

153675
45888
0.3

ผลของการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมที่มีต่อ
การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก ในระยะก่อนคลอด
โรงพยาบาลตำรวจ กรุงเทพมหานคร

สารนิพนธ์

ของ

ร.ต.อ.หญิง นิตยา ชงัดเวช

19 ม.ค. 2543

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา

ตุลาคม 2541

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผลของการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมที่มีต่อ
การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก ในระยะก่อนคลอด
โรงพยาบาลตำรวจ กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
ร.ต.อ. หญิง นิตยา ชังดเวช

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา
ตุลาคม 2541

นิตยา ชจิตเวช. (2541). ผลของการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม ที่มีต่อการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกในระยะก่อนคลอด โรงพยาบาลตำรวจ กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม: รองศาสตราจารย์ ดร. อารี พันธุ์มณี , รองศาสตราจารย์ กมลรัตน์ กริทอง, อาจารย์ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา.

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ มีความมุ่งหมาย เพื่อศึกษาผลของการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมที่มีต่อการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกในระยะก่อนคลอด ที่มีการดูแลตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 จำนวน 14 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่าง ควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับโปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่าง ควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้คือ แบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ The Wilcoxon Matched - Pairs Signed Ranks Test และ The Mann - Whitney U Test

ผลการศึกษาค้นคว้าพบว่า

1. สตรีมีครรภ์แรกที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง ควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม มีการดูแลตนเองสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. สตรีมีครรภ์แรกที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง ควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม มีการดูแลตนเองสูงกว่า สตรีมีครรภ์แรกที่ไม่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

THE EFFECT OF CASE IN COMBINATION WITH SOCIAL REINFORCEMENT
ON SELF CARE OF THE FIRST PREGNANCY PRE-DELIVERY
OF THE POLICE HOSPITAL IN BANGKOK

AN ABSTRACT
BY
NITIYA CHANGUDVECH

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education degree in Educational Psychology
at Srinakharinwirot University

October 1998

NITIYA CHANGUDVECH. (1998). *THE EFFECT OF CASE IN COMBINATION WITH SOCIAL REINFORCEMENT ON SELF CARE OF THE FIRST PREGNANCY PRE - DELIVERY OF THE POLICE HOSPITAL IN BANGKOK*. MASTER THESIS. M.Ed. (EDUCATIONAL PSYCHOLOGY) BANGKOK: GRADUATE SCHOOL, SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY. ADVISOR COMMITTEE: ASSOC.PROF.DR. AREE PANMANEE, ASSOC.PROF.KAMOLRAT GREETHONG, MRS. WILAILUCK PONGSOPAR.

THE PURPOSE OF THIS EXPERIMENTAL RESEARCH WAS TO STUDY THE EFFECT OF CASE IN COMBINATION WITH SOCIAL REINFORCEMENT ON SELF CARE OF THE FIRST PREGNANCY PRE - DELIVERY OF THE POLICE HOSPITAL IN BANGKOK. THE SUBJECT CONSISTED OF THE FIRST PREGNANCY PRE - DELIVERY RANDOMLY SELECTED FROM THE POPULATION WHOSE SELF CARE SCORE WERE LOWER THE PERCENTILE RANK OF 25, 14 PREGNANCY. THE SUBJECTS WERE THEN RANDOMLY DEVIDED INTO EXPERIMENTAL GROUP AND CONTROL GROUP, EACH GROUP CONSISTED OF 7 PREGNANCY. THE EXPERIMENTAL GROUP WAS ASSINGED TO PARTICIPATE IN CASE IN COMBINATION WITH SOCIAL REINFORCEMENT PROGRAM WHILE THE CONTROL GROUP WAS NOT. THE RESEARCH INSTRUMENT WAS A SELF CARE OF THE PREGNANCY QUESTIONNAIRE. THE DATA WERE ANALYZED BY THE WILCOXON MATCHED PAIRS SIGNED - RANKS TEST AND THE MANN - WHITNEY U TEST.

THE RESULTS WERE AS FOLLOWS:

1. THE FIRST PREGNANCY WHOSE WAS ASSIGNED TO PARTICIPATE IN CASE IN COMBINATION WITH SOCIAL REINFORCEMENT WAS SIGNIFICANTLY INCREASED THAN BEFORE THE EXPERIMENTAL AT .01 LEVEL.
2. THE FIRST PREGNANCY WHOSE WAS ASSIGNED TO PARTICIPATE IN CASE IN COMBINATION WITH SOCIAL REINFORCEMENT INCREASED THAN THE OTHERS THAT WAS NOT ASSIGNED TO PARTICIPATE IN CASE IN COMBINATION WITH SOCIAL REINFORCEMENT AT .01 LEVEL.

สารนิพนธ์
เรื่อง

ผลของการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมที่มีต่อ
การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก ในระยะก่อนคลอด
โรงพยาบาลตำรวจ กรุงเทพมหานคร

ของ
ร.ต.อ.หญิง นิตยา ชังดเวช

ได้รับอนุมัติให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอก จิตวิทยาการศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....
(รองศาสตราจารย์ ดร.อารี พันธุ์มณี)

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตรจิตวิทยาการศึกษา

.....
(รองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร ฉัตรศุภกุล)

หัวหน้าภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา

วันที่ ๑๒ เดือน ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๑

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบสารนิพนธ์

.....
(รองศาสตราจารย์ ดร.อารี พันธุ์มณี)

..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ กมลรัตน์ กิ่งทอง)
..... กรรมการ
(อาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภะ)

ประกาศคุณูปการ

สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ดร.อารี พันธุ์มณี ประธานควบคุมสารนิพนธ์ อาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา และรองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กริทอง กรรมการควบคุมสารนิพนธ์ ได้กรุณาให้คำปรึกษา แนวคิด ข้อเสนอแนะ และแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆในการทำวิจัยมาโดยตลอด ตลอดจนเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจคุณภาพเครื่องมือในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความเมตตากรุณาที่ได้รับเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง มา ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้บังคับการโรงพยาบาลตำรวจ หัวหน้างานสถิติ-นรีเวชกรรม โรงพยาบาลตำรวจ และเจ้าหน้าที่ที่ปฏิบัติงานที่หน่วยฝากครรภ์ โรงพยาบาลตำรวจ ที่อำนวยความสะดวก และให้ความช่วยเหลือในการทดลองหาคุณภาพเครื่องมือและการทดลองเป็นอย่างดี และขอขอบคุณสตรีมีครรภ์แรกที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ในการให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

ขอขอบคุณ พ.ต.ต.จอมพล พิเศษกุล ,ด.ช.ฐิติพล พิเศษกุล ,และ ด.ญ. จิรัชญา พิเศษกุล ที่คอยช่วยเหลือ และเป็นกำลังใจในการทำสารนิพนธ์ฉบับนี้จนสำเร็จ ขอขอบคุณพี่ๆเพื่อนๆน้องๆ สาขาจิตวิทยาการศึกษาทุกคนที่ให้คำแนะนำ และเป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณทุกๆท่าน ที่ไม่สามารถกล่าวชื่อนามได้หมดในที่นี้ ที่ได้ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้วิจัยตลอดการศึกษาค้นคว้า

ท้ายนี้ขอกราบระลึกถึงพระคุณของบิดา มารดาที่ให้การสนับสนุนในทุกๆด้าน และเป็นกำลังใจอันสำคัญยิ่งที่ทำให้ลูกสามารถต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆ จนกระทั่งประสบความสำเร็จด้วยดี คุณค่าและประโยชน์อันเกิดจากสารนิพนธ์ฉบับนี้ ขอมอบเป็นเครื่องบูชาพระคุณบิดา มารดา ครู อาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่าน

นิตยา ชงัดเวช

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	1
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า	3
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	3
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	3
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการใช้กรณีตัวอย่าง	5
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้กรณีตัวอย่าง	9
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเสริมแรงทางสังคม	10
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมแรงทางสังคม	11
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการดูแลตนเอง	13
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการดูแลตนเอง	15
3 การดำเนินการศึกษาค้นคว้า	16
แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง	16
เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล	16
วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ	16
วิธีดำเนินการทดลอง	20
การดำเนินการทดลอง	20
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	20
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	23
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	23
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	23
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	26
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	26
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า	26
วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	26
ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	26

สารบัญ(ต่อ)

5(ต่อ)	ตัวแปรที่ศึกษา	26
	เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	26
	การดำเนินการทดลอง	27
	การวิเคราะห์ข้อมูล	27
	สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	27
	อภิปรายผล	27
	ข้อเสนอแนะ	29
บรรณานุกรม		30
ภาคผนวก		34
ประวัติย่อของผู้วิจัย		74

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงแบบแผนการทดลองแบบ Randomized Control Group Pretest - Posttest Design..	20
2 เปรียบเทียบการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลัง การได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม	24
3 เปรียบเทียบผลต่างของการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง ควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม กับสตรีมีครรภ์แรกที่ไม่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง ควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม	25
4 การหาคุณภาพของแบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์	71
5 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม	72
6 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการดูแลตนเอง ของสตรีมีครรภ์ที่ได้รับ การใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม กับสตรีมีครรภ์ที่ไม่ได้รับ การใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม	73

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การตั้งครรภ์เป็นสิ่งที่ เป็นไปตามธรรมชาติ เป็นช่วงเวลาที่สำคัญในชีวิตของผู้หญิง ไม่ใช่ภาวะความเจ็บป่วย แต่เป็นภาวะที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างมากมายทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เป็นระยะที่อวัยวะต่างๆภายในร่างกายมีการทำงานเพิ่มมากขึ้น ร่างกายต้องการสารอาหาร และพลังงานมากกว่าปกติ เพื่อนำไปเสริมสร้างการเจริญเติบโต และพัฒนาการของทารกในครรภ์ ทารกในครรภ์จะเจริญเติบโต และสมบูรณ์แข็งแรงมากขึ้นเพียงใดขึ้นกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ เนื่องจากมารดาเป็นแหล่งอาหารเพียงแห่งเดียวที่ทำให้ทารกในครรภ์มีชีวิตอยู่ได้ ถ้าสตรีมีครรภ์มีการดูแลตนเองที่ไม่ถูกต้องและเหมาะสม ก็จะส่งผลให้ทารกในครรภ์เจริญเติบโต และมีพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสติปัญญาได้อย่างสมบูรณ์ ตั้งแต่อยู่ในครรภ์มารดาจนถึงระยะคลอด

ในการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ในระยะตั้งครรภ์นี้จะช่วยป้องกันโรค และส่งเสริมสุขภาพของสตรีมีครรภ์ ซึ่งจะช่วยให้ทารกในครรภ์มีชีวิตรอด ตลอดจนมีพัฒนาการและการเจริญเติบโตเป็นไปด้วยดี (WHO, 1981: 55) เพราะในระยะนี้ทารกจะมีพัฒนาการเป็นไปอย่างรวดเร็ว ถ้าสตรีมีครรภ์มีการดูแลตนเองที่ไม่ถูกต้อง และมีภาวะโภชนาการไม่ดีจะส่งผลให้ทารกมีน้ำหนักตัวน้อย เนื่องจากทารกมีภาวะขาดสารอาหารในครรภ์ (Fetus Malnutrition) ซึ่งมีผลต่อการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายและสติปัญญา มีการเรียนรู้ช้า ความเฉลียวฉลาดต่ำ และเจ็บป่วยง่าย จึงเป็นสิ่งที่ควรตระหนักว่า การดูแลตนเองเพื่อส่งเสริมสุขภาพของมารดา และทารก จะต้องเริ่มตั้งแต่ระยะเริ่มแรกของการตั้งครรภ์

ในปัจจุบัน ปัญหาสุขภาพของสตรีมีครรภ์ในประเทศไทย ยังมีการดูแลตนเองที่ไม่เหมาะสมทำให้เกิดผลเสียทั้งต่อสตรีมีครรภ์และทารกในครรภ์ด้วย ผลต่อสตรีมีครรภ์ คือ ทำให้มีสุขภาพเสื่อมโทรม ไม่แข็งแรง มีโรคแทรกซ้อนในขณะตั้งครรภ์ ตกเลือดหลังคลอด ส่วนทางด้านทารกคือ ทำให้ทารกแรกเกิดมีน้ำหนักตัวน้อย ไม่แข็งแรง พิการ และอาจตายในที่สุด จากการศึกษาสุขภาพอนามัยของสตรีไทย (คณะกรรมการวางแผนพัฒนาสตรีระยะยาว, 2536: 10) พบว่า ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพของสตรีไทย ได้แก่ การขาดโปรตีนในระยะตั้งครรภ์ โดยเฉพาะสตรีในชนบทเริ่มมีครรภ์ตั้งแต่อายุน้อย ซึ่งเป็นช่วงที่ตนเองยังมีการเจริญเติบโตอยู่ การตั้งครรภ์บ่อยทำให้ภาวะโภชนาการของมารดาเลวลง และมีความเชื่อที่ผิดในเรื่องอาหารในระยะตั้งครรภ์ รับประทานอาหารไม่เพียงพอและยังทำงานหนัก ทารกที่เกิดมาจึงมีน้ำหนักตัวน้อย

ภาวะการขาดสารอาหารของทารกในครรภ์นั้น ยังเป็นปัญหาที่ประเทศไทยยังประสบอยู่ ซึ่งปัญหานี้ควรให้ความสนใจเป็นอย่างยิ่ง เพราะจะมีผลเสียต่อการพัฒนาสมองของทารกในครรภ์โดยตรง องค์การอนามัยโลกรายงานว่า หนึ่งในสามของสตรีมีครรภ์ในโลกมีภาวะขาดกรดโฟลิก (Folic Acid) ใน 3 เดือนสุดท้ายของการตั้งครรภ์ มีผลทำให้เด็กปัญญาอ่อนได้ (Kirschman, 1984: 33)

จากที่กล่าวมาแล้วจะเห็นว่า การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งต่อสุขภาพของทารกในครรภ์ ซึ่งถ้าสตรีมีครรภ์มีการดูแลตนเองในขณะตั้งครรภ์ไม่ดี ก็จะมีผลให้มีทารกที่สุขภาพไม่สมบูรณ์ โดยเฉพาะในสตรีมีครรภ์แรกซึ่งไม่มีประสบการณ์มาก่อน ขาดความรู้ความเข้าใจ และมีการดูแลตนเองที่ไม่ถูกต้องเหมาะสม และจากที่ผู้วิจัยได้ทำการสำรวจเบื้องต้น เกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์โรงพยาบาลตำรวจ โดยการสัมภาษณ์สตรีมีครรภ์แรก จำนวน 50 คน พบว่า สตรีมีครรภ์แรกมีการดูแลตนเองที่ไม่ถูกต้องเหมาะสมคือ การไม่มาฝากครรภ์ตามนัด ร้อยละ 24 การขาดความรู้ด้าน

โภชนาการ ร้อยละ 16 การดูแลการเปลี่ยนแปลงต่างๆของร่างกาย ร้อยละ 12 อีกทั้งสตรีมีครรภ์แรก เห็นว่าการเปลี่ยนแปลงต่างๆทางร่างกายที่เกิดขึ้นบางอย่าง เป็นเรื่องธรรมชาติของสตรีมีครรภ์ที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ จึงไม่ได้สนใจดูแล

ในการเพิ่มการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์นั้นสามารถทำได้หลายวิธี เช่น การใช้สถานการณ์จำลอง การใช้กรณีตัวอย่าง และการใช้เทคนิคแม่แบบ เป็นต้น ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษา 2 วิธีควบคู่กัน คือ การใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม ทั้งนี้เพราะการใช้กรณีตัวอย่างเป็นการรวบรวมเรื่องราวต่างๆที่เกิดขึ้นจริงในสังคม และชีวิตประจำวัน เพื่อใช้เป็นตัวอย่างให้แก่สตรีมีครรภ์ได้ศึกษา อภิปราย แสดงความคิดเห็น และตัดสินใจเลือกแนวทางในการปฏิบัติ ดังเช่นผลงานวิจัยของอัจจิมา จินวาลา (2535: 64-67) ซึ่งศึกษาผลของการใช้กรณีตัวอย่างที่มีต่อความรับผิดชอบต่อโรงเรียน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนคลองเต็มน้อย กรุงเทพมหานคร พบว่า การใช้กรณีตัวอย่างทำให้นักเรียนมีความรับผิดชอบต่อโรงเรียนสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนผลงานวิจัยของพัชรินทร์ ธารีรัฐการพ์ (2535: 75-78) ซึ่งศึกษาผลของการใช้กรณีตัวอย่างที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความสามารถในการแก้ปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนวิชาสังคมศึกษา พบว่า การใช้กรณีตัวอย่าง ทำให้นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความสามารถในการแก้ปัญหาสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนผลงานวิจัยของโสภิต ศรีสุวรรณวัฒนา (2538: 65-66) ซึ่งศึกษาผลการใช้กรณีตัวอย่างที่มีต่อทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุนทรินทร์ จังหวัดสุรินทร์ พบว่า นักศึกษาพยาบาลมีทัศนคติต่อวิชาชีพดีขึ้นภายหลังใช้กรณีตัวอย่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 จะเห็นว่าผลงานวิจัยที่ใช้กรณีตัวอย่างมีการวิจัยเพียงระดับชั้นประถมศึกษา มัธยมศึกษา และอุดมศึกษาเท่านั้น ส่วนงานวิจัยที่ใช้กรณีตัวอย่างที่มีต่อการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ยังไม่มีผู้วิจัย นอกจากนี้การเสริมแรงทางสังคม เป็นการให้แรงเสริมเมื่อ สตรีมีครรภ์ได้มีการดูแลตนเองอย่างเหมาะสม โดยดูจากการแสดงความคิดเห็น และการตัดสินใจเลือกแนวทางปฏิบัติได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

ผู้วิจัยได้ปฏิบัติงานอยู่ในแผนกสูติ-นรีเวชกรรม โรงพยาบาลตำรวจ ได้พบเห็นการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกที่ไม่ถูกต้องเหมาะสม ที่ก่อให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพของมารดา และทารกในครรภ์ และจากเอกสารดังกล่าวข้างต้น ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะใช้กรณีตัวอย่างร่วมกับการเสริมแรงทางสังคมมาใช้ เพื่อปรับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกได้ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์ที่จะศึกษาผลการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม ที่มีต่อการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก ว่าจะสามารถเพิ่มการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกได้หรือไม่

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อเปรียบเทียบการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกก่อน และหลังได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม
2. เพื่อเปรียบเทียบการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก ระหว่างกลุ่มที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม กับกลุ่มที่ไม่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. สตรีมีครรภ์แรกมีการดูแลตนเองเพิ่มขึ้น หลังจากได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม
2. สตรีที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม มีการดูแลตนเองเพิ่มขึ้นกว่าสตรีมีครรภ์แรก ที่ไม่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อเป็นแนวทางให้แพทย์ พยาบาล และผู้เกี่ยวข้องด้านการดูแลสุขภาพในการพัฒนา และสร้างเสริมการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก โดยการใช้วิธีการให้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นสตรีมีครรภ์แรกในระยะก่อนคลอดที่มาฝากครรภ์ที่หน่วยฝากครรภ์ โรงพยาบาลตำรวจ ในเดือน มิถุนายน พ.ศ. 2541 ที่มีการดูแลตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 จำนวน 20 คน
2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นสตรีมีครรภ์ในระยะก่อนคลอดที่มาฝากครรภ์ที่หน่วยฝากครรภ์ โรงพยาบาลตำรวจ ในเดือน มิถุนายน พ.ศ. 2541 ที่มีการดูแลตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 จำนวน 20 คน และได้สอบถามความสนใจเข้าร่วมการทดลองแล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน
3. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
 - 3.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ วิธีพัฒนาการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก โดยการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม
 - 3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก

นิยามศัพท์เฉพาะ

ศัพท์ที่ 1 การดูแลตนเอง

หมายถึง การดูแลสุขภาพตนเองของสตรีมีครรภ์แรกในระยะก่อนคลอดอย่างเหมาะสม เพื่อให้สามารถจะดูแล และปฏิบัติตนให้มีสุขภาพแข็งแรงและทำให้ทารกในครรภ์มีความสมบูรณ์พร้อมที่จะคลอดในด้านต่าง ๆ ดังนี้

- 1.1 ด้านทารกในครรภ์
 - 1.1.1 การฝากครรภ์
 - 1.1.2 การระวังการใช้ยาระหว่างตั้งครรภ์ การรับประทานยาบำรุง - วัคซีน
- 1.2 ด้านสตรีมีครรภ์
 - 1.2.1 การดูแลด้านโภชนาการ
 - 1.2.2 การออกกำลังกาย การพักผ่อน
 - 1.2.3 การดูแลทำความสะอาดร่างกาย
 - 1.2.4 การมีเพศสัมพันธ์
 - 1.2.5 การดูแลด้านร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไป
 - 1.2.5.1 เต้านมที่ขยายขนาด

1.2.5.2 น้ำหนักตัวที่เพิ่มขึ้น

1.2.5.3 ท้องลาย

1.2.5.4 การเป็นตะคริว

1.2.5.5 อาการแสบร้อนที่หน้าอก

1.2.5.6 อาการท้องผูก

1.2.5.7 อาการหน้ามืดเป็นลม

1.2.5.8 อาการปวดหลัง

1.2.5.9 การมีเส้นเลือดขด

1.2.5.10 ข้อเท้าบวม

1.2.6 การดูแลเกี่ยวกับฟัน

1.2.7 การทำงานในระหว่างตั้งครรภ์

1.2.8 การเดินทางในระหว่างตั้งครรภ์

ศัพท์ที่ 2 การใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม

หมายถึง วิธีการที่ผู้วิจัยยกเหตุการณ์ในการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกในระลอกคลอดเสนอเป็นกรณีตัวอย่างให้สตรีมีครรภ์แรกได้คิด วิเคราะห์ อภิปราย เพื่อสร้างความเข้าใจและหาทางแก้ปัญหาโดยใช้เหตุผลและความเข้าใจ และให้เสริมแรงทางสังคมในลักษณะที่เป็นภาษาพูด เช่น คำชมเชยต่าง ๆ และภาษาท่าทาง เช่น ยิ้ม ประหม่อ พยักหน้า เป็นต้น โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ชี้นำ ผู้วิจัยทำการสนทนาเพื่อสร้างความคุ้นเคยและสอบถามภูมิหลังของสตรีมีครรภ์แรก

ขั้นตอนที่ 2 ชี้นำเสนอกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยดำเนินการให้สตรีมีครรภ์แรกอ่านเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก และเปิดโอกาสให้ซักถาม เมื่อสตรีมีครรภ์แรก วิเคราะห์สรุป สามารถตอบข้อคำถามให้การเสริมแรงทางสังคมเกี่ยวกับการดูแลตนเองได้อย่างถูกต้อง ผู้วิจัยให้เสริมแรงทางสังคม

ขั้นตอนที่ 3 ชี้นำสรุป ผู้วิจัยให้สตรีมีครรภ์แรกสรุปสาระที่ได้ และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมพร้อมให้สตรีมีครรภ์แรกนำไปปฏิบัติต่อไป

ในการทดลองครั้งต่อไป ผู้วิจัยสามารถให้เสริมได้ทุกขั้นตอน

ศัพท์ที่ 3 สตรีมีครรภ์แรก ในระลอกคลอด

หมายถึง สตรีที่มี วุฒิภาวะในการให้กำเนิดบุตรที่มีอายุในช่วง 25-34 ปี ซึ่งไม่เคยผ่านการตั้งครรภ์มาก่อน และได้ฝากครรภ์ที่หน่วยฝากครรภ์ โรงพยาบาลตำรวจ ในช่วง เดือนมิถุนายน พ.ศ. 2541 โดยผู้วิจัยคัดเลือกเฉพาะสตรีที่มีอายุครรภ์อยู่ในช่วง 28-40 สัปดาห์ โดยเริ่มนับจากวันแรกของประจำเดือนครั้งสุดท้าย เพราะระยะนี้เป็นระยะใกล้คลอด เป็นช่วงที่สตรีมีครรภ์มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างเห็นได้ชัด และต้องการดูแลตนเองอย่างถูกต้องเหมาะสม

ศัพท์ที่ 4 กลุ่มทดลอง

หมายถึง สตรีมีครรภ์แรกที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม
จำนวน 7 คน

ศัพท์ที่ 5 กลุ่มควบคุม

หมายถึง สตรีมีครรภ์แรกที่ไม่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม
จำนวน 7 คน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเสนอตามลำดับหัวข้อต่างๆ ดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้กรณีตัวอย่าง
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการใช้กรณีตัวอย่าง
 - 1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้กรณีตัวอย่าง
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมแรงทางสังคม
 - 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเสริมแรงทางสังคม
 - 2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมแรงทางสังคม
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการดูแลตนเองของสตรีครรภ์แรก
 - 3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการดูแลตนเองของสตรีครรภ์แรก
 - 3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการดูแลตนเองของสตรีครรภ์แรก

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้กรณีตัวอย่าง

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการใช้กรณีตัวอย่าง

1.1.1 ความหมายของการใช้กรณีตัวอย่าง

ทิตนา แชมมณี (2527: 110-111) กล่าวถึงกรณีตัวอย่างว่า คือ ลักษณะและเทคนิคการสมมติเรื่อง สรุปได้ว่าเป็น การสมมติเรื่องขึ้นมาใช้เป็นกรณีตัวอย่างให้ได้คิด วิเคราะห์ อภิปราย โดยพยายามทำให้น่าสนใจ สอดแทรกสิ่งที่เราอยากให้เราคิด เขาทำไว้ในเรื่องนั้นๆ เช่น อาจเป็นนิทานที่มีลักษณะใกล้เคียงกับความเป็นจริง การใช้กรณีตัวอย่างนำมาใช้ เพื่อการเรียนรู้มีหลายแบบหลายลักษณะด้วยกันคือ ลักษณะเป็นเรื่องสั้นซึ่งมีตอนจบสมบูรณ์หรือเป็นเรื่องที่ยังไม่จบ ทั้งทำให้ฟังคิดตอนจบก็ได้หรือเป็นเรื่องยาวที่ตัดต่อมาเป็นนิทาน ข่าวสาร หนังสือพิมพ์ หรือเหตุการณ์ประจำวัน นอกจากนั้นอาจเป็นประเภทรูปภาพเรื่องเล่าหรือบทสนทนาก็ได้ อย่างไรก็ตามไม่ว่าจะเป็นกรณีตัวอย่างในลักษณะใด จุดเน้นของกรณีตัวอย่างจะอยู่ที่เนื้อหาของเรื่องและการอภิปรายประเด็นปัญหาต่างๆ

อำไพ สุจริตกุล (ม.ป.ป.) ได้ให้ความหมาย และรูปแบบของกรณีตัวอย่างไว้ดังนี้ คือ เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นจริงหรือเรื่องที่เล่าสืบต่อกันมา โดยมีประเด็นปัญหาทำให้ผู้เรียนคิดค้น อธิบาย ถกเถียงกัน เพื่อสร้างเสริมให้มีการคิด วิเคราะห์ ตัดสินใจ การให้เหตุผล และมีแนวทางในการแก้ปัญหา ซึ่งเป็นคำตอบที่ผู้สอนต้องการจะสอนจะบอก โดยไม่จำเป็นต้องสอนโดยตรง ส่วนรูปแบบของกรณีตัวอย่างมีหลายรูปแบบ คือ เป็นเรื่องเล่า เป็นเรื่องที่จบสมบูรณ์ เป็นเรื่องที่ยังไม่จบ ตัดต่อจากเรื่องเดิม และเป็นบทสนทนา

สมพงษ์ จิตระดับ (2530: 83) ให้ความหมายว่า กรณีตัวอย่าง(Cases) คือ สื่อการสอนที่สร้างขึ้นบนระบบปัญหา และการใช้ข้อมูลที่นำเสนอ เพื่อเสริมสร้างให้ผู้เรียนมีพัฒนาการ และทักษะในเรื่องของการคิด วิเคราะห์ ตัดสินใจ การให้เหตุผล และมีแนวทางในการแก้ปัญหาได้

จากความหมายของกรณีตัวอย่างดังกล่าว พอจะสรุปได้ว่า กรณีตัวอย่าง หมายถึง วิธีการสอน โดยใช้สื่อที่เป็นกรณี เรื่องราวปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นจริง นำมาดัดแปลงให้สอดคล้องกับเรื่องที่ต้องการสอน แล้วเสนอเป็นตัวอย่างให้ได้คิด วิเคราะห์ อภิปราย เพื่อสร้างความเข้าใจ และหาทางแก้ไข ปัญหา โดยใช้เหตุผลและการตัดสินใจ

1.1.2 จุดมุ่งหมายในการศึกษากรณีตัวอย่าง

ฉันทนา ภาคบังข (ม.ป.ป. :1) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ในการนำกรณีตัวอย่างมาให้ผู้เรียนได้ศึกษา มีดังนี้

1. เพื่อฝึกการวิเคราะห์ และแยกแยะประเด็นปัญหา
2. เพื่อให้รู้จักตัดสินใจอย่างมีหลักการและมีเหตุผล
3. เพื่อเสริมสร้างทักษะในการทำงานร่วมกับกลุ่ม
4. เพื่อฝึกและให้โอกาสผู้เรียนแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ประสบการณ์ ความรู้สึก และเจตคติซึ่งกันและกัน

1.1.3 คุณค่าของกรณีตัวอย่าง

ทิสนา ขัมมณี และคนอื่นๆ (2522: 202) กล่าวว่า วิธีการสอนโดยใช้กรณีตัวอย่างหรือเรื่องราวต่างๆนี้ จะช่วยให้ผู้เรียนรู้จักคิดและพิจารณาข้อมูลที่ได้รับอย่างถี่ถ้วน และการอภิปรายถึงเรื่องราวและเหตุการณ์ต่าง ๆ นั้น จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกัน รวมทั้งการนำเอากรณีต่างๆซึ่งคล้ายกับชีวิตจริงมาใช้ จะช่วยให้การเรียนรู้มีลักษณะใกล้เคียงกับความเป็นจริง ซึ่งมีส่วนทำให้การเรียนรู้มีความหมายสำหรับผู้เรียนมากยิ่งขึ้น

กรณีตัวอย่างเป็นสื่อการสอนที่มีสาระน่าสนใจ ให้ข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ ต่อการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนในวิชาจริยศึกษามาก ครูสามารถสร้างกรณีตัวอย่างได้หลายรูปแบบ หลายประเภท โดยการเชื่อมโยงนำสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นในสังคม สิ่งแวดล้อม ชีวิตประจำวันที่น่าสนใจชวนติดตาม และยังหาข้อสรุปที่เด่นชัดไม่ได้ มาปรับให้เป็นกรณีตัวอย่างแก่นักเรียน ในระดับประถมศึกษา อย่างมีกระบวนการ และขั้นตอนที่เหมาะสม นักเรียนจะได้ฝึกฝนการเผชิญเรื่องราว ปัญหาที่เกิดขึ้นกับบุคคลหลายประเภท หลายเหตุการณ์ ในรูปแบบของกิจกรรมที่สอดคล้องกับกรณีตัวอย่างที่นำมาใช้ มีโอกาสที่จะได้รู้จักคิด วิเคราะห์ แยกแยะประเด็นปัญหา มีความคิดเห็นของตนเองเกิดขึ้น รู้จักการประเมินค่าสิ่งต่างๆ และตัดสินใจได้อย่างมีหลักการและมีเหตุผล กรณีตัวอย่างจะเปิดโอกาสให้นักเรียนได้รู้จักแลกเปลี่ยน ความคิดเห็น ประสบการณ์ ความรู้สึก เจตคติของตนเองต่อผู้อื่นด้วย การจัดกิจกรรมโดยใช้กรณีตัวอย่าง ทำให้ครูมีโอกาสดูแลเสริมสร้างให้นักเรียนได้พัฒนาทักษะในเรื่องการทำงานกลุ่มด้วยในบางครั้ง ทักษะการเป็น ผู้นำ บทบาทสมาชิกกลุ่ม การอภิปรายกลุ่มย่อย และมติกลุ่ม เป็นต้น (สมพงษ์ จิตระดับ, 2530: 83) สุนน อมรวิวัฒน์ และสมพงษ์ จิตระดับ (2530: 241) กล่าวว่า กรณีตัวอย่างเป็นสื่อการสอนที่มี คุณค่า จะช่วยให้การเรียนการสอนจริยศึกษา มีลักษณะง่ายขึ้นต่อความเข้าใจ น่าสนใจ และยังส่งเสริมให้ผู้เรียนได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ตลอดเวลา

1.1.4 ประเภทของกรณีตัวอย่าง

สื่อการสอนประเภทนี้สามารถผลิตได้จากสิ่งแวดล้อม เรื่องราว เหตุการณ์ในชีวิตประจำวัน เรื่องราวของบุคคลที่น่าสนใจ คำพูดหรือประโยคที่แสดงให้เห็นถึงความรู้สึกนึกคิดที่เกิดขึ้นต่อสิ่งที่ได้พบ และน่าจะนำมาเป็นตัวอย่างให้ข้อคิด ขอบวิจารณ์ การอภิปราย อันจะนำไปสู่การสร้างมโนคติ

อย่างมีเหตุผลและหลักการต่อไป ประเภทของกรณีตัวอย่างที่ครูสามารถสร้างได้เอง และนำไปใช้กับนักเรียนระดับประถมศึกษา ได้แก่ (สุนน อมรวิวัฒน์ และสมพงษ์ จิตระดับ. 2528: 641-642)

1. ข่าวหนังสือพิมพ์ กรณีตัวอย่างประเภทนี้ นิยมนำมาใช้ในการสอนจริยศึกษา ครูจะต้องอ่านเกี่ยวกับคุณธรรมที่จะนำมาสอน การพิจารณาประเด็นที่นักเรียนต้องอภิปรายแสดงความคิดเห็น ตลอดจนการเป็นตัวอย่างที่ดี เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติจริงได้ด้วย

2. เรื่องสั้น เป็นเหตุการณ์เรื่องราวของบุคคลไม่มากนัก เนื้อเรื่องไม่สลับซับซ้อน มีความแตกต่างในเรื่องของการกระทำ การแสดงออก และมีเหตุการณ์สำคัญตอนท้ายเป็นจุดสำคัญของเรื่อง เพื่อก่อให้เกิดความรู้สึก ความคิดเห็น และวิพากษ์วิจารณ์ต่อไป

3. รูปภาพ กรณีตัวอย่างประเภทนี้จะเป็นรูปภาพหรือการ์ตูน ซึ่งมีเหตุการณ์ประมาณ 3-5 ภาพ แต่ละภาพจะมีเหตุการณ์ที่นักเรียนจะต้องดูแล และบรรยายถึงสิ่งที่เกิดขึ้นได้ต่อเนื่อง ภาพสุดท้ายจะมีลักษณะที่ก่อให้เกิดประเด็นปัญหา ในเรื่องของการกระทำหรือพฤติกรรมที่เกิดขึ้น

4. บทสนทนาหรือคำพูด ลักษณะจะเป็นคำพูดหรือบทสนทนาที่เกี่ยวข้องกันตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป มีลักษณะแสดงถึงความเชื่อ ค่านิยมของแต่ละคนที่แตกต่างกันในเรื่องเดียวกัน หรืออาจเป็นบทสนทนาที่เกี่ยวข้องกับลักษณะนิสัย ความประพฤติของนักเรียนที่มีส่วนสัมพันธ์กับบุคคลอื่น รูปคำพูดบทสนทนาที่นำมาใช้นี้ควรจะสั้น กระชับ และอาจตัดตอนเฉพาะส่วนที่สำคัญ เพื่อนำมาเสนอและง่ายต่อการสนทนา พูดโต้ตอบกันในห้องเรียน

5. เรื่องยาวติดต่อ กรณีตัวอย่างลักษณะนี้จะเป็นเรื่องราวบุคคลหลายคน มีสถานที่เกี่ยวข้องหลายแห่ง เป็นเรื่องค่อนข้างยาว มีประเด็นขบคิดหลายอย่าง มีข้อสงสัยเกิดขึ้นได้หลายๆ กรณี ลักษณะนี้จะเป็นการตัดตอนเรื่องราวให้สั้นกระชับลง และอาจแบ่งเรื่องราวให้เป็นชิ้นส่วนของข้อมูลย่อยๆ ตามจำนวนชิ้นส่วนที่เหมาะสมกับเรื่องราวและจำนวนผู้เรียน

6. เรื่องเล่า การสร้างแบบนี้จะมีลักษณะของบุคคล 4-5 คน เข้ามาเกี่ยวข้องกันในเรื่องที่เกิดขึ้น สิ่งสำคัญอยู่ที่คุณสมบัติของบุคคลมักจะมีข้อดีข้อเสียรวมกันอยู่ การพิจารณาหาเหตุผลจึงต้องดูทั้ง 2 ด้านควบคู่กันไป ก่อนจะให้เหตุผลหรือความคิดเห็นได้

1.1.5 การสร้างกรณีตัวอย่าง

การสร้างกรณีตัวอย่างที่เกิดขึ้นนั้น ครูผู้สอนจะต้องตื่นตัว กระตือรือร้นต่อข่าวความเคลื่อนไหว รู้จักสังเกต และหากรณีต่างๆ ขึ้นอย่างมีหลักเกณฑ์ และสามารถปรับเหตุการณ์เหล่านั้นให้สอดคล้องกับเนื้อหาทางจริยธรรม ตรงกับวัยและระดับวุฒิภาวะของผู้เรียน ครูสามารถมีแนวทางในการสร้างกรณีตัวอย่างดังต่อไปนี้ (สมพงษ์ จิตระดับ. 2530: 83-84)

1. เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นจริง หรือมีส่วนใกล้เคียงกับการดำเนินชีวิตของคนในสังคม กรณีตัวอย่างไม่ควรเป็นเรื่องที่แต่งขึ้นเอง หรือเขียนจากจินตนาการ โดยสมมติให้เกิดขึ้นตามความต้องการใช้บุคคล เหตุการณ์ สิ่งแวดล้อมควรจะเป็นจริงด้วย

2. เป็นเรื่องที่หาข้อยุติหรือข้อสรุปไม่ได้ มีประเด็นที่ต้องใช้ความคิดของบุคคลหลายๆฝ่าย ทางเลือกของความคิดเห็นหรือคำตอบมีหลายแนวและเปิดกว้าง การตัดสินใจกระทำได้หลายทางเพื่อพิจารณาได้ว่าทางใดเหมาะสมที่สุด กรณีตัวอย่างที่ไม่มีทางเลือกจะไม่ก่อให้เกิดการเรียนรู้

3. มีสาระ น่าสนใจ สนุกสนาน แทรกข้อคิดที่เป็นประโยชน์ ผู้เรียนสามารถทำความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องราว เหตุการณ์ต่างๆได้ด้วยตนเอง

4. ให้ข้อมูลต่างๆอย่างเพียงพอในการกำหนดปัญหา หรือประเด็นในการคิด ตัดสินใจ กรณีตัวอย่างไม่ควรยากเกินไป จนผู้เรียนไม่สามารถหาคำตอบได้ หรือง่ายเกินไปจนผู้เรียนไม่ต้องใช้สติปัญญาในการคิดมากนัก กรณีตัวอย่างที่ดี ควรจะมีการแสดงทางเลือกในการตัดสินใจอย่างเด่นชัด

5. สอดคล้องกับเนื้อหาทางจริยธรรมเหมาะสมกับวัย และประสบการณ์ของผู้เรียนในระดับชั้นประถมศึกษา

6. ปรับเป็นกิจกรรมที่แสดงออกและเคลื่อนไหวได้ กรณีตัวอย่างจะเป็นรูปธรรมมากขึ้น ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการแสดงออก การรับรู้ และปฏิสัมพันธ์

7. ท้ายสุดของกรณีตัวอย่างจะต้องมีคำถามหรือประเด็นที่ใช้ในการอภิปราย และแสดงความคิดเห็น

1.1.6 การเขียนกรณีตัวอย่าง

การเขียนกรณีตัวอย่างเพื่อใช้ในการเรียนการสอน มีวิธีการดังต่อไปนี้ (สมพงษ์ จิตระดับ. 2530: 84)

1. กำหนดวัตถุประสงค์ของกรณีตัวอย่าง เพื่อให้เกิดความชัดเจนและความเข้าใจตรงกัน โดยต้องระบุให้ชัดเจนว่าต้องการให้ผู้เรียนปฏิบัติอย่างไร คุณธรรมที่ศึกษา ความคิดรวบยอดของสิ่งที่เรียนรู้

2. รวบรวมข้อมูล เหตุการณ์ เรื่องราวที่เกิดขึ้น โดยการสังเกต สัมภาษณ์ ค้นคว้าจากเอกสาร หนังสือประเภทต่างๆ การเลือกสรรข้อมูลที่ตรงกับเรื่องราวสาระให้ข้อคิด จึงเป็นสิ่งจำเป็นที่ครูต้องพิจารณาให้ดี

3. ระบุเหตุการณ์สำคัญของกรณีตัวอย่างให้ชัดเจน แบ่งเหตุการณ์ และลำดับเรื่องราวให้ต่อเนื่องไม่สับสนจนผู้เรียนไม่สามารถรู้เค้าโครงเรื่องได้

4. ลงมือเขียนกรณีตัวอย่าง ใช้สำนวนภาษาง่ายๆ กระชับรัดไม่ยากเกินไปและเข้าใจให้ผู้เรียนติดตามเรื่อง

5. ไม่ควรเขียนในแนวชี้ช่องทาง หรือชักนำให้ผู้เรียนต้องตัดสินใจในแนวทางที่ครูต้องการ

6. กำหนดวิธีการแบ่งกลุ่ม การวิเคราะห์ เวลาที่ใช้ในการอภิปราย ข้อมูลที่ใช้ประกอบ และสิ่งที่สำคัญที่สุดคือการกำหนดประเด็นปัญหาที่ใช้ในกรณีตัวอย่าง

7. เป็นการวิเคราะห์ การใช้ความคิด และเขียนให้มีแนวทางแก้ปัญหาได้หลายๆทาง

8. ชื่อของบุคคล สถานที่ เหตุการณ์สำคัญๆบางครั้งต้องเปลี่ยนแปลงไม่ควรระบุจริงตามที่เกิดขึ้น

9. จัดทำคู่มือการใช้กรณีตัวอย่าง วัตถุประสงค์สำคัญในการเขียน แนวทางในการแก้ปัญหา วิธีการสอน การเฉลยตัวปัญหา และประเด็นที่เหมาะสม เป็นต้น

10. เขียนใหม่เพื่อปรับปรุงกรณีตัวอย่างในกรณีที่ข้อมูลเปลี่ยนไป และการนำไปใช้พบว่ายากหรือง่ายเกินไปสำหรับผู้เรียน ภาษาที่ใช้ไม่เหมาะสม เหตุการณ์ไม่น่าสนใจ เป็นต้น

1.1.7 การนำกรณีตัวอย่างไปใช้

เพื่อให้เห็นถึงกระบวนการและลำดับขั้นของกรณีตัวอย่างไปใช้ ครูสามารถเตรียมการได้ดังนี้ คือ (สมพงษ์ จิตระดับ. 2530: 85-86)

1. การศึกษาแยกแยะหัวข้อคุณธรรมที่ต้องการสอน เนื้อหาที่เกี่ยวข้อง การตั้งความคิดรวบยอด การศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับคุณธรรมที่ต้องการเน้นและสอน

2. คัดเลือกข่าว เรื่องราว ตัวอย่างเหตุการณ์ที่สอดคล้องและเหมาะสมกับคุณธรรมที่ต้องการสอน ปรับให้เข้ากับวัย ประสบการณ์ สิ่งแวดล้อมของผู้เรียน

3. กำหนดขั้นตอนและรายละเอียดของการนำไปใช้ จุดมุ่งหมาย ลำดับขั้นของการแสดงออก จำนวนกลุ่มและนักเรียนในแต่ละกลุ่ม สถานที่ เวลาที่ใช้ สื่อการสอนประกอบบทบาทของนักเรียน ประเด็นที่ใช้ในการอภิปรายแสดงความคิดเห็น ตัวอย่างข้อมูลเพิ่มเติม ปัญหาและอุปสรรคต่างๆ แนวทางและวิธีการแก้ปัญหา

4. การนำไปใช้ในชั้นเรียน ครูจะเริ่มให้นักเรียนเห็นความสำคัญของสิ่งที่จะเรียนรู้ การกำหนดขอบเขตเรื่องราวที่เกี่ยวข้อง ปัญหาทางคุณธรรมที่เกิดขึ้น การเตรียมห้องเรียน และบรรยากาศให้เหมาะสมกับกรณีตัวอย่าง การอภิปราย การแบ่งกลุ่ม ข้อตกลงที่ใช้ หลังจากนั้นกรณีตัวอย่างจะเป็นกิจกรรม การสอนที่สำคัญที่สุด นักเรียนจะศึกษากรณีตัวอย่างด้วยตนเอง มีการอภิปรายกลุ่มย่อย เสนอความคิดเห็น การซักถาม การเพิ่มเติมข้อมูลตัวอย่างต่างๆ และท้ายสุด คือการตอบปัญหาหรือประเด็นพร้อมกับ เหตุผลท้ายของกรณีตัวอย่างที่กำหนดให้

5. การเพิ่มเติมเนื้อหา เอกสารเสริมประสบการณ์ แบบประเมินผลตนเองหรือกลุ่มเกี่ยวกับคุณธรรมที่ต้องการสอน

6. แนวสรุปและประเด็นที่นักเรียนควรได้รับ เป็นขั้นตอนที่ทำให้กรณีตัวอย่างเกิดความชัดเจนในสิ่งที่เรียนรู้ ความชัดเจนยังลดน้อยลง ครูผู้สอนจึงต้องมีแนวสรุปและการตั้งคำถามนำ เพื่อให้ นักเรียนสามารถสรุป แนวคิด สาระสำคัญของคุณธรรมได้ด้วยตนเอง

1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้กรณีตัวอย่าง

ชัยรัตน์ ปรานี (2531: 81-82) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม และความรับผิดชอบต่อสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนวิชาสังคมศึกษา โดยการสอนแบบซินติเคทกับการสอนตามคู่มือครู ผลปรากฏว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้เพราะผู้เรียนได้จากการศึกษากรณีตัวอย่างสไลด์ประกอบเสียง

ชูศักดิ์ สิงห์อุดร (2532: 72-73) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และพฤติกรรมการทำงานกลุ่มของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ด้วยการสอนแบบเทคนิคศึกษากรณีตัวอย่าง กับ การสอนตามคู่มือครูของหน่วยศึกษานิเทศก์ ผลปรากฏว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จารุวรรณ เพ็ญสุข (2533: 71-72) ศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนวิชาสังคมศึกษา ด้วยวิธีการสอนแบบการเรียนรู้เป็นทีมที่จัดกิจกรรมด้วยการใช้กรณีตัวอย่างกับการสอนตามคู่มือครู พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีมนุษยสัมพันธ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พัชรินทร์ ชาร์รัฐการพ์ (2535: 82-83) ได้ศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความสามารถในการแก้ปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนวิชาสังคมศึกษา โดยการสอนแบบเทคนิคศึกษากรณีตัวอย่างกับการสอนตามคู่มือครู พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาของกลุ่มทดลองและกลุ่ม

ความคมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความสามารถในการแก้ปัญหาแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อัจฉิมา จินวาลา (2535:64-67) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่ม และกรณีตัวอย่าง ที่มีต่อ ความรับผิดชอบต่อโรงเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนคลองเลือน้อย กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนที่ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ด้วยกรณีตัวอย่าง มีความรับผิดชอบต่อโรงเรียนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

โสภิน ศรีสุวรรณวัฒนา (2538:67-68) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการใช้สถานการณ์จำลองกับการใช้กรณีตัวอย่าง ที่มีต่อทัศนคติวิชาชีพพยาบาลของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุนทร จังหวัดสุรินทร์ พบว่า นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง มีทัศนคติต่อวิชาชีพดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการใช้สถานการณ์จำลอง กับนักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง มีทัศนคติต่อวิชาชีพแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากเอกสารงานวิจัยดังกล่าวพอสรุปได้ว่า การใช้กรณีตัวอย่างเป็นวิธีที่สามารถพัฒนาและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียนในด้านต่างๆ ได้แก่ ความสนใจในการเรียน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ มนุษยสัมพันธ์ การทำงานเป็นกลุ่ม รวมทั้งทัศนคติสูงขึ้น การใช้กรณีตัวอย่างช่วยให้ผู้เรียนได้ฝึกฝน ตัดสินใจในสถานการณ์ต่างๆ ได้ฝึกแก้ปัญหาโดยร่วมกันอภิปราย ดังนั้น การใช้กรณีตัวอย่างน่าจะพัฒนาการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกได้

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมแรงทางสังคม

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเสริมแรงทางสังคม

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2526: 98-99) กล่าวถึงการเสริมแรงทางสังคมดังนี้

แรงเสริมทางสังคม ได้แก่ การพูดจายกย่องชมเชย การให้ความสนใจ การแตะตัว การกอด การแสดงออกทางสีหน้า (การยิ้ม การมองตา การยกคิ้ว เป็นต้น) แรงเสริมทางสังคมนั้นจัดได้ว่าเป็นแรงเสริมประเภทที่ต้องวางเงื่อนไข และสามารถนำมาใช้ในสถานการณ์ทั่วไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ แรงเสริมทางสังคมนั้นอาจแบ่งออกได้เป็นลักษณะใหญ่ๆได้ 2 ลักษณะคือ ลักษณะที่เป็นภาษาพูด และลักษณะที่เป็นภาษาท่าทาง ซึ่งถ้าให้การใช้แรงเสริมทางสังคมผู้ใช้จะต้องคำนึงถึงเรื่องต่อไปนี้

ก. ในกรณีที่ เป็นภาษาพูด

1. ผู้ใช้จะต้องแสดงความจริงใจออกมาโดยที่ไม่พูดสิ่งที่ตนไม่ได้หมายถึง เช่น ครูเห็นนักเรียนวาดภาพอยู่ แล้วพูดว่า “ครูชอบภาพวาดของเธอมากเลยนะ” แต่สายตากลับไปมองที่อื่น ทำให้นักเรียนทราบว่าครูไม่ได้ชมอย่างจริงใจ ซึ่งก็ไม่ใช่ผลดีและไม่เป็นการเสริมแรงด้วย
2. ใช้คำพูดในลักษณะที่เป็นส่วนตัว เช่น พูดว่า “ครูภูมิใจในตัวเธอมากที่เธอทำงานส่งครูทุกครั้ง” แทนที่จะพูดว่า “เธอทำงานส่งครูทุกครั้ง ดีมาก น่าเลื่อมใส”
3. ใช้คำพูดที่เจาะจงถึงพฤติกรรมมากกว่าบุคคล เพราะจะทำให้เด็กรู้ว่าตนได้รับการเสริมแรงเพราะอะไร เช่น “เธอทำงานส่งครูทุกครั้ง ดีมาก” แทนที่จะพูดว่า “เธอมีความรับผิดชอบดีมาก” เป็นต้น

ข. ในกรณีที่ เป็นภาษาท่าทาง

1. ผู้แสดงจะต้องมีความจริงใจ ไม่ใช่หน้ายิ้ม แต่มือกำหมัด เป็นต้น

2. จะต้องทำสม่ำเสมอ และนอกจากนี้ท่าทางที่ครูใช้ในการเสริมแรง ก็จะต้องไม่นำมาใช้ในการลงโทษ เช่น การที่ครูยินยอมรับพฤติกรรมของเด็ก ครูจะต้องไม่ใช้การยืมนั้นไปเกี่ยวโยงกับการลงโทษเด็ก เพราะว่าจะทำให้เด็กปรับตัวไม่ได้

ข้อดีของการใช้แรงเสริมทางสังคม

1. ใช้ง่าย ทุกคนสามารถใช้ได้ เนื่องจากเป็นส่วนหนึ่งของพฤติกรรมมนุษย์อยู่แล้ว
2. ไม่รบกวนพฤติกรรมที่กำลังทำอยู่ เช่น การที่เด็กกำลังทำแบบฝึกหัดอยู่นั้น ครูอาจจะเดินเข้าไปใกล้และแตะไหล่เบาๆ เป็นการแสดงความพอใจ ซึ่งการกระทำเพียงแค่นี้จะไม่รบกวนพฤติกรรมทำแบบฝึกหัดของเด็ก แต่ยังช่วยเสริมแรงการทำแบบฝึกหัดอีกด้วย
3. เป็นตัวเสริมแรงชนิดแผ่ขยาย นั้นหมายความว่าตัวเสริมแรงทางสังคมนั้นสามารถไปมีความสัมพันธ์กับตัวเสริมแรงอื่นๆได้ เช่น คุณพ่อบอกว่า “ลูกพอยืนทำงานจริง อาทิตย์นี้พ่อจะพาไปซื้อของเล่น” เป็นต้น จากนั้นเด็กอาจจะคาดคิดว่าพ่อคุณพ่อชมอาทิตย์นั้นจะต้องได้ของเล่น ได้ดูภาพยนตร์ เป็นต้น เหตุนี้เองจึงทำให้ตัวเสริมแรงทางสังคมมีประสิทธิภาพมาก
4. เกิดขึ้นตามธรรมชาติในชีวิตประจำวันของมนุษย์ ดังนั้นการใช้การเสริมแรงจึงเป็นการประหยัดอย่างมาก เพราะไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆ เพียงแค่ผู้ใช้อาจต้องเลือกคำพูดหรือแสดงท่าทางที่เหมาะสมกับสภาพการณ์

ข้อควรระวังในการใช้แรงเสริมทางสังคม

ในการใช้แรงเสริมทางสังคม ผู้ใช้ต้องระลึกไว้เสมอว่าตัวเสริมแรงทางสังคม เป็นตัวเสริมแรงชนิดที่ต้องวางเงื่อนไข ดังนั้นตัวเสริมแรงทางสังคมจึงอาจจะไม่เสริมแรงเด็กทุกคน ในการใช้ตอนแรก จึงควรที่จะใช้คู่กับตัวเสริมแรงอื่นๆ เช่น อาหารหรือสิ่งของที่เด็กพอใจเสียก่อน จากนั้นจึงค่อยให้ตัวเสริมแรงทางสังคมแต่เพียงอย่างเดียว

2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมแรงทางสังคม

งานวิจัยในต่างประเทศ

ฮาร์ต และคนอื่นๆ (Hart and others. 1968: 73-76) ได้ศึกษาวิธีการปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กในโรงเรียนอนุบาลแห่งหนึ่ง โดยใช้การเสริมแรงทางสังคม ผู้รับการทดลองเป็นเด็กหญิงอายุ 5 ปี ซึ่งแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวคือ ปากร้ายและใช้คำพูดสบประมาท (Verbally Insulting) ผู้วิจัยแก้ไขให้เขามีพฤติกรรมการเล่นกับเพื่อนเพิ่มขึ้นโดยครูให้ความสนใจอย่างใกล้ชิด พร้อมทั้งให้ของเล่นตามที่เขา ต้องการด้วย เมื่อเขาเล่นรวมกับเพื่อน ในขณะเดียวกันครูไม่ให้ความสนใจเมื่อเขาแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมก้าวร้าวลดลงและพฤติกรรมการเล่นกับเด็กอื่นเพิ่มขึ้น

บุลล์ (สมพร สุทัศน์ย์. 2522:24; อ้างอิงมาจาก Buell. 1968) ศึกษาพัฒนาการทางสังคมควบคู่กับการเสริมแรง ในการเล่นกลางแจ้งของเด็กวัยเรียน โดยการให้การเสริมแรงทางสังคมกับเด็กที่มีปัญหาทางการเคลื่อนไหว และการติดต่อกับสังคม และใช้เครื่องเล่นกลางแจ้งช่วยการเคลื่อนไหวและพัฒนาพฤติกรรมทางสังคม ผลปรากฏว่า พฤติกรรมทางสังคมเพิ่มจาก 2% เป็น 70% เมื่อได้รับแรงเสริมทางสังคมที่เป็นการยืม พูดคุยด้วย แสดงความสนใจ การยอมรับและการแสดงความชื่นชม

แพตเตอร์สัน (ลักษณะ. 2524: 2; อ้างอิงมาจาก Patterson. 1965) ศึกษาเทคนิคเงื่อนไขการควบคุมพฤติกรรมชุกชุมของเด็ก โดยปรับพฤติกรรมชนของเด็กชายอายุ 9 ขวบ ซึ่งไม่ชอบอยู่นิ่ง มักจะเดินไปมา คอย และลากโต๊ะให้เกิดเสียงดังในห้องเรียน โดยการให้แรงเสริมทางสังคมและแรงเสริมที่เป็นสิ่ง

ของ คือ ขนบ หรือเงิน 1 เพนนี พร้อมทั้งกล่าวคำชมเชย และให้เพื่อนปรบมือให้ เมื่อเขานั่งอยู่ที่โต๊ะ และตั้งใจเรียน ผลการศึกษาพบว่า ในระยะก่อนทดลองมีพฤติกรรมชน 8.4 ครั้งต่อนาที หลังการทดลองใช้ การเสริมแรง พฤติกรรมการชนเท่ากับ 3.2 ครั้งต่อนาที แสดงว่า พฤติกรรมชนลดลงและพฤติกรรมตั้งใจ เรียนเพิ่มขึ้น

งานวิจัยภายในประเทศ

ในประเทศไทยได้มีผู้ศึกษาผลของการใช้แรงเสริมทางสังคมดังนี้

เบญจกุล จินาพันธ์ (2517: 31-33) ทำการปรับพฤติกรรมในชั้นเรียน : ศึกษาเฉพาะกรณีพฤติกรรมชนอยู่ไม่สุขเกินปกติของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 จำนวน 4 คน โดยครูและเพื่อนให้ความสนใจ ยิ้มและชมเชย เมื่อนักเรียนนั่งอยู่กับที่ ไม่ทำเสียงดัง และตั้งใจเรียน ผลปรากฏว่า นักเรียนชนน้อยลง และแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์เพิ่มขึ้น

เรณู ผดุงถิ่น (2517: 16-17) ศึกษาการใช้แรงเสริมทางสังคม เพื่อปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 จำนวนนักเรียน 4 คน ซึ่งได้จากการเสนอแนะของครูที่สอนชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 ซึ่งใช้หลักการปรับพฤติกรรมคือ ให้ความสนใจและคำชมเชยกับพฤติกรรมที่เหมาะสม และไม่ให้คำชมเชยไม่ให้ความสนใจหรือเอาใจใส่กับพฤติกรรมก้าวร้าว ผลการศึกษาพบว่า ความสนใจและคำชมเชยจากครูสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กลงได้

วิไลพร พรหมศรัทธา (2517: 34-35) ศึกษาผลการเสริมแรงด้วยวาจาที่มีต่อสัมฤทธิ์ผลการทำงานของนักเรียนที่ชอบสมาคมและแยกตัว โดยแบ่งนักเรียนเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มที่หนึ่งได้รับการชมเชย กลุ่มที่สองได้รับการติเตียนก่อนทำการทดสอบทุกครั้ง ส่วนกลุ่มที่สามให้ทำงานตามปกติ ผลการวิจัยพบว่าการชมเชยและการติเตียน มีผลสัมฤทธิ์ต่อผลการทำงานของนักเรียน การชมเชยและการติเตียนทำให้นักเรียนมีสัมฤทธิ์ผลการทำงานดีกว่าการไม่ชม ไม่ติ

สมพร สุทัศน์ย์ (2522: 54-55) ศึกษาผลของการใช้แรงเสริมทางสังคมต่อพฤติกรรมเจ็บขริบผิดปกติของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 4 คน อายุระหว่าง 7-8 ขวบ ผลการวิจัยปรากฏว่าการให้แรงเสริมทางสังคมทำให้พฤติกรรมเจ็บขริบผิดปกติลดลง และพฤติกรรมพึงประสงค์เพิ่มขึ้น โดยเฉพาะการไม่พูด ไม่สบตา และปฏิกิริยาโต้ตอบอื่นๆ

สมคิด สกฤตสถาปัตย์ (2526: 61-62) ศึกษาผลการเสริมแรงสองแบบที่มีต่อการฝึกแก้ปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยแบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือกลุ่มที่ 1 ฝึกโดยได้รับการเสริมแรงทางสังคมด้วยวาจาและท่าทาง กลุ่มที่ 2 ฝึกโดยได้รับการเสริมแรงด้วยเบี้ยยรรถกรหรือสิ่งของ และกลุ่มที่ 3 ฝึกเพียงอย่างเดียวไม่ได้รับการเสริมแรง มีการฝึกการแก้ปัญหาทุกวัน วันละ 2 ชั่วโมง เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ติดต่อกัน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มที่ 1 มีความสามารถในการแก้ปัญหาสูงกว่ากลุ่มที่ 2 และกลุ่มที่ 3 นักเรียนกลุ่มที่ 2 มีความสามารถในการแก้ปัญหาสูงกว่ากลุ่มที่ 3 นักเรียนหญิงที่ได้รับการเสริมแรงทางสังคมและที่ได้รับเบี้ยยรรถกร มีความสามารถในการแก้ปัญหาสูงกว่านักเรียนชาย นักเรียนชายและนักเรียนหญิงที่ไม่ได้รับการเสริมแรงในกลุ่มที่ 3 มีความสามารถในการแก้ปัญหาไม่แตกต่างกัน และมีปฏิกิริยาร่วมระหว่างการเสริมแรง และเพศในการแก้ปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยทั้งในประเทศ และต่างประเทศที่กล่าวมาข้างต้นนี้ สรุปได้ว่าการใช้แรงเสริมทางสังคมสามารถลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้ นอกจากนั้นยังมีการใช้เสริมแรงทางสังคม เพื่อปรับพฤติกรรมในสภาพการณ์ต่างๆได้ เพียงแต่ผู้ใช้ต้องเลือกคำพูด หรือแสดงท่าทางที่เหมาะสมกับสภาพการณ์นั้นๆจึงจะเกิดประโยชน์

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการดูแลตนเองของสตรีครรภ์แรก

3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการดูแลตนเองของสตรีครรภ์แรก

การดูแลตนเองสตรีมีครรภ์แรก หมายถึง การแสดงออกต่างๆ การคิด การรับรู้ที่มีต่อการดูแลตนเองเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงในระยะตั้งครรภ์ของสตรีมีครรภ์แรก

ในขณะตั้งครรภ์มีการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะต่างๆ ในร่างกายมากมาย ซึ่งเริ่มตั้งแต่มีการปฏิสนธิและดำเนินไปตลอดการตั้งครรภ์ จนกระทั่งคลอดตลอดเวลาของการตั้งครรภ์ร่างกายจะพยายามปรับตัวและปรับปรุงการทำงานให้มีประสิทธิภาพ ดังนั้นการให้คำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลตนเองสตรีมีครรภ์จึงต้องเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น และการดูแลในด้านต่างๆ ดังนี้

1. การฝากครรภ์ เป็นการดูแลสตรีมีครรภ์ระหว่างการตั้งครรภ์ เพื่อการวินิจฉัยภาวะแทรกซ้อนที่เกิดขึ้นระหว่างการตั้งครรภ์ หาสาเหตุและแก้ไขภาวะแทรกซ้อนให้หมดไปหรือเหลือน้อยที่สุด นอกจากนี้ยังให้ลูกศึกษาแก่สตรีมีครรภ์เพื่อช่วยเหลือทางด้านจิตใจ ซึ่งจะต้องมาตรวจครรภ์เป็นระยะๆ อย่างสม่ำเสมอ ซึ่งจะมีการนัดมาตรวจและจะได้รับการดูแลดังนี้

- 1.1 ด้านการซักประวัติและการคำนวณอายุเด็กในครรภ์
- 1.2 ด้านการตรวจร่างกายทั่วไป
- 1.3 ด้านการตรวจครรภ์
- 1.4 ด้านการตรวจทางห้องทดลองและการตรวจพิเศษ
- 1.5 ด้านการตรวจสภาพเชิงกราน
- 1.6 ด้านการสอนและให้คำแนะนำทั่วไปแก่สตรีตั้งครรภ์
- 1.7 ด้านการตรวจหาการตั้งครรภ์เสี่ยงสูง

2. การใช้ยาระหว่างการตั้งครรภ์และการรับประทานยาบำรุง

ยาในระหว่างการตั้งครรภ์บางอย่างมีผลต่อการเติบโตของทารกในครรภ์ จำเป็นต้องปรึกษาแพทย์ก่อนทุกครั้ง ส่วนการรับประทานยาบำรุงที่แพทย์ได้สั่งให้นั้นควรรับประทานอาหารตามแพทย์สั่ง เพราะส่วนมากจะเป็นธาตุเหล็ก เพื่อบำรุงเลือดในระหว่างการตั้งครรภ์

3. การดูแลด้านโภชนาการ ควรรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อลูกเป็นหลัก เพราะไม่ว่าสตรีมีครรภ์จะรับประทานอะไรเข้าไปล้วนส่งผลต่อลูก

3.1 โปรตีนเป็นอาหารหลักที่ได้จากเนื้อสัตว์ทุกประเภท ไข่ และถั่วต่างๆ ควรรับประทานให้ครบวันละ 3 มื้อ โปรตีนจะสร้างกรดอะมิโนที่จำเป็นต่อการซ่อมแซมเนื้อเยื่อต่างๆ ของร่างกาย และจะประกอบเป็นกล้ามเนื้อ คีราะ ปอด ม้ามสมอง ตา และผิวหนัง

3.2 แคลเซียมควรรับประทานเป็นประจำ ซึ่งได้จากอาหารประเภทนม

3.3 วิตามินและเกลือแร่มีในผักสดและผลไม้ ซึ่งช่วยให้ผิวพรรณสดชื่นและการขับถ่ายได้ดีสะดวกขึ้น

3.4 แป้ง น้ำตาล และไขมัน อาหารพวกนี้จะให้พลังงาน แต่ควรออกกำลังกายควบคู่กันไปด้วย เพราะอาหารประเภทนี้ทำให้น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น นอกจากนี้ยังย่อยยาก และทำให้ท้องอืดท้องเฟ้อได้ง่าย

3.5 น้ำควรดื่มประมาณ 6-8 แก้ว เพื่อช่วยละลายอาหารให้เหลวขึ้น ทำให้ผิวพรรณสดชื่นด้วย

4. การออกกำลังกายและการดูแลสุขภาพความสะอาด การออกกำลังกายเป็นสิ่งที่ดีควรทำเป็นประจำสม่ำเสมออย่างพอเหมาะ เพื่อให้การคลอດเป็นไปอย่างสะดวกและง่ายขึ้น ส่วนการดูแลสุขภาพความสะอาดสามารถทำได้บ่อยครั้ง แต่ควรระวังอาจเกิดการหกล้มได้ แต่ไม่ควรอาบน้ำด้วยการแช่น้ำอุ่น เพราะจะทำให้เกิดอาการอ่อนเพลียมาก ในการทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกควรใช้สบู่อ่อน ฟอกชำระให้สะอาดสม่ำเสมอ ไม่ควรสวนล้างภายในช่องคลอດ

5. การเดินทางควรงดการเดินทาง โดยรถยนต์บนถนนที่ขรุขระมากเกินไปเพราะจะทำให้เกิดการสั่นสะเทือน และควรงดการเดินทางด้วยเครื่องบินขณะท้องแก่

6. การมีเพศสัมพันธ์ ไม่มีผลการยืนยันว่ามีผลอันตราย ควรหลีกเลี่ยงการร่วมเพศในเดือนสุดท้ายก่อนคลอດ เพราะอาจทำให้ทารกคลอດก่อนกำหนด และส่วนในผู้ที่เคยแท้งต้องงดการมีเพศสัมพันธ์ใน 3 เดือนแรกของการตั้งครรภ์ด้วย แต่ถ้าไม่จำเป็นจริงๆก็ควรจะงดเป็นการปลอดภัยที่สุด

7. การเปลี่ยนแปลงของร่างกาย

7.1 เต้านมขยายและคัดขึ้น สีของหัวนมจะเปลี่ยนคล้ำลงและขยายใหญ่ขึ้น ซึ่งต้องคอยดูแลเต้านมมิให้เกิดรอยแตกด้วยการทาเบบี้ออยล์ หรือครีมตามคำแนะนำของแพทย์

7.2 หน้ามิดเป็นลม โดยเฉพาะใน 3 เดือนแรก เมื่อต้องยืนเป็นเวลานาน ควรแก้ไขด้วยการยืนสลับเท้าไปมา เพื่อช่วยในการหมุนเวียนโลหิต หรือหายใจยาวๆลึกๆ และพักผ่อนให้มากขึ้น

7.3 น้ำหนักใน 3 เดือนแรกสตรีมีครรภ์ควรมีน้ำหนักเพิ่มประมาณ 1 กิโลกรัม 3 เดือนต่อมาควรขึ้นเพียง 3 กิโลกรัม และ 3 เดือนสุดท้ายควรขึ้นได้ถึง 6 กิโลกรัม ก่อนคลอດควรมีน้ำหนักเพิ่มไม่เกิน 11 กิโลกรัม

7.4 ปวดหลังเกิดจากแบกน้ำหนักของครรภ์ที่ใหญ่ขึ้น ถ้าปวดมากควรพบแพทย์เพื่อใส่ที่พยุงหลังและท้องไว้

7.5 ท้องแตกกลายและเป็นริ้วรอย โดยเฉพาะคนที่มีความเสี่ยงจะเห็นชัดกว่าคนผิวดำ สิ่งที่ต้องคำนึงถึงคือต้องควบคุมปริมาณน้ำหนัก

7.6 ตะคริวที่ขา เนื่องจากระดับแคลเซียมในร่างกายลดลงจากการนำไปใช้สร้างกระดูก สำหรับทารกรวมทั้งการดึงของเลือด เนื่องจากการนั่งหรือยืนมากเกินไป ถ้ากำลังเป็นให้หาตัวบริเวณที่ปวดให้เหยียดขาปลายเท้าจรดหัวเข่าหรือใช้กระเป๋าร้อนประคบก็ได้

7.7 แสบร้อนที่หน้าอก เมื่อมดลูกขยายใหญ่ขึ้นจะดันกระเพาะให้ลอยขึ้นน้ำย่อยที่เป็นกรดจะค้างในกระเพาะมาก เพราะลำไส้เคลื่อนไหวและทำงานช้าลง น้ำย่อยจึงย้อนไปในหลอดอาหาร ทำให้แสบร้อนบริเวณหน้าอกได้ สตรีมีครรภ์ควรรับประทานอาหารที่ย่อยง่าย และรับประทานอาหารพอควร ถ้ามีอาการแสบร้อนให้ดื่มน้ำผลไม้ หรือน้ำอุ่นเพื่อเจือจางกรด ถ้าไม่ดีขึ้นควรปรึกษาแพทย์

7.8 ท้องผูกเนื่องจากมีการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน ทำให้ลำไส้บีบตัวน้อยลงมดลูกขยายใหญ่ขึ้นกดลำไส้ใหญ่ทำให้อุจจาระลำบาก ทางที่ดีควรดื่มน้ำวันละมากๆเป็นการทดแทน

7.9 เส้นเลือดขอด ผิวหนังที่ตึงและขยายใหญ่ขึ้นทำให้เกิดรอยแดงจางๆบนหน้าท้อง และหน้าอกซึ่งหลังคลอດจะค่อยๆจางและเลือนหายไปเอง แต่เมื่อเกิดเส้นเลือดขอดขึ้นแล้วต้องพยายามไม่ยืนหรือเดินเป็นเวลานานเกินไป ให้นอนยกขาสูงกว่าตัว อาจหาถุงน่องมาใส่

7.10 ข้อเท้าบวม การมีเลือดไหลเวียนมากขึ้น ทำให้มีจำนวนของเหลวในร่างกายมากขึ้น ด้วยทำให้เกิดอาการบวมขึ้นได้ หากได้พักขาและยกปลายเท้าสูงอาการบวมจะหายไปตัวเอง แต่ถ้ามีอาการบวมปรากฏอยู่นานและบวมทั้งตัวควรปรึกษาแพทย์

7.11 เลือดออกตามไรฟัน แคลเซียมและเกลือแร่ต่างๆที่ถูกนำไปสร้างกระดูกให้ทารก เป็นสาเหตุให้เกิดอาการเสียวฟันและมีเลือดออกตามไรฟันได้ง่าย ควรเสริมแคลเซียมภายใต้การดูแลของ ทันตแพทย์

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการดูแลตนเองของสตรีครรภ์แรก

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการดูแลตนเองของสตรีครรภ์แรกโดยตรงยังไม่มี แต่มีงานวิจัยทางด้าน สุขภาพไว้ดังนี้

เนเยอร์ และคณะ (Naeye et al. 1969: 166) พบว่า มารดาที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำมีภาวะ ของการขาดอาหารจะทำให้เกิดบุตรที่มีน้ำหนักตัวน้อย คลอดก่อนกำหนดหรือตายคลอดในอัตราส่วนที่สูง

วอลสตัน เมเดส และวอลสตัน (Wallston , Maides and Wallston. 1976: 1193) พบว่า ผู้ที่มี ความเชื่ออำนาจภายในตนเองจะเป็นผู้ที่ชวนหาความรู้เกี่ยวกับโรคต่างๆ และหาวิธีที่ดำรงไว้ซึ่ง สภาวะสุขภาพ นอกจากนี้ยังป้องกันตนเองจากอันตรายที่อาจเกิดกับสุขภาพ

เดลกาโด และคณะ (H.Delgado et al. 1977: 48) ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ของสภาวะ โภชนาการของมารดากับการเจริญเติบโตและพัฒนาการของทารกในระยะ 6 เดือนหลังคลอด พบว่า สภาวะโภชนาการของมารดาในระยะตั้งครรภ์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการพัฒนาทางด้านจิตใจของทารก

วินนิค (M.Winick. 1981: 47) ศึกษาพบว่า หญิงตั้งครรภ์ที่อยู่ในภาวะขาดสารอาหารนั้นจะ เจริญเติบโตได้ไม่ดีซึ่งมีผลต่อการเจริญเติบโตของทารกในครรภ์

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่กล่าวมานี้ สรุปได้ว่า การดูแลตนเองของหญิงมีครรภ์จะส่ง ผลกระทบไปถึงทารกในครรภ์ ถ้าสตรีมีครรภ์มีความรู้ ความเข้าใจ มีการดูแลตนเองอย่างถูกต้อง ก็จะทำให้ สุขภาพของมารดาและทารกในครรภ์สมบูรณ์แข็งแรง

บทที่ 3

การดำเนินการศึกษาค้นคว้า

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นสตรีมีครรภ์แรกในระยะก่อนคลอด ที่มาฝากครรภ์ที่หน่วยฝากครรภ์ โรงพยาบาลตำรวจ ในเดือนมิถุนายน พ.ศ. 2541 ที่มีการดูแลตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา จำนวน 20 คน
2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า เป็นสตรีมีครรภ์แรกในระยะก่อนคลอดที่มาฝากครรภ์ที่หน่วยฝากครรภ์ โรงพยาบาลตำรวจ ในเดือนมิถุนายน พ.ศ. 2541 ที่มีการดูแลตนเองต่ำกว่า เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา จำนวน 14 คน ที่ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากประชากร และได้สอบถามความสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง แล้วสุ่มตัวอย่างอีกครั้งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน โดยมีขั้นตอนในการสุ่มตัวอย่าง ดังนี้
 - 2.1 ให้สตรีมีครรภ์แรกในระยะก่อนคลอดจำนวน 80 คน ตอบแบบสอบถามการดูแลตนเอง
 - 2.2 นำแบบสอบถามการดูแลตนเองมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด
 - 2.3 นำคะแนนการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกมาเรียงจากสูงลงมาต่ำ แล้วคัดเลือกเฉพาะสตรีมีครรภ์แรกที่มีการดูแลตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 จำนวน 20 คน
 - 2.4 สอบถามความสมัครใจของสตรีมีครรภ์แรก ในข้อ 2.3 ในการเข้าร่วมการทดลองพบว่า สตรีมีครรภ์แรกสมัครใจเข้าร่วมการทดลองทุกคน แล้วสุ่มอย่างง่ายมาจำนวน 14 คน
 - 2.5 สุ่มสตรีมีครรภ์แรกในข้อ 2.4 อีกครั้งหนึ่ง โดยการสุ่มอย่างง่าย เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยสร้างเครื่องมือในการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคุมกับการเสริมแรงทางสังคม
2. แบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ

1. โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคุมกับการเสริมแรงทางสังคม
 - 1.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้กรณีตัวอย่างและการเสริมทางสังคม
 - 1.2 สร้างโปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคุมกับการเสริมแรงทางสังคมให้สอดคล้องกับความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า และนิยามศัพท์เฉพาะ
 - 1.3 นำโปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคุมกับการเสริมแรงทางสังคมที่สร้างขึ้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน คือ รองศาสตราจารย์ ดร.อารี พันธุ์ณี อาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา และ

รองศาสตราจารย์ กมลรัตน์ กรีทอง ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ เนื้อหาและวิธีดำเนินการ ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไข

1.4 นำโปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วไปทดลองใช้กับสตรีมีครรภ์ที่หน่วยฝากครรภ์ โรงพยาบาลตำรวจ ที่มีใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 7 คน เพื่อดูความเหมาะสมของเนื้อหา วิธีดำเนินการ และเวลาที่ใช้ในการทดลอง

1.5 นำโปรแกรมที่ทดลองใช้มาปรับปรุงแก้ไข เพื่อใช้ในการวิจัยต่อไป

สำหรับโปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมในกลุ่มทดลองใช้ เวลาทำการทดลอง 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 30 นาที คือ วันอังคารและวันพฤหัสบดี เวลา 13.00 – 13.30 น. ตั้งแต่วันที่ 9 มิถุนายน พ.ศ. 2541 ถึงวันที่ 21 กรกฎาคม พ.ศ. 2541 (ดังรายละเอียดในภาคผนวก)

2. แบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์

2.1 ศึกษาตำราเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์

2.2 นำเนื้อหาเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์มาสร้างเป็นนิยามศัพท์เฉพาะ

2.3 สร้างข้อความตามนิยามศัพท์เฉพาะ โดยมีลักษณะแบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์เป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า

2.4 นำแบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ที่สร้างขึ้นไปตรวจสอบ ความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน คือ รองศาสตราจารย์ ดร.อารี พันธุ์มณี, อาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา และรองศาสตราจารย์ กมลรัตน์ กรีทอง พิจารณาโครงสร้างของแบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสม

2.5 หาค่าอำนาจจำแนก โดยนำแบบสอบถามการดูแลตนเองที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับสตรีมีครรภ์ ที่หน่วยฝากครรภ์ โรงพยาบาลตำรวจที่มีใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 100 คน นำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยใช้เทคนิค 25 % กลุ่มสูงกลุ่มต่ำ พิจารณาเลือกเฉพาะข้อที่มีค่า t ระหว่าง 1.75 ถึง 4.45 รวม 40 ข้อ มาใช้ในการทดลอง

2.6 หาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามที่คัดเลือกแล้วจากข้อ 2.5 โดยสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ซึ่งได้ค่าความเชื่อมั่น = 0.74

ลักษณะแบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์

แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป

โปรดตอบคำถามให้ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

ชื่อ.....นามสกุล.....

อายุ.....ปี.....เดือน.....

เชื้อชาติ.....สัญชาติ.....ศาสนา.....

อายุครรภ์.....สัปดาห์ เลขที่บัตรฝากครรภ์.....

วันแรกของการมีประจำเดือนครั้งสุดท้าย.....

วันคาดคะเนกำหนดคลอด.....

เข้ารับฟังการสอนเกี่ยวกับการปฏิบัติตน.....ครั้ง

ลำดับที่ของการตั้งครรภ์ () ครรภ์แรก () ครรภ์หลัง

อาชีพ

() รับราชการ

() ค้าขาย

() แม่บ้าน

() รับจ้าง

() อื่น ๆ ระบุ.....

การศึกษาระดับสูงสุด

() ป.1 - ป.6

() ม.1 - ม. 3

() ม.4 - ม. 6

() วิทยาลัย

() มหาวิทยาลัย

รายได้ของครอบครัวต่อเดือน

() ต่ำกว่า 5,000.-บาท

() 5,000 - 10,000-บาท

() 10,001 - 20,000.-บาท

() มากกว่า 20,000.-บาท

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการดูแลตนเอง

คำชี้แจง

การศึกษาครั้งนี้ ต้องการทราบถึงการดูแลตนเองของท่านในระยะตั้งครรภ์ ดังนั้นคำตอบจึงไม่มีถูกหรือผิด ขอให้ท่านตอบให้ตรงกับการกระทำของท่านให้มากที่สุด คำตอบที่ได้จากท่านจะเก็บรักษาไว้เป็นความลับ

โปรดอ่านข้อความแต่ละข้ออย่างรอบคอบ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตนของท่านมากที่สุดเพียงช่องเดียว กรุณาตอบทุกข้อ

คำอธิบาย

ไม่เคยทำ	หมายถึง	ข้อความที่กำหนดให้ท่านไม่เคยทำเลย
ทำน้อย	“	ข้อความที่กำหนดให้ท่านเคยทำน้อยครั้งมาก
ทำบางครั้ง	“	ข้อความที่กำหนดให้ท่านเคยทำบ้างไม่ทำบ้าง
ทำเป็นประจำ	“	ข้อความที่กำหนดให้ท่านทำทุกครั้ง

ตัวอย่าง

ข้อความ	ไม่เคยทำ	ทำน้อย	ทำบางครั้ง	ทำเป็นประจำ
☐ ฉันรับประทานนมหวาน		✓		

เกณฑ์การตรวจให้คะแนน

1. ข้อความทางบวก
- | | | |
|-------------|----------|---|
| ทำเป็นประจำ | ให้คะแนน | 3 |
| ทำบางครั้ง | ให้คะแนน | 2 |
| ทำน้อย | ให้คะแนน | 1 |
| ไม่เคยทำ | ให้คะแนน | 0 |
2. ข้อความทางลบ
- | | | |
|-------------|----------|---|
| ไม่เคยทำ | ให้คะแนน | 3 |
| ทำน้อย | ให้คะแนน | 2 |
| ทำบางครั้ง | ให้คะแนน | 1 |
| ทำเป็นประจำ | ให้คะแนน | 0 |

วิธีดำเนินการทดลอง

แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยการใช้วิธีแบบ Randomized Control Group Pretest - Posttest Design โดยกลุ่มทดลองเป็นกลุ่มที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม และมีการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงแบบแผนการทดลองแบบ Randomized Control Group Pretest - Posttest Design

การกำหนดการเข้ากลุ่ม	สอบก่อน	การทดลอง	สอบหลัง
R (E)	T ₁ E	X	T ₂ E
R (C)	T ₁ C	-	T ₂ C

ความหมายของสัญลักษณ์

- R แทน กลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการสุ่มตัวอย่าง
- E แทน กลุ่มทดลอง
- C แทน กลุ่มควบคุม
- X แทน การใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม
- T₁ แทน การทดสอบก่อนการทดลอง (Pretest)
- T₂ แทน การทดสอบหลังการทดลอง (Posttest)

การดำเนินการทดลอง

1. ขั้นตอนการดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยทำการวัดการดูแลตนเองเพื่อคัดเลือกสตรีมีครรภ์แรก ดังอธิบายไว้ในหัวข้อการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง เพื่อให้ได้กลุ่มสตรีมีครรภ์ที่มีการดูแลตนเองต่ำที่ได้แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังจากนั้นสร้างความคุ้นเคยกับกลุ่มตัวอย่างโดยการพูดคุย แนะนำตัว และชี้แจงรายละเอียดถึงวิธีการทดลอง

2. ขั้นตอนการทดลอง

การทดลองครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมกับกลุ่มทดลอง จำนวน 12 ครั้ง ๑ละ 30 นาที ใช้เวลาในการทดลองจำนวน 12 วัน โดยผู้วิจัยดำเนินการทดลองด้วยตนเอง ในวันอังคาร และวันพฤหัสบดี เวลา 13.00น. - 13.30น. ตั้งแต่วันที่ 9 มิถุนายน พ.ศ. 2541 ถึงวันที่ 21 กรกฎาคม พ.ศ. 2541 (ดังรายละเอียดในภาคผนวก) ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับโปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่าง ควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม

3. ขั้นหลังการดำเนินการทดลอง

หลังจากสิ้นสุดการดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยทำการวัดการดูแลตนเองของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้แบบสอบถามการดูแลตนเองอีกครั้งหนึ่ง แล้วนำผลที่ได้ไปวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก ก่อนและหลังการได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง ควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม

2. เปรียบเทียบผลต่างของการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก ที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง ควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม กับสตรีมีครรภ์แรกที่ไม่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง ควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน

1.1 ค่ามัธยฐาน (Median)

1.2 ค่าส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์ (Quartile Deviation)

2. สถิติที่ใช้วิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

2.1 หาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ โดยใช้สูตร t-test เทคนิค 25 % จากกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2531 : 139)

$$t = \frac{\bar{X}_H - \bar{X}_L}{\sqrt{\frac{S_H^2}{n_H} + \frac{S_L^2}{n_L}}}$$

เมื่อ	t	แทน	ค่าอำนาจจำแนก
	$\bar{X}_H$	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มสูง
	$\bar{X}_L$	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มต่ำ
	S_H^2	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนในกลุ่มสูง
	S_L^2	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนในกลุ่มต่ำ
	n_H	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มสูง
	n_L	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มต่ำ

2.2 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2531: 132-133)

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left[1 - \frac{\sum s_i^2}{S_t^2} \right]$$

- เมื่อ α แทน ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม
- n แทน จำนวนข้อของแบบสอบถาม
- $\sum s_i^2$ แทน ผลรวมของความแปรปรวนแต่ละข้อ
- S_t^2 แทน คะแนนความแปรปรวนทั้งฉบับ

3. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

3.1 เปรียบเทียบการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกภายในกลุ่มก่อน และหลังการทดลองโดยใช้การทดสอบวิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed - Ranks Test) (นิภา ศรีไพโรจน์. 2533: 91-97)

3.2 เปรียบเทียบผลต่างของการดูแลตนเอง ของสตรีมีครรภ์แรกระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยใช้แบบทดสอบของแมนวิทนี (The Mann - Whitney U Test) (นิภา ศรีไพโรจน์. 2533: 120-128)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล และแปลความหมายผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่างๆที่ใช้แทนความหมาย ดังต่อไปนี้

N	แทน จำนวนสตรีมีครรภ์ในกลุ่มตัวอย่าง
Mdn	แทน ค่ามัธยฐานของการดูแลตนเอง
Mdn _{diff}	แทน ค่ามัธยฐานความแตกต่างของการดูแลตนเอง หลังการทดลองกับก่อนการทดลอง
Q.D.	แทน ค่าส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์ของการดูแลตนเอง
Q.D. _{diff}	แทน ค่าส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์ ความแตกต่างของการดูแลตนเอง หลังการทดลองกับก่อนการทดลอง
T	แทน ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed - Ranks Test)
U	แทน ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของแมน - วิทนี (The Mann - Whitney U Test)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1. เปรียบเทียบการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกก่อนและหลัง การได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง ควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม
 2. เปรียบเทียบผลต่างของการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง ควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม กับสตรีมีครรภ์แรกที่ไม่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม
- ดังแสดงในตารางที่ 2 และ 3 ตามลำดับ

ตาราง 2 เปรียบเทียบการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกในกลุ่มทดลองก่อนและหลัง การได้รับการใช้กรรมนิ
ตัวอย่างควบคุมคู่กับการเสริมแรงทางสังคม

กลุ่มทดลอง	N	Mdn	Q.D.	T
ก่อนการทดลอง	7	65	4	0**
หลังการทดลอง	7	90	3	

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 2 แสดงว่า การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกของกลุ่มทดลอง หลังจากได้รับการใช้
กรรมนิตัวอย่างควบคุมคู่กับการเสริมแรงทางสังคมสูงกว่า ก่อนการใช้กรรมนิตัวอย่างควบคุมคู่กับการเสริมแรงทางสังคม
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังนั้นการใช้กรรมนิตัวอย่างควบคุมคู่กับการเสริมแรงทางสังคมสามารถทำให้
สตรีมีครรภ์แรกมีการดูแลตนเองสูงขึ้น ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ตั้งไว้

ตาราง 3 เปรียบเทียบผลต่างของการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก ที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม กับสตรีมีครรภ์แรกที่ไม่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง ควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม

กลุ่มตัวอย่าง	N	Mdn _{diff}	Q.D. _{diff}	U
กลุ่มทดลอง	7	24	2.5	7**
กลุ่มควบคุม	7	1	1	

**มีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01

จากตาราง 3 แสดงว่า การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกหลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังนั้นการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมสามารถทำให้สตรีมีครรภ์แรกมีการดูแลตนเองสูงขึ้นกว่า การไม่ใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกก่อนและหลังได้รับการนิเทศอย่าง ควบคุมกับการเสริมแรงทางสังคม
2. เพื่อเปรียบเทียบการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก ระหว่างกลุ่มที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง ควบคุมกับการเสริมแรงทางสังคม กับกลุ่มที่ไม่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคุมกับการเสริมแรงทางสังคม

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. สตรีมีครรภ์แรกมีการดูแลตนเองดีขึ้น หลังจากได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคุมกับการเสริมแรงทางสังคม
2. สตรีมีครรภ์แรก ที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคุมกับการเสริมแรงทางสังคม มีการดูแลตนเองดีขึ้นกว่า สตรีมีครรภ์แรกที่ไม่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคุมกับการเสริมแรงทางสังคม

วิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นสตรีมีครรภ์แรกในระยะก่อนคลอดที่มาฝากครรภ์ที่หน่วยฝากครรภ์ โรงพยาบาลตำรวจ ในเดือนมิถุนายน พ.ศ. 2541 ที่มีการดูแลตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา จำนวน 20 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นสตรีมีครรภ์แรกในระยะก่อนคลอดที่มาฝากครรภ์ที่หน่วยฝากครรภ์ โรงพยาบาลตำรวจ ในเดือนมิถุนายน พ.ศ. 2541 ที่มีการดูแลตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา จำนวน 14 คน ที่ได้จากการสุ่มอย่างง่าย (Simple random Sampling) จากประชากร และได้สอบถามความสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง แล้วสุ่มตัวอย่างอีกครั้งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ วิธีพัฒนาการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก โดยการใช้กรณีตัวอย่างควบคุมกับการเสริมแรงทางสังคม
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคุมกับการเสริมแรงทางสังคม
2. แบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์

การดำเนินการทดลอง

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นการทดลองแบบ Randomized Control - Group Pretest - Posttest Design ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้

1. การทดสอบก่อนการทดลอง (Pretest) ผู้วิจัยให้สตรีมีครรภ์แรกตอบแบบสอบถาม การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น
2. การดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองกับกลุ่มทดลองตามโปรแกรม การใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม เป็นเวลา 12 ครั้ง ละครึ่ง 30 นาที ในวันอังคารและวันพฤหัสบดี เวลา 13.00-13.30น. ตั้งแต่วันที่ 9 มิถุนายน พ.ศ. 2541 ถึงวันที่ 21 กรกฎาคม พ.ศ. 2541
3. การทดสอบหลังการทดลอง (Posttest) ผู้วิจัยให้สตรีมีครรภ์แรกที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์อีกครั้งหนึ่ง แล้วนำผลที่ได้ไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล มีลำดับขั้นดังนี้

1. เปรียบเทียบการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกก่อน และหลังได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม
2. เปรียบเทียบผลต่างของการดูแลตนเอง ของสตรีมีครรภ์แรกที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม กับสตรีมีครรภ์แรกที่ไม่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. สตรีมีครรภ์แรกมีการดูแลตนเองเพิ่มขึ้น หลังจากได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1
2. สตรีมีครรภ์แรกที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม มีการดูแลตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่า สตรีมีครรภ์แรกที่ไม่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2

อภิปรายผล

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นการศึกษามูลของการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมที่มีต่อการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกในระยะก่อนคลอด โรงพยาบาลตำรวจ กรุงเทพมหานคร ซึ่งจากการศึกษาค้นคว้าปรากฏผลดังนี้

1. สตรีมีครรภ์แรกมีการดูแลตนเองเพิ่มขึ้นหลังจากได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง ควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ตั้งไว้ จากผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า การใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมสามารถนำมาพัฒนาการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ได้ ทั้งนี้เพราะกรณีตัวอย่างเป็นการนำเรื่องราวและเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นจริงมาดัดแปลงให้เหมาะสม เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับความเป็นจริง เมื่อนำมาควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม ซึ่งเป็นวิธีหนึ่งที่สามารถนำมาใช้ปรับการดูแลตนเองได้ โดย

เลือกวิธีที่เหมาะสมกับสภาพการณ์ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อัจจิมา จินวาลา (2535 : 64) ที่พบว่า นักเรียนที่ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ด้วยกรณีตัวอย่างมีความรับผิดชอบต่อโรงเรียนสูงขึ้น หลังการทดลอง นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการวิจัยของ พชรินทร์ ธารีรัฐการพ์ (2535: 83-86) ที่พบว่า นักเรียนที่เรียนโดยการสอนแบบเทคนิคศึกษากฎตัวอย่างมีความสามารถ ในการแก้ปัญหาดีขึ้นหลังการทดลอง นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการวิจัยของ ชูศักดิ์ สิงห์อุตร (2532: 70-78) ที่พบว่านักเรียนที่เรียน วิชาสังคมด้วยวิธีการสอนแบบศึกษากฎตัวอย่าง มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้นหลังการทดลอง

2. สตรีมีครรภ์แรกที่ได้รับการให้การณตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม มีการดูแลตนเองเพิ่มขึ้นกว่าสตรีมีครรภ์แรกที่ไม่ได้รับการให้การณตัวอย่าง ควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้ จากผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า การใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม เป็นวิธีหนึ่งที่ช่วยให้สตรีมีครรภ์แรกมีการดูแลตนเองดีขึ้นกว่าการไม่ได้รับการให้การณตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม เพราะการใช้กรณีตัวอย่างช่วยให้ สตรีมีครรภ์แรกได้วิเคราะห์ แสวงหาสิ่งที่ต้องการรู้ และสรุปสิ่งที่เรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งส่งเสริมให้สตรีมีครรภ์แรกสามารถพัฒนาการดูแลตนเองได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของจริยา วิไลวรรณ (2532: 94) ทำการวิจัยเรื่องผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อเจตคติ ต่อการเรียนวิชาพลศึกษาของนักเรียนชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดลำปาง ซึ่งได้ใช้กรณีตัวอย่างในกิจกรรมกลุ่มด้วย พบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่ทำกิจกรรมกลุ่มมีเจตคติ ต่อการเรียนวิชาพลศึกษาสูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมที่ได้รับข้อเสนออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาค้นคว้าไปใช้

1.1 จากผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ พบว่า การใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม สามารถนำมาพัฒนาการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกได้ ดังนั้น ผู้ที่เกี่ยวข้องด้านการดูแลสุขภาพ เช่น แพทย์ พยาบาล ญาติ เป็นต้น น่าจะศึกษาและนำการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมมาใช้ เพื่อเพิ่มการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกได้

1.2 ผู้ที่นำการใช้กรณีตัวอย่าง ควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมไปพัฒนาการดูแลตนเองของ สตรีมีครรภ์แรกได้ ควรมีความรู้ ความเข้าใจ และตลอดจนมีทักษะในการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมด้วย โดยการจัดอบรมเกี่ยวกับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม

1.3 เนื่องจากทางด้านการแพทย์และการพยาบาล อาจไม่มีเวลาในการใช้โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม น่าจะนำเอกสารกรณีตัวอย่างมาใช้ทำเป็นแผ่นพับแจก สตรีมีครรภ์เพื่อเป็นการให้ความรู้ได้

2. ข้อเสนอแนะในการศึกษาค้นคว้าต่อไป

2.1 ควรทดลองใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม มาใช้ในการพัฒนาด้านอื่นๆ เช่น ด้านภาวะการเป็นผู้นำ การตัดสินใจ เป็นต้น

2.2 ควรทดลองใช้วิธีการอื่นๆ ในการพัฒนาการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก เช่น การใช้บทบาทสมมติ การใช้สถานการณ์จำลอง การใช้เทคนิคแม่แบบ เป็นต้น

2.3 ในการใช้กรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยควรกระตุ้นให้สมาชิกทุกคนแสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่ และควรใช้สื่อในการให้ข้อมูลที่มีความหลากหลาย นอกเหนือจากแจกเอกสารอย่างเดียว เช่น วีดิทัศน์ เทป บันทึกเสียง เป็นต้น

2.4 ควรทดลองใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม มาพัฒนาการดูแลตนเองกับกลุ่มตัวอย่างอื่น เช่น สตรีมีครรภ์แรกที่มีอายุครรภ์ต่ำกว่า 28 สัปดาห์ สตรีมีครรภ์หลัง เป็นต้น

2.5 ควรมีการติดตามผลภายหลังการทดลอง โดยมีการติดตามทุก 3 เดือน หรือทุก 6 เดือน เพื่อติดตามความคงทนของการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กัณจะนา พุ่มมาลา. (2534). การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเอง และการใช้แรงเสริมทางสังคมที่มีต่อความกลัวในการพูดหน้าชั้นเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนปราชญ์กัลยาณี จังหวัดปราชญ์บุรี. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- จริยวัตร คมพัยคณ์. มีนาคม 2533. "การตั้งครุฑ", หมอชาวบ้าน. 11(13) : 37.
- จารุวรรณ เพ็ญสุข. (2533). การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และมนุษย์สัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนวิชาสังคมศึกษา ด้วยวิธีสอนแบบการเรียนรู้เป็นทีมที่จัดกิจกรรม ด้วยการใช้กรณีตัวอย่างกับการสอนตามคู่มือครู. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- จารุณี สงขกุล. (2527). สุขภาพในครอบครัว. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พลศึกษา. อุดลัสนา.
- จิตติมา ไสภารัตน์. (2527). การอนามัยแม่และเด็ก. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : รุ่งศิลป์การพิมพ์.
- จินตนา ยูนิพันธ์. (2528). การเรียนการสอนทางพยาบาลศาสตร์. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จุไรวรรณ จักขุจินดา. (2537). ผลของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเพื่อลดความเครียดของสตรีครั้งแรกในระยะก่อนคลอด โรงพยาบาลกรุงเทพคริสเตียน กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ชานี เขียวเอี่ยมวัฒนา. (2534). พฤติกรรมสุขภาพของสตรีขณะตั้งครรภ์ที่มาคลอดในโรงพยาบาล สังกัดสำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ชูศรี วงศ์รัตน์. (2528). แบบแผนการทดลองและสถิติ. กรุงเทพฯ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ชูศรี วงศ์รัตน์. (2530). เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชูศักดิ์ สิงห์อุดร. (2532). การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และพฤติกรรมการทำงานกลุ่มของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่เรียนวิชาสังคมศึกษา โดยใช้เทคนิคการสอนแบบศึกษากรณีตัวอย่าง กับการสอนตามคู่มือการสอนของหน่วยศึกษานิเทศก์ กรมสามัญศึกษา. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ไชยรัตน์ ปรานี. (2531). การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พฤติกรรมการทำงานกลุ่ม และความรับผิดชอบต่องาน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนสังคมศึกษา โดยการสอนแบบซินดิเคท กับการสอนตามคู่มือครู. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- เทียมสร ทองสวัสดิ์. (2531). การพยาบาลในระยะตั้งครรภ์. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- ทิตนา ขมมณี และคนอื่นๆ. (2522). กลุ่มสัมพันธ์ ทฤษฎี และแนวทางปฏิบัติ เล่มที่ 1. กรุงเทพฯ : บุรพาธิลปี การพิมพ์.

- ประณีต สวัสดิ์รักษา และมณฑิลา สุขชาติศิริ. (2524). การพยาบาลสูติศาสตร์และการตั้งครรภ์. เชียงใหม่ : คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2530). การปรับพฤติกรรมเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : โครงการส่งเสริมการแต่งตั้งตำรา ทบวงมหาวิทยาลัย.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2531). วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เจริญผล.
- พัชรินทร์ ธารีรัฐการพ. (2535). การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความสามารถในการแก้ปัญหาของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนวิชาสังคมศึกษา โดยการสอนแบบเทคนิคศึกษาค้นคว้า ตัวอย่าง. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ไพรินทร์ (นามแฝง). (2528). การรักษาสภาพและการเตรียมตัวคลอด. กรุงเทพฯ : เอ็น พี บุ๊ค.
- มนัรัตน์ สุขโชติรัตน์. (2534). คลอดง่าย : คู่มือเตรียมร่างกายและจิตใจไว้คลอดบุตร. กรุงเทพฯ : ประยูรวงศ์.
- ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. (2538). เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.
- ล้วน สายยศและอังคณา สายยศ. (2528). หลักการวิจัยทางการศึกษา. กรุงเทพฯ : ศึกษาพร.
- ลลิตา ชีระสิริ และคณะ. (2536). อ่านก่อนคลอด ข้อควรรู้และปฏิบัติระหว่างตั้งครรภ์. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ : รวมพรรณ.
- วิไล อาชวอาภรณ์. (2531). การเปรียบเทียบผลของการฝึกการประเมินตนเองกับผลของการใช้การเสริมแรงทางบวกที่มีต่อการเพิ่มและการคงอยู่ของพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. วิทยานิพนธ์ ก.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อุดลำนาค.
- วรารุณ สุมาวงศ์. (2525). คู่มือฝากครรภ์และการคลอด. พิมพ์ครั้งที่ 13. กรุงเทพฯ : คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2524). การปรับพฤติกรรม. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมพงษ์ จิตระดับ. (2530). การสอนจริยศึกษาในระดับประถมศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุวัชย์ อินทรประเสริฐ. (2533). คู่มือตั้งครรภ์และเตรียมคลอด. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : นิตยสาร "รักลูก".
- โสภณ ศรีสุวรรณวัฒนา. (2533). การเปรียบเทียบผลของการใช้สถานการณ์จำลอง กับการใช้กรณีตัวอย่างที่มีต่อวิชาชีพพยาบาล ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุนทรจังหวัดสุรินทร์. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- อัจจิมา จินวาลา. (2538). การเปรียบเทียบผลของการกิจกรรมกลุ่ม และกรณีตัวอย่างที่มีต่อความรับผิดชอบ ต่อโรงเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนคลองเสื่อน้อย กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- อาภา จันทรสกุล และอัญชัน เกียรติบุตร. (2531). การปรับพฤติกรรมทางการศึกษา. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

- Close , Sylvia. (1975). *The Know How of Pregnancy and Labor*. 2nd ed. Bristol : John Wright & Sons Ltd.
- Craighead , Edward W. , Alen E. Kazdin and M.J.Mahoney. (1976). *Behavior Modification*. Boston : Houghton Mifflin Company.
- Kalish , Harry I. (1981). *Behavioral Science to Behavior Modification*. New York : Mc. graw-Hill Book Co.
- Kanfor, Frederick H. Laurence G. and grimm. (1976). *Behavior Modification* : Boston : Houghton Mifflin Company.
- Kazdin ,Alan E. (1984). *Behavior Modification in Applied Setting*. Illinois : The Dorsey Press.
- Kroger , William S. (1962). *Psychosomatic Obstetrics , Gynecology and Endocrinology*. Illinois : Charles C.thomal.
- Lerch , Constance. (1977). *Maternity Nursing*. 2nd ed. St. Louis : The C.V. Mosby,Co.
- Littlefield , V.M. (1977). *Maternity Nursing Today*. 2nd ed. New York: Mc. graw-Hill Book Co.
- Reeder , Sharon J. and others. (1983). *Maternity Nursing*. 15th ed. Philadelphia : J.B Lippincott, Co.
- Richardson , Peggy. (1981) " Women ' s Perceptions of their Important Dyadic Relationships During Pregnancy, " *Maternal-Child Nursing Journal*." 10 : 159-174 ; Fall.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

1. โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม
2. แบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์

โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม (ใช้กับกลุ่มทดลอง)

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
1.	ปฐมนิเทศ	1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับผู้รับการทดลอง 2. เพื่อผู้รับการทดลองทราบจุดมุ่งหมายของการทดลองในการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม 3. เพื่อให้ผู้รับการทดลองทราบความหมายและความสำคัญของการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ 4. เพื่อเป็นการเตรียมผู้เข้ารับการทดลองให้พร้อมที่จะใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม เพื่อเพิ่มการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์	1. ผู้วิจัยแนะนำตนเองและให้ผู้เข้ารับการทดลองแนะนำตนเอง 2. ผู้วิจัยชี้แจงให้ผู้รับการทดลองจำนวน 7 คนทราบจุดมุ่งหมายของการทดลองคือการเพิ่มการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง 3. ผู้วิจัยชี้แจงให้ผู้รับการทดลองจำนวน 7 คนทราบความหมายและความสำคัญของการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ 4. ผู้วิจัยชี้แจงให้ผู้รับการทดลองทราบเงื่อนไขการใช้กรณีตัวอย่างและการเสริมแรงทางสังคม โดยบอกให้ผู้รับการทดลองทราบว่าในขณะที่ให้เอกสารกรณีตัวอย่างกับสตรีมีครรภ์เกี่ยวกับการดูแล ตนเองที่ถูกต้อง ผู้รับการทดลองมีความสนใจซักถามและสามารถตอบคำถามได้อย่างถูกต้อง ผู้วิจัยจะกล่าวคำชม ดี ดีมาก ตั้งใจดีขึ้นพยายามต่อไป และผู้วิจัยจะยิ้มพยักหน้า แสดงการยอมรับ 5. ผู้วิจัยนัดวัน และเวลาที่จะทำการทดลองจนถึงสิ้นสุดการทดลอง	
2.	การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านทารกในครรภ์ หัวข้อ "การฝากครรภ์"	1. เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมจะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านทารกในครรภ์ของผู้เข้ารับการทดลอง	1. ผู้วิจัยชี้แจง และแจกเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านทารกในครรภ์กับสตรีมีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลอง โดยมีขั้นตอน ดังนี้	เอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง "การฝากครรภ์"

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
		เพิ่มขึ้นหรือไม่ 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการทดลองได้ทราบถึงการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านทารกในครรภ์อย่างถูกต้อง	<u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้นำ ผู้วิจัยทักทายสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวนและสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ชี้นำเสนอกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองด้านทารกในครรภ์ เปิดโอกาสให้ซักถามพร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ชี้นำสรุป ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้และ ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป	
3.	การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านทารกในครรภ์ หัวข้อ "การระวังการไ้ยาในระหว่างตั้งครรภ์ การรับประทานยาบำรุง วัคซีน"	1. เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม จะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านทารกในครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบถึงการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านทารกในครรภ์อย่างถูกต้อง	1. ผู้วิจัยชี้แจง และแจกแจงเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านทารกในครรภ์กับสตรีมีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลอง โดยมีขั้นตอนดังนี้ <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้นำ ผู้วิจัยทักทายสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวนและสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ชี้นำเสนอกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองด้านทารกในครรภ์ เปิดโอกาสให้ซักถามพร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ชี้นำสรุป ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้และ	เอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง "การระวังการไ้ยาในระหว่างตั้งครรภ์ การรับประทานยาบำรุง วัคซีน"

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป	
4.	การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์หัวข้อ “การดูแลด้านโภชนาการ”	1. เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมจะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบถึงการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง	1. ผู้วิจัยชี้แจงและแจกเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์กับสตรีมีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลอง โดยมีขั้นตอนดังนี้ <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้แนะ ผู้วิจัยทักทายสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวนเอกสารและสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ชี้แนะกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองด้านสตรีมีครรภ์ เปิดโอกาสให้ซักถามพร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ชี้แนะสรุปผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้และ ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป	เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง “การดูแลด้านโภชนาการ”
5.	การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ หัวข้อ “การออกกำลังกายและการพักผ่อน”	1. เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมจะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบ ถึงการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง	1. ผู้วิจัยชี้แจง และแจกเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์กับสตรีมีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลอง โดยมีขั้นตอน ดังนี้ <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้แนะ ผู้วิจัยทักทายสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวนและสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์	เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง “การออกกำลังกายและการพักผ่อน”

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			<u>ขั้นตอนที่ 2</u> <u>ขั้นเสนอกรณีตัวอย่าง</u> ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่าน เอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการ ดูแลตนเองด้านสตรีมีครรภ์ เปิด โอกาสให้ซักถามพร้อมให้การ เสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> <u>ขั้นสรุป</u> ผู้วิจัยให้การ ทดลองสรุปสาระที่ได้และ ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วผู้วิจัยนัด หมายวัน เวลา และสถานที่ในการ ทดลองครั้งต่อไป	
6.	การดูแลตนเอง ของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรี มีครรภ์ หัวข้อ "การดูแลทำ ความสะอาด ร่างกาย"	1. เพื่อศึกษาว่า การใช้กรณีตัวอย่าง อย่างควบคู่กับการเสริมแรงทาง สังคมจะทำให้การดูแลตนเอง ของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ ทราบถึงการดูแลตนเองของสตรี มีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์อย่าง ถูกต้อง	1. ผู้วิจัยชี้แจง และแจกเอกสาร กรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแล ตนเองของสตรีมีครรภ์กับสตรี มีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลองโดยมี ขั้นตอนดังนี้ <u>ขั้นตอนที่ 1</u> <u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยทักทาย สนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวนและ สอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเอง ของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> <u>ขั้นเสนอกรณีตัวอย่าง</u> ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่าน เอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการ ดูแลตนเองด้านสตรีมีครรภ์ เปิด โอกาสให้ซักถามพร้อมให้การ เสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> <u>ขั้นสรุป</u> ผู้วิจัยให้ผู้รับ การทดลองสรุปสาระที่ได้และ ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมแล้วผู้วิจัยนัด หมายวัน เวลา และสถานที่ในการ ทดลองครั้งต่อไป	เอกสารกรณี ตัวอย่าง เรื่อง "การดูแล ความสะอาด ร่างกาย"

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
7.	การดูแลตนเอง ของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมี ครรภ์ หัวข้อ “การมีเพศ สัมพันธ์”	1. เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมจะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบถึงการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง	1. ผู้วิจัยชี้แจง และแจกเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์กับสตรีมีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลองโดยมีขั้นตอนดังนี้ <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้นำ ผู้วิจัยทักทายสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวนและสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ชี้นำเสนอกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองด้านสตรีมีครรภ์ เปิดโอกาสให้ซักถามพร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ชี้นำสรุป ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้และ ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมแล้วผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป	เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง “การมีเพศสัมพันธ์”
8.	การดูแลตนเอง ของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมี ครรภ์ หัวข้อ “การดูแลด้าน ร่างกายที่ เปลี่ยนแปลง ไป”	1. เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม จะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบถึงการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง	1. ผู้วิจัยชี้แจง และแจกเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์กับสตรีมีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลองโดยมีขั้นตอนดังนี้ <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้นำ ผู้วิจัยทักทายสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวนและสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ชี้นำเสนอกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองด้านสตรีมีครรภ์ เปิด	เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง “การดูแลร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไป”

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			โอกาสให้ซักถามพร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ขึ้นสรุป ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้และ ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมแล้วผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป	
9.	การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ หัวข้อ "การดูแลเกี่ยวกับเรื่องฟัน"	1.เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมจะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2.เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบถึงการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง	1. ผู้วิจัยชี้แจง และแจกเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์กับสตรีมีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลองโดยมี <u>ขั้นตอนดังนี้</u> <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้นำ ผู้วิจัยทักทายสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวนและสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ชี้นำเสนอกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองด้านสตรีมีครรภ์ เปิดโอกาสให้ซักถามพร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ขึ้นสรุป ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้และ ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมแล้วผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป	เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง "การดูแลเกี่ยวกับเรื่องฟัน"
10.	การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ หัวข้อ "การทำงานในระหว่าง"	1.เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมจะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่	1. ผู้วิจัยชี้แจง และแจกเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์กับสตรีมีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลองโดยมี <u>ขั้นตอนดังนี้</u> <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้นำ ผู้วิจัยทักทาย	เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง "การทำงานในระหว่างตั้งครรภ์"

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
	ตั้งครุฑ	2.เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบถึงการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง	สนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวนและสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ขึ้นเสนอกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองด้านสตรีมีครรภ์ เปิดโอกาสให้ซักถามพร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ขึ้นสรุป ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้และ ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมแล้วผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป	
11.	การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ หัวข้อ "การเดินทางในระหว่างตั้งครุฑ"	1. เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมจะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2.เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบถึงการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง	1. ผู้วิจัยชี้แจง และแจกเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์กับสตรีมีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลองโดยมีขั้นตอนดังนี้ <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ขึ้นนำ ผู้วิจัยทักทายสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวนและสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ขึ้นเสนอกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองด้านสตรีมีครรภ์ เปิดโอกาสให้ซักถามพร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ขึ้นสรุป ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้และ ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมแล้วผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป	เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง "การเดินทางในระหว่างตั้งครุฑ"

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
12.	ปัจจัยนิเทศ	เพื่อให้ผู้รับการทดลองเข้าใจวิธี การใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับ การเสริมแรงทางสังคม และสรุป ผลของการใช้กรณีตัวอย่าง ควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม	1. ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปผล ที่ได้จากการทดลอง จากนั้นผู้วิจัย จึงสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยกล่าวขอใบผู้รับการ ทดลองที่ให้ความร่วมมือในการ ทดลองและกล่าวปิดการทดลอง	

หมายเหตุ การทดลองแต่ละครั้งใช้เวลา 30 นาที

โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม (ใช้กับกลุ่มทดลอง)

ครั้งที่ 1

เรื่อง	ปฐมนิเทศ
เวลา	30 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับผู้รับการทดลอง 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองทราบจุดมุ่งหมายของการทดลอง ในการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง ในการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม 3. เพื่อให้ผู้รับการทดลองทราบความหมาย และความสำคัญของการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ 4. เพื่อเป็นการเตรียมผู้รับการทดลองให้พร้อม ที่จะใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม เพื่อเพิ่มการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์
วิธีดำเนินการ	1. ผู้วิจัยแนะนำตนเองและให้ผู้รับการทดลองแนะนำตนเอง 2. ผู้วิจัยชี้แจงให้ผู้รับการทดลองจำนวน 7 คน ทราบจุดมุ่งหมายของการทดลอง คือการเพิ่มการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง 3. ผู้วิจัยชี้แจงให้ผู้รับการทดลอง จำนวน 7 คน ทราบความหมายและความสำคัญ ของการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ 4. ผู้วิจัยชี้แจงให้ผู้รับการทดลองทราบเงื่อนไข การใช้กรณีตัวอย่างและการเสริมแรงทางสังคม โดยบอกให้ผู้รับการทดลองทราบว่า ในขณะที่ให้เอกสารกรณีตัวอย่างกับสตรีมีครรภ์เกี่ยวกับการดูแลตนเองที่ถูกต้อง ผู้รับการทดลองมีความสนใจซักถาม และสามารถตอบคำถามได้อย่างถูกต้อง ผู้วิจัยจะกล่าวคำชม ได้แก่คำว่า ดี ดีมาก ตั้งใจดีขึ้น พยายามต่อไป และผู้วิจัยจะยิ้มพยักหน้าแสดงการยอมรับ 5. ผู้วิจัยนัด วัน เวลา และสถานที่ที่จะทำการทดลอง จนถึงสิ้นสุดการทดลอง
การประเมินผล	สังเกตจากการสนใจซักถามและตอบคำถามได้อย่างถูกต้อง

โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม (ใช้กับกลุ่มทดลอง)

ครั้งที่ 2

เรื่อง	การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านทารกในครรภ์ หัวข้อ “ การฝากครรภ์ ”
เวลา	30 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมจะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านทารกในครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบถึงการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านทารกในครรภ์อย่างถูกต้อง
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยชี้แจงและแจกเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านทารกในครรภ์กับสตรี มีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลอง และดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้ <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้นำ ผู้วิจัยสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวน และสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ชี้นเสนอกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่างการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านทารกในครรภ์ เปิดโอกาสให้ซักถาม พร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ชี้นสรุป ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้ และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมแล้ว ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป
อุปกรณ์	เอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง “การฝากครรภ์”
การประเมินผล	สังเกตจากการสนใจซักถามและตอบคำถามได้อย่างถูกต้อง

กรณีตัวอย่างเรื่อง “การฝากครรภ์”

- ในร้านอาหารแห่งหนึ่ง สมศรีมารับประทานอาหารกับสายใจ
- สายใจ “สมศรีฉันท้องได้ 3 เดือนแล้ว วันนี้ฉันไปฝากท้องที่โรงพยาบาลมา”
- สมศรี “มีอาหารผัดปกตืออะไร ถึงต้องไปฝากท้องนะ”
- สายใจ “ไม่มีอาหารผัดปกตืออะไร แต่การฝาก ท้องเป็นการดูแลสุขภาพของตนเอง และลูกในท้องซึ่งต้องมาตามนัดอย่างสม่ำเสมอ”
- สมศรี “แล้วเค้าทำอะไรกันบ้างล่ะ”
- สายใจ “ก็ตรวจปัสสาวะเพื่อทดสอบดูการตั้งครรภ์ก่อน จึงทำการฝากท้อง มีการซักประวัติด้านต่างๆ ซึ่งน้ำหนักวัดส่วนสูง ตรวจปัสสาวะเพื่อคุ้ระดับน้ำตาลและไขขาวรวมทั้งการตรวจเลือดด้วย”
- สมศรี “ตรวจเลือดอะไรบ้างล่ะ”
- สายใจ “ก็มีตรวจหาความเข้มข้นของเลือด การตรวจหาเชื้อกามโรค ไวรัสตับอักเสบบและเชื้อเอดส์”
- สมศรี “ฉันเคยรู้ว่า การตรวจหาเชื้อเอดส์เป็นสิทธิส่วนบุคคล แล้วเค้าทำอย่างไรบ้าง”
- สายใจ “ก็มีการอธิบายเกี่ยวกับการตรวจหาเชื้อเอดส์ ประโยชน์ที่ได้ แล้วให้เซ็นต์ชื่อยินยอมเจาะเลือดหาเชื้อเอดส์”
- สมศรี “อ้อ! อย่างนี้เอง แล้วเธอต้องไปฝากท้องอีกเมื่อไหร่ล่ะ”
- สายใจ “อีก 1 เดือนนะ”

1 เดือนต่อมา สมศรีโทรศัพท์คุยกับสายใจ

- สมศรี “สายใจ เธอไปฝากท้องอีกครั้งแล้วยัง”
- สายใจ “ไปมาแล้วล่ะ คราวนี้นะ ได้ตรวจร่างกาย ตรวจเต้านม ความดันโลหิต รวมทั้งการตรวจปัสสาวะ และตรวจครรภ์ด้วยล่ะ”
- สมศรี “แล้วเค้าตรวจครรภ์อย่างไรบ้าง”
- สายใจ “ก็ดูทั่วไป ว่าขนาดเล็กหรือใหญ่กว่าประจำเดือนที่ขาดหรือไม่ ดูสภาพมดลูก คลำระดับของมดลูก ฟังเสียงหัวใจเด็ก”
- สมศรี “ทำไมเธอถึงรู้อย่างละเอียดมากนักล่ะ”
- สายใจ “ก็เค้ามีการสอนเกี่ยวกับการฝากครรภ์ โดยพยาบาลและเปิดโอกาสให้ซักถามด้วย มีการอธิบายเกี่ยวกับความสำคัญของการฝากครรภ์ตามนัดอย่างสม่ำเสมอ อาการผัดปกติที่ควรรับมาโรงพยาบาลได้ทันทีก่อนวันนัด เช่นอาการที่เด็กดิ้นน้อยลง การมีเลือดออกทางช่องคลอด เป็นต้น”
- สมศรี “ดีจังเลยนะ ถ้าฉันท้องฉันคงต้องให้เธอคอยแนะนำและพาฉันไปฝากท้องบ้างนะ”

โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม (ใช้กับกลุ่มทดลอง)

ครั้งที่ 3

เรื่อง	การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านทารกในครรภ์ หัวข้อ “ การระวังการใช้ยาในระหว่างตั้งครรภ์ การรับประทานยาบำรุง-วัคซีน ”
เวลา	30 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม จะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านทารกในครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบถึงการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านทารกในครรภ์อย่างถูกต้อง
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยชี้แจงและแจกเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านทารกในครรภ์กับสตรี มีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลอง และดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้ <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้นำ ผู้วิจัยสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวน และสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ชี้นเสนอกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่างการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านทารกในครรภ์ เปิดโอกาสให้ซักถาม พร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ชี้นสรุป ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้ และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมแล้ว ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป
อุปกรณ์	เอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง “การระวังการใช้ยาในระหว่างตั้งครรภ์ การรับประทานยาบำรุง-วัคซีน”
การประเมินผล	สังเกตจากการสนใจซักถามและตอบคำถามได้อย่างถูกต้อง

กรณีตัวอย่างเรื่อง “การระงับการใช้ยาในระหว่างตั้งครรภ์ การรับประทานยาบำรุง-วัคซีน”

ที่โรงพยาบาลแห่งหนึ่ง สมชายได้พานามามาฝากท้องตามนัด ในครั้งนี้พยาบาลได้ฉีดยาให้ และบอกว่า “เป็นวัคซีนป้องกันโรคบาดทะยัก ต้องฉีดให้ครบ 2 เข็มค่ะ”

นภา “แล้วไม่ส่งผลต่อลูกเหรอค่ะ”

พยาบาล “วัคซีนที่จะส่งผลก็มีเฉพาะที่ทำจากเชื้อที่ยังไม่ตาย เช่นวัคซีนป้องกันโรคหัด หัดเยอรมัน และคางทูม เป็นต้น เพราะจะส่งผลต่อทารกในครรภ์ได้ ส่วนวัคซีนป้องกันบาดทะยักทำจากเชื้อที่ตายแล้ว จึงไม่เป็นอันตรายต่อทารกในครรภ์ ทั้งยังสร้างภูมิคุ้มกันให้กับคุณแม่ และทารกในครรภ์ด้วย”

นภา “เป็นความรู้ใหม่จริงๆนะค่ะ ขอบคุณมากค่ะ”

พยาบาล “เชิญนั่งรอหน้าห้องตรวจเพื่อพบคุณหมอนะค่ะ”

ในห้องตรวจ

แพทย์ “คุณนภา ยาบำรุงที่ให้ทานไม่ทราบว่ามีหมดหรือยัง”

นภา “ยังค่ะ ทานบ้างไม่ทานบ้างค่ะ บางทีก็ลืม เป็นไรหรือเปล่าค่ะ”

แพทย์ “ยาบำรุงจะมีธาตุเหล็กเป็นส่วนใหญ่ เนื่องจากความเข้มข้นของเลือดจะลดลง คุณแม่ควรรับประทานยาบำรุง เพราะธาตุเหล็กจะไปทำให้ความเข้มข้นของเลือดเพิ่มขึ้น”

นภา “แล้วยาอื่นๆ ละค่ะ เราสามารถรับประทานได้ตามปกติหรือเปล่า”

แพทย์ “การใช้ยา ก็ต้องทำด้วยความระมัดระวัง เพราะจะส่งผลต่อทารกในครรภ์ได้ โดยเฉพาะในช่วง 3 เดือนแรก เพราะทารกในครรภ์จะมีการเจริญเติบโตและสร้างอวัยวะต่างๆ ถ้า ยาไปกระทบกระเทือน จะทำให้อวัยวะมีความผิดปกติได้”

นภา “ดีนะคะ ที่ถามคุณหมอก่อน จะได้ระวังในการรับประทานยา นอกเหนือจากยาบำรุงที่ หมอสั่ง ขอบคุณคุณหมอนะค่ะ”

แพทย์ “แล้วอีก 2 อาทิตย์ มาฝากครรภ์อีก เชิญโต๊ะนัดด้านหน้าด้วยนะ”

นภา “ค่ะ”

โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม (ใช้กับกลุ่มทดลอง)

ครั้งที่ 4

เรื่อง	การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์ หัวข้อ “การดูแลด้านโภชนาการ”
เวลา	30 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม จะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบถึง การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยชี้แจงและแจกเอกสารกรณีตัวอย่างการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์กับสตรีมีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลอง และดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้ <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้นำ ผู้วิจัยสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวน และสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ชี้นเสนอกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ เปิดโอกาสให้ซักถาม พร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ชี้นสรุป ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป
อุปกรณ์	เอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง “การดูแลด้านโภชนาการ”
การประเมินผล	สังเกตจากการสนใจซักถามและตอบคำถามได้อย่างถูกต้อง

กรณีตัวอย่างเรื่อง “การดูแลด้านโภชนาการ”

ศิริพร กับนุตา เป็นเพื่อนกัน ทั้งคู่กำลังตั้งครรภ์ได้ 4 เดือน ศิริพรกับนุตาได้เจอกันโดยบังเอิญที่ห้างสรรพสินค้าแห่งหนึ่ง ศิริพรชวนนุตาไปรับประทานแฮมเบอร์เกอร์ แต่นุตาปฏิเสธ บอกว่า “แฮมเบอร์เกอร์ ไม่ค่อยมีประโยชน์สำหรับเราเลย เพราะมีแป้งและน้ำตาลมาก ถ้าทานมากไปจะทำให้ท้องอืดท้องเฟ้อได้ง่าย ไปทานอาหารอย่างอื่นกันเถอะ” ทั้งสองจึงไปนั่งรับประทานอาหารที่ร้านอาหารแห่งหนึ่ง

ศิริพร “นุตา เธอว่า แฮมเบอร์เกอร์ไม่ค่อยมีประโยชน์ แล้วอาหารประเภทไหนล่ะ ที่ควรทาน”

นุตา “อาหารที่ควรทานก็ได้แก่ พวกเนื้อสัตว์ นม ไข่ ถั่ว เพื่อไปสร้างการเจริญเติบโตของลูกใจ และควรดื่มนมสดทุกวันด้วย ส่วนอาหารที่ทานควรเป็นอาหารอ่อน”

ศิริพร “แล้วพวกผัก ผลไม้ ล่ะ”

นุตา “ผักผลไม้ มีประโยชน์มากเลยทีเดียว เพราะมีครบทั้งโปรตีนและวิตามิน และยังช่วยให้ระบบขับถ่ายดีด้วย ผลไม้ที่ควรทานก็ได้แก่ กล้วย เงาะ มังคุด มะละกอ ส้ม สับปะรด เป็นต้น”

ศิริพร “ทำไม นุตาถึงได้มีความรู้เกี่ยวกับเรื่องอาหารเหล่านี้ ล่ะ”

นุตา “ก็ที่โรงพยาบาลที่ไปฝากท้อง เค้ามีการให้คำแนะนำด้านโภชนาการด้วย”

ศิริพร “ดีจังเลย น่าสนใจนะ”

นุตา “นอกจากนี้ ยังแนะนำให้ดื่มน้ำวันละ 6-8 แก้ว และยังบอกถึงโทษของการดื่มสุราและสูบบุหรี่อีกที่ส่งผลต่อลูกด้วย”

ศิริพร “ดื่มเหล้ามีผลต่อลูกมากไหม”

นุตา “ถ้าดื่มเล็กน้อยก็ไม่ใช่ไร แต่ถ้าดื่มมากจะทำให้เกิดความพิการของระบบหัวใจและหลอดเลือดของเด็ก น้ำหนักตัวน้อย เติบโตช้า อาจมีปัญหาอ่อนได้”

ศิริพร “แล้วบุหรี่ล่ะ”

นุตา “บุหรี่นี่ไม่ดีเลย ไม่แค่เฉพาะสูบเองนะ ไปอยู่ในที่ที่มีควันบุหรี่ก็ส่งผลได้เหมือนกัน เพราะสารนิโคตินในบุหรี่สามารถผ่านรกไปยังตัวเด็กได้ ซึ่งจะก่อกวนการทำงานของสมองส่วนที่ควบคุมการหายใจ และการเต้นของหัวใจ ทำให้เกิดโอกาสแท้งลูก คลอดก่อนกำหนด น้ำหนักตัวน้อยได้”

ศิริพร “ไม่ดีเลยนะ เห็นจะต้องบอกแฟนไม่ให้สูบบุหรี่ คราวนี้คงเลิกได้เสียทีเพื่อลูก”

โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม (ใช้นักกลุ่มทดลอง)

ครั้งที่ 5

เรื่อง	การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ หัวข้อ “การออกกำลังกายและการพักผ่อน”
เวลา	30 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม จะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบถึง การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยชี้แจงและแจกเอกสารกรณีตัวอย่างการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์ กับสตรีมีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลอง และดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้ <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้นำ ผู้วิจัยสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวน และสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ชี้นำกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ เปิดโอกาสให้ซักถาม พร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ชี้นำสรุป ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป
อุปกรณ์	เอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง “การออกกำลังกายและการพักผ่อน”
การประเมินผล	สังเกตจากการสนใจซักถามและตอบคำถามได้อย่างถูกต้อง

กรณีตัวอย่างเรื่อง “การออกกำลังกายและการพักผ่อน”

- ที่บ้านของยูวดี คุณป้าของยูวดีเดินทางมาจากต่างจังหวัด มาค้างที่บ้านยูวดีด้วย ยูวดีตั้ง
 ครรภ์ได้ 6 เดือนแล้ว กำลังความสะอาดบ้านอยู่
- คุณป้า “ว้าย! ยูวดี นี่ทำอะไร ท้องขนาดนี้แล้ว ยังทำงานบ้านอีกเหรอ”
- ยูวดี “ยังทำให้อยู่ค่ะ คุณหมอแนะนำว่า การทำงานบ้าน เป็นการออกกำลังกายที่ดีอย่างหนึ่ง แต่ก็
 ต้องระวังอันตราย เช่น การลื่นหกล้ม การขึ้นบันไดสูงๆ การยกของหนัก และการเอื้อมหยิบของ
 จากที่สูง ค่ะ”
- คุณป้า “แล้วจะเอาเวลาไหนไปพักผ่อนล่ะจ๊ะ แม่ยูวดี”
- ยูวดี “การพักผ่อน ก็คือการนอนหลับ แต่เพียงวันละ 8 ชั่วโมง ก็เพียงพอแล้ว แต่ในช่วงเดือนสุดท้าย
 อาจต้องนอนหลับในเวลากลางวันเพิ่ม เพราะใกล้คลอดจะเหนื่อยง่ายกว่าปกติ”
- คุณป้า “ตอนนี้ ยังไปเล่นกีฬาเหมือนเดิมหรือเปล่า”
- ยูวดี “ก็มีเหมือนกันค่ะ แต่ลดเวลาลงไม่ให้เหนื่อยมาก เพราะคุณหมอแนะนำว่า การออกกำลังกาย
 มากเกินไปทำให้เกิดการเมื่อยล้าและอ่อนเพลีย จะมีการขับของเสียออกในกระแสดูดมาก
 กว่าปกติ ไม่ส่งผลดีต่อลูกในท้อง”
- คุณป้า “ดีนะ ถ้าเป็นอย่างเมื่อก่อนสงสัยฉันคงอดดูหลานเป็นแน่เชียว”
- ยูวดี “คุณป้าคะ หนูก็หมั่นคอยดูแลสุขภาพนะคะ ทำตามที่คุณหมอแนะนำ ปรีกษาคุณหมอเวลาไป
 ฝากครรภ์ รู้ัยคะคุณป้า หนูได้ออกกำลังกายบ้าง ทำให้หนูรู้สึกว่ามีร่างกายที่แข็งแรงและ
 นอนหลับสบายอีกด้วยค่ะ ที่สำคัญที่สุดคือ ช่วยควบคุมน้ำหนักไม่ให้เพิ่มมากเกินไปด้วยค่ะ”
- คุณป้า “ถ้างั้นก็ดีฉันล่ะ ก็เป็นห่วง”
- ยูวดี “หนูต้องขอบคุณคุณป้ามากค่ะ”

โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม (ใช้กับกลุ่มทดลอง)
ครั้งที่ 6

เรื่อง	การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์ หัวข้อ “การดูแลทำความสะอาดร่างกาย”
เวลา	30 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม จะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบถึง การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยชี้แจงและแจกเอกสารกรณีตัวอย่างการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์กับสตรีมีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลอง และดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้ <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้นำ ผู้วิจัยสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวน และสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ชี้นำกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ เปิดโอกาสให้ซักถาม พร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ชี้นำสรุป ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป
อุปกรณ์	เอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง “การดูแลทำความสะอาดร่างกาย”
การประเมินผล	สังเกตจากการสนใจซักถามและตอบคำถามได้อย่างถูกต้อง

กรณีตัวอย่างเรื่อง “การดูแลทำความสะอาดร่างกาย”

ไอริณได้มาหายายจิตที่บ้าน พบยายจิตอยู่บ้านกำลังเตรียมยา

- ไอริณ “ยาอะไรนะ”
- ยายจิต “ยาสวนล้างช่องคลอดฉันกำลังคิดจะล้างช่องคลอดเพราะตั้งแต่ท้องมา รู้สึกคันและมีตกขาว คงจะไม่ค่อยสะอาดนัก”
- ไอริณ “แต่เท่าที่ฉันรู้นะ แค่การทำความสะอาดบริเวณภายนอกด้วยสบู่และน้ำทุกครั้งที่อาบน้ำหรือหลังการถ่ายอุจจาระปัสสาวะก็เพียงพอแล้ว เพราะบริเวณช่องคลอดจะมีแบคทีเรียที่คอยกันเชื้อโรคมิให้เข้าไปในช่องคลอด แล้วการสวนล้างช่องคลอดด้วยน้ำยาอาจทำให้ผนังช่องคลอดเกิดแผลได้ง่ายอีกด้วย”
- ยายจิต “จริงด้วยนะฉันไม่ได้ปรึกษาใครเลย ถ้าวันนี้เธอไม่มาฉันคงทำไปแล้วแน่เลย แล้วฉันจะปรึกษาเธออีกได้ไหม”
- ไอริณ “ได้สิ ถ้าฉันรู้ฉันจะบอกเธอ”
- ยายจิต “เรื่องอาบน้ำนะฉันจะแช่น้ำอุ่นในอ่างอาบน้ำได้หรือเปล่า เพราะเห็นคนอื่นเค้าบอกว่า เตี้ยวน้ำจะเข้าช่องคลอดทำให้อักเสบได้”
- ไอริณ “อ้อ! เรื่องแค่นี้เอง การนั่งแช่น้ำในอ่างอาบน้ำทำได้ แต่ต้องระวังการลื่นล้ม การแช่น้ำไม่ทำให้เกิดการอักเสบหรอก แต่การแช่น้ำอุ่นไม่ดีเพราะจะทำให้เกิดการเสียเหงื่อ อ่อนเพลียได้ง่าย ไม่ควรทำอย่างยิ่ง ในระหว่างตั้งครรภ์ และการแช่น้ำไม่ควรแช่น้ำคลองหรือน้ำสกปรก อันนี้แหละที่จะทำให้เกิดการอักเสบติดเชื้อบริเวณช่องคลอดได้ ที่ควรปฏิบัติคืออาบน้ำชำระล้างร่างกายให้สะอาด เช้าและเย็น ดูแลความสะอาดของเสื้อผ้าที่จะใส่”
- ยายจิต “ขอบใจมากนะ ไว้ถ้าฉันมีอะไรฉันจะโทรศัพท์ไปปรึกษาเธออีก”

สัปดาห์ต่อมา ยายจิตได้โทรศัพท์ไปหาไอริณ

- ยายจิต “ไอริณเธอ! ว่างหรือเปล่า ฉันมีเรื่องจะปรึกษาเธอซะหน่อย”
- ไอริณ “ได้สิ อะไรเธอ”
- ยายจิต “ช่วงนี้เป็นอะไรก็ไม่รู้ บริเวณหัวนมของฉันมันเหมือนเป็นไขๆ สีขาว ฉันควรจะอย่างไรดี”
- ไอริณ “เธอก็ใกล้จะคลอดแล้วนี่ ช่วงนี้อาจมีสารพวกน้ำมันมาคลุมบริเวณหัวนมและรอบๆได้ ไม่ต้องตกใจ ไม่ต้องไปฟอกล้างด้วยสบู่นะ เตี้ยจะทำให้หัวนมแห้งและแตกง่าย ช่วงนี้เธอควรจะดูแลรักษาเต้านมเป็นประจำทุกวันดีกว่า”
- ยายจิต “แล้วฉันจะดูแลรักษาเต้านมอย่างไรล่ะ”
- ไอริณ “ควรนวดเต้านมเพื่อกระตุ้นการไหลเวียนของเลือด โดยใช้ฝ่ามือทั้งสองประสานกัน วางบนส่วนบนของหน้าอก แล้วค่อยๆ นวดลงมายังส่วนล่าง ทำข้างละ 5 ครั้งนะ ส่วนหัวนมควรใช้นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้จับหัวนมคลึงเบาๆ 4-5 ครั้ง แล้วดึงให้ยืดออกมาเล็กน้อย จะทำให้หัวนมแข็งแรงเป็นการเตรียมเต้านมสำหรับเลี้ยงลูกด้วย และที่สำคัญการใช้ยกทรงควรเปลี่ยนขนาดให้พอเหมาะ อย่าให้คับจนกดหัวนม จะทำให้หัวนมบอดได้”
- ยายจิต “เป็นความรู้ใหม่ ฉันจะลองไปปฏิบัติตามดู แล้วได้ผลเป็นอย่างไร จะโทรศัพท์มาบอกนะ ขอบใจมากนะ”
- ไอริณ “ไม่เป็นไร”

โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม (ใช้กับกลุ่มทดลอง)	
ครั้งที่ 7	
เรื่อง	การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์ หัวข้อ “การมีเพศสัมพันธ์”
เวลา	30 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม จะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบถึงการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยชี้แจงและแจกเอกสารกรณีตัวอย่างการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์ กับสตรีมีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลอง และดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้ <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้นำ ผู้วิจัยสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวน และสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ชี้นำกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่าง เกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ เปิดโอกาสให้ซักถาม พร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ชี้นำสรุป ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป
อุปกรณ์	เอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง “การมีเพศสัมพันธ์”
การประเมินผล	สังเกตจากการสนใจซักถามและตอบคำถามได้อย่างถูกต้อง

กรณีตัวอย่าง เรื่อง “การมีเพศสัมพันธ์”

- อุษาตั้งท้องได้ 3 เดือน ได้มาปรึกษากับแพทย์ที่ฝากครรภ์ไว้
- อุษา “คุณหมอมะ ดิฉันไม่ทราบว่าจะเกิดอะไร ปวดท้องเป็นพัก ๆ ค่ะ”
- แพทย์ “เดี๋ยวขอตรวจก่อนนะ”
- อุษา “เกี่ยวกับการที่ดิฉันมีอะไรกับแฟนหรือเปล่าคะ”
- แพทย์ “ปกติแล้วการมีเพศสัมพันธ์ ในขณะตั้งครรภ์ ก็ไม่ได้ห้าม ยกเว้นในรายมีอาการผิดปกติในกรณีของคุณอุษา คงอยู่ในข่ายยกเว้น”
- อุษา “แล้วมีข้อห้ามในกรณีไหนบ้างล่ะคะ”
- แพทย์ “ก็มีอยู่ 6 กรณีด้วยกัน คือ ในรายที่เคยแท้งบุตรมาก่อนควรรงดในช่วง 3 เดือนแรก ในรายที่เคยคลอดบุตรก่อนกำหนด ควรรงดเมื่อตั้งครรภ์ 7 เดือนขึ้นไป ในรายที่ปวดท้องเป็นพัก ๆ คล้ายปวดท้องคลอด ควรรงดเพราะอาจคลอดก่อนกำหนดได้ ในรายที่ตกเลือด, ปากมดลูกไม่แข็งแรง และมีน้ำเดินก่อนกำหนด 3 กรณีนี้ นอกจากต้องจรรวบรวมเพศแล้วต้องไปพบแพทย์เพื่อรับการรักษาด้วย”
- อุษา “ของดิฉัน คงอยู่ในกรณี ที่ปวดท้องคล้ายปวดท้องคลอดใช่ไหมคะ”
- แพทย์ “ใช่ เดี๋ยวหมอจะให้คุณกลับไปทานยาที่บ้าน แล้วพักผ่อน ถ้าอาการดีขึ้นไม่มีปวดท้องก็ ไม่เป็นปัญหาอะไร”
- อุษา “แล้วจะมีอะไรกับแฟนได้อีกไหมคะ”
- แพทย์ “ถ้าไม่มีอาการปวดท้องสัก 2 สัปดาห์คงจะมีเพศสัมพันธ์ได้ แต่ไม่ควรจะกดทับบริเวณมดลูก ในช่วงท้องแก่คุณคงกังวลและหวาดวิตกต่อการคลอดจะทำให้การมีเพศสัมพันธ์ลดลง จนไม่มีเลยก็ได้”
- อุษา “ขอบคุณหมอมานะคะ”
- แพทย์ “อย่าลืมพักผ่อน และทานยาที่ให้ไป ถ้าอาการไม่ดีขึ้นมีเลือดออกหรือน้ำเดินควรรีบมาพบแพทย์ ในช่วงนี้อ่าเพ็งมีอะไรกับแฟนนะ”
- อุษา “ค่ะ”

โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม (ใ้กับกลุ่มทดลอง)

ครั้งที่ 8

เรื่อง	การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์ หัวข้อ "การดูแลด้านร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไป"
เวลา	30 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม จะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบถึงการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยชี้แจงและแจกเอกสารกรณีตัวอย่างการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์ กับสตรีมีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลอง และดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้ <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้นำ ผู้วิจัยสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวน และสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ชี้นเสนอกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ เปิดโอกาสให้ซักถาม พร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ชี้นสรุป ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป
อุปกรณ์	เอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง "การดูแลด้านร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไป"
การประเมินผล	สังเกตจากการสนใจซักถามและตอบคำถามได้อย่างถูกต้อง

กรณีตัวอย่างเรื่อง “การดูแลด้านร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไป”

อรทัย กับ เทวี ชวนกันไปเยี่ยม ศศิธร ที่บ้าน ศศิธร ตั้งครรภ์ได้ 8 เดือนแล้ว

- ศศิธร “อ้าว! อรทัยกับเทวี วันนี้มาถึงนี่ได้อย่างไร”
- อรทัย “ก็มาเยี่ยมดูเธอเนสิ ใกล้คลอดแล้วนี่ แล้วเทวีเค้าก็อยากมาคุยกับเธอด้วย ดอนนี่เค้าท้องได้ 3 เดือนแล้ว”
- ศศิธร “เทวี นี่เธอท้องได้ 3 เดือนแล้วเธอ คุณยังไม่ออกเลยนะ”
- เทวี “เราอยากมาคุยกับเธอ อยากรู้ว่าต้องปฏิบัติตนอย่างไร ในช่วงตั้งครรภ์”
- ศศิธร “มันก็มีหลายเรื่องนะ ในช่วงท้องจะมีการเปลี่ยนแปลงหลายด้าน เช่น ถ้าเป็นตะคริวควรแก้ไข โดยใช้นอนนอยกขาสูง การนวดและประคบความร้อนจะทำให้ตะคริวหายเร็วขึ้น การดื่มนมและทานแคลเซียมตามแพทย์สั่งจะช่วยให้ นอกจากนั้นก็ยังมีอาการสปรอนที่หน้าอก ซึ่งแก้ไขได้โดยหลีกเลี่ยงการยกของหนัก ไม่ขึ้นบันไดสูงหลายๆ ชั้น และควรรหาหมอน 2-3 ใบหนุนไหล่ให้สูงขึ้นเวลานอน”
- เทวี “แล้วท้องที่ใหญ่ขึ้น จะเป็นลายหรือเปล่า”
- ศศิธร “ก็แล้วแต่ บางคนก็เป็น บางคนก็ไม่เป็น แต่ถ้าเป็นควรใช้น้ำมันทาตัวเด็กทา แล้วพอหลังคลอด ริ้วรอยจะจางลง แม้จะไม่หายทั้งหมดก็ตาม”
- อรทัย “เราเคยได้ยินว่า คนท้องมักจะปวดหลัง เธอทำอะไรล่ะ”
- ศศิธร “ก็นอนพัก ใช้น้ำร้อนประคบบ้าง หรือไม่ก็หาที่นอนแข็งสักหน่อย”
- เทวี “แล้วการก้มหยิบของหรือเอื้อมหยิบของล่ะ”
- ศศิธร “การก้มหยิบของ ควรย่อลงไปทั้งตัว ส่วนเอื้อมหยิบของที่สูงๆ ไม่ควรทำ เพราะจะทำให้กล้ามเนื้อตึงอักเสบได้”
- เทวี “เรานึกไม่ออกแล้วว่าจะถามอะไรอีก แต่ถ้ามีจะรบกวนถามเธออีกได้ไหม”
- ศศิธร “ได้สิ ตลอดเวลาเลย แล้วเธอไปฝากท้องแล้วยังล่ะ”
- เทวี “ยังเลย”
- ศศิธร “ไปฝากท้องซะ เพราะที่โรงพยาบาลจะมีทั้งแพทย์และพยาบาลคอยให้คำปรึกษาและยังมีการจัดการสอนให้แก่มดแม่คนใหม่อีกด้วย”
- เทวี “คงต้องรบกวนเธอให้แนะนำนะ”
- ศศิธร “ไม่เป็นไรหรอกจ้ะ”

โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม (ใช้กับกลุ่มทดลอง)

ครั้งที่ 9

เรื่อง	การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ หัวข้อ “การดูแลเกี่ยวกับเรื่องฟัน”
เวลา	30 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมจะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบถึงการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยชี้แจงและแจกเอกสารกรณีตัวอย่างการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์กับสตรีมีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลอง และดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้ <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้นำ ผู้วิจัยสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวน และสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ชี้นำกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ เปิดโอกาสให้ซักถาม พร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ชี้นำสรุป ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป
อุปกรณ์	เอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง “การดูแลเกี่ยวกับเรื่องฟัน”
การประเมินผล	สังเกตจากการสนใจซักถามและตอบคำถามได้อย่างถูกต้อง

กรณีตัวอย่างเรื่อง “การดูแลเกี่ยวกับฟัน”

- แพรทอง กับ ลูกแก้ว คุยกันอยู่ที่ร้านอาหารแห่งหนึ่ง
- ลูกแก้ว “แพร ทำไมเธอถึงทานอาหารน้อยจัง”
- แพรทอง “เราปวดฟันนะ เลยทานไม่ค่อยลง”
- ลูกแก้ว “อ้าว! ทำไมไม่ไปหาหมอล่ะ”
- แพรทอง “เราท้องได้ 3 เดือนแล้ว กลัวว่าทำฟันจะกระทบต่อระบบประสาทกับลูกนะ”
- ลูกแก้ว “ไม่เกี่ยวหรอก ถ้าปล่อยไว้นานจนเกิดอาการอักเสบ จะอันตรายมากกว่านะ ไปหาหมอกันเถอะ”
- แพรทอง “ไปก็ไป”
- ที่คลินิกทันตแพทย์
- แพรทอง “คุณหมอละ ตอนนี้อยู่คุณหมอก่อนฟันไปมีผลอะไรต่อเด็กไหมละ”
- ทันตแพทย์ “ไม่มีหรอกค่ะ เพราะยาที่ไฟไปก็ไม่มีผลกับเด็ก”
- แพรทอง “แล้วดิฉันควรปฏิบัติตัวอย่างไบบ้างค่ะ”
- ทันตแพทย์ “ช่วงนี้เค้าจะแย่งแคลเซียมจากคุณแม่ไป คุณแม่ก็ต้องหมั่นรักษาความสะอาดของฟันเพิ่มขึ้น ควรแปรงฟันหลังอาหารทุกมื้อ เมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องฟัน ควรมาพบทันตแพทย์ทันที และแจ้งให้ทราบว่าจะตั้งครรภ์ด้วยเพื่อคุณหมอมจะได้หลีกเลี่ยงไม่ใช้ยาที่เป็นอันตรายต่อลูกในครรภ์ และสิ่งที่ที่คุณแม่ควรเพิ่มแคลเซียมให้กับตัวเองด้วย โดยทานอาหารพวกนม เนย โอวัลติน ปลาไส้ตัน ก็ได้”
- แพรทอง “ดีใจจัง ที่ได้คุยกับคุณหมอวันนี้ ได้ความรู้มากค่ะ ปกติจะกลัวคุณหมอฟัน นี่ถ้าเพื่อนไม่บอกก็คงต้องทนปวดฟันไปนาน”
- ลูกแก้ว “เสร็จแล้วเหรอ หายปวดไหมละ เวลาท้องก็ต้องมาปรึกษาทันตแพทย์ด้วย”
- แพรทอง “หายแล้ว กลับบ้านกันเถอะ ขอบใจเธอนะที่ชวนฉันมาหาหมอฟันนะ”

โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม (ใช้กับกลุ่มทดลอง)

ครั้งที่ 10

เรื่อง	การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์ หัวข้อ “การทำงานในระหว่างตั้งครรภ์”
เวลา	30 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อศึกษาว่า การใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม จะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบถึงการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยชี้แจงและแจกเอกสารกรณีตัวอย่างการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์ กับสตรีมีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลอง และดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้ <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้นำ ผู้วิจัยสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวน และสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ชี้นำเสนอกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่าง เกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ เปิดโอกาสให้ซักถาม พร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ชี้นำสรุป ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป
อุปกรณ์	เอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง “การทำงานในระหว่างตั้งครรภ์”
การประเมินผล	สังเกตจากการสนใจซักถามและตอบคำถามได้อย่างถูกต้อง

กรณีตัวอย่างเรื่อง “การทำงานในระหว่างตั้งครรภ์”

กาญจนา เป็นพนักงานขายสินค้าอยู่ในห้างสรรพสินค้าแห่งหนึ่ง วันหนึ่ง รุ่งทอง เป็นเพื่อนของกาญจนา มาพบเข้า

รุ่งทอง “กาญจนา เธอท้องได้กี่เดือนแล้ว นี่เธอยังยืนทำงานไหวอยู่หรือ”

กาญจนา “ก็ประมาณ 6 เดือนกว่าแล้วละ หมอบอกว่าทำงานได้ แต่ให้หาเวลานั่งพักไม่ให้ยืนนาน ใส่รองเท้าไม่มีส้น แล้วพยายามยืนสลับเท้าไปมา แค่นี้เอง สภาวะเศรษฐกิจอย่างนี้ไม่ทำงานจะไหวหรือ แล้วเธอจะทำงานที่ไหน”

รุ่งทอง “เราก็กินงานเกี่ยวกับช่วยเอ็กซ์เรย์นะ”

กาญจนา “งานอย่างเธอเนี่ยะ ถ้าท้องก็ทำไม่ได้ ต้องหาอย่างอื่นทำแทน เพราะจะเป็นอันตรายกับลูกในท้องได้”

รุ่งทอง “แล้วนอกจากนี้ ยังมีงานอะไรที่ควรหลีกเลี่ยงอีกล่ะ”

กาญจนา “ก็พวกยกของหนัก การทำงานเป็นกะควรหลีกเลี่ยงเวรดึก การทำงานเกี่ยวกับพวกสารเคมี ก็มันตมภาพรังสี ก็ต้องงดทำ”

รุ่งทอง “แล้วเวลาเธอทำงานเครียดไหมฉันมีเพื่อนคนหนึ่ง เคยท้อง แล้วคลอดออกมาลูกร้องกวนตลอดเลย เคยบอกว่าตอนตั้งท้องเค้าเครียดมากเลย”

กาญจนา “เรื่องนี้ฉันก็เคยไปปรึกษาคุณหมอเหมือนกันนะ คุณหมอบอกว่าเวลาทำงานอย่าเครียด เพราะจะส่งผลต่อการพัฒนาทางด้านร่างกายและจิตใจของลูกไม่มากนักน้อย ถ้าเครียดมากจนเกิดการเปลี่ยนแปลงการไหลเวียนของโลหิตก็จะทำให้ความดันโลหิตสูง เลือดก็ไปเลี้ยงมดลูกไม่พอ หรือแม่ที่ตื่นเต้น เสียใจบ่อยๆ ก็ทำให้ การเต้นของหัวใจไม่เป็นจังหวะ มีผลต่อการพัฒนาด้านจิตใจของลูกเหมือนกัน”

รุ่งทอง “ดีนะ ที่ตอนนี้ฉันคุมกำเนิดอยู่ ถ้าฉันท้องฉันคงต้องเปลี่ยนงานแน่เลย ต้องรอให้พร้อมกว่านี้ก่อนดีกว่านะ”

กาญจนา “แล้วเธอจะไปเดินดูอะไรต่อละ เตี่ยวเตี้ยงวะมาทานข้าวด้วยกันนะ”

รุ่งทอง “แล้วเจอกัน”

โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม (ใช้กับกลุ่มทดลอง)
ครั้งที่ 11

เรื่อง	การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์ หัวข้อ “การเดินทางในระหว่างตั้งครรภ์”
เวลา	30 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อศึกษาว่าการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคมจะทำให้การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์ของผู้รับการทดลองเพิ่มขึ้นหรือไม่ 2. เพื่อให้ผู้รับการทดลองได้ทราบถึงการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์อย่างถูกต้อง
วิธีดำเนินการ	ผู้วิจัยชี้แจงและแจกเอกสารกรณีตัวอย่างการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ ด้านสตรีมีครรภ์กับสตรีมีครรภ์ที่เป็นกลุ่มทดลอง และดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้ <u>ขั้นตอนที่ 1</u> ชี้นำ ผู้วิจัยสนทนาเรื่องทั่วไป ทบทวน และสอบถามเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ <u>ขั้นตอนที่ 2</u> ชี้นำเสนอกรณีตัวอย่าง ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองอ่านเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์ด้านสตรีมีครรภ์ เปิดโอกาสให้ซักถาม พร้อมให้การเสริมแรงทางสังคม <u>ขั้นตอนที่ 3</u> ชี้นำสรุป ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปสาระที่ได้และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม แล้วผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ในการทดลองครั้งต่อไป
อุปกรณ์	เอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง “การเดินทางในระหว่างตั้งครรภ์”
การประเมินผล	สังเกตจากการสนใจซักถามและตอบคำถามได้อย่างถูกต้อง

กรณีตัวอย่างเรื่อง “การเดินทางในระหว่างตั้งครรภ์”

ที่ลานจอดรถของบริษัทแห่งหนึ่ง สุชาดา ขับรถเข้ามาจอด เจอกับ อรจิรา ที่ขับรถมา

เหมือนกัน

สุชาดา “นี่เธอ ยังขับรถมาเองอีกเหรอ ท้องตั้ง 8 เดือนแล้ว”

อรจิรา “ทำอย่างไรได้ล่ะ แต่หมอบอกว่า ถ้าไม่มีอาการเจ็บท้อง มีเลือดออก ขาขาเป็นตะคริวก็ยังขับได้ ก็ยังดีกว่าไปขึ้นรถประจำทาง คนแน่นไปหมด อากาศก็แทบไม่มีหายใจ ขึ้นชั้นกันฉันก็ไม่ไหวหรอก”

สุชาดา “แล้วสามีคนดีของเธอล่ะจะ”

อรจิรา “เอาแน่ได้ที่ไหน ตอนเช้าคงพอมาส่งได้ ตอนเย็นไม่รู้จะต้องรอถึงกี่โมง”

สุชาดา “แล้วขับรถเองไม่กลัวเวลาเบรค ว่าท้องจะกระแทกกับพวงมาลัยหรือ”

อรจิรา “ก็ไม่ต้องขับเร็วซี ขับรถด้วยความระมัดระวัง ถนนขรุขระก็หลีกเลี่ยงเสีย และหมอเค้าก็แนะนำว่า ถ้าเกิดต้องนั่งรถไปทางไกลๆ ควรแวะพักและลงเดินทุกๆ 2 ชั่วโมง แต่ไม่จำเป็นก็ไม่ควรเดินทางไกล โดยเฉพาะการขึ้นไปที่สูงการขึ้นเครื่องบินถ้าตั้งครรภ์เกิน 7 เดือน เขาก็จะไม่ให้ขึ้นเครื่องบิน”

สุชาดา “แล้วอย่างไปเที่ยว พักผ่อนวันหยุดสุดสัปดาห์ล่ะ”

อรจิรา “อย่างนี้ไปได้สบายเลยล่ะ คุณหมอไม่ได้ห้ามอะไร ดีเสียอีกจะได้เป็นการพักผ่อนด้วย แล้วถ้ามีอะไรฉุกเฉินก็ไปโรงพยาบาลใกล้ๆ ได้”

สุชาดา “ดีนะ ทำไมตอนฉันท้องฉันไม่กล้าที่จะไปไหนเลย เสียเวลาที่ผ่านมาจัง ถ้าฉันท้องคนต่อไปฉันควรจะหาทางไปพักผ่อนบ้าง”

อรจิรา “เราอวยพร ขอให้เธอมีข่าวดีของคนที่สองไวๆ”

โปรแกรมการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม (ใช้กับกลุ่มทดลอง)
ครั้งที่ 12

เรื่อง	ปัจจัยนิเทศ
เวลา	30 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อให้ผู้รับการทดลอง เข้าใจวิธีการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม และสรุปผลของการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม
วิธีดำเนินการ	1. ผู้วิจัยให้ผู้รับการทดลองสรุปผลที่ได้จากการทดลอง หลังจากนั้นผู้วิจัยจึงสรุปเพิ่มเติม 2. ผู้วิจัยกล่าวขอให้ผู้รับการทดลองที่ให้ความร่วมมือในการทดลอง และกล่าวปิดการทดลอง
การประเมินผล	สังเกตจากความสนใจในการสรุปอย่างมีสาระ และจากแบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์

แบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์

แบ่งออกเป็น 2 ตอนคือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการดูแลตนเอง

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป ,
โปรดตอบคำถามให้ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

ชื่อ..... นามสกุล.....

อายุ.....ปี.....เดือน

เชื้อชาติ..... สัญชาติ..... ศาสนา.....

อายุครรภ์.....สัปดาห์ เลขที่บัตรฝากครรภ์.....

วันแรกของการมีประจำเดือนครั้งสุดท้าย.....

วันคาดคะเนกำหนดคลอด.....

เข้ารับการฟังการสอนเกี่ยวกับการปฏิบัติตน.....ครั้ง

ลำดับที่ของการตั้งครรภ์ () ครรภ์แรก () ครรภ์หลัง

อาชีพ

() รับราชการ

() ค้าขาย

() แม่บ้าน

() รับจ้าง

() อื่นๆระบุ.....

การศึกษาขั้นสูงสุด

() ป.1 - ป.6

() ม.1 - ม.3

() ม.4 - ม.6

() วิทยาลัย

() มหาวิทยาลัย

รายได้ของครอบครัวต่อเดือน

() ต่ำกว่า 5,000 บาท

() 5,000 - 10,000 บาท

() 10,001 - 20,000 บาท

() มากกว่า 20,000 บาท

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการดูแลตนเอง
คำชี้แจง

การศึกษาครั้งนี้ต้องการทราบถึงการดูแลตนเองของท่านในระยะตั้งครรภ์ ดังนั้นคำตอบจึงไม่มีถูกหรือผิด ขอให้ท่านตอบให้ตรงกับการกระทำของท่านมากที่สุด คำตอบที่ได้จากท่านจะเก็บรักษาไว้เป็นความลับ
โปรดอ่านข้อความแต่ละข้ออย่างรอบคอบ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติตนของท่านมากที่สุดเพียงช่องเดียว กรุณาตอบทุกข้อ

คำอธิบาย

- ไม่เคยทำ หมายถึง ข้อความที่กำหนดให้ ท่านไม่เคยทำเลย
- ทำน้อย " ข้อความที่กำหนดให้ ท่านเคยทำน้อยครั้งมาก
- ทำบางครั้ง " ข้อความที่กำหนดให้ ท่านเคยทำบ้างไม่ทำบ้าง
- ทำเป็นประจำ " ข้อความที่กำหนดให้ ท่านทำทุกครั้ง

ตัวอย่าง

ข้อความ	ไม่เคยทำ	ทำน้อย	ทำบางครั้ง	ทำเป็นประจำ
0 ท่านรับประทานนมหวาน		✓		

ถ้าท่านทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ทำน้อย หมายถึงว่า ท่านรับประทานนมหวานน้อยครั้งมาก

ข้อความ	ไม่เคยทำ	ทำน้อย	ทำบางครั้ง	ทำเป็นประจำ
<u>ด้านทารกในครรภ์</u>				
1. ท่านมาฝากครรภ์ที่โรงพยาบาล				
2. ท่านซื้อยารับประทานเอง				
3. ท่านสังเกตการดิ้นของทารกในครรภ์				
4. ท่านปรึกษาแพทย์เกี่ยวกับการรับประทานยา				
5. ท่านฉีดวัคซีนป้องกันคางทูมขณะตั้งครรภ์.....				
6. ท่านรับประทานยารักษาที่แพทย์ให้ท่าน				
7. ท่านได้รับการฉีดวัคซีนบาดทะยักในระยะตั้งครรภ์				
8. ท่านมาฝากครรภ์เมื่อมีอาการผิดปกติ				
9. ท่านฉีดวัคซีนหัดเยอรมันในขณะตั้งครรภ์				
10. ท่านไม่มาตรวจในวันที่นัดตรวจ				
<u>ด้านสตรีมีครรภ์</u>				
11. ท่านรับประทานเนื้อสัตว์ทุกประเภท				
12. ท่านดื่มน้ำวันละ 6-8 แก้ว				
13. ท่านดื่มนมทุกวัน.....				
14. ท่านรับประทานผัก.....				
15. ท่านรับประทานผลไม้				
16. ท่านออกกำลังกาย				
17. ท่านอาบน้ำด้วยการแช่น้ำอุ่น				
18. ท่านเดินทางไกลเป็นเวลานานขณะตั้งครรภ์				
19. ท่านยกของหนัก				
20. ท่านเป็นตะคริวที่ขา				
21. ท่านนั่งยกขาสูง				
22. ท่านปรึกษาทันตแพทย์เกี่ยวกับเรื่องฟัน				
23. ท่านใส่ชุดชั้นในขนาดเดิม				
24. ท่านยืนสลับเท้าไปมา.....				
25. ท่านยืนทำงานเป็นเวลานาน				
26. ท่านรับประทานอาหารรสจัด.....				
27. ท่านนอนวันละ 8 ชั่วโมง				
28. ท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์				

ข้อความ	ไม่เคยทำ	ทำน้อย	ทำบางครั้ง	ทำเป็นประจำ
29. ท่านอยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีบุหรี่				
30. ท่านแปรงฟันหลังอาหารทุกมื้อ				
31. ท่านชอบเอื้อมหยิบของในที่สูง				
32. ท่านใส่ชุดชั้นในตัวเดิม				
33. ท่านดูแลรักษาเต้านม				
34. ท่านใช้น้ำร้อนประคบหลังเวลาปวด				
35. ท่านสวนล้างช่องคลอด				
36. ท่านฟอกสบู่บริเวณหัวนม				
37. ท่านมีเพศสัมพันธ์ขณะตั้งครรภ์				
38. ท่านมีความเครียดในการทำงาน				
39. ท่านไม่ขึ้นบันไดสูงหลายชั้น				
40. ท่านขับถ่ายได้เป็นปกติ				

ขอขอบคุณที่ท่านกรุณาให้ความร่วมมือในครั้งนี้

ภาคผนวก ข

ตาราง 4 การหาคุณภาพของแบบสอบถามการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์

ตาราง 5 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนน การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกของกลุ่มทดลอง
ก่อนและหลังการได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม

ตาราง 6 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรก ที่ได้รับการใช้กรณี
ตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม กับสตรีมีครรภ์แรกที่ไม่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับ
การเสริมแรงทางสังคม

ตาราง 4 การหาคุณภาพของแบบสอบถามของการดูแลตนเองของสตรีครรภ์

ข้อที่	t	ข้อที่	t
1	2.4	21	2.95
2	1.88	22	2.49
3	3	23	1.77
4	2.24	24	1.85
5	1.86	25	4.45
6	3.17	26	1.92
7	1.9	27	3.7
8	1.89	28	3
9	1.82	29	3.15
10	2.8	30	2.19
11	1.77	31	4.21
12	1.77	32	2.79
13	2.08	33	2.35
14	2.82	34	1.92
15	2.45	35	2.55
16	2.63	36	1.75
17	3.48	37	1.93
18	1.97	38	1.82
19	3.84	39	2.19
20	2.36	40	2.83

ค่าความเชื่อมั่น = .74

ตาราง 5 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนน การดูแลตนเองของสตรีมีครรภ์แรกของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการได้รับการใช้กรณีตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม

คนที่	คะแนนการดูแลตนเอง		ผลต่างของคะแนน การดูแลตนเอง	อันดับ	R ⁺	R ⁻
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง				
1	60	84	24	4	+4	0
2	62	88	26	6	+6	0
3	62	90	28	7	+7	0
4	65	90	25	5	+5	0
5	68	88	20	1	+1	0
6	69	90	21	2.5	+2.5	0
7	71	92	21	2.5	+2.5	0

$\sum R^+ = 28$ $\sum R^- = 0$

$T = 0^{**}$

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 6 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการดูแลตนเอง ของสตรีมีครรภ์แรก ที่ได้รับการใช้กรณี
ตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม (กลุ่มทดลอง) กับสตรีมีครรภ์แรกที่ไม่ได้รับการใช้กรณี
ตัวอย่างควบคู่กับการเสริมแรงทางสังคม (กลุ่มควบคุม)

คนที่	กลุ่มทดลอง		ค่าความแตกต่าง	อันดับ	กลุ่มควบคุม		ค่าความแตกต่าง	อันดับ	
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง			ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง			
1	60	84	24	9	66	68	2	4	
2	62	88	26	11	68	70	2	4	
3	62	90	28	12	69	70	1	1.5	
4	65	90	25	10	71	71	0	0	
5	68	88	20	6	72	73	1	1.5	
6	69	90	21	7.5	73	73	0	0	
7	71	92	21	7.5	75	77	2	4	
				$\sum R_E = 63$					$\sum R_C = 15$

ค่า $U = 0^{**}$

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

$$U_1 = n_1n_2 + \frac{n_1(n_1+1)}{2} - \sum R_1$$
$$\therefore U_1 = 7 \times 5 + \frac{7(7+1)}{2} - 63 = 0$$
$$U_2 = n_1n_2 + \frac{n_2(n_2+1)}{2} - \sum R_2$$
$$\therefore U_2 = 7 \times 5 + \frac{5(5+1)}{2} - 15 = 35$$

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	ร.ต.อ.หญิง นิตยา ชังดเวช
วัน เดือน ปีเกิด	26 พฤษภาคม 2510
สถานที่เกิด	เขตป้อมปราบ กรุงเทพมหานคร
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	354/17 ม.4 ซ. แขวงรุ่งแสงวงลอย ต.เทพารักษ์ อ. เมือง สมุทรปราการ 10270
ตำแหน่งหน้าที่การงาน	พยาบาล(สบ.1)
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	แผนกฝากครรภ์ โรงพยาบาลตำรวจ
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2528	มัธยมศึกษาปีที่ 6 จากโรงเรียนเซนโยเซฟ คอนแวนต์
พ.ศ. 2532	ปริญญาบัตร พยาบาลศาสตรบัณฑิต จากวิทยาลัย พยาบาลตำรวจ สถาบันสมทบ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
พ.ศ. 2541	กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) จากมหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร