

การพัฒนาแนวปฏิบัติการพยาบาลเพื่อลดอาการเครียดภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญในเด็ก  
ถูกล่วงละเมิดทางเพศ

DEVELOPMENT OF A CLINICAL NURSING PRACTICE GUIDELINE FOR REDUCING  
POSTTRAUMATIC STRESS SYMPTOMS OF CHILDREN WITH SEXUAL ABUSE

อริญญญา ชำนาญอักษร 4836936 NSMH/M

พย.ม. (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)

คณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์ : อัจฉราพร สีหิรัญวงศ์, พย.ด., อติทยา พรชัยเกตุ โอว ยอง, Ph.D.  
(Nursing)

#### บทคัดย่อ

แนวปฏิบัติการพยาบาลเพื่อลดอาการเครียดภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ (Posttraumatic Stress Disorder: PTSD) ในเด็กถูกล่วงละเมิดทางเพศ พัฒนาขึ้นตามขั้นตอนการดำเนินการ ปฏิบัติตามหลักฐานเชิงประจักษ์ของ Polit & Beck (2008) จากการปฏิบัติงานในคลินิกพบเด็กถูกล่วงละเมิดทางเพศมีจำนวนเพิ่มขึ้น และยังขาดแนวทางในการช่วยเหลือที่เป็นมาตรฐาน จากการทบทวนองค์ความรู้ พบว่าการบำบัดความคิดและพฤติกรรมสำหรับเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ (Trauma- Focus Cognitive Behavioral Therapy: TF-CBT) มีประสิทธิภาพในการลดอาการ PTSD ในเด็กถูกล่วงละเมิดทางเพศ จึงดำเนินการรวบรวมและประเมินหลักฐานเชิงประจักษ์ พบงานวิจัยที่เป็น Randomized Controlled Trial จำนวน 8 เรื่อง เมื่อนำงานวิจัยทั้งหมดมาวิเคราะห์ สังเคราะห์ ได้ข้อเสนอแนะวิธีการบำบัดเพื่อลดอาการ PTSD ในเด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ โดยให้การบำบัดเด็ก บำบัดพ่อแม่ และบำบัดเด็กโดยมีพ่อแม่เข้ามามีส่วนร่วม รวม 12 – 20 ครั้ง ครั้งละ 90 นาที การบำบัดเด็กช่วยให้เด็กเข้าใจถึงอาการต่างๆที่เกิดขึ้นกับตน เรียนรู้ที่จะปลดปล่อยความรู้สึกด้วยวิธีที่เหมาะสมในหลายทางเลือก เข้าใจกระบวนการก้าวผ่านความรู้สึกกลัวและอาการหลีกหนีและสามารถทนกับเหตุการณ์ที่เป็นสิ่งเร้าได้ การบำบัดพ่อแม่ช่วยให้พ่อแม่เข้าใจพฤติกรรมของเด็ก จัดการกับพฤติกรรมเด็กได้อย่างสร้างสรรค์ ลดความเครียดและความวิตกกังวลของพ่อแม่ และการบำบัดเด็กโดยมีพ่อแม่เข้ามามีส่วนร่วมช่วยให้พ่อแม่สนับสนุนการปรับตัวของเด็ก ก่อนนำแนวปฏิบัติไปใช้ผู้บำบัดควรได้รับการฝึกอบรมการบำบัดแบบ CBT และ TF-CBT และมีการศึกษานำร่องเพื่อประเมินประสิทธิผลของแนวปฏิบัติ และเผยแพร่เพื่อนำไปใช้ในวงกว้าง

คำสำคัญ: เด็กถูกล่วงละเมิดทางเพศ / การบำบัดความคิดและพฤติกรรมสำหรับเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ / อาการเครียดภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ / แนวปฏิบัติการพยาบาล

# DEVELOPMENT OF A CLINICAL NURSING PRACTICE GUIDELINE FOR REDUCING POSTTRAUMATIC STRESS SYMPTOMS OF CHILDREN WITH SEXUAL ABUSE

ARUNYA CHUMNANUKSORN 4836936 NSMH/M

M.N.S. (MENTAL HEALTH AND PSYCHIATRIC NURSING)

THEMATIC PAPER ADVISORY COMMITTEE : ACHARAPORN

SEEHERUNWONG, D.N.S., ATITTAYA PORNCHAIKATE AU-YEONG, Ph.D.  
(Nursing)

## ABSTRACT

The Clinical Nursing Practice Guidelines for Reducing Posttraumatic Stress Symptoms of Children with Sexual Abuse was developed by following the evidence-based nursing practice suggested by Polit & Beck (2008). In the clinical practice, it was found that the number of children with sexual abuse had increased, yet good or standardized care was not established. The review of the body of knowledge found that the most effective way to reduce PTSD symptoms in children with sexual abuse was the Trauma-Focus Cognitive Behavioral Therapy (TF-CBT). Thus assembling and evaluating the evidence: 8 studies on Randomized Controlled Trials were selected, analyzed, synthesized and three forms of therapeutic methods were used: individual therapy for children, individual therapy for parents and individual therapy for children with parents joining. The therapy for children helped the child to understand his or her symptoms that often occurred in children with sexual abuse. The children learned to express emotions by positive methods, to process fearful cognitions, and develop ways to avoid fear-stimulating factors. The individual therapy for parents focused on helping the parents to reduce their anxiety, increase their skills in handling their children's behavior, and develop skills in positive communication with their children. The individual therapy for children with parents joining in helped the parents to support the children's behavioral change.

Before performing the therapy the therapist must undergo Cognitive Behavioral Therapy (CBT) and TF-CBT intensive training until the therapist is qualified to perform the therapy correctly. There should also be a pilot study to evaluate the effectiveness of the practice guideline and the results should be published for a wider range of practice or implementation.

**KEY WORDS :** CHILDREN WITH SEXUAL ABUSE / TRAUMA-FOCUS  
COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY: TF-CBT /  
POSTTRAUMATIC STRESS SYMPTOMS /  
NURSING PRACTICE GUIDELINE