

ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและ
ความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์
สิงหาคม 2560

ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและ
ความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์
สิงหาคม 2560
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและ
ความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ



บทคัดย่อ
ของ
เจกิตาน์ มูลโธสง

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์
สิงหาคม 2560

เจกิตานัน มูลไธสง. (2560). ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์: อาจารย์ ดร.กนกพร วิบูลพัฒน์วงศ์, อาจารย์ ดร.อัครา ประเสริฐสิน.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อ 1) เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังต่อเยาวชนในสถานพินิจ 2) เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ ประชากรที่ใช้ในการศึกษาเป็น เยาวชนในสถานพินิจ จำนวน 59 คน โดยคัดเลือกจากเยาวชนในสถานพินิจที่มีผลหลังจากการทำแบบวัดความหวังและแบบวัดความเข้มแข็งทางใจอยู่ในระดับต่ำตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ลงมา จำนวน 14 คน มีความสมัครใจเข้าร่วมกลุ่มทดลอง และสามารถเข้ารับการทดลองได้ แล้วใช้การสุ่มอย่างง่าย เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 7 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ 1) มาตรวัดความหวัง 2) แบบวัดความเข้มแข็งทางใจ 3) โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ สถิติที่นำมาวิเคราะห์ทดสอบเป็นแบบไม่อิงพารามิเตอร์ (Non-parametric Statistic)

ผลการศึกษาวิจัย พบว่า 1) เยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการจะมีความหวัง สูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม ผลการวิจัยพบว่า หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ กลุ่มทดลองมีคะแนนความหวัง ($M = 1.33$, $SD = 0.09$) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ($M = 1.26$, $SD = 0.13$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ($t = 2.968$, $p < .05$) และ 2) เยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการจะมีความเข้มแข็งทางใจสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม และคะแนนความเข้มแข็งทางใจ ($M = 3.04$, $SD = 0.31$) เพิ่มขึ้นจากก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ($M = 2.88$, $SD = 0.35$) อย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ ที่ระดับ .01 ($t = 4.046$, $p < .01$)

EFFECTS OF INTEGRATIVE GROUP COUNSELING ON HOPE AND RESILIENCE
IN YOUTHS IN A RETENTION CENTER



AN ABSTRACT
BY
JEKITA MOONTHAISONG

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Arts in Applied Psychology
at Srinakharinwirot University
August 2017

Jekita Moonthaisong. (2017). *Effects of Integrative Group Counseling on Hope and Resilience in Youths in a Detention Center*. Master of Arts (Applied Psychology). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Dr. Kanokporn Vibulpatanavong, Dr. Ujsara Prasertsin.

The objectives of this research were 1) to study the effects of Integrative Group Counseling on the levels of hope in youths in a detention center; 2) to study the effects of Integrative Group Counseling on the level of resilience in youths in a detention center. The population in this study was fifty nine youths in a detention center. The sample in this research was fourteen youths in a detention center who had hope and resilience assessment scores below the fiftieth percentile and willing to participate in this research. For the research process, the simple random sampling method was used to divide them into two equal groups with seven members in the experimental group and seven in the control group. The research instruments included the following : 1) Hope scale 2) Resilience scale and 3) the Integrative Group Counseling program. Non-parametric statistics were used for data analysis.

The research revealed that :

1) The level of hope in the experimental group was higher than the control group. After participation in the Intergrative Group Counseling program, the hope levels of the experimental group ($M = 1.33$, $SD = 0.09$) increased after participation in the program ($M = 1.26$, $SD = 0.13$). There are significant differences in the levels of hope in the experimental group between, before and after participation in intergrative Group Counseling. ($t = 2.968$, $p < .05$)

2) The level of resilience in the experimental group was higher than the control group. After participation in the Intergrative Group Counseling program, resilience levels in the experimental group ($M = 3.04$, $SD = 0.31$) increased after participation in the program ($M = 2.88$, $SD = 0.35$). There are significant differences in levels of resilience in the experimental group between, before and after participation in terms of Intergrative Group Counseling. ($t = 4.046$, $p < .01$)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี เนื่องจากผู้วิจัยได้รับความกรุณาจาก อาจารย์ ดร.กนกพร วิบูลพัฒนะวงศ์ อาจารย์ที่ปรึกษา และอาจารย์ ดร.อัครา ประเสริฐสิน อาจารย์ ที่ปรึกษาร่วม และกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ที่กรุณาให้ความรู้ คำแนะนำ ช่วยเหลือ และตรวจ แก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเอาใจใส่เป็นอย่างดียิ่ง เพื่อให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์ ผู้วิจัย ขอกราบขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน ที่สละเวลาตรวจสอบและให้คำแนะนำในการปรับปรุง แก้ไขให้งานวิจัยมีคุณภาพมากยิ่งขึ้น

ขอขอบคุณอาจารย์ปราโมทย์ เหล่าอนันต์ชัย ที่ช่วยติดต่อประสานงานและดำเนินการขออนุญาตเข้าสถานพินิจ ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ทุกฝ่ายที่ให้การต้อนรับอย่างอบอุ่น ขอขอบคุณน้องๆ ผู้เข้าร่วมการวิจัยทุกคน ที่ให้ความร่วมมือและตั้งใจตั้งแต่เริ่มต้นจนจบสิ้นภารกิจ และขอขอบคุณ นายภูรี กานุสนธิ์ ที่เสียสละเวลาช่วงปิดเทอมมาเพื่อเป็นผู้ช่วยในการทำกลุ่มที่ดีและดียอดเยี่ยม

ขอบคุณพี่ๆ ปริญญาโท ทั้งรุ่น 1 และรุ่น 2 ที่คอยให้ความช่วยเหลือ ให้คำแนะนำ และให้กำลังใจอยู่เสมอไม่ว่าจะขอความช่วยเหลือในเวลาใดก็ตาม

สุดท้ายนี้เหนือสิ่งอื่นใดขอบคุณพระเจ้าที่ประทานกำลังและสติปัญญาในการดำเนินชีวิต อย่างมั่นคงในทุกวัน ขอขอบคุณในวันที่เหน็ดเหนื่อยแต่ยังมีครอบครัวที่น่ารักอยู่ข้างๆ เสมอ จนสามารถเอาชนะตัวเองและทำวิจัยจนสำเร็จ ขอขอบคุณค่ะ

เจกิตาน์ มุลไชสง

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง
ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและ
ความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ
ของ
เจกิตาน์ มุลโธสง

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)
วันที่.....เดือน.....พ.ศ 2560

อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์ คณะกรรมการสอบปากเปล่า

.....ที่ปรึกษาหลักประธาน
(อาจารย์ ดร.กนกพร วิบูลพัฒนะวงศ์) (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนัสนันท์ หัตถศักดิ์)

.....ที่ปรึกษาร่วมกรรมการ
(อาจารย์ ดร.อัจศรา ประเสริฐสิน) (รองศาสตราจารย์ ดร.อังคินันท์ อินทรกำแหง)

.....กรรมการ
(อาจารย์ ดร.กนกพร วิบูลพัฒนะวงศ์)

.....กรรมการ
(อาจารย์ ดร.อัจศรา ประเสริฐสิน)

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ที่มาและความสำคัญของปัญหา	1
คำถามการวิจัย	3
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	4
ความสำคัญของการวิจัย.....	4
ขอบเขตของการวิจัย	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
สมมติฐานการวิจัย	6
กรอบแนวคิดการวิจัย	6
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ	7
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความหวัง.....	27
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งทางใจ.....	41
บริบทเกี่ยวกับสถานพินิจคุ้มครองเด็กและเยาวชน	50
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	60
การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	60
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	60
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	68
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้	70
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	72
ผลของการเปรียบเทียบคะแนนความหวังและความเข้มแข็งทางใจของเยาวชนในสถานพินิจ กลุ่มทดลอง ก่อน และหลังการใช้โปรแกรม	72
ผลของการเปรียบเทียบคะแนนความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจที่เข้าร่วมโปรแกรม กับกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม	73
ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพิ่มเติมสิ่งที่ได้จากการทำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ	76

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	83
สรุปผลการวิจัย	83
อภิปรายผลการวิจัย	84
ข้อเสนอแนะ	88
บรรณานุกรม.....	89
ภาคผนวก.....	94
ภาคผนวก ก	95
ภาคผนวก ข	97
ภาคผนวก ค	101
ภาคผนวก ง	106
ประวัติย่อผู้วิจัย	114

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 สรุปโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจ.....	70
2 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของมาตรวัดความหวังและความเข้มแข็งทางใจทั้งในช่วงก่อนและหลังการเข้าโปรแกรม.....	74
3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า t ของคะแนนความหวังและความเข้มแข็งทางใจของเยาวชนในสถานพินิจที่เข้าร่วมโปรแกรมกับกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม.	74
4 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความหวังและความเข้มแข็งทางใจของเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรม กับกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม	75
5 การเปรียบเทียบความแตกต่างของความหวังและความเข้มแข็งทางใจของเยาวชนในสถานพินิจ ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม	76
6 ผลการวิเคราะห์หาค่าดัชนีความสอดคล้องของผู้เชี่ยวชาญ	103
7 ผลการวิเคราะห์หาค่าดัชนีความสอดคล้องของผู้เชี่ยวชาญ	104

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ

หน้า

1 กรอบแนวคิดการวิจัย.....

6



บทที่ 1

บทนำ

ที่มาและความสำคัญของปัญหา

เนื่องจากสังคมในปัจจุบันมีการล่อลวงเกิดขึ้นมาก ไม่ว่าจะเป็นยาเสพติด การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การลักเล็กขโมยน้อย การทะเลาะวิวาท ฯลฯ และกลุ่มเป้าหมายที่ถูกล่อลวงอยู่บ่อยครั้งก็คือเยาวชนของชาติที่จะกลายเป็นผู้ใหญ่ในวันข้างหน้า ซึ่งเป็นทรัพยากรบุคคลที่สำคัญ แต่ผู้ที่กระทำความผิดก็ต้องมีบทลงโทษ หากยังเป็นเยาวชนก็ต้องไปอยู่ในสถานพินิจ ไม่มีใครทราบได้ว่าสภาวะจิตใจของเยาวชนที่ต้องใช้ชีวิตอยู่ในนั้นเป็นอย่างไร และการใช้ชีวิตหลังจากที่ออกมาจะไปในทิศทางไหน ความหวังที่จะดำเนินชีวิตและเริ่มต้นใหม่ได้อย่างไร ความเข้มแข็งทางใจที่จะเผชิญกับเหตุการณ์ความยากลำบากของชีวิต แน่นอนว่าต้องมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นหลังจากที่เยาวชนจะต้องกลับสู่สังคม บางครั้งอาจส่งผลต่อการใช้ชีวิตในอนาคตหลังจากที่ออกมา ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวก่อให้เกิดปัญหาต่อบุคคลที่ไม่สามารถปรับตัวได้มีความหวังและความเข้มแข็งทางใจในระดับต่ำซึ่งจะส่งผลต่อการก้าวเดินและเริ่มต้นใหม่ในชีวิตได้ยาก ปัญหาหลักที่เยาวชนอาจต้องเผชิญ เช่น ปัญหาครอบครัวในเรื่องของความสัมพันธ์ของคนในครอบครัว ปัญหาทางด้านสังคมซึ่งอาจไม่ได้รับการยอมรับและส่งผลต่อการว่างงาน และอาจทำให้เยาวชนท้อแท้และหมดหวังต่อการเริ่มต้นใหม่และไปสู่เป้าหมายในชีวิต และส่งผลให้ต้องกลับเข้าสู่วงจรการกระทำผิดซ้ำแบบเดิม

จากสถิติคดีที่เป็นการกระทำผิดซ้ำและถูกดำเนินคดีโดยสถานพินิจทั่วประเทศ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2552 – 2556 มีจำนวน 6,294 ราย 5,559 ราย 4,125 ราย 6,849 ราย และ 7,490 ราย ตามลำดับ พบว่าเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิดซ้ำและถูกดำเนินคดีมีจำนวนเพิ่มขึ้น จากสถิติรายปีที่ผ่านมานั้น เยาวชนมีโอกาสดำเนินการกระทำผิดซ้ำอยู่เรื่อยๆ เยาวชนส่วนหนึ่งได้ถูกใช้เป็นเครื่องมือในกระบวนการค้ายาเสพติด เมื่อควบคุมอิทธิพลของปัจจัยอื่นๆ แล้วปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเสพยาบ้าของกลุ่มตัวอย่างได้ดีที่สุด 3 อันดับแรก คือ อิทธิพลของเพื่อนต่อพฤติกรรมเสี่ยงในการเสพยาบ้า การใช้อินเทอร์เน็ตที่เกี่ยวข้องกับยาบ้า และความรู้สึกแสวงหาสิ่งตื่นเต้นเร้าใจ ดังนั้น การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเสพยาบ้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ควรเน้นในเรื่องอิทธิพลของเพื่อน การใช้อินเทอร์เน็ต และการควบคุมความรู้สึก แสวงหาสิ่งตื่นเต้นเร้าใจที่เหมาะสม และพบว่าผู้ค้ายาเสพติดจะล่อลวงเด็กและเยาวชนที่

ขาดทักษะในการป้องกันตนเอง เช่น เด็กและเยาวชนที่ใช้เวลาในร้านเกมส์ ทั้งนี้อาจเพราะเด็กและเยาวชนบางส่วนมีภาวะในการควบคุมตนเองน้อยจึงขาดการยั้งคิด ขาดการหาทางแก้ไขปัญหาย่างรอบคอบ อีกทั้งเด็กและเยาวชนยังอยู่ในวัยที่ขาดวุฒิภาวะในการคิดและไตร่ตรอง เป็นวัยที่อยากรู้และอยากลอง ขาดเป้าหมายในชีวิต ไม่มีการคาดหวังถึงอนาคตในทางบวก เด็กและเยาวชนบางรายหลังจากที่กลับสู่สังคมก็พบเจอเหตุการณ์ความยากลำบากในชีวิต การกลับสู่สังคมแบบมีสถานะติดตัวทำให้การได้รับการยอมรับจากบุคคลภายนอกก็เป็นเรื่องยาก การเริ่มต้นชีวิตใหม่ก็ทำให้หนทางไกลออกไป และทางเลือกที่จะกลับมากระทำผิดซ้ำก็มากขึ้น

ทั้งนี้ความหวังเป็นตัวกระตุ้นบุคคลให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ แต่การจะผ่านเรื่องราวเหตุการณ์ที่ไม่ได้ตั้งใจให้เกิดขึ้นคือความยากลำบากในชีวิต จะต้องมีความมุ่งมั่นที่แข็งแกร่งคือความเข้มแข็งทางจิตใจซึ่งเป็นคุณสมบัติที่สำคัญช่วยให้ผ่านพ้นเหตุการณ์วิกฤตในชีวิตไปได้ ความเข้มแข็งทางจิตใจถือเป็นพลังที่สำคัญ ผู้ที่มีความสามารถในการยับยั้งเผชิญวิกฤตสูง จะมีความเชื่อมั่นและใช้ความสามารถภายในของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ แม้จะเผชิญกับภาวะคุกคาม การจะผ่านสถานการณ์ที่ยุ่งยากไปได้ไม่ใช่เรื่องง่าย ดังนั้นการมีจิตใจเข้มแข็งเพื่อเอาชนะอุปสรรคที่พบเจอจะต้องใช้เวลาเพื่อฟื้นฟูตนเองจากสถานการณ์ที่ยุ่งยากให้ผ่านไป และดำรงชีวิตตามเป้าหมายที่ตนหวังไว้ การปรับตัวภายใต้สถานการณ์ที่เลวร้าย เป็นการฟื้นฟูจากประสบการณ์ที่ยุ่งยากรุนแรง เป็นสิ่งที่ต้องใช้เวลาและความพยายามอย่างต่อเนื่อง การมีความเข้มแข็งทางใจ ไม่ได้หมายความว่าคนๆนั้นจะไม่รู้สึกเครียดกับปัญหาที่เขาเผชิญอยู่ เขายังคงรับรู้ความเจ็บปวด ความเศร้าโศกในเวลาที่เกิดความสูญเสีย แต่เขาสามารถยับยั้งฝ่าฟันปัญหาไปได้ การที่ต้องออกไปเผชิญกับหลายสิ่งที่มีทั้งดีและร้ายหากมีสภาพจิตใจที่ไม่เข้มแข็ง เยาวชนก็สามารถหันกลับมาสู่วงจรเดิมได้อีก

หากความหวังเป็นกระบวนการอย่างหนึ่งซึ่งเกิดขึ้นในความรู้สึกนึกคิด และส่งผลให้เกิดพฤติกรรมที่แสดงออกมา ไม่สามารถระบุหรืออธิบายได้ชัดเจนมีความเป็นนามธรรมสูง เป็นเรื่องของความรู้สึกที่อยู่ภายใต้จิตใจของมนุษย์ ความหวังเป็นเป้าหมายของบุคคลใดบุคคลหนึ่งสร้างขึ้นมา โดยมีแรงจูงใจที่จะดำเนินไปเพื่อบรรลุเป้าหมายเหล่านั้น และมีกระบวนการที่จะบรรลุเป้าหมายด้วย ซึ่งสามารถจัดขึ้นผ่านกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มและมีเทคนิคในการให้คำปรึกษาหลายรูปแบบที่ผู้วิจัยเลือกมาเพื่อพัฒนาให้เหมาะกับกลุ่มตัวอย่างซึ่งการใช้ทฤษฎีที่หลากหลายจะช่วยส่งเสริมให้การดำเนินการกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ช่วยให้คนเรียนรู้ต่อการปรับตัวทางสังคมได้ใกล้เคียงกับสภาพความเป็นจริง การมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันของสมาชิกภายในกลุ่ม ทำให้สมาชิกแต่ละคนได้ข้อมูลย้อนกลับจากกลุ่มเกี่ยวกับตนเอง การยอมรับและ

เคารพในสิทธิของกันและกัน ช่วยให้สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มกล้าเปิดตนเอง และมีการนำโปรแกรมการให้คำปรึกษามาใช้เพื่อพัฒนาบุคคลในกลุ่มต่าง ๆ ทัชชา สุริโย (2559) ได้ทำการศึกษาพัฒนาและทดลองใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางสังคมสำหรับวัยรุ่นกลุ่มเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้า โดยใช้ทฤษฎีของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ ทฤษฎีของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง และทฤษฎีของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์สัมพันธภาพ ซึ่งโปรแกรมนี้มีการประเมินผลโดยผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วนำมาคำนวณค่าดัชนีสอดคล้องระหว่างเนื้อหา (IOC) ซึ่งพบว่ามีค่าระหว่าง 0.80 -1.00 และ เมื่อนำโปรแกรมไปทดลองใช้ พบว่า โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มที่พัฒนาขึ้นนี้มีคุณภาพสอดคล้องกับวัตถุประสงค์การพัฒนา สามารถนำไปใช้ในการเสริมสร้างความฉลาดทางสังคมในวัยรุ่นได้

แต่ในขณะเดียวกันความหวังก็สามารถเกิดการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลาเช่นเดียวกัน 10 ทั้งนี้ผู้ที่มีความหวังจะมีความเชื่อมั่นว่าสิ่งที่ตนหวังหรือปรารถนานั้นจะต้องสำเร็จและชีวิตจะมีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น แต่บุคคลที่ขาดความหวังจะไม่เห็นแนวทางในการเปลี่ยนแปลงชีวิตให้ดีขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความท้อแท้เบื่อหน่าย แนวคิดเกี่ยวกับความหวังได้มีการนำไปใช้ในบริบทที่หลากหลาย ความหวังเกิดขึ้นได้กับทุกเพศและทุกวัย สามารถสร้างแรงจูงใจในการขับเคลื่อนทั้งทางจิตใจและพฤติกรรม เพื่อสามารถปรับตัวต่อสถานการณ์ความเครียด ความกดดัน ความกังวล ความล้มเหลว และความเศร้าโศกไปได้ อีกทั้งมีงานวิจัยที่ศึกษาเรื่องความหวังในผู้ป่วย พบว่า ความหวังส่งผลต่อการดำรงอยู่ และสามารถป้องกันโรคซึมเศร้าได้อีกด้วยจากที่กล่าวมาข้างต้น หากเยาวชนในสถานพินิจได้รับการเสริมสร้างความหวังเพื่อมีเป้าหมายที่ชัดเจนในชีวิตและส่งผลต่อจิตใจให้มีความเข้มแข็งในก้าวสู่สังคม พัฒนาชีวิตเพื่ออนาคตของตนในวันข้างหน้าให้มีความมั่นคง และอดทนต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ เอาชนะอุปสรรคที่ต้องเจอและนำพาตนเองให้ผ่านพ้นไปด้วยจิตใจที่เข้มแข็ง ปูทางการดำเนินชีวิตในอนาคตให้มีจิตใจที่เข้มแข็งในการต่อสู้กับชีวิตที่ต้องออกไปเผชิญความจริง โดยมีความหวังและความเข้มแข็งทางใจเป็นตัวนำทางในการเอาชนะความกลัว ความกังวล และผ่านเหตุการณ์ที่ยากลำบากไป

คำถามการวิจัย

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการสามารถเสริมสร้างความหวังต่อเยาวชนในสถานพินิจได้หรือไม่
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการสามารถเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจได้หรือไม่

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการที่มีต่อความหวังของเยาวชนในสถานพินิจ
2. เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการที่มีต่อความเข้มแข็งทางใจของเยาวชนในสถานพินิจ

ความสำคัญของการวิจัย

ผลการศึกษาของงานวิจัยนี้จะได้รูปแบบการเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจของเยาวชนในสถานพินิจ โดยผ่านโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเยาวชนจะมีคุณภาพในการใช้ชีวิตอย่างมีหัวใจที่เข้มแข็งและมีเป้าหมายในการใช้ชีวิตที่ชัดเจน

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1) ประชากร (Populations) ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นเยาวชนในสถานพินิจ จำนวน 59 คน (ข้อมูล ณ วันที่ 1 พฤษภาคม 2560)

1.2) กลุ่มตัวอย่าง (Sampling) ที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นเยาวชนในสถานพินิจ แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม จำนวน 7 คน และกลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน โดยคัดเลือกจากเยาวชนในสถานพินิจที่มีผลหลังจากการทำแบบวัดความหวังและแบบวัดความเข้มแข็งทางใจอยู่ในระดับต่ำตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ลงมา จำนวน 14 คน มีความสมัครใจเข้าร่วมกลุ่มทดลอง และสามารถเข้ารับการทดลองได้ แล้วใช้การสุ่มอย่างง่าย เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 7 คน โดยที่กลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการให้คำปรึกษา

2. ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

- 2.1) ตัวแปรอิสระ คือ การเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ
- 2.2) ตัวแปรตาม คือ ความหวัง (Hope) และความเข้มแข็งทางใจ (Resilience)

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. เยาวชนในสถานพินิจ หมายถึง เยาวชนซึ่งมีอายุเฉลี่ยตั้งแต่ 16-18 ปี ซึ่งอยู่ในการดูแลของสถานพินิจคุ้มครองเด็กและเยาวชน
2. ความหวัง หมายถึง มุมมองทางบวกซึ่งเกิดขึ้นภายในจิตใจของบุคคล สามารถนำพาบุคคลนั้นไปสู่เป้าหมายของชีวิต เชื่อมั่นในศักยภาพและมีพลังในการขับเคลื่อนเพื่อตอบสนองความ

ต้องการที่จะบรรลุเป้าหมายที่หวังไว้ในอนาคต และหากพบเจออุปสรรคก็สามารถเผชิญหน้าและหาแนวทางในการแก้ไขได้ เป็นสิ่งที่มีคุณค่าทางใจสำคัญต่อการดำรงชีวิตแบบวันต่อวัน

3. ความเข้มแข็งทางใจ หมายถึง ภูมิคุ้มกันในการเอาชนะสิ่งเร้าหรือเหตุการณ์ความยากลำบากที่จะบั่นทอนการดำเนินชีวิตเมื่อพบเจออุปสรรค เป็นความสามารถที่แต่ละคนมีไม่เท่ากันในการที่จะมีความกล้าสามารถเผชิญกับเหตุการณ์ร้ายๆ และดึงบุคคลนั้นกลับสู่สภาวะปกติ

4. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจ หมายถึง การกำหนดกรอบและรวบรวมการผสมผสานเทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่ม การพัฒนาศักยภาพทางด้านจิตใจให้สามารถเอาชนะอุปสรรคความทุกข์ยากในชีวิต การเอาชนะความคิดด้านลบที่ส่งผลต่อการกระทำผิด สามารถจัดการกับอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม รวมถึงมีเป้าหมายในการดำเนินชีวิตอย่างชัดเจน

4.1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญในการสร้างความคุ้นเคยไว้วางใจ เข้าใจ และยอมรับซึ่งกันและกัน การเจอกันในครั้งแรกนี้จะต้องสร้างข้อตกลงร่วมกันระหว่างสมาชิกในกลุ่มเพื่อจะได้ทราบถึงบทบาทของตนเองในระหว่างการให้คำปรึกษา

4.2 ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา โดยในขั้นนี้จะเป็นการบูรณาการเทคนิคแต่ละทฤษฎีของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน - โฟกัส (Solution-Focused Counseling) และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า (Narrative Counseling)

4.2.1 การให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง โดยพื้นฐานของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางนี้ขึ้นอยู่กับพื้นฐานของความรู้สึกไว้วางใจในความสามารถของกลุ่มที่จะพัฒนาศักยภาพของสมาชิกได้ ดังนั้นสิ่งสำคัญของแนวคิดนี้ คือ การที่สมาชิกกลุ่มจะต้องพัฒนารายการของการยอมรับและการไว้วางใจซึ่งกันและกัน

4.2.2 การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน - โฟกัส มีเป้าหมายหลัก คือ การช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาจากการที่มองความสามารถของตนเองในระดับต่ำ มาเป็นผู้ที่เล็งเห็นความสามารถและจุดแข็งของตน ภายในระยะเวลาอันสั้น โดยใช้เทคนิคที่สำคัญ คือ การเปลี่ยนแปลงก่อนการบำบัด (Pre-Therapy Change) การตั้งคำถาม (Question) คำถามข้อยกเว้น (Exception Questions) คำถามมหัศจรรย์ (Miracle Question) คำถามการจัดระดับ การสร้างภารกิจการบำบัดครั้งแรก (Formula First Session Task) และการให้ข้อมูลย้อนกลับของผู้ให้คำปรึกษากับสมาชิกกลุ่ม (Therapist Feedback to Group Members)

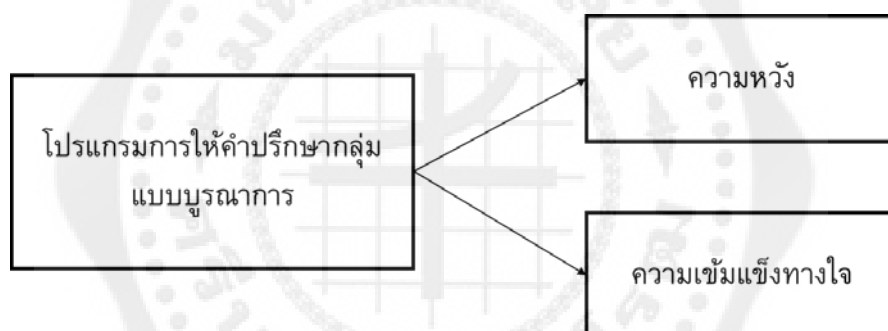
4.2.3 การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า มีเป้าหมายหลัก คือ การสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษามองชีวิตในมุมมองที่หลากหลาย โดยหาทางเลือกที่เป็นไปได้สำหรับตนเองที่จะสามารถหาได้ แทนที่จะมองในแง่ลบเดียว ผ่านการเล่าเรื่องที่เกี่ยวข้อกับประสบการณ์ของตน โดยใช้เทคนิคที่สำคัญ คือการใช้คำถามในการบำบัด (Employing Therapeutic Questions) การแสวงหาผลลัพธ์ที่เป็นลักษณะเฉพาะ (Seeking Unique Outcomes) การร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือก (Co-constructing Alternative Stories) และการใช้เทคนิคแบบแผน จดหมาย และมีตราภาพในการบำบัด (Therapeutic Ceremonies Letters and Leagues)

4.3 ขั้นตอนการให้คำปรึกษา เป็นขั้นตอนสุดท้ายของการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม แต่ละครั้งโดยเป็นการสรุปเนื้อหาสาระของการเข้าร่วมกลุ่มในครั้งนั้นๆ โดยอาจให้ผู้ให้คำปรึกษา หรือสมาชิกในกลุ่มร่วมกันสรุปก็ได้ ตลอดจนเปิดโอกาสในการซักถามในประเด็นต่างๆ และให้ข้อมูล ย้อนกลับระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่ม และสมาชิกกลุ่มด้วยตนเอง

สมมติฐานการวิจัย

1. เยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการจะมีความหวัง สูงกว่า เยาวชนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม
2. เยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการจะมีความเข้มแข็งทางใจ สูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ ผู้วิจัยได้ค้นคว้าทบทวนวรรณกรรมรวบรวมเอกสาร รวมถึงงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเด็นสำคัญต่างๆ เพื่อเป็นแนวทางในการวิจัย โดยมีรายละเอียดหัวข้อที่ศึกษาดังต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความหวัง
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งทางใจ
4. บริบทในสถานพินิจคุ้มครองเด็กและเยาวชน

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ

การปรึกษา มีความสำคัญในการทำให้เกิดการพบปะกัน การสร้างให้บุคคลภายในกลุ่มมีความไว้วางใจ เกิดการยอมรับนับถือ ความอบอุ่น การสื่อสารและการทำความเข้าใจ เพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการเผชิญกับความไม่พึงพอใจหรือปัญหาในชีวิตของผู้รับคำปรึกษา จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ สามารถสรุปสาระสำคัญได้ดังนี้

1.1 ความหมายของการให้คำปรึกษา

Cory and Cory (1997) ได้อธิบายการปรึกษากลุ่มว่า เป็นกระบวนการที่เน้นปัญหาเฉพาะซึ่งอาจเป็นเรื่องส่วนตัว เรื่องการศึกษา สังคม และอาชีพการช่วยเหลือสมาชิกมีเป้าหมายทั้งการป้องกัน การศึกษา และการแก้ไข กระบวนการกลุ่มให้ความสำคัญกับปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในระดับของจิตสำนึก โดยเน้นความรู้สึกรู้สึกความคิดและพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในกลุ่มเป็นผู้ที่มีการปรับตัวได้ดีในระดับหนึ่ง โดยมีผู้ใช้ที่จำเป็นต้องปรับเปลี่ยนโครงสร้างบุคลิกภาพขนาดใหญ่ ผู้นำกลุ่มมีหน้าที่กำหนดกิจกรรมให้กลุ่ม สร้างบรรยากาศทางบวก เพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมในกลุ่มอย่างสร้างสรรค์ เอื้ออำนวยให้สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน เพื่อช่วยให้สมาชิกมีทางเลือกใหม่ของการแสดงพฤติกรรม สนับสนุนให้สมาชิกนำการหยั่งรู้ที่เกิดขึ้นไปปฏิบัติอย่างมีแผนการที่ดี ช่วยให้สมาชิกตระหนักถึงความสำคัญของปัจจุบันและกำหนดเป้าหมายส่วนตัวที่จะเป็นทิศทางของกลุ่มด้วย กลุ่มเป็นสถานที่จำลองชีวิตจริงตลอดจนให้สมาชิกได้รับข้อมูลสะท้อนกลับระหว่างกันทำให้เข้าใจตนเองเพิ่มขึ้น

Gazda (1989) กล่าวถึงการปรึกษากลุ่ม คือกระบวนการทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์การรู้สำนึกผ่านพฤติกรรมหรือเกิดการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรม ยอมรับความเป็นจริงในเรื่องความคิดและ

พฤติกรรมของผู้รับการปรึกษา เนื่องจากเกิดจากการเรียนรู้ประสบการณ์ที่ได้จากการปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม ทำให้เกิดบรรยากาศเอื้อต่อการพัฒนาทางจิตใจ เช่น เกิดความไว้วางใจ การยอมรับ การให้กำลังใจซึ่งกันและกัน แลกเปลี่ยนความรู้สึกนึกคิดและเกิดความรับผิดชอบต่อการกระทำของตน

Giadding (1998, อ้างถึงใน กาญจนา ไชยพันธ์, 2549) กล่าวถึงการปรึกษากลุ่ม คือ การที่สมาชิกมารวมกันมีประสบการณ์ปัญหาที่คล้ายๆ กันรวมกลุ่มกัน เพื่อช่วยกันหาวิธีการช่วยเหลือแก้ไขปัญหาและสถานการณ์นั้นๆ

ในขณะที่ กาญจนา ไชยพันธ์ (2541) ให้ความหมายการปรึกษากลุ่ม คือ การให้การปรึกษาคู่คน ตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป โดยไม่เกิน 12 คน ผู้รับการปรึกษาจะมีลักษณะของปัญหาที่คล้ายคลึงกันและต้องการปรับปรุงตนเอง

โดยการให้คำปรึกษาได้ถูกให้ความสนใจมาเป็นเวลานาน และมีคนได้ให้ความหมายไว้มาก่อนข้างหลากหลายแต่ก็มีความคล้ายคลึงกันในบางมุมมอง หรือสเซอร์ (Trotzer, 1999, pp. 20 – 23) และชาร์ฟ (Sharf, 2002, p. 3) ให้ความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มไว้คล้ายกันว่าในการให้คำปรึกษากลุ่มจะต้องมีผู้ให้คำปรึกษาหนึ่งคนกับผู้รับคำปรึกษาหลายคน มาพบปะกันสร้างให้กลุ่มมีความไว้วางใจ เกิดการยอมรับนับถือ ความอบอุ่น การสื่อสารและการทำความเข้าใจ โดยเพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการเผชิญกับความไม่พึงพอใจหรือปัญหาในชีวิตของผู้รับคำปรึกษา และค้นหาที่มาของปัญหา ทำความเข้าใจและหาวิธีการในการแก้ไขปัญหาและความไม่พึงพอใจดังกล่าวโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยผู้รับคำปรึกษาที่มีปัญหาที่อาจนำไปสู่ความผิดปกติด้านความคิด อารมณ์ หรือพฤติกรรม ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาจะใช้ความรู้เกี่ยวกับทฤษฎีทางบุคลิกภาพและจิตบำบัด หรือ การให้คำปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาที่มีสุขภาพจิตที่ดีขึ้น ทั้งนี้การช่วยเหลือของผู้ให้คำปรึกษาต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานของกฎหมายและจริยธรรม ซึ่งในมุมมองของชาร์ฟ (Sharf, 2002) มีความเห็นตรงกันกับคอเรีย (Corey, 2004, p. 5) ซึ่งคอเรียมองว่าการให้คำปรึกษานี้เป็นการมุ่งเน้นความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ด้วยการตระหนักรู้ เพื่อแก้ไขปัญหาที่สมาชิกกลุ่มเป็นผู้กำหนดประเด็นปัญหาและเป้าหมายด้วยตนเอง เมื่อสมาชิกต้องเผชิญกับสภาวะวิกฤติ ความขัดแย้งหรือพฤติกรรมพ่ายแพ้ตนเองด้วยการค้นหาศักยภาพภายในตัวสมาชิกกลุ่ม เพื่อก่อให้เกิดการพัฒนาความงอกงามตลอดชีวิต การให้คำปรึกษากลุ่มมุ่งจัดสรรบรรยากาศของความไว้วางใจ ด้วยความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง และให้การสนับสนุน เพื่อให้สมาชิกสามารถมีส่วนร่วม สำรวจประเด็นที่เกี่ยวข้อง และสามารถพัฒนาทักษะในการแก้ปัญหาต่างๆ จนสามารถจัดการกับปัญหาชีวิตที่มีความคล้ายคลึงกันต่อไปได้อีกทั้งการให้คำปรึกษาจะเกิดผลและมีประสิทธิภาพมากขึ้นหากสมาชิกในกลุ่มมาด้วยปัญหาหรือมีเป้าหมายที่จะแก้ไขไปในทิศทางเดียวกันจะทำให้กระแสนของกลุ่มมีความพัฒนาอย่างเห็นได้ชัดเจน (วัชร ทรัพย์มี, 2550, น. 103 – 104) การให้คำปรึกษากลุ่มเป็นรูปแบบหนึ่งของการปรึกษา เป็นกระบวนการที่ผู้มีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเอง หรือต้องการจะแก้ปัญหาใดปัญหาหนึ่งร่วมกัน มาปรึกษาร่วมซึ่งกันและกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้การปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกในกลุ่มจะมีโอกาสได้แสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของแต่ละคน เป็นการได้ระบายความรู้สึก

ขัดแย้งในจิตใจ ได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอมรับตนเอง กล้าเผชิญปัญหาและได้ให้ความคิดในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเองกับทั้งได้รับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่นและได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีความรู้สึกขัดแย้งหรือความคิดเห็นเช่นเดียวกับตนไม่ใช่เขาคนเดียวที่มีปัญหา (กาญจนา ไชยพันธุ์, 2549, น. 2) กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มหมายถึง กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดขึ้นเพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ให้คำปรึกษาที่มีปัญหาล้ายคลึงกัน หรือมีความต้องการเหมือนกัน เพื่อมุ่งให้ผู้รับคำปรึกษาได้ปรับปรุงตนเอง โดยผู้ให้คำปรึกษาจะคอยเอื้ออำนวยให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสรสำรวจตนเอง แสดงความรู้สึกและความคิดเห็น กล้าเผชิญความจริง ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ ให้การยอมรับ มีความไว้วางใจกัน และเข้าใจซึ่งกันและกัน

จากความหมายดังกล่าวสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่ม หมายถึง การเข้ามาพูดคุยถึงปัญหาของและคนที่มีความคล้ายคลึงกัน สร้างสัมพันธ์กันภายในกลุ่มมองหาทางแก้ร่วมกัน เพื่อยอมรับกับปัญหาที่มีอยู่ว่าตนเองไม่ได้เผชิญกับปัญหานั้นเพียงคนเดียว แต่มีอีกหลายคนที่พบเจอปัญหาที่คล้ายกันกับเรา จากความหมายของการให้การปรึกษากลุ่ม สรุปได้ว่า การให้การปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการช่วยเหลือบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป ทำให้มีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มยอมรับความเป็นจริง ทำให้บุคคลในกลุ่มมีความรู้สึกปลอดภัยพร้อมที่จะอภิปรายในสิ่งที่รู้สึกกังวลใจ รวมถึงฝึกทักษะในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนสามารถนำประสบการณ์ที่ได้จากกลุ่มไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

1.2 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม

คอเรีย (Corey, 2004, pp. 5-6) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มไว้ดังนี้

- 1) เพื่อเรียนรู้ที่จะไว้วางใจตนเองและให้ความไว้วางใจผู้อื่น
- 2) เพื่อเพิ่มพูนการตระหนักรู้และความเข้าใจในตนเอง และพัฒนาการรับรู้ถึงเอกลักษณ์ของตนเอง
- 3) เพื่อยอมรับความต้องการและปัญหาที่คล้ายคลึงกันของสมาชิกกลุ่ม
- 4) เพื่อเพิ่มพูนการยอมรับตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง การนับถือตนเอง และมุมมองใหม่ที่มีต่อตนเองและผู้อื่น
- 5) เพื่อใส่ใจและรักใคร่ผู้อื่นมากยิ่งขึ้น
- 6) เพื่อหาหนทางในการพัฒนาตนเองและการแก้ไขความขัดแย้งกับผู้อื่น
- 7) เพื่อกำหนดทิศทางตนเอง พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน และมีความรับผิดชอบต่อกันเองและผู้อื่นได้มากยิ่งขึ้น
- 8) เพื่อตระหนักรู้ต่อทางเลือกของตนเอง และตัดสินใจเลือกอย่างเหมาะสม
- 9) เพื่อกำหนดแผนการในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และรับผิดชอบต่อการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้
- 10) เพื่อเรียนรู้ทักษะทางสังคมที่มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

11) เพื่อตอบสนองต่อทั้งความต้องการและความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น

12) เพื่อเรียนรู้วิธีการในการแสดงความคิดเห็นที่หลากหลายกับผู้อื่นด้วยความใส่ใจ
ซื่อสัตย์ และตรงไปตรงมา

13) เพื่อสร้างความชัดเจนในค่านิยมของตนเอง และตัดสินใจว่าจะเปลี่ยนแปลงแก้ไข
ค่านิยมของตนเองหรือไม่และอย่างไร

ทริอเซอร์ (Trotzer, 1999, pp. 345-347) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา
กลุ่มไว้ดังนี้

1) เพื่อพัฒนาสัมพันธภาพ ตลอดจนช่วยให้สมาชิกได้ค้นพบความต้องการทางด้าน
จิตใจและการพัฒนาการของตน

2) เพื่อให้สมาชิกค้นหาเอกลักษณ์แห่งตน

3) เพื่อให้สมาชิกเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

4) เพื่อช่วยให้สมาชิกได้พัฒนาทักษะทางสังคมและสามารถแก้ไขปัญหาที่เกี่ยวข้อง
กับสัมพันธภาพทางสังคม

5) เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกเข้าใจ ยอมรับทั้งตนเองและผู้อื่น

6) เพื่อช่วยให้สมาชิกร่วมกันจัดการกับปัญหาที่มีลักษณะเหมือนกัน รวมทั้งปัญหาที่
เกิดขึ้นในกลุ่ม

7) เพื่อให้สมาชิกพัฒนาความเชื่อมั่นและมีความรับผิดชอบต่อนตนเอง ซึ่งส่งผลต่อการ
อยู่ร่วมกับผู้อื่น

8) เพื่อช่วยให้สมาชิกร่วมกันจัดการในสิ่งที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการตัดสินใจทั้งใน
เรื่องการศึกษาและอาชีพ

9) เพื่อช่วยให้สมาชิกตรวจสอบความรู้สึก เจตคติ ค่านิยม ความคิด และประสบการณ์
ของตนกับโลกภายนอก

10) เพื่อให้สมาชิกเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ และเกิดพฤติกรรมการปรับตัวในทิศทางที่พึง
ประสงค์จากจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่มช่วยให้สมาชิก
กลุ่มเกิดความไว้วางใจตนเองและผู้อื่น มีความเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง เชื่อมั่นและรับผิดชอบต่อ
ตนเองและผู้อื่นมากยิ่งขึ้น ตลอดจนร่วมกันจัดการกับปัญหา มีการตัดสินใจเลือกแนวทางที่เหมาะสม
กับตนเองนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทิศทางที่พึงประสงค์ต่อไป

สรุปได้ว่าเป้าหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อให้การช่วยเหลือบุคคลบางกลุ่มในการ
ปรับเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมให้เหมาะสม มีการเรียนรู้ที่จะพัฒนาตนเองในการ
เพิ่มความเข้าใจ เกิดความกระจ่างเกี่ยวกับความเชื่อ ค่านิยมของตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง
ยอมรับตนเอง หาวีธีทางในการจัดการกับประเด็นปัญหาที่เกิดขึ้น และพร้อมที่จะปรับปรุงตนเอง

1.3 คุณค่าและประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม

แกซดา (Gazda, 1967, pp. 306-307) กล่าวถึงคุณค่าและประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่มดังนี้

- 1) สมาชิกในกลุ่มได้พบว่าสมาชิกคนอื่นๆ ก็มีปัญหาเช่นเดียวกับตน
- 2) การยอมรับ การสนับสนุนจากสมาชิกภายในกลุ่มจะกระตุ้นให้สมาชิกยอมรับที่จะเผชิญปัญหา
- 3) สมาชิกมีโอกาสที่จะเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหาของสมาชิกคนอื่นจากการสังเกต
- 4) สมาชิกสามารถแสดงพฤติกรรมและความรู้สึกของตน ตลอดจนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้จากการที่ตระหนักถึงความปลอดภัย ไว้วางใจระหว่างสมาชิก
- 5) สมาชิกได้เรียนรู้ที่จะให้และรับความช่วยเหลือ ตามบทบาทของตนภายในกลุ่ม
- 6) การให้คำปรึกษากลุ่มมักจะทำให้สมาชิกกลุ่มต้องการที่จะได้รับการช่วยเหลือเป็น

รายบุคคล

- 7) บรรยากาศแห่งความเป็นกันเองในกลุ่ม ทำให้สมาชิกเกิดความรู้สึกว่าเป็นครอบครัวเดียวกัน อันนำไปสู่การเปิดเผยปัญหาทางครอบครัว
- 8) การให้คำปรึกษากลุ่มได้ผลมากสำหรับวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่แสวงหาเอกลักษณ์ของตน และต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน
- 9) การที่ผู้ให้คำปรึกษาได้พบปะกับสมาชิกหลายคนในเวลาเดียวกัน เป็นการช่วยให้ประหยัดเวลา และเปิดโอกาสให้ผู้ให้คำปรึกษาได้ใช้เวลาสำหรับบุคคลอื่นๆ ด้วย

คอเรย์ (Corey, 2004, p. 7) กล่าวถึงคุณค่าและประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่มไว้ดังนี้

- 1) เป็นเครื่องมือในการช่วยเหลือให้บุคคลเปลี่ยนแปลงเจตคติ ความเชื่อ เกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น
- 2) ผู้รับคำปรึกษาสามารถเปิดเผยรูปแบบความสัมพันธ์ของตนกับผู้อื่น ตลอดจนเรียนรู้ทักษะทางสังคมที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น
- 3) ผู้รับคำปรึกษาสามารถอภิปรายการรับรู้ของตนที่มีต่อผู้อื่น และได้รับการสะท้อนค่านิยมจากผู้รับคำปรึกษาคนอื่นๆ ด้วย
- 4) สร้างการมีส่วนร่วม โดยเฉพาะหากผู้รับคำปรึกษาในกลุ่มมีความหลากหลายด้านอายุ ภูมิหลัง ความสนใจ สถานะทางเศรษฐกิจ รวมทั้งปัญหาที่แตกต่างกัน
- 5) เป็นสังคมจำลอง เนื่องจากกลุ่มเป็นสังคมขนาดเล็ก ดังนั้นจึงเป็นเสมือนตัวอย่างของความเป็นจริงในการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาจัดการกับปัญหาที่สามารถนำไปสู่การปฏิบัติภายนอกกลุ่มได้ ทั้งนี้ได้จากการร่วมกันสะท้อนความคิดของสมาชิกในกลุ่ม
- 6) ได้รับความเข้าใจ สนับสนุน ตลอดจนกำลังใจจากกลุ่ม ซึ่งสนับสนุนให้สมาชิกแต่ละคนยินดีเปิดเผยเรื่องราวที่เป็นปัญหา

7) เกิดการตอบสนองความรู้สึกเป็นเจ้าของ (Sense of Belonging) ซึ่งความรู้สึกดังกล่าวช่วยพัฒนาการเรียนรู้วิธีการเริ่มต้น ใส่ใจ และท้าทาย

8) ผู้รับคำปรึกษาได้ทดลองแสดงพฤติกรรมใหม่ๆ จากบรรยากาศที่ให้การสนับสนุนและกระตุ้นซึ่งกันและกัน

9) ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตัดสินใจเลือกในสิ่งที่ตนต้องการ ซึ่งได้จากการเปรียบเทียบมุมมองระหว่างผู้รับคำปรึกษาในกลุ่ม

10) เข้าใจความต้องการของตนมากขึ้น รู้ว่าตนต้องการอะไร และอะไรเป็นสิ่งที่ขัดขวางไม่ให้ไปทำตามที่ต้องการจากคุณค่าและประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม สรุปได้ว่าการให้คำปรึกษากลุ่มส่งเสริมให้สมาชิกกลุ่มรู้ว่าตนไม่ได้มีปัญหาแต่เพียงผู้เดียว ความเข้าใจกำลังใจจากสมาชิกภายในกลุ่ม จะสนับสนุนให้สมาชิกเปิดเผยเรื่องราวที่เป็นปัญหา ตลอดจนยอมรับที่จะเผชิญปัญหา โดยการให้คำปรึกษากลุ่มนี้ใช้ได้ผลมากสำหรับวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่แสวงหาเอกลักษณ์ของตน และต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ทั้งนี้การให้คำปรึกษากลุ่มที่มีสมาชิกมาเข้าร่วมพร้อมๆกันจะช่วยทำให้ประหยัดเวลาด้วย

ในขณะที่ ดวงมณี จงรักษ์ (2554) ได้กล่าวถึง คุณประโยชน์ของการปรึกษากลุ่ม ไว้ดังนี้

- 1) กลุ่มให้ประสิทธิภาพมากกว่า เพราะสามารถเข้าถึงได้หลายคนในเวลาเดียวกัน
- 2) กลุ่มเป็นสถานที่ที่มีการเสนอความคิดเห็นอย่างหลากหลาย และเปิดโอกาสให้มีการแลกเปลี่ยนข้อมูลอย่างกว้างขวาง
- 3) สมาชิกในกลุ่มมีประสบการณ์การรับรู้มาได้้อย่างโดดเด่น มีหลายคนที่มีความคิดความรู้สึกที่คล้ายคลึงเช่นเดียวกับเขา
- 4) กลุ่มให้ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งซึ่งกันและกันและเป็นกลุ่มสร้างแรงจูงใจได้ดี
- 5) เป็นสถานที่ฝึกหัดทดลองพฤติกรรมใหม่ โดยสมาชิกสามารถแสดงพฤติกรรมใหม่ที่ได้เรียนรู้ในบรรยากาศที่สนับสนุนให้กำลังใจ ก่อนที่จะนำไปใช้ในชีวิตจริง
- 6) กลุ่มสามารถเปิดโอกาสให้สมาชิกได้รับรู้ข้อมูลสะท้อนกลับระหว่างกันให้ข้อเสนอแนะ และเป็นกระจกสะท้อนให้สมาชิกอย่างมีคุณค่า

กล่าวโดยสรุป การให้คำปรึกษากลุ่ม มีคุณประโยชน์ต่อผู้ให้และผู้รับความปรึกษาในประเด็นต่าง ๆ เช่น เป็นสถานที่ฝึกหัดทดลองพฤติกรรมใหม่ ช่วยให้เข้าใจความต้องการของตนมากขึ้น เกิดความรู้สึกว่าเป็นครอบครัวเดียวกัน อันนำไปสู่การเปิดเผยปัญหาทางครอบครัว เป็นต้น อย่างไรก็ตาม การให้คำปรึกษาจะมีประโยชน์สูงสุดได้จะต้องมีกระบวนการในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่ถูกต้องและเหมาะสมด้วย

1.4 กระบวนการให้คำปรึกษากลุ่ม

ในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาต้องมีความรู้และความเข้าใจในกระบวนการให้คำปรึกษา โดยกระบวนการให้คำปรึกษาประกอบด้วย สัมพันธภาพในการให้คำปรึกษา ทักษะในการใช้เทคนิคในการให้คำปรึกษาและขั้นตอนในการให้คำปรึกษา โดยมีรายละเอียดดังนี้

กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549) กล่าวถึง หลักพื้นฐานในการปรึกษากลุ่ม มีดังนี้

- 1) บุคคลย่อมมีสิทธิในความรู้สึกของตนเองอย่างเท่าเทียมกัน ดังนั้นผู้ให้การปรึกษาควรสนับสนุนให้ผู้รับการปรึกษาได้แสดงความรู้สึกของเขาออกมา และให้สมาชิกในกลุ่มเคารพในความรู้สึกและอารมณ์ของผู้อื่น
- 2) บุคคลในกลุ่มควรพิจารณาว่าจะพัฒนาอะไรเกี่ยวกับตนเอง
- 3) บุคคลต้องมุ่งที่จะแก้ปัญหาของตนเอง
- 4) ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสถานการณ์เป็นสิ่งสำคัญมากกว่าตัวสถานการณ์
- 5) การเปิดประเด็นปัญหาของสมาชิกในกลุ่มเป็นการช่วยให้การปรึกษามีประสิทธิภาพโดยไม่มีการปกป้องตนเองหรือป้องกันตนเอง
- 6) บุคคลสามารถเข้าใจตนเองได้ดี รับผิดชอบต่อตนเองได้ และควบคุมตนเองได้
- 7) บุคคลควรรับผิดชอบพฤติกรรมของตนเอง ภายใต้บรรยากาศของสิ่งแวดล้อมที่บ้านและที่โรงเรียน ที่ไม่ขู่เข็ญหรือลงโทษจะทำให้เข้าไม่ถึงผู้อื่น
- 8) ในกลุ่มต้องมีการลงมือให้สมาชิกได้กระทำ จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การกระทำต้องได้รับการยอมรับและความเข้าใจ
- 9) ในการเผชิญปัญหาการแก้ปัญหาที่มีวิธีเลือกหลายวิธี ผู้ให้การปรึกษาควรช่วยให้สมาชิกเห็นทางเลือก
- 10) สมาชิกในกลุ่มควรมีความมั่นใจในการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ภายใต้การเสริมแรง
- 11) สิ่งที่ได้รับในกลุ่มในรูปของประสบการณ์ จะช่วยให้สมาชิกนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน
- 12) บุคคลถ้ารู้จักตนเองได้ดีจะลดการป้องกันกับตนเอง ยอมรับตนเอง และยอมรับการที่คนอื่นวิพากษ์วิจารณ์ตน

โดยที่ ท्रोซเซอร์ (Trotzer, 1999, p. 181, อ้างถึงใน ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2546, น. 254-257) ได้เสนอแนวทางในการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มไว้หลายประการ คือ ในบางกลุ่มอาจจัดสมาชิกที่มีลักษณะคล้ายกัน เช่น อายุ ความสนใจ หรือปัญหาทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกกลุ่มไม่รู้สึกโดดเดี่ยว แต่รู้สึกเข้าใจ พร้อมทั้งจะแลกเปลี่ยนความคิดความรู้สึกซึ่งกันและกัน เรียนรู้ที่จะแก้ปัญหาที่คล้ายคลึงกับตน นอกจากนั้นกลุ่มที่สมาชิกมีความแตกต่างกัน เช่น ประสบการณ์ที่ต่างกันก็จะเป็นประโยชน์ต่อการแลกเปลี่ยนเจตคติอันนำไปสู่การพัฒนาพฤติกรรมใหม่ๆ ได้ แต่ทั้งนี้ก็ไม่ควรให้สมาชิกมีความแตกต่างกันมากเกินไปจะมีผลต่อการยอมรับซึ่งกันและกัน ดังนั้นการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่ม ผู้นำกลุ่มหรือผู้ให้คำปรึกษาควรพิจารณาให้สมาชิกได้รับประโยชน์มากที่สุด ซึ่งขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม ความเหมาะสมของบุคลิกภาพ และความถนัดของผู้ให้คำปรึกษา

คมเพชร จิตรสุกุล (2543, น. 91-95) ได้เสนอแนวทางในการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มไว้ 4 ประการคือ

1) สมาชิกที่จะมารับคำปรึกษา ควรจะเป็นผู้ที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน เพื่อจะได้อภิปรายในประเด็นเดียวกัน และมีความเข้าใจซึ่งกันและกันดีขึ้น

2) สมาชิกที่จะมารับคำปรึกษากลุ่ม ควรเป็นผู้ที่เต็มใจที่จะแก้ไขปัญหา

3) การจัดกลุ่มควรให้สมาชิกมีลักษณะแตกต่างกันบ้าง ซึ่งก็เป็นไปตามธรรมชาติของกลุ่ม เช่น มีทั้งเพศชาย เพศหญิง แต่อย่างไรก็ตามไม่ควรให้สมาชิกมีความแตกต่างกันมากจนเกินไปจะทำให้เกิดปัญหาได้ เช่น จัดให้คนที่ไม่ค่อยพูด อยู่กับคนที่พูดเก่ง เป็นต้น

4) การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่ม ต้องพิจารณาว่าแต่ละบุคคลจะได้รับประโยชน์จากกลุ่ม และสามารถให้ความช่วยเหลือผู้อื่นในกลุ่มได้ด้วยจากหลักการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่ม

นอกจากนั้น ดวงมณี จงรักษ์ (2554) ยังได้กล่าวว่า การคัดกรองสมาชิกนั้นไม่ใช่ทุกคนจะเหมาะสมที่อยู่ในกลุ่มเดียวกัน นอกจากนี้บางครั้งผู้นำกลุ่มต้องการสมาชิกบางประเภท เพื่อตอบสนองเป้าหมายของการจัดตั้งกลุ่มการคัดกรองจะเปิดโอกาสให้มีการคัดเลือกสมาชิกได้อย่างเหมาะสม อย่างไรก็ตามกลุ่มบางประเภทการคัดกรองอาจไม่มีความจำเป็นหรือมีประโยชน์น้อย เช่น กลุ่มการศึกษา กลุ่มอภิปราย กลุ่มงาน (Task group) ในกรณีที่ต้องการคัดกรองสมาชิกผู้นำกลุ่มสามารถกระทำดังนี้

1) การเลือกสมาชิก

1.1) การสัมภาษณ์ส่วนบุคคล วิธีการคัดกรองที่ดีที่สุดคือ การสัมภาษณ์รายบุคคล ถึงแม้ว่าจะเป็นวิธีที่ต้องใช้เวลาค่อนข้างมาก การสัมภาษณ์เปิดโอกาสให้ประเมินสมาชิกที่มีความเหมาะสมมากที่สุดเข้ากลุ่ม นอกจากนี้ผู้นำกลุ่มมีโอกาสร่วมปฏิสัมพันธ์กับผู้ที่จะเป็นสมาชิก และท้ายสุด ทำให้มีโอกาสดูแลกับผู้ที่เข้ากลุ่มให้ทราบถึงกฎเป้าหมาย และความคาดหวังต่อบทบาทของสมาชิก

1.2) การคัดกรองด้วยวิธีอื่น ๆ นอกจากสัมภาษณ์ผู้นำอาจใช้การกรอกแบบฟอร์มให้ข้อมูลโดยการเขียนในแบบฟอร์ม เพื่อนำมาประเมินความเหมาะสม ข้อมูลที่ต้องการคือ ข้อมูลพื้นฐานด้านอายุ ระดับการศึกษา เพศ สถานภาพการสมรส ประวัติความเจ็บป่วย เป็นต้น ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่สามารถเข้ากลุ่ม

2) ชนิดของกลุ่ม

สวณีย์ สุขเจริญ (2553) กล่าวว่า การปรึกษากลุ่มควรจะเป็นกลุ่มที่มีลักษณะเป็นกลุ่มปิด เพราะกลุ่มจะมีการพัฒนาและก้าวสู่ช่วงเวลาที่มีการแก้ปัญหาเนื่องจากการปรึกษากลุ่มต้องอาศัยเวลาและความรู้สึกผูกพันเป็นหนึ่งเดียว การที่สมาชิกใหม่เข้ามาในกลุ่มอาจจะขัดขวางต่อการพัฒนาของกลุ่มได้ เช่นเดียวกับ พนม ลัมอารีย์ (ม.ป.ป.) กล่าวว่า การปรึกษากลุ่มลักษณะของกลุ่มควรเป็นกลุ่มแบบปิด (Closed groups) หมายถึง เป็นกลุ่มที่ประกอบด้วยสมาชิกที่เป็นคนเดิมตั้งแต่เริ่มต้นการปรึกษาจนกระทั่งถึงขั้นยุติการปรึกษา ไม่ควรเป็นกลุ่มแบบเปิด (Opened groups) เพราะกลุ่มลักษณะนี้จะมีการเข้าออกของสมาชิกกลุ่มอยู่ตลอดเวลา คือ สมาชิกเก่าออกไปสมาชิกใหม่เข้ามาแทนที่ ทำให้การปรึกษาขาดความต่อเนื่อง การที่กลุ่มจะมีพัฒนาการไปถึงขั้นการวางแผน

แก้ปัญหาจะทำให้ยากและความรู้สึกปลอดภัยจะลดลงเพราะสมาชิกกลุ่มจะต้องคอยปรับตัวต่อสถานการณ์ที่มีสมาชิกใหม่เข้ามาอยู่ตลอดเวลาทำให้เป็นอุปสรรคต่อการเจริญงอกงามของกลุ่มได้

3) เวลาและจำนวนครั้ง

โดยกลุ่มที่จัดขึ้นหลายกลุ่มมีการกำหนดช่วงระยะเวลาที่แน่นอน เช่น กลุ่มพ่อแม่ กลุ่มเด็ก กลุ่มฝึกหัดการยืนยันในสิทธิของตน กลุ่มเพื่อการศึกษา กลุ่มเพื่อพัฒนางานทางจิตใจ สำหรับกลุ่มให้กำลังใจ กลุ่มบำบัด และการให้การปรึกษากลุ่ม บางครั้งอาจไม่ได้กำหนดระยะเวลาไว้ล่วงหน้าแต่ให้สมาชิกเป็นผู้กำหนดหลังจากที่การทำกลุ่มไปได้ในระยะเวลาหนึ่ง ปัจจัยอื่น ๆ ที่เป็นกำหนดจำนวนครั้งที่พบกันคือ ช่วงระยะเวลาภาคการศึกษา และช่วงเวลาว่างของผู้นำที่จะสามารถทำกลุ่มได้ความต้องการของผู้รับการปรึกษาหรือปริมาณเนื้อหาความรู้ที่จะให้กับสมาชิก (ดวงมณี จงรักษ์, 2554)

4) ขนาดของกลุ่ม

คอเรย์ (Corey, 2004, p. 69) ได้กล่าวว่า จำนวนสมาชิกของกลุ่มควรมี 8 คน จะเอื้อต่อประสิทธิภาพในการให้คำปรึกษากลุ่มมากที่สุด

มาห์เลอร์ (Mahler, 1969, p. 54) ได้กล่าวว่า จำนวนสมาชิกในกลุ่มไม่ควรน้อยกว่า 7 คน และไม่ควรเกิน 10 คน

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2543, น. 99-100) กล่าวว่า จำนวนสมาชิกควรอยู่ระหว่าง 6 – 15 คน ไม่ควรเกิน 15 คน แต่ถ้าจำนวนสมาชิกน้อยกว่า 6 คน จะทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดของสมาชิกที่น้อยเกินไป

วัชรีย์ ทรัพย์มี (2550, น. 115) กล่าวถึงขนาดของสมาชิกกลุ่มไว้ว่า ควรมีประมาณ 6 – 8 คน แต่ถ้าเป็นเด็กเล็กควรมีสมาชิกน้อยกว่านี้ การมีสมาชิกกลุ่มในกลุ่มมากเกินไป จะทำให้ผู้รับบริการแต่ละคนไม่มีโอกาสได้สำรวจปัญหาของตนเองอย่างเพียงพอ และผู้ให้บริการปรึกษาไม่สามารถสังเกตพฤติกรรมและให้ความช่วยเหลือสมาชิกแต่ละคนได้อย่างทั่วถึง

สรุปได้ว่า ขนาดของกลุ่มที่เหมาะสมต่อการให้คำปรึกษากลุ่ม คือ ระหว่าง 6 – 15 คน โดยจำนวนที่เอื้อต่อประสิทธิภาพต่อการให้คำปรึกษากลุ่มมากที่สุด คือ 8 คน ทั้งนี้หากมีจำนวนมากเกินไปจะทำให้สมาชิกไม่สำรวจปัญหาของตนเองอย่างเพียงพอ ขณะเดียวกันหากในกลุ่มมีสมาชิกน้อยเกินไปก็จะทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดระหว่างสมาชิกกลุ่มได้น้อย

5) ระยะเวลาและจำนวนครั้งในการให้คำปรึกษา

โอลเซน (Ohlsen, 1970, p. 6) เสนอแนะว่าจำนวนครั้งในการให้คำปรึกษากลุ่มควรอยู่ที่ 8 – 10 ครั้ง แต่ละครั้งระยะเวลาไม่ควรต่ำกว่า 90 นาที และให้คำปรึกษาสัปดาห์ละ 2 – 3 ครั้ง

แพทเทอร์สัน (Patterson, 1973, p. 182) เสนอแนะว่าควรจัดให้มีการให้คำปรึกษา กลุ่มสัปดาห์ละ 1 ครั้ง แต่ถ้าช่วงเวลาของการให้คำปรึกษากลุ่มน้อย อาจจัดสัปดาห์ละ 2 – 3 ครั้ง ทั้งนี้ระยะเวลาในการให้คำปรึกษากลุ่มแต่ละครั้ง ถ้าสมาชิกเป็นวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่ ควรอยู่ที่ 1 ชั่วโมงถึง 1 ชั่วโมง 30 นาที แต่ถ้าเป็นเด็กในระดับประถมศึกษา เวลาที่ใช้ไม่ควรนานเกิน 1 ชั่วโมง อาจอยู่ในช่วง 30 – 45 นาที

วัชร ทรัพย์มี (2550, น. 115) ให้ความเห็นว่าช่วงเวลาของการให้คำปรึกษากลุ่มขึ้นอยู่กับอายุของผู้ที่มาขอรับคำปรึกษา หากเป็นเด็กเล็กช่วงเวลาของความสนใจสั้น ในการให้บริการปรึกษาแต่ละครั้งจึงไม่ควรเกิน 30 นาที และควรจัดให้ถี่ขึ้น เช่น สัปดาห์ละ 2 ครั้ง แต่ถ้าเป็นวัยรุ่นอาจใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมงในแต่ละครั้ง ส่วนกลุ่มสำหรับผู้ใหญ่อาจจะใช้เวลามากกว่านั้นได้

สรุปได้ ว่าระยะเวลาในการให้คำปรึกษากลุ่มขึ้นอยู่กับช่วงวัยของสมาชิกเป็นสำคัญ ทั้งนี้ หากเป็นเด็กเล็กในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้งไม่ควรเกิน 1 ชั่วโมง แต่ถ้าเป็นวัยรุ่นและผู้ใหญ่ควรใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง ถึง 1 ชั่วโมง 30 นาที ทั้งนี้ควรจัดสัปดาห์ละ 1 – 2 ครั้ง และให้คำปรึกษากลุ่มจำนวน 8 – 10 ครั้ง

6) การจัดสถานที่และอุปกรณ์

ชูชัย สมितिไกร (2553) กล่าวว่า การจัดสถานที่รวมทั้งการจัดสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ เป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่ง โดยเฉพาะอย่างยิ่งจะมีผลต่อปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มช่วงที่กำลังสร้างความคุ้นเคยต่อกัน โดยมีองค์ประกอบดังนี้

6.1) ห้องที่ใช้ควรจะมีขนาดเหมาะสมกับจำนวนสมาชิก ควรจะมีความเป็นส่วนตัว ปราศจากการรบกวนจากผู้อื่น

6.2) การจัดสถานที่นั้น ควรจัดเป็นรูปวงกลมเพื่อให้สมาชิกได้มองเห็นกันอย่างทั่วถึง เก้าอี้ที่หนึ่งควรมีลักษณะที่นิ่งแล้วรู้สึกสบาย

นอกจากนี้ พนม สุขเจริญ (2551, อ้างถึงใน สวณีย์ สุขเจริญ, 2553) กล่าวว่า การปรึกษากลุ่มที่มีประสิทธิภาพ ดังนี้

1) จัดสถานที่และอุปกรณ์ให้น้อยที่สุด ให้มีที่กว้างพอสำหรับเก้าอี้จัดเป็นวงกลมในห้อง ซึ่งผู้มาขอรับการปรึกษาสามารถพูดได้อย่างอิสระโดยไม่มีใครนอกห้องได้ยิน

2) ห้องที่ใช้ในการปรึกษากลุ่มที่ดึงดูดความสนใจของสมาชิก ควรเป็นห้องที่มีขนาดกว้างพอสมควร จะช่วยให้ผู้มาขอรับการปรึกษาแสดงบทบาทหรือสัจพจน์พฤติกรรมต่าง ๆ ได้อย่างสะดวก และพื้นห้องถ้าปูพรมหรือสะอาด สมาชิกก็อาจจะเปลี่ยนจากการนั่งเก้าอี้เป็นการนั่งกับพื้น แทนเมื่อเกิดความรู้สึกว่าเหมาะสมที่จะทำเช่นนั้น ทั้งนี้อุปกรณ์ที่ใช้ในการบันทึกภาพและเสียงจัดว่าเป็นเครื่องมือสำคัญในการให้การปรึกษากลุ่ม เพราะการบันทึกภาพและเสียงทำให้ผู้ให้การปรึกษาสามารถนำเหตุการณ์มาทบทวนพิจารณาถึงสิ่งที่ได้เกิดขึ้นในการปรึกษาแบบกลุ่ม ช่วยให้สามารถวิจารณ์บทบาทที่แสดงออกและที่เล่นบทบาทสมมุติของสมาชิก อีกทั้งยังช่วยให้ผู้รับการปรึกษาได้รู้จักพฤติกรรมที่ไม่ส่งผลดีของตนและรู้จักความต้องการที่ไม่ได้กล่าวออกมาทางวาจา

มาฮ์เลอร์ (Mahler, 1969, pp. 58-59) กล่าวเกี่ยวกับการจัดสถานที่ในการให้คำปรึกษากลุ่มไว้ว่า ควรเป็นห้องที่มีลักษณะเป็นสัดส่วนและมีขนาดพอเหมาะกับจำนวนสมาชิก มีการจัดเก้าอี้ในลักษณะเป็นวงกลม สมาชิกสามารถมองเห็นได้ทั่วถึงกัน พื้นห้องสะอาดพร้อมสำหรับการเปลี่ยนอิริยาบถมานั่งกับพื้นได้

คอเรย์ (Core, 2000, p. 104) กล่าวว่า สถานที่ที่เหมาะสมในการให้คำปรึกษากลุ่ม คือ เป็นที่เฉพาะ มีความมิดชิด เพื่อให้สมาชิกรู้สึกปลอดภัย สามารถพูดคุยกันอย่างเปิดเผย

สรุปได้ว่า ในการจัดสถานที่สำหรับการให้คำปรึกษากลุ่มควรใช้ห้องที่มีลักษณะเป็นสัดส่วนเพื่อให้สมาชิกรู้สึกปลอดภัย สามารถพูดคุยกันอย่างเปิดเผย และขนาดห้องควรเหมาะสมกับจำนวนสมาชิก มีการจัดเก้าอี้เป็นวงกลมหรือพื้นห้องสะอาดสำหรับนั่งกับพื้นก็ได้

7) การเตรียมตัวสมาชิก

กาญจนา ไชยพันธุ์ (2551) กล่าวว่า เพื่อให้สมาชิกเป็นผู้ที่มีส่วนร่วมได้ดี ผู้ให้การปรึกษาควรจะได้พบสมาชิกและอธิบายให้สมาชิกทราบถึงความมุ่งหมายของการการปรึกษา เพื่อสมาชิกจะได้ทราบว่าทำไมเข้าต้องการเป็นสมาชิกของกลุ่ม รวมทั้งสมาชิกควรทราบถึงการจะให้ความช่วยเหลือกลุ่มได้อย่างไรบ้างและเขาคาดหวังว่าจะได้อะไรจากการเป็นสมาชิก ให้สมาชิกได้ทราบการมีบทบาทหน้าที่ของสมาชิกแต่ละคนขณะอยู่ในกลุ่ม การรักษาความลับของสมาชิกแต่ละคนให้สมาชิกได้ทราบช่วงเวลาของการจัดแต่ละครั้ง จำนวนครั้ง ตลอดจนความสำคัญของการเข้ากลุ่มในแต่ละครั้ง และให้ทราบถึงกฎระเบียบของการเป็นสมาชิกว่าการปฏิบัติตนและการให้ความร่วมมือ

8) บทบาทของผู้ในกลุ่ม

การให้การปรึกษากลุ่มจะดำเนินไปสู่เป้าหมายได้สำเร็จนั้นผู้นำกลุ่มต้องพยายามให้สมาชิกมีการปฏิสัมพันธ์กัน โดยผู้นำกลุ่มจะเป็นผู้เอื้ออำนวยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่างๆภายในกลุ่ม ซึ่ง Hansan and others (1976, อ้างถึงใน สวนีย์ สุขเจริญ, 2553) กล่าวถึงบทบาทของผู้นำกลุ่ม ดังนี้

8.1) ในการเริ่มต้นการปรึกษา ผู้นำกลุ่มจำเป็นต้องเตรียมวิธีการต่าง ๆ สำหรับกลุ่มเพื่อให้กลุ่มมีปฏิสัมพันธ์กัน เช่น ผู้นำอาจนำด้วยคำถามปลายเปิด สำหรับผู้มีประสบการณ์น้อยอาจเริ่มต้นในการให้คำปรึกษาครั้งแรกด้วยการแนะนำตัวซึ่งกันและกัน และถามกลุ่มให้กลุ่มพิจารณาข้อมูลที่สมาชิกแต่ละคนเสนอเพื่อฝึกให้สมาชิกได้พัฒนาความรู้สึกรับผิดชอบต่อกลุ่ม

8.2) ผู้นำกลุ่มจะต้องกำหนดกฎเกณฑ์ ระเบียบทั่วไปเกี่ยวกับพฤติกรรมและบทบาทหน้าที่ของสมาชิกแต่ละคนและของผู้นำด้วย

8.3) ผู้นำจะต้องมีความสามารถและทักษะ เข้าใจในสิ่งที่สมาชิกพูด เข้าใจความรู้สึกของสมาชิกในการยอมรับและให้กำลังใจ ซึ่งเป็นพื้นฐานของการสร้างสัมพันธภาพ

8.4) ผู้นำจะต้องสร้างบรรยากาศภายในกลุ่ม ให้สมาชิกรู้สึกปลอดภัยมีความไว้วางใจ ให้ความเคารพความคิดเห็นของกันและกัน อดทนต่อความแตกต่างระหว่างบุคคลให้สมาชิกรู้สึกว่าการมีความสำคัญเป็นเจ้าของกลุ่ม

8.5) ผู้นำจะต้องคำนึงถึงเป้าหมายให้สมาชิก จุดมุ่งหมายและประโยชน์ของกลุ่มเพื่อช่วยให้สมาชิกเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่นให้เขาเปลี่ยนแปลงความรู้สึกทัศนคติต่าง ๆ

8.6) การเข้าถึงความคิดต่อเนื่องและสรุปบทวนเหตุการณ์สำคัญในการให้การปรึกษาที่ผ่านมาก่อนที่จะทำครั้งใหม่ เพื่อทำให้เกิดเป็นประสบการณ์ครั้งเดียวกัน

8.7) การให้ข้อมูลย้อนกลับ การสะท้อนความรู้สึกทั้งคำพูดและการแสดงออกรวมทั้งการแปลความหมายและการทำความเข้าใจ ซึ่งผู้นำต้องกระตุ้นให้สมาชิกคนอื่น ๆ กระทำด้วย

เพื่อให้สมาชิกได้ตรวจสอบพิจารณาสิ่งที่เขาพูด ซึ่งให้เห็นว่ามีความขัดแย้งหรือสอดคล้องกันอย่างไร ซึ่งช่วยให้สมาชิกรู้จักตนเองดีขึ้น

8.8) การลดความตึงเครียด ผ่อนคลายความขัดแย้ง ความกลัว ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นภายในกลุ่ม และรับผิดชอบในการกำจัดพฤติกรรมบางอย่างที่จะเป็นอันตรายกับสมาชิกผู้นำ จะต้องเข้าไปสอดแทรกขัดขวางในบางกรณี เช่น สมาชิกพูดแทนกัน ขัดแย้งไม่ลงรอยกันพูดวกวน สับสนหรือกล่าวโทษคนอื่นหรือแยกกลุ่มกันโดยไม่สนใจกลุ่ม

8.9) การให้ข้อมูลเพิ่มเติมที่เห็นสมควร ผู้นำกลุ่มควรแสดงความรู้สึกส่วนตัวประสบการณ์ค่านิยมของตนเองเมื่อเห็นว่าจะเป็นประโยชน์ต่อสมาชิก นอกจากนี้ผู้นำควรเป็นแบบอย่างที่ดีให้สมาชิกดูเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมหรือวิธีการต่าง ๆ ที่ใช้แก้ปัญหาของสมาชิก

8.10) ผู้นำต้องคอยสังเกตและประเมินพฤติกรรมของสมาชิกแต่ละคน รวมทั้งการมีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม

9) บทบาทของสมาชิก

สวินีย์ สุขเจริญ (2553) กล่าวถึง บทบาทของสมาชิกในกลุ่มที่จะทำให้การปรึกษากลุ่มมีประสิทธิภาพ ดังนี้

9.1) ไม่พูดเรื่องนอกกลุ่ม สมาชิกควรพูดถึงเฉพาะบุคคลที่อยู่ในกลุ่มสิ่งที่พูดในกลุ่มจะเก็บไว้เป็นความลับและไม่นำไปพูดนอกกลุ่ม

9.2) การฟัง สมาชิกจะได้รับการกระตุ้นให้สนใจรับฟังสมาชิกอื่นพูดทั้งเนื้อหาและความรู้สึก ถ้ามีความยากลำบากในการฟังควรจะรีบบอกผู้พูดไม่ควรปล่อยผ่านไป

9.3) การวิพากษ์วิจารณ์ สมาชิกควรพูดถึงสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ที่นี่และเดี๋ยวนี้

9.4) การใช้สติปัญญาด้วยเหตุผล สมาชิกย่อมได้รับการกระตุ้นให้ร่วมแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกซึ่งเป็นส่วนตัว จะผลัดเปลี่ยนกันไปถึงเรื่องราวต่าง ๆ ของสังคม และสนใจเรื่องราวเป็นรายบุคคลไป

9.5) การตั้งคำถาม การถามควรถามในลักษณะของการอธิบายเพิ่มเติมขอความคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะ

9.6) การเจาะระดับความรู้สึก จะเป็นประโยชน์ต่อสมาชิกเพื่อให้เขารู้ว่าเขาคือใครและรู้สึกอย่างไรอย่างแท้จริง

9.7) ความรู้สึกและความคิดเห็น สมาชิกจะได้รับการกระตุ้นให้เข้าใจว่าสิ่งที่คิดและรู้สึกเป็นสิ่งที่แยกออกจากกัน

สรุปได้ว่า สมาชิกควรมีความเต็มใจ สม่ครใจที่จะเข้ากลุ่มโดยควรเป็นผู้ที่มีปัญหาคลายคลึงกัน แต่ก็ควรมีความแตกต่างกันบ้าง เช่น มีทั้งเพศหญิงและเพศชายในกลุ่มเดียวกัน รวมถึงประสบการณ์ที่ต่างกัันก็จะช่วยให้สมาชิกเกิดการแลกเปลี่ยนเจตคติอันนำไปสู่การพัฒนาพฤติกรรมใหม่ได้ แต่ทั้งนี้สมาชิกกลุ่มก็ไม่ควรมีความแตกต่างกันมากเกินไป จะส่งผลต่อการยอมรับซึ่งกันและกันได้ การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มจึงควรพิจารณาจากวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม ความเหมาะสมด้านบุคลิกภาพ และความถนัดของผู้ให้คำปรึกษาเป็นหลัก

1.5 ทฤษฎีเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

1.5.1 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Counseling Theory)

ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ในช่วงแรกมีการใช้ชื่อว่า การให้คำปรึกษาแบบไม่นำทาง (Non-Directive Counseling) ต่อมาพัฒนาเป็นการโดยการให้คำปรึกษาโดยยึดผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง (Client-Centered Counseling) และในปัจจุบันใช้ชื่อว่า การให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Counseling) การให้คำปรึกษาวิธีนี้พัฒนาขึ้นโดยคาร์ล โรเจอร์ (Carl Rogers) (Sharf, 2001, p. 211, อ้างถึงใน พันโทหญิง สายสมร เกลยกิตติ, 2554)

เป้าหมายของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

เป้าหมายของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง คือ เพื่อความเชื่อใจในกระบวนการกลุ่ม (Trust in the Group Process) โดยพื้นฐานของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางนี้ขึ้นอยู่กับพื้นฐานของความรู้สึกไว้วางใจในความสามารถของกลุ่มที่จะพัฒนาศักยภาพของสมาชิกได้ ดังนั้นสิ่งสำคัญของแนวคิดนี้ คือ การที่สมาชิกกลุ่มจะต้องพัฒนาบรรยากาศของการยอมรับและการไว้วางใจซึ่งกันและกัน เพื่อความเจริญงอกงาม (The Therapeutic Conditions for Growth) เป็นพื้นฐานสำคัญอีกประการหนึ่งภายใต้ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางที่จะช่วยให้กลุ่มดำเนินไปอย่างงอกงาม

1.5.2 การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน - โฟกัส (Solution-Focused Counseling) ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์

การบำบัดแบบโซลูชัน - โฟกัส คือ วิธีการบำบัดที่การปรับเปลี่ยนเป้าหมาย และเน้นที่อนาคต วิธีการนี้เปลี่ยนการเน้นการแก้ไขที่ปัญหาไปสู่การเน้นที่คำตอบ โดยได้เกิดขึ้นบนพื้นฐานของการมองโลกในแง่ดีที่ว่า มนุษย์เป็นผู้มีความสามารถหยั่งตัว สามารถรับมือสถานการณ์ได้ดี สามารถฟื้นคืนสู่สภาพเดิม และมีความสามารถในการสร้างคำตอบที่สามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตของตนได้ โดยแนวคิดในการให้คำปรึกษาสร้างขึ้นท่ามกลางมิติเชิงบวก เช่น ความเข้มแข็งของบุคคล การได้คำตอบของบุคคลในสถานการณ์อื่นๆ รวมทั้งความสำเร็จในอดีต (Charlesworth & Jackson, 2004, p. 316)

เป้าหมายของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน - โฟกัส

เป้าหมายหลักของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน - โฟกัส คือ การช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาเพิ่มหรือพัฒนาระดับของการตระหนักรู้ที่มีต่อตนเอง จากการที่มองความสามารถของตนเองในระดับต่ำ ขาดความกระตือรือร้น มาเป็นผู้ที่ที่เล็งเห็นความสามารถและจุดแข็งของตนภายในระยะเวลาอันสั้น ซึ่งเป็นลักษณะของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน - โฟกัส ทั้งนี้มุ่งให้ผู้รับคำปรึกษาเล็งเห็นถึงสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากการบำบัดในแต่ละระยะ (Corey, 2001, p. 288, as cited in Hoyt, 2003, p. 247) ส่วนวอลเตอร์ และ เพลเลอร์ (Walter & Peller, 1992, p. 172) กล่าวว่า การ

ให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน -โฟกัส นั้น ให้ความสำคัญในการช่วยเหลือให้ผู้รับคำปรึกษาระบุเป้าหมายของตนที่ชัดเจน ทั้งนี้ส่งเสริมให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในสถานการณ์ที่ยังคงเป็นปัญหาโดยกระตุ้นพลังของผู้รับคำปรึกษา (O'Hanlon, & Weiner, Devis. 2003: 215; อ้างอิงจาก Corey. 2001: 296) ทั้งนี้ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับกำลังใจในการทะนุถนอมถึงคำตอบมากกว่าปัญหา โดยมองว่าการพูดถึงแต่ปัญหาจะทำให้ปัญหาย่อยอย่างต่อเนื่อง การพูดถึงการเปลี่ยนแปลงก็จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง นอกจากนี้ผู้รับคำปรึกษาก็จะได้รับการส่งเสริมให้เกิดความแข็งแกร่งโดยคำนึงถึงสิ่งที่คุณรับคำปรึกษาเคยทำแล้วประสบความสำเร็จ เพื่อเป็นประโยชน์ต่อเป้าหมายต่อไป

ขั้นตอนการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน -โฟกัส

วอลเตอร์และเพลเลอร์ (Walter & Peller, 1992, p. 216) ได้อธิบายว่าลักษณะเฉพาะของกระบวนการ SFBT เป็นกระบวนการหนึ่งที่สามารถประยุกต์ใช้ได้กับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยมี 4 ขั้นตอน คือ

- 1) ระบุนสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษาต้องการมากกว่าการค้นหาในสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษาไม่ต้องการ
- 2) ไม่มองในแง่ของพยาธิสภาพ แต่มองหาในสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษากำลังทำแล้วได้ผล โดยให้กำลังใจผู้รับคำปรึกษาในการดำเนินการในทิศทางนั้นต่อไป
- 3) ในทางกลับกัน ถ้าสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษากำลังทำไม่ประสบผลสำเร็จก็จะให้กำลังใจในการทดลองทำในสิ่งที่แตกต่างไปจากเดิม
- 4) ในแต่ละการบำบัด ไม่ว่าจะเป็นการบำบัดครั้งสุดท้าย หรือเป็นการบำบัดเพียงครั้งเดียว จะยอมรับบุคคลตามที่พวกเขาเป็น เป็นการช่วยเหลือบุคคลในการสร้างคำตอบ ทั้งนี้ทัศนคติของผู้นำกลุ่มเป็นสิ่งสำคัญที่จะนำไปสู่ความสัมฤทธิ์ผลของกลุ่ม

คอเรีย (Corey, 2008, pp. 429-430) ได้สรุปขั้นตอนของการบำบัดกลุ่มแบบ Solution-Focused ดังนี้

- 1) การตั้งระดับสำหรับกลุ่ม (Setting the tone for the Group) โดยผู้เอื้ออำนวย จะช่วยให้สมาชิกได้จัดการกับอารมณ์ตั้งแต่เริ่มต้นกระบวนการ จะเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้กล่าวถึงปัญหาอย่างกระชับ โดยผู้เอื้ออำนวยจะฟังด้วยความเคารพ ทั้งนี้สมาชิกจะได้มองเห็นปัญหาของตน
- 2) การเริ่มต้นตั้งเป้าหมาย (Beginning to set Goal) ผู้นำกลุ่มจะร่วมกับสมาชิกในการตั้งเป้าหมายที่เป็นไปได้ โดยมักใช้คำถามว่า “อะไรจะเป็นสิ่งที่แตกต่างไปในชีวิตของคุณเมื่อปัญหาได้รับการแก้ไข” ซึ่งบางครั้งสมาชิกจะกล่าวถึงสิ่งที่สมาชิกคนอื่นจะทำหรือไม่ทำ จนอาจล้มเป้าหมายของตน และสมาชิกจะได้รับการถามต่อว่า “แล้วตัวคุณล่ะ จะทำอะไรที่แตกต่างไปจากสมาชิก” ซึ่งในขั้นนี้จะเป็นกระบวนการของการสร้างสรรค์เป้าหมายของสมาชิกกลุ่ม
- 3) การค้นหาเพื่อข้อยกเว้นเกี่ยวกับปัญหา (Searching for Exceptions to the Problem) ผู้เอื้ออำนวยจะถามสมาชิกเกี่ยวกับปัญหาที่ไม่ได้รับการแก้ไข หรือปัญหายังมีความ

รุนแรงน้อย โดยสมาชิกจะได้สำรวจสิ่งเหล่านี้ ทั้งนี้สมาชิกจะได้กล่าวถึงช่วงเวลาก่อนที่ปัญหาจะมีผลต่อการดำเนินชีวิตและอะไรที่ทำให้คุณคงปัญหานั้นไว้

4) สร้างแรงจูงใจ และให้กำลังใจ (Encouraging Motivation) สร้างแรงจูงใจโดยทำให้เกิดความหวัง ซึ่งเป็นปัจจัยที่สำคัญของการบำบัดกลุ่ม ผู้เอื้ออำนวยอาจตั้งคำถามต่อสมาชิกว่า “เมื่อได้ฟังสมาชิกคนอื่นๆ แล้ว มีสมาชิกคนใดที่ทำให้เกิดกำลังใจในการที่จะแก้ไขปัญหของคุณ” “ในการเข้ากลุ่มครั้งนี้ คุณคิดว่าสมาชิกคนใดที่ถูกครอบงำด้วยปัญหาเพียงเล็กน้อย และปัญหานั้นไม่ได้มากไปกว่าผู้อื่น”

5) การช่วยเหลือสมาชิกกลุ่มในการพัฒนาภารกิจ (Assisting Group Members with Task Development) ก่อนสิ้นสุดการเข้ากลุ่มในแต่ละครั้งผู้นำกลุ่มจะเสนอให้สมาชิกสรุปความ มีการให้ข้อมูลย้อนกลับ ให้กำลังใจ และให้ข้อเสนอแนะที่สมาชิกต้องสังเกต หรือเพื่อดำเนินการก่อนการบำบัดที่นำไปสู่การแก้ปัญหาในครั้งต่อไป เช่น ผู้นำกลุ่มอาจให้สมาชิกกลับไปพิจารณาว่าควรจะทำอย่างไรเพื่อให้ปัญหาทุเลาลง เป็นต้น นอกจากนั้นก่อนสิ้นสุดการบำบัดในแต่ละครั้งผู้นำกลุ่มและสมาชิกสามารถประเมินความก้าวหน้าในการบำบัดได้ด้วยการใช้มาตราส่วนประมาณค่า และสมาชิกจะได้รับการถามถึงสิ่งที่จำเป็นต่อการแก้ปัญหาและสิ่งควรเกิดขึ้นในขั้นต่อไปด้วย

6) ระยะเวลาการบำบัดกลุ่มในครั้งต่อไป (The Next Group Session) ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป ผู้นำอาจเริ่มต้น โดยใช้คำถามว่า “สมาชิกคนใดที่ต้องการเล่าให้สมาชิกฟังว่า จากการเข้ากลุ่มเมื่อครั้งที่แล้ว คุณดีขึ้นหรือไม่ เพราะอะไร” ถ้าสมาชิกกล่าวถึงสิ่งที่ไม่เกิดผล ผู้เอื้ออำนวยก็จะช่วยเหลือให้สมาชิกรับรู้ถึงสิ่งที่เกิดขึ้น และอาจถามต่อว่า “สิ่งที่คุณต้องการให้เกิดขึ้น ซึ่งแตกต่างออกไปคืออะไร” เป็นต้น

เทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน -โฟกัส

การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน -โฟกัส มีเทคนิคที่สำคัญ ดังต่อไปนี้ (Corey, 2008: 432 – 435)

1) การเปลี่ยนแปลงก่อนการบำบัด (Pre-Therapy Change) ซึ่งกล่าว ถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นก่อนการบำบัดครั้งแรก โดยการกำหนดอย่างชัดเจนผ่านคำถามของผู้ให้คำปรึกษาที่ว่า “คุณจะทำอะไรบ้าง เมื่อคุณได้รับการขอร้องให้จัดการกับปัญหาของคุณ” โดยผู้ให้คำปรึกษาอาจขยายความเพื่อนำเข้าสู่กระบวนการบำบัด โดยการถามเป็นเสมือนการให้กำลังใจผู้รับคำปรึกษาที่อาจยังไม่ไว้วางใจผู้รับคำปรึกษา และยังเป็นการให้ผู้รับคำปรึกษาเองได้รับข้อมูลเกี่ยวกับตนเองมากขึ้นด้วย

2) การตั้งคำถาม (Questioning) ซึ่งเป็นเครื่องมือหลักในการสนทนาและการให้ความช่วยเหลือ ผู้นำกลุ่มแบบโซลูชัน -โฟกัส มักใช้การตั้งคำถาม เพื่อนำไปสู่การสร้างประสบการณ์มากกว่าการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้นำกลุ่มจะไม่ถามคำถามที่ตนคาดว่ารู้คำตอบ แต่คำตอบของสมาชิกกลุ่มจะเป็นคำตอบที่กระตุ้นความสนใจของผู้นำกลุ่มให้ไปสู่คำถามอื่นๆ ต่อไป ทั้งนี้สมาชิก

กลุ่มจะได้รับการสนับสนุนให้ตอบคำถามและระบุข้อคิดเห็นต่าง ๆ เกิดการยอมรับความสามารถส่วนตัว ซึ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่สำคัญต่อการเรียนรู้ของสมาชิกเพื่อแก้ไขปัญหาของตน

3) คำถามข้อยกเว้น (Exception Questions) โดยเป็นคำถามที่นำสมาชิกสู่สถานะที่ไม่มีปัญหาอีกต่อไป ซึ่งนำประสบการณ์ในอดีตของสมาชิกมาพิจารณาว่าเหตุใดปัญหา จึงไม่เกิดขึ้น ทั้งนี้การสำรวจดังกล่าวเป็นการเตือนให้สมาชิกเล็งเห็นว่าปัญหาไม่ใช่ไม่มีทางแก้ ในการถามคำถามผู้ให้คำปรึกษากลุ่มจะกล่าวถึงสิ่งที่เป็นข้อยกเว้นของสมาชิกที่เคยเกิดขึ้น ดังนั้นข้อยกเว้น จึงเป็นสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นได้จริงภายนอกบริบทของปัญหา ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับการสนับสนุนให้เปลี่ยนความเชื่อที่ว่าตนไม่สามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตได้ โดยผู้ให้คำปรึกษาอาจให้ผู้รับคำปรึกษากล่าวถึงช่วงเวลาที่คุณรู้สึกดี เมื่อสิ่งต่าง ๆ ดำเนินไปในทางที่ดี เมื่อตนได้สนุกสนานกับครอบครัวและเพื่อนฝูง เมื่อปัญหาต่าง ๆ ได้คลี่คลาย รวมทั้งวิธีการแก้ปัญหาที่มีความชัดเจนและเป็นไปได้ ทั้งนี้หน้าที่หลักของผู้ให้คำปรึกษาก็คือการแนะนำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายใต้ทางเลือกของตนตามแนวทางที่ผู้รับคำปรึกษาว่าเคยได้ผลมาก่อน

4) คำถามมหัศจรรย์ (Miracle Question) เป็นคำถามที่ผู้ให้คำปรึกษาใช้เพื่อสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มวาดฝันถึงสิ่งที่ตนต้องการ ซึ่งมีความเป็นไปได้ ซึ่งถ้าสมาชิกมีความกล้าที่จะตามความฝัน ก็เป็นไปได้ที่สมาชิกจะพบกับความสำเร็จ ซึ่งคำถามนี้จะเน้นถึงอนาคตที่สมาชิกจะพิจารณาถึงความแตกต่างเมื่อไม่ถูกครอบงำด้วยปัญหา ทั้งนี้ผู้ให้คำปรึกษาอาจใช้คำถามที่ว่า “ถ้าปาฏิหาริย์เกิดขึ้น โดยปัญหาของคุณหมดไป อะไรคือสิ่งที่แตกต่าง และคุณรู้ได้อย่างไรว่าปัญหาได้รับการแก้ไขแล้ว” ซึ่งสมาชิกจะได้แสดงวิสัยทัศน์ถึงสิ่งที่สามารถเกิดขึ้นเมื่อปัญหาหมดไป (Sklare, 2005, p. 342) ในกระบวนการพิจารณาวิธีการแก้ปัญหาได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงใน 3 รูปแบบ คือ การเปลี่ยนแปลงสิ่งที่กำลังกระทำ การเปลี่ยนแปลงการมองสภาพปัญหา และการเปลี่ยนแปลงจากความเข้มแข็งในการหาคำตอบ (O'Hanlon, Weiner, & Davis, 2003, p. 257)

5) คำถามการจัดระดับ ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน - โฟกัส จะใช้คำถามการจัดระดับเมื่อต้องการเปลี่ยนแปลงสิ่งที่ไม่สามารถสังเกตได้โดยง่าย เช่น อารมณ์ ความรู้สึก ยกตัวอย่าง เช่น การให้สมาชิกกลุ่มกล่าวถึงความรู้สึกวิตกกังวลของตน ก็อาจถามว่า “ในระดับ 0-10 ถ้า 0 คือระดับความรู้สึกที่คุณเข้ากลุ่มครั้งแรก และ 10 คือ วันที่ปัญหาของคุณหมดไป ระดับความวิตกกังวลของคุณในตอนนี้อยู่ที่เท่าใด ซึ่งถึงแม้ว่า ระดับของสมาชิกจะสูงขึ้นเพียงเล็กน้อย สมาชิกก็จะได้รับการถามว่า “คุณทำได้อย่างไร” “อะไรคือสิ่งที่ควรทำเพื่อให้ไปในระดับที่สูงขึ้น” ทั้งนี้คำถามการจัดระดับจะช่วยให้สมาชิกใส่ใจในสิ่งที่ตนกำลังกระทำ โดยสมาชิกได้ก้าวไปสู่ระดับที่สูงขึ้นได้อย่างไร (Berg, 1944, pp. 102-103)

6) การสร้างภารกิจการบำบัดครั้งแรก (Formula First Session Task) เป็นรูปแบบของการบ้านที่ผู้ให้คำปรึกษามอบให้กับสมาชิก ระหว่างการบำบัดครั้งแรกและครั้งที่สอง โดยผู้นำกลุ่มอาจกล่าวว่า “ระหว่างการพบกันครั้งนี้และครั้งต่อไป ให้ทุกคนสังเกตโดยอธิบายว่าได้เกิดสิ่งใดขึ้นกับคุณบ้าง (ในแง่ของครอบครัว ชีวิต และสัมพันธภาพ) ซึ่งคุณก็ต้องการให้เป็นต่อไป” (de ShaZer, 1985, p. 137) โดยในครั้งที่สองสมาชิกจะถูกถามถึงสิ่งที่ตนสังเกตเห็นและต้องการให้

เกิดขึ้นในอนาคต ซึ่ง เดอร์ ชาเซอร์ (de ShaZer, 1985, p. 138) กล่าวว่า การช่วยเหลือเช่นนี้จะช่วยส่งเสริมการมองโลกในแง่ดีและเกิดความหวังภายใต้สถานการณ์ของตน ซึ่งสมาชิกส่วนใหญ่จะให้ความร่วมมือกับการสร้างภารกิจการบำบัดครั้งแรก โดยรายงานการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตั้งแต่การบำบัดครั้งแรก ซึ่ง เบร์โทลิโน และ โอเฮนลอน (Bertolino & O'Hanlon, 2002, p. 341) กล่าวว่า “การรักษาโดยการสร้างภารกิจการบำบัดครั้งแรก จะใช้หลังจากที่ผู้รับคำปรึกษาได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องราว และมุมมองของตน ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่ว่า สมาชิกกลุ่มควรมีความเข้าใจก่อนที่จะเปลี่ยนแปลง

7) ข้อมูลย้อนกลับของผู้ให้คำปรึกษาสำหรับสมาชิกกลุ่ม (Therapist Feedback to Group Members) ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน - โฟกัส จะให้เวลากับการให้ข้อมูลย้อนกลับในการบำบัดแต่ละครั้ง โดยการให้ข้อมูลย้อนกลับจะช่วยให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ โดย เดอจอง และ เบอร์ก (De Jong & Berg, 2002, p. 415) ได้อธิบายถึงการให้ข้อมูลย้อนกลับที่เป็นพื้นฐาน คือ การชมเชย การเชื่อมต่อและการเสนอแนะภารกิจ ซึ่งการชมเชยเป็นการรับรองว่าผู้รับคำปรึกษากำลังดำเนินการเพื่อไปสู่คำตอบที่มีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เป็นเหมือนการสนับสนุนและสร้างความหวังของผู้รับคำปรึกษา ให้สามารถบรรลุเป้าหมายของตนด้วยความเข้มแข็ง ส่วนการเชื่อมต่อเป็นสิ่งที่นำไปสู่การเสนอแนะภารกิจ ซึ่งเป็นลำดับที่สาม โดยเป็นการให้การบ้านที่ผู้รับคำปรึกษาจะได้สังเกตในสิ่งที่แตกต่างกันไป ไม่ว่าจะเป็นวิธีคิด รู้สึกรวมทั้งปฏิบัติ ทั้งนี้สมาชิกจะได้รับมอบหมายเมื่อสมาชิกไม่แน่ใจว่า สิ่งที่ต้องการแตกต่างกันหรือไม่ ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาเชื่อว่าภารกิจเหล่านี้จะเป็นประโยชน์ต่อผู้รับคำปรึกษาในการสร้างวิธีการแก้ปัญหาต่อไป

1.5.3 การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า (Narrative Counseling)

เป้าหมายของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า

การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเรื่องเล่า มีจุดมุ่งหมายเพื่อสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษามองชีวิตในมุมมองที่หลากหลาย โดยหาทางเลือกที่เป็นไปได้สำหรับตนเองที่จะสามารถหาได้แทนที่จะมองในแง่ลบเดียว ผ่านการเล่าเรื่องราวที่ชอบซึ่งเกี่ยวข้องกับประสบการณ์และแสดงถึงเอกลักษณ์แห่งตน ทั้งนี้เพื่อให้เกิดการสำรวจประสบการณ์ในเชิงอัตนัย กล่าวคือ สำรวจความหวัง ความต้องการ เป้าหมาย จินตนาการ และแรงบันดาลใจของตน กล่าวคือ การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเรื่องเล่าหรือแนวทางที่เป็นวิธีการที่มุ่งพัฒนาทางเลือก โดยทำให้ผู้รับคำปรึกษาเป็นอิสระจากเรื่องราวที่เป็นปัญหา

เทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า

การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า มีเทคนิคที่สำคัญ ดังต่อไปนี้ (Goldenberg & Goldenberg, 2006, pp. 371-379)

1) การใช้คำถามในการบำบัด (Employing Therapeutic Questions) เป็นการตั้งคำถามอย่างมีเหตุผลและระมัดระวังในการเปิดแนวทางของความคิด แทนที่จะใช้การสังเกตและการ

ตีความหมาย ซึ่งการตั้งคำถามที่สุภาพและมีความต่อเนื่องของผู้ให้คำปรึกษาจะนำไปสู่สิ่งที่ผู้รับคำปรึกษากำลังประสบอยู่ ทั้งนี้ผู้ให้คำปรึกษาอาจร้องขอให้ผู้รับคำปรึกษาบรรยายเกี่ยวกับเรื่องราวที่เป็นปัญหา และพัฒนาถึงทางเลือกที่หลากหลาย ซึ่งบ่อยครั้งที่การตั้งคำถามจะมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกับเรื่องราวใหม่ๆ

2) การแสวงหาผลลัพธ์ที่เป็นลักษณะเฉพาะ (Seeking Unique Outcomes) เป็นการพิจารณาปัญหา โดยผู้ให้คำปรึกษาจะรับฟังผู้รับปรึกษาโดยหาคำอธิบายถึงเหตุการณ์และประสบการณ์ที่ไม่สอดคล้องกับเรื่องราวที่เป็นปัญหา ในฐานะที่เป็นหนทางที่จะเป็นไปได้ ตลอดจนมีส่วนร่วมในบทสนทนาที่เกี่ยวข้องกับเรื่องราวที่สร้างขึ้นใหม่ เพื่อนำไปสู่การพัฒนาทางเลือกอีกทางเลือกหนึ่ง ผู้ให้คำปรึกษาอาจขอให้ผู้รับคำปรึกษาค้นหาผลลัพธ์ที่มีลักษณะเฉพาะ อาจเป็นเหตุการณ์ การกระทำ หรือความคิดที่ขัดกับเรื่องราวที่เป็นปัญหา

3) การร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือก (Co-constructing Alternative Stories) เป็นเทคนิคที่ต่อเนื่องจากการที่ผู้รับคำปรึกษารับรู้ถึงเรื่องราวที่เป็นปัญหาซึ่งมีอิทธิพลต่อตน โดยขณะที่การบรรยายได้ส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตรวจสอบปัญหา ผู้รับคำปรึกษาอาจจะเริ่มรับรู้ถึงความเป็นไปได้อื่นๆ ที่กว้างมากขึ้น ตลอดจนเรื่องราวที่ชอบหรือมีพลัง ซึ่งการกล่าวถึงผลลัพธ์ที่เป็นเอกลักษณ์ อาจทำให้เรื่องราวทางเลือกในอนาคตมีความเข้มแข็ง ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่าจะสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาเล่าแล้วเล่าอีกในเรื่องราวที่ตนเองชอบ ตลอดจนทำเรื่องราวเหล่านั้นให้ชัดเจนมากขึ้น

4) เทคนิคแบบแผน จดหมาย และมิตรภาพในการบำบัด (Therapeutic Ceremonies Letters and Leagues) เทคนิคแบบแผนเป็นการใช้การสะท้อนของกลุ่ม โดยช่วยเล่าและเล่าซ้ำเรื่องราว เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตรวจสอบเรื่องราวที่ตนพอใจ ส่วนเทคนิคจดหมายเป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้เชื่อมโยงเรื่องราวของทางเลือกที่ตนได้พัฒนาขึ้นมา และมิตรภาพในการบำบัด เป็นการสนับสนุนซึ่งกันและกัน ตลอดจนเสริมสร้างทักษะของกลุ่ม เพื่อที่จะสนับสนุนการเปลี่ยนแปลงการนำเสนอเกี่ยวกับปัญหา

1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ

1.6.1 งานวิจัยในประเทศ

อังคณา ช่วยคำชู (2554) ได้ศึกษาผลของการให้การปรึกษาตามแนวคิดการปรับความคิดและพฤติกรรมแบบกลุ่มต่ออาการซึมเศร้าและพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตในผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่มีโรคซึมเศร้าร่วม จำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ โปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวคิดการปรับความคิดและพฤติกรรมแบบ แบบประเมินอาการซึมเศร้า และแบบวัดพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติทดสอบที (t-test) ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีอาการซึมเศร้าต่ำกว่าก่อนทดลอง และมีพฤติกรรมการดูแลตนเอง ด้านสุขภาพจิตสูงกว่าก่อนทดลอง รวมถึงมีอาการซึมเศร้าต่ำกว่ากลุ่มควบคุมและมีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

มณฑิยา สีด้า (2553) กล่าวว่า หลังการได้รับการให้การศึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงมีการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวมสูงขึ้นจากก่อนได้รับการให้คำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อีกทั้งเป็นโปรแกรมที่มีประสิทธิภาพ สามารถช่วยให้ผู้รับการปรึกษาได้รู้จักตนเองยอมรับตนเองและความเป็นจริงของชีวิต มีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น มีความรับผิดชอบต่อตนเอง มีความรู้สึกที่ตนเองมีคุณค่าและการดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างปกติสุข

ฐาปนิก พญามงคล (2552) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการฝึกตามแนวการบำบัดด้วยการรู้การคิด และพฤติกรรม ต่อความคิดอัตโนมัติทางลบ และพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 32 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าว แบบวัดความคิดอัตโนมัติทางลบ และโปรแกรมการฝึกตามแนวการบำบัดด้วยการรู้การคิด และพฤติกรรม ทั้งนี้วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ t-test dependent ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกตามแนวการบำบัดด้วยการรู้ การคิด และพฤติกรรม ได้เรียนรู้ทักษะและกระบวนการคิดแบบใหม่ที่ถูกต้อง ซึ่งเปลี่ยนจากความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล อันจะนำไปสู่ความรู้สึกที่ไม่ดีต่อตนเองและผู้อื่นไปสู่ความคิดที่ถูกต้องและมีเหตุมีผล ส่งผลให้นักเรียนเกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้

ยุพา แดงภักดี (2549) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษา แบบอัตถิภาวนิยม ต่อการลดภาวะซึมเศร้าของผู้เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย จำนวน 16 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ แบบวัดภาวะซึมเศร้า (CES-D: Center for epidemiologic studies depression scale) และโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาวนิยม การประเมินผลแบ่งเป็น 3 ระยะคือ ระยะก่อนทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม และทดสอบความแตกต่างรายคู่แบบนิวแมน-คูลส์ ผลการวิจัย พบว่า ผู้เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาวนิยม มีภาวะซึมเศร้ามั่กกว่ากลุ่มควบคุมทั้งในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และเกิดความปรับเปลี่ยนความคิดพฤติกรรมรู้จักและเข้าใจตนเองจากการมีชีวิตที่ต้องเผชิญกับการไร้ความหมาย ตลอดจนได้เข้าใจและค้นพบความหมายในการมีชีวิตอยู่และมองเห็นคุณค่าในชีวิตของตนเอง

อาตัม นีละไพจิตร (2548) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวนิยมต่อคุณค่าของตนเองของผู้ต้องขัง กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ต้องขังที่มีคะแนนคุณค่าแห่งตนต่ำกว่าค่าเฉลี่ย จำนวน 10 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบสำรวจคุณค่าแห่งตน และโปรแกรมให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวนิยม โดยแบ่งการทดลอง 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่มและทดสอบความแตกต่างระหว่างคู่โดยวิธีการ แบบนิวแมน-คูลส์ ผลการวิจัยพบว่า ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองมีคุณค่าแห่งตนสูงกว่ากลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองได้รับการส่งเสริมให้มีความรับผิดชอบและตระหนักถึงคุณค่าต่าง ๆ ที่แฝงอยู่ในตนเอง และค้นพบความหมายบางอย่างใน

สถานการณ์ของชีวิตของตนที่ประสบไปในทางที่ดี นำไปสู่การมีคุณค่าและมีความหมายก่อให้เกิดกำลังใจในการดำรงชีวิตพร้อมที่จะก้าวเดินไปข้างหน้าอย่างมั่นคงและมีเป้าหมายต่อไป

สุใจ ส่วนไพโรจน์ (2545) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงที่มีต่อนิสัยและเจตคติในการเรียนของนักศึกษาวิชาเอกคณิตศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง มีนิสัยและเจตคติในการเรียนสูงกว่าคะแนนก่อนเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม และสูงกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

1.6.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

Ilkhchi และคณะ (2011) ได้ศึกษาประสิทธิผลของกลุ่มการรู้การคิดพฤติกรรมในการรับรู้ความสามารถของตนเองและการกล้าแสดงออกในกลุ่มนักเรียนที่วิตกกังวลของโรงเรียนมัธยมศึกษาในเมืองตาบรีซ ประเทศอิหร่าน จำนวน 45 คน แบ่งเป็น 3 คือ กลุ่มทดลอง กลุ่มควบคุม และกลุ่มที่ได้รับยาหลอก กลุ่มละ 15 คน โดยที่กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมกลุ่มการรู้การคิดพฤติกรรม จำนวน 12 ครั้ง ด้วยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการรู้การคิดพฤติกรรมดังกล่าวสามารถลดความวิตกกังวล เพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนเอง และมีความกล้าแสดงออกเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

Chongrukasa และคณะ (2012) ได้ศึกษาประสิทธิผลการให้การปรึกษากลุ่มผสมผสานในการลดการพัฒนาอาการที่มีผลเสียต่อสุขภาพจิตของตำรวจที่ปฏิบัติหน้าที่ในจังหวัดยะลา ประเทศไทยโดยผสมผสานทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบการรู้การคิดพฤติกรรม ทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบพิจารณาความเป็นจริง การวาดภาพมันดาล่า และสวดแทรกแนวคิดทางศาสนา พบว่า สามารถลดคะแนนความวิตกกังวล อาการทางกาย ความซึมเศร้า และความบกพร่องทางสังคมได้

Shoaakazemia และคณะ (2014) ได้ศึกษาผลของการบำบัดการรู้การคิดพฤติกรรม การลดโรคย้ำคิดย้ำทำ ในกลุ่มตัวอย่างนักเรียนหญิงในเมืองเตหะราน ประเทศอิหร่าน ที่ได้รับการรักษาโรคย้ำคิดย้ำทำ จำนวน 7 คน ได้รับการประเมินก่อนทดลองและหลังทดลอง โดยใช้สถิติการทดสอบ คือ สถิติเชิงพรรณนาและการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยที่กลุ่มตัวอย่างสัมพันธ์กัน ผลการวิจัยพบว่า การบำบัดการรู้การคิดพฤติกรรมสามารถลดโรคย้ำคิดย้ำทำในกลุ่มนักเรียนที่ได้รับการรักษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าว จะเห็นได้ว่า การให้การปรึกษากลุ่มสามารถแก้ไขปัญหา เพิ่มประสิทธิภาพ และความสามารถทางการศึกษาของนักเรียนและนักศึกษามากขึ้นทั้งนี้หากนำจุดเด่นของการปรึกษากลุ่มและจุดเด่นของทั้ง 3 ทฤษฎี มาบูรณาการเพื่อลดผลกระทบทางจิตใจของนักศึกษาดังกล่าวแล้ว สามารถช่วยให้นักศึกษาลดความวิตกกังวล ลดอาการซึมเศร้าจากการเผชิญเหตุการณ์วิกฤต ทั้งยังสามารถลดโรคย้ำคิดย้ำทำได้อย่างมี

ประสิทธิภาพนำไปสู่การเห็นคุณค่าในตนเอง เพิ่มความสามารถ ความภาคภูมิใจ ความกล้าแสดงออก การรับผิดชอบ และการยอมรับตนเองในความเป็นชีวิตจริงเพิ่มขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนได้เรียนรู้ กระบวนการคิดที่มีเหตุมีผลนำมาซึ่งการมีเจตคติที่ดีต่อหน้าที่การงานสูงขึ้น สามารถเพิ่มพฤติกรรมการดูแลสุขภาพจิตของตนเองยิ่งขึ้นและตระหนักรู้ถึงการค้นหาความหมายในการดำรงชีวิตในปัจจุบัน

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความหวัง

2.1 ความหมายของความหวัง (Hope)

ความหวัง เป็นส่วนที่นำพาชีวิตของบุคคลไปสู่อนาคตที่ปรารถนาไว้ เป็นเป้าหมายที่ตั้งใจอยากให้เกิดขึ้น คือพลังในการผลักดันให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ ซึ่งมีความหวังเป็นแรงจูงใจโดยเชื่อมั่นว่าตนเองจะมีอิทธิพลต่อประสบการณ์ทางบวกที่จะเกิดขึ้นในอนาคตของเขาได้

Dufault & Martocchio (1985) ให้ความหมายเกี่ยวกับความหวังไว้ว่า ความหวังเป็นแรงขับเคลื่อนพลัง เป็นความเชื่อมั่นในความคาดหวังต่อความสำเร็จที่เกิดขึ้นในอนาคต ความหวังประกอบด้วยความคิด ความรู้สึก และการกระทำหลายอย่างประกอบด้วยกันอย่างซับซ้อนซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงตามกาลเวลา

Kim (1989) กล่าวถึงความหวังว่าเป็นคุณภาพภายในของชีวิตเป็นสิ่งที่มีความค่ามาก และเป็นแหล่งพลังของชีวิตมนุษย์ ซึ่งมีความเฉพาะตัวในแต่ละบุคคล

Brown (1989) สรุปไว้ว่า ความหวังเป็นกระบวนการของความรู้สึก ความคิด และการกระทำซึ่งเปลี่ยนแปลงตามกาลเวลา ความหวังเป็นภาพรวมของพฤติกรรมการเผชิญปัญหาซึ่งมีลักษณะของความเชื่อมั่นแม้ความไม่แน่นอนในการบรรลุสิ่งที่คาดหวังไว้ ผู้ที่มีความหวังจะถูกกระตุ้นให้กระทำให้บางอย่างเพื่อบรรลุในสิ่งที่หวัง

Miller (1992) กล่าวว่า ความหวังเป็นสิ่งที่สำคัญต่อการดำรงชีวิต มีลักษณะของการคาดหวังถึงสิ่งที่ดีจะเกิดขึ้นตามมาอย่างต่อเนื่อง โดยสิ่งดังกล่าวอาจจะเกิดขึ้นจริงหรือไม่ก็ได้ มีการคาดหวังอนาคตในทางที่ดีและอยู่บนพื้นฐานของการมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ผู้ที่มีความหวังจึงมีความสามารถที่จะเผชิญปัญหา มีความสุขในจิตใจมีจุดมุ่งหมายและรู้สึกว่าการมีชีวิตมีความหมาย

Herth (1993) กล่าวว่า ความหวังเป็นพลังของมนุษย์ในการตอบสนอง และเผชิญต่อสิ่งที่มารบกวน มีอิทธิพลทางบวกในการปรับตัว ความหวังเป็นการคาดว่าจะบรรลุผลในอนาคต การสูญเสียความหวัง และไม่มีเป้าหมายในชีวิต จะทำให้คุณภาพชีวิตลดลง

สโตแลนด์ (Stotland, 1969, p. 189) ได้อธิบายเกี่ยวกับความหวังไว้ว่า เป็นความคาดหวังของบุคคลที่จะประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่บุคคลรับรู้ว่าเป็นสิ่งสำคัญที่ตนต้องการ แนวคิดเกี่ยวกับความหวังของสโตแลนด์ จึงมี 2 องค์ประกอบ คือ การรับรู้ถึงความเป็นไปได้ในการบรรลุซึ่ง

เป้าหมายหนึ่ง และการรับรู้ถึงความสำคัญของเป้าหมายดังกล่าว ทั้งนี้ผู้ที่เต็มไปด้วยความหวังจะมีการรับรู้ถึงความสำคัญและความเป็นไปได้ในการบรรลุเป้าหมายในระดับสูง และมีความกระตือรือร้นที่จะดำเนินการใดๆ เพื่อไปสู่เป้าหมาย มีความรู้สึกสนุกและพึงพอใจ เมื่อใกล้ประสบความสำเร็จแต่สำหรับผู้ที่มีความหวังต่อเป้าหมายนั้นๆ ในระดับต่ำ จะมีความขัดแย้งที่เกิดจากเป้าหมาย และมีความคิดที่ไม่สามารถไปถึงเป้าหมายได้ซึ่งจะทำให้บุคคลรู้สึกคับข้องใจและเกิดความวิตกกังวล

Dufalt & Martocchio (1985, p. 380) กล่าวว่า ความหวังเป็นความคาดหวังและเชื่อมั่นว่าจะบรรลุถึงสิ่งที่ดีในอนาคตโดยเกี่ยวข้องกับการมีเป้าหมายที่ดี มีคุณค่าเมื่อบุคคลมีความหวังจะกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมในการเผชิญปัญหาหรืออุปสรรค ตลอดจนเลือกแสดงออกในทางที่จะทำให้ตนสมหวังได้ ในขณะที่ วัชรินทร์ จันทนาลักษณ์ (2551) ได้ให้ความหมายว่า ความหวังเป็นความคาดหวังและความเชื่อมั่นว่า ตนเองจะบรรลุสิ่งที่ดีในอนาคต สามารถแสดงออกทางอารมณ์ และพฤติกรรม เป็นกระบวนการซึ่งประกอบด้วย 6 มิติ มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิต และมีความสำคัญเฉพาะตัวในแต่ละบุคคล ซึ่งสอดคล้องกับ Dufault and Martocchio (as cited in Sherry, 2006) ที่ได้กล่าวว่า ความหวังมีหลายมิติ ซึ่งสามารถแสดงออกทางอารมณ์และพฤติกรรมของบุคคล ความหวัง ประกอบด้วย 6 มิติ คือ มิติด้านอารมณ์ ปัญญา พฤติกรรม ความผูกพัน เวลา และสถานการณ์แวดล้อม

กล่าวโดยสรุป ความหวังหมายถึงความรู้สึกนึกคิดที่เป็นพลังในบุคคลที่เชื่อมั่นว่าจะบรรลุถึงสิ่งที่ดีในอนาคต เป็นองค์ประกอบที่สำคัญของชีวิต เป็นสิ่งที่มีคุณค่า มีลักษณะเป็นพลวัตเปลี่ยนแปลงได้ตามอายุ เวลา และสถานการณ์ชีวิต ทำให้บุคคลสามารถปรับตัวต่อสถานการณ์ที่ยุ้งยากได้ โดยเมื่อบุคคลมีความหวังจะมีความตั้งใจในการดำเนินการต่างๆ ไปสู่เป้าหมาย ตลอดจนมีความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมาย และเกิดพฤติกรรมในการเผชิญปัญหาหรืออุปสรรคด้วยความอดทน

2.2 กระบวนการเกิดความหวัง

ความหวังของบุคคลเกิดจากปัจจัยสำคัญปัจจัยต่าง ๆ โดยจากการศึกษาพบว่า กระบวนการเกิดความหวังของบุคคลมีกระบวนการดังนี้

ดูฟอลท์ และมาร์ทอคชีโอ (Dufault & Martocchio, 1985) กล่าวว่าความหวังเป็นเสมือนแรงผลักดันที่เป็นพลวัตรหลายมิติ มีลักษณะเป็นความรู้สึกเชื่อมั่นในความคาดหวังถึงการบรรลุเป้าหมายที่สำคัญต่อชีวิตในอนาคต แต่จะมีความไม่แน่นอนรวมอยู่ด้วย บุคคลมีความหวังเกิดขึ้น จากการรับรู้การแปลความ และการตอบสนองต่อประสบการณ์หรือสถานการณ์ในชีวิต

เฟอร์ราน วิลกิน และ โปโปวิช (Ferran, Wilken & Popovich, 1990) ได้รวบรวมกระบวนการเกิดความหวัง (Hope Proccss Framework) จากข้อมูลของความหวังมาจากศาสตร์ต่างๆ ได้แก่ ปรัชญา ศาสนา การ พยาบาล แพทยศาสตร์ จิตวิทยา และสังคมวิทยา พบว่าความหวังเกิดขึ้นจากกระบวนการดังต่อไปนี้

1) กระบวนการประสบการณ์ (experiential process) เป็นกระบวนการที่บุคคลค้นหาและทำความเข้าใจกับเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่เป็นภาวะวิกฤตของชีวิตหรือก่อให้เกิดความเครียดอย่างรุนแรง โดยเฉพาะการเกิดความเจ็บป่วยที่ก่อให้เกิดความพิการ การสูญเสียภาพลักษณ์หรือคุณภาพชีวิต ทำให้บุคคลเกิดการค้นหาความหวัง เพื่อที่จะหลุดพ้นจากความทุกข์ทรมาน และได้รับความสุขสบาย

2) กระบวนการสร้างความสัมพันธ์ (relationship process) เป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับ การพัฒนาความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น มีพื้นฐานที่เกิดจากความรัก ความไว้วางใจ การได้รับการดูแล เอาใจใส่ การยอมรับในฐานะบุคคลที่มีคุณค่า ก่อให้เกิดความหวัง

3) กระบวนการแสวงหาสิ่งยึดเหนี่ยวทางจิตใจ (spiritual or transcendent process) เป็น กระบวนการที่มุ่งเน้นไปยังความสัมพันธ์กับสิ่งที่ยิ่งใหญ่กว่าตนเองซึ่งเกี่ยวข้องกับศาสนา พิธีกรรม ตามความเชื่อของบุคคล เป็นความต้องการทางจิตวิญญาณ เชื่อมมั่นในสิ่งที่ยังไม่ได้รับการพิสูจน์ เกิดความมั่นใจในสิ่งที่ไม่มีความแน่นอน หรือการยึดถือเอาสิ่งที่ผูกพันทางจิตใจ เป็นที่ยึดเหนี่ยวและ ที่พึ่งทางใจ โดยที่บุคคลเชื่อว่าเป็นพลังที่ยิ่งใหญ่ที่จะทำให้ค้นหาความหมายและจุดมุ่งหมายในชีวิตได้

4) กระบวนการคิดอย่างมีเหตุผล (rational thought process) เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นจาก การคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผล เนื่องจากการประสบความสำเร็จตามเป้าหมายในชีวิตและมีความเป็นไปได้ในความเป็นจริงเป็นสิ่งที่สำคัญสำหรับบุคคล ซึ่งการที่บุคคลจะกระทำเป้าหมายให้บรรลุผลสำเร็จ นั้น บุคคลจะต้องมีกระบวนการคิดและกระทำตามที่ได้อ้างอิงไว้ ในส่วนของความหวังนั้นจะเป็น กระบวนการที่อยู่ระหว่างเหตุการณ์ในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต โดยที่ประสบการณ์ในอดีตที่ประสบความสำเร็จนั้นจะช่วยให้บุคคลมีความเข้าใจในเหตุการณ์ปัจจุบันและสามารถจัดหาแหล่งประโยชน์ สนับสนุนต่อเหตุการณ์ในอนาคตได้

กล่าวโดยสรุป การเกิดความหวังของบุคคล ประกอบไปด้วยกระบวนการ 4 ขั้นตอนที่สำคัญ คือ เริ่มจากกระบวนการประสบการณ์ (experiential process) เป็นกระบวนการที่บุคคลค้นหาและทำความเข้าใจกับเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่เป็นภาวะวิกฤตของชีวิตหรือก่อให้เกิดความเครียดอย่างรุนแรง ต่อมา คือ กระบวนการสร้างความสัมพันธ์ (relationship process) เป็น กระบวนการที่เกี่ยวข้องกับ การพัฒนาความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น มีพื้นฐานที่เกิดจากความรัก ความไว้วางใจ การได้รับการดูแล เอาใจใส่ การยอมรับในฐานะบุคคลที่มีคุณค่า ก่อให้เกิดความหวัง กระบวนการแสวงหาสิ่งยึดเหนี่ยวทางจิตใจ (spiritual or transcendent process) และเกิด กระบวนการที่มุ่งเน้นไปยังความสัมพันธ์กับสิ่งที่ยิ่งใหญ่กว่าตนเองซึ่งเกี่ยวข้องกับศาสนา พิธีกรรม ตามความเชื่อของบุคคล สุดท้าย คือ กระบวนการคิดอย่างมีเหตุผล (rational thought process) เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นจาก การคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผล เนื่องจากการประสบความสำเร็จตามเป้าหมายในชีวิตและมีความเป็นไปได้

2.3 องค์ประกอบของความหวัง

จากที่ได้กล่าวถึงความหมายของความหวังไว้ในข้างต้น จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับความหวังเพิ่มเติม พบว่า นักวิชาการหลายท่านได้กล่าวถึง องค์ประกอบของความหวังไว้ ดังนี้

แนวคิดเกี่ยวกับความหวังของลาจ (Lange) ความหวังตามแนวคิดของลาจ ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ (Lange, 1978, pp. 128)

1) องค์ประกอบทางด้านอารมณ์ (Affective component) อารมณ์และความรู้สึกของแต่ละบุคคลจะเป็นอย่างไร ขึ้นอยู่กับความไว้วางใจ ความเชื่อมั่นในตนเองและโชคชะตาซึ่งเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของบุคลิกภาพ และองค์ประกอบเหล่านี้มีบทบาทในการกระตุ้นชี้แนะและสนับสนุนบุคคลให้มีความหวังในระดับที่ต่างกัน

2) โครงสร้างด้านความคิด (Cognitive function) เป็นกระบวนการใช้เหตุผลด้วยปัญญาในการพิจารณาไตร่ตรอง ประเมินสถานการณ์ที่เกิดขึ้น และทำหน้าที่ประสานหรือควบคุมอารมณ์ ความคิดจึงเป็นส่วนที่มีความสำคัญซึ่งมีผลต่อความหวังหรือสิ้นหวัง การที่บุคคลเลือกรับรู้ข้อมูลหรือเหตุการณ์ในทางบวกและมีการปรับความคิด จะส่งเสริมให้บุคคลเกิดความหวัง เกิดพลัง และมีความอดทนที่จะปรับสภาพต่างๆ ทั้งของร่างกายและจิตใจ อันไปสู่การมีสุขภาพที่ดี ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลมีการเลือกรับรู้เหตุการณ์ที่มีแนวโน้มไปในทางลบ บุคคลจะรู้สึกถูกคุกคามจนไม่อาจรับได้ต่อไป กลไกทางจิตเพื่อป้องกันตนเองจะถูกดึงขึ้นมาใช้ทันที

ดูฟอลท์ และ มาทอคซิโอ (Dufalt & Martocchio, 1985, p. 380) ได้อธิบายเกี่ยวกับความหวังไว้ว่า เป็นการคาดการณ์และเชื่อมั่นว่าจะบรรลุถึงสิ่งที่ดีในอนาคตซึ่งสามารถแสดงออกทางด้านอารมณ์และพฤติกรรม อันประกอบไปด้วยหลายมิติ และสามารถจำแนกได้ 2 ด้านคือ

1) ความหวังเฉพาะ (Particularized hope) เป็นความหวังเกี่ยวกับการมีเป้าหมายที่ดี มีคุณค่า และมีลักษณะเป็นนามธรรมสูง ได้แก่ ความหวังในเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่จะทำให้สถานการณ์ในปัจจุบันดีขึ้น หรือหวังในสิ่งที่ตนยังไม่ได้รับแต่คาดว่าจะได้รับในอนาคต ซึ่งเป็นสิ่งที่มีคุณค่ากับตนเอง ในปัจจุบันและก็ต้องการจะได้รับต่อไปในอนาคต รวมทั้งการไม่อยากพบเหตุการณ์ที่ตนไม่ชอบ ซึ่งความหวังนี้บุคคลสามารถจัดเรียงลำดับความสำคัญก่อนหลังได้ นอกจากนั้นความหวังสามารถเป็นสิ่งที่กระตุ้นและจูงใจให้เกิดพฤติกรรมในการเผชิญปัญหาหรืออุปสรรค รวมถึงการดำเนินชีวิตให้ไปสู่เป้าหมายตามที่หวัง

2) ความหวังทั่วไป (Generalized hope) เป็นความรู้สึกถึงสิ่งที่ดีในอนาคตมีลักษณะเป็นนามธรรมกว่าความหวังเฉพาะเป็นความหวังที่ยังไม่พัฒนาไปจนถึงที่สุดแต่จะเป็นตัวป้องกันการเกิดความสิ้นหวัง เมื่อบุคคลประสบความล้มเหลวในความหวังเฉพาะ ทั้งยังเป็นตัวช่วยให้เกิดแรงจูงใจในชีวิต เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

ทั้งนี้ความหวังเฉพาะและความหวังทั่วไปมีความสัมพันธ์กัน ซึ่งความหวังทั้ง 2 ด้านนี้ยังประกอบไปด้วย 6 มิติ คือ มิติด้านอารมณ์ ความคิด พฤติกรรม ความผูกพัน เวลา และสถานการณ์ โดยอธิบายได้ ดังนี้

1) มิติด้านอารมณ์ (Affective dimension) เป็นเรื่องของอารมณ์และความรู้สึก องค์ประกอบของความหวังในมิตินี้ ได้แก่ ความรู้สึกเกี่ยวข้องต่อสิ่งที่บุคคลต้องการให้เกิดขึ้น ความรู้สึกของบุคคลที่ให้ความสำคัญกับสิ่งที่ต้องการ ความรู้สึกเชื่อมั่นว่าจะได้ในสิ่งที่ต้องการ ความรู้สึกไม่แน่ใจเป็นบางครั้งว่าจะได้ในสิ่งที่ต้องการหรือไม่ ความรู้สึกที่หลากหลายซึ่งเกิดขึ้น ขณะที่มีความหวัง บุคคลจะแสดงออกแตกต่างกัน ส่วนใหญ่ผู้ที่มีความหวังจะมีความรู้สึกในทางที่ดี และเชื่อมั่นในสิ่งที่หวัง รู้สึกมั่นใจไว้วางใจมีความสุขแม้บางครั้งจะมีความไม่แน่ใจเกิดขึ้นบ้าง แต่ถ้าวได้รับการประคับประคองบุคคลก็จะรู้สึกมีชีวิตชีวา มีความสุข และอบอุ่น

2) มิติด้านความคิด (Cognitive dimension) เป็นความต้องการจินตนาการรับรู้ คิด จำ เรียนรู้ ประมวลผล แปลความหมาย และตัดสินใจ ซึ่งมีความสัมพันธ์กับความหวัง ประกอบด้วย ความชัดเจนในสิ่งที่หวัง เช่น ความต้องการในสิ่งดีๆ การตรวจสอบและประเมินความสัมพันธ์ ระหว่างความเป็นจริงกับความหวัง การจำแนกปัจจัยภายในและภายนอกที่มีต่อการส่งเสริมหรือ ขัดขวางความหวังของตนทั้งโดยตรงและโดยอ้อม การรับรู้ถึงผลที่ตนต้องการและความเป็นไปได้ แม้ว่าในบางครั้งจะไม่แน่ใจการจินตนาการถึงสิ่งที่ต้องการให้เกิดขึ้นในอนาคต โดยใช้ประสบการณ์ ในอดีตและสถานการณ์ในปัจจุบันจะช่วยสร้างความเชื่อมั่นในสิ่งที่ตนต้องการและมีทางเป็นไปได้ มิติด้านความคิดนี้เชื่อว่า ความหวัง ต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานของความเป็นจริง ซึ่งขึ้นอยู่กับ การรับรู้ของ บุคคลต่อสถานการณ์รอบตัว เวลาที่ใช้และการประเมินความเป็นไปได้ในสิ่งที่หวัง บุคคลที่มีความหวังในมิตินี้ จะหวังในสิ่งที่เป็นไปได้ตามความเป็นจริงและจะละทิ้งความหวังที่เป็นไปไม่ได้ รวมถึงมีการสร้างความหวังใหม่ขึ้นมาด้วย

3) มิติด้านพฤติกรรม (Behavioral dimension) เป็นการแสดงออกของบุคคลที่สัมพันธ์ กับความหวัง กล่าวคือ บุคคลจะเลือกแสดงออกในทางที่จะทำให้ตนสมหวัง โดยแสดงออกได้ทั้ง ทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และศาสนา ซึ่งการแสดงออกทางร่างกายจะมีความเฉพาะเจาะจง สังเกตได้ เพื่อทำให้บรรลุในสิ่งที่หวัง เช่น หวังให้หายจากความเจ็บป่วยก็จะแสดงออกทางกายด้วยการรับประทานยาตามเวลา ออกกำลังกายและพักผ่อน ส่วนการแสดงออกทางด้านจิตใจ เช่น การ จัดระบบความคิด วางแผนตัดสินใจ การแสดงออกทางสังคมจะมีความเกี่ยวข้องกับผู้อื่น เช่น การขอ ความช่วยเหลือจากผู้อื่น และ การแสดงออกทางด้านศาสนา จะมีความสัมพันธ์กับความเชื่อใน อำนาจที่เหนือธรรมชาติ เช่น การสวดมนต์ เป็นต้น

4) มิติด้านความผูกพัน (Affinitive dimension) เป็นความรู้สึกของบุคคลเกี่ยวกับ ความสัมพันธ์กับผู้อื่นหรือสิ่งอื่นๆ ซึ่งเป็นที่มาของความหวัง ทั้งนี้ได้แก่ มิติของการมีปฏิสัมพันธ์กับ บุคคลในสังคม ความผูกพันกับสิ่งเหนือธรรมชาติ เช่น พระเจ้า ความผูกพันที่มีต่อสิ่งมีชีวิตอื่นๆ นอกจากบุคคล เช่น สัตว์เลี้ยง เป็นต้น

5) มิติด้านเวลา (Temporal dimension) เป็นความสัมพันธ์กับเวลา คือเกี่ยวข้องกับ ประสบการณ์ในอดีต ปัจจุบัน และอนาคตของบุคคล ประสบการณ์ในอดีตมีอิทธิพลต่อความหวังของ บุคคลในหลายด้าน โดยบุคคลที่เคยสมหวังในอดีตมักจะต้องการความสมหวังในอนาคต การมี ประสบการณ์ในอดีตที่ดีจะทำให้แน่ใจว่าจะสมหวังต่อไป ส่วนบุคคลที่เคยผิดหวังในอดีตอาจเป็น

บทเรียนให้รู้จักปรับตัวและหาวิธีการเผชิญปัญหา และหวังว่าจะไม่เกิดเหตุการณ์เช่นนั้นอีกในอนาคต ความหวังที่ดีในปัจจุบันจะกลายเป็นส่วนหนึ่งของอนาคต หรือความหวังต่อการเปลี่ยนแปลงในปัจจุบันก็นำสู่สิ่งที่ดีในอนาคตซึ่งอาจจะเป็นความหวังในเวลาอันใกล้หรือไกลก็ได้ ไม่มีการกำหนดเวลาที่ชัดเจน ซึ่งจะช่วยป้องกันความผิดหวังได้ หากยังไม่สามารถบรรลุในสิ่งที่หวังได้ในตอนนี้

6) มิติด้านบริบทแวดล้อม (Contextual dimension) เป็นความสำคัญของบริบทแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อความหวัง ส่วนใหญ่ได้แก่ สถานการณ์ที่บุคคลต้องพบกับความสูญเสียในสิ่งต่อไป เช่น ชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดี การทำหน้าที่ต่างๆ ความเป็นอิสระ ความคิดสร้างสรรค์ การได้ใช้สติปัญญา ความสามารถที่จะมีบทบาทตามคาดหวัง สัมพันธภาพที่มีความหมาย ความปลอดภัยในทรัพย์สิน และการได้เป็นเจ้าของสิ่งที่มีคุณค่า

ขณะที่ เฮิร์ท (Herth, 1992, p. 116) ได้แบ่งความหวังออกเป็น 3 ด้าน จากการประมวลมิติความหวังของ Dufalt และ Martocchio ดังนี้

1) ความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายในชั่วคราวและในอนาคต (Inner sense of temporality and future) โดยรวมมิติด้านความคิดและด้านเวลาเข้าไว้ด้วยกัน ซึ่งเป็นการรับรู้ภายในต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในปัจจุบันและจะเกิดขึ้นในอนาคต โดยเป็นการรับรู้ในทางบวกและสามารถที่จะเป็นไปได้

2) ความพร้อมและความคาดหวังทางบวก (Inner positive readiness and expectancy) โดยรวมมิติด้านอารมณ์และด้านพฤติกรรมเข้าไว้ด้วยกัน ซึ่งเป็นความรู้สึกมั่นใจและคาดหวังทางบวกที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ทำให้บุคคลมีความรู้สึกที่จะดำเนินการ เพื่อให้บรรลุในสิ่งที่ต้องการ

3) ความสัมพันธ์ภายในตนและกับบุคคลอื่น (Interconnectedness with self and others) โดยรวมมิติด้านความผูกพันและด้านบริบทแวดล้อมเข้าไว้ด้วยกัน ซึ่งเป็นการเห็นความสำคัญของการพึ่งพาซึ่งกัน ความเกี่ยวข้องภายในตนและระหว่างตนกับบุคคลอื่น

โดยที่ โนวอทนี่ (Nowotny, 1989, pp. 57-61) กล่าวว่า ความหวังเกี่ยวข้องกับอนาคตซึ่งเกิดขึ้นภายในตัวบุคคล และมีความสัมพันธ์กับความเชื่อมั่นของบุคคลที่มีอยู่ โดยสามารถนำมาใช้ได้เมื่อต้องการ และความหวังยังเกี่ยวข้องกับการกระทำบางอย่าง เช่น การตั้งเป้าหมาย การดูแล การวางแผนการนำพลังมาสร้างและดำเนินงานต่างๆ และผลจากการมีความหวังก็มีความสำคัญต่อการเผชิญความเครียดทั้งนี้ผู้ที่มีความหวังต่างกันจะมีการประเมินสถานการณ์ต่างกันด้วย

สไนเดอร์ (Snyder, 2000) กล่าวว่า ความหวังประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญ ดังนี้

1) เป็นความคิดที่มุ่งไปยังเป้าหมาย และเป้าหมายนั้นต้องมีคุณค่าเพียงพอสำหรับเจ้าของความหวังนั้น ที่สำคัญควรมีลักษณะของความไม่แน่นอนในการบรรลุเป้าหมายอยู่ด้วย เพราะถ้าเป้าหมายนั้นมีโอกาสสำเร็จ 100% ความหวังก็ไม่มีค่า เพราะสามารถบรรลุได้แน่นอน แต่ถ้าหากเป้าหมายนั้นไม่มีทางสำเร็จ โอกาสบรรลุเท่ากับ 0% ความหวังในเป้าหมายนั้น ก็ไม่มีความสำคัญ เพราะเป็นไปได้อย่างแน่นอน

2) เป็นความเชื่อว่าตนสามารถคิดหาแนวทางซึ่งทำให้บรรลุเป้าหมายที่ต้องการได้ (Pathways Thought Way power) และในหลายๆ สถานการณ์สามารถคิดหาแนวทางได้หลายแนวทาง โดยเฉพาะในบุคคลที่มีระดับของความหวังสูง (High-Hope) ซึ่งจะมีประโยชน์อย่างยิ่งในกรณีที่ต้องเผชิญกับอุปสรรค ที่มาขัดขวางการบรรลุเป้าหมาย เพราะเชื่อว่าตนเองมีความสามารถที่จะคิดหาแนวทางใหม่เพื่อให้บรรลุเป้าหมายได้

3) มีพลังแห่งความตั้งใจที่จะทำตามแนวทางนั้น (Agency Thought Willpower) กล่าวคือ มีแรงจูงใจหรือตั้งใจที่จะเริ่มต้นทำตามแนวทางนั้นหรือมีความพยายามที่จะทำตามแนวทางนั้นอย่างต่อเนื่อง

Luthans, Avey, Avolio, Norman, and Combs (2006) กล่าวเพิ่มเติมว่าเป้าหมาย ที่ดีนั้น ควรจะมีความชัดเจนเพื่อที่จะได้วัดความสำเร็จได้ มีโครงสร้างที่เป็นไปได้ และควรแบ่งเป้าหมายใหญ่ให้เป็นเป้าหมายเล็กๆ เพื่อที่จะได้มีกำลังใจเมื่อแต่ละเป้าหมายนั้นสำเร็จ อีกประเด็นหนึ่งคือ ควรจัดรายการแนวทางและวิธีการทั้งหมดที่คิดได้ เพื่อที่จะได้รู้ว่าจะต้องใช้ทรัพยากรใดประกอบการใช้ทางเลือกนั้นบ้างและจากรายการนั้น เพิ่มทางเลือกที่เป็นไปได้มากขึ้น นอกจากองค์ประกอบด้านความคิดแล้ว ความหวังยังประกอบด้วยองค์ประกอบด้าน อารมณ์ร่วมด้วย เมื่อบุคคลเชื่อว่าตนสามารถบรรลุเป้าหมายได้ จะทำให้เกิดอารมณ์ทางด้านบวก แต่หากเชื่อว่าตนไม่สามารถบรรลุเป้าหมายได้นั้นจะทำให้เกิดอารมณ์ทางด้านลบ และอารมณ์นี้จะสะท้อนกลับไปยังพลังแห่งความตั้งใจและพลังแห่งแนวทางทำให้พลังทั้งสองนั้นลดลง ในทำนองเดียวกันเมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคบุคคลที่มีระดับความหวังสูงจะมีอารมณ์ทางด้านลบไม่มากและไม่นาน เพราะเมื่อบุคคลเชื่อว่าสามารถหาแนวทางใหม่หรือปรับเปลี่ยนเป้าหมายใหม่ที่จะบรรลุได้แล้ว บุคคลนั้นจะกลับมามีอารมณ์ด้านบวกได้อีกครั้ง (Snyder & Lopez, 2002, pp. 126-128)

นอกจากนั้นสำหรับนักวิชาการในประเทศไทย จากการศึกษาพบว่า วัชรินทร์ จันทนาลักษณ์ (2551) ได้กล่าวว่า ความหวังมีหลายมิติ ซึ่งสามารถแสดงออกทางอารมณ์และพฤติกรรมของบุคคล ความหวัง ประกอบด้วย 6 มิติ คือ มิติด้านอารมณ์ ปัญญา พฤติกรรม ความผูกพัน เวลา และสถานการณ์แวดล้อม

1) มิติด้านอารมณ์ (Affective dimension) เป็นเรื่องของอารมณ์และความรู้สึก องค์ประกอบของความหวังในมิตินี้ ได้แก่ ความรู้สึกเกี่ยวกับสิ่งที่ต้องการ ที่บุคคลต้องการให้เกิดขึ้น ความรู้สึกของบุคคลที่ให้ความสำคัญกับสิ่งที่ต้องการ ความรู้สึกเชื่อมั่นว่าจะได้ในสิ่งที่ต้องการ ความรู้สึกไม่แน่ใจเป็นบางครั้งว่าจะได้ในสิ่งที่ตนต้องการหรือไม่ โดยส่วนใหญ่ผู้ที่มีความหวังจะมีความรู้สึกในทางที่ดี และเชื่อมั่นในสิ่งที่หวัง รู้สึกมั่นใจ ไว้วางใจ มีความสุขแม้บางครั้งจะมีความไม่แน่ใจเกิดขึ้นบ้าง แต่ถ้าได้รับการประคับประคอง บุคคลก็จะรู้สึกมีชีวิตชีวา มีความสุข และอบอุ่น

2) มิติด้านความคิด (Cognitive dimension) เป็นความต้องการ จินตนาการ รับรู้ คิด จำ เรียนรู้ประมวลผล แปลความหมาย และตัดสินใจ ซึ่งมีความสัมพันธ์กับความหวัง ประกอบด้วย ความชัดเจนในสิ่งที่หวัง เช่น ความต้องการในสิ่งใดๆ การตรวจสอบและประเมินความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นจริงกับความหวัง โดยใช้ประสบการณ์ในอดีตและสถานการณ์ในปัจจุบัน จะช่วย

สร้างความเชื่อมั่นในสิ่งที่ตนต้องการและมีทางเป็นไปได้ มิติด้านความคิดนี้เชื่อว่า ความหวัง ต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานของความเป็นจริง ซึ่งขึ้นอยู่กับความรู้ของบุคคลต่อสถานการณ์รอบตัว เวลาที่ใช้ และการประเมินความเป็นไปได้ในสิ่งที่หวัง

3) มิติด้านพฤติกรรม (Behavioral dimension) เป็นการแสดงออกของบุคคลที่สัมพันธ์กับความหวัง กล่าวคือ บุคคลจะเลือกแสดงออกในทางที่จะทำให้ตนสมหวัง โดยแสดงออกได้ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และศาสนา ซึ่งการแสดงออกทางร่างกายจะมีความเฉพาะเจาะจงสังเกตได้เพื่อทำให้บรรลุในสิ่งที่หวัง

4) มิติด้านความผูกพัน (Affinitive dimension) เป็นความรู้สึกของบุคคลเกี่ยวกับความสัมพันธ์กับผู้อื่นหรือสิ่งอื่นๆ ซึ่งเป็นที่มาของความหวัง ทั้งนี้ได้แก่มิติของการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในสังคม ความผูกพันกับสิ่งเหนือธรรมชาติ เช่น พระเจ้า ความผูกพันที่มีต่อสิ่งมีชีวิตอื่นๆ นอกจากบุคคล เช่น สัตว์เลี้ยง เป็นต้น

5) มิติด้านเวลา (Temporal dimension) เป็นความสัมพันธ์กับเวลา คือเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ในอดีต ปัจจุบัน และอนาคตของบุคคล ประสบการณ์ในอดีตมีอิทธิพลต่อความหวังของบุคคลในหลายด้านโดยบุคคลที่เคยสมหวังในอดีตมักจะต้องการความสมหวังในอนาคต การมีประสบการณ์ในอดีตที่ดีจึงทำให้แน่ใจว่าจะสมหวังต่อไป ส่วนบุคคลที่เคยผิดหวังในอดีตอาจเป็นบทเรียนให้รู้จักปรับตัวและหาวิธีการเผชิญปัญหา และหวังว่าจะไม่เกิดเหตุการณ์เช่นนั้นอีกในอนาคต

6) มิติด้านบริบทแวดล้อม (Contextual dimension) เป็นความสำคัญของบริบทแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อความหวัง ส่วนใหญ่ได้แก่ สถานการณ์ที่บุคคลต้องพบกับความสูญเสียในสิ่งต่อไปนี้ เช่น ชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดี การทำหน้าที่ต่างๆ ความเป็นอิสระ ความคิดสร้างสรรค์การได้ใช้สติปัญญา ความสามารถที่จะมีบทบาทตามคาดหวัง สัมพันธภาพที่มีความหมาย ความปลอดภัยในทรัพย์สิน และการได้เป็นเจ้าของสิ่งที่มีคุณค่า

กล่าวโดยสรุป จากการศึกษาถึงองค์ประกอบของความหวัง สามารถสรุปได้ว่า นักวิชาการได้ทำการแบ่งองค์ประกอบของความหวังออกเป็นองค์ประกอบต่าง ๆ แตกต่างกัน โดยในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แนวคิดในการแบ่งองค์ประกอบของความหวังของชไนเดอร์ (Snyder, 1994) มาใช้เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย เพื่อให้ทราบถึงความหวังและความเข้มทางจิตใจของเยาวชนในสถานพินิจ โดยผ่านโปรแกรมการให้คำปรึกษาเพื่อเยาวชนจะมีคุณภาพในการใช้ชีวิตอย่างมีหัวใจที่เข้มแข็งและมีเป้าหมายในการใช้ชีวิตที่ชัดเจนต่อไป

2.4 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความหวัง

ความหวังของบุคคลแต่ละบุคคลจะมีความแตกต่างกัน จากการศึกษาพบว่า มีปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อความหวังของบุคคล ประกอบด้วย

Snyder (Snyder, 1994) กล่าวถึง ปัจจัยที่มีผลต่อระดับความหวังของบุคคล โดยมีรายละเอียดดังนี้

1) ความสามารถทางปัญญา เกี่ยวข้องกับการประเมินสถานการณ์ที่คุกคามและการรับรู้ความสามารถหรือศักยภาพของตนในการรับมือกับสถานการณ์นั้น

2) แรงสนับสนุนทางสังคม เป็นสิ่งที่บุคคลได้รับจากการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ทำให้บุคคลได้รับการช่วยเหลือทางด้านร่างกาย การตอบสนองความต้องการด้านจิตใจ อารมณ์ รวมถึง การยอมรับจากสังคม

3) ภาวะสุขภาพกายเป็นพื้นฐานในการไปสู่เป้าหมายอื่น ๆ บุคคลที่มีสุขภาพกายแข็งแรงสมบูรณ์ย่อมมีพลังใจที่จะคิดหาแนวทางไปสู่เป้าหมายที่ต้องการและมีความพร้อมในการกระทำที่ไปสู่เป้าหมายด้วย

4) ประสบการณ์ของความสำเร็จในอดีตของตนหรือของผู้อื่น หรือความสามารถเอาชนะ อุปสรรคในการไปสู่เป้าหมายได้ซึ่งประสบการณ์แห่งความสำเร็จในการไปถึงเป้าหมายเป็นสิ่งสำคัญที่จะผลักดันและส่งเสริมให้บุคคลเกิดความหวัง

กล่าวโดยสรุป ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความหวังของบุคคลที่สำคัญ ได้แก่ ความสามารถทางปัญญา แรงสนับสนุนทางสังคม ภาวะสุขภาพกาย และประสบการณ์ของความสำเร็จในอดีตของตนหรือของผู้อื่น

2.5 เครื่องมือที่ใช้วัดระดับความคาดหวัง

ความหวัง ถือเป็นสิ่งที่อยู่ภายในจิตใจของบุคคลแต่ละบุคคลไม่สามารถมองเห็นได้แต่อย่างไรก็ดี ความคาดหวังของบุคคลก็มีความแตกต่างกันออกไป ทำให้นักวิชาการหลายท่านได้คิดค้นวิธีการวัดความหวังของบุคคลไว้ดังนี้

มิลเลอร์ (Miller, 1983, p. 243) กล่าวว่า ความหวังที่พบในบุคคลทั่วไปออกเป็น 3 ระดับ คือ

ระดับที่ 1 เป็นความหวังในระดับที่พบบ่อยเป็นความปรารถนาของบุคคลที่จะได้รับความสะดวกสบายในชีวิตประจำวันจากอุปกรณ์เครื่องใช้ต่างๆ โดยต้องการให้การดำรงชีวิตประจำวันนั้นราบรื่น ถ้าไม่สมหวังบุคคลจะรู้สึกไม่พอใจเพียงระยะเวลาหนึ่งเท่านั้น ไม่จำเป็นต้องใช้พลังทางจิตในการปรับตัว

ระดับที่ 2 เป็นความหวังของบุคคลเกี่ยวกับการมีสมพันธภาพที่ดี ต้องการที่จะพัฒนาตนเองไปในทางที่เหมาะสมและประสบความสำเร็จ ซึ่งหากไม่สมหวังบุคคลจะเกิดความวิตกกังวลและต้องใช้พลังทางจิตในการปรับตัวมากกว่าระดับแรก โดยความวิตกกังวลนี้จะบรรเทาลงหรือหมดไปเมื่อบุคคลมีการตั้งความหวังขึ้นมาใหม่

ระดับที่ 3 เป็นความหวังในระดับสูงสุดของบุคคล เป็นความหวังที่จะทำให้บุคคลหลุดพ้นจากความยากลำบาก ความทุกข์ ความรู้สึกขาดอิสรภาพ ความหวังในระดับนี้เป็นพลังที่สำคัญของบุคคลในการปรับตัวต่อความเจ็บป่วยเรื้อรังและความเจ็บป่วยที่คุกคามชีวิต หากบุคคลไม่สมหวังจะทำให้เกิดความรู้สึกท้อแท้ เหนื่อยหน่าย สิ้นหวัง และจะต้องใช้พลังทางจิตอย่างมากทั้งจากภายนอกและภายในตัวบุคคล เพื่อช่วยในการปรับตัว

โดยในการวัดระดับความหวังของบุคคลนั้น Miller (1986) ได้ทำการสร้างข้อคำถามสำหรับแบบวัดความหวัง (Miller Hope Scale : MHS) ในผู้ใหญ่ ประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 47 ข้อ แล้วนำไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญเรื่องความหวัง ในกระบวนการนี้ทำให้ตัดข้อคำถามออกไปจากข้อคำถาม 47 ข้อ เหลือ 40 ข้อ แล้วนำเครื่องมือไปทดสอบความเที่ยงกับนักศึกษามหาวิทยาลัย จำนวน 75 คน คำนวณหาค่าความเที่ยงโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา = 0.95 และทดสอบซ้ำอีก 2 สัปดาห์ได้ = 0.80 แล้วปรับปรุงแก้ไข ก่อนใช้ในกลุ่มตัวอย่างผู้ใหญ่สุขภาพดี (นักศึกษามหาวิทยาลัย 2 แห่ง) จำนวน 522 คน มีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.93 และทดสอบซ้ำอีก 2 สัปดาห์ได้ = 0.82

Nowotny (1989) สร้างแบบวัดความหวัง Nowotny Hope Scale (NHS) ข้อคำถามมี 47 ข้อ ผ่านการหาความเที่ยงตรงโดยเกณฑ์สัมพัทธ์ และหาค่าความเที่ยงโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาค ได้ค่า 0.90 หลังจากนั้นพัฒนามาเหลือข้อคำถาม 29 ข้อคำถาม หาค่าความเที่ยงใหม่ได้ค่าเท่ากับ 0.90

Herth (1992) ได้สร้าง Herth Hope Scale (HHS) ในปี 1985 ซึ่งแบบวัดความหวังของ Herth โดยใช้กรอบแนวคิดความหวังของ Dufault and Matocchio (1985) แบบวัดนี้ประกอบด้วยข้อคำถาม 30 ข้อ คะแนนรวมมีค่า 0-90 คะแนน ผ่านการนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างหลากหลายกลุ่ม ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคอยู่ระหว่าง 0.75-0.95 Herth Hope Scale (HHS) ถูกพัฒนาและดัดแปลงมาเป็น Herth Hope Index (HHI) ขึ้นในปี 1993 เพื่อให้ข้อคำถามสั้นกะทัดรัด ชัดเจน โดยดัชนีชี้วัดความหวังนี้ประกอบด้วย 3 ด้าน ได้แก่ 1) ความรู้สึกภายในที่เกิดขึ้นชั่วคราวและในอนาคต 2) ความพร้อมภายในทางบวกและการคาดหวัง 3) ความสัมพันธ์ระหว่างตนเองและบุคคลอื่น มีข้อคำถามทั้งหมด 12 ข้อ ประกอบด้วยข้อคำถามด้านละ 4 ข้อ มีค่าคะแนนรวม 12-48 คะแนน ผ่านการหาความตรงตามเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญทางด้านการวิจัยและการวัดประเมินผล ซึ่งเป็นพยาบาลผู้เชี่ยวชาญทางคลินิก จำนวน 6 คน และผู้รับบริการจำนวน 6 คน จากการใช้ดัชนีชี้วัดความหวังนี้ศึกษาในกลุ่มตัวอย่าง 172 คน ประกอบด้วยผู้ป่วยเจ็บป่วยเฉียบพลัน 70 คน ผู้ป่วยเจ็บป่วยเรื้อรัง 71 คน และผู้ป่วยระยะสุดท้ายของโรค 31 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคเท่ากับ 0.97 ต่อมา Herth (1993) ได้นำดัชนีชี้วัดความหวังไปใช้ในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นคนชราในสถานบริการด้านสุขภาพและในชุมชน จำนวน 60 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคเท่ากับ 0.88 Wahl et al. (2004) ได้แปลดัชนีชี้วัดความหวังของ Herth ด้วยวิธีการแปลย้อนกลับเป็นภาษาเยอรมัน แล้วใช้ทำการศึกษาในบุคคลทั่วไปในประเทศเยอรมัน จำนวน 1,839 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคเท่ากับ 0.81 นอกจากนี้ การศึกษาความหวังในผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายและญาติของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายจำนวนรวม 85 คน ในประเทศสวีเดน ของ Benzein and Berg (2003) โดยใช้ดัชนีชี้วัดความหวังของ Herth ฉบับภาษาสวีเดนที่ได้รับการแปลด้วยวิธีการแปลย้อนกลับ ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคเท่ากับ 0.88

2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความหวัง

2.6.1 งานวิจัยในประเทศ

กฤษฎณา สังขมูญจินดา (2554) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ผลของโปรแกรมทางการพยาบาลแบบสนับสนุนต่อความหวังในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมระยะลุกลามที่ได้รับยาเคมีบำบัด ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าการใช้โปรแกรมทางการพยาบาลแบบสนับสนุนช่วยให้ผู้ป่วยมะเร็งเต้านมระยะลุกลามที่ได้รับยาเคมีบำบัดมีความหวังเพิ่มมากขึ้นซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมความหวังของผู้ป่วยมะเร็งเต้านมระยะลุกลามที่ได้รับเคมีบำบัด ในหน่วยเคมีบำบัดต่อไป

นภาพร วงศ์ใหญ่ (2542, น. 171-173) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ความหวังและพฤติกรรม การดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ จังหวัดพะเยา โดยเป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความหวัง กับพฤติกรรมดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่อยู่ในเขตเมืองของจังหวัดพะเยา จำนวน 200 ราย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลและแบบวัดความหวังของซไนเดอร์และคณะ ซึ่งผลการศึกษาพบว่าความหวังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตโดยรวมของผู้สูงอายุในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้ผู้วิจัยเสนอให้เห็นผลการวิจัยว่าผู้สูงอายุที่มีความหวังในระดับสูง มีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตที่ดี ดังนั้นจึงควรมีการตระหนักถึงความสำคัญของความหวังในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตที่ดี

อุรปริย์ เกิดในมงคล (2557, น. 54-65) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การศึกษาลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า ลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นประกอบด้วยเป้าหมายทางการศึกษา วิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ความพยายามที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ทั้งนี้เมื่อพิจารณาความหวังทางการศึกษาโดยภาพรวมพบว่าอยู่ในระดับสูง แสดงให้เห็นว่านักเรียนวัยรุ่นมีความหวังทางการศึกษาสูง ซึ่งจากการสอบถามและสัมภาษณ์นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยม ศึกษาปีที่ 2 พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความหวังในด้านการศึกษา โดยนักเรียนกล่าวถึงการได้คะแนนในรายวิชาต่างๆ ที่ดีขึ้น มีเกรดเฉลี่ยที่สูงขึ้น ได้เรียนในสิ่งที่ตนสนใจ ตลอดจนเรียนจบ ได้ศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น มีงานที่ดีทำเป็นต้น โดยมีเพียงบางส่วนที่กล่าวถึงความหวังทางด้านครอบครัวและสุขภาพตามลำดับ

วาริณี คุณธรรมสถาพร (2542, น. 157-158) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ ความหวัง กับการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1 ซึ่งเป็นการศึกษาถึงความสามารถในการเป็นตัวทำนายของความฉลาดทางอารมณ์และความหวังที่มีต่อการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2543 จำนวน 409 ราย จาก 17 คณะ โดย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้างนี้ประกอบไปด้วย แบบสอบถามลักษณะทางประชากรของกลุ่มตัวอย่าง แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ แบบวัดความหวัง และแบบวัดการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปี ที่ 1 ซึ่งผลการศึกษา พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์และความหวัง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปี ที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01 และยังสามารถร่วมกันทำนายการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1 ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01

ชลธิดา สิมะวงศ์ (2545, น. 196) ได้ทำการศึกษารื่อง การใช้จิตบำบัดกลุ่มในการส่งเสริมความหวังของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โดยเป็นการศึกษากับผู้ป่วยที่ติดเชื้อเอชไอวีที่ไม่มีอาการหรือมีอาการเพียงเล็กน้อย ซึ่งมารับการบริการที่แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลสันป่าตอง จำนวน 10 ราย ทั้งนี้ผู้ที่ติดเชื้อเอชไอวีจะได้รับผลกระทบทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม เนื่องจากจัดเป็นโรคเรื้อรังที่ยังไม่สามารถรักษาให้หายได้ ผู้ป่วยมักจะเกิดความรู้สึกท้อแท้และสิ้นหวัง โดยการศึกษาครั้งนี้ เครื่องมือที่ใช้ประกอบไปด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ดัชนีวัดความหวัง และแผนจิตบำบัดกลุ่ม ซึ่งผลจากการศึกษา พบว่า ผู้ติดเชื้อเอชไอวี ภายหลังที่ได้เข้าร่วมจิตบำบัดกลุ่มแล้ว มีคะแนนความหวังสูงขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมจิตบำบัดกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 และผู้วิจัยยังได้ให้ข้อเสนอแนะว่า การทำจิตบำบัดกลุ่มเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพในการเพิ่มความหวังของผู้ที่ติดเชื้อเอชไอวีได้

สินี กะลาสัย (2547, น. 154) ได้ทำการศึกษารื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคม ความหวังและความพึงพอใจในการดำรงชีวิตของครอบครัวที่มีบุตรออทิสติก โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นบิดาหรือมารดาที่มีบุตรออทิสติกอายุ 2-6 ปี ที่มารับการบริการที่สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ศูนย์การศึกษา พิเศษส่วนกลาง (ดินแดง) โรงเรียนอนุบาลจันทยานนท์ และภาควิชากุมารเวชศาสตร์หน่วยการเจริญเติบโต และพัฒนาการ โรงพยาบาลสภากาชาดไทย จำนวน 80 คน และเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้างนี้ คือ แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม ความหวัง และความพึงพอใจ ซึ่งผลการศึกษาพบว่า ความหวังโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในการดำเนินชีวิตของครอบครัวที่มีบุตรออทิสติก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ศรวณีย์ อันสะโก (2547, น. 214-215) ได้ทำการศึกษารื่อง ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อความหวังของผู้พิการ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้พิการจากโรงเรียนอาชีวพระมหาไถ่พัทยา ปี การศึกษา 2547 ที่มคะแนนความหวังจากลำดับท้ายสุดขึ้นไปและสมัครใจเข้าร่วมทดลองจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม จำนวน 12 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการให้คำปรึกษาวิธีปกติของทางโรงเรียนอาชีวพระมหาไถ่พัทยา ทั้งนี้ได้แบ่งการประเมินผลออกเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ซึ่งผลของการศึกษาพบว่าผู้การกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม มีคะแนนความหวังสูงกว่าผู้การกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล อย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผู้การกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยม ในระยะหลังการทดลองและติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ณลิณ ควรรฐ (2556) ทำการศึกษาผลการพัฒนาคุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็ก และเยาวชนจังหวัดนครพนมโดยการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยม โดยมีความมุ่งหมายเพื่อ 1) เปรียบเทียบผลการพัฒนาคุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนโดยการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยมระหว่างก่อนและหลังการทดลอง 2) เปรียบเทียบผลการพัฒนาคุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชน โดยการอบรมตามคู่มือปฏิบัติสถานพินิจ ระหว่างก่อนและหลังการอบรม และ 3) เปรียบเทียบผลการพัฒนาคุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนระหว่างการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยม และการอบรมกลุ่มตามคู่มือปฏิบัติสถานพินิจ กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดนครพนม จำนวน 20 คน ได้มาโดยการคัดเลือกแบบเจาะจงจากผู้ที่มีคะแนนคุณค่าในตนเองต่ำและสมัครใจเข้าร่วมการทดลองนับจากผู้ที่มีคะแนนต่ำสุดขึ้นมา 20 ลำดับ แล้วสุ่มอย่างง่ายเพื่อแบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 10 คน โดยกลุ่มที่ 1 เป็นกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยม กลุ่มที่ 2 เป็นกลุ่มควบคุมได้รับการอบรมกลุ่มตามคู่มือปฏิบัติสถานพินิจ เครื่องมือในการวิจัยประกอบด้วยแบบวัดคุณค่าในตนเอง โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยม และโปรแกรมการอบรมตามคู่มือปฏิบัติสถานพินิจ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือการทดสอบอันดับที่มีเครื่องหมายกำกับของวิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed-Ranks Test) และการทดสอบแมนน์-วิทนี ยู เทสต์ (The Mann-Whitney U Test) ผลการวิจัยพบว่า 1) คุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยมสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 2) คุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนที่ได้รับการอบรมกลุ่มตามคู่มือปฏิบัติสถานพินิจ ระหว่างก่อนและหลังการอบรมไม่แตกต่างกัน และ 3) คุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยมสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการอบรมกลุ่มตามคู่มือสถานพินิจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.6.2 งานวิจัยต่างประเทศ

ชู-ชิน เยน (Shu-Chin Yen, 2004, pp. 197-198) ได้ทำการศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ของอายุ เพศ และความหวังกับรูปแบบการแก้ปัญหาในวัยรุ่นไต้หวัน โดยขั้นแรกได้ทำการวิเคราะห์องค์ประกอบของการแก้ปัญหา เพื่อเป็นแนวทางในการทำแบบสอบถามการแก้ปัญหา ซึ่งพบ 6 ประการคือ การกระทำในเชิงบวก การสนับสนุนการค้นหา การจัดการกับตนเอง การคิดอย่างมีความหวัง การมีระยะห่าง และการระบายความรู้สึก ทั้งนี้การกระทำในเชิงบวกและการสนับสนุนการค้นหาเกี่ยวข้องกับกลุ่มการแก้ปัญหาที่เน้นที่ตัวปัญหา ส่วนการจัดการกับตนเอง การคิดอย่างมีความหวัง การมีระยะห่างและการระบายความรู้สึก อยู่ในกลุ่มของการแก้ปัญหาที่เน้นในเรื่องของอารมณ์ โดยกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นวัยรุ่นไต้หวัน พบว่า จะใช้การแก้ปัญหาโดยเน้นที่ตัวปัญหา

มากกว่าเน้นที่อารมณ์ โดยมักใช้การสนับสนุน การค้นหา นอกจากนั้นพบว่า อายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการจัดการกับตนเอง ส่วนความแตกต่างในเรื่องเพศ พบว่า ไม่มีความแตกต่างในการแก้ปัญหาที่เน้นที่ตัวปัญหา ในขณะที่เพศชายจะมีการแก้ปัญหาโดยเน้นที่อารมณ์มากกว่าเพศหญิง และประการสุดท้ายพบว่า ความหวังมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับการแก้ปัญหาที่เน้นที่ตัวปัญหา ในขณะที่ไม่มีความสัมพันธ์กับการแก้ปัญหาที่เน้นที่อารมณ์

ดอร์สัน (Dawson, 2008, pp. 225-227) ได้ศึกษาวิธีการทางจิตเกี่ยวกับความหวังกับการรักษาผู้ปกครองของเด็กที่มีอาการเจ็บป่วยอย่างรุนแรง โดยผู้ปกครองของเด็กที่มีอาการเจ็บป่วยอย่างรุนแรงจะมีความวิตกกังวล กระวนกระวายใจในการจัดการกับอาการที่เปลี่ยนแปลงไปของเด็ก ทั้งนี้ผู้ปกครองได้รับการรักษาผ่านการสวดมนต์ อ่านคำประพันธ์ และการคิดอย่างไตร่ตรอง นอกจากนั้นได้นำการให้คำปรึกษาครอบครัว โดยทฤษฎีระบบครอบครัวของ Bowen มาส่งเสริมให้พ่อแม่รักษาสมดุลในเรื่องสัมพันธ์ภาพและการติดต่อกันของสมาชิกในครอบครัว ทั้งนี้พบว่าวิธีการดังกล่าวสามารถสร้างความหวังได้

บาร์บารา (Barbara, 2008, pp. 244-246) ได้ทำการศึกษาเรื่อง กลุ่มผู้นับถือศาสนาคริสต์ ซึ่งเกี่ยวข้องทางด้านจิตใจกับชาตกรหญิงกับอิทธิพลของความหวัง โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นชาตกรหญิงซึ่งมักมีความเครียดสูง รู้สึกหมดกำลังใจและสิ้นหวัง ทั้งนี้ให้กลุ่มทดลอง จำนวน 20 คน เข้าร่วมโปรแกรมฟื้นฟู ซึ่งสอดแทรกเรื่องของความหวัง เป็นเวลา 12 สัปดาห์ ครั้งละ 90 นาที ในขณะที่กลุ่มควบคุมจำนวน 19 คน ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม ทั้งนี้หลังการทดลองพบว่าความหวังของชาตกรหญิงเพิ่มขึ้นอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ผู้วิจัยแสดงความคิดเห็นว่า การศึกษานำร่องนี้จะนำไปสู่การศึกษาเกี่ยวกับความหวังที่เข้มข้นขึ้นในผู้หญิงที่ถูกคุมขัง

Westburg and Boyer (1999) ทำการศึกษาประสิทธิภาพของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีต่อ ระดับความหวังของผู้มาปรึกษาที่ศูนย์จิตวิทยาการปรึกษาของมหาวิทยาลัยในสหรัฐอเมริกา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษา จำนวน 22 คน เป็นนักศึกษาปริญญาตรี 20 คน และเป็นนักศึกษาที่สำเร็จ การศึกษาไปแล้ว 2 คน ประเมินด้วยแบบวัดความหวังของ Snyder(1991) ดำเนินการวิจัยด้วย Pretest - Posttest พบว่า กระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบรายบุคคลเพิ่มระดับความหวังของนักศึกษา โดยทำให้นักศึกษามีความรู้สึกถึงความมุ่งสู่เป้าหมาย และมีการวางแผนเพื่อให้พบกับเป้าหมายเพิ่มขึ้น

เชชท์แมน และดีเวอร์ (Shechtman & Dvir, 2006, p. 29) ได้ศึกษารูปแบบของความผูกพันที่มีผลต่อพฤติกรรมในการให้คำปรึกษากลุ่มของเด็กก่อนวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กก่อนวัยรุ่น จำนวน 77 คนในศูนย์บริการให้คำปรึกษาของโรงเรียนในประเทศอิสราเอล แบ่งกลุ่มในการทดลองเป็น 11 กลุ่ม โดยได้รับการให้คำปรึกษาจากผู้ให้คำปรึกษา ตัวแปรที่ศึกษาคือ การเปิดเผยตนเอง พฤติกรรมในระหว่างการบำบัด และการตอบสนองต่อสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามรูปแบบของความผูกพัน การวิเคราะห์ข้อมูลวิเคราะห์รายบุคคลที่เข้าร่วมกลุ่มจากการศึกษาพบว่า มีความแตกต่างกันระหว่างตัวแปรอิสระทั้งหมดกับรูปแบบของความผูกพัน 3 รูปแบบ คือ แบบคุ้มครอง (Secure) ที่อยู่ในระดับสูงจะมีผลต่อคะแนนการเปิดเผย และการแสดง

พฤติกรรม และการตอบสนองค่อนข้างสูง ในขณะที่แบบหลีกเลี่ยง (Avoidant) จะมีคะแนนต่ำทั้งหมด ส่วนเพศ อายุ และขนาดของกลุ่มมีผลน้อยในการเปิดเผยตนเอง การแสดงพฤติกรรมและการตอบสนองคนอื่น

3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งทางใจ

3.1 ความเป็นมาของความเข้มแข็งทางใจ

ในยุครากแอนโทโนฟสกี (Antonovsky, 1982) เป็นนักสังคมวิทยาการแพทย์ชาวอิสราเอล ที่ได้ศึกษาทฤษฎีความผาสุกในชีวิต (The Salutogenic model of health) มีการใช้คำว่า Sense of Coherence หรือความเข้มแข็งในการมองโลก เป็นแนวคิดที่สำคัญ เป็นการค้นหาคำตอบเกี่ยวกับปัจจัยที่ทำให้คนดำรงภาวะสุขภาพดีและมีความสุขในชีวิตแม้ว่าต้องเผชิญสิ่งเร้าที่ก่อให้เกิดความเครียด (พนมวรรณ กายาน, 2552) ปัจจุบันยังมีการใช้คำว่า “Sense of Coherence” ในงานวิจัยต่าง ๆ ต่อมาในช่วงก่อนปี ค.ศ. 1977 มีการใช้คำว่า “Hardiness” ซึ่งมีความหมายว่าอดทนต่อความเจ็บปวด ทุกข์ทรมาน หรือทนต่องานหนักถูกนำมาใช้แทนคำว่า “Psychological endurance” และตั้งแต่ปี 1988 จนถึงปัจจุบัน และมีการใช้คำว่า “Resilience” มาใช้แทนคำว่า “Hardiness” โดยที่ในปัจจุบันคำว่า “Hardiness” ยังคงมีใช้อยู่บ้าง (เพ็ญประภา ปริญญาพล, 2546)

โดยสรุปการใช้คำว่า “Resilience” หรือ “Hardiness” “Sense of Coherence” เป็นการใช้คำที่มาจากพื้นฐานเดียวกัน ปัจจุบันงานวิจัยในประเทศไทยมีการใช้คำว่า “Hardiness” เป็นภาษาไทยว่า “ความเข้มแข็งอดทน” ส่วน “Sense of Coherence” มีการใช้คำว่า ความเข้มแข็งในการมองโลก ส่วนคำว่า “Resilience” มีการใช้เป็นภาษาไทยแตกต่างกันออกไปเช่น “ความยืดหยุ่นทนทาน” “ความยืดหยุ่นทางอารมณ์” “ความเป็นเลิศ” “ความสามารถในการฟื้นพลัง” และ “ความเข้มแข็งทางใจ” ซึ่งในงานวิจัยครั้งนี้ใช้คำว่า Resilience และใช้คำที่เป็นภาษาไทยว่า “ความเข้มแข็งทางใจ”

3.2 ความหมายของความเข้มแข็งทางใจ (Resilience)

Resilience มาจากภาษาละติน หมายถึง ความสามารถในการกลับคืนสภาพเดิม Resilience ยังไม่มีการกำหนดเป็นคำในภาษาไทยที่แน่นอน จึงมีผู้ใช้ในภาษาไทยหลากหลาย เช่น ความสามารถในการฟื้นพลัง ความเข้มแข็งทางจิตใจ ความยืดหยุ่นตัวทางอารมณ์และจิตใจ ความยืดหยุ่น เป็นต้น แต่สิ่งสำคัญ คือความหมายของ Resilience เป็นกระบวนการปรับตัวและฟื้นตัวเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ยากลำบากหรือวิกฤตได้สำเร็จ แสดงให้เห็นถึงการเอาชนะปัญหาอุปสรรคของชีวิตโดยใช้พลังสุขภาพจิตที่ดีที่เข้มแข็ง ในงานวิจัยเล่มนี้ผู้วิจัยขอใช้คำว่า “ความเข้มแข็งทางจิตใจ” เนื่องจากเป็นคำที่สื่อความหมายได้ชัดเจนที่สุดกับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจ เพราะว่าการออกมาเผชิญกับหลายสิ่งที่ไม่ได้เตรียมใจที่จะพบเจอ มีปัจจัยหลายอย่างที่จะบั่นทอนความสามารถในการดำรงชีวิตและก้าวไปสู่อนาคต

Wagnild and Young (1993) ให้ความหมายว่าพลังสุขภาพจิต หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่ส่งเสริมให้บุคคลมีการจัดการและการปรับตัวที่ดี เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความยากลำบากในชีวิต เพื่อลดผลกระทบจากสถานการณ์ความยากลำบากนั้น ๆ

Luthar et al. (2000) ให้ความหมายว่าพลังสุขภาพจิต หมายถึง กระบวนการที่มีลักษณะเป็นพลวัตร (Dynamic process) ซึ่งทำให้เกิดการปรับตัวทางด้านบวก (Positive adaptation) ต่อสถานการณ์ความยากลำบากที่สำคัญในชีวิต

Grotberg (2003) ให้ความหมายว่าพลังสุขภาพจิต หมายถึง ความสามารถที่มีอยู่ในตัวของมนุษย์ทุกคน โดยไม่เลือกว่าจะอยู่ในเชื้อชาติ สังคมและวัฒนธรรมใด เป็นสิ่งที่มนุษย์ใช้ในการจัดการเอาชนะสถานการณ์ความยากลำบากในชีวิต เพื่อทำให้ชีวิตผ่านพ้นประสบการณ์ด้านลบที่กำลังเผชิญอยู่ไปได้

ว่องก์ (Wong, 1977, อ้างถึงใน พัชรินทร์ ปคนวล, 2550, น. 21) ให้ความหมายของความเข้มแข็งทางใจไว้ว่า เป็นลักษณะนิสัยการประสบความสำเร็จในกลุ่มเสี่ยงที่เผชิญกับเหตุการณ์ลบหรืออุปสรรคที่รุนแรง แต่ประสบความสำเร็จและเจริญงอกงามได้

โวลิน และโวลิน (Wolin & wolin, 1993) กล่าวว่าความเข้มแข็งทางใจหมายถึงความสามารถของบุคคลในการฟื้นคืนกลับ (Bound back) ความทนต่อความยากลำบาก และการซ่อมแซมตนเอง โดย Jones, Hanton and Connaughton (2007) กล่าวว่า คนที่มีความเข้มแข็งทางจิตใจนั้นจะมี 4 ลักษณะ คือ

1) ทศนคติ คนที่มีความเข้มแข็งทางจิตใจจะมีความรู้และความสามารถที่ยอดเยี่ยม ในการมุ่งไปที่จุดสำคัญ และมีความเชื่อมั่นในตนเองอย่างเห็นได้ชัดในความสามารถทางกีฬา

2) มีการฝึก คนที่มีความเข้มแข็งทางจิตใจจะชอบนำเอาทักษะยากๆ มาฝึก และสามารถนำเอาไปใช้ได้อย่างมีคุณภาพในการแข่งขัน

3) การแข่งขัน คนที่มีความเข้มแข็งทางจิตใจจะประสบความสำเร็จเมื่ออยู่ภายใต้ความกดดันและแม้มีความกดดันที่สูงขึ้นยังสามารถขึ้นไปอยู่ในระดับที่สูงได้

4) หลังการแข่งขัน คนที่มีความเข้มแข็งทางจิตใจจะมีคุณลักษณะความสำเร็จและ ยอมรับความพ่ายแพ้ และสามารถแข่งขันต่อด้วยความมั่นใจในช่วงเวลานั้น ๆ

นอกจากนั้นยังพบว่า ประเวช ตันติพิวัฒนสกุล (2550) ให้ความหมายของความเข้มแข็งทางใจว่าเป็นกระบวนการปรับตัวภายใต้สถานการณ์ที่เลวร้าย เป็นการฟื้นตัวขึ้นจากประสบการณ์ที่ย่างกรุนแรง ซึ่งเป็นเรื่องที่ต้องใช้เวลาและความพยายามอย่างต่อเนื่อง ในเหตุการณ์วิกฤติต่างๆที่เกิดขึ้นกับมนุษย์เรา พบว่า คนเรามีความสามารถนี้อยู่ภายในตัวเอง และสถานการณ์วิกฤติจะช่วยให้เราค้นพบและเปิดส่วนนี้ออกมาให้ได้เห็นกัน การมีความเข้มแข็งทางใจ ไม่ได้หมายความว่าคนๆนั้นจะไม่รู้สึกเครียดกับปัญหาจะไม่รู้สึกเครียดกับปัญหาที่เขาเผชิญอยู่ เขายังรับรู้ได้ถึงความเจ็บปวดความเศร้าโศก ในเวลาที่เกิดความสูญเสีย แต่เขาสามารถยับยั้งฝ่าฟันปัญหาไปได้

กล่าวโดยสรุป ความเข้มแข็งทางใจ (Resilience) คือ ความสามารถของบุคคลในการกลับคืนสภาพเดิม โดยเป็นกระบวนการปรับตัวและฟื้นตัวเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ยากลำบากหรือวิกฤตได้สำเร็จ

3.3 องค์ประกอบของความเข้มแข็งทางใจ

กระทรวงสาธารณสุข, กรมสุขภาพจิต (2552) อธิบายว่า องค์ประกอบของพลัง สุขภาพจิต มีพลังสำคัญ อยู่ 3 ส่วน คือ

1) พลังฮึด คือ การที่คนเรามีความอดทนต่อความกดดัน ถึงมีเรื่องเครียดทุกข์ใจมากก็อยู่ได้ ดำเนินชีวิตต่อไปได้ ส่วนใหญ่คนเหล่านี้มีมุมมองว่า เราไม่ได้อยู่คนเดียว ไม่นานความทุกข์ก็ต้องผ่านไป ปัญหาทุกอย่างมีทางแก้ไข ชีวิตไม่ได้แย่ไปหมด เรื่องดีๆ ก็พอมีอยู่

2) พลังฮึด คือ การที่คนเรารู้จักสร้างแรงจูงใจให้ตัวเอง ไม่ท้อถอยง่ายๆ เช่น มีครอบครัวเป็นที่พึ่งพา คอยช่วยเหลือและเป็นที่กำลังใจ ต้องเป็นหลักของครอบครัวจะมายอมแพ้ง่ายๆ ได้อย่างไร ต้องไม่ท้อถอย ความสำเร็จอยู่ข้างหน้า ปัญหาบางอย่างเป็นเรื่องยากเป็นระยะเวลายาวนาน ทำให้ท้อถอยเป็นระยะๆ ต้องถึงความสำเร็จที่ผ่านพ้นมาได้จนถึงขั้นนี้ คิดถึงสิ่งที่มีคุณค่าต่อใจของเรา เช่น ความรัก ความดี ของตัวเองหรือคนใกล้ชิด และอยู่กับปัจจุบัน ค่อยๆ คิดแก้ไข ทำไปที่ละขั้นตอน อย่างไม่กลัวล้มเหลว

3) พลังสู้ คือ ความพร้อมสู้ปัญหา เมื่อมีปัญหา รู้จักประเมินความสามารถของตัวเองว่า “สู้ได้ไหม” รู้จักหาที่ปรึกษา หาทางออกหลายๆทาง ซึ่งน้ำหนักกว่าวิธีใดเป็นวิธีการที่ดีไม่ตัดสินใจแก้ปัญหาโดยใช้อารมณ์ หรือปมบ่าม ต้องคิดให้รอบคอบ

Loehr (1986) ได้แบ่งแนวคิดของทักษะทางจิตวิทยาออกเป็น 7 องค์ประกอบ

1) ความมั่นใจในตนเอง (Self-confidence) การรับรู้และรู้สึกว่าคุณทำได้ จะทำให้ แสดงความสามารถได้ดีและประสบความสำเร็จ ถ้าหากไม่มีความมั่นใจก็จะแสดงความสามารถ ไม่ได้ตามที่ต้องการ

2) การควบคุมพลังทางลบ (Negative energy control) การควบคุมอารมณ์ทางลบที่มีความจำเป็นในความสำเร็จของการแข่งขัน เช่น ความกลัว ความโกรธ ความอิจฉา อารมณ์ร้อน โดยการทำให้ตัวเองรู้สึกผ่อนคลาย และมุ่งความสนใจไปที่สถานการณ์เพื่อให้เกิดพลังงานทางลบ น้อยที่สุด

3) การควบคุมสมาธิ (Attention control) ความสามารถในการมุ่งความสนใจในสิ่งที่ทำ อยู่ ณ เวลานั้น

4) การจินตภาพ และการควบคุมจินตภาพ (Visualisation and imagery control) นักกีฬาที่ประสบความสำเร็จจะมีการพัฒนาทักษะของการจินตภาพและการจินตนาการ ซึ่ง นักกีฬาจะคิดและควบคุมการเคลื่อนไหวของภาพในจิตใจ ซึ่งการฝึกจินตภาพจะช่วยให้ นักกีฬา สามารถเคลื่อนไหวได้ง่ายขึ้น

5) แรงจูงใจ (Motivation) สร้างเป้าหมายที่สามารถทำได้เป็นรายวันและจัดการ กับความล้มเหลวให้เหมาะสมเพราะทุกส่วนต่างเป็นส่วนประกอบของแรงจูงใจ ความอดทนที่จะตั้งใจฝึกซ้อม และเพิ่มแรงให้ตัวเองจะทำให้หนักกีฬาเพิ่มระดับของแรงจูงใจให้ตัวเอง

6) พลังทางบวก (Positive energy) ความสามารถนี้จะเกิดขึ้นจาก ความสนุก ความมุ่งมั่น การมองในด้านบวก และความมีจิตวิญญาณของทีม พลังทางบวกนั้นจะช่วยให้สามารถแข่งขันได้อย่างสุดความสามารถ และการที่จะทำให้ประสบความสำเร็จ นักกีฬาจะต้องทำให้ตัวเองผ่อนคลาย มีความตึงตัวของกล้ามเนื้อต่ำ และควบคุมสมาธิ

7) การควบคุมทัศนคติ (Attitude control) ทัศนคติที่ดีนั้นจะต้องสามารถควบคุม อารมณ์ และมีความสิ้นไหวของพลังเชิงบวก นักกีฬาชั้นเลิศจะเป็นผู้มีความคิดอย่างเป็นระเบียบ และแสดงให้เห็นคุณลักษณะของผู้ชนะ

กล่าวโดยสรุป องค์ประกอบของความเข้มแข็งทางใจ มี 3 ประการ คือ พลังฮึด คือ การที่คนเรามีความอดทนต่อความกดดัน พลังฮึด คือ การที่คนเรารู้จักสร้างแรงจูงใจให้ตัวเอง ไม่ท้อถอยง่าย ๆ และพลังสู้ คือ ความพร้อมสู้ปัญหา

3.4 ลักษณะของบุคคลที่มีความเข้มแข็งทางใจสูง

กระทรวงสาธารณสุข, กรมสุขภาพจิต (2552) อธิบายว่า ศักยภาพของคนที่มีความเข้มแข็งทางใจและแสดงออกได้โดย แบ่งเป็น 5 ระดับ คือ

1) ระดับพื้นฐาน คือเมื่อเผชิญวิกฤตยังสามารถดำรงความสมดุลทางอารมณ์ สุขภาพ และคุณภาพชีวิตไว้ได้

2) ระดับที่สอง คือ เมื่อเผชิญปัญหาสามารถลุกขึ้นมาจัดการปัญหา แสดงออกถึงการเป็นคนที่มุ่งมั่นแก้ปัญหามากกว่าติดอยู่ในกับดักของอารมณ์ และความรู้สึก

3) ระดับที่สาม คือ แม้ในยามที่มีความทุกข์ แต่ก็ยังรู้สึกว่ามีคุณค่า มีความมั่นใจ และมีมุมมองต่อตนเองในเชิงบวก

4) ระดับที่สี่ คือ มีทักษะการจัดการทางอารมณ์ที่จะฟื้นตัวได้เร็ว หายจากความเศร้า เสียใจได้เร็ว

5) ระดับที่ห้า เป็นระดับสูงสุด ความสามารถคือพรสวรรค์ที่จะเปลี่ยนโชคร้ายให้กลายเป็นดี หรือเปลี่ยนวิกฤตให้เป็นโอกาสได้อย่างน่าทึ่ง

อุษา พิงธรรม (2552, น. 2-3) อธิบายว่า คนที่มีพลังสุขภาพจิตสูงมีลักษณะ ดังนี้

- 1) เป็นคนที่ไม่ตีโพยตีพายเมื่อเกิดปัญหา
- 2) สามารถสงบจิตใจ จัดการกับอารมณ์ที่พลุ่งพล่านได้
- 3) เคยผ่านความทุกข์ยากหรือทุกข์ระทมในชีวิตและนำสิ่งเหล่านั้นมาเป็นบทเรียน
- 4) มีมุมมองต่อชีวิตในทางบวก
- 5) รู้จักสร้างพลังใจให้ตนเอง ให้กำลังใจตนเอง ชื่นชมตนเอง
- 6) ควบคุมอารมณ์ความคิดและพฤติกรรมของตนเองได้อย่างเหมาะสม

- 7) ศรัทธาในศาสนา ยึดมั่นในประเพณี
- 8) มีทักษะในการสื่อสาร สร้างมิตร ต่อรอง รู้จักรองขอความช่วยเหลือ
- 9) มีทักษะในการแก้ปัญหา รู้จักหาทางออก
- 10) มีการวางแผนในอนาคตอย่างเหมาะสม
- 11) มีสัมพันธภาพที่ดีกับคนใกล้ชิด มีที่ปรึกษา
- 12) มีอารมณ์ขัน
- 13) มีการช่วยเหลือผู้อื่น

จากการศึกษาลักษณะของผู้มีความเข้มแข็งทางใจ สรุปได้ว่า สามารถแบ่งระดับความเข้มแข็งทางใจเป็น 5 ระดับ คือ ระดับพื้นฐาน คือเมื่อเผชิญวิกฤตยังสามารถดำรงความสมดุลทางอารมณ์ สุขภาพ และคุณภาพชีวิตไว้ได้ ระดับที่สอง คือ เมื่อเผชิญปัญหาสามารถลุกขึ้นมาจัดการปัญหา ระดับที่สาม คือ แม้ในยามที่มีความทุกข์ แต่ก็ยังรู้สึกว่ามีคุณค่า มีความมั่นใจ ระดับที่สี่ คือ มีทักษะการจัดการทางอารมณ์ที่จะฟื้นตัวได้เร็ว และระดับที่ห้า เป็นระดับสูงสุด ความสามารถคือพรสวรรค์ที่จะเปลี่ยนโชคร้ายให้กลายเป็นดี หรือเปลี่ยนวิกฤตให้เป็นโอกาสได้อย่างน่าทึ่ง

3.5 ปัจจัยที่มีผลต่อการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ

อุษา พึ่งธรรม (2552, น. 11-12) กล่าวว่า ถึงปัจจัยในการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ 3 ด้าน ดังนี้

1) ร่างกายและจิตใจเป็นองค์ประกอบสำคัญของคนเรา หากส่วนใดส่วนหนึ่งเกิดการเปลี่ยนแปลงหรือผิดปกติก็จะมีผลกระทบต่อ การเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ หากร่างกายไม่สมบูรณ์ อวัยวะบางอย่างบกพร่องทำหน้าที่ไม่เต็มความสามารถ เจ็บป่วยมีโรคประจำตัว โรคเรื้อรัง หรือโรคเรื้อรัง ก็จะทำให้บุคคลนั้นรู้สึกอ่อนแอไร้ค่า หงุดหงิด จุนเจียว โกรธ หดหู่ วิตกกังวล ท้อแท้ ดังนั้นร่างกายที่แข็งแรง ไม่เจ็บป่วยก็จะช่วยส่งเสริมให้เราสามารถพัฒนาพลังสุขภาพจิตที่ดีได้อย่างเต็มความสามารถ

2) จิตใจ “จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว” เป็นคำพูดที่แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของความเข้มแข็งทางใจที่ส่งผลถึงสภาพร่างกาย พฤติกรรมต่างๆ ของมนุษย์ เรียกได้ว่าหากมีสุขภาพจิตที่ดีก็จะสามารถปรับตัวได้ดีและมีความเข้มแข็งทางจิตใจอย่างมั่นคง เรื่องของจิตใจที่มีความสำคัญในการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางจิต ได้แก่

2.1) มองบวกได้มีชัยไปกว่าครึ่ง ความคิดทางบวก การรู้จักคิดในทางบวก มองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน ไม่เอาแต่โทษตัวเอง มองปัญหาว่าเป็นท้าทาย สามารถแก้ไขและรับมือกับปัญหาได้ รวมถึงมีทักษะในการปัญหาที่ดี สามารถให้กำลังใจเมื่อจิตตก

2.2) รู้คุณค่ามองหาจุดดีของตัวเอง การรู้จักและเข้าใจตนเองรับรู้ถึงจุดดีความสามารถของตนเอง มีความภาคภูมิใจในตนเอง มีเป้าหมายในชีวิต สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้เรามีจิตใจที่เข้มแข็ง สามารถดึงเอาข้อดีของตนเองมาใช้ในการแก้ไขปัญหา ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.3) ประสบการณ์เดิมเสริมความอดทน ประสบการณ์เดิม เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่เราสามารถนำมาปรับใช้ในการเสริมสร้างพลังสุขภาพจิตได้ เนื่องจากประสบการณ์เดิมจะช่วยให้คนเรามีความอดทน ยึดหยุ่น สามารถปรับตัว ควบคุมอารมณ์ ความคิดและพฤติกรรมของตนเองได้ดีขึ้น

3) สังคม ได้แก่ สิ่งแวดล้อมรอบตัวบุคคล ครอบครัว ชุมชน รวมทั้งวัฒนธรรม ความเชื่อ ประเพณี ความสำคัญของสังคมที่เป็นปัจจัยในการเสริมสร้างพลังสุขภาพจิตของบุคคล มีดังนี้

3.1) ครอบครัว คือ กำลังใจของชีวิต การเลี้ยงดูจากครอบครัวตั้งแต่แรกเกิด หากในวัยเด็กได้รับการดูแลเลี้ยงดูจากพ่อแม่ด้วยความรักความอบอุ่นอยู่ในครอบครัวที่มีความสุข พ่อแม่รักใคร่ปรองดองกันก็จะซึมซับความรักความอบอุ่น และประสบการณ์อันดีจากครอบครัว ส่งผลให้เติบโตเป็นบุคคลที่มีบุคลิกภาพที่ดี ปรับตัวได้ มีจิตใจหนักแน่น เข้มแข็ง พร้อมทั้งจะเผชิญปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ในชีวิต

3.2) สายใยครอบครัวพลังใจของชีวิต การที่เราสัมผัสพบภาพอันดีในครอบครัว หรือมีคนใกล้ชิดที่พร้อมจะพูดคุย เป็นที่ปรึกษาให้กับเรา ส่งผลให้เรามีกำลังใจ มีเพื่อนคู่คิด มีแรงสนับสนุนจากครอบครัวที่จะช่วยให้มีความเข้มแข็ง พร้อมทั้งจะเผชิญปัญหาอย่างไม่ย่อท้อเพราะเราเชื่อมั่นว่ามีคนข้างหลังที่รักเรา เป็นห่วงและหวังดีกับเรา นอกจากนี้ความรู้สึกตนเองมีคุณค่า เป็นที่พึงมีภาระรับผิดชอบ มีคนรอคอยความช่วยเหลือจากเราก็คงช่วยให้เกิดพลังใจด้วยเช่นกัน

3.3) ปัญหาชีวิตแปลงวิกฤตเป็นโอกาส สภาพการณ์แวดล้อม เหตุการณ์หรือกิจกรรมที่เกิดขึ้นในชีวิตที่คนเราเผชิญหรือต้องปรับตัว หากเป็นเรื่องที่ยุ่งยากก็จะทำให้ปรับตัวลำบาก เกิดปัญหาและความหวั่นไหวทางจิตใจจากความกดดันปัญหาต่าง ๆ เช่น ปัญหาเศรษฐกิจ ภัยพิบัติ ถ้าเราสามารถผ่านพ้นปัญหานั้นมาได้ จะทำให้เกิดความภาคภูมิใจและเสริมพลังใจให้เข้มแข็งมากขึ้น

นอกจากนี้ปัจจัย อื่น ๆ เช่น สิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจ ยึดมั่นศรัทธาในศาสนา ประเพณี วัฒนธรรมความเข้มแข็งของชุมชน การได้รับการยอมรับจากสังคม ก็เป็นสิ่งที่ช่วยให้เรามีสติ มีหลักยึดทางจิตใจและเสริมสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจให้แก่เราอีกด้วย

กล่าวโดยสรุป ปัจจัยที่มีผลต่อการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ 1) ร่างกาย โดยเป็นองค์ประกอบสำคัญของคนเรา หากส่วนใดส่วนหนึ่งเกิดการเปลี่ยนแปลงหรือผิดปกติก็จะมีผลกระทบต่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ 2) จิตใจ คือหากมีสุขภาพจิตที่ดีก็จะสามารถปรับตัวได้ดีและมีความเข้มแข็งทางจิตใจอย่างมั่นคง และ 3) สังคม ได้แก่ สิ่งแวดล้อมรอบตัวบุคคล ครอบครัว ชุมชน รวมทั้งวัฒนธรรม ความเชื่อ ประเพณี ความสำคัญของสังคมที่เป็นปัจจัยในการเสริมสร้างพลังสุขภาพจิตของบุคคล

3.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งทางใจ

3.6.1 งานวิจัยภายในประเทศ

วัชรินทร์ กระแสสตัย (2554) ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างประเพณีครอบครัวยุทธ ความผูกพันในครอบครัวกับความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่น จังหวัดพระนครศรีอยุธยา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาประเพณีครอบครัวยุทธ ความผูกพันในครอบครัว และความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา 2) ศึกษาความสัมพันธ์และอำนาจในการทำนายของประเพณีครอบครัวยุทธและความผูกพันในครอบครัวกับความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา กลุ่มตัวอย่างเป็น นักเรียนชายและหญิงที่มีอายุระหว่าง 15-19 ปี ที่กำลังศึกษาชั้นมัธยมปลายปีที่4-6 ในโรงเรียนที่สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่จังหวัด ศูนย์การศึกษาอิสระและการศึกษาตามอัธยาศัย (กศน.) และวัยรุ่นที่ศึกษาชั้นปวช.1-3 ในสถานศึกษาสังกัดสำนักงานกรมอาชีวศึกษา ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา จำนวน 389 คน ได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน เก็บข้อมูลโดยให้วัยรุ่นตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลและครอบครัว แบบสอบถามประเพณีครอบครัวยุทธ แบบสอบถามความผูกพันในครอบครัว และแบบสอบถามความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่น สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ สถิติพรรณนา สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน ผลการวิจัยพบว่า ประเพณีครอบครัวยุทธและความผูกพันในครอบครัวของวัยรุ่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ประเพณีครอบครัวยุทธ และความผูกพันในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ($r=.615$ และ $r=.315$ ตามลำดับ) และสามารถร่วมกันทำนายความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 ได้ร้อยละ 41.3 ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้คือ ควรมีการส่งเสริมกิจกรรมประเพณีครอบครัวยุทธและความผูกพันในครอบครัว เพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่น

กรรณิการ์ ผ่องโต (2557) ทำการศึกษา ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจต่อความคิดฆ่าตัวตายในผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย โดยมีวัตถุประสงค์: 1) เพื่อเปรียบเทียบความคิดฆ่าตัวตายในผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ 2) เพื่อเปรียบเทียบความคิดฆ่าตัวตายในผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจกับกลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ วิธีการศึกษาเป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่มวัดสองครั้งก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ที่มีพฤติกรรมฆ่าตัวตายด้วยวิธีการใดวิธีการหนึ่งและเข้ารับการรักษาคือผู้ป่วยในที่โรงพยาบาลชุมชนในจังหวัดอ่างทอง ในช่วงเดือน ตุลาคม 2555-มกราคม 2556 จำนวน 40 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 20 ราย โดยการจับคู่ให้คล้ายกันในด้าน เพศ และอายุ กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจตามกรอบแนวคิดความเข้มแข็งทางใจของกรอทเบอร์ก (Grothberg, 1995) โดยดัดแปลงจากแนวทางการจัดกิจกรรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจของนายแพทย์ประเวช ตันติพิวัฒนสกุล ประกอบด้วย 5 กิจกรรม รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล และแบบประเมินความคิดฆ่าตัวตาย ของ Beck เครื่องมือกำกับการทดลอง คือ แบบประเมินพลังสุขภาพจิต ของกรมสุขภาพจิต เครื่องมือทุกชนิดผ่านการทดสอบความตรงตามเนื้อหา

จากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ทดสอบค่าความเที่ยงของแบบประเมินความคิดฆ่าตัวตายของเบค และแบบประเมินพลังสุขภาพจิต โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์ครอนบาคัลฟามีค่าเท่ากับ .85 และ .81 ตามลำดับวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและสถิติทดสอบค่าที ผลการศึกษา: 1) ค่าเฉลี่ยของคะแนนความคิดฆ่าตัวตายในผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายหลังได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจต่ำกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ค่าเฉลี่ยของคะแนนความคิดฆ่าตัวตายในผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายหลังได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจต่ำกว่าผู้ที่ได้รับการพยาบาลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นิกร เปลี่ยววิญญา (2550) ศึกษาการประเมินโครงการเรื่องการเสริมความเข้มแข็งทางใจเพื่อป้องกันการฆ่าตัวตาย โดยกลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการศึกษาได้แก่ นักเรียนในสถานศึกษา จังหวัดเชียงใหม่และลำพูน จำนวน 79 คน โดยใช้แบบประเมินความเข้มแข็งทางใจ ตามแนวคิดของ Grothberg (1995) ประเมินก่อนและหลังโครงการ ผลการวิจัยพบว่า บริบทของโครงการภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยบริบทความสัมพันธ์ภายในครอบครัวเป็นรากฐานที่สำคัญที่สุด การมีสุขภาพจิตที่ดี มีค่าเฉลี่ยการรับรู้มากที่สุด และค่าเฉลี่ยของความเข้มแข็งทางใจภายหลังที่ได้เข้าร่วมโครงการมีค่าสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโครงการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

อรุณลักษณ์ คงไพศาลโสภณ (2556) ทำการศึกษาปัจจัยคัดสรรที่มีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งทางใจของผู้ป่วยโรคซึมเศร้าสูงอายุ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเข้มแข็งทางใจของผู้ป่วยโรคซึมเศร้าสูงอายุ และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเพศ สถานภาพสมรส การเจ็บป่วยเรื้อรัง รายได้ครอบครัว ความสามารถในการทำหน้าที่ของผู้สูงอายุ ความสามารถในการรู้คิด ความสิ้นหวัง การสนับสนุนทางสังคมและภาวะซึมเศร้ากับความเข้มแข็งทางใจของผู้ป่วยโรคซึมเศร้าสูงอายุ กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ป่วยโรคซึมเศร้าสูงอายุแผนกผู้ป่วยนอกสถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยาและสถาบันกัลยาณราชนครินทร์ จำนวน 165 ราย ได้รับการสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือในการรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย 1) แบบประเมินสภาพสมองเบื้องต้น 2) แบบประเมินความเศร้าของผู้สูงอายุไทย 3) แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล 4) แบบประเมินความเข้มแข็งทางใจ 5) แบบประเมินความสามารถในการทำหน้าที่ของผู้สูงอายุ 6) แบบประเมินความสิ้นหวังของผู้สูงอายุ 7) แบบประเมินการสนับสนุนทางสังคม โดยมีดัชนีความตรงของเครื่องมือ ดังนี้ แบบวัดที่ 4, 5, 6 และ 7 เท่ากับ .84, .81, .88 และ .96 ตามลำดับ ค่าความเที่ยงของแบบวัดที่ 1, 2, 4, 5, 6 และ 7 เท่ากับ .74, .85, .89, .79, .88 และ .82 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงบรรยาย สถิติสหสัมพันธ์พอยท์ไบซีเรียล สถิติสหสัมพันธ์สเปียร์แมนและสถิติสหสัมพันธ์เพียร์สัน โดยกำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ .05 ผลการวิจัยสรุปได้ว่า 1. ผู้ป่วยโรคซึมเศร้าสูงอายุมีความเข้มแข็งทางใจระดับต่ำ (Mean = 64.79, $\pm$ SD = 17.63) 2. เพศ สถานภาพสมรส การเจ็บป่วยเรื้อรัง รายได้ครอบครัวต่อเดือนไม่มีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งทางใจ 3. ความสามารถในการทำหน้าที่ของผู้สูงอายุ ความสามารถในการรู้คิดและการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเข้มแข็งทางใจของผู้ป่วยโรคซึมเศร้าสูงอายุอย่างมีนัยสำคัญ ที่ระดับ .05 ($r = .301, .172$ และ .456) ตามลำดับ 4. ความสิ้นหวังและภาวะซึมเศร้า มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเข้มแข็ง

ทางใจของผู้ป่วยโรคซึมเศร้าสูงอายุ ที่ระดับ .01 ($r = -.510$ และ $r = -.525$) ตามลำดับข้อเสนอแนะในการปฏิบัติการพยาบาลผู้ป่วยโรคซึมเศร้าสูงอายุ ควรมีการส่งเสริมความสามารถในการทำหน้าที่การสนับสนุนทางสังคม รวมทั้งลดความสิ้นหวังและภาวะซึมเศร้าเพื่อเพิ่มความเข้มแข็งทางใจให้แก่ผู้ป่วยโรคซึมเศร้าสูงอายุ

ณิชารัศม์ พะยอมยงค์ (2559) ทำการศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของโรเจอร์สที่มีต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและความเข้มแข็งทางจิตใจของเด็กด้อยโอกาส โดยมีจุดประสงค์เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของ Rogers ต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและความเข้มแข็งทางจิตใจในเด็กด้อยโอกาส รูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว และมีการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพโดยใช้บทสนทนาระหว่างผู้วิจัยและกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้เป็นเด็กด้อยโอกาส มูลนิธิธินกม้น จังหวัดเชียงใหม่ โดยการคัดเลือกเด็กที่มีคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและความเข้มแข็งทางจิตใจต่ำกว่าค่าเฉลี่ยและมีความสนใจ จำนวน 5 คน แต่ละคนจะได้รับการปรึกษา 10 ครั้งๆ ละ 50 นาที – 60 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง แบบวัดความเข้มแข็งทางจิตใจ และการปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของ Rogers การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณใช้สถิติการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยแบบวัดซ้ำ (repeated measures ANOVA) ส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การวิเคราะห์จากบทสนทนาระหว่างผู้วิจัย และกลุ่มตัวอย่าง ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ได้เข้าร่วมการปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของ Rogers ทั้ง 5 คนมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง และ ความเข้มแข็งทางจิตใจเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพแสดงให้เห็น กลุ่มตัวอย่างรับรู้ถึงความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง และ พัฒนาความเข้มแข็งทางจิตใจมากขึ้น

มลวิภา เหมอียพรหม (2558) ทำการศึกษาโปรแกรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจในการป้องกันการฆ่าตัวตายในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยการศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจต่อบังคับป้องกันด้านบุคคลในการป้องกันการฆ่าตัวตาย ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง ในจังหวัดสกลนคร กลุ่มเป้าหมายคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 9 คน ที่มีค่าคะแนนบังคับป้องกันด้านบุคคลเฉลี่ยต่ำกว่า 75 คะแนน และมีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายระดับปานกลาง ถึงระดับรุนแรง กลุ่มเป้าหมายได้รับการฝึกโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจต่อบังคับป้องกันในการป้องกันการฆ่าตัวตาย จากผู้ศึกษาระยะเวลา 4 สัปดาห์ๆ 3 ครั้ง ๆ ละประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลคือ 1. แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล 2. แบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8 คำถาม (8Q) 3. แบบประเมินบังคับป้องกันด้านบุคคล 4. โปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ ผลการศึกษาพบว่า คะแนนบังคับป้องกันด้านบุคคลของกลุ่มเป้าหมายหลังได้รับโปรแกรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจในการป้องกันการฆ่าตัวตายทั้ง 1 เดือน และ 4 เดือนมีคะแนนสูงกว่า ก่อนได้รับโปรแกรม และไม่มีความคิดในการฆ่าตัวตาย กลุ่มเป้าหมาย 3 คนไม่สามารถติดต่อได้ เนื่องจากจบการศึกษา ผลการศึกษานี้แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมเสริมสร้าง

ความเข้มแข็งทางใจ มีประสิทธิผลในการเสริมสร้างปัจจัยปกป้องในการป้องกันการฆ่าตัวตายในกลุ่มวัยรุ่นได้ แต่ควรมีการติดตามต่อเนื่อง

3.6.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

Scuddcr et al. (2008) ได้ศึกษาถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งทางใจ โดยรูปแบบการศึกษาเชิงคุณภาพ โดยสัมภาษณ์เด็กวัยรุ่นอายุ 15 ปี จำนวน 3 ราย ในสถานบริการปฐมภูมิ ที่มีปัญหาครอบครัว มารดาบิดาติดยา และทั้งครอบครัว ผลการพบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่น ได้แก่ ปัจจัยด้านบุคลิกภาพ ซึ่งเป็นปัจจัยภายใน ได้แก่ การมีเอกลักษณ์ของตน การสามารถควบคุมตนเอง ความเชื่อ ความฉลาด ส่วนปัจจัยภายนอก ได้แก่ ครอบครัวและชุมชน โดยการศึกษาพบว่า วัยรุ่นที่ได้รับคำแนะนำจากบิดามารดา การเป็นที่คาดหวังของครอบครัว การมีชีวิตแบบอยู่ในกฎระเบียบและมีหน้าที่ความรับผิดชอบต่อครอบครัว รวมทั้งการมีสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวเหล่านี้ช่วยส่งเสริมให้เด็กและวัยรุ่นมีพัฒนาการที่ดีและ ยังสามารถมีการตัดสินใจที่ดีในการเผชิญความเสี่ยงต่าง ๆ ได้ดีด้วย

Ioan R. Asamow (2008) ได้ศึกษาประสิทธิภาพ การให้คำปรึกษาเบื้องต้นแก่ครอบครัวของวัยรุ่นที่พยายามฆ่าตัวตาย โดยศึกษาในวัยรุ่นที่พยายามฆ่าตัวตายใน 3 เดือนก่อนที่จะเข้าร่วมการศึกษา ผลการศึกษาพบว่า สมาชิกในครอบครัวมีการสื่อสารเกี่ยวกับความเศร้าซึ่งกันและกัน รวมทั้งร่วมกันแก้ไขปัญหา ช่วย ลดความคิดและการกระทำที่จะพยายามฆ่าตัวตายของวัยรุ่นได้ ส่งผลให้วัยรุ่นมีความเข้มแข็งทางใจเพิ่มมากขึ้น

4. บริบทเกี่ยวกับสถานพินิจคุ้มครองเด็กและเยาวชน

4.1 ประวัติและความเป็นมา

ขณะที่ใช้กฎหมายลักษณะอาญา ร.ศ. 127 มีการควบคุมเด็กที่กระทำผิดโดยในปี พ.ศ. 2450 ได้จัดตั้งโรงเรียนดัดสันดานขึ้นที่เกาะสีชัง อำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรีเพื่อควบคุมผู้กระทำผิดซึ่งมีอายุระหว่าง 10-16 ปี อยู่ในความดูแลของกรมตำรวจและในเวลาต่อมาได้โอนไปอยู่ในความดูแลของกรมราชทัณฑ์ หลังจากนั้นเมื่อพระราชบัญญัติราชทัณฑ์พุทธศักราช 2479 และพระราชบัญญัติจัดการฝึกและอบรมเด็กบางจำพวกพุทธศักราช 2479 วางหลักปฏิบัติต่อนักโทษผู้ใหญ่กับนักโทษเด็ก และเปลี่ยนชื่อจากโรงเรียนดัดสันดานมาเป็นโรงเรียนฝึกอาชีพพร้อมทั้งย้ายมาตั้งที่ตำบลเกาะใหญ่ อำเภอบางไทร จังหวัดพระนครศรีอยุธยา และเมื่อปี 2501 กรมราชทัณฑ์ได้ออกนิกการโรงเรียนฝึกอาชีพไปให้ กรมประชาสงเคราะห์ดำเนินการซึ่งกรมประชาสงเคราะห์ ได้รับเด็กไว้ฝึกอบรม ณ เยาวชนสถาน บ้านห้วยโป่ง จังหวัดระยอง โดยรัฐบาลเห็นว่าการปฏิบัติต่อเด็กในระหว่างจับกุมหรือพิจารณาคดีโดยใช้วิธีการเช่นเดียวกับผู้ใหญ่เป็นวิธีการที่ไม่เหมาะสม และเป็นผลเสียต่อเด็กจึงได้ตราพระราชบัญญัติจัดตั้งศาลคดีเด็กและเยาวชน พ.ศ. 2494 และพระราชบัญญัติวิธีพิจารณาคดีเด็กและเยาวชน พ.ศ. 2494 และกระทรวงยุติธรรม ได้เปิดดำเนินการศาลคดีเด็กและเยาวชนกลาง กับสถานพินิจและคุ้มครองเด็กกลาง เมื่อวันที่ 28 มกราคม 2495 มีที่

ทำการชั่วคราวที่ศาลแขวงพระนครใต้ (เดิม) ตำบลตลาดน้อย อำเภอสัมพันธวงศ์ จังหวัดพระนคร ซึ่งภายหลังได้ย้ายมาอยู่อาคารที่ถนนราชินี ใกล้ศาลเจ้าพ่อหลักเมือง ต่อมาเห็นความสำคัญของสถาบันครอบครัวว่ามีความสำคัญต่อการแก้ไขปัญหาของเด็กและเยาวชนจึงนำคดีครอบครัวมาพิจารณาในศาลนี้ด้วย โดยยกเลิกกฎหมายเดิมทั้งสองฉบับและให้ใช้พระราชบัญญัติจัดตั้งศาลเยาวชนและครอบครัวและวิธีพิจารณาคดีเยาวชนและครอบครัว พ.ศ. 2534 แทน พร้อมทั้งเปลี่ยนชื่อศาลคดีเด็กและเยาวชนและสถานพินิจและคุ้มครองเด็ก มาเป็น ศาลเยาวชนและครอบครัว และสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

กรมก่อกำเนินโดยมาตรา 33 (6) แห่งพระราชบัญญัติปรับปรุงกระทรวง ทบวง กรม พ.ศ. 2545 ประกาศในราชกิจจานุเบกษา เล่ม 119 ตอนที่ 99 ก. เมื่อวันที่ 2 ตุลาคม 2545 ซึ่งมีผลบังคับใช้วันที่ 3 ตุลาคม 2545 และได้มีกฎกระทรวงแบ่งส่วนราชการกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กระทรวงยุติธรรม พ.ศ.2545 มีหน่วยงานในสังกัด 5 หน่วยงาน ได้แก่สำนักงานเลขานุการกรม ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกรุงเทพมหานคร สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัด สำนักพัฒนาระบบงานยุติธรรมเด็กและเยาวชนโดยภารกิจของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนเดิมนั้นถูกแยกส่วนการฝึกอบรมเด็กและเยาวชนไปอยู่ที่ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนแทน และกรมได้เปิดดำเนินการสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนครบทุกจังหวัด เมื่อวันที่ 7 สิงหาคม 2549 ส่วนศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนมีกระจายอยู่ทั่วประเทศ รวม 19 ศูนย์

ภายหลังกรมเกิดแล้วมีการเปลี่ยนแปลงกฎหมายอีกครั้งหนึ่ง คือ ได้ยกเลิกกฎหมายเดิมและใช้พระราชบัญญัติศาลเยาวชนและครอบครัว และวิธีพิจารณาคดีเด็กและเยาวชนและครอบครัว พ.ศ. 2553 ซึ่งประกาศในราชกิจจานุเบกษาเมื่อ 22 พฤศจิกายน 2553 โดยมีผลให้ใช้บังคับเมื่อพ้นหนึ่งร้อยแปดสิบวัน นับแต่วันประกาศในราชกิจจานุเบกษา

วิสัยทัศน์

“เป็นองค์กรที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีแก่เด็กและเยาวชนภายใต้กระบวนการยุติธรรม”

พันธกิจ

- 1) พิทักษ์ผู้เยาว์เพื่อสวัสดิภาพและอนาคต
- 2) ยกระดับคุณภาพและการดูแล แก้ไข บำบัดฟื้นฟู เด็กและเยาวชน
- 3) พัฒนาบุคลากรและระบบงานให้มีประสิทธิภาพ

ภารกิจ

- 1) พิทักษ์คุ้มครองสิทธิและสวัสดิภาพเด็ก เยาวชน ผู้เยาว์และครอบครัวที่เข้าสู่กระบวนการยุติธรรม โดยส่งเสริมการใช้ กระบวนการยุติธรรมทางเลือกและมาตรการอื่นๆ
- 2) ดำเนินการด้านคดี ด้านการป้องกัน บำบัด แก้ไข ฟื้นฟู พัฒนาและสงเคราะห์และติดตามประเมินผล

3) ประสานความร่วมมือและสร้างเครือข่ายกับชุมชน องค์กรภาครัฐ ภาคเอกชนทั้งภายในและต่างประเทศ เพื่อสนับสนุนกระบวนการยุติธรรมและป้องกันการกระทำผิดของเด็กและเยาวชน

4) ศึกษา วิเคราะห์ วิจัยและพัฒนากฎหมาย รูปแบบและวิธีการปฏิบัติต่อเด็กและเยาวชน

5) พัฒนาการบริหารจัดการและบุคลากรด้วยระบบการบริหารกิจการบ้านเมืองที่ดี ค่านิยมร่วม (UKED)

“สามัคคี (Unity) มีเมตตา (Kindness) มุ่งมั่น (Effort) พัฒนาเด็กและเยาวชน (Development) “

4.2 หน้าที่ความรับผิดชอบ

4.2.1 กลุ่มพัฒนาระบบบริหาร

กลุ่มพัฒนาระบบบริหารมีหน้าที่ความรับผิดชอบ ดังนี้

- 1) ให้คำปรึกษา เฝ้าระวัง ประสานและกำกับ ดูแล การบริหารของหน่วยงานของส่วนราชการให้เป็นไปตามเจตนารมณ์ของ พ.ร.บ.ระเบียบบริหารราชการแผ่นดิน
- 2) ติดตามและแก้ไขปัญหาในการดำเนินการหลังการใช้พ.ร.บ.ระเบียบบริหารราชการแผ่นดิน และ พ.ร.บ. ประปรงกระทรวง ทบวงกรม
- 3) สนับสนุน ดูแล การดำเนินการตามแผนปฏิรูประบบบริหารงานภาครัฐเป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนด
- 4) ประสานการดำเนินงานกับ พ.ร.บ. รวมทั้งการจัดทำรายงานประจำปีเกี่ยวกับการพัฒนางานราชการของส่วนราชการ เสนอต่อ ก.พ.ร.

4.2.2 สำนักพัฒนาระบบงานยุติธรรมเด็กและเยาวชน

สำนักพัฒนาระบบงานยุติธรรมเด็กและเยาวชนมีหน้าที่ความรับผิดชอบ ดังนี้

- 1) พัฒนาระบบรูปแบบมาตรฐานแนวทางปฏิบัติด้านการพัฒนาระบบบริหารงานยุติธรรมเด็กและเยาวชน งานคดีการจำแนก บำบัด แก้ไข พื้นฟูป้องกัน พัฒนาสงเคราะห์และการสาธารณสุขในสถานควบคุม รวมทั้งงานป้องกันเด็กและเยาวชนกระทำความผิด
- 2) กำกับการ ดูแล ให้คำปรึกษาแนะนำ ส่งเสริม ด้านการพัฒนาระบบบริหารงานยุติธรรมเด็กและเยาวชน งานคดีการจำแนกการบำบัด แก้ไข ป้องกัน พัฒนา สงเคราะห์และการสาธารณสุขในสถานควบคุม และงานป้องกันเด็กและเยาวชนกระทำความผิด
- 3) ประสานความร่วมมือทางวิชาการด้านการบำบัด แก้ไข พื้นฟูป้องกัน พัฒนาสงเคราะห์เด็กและเยาวชน
- 4) ดำเนินการด้านกิจกรรมชุมชน และประสานความร่วมมือเพื่อการพิทักษ์และคุ้มครองสิทธิเด็กและเยาวชน

5) จัดทำประสานแผนการปฏิบัติงานของกรม ให้สอดคล้องกับนโยบายและแผนของกระทรวง

6) กำกับ ดูแล ให้คำปรึกษา ติดตาม ประเมิน ผลการปฏิบัติงานตามแผนและโครงการของหน่วยงาน

7) การจัดระบบ สํารวจจัดเก็บข้อมูลของหน่วยงานและเป็นศูนย์ข้อมูลของกรม

4.2.3 สำนักงานเลขานุการกรม

สำนักงานเลขานุการกรมมีหน้าที่ความรับผิดชอบ ดังนี้

1) ปฏิบัติหน้าที่เกี่ยวกับราชการทั่วไปของกรมและราชการที่มีได้แยกเป็นหน้าที่ของกองหรือ ส่วนราชการใดโดยเฉพาะ

2) ปฏิบัติงานสารบรรณของกรม

3) ปฏิบัติงานช่วยอำนวยการประสานราชการและงานเลขานุการของกรม

4) ประชาสัมพันธ์เผยแพร่กิจกรรมของหน่วยงานในสังกัดกรม

5) งานบริหารงานบุคคล

6) งานการเงิน การบัญชีงบประมาณ พัสดุและยานพาหนะของกรม

7) ปฏิบัติงานอื่นที่ได้รับมอบหมาย

4.2.4 สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กรุงเทพมหานคร และจังหวัด

สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน กรุงเทพมหานคร และจังหวัดมีหน้าที่ความรับผิดชอบ ดังนี้

1) ดำเนินการด้านการสืบเสาะ ประมวลข้อเท็จจริงในคดีอาญา คดีครอบครัว และกำกับดูแลรักษาทรพัยสันและสิทธิประโยชน์ของผู้เยาว์ตามคำพิพากษาหรือคำสั่งศาล

2) ดำเนินการด้านการควบคุม ดูแล บำบัด แก้ไข พื้นฟูป้องกัน พัฒนาพฤตินิสัย และสงเคราะห์เด็กและเยาวชน ระหว่างการสอบสวนหรือการพิจารณาคดี

3) ดำเนินการด้านกิจกรรมชุมชนและประสานความร่วมมือ เพื่อการพิทักษ์และคุ้มครองสิทธิเด็กและเยาวชน

4.2.5 ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน

ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนมีหน้าที่ความรับผิดชอบ ดังนี้

1) ดำเนินการด้านการควบคุม ดูแล บำบัด แก้ไข พื้นฟูป้องกัน พัฒนาพฤตินิสัย และสงเคราะห์เด็กและเยาวชนที่ศาลมีคำพิพากษา หรือคำสั่งให้เข้ารับการฝึกอบรม

2) ดำเนินการด้านกิจกรรมชุมชนและประสานความร่วมมือเพื่อการพิทักษ์และคุ้มครองสิทธิ เด็กและเยาวชน

4.2.6 กองบริหารทรัพยากรบุคคล

กองบริหารทรัพยากรบุคคลมีหน้าที่ความรับผิดชอบ ดังนี้

1) บริหารงานทรัพยากรบุคคลและจัดระบบงานของกรม

2) ปฏิบัติงานร่วมกับหรือสนับสนุนการปฏิบัติงานของหน่วยงานอื่น ที่เกี่ยวข้อง หรือที่ได้รับมอบหมาย

4.2.7 นโยบายและยุทธศาสตร์

นโยบายและยุทธศาสตร์หน้าที่ความรับผิดชอบ ดังนี้

- 1) พัฒนาการบำบัด แก่ไข ฟันฟู ให้เด็ก และเยาวชนกลับคืนสู่สังคม
- 2) ส่งเสริมบทบาทและสนับสนุนเพื่อป้องกันการก่ออาชญากรรมในเด็กและเยาวชน
- 3) ขยายดูแลสิทธิเด็กและสวัสดิภาพของเยาวชนในกระบวนการยุติธรรมเต็มรูป
- 4) เสริมสร้างและพัฒนาบุคลากรและระบบงาน

4.3 บรรยายภาพภายในสถานพินิจคุ้มครองเด็กและเยาวชน

จากการศึกษารายงานที่เกี่ยวข้องกับบรรยายภาพชีวิตความเป็นอยู่ของเยาวชนในสถานพินิจคุ้มครองเด็กและเยาวชน (ยูนิเซฟประเทศไทย, 2560) สามารถสรุปสาระสำคัญได้ดังนี้

1) ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนและศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนมีสภาพความเป็นอยู่ที่แออัด ยกตัวอย่างเช่นในเดือนพฤษภาคม 2554 มีจำนวนเด็กเฉลี่ยต่อวันอยู่ที่ 3,600 คนที่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน และอีก 6,900 คนอยู่ในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชน นอกเหนือจากนี้ไม่มีการควบคุมตัวเด็กแยกออกจากกันโดยใช้เกณฑ์อายุ หรือความรุนแรงของคดี

2) ขาดสถานที่และอุปกรณ์ การให้บริการและกิจกรรมในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนที่ตอบสนองความจำเป็นของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดโดยเฉพาะในการช่วยส่งเสริมพัฒนาการและช่วยให้พวกเขาเรียนรู้และสามารถกลับสู่สังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3) ขาดการติดตามและช่วยเหลือเด็กและครอบครัวอย่างเป็นระบบภายหลังจากที่เด็กถูกปล่อยตัว ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งในการช่วยให้เด็กและเยาวชนการกลับคืนสู่สังคมอย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยเหตุนี้เยาวชนที่กระทำผิดหลายคนจึงกระทำผิดซ้ำอีก

4) สังคมมีทัศนคติในทางลบต่อเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด อันเป็นสาเหตุทำให้คนส่วนใหญ่เห็นชอบกับการใช้มาตรการลงโทษที่รุนแรงต่อเด็กและเยาวชนกลุ่มนี้ ซึ่งถือเป็นมาตรการที่ไม่มีประสิทธิภาพในการลดการกระทำผิดของเด็กและเยาวชน

5) ทัศนคติเชิงลบและการขาดความเข้าใจของสังคมยังทำให้เด็กและเยาวชนที่กระทำผิดขาดโอกาสกลับตัวเป็นคนที่มีคุณภาพของสังคมหลังถูกปล่อยตัว เช่นการสมัครงาน หรือการศึกษาต่อ โดยมักถูกตราหน้าจากสังคมว่าเป็นคน “ไม่ดี”

4.4 ภาวะของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน เป็นหน่วยงานที่ตั้งขึ้นควบคู่กับศาลเยาวชนและครอบครัว มีผู้อำนวยการสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนเป็นผู้บังคับบัญชา ภายใต้การ

ควบคุมสั่งการของอธิบดีผู้พิพากษาศาลเยาวชน และครอบครัวกลางเปิดดำเนินการทั้งในส่วนกลาง และส่วนภูมิภาค รวม 29 จังหวัด ในส่วนกลางกรุงเทพมหานคร คือ สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลางในส่วนภูมิภาคเรียกว่า สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัด ในจำนวน สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ที่เปิดดำเนินการ ใน 29 จังหวัด มีเพียง 10 จังหวัด (รวมทั้ง กรุงเทพมหานคร) ที่เปิดเป็นสถานฝึกและอบรมมีเด็กและเยาวชนอยู่ในความรับผิดชอบ โดยสถาน พินิจฯ นั้นๆ ทำหน้าที่ให้การสงเคราะห์เลี้ยงดูและพัฒนาบุคลิกลักษณะ และพฤติกรรมของเด็กและ เยาวชนผู้หลงผิดระยะหนึ่งเพื่อให้กลับตนเป็นพลเมืองดี นอกจากนี้ตามมาตรา 38 แห่ง พระราชบัญญัติจัดตั้งศาลเยาวชนและครอบครัว และวิธีพิจารณาคดีเยาวชนและครอบครัว พ.ศ. 2534 ได้กำหนดไว้ว่าในระหว่างที่เด็กหรือเยาวชนอยู่ในความควบคุมของสถานพินิจฯ ให้ ผู้อำนวยการสถานพินิจฯ มีอำนาจหน้าที่ในการจัดให้เด็กหรือเยาวชน ได้ศึกษาเล่าเรียนวิชาสามัญ อย่างน้อยให้พออ่านออกเขียนได้ ฝึกอาชีพหรือวิชาชีพหรือให้ปฏิบัติงานอื่นใด เพื่อมิให้มีเวลาว่าง โดยไม่จำเป็น ให้เหมาะสมกับจิตใจและสุขภาพของเด็กหรือเยาวชนนั้น จากการศึกษารวบรวม ข้อมูลเกี่ยวกับภาวะของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน สามารถสรุป สาระสำคัญได้ดังนี้ (กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2560)

4.4.1 ข้อมูลทั่วไปของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ

เด็กและเยาวชนที่ถูกจับกุมส่วนใหญ่ (ร้อยละ 82.0) มีอายุระหว่าง 15-18 ปี จบ การศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 43.3 ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ 32.0 โดยสาเหตุของการ กระทำความผิดส่วนใหญ่ เกิดจากการคบเพื่อน สภาพครอบครัว สภาพฐานะทางเศรษฐกิจ และ ความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ โดยจากการตรวจวิเคราะห์ทางกายของเด็กและเยาวชนในวันแรกที่รับตัว ของกองแพทย์ สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ประจำปี พ.ศ.2540 จำนวน เด็กที่รับการ ตรวจ 8,478 คน พบว่าเด็กและเยาวชนที่ถูกจับกุมในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีโรค ประจำตัวเกินกว่า ร้อยละ 50 (ร้อยละ 54.2) ซึ่งได้แก่โรคเกี่ยวกับระบบต่อมต่าง ๆ (ร้อยละ 11.2) ฟันผุ ฟันหัก (ร้อยละ 10.2) ไวรัสตับอักเสบบี (ร้อยละ 7.2) ผิวหนัง (ร้อยละ 4.8) ระบบทางเดิน หายใจ (ร้อยละ 4.7) ดิซยาเซพติด (ร้อยละ 4.6) เอ็ดส์ (ร้อยละ 3.6) ฯลฯ

4.4.2 พฤติกรรมด้านอนามัย

ในส่วนอนามัยเด็กวัยเรียนและเยาวชน สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย ได้เข้า ดำเนินการวิจัยเพื่อศึกษาถึงความรู้ และพฤติกรรมด้านอนามัย ขั้นพื้นฐานในชีวิตประจำวันของเด็ก และเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน พร้อมทั้งศึกษาถึงปัจจัยด้านตัวเด็กและ ครอบครัวที่มีความสัมพันธ์กับความรู้และพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพของเด็กและเยาวชน โดยใช้ แบบสอบถาม กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ ในเขตกรุงเทพมหานคร รวม 2 แห่ง คือ บ้านเมตตาและบ้านปราณี จำนวนกลุ่มตัวอย่าง รวมทั้งสิ้น 386 คน เป็นชาย 248 คน และหญิง 138 คน ผลการศึกษาพบว่า

1) ความรู้ด้านสุขภาพอนามัย พบว่าเด็กและเยาวชนส่วนใหญ่ มีความรู้ด้านสุขภาพอนามัยขั้นพื้นฐาน อยู่ในเกณฑ์ที่ดี โดยสามารถตอบความรู้ เรื่องสุขภาพอนามัยถูกต้อง เกินกว่าร้อยละ 80 ในเรื่อง การดูแลสุขภาพตนเอง สาเหตุของการเกิดโรคผิวหนัง อาการของโรคหัด และการติดต่อของโรคเอดส์ และสามารถตอบถูกต้องเกินกว่าร้อยละ 70 ในเรื่อง สาเหตุของการเกิดโรคพยาธิ ลักษณะของโรคกลาก และประเภทของสิ่งเสพติด ส่วนความรู้ที่ตอบถูกต้อง น้อยกว่าร้อยละ 40 คือ เรื่อง ลักษณะของโรคเกลื้อน

2) พฤติกรรมด้านอนามัยของเด็กและเยาวชน พบว่า ส่วนใหญ่มีการปฏิบัติ พฤติกรรมด้านอนามัยอยู่ในเกณฑ์ที่ดี โดยเด็กและเยาวชนมากกว่าร้อยละ 80 ปฏิบัติตนได้ถูกต้อง ในเรื่องการอาบน้ำ การแปรงฟัน การปฏิบัติตนเพื่อหลีกเลี่ยงจากโรคเอดส์ การล้างมือหลังการใช้ส้วม การปฏิบัติตนเมื่อรู้สึกไม่สบาย ส่วนพฤติกรรมอนามัยที่ปฏิบัติไม่ถูกต้องเกินกว่า ร้อยละ 40 ได้แก่ การล้างมือก่อนรับประทานอาหาร และวิธีการปฏิบัติตนเพื่อหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อ เช่น หวัด ตาแดง ฯลฯ ผลจากการวิจัยดังกล่าว แสดงให้เห็นว่าเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็ก และเยาวชน ส่วนใหญ่มีความรู้ เรื่องสุขภาพอนามัย และมีการปฏิบัติพฤติกรรมอนามัยในชีวิตประจำวัน อยู่ในเกณฑ์ดี แต่เมื่อพิจารณาประกอบกับสถิติการเจ็บป่วยของเด็กและเยาวชน ในขณะที่ถูกควบคุมตัวอยู่ในสถานพินิจต่าง ๆ ทั้งในเขตกรุงเทพมหานคร และในส่วนภูมิภาค ซึ่งรวบรวมจากรายงานของเจ้าหน้าที่พยาบาล ของสถานพินิจ ปีพ.ศ. 2559 ในจังหวัดระยอง นครสวรรค์ อุบลราชธานี สงขลา ราชบุรี สุราษฎร์ธานี เชียงใหม่ และสถานพินิจ บ้านเมตตา บ้านกรูณา และบ้านอุเบกขา ซึ่งอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร จะพบว่าเด็กและเยาวชนเข้ารับการ รักษาพยาบาลด้วยโรคผิวหนัง และโรคเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจมากที่สุด

จากข้อมูลแสดงให้เห็นถึงสภาวะสุขภาพที่เป็นจริง ของเด็กและเยาวชนในขณะที่ถูกควบคุมตัวอยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ซึ่งไม่สอดคล้องกับผลการวิจัยที่พบว่าเด็ก และเยาวชนมีความรู้ และพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในเกณฑ์ที่ดี ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากมีปัจจัยแวดล้อมอื่นที่เกี่ยวข้องหรือขัดขวางไม่ให้เกิดการปฏิบัติ หรือแม้จะปฏิบัติแล้วยังเกิดโรค ซึ่งสำนักส่งเสริมสุขภาพร่วมกับสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัยได้จัดทำโครงการประสานความร่วมมือในการพัฒนาสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ในรูปแบบของเมืองน่าอยู่ขึ้นโดยมีกรมอนามัยและศาลเยาวชนและครอบครัวกลางร่วมกันรับผิดชอบ ได้ทำการสำรวจสุขภาพิบาลสิ่งแวดล้อมและสุขภาพิบาลอาหารในสถานพินิจในเขตกรุงเทพมหานคร รวม 3 แห่ง ได้แก่ สถานพินิจ บ้านเมตตา บ้านปราณี และบ้านอุเบกขา พบว่า ทั้ง 3 แห่งมีปัญหาที่ต้องปรับปรุงแก้ไข คือ

1) ด้านสุขภาพสิ่งแวดล้อม

1.1) ห้องน้ำ ห้องส้วม มีไม่พอเพียงพอต่อผู้อยู่อาศัย

1.2) สภาพถังเก็บน้ำสำหรับอาบ ไม่สะอาด และไม่มีสบู่อุปโภค

1.3) ไม่มีการจัดเก็บขยะที่เหมาะสม และไม่มีการกำจัดขยะติดเชื้อ เนื่องจากมี

เด็กและเยาวชนที่ติดเชื้อ HIV รวมอยู่ด้วย ภาชนะที่ใช้เก็บขยะไม่มีฝาปิด เป็นสาเหตุของการเกิดแมลง และสัตว์ที่เป็นพาหะนำโรค

1.4) หอนอนในสถานพินิจฯ บางแห่งคับแคบ แออัด เมื่อเทียบกับจำนวนเด็กและเยาวชนและไม่มีการระบายอากาศที่ดีพอ

2) ด้านสุขภาพอาหาร

2.1) ไม่มีโต๊ะเตรียมอาหาร และปรุงอาหารกับพื้นครัว

2.2) ไม่มีอ่างล้างอาหารสด และล้างภาชนะใส่อาหาร

2.3) สภาพพื้นครัวเปียกแฉะ

2.4) ไม่มีโต๊ะวางหม้อและอาหารที่ปรุงสำเร็จ

3) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความรู้ด้านสุขภาพอนามัย และพฤติกรรมด้านอนามัยของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ที่ได้จากการวิเคราะห์ โดย Multiple Regression

3.1) ปัจจัยด้านตัวเด็กและครอบครัว ที่มีความสัมพันธ์กับความรู้ของเด็กและเยาวชน ได้แก่ การอาศัยอยู่กับบิดา มารดา สถานภาพการสมรส เพศ และอาชีพของบิดามารดา

3.2) ปัจจัยด้านตัวเด็กและครอบครัวที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมด้านอนามัย ได้แก่ ระดับ การศึกษา เพศ และการอาศัยอยู่กับบิดามารดา

4.5 งานวิจัยที่การศึกษาเกี่ยวกับสถานพินิจคุ้มครองเด็กและเยาวชน

กาญจนา คุณารักษ์ (2555) เรื่อง การพัฒนารูปแบบการป้องกันการกระทำผิดซ้ำเกี่ยวกับยาเสพติด: กรณีศึกษาสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน โดยผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยของการกระทำผิดซ้ำ คือ ระบบเศรษฐกิจ ระบบการเมืองการปกครอง ระบบสังคม และระบบการศึกษา ทว่าสาเหตุที่แท้จริง คือ (1) ไม่ตระหนักรู้ว่าการเสพยาเป็นการกระทำผิด กฎหมาย (2) กลับไปคบหาสมาคมกับเพื่อนกลุ่มที่เสพยา (3) ขาดโอกาสในการเข้ารับการดูแล รักษา บำบัด พื้นฟู อย่างถูกต้อง (4) ขาดระบบสังคมที่มีประสิทธิภาพคอยช่วยเหลือ (5) ครอบครัวผู้ปกครองมีการศึกษาน้อย ไม่ทราบวิธีการช่วยเหลือที่ถูกต้อง (6) ขาดแรงจูงใจที่จะเลิกเสพยา (7) ไม่ตั้งใจที่จะเลิกเสพยาอย่างจริงจัง (8) สังคมไม่ยอมรับและไม่ให้อีกโอกาส กรณีรูปแบบการป้องกันการกระทำผิดซ้ำที่พัฒนาขึ้นมี 13 ส่วนประกอบ คือ (1) เป้าประสงค์ของการป้องกัน (2) แผนการป้องกัน (3) นโยบายการป้องกัน (4) กฎหมายที่เกี่ยวข้อง (5) การประเมินความเสี่ยง (6) การตระหนักรู้เกี่ยวกับธรรมชาติของเยาวชน (7) การคัดกรอง (8) กิจกรรมและโปรแกรมการป้องกัน (9) การให้คำปรึกษาแนะนำ (10) การส่งต่อติดตาม และประเมินผล (11) การมีความตั้งใจมุ่งในการป้องกัน (12) การมีอาชีพ และ (13) การมีเครือข่าย โดยอาจเรียกรูปแบบนี้ว่า GP-PLANSACTION MODEL ซึ่ง ผู้ทรงคุณวุฒิได้ให้การประเมินและรับรองแล้ว

รุจิรา บุญสัว (2555) เรื่อง คุณภาพชีวิตในงานของบุคลากรในสังกัดศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 จังหวัดอุบลราชธานี ผลการศึกษาค้นคว้า พบว่า 1) คุณภาพชีวิตในงานของบุคลากรในสังกัดศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 5 จังหวัดอุบลราชธานี โดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก 2) ผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตในงานของบุคลากรในสังกัดศูนย์ฝึกและอบรม

เด็กและ เยาวชนเขต 5 จังหวัดอุบลราชธานี จำแนกตามสถานภาพ โดยรวมและรายด้านพบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 3) ผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตในงานของบุคลากรในสังกัดศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและ เยาวชนเขต 5 จังหวัดอุบลราชธานี จำแนกตามประสบการณ์การทำงาน โดยรวมพบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 4) ผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตในงานของบุคลากรในสังกัดศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและ เยาวชนเขต 5 จังหวัดอุบลราชธานี จำแนกตามเงินเดือน โดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อุษา น่วมเพชร (2554) เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์ในชีวิตเชิงลบการครุ่นคิด แหล่งทักษะภายในตนเองและปัญหาทางจิตเวชของวัยรุ่นที่ใช้สารเสพติดในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จากผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีอายุอยู่ในช่วง 15-18 ปี อายุเฉลี่ย 16.9 ปี (S.D. = 1.02) ใช้สารเสพติด ในครั้งแรกเมื่ออายุเฉลี่ย 14.25 ปี (Min = 10, Max = 17, S.D. = 1.68) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีปัญหาทางจิตเวช (ร้อยละ 80) และพบว่า การครุ่นคิด มีความสัมพันธ์เชิงทำนายกับกลุ่มอาการซึมเศร้า (OR=1.07; 95%CI: 1.01-1.13; $p < 0.05$) และกลุ่มอาการวิตกกังวล (OR= 1.09; 95%CI: 1.03-1.17; $p < 0.05$) สำหรับแหล่งทักษะภายในตนเอง มีความสัมพันธ์ เชิงทำนายกับความผิดปกติทางบุคลิกภาพแบบต่อต้านสังคม (OR=0.94; 95%CI: 0.91-0.97; $p < 0.05$) โดยการครุ่นคิด สามารถทำนายกลุ่มอาการซึมเศร้าได้ร้อยละ 9 และสามารถทำนายกลุ่มอาการวิตกกังวลได้ร้อยละ 22 สำหรับแหล่ง ทักษะภายในตนเองสามารถทำนายความผิดปกติทางบุคลิกภาพแบบต่อต้านสังคมได้ร้อยละ 23 โดยที่ผลจากการศึกษาในครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าในการพัฒนาโปรแกรมเพื่อลดความเสี่ยงต่อปัญหาทางจิตเวช ในวัยรุ่นที่มีประวัติใช้สารเสพติดในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนนั้น ควรส่งเสริมทักษะในการควบคุมตนเองและการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ

คะเนิงนิจ วิหคมาตย์ (2552) เรื่อง การมองตนเองในภาวะคืนสู่ครอบครัวและสังคมของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดซ้ำในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน ผลการศึกษาพบว่า การมองตนเองของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดซ้ำในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนมีความเชื่อมโยงกับปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสภาพแวดล้อมภายนอก เช่น ครอบครัว เพื่อน ชุมชน แหล่งที่อยู่อาศัย และสภาพแวดล้อมภายในตัวตน ได้แก่ ความรู้สึก การรับรู้ การให้ ความหมาย การตีความและการเห็นคุณค่าในตนเอง มีผลต่อการมองตนเองและดำเนินพฤติกรรม ทั้งในทางดีหรือไม่ดี ซึ่งภายหลังการปล่อยตัว เยาวชนจะกลับไปเริ่มต้นในครอบครัวก่อนขึ้นอยู่กับ ความสัมพันธ์ในครอบครัวที่มีอยู่เดิมด้วย และจะพยายามเปลี่ยนแปลงตนเองในทางที่ดีขึ้นตามที่สังคมคาดหวัง เช่น ทำงาน เรียน เลิกคบเพื่อนที่ไม่ดี แต่เมื่อกลับสู่สังคมเดิมแล้วต้องเผชิญกับ สภาพการณ์ที่ส่งผลกระทบต่อจิตใจของเยาวชน เช่น ไม่ยอมรับ ไม่ไว้วางใจ ตำหนิ ประทับตรา และเพื่อลดรอยมลทินประทับจึงมีการสร้างพื้นที่การยอมรับและจัดการปัญหาด้วยตนเอง เช่น หลบหนี ใช้ชีวิตอยู่กับเพื่อน ใช้ความรุนแรง เมื่อมีสิ่งยั่วยุ หรือกดดันจะผลักดันตัวเองออกจาก สภาพการณ์นั้นแล้วกลับไปกระทำความผิดซ้ำได้อีก เยาวชนตระหนักรู้ถึงผลเสียของการกระทำผิดเพียงแต่ไม่สามารถต่อต้านสิ่งยั่วยุนั้นได้ นอกจากนี้ยังเผชิญกับปัจจัยเร้า ได้แก่ ผลตอบแทนทั้งรูปธรรม (เงินทอง สิ่งของ) และนามธรรม

(การยอมรับ อำนาจ คุณค่าในตนเอง) มักจะประเมินความคุ้มค่าและโอกาสที่จะได้สิ่งที่ต้องการแล้ว จึงตัดสินใจกระทำความผิด โดยขาดการคำนึงถึงสภาพแวดล้อมอย่างรอบด้านและผลกระทบในระยะยาว ซึ่งเยาวชนต้องมีการกำหนด สร้างโอกาสด้วยตนเองอันจะนำไปสู่การเปลี่ยนตนเองที่มีความยั่งยืนที่สุด พร้อมกับโอกาสจาก ครอบครัวและสังคม เช่น การยอมรับ ว่าง่วงใจ ให้อภัย เยาวชนมีความปรารถนาต่อตัวเอง อาชีพ การเรียนและพื้นที่ปรับตัว ซึ่งจะเป็นการคืนคุณค่าในตนเองและต้องมีการจัดการต่อความต้องการ ภายในตัวของเยาวชนให้เป็นไปในทิศทางที่เหมาะสม

ปิยพงษ์ แซ่ตั้ง (2554) เรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบคำตอบบรอส์ซาค ระหว่างเยาวชนชายที่กระทำผิดคดีเกี่ยวกับเพศและ เยาวชนชายที่กระทำผิดคดีอื่นๆ โดยผลการวิจัยสรุปได้ว่า 1) ผลการเปรียบเทียบคำตอบเกี่ยวกับการใช้พื้นที่ในการรับรู้ (location) พบว่า เยาวชนชายที่กระทำผิดคดีเกี่ยวกับเพศให้คำตอบ D และ dr มากกว่าเยาวชนชายที่กระทำผิดคดีอื่นๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ผลการเปรียบเทียบคำตอบเกี่ยวกับการให้เหตุผล (determinant) พบว่า เยาวชนชายที่กระทำผิดคดีเกี่ยวกับเพศให้คำตอบ FM, Fc, FC มากกว่าเยาวชนชายที่กระทำผิดคดีอื่นๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) ผลการเปรียบเทียบคำตอบเกี่ยวกับเนื้อหา (content) ระหว่างเยาวชนชายที่กระทำผิดคดีเกี่ยวกับเพศ และเยาวชนชายที่กระทำผิดคดีอื่นๆ พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4) ผลการเปรียบเทียบคำตอบที่คนส่วนใหญ่ตอบ (popular responses) ระหว่างเยาวชนชายที่กระทำผิดคดีเกี่ยวกับเพศ และเยาวชนชายที่กระทำผิดคดีอื่นๆ พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 5) ผลการเปรียบเทียบจำนวนคำตอบรวม (total responses) พบว่า เยาวชนชายที่กระทำผิดคดีเกี่ยวกับเพศให้จำนวนคำตอบรวมมากกว่าเยาวชนชายที่กระทำผิดคดีอื่นๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

Scuddcr et al. (2008) ได้ศึกษาถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งทางใจ โดยรูปแบบการศึกษาเชิงคุณภาพ โดยสัมภาษณ์เด็กวัยรุ่นอายุ 15 ปี จำนวน 3 ราย ในสถานบริการปฐมภูมิที่มีปัญหาครอบครัว มารดาบิดาติดยา และทั้งครอบครัว ผลการพบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่น ได้แก่ ปัจจัยด้านบุคลิกภาพซึ่งเป็นปัจจัยภายใน ได้แก่ การมีเอกลักษณ์ของตน การสามารถควบคุมตนเอง ความเชื่อ ความฉลาด ส่วนปัจจัยภายนอก ได้แก่ ครอบครัวและชุมชน โดยการศึกษาพบว่า วัยรุ่นที่ได้รับคำแนะนำจากบิดามารดา การเป็นที่คาดหวังของครอบครัว การมีชีวิตรอบอยู่ในกฎระเบียบและมีหน้าที่ความรับผิดชอบต่อครอบครัว รวมทั้งการมีสัมพันธ์ภาพที่ดีในครอบครัวเหล่านี้ช่วยส่งเสริมให้เด็กและวัยรุ่นมีพัฒนาการที่ดีและยังสามารถมีทัศนคติที่ดีในการเผชิญความเสี่ยงต่าง ๆ ได้ดีด้วย

Ioan R. Asamow (2008) ได้ศึกษาประสิทธิภาพ การให้คำปรึกษาเบื้องต้นแก่ครอบครัวของวัยรุ่นที่พยายามฆ่าตัวตาย โดยศึกษาในวัยรุ่นที่พยายามฆ่าตัวตายใน 3 เดือนก่อนที่จะเข้าร่วมการศึกษา ผลการศึกษาพบว่า สมาชิกในครอบครัวมีการสื่อสารเกี่ยวกับความเศร้าซึ่งกันและกัน รวมทั้งร่วมกันแก้ไขปัญหา ช่วย ลดความคิดและการกระทำที่จะพยายามฆ่าตัวตายของวัยรุ่นได้

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi - Experimental Research) ดำเนินการทดลองตามแบบแผนการวิจัย โดยทดสอบก่อนและหลังการควบคุม (Pretest - Posttest Design) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและพัฒนาโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ โดยศึกษาเปรียบเทียบคะแนนความหวังและความหวังเข้มแข็งทางใจของผู้ที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาทั้งก่อนและหลังการทดลอง ซึ่งผู้วิจัยได้ออกแบบการวิจัย ดังนี้

1. การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

1. การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากร (Population) ที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นเยาวชนในสถานพินิจ จำนวน 59 คน (ข้อมูล ณ วันที่ 1 พฤษภาคม 2560)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง (Sampling) ที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นเยาวชนในสถานพินิจ แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม จำนวน 7 คน และกลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน โดยคัดเลือกจากเยาวชนในสถานพินิจที่มีผลหลังจากการทำแบบวัดความหวังและแบบวัดความเข้มแข็งทางใจอยู่ในระดับต่ำตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ลงมา จำนวน 14 คน มีความสมัครใจเข้าร่วมกลุ่มทดลอง และสามารถเข้าทำการทดลองได้ แล้วใช้การสุ่มอย่างง่าย เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 7 คน โดยที่กลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) มาตรฐานวัดความหวัง 2) แบบวัดความเข้มแข็งทางใจ และ 3) โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ โดยมีรายละเอียด ดังนี้

2.1 มาตรฐานวัดความหวัง

ผู้วิจัยสร้างมาตรฐานวัดความหวัง โดยมีลำดับขั้นตอนในการสร้าง ดังนี้

1) ศึกษาจากเอกสาร ตำรา บทความ งานวิจัย และแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความหวัง

2) ผู้วิจัยพัฒนาแบบวัดนี้ขึ้นมาจากแบบวัดความหวังของ Snyder และคณะ (1996) ประกอบด้วยข้อคำถาม 10 ข้อ นำแบบวัดความหวัง ที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ คือ มากที่สุด มาก น้อย น้อยที่สุด ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ปฏิบัติการ

3) นำแบบวัดความหวังที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโทพิจารณา และทำการปรับปรุงข้อคำถามตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท

4) หาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยนำแบบวัดความหวังที่ผู้วิจัยได้ทำการปรับปรุงข้อคำถามตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา ไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการวัดและการประเมินผลด้านการศึกษา และด้านจิตวิทยา จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความเหมาะสมทั้งด้านเนื้อหา ข้อคำถาม และภาษาที่ใช้พิจารณาข้อคำถามในแบบวัดที่สร้างขึ้น ว่าสามารถวัดได้ตรงตามนิยามที่ศึกษาวิจัยครั้งนี้หรือไม่ มาคำนวณค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC: Index of Congruence) โดยมีเกณฑ์ประเมินจากข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.51-1.00 มีค่าความเที่ยงตรงใช้ได้ และข้อคำถามที่มีค่า IOC ต่ำกว่า 0.50 ต้องปรับปรุง ซึ่งจากการคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้องได้ค่าตั้งแต่ 0.60-1.00 แล้วนำแบบวัดมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญก่อนนำไปใช้ ซึ่งพบว่าข้อคำถามผ่านเกณฑ์ทั้งหมด

5) นำแบบวัดที่ได้รับการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญไปทดลองใช้ (Try out) กับเยาวชนในสถานพินิจ จำนวน 20 คน ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง แต่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง

6) นำแบบวัดที่ได้มาตรวจวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ทั้งฉบับ โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) พบว่า ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับอยู่ที่ระดับ .82

โดยมาตรฐานวัดความหวังมีข้อคำถามด้านบวกได้แก่ข้อ 1 , 2 , 6 , 8 , 9 และ 10 และข้อคำถามด้านลบได้แก่ 3 , 4 , 5 และ 7 โดยแบ่งเป็นมาตราส่วน 4 ระดับ ตั้งแต่ ตรงกับตัวท่านมากที่สุด จนถึงตรงกับตัวท่านน้อยที่สุด โดยการประมาณค่าความหวังอยู่ในระดับสูง แปลว่าผู้ตอบมาตรฐานวัดมีระดับความหวังสูง แต่หากโดยการประมาณค่าความหวังอยู่ในระดับต่ำ แปลว่าผู้ตอบมาตรฐานวัดมีระดับความหวัง อยู่ในระดับต่ำ คะแนนมีดังนี้

มากที่สุด	หมายถึง	ข้อความดังกล่าวตรงกับความคิดและความรู้สึกในปัจจุบันของท่านเป็นอย่างมากให้ 4 คะแนน
-----------	---------	---

มาก	หมายถึง	ข้อความดังกล่าวตรงกับความคิดและความรู้สึก ในปัจจุบันของท่านปานกลางหรือพอประมาณให้ 3 คะแนน
น้อย	หมายถึง	ข้อความดังกล่าวไม่ค่อยตรงกับความคิดและความรู้สึก ในปัจจุบันของท่านให้ 2 คะแนน
น้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความดังกล่าว ไม่ตรงกับความคิดและความรู้สึก ในปัจจุบันของท่านเป็นอย่างมากให้ 1 คะแนน

ตัวอย่างมาตรวัดความหวัง

คำชี้แจง กรุณาตอบแบบประเมินโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง ให้ครบถ้วนตามความเป็นจริง

ประเด็นคำถาม	ระดับความพึงพอใจ			
	มากที่สุด	มาก	น้อย	น้อยที่สุด
มาตรวัดความหวัง				
0. เมื่อฉันเผชิญกับปัญหา ฉันมองเห็นแนวทางที่จะจัดการกับปัญหานั้นได้				
0. ฉันมีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน และจะต้องทำให้สำเร็จ				
0. ฉันไม่สามารถหาทางออกให้กับปัญหาที่เผชิญอยู่ได้				
0. ไม่มีวิธีการใดที่จะมาช่วยให้ฉันบรรลุเป้าหมายของตนเองได้				
0. ฉันเชื่อว่าการไปถึงเป้าหมายที่วางไว้นั้น เป็นเรื่องยากมาก				

2.2 แบบวัดความเข้มแข็งทางใจ

ผู้วิจัยสร้างแบบวัดความเข้มแข็งทางใจ โดยมีลำดับขั้นตอนในการสร้าง ดังนี้

1) ศึกษาจากเอกสาร ตำรา บทความ งานวิจัย และแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งทางใจ

2) ผู้วิจัยพัฒนาแบบวัดนี้ขึ้นมาจากแบบวัดความเข้มแข็งทางใจของ สำนักส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต ข้อคำถามทั้งหมด 20 ข้อโดยแบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบ นำแบบวัดแบบวัดความเข้มแข็งทางใจ ที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ คือ มากที่สุด มาก น้อย น้อยที่สุด ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ปฏิบัติการ

3) นำแบบวัดความเข้มแข็งทางใจที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโทพิจารณา และทำการปรับปรุงข้อคำถามตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท

4) หาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยนำแบบวัดความเข้มแข็งทางใจที่ผู้วิจัยได้ทำการปรับปรุงข้อคำถามตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา ไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการวัดและการประเมินผลด้านการศึกษา และด้านจิตวิทยา จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความเหมาะสมทั้งด้านเนื้อหา ข้อคำถาม และภาษาที่ใช้พิจารณาข้อคำถามในแบบวัดที่สร้างขึ้น ว่าสามารถวัดได้ตรงตามนิยามที่ศึกษาวิจัยครั้งนี้หรือไม่ มาคำนวณค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC: Index of Congruence) โดยมีเกณฑ์ประเมินจากข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.51-1.00 มีค่าความเที่ยงตรงใช้ได้ และข้อคำถามที่มีค่า IOC ต่ำกว่า 0.51 ต้องปรับปรุง ซึ่งจากการคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้องได้ค่าตั้งแต่ 0.60-1.00 แล้วนำแบบวัดมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญก่อนนำไปใช้ ซึ่งพบว่าข้อคำถามผ่านเกณฑ์ทั้งหมด

5) นำแบบวัดที่ได้รับการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญไปทดลองใช้ (Try out) กับเยาวชนในสถานพินิจ จำนวน 20 คน ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง แต่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง

6) นำแบบวัดที่ได้มาตรวจวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ทั้งฉบับ โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) พบว่า ค่าความเชื่อมั่นองค์ประกอบที่ 1 อยู่ที่ระดับ .81 องค์ประกอบที่ 2 อยู่ที่ระดับ .88 และองค์ประกอบที่ 3 อยู่ที่ระดับ .82 ส่วนค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ อยู่ที่ระดับ .92

โดยข้อคำถามมีทั้งหมด 20 ข้อโดยแบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบ ได้แก่ (1) ด้านความทนทานทางอารมณ์ ข้อ 1-6 (2) ด้านกำลังใจ ข้อ 7-13 และ (3) ด้านการจัดการกับปัญหา ข้อ 14-20 เป็นมาตราส่วน 4 ระดับ ตั้งแต่ ไม่จริง จนถึงจริงมาก โดยการประมาณค่าความเข้มแข็งทางใจ อยู่ในระดับสูง แปลว่าผู้ตอบมาตรวัดมีระดับความเข้มแข็งทางใจสูง แต่หากโดยการประมาณค่าความเข้มแข็งทางใจอยู่ในระดับต่ำ แปลว่าผู้ตอบแบบวัดมีระดับความเข้มแข็งทางใจ อยู่ในระดับต่ำ คำตอบจะมี 4 ตัวเลือก ดังนี้

น้อยที่สุด	หมายถึง	ไม่เคยมีเหตุการณ์ อาการ ความรู้สึก หรือไม่เห็นด้วยกับเรื่องนั้นน้อยที่สุด
น้อย	หมายถึง	เคยมีเหตุการณ์ อาการ ความรู้สึกในเรื่องนั้นเพียงเล็กน้อยหรือเห็นด้วยกับเรื่องนั้นเพียงเล็กน้อย
มาก	หมายถึง	เคยมีเหตุการณ์อาการความรู้สึกเรื่องนั้นๆมากหรือเห็นด้วยกับเรื่องนั้นมาก
มากที่สุด	หมายถึง	เคยมีเหตุการณ์อาการความรู้สึกในเรื่องนั้นมากที่สุดหรือเห็นด้วยกับเรื่องนั้นๆมากที่สุด

ตัวอย่างแบบวัดความเข้มแข็งทางใจ

คำชี้แจง กรุณาตอบแบบประเมินโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง ให้ครบถ้วนตามความเป็นจริง

ประเด็นคำถาม	ระดับความพึงพอใจ			
	มากที่สุด	มาก	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านความทนทานทางอารมณ์				
0. เมื่อฉันมีเรื่องไม่สบายใจ ฉันไม่สามารถทำอะไรได้เลย				
0. ฉันอดทนได้เสมอเมื่อเจอสถานการณ์ร้ายๆ				
ด้านกำลังใจ				
0. แม้ว่าฉันจะเจอกับสถานการณ์ที่ยากลำบาก แต่ฉันมีครอบครัวที่คอยให้กำลังใจ				
0. ความยากลำบากทำให้ฉันเข้มแข็งขึ้น				
ด้านการจัดการกับปัญหา				
0. ปัญหาต่างๆที่เข้ามา ทำให้ฉันมีประสบการณ์มากขึ้น				
0. ฉันสามารถเปลี่ยนวิกฤตในชีวิต ให้เป็นโอกาสได้				

2.3 โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจ

ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1) นำองค์ประกอบที่ได้จากการศึกษามาเป็นกรอบแนวคิดในการสร้างรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจ

2) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจ โดยวิธีการให้คำปรึกษากลุ่ม

3) ดำเนินการสร้างรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจ โดยบูรณาการเทคนิคต่างๆของทฤษฎีการให้คำปรึกษาให้สอดคล้องกับตัวแปรตาม นิยามศัพท์เฉพาะและจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาที่ใช้ในแต่ละครั้ง โดยมีรายละเอียดดังนี้

3.1) เป็นโปรแกรมที่มุ่งเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจ เพื่อให้เยาวชนมองเห็นเป้าหมายและมีแรงผลักดันที่จะสามารถทำให้สำเร็จ

3.2) โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจ โดยดำเนินการให้คำปรึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน โดยมีการให้คำปรึกษากลุ่มสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 2 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 10 ครั้ง เป็นเวลา 5 สัปดาห์ โปรแกรม

ประกอบไปด้วย หัวเรื่อง วัตถุประสงค์ เวลา ทฤษฎีและเทคนิคที่ใช้ และวิธีดำเนินการ ซึ่งได้แก่ ชั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ชั้นดำเนินการให้คำปรึกษา ชั้นยุติการให้คำปรึกษา และการประเมินผล

4) นำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโทพิจารณา และทำการปรับปรุงตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท

5) ผู้วิจัยนำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจที่ได้ไปปรับปรุงตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท ให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบและพิจารณาความถูกต้องของความสอดคล้องทั้งในด้านเนื้อหา แนวคิด ทฤษฎี เทคนิค วัตถุประสงค์ วิธีการดำเนินการ และการประเมินผลในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ จากนั้นนำคะแนนที่ได้จากผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน มาคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC: Index of Congruence) โดยมีเกณฑ์ประเมินจากข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.51-1.00 มีค่าความเที่ยงตรงใช้ได้ และข้อคำถามที่มีค่า IOC ต่ำกว่า 0.51 ต้องปรับปรุง ซึ่งจากการคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้องได้ค่าตั้งแต่ 0.60-1.00 และนำโปรแกรมไปปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ เพื่อให้โปรแกรมมีความสมบูรณ์และเหมาะสมมากยิ่งขึ้น และสามารถนำไปใช้พัฒนาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 สรุปโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจ

ครั้งที่ / หัวข้อ	วัตถุประสงค์	แนวคิดทฤษฎีการให้คำปรึกษาและเทคนิค
ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศและสร้างความคุ้นเคย	1. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ร่วมกันระหว่างผู้วิจัยกับสมาชิก และระหว่างสมาชิกกับสมาชิกเอง 2. ชี้แจงรายละเอียดวัตถุประสงค์ของการทำกลุ่ม เพื่อให้มีความเข้าใจตรงกัน 3. กำหนดข้อตกลงร่วมกันระหว่างการทำกลุ่ม	ใช้ทฤษฎีกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Theory) เทคนิคที่ใช้ ได้แก่ การตั้งคำถามปลายเปิด การเปิดเผย การสร้างสายสัมพันธ์ (Rapport)
ครั้งที่ 2 จับมองตัวเองว่าฉันเป็น... ...	1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเชื่อมั่นในตนเอง และสามารถเอาชนะความกังวลเมื่อเจออุปสรรค 2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาใช้เวลาทบทวนตนเองและพูดถึงตนเองในด้านบวก และรักตนเองมากขึ้น	การให้คำปรึกษาแบบโซลูชั่น - โฟกัส เทคนิคที่ใช้ ได้แก่ การยอมรับสภาพของผู้รับคำปรึกษา (Acceptance) การสร้างสายสัมพันธ์ (Rapport) การฟังด้วยความใส่ใจ (Listening) การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of feeling)

ตาราง 1 (ต่อ)

ครั้งที่ / หัวข้อ	วัตถุประสงค์	แนวคิดทฤษฎีการให้คำปรึกษาและเทคนิค
ครั้งที่ 3 สร้างเป้าหมายไปสู่ ความหวัง (set goals)	1. กระตุ้นให้เยาวชนได้ตั้งเป้าหมายเพื่อ เป็นการเริ่มต้นกระบวนการคิดที่ ก่อให้เกิดความหวัง 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มรู้และเข้าใจตนเอง มากขึ้นและมองเห็นความหวัง	การให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็น ศูนย์กลาง (Person-Centered Theory) เทคนิคที่ใช้ ได้แก่ การฟังด้วยความใส่ใจ (Listening) การยอมรับสภาพของผู้รับ คำปรึกษา (Acceptance)
ครั้งที่ 4 หนทางสู่เป้าหมาย (pathways thinking)	1. เพื่อให้สมาชิกทบทวนความรู้สึก ของ สมาชิกจากการให้คำปรึกษาครั้งที่ 3 2. เพื่อให้สมาชิกได้ค้นหาเส้นทางเพื่อ ไปสู่เป้าหมายอย่างสำเร็จ	ทฤษฎีกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Theory) เทคนิคที่ใช้ ได้แก่ การเสริมแรง(Reinforcement)
ครั้งที่ 5 ฉันเชื่อมั่นว่าฉันทำได้ (Self Talk)	เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถรับรู้ ความสามารถของตนเองและเชื่อมั่นว่า ตนเองมีศักยภาพ	ทฤษฎีกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Theory) เทคนิคที่ใช้ ได้แก่ การฟังด้วยความใส่ใจ(Listening) การยอมรับสภาพของผู้รับคำปรึกษา (Acceptance) การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of feeling) การตั้งคำถาม (Questioning)
ครั้งที่ 6 หัวเรื่อง วิตามินบำรุง หัวใจ (identify sources of motivation)	เพื่อกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาค้นหา แรงจูงใจของตนเองเพื่อดึงตนเองไปให้ ถึงเป้าหมายที่หวังไว้	ทฤษฎีกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Theory) เทคนิคที่ใช้ ได้แก่ การฟังด้วยความใส่ใจ(Listening) การยอมรับสภาพของผู้รับคำปรึกษา (Acceptance) การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of feeling) การตั้งคำถาม (Questioning)
ครั้งที่ 7 อุปสรรคที่ต้องก้าวผ่าน	เพื่อเตรียมความพร้อมและรับมือกับ อุปสรรคที่สมาชิกรู้สึกกลัวหากต้องพบ เจอก่อนกลับสู่สังคม	ทฤษฎีกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Theory) เทคนิคที่ใช้ ได้แก่ การฟังด้วยความใส่ใจ(Listening) การยอมรับสภาพของผู้รับคำปรึกษา (Acceptance) การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of feeling) การตั้งคำถาม (Questioning)

ตาราง 1 (ต่อ)

ครั้งที่ / หัวข้อ	วัตถุประสงค์	แนวคิดทฤษฎีการให้คำปรึกษา และเทคนิค
ครั้งที่ 8 หัวใจที่แข็งแรงอยู่เสมอ	เพื่อให้สมาชิกมีความคิดต่อตนเองใน ทิศทางบวก ว่าสมาชิกสามารถสร้าง หัวใจของตัวเองให้เข้มแข็งได้	ทฤษฎีกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็น ศูนย์กลาง (Person-Centered Theory) เทคนิคที่ใช้ ได้แก่ การฟัง ด้วยความใส่ใจ(Listening) การ ยอมรับสภาพของผู้รับคำปรึกษา (Acceptance) การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of feeling) การตั้งคำถาม (Questioning)
ครั้งที่ 9 พลังแห่งการ สนับสนุน	เพื่อให้สมาชิกมองเห็นกำลังใจที่อยู่ เบื้องหลังของสมาชิกเอง และนำกำลังใจ ที่มีนี้ไปสู้เป้าหมายที่สมาชิกหวังไว้ และ หากต้องเจอปัญหาใดก็ตาม ย้ำเตือนให้ สมาชิกมีพลังใจที่จะสู้ต่อและเผชิญกับ สิ่งนั้นได้	ทฤษฎีกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็น ศูนย์กลาง (Person-Centered Theory) เทคนิคที่ใช้ ได้แก่ การฟัง ด้วยความใส่ใจ(Listening) การ ยอมรับสภาพของผู้รับคำปรึกษา (Acceptance) การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of feeling) การตั้งคำถาม (Questioning)
ครั้งที่ 10 หัวเรื่อง บัณฑิต นิเทศ	1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปสิ่งที่ได้ เรียนรู้จากการเข้ารับการให้คำปรึกษา กลุ่ม ตลอดจนแนวทางในการนำไป ประยุกต์ใช้ในชีวิตจริง 2. เพื่อประเมินผลการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังและความ เข้มแข็งทางใจต่อเยาวชน	ในการยุติการให้คำปรึกษา ผู้วิจัย ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบยึด บุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person – Centered Group Counseling Theory) โดยใช้เทคนิค ได้แก่ การฟัง การตั้งคำถาม การสะท้อน การสรุป

6) ผู้วิจัยนำโปรแกรมที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้กับเยาวชนในสถาน
พินิจอีกแห่งที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อพิจารณาความเหมาะสม และเพื่อหา
ข้อบกพร่องที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการทดลอง เพื่อนำไปสู่การปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมการให้
คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการก่อนนำไปใช้จริง

7) ผู้วิจัยจัดทำโปรแกรมให้คำปรึกษากลุ่มฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้กับกลุ่มทดลองใน
การเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจ

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 การศึกษาความหวังและความเข้มแข็งทางใจของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจ

3.1.1) ทำเรื่องขออนุญาตนำมาตรวัดหวังและแบบวัดความเข้มแข็งทางใจ ไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษา ก่อนที่จะนำแบบวัดและโปรแกรมไปใช้จริง

3.1.2) นำแบบวัดความหวัง และแบบวัดความเข้มแข็งทางใจ ไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 59 คน ซึ่งเป็นเยาวชนในสถานพินิจก่อนที่จะได้กลับสู่สังคม

3.1.3) นำข้อมูลที่ได้จากแบบวัดความหวัง และแบบวัดความเข้มแข็งทางใจในข้อที่ 3.1.1 ไปวิเคราะห์ เพื่อแสดงหลักฐานความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบวัดความหวัง และแบบวัดความเข้มแข็งทางใจของเยาวชนในสถานพินิจ

3.2 การดำเนินการทดลองใช้รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจ

ในการดำเนินการทดลองรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจผู้วิจัยได้ดำเนินการ ดังนี้

3.2.1 แบบแผนการทดลองประยุกต์ใช้ Pretest - Posttest Design จัดเป็นแบบแผนการทดลองที่ออกแบบให้มีการวัดทั้งหมด 2 ครั้ง ได้แก่ วัดก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง โดยมีวิธีดำเนินการทดลอง ดังนี้

1) คัดเลือกจากบุคคลที่มีคะแนนจากการทำแบบวัดความหวังและแบบทดสอบความเข้มแข็งทางใจน้อยที่สุดขึ้นมา จำนวน 7 คน ซึ่งใช้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest) และให้เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจก่อนกลับสู่สังคม

2) หลังการได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 10 ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 7 คน ทำแบบความหวังและแบบวัดความเข้มแข็งทางใจอีกครั้งเป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

3.2.2 วิธีดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจก่อนกลับสู่สังคม ทั้งนี้ในการดำเนินการทดลองแบ่งเป็น 4 ระยะ คือ

1) ระยะก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนความหวังและความเข้มแข็งทางใจจากผู้ที่ได้คะแนนน้อยที่สุดขึ้นมา จำนวนทั้งสิ้น 7 คน แล้วสัมภาษณ์เพื่อสอบถามความสมัครใจในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน

ในช่วงก่อนดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่ม ผู้วิจัยไม่ได้วัดระดับความหวังและความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มตัวอย่าง เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างได้วัดระดับความหวังและความเข้มแข็งทางใจ ในขั้นตอนของการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเพื่อมาเข้ากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจ จึงนำคะแนนจากการวัดดังกล่าวเป็นคะแนนความหวังและความเข้มแข็งทางใจก่อนการทดลอง (Pretest)

2) ระยะเวลาการทดลอง

ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน โดยใช้การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้น เป็นระยะเวลา 5 สัปดาห์ ในระหว่างวันที่ 19 พฤษภาคม – 16 มิถุนายน 2560 ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 ระยะเวลาในการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลอง

ครั้งที่	สัปดาห์ที่	วัน เดือน ปี	หัวข้อเรื่องที่เห็น
1	1	19/05/2560	ปฐมนิเทศและสร้างความคุ้นเคย
2	2	23/05/2560	มองตัวเองว่าฉันเป็น...
3	3	26/05/2560	สร้างเป้าหมายไปสู่ความหวัง (set goals)
4	4	30/05/2560	หนทางสู่เป้าหมาย (pathways thinking)
5	5	02/06/2560	ฉันเชื่อมั่นว่าฉันทำได้ (Self Talk)
6	6	05/06/2560	วิตามินบำรุงหัวใจ
7	7	09/06/2560	อุปสรรคที่ต้องเผชิญ
8	8	13/06/2560	หัวใจที่แข็งแรงอยู่เสมอ
9	9	16/06/2560	พลังแห่งการสนับสนุน
10	10	23/06/2560	ปัจฉินิเทศ

3) ระยะเวลาหลังการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการวัดระดับความหวังและความเข้มแข็งทางใจ กลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 7 คน อีกครั้งหนึ่งภายหลังการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มของกลุ่มทดลองครบทั้ง 10 ครั้งแล้ว โดยใช้คะแนนจากการวัดดังกล่าวเป็นคะแนนภายหลังการทดลอง (Posttest)

3.3 การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง

ภายหลังการได้รับอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยว่า การวิจัยนี้ไม่เป็นการละเมิดสิทธิของเยาวชนในสถานพินิจ ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างชี้แจงวัตถุประสงค์ของการทดลอง ระยะเวลาที่ใช้ วิธีการทดลอง และผลประโยชน์ที่ได้รับ พร้อมทั้งชี้แจงสิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการยินยอมให้ข้อมูล ไม่มีข้อบังคับใดๆ ข้อมูลที่ได้จากการทดลองจะถูกเก็บเป็นความลับ และผลการวิจัยจะนำเสนอภาพรวมเท่านั้น และผู้วิจัยจะขออนุญาตกลุ่มตัวอย่างในการบันทึกข้อมูลระหว่างดำเนินกิจกรรม หากกลุ่มตัวอย่างไม่ยินยอมจะยุติการบันทึกข้อมูลทันทีหากต้องการ เมื่ออธิบายเข้าใจแล้วสอบถามถึงความสนใจ หากกลุ่มตัวอย่างตอบรับการเข้าร่วมการวิจัยให้เยาวชนในสถานพินิจที่ตรงเกณฑ์ลงชื่อในเอกสารยินยอมเข้าร่วมการทดลอง

4. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

4.1 ค่าสถิติพื้นฐาน

ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่

- 1) ค่าเฉลี่ย
- 2) ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

4.2. สถิติสำหรับการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

1) การวิเคราะห์หาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของแบบวัดความหวังและแบบวัดความเข้มแข็งทางใจ โดยการหาดัชนีความสอดคล้อง (Index of item-Objective Congruence: IOC) เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับนิยามศัพท์ปฏิบัติการ

2) การวิเคราะห์หาความเชื่อมั่นรายข้อ และความเชื่อมั่นของแบบวัดความหวังและแบบวัดความเข้มแข็งทางใจ โดยใช้การหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (α -Coefficient) ของ (Cronbach) และใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

3) วิเคราะห์หาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจ โดยใช้สถิติวิเคราะห์ความเที่ยงตรงตามเนื้อหา โดยใช้สูตรคำนวณค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-Objective Congruence: IOC)

4.3 สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน คือ Non-parametric Statistic สำหรับการวิเคราะห์ทดสอบความแตกต่างภายในกลุ่ม ในช่วงระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ผู้วิจัยเลือกใช้สถิติทดสอบวิล คอกซ์ัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed-Rank Test) ส่วนการวิเคราะห์ทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่ม ในช่วงระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ผู้วิจัยเลือกใช้สถิติทดสอบแมนวิทนียู (Mann-Whitney U Test) การวิเคราะห์ทดสอบความแตกต่างภายในกลุ่ม

ในช่วงระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ผู้วิจัยใช้สถิติทดสอบวิล คอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed-Rank Test)



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลจากการวิจัยศึกษาและพัฒนาโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจก่อนกลับสู่สังคม ในครั้งนี้ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติในการประมวลผลแบบสอบถาม กลุ่มควบคุม จำนวน 7 คน และกลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน โดยคัดเลือกจากเยาวชนในสถานพินิจที่มีผลหลังจากการทำแบบวัดความหวังและแบบวัดความเข้มแข็งทางใจอยู่ในระดับต่ำตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ลงมา คือกลุ่มตัวอย่างจำนวน 14 คน ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ ก่อน และหลังการใช้โปรแกรม สามารถแบ่งออกเป็นส่วนตัวต่าง ๆ ได้ดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพิ่มเติมสิ่งที่ได้จากการทำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ ก่อน และหลังการใช้โปรแกรม

ผลการศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ ก่อน และหลังการใช้โปรแกรม กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 14 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 7 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 8 คน

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน

- 1.1 ผลของการเปรียบเทียบคะแนนความหวังและความเข้มแข็งทางใจของเยาวชนในสถานพินิจ กลุ่มทดลอง ก่อน และหลังการใช้โปรแกรม

ผลของการเปรียบเทียบคะแนนความหวังและความเข้มแข็งทางใจของเยาวชนในสถานพินิจ กลุ่มทดลอง ก่อน และหลังการใช้โปรแกรม แสดงในตาราง 2

ตาราง 2 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของมาตรวัดความหวังและความเข้มแข็งทางใจ ทั้งในช่วงก่อนและหลังการเข้าโปรแกรม

ตัวแปร	ระยะการทดลอง	ค่าเฉลี่ย (M)	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)	t	p value
ความหวัง	ก่อนทดลอง	1.26	0.13	2.968*	.021
	หลังทดลอง	1.33	0.09		
ความเข้มแข็งทางใจ	ก่อนทดลอง	2.88	0.35	4.276**	.004
	หลังทดลอง	3.04	0.31		

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 2 พบว่า หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ กลุ่มทดลองมีคะแนนความหวัง ($M = 1.33$, $SD = 0.09$) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ($M = 1.26$, $SD = 0.13$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ($t = 2.968, p < .05$) และคะแนนความเข้มแข็งทางใจ ($M = 3.04$, $SD = 0.31$) เพิ่มขึ้นจากก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ($M = 2.88$, $SD = 0.35$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 ($t = 4.046, p < .01$)

1.2 ผลของการเปรียบเทียบคะแนนความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจที่เข้าร่วมโปรแกรม กับกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

ผลของการเปรียบเทียบคะแนนความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจที่เข้าร่วมโปรแกรม กับกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม แสดงในตาราง 3

ตาราง 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า t ของคะแนนความหวังและความเข้มแข็งทางใจของเยาวชนในสถานพินิจที่เข้าร่วมโปรแกรม กับกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

ตัวแปร	กลุ่ม	ค่าเฉลี่ย (M)	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)	t	p value
ความหวัง	ทดลอง	1.33	0.09	.884	.392
	ควบคุม	1.28	0.13		

ตาราง 3 (ต่อ)

ตัวแปร	กลุ่ม	ค่าเฉลี่ย (M)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (SD)	t	p value
ความเข้มแข็ง ทางใจ	ทดลอง	3.04	0.31	.320	.754
	ควบคุม	3.00	0.25		

จากตาราง 3 พบว่า หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ กลุ่มทดลองมีคะแนนความหวัง ($M = 1.33$, $SD = 0.09$) ไม่แตกต่างกับกลุ่มควบคุม ($M = 1.28$, $SD = 0.13$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = .884$, $p > .05$) และคะแนนความเข้มแข็งทางใจ ($M = 3.04$, $SD = 0.31$) ไม่แตกต่างกับกลุ่มควบคุม ($M = 3.00$, $SD = 0.25$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = .320$, $p > .05$)

ตาราง 4 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความหวังและความเข้มแข็งทางใจของเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรม กับกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

ตัวแปร	กลุ่ม	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
ความหวัง	กลุ่มทดลอง	Mean Rank = 7.45 Sum of Ranks = 57.49	Mean Rank = 10.52 Sum of Ranks = 92.01
	กลุ่มควบคุม	Mean Rank = 7.33 Sum of Ranks = 55.50	Mean Rank = 4.27 Sum of Ranks = 32.00
	ค่าสถิติทดสอบ	Mann-Whitney U = 20.49 Z = -.04	Mann-Whitney U = 6.50 Z = -2.69**
ความเข้มแข็ง ทางใจ	กลุ่มทดลอง	Mean Rank = 8.89 Sum of Ranks = 71.66	Mean Rank = 11.69 Sum of Ranks = 92.22
	กลุ่มควบคุม	Mean Rank = 6.28 Sum of Ranks = 55.42	Mean Rank = 4.22 Sum of Ranks = 39.36
	ค่าสถิติทดสอบ	Mann-Whitney U = 21.50 Z = -1.11	Mann-Whitney U = 5.40 Z = -2.61**

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 4 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความหวังของเยาวชนในสถานพินิจระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม พบว่าคะแนนความหวังโดยรวมก่อนการทดลองระหว่างเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีค่าเฉลี่ยของอันดับในกลุ่ม (Mean Rank) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลองเท่ากับ 7.45 และ 7.33 และมีค่าผลรวมของอันดับในกลุ่ม (Sum of Ranks) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง เท่ากับ 57.49 และ 55.50 และพบว่าคะแนนความเข้มแข็งทางใจโดยรวมก่อนการทดลองระหว่างเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าเฉลี่ยของอันดับในกลุ่ม (Mean Rank) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลองเท่ากับ 8.89 และ 6.28 และมีค่าผลรวมของอันดับในกลุ่ม (Sum of Ranks) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง เท่ากับ 71.66 และ 55.42

ในส่วนของคะแนนความหวังโดยรวมหลังการทดลองระหว่างเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าเฉลี่ยของอันดับในกลุ่ม (Mean Rank) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลองเท่ากับ 10.52 และ 92.01 ตามลำดับ และมีค่าผลรวมของอันดับในกลุ่ม (Sum of Ranks) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง เท่ากับ 92.01 และ 32.00 และพบว่าคะแนนความเข้มแข็งทางใจโดยรวมหลังการทดลองระหว่างเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าเฉลี่ยของอันดับในกลุ่ม (Mean Rank) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลองเท่ากับ 11.69 และ 4.22 และมีค่าผลรวมของอันดับในกลุ่ม (Sum of Ranks) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง เท่ากับ 92.22 และ 39.36

ตาราง 5 การเปรียบเทียบความแตกต่างของความหวังและความเข้มแข็งทางใจของเยาวชนในสถานพินิจ ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ตัวแปร	ผลที่นำมาเปรียบเทียบ	Mean Rank (Negative)	Mean Rank (Positive)	Z
ความหวัง	ก่อน-หลัง	.00	4.00	-2.88*
ความเข้มแข็งทางใจ	ก่อน-หลัง	.00	4.50	-1.71**

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 5 พบว่าคะแนนความหวังของเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองโดยรวมที่ได้จากการวัดก่อนการทดลองและหลังการทดลอง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่าคะแนนความเข้มแข็งทางใจของเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองโดยรวมที่ได้จากการวัดก่อนการทดลองและหลังการทดลอง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพิ่มเติมสิ่งที่ได้จากการทำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ

จากการดำเนินกิจกรรมทั้งหมดเป็นระยะเวลา 10 วัน รวมจำนวนชั่วโมงทั้งหมด 20 ชั่วโมง วิทยุใช้วิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ที่ได้จากการสังเคราะห์เอกสาร การสังเกต และการสัมภาษณ์อย่างไม่เป็นทางการ เพื่อเก็บข้อมูลในระหว่างการทำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงของสมาชิกกลุ่มในแต่ละครั้ง โดยมีรายละเอียดดังนี้

2.1 การให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ 1

เป็นการปฐมนิเทศและสร้างความคุ้นเคย วิทยุใช้กิจกรรมเป็นการเล่นเกม “แนะนำตัว” เพื่อสร้างความสัมพันธ์ต่อผู้วิจัยและสมาชิก และระหว่างสมาชิกเอง หลังจากนั้นผู้วิจัยชี้แจงรายละเอียดการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษา โดยแจกแจงเกี่ยวกับรายละเอียด วัน ระยะเวลา รูปแบบและวิธีการต่างๆ เพื่อให้สมาชิกเกิดความเข้าใจต่อวัตถุประสงค์ในการจัดกิจกรรม และเปิดโอกาสให้สมาชิกตั้งคำถามหากมีข้อสงสัยในส่วนไหน ซึ่งพบว่า ในช่วงแรกสมาชิกมีท่าทีเกร็งไม่กล้าแสดงความคิดเห็น พูดเสียงค่อย ไม่สบตา และไม่กล้าพูดกับเพื่อนต่างเพศ วิทยุจึงใช้กิจกรรมบอกความรู้สึกผ่านภาพวาด โดยให้สมาชิกวาดภาพความรู้สึกของตนเองในเวลานั้น ซึ่งกิจกรรมนี้ทำให้สมาชิกได้บอกเล่าความรู้สึกของตนเองให้สมาชิกในกลุ่มทราบ โดยผู้วิจัยเปิดโอกาสให้สมาชิกได้แสดงความรู้สึกอย่างไรบ้างกับกิจกรรมในวันนี้

“...ได้รู้จักเพื่อนมากขึ้น บางคนเจอกันแต่ไม่เคยคุยกันเลย ได้มาคุยมารู้จักกันในกลุ่มก็รู้สึกดีมีเพื่อนเพิ่มขึ้น...” (สมาชิกคนที่ 1)

“...รู้สึกดีมีคนตั้งใจฟังความรู้สึกของผม...” (สมาชิกคนที่ 2)

“...ได้ทบทวนความรู้สึกตัวเองค่ะ...” (สมาชิกคนที่ 3)

“...รู้สึกเวลาผ่านไปเร็วดี...” (สมาชิกคนที่ 4)

“...ดีใจที่ได้เจอเพื่อน รู้จักเพื่อนเพิ่ม...” (สมาชิกคนที่ 5)

“...ปกติไม่เคยคิดเลยว่าเวลาไหนตัวเองรู้สึกยังงี้ และไม่เคยรู้ความรู้สึกคนอื่นด้วย พอได้ฟังบ้างก็รู้จักเขามากขึ้น...” (สมาชิกคนที่ 6)

“...รู้สึกดีค่ะ ได้ทำกิจกรรม ได้เจอเพื่อน...” (สมาชิกคนที่ 7)

2.2 การให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ 2

ผู้วิจัยได้ให้สมาชิกทำกิจกรรม “มองตัวเองว่าฉันเป็น...” เนื่องจากเป็นครั้งที่ 2 ของกิจกรรมการให้คำปรึกษากลุ่มซึ่งสมาชิกบางคนเริ่มผ่อนคลายมากขึ้น กล้าพูดและกล้าซักถามด้วย

รอยยิ้ม แต่มีสมาชิกบางคนที่ยังดูเกร็งและไม่กล้าแสดงความรู้สึกมากนัก การให้คำปรึกษาในครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้รูปแบบการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส เทคนิคที่ใช้ ได้แก่ การยอมรับสภาพของผู้รับคำปรึกษา (Acceptance) การสร้างสายสัมพันธ์ (Rapport) การฟังด้วยความใส่ใจ (Listening) การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of feeling) เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเองที่มีอยู่ และพัฒนาต่อรวมถึงมองข้ามความผิดพลาดและเปลี่ยนแปลงเป็นแรงผลักดันให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี เพื่อให้ผู้ให้คำปรึกษาจะมีเวลาในการทบทวนความรู้สึกของตนเองพร้อมทั้งเปิดใจรับฟังสมาชิกในกลุ่มด้วย ซึ่งพบว่า กิจกรรมในครั้งนี้ผู้รับคำปรึกษาเปิดใจเล่าเรื่องราวที่รู้สึกให้สมาชิกในกลุ่มได้ฟัง ผ่านการบันดินน้ำมันและบอกเล่าว่ามองตนเองว่าเป็นอย่างไร กิจกรรมนี้ส่งผลให้รู้ถึงการสะท้อนตนเองผ่านแง่มุมของสมาชิกเอง และพบว่าสมาชิกบางคนมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ บางคนรู้สึกติดกับสิ่งที่ตนเองเคยทำผิดพลาดในอดีต บางคนรู้สึกเสียใจต่อคนในครอบครัวที่ชีวิตของตนเป็นแบบนี้ บางคนเล่าเรื่องราวความรู้สึกไปพร้อมกับร้องไห้ออกมา หลังจากกิจกรรมเสร็จสิ้นโดยผู้วิจัยเปิดโอกาสให้สมาชิกได้แสดงความรู้สึกอย่างไรบ้างกับกิจกรรมในวันนี้

“...ผมเคยคิดว่าผมมีความผิดติดตัว คนอื่นจะต้องรับไม่ได้ แต่พอมาฟังเพื่อนคนอื่นก็รู้สึกมีกำลังใจ...” (สมาชิกคนที่ 1)

“...เคยเสียใจกับความผิดที่เคยทำ เคยโทษตัวเองที่ไม่เอาไหน กิจกรรมนี้ทำให้หนูได้ทบทวนตัวเองมากขึ้น...” (สมาชิกคนที่ 2)

“...หนูรู้สึกว่าหนูหมดอนาคตไปแล้วตอนที่ถูกตัดสิน และมองไม่เห็นอนาคตว่าจะทำอะไรต่อ กิจกรรมนี้ทำให้หนูอยากกลับมาเริ่มต้นใหม่ค่ะ...” (สมาชิกคนที่ 3)

“...ถ้าอยู่ข้างนอกคงไม่มีโอกาสได้ทำกิจกรรมแบบนี้ ขอขอบคุณที่มานะคะ...” (สมาชิกคนที่ 4)

“...รู้สึกดีที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมครับ...” (สมาชิกคนที่ 5)

“...รู้สึกขอบคุณพี่ที่มา ผมรู้สึกว่าถ้าอยู่เฉย ๆ เวลาจะผ่านไปนานมาก แต่พอได้ทำกิจกรรมเวลาผ่านไปเร็วจริงๆ...” (สมาชิกคนที่ 6)

“...ได้ฟังความรู้สึกของเพื่อนแล้ว ไม่ใช่แค่เราที่รู้สึกเสียใจ แต่เพื่อนที่อยู่ข้างๆ เขาก็รู้สึกเดียวกันกับหนู...” (สมาชิกคนที่ 7)

2.3 การให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งนี้ 3

กิจกรรมครั้งที่ 3 คือ “สร้างเป้าหมายไปสู่ความหวัง” ในครั้งนี้ผู้วิจัยบอกเล่าถึงกิจกรรมที่ผู้รับคำปรึกษาจะต้องทำต่อจากนี้คือการเขียนจดหมายถึงตนเองในอนาคต โดยสมาชิกอยากบอกอะไรกับตนเอง มีเป้าหมายว่าอย่างไร อยากทำอะไรในอนาคตมากที่สุด หรือเขียนความรู้สึกในตอนนั้นตามที่สมาชิกต้องการ และให้ปิดผนึกพร้อมจ่าหน้าซองถึงตนเอง กิจกรรมในครั้งนี้สมาชิกรู้สึกตื่นเต้นและกระตือรือร้นอยากที่จะร่วมกิจกรรม รวมถึงบรรยากาศในกลุ่มมีความผ่อนคลายมากขึ้น สมาชิกกล้าแสดงความรู้สึกมากขึ้น สมาชิกบางคนที่เคยเกร็ง พูดเสียงเบา กล้าพูดมากขึ้นและลงน้ำเสียงดังขึ้น สมาชิกในกลุ่มเริ่มสนิทสนมและมีการสื่อสารผ่านการพูดคุยอย่างเป็นกันเอง

2.4 การให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ 4

ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกในกลุ่ม และสอบถามถึงระหว่างสัปดาห์สมาชิกได้ทำอะไรบ้าง มีความรู้สึกใดเกิดขึ้น เพื่อเป็นการสร้างความคุ้นเคยอันดีต่อกันภายในกลุ่ม สำหรับกิจกรรมในครั้งที่ 4 ผู้วิจัยใช้ทฤษฎีกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Theory) เทคนิคที่ใช้ ได้แก่ การเสริมแรง (Reinforcement) ผู้ให้คำปรึกษาเปิดเพลง “ชีวิตลิขิตเอง” ให้แก่สมาชิก โดยระหว่างที่ฟังให้สมาชิกหลับตาและคิดตามเนื้อเพลงที่ได้ฟัง เมื่อเพลงจบลงผู้ให้คำปรึกษาได้ถามถึงความรู้สึกของสมาชิกแต่ละคนว่าหลังจากที่ได้ฟังเพลงนี้แล้ว เกิดอะไรขึ้นภายในใจของสมาชิกบ้าง ผู้ให้คำปรึกษาชักชวนให้สมาชิกย้อนกลับไปอาทิตย์ที่ 2 ที่สมาชิกได้ทำการค้นหาเป้าหมายของตนเองไว้ นั่น การที่สมาชิกจะไปถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้จะตั้งทำอะไรบ้าง ผู้ให้คำปรึกษาจะแจกกระดาษโปสเตอร์แผ่นใหญ่ 1 แผ่น โดยให้สมาชิกช่วยกันคิดว่าการจะไปถึงเป้าหมายต้องทำอะไร และทำอะไรเพื่อไปถึงจุดหมาย ซึ่งสมาชิกกลุ่มได้ช่วยกันหารือ สมาชิกหนึ่งคนเป็นผู้เขียน และสมาชิกทั้งหมดช่วยกันแสดงความคิดเห็น สมาชิกบางคนขอปากกาเพื่อวาดรูปประกอบในกระดาษโปสเตอร์ สมาชิกช่วยกันจนสามารถทำกิจกรรมสำเร็จ ผู้วิจัยจึงเปิดโอกาสให้สมาชิกได้เล่าถึงสิ่งที่ได้เขียนลงกระดาษโปสเตอร์ สรุปได้ดังนี้

“...รุ่นใหญ่ใจต้องนิ่ง : ถ้าพวกเราได้ออกไปจะต้องไม่กลับไปทำผิดซ้ำอีก...”
(สมาชิกคนที่ 1)

“...วางแผนล่วงหน้า : วางแผนว่าอยากจะออกไปทำอะไร เช่น ตั้งใจเรียนหนังสือ หางานทำ จะได้ไม่ลำบาก...” (สมาชิกคนที่ 2)

“...พัฒนาตนเอง : อยู่ในนี้ก็จะได้เรียนหนังสือ ได้มีโอกาสทำหลายอย่าง อยากเรียนดนตรีก็ได้เรียน เราฝึกทักษะก่อนออกไป...” (สมาชิกคนที่ 3)

“...รักตัวเองให้มาก : อย่างบางคนรู้สึกผิดหวัง หมดอนาคต โทษตัวเองถึงความผิดที่ผ่านมา ก็ถ้าเรารักตัวเองมากพอเราก็จะสามารถผ่านช่วงเวลาที่ไม่ดีไปได้...” (สมาชิกคนที่ 4)

“...เพื่อนช่วยเพื่อน : ถ้าออกไปก็จะมีเพื่อน ๆ ที่รู้จักกันในนี้ ถ้ามีอะไรก็ช่วยเหลือกัน เพราะเหมือนพวกเราห้วอกเดียวกัน ใครไม่เข้าใจเราไม่เป็น เราเข้าใจกันเองก็พอ...”
(สมาชิกคนที่ 5)

“...จดจำ : จดจำในที่นี้หมายถึงจดจำความรู้สึกที่เราอยู่ที่นี่เป็นอย่างไร บางคนอยากกลับบ้าน บางคนคิดถึงพ่อแม่ คิดถึงลูก ถ้าออกไปเราจะจำได้และไม่กลับมาทำผิดอีก...”
(สมาชิกคนที่ 6)

“...ได้ฟังความรู้สึกของเพื่อนแล้ว ไม่ใช่แค่เราที่รู้สึกเสียใจ แต่เพื่อนที่อยู่ข้างๆ เขารู้สึกเดียวกันกับหนู...” (สมาชิกคนที่ 7)

2.5 การให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ 5

ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกในกลุ่ม และสอบถามถึงเรื่องทั่วไปเล็กน้อย เพื่อเป็นการสร้างความคุ้นเคยอันดีต่อกันภายในกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาบอกถึงจุดประสงค์ของการให้

คำปรึกษาในครั้งนี้ให้สมาชิกในกลุ่มทราบรายละเอียดกิจกรรมในวันนี้ ซึ่งการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้ทฤษฎีกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Theory) เทคนิคที่ใช้ ได้แก่ การฟังด้วยความใส่ใจ (Listening) การยอมรับสภาพของผู้รับคำปรึกษา (Acceptance) การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of feeling) การตั้งคำถาม (Questioning) ผู้ให้คำปรึกษาเปิดวิดีโอ “นิค วูจิ ชิค” ให้สมาชิกได้ดู เมื่อวิดีโอจบลงให้สมาชิกได้สะท้อนความรู้สึกของตนเองหลังจากที่ได้ดูวิดีโอ ผู้ให้คำปรึกษาตั้งคำถามแก่สมาชิกว่า “แล้วในชีวิตของสมาชิกเองเคยผ่านเหตุการณ์อะไรที่รู้สึกว้าวร้ายแรงที่สุด และส่งผลกระทบต่อจิตใจของสมาชิกอย่างไรบ้าง รวมถึงสมาชิกผ่านเหตุการณ์ร้ายๆ นั้นมาได้อย่างไร

“...พอดูคริปแล้ว เค้ายังใช้ชีวิตได้เลย เรามีร่างกายครบสมบูรณ์ทำไมเราจะผ่านไปไม่ได้...” (สมาชิกคนที่ 1)

“...เขาเก่งมาก...” (สมาชิกคนที่ 2)

“...มีกำลังใจมากขึ้นเลยคะ...” (สมาชิกคนที่ 3)

“...เรามีความสามารถหลายอย่าง และเขายอมรับสิ่งเลวร้ายที่เกิดขึ้นในชีวิตของเขาได้ แล้วทำไมเราจะทำไม่ได้...” (สมาชิกคนที่ 4)

“...ตอนที่เขาล้มลง หนูร้องไห้เลย หนูเคยคิดว่าเรื่องที่หนูเจอมันใหญ่มากสำหรับหนู พอดูเขาแล้วเรื่องของหนูเล็กไปเลย...” (สมาชิกคนที่ 5)

“...เขาสามารถอยู่กับร่างกายที่ไม่ครบสมบูรณ์ แต่ดูเขามีความสุขกับชีวิตของเขา และครอบครัวเขาด้วย แค่อยมและมีความสุขแค่นั้นเอง...” (สมาชิกคนที่ 6)

“...เขาทำได้เราก็คงทำได้ ไม่มีอะไรยากเกินความตั้งใจของเราหรอก...” (สมาชิกคนที่ 7)

2.6 การให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ 6

ในการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้ทฤษฎีกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Theory) เทคนิคที่ใช้ ได้แก่ การฟังด้วยความใส่ใจ (Listening) การยอมรับสภาพของผู้รับคำปรึกษา (Acceptance) การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of feeling) การตั้งคำถาม (Questioning) ผู้วิจัยบอกจุดประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ให้สมาชิกในกลุ่มทราบในหัวข้อ “วิตามินบำรุงหัวใจ” ผู้วิจัยแจกขวดโหลใส 1 ขวด กระดาษสีแผ่นเล็ก จำนวน 60 ใบ ให้กับสมาชิกทุกคน ผู้ให้คำปรึกษากล่าวถึงหัวข้อของวันนี้ ในเรื่องวิตามินบำรุงหัวใจ โดยบอกถึงหน้าที่ของสิ่งของที่แจกให้แก่สมาชิกไปนั้น ว่ากระดาษทุกใบเป็นวิตามินของสมาชิกเองในแต่ละวัน สมาชิกจะได้รับวิตามินคนละ 60 วัน เพื่อจะทำให้จิตใจของสมาชิกแข็งแรง ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกเขียนข้อความให้กำลังใจตนเองในอนาคตสั้นๆ และพับลงในขวดโหลของตัวเองทำจนครบ 60 ใบ ผู้ให้คำปรึกษาบอกแก่สมาชิกว่าขวดโหลนี้จะเป็นวิตามินเพื่อบำรุงหัวใจของสมาชิกไปจนครบ 60 วัน โดยให้เริ่มเปิดขวดในวันรุ่งขึ้น ผู้วิจัยถามความรู้สึกของสมาชิกว่าระหว่างที่กำลังทำวิตามินให้แกตัวเองในแต่ละวัน สมาชิกมีความรู้สึกอย่างไรเกิดขึ้นบ้าง โดยถามจนครบทุกคนและสรุปกิจกรรม

ของวันนี้ที่ได้ทำร่วมกันผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแต่ละคน ช่วยกันสรุปประเด็นสำคัญที่ได้คุยกัน พร้อมทั้งบอกความรู้สึกที่ได้มาเข้าร่วมโปรแกรมในครั้งนี้ รวมทั้งบอกว่าตนเองได้รับอะไร และได้ทำอะไรแก่สมาชิกในการเข้าโปรแกรมครั้งนี้บ้าง

“...กิจกรรมในวันนี้น่ารักดี ถ้าได้ลองเปิดในวันพรุ่งนี้คงจะตื่นเต้นน่าดู...” (สมาชิกคนที่ 1)

“...พวกเราอยู่ในนี้ ไม่มีแชทไลน์ ไม่มีเฟซบุ๊ก ไม่มีอินสตาแกรม พอได้เขียนถึงตัวเองลงในขวดโหลทีละชิ้นก็ดีนะ อยากเขียนอะไรก็เขียน อยากชมว่าตัวเองสวยก็ทำได้...” (สมาชิกคนที่ 2)

“...ไม่เคยใช้เวลาทำอะไรอย่างนี้เลย ปกติเป็นคนไร้สาระมาก หนูวันนี้ใช้เวลาอย่างมีสาระสุด ๆ...” (สมาชิกคนที่ 3)

“...ตอนแรกก็ไม่วัดจะเขียนอะไร เขียนถึงตัวเองตั้ง 60 แผ่น แต่พอทำไปเรื่อย ๆ ก็นึกถึงวันที่ได้เปิดคงจำไม่ได้หรอกเขียนอะไรไปบ้าง ไปลืมนึกอีกที...” (สมาชิกคนที่ 4)

“...รู้สึกว่าการที่เขียน ก็อยากเขียนทุกอย่างที่ตัวเองอยากได้ยิน เพราะคงไม่มีใครพูดดีกับเราได้ตลอด 60 วัน แต่มีตัวเองเนียแหละที่จะให้กำลังใจตัวเองได้ดีที่สุด...” (สมาชิกคนที่ 5)

“...ตอนตื่นมาทุกเช้าคงจะอยากตื่นขึ้นมาเปิดดูข้อความที่ตัวเองเขียนไว้แต่ละวัน...” (สมาชิกคนที่ 6)

“...ไม่มีใครรู้ขนาดข้างหน้า หนูเองก็ไม่วัด แต่หนูเขียนให้กำลังใจตัวเองทุกวันเลย...” (สมาชิกคนที่ 7)

2.7 การให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ 7

ผู้ให้คำปรึกษานำเข้าสู่กิจกรรม “ยกภูเขาออกจากอก” ผู้ให้คำปรึกษาแจกใบกิจกรรมขนาด A4 ในใบกิจกรรมจะมีรูปภูเขาหลาย ๆ ลูก โดยจะให้สมาชิกเขียนสิ่งที่รู้สึกกลัวหลังจากที่ได้ออกจากสถานพินิจ ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้สมาชิกได้พูดถึงภูเขาของตนเองแต่ละลูก ว่าสมาชิกรู้สึกกลัวอะไร เพราะอะไรถึงมีความกังวลและกลัวภูเขาลูกนั้น ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้สมาชิกคนอื่นเสริมในบางประเด็นที่เหมาะสม

“...กลัวพ่อกับแม่จะไม่ให้อภัย พวกเราไม่เคยมาหาเลยตั้งแต่มาอยู่ที่นี่...” (สมาชิกคนที่ 1)

“...กลัวว่าลูกจะจำไม่ได้ เพราะตอนที่เข้ามาลูกเพิ่งได้แค่ขวบเดียว นี่ผ่านไป 7 เดือนแล้ว...” (สมาชิกคนที่ 2)

“...กลัวคนที่รู้จักจะรับไม่ได้...” (สมาชิกคนที่ 3)

“...กลัวไม่มีที่ไป กลัวไม่มีงานทำ แล้วต้องกลับไปติดยาแบบเดิม ไม่อยากมีชีวิตแบบนี้...” (สมาชิกคนที่ 4)

“...กลัวจะไม่ได้รับโอกาส ก็เหมือนเรามีตำหนิมาแล้ว ใครจะอยากให้โอกาสเรา...” (สมาชิกคนที่ 5)

“...น้อยคนจะรับได้กับเรื่องแบบนี้ ไม่ใช่ทุกคนที่ยอมรับคนที่ทำผิดร้ายแรงได้...”
(สมาชิกคนที่ 6)

“...กลัวจะกลับไปเป็นแบบเดิมอีก...” (สมาชิกคนที่ 7)

2.8 การให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ 8

ผู้ให้คำปรึกษาบอกถึงจุดประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ให้สมาชิกในกลุ่มทราบ ผู้ให้คำปรึกษาถามถึงตลอดเวลา 7 สัปดาห์ที่สมาชิกเข้าร่วมกลุ่มรู้สึกอย่างไรบ้าง มีอะไรที่สมาชิกรู้สึกเปลี่ยนแปลงไปบ้าง และมีอะไรที่ยังรู้สึกกลัวอยู่ ผู้ให้คำปรึกษานำเข้าสู่กิจกรรม “เหวี่ยงออกไป” โดยให้สมาชิกยืนขึ้นและมีพื้นที่พอประมาณให้กับตัวเอง หลังจากนั้นผู้ให้คำปรึกษาจะให้สมาชิกจินตนาการว่ากำลังถือลูกบอลอยู่และให้สมาชิกเหวี่ยงลูกบอลออกไป ผู้ให้คำปรึกษาบอกให้สมาชิกมองจุดที่ลูกบอลตกอยู่ และให้สมาชิกลองทำเหมือนเดิมอีกครั้ง แต่เหวี่ยงให้ไกลกว่าจุดเดิม เมื่อจบกิจกรรมแล้วผู้ให้คำปรึกษาสรุปกิจกรรมที่ได้ทำ โดยชี้ให้เห็นว่าสมาชิกทุกคนมีความสามารถ ไม่ว่าสมาชิกจะอยู่ในสถานการณ์ใดก็ตาม สมาชิกจะสามารถผ่านไปได้ด้วยหัวใจที่เข้มแข็งของสมาชิกเอง ผู้ให้คำปรึกษาถามสมาชิกว่ากิจกรรมที่จบไปรู้สึกอย่างไรกันบ้าง หากสมาชิกพบเจอปัญหาจะทำอย่างไร และเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มให้กำลังใจกัน

2.9 การให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ 9

ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกในกลุ่ม และสอบถามถึงเรื่องทั่วไปเล็กน้อย เพื่อเป็นการสร้างความคุ้นเคยอันดีต่อกันภายในกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาบอกถึงจุดประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ให้สมาชิกในกลุ่มทราบ ในการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้ทฤษฎีกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Theory) เทคนิคที่ใช้ ได้แก่ การฟังด้วยความใส่ใจ (Listening) การยอมรับสภาพของผู้รับคำปรึกษา (Acceptance) การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of feeling) การตั้งคำถาม (Questioning) ผู้ให้คำปรึกษานำเข้าสู่กิจกรรม “ยื่นมือมาเพราะรัก” โดยจะแจกกระดาษแข็งขนาด A4 ให้กับสมาชิกคนละ 1 แผ่น และให้แต่ละคนทาบมือลงบนกระดาษและวาดมือของตัวเองลงไป เมื่อวาดสมาชิกทุกคนวาดเสร็จให้ตัดตามรอยมือที่วาดไปนั้นโดยตัดให้เหลือข้อมือไว้ เมื่อตัดเสร็จแล้วจะได้เป็นแท่นมือขึ้นมา หลังจากนั้นผู้ให้คำปรึกษาจะแจกหัวใจให้กับสมาชิกทุกคน คนละหลายๆ ดวง และให้เอาไปติดให้กับเพื่อนสมาชิกทุกคนในกลุ่ม มือที่วางเปล่าก็กลายเป็นมือที่มีหัวใจ กิจกรรมนี้ชี้ให้สมาชิกเห็นว่าหัวใจที่อยู่บนมือของสมาชิกก็เปรียบเหมือนพลังใจที่พร้อมจะให้กับสมาชิก ไม่ว่าสมาชิกจะอยู่ในสถานการณ์ไหนก็ตาม ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มได้ให้กำลังใจกันและกัน ผู้ให้คำปรึกษาถามถึงกำลังใจและพลังสนับสนุนของสมาชิกแต่ละคนคืออะไร และอะไรคือพลังที่จะขับเคลื่อนให้สมาชิกผ่านทุกอุปสรรคไปได้ ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแต่ละคน ช่วยกันสรุปประเด็นสำคัญที่ได้คุยกัน พร้อมทั้งบอกความรู้สึกที่ได้มาเข้าร่วมโปรแกรมในครั้งนี้ รวมทั้งบอกว่าตนเองได้รับอะไร และได้ให้อะไรแก่สมาชิกในการเข้าโปรแกรมครั้งนี้บ้าง ผู้ให้คำปรึกษาเพิ่มเติมประเด็นในการพูดคุย ให้กำลังใจสมาชิกในกลุ่ม และนัดหมายการให้คำปรึกษาในครั้งถัดไป

2.10 การให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ 10

ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกในกลุ่ม ชวนพูดคุยเรื่องทั่วไป และพูดคุยเกี่ยวกับผลของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ผ่านม่ว่าสมาชิกกลุ่มมีความรู้สึกอย่างไร และเกิดการเปลี่ยนแปลงอะไร อย่างไรบ้าง ในช่วงเวลาที่ผ่านมามา ทั้งนี้เป็นการให้สมาชิกได้ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมา ผู้วิจัยใช้เทคนิคคำถามการจัดระดับ โดยถามสมาชิกกลุ่มว่า “ถ้ามีการจัดระดับ 0 - 10 โดย 0 หมายถึง ระดับความรู้สึกในวันที่สมาชิกแต่ละคนได้เข้ากลุ่มครั้งแรก สมาชิกแต่ละคนประสบความสำเร็จในสิ่งที่ตนได้ตั้งเป้าหมายไว้ ระดับความรู้สึกหรือการรับรู้ว่าจะประสบความสำเร็จนั้น ณ ปัจจุบันความรู้สึกอยู่ในระดับใด” เพื่อเป็นการให้สมาชิกได้สำรวจความรู้สึกและรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนโดยมีระดับความหวังและความเข้มแข็งทางใจเพิ่มขึ้น ผู้วิจัยถามสมาชิกกลุ่มต่อไปว่าจากความรู้สึกที่เพิ่มขึ้นนั้นสมาชิกกลุ่ม แต่ละคนสามารถทำได้อย่างไร ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจตลอดจนเชื่อมั่นในสิ่งที่ตนได้ทำ และรับรู้ถึงความสำเร็จที่มากขึ้นต่อไป ผู้วิจัยให้ข้อมูลย้อนกลับแก่สมาชิกกลุ่ม โดยการกล่าวชมเชย ตลอดจนสนับสนุนให้สมาชิกแต่ละคนกล่าวชมเชยซึ่งกันและกัน ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มเกิดความเชื่อมั่นและส่งเสริมให้ดำเนินการตามแนวทางเพื่อไปสู่เป้าหมายที่ตนได้ตั้งไว้อย่างเข้มแข็งต่อไป

จากการที่ได้ทำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ จำนวน 10 วัน วันละ 2 ชั่วโมง รวมทั้งหมด 20 ชั่วโมงในการใช้เวลาร่วมกับสมาชิกกลุ่มซึ่งเป็นเยาวชนในสถานพินิจพบว่า สมาชิกมีทำที่ที่เปลี่ยนแปลงในด้านทักษะด้านอารมณ์ การยอมรับตนเองเพิ่มขึ้น การสร้างเป้าหมายและมีเป้าหมายในการพัฒนาชีวิตที่ดีขึ้น โดยผ่านกระบวนการคิดของสมาชิกเมื่อเข้าร่วมโปรแกรมและฟังความคิดเห็นจากสมาชิกภายในกลุ่มซึ่งมีบริบทหรือมีภาวะจิตใจทางความรู้สึกใกล้เคียงกัน และยอมรับผู้อื่นอย่างไม่มีเงื่อนไขภายใต้บทบาทความเป็นจริง อีกทั้งมีสภาพจิตใจที่พร้อมต่อการเอาชนะความเศร้าและรู้สึกผิดต่อเรื่องราวในอดีตที่ผ่านมาของสมาชิกแต่ละคน รวมถึงมีความสามารถในการจัดการกับอุปสรรคได้ดี และมีความตระหนักรู้พยายามควบคุมตนเองไม่ให้กลับมากระทำผิดซ้ำอีก โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเป็นการเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจโดยทำงานควบคู่กันเพื่อปรับทัศนคติของเยาวชนให้สามารถรู้เท่าทันตนเองและมีการมองโลกตามความเป็นจริง

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ

สมมติฐานการวิจัย

ผู้วิจัยกำหนดสมมติฐานในการวิจัย ดังนี้ 1) เยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการจะมีความหวังสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม และ 2) เยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการจะมีความเข้มแข็งทางใจสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

สรุปผลการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูลจากการวิจัยศึกษาและพัฒนาโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจในครั้งนี้ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติในการประมวลผลแบบสอบถาม กลุ่มควบคุม จำนวน 7 คน และกลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน โดยคัดเลือกจากเยาวชนในสถานพินิจที่มีผลหลังจากการทำแบบวัดความหวังและแบบวัดความเข้มแข็งทางใจอยู่ในระดับต่ำตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ลงมา จำนวน 14 คน จากกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดไว้ จำนวน 59 คน โดยสรุปตามสมมติฐานได้ดังนี้

สมมติฐานข้อที่ 1 เยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการจะมีความหวัง สูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม ผลการวิจัยพบว่า หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ กลุ่มทดลองมีคะแนนความหวัง ($M = 1.33$, $SD = 0.09$) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ($M = 1.26$, $SD = 0.13$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ($t = 2.968, p < .05$)

สมมติฐานข้อที่ 2 เยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการจะมีความเข้มแข็งทางใจสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม และคะแนนความเข้มแข็งทางใจ ($M = 3.04$, $SD = 0.31$) เพิ่มขึ้นจากก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ($M = 2.88$, $SD = 0.35$) อย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ ที่ระดับ .01 ($t = 4.046, p < .01$)

การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความหวังของเยาวชนในสถานพินิจระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม พบว่าคะแนนความหวังโดยรวมก่อนการทดลองระหว่างเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีค่าเฉลี่ยของอันดับในกลุ่ม (Mean Rank) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลองเท่ากับ 7.45 และ 7.33 และมีค่าผลรวมของอันดับในกลุ่ม (Sum of Ranks) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง เท่ากับ 57.49 และ 55.50 และพบว่าคะแนนความเข้มแข็งทางใจโดยรวมก่อนการทดลองระหว่างเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าเฉลี่ยของอันดับในกลุ่ม (Mean Rank) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลองเท่ากับ 8.89 และ 6.28 และมีค่าผลรวมของอันดับในกลุ่ม (Sum of Ranks) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง เท่ากับ 71.66 และ 55.42

ในส่วนของคะแนนความหวังโดยรวมหลังการทดลองระหว่างเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าเฉลี่ยของอันดับในกลุ่ม (Mean Rank) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลองเท่ากับ 10.52 และ 92.01 ตามลำดับ และมีค่าผลรวมของอันดับในกลุ่ม (Sum of Ranks) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง เท่ากับ 92.01 และ 32.00 และพบว่าคะแนนความเข้มแข็งทางใจโดยรวมหลังการทดลองระหว่างเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าเฉลี่ยของอันดับในกลุ่ม (Mean Rank) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลองเท่ากับ 11.69 และ 4.22 และมีค่าผลรวมของอันดับในกลุ่ม (Sum of Ranks) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง เท่ากับ 92.22 และ 39.36

อภิปรายผล

จากการศึกษาในครั้งนี้ ซึ่งได้พบว่าโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ สรุปรายละเอียดของแต่ละประเด็น ดังนี้

1. เยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการจะมีความหวังสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 ซึ่งแสดงว่าโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังได้พัฒนาให้เยาวชนมีความหวังสูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อูร์ปรีย์ เกิดในมงคล (2557 : 54-65) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การศึกษาลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า ลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นประกอบด้วยเป้าหมายทางการศึกษา วิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ความ

เชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ความพยายามที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ทั้งนี้เมื่อพิจารณาความหวังทางการศึกษาโดยภาพรวมพบว่าอยู่ในระดับสูง แสดงให้เห็นว่านักเรียนวัยรุ่นมีความหวังทางการศึกษาสูง ซึ่งจากการสอบถามและสัมภาษณ์นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยม ศึกษาปีที่ 2 พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความหวังในด้านการศึกษา โดยนักเรียนกล่าวถึงการได้คะแนนในรายวิชาต่างๆ ที่ดีขึ้น มีเกรดเฉลี่ยที่สูงขึ้น ได้เรียนในสิ่งที่ตนสนใจ ตลอดจนเรียนจบ ได้ศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น มีงานที่ดีทำเป็นต้น โดยมีเพียงบางส่วนที่กล่าวถึงความหวังทางด้านครอบครัวและสุขภาพตามลำดับ และ ฅณลิต ฅวรฅร (2556) ทำการศึกษาผลการพัฒนาคุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดนครพนม โดยการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยม ผลการวิจัยพบว่า 1) คุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยมสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 2) คุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนที่ได้รับการอบรมกลุ่มตามคู่มือปฏิบัติสถานพินิจ ระหว่างก่อนและหลังการอบรมไม่แตกต่างกัน และ 3) คุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยมสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการอบรมกลุ่มตามคู่มือสถานพินิจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 รวมถึงโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบบูรณาการที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนี้เป็นการประยุกต์ใช้ทฤษฎีและเทคนิคหลายรูปแบบเพื่อปรับให้เข้ากับกลุ่มตัวอย่าง โดยเลือกใช้การให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน – โฟกัส และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า เพื่อมุ่งเน้นให้เยาวชนเกิดการยอมรับในตนเองและให้โอกาสตัวเองในการดำเนินชีวิต โดยมีเป้าหมายเพื่อช่วยเหลือให้ผู้รับคำปรึกษาได้พัฒนาความสามารถที่มีในตัวเอง และมองหาจุดแข็งเพื่อจะใช้ชีวิตอย่างมีความหวังได้อย่างมีประสิทธิภาพ

จากการสังเกตของผู้วิจัย พบว่า เมื่อดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มพบว่า เยาวชนมีท่าทีที่เปลี่ยนแปลงไปจากช่วงแรกที่ได้เข้ารับการปรึกษากลุ่ม เยาวชนกล้าพูด กล้าคิด กล้าแสดงออกมากขึ้น ซึ่งแนวคิดของ มิลเลอร์ (Miller, 1983, p. 243) กล่าวว่า ความหวังที่พบในบุคคลทั่วไปออกเป็น 3 ระดับคือ ระดับที่ 1 เป็นความหวังในระดับที่พบบ่อยเป็นความปรารถนาของบุคคลที่จะได้รับความสะดวกสบายในชีวิตประจำวันจากอุปกรณ์เครื่องใช้ต่างๆ โดยต้องการให้การดำรงชีวิตประจำวันนั้นราบรื่น ถ้าไม่สมหวังบุคคลจะรู้สึกไม่พอใจเพียงระยะเวลาหนึ่งเท่านั้น ไม่จำเป็นต้องใช้พลังทางจิตในการปรับตัว ระดับที่ 2 เป็นความหวังของบุคคลเกี่ยวกับการมีสมพันธภาพที่ดี ต้องการที่จะพัฒนาตนเองไปในทางที่เหมาะสมและประสบความสำเร็จ ซึ่งหากไม่สมหวังบุคคลจะเกิดความวิตกกังวลและต้องใช้พลังทางจิตในการปรับตัวมากกว่าระดับแรก โดยความวิตกกังวลนี้จะบรรเทาลงหรือหมดไปเมื่อบุคคลมีการตั้งความหวังขึ้นมาใหม่ ระดับที่ 3 เป็นความหวังในระดับสูงสุดของบุคคล เป็นความหวังที่จะทำให้บุคคลหลุดพ้นจากความยากลำบาก ความทุกข์ ความรู้สึกขาดอิสระภาพ ความหวังในระดับนี้เป็นพลังที่สำคัญของบุคคลในการปรับตัวต่อความเจ็บป่วยเรื้อรังและความเจ็บป่วยที่คุกคามชีวิต หากบุคคลไม่สมหวังจะทำให้เกิดความรู้สึกท้อแท้ เหนื่อยหน่าย สิ้นหวัง และจะต้องใช้พลังทางจิตอย่างมากทั้งจากภายนอกและภายในตัวบุคคล เพื่อช่วยในการปรับตัว รวมถึงผู้

เข้ารับการปรึกษายอมรับสมาชิกในกลุ่มอย่างเปิดเผยและมีความสนิทสนมมากขึ้นในแต่ละครั้งที่ทำการให้คำปรึกษากลุ่ม เพราะเมื่อมีการพูดคุยกันในบางประเด็นที่ตรงกับความรู้สึกของสมาชิกบางคนในกลุ่ม เพื่อนร่วมกลุ่มจะคอยให้กำลังใจ และสัมผัสด้วยท่าทีปลอบประโลม ซึ่งสอดคล้องกับ ชรีทรัพย์มี (2550: 103 – 104) การให้คำปรึกษากลุ่มเป็นรูปแบบหนึ่งของการปรึกษา เป็นกระบวนการที่ผู้มีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเอง หรือต้องการจะแก้ปัญหาใดปัญหาหนึ่งร่วมกัน มาปรึกษาหารือซึ่งกันและกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้การปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกในกลุ่มจะมีโอกาสได้แสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของแต่ละคน เป็นการได้ระบายความรู้สึกขัดแย้งในจิตใจ ได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอมรับตนเอง กล้าเผชิญปัญหาและได้ให้ความคิดในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเองกับทั้งได้รับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่นและได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีความรู้สึกขัดแย้งหรือความคิดเห็นเช่นเดียวกับตนไม่ใช่เขาคนเดียวที่มีปัญหา

2. เยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการจะมีความเข้มแข็งทางใจสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 ซึ่งแสดงว่าโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจได้พัฒนาให้เยาวชนมีความเข้มแข็งทางใจสูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ณิชารัตน์ พะยอมยงค์ (2559) ทำการศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของโรเจอร์สที่มีต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและความเข้มแข็งทางจิตใจของเด็กด้อยโอกาส โดยมีจุดประสงค์เพื่อศึกษาผลของการให้การปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของ Rogers ต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ได้เข้าร่วมการปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของ Rogers ทั้ง 5 คนมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง และ ความเข้มแข็งทางจิตใจเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพแสดงให้เห็น กลุ่มตัวอย่างรับรู้ถึงความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง และ พัฒนาความเข้มแข็งทางจิตใจมากขึ้น ซึ่งผู้วิจัยได้ปูพื้นฐานในการเตรียมพร้อมสำหรับการดำเนินชีวิตให้มีพลังใจในการอดทนต่อความกดดันกับเรื่องราวที่ทุกข์ใจ การสร้างแรงจูงใจในการมองเป้าหมายที่มีและกระทำให้สำเร็จ รวมถึงมีพลังแห่งการสนับสนุนจากครอบครัวของผู้รับคำปรึกษาเอง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Loehr (1986) ได้แบ่งแนวคิดของทักษะทางจิตวิทยาออกเป็น 7 องค์ประกอบ 1) ความมั่นใจในตนเอง (Self-confidence) การรับรู้และรู้สึกว่าคุณทำได้ จะทำให้ แสดงความสามารถได้ดีและประสบความสำเร็จ ถ้าหากไม่มีความมั่นใจก็จะแสดงความสามารถ ไม่ได้ตามที่ต้องการ 2) การควบคุมพลังทางลบ (Negative energy control) การควบคุมอารมณ์ทางลบที่มีความจำเป็นในความสำเร็จของการแข่งขัน เช่น ความกลัว ความโกรธ ความอิจฉา อารมณ์ร้อน โดยการทำให้ตัวเองรู้สึกผ่อนคลาย และมุ่งความสนใจไปที่สถานการณ์เพื่อให้เกิดพลังงานทางลบน้อยที่สุด 3) การควบคุมสมาธิ (Attention control) ความสามารถในการมุ่งความสนใจในสิ่งที่ทำ อยู่ ณ เวลานั้น 4) การจินตภาพ และการควบคุมจินตภาพ (Visualisation and imagery control) นักกีฬาที่ประสบความสำเร็จจะมีการพัฒนาทักษะของการจินตภาพและการจินตนาการ ซึ่ง นักกีฬาคิดและควบคุมการเคลื่อนไหวของภาพในจิตใจ ซึ่งการฝึกจินตภาพจะช่วยให้ นักกีฬา สามารถ

เคลื่อนไหวได้ง่ายขึ้น 5) แรงจูงใจ (Motivation) สร้างเป้าหมายที่สามารถทำได้เป็นรายวันและจัดการ กับความล้มเหลวให้เหมาะสมเพราะทุกส่วนต่างเป็นส่วนประกอบของแรงจูงใจ ความอดทนที่จะ ตั้งใจฝึกซ้อม และเพิ่มแรงให้ตัวเองจะทำให้นักกีฬาเพิ่มระดับของแรงจูงใจให้ตัวเอง 6) พลังทางบวก (Positive energy) ความสามารถนี้จะเกิดขึ้นจาก ความสนุก ความ มุ่งมั่น การมองในด้านบวก และความสามารถของทีมนักกีฬา พลังทางบวกนั้นจะช่วยให้สามารถ แข่งขันได้อย่างสุดความสามารถ และการที่จะทำให้ประสบความสำเร็จ นักกีฬาจะต้องทำให้ ตัวเองผ่อนคลาย มีความตั้งตัวของกล้ามเนื้อต่ำ และควบคุมสมาธิ 7) การควบคุมทัศนคติ (Attitude control) ทัศนคติที่ดีนั้นจะต้องสามารถควบคุม อารมณ์และมีความสิ้นใจของพลังเชิงบวก

การศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจก่อนและหลังการใช้โปรแกรม ทั้งนี้สามารถอภิปรายผลการศึกษาพบว่า หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ กลุ่มทดลองมีคะแนนความหวัง ($M = 1.33$, $SD = 0.09$) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ($M = 1.26$, $SD = 0.13$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ($t = 2.968$, $p < .05$) และคะแนนความเข้มแข็งทางใจ ($M = 3.04$, $SD = 0.31$) เพิ่มขึ้นจากก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ($M = 2.88$, $SD = 0.35$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = 4.046$, $p < .01$) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย กฤษณา สังขมุณีจินดา (2554) ที่ได้ทำการศึกษาเรื่องผลของโปรแกรมทางการพยาบาลแบบสนับสนุนต่อความหวังในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมระยะลุกลามที่ได้รับยาเคมีบำบัด โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการแสดงให้เห็นว่ารูปแบบโปรแกรมได้ถูกออกแบบมาเพื่อให้เหมาะกับเยาวชนในสถานพินิจซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างกลุ่มเล็กและเฉพาะเจาะจง จึงไม่สามารถใช้ข้อมูลมาเพื่ออ้างอิงให้เป็นตัวแทนในกลุ่มใหญ่ได้ แม้ผลการวิจัยระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองจะไม่แตกต่างกัน แต่ในส่วนของกลุ่มทดลองเมื่อทำการวัดผลทั้งก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพบว่า เยาวชนมีความหวังสูงขึ้นหลังจากที่ผ่านการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และในส่วนของความเข้มแข็งทางใจเยาวชนมีคะแนนสูงขึ้นเมื่อผ่านการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยส่งผลให้เยาวชนเกิดแรงกระตุ้นและความคิดแบบประมวลผล รวมถึงมีการตั้งเป้าหมายในชีวิตหลังจากกลับสู่สังคมอย่างมีหัวใจที่เข้มแข็ง แม้จะต้องเผชิญกับอุปสรรคแต่เยาวชนจะสามารถเอาชนะความกลัวและความกังวลกลัวเผชิญกับความเป็นจริงที่จะต้องพบเจอ ซึ่งลักษณะของการให้คำปรึกษาแบบเน้นบุคคลเป็นศูนย์กลาง ได้เน้นให้เยาวชนในสถานพินิจมีความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง และสามารถเอาชนะอุปสรรคต่างๆที่เกิดขึ้นได้ จึงสามารถกระตุ้นให้เกิดความหวังและความเข้มแข็งทางใจรวมถึงมีการวางแผนสำหรับอนาคตข้างและพร้อมยอมรับสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นอย่างเข้มแข็งตระหนักถึงความสามารถของตนเองว่าสามารถแก้ไขปัญหาและไปสู่เป้าหมายที่ตนปรารถนาได้ และสำรวจความหวัง ความต้องการ รวมถึงเป้าหมายในอนาคต จึงทำให้เยาวชนได้รับการเตรียมพร้อมและวางแผนสำหรับการกลับสู่สังคมอีกครั้ง

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. การนำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการไปใช้นั้น ต้องมีความรู้เกี่ยวกับเทคนิค และทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มรูปแบบต่างๆ และควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับขั้นตอนการใช้เทคนิค ผูกการใช้เทคนิคต่างๆจากผู้เชี่ยวชาญในด้านการให้คำปรึกษาก่อนนำไปใช้จะสามารถส่งผลให้โปรแกรมบรรลุประสิทธิผลมากขึ้น

2. ผลจากการศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการที่มีต่อการเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจ สามารถนำไปประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจกับกลุ่มตัวอย่างที่มีบริบทใกล้เคียงกัน และปรับปรุงให้เข้ากับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการทดลองได้

ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป

1. ในการวิจัยครั้งต่อไป เพื่อทำความเข้าใจในเชิงลึกมากยิ่งขึ้นไปอีก จะเห็นได้ว่าปัจจัยต่าง ๆ ที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม มาตรการวัดความหวังและความเข้มแข็งทางใจ ซึ่งสามารถปรับใช้และพัฒนากิจกรรมให้เข้ากับกลุ่มตัวอย่างที่ทำได้มากขึ้น

2. การขยายกรอบงานวิจัยเพิ่มเติม การศึกษาปัจจัยอื่น ๆ ที่มีผลต่อความหวังและความเข้มแข็งทางใจจะทำให้มีความเข้าใจในภาพรวม และปัจจัยอื่น ๆ ที่ส่งผลต่อความหวังและความเข้มแข็งทางใจด้วยเช่นกัน



บรรณานุกรม

- กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน. (2560). รายงานสถิติคดีประจำปี. สืบค้นเมื่อ 1 เมษายน 2560 จาก <http://www.djop.go.th/home>
- กรมสุขภาพจิต. (2553). รายงานประจำปี กรมสุขภาพจิตปีงบประมาณ 2553. สืบค้นเมื่อ 1 เมษายน 2560 จาก <http://www.dmh.go.th/ebook/view.asp?id=237>
- กระทรวงสาธารณสุข. (2551). วารสารด้านสุขภาพจิต. สืบค้นเมื่อ 1 เมษายน 2560 จาก <http://www.dmh.go.th/journal/>
- กฤษณา สังขมณีจินดา. (2554). ผลของโปรแกรมทางการพยาบาลแบบสนับสนุนต่อความหวังในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมระยะลุกลามที่ได้รับยาเคมีบำบัด. (วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรบัณฑิต). มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- กาญจน์กมล สุวิทย์รัตน์. (2557). การศึกษาและพัฒนาความฉลาดทางสังคมของนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาภาคใต้. (วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. บัณฑิตวิทยาลัย. สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา.
- กึ่งกาญจน์ จงสุขไกล. (2555). สถานการณ์ปัญหายาเสพติดการแพร่ระบาดและผลกระทบในกลุ่มเด็กและเยาวชนในพื้นที่ท่องเที่ยว: ศึกษากรณีเมืองพัทยาและเกาะล้านอำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี. (วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. สถาบันวิจัยสังคม.
- นัตถฤดี ภาระญาติ. (2558). ปัจจัยทำนายพลังสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ. (วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ชลธิดา สิมะวงศ์. (2545). การใช้จิตบำบัดกลุ่มในการส่งเสริมความหวังของผู้ติดเชื้อเอชไอวี. (วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรบัณฑิต). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. บัณฑิตวิทยาลัย.
- ช่อผกา แซ่โค้ว. (2555). อิทธิพลของความเชื่อในศาสนา การมองโลกในแง่ดี และการฟื้นคืนได้ต่อความผูกใจมั่นในงาน : บทบาทการส่งผ่านของความสุขในการทำงาน. (วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ทัชชา สุริโย, อมราพร สุรการ, และ อัจฉรา ประเสริฐสิน. (2559). การพัฒนาโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางสังคมสำหรับวัยรุ่นกลุ่มเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้า. วารสารวิชาการ Veridian E-Journal, Silpakorn University, 9(1), 582-597. สืบค้นเมื่อ 1 เมษายน 2560
- นภาพร วงศ์ใหญ่. (2542). ความหวังและพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้สูงอายุจังหวัดพะเยา. (วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรบัณฑิต). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. บัณฑิตวิทยาลัย.

- นันท์ชัตสันธ์ สุกุลพงศ์. (2559). พลัสสุขภาพจิตในผู้ติดยาเสพติดหญิง: การวิจัยแบบผสานวิธีพหุระยะ เพื่อพัฒนาเครื่องมือวัดและประสิทธิผลการปรึกษา ทางจิตวิทยาแบบกลุ่มบูรณาการ. (วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. บัณฑิตวิทยาลัย. สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์.
- ประเวศ ดันติพิวัฒนสกุล. (2548). คู่มือจัดกิจกรรมการสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจสำหรับบุคลากรสาธารณสุข. นนทบุรี : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- ประเวศ ดันติพิวัฒนสกุล. (2550). แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อสร้างความเข้มแข็งทางใจ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา. นนทบุรี : สำนักงานพัฒนาสุขภาพจิต.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2546). ความหมายและความสำคัญของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มประมวลสาระวิชา ประสบการณ์วิชาชีพมหาบัณฑิต หน่วยที่ 1-6. นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- พันโทหญิง สายสมร เฉลยกิตติ. (2554). การพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพ โดยการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ. (วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. บัณฑิตวิทยาลัย.
- มณเฑียร สีดา. (2553). ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. (ปริญาการศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา.
- ยุพา แดงภักดี. (2549). ผลของการให้คำปรึกษาแบบอดิภาวนีต่อการลดภาวะซึมเศร้าของผู้เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย. (ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา. สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา.
- เรณูการ์ ทองคำรอด. (2541). ความหวังของผู้ติดเชื้อเอชไอวี. (วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต). สาขาวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. บัณฑิตวิทยาลัย.
- วาริณี คุณธรรมสถาพร. (2545). ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ ความหวัง กับการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วิทวัส ศรีโนนยางค์. (2552). การศึกษาความเข้มแข็งทางจิตใจของนักกีฬาทีมชาติไทยประเภททีมและประเภทบุคคลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 24 ณ จังหวัดนครราชสีมา. (ปริญญาโทวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. บัณฑิตวิทยาลัย. สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา.
- สวณีย์ สุขเจริญ. (2553). ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อจัดการความโกรธของวัยรุ่น. (ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว.

- สวนีย์ สุขเจริญ. (2553). ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อจัดการความโกรธของวัยรุ่น. (ปริญญา การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว.
- สินี กระลาวัลย์. (2546). ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคม. ความหวังและความพึงพอใจใน การดำเนินชีวิตของครอบครัวที่มีบุตรออทิสติก. มหาวิทยาลัยบูรพา. บัณฑิตวิทยาลัย.
- สุใจ ส่วนไพโรจน์. (2545). ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็น จริงที่มีต่อนิสัยและเจตคติในการเรียนของนักศึกษาวิชาเอกคณิตศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์. สืบค้นเมื่อ 1 เมษายน 2560 จาก <http://educms.pn.psu.ac.th>.
- เสาวลักษณ์ ภารชาตรี. (2551). ผลของโปรแกรมส่งเสริมความยืดหยุ่นทางอารมณ์ต่อความเครียด ของนักเรียนที่เตรียมตัวสอบเข้ามหาวิทยาลัย. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- อมรรัตน์ ศิริพงษ์. (2540). การศึกษาความเข้มแข็งทางจิตใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมในการแข่งกีฬา แห่งชาติครั้งที่ 30. (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. บัณฑิต วิทยาลัย. สาขาวิชาพลศึกษา.
- อริญา รักษาบ. (2547). การปฏิบัติตามหลักธรรมทางศาสนาพุทธ การรับรู้ภาวะสุขภาพกับ ความหวังในผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์. (วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตร์). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. บัณฑิตวิทยาลัย.
- อังคณา ช่วยคำชู. (2554). ผลของการให้คำปรึกษาตามแนวความคิดการปรับความคิดและพฤติกรรม แบบกลุ่มต่ออาการซึมเศร้าและพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตในผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ที่มีโรคซึมเศร้าร่วม. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- อาดัม นิละไพจิตร. (2548). ผลการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวนิยมต่อคุณค่าของตนเอง ของ ผู้ต้องขัง. (ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา. สาขาวิชาจิตวิทยาการให้ คำปรึกษา.
- อิสริยา ณ น่าน, มณีรัตน์ ชีระวิวัฒน์, นิรัตน์ อิมามิ, และ สุปรียา ตันสกุล. (2556). ปัจจัยทำนาย พฤติกรรมเสี่ยงต่อการเสพยาบ้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. จังหวัดนครสวรรค์. วารสารสุขศึกษา.
- อุรปริย์ เกิดในมงคล. (2555). การศึกษาลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นใน กรุงเทพมหานคร. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์.
- Beck, Arron T.; et al. (1993). *Cognitive Therapy of Substance Abuse*. USA.: The GuilfordPress.
- Chongruksa, D., Parinyapol, P., Sawatsri, P., & Pansomboon, C. (2012). *Efficacy of eclecticgroup counseling in addressing stress among Thai police officers in terrorist situations*. *Counselling Psychology Quarterly*.
- Corner ,K. Davidson, JRT. (2003). *Development of anew resilience scale : The Corner – Davidson Resilience scale (CD-RISC)*. *Depress and Anxiety*.

- Dufault, K.; & Martocchio, B. C. (1985). *Hope : Its Spheres and Dimension*. *Nursing Clinics of North America*. 20(2). (pp. 379 – 391).
- Grotberg E. (1999). *Typing your inner srenght : How to find the resilience to dial withanything*. Oaklan,C.A. : New Harbinger.
- Herth, K. (1992). *Abbreviated Instrument to Measure Hope : Development and Psychometric Evaluation*. *Journal of Advanced Nursing*. (pp. 1251 – 1259).
- Ilkhchi, S. V., Poursharifi, H., & Alilob, M. M. (2011). *The effectiveness of Cognitive-Behavioral Group Therapy on self-efficacy and assertiveness among anxious female students of high schools*. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*.
- Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2007). *A framework of mental toughness in the world's best performance*. *The Sport Psychologist*.
- Loehr, J. E. (1986). *Mental toughness training for sports: Achieving athletic excellence*. Lexington, MA: Stephen Greene.
- Loehr, J. E. (1995). *The new toughness training for sport*. New York: Penguin Group.
- Middleton, S. C., Marsh, H. W., Martin, A. J., Richards, G. E., & Perry, C. (2005). *Developing a test for mental toughness: The mental toughness inventory*. In AARE conference, Sydney.n.p.
- Shoaakazemia, M., Javidb, M. M., & Tazekand, F. E. (2014). *The Effect of Cognitive Behavioral Therapy on reduction of obsessive-compulsive disorder symptoms in girlstudents*. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*
- Snyder, C. R. 1995. *Conceptualizing, measuring and nurturing hope*. *Journal of Counseling & Development*. (pp. 355-360).
- Snyder, C. R.; & Lopez, Shane J. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Snyder, C.R.; et al. (1991). *The Will and the Way : Development and Validation of an Individual-differences Measure of Hope*. *Journal of Personality and Social Psychology*. (pp. 570 – 585).
- Trotzer, James P. (1999). *The Counselor and the Group : Integrating Theory, Training, and Practice*. 3rd ed. Philadelphia: Taylor & Francis.
- Wolin, S.J, and Wolin, S. (1993). *The resilience self : how survivors of trouble family Rise above Adversity*. New York : Villard Books

ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญที่ตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิที่ตรวจสอบโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ
เพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ

- | | |
|--|---|
| 1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง | คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี | คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พินดา วราสุนันท์ | คณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ |
| 4. อาจารย์ ดร.ยุวรี ผลพันธ์ | คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร |
| 5. อาจารย์ ดร.สิทธิพร ครามานนท์ | สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |





ชุดที่.....

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวัง และความเข้มแข็งทางใจต่อเด็กและเยาวชนในสถานพินิจก่อนกลับสู่สังคม

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบประเมินฉบับนี้มีวัตถุประสงค์ในการศึกษาความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเด็กและเยาวชนในสถานพินิจก่อนกลับสู่สังคม
2. แบบประเมิน แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ
 - ส่วนที่ 1 มาตรวัดความหวัง
 - ส่วนที่ 2 ประเมินเพื่อวัดความเข้มแข็งทางใจ
3. ขอความอนุเคราะห์ตอบแบบประเมินชุดนี้ให้ครบทุกข้อ และตอบข้อคำถามทั้งหมดตามความเป็นจริง ข้อมูลที่ท่านตอบแบบประเมินในครั้งนี้จะไม่มีผลกระทบต่อตัวท่าน หรือหน่วยงานแต่ประการใด ซึ่งข้อมูลที่ได้รับจากท่านจะได้รับการเก็บรักษาไว้เป็นความลับ และนำผลมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ชื่อผู้วิจัย

นางสาวเจกิตาณ์ มุลไชสง

ส่วนที่ 1

คำชี้แจง กรุณาตอบแบบประเมินโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง ให้ครบถ้วนตามความเป็นจริง

ประเด็นคำถาม	ระดับความพึงพอใจ			
	มากที่สุด	มาก	น้อย	น้อยที่สุด
มาตรวัดความหวัง				
1. เมื่อฉันเผชิญกับปัญหา ฉันมองเห็นแนวทางที่จะจัดการกับปัญหานั้นได้				
2. ฉันมีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน และจะต้องทำให้สำเร็จ				
3. ฉันไม่สามารถหาทางออกให้กับปัญหาที่เผชิญอยู่ได้				
4. ไม่มีวิธีการใดที่จะมาช่วยให้ฉันบรรลุเป้าหมายของตนเองได้				
5. ฉันเชื่อว่าการไปถึงเป้าหมายที่วางไว้นั้น เป็นเรื่องยากมาก				
6. ฉันมีทางออกให้กับปัญหาที่เข้ามาในชีวิตได้เสมอ				
7. ฉันหมดพลังที่จะทำงานตามแผนการที่วางไว้				
8. ฉันมั่นใจว่าสามารถคิดหาวิธีการต่าง ๆ ที่จะช่วยให้บรรลุเป้าหมายที่ฉันมีในตอนนี้ได้				
9. ฉันเชื่อมั่นว่าในอนาคตฉันจะมีชีวิตที่ประสบความสำเร็จ				
10. ในตอนนี้ ฉันกำลังก้าวไปถึงเป้าหมายที่ฉันตั้งไว้สำหรับตนเอง				

ส่วนที่ 2 แบบประเมิน ความเข้มแข็งทางใจ

คำชี้แจง กรุณาตอบแบบประเมินโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง ให้ครบถ้วนตามความเป็นจริง

ประเด็นคำถาม	ระดับความพึงพอใจ			
	มากที่สุด	มาก	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านความทนทานทางอารมณ์				
1. เมื่อฉันมีเรื่องไม่สบายใจ ฉันไม่สามารถทำอะไรได้เลย				
2. ฉันอดทนได้เสมอเมื่อเจอสถานการณ์ร้ายๆ				
3. เมื่อฉันทำผิดพลาด ฉันยอมรับผลที่ตามมาได้				
4. ฉันมองว่าบทเรียนในอดีตทำให้ฉันเติบโตขึ้น				
5. ฉันดำเนินชีวิตต่อไปได้ แม้อยู่ในสถานการณ์กดดัน				
6. ถึงแม้ปัญหาจะหนักหนาเพียงใด ชีวิตของฉันก็ไม่เลวร้ายไปหมด				
ด้านกำลังใจ				
7. แม้ว่าฉันจะเจอกับสถานการณ์ที่ยากลำบาก แต่ฉันมีครอบครัวที่คอยให้กำลังใจ				
8. ความยากลำบากทำให้ฉันเข้มแข็งขึ้น				
9. แม้จะมีอุปสรรคมากมาย แต่ไม่ทำให้ฉันยอมแพ้ต่อเป้าหมายที่ตั้งไว้				
10. เมื่อทำอะไรผิดพลาดฉันมักจะโทษตัวเองเสมอ				
11. ไม่ใช่เรื่องยากถ้าฉันจะเปลี่ยนแปลงตัวเองให้ดีขึ้น				
12. ฉันเชื่อว่าถ้าตั้งใจทำอะไร ฉันจะสามารถทำได้				
13. ฉันมีแผนการที่จะทำให้ชีวิตก้าวไปข้างหน้า				
ด้านการจัดการกับปัญหา				
14. ปัญหาต่างๆที่เข้ามา ทำให้ฉันมีประสบการณ์มากขึ้น				
15. ฉันสามารถเปลี่ยนวิกฤตในชีวิต ให้เป็นโอกาสได้				
16. ไม่ว่าปัญหาที่ฉันเจอจะหนักแค่ไหน แต่ฉันจะหาวิธีเพื่อแก้ไข				
17. ความผิดพลาดทำให้ฉันรู้สึกและคิดไม่ดีกับตัวเอง				
18. ฉันเชื่อมั่นในตัวเองว่าฉันสามารถผ่านไปได้ในทุกเหตุการณ์				
19. ฉันเตรียมหาทางออกไว้ หากปัญหาร้ายแรงกว่าที่คิด				
20. ฉันรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่างจากฉัน				

ภาคผนวก ค
ผลการวิเคราะห์หาค่าดัชนีความสอดคล้องของผู้เชี่ยวชาญ



ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ตาราง 6 ผลการวิเคราะห์หาค่าดัชนีความสอดคล้องของผู้เชี่ยวชาญ

ข้อ	ข้อความ	คะแนนรวม	IOC	ผลการพิจารณา
แบบวัดความหวัง				
1	เมื่อฉันเผชิญกับปัญหา ฉันมองเห็นแนวทางที่จะจัดการกับปัญหานั้นได้	4	0.8	ใช้ได้
2	ฉันมีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน และจะต้องทำให้สำเร็จ	3	0.6	ใช้ได้
3	ฉันไม่สามารถหาทางออกให้กับปัญหาที่เผชิญอยู่ได้	3	0.6	ใช้ได้
4	ไม่มีวิธีการใดที่จะมาช่วยให้ฉันบรรลุเป้าหมายของตนเองได้	5	1	ใช้ได้
5	ฉันเชื่อว่าการไปถึงเป้าหมายที่วางไว้นั้น เป็นเรื่องยากมาก	4	0.8	ใช้ได้
6	ฉันมีทางออกให้กับปัญหาที่เข้ามาในชีวิตได้เสมอ	3	0.6	ใช้ได้
7	ฉันหมดพลังที่จะทำงานตามแผนการที่วางไว้	5	1	ใช้ได้
8	ฉันมั่นใจว่าสามารถคิดหาวิธีการต่าง ๆ ที่จะช่วยให้บรรลุเป้าหมายที่ฉันมีในตอนนี้ได้	5	1	ใช้ได้
9	ฉันเชื่อมั่นว่าในอนาคตฉันจะมีชีวิตที่ประสบความสำเร็จ	4	0.8	ใช้ได้
10	ในตอนี้ ฉันกำลังก้าวไปถึงเป้าหมายที่ฉันตั้งไว้สำหรับตนเอง	5	1	ใช้ได้

ตาราง 7 ผลการวิเคราะห์หาค่าดัชนีความสอดคล้องของผู้เชี่ยวชาญ

ข้อ	ข้อความ	คะแนน รวม	IOC	ผลการ พิจารณา
แบบวัดความเข้มแข็งทางใจ				
1	เมื่อฉันมีเรื่องไม่สบายใจ ฉันไม่สามารถทำอะไรได้เลย	4	0.8	ใช้ได้
2	ฉันอดทนได้เสมอเมื่อเจอสถานการณ์ร้ายๆ	3	0.6	ใช้ได้
3	เมื่อฉันทำผิดพลาด ฉันยอมรับผลที่ตามมาได้	3	0.6	ใช้ได้
4	ฉันมองว่าบทเรียนในอดีตทำให้ฉันเติบโตขึ้น	5	1	ใช้ได้
5	ฉันดำเนินชีวิตต่อไปได้ แม้อยู่ในสถานการณ์กดดัน	4	0.8	ใช้ได้
6	ถึงแม้ปัญหาจะหนักหนาเพียงใด ชีวิตของฉันก็ไม่เลวร้ายไปหมด	3	0.6	ใช้ได้
7	แม้ว่าฉันจะเจอกับสถานการณ์ที่ยากลำบาก แต่ฉันมีครอบครัวที่คอยให้กำลังใจ	5	1	ใช้ได้
8	ความยากลำบากทำให้ฉันเข้มแข็งขึ้น	5	1	ใช้ได้
9	แม้จะมีอุปสรรคมากมาย แต่ไม่ทำให้ฉันยอมแพ้ต่อเป้าหมายที่ตั้งไว้	4	0.8	ใช้ได้
10	เมื่อทำอะไรผิดพลาดฉันมักจะโทษตัวเองเสมอ	5	1	ใช้ได้
11	ไม่ใช่เรื่องยากถ้าฉันจะเปลี่ยนแปลงตัวเองให้ดีขึ้น	3	0.6	ใช้ได้
12	ฉันเชื่อว่าถ้าตั้งใจทำอะไร ฉันจะสามารถทำได้	5	1	ใช้ได้
13	ฉันมีแผนการที่จะทำให้ชีวิตก้าวไปข้างหน้า	5	1	ใช้ได้

ตาราง 7 (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	คะแนน รวม	IOC	ผลการ พิจารณา
แบบวัดความเข้มแข็งทางใจ				
14	เมื่อฉันมีเรื่องไม่สบายใจ ฉันไม่สามารถทำอะไรได้เลย	3	0.6	ใช้ได้
15	ฉันอดทนได้เสมอเมื่อเจอสถานการณ์ร้ายๆ	4	0.8	ใช้ได้
16	เมื่อฉันทำผิดพลาด ฉันยอมรับผลที่ตามมาได้	3	0.6	ใช้ได้
17	ฉันมองว่าบทเรียนในอดีตทำให้ฉันเติบโตขึ้น	5	1	ใช้ได้
18	ฉันดำเนินชีวิตต่อไปได้ แม้อยู่ในสถานการณ์กดดัน	3	0.6	ใช้ได้
19	ถึงแม้ปัญหาจะหนักหนาเพียงใด ชีวิตของฉันก็ไม่เลวร้ายไปหมด	5	1	ใช้ได้
20	แม้ว่าฉันจะเจอกับสถานการณ์ที่ยากลำบาก แต่ฉันมีครอบครัวที่คอยให้กำลังใจ	5	1	ใช้ได้

ตาราง 8 การวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้องของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ เพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ

หัวข้อการพิจารณา	ด้านที่ประเมิน	คะแนนรวม	IOC	ผลการพิจารณา
1 ประเมินทิศและสร้างความคุ้นเคย	วัตถุประสงค์	5	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	5	1	ใช้ได้
	การประเมินผล	5	1	ใช้ได้
2 จินตมองตัวเองว่าฉันเป็น...	วัตถุประสงค์	5	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	5	1	ใช้ได้
	การประเมินผล	5	1	ใช้ได้
3 สร้างเป้าหมายไปสู่ความหวัง (set goals)	วัตถุประสงค์	5	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	5	1	ใช้ได้
	การประเมินผล	5	1	ใช้ได้
4 หนทางสู่เป้าหมาย	วัตถุประสงค์	5	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	5	1	ใช้ได้
	การประเมินผล	5	1	ใช้ได้
5 ฉันเชื่อมั่นว่าฉันทำได้ (Self Talk)	วัตถุประสงค์	5	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	5	1	ใช้ได้
	การประเมินผล	5	1	ใช้ได้
6 วิตามินบำรุงหัวใจ	วัตถุประสงค์	5	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	5	1	ใช้ได้
	การประเมินผล	5	1	ใช้ได้
7 อุปสรรคที่ต้องก้าวผ่าน	วัตถุประสงค์	5	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	5	1	ใช้ได้
	การประเมินผล	5	1	ใช้ได้
8 หัวใจที่แข็งแรงอยู่เสมอ	วัตถุประสงค์	5	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	5	1	ใช้ได้
	การประเมินผล	5	1	ใช้ได้
9 พลังแห่งการสนับสนุน	วัตถุประสงค์	5	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	5	1	ใช้ได้
	การประเมินผล	5	1	ใช้ได้
10 ปัจฉิมนิเทศ	วัตถุประสงค์	5	1	ใช้ได้
	วิธีดำเนินการ	5	1	ใช้ได้
	การประเมินผล	5	1	ใช้ได้

ภาคผนวก ง

เอกสารสำคัญจากทางมหาวิทยาลัยที่ใช้ในการหาปริมาณนิพจน์ฉบับนี้



ที่ ศธ 6918/ 1130



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

๒๔ มีนาคม 2560

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน อาจารย์ ดร.ยุวรี ผลพันธุ์

เนื่องด้วย นางสาวเจกิตาน์ มูลโธสง นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเด็กและเยาวชนหญิงในสถานพินิจก่อนกลับสู่สังคม” โดยมี อาจารย์ ดร.กนกพร วิบูลพัฒนะวงศ์ และ อาจารย์ ดร.อังศรา ประเสริฐสิน เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจโปรแกรม และแบบวัด ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวเจกิตาน์ มูลโธสง และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(อาจารย์ ดร.สุจิตรา ศรีสังข์)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

รักษาการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 061 021 2393



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 15664

ที่ ศธ 6918/ 1130

วันที่ ๒๔ มีนาคม 2560

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี

เนื่องด้วย นางสาวเจกิตาน์ มุลไธสง นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเด็กและเยาวชนหญิงในสถานพินิจก่อนกลับสู่สังคม” โดยมี อาจารย์ ดร.กนกพร วิบูลพัฒน์วงศ์ และ อาจารย์ ดร.อังศรา ประเสริฐสิน เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจโปรแกรม และแบบวัด ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 061 021 2393

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวเจกิตาน์ มุลไธสง และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(อาจารย์ ดร.สุจิตรา ศรีสังข์)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

รักษาการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 15664

ที่ ศธ 6918/ 1130

วันที่ ๒๔ มีนาคม 2560

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง

เนื่องด้วย นางสาวเจกิตาน์ มูลไธสง นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเด็กและเยาวชนหญิงในสถานพินิจ ก่อนกลับสู่สังคม” โดยมี อาจารย์ ดร.กนกพร วิบูลพัฒน์วงศ์ และ อาจารย์ ดร.อังศรา ประเสริฐสิน เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจโปรแกรม และแบบวัด ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 061 021 2393

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวเจกิตาน์ มูลไธสง และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(อาจารย์ ดร.สุจิตรา ศรีสังข์)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

รักษาการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 15664

ที่ ศธ 6918/ 1130

วันที่ ๒๔ มีนาคม 2560

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน อาจารย์ ดร.สิทธิพร ธรรมานนท์

เนื่องด้วย นางสาวเจกิตาน์ มูลโสง นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษา กลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเด็กและเยาวชนหญิงในสถานพินิจ ก่อนกลับสู่สังคม” โดยมี อาจารย์ ดร.กนกพร วิบูลพัฒน์วงศ์ และ อาจารย์ ดร.อังศรา ประเสริฐสิน เป็นอาจารย์ ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจโปรแกรม ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 061 021 2393

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวเจกิตาน์ มูลโสง และขอขอบพระคุณ เป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(อาจารย์ ดร.สุจิตรา ศรีสังข์)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

รักษาการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ที่ ศร 6918/ 1130



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

๑๔ มีนาคม 2560

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พินดา วราสุนันท์

เนื่องด้วย นางสาวเจกิตาน์ มูลไธสง นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเด็กและเยาวชนหญิงในสถานพินิจก่อนกลับสู่สังคม” โดยมี อาจารย์ ดร.กนกพร วิบุลพัฒน์วงศ์ และ อาจารย์ ดร.อัครา ประเสริฐสิน เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจโปรแกรม และแบบวัด ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวเจกิตาน์ มูลไธสง และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(อาจารย์ ดร.สุจิตรา ศรีสังข์)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

รักษาการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 061 021 2393



MF4Version1:15/7/2556

ใบรับรองจริยธรรมการวิจัยของข้อเสนอการวิจัย
เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยและยินยอม

หมายเลขข้อเสนอการวิจัย SWUEC- 359/59E

ข้อเสนอการวิจัยนี้และเอกสารประกอบของข้อเสนอการวิจัยตามรายการแสดงด้านล่าง ได้รับการพิจารณาจาก คณะกรรมการสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแล้ว คณะกรรมการฯ มีความเห็นว่าข้อเสนอการวิจัยที่จะดำเนินการมีความสอดคล้องกับหลักจริยธรรมสากล ตลอดจนกฎหมาย ข้อบังคับและ ข้อกำหนดภายในประเทศ จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยตามข้อเสนอการวิจัยนี้ได้

ชื่อโครงการวิจัยเรื่อง: ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเด็กและเยาวชนหญิงในสถานพินิจก่อนกลับสู่สังคม

ชื่อผู้วิจัยหลัก: นางสาวเจกิตา มุลโรสูง

สังกัด: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

เอกสารที่รับรอง:

1. แบบเสนอโครงการวิจัย
2. โครงร่างการวิจัย
3. เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย
4. หนังสือให้ความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

เอกสารที่พิจารณาทบทวน

1. แบบเสนอโครงการวิจัย	ฉบับที่ 1 วัน/เดือน/ปี 28 พ.ย. 2559
2. โครงร่างการวิจัย	ฉบับที่ 1 วัน/เดือน/ปี 28 พ.ย. 2559
3. เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย	ฉบับที่ 1 วัน/เดือน/ปี 28 พ.ย. 2559
4. หนังสือให้ความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย	ฉบับที่ 1 วัน/เดือน/ปี 28 พ.ย. 2559

(ลงชื่อ).....

(นายปิยชาติ บุญเพ็ญ)

รักษาการแทนเลขานุการคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

(ลงชื่อ).....

(แพทย์หญิงสุรีพร ภัทรสุวรรณ)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

หมายเลขรับรอง : SWUEC/E-383/2559

วันที่ให้การรับรอง : 06/02/2560

วันหมดอายุใบรับรอง : 06/02/2561

ที่ ศธ 6922(4)/ 153

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

14 ก.พ. 2560

เรื่อง ขอแจ้งผลการพิจารณาโครงการวิจัยเลขที่ SWUEC 359/59

เรียน นางสาวเจกิตานี มูลโธสง

สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. ใบรับรองโครงการวิจัย SWUEC/E-383/2559

ตามที่ท่านได้ส่งโครงการวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเด็กและเยาวชนหญิงในสถานพินิจก่อนกลับสู่สังคม โครงการวิจัยเลขที่ SWUEC 359/59 เพื่อรับการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ นั้น

คณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ ได้พิจารณาโครงการวิจัยดังกล่าว บัดนี้ คณะกรรมการฯ ให้การรับรองโครงการวิจัยดังกล่าวแล้วเมื่อวันที่ 6 กุมภาพันธ์ 2560 รายละเอียดดังนี้

Certificate Number	SWUEC/E-383/2559
Date of Approval	6 กุมภาพันธ์ 2560 (อายุใบรับรองโครงการวิจัย 12 เดือน)
Date of Expiration	6 กุมภาพันธ์ 2561
Continuing Review	ทุก 12 เดือน (ครบกำหนดส่งรายงานครั้งแรก วันที่ 6 กุมภาพันธ์ 2561)

ในการนี้ คณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ ใคร่ขอความกรุณาให้ผู้วิจัยส่งรายงานความก้าวหน้าของการวิจัยและต่ออายุการรับรองก่อนกำหนดวันหมดอายุ 30 วัน เพื่อให้เป็นไปตามวิธีดำเนินการมาตรฐาน (SOPs version 2.0) ของคณะกรรมการฯ ทั้งนี้รายละเอียดของเอกสารที่ให้การรับรองตามที่ปรากฏใน Certificate of Approval (Certificate Number SWUEC/E-383/2559) ที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(แพทย์หญิงสุริพร ภัทรสุวรรณ)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์



ประวัตย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นางสาวเจกิตาณ์ มูลโธสง
วันเดือนปีเกิด	25 มิถุนายน 2536
สถานที่เกิด	โรงพยาบาลตำรวจ จังหวัดกรุงเทพมหานคร
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านเลขที่ 48 ซอย เจริญพระเกียรติ 42 แขวงหนองบอน เขตประเวศ กรุงเทพมหานคร 10250 E-mail: meennie_jay@hotmail.com

ประวัติการศึกษา

พ.ศ.2554	มัธยมศึกษาตอนปลาย จากโรงเรียนศรีพฤฒา
พ.ศ.2558	ศิลปศาสตรบัณฑิต จากมหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม
พ.ศ.2560	ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์ แขนงวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