

ผลของการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อความวิตกกังวล  
ของหญิงตั้งครรภ์แรกในช่วงไตรมาสที่ 1

เมวดี แก่นบำรุง

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

กรกฎาคม 2550

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณา  
วิทยานิพนธ์ของ เมวดี แก่นบำรุง ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม  
หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา ของมหาวิทยาลัยบูรพาได้

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

.....  
(ดร.ประชา อินัง) อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก

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

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....  
(รองศาสตราจารย์ ดร.ม.ร.ว.สมพร สุทัศน์ย์) ประธาน

.....  
(ดร.ประชา อินัง) กรรมการ

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

.....  
(รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา วัชรสินธุ์) กรรมการ

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา ของมหาวิทยาลัยบูรพา

.....  
(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี) คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

วันที่ 5 เดือน กรกฎาคม พ.ศ. 2550

การวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนวิทยานิพนธ์ ระดับบัณฑิตศึกษา

จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ประจำภาคปลาย ปีการศึกษา 2548

## ประกาศคุณูปการ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประชา อินัง  
ประธานกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระพีพันธ์  
นายวิมล กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ซึ่งให้คำปรึกษา ข้อคิดเห็น และแก้ไขข้อบกพร่อง  
ต่าง ๆ อย่างดียิ่ง ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณ รศ.ดร.คมเพชร ฉัตรศุภกุล ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์  
ดร.เสรี ชัดเข้ม และ แพทย์หญิงวัลลดา ปุณทรวิวัฒน์ ผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือ  
และเสียสละเวลาอันมีค่ายิ่งในการให้คำปรึกษาแนะนำแก้ไข ที่เป็นประโยชน์ในการวิจัยครั้งนี้  
ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ อนุกสุข ที่กรุณาให้ความช่วยเหลือในการ  
วิเคราะห์ข้อมูลและให้คำปรึกษาเกี่ยวกับสถิติในการวิจัย

ขอขอบคุณ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลนครนายก พยาบาลและเจ้าหน้าที่แผนกผู้ป่วยนอก  
และแผนกสุขภาพจิตทุกท่าน ที่ได้ให้ความกรุณาช่วยเหลือในการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยดี และ  
ขอขอบคุณ หญิงตั้งครรภ์แรกที่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่ให้ความร่วมมือในการทดลองเป็นอย่างดี

ผู้วิจัยขอขอบคุณครอบครัวแก่นบารุงทุกท่าน คุณเพ็ญศรี ลออ สำหรับคำแนะนำและ  
กำลังใจที่ดี อีกทั้งเพื่อน ๆ ที่ร่วมศึกษาภาควิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา ที่มีส่วนช่วยเหลือและให้  
กำลังใจในการทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้ด้วยดีเสมอมา

ผู้วิจัยขอบอวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นเครื่องบูชาพระคุณบิดามารดา ผู้ให้ชีวิต กำลัง และ  
สติปัญญา บูชาอาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่าน ที่ให้การศึกษาอบรม และช่วยเหลือจนผู้วิจัยสำเร็จ  
การศึกษา

เมวดี แก่นบารุง

47912040: สาขาวิชา: จิตวิทยาการให้คำปรึกษา; วท.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา)

คำสำคัญ: การให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม/

ความวิตกกังวล/ หญิงตั้งครรภ์แรกในช่วงไตรมาสที่ 1

แนวคิด แก่นบารุง: ผลของการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อความวิตกกังวลของหญิงตั้งครรภ์แรกในช่วงไตรมาสที่ 1

(THE EFFECTS OF COUNSELING USING RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY ON ANXIETY OF THE FIRST TRIMESTER PRIMIGRAVIDA)

อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์: ประชา อินัง, Ph.D., ระพีพันธ์ ฉายวิมล, ค.ด. 128 หน้า.

ปี พ. ศ. 2550.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อความวิตกกังวลของหญิงตั้งครรภ์แรกในช่วงไตรมาสที่ 1 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นหญิงตั้งครรภ์แรกในช่วงไตรมาสที่ 1 ที่มีความวิตกกังวลสูงจำนวน 16 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม และ กลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ได้แก่ แบบวัดความวิตกกังวลของหญิงตั้งครรภ์แรกในช่วงไตรมาสที่ 1 และ โปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม โดยการให้คำปรึกษา จัดขึ้นทุกวันจันทร์ วันอังคาร วันพุธและวันพฤหัสบดี วันละ 4 คน และให้คำปรึกษาคนละ 50 นาที สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ติดต่อกันเป็นเวลา 6 สัปดาห์ การทดลองแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปร ระหว่างกลุ่ม และหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated-Measure Analysis of Variance: One Between-Subjects Variable and One Within-Subjects Variable) และการทดสอบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธี LSD (Least Significant Difference)

ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ความวิตกกังวลของหญิงตั้งครรภ์แรกในช่วงไตรมาสที่ 1 กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมลดลงต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ความวิตกกังวลของหญิงตั้งครรภ์แรกในช่วงไตรมาสที่ 1 กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมภายหลังการทดลองกับระยะติดตามผลลดลงต่ำกว่าก่อน

การทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ความวิตกกังวลของหญิงตั้งครรภ์แรกในช่วงไตรมาสที่ 1 กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ในระยะติดตามผลลดลงต่ำกว่าระยะหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

มหาวิทยาลัยบูรพา  
Burapha University

47912040: MAJOR: COUNSELING PSYCHOLOGY; M.SC. (COUNSELING PSYCHOLOGY)

KEYWORDS: RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY/ ANXIETY/  
THE FIRST TRIMESTER PRIMIGRAVIDA

MAYWADEE KHANBUMRUNG: THE EFFECTS OF COUNSELING USING RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY ON ANXIETY OF THE FIRST TRIMESTER PRIMIGRAVIDA. ADVISORY COMMITTEE: PRACHA INANG, Ph.D, RAPIN CHAYVIMOL, Ed.D. 128 P. 2007.

The purpose of this research was to determine the effects of counseling using rational emotive behavior therapy on anxiety of the first trimester primigravida. The sample consisted of sixteen pregnant women in first trimester, who had anxiety from primigravida in the first trimester. The anxiety was assessed by the primigravida according to the first trimester anxiety scale. The samples were randomly assigned into two groups: The experimental group and the control group, with eight members in each. The intervention was administered to each group for twelve sessions, two sessions per week. Each session was about 50 minutes. The data collection procedure was divided into three phases: pre-test, post-test and follow-up periods.

Repeated-measure analysis of variance: one between-subjects variable and one within-subjects variable and least significant different method was employed in analyzing the quantitative data

The results revealed that there was a statistically significant interaction at the .05 level between the method and the duration of the experiment at group . Then the experimental group it had lower anxiety than those in the control group in the post - test and the follow – up phase with statistical significance at .05 level Anxiety of participants in the experimental group between the post - test and the follow – up phases was lower than in the pre - test phase at statistical significance of .05. During the follow – up phase primigravida in the first trimester of the experimental group were found to having lower anxiety than in the post - test phase at statistical significance of .05.

## สารบัญ

|                                                                                               | หน้า |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| บทคัดย่อภาษาไทย.....                                                                          | จ    |
| บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....                                                                       | ช    |
| สารบัญ.....                                                                                   | ซ    |
| สารบัญตาราง.....                                                                              | ญ    |
| สารบัญภาพ.....                                                                                | ฉ    |
| บทที่                                                                                         |      |
| 1 บทนำ.....                                                                                   | 1    |
| ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....                                                           | 1    |
| วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....                                                                  | 3    |
| สมมติฐานของการวิจัย.....                                                                      | 3    |
| ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย.....                                                     | 4    |
| ขอบเขตของการวิจัย.....                                                                        | 4    |
| นิยามศัพท์เฉพาะ.....                                                                          | 5    |
| 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....                                                         | 8    |
| เอกสารที่เกี่ยวกับความวิตกกังวล.....                                                          | 9    |
| ความวิตกกังวลในหญิงตั้งครรภ์.....                                                             | 19   |
| เอกสารเกี่ยวกับการให้คำปรึกษารายบุคคล.....                                                    | 37   |
| การให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม.....                             | 42   |
| งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีการพิจารณา เหตุผล<br>อารมณ์ และพฤติกรรม..... | 53   |
| 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....                                                                     | 57   |
| ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....                                                                  | 57   |
| เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....                                                               | 58   |
| การสร้างเครื่องมือและหาคุณภาพเครื่องมือ.....                                                  | 59   |
| การดำเนินการทดลอง.....                                                                        | 61   |
| สถิติที่ใช้การวิเคราะห์ข้อมูล.....                                                            | 64   |



## สารบัญ (ต่อ)

| บทที่                                         | หน้า |
|-----------------------------------------------|------|
| 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....                   | 65   |
| สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....      | 65   |
| ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....                     | 66   |
| 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ..... | 77   |
| สมมติฐานของการวิจัย.....                      | 77   |
| สรุปผลการวิจัย.....                           | 78   |
| อภิปรายผล.....                                | 78   |
| ข้อเสนอแนะ.....                               | 86   |
| บรรณานุกรม.....                               | 87   |
| ภาคผนวก.....                                  | 93   |
| ภาคผนวก ก.....                                | 94   |
| ภาคผนวก ข.....                                | 99   |
| ภาคผนวก ค.....                                | 119  |
| ประวัติย่อของผู้วิจัย .....                   | 128  |

## สารบัญตาราง

| ตารางที่ |                                                                                                                                                                                                                                                                     | หน้า |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 1        | คะแนนความวิตกกังวล ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และ<br>ระยะติดตามผล ของหญิงตั้งครรภ์แรกในช่วงไตรมาสที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษา<br>ตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม และกลุ่มควบคุม.....                                                           | 66   |
| 2        | คะแนนเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวล ของหญิง<br>ตั้งครรภ์แรกในช่วงไตรมาสที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาด้านแนวทฤษฎีพิจารณา<br>เหตุผลอารมณ์และพฤติกรรม และกลุ่มควบคุม ในระยะต่าง ๆ ของการทดลอง.....                                                  | 67   |
| 3        | ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวล ระหว่างวิธีการ<br>ทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง.....                                                                                                                                                             | 70   |
| 4        | ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง.....                                                                                                                                                                                                              | 72   |
| 5        | ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะหลังการทดลอง.....                                                                                                                                                                                                              | 72   |
| 6        | ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะติดตามผลการทดลอง.....                                                                                                                                                                                                          | 73   |
| 7        | ผลการทดสอบผลย่อยของระยะเวลาของหญิงตั้งครรภ์แรกในช่วงไตรมาสที่ 1 ในกลุ่ม<br>ทดลอง.....                                                                                                                                                                               | 73   |
| 8        | ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลเป็นรายคู่ของหญิงตั้งครรภ์แรก<br>ในช่วงไตรมาสที่ 1 ในกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาด้านแนวทฤษฎีพิจารณา<br>เหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ในระยะก่อน การทดลอง ระยะหลังการทดลอง<br>และระยะติดตามผล ด้วยวิธีการทดสอบแบบ LSD ..... | 74   |
| 9        | ผลการทดสอบผลย่อยของระยะเวลาหญิงตั้งครรภ์แรกในช่วงไตรมาสที่ 1 หญิง<br>ตั้งครรภ์แรกในช่วงไตรมาสที่ 1 ในกลุ่มควบคุม.....                                                                                                                                               | 75   |
| 10       | ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลเป็นรายคู่ของหญิงตั้งครรภ์แรก<br>ในช่วงไตรมาสที่ 1 ในควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาด้านแนวทฤษฎีพิจารณา<br>เหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ในระยะก่อน การทดลอง ระยะหลังการทดลอง<br>และระยะติดตามผล ด้วยวิธีการทดสอบแบบ LSD.....   | 76   |
| 11       | แสดงอำนาจจำแนกของแบบวัดความวิตกกังวลของหญิงตั้งครรภ์แรกในช่วง<br>ไตรมาสที่ 1 .....                                                                                                                                                                                  | 117  |
| 12       | วิธีวิเคราะห์ความแปรปรวน.....                                                                                                                                                                                                                                       | 120  |

## สารบัญภาพ

| ภาพที่                                                                                                                                                                                                       | หน้า |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 1 กระบวนการใช้กลไกป้องกันตนเอง.....                                                                                                                                                                          | 15   |
| 2 รูปแบบการเกิดอารมณ์ ความรู้สึกและการเปลี่ยนแปลงตามทฤษฎี A-B-C .....                                                                                                                                        | 44   |
| 3 แบบแผนการทดลอง.....                                                                                                                                                                                        | 63   |
| 4 แผนภูมิเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลของหญิงตั้งครรภ์แรกในช่วง<br>ไตรมาสที่ 1 ในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์<br>และพฤติกรรมและกลุ่มควบคุมในระยะต่าง ๆ ของการทดลอง..... | 68   |
| 5 แผนภูมิเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลของหญิงตั้งครรภ์แรกในช่วง<br>ไตรมาสที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และ<br>พฤติกรรมและกลุ่มควบคุมในระยะต่าง ๆ ของการทดลอง.....        | 69   |
| 6 กราฟเส้นแสดงการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง<br>ความวิตกกังวล.....                                                                                                                | 71   |