

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาเปรียบเทียบความรู้และการปฏิบัติตัวก่อนและหลังการใช้คู่มือการปฏิบัติของมารดาหลังคลอดในครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้รวบรวมเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีเนื้อหาสาระสำคัญในเรื่องต่อไปนี้

1. การเรียนรู้
2. วิธีการทางสุขศึกษากับการเรียนรู้
3. รูปแบบการสอนสุขศึกษาในมารดาหลังคลอด
4. การสอนโดยใช้สื่อสิ่งพิมพ์
5. การดูแลมารดาหลังคลอดและทารกแรกเกิด
6. รายงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### การเรียนรู้

การเรียนรู้เป็นกระบวนการที่สำคัญของชีวิต ที่มีส่วนช่วยให้มนุษย์สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมและสภาพสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้อย่างปลอดภัย เหมาะสมและมีความสุข ได้มีผู้ให้ความหมายของการเรียนรู้ไว้ต่างๆ กันดังนี้

คิมเบล และ การ์เมอซี (Kimble and Garmezy, 1963, p.113) กล่าวว่า การเรียนรู้เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ค่อนข้างถาวร โดยเป็นผลจากการฝึกฝนเมื่อได้รับการเสริมแรง มิใช่เป็นผลจากการตอบสนองตามธรรมชาติที่เรียกว่า ปฏิกริยาสะท้อน

ฮิลการ์ด และ เบาเวอร์ (Hilgard and Bower, 1966, p.108) กล่าวว่า การเรียนรู้เป็นกระบวนการที่ทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม อันเป็นผลจากการฝึกฝนและจากประสบการณ์ มิใช่ผลจากการตอบสนองตามธรรมชาติ เช่น สัญชาตญาณ วุฒิภาวะหรือการเปลี่ยนแปลงชั่วคราวของร่างกาย

สฺรารค์ จันท์เอม (2515, หน้า 264) ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้ไว้ว่า การเรียนรู้เป็นกระบวนการที่อินทรีย์ตอบสนองต่อสิ่งเร้า ปรับปรุงพฤติกรรมให้เหมาะสมกับสถานการณ์ เพื่อเอาชนะอุปสรรคต่างๆ ดังนั้นการเรียนรู้จึงจัดเป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งเป็นผลมาจากประสบการณ์เดิมของแต่ละบุคคล

กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ (2528, หน้า 252) ให้ความหมายของการเรียนรู้ไว้ว่า การเรียนรู้คือ กระบวนการที่ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเดิม เป็นพฤติกรรมใหม่ที่ค่อนข้างถาวร ซึ่งเป็นผลจากการที่ได้รับประสบการณ์หรือการฝึกฝน มิใช่เป็นผลจากการตอบสนองตามธรรมชาติ หรือสัญชาตญาณ วุฒิกาวะ พืชของยาต่างๆ รวมทั้งอุบัติเหตุหรือความบังเอิญ

จากความหมายที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การเรียนรู้คือ กระบวนการที่ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเดิมของมนุษย์ ไปเป็นพฤติกรรมใหม่ที่ค่อนข้างถาวร ซึ่งเป็นผลมาจากการตอบสนองของร่างกายต่อสิ่งเร้า โดยการฝึกฝนหรือการจัดประสบการณ์

การเรียนรู้ มีความสำคัญที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ไปในทางที่ต้องการ ช่วยในการปรับปรุงตนให้เหมาะสมกับสถานการณ์หรือสิ่งแวดล้อม เพิ่มประสิทธิภาพด้านความคิด ความรู้สึก การกระทำและเพิ่มพูนประสบการณ์ที่จะช่วยปรุงแต่งชีวิตให้สมบูรณ์ (อรนันท์ หาญยุทธ, 2532, หน้า 115-116) ซึ่งกระทรวงสาธารณสุขได้กำหนดเป้าหมายเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพอนามัยไว้ คือ ต้องการให้ประชาชนมีพฤติกรรมอนามัยที่ถูกต้อง ส่งเสริม ป้องกันและแก้ไขภาวะสุขภาพที่ประสบอยู่ (คณะกรรมการวางแผนและพัฒนากิจการสาธารณสุข, 2535, หน้า 49-53) ดังนั้น การที่จะให้บุคคลใดๆ มีสุขภาพอนามัยที่ดี จึงต้องช่วยให้บุคคลนั้นเกิดการเรียนรู้ก่อน ดังที่มาเก้ (Mager อังโน วารินทร์ บินโฮเซ็น, 2536, หน้า 34) ได้จำแนกพฤติกรรมการเรียนรู้ ออกเป็น 3 ด้าน คือ

1. พฤติกรรมทางความรู้ เป็นพฤติกรรมที่เปลี่ยนจากไม่รู้ เป็นรู้ แสดงออกโดยวิธีบอกหรืออธิบายในสิ่งที่ได้เรียนรู้ไป
2. พฤติกรรมทางทัศนคติ เป็นพฤติกรรมที่เปลี่ยนจากไม่ชอบเป็นชอบ ซึ่งแสดงออกมาโดยการแสดงสีหน้า เต็มใจและสนใจในสิ่งนั้น
3. พฤติกรรมทางทักษะ เป็นพฤติกรรมที่แสดงออก โดยการแสดงการกระทำที่สามารถสังเกตและมองเห็นการกระทำนั้นๆ ได้

พฤติกรรมทั้งสามด้านนี้มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด แต่ละด้านมักไม่เกิดขึ้นโดยอิสระ แต่จะเกิดขึ้นรวมๆกันและพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน การสร้างเสริมพฤติกรรมอย่างหนึ่งจะเป็นช่องทางให้เกิดพฤติกรรมอื่นด้วยเสมอ ดังนั้น การพัฒนาพฤติกรรมด้านใดด้านหนึ่ง จึงเป็นการพัฒนาพฤติกรรมด้านอื่นๆ ในทางอ้อม (สุชาติ โสภประยุทธ, 2525, หน้า 48) ในด้านการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้น จากการศึกษาของ ชวาทซ์ (Schwartz อ้างใน สุรีย์ จันทโรหิณี, 2528, หน้า 16) พบว่า การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพของคน จะมีความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติตัว ใน 4 ประการดังนี้

1. ทักษะ เป็นตัวกลางที่จะทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้และก่อให้เกิดการปฏิบัติตามมา ดังนั้นความรู้ด้านสุขภาพของผู้ป่วย จึงมีความสัมพันธ์กับทักษะและมีผลต่อการปฏิบัติ
  2. ความรู้และทักษะ มีความสัมพันธ์กันและจะทำให้เกิดการปฏิบัติตามมา
  3. ความรู้และทักษะที่ต่างกันทำให้เกิดการปฏิบัติได้ โดยที่ไม่จำเป็นต้องมีความสัมพันธ์กัน
  4. ความรู้ มีผลต่อการปฏิบัติ ทั้งทางตรงและทางอ้อม
- การให้ความรู้แก่บุคคลด้วยวิธีใดๆ ก็ตาม ถือว่าเป็นการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ อย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นกลวิธีที่สามารถช่วยให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ทั้งด้านความรู้ ทักษะ และการปฏิบัติ ให้สอดคล้องกับสภาพการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจภายหลังคลอดได้ แต่อย่างไรก็ตาม การเรียนรู้จะสำเร็จลงได้ก็ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบสำคัญ 3 ประการคือ

1. สิ่งเร้าหรือสถานการณ์ที่เป็นสิ่งเร้า หมายถึง สิ่งต่างๆ หรือสถานการณ์ต่างๆ ที่เป็นสิ่งเร้าที่อยู่รอบตัวผู้เรียน เช่น ผู้สอน อุปกรณ์การสอน หรือสื่อต่างๆ เป็นต้น ซึ่งสิ่งเร้าเหล่านี้ จะกระตุ้นผ่านอวัยวะสัมผัสและมีผลทำให้ผู้เรียนตอบสนองออกมา สิ่งเร้าที่ผ่านเข้ามามีความสำคัญต่อการเรียนรู้ของมนุษย์ สิ่งเร้าบางอย่างในบางสถานการณ์อาจไม่มีผลต่อการตอบสนอง ในขณะที่สิ่งเร้าบางอย่างอาจมีการตอบสนองทันที ในสถานการณ์ที่แตกต่างกันออกไป

2. ผู้เรียน หมายถึง ผู้แสดงพฤติกรรมตอบสนองหลังจากที่ได้รับการกระตุ้น จากสิ่งเร้า เหล่านั้น เมื่อสิ่งเร้าผ่านเข้ามาทางอวัยวะสัมผัสของผู้เรียน ผู้เรียนจะแปลสิ่งเร้าเหล่านั้นด้วยการวิเคราะห์ สังเคราะห์และให้ความหมาย ซึ่งเป็นคุณสมบัติเฉพาะของแต่ละบุคคล

3. การตอบสนอง หมายถึง การกระทำหรือพฤติกรรมที่ผู้เรียนแสดงออกเมื่อได้รับการกระตุ้นจากสิ่งเร้า การตอบสนองแบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ

- 3.1 การตอบสนองในรูปของความรู้ ความคิด การวิเคราะห์ วิจัย ซึ่งแสดงออกโดยวิธีการพูด การบอกหรือสรุปในเรื่องนั้นๆ ได้

3.2 การตอบสนองในรูปของความรู้สึก เจตคติ ค่านิยม โดยแสดงออกทางสีหน้า หรือแสดงความสนใจต่อสิ่งเร้า

3.3 การตอบสนองในรูปของพฤติกรรมเชิงทักษะหรือการเคลื่อนไหว โดยแสดงออกทางการกระทำ

องค์ประกอบที่กล่าวมา มีความสำคัญมากในกระบวนการเรียนรู้ ถ้าขาดองค์ประกอบใด องค์ประกอบหนึ่งแล้ว การเรียนรู้ก็จะไม่เกิดขึ้น ดังนั้น ในการให้ความรู้แก่บุคคลจึงจำเป็นต้อง ให้ความสำคัญกับทั้งสามองค์ประกอบนี้ โดยการจัดสถานการณ์ที่เป็นสิ่งเร้า ได้แก่ การเตรียมแผน การสอน การกำหนดเนื้อหา วิธีสอน กิจกรรม เอกสารประกอบการสอน สื่อการสอน ส่วนในด้าน ผู้เรียนต้องมีการเตรียมพร้อมผู้เรียน โดยการศึกษาภูมิหลังของผู้เรียน ทั้งนี้ เพื่อจะได้จัดองค์ ประกอบด้านอื่น ให้มีความเหมาะสมสอดคล้องกัน และประการสุดท้าย ผู้สอนต้องกำหนดพฤติกรรม การตอบสนอง ที่ต้องการให้ผู้เรียนแสดงออกมา โดยกำหนดเป็นวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมให้ชัดเจน (อรรถนันทน์ หาญยุทธ์, 2532, หน้า 117)

การเรียนรู้เกิดขึ้นได้หลายวิธีทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยอาจเกิดขึ้นด้วยตัวเองหรือ จากสิ่งเร้าต่างๆ การสอนหรือการให้คำแนะนำก็เป็นวิธีการสำคัญ ที่จะทำให้บุคคลเกิดการ เรียนรู้ได้โดยตรง การสอนผู้ป่วยก็เช่นเดียวกัน ถือว่าเป็นบทบาทที่สำคัญประการหนึ่งของพยาบาล การปฏิบัติบทบาทผู้สอนของพยาบาลนั้น เป็นภาระกิจที่สำคัญในการประกอบวิชาชีพพยาบาล ซึ่งในปัจจุบันได้เพิ่มความสำคัญมากยิ่งขึ้น กิจกรรมการสอนเป็นกิจกรรมที่พยาบาลสามารถกระทำ ได้อย่างอิสระ มีเอกลักษณ์ในการตัดสินใจอย่างแท้จริง ซึ่งพยาบาลวิชาชีพควรได้ยึดถือปฏิบัติอย่าง จริงจัง (พวงรัตน์ บุญญานุรักษ์, 2532, หน้า 44) การสอนผู้ป่วยที่กระทำกันอยู่ในปัจจุบัน มีทั้ง ที่มีแบบแผนและไม่มีแบบแผน มอนไทโร (Monteiro, 1964, p.36) ให้ความเห็นว่า การสอน อย่างไม่มีแบบแผนมักถูกนำมาใช้บ่อยกว่า เพราะเป็นการพูดคุยและการตอบคำถามผู้ป่วยในเรื่อง ที่เป็นปัญหาในขณะนั้น ส่วน อรรถนันทน์ หาญยุทธ์ (2532, หน้า 117-118) กล่าวว่า การสอน อย่างมีแบบแผนจะกำหนดขั้นตอนไว้อย่างชัดเจน ซึ่งผลจากการสอนแต่ละวิธีจะแตกต่างกันออกไป แต่ท้ายที่สุด ก็ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. การรับรู้ เป็นขั้นตอนของการรับรู้เรื่องต่างๆ ที่เข้ามาสัมผัสกับผู้เรียนทางอวัยวะ สัมผัส อาจจะได้โดยทาง หู ตา จมูก ลิ้นหรือผิวหนัง ผู้เรียนจะแสดงอาการตั้งใจที่จะรับรู้ในสิ่ง ต่างๆที่เข้ามาเป็นการรับรู้ในสิ่งต่างๆ นั้น ผู้เรียนไม่สามารถรับรู้ได้ทั้งหมดแต่จะเลือกรับรู้เฉพาะ บางอย่าง ในขณะที่เดียวกันก็จะมีการจัดหมวดหมู่ของสิ่งต่างๆที่ได้รับรู้มานั้น เพื่อให้ง่ายต่อการแปล

ความหมาย ผู้เรียนจะเลือกรับรู้ในสิ่งที่ตัวเองสนใจหรือต้องการขณะนั้น ในที่สุดก็จะจัดหมวดหมู่ของสิ่งต่างๆที่รับรู้ แล้วแปลความหมาย โดยใช้สติปัญญาร่วมกับประสบการณ์เดิม การแปลความหมายที่ถูกต้อง ต้องอาศัยความพร้อมทั้งทางร่างกาย อารมณ์และสติปัญญาของผู้เรียน

2. การรับรู้ เมื่อผู้เรียนแปลความหมายของสิ่งที่ได้รับรู้นั้น แล้วจะรับไว้เป็นความรู้ใหม่ เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางความรู้คือ รู้ เข้าใจ แต่ยังไม่แสดงพฤติกรรมการเรียนรู้ออกมา จนกว่าจะมีโอกาส

3. การเก็บสะสมความรู้ เป็นขั้นตอนการเก็บสะสมความรู้ที่ได้รับมา เป็นความจำซึ่งสามารถเรียกออกมาใช้ได้ ความจำแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ ความจำระยะสั้น สามารถเก็บความรู้ไว้ได้นาน 30 นาที ถ้านานเกินกว่านี้ ผู้เรียนมักจะลืม และความจำระยะยาว เป็นความจำที่สามารถเก็บไว้ได้นาน ไม่กำหนดเวลา ความรู้ที่เก็บสะสมไว้นี้จะสามารถเรียกออกมาใช้ได้ตลอดเวลา แต่อย่างไรก็ตาม ความจำประเภทนี้ก็สามารถเลือนหายไปได้ เมื่อมีสิ่งเร้าอื่นหรือความรู้อื่นเข้ามาแทน ดังนั้น การสอนที่ดีจึงต้องสอนให้ผู้เรียนสามารถเก็บความรู้ไว้ได้เป็นเวลานาน คือเป็นความจำระยะยาว

4. การนำความรู้ออกมาใช้ หลังจากที่มีความรู้ถูกเก็บสะสมไว้เป็นความจำ ซึ่งจะถูกนำออกมาใช้ในลักษณะของการระลึกบอกได้ การบอกกล่าวและปฏิบัติในสิ่งที่ได้เรียนรู้มา ดังนั้น ขั้นตอนการนำความรู้ไปใช้เป็นพฤติกรรมการเรียนรู้ จะต้องครอบคลุมพฤติกรรมทั้งสามด้าน กล่าวคือ หลังจากที่ให้ความรู้ไปแล้ว ผู้เรียนสามารถปฏิบัติได้ จึงจะถือว่าเป็นการเรียนรู้ที่สมบูรณ์

### วิธีการทางสุขศึกษากับการเรียนรู้

ถึงแม้ว่าการเรียนรู้จะเป็นสิ่งที่ไม่สามารถมองเห็นได้ เพราะเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคล แต่ก็สามารถทราบได้ว่าบุคคลเกิดการเรียนรู้ โดยการสังเกตพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมา การเรียนรู้นอกจากจะเป็นพัฒนาการที่เกิดขึ้นกับบุคคลแล้ว ยังสามารถเกิดขึ้นได้ในทุกสภาวะโดยไม่จำเป็นต้องเกิดจากห้องเรียนเสมอไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับการจัดโอกาสและกระบวนการถ่ายทอด ซึ่งสามารถทำได้ทั้งที่บ้าน ชุมชนหรือในชีวิตประจำวัน สิ่งที่สำคัญประการหนึ่งของกระบวนการถ่ายทอดความรู้โดยเฉพาะในเรื่องสุขภาพนั้น ก็คือวิธีการให้สุขศึกษา ประสิทธิภาพของการเรียนรู้จะเกิดขึ้นมากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับความสามารถในการเลือกวิธีการให้สุขศึกษาที่ถูกต้องและเหมาะสม ดังนั้นจึงมีความจำเป็นที่จะต้องศึกษาวิธีการให้สุขศึกษา ให้ละเอียดก่อนที่จะ

เลือกใช้ เนื่องจากแต่ละวิธีให้ผลการเรียนรู้ที่แตกต่างกัน จึงอาจสรุปได้ว่า ความสัมพันธ์ของวิธีการศึกษากับการเรียนรู้ มีลักษณะที่เป็นผลโดยตรงต่อกัน วรณวิไล จันทรภา (2531, หน้า 381) ได้กล่าวถึงข้อควรคำนึงในการเลือกวิธีการให้ศึกษาไว้ดังนี้

1. วิธีการที่ใช้นั้น มีความเหมาะสมกับ เนื้อหาสาระที่ต้องการถ่ายทอดหรือไม่
2. วิธีการที่ใช้นั้น สัมพันธ์กับความรู้ ประสบการณ์และความต้องการของผู้เรียนหรือไม่
3. วิธีการที่ใช้นั้น ช่วยกระตุ้นให้เกิดความสนใจในเนื้อหาที่ต้องการถ่ายทอดเพียงใด
4. วิธีการที่ใช้นั้น เปิดโอกาสให้ผู้เรียน ได้มีส่วนร่วมในการถ่ายทอดความรู้เพียงใด
5. วิธีการที่ใช้นั้น ได้ช่วยให้ผู้เรียนได้ใช้ประสาทสัมผัสหลายๆ ทาง มากน้อยเพียงใด
6. วิธีการที่ใช้นั้น ช่วยให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาทางด้านการเรียนรู้มากน้อยเพียงใด

### รูปแบบการสอนศึกษามารดาหลังคลอด

การสอนมารดาหลังคลอดสามารถทำได้หลายรูปแบบ ซึ่งแต่ละรูปแบบมีความเหมาะสมและมีประสิทธิภาพเฉพาะในแต่ละ เนื้อหาสาระและกลุ่มเป้าหมาย ดังนั้นจึงจำเป็นต้องเลือกรูปแบบการสอนให้เหมาะสมกับ เนื้อหาสาระที่ต้องการให้มารดาหลังคลอดเรียนรู้ วรณวิไล จันทรภา (2531, หน้า 380-381) ได้แบ่งรูปแบบการสอนออกเป็น 3 แบบ ดังนี้

1. **ศึกษารายบุคคล** เป็นการถ่ายทอดความรู้โดยตรงแบบตัวต่อตัว (face to face) ระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน มีข้อดีคือ

- 1.1 สามารถให้ความรู้ และทำให้ผู้เรียนสามารถเข้าใจได้โดยละเอียด
- 1.2 สามารถช่วยแก้ปัญหาเป็นรายบุคคลได้ โดยการวิเคราะห์ปัญหาและให้คำแนะนำเฉพาะบุคคล

1.3. ผู้เรียนมีโอกาสซักถามเพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ดียิ่งขึ้น

1.4 สามารถชักชวนให้บุคคลทำตามในสิ่งที่ต้องการได้

1.5 ช่วยสอนทักษะพิเศษในเรื่องใดเรื่องหนึ่งแก่บุคคลเฉพาะรายได้

1.6 สามารถกระตุ้นให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยการอธิบายเหตุผล

และเหตุการณ์ที่เป็นจริงได้

แต่อย่างไรก็ตามการสอนเป็นรายบุคคลก็มีข้อจำกัดบางประการ เช่น ใช้เวลามาก ใช้บุคลากรมากและสิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายสูง

**2. สุขศึกษารายกลุ่ม** เป็นการถ่ายทอดความรู้ให้กับกลุ่มเป้าหมาย ที่มีลักษณะเป็นกลุ่มตั้งแต่สองคนขึ้นไป มีข้อดีคือ

2.1 ทำให้เกิดการเรียนรู้จากการแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิดเห็นและประสบการณ์จากบุคคลในกลุ่ม

2.2 สามารถกระตุ้นให้สมาชิกเกิดการเปลี่ยนแปลง ในการรับรู้แนวคิดและการปฏิบัติตัวได้

2.3 ทำให้เกิดความร่วมแรงร่วมใจกันแก้ไขปัญหาสุขภาพที่มีในท้องถิ่นของตนเอง

2.4 ทำให้เกิดทักษะในการใช้ความคิด การสะท้อนความคิดโดยการอภิปรายในการประชุมกลุ่ม

2.5 สามารถสร้างทัศนคติเกี่ยวกับยอมรับความคิดเห็นของบุคคลอื่นได้

2.6 สามารถสร้างบรรยากาศการร่วมงานเป็นกลุ่มได้

สำหรับข้อจำกัดของการสอนสุขศึกษารูปแบบนี้ได้แก่ การประเมินทำได้ยากและผู้ที่มีความแตกต่างไปจากกลุ่มมักไม่ได้รับการแก้ไข

**3. สุขศึกษามวลชน** เป็นการสอนสุขศึกษาอีกรูปแบบหนึ่งที่นิยมกันมาก เนื่องจากมีข้อดีคือ

3.1 สามารถนำข่าวสาร ความรู้ ข้อเท็จจริง ไปถึงประชาชนทุกๆแห่งในระยะเวลาอันรวดเร็ว

3.2 ให้ข่าวสารเฉพาะเรื่องหรือแนวความคิด หรือสามารถกระจายความคิดได้ตามต้องการและรวดเร็ว

3.3 สามารถกระตุ้นให้ประชาชนสนใจปัญหาสุขภาพ และคิดแก้ไขปัญหาด้วยตัวเอง

3.4 สามารถชักชวนให้ประชาชนสนับสนุนโครงการหรือกิจกรรมที่ต้องการได้

3.5 ทำให้ความรู้ ทัศนคติที่เกิดขึ้นมีความคงทน

3.6 สามารถใช้ร่วมกับการสอนสุขศึกษาวิธีการอื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

จากที่ได้กล่าวมาแล้วนั้น จะเห็นได้ว่ารูปแบบการสอนสุขศึกษาแต่ละวิธีต่างมีข้อดีข้อเสียที่แตกต่างกันออกไป ซึ่งแล้วแต่การประยุกต์ใช้ในแต่ละสถานการณ์ สำหรับรูปแบบการสอนสุขศึกษาในมารดาหลังคลอด ผู้ศึกษามีวัตถุประสงค์เพื่อให้มารดาหลังคลอด ได้เรียนรู้ถึงสภาพการเปลี่ยนแปลงภายหลังการคลอด และสามารถประเมินปัญหาและความต้องการของตนเองได้ อันจะนำไปสู่การตัดสินใจเลือกแนวทางการปฏิบัติที่เหมาะสม เป็นที่ยอมรับกันว่าการสอนสุขศึกษารายบุคคลเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพ ในการส่งเสริมการเรียนรู้เป็นอย่างมาก เนื่องจากเป็นวิธีการสอนที่คำนึงถึงความแตกต่างของบุคคลเป็นสำคัญ (ศรีนวล นุ่มเจริญ, 2532, หน้า 327) ในการสอนเป็นรายบุคคลมีการสอนอยู่สองรูปแบบคือ การสอนแบบมีผู้สอน และแบบศึกษาด้วยตนเองตามความต้องการของผู้เรียน ดังนั้นเพื่อให้เกิดความเหมาะสมและเป็นการคำนึงถึงประสิทธิภาพของการให้สุขศึกษา ผู้ศึกษาจึงได้เลือกการสอนเป็นรายบุคคลแบบเรียนรู้ด้วยตัวเองมาใช้ในการศึกษาคั้งนี้ เพื่อให้สอดคล้องกับสภาพการดำรงชีวิตของมารดาหลังคลอด ที่ใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่ที่บ้าน ประกอบกับสภาพการณ์ของการทำงานของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในปัจจุบัน ที่มีเวลาในการเยี่ยมบ้านและสอนสุขศึกษาด้วยตัวเองค่อนข้างน้อย เนื่องจากมีภาระกิจด้านอื่นๆอีกมาก นอกจากนี้ พวงรัตน์ บุญญารักษ์ (2532, หน้า 49) ได้ให้ความเห็นว่า ผู้เรียนทุกคนมีศักยภาพที่จะเรียนรู้ทั้งนี้ผู้สอนควรอำนวยความสะดวกให้ผู้เรียนได้เข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ โดยให้ผู้เรียนชี้นำตนเอง ตั้งปัญหาและตัดสินใจเลือกวิธีปฏิบัติและยอมรับผลที่เกิดขึ้นทั้งหมด ซึ่งเป็นวิธีที่ให้ผู้เรียนเรียนรู้ด้วยตัวเอง โดยไม่จำเป็นต้องถ่ายทอดความรู้ด้วยการบรรยายหรือสาธิต แต่จะใช้อุปกรณ์อย่างอื่นช่วย เช่น หนังสือคู่มือ บทเรียนสำเร็จรูป เทปบันทึกเสียง เป็นต้น โดยที่ผู้เรียนจะศึกษาเมื่อไหร่ ที่ไหนก็ได้ จะเรียนช้าหรือเร็วได้ตามความสามารถของตนเอง ผู้เรียนมีอิสระในการเลือกและกำหนดระยะเวลาที่ใช้ในการเรียนและจะเรียนรู้ได้ดีที่สุดเมื่อต้องการเรียน

### การสอน โดยใช้สื่อสิ่งพิมพ์

สื่อสิ่งพิมพ์ (printed media or printed materials) เป็นสื่อที่มีบทบาทอย่างยิ่งต่อความเจริญก้าวหน้าของมนุษยชาติ ในเรื่องของการสืบทอดความรู้ตลอดจนศิลปวิทยาการจากคนรุ่นหนึ่งไปสู่อีกรุ่นหนึ่ง สุรัตน์ นุ่มนนท์ (2531, หน้า 6) กล่าวว่า สิ่งพิมพ์ถือว่าเป็นสื่อที่เก่าแก่ที่สุดในการสื่อสารของมนุษย์ โดยมีคุณลักษณะที่เป็นองค์ประกอบสำคัญที่เอื้อต่อการสื่อสาร เช่น สามารถส่งไปยังผู้รับได้คราวละมากๆ ช่วยให้การสื่อสารแผ่ขยายได้อย่างกว้างไกล เป็นต้น

ได้มีผู้ให้ความหมายของสิ่งพิมพ์ไว้ต่างกัันดังนี้

นันทวัน ไตรียเทพ (2522, หน้า 179) กล่าวว่า สิ่งพิมพ์หมายถึง หนังสือทุกประเภท นับตั้งแต่วรรณคดี นิตยสาร จุลสาร ไปจนถึงหนังสือพิมพ์ สิ่งพิมพ์จะช่วยให้เกิดการเรียนรู้ ความเข้าใจในเรื่องราวต่างๆ ได้อย่างกว้างขวาง ช่วยให้เกิดทัศนคติที่ถูกต้องและให้ความสนุกสนานเพลิดเพลิน นอกจากนี้หนังสือยังช่วยรักษาความรู้ ความคิดเห็น ชั่วคราว ประสบการณ์ต่างๆ ของคนเราไว้ เพื่อจะได้ถ่ายทอดไปสู่คนรุ่นหลัง

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2523, หน้า 250) กล่าวว่า สิ่งพิมพ์ หมายถึง ข้อเขียนที่อยู่ในรูปของข่าว สารคดี ข้อคิดเห็น หลักวิชาการ คำอธิบายโดยละเอียด โดยผู้เขียนมีวัตถุประสงค์ที่จะให้เกิดประโยชน์ทางความรู้และความบันเทิงแก่ผู้อ่านเป็นสำคัญ แล้วถ่ายทอดข้อเขียนนั้นด้วยการพิมพ์ลงบนกระดาษ ฟิล์มหรือวัสดุพื้นเรียบอื่นๆ เพื่อให้กระจายไปสู่ผู้อ่านได้เป็นจำนวนมาก

เสาวนีย์ ลิกขาบัณฑิต (2530, หน้า 268) กล่าวว่า สิ่งพิมพ์หมายถึง สิ่งตีพิมพ์ทุกประเภทนับตั้งแต่ตำรา วารสาร นิตยสาร จุลสาร หนังสือพิมพ์ไปจนถึงใบปลิวต่างๆ สิ่งพิมพ์เป็นสื่อที่ใช้ในการสื่อความหมายที่สำคัญประเภทหนึ่ง มีส่วนสำคัญในการให้ความรู้แก่มวลชนได้อย่างกว้างขวาง สามารถกระจายได้อย่างรวดเร็วและเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้เป็นจำนวนมาก และเข้าถึงในเวลาและสถานที่ที่ต้องการ สิ่งพิมพ์เป็นสื่อที่ให้ความรู้ ความคิดและประสบการณ์ใหม่ๆ แก่ประชาชน

ณรงค์ สมพงษ์ (2530, หน้า 151) กล่าวว่า สิ่งพิมพ์หมายถึง วัสดุที่ผลิตขึ้นด้วยการสำเนาจากต้นแบบจำนวนมากๆ ซึ่งปกติใช้หมึกกดลงไปในกระดาษ มีรูปลักษณะต่างๆ ตั้งแต่เป็นแผ่นๆ ไปจนถึงเย็บเป็นเล่มแบบต่างๆ

ดังนั้น "สิ่งพิมพ์" ไม่ว่าจะ เป็นไปในลักษณะใดก็ตาม มักจะมีความหมายไปในทำนองเดียวกัน คือหมายถึง ข้อเขียนที่อยู่ในรูปของข่าวสาร เพื่อช่วยให้เกิดประโยชน์ด้านความรู้ ความบันเทิงแก่ผู้อ่าน ในปัจจุบันมีการใช้สิ่งพิมพ์กันอย่างกว้างขวาง ในหลายรูปแบบตามวัตถุประสงค์ที่แตกต่างกันออกไป ดังเช่น ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2523, หน้า 257) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของสื่อสิ่งพิมพ์เพื่อการเรียนการสอนไว้ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้เรียนเรียนรู้ได้ด้วยตัวเองและเรียนได้เมื่อมีเวลาว่าง ไม่จำเป็นต้องกำหนดเวลาเรียนไว้แน่นอน อีกทั้งช่วยให้ผู้เรียนเรียนได้ตามระดับความสามารถและความสนใจของตนเอง

2. ช่วยประหยัดทรัพยากร เนื่องจากสิ่งพิมพ์เป็นสื่อที่ราคาถูกลงกว่าสื่อชนิดอื่นๆ เมื่อพิจารณาจากปริมาณเนื้อหาของหนังสือต่อจำนวนผู้เรียนต่อจำนวนครั้งที่สามารถใช้หนังสือนั้น

3. เป็นโครงสร้างพื้นฐานของการเรียนการสอน ในแง่ที่สร้างประสบการณ์ร่วมให้ผู้เรียน โดยอาศัยการอ่านเป็นสำคัญ อีกทั้งช่วยให้ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกัน ตอบคำถามชุดเดียวกัน

4. ช่วยในการเพิ่มพูนความสามารถ กล่าวคือ การอ่านหนังสือบ่อยๆช่วยให้ภาษาดีขึ้น มีความรู้มากขึ้น สามารถวิเคราะห์ข้อมูลและข้อเท็จจริงต่างๆ อันที่จะนำไปสู่การแก้ปัญหาที่เหมาะสมได้

5. ช่วยปรับปรุงการเรียนการสอนให้ดีขึ้น โดยตำราชี้ให้เห็นถึงโครงสร้างของการเรียนการสอนของแต่ละวิชา การแสดงแนวการสอนออกมาในรูปแบบของตำรา สามารถช่วยให้มองเห็นจุดเด่น จุดด้อยของเนื้อหา นั้นได้ อันจะนำไปสู่การปรับปรุงให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

จุมพล รอดคำดี (2530 หน้า 249) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของสิ่งพิมพ์ไว้ดังนี้

1. เก็บรักษาง่าย ปรับขนาดเพื่อให้สามารถเก็บได้มากกว่าสื่ออื่นๆ อายุของกระดาษที่ผลิตค่อนข้างจะยาวนาน การเสื่อมสลายช้า ทำให้ข้อมูลสามารถเก็บไว้ใช้ประโยชน์ได้นาน

2. น้ำหนักเบา สามารถพกพาไปได้สะดวก

3. อักษรหรือภาพพิมพ์ที่พิมพ์ลงบนสื่อสิ่งพิมพ์สามารถนำมาพิสูจน์หรืออ้างอิงได้ง่าย ซึ่งเป็นประโยชน์อย่างมากในการเพิ่มพูนความรู้และเพื่อการบันทึกประวัติศาสตร์

4. สามารถตีกรอบแนวความคิดได้โดยเฉพาะในขณะที่กำลังอ่าน

ณรงค์ สมพงษ์ (2530, หน้า 155) กล่าวว่า สิ่งพิมพ์เป็นสื่อที่มีมา ตั้งแต่ยุคแรกๆ ของการฟื้นฟูศิลปวิทยาการ ปัจจุบันก็ยังนิยมใช้กันอยู่และคาดว่าจะมีการใช้ไปจนถึงอนาคต โดยมีข้อดีดังนี้

1. กระบวนการในการผลิตสามารถทำได้หลายรูปแบบ เปิดโอกาสให้เลือกใช้วิธีที่เหมาะสมกับสถานการณ์นั้นๆ ได้

2. สามารถจัดพิมพ์ได้หลายรูปแบบ ตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการนำไปใช้

3. สามารถใช้ประโยชน์จากสิ่งพิมพ์ได้หลายทาง อาจใช้เป็นสื่อเพื่อการศึกษาด้วยตัวของมันเองหรือใช้ในการสนับสนุนสื่ออื่นๆ

4. สิ่งพิมพ์สามารถผลิตเพื่อใช้ให้เหมาะกับกลุ่มเป้าหมายได้

5. การผลิตสิ่งพิมพ์ สามารถปรับให้เหมาะสมกับกระบวนการใช้และผลลัพธ์ที่ต้องการตามสภาพของเครื่องอำนวยความสะดวกที่มีอยู่

6. การใช้วัสดุสิ่งพิมพ์มีความอิสระในตัวของมันเอง การศึกษาจากสิ่งพิมพ์ไม่จำเป็นต้องใช้สถานที่พิเศษหรืออุปกรณ์พิเศษอย่างอื่นเข้าช่วย

7. ผู้ใช้สามารถใช้วัสดุสิ่งพิมพ์ด้วยตัวเองในเวลาที่ต้องการ สามารถเรียนรู้และอ่านซ้ำหลายๆ ครั้งได้

นอกจากนี้ ประภาณี สุวรรณ (2526, หน้า 155-156) ยังได้กล่าวถึงข้อดีและข้อจำกัดของการใช้โสตทัศนูปกรณ์ประเภทสิ่งพิมพ์ไว้ ได้แก่

1. สามารถบรรจุเนื้อหาได้อย่างครบถ้วน
2. ประหยัดเวลา
3. มีความพร้อมในการใช้ตลอดเวลา
4. เปิดโอกาสให้เลือกได้หลายชนิด
5. สามารถศึกษาได้ตามความสามารถของตนเอง

สำหรับสิ่งพิมพ์ทางการศึกษา นอกจากจะมีบทบาทในเชิงการเรียนการสอนแล้วยังมีบทบาทในเรื่องของการจูงใจเพื่อเสริมให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ดียิ่งขึ้น ในเรื่องนี้ ชัยรงค์ พรหมวงศ์ (2523, หน้า 259) ได้ให้ข้อคิดเห็นไว้ดังนี้

1. ผู้ที่เรียนจากสิ่งพิมพ์ สามารถใช้เวลาอ่านได้อย่างเต็มที่ตามทักษะการอ่านเฉพาะตน ผู้เรียนบางคนอ่านได้เร็ว บางคนอ่านได้ช้า แต่เมื่อใช้เวลาอย่างเต็มที่ตามทักษะของแต่ละคนแล้ว ก็จะสามารถเข้าใจเนื้อหาหรือแนวความคิดได้เท่าๆกัน จึงอาจกล่าวได้ว่าเป็นสื่อที่ให้อิสระแก่ผู้เรียนได้มากที่สุด

2. สิ่งพิมพ์ทางการศึกษามีแบบฝึกปฏิบัติ แบบวัดด้วยตนเอง คำถาม คำตอบท้ายบท และบทสรุปอยู่ด้วย ซึ่งจะทำให้เกิดความเข้าใจในเนื้อหาสาระมากยิ่งขึ้น เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ตามลำพังและลดความต้องการสื่อบุคคลได้มากขึ้น

3. สิ่งพิมพ์ทางการศึกษา เป็นสื่อที่ได้รับการยอมรับมากกว่าสื่อมวลชนชนิดอื่นๆ ตามความรู้สึกของผู้เรียน ทั้งนี้เชื่อว่าผู้เขียนย่อมต้องใช้เวลาศึกษาค้นคว้าและเรียบเรียงมาเป็นอย่างดี ผ่านการรับรองความถูกต้องตามหลักวิชาการแล้ว

อย่างไรก็ตาม ถึงแม้ว่าสิ่งพิมพ์จะมีข้อดีและมีประโยชน์ต่อการเรียนรู้มากก็ตาม แต่ก็ยังมีข้อจำกัดบางประการที่อาจเป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้ ดังที่ ณรงค์ สมพงษ์ (2530, หน้า 15) ได้กล่าวถึงข้อจำกัดของการใช้สื่อสิ่งพิมพ์ไว้ว่า

1. วัสดุสิ่งพิมพ์มีความบอบบาง ฝึกชาดง่าย
2. การเก็บรักษาในระยะยาวสำหรับสิ่งพิมพ์จำนวนมากๆ ยากที่จะป้องกันให้พ้นความเปียกชื้น ความร้อนหรือฝุ่นละอองได้
4. การพิมพ์ในระบบที่มีคุณภาพสูงต้อง ใช้ต้นทุนสูงมาก
5. อาจมีปัญหาหรืออุปสรรคในการแจกจ่าย เนื่องจากสิ่งพิมพ์มีความสัมพันธ์กับการขนส่ง ถ้าหากมีอุปสรรคในขั้นตอนของการขนส่งอาจทำให้ไปถึงมือผู้ใช้ช้ากว่ากำหนดได้
6. การใช้วัสดุสิ่งพิมพ์กับกลุ่มที่ไม่รู้หนังสือ ต้องอาศัยการออกแบบสิ่งพิมพ์ที่มีความหมาย น่าสนใจ เนื่องจากผู้ที่ใช้สิ่งพิมพ์นั้น ต้อง ใช้ความสนใจและอาศัยเวลามากกว่าการสื่อสารโดยวิธีอื่นๆ

นอกจากนี้ ยังมีองค์ประกอบบางประการที่เป็นข้อจำกัดของการใช้สิ่งพิมพ์ให้มีประสิทธิภาพ ดังนี้ (วรรณวิไล จันทรเกา, 2531, หน้า 942-944)

