

การจัดการความโกรธตามแนวคิดการปรับการรู้คิดและพฤติกรรมในผู้ป่วยจิตเวช: การพยาบาลตามหลักฐานเชิงประจำย์

ANGER MANAGEMENT BASED ON COGNITIVE - BEHAVIORAL MODIFICATION IN PATIENTS WITH MENTAL ILLNESS: EVIDENCE-BASED NURSING

วิเคราะห์ จำปา 5036763 NSMH/M

พย.ม. (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช)

คณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์: อัจฉราพร สีหิรัญวงศ์, พย.ด. วิมลนันท์ พุฒิวนิชพงศ์, D.S.N.

บทคัดย่อ

การศึกษารังนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา รูปแบบการจัดการความโกรธตามแนวคิดการปรับการรู้คิดและพฤติกรรมในผู้ป่วยจิตเวชจากหลักฐานเชิงประจำย์ โดยสืบค้นหลักฐานเชิงประจำย์ที่ตรงกับประเด็นปัญหาที่ศึกษา จากฐานข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์และสืบค้นด้วยมือ ได้แก่ งานวิจัยที่มีคุณภาพจำนวน 6 เรื่อง เป็นงานวิจัย randomized controlled trial 1 เรื่อง controlled trial without randomized 1 เรื่อง case controlled 2 เรื่อง one group pre-post test 1 เรื่อง และบทความจากทัศนะของผู้เชี่ยวชาญ 1 เรื่อง จากนั้นนำมารวบรวม 8 ครั้ง จำนวน 8-16 ครั้ง ทำการนำบัดโดยวิธี 3 ขั้นตอน คือ 1) ขั้นเตรียมการรู้คิด เป็นการเตรียมความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความโกรธ 2) ขั้นฝึกซ้อมทักษะ เป็นการฝึกทักษะการจัดการความโกรธ ซึ่งได้แก่ ฝึกทักษะการตอบสนองความโกรธด้วยการแสดงออกอย่างเหมาะสม ทักษะการผ่อนคลาย เป็นต้น และ 3) ขั้นนำทักษะไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์อื่น เป็นการนำทักษะที่ได้เรียนรู้จากดุ่มผ่านการฝึกแสดงบทบาทสมมติไปประยุกต์ใช้กับสถานการณ์จริง แล้วนำประสบการณ์ที่ได้มาทบทวน นอกรากนั้นยังสามารถทำการนำบัดเป็นรายบุคคลได้โดยเฉพาะในผู้ป่วยจิตเวชคดีที่มีพฤติกรรมรุนแรง ซึ่งการนำบัดด้องใช้เวลา yanana กว่า

ข้อแนะนำที่ได้สามารถลดความโกรธในผู้ป่วยจิตเวช ซึ่งจะนำไปสู่การลดพฤติกรรมรุนแรงและผลกระทบที่มีต่อผู้ป่วย ครอบครัว ชุมชน และคลินิกที่ให้บริการ ดังนี้ จึงควรมีการศึกษานำร่องเพื่อประเมินประสิทธิภาพและนำมาใช้เป็นแนวทางในการพยาบาลผู้ป่วยจิตเวชในคลินิกต่อไป

คำสำคัญ: ความโกรธ / การจัดการความโกรธ / การปรับการรู้คิดและพฤติกรรม / ผู้ป่วยจิตเวช

## ANGER MANAGEMENT BASED ON COGNITIVE - BEHAVIORAL MODIFICATION IN PATIENTS WITH MENTAL ILLNESS: EVIDENCE - BASED NURSING

WIDAWAN JUMPA 5036763 NSMH/M

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

THEMATIC PAPER ADVISORY COMMITTEE: ACHARAPORN SEEHERUNWONG, D.N.S., WIMOLNUN PUTDIVARNICHAPONG, D.N.S.

## ABSTRACT

This study aimed to investigate the method of anger management based on cognitive behavioral modification in patients with mental illness from evidence-based research studies and practice. The investigator sought evidence pertinent to the topic of study from both electronic databases and library materials. Six eligible studies with randomized controlled trials, one controlled trial without randomization, two case controlled studies, one group pre-test/post-test design, and one expert-opinion study were included in this investigation. The investigator analyzed and synthesized these studies, then provided recommendations for anger management based on cognitive-behavioral modification in mentally ill patients. The recommendations can be applied to both psychiatric and forensic patients. In anger management, group therapy is suggested for 8-16 weekly sessions. The group therapy contains three steps. Step 1- Cognitive preparation: Patients are prepared for knowledge and understanding about anger. Step 2- Skill acquisition: Patients are trained in skill acquisition to manage their anger; for example, to respond with appropriate assertion skills and to use relaxation skills. Step 3- Application training: Patients bring the skills gained from group therapy through role play to apply to real situations. They contemplate their experiences from anger-management and how to apply them in real situations. Moreover, individual training could be used for forensic patients that take more therapy sessions.

The recommendations gained from the investigation can be applied to reduce anger in patients with mental illness. Consequently, violent behaviors and the impact of these behaviors to patients, families, and communities as well as to clinics providing services to mentally ill patients are reduced. Based on the recommendations for model application, intended model users should conduct a pilot study to evaluate the effectiveness of the model to be used as a guideline for mentally ill patients.

KEY WORDS: ANGER / ANGER MANAGEMENT / COGNITIVE BEHAVIOR MODIFICATION / MENTALLY ILLNESS PATIENTS