

158.3

พ 761ก

๕.3

การเปรียบเทียบผลของการให้คาปรีกษาเป็นรายบุคคลและ เป็นกลุ่มที่มีต่อ
ความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง
ในทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน กรุงเทพมหานคร

23 ต.ค. 2539

ปริญญาโท
ของ
เผด็จ หรั่งรอด

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

สิงหาคม 2538

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

197120

การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลและ เป็นกลุ่มที่มีต่อ
 ความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง
 ในทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
 ของ
 เพ็ญใจ หรั่งรอต

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
 ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว
 สิงหาคม 2538

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้การศึกษารายบุคคล และเป็นกลุ่ม ที่มีต่อความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง ในทัณฑสถาน บำบัดพิเศษบางเขน กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ใน คกรบครอง เพศชาย ที่มีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษสูงกว่าเบอรี่ เซนต์โทลี ที่ 75 จำนวน 14 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 7 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้การศึกษารายบุคคล กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการให้การศึกษารายกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ครั้งนี้คือ แบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ ข้อมูลคือ การทดสอบของวิลคอกซันและแมน - วิทนี

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ผู้ต้องขังที่ได้รับการให้การศึกษารายบุคคลมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิต ภายหลังพ้นโทษลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. ผู้ต้องขังที่ได้รับการให้การศึกษารายกลุ่มมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิต ภายหลังพ้นโทษลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. ผู้ต้องขังที่ได้รับการให้การศึกษารายบุคคลและเป็นกลุ่ม มีความวิตกกังวล ในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

A COMPARISON OF THE EFFECTS OF INDIVIDUAL AND GROUP COUNSELING
ON THE REDUCTION OF PRISONERS' ANXIETIES IN LIVING
AFTER BEING RELEASED FROM THE BANGKHEN
CORRECTION CENTER IN BANGKOK

AN ABSTRACT

BY

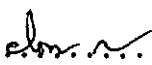
PADET RINGRAWD

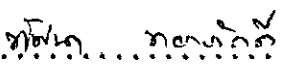
Presented in partial fulfillment of the requirements for the Master of
Education degree in Guidance and Counseling Psychology
at Srinakharinwirot University

August 1995

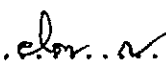
คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต
วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

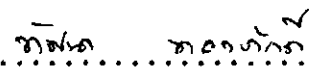
คณะกรรมการควบคุม

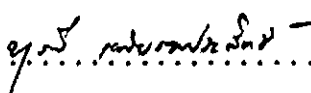
.....  ประธาน
(ศ.ดร.พ่องพรรณ เกิดพิทักษ์)

.....  กรรมการ
(อาจารย์ทัศนาก ทอกรักดี)

คณะกรรมการสอบ

.....  ประธาน
(ศ.ดร.พ่องพรรณ เกิดพิทักษ์)

.....  กรรมการ
(อาจารย์ทัศนาก ทอกรักดี)

.....  กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผศ.ยุวดี เจียรนประสิทธิ์)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....  คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ดร.ศิริยูภา พูลสุวรรณ)

วันที่ 29 เดือน ธันวาคม พ.ศ. 2538

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความรู้และความกรุณาของศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ อาจารย์ทัศนาก ทอภักดี กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ยุวดี เทียมประสิทธิ์ กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติมในการสอบปากเปล่า ที่ได้กรุณาให้ข้อคิดเห็น ข้อเสนอแนะ ตลอดจนปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องในการทําปริญญานิพนธ์แก่ผู้วิจัย ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณมา ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กริทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์พงษ์พันธ์ พงษ์ธาดา อาจารย์ไพศาล อันประเสริฐ และอาจารย์ณลินี กิติเวชกุล ที่กรุณาให้คำแนะนำ และ เป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการและเจ้าหน้าที่ทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน และทัณฑสถานบำบัดพิเศษัญญะ (คลอง 5) ที่กรุณาให้ความช่วยเหลือสนับสนุนตลอดจนอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ด้วยดี และขอขอบคุณผู้ต้องขังทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน และทัณฑสถานบำบัดพิเศษัญญะ (คลอง 5) ที่ได้ให้ความร่วมมืออย่างดียิ่งในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณคุณเกศสุรางค์ พงศ์บำรุงเนตร พี่ ๆ เพื่อน ๆ และน้อง ๆ จิตวิทยาการแนะแนวทุกคน ตลอดจนเจ้าหน้าที่สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติดทุกท่านที่เป็นกำลังใจ และมีส่วนช่วยเหลือให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จด้วยดี

ผู้วิจัยขอบพระคุณปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นเรื่องบูชาพระคุณของคุณพ่อ คุณแม่ คุณครู อาจารย์ และบูชาพระคุณทุกท่านที่ทำให้การศึกษาบรมและช่วยเหลือจนผู้วิจัยประสบความสำเร็จในการศึกษาตราบเท่าทุกวันนี้

เผด็จ หรั่งรอด

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ.....	1
	คำนำ.....	1
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	4
	สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า.....	4
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	4
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	5
	นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
2	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย.....	8
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลและผู้ต้องขัง.....	8
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล.....	8
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล.....	15
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขัง.....	16
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขัง.....	18
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบยิ่ดบุคคลเป็นศูนย์กลาง.....	19
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบยิ่ดบุคคลเป็นศูนย์กลาง.....	19
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล.....	28
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล.....	31
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม.....	33
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม.....	39

3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	41
	แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง.....	41
	เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล.....	42
	วิธีดำเนินการรวบรวมข้อมูล.....	42
	แบบแผนการทดลอง.....	46
	การดำเนินการทดลอง.....	47
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	47
	สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล.....	48
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า.....	49
	สัญลักษณ์เกี่ยวกับการวิเคราะห์และแปลผล.....	49
	ผลการศึกษาค้นคว้า.....	50
5	บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล ข้อเสนอแนะ.....	54
	บทย่อ.....	54
	ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า.....	54
	สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า.....	54
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	55
	เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล.....	55
	การดำเนินการทดลอง.....	55
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	56
	สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	56
	อภิปรายผล.....	57
	ข้อเสนอแนะ.....	60

บทที่	หน้า
บรรณานุกรม.....	61
ภาคผนวก.....	68
ภาคผนวก ก.....	69
ภาคผนวก ข.....	93
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	98

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงแบบแผนการทดลอง.....	46
2 เปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง ของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการทดลอง.....	50
3 เปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง กลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล.....	51
4 เปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง กลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม.....	52
5 เปรียบเทียบผลต่างของความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ ของ ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล และกลุ่มทดลอง ที่ 2 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม.....	53
6 ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำรงชีวิต ภายหลังพ้นโทษ.....	92
7 แสดงความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการทดลอง.....	94
8 แสดงความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง กลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล.....	95
9 แสดงคะแนนความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง กลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม.....	96
10 แสดงผลต่างของความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง กลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล และกลุ่มทดลอง ที่ 2 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม.....	97

บทที่ 1

บทนำ

คำนำ

ปัญหายาเสพติดเป็นปัญหาระดับชาติ ที่ต้องการความร่วมมือจากทุกฝ่ายทุกหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการแก้ไขและป้องกัน และเป็นปัญหาที่ต้องเร่งดำเนินการแก้ไขและป้องกันโดยรีบด่วนเพราะมีอาจที่จะปล่อยทิ้งไว้ได้ ปัญหายาเสพติดเป็นปัญหาที่เรื้อรังของสังคม เปรียบเสมือนบาดแผลถลอกที่ปล่อยทิ้งไว้โดยไม่มีการบำบัดอย่างถูกต้องแล้ว บาดแผลนั้นอาจกลายเป็นแผลเรื้อรังที่นับวันจะลุกลามต่อไป และอาจเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการแทรกซ้อนบางอย่างขึ้นมาได้ ดังเช่น ปัญหายาเสพติดอาจก่อให้เกิดภัย 3 ประการ คือ ภัยจากการทำลายทางเศรษฐกิจ ภัยจากอาชญากรรม และภัยเกี่ยวกับความมั่นคงของประเทศ (สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. 2533 : 3)

ปัญหายาเสพติดเป็นปัญหาระบาดวิทยาที่มีความรุนแรงมาก จากการรายงานเกี่ยวกับปัญหาสังคมของประเทศไทยเกี่ยวกับทางด้านยาเสพติดสรุปได้ว่า ขณะนี้คนไทยติดยาเสพติดและเข้ารับการบำบัดรักษาประมาณ 6 หมื่นราย และมีผู้เสพเพิ่มขึ้นปีละ 5,500 คน โดยร้อยละ 60 - 70 ของผู้ติดยาเสพติดเป็นเยาวชนในกลุ่มอายุระหว่าง 16 - 24 ปี คิดเฉลี่ยแล้วผู้เสพติด 1 คน จะต้องใช้เงินเพื่อซื้อยาเสพติดประมาณวันละ 327 บาท ทำให้ต้องจ่ายเงินเป็นค่ายาเสพติดเดือนละเกือบ 10,000 บาท ขณะที่ผู้ติดยาเสพติดมีรายได้เฉลี่ยเดือนละ 2,000 บาท จึงมีคำถามว่า แล้วจะนำเงินที่ไหนมาซื้อยาเสพติด นอกจากนี้จากการรายงานได้ระบุว่า ยาเสพติดประเภทผงขาวที่ระบาดอยู่ในประเทศไทยมีความบริสุทธิ์ถึงร้อยละ 90 นับว่ารุนแรงที่สุดในโลก ส่วนทางด้านปริมาณการเสพนั้น คนไทยเสพโดยเฉลี่ยมากที่สุดในโลกเช่นเดียวกันคือ เฉลี่ยประมาณวันละ 800 - 1,200 มิลลิกรัม (สำนักงานคณะกรรมการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2532 : 59 - 61)

รัฐบาลได้ตระหนักถึงปัญหาดังกล่าว จึงได้พยายามหาทางแก้ไขปัญหายาเสพติดอย่างรีบด่วน วิธีการแก้ไขปัญหายาเสพติดที่ได้ผลจะต้องกระทำการควบคู่กันไป 4 ด้าน ได้แก่ ประการแรก ด้านการควบคุมพิษเสพติด คือ การพัฒนาพื้นที่ปลูกฝิ่น กัญชา โดยให้ชาวเขา

เปลี่ยนมาปลูกพืชทดแทนอย่างอื่น เช่น กาแฟ ผักต่าง ๆ หรือพืชเมืองหนาว ประการที่สอง ด้านการป้องกัน มีให้คนตีใบตติยาเสฟติด โดยการเผยแพร่ความรู้เรื่องยาเสฟติด ประการที่สาม ด้านการปราบปราม ทาลายแหล่งผลิต แหล่งค้ายาเสฟติด การขนถ่ายเสฟติด ประการที่สี่ ด้านการบำบัดรักษาเพื่อให้ผู้ติดยาเสฟติดมาบำบัดรักษาตามขั้นตอนต่าง ๆ ให้เลิกเสฟได้โดยเด็ดขาด เป็นการพัฒนาคุณภาพประชากรมนุษย์ให้กลับมาเป็นประโยชน์ต่อสังคมอีกครั้งหนึ่ง (สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสฟติด. 2533 : 13)

สำหรับด้านการบำบัดรักษาเพื่อแก้ไขปัญหาลูกผู้ติดยาเสฟติดให้กลับตนเป็นพลเมืองดีนั้น ปัจจุบันมีระบบการรักษาพยาบาลผู้ติดยาเสฟติดด้วยกัน 3 ระบบ ประการแรกได้แก่ ระบบสมัครใจ ซึ่งเปิดโอกาสให้ผู้ติดยาเสฟติดได้รับการบำบัดรักษาโดยไม่มีการบังคับ และไม่ถือว่าเป็นความผิด ในสถานบำบัดรักษาต่าง ๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน ประการที่สอง ได้แก่ ระบบต้องโทษ คือ การที่ผู้ติดยาเสฟติดได้กระทำความผิดและถูกคุมขังรวมทั้งผู้ที่ศาลพิพากษาให้คุมประพฤติและเด็กหรือเยาวชนที่ติดยาเสฟติดต้องหาคดีอาญาต้องเข้ารับการบำบัดรักษาโดยมีหน่วยงานรับผิดชอบ คือ ทณฑสถานบำบัดพิเศษต่าง ๆ ประการที่สาม ได้แก่ การบำบัดในระบบบังคับ เนื่องจากการดำเนินการบำบัดผู้ติดยาเสฟติดนั้นมักพบว่า ผู้ติดยาเสฟติดส่วนใหญ่มักจะหวนกลับไปเสฟซ้ำอีกรักษาไม่หายขาด ในปัจจุบันจึงได้มีการพิจารณาร่างกฎหมายเพื่อใช้บังคับกับผู้ติดยาเสฟติดให้เข้ารับการบำบัดรักษา (คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสฟติด. 2533 : 62)

ผู้วิจัยเป็นเจ้าหน้าที่ที่ปฏิบัติงานที่กองบำบัดรักษา สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสฟติด ได้ปฏิบัติงานช่วยเหลือผู้ติดยาเสฟติดโดยวิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคล รวมทั้งการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์พบว่า ปัญหาการติดยาเสฟติดซ้ำหลังจากได้รับการบำบัดรักษาการถอนพิษยาเรียบร้อยแล้วเป็นปัญหาที่สำคัญที่สุด และขณะนี้ผู้วิจัยได้มีโอกาสดำเนินการช่วยเหลือผู้ต้องขังคดีมียาเสฟติดไว้ในครอบครองพบว่า มีผู้ต้องขังจำนวนมากต้องขังในคดีเดิมหลายครั้ง และจากการที่ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ผู้ต้องขังที่ต้องขังมากกว่า 1 ครั้ง ถึงสาเหตุของการกลับไปเสฟซ้ำเป็นเหตุให้ต้องกลับมาต้องโทษซ้ำอีกพบว่า หลังจากที่ถูกโทษไปแล้วไม่ได้รับการยอมรับจากสังคมภายนอก รู้สึกว่าตนเองแตกต่างจากผู้อื่น เพราะเคยต้องโทษในเรือนจำมาก่อน เป็นเสมือนตราประทับติดตัวไปตลอดชีวิตทำให้เกิดความวิตกกังวล ไม่มีกำลังใจที่จะต่อสู้กับปัญหาต่าง ๆ ในสังคมภายนอก จึงเป็น

สาเหตุหนึ่งที่ทําให้กลับไปฆ่าเสพติดซ้ำอีก นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามปลายเปิด โดยสอบถามผู้ต้องขังครั้งแรกที่ต้องคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองเพื่อเสพ ในแดน 8 ทณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน ที่มีอายุระหว่าง 25-30 ปี มีโทษระหว่าง 12-18 เดือน และ เหลือเวลาต้องโทษระหว่าง 3-6 เดือน จำนวน 102 คน พบว่า ผู้ต้องขังจำนวน 88 คนมีความวิตกกังวลว่า ภายหลังจากพ้นโทษอาจจะไม่ได้รับการยอมรับ กลัวว่าจะไม่เป็นที่ไว้วางใจ ถูกรังเกียจเหยียดหยามเป็นที่อับอายจากบุคคลอื่น ได้แก่ เพื่อน เพื่อนร่วมงาน ผู้บังคับบัญชา นายจ้าง บุคคลในสังคม รวมทั้งครอบครัว ญาติพี่น้อง ภรรยา(ถ้ามี)

ความวิตกกังวลหรือความวุ่นวายใจเกิดขึ้นจากการคาดการณ์ล่วงหน้า จะมีสิ่งที่เป็นอันตรายเกิดขึ้นแก่ตน ซึ่งเกิดขึ้นจากความนึกคิดภายในตนเองของบุคคลนั้น ทําให้บุคคลนั้นขาดประสิทธิภาพ และเสียสุขภาพจิตโดยไม่จำเป็น (ประสาธน์ อิศระปริดา. 2522 : 45) นอกจากนี้ความวิตกกังวลยังเป็นอุปสรรคสำคัญประการหนึ่งของความสำเร็จในการดำรงชีวิตหรือในการประกอบอาชีพต่าง ๆ ดังนั้นจึงควรจะศึกษาหาวิธีการลดความวิตกกังวลโดยเฉพาะอย่างยิ่งในการลดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังจากพ้นโทษของผู้ต้องขัง เพื่อให้ผู้ต้องขังสามารถออกไปประกอบอาชีพและดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข

สำหรับวิธีการลดความวิตกกังวลนั้นมีหลายวิธี เช่น การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การฝึกสมาธิ การฝึกการแสดงออก (Bourne. 1990 : 1-3) การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม (Corey. 1991 : 1-3)

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจจะนำวิธีการให้คำปรึกษาโดยยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person - Centered Counseling) มาใช้ในการลดความวิตกกังวลในการดำเนินชีวิต ภายหลังจากพ้นโทษของผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองเพื่อเสพ ทั้งนี้เพราะว่าการให้คำปรึกษาแบบนี้เป็นวิธีการที่เปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้ระบายความรู้สึก และความคับข้องใจโดยมีผู้ให้คำปรึกษาคอยให้ความช่วยเหลือเพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักและเข้าใจตนเองและสามารถช่วยเหลือตนเองได้ในที่สุด (Corey. 1991 : 7) ส่วนหลักการสำคัญของทฤษฎีการให้คำปรึกษาโดยยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางนั้น ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา ลักษณะของความสัมพันธภาพในการให้คำปรึกษา และท่าทีของผู้ให้คำปรึกษาที่เหมาะสม อันเป็นตัวนำไปสู่การสร้างบรรยากาศที่อบอุ่นทางใจซึ่งจะทําให้ผู้รับคำปรึกษาารู้สึกมีอิสระภาพ และต้องการเปลี่ยนแปลงปรับปรุงตนเอง (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. 2525 : 92)

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล และเป็นกลุ่มที่มีต่อความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองเพื่อเสพ ท้องสถานบำบัดพิเศษบางเขน กรุงเทพมหานคร

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่มที่มีต่อความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองเพื่อเสพ ใน ท้องสถานบำบัดพิเศษบางเขน กรุงเทพมหานคร ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครอง ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล
2. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครอง ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
3. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลและ เป็นกลุ่ม

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. ผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลง หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล
2. ผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลง หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
3. ผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล และเป็นกลุ่ม มีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลงแตกต่างกัน

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลที่ได้รับจากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ จะเป็นแนวทางให้เจ้าหน้าที่ให้คำปรึกษา สังกัดท้องสถานบำบัดพิเศษต่าง ๆ ของกรมราชทัณฑ์ และบุคคลที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองเพื่อเสพ สามารถเลือกใช้ชีวิตการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและราย

บุคคลไปช่วยเหลือผู้ต้องขังที่มีความวิตกกังวลต่อการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษได้อย่างเหมาะสม

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นผู้ต้องขังคดีมีयाเสพติดให้โทษไว้ในครอบครอง เพศชาย อายุระหว่าง 25-30 ปี ต้องโทษครั้งแรกและมีโทษระหว่าง 12 - 18 เดือน เป็นผู้ต้องขังชั้นกลาง และเหลือเวลาต้องโทษ 3 - 6 เดือน ที่ทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน (แดน 8) ที่มีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษสูงกว่าเบอร်เซนไทล์ที่ 75 จำนวน 25 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นผู้ต้องขังคดีมีयाเสพติดให้โทษไว้ในครอบครอง เพศชาย อายุระหว่าง 25-30 ปี ต้องโทษครั้งแรกและมีโทษระหว่าง 12-18 เดือน เป็นผู้ต้องขังชั้นกลาง และเหลือเวลาต้องโทษ 3-6 เดือน ที่ทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน กรุงเทพมหานคร ที่มีความวิตกกังวลต่อการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษสูงกว่าเบอร်เซนไทล์ที่ 75 จำนวน 14 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มอย่างง่ายจากประชากรที่สมัครใจเข้ารับการทดลอง และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 7 คน

3. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

3.1 ตัวแปรอิสระ คือ วิธีการให้คำปรึกษาซึ่งแบ่งเป็น 2 วิธีได้แก่

1. การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล
2. การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

3.2 ตัวแปรตาม คือ ความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง(Person-Centered Counseling) หมายถึง วิธีการที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ต้องขังคดีมีयाเสพติดให้โทษในครอบครอง เพื่อเสพที่มีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ โดยให้ผู้ต้องขังระบายความรู้สึกไม่สบายใจ กังวลใจ อึดอัดใจ ไม่มั่นใจเกี่ยวกับการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ และมองเห็น

แนวทางในการลดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษจำแนกเป็น 2 วิธีคือ

1.1 การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล (Individual Counseling) หมายถึง วิธีการที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ความช่วยเหลือเป็นรายบุคคลแก่ผู้ต้องขังคดีมีयाเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองที่มีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ โดยมีขั้นตอนการให้คำปรึกษาดังนี้

ก. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ขั้นนี้เป็นขั้นของการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้ต้องขัง พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาเพื่อให้ผู้ต้องขังเกิดความอบอุ่น ไว้วางใจ ได้รับการยอมรับ และสามารถแสดงความรู้สึกออกมาได้อย่างเสรีโดยปราศจากความกดดันใด ๆ ส่วนผู้ให้คำปรึกษาต้องมีความจริงใจ ยอมรับผู้ต้องขังโดยปราศจากเงื่อนไข และมีความเข้าใจผู้ต้องขัง ตลอดจนต้องรักษาความลับของผู้ต้องขังเพื่อให้ผู้ต้องขังมีความรู้สึกมั่นใจและกล้าเปิดเผยตนเองมากยิ่งขึ้น

ข. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ เพื่อให้ผู้ต้องขังระบายความรู้สึกเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ ได้แก่ การฟัง การสังเกต การสะท้อนความรู้สึก การใช้คำถาม การทำให้เกิดความกระจ่าง การเจียบ และการให้กำลังใจ

ค. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ต้องขังสรุปผลของการให้คำปรึกษา เพื่อลดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษในแต่ละครั้ง และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมและนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

1.2 การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม (Group Counseling) หมายถึง วิธีการที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ความช่วยเหลือกลุ่มผู้ต้องขังคดีมีयाเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองที่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ โดยมีขั้นตอนการให้คำปรึกษาดังนี้

ก. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ขั้นนี้เริ่มจากการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ เพื่อให้สมาชิกเกิดความรู้สึกอบอุ่น คุ้นเคย ไว้วางใจซึ่งกันและกัน สามารถแสดงความรู้สึกอย่างเสรีโดยปราศจากความกดดันต่าง ๆ ส่วนผู้ให้คำปรึกษาต้องมีความจริงใจ มีการยอมรับโดยปราศจากเงื่อนไข และมีความเข้าใจในตัวสมาชิกทุกคนในกลุ่ม ตลอดจนรักษาความลับของสมาชิกทุกคนในกลุ่ม หากให้สมาชิกทุกคนในกลุ่มมีความรู้สึก ว่า ตนเป็นที่ยอมรับ มีความมั่นใจและกล้าเปิดเผยตนเองมากขึ้น

ข. ขั้นตอนในการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้อำนวยความสะดวกให้สมาชิกในกลุ่มได้ระบายความรู้สึกเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษออกมามากที่สุด โดยผู้ให้คำปรึกษาจะใช้เทคนิคต่าง ๆ ได้แก่ การฟัง การใช้คำถาม การสะท้อนความรู้สึก การทำให้เกิดความกระจ่าง การให้ความมั่นใจ การเรียบ และการให้กำลังใจ

ค. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกสรุปผลของการให้คำปรึกษาในการลดความวิตกกังวลในแต่ละครั้ง เพื่อให้สมาชิกได้มองเห็นแนวทางการลดความวิตกกังวลของตนเอง และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม และนัดหมายสมาชิกในการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

2. ผู้ต้องขัง หมายถึง ผู้ต้องขังชายในคดีมีयाเสพติดาให้โทษไว้ในครอบครองเพื่อเสพ ในทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน (แดน 8) มีอายุระหว่าง 25-30 ปี ต้องโทษเป็นครั้งแรก โดยมีโทษระหว่าง 12-18 เดือน เป็นผู้ต้องขังชั้นกลางและเหลือเวลาต้องโทษอย่างน้อย 3 เดือน อย่างมาก 6 เดือน

3. ความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ หมายถึง ความรู้สึกไม่สบายใจ กังวลใจ อึดอัดใจ ไม่มั่นใจ ขาดสมาธิ ของผู้ต้องขังคดีมีयाเสพติดาให้โทษไว้ในครอบครองในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ ซึ่งเกิดจากการที่ผู้ต้องขังคาดการณ์ล่วงหน้าว่า ภายหลังพ้นโทษอาจจะไม่ได้รับการยอมรับ ไม่ได้รับความไว้วางใจ และกลัวถูกรังเกียจเหยียดหยามจากบุคคลในครอบครัว บุคคลในที่ทำงาน และบุคคลในสังคม

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยจัดเรียงตามลำดับดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลและผู้ต้องขัง
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล
 - 1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล
 - 1.3 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขัง
 - 1.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขัง
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบยิ่ดบุคคล เป็นศูนย์กลาง
 - 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบยิ่ดบุคคล เป็นศูนย์กลาง
 - 2.2 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา เป็นรายบุคคล
 - 2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา เป็นรายบุคคล
 - 2.4 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา เป็นกลุ่ม
 - 2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา เป็นกลุ่ม

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลและผู้ต้องขัง

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล

1.1.1 ความหมายของความวิตกกังวล

สปีลเบิร์กเกอร์ (Spilberger and others. 1970 : 177) กล่าวว่า ความวิตกกังวลเป็นสภาวะที่บุคคลรู้สึกไม่สบายใจ เป็นทุกข์ หวาดหวั่น ตึงเครียดซึ่งมักจะเกิดร่วมกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย โดยการทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติ (Autonomic Nervous System) เพิ่มขึ้น

รอเจอร์ส (Rogers. 1951 : 42) กล่าวว่า ความวิตกกังวลเป็นสภาวะวิกฤตทางจิตใจ ได้แก่ ความรู้สึกอึดอัด ไม่สบายใจ หวาดหวั่น ไม่แน่ใจ และหวาดกลัวต่อสิ่งที่มาคุกคามตนโดยหาสาเหตุได้ไม่ชัดเจน ภาวะดังกล่าวเกิดจากความไม่กลมกลืนระหว่างตนตามการรับรู้กับประสบการณ์ของตนเอง หรือความจริงที่เกิดขึ้น

แมคเรย์โนลด์ (McReynolds. 1976 : 37) จำแนกความวิตกกังวลเป็น 4 ด้าน คือ ด้านอารมณ์ แรงจูงใจ พฤติกรรม และด้านสรีระ

แลเดอร์ และมาร์ค (Lader and Marks. 1971 : 2) กล่าวว่า ความวิตกกังวลจะเกิดควบคู่ไปกับความเครียดหรือความรู้สึกถูกคุกคาม ความวิตกกังวลเป็นความกลัวต่อเหตุการณ์ในอนาคตที่ไม่อาจจะระบุได้แน่ชัด และเป็นผลจากการประเมินว่าเหตุการณ์ที่เผชิญอยู่นั้นคุกคามต่อสวัสดิภาพ

โกรเอน (Groen. 1975 : 733) กล่าวว่า ความวิตกกังวลในเชิงจิตวิทยาหมายถึง ลักษณะที่ไม่น่าพึงพอใจซึ่งเกิดจากการคาดการณ์ล่วงหน้าถึงอันตรายหรือความคับข้องใจที่คุกคามสวัสดิภาพ ภาวะสมดุล หรือวิถีชีวิตของบุคคล หรือกลุ่มสังคมของบุคคลนั้น

สมศรี เชื้อหิรัญ (2525 : 6) กล่าวถึงความวิตกกังวลว่า เป็นภาวะที่ไม่มีใครสามารถหลีกเลี่ยงได้และก่อให้เกิดพฤติกรรมต่าง ๆ เป็นความรู้สึกไม่สบายใจ และมักไม่รู้สาเหตุที่แท้จริง จะเกิดขึ้นเมื่อมีความรู้สึกไม่ปลอดภัย บางคนแสดงออกในรูปความกลัวว่าจะมีเหตุร้ายเกิดขึ้น

พยอม อิงคตานุวัฒน์ (2526 : 24) กล่าวว่า ความวิตกกังวลเป็นสภาวะที่ซับซ้อน ประกอบด้วยความรู้สึกหวั่น หวาดกลัว และวิตกกังวลโดยไม่ได้สัดส่วนกับสิ่งเร้าหรือเหตุที่จะทำให้เกิดความรู้สึกดังกล่าว

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า ความวิตกกังวลหมายถึง ภาวะที่บุคคลมีความรู้สึกไม่สบายใจ อึดอัดใจ ตึงเครียด หวาดหวั่นว่าจะมีอันตรายเกิดขึ้น โดยมีการตอบสนองทั้งทางร่างกายและอารมณ์

1.1.2 สาเหตุของความวิตกกังวล

เอฟสไตน์ (Epstein. 1972 : 303-305) กล่าวว่า ความวิตกกังวลเกิดจากเงื่อนไขต่าง ๆ จำแนกเป็น 3 แบบคือ

1. ความวิตกกังวลที่เกิดจากการเฝ้าเกินระดับ เป็นการเฝ้าทางกายภาพซึ่งมีมากเกินไปจนจิตความสามารถที่อินทรีย์จะรับไว้ได้ ปฏิกริยาตอบสนองของอินทรีย์ต่อสิ่งเร้านี้เป็นการตอบสนองที่ถูกวางเงื่อนไขมาจากความเจ็บปวดทางกายภาพแล้วก่อให้เกิดความกลัว และความวิตกกังวลมากขึ้น และจิตความสามารถของอินทรีย์ที่จะต้านรับสิ่งเร้าขึ้นอยู่กับความสำคัญของสิ่งเร้าที่อินทรีย์เคยถูกวางเงื่อนไขมาก่อน

2. ความวิตกกังวลที่เกิดจากความไม่กลมกลืนของความคิด หมายถึง การจัดประสบการณ์ของตนไม่สอดคล้องกับความคาดหวังนั้นคือ ความคาดหวังไม่สอดคล้องกับความเป็นจริงก็จะทำให้เกิดความกดดันและนำไปสู่ความวิตกกังวลได้

3. ความวิตกกังวลที่เกิดจากความสามารถไม่ตอบสนองสิ่งเร้าที่เกิดขึ้นได้ เนื่องด้วยเงื่อนไขต่าง ๆ ที่ปิดกั้นไว้ ได้แก่ การไม่รู้ขั้นตอนของสิ่งเร้าที่ชัดเจน การตอบสนองที่ต้องใช้ระยะเวลาที่รอคอยที่ยาวนาน ความขัดแย้งระหว่างการตอบสนองที่ต้องเลือก หรือการตอบสนองที่ควรจะเป็นไม่อยู่ในวิสัยที่จะจัดหาให้มีขึ้นได้ เงื่อนไขเหล่านี้ก่อให้เกิดความคับข้องใจและนำไปสู่ความวิตกกังวล

ปาหนัน บุญหลง (2528 : 166-177) ได้แบ่งสาเหตุความวิตกกังวลเป็นประเภทใหญ่ ๆ ดังนี้คือ

1. การถูกคามใด ๆ ก็ตามที่ถูกคามความปลอดภัยของแต่ละบุคคลจะทำให้บุคคลนั้นเกิดความวิตกกังวล การถูกคามนี้แบ่งออกเป็น 2 ชนิดคือ

1.1 การถูกคามการทำงานของร่างกาย รวมถึงสิ่งที่มีารบกวนความพึงพอใจของความต้องการพื้นฐานทางด้านร่างกาย เป็นสิ่งถูกคามที่ทำให้เกิดความไม่สมดุลในการดำรงชีวิต หรือทำให้ความสามารถของบุคคลลดลง เช่น การเจ็บป่วย เป็นต้น

1.2 การถูกคามต่อความเป็นตัวของตัวเอง โดยจะถูคามต่อจุดมุ่งหมาย ความคาดหวัง ความมีคุณค่า และศักดิ์ศรีในตนเอง เช่น การเปลี่ยนบทบาทเดิมไปสู่บทบาทใหม่ ความกดดันทางสังคม และวัฒนธรรม เป็นต้น

2. การสื่อถึงกันของความวิตกกังวล ความวิตกกังวลเมื่อเกิดขึ้นกับผู้ใดแล้วจะสามารถถ่ายทอดไปยังผู้อื่นที่ติดต่อสัมพันธ์กันขณะนั้นได้ เป็นสาเหตุที่พบได้กับบุคคลที่มีการติดต่อสื่อสารกันหรือมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด ความวิตกกังวลจากการสื่อสารถึงกันนี้จะไม่รุนแรงเท่ากับสาเหตุจากการถูกคามความปลอดภัย

จากเอกสารข้างต้นพอสรุปได้ว่า สาเหตุของความวิตกกังวลเกิดจากการถูกคุกคาม ความปลอดภัยของบุคคล ซึ่งเพอร์เลย์ (Perley. 1976 : 219) กล่าวถึงความรู้สึกที่เป็นสิ่งคุกคามต่อความมั่นคงปลอดภัยว่ามักจะเกี่ยวเนื่องกับสภาพทางจิตใจ 3 ประการคือ ความรู้สึกขาดผู้ช่วยเหลือความรู้สึกว่าถูกแยกอยู่อย่างโดดเดี่ยว - ความรู้สึกไม่มั่นคง เหตุการณ์อย่างหนึ่งที่ทำให้บุคคลเกิดความวิตกกังวลแต่อาจไม่ทำให้บุคคลหนึ่งเกิดความวิตกกังวลขึ้นกับเหตุการณ์นั้น ๆ ตลอดทั้งการรับรู้ของแต่ละบุคคลด้วย สำหรับเหตุการณ์หรือตัวกระตุ้นที่ทำให้เกิดความวิตกกังวล

1.1.3 ประเภทของความวิตกกังวล

ความวิตกกังวลแบ่งได้เป็น 2 ประเภท (Spielberger. 1970 : 3) คือ

1. ความวิตกกังวลที่ขึ้นกับสถานการณ์ (State Anxiety หรือ Situational Anxiety) เป็นความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นกับบุคคลแต่ละคนในบางสถานการณ์เท่านั้น และความเข้มข้นของความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นย่อมขึ้นอยู่กับบุคคลแต่ละคนในบางสถานการณ์เท่านั้น และความเข้มข้นของความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นย่อมขึ้นอยู่กับความเข้มข้นของสิ่งเร้าด้วย ความวิตกกังวลประเภทนี้มีความเข้มข้นสูง แต่เมื่อเกิดขึ้นแล้วจะคงอยู่ในช่วงเวลาอันสั้น ผู้ที่มีความวิตกกังวลแบบนี้มากคือ ผู้ที่มีความถี่ของความวิตกกังวลที่มีต่อสถานการณ์ต่าง ๆ มาก

2. ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะคงที่ในตัวบุคคล (Trait Anxiety) ความวิตกกังวลประเภทนี้เกิดขึ้นกับบุคคลในสถานการณ์ทั่ว ๆ ไปทุกสถานการณ์ จะเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลานานจนกลายเป็นลักษณะนิสัยประจำตัวของบุคคลนั้น ซึ่งถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของบุคลิกภาพ บุคคลที่มีความวิตกกังวลประเภทนี้มักจะเกิดจากความวิตกกังวลในสถานการณ์ทั่ว ๆ ไปทุกสถานการณ์ และโดยทั่วไปคนที่มีความวิตกกังวลที่มีลักษณะคงที่สูงย่อมมีแนวโน้มที่จะเกิดความวิตกกังวลในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้มาก และมีความเข้มข้นระดับสูงด้วย

1.1.4 ระดับของความวิตกกังวล

เปเปโล (นิยนา รัตนมาศทิพย์. 2531 : 21; อ้างอิงมาจาก Peplau . 76) แบ่งระดับความวิตกกังวลออกเป็น 4 ระดับดังนี้

1. ความวิตกกังวลเล็กน้อย (Mild Anxiety) ที่เกิดขึ้นเนื่องจากการดำรงชีวิตประจำวันในระดับที่ทำให้บุคคลตื่นตัว มีการรับรู้กว้างขึ้น มีความสามารถในการเรียนรู้และ

การแก้ปัญหาโดยรวมทั้งมีความคิดสร้างสรรค์

2. ความวิตกกังวลระดับปานกลาง (Moderate Anxiety) เป็นระดับที่ทำให้บุคคลสนใจต่อความกังวลที่เกิดขึ้นทันที การรับรู้แคบลง บุคคลจะเลือกสนใจเฉพาะบางส่วนของสถานการณ์ ความสามารถในการเรียนรู้ลดลง อาจมีอาการทางร่างกาย เช่น หายใจเข้าออกแรง ปวดศีรษะ เป็นต้น

3. ความวิตกกังวลระดับรุนแรง (Severe Anxiety) เป็นระดับที่ทำให้เกิดการรับรู้แคบมาก การมองสภาพแวดล้อมบิดเบือนจากสภาพความเป็นจริง มีความรู้สึกไม่สบายทั้งด้านร่างกายและจิตใจเพิ่มขึ้น และพฤติกรรมที่แสดงออกมีเป้าหมายเพื่อบรรเทาความวิตกกังวลที่เกิดขึ้น

4. ความวิตกกังวลระดับที่รุนแรงที่สุด (Panic Anxiety) เป็นระดับที่มีการรับรู้แคบมากไม่ตรงความเป็นจริง บุคคลจะสูญเสียการควบคุมตนเอง บุคลิกภาพ ความคิดจะผิดปกติ และความสามารถในการติดต่อกับผู้อื่นและการเรียนรู้เสียไป

1.1.5 การปรับตัวเมื่อเกิดความวิตกกังวล

เดโช สนวนนท์ (2518 : 110) กล่าวถึงกลไกการปรับตัวเมื่อเกิดความวิตกกังวลไว้ดังนี้

1. การหาเหตุผลประกอบ (Rationalization) เป็นกลไกการปรับตัวประเภทบิดเบือนความจริงที่บุคคลพยายามหาเหตุผลที่แท้จริง โดยพยายามเชื่อว่าเหตุผลนั้น ๆ แล้วจะเกิดความสบายใจ

2. การกล่าวโทษผู้อื่น (Projection) เป็นลักษณะของผู้ที่กระทำความผิดแต่ไม่ยอมรับโทษตนเองก็หาเรื่องโทษผู้อื่นแทน

3. การย้ายเปลี่ยน (Displacement) เป็นการย้ายอารมณ์จากสิ่งหนึ่งไปยังอีกสิ่งหนึ่ง

4. การกลบเกลื่อน (Reaction Formation) การแสดงพฤติกรรมที่ตรงข้ามกับความรู้สึก เพื่อกลบเกลื่อนความรู้สึกที่แท้จริง

5. การถดถอย (Regression) โดยที่บุคคลจะย้อนกลับไปสู่พฤติกรรมที่เคยได้รับความสำเร็จในอดีต

6. การปฏิเสธ (Denial) เป็นการไม่ยอมรับความจริงที่บุคคลปฏิเสธ ที่จะยอมรับเหตุการณ์บางอย่างที่เกิดขึ้น

7. การระงับ (Suppression) เป็นลักษณะการซ่อนเร้นความคิด หรือแรง จูงใจที่สังคมไม่ยอมรับไว้ในจิตสำนึก โดยพยายามหันไปเอาใจใส่ในการทำงาน หรือสิ่งอื่นแทน เป็นการระงับได้ชั่วคราว

8. การเก็บกด (Repression) การที่บุคคลพยายามเก็บกดความรู้สึกบางอย่าง ไว้ในจิตใต้สำนึกเป็นการไม่ยอมรับรู้

9. การทดแทน (Compensation) เป็นการแสดงออกเพื่อแสวงหาความสำเร็จ ในด้านอื่น ๆ มาชดเชยความผิดหวัง หรือบด้อย

10. การทดเทอด (Sublimation) เป็นการแปลงรูปอารมณ์และพฤติกรรมทำให้ โทษมาเป็นประโยชน์ และเป็นการเปลี่ยนแปลงแรงจูงใจให้สังคมยอมรับ

11. การเลียนแบบ (Identification) เป็นการเอาคุณสมบัติของคนอื่น ซึ่ง ตนเองอยากมีแต่ไม่มีมาลอกเลียนแบบ

1.1.6 การวัดระดับความวิตกกังวล

การวัดระดับความวิตกกังวลสามารถวัดได้เป็น 4 วิธี (Endler and Edward. 1982 : 41; อ้างอิงมาจาก Levitt. 1980)

1. การวัดการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย โดยดูจากอาการที่แสดงออกทางระบบ ประสาทอัตโนมัติ เช่น วัดอัตราการหายใจ ระดับความดันโลหิต การตรวจคลื่นสมอง เป็นต้น

2. การวัดโดยการตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง (Self-Report Questionnaire) เป็นการประเมินความวิตกกังวลซึ่งเป็นความรู้สึกที่ตนเองรับรู้ได้ โดยตอบแบบสอบถามแล้วนำมา ประเมินความวิตกกังวลว่ามีขนาดใด

3. การวัดโดยใช้เทคนิคการฉายภาพ (Projective Technique) ได้แก่ แบบวัดของรอร์ช (Rorschach)

4. การวัดโดยการสังเกตพฤติกรรมที่แสดงออกของบุคคล โดยการสังเกตกิริยา อาการที่แสดงออกซึ่งมีปฏิกิริยาสะท้อนจากอารมณ์ภายในจิตใจ เช่น พูดเร็ว หงุดหงิด ร้องไห้ นอนไม่หลับ เป็นต้น

1.1.7 ผลของความวิตกกังวล

ความวิตกกังวลมีผลต่อบุคคลทั้งทางด้านร่างกาย ความคิด และพฤติกรรมซึ่งสรุปผลของความวิตกกังวลดังนี้ (ทองแท้ ศีลาขาว. 2536 : 27-29 ; อ้างอิงมาจาก สารจนัฏฐ์ ขาม และคนอื่น ๆ. 2529 : 310,315 - 320)

1. ผลของการเปลี่ยนแปลงทางด้านชีวเคมีและสรีรวิทยา

1.1 มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นที่ระบบประสาท ซึ่งมีผลทำให้กล้ามเนื้อหดตัวเกร็ง เตรียมสู้ หรือหนี

1.2 มีผลเปลี่ยนแปลงทางด้านเคมี ในภาวะวิตกกังวลฮอร์โมนต่าง ๆ จะถูกขับออกมาสู่กระแสเลือดมากขึ้น ซึ่งฮอร์โมนที่ถูกขับออกมานั้นมีหน้าที่ควบคุมความสมดุลของเกลือแร่ต่าง ๆ ในร่างกาย การเผาผลาญอาหาร และมีผลต่อระบบกล้ามเนื้อ

1.3 มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงด้านสรีรวิทยา การเปลี่ยนแปลงนั้นขึ้นอยู่กับระดับของความวิตกกังวล โดยทั่วไประดับความวิตกกังวลเล็กน้อยและระดับปานกลาง จะเพิ่มการทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย แต่ถ้าความวิตกกังวลในระดับรุนแรงและรุนแรงที่สุดแล้วจะทำให้ระบบต่าง ๆ หยุดทำงานได้เช่นกัน การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้แก่ หัวใจเต้นเร็วและถี่ขึ้น การหายใจลึกและเร็วขึ้น ปัสสาวะบ่อย ความอยากรับประทานอาหารลดลง เหนื่อยออกนอนไม่หลับ ตัวสั่น เป็นต้น ถ้ามีความกังวลมากขึ้น การทำงานของระบบต่าง ๆ อาจจะหยุดชะงักไปซึ่งอยู่ในระดับที่มีความวิตกกังวลอย่างรุนแรงที่สุด

2. ผลของการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์

ความวิตกกังวลทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกหวาดหวั่น เกิดความตึงเครียดและความกลัวซึ่งอาจแสดงออกมาในลักษณะต่าง ๆ เช่น ตกใจง่าย หงุดหงิด โกรธ กระสับกระส่าย รอคอยช้า เสียใจ ร้องไห้ง่าย เหนื่อยหน่าย เป็นต้น

3. ผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านความคิด ความจำและการรับรู้ ได้แก่ สมองง่าย ประสิทธิภาพในการจำลดลง ระบบความคิดถูกรบกวน เช่น สับสน ย้ำคิดย้ำทำ ตัดสินใจช้า ความคิดคับแคบ และไม่ยืดหยุ่นในการแก้ปัญหา ความสนใจลดลง ขาดสมาธิ การรับรู้ผิดพลาด บุคคลที่มีความวิตกกังวลมีแนวโน้มที่จะคิดไปในทางลบลู่ค่าของตนเอง

4. ผลต่อพฤติกรรมการแสดงออก จำแนกได้ 4 กลุ่มใหญ่คือ

4.1 พฤติกรรมที่แสดงความรู้สึกภายในออกมาทั้งอย่างเปิดเผยและอย่าง

ซ่อนเร้น เช่น ความหงุดหงิด โกรธง่าย กระสับกระส่ายอยู่ไม่นิ่ง ความรู้สึกขุ่นเคืองไม่เป็นมิตร เป็นต้น

4.2 พฤติกรรมที่เบนความสนใจจากภาวะวิตกกังวลไปสู่อาการเจ็บป่วยทางร่างกาย ทำให้ความสามารถในการกระทำสิ่งต่าง ๆ น้อยลง

4.3 การชะงักอยู่ในภาวะที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล พฤติกรรมการแสดงออกได้แก่ การถอนตัวหนีจากเหตุการณ์ การเก็บความรู้สึกไวภายในและกลายเป็นอาการซึมเศร้า มีพฤติกรรมถดถอยไปสู่พฤติกรรมวัยต้น ๆ

4.4 พฤติกรรมที่พยายามเข้าใจถึงสาเหตุของความวิตกกังวลและวิธีการที่ตนเองใช้เพื่อจัดการภาวะวิตกกังวลซึ่งทำให้ตนอึดอัด ไม่สบายนั้นเสีย

1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล

1.2.1 งานวิจัยต่างประเทศ

เฮตควิสต์ และเวินโฮลต์ (Hedquist and Weinhold. 1970 : 237-242) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลของการทำให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับนักศึกษาที่มีความวิตกกังวลและไม่กล้าแสดงออกทางสังคม ผลการศึกษาปรากฏว่า กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทางสังคมสูงขึ้น และมีความวิตกกังวลลดลง

ซาราสัน (Sarason. 1972 : 398) ได้ศึกษาทดลองเปรียบเทียบระหว่างผู้ที่มีความวิตกกังวลสูงกับผู้ที่มีความวิตกกังวลต่ำที่มีต่อความสนใจต่องานที่เผชิญ ผลการศึกษาพบว่าผู้ที่มีความวิตกกังวลสูงจะแสดงความสนใจต่องานที่เผชิญในรูปแบบที่แตกต่างกันคือ ขณะที่ผู้ที่มีความวิตกกังวลต่ำให้ความสนใจในงานที่ทำอยู่สูงขึ้น ผู้มีความวิตกกังวลสูงกลับเพิ่มความหมกมุ่นในตนเองมากขึ้น และมีความคิดเป็นไปในเชิงลดคุณค่าของตนเอง ความวิตกกังวลนี้จึงเป็นการมุ่งความสนใจเข้าหาตัวมากกว่าที่มุ่งในงาน ดังนั้นจึงมีผลให้เกิดการตีความผิดพลาดหรือละเลยเนื้อหาสำคัญของงานไป หรือมีฉะนั้นก็ทำให้ความสนใจและประสิทธิภาพรอบตัวถูกปิดกั้น

1.2.2 งานวิจัยในประเทศ

สันทัด บุญญาวินันท์ (2520 : 65-66) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความวิตกกังวลและความตั้งใจเรียนของนักศึกษาผู้ใหญ่วัยระดับ 4 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาผู้ใหญ่มีความวิตกกังวล

สัมพันธ์ทางลบกับความตั้งใจเรียน

พวงเพ็ญ เอี่ยมบุญราษฎร์ (2524 : 31-32) ได้ศึกษาเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยกับการฝึกสอนของนิสิตฝึกสอน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลและนิสิตฝึกสอนคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาพยาบาลมีความวิตกกังวลในการฝึกปฏิบัติงานมากกว่านิสิตฝึกสอน

สุรางค์ นามสูตร (2526 : 54) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อลดความวิตกกังวลด้านการเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยครูอุดรดิตต์ แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองกลุ่มละ 10 คน กลุ่มทดลองให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม 10 ครั้ง ครั้งละ 1.30 ชั่วโมง กลุ่มควบคุมปล่อยตามธรรมชาติ ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีความวิตกกังวลด้านการเรียนลดลงมากกว่านักศึกษาในกลุ่มควบคุม

จากผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลทั้งในประเทศและต่างประเทศพบว่าความวิตกกังวลมีผลต่อความสนใจต่องานที่เผชิญ การฝึกปฏิบัติงาน การฝึกสอน และการเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นต้น

1.3 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขัง

ผู้ต้องขัง หมายถึง บุคคลที่กระทำความผิดตามกฎหมายและศาลพิพากษาให้จำคุก ผู้ต้องขังที่กระทำความผิดและถูกตัดสินให้ต้องขังจะได้รับการควบคุมดูแลจากเรือนจำและทัณฑสถาน เพื่อมิให้ผู้ต้องขังหลบหนีไปก่อความเดือดร้อนให้แก่สังคมภายนอกจนกว่าครบกำหนดโทษ แล้วยังจะต้องดำเนินการในด้านการให้การศึกษา การอบรมและฝึกวิชาชีพ เพื่อพัฒนาจิตใจและช่างฝีมือ รวมตลอดไปถึงการสนองความต้องการขั้นพื้นฐานของผู้ต้องขังอีกด้วย ซึ่งได้แก่การดูแลเอาใจใส่ในเรื่องอาหารการกิน ที่อยู่หลับนอน เครื่องนุ่งห่ม และการบำบัดรักษาเมื่อเจ็บไข้ได้ป่วย รวมไปถึงสวัสดิภาพและสวัสดิการในการทำงาน ซึ่งกรมราชทัณฑ์สามารถจัดสรรให้ตามกำลังเงินงบประมาณ และดำเนินงานโดยอาศัยแนวมนุษยธรรมเป็นหลัก ทั้งนี้เพื่อแก้ไขปรับปรุงแต่งบุคลิกภาพของผู้ต้องขังให้กลับตนเป็นคนดีมีประโยชน์ต่อสังคมเมื่อพ้นโทษไปแล้ว และเพื่อให้บริการดูแลสุขภาพของนายแพทย์เฉพาะอย่างยิ่งมีความมุ่งหมายเพื่อมิให้ผู้พ้นโทษหันกลับไปกระทำผิดซ้ำอีก (กรมราชทัณฑ์. 2525 : 11)

ประเสริฐ เมฆมณี (2527 : 138) กล่าวถึงขอบเขตการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังที่

สมบูรณ์ในเรือนจำและทัณฑสถานดังนี้

1. องค์ประกอบที่จำเป็นในการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังในเรือนจำและทัณฑสถาน เช่น การศึกษาและความเข้าใจเกี่ยวกับสาเหตุแห่งอาชญากรรม การใช้ความผูกพันระหว่างผู้ต้องขังกับครอบครัวเป็นสื่อสูงใจในการกลับความประพฤติ การใช้ระบบการให้รางวัล และการลงโทษทางวินัยแก่ผู้ต้องขัง เป็นต้น

2. การพัฒนาจิตใจผู้ต้องขัง ในความหมายที่ใช้อยู่ในวงงานราชทัณฑ์ได้แก่ การอบรมและการปรับสภาพจิตใจของผู้ต้องขังให้รู้สึกนึกคิด จนเป็นที่ตระหนักชัดแก่ใจว่าอะไรคือความดี ความชั่ว เพื่อช่วยให้ผู้ต้องขังได้กลับประพฤติเป็นพลเมืองดีต่อไป โดยใช้กระบวนการ

2.1 การใช้กระบวนการอบรมทางศาสนา จริยธรรม และศีลธรรมโดยใช้หลักธรรมทางศาสนาอบรมสั่งสอนให้ผู้ต้องขังพัฒนาทั้งกาย วาจา และใจให้ตั้งมั่นบนพื้นฐานแห่งความดีหรือความถูกต้อง

2.2 การใช้กระบวนการทางสังคม ได้แก่ อาศัยวิธีการถ่ายทอดทางวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี กฎระเบียบ และค่านิยมที่ถูกต้องหรือหลักเกณฑ์การเป็นสมาชิกที่ดีของสังคม รวมทั้งการกำหนดกฎเกณฑ์ในการควบคุมความประพฤติแก่ผู้ต้องขัง เพื่อจะได้ประพฤติปฏิบัติตนเข้ากับวิถีชีวิตของสังคม

3. การจัดการศึกษาแก่ผู้ต้องขัง โดยให้การเล่าเรียนฝึกฝนและอบรมให้เจริญงอกงามด้วยหลักส่งเสริมให้ผู้ศึกษาพร้อมด้วยปัญญา การประพฤติดี ความสมบูรณ์แห่งอนามัย และมีความรู้ในการประกอบอาชีพในลักษณะที่สมดุลย์กันคือ ให้มีทั้งความรู้ในแง่ของการประกอบอาชีพ และมีหลักศีลธรรมประจำใจเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวในการดำรงชีวิตที่ดีงาม

4. การฝึกวิชาชีพและพัฒนาฝีมือของผู้ต้องขัง การใช้แรงงานและการพัฒนาวิชาชีพแก่ผู้ต้องขังนับเป็นกิจกรรมที่มีความสำคัญต่อการฟื้นฟูแก้ไขจิตใจ และการปกครองอาชีพของผู้ต้องขังซึ่งมีผลดีต่อการปกครองผู้ต้องขังในเรือนจำและทัณฑสถาน รวมทั้งการแก้ไขปัญหาการกระทำผิดที่อันเนื่องมาจากการว่างงานของผู้ต้องขัง ภายหลังจากการปลดปล่อยหรือพ้นโทษไปแล้ว

การแบ่งชั้นผู้ต้องขัง เพื่อให้ง่ายต่อการปกครองและเป็นแรงจูงใจให้ผู้ต้องขังประพฤติตนเป็นคนดี มีการแบ่งชั้นผู้ต้องขังออกเป็น 6 ระดับ ดังนี้ ชั้นเยี่ยม ชั้นดีมาก ชั้นดี ชั้นกลาง ชั้นเลว และชั้นเลวมาก ผู้ต้องขังจะมีการสอบเลื่อนชั้นทุก 6 เดือน ซึ่งผู้ต้องขังแต่ละชั้นจะได้รับสิทธิพิเศษต่างกัน เช่น สิทธิวันลดโทษ หรือสิทธิวันพหุญาติ ดังรายละเอียด

ต่อไปนี้เป็นพระราชบัญญัติราชทัณฑ์. 2519 : 155)

ผู้ต้องขังชั้นเยี่ยม อาจได้รับการลดโทษวันต้องขังเดือนละ 5 วัน

ผู้ต้องขังชั้นดีมาก อาจได้รับการลดโทษวันต้องขังเดือนละ 4 วัน

ผู้ต้องขังชั้นดี อาจได้รับการลดโทษวันต้องขังเดือนละ 3 วัน

ผู้ต้องขังชั้นกลาง อาจได้รับการลดโทษวันต้องขังเดือนละ 2 วัน

ผู้ต้องขังชั้นเลวและเลวมาก ไม่มีสิทธิได้รับการลดวันต้องโทษ

ผู้ต้องขังชั้นเยี่ยม อาจได้รับพักการลงโทษ ไม่เกิน 1 ใน 3 ของโทษเดิม

ผู้ต้องขังชั้นดีมาก อาจได้รับพักการลงโทษ ไม่เกิน 1 ใน 4 ของโทษเดิม

ผู้ต้องขังชั้นดี อาจได้รับพักการลงโทษ ไม่เกิน 1 ใน 5 ของโทษเดิม

ผู้ต้องขังชั้นกลาง อาจได้รับพักการลงโทษ ไม่เกิน 1 ใน 6 ของโทษเดิม

นอกจากนี้อาจมีการพิจารณาสิทธิพิเศษในการมีสิทธิเยี่ยมญาติในวันพืชมงคล ซึ่ง

เรือนจำหรือทัณฑสถานแต่ละแห่งสามารถกำหนดได้เองตามอำนาจที่กฎหมายกำหนดให้

1.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขัง

ณรงค์ ส่งข่าว (2519 : ง - จ) ได้ศึกษาเกี่ยวกับลักษณะทางด้านประชากรของผู้ต้องขังในเรือนจำบางขวางปี 2519 พบว่า

1. มีความสัมพันธ์กันระหว่างประเภทของความผิดกับลักษณะทั่วไปของผู้ต้องขัง กล่าวคือ ส่วนใหญ่ของผู้ต้องขังเป็นผู้ที่มีอายุ 20-29 ปี ได้รับการศึกษา ป.1- ป.2 มีอาชีพรับจ้างแรงงานและกรรมกร ยังไม่ได้สมรส ไม่มีบุตร เป็นผู้ที่ยังไม่เคยบวช กระทำความผิดเกี่ยวกับประทุษร้ายต่อทรัพย์และ เป็นผู้ที่ไม่เคยกระทำความผิดมาก่อน
2. มีความสัมพันธ์ระหว่างประเภทของความผิดลักษณะทางด้านครอบครัวของผู้ต้องขังพบว่า ผู้ต้องขังส่วนใหญ่ก่อนกระทำความผิดได้อาศัยอยู่กับผู้อื่นมากกว่าอยู่กับบิดามารดา มีพี่น้องมากกว่า 6 คน บิดามารดาประกอบอาชีพรับจ้างแรงงานและกรรมกร
3. มีความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทั่วไปของผู้ต้องขังกับจำนวนครั้งของการกระทำผิดและมูลเหตุจูงใจของการกระทำความผิดพบว่า ผู้ต้องขังไม่เคยกระทำความผิดมาก่อนมีอัตราส่วนร้อยละสูงกว่าผู้ต้องขังที่เคยกระทำความผิดมาก่อน อายุและอาชีพมีส่วนเกี่ยวข้องกับผู้ต้องขังที่กระทำความผิดขึ้นอีกโดยพบว่า ผู้ต้องขังที่มีอายุน้อยและทุกระดับการศึกษา มักจะกระทำผิดเนื่อง

จากถูกเพื่อนชักจูงหรือความใคร่และกามรมณ์ ผู้ต้องขังที่อายุมาก ๆ และเป็นผู้ไม่มีอาชีพหรืออาชีพรับจ้างแรงงานกรรมกร การศึกษาระหว่าง ปี. 1- ปี.7 กระทบเนื่องจากประสงค์ต่อทรัพย์

จากการศึกษาของเบเชอร์ (Becher. 1972 : 122-125) พบว่า บิดามารดาของเยาวชนที่กระทบทัศนคติมักแสดงให้เห็นว่า ได้มีความสัมพันธ์ที่อบอุ่นกับครอบครัว และที่สำคัญได้แก่ การใช้วิธีการในการสร้างวินัยที่ไม่ถูกต้องแก่เด็ก ในครอบครัวระดับปานกลาง บิดามารดามักใช้คำพูดใช้เหตุผลในการสร้างวินัย ส่วนในครอบครัวระดับต่ำบิดามารดามักใช้การลงโทษให้เจ็บกายและใช้มาตรการทางการแก้ไขมากกว่าการให้รางวัล

อริญ สุวรรณบุปผา (2518 : 12-15) ได้ศึกษาภาวะครอบครัวของผู้ต้องขัง พบว่า ภาวะเศรษฐกิจของผู้ต้องขังก่อนต้องโทษเป็นผู้มีรายได้น้อย มีอาชีพเป็นกรรมกรใช้แรงงาน ส่วนใหญ่เนื่องจากมีการศึกษาต่ำ ส่วนสัมพันธภาพในครอบครัวนั้นพบว่า เด็กมีที่ทำไม่เคารพเป็นปฏิปักษ์และมีความสัมพันธ์ที่ไม่ดีกับบิดามารดา แต่กับมีความสัมพันธ์ที่สนิทสนมกับเพื่อนบ้าน

สมพิษ ไชยคำ (2529 : 20) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ในความผิดและความคาดหวังในอนาคตของนักโทษในเรือนจำ โดยศึกษานักโทษที่กำลังต้องโทษอยู่ในเรือนจำบางขวาง จังหวัดนนทบุรี ที่มีอายุ 20 ปีขึ้นไปและได้รับการต้องโทษจำคุกตั้งแต่ 25 ปีขึ้นไป ผลการศึกษาพบว่า นักโทษที่ไม่เคยต้องโทษมาก่อนมีความคาดหวังในอนาคตแตกต่างกับนักโทษที่เคยต้องโทษมาก่อนอย่างน้อย 1 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อย่างไรก็ตามไม่มีผู้ใดศึกษาวิจัยเกี่ยวกับผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองเพื่อเสพ ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาวิธีที่สามารถจะลดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังกลุ่มดังกล่าวที่ผู้ต้องขังในทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน กรุงเทพมหานคร

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

การให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Counseling) หรือการให้คำปรึกษาแบบโรเจอร์เรียน (Rogerian Counseling) หรือการให้คำปรึกษาแบบไม่นำทาง (Non - Directive Counseling) เป็นวิธีให้คำปรึกษาที่ผู้ให้คำปรึกษามีความเชื่อว่า

มนุษย์มีความสามารถ และความรับผิดชอบที่จะแก้ไขปัญหาค่าต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง ดังนั้นการให้คำปรึกษาแบบยิดบุคคลเป็นศูนย์กลางนี้จะ เน้นที่ผู้รับคำปรึกษาเป็นสำคัญ โดยให้อิสระแก่ผู้รับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้รับฟังปัญหา เปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาระบายความรู้สึกของตนเอง ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจปัญหาของตนเองเพื่อหาทางแก้ไขปัญหานั้น ๆ (Corey. 1991 : 7)

2.1.1 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์

รอเจอร์ส (Rogers) เชื่อว่า ธรรมชาติของมนุษย์นั้นทุกคนเกิดมาเพื่อเป็นคนดี อยากรักดี มีเหตุผล มีแรงจูงใจเลือกทำในสิ่งที่ดี ๆ ได้ถ้ามีความพร้อม มีอิสระและอยู่ในสถานที่เหมาะสม มนุษย์พัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพเหมาะสมกับความสามารถของแต่ละบุคคล นำไปสู่การรู้จักตนเองอย่างแท้จริง (Self- Actualization) (อาภา จันทรสกุล. 2531 : 71)

รอเจอร์สได้แบ่งลักษณะที่สำคัญของมนุษย์ไว้ 5 ประการ (วัชร ทรัพย์มี. 2533 : 39-40) คือ

1. มนุษย์มีความสามารถและมีคุณค่า ผู้ให้คำปรึกษาฟังสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาเป็นตัวของตัวเอง ตัดสินใจได้ด้วยตนเอง ฟังตนเองได้
2. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเอง กระบวนการให้คำปรึกษาจึงมีจุดมุ่งหมายในการจัดสภาพการณ์ที่เหมาะสมให้ผู้รับคำปรึกษาได้พัฒนาความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่ ฉะนั้น ทฤษฎีนี้จึงเน้นเรื่องการจัดสภาพการณ์ต่าง ๆ
3. โดยพื้นฐานแล้วมนุษย์เป็นคนดีและน่าเชื่อถือ รอเจอร์สเชื่อว่า ถ้าผู้ให้คำปรึกษาสามารถช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาลดการใช้อุปสรรคป้องกันจิตใจตนเองลง จะทำให้เขาเปิดรับประสบการณ์เพิ่มขึ้น พิจารณาตนเองใหม่และสามารถพัฒนาตนเองให้เป็นคนดีและน่าเชื่อถือต่อไป
4. มนุษย์จะมีการรับรู้เกี่ยวกับตนเองและสิ่งแวดล้อมตามประสบการณ์ของแต่ละบุคคล ดังนั้นการที่จะเข้าใจบุคคลต้องพยายามเข้าใจว่า เขารับรู้สิ่งต่าง ๆ อย่างไรกรอบแห่งการรับรู้ของเขาเป็นอย่างไร ผู้ให้คำปรึกษาต้องเข้าใจความรู้สึกนึกคิด ทัศนคติ และค่านิยมของผู้รับคำปรึกษา ไม่ใช่ว่าใช้ความคิดเห็นของผู้รับคำปรึกษาตัดสิน
5. มนุษย์ต้องการความรักความเอาใจใส่และการยอมรับจากผู้อื่น ผู้ให้คำปรึกษาพึงมีทัศนคติที่ดีและยอมรับผู้รับคำปรึกษาโดยปราศจากเงื่อนไข

2.1.2 ข้อตกลงเบื้องต้นของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

คมเพชร จัตรสุกุล (2530 : 64) ได้สรุปข้อตกลงเบื้องต้นของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางไว้ดังนี้

1. บุคคลจะอยู่ในโลกที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาโดยมีตนเองเป็นศูนย์กลาง
โลกส่วนตัวนี้จะครอบคลุมถึงประสบการณ์ต่าง ๆ ซึ่งไม่จำเป็นต้องเป็นไปในระดับจิตสำนึกและโลก
ส่วนตัวนั้นเจ้าตัวเท่านั้นจะรู้ว่าคืออะไร
2. มนุษย์จะตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมในลักษณะที่เคยรับรู้มาก่อนและมีประสบการณ์
มา ดังนั้นบุคคลจะถือว่าสิ่งแวดล้อมที่บุคคลรับรู้คือความจริงของเขา
3. บุคคลจะตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมในลักษณะที่เป็นส่วนรวม
4. บุคคลมีแนวโน้มที่จะเข้าใจตนเอง รักษาไว้ซึ่งประสบการณ์ต่าง ๆ และ
ส่งเสริมให้เกิดความสมบูรณ์ในด้านประสบการณ์ ซึ่งจะช่วยให้ตนเองดูแลตนเองได้ สร้างแบบแผน
แผนให้กับตนเองได้ และมีเสรีภาพแห่งตน ทั้งนี้ไม่อยู่ภายใต้การควบคุมของบุคคลอื่น
5. การแสดงพฤติกรรมของบุคคลจะเป็นความพยายามโดยมีจุดมุ่งหมายที่บุคคลจะ
แสดงความต้องการของบุคคลเท่าที่รับรู้จากประสบการณ์ที่ผ่านมา
6. อารมณ์จะมีความเกี่ยวข้องและมีส่วนในการเอื้ออำนวยให้เกิดพฤติกรรมต่าง ๆ
อย่างมีจุดมุ่งหมาย
7. การเข้าใจพฤติกรรมของบุคคลได้ดีที่สุด คือการเข้าใจความรู้สึกที่อยู่ในตัวบุคคล
8. เมื่อบุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมจะทำให้พัฒนาโครงสร้างแห่งตนขึ้นมา
9. พฤติกรรมทั้งหลายที่บุคคลแสดงออกมาจะสอดคล้องกับความคิดรวบยอดเกี่ยวกับ
ตนเอง
10. การที่บุคคลปรับตัวไม่ได้นั้นเพราะไม่ยอมรับความรู้สึกที่สำคัญของตนเอง และ
ประสบการณ์ภายในผลที่ตามมาคือ ประสบการณ์ที่ไม่เป็นระเบียบเหล่านั้นก็จะปรากฏในโครงสร้าง
แห่งตน

2.1.3 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง มีดังนี้ (วัชร ทรัพย์มี.

2533 : 42-43)

1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับความจริง พิจารณาตนเองและสภาพแวดล้อมได้ สอดคล้องกับข้อเท็จจริง ไม่ปิดป้องหรือเก็บกดประสบการณ์ของตน ปราศจากความรู้สึกว่าได้ รับการคุกคามด้านจิตใจ ไม่ใช้กลวิธีป้องกันจิตใจตนเองในการแก้ปัญหา
2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเปิดรับประสบการณ์ โดยพิจารณาสิ่งต่าง ๆ อย่าง กว้างขวางในหลายแง่มุม
3. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษามีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น ลดความรู้สึกหดหู่ท้อถอย มีกำลังใจต่อชีวิตใหม่และพร้อมที่จะเลือกดำเนินการกับชีวิตของตนเอง
4. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าเพิ่มขึ้นและพยายามพัฒนาตนเอง
5. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษา สามารถปฏิบัติภารกิจในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพทั้ง ด้านส่วนตัว การเรียน และการทำงาน

จากข้อความดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบปิด บุคคลเป็นศูนย์กลางคือ การให้ผู้รับคำปรึกษาเปิดใจเพื่อยอมรับความจริง ลดการเก็บกดหรือ หลีกเลียงจากข้อเท็จจริงโดยไม่ให้ใช้กลไกป้องกันทางจิต นอกจากนี้ยังให้กำลังใจเพื่อส่งเสริม ความมั่นใจในตนเอง ให้สามารถนำความสามารถที่มีอยู่ออกมาใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.1.4 ขั้นตอนในการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

ในการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีความรู้ใน การให้คำปรึกษาเพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาพร้อมที่จะเปิดเผยตัวเอง โดยพูดความจริงอย่างอิสระ และไว้วางใจ รวมทั้งความรู้สึกต่าง ๆ ของตนเองเพื่อจะนำไปสู่การเข้าใจตนเอง รู้จักตนเอง จนกระทั่งสามารถแก้ไขปัญหาของตนเองได้ ซึ่งคมเพชร จัตรสุภกุล (2530 : 70-72) ได้แบ่ง การให้คำปรึกษาออกเป็น 7 ขั้นตอน

ขั้นที่ 1 ผู้รับคำปรึกษาไม่เต็มใจที่จะเปิดเผยตนเอง จะสื่อสารถึงเรื่องราว ภายนอกเป็นส่วนใหญ่

ขั้นที่ 2 ผู้รับคำปรึกษาพูดถึงเรื่องราวต่างๆ เริ่มแสดงความรู้สึกบางอย่างออกมาแต่ยังไม่ยอมรับว่าเป็นความรู้สึกของตนเอง

ขั้นที่ 3 ผู้รับคำปรึกษาเริ่มพูดถึงความรู้สึกของตนเองและประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ เกี่ยวข้องกับตนเอง การรับรู้ตนเองมีข้อจำกัด และมักพบในลักษณะที่สะท้อนอยู่ในบุคคลอื่น ๆ

มักจะพูดถึงตนเองและประสบการณ์ในอดีต แต่ยังปฏิเสธและไม่กล่าวพูดถึงเหตุการณ์ปัจจุบัน มักจะมีความคับข้องใจและทอดถอนใจเรื่องความสามารถที่จะตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพ บุคคลส่วนใหญ่มักรู้สึกว่าเริ่มเข้าสู่การให้คำปรึกษาในระดับนี้

ขั้นที่ 4 ผู้รับคำปรึกษาสามารถยอมรับปัญหาและความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในอดีต แต่ไม่พูดถึงความรู้สึกในเรื่องส่วนตัวที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน ผู้รับคำปรึกษาจะมีการยอมรับความรับผิดชอบในการแก้ปัญหาขึ้นบ้าง แต่ยังเป็นระยะที่จะทดสอบความรู้สึกในการรับคำปรึกษา ยังมีความกลัวในเรื่องสัมพันธภาพทางการให้คำปรึกษาอย่างใกล้ชิด

ขั้นที่ 5 ผู้รับคำปรึกษาจะระบายความรู้สึกของตนเองอย่างอิสระแต่ยังรู้สึกกลัว แต่ผู้รับคำปรึกษาก็สามารถยอมรับความรู้สึกเกี่ยวกับตนเองมากขึ้น กล้ารับผิชอบปัญหาของตนเอง นอกจากนี้การสื่อสารภายใน การยอมรับความรู้สึกแห่งตนเป็นไปในแง่ถูกต้องมากขึ้น

ขั้นที่ 6 ผู้รับคำปรึกษาสามารถระบายความรู้สึกต่าง ๆ อย่างเสรี ความรู้สึกเบิกบาน เกิดความสอดคล้องระหว่างความคิดเกี่ยวกับตนเองและประสบการณ์ที่เป็นจริง ทำให้สิ่งที่มาถูกความลดลง ผู้มีปัญหามักรู้จักปัญหาให้หมดไป และอยู่ในโลกนี้โดยที่ตนเองเป็นผู้กระทำสิ่งต่าง ๆ หลังจากนี้ผู้ที่มีปัญหาก็มีความต้องการที่จะรับคำปรึกษาน้อยลง

ขั้นที่ 7 ผู้รับคำปรึกษาเกิดการยอมรับและมีการเปลี่ยนแปลงความรู้สึก มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความยืดหยุ่นและมีความสุขกับการเปลี่ยนแปลงความรู้สึก ซึ่งโดยปกติแล้วขั้นนี้จะไม่ค่อยเกิดขึ้นในสถานการณ์การให้คำปรึกษา

2.1.5 เทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

เนื่องจากการให้คำปรึกษาแบบผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลางมีลักษณะมุ่งไปที่บุคคลมากกว่าปัญหา เน้นความใส่ใจต่อความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษามากกว่าเนื้อหาหรือเรื่องราว ให้ความสนใจปัจจุบันมากกว่าอดีต และเน้นการสร้างสัมพันธภาพ เพราะจะช่วยให้การพัฒนาทางอารมณ์ดีขึ้น ดังนั้นเทคนิคที่ใช้เบื้องต้น ได้แก่

1. การเริ่มต้นให้คำปรึกษา (Opening the Interview) จำเป็นต้องอาศัยทักษะในการสนทนาหรือเริ่มสนทนา บรรยากาศของการเริ่มต้นการให้คำปรึกษาโดยทั่วไปนั้นผู้ให้คำปรึกษามักจะรอให้ผู้รับคำปรึกษาเป็นผู้เริ่มต้นโดยบอกถึงสาเหตุที่มาพบ แต่ถ้าผู้รับคำปรึกษา รู้สึกตื่นเต้น หรือลำบากใจในการแสดงออก ผู้ให้คำปรึกษาจำเป็นต้องช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา รู้สึก

สหายใจ (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. 2525 : 10)

2. การสร้างสัมพันธภาพ (Establishing Rapport) เมื่อเริ่มต้นการสนทนาได้แล้วสิ่งที่ตามมาคือ การสร้างสายสัมพันธ์เพราะจะช่วยให้การให้คำปรึกษาดำเนินไปสู่จุดหมายอย่างประสบความสำเร็จ การสร้างสายสัมพันธ์จะต้องกระทำอย่างระมัดระวังเพราะ เป็นเทคนิคที่มีความละเอียดอ่อนมากซึ่งการที่จะมีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนอื่นนั้นโดยทั่วไปเราควรจะทราบภูมิหลังเกี่ยวกับตัวเขาบ้าง เพื่อนำมาเป็นเครื่องมือในการสร้างสายสัมพันธ์ต่อไป เช่น ถ้าทราบว่าผู้รับคำปรึกษามีความสามารถในด้านใดที่อาจเริ่มต้นพูดถึงเรื่องนั้นได้ทันที จะช่วยให้เขาสามารถพูดได้มากอย่างมั่นใจ และช่วยให้สภาพจิตใจของเขามีความสุขพร้อมที่จะพูดคุยต่อไป ในทางตรงข้ามถ้าหากพูดคุยในสิ่งที่ไม่แน่ใจว่าดีหรือไม่ผลอาจออกมาไม่ดีนัก เช่น การถามเรื่องเรียนในขณะที่เด็กมีปัญหาด้านการเรียน ดังนั้นจึงควรระมัดระวังเป็นพิเศษในการสร้างความสัมพันธ์ (คมเพชร จัตรสุภกุล. 2529 : 101-102)

3. การตั้งคำถาม (Questioning) ผู้ให้คำปรึกษาสามารถใช้คำถามเพื่อให้ได้ข้อมูลด้านต่าง ๆ เพิ่มขึ้น เช่น ภูมิหลัง ความสนใจ จุดดี จุดอ่อนของผู้รับคำปรึกษาเพื่อที่จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจถึงปัญหาและตัวผู้รับคำปรึกษาดีขึ้น ลักษณะของคำถามควรจะเป็นคำถามปลายเปิด (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. 2525 : 15) เพราะนอกจากจะได้ข้อมูลแล้วบางครั้งยังเป็นการระบายความรู้สึกกับข้อใจต่อปัญหาหรือสิ่งที่กำลังพูดถึงด้วย จึงเป็นประโยชน์ต่อการให้คำปรึกษา (คมเพชร จัตรสุภกุล. 2529 : 102)

4. การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of Feeling) หมายถึง การกล่าวถึงความรู้สึกสำคัญของผู้รับคำปรึกษาออกมาโดยฉับพลันและเฉพาะเจาะจง จุดมุ่งหมายเพื่อรวบรวมเอาความรู้สึกมากกว่าเนื้อหา และเป็นการนำเอาความรู้สึกอย่างกว้าง ๆ มาทำให้เกิดการตระหนักรู้แง่ชัดและเฉพาะเจาะจง พร้อมทั้งส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษาสร้างความรู้สึกที่เป็นตัวของตัวเอง (ทองเรียน อมรัชกุล. 2520 : 74-75) นอกจากนี้การสะท้อนความรู้สึกยังช่วยให้ผู้มีปัญหาได้ระบายความรู้สึกที่ฝังใจกับปัญหาออกมาด้วย (คมเพชร จัตรสุภกุล. 2529 : 103)

5. การทำให้เกิดความกระจ่าง (Clarification) เป็นการทำให้เกิดความชัดเจนขึ้นในเนื้อหาสาระที่ผู้รับคำปรึกษาพูดออกมา โดยผู้ให้คำปรึกษาอธิบายสรุปสาระสำคัญในสิ่งที่เขาคิดว่าผู้รับคำปรึกษาพยายามที่จะส่งสารมาถึง ทั้งนี้โดยไม่เปลี่ยนแปลงเนื้อความสำคัญที่ผู้รับคำปรึกษาได้กล่าวไว้ ซึ่งจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเห็นว่าผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจเรื่องราวของเขา

และที่สำคัญคือตัวเขาเองจะเกิดความกระจำจ้านในเรื่องที่พูดกันอยู่ และส่งผลให้เกิดความเข้าใจที่ชัดเจนขึ้นเกี่ยวกับปัญหาของเขา (เจียรนัย ทรงชัยกุล. 2533 : 765) แต่อย่างไรก็ตามผู้ให้คำปรึกษาต้องพยายามใช้คำพูดในลักษณะที่เข้าใจง่าย และไม่ควรที่จะใช้เทคนิคนี้บ่อยเกินไปเพราะความสามารถในการเข้าใจตนเองของบุคคลเกิดขึ้นทีละเล็กละน้อย การไปเร่งเร้าจะทำให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกว่ากำลังถูกคุกคามได้ การใช้เทคนิคนี้ต้องอาศัยความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษาด้วย เพราะโดยธรรมชาติผู้รับคำปรึกษาไม่ชอบฟังความจริงที่ไม่ดีเกี่ยวกับตนเองและมักจะมีการต่อต้าน แต่ถ้าทั้งสองฝ่ายมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันผู้รับคำปรึกษาจะยอมรับตนเองได้ง่ายขึ้นและการต่อต้านจะลดน้อยลง (จาเนียร ช่วงโชติ และ นวลศิริ เปาโรหิตย์. 2524 : 129-131)

6. การให้ความมั่นใจ (Assurance) เมื่อผู้รับคำปรึกษาแสดงทัศนคติหรือโครงการต่อผู้ให้คำปรึกษา และผู้ให้คำปรึกษามั่นใจว่าทัศนคติหรือโครงการนั้นถูกต้องและได้ผลดีจริง ผู้ให้คำปรึกษาจะแสดงออกเพื่อเป็นการให้ความมั่นใจแก่ผู้รับคำปรึกษา (พงษ์พันธ์ พงษ์ธาดา. 2525 : 20) การใช้กลวิธีนี้อาจเป็นการเสี่ยงถ้าผู้ให้คำปรึกษายืนยันว่า ผู้รับคำปรึกษาวิตกกังวลในเรื่องที่ไม่สำคัญ ผู้รับคำปรึกษาอาจเข้าใจว่าผู้ให้คำปรึกษาดูถูกความรู้สึกหรือความคิดของเขาก็ได้ ฉะนั้นควรใช้ชีวิตนี้ต่อไปเมื่อผู้ให้คำปรึกษามีจุดประสงค์อยู่ภายในใจ และได้ใคร่ครวญดูแล้วอย่างรอบคอบว่าจะไม่เกิดผลเสีย สำหรับการใช้กลวิธีต่อไปหรือซ้ำ ๆ กันนั้นก็มีจุดประสงค์ที่จะลดความเครียดหรือความวิตกกังวลซึ่ง เรียกว่า "การย้ำเพื่อห้มั่นใจ" (Reassurance) (สุธีรพันธ์ กรลักษณ์. 2518 : 74-75)

7. การใช้ความเงียบและการฟัง (Silence and Listening) ถ้าผู้ให้คำปรึกษาอยู่ในความเงียบและผู้มารับคำปรึกษาก็เงียบแสดงว่า ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้ผู้มารับคำปรึกษาได้มีเวลารวบรวมความคิด หรือความรู้สึกของเขาที่จะพูดออกมาต่อไป เป็นการเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้เริ่มต้นพูดหรือคิดต่อไป ถ้าผู้ให้คำปรึกษาพูดอะไรออกไปก่อนจะเป็นการสกัดกั้นความรู้สึกนึกคิดของผู้รับคำปรึกษาให้หยุดชะงักลง (นันทิกา แยมสรวล. 2523 : 36-37) นอกจากการเงียบแล้วผู้ให้คำปรึกษาจะต้องพยายามฟังอย่างตั้งใจ เพื่อให้เข้าใจเรื่องราวที่ผู้รับคำปรึกษาพูดเป็นอย่างดี (คมเพชร ฉัตรสุณกุล. 2529 : 103)

8. การสังเกต (Observation) การที่ผู้ให้คำปรึกษาได้สังเกตพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษาในขณะที่เขาเล่าถึงปัญหาของเขาจะทำให้ผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจผู้รับคำปรึกษามากยิ่งขึ้น

ทั้งยังเป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเองดียิ่งขึ้นด้วย เช่น ผู้รับคำปรึกษามารับคำปรึกษาปัญหาเรื่องการเลือกอาชีพ อาจมีลักษณะอาการตึงเครียดหรือมีท่าทางเกี่ยวกับความผิดปกติทางระบบประสาท จากการสังเกตผู้ให้คำปรึกษาจะทราบได้ว่า เบื้องหลังที่เขาเล่าให้ฟังนั้นเขามีความเครียดและความกลัวแทรกอยู่ ในสิ่งนี้ช่วยให้เห็นว่าปัญหาของเขาในขณะนี้คือปัญหาทางอารมณ์ (สุธีรพันธ์ กรลักษณ์. 2518 : 76)

จากเอกสารและเทคนิคการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางพอสรุปได้ว่าการให้คำปรึกษาตามแนวคิดนี้ เน้นเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาเป็นหลัก มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้เปลี่ยนแปลงตนเองทีละน้อย ๆ จากความสัมพันธ์ที่ทั้งสองสร้างขึ้นมา และที่สำคัญผู้รับคำปรึกษาจะมีโอกาสที่จะพูดระบายความรู้สึกที่มีอยู่ในใจออกมาโดยเสรี เพื่อจะได้มีโอกาสพิจารณาทำความเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง และพัฒนาตนเอง

ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้นำหลักการ และเทคนิคการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางมาใช้ในการให้คำปรึกษาเพื่อลดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังที่มียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองเพื่อเสพ

2.1.6 คุณลักษณะของผู้ให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

ผู้ให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางควรมีลักษณะดังนี้ (Patterson. 1966 : 421-422)

1. การยอมรับ ผู้ให้คำปรึกษาต้องยอมรับว่า ผู้รับคำปรึกษาเป็นบุคคลหนึ่งซึ่งมีความขัดแย้งยังไม่มั่นคง ผู้ให้คำปรึกษาต้องรู้จักจุดเด่น จุดด้อยของเขา ยอมรับว่าเขาเป็นบุคคลที่มีค่า มีหน้าที่ให้ความเป็นมิตรกับเขา ไม่มีการประเมินหรือตัดสินการกระทำของเขาทั้งในแง่บวกและแง่ลบ ซึ่งการยอมรับนี้คือการที่ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องแสดงให้เห็นว่ายอมรับผู้รับคำปรึกษาโดยไม่มีเงื่อนไขใด ๆ ทั้งสิ้น

2. มีความสอดคล้องกันของความรู้สึกและการกระทำ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีคุณลักษณะที่สอดคล้องกันของความรู้สึก มีความสม่ำเสมอ จะต้องรู้จักตนเอง ยอมรับความรู้สึกของตนเองได้ก่อน และมีความตั้งใจจริงที่จะแสดงออกถึงความรู้สึกและทัศนคติของตนได้อย่างเหมาะสมด้วยความจริงใจ

3. มีความเข้าใจ ความเข้าใจของผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเป็นลักษณะของความ

สามารถ ร่วมรู้ความรู้สึกและเข้าใจโลกส่วนตัวของผู้รับคำปรึกษาอย่างถูกต้อง ความเข้าใจในลักษณะนี้จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถสำรวจ และเข้าใจความรู้สึกของตนเองได้อย่างอิสระ และลึกซึ้ง เพื่อจะได้พัฒนาตนเองได้

4. สามารถสื่อสารลักษณะที่สำคัญของตนเองสู่ผู้รับคำปรึกษา การยอมรับความสอดคล้องระหว่างความรู้กับการแสดงออก และความเข้าใจผู้รับคำปรึกษาอย่างลึกซึ้งจะไม่มี ความหมายถ้าผู้ให้คำปรึกษาไม่สามารถแสดงออกมา ผู้ให้คำปรึกษาจึงควรแสดงออกอย่างธรรมชาติซึ่ง การแสดงออกอาจทำได้หลาย ๆ ทาง ทั้งการใช้คำพูดและท่าทาง

5. การสร้างสัมพันธภาพ ถ้าผู้ให้คำปรึกษาสามารถสื่อสารคุณลักษณะส่วนตัวต่อ ผู้รับคำปรึกษาได้แล้ว สัมพันธภาพในการให้คำปรึกษาจะพัฒนาขึ้นซึ่งจะทำให้ผู้รับคำปรึกษา รู้สึกปลอดภัย มั่นใจ และรู้สึกเป็นอิสระจากการคุกคามต่าง ๆ รู้สึกว่าได้รับการสนับสนุนให้แสดง ออกทำให้ผู้รับคำปรึกษา รู้สึกว่า ได้รับประสบการณ์ที่ดีจากการแสดงออกของผู้รับคำปรึกษา ทำให้ เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางสร้างสรรค์ขึ้น

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า คุณลักษณะของผู้ให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคล เป็นศูนย์กลางจะต้องเป็นผู้มีความพร้อมอยู่ในตัวเอง มีความสมบูรณ์แบบทั้งด้านความรู้สึก ความคิด และการแสดงออก เป็นผู้ที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์สูง มีการยอมรับและเข้าใจผู้อื่นตลอดจนเป็นผู้ที่มี จิตใจเบิกบานมองโลกในแง่ดี สามารถมีสัมพันธภาพได้กับทุกคนโดยไม่มีเงื่อนไข

2.1.7 บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2525 : 97) กล่าวว่า ผู้ให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็น ศูนย์กลางนี้ จะเปิดโอกาสและให้ความไว้วางใจตลอดจนมอบความรับผิดชอบให้แก่ผู้รับคำปรึกษา เป็นอย่างมากในเรื่องการตัดสินใจที่จะจัดการกับปัญหาด้วยตัวของผู้รับคำปรึกษาเอง

วัชรวิ ทรัพย์มี (2533 : 56) กล่าวว่า ผู้ให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง จะช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาให้ลดความทุกข์ทางอารมณ์ เพื่อให้สามารถมีสติและใช้เหตุผลในการ แก้ปัญหาหรือตัดสินใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยพิจารณาผู้รับคำปรึกษาในแง่ดีและให้เกียรติผู้รับ คำปรึกษา ตระหนักในคุณค่าแห่งความเป็นมนุษย์ของเขา มีความจริงใจ มีเมตตา และความปรารถนาดีพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือ ตลอดจนเข้าใจปัญหาและความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษา และสามารถสื่อให้ผู้รับคำปรึกษารับรู้ถึงความเข้าใจ ความจริงใจ และความปรารถนาดีที่

ผู้ให้คำปรึกษามีต่อผู้รับคำปรึกษา

2.1.8 ข้อจำกัดของการให้คำปรึกษาแบบยิदनุคคเป็นศูนย์กลาง

วิญญู พูลศรี (2531 : 205) กล่าวถึงข้อจำกัดของการให้คำปรึกษาแบบยิदनุคคเป็นศูนย์กลางไว้ดังนี้

1. เป็นทฤษฎีการปรึกษาที่เน้นความสำคัญของสัมพันธภาพระหว่างบุคคล อันจะเป็นพื้นฐานสำคัญในการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพ
2. เน้นความสำคัญของเจตคติพื้นฐานของผู้รับคำปรึกษา จะมีผลต่อการสร้างสัมพันธภาพกับผู้รับคำปรึกษา
3. ผู้ให้คำปรึกษาต้องตระหนักว่าการรับรู้ของผู้รับคำปรึกษาเป็นสิ่งสำคัญ เพราะเป็นแนวทางไปสู่ความเข้าใจผู้รับคำปรึกษาอย่างลึกซึ้ง
4. การตอบสนองด้วยเทคนิคต่าง ๆ ต่อการสื่อความหมายของผู้รับคำปรึกษาอย่างทันที ทำให้เป็นการเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้สำรวจตนเอง และสภาพการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างลึกซึ้ง อันจะนำไปสู่การแก้ปัญหาด้วยตนเอง
5. ข้อจำกัดของทฤษฎีนี้โดยตรงที่มีการเน้นการให้คำปรึกษาเฉพาะปัญหาที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์และความรู้สึกของบุคคลเท่านั้นจึงจะได้ผลดี และผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีความชำนาญทั้งในด้านการสร้างสัมพันธภาพ และการใช้เทคนิคต่าง ๆ ได้อย่างคล่องแคล่วและเหมาะสมโดยยึดหลักการที่ว่าต้องใช้ทฤษฎีอย่างมีศิลป์เพราะทฤษฎีเป็นเพียงแผนที่นำทางเท่านั้น

2.2 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

2.2.1 ความหมายของการให้คำปรึกษา

หลุยส์ (ลมเพชร จิตรสุภกุล. 2530 : 8 ; อ้างอิงมาจาก Louis. 1970 : 10) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการที่ผู้มีปัญหาได้รับความช่วยเหลือให้เกิดความรู้สึกและแสดงพฤติกรรมอย่างสบายใจขึ้น โดยผ่านการปะทะสัมผัสกับผู้ให้คำปรึกษาซึ่งจะให้ข้อมูลและแสดงปฏิกิริยาโต้ตอบ อันจะเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้มีปัญหาสามารถพัฒนาการแสดงพฤติกรรมของตนเอง ทำให้สามารถติดต่อเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 1) ได้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาไว้

ว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการที่แสดงถึงมนุษยสัมพันธ์ที่ละเอียดอ่อนระหว่างบุคคล โดยที่บุคคลหนึ่งทำหน้าที่ผู้ให้คำปรึกษา และอีกบุคคลหนึ่งคือผู้ขอรับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเป็นบุคคลที่ได้รับการศึกษา มีประสบการณ์ ความรู้ความสามารถในทางการให้คำปรึกษา และทางจิตวิทยา สามารถให้ความช่วยเหลือและให้คำปรึกษาแก่ผู้มาขอรับคำปรึกษา สามารถใช้หลังปัญญาและความสามารถของตนเองในการตัดสินใจที่จะเลือกกระทำอย่างใดอย่างหนึ่งทางวิธีทางที่เหมาะสมที่เขาปรารถนา และในที่สุดบุคคลที่ขอรับคำปรึกษาจะสามารถแก้ปัญหา และพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสม

รอเจอร์ส (Rogers. 1942 : 3) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาหมายถึง การติดต่อสัมพันธ์โดยตรงระหว่างบุคคล โดยที่บุคคลหนึ่งต้องการความช่วยเหลือจากบุคคลหนึ่ง โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อที่จะเปลี่ยนเจตคติและพฤติกรรมต่าง ๆ ของเขา

จากความหมายของการให้คำปรึกษาดังกล่าวสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการของความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้มาขอรับคำปรึกษา เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ช่วยเหลือผู้มาขอรับคำปรึกษาให้รู้จักและเข้าใจตนเอง สามารถแก้ไขและตัดสินใจเกี่ยวกับปัญหาของตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.2.2 การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 179) ได้กล่าวถึงการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลว่า การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลเป็นสัมพันธภาพของการช่วยเหลือส่วนบุคคลระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อม สามารถแก้ปัญหาที่เผชิญอยู่ และสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2529 : 407) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลเป็นการให้คำปรึกษาที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ขอรับคำปรึกษาโดยการให้คำปรึกษาเป็นการส่วนตัวแก่บุคคลเฉพาะรายในแต่ละครั้ง เพื่อให้เขาสามารถเข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้นสามารถเผชิญปัญหาที่ประสบอยู่ได้ และมีทักษะในการแก้ปัญหาได้เองอย่างเหมาะสมสามารถวางแผนการของชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองได้อย่างเต็มความสามารถ

2.2.3 ข้อดีของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2529 : 411) ได้กล่าวถึงข้อดีของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลดังนี้

1. ผู้รับคำปรึกษาได้รับความช่วยเหลือในการแก้ปัญหาเฉพาะของเขาจากผู้ให้คำปรึกษาโดยตรงด้วยความละเอียดรอบคอบ และรอบคอบอย่างเพียงพอ
2. ผู้รับคำปรึกษาเป็นจุดสนใจของผู้ให้คำปรึกษาแต่เพียงผู้เดียวในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เขาจึงควรเป็นผู้ที่ได้ประโยชน์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นอย่างเต็มที่
3. ผู้รับคำปรึกษากลับที่จะเปิดเผยตนเองอย่างอิสระกับผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งจะช่วยให้การวินิจฉัยปัญหาและหาทางแก้ไขได้ถูกต้องรวดเร็วขึ้น
4. ผู้รับคำปรึกษาไม่ต้องกังวลถึงความคิดเห็นและความรู้สึก หรือข้อเสนอแนะของผู้อื่น นอกจากของผู้ให้คำปรึกษาเพียงผู้เดียวระหว่างการให้คำปรึกษา
5. ผู้รับคำปรึกษาไม่ต้องวิตกกังวลถึงความไม่พร้อมด้านทักษะในเรื่องมนุษยสัมพันธ์ หรือบุคลิกภาพที่ไม่เหมาะสมของเขาในการแสดงออกกับผู้อื่น เพราะเขาจะมีความสัมพันธ์เฉพาะกับผู้ให้บริการปรึกษาแต่เพียงผู้เดียวในระหว่างการให้คำปรึกษา

2.2.4 ข้อจำกัดของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2529 : 412) ได้กล่าวถึงข้อจำกัดบางประการของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ดังนี้

1. ผู้รับคำปรึกษาซึ่งอยู่ในวัยรุ่น โดยทั่วไปมีความเชื่อว่า ปัญหาที่ตนประสบนั้นเพื่อนรุ่นเดียวกันจะเข้าใจ และหาทางออกได้ดีกว่าความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่ต่างวัย และต่างความคิดจากเขา
2. ผู้รับคำปรึกษาเสียโอกาสอันดีที่จะส่งเสริมทักษะทางมนุษยสัมพันธ์ และการปรับตัวด้านต่าง ๆ กับเพื่อนคนอื่นในวัยเดียวกันที่เผชิญปัญหาที่คล้ายคลึงกัน
3. ผู้รับคำปรึกษาอาจจะเกิดความเคยชินที่จะไว้วางใจ และต้องการพึ่งพาความช่วยเหลือเฉพาะจากผู้ให้คำปรึกษาเท่านั้น
4. การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลเป็นกิจกรรมที่ต้องใช้เวลาและบุคลากรซึ่งมีอยู่จำกัด ดังนั้นผู้รับบริการบางคนที่ต้องการได้รับการให้คำปรึกษาจึงอาจไม่ได้รับการโดยทั่วถึง

2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

2.3.1 งานวิจัยต่างประเทศ

ทรูแอ็กซ์และคาร์คัฟฟ์ (วัชร , ทรัพย์มี.2533 : 54 ; อ้างอิงมาจาก Truax and Carkhuff.1976) ได้ศึกษาพบว่า การจัดสภาพการณ์ที่เหมาะสมให้กับผู้รับบริการ การยอมรับผู้รับบริการโดยปราศจากเงื่อนไข ให้ความอบอุ่น เข้าใจความรู้สึกนึกคิด ช่วยให้ผู้รับบริการสำรวจตัวเองเพิ่มขึ้น ซึ่งจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงปรารถนา

แอนดรูว์ (จงกล หงสุพันธุ์. 2534 : 42 ; อ้างอิงมาจาก Andrew.1971 : 93-96) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบรอเจอส์กับวิธีผ่อนคลายกล้ามเนื้อที่มีต่อความวิตกกังวลและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยชักกลุ่มตัวอย่างที่มีเขาวนั้ปัญญาระดับปานกลางและมีความวิตกกังวลสูง ผลการศึกษาพบว่า วิธีการทั้งสองสามารถทำให้ความวิตกกังวลของนักเรียนลดลงและทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนสูงขึ้นในระดับใกล้เคียงกัน

นอกจากนี้ซีแมน และแรสกิน (วัชร ทรัพย์มี. 2533 : 54 ; อ้างอิงมาจาก Seeman and Raskin. 1953) ได้ศึกษาพบว่า ผลของการให้คำปรึกษาแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลางช่วยให้ผู้รับบริการปรับตัวได้ดีขึ้นทั้งด้านการศึกษาและการทำงาน คือมีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนสูงขึ้นและนิสัยการเรียนดีขึ้น มีนิสัยการปฏิบัติงานดีขึ้น มีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงานให้เป็นไปตามเป้าหมายเพิ่มขึ้น ตลอดจนสามารถปรับปรุงสัมพันธภาพกับเพื่อนร่วมงาน

2.3.2 งานวิจัยในประเทศ

รุ่งอรุณ รัตักดิ์ภราเลิศ (2536 : 56-57) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ที่มีต่อความวิตกกังวลในการฝึกปฏิบัติงานกับผู้ป่วยจิตเวชของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 วิทยาลัยพยาบาลเซนต์หลุยส์ กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษารากฏว่า นักศึกษาพยาบาลมีความวิตกกังวลในการฝึกปฏิบัติงานกับผู้ป่วยจิตเวชลดลงหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบยี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

วาสนา แฉล้มเขตร (2525 : 48) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบรอเจอส์ที่มีต่อการลดปัญหาทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยมหิดล ผลการศึกษาพบว่า หลังจากนักศึกษาพยาบาลได้รับการให้คำปรึกษาแบบรอเจอส์ ปัญหาทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลมีระดับลดลงกว่าก่อนรับคำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับ

การศึกษาของธีระ มุลธิยะ (2530 : 52) ที่ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบรอรเจอร์สที่มีต่อการพัฒนาอัตรารวมดีด้านการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 5 โรงเรียนวาปีปทุม จังหวัดมหาสารคาม ผลการศึกษาพบว่า หลังจากให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลแบบรอรเจอร์สแก่นักเรียนแล้ว นักเรียนมีอัตรารวมดีด้านการปรับตัวทางอารมณ์ดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จنگล หงสุรพันธ์ (2534 : 64) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบรอรเจอร์สที่มีต่อการปรับตัวในครอบครัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนโพธิ์สัมพันธ์พิทยาคาร อำเภอเมืองพญา จังหวัดชลบุรี ผลการทดลองปรากฏว่า การให้คำปรึกษาแบบรอรเจอร์สทำให้นักเรียนมีการปรับตัวในครอบครัวดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

เพียวี พูลเจริญ (2524 : 49) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับแบบรายบุคคลที่มีต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล "โรงพยาบาลรามาริบัติ โดยวิธีการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีของรอรเจอร์ส เพื่อช่วยเหลือนักศึกษาพยาบาลที่มีปัญหาด้านการปรับตัวในภาคปฏิบัติ ผลการศึกษาปรากฏว่า นักศึกษาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและรายบุคคลมีการปรับตัวภาคปฏิบัติดีกว่าก่อนได้รับการให้คำปรึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

มานิดา ทองทวี (2526 : 72) ศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและรายบุคคล ที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 4 โรงเรียนชลบุรี "สุขบท" จังหวัดชลบุรี ผลการศึกษาพบว่า หลังจากนักเรียนได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและรายบุคคลแล้ว นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากกว่าก่อนได้รับการให้คำปรึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สะอาด กันทรวิรัตน์ (2535 : 61-64) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มกับเป็นรายบุคคล ที่มีต่อความวิตกกังวลด้านการเรียนต่อของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนพิษณุโลกพิทยาคม จังหวัดพิษณุโลก จำนวน 14 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 7 คน กลุ่มที่ 1 ให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม กลุ่มที่ 2 ให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและ เป็นรายบุคคลมีความวิตกกังวลในการเรียนต่อลดลงกว่าก่อนได้รับการให้คำปรึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและ เป็นรายบุคคลมีความวิตกกังวลลดลงไม่แตกต่างกัน

จากผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล เป็นศูนย์กลางดังกล่าว

ข้างต้นสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางสามารถลดปัญหาของผู้รับคำปรึกษาได้ เช่น ปัญหาด้านความวิตกกังวลในการปฏิบัติงาน ความวิตกกังวลในการศึกษาต่อ การปรับตัวทางอารมณ์ และการปรับตัวในครอบครัว เป็นต้น ดังนั้นผู้วิจัยจึงคาดว่า การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางน่าจะเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถนำมาใช้ในการลดความวิตกกังวลของผู้ต้องขังในการดำรงชีวิตหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังได้

2.4 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

2.4.1 ความหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

กาซิดา ดูแกน และ มีโดซ์ (Gazda, Ducan and Meadows. 1967 : 306) ได้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มว่า เป็นกระบวนการพลวัตซึ่งมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน (Dynamic Interpersonal Process) สมาชิกในกลุ่มจะแสดงความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรม เพื่อแก้ปัญหาที่สมาชิกในกลุ่มหรือกลุ่มกำลังเผชิญอยู่ ในการนี้ให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มสมาชิกจะสนทนารับปรึกษาเกี่ยวกับสภาพปัญหาที่กำลังเผชิญ มีการระบายความในใจ มีการให้ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน การให้ความอบอุ่น การยอมรับ และการให้ความสนับสนุนซึ่งกันและกัน

จินตนา เพียรวิจิตร (2529 : 22) ได้สรุปจากแนวคิดของนักจิตวิทยาเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม (Group Counseling) ว่า มีความคล้ายคลึงกับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล (Individual Counseling) ตรงที่มีจุดมุ่งหมายอย่างเดียวกัน คือ เพื่อให้ความช่วยเหลือบุคคลที่มีปัญหาให้รู้จักแนวทางและเลือกวิธีที่จะแก้ปัญหาของตนเอง และคล้ายคลึงจิตบำบัดเป็นกลุ่มในเรื่องวิธีการ กระบวนการ แตกต่างกันที่ผู้รับบริการสำหรับจิตบำบัดแบบกลุ่มนั้น ผู้รับบริการเป็นคนที่มีความต้องการทางจิตประสาทและผู้ป่วยได้แก่จิตแพทย์ นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ ส่วนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีผู้รับบริการเป็นคนปกติ แต่มีความประสงค์ที่จะแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเองในด้านต่าง ๆ และผู้ให้บริการได้แก่นักจิตวิทยาการศึกษา

ปราณี เถลิงพล (2520 : 193) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ทำให้ผู้รับคำปรึกษามีความเจริญทางฐานะโดยสมบูรณ์ ยอมรับสภาพความจริงที่เขาเผชิญอยู่ปรับตัวให้เข้ากับบุคคลและสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดี ประสบการณ์ที่เขาได้รับจะทำให้เขาเข้าใจตนเองและผู้อื่นดีขึ้น ทำให้เกิดการเรียนรู้และสามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปฏิบัติ เพื่อ

นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทัศนคติและพฤติกรรมของตนเองที่ดีขึ้น

คมเพชร จัตรสุภกุล (2521 : 90) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มต่างจากการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล คือ สมาชิกทุกคนมีหน้าที่มาช่วยกันแก้ปัญหาในกลุ่ม อีกทั้งการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเหมาะสมสำหรับสมาชิกที่ปกติเท่านั้น

วัชรีย์ ทรัพย์มี (2522 : 80) ได้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มว่าเป็นกระบวนการที่บุคคลที่มีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรือต้องการจะแก้ปัญหาร่วมกัน มาปรึกษาหารือซึ่งกันและกันเป็นกลุ่มโดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกในกลุ่มจะมีโอกาสแสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของแต่ละบุคคล เป็นการได้ระบายความรู้สึกขัดแย้งในใจ ได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอมรับ กล้าที่จะเผชิญปัญหา และได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเอง อีกประการหนึ่งการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มนี้เปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มได้เสนอความคิดเห็นต่าง ๆ ซึ่งจะทําให้สมาชิกเกิดความภาคภูมิใจตนเองว่า ตนเองสามารถให้ข้อคิดเห็นอันเป็นประโยชน์ต่อกลุ่มได้

จากเอกสารที่กล่าวมาข้างต้นสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มเป็นกระบวนการที่บุคคลในกลุ่มซึ่งประกอบด้วยผู้ให้คำปรึกษา และสมาชิกที่มีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรือต้องการจะแก้ปัญหาร่วมกัน มาปรึกษาหารือร่วมกัน บุคคลในกลุ่มจะต้องมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน บรรยากาศภายในกลุ่มจะทําให้สมาชิกในกลุ่มมีความอบอุ่น ให้การยอมรับ และไว้วางใจซึ่งกันและกัน เพื่อที่จะให้สมาชิกกลุ่มมีความสบายใจพร้อมที่จะพูดถึงปัญหา และร่วมปรึกษาหารือเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ ที่ต้องการจะปรับปรุงแก้ไขหรือพัฒนาให้ดีขึ้น

2.4.2 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

โอลเซน (Ohlsen. 1970 : 31-33) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้บุคคลได้รู้จักแก้ไขปัญหากที่เกิดขึ้น เป็นการป้องกันมิให้เกิดเหตุการณ์ร้ายแรงขึ้น ประสพการณ์ที่ได้จากกลุ่มจะทําให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเรียนรู้ และพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ ทั้งด้านอารมณ์และสังคม โดยเน้นจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มไว้ 5 ประการ คือ

1. เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มได้ระบายความรู้สึกต่าง ๆ ภายในใจออกมา
2. เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกเกิดการยอมรับนับถือตนเอง

3. เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกที่มีปัญหากลัวเผชิญปัญหาของตนเอง และแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น

4. เพื่อช่วยย้่าสมาชิกที่มีปัญหาได้ปรับปรุงทักษะในการยอมรับตนเอง แก่ปัญหาด้านการจัดแย้งในตนเอง และความขัดแย้งที่ตนมีกับผู้อื่น

5. เพื่อช่วยย้่าสมาชิกมีความเข้มแข็ง สามารถป้องกันมิให้เกิดปัญหาขึ้นอีก และสามารถรักษาสภาพจิตใจของตนให้เป็นสุขเหมือนกับการอยู่ในกลุ่มได้ต่อไป

วิชรี ฐะคะ(2524 : 117) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มคือ การที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ความช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาครั้งละมากกว่า 1 คน ด้วยจุดมุ่งหมายเช่นเดียวกับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล คือมุ่งที่จะช่วยผู้รับคำปรึกษาดังต่อไปนี้

1. ให้สำรวจและประเมินตนเอง เป็นการเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองให้มากที่สุด
2. ให้สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเองและน้าตนเองได้ สามารถเผชิญและดำรงชีวิตที่รับผิดชอบต่อตนเองและสังคมได้
3. ให้สามารถน้าสิ่งที่เรียนรู้ไปปฏิบัติให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรม

2.4.3 หลักการพื้นฐานการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

เคมพ์ (วิญญู พูลศรี. 2523 : 10-11; อ้างอิงมาจาก Kemp. 1970) ได้กล่าวถึงหลักพื้นฐานของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ดังนี้

1. บุคคลทุกคนมีสิทธิ์ในความรู้สึกของตนเองคือรู้สึกอย่างที่ท่านรู้สึก ผู้ให้คำปรึกษาจะสนับสนุนให้สมาชิกแสดงความรู้สึกของตนออกมาและให้แต่ละคนมีความเคารพในความคิด ความรู้สึกของผู้อื่นด้วย
2. แต่ละคนจะต้องตัดสินใจว่าจะพัฒนาอะไรเกี่ยวกับตนเองด้วยตนเอง
3. บุคคลมุ่งที่จะแก้ปัญหาด้วยตนเอง ไม่มุ่งแก้ปัญหาให้คนอื่น
4. ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสถานการณ์เป็นจุดที่สำคัญยิ่งกว่าสถานการณ์
5. การเปิดเผยช่วยย้่าการปรึกษามีประสิทธิภาพ ถ้าไม่มีการป้องกันตนเองก็พร้อมที่จะเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะเกิดขึ้นได้ในบรรยากาศที่มีความไว้น้า เชื่อใจ มีความหวังดี มีความเข้าใจ และเปิดเผยตนเองมากเกินไปก็จะแสดงย้่าเห็นถึงการช่วยตัวเองไม่ได้
6. แต่ละบุคคลจะต้องมีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเอง ต้องเรียนรู้ที่จะ

รับผิดชอบต่อตนเองมากขึ้น ซึ่งจะทำให้พึ่งพาคนอื่นน้อยลง

7. การลงมือกระทำเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งจะมีได้ในบรรยากาศของการยอมรับ ความเข้าใจ

8. ในการเผชิญปัญหา และแก้ปัญหาที่มีวิธีเลือกหลายวิธี ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วย ให้สมาชิกเห็นหนทางจากทางเลือกต่าง ๆ

9. สมาชิกจะต้องมีค่านิยมส่วนตัวกับการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ดังนั้นการ ให้การเสริมแรงถือว่าเป็นสิ่งจำเป็นที่ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องคำนึงถึง

10. สมาชิกน่าสิ่งทีเรียนรู้ใหม่ไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้ ประสพการณ์ในกลุ่ม จึงเป็นสิ่งสำคัญ

11. การที่คนรู้จักตนเองอย่างลึกซึ้ง ยอมรับตนเองทำให้มีการป้องกันตนเองน้อย ลงลงทนได้กับคำวิจารณ์ต่าง ๆ เกี่ยวกับตน

12. บุคคลจะเข้าใจตนเองได้ดีขึ้นมีความรับผิดชอบต่อตนเอง สามารถควบคุม ตนเองได้มากขึ้น

2.4.4 การจัดตั้งกลุ่มในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

2.4.5.1 การเลือกสมาชิก

วิชรี ทรัพย์มี (2522 : 180) ได้อธิบายถึงการคัดเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มไว้ว่า การคัดเลือกสมาชิกนั้นจะต้องพิจารณาว่าเขาต้องการจะเข้ากลุ่มหรือไม่ โดยใช้การสัมภาษณ์เป็น วิธีคัดเลือก สมาชิกที่มีปัญหาทางอารมณ์อย่างรุนแรง ก้าวร้าว หรือข่มขู่ผู้อื่นมากเกินไป ขี้อาย มาก ๆ หรือไม่ค่อยพูด ไม่ควรนำมาเข้ากลุ่มร่วมกับสมาชิกทั่ว ๆ ไป เนื่องจากจะเป็นอุปสรรค ต่อการดำเนินงานของกลุ่ม ไม่ควรมีการบังคับให้สมาชิกเข้ากลุ่ม

คมเพชร ฉัตรสุภกุล (2521 : 94-95) ได้เสนอแนวทางในการเลือกสมาชิก เข้ากลุ่มไว้ 4 ประการคือ

1. สมาชิกที่จะมารับคำปรึกษาจากกลุ่มควรจะเป็นผู้ที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน เพื่อจะ ได้อภิปรายในประเด็นเดียวกันและมีความเข้าใจซึ่งกันและกันดีขึ้น
2. สมาชิกที่มารับคำปรึกษาเป็นกลุ่มควร เป็นผู้ที่เต็มใจที่จะแก้ปัญหา
3. การจัดกลุ่มควรให้สมาชิกมีลักษณะแตกต่างกันบ้าง ซึ่งก็เป็นไปตามธรรมชาติ

ของกลุ่ม เช่น มีทั้งเพศชายและเพศหญิง แต่ไม่ควรแตกต่างกันมากเกินไป เช่น จัดให้คนพูด เก่งอยู่กับคนพูดไม่เก่งอาจทำให้เกิดปัญหาได้

4. การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มต้องพิจารณาว่า แต่ละบุคคลจะได้รับประโยชน์จาก กลุ่มและสามารถให้ความช่วยเหลือผู้อื่นในกลุ่มได้ด้วย

2.4.4.2 ขนาดของกลุ่ม

ขนาดของกลุ่มควรมีสมาชิกไม่มากนัก แต่ไม่มีใครกำหนดจำนวนสมาชิกไว้แน่นอน วัชร ทรัพย์มี (2531 : 105) มีความคิดเห็นว่า ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม บุคคลที่จะเข้า กลุ่มต้องมีความสัมพันธ์ต่อกันเป็นอย่างดี ดังนั้นจำนวนสมาชิกในกลุ่มต้องไม่มากเกินไป - คือ ประมาณ 6-10 คน ส่วนโอเซน (Ohlsen. 1970 : 58) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบ กลุ่มควรมีสมาชิกประมาณ 4-8 คน

2.4.4.3 เวลาและจำนวนครั้งในการให้คำปรึกษา

วัชร ทรัพย์มี (2522 : 182) กล่าวว่า เวลาที่ใช้ในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม โดยปกติแล้วสำหรับวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่จะใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง หรือ 1.30 ชั่วโมง จำนวน ครั้งในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มจะให้คำปรึกษาสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ถ้าช่วงเวลาในการให้คำปรึกษา ทั้งหมดมีน้อยอาจจัดสัปดาห์ละ 2 หรือ 3 ครั้ง ระยะเวลาควรอยู่ระหว่าง 1-2 ชั่วโมง สำหรับ จำนวนครั้งควรพบกันประมาณ 6-7 ครั้ง โดยถือว่าเป็นกลุ่มที่ใช้ระยะเวลาสั้น ๆ

2.4.4.4 การจัดสถานที่

สถานที่ให้คำปรึกษาควรเป็นห้องที่มีลักษณะ เป็นส่วนตัว มีลักษณะพอเหมาะใน การพูดกันได้ยินโดยทั่วถึงกันโดยนั่งเป็นวงกลมเพื่อให้เกิดความสัมพันธ์กัน อีกทั้งยังสามารถสังเกต กิริยาท่าทาง คำพูด และสีหน้าของกันและกันได้

2.4.5 บทบาทของผู้นำในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

จอห์นสัน และ จอห์นสัน (วัชร ทรัพย์มี. 2533 : 279-281 ; อ้างอิงมาจาก Johnson and Johnson. 1975) ได้สรุปบทบาทของผู้นำในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มไว้ดังนี้

1. บทบาทในการช่วยกลุ่มแก้ปัญหาหรือวางโครงการได้ (Task Functions)

มีดังนี้คือ

1.1 ำให้ข้อมูลและความคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะซึ่งจะช่วยำให้กลุ่มำได้วัตถุประสงค์ในการ

อภิปรายกันต่อไป

1.2 การซักถามเพื่อให้ได้ข้อเท็จจริง ข้อมูล ความคิดเห็น และความรู้สึกจาก

สมาชิก ำเพื่อนำไปสู่การอภิปรายกันต่อไป

1.3 การเสนอกิจกรรมที่จะดำเนินการภายในกลุ่ม

1.4 การสรุปแนวความคิด ข้อเสนอแนะ และประเด็นสำคัญซึ่งกลุ่มำได้อภิปรายกัน

1.5 การเป็นผู้ประสานงานหรือโยงแนวความคิดและประเด็นต่าง ๆ ที่อภิปรายเข้า

ด้วยกัน

1.6 พัฒนารโครงการและกระบวนการจัดกิจกรรมกลุ่ม

1.7 การวินิจฉัยหาสาเหตุของอุปสรรคในการดำเนินการกิจกรรมกลุ่ม

1.8 เป็นผู้กระตุ้นให้เกิดการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพภายในกลุ่ม

1.9 ตรวจสอบว่าแนวความคิดที่กลุ่มเสนอแนะนั้นจะนำาไปปฏิบัติได้หรือไม่ มากน้อย

เพียงใด ประเมินว่าสู่ทางการแก้ปัญหาจะดีกว่ากัน แล้วเสนอแนะำให้สมาชิกในกลุ่มนำาไปปฏิบัติ

1.10 เป็นผู้ประเมินประสิทธิภาพของกลุ่มว่าบรรลุเป้าหมายมากน้อยเพียงใด

2. บทบาทการำให้กลุ่มดำรงอยู่ได้ (Maintenance Functions) มีดังนี้คือ

2.1 สนับสนุนำให้สมาชิกทุกคนเข้ามีส่วนร่วม ำให้ความสนใจในข้อคิดเห็นของ

ทุกคน แสดงความยอมรับสมาชิกทุกคน ตอบสนองและแสดงความเป็นมิตร

2.2 เป็นผู้ประนีประนอม ชักชวนำให้สมาชิกหาข้อตกลงกันในความคิดเห็น

ประเด็นต่าง ๆ หรือวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างความคิดเห็น

2.3 ช่วยำให้กลุ่มผ่อนคลายความตึงเครียด อดหย้าประเด็นที่ซับซ้อนมาพูด หรือ

เสนอแนะำให้มีการพักบ้าง

2.4 แสดงทักษะที่ดีในการสื่อสารสัมพันธ์ และช่วยำให้เกิดความเข้าใจอันดีระหว่างกัน

2.5 สอบถามสมาชิกถึงความรู้สึกเกี่ยวกับการดำเนินการของกลุ่ม และบรรยากาศ

ในกลุ่ม

2.6 สังเกตกระบวนการกลุ่มเพื่อตรวจสอบประสิทธิภาพของการดำเนินการกลุ่ม

2.7 ชี้แจงวัตถุประสงค์ของกลุ่มเพื่อให้สมาชิกตระหนักถึงทิศทางที่จะดำเนินการต่อไป

2.8 พังสมาชิกแต่ละคนพูดด้วยความสนใจ

2.9 ยอมรับสมาชิกทุกคน และสนับสนุนให้กล้าตัดสินใจ

2.10 สนับสนุนให้อภิปรายเกี่ยวกับความคิดเห็นที่ขัดแย้งภายในกลุ่ม เพื่อแก้
ปัญหาความขัดแย้งและก่อให้เกิดความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

2.4.6 บทบาทของสมาชิก

ไดเออร์ และ เวย์น (Dyer and Vriend. 1975 : 136-142) ได้กล่าวถึง
บทบาทของสมาชิกในกลุ่มไว้ดังนี้

1. สมาชิกจะไม่พูดถึงเรื่องนอกกลุ่ม สมาชิกควรจะพูดถึงเฉพาะบุคคลที่กำลังเสนอ
หรือได้รับบทบาทอยู่ และควรจะสื่อสารกับสมาชิกคนอื่นภายในกลุ่มโดยตรง

2. สิ่งใดก็ตามที่กลุ่มพูดในกลุ่มควรเป็นความลับไม่นำไปพูดนอกกลุ่ม

3. การวิพากษ์วิจารณ์ สมาชิกควรจะพูดถึงสิ่งที่สามารถจะ เปลี่ยนแปลงได้
เดี๋ยวนี้และจะ เปลี่ยนอย่างไร

4. การใช้สติปัญญาในรูปของเหตุผลไม่ใช้อารมณ์ สมาชิกควรได้รับการกระตุ้น
ให้แสดงออกถึงการร่วมแบ่งปันความคิดและความรู้สึกซึ่งเป็นการส่วนตัว การอภิปรายที่ผลัดเปลี่ยน
กันไปถึงเรื่องต่าง ๆ ของสังคมจะเคลื่อนเข้าสู่ความสนใจเรื่องราวเฉพาะของแต่ละบุคคล

2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

2.5.1 งานวิจัยต่างประเทศ

คลีเมนส์ (นัยนา รัตนาศทิพย์. 2531 : 35; อ้างอิงมาจาก Clement.
1970 : 70) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มในการลดความวิตกกังวลของนักเรียน
เมื่อนักเรียนเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่สุดท้าย และเมื่อนักเรียนกลุ่มนั้นได้เข้าศึกษาในมหาวิทยาลัย
ชั้นปีที่ 1 โดยเน้นทางด้านทัศนคติ (Attitude) ความกลัว (Fear) ระดับความมุ่งหวัง
(Aspiration) ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังจากการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มนักศึกษามีความวิตกกังวล
ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อเปรียบเทียบกับตอนสอบเข้าและเมื่อเริ่มเข้าเรียนในมหาวิทยาลัย

เฮดควิสต์ และ เวินโฮลด์ (Hedquist and Weinhold. 1970 : 237-242)

ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับนักศึกษาที่มีความวิตกกังวลและไม่กล้าแสดงออกทางสังคม ผลการศึกษาบรากว่า กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทางสังคมสูงขึ้น และมีความวิตกกังวลลดลง

2.5.2 งานวิจัยในประเทศ

สุรางค์ นามสูตร (2526 : 53) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อลดความวิตกกังวลด้านการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาดัตต์ ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยครูอุดรดิตต์ ผลการศึกษพบว่า นักศึกษาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีความวิตกกังวลด้านการเรียนลดลงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วิญญู พูลศรี (2523 : 35-39) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความวิตกกังวลในการเรียน นิสัย และทัศนคติในการเรียนของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพการศึกษาระดับปีที่ 1 วิทยาลัยครูเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2522 จำนวน 20 คน ที่มีคะแนนเฉลี่ยของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในระดับใกล้เคียงกันและสุ่มมาจำนวน 8 คน ผลการศึกษพบว่า นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้นภายหลังได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีความวิตกกังวลในการเรียนลดลงกว่าก่อนได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีนิสัยและทัศนคติในการเรียนดีขึ้นกว่าก่อนได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลงานวิจัยทั้งในต่างประเทศและในประเทศดังที่กล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง สามารถลดความวิตกกังวลต่อการเรียนของผู้มารับคำปรึกษาได้ ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงคาดว่า วิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางน่าจะนำมาใช้ในการลดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังได้

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้ เป็นผู้ต้องขังคดีมีयाเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองเพศชาย อายุระหว่าง 25-30 ปี ต้องโทษครั้งแรกและมีโทษระหว่าง 12-18 เดือน เป็นผู้ต้องขังชั้นกลาง และเหลือเวลาต้องโทษ 3-6 เดือน ที่ทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน (แดน 8) ที่มีความวิตกกังวลต่อการดำเนินชีวิตหลังพ้นโทษสูงกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 จำนวน 25 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้ เป็นผู้ต้องขังคดีมีयाเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองเพศชาย อายุระหว่าง 25-30ปี ต้องโทษครั้งแรกและมีโทษระหว่าง 12-18 เดือน เป็นผู้ต้องขังชั้นกลาง และเหลือเวลาต้องโทษ 3-6 เดือน ที่ทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน (แดน 8) ที่มีความวิตกกังวลต่อการดำเนินชีวิตหลังจากพ้นโทษสูงกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 จำนวน 14 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 7 คน โดยมีขั้นตอนในการสุ่มตัวอย่างดังนี้

1. ให้ผู้ต้องขังเพศชายที่มีคดีมีयाเสพติดให้โทษไว้ในครอบครอง จำนวน 102 คน ตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ
2. นำแบบสอบถามเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษมาตรวจหาคะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ เรียงตามลำดับคะแนนสูงสุ่ดมาหาต่ำสุด แล้วคัดเลือกเฉพาะผู้ต้องขังที่มีความวิตกกังวลสูงกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 มาจำนวน 25 คน
3. ผู้วิจัยสอบถามความสมัครใจในการเข้ารับการทดลองของผู้ต้องขังจำนวน 25 คนในข้อ 2 ปรากฏว่า ผู้ต้องขังทุกคนสมัครใจเข้ารับการทดลอง ผู้วิจัยจึงใช้วิธีการสุ่มอย่างง่ายมาจำนวน 14 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 7 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ประกอบด้วย

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
3. แบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ

วิธีดำเนินการรวบรวมข้อมูล

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลดังนี้

1.1 ศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์ และความวิตกกังวล ตลอดจนฝึกปฏิบัติให้คำปรึกษาเพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดขั้นตอนการสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ให้เหมาะสมกับจุดมุ่งหมายการวิจัย

1.2 สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการทําวิจัยครั้งนี้

1.3 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 4 คน คือ รองศาสตราจารย์ กมลรัตน์ กรีทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พงษ์พันธ์ พงษ์โรสภา อาจารย์ไพศาล อันประเสริฐ และอาจารย์ นลินี กิติเวชกุล ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ เนื้อหา วิธีดำเนินการก่อนนำไปใช้ในการทดลอง

1.4 ผู้วิจัยนำโปรแกรมจาก 1.3 ที่ปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิไปทดลองใช้กับผู้ต้องขังคดีมีयाเสพติดาให้โทษไว้ในครอบครอง ในทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน ที่ไม่ใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 7 คน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องก่อนนำไปทดลองใช้ในกลุ่มตัวอย่าง

โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลใช้เวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 4 คน คนละ 1 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ช่วงเช้าเวลา 8.00 น. ถึง 9.50 น. และช่วงบ่าย เวลา 13.00 น. ถึง 14.50 น. ตั้งแต่วันพุธ ถึงวันพฤหัสบดี ตั้งแต่วันที่ 19 เมษายน พ.ศ. 2538 ถึง วันที่ 8 มิถุนายน พ.ศ. 2538

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม โดยมีขั้นตอนดังนี้

2.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคล เป็นศูนย์กลาง การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและความวิตกกังวล ตลอดจนการฝึกปฏิบัติให้คำปรึกษา เป็นแนวทางในการกำหนดขั้นตอนในการสร้างโปรแกรมให้คำปรึกษา เป็นกลุ่มให้เหมาะสมกับจุดมุ่งหมายในการวิจัย

2.2 สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการท้าววิจัยครั้งนี้

2.3 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 4 คน คือ รองศาสตราจารย์ กมลรัตน์ กริทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พงษ์พันธ์ พงษ์เสภา อาจารย์ไพศาล อ้นประเสริฐ อาจารย์ นลินี กิติเวชกุล ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ เนื้อหา วิธีดำเนินงานก่อนนำไปใช้ในการทดลอง

2.4 ผู้วิจัยนำโปรแกรมจาก 1.3 ที่ปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิไปทดลองกับผู้ต้องขังคดีมีयाเสพติให้โทษไว้ในครอบครองเพื่อเสพ ในทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน ที่มาเข้ากลุ่มตัวอย่าง จำนวน 7 คน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องก่อนนำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มใช้เวลาทดลอง 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที เวลา 13.00 น. ถึง 14.30 น. ในวันศุกร์ ตั้งแต่วันที่ 21 เมษายน พ.ศ. 2538 ถึง วันที่ 9 มิถุนายน พ.ศ. 2538

3. แบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ

ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ โดยมีขั้นตอนดังนี้

3.1 ศึกษาขั้นตอนในการเตรียมตัวปล่อยผู้ต้องขัง และปัจจัยที่มีผลต่อความวิตกกังวล หลังจากได้รับการปล่อยตัวไปแล้วจากเอกสาร ตำรา และผลงานวิจัยต่าง ๆ ทั้งในประเทศและต่างประเทศ

3.2 รวบรวมข้อมูลที่ได้จากคำถามปลายเปิด ที่ผู้วิจัยสำรวจความรู้สึกเกี่ยวกับการ

ตารางชีวิตภายหลังการฟื้นฟู

3.3 สร้างแบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังฟื้นฟู โดยศึกษาจากและข้อคำถามที่ได้จากคำถามปลายเปิดในข้อ 3.2 มาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม โดยสร้างข้อคำถามและปรับปรุงภาษาให้เหมาะสมสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ

3.4 หาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยนำแบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังฟื้นฟูที่สร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 4 คน คือ รองศาสตราจารย์ กมลรัตน์ กริทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พงษ์พันธ์ พงษ์โรสภา อาจารย์ไพศาล อ้นประเสริฐ และอาจารย์ นิธิณี กิติเวชกุล ตรวจสอบความเหมาะสมทั้งด้านเนื้อหา ข้อคำถาม และภาษาที่ใช้ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปใช้ในการทดลอง

3.5 หาค่าอำนาจจำแนก (Item Discrimination) โดยนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วจำนวน 41 ข้อ ไปทดลองใช้ (Try Out) กับผู้ต้องขังคดีมีयाเสพติดาให้โทษไว้ในครอบครองเพื่อเสพ เพศชาย อายุระหว่าง 25-30 ปี ต้องโทษครั้งแรก มีโทษระหว่าง 12-18 เดือน เป็นผู้ต้องขังชั้นกลาง และเหลือเวลาต้องขังระหว่าง 3-6 เดือน ในทัณฑสถานบำบัดพิเศษชัยภูมิ คลอง 5 อำเภอชัยภูมิ จังหวัดบึงกาฬ จำนวน 100 คน แล้วนำมาตรวจให้คะแนนตามที่เกณฑ์กำหนดเพื่อหาค่าอำนาจจำแนก โดยใช้เทคนิค 25 เปอร์เซนต์ไทล์ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด หาค่าคะแนนรายข้อของกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ แล้วเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยของข้อคำถามแต่ละข้อ โดยใช้วิธีการทางสถิติ (t-test) (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2536 : 185) แล้ว เลือกข้อซึ่งมีค่า t ที่มีค่าระหว่าง 2.09 - 20 ได้จำนวน 40 ข้อ

3.6 หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามโดยคัดเลือกเฉพาะข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกตามเกณฑ์ที่ระบุไว้ในข้อ 3.5 มาหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2536 : 171) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังฟื้นฟูเท่ากับ .93

3.7 ลักษณะแบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังฟื้นฟู

แบบสอบถามความวิตกกังวลที่มีต่อการดำรงชีวิตภายหลังฟื้นฟู มีลักษณะมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามนี้เป็นการประเมินความรู้สึกของท่านในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษแต่ละข้อ
ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด คำตอบที่ถูกต้องคือคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด ในการ
ตอบแบบสอบถามนี้ ขอให้ท่านอ่านข้อความทีละข้อ แล้วพิจารณาว่า ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึก
ของท่านในระดับมากน้อยเพียงใด และทำเครื่องหมายถูก (/) ลงในช่องหลังข้อความที่ท่านเลือก

ความรู้สึกจำแนกเป็น 5 ระดับคือ

มากที่สุด สำหรับข้อความที่ท่านรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องนั้นมากที่สุด

มาก สำหรับข้อความที่ท่านรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องนั้นมาก

ปานกลาง สำหรับข้อความที่ท่านรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องนั้นปานกลาง

น้อย สำหรับข้อความที่ท่านรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องนั้นน้อย

น้อยที่สุด สำหรับข้อความที่ท่านรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องนั้นน้อยที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ข้าพเจ้ากังวลว่าสมาชิกในครอบครัวของข้าพเจ้า จะเบื่อหน่ายข้าพเจ้า					
2	ข้าพเจ้ากังวลว่าสมาชิกในครอบครัวจะไม่ยอมรับ ข้าพเจ้า					
3	ข้าพเจ้ากังวลว่าจะไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับ ครอบครัวได้					
4	ข้าพเจ้ากังวลว่าจะหางานทำไม่ได้					
5	ข้าพเจ้าไม่มั่นใจว่าจะได้ทำงานที่ตนเองถนัด					

เกณฑ์การให้คะแนนกำหนดไว้ดังนี้

มากที่สุดทำให้	5	คะแนน
มากให้	4	คะแนน
ปานกลางให้	3	คะแนน
น้อยให้	2	คะแนน
น้อยที่สุด	1	คะแนน

แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยใช้แบบ Randomized Two Groups Pretest Posttest Design (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2528 : 78) ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงแบบแผนการทดลองแบบ Randomized Two Groups Pretest Posttest Design

กลุ่ม	ทดสอบก่อน	ทดลอง	ทดสอบหลัง
RE ₁	T ₁ E ₁	X ₁	T ₂ E ₁
RE ₂	T ₁ E ₂	X ₂	T ₂ E ₂

ความหมายของสัญลักษณ์

- RE₁ แทน กลุ่มตัวอย่างที่ถูกสุ่มเป็นกลุ่มทดลองที่ 1
- RE₂ แทน กลุ่มตัวอย่างที่ถูกสุ่มเป็นกลุ่มทดลองที่ 2
- T₁E₁ แทน ทดสอบก่อนในกลุ่มที่ 1
- T₂E₂ แทน ทดสอบก่อนในกลุ่มที่ 2
- X₁ แทน การให้คาบเรียนเป็นกลุ่มซึ่งใช้ เป็นกลุ่มทดลองที่ 1
- X₂ แทน การให้คาบเรียนเป็นรายบุคคลซึ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ 2

T₂E₁ แทน ทดสอบหลังในกลุ่มทดลองที่ 1

T₂E₂ แทน ทดสอบหลังในกลุ่มทดลองที่ 2

การดำเนินการทดลอง

1. ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยใช้คะแนนจากการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ที่ได้มาจากการให้ ผู้ต้องขังตอบแบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ แล้วเก็บคะแนนของกลุ่มทดลองที่ 1 และ 2 ไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง

2. การดำเนินการ ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลองทั้ง 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองที่ 1 และ กลุ่มทดลองที่ 2 ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 กลุ่มทดลองที่ 1 ผู้วิจัยให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการให้คำปรึกษา แบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ โดยให้คำปรึกษา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 4 คน คนละ 1 ครั้งต่อสัปดาห์ ครั้งละ 50 นาที เวลา 8.00 น. ถึง 9.50 น. และช่วงบ่าย เวลา 13.00 น. ถึง 14.50 น. ตั้งแต่วันพุธ ถึง วันพฤหัสบดี โดยสรุปคนละ 8 ครั้ง เริ่มตั้งแต่วันที่ 19 เมษายน พ.ศ. 2538 ถึง วันที่ 8 มิถุนายน พ.ศ. 2538

2.2 กลุ่มทดลองที่ 2 ผู้วิจัยให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบ ยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ โดยให้คำปรึกษา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที ในวันศุกร์ เวลา 13.00 น. ถึง 14.30 น. ตั้งแต่วันที่ 21 เมษายน พ.ศ. 2538 ถึง วันที่ 9 มิถุนายน พ.ศ. 2538

3. หลังการทดลอง ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ตอบแบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษฉบับเดียวกับที่ใช้ก่อนการทดลอง แล้วเก็บไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง

4. นำข้อมูลที่ได้จากข้อ 1 และข้อ 3 ไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง ก่อนและ หลังการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

2. เปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง ก่อนและ

หลังการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่ม

สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

1.1 ค่ามัธยฐาน

1.2 ค่าความเบี่ยงเบนควอไทล์

2. สถิติสำหรับวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือ

2.1 หาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษโดยใช้สูตร t-test (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2536 : 185)

2.2 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำเนินชีวิตภายหลังพ้นโทษตามแบบของครอนบาค (Cronbach) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha - Coefficient) (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2536 : 171)

3. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

3.1 เปรียบเทียบคะแนนความวิตกกังวลในการดำเนินชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังก่อนและหลังการทดลองภายในกลุ่ม โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed-Ranks Test) (นิภา ศรีไพโรจน์. 2533 : 91-97)

3.2 เปรียบเทียบผลต่างของคะแนนความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง ระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 โดยใช้การทดสอบของแมน วิทนี (The Mann-Whitney U Test) (นิภา ศรีไพโรจน์. 2533 : 120-128)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า

สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลความหมายผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้แทนความหมายดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนผู้ต้องขังในกลุ่มตัวอย่าง
Mdn	แทน	มัธยฐานของความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ
Q.D.	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์ของความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ
Mdn(diff)	แทน	ค่ามัธยฐานของผลต่างของความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของกลุ่มตัวอย่าง
Q.D.(diff)	แทน	ค่าส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์ของผลต่างของความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของกลุ่มตัวอย่าง
U	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการทดสอบของวิลคอกซัน
T	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการทดสอบของ แมน-วิทนีย์

ผลการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยได้เสนอผลการศึกษาตามลำดับดังนี้

1. เปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการทดลอง ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 เปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	N	Mdn	Q.D.	U
กลุ่มทดลองที่ 1	7	140	3.50	11
กลุ่มทดลองที่ 2	7	146	2.87	

จากตาราง 2 พบว่า ก่อนการทดลอง ความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ไม่แตกต่างกัน

2. เปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง

กลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงใน ตาราง 3

ตาราง 3 เปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง กลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

การทดสอบ	N	Mdn	Q.D:	T
ก่อนการทดลอง	7	140	3.50	0*
หลังการทดลอง	7	106	4.12	

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 3 พบว่า ผู้ต้องขังที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลสามารถทำให้ผู้ต้องขังมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลง

3. เปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง กลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงในตาราง 4

ตาราง 4 เปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง กลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

การทดสอบ	N	Mdn	Q. D.	T
ก่อนการทดลอง	7	146	2.87	0*
หลังการทดลอง	7	98	4.37	

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 4 พบว่า ผู้ต้องขังที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มสามารถทำให้ผู้ต้องขังมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลง

4. เปรียบเทียบผลต่างของความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง
กลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการให้
คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงในตาราง 5

ตาราง 5 เปรียบเทียบผลต่างของความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง
กลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการให้
คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

กลุ่มตัวอย่าง	N	Mdn(diff)	Q.D. (diff)	U
กลุ่มทดลองที่ 1	7	36	4.37	6*
กลุ่มทดลองที่ 2	7	47	7.00	

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 5 พบว่า ผู้ต้องขังที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล และผู้ต้องขัง
ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม มีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลงแตกต่างกัน
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลและการให้คำปรึกษา
เป็นกลุ่ม ทำให้ผู้ต้องขังมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลงแตกต่างกัน

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อเปรียบเทียบผลของการให้การศึกษารักษาเป็นรายบุคคลและ เป็นกลุ่มที่มีต่อความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองเพื่อเสพ ในทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน กรุงเทพมหานคร ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครอง ก่อนและหลังการให้การศึกษารักษาเป็นรายบุคคล
2. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครอง ก่อนและหลังการให้การศึกษารักษาเป็นกลุ่ม
3. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครอง ที่ได้รับการให้การศึกษารักษาเป็นรายบุคคลและ เป็นกลุ่ม

สมมติฐานการศึกษาค้นคว้า

1. ผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลง หลังจากได้รับการให้การศึกษารักษาเป็นรายบุคคล
2. ผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลง หลังจากได้รับการให้การศึกษารักษาเป็นกลุ่ม
3. ผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองที่ได้รับการให้การศึกษารักษาเป็นรายบุคคลและ เป็นกลุ่ม มีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลงแตกต่างกัน

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นผู้ต้องขังคดีมีयाเสพติดให้โทษไว้ในครอบครอง เพื่อเสพ เพศชาย อายุระหว่าง 25-30 ปี ต้องโทษครั้งแรกและมีโทษระหว่าง 12-18 เดือน เป็นผู้ต้องขังชั้นกลาง และเหลือเวลาต้องโทษ 3-6 เดือน ที่ทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน (แดน 8) ที่มีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษสูงกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 จำนวน 25 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นผู้ต้องขังคดีมีयाเสพติดให้โทษไว้ในครอบครอง เพื่อเสพ เพศชาย อายุระหว่าง 25-30 ปี ต้องโทษครั้งแรกและมีโทษระหว่าง 12-18 เดือน เป็นผู้ต้องขังชั้นกลาง และเหลือเวลาต้องโทษ 3-6 เดือน ที่ทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน กรุงเทพมหานคร ที่มีความวิตกกังวลต่อการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษสูงกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 จำนวน 14 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มอย่างง่ายจากประชากรที่สมัครใจเข้ารับการทดลองและสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ประกอบด้วย

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
3. แบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ

การดำเนินการทดลอง

1. ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยใช้คะแนนจากการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ที่ได้มาจากการให้ผู้ต้องขังตอบแบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ แล้วเก็บคะแนนของกลุ่มทดลองที่ 1 และ 2 ไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง

2. การทดลอง ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลองทั้ง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 กลุ่มทดลองที่ 1 ให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ โดยให้คำปรึกษา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 4 คน คนละ 1 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ช่วงเช้าเวลา 8.00 น. ถึง 9.50 น. และช่วงบ่าย เวลา 13.00 น. ถึง 14.50 น. ตั้งแต่วันพุธ ถึง วันพฤหัสบดี โดยสรุปคนละ 8 ครั้ง เริ่มตั้งแต่วันที่ 19 เมษายน พ.ศ.2538 ถึงวันที่ 8 มิถุนายน พ.ศ.2538

2.2 กลุ่มทดลองที่ 2 ให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ โดยให้คำปรึกษา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที เวลา 13.00 น. ถึง 14.30 น. ในวันศุกร์ ตั้งแต่วันที่ 21 เมษายน พ.ศ.2538 ถึง วันที่ 9 มิถุนายน พ.ศ.2538

3. หลังการทดลอง ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษฉบับเดียวกับที่ใช้ก่อนการทดลอง แล้วเก็บไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง

4. นำข้อมูลที่ได้จากข้อ 1 และข้อ 3 ไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครอง ก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล
2. เปรียบเทียบความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครอง ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
3. เปรียบเทียบความแตกต่างของวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล และเป็นกลุ่ม

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. ผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลง หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. ผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิต

ภายหลังพ้นโทษลดลง หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. ผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล และเป็นกลุ่ม มีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

อภิปรายผล

จากการศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลและกลุ่มที่มีต่อความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังในทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน กรุงเทพมหานคร สรุปผลได้ดังนี้

1. ผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล มีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ตั้งไว้ แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลแบบปิดบุคคลเป็นศูนย์กลางเป็นวิธีหนึ่งที่สามารถใช้ในการลดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังได้ ทั้งนี้เพราะว่า การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลแบบปิดบุคคลเป็นศูนย์กลางเป็นกระบวนการช่วยเหลือผู้ต้องขังที่มีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ โดยผู้ให้คำปรึกษาได้สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้ต้องขัง เพื่อให้ผู้ต้องขังเกิดความคุ้นเคย ไว้วางใจ รู้สึกยอมรับผู้ให้คำปรึกษาโดยเน้นให้ผู้ต้องขังได้ระบายความรู้สึกไม่สบายใจ กังวลใจ อึดอัดใจ ไม่มั่นใจ และขาดสมาธิออกมาอย่างเสรี ภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่นทำให้ผู้ต้องขังเข้าใจปัญหาของตนเอง มองเห็นแนวทางในการที่จะทำให้ความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของตนเองลดลง

นอกจากนี้ในระหว่างการให้คำปรึกษาผู้วิจัยสังเกตพบว่า ผู้ต้องขังให้ความไว้วางใจแก่ผู้ให้คำปรึกษา สามารถระบายความรู้สึกไม่สบายใจ กังวลใจ อึดอัดใจ ไม่มั่นใจ และขาดสมาธิออกมาได้ กล้าเปิดเผยตนเอง และให้ความร่วมมือในการวิจัยเป็นอย่างดี

ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับ เจียร์นีย์ ทรงชัยกุล (2529 : 411) ที่กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลนั้นผู้รับคำปรึกษาได้รับความช่วยเหลือในการแก้ปัญหาเฉพาะของเขาจากผู้ให้คำปรึกษาโดยตรงด้วยความละเอียด ครอบคลุม และรอบคอบ ผู้รับคำปรึกษากล้าที่จะเปิดเผยตนเองอย่างอิสระกับผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งจะช่วยให้การวินิจฉัยปัญหาและหาทางแก้ไขได้ถูกต้อง

รวดเร็วขึ้น นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับสอดคล้องกับผลการศึกษาของสะอาต กันทรารัตน์ (2535 : 61 - 63) ที่ศึกษาพบว่า การให้คำปรึกษาแบบรอเจอรัสสามารถลดความวิตกกังวลในการศึกษาต่อของนักเรียนได้

2. ผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้ แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยืดหยุ่นเป็นศูนย์กลางเป็นอีกวิธีหนึ่งที่ใช้ในการลดความวิตกกังวลที่มีต่อการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษได้ ทั้งนี้ เพราะว่าการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยืดหยุ่นเป็นศูนย์กลาง เป็นกระบวนการช่วยเหลือผู้ต้องขังเป็นกลุ่มที่มีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ โดยผู้ให้คำปรึกษาได้สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ เพื่อให้สมาชิกเกิดความรู้สึกอบอุ่น ชื่นเคย ไว้วางใจซึ่งกันและกัน สามารถระบาย ความรู้สึกไม่สบายใจ กังวลใจ อึดอัดใจ ไม่มั่นใจ และขาดสมาธิออกมาอย่างเสรีทำให้สมาชิกในกลุ่มมีความเข้าใจซึ่งกันและกัน มีความมั่นใจในการเปิดเผยความคิด ความรู้สึกของตนเอง ตลอดทั้งรับฟังปัญหาของสมาชิกในกลุ่มมีการให้กำลังใจซึ่งกันและกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้อำนวยความสะดวก ให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจตนเองและสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับตนเอง ทำให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจปัญหา สามารถตัดสินใจร่วมกันแก้ปัญหาและ เรียนรู้ที่จะนำความคิดหรือประสบการณ์จากสมาชิกในกลุ่มไปเป็นแนวทาง เพื่อลดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษได้

นอกจากนี้ในระหว่างการให้คำปรึกษาผู้วิจัยสังเกตพบว่า สมาชิกกลุ่มให้ความร่วมมือในการวิจัยเป็นอย่างดี สมาชิกกลุ่มสามารถระบายความรู้สึกไม่สบายใจ กังวลใจ อึดอัดใจ ไม่มั่นใจ และขาดสมาธิเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษออกมา และกลุ่มได้ร่วมกันเสนอแนวคิด หรือประสบการณ์เพื่อเป็นแนวทางลดความวิตกกังวล

ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับวัชร ทรัพย์มี (2522 : 80) ที่กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นกระบวนการที่ให้ความช่วยเหลือบุคคลที่มีความต้องการคล้ายคลึงกันที่จะปรับปรุงตนเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่งหรือต้องการจะแก้ปัญหาร่วมกัน มาปรึกษาหารือร่วมกัน สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสแสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกไม่สบายใจและความคิดเห็นของแต่ละบุคคล เป็นการได้ระบายความรู้สึกขัดแย้งในใจ กล้าที่จะเผชิญปัญหา และเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้เสนอความคิดเห็นต่าง ๆ อันเป็นแนวทางในการแก้ปัญหา นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับผลการศึกษาของ

สุรางค์ นามสูตร (2526 : 53) ที่ศึกษาพบว่า นักศึกษาที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม มีความวิตกกังวลด้านการเรียนลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับผล การศึกษาของสะอาด กันทราวิรัตน์ (2535 : 61 – 62) ที่ศึกษาพบว่า การให้คำปรึกษาเป็น กลุ่มแบบรอรเจอร์สสามารถลดความวิตกกังวลในการศึกษาต่อของนักเรียนได้

3. ผู้ต้องขังคดีมียาเสพติดให้โทษไว้ในครอบครองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล และเป็นกลุ่มแบบปิดบุคคลเป็นศูนย์กลาง มีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลง แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยผู้ต้องขังที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม มีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลงมากกว่าผู้ต้องขังที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็น รายบุคคล ทั้งนี้เป็นเพราะว่า การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่ม ต่างเป็นวิธีการให้ความ ช่วยเหลือแก่ผู้ต้องขังให้สามารถลดความรู้สึกไม่สบายใจ กังวลใจ อึดอัดใจ ไม่มั่นใจ และขาดสมาธิในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษได้ โดยผู้ให้คำปรึกษาที่ทำหน้าที่ให้คำปรึกษาเป็น รายบุคคลและ เป็นกลุ่มต่างมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้ต้องขัง และสามารถใช้เทคนิคต่าง ๆ ที่ทำให้ผู้ ต้องขังระบายความรู้สึกเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ อย่างไรก็ตาม ผู้ต้องขังที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลนั้น แม้จะได้เรียนรู้แนวทางในการลดความวิตกกังวล ในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษจากผู้ให้คำปรึกษา แต่ผู้ต้องขังไม่มีโอกาสที่จะแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้สึกกับผู้ต้องขังอื่น ๆ ที่ประสบปัญหาคล้ายคลึงกัน และแม้ว่าการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล สามารถทำให้ผู้ต้องขังมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลง แต่ผลปรากฏว่า ความวิตกกังวลของผู้ต้องขังที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลนั้นลดลงน้อยกว่ากลุ่มผู้ต้องขังที่ ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ทั้งนี้เป็นเพราะว่า ผู้ต้องขังที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มนั้น นอกจากได้เรียนรู้การลดความวิตกกังวลดังกล่าวจากผู้ให้คำปรึกษาแล้ว ยังสามารถนำความคิด หรือประสบการณ์จากสมาชิกในกลุ่ม ไปเป็นแนวทางในการลดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษได้อีกด้วย ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้อง ขังที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มลดลงมากกว่าผู้ต้องขังที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 ควรมีการฝึกอบรมผู้ที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ผู้คุม นักสังคมสงเคราะห์ที่ปฏิบัติงานในทัณฑสถานบำบัดพิเศษ ให้สามารถใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษาทั้งเป็นกลุ่มและ เป็นรายบุคคลแบบยืดหยุ่นคล่องเป็นศูนย์กลาง เพื่อลดความวิตกกังวลที่มีต่อการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง

1.2 สถานที่ในการให้คำปรึกษา ควรจัดให้เป็นห้องให้คำปรึกษาที่ชัดเจนและแยกออกจากสถานที่ทำงานของเจ้าหน้าที่ทั่วไป เพื่อความสงบและไม่มีเสียงรบกวน

1.3 ระยะเวลาในการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล อาจใช้เวลาสั้นหรือมากกว่า 8 สัปดาห์ทั้งนี้ควรคำนึงถึงสภาพปัญหาของผู้รับคำปรึกษา

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัย

2.1 ควรมีการทดลองให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและ เป็นรายบุคคล แบบยืดหยุ่นคล่องเป็นศูนย์กลาง เพื่อลดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังในคดีอื่น ๆ

2.2 ควรมีการทดลองให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มหรือเป็นรายบุคคล แบบยืดหยุ่นคล่องเป็นศูนย์กลาง เพื่อลดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษระหว่างผู้ต้องคดีมียาเสพติดไว้ในครอบครองเพื่อเสพ และผู้ต้องขังคดีอื่น ๆ

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- เกษม มีสง่า. ผลของการใช้ตัวแบบเพื่อลดความวิตกกังวลให้แก่ผู้เริ่มเรียนว่ายน้ำต่อความสามารถในการว่ายน้ำ. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2532. อัดสำเนา.
- คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, สำนักงาน. กลยุทธ์การแก้ไขปัญหายาเสพติดในประเทศไทย. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2533.
- คณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, สำนักงาน. "ผู้ติดยาเสพติด: ข้อมูลที่น่าสนใจบางประการ," วารสารเศรษฐกิจและสังคม. 26(4) : 59-61 ; กรกฎาคม-สิงหาคม, 2532.
- คมเพชร จิตรสุภกุล. การแนะแนวเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2529.
- _____. กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2521.
- _____. ทฤษฎีการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530.
- จกกล หงสุรพันธ์. ผลของการให้คำปรึกษาแบบรเจอร์สที่มีต่อการปรับตัวในครอบครัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนโพธิ์สัมพันธ์พิทยาคาร เมืองพัทยา จังหวัดชลบุรี. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2534. อัดสำเนา.
- จินตนา เพียรวิจิตร. การพัฒนามโนภาพแห่งตนโดยการปรึกษาเชิงจิตวิทยากลุ่ม. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2529. อัดสำเนา.
- จำเนียร ช่างโชติ และนวลศิริ เปาโรหิตย์. เทคนิคการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2514.
- เจียรนัย ทรงชัยกุล. "จิตวิทยาพื้นฐานในการให้คำปรึกษา," ใน จิตวิทยาและสังคมวิทยาพื้นฐานเพื่อการแนะแนว. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2533.
- _____. เอกสารการสอนชุดวิชาการแนะแนวในระดับมัธยมศึกษาหน่วยที่ 1-7. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2529.

- ชูศรี วงศ์รัตนะ. แบบแผนการทดลองและสถิติ. กรุงเทพฯ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2528.
- ทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน. ข้อมูลผู้ต้องขัง. กรุงเทพฯ : กรมราชทัณฑ์, 2536.
- ณรงค์ ส่งข่าว. การศึกษาลักษณะประชากรของผู้ต้องขังเรือนจำกลางบางขวาง. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2519. อัดสำเนา.
- เดโช สวานนท์. จิตวิทยาสังคม. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2518.
- ทองแท้ ศิลาวา. ผลของการฝึกสอนคลายกล้ามเนื้อที่มีต่อความวิตกกังวลด้านการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนปทุมวิไล จังหวัดปทุมธานี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2536. อัดสำเนา.
- ทองเรียน อมรัชกุล. เทคนิคเบื้องต้นการให้คำปรึกษา. พิษณุโลก : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก, 2520.
- ธีระ มุลธิยะ. ผลของการให้คำปรึกษาแบบรอกเจอร์สที่มีต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ด้านการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวชิรประทุม จังหวัดมหาสารคาม. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530. อัดสำเนา.
- นันทิกา แยมสรวล. ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษาแนะแนว. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2523.
- นัยนา รัตนมาศทิพย์. ผลกรการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของรอกเจอร์สที่มีต่อการลดความวิตกกังวลของผู้ป่วยโรคมะเร็งเพศหญิงในช่วงการรับรังสีรักษา. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2531. อัดสำเนา.
- นิภา ศรีไพโรจน์. สถิติอนุมานพาราเมตริก. กรุงเทพฯ : โอ เอส พริ้นติ้งเฮ้าส์, 2533.
- นัยดา พงศ์พานานาญเวช. ความวิตกกังวลในการศึกษาต่อการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดราชบุรี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2535. อัดสำเนา.
- ประสาธ อิศระปรีดา. จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์กราฟฟิคอาร์ต, 2522.
- ประเสริฐ เมฆมณี. หลักการบริหารและพัฒนาเรือนจำ. กรุงเทพฯ : บทพิชการพิมพ์, 2527.
- พานัน บุญหลง. การพยาบาลจิตเวช. เชียงใหม่ : เชียงใหม่สหเวชกิจ, 2528.

- ปราณี เถลิงพล. การแนะแนวและการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2520.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. การแนะแนวและการให้คำปรึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา. กรุงเทพฯ : บัณฑิตการพิมพ์, 2529.
- พเยาว์ พูลเจริญ. เปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและรายบุคคลที่มีต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2524. อัดสำเนา.
- พงษ์พันธ์ พงษ์ธาดา. ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนว และจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2525.
- พวงเพ็ญ เอี่ยมบุญราช. เปรียบเทียบความวิตกกังวลในการฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยกับการฝึกสอนของนักศึกษาพยาบาล. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2524. อัดสำเนา.
- พยอม อิงคตานุวัฒน์. ศัพท์จิตเวช. กรุงเทพฯ : ไพลการพิมพ์, 2526.
- มานิดา ทองทวี. การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและรายบุคคลที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเอง. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2526. อัดสำเนา.
- ราชทัณฑ์, กรม. รายงานประจำปีวารสารกรมราชทัณฑ์. กรุงเทพฯ : กรมราชทัณฑ์, 2525.
- ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ, 2531.
- วัชร ทรัพย์มี. การแนะแนวนในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2531.
- _____. ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2522.
- _____. ทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ภาพพิมพ์, 2533.
- วัชร ฐะวศา. จิตวิทยาแนะแนวและการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : จงเจริญการพิมพ์, 2524.

- วาสนา แฉล้มเขตร. ผลของการให้คำปรึกษาแบบร้อเจอร์สต่อการลดปัญหาทางอารมณ์.
 ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
 2525. อัดสำเนา.
- วิญญู พูลศรี. เทคนิค : จิตวิทยาการศึกษา. เชียงใหม่ : ภาควิชาจิตวิทยาการแนะแนว คณะ
 ศึกษาศาสตร์ วิทยาลัยครูเชียงใหม่ สหวิทยาลัยล้านนา, 2531.
 . ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน ความวิตกกังวลใน
การเรียน นิสัยและทัศนคติในการเรียนของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง
วิทยาลัยครูเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์,
 2523. อัดสำเนา.
- สะอาด กันทรวิรัตน์. การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคลที่มีต่อ
ความวิตกกังวลในการศึกษาต่อของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนพิษณุโลก
วิทยาคม จังหวัดพิษณุโลก. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย
 ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2535. อัดสำเนา.
- สันทัต บุญญาภิเณศ. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความตั้งใจเรียนกับความวิตกกังวลของ
นักศึกษาผู้ใหญ่ระดับ 4 เปรียบเทียบกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. ปรินญาณพนธ์
 กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2520. อัดสำเนา.
- สมพิช ไชยคำ. ความสัมพันธ์ในความผิดและความคาดหวังในอนาคตของนักโทษในเรือนจำ.
 ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
 2529. อัดสำเนา.
- สมศรี เชื้อหิรัญ. สภาวะจิตสังคมของผู้ป่วยและการประเมิน. กรุงเทพฯ : อักษรไทย, 2525.
- สุธีรพันธ์ กรลักษ์. "กลวิธีให้คำปรึกษาเฉพาะอย่าง," วารสารแนะแนว. 9(39): 70-84;
 มิถุนายน-กรกฎาคม, 2518.
- อรัญ สุวรรณบุปผา. หลักอาชญาวิทยา. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2518.
- อาภา จันทรสกุล. ทฤษฎีและวิธีการให้คำปรึกษาในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการศึกษา
 สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์,
 2531.

- Becher, Ernest. The Birth and Death of Meaning : An Interdisciplinary Perspective on The Problem of Man. London : Penguin Book.1972.
- Bourne, E.J. The Anxiety and Phobia Workbook. California : New Harbinger Publications, Inc., 1990.
- Corey, Gerald. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. California : Brooks / Coles Publishing Company. 1991.
- Dyer, Wayne W. and John Vriend. Counseling Techniques That Work : Applications to Individual and Group Counseling. Washington : APGA Press, 1975.
- Endler, Norman S. and Jean Edwards. "Stress and Personality," In Handbook of Stress. New York : The Free Press,1982.
- Epstein, Seymour. " The Nature of Anxiety," In Anxiety : Current Trends in Theory and Research. Edited By Charles D. Spielberger. New York : Academic Press, 1972.
- Gazda, G.M., J.A.Dacan and M.E. Meadows. "Group Counseling and Group Procedure : Reported of A Survey," Counselor Education and Supervision. 1967.
- Groen,J.J. "The Measurement of Emotion and Arousing in The Clinical Physiological Laboratory and in Medical Practice," In Emotion Therory Parameters and Measurement. New York : Raven Press, 1975.
- Hedquist, Francis J. and Barry K. Weinhold. " Behavior Group Counseling With Socially Anxious and Unassertive College Students," Journal of Counseling Psychology. 17 : 237-242 ; May, 1970.
- Lader, M. and I. Marks. Clinical Anxiety. New York: Grune and Stration Inc., 1971.
- McReynolds, P. Assimilation and Anxiety, Emotions and Anxiety. New Jersey : Lawrence Erlbaun Associates Publisher, 1976.

- Ohlsen, Merle M. Group Counseling. New York : Holt Rinchart and Winston Inc., 1970.
- Patterson, G.R. Theories of Counseling and Psychotherapy. New York: Harper, 1966.
- Perley, Nancy Zewen. "Problem in Self - Consistency : Anxiety," Introduction to Nursing : An Adaptation Model. New Jersey : Prentice-Hall, Inc., 1976.
- Rogers, Carl R. Client-Centered Therapy : A Theory of Personality and Behavior. Massachusette : The Riberside Press, 1951.
- _____. Counseling and Psychotherapy. Massachusette : The Riverside Press, 1942.
- Sarason, Irwin G. Personality : An Objective Approach. New York : John Wiley, 1972.
- Spilberger, Charles D., Richard L. Gorsuch and Robert E. Lushene. STAI Manual. California : Consulting Psychologists Press Inc., 1970.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก.

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลแบบยืดหยุ่นเป็นศูนย์กลาง
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยืดหยุ่นเป็นศูนย์กลาง
3. แบบสอบถามความวิตกกังวลที่มีต่อการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ
4. ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความวิตกกังวลที่มีต่อการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ

โปรแกรมการให้คำปรึกษา เป็นรายบุคคลแบบยืดหยุ่นเป็นศูนย์กลาง
สำหรับกลุ่มทดลองที่ 1

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	ปฐมนิเทศและ เริ่มต้นการให้ คำปรึกษา	1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิด ความรู้สึกรอบอุ่น ใจกว้างใจ และคุ้นเคยกับผู้ให้คำปรึกษา 2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษา ทราบวัตถุประสงค์ กฎระเบียบข้อผูกพัน สถานที่ ช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้งที่จะรับคำปรึกษา ตลอดจนรายละเอียดเกี่ยวกับ วิธีการ และบทบาทหน้าที่ ของทั้งผู้ให้คำปรึกษาและผู้ รับคำปรึกษาตลอดโปรแกรม 3. เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้รับ คำปรึกษาระบายความรู้สึก วิตกกังวลในการดำรงชีวิต ภายหลังพ้นโทษอย่างเสรี	1. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา แนะนำตนเองต่ออีกฝ่ายหนึ่ง 2. ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มสร้างสัมพันธภาพ โดยทักทาย และซักถามเรื่องทั่วไป ของผู้รับคำปรึกษา 3. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ กฎระเบียบ ข้อผูกพัน สถานที่ ช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้ง ที่จะรับคำปรึกษาตลอดจนรายละเอียด เกี่ยวกับวิธีการ และบทบาทหน้าที่ ของผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษา ตลอดโปรแกรม 4. ให้ผู้รับคำปรึกษาระบายความรู้สึก วิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ อย่างเสรี 5. ให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปเรื่องที่สนทนา และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม เพื่อ ให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเองมากขึ้น 6. นัดหมายครั้งต่อไป

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2-7	ความวิตกกังวล ในการดำเนิน ชีวิตภายหลัง พ้นโทษ	1. เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้รับ คำปรึกษาได้ระบายความรู้สึก วิตกกังวลในการดำรงชีวิต ภายหลังพ้นโทษคือ ความรู้สึก ไม่สบายใจ กังวลใจ อึดอัดใจ ไม่มั่นใจ ขาดสมาธิ เมื่อนึกถึงการ ดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ 2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษา ทราบว่า ผู้ให้คำปรึกษา ยอมรับ เอาใจใส่ และ เข้าใจความรู้สึกของเขา 3. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษา รู้จักและเข้าใจตนเอง อีกทั้ง กระจำนปัญหาเกี่ยวกับ ความวิตกกังวลในการดำรง ชีวิตภายหลังพ้นโทษ ได้แก่ ความรู้สึกไม่สบายใจ กังวล ใจ อึดอัดใจ ไม่มั่นใจ และขาดสมาธิ	การให้คำปรึกษาเพื่อลดความวิตกกังวล ในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ ตั้งแต่ ครั้งที่ 2-7 มีวิธีดำเนินการให้คำปรึกษา ดังนี้ 1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ขั้นนี้เป็นการ สร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและ ผู้ต้องขัง พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการ ให้คำปรึกษา เพื่อให้ผู้ต้องขังเกิดความอบอุ่น ไว้วางใจ ได้รับการยอมรับ และสามารถ แสดงความรู้สึกออกมาได้อย่างเสรี โดย ปราศจากความกดดันใด ๆ ส่วนผู้ให้คำปรึกษา ต้องมีความจริงใจ ยอมรับผู้ต้องขังโดย ปราศจากเงื่อนไข ตลอดจนรักษาความลับ ของผู้ต้องขัง เพื่อให้ผู้ต้องขังมีความรู้สึก มั่นใจและกล้าเปิดเผยตนเองมากยิ่งขึ้น 2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้ คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ เพื่อให้ผู้ต้องขัง ระบายความรู้สึกเกี่ยวกับความวิตกกังวล ในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ ได้แก่ การฟัง การสังเกต การสะท้อนความรู้สึก การใช้คำถาม การทำให้เกิดความกระจำน การเจียบ และการให้กำลังใจ 3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษา

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
8	ยุติการให้คำปรึกษาและปัจฉิมนิเทศ	1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจ และสามารถแก้ปัญหาเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ 2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาประเมินตนเองเกี่ยวกับการให้คำปรึกษา 3. เพื่อยุติการให้คำปรึกษา	ให้ผู้ต้องขังสรุปผลของการให้คำปรึกษาเพื่อลดความวิตกกังวลในแต่ละครั้ง และให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมและนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป 1. ทบทวนและติดตามผลเรื่องที่สนทนาครั้งที่แล้ว 2. ให้ผู้รับคำปรึกษาพิจารณาตนเองว่ายังมีสิ่งใดที่ทำให้ความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ 3. ให้ผู้รับคำปรึกษาประเมินการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายหลังการให้คำปรึกษา 4. ให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปเรื่องที่สนทนาและให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเองมากขึ้น 5. ผู้รับคำปรึกษาวางแผนทางในการปฏิบัติตนเพื่อลดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ 6. ผู้ให้คำปรึกษายุติการให้คำปรึกษา 7. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบคุณผู้รับคำปรึกษาและกล่าวปิดการให้คำปรึกษา

หมายเหตุ การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลแต่ละครั้งใช้เวลา 50 นาที

รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลแบบยืดหยุ่นเป็นศูนย์กลาง

สำหรับกลุ่มทดลองที่ 1

ครั้งที่ 1

เรื่อง "ปฐมนิเทศและ เริ่มต้นให้คำปรึกษา"

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น หุ่นเคย และไว้วางใจผู้ให้คำปรึกษา
2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ทราบ วัตถุประสงค์ กฎระเบียบ วิธีการให้คำปรึกษา บทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา ช่วงเวลา จำนวนครั้งและสถานที่ที่จะให้คำปรึกษา
3. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ระบายความรู้สึกอย่างเสรีเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ

ระยะเวลา เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาแนะนำตนเอง
2. ผู้ให้คำปรึกษาทักทายและพูดคุยเรื่องทั่ว ๆ ไป
3. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ กฎระเบียบ วิธีการให้คำปรึกษา บทบาทหน้าที่ทั้งของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา ช่วงเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ที่จะให้คำปรึกษาตลอดโปรแกรม
4. ให้ผู้รับคำปรึกษาระบายความรู้สึกออกมาอย่างเสรีเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ
5. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเรื่องที่สนทนาและผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเองมากขึ้น
6. นัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการให้ข้อมูล คำสนทนา ความกระตือรือร้นในการขอรับคำปรึกษา

ครั้งที่ 2 - 7

เรื่อง"การให้คำปรึกษา เป็นรายบุคคลแบบยืดหยุ่น เป็นศูนย์กลางที่มีต่อความ
วิตกกังวล ในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ"วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาระบายความรู้สึกวิตกกังวลที่มีต่อการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ
2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษามีแนวทางในการลดความวิตกกังวลที่มีต่อการดำรงชีวิตภายหลัง

พ้นโทษ

ระยะเวลา เวลาครึ่งละ 50 นาทีวิธีดำเนินการ

1. ขึ้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ขั้นนี้เป็นขั้นสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้ต้องขัง พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาเพื่อให้ผู้ต้องขังเกิดความรู้สึกอบอุ่นไว้วางใจ ได้รับการยอมรับ และสามารถแสดงความรู้สึกออกมาได้อย่างเสรีโดยปราศจากความกดดันใด ๆ ส่วนผู้ให้คำปรึกษาต้องมีความจริงใจ ยอมรับผู้ต้องขังโดยปราศจากเงื่อนไข และมีความเข้าใจผู้ต้องขัง ตลอดจนต้องรักษาความลับของผู้ต้องขัง เพื่อให้ผู้ต้องขังมีความรู้สึกมั่นใจและกล้าเปิดเผยตนเองมากยิ่งขึ้น

2. ขึ้นดำเนินการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ เพื่อให้ผู้ต้องขังระบายความรู้สึกเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ ได้แก่ การฟัง การสังเกต การสะท้อนความรู้สึก การใช้คำถาม การทำให้เกิดความกระจ่าง การเรียบ และการให้กำลังใจ

3. ขึ้นยุติการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ต้องขังสรุปผลของการให้คำปรึกษาเพื่อลดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษในแต่ละครั้ง และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมและนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการให้ความร่วมมือในการทบทวนเรื่องที่สนทนา ความกระตือรือร้นต่อการ
ขอรับคำปรึกษา

ครั้งที่ 8

เรื่อง "ยุติการให้คำปรึกษาและปัจฉิมนิเทศ"

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปผล การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลแบบปิดบุคคลเป็นศูนย์กลางที่มีต่อความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ
2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษา สรุปวิธีการ หรือแนวทางในการลดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ
3. เพื่อยุติการให้คำปรึกษา

ระยะเวลา เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ทบทวนและติดตามผล เรื่องที่สนทนาค้างที่แล้ว
2. ให้ผู้รับคำปรึกษาพิจารณาว่า ตนเองยังมีสิ่งใดที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ
3. ให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปผลของการให้คำปรึกษาแบบปิดบุคคลเป็นศูนย์กลางที่มีต่อความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ
4. ให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปแนวทางในการลดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ
5. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม กล่าวขอบคุณผู้รับคำปรึกษา และกล่าวปิดการให้คำปรึกษา

การประเมินผล

สังเกตจากการให้ความร่วมมือ ผลสรุป ความกระตือรือร้นในการรับคำปรึกษา

โปรแกรมการให้คำปรึกษา เป็นกลุ่มแบบยืดหยุ่น เป็นศูนย์กลาง
สำหรับกลุ่มทดลองที่ 2

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	ปฐมนิเทศและ เริ่มต้นให้คำ ปรึกษา	1. เพื่อให้สมาชิกเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ และ คุ้นเคยกัน 2. เพื่อให้สมาชิกทราบ วัตถุประสงค์ กฎระเบียบ ข้อผูกพัน สถานที่ ช่วงเวลา ระยะเวลา และจำนวนครั้ง ที่จะร่วมประชุมปรึกษา ตลอดทั้งบทบาทและหน้าที่ของ สมาชิก และผู้ให้คำปรึกษา ให้เกิดความเข้าใจอย่าง ชัดเจน 3. เปิดโอกาสให้สมาชิก ระบายความวิตกกังวล ในการดำรงชีวิตภายหลัง พ้นโทษออกมาอย่างเสรี 4. เพื่อสมาชิกได้แลกเปลี่ยน ความรู้สึกรู้สึกวิตกกังวลในการ ดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ	1. ให้สมาชิกนั่งเป็นวงกลม หลังจากนั้น ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกแนะนำตนเอง ต่อสมาชิกในกลุ่ม 2. แจกกระดาษขาว 1 แผ่น และดินสอ 1 แท่งให้สมาชิกแต่ละคน 3. ให้สมาชิกนั่งหันหลังให้กลุ่ม แล้วเขียน สิ่งที่ภาควิชาใจในตนเองลงในกระดาษ โดยไม่ให้สมาชิกคนอื่นเห็น 4. เมื่อสมาชิกเขียนเสร็จแล้วให้ แลกเปลี่ยนกันอ่าน 5. เมื่อสมาชิกได้กระดาษของตนแล้ว ให้สมาชิกบอกความรู้สึกของตนกับ สมาชิกอื่น 6. ผู้ให้คำปรึกษา สรุปเรื่องที่สมาชิก แสดงออก 7. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ ของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตลอดจนอธิบายรายละเอียด วิธีการ กฎระเบียบ ข้อผูกพัน สถานที่ ช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้ง

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2-7	ความวิตกกังวล ในการดำรงชีวิต ภายหลังพ้นโทษ	1. เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิก ระบายความรู้สึกวิตกกังวล ในการดำรงชีวิตภายหลัง พ้นโทษ คือ ความรู้สึกไม่ สบายใจ กังวลใจ อึดอัดใจ ไม่มั่นใจ และขาดสมาธิ เมื่อนึกถึงการดำรงชีวิตภาย หลังพ้นโทษ 2. เพื่อให้สมาชิกรู้สึกว่ สมาชิกในกลุ่มยอมรับ	ที่จะเข้ากลุ่ม และบทบาทหน้าที่ของ สมาชิก และผู้ให้คำปรึกษาตลอด โปรแกรม 8. ให้สมาชิกระบายความรู้สึก วิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลัง พ้นโทษออกมาอย่างเสรี 9. ให้สมาชิกแลกเปลี่ยนความรู้สึก วิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลัง พ้นโทษ 10. ให้สมาชิกสรุปเรื่องที่สนทนา แล้วผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม เพื่อให้สมาชิกเข้าใจตนเองมากขึ้น 11. นัดหมายครั้งต่อไป การให้คำปรึกษาเพื่อลดความวิตกกังวล ในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ ตั้งแต่ ครั้งที่ 2-7 มีวิธีดำเนินการให้คำปรึกษา ดังนี้ 1. ทบทวนติดตามผลเรื่องที่สนทนา ครั้งที่แล้ว 2. ขึ้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เริ่มจาก การสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ให้ คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่ม พร้อมทั้ง ชี้แจงวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกเกิดความ

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		เอาใจใส่ และเข้าใจความรู้สึกของตนเอง 3. เพื่อให้สมาชิกเข้าใจตนเองออกทั้งกระจ่างในปัญหาเกี่ยวกับความรู้สึกวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ ได้แก่ ความรู้สึกไม่สบายใจ กังวลใจ อึดอัดใจ ไม่มั่นใจ และขาดสมาธิ	อบอุ่น กันเคย ไว้วางใจซึ่งกันและกัน สามารถแสดงความรู้สึกอย่างเสรีโดยปราศจากความกดดันต่าง ๆ ตลอดทั้งรักษาความลับของสมาชิกทุกคนในกลุ่ม ทำให้สมาชิกทุกคนในกลุ่มมีความรู้สึกว่าคุณเป็นที่ยอมรับ มีความมั่นใจและกล้าเปิดเผยตนเองมากขึ้น 3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้อำนวยความสะดวกให้สมาชิกในกลุ่มได้ระบายความรู้สึกเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษออกมามากที่สุด โดยผู้ให้คำปรึกษาจะใช้เทคนิคต่าง ๆ ได้แก่ การฟัง การใช้คำถาม การสะท้อนความรู้สึก การทำให้เกิดความกระจ่าง การให้ความมั่นใจ การเจียบ และการให้กำลังใจ 4. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกสรุปผลของการให้คำปรึกษาในการลดความวิตกกังวลในแต่ละครั้ง เพื่อให้สมาชิกมองเห็นแนวทางในการลดความวิตกกังวลของ

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
8	ยุติการให้คำปรึกษาและปัจฉิมนิเทศ	1. เพื่อให้สมาชิกเข้าใจและสามารถแก้ปัญหาเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ 2. เพื่อให้สมาชิกประเมินเกี่ยวกับการให้คำปรึกษา 3. เพื่อยุติการให้คำปรึกษา	ตนเอง และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมและนัดหมายสมาชิกในการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป 1. ทบทวนติดตามผลเรื่องที่สนทนาครั้งที่แล้ว 2. ให้สมาชิกพิจารณาตนเองว่า ยังมีสิ่งใดที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ 3. ให้สมาชิกประเมินการเปลี่ยนแปลงของตนเองที่เกิดขึ้นภายหลังการให้คำปรึกษา 4. สมาชิกสรุปเรื่องที่สนทนา และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม 5. สมาชิกวางแผนทางในการปฏิบัติตนเพื่อลดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ 6. ผู้ให้คำปรึกษายุติการให้คำปรึกษา 7. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบคุณผู้รับคำปรึกษา และกล่าวปิดการให้คำปรึกษา

หมายเหตุ การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแต่ละครั้งใช้เวลา 1.30 ชั่วโมง

รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยืดหยุ่นเป็นศูนย์กลาง

สำหรับกลุ่มทดลองที่ 2

ครั้งที่ 1

เรื่อง" ปฐมนิเทศและเริ่มต้นให้คำปรึกษา"

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ และคุ้นเคยกัน
2. เพื่อให้สมาชิกทราบวัตถุประสงค์ กฎระเบียบ ข้อผูกพัน สถานที่ ช่วงเวลา

วิธีการให้คำปรึกษา บทบาทหน้าที่ของสมาชิก ระยะเวลาและจำนวนครั้งที่จะร่วมประชุมปรึกษา

3. เปิดโอกาสให้สมาชิกระบายความรู้สึกวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ
4. เพื่อให้สมาชิกได้แลกเปลี่ยนความรู้สึกวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ

ระยะเวลา เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ให้สมาชิกนั่งเป็นวงกลม หลังจากนั้นผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกแนะนำตนเองต่อสมาชิกในกลุ่ม
2. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตลอดจนอธิบายรายละเอียด วิธีการ กฎระเบียบ ข้อผูกพัน สถานที่ ช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้งที่ จะเข้ากลุ่ม และบทบาทหน้าที่ของสมาชิกและผู้ให้คำปรึกษาตลอดโปรแกรม
3. ให้สมาชิกระบายความรู้สึกวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ
4. ให้สมาชิกแลกเปลี่ยนความรู้สึกวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ
5. ให้สมาชิกสรุปเรื่องที่สนทนาและผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม เพื่อให้สมาชิกเข้าใจตนเองมากขึ้น
6. นัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการให้ความร่วมมือ ความกระตือรือร้นและการแสดงความคิดเห็นในการ
เข้ากลุ่มของสมาชิก

ครั้งที่ 2 - 7

เรื่อง "ความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ"

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกระบายความรู้สึกและแลกเปลี่ยนความรู้สึกวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ ความไม่สบายใจเมื่อนึกถึงการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ
2. เพื่อให้สมาชิกรู้สึกว่ามีสมาชิกในกลุ่มยอมรับ เอาใจใส่ และเข้าใจความรู้สึกของตน
3. เพื่อให้สมาชิกเข้าใจตนเองในปัญหาความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ เกิดความไม่สบายใจเมื่อนึกถึงการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ

ระยะเวลา เวลาครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ทบทวนติดตามผลเรื่องที่สนทนาครั้งที่แล้ว
2. ขึ้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ขึ้นนี้เริ่มจากการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ เพื่อให้สมาชิกเกิดความรู้สึกอบอุ่นคุ้นเคย ไว้วางใจซึ่งกันและกัน สามารถแสดงความรู้สึกอย่างเสรีโดยปราศจากความกดดันต่าง ๆ ส่วนผู้ให้คำปรึกษาต้องมีความจริงใจ มีการยอมรับโดยปราศจากเงื่อนไขและมีความเข้าใจในตัวสมาชิกทุกคนในกลุ่ม ตลอดทั้งรักษาความลับของสมาชิกทุกคนในกลุ่ม ทำให้สมาชิกทุกคนในกลุ่มมีความรู้สึกว่ามีคนเป็นที่ยอมรับ มีความมั่นใจและกล้าเปิดเผยตนเองมากขึ้น
3. ขึ้นดำเนินการให้คำปรึกษา ขึ้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้อำนวยความสะดวกให้สมาชิกในกลุ่มได้ระบายความรู้สึกเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ ออกมามากที่สุด โดยผู้ให้คำปรึกษาจะใช้เทคนิคต่าง ๆ ได้แก่ การฟัง การใช้คำถาม การสะท้อนความรู้สึก การทำให้เกิดความกระจ่าง การให้ความมั่นใจ การเจียบ และ การให้กำลังใจ

4. **ขั้นตอนการให้คำปรึกษา** ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกสรุปผลของการให้คำปรึกษาในการลดความวิตกกังวลในแต่ละครั้ง เพื่อให้สมาชิกได้มองเห็นแนวทางในการลดความวิตกกังวลของตนเอง และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม และนัดหมายสมาชิกในการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการให้ความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการแสดงความคิดเห็นในการเข้าร่วมกลุ่มของสมาชิก

ครั้งที่ 8

เรื่อง "ยุติการให้คำปรึกษาและปัจฉิมนิเทศ"

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกเข้าใจและสามารถแก้ปัญหาเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการดำเนินชีวิตภายหลังพ้นโทษ

2. เพื่อให้สมาชิกประเมินตนเองเกี่ยวกับการให้คำปรึกษา

3. เพื่อยุติการให้คำปรึกษา

ระยะเวลา เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ทบทวนและติดตามผลเรื่องที่สนทนาครั้งที่แล้ว

2. ให้สมาชิกพิจารณาตนเองว่ายังมีสิ่งใดที่ทำให้มีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิต

ภายหลังพ้นโทษ

3. ให้สมาชิกประเมินการเปลี่ยนแปลงของตนเองที่เกิดขึ้นภายหลังการให้คำปรึกษา

4. สมาชิกสรุปเรื่องที่สนทนาและให้ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม

5. สมาชิกวางแผนทางในการปฏิบัติตนเพื่อลดความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลัง

พ้นโทษ

6. ผู้ให้คำปรึกษายุติการให้คำปรึกษา

7. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบคุณผู้รับคำปรึกษา และกล่าวปิดการให้คำปรึกษา

การประเมินผล

สังเกตจากการให้ความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการแสดงความคิดเห็นในการเข้ากลุ่มของสมาชิก

แบบสอบถามความวิตกกังวลที่มีต่อการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

ข้อความข้างล่างต่อไปนี้ เป็นข้อความที่เกี่ยวกับความรู้สึกของท่านที่มีต่อการดำรงชีวิต ภายหลังพ้นโทษ โปรดตอบข้อความต่อไปนี้ว่าตรงกับความรู้สึกของท่านขณะนี้มากน้อยเพียงใด โดยขีดเครื่องหมาย / ในช่องว่างหลังคำถาม

- มากที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกมากที่สุด
- มาก หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกมาก
- ปานกลาง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกปานกลาง
- น้อย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกน้อย
- น้อยที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกน้อยที่สุด

ข้อที่	ความวิตกกังวลที่มีต่อการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ข้าพเจ้ากังวลว่าสมาชิกในครอบครัวของข้าพเจ้า จะเบื่อหน่ายข้าพเจ้า					
2	ข้าพเจ้ากังวลว่าสมาชิกในครอบครัวจะไม่ยอมรับข้าพเจ้า					
3	ข้าพเจ้ากังวลว่าจะไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับครอบครัวได้					
4	ข้าพเจ้ากังวลว่าจะหางานทำไม่ได้					
5	ข้าพเจ้าไม่มั่นใจว่าจะได้ทำงานตามที่ตนเองถนัด					

ข้อที่	ความวิตกกังวลที่มีต่อการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
6	ข้าพเจ้ากลัวว่าเพื่อนร่วมงานใหม่ที่รู้ว่าข้าพเจ้าเคยต้องขังมาก่อนจะไม่ยอมรับข้าพเจ้า					
7	ข้าพเจ้ากลัวถูกเพื่อนร่วมงานเอาเปรียบ					
8	ข้าพเจ้าไม่ยากคบเพื่อนที่ไม่เคยต้องขัง เพราะรู้สึกว่าคุณเจ้าไม่เหมือนคนอื่น					
9	ข้าพเจ้ารู้สึกอัดอั้นใจที่ต้องอยู่ร่วมกับคนที่ไม่เคยต้องขังมาก่อน					
10	ข้าพเจ้ากังวลว่าจะไม่สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมภายนอกได้					
11	ข้าพเจ้าไม่สบายใจเมื่อนึกถึงการดำเนินชีวิตภายหลังพ้นโทษ					
12	ข้าพเจ้าไม่มั่นใจตนเองว่าจะสามารถแก้ไขปัญหในการดำรงชีวิตหลังพ้นโทษได้					
13	เมื่อพ้นโทษออกไปแล้วข้าพเจ้ากลัวว่าจะมีคนคอยพูดตอกย้ำถึงเรื่องอดีตในเรือนจำของข้าพเจ้า					
14	ข้าพเจ้าไม่มั่นใจว่าจะสามารถดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษได้อย่างมีความสุขเหมือนเดิม					
15	ข้าพเจ้าไม่มั่นใจว่าบุคคลในสังคมจะให้การยอมรับคนที่เคยต้องขังมาก่อน					
16	ข้าพเจ้ากลัวว่าจะต้องกลับมาต้องขังอีกเพราะปรับตัวเข้ากับสังคมภายนอกไม่ได้					

ข้อที่	ความวิตกกังวลที่มีต่อการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
17	ข้าพเจ้ากลัวว่าสมาชิกในครอบครัวจะไม่เชื่อว่าข้าพเจ้าเลิกเสพยาเสพติดได้					
18	ข้าพเจ้าไม่มั่นใจว่าสมาชิกในครอบครัวจะไว้วางใจข้าพเจ้า					
19	ข้าพเจ้ากังวลว่าเมื่อข้าพเจ้ามีปัญหากับเพื่อนร่วมงาน คนอื่น ๆ จะมองว่าข้าพเจ้าเป็นผู้ผิดเสมอ เพราะประวัติการต้องขังของข้าพเจ้า					
20	ข้าพเจ้าไม่มั่นใจว่าเพื่อนใหม่จะไว้วางใจข้าพเจ้าเหมือนเพื่อนคนอื่น ๆ ของเขา					
21	ข้าพเจ้าไม่มั่นใจว่านายจ้างจะยอมมอบหมายงานที่สำคัญให้กับคนที่เคยมีประวัติต้องขัง					
22	ข้าพเจ้ากังวลว่านายจ้างจะไม่ไว้วางใจข้าพเจ้าเหมือนพนักงานคนอื่น ๆ					
23	ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดใจเมื่อคิดถึงการพ้นโทษแล้วต้องออกไปอยู่กับบุคคลที่ไม่เคยต้องขังมาก่อน					
24	ข้าพเจ้ากังวลว่าจะไม่ได้รับความไว้วางใจจากบุคคลในสังคม					
25	ข้าพเจ้ากังวลว่าผู้ที่รู้ประวัติการต้องขังของข้าพเจ้าจะเกิดความระแวงในตัวข้าพเจ้า					
26	ข้าพเจ้ากลัวว่าจะได้รับการตำหนิจากครอบครัวเพราะทำให้เสียชื่อเสียงของวงศ์ตระกูล					

ข้อที่	ความวิตกกังวลที่มีต่อการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
27	ข้าพเจ้าไม่มั่นใจในการพูดคุยกับบุคคลในครอบครัว เพราะข้าพเจ้ารู้ตัวเองว่าเป็นผู้ผิด					
28	ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดใจในการอยู่ร่วมกับครอบครัว เมื่อเปรียบเทียบกับระหว่างสมาชิกในครอบครัวกับตัวข้าพเจ้าที่เคยต้องขัง					
29	ข้าพเจ้าไม่มั่นใจในการวางตัวกับบุคคลในครอบครัว เมื่อข้าพเจ้าได้รับการปล่อยตัวให้กลับบ้าน					
30	ข้าพเจ้ารู้สึกไม่สบายใจเมื่อนึกถึงความผิดพลาดในชีวิตของข้าพเจ้าจนต้องถูกขังในเรือนจำ					
31	ข้าพเจ้ากลัวจะได้รับการเหยียดหยามจากเพื่อนร่วมงาน					
32	ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดใจถ้าต้องขอความช่วยเหลือจากเพื่อนเก่าที่รู้ว่าข้าพเจ้าเคยต้องโทษมาก่อน					
33	ข้าพเจ้าไม่สบายใจเมื่อคิดถึงการหางานทำหลังจากพ้นโทษ					
34	ข้าพเจ้ากลัวว่าจะถูกกดเงินเดือนเพราะข้าพเจ้าเคยมีประวัติต้องขัง					
35	หลังจากที่ข้าพเจ้าพ้นโทษแล้ว ข้าพเจ้าคงไม่กล้าทำตัวสนิทสนมกับเพื่อน เพราะกลัวว่าเขาจะรู้อดีตของข้าพเจ้า					

ข้อที่	ความวิตกกังวลที่มีต่อการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
36	ข้าพเจ้ากลัวว่าคนที่เคยรู้จักกับข้าพเจ้าจะไม่พูดคุยกับข้าพเจ้า					
37	ข้าพเจ้ากังวลว่า บุคคลในสังคมจะรังเกียจคนที่เคยต้องขังมาก่อน					
38	ข้าพเจ้ารู้สึกไม่สบายใจเมื่อคิดถึงการวางตัวกับคนที่รู้ว่าข้าพเจ้าเคยต้องขังมาก่อน					
39	ข้าพเจ้ากลัวการตอบคำถามเกี่ยวกับเรื่องในอดีตเกี่ยวกับการต้องขังของข้าพเจ้า					
40	ข้าพเจ้าขาดสมาธิในการทำกิจกรรมประจำวันเมื่อคิดถึงปัญหาต่าง ๆ ซึ่งจะเกิดขึ้นภายหลังพ้นโทษ					

ตาราง 6 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษ

ข้อที่	t	ข้อที่	t
1	3.75	21	5.29
2	8.36	22	5.69
3	6.76	23	5.38
4	6.70	24	6.24
5	5.29	25	5.30
6	7.00	26	2.09
7	4.67	27	3.88
8	2.61	28	5.18
9	3.48	29	2.00
10	5.51	30	4.27
11	3.16	31	6.07
12	4.00	32	4.86
13	7.33	33	7.31
14	6.14	34	5.57
15	8.76	35	4.61
16	3.30	36	4.50
17	4.12	37	7.80
18	4.12	38	7.13
19	5.10	39	3.60
20	4.00	40	4.67

ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ = .93

ภาคผนวก ข.

- แสดงความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการทดลอง
- แสดงความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง กลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล
- แสดงความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง กลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
- แสดงผลต่างของความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง กลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

ตาราง 7 แสดงความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการทดลอง

คนที่	กลุ่มทดลองที่ 1	อันดับ	กลุ่มทดลองที่ 2	อันดับ
1	145	8	147	9
2	139	2.5	141	5
3	149	11	144	7
4	148	10	143	6
5	139	2.5	156	14
6	138	1	148	13
7	140	4	146	12

$$R_{E1} = 39$$

$$R_{E2} = 66$$

$$U = 11$$

ตาราง 8 แสดงความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง กลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

คนที่	ความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง		ผลต่างของความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง	อันดับของความแตกต่าง	R ⁻	R ⁺
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง				
1	145	106	39	5		+5
2	139	108	31	2		+2
3	149	108	41	6		+6
4	148	99	49	7		+7
5	139	109	30	1		+1
6	138	102	36	4		+4
7	140	106	34	3		+3

T = 0*

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 9 แสดงความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง กลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการบำบัดรักษาเป็นกลุ่ม

คนที่	ความวิตกกังวลในการดำรงชีวิต ภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง		ผลต่างของความวิตกกังวล ในการดำรงชีวิตภายหลัง พ้นโทษของผู้ต้องขัง	อันดับของ ความแตกต่าง	R^-	R^+
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง				
1	147	91	56	6		+6
2	141	99	42	2		+2
3	144	97	47	4		+4
4	143	92	51	5		+5
5	156	98	58	7		+7
6	148	105	43	3		+3
7	146	109	37	1		+1

$T = 0^*$

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 10 แสดงผลต่างของความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขัง
 กลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการ
 ให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

คนที่	กลุ่มทดลองที่ 1	อันดับ	กลุ่มทดลองที่ 2	อันดับ
1	39	6	56	13
2	31	2	42	8
3	41	7	47	10
4	49	11	51	12
5	30	1	58	14
6	36	4	43	9
7	34	3	37	5

$$R_{E1} = 34$$

$$R_{E2} = 71$$

$$U = 6^*$$

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ นาย เพ็ญ หรั่งรอด
เกิด 2 สิงหาคม พุทธศักราช 2509
สถานที่เกิด อำเภอสรรคบุรี จังหวัดชัยนาท
สถานที่อยู่ปัจจุบัน 12 หมู่ 6 ตำบลบางซุด อำเภอสรรคบุรี
จังหวัดชัยนาท
สถานที่ทำงานปัจจุบัน กลุ่มงานพัฒนาวิชาการ กองบำบัดรักษา สำนักงานคณะกรรมการ
ป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (ป.ป.ส.)
ประวัติการศึกษา
พ.ศ. 2532 วิทยาศาสตร์บัณฑิต (จิตวิทยาคลินิก)
จากมหาวิทยาลัยเชียงใหม่
พ.ศ. 2538 การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการแนะแนว)
จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร