

ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อการลดความเหนื่อยหน่ายของพยาบาล



นางสาว กัลยา เชนันทรรัตน์

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

ภาควิชาจิตวิทยา

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2537

ISBN 974-584-497-7

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

I16924083

EFFECTS OF GROUP COUNSELING ON DECREASING BURNOUT OF NURSES

MISS KALAYA DEJNUNTARAT

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of Requirements

for the degree of Master of Arts

Department of Psychology

Graduate School

Chulalongkorn University

1994

ISBN 974-584-497-7

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อการลดความเหนื่อยหน่ายของพยาบาล
โดย นางสาว กัลยา เดชรัตน์
ภาควิชา จิตวิทยา
อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โสรัช โปธิแก้ว



บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้เนบวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร. ถาวร วิชัยกร)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ สุภาพรณ โศตรจรัส)

..... อาจารย์ที่ปรึกษา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. โสรัช โปธิแก้ว)

..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. ชุ่มพร ยงกิตติกุล)

..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เกษมศักดิ์ ภูมิศรีแก้ว)



พิมพ์ต้นฉบับบทคัดย่อวิทยานิพนธ์ภายในกรอบสี่เหลี่ยมนี้เพียงแผ่นเดียว

กัลยา เชนันทรรัตน์ : ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อการลดความเหนื่อยหน่ายของพยาบาล (EFFECTS OF GROUP COUNSELING ON DECREASING BURNOUT OF NURSES) อ.ที่ปรึกษา : ผศ.ดร.โสรัจ โทธิแก้ว, 242 หน้า ISBN 974-584-497-7

Randon

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการลดความเหนื่อยหน่ายของพยาบาล

กลุ่มตัวอย่างเป็นพยาบาลประจำการในโรงพยาบาลหัวเจียวและเต็มใจเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยสุ่มแบบมีจุดมุ่งหมาย เป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มเป็นเวลา 5 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง รวมเวลาประมาณ 20 ชั่วโมง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ แบบวัดความเหนื่อยหน่าย (Maslach Burnout Inventory) แบบวัดความเครียดจากงานพยาบาล (Nursing Stress Scales) และแบบวัดความพึงพอใจในงาน (Job Description Index) การวิจัยนี้ใช้การทดสอบแบบมีกลุ่มควบคุม โดยมีการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (Pretest-Posttest Control Group Design) ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยทดสอบความแตกต่างของคะแนนความเหนื่อยหน่าย คะแนนความเครียดจากงานพยาบาล และคะแนนความพึงพอใจในงาน ที่วัดก่อนและหลังการทดลองด้วยการทดสอบค่าที่ (t-test)

ผลการวิจัยพบว่า

1. พยาบาลที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีคะแนนความเหนื่อยหน่าย หลังการทดลองต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. หลังการทดลองพยาบาลที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีคะแนนความเหนื่อยหน่าย ต่ำกว่าพยาบาลที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. หลังการทดลองพยาบาลที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีคะแนนความเครียดจากงานพยาบาล ไม่แตกต่างกับพยาบาลที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. หลังการทดลองพยาบาลที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีคะแนนความพึงพอใจในงานสูงกว่าพยาบาลที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ภาควิชา จิตวิทยา
 สาขาวิชา จิตวิทยาการปรึกษา
 ปีการศึกษา 2536

ลายมือชื่อนิติ *กัลยา เชนันทรรัตน์*
 ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา *โสรัจ โทธิแก้ว*
 ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม —

C242853 : MAJOR COUNSELING PSYCHOLOGY

KEY WORD: GROUP COUNSELING/ BURNOUT/ NURSES.

KALAYA DEJNUNTARAT : EFFECTS OF GROUP COUNSELING ON DECREASING BURNOUT OF NURSES. THESIS ADVISOR : ASST. PROF. SOREE POKAEO, Ed.D. 242 p.p. ISBN 974-584-497-7

The objective of this research was to study the effects of group counseling on decreasing burnout of nurses.

The sample was nurses in Hua-Chiew Hospital who participated in group counseling. They were selected through purposive sampling into two groups, 8 persons for each. The experimental group participated in group counseling session for 5 weeks, 2 times per week and 2 hours each time for the total of 20 hours. The instruments used in this research were Maslach Burnout Inventory, Nursing Stress Scales and Job Description Index. The pretest-posttest control group design was used. The t-test was utilized for data analysis.

Results showed that

1. nurses participated in group counseling showed significantly burnout scores in after treatment phase lower than before treatment phase. ($p < .05$)

2. after treatment phase, nurses participated in group counseling showed significantly lower burnout scores than that of nurses who did not participate in group counseling. ($p < .05$)

3. after treatment phase, there was no significant difference in job stress scores between nurses participated in group counseling and nurses who did not participate in group counseling.

4. after treatment phase, nurses participated in group counseling showed significantly higher job satisfaction scores than that of nurses who did not participate in group counseling. ($p < .05$)

ภาควิชา.....จิตวิทยา.....

ลายมือชื่อนิติศ..... *คณิศร ใจดี*

สาขาวิชา.....จิตวิทยาการปรึกษา.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา..... *ศรียา โสภณ*

ปีการศึกษา 2536.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....



กิตติกรรมประกาศ

"วิชาเหมือนสินค้า อันมีค่าอยู่เมืองไกล ต้องฮากล่าบากไป จึงจะได้สินค้ามา"

ข้าพเจ้าได้เข้าถึงสาขาวิชาที่ตนเองอย่างแท้จริงในช่วงระยะเวลาของการทำวิทยานิพนธ์
มันเป็นแบบฝึกหัดสำหรับข้าพเจ้าในการเรียนรู้และขัดเกลาตนเอง ความฮากล่าบากที่เกิดขึ้นใน
แต่ละช่วงของการทำงาน เปิดโอกาสให้ข้าพเจ้าได้สัมผัสกับความช่วยเหลือเกื้อกูลจากคณาจารย์
ช่างมากมาย ไม่ว่าจะเป็นญาติพี่น้อง อาจารย์ เจ้าหน้าที่ในมหาวิทยาลัย เพื่อน รุ่นพี่ รุ่นน้อง ทั้ง
ในสายงานจิตวิทยาและสายงานพยาบาล และแม้กระทั่งเพื่อนมนุษย์บางคนที่ยังไม่ได้รู้จัก
มาก่อน

กราบขอบพระคุณ ผศ.ดร.โสรัจ โปธิแก้ว อาจารย์ที่ปรึกษา ผู้เป็นพลังสำคัญที่เอื้ออำนวย
กระแสน้ำของงานของข้าพเจ้ามาโดยตลอด

กราบขอบพระคุณ ดร.จัน แบริ่ รศ.สุภาพรณ โคตรจรัส และ ผศ.เกษมศักดิ์ ภูมิศรีแก้ว
ที่ให้ความกรุณาตรวจสอบความถูกต้องของภาษาในแบบวัด รวมทั้งข้อเสนอแนะต่างๆ

กราบขอบพระคุณ รศ.ดร.ชัมพร ชงกิตติกุล ที่ได้ให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการตรวจสอบ
คุณภาพของแบบวัดและประเด็นต่างๆที่เป็นประโยชน์ ทำให้งานวิจัยมีความสมบูรณ์มากขึ้น

ขอขอบพระคุณ คุณสิริระสา สัมมาวาจ คุณบุญศรี ชัยชิตามร คุณพรทิพย์ คุณวิษัยวงศ์ ที่
ให้ความกรุณาในเรื่องของแบบวัดและเอกสารประกอบการวิจัย

ขอขอบพระคุณ คุณวิภาวรรณ ศิริรัตนสิทธิ์ รักษาการผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายการพยาบาล
โรงพยาบาลหัวเจ็ว คุณจินตนา ทิตาราม พยาบาลผู้จัดการงานเจ้าหน้าที่และพยาบาลหัวหน้าตึก
ทุกท่านที่อำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ขอขอบคุณ พยาบาลประจำการในสังกัดฝ่ายการพยาบาลที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างมาก
ในการตอบแบบสอบถามที่ใช้เป็นข้อมูลเบื้องต้นในการวิจัย และโดยเฉพาะสมาชิกกลุ่มทั้ง 8 ท่านที่
ได้เสียสละเวลาพร้อมทั้งแรงกาย แรงใจ เพื่อเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มในการวิจัยนี้

คณะพยาบาลศาสตร์ (วิทยาเขตยศเส) มหาวิทยาลัยหัวเจ็วเฉลิมพระเกียรติ ได้ให้
การเอื้อเฟื้อสถานที่ในการวิจัย ผู้วิจัยขอขอบพระคุณยิ่ง

ขอขอบคุณ คุณอรสา เดชนันทรัตน์ คุณพสนีย์ แสงสุวรรณ คุณกนกวรรณ และคุณอุษ
รุณีและเพื่อนพยาบาลที่ช่วยเหลือในการรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ

ขอขอบคุณ คุณสุมาลี อุดมผล คุณจันทร์เพ็ญ อินทร์ไชยา คุณอรัญญา ตัญคำภีร์ และ
คุณวลัยรัตน์ ประจักษ์วิกรานต์ ผู้คอยช่วยเหลือในการดำเนินกลุ่มการปรึกษา

ขอขอบคุณ คุณจิตติมา เฟื่องคล้าย และคุณบุญยิ่ง ว่องประพิณกุล เพื่อนรักที่คอยติดตามให้
กำลังใจกับข้าพเจ้ามาโดยตลอด

ขอขอบคุณ พี่ๆ เพื่อนๆ น้องๆ จิตวิทยาการปรึกษาทุกท่านที่เป็นกำลังใจและให้การช่วย
เหลือโดยเฉพาะเพื่อนแท้ในจิตวิทยาการปรึกษารุ่น 5 ทุกคน

กราบขอบพระคุณพ่อกับแม่ ที่เอื้อเฟื้อปัจจัยในการดำเนินชีวิตในช่วงเวลาที่ข้าพเจ้าลา
ออกจากงานเพื่อศึกษาต่อและซาบซึ้งในน้ำใจของน้องสาวและน้องชายที่อดทนร่วมล่าบากตรากตรำ
ไปกับข้าพเจ้า

กัลยา เดชนันทรัตน์



สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ.....	ฉ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
แนวคิดพื้นฐานทางทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
แนวคิดเกี่ยวกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม.....	6
แนวคิดเกี่ยวกับความเหนื่อยหน่าย.....	40
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	62
ปัญหาการวิจัย.....	70
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	70
สมมุติฐานการวิจัย.....	70
ขอบเขตการวิจัย.....	71
คำจำกัดความในการวิจัย.....	71
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	72
บทที่ 2 วิธีดำเนินการวิจัยและรวบรวมข้อมูล.....	73
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	73
การออกแบบการวิจัย.....	73
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	74
วิธีดำเนินการวิจัย.....	113
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	114
บทที่ 3 ผลการวิจัย.....	116
บทที่ 4 การอภิปรายผลการวิจัย.....	126

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ.....	141
รายการอ้างอิง.....	147
ภาคผนวก.....	161
ภาคผนวก ก สูตรที่ใช้ในการวิจัย.....	162
ภาคผนวก ข การทดสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	166
ภาคผนวก ค แบบสอบถามชุดต้นฉบับ.....	177
ภาคผนวก ง แบบสอบถามฉบับใช้จริง.....	184
ภาคผนวก จ กิจกรรมที่ใช้ในกลุ่ม.....	191
ภาคผนวก ฉ บันทึกกระแสกลุ่มเรียงตามเหตุการณ์.....	194
ภาคผนวก ช วิเคราะห์กระแสกลุ่มตามแนวทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ของ Ohlsen.....	207
ภาคผนวก ซ เอกสารประกอบการดำเนินกลุ่ม.....	235
ประวัติผู้เขียน.....	242

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1	แสดงค่าความเที่ยงของแบบสำรวจความเห็นอัยการ MBI.....78
2	แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคะแนนจากแบบวัดความเห็นอัยการ แบบวัดความเครียดจากงานพยาบาล แบบวัดความพึงพอใจในงาน ใน กลุ่มประชากร.....95
3	แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนของแบบวัดความเห็นอัยการ แต่ละด้าน กับแบบวัดความเครียดจากงานพยาบาล และแบบวัด ความพึงพอใจในงาน.....96
4	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเห็นอัยการ คะแนนความเครียดจากงานพยาบาลและคะแนนความพึงพอใจในงานของกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนและหลังการทดลอง.....117
5	แสดงผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความ เห็นอัยการ คะแนนความเครียดจากงานพยาบาล และคะแนน ความพึงพอใจในงาน ในระยะก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ด้วยการทดสอบค่าที่.....118
6	แสดงผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความ เห็นอัยการ คะแนนความเครียดจากงานพยาบาล และคะแนน ความพึงพอใจในงาน ในระยะหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ด้วยการทดสอบค่าที่.....119
7	แสดงผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความเห็นอัยการ คะแนนความเครียดจากงานพยาบาลและคะแนนความพึงพอใจในงาน ของ กลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง.....120

ตาราง	หน้า
8	แสดงผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ของคะแนนความเหนื่อยหน่าย แต่ละด้าน คือ ด้านความรู้สึกอ่อนล้าทางอารมณ์ (EE) ด้านความรู้สึก ไม่เห็นคุณค่าความเป็นคน (DP) ด้านการลดความรู้สึกประสพ ความสำเร็จ (PA) ในระยะก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับ กลุ่มควบคุม..... 121
9	แสดงผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ของคะแนนความเหนื่อยหน่าย แต่ละด้าน คือ ด้านความรู้สึกอ่อนล้าทางอารมณ์ (EE) ด้านความรู้สึก ไม่เห็นคุณค่าความเป็นคน (DP) ด้านความการลดความรู้สึกประสพ ความสำเร็จ (PA) ในระยะหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับ กลุ่มควบคุม..... 122
10	แสดงผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ของคะแนนความเหนื่อยหน่าย แต่ละด้าน ของกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง..... 123
11	แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคะแนนระหว่างแบบวัดความเหนื่อยหน่าย แบบวัดความเครียดจากงานพยาบาล แบบวัดความพึงพอใจในงาน ของกลุ่ม ทดลอง และกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง..... 124
12	แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคะแนน ระหว่างแบบวัดความเหนื่อยหน่าย แต่ละด้าน กับแบบวัดความเครียดจากงานพยาบาล และแบบวัดความพึงพอใจ ในงาน ของประชากรในระยะก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังทดลอง..... 125
13	แสดงผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนรายชื่อ ของแบบวัดความเหนื่อยหน่าย (ชุดต้นฉบับ, 22 ข้อ) ระหว่างกลุ่มที่มี ลักษณะที่วัดสูงกับกลุ่มที่มีลักษณะที่วัดต่ำ ด้วยการทดสอบค่าที่..... 166
14	แสดงผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนรายชื่อ ของแบบวัดความเหนื่อยหน่าย(ฉบับใช้จริง, 19 ข้อ)ระหว่างกลุ่มที่มี คะแนนสูงกับกลุ่มที่มีคะแนนต่ำ ด้วยการทดสอบค่าที่..... 168

ตาราง

หน้า

15 แสดงผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนรายชื่อ
ของแบบวัดความเครียดจากงานพยาบาล (ชุดต้นฉบับ, 34 ข้อ)
ระหว่างกลุ่มที่มีลักษณะที่วัดสูงกับกลุ่มที่มีลักษณะที่วัดต่ำ ด้วยการทดสอบค่าที่...169

16 แสดงผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนรายชื่อ
ของแบบวัดความเครียดจากงานพยาบาล (ฉบับใช้จริง, 28 ข้อ) ระหว่าง
กลุ่มที่มีคะแนนสูงกับกลุ่มที่มีคะแนนต่ำ ด้วยการทดสอบค่าที่.....171

17 แสดงผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนรายชื่อ
ของแบบวัดความพึงพอใจในงาน (ชุดต้นฉบับ, 18 ข้อ) ระหว่างกลุ่มที่มี
ลักษณะที่วัดสูงกับกลุ่มที่มีลักษณะที่วัดต่ำ ด้วยการทดสอบค่าที่.....173

18 แสดงผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนรายชื่อ
ของแบบวัดความพึงพอใจในงาน (ฉบับใช้จริง, 16 ข้อ) ระหว่างกลุ่มที่มี
คะแนนสูงกับกลุ่มที่มีคะแนนต่ำ ด้วยการทดสอบค่าที่.....174

19 แสดงผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความเห็น้อยหน้า
คะแนนความเครียดจากงานพยาบาล และคะแนนความพึงพอใจในงาน
ระหว่างกลุ่มที่มีลักษณะที่วัดสูงกับกลุ่มที่มีลักษณะที่วัดต่ำ (ฉบับใช้จริง)
ด้วยการทดสอบค่าที่.....175

20 แสดงผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความเห็น้อยหน้า
คะแนนความเครียดจากงานพยาบาล และคะแนนความพึงพอใจในงาน
ระหว่างกลุ่มที่มีคะแนนสูงกับกลุ่มที่มีคะแนนต่ำ (ฉบับใช้จริง)
ด้วยการทดสอบค่าที่.....176

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	โครงสร้างการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของ Ohlsen.....	39
2	แสดงผลของปัจจัยในการปรับสมดุลต่อสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด.....	44
3	แสดงผลของปัจจัยในการปรับสมดุลต่อสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเหนื่อยหน่าย..	45
4	แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความเครียด ความเหนื่อยหน่ายกับประสิทธิภาพใน การทำงาน.....	46
5	แนวคิดของความเหนื่อยหน่าย.....	47