1. สิ่งพิมพ์จะใช้เป็นประโยชน์เพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับความสามารถของผู้ใช้ที่จะเข้าใจในเนื้อหาสาระที่ปรากฏ เช่น ความสามารถในการอ่านหนังสือ ดังนั้นสิ่งพิมพ์ประเภทหนังสือพิมพ์ นิตยสาร วารสาร หนังสือเล่ม จึงมักได้รับความนิยมเฉพาะในกลุ่มผู้ที่มีการศึกษาดีเท่านั้น
2. สิ่งพิมพ์จะเกิดประโยชน์ได้ก็ต่อเมื่อผู้รับสามารถรับได้เท่านั้น ซึ่งขึ้นอยู่กับการจัดจำหน่ายที่แพร่หลาย จำนวนที่จัดจำหน่ายมีความเหมาะสมกับจำนวนประชาชนผู้ใช้บริการ เพราะถ้าปราศจากปัจจัยเหล่านี้แล้ว สื่อสิ่งพิมพ์ก็จะไม่สามารถไปถึงมือผู้อ่านได้
3. ปัจจัยด้านความต้องการของประชาชน เนื่องจากประชาชนบางกลุ่มโดยเฉพาะในกลุ่มที่ยากจนและขาดการศึกษา มักไม่ค่อยให้ความสนใจซื้อหาสื่อสิ่งพิมพ์ เพราะในสภาพชีวิตประจำวันต่างก็ต้องตอบสนองปัจจัยสี่ของตนที่ยังขาดแคลนอยู่ เป็นอันดับแรก ส่วนสิ่งพิมพ์ยังถือว่ามีความจำเป็นในชีวิตประจำวันน้อย นอกจากนี้ ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2526, หน้า 155-156) ยังได้กล่าวถึงข้อจำกัดของการใช้สื่อสิ่งพิมพ์ไว้ ดังนี้
  1. เนื้อหาบางประเภทอาจไม่เหมาะสมกับวุฒิภาวะของผู้ใช้ได้
  2. มีข้อจำกัดในเรื่องความสามารถในการอ่านของแต่ละคนซึ่งไม่เท่ากัน
  3. ขนาดของตัวหนังสืออาจไม่เหมาะสมกับวุฒิภาวะของผู้เรียน

ปัจจุบัน ได้มีผู้แบ่งประเภทของสิ่งพิมพ์ออกเป็นหมวดหมู่ต่างๆ ตามลักษณะการใช้และวัตถุประสงค์ของการใช้ ดังนี้ (ชัยยงค์ พรหมวงศ์, 2523, หน้า 253-255)

1. หนังสือตำรา (text book) มีการพิมพ์ขึ้นในหลายลักษณะ ส่วนใหญ่แล้วจะพยายามพิมพ์ให้น่าสนใจ มีภาพประกอบ สีเส้นสวยงามและอธิบายเนื้อหาวิชาการต่างๆ ไว้อย่างชัดเจน สามารถใช้ในจุดมุ่งหมายหลายๆอย่างเช่น อาจใช้เป็นหนังสืออ่านประกอบ (supplementary) หรือหนังสืออ่านเพิ่มเติม (enrichment) ก็ได้ ซึ่งพบว่าก่อให้เกิดผลดีเมื่อนำมาใช้ในห้องเรียน ดังนี้

1.1 ช่วยในการศึกษารายบุคคล ซึ่งผู้อ่านจะสามารถค่อยๆศึกษาไป ตามความสามารถของตนเอง ไม่จำกัดความพอใจ สามารถศึกษาได้ในเรื่องที่สนใจโดยไม่จำเป็นต้องเป็นเรื่องเดียวกันกับบุคคลอื่นๆ

1.2 หนังสือตำราเป็นสื่อที่สามารถใช้ได้หลายครั้ง ทำให้ประหยัด

2. แบบฝึกหัด (work book) พิมพ์ขึ้นในลักษณะที่คล้ายคลึงกับข้อสอบ กล่าวคือมีคำถามและอาจให้ใส่คำตอบเองหรือให้เลือกคำตอบก็ได้ อาจมีคำอธิบายสั้นๆประกอบ หลักการก็คือต้องการให้ผู้ผู้ใช้ได้ฝึกฝนตนเอง ในด้านที่กำลังศึกษาอยู่ เพื่อการปรับปรุงแก้ไขและเพื่อฝึกทักษะในการตอบคำถามหรือแก้ไขปัญหา

3. ชุดการสอน (multimedia package) ในชุดการสอนแบบสื่อประสม อาจประกอบไปด้วยอุปกรณ์การศึกษาหลายๆอย่างนอกเหนือจากสิ่งพิมพ์ เช่น เทป รูปภาพ สไลด์ เป็นต้น ในกรณีนี้สิ่งพิมพ์ก็ยังแสดงบทบาทที่สำคัญอยู่มาก คือออกมาในรูปแบบทดสอบก่อนและหลังเรียน คู่มือการใช้อุปกรณ์ ข้อสรุป รวมทั้งแบบเฉลยและแบบทดสอบอีกด้วย

4. พจนานุกรม (dictionary) พิมพ์ขึ้นเพื่อประโยชน์ในการศึกษาภาษาต่างประเทศ หรือเพื่อค้นคว้าความหมายของศัพท์ต่างๆ โดยเรียงลำดับตามตัวอักษร พจนานุกรมมีหลายขนาด ซึ่งมีความละเอียดที่แตกต่างกันไป

5. สารานุกรม (encyclopedia) เป็นแหล่งข้อมูลของการค้นคว้าข่าวสารต่างๆ โดยเรียงลำดับตามตัวอักษรตัวแรกของเรื่องที่จะค้นคว้า สารานุกรมนี้อเปิดโอกาสให้ผู้ผู้ใช้สามารถที่จะค้นคว้า เรียบเรียงและประเมินผลจากต่างๆเบื้องต้นนั้นได้ ทำให้สามารถสรุปและเข้าใจในความหมายของสิ่งที่ต้องการค้นคว่านั้นได้ ในการใช้สารานุกรมผู้ผู้ต้องใช้ต้องมีทักษะในการอ่านและการแปลพอสมควร จึงจะสามารถใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

6. หนังสือพิมพ์และวารสาร (newspaper and magazines) หนังสือพิมพ์และวารสารมีบทบาทอย่างมากทั้งในและนอกห้องเรียน เป็นสิ่งที่เปิดโอกาสให้รับรู้ข่าวสารที่เกิดขึ้นใหม่ๆที่เป็นประโยชน์ในการเผยแพร่สิ่งใหม่ๆให้กับประชาชน ซึ่งสามารถสรุปประโยชน์ได้ดังนี้

- 6.1 สามารถทำให้ผู้อ่านได้ศึกษาและวิเคราะห์เหตุการณ์ที่ผ่านมาใหม่ๆได้
- 6.2 ให้ความรู้เบื้องต้นและภูมิหลัง เกี่ยวกับการศึกษาสภาพปัญหาของสังคม
- 6.3 ช่วยในการฝึกทักษะในการอ่านและการวิจารณ์
- 6.4 เป็นตัวอย่างการวิเคราะห์เกี่ยวกับการจงใจ
- 6.5 เป็นประสบการณ์ในการฝึกทักษะด้านภาษาต่างประเทศ ได้แก่การอ่านหนังสือพิมพ์ภาษาต่างประเทศ
- 6.6 สามารถนำมาใช้จัดแสดงป้ายนิเทศ หรือตัดเรื่องสำคัญๆมารวบรวมไว้ให้เป็นเนื้อหาแนวเดียวกันได้

7. เอกสารโรเนียว (paperback book) เป็นสิ่งพิมพ์ ที่จัดทำโดยการพิมพ์โรเนียวหรือการถ่ายเอกสาร เอกสารโรเนียวมีประโยชน์มากในการเรียนเฉพาะหน่วย เพราะประหยัดและสามารถคัดเลือกเฉพาะส่วนที่สนใจมาได้

8. รายงานวิจัย (monograph) และวิทยานิพนธ์ (thesis) เป็นผลการวิจัยที่พิมพ์ออกมาไม่มากนัก มีไว้สำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อใช้เป็นเอกสารสำหรับการค้นคว้าและใช้ในการอ้างอิง ในการศึกษาในอนาคต

9. หนังสือภาพ ภาพชุด เป็นสิ่งพิมพ์ที่ประกอบด้วยภาพพิมพ์ที่เป็นเรื่องเดียวกัน ส่วนใหญ่จะเน้นที่ความสวยงาม มีราคาสูง แต่ก็มิขัดคือให้เนื้อหาในเรื่องเดียวกันหรือสอดคล้องกัน

10. สิ่งพิมพ์ย่อส่วน (microforms) เป็นวิวัฒนาการทางด้านเทคโนโลยีในการรวบรวมเนื้อหาเอาไว้ในลักษณะของการย่อส่วน เพื่อความสะดวกในการเก็บรักษาและสามารถนำมาใช้ได้ โดยใช้ประกอบกับระบบคอมพิวเตอร์ สิ่งพิมพ์ย่อส่วนที่ใช้กันมากในปัจจุบัน ได้แก่ फिल्मดัชนีภาพเล็ก (microfiche) แผ่นดัชนีภาพเล็ก (microcard) फिल्मย่อส่วน (microfilm)

ส่วนเสาวนีย์ ลิกขานันท์ (2530, หน้า 268) ได้แบ่งสิ่งพิมพ์ที่ใช้ในการสื่อความหมายในด้านการเรียนรู้ออกเป็น 2 ประเภทดังนี้

1. สื่อสิ่งพิมพ์ที่ใช้ในระบบโรงเรียน ได้แก่ สิ่งพิมพ์ต่างๆที่ใช้ทั่วไปในระบบการเรียนการสอน โดยทั่วไปมักเป็นสิ่งพิมพ์ที่เน้นในการให้ความรู้ด้านต่างๆ สิ่งพิมพ์เหล่านี้จะอยู่ในรูปของหนังสือ วารสาร หนังสือพิมพ์ จุลสาร กฤตภาค เป็นต้น

1.1 หนังสือ เป็นเครื่องมือในการเผยแพร่ความรู้มักพิมพ์ออกมาเป็นรูปเล่ม ในเล่มอาจประกอบไปด้วยหลายเรื่องหรือเรื่องเดียวกันก็ได้ จะเป็นเล่มเดี่ยวจบหรือมีหลายเล่มก็ได้

1.2 วารสาร (journal) คือสิ่งพิมพ์ที่ออกตามเวลา เช่นรายปี รายเดือนหรือรายปักษ์ วารสารเป็นสิ่งพิมพ์ที่มีประโยชน์ต่อการสื่อความหมายเพื่อการเรียนรู้เป็นอย่างดี และสามารถเป็นแหล่งความรู้ให้กับประชาชนทั่วๆไปได้เป็นอย่างดี

1.3 หนังสือพิมพ์ (newspaper) เป็นสิ่งพิมพ์ที่ออกรายวัน โดยมีหน้าที่ในการนำเสนอข่าวที่น่าสนใจทั้งในและนอกประเทศ ข่าวสารจากหนังสือพิมพ์สามารถเก็บไว้เพื่อวิเคราะห์และเป็นหลักฐานอ้างอิงเรื่องราวในอนาคตได้

1.4 จุลสาร (pamphlet) เป็นสิ่งพิมพ์เล่มเล็กๆ มีความหนาไม่เกิน 60 หน้า ในเล่มอาจมีเนื้อเรื่องที่เป็นเรื่องเดียวกันตลอดหรือมีหลายเรื่องก็ได้ จุลสารมักมีเนื้อหาสาระที่เป็นประโยชน์ต่อการศึกษาทั่วไป

1.5 กฤตภาค (clipping) เป็นสื่อสิ่งพิมพ์ที่ตัดข้อความบางส่วนมาจากหนังสือพิมพ์หรือสิ่งพิมพ์อื่นๆ ซึ่งเป็นข้อความที่มีประโยชน์ สมควรที่จะเก็บไว้เพื่อการศึกษาหรืออ้างอิงได้

2. สิ่งพิมพ์ที่ใช้ในระบบโรงเรียน ซึ่งในลักษณะของการใช้โดยทั่วไปพบว่ามีจุดมุ่งหมาย 2 ประการได้แก่

2.1 ให้ความรู้แก่ประชาชนทั่วไป

2.2 ให้ความรู้แก่ผู้เรียนที่ไม่มีโอกาสเข้าเรียนในระบบโรงเรียน

ตามจุดมุ่งหมายดังกล่าวจะเห็นได้ว่า สิ่งพิมพ์มีประโยชน์มากในการศึกษาระบบทางไกล เนื่องจากเป็นสื่อที่เหมาะสมในการศึกษาด้วยตนเอง สะดวกต่อการเรียนรู้และการศึกษาทบทวน สิ่งพิมพ์ชนิดนี้อาจ ประกอบไปด้วยข้อเขียน รูปภาพ ไตอะแกรม สิ่งพิมพ์เขียว เป็นต้น โดยมักพิมพ์ออกมาในรูปหนังสือ เอกสาร ชุดการเรียนการสอน

นอกจากนี้ ณรงค์ สัมพงษ์ (2530, หน้า 151) ได้แบ่งสิ่งพิมพ์ออกเป็น 4 กลุ่มดังนี้

1. หนังสือพิมพ์ เป็นสิ่งพิมพ์ที่เป็นสื่อมวลชนประเภทหนึ่ง มีลักษณะเฉพาะตัวคือ มีเนื้อหาแน่นหนักในเรื่องการรายงานข่าวและเหตุการณ์สำหรับคนทั่วไป มีความหลากหลายของเนื้อหา ไม่นั้นเฉพาะในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง และจะต้องพิมพ์เป็นประจำสม่ำเสมอ

2. นิตยสารและวารสาร เป็นหนังสือที่กำหนดระยะเวลาการออกที่แน่นอน มีลักษณะที่แตกต่างจากสื่อชนิดอื่นๆคือ เน้นหนักในเรื่องของการเสนอบทความ สารคดีและข้อเขียนต่างๆที่ให้

ความรู้ ความบันเทิงแก่ผู้อ่าน โดยทั่วไปมีการจัดหน้าและรูปเล่มที่สวยงาม นิตยสารแต่ละชนิดจะให้ความรู้และความบันเทิงแก่ผู้อ่านแตกต่างกันออกไป วารสารแตกต่างจากนิตยสารตรงที่วารสารมักเป็นสิ่งพิมพ์ของหน่วยงานต่างๆ จึงมักมีผู้สนใจเฉพาะในกลุ่มเล็กๆ เท่านั้น

**3. หนังสือเล่ม** คือสิ่งพิมพ์ที่เย็บรวมกันเป็นเล่ม มีความหนาและขนาดที่แตกต่างกันออกไป ไม่มีการกำหนดออกแน่นอนและไม่จำเป็นต้องต่อเนื่องกัน มักมีเนื้อหาที่เป็นเรื่องเดียวกันไม่หลากหลาย มีความสมบูรณ์ในตัวเอง หนังสือแบ่งออกเป็นหลายประเภท ตามเนื้อหาและวัตถุประสงค์ของการใช้ เช่น นวนิยาย หนังสือแบบเรียน หนังสือวิชาการ หนังสือการ์ตูน เป็นต้น

**4. สิ่งพิมพ์เฉพาะกิจ** เป็นสิ่งพิมพ์ที่ผลิตขึ้นเพื่อใช้ในกิจการใดกิจการหนึ่ง โดยเฉพาะ เช่น การโฆษณาประชาสัมพันธ์ โครงการเผยแพร่ความรู้ในด้านต่างๆ เช่น ใบปลิว (leaflets) แผ่นพับ (folders) เอกสารเล่มเล็กหรือจุลสาร (booklets or pamphlets) เป็นต้น

ในแง่ของการผลิตสิ่งพิมพ์มีข้อที่ควรพิจารณาถึงคุณสมบัติที่ดีบางประการดังนี้

1. มีความชัดเจน สิ่งพิมพ์ควรมีความชัดเจนในการเสนอเนื้อหาสาระ เพื่อให้ผู้รับสามารถเข้าใจเนื้อหาสาระได้ง่าย
2. ใช้สีล้นประกอบ เพื่อดึงดูดความสนใจและสร้างความรู้สึกรู้สึกให้เหมือนจริง ทำให้เกิดความรู้สึกอยากอ่านมากขึ้น
3. ใช้ข้อความที่ดึงดูดความสนใจ
4. มีความง่ายต่อการทำความเข้าใจ ใช้ภาษาที่เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายและเลือกเนื้อหาที่เข้าใจง่ายไม่สลับซับซ้อนจนเกินไป
5. อยู่ในสถานที่ๆ เห็นได้ชัดเจน โดยเฉพาะสิ่งพิมพ์ประเภทภาพหรือโปสเตอร์ ซึ่งจะช่วยให้ผู้อ่านสามารถเข้าใจได้ง่ายขึ้น

**หนังสือคู่มือ (hand book)** เป็นสิ่งพิมพ์ทางการศึกษาชนิดหนึ่ง ที่จัดทำขึ้นในรูปของหนังสือเล่ม โดยมักจะมีเนื้อหาที่กระชับรัดกุมและมีความสมบูรณ์ในตัวเอง ซึ่งเป็นประโยชน์มากในการไขข้อข้องใจเมื่อเกิดปัญหา ต้องการคำอธิบาย หรือต้องการให้เฉลยปัญหาหรือต้องการหาความรู้บางอย่างเพื่อให้ได้คำตอบอย่างรวดเร็ว (โกชัย สาริกบุตร และ สมพร สาริกบุตร, 2521, หน้า 1) เป็นสิ่งพิมพ์ที่จัดทำขึ้นเพื่อให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจ และสามารถศึกษาได้ด้วยตนเอง ปรุ้ม นิคมานนท์ (อังกู วารินทร์ บินโฮเซ็น, 2536, หน้า 42) ได้กล่าวถึงหลักการในการสร้างคู่มือว่า ควรออกแบบปกและรูปเล่มที่สวยงามสะดุดตาและจูงใจผู้อ่าน ใช้ประโยคบอกเล่าตรงไปตรงมา เป็นประโยคสั้นๆ แต่ชัดเจน เขียนให้อ่านง่าย เข้าใจง่าย นอกจากนี้

ส่วนประกอบอื่นที่จำเป็นในการช่วยให้หนังสืออ่าน ได้แก่ ขนาดของตัวอักษรเหมาะสมกับวัยของผู้เรียน ควรมีภาพประกอบตามความจำเป็น เพราะจะทำให้ผู้อ่านเกิดความเข้าใจและสามารถจำได้ดีกว่าหนังสือที่มีตัวหนังสือเพียงอย่างเดียว ควรมีพื้นที่ว่างในแต่ละหน้าเพื่อให้ผู้อ่านได้หยุดพักสายตาเป็นระยะๆ ขั้นตอนการสร้างหนังสือคู่มือมีดังนี้

1. เลือกหัวเรื่องที่สนใจ ศึกษาเนื้อหาโดยละเอียด
2. ประเมินผู้เรียน เพื่อให้ทราบถึงความต้องการและข้อจำกัดของผู้เรียน
3. กำหนดวัตถุประสงค์ว่าต้องการให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ในประเด็นใดบ้างจากคู่มือ
4. รวบรวมและจัดเนื้อหา ตามวัตถุประสงค์ที่ระบุไว้ในคู่มือ
5. ทดสอบคู่มือ โดยให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา นำมาปรับปรุงแก้ไข แล้วนำไปทดลองใช้กับกลุ่มทดลองที่มีลักษณะเดียวกับกลุ่มเป้าหมายที่ต้องการสอน แล้วจึงนำมาแก้ไขให้เหมาะสมก่อนนำไปจัดพิมพ์
6. จัดพิมพ์และทำรูปเล่มให้สวยงาม มีภาพประกอบที่น่าสนใจ แล้วนำไปใช้กับกลุ่มเป้าหมายต่อไป

หนังสือคู่มือ สามารถใช้ได้ทั้งสื่อหลักและสื่อประกอบการสอน ช่วยให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ด้วยตัวเอง ไม่จำกัดเวลาตายตัว สามารถอ่านเมื่อใดก็ได้ตามความพร้อมของผู้เรียน นอกจากนี้ยังเป็นสื่อที่ประหยัด ลงทุนน้อยแต่ได้ผลคุ้มค่า เพราะสามารถนำกลับมาใช้ได้อีกหลายครั้ง หากอ่านบ่อยจะเป็นการเพิ่มพูนความรู้ความสามารถในการอ่าน ช่วยให้เข้าใจเนื้อหาได้ละเอียดมากยิ่งขึ้น

#### การดูแลมารดาหลังคลอดและทารกแรกเกิด

ระยะหลังคลอด เป็นช่วงเวลาที่สภาพร่างกายของมารดาหลังคลอด มีการเปลี่ยนแปลง เพื่อกลับคืนสู่สภาพเดิมเหมือนก่อนการตั้งครรภ์ ทั้งด้านกายวิภาคและสรีระ ซึ่งจะใช้เวลาประมาณ 4-8 สัปดาห์ เป็นระยะที่มารดาจะต้องปรับตัวให้เข้ากับบทบาทของการเป็นมารดาซึ่งเป็นบทบาทใหม่ที่เพิ่มขึ้นจากบทบาทของการเป็นภรรยา มารดาหลังคลอดมีภารกิจสำคัญที่ตอบสนองต่อบทบาทของการเป็นมารดา ได้แก่ การดูแลตนเองให้มีสุขภาพดี สามารถปรับตัวเข้ากับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายได้และดูแลทารกให้ปลอดภัยและมีสุขภาพแข็งแรง นอกจากนี้ระยะหลังคลอดยังเป็นระยะที่อาจเกิดอันตรายจากการตกเลือดและการติดเชื้อได้ง่าย ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญของการเสียชีวิต

ชีวิตของมารดาและทารกหลังคลอดในประเทศไทย (กำแพง จาตุรจินดา, 2534, หน้า 381) การที่มารดาหลังคลอด จะปลอดภัยจากภาวะวิกฤติและประสบความสำเร็จในการดูแลตัวเองและทารกนั้นย่อมขึ้นอยู่กับปัจจัยที่สำคัญอย่างน้อย 2 ประการคือ การได้รับการดูแลจากพยาบาลหรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและการดูแลตนเองของมารดาหลังคลอด ซึ่งทั้งสองปัจจัยนี้ มีความเกี่ยวเนื่องกัน ดังที่ เทียมศรี ทองสวัสดิ์ (2534, หน้า 70) ได้กล่าวถึงบทบาทของพยาบาลและมารดาหลังคลอด ในกิจกรรมการดูแลหลังคลอด ซึ่งแบ่งเป็น 3 ระยะดังนี้

1. **ระยะการดูแลทั้งหมด (full care)** ระยะนี้อยู่ในช่วง 12-24 ชั่วโมงแรกหลังคลอด เป็นระยะที่พยาบาลจะต้องให้การดูแลอย่างใกล้ชิดทั้งมารดาและทารก โดยมีจุดประสงค์เพื่อให้มารดาได้พักผ่อนอย่างเต็มที่ ดูแลเกี่ยวกับการทำงานของระบบขับถ่ายปัสสาวะ มดลูก น้ำคาวปลาและดูแลทารกทั่วไป โดยให้การดูแลเช่นเดียวกับผู้ป่วยที่นอนพักบนเตียง และช่วยเหลือให้เกิดความสุขสบาย สำหรับทารก ควรสังเกตอาการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ดูแลการให้น้ำและนม

2. **การดูแลบางส่วน (partial care)** เป็นระยะที่มารดาหลังคลอดแข็งแรงขึ้นแล้วสามารถช่วยเหลือตัวเองได้บ้าง เป็นระยะที่พยาบาลจะต้องมีบทบาทในการให้ความรู้แก่มารดาหลังคลอด เกี่ยวกับการปฏิบัติตัวและการเลี้ยงดูบุตร ตลอดจนซักถามปัญหาต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นแก่มารดาหลังคลอด

3. **ระยะการช่วยเหลือตัวเองทั้งหมด (self care)** เป็นระยะที่มารดาหลังคลอดแข็งแรงขึ้นมาก ช่วยเหลือตัวเองได้และเตรียมพร้อมที่จะกลับบ้าน บทบาทของพยาบาลก็คือการให้คำแนะนำเพิ่มเติมเกี่ยวกับการปฏิบัติตัวหลังคลอด เพื่อให้มารดาหลังคลอดสามารถนำไปปฏิบัติได้เมื่อกลับบ้านไปแล้ว ได้แก่ การดูแลตนเองเกี่ยวกับการพักผ่อน การทำงาน การรับประทานอาหาร การรักษาความสะอาดร่างกาย การบริหารร่างกาย การมีเพศสัมพันธ์ การปฏิบัติตัวเมื่อมีอาการผิดปกติ การคุมกำเนิดและการตรวจหลังคลอด ส่วนการดูแลทารกที่มารดาต้องปฏิบัติได้แก่ การดูแลความสะอาดร่างกาย การนอนหลับ การขับถ่าย การพันผ้าอ้อม การให้นมทารก การปฏิบัติเมื่อมีอาการผิดปกติ การให้ภูมิคุ้มกันโรคและการให้อาหารเสริม

จะเห็นได้ว่ามารดาหลังคลอดมีศักยภาพ ในการดูแลตนเองและดูแลทารกค่อนข้างเร็ว ซึ่งสอดคล้องกับแนวทฤษฎีการดูแลตนเองของโอเร็ม (Orem, 1986, p.44) ที่ได้กล่าวถึงการดูแลตนเองไว้ว่า "บุคคลที่อยู่ในวัยเจริญเติบโตหรือกำลังเจริญเติบโต จะปรับหน้าที่และพัฒนาการของตนเอง ตลอดจนป้องกัน ควบคุม กำจัดโรคและการบาดเจ็บต่างๆ โดยการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวัน เรียนรู้วิธีการที่จะดูแลตนเองและสิ่งแวดล้อมที่คิดว่าจะมีผลต่อหน้าที่และพัฒนาการ

ของตนเอง" อย่างไรก็ตาม การที่มารดาหลังคลอดจะสามารถดูแลตนเองได้นั้น ย่อมขึ้นกับการเรียนรู้ในสิ่งที่เป็นประโยชน์และถูกต้อง ซึ่งแน่นอนที่สุดว่าการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ดังกล่าวจะต้องเป็นบทบาทของพยาบาลหรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ผู้ซึ่งใกล้ชิดกับมารดาหลังคลอดมากที่สุด โดยการสอนและการให้คำแนะนำ เพื่อให้มารดาหลังคลอดสามารถปรับตัวผ่านระยะหลังคลอดได้ โดยไม่มีภาวะแทรกซ้อนหรืออาการผิดปกติใดๆ และสามารถเลี้ยงดูบุตรได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ในส่วนของการดูแลทารก ทารกเป็นทรัพยากรที่มีค่ามากที่สุดในการพัฒนาประเทศชาติ ในอนาคต การส่งเสริมสุขภาพของทารกให้มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจและสังคม ตลอดจนการปลูกฝังทัศนคติและลักษณะนิสัยที่ถูกต้องในเรื่องสุขภาพอนามัย เป็นหน้าที่ของบิดามารดาและผู้ให้การดูแล โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ทั้งนี้เนื่องจากวัยทารกจะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจอยู่ตลอดเวลา อีกทั้งยังต้องพึ่งพิงบุคคลอื่นเป็นส่วนมาก ดังนั้น บิดา มารดาหรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ควรจะต้องตระหนักถึงธรรมชาติ และความต้องการของทารก ตลอดจนสนใจถึงการเจริญเติบโต พัฒนาการการเปลี่ยนแปลงในระยะต่างๆ เพื่อที่จะได้ตอบสนองให้ตรงกับความต้องการได้ ทำยที่สุดแล้วผลการเลี้ยงดูของบิดา มารดาและผู้เกี่ยวข้อง จะเป็นพื้นฐานในการพัฒนาความสามารถ ความรู้จักพัฒนาตนเอง บุคลิกภาพของทารกให้สมบูรณ์และเจริญเติบโต เป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพของประเทศชาติต่อไป

องค์การอนามัยโลก (อ้างใน จริยวัตร คมพยัคฆ์ และ อุตม คมพยัคฆ์, 2525, หน้า 138-140) กล่าวว่า รูปแบบการเลี้ยงดูเด็ก เป็นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งที่มีผลต่อปัญหาสุขภาพของเด็กแต่ละคน และการที่จะพัฒนาความเจริญเติบโตของทารกแรกเกิดจนถึง 1 ปีครึ่งนั้น ปัจจัยที่ต้องตระหนักและให้ความสำคัญเป็นพิเศษได้แก่ ภาวะโภชนาการ การป้องกันโรคติดเชื้อ การป้องกันบาดเจ็บและอุบัติเหตุต่างๆ โดยเฉพาะปัจจัยทางด้านโภชนาการ ซึ่งพบว่ากำลังเป็นปัญหาของเด็กวัยดังกล่าวของประเทศที่กำลังพัฒนา นอกจากนี้ยังได้กล่าวว่าในเขตชนบทจะมีการขาดสารอาหารของทารกวัย 6 เดือนขึ้นไป ซึ่งเป็นระยะที่น้ำนมเริ่มลดลงไม่เพียงพอต่อความต้องการของทารก การให้อาหารเสริมมักจะเป็นข้าวและกล้วยซึ่งให้สารอาหารไม่ครบถ้วน นอกจากนี้ยังพบว่าเด็กในวัย 1 ปีครึ่ง ถึง 2 ปีครึ่ง เป็นอีกระยะหนึ่งที่มีการขาดสารอาหาร เนื่องจากเป็นระยะของการหย่านม ปัจจัยดังกล่าวเหล่านี้ ส่วนใหญ่สามารถควบคุมและกำจัดให้หมดไปได้ โดยการเลี้ยงดูที่มีประสิทธิภาพนั่นเอง

การที่จะช่วยให้ทารกมีสุขภาพ และพัฒนาในด้านต่างๆที่กล่าวมาอย่างสมบูรณ์ได้นั้น เป็นที่ยอมรับกันว่า เป็นผลมาจากการเลี้ยงดูในวัยทารกทั้งสิ้น (ชมนาด พจนานาตร์, 2533, หน้า 1) โดยผู้ที่มีบทบาทมากที่สุดได้แก่ บิดา มารดาและเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่เกี่ยวข้อง ดังที่ จริยวัตร คมพัยค์ม์ และ อุตม คมพัยค์ม์ (2525, หน้า, 145-146) ได้กล่าวถึงการแสวงหาแนวทาง เพื่อการแก้ไขปัญหาสุขภาพในเด็ก โดยแบ่งเป็น 3 วิธี คือ

1. วินิจฉัยโรคและให้การรักษาตั้งแต่ระยะแรกเริ่ม ได้แก่
  - 1.1 ส่งเสริมการฝากครรภ์
  - 1.2 ตรวจหาโรคแทรกในมารดาในกลุ่มที่มีความเสี่ยงเป็นพิเศษ ที่จะมีปัญหาต่อทารกในระยะก่อนคลอด ขณะคลอดและหลังคลอด
  - 1.3 วินิจฉัยโรคขาดสารอาหารได้ตั้งแต่ในระยะเริ่มแรก
  - 1.4 ตรวจหาความพิการโดยกำเนิดที่สามารถแก้ไขได้ในระยะแรกเริ่ม
  - 1.5 ตรวจสอบสายตาและการได้ยินตั้งแต่อายุ 6-9 เดือน
2. การป้องกันโรค โดยการป้องกันเฉพาะโรค เช่น ให้ภูมิคุ้มกันบาดทะยักในหญิงตั้งครรภ์ เพื่อป้องกันบาดทะยักในทารกแรกเกิดหรือการให้ภูมิคุ้มกันทารกแรกเกิดโดยตรง
3. ส่งเสริมพัฒนาการของทารกและเด็ก โดย
  - 3.1 ส่งเสริมสุขภาพของมารดา
  - 3.2 ส่งเสริมสถาบันครอบครัวให้มั่นคง
  - 3.3 ส่งเสริมการเลี้ยงดูบุตรด้วยนมมารดา
  - 3.4 ส่งเสริมโภชนาการและแก้ไขปัญหาโรคขาดสารอาหาร
  - 3.5 จัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้ทารกและเด็กตามวัย
  - 3.6 ส่งเสริมพัฒนาการทางสมองของทารกและเด็กก่อนวัยเรียน

เพื่อให้การดำเนินงานตอบสนองต่อความต้องการดังกล่าว ในปัจจุบันจึงได้ปรับปรุงแนวคิดและวิธีการเลี้ยงดูทารกให้มีความก้าวหน้ามากยิ่งขึ้น โดยพยายามให้มีความสอดคล้องกับสภาพการเปลี่ยนแปลงของสังคม กล่าวคือ ชยายขอบเขตการปฏิบัติงานให้กว้างออกไปนอกเหนือจากการให้การดูแลทางด้านร่างกายเพียงอย่างเดียว โดยเน้นให้บิดามารดามีความรู้ในเรื่องการเลี้ยงดูที่ถูกต้องและส่งเสริมให้บุคคลในครอบครัว มีส่วนร่วมและมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันอันจะเป็นการช่วยให้การดูแลทารกในครอบครัวนั้น เกิดประสิทธิภาพมากที่สุด

## งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ได้มีผู้ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการสอนโดยใช้หนังสือคู่มือ เช่น มณฑาทิพย์ สุวรรณเนตร (2529, หน้า ช-ค) ซึ่งศึกษาผลการให้คำแนะนำอย่างมีแบบแผน ต่อความสำเร็จในการเล็งขลุ่ยด้วยนมมารดาของมารดาที่มีห้วงมปกติและห้วงมผิดปกติ พบว่ามารดาที่มีห้วงมปกติและห้วงมผิดปกติที่ได้รับคำแนะนำอย่างมีแบบแผน ร่วมกับการใช้คู่มือการเล็งขลุ่ยด้วยนมแม่ มีผลสำเร็จในการเล็งขลุ่ยด้วยนมมารดา มากกว่ากลุ่มมารดาที่ได้รับคำแนะนำอย่างไม่มีแบบแผน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ พรรณิภา ทับทึง (2533, หน้า ช-ค) ที่ได้สร้างสิ่งพิมพ์ทางการศึกษา เรื่อง การปฏิบัติตนหลังคลอด เพื่อเป็นเครื่องมือในการให้ความรู้และวิธีปฏิบัติแก่มารดาหลังคลอดจำนวน 30 คน โดยได้เปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการเรียนรู้จากสิ่งพิมพ์ดังกล่าว พบว่า คะแนนการทดสอบหลังจากการเรียนรู้สูงกว่าคะแนนก่อนการเรียนรู้ จากการสอบถามทัศนคติเกี่ยวกับใช้สิ่งพิมพ์ พบว่า มารดาหลังคลอดชอบและเห็นด้วยที่จะเรียนรู้จากสิ่งพิมพ์ดังกล่าว ถึง ร้อยละ 93.33

นอกจากนี้ นางนุช วิทโยชคกิตติคุณ (2536, หน้า ก-ข) ยังได้ศึกษาเกี่ยวกับผลของการให้การพยาบาลระบบสนับสนุนและการให้ความรู้ ต่อการปฏิบัติและความพึงพอใจ ในการเล็งขลุ่ยด้วยนมมารดา พบว่า กลุ่มมารดาที่ได้รับการสนับสนุนความรู้โดยการใช้คู่มือการเล็งขลุ่ยด้วยนมมารดาและภาพพลิก มีคะแนนการปฏิบัติในเรื่อง การเล็งขลุ่ยด้วยนมมารดา มากกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ กมลรัตน์ ศักดิ์สมบูรณ์ (2534, หน้า ก-ข) ที่ได้ศึกษาถึงปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการเล็งขลุ่ยด้วยนมมารดาของมารดาวัยรุ่น พบว่า มารดาวัยรุ่นที่ได้รับคู่มือร่วมกับการอภิปรายกลุ่ม และมารดาวัยรุ่นที่ได้รับคู่มือร่วมกับการให้การพยาบาลตามปกติ มีคะแนนการปฏิบัติในเรื่องการเล็งขลุ่ย สูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติเพียงอย่างเดียว นอกจากนี้ มาลัย แทนธานี (2527, หน้า ช-ค) ยังได้ศึกษาผลการสอนอย่างมีแบบแผน ต่อความรู้ลักษณะและเข้าใจในการปฏิบัติตน โดยทั่วไปและการปฏิบัติเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ในผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดมดลูกและรังไข่ออกทั้ง 2 ข้าง พบว่า ผู้ป่วยที่ได้รับการสอนอย่างมีแบบแผนร่วมกับการให้คู่มือแนะนำ มีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการปฏิบัติตน โดยทั่วไปและการมีเพศสัมพันธ์ ภายหลังจากการผ่าตัดมดลูกและรังไข่ออกทั้ง 2 ข้าง มากกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ อีกทั้งความรู้ลักษณะและเข้าใจก็ลดลงมากกว่าอีกด้วย

ในส่วนของการศึกษาผลของการใช้คู่มือในกลุ่มหญิงตั้งครรภ์ ได้มีผู้ทำการศึกษาไว้ เช่น สมใจ นุทธานิทัศผล (2532, หน้า ค-ง) ได้ศึกษาผลของการให้คำแนะนำโดยการใช้คู่มือ เรื่อง โรคธาลัสซีเมีย ที่มีต่อความรู้และความเชื่อด้านสุขภาพ ในคู่สมรสที่เป็นพาหะของโรค

ธาลัสซีเมีย พบว่า หญิงตั้งครรภ์และสามีที่ได้รับคำแนะนำจากผู้วิจัยร่วมกับการใช้คู่มือ มีความรู้เรื่องโรคธาลัสซีเมียและความเชื่อด้านสุขภาพสูงกว่าหญิงตั้งครรภ์และสามี ที่ได้รับคำแนะนำจากเจ้าหน้าที่เพียงอย่างเดียว ซึ่งสนับสนุนการศึกษาของ สุณิชย์ สุรินทร์เสถียร (2531, หน้า ก-ข) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำแนะนำ ต่อความรู้ ความเชื่อด้านสุขภาพและการปฏิบัติตน ของหญิงมีครรภ์ที่เป็นซีฟิซิสและสามี พบว่า หญิงมีครรภ์ที่ได้รับคำแนะนำโดยการใช้คู่มือ มีคะแนนความรู้สูงกว่าหญิงมีครรภ์ที่ได้รับคำแนะนำตามปกติ อีกทั้งยังมีความเชื่อด้านสุขภาพสูงกว่า และมีการปฏิบัติตัวดีกว่าหญิงมีครรภ์ที่ได้รับแนะนำตามปกติเป็นบางเรื่องอีกด้วย และพบว่า ในกลุ่มสามี ก็ให้ผลในทำนองเดียวกัน

นอกจากนี้ยังมีผู้ศึกษาถึงการใช้คู่มือในกลุ่มเป้าหมายอื่นๆ อีกเช่น พัทธยา เจริญรัตน์ (2531, หน้าค-ง) ได้ศึกษาผลของการสอนอย่างมีแบบแผน ที่มีต่อพฤติกรรมการดูแลตนเองและภาวะสุขภาพในผู้ป่วยมะเร็งรังไข่ที่ได้รับการรักษาโดยเคมีบำบัด พบว่า ผู้ป่วยมะเร็งรังไข่ที่ได้รับเคมีบำบัดและได้รับการสอนอย่างมีแบบแผน โดยได้รับคู่มือเกี่ยวกับการดูแลตนเอง เพื่อป้องกันและบรรเทาอาการข้างเคียงของยาเคมีบำบัด ไปศึกษาที่บ้าน มีพฤติกรรมการดูแลตนเองดีกว่าผู้ป่วยที่ได้รับการสอนตามปกติ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ สันทนา กนกศิลป์ (2533, หน้า ก-ข) ที่ได้ศึกษาเปรียบเทียบ ผลของการให้คำแนะนำโดยใช้สื่อประสม ได้แก่ เทปโทรทัศน์ เรื่องปวดหลังและเอกสารคู่มือการรักษาอาการปวดหลังด้วยตนเอง กับผลของการให้คำแนะนำตามปกติ จากเจ้าหน้าที่โรงพยาบาล เกี่ยวกับความรู้ การปฏิบัติตัวและระดับความเจ็บปวด ในผู้ป่วยที่มีอาการปวดหลังส่วนล่าง จำนวน 30 คน พบว่า กลุ่มที่ได้รับความรู้โดยใช้สื่อประสม มีความรู้และการปฏิบัติที่ถูกต้องมากกว่ากลุ่มที่ได้รับคำแนะนำตามปกติ นอกจากนี้วารินทร์ บินโฮเซ็น (2536, หน้า ก-ข) ได้ศึกษาผลการใช้คู่มือการเรียนรู้ด้วยตนเอง ต่อความรู้และการปฏิบัติตนของผู้ป่วยโรคลมชักจำนวน 80 ราย โดยให้กลุ่มทดลอง 40 ราย ได้รับคู่มือการเรียนรู้ด้วยตัวเองเรื่องลมชัก ส่วนกลุ่มควบคุม 40 ราย ไม่ได้รับคู่มือดังกล่าว แต่ได้รับการสอนตามปกติจากเจ้าหน้าที่ ผลจากการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองซึ่งได้รับความรู้จากคู่มือการปฏิบัติ มีค่าคะแนนความรู้และการปฏิบัติสูงกว่ากลุ่มควบคุม

กรอบแนวคิดในการศึกษาเกี่ยวกับการใช้คู่มือการปฏิบัติในมารดาหลังคลอด

จากการศึกษาแนวคิดต่างๆ ที่เกี่ยวกับการให้ความรู้ โดยการใช้คู่มือในมารดา หลังคลอด ผู้ศึกษาได้สรุปเป็นกรอบแนวคิดสำหรับการศึกษาค้างนี้ ดังนี้

