

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้รูปแบบการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา แบบเฮอรัมนิวติกส์ (hermeneutic phenomenology) เพื่อบรรยายและอธิบายประสบการณ์การพัฒนาคิดต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรัง

ผู้ให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูลในการศึกษาค้างนี้ คือ ผู้ป่วยเรื้อรังที่ผ่านการอบรมพัฒนาคิด ตามหลักสูตรคุณแม่ ดร. สิริ กรินชัย จำนวน 9 คน โดยจะต้อง เป็นผู้ป่วยเรื้อรังที่มีระยะเวลาการเจ็บป่วยไม่น้อยกว่า 1 ปีก่อนเข้ารับการพัฒนาจิต

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา ผู้วิจัยเป็นเครื่องมือที่สำคัญที่สุดในการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนั้นผู้วิจัยจึงเตรียมตัวให้พร้อมเพื่อเก็บข้อมูลได้อย่างมีคุณภาพ ทั้งในเรื่องระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ทักษะและเทคนิคการเก็บรวบรวมข้อมูล ตลอดจนการพัฒนาคิดของผู้วิจัยเอง นอกจากนี้ยังมีเครื่องมืออื่น ๆ ที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่

1. แนวคำถามที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล เป็นแบบเลือกตอบ และเติมคำประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส สถานภาพในครอบครัว ศาสนา ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเดือน จำนวนครั้งในการพัฒนาคิด ประวัติการปฏิบัติธรรมอื่น ๆ

ส่วนที่ 2 แบบบันทึกข้อมูลเกี่ยวกับภาวะสุขภาพ เป็นแบบสัมภาษณ์ จำนวน 4 ข้อ ประกอบด้วยโรคที่เจ็บป่วย ระยะเวลาการเจ็บป่วย ประวัติการเจ็บป่วย และการรักษา และผลกระทบจากการเจ็บป่วย

ส่วนที่ 3 แบบสัมภาษณ์ ซึ่งเป็นแนวคำถามปลายเปิดเกี่ยวกับประสบการณ์การพัฒนาคิดและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรัง จำนวน 4 ข้อใหญ่ และ 13 ข้อย่อย ประกอบด้วย การรับรู้และให้ความหมายของการพัฒนาคิด การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพหลังอบรมพัฒนาคิด หลักธรรมที่ได้รับจากการพัฒนาคิดที่ทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ สิ่งที่ส่งเสริม และปัญหาอุปสรรคในการนำการพัฒนาจิตไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ส่วนที่ 3 แบบสัมภาษณ์ ซึ่งเป็นแนวคำถามปลายเปิดเกี่ยวกับประสบการณ์การพัฒนาจิต และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรัง จำนวน 4 ข้อใหญ่ และ 13 ข้อย่อย ประกอบด้วย การรับรู้และให้ความหมายของการพัฒนาจิต การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพหลังอบรมพัฒนาจิต หลักธรรมที่ได้รับจากการพัฒนาจิตที่ทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ สิ่งที่ส่งเสริม และปัญหาอุปสรรคในการนำการพัฒนาจิตไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ส่วนที่ 4 แบบบันทึกสถานการณ์ เป็นสมุดจดบันทึกภาคสนาม ที่ผู้วิจัยใช้บันทึกรายละเอียดในขณะเก็บรวบรวมข้อมูลในผู้ป่วยแต่ละราย และวางแผนงานในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งต่อไป

2. เครื่องบันทึกเสียง จำนวน 1 เครื่อง พร้อมเทปบันทึกเสียง

การควบคุมคุณภาพของเครื่องมือ

การสร้างที่น่าเชื่อถือได้ของข้อมูลในการวิจัยเชิงคุณภาพ ได้แก่ข้อมูลนั้นต้องเป็นจริง มีความเชื่อถือได้ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ มีความคงเส้นคงวามั่นใจได้ และมีความเป็นกลาง สามารถยืนยันได้ ซึ่งผู้วิจัยเป็นเครื่องมือที่สำคัญที่สุดในการเก็บรวบรวมข้อมูล และที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งก็คือ แนวคำถามของการสัมภาษณ์ จะต้องสามารถตอบคำถามการวิจัยตรงตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยได้เป็นอย่างดี สำหรับเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้ ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมทั้งแบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล และแบบสัมภาษณ์ ซึ่งเป็นแนวคำถามปลายเปิดเกี่ยวกับประสบการณ์การพัฒนาจิต และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ภายใต้คำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา นำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบจำนวน 3 ท่าน ได้แก่ อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาจิต จำนวน 1 ท่าน อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัยเชิงคุณภาพจำนวน 1 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาจิต จำนวน 1 ท่าน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิหลังจากนั้นนำไปศึกษานำร่อง (pilot study) กับผู้ให้ข้อมูลที่มีลักษณะเหมือนกับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่กำหนดไว้จำนวน 3 ราย แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งภายใต้คำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อให้ได้แนวคำถามที่สามารถตอบคำถามการวิจัยได้เป็นอย่างดี สอดคล้องตรงตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ก่อนที่จะนำไปใช้ในการศึกษาจริง

จรรยาบรรณผู้วิจัย

ผู้วิจัยได้นำเสนอโครงร่างวิทยานิพนธ์ที่ผ่านการพิจารณาแล้วให้คณะกรรมการจริยธรรม คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ เพื่อพิจารณาความถูกต้องเหมาะสมด้านจริยธรรมในการเก็บรวบรวมข้อมูล และในการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยจะต้องคำนึงและปฏิบัติตาม

จรรยาบรรณผู้วิจัย เนื่องจากผู้วิจัยเป็นเครื่องมือที่สำคัญในการเก็บรวบรวมข้อมูล เพราะผู้วิจัยต้องเข้าไปมีสัมพันธภาพอย่างใกล้ชิดตลอดกระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นจริง ซึ่งอาจจะทำให้รบกวนความเป็นส่วนตัวของผู้ให้ข้อมูล หรือเกิดความอึดอัดใจได้ เนื่องจากผู้วิจัยต้องเข้าไปเก็บรวบรวมข้อมูลหลายครั้งจนกว่าจะได้ข้อมูลที่เป็นจริงและมีความอึดอัดตัว รวมทั้งผู้ให้ข้อมูลเป็นกลุ่มผู้ป่วยเรื้อรัง การเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังบางโรค เช่น โรคเอดส์ อาจจะทำให้ผู้ให้ข้อมูลเกิดความรู้สึกวิตกกังวล กลัวการให้ข้อมูลที่เป็นจริง และกลัวคนอื่นจะรู้ว่าตนเองเจ็บป่วยด้วยโรคดังกล่าว ดังนั้นผู้วิจัยจึงต้องคำนึงถึงและปฏิบัติตามจรรยาบรรณผู้วิจัยอย่างเคร่งครัดเพื่อเป็นการเคารพสิทธิมนุษยชน การเป็นส่วนตัว การปกปิดความลับ รวมทั้งการให้ผู้ให้ข้อมูลมีโอกาสตัดสินใจเข้าร่วมหรือออกจากการศึกษาโดยไม่เกิดผลกระทบใด ๆ

ผู้วิจัยจึงได้ทำการพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูล โดยเริ่มจากการแนะนำตัว บอกรวัตถุประสงค์ในการวิจัย ขอความร่วมมือและความยินยอมจากผู้ให้ข้อมูลในการให้ข้อมูล และให้ผู้ให้ข้อมูลเซ็นใบยินยอมหรืออาจยินยอมด้วยวาจา ดังรายละเอียดในใบคำชี้แจงสำหรับผู้เข้าร่วมวิจัย และการคุ้มครองสิทธิของผู้วิจัย (ภาคผนวก ค) นอกจากนี้ผู้วิจัยได้อธิบายให้ผู้ให้ข้อมูลเข้าใจในสิทธิที่จะปฏิเสธการให้ข้อมูลหรือออกจากการศึกษาเมื่อไรก็ได้โดยไม่เกิดปัญหาหรือผลกระทบใด ๆ ต่อผู้ให้ข้อมูล มีการปกปิดข้อมูลไว้เป็นความลับ ป้องกัน รั่วรั่วรั่วไม่ให้ผู้อ่านสามารถปะติดปะต่อข้อมูลแล้วรู้ว่าใครเป็นผู้ให้ข้อมูล และมีการปกปิดชื่อของผู้ให้ข้อมูล เพื่อมิให้ข้อมูลส่วนบุคคลถูกเปิดเผย และแถบบันทึกเสียงที่ใช้จะถูกทำลายภายหลังการวิจัยเสร็จสิ้น

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ มี 2 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนเตรียมการ และขั้นตอนดำเนินการ ดังนี้

1. ขั้นตอนเตรียมการ

1.1 การเตรียมตัวผู้วิจัย

1.1.1 เตรียมความรู้ด้านทฤษฎีเกี่ยวกับผู้ป่วยเรื้อรัง แนวคิดพฤติกรรมสุขภาพในทัศนคติต่าง ๆ แนวคิดการพัฒนารูปแบบ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และแนวคิดเกี่ยวกับการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา รวมถึงวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ และการวิเคราะห์ข้อมูล

1.1.2 สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1.1.3 เตรียมตัวด้านทักษะและเทคนิคการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยการฝึกภาคสนามในการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ ได้แก่ การสังเกต การสัมภาษณ์ และการจดบันทึกภาคสนาม โดยทำเป็นโครงการนำร่อง (pilot study) ภายใต้คำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

หลังจากผู้วิจัยได้นำเครื่องมือที่สร้างขึ้นไปศึกษานำร่องกับผู้ที่ผ่านการพัฒนาจิต จำนวน 3 ราย พบปัญหาจากการสัมภาษณ์ เช่น ผู้วิจัยไม่ได้ถามเจาะลึก ทำให้ไม่ได้ข้อมูลที่ชัดเจน ผู้วิจัยใช้คำถามกระโดด ไม่ต่อเนื่อง ใช้คำถามไม่เหมาะสมในบางคำถาม เช่น ลุงเครียดหรือเปล่าหละ ควรถามว่า ลุงรู้สึกอย่างไร ผู้ให้ข้อมูลเล่าประสบการณ์มากบางครั้งออกนอกเรื่อง แต่ผู้วิจัยไม่ได้ดึงกลับเข้ามาในเรื่องที่กำลังศึกษา ผู้วิจัยไม่มั่นใจกับคำถามที่ใช้ในแบบสัมภาษณ์ว่าจะสามารถตอบคำถามการวิจัยได้หรือไม่ หลังจากทำการศึกษานำร่องได้นำปัญหาที่พบไปปรึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และปรับปรุงแบบสัมภาษณ์ให้สอดคล้องกับคำถามการวิจัยและวัตถุประสงค์ที่ต้องการศึกษา เพื่อนำไปใช้ในการศึกษาจริง

1.1.4 เตรียมตัวด้านการพัฒนาจิตของผู้วิจัยเอง โดยการเข้าร่วมโครงการอบรมพัฒนาจิต ตามหลักสูตรคุณแม่ ดร. สิริ กรินชัย เป็นเวลา 7 คืน 8 วัน จำนวน 2 ครั้ง

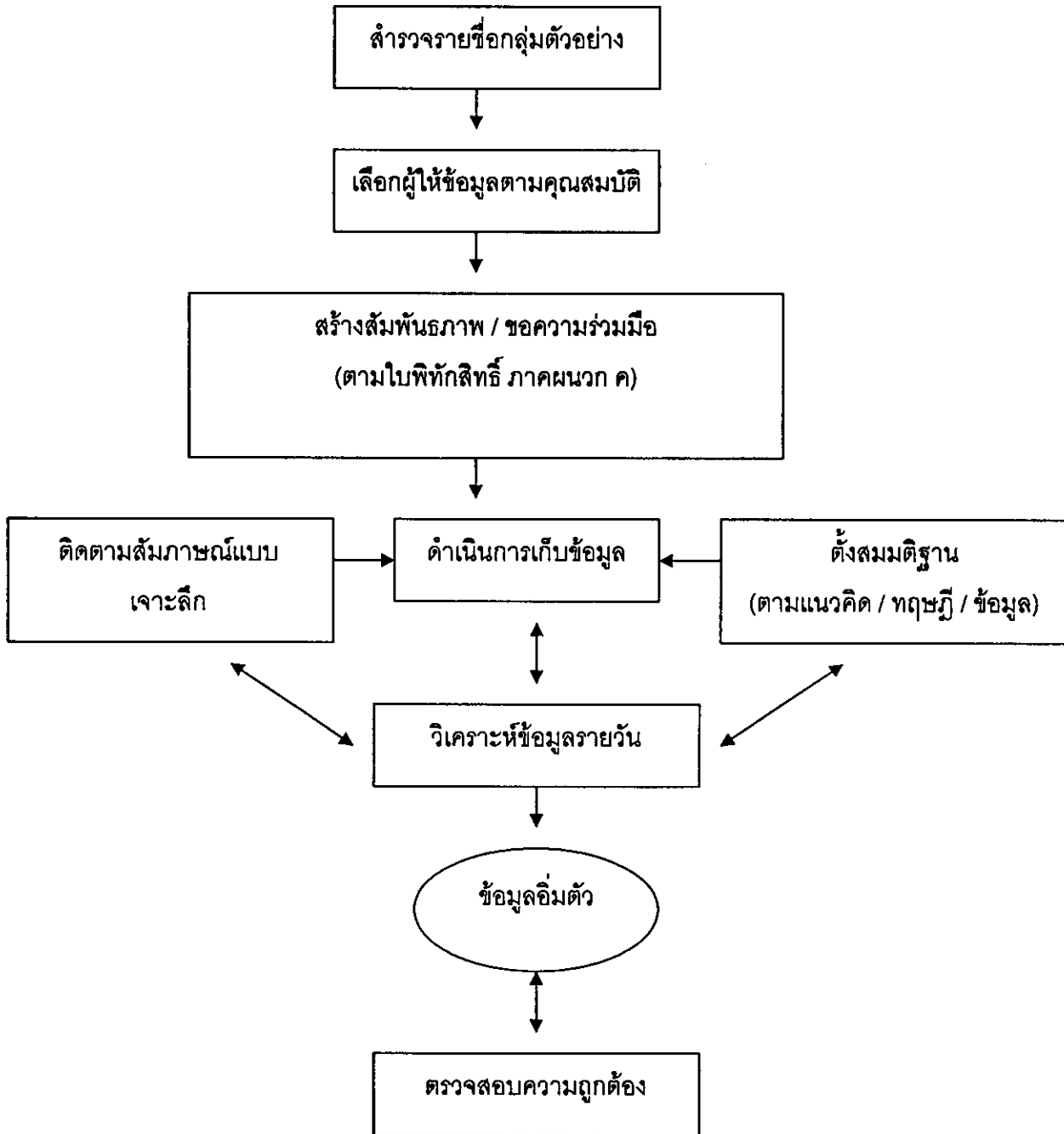
1.1.5 ขอความร่วมมือจากประธานคณะกรรมการศูนย์องค์รวม เพื่อขอสำรวจรายชื่อผู้ป่วยเรื้อรังที่เข้าอบรมพัฒนาจิตตามหลักสูตรการพัฒนาจิตเพื่อให้เกิดปัญญาและสันติสุขที่จัดโดยคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

1.1.6 เลือกกลุ่มตัวอย่าง ภายใต้คำแนะนำของประธานคณะกรรมการศูนย์องค์รวม และคัดเลือกตามคุณสมบัติที่กำหนดไว้

2. ขั้นตอนรวบรวมข้อมูล

หลังจากที่ได้รายชื่อผู้ให้ข้อมูลที่มีคุณสมบัติตรงตามที่กำหนดไว้ ผู้วิจัยจึงเริ่มเก็บข้อมูล โดยการแนะนำตัว ชี้แจงวัตถุประสงค์ และขออนุญาตไปพบผู้ให้ข้อมูลตามวัน เวลา และสถานที่ที่สะดวก เหมาะสม ทั้งผู้วิจัยและผู้ให้ข้อมูล โดยอาจจะเป็นที่บ้าน หรือสถานที่อื่นที่สะดวกเหมาะสม เมื่อไปพบผู้ให้ข้อมูล ผู้วิจัย แนะนำตัว สร้างสัมพันธภาพกับผู้ให้ข้อมูลจนผู้ให้ข้อมูลเกิดความไว้วางใจ จากนั้นผู้วิจัยจึงขออนุญาตสัมภาษณ์ และขอความร่วมมือ ตามใบพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูล เมื่อผู้ให้ข้อมูลยินยอมเข้าร่วมการวิจัยและให้ความร่วมมือจึงเริ่มดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลบุคคล ข้อมูลภาวะสุขภาพ และติดตามสัมภาษณ์แบบเจาะลึกอย่างไม่เป็นทางการอย่างต่อเนื่อง ตามแนวคำถามที่เตรียมไว้ พร้อมทั้งบันทึกเทป แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์รายวัน หลังจากเก็บรวบรวมข้อมูลในแต่ละครั้ง พร้อมทั้งตั้งสมมติฐานตามแนวคิด ทฤษฎี และคำบอกเล่าของผู้ป่วย เพื่อทำการค้นหาข้อมูลอย่างเจาะลึกเพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นจริงและถูกต้องชัดเจน สามารถอธิบายประสบการณ์การพัฒนาจิตต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรังได้ โดยในระหว่างการเก็บข้อมูลผู้วิจัยต้องทำการตรวจสอบข้อความหรือข้อมูลที่ยังไม่ชัดเจน คลุมเครือ แล้วนำไปสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลในครั้งต่อไป จนข้อมูลที่ได้มานั้นมีความอิ่มตัว คือข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เป็นข้อมูลเดิม ไม่มีข้อมูลใหม่ ๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย มีความเข้าใจถูกต้องตรงกัน โดย

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้ไปตรวจสอบความถูกต้อง และยืนยันความเป็นจริงกับผู้ให้ข้อมูลอีกครั้ง หากเข้าใจไม่ตรงกันก็ปรับเปลี่ยนทำความเข้าใจใหม่ให้ตรงกันทั้งผู้วิจัยและผู้ให้ข้อมูล จนกระทั่งได้รับข้อมูลอย่างชัดเจนเกี่ยวกับประสบการณ์การพัฒนาคิดต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรัง (ภาพ 1)



ภาพ 1 แผนผังขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาประสบการณ์การพัฒนาคิดต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรังในครั้งนี้ เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ ข้อมูลที่ได้จึงเป็นข้อมูลจากการสัมภาษณ์แบบบอกถึงปรากฏการณ์ของประสบการณ์การพัฒนาคิดต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรัง ผู้วิจัยจึงได้เลือกใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการหาคู่ประกอบหลัก (thematic analysis) ของแวนมานเนน (van Manen, 1990) ซึ่งแวนมานเนนได้กล่าวถึงกระบวนการทำความเข้าใจในปรากฏการณ์ที่ศึกษาไว้ 6 ขั้นตอนดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. การย้อนกลับไปทำความเข้าใจเกี่ยวกับประสบการณ์ชีวิตที่เป็นอยู่ตามธรรมชาติ (turning to the nature of lived experience) โดยการศึกษาเกี่ยวกับภูมิหลังของผู้ให้ข้อมูลที่มีผลต่อการรับรู้และให้ความหมายประสบการณ์การพัฒนาคิดต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรัง ซึ่งภูมิหลังที่สำคัญในการศึกษาคครั้งนี้ ได้แก่ ประวัติการเจ็บป่วยและการรักษา ผลกระทบจากการเจ็บป่วย ประวัติการปฏิบัติธรรม ตลอดจนความคิด ความเชื่อ ทศนคติ และวัฒนธรรม ในการดำเนินชีวิตโดยปกติที่เป็นอยู่ตามธรรมชาติของผู้ให้ข้อมูล ซึ่งผู้วิจัยสามารถทำความเข้าใจในประสบการณ์ชีวิตที่เป็นอยู่ตามธรรมชาติของผู้ให้ข้อมูลโดยการพูดคุย ชักถาม

2. ค้นหาคำพูดที่ต้องการศึกษา (investigating experience as we live it) โดยการสัมภาษณ์เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งต้องใช้เทคนิคในการถามคำถามเพื่อค้นหารธรรมชาติของประสบการณ์การพัฒนาคิดต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรังที่คงอยู่ในความทรงจำของผู้ให้ข้อมูล (turning to the things themselves) และให้ผู้ให้ข้อมูลสะท้อนออกมาเป็นคำพูดตามการรับรู้และให้ความหมายของประสบการณ์เหล่านั้น ตามประเด็นที่ต้องการศึกษา

3. การวิเคราะห์หาคู่ประกอบหลัก (thematic analysis) เป็นการสะท้อนความเข้าใจถึงความหมายและลักษณะของปรากฏการณ์ประสบการณ์การพัฒนาคิดต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรังอย่างครอบคลุมและชัดเจน ซึ่งในการสะท้อนคิดพิจารณาวิเคราะห์หาคู่ประกอบหลัก (thematic analysis) มีขั้นตอนดังนี้

3.1 เก็บรวบรวมข้อมูล ถอดเทปข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์อย่างละเอียดคำต่อคำ และจัดบันทึกข้อมูลที่ได้ทั้งหมดไว้อย่างเป็นระเบียบ

3.2 แยกองค์ประกอบหลักสำคัญของข้อมูล (isolating thematic statements) ซึ่งมี 3 วิธี ได้แก่

3.2.1 การศึกษาโดยรวม (the wholistic or sententious approach) เป็นการอ่านทำความเข้าใจภาพรวมทั้งหมดของข้อมูลแล้วพยายามจับใจความสำคัญหรือใจความหลักของข้อความเหล่านั้น แล้วนำมาเขียนเรียบเรียงใหม่เพื่ออธิบายความหมายเหล่านั้น

3.2.2 การเลือกข้อความสำคัญ (the selective or highlighting approach) เป็นการอ่านข้อมูลทั้งหมดแล้วเลือกดึงข้อความที่เกี่ยวข้องกับปรากฏการณ์ประสบการณ์การพัฒนาจิตต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรัง โดยการอ่านข้อความทั้งหมดหลายครั้งแล้วพิจารณาดูว่ามีประโยคหรือข้อความไหนบ้างที่เป็นสาระสำคัญของประสบการณ์การพัฒนาจิตต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรัง แล้วขีดเส้นใต้หรือวงกลมข้อความนั้นไว้

3.2.3 การศึกษารายละเอียด (the detailed or line-by-line) เป็นการอ่านทำความเข้าใจรายละเอียดของทุกๆ ประโยคแล้วพิจารณาดูว่าแต่ละประโยคให้ความหมายและอธิบายประสบการณ์การพัฒนาจิตต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรังอย่างไร

3.3 นำองค์ประกอบหลักสำคัญที่ได้ (themes) มาปรับภาษาหรือใช้คำให้สามารถสื่อความหมายถึงประสบการณ์พื้นฐานของการพัฒนาจิตต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรังที่ได้จากการศึกษาทั้งหมด (composing linguistic transformations)

3.4 เขียนบรรยายองค์ประกอบหลักสำคัญ (themes) เพื่อสะท้อนให้เห็นถึงความรู้สึกและอารมณ์ที่เกิดขึ้นในประสบการณ์การพัฒนาจิตต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรัง ด้วยการใช้ภาษาอย่างมีศิลปะ (artistic)

3.5 นำองค์ประกอบหลักสำคัญที่ได้ (themes) กลับไปตรวจสอบความตรงของข้อมูลกับผู้ให้ข้อมูลอีกครั้ง (interpretation through conversation)

4. การเขียนบรรยายปรากฏการณ์ที่ได้จากการศึกษา (the art of writing and rewriting) เป็นการนำองค์ประกอบหลักสำคัญที่ได้ (themes) มาสรุปเป็นภาพรวมอธิบายปรากฏการณ์เกี่ยวกับประสบการณ์การพัฒนาจิตต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรัง ซึ่งจำเป็นต้องอาศัยการคิดทบทวน (re-thinking) การสะท้อนคิดพิจารณา (re-reflecting) และการย้อนรำลึก (re-cognizing) จากข้อมูลที่ได้อย่างรอบคอบ เพื่อให้ได้ผลการศึกษาที่ตรงกับปรากฏการณ์มากที่สุด ก่อนนำมาเขียนบรรยายปรากฏการณ์ ซึ่งในการเขียนบรรยายปรากฏการณ์นี้ผู้วิจัยเลือกใช้หลายวิธีผสมผสานกัน ได้แก่ การวิเคราะห์องค์ประกอบหลักสำคัญเพื่อทำความเข้าใจปรากฏการณ์ (analytically) การเขียนบรรยายองค์ประกอบหลักสำคัญทั้งหมด (thematically) พร้อมทั้งยกตัวอย่างข้อความที่ได้จากการสัมภาษณ์ (exemplificatively) มาสนับสนุนประกอบการบรรยาย

5. การคงไว้ซึ่งปรากฏการณ์ที่ศึกษาและบริบทที่เกี่ยวข้อง (maintaining a strong and oriented relation) โดยการตรวจสอบองค์ประกอบหลักสำคัญที่ได้ (themes) ว่ามีความหมายเกี่ยวข้องกับปรากฏการณ์ประสบการณ์การพัฒนาจิตต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรัง และองค์ประกอบหลักสำคัญ (themes) ที่ได้ โดยจะต้องมีขอบเขตอยู่ภายใต้

วัตถุประสงค์ที่ต้องการศึกษา นั่นก็คือ ต้องสามารถบรรยายและอธิบายประสบการณ์การพัฒนาจิต ที่มีผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรัง ตามแนวคำถามที่เกี่ยวข้อง คือ ผู้ป่วยเรื้อรังรับรู้ และให้ความหมายของการพัฒนาจิตอย่างไร หลังพัฒนาจิตผู้ป่วยเรื้อรังมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพอย่างไร หลักธรรมข้อใดจากการพัฒนาจิตที่ทำให้ผู้ป่วยเรื้อรังเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และปัจจัยอะไรบ้างที่เป็นอุปสรรค หรือส่งเสริมการนำการพัฒนาจิตไปใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

6. การทำให้เกิดความสมดุลตามบริบทที่ต้องศึกษาและบริบทที่เกี่ยวข้อง (balancing the research context by considering parts and wholes) โดยผู้วิจัยพิจารณาความสัมพันธ์ของประสบการณ์ย่อยกับประสบการณ์ในภาพรวมที่ได้จากการวิเคราะห์

การสร้างความน่าเชื่อถือได้ของข้อมูล

การสร้างความน่าเชื่อถือได้ (trustworthiness) ของข้อมูลในงานวิจัยในครั้งนี้มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ความเป็นจริงของข้อมูล (truth value) สำหรับในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจึงให้เวลากับผู้ให้ข้อมูลนานขึ้น โดยการไปพบผู้ให้ข้อมูล เพื่อสร้างสัมพันธภาพ ให้เกิดความไว้วางใจ และสร้างความไว้วางใจกันเอง ก่อนที่จะดำเนินการสัมภาษณ์ เมื่อไปพบครั้งต่อไปเพื่อสัมภาษณ์จะทำให้ผู้ให้ข้อมูลและผู้วิจัยเองรู้สึกคุ้นเคยและเป็นกันเองทำให้บรรยากาศในการสัมภาษณ์ไม่เครียด ผู้ให้ข้อมูลไม่รู้สึกรำคาญตัวเองกำลังถูกสัมภาษณ์ แต่จะเป็นเหมือนการสนทนาโดยทั่ว ๆ ไป ช่วยให้ผู้ให้ข้อมูลตอบคำถามตามความเป็นจริง ในผู้ให้ข้อมูลแต่ละรายจะสัมภาษณ์ประมาณ 2-3 ครั้งจนข้อมูลอิ่มตัว แล้วนำข้อมูลที่ได้จากการถอดเทปและการวิเคราะห์แล้วกลับไปตรวจสอบความถูกต้องกับผู้ให้ข้อมูล (member checks)

2. ข้อมูลสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ (applicability) ข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้กับบริบทที่มีความเหมาะสมคล้ายคลึงกับบริบทที่ศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ดังนั้นผู้วิจัยจำเป็นต้องอธิบายบริบทที่ศึกษา ลักษณะและการได้มาของกลุ่มผู้ให้ข้อมูล การเก็บรวบรวมข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูลอย่างละเอียด อธิบายปรากฏการณ์เกี่ยวกับประสบการณ์การพัฒนาจิตต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรัง ได้อย่างชัดเจน เพื่อให้ผู้อ่านเข้าใจและสามารถพิจารณาตัดสินใจในการนำข้อมูลที่ได้ไปประยุกต์ใช้ได้เมื่อพบว่ามีความเหมาะสม

3. ข้อมูลมีความคงเส้นคงวา (consistency) สำหรับในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ให้อาจารย์ที่ปรึกษา 2 ท่านเป็นผู้ตรวจสอบ (inquiry auditor) เป็นการตรวจสอบในกระบวนการได้มาซึ่งข้อมูล และผลที่ได้ ซึ่งในการตรวจสอบกระบวนการได้มาซึ่งข้อมูล ผู้วิจัยได้ให้อาจารย์ที่

ปรึกษาดูตรวจสอบตั้งแต่การสร้างเครื่องมือในการวิจัย แนวคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์ และนำมาปรับปรุงภายใต้คำแนะนำของอาจารย์ หลังจากนั้นได้ฝึกสัมภาษณ์แบบเจาะลึก โดยศึกษานำร่องกับผู้ให้ข้อมูลที่มีลักษณะเดียวกันแล้วนำมาวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งทุกขั้นตอนอยู่ภายใต้การตรวจสอบและการแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาโดยละเอียด สำหรับในการเก็บข้อมูลจริงก็เช่นเดียวกัน ในการเก็บข้อมูลทุกรายต้องผ่านการตรวจสอบจากอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อแก้ไขข้อบกพร่อง จนข้อมูลจนมีความชัดเจนเกิดขึ้น ทำให้ข้อมูลนั้นมีความน่าเชื่อถือได้

4. ข้อมูลมีความเป็นกลาง (neutrality) สำหรับในการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้บันทึกแหล่งที่มาของข้อมูลไว้เป็นหลักฐาน ได้แก่ เทปบันทึกเสียงในขณะที่สัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลแต่ละครั้งและแต่ละราย โดยผู้วิจัยเขียนนามสมมติ เวลา สถานที่ ครั้งที่สัมภาษณ์ ไว้ที่ตลับเทปทุกครั้ง และจัดเก็บไว้อย่างเป็นระบบ โดยไม่มีการลบข้อมูลทิ้งหรือบันทึกซ้ำ นอกจากนี้ผู้วิจัยได้จัดทำบันทึกภาคสนาม (field note) ทุกครั้งที่ไปสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูล ซึ่งในบันทึกภาคสนามมีรายละเอียดเกี่ยวกับ แบบบันทึกของผู้วิจัย แบบบันทึกหลักการ แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์ และ แบบบันทึกเกี่ยวกับระเบียบวิธีวิจัย เพื่อเป็นหลักฐานยืนยันว่าผู้วิจัยไปเก็บข้อมูลมาจริง นอกจากนี้ในขั้นวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยจะต้องเก็บบทสัมภาษณ์ที่นำมาใช้วิเคราะห์ข้อมูล และรายละเอียดในการวิเคราะห์ข้อมูลทุกขั้นตอนไว้อย่างเป็นระบบ เพื่อสามารถนำมาตรวจสอบที่มาของข้อมูลได้

ในการศึกษาประสบการณ์การพัฒนาคิดต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเรื้อรัง ผู้วิจัยได้เลือกผู้ให้ข้อมูลเป็นผู้ป่วยเรื้อรังที่ผ่านการพัฒนาคิดและมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ โดยใช้สถานที่บ้านของผู้ให้ข้อมูลเอง หรือสถานที่ที่สะดวกและเหมาะสมทั้งกับผู้วิจัยและผู้ให้ข้อมูล ในขั้นเตรียมการ ผู้วิจัยได้มีการเตรียมตัวโดยเข้าร่วมการพัฒนาคิดตามหลักสูตรคุณแม่ ดร. สิริ กรินชัย จำนวน 2 ครั้ง เพื่อเป็นการทำความเข้าใจเกี่ยวกับการพัฒนาคิดล่วงหน้าก่อนดำเนินการศึกษาจริง มีการสร้างเครื่องมือในการวิจัย และนำเครื่องมือไปตรวจสอบความตรงกับผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน พร้อมทั้งทำการศึกษานำร่องก่อนนำเครื่องมือไปใช้ศึกษาจริง ในขั้นดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูล โดยคำนึงถึงจรรยาบรรณของผู้วิจัย มีการพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูล ในขั้นวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลทั้งในระหว่างเก็บข้อมูลในแต่ละราย และสิ้นสุดการเก็บรวบรวมข้อมูลทุกราย โดยใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการหาองค์ประกอบหลัก (thematic analysis) ของแวนนมาเนน และคำนึงถึงการสร้างความน่าเชื่อถือได้ของข้อมูล โดยการสร้างสัมพันธภาพเพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลเกิดความไว้วางใจ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นจริง ในกระบวนการได้มาซึ่งข้อมูลผู้วิจัยได้ขอให้อาจารย์ที่ปรึกษาจำนวน 2 ท่านเป็นผู้ตรวจสอบเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมและคงเส้นคงวา ผู้วิจัยมีการอธิบายเหตุการณ์หรือปรากฏการณ์ที่

ค้นพบอย่างชัดเจน เพื่อให้ผู้อ่านเข้าใจและสามารถนำข้อมูลไปประยุกต์ใช้ได้เมื่อพบว่ามี ความเหมาะสม รวมทั้งมีการบันทึกแหล่งที่มาของข้อมูล และรายละเอียดการวิเคราะห์ข้อมูลทุกขั้นตอน ไว้เป็นหลักฐาน เพื่อยืนยันการได้มาซึ่งข้อมูล เพื่อสามารถนำมาตรวจสอบได้ ทำให้ผลการศึกษา ประสิทธิภาพการพัฒนาคิดต่อการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมสุขภาพของผู้วิจัยมีความน่าเชื่อถือมาก ขึ้น