

บทความวิจัย

ผลของโปรแกรมอบรมเรื่อง การนวดทารก
ต่อความรู้การนวดของผู้ดูแลเด็ก

Effect of an Infant Massage Training Program
on Knowledge of Caregivers

พัชรี วรกิจพูนผล MSN* , พิมพาภรณ์ กลั่นกลิ่น PhD** ,
กรรณ เห็นแสงวิไล วท.บ*** , อาภิดย์ พวงมะลิ Ph.D.****

บทคัดย่อ

การนวดสัมผัสเป็นกิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาพแก่ทารกที่ส่งผลดีทั้งด้านสรีรวิทยาและจิตสังคม อีกทั้งยังส่งเสริมสัมพันธภาพต่อทารกและผู้ดูแลที่นวดให้ทารก ซึ่งการนวดจะเกิดผลดีและมีประสิทธิภาพหากผู้ดูแลมีความรู้ ความเข้าใจและเห็นความสำคัญของการนวดในทารก การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลของการให้ความรู้แก่ผู้ดูแลเด็กในโครงการศูนย์ศึกษาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยโปรแกรมการอบรมเรื่องการนวดทารก ประกอบด้วย การศึกษาจากคู่มือและวีดิทัศน์ด้วยตนเอง และการอบรมเชิงปฏิบัติการจากผู้เชี่ยวชาญการนวดกลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ดูแลเด็กจำนวน 13 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยคู่มือและวีดิทัศน์ที่แสดงเนื้อหาสอดคล้องกับคู่มือการนวดทารก หุ่นทารกที่สามารถขยับแขนและขาได้ ส่วนเครื่องมือในการ

เก็บข้อมูลประกอบด้วย แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ดูแลเด็กแบบประเมินความรู้เกี่ยวกับการนวดทารก และแบบสัมภาษณ์เพื่อประเมินความพึงพอใจและข้อคิดเห็นต่อโปรแกรมการอบรมการนวด คู่มือการนวดทารกและแบบประเมินความรู้เกี่ยวกับการนวดทารก ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นโดยการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องแล้วนำไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน ได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ 0.84 และ 0.86 ตามลำดับ แบบประเมินความรู้เกี่ยวกับการนวดทารก นำไปทดลองใช้กับผู้ดูแลเด็กที่มีคุณลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 15 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์ KR 20 เท่ากับ 0.74

ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้เกี่ยวกับการนวดทารกหลังให้โปรแกรมการอบรมเรื่องการนวดทารก สูงกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนก่อนให้โปรแกรมการอบรมเรื่องการนวดทารก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 และจากการสัมภาษณ์พบว่า ผู้ดูแลเด็กพึงพอใจ

* ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ แมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ.

** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ แมคคอร์มิค มหาวิทยาลัยพายัพ.

*** รองศาสตราจารย์ คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

**** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

เพราะทำให้รู้สึกมั่นใจว่าจะสามารถนวดทารกได้มากขึ้น และได้รับความรู้เรื่องใหม่ๆ เพิ่มขึ้น นอกจากนี้ภายหลังการใช้โปรแกรมการอบรมเรื่องการนวดทารก ผู้ดูแลเด็กสามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้ไปใช้ในการจัดอบรมให้ความรู้แก่ผู้ปกครองเด็กที่สนใจเรื่องการนวดได้ การวิจัยนี้จึงชี้ให้เห็นว่า การให้ความรู้แก่ผู้ดูแลเด็กในโครงการศูนย์ศึกษาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยโปรแกรมการอบรมเรื่องการนวดทารก สามารถส่งเสริมให้ผู้ดูแลมีความรู้เพิ่มขึ้น และมั่นใจว่าจะสามารถนวดทารกได้มากขึ้น

คำสำคัญ: โปรแกรมอบรม การนวด ทารก ความรู้ ผู้ดูแล

Abstract

Massage is a fascinating manner to promote infant's health in both of physiology and psycho social paradigm. Massage also promotes bonding relationship between the person who applies the massage and the infant. The massage will be effective and benefit if the caregiver gains essential knowledge, understands and awards the importance of baby massage. This quasi-experimental research aimed to compare the effect of educational package of caregivers at the kindergarten center, Faculty of Nursing, Chiang Mai University. The educational package consisted of massage booklet, CD and massage workshop by specialist. Thirteen caregivers participated in the study. Research tools were booklet and CD, medical infant model, form for recoding personal data and questionnaires for evaluating caregiver knowledge, satisfies level and comments. Booklet and questionnaires were evaluated for its content validity by 3 experts. The content validity index of the questionnaires was 0.84 to 0.86, and obtained the KR -20 coefficient of 0.74.

The result of this research demonstrated that the mean score of baby massage knowledge after completion of the evaluation package improved statistically than the commencement of the program ($p = 0.001$). The result from the caregivers' interview also demonstrated that they satisfied because they gained more confidence for performing baby massage and improves the new knowledge. Furthermore, the caregivers in the research project could also become "training to the trainer" for parents who were interested in the baby massage. This study indicates that the educational package of caregivers at the kindergarten center, Faculty of Nursing, Chiang Mai University can improve caregivers' knowledge and confidence on baby massage.

Keywords: training program, massage, infant, knowledge, caregiver

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การดูแลพื้นฐานเพื่อสร้างเสริมสุขภาพที่ผู้ดูแลเด็กต้องให้แก่เด็กประกอบด้วย การดูแลให้ได้รับอาหารที่มีประโยชน์ สะอาดและปลอดภัย การดูแลและการฝึกขับถ่าย การพักผ่อนนอนหลับ การรักษาความสะอาดร่างกาย การป้องกันการเกิดอุบัติเหตุ รวมทั้งดูแลการได้รับวัคซีนและที่สำคัญคือ การจัดการเล่น และการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ การเจริญเติบโต และกระตุ้นพัฒนาการเด็กที่เหมาะสมจากผู้ดูแล จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งต่อพัฒนาการด้านต่างๆ ของเด็ก โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กอายุแรกเกิดถึง 3 ปี เป็นวัยที่เซลล์สมองมีการสร้างจุดเชื่อมต่อและเส้นใยประสาทมากที่สุด! ถ้าสมองไม่ได้รับการกระตุ้นหรือไม่ได้รับการส่งเสริมในช่วงเวลาที่เหมาะสมดังกล่าว โอกาสของการเรียนรู้ของเด็กก็จะลดน้อยลง

การนวดเป็นอีกกิจกรรมหนึ่งซึ่งสามารถส่งเสริมและกระตุ้นพัฒนาการแก่เด็กทารกได้ ในปัจจุบัน

เป็นที่ยอมรับกันว่าการนวดช่วยส่งเสริมสุขภาพของเด็ก โดยเฉพาะวัยทารกทำให้เกิดการผ่อนคลาย การนวดมีประโยชน์ต่อทั้งตัวเด็กและผู้ดูแลเด็ก คือช่วยส่งเสริมสัมพันธ์ระหว่างทั้งสองฝ่าย การนวดหรือการกระตุ้นสัมผัสที่เหมาะสมจะช่วยพัฒนาระบบประสาทของทารก ส่งเสริมให้ระบบขับถ่ายเป็นไปอย่างดี ทำให้รับประทานอาหารได้มากและน้ำหนักเพิ่มขึ้น ดังนั้นการนวดจึงช่วยให้มีการเจริญเติบโตและการเป็นไปตามวัย² การนวดทำให้ผ่อนคลายจากอารมณ์หงุดหงิดหรือความเครียด ส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์กับบิดามารดาหรือผู้ดูแล โดยการศึกษาวิจัยในมารดาหลังคลอดที่มีภาวะซึมเศร้าเมื่อได้เรียนรู้วิธีการนวดทารกพบว่ามารดาลดอาการซึมเศร้าลง อีกทั้งยังมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับทารกอีกด้วย³ การนวดในบางท่ายังช่วยลดความไม่สบายตัวต่างๆ ที่อาจจะเกิดขึ้น ได้แก่ อาการไม่สบายจากที่พังกาลังจะขึ้น ท้องอืดและการร้องไห้แบบโคลิค (colic) นอกจากนี้การนวดยังช่วยส่งเสริมการไหลเวียนของเลือด การเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อ ช่วยในการพัฒนาของระบบภูมิคุ้มกัน ช่วยทำให้ทารกนอนหลับได้สนิทและนานขึ้น⁴ และที่สำคัญการนวดช่วยให้ผู้ดูแลเข้าใจพฤติกรรมและการแสดงออกของทารก ทำให้สามารถตอบสนองความต้องการของทารกได้อย่างถูกต้องซึ่งจะช่วยเพิ่มความมั่นใจในการดูแล⁵ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในบิดามารดาหรือผู้ดูแลที่เป็นวัยรุ่นซึ่งไม่มีประสบการณ์ในการเลี้ยงดูเด็ก การใช้เวลาอยู่ร่วมกันในการออกกำลังกาย ผ่อนคลายความเครียดด้วยการนวดจะช่วยสร้างสายสัมพันธ์ภายในครอบครัวและทำให้ได้ใช้เวลาในการเรียนรู้ซึ่งกันและกัน การนวดสามารถส่งเสริมการเรียนรู้ขั้นแรกๆ ของทารกผ่านการสื่อสารสัมผัส ดังนั้นการนวดจึงเป็นกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่มีประโยชน์อย่างมากสำหรับทารกเพราะมีการกระตุ้นการสัมผัสที่อ่อนโยน ตลอดจนทำให้เกิดการสร้างสายสัมพันธ์ระหว่างครอบครัวหรือระหว่างผู้เลี้ยงดูกับเด็ก ผู้เลี้ยงดูจึงควรมีความรู้และทักษะในการนวดเพื่อให้ทารกได้รับการสร้างเสริมสุขภาพด้วยการนวดอย่างมีประสิทธิภาพ นำไปสู่พัฒนาการที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย อารมณ์และการปรับตัวที่เหมาะสมต่อไป

นอกจากนี้ในการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้องได้แสดงถึงประโยชน์ที่สำคัญ การนวดที่ผู้ดูแลทารกต้องการคือการนวดทำให้ทารกมีน้ำหนักเพิ่มขึ้น มีงานวิจัยที่สนับสนุนแนวคิดดังกล่าวหลายเรื่อง เช่น การศึกษาวิจัยของสุภาวัลย์ สุขเมือง⁶ ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการนวดตัวต่อการเพิ่มน้ำหนักตัวและการพัฒนาการเคลื่อนไหวในทารกที่เกิดจากมารดาติดเชื้อ HIV จำนวน 6 คน และทารกปกติ 6 คน ซึ่งการนวดเฉพาะในกลุ่มทารกที่มารดาติดเชื้อโดยใช้เวลา 5 วันต่อสัปดาห์ วันละ 15 นาที เป็นเวลา 3 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่าเมื่อเปรียบเทียบน้ำหนักและคะแนนพัฒนาการเคลื่อนไหวของทั้งสองกลุ่มไม่มีความแตกต่างกัน ผู้วิจัยได้สรุปว่าทารกที่เกิดจากมารดาติดเชื้อ HIV มีแนวโน้มของการเพิ่มขึ้นของน้ำหนักตัวและคะแนนพัฒนาการเคลื่อนไหวหลังจากได้รับการนวดใกล้เคียงกับทารกปกติที่มารดาไม่ได้ติดเชื้อ HIV นอกจากนี้ยังมีการศึกษาผลของการนวดต่อน้ำหนักตัวในทารกคลอดก่อนกำหนด ซึ่งก็พบว่า การนวดซึ่งอาจนวดโดยมารดาหรือผู้เชี่ยวชาญ ทำให้น้ำหนักตัวของทารกเพิ่มขึ้น^{7,8} นอกจากนี้การนวดยังช่วยให้ทารกผ่อนคลายทั้งร่างกายและจิตใจ จึงมีผู้ศึกษาและนำผลดังกล่าวไปใช้ในทารกและเด็กป่วยในหลายกลุ่ม เช่น การศึกษาการใช้โปรแกรมการสัมผัสเพื่อการรักษาหรือการนวดของบิดามารดาในเด็กพิการ 42 คน พบว่า การนวดดังกล่าวช่วยให้การเคลื่อนไหวของข้อต่อและกล้ามเนื้อดีขึ้น⁹ นอกจากนี้ได้มีการสำรวจพบว่า มีงานวิจัยที่ตีพิมพ์เกี่ยวกับการนวดในทารกและเด็กป่วยจำนวนมากทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ แต่ในประเทศไทยไม่มีงานวิจัยเกี่ยวกับการนวดในทารกปกติ ทั้งๆ ที่ประโยชน์ของการนวดต่อทารกมีมากมาย การส่งเสริมให้มีการนวดอย่างเป็นแบบแผนในทารกปกติทั่วไป จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งที่จะต้องมีการศึกษาเรื่องดังกล่าว

บุคลากรทางสุขภาพโดยเฉพาะอย่างยิ่งพยาบาลที่ปฏิบัติงานในด้านกุมารเวชศาสตร์ มีบทบาทในการส่งเสริมสุขภาพเด็กให้มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการที่สมวัย และการนวดเป็นกิจกรรมประจำวันที่ควรได้รับการส่งเสริมในการดูแลทารกในสถานเลี้ยงเด็กกลางวัน

งานวิจัยนี้จึงมีการพัฒนาโปรแกรมการนวดทารกขึ้น เพื่อให้ผู้ดูแลเด็กในสถานเลี้ยงเด็กกลางวันได้พัฒนาความรู้ได้ด้วยตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาโปรแกรมการนวดทารกขึ้น โดยยึดหลักการและขั้นตอนของการนวดของปีเตอร์ วอล์คเกอร์ ซึ่งเป็นนักกายบำบัดเด็กที่มีเทคนิคการนวดทารกทั้งตัวแบบง่าย รวมทั้งการนวดในกรณีที่เด็กมีความเจ็บป่วยเล็กน้อยๆ เช่น ตาและ คัดจมูก เป็นต้น และอาศัยหลักการออกแบบระบบการสอนของดิดและแครีย์¹⁰ และทฤษฎีการเสริมแรงของฮัลล์ (Hull)¹¹ มาประยุกต์ใช้ในการสร้างโปรแกรมแล้วนำโปรแกรมดังกล่าวไปใช้ในการให้ความรู้แก่ผู้ดูแลเด็กในโครงการศูนย์ศึกษาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยคาดหวังว่าโปรแกรมอบรมเรื่องการนวดทารก ซึ่งเป็นกิจกรรมการให้ความรู้ที่สร้างขึ้นอย่างเป็นระบบโดยคำนึงถึงความต้องการของผู้ดูแลเด็ก จะสามารถเพิ่มความรู้เรื่องการนวดทารกให้แก่ผู้ดูแลเด็ก เพื่อจะได้ส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาการแก่ทารกไปในทางที่เหมาะสมถูกต้องต่อไป

กรอบแนวคิดการวิจัย

การนวดเป็นกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่มีประโยชน์ต่อทารกทั้งด้านการเจริญเติบโตและพัฒนาการ การนวดจะเกิดผลดีก็ต่อเมื่อผู้นวดมีความรู้ในการนวด ดังนั้นผู้นวดจึงควรได้รับความรู้และฝึกปฏิบัติเป็นขั้นตอน งานวิจัยครั้งนี้จึงใช้โปรแกรมการนวดทารกในสถานเลี้ยงเด็กสำหรับผู้ดูแลเด็กที่พัฒนาขึ้นโดยเนื้อหาเกี่ยวกับการนวดยึดตามหลักของปีเตอร์ วอล์คเกอร์ ซึ่งมีเทคนิค การนวดทารกทั้งตัวจากเท้าจรดศีรษะ (toe-to-top) เพราะจะช่วยกระตุ้นและส่งเสริมกล้ามเนื้อให้มีทิศทางการยึดเหยียดของลำตัวรวมทั้งการนวดบรรเทาอาการความไม่สุขสบายเล็กน้อยๆ โดยอาศัยหลักการออกแบบโปรแกรมการนวดทารกตามระบบการสอนของดิดและแครีย์ ซึ่งประกอบด้วย 10 ขั้นตอนคือ 1) ระบุเป้าหมายของการเรียนการสอน 2) วิเคราะห์การเรียนการสอน 3) ระบุพฤติกรรมพื้นฐานของผู้เรียน 4) เขียนวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม 5) พัฒนาแบบการทดสอบอิงเกณฑ์

6) พัฒนากลยุทธ์ในการเรียนการสอน 7) พัฒนาและเลือกสื่อการเรียนการสอน 8) พัฒนาและดำเนินการประเมินผลระหว่างการเรียนการสอน 9) พัฒนาและประเมินผลหลังการเรียนการสอน 10) ทบทวนการจัดการเรียนการสอน และในการจัดการเรียนรู้คำนึงถึงความพร้อมความสามารถและเวลาที่ผู้เรียนจะเรียนได้ดีที่สุดตามทฤษฎีการเสริมแรงของฮัลล์ คือ ผู้เรียนมีระดับของการแสดงออกไม่เท่ากัน ในการจัดการเรียนการสอนควรให้ทางเลือกที่หลากหลาย เพื่อให้ผู้เรียนจะได้สามารถตอบสนองตามระดับความสามารถของตน การให้การเสริมแรงในช่วงที่ใกล้เคียงกับเป้าหมายมากที่สุด จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดี โดยคำนึงถึงความต้องการของตัวผู้เรียนเป็นสำคัญ เนื้อหาเหมาะสมกับผู้ดูแลเด็ก มีการเสริมแรงเพื่อกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้และการปฏิบัติ เพื่อส่งเสริมให้มีการนวดแก่ทารกไปในทางที่เหมาะสมถูกต้อง

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบความรู้การนวดทารกของผู้ดูแลเด็กก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมอบรมเรื่อง การนวดทารก

สมมติฐานการวิจัย

ความรู้การนวดทารกของผู้ดูแลเด็กเพิ่มขึ้นหลังการได้รับโปรแกรมอบรมเรื่อง การนวดทารก

วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยครั้งนี้เป็นงานวิจัยแบบกึ่งทดลอง (quasi-experimental design) กลุ่มตัวอย่างคือผู้ดูแลเด็กในโครงการศูนย์ศึกษาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จำนวน 13 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างมีคุณสมบัติคืออายุไม่น้อยกว่า 15 ปีบริบูรณ์ จบการศึกษาขั้นต้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีประสบการณ์ในการทำงานดูแลเด็กอย่างน้อย 1 ปี มีสุขภาพอนามัยสมบูรณ์ไม่เป็นโรคติดต่อและมีความยินดีในการเข้าร่วมเป็นกลุ่มตัวอย่างการศึกษาวิจัย

เครื่องมือการวิจัย

ประกอบด้วย 2 ส่วนคือ

1. เครื่องมือในการดำเนินงานวิจัย ประกอบด้วย

1.1 คู่มือการนวดทารก ซึ่งผู้ดูแลเด็กสามารถศึกษาด้วยตนเอง มีเนื้อหาจำนวน 27 หน้า ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากแนวคิดของปีเตอร์ วอลด์เกอร์ และจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย 4 หน่วยย่อย ได้แก่ โครงสร้างร่างกาย การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยทารก ประโยชน์ของการนวดทารก และการเตรียมตัวเพื่อการนวด หลักและขั้นตอนในการนวดทารก และการนวดเพื่อบรรเทาอาการไม่สุขสบายต่าง ๆ

1.2 วัตถุประสงค์แสดงเนื้อหาสอดคล้องกับคู่มือการนวดทารก

1.3 หุ่นทารกที่สามารถขยับแขนและขาได้

2. เครื่องมือในการเก็บข้อมูลประกอบด้วย

2.1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ดูแลเด็ก

2.2 แบบประเมินความรู้เกี่ยวกับการนวดทารก สร้างขึ้นให้ครอบคลุมเนื้อหาตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ ลักษณะของแบบทดสอบเป็นชนิดเลือกตอบ 4 ตัวเลือก โดยให้เลือกข้อที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งหมด 20 ข้อ ข้อละ 1 คะแนน รวมทั้งหมด 20 คะแนน

2.3 แบบสัมภาษณ์ เพื่อประเมินความพึงพอใจ และข้อคิดเห็นต่อโปรแกรมการอบรมการนวด โดยลักษณะ เป็นข้อคำถามปลายเปิด จำนวน 5 ข้อ

การควบคุมคุณภาพเครื่องมือ

คู่มือการนวดทารกและแบบประเมินความรู้เกี่ยวกับการนวดทารก ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นโดยการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องแล้วนำไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity Index; CVI) โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน ประกอบด้วย อาจารย์ประจำภาควิชากายภาพบำบัด 1 คน พยาบาลวิชาชีพที่เชี่ยวชาญเรื่อง การนวดทารกและเด็ก จำนวน 2 คน ได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ 0.84 และ 0.86 ตามลำดับ

แบบประเมินความรู้เกี่ยวกับการนวดทารกนำไปทดลองใช้กับผู้ดูแลเด็กที่มีคุณลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 15 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์ KR -20 เท่ากับ 0.74

การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลผ่านทางผู้บริหารของโครงการศูนย์ศึกษาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ รายละเอียดขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลของการศึกษาวิจัยให้แก่หัวหน้าศูนย์ศึกษาเด็กเล็กรวมทั้งผู้ดูแลเด็ก การถ่ายภาพนิ่งและวีดิทัศน์ ถ่ายทำภายหลังได้รับอนุญาตและนำเสนอผลงานวิจัยเป็นการนำเสนอโดยภาพรวมโดยไม่ระบุชื่อกลุ่มตัวอย่าง

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

งานวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยชี้แจงวัตถุประสงค์และรายละเอียดขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลของการศึกษาวิจัยให้แก่หัวหน้าศูนย์ศึกษาเด็กเล็ก ผู้วิจัยติดต่อกับผู้ดูแลเด็กที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ เพื่อแนะนำตนเอง อธิบายวัตถุประสงค์ ขั้นตอนของการทำวิจัยและขอความร่วมมือในการเข้าร่วมการศึกษาวิจัย การประเมินความรู้ จากนั้นนำคู่มือและวีดิทัศน์ผ่านการตรวจสอบโดยผู้ทรงคุณวุฒิแล้วให้ศึกษาด้วยตนเอง และจัดอบรมการนวดจากวิทยากรผู้เชี่ยวชาญ ภายหลังการอบรมประเมินความรู้ด้วยแบบประเมินชุดเดิมและสัมภาษณ์ เพื่อประเมินความพึงพอใจในโปรแกรมการอบรมการนวดทารก

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ดูแลเด็กใช้สถิติร้อยละ วิเคราะห์แบบสอบถามความรู้โดยหาค่าเฉลี่ย ค่ามัธยฐาน ค่าต่ำสุดและสูงสุด ส่วนเบี่ยงมาตรฐาน และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนด้วยสถิติ t-test แบบ dependent samples

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไป

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นผู้ดูแลเด็กในโครงการศูนย์ศึกษาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จำนวน 13 คน พบว่า ทั้งหมดเป็นเพศหญิง มีอายุอยู่ในช่วง 31-56 ปี ส่วนใหญ่ร้อยละ 69.2 มีอายุมากกว่า 40 ปี อายุเฉลี่ย 40.25 ปี (SD = 6.51) มีประสบการณ์ในการดูแลทารกในสถานเลี้ยงเด็กกลางวันในช่วง 5-20 ปี ส่วนใหญ่ร้อยละ 84.6 มีประสบการณ์มากกว่า 10 ปี โดยเฉลี่ย 12.71 ปี (SD = 4.09) ทุกคนมีประสบการณ์ในการเข้าร่วมโครงการนวด ร้อยละ 92.3 เคยมีประสบการณ์ในการเป็นผู้นวด และร้อยละ 84.6 เคยมีประสบการณ์ในการเป็นผู้นวดทารก (ตารางที่ 1)

ผลการประเมินความรู้เรื่อง การนวดทารก

ในการประเมินความรู้เรื่องโครงการนวดทารกของผู้ดูแลเด็กในโครงการศูนย์ศึกษาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จำนวน 13 คน พบว่า คะแนนเต็มของทั้งก่อนและหลังให้โปรแกรมการอบรมเรื่อง การนวดทารก เท่ากันคือ 20 คะแนน คะแนนก่อนให้โปรแกรมการอบรมเรื่อง การนวดทารก คะแนนต่ำสุด - สูงสุด อยู่ในช่วง 7-15 คะแนนเฉลี่ย 12.46 ส่วนคะแนนภายหลังให้โปรแกรมการอบรมเรื่องนวด พบว่า คะแนนต่ำสุด-สูงสุดอยู่ในช่วง 13-19 คะแนนเฉลี่ย 16.15 เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยด้วย paired t-test พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนภายหลังให้โปรแกรมอบรมเรื่อง การนวดทารก สูงกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนก่อนให้โปรแกรมอบรมเรื่อง การนวดทารก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (ตารางที่ 2)

นอกจากนี้ จากการสัมภาษณ์ผู้ดูแลเด็กในโครงการศูนย์ศึกษาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จำนวน 13 คน ในการสอบถามระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความรู้และความมั่นใจในการนวดทารก ซึ่งแบ่งเป็นระดับ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด พบว่า ผู้ดูแลเด็กร้อยละ 23.1 และ 76.9 คิดว่าตนเองมีความรู้เกี่ยวกับการนวดก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมการอบรมเรื่องโครงการนวดทารก ในระดับน้อยและปานกลาง ตามลำดับ และภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการอบรมเรื่องโครงการนวดทารก ผู้ดูแลเด็กร้อยละ 38.5 และ 61.5 คิดว่าตนเองมีความรู้เกี่ยวกับการนวดในระดับมากและปานกลางตามลำดับ ซึ่งสัมพันธ์กับจำนวนผู้ดูแลเด็กที่มั่นใจว่าจะสามารถนวดทารกได้ในระดับมากและปานกลาง ร้อยละ 30.8 และ 69.2 ตามลำดับ โดยได้แสดงความคิดเห็นเพิ่มเติมว่า ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการอบรมเรื่องโครงการนวด ทารก ได้รับความรู้เรื่องใหม่ๆ เพิ่ม ได้แก่ โครงสร้างร่างกายและการเจริญเติบโตของทารก พัฒนาการของวัยทารก โดยเฉพาะระยะการหลับตื่นของทารก ประโยชน์ของการนวด การเตรียมตัวก่อนการนวด การนวดในส่วนต่างๆ ที่ไม่เคยนวดทารก เช่น นวดทรวงอกและหลัง เพราะปกติที่เคยนวดจะนวดแขนขา และใบหน้า ตัวชี้วัดถึงความมั่นใจของผู้ดูแลเด็กอีกประการหนึ่งคือ ภายหลังการใช้โปรแกรมการอบรมเรื่องโครงการนวดทารก ผู้ดูแลเด็กสามารถจัดอบรมให้ความรู้แก่ผู้ปกครองเด็กที่สนใจเรื่องโครงการนวดทารกได้

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ดูแลเด็กในโครงการศูนย์ศึกษาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มตัวอย่าง (n=13)	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
-หญิง	13	100
อายุ		
-น้อยกว่า 40 ปี	4	30.8
-มากกว่าและเท่ากับ 40 ปี	9	69.2
ระดับการศึกษา		
-ปริญญาตรีด้านการศึกษา	1	7.7
-คุรุศาสตรบัณฑิต	1	7.7
-ศึกษาศาสตรบัณฑิต (ปฐมวัย)	1	7.7
-ปวช. ปวส. หรือมัธยมศึกษาปีที่ 6	10	76.9
ประสบการณ์ในการทำงานดูแลทารกในสถานเลี้ยงเด็ก		
-น้อยกว่า 10 ปี	2	15.4
-มากกว่าและเท่ากับ 10 ปี	11	84.6
การมีประสบการณ์ในการเข้าอบรมเรื่องการนวด		
-มี	13	100
-ไม่มี	0	0
การมีประสบการณ์ในการเป็นผู้นวด		
-มี	12	92.3
-ไม่มี	1	7.7
การมีประสบการณ์ในการเป็นผู้นวดทารก		
-มี	11	84.6
-ไม่มี	2	15.4

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังให้โปรแกรมการอบรมเรื่องการนวดทารก (n = 13)

คะแนนความรู้เรื่อง การนวดทารก	คะแนนเต็ม	Range	Mean \pm SD	t-test
ก่อน	20	7 – 15	12.46 \pm 2.30	-5.07*
หลัง	20	13 – 19	16.15 \pm 1.63	

* p < .001

อภิปรายผล

ค่าเฉลี่ยคะแนนหลังให้โปรแกรมอบรมเรื่องการนวดทารก สูงกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนก่อนให้โปรแกรมอบรมเรื่องการนวดทารก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 (ตารางที่ 2) อาจเนื่องมาจากโปรแกรมอบรมเรื่องการนวดทารกที่พัฒนาขึ้นในการวิจัยนี้ รวบรวมและสรุปเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับการนวดทารกไว้อย่างครบถ้วน และเรียงลำดับเนื้อหาอย่างเป็นระบบ ประกอบด้วย 4 หน่วยย่อย ได้แก่ หน่วยที่ 1 โครงสร้างร่างกายและการเจริญเติบโต พัฒนาการของวัยทารก หน่วยที่ 2 ประโยชน์ของการนวดทารกและการเตรียมตัวเพื่อการนวด หน่วยที่ 3 หลักและขั้นตอนในการนวดทารก และหน่วยที่ 4 การนวดเพื่อบรรเทาอาการไม่สบายต่างๆ ในการสร้างโปรแกรมเพื่อให้ความรู้แก่ผู้ดูแลเด็กนั้น ผู้วิจัยใช้หลักการออกแบบระบบการสอนของดิคและแครีย์มาประยุกต์ใช้ โดยมีขั้นตอนในการพัฒนาโปรแกรม คือ การกำหนดเป้าหมายการเรียนรู้ วิเคราะห์การเรียนการสอน กำหนดพฤติกรรมการเรียนรู้ และลักษณะผู้เรียน เขียนวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม สร้างแบบทดสอบ พัฒนาคู่มือทฤษฎีการเรียนการสอน พัฒนาและเลือกสื่อการสอน ออกแบบและประเมินผลย่อย การปรับปรุงและแก้ไขสื่อการสอน และอาศัยทฤษฎีการเรียนรู้ เพื่อให้รูปแบบการเรียนการสอนสอดคล้องกับธรรมชาติของการเรียนรู้ทฤษฎีการเสริมแรงของฮัลล์ ซึ่งกล่าวไว้ว่าการเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้ ก็ต่อเมื่อมีความเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนอง โดยที่มีการเสริมแรงเป็นสิ่งสำคัญ การเสริมแรงคือ การให้รางวัลเพื่อลดแรงขับหรือลดความต้องการลง ซึ่งแรงขับ

หมายถึงสภาพความเครียดอันเป็นผลจากความต้องการการเสริมแรงของฮัลล์มี 2 ประเภทคือ การเสริมแรงปฐมภูมิ คือ การให้รางวัลเพื่อลดความต้องการพื้นฐานที่จำเป็นต่อร่างกาย และการเสริมแรงทุติยภูมิคือ การให้รางวัลที่ส่งผลต่อความต้องการทางด้านจิตใจ เช่น การชมเชย เป็นต้น ฮัลล์เชื่อว่าการเรียนรู้จะมีประสิทธิภาพมากที่สุดก็ต่อเมื่อ ผู้สอนต้องคำนึงถึงความต้องการของผู้เรียนแล้วทำให้ความต้องการของผู้เรียนได้รับการตอบสนองโดยให้มีความสัมพันธ์กับบทเรียนและกิจกรรมที่ผู้สอนกำหนดขึ้น โดยคำนึงถึงความต้องการและการตอบสนองของตัวผู้เรียน สามารถเปลี่ยนแปลงความรู้ ทักษะและทำให้เกิดการปฏิบัติการนวด เพื่อการส่งเสริมการเจริญเติบโตและพัฒนาร่างกายไปในทางที่เหมาะสมถูกต้อง

การคำนึงถึงความต้องการของผู้เรียนกล่าวคือ คู่มือและวีดิทัศน์ที่จัดทำขึ้นนั้นได้แจกให้ผู้ดูแลทุกคน เพื่อให้สามารถนำไปศึกษาด้วยตนเองได้บ่อยครั้งตามความสามารถ และความต้องการของผู้ดูแลเด็กแต่ละคน ภายหลังการศึกษาจากคู่มือและวีดิทัศน์ ผู้วิจัยได้ประเมินโดยการสัมภาษณ์ผู้ดูแลเด็ก เพื่อตอบสนองของตัวผู้เรียนโดยพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นผู้ที่มีประสบการณ์ในการดูแลทารก และประสบการณ์ในการนวดทารก เมื่อได้รับการทบทวนด้วยสื่อที่หลากหลายแล้ว จึงต้องการฝึกทักษะ โปรแกรมการอบรมจึงได้จัดการอบรมให้กับผู้ดูแลเด็ก โดยผู้ดูแลเด็กเป็นผู้กำหนดเนื้อหาและวิทยากรที่ต้องการเรียนรู้เพิ่มเติม ซึ่งผลจากการเรียนรู้ด้วยตนเองผ่านคู่มือและวีดิทัศน์ และการฝึกอบรมนวดกับตุ๊กตาทารกกับ

วิทยากรผู้เชี่ยวชาญจึงทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความรู้เพิ่มขึ้น และมีความมั่นใจว่าจะสามารถนวดทารกได้

การนำเสนอเนื้อหาหลากหลายซึ่งเป็นกลวิธีในการส่งเสริมให้มีการนวดในสถานเลี้ยงเด็กสามารถใช้ได้หลายรูปแบบ โปรแกรมการให้ความรู้เป็นการสอนและการให้ความรู้บางอย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นการวางแผนการสอนที่จัดทำขึ้นเพื่อการเรียนรู้อย่างเป็นระบบ มีการจัดวัสดุการเรียนการสอนหรือเนื้อหาอย่างรอบคอบ ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านความรู้ ทศนคติ และการปฏิบัติที่จะส่งผลให้บุคคล ครอบครัว และชุมชนมีภาวะสุขภาพที่ดีขึ้น ดังในการศึกษาประสบการณ์และความคิดเห็นของพยาบาล 135 คน ในการอบรมการนวดเพื่อการดูแลผู้ป่วยในระยะสุดท้าย ซึ่งใช้ระยะเวลาอบรม 1 วัน โดยมีเนื้อหาทั้งทฤษฎีและการลงมือปฏิบัติ พบว่า พยาบาลส่วนใหญ่มีความคิดเห็นที่ดีต่อการอบรมและได้รับประสบการณ์ อย่างไรก็ตามมีข้อเสนอแนะให้องค์กรมีการจัดการอบรมระยะสั้น เนื่องจากในระยะเวลาที่น้อยเกินไปทำให้ได้รับความรู้พื้นฐานและยังไม่ลึกซึ้งพอ และยังคงต้องการแสวงหาประสบการณ์ต่อไป¹²

จากสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป บิดามารดาในยุคปัจจุบันต้องทำงานนอกบ้านเพื่อประกอบอาชีพหารายได้จึงไม่สามารถดูแลบุตรด้วยตนเอง รวมทั้งสถาบันครอบครัวมีการเปลี่ยนแปลงจากในอดีตที่มีลักษณะครอบครัวขยายมาเป็นครอบครัวเดี่ยวคือประกอบด้วยบิดามารดาและบุตร จึงจำเป็นต้องหาผู้ดูแลบุตรที่บ้านหรือนำบุตรไปฝากเลี้ยงตามสถานรับเลี้ยงเด็กกลางวัน นอกจากการแบ่งเบาภาระหน้าที่ของบิดามารดาแล้วเป็นที่ยอมรับกันว่าสถานรับเลี้ยงเด็กกลางวันมีส่วนช่วยในการเตรียมความพร้อม และส่งเสริมพัฒนาการของเด็กวันก่อนเรียน บิดามารดาส่วนใหญ่มั่นใจว่าบุตรจะได้รับการเลี้ยงดูอย่างถูกต้องและปลอดภัยจากผู้ดูแลมืออาชีพ รวมทั้งการส่งเสริมพัฒนาการตามสมควรกับวัยของเด็ก โดยทั่วไปเด็กจะเข้าสถานเลี้ยงเด็กกลางวันประมาณอายุ 2-3 เดือนขึ้นไปในแต่ละวันจะใช้เวลาอยู่ในสถานเลี้ยงเด็กกลางวันประมาณ 6-8 ชั่วโมง ผู้ดูแลเด็กจึงทำหน้าที่เป็นเสมือนบิดามารดาในการดูแลรวมทั้งการจัดกิจกรรม

ส่งเสริมพัฒนาการด้านต่างๆ เพื่อให้เด็กมีการเจริญเติบโต และพัฒนาการที่ดีสมวัย ดังนั้นผู้ดูแลเด็กจึงควรมีความรู้และทักษะเพื่อจะสร้างเสริมสุขภาพที่ดีแก่เด็กได้ ดังนั้น บทบาทของทีมสุขภาพจึงควรมีการส่งเสริมและสนับสนุนผู้ดูแลเด็ก ให้ได้มีโอกาสในการพัฒนาความรู้และทักษะ เพื่อให้มั่นใจในการส่งเสริมสุขภาพแก่ทารกและเด็กได้

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบในการใช้โปรแกรมการอบรมเรื่องการนวดในสถานเลี้ยงเด็กกลางวันหลายแห่ง
2. ควรมีการประเมินทักษะและการนำความรู้และทักษะไปใช้ในชีวิตประจำวัน
3. ควรมีการประเมินความพึงพอใจของผู้ปกครอง

เอกสารอ้างอิง

1. Als H. A synactive model of neonatal behavioral organization: framework for assessment of neurobehavioral development in the premature infant and parent in the neonatal intensive care environment. *Phys Occup Ther Pediatr* 1986; 6(3&4):3-53.
2. ปีเตอร์ วอลเกอร์. Baby massage สำหรับคุณแม่่มือใหม่. กรุงเทพฯ: บริษัทแปลนพับลิชชิงจำกัด; 2546.
3. Onozawa K, Glover V, Adams D, Modi N, Kumar, RC. Infant massage improves mother-infant interaction for mothers with postnatal depression. *J Affect Disord* 2001; 63(1-3):201-7.
4. Fan Ya-Li. Chinese pediatric massage therapy: traditional techniques for alleviating colic, colds, earaches, and other common childhood conditions, ed. Bob Flaws. Blue Poppy Enterprises; 1999.
5. Clarke CL, Gibb C, Hart J, Davidson A. Infant massage: developing an evidence base for health visiting practice. *Clin Eff Nurs* 2002;6:121-8.

6. สุภาวัลย์ สุขเมือง. ผลของการนวดทารกที่เกิดจากมารดาติดเชื้อ HIV. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์บัณฑิต (กายภาพบำบัด) เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2546.
7. Dieter JN, Field T, Hernandez-Reif M, Emory EK, Redzepi M. Stable preterm infants gain more weight and sleep less after five days of massage therapy. *J Pediatr Psychol* 2003;28(6):403-11.
8. Lahat S., Mimouni F. B., Ashbel G., Dollberg S. Energy expenditure in growing preterm infants receiving massage therapy. *J Am Coll Nutr* 2007;26(4):356-9.
9. Barlow J, Cullen, L. Increasing touch between parents and children with disabilities: preliminary results from a new program. *J Fam Health Care* 2002;12(1):7-9.
10. Dick W, Carey L. The systemic design of instruction, 2nd ed. Glenview (IL): Scott, Foresman; 1985.
11. Hull C. A behavior system: an introduction to behavior theory concerning the individual organism. Greenwood Press; 1974.
12. Cronfalk BS, Friedrichsen M, Milberg A, Strang P. A one-day education in soft tissue massage: experience and opinions as evaluated by nursing staff in palliative care. *Palliat Support Care* 2008; 6:141-8.