

หัวข้อการค้นคว้าแบบอิสระ	การดูแลตนเองเพื่อจัดการความเครียดของผู้ปกครอง เด็กออทิสติก
ผู้เขียน	นางสาวกัณฐารัตน์ พรรณโรจน์
ปริญญา	ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (การศึกษาพิเศษ)
คณะกรรมการที่ปรึกษา	รองศาสตราจารย์ ดร.รัชนิกร ทองสุคติ อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก รองศาสตราจารย์สร้อยสุตา วิทยากร อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาวิธีการดูแลตนเองในการจัดการความเครียดของผู้ปกครองเด็กออทิสติก การศึกษานี้ได้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้ปกครองเด็กออทิสติก จำนวน 6 คน ที่มีความเครียดในระดับปานกลาง และเข้ารับบริการที่คลินิกกิจกรรมบำบัดนอกเวลา สถาบันพัฒนาการเด็ก ราชนครินทร์ เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาได้แก่ 1) แบบประเมินความเครียดของสวนปรุง 2) แบบสัมภาษณ์ถึงโครงสร้าง ซึ่งประกอบ ด้วยข้อมูลทั่วไป ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของผู้ปกครองเด็กออทิสติกและการดูแล ตนเองของผู้ปกครองเด็กออทิสติก 3) เครื่องบันทึกเสียง ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ได้ตรวจสอบความสมบูรณ์และแยกแยะเป็นหมวดหมู่ โดยการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการศึกษาพบว่า ผู้ปกครองเด็กออทิสติกไม่จำเป็นต้องเป็นบิดาหรือมารดา ผู้ปกครองหมายถึง ผู้ที่ทำหน้าที่ในการช่วยเหลือและดูแลเด็กออทิสติก เมื่อผู้ปกครองสังเกตเห็นความผิดปกติของเด็กออทิสติก ผู้ปกครองจะมีการหาข้อมูลจนกระทั่งนำเด็กออทิสติกเข้ารับการตรวจรักษา

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของผู้ปกครอง ได้แก่ ความรู้สึกเมื่อรู้ว่าลูกของตนมีภาวะออทิสซึม การย้ายถิ่นเพื่อนำเด็กมารักษา การดูแลเด็กออทิสติก อาการและพฤติกรรมของเด็กออทิสติก ภาระการทำงานและเศรษฐกิจ ในครอบครัว จากปัจจัยดังกล่าวส่งผลกระทบต่อผู้ปกครองทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม

ผลการศึกษาพบว่า ผู้ปกครองมีวิธีการดูแลตนเองเพื่อจัดการความเครียด แบ่งเป็น 3 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย เช่น การออกกำลังกาย การหาเวลาพักผ่อน การดูแลสุขภาพ เป็นกิจวัตร ส่วนในด้านจิตใจ ได้แก่ การยอมรับและเข้าใจเด็กออทิสติก การตั้งความหวัง ในการพัฒนาเด็กออทิสติก การยึดหลักทางศาสนา การจัดการกับอารมณ์ การทำกิจกรรมที่ชอบ และการปรึกษาผู้อื่น ด้านสังคม ได้แก่ การแบ่งบทบาทหน้าที่ในครอบครัว การจัดสรรเวลา การปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นที่มีลักษณะปัญหาคล้ายคลึงกัน

ผลที่ได้จากการศึกษานี้ทำให้เราทราบว่าผู้ปกครองเด็กออทิสติกมีการดูแลตนเอง ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคมที่เหมาะสมจึงสามารถจัดการความเครียดได้ ดังนั้น การช่วยเหลือเด็กออทิสติกต้องให้ความสำคัญในเรื่องการดูแลครอบครัวหรือผู้ปกครอง ร่วมกับการดูแลบำบัดเด็กออทิสติก



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

Independent Study Title	Self - care to Stress Management Among Parents of Children with Autism	
Author	Miss Kantarut Punnarod	
Degree	Master of Education (Special Education)	
Advisory Committee	Assoc. Prof. Dr. Ratchaneekorn Tongsookdee	Advisor
	Assoc. Prof. Soisuda Vittayakorn	Co-advisor

ABSTRACT

The main objective of this Independent Study was aimed to study the self-care for stress management among parents and guardians of children with autism. This study utilized a qualitative research methodology by in-depth interviews the six autistic kids' parents with moderate stress who gained the treatment from the Occupational Therapy clinic overtime at the Rajanagarind Institute of Child Development, Chiang Mai. The study tools are: (1) the Suanprung Stress Test - 20; (2) the Semi Structural Interview From comprising general information, factors affecting the stress of autistic kids' parents, and their self-care; and (3) the Notes and Audiotape Recorder

The study results found that the autistic child's parents in not necessary to be the parents. The parents refers to the person who is responsible for caring and helping the autistic child. When noticing any abnormal signs of the autistic child, the parents will search an information then taking that child to be diagnosed and cured.

The autistic child's parents will factors that affect their way of living. As for: intense feeling when knowing their children having autism; migration or re-location to bring the children for treating; giving the care to autistic children; behaviors and symptoms of children with autism, burdens of working and family economy.

Finding from this study that parents having self-care to cope with stress in 3 aspects, i.e. 1. Physically, by doing exercise, allocating the time for relaxation and rest, and health caring as regular basis; 2. Mentally, by acceptance and understanding the autistic child, having hope in the autistic child development, holding the religious principles, emotional coping, participating in preferable activities and consulting or seeking advices from the others; 3. Socially, by sharing their roles and family responsibility, allocating or scheduling the time, and talking to people with similar problems.

The study results indicated that parents of autistic children with appropriated self-care, either on physical, mental or social, will be able to cope with stress. Therefore, to help children with autism we need to give an importance on caring the family or parents together with the therapy and care for autistic children.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved