

การลดความวิตกกังวลของพยาบาลประจำการที่ดูแลผู้ป่วยโรคเอดส์
ด้วยวิธีการปรับเปลี่ยนความคิดร่วมกับการฝึกสติ



นางสาว คาราวรรณ ตะปินดา

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรบัณฑิต

ภาควิชาจิตวิทยา

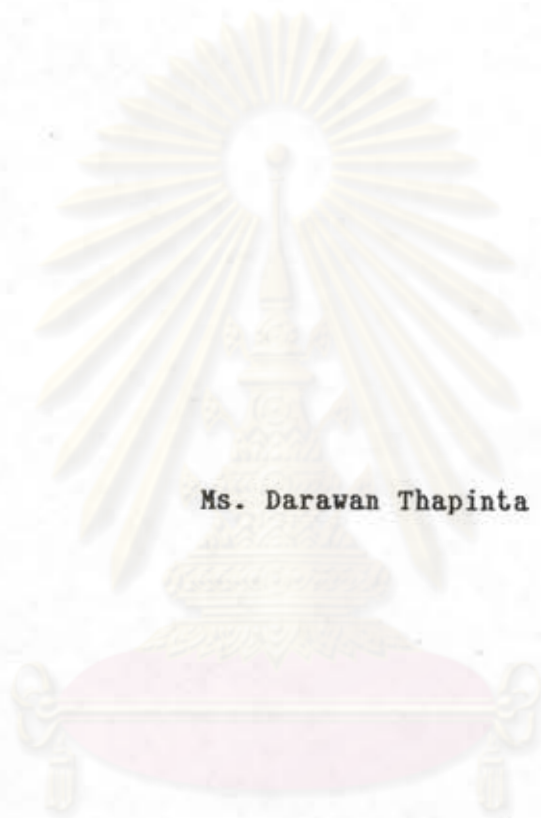
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2535

ISBN 974-581-352-4

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

REDUCTION OF ANXIETY OF STAFF NURSES WORKING WITH AIDS PATIENT
THROUGH COGNITIVE RESTRUCTURING AND MINDFULNESS TRAINING



Ms. Darawan Thapinta

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the degree of Doctoral of Education

Department of psychology

Graduate School

Chulalongkorn University

1992

ISBN 974-581-352-4

หัวข้อวิทยานิพนธ์ การลดความวิตกกังวลของพยาบาลประจำการที่ดูแลผู้ป่วยโรคเอดส์ด้วยวิธีการปรับเปลี่ยนความคิดร่วมกับการฝึกสติ

โดย นางสาวดาราวรรณ ต๊ะปิ่นตา

ภาควิชา จิตวิทยา

อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ ดร.ประसार มาลากุล ณ อยุธยา
รองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต



บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาตรีบัณฑิต

พร วิชาญ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร.ถาวร วิชาญ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา

.....ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.โยธิน คັນสนุท)

ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา

.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(รองศาสตราจารย์ ดร.ประसार มาลากุล ณ อยุธยา)

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต

.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(รองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต)

สมหวัง นิตยานุวัฒน์

.....กรรมการ
(ศาสตราจารย์ ดร.สมหวัง นิตยานุวัฒน์)

ชมนร ชงกิตติกุล

.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.ชมนร ชงกิตติกุล)

น.พ.สมหวัง คำนชัยจิตร

.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ น.พ.สมหวัง คำนชัยจิตร)

พิมพ์ต้นฉบับบทคัดย่อวิทยานิพนธ์ภายในกรอบสี่เหลี่ยมนี้เพียงแผ่นเดียว

การวิจัย คีตะบินดา : การลดความวิตกกังวลของพยาบาลประจำการที่ดูแลผู้ป่วยโรคเอดส์ ด้วยวิธีการปรับเปลี่ยนความคิดร่วมกับการฝึกสติ (REDUCTION OF ANXIETY OF STAFF NURSES WORKING WITH AIDS PATIENTS THROUGH COGNITIVE RECONSTRUCTURING AND MINDFULNESS TRAINING) อาจารย์ที่ปรึกษา : รองศาสตราจารย์ ดร. ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา, - รองศาสตราจารย์ ดร. สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต 154 หน้า. ISBN 974-581-352-4

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อสร้างรูปแบบการปรับเปลี่ยนความคิด ตามแนวคิดพฤติกรรม-ปัญญานิยม และทดสอบการใช้รูปแบบที่สร้างขึ้นใหม่ร่วมกับการฝึกสติ (ตามแบบของทลวงพ่อเทียน จิตตสุโท) ในการลดความวิตกกังวลของพยาบาลที่ให้การพยาบาลผู้ป่วยโรคเอดส์

ผลการวิจัยพบว่า

1. คะแนนความวิตกกังวลต่อการให้การพยาบาลผู้ป่วยโรคเอดส์ ของกลุ่มที่ได้รับการฝึกตามรูปแบบการปรับเปลี่ยนความคิดร่วมกับการฝึกสติ ในระยะหลังการทดลองและในระยะติดตามผล ต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. คะแนนความวิตกกังวลต่อการให้การพยาบาลผู้ป่วยโรคเอดส์ ของกลุ่มที่ได้รับการฝึกตามรูปแบบการปรับเปลี่ยนความคิดร่วมกับการฝึกสติ และกลุ่มที่ได้รับการฝึกตามรูปแบบการปรับเปลี่ยนความคิดเพียงอย่างเดียว ในระยะหลังการทดลอง และในระยะติดตามผล ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
3. คะแนนความวิตกกังวลต่อการให้การพยาบาลผู้ป่วยโรคเอดส์ ของกลุ่มที่ได้รับการฝึกตามรูปแบบการปรับเปลี่ยนความคิดร่วมกับการฝึกสติ และกลุ่มที่ได้รับการฝึกสติเพียงอย่างเดียว ในระยะหลังการทดลอง และในระยะติดตามผล ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

กลุ่มตัวอย่างเป็นพยาบาลประจำการแผนกอายุรกรรม โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ จำนวน 18 คน แบ่งเป็น กลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และ กลุ่มทดลองที่ 3 ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบวัดความวิตกกังวล STAI และแบบวัดสติ ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์ความแปรปรวน 2 ทางแบบวัดซ้ำ

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาควิชา จิตวิทยา
สาขาวิชา จิตวิทยาการศึกษ
ปีการศึกษา 2534

ลายมือชื่อนิสิต คีตะบินดา
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาพร้อม

#C043614 : MAJOR EDUCATIONAL PSYCHOLOGY

KEY WORD: ANXIETY/COGNITIVE RESTRUCTURING/ MINDFULNESS TRAINING

DARAWAN THAPINTA : REDUCTION OF ANXIETY OF STAFF NURSES WORKING WITH AIDS PATIENTS THROUGH COGNITIVE RECONSTRUCTURING AND MINDFULNESS TRAINING. THESIS ADVISOR : ASSO. PROF. PRASARN MALAKUL, Ph.d., ASSO. PROF. SOMPOCH IMSUPASIT, Ph.d. 154 pp. ISBN 974-581-352-4

The purpose of this study was to develop a cognitive reconstructing model based on Cognitive Behavior Modification theory and used this model together with mindfulness training to reduce anxiety of staff nurses working with AIDS patient.

The research findings were as follows :

1. The nurses in group one with cognitive reconstructing and mindfulness training showed significantly lower anxiety scores in the after-treatment phase and the follow-up phase than before the treatment phase ($p < .05$).
2. There was no significant difference in anxiety scores between the nurses in group one with cognitive reconstructing and mindfulness training and the nurses who were trained only cognitive reconstructing in group two in every experimental phase.
3. There was no significant difference in anxiety scores between the nurses in group one with cognitive reconstructing and mindfulness training and the nurses who had only mindfulness training in group three in every experimental phase.

The subject were sixteen nurses of Chiangmai Hospital. They were randomly assigned to one of the three experiment groups. STAI (anxiety test) and Mindfulness test were used to collect the data in the before-treatment phase, the after-treatment phase and the follow-up phase. The data were analyzed by using the two-way analysis of varaince with repeated measure.



ศูนย์วิทยุทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาควิชา.....จิตวิทยา
สาขาวิชา.....จิตวิทยาการศึกษา
ปีการศึกษา.....2524

ลายมือชื่อนิสิต.....ดาพรรณ จันทร์งาม
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

กิตติกรรมประกาศ

ขอระลึกถึงพระคุณของ รศ.ดร. ประสาร มาลากุล ณ อุษงษา อาจารย์ที่ปรึกษาผู้ให้คำแนะนำทั้งในด้านวิชาการ และด้านการทำงาน อีกทั้งให้กำลังใจ และให้เวลาในการให้คำปรึกษาอย่างเต็มที่ ด้วยความเมตตาซึ่งผู้วิจัยจะขอนำไปเป็นค้ำแบบต่อไป

ขอกราบขอบพระคุณ รศ.ดร. สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต ผู้จัดสิ่งไว้และวางใจเอนไขผลกรรมให้ผู้วิจัยเกิดการเรียนรู้อย่างมาก ทั้งในด้านปรัชญาการดำเนินชีวิต และในด้านวิชาการ อีกทั้งยังสอนให้ผู้วิจัยอยู่เหนือสิ่งไว้และผลกรรมให้มากที่สุด ผู้วิจัยขอจดจำไว้ตลอดไป

กราบขอบพระคุณ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยศรีนครเชียงใหม่ และผู้อำนวยการโรงพยาบาลนครพิงค์ คุณมลิวดี คำรงค์ดี คุณกัญญา สุททอง คุณบุญเฉลา สุวิธรรม คุณพนิดา ฤกษ์บุตร อาจารย์สมใจ และ อาจารย์ปาริชาติ ชื่นวัฒนาประณี ที่กรุณาให้ความร่วมมือกับผู้วิจัยเป็นอย่างดียิ่ง

พศ. สมจิตต์ ภาคิกร และ รศ. ดร. วิจิตร ศรีสุพรรณ คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ รศ.อุบล นิวัติชัย หัวหน้าภาควิชาการพยาบาลจิตเวช และคณาจารย์ในภาควิชาทุกท่าน ได้สนับสนุนให้ผู้วิจัยได้มาศึกษาต่อ และยังให้กำลังใจและให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ต่อผู้วิจัย ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ขอขอบพระคุณ Dr.Frederick Toates, Prof.Padmali De Silva, Dr.Mikulas L.William และ ดร.ชาตรี นนทศักดิ์ ที่กรุณาให้คำแนะนำ และเอกสารทางวิชาการ รวมทั้งคุณ ชลิตทอง นนทศักดิ์ เพื่อนผู้เข้าใจผู้วิจัยโดยแท้

คุณสมควร - คุณสาธทอง สิริสุข และครอบครัว เอื้ออำนวยการความสะดวกในการใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ และดูแลเอาใจใส่ผู้วิจัยด้วยความเมตตา ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณยิ่ง

คุณอภิสร่า อนงคะตระกูล คุณรัตนา นุตมากุล คุณประทีป จินนี้ คุณอดิวัฒน์ พรหมอาสา และพี่น้องชาวจิตวิทยาทุกคน ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นทางด้านวิชาการ และด้านอื่นๆ อีกทั้งให้ความเกื้อกูลซึ่งกันและกันมาตลอด ผู้วิจัยภูมิใจในความสัมพันธ์นี้ และขอขอบคุณทุกคนเป็นอย่างมาก

ขอกราบขอบพระคุณ คุณมณู-คุณนงเฮ่า ตะปินตา คุณธีระ-คุณสุมาลี คำรงมณี และญาติพี่น้องทุกคน ที่ให้ความรัก และสนับสนุน ส่งเสริม ผู้วิจัยทุกด้าน

ขอขอบคุณ คุณภาณุ ตะปินตา ผู้ที่ได้เสนอความคิดเห็นในเรื่องงาน และเสนอปรัชญาในการดำเนินชีวิต อีกทั้งยังช่วยกระตุ้น ให้กำลังใจ และช่วยแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้วิจัย จึงเป็นที่ปรึกษาที่ดี และกำลังใจที่ดีของผู้วิจัย

กราบขอบพระคุณ คุณพ่อทองดี - คุณแม่ฉวีวรรณ ตะปินตา ผู้ให้ทุกอย่างในชีวิตกับผู้วิจัย และเกื้อหนุน ปลูกฝัง ให้ประสบการณ์ที่ดีในทุกด้าน พระคุณอยู่ในใจผู้วิจัยเสมอมา

คาราวารม ตะปินตา

สารบัญ



	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญตาราง	ญ
สารบัญภาพ	ฉ
บทที่	
1. บทนำ	1
๐ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง	7
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	41
รูปการแก้ปัญหาแบบการปรับเปลี่ยนความคิด	53
ปัญหาในการวิจัย	62
ตัวแปรในการวิจัย	62
๐ วัตถุประสงค์ในการวิจัย	62
สมมติฐานในการวิจัย	63
คำจำกัดความในการวิจัย	63
ขอบเขตของการวิจัย	64
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	64
2. วิธีดำเนินการวิจัยและวิธีรวบรวมข้อมูล	65
กลุ่มตัวอย่าง	65
การออกแบบการวิจัย	66
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	66
๐ วิธีดำเนินการวิจัย	71
การวิเคราะห์ข้อมูล	76
การนำเสนอข้อมูล	77

	หน้า
๑3. ผลการวิจัย	78
๑4. การอภิปรายผลการวิจัย	96
5. สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	105
บรรณานุกรม	110
ภาคผนวก ก	122
ภาคผนวก ข	129
ภาคผนวก ค	134
ภาคผนวก ง	148
ประวัติผู้วิจัย	155



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า	
1	ค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลผู้ป่วยโดยทั่ว ๆ ไป (A-trait) ในระยะก่อนการทดลอง ระยะผ่านการทดลองไปแล้ว 3 สัปดาห์ ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของกลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มทดลองที่ 3....	81
2	ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนความวิตกกังวลโดยทั่ว ๆ ไป (A-trait) ของกลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มทดลองที่ 3.....	82
3	ค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดสติ ในระยะก่อนการทดลอง และในระยะหลังการทดลองของกลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มทดลองที่ 3.....	83
4	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางแบบวัดซ้ำของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากวัดสติ ในระยะก่อนการทดลอง และในระยะหลังการทดลองของกลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มทดลองที่ 3.....	84
5	ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดสติในระยะก่อนการทดลองและในระยะหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองที่ 1 (ฝึกการใช้รูปแบบฯ ร่วมกับการฝึกสติ).....	85
6	ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดสติ ในระยะก่อนการทดลอง และในระยะหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองที่ 2 (ฝึกการใช้รูปแบบฯ เพียงอย่างเดียว).....	86
7	ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดสติ ในระยะก่อนการทดลอง และ ในระยะหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลองที่ 3 (ฝึกสติเพียงอย่างเดียว).....	87
8	ค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลต่อการให้การพยาบาลผู้ป่วยโรคเลือด (A-state) ในระยะก่อนการทดลอง ระยะผ่านการทดลองไปแล้ว 3 สัปดาห์ ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของกลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มทดลองที่ 3.....	89

- 9 ผลการทดสอบความแตกต่างของคะแนนความวิตกกังวลต่อการให้การพยาบาลผู้ป่วยโรคเอดส์ในระยะก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มทดลองที่ 3..... 91
- 10 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางแบบวัดซ้ำของค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลต่อการให้การพยาบาลโรคเอดส์ (A-state) ของกลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มทดลองที่ 3 ในระยะผ่านการทดลองแล้ว 3 สัปดาห์ ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล..... 92
- 11 ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลต่อการให้การพยาบาลผู้ป่วยโรคเอดส์ (A-state) ในระยะก่อนการทดลอง ระยะผ่านการทดลองแล้ว 3 สัปดาห์ ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มทดลองที่ 1 (คือกลุ่มที่ฝึกการใช้รูปแบบการปรับเปลี่ยนความคิดร่วมกับการฝึกสติ)..... 93
- 12 ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลต่อการให้การพยาบาลผู้ป่วยโรคเอดส์ (A-state) ในระยะก่อนการทดลอง ระยะผ่านการทดลองแล้ว 3 สัปดาห์ ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มทดลองที่ 2 (ฝึกการใช้รูปแบบการปรับเปลี่ยนความคิดเพียงอย่างเดียว)..... 94
- 13 ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลต่อการให้การพยาบาลผู้ป่วยโรคเอดส์ (A-state) ในระยะก่อนการทดลอง ระยะผ่านการทดลองแล้ว 3 สัปดาห์ ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของกลุ่มทดลองที่ 3 (ฝึกใช้สติเพียงอย่างเดียว)..... 95

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญภาพ

ภาพที่

1	ลักษณะความสัมพันธ์ของกระบวนการทางปัญญา และพฤติกรรม อารมณ์ แบบ Homogeneity.....	13
2	ลักษณะความสัมพันธ์ของกระบวนการทางปัญญา และพฤติกรรม อารมณ์ แบบ Interaction.....	14
3	ลักษณะการเกิดความวิตกกังวล.....	22
4	แสดงการอธิบายความวิตกกังวลตามแนวคิด พฤติกรรม-ปัญญานิยม โดยการรวบรวมจากแนวคิดทางพฤติกรรมปัญญานิยม และลักษณะของความวิตกกังวล.....	24
5	แสดงการเกิดและลักษณะความสัมพันธ์ของ T-Anxiety และ S-Anxiety โดย Spielberger	
6	แสดงผลการปรับเปลี่ยนกระบวนการคิดใหม่.....	55
7	กราฟเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลต่อการให้การพยาบาลผู้ป่วยโรคเอดส์ (A-state) ของกลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มทดลองที่ 3 ในระยะก่อนการทดลอง ระยะผ่านการทดลองแล้ว 3 สัปดาห์ ระยะหลังทดลองและระยะติดตามผล.....	88

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย