

การเสริมสร้างคุณค่าในตนเองเป็นขั้นตอนแรก ที่จะนำไปสู่ความสุขและชีวิตที่ดีขึ้น การเสริมสร้างคุณค่าในตนเองจึงเป็นสิ่งสำคัญ การวิจัยกึ่งทดลองครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพฤติกรรมบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ต่อคุณค่าในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านเชียงใหม่ คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจำนวน 50 คน แบบเฉพาะเจาะจง แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เครื่องมือวิจัยประกอบด้วย 1) แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล 2) แบบวัดคุณค่าในตนเองของคูเปอร์สมิทฉบับนักเรียน (Coopersmith Self-esteem Inventory School Form) ที่ดัดแปลงโดย สุกัญญา พิระวรรณกุล (2541) มีค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรของคูเดอร์ริชาร์ดสัน (Kuder-Richardson 20) เท่ากับ .84 โปรแกรมพฤติกรรมบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม ได้ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา สถิติทดสอบค่าทีชนิด 2 กลุ่มที่ที่เป็นอิสระต่อกัน และไม่เป็นอิสระต่อกัน

#### ผลการวิจัยพบว่า

1. ภายหลังจากได้รับโปรแกรมพฤติกรรมบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ เยาวชนในกลุ่มทดลองมีคะแนนคุณค่าในตนเองมากกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
2. ภายหลังจากได้รับโปรแกรมพฤติกรรมบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ เยาวชนในกลุ่มทดลองมีคะแนนคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า โปรแกรมพฤติกรรมบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์เป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่สามารถเสริมสร้างคุณค่าในตนเองสำหรับเยาวชนในสถานสงเคราะห์ ดังนั้น พยาบาลจิตเวช หรือผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ควรตระหนัก ให้ความสำคัญ และประยุกต์ใช้โปรแกรมพฤติกรรมบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ เพื่อเสริมสร้างคุณค่าในตนเองสำหรับเยาวชนในสถานสงเคราะห์

Building self-esteem is the first step towards happiness and a better life. Thus an intervention to building self-esteem is important. The purpose of this quasi-experimental research was to examine the effect of the Rational Emotive Behavior Therapy Program on self-esteem of youth in Chiang Mai Home for Boys. Fifty subjects were purposively selected and equally assigned into experimental and control groups. Research instruments consisted of 1) The Demographic Data Form and 2) Coopersmith Self-esteem Inventory School form modified by Sukanya Peerawankul (1998). Reliability of the Coopersmith Self-esteem Inventory School form obtained by using Kuder-Richardson 20 was .84. The Rational Emotive Behavior Therapy Program developed by the researcher and based on literature review. The content validity of the Rational Emotive Behavior Therapy Program was confirmed by five experts. Data were analyzed using descriptive statistics, independent t-test and dependent t-test.

The results of the study revealed that:

1. After receiving the Rational Emotive Behavior Therapy Program, youth in the experimental group had self-esteem scores statistically and significantly higher than that of the control group. ( $p < .001$ ).

2. After receiving the Rational Emotive Behavior Therapy Program, youth in the experimental group had a significantly higher score of self-esteem. ( $p < .001$ ).

The results of this study indicate that the Rational Emotive Behavior Therapy Program could be an alternative way to build self-esteem among youth. Therefore, Psychiatric nurses and other healthcare providers should recognize the importance of such program and continue using it to build self-esteem among youth in the Child Welfare Institution.