

พัฒนาชาติ พัฒนากาย: การบำบัดแบบบูรณาการเพื่อลดพฤติกรรมการกินที่ผิดปกติ และความไม่พึงพอใจ
 ในรูปร่างตน: กรณีศึกษาการบำบัดในนิสิตหญิงมหาวิทยาลัยนเรศวร (INTEGRATED INTERVENTION TO
 REDUCE DISORDERED EATING BEHAVIORS AND BODY IMAGE DISSATISFACTION: AN
 INTERVENTION STUDY ON FEMALE NARESUAN UNIVERSITY STUDENTS) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์
 หลัก: ผศ. ดร. รัตนา สำโรงทอง M.A., Ph.D., 204 หน้า

ความเป็นมา: จากความแพร่หลายของวัฒนธรรมนิยมความผอมจากตะวันตกทำให้พบความไม่พอใจในรูปร่างของ
 ตนในวัยรุ่นไทย ซึ่งความไม่พอใจในรูปร่างนั้นเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญที่ทำให้เกิดโรคความผิดปกติทางการกิน อย่างไรก็ตาม
 ตามการศึกษาเกี่ยวกับโรคความผิดปกติทางการกินหรือปัญหาที่เกี่ยวข้องยังมีน้อยในประเทศไทย

วัตถุประสงค์: การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมการบำบัดแบบบูรณาการเพื่อลด 1) การรับรู้อคติ
 ความผอมเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของตน 2) ความไม่พอใจในรูปร่างของตน 3) การจำกัดอาหาร 4) ความรู้สึกเชิงลบ
 และ 5) พฤติกรรมการกินที่ผิดปกติ ซึ่งเป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดโรคความผิดปกติทางการกินตามแบบจำลองแบบสอง
 เส้นทาง และลดปัจจัยดังกล่าวในนิสิตหญิงมหาวิทยาลัยนเรศวรชั้นปีที่หนึ่ง

ระเบียบวิธีวิจัย: ระเบียบวิธีวิจัยของการศึกษานี้ประกอบไปด้วย 3 ระยะ โดยในระยะแรกเป็นการศึกษาแบบ
 ภาคตัดขวางเพื่อศึกษาความชุกของพฤติกรรมการกินที่ผิดปกติ และความไม่พอใจในรูปร่าง พร้อมทั้งปัจจัยที่
 เกี่ยวข้องกับปัญหาดังกล่าวโดยใช้แบบสอบถามกับนิสิตหญิงชั้นปีที่หนึ่งจำนวน 447 คน จากนั้นในระยะที่สองนิสิตที่
 มีความพอใจในรูปร่างของตนเองต่ำ หรือมีพฤติกรรมการกินที่ผิดปกติจำนวน 75 คน เข้าร่วมในโปรแกรมการบำบัด
 แบบบูรณาการด้วยความเต็มใจ ซึ่งโปรแกรมนี้เป็นการรวมเทคนิคการบำบัด 3 เทคนิค คือ การให้สุขภาพจิตศึกษา
 การรู้เท่าทันสื่อ และการเน้นความขัดแย้งทางความคิด และใช้การศึกษาที่ทดลองเพื่อหาประสิทธิผลของการบำบัด
 นี้โดยวัดปัจจัย 5 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับแบบจำลองแบบสองเส้นทางดังกล่าวในกลุ่มทดลอง เปรียบเทียบกับในกลุ่ม
 ควบคุม โดยวัดที่เส้นฐานก่อนการบำบัด หลังการบำบัด และติดตามผลหลังการบำบัด 6 เดือน และในระยะ
 สุดท้ายคือการประเมินและการถอดบทเรียนจากโปรแกรมการบำบัด

ผลการศึกษา: พบว่านิสิต 19.24% มีความไม่พอใจในรูปร่างของตน (คะแนน BSQ \geq 110) และนิสิต 6.34% มี
 พฤติกรรมการกินที่ผิดปกติ (คะแนน EAT-26 \geq 20) การศึกษานี้ยังพบว่าดัชนีมวลกาย ความเครียดจากการเรียน
 และความกดดันที่รับรู้จากสังคมของนิสิตยังมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความไม่พอใจในรูปร่างของตน และพฤติกรรม
 การกินที่ผิดปกติ ผลจากการบำบัดแบบบูรณาการแสดงให้เห็นว่าในกลุ่มทดลองค่าปัจจัยทั้ง 5 ค่าหลังการบำบัด
 และเมื่อการติดตามผลหลังการบำบัด 6 เดือนมีค่าลดลงเมื่อเทียบกับที่เส้นฐาน ในขณะที่ในกลุ่มควบคุมมีค่าคงที่ ผล
 ดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการบำบัดนี้สามารถลดปัจจัยเสี่ยงของโรคความผิดปกติทางการกิน และสามารถ
 ป้องกันการเกิดโรคความผิดปกติทางการกินในกลุ่มเสี่ยงได้

สาขาวิชา สาธารณสุขศาสตร์ _____

ลายมือชื่อนิสิต _____

ปีการศึกษา 2555 _____

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา _____

##PH071461 : MAJOR PUBLIC HEALTH

KEY WORDS : BODY IMAGE DISSATISFACTION / EATING DISORDER / DUAL
PATHWAY MODEL / INTERVENTION / UNIVERSITY STUDENTS

Pattanaawadee Pattanathaburt: INTEGRATED INTERVENTION TO REDUCE
DISORDERED EATING BEHAVIORS AND BODY IMAGE DISSATISFACTION:
AN INTERVENTION STUDY ON FEMALE NARESUAN UNIVERSITY
STUDENTS. Advisor: Asst. Prof. Ratana Somrongthong, M.A., Ph.D., 204 pp.

Background: Through the spreading of a culture of thinness from Western countries, body image dissatisfaction among Thai adolescences has been found in Thailand and is a major risk factor for eating disorders. However, only a few studies on eating disorders or related topics in Thailand have been reported.

Objectives: This study aimed to develop an integrated intervention program to reduce 1) internalization of thinness ideal, 2) body image dissatisfaction, 3) restraint dietary, 4) negative affect, and 5) disordered eating behaviors, which are the key factors of the Dual Pathway Model, in first year female students in Naresuan University.

Methods: The methodology of the study consists of three phases. The first phase was cross-sectional study designed to investigate the prevalence of disordered eating behaviors and body image dissatisfaction and their associated factors using self-reported questionnaires on a total of 447 first year female students. In the second phase, 75 students who had low body image satisfaction or had disordered eating behaviors voluntarily participated in the proposed integrated intervention program. This program was a combination of psycho-education, media literacy, and cognitive dissonance-based approaches. A quasi experiment was used to examine the effectiveness of the intervention program by measuring the five factors based on the Dual Pathway Model in the intervention group compared to the control group at baseline, post-test, and 6-month follow-up. Then, in the third phase, an evaluation and a lesson learned from the program were conducted.

Results: This study found that 19.24% of the students had body image dissatisfaction (BSQ scores ≥ 110) and a 6.34% of the students had disordered eating behaviors (EAT-26 scores ≥ 20). The study also found that BMI, level of stress from education, and the perceived sociocultural pressure were positively correlated with body image dissatisfaction and disordered eating behaviors. The results from the integrated prevention program showed that at post-test evaluation, all 5 measured variables were reduced in the intervention group compared to baseline. This was the same as the measures at the 6-month follow-up, while all variables in the control group remained constant throughout the study. This indicated that this integrated program reduced all risk factors of eating disorders and hence can prevent the onset of eating disorders in high risk groups.

Field of study: Public Health **Student's signature:** _____

Academic year: 2012 **Advisor's signature:** _____