

การบำบัดการรู้คิดและปรับพฤติกรรม เพื่อส่งเสริมความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้ป่วยจิตเภท: การพยาบาลตามหลักฐานเชิงประจักษ์

COGNITIVE – BEHAVIORAL THERAPY FOR INCREASING SELF – ESTEEM IN PATIENTS WITH SCHIZOPHRENIA: EVIDENCE – BASED NURSING

พรรณนุญา เจ็งไพจิตร 4736919 NSMH/M

พย.ม. (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)

คณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์ : ยาใจ สิทธิมงคล, Ph.D. (Nursing) อติรัตน์ วัฒนไพลิน, กศ.ด.

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา แนวทางการส่งเสริมความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้ป่วยจิตเภท จากหลักฐานเชิงประจักษ์ โดยมีขั้นตอนศึกษาดังนี้คือ กำหนดประเด็นปัญหา การสืบค้นหลักฐานเชิงประจักษ์ที่ตรงกับประเด็นปัญหาที่ศึกษา จากระบบฐานข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ และสืบค้นด้วยมือ การประเมินคุณภาพของหลักฐานเชิงประจักษ์ และประเมินระดับความเข้มแข็งของหลักฐานเชิงประจักษ์ และสังเคราะห์เพื่อหาข้อสรุปและข้อแนะนำ ผลการสืบค้นได้งานวิจัยที่มีคุณภาพ 4 เรื่อง เป็นงานวิจัย randomized controlled trial นำมาวิเคราะห์และสังเคราะห์ สรุปเป็นข้อแนะนำ คือ โปรแกรม Cognitive Behavioral Therapy (CBT) ที่มีประสิทธิผลในการ ส่งเสริมความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้ป่วยจิตเภท ควรทำจำนวนครั้งไม่ต่ำกว่า 7 ครั้ง เนื้อหาของโปรแกรมควรเน้นการปรับความคิดให้มองตนเองในทางบวก การคิดทบทวนข้อดี และการทำการบินเข้าดูพฤติกรรมของตนเอง ในกรณีที่มีเป้าหมายเพื่อการเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อ การรับรู้เกี่ยวกับโรคร่วมด้วย ควรทำมากกว่า 7 ครั้งขึ้นไป โดยเน้นถึงอาการนำของการกลับเป็นซ้ำของโรค การระบุนึกความคิด ความเชื่อและพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดกลับเป็นซ้ำ และการใช้เทคนิคการปรับความคิดและพัฒนาความเชื่อ และการสนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม รวมทั้งการประเมินผลลัพธ์ของโปรแกรมในด้านการส่งเสริมความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

ข้อเสนอแนะจากการศึกษาครั้งนี้คือ ก่อนที่จะนำการบำบัดการรู้คิดและปรับพฤติกรรมเพื่อส่งเสริมความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้ป่วยจิตเภทไปใช้ พยาบาลจิตเวชควรได้รับการฝึกอบรมเรื่อง CBT ก่อนการดำเนินโปรแกรม และควรพัฒนาเป็นคู่มือการทำโปรแกรม ที่เหมาะสมกับบริบทของสถาบันกัลยาณราชนครินทร์ และทดลองใช้ในหอผู้ป่วยนำร่อง เพื่อศึกษาผลลัพธ์ซึ่งจะนำมาสู่การพัฒนารูปแบบโปรแกรม CBT ที่เหมาะสมกับผู้ป่วยจิตเภทในสถาบันกัลยาณราชนครินทร์ต่อไป

คำสำคัญ: ผู้ป่วยจิตเภท / ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง / การบำบัดการรู้คิดและปรับพฤติกรรม

**COGNITIVE – BEHAVIORAL THERAPY FOR INCREASING SELF – ESTEEM
IN PATIENTS WITH SCHIZOPHRENIA: EVIDENCE – BASED NURSING****PANYUPA JENGPALIT 4736919 NSMH/M****M.N.S (MENTAL HEALTH AND PSYCHIATRIC NURSING)****THEMATIC PAPER ADVISORY COMMITTEE: YAJAI SITTHIMONGKOL, Ph.D.
ATIRAT WATTANAPAILIN, Ed.D. (CURRICULUM RESEARCH AND
DEVELOPMENT)****ABSTRACT**

This study is aim was to investigate evidence-based practice guidelines to promote self-esteem in schizophrenic patients. The process of investigation included: a) problem identification, b) search for evidence relevant to clinical problems from electronic databases and manual search, c) assessment of quality and strength of evidence, and d) evidence synthesis for coming to a conclusion and making recommendations. The literature search yielded 4 qualified randomized controlled trials for further analysis, synthesis, and summary and recommendations for Cognitive Behavioral Therapy (CBT) in enhancing the self-esteem of schizophrenic patients. It was found that for CBT to be effective in enhancing the self-esteem of schizophrenic patients, they needed to have at least 7 therapy sessions. CBT program contents should emphasize the adjustment of patients' thoughts to be more positive, reflective thinking on positive things, and assigning homework to monitor their behaviors. If the program's aim is to change patients' thoughts, beliefs, and perceptions about their disease besides improving self-esteem, the program should have more than 7 therapy sessions. The therapy should focus on the pre-symptoms of relapse, the identification of thoughts, beliefs, and behaviors that lead to a relapse, and techniques to adjust thoughts and improve beliefs as well as support for behavioral changes. The program outcomes should be evaluated for the improvement of self-esteem.

Based on this study, it is recommended that before applying a CBT program to enhance the self-esteem of schizophrenic patients, psychiatric nurses should be trained in CBT first. In addition, the therapy program should be developed specifically for the Galya Rajanagarindra Institute. The program should be pilot-tested in a patient unit at the institute and evaluated for the program outcomes.

**KEY WORDS: SCHIZOPHRENIA PATIENTS / SELF-ESTEEM / COGNITIVE
BEHAVIORAL THERAPY**

99 pages