

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ ผลของโปรแกรมการพัฒนาการมองโลกในแง่ดีต่อการมองโลก
ในแง่ดีและความเครียดของพยาบาลในหอผู้ป่วยวิกฤต
โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่

ผู้เขียน นางสาววาสนา กันคำ

ปริญญา วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการปรึกษา)

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

อาจารย์ ดร. ณรงค์ศักดิ์ จันทน์นวล	ประธานกรรมการ
อาจารย์ ดร. สมชาย เตียวกุล	กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์พิมพ์มาศ ตาปัญญา	กรรมการ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาการมองโลกในแง่ดีต่อการมองโลกในแง่ดีและความเครียด ของพยาบาลในหอผู้ป่วยวิกฤต โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่าง คือ พยาบาลประจำการที่ปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยวิกฤตแผนกอายุรกรรมโรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ ในช่วงเดือนมกราคม พ.ศ. 2550 ถึงเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2550 จำนวน 20 คน ได้มาโดยวิธีสอบถามความสมัครใจและสนใจเข้าร่วมโปรแกรม กลุ่มตัวอย่างแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย สำหรับกลุ่มทดลองให้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการมองโลกในแง่ดี ซึ่งใช้ระยะเวลา 3 วัน คือ ในระหว่างวันที่ 15 พฤษภาคม พ.ศ. 2550 ถึง 17 พฤษภาคม พ.ศ. 2550 ส่วนกลุ่มควบคุมให้ดำเนินชีวิตตามปกติ ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการมองโลกในแง่ดี เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดการมองโลกในแง่ดี แบบวัดความเครียดและโปรแกรมการพัฒนาการมองโลกในแง่ดี การเก็บรวบรวมข้อมูลทำเป็น 2 ระยะ คือ ระยะก่อนและหลังการทดลอง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ สถิติบรรยาย (Descriptive Statistics) t-test (Dependent) และ Mann-Whitney U Test

ผลการวิจัยพบดังนี้

1. หลังการทดลองพยาบาลที่เข้าร่วมโปรแกรมการพัฒนาการมองโลกในแง่ดีมีการมองโลกในแง่ดีมากขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (ค่า $t=-3.406$)
2. หลังการทดลองพยาบาลที่เข้าร่วมโปรแกรมการพัฒนาการมองโลกในแง่ดีมีความเครียดต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ค่า $t=3.092$)
3. พยาบาลที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการพัฒนาการมองโลกในแง่ดีมีการมองโลกในแง่ดีและความเครียดก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
4. หลังการทดลองพยาบาลที่เข้าร่วมโปรแกรมการพัฒนาการมองโลกในแง่ดี มีการมองโลกในแง่ดีสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 (ค่า Mann-Whitney U Test = 3.00 , Z = 3.591)
5. หลังการทดลองพยาบาลที่เข้าร่วมโปรแกรมการพัฒนาการมองโลกในแง่ดี มีความเครียดต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 (ค่า Mann-Whitney U Test = 20.00, Z= -2.270)

Independent Study Title Effects of an Optimism Development Program on Optimism and Stress of Nurses in Critical Care Unit at Maharaj Nakorn Chiang Mai Hospital

Author Miss Wassana Kankom

Degree Master of Science (Counseling Psychology)

Independent Study Advisory Committee

Lecturer Dr. Narongsak Chunnual Chairperson

Lecturer Dr. Somchai Teaukul Member

Assistant Professor Pimmas Tapanya Member

ABSTRACT

The purpose of this experimental research was to study the effects of an Optimism Development Program on Optimism and Stress of Nurses in Critical Care Unit at Maharaj Nakorn Chiang Mai Hospital. The samples were 20 volunteered nurses who worked in Critical Care Unit at Maharaj Nakorn Chiang Mai Hospital during January 2007 to July 2007. The samples were randomly assigned into two groups, namely, the experimental group consisted of 10 members and the control group consisted of 10 members. The experimental group participated in an Optimism Development Program activities for 3 days during May 15,2007 to May 17,2007, whereas the control group did not participate in the program, and spent their daily life activities as usual.

The research instruments were the Personal Data Questionnaire, the Optimism Scale, the Stress Questionnaire and the Optimism Development Program. The data were gathered both before and after the experiment. Data analyses were performed using Descriptive Statistics, t-test (Dependent) and the analysis of Mann-Whitney U Test.

The results of the study were as follows:

1. After participating in the Optimism Development Program, the nurses in the experimental group significantly showed an increasing level of Optimism , ($t=-3.406, p<.01$).
2. After participating in the Optimism Development Program, the nurses in the experimental group significantly showed a decreasing level of Stress, ($t=3.092, p<.05$).
3. The nurses who did not participate in the Optimism Program, before and after the experiment had the Optimism scores and Stress scores did not differ significantly.
4. After the experiment, the nurses who participated in the Optimism Development Program had the Optimism Scores significantly higher than those who did not participate in the program at .01 level (Mann-Whitney U Test = 3.00, Z = 3.591).
5. After the experiment, the nurses who participated in the Optimism Development Program had the Stress scores significantly lower than those who did not participate in the program at .05 level (Mann-Whitney U Test = 20.00, Z = -2.270).