

ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม
ต่อภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยรุ่น

อรอุมาภรณ์ ชินวงศ์

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาดำเนินการตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

พฤศจิกายน 2548

ISBN 974-502-582-8

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบปากเปล่าวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณา
วิทยานิพนธ์ของ อรุมาภรณ์ ชินวงศ์ ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา ของมหาวิทยาลัย
บูรพาได้

อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์

.....ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมคิด บุญเรือง)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ วิณี ชิคเชิดวงศ์)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ไพรัตน์ วงษ์นาม)

คณะกรรมการสอบปากเปล่า

.....ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมคิด บุญเรือง)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ วิณี ชิคเชิดวงศ์)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ไพรัตน์ วงษ์นาม)

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุรินทร์ สุทธิชาติพิทย์)

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วริยา วชิราวัฒน์)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา ของมหาวิทยาลัยบูรพา

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร. ประทุม ม่วงมี)

วันที่...๕...เดือนพฤษภาคม...พ.ศ. 2548

การวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการทำวิจัย ระดับบัณฑิตศึกษา
จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา
ประจำภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2548

ประกาศคุณูปการ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี เนื่องจากได้รับความกรุณาให้คำปรึกษาและช่วยแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ อย่างดียิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมคิด บุญเรือง ซึ่งเป็นประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ และรองศาสตราจารย์ วิณี ชิดเชิดวงศ์ กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ซึ่งช่วยให้ผู้วิจัยได้รับแนวทางในการค้นคว้าหาความรู้และประสบการณ์ในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ จึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิ คือ ท่านรองศาสตราจารย์ ดร. เรียม ศรีทอง และดร. วีระ ผังรักษ์ เป็นอย่างสูง ที่ให้ความกรุณาตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ รวมทั้งให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ต่อการทำวิจัย และขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. ไพรัตน์ วงษ์นาม เป็นอย่างสูง ที่กรุณาให้คำปรึกษาเกี่ยวกับสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล และให้ความช่วยเหลือในการวิเคราะห์ข้อมูล

ขอขอบพระคุณคณะอาจารย์โรงเรียนสัตหีบ สาขา 1 ผู้ปกครองของเด็กที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยขอขอบพระคุณทุกท่านเป็นอย่างสูงที่กรุณาช่วยให้ผู้วิจัยได้มีโอกาสศึกษาวิจัยเรื่องนี้ รวมทั้งกรุณาให้ข้อมูลและให้การช่วยเหลืออำนวยความสะดวกต่าง ๆ ทำให้ผู้วิจัยสามารถดำเนินการวิจัยได้โดยราบรื่น

ขอขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่าน ที่กรุณาให้คำแนะนำต่าง ๆ และให้ความช่วยเหลือขอขอบพระคุณเพื่อนร่วมรุ่นเอกจิตวิทยาการให้คำปรึกษาทุกท่าน ที่มีส่วนช่วยให้กำลังใจแก่ผู้วิจัย ขอขอบคุณเพื่อน ๆ ที่ ๆ นิสิตทั้งสาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา และจิตวิทยาการแนะแนวทุกคน ที่ให้ความช่วยเหลือและกำลังใจอย่างดีเยี่ยมเสมอมา

สุดท้ายนี้ ขอขอบพระคุณทุกคนในครอบครัวชินวงศ์ ที่ได้ให้ความห่วงใยให้กำลังใจ และเป็นแรงบันดาลใจในการทำวิทยานิพนธ์มาโดยตลอด อีกทั้งท่านอื่น ๆ ที่มีได้เอ่ยนามในที่นี้ ที่ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจ อีกทั้งมีส่วนในการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี

อรอุมาภรณ์ ชินวงศ์

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	จ
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ.....	ฉุ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการศึกษาค้นคว้า.....	3
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	3
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	4
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม.....	7
ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม.....	7
จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม.....	8
องค์ประกอบของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม.....	10
เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีพิจารณา เหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม.....	27
งานวิจัยในประเทศ.....	27
งานวิจัยต่างประเทศ.....	29
เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับน้ำหนักตัวและสาเหตุที่ทำให้เกิดภาวะ น้ำหนักตัวมากผิดปกติหรือความอ้วน.....	31
ความสำคัญของภาวะโภชนาการ.....	31
ภาวะโภชนาการเกิน.....	31

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
การประเมินภาวะโภชนาการ.....	33
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	35
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	35
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	36
การสร้างเครื่องมือและหาคุณภาพเครื่องมือ.....	36
การดำเนินการทดลอง.....	37
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	40
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	41
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	41
เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	41
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	42
5 สรุปผล และอภิปรายผล.....	61
สรุปผลการวิจัย.....	61
อภิปรายผล.....	62
ข้อเสนอแนะ.....	73
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป.....	73
บรรณานุกรม.....	74
ภาคผนวก.....	82
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	130

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 แบบแผนการทดลองแบบระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล.....	38
2 น้ำหนัก ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของนักเรียนชายที่ได้รับการให้คำปรึกษา แบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม และนักเรียนชายกลุ่มควบคุม.....	43
3 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของน้ำหนักตัวเฉลี่ยระหว่างวิธีการทดลอง กับระยะของการทดลองของนักเรียนชาย.....	46
4 ผลการทดลองผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง.....	47
5 ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะหลังการทดลอง.....	47
6 ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะติดตามผล.....	48
7 ผลการทดสอบผลย่อยของระยะเวลา ในกลุ่มนักเรียนชายที่ได้รับการคำปรึกษา.....	49
8 ผลการทดสอบผลย่อยของระยะเวลาในนักเรียนชายกลุ่มควบคุม.....	50
9 น้ำหนัก ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของนักเรียนหญิงที่ได้รับการให้คำปรึกษา แบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมและนักเรียนหญิงกลุ่มควบคุม.....	51
10 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของน้ำหนักตัวเฉลี่ยระหว่างวิธีการทดลอง กับระยะของการทดลองของนักเรียน.....	54
11 ผลการทดลองผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง.....	56
12 ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะหลังการทดลอง.....	56
13 ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะติดตามผล.....	57
14 ผลการทดสอบผลย่อยของระยะเวลาในกลุ่มนักเรียนหญิงที่ได้รับการคำปรึกษา.....	58
15 ผลการเปรียบเทียบน้ำหนักตัวเป็นรายคู่ของนักเรียนหญิงกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลองระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลด้วยวิธีการทดสอบ แบบนิวแมน – คูลส์	59
16 ผลการทดสอบผลย่อยของระยะเวลาในนักเรียนหญิงกลุ่มควบคุม.....	60

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 แนวทางการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมเกี่ยวกับการดูแลตนเองให้มีน้ำหนักอยู่ในเกณฑ์ปกติและความเชื่อที่ถูกต้อง.....	26
2 มาตรฐานของน้ำหนักตัวเทียบกับส่วนสูง และภาวะโภชนาการของเพศชาย (อายุ 5-18).....	35
3 มาตรฐานของน้ำหนักตัวเทียบกับส่วนสูง และภาวะโภชนาการของเพศหญิง (อายุ 5-18).....	36
4 แผนภูมิเปรียบเทียบน้ำหนักตัวเฉลี่ยในระยะต่าง ๆ ของการทดลองของนักเรียนชายที่ได้รับคำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลอารมณ์ และพฤติกรรม และนักเรียนชายกลุ่มควบคุม.....	44
5 แผนภูมิเปรียบเทียบน้ำหนักตัวของนักเรียนชายที่ได้รับคำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมและนักเรียนชายกลุ่มควบคุมในระยะต่าง ๆ ของการทดลอง.....	45
6 แผนภูมิเปรียบเทียบน้ำหนักตัวของนักเรียนหญิงที่ได้รับคำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมและนักเรียนหญิงกลุ่มควบคุมในระยะต่าง ๆ ของการทดลอง....	52
7 แผนภูมิเปรียบเทียบน้ำหนักตัวเฉลี่ยในระยะต่าง ๆ ของการทดลองของนักเรียนหญิงที่ได้รับคำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลอารมณ์ และพฤติกรรม และนักเรียนหญิงกลุ่มควบคุม..	53
8 กราฟเส้นแสดงการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง..	55