

# ผลของโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจต่อแรงจูงใจภายใน ของผู้พิการแขนขา

ธีรธา สีนาคม\* และคณะ\*\*

*The Effects of Empowerment Program on Intrinsic Motivation  
of Persons With Disabilities*

*Dherisa Sinakom\* et.al.*

**บทคัดย่อ:** การศึกษานี้เป็นวิจัยกึ่งทดลอง เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมเสริมสร้างพลังใจต่อแรงจูงใจภายในของผู้พิการแขนขา โดยที่ผู้วิจัยใช้กระบวนการเสริมสร้างพลังใจของกิบสันเป็นแนวทาง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้พิการแขนขา ที่มีอายุตั้งแต่ 20 - 60 ปี ทั้งเพศชายและเพศหญิง ที่พิการแขนหรือขา มีภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดนครสวรรค์ คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนดจำนวน 60 คน แล้วจับฉลากแบ่งเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน ประเมินแรงจูงใจภายในก่อนและหลังทดลอง กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ โดยการดำเนินการเสริมสร้างพลังใจให้กับผู้พิการเป็นรายกลุ่ม กลุ่มละ 15 คน 2 กลุ่ม ในวันเสาร์ 1 กลุ่ม และวันอาทิตย์ 1 กลุ่ม เป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 วัน วันละ 5 ชั่วโมง รวมระยะเวลาทั้งสิ้น 30 ชั่วโมง ต่อกลุ่ม ส่วนกลุ่มควบคุมดำเนินชีวิตประจำวันตามปกติ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา วิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ t-test เปรียบเทียบคะแนนแรงจูงใจภายใน โดยใช้สถิติ Dependent t-test และ Independent t-test

ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากทดลอง ผู้พิการแขนขาหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ มีคะแนนแรงจูงใจภายในสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และผู้พิการแขนขาในกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ มีคะแนนแรงจูงใจภายในสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า โปรแกรมเสริมสร้างพลังใจมีผลต่อแรงจูงใจภายในของผู้พิการแขนขา ควรนำไปจัดทำเป็นโครงการให้กับผู้พิการหรือผู้ด้อยโอกาสต่อไป

**คำสำคัญ :** โปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ แรงจูงใจภายใน ผู้พิการแขนขา

**Abstract:** This research was a study with a quasi-experimental design which investigated the effects of an empowerment program on intrinsic motivation of persons with disabilities. The study was based on the concept of the empowerment process, as proposed by Gibson. The samples of this study were men and women with disabilities aged 20 - 60 years who had lost their limbs. They were residents of Nakhonsawan Province, Thailand. Sixty participants met inclusion criteria. They were randomly assigned into either an experimental group or a control group. Intrinsic motivation was measured before and after the empowerment

\* วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครสวรรค์ประชาวิทย์ นครสวรรค์

\*\* ผศ.ดร.ชมชื่น สมประเสริฐ, รศ.พรศรี ศรีอักษรพร, อ.ดร.อติตยา พงษ์ชัยเขต  
อาจารย์คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

program. The experimental group received an empowerment program. The empowerment program was conducted through group sessions. Participants in the experimental group were divided into two subgroups with 15 participants in each group. One group had the empowerment program on Saturday and the other on Sunday. The program was given five hours a day each week for six consecutive weeks. Thus, each group had a total of 30 hours in the program from June 3 until July 8, 2006. Participants in the control group performed their regular activities. Data were analyzed with descriptive statistics using frequency, means, and standard deviations. Intrinsic motivation score was analyzed by using dependent t-test and independent t-test.

The results indicated that the intrinsic motivation score of participants in the experimental group after receiving the empowerment program was statistically higher than before receiving the program ( $p < .05$ ). In addition after the intervention, scores of intrinsic motivation of the experimental group were higher than those of the control group at a statistically significant level of .05. This study shows that an empowerment program could improve the intrinsic motivation of persons with disabilities. Therefore, this method might be useful for promoting intrinsic motivation among people with other kinds of disabilities.

**Keywords:** Empowerment Program, Intrinsic Motivation, Persons with Disabilities

อวัยวะในร่างกายเป็นส่วนประกอบที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ โดยเฉพาะอวัยวะที่ใช้ในการเคลื่อนไหว เช่น แขนหรือขา เนื่องจากการเคลื่อนไหวเป็นสิ่งสำคัญ สำหรับบุคคลทั่วไป ซึ่งไม่เพียงแต่ต้องการการเคลื่อนไหวเท่านั้น แต่บุคคลยังต้องการมีความสามารถในการควบคุมการเคลื่อนไหวเหล่านั้นด้วย จากรายงานการสำรวจคนพิการ ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พ.ศ. 2544 จำแนกตามลักษณะความพิการ 5 ประเภท คือ พิการทางการมองเห็น พิการทางการได้ยินและสื่อความหมาย พิการทางกายและการเคลื่อนไหว พิการทางจิตใจหรือพฤติกรรม และ พิการทางสติปัญญาและการเรียนรู้ ซึ่งในจำนวนผู้พิการทั้งหมด มีผู้พิการทางกายและการเคลื่อนไหวมากเป็นอันดับ 1 คือ 512,989 คน จากจำนวนคนพิการทั้งหมด 1,100,761 คน ผลการสำรวจจำนวนผู้พิการในเขตจังหวัดภาคเหนือ ในปี พ.ศ. 2544 พบจำนวนผู้พิการทั้งหมด 257,450 คน เป็นเพศชาย 151,974 คน เป็นเพศหญิง 105,476 คน และในปี

พ.ศ. 2548 พบผู้ที่มีความพิการทางกายและการเคลื่อนไหวในชมรมคนพิการ นครสวรรค์ คิดได้เป็นร้อยละ 97.04 จากจำนวนสมาชิกทั้งหมด 169 ราย<sup>1</sup> ความพิการที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นลักษณะใดหรือสาเหตุใดก็ตามย่อมมีผลกระทบต่อคนพิการทั้งทางตรง และทาง อ้อม อีกทั้งยังส่งผลกระทบต่อบุคคลนั้น ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งความพิการที่เกิดจากการได้รับอุบัติเหตุที่เป็นเหตุให้เสียอวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่งอย่างกระทันหัน<sup>2</sup> ทอมป์สันและฮาแรน<sup>3</sup> ได้ศึกษาถึงปัญหาด้านจิตสังคมของผู้ที่สูญเสียอวัยวะแขนขาจำนวน 109 คน พบว่าผู้ป่วยส่วนใหญ่มีปัญหาด้านจิตใจสูง โดยมีพฤติกรรมแยกตัวออกจากสังคมเนื่องจากมีความรู้สึกท้อหลังถูกตัดอวัยวะแขนขาแล้วความสามารถของตนเองลดลง ความพิการที่เกิดขึ้นเป็นข้อจำกัดทางด้านร่างกาย และเป็นอุปสรรคในการทำกิจกรรมต่างๆ เช่น การเคลื่อนไหวการทำงาน ทำกิจวัตรประจำวัน การทำงาน โดยไม่สามารถทำกิจกรรมต่างๆ ได้อย่างปกติ ซึ่งจากความสามารถ

ที่ลดลงนำไปสู่ความไม่แน่ใจในตนเองเมื่อเข้าสู่สังคม ขาดความมั่นใจ วางตัวไม่ถูก เกิดปัญหาในการ สร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น นอกจากความพิการ ทางกายที่เกิดขึ้นแล้ว ผลกระทบที่มีต่อคนพิการ ยังอาจเกิดจากปฏิกิริยาของครอบครัว ซึ่งมีต่อคน พิการ เนื่องจากคนทั่วไปมักมองคนพิการว่า เป็น คนที่ขาดความสามารถ ไร้ประโยชน์? คนพิการ บางคนมีความรู้สึกละอาย ที่ตนเองต้องเป็นภาระ แก่ผู้อื่น คิดว่าตนเองเป็นคนไร้สมรรถภาพ ไม่มี ประโยชน์ มีความรู้สึกว่าตนเองไร้คุณค่า ความ รู้สึกที่เกิดขึ้นมีความสัมพันธ์กับ ปัจจัยทางสังคม ภาวะสุขภาพ และการเกิดโรค ก่อให้เกิดผลต่าง ๆ มากมาย เช่น ความวิตกกังวล ความเหนื่อยหน่าย ซึมเศร้า การฆ่าตัวตาย หรือปัญหาสุขภาพจิต<sup>4</sup> การ ช่วยเหลือให้บุคคลเหล่านี้ได้ดึงเอาศักยภาพภายใน และความสามารถของตนเองที่มีอยู่ออกมาใช้ ให้ พวกเขามีโอกาสได้เลือกที่จะทำในสิ่งที่ต้องการ จะทำให้ผู้พิการแขนขา เกิดแรงจูงใจที่จะก้าวไปสู่ จุดมุ่งหมายในชีวิตของตนเองได้ แรงจูงใจภายใน เป็นพลังที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมและกระบวนการ ทางจิตใจที่หลากหลาย โดยมีรางวัลเบื้องต้น คือ ความรู้สึกว่ามีประสิทธิภาพหรือมีความสามารถ (effectance) และความอิสระเป็นตัวของตัวเอง (autonomy)<sup>5</sup>

การเสริมสร้างพลังจูงใจ (empowerment) เป็นกระบวนการทางสังคม (social action process) ที่ส่งเสริมให้บุคคล องค์กร และชุมชนสามารถ ควบคุมตนเอง หรือมีความสามารถในการเลือก กำหนดอนาคตของตน ชุมชนและสังคมได้<sup>6,7</sup> การใช้กระบวนการเสริมสร้างพลังจูงใจตามแนวคิดของ กิบสัน<sup>8</sup> คือวิธีการหนึ่ง ที่เป็นการพัฒนาความสามารถของบุคคล เพื่อส่งเสริมให้บุคคลรู้สึก เป็นอิสระในการเลือกมีความเป็นตัวของตัวเอง (autonomy) มีความเชื่อในความสามารถของตนเอง (competence) และมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น

(Relatedness)<sup>5,9,10</sup> ซึ่งความรู้สึกเหล่านี้จะช่วยให้ ผู้พิการแขนขา ลดความรู้สึกว่าตนเองเป็นภาระแก่ ผู้อื่น ไร้สมรรถภาพ ไม่มีประโยชน์ ลงได้ อีกทั้ง ยังช่วยเสริมความมั่นใจในตนเองเมื่อเข้าสู่สังคม และยังสามารถสร้างสัมพันธ์ภาพ กับผู้อื่นได้ง่ายยิ่งขึ้น อีกด้วย

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi - Experimental design) แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุม (control group) จำนวน 30 คน ที่ไม่ได้รับการเสริมสร้างพลังจูงใจ และกลุ่ม ทดลอง (experimental group) จำนวน 30 คน ที่ได้รับการเสริมสร้างพลังจูงใจ เปรียบเทียบ คะแนนแรงจูงใจภายใน จากแบบวัดแรงจูงใจภายใน ฉบับผู้ใหญ่ ก่อนและหลังการทดลอง ดำเนินการ เสริมสร้างพลังจูงใจให้กับผู้พิการเป็นรายกลุ่ม กลุ่มละ 15 คน 2 กลุ่ม ในวันเสาร์ 1 กลุ่ม และวัน อาทิตย์ 1 กลุ่ม เป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 วัน วันละ 5 ชั่วโมง รวมระยะเวลาทั้งสิ้น 30 ชั่วโมง ต่อกลุ่ม ซึ่งสาเหตุที่ต้องมีการแบ่งกลุ่มที่เข้าร่วม โปรแกรมเสริมสร้างพลังจูงใจให้มีขนาดเล็กลง เนื่องจากว่าผู้วิจัยออกแบบโปรแกรมเพื่อให้ผู้พิการ ได้มีการปฏิสัมพันธ์กันอย่างทั่วถึง และเพื่อ เป็นการได้รับการเสริมสร้างพลังจูงใจที่เท่าเทียม กันทั้งสองกลุ่มย่อย

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล แบ่งออกเป็น 2 ส่วนดังนี้

#### ส่วนที่ 1

แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล อายุ เพศ อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส ระดับ/ ลักษณะความพิการ ระยะเวลาที่เกิดความพิการ

## ส่วนที่ 2

แบบวัดแรงจูงใจภายในฉบับผู้ใหญ่ที่สร้างและพัฒนาขึ้นโดย อรพินทร์ ชูชม, อัจฉรา สุขารมณ และ วิลาสลักษณ์ ชิววลี<sup>11</sup>

### 2) เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย

โปรแกรมเสริมสร้างพลังจูงใจต่อแรงจูงใจภายในของผู้พิการแขนขา เป็นโปรแกรมที่จัดทำขึ้นเพื่อให้ผู้พิการเกิดแรงจูงใจภายใน เป็นรายกลุ่มซึ่งผู้วิจัยได้ใช้แนวคิดการเสริมสร้างพลังจูงใจของ กิบสัน<sup>12</sup> เป็นแนวทาง โดยมีขั้นตอนการเสริมสร้างพลังจูงใจ 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การค้นพบกับสถานการณ์จริงที่ผู้พิการกำลังเผชิญ

ขั้นตอนที่ 2 การสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณ์ เพื่อฝึกทักษะในการทำความเข้าใจกับสภาพการณ์และปัญหาที่เกิดขึ้นโดยการพิจารณาไตร่ตรอง รับรู้ปัญหาและความต้องการของตนเอง

ขั้นตอนที่ 3 การตัดสินใจเลือกกิจกรรมที่เหมาะสม เพื่อควบคุมและจัดการกับความรู้สึกของตนเอง โดยให้ผู้พิการเป็นผู้ดำเนินการจัดการกับความรู้สึกของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ขั้นตอนที่ 4 การคงไว้ซึ่งการปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพ เป็นการจัดให้ผู้พิการมีความมั่นใจในความสามารถของตนเองในการที่จะดำเนินชีวิตต่อไป และควบคุมสถานการณ์ต่างๆ ที่เข้ามากระทบได้

โดยในแต่ละครั้งจะแบ่งเป็น 3 ระยะ ดังนี้

#### ระยะที่ 1 : ระยะเปิดกลุ่ม

สร้างสัมพันธภาพกับสมาชิกกลุ่มโดย

- ผู้วิจัยแสดงท่าทีที่เป็นมิตร น่าไว้วางใจ
- ผู้วิจัยและสมาชิกกลุ่มทุกคนแนะนำตนเองกับกลุ่มพอสังเขป (ทำครั้งแรกเท่านั้น)

- สร้างความเข้าใจให้ตรงกันระหว่างสมาชิกกลุ่มเกี่ยวกับเรื่องที่จะพูดหรือทำในแต่ละครั้ง บทบาทของผู้วิจัยและสมาชิกกลุ่ม ระยะเวลาใน

การทำกิจกรรม

ใช้ระยะเวลา 5 - 15 นาที

ระยะที่ 2 : ระยะดำเนินการ ในทุก session จะประกอบไปด้วยกระบวนการ 4 ขั้นตอนของกิบสัน<sup>12</sup> คือ discovering reality, critical reflection, taking charge และ holding on มีทั้งหมด<sup>18</sup> session คือ

**Session 1** มีวัตถุประสงค์ เพื่อให้มีปฏิสัมพันธ์ต่อกันระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม โดยให้สมาชิกร่วมกันทำกิจกรรม "แนะนำให้รู้จักกัน" เป็นเวลาประมาณ 10 นาที เมื่อหมดเวลาจะให้แต่ละคนผลัดกันแนะนำคู่ของตนเอง ผู้ที่ถูกแนะนำอาจแก้ไขข้อมูลได้ถ้าคำแนะนำนั้นไม่ถูกต้อง และสมาชิกคนอื่น ๆ สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกับผู้ที่ถูกแนะนำได้ เมื่อครบทุกคู่แล้ว ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันสรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรม โดยให้ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็น ใน session นี้ จะทำให้สมาชิกแต่ละคนได้ฝึกซ้อมการสร้างสัมพันธภาพเกิดความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Relatedness)

**Session 2** มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้พิการแขนขาได้สำรวจตนเองและทบทวนความรู้สึกของตนเองที่มีต่อเป้าหมายในชีวิตและความพิการที่เกิดขึ้น โดยการกระตุ้นและเปิดโอกาสให้ผู้พิการแขนขาได้สำรวจความรู้สึกที่มีต่อตนเองในสภาวะการณ์ที่เป็นจริงในปัจจุบันและได้บอกความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากผลกระทบของความพิการของตนเอง และความต้องการที่อยู่บนพื้นฐานความเป็นจริง สิ่งที่คาดหวังไว้ในชีวิตเป็นอย่างไร โดยการให้ผู้พิการแขนขาได้มีการอภิปรายร่วมกัน ใน session นี้ ผู้พิการจะได้เรียนรู้ว่าการที่ผู้พิการมีความคาดหวังในสิ่งที่เป็นไปไม่ได้ หรือสูงเกินกว่าความสามารถของตนเองที่มีอยู่ และไม่สามารถที่จะบรรลุความคาดหวังเหล่านั้นได้ จะทำให้ผู้พิการเกิดความท้อแท้ใจ แต่หากผู้พิการมีการตั้งความคาดหวังอยู่บนพื้นฐานของความเป็นจริง ก็จะทำให้สามารถที่

จะบรรลุความคาดหวังเหล่านั้นได้ และเมื่อผู้พิการ  
มีประสบการณ์ ในการประสบความสำเร็จ จะทำให้  
ผู้พิการรับรู้ถึงความสามารถของตนเอง มีกำลังใจ  
และไม่เกิดความท้อแท้สิ้นหวัง สามารถเผชิญ  
เหตุการณ์ที่ท้าทาย ได้เต็มความ สามารถและ  
ศักยภาพของตนเอง

**Session 3** มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้พิการ  
แขนขาได้ค้นหาความสามารถและศักยภาพของ  
ตนเอง โดยการให้ผู้พิการแขนขาได้คิดว่าตนเอง  
อยากจะทำอะไรให้สำเร็จ โดยการแบ่งเป้าหมาย  
ใหญ่ในชีวิตมาเป็นเป้าหมายที่จะทำให้สำเร็จ ใน  
ช่วงระยะเวลา 6 สัปดาห์ของการเข้าร่วมโปรแกรม  
เสริมสร้างพลังใจ ในระยะนี้ผู้พิการจะได้มีการ  
ตัดสินใจเลือกทำในสิ่งที่สนใจ ใช้ศักยภาพ ความ  
สามารถที่ตนมีอยู่ และคิดว่าเหมาะสมที่สุด เพื่อ  
เป็นแนวทางในการได้แสดงออก ในสิ่งที่อาจเคยคิด  
ว่า จะไม่สามารถทำได้หากมีร่างกายที่พิการ ใน  
ระยะนี้ ผู้พิการยังสามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็น  
และประสบการณ์กับเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม เพื่อช่วย  
ในการตัดสินใจของตนเองได้ ทำให้ผู้พิการได้มีการ  
สร้างสัมพันธ์กับผู้อื่น ใน session นี้ผู้พิการจะได้  
เรียนรู้ว่าเป้าหมายใหญ่ในชีวิต อาจจะต้องใช้ระยะ  
เวลานานกว่าจะบรรลุถึงความสำเร็จได้ ดังนั้นการ  
กำหนดเป้าหมายเล็กๆ เพื่อให้เกิดความสำเร็จได้  
ในช่วงระยะเวลาสั้นๆ จะทำให้ผู้พิการได้มีประส  
บการณ์ของความสำเร็จ ซึ่งจะส่งผลให้ผู้พิการได้รับรู้  
ถึงความสามารถของตนเองที่มีอยู่ ยิ่งถ้าเป็นความ  
สำเร็จ ที่เกิดจากการเลือกด้วยตนเองแล้ว ก็  
จะทำให้ผู้พิการมีความรู้สึกอิสระเป็นตัวของตัวเอง มี  
ความมุ่งมั่นและผลิตผลินที่จะทำในสิ่งที่ท้าทาย  
ความสามารถของตนเอง โดยผู้วิจัยจะจัดกิจกรรม  
ขึ้นมา จากการที่ได้สอบถามจากความต้องการของ  
ผู้พิการแขนขาจำนวนหนึ่ง ก่อนการจัดทำโปรแกรม  
เพื่อให้ผู้พิการแขนขาได้เลือกทำ ได้แก่ การใช้  
Computer/ internet, วาดภาพ/งานศิลปะ และ เล่น

ดนตรี

**Session 4 -16** มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้  
พิการแขนขาได้ฝึกทักษะ และมีประสบการณ์ตรง  
กับเป้าหมายที่ได้เลือกสรร จากกิจกรรมที่ผู้วิจัยได้  
เตรียมไว้ให้ (โดยเป็นกิจกรรมที่ได้มาจากการที่ได้  
สอบถามจากความต้องการของผู้พิการแขนขา  
จำนวนหนึ่ง ก่อนการจัดทำโปรแกรม) และฝึก  
แสดงความสามารถที่มีอยู่ในตนเอง โดยการให้ผู้  
พิการแขนขาได้ทบทวนกิจกรรมที่ได้ทำใน session  
ก่อนหน้า และสะท้อนความรู้สึกของตนเอง หลัง  
จากนั้นให้ผู้พิการแขนขาได้ทำกิจกรรมที่สนใจและ  
เลือกด้วยตนเอง คือ Computer/ internet, วาดภาพ/  
งานศิลปะ เล่นดนตรี ซึ่งจะเปิดโอกาสให้ผู้พิการ  
แขนขา สามารถเปลี่ยนไปฝึกในกิจกรรมอื่นได้อีก  
แต่มีข้อตกลงเบื้องต้น คือ ก่อนที่จะเปลี่ยนไปทำ  
กิจกรรมอย่างอื่นผู้พิการแขนขาจะได้ฝึกทักษะที่  
เลือกไว้ให้สำเร็จก่อนจะทำให้ผู้พิการเกิดความมุ่งมั่น  
ต้องการทำในสิ่งที่ท้าทายความสามารถของตนเอง  
ได้ใช้ความสามารถของตนเองที่มีอยู่อย่างเต็มที่และ  
เกิดความสนใจผลิตผลินในกิจกรรมที่ตนเองเป็น  
ผู้เลือกผู้พิการคนใดที่สามารถฝึกทักษะได้สำเร็จแล้ว  
ก็จะเป็นผู้ช่วยเหลือเพื่อนคนที่ยังทำไม่สำเร็จ และ  
เมื่อมีการเปลี่ยนกิจกรรมเกิดขึ้น ผู้วิจัยจะให้ผู้  
พิการแขนขาที่ได้ฝึกทักษะจนสำเร็จแล้ว มาลอง  
เป็นผู้สอนให้กับเพื่อนผู้พิการแขนขาที่มาใหม่ เพื่อ  
เป็นการส่งเสริมความรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถ  
(competence) และความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น โดยที่  
ผู้วิจัยจะคอยให้ความช่วยเหลือ และอำนวยความสะดวก  
ตลอดระยะเวลาการทำกิจกรรม และภาย  
หลังจากที่ผู้พิการแขนขาได้ทำกิจกรรมที่ตนเอง  
เลือกแล้วในแต่ละครั้งผู้วิจัยจะให้ผู้พิการแขนขา ได้  
ร่วมกันอภิปรายถึงสิ่งที่ตนเองได้ทำ พร้อมทั้ง  
ความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการทำกิจกรรม และสนทนา  
กันถึงการที่ได้พัฒนาศักยภาพของตนเอง (ได้มี  
การพัฒนาอะไรบ้าง) เพื่อที่จะได้นำกลับไปปฏิบัติ

อย่างต่อเนื่องในช่วง 1 สัปดาห์ก่อนที่จะมาพบกับผู้วิจัยอีกครั้ง ใน session นี้ ผู้ฝึกการแขนขาจะได้มีประสบการณ์ตรง จากการบรรลุเป้าหมายที่ตนเองเป็นผู้เลือก ได้มีการแสดงความสามารถที่มีอยู่ ได้มีการรับ และการให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกันระหว่างเพื่อนสมาชิกภายในกลุ่ม มีการยอมรับในความเป็นบุคคลซึ่งกันและกัน สามารถเข้าถึงข้อมูลต่างๆ ที่ตนเองสนใจ จะทำให้ผู้ฝึกการเกิดความรู้สึกถึงความสามารถ ความมุ่งมั่น เป็นตัวของตัวเอง ต้องการทำให้สำเร็จ และเพลิดเพลิน ในกิจกรรมที่ตนสนใจและเลือกด้วยตนเอง ตลอดจนได้มีการปรับปรุงและการพัฒนาความสามารถของตนเอง

**Session 17-18** มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้ฝึกการแขนขาได้รับรู้ และเกิดความภาคภูมิใจในศักยภาพและความสามารถตนเอง เมื่อผู้ฝึกการได้แสดงออกถึงศักยภาพและความสามารถของตนเองที่มีอยู่แล้วเกิดประสิทธิภาพ หรือประสบความสำเร็จ ผู้ฝึกการจะเกิดความรู้สึกมีความสามารถเป็นตัวของตัวเองมุ่งมั่นที่จะทำในสิ่งที่ท้าทายตนเอง และมีความเพลิดเพลินในสิ่งที่ตนเลือกกระทำ เกิดเป็นแรงจูงใจให้ผู้ฝึกการแขนขา เพื่อที่จะไปให้ถึงเป้าหมายที่วางไว้ และคงไว้ซึ่งพฤติกรรมในการแสดงออกถึงความต้องการลิขิตตนเองต่อไป โดยการให้ผู้ฝึกการแขนขา ได้ร่วมกันทบทวนถึงกิจกรรมพร้อมทั้งนำเสนอผลงานของตนเองที่ได้ทำมาตั้งแต่ใน Session 4-16 และอภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับความรู้สึกที่ได้ทำในสิ่งที่เลือกเอง แล้วประสบความสำเร็จและนำกลับไปปฏิบัติอย่างต่อเนื่องต่อไป ใช้ระยะเวลา 60 นาที - 105 นาที

**ระยะที่ 3 : สรุป**

- ให้สมาชิกกลุ่มสรุปสิ่งที่ได้พูดคุยหรือได้ทำไปในแต่ละกิจกรรม
- ให้สมาชิกกลุ่มได้สะท้อนถึงความรู้สึกของตนเองที่เกิดขึ้นจากการทำกิจกรรมที่ได้เลือกเอง

- สนทนากันถึงการที่ได้พัฒนาศักยภาพของตนเอง (ได้มีการพัฒนาอะไรบ้าง) การพัฒนาศักยภาพของตนเองเกิดขึ้นได้อย่างไร มีการปรับปรุงแก้ไขอย่างไรบ้าง และมีอะไรที่ยังต้องการพัฒนาอีกและแจ้งให้สมาชิกทราบเกี่ยวกับกิจกรรมที่จะทำในครั้งต่อไปพร้อมทั้งเวลา และสถานที่ที่ใช้ในการทำกิจกรรม

- กล่าวขอบคุณสมาชิกทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม ใช้ระยะเวลา 15 นาที

**การวิเคราะห์ข้อมูล**

1. ข้อมูลทั่วไป : ใช้สถิติเชิงพรรณนาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. แรงจูงใจภายในของผู้ฝึกการแขนขา

2.1 เปรียบเทียบ ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนแรงจูงใจภายใน ในผู้ฝึกการแขนขา ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติทดสอบที (dependent t-test)

2.2 เปรียบเทียบ ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนแรงจูงใจภายใน ในผู้ฝึกการแขนขา ระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลองโดยใช้สถิติทดสอบที (Independent t-test)

**ผลการวิจัย**

ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองเป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิงคิดเป็นร้อยละ 86.7, 13.3 ตามลำดับ ส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพร้อยละ 50 รองลงมามีอาชีพรับจ้างร้อยละ 23.3 ในด้านรายได้พบว่าส่วนใหญ่ร้อยละ 60 อยู่ในช่วงไม่มีรายได้จนถึงรายได้ไม่เกิน 2000 บาท รองลงมาร้อยละ 20 มีรายได้ระหว่าง 2001-4000 บาท กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นโสด คิดเป็นร้อยละ 63.3 รองลงมา

ร้อยละ 23.3 มีคู่ ส่วนระดับ/ลักษณะความพิการ ส่วนใหญ่ร้อยละ 36.7 มีความพิการจากการสูญเสียแขนขา หรือการทำหน้าที่ของอวัยวะแขนขาลดลง

กลุ่มควบคุม ส่วนใหญ่เป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิงคิดเป็นร้อยละ 83.3, 16.7 ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ร้อยละ 40 ไม่ได้ประกอบอาชีพ และไม่มีรายได้จนถึงรายได้ไม่เกิน 2000 บาท คิดเป็นร้อยละ 53.3 รองลงมารายได้ 2001-4000 บาท คิดเป็นร้อยละ 16.7 ที่เหลือคือกลุ่มที่มีรายได้ไม่แน่นอน, รายได้ 4001-6000 บาท และ มากกว่า 6000 บาทขึ้นไป มีจำนวนเท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 10 ครั้งหนึ่งของกลุ่มควบคุมมีสถานภาพเป็นโสด รองลงมาร้อยละ 33.3 มีคู่สมรส ร้อยละ 6.7 เป็นหม้าย และหย่า เท่ากัน ที่เหลือร้อยละ 3.3 แยกกันอยู่ ส่วนใหญ่ร้อยละ 56.7 มีความพิการจากการสูญเสียแขนขา หรือการทำหน้าที่ของอวัยวะแขนขาลดลง อายุเฉลี่ยของผู้พิการแขนขา ในกลุ่มทดลองคือ 36.50 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 12.68 ระยะเวลาที่เกิดความพิการเฉลี่ย 25.47 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 13.24 ส่วนในกลุ่มควบคุมมีอายุเฉลี่ย 40.03 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 13.51 ระยะเวลาที่เกิดความพิการเฉลี่ย 25.97 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 15.72

คะแนนแรงจูงใจภายในในกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p > .05$ ) และคะแนนแรงจูงใจภายในแยกตามองค์ประกอบ 5 องค์ประกอบ ในกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง มีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p > .05$ )

ในกลุ่มทดลอง คะแนนแรงจูงใจภายใน หลังการเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ

.05 และคะแนนแรงจูงใจภายในแยกตามองค์ประกอบพบว่า ด้านความต้องการสิ่งที่ท้าทาย ความสนใจ-เฟลิดเฟลิน ความต้องการมีความสามารถ และความมุ่งมั่น มีคะแนนหลังการเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ สูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านความเป็นตัวของตัวเองมีคะแนนหลังการเข้าร่วมโปรแกรม สูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p > .05$ )

ก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ คะแนนรวมแรงจูงใจภายใน และคะแนนแยกตามองค์ประกอบ 5 องค์ประกอบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p > .05$ )

หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ คะแนนรวมของแรงจูงใจภายใน และคะแนนแยกตามองค์ประกอบ 5 องค์ประกอบของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

#### อภิปรายผลการวิจัย

ภายหลังการทดลองทันที ผู้พิการที่เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ มีคะแนนเฉลี่ยแรงจูงใจภายใน ( $M = 185.93$ ) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ( $M = 159.47$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นการยอมรับสมมติฐานข้อที่ 1 แสดงว่าโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ มีผลต่อแรงจูงใจภายในของผู้พิการแขนขา ทั้งนี้อภิปรายได้ว่า เมื่อผู้พิการแขนขาได้เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ ซึ่งเป็นกระบวนการทางจิตสังคม ที่ส่งเสริมให้บุคคลสามารถควบคุมตนเอง หรือ มีความสามารถในการเลือกกำหนดอนาคตของตนเองได้ ซึ่งเป็นการพัฒนาความสามารถ ความรู้สึกเป็นอิสระในการเลือก และการมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น เกิดเป็นแรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) คือ

ความต้องการและความพึงพอใจของบุคคลที่จะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากการแสวงหาของตนเอง<sup>13</sup> โดยอาศัยปัจจัยภายใน เช่น ความน่าสนใจ แปลกใหม่ และท้าทาย เป็นแรงผลักดัน โดยไม่ต้องอาศัยรางวัลภายนอก ข้อบังคับหรือกฎเกณฑ์ ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ<sup>11</sup> ได้แก่ ความเป็นตัวของตัวเอง, ความต้องการสิ่งที่ท้าทาย, ความสนใจ-เพลิดเพลิน, ความต้องการมีความสามารถ และ ความมุ่งมั่น จากการที่ผู้พิการชนชา กลุ่มที่ได้มีโอกาสเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ ทำให้คะแนนเฉลี่ยแรงจูงใจภายในสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม ที่มีคะแนนเฉลี่ยแรงจูงใจภายในก่อน (M = 154.23) และหลังการทดลอง (M = 152.73) แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p > .05$ ) การที่คะแนนเฉลี่ยแรงจูงใจภายใน ของกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจสูงขึ้นเป็นเพราะว่า สมาชิกกลุ่มได้มีการแลกเปลี่ยนทัศนะ ความรู้สึกที่มีต่อตนเองกับสมาชิกภายในกลุ่ม พร้อมทั้งได้รับการกระตุ้นและเปิดโอกาสให้ได้มีการสำรวจความรู้สึกและความต้องการของตนเองจากผู้วิจัย ได้มีประสบการณ์ในการเลือก ทำกิจกรรมที่ตนเองรู้สึกว่า เป็นสิ่งที่ท้าทายความสามารถของตนเอง มีความมุ่งมั่นที่จะทำกิจกรรมให้ประสบความสำเร็จ เป็นผลให้ได้รับความสุขที่ได้ทำกิจกรรมที่ตนเองสนใจ นั่นก็คือกระบวนการเสริมสร้างพลังใจส่งผลให้บุคคลได้เกิดแรงจูงใจภายใน

ในระยะก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม คะแนนเฉลี่ยของแรงจูงใจภายในของกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ (M = 159.47) และกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม (M = 154.23) แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p > .05$ ) แต่ภายหลังจากผู้พิการได้เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ คะแนนเฉลี่ยของแรงจูงใจภายในของผู้พิการชนชา กลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรม (M = 185.93) สูง

กว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม (M = 152.73) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อภิปรายได้ว่า ในผู้พิการกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ ใช้ชีวิตประจำวันตามปกติ หลายคนอยู่บ้านเฉยๆ ไม่ได้มีประสบการณ์ ที่จะวิเคราะห์ความสามารถของตนเอง ขาดโอกาสที่จะเลือกทำกิจกรรมที่ท้าทาย สนุกสนาน ที่นำไปสู่ความรู้สึกว่าประสบความสำเร็จจากสิ่งที่ตนเป็นผู้เลือก ไม่ได้มีปฏิสัมพันธ์ หรือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น ทำให้คะแนนแรงจูงใจภายในไม่เปลี่ยนแปลง ส่วนผู้พิการชนชา กลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจอย่างต่อเนื่อง ได้มีประสบการณ์ในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและทัศนคติกับสมาชิกกลุ่ม ได้รับและเรียนรู้ในสิ่งใหม่ๆ ที่ตนเองไม่เคยได้ทำ หรือไม่เคยชอบมาก่อน มีประสบการณ์ในการเลือกและประสบการณ์ของความสำเร็จ ผ่านกิจกรรมที่ผู้วิจัยจัดจำลองขึ้นมาคือ คอมพิวเตอร์/อินเทอร์เน็ต, ศิลปะ และดนตรีไทย ทำให้ผู้พิการที่เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจได้ตระหนักรู้ในความเป็นตัวของตัวเอง เลือกทำกิจกรรมตามข้อจำกัดของร่างกาย ด้วยความรู้สึกที่ท้าทาย เพลิดเพลิน ซึ่งเป็นประสบการณ์ที่นำไปสู่ความรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถ ที่จะกระทำสิ่งต่างๆ ได้ด้วยตนเอง และเมื่อได้รับประสบการณ์ของความสำเร็จ ก็จะมีคามมุ่งมั่นที่จะกระทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เพื่อเพิ่มพูนความรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถต่อไปเรื่อยๆ ซึ่งนั่นก็หมายความว่าเมื่อผู้พิการผ่านกระบวนการทั้ง 4 ขั้นตอนของโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ จะสามารถทำให้คะแนนแรงจูงใจเพิ่มสูงขึ้นได้ สอดคล้องกับข้อเสนอของ Bandura<sup>14</sup> ที่ว่า ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ เป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพมากที่สุด ในการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง แตกต่างกับกลุ่มควบคุมที่ไม่มีโอกาสได้รับประสบการณ์ตรงจากการเข้าร่วมโปรแกรมเสริม



สร้างพลังใจ กล่าวโดยสรุปว่า โปรแกรมเสริมสร้างพลังใจทำให้ผู้พิการ มีคะแนนของแรงใจภายในเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการศึกษาในครั้งนี้ จึงสรุปได้ว่า โปรแกรมการเสริมสร้างพลังใจ สามารถทำให้คะแนนเฉลี่ยของแรงใจภายในเพิ่มสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่งผลให้ผู้พิการแขนขาสามารถปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ในการดำเนินชีวิต ด้วยความรู้สึกที่ท้าทาย และเพลิดเพลินที่ได้ใช้ความสามารถ และมุ่งมั่นปฏิบัติกิจกรรมต่างๆจนประสบความสำเร็จ ตามเป้าหมายที่ผู้พิการได้กำหนดขึ้นด้วยตนเอง เป็นการตอบสนองความต้องการทางด้านจิตใจของบุคคล ที่จะนำไปสู่การดำเนินชีวิตประจำวันโดยใช้ศักยภาพของตนเองในการทำหน้าที่ภายใต้ภูมิสังคม (social and physical environments) ที่แตกต่างกันอย่างมีประสิทธิภาพ

### สรุปผลการวิจัย

คะแนนแรงใจภายใน ในระยะหลังการทดลอง ในผู้พิการแขนขาที่เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ สูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คะแนนแรงใจภายใน ในระยะหลังการทดลองในผู้พิการแขนขา ที่เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจสูงกว่า กลุ่มผู้พิการแขนขาที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจต่อแรงใจภายใน ของผู้พิการแขนขา ทำให้คะแนนแรงใจภายในของผู้พิการแขนขาในกลุ่มทดลองสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .05$ )

### ข้อจำกัดการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้เป็นผู้พิการแขนขา ทำให้มีความลำบากต่อการเดินทางมาเข้าร่วมโปรแกรม ส่งผลให้ผู้พิการจำนวน 5 คน (ร้อยละ 16.66) มาเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างพลังใจไม่ครบทุกครั้ง (มาเข้าร่วมได้เพียงคนละ 4 ครั้ง) แต่ผู้วิจัยก็ได้ชดเชยกิจกรรมและเสริมสร้างพลังใจให้กับผู้พิการทั้ง 5 คน จนครบทุกกิจกรรมเท่ากับสมาชิกที่เข้าร่วมโปรแกรมคนอื่นๆ

### เอกสารอ้างอิง

1. ชมรมคนพิการนครสวรรค์. (2548).สมาชิกชมรมคนพิการนครสวรรค์(ร่างกายหรือการเคลื่อนไหว). 2548, นครสวรรค์.
2. กนกวรรณ อังกลิทธิ. (2540).พฤติกรรมสุขภาพและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของคนพิการ.ปริญญาการศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
3. Thompson, D.M. and Haran D. (1984). Living with an amputation: what it means for patients and their helpers. Journal of Rehabilitation Research. 7(3), 283-292.
4. DeMartinis, J.E.(2001).Relaxation and Stress Management. In D.Robinson & C.P.Kish (Eds.),Core concepts in Advanced Practice Nursing. St.Louis: Mosby.
5. Deci, E.L. and Ryan, R.M.(1990).Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior. 3<sup>rd</sup> ed.New York : Plenum Press.
6. Downie R. et al.(1991).Health Promotion Models and Values.Oxford: University Press.
7. Wallerstein N. and Burnstein E.(1988). Empowerment Education: Freire's Ideas Adapt to Health Education.Health Education Quarterly.15(4),379-94.
8. Gibson, C.H. (1991). A concept analysis of empowerment. Journal of Advanced Nursing, 16, 354-361.

9. Edward L. Deci and Richard M. Ryan. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuit: Human Need and the Self - Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 4 (11), 227-268.
10. Richard M. Ryan, and Edward L. Deci. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, Well-Being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
11. อรพินทร์ ชูชม, อัจฉรา สุขารมณ และ วิลาส ลักษณะ ชั่ววัลลี. (2542). การพัฒนาแบบวัดแรงจูงใจภายใน. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
12. Gibson, C.H. (1995). The process of empowerment in mother of chronically ill children. *Journal of Advanced Nursing*, 21(6), 1201-1210.
13. Edward L. Deci and Arlen C. Moller. (2005). The Concept of Competence A Starting Place for Understanding Intrinsic Motivation and Self-Determined Extrinsic Motivation. *Handbook of Competence and Motivation*. New York London: The Guilford Press.
14. สมโภชน์ เอี่ยมสุภาซิด. (2539). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

๓๓๓๓