

บทคัดย่อ

**T153880**

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาเปรียบเทียบความเครียดและประสิทธิภาพการทำงานของพยาบาลสถานบริการสุขภาพพิเศษมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ก่อนและหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม กลุ่มตัวอย่างเป็นพยาบาลที่มีประสบการณ์การปฏิบัติงานระหว่าง 1- 3 ปี จำนวน 8 คน ได้รับการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง เป็นเวลา 6 สัปดาห์

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

ผลการวิจัยพบว่า หลังเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม พยาบาลมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความเครียดลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และค่าเฉลี่ยของคะแนนประสิทธิภาพการทำงานสูงขึ้นอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ABSTRACT

**TE 153880**

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.