

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ ผลของโปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวกต่อภาวะซึมเศร้า
ของผู้ต้องขังวัยรุ่นชายในเรือนจำจังหวัดพิจิตร

ผู้เขียน นางจุฑาทิพย์ ประทินทอง

ปริญญา พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

รองศาสตราจารย์ ดร. ดาราวรรณ	ตีะปิ่นตา	ประธานกรรมการ
อาจารย์ ขวัญพนมพร	ธรรมไทย	กรรมการ

บทคัดย่อ

ภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นเป็นความผิดปกติที่เกิดจากการความคิดที่บิดเบือน มีความคิดต่อตนเอง อนาคต และสิ่งแวดล้อมในทางลบ ซึ่งส่งผลกระทบต่อพัฒนาการทั้งทางด้านความคิด อารมณ์ สังคม และพฤติกรรม นอกจากนี้ยังอาจส่งผลกระทบต่อปัญหาสุขภาพจิต รวมทั้งยังเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายของวัยรุ่น โปรแกรมการพูดกับตัวเองในทางบวกเป็นกระบวนการบำบัดทางปัญญาที่มีประสิทธิภาพในการประยุกต์ใช้เพื่อเป็นทางเลือกเมื่อเกิดการรับรู้ที่บิดเบือนหรือเพื่อปรับระบบการคิด

การศึกษาในครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวกต่อภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังวัยรุ่นชายในเรือนจำจังหวัดพิจิตร โดยศึกษาในกลุ่มตัวอย่าง 15 คน ใช้วิธีการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาประกอบด้วย 1) แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล 2) แบบประเมินภาวะซึมเศร้าของเบ็ค (Beck Depression Inventory IA [BDI-IA] แปลโดยมุกดา ศรียงค์ (2522) และหาความเชื่อมั่นโดยสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคได้เท่ากับ .83 3) โปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวกต่อภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังวัยรุ่นชายในเรือนจำ ซึ่งผู้ศึกษาดัดแปลงจากโปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวกของขวัญจิต มหาภักดีคุณ (2548) ที่ได้พัฒนาโปรแกรมตามแนวคิดของเนลสัน-โจนส์ (Nelson-Jones, 1990) ร่วมกับการทบทวน

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ซึ่งได้ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา สถิติทดสอบค่าทีชนิด 2 กลุ่มที่สัมพันธ์กัน

ผลการศึกษา พบว่า ผู้ต้องขังวัยรุ่นชายในเรือนจำจังหวัดพิจิตรที่เข้าร่วมการทดลอง มีคะแนนภาวะซึมเศร้าหลังได้รับโปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวกน้อยกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวกต่อภาวะซึมเศร้า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการศึกษาสรุปได้ว่าโปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวกมีประสิทธิภาพในการช่วยลดภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังวัยรุ่นชายในเรือนจำได้ ดังนั้นพยาบาลที่ปฏิบัติงานทางการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช สามารถเรียนรู้ทักษะการใช้โปรแกรมนี้และนำโปรแกรมนี้ไปประยุกต์ใช้เพื่อลดภาวะซึมเศร้าในผู้ต้องขังวัยรุ่นต่อไป

Independent Study Title	Effect of Positive Self-talk Training Program on Depression Among Incarcerated Male Adolescent in Phichit Prison		
Author	Mrs. Chuthathip Prathinthong		
Degree	Master of Nursing Science (Mental Health and Psychiatric Nursing)		
Independent Study Advisory Committee	Associate Professor Dr. Darawan	Thapinta	Chairperson
	Lecturer Kwaunpanomporn	Thamthai	Member

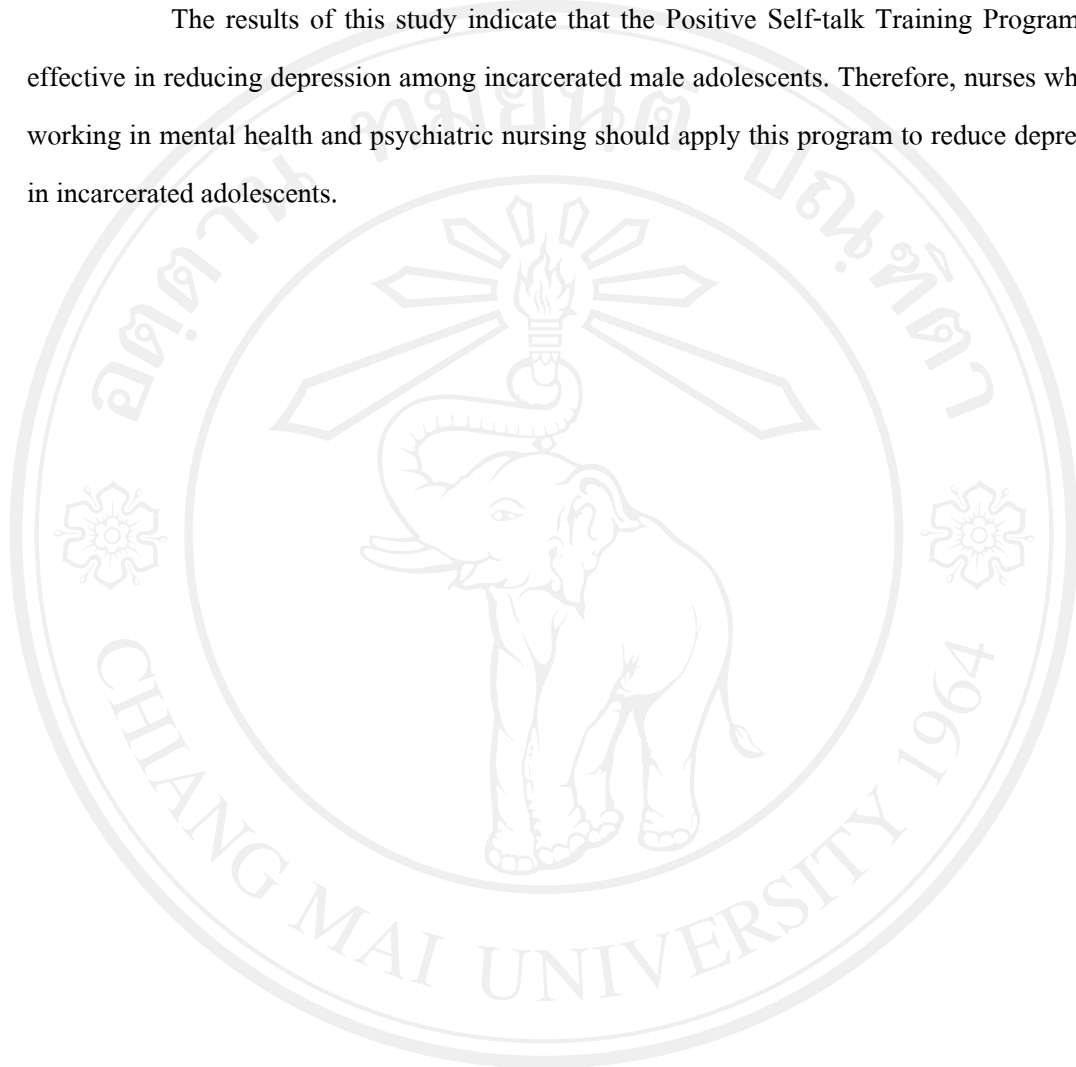
ABSTRACT

Adolescents with cognitive distortions and negative views of themselves, their future, and their experiences often result in experiencing depression. Depression affects the progression of youth development in terms of cognitive, emotional, social and behavioral aspects, which may cause mental health problems. Additionally, depression is a risk factor of suicidal behavioral in youths. Positive Self-talk Training Program is a form of cognitive therapy that, when effectively applied, can alter maladaptive perceptions of the cognitive system.

The purpose of this study was to examine the effect of a Positive Self-talk Training Program on depression among incarcerated male adolescents. Fifteen subjects were purposively selected from Phichit prison. The research instruments consisted of; 1) Demographic Data Form, 2) Beck Depression Inventory IA (BDI-1A) translated into Thai by Mukda Sriyoung (1979) with a Cronbach's coefficient of .83; and 3) Positive Self-talk Training Program on Depression Among Incarcerated Male Adolescent, which was modified from the Positive Self-talk Training Program by Khwanjit Mahakittikun (2005) based on the Concept of Self-talk by Nelson- Jones (1990) and related literature review. The content validity was tested by 5 experts. Data were analyzed using descriptive statistics and paired t-test.

The results of this study revealed that experimental post-test depression mean scores were significantly lower than the pre-test of depression scores ($p < .01$).

The results of this study indicate that the Positive Self-talk Training Program was effective in reducing depression among incarcerated male adolescents. Therefore, nurses who are working in mental health and psychiatric nursing should apply this program to reduce depression in incarcerated adolescents.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved