

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ในชีวิตมนุษย์นั้นมีการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ รอบตัวตลอดเวลา ทำให้มนุษย์ต้องมีการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต เพื่อการมีชีวิตอยู่ได้อย่างเป็นสุขตามอัธยาศัย การป่วยถือเป็น การเปลี่ยนแปลงในชีวิตอย่างหนึ่ง ที่ทำให้มนุษย์จำเป็นต้องเรียนรู้เพิ่มเติม เพื่อให้มีชีวิตรอดจากโรคร้ายต่าง ๆ ได้ และเพื่อให้สอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550–2554) ที่มุ่งให้เป็นสังคมแห่งการเรียนรู้ (Learning Society) เปิดโอกาสให้คนไทยทุกคนสามารถคิดเป็นทำเป็นแก้ปัญหาเป็นมีเหตุผลมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ สามารถเรียนรู้ได้ตลอดชีวิต รู้เท่าทันโลก เพื่อพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม

เช่นเดียวกับกับพระราชบัญญัติ (พ.ร.บ.) การศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 แก้ไขเพิ่มเติม พ.ศ. 2545 (ฉบับที่ 2) และ พ.ศ. 2553 (ฉบับที่ 3) ที่ต้องการให้ประชาชนได้รับการเรียนรู้ตลอดชีวิต เพื่อปรับตัวให้ดำรงชีวิตอย่างราบรื่น และมีคุณภาพชีวิตที่ดี ในขณะ ที่โลกและวิถีชีวิตมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ดังมาตรา 25 หมวด 4 แนวการจัดการ การศึกษา กล่าวว่า “รัฐต้องส่งเสริมการดำเนินงานและจัดตั้งแหล่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต ทุกรูปแบบ ได้แก่ ห้องสมุดประชาชน พิพิธภัณฑ์ หอศิลป์ สวนสัตว์ สวนสาธารณะ สวนพฤกษศาสตร์ อุทยานวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ศูนย์การกีฬาและนันทนาการ แหล่งข้อมูล และแหล่งการเรียนรู้อื่นอย่างเพียงพอและมีประสิทธิภาพ” นอกจากนี้ ยังมีการกล่าวถึงระบบการศึกษาตามอัธยาศัยไว้ในหมวดที่ 3 มาตรา 15 มีเนื้อความว่า “การจัดการศึกษามีสามรูปแบบ คือ การศึกษาในระบบ การศึกษานอกระบบ และ การศึกษาตามอัธยาศัย” ซึ่งการศึกษานอกระบบ เป็นการศึกษาที่มีความยืดหยุ่นในการ กำหนดจุดมุ่งหมาย รูปแบบวิธีการศึกษา ระยะเวลาของการศึกษา การวัดและประเมินผล ซึ่งเป็นเงื่อนไขสำคัญของการสำเร็จการศึกษา โดยเนื้อหาและหลักสูตรจะต้องมีความ เหมาะสมสอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการของบุคคลแต่ละกลุ่ม

ส่วนการศึกษาตามอัธยาศัยนั้น เป็นการศึกษาที่ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ด้วยตนเอง ตามความสนใจ ศักยภาพ ความพร้อม และโอกาส โดยศึกษาจากบุคคล ประสบการณ์ สังคม สภาพแวดล้อม สื่อ หรือแหล่งความรู้อื่น ๆ ดังนั้นเมื่อเกิดการเจ็บป่วยขึ้น ผู้ป่วย จำเป็นต้องเรียนรู้เรื่องการดูแลสุขภาพตนเอง การเรียนรู้เรื่องโรคและการดูแลสุขภาพตนเองจึงจัดเป็นการศึกษาตามอัธยาศัยอีกรูปแบบหนึ่ง โดยมีโรงพยาบาลและบุคลากรทางการแพทย์เป็นแหล่งเรียนรู้

ปัจจุบันโรงพยาบาลสกลนครได้รับการแต่งตั้งให้เป็นโรงพยาบาลศูนย์ตั้งแต่ปีงบประมาณ 2555 เพื่อให้การดูแลรักษาและเป็นศูนย์รับส่งต่อผู้ป่วยที่มีการรักษายุ่งยาก และซับซ้อนจากจังหวัดใกล้เคียง จากข้อมูลการเข้ารับบริการของผู้ป่วยที่ผ่านมาพบว่า มีจำนวนผู้ป่วยเข้ารับบริการเพิ่มขึ้นทุกปี (เนื่องจากผู้วิจัยเป็นอายุรแพทย์โรคเลือด มีหน้าที่ดูแลรักษาผู้ป่วยมะเร็งโรคเลือด และเกี่ยวข้องกับระบบการดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง ในที่นี้จึงขอกล่าวถึงข้อมูลผู้ป่วยโรคมะเร็งเท่านั้น) จากการทบทวนข้อมูลของผู้ป่วยโรคมะเร็งพบว่า โรงพยาบาลสกลนครมีผู้ป่วยโรคมะเร็งรายใหม่ที่ได้รับการรักษา 400-500 คนต่อปี และผู้ป่วยมากกว่าร้อยละ 50 ได้รับการรักษาโดยการให้ยาเคมีบำบัด เมื่อผู้ป่วยที่ได้รับยาเคมีบำบัด ภูมิคุ้มกันของผู้ป่วยจะถูกทำลายลง ทำให้ผู้ป่วยเกิดภาวะภูมิคุ้มกันต่ำ ทำให้ผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับยาเคมีบำบัดต้องมีการดูแลสุขภาพตนเองเป็นพิเศษ และต่างจากผู้ป่วยโรคทั่วไป

จากการรักษาและสังเกตพฤติกรรมของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ผ่านมาพบว่า ผู้ป่วยโรคมะเร็งบางส่วนไม่สามารถดูแลสุขภาพตนเองได้ตามคำแนะนำของบุคลากรทางการแพทย์ ซึ่งมีสาเหตุมาจากหลายปัจจัย เช่น ไม่สามารถปรับปรุงลักษณะสิ่งแวดล้อมได้ มีความเคยชินกับพฤติกรรมก่อนป่วย มีความเชื่อที่ไม่ถูกต้อง สังคมหรือบุคคลใกล้ชิดมีความรู้เรื่องโรคมะเร็งไม่ถูกต้อง ไม่สามารถวิเคราะห์หรือเลือกปฏิบัติตามข้อมูลได้ถูกต้อง เช่น เมื่อฟังคำแนะนำเรื่องการรับประทานอาหารจากบุคลากรทางการแพทย์แล้ว หลังจากกลับบ้านพบว่าคนข้างบ้านมาเยี่ยมและแนะนำการรับประทานอาหารตามความเชื่อให้แก่ผู้ป่วย ผู้ป่วยจึงไม่ปฏิบัติตามคำแนะนำที่ได้ฟังมาก่อนเป็นต้น การสนับสนุนทางสังคมและความเชื่อมีความสำคัญมากในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วย มีการศึกษาของ สมศรี บุญจันทร์ (2549) เรื่องพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองของหญิงตั้งครรภ์มุสลิมพบว่าการสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัว เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ความเชื่อ ศาสนาและวัฒนธรรมมีผลต่อการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยปานกลางถึงสูง ซึ่งการที่บุคคลจะเกิด

ความเชื่อหรือไม่เชื่อในบางสิ่งนั้น จำเป็นต้องใช้ความรู้ในการตัดสินใจ เมื่อตัดสินใจแล้ว จึงนำไปสู่การปฏิบัติ ซึ่งการมีความรู้ของผู้ใหญ่นั้น ต้องเกิดจากการเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นส่วนใหญ่ การที่ผู้ใหญ่จะเรียนรู้ด้วยตนเองได้ดีย่อมต้องมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นพื้นฐาน

ดังนั้น ผู้ป่วยโรคมะเร็งต้องมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง เพื่อหาความรู้ใหม่ ๆ มาแก้ไขปัญหาชีวิต เช่น ความรู้เพิ่มเติมเรื่องการดำเนินโรค แผนการรักษา ผลข้างเคียง ภาวะแทรกซ้อนจากการรักษา การดูแลตนเองอย่างถูกต้อง และอาการผิดปกติที่ต้องพบแพทย์ เมื่อมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองแล้ว ผู้ป่วยจะมีความรู้เพิ่มขึ้น ทำให้สามารถตัดสินใจการดูแลตนเองที่ถูกต้องตามหลักวิชาการได้ ทำให้การรักษาโรคมะเร็งเกิดประสิทธิภาพสูงสุด และอาจช่วยลดอัตราการเสียชีวิตระหว่างการให้ยาเคมีบำบัดได้

ผู้วิจัยในฐานะผู้รักษาโรคมะเร็งมีความพยายามเป็นอย่างยิ่งที่จะสืบหาปัญหาหรือปัจจัยที่จะช่วยให้ผู้ป่วยโรคมะเร็งสามารถดูแลตนเองได้ดีขึ้น เช่น การพัฒนาความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเอง การปรับปรุงวิธีการสอนหรือวิธีการให้คำแนะนำที่เหมาะสมแก่ผู้ป่วยแต่ละคน เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถดูแลตนเองเมื่อกลับบ้านได้อย่างเหมาะสม ในกาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็ง เพราะน่าจะเป็นปัจจัยสำคัญในการช่วยให้ผู้ป่วยเรียนรู้ด้วยตนเองได้ เพื่อให้เกิดความรู้ เกิดการตัดสินใจปฏิบัติกรดูแลสุขภาพตนเอง และเกิดการพัฒนาความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็ง

คำถามของการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดคำถามของการวิจัยไว้ ดังนี้

1. ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็งอยู่ในระดับใด
2. ความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็งอยู่ในระดับใด
3. ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็งเพศชายและเพศหญิงต่างกันหรือไม่ อย่างไร
4. ผู้ป่วยโรคมะเร็งที่มีระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองต่างกัน มีระดับความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเอง ต่างกันหรือไม่ อย่างไร

5. ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็ง หรือไม่ อย่างไร

ความมุ่งหมายของการวิจัย

การศึกษาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็งในครั้งนี้ได้กำหนดความมุ่งหมายของการวิจัยไว้ ดังนี้

1. เพื่อศึกษาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็งในโรงพยาบาลสกลนคร
2. เพื่อศึกษาความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็ง ในโรงพยาบาลสกลนคร
3. เพื่อเปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็งระหว่างเพศชายและเพศหญิง
4. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่มีระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองแตกต่างกัน
5. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองและความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็ง ในโรงพยาบาลสกลนคร

สมมติฐานของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยต้องการทราบระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองและความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็งอยู่ในระดับใด และต่างกันหรือไม่ อย่างไร จึงตั้งสมมติฐานของการวิจัยไว้ ดังนี้

1. ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็งอยู่ในระดับปานกลาง
2. ความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็งอยู่ในระดับปานกลาง
3. ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็งเพศชายและเพศหญิง แตกต่างกัน

4. ผู้ป่วยโรคมะเร็งที่มีระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองต่างกัน มีระดับความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเอง ต่างกัน

5. ระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับ ความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็ง

ความสำคัญของการวิจัย

การศึกษาระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองและความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็งในครั้งนี้จะเกิดประโยชน์ต่างๆ ดังนี้

1. ทำให้ทราบระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง และความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็งซึ่งอาจใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาวิธีการให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่ผู้ป่วยโรคมะเร็งให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

2. ทำให้สามารถแยกผู้ป่วยโรคมะเร็งออกเป็นกลุ่มตามระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง และพัฒนาแนวทางในการดูแลผู้ป่วยตามระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง เพื่อให้ผู้ป่วยมีความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเอง ได้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

3. ได้ข้อมูลและสารสนเทศที่ช่วยให้บุคลากรทางการแพทย์ตระหนักว่าผู้ป่วยแต่ละคนนั้น มีระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองไม่เท่ากัน จึงควรปรับวิธีการให้ความรู้หรือวิธีสอนสุขภาพ และการดูแลผู้ป่วยตามระดับความพร้อม เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถเรียนรู้และนำไปปรับใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด

4. ผลการวิจัยครั้งนี้ ช่วยทำให้บุคลากรทางการแพทย์สามารถปรับแนวทางการให้คำแนะนำผู้ป่วย เพื่อกระตุ้นให้ผู้ป่วยตระหนักถึงสถานะสุขภาพของตนเองเพิ่มขึ้น

5. ผลการวิจัยครั้งนี้ ช่วยให้บุคลากรทางการแพทย์สามารถวางแผนให้คำแนะนำเรื่องแนวทางการช่วยเหลือผู้ป่วยแก่ญาติหรือบุคคลใกล้ชิดของผู้ป่วย เพื่อให้ช่วยดูแลผู้ป่วยที่มีความสามารถในการดูแลตนเองน้อยให้ดูแลตนเองได้ดีมากขึ้น และช่วยสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคลากรทางการแพทย์กับผู้ป่วย และญาติหรือบุคคลใกล้ชิดเหล่านั้น รวมทั้งช่วยลดปัญหาการสื่อสารที่ผิดพลาดได้ด้วย

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรในการวิจัยครั้งนี้คือ ผู้ป่วยโรคมะเร็ง ที่เข้ารับการวินิจฉัย และรักษาในโรงพยาบาลสกลนคร ซึ่งมีจำนวนผู้ป่วยโรคมะเร็งรายใหม่ 400-500 คนต่อปี โดยแยกเป็นมะเร็งโรคเลือดรายใหม่ 150-200 คนต่อปี และโรคมะเร็งชนิดอื่น ๆ อีก 250-300 คนต่อปี

1.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ ผู้ป่วยโรคมะเร็งที่เข้ารับการรักษา ในโรงพยาบาลสกลนคร ในช่วงวันที่ 15 ตุลาคม ถึงวันที่ 15 ธันวาคม 2559 จำนวน 99 คน โดยการสุ่มแบบบังเอิญ (Accidental sampling) ตามช่วงเวลาดังกล่าว

2. ตัวแปร

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้จำแนกตัวแปรที่ศึกษาตามความมุ่งหมายในการศึกษา ดังนี้

2.1 ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็ง

ตัวแปรอิสระ ได้แก่ เพศของผู้ป่วยโรคมะเร็ง จำแนกเป็นเพศชาย และเพศหญิง

ตัวแปรตาม ได้แก่ ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็ง

2.2 ความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็ง

ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองที่แตกต่างกันของผู้ป่วยโรคมะเร็ง

ตัวแปรตาม ได้แก่ ความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็ง

2.3 ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง และความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็ง

ตัวแปรที่ศึกษา คือ

1. ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็ง
2. ความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็ง

3. เนื้อหาในการวิจัย

เป็นการวิจัยเพื่อศึกษาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็งที่เข้ารับการวินิจฉัย และรักษาในโรงพยาบาลสกลนคร ซึ่งความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นคุณสมบัติเฉพาะบุคคล และมีความจำเป็นสำหรับศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมด้วยตนเองจากแหล่งความรู้ต่าง ๆ เช่น เอกสาร หนังสือ หรือบุคคล

การวิจัยนี้จะศึกษาคุณลักษณะที่ก่อให้เกิดความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองตามแนวคิดของ Guglielmino (1977, pp.61-69 อ้างถึงใน มรุต ก้องวิริยะไพศาล, 2549, หน้า 17-18) โดยคุณลักษณะที่สำคัญซึ่งก่อให้เกิดความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองประกอบด้วยคุณลักษณะ 8 ด้านคือ การเปิดโอกาสต่อการเรียนรู้ การมีมโนภาพแห่งตนด้านการเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ ความคิดริเริ่มและมีอิสระในการเรียนรู้ ความเป็นมิตรต่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง ความรักในการเรียนรู้ ความคิดสร้างสรรค์ การมองอนาคตในแง่ดี และด้านสุดท้ายคือ ความสามารถในการใช้ทักษะศึกษาหาความรู้ และทักษะการแก้ปัญหา ผู้ใดมีคุณลักษณะที่ก่อให้เกิดความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองดังที่กล่าวมา ผู้นั้นจะสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองได้ดี

เมื่อเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองได้ดีแล้ว เป็นสิ่งสำคัญเพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้อย่างมีความหมาย รู้จักการแสวงหาความรู้ด้วยตนเองอย่างไม่มีที่สิ้นสุด ซึ่งนำไปสู่การสร้างวัฒนธรรมการเรียนรู้ตลอดชีวิต (Lifelong Learning) เป็นการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพและคงทน (เขมณัฏฐ์ มิ่งศิริธรรม, 2552, หน้า 6)

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองตามทฤษฎีของ Orem (1980, อ้างถึงใน สุลีมาศ อังศุเกียรติถาวร, 2552, หน้า 9-10) ซึ่งได้กล่าวถึงความสามารถในการดูแลตนเอง (Self-care agency) ว่าเป็นมโนคติที่กล่าวถึงคุณภาพอันสลับซับซ้อนของมนุษย์ ซึ่งบุคคลที่มีคุณภาพดังกล่าวจะสร้าง หรือพัฒนาการดูแลตนเองได้ ซึ่งโครงสร้างของความสามารถในการดูแลตนเองมี 3 ระดับ คือ

1. ความสามารถในการปฏิบัติการเพื่อดูแลตนเอง (Capabilities for self-care operations)
2. พลังความสามารถในการดูแลตนเอง (Power components: enabling capabilities for self-care)
3. ความสามารถและคุณสมบัติขั้นพื้นฐาน (Foundational capabilities and disposition)

โดยสรุป ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองก่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองด้วยความสมัครใจ จึงทำให้เกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ เมื่อเกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพขึ้นแล้ว จะทำให้เกิดการพัฒนาทักษะและความสามารถในด้านต่าง ๆ อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้น ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง และความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยโรคมะเร็ง

4. ระยะเวลาที่ใช้ในการศึกษา

ตั้งแต่ 1 ตุลาคม 2559 – 31 ธันวาคม 2559

กรอบแนวคิดของการวิจัย

ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองนั้น เป็นสิ่งสำคัญที่ก่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งการเรียนรู้ด้วยตนเองนั้น เป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาความสามารถหรือทักษะด้านต่าง ๆ ของมนุษย์

Guglielmino (1977 pp.61-69 อ้างถึงใน มรุต ก้องวิริยะไพศาล, 2549, หน้า 17-18) ได้ศึกษาบุคคลที่มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองพบว่า มีคุณลักษณะที่ต่างจากบุคคลอื่น 8 ประการคือ

1. การเปิดโอกาสการเรียนรู้ (Openness to learning opportunities) คือเป็นผู้ที่รักการเรียนรู้อยู่เสมอตลอดชีวิต ไม่เคยเบื่อการเรียนถ้าเป็นสิ่งที่ตนสนใจ แม้จะยากเย็นเพียงใดก็ตาม
2. มโนคติในการเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ (Self concept as an effective learner) คือเป็นผู้ที่มีความกระตือรือร้นที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ อย่างมาก และสามารถบังคับตนเองให้กระทำในสิ่งที่คาดว่าจะทำ แสดงถึงความรับผิดชอบการเรียนรู้อย่างแท้จริง
3. การเรียนแบบริเริ่มและอิสระ (Initiative independence learning) คือเป็นผู้ที่สามารถเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองได้ดี สามารถคิดค้นวิธีการเรียนรู้ได้หลายแบบ
4. มีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตน (Informed acceptance of responsibility for one's own learning) คือเป็นผู้ที่สามารถบอกได้ว่าตนเองเรียนรู้ได้ดีเพียงใด มีความพยายามเชื่อมโยงสิ่งที่กำลังเรียนกับเป้าหมายระยะยาวที่ตั้งไว้

5. มีความรักในการเรียน (Love of learning) คือเป็นผู้ที่ชอบปัญหาที่มีคำตอบถูกต้องมากกว่า 1 คำตอบ มีความสนใจในการเรียนรู้เป็นพิเศษ ชอบศึกษาหาความรู้ตลอดเวลา

6. มีความคิดสร้างสรรค์ (Creative) คือเป็นผู้ที่รู้จักตนเองดีว่าต้องการเรียนรู้อะไร เข้าใจบทบาทของตนเองได้ดีว่าเป็นใคร ชอบทดลองสิ่งใหม่ ชอบสำรวจปัญหาต่าง ๆ

7. มองอนาคตในแง่ดี (Positive orientation to the future) คือเป็นผู้ที่มีลักษณะยอมรับในความผิดพลาดของตนเอง สามารถนำแนวคิดที่ดีไปปฏิบัติให้เกิดผลดีได้

8. สามารถใช้ทักษะการศึกษาหาความรู้ และทักษะการแก้ปัญหา (Ability of use basic study skills and problem-solving skills) คือ เป็นผู้ที่สามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง เกือบทุกเรื่องที่ต้องการเรียน ใหม่ ๆ

จากคุณลักษณะของผู้ที่มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองที่กล่าวมาข้างต้น เป็นคุณลักษณะที่ครอบคลุมทั้งด้านทักษะ จิตใจ อารมณ์ ซึ่งน่าจะเป็นปัจจัยที่ช่วยพัฒนาความสามารถด้านต่าง ๆ ของมนุษย์ได้เป็นอย่างดี ดังการศึกษาของ นฤมล เกื่อนมา (2538, อ้างถึงใน มรุต ก้องวิริยะไพศาล, 2549, หน้า 90) พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาลมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง คือ นักศึกษาพยาบาลที่มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองสูงจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีด้วย ดังนั้นผู้ป่วยโรคมะเร็งที่มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองดี น่าจะมีความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองได้ดีด้วย

การดูแลสุขภาพตนเองนั้น Orem (1995 อ้างถึงใน สุสิมาศ อังศุเกียรติถาวร, 2552, หน้า 9-10) กล่าวว่า เป็นการทำหน้าที่อย่างจริงจัง และมีเป้าหมายเพื่อคงไว้ซึ่งชีวิตของตนเอง ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมการดูแลตนเองตามความต้องการที่จำเป็น (Self care requisites) 3 ด้านคือ

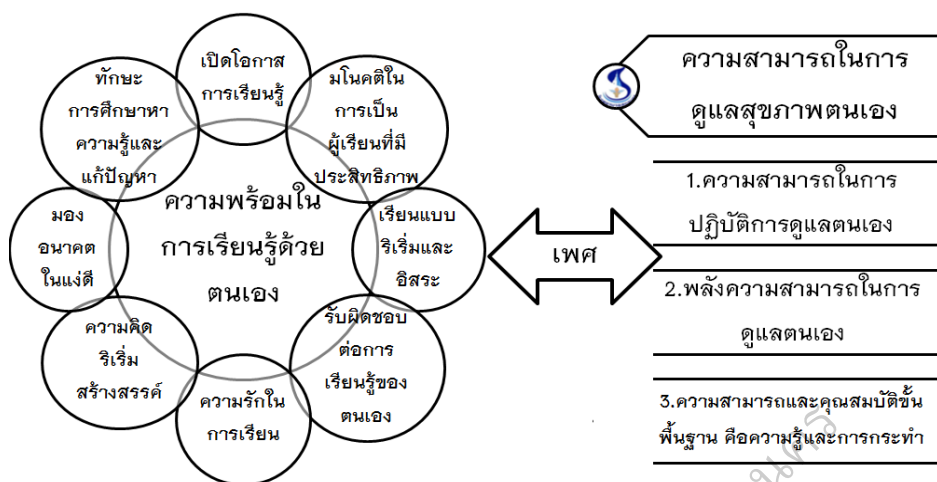
1. การดูแลตนเองที่จำเป็นโดยทั่วไป (Universal self care requisites) เป็นการดูแลตนเองเพื่อส่งเสริม และรักษาไว้ซึ่งสุขภาพ และสวัสดิภาพของบุคคล การดูแลตนเองเหล่านี้จำเป็นสำหรับบุคคลทุกคน ทุกวัย โดยเพื่อคงไว้ซึ่งอากาศ น้ำ และอาหารที่เพียงพอ คงไว้ซึ่งการขับถ่ายและการระบายให้เป็นไปตามปกติ รักษาความสมดุลระหว่างการมีกิจกรรมและการพักผ่อน รักษาความสมดุลระหว่างการใช้เวลาเป็นส่วนตัวกับการมี

ปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ป้องกันอันตรายต่าง ๆ ต่อชีวิต หน้าที่ สวัสดิภาพ และส่งเสริมการอยู่อย่างปกติสุข

2. การดูแลตนเองตามระยะพัฒนาการ (Developmental self care requisites) คือความต้องการตามระดับพัฒนาการในวัย และความต้องการตามสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงในชีวิต

3. การดูแลตนเองที่จำเป็นเมื่อมีปัญหาสุขภาพ (Health deviation) เป็นการแสวงหาบริการสุขภาพ การรับรู้ ความสนใจต่อโรค และผลกระทบของโรคต่อตนเอง การปฏิบัติตามแผนการวินิจฉัย การรักษา ฟื้นฟู และป้องกันโรค การเฝ้าระวังผลข้างเคียงของโรค การปรับภาพลักษณ์และจิตมโนทัศน์ การยอมรับภาวะสุขภาพ และการเรียนรู้ที่จะดำรงชีวิตตามสภาพที่เกิดขึ้น โดยกำหนดเป้าหมายของการกระทำพฤติกรรมดูแลตนเอง

จากการทบทวนการศึกษาที่ผ่านมายังไม่พบการศึกษาระหว่างความสัมพันธ์ระหว่างความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง และความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเอง แต่มีการศึกษาถึงปัจจัยพื้นฐานที่มีผลต่อพฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคต่าง ๆ พบว่า ผู้ป่วยที่เพศต่างกันมีพฤติกรรมดูแลตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (จิราภรณ์ ใจสบาย และคณะ, 2555 และ พรรณทิพย์ หมื่นรักษ์, 2551) จึงทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจว่า ผู้ป่วยที่มีเพศต่างกันจะมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองต่างกันด้วยหรือไม่ ผู้วิจัยได้สังเคราะห์องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษาข้อมูลทั้งหมดมากำหนดเป็นกรอบแนวคิดของการวิจัยได้ ดังนี้



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดของการวิจัย

นิยามศัพท์เฉพาะ

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นิยามศัพท์เฉพาะไว้ดังนี้

1. ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง หมายถึง การประเมินระดับทัศนคติที่ดี มีความสามารถ และมีลักษณะส่วนบุคคลที่จำเป็นต่อการเรียนรู้ด้วยตนเองใน 8 ด้าน ได้แก่ การเปิดโอกาสตนเองในการเรียนรู้ การมีมโนคติของตนเองในด้าน การเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ ความคิดริเริ่มและอิสระในการเรียนรู้ ความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง ความรักในการเรียนรู้ ความคิดสร้างสรรค์ การมองอนาคตในแง่ดี ความสามารถใช้ทักษะทางการศึกษาหาความรู้และทักษะการแก้ปัญหา

2. ความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเอง หมายถึง การประเมินระดับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพอนามัยของตนเอง เพื่อที่จะดำรงไว้ซึ่งการมีสุขภาพที่ดีทั้งร่างกาย และจิตใจคือ ปฏิบัติเป็นประจำ ปอยครั้ง นาน ๆ ครั้ง บางครั้ง และไม่เคยปฏิบัติเลยประกอบ ด้วยพฤติกรรมต่าง ๆ ดังนี้

2.1 ด้านการกินอาหาร หมายถึง การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันที่เกี่ยวข้องกับการกินอาหารในแต่ละวันให้ครบทั้ง 3 มื้อและครบทั้ง 5 หมู่ ถูกต้องได้สัดส่วนกับความต้องการของร่างกาย และสภาวะอากาศ

2.2 ด้านการออกกำลังกาย หมายถึง การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันที่เกี่ยวข้องกับการมีกิจกรรมที่ใช้กล้ามเนื้อ และและเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ครั้งละ 20-30 นาทีอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้งตามความสามารถของแต่ละบุคคล

2.3 การพักผ่อน หมายถึง การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันที่เกี่ยวข้องกับการมีกิจกรรมที่ปฏิบัติ เพื่อลดความเมื่อยล้าของร่างกาย และความเครียด อันเนื่องมาจากการทำงาน ซึ่งสามารถกระทำได้หลายวิธี ได้แก่ การนอนวันละ 6-8 ชั่วโมง การอ่านหนังสือ การดูรายการโทรทัศน์ที่ชอบ การฟังวิทยุ การศึกษาธรรมมะ การอ่านหนังสือนิยาย อ่านหนังสือพิมพ์

2.4 การทำความสะอาดร่างกาย หมายถึง การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมที่ปฏิบัติเพื่อให้ร่างกายสะอาดสดชื่น ได้แก่ การอาบน้ำวันละ 2 ครั้ง การแปรงฟันอย่างถูกวิธี และบ้วนปากหลังอาหารทุกมื้อ การล้างมือด้วยสบู่ก่อนกินอาหาร และภายหลังการขับถ่าย

2.5 การตรวจสุขภาพ หมายถึง การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันที่เกี่ยวข้องกับการตรวจสุขภาพร่างกาย เพื่อค้นหาความผิดปกติ ได้แก่ การเอกซเรย์ปอด ตรวจฟัน วัดความดันโลหิต การตรวจหาปริมาณน้ำตาลและไขมันในกระแสเลือด การตรวจสมรรถภาพของหัวใจ การตรวจวัดสายตา

2.6 การดูแลสุขภาพจิต หมายถึง การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อคลายความเครียดด้านจิตใจ ลดความวิตกกังวลและส่งเสริมสุขภาพจิต ได้แก่ การสวดมนต์ไหว้พระ การนั่งสมาธิ

2.7 การป้องกันโรคและอุบัติเหตุ หมายถึง การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อมุ่งที่จะป้องกันโรคหรือความเจ็บป่วยต่าง ๆ ได้แก่ การสวมใส่หมวกกันน็อค การคาดเข็มขัดนิรภัย

2.8 การดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วย หมายถึง การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจกระทากิจกรรมใด ๆ เกี่ยวกับอาการผิดปกติที่เกิดขึ้น ได้แก่ การซื้อยามารับประทานเอง เมื่อมีการเจ็บป่วยเล็กน้อย การปฏิบัติตามคำแนะนำของบุคลากรทางการแพทย์ การนำเอาสมุนไพรที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาใช้ในการรักษาตนเอง

3. ผู้ป่วย หมายถึง ผู้ที่เป็นโรค หรือมีอาการผิดปกติของอวัยวะต่าง ๆ และจำเป็นต้องได้รับการรักษาด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง

3.1 ผู้ป่วยโรคมะเร็ง หมายถึง ผู้ป่วยที่เป็นโรคมะเร็ง รวมทั้งผู้ป่วยมะเร็งโรคเลือด และมะเร็งของอวัยวะอื่น ๆ เช่น มะเร็งเต้านม มะเร็งลำไส้ โดยจะมีคุณสมบัติพื้นฐานของเซลล์มะเร็งคือ สามารถแบ่งตัวได้เอง ไม่สามารถควบคุมได้โดยกลไกปกติของร่างกาย และมีความสามารถลุกลามไปในเนื้อเยื่ออื่น ๆ ได้

3.2 ผู้ป่วยมะเร็งโรคเลือด (Hematologic malignancy disease) หมายถึง ผู้ที่ป่วยหรือมีอาการผิดปกติของเซลล์ในระบบเลือด ซึ่งระบุไว้ใน WHO classification of tumors of hematopoietic and lymphoid tissues 2013 โดยจะมีคุณสมบัติพื้นฐานของเซลล์มะเร็งคือ สามารถแบ่งตัวได้เอง ไม่สามารถควบคุมได้โดยกลไกปกติของร่างกาย และมีความสามารถลุกลามไปในเนื้อเยื่ออื่น ๆ ได้ เช่น มะเร็งเม็ดเลือดขาว มะเร็งต่อมน้ำเหลือง

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

