

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ ประสิทธิภาพของการใช้โปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวก
ในผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะซึมเศร้า สถานีนอนามัยชัยชุมพล
จังหวัดอุดรดิตถ์

ผู้เขียน นางศรีสองค์ ชำนาญยา

ปริญญา พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)

อาจารย์ที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ
รองศาสตราจารย์ ดร. ดารารรรณ ต๊ะปิ่นตา

บทคัดย่อ

การดูแลอย่างมีประสิทธิภาพในผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะซึมเศร้าเป็นปัจจัยสำคัญในการช่วยให้ภาวะซึมเศร้าของผู้ป่วยดีขึ้น การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงปฏิบัติการมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของการใช้โปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวกในผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะซึมเศร้า กลุ่มตัวอย่างเลือกแบบเฉพาะเจาะจงเป็นผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะซึมเศร้า ที่มารับบริการที่สถานีนอนามัยชัยชุมพล จังหวัดอุดรดิตถ์ จำนวน 26 คน ระหว่างเดือนมีนาคม ถึง เดือนพฤษภาคม 2554 และบุคลากรผู้ใช้โปรแกรม จำนวน 3 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาประกอบด้วย 1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล, 2) แบบประเมินภาวะซึมเศร้าของเบ็ค (Beck Depression Inventory1A [BDI-1A]) แปลเป็นภาษาไทยโดยมุกดา ศรีขันธ์, 3) โปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวกซึ่งราชาวดี เตียวตระกูล และดารารรรณ ต๊ะปิ่นตาได้ดัดแปลงจากโปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวกของขวัญจิต มหาภคิตติคุณ (2548) ที่สร้างขึ้นตามแนวคิดของเนลสัน โจนส์ (1990) ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องและ 4) แบบสำรวจความคิดเห็นของบุคลากรทีมสุขภาพในการใช้โปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวกซึ่งดัดแปลงจากแบบสำรวจความคิดเห็นในการใช้แผนจำหน่ายของอมรรัตน์ เตือนสว่าง (2551) วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา

ผลการศึกษามีดังนี้

1. หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวก ผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะซึมเศร้า จำนวน 24 คน มีคะแนนภาวะซึมเศร้าลดลงจากระดับน้อยและปานกลางเป็นไม่มีภาวะซึมเศร้า และผู้ป่วยจำนวน 2 คน มีภาวะซึมเศร้าลดลงจากระดับปานกลางเปลี่ยนเป็นมีภาวะซึมเศร้าระดับน้อย

2. บุคลากรสุขภาพทั้งหมดพึงพอใจในประโยชน์ของโปรแกรมและคิดว่าเหมาะสมที่จะใช้ในหน่วยงานและเป็นประโยชน์ต่อบุคลากรสุขภาพ ผู้ป่วยและญาติในระดับดี

ผลการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวกมีประสิทธิภาพสามารถช่วยลดภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยโรคเรื้อรังในเขตสถานีอนามัยชัชจุมพล จังหวัดอุดรธานีได้ ดังนั้นทีมบุคลากรควรนำโปรแกรมนี้ไปใช้ในผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีภาวะซึมเศร้าต่อไป

Independent Study Title	Effectiveness of Implementing a Positive Self-talk Training Program Among Chronically ill Patients with Depression, Chaijumpol Health Center, Uttaradit Province
Author	Mrs. Srisaang Chamnanya
Degree	Master of Nursing Science (Mental Health and Psychiatric Nursing)
Independent Study Advisor	Associate Professor Dr. Darawan Thapinta

ABSTRACT

Effective caregiving for chronically ill patients with depression is crucial for reducing their depression. This operational study aimed to investigate the effectiveness of implementing a Positive Self-talk Training Program among chronically ill patients with depression. The sample who was purposively selected included 26 chronically ill patients with depression who received services in Chaijumpol Health Center, Uttaradit province between March -May 2011 and three health personnel who used the Positive Self-talk Training Program for chronically illness patients with depression. The tools used in the study included 1) demographic data form, 2) Beck Depression Inventory 1A (BDI-1A) translated into Thai by Sriyoung, 3) the Positive Self-talk Training Program, which was modified by Deawtrakul and Thapinta from a Positive Self-talk Training Program developed by Mahakittikun (2005) based on the concept of self-talk by Nelson-Jones (1990) and related literature review and 4) the questionnaire of opinions of the program users adapted from questionnaire of opinions on use of discharge plan of Duansawang (2008). Data were analyzed using descriptive statistics.

The results of the study revealed that:

1. After attending the Positive Self-talk Training Program, 24 chronically ill patients with depression had reduced depression level from mild and moderate levels to no depression, and 2 patients had reduced depression from moderate level to mild level.

2. All health personnel were satisfied with the benefits of the program. They thought that it was suitable to use in the organization and also beneficial for health personnel, patients, and relatives at a good level.

The results of this study indicate that the Positive Self-talk Training Program is effective in reducing depression in patients with chronic illness in Chaijumpol Health Center, Uttaradit province. Therefore, health personnel should further implement and use this program in chronically ill patients with depression.