัว ๆ ไป มักจะกินยายาก และมีปัญหาอยู่เสมอ ซึ่งผลจากการ ไม่ยอมกินยาเมื่อไม่สบาย อาจก่อให้เกิดผลเสียได้ภายหลัง เนื้อหาถ้าวถึงหนูห้อย

ซึ่งได้ป่วยเป็นไข้ แม่จึงพาไปหาหมอ หมอสั่งให้กินยา แต่หนูห่อไม่ชอบกินยาจึงเหยาทิ้งหมด
ทำให้มีอาการเจ็บป่วยมากขึ้น แม่จึงพาไปโรงพยาบาล หมอให้นอนพักฟื้นรักษาตัวที่โรงพยาบาล
และฉีดยาให้หนูห่อด้วย

ภาคผนวก ง

บรรณนิทัศน์หนังสือหัวไป

ที่ใช้ในการทดลองกับเด็กป่วย เรืองรังที่ได้รับการบันทึกด้วยหนังสือ

จงรัก สิริคัน. จ้อยเปื้อนรัง. ภาพโดย จงรัก สิริคัน. กรุงเทพฯ : ไทวัฒนาพานิช,
2524.

จ้อยเป็นนกกระจามตัวผู้ที่ไม่พึงพอใจในรังของตนเอง จึงบินไปหารังใหม่ แต่จ้อย
ไม่สามารถที่จะขันได้เหมือนอย่างนกเขา หรือพูดภาษาคนก็อย่างนกขุนทอง หรือมีรูปร่าง
สวยงามอย่างนกหงส์หยก จ้อยจึงไม่มีโอกาสที่จะได้อยู่ในรังที่สวยงามทั้ง เช่นนกทั้งสามชนิด
จ้อยจึงรู้สึกท้อแท้ และเห็นว่าตนก็มีความสามารถในการใช้ปากจิกกินแมลงและหนอนที่
หาอาบพืชและผลไม้ได้ จ้อยจึงคิดที่จะกลับไปอยู่รังเก่าของตน

ทศศิริ สุรคัน. 12 ขุนนะ. ภาพโดย จุรินทร์ เวียงนันท. กรุงเทพฯ : ชีรสาสน์,
2530.

กลางป่าใหญ่แห่งหนึ่ง สัตว์ทั้งหลายได้เสนอให้มีการตั้งชื่อ "ปี" ขึ้น โดยจัดให้มีการ
แข่งขันวิ่ง พอถึงวันแข่งขันสัตว์ทั้งหลาย มาพร้อมกันที่จุดเริ่มต้นและเริ่มแข่งขันวิ่ง หนุมานถึง
เส้นชัยตัวแรก เรียกว่า ปีชวด วิ่งมาถึงที่สอง เรียกว่า ปีฉลู เสือมาถึงที่สาม เรียกว่า
ปีชวด กระต่ายมาถึงที่สี่ เรียกว่า ปีเถาะ งูใหญ่มาถึงที่ห้า เรียกว่า ปีมะโรง งูเล็ก
มาถึงที่หก เรียกว่า ปีมะเส็ง ม้ามาถึงที่เจ็ด เรียกว่า ปีมะเมีย แพะมาถึงที่แปด เรียกว่า
ปีมะแม ลิงมาถึงที่เก้า เรียกว่า ปีวอก ไก่มาถึงที่สิบ เรียกว่า ปีระกา หนามาถึงที่สิบเอ็ด
เรียกว่า ปีจอ ส่วนหมูอ้วนมาถึงที่สิบสอง เรียกว่า ปีถุณ จึงเป็นที่มาของปีทั้งสิบสอง

ทิพย์รัตน์ บุรณะโชติ. นิกรภาพไค้ทะเล. ภาพโดย รณรงค์ หนองใส. กรุงเทพฯ :
องค์การคำคุณุสสา, 2529.

เมื่อหากล่าวถึงสภาพไค้ท้องทะเลบริเวณแนวหินปะการัง ซึ่งเป็นที่อยู่อาศัยของ
สัตว์และพืชรูปร่างแปลก ๆ จำนวนมาก นอกไม้ทะเลก็เป็นสัตว์ชนิดหนึ่ง ซึ่งมีรูปร่างหน้าตา
คล้ายดอกไม้บานและมีสีสวยงาม แต่ก็มีพิษและเป็นอันตรายต่อสัตว์ต่าง ๆ ในท้องทะเล มีแต่

ปลาการ์ตูนเท่านั้นที่คอกไม้ทะเลยอมให้เข้าไปใกล้ได้ ทั้งสองเป็นมิตรกันอย่างดี ปลาการ์ตูนจะคอยหนีภัยมาอยู่ใกล้คอกไม้ทะเลเสมอ และบางครั้งปลาการ์ตูนก็คายเอาอาหารมาให้คอกไม้ทะเลบ้าง ท้ายปลาการ์ตูนตัวนี้ได้นำปลาการ์ตูนตัวผู้มาอาศัยอยู่ด้วย และปลาทั้งสองก็ได้อาศัยคอกไม้ทะเลเป็นแหล่งพักพิงของตนและลูก ๆ ตลอดกาล

ทิพย์รัตน์ บุรณะโชติ. อันคนใหม่. ภาพโดย สุพันธ์ กรสวัสดิ์. กรุงเทพฯ : องค์การคำ
ศุภสภา, 2529.

เมื่อกล่าวถึงเด็กชายอันอายุ 9 ปี เขาเป็นเด็กกำพร้าที่อาศัยอยู่กับแม่เพียงสองคน อันเป็นที่รักของแม่มาก เขาจึงเป็นเด็กที่ขี้อายตามใจตนเอง และไม่รักเรียน เขาไม่เคยคำนึงถึงความยากลำบากของแม่ที่จะต้องทำงานทั้งกลางวันและกลางคืนเพื่อหาเงินมาให้เขาใช้ ต่อมาเขาทราบความจริงเรื่องแม่ที่ค้ำเข้านาน และแม่ก็ล้มป่วยลงเพราะร่างกายทรุดโทรม อันจึงสำนึกตัวและกลับตัวเป็นอันคนใหม่ที่รักการ เรียนและช่วยเหลืองานบ้านของแม่อยู่เสมอ

นันทา นิลวัชรศิริ. พ่อหมอ. กรุงเทพฯ : วัฒนาพานิช, ม.ป.ป.

พ่อหมอและผู้เช่าหัวกระเป๋าคือเครื่องมือและยา เพื่อเตรียมไปรักษาคณไช้ พ่อหมอได้รักษานูซึ่งป่วยหนัก กวางแก่ที่เป็นไข้หวัดใหญ่ คางคกขาแหว่ง หมูป่วยเป็นไขมาลาเรีย ไก่เป็นคางทูม ลูกช้างเบื่ออาหาร ลูกแมวเจ็บลิ้น ลูกหมาท้องเสีย วัวน้ำนมไม่ไหล ควายน้อยถูกขู่ก็กลัว ทุกวันพ่อหมอต้องเหน็ดเหนื่อยจากการรักษาคณไช้ เข้าวินหนึ่งพ่อหมอได้ป่วยเป็นไข้หวัดสัปดาห์ต่าง ๆ รู้เรื่องเขาก็พากันมาเยี่ยมเยียน ดูแล ช่วยงาน ทำอาหาร หลังจากพ่อหมอหายป่วยก็ออกไปรักษาคณไช้ต่อไป

ประทีปสร กระทบ แผนของทุตะ. ภาพโดย สมชาย เวชวิทย์. กรุงเทพฯ :

สุวิริยาสาน์, 2525.

ทุตะเป็นลูกคนหัวล้านสะอาท น่ารัก ชุกชนและมีความเฉลียวฉลาดมาก มีพี่ชายชื่อ เตะตะ และโต้งเต้ง ทุตะเป็นลูกของแม่ฮ้วนและพ่ออุ๊ก ซึ่งมีเจ้าของชื่อแม่สร้อยและพ่อสา แม่สร้อยมีสาวแม่ท้าว มีรายไถ่จนไม่คิดขายหมู เขอรักทุตะเหมือนลูก ถูกโบว์รอบคอบ ส่วนพ่อสาไม่ชอบเลี้ยงหมูและอยากจะขายหมูไม่ให้หมก เขารวันหนึ่งหลังอาหารเช้า ลูกหมูทั้งสามตัวชวนกันไปเล่นที่ลานหน้าบ้าน ขณะที่กำลังเอนใจจับกัน ลูกหมูไถ่ป็นเสียงรุดแถมมาจากหน้าบ้าน ลูกหมูสามตัวแอบดู พ่อสากำลังจะขายแม่หมูให้พ่อค้าขายหมู ทุตะก็คิดแผนที่จะช่วยแม่หมูโดยไปแอบซ่อนอยู่ที่คอกงัดไถ่ไถ่หายรุด จนกระทั่งพ่อค้าพาออกจากบ้าน ทุตะก็ออกจากไถ่ไถ่ไถ่ แล้วช่วยแม่กระโถกหนีลงจากรดไถ่สำเร็จ วิ่งหนีกลับบ้าน แม่สร้อยรู้เรื่องเขาก็โมโหพ่อสามาก เย็นวันนั้นครอบครัวหมูไถ่อาหารเพิ่มและอยู่ด้วยกันอย่างมีความสุข

พอพิทย์ เทชรโปธิ. กึ่งกาไปเยี่ยมเพื่อน. ภาพโดย บุญสม จันทร์คงฉาย. กรุงเทพฯ :

วัฒนาพานิช, 2528.

เมื่อหากล่าวถึงกึ่งก้าต้องการไปเยี่ยมเพื่อนทางป่าทิศเหนือ ระหว่างเดินทางกึ่งก้าได้พบก้าตัวหนึ่ง ต่างหักหาญกัน ก้าบินไปพบนกนางแอ่น ก้าบรรยายรูปร่างกึ่งก้าออกไปจากความเป็นจริงให้นกนางแอ่นฟัง นกนางแอ่นบินไปพบงู นกนางแอ่นก็บอกงูว่าจะเกิดเรื่องใหญ่ขึ้น เพราะมีสัตว์อะไรก็ไม่ทราบมีรูปร่างแปลกประหลาดน่ากลัวกำลังเดินทางมา งูกก็ใจร้อนไปเล่าเรื่องนี้ให้บรรดาสัตว์ต่าง ๆ ในป่าฟัง สัตว์ทั้งหลายก็เล่าเรื่องต่อ ๆ กันไป พรรณนารูปร่างของกึ่งก้าแปลกออกไปเรื่อย ๆ สัตว์ทั้งหมดก็ใจกลัววิ่งสร้างกำแพงใหญ่ป้องกันตัวและทางก็หลอมอยู่หลังกำแพงนั้น เมื่อกึ่งก้าเดินทางมาถึงที่แห่งนั้นก็ทราบเรื่องราวทั้งหมดก็อดหัวเราะไม่ได้ และคิดว่าปากคนนั้นยาวกว่าปากกา

เขาวนันทน์ เขมรรัตน์ เจ้าชายชีชลาภ. ภาพโดย พิภพ มุขราชวัฒน์. กรุงเทพฯ :
ไทยวัฒนาพานิช, ม.ป.ป.

เนื้อเรื่อง กล่าวถึงอาณาจักรแห่งหนึ่งซึ่งสงบงามและอุดมสมบูรณ์ ชาวเมืองทุกคน
ต่างมีความสุข เพราะมีพระราชาและพระราชินีเมตตากรุณา ทรงมีพระโอรสองค์หนึ่งเป็น
เด็กที่เฉลียวฉลาด น่ารัก แต่ไม่ชอบการต่อสู้ทำร้าย จึงถูกเรียกว่า "เจ้าชายชีชลาภ"
อยู่มาวันหนึ่ง ปิศาจร้ายคนหนึ่งบุกเข้ามาในวัง เรียกร้องให้พระราชาส่งชาวเมืองออกไป
เป็นทาสปีละ 24 คน พระราชาและพระราชินีไม่ยอมให้พลเมืองไปหนทุกข์ทรมาน ดังนั้น
เจ้าปิศาจจึงสาปให้พระราชาและพระราชินีกลายเป็นต้นไม้สองต้น เจ้าชายน้อยเสวราโศกและ
เสียใจมากถึงกับล้มป่วยลง เมื่อหายป่วยแล้ว เจ้าชายได้ไปที่ต้นไม้ทั้งสองต้น และอธิษฐาน
ให้เทพเจ้าแห่งความดีช่วยพ่อกับแม่ให้พ้นถูกสาป คืนวันหนึ่ง ขณะที่เจ้าชายนอนหลับไคยัน
ว่ามีเหวคาสามองค์ และบอกวิธีแก้คำสาป คือให้เจ้าชายไปตักน้ำจากบ่อน้ำทิพย์ในปราสาท
ของเจ้าปิศาจมารกที่ต้นไม้ทั้งสอง แล้วต้นไม้ก็จะกลายเป็นพระราชาและพระราชินีดังเดิม
เช้าวันรุ่งขึ้น เจ้าชายน้อยจึงออกเดินทางพร้อมกับหีบถาดทองคำของพระปิตาธิกศัตว์ไปเป็น
อาวูช โดยเจ้าชายได้เดินทางรอนแรมด้วยความอดทน กล้าหาญ ไม่กลัวอันตรายใด ๆ
จนถึงปราสาทของปิศาจ เจ้าชายได้เข้าไปตักน้ำในบ่อน้ำกลางประสาธ พันไคน์ปิศาจก็ปรากฏ
ตัวออกมา เจ้าชายได้ต่อสู้กับปิศาจ เจ้าชายได้ใช้ดาบทองคำแห่งดวงหัวใจของปิศาจตาย
เจ้าชายได้ช่วยให้พระราชาและพระราชินีพ้นคำสาป

ระวี นิมนานะเกียรติ. ลูกหนีไม่มีเพื่อน. ภาพโดย สมชาย เวชวิทย์. กรุงเทพฯ :
สุวีริยาสาส์น, 2530.

เนื้อหา กล่าวถึงลูกหนีซึ่งร่ำรวยเงินทองและที่ดินมากมาย แต่นิสัยของลูกหนีไม่
ชอบเอาเปรียบเพื่อน ๆ แม้แต่สิ่งซึ่งลูกหนีรักมาก ลูกหนียังใช้งานหนักและเอาเปรียบ
อยู่เสมอ วันหนึ่งมีลาภพาลิงขาวมาสมัครงานกับลูกหนี ลูกหนีเริ่มแผนการให้ลิงขาวกับ
ลิงดำจับผิดซึ่งกันและกัน ให้กระรอก กระแต และ กระต่ายผิดใจกัน เพื่อตนเองจะได้

ประโยชน์เต็มที่ เมื่อถึงคำและถึงชาวรู้เรื่องเข้า ก็เข้าใจซึ่งกันและกัน และคอยดูการกระทำ
ของลูกหนี ในที่สุดถึงคำ ลิงขาว กระรอก กระแต และกระต่าย ก็พร้อมใจกันลาออกไม่
ทำงานให้กับลูกหนีอีกต่อไป

ราล์ฟ แก้วงาม. ลูกไก่แสนกล. ภาพโดย สมชาย เวชวิทย์. กรุงเทพฯ : ชมรมเด็ก,
2523.

ลูกไก่สามตัวอาศัยอยู่เฝ้ากับแม่ไก่ด้วยความสุข วันหนึ่งแม่ไก่ลี้ภัยลง ลูกไก่ทั้งสาม
ตัวปรึกษากันที่จะนำแม่ไก่ไปรักษา พอที่สุนัขจึงจอกเินผ่านมาและแอบฟังเรื่องที่ลูกไก่
ปรึกษากันอยู่ สุนัขจึงจอกเินให้เฒ่าหลอกลูกไก่ทั้งสามว่าจะเอาแม่ไก่ไปหาหมอในด้า ลูกไก่
ทั้งสามตัวหลงเชื่อ แต่ภายหลังรู้ว่าสุนัขจอกเินไม่เชื่อจะทำร้ายแม่ไก่ ลูกไก่ทั้งสามตัวจึงหา
อุบายหลอกสุนัขจอกเินบ้าง สุนัขจอกเินหลงกลของลูกไก่ทั้งสามตัว จึงจมน้ำตาย ลูกไก่ทั้งสาม
ได้ช่วยกันพยาบาลแม่ไก่จนมีอาการดีขึ้น

วิภาพันธุ์ สุวรรณ และขงยุทธ โรจนวเรเกียรติ. เต่า ๑ กา. ภาพโดย อนุรัตน์
ชัยเมือง. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ศึกษาพร, 2530.

๗ หุ่นหนึ่งมีความอุดมสมบูรณ์มาก เป็นที่อยู่ของสัตว์นานาชนิด ซึ่งรวมทั้ง เต่า ๑
กา เต่าเป็นสัตว์ที่อาศัยอยู่ในหุ่นแห่งนี้มาเป็นเวลานาน ไม่เคยรบกวนหรือเบียดเบียน
สัตว์อื่น ๆ ให้ได้รับความเดือดร้อน ๑ เป็นสัตว์ที่ใจร้อน โกรธง่าย อิจฉาริษยา เห็นใครที่กว่าตน
ไม่ได้ ดังนั้นพวกสัตว์ต่าง ๆ จึงพากันได้รับความเดือดร้อนจากความเกเรของ๑เป็นประจำ
กาได้รับการกระทำของ๑ แต่ก็ไม่รู้จะทำอย่างไร วันหนึ่งเต่าก็ออกมาหากิน เผลอไปเหยียบเอา
หาง๑เข้า เต่าตกใจมากรีบขอโทษ ๑โกรธมาก ทรงเข้าฉกเต่าทันที แต่เต่าก็หลบด้วยความไว
หกตัวนอนนิ่งอยู่ในกระตอก ๑ยิ่งโกรธแค้นหนักขึ้น การซึ่งเกาะดูเหตุการณ์เห็นโอกาสเหมาะ จึง
โผบินลงมาจากต้นไม้ กาจึงแนะนำให้ไปเรียนวิชาปราบเต่ากับพระอาจารย์เต่า๑ถึงจะเอาชนะ
เต่าได้ ๑ได้ฟังก็พอใจ จึงบอกให้กาพาไปเรียนวิชาปราบเต่า การรับคำตกลง แต่พระอาจารย์
เต่าอยู่ไกลต้องข้ามเขาไป กาจึงชวนให้พรรคพวกกา โดยช่วยกันคาบ๑ไป กาทา๑บินไปถึงลานหิน

กว้าง ขณะนั้นเพียงวัน แดกร้อนจัก ทำให้สัญญาปล่อยขงไปพร้อม ๆ กัน จึงหล่นมาถึงแก่ความตาย กาฬินกลับมาหุงบอกราวที่แกงสัตว์ทั้งหลาย จากนั้นจึงอยู่ด้วยความสงบสุขต่อไป

วิธีบะ สิริสงห. อ้วนกับแตงโม. ภาพโดย ไพโรจน์ คาวประสิทธิ์วงศ์. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น, 2525.

เนื้อหาบ่งสอนให้เด็กเห็นโทษของการเป็นคนตะกละ ชอบกินอาหาร หรือผลไม้มาก ๆ และกินเร็ว ๆ เพราะเกรงว่าคนอื่นจะแย่งกิน ซึ่งผลสุดท้ายจะเป็นอันตรายต่อร่างกาย กล่าวถึงเด็กชายอ้วนเห็นพี่แมกแตงโมก็อยากกิน พี่ก็จัดการแบ่งออกเป็น 10 ชิ้น ได้คนละ 3 ชิ้นเท่า ๆ กัน อ้วนรีบกินแตงโมเพื่อจะได้กินชิ้นที่เหลือจากการแบ่งอีกชิ้นหนึ่ง โดยกลืนเมืกแตงโมเข้าไปด้วย พี่ชายเห็นวิธีการกินของน้องชายก็บอกว่าเมืกแตงโมที่กลืนเข้าไป จะไปงอกในท้อง กันก็จะมีรากแตงโมออกมา ส่วนหัวก็จะมีเถาแตงโมโผล่ออกมาด้วย อ้วนเกิดความกลัววิ่งไปหาพี่สาว เธอจึงให้พี่สาวก็แนะนำวิธีให้ "กินมากให้โทษ กินแค่น้อยอร่อยดี" อ้วนท่องคาถาทุกวัน เพื่อให้เมืกแตงโมละลาย และจะไม่โผล่มาอีกแล้ว

สมบุญ สิงฆมานันท์. โก้งเสียงทอง. ภาพโดย สุธีร์ ธารชัย. กรุงเทพฯ : พี. เค., 2527.

เนื้อหากล่าวถึงโก้งเสียงทอง ซึ่งเป็นพี่รักใคร่ของสองทนาย และเพื่อน ๆ สัตว์ด้วยกัน อยู่มาวันหนึ่งหมาจึงจอกไก่หลอกล่อคายเอาโก้งไป ทนายและสัตว์อื่น ๆ ก็ออกติดตามช่วยเหลือ โก้งได้อาศัยไหวพริบของตนหลอกหมาจึงจอกให้ร้องตะโกนขอพรรศทว่าตนสมัครใจตามหมาจึงจอกมาเอง หมาจึงจอกหลงกล โก้งจึงหลุดออกจากปากหนีรอดไปได้ หมาจึงจอกก็หลบหนีไป

สุเทพ จิกรจีน พลายน้อยพิกลใจ. ภาพโดย มยุรี คิยศิริวัฒนา. กรุงเทพฯ :

ศึกษาพร, 2526.

เมื่อหากล่าวถึงช้างพลายน้อยตัวหนึ่งมีจิตใจดี ได้ช่วยเหลือแม่มกเอี้ยงเกียจกร้านให้ไต่ไปเที่ยว ส่วนตัวเองรับอาสาตกไข่ให้ แม่มกเอี้ยงมีนิสัยไม่ไต่กิ่ง ไข่ของคน ช้างพลายน้อยก็มีความอดทนตกไข่เรื่อยมา แม้จะถูกนายพรานนำคนมาขายให้แก่พวกคณะจัดแสดงของแปลก ๆ ตามงานวัดก็ตาม ช้างพลายน้อยก็ยังหาหน้าให้ตกไข่เหมือนกับไข่นั้นเป็นลูกของตน จนกระทั่งไข่ฟักออกเป็นตัว มีรูปร่างเป็นสัตว์ประหลาด คือ มี หู งวง หางและรูปร่างเหมือนช้าง แต่มีปีกเหมือนนก แม่มกเอี้ยงไต่บินมาตามทวงลูกคืน คนอื่นๆ ที่มาดูอยู่ในงานวัดต่างศกศัน และไล่แม่มกเอี้ยงไป หัวหน้าคณะจัดแสดงเห็นว่าช้างพลายน้อยเป็นสัตว์ที่เก๋มาก จึงปล่อยให้ช้างพลายน้อยพานกช้างไปอยู่ในป่าตามเดิมอย่างมีความสุข

อำนาจ เย็นสบาย. ลิงน้อยอวกเก่ง. ภาพโดย วิน (นามแฝง). กรุงเทพฯ : ต้นอ้อ, 2528.

กล่าวถึงลิงน้อยอวกเก่งเที่ยวหาหาญสัตว์ต่าง ๆ ในป่าว่าใครมีความสามารถหรือเก่งกว่ากัน สัตว์ทั้งหลายต่างเอือมระอาและไม่มีใครสนใจเจ้าลิงน้อย วันหนึ่งลิงน้อยไต่ไปอวกกับจระเข้ว่าในป่านี้ไม่มีใครเก่งเกินมัน จระเข้ทำให้ลิงมาแข่งว่าว่ายน้ำกับคน ลิงตอบตกลงทั้ง ๆ ที่ลิงว่ายน้ำไม่เป็น เมื่อวันแข่งขันสัตว์ต่าง ๆ ก็พากันไปดูการแข่งขัน พอถึงลงน้ำไปไต่ก็ร้องโวยวายขอความช่วยเหลือ จระเข้ส่งสารจึงว่ายน้ำเข้าไปช่วยชีวิตไว้ และสอนว่า สัตว์ทุกตัวย่อมมีความสามารถไม่เหมือนกัน สิ่งที่ยิงทำได้ สัตว์อื่นอาจทำไม่ได้ และสิ่งที่ยิงทำไม่ได้ สัตว์อื่นอาจทำได้ดีกว่า ลิงรู้สำนึกนึก จึงเลิกนิสัยอวกเก่ง สัตว์ต่าง ๆ ก็เลยหันมาเป็นเพื่อนกับลิงมากขึ้น และลิงก็กลายเป็นที่รักของสัตว์ทั้งหมด

อานาจ เป็นสหาย และโอม รัชเวทย์. สองสหายกับฝูงนก. ภาพโดย สุธรรม
กัณหากร. กรุงเทพฯ : กันธ, 2530.

๗ มึงกว้างแห่งหนึ่ง มีกบตัวหนึ่งกำลังหาอาหารอยู่บนใบบัว จ้องจับแมลงเพื่อกิน
เป็นอาหาร ผีเสื้อตัวหนึ่งบินเข้ามา เพื่อหาน้ำหวาน ใ้ก้หลีกท่าเสียทีถูกกบตัวอื่นเพื่อ
จะกิน ผีเสื้อขึ้นสุดแรงสะบัดร่างจนเมื่อกี้ชาก แล้วประคองตัวร่อนลงหลบซ่อนในดอกบัว
และมีผีเสื้อตัวหนึ่งบินเข้ามา กบกระโดดอ้าปากคาบ ผีเสื้อกระพือปีกสุดแรง แม้รอกทันความทลาย
แต่ดวงคาทั้งสองกลับบอบช้ำป่าฟาง จึงชมชานไปแอบซ่อนอยู่ในบัวบานที่ไกลโรย กบไม่ละ
ความพยายามเขย่าก้านหมายให้ร่วง ผีเสื้อตกใจ ผีเสื้อช่วยบอกทางให้ ผีเสื้อดีใจที่
ผีเสื้อหนีกบมาอยู่ในดอกบัวดอกเดียวกันได้สำเร็จ กบโกรธแค้นจึงตะโกนเรียกพรรคพวก
มารุมล้อม โดยมุงมันตั้งใจจะกินผีเสื้อ และผีเสื้อถูกจับ ผีเสื้อและผีเสื้อก็ปรึกษาหา
วิธีหลบหนี โดยผีเสื้อที่หลังผีเสื้อซึ่งช่วยบอกทางหลบหนีไปไ้ค้อย่างหลอกลวง ผีเสื้อพา
ผีเสื้อไปยังสถานที่ปลอดภัย ผีเสื้อและผีเสื้อกลายเป็นเพื่อนที่รักกันหาอาหารด้วยกัน ช่วยเหลือ
ซึ่งกันและกัน และมีชีวิตอยู่ต่อไปอย่างมีความสุข

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ นางสาวมาลี ชื่อสกุล กายมาลา

เกิดวันที่ 8 เดือน มีนาคม พุทธศักราช 2507

สถานที่เกิด อำเภอสารภี จังหวัดเชียงใหม่

สถานที่อยู่ปัจจุบัน 36 หมู่ 8 ตำบลท่าวังตาล อำเภอสารภี จังหวัดเชียงใหม่

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2517

ประถมศึกษาปีที่ 3 จากโรงเรียนจิคราวิทยา

พ.ศ. 2523

มัธยมศึกษาปีที่ 3 จากโรงเรียนการาวิทยาลย์

พ.ศ. 2525

มัธยมศึกษาปีที่ 5 จากโรงเรียนพุทธราชวิทยาลย์

พ.ศ. 2529

อ.บ. (วิชาเอกบรรณารักษศาสตร์ วิชาโทภาษาอังกฤษ)
จากมหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์
นครปฐม

พ.ศ. 2532

ศศ.บ. (บรรณารักษศาสตร์และสารนิเทศศาสตร์)
จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร