

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันสถิติผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาทางการแพทย์ด้วยโรคภัยไข้เจ็บมีจำนวนมากขึ้นด้วยโรคต่าง ๆ เช่น โรคมะเร็ง ในปี พ.ศ.๒๕๓๗ มีจำนวนผู้ป่วยโรคมะเร็งมากกว่า ๑๘ ล้านคนและมีผู้ป่วยใหม่ประมาณ ๙ ล้านคน ในทุก ๆ ปี และองค์การอนามัยโลกได้คาดการณ์ไว้ว่าในปี ๒๕๖๓ ทั่วโลก จะมีคนตายด้วยโรคมะเร็งมากกว่า ๑๑ ล้านคน และจะเกิดขึ้นในประเทศที่กำลังพัฒนามากกว่า ๗ ล้านคน เนื่องจากมีปัจจัยหลายอย่างที่เกี่ยวข้องกับการเกิดโรคมะเร็ง^๑ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิต โรคหัวใจ โรคไต เป็นต้น ซึ่งเมื่อเกิดโรคเหล่านี้แล้ว ผู้ป่วยย่อมมีความกังวล พร้อมด้วยญาติที่มีความวิตกกังวลไม่น้อย เพราะเรื่องการเจ็บป่วยย่อมเกี่ยวโยงด้วยเรื่องเศรษฐกิจในครัวเรือน ต้องมีค่าใช้จ่ายดูแลรักษา และโรคที่เกิดขึ้นก็คร่าชีวิตของคนเป็นอันมากเช่นเดียวกัน ความเครียด ความกลัวจึงเกิดขึ้น เมื่อเป็นเช่นนี้ คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยจึงไม่ค่อยดี ครอบครัวก็ได้รับผลกระทบตามกันไป

ความทุกข์ คือ สภาพที่ทนได้ยาก สภาวะที่บีบคั้น ขัดแย้ง บกพร่อง ขาดแก่นสารและเที่ยงแท้ ไม่ให้ความพึงพอใจแท้จริง ได้แก่ ขาดิ ชรา มรณะ การประจวบกันสิ่งไม่เป็นที่รัก การพลัดพรากจากสิ่งรัก ความปรารถนาไม่สมหวัง^๒ ความไม่สบายกายไม่สบายใจ ในทางพระพุทธศาสนาถือว่าเป็นปัญหาที่จะต้องเข้าไปจัดการเพื่อบรรเทาให้เบาบาง จนในที่สุดตัดขาดให้สิ้นสุด เพราะว่าความทุกข์หรือปัญหาที่เกิดขึ้นแล้ว จะก่อให้เกิดโทษตามมาอีกมากมายทั้งทางด้านกายภาพ ด้านจิตใจ ด้านสังคม ตลอดจนด้านปัญญา

พระพุทธศาสนาถือว่าความเจ็บป่วยเป็นปัญหาสำคัญของมนุษย์ เช่นเดียวกับปัญหาเรื่องความเกิด ความแก่ และความตาย เพราะความเจ็บป่วยนั้นเป็นกระบวนการทางธรรมชาติอย่างหนึ่งของทุกชีวิต ดำเนินไปตามกฎของธรรมชาติ ซึ่งใครๆ ก็ไม่อาจปฏิเสธได้ แม้แต่พระพุทธเจ้าผู้เป็นศาสดาเอกในโลก ทรงพ้นจากทุกข์ทั้งปวง พระองค์ก็ทรงประจักษ์ทางพระวรกายและดับขันธปรินิพพาน

^๑ http://www.healththai.com/content_detail.php?id=194 (๐๐๐๐๐๐๐๐๐ ๐๐๐๐๐ ๐๐๐๐๐)

^๒ ๐๐๐๐๐๐๐ ๐๐๐๐, พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๐๐, (๐๐๐๐๐๐๐๐๐๐ : ๐๐๐๐๐๐๐, ๐๐๐๐), ๐๐๐ ๐๐๐.

นิพพานเช่นกัน เรื่องนี้เป็นปกติธรรมดา ดังที่พระองค์ตรัสว่า "เราไม่มีความแก่เป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความแก่ไปได้ เรามีความเจ็บเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความเจ็บไปได้ เรามีความตายเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความตายไปได้"^๓

พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้หลักธรรมอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ ความไม่สบายกายไม่สบายใจ สมุทัย เหตุให้ทุกข์เกิด นิโรธ ความดับทุกข์ มรรค หนทางให้ถึงความดับทุกข์ และได้นำหลักอริยสัจ ๔ มาสอนให้พุทธศาสนิกชนได้เข้าใจตามความเป็นจริงของชีวิตอย่างลึกซึ้ง แต่กระบวนการในการถ่ายทอดให้ผู้มีความทุกข์ได้เข้าใจความทุกข์และสามารถดำรงชีพออยู่ได้อย่างปกติสุขตามสภาพนั้น ๆ เป็นสิ่งที่น่าศึกษาเรียนรู้ และนำไปสู่ภาคการปฏิบัติเพื่อให้ผู้คนที่มีความทุกข์ได้เข้าใจและสามารถดำรงชีพออยู่ได้ในภาวะแห่งความป่วยกายแต่จิตใจเป็นอิสระจากความป่วยไข้

การสั่งสอนธรรมของพระพุทธเจ้า ทรงมุ่งผลในทางปฏิบัติ ให้ทุกคนจัดการกับชีวิตที่เป็นอยู่จริง ๆ ในโลกนี้เริ่มแต่บัดนี้ เช่น ทรงสอนมนุษย์ให้รู้จักตนเอง รู้จักร่างกายและจิตของตน จะได้บำรุงรักษาร่างกายและจิตใจให้ดำรงอยู่อย่างปกติสุข การนำหลักพุทธธรรมมาร่วมใน กระบวนการดูแลสุขภาพ ให้ร่างกายและจิตใจอยู่ในสภาพปกติ คือ การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม พระสาวกของพระพุทธเจ้า ได้ให้สมญานามพระองค์ว่า ทรงเป็นนายแพทย์ผู้รักษาโรค ดังปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาว่า “มหาการุณโก สตถา สัพพโลกติกิจจโก” แปลว่า “พระศาสดา ทรงมีพระกรุณาอย่างใหญ่หลวง ทรงเยียวยารักษาสัตว์โลกทั้งมวล”^๔

การช่วยเหลือเพื่อทำให้ผู้ป่วยเข้าใจ ไม่ท้อแท้ และมีกำลังใจที่จะเผชิญกับโรคภัยไข้เจ็บ สามารถที่จะอยู่กับโรคด้วยความเข้าใจ จึงเป็นกระบวนการหนึ่งที่ช่วยให้ผู้ป่วยมีความกังวลน้อยลง กระบวนการปรึกษากลุ่มเชิงพุทธ เป็นอีกวิธีหนึ่งที่ช่วยให้ผู้ป่วยได้เรียนรู้จากกลุ่มที่เผชิญกับความเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ และได้รับการรักษาในโรงพยาบาล โดยใช้หลักพุทธธรรมที่เกี่ยวกับอริยสัจ ๔ เพื่อทำให้เกิดการเรียนรู้ไปพร้อมกัน หากผู้ป่วยเข้าใจและเรียนรู้ถึงความเป็นไปของชีวิตแล้ว สามารถทำให้เกิดการยอมรับและพร้อมที่จะเผชิญกับความเจ็บไข้ด้วยความเข้าใจ จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อญาติและผู้ป่วยอย่างสูงสุด

ผู้ศึกษาวิจัยในฐานะผู้ให้คำปรึกษาผู้ป่วยด้านจิตใจเชิงพุทธ ในคลินิกธรรมะรักษาใจ โครงการมิตรภาพบำบัด จึงเห็นความสำคัญของการศึกษา ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มด้วยวิธีเชิงพุทธเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย โดยเน้นบริการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเชิงพุทธกับผู้ป่วยเรื้อรัง ภายใต้โครงการคลินิกธรรมะรักษาใจ จำนวน ๑๕ คน ข้อมูลที่ได้จากการศึกษานี้ เป็นประโยชน์แก่อาสาสมัครผู้เข้าร่วมโครงการโดยตรง ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนา

^๓ ๐๐๐๐๐ ๐ .(๐๐๐) ๐๐/๐๐/๐๐-๐๐๐.

^๔ ๐๐๐๐. (๐๐๐) ๐๐/๐๐๐/๐๐๐, ๐๐๐๐. (๐๐๐) ๐๐/๐๐๐/๐๐๐.

และสามารถนำผลจากการเข้ากลุ่มไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และเป็นแนวทางในการดูแลพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยและญาติในโครงการคลินิกธรรมะรักษาใจต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์

๑.๒.๑ ศึกษาระดับและเปรียบเทียบความสุขของผู้ป่วย ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มด้วยวิธีเชิงพุทธภายใต้โครงการคลินิกธรรมะรักษาใจ

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาผลการปรึกษาแบบกลุ่มด้วยวิธีเชิงพุทธ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโครงการคลินิกธรรมะรักษาใจ

๑.๓ ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi - experimental Research) ใช้กระบวนการการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม จากผู้ป่วยในคลินิกธรรมะรักษาใจ ภายใต้โครงการมิตรภาพบำบัด คณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล มหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานคร

๑.๓.๑ กลุ่มประชากร และกลุ่มตัวอย่าง

๑) ประชากร ได้แก่ ผู้ป่วยในคลินิกธรรมะรักษาใจ โครงการมิตรภาพบำบัด ในคณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล มหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานคร ประจำปี ๒๕๕๕

๒) กลุ่มตัวอย่าง

ผู้ป่วยในคลินิกธรรมะรักษาใจ โครงการมิตรภาพบำบัด ในคณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล มหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานคร ประจำปี ๒๕๕๕ ที่เป็นผู้ป่วยเรื้อรัง จำนวน ๑๐ คน

๑.๓.๒ ตัวแปรที่ศึกษา

๑) ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) ได้แก่

ข้อมูลส่วนบุคคล และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มด้วยวิธีเชิงพุทธ

ปัจจัยด้านส่วนบุคคล

- เพศ
- อายุ
- สถานภาพสมรส
- ระดับการศึกษา
- อาชีพ

- ภูมิสำเนา
- โรค
- ระยะเวลาป่วย

คำปรึกษาแบบกลุ่มด้วยวิธีเชิงพุทธ

๒) ตัวแปรตาม (Dependent Variable) ได้แก่ การพัฒนาคุณภาพชีวิต

๑.๓.๓ ระยะเวลาศึกษาดำเนินงานศึกษาวิจัย

เป็นการศึกษาในช่วงเวลาตั้งแต่ เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๕๕ ถึง เดือนมีนาคม ๒๕๕๕

๑.๔ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

๑.๔.๑ โรค หมายถึงโรคเรื้อรังที่รักษาไม่หาย การรักษาเป็นเพียงการพองไม่ให้เกิดการสูญเสียการทำงาน ของร่างกายมากขึ้น เช่น โรคเบาหวาน โรคอ้วน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจวาย โรคไตวาย เป็นต้น

๑.๔.๒ ระดับความสุขของผู้ป่วย หมายถึง ผู้ป่วยที่เข้าร่วมโครงการคลินิกธรรมะรักษาใจ และร่วมรับบริการการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มด้วยวิธีเชิงพุทธ โดยใช้แบบประเมินความสุขของกรมสุขภาพจิต เพื่อศึกษาและวัดระดับความสุข

๑.๔.๓ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มด้วยวิธีเชิงพุทธ หมายถึง การที่ผู้ให้คำปรึกษาและผู้ป่วยได้พูดคุยกันเป็นกลุ่ม มีการยอมรับซึ่งกันและกัน ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้ผู้ป่วยในกลุ่มรู้จักตนเอง ยอมรับตนเอง กล้าเผชิญปัญหาและรับรู้โลกตามความเป็นจริง สามารถมองเห็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาและตัดสินใจในการดำเนินชีวิตด้วยตนเอง โดยใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา คือ อริยสัจ ๔ ได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค สื่อความเข้าใจ ซึ่งเป็นหลักธรรมที่สามารถช่วยเหลือบุคคลเพื่อให้เข้าใจ และยอมรับ พร้อมกับพัฒนาจิตใจ พฤติกรรม และปัญญา ให้เจริญงอกงามดียิ่งขึ้น

๑.๔.๔ การพัฒนาคุณภาพชีวิต หมายถึง การรู้เท่าทันชีวิตตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้นในปัจจุบันเนื่องจากอาการเจ็บป่วย เพื่อนำไปสู่พัฒนาการ การคลี่คลายและการยอมรับพร้อมเผชิญกับความเป็นจริงได้ตามศักยภาพ

ด้านภาวิตกาย การพัฒนากาย มีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ

ด้านภาวิตสึล การพัฒนาศีล คือ การมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูล กับเพื่อนมนุษย์ในสังคม

ด้านภาวิตจิต การเจริญจิต คือการทำจิตใจให้เจริญงอกงามขึ้นในความดีงาม ความเข้มแข็งมั่นคง สงบสุข และเป็นอิสระ

ด้านภาวิตปัญญา คือ การเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจ ความคิดเหตุผล และการหยั่งรู้ความจริง จนเข้าถึงอิสระภาพ มีชีวิตที่ดีงาม ปลอดภัยปราศปัญหา

๑.๕ สมมติฐานในการวิจัย

๑.๕.๑ ผู้ป่วยโครงการคลินิกธรรมะรักษาใจมีระดับความสุขสูงขึ้นหลังจากที่เข้าร่วมกิจกรรม

๑.๖ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) ใช้กระบวนการการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม จากผู้ป่วยในคลินิกธรรมะรักษาใจ ในโครงการมิตรภาพบำบัด คณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล มหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานคร

ผู้วิจัยใช้กระบวนการการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม แก่ผู้ป่วยในคลินิกธรรมะรักษาใจ โครงการมิตรภาพบำบัด บริเวณชั้น ๑๑ อาคารเพชรรัตน์ คณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล มหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นห้องที่เป็นสัดส่วนแยกจากหอผู้ป่วย โดยการเลือกแบบเฉพาะเจาะจงและสมัครใจ จำนวน ๑๐ คน โดยจัดกิจกรรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มด้วยวิธีการเชิงพุทธเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต จำนวน ๕ ครั้ง ๆ ละ ๖.๓๐ ชั่วโมง ซึ่งไม่มีผลกระทบต่อการรักษาทางการแพทย์ ก่อนเริ่มทำกิจกรรมกลุ่ม อาสาสมัครจะได้รับแบบสอบถามเพื่อประเมินก่อน ๑ ชุด กิจกรรมหลักประกอบด้วย กระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ซึ่งมีทั้งการถ่ายทอดเป็นคำพูด โดยผู้วิจัย ให้ชมวิดีโอซึ่งเป็นตัวอย่างผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่นำหลักธรรมมาปฏิบัติในการดำรงชีวิต และเข้าสู่กระบวนการสนทนากลุ่มเพื่อการเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพชีวิต หลังจากนั้นผู้วิจัยจะให้ตอบแบบสอบถามภายหลังทำกิจกรรมกลุ่มครบ ๕ วัน ซึ่งการตอบแบบสอบถามแต่ละครั้งใช้เวลาไม่เกิน ๑๕- ๒๐ นาที

๑.๖.๑ เครื่องมือวัดตัวแปร

๑) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แผนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเชิงพุทธ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการค้นคว้า ตำรา วารสาร โดยเน้นวิธีการให้การปรึกษากลุ่มเชิงพุทธ ซึ่งแบ่งขั้นตอนออกเป็น ๒ ขั้นตอน คือ

ตอนที่ ๑ ขั้นตอนการเริ่มต้นให้การปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นขั้นตอนที่ผู้วิจัยสร้างความเป็นกันเองกับผู้ป่วยทุกคน โดยผู้วิจัยใช้วิธีซักถามเรื่องทั่วไป กับผู้ป่วย เริ่มทำตั้งแต่วันแรกที่ผู้วิจัยเข้าพบกับผู้ป่วย กระทำต่อเนื่องกันไปจนกระทั่งสิ้นสุดการทดลอง

ตอนที่ ๒ ขั้นตอนการปฏิบัติ เป็นการให้การปรึกษาแบบกลุ่มด้วยวิธีเชิงพุทธ เพื่อช่วยเหลือให้ผู้ป่วยมีการพัฒนาคุณภาพชีวิต และสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยความเจ็บป่วยกายแต่จิตใจผ่อนคลายจากความกังวลหรือความทุกข์ ซึ่งจะกระทำต่อเนื่องจากขั้นตอนเริ่มต้นการให้การ

ปรึกษา โดยผู้วิจัยจะใช้วิธีการให้การปรึกษาร่วมกับ การให้กำลังใจ การให้ข้อมูล และจะใช้เวลาครั้งละ ๖.๓๐ ชั่วโมง เป็นเวลา ๕ วัน

๒) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย

แบบวัดความสุขของคนไทย ที่สร้างโดยกรมสุขภาพจิต จำนวน ๑๕ ข้อคำถาม

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้แบบวัดในการประเมินความเข้าใจชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง ในช่วงก่อนและหลังการให้การปรึกษาแบบกลุ่มเชิงพุทธ

๑.๖.๒ การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน ๑๐ คน โดยการทำแบบทดสอบก่อนและหลังการให้การปรึกษากลุ่มเชิงพุทธ เพื่อความเข้าใจชีวิต โดยแบบสอบถามแบบเป็น ๕ ระดับคะแนน คือ ระดับการแสดงออกมากที่สุด คะแนน ๕ การแสดงออกมาก คะแนน ๔ การแสดงออกปานกลางคะแนน ๓ การแสดงออกน้อย คะแนน ๒ และการแสดงออกน้อยที่สุดคะแนน ๑

๑.๖.๓ การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำแบบบันทึกข้อมูลส่วนตัวและคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถาม

๑) การวิเคราะห์ข้อมูล เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ โดยผู้วิจัยนำข้อมูลจากแบบสอบถามที่เก็บรวบรวมจากผู้ป่วยมาทำการวิเคราะห์หาค่าสถิติ ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป คือความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยก่อนและหลังได้รับกิจกรรม โดยใช้ Paired T-test โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติ $p\text{-value} \leq 0.05$

๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๗.๑ ได้ทราบถึงผลการปรึกษาแบบกลุ่มด้วยวิธีเชิงพุทธ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโครงการคลินิกธรรมะรักษาใจ

๑.๗.๒ ได้ทราบถึงผลการเปรียบเทียบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโครงการคลินิกธรรมะรักษาใจ ก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มด้วยวิธีเชิงพุทธ

๑.๗.๓ ได้นำผลงานวิจัยไปพัฒนาองค์กรและกระบวนการให้คำปรึกษาเชิงพุทธในการเยียวยาจิตใจของผู้ป่วยในสถานพยาบาล