

## ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ เพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ

เจกิตานี มูลไธสง<sup>1</sup>, กนกพร วิบูลพัฒน์วงศ์<sup>2</sup>, อัจศรา ประเสริฐสิน<sup>3</sup>

<sup>1</sup> นักศึกษา ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาประยุกต์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

<sup>2</sup> อาจารย์ สถาบันวิจัยและพัฒนาการศึกษาพิเศษ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

<sup>3</sup> อาจารย์ สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ เพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ ประชากรที่ใช้ในการศึกษาเป็นเยาวชนในสถานพินิจ จำนวน 59 คน โดยคัดเลือกจากเยาวชนในสถานพินิจที่มีผลหลังจากการทำแบบวัดความหวังและแบบวัดความเข้มแข็งทางใจอยู่ในระดับต่ำตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ลงมา จำนวน 14 คน มีความสมัครใจเข้าร่วมกลุ่มทดลอง และสามารถเข้ารับการทดลองได้ แล้วใช้การสุ่มอย่างง่าย เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 7 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ 1) มาตรฐานวัดความหวัง 2) แบบวัดความเข้มแข็งทางใจ และโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ สถิติที่นำมาวิเคราะห์ทดสอบเป็นแบบไม่อิงพารามิเตอร์ (Non-parametric Statistic)

การวิจัยพบว่า คะแนนความหวังในช่วงก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีคะแนนเฉลี่ยที่ใกล้เคียงกัน ได้แก่ 10.77 (SD=2.00) และ 11.52 (SD=1.88) และคะแนนเฉลี่ยความหวังหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง มีคะแนนสูงขึ้น โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 14.53 (SD=4.28) และค่าเฉลี่ยของกลุ่มควบคุมเท่ากับ 11.49 (SD=2.72) เมื่อพิจารณาคะแนนความเข้มแข็งทางใจในช่วงก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยคือ 9.55 (SD=1.74) และ 10.02 (SD=1.99) ตามลำดับ จากนั้นเมื่อวัดอีกครั้งในช่วงหลังการทดลอง พบว่าคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจหลังการทดลองของกลุ่มทดลองมีคะแนนเพิ่มขึ้น โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 11.31 (SD=1.75) จากผลการเปรียบเทียบคะแนนความหวังภายหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความหวังของกลุ่มทดลองและค่าเฉลี่ยคะแนนความหวังของกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน ( $p>0.05$ ) และผลการเปรียบเทียบคะแนนความเข้มแข็งทางใจภายหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองและค่าเฉลี่ยคะแนนความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน ( $p>0.05$ )

**คำสำคัญ:** การให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ/ ความหวัง/ ความเข้มแข็งทางใจ/ เยาวชนผู้กระทำผิด

## Effects of Integrative Group Counseling on Hope and Resilience in Youths in A Detention Center

Jekita Moonthaisong<sup>1</sup>, Kanokporn Vibulpatanavong<sup>2</sup>, Ujsara Prasertsin<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Student, Master of Arts in Applied Psychology, Graduate School, Srinakharinwirot University

<sup>2</sup> Lecturer of Research and Development Institute for Special Education, Srinakharinwirot University

<sup>3</sup> Lecturer of Education and Psychological Test Bureau, Srinakharinwirot University

### Abstract

The objectives of this research were to study the effects of Integrative Group Counseling on the levels of hope and 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 the hope levels before the participation in the Integrative Group Counseling of the experimental group are similar to the control group. The scores were 10.77 (SD=2.00) and 11.52 (SD=1.88) for the experimental group and the control group respectively. The hope levels of the experimental group 14.53 (SD=0.09) increased after the participation in the program while the hope levels of the control group after the participation in the program was 11.49 (SD=2.72). Regarding the resilience levels before the participation in the program, the score of the experimental group and the control group were 9.55 (SD=1.74) and 10.02 (SD=1.99) respectively. Then, the researcher measured again after the participation in the program. The findings indicated that the mean score of the experimental group increased 11.31 (SD=1.75). Regarding the results of the hope levels after the participation in the program of the experimental group and the control group, the results of this study indicated that there was no significant difference in both groups ( $p>0.05$ ). In the same way, there was no significant difference in the resilience levels after the participation in the program of the experimental group and the control group ( $p>0.05$ ).

**Keywords:** Integrative Group Counseling/ Hope/ Resilience/ Delinquent Youth

**Corresponding author:** Ujsara Prasertsin, Email: ubib\_p@hotmail.com, Tel: 0815546241

## บทนำ

ในปัจจุบันปัญหาการล่อลวงในสังคมนั้นเกิดขึ้นมาก ทั้งเรื่องยาเสพติด การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การลักเล็กขโมยน้อย การทะเลาะวิวาท<sup>1</sup> และกลุ่มเป้าหมายที่ถูกล่อลวงอยู่บ่อยครั้ง คือเยาวชนที่จะกลายเป็นผู้ใหญ่ในวันข้างหน้า ซึ่งเป็นทรัพยากรบุคคลที่สำคัญ แต่ผู้ที่กระทำความผิดก็ต้องมีบทลงโทษ หากเป็นเยาวชนต้องอยู่ในสถานพินิจ ไม่มีใครทราบได้ว่าสภาวะจิตใจของเยาวชนที่ต้องใช้ชีวิตอยู่ในนั้นเป็นอย่างไร และการใช้ชีวิตหลังจากที่ออกมาจะไปในทิศทางไหน ความหวังที่จะดำเนินชีวิตและเริ่มต้นใหม่ได้อย่างไร ความเข้มแข็งทางใจที่จะเผชิญกับเหตุการณ์ความยากลำบากของชีวิต แน่แน่นอนว่าต้องมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นหลังจากที่เยาวชนกลับสู่สังคม บางครั้งส่งผลต่อการใช้ชีวิตในอนาคตหลังจากที่ออกมา การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวก่อให้เกิดปัญหาต่อเยาวชนในสถานพินิจที่ไม่สามารถปรับตัวได้ มีความหวังและความเข้มแข็งทางใจในระดับต่ำซึ่งจะส่งผลต่อการเริ่มต้นชีวิตใหม่ได้ยาก ปัญหาที่เยาวชนอาจต้องเผชิญ เช่น ปัญหาครอบครัว เรื่องของความสัมพันธ์ของคนในครอบครัว ปัญหาสังคมซึ่งอาจไม่ได้รับการยอมรับและส่งผลกระทบต่อการทำงานและอาจทำให้เยาวชนท้อแท้ต่อการเริ่มต้นใหม่และไปสู่เป้าหมายในชีวิต และส่งผลให้ต้องกลับเข้าสู่วงจรการกระทำผิดซ้ำ<sup>2</sup>

จากสถิติคดีที่การกระทำผิดซ้ำและถูกดำเนินคดีโดยสถานพินิจทั่วประเทศ ตั้งแต่ พ.ศ. 2552 ถึง 2556 มีจำนวน 6,294 ราย 5,559 ราย 4,125 ราย 6,849 ราย และ 7,490 ราย ตามลำดับ<sup>3</sup> เห็นได้ว่า เด็กและเยาวชนที่กระทำความผิดซ้ำและถูกดำเนินคดีมีจำนวนเพิ่มขึ้น และจากสถิติที่ผ่านมา นั้น เยาวชนมีโอกากระทำผิดซ้ำอยู่เรื่อยๆ เยาวชนส่วนหนึ่งถูกใช้

เป็นเครื่องมือกระบวนการค้ายาเสพติด อาจเพราะเด็กและเยาวชนเป็นวัยอยากรู้อยากลอง ขาดเป้าหมายในชีวิต ไม่มีการคาดหวังถึงอนาคตในทางบวก บางส่วนมีภาวะในการควบคุมตนเองน้อย ขาดการยั้งคิด ขาดการแก้ไขปัญหอย่างรอบคอบ ขาดวุฒิภาวะในการคิดและไตร่ตรอง ทั้งนี้เด็กและเยาวชนบางรายหลังจากกลับสู่สังคมพบเจอเหตุการณ์ความยากลำบากในชีวิต การกลับสู่สังคมแบบมีสถานะติดตัวทำให้ได้รับการยอมรับจากบุคคลภายนอกยาก เป็นอุปสรรคต่อการเริ่มต้นชีวิตใหม่ และทำให้การกลับมากระทำผิดซ้ำมีมากขึ้น

ความหวัง (Hope) เป็นตัวกระตุ้นบุคคลให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ แต่การจะผ่านเหตุการณ์ที่ความยากลำบากในชีวิต จะต้องมีความมุ่งมั่นที่แข็งแรง คือความเข้มแข็งทางจิตใจซึ่งเป็นคุณสมบัติที่สำคัญ ช่วยให้ผ่านพ้นเหตุการณ์วิกฤตในชีวิตไปได้ ความเข้มแข็งทางใจ (Resilience) เป็นพลังที่สำคัญ ผู้ที่มีความสามารถในการยืดหยุ่นเผชิญวิกฤตสูง จะมีความเชื่อมั่นและใช้ความสามารถภายในของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ แม้จะเผชิญกับภาวะคุกคาม<sup>4</sup> การจะผ่านสถานการณ์ที่ยู่ยากไปได้ไม่ใช่เรื่องง่าย ดังนั้นการมีจิตใจเข้มแข็งเพื่อเอาชนะอุปสรรคที่พบเจอต้องใช้เวลาที่ฟื้นฟูตนเองจากสถานการณ์ที่ยู่ยากให้ผ่านไปและดำรงชีวิตตามเป้าหมายที่ตนหวังไว้ การปรับตัวภายใต้สถานการณ์ที่เลวร้าย เป็นการฟื้นฟูตัวจากประสบการณ์ที่ยู่ยากรุนแรง เป็นสิ่งที่ต้องใช้เวลาและความพยายามอย่างต่อเนื่อง การมีความเข้มแข็งทางใจไม่ได้หมายความว่าความทุกข์นั้น ไม่รู้สึกเครียดกับปัญหาที่เผชิญอยู่ เขายังคงรับรู้ความเจ็บปวด ความเศร้าในเวลาที่เกิดความสูญเสีย แต่เขาสามารถยืดหยุ่น ฝ่าฟันปัญหาไปได้<sup>5</sup> การต้องออกไปเผชิญกับหลายสิ่งที่มีทั้งดี

และร้ายหากมีสภาพจิตใจที่ไม่เข้มแข็งพอ เยาวชนก็สามารถหันกลับมาสู่วงจรเดิมได้อีก

หากความหวังเป็นกระบวนการอย่างหนึ่งซึ่งเกิดขึ้นในความรู้สึกนึกคิด และส่งผลให้เกิดพฤติกรรมที่แสดงออกมา ไม่สามารถระบุหรืออธิบายได้ชัดเจน มีความเป็นนามธรรมสูง เป็นเรื่องของความรู้สึกที่อยู่ภายใต้จิตใจของมนุษย์ ความหวังเป็นเป้าหมายของบุคคลใดบุคคลหนึ่งสร้างขึ้นมา โดยมีแรงจูงใจที่จะดำเนินไปเพื่อบรรลุเป้าหมายเหล่านั้น และมีกระบวนการที่จะบรรลุเป้าหมายด้วย ซึ่งสามารถจัดขึ้นผ่านกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มและมีเทคนิคในการให้คำปรึกษาหลายรูปแบบที่ผู้วิจัยเลือกมาเพื่อพัฒนาให้เหมาะกับกลุ่มตัวอย่างซึ่งการใช้ทฤษฎีที่หลากหลายจะช่วยส่งเสริมให้การดำเนินการกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น<sup>6</sup>

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ทำให้คนเรียนรู้ การปรับตัวทางสังคมได้ใกล้เคียงกับสภาพความเป็นจริง การมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันของสมาชิกภายในกลุ่ม ทำให้สมาชิกแต่ละคนได้ข้อมูลย้อนกลับจากกลุ่มเกี่ยวกับตนเอง การยอมรับและเคารพในสิทธิของกันและกัน ช่วยให้สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มกล้าเปิดตนเอง และมีการนำโปรแกรมการให้คำปรึกษามาใช้เพื่อพัฒนาบุคคลในกลุ่มต่างๆ

ทัชชา สุริโย และคณะ ได้ศึกษาพัฒนาและทดลองใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางสังคมสำหรับวัยรุ่นกลุ่มเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้า โดยใช้ทฤษฎีของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ (Gestalt) ทฤษฎีของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง และทฤษฎีของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์สัมพันธ์ภาพ ซึ่งโปรแกรมนี้มีการ

ประเมินผลโดยผู้ทรงคุณวุฒิ ด้วยการคำนวณค่าดัชนีสอดคล้องระหว่างเนื้อหา (Index of Item-Objective Congruence: IOC) ซึ่งพบว่ามีความระหว่าง 0.8-1.0 เมื่อนำโปรแกรมไปทดลองใช้ พบว่าโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มที่พัฒนาขึ้นนี้มีคุณภาพสอดคล้องกับวัตถุประสงค์การพัฒนา สามารถนำไปใช้ในการเสริมสร้างความฉลาดทางสังคมในวัยรุ่นได้<sup>7</sup>

ขณะเดียวกัน ความหวังก็สามารถเกิดการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลาเช่นเดียวกัน ทั้งนี้ผู้ที่มีความหวังจะมีความเชื่อมั่นว่าสิ่งที่ตนหวังจะต้องสำเร็จ และชีวิตจะมีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น แต่บุคคลที่ขาดความหวังจะไม่เห็นแนวทางในการเปลี่ยนแปลงชีวิตให้ดีขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความท้อแท้เบื่อหน่าย แนวคิดเกี่ยวกับความหวังได้มีการนำไปใช้ในบริบทที่หลากหลาย ความหวังเกิดขึ้นได้กับทุกเพศ ทุกวัย สามารถสร้างแรงจูงใจในการขับเคลื่อนทางจิตใจและพฤติกรรม เพื่อสามารถปรับตัวต่อสถานการณ์ ความเครียด ความกดดัน ความกังวล ความล้มเหลว และความเศร้าโศกได้ หากเยาวชนในสถานพินิจได้รับการเสริมสร้างความหวังเพื่อให้มีเป้าหมายที่ชัดเจนในชีวิต และส่งผลต่อจิตใจที่มีความเข้มแข็งในก้าวสู่สังคม พัฒนาชีวิตเพื่ออนาคตของตนในวันข้างหน้าให้มีความมั่นคง และอดทนต่อสิ่งเร้าต่างๆ เอาชนะอุปสรรคที่ต้องเจอและนำพาตนเองให้ผ่านพ้นไปด้วยจิตใจที่เข้มแข็ง ปูทางการดำเนินชีวิตในอนาคตให้มีจิตใจที่เข้มแข็งในการต่อสู้กับชีวิตที่ต้องออกไปเผชิญความจริง โดยมีความหวังและความเข้มแข็งทางใจเป็นตัวนำทางการเอาชนะความกลัว ความกังวล และผ่านเหตุการณ์ที่ยากลำบากไปได้

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการที่มีต่อความหวังของเยาวชนในสถานพินิจ
2. เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการที่มีต่อความเข้มแข็งทางใจของเยาวชนในสถานพินิจ

### สมมติฐานการวิจัย

1. เยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการจะมีความหวังสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม
2. เยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการจะมีความเข้มแข็งทางใจสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

### ระเบียบวิธีวิจัย

**รูปแบบการวิจัย** การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ดำเนินการทดลองตามแบบแผนการวิจัย โดยทดสอบก่อนและหลังการควบคุม (Pretest-posttest design) งานวิจัยนี้ได้รับการพิจารณารับรองจริยธรรมการวิจัย หมายเลขรับรอง: SWUEC/E-383/2559

### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

เยาวชนในสถานพินิจก่อนที่จะได้กลับสู่สังคม จำนวน 59 คน (ข้อมูล ณ วันที่ 1 พฤษภาคม 2560) โดยคัดเลือกจากเยาวชนในสถานพินิจที่มีผลหลังทำแบบวัดความหวังและแบบวัดความเข้มแข็งทางใจอยู่ในระดับต่ำตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 50 ลงมาที่สมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 14 คน และสามารถเข้าทำการทดลองได้ แล้วใช้การสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 7 คน

โดยแจกแจงรายละเอียดข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษา เป็นเพศชาย จำนวน 3 คน และเพศหญิง จำนวน 4 คน มีอายุระหว่าง 15-17 ปี ส่วนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นเพศชาย จำนวน 5 คน และเพศหญิง จำนวน 2 คน มีอายุระหว่าง 14-17 ปี

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

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

#### 1. มาตรฐานวัดความหวังและแบบวัดความเข้มแข็งทางใจ มีลำดับขั้นตอนในการสร้าง ดังนี้

1.1 ทบทวนวรรณกรรมงานวิจัยและแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความหวัง

1.2 ผู้วิจัยพัฒนาแบบวัดนี้จากแบบวัดความหวังของ Snyder และคณะ<sup>10</sup> ประกอบด้วยข้อคำถาม 10 ข้อ ที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ คือ มากที่สุด มาก น้อย น้อยที่สุด ส่วนแบบวัดความเข้มแข็งทางใจ ผู้วิจัยพัฒนาแบบวัดนี้ขึ้นมาจากแบบวัดความเข้มแข็งทางใจของสำนักส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต ข้อคำถามทั้งหมด 20 ข้อ โดยแบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบและมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ คือ มากที่สุด มาก น้อย น้อยที่สุด

1.3 ปรับปรุงข้อคำถามตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

1.4 หาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face validity) โดยนำแบบวัดความหวังที่ผู้วิจัยได้ทำการปรับปรุง ไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการวัดและการประเมินผลด้านการศึกษา และด้านจิตวิทยา จำนวน

5 ข้อ จากนั้นนำมาคำนวณค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-Objective Congruence: IOC) พบว่าข้อคำถามผ่านเกณฑ์ทั้งหมด

1.5 นำแบบวัดที่ได้รับการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญไปทดลองใช้ (Try out) กับเยาวชนในสถานพินิจ จำนวน 20 คน ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง

1.6 นำแบบวัดที่ได้มาตรวจวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค พบว่า ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับของมาตรวัดความหวังอยู่ที่ระดับ 0.82 ส่วนแบบวัดความเข้มแข็งทางใจ พบว่า ค่าความเชื่อมั่นองค์ประกอบที่ 1 อยู่ที่ระดับ 0.81 องค์ประกอบที่ 2 อยู่ที่ระดับ 0.88 และองค์ประกอบที่ 3 อยู่ที่ระดับ 0.82 ส่วนค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ อยู่ที่ระดับ 0.92

#### วิธีดำเนินการทดลอง

การดำเนินการทดลองกับเยาวชนในสถานพินิจกลับสู่สังคม แบ่งเป็น 4 ระยะ คือ

#### 1) ระยะก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนความหวังและความเข้มแข็งทางใจจากผู้ที่ได้คะแนนน้อยที่สุดขึ้นมา จำนวนทั้งสิ้น 7 คน แล้วสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมให้คำปรึกษากลุ่ม โดยเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน

ก่อนการให้คำปรึกษากลุ่ม ผู้วิจัยไม่ได้วัดระดับความหวังและความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มตัวอย่าง เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างได้วัดระดับความหวังและความเข้มแข็งทางใจ ในขั้นตอนของการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเพื่อเข้ากลุ่มเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจ จึงนำคะแนนจากการวัดดังกล่าวเป็นคะแนนความหวังและความเข้มแข็งทางใจก่อนการทดลอง (Pretest)

#### 2) ระยะการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน โดยใช้การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้น เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ระหว่างวันที่ 19 พฤษภาคม–23 มิถุนายน 2560 (ตาราง 1)

ตาราง 1 ระยะเวลาในการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลอง

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

3) **ระยะหลังการทดลอง** ผู้วิจัยดำเนินการวัดระดับความหวังและความเข้มแข็งทางใจ กลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 7 คน อีกครั้งหนึ่งภายหลังการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มของกลุ่มทดลองครบทั้ง 10 ครั้ง โดยใช้คะแนนจากการวัดดังกล่าวเป็นคะแนนภายหลังการทดลอง (Posttest)

**การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติ** สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน คือ Non-parametric statistic สำหรับการวิเคราะห์ทดสอบความแตกต่างภายในกลุ่ม ในช่วงระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ผู้วิจัยเลือกใช้สถิติทดสอบวิลคอกสัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed-Rank Test) ส่วนการวิเคราะห์ทดสอบ

ความแตกต่างระหว่างกลุ่ม ในช่วงระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ผู้วิจัยเลือกใช้สถิติทดสอบแมนนิตนีย์ยู (Mann-Whitney U Test) การวิเคราะห์ทดสอบความแตกต่างภายในกลุ่มในช่วงระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ผู้วิจัยใช้สถิติทดสอบวิลคอกสัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed-Rank Test)

### ผลการวิจัย

ผลการศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ ก่อนและหลังการใช้โปรแกรม กลุ่มตัวอย่าง มีจำนวน 14 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 7 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 7 คน

**ตาราง 2** ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ของคะแนนความหวังและความเข้มแข็งทางใจ ทั้งในช่วงก่อนทดลองและหลังการทดลอง

ช่วงเวลา	ตัวแปร	ระยะการทดลอง	จำนวน (คน)	ค่าเฉลี่ย	SD	Min	Mex	Range	Mean Difference
ก่อนการทดลอง	ความหวัง	กลุ่มทดลอง	7	10.77	2.00	8	19	10	-
		กลุ่มควบคุม	7	11.52	1.88	9	18	10	-
ทดลอง	ความเข้มแข็งทางใจ	กลุ่มทดลอง	7	9.55	1.74	4	14	8	-
		กลุ่มควบคุม	7	10.02	1.99	5	12	7	-
หลังการทดลอง	ความหวัง	กลุ่มทดลอง	7	14.53	4.28	3	22	14	5.63
		กลุ่มควบคุม	7	11.49	2.72	2	16	19	2.87
ทดลอง	ความเข้มแข็งทางใจ	กลุ่มทดลอง	7	11.31	1.75	9	3.85	22	4.43
		กลุ่มควบคุม	7	9.76	1.61	8	3.37	20	3.61

จากตาราง 2 พบว่า คะแนนความหวังในช่วงก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยที่ใกล้เคียงกัน ได้แก่ 10.77 (SD=2.00) และ 11.52 (SD=1.88) จากนั้นเมื่อวัดอีกครั้งในช่วงหลังการทดลอง พบว่าคะแนนเฉลี่ยความหวังหลังการทดลองของกลุ่มทดลองมีคะแนนสูงขึ้น โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 14.53 (SD=4.28) และค่าเฉลี่ยของกลุ่มควบคุมเท่ากับ 11.49 (SD=2.72) เมื่อพิจารณาคะแนนความเข้มแข็งทางใจในช่วงก่อนการทดลอง พบว่ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยคือ 9.55 (SD=1.74) และ 10.02 (SD=1.99) ตามลำดับ จากนั้นเมื่อวัดอีกครั้งในช่วงหลังการทดลอง พบว่าคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจหลังการทดลองของกลุ่มทดลองมีคะแนนเพิ่มขึ้น โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 11.31 (SD=1.75) อย่างไรก็ตาม

ค่าเฉลี่ยของกลุ่มควบคุมมีคะแนนลดลง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 9.76 (SD=1.61) นั่นคือ ค่าเฉลี่ยของคะแนนความหวังของกลุ่มทดลอง สูงกว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนความหวังของกลุ่มควบคุม ขณะเดียวกัน ค่าเฉลี่ยของคะแนนความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลอง สูงกว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มควบคุม

เมื่อพิจารณาผลต่างค่าเฉลี่ยคะแนนช่วงเวลาหลังการทดลอง พบว่า ในกลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความหวังสูงขึ้น (Mean diff=5.63) และค่าเฉลี่ยของคะแนนความเข้มแข็งทางใจสูงขึ้น (Mean diff=4.43) ส่วนในกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความหวังลดลง (Mean diff=2.87) และค่าเฉลี่ยของคะแนนความเข้มแข็งทางใจลดลง (Mean diff=3.61)

**ตาราง 3** ผลวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนความหวังและความเข้มแข็งทางใจระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรม

ตัวแปร	กลุ่ม	Mean Rank	n	Z	Mann-Whitney
ความหวัง	ทดลอง	11.88	7	1.90	50.00
	ควบคุม	10.75	7		
ความเข้มแข็งทางใจ	ทดลอง	10.97	7	1.68	16.00
	ควบคุม	9.85	7		

จากผลการเปรียบเทียบคะแนนความหวัง ภายหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ดังแสดงตามตาราง 3 พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความหวังของกลุ่มทดลองและค่าเฉลี่ยคะแนนความหวังของกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน ( $p>0.05$ ) และผลการเปรียบเทียบคะแนนความความ

เข้มแข็งทางใจภายหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองและค่าเฉลี่ยคะแนนความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน ( $p>0.05$ )



ตาราง 4 เปรียบเทียบคะแนนความหวังและความเข้มแข็งทางใจของเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรม กับกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

ตัวแปร	กลุ่ม	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
ความหวัง	กลุ่มทดลอง	Mean Rank = 7.45	Mean Rank = 10.52
		Sum of Ranks = 57.49	Sum of Ranks = 92.01
	กลุ่มควบคุม	Mean Rank = 7.33	Mean Rank = 4.27
		Sum of Ranks = 55.50	Sum of Ranks = 32.00
ค่าสถิติทดสอบ		<b>Mann-Whitney U= 20.49,</b> <b>p &gt; 0.05</b>	<b>Mann-Whitney U= 6.50</b> <b>p &lt; 0.01</b>
ความเข้มแข็งทางใจ	กลุ่มทดลอง	Mean Rank = 8.89	Mean Rank = 11.69
		Sum of Ranks = 71.66	Sum of Ranks = 92.22
	กลุ่มควบคุม	Mean Rank = 6.28	Mean Rank = 4.22
		Sum of Ranks = 55.42	Sum of Ranks = 39.36
ค่าสถิติทดสอบ		<b>Mann-Whitney U= 21.50,</b> <b>p &gt; 0.05</b>	<b>Mann-Whitney U= 5.40,</b> <b>p &lt; 0.01</b>

จากตาราง 4 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความหวังของเยาวชนในสถานพินิจระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมพบว่าคะแนนความหวังโดยรวมก่อนการทดลองระหว่างเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีค่าเฉลี่ยของอันดับในกลุ่ม (Mean Rank) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลองเท่ากับ 7.45 และ 7.33 และมีค่าผลรวมของอันดับในกลุ่ม (Sum of Ranks) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง เท่ากับ 57.49 และ 55.50 และพบว่าคะแนนความเข้มแข็งทางใจโดยรวมก่อนการทดลองระหว่างเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยมีค่าเฉลี่ยของอันดับในกลุ่ม (Mean Rank) ของกลุ่มทดลองและ

กลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลองเท่ากับ 8.89 และ 6.28 และมีค่าผลรวมของอันดับในกลุ่ม (Sum of Ranks) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง เท่ากับ 71.66 และ 55.42

ในส่วนของคะแนนความหวังโดยรวมหลังการทดลองระหว่างเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยมีค่าเฉลี่ยของอันดับในกลุ่ม (Mean Rank) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลองเท่ากับ 10.52 และ 92.01 ตามลำดับ และมีค่าผลรวมของอันดับในกลุ่ม (Sum of Ranks) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง เท่ากับ 92.01 และ 32.00 และพบว่าคะแนนความเข้มแข็งทางใจโดยรวมหลังการทดลองระหว่างเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยมี

ค่าเฉลี่ยของอันดับในกลุ่ม (Mean Rank) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง เท่ากับ 11.69 และ 4.22 และมีค่าผลรวมของ

อันดับในกลุ่ม (Sum of Ranks) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง เท่ากับ 92.22 และ 39.36

**ตาราง 5** การเปรียบเทียบความแตกต่างของความหวังและความเข้มแข็งทางใจของเยาวชนในสถานพินิจ ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ตัวแปร	ผลที่นำมาเปรียบเทียบ	Mean Rank (Negative)	Mean Rank (Positive)	p
ความหวัง	ก่อน-หลัง	0.00	4.00	< 0.05
ความเข้มแข็งทางใจ	ก่อน-หลัง	0.00	4.50	< 0.01

จากตาราง 5 พบว่าคะแนนความหวังของเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองโดยรวมที่ได้จากการวัดก่อนการทดลองและหลังการทดลอง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และพบว่าคะแนนความเข้มแข็งทางใจของเยาวชนในสถานพินิจกลุ่มทดลองโดยรวมที่ได้จากการวัดก่อนการทดลองและหลังการทดลอง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

### อภิปรายผล

ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ ผลการวิจัยพบว่า

1. จากผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนความหวังของกลุ่มทดลองระหว่างช่วงก่อนการทดลองและหลังการทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความหวังช่วงก่อนการทดลอง มีความแตกต่างกับค่าเฉลี่ยคะแนนความหวังหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งผลที่ได้สนับสนุนสมมติฐานที่ 1 แสดงว่าโปรแกรมการให้คำปรึกษา

กลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังได้พัฒนาให้เยาวชนมีความหวังสูงขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของอูร์ปรีย์ เกิดในมงคล<sup>11</sup> ได้ทำการศึกษาเรื่องการศึกษาลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานครผลการวิจัยพบว่า ลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นประกอบด้วยเป้าหมายทางการศึกษา วิธีการที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ความพยายามที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ทั้งนี้เมื่อพิจารณาความหวังทางการศึกษาโดยภาพรวมพบว่าอยู่ในระดับสูง แสดงให้เห็นว่านักเรียนวัยรุ่นมีความหวังทางการศึกษาสูง ซึ่งจากการสอบถามและสัมภาษณ์นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความหวังในด้านการศึกษา โดยนักเรียนกล่าวถึงการได้คะแนนในรายวิชาต่างๆ ที่ดีขึ้น มีเกรดเฉลี่ยที่สูงขึ้น ได้เรียนในสิ่งที่ตนสนใจ ตลอดจนเรียนจบ ได้ศึกษาต่อใน

ระดับที่สูงขึ้น มีงานที่ดีทำเป็นต้น โดยมีเพียงบางส่วนที่กล่าวถึงความหวังทางด้านครอบครัวและสุขภาพตามลำดับ รวมถึงโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนี้เป็นการประยุกต์ใช้ทฤษฎีและเทคนิคหลายรูปแบบเพื่อปรับให้เข้ากับกลุ่มตัวอย่าง โดยเลือกใช้การให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส (Solution-Focused Counseling) และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า เพื่อมุ่งเน้นให้เยาวชนเกิดการยอมรับในตนเองและให้โอกาสตัวเองในการดำเนินชีวิต โดยมีเป้าหมายเพื่อช่วยเหลือให้ผู้รับคำปรึกษาได้พัฒนาความสามารถที่มีในตัวเองและมองหาจุดแข็งเพื่อจะใช้ชีวิตอย่างมีความหวังได้อย่างมีประสิทธิภาพ

จากการสังเกตของผู้วิจัย พบว่า เมื่อดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มเยาวชนมีท่าทีที่เปลี่ยนแปลงไปจากช่วงแรกที่ได้เข้ารับการปรึกษากลุ่ม เยาวชนกล้าพูด กล้าคิด กล้าแสดงออกมากขึ้น ซึ่งแนวคิดของมิลเลอร์ (Miller)<sup>12</sup> กล่าวว่า ความหวังที่พบในบุคคลทั่วไปออกเป็น 3 ระดับคือ ระดับที่ 1 เป็นความหวังในระดับที่พบบ่อยเป็นความปรารถนาของบุคคลที่จะได้รับความสะดวกสบายในชีวิตประจำวันจากอุปกรณ์เครื่องใช้ต่างๆ โดยต้องการให้การดำรงชีวิตประจำวันนั้นราบรื่น ถ้าไม่สมหวังบุคคลจะรู้สึกไม่พอใจเพียงระยะเวลาหนึ่งเท่านั้น ไม่จำเป็นต้องใช้พลังทางจิตในการปรับตัว ระดับที่ 2 เป็นความหวังของบุคคลเกี่ยวกับการมีสัมพันธภาพที่ดี ต้องการที่จะพัฒนาตนเองไปในทางที่เหมาะสมและประสบความสำเร็จ ซึ่งหากไม่สมหวังบุคคลจะเกิดความวิตกกังวลและต้องใช้พลังทางจิตในการปรับตัวมากกว่าระดับแรก โดยความวิตกกังวลนี้จะบรรเทาลงหรือหมดไปเมื่อบุคคลมีการตั้ง

ความหวังขึ้นมาใหม่ ระดับที่ 3 เป็นความหวังในระดับสูงสุดของบุคคล เป็นความหวังที่จะทำให้บุคคลหลุดพ้นจากความยากลำบาก ความทุกข์ ความรู้สึกขาดอิสรภาพ ความหวังในระดับนี้เป็นพลังที่สำคัญของบุคคลในการปรับตัวต่อความเจ็บป่วยเรื้อรังและความเจ็บป่วยที่คุกคามชีวิต หากบุคคลไม่สมหวังจะทำให้เกิดความรู้สึกท้อแท้ เหนื่อยหน่ายสิ้นหวัง และจะต้องใช้พลังทางจิตอย่างมากทั้งจากภายนอกและภายในตัวบุคคล เพื่อช่วยในการปรับตัว รวมถึงผู้เข้ารับการปรึกษายอมรับสมาชิกในกลุ่มอย่างเปิดเผยและมีความสนิทสนมมากขึ้นในแต่ละครั้งที่ทำการให้คำปรึกษากลุ่ม เพราะเมื่อมีการพูดคุยกันในบางประเด็นที่ตรงกับความรู้สึกของสมาชิกบางคนในกลุ่ม เพื่อนร่วมกลุ่มจะคอยให้กำลังใจ และสัมผัสด้วยท่าทีปลอบประโลม

2. จากผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองระหว่างช่วงก่อนการทดลองและหลังการทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความเข้มแข็งทางใจช่วงก่อนการทดลอง มีความแตกต่างกับค่าเฉลี่ยคะแนนความเข้มแข็งทางใจหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งผลที่ได้สนับสนุนสมมติฐานที่ 2 แสดงว่าโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจได้พัฒนาให้เยาวชนมีความเข้มแข็งทางใจสูงขึ้น และสอดคล้องกับงานวิจัยของฐิชาธิศม์ พยอมยงค์<sup>13</sup> ทำการศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของโรเจอร์ส (Rogers) ที่มีต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและความเข้มแข็งทางจิตใจของเด็กด้อยโอกาส โดยมีจุดประสงค์เพื่อศึกษาผลของการให้การปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของ Rogers ต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ผลการวิจัยพบว่า

กลุ่มตัวอย่างที่ได้เข้าร่วมการปรึกษาแบบบุคคลเป็น ศูนย์กลางตามแนวคิดของ Rogers ทั้ง 5 คน มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง และความเข้มแข็งทางจิตใจเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 หรือ 0.01 และการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพแสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างรับรู้ถึงความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง และ พัฒนาความเข้มแข็งทางจิตใจมากขึ้น ซึ่งผู้วิจัยได้ปูพื้นฐานในการเตรียมพร้อมสำหรับการดำเนินชีวิตให้มีพลังใจ ในการอดทนต่อความกดดันกับเรื่องราวที่ทุกซอกใจ การสร้างแรงจูงใจในการมองเป้าหมายที่มีและ กระทำให้สำเร็จ รวมถึงมีพลังแห่งการสนับสนุนจาก ครอบครัวของผู้รับคำปรึกษาเอง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Loehr<sup>14</sup> ได้แบ่งแนวคิดของทักษะทางจิตวิทยาออกเป็น 7 องค์ประกอบ<sup>15</sup> 1) ความมั่นใจในตนเอง (Self-confidence) การรับรู้และรู้สึกว่าคุณทำได้ จะทำให้ แสดงความสามารถได้ดีและ ประสบความสำเร็จ ถ้าหากไม่มีความมั่นใจก็จะ แสดงความสามารถ ไม่ได้ตามที่ต้องการ 2) การควบคุมพลังทางลบ (Negative energy control) การควบคุมอารมณ์ทางลบที่มี ความจำเป็นในความสำเร็จของการแข่งขัน เช่น ความกลัว ความโกรธ ความอิจฉา อารมณ์ร้อน โดยการทำให้ตัวเอง รู้สึกผ่อนคลาย และมุ่งความสนใจไปที่สถานการณ์ เพื่อให้เกิดพลังงานทางลบ น้อยที่สุด 3) การควบคุมสมาธิ (Attention control) ความสามารถในการมุ่งความสนใจในสิ่งที่ทำ อยู่ ณ เวลานั้น 4) การจินตภาพ และการควบคุมจินตภาพ (Visualisation and imagery control) นักกีฬาที่ประสบความสำเร็จ จะมีการพัฒนาทักษะของการจินตภาพและการจินตนาการ ซึ่งนักกีฬาจะคิดและควบคุมการ

เคลื่อนไหวของภาพในจิตใจ โดยการฝึกจินตภาพจะ ช่วยให้นักกีฬา สามารถเคลื่อนไหวได้ง่ายขึ้น 5) แรงจูงใจ (Motivation) สร้างเป้าหมายที่สามารถทำสำเร็จได้เป็นรายวันและจัดการ กับความล้มเหลวให้เหมาะสมเพราะทุกส่วนต่างเป็นส่วนประกอบของแรงจูงใจ ความอดทนที่จะ ตั้งใจฝึกซ้อม และเพิ่มแรงให้ตัวเองจะทำให้ นักกีฬาเพิ่มระดับของแรงจูงใจให้ตัวเอง 6) พลังทางบวก (Positive energy) โดยที่ความสามารถนี้จะเกิดขึ้นจาก ความสนุก ความมุ่งมั่น การมองในด้านบวก และความมีจิตวิญญาณของทีม พลังทางบวกนั้นจะช่วยให้สามารถ แข่งขันได้อย่างสุดความสามารถ และการที่จะทำให้ ประสบความสำเร็จ นักกีฬาจะต้องทำให้ ตัวเองผ่อนคลาย มีความตั้งตัวของกล้ามเนื้อต่ำ และควบคุมสมาธิ และ 7) การควบคุมทัศนคติ (Attitude control) ทัศนคติที่ดีนั้นจะต้องสามารถควบคุมอารมณ์และมีความถี่นไหวของพลังเชิงบวก<sup>15</sup>

3. จากผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความหวัง ภายหลังจากได้เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังต่อเยาวชนในสถานพินิจ พบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความหวังของกลุ่มทดลองและค่าเฉลี่ยคะแนนความหวังของกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน ( $p>0.05$ ) แม้ผลการวิจัยระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองจะไม่แตกต่างกัน แต่เมื่อพิจารณาผลต่างจากค่าเฉลี่ยคะแนน ช่วงเวลาหลังการทดลอง พบว่าในกลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความหวังสูงขึ้น (Mean diff=5.63) ส่วนในกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความหวังลดลง (Mean diff=2.87) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของกฤษณา สังข์มุณีจินดา ที่ได้ทำการศึกษาเรื่องผลของโปรแกรมทางการ

พยาบาลแบบสนับสนุนต่อความหวังในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมระยะลุกลามที่ได้รับยาเคมีบำบัด แสดงให้เห็นว่ารูปแบบโปรแกรมได้ถูกออกแบบมาเพื่อให้เหมาะกับเยาวชนในสถานพินิจซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างกลุ่มเล็กและเฉพาะเจาะจง จึงไม่สามารถใช้ข้อมูลมาเพื่ออ้างอิงให้เป็นตัวแทนในกลุ่มใหญ่ได้

4. จากผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความเข้มแข็งทางใจภายหลังได้เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจ พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองและค่าเฉลี่ยคะแนนความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน ( $p>0.05$ ) ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับใกล้เคียงกับกลุ่มทดลอง จึงทำให้ผลที่ออกมาไม่แตกต่างกัน แม้ว่าคะแนนความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองไม่แตกต่างกัน อย่างไรก็ตาม ค่าเฉลี่ยของกลุ่มควบคุมมีคะแนนความเข้มแข็งทางใจลดลง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 9.76 ( $SD=1.61$ ) เมื่อพิจารณาผลต่างค่าเฉลี่ยคะแนน ช่วงเวลาหลังการทดลอง พบว่า ในกลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความเข้มแข็งทางใจสูงขึ้น ( $Mean\ diff=4.43$ ) ส่วนในกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความเข้มแข็งทางใจลดลง ( $Mean\ diff=3.61$ ) ผลการศึกษาพบว่า หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ กลุ่มทดลองมีคะแนนความเข้มแข็งทางใจสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเช่นกัน

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจต่อเยาวชนในสถานพินิจก่อให้เกิดแรงกระตุ้น

และความคิดแบบประมวลผล รวมถึงมีการตั้งเป้าหมายในชีวิตหลังจากกลับสู่สังคมอย่างมีหัวใจที่เข้มแข็ง แม้จะต้องเผชิญกับอุปสรรคแต่เยาวชนจะสามารถเอาชนะความกลัวและความกังวลกลับเผชิญกับความเป็นจริงที่ต้องพบเจอ ซึ่งลักษณะของการให้คำปรึกษาแบบเน้นบุคคลเป็นศูนย์กลาง ได้เน้นให้เยาวชนในสถานพินิจมีความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง และสามารถเอาชนะอุปสรรคต่างๆที่เกิดขึ้นได้ จึงสามารถกระตุ้นให้เกิดความหวังและความเข้มแข็งทางใจรวมถึงมีการวางแผนสำหรับอนาคตและพร้อมยอมรับสิ่งต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นอย่างเข้มแข็งตระหนักถึงความสามารถของตนว่าสามารถแก้ไขปัญหาและไปสู่เป้าหมายได้ สสำรวจความหวัง ความต้องการ รวมถึงเป้าหมายในอนาคต ทำให้เยาวชนเตรียมพร้อมและวางแผนการกลับสู่สังคมอีกครั้ง

#### ข้อเสนอแนะ

1. บุคลากรผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง เช่น นักวิชาการสาธารณสุข นักจิตวิทยาในสถานพินิจสามารถนำข้อมูลใช้เพื่อพัฒนาด้านจิตใจต่อเยาวชนโดยจัดเป็นโปรแกรมต่อเนื่องในครั้งต่อไป
2. ผลจากการศึกษาผลของโปรแกรมนี้สามารถนำประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความหวังและความเข้มแข็งทางใจกับกลุ่มตัวอย่างที่มีบริบทใกล้เคียงกัน เช่น กลุ่มเด็กในสถานสงเคราะห์ เป็นต้น

#### เอกสารอ้างอิง

1. กิ่งกาญจน์ จงสุขไกล. สถานการณ์ปัญหาสุขภาพจิต การแพร่ระบาดและผลกระทบในกลุ่มเด็กและเยาวชนในพื้นที่ท่องเที่ยว: ศึกษากรณีเมืองพัทยาและเกาะล้านอำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี. สถาบันวิจัยสังคม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2555.

2. สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล. สถานการณ์และแนวความคิดด้านเด็กและเยาวชน. [อินเทอร์เน็ต]. 2560. [เข้าถึงเมื่อ 1 เมษายน 2560]; เข้าถึงได้จาก: (<http://www.nicfd.cf.mahidol.ac.th>).
3. กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน. รายงานสถิติคดีประจำปี. [อินเทอร์เน็ต]. 2560. [เข้าถึงเมื่อ 1 เมษายน 2560] เข้าถึงได้จาก: (<http://www.djop.go.th/home>).
4. ประเวศ ดันดีพิวัฒนสกุล. คู่มือจัดกิจกรรมการสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจสำหรับบุคลากรสาธารณสุข. นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย; 2548.
5. ประเวศ ดันดีพิวัฒนสกุล. แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา. นนทบุรี: สำนักงานพัฒนาสุขภาพจิต; 2550.
6. กฤษณา สังขมณีจินดา. ผลของโปรแกรมทางการพยาบาลแบบสนับสนุนต่อความหวังในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมระยะลุกลามที่ได้รับยาเคมีบำบัด. [วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต]. สงขลา: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์; 2554.
7. ทักษิญา สุริโย, อมราพร สุรการ, อัจฉรา ประเสริฐสิน. การพัฒนาโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางสังคมสำหรับวัยรุ่นกลุ่มเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้า. Veridian E-Journal, Silpakorn University 2559; 9 (1): 582-597.
8. Snyder CR, Lopez SJ. Handbook of Positive Psychology. New York: Oxford University Press; 2002
9. อิศรียา ณ น่าน, มณีรัตน์ ธีระวิวัฒน์, นิรัตน์ อิมามี, สุปรียา ดันสกุล. ปัจจัยทำนายพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเสพยาบ้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นจังหวัดนครสวรรค์. วารสารสุขศึกษา 2556. 36(125): 28-41.
10. Snyder CR. Conceptualizing, measuring and nurturing hope. Journal of Counseling & Development 1995; 73: 355-360.
11. อูร์ปรีชัย เกิดในมงคล. การศึกษาลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร. วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 2556; 39(2): 54-65.
12. Miller JA. Required participation in curriculum planning and implementation of curriculum guides. Dissertation Abstracts International 1989; 50(2): 327-350.
13. ฐิชาธิ์ศม์ พยอมยงค์. ผลของการให้คำปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของโรเจอร์สที่มีต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและความเข้มแข็งทางจิตใจของเด็กด้อยโอกาส. วารสารมนุษยศาสตร์สาร 2555; 13(2): 201-210.
14. Loehr JE. Mental toughness training for sports: Achieving athletic excellence. Lexington MA: Stephen Greene; 1986.
15. กาญจน์กมล สุวิทย์รัตน์. การศึกษาและพัฒนาความฉลาดทางสังคมของนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาภาคใต้. [หลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิตและปรัชญาดุษฎีบัณฑิต] กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ; 2557.