

**ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ** การเปรียบเทียบความเครียดและประสิทธิภาพการทำงานของ  
 พยาบาลสถานบริการสุขภาพพิเศษ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
 ก่อนและหลังกระบวนการกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาเหตุผล  
 อารมณ์ และพฤติกรรม

**ผู้เขียน**

นางสาวจันทนา แสงสว่าง

**ปริญญา**

วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการปรึกษา)

**อาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ**

อาจารย์ ดร. สมชาย เตียวกุล

**บทคัดย่อ**

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาเปรียบเทียบความเครียดและประสิทธิภาพการ  
 ทำงานของพยาบาลสถานบริการสุขภาพพิเศษมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ก่อนและหลังการเข้าร่วม  
 กระบวนการกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม กลุ่มตัวอย่างเป็นพยาบาลที่มี  
 ประสบการณ์การปฏิบัติงานระหว่าง 1- 3 ปี จำนวน 8 คน ได้รับการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มตามแนว  
 คิดพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง เป็นเวลา 6 สัปดาห์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดความเครียด  
 แบบประเมินประสิทธิภาพการทำงาน และโปรแกรมของกระบวนการกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาเหตุ  
 ผล อารมณ์ และพฤติกรรม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ t-test (dependent)

ผลการวิจัยพบว่า หลังเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และ  
 พฤติกรรม พยาบาลมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความเครียดลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ  
 ค่าเฉลี่ยของคะแนนประสิทธิภาพการทำงานสูงขึ้นอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

<b>Independent Study Title</b>	Comparison of Stress and Work Effectiveness of Nurses at the Special Medical Service Center, Chiang Mai University Before and After Rational Emotive Behavior Therapy Group Process
<b>Author</b>	Miss Jantana Sangsawang
<b>Degree</b>	Master of Science (Counseling Psychology)
<b>Independent Study Advisor</b>	Lecturer Dr. Somchai Teaukul

### **Abstract**

The purpose of this research was to compare the stress and work effectiveness of nurses at the Special Medical Service Center, Chiang Mai University, before and after attending to a rational emotive behavior therapy group process. The subject group consisted of 8 nurses who have had 1 to 3 years of clinical experience. The subjects participated in rational emotive behavior therapy group process activities for 12 sessions of an hour in a 6 week period.

The instruments used in this study were socio-demographic data, 5 likert-type scale questionnaire of stress, work effectiveness and a rational emotive behavior therapy group process program. Data was statistically analysed by frequency, percentage, and t-test (dependent).

The findings revealed that after the rational emotive behavior therapy group process, there was a statistically significant decrease in the stress mean scores at  $p \leq .01$  level, and there was no significant change in work effectiveness.