

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ ผลของโปรแกรมการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม
ต่อการลดความวิตกกังวลของผู้ดูแลเด็กสมองพิการ
สถาบันพัฒนาการเด็กราชนครินทร์ จังหวัดเชียงใหม่

ผู้เขียน นางชญานิษฐ์ อนันตวรวงค์

ปริญญา พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

รองศาสตราจารย์ ดร. คาราวรรณ ต๊ะปิ่นดา ประธานกรรมการ
อาจารย์ขวัญพนมพร ธรรมไทย กรรมการ

บทคัดย่อ

ผู้ดูแลเด็กสมองพิการ มีโอกาสเกิดความวิตกกังวลได้ ความวิตกกังวลเมื่อเกิดขึ้นแล้ว
ย่อมส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของผู้ดูแล และมีผลกระทบต่อคุณภาพในการดูแลเด็กด้วย การ
บำบัดทางความคิดและพฤติกรรม เป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถช่วยลดความวิตกกังวลในผู้ดูแลเด็ก
สมองพิการได้

การศึกษาครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการบำบัดทางความคิดและ
พฤติกรรมต่อการลดความวิตกกังวลของผู้ดูแลเด็กสมองพิการ สถาบันพัฒนาการเด็กราชนครินทร์
จังหวัดเชียงใหม่ เป็นการศึกษาแบบกึ่งทดลอง กลุ่มเดียววัดผลก่อนการทดลอง หลังสิ้นสุดการ
ทดลองทันที และระยะติดตามผล 2 สัปดาห์ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ดูแลเด็กสมองพิการที่มารับบริการ
แผนกผู้ป่วยใน จำนวน 12 คน โดยการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง เลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับความ
วิตกกังวลระดับปานกลางขึ้นไปเข้าร่วมโปรแกรมบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม เครื่องมือที่ใช้
ในการศึกษาประกอบด้วย 1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ดูแลและเด็กสมองพิการ 2) แบบวัด
ความวิตกกังวล ของสปีลเบอร์เกอร์ (Spielberger, 1983) แปลโดยสม โภชน์ เอี่ยมสุภามิตรี
นนทศักดิ์ และ จีน แบร์ (2535) นำมาหาความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค ได้
เท่ากับ .94 และ 3) โปรแกรมการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรมที่ผู้ศึกษาพัฒนาขึ้น ตามแนวคิด
การบำบัดทางความคิดและพฤติกรรมของเบ็ค (Beck, 1995) ซึ่งได้ตรวจสอบความเที่ยงตรง

ของเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน ข้อมูลวิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา และความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ

ผลการศึกษาพบว่า

1. ผู้ดูแลเด็กสมองพิการ ที่ได้รับการบำบัดด้วยโปรแกรมการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม หลังสิ้นสุดโปรแกรมทันที มีระดับคะแนนความวิตกกังวลต่ำกว่าก่อนได้รับการบำบัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ผู้ดูแลเด็กสมองพิการที่ได้รับการบำบัดด้วยโปรแกรมการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม ระยะติดตามผล 2 สัปดาห์ มีระดับคะแนนความวิตกกังวลต่ำกว่าก่อนการได้รับการบำบัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ผู้ดูแลเด็กสมองพิการที่ได้รับการบำบัดด้วยโปรแกรมการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม หลังสิ้นสุดโปรแกรมทันที และระยะติดตามผล 2 สัปดาห์ มีระดับคะแนนความวิตกกังวลไม่แตกต่างกัน

ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรมสามารถลดความวิตกกังวลในผู้ดูแลเด็กสมองพิการได้หลังสิ้นสุดโปรแกรมการบำบัดทันที และระยะติดตามผล 2 สัปดาห์ ดังนั้นบุคลากรทางด้านสุขภาพจิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งพยาบาลจิตเวชที่ผ่านการอบรมการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม สามารถนำโปรแกรมการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรมไปใช้ในการบำบัด เพื่อลดความวิตกกังวลในผู้ดูแลเด็กสมองพิการได้

Independent Study Title Effect of Cognitive Behavior Therapy Program on Anxiety Reduction
Among Caregivers of Children with Cerebral Palsy, Rajanagarindra
Institute of Child Development, Chiang Mai Province

Author Mrs. Chayanit Anantavorawong

Degree Master of Nursing Science (Mental Health and Psychiatric Nursing)

Independent Study Advisory Committee

Associate Professor Dr. Darawan Thapinta Chairperson

Lecturer Kwaunphanomporn Thummathai Member

ABSTRACT

Caregivers of children with cerebral palsy have a risk of anxiety. Anxiety can affect the caregivers' life and the quality of care of the children. Cognitive behavior therapy is a type of therapy that can decrease anxiety among caregivers of children with cerebral palsy.

The purpose of this one group pretest-posttest, 2 weeks follow up quasi-experimental research design, was to determine the effect of a Cognitive Behavior Therapy Program on anxiety reduction among caregivers of children with cerebral palsy, at the Rajanagarindra Institute of Child Development, Chiang Mai province. Twelve clients with moderate anxiety were purposively selected to receive the Cognitive Behavior Therapy Program.

The study instruments consisted of the Demographic Data Form, The State-Trait Anxiety Inventory (STAI form Y) (Speiberger, 1983), which was translated by Sompoach Iamsupasit, Thatee Nontasak and Jean Bari (1992), with a Cronbach's coefficient of .94; and the Cognitive Behavior Therapy Program based on the concept of Cognitive Behavior Therapy proposed by Beck (1995). The program was validated by five experts. Data were analyzed using descriptive statistics, one-way repeated measure analysis of variance.

The results of the study revealed that:

1. Anxiety mean score of caregivers who participated in the program at posttest was significantly lower than before ($p < .05$);
2. Anxiety mean score of caregivers who participated in the program at 2 weeks follow up was significantly lower than before ($p < .05$);
3. Anxiety mean score of caregivers at posttest and 2 weeks follow up was no different.

The findings of this study indicate that Cognitive Behavior Therapy can decrease anxiety of caregivers of children with cerebral palsy immediately upon personnel completion of the program and remain the same for 2 weeks. Therefore, mental health professionals, especially psychiatric nurses, should apply this program to decrease the anxiety of caregivers of children with cerebral palsy.