

ผลของการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม
ต่อการลดความก้าวร้าวในผู้สูงอายุ



เรือเอกหญิงวัลภา โคสิดานนท์

สถาบันวิทยบริการ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2542

ISBN 974-334-356-3

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**THE EFFECT OF GROUP RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY
ON DECREASING LONELINESS IN THE ELDERLY**



Lieutenant Wanlapa Kositanon

สถาบันวิทยบริการ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master Arts in Counseling Psychology

Faculty of Psychology

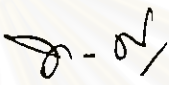
Chulalongkorn University

Academic Year 1999

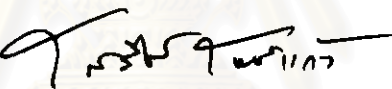
ISBN 974-334-356-3


หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ต่อการลดความวิตกกังวลในผู้สูงอายุ
โดย เรือเอกหญิงวัลลภา โกลิตานนท์
สาขาวิชา จิตวิทยาการปรึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส

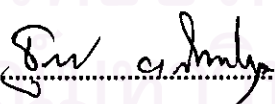
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโท


.....คณบดีคณะจิตวิทยา
(รองศาสตราจารย์ ดร.พรรณทิพย์ ศิริวรรณนุชย์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


.....ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.ไตรวิช โพธิแก้ว)


.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส)


.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.ชุมพร ยงกิตติกุล)

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วัลลภา โคติตานนท์ : ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ต่อการลดความว้าเหวในผู้สูงอายุ (THE EFFECT OF GROUP RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY ON DECREASING LONELINESS IN THE ELDERLY) อ.ที่ปรึกษา: รศ. สุภาพรณ โคตรจรัส. 177 หน้า. ISBN 374-334-356-3.

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ต่อการลดความว้าเหวในผู้สูงอายุ โดยมีสมมติฐานการวิจัย คือ (1) หลังการทดลองผู้สูงอายุที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม จะมีคะแนนความว้าเหวต่ำกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม (2) ผู้สูงอายุที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม จะมีคะแนนความว้าเหวในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าก่อนเข้ากลุ่ม การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบมีกลุ่มควบคุมทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (Pretest-Posttest Control Group Design) กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่มีความว้าเหวสูง ในสถานสงเคราะห์คนชราวาระณะเวศม์ จำนวน 14 คน โดยมีคะแนนความว้าเหวสูงกว่าค่าเฉลี่ย 1 SD ได้ผู้สมัครใจเข้าเป็นกลุ่มทดลอง 7 คน และกลุ่มควบคุม 7 คน กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ทั้งหมด 10 ครั้ง เป็นระยะเวลา 5 สัปดาห์ติดต่อกัน สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1.30-2 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้นประมาณ 18 ชั่วโมง โดยผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือแบบวัดความว้าเหว ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนาจากแบบวัดความว้าเหวของ มหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย นครลอสแอนเจลิส ฉบับที่ 3 (The UCLA Loneliness Scale (version 3)) ของรัสเซล วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความว้าเหว ด้วยวิธีการทดสอบค่าที

ผลการวิจัยพบว่า

- (1) หลังการทดลองผู้สูงอายุที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีคะแนนความว้าเหวต่ำกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
- (2) หลังการทดลองผู้สูงอายุที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีคะแนนความว้าเหวต่ำกว่าก่อนเข้ากลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คณะ จิตวิทยา.....

สาขาวิชา จิตวิทยาการปรึกษา.....

ปีการศึกษา 2542.....

ลายมือชื่อนิติศ.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

WANLAPA KOSITANON : THE EFFECT OF GROUP RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY ON DECREASING LONELINESS IN THE ELDERLY.
 THESIS AVISOR : ASSOC.PROF.SUPAPAN KOTRAJARAS, M.S. 177 pp.
 ISBN 974-334-356-3.

The purpose of this research was to study the effect of group rational emotive behavior therapy on decreasing loneliness in the elderly. The hypotheses were that (1) the posttest scores on the loneliness scale of the experimental group would be lower than the posttest scores of the control group. (2) the posttest scores on the loneliness scale of the experimental group would be lower than its pretest scores. The research design was the pretest-posttest control group design. The sample was 14 elderly in Wasanaves Home for the Elderly who scored one standard deviation above the mean on the loneliness scale. They were assigned to the experimental group, and the control group, each group comprising 7 elderly. The experimental group participated in a group rational emotive behavior therapy program conducted by the researcher, for one and a half to two hours, twice a week over a period of 5 consecutive weeks which made approximately 18 hours. The instrument used in this study was the loneliness scale developed from The UCLA Loneliness Scale (version 3). The t-test was utilized for data analysis.

The results indicated that :

(1) The posttest scores on the loneliness scale of the experimental group were lower than the posttest scores of the control group at .05 level of significance.

(2) The posttest scores on the loneliness scale of the experimental group were lower than its pretest scores at .05 level of significance.

คณะ จิตวิทยา.....
 สาขาวิชา จิตวิทยาการปรึกษา.....
 ปีการศึกษา 2542.....

ลายมือชื่อนิติศ.....
 ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....
 ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จล่วงได้ด้วยดี ด้วยความเมตตา กรุณาอย่างยิ่งแก่ศิษย์ของ
รองศาสตราจารย์สุภาพรณ โคตรจรัส ผู้คอยดูแล เอาใจใส่ ให้กำลังใจและทำงานอย่างหนัก ตั้งแต่
เริ่มต้นจนวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ ศิษย์ขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงสุดมา ณ โอกาสนี้

ขอกราบมาด้วยความซาบซึ้งอย่างที่สุด ในพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร.โสริช โปธิแก้ว
ผู้สอนและนำศิษย์ก้าวเดินสู่หนทางแห่งความเบิกบานและความงอกงามของจิตใจ ผู้บ่มเพาะ
เมล็ดพันธุ์แห่งการเป็นนักจิตวิทยาที่งดงาม

ขอกราบขอบพระคุณอย่างที่สุดแก่ รองศาสตราจารย์ ดร.ชุมพร ขงกิตติกุล ผู้เมตตา
ช่วยเหลือ และให้คำแนะนำที่มีค่าทุกประการแก่ศิษย์ ในการพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และ
วิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

ขอกราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ เกษมศักดิ์ ภูมิศรีแก้ว ผู้เอาใจใส่และช่วยเหลือ
การแปลเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

กราบขอบพระคุณด้วยความสำนึกในบุญคุณ คุณตา คุณยายหลายร้อยชีวิต บนเส้นทางของ
วิทยานิพนธ์ฉบับนี้

ขอขอบพระคุณบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ให้ทุนอุดหนุนวิทยานิพนธ์

ขอขอบพระคุณ น.อ. เด่นเดชา ประทุมเพ็ชร ผู้ให้คำแนะนำด้านการศึกษา ขอบพระคุณ
น.อ. สุชีพ ช้างเสวก เรือเอกรังสรรค์ บุญเลิศ และเจ้าหน้าที่แผนกเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ โรงพยาบาล
อากาศนเรศวรวิเศษ ที่ให้ความร่วมมือในการทำวิจัยเป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณกรมประชาสัมพันธ์ ท่านผู้ปกครองสถานสงเคราะห์คนชราวาสนะเวศม์
คุณนนทินี เพ็ชฌุไพสิษฐ์ ท่านผู้ปกครองสถานสงเคราะห์คนชราร้านบางแค 2 คุณอรพรรณ
ปัทมินทร์ ท่านผู้ปกครองสถานสงเคราะห์คนชราร้านนครปฐม คุณจินตนา เหล่าสันตติ และ
ขอขอบคุณคุณวสิพรรณ แม้นอินทร์ คุณรัชนี บุญเรือง คุณกรรณนิภา เจริญลักษณ์ ผู้ดูแลช่วยเหลือ
ขณะทำการวิจัย

ขอขอบพระคุณ น.ท.หญิงประภาศรี รงค์เดชประทีป และพี่ ๆ น้อง ๆ ทุกท่านของตึก
ศิลปะกรรม 2 ล่าง โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า ผู้ส่งเสริม เสียสละ และเปิดโอกาสให้ข้าพเจ้า
ได้สัมผัสความสำเร็จอันสูงค่านี้

ขอบคุณพี่ ๆ น้อง ๆ จิตวิทยาการปรึกษาทุกท่าน ขอบคุณคุณวันเพ็ญ อัสวศิลป์กุล
คุณสังจาพร จินตแสวง ผู้เอื้อเฟื้อเอกสารและตำราในการทำวิจัย ขอบคุณเอกและเพื่อน ๆ จิตวิทยา
การปรึกษารุ่น 12 ทุกท่าน ผู้ร่วมเส้นทาง และเป็นส่วนสำคัญของประสบการณ์อันมีค่าในรั้วสีชมพู
ตลอด 4 ปี ขอบคุณพี่ป้า เปิ้ล หนึ่งในที่ร่วมรอยยิ้มวันเวลาแห่งความยินดี

กราบขอบคุณคุณยายจ้อย ขอบคุณภรณ์ ชาญ น้องทั้งสองที่รักยิ่ง และขอมอบความ
ขอบคุณอย่างสูงสุดแก่พี่ดำรง ผู้เป็นกำลังใจ ทำงานอย่างหนัก และอยู่เบื้องหลังความสำเร็จ
ในทุกขั้นตอนของการทำงาน

ท้ายที่สุด ขอกราบลงบนตักแม่ผู้เป็นเหมือนชีวิต และฝากกราบลงตรงดวงวิญญาณพ่อ
ที่อยู่กลางใจลูกเสมอมา

วัลลภา โคลิตานนท์

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ณ
สารบัญแผนภาพ.....	ญ
บทที่	
1. บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง.....	5
แนวคิดเกี่ยวกับความว่าเหวในผู้สูงอายุ.....	5
แนวคิดเกี่ยวกับการศึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาเหตุผล	
อารมณ์และพฤติกรรม.....	16
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	35
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	46
สมมุติฐานของการวิจัย.....	46
ขอบเขตของการวิจัย.....	46
คำจำกัดความในการวิจัย.....	46
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	47
2. วิธีดำเนินการวิจัย.....	49
การออกแบบการวิจัย.....	49
กลุ่มตัวอย่างและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	49
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	50
ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย.....	58
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	66
3. ผลการวิจัย.....	67
4. การอภิปรายผลการวิจัย.....	70
5. สรุปผลการวิจัย.....	83

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
รายการอ้างอิง.....	87
ภาคผนวก.....	93
ภาคผนวก ก. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	94
ภาคผนวก ข. แบบสอบถามความรู้สึกว่าแห่ว.....	98
ภาคผนวก ค. การตรวจสอบคุณภาพของแบบวัด.....	103
ภาคผนวก ง. กระแสกลุ่ม.....	111
ภาคผนวก จ. ตัวอย่างกรณีความคิดที่ไม่มีเหตุผล.....	141
ภาคผนวก ฉ. ค่าคะแนนที่ได้จากการทดลอง.....	168
ภาคผนวก ช. ข้อมูลส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่าง.....	174
ประวัติผู้เขียน.....	177



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

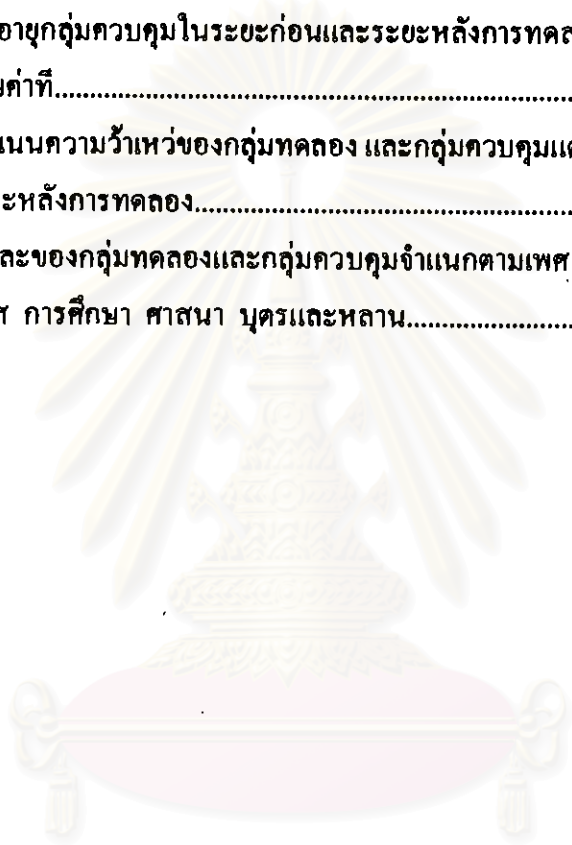
สารบัญญัตินี้

ตารางที่	หน้า
1. คำสถิติเชิงบรรยายของแบบวัดความไว้ห่วยของมหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย นครลอสแอนเจลิส ฉบับที่ 3 ของรัฐเซด.....	52
2. คำสทัมพันธ์รายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับของแบบวัดความไว้ห่วยของ มหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย นครลอสแอนเจลิส ฉบับที่ 3 ของรัฐเซด.....	53
3. สรุปรายข้อมูลแบบสอบถามความไว้ห่วยของผู้สูงอายุ.....	58
4. ผลของการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความไว้ห่วยของผู้สูงอายุ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลอง ด้วยการทดสอบค่าที่.....	67
5. ความสัมพันธ์ระหว่างความไว้ห่วย กับการสนับสนุนทางสังคม บุคคลิกภาพ และอารมณ์ ในนิสิตนักศึกษา จากงานวิจัยของรัฐเซด.....	104
6. ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อถือ และการสนับสนุนทางสังคม ในครูและ พยาบาลของแบบวัดความไว้ห่วยของมหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย นครลอสแอนเจลิส ฉบับที่ 3 ของรัฐเซด.....	105
7. ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธ์ภาพ สุขภาพจิตดี และสุขภาพของผู้สูงอายุของ แบบวัดความไว้ห่วยของมหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย นครลอสแอนเจลิส ฉบับที่ 3 ของรัฐเซด.....	106
8. ผลของการวิเคราะห์องค์ประกอบที่มีการยืนยันของแบบวัดความไว้ห่วยของ มหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย นครลอสแอนเจลิส ฉบับที่ 3 ของรัฐเซด.....	107
9. คำอำนาจจำแนกรายข้อของแบบวัดความไว้ห่วยของมหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย นครลอสแอนเจลิส ฉบับที่ 3 ของรัฐเซด.....	108
10. คำสทัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามรายข้อ กับคะแนนรวมทั้งของแบบวัดความไว้ห่วย ของมหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย นครลอสแอนเจลิส ฉบับที่ 3 ของรัฐเซด.....	109
11. ผลของการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความไว้ห่วยจำแนกตาม รายข้อของผู้สูงอายุกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง ด้วยการทดสอบค่าที่.....	169
12. ผลของการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความไว้ห่วยจำแนกตาม รายข้อของผู้สูงอายุกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง ด้วยการทดสอบค่าที่.....	170

สารบัญตาราง (ต่อ)

หน้า

13. ผลของการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความไว้ห้วจำแนกตาม รายชื่อของผู้สูงอายุกลุ่มทดลองในระยะก่อนและระยะหลังการทดลอง ด้วยการทดสอบค่าที.....	171
14. ผลของการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความไว้ห้วจำแนกตาม รายชื่อของผู้สูงอายุกลุ่มควบคุมในระยะก่อนและระยะหลังการทดลอง ด้วยการทดสอบค่าที.....	172
15. ค่าเฉลี่ยของคะแนนความไว้ห้วของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมแต่ละคน ในระยะก่อนและหลังการทดลอง.....	173
16. จำนวนและร้อยละของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา ศาสนา บุตรและหลาน.....	175



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญภาพ

แผนภาพที่	หน้า
1. รูปแบบของการเกิดอารมณ์ ความรู้สึก และการเปลี่ยนแปลง ตามทฤษฎี A-B-C.....	23



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย