

ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมที่มีต่อเจตคติ
ในการป้องกันภาวะกระดูกพรุนและพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเอง
ของผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะกระดูกพรุน

รุจิรา พงษ์ไสว

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

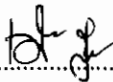
สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

ธันวาคม 2552

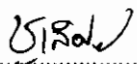
คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ได้พิจารณา
วิทยานิพนธ์ของ นาวาตรีหญิง รุจิรา พงษ์ไสว ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา ของมหาวิทยาลัยบูรพาได้

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

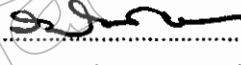

..... อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก
(ดร.เพ็ญภา กุลนาคล)

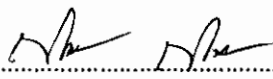

..... อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระพีพันธ์ ฉายวิมล)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

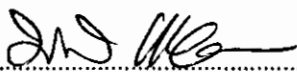

..... ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชูศรี เลิศรัตนเดชากุล)


..... กรรมการ
(ดร.เพ็ญภา กุลนาคล)


..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระพีพันธ์ ฉายวิมล)


..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นिरพงษ์ นิรมนัส)

คณะศึกษาศาสตร์อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา ของมหาวิทยาลัยบูรพา


..... คณบดีคณะศึกษาศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ดร.มนตรี แอ้มกสิกร)

วันที่...11...เดือน...พฤศจิกายน...พ.ศ. 2552

ประกาศคุณูปการ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี เนื่องจากได้รับความกรุณาให้คำปรึกษาและช่วยแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ อย่างดียิ่งจาก ดร.เพ็ญภา กุลนภาค อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระพีพันธ์ ฉายวิมล อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ซึ่งช่วยให้ผู้วิจัยได้รับแนวทางในการศึกษาค้นคว้าหาความรู้และประสบการณ์ในการทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้ผู้วิจัยขอขอบคุณในความกรุณาของท่านทั้งสองเป็นอย่างยิ่งจึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร.ช่อศักดิ์ ขวัญเมือง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชูศรี เลิศรัตน์เศชากุล ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร ดร.ภรภัทร เสงอุดมทรัพย์ นายแพทย์เวทิส ประทุมศรี ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้และ ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สม โภชน์ อเนกสุข และ อาจารย์วรากร ทรัพย์วิระปกรณ์ ที่กรุณาให้ความช่วยเหลือให้คำปรึกษาเกี่ยวกับสถิติที่ใช้ในการทำวิจัยเป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณคณะกรรมการสอบปากเปล่าทุกท่านที่ได้กรุณาให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไขจนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ถูกต้องสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณ โรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ กรมแพทย์ทหารเรือ รวมถึงบุคลากรกองออร์โธปิดิกส์ทุกท่านและผู้รับบริการที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณที่ ๆ เพื่อน ๆ ในสาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษาที่ให้การช่วยเหลือและเป็นกำลังใจซึ่งกันและกันเสมอมา

กราบขอบพระคุณ บิดามารดาและครอบครัวที่เป็นกำลังใจ ช่วยเหลือสนับสนุนในทุก ๆ สิ่งด้วยดีเสมอมา โดยเฉพาะกำลังใจที่ดียิ่งจาก พันโทปกรณ์ พงษ์ไสว และเด็กชายหัตถุกร พงษ์ไสว ซึ่งเป็นแรงผลักดันให้การวิจัยครั้งนี้สำเร็จได้ด้วยดีประ โยชน์ทั้งหลายซึ่งเกิดจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ขอขอบแต่บุพการี ผู้มีพระคุณ และอาจารย์ผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน

นาวาตรีหญิง รุจิรา พงษ์ไสว

46922672: สาขาวิชา: จิตวิทยาการให้คำปรึกษา; วท.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา)

คำสำคัญ: การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม/ เจตคติ/ พฤติกรรม การดูแลตนเอง/ ผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะกระดูกพรุน

รุจิรา พงษ์ไสว: ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ที่มีต่อเจตคติในการป้องกันภาวะกระดูกพรุนและพฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะกระดูกพรุน (THE EFFECTS OF RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR GROUP COUNSELING ON ATTITUDE TOWARD PREVENTION OSTEOPOROSIS AND SELF-CARE BEHAVIOR OF PERSONS AT RISK TO OSTEOPOROSIS) อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์: เพ็ญญา กุลนภาดล, กศ.ด., ระพีพันธ์ ฉายวิมล, ก.ด. 189 หน้า. ปี พ.ศ. 2552.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมที่มีต่อเจตคติในการป้องกันภาวะกระดูกพรุนและพฤติกรรมดูแลตนเองของผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะกระดูกพรุน กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะกระดูกพรุนที่มีคะแนนเจตคติในการป้องกันภาวะกระดูกพรุนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ได้แก่ แบบวัดเจตคติในการป้องกันภาวะกระดูกพรุน แบบสอบถาม พฤติกรรมดูแลตนเองและ โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ทำการทดลอง 10 ครั้ง ครั้งละ 45-60 นาที การทดลองแบ่งเป็น 3 ระยะ คือระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม วิเคราะห์สหสัมพันธ์อย่างง่ายและทดสอบความแตกต่าง ด้วยวิธีทดสอบรายคู่ แบบนิวแมน-คูลส์ (Newman-Keuls Procedure)

ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะกระดูกพรุนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเจตคติในการป้องกันภาวะกระดูกพรุนในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมดูแลตนเองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และกลุ่มทดลองมีเจตคติในการป้องกันภาวะกระดูกพรุนกับ พฤติกรรมดูแลตนเองมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

46922672: MAJOR: COUNSELING PSYCHOLOGY; M.Sc. (COUNSELING PSYCHOLOGY)

KEYWORDS: RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR GROUP COUNSELING/ ATTITUDE TOWARD/ SELF-CARE BEHAVIOR/ PERSONS AT RISK TO OSTEOPOROSIS

RUJIRA PONGSAWAI: THE EFFECTS OF RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR GROUP COUNSELING ON ATTITUDE TOWARD PREVENTION OSTEOPOROSIS AND SELF-CARE BEHAVIOR OF PERSONS AT RISK TO OSTEOPOROSIS. ADVISORY COMMITTEE: PENNAPHA KOOLNAPHADOL, Ed.D., RAPIN CHAYVIMOL, Ph.D. 189 P. 2009.

The purpose of this research was to study the effects of rational emotive behavior group counseling on attitudes toward prevention osteoporosis and self-care behavior of persons at risk to osteoporosis. The sample consisted of persons at risk osteoporosis who had scores lower than 25th percentile rank in the attitudes toward prevention osteoporosis test. The sample was randomly assigned into two groups. The experimental group was treated with the group counseling using rational-emotive behavior therapy and the control group, eight members in each. The instruments were The Attitudes Toward Prevention Osteoporosis Test, The Self-Care Behavior Test and Rational-Emotive Behavior Group Counseling Therapy Program. The treatments were given ten sessions for the experimental group, about forty-five to sixty minutes for each session. The data collection procedure was divided into three phases: the pre-test, the post-test and the follow-up. The data were analyzed by repeated-measure analysis of variance: one between-subjects variable and one within-Subjects variable, simple correlation and paired-different with use of Newman-Keuls procedure.

The result of the study revealed that there was a statistically significant interaction at the .05 levels between the method applied and the duration of experiment. Participants in the experimental group had higher mean score of attitude toward prevention osteoporosis level than that in the pre-test phase and than that of the control group in the post-test and the follow-up phases with a statistical significance at the .05 level. The experimental group had higher mean score of Self-care behavior level than that in the pre-test phase and than of the control group in the post-test and the follow-up phases with a statistical significance at the .05 level. There was a relationship between attitude toward prevention osteoporosis and self-care behavior with a statistical significance at the .05 level.

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญตาราง	ช
สารบัญภาพ	ญ
บทที่	
1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
สมมติฐานของการวิจัย	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย	5
ขอบเขตของการวิจัย	6
นิยามศัพท์เฉพาะ	6
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	9
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับเจตคติ.....	10
งานวิจัยที่เกี่ยวกับเจตคติ	28
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับภาวะกระดูกพรุน	29
งานวิจัยที่เกี่ยวกับภาวะกระดูกพรุน.....	38
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลอารมณ์ และพฤติกรรม	39
งานวิจัยที่เกี่ยวกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม	69
3 วิธีดำเนินการวิจัย	74
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	74
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	75
การสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	75
การดำเนินการทดลอง	79
สัญลักษณ์ที่ใช้ในแผนการทดลอง.....	79
วิธีเก็บรวบรวมข้อมูล	81
การวิเคราะห์ข้อมูล	82

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	83
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	83
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	83
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	84
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	107
สมมติฐานของการวิจัย.....	107
สรุปผลการวิจัย.....	108
อภิปรายผลการวิจัย.....	109
ข้อเสนอแนะ	114
บรรณานุกรม	116
ภาคผนวก	129
ภาคผนวก ก	130
ภาคผนวก ข	137
ภาคผนวก ค	162
ประวัติย่อของผู้วิจัย	189

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 แสดงกลไกการเกิดภาวะกระดูกพรุน	32
2 แบบแผนการทดลอง แบบ Randomized Two Group Pretest - Posttest Design	79
3 คะแนนเฉลี่ยเจตคติในการป้องกันภาวะกระดูกพรุน ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะกระดูกพรุนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม	85
4 คะแนนเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบน มาตรฐานของคะแนนเจตคติในการป้องกันภาวะ กระดูกพรุนในระยะต่าง ๆ ของการทดลองของผู้เสี่ยงต่อภาวะกระดูกพรุน กลุ่มที่ได้รับ การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมและกลุ่มควบคุม	86
5 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยเจตคติในการป้องกันภาวะกระดูกพรุน ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะของการทดลอง	89
6 ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง	91
7 ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะหลังการทดลอง	91
8 ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะติดตามผล	92
9 ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาในผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะกระดูกพรุนที่ได้รับการให้ คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรม	92
10 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเจตคติในการป้องกันภาวะกระดูกพรุนเป็นรายคู่ใน ระยะก่อนทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะ กระดูกพรุนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรม ด้วยวิธีการทดสอบแบบ นิว แมน-คูลส์	93
11 ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาของกลุ่มควบคุม	94
12 คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะกระดูกพรุนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	95
13 คะแนนเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองในระยะ ก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลของผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะ กระดูกพรุน ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรม และกลุ่มควบคุม	96

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
14 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองระหว่าง วิธีการทดลองกับระยะของการทดลอง	99
15 ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง	101
16 ผลสอยย่อยของวิธีการทดลองในระยะหลังการทดลอง	101
17 ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะติดตามผล	102
18 ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาในผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะกระดูกพรุนที่ได้รับการให้ คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม	103
19 ผลการเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเองเป็นรายคู่ของผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะ กระดูกพรุน ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ในระยะก่อน การทดลอง ระยะหลังการทดลอง ระยะติดตามผลด้วยวิธีทดสอบ แบบนิวแมน- กูลส์	104
20 ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาของกลุ่มควบคุม	105
21 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างเจตคติในการป้องกันภาวะกระดูกพรุนและพฤติกรรม การดูแลตนเองของผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะกระดูกพรุนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม แบบพิจารณา เหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมในระยะหลังการทดลอง	105
22 คะแนนเจตคติในการป้องกันภาวะกระดูกพรุน.....	170
23 คะแนนพฤติกรรมการดูแลตนเอง	178

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 แสดงองค์ประกอบของเจตคติ	13
2 รูปแบบของการพัฒนาทางด้านความรู้สึกร่วมตามแนวคิดของบลูม	18
3 แสดงกลไกการเกิดภาวะกระดูกพรุน	32
4 แนวคิดทฤษฎีเอบีซี	52
5 กระบวนการให้คำปรึกษาทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม	59
6 แสดงขั้นตอนการดำเนินการทดลอง	80
7 แผนภูมิเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเจตคติในการป้องกันภาวะกระดูกพรุนของผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะกระดูกพรุนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรม และกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล	87
8 แผนภูมิเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเจตคติในการป้องกันภาวะกระดูกพรุนในระยะต่าง ๆ ของการทดลองในผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะกระดูกพรุนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาอารมณ์และพฤติกรรมและกลุ่มควบคุม	88
9 กราฟเส้นแสดงการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างคะแนนเฉลี่ยในการป้องกันภาวะกระดูกพรุนของผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะกระดูกพรุนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมกับกลุ่มควบคุมกับระยะเวลาของการทดลอง	90
10 แผนภูมิเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรมและกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลองระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล	97
11 แผนภูมิเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการดูแลตนเองในระยะของการทดลองของผู้ที่เสี่ยงต่อภาวะกระดูกพรุนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมและกลุ่มควบคุม	98
12 กราฟเส้นแสดงการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองและระยะเวลาการทดลอง	100