

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมการสอนบนเว็บต่อสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยนโมรรดาของสตรีตั้งครรภ์ ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องครอบคลุมเนื้อหาในหัวข้อต่อไปนี้

1. การเรียนรู้ด้วยนโมรรดา
 - 1.1 ประโยชน์ของการเรียนรู้ด้วยนโมรรดา
 - 1.2 ปัจจัยที่มีผลต่อการเรียนรู้ด้วยนโมรรดา
2. ทฤษฎีสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยนโมรรดา
 - 2.1 การส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยนโมรรดา
 - 2.2 รูปแบบการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยนโมรรดา
 - 2.2 การประเมินสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยนโมรรดา
3. การสอนบนเว็บ
 - 3.1 ความหมายของการสอนบนเว็บ
 - 3.2 ประเภทของการสอนด้วยเว็บ
 - 3.3 คุณลักษณะของการสอนบนเว็บ
 - 3.4 การสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยนโมรรดา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเป็นพื้นฐานสำคัญในการเริ่มต้นชีวิตของทารก ไม่เพียงแต่ทารกจะได้รับอาหารเท่านั้น แต่การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดายังเป็น โอกาสสำคัญสำหรับทารกที่จะได้รับอาหารที่ดีและเหมาะสมที่สุดจากธรรมชาติ เนื่องจากน้ำนมมารดานั้นอุดมไปด้วยสารอาหารที่สำคัญ สำหรับการเจริญเติบโตของทารก และมีภูมิคุ้มกันในการป้องกันการเกิดโรคของทารก นอกจากนี้การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดายังทำให้ทารกได้รับการ โอบกอดจากมารดา เป็นการส่งเสริมความรักความผูกพันระหว่างมารดาและทารก นอกจากนี้ประโยชน์ต่อทารกแล้ว การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดายังมีประโยชน์ต่อตัวมารดาเอง และต่อสังคมอย่างมากมายอีกด้วย

ประโยชน์ของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

ประโยชน์ต่อบุตร

1. น้ำนมมารดามีสารอาหารที่เหมาะสมและครบถ้วนต่อการเจริญเติบโตของทารกแรกเกิด โปรตีนในน้ำนมมารดาประกอบด้วยโปรตีนเวย์ (whey) และเคซีน (casein) โดยมีโปรตีนเวย์ ซึ่งเป็นโปรตีนที่ย่อยง่ายในสัดส่วนที่สูง สัดส่วนของโปรตีนเวย์ และเคซีน คือ 80:20 ในระยะแรก และ 60:40 ในระยะต่อมา เหมาะสมสำหรับทางเดินอาหารของทารก (Lonnerdal, 2013) นอกจากนี้ยังมีไขมัน วิตามิน และเกลือแร่ สารอาหารในน้ำนมมารดาสามารถปรับเปลี่ยนไปตามความต้องการของทารกในแต่ละช่วงวัย (Georgi, Bartke, Wiens, & Stahl, 2013)

2. น้ำนมมารดาสามารถป้องกันการติดเชื้อในทารก เพราะมีส่วนประกอบของสารออกฤทธิ์ชีวภาพ (bioactive component) เป็นจำนวนมาก เช่น แลคโตเฟอริน (lactoferrin) ไลโซไซม์ (lysozyme) อิมมูโนโกลบูลิน เอ (immunoglobulin A) และ อินเตอร์ลิวคิน 8 (Interleukin 8: IL-8) เป็นต้น ซึ่งส่วนประกอบเหล่านี้จะทำหน้าที่สำคัญในการป้องกันการติดเชื้อร่วมกับภูมิคุ้มกันของร่างกายทารก (Jakaitis & Denning, 2014; Lonnerdal, 2013) นอกจากนี้กรดไขมันในน้ำนมมารดาช่วยยับยั้งการทำงานของจุลินทรีย์ที่ทำให้เกิดโรค ทารกที่ได้รับนมมารดาจะลดความเสี่ยงในการเกิดการติดเชื้อในทางเดินอาหาร ทางเดินหายใจส่วนล่าง และหูชั้นกลาง (Stuebe & Schwarz, 2010) จากการทบทวนอย่างเป็นระบบของโฮ (Ho, 2013) โดยการรวบรวมงานวิจัยจำนวน 23 ฉบับ เพื่อศึกษาเปรียบเทียบทารกกลุ่มที่ได้รับนมมารดาอย่างเดียวก่อน 6 เดือน กับทารกกลุ่มที่ได้รับนมมารดาอย่างเดียวก่อน 3-4 เดือน และกลุ่มที่ได้รับนมมารดาพร้อมกับนมผสม ผลการเปรียบเทียบกันระหว่าง 3 กลุ่ม พบว่าทารกที่ได้รับนมมารดาอย่างเดียวก่อน 6 เดือน มีความเสี่ยงในการติดเชื้อในระบบทางเดินอาหารเมื่ออายุ

4-6 เดือน และการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจเมื่ออายุ 12 เดือน น้อยกว่าทารกอีก 2 กลุ่ม นอกจากนี้คุณประโยชน์ของน้ำนมมารดาสามารถคงอยู่ได้แม้บีบเก็บไว้ในช่องแช่แข็ง โดยสารออกฤทธิ์ชีวภาพคืออิมมูโนโกลบูลินอินเทอ ลิวคิน และทรานส์ฟอร์มมิง โกรท แฟคเตอร์ เบต้า 1 (Transforming growth factor- β 1: TGF- β 1) ที่อยู่ในหัวน้ำนม (Colostrum) นั้นสามารถแช่แข็งเก็บไว้ในอุณหภูมิ -20 องศาเซลเซียส และ -80 องศาเซลเซียสเป็นเวลานาน 6 เดือนโดยไม่สูญเสีย (Ramirez-Santana et al., 2012)

3. น้ำนมมารดาส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญาของทารก เนื่องด้วยสารอาหารจำนวนมากที่อยู่ในน้ำนมมารดานั้นมีผลต่อการพัฒนาของเซลล์ประสาท และสมองของทารก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องสติปัญญาและการมองเห็น (Michaelson, Lauritzen, Jørgensen, & Mortensen, 2003) ทั้งนี้ในช่วงอายุ 9 เดือนแรกของทารก เป็นช่วงเวลาวิกฤตในการพัฒนาสมอง และระดับเชาว์ปัญญา (I.Q.) ซึ่งมีความสัมพันธ์กับขนาดของศีรษะ และปริมาตรสมองของทารก (Gale, Callaghan, Godfrey, Law, & Martyn, 2004) ดังการศึกษาของ ทาเวีย (Tawia, 2013) ที่ศึกษาเปรียบเทียบการเจริญเติบโตของสมองทารกอายุ 7 สัปดาห์ ในกลุ่มที่ได้รับนมมารดาอย่างเดียวและกลุ่มที่ได้รับนมผสม โดยการทำอัลตราซาวด์ศีรษะ พบว่าทารกที่ได้รับนมมารดาอย่างเดียวมีการเจริญเติบโตของสมองมากกว่าทารกที่ได้รับนมผสม โดยมีเส้นผ่าศูนย์กลางของสมองส่วนชลาโมส และเส้นรอบศีรษะมากกว่าแสดงให้เห็นถึงปริมาตรของสมองที่มากกว่า

4. น้ำนมมารดาสามารถลดความเสี่ยงในการเกิดโรคของทารกได้ เช่น โรคหอบหืด โรคเบาหวานชนิดที่ 1 และโรคมะเร็ง จากการทบทวนอย่างเป็นระบบ และการวิเคราะห์เมตา (meta analysis) ของอิพ และคณะ (Ip et al., 2007) พบว่าทารกที่มีประวัติครอบครัวเป็นโรคหอบหืด กลุ่มที่ได้รับนมมารดาอย่างเดียว 3 เดือน มีโอกาสเกิดโรคหอบหืดได้น้อยกว่ากลุ่มที่ได้รับนมผสม นอกจากนี้ยังพบว่า การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวจะลดอุบัติการณ์การเกิดโรคในกลุ่มโรคไม่ติดต่อ ได้แก่ เบาหวานชนิดที่ 1 และโรคมะเร็งเม็ดเลือดขาวในเด็ก (Stuebe & Schwarz, 2010)

ประโยชน์ต่อมารดา

1. การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสามารถป้องกันการตกเลือดหลังคลอดได้ ทั้งนี้เนื่องจากการที่บุตรดูดนมจะกระตุ้นปลายประสาทที่หัวนมและลานหัวนมให้ส่งกระแสไปยังไฮโปทาลามัส (hypothalamus) กระตุ้นต่อมใต้สมองส่วนหลัง (pituitary gland; posterior lobe) ให้มีการสร้างฮอร์โมนออกซิโตซิน (oxytocin) มีผลทำให้มดลูกหดตัว สามารถป้องกันการตกเลือดหลังคลอดได้ (Lawrence & Lawrence, 2015) ดังการศึกษาของ เซกตัน ฟาไฮ โรลฟี สกินเนอร์ และแอสตี (Saxton, Fahy, Rolfe, Skinner & Hastie, 2015) ที่พบว่ามารดาในกลุ่มที่ให้บุตรดูดนมภายใน 1 ชั่วโมง

หลังคลอด มีโอกาสตกเลือดหลังคลอดน้อยกว่ากลุ่มที่ไม่ได้ให้บุตรคนมาถึง 2 เท่า (OR 0.55, $p < 0.001$)

2. การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเป็นการคุมกำเนิดแบบธรรมชาติ โดยการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจะช่วยยับยั้งการตกไข่ ทำให้ประจำเดือนมาช้า และไม่เกิดการตั้งครรภ์ (Ho, 2013) เนื่องจากในระยะให้นมบุตรจะมีการเพิ่มขึ้นของฮอร์โมนโปรแลคติน (prolactin) และมีการลดลงของฮอร์โมนโกนาโดโทรฟิน (gonadotropins) ซึ่งมีผลต่อการตกไข่ของมารดา เมื่อบุตรคนนมมารดาจะส่งสัญญาณไปกระตุ้นสมองส่วนไฮโปทาลามัส มีผลยับยั้งการหลั่งของฮอร์โมนโปรแลคติน อินฮิบิติง แฟกเตอร์ (prolactin inhibiting factor) ทำให้ระดับฮอร์โมนโปรแลคตินในกระแสเลือดสูงขึ้น มีผลยับยั้งการตกไข่ สำหรับการลดลงของฮอร์โมนโกนาโดโทรฟินนั้น จะส่งผลต่อวงจรการตกไข่หรือวงจรไฮโปทาลามัส พิทูอิทารี โอวาริอัน แอกซิส (hypothalamic-pituitary-ovarian axis) มีผลกระทบต่อการสร้างและการหลั่งของฮอร์โมนลูทิไนซิง (luteinizing hormone) และฮอร์โมนฟอลลิเคิล สติมูเลติง (follicle-stimulating hormone) ทำให้ไม่เกิดการตกไข่ของมารดา (Lawrence & Lawrence, 2015)

3. การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสามารถลดความเสี่ยงในการเกิดโรคมะเร็งในสตรี ทั้งนี้ระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดามีความสัมพันธ์ทางลบกับการเกิดมะเร็งเต้านม และมะเร็งรังไข่ (Mohammad Mousa, 2014; Pechlivani & Vivilaki, 2012) จากการศึกษาของจอร์แดน และคณะ (Jordan et al., 2012) ในสตรีที่เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาพบว่า ระยะเวลาของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา มีความสัมพันธ์กับการลดลงของความเสี่ยงในการเกิดมะเร็งรังไข่ โดยไม่ขึ้นกับจำนวนของบุตร

4. การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสามารถลดอัตราการเกิดโรคไม่ติดต่อ ได้แก่ โรคเบาหวานชนิดที่ 2 โรคความดันโลหิต ไขมันในเลือดสูง และโรคหัวใจของมารดา (Stuebe & Schwarz, 2010) จากการศึกษาของวิลลิแกส และคณะ (Villegas et al., 2008) ที่ศึกษาความเสี่ยงในการเกิดโรคเบาหวานชนิดที่ 2 พบว่ากลุ่มที่เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดามากกว่า 2 ปี มีความเสี่ยงโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ต่ำกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และจากการศึกษาของ ลี คิม จี และยาง (Lee, Kim, Jee, & Yang, 2005) ในสตรีวัยหมดประจำเดือน ชาวเกาหลีจำนวน 139,681 ราย พบว่าระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดามีความสัมพันธ์กับการลดลงของอุบัติการณ์การเกิดโรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน ไขมันในเลือดสูง และโรคหัวใจ นอกจากนี้มีการศึกษาของเบเกอร์ และคณะ (Baker et al., 2008) ที่ศึกษาน้ำหนักคงค้างของมารดาหลังคลอด 6 สัปดาห์ จำนวน 36,030 คน และมารดาหลังคลอด 18 สัปดาห์จำนวน 26,846 คน พบว่า ระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดามีความสัมพันธ์ทางลบกับน้ำหนักคงค้างของมารดาเมื่อ 6 และ 18 สัปดาห์หลังคลอดอย่างมีนัยสำคัญ ($p < 0.001$ และ $p < 0.05$ ตามลำดับ)

ประโยชน์ต่อสังคม

1. การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสามารถลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลทารกได้ เนื่องจากทารกที่ได้รับนมมารดาจะลดโอกาสเกิดโรคทางเดินหายใจ และทางเดินอาหาร ทำให้ลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลทารกป่วย (Ho, 2013) ดังเช่นจากการศึกษาของกัณฑานี โอ และคณะ (Cattaneo, et al 2006) ที่ศึกษาเปรียบเทียบค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลของทารกที่ได้รับนมมารดา รูปแบบต่างๆ โดยศึกษาทารกแรกเกิดอายุ 12 เดือน จำนวน 842 คน แบ่งเป็นกลุ่มที่ได้รับนมมารดา อย่างเดียว ได้รับนมมารดา ร่วมกับนมผสม และได้รับนมผสมอย่างเดียว ผลการศึกษาพบว่าทารกที่ได้รับนมมารดาอย่างเดียวนั้นมีค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลน้อยกว่าอีก 2 กลุ่ม และกลุ่มที่ได้รับนมผสม มีค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลสูงสุด

2. การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสามารถลดการเกิดปัญหาทางสังคมได้ เนื่องจาก การที่มารดาได้ให้นมบุตรทำให้เกิดความรัก ความผูกพัน ส่งผลให้มารดาไม่มีการทอดทิ้งบุตร (Richman & Cabrera, 2013) นอกจากนี้ยังทำให้ผลทารกมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง และมีพัฒนาการที่สมบูรณ์แข็งแรงเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณค่า และเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศต่อไป

ปัจจัยที่มีผลต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดานั้นแม้ว่าจะจะเป็นกระบวนการตามธรรมชาติที่สร้างให้มารดาสามารถให้อาหารแก่บุตรของตนเองได้ แต่มีมารดาจำนวนมากไม่ประสบความสำเร็จ เนื่องจากมีปัจจัยที่หลากหลายเข้ามาเกี่ยวข้องกับ การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา จากการทบทวนอย่างเป็นระบบของมีดา ฟาไฮ และเคเบิล ตั้งแต่ปี ค.ศ. 2000 - 2009 (Meedy, Fahy, Kable, 2010) พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ได้แก่ ปัจจัยด้านสังคมและประชากร ปัจจัยด้านกายภาพและชีววิทยา และปัจจัยด้านจิตสังคม โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ปัจจัยด้านสังคมและประชากร ได้แก่ อายุ สถานะภาพสมรส การศึกษา ระยะเวลาในการลาคลอด และสถานะทางเศรษฐกิจ ดังการศึกษาของเบกเฮริท และคณะ (Baghurst, et al. 2007) ที่ศึกษาในมารดาครรภ์แรก จำนวน 317 คน พบว่า มารดากลุ่มที่มีอายุสูงกว่ามีระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ยาวนานกว่ามารดากลุ่มอายุน้อย และมารดากลุ่มที่มีระดับการศึกษาสูงมีระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ยาวนานกว่า โดยมารดาที่มีการศึกษาสูงมีโอกาสศึกษาหาความรู้ และรับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับประโยชน์และความสำคัญของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดามากกว่า นอกจากนี้ยังมีความสามารถในการรับรู้และเข้าใจได้เร็วกว่ามารดาที่มีการศึกษาน้อย (Davidson et al, 2010) และจากการศึกษาของสก็อต และคณะ (Scott et al, 2006) ที่ศึกษาในมารดาจำนวน 587 ราย โดยให้ตอบแบบสอบถามก่อนจำหน่ายกลับบ้าน และติดตามทางโทรศัพท์จนถึง 52 สัปดาห์หลังคลอด ผล

การศึกษาพบว่า มารดาในกลุ่มที่ลาคลอดได้น้อยกว่า 6 เดือน มีอัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเมื่อ 6 และ 12 เดือน น้อยกว่ามารดาในกลุ่มที่ลาคลอดได้มากกว่า 6 เดือน ปัจจัยดังกล่าวเหล่านี้ถึงแม้จะมีผลต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว แต่พยาบาลผดุงครรภ์ก็ไม่สามารถจะปรับเปลี่ยนปัจจัยด้านประชากรได้

2. ปัจจัยด้านกายภาพและชีววิทยา ได้แก่ วิธีการคลอด การได้ฝึกทักษะการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาก่อนคลอด และการรับรู้ของมารดาว่าตนเองมีน้ำนมไม่เพียงพอ ซึ่งปัจจัยที่มีอิทธิพลมาก คือ การที่มารดารับรู้ว่าตนเองมีน้ำนมไม่เพียงพอ ดังการศึกษาของโซแฮก มิมอน และมาฮูด (Sohag, Memon, & Mahmood, 2011) ที่ศึกษาในมารดาที่ล้มเหลวในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาพบว่า ร้อยละ 55 มีการรับรู้ว่าตนเองมีน้ำนมไม่เพียงพอ และจากการศึกษาของไบรท์และคณะ (Blyth et al., 2004) ยังพบว่า การรับรู้ว่าตนเองมีน้ำนมไม่เพียงพอมีความสัมพันธ์กับระดับสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาที่ต่ำอีกด้วย

3. ปัจจัยด้านจิตสังคม ได้แก่ ระยะเวลาในการลาคลอดของมารดา การสนับสนุนทางสังคม จากครอบครัวและบุคลากรสุขภาพ ความตั้งใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ความมั่นใจของมารดา และสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา จากการศึกษาของโอกเลย์ เฮนเดอร์สัน เรดชาล และควิกเลย์ (Oakley, Henderson, Redshaw, & Quigley, 2014) ที่ศึกษาเกี่ยวกับการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ในมารดาชาวอังกฤษจำนวน 3,840 คน ผลการศึกษาพบว่า มารดาที่ไม่ได้รับการสนับสนุนเรื่องการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจากองค์กรจิตอาสา คลินิกฝากครรภ์ หรือจากมารดาของตนเอง จะยุติการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาภายในระยะเวลา 10 วัน มากกว่ากลุ่มที่ได้รับการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดานอกจากนั้นยังพบว่ามารดาในกลุ่มที่ได้รับการสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจากพยาบาลผดุงครรภ์มีความสัมพันธ์กับอัตราการยุติการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาภายในระยะเวลา 10 วัน ที่ลดลงอีกด้วย

ปัจจัยที่มีผลต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา นอกจากการสนับสนุนทางสังคมแล้วยังมีความตั้งใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาที่เป็นปัจจัยสำคัญต่อการเริ่มต้นและระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา จากการศึกษาของเทนฟีลด์ ฟินนิแกน และฮิลล์ (Tenfelde, Finnegan, & Hill, 2011) ที่ศึกษาปัจจัยทำนายการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาชาวอเมริกาที่มีรายได้น้อย จำนวน 235 ราย พบว่า มารดาที่มีความตั้งใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาตั้งแต่ในระยะตั้งครรภ์ มีอัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสูงกว่ากลุ่มที่ไม่มีความตั้งใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ($p < 0.001$) และจากการศึกษาวิจัยแบบย้อนหลังของจาเกอร์ และคณะ (Jager et al., 2014) ที่ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว 6 เดือน ในมารดาจำนวน 174 ราย โดยการใช้แบบสอบถามทางอินเทอร์เน็ต พบว่า มารดาที่เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียว 6 เดือน มีความตั้งใจ และมีสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยง

บุตรด้วยนมมารดาในระดับที่สูงกว่ามารดาในกลุ่มที่ไม่ได้เลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเด็ว และระดับของสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสามารถทำนายความตั้งใจและระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้ นอกจากนี้พบการศึกษาของ ไบล์ท และคณะ (Blyth et al., 2002) ที่ศึกษาในสตรีตั้งครรภ์ไตรมาส 3 จำนวน 300 ราย ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการเริ่มต้นและระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ผลการศึกษาพบว่าคะแนนสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในระยะตั้งครรภ์ และ 1 สัปดาห์หลังคลอด สามารถทำนายระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้ ($p < 0.001$)

จากการทบทวนวรรณกรรมถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา จะเห็นได้ว่าสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา เป็นปัจจัยด้านจิตสังคมที่สำคัญ สามารถทำนายความตั้งใจและระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้ ทั้งนี้ยังเป็นปัจจัยที่พยาบาลผดุงครรภ์สามารถส่งเสริมได้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

แนวคิดสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

สมรรถนะแห่งตนเป็นทฤษฎีของเบนดูรา (Bandura) ที่พัฒนามาจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (social cognitive theory) สร้างขึ้นบนพื้นฐานทางสังคมวิทยา ซึ่งเกี่ยวข้องกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคล โดยเบนดูรากล่าวว่า สมรรถนะแห่งตนเป็นความเชื่อในความสามารถของตนเองที่จะจัดการและปฏิบัติพฤติกรรมที่ต้องการให้สำเร็จ เป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง และการคงไว้ซึ่งพฤติกรรมนั้นๆ (Bandura, 1997)

การส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

เดนนีส (Dennis, 1999) ได้นำแนวคิดสมรรถนะแห่งตน (self-efficacy) จากพื้นฐานทฤษฎีสมรรถนะแห่งตนของเบนดูรา มาอธิบายความมั่นใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (breastfeeding confidence) โดยอธิบายว่าเป็น สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (breastfeeding self-efficacy) ที่สามารถส่งเสริมได้จาก 4 แหล่ง ดังนี้

1. ข้อมูลจากประสบการณ์ความสำเร็จของตนเอง (performances of accomplishments) เป็นแหล่งที่มีอิทธิพลที่สุดในการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตน เนื่องจากประสบการณ์ที่เคยประสบความสำเร็จในการปฏิบัติพฤติกรรมของตนเองจะทำให้บุคคลรับรู้สมรรถนะแห่งตนเพิ่มขึ้น สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจะสูงขึ้นเมื่อรับรู้ถึงการประสบความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และระดับจะต่ำลงเมื่อรับรู้ว่าจะไม่ประสบความสำเร็จ หากมารดาเคยผ่าน

ประสบการณ์การเล็งบุตรด้วยนมมารดาที่ประสบความสำเร็จย่อมมีสมรรถนะแห่งตนในการเล็งบุตรด้วยนมมารดาในระดับสูง

2. การได้เห็นตัวแบบและประสบการณ์จากผู้อื่น (vicarious experience) เป็นประสบการณ์ที่บุคคลได้เรียนรู้จากตัวแบบ หรือได้เห็นจากบุคคลอื่นที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับตนเอง ปฏิบัติพฤติกรรมแบบเดียวกันแล้วประสบผลสำเร็จ ซึ่งตัวแบบมี 2 ประเภท คือ ตัวแบบบุคคล ที่สามารถเห็นและมีปฏิสัมพันธ์ได้ ไม่ต้องใช้การสื่อสารผ่านสื่อใดๆ และ ตัวแบบสัญลักษณ์ เป็นตัวแบบที่เสนอผ่านสื่อ โดยเมื่อมารดาสังเกตเห็นผู้อื่นประสบความสำเร็จในการเล็งบุตรด้วยนมมารดา หรือเห็นต้นแบบสัญลักษณ์ในการปฏิบัติพฤติกรรม จะทำให้มารดาประเมินค่าในความสามารถของตนเองว่ามีความสำเร็จเพิ่มขึ้น

3. การชักจูงด้วยคำพูด (verbal persuasion) การใช้คำพูดแนะนำ ชักจูงใจ อธิบาย หรือ กล่าวชมเชยจากผู้ให้คำแนะนำในการเล็งบุตรด้วยนมมารดา เช่น พยาบาลผดุงครรภ์ บุคลากรสุขภาพสมาชิกในครอบครัว และเพื่อนจะทำให้มารดาเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง และเป็นแรงเสริมทางบวกทำให้มารดามีสมรรถนะแห่งตนที่เพิ่มขึ้น

4. สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ (physical and affective states) ความพร้อมด้านร่างกายและจิตใจในการปฏิบัติพฤติกรรมมีผลทางบวกและทางลบต่อการปฏิบัติพฤติกรรม หากมารดามีสภาพร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์ รู้สึกว่าตนเองร่างกายแข็งแรง จะมีผลทำให้มารดามีสมรรถนะแห่งตนในการเล็งบุตรด้วยนมมารดาสูง แต่หากมีการรับรู้ว่าคุณเองมีความเจ็บป่วย ก็จะส่งผลให้สมรรถนะแห่งตนอยู่ในระดับต่ำ สำหรับสภาวะอารมณ์ก็เช่นกัน หากมารดามีภาวะเครียด วิตกกังวลกลัว หรือไม่พึงพอใจ จะส่งผลต่อสมรรถนะแห่งตนในการเล็งบุตรด้วยนมมารดาต่ำลง และหลีกเลี่ยงการปฏิบัติพฤติกรรม แต่หากมีความสุข สบายใจ และพึงพอใจจะทำให้สมรรถนะแห่งตนในการเล็งบุตรด้วยนมมารดาเพิ่มสูงขึ้น

เดนนิส (Dennis, 2010) ได้อธิบายว่า สมรรถนะแห่งตนในการเล็งบุตรด้วยนมมารดาเป็นรูปแบบของพฤติกรรมตามลำดับ คือ เมื่อได้รับการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนผ่านแหล่งสนับสนุนทั้ง 4 แหล่ง จะทำให้เกิดสมรรถนะแห่งตนในการเล็งบุตรด้วยนมมารดา หรือมีความมั่นใจในการเล็งบุตรด้วยนมมารดา ซึ่งจะสามารถทำนายการตอบสนองส่วนบุคคลในการเล็งบุตรด้วยนมมารดาได้ ดังนี้ 1) มารดาเลือกที่จะเล็งบุตรด้วยนมมารดาหรือไม่ 2) มารดามีความพยายามในการเล็งบุตรด้วยนมมารดา มากเพียงใด 3) ไม่ว่าจะเกิดเหตุการณ์ใดก็ตาม มารดาจะสามารถเพิ่มศักยภาพของตนเอง และเอาชนะตนเองในการเล็งบุตรด้วยนมมารดาได้หรือไม่ และ 4) วิธีการแสดงออกทางอารมณ์ที่มารดาจะตอบสนองต่อความยากลำบากในการเล็งบุตรด้วยนมมารดา ซึ่งเมื่อผ่านการตอบสนองดังกล่าวแล้วจะทำให้มารดาเกิดพฤติกรรมการเล็งบุตรด้วยนมมารดา เริ่มต้นจากความตั้งใจในการเล็งบุตรด้วยนมมารดา การปฏิบัติพฤติกรรมเล็งบุตรด้วยนมมารดา และการคงอยู่ซึ่ง

พฤติกรรมในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ซึ่งการคงอยู่ของพฤติกรรมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจะขึ้นอยู่กับระดับของคะแนนสมรรถนะแห่งตนด้วย (Loke, & Chan, 2013)

รูปแบบการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

การส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสามารถเพิ่มระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้ ซึ่งการศึกษาวิจัยที่ผ่านมาในรูปแบบการส่งเสริมที่หลากหลายทั้งในระยะตั้งครรภ์และหลังคลอด ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

1. การส่งเสริมในระยะตั้งครรภ์

การส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในระยะตั้งครรภ์ส่งผลให้เกิดความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ดังการศึกษาของโนเอลวิสส์, รัปปี้, คาร์ก และวูดเอนท์ (Noel-Weiss, Rupp, Cragg, & Wooden, 2006) ที่ศึกษาในเรื่องผลของการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาต่อสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาและระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในสตรีตั้งครรภ์แรกๆที่ไม่มีภาวะแทรกซ้อนจากการคลอดและมีการวางแผนที่จะเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ในโรงพยาบาลระดับตติยภูมิ รัฐออนตาริโอ ประเทศแคนาดา จำนวน 92 ราย แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 45 ราย และกลุ่มทดลอง 47 ราย กลุ่มทดลองจะเข้าร่วม โครงการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเป็นเวลา 2.5 ชั่วโมง โดยใช้แนวคิดการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนของแบนดูรา (Bandura, 1997) ส่งเสริมตามแหล่งสนับสนุนทั้ง 4 แหล่ง ได้แก่ ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง การได้เห็นแบบอย่างหรือประสบการณ์จากผู้อื่น การชักจูงด้วยคำพูด และสภาวะด้านร่างกายและอารมณ์ของตนเอง หลังจาก 4 และ 8 สัปดาห์หลังคลอด ประเมินสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาโดยใช้แบบประเมินของเดนิส (Dennis, 2003) โดยติดตามทางโทรศัพท์ พบว่าคะแนนสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเพิ่มขึ้นทั้ง 2 กลุ่ม แต่กลุ่มทดลองมีค่าคะแนนสมรรถนะแห่งตนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) นอกจากนี้ยังพบว่ากลุ่มทดลองมีแนวโน้มที่จะยุติการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาลดลงอีกด้วย และพบการศึกษาของเพท (Pate, 2009) ที่ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา โดยใช้แนวคิดสมรรถนะแห่งตนของเดนิส (Dennis, 1999) ศึกษาในสตรีตั้งครรภ์ในประเทศสหรัฐอเมริกา จำนวน 62 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองอย่างละเท่าๆกัน ส่งเสริมโดยใช้โปรแกรมการสอนบนเว็บเป็นเวลา 6 สัปดาห์ ประเมินผลหลังจากจบการเข้าใช้งาน 1 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.01$)

2. การส่งเสริมในระยะตั้งครรภ์และหลังคลอด

การส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในระยะตั้งครรภ์และหลังคลอด พบการศึกษาของฮาตามลีห์ (Hatamleh, 2012) เรื่องผลของโปรแกรมส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาต่อการเพิ่มระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในกลุ่มมารดาที่มีรายได้น้อยในประเทศอเมริกา ศึกษาในสตรีอายุครรภ์ 28-32 สัปดาห์ จำนวน 32 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในระยะตั้งครรภ์ 1 ครั้ง ตามแนวคิดทฤษฎีสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของเดนนิส (Dennis, 1999) และโทรศัพท์ติดตามให้การส่งเสริมในระยะหลังคลอดที่ 1 สัปดาห์ และ 2 สัปดาห์หลังคลอด กลุ่มทดลองจะได้รับความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ประเมินกระตุ้น/สนับสนุน ช่วยเหลือด้านร่างกาย และหาแหล่งประโยชน์สนับสนุนให้ประเมินสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจำนวน 3 ครั้ง คือในระยะตั้งครรภ์ ระยะ 2 สัปดาห์หลังคลอด และระยะ 6 สัปดาห์หลังคลอด โดยใช้แบบประเมินสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ของเดนนิส (Dennis, 2003) ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสูงกว่ากลุ่มควบคุม และมีระยะเวลาการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดานานกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$)

ในประเทศไทย พบการศึกษาของพัชรินทร์ ไชยบาล (2553) ที่ศึกษาถึงผลของการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคม ในมารดาที่มีบุตรคนแรกจำนวน 52 ราย แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมอย่างละ 26 ราย โดยส่งเสริมในระยะตั้งครรภ์ 2 ครั้ง คือ เมื่ออายุครรภ์ 36 สัปดาห์ และ 37 สัปดาห์ และส่งเสริมในระยะหลังคลอดขณะที่อยู่โรงพยาบาลจำนวน 1 ครั้ง ติดตามประเมินผลเมื่อ 6 สัปดาห์หลังคลอด ผลการศึกษาพบว่าคะแนนพฤติกรรมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวเมื่อหลังคลอด 6 สัปดาห์ของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)

3. การส่งเสริมในระยะหลังคลอด

การส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา พบการศึกษาของแมคควีน เดนนิส สตรีมเมอร์ และนอร์แมน (McQueen, Dennis, Stremmer & Norman, 2011) ที่ศึกษาผลของการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในมารดาหลังคลอดจำนวน 150 ราย โดยส่งเสริมตามแนวคิดทฤษฎีสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของเดนนิส (Dennis, 1999) ในโรงพยาบาลจำนวน 2 ครั้ง และทางโทรศัพท์ 1 ครั้ง ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และอัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเมื่อ 4 และ 8 สัปดาห์ไม่แตกต่างกัน

ในประเทศไทยพบการศึกษาที่ส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในระยะหลังคลอด คือการศึกษาของโบว์ชมพู่ บุตรแสตติ (2554) เรื่องผลของการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนต่อความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเด็วของมารดาที่ผ่าตัดคลอดทางหน้าท้อง ในกลุ่มตัวอย่างจำนวน 52 ราย แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมอย่างละ 26 ราย โดยส่งเสริมในระยะหลังคลอดขณะอยู่ในโรงพยาบาล จำนวน 3 ครั้ง ครั้งละ 45 นาที และติดตามประเมินผลเมื่อหลังคลอด 6 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่ามารดาที่ผ่าตัดคลอดทางหน้าท้องกลุ่มทดลองมีความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเด็วมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.001$)

จากการทบทวนวรรณกรรมที่กล่าวมาแล้ว พบว่าการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาที่ประสบผลสำเร็จนั้นเป็นการจัดกระทำในโรงพยาบาลหรือที่คลินิกฝากครรภ์ตามระยะเวลาที่ได้วางแผนไว้ ซึ่งมีข้อจำกัดในเรื่องระยะเวลาและความสะดวกของสตรีตั้งครรภ์ ที่อาจจะไม่สามารถเข้าร่วมโครงการตามที่วางแผนไว้ได้ จึงส่งผลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ดังนั้นการศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลด้วยตนเองของสตรีตั้งครรภ์ตามเวลาและสถานที่ที่สตรีตั้งครรภ์มีความสะดวกจึงเป็นประเด็นที่น่าสนใจและควรมีการศึกษาเพิ่มเติม

การประเมินสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

การประเมินสมรรถนะแห่งตนเป็นการประเมินความเชื่อมั่นหรือการรับรู้เกี่ยวกับความสามารถของตนเองที่จะกระทำพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งและดำเนินพฤติกรรมนั้นให้บรรลุตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า ปัจจุบันมีการนำแนวคิดการประเมินการรับรู้สมรรถนะแห่งตนมาประยุกต์ใช้ในงานวิจัยแตกต่างกันไปหลายรูปแบบ โดยมีทั้งการประเมินการรับรู้สมรรถนะแห่งตนทั่วไป และการประเมินการรับรู้สมรรถนะแห่งตนที่เฉพาะเจาะจงกับการกระทำพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่ง ในที่นี้จะกล่าวถึงการใช้เครื่องมือประเมินสมรรถนะแห่งตนในงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ดังนี้

1. แบบสอบถามสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

นันทพร พ่วงแก้ว (2548) ได้สร้างแบบสอบถามสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาโดยใช้แนวคิดสมรรถนะแห่งตนของแบนดูรา (Bandura, 1997) และจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 23 ข้อ ลักษณะข้อคำถามเป็นมาตรวัดที่เป็นเส้นตรง (visual analogue scales [VAS]) โดยแบ่งระดับการวัดเป็น 10 ช่วง คิดเป็นเปอร์เซ็นต์ตั้งแต่ 0-100 เปอร์เซ็นต์ ตามความมั่นใจที่จะกระทำหรือปฏิบัติตามข้อความในแต่ละข้อคำถาม ซึ่ง 1 ช่วงย่อยจะแทนด้วยเปอร์เซ็นต์ความมั่นใจ 10 เปอร์เซ็นต์

การแปลผล หากคะแนน 0 เปอร์เซ็นต์หมายถึง ไม่มีความมั่นใจเลย 50 เปอร์เซ็นต์ หมายถึงมีความมั่นใจระดับปานกลาง และ 100 เปอร์เซ็นต์หมายถึงมีความมั่นใจในระดับสูง และนันทพร พ่วงแก้ว ได้นำเครื่องมือดังกล่าวไปทดสอบความเชื่อมั่นได้ค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคเท่ากับ .93

2. แบบสอบถามสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (Breastfeeding self efficacy scale [BSES])

เดนนิสและฟอกซ์ (Dennis & Faux, 1999) ได้พัฒนาแบบสอบถามสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา (Breastfeeding self efficacy scale [BSES]) โดยประยุกต์มาจากทฤษฎีสมรรถนะแห่งตนของแบนดูรา (Bandura, 1997) มีวัตถุประสงค์เพื่อใช้เป็นเครื่องมือประเมินความมั่นใจของมารดาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา และประเมินความเสี่ยงในการยุติการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา แบบสอบถามมีจำนวน 39 ข้อ เป็นข้อคำถามทางบวกทั้งหมด และใช้การวัดแบบประมาณค่า (Likert scales) 4 ระดับ จากมากไปน้อย คือ 1 หมายถึง ไม่มีความมั่นใจเลย จนถึง 4 หมายถึง มีความมั่นใจมากที่สุด

แบบสอบถามได้ถูกนำไปทดสอบความตรงและความเชื่อมั่นโดยผู้เชี่ยวชาญทางด้านเครื่องมือวิจัย 3 ท่าน และจากผู้เชี่ยวชาญทางด้านสมรรถนะแห่งตน จำนวน 2 ท่าน ได้ค่าความตรงเชิงเนื้อหา (CVI) เท่ากับ 0.86 และประเมินความตรงเชิงโครงสร้าง โดยใช้แบบสอบถาม 2 ชุด คือ แบบสอบถามประเมินการเปลี่ยนแปลงแนวโน้มที่จะประสบความสำเร็จส่วนบุคคล (Questionnaire measure of individual difference in achieving tendency [QMIDAT]) และแบบสอบถามสมรรถนะแห่งตนทั่วไป (General self-efficacy scale [GSES]) นำไปทดลองใช้กับมารดาจำนวน 23 คน ได้ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยคำนวณค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้เท่ากับ 0.95 เมื่อวิเคราะห์ความหลากหลายของคะแนนแต่ละข้อแล้ว เดนนิสและฟอกซ์ จึงได้เพิ่มระดับเป็นแบบประมาณค่า 5 ระดับ มีคะแนนจากมากไปน้อยตามลำดับของความมั่นใจเกี่ยวกับข้อความนั้น ได้แก่ มั่นใจมากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และไม่มั่นใจเลย เพื่อเพิ่มความหลากหลายของคะแนน และได้ปรับลดข้อคำถามลงเป็น 39 ข้อ เพื่อลดความซ้ำซ้อนของข้อคำถาม

เดนนิสและฟอกซ์ (Dennis & Faux, 1999) ได้พัฒนาแบบสอบถามสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างต่อเนื่อง โดยได้นำแบบสอบถามที่พัฒนาขึ้นจำนวน 39 ข้อ ไปตรวจสอบคุณภาพโดยหาความตรงและความเชื่อมั่น และนำไปทดลองใช้กับมารดาหลังคลอดชาวแคนาดาจำนวน 130 คน โดยให้ตอบแบบสอบถามขณะที่อยู่โรงพยาบาล และหลังคลอด 6 สัปดาห์ พบว่ามารดาที่มีคะแนนสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในระดับสูงจะมีอัตราการยุติการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาดำกว่ามารดาที่มีคะแนนสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาใน

ระดับต่ำ นอกจากนี้ได้ปรับจำนวนข้อคำถามลงเหลือ 33 ข้อ การศึกษาครั้งนี้ได้ทดสอบค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยคำนวณค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้เท่ากับ 0.96

ในปีค.ศ. 2003 เดนนิส (Dennis, 2003) ได้นำแบบสอบถามการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ไปทดสอบหาค่าความเชื่อมั่นภายใน และปรับจำนวนข้อคำถามลง เพื่อลดความซ้ำซ้อน โดยได้พิจารณาตัดข้อคำถาม ดังนี้ 1) ตัดข้อคำถามที่มีค่าเฉลี่ย 4.2 หรือมากกว่าเพื่อเพิ่มความหลากหลาย 2) เลือกข้อคำถามที่ความสัมพันธ์กันอย่างน้อย 0.60 เพื่อเพิ่มความสอดคล้องของข้อคำถาม 3) ตัดข้อคำถามที่มีความสัมพันธ์ต่ำกว่า 0.40 เพื่อเพิ่มความเป็นเอกภาพ และ 4) ตัดข้อคำถามที่มีความสัมพันธ์ภายในมากกว่า 0.80 เพื่อลดความซ้ำซ้อนของข้อคำถาม เดนนิสได้ปรับข้อคำถามเหลือเพียง 14 ข้อ เรียกว่า Breastfeeding Self-Efficacy Scale Short Form; BSES-SF จากนั้นได้นำแบบสอบถามไปทดสอบกับมารดาชาวอังกฤษจำนวน 491 คน ได้ค่าความเชื่อมั่นภายในจากการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคเท่ากับ 0.94 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนสมรรถนะแห่งตนอยู่ที่ 3.99 และอยู่ในช่วง 3.71-4.13 คะแนน เมื่อทดสอบแบบสอบถามชุดที่มีจำนวน 14 ข้อ กับแบบทดสอบชุดที่มีข้อคำถาม 39 ข้อ พบว่า มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยทดสอบในระยะเวลาหลังคลอด 1 สัปดาห์ ($r = 0.99$), 4 สัปดาห์ ($r = 0.99$) และ 8 สัปดาห์ ($r = 0.99$) เดนนิสได้ทดสอบความตรงเชิงโครงสร้าง โดยการเปรียบเทียบ 2 กลุ่ม (Known group comparison) พบมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ระหว่างกลุ่มมารดาครรภ์แรก และมารดาครรภ์หลัง ($p < .001$) และพบความแตกต่างของมารดาหลังคลอด 4 สัปดาห์ และ 8 สัปดาห์ ($p < .05$)

แบบสอบถามสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของเดนนิส (Dennis, 2003) มีผู้นำไปใช้กันอย่างแพร่หลายในหลายประเทศ และมีการแปลเป็นภาษาต่างๆ ได้แก่ ภาษาโปแลนด์ ภาษาจีน ภาษาตุรกี และภาษาไทย โดยแบบสอบถามภาษาโปแลนด์ได้มีการนำไปทดลองใช้ในมารดาหลังคลอด 150 คน ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือเท่ากับ 0.89 (Wutke & Dennis, 2007) และแบบสอบถามภาษาตุรกี มีการนำไปทดลองใช้กับสตรีตั้งครรภ์ 144 คน และมารดาหลังคลอด 150 คน ได้ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือเท่ากับ 0.87 และ 0.86 ตามลำดับ (Tokat, Okumus, & Dennis, 2008) สำหรับในทวีปเอเชียได้มีการแปลเป็นภาษาจีนกลางโดย ไค และเดนนิส (Dai, & Dennis, 2003) และนำไปทดลองใช้กับมารดาหลังคลอดชาวจีน 186 คน ได้ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือเท่ากับ 0.93 ซึ่งมีประสิทธิภาพในการประเมินสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาและสามารถทำนายระยะเวลาการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้

ในประเทศไทย ปีพ.ศ. 2552 อุษณีย์ จินตะเวช ลาวัลย์ สมบูรณ์ และเทียมศร ทองสวัสดิ์ (2552) ได้แปลแบบสอบถามสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของเดนนิส และฟ็อกซ์ (Dennis & Faux, 1999) ฉบับที่มีข้อคำถาม 39 ข้อเป็นภาษาไทยและมีการแปลกลับเป็นภาษาอังกฤษ

เพื่อความถูกต้องของข้อคำถาม และต่อมาในปีพ.ศ. 2553 อุษณีย์ จินตะเวช (ติดต่อเป็นการส่วนตัว, 30 มกราคม 2558) ได้แปลแบบสอบถามฉบับที่มีข้อคำถาม 14 ข้อของเดนนิส (Dennis, 2003) โดยลักษณะข้อคำถามเป็นทางบวกเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของมารดาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา แบบสอบถามดังกล่าวใช้มาตราวัดเป็นแบบลิเคิร์ต (Likert scales) 5 ระดับ คือ มั่นใจมาก มั่นใจ มั่นใจบางครั้ง ไม่ค่อยมั่นใจ และไม่มั่นใจเลย เมื่อนำไปทดลองใช้ในมารดาหลังคลอด 24 ชั่วโมง จำนวน 16 คน เพื่อตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ พบว่ามีค่าเท่ากับ 0.92

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แบบประเมินสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของเดนนิส (Dennis, 2003) ฉบับที่มีข้อคำถาม 14 ข้อ แปลโดย อุษณีย์ จินตะเวช (2553) เนื่องจากเป็นเครื่องมือที่มีความน่าเชื่อถือ ได้รับการตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือแล้วพบว่ามีค่าสูง และข้อคำถามมีจำนวนข้อที่เหมาะสม รวมถึงเป็นแบบสอบถามที่เข้าใจง่ายและใช้งานได้ง่ายซึ่งเหมาะสมกับโปรแกรมการสอนบนเว็บ ผู้วิจัยจึงเลือกใช้แบบสอบถามฉบับนี้ในการประเมินผลของการโปรแกรมการสอนบนเว็บต่อสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของสตรีตั้งครรภ์

การสอนบนเว็บ

ความหมายของการสอนบนเว็บ

การสอนบนเว็บ เป็นกระบวนการเรียนการสอนที่ใช้เว็บไซต์เป็นสื่อกลางในการสื่อสารและสนับสนุนเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ ซึ่งการสอนบนเว็บมีการเริ่มต้นใช้งานตั้งแต่ปี ค.ศ. 1990 เป็นต้นมา และมีการศึกษาและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ในปัจจุบันถือว่าการสอนบนเว็บนั้นมีความสำคัญและมีประโยชน์อย่างมากต่อการศึกษา เนื่องจากทำให้ผู้เรียนสามารถเข้าถึงความรู้ได้ด้วยตนเองอย่างไม่จำกัดเวลา จึงเป็นการเพิ่มโอกาสทางการศึกษาให้แก่ผู้เรียนอย่างมาก (Devad, 2006)

การสอนบนเว็บมีผู้ศึกษาและให้ความหมายไว้อย่างหลากหลายดังต่อไปนี้

คาน (Khan, 1997) เป็นบุคคลคนแรกที่ได้ให้ความหมายของการสอนบนเว็บ โดยได้ให้ความหมายไว้ว่า เป็นการผนวกคุณสมบัติของไฮเปอร์มีเดีย (hypermedia) เข้ากับคุณสมบัติของเครือข่ายเวิลด์ไวด์เว็บ (World Wide Web) เพื่อสร้างสิ่งแวดล้อมแห่งการเรียนรู้สนับสนุนและส่งเสริมการเรียนรู้ของผู้เรียน

คาร์สันและคณะ (Carlson et al, 1998) ได้ให้ความหมายการสอนบนเว็บว่า หมายถึงการผสมผสานเทคโนโลยีที่ทันสมัยในปัจจุบันเข้ากับกระบวนการออกแบบการเรียนการสอน (instructional design) ซึ่งทำให้เกิดโอกาสในการนำการศึกษาไปสู่ผู้เรียนที่ด้อยโอกาส และอยู่ห่างไกล และเป็นการจัดปัญหาในเรื่องเวลาและสถานที่

แอกการ์วอล (Aggarwal, 2003) ได้กล่าวว่า การสอนบนเว็บเป็นการเรียนรู้ที่สามารถเข้าถึงได้สำหรับทุกคน ทุกเวลา และทุกสถานที่ โดยไม่คำนึงถึงความห่างไกล และความแตกต่างของช่วงเวลาระหว่างผู้สอนและผู้เรียน โดยการสอนบนเว็บนั้นมีการพัฒนาการสอนที่สำคัญใน 2 มิติ คือ มิติด้านเวลา และมิติด้านสถานที่ การสอนบนเว็บเป็นการขยายขอบเขตการศึกษาจากการสอนแบบใช้รูปแบบการสอนในเวลาเดียวกัน และสถานที่เดียวกัน (synchronous) เปลี่ยนเป็นรูปแบบการสอนแบบต่างเวลา และต่างสถานที่ (asynchronous)

ดีเวด (Devad, 2006) ได้กล่าวไว้ว่า การสอนบนเว็บหมายถึงการให้ความรู้ผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต โดยใช้เว็บไซต์เป็นสื่อกลางในการถ่ายทอดความรู้และข้อมูลข่าวสาร นำเสนอในรูปแบบสื่อมัลติมีเดีย ประกอบด้วย ตัวอักษร ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เสียง และการปฏิสัมพันธ์

สรุปการสอนบนเว็บ คือ การให้ความรู้ผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต โดยใช้เว็บไซต์เป็นสื่อกลางในการถ่ายทอดความรู้และข้อมูลข่าวสาร นำเสนอในรูปแบบสื่อมัลติมีเดีย ประกอบด้วย ตัวอักษร ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว เสียง และการปฏิสัมพันธ์กันระหว่างผู้สอนและผู้เรียน โดยการสอนบนเว็บนั้นไม่มีข้อจำกัดด้วยระยะเวลา และสถานที่ที่แตกต่างกันของผู้สอนและผู้เรียน

ประเภทของการสอนบนเว็บ

การสอนบนเว็บแบ่งออกเป็น 3 ประเภท ตามระดับความยากในการผลิตสื่อการสอน ดังนี้ (สำนักงานเลขาธิการคณะกรรมการเทคโนโลยีสารสนเทศ, 2544)

1. การสอนบนเว็บพื้นฐาน (embedded web-based instruction) เป็นบทเรียนที่นำเสนอด้วยข้อความและกราฟฟิกเป็นหลัก เป็นบทเรียนที่มีการพัฒนาเพิ่มเติมมาจากบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (computer assisted instruction) เหมาะสมกับการนำเสนอเนื้อหาที่ไม่มีความซับซ้อนมากนักให้แก่ผู้เรียน

2. การสอนบนเว็บเชิงโต้ตอบ (interactive web-based instruction) เป็นบทเรียนที่พัฒนาขึ้นเพื่อเน้นการมีปฏิสัมพันธ์และการโต้ตอบกันระหว่างผู้สอนและผู้เรียน มีการนำเสนอการสอนด้วยสื่อต่างๆ ทั้งข้อความ และกราฟฟิก เหมาะสมกับบทเรียนที่ผู้เรียนอาจมีข้อสงสัยหรือคำถามเกี่ยวกับเนื้อหาในบทเรียน ซึ่งการสอนบนเว็บรูปแบบนี้ผู้เรียนสามารถซักถามข้อสงสัยกับผู้สอนผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตได้

3. การสอนบนเว็บโดยใช้สื่อมัลติมีเดีย เชิงโต้ตอบ (interactive multimedia web-based) เป็นบทเรียนที่นำเสนอโดยใช้คุณสมบัติของมัลติมีเดีย 5 ด้าน คือ ข้อความ ภาพนิ่ง เสียง ภาพเคลื่อนไหว และการมีปฏิสัมพันธ์ เป็นรูปแบบการสอนบนเว็บที่มีความซับซ้อนและยุ่งยากที่สุดเนื่องจากต้องมีการสร้างกระดานสนทนา เพื่อให้เกิดการสื่อสารกันระหว่างผู้เรียนด้วยตัวเอง และระหว่างผู้สอนและผู้เรียน และผู้เรียนกับผู้เรียน เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดในการเรียนการสอน เหมาะสมกับการสอนหรือการเรียนรู้เพื่อฝึกทักษะต่างๆ ที่ผู้สอนจำเป็นต้องนำเสนอเนื้อหาผ่านเสียงหรือภาพเคลื่อนไหว และผู้สอนสามารถในการให้คำแนะนำในการเรียนรู้และฝึกทักษะของผู้เรียนได้

การศึกษาค้นคว้าวิจัยพัฒนาโปรแกรมการสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยตนเอง โดยใช้การสอนบนเว็บรูปแบบสื่อมัลติมีเดีย เชิงโต้ตอบ เนื่องจากผู้วิจัยได้นำเสนอข้อมูลเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยตนเองทั้งในด้านความรู้ และการฝึกทักษะ โดยการฝึกทักษะในการเรียนรู้ด้วยตนเองนั้น ผู้เรียนอาจมีข้อสงสัยหรือมีประเด็นคำถามในการฝึก ผู้วิจัยจึงได้ออกแบบโปรแกรมการสอนบนเว็บให้มีกระดานสนทนาเพื่อผู้เรียนสามารถสอบถามข้อสงสัยได้ โดยโปรแกรมการสอนบนเว็บนี้ประกอบด้วยบทเรียนที่เป็นข้อความ ภาพนิ่ง เสียง และภาพเคลื่อนไหวเพื่อส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเรียนรู้ด้วยตนเองจาก 4 แหล่ง ได้แก่ ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์จากผู้อื่น การชักจูงด้วยคำพูด และ สภาวะด้านร่างกายและอารมณ์

คุณลักษณะของการสอนบนเว็บ

คุณลักษณะของการสอนบนเว็บมีคุณลักษณะที่สำคัญอยู่ 2 ประการ ดังนี้ (Khan, 1997)

1. คุณลักษณะหลัก (key features) เป็นคุณลักษณะพื้นฐานของโปรแกรมการเรียนการสอนผ่านเว็บทุกโปรแกรม ตัวอย่างเช่น การสนับสนุนให้ผู้เรียนมีปฏิสัมพันธ์กับบทเรียน การนำเสนอบทเรียนในลักษณะของสื่อหลายมิติ (multimedia) การนำเสนอบทเรียนระบบเปิด (open system) กล่าวคือ ผู้เรียนสามารถเข้าสู่โปรแกรมการสอนผ่านเว็บจากที่ใดก็ได้ทั่วโลก สามารถเชื่อมโยงเข้าสู่เว็บไซต์อื่นๆที่เกี่ยวข้องได้ และสามารถสืบค้นข้อมูลบนเครือข่ายได้ (online search) รวมทั้งผู้เรียนสามารถควบคุมการเรียนของตนเองได้

2. คุณลักษณะเพิ่มเติม (additional features) เป็นคุณลักษณะประกอบเพิ่มเติม ซึ่งขึ้นอยู่กับคุณภาพและความยากง่ายของการออกแบบ เพื่อนำมาใช้งานและการนำมาประกอบกับคุณลักษณะหลักของโปรแกรมการเรียนการสอนผ่านเว็บ ตัวอย่างเช่น ความง่ายในการใช้งานของโปรแกรมมีระบบป้องกันการลักลอบข้อมูล รวมทั้งระบบให้ความช่วยเหลือบนเครือข่าย มีความสะดวกในการแก้ไขปรับปรุงโปรแกรม เป็นต้น

นอกจากนี้ Keegan (1995) ได้กล่าวถึงคุณลักษณะที่สำคัญของการสอนบนเว็บไว้ ดังนี้

1. การสอนบนเว็บทำให้ผู้เรียนสามารถเกิดการเรียนรู้โดยที่ผู้สอนและผู้เรียนอยู่ต่างสถานที่ และต่างช่วงเวลากันได้ ซึ่งแตกต่างจากการเรียนการสอนแบบเดิมที่ผู้สอนและผู้เรียนต้องพบหน้ากัน เพื่อให้เกิดการเรียนรู้
2. การสอนบนเว็บเป็นการลดอิทธิพลขององค์กรการศึกษาลง เนื่องจากผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง และสามารถมีความเป็นส่วนตัวในการเรียนรู้ได้
3. การสอนบนเว็บนอกจากจะสามารถนำเสนอเนื้อหาความรู้ที่บรรจุอยู่ในโปรแกรมการสอนบนเว็บแล้ว ยังสามารถเชื่อมโยงไปสู่แหล่งความรู้อื่นๆ ผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตได้อีกด้วย
4. การสอนบนเว็บทำให้เกิดการเรียนการสอนแบบสองทาง ผู้สอนและผู้เรียนสามารถสื่อสารกันผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต ซึ่งจะให้ผู้เรียนได้ประโยชน์อย่างมากจากการสื่อสารกับผู้สอน เพื่อนร่วมเรียน และผู้อื่น

ข้อดีและข้อจำกัดของการเรียนการสอนผ่านเว็บ

การสอนบนเว็บมีความแตกต่างกับการเรียนการสอนแบบดั้งเดิมในชั้นเรียน โดยการสอนในชั้นเรียนผู้สอนจะเป็นผู้ถ่ายทอดความรู้ให้แก่ผู้เรียน แต่การสอนบนเว็บนั้นมีลักษณะให้ผู้เรียนเรียนรู้ด้วยตนเอง แต่ผู้เรียนควรมีความกระตือรือร้นที่จะแสวงหาความรู้อื่นเพิ่มเติมด้วยตนเอง ผู้สอนจะทำหน้าที่ในการสร้างบทเรียน อำนวยความสะดวกในการเข้าถึงข้อมูล และเป็นທີ່ปรึกษาเพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ด้วยตนเอง (Quinlan, 1997) ด้วยความแตกต่างของรูปแบบการเรียนรู้ที่กล่าวนี้ จึงทำให้การสอนบนเว็บนั้นมีทั้งข้อดีและข้อจำกัดในการเรียนรู้เมื่อเปรียบเทียบกับการสอนแบบดั้งเดิม ดังนี้ (Khan, 1997)

ข้อดีของการสอนบนเว็บ

1. มีความยืดหยุ่นและความสะดวกสบาย ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเองในช่วงเวลาและสถานที่ตามความพร้อม และความสะดวกในการเรียนรู้ ซึ่งจะทำให้ลดปัญหาเรื่องข้อจำกัดด้านเวลา สถานที่ และลดราคาค่าใช้จ่ายบางประการลงไปได้
2. มีความเหมาะสมในการเรียนรู้ การเรียนการสอนผ่านเว็บมีความสัมพันธ์กับความต้องการที่จะเรียนรู้และเวลาของผู้เรียน ผู้ที่เข้ามาเรียนจะได้รับความรู้ที่มีความสำคัญและมีประโยชน์ต่อผู้เรียน หากผู้ออกแบบการเรียนการสอนได้เพิ่มแรงจูงใจและทำให้ผู้เรียนเห็นความสำคัญ ผู้เรียนจะสามารถเรียนรู้ได้อย่างลึกซึ้ง

3. ผู้เรียนเป็นผู้ควบคุมการเรียนรู้ โดยผู้เรียนจะเป็นผู้ตัดสินใจและกำหนดเส้นทางการเรียนรู้ตามความต้องการของตนเอง

4. มีรูปแบบที่หลากหลายในการนำเสนอบทเรียน ไม่ว่าจะเป็นข้อความ วิดีทัศน์ และการสื่อสารในเวลาเดียวกันระหว่างผู้สอนและผู้เรียน โดยผู้สอนสามารถเลือกรูปแบบการสอนบนเว็บเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการเรียนรู้ที่สูงที่สุดได้

5. มีความทันสมัย เนื้อหาที่อยู่ในการสอนบนเว็บสามารถปรับปรุงให้ทันสมัยได้อย่างง่ายดายและประหยัดค่าใช้จ่าย นอกจากนี้ยังสามารถเชื่อมโยงไปสู่แหล่งทรัพยากรอื่นๆ ที่มีอยู่บนอินเทอร์เน็ตเพื่อให้เนื้อหาที่มีความทันสมัยตลอดเวลาได้

ข้อจำกัดของการสอนบนเว็บ

1. การเข้าถึงความรู้ ผู้เรียนจำเป็นที่จะต้องมีความสามารถในการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตได้เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ เนื่องจากอินเทอร์เน็ตเป็นสื่อกลางในการเรียนรู้ของการสอนบนเว็บ

2. รูปแบบข้อความที่มีการนำเสนออย่างหลากหลาย อาจทำให้ผู้เรียนหลงทางและสูญเสียความสนใจในประเด็นหลักที่ผู้สอนต้องการนำเสนอ

3. การขาดการติดต่อ ผู้เรียนบางคนชอบสภาพของการเรียนแบบดั้งเดิมที่ต้องมีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างผู้สอนและผู้เรียน หรือระหว่างเพื่อนผู้เรียนด้วยกัน รวมถึงการสอนแบบดั้งเดิมผู้สอนจะได้รับทราบปฏิกิริยาของผู้เรียนขณะเรียนรู้ แต่การสอนบนเว็บผู้สอนไม่สามารถทราบถึงปฏิกิริยาของผู้เรียนได้ ซึ่งข้อจำกัดนี้สามารถแก้ไขได้โดยการสร้างโปรแกรมการสอนบนเว็บแบบมีปฏิสัมพันธ์ หรือกระดานสนทนาเพื่อติดต่อกันระหว่างผู้สอนและผู้เรียนได้

4. แรงจูงใจของผู้เรียน การสอนบนเว็บเป็นการเรียนรู้ด้วยตนเอง ดังนั้นเนื้อหาในการเรียนจำเป็นต้องตรงกับความสนใจของผู้เรียน เพื่อที่จะสามารถสร้างแรงจูงใจในการเรียนรู้ให้แก่ผู้เรียนได้

จากการเปรียบเทียบทั้งข้อดีและข้อจำกัดการสอนบนเว็บ จะเห็นได้ว่าการสอนบนเว็บไม่ได้เหมาะสมในทุกสถานการณ์หรือผู้เรียนทุกคน แต่ด้วยลักษณะเด่นและความยืดหยุ่นของโปรแกรมการสอนบนเว็บ ทำให้สามารถประยุกต์ใช้การสอนบนเว็บเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ได้หลากหลายรูปแบบ การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้สร้างโปรแกรมการสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ซึ่งเป็นเรื่องที่สตรีตั้งครรภ์ไตรมาส 3 มีความสนใจเป็นอย่างมาก (Winter, 2013) โดยให้สตรีตั้งครรภ์มีโอกาสเรียนรู้ได้ด้วยตนเองในเวลา และสถานที่ตามความสะดวก และออกแบบให้สตรีตั้งครรภ์สามารถติดต่อกับผู้วิจัยได้ผ่านกระดานสนทนาเพื่อให้เกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด

การสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

การสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเป็นวิธีการส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาที่มีความเหมาะสมกับผู้เรียน โดยสามารถสืบหาข้อมูลและเข้าถึงได้ตลอดเวลาในทุกสถานที่ และมีความสะดวก ทำให้ผู้เรียนมีความพึงพอใจ นอกจากนี้ยังเป็นวิธีการที่ประหยัดค่าใช้จ่ายในการเดินทาง และการจัดกิจกรรมส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอีกด้วย (Huang et al., 2007) จากการศึกษาทบทวนงานวิจัยที่ผ่านมาพบว่าการใช้การสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ดังนี้

1. การส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาผ่านการสอนบนเว็บในสตรีตั้งครรภ์ เป็นการส่งเสริมที่มีความสำคัญและมีผลต่อความสำเร็จและระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างมาก โดยมีการศึกษาทั้งในทวีปเอเชียและยุโรปด้านการศึกษาของฮวง และคณะ (Huang et al., 2007) ที่ศึกษาผลของการส่งเสริมความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาผ่านโปรแกรมการสอนบนเว็บในสตรีตั้งครรภ์ชาวไต้หวัน โดยศึกษาในสตรีอายุครรภ์ 29-36 สัปดาห์ จำนวน 120 ราย พบว่า ภายหลังจากได้รับความรู้เกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาโดยใช้เว็บไซต์แล้ว กลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้และทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเพิ่มขึ้น และมีอัตราการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 6 สัปดาห์สูงกว่ากลุ่มควบคุม และจากการศึกษาของเพท (Pate, 2009) ที่ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา โดยใช้แนวคิดสมรรถนะแห่งตนของเดนิส (Dennis, 1999) ศึกษาในสตรีตั้งครรภ์ในประเทศสหรัฐอเมริกา จำนวน 62 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองอย่างละเท่าๆกัน กลุ่มทดลองจะได้รับอีเมลล์ที่ผู้วิจัยส่งไปเพื่อเชิญชวนให้เข้าโปรแกรมการสอนบนเว็บสัปดาห์ละครั้ง เป็นเวลา 6 สัปดาห์ โดยเนื้อหาในโปรแกรมการสอนบนเว็บประกอบด้วยประโยชน์ของการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา การจัดทำและการอมหัวนมของทารก การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาในระยะคลอด เคล็ดลับการประสบความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา สิ่งที่เกิดหลังคลอด และเคล็ดลับสำหรับมารดาในการรับประทานอาหารเพื่อส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ประเมินผลทางอีเมลล์ หลังจากจบการใช้งานบนเว็บ 1 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า หลังจากการใช้เว็บไซต์ส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา กลุ่มทดลองมีคะแนนสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.01$)

2. การส่งเสริมการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาผ่านการสอนบนเว็บในมารดาหลังคลอด จากการศึกษาของเชน และคณะ (Cheng et al., 2003) เรื่องการสอนบนเว็บเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา โดยศึกษาในมารดาและบิดา จำนวน 20 คู่ เพื่อเปรียบเทียบการการสอนบนเว็บ 2 รูปแบบ คือรูปแบบที่มีข้อความเพียงอย่างเดียว และรูปแบบที่มีข้อความร่วมกับภาพกราฟิก ผลการวิจัยพบว่ามารดาที่มีความพึงพอใจในโปรแกรมการสอนบนเว็บที่มีข้อความร่วมกับภาพกราฟิกมากกว่ารูปแบบ

ที่มีข้อความเพียงอย่างเดียว และหลังจากการเข้าใช้งานมารดาและบิดามีความรู้ในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเพิ่มขึ้น นอกจากนี้มีการศึกษาของเฮอร์แมน (Herman, 2002) ที่ศึกษาความเหมาะสมของการสอนบนเว็บเพื่อสนับสนุนการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ในมารดาที่มีรายได้น้อย โดยใช้แนวคิดการสนับสนุนทางสังคม ศึกษาในมารดาจำนวน 283 คน ผลการศึกษาพบว่า มารดามีความพึงพอใจในการใช้การสอนบนเว็บและมีความมั่นใจในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเพิ่มมากขึ้นกว่าก่อนเข้าใช้งานโปรแกรมการสอนบนเว็บ

ในประเทศไทยยังไม่มีผู้ศึกษาการใช้โปรแกรมการสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาในเรื่องดังกล่าว โดยใช้แนวคิดสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของเดนนีส (Dennis, 1999) ส่งเสริมตามแหล่งสนับสนุนทั้ง 4 แหล่ง ได้แก่ ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์จากผู้อื่น การชักจูงด้วยคำพูด และสถานะด้านอารมณ์และร่างกาย ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมในการพัฒนาเนื้อหาเพื่อส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของสตรีตั้งครรภ์ ผู้วิจัยหวังว่าการสอนบนเว็บจะทำให้สตรีตั้งครรภ์สามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเองในช่วงเวลาและสถานที่ ตามความพร้อมและความสะดวกในการเรียนรู้ ซึ่งจะทำให้ลดปัญหาเรื่องข้อจำกัดด้านเวลา และสถานที่ในการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา

กรอบแนวคิดทฤษฎี

ปัจจุบันสตรีตั้งครรภ์มีพฤติกรรมการสืบหาข้อมูลเกี่ยวกับการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจากเว็บมากขึ้น และมีการใช้ประโยชน์ในการสอนบนเว็บเพื่อส่งเสริมสุขภาพกันอย่างแพร่หลาย เนื่องจากมีความสะดวกในการเข้าถึงและประหยัดค่าใช้จ่าย การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมการสอนบนเว็บต่อสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของสตรีตั้งครรภ์โดยใช้กรอบแนวคิดสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของเดนนีส (Dennis, 1999) ในการออกแบบโปรแกรม และการทบทวนวรรณกรรมในการพัฒนาเนื้อหา ซึ่งสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาเป็นปัจจัยด้านจิตสังคมที่สำคัญ และสามารถทำนายความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาได้ การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจะส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาจาก 4 แหล่ง ได้แก่ 1) ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จด้วยตนเอง 2) การได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์จากผู้อื่น 3) การชักจูงด้วยคำพูด และ 4) สถานะด้านร่างกายและอารมณ์ ผู้วิจัยคาดว่า การใช้โปรแกรมการสอนบนเว็บจะส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาให้สูงขึ้นได้