



การพัฒนากลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจนครบาล
ด้วยการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค¹

THE DEVELOPMENT COPING STRATEGIES OF THE METROPOLITAN POLICE
THROUGH ASSIMILATIVE INTEGRATIVE INDIVIDUAL COUNSELLING

วิสมล ศรีสุทธินันท์²

Wisamon Srisuttinan

สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์³

Surin Suthithatip

ระพีพันธ์ ฉายวิมล⁴

Rapin Chayavimol

¹ส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
Part of thesis, Doctor of Philosophy (Counseling Psychology), Faculty of Education, Burapha University

²นิสิตหลักสูตรหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ชลบุรี 20131
Graduate student in Doctor of Philosophy (Counseling Psychology),
Faculty of Education, Burapha University, Chonburi 20131, Thailand

³ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร., คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ชลบุรี 20131
Assistant Professor, Faculty of Education, Burapha University, Chonburi, 20131, Thailand

⁴ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร., คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ชลบุรี 20131
Assistant Professor, Faculty of Education, Burapha University, Chonburi, 20131, Thailand

Author Email: nuwisamon@gmail.com

Received: October 8, 2019

Revised: November 24, 2019

Accepted: December 7, 2019

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) วิเคราะห์องค์ประกอบการวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจนครบาล 2) พัฒนาโปรแกรมการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคในการพัฒนากลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจนครบาล และ 3) ศึกษาผลของการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคของตำรวจนครบาลที่ได้รับการศึกษาในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล แบ่งการวิจัยออกเป็น 2 ระยะ คือ ระยะที่ 1 การวิเคราะห์องค์ประกอบการวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหาเพื่อพัฒนาแบบวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหา ตัวอย่างเป็นตำรวจ จำนวน 720 คน สุ่มจากสังกัดกองบัญชาการตำรวจนครบาล 9 แห่ง ระยะที่ 2 การพัฒนาโปรแกรมการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค ตัวอย่างเป็นตำรวจจำนวน 30 คน ได้มาโดยการคัดเลือกจากตำรวจที่มีคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาลดกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 จากนั้นสุ่มอย่างง่ายเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจและเชิงยืนยัน การทดสอบสมมติฐานด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม และทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีทดสอบแบบนิวแมน-คูลส์

ผลการวิจัยพบว่า แบบวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจนครบาลมี 8 องค์ประกอบ ได้แก่ การแก้ปัญหา การปรับเปลี่ยนความคิด การสนับสนุนทางสังคม การแสดงอารมณ์ การหลีกเลี่ยงปัญหา ความคิดที่ปรารถนาอยากให้เป็นการหลีกเลี่ยงจากสังคม การตำหนิตนเอง โดยมีค่าดัชนีชี้วัด $\chi^2(649) = 669.54, p = .07, GFI = .99$,

AGFI = .98 โดยองค์ประกอบย่อยการแก้ปัญหาที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมากที่สุด และผลการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดำรวจนครบาลที่เข้ารับการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาสูงกว่าตำรวจในกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดำรวจนครบาลที่เข้ารับการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลในระดับสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : การปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค, กลยุทธ์การเผชิญปัญหา, ตำรวจนครบาล

Abstract

The purposes of this research were 1) to analyze the factors of coping strategies testing of the metropolitan police, 2) to develop individual counseling by assimilative integrating theory, and 3) to compare the effect of individual counseling on coping strategies of the metropolitan police. This research was divided into two phases. Phase 1 was developed the coping strategies testing of the metropolitan police by factor analysis. The samples were 720 policemen which were selected by random sampling from metropolitan police headquarters. Phase 2 was studying the effect of individual counseling by assimilative integrating theory. Police officers were randomly assigned from one commander to one control group and one police officer from one commander to a trial group of 15 persons, totaling 30 persons, participated in an integrated personal counseling program. Data were analyzed by repeated measures ANOVA of one factor between the groups and one factor within the group, paired-different test by Newman-Keuls procedure.

Research findings were as followed: 1) The coping strategies comprised of 8 factors, including problem solving, cognitive restructuring, social support, express emotions, problem avoidance, wishful thinking, social withdrawal and self-criticism - model fit ($\chi^2(649) = 669.54, p = .07, GFI = .99, AGFI = .98$). Problem solving had the highest standard factor loading. 2) The statistical significance at the .05 level was found on the metropolitan police who attended the individual programming counseling. They had higher coping strategies scores at the posttest and the follow-up phase than at the pretest phase. There was an interaction effect between experiment method and the duration of time at the .05 level of significance.

Keywords : assimilative integrative counseling, coping strategies, metropolitan police

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในโลกและสังคมปัจจุบันส่งผลกระทบต่อประชาชนและประเทศชาติ ประเทศไทยกำลังประสบปัญหาด้านการเมือง เศรษฐกิจ อาชญากรรม ยาเสพติด การคอร์รัปชัน ซึ่งในการดูแลความสงบเรียบร้อยของบ้านเมืองเป็นหน้าที่ของสำนักงานตำรวจ

แห่งชาติ ในการดำเนินการจับกุมหรือติดตามตัวผู้กระทำความผิดมาดำเนินคดีตามกฎหมาย เพื่อให้การบังคับใช้กฎหมายเป็นไปด้วยความเรียบร้อยก่อให้เกิดความสงบสุขและความมั่นคงของประเทศชาติ

กองบัญชาการตำรวจนครบาลเป็นหน่วยงานราชการระดับกองบัญชาการในสังกัด

สำนักงานตำรวจแห่งชาติ มีอำนาจหน้าที่ในการกำหนดยุทธศาสตร์ วางแผน ควบคุม ตรวจสอบ ให้คำแนะนำและเสนอแนะแนวทางการปฏิบัติตามกรอบอำนาจหน้าที่และภารกิจในกรุงเทพมหานคร ลักษณะการทำงานที่เจ้าหน้าที่ตำรวจในกองบัญชาการตำรวจนครบาลต้องออกไปพบปะประชาชนตลอดจนรักษาความสงบเรียบร้อยให้เกิดความผาสุกแก่ประชาชนและเป็นลักษณะงานที่ต้องทำงานตลอดเวลา 24 ชั่วโมง (Royal Thai Headquarters, 2016) รวมทั้งวันหยุดราชการซึ่งเจ้าหน้าที่ตำรวจจะปฏิเสธการให้บริการไม่ได้ จึงเป็นสถานการณ์ที่เจ้าหน้าที่ตำรวจต้องเผชิญกับสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ เช่น ผู้บังคับบัญชา ผู้ร่วมงาน ผู้ต้องหา และตลอดจนยังต้องทำงานในบรรยากาศที่ต้องพบกับความทุกข์ร้อนของประชาชนที่มาใช้บริการทุกวัน ซึ่งเกิดผลกระทบ เกิดความรู้สึกกดดันตั้งแต่ระดับเล็กน้อยจนถึงระดับรุนแรงจนถึงขั้นกระทำอัตวินิบาตกรรม ดังนั้น จึงต้องมีการพัฒนากลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจให้มีประสิทธิภาพ สามารถนำไปใช้ในการแก้ปัญหาต่าง ๆ เช่น ปัญหาการฆ่าตัวตายได้ เป็นต้น

กลยุทธ์การเผชิญปัญหาเป็นความพยายามของบุคคลที่จะรักษาภาวะสมดุลของจิตใจโดยจัดการกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความตึงเครียดหรือสถานการณ์ที่บุคคลเห็นว่าเป็นภัยคุกคามจากทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคลโดยจะแสดงออกในรูปแบบของกระบวนการทางปัญญาและพฤติกรรมที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เกิดการผ่อนคลายความเครียด วิธีหนึ่งที่ใช้ในการปรับกลยุทธ์การเผชิญปัญหา คือ การปรึกษาแบบบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค

การปรึกษาแบบบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค (assimilative integrative counseling) เป็นทฤษฎีและเทคนิควิธีที่ใช้ในการเลือกสรรวิเคราะห์ และสังเคราะห์จุดเด่นของทฤษฎีและเทคนิควิธีการปรึกษาต่าง ๆ เพื่อนำมาบูรณาการเข้าเป็นทฤษฎีและเทคนิควิธีการปรึกษาอีก

ทฤษฎีหนึ่ง การบูรณาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อแสวงหาแนวปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลสูงสุด (Consoli & Jester, 2005) การปรึกษาแบบบูรณาการโดยบูรณาการทฤษฎีการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม (cognitive behavior therapy: CBT) ร่วมกับเทคนิคจากทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Liu, Nie, & Wang, 2017) โปรแกรมตามแนวพฤติกรรมบำบัดผ่านการรู้คิดทำให้ผู้เข้าร่วมโปรแกรมรู้เท่าทันความคิดของตนเอง และสามารถจัดการกับสภาวะจิตใจของตนเองเมื่อเกิดอารมณ์แปรปรวน เช่น ความคิดอยากฆ่าตัวตาย เป็นต้น ซึ่งโปรแกรมตามแนวพฤติกรรมบำบัดผ่านการรู้คิดเป็นโปรแกรมที่ถูกพัฒนาขึ้นโดย Beck (1985) มีรากฐานมาจากแนวคิดเรื่องพฤติกรรมนิยม (behaviorism) และแนวคิดเรื่องจิตวิทยาการรู้คิด (cognitive psychology) มีแนวความคิดว่า ปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรมของมนุษย์ที่เกิดขึ้นไม่ได้เป็นผลมาจากเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้นโดยตรง แต่เกิดจากการบิดเบือนความคิดหรือการประเมินเหตุการณ์ในชีวิตด้วยความคิดที่ไม่ตรงกับความเป็นจริงของบุคคลหรือสถานการณ์นั้น ส่วนทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางโดย Rogers (1942) มีแนวคิดสำคัญด้านการนับถือตนเองในด้านบวก และด้านเงื่อนไขของการมีคุณค่าเป็นตัวกำหนดว่า ต้องแสดงพฤติกรรมอย่างไร จึงได้รับการยอมรับจากผู้อื่นว่ามีคุณค่า มีการยอมรับตนเองตามความจริง ความเป็นตัวของตัวเอง มีการพัฒนาตนเองอย่างเต็มความสามารถ และเข้าใจตัวตนในอุดมคติ ตัวตนที่ตนเองรับรู้และตัวตนที่แท้จริงอย่างสอดคล้องกลมกลืนกัน (Corey, 2004)

โปรแกรมการให้คำปรึกษาตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางจึงเป็นโปรแกรมที่ช่วยให้ผู้รับการปรึกษามีความสมเหตุสมผลมากขึ้น ยอมรับประสบการณ์ได้ดีขึ้น ลดการป้องกันตนเอง (defensiveness) ให้น้อยลง ทำให้การปรับตัวดีขึ้น ช่วยทำให้ผู้รับคำปรึกษามองเห็นสิ่งต่าง ๆ

อย่างมีจุดหมายและเป็นจริงตามสภาพ อันนำไปสู่การเปิดเผยเรื่องราวและปัญหาต่าง ๆ ตลอดจนมีการสำรวจปัญหาาร่วมกัน นำไปสู่การเข้าใจและพัฒนาตนเองอย่างแท้จริง

จากความสำคัญดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจพัฒนาโปรแกรมการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค (assimilative integrative counseling) ต่อกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจนครบาล เพื่อใช้ในการพัฒนาหรือให้คำปรึกษาแก่ตำรวจ โดยเฉพาะในระดับสัญญาบัตรเพราะเป็นกลุ่มที่มีภาระรับผิดชอบและต้องตัดสินใจสูงมากกว่าระดับปฏิบัติการ ซึ่งจะช่วยให้ข้าราชการตำรวจในระดับนี้ สามารถนำกลยุทธ์การเผชิญปัญหาไปประยุกต์ใช้กับการปฏิบัติงานและเป็นประโยชน์ต่อหน่วยงานต่อไป

วัตถุประสงค์วิจัย

1. เพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบการวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหา
2. เพื่อพัฒนาโปรแกรมการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคในการพัฒนากลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจนครบาล
3. เพื่อศึกษาผลของการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคในการพัฒนากลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจนครบาลที่ได้รับการศึกษาในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

สมมุติฐานวิจัย

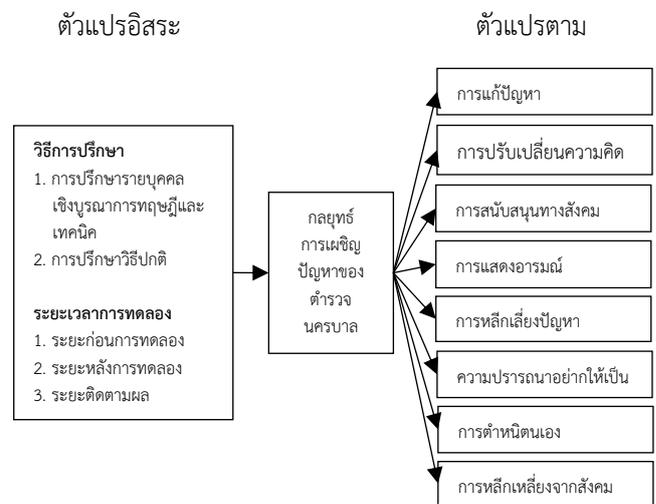
1. พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองและระยะเวลาการทดลอง
2. ตำรวจนครบาลที่เข้ารับการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาสูงกว่าตำรวจกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง
3. ตำรวจนครบาลที่เข้ารับการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคมี

กลยุทธ์การเผชิญปัญหาสูงกว่าตำรวจกลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล

4. ตำรวจนครบาลที่เข้ารับการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาในระยะหลังการทดลองระดับสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

5. ตำรวจนครบาลที่เข้ารับการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

ระยะที่ 1

ประชากร คือ ตำรวจนครบาลในระดับชั้นสัญญาบัตรทั้ง 9 กองบัญชาการตำรวจนครบาล จำนวนทั้งสิ้น 5,254 คน

ตัวอย่าง คือ ตำรวจนครบาล จำนวน 720 คน ผู้วิจัยใช้กฎที่ว่าด้วยอัตราส่วนระหว่างหน่วยตัวอย่างกับจำนวนพารามิเตอร์ในการวิเคราะห์องค์ประกอบควรเป็น 10-20 เท่าต่อ 1 พารามิเตอร์ (Hair, Black, Babin, & Anderson, 2014) ใน การศึกษานี้มีจำนวนพารามิเตอร์อิสระที่ต้องประมาณค่าทั้งหมด 72 พารามิเตอร์ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงกำหนดขนาดตัวอย่างขั้นต่ำในการศึกษาเท่ากับ 720 คน (10 เท่าของจำนวนพารามิเตอร์)

ระยะที่ 2

ประชากร คือ ตำรวจนครบาลในระดับชั้นสัญญาบัตรทั้ง 9 กองบัญชาการตำรวจนครบาล จำนวน 5,254 คน

ตัวอย่าง คือ ตำรวจนครบาล จำนวน 30 คน ซึ่งได้มาจาก

1. เจ้าหน้าที่ตำรวจในกองบัญชาการนครบาลที่ทำแบบวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหาผ่านการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันในระยะที่ 1 คัดเลือกตัวอย่างที่มีคะแนนการเผชิญปัญหาเปอร์เซ็นต์ที่ต่ำกว่า 25 ลงมา จำนวน 40 คน

2. สอบถามความสมัครใจของตัวอย่างที่เข้าร่วมการทดลอง จำนวน 30 คน

3. สุ่มอย่างง่ายจากจำนวนตัวอย่าง 30 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 15 คน โดยกำหนดให้กลุ่มควบคุม จำนวน 15 คน ใช้วิธีปกติ และกลุ่มทดลอง จำนวน 15 คน ได้รับการพิจารณารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

1. แบบวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหา (coping strategies) ของ Tobin (2001) เป็นแบบวัดการเผชิญปัญหา 8 ด้าน ได้แก่ การแก้ปัญหา การปรับเปลี่ยนความคิด การสนับสนุนทางสังคม การแสดงอารมณ์ การหลีกเลี่ยงปัญหา ความปรารถนาอยากให้เป็น การตำหนิตัวเอง และการหลีกเลี่ยงจากสังคม โดยผู้วิจัยได้ติดต่อขออนุญาตจากผู้พัฒนาแบบวัด เพื่อแปลแบบวัดเป็นฉบับภาษาไทย จากนั้นผู้วิจัยจึงแปลเป็นภาษาไทยและทำการแปลย้อนกลับเป็นภาษาอังกฤษอีกครั้ง (back-translation) เพื่อให้มีความถูกต้องตรงกัน โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน

2. โปรแกรมการพิจารณารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์องค์ประกอบการวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหา (coping strategies) จำนวน 72 ข้อ ด้วยการตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างแบบองค์ประกอบเชิงสำรวจ (exploratory factor analysis: EFA) เพื่อ

สกัดองค์ประกอบและลดจำนวนตัวข้อคำถาม และวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (confirmatory factor analysis: CFA) เพื่อยืนยันลักษณะขององค์ประกอบของแบบวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหา

หลังจากนั้น ผู้วิจัยจึงพัฒนาโปรแกรมการพิจารณารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค มีรายละเอียดพอสังเขป ดังนี้

- ศึกษาเอกสาร ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมการพิจารณารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดพัฒนาโปรแกรม

- กำหนดโครงสร้างของเนื้อหาและจุดมุ่งหมายของโปรแกรม

- สร้างโปรแกรมการพิจารณารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค โดยบูรณาการทฤษฎีการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรมร่วมกับเทคนิคจากทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ซึ่งมี 8 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นสำรวจทบทวนประสบการณ์ความคิด ขั้นตระหนักรู้พินิจผลกระทบ ขั้นฝึกครบตามเทคนิคการปรึกษา ขั้นพัฒนาทางความคิด ความรู้สึกแนวโน้มพฤติกรรมใหม่ ขั้นใส่ใจฝึกเป็นการบ้านทางความคิด ขั้นยุติการปรึกษา และขั้นประเมินผลการปรึกษา

- นำโปรแกรมการพิจารณารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคที่พัฒนาขึ้นให้อาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญรวมทั้งหมด 7 ท่าน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา ก่อนนำไปทดลองใช้กับตัวอย่าง

การพิทักษ์สิทธิ์ การวิจัยในครั้งนี้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา โดยได้รับการอนุมัติเมื่อวันที่ 20 กรกฎาคม 2561 ซึ่งผู้วิจัยได้ตระหนักถึงการพิทักษ์สิทธิ์ของผู้เข้าร่วมวิจัยในการสมัครเข้าร่วมการวิจัยโดยไม่บังคับ ตัวอย่างมีสิทธิ์จะเข้าร่วมหรือปฏิเสธการวิจัยในครั้งนี้ได้ตลอดเวลา โดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ข้อมูลทั้งหมดถูกเก็บเป็นความลับและนำเสนอในภาพรวม

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ระยะที่ 1 การวิเคราะห์องค์ประกอบ การวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหา ผู้วิจัยนำแบบวัด กลยุทธ์การเผชิญปัญหาไปให้ตัวอย่าง 720 คน ตอบแล้วจึงวิเคราะห์ข้อมูล

ระยะที่ 2 การพิจารณารายบุคคลเชิง บุรณาการทฤษฎีและเทคนิค แบ่งเป็น 3 ระยะ ดังนี้

1. ระยะการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการให้ คำปรึกษาตามโปรแกรมการพิจารณารายบุคคลเชิง บุรณาการทฤษฎีและเทคนิคกับกลุ่มทดลอง จำนวน 15 คน จำนวน 15 ครั้ง ทดลองเป็น ระยะเวลา 4 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุมจำนวน 15 คน ได้รับวิธีปกติ คือ เข้าร่วมกิจกรรมและวิธี ปรึกษาตามปกติของหน่วยงานโดยไม่เข้าร่วม โปรแกรมการพิจารณารายบุคคลเชิงบุรณาการ ทฤษฎีและเทคนิค

2. ระยะหลังการทดลอง เมื่อสิ้นสุด การตามโปรแกรมการพิจารณารายบุคคลเชิง บุรณาการทฤษฎีและเทคนิคแล้ว ผู้วิจัยให้กลุ่ม ทดลองทำแบบวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหาฉบับ เดียวกันกับที่ใช้ก่อนการทดลอง แล้วเก็บคะแนน ที่ได้เป็นคะแนนระยะหลังการทดลองของกลุ่ม ทดลอง และผู้วิจัยให้กลุ่มควบคุมทำแบบวัด กลยุทธ์การเผชิญปัญหาฉบับเดียวกับที่ใช้ก่อน การทดลอง แล้วเก็บคะแนนที่ได้เป็นคะแนน ระยะหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม

3. ระยะติดตามผล หลังจากสิ้นสุด การปรึกษาเป็นเวลา 1 เดือน ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมทำแบบวัดกลยุทธ์การเผชิญ ปัญหาฉบับเดียวกันกับที่ใช้ก่อนการทดลอง แล้ว เก็บคะแนนที่ได้เป็นคะแนนระยะติดตามผล (follow up) แล้วนำคะแนนจากการทำแบบวัด กลยุทธ์การเผชิญปัญหาทั้งก่อนการทดลอง ระยะ หลังการทดลอง (post-test) และระยะติดตามผล (follow up) มาวิเคราะห์สถิติเพื่อทดสอบ สมมุติฐาน

การวิเคราะห์ข้อมูล

ระยะที่ 1 วิเคราะห์องค์ประกอบการวัด กลยุทธ์การเผชิญปัญหาด้วยการวิเคราะห์ องค์ประกอบเชิงสำรวจ (EFA) และวิเคราะห์ องค์ประกอบเชิงยืนยัน (CFA) ด้วยโปรแกรม สำเร็จรูป

ระยะที่ 2 ใช้สถิติเชิงบรรยาย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ใน การวิเคราะห์คะแนนความสามารถในการเผชิญ ปัญหาระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และ วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่ง ตัวแปรระหว่างกลุ่ม และหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม โดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ ทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีของ นิวแมน-คูลส์ (Newman-Keuls method)

ผลการวิจัย

ระยะที่ 1 ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบ กลยุทธ์การเผชิญปัญหา พบว่า แบบวัดกลยุทธ์ การเผชิญปัญหาของตำรวจนครบาลมีความ สอดคล้องกลมกลืนกันระหว่างโครงสร้างข้อคำถาม กับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยกลยุทธ์การเผชิญปัญหา ของตำรวจนครบาลประกอบด้วย 8 องค์ประกอบ ได้แก่ การแก้ปัญหา การปรับเปลี่ยนความคิด การสนับสนุนทางสังคม การแสดงอารมณ์ การหลีกเลี่ยงปัญหา ความปรารถนาอยากให้เป็น การหลีกเลี่ยงจากสังคม การตำหนิตนเอง มีข้อ คำถามทั้งหมด 48 ข้อ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง กลมกลืนของโมเดล ดังนี้ $\chi^2 = 669.54$, $df = 649$, $p = .07$, $GFI = .99$, $AGFI = .98$ และ $RMSEA = .013$ โดยองค์ประกอบการแก้ปัญหาที่มีค่าน้ำหนัก องค์ประกอบมากที่สุด

ระยะที่ 2 ผลการใช้โปรแกรมการปรึกษา รายบุคคลเชิงบุรณาการทฤษฎีและเทคนิค ปรากฏผลดังตาราง 1

ตาราง 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจนครบาล

ระยะเวลา	กลุ่มทดลอง ($n = 15$)		กลุ่มควบคุม ($n = 15$)	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
ก่อนการทดลอง	35.87	9.97	23.47	11.67
หลังการทดลอง	81.73	11.82	47.93	12.09
ติดตามผล	87.27	12.63	45.13	12.81

จากตาราง 1 พบว่า ตำรวจในกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคและตำรวจในกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาโดยรวมเป็น 35.87 และ 23.47 ในระยะหลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาโดยรวมเพิ่มเป็น 81.73 และ 47.93 ส่วนในระยะติดตามผลมีค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาโดยรวมเพิ่มเป็น 87.27 และ 45.13

จากการทดสอบแบบวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหาตามรายด้านทั้งระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล พบว่า ระยะ

ก่อนการทดลองกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาแบบการทำนิตนเองสูงที่สุด ระยะหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาแบบการแก้ปัญหาสูงที่สุด ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาแบบการหลีกเลี่ยงจากสังคมสูงที่สุด ระยะติดตามผลกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาแบบการแก้ปัญหาสูงที่สุด ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาแบบการหลีกเลี่ยงจากสังคมสูงที่สุด

ตาราง 2 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจกลุ่มทดลองในระยะ

ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยวิธีการทดสอบรายคู่แบบนิวแมน-คูลส์

	<i>M</i>	ก่อนทดลอง	หลังการทดลอง	ติดตามผล
		35.87	81.73	87.27
ก่อนทดลอง	35.87	-	45.86*	53.40*
หลังการทดลอง	81.73	-	-	5.54
ติดตามผล	87.27	-	-	-
<i>p</i>			2	3
<i>q</i> (.05, <i>p</i> , 18)			2.97	3.61
<i>W</i> 0.5, <i>p</i>			4.393	5.307

* $p < 05$

จากตาราง 2 พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจกลุ่มทดลอง ระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ค่าเฉลี่ยคะแนน

กลยุทธ์การเผชิญปัญหาในระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาในระยะติดตามผลไม่แตกต่างจากระยะหลัง

การทดลอง และสรุปผลการทดสอบสมมุติฐานได้ ดังนี้

สมมุติฐานที่ 1 มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองและระยะเวลาการทดลอง ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจในกลุ่มทดลองที่ได้รับการศึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและตำรวจในกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และค่าเฉลี่ยคะแนนของตำรวจทั้งสองกลุ่ม ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้

สมมุติฐานที่ 2 ตำรวจนครบาลที่ได้รับการศึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาสูงกว่าตำรวจในกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง ผลการวิจัยพบว่า ระยะหลังการทดลองค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยตำรวจนครบาลที่ได้รับการศึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาสูงกว่าตำรวจในกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง เป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้

สมมุติฐานที่ 3 ตำรวจนครบาลที่ได้รับการศึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาสูงกว่าตำรวจในกลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล ผลการวิจัยพบว่า ในระยะติดตามผลค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยในระยะติดตามผลตำรวจกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาสูงขึ้นกว่าตำรวจในกลุ่มควบคุมมาก เป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้

สมมุติฐานที่ 4 ตำรวจนครบาลที่เข้ารับการศึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาในระยะหลังการทดลองในระดับสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจกลุ่มทดลองระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยตำรวจนครบาลที่เข้ารับการศึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง เป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้

สมมุติฐานที่ 5 ตำรวจนครบาลที่เข้ารับการศึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาในระยะติดตามผลในระดับสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาในระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยตำรวจนครบาลที่เข้ารับการศึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาในระยะติดตามผลในระดับสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง เป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้

การอภิปรายผลการวิจัย

ระยะที่ 1 การพัฒนาแบบวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจนครบาล

ผลการพัฒนาแบบวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจนครบาลพบว่า มีความสอดคล้องกลมกลืนกันระหว่างโครงสร้างแบบสอบถามกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ซึ่งสอดคล้องกับข้อเสนอของ Joreskog and Sorbom (1996) ซึ่งแนะนำให้พิจารณาจากค่าดัชนีหลาย ๆ ค่าประกอบกัน เช่น ค่าไค-สแควร์ (χ^2) ไม่ควรมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่หากพบว่ามีนัยสำคัญทางสถิติอาจเนื่องจากค่าไค-สแควร์ขึ้นกับขนาดตัวอย่าง ถ้าขนาดตัวอย่างมากก็มีโอกาสจะมีนัยสำคัญทางสถิติมาก ส่วนค่าไค-สแควร์ต่อชิ้นแห่งความเป็นอิสระ (χ^2/df)

ควรมีค่าน้อยกว่า 2.0 ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้อง (*GFI*) และค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องที่ปรับแก้แล้ว (*AGFI*) ที่ยอมรับได้ ควรมีค่ามากกว่า .90 ถ้ามีค่าเข้าใกล้ 1.00 แสดงว่าโมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์มาก และค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคลาดเคลื่อน (*RMSEA*) ควรมีค่าน้อยกว่า .05 และถ้าเข้าใกล้ .00 แสดงว่า โมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์มาก ดังนั้น ในการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า แบบวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจนครบาลที่พัฒนาขึ้นมีความตรงเชิงโครงสร้างอยู่ในเกณฑ์ดี และสามารถวัดระดับกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจนครบาลได้ดี นอกจากนี้ ยังพบว่าแบบวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจนครบาล ประกอบด้วย องค์ประกอบย่อย 8 องค์ประกอบ ได้แก่ การแก้ปัญหา การปรับเปลี่ยนความคิด การสนับสนุนทางสังคม การแสดงอารมณ์ การหลีกเลี่ยงปัญหา ความปรารถนาอยากให้เป็น การหลีกเลี่ยงจากสังคม การตำหนิตนเอง สอดคล้องกับแนวคิดเรื่องรูปแบบการเผชิญปัญหาของ Tobin (2001) ที่กล่าวว่า รูปแบบการเผชิญปัญหาประกอบด้วย 1) การแก้ไขปัญหาดังตรง โดยกำจัดแหล่งของความเครียดด้วยการแก้ปัญหา (problem solving) 2) การปรับเปลี่ยนวิธี (cognitive-restructuring) เป็นวิธีการปรับความคิดและหาความหมายในสิ่งที่ทำ 3) การสนับสนุนทางสังคม (social support) ซึ่งเป็นการหาการสนับสนุนจากผู้อื่น 4) การแสดงอารมณ์ (express-emotions) 5) การหลีกเลี่ยงปัญหา (problem-avoidance) 6) ความคิดที่ปรารถนาอยากให้เป็น (wishful-thinking) 7) การหลีกเลี่ยงจากสังคม (social withdrawal) และ 8) การตำหนิตนเอง (self-criticism) โดยองค์ประกอบย่อยการแก้ปัญหามีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมากที่สุด แสดงให้เห็นว่า ตำรวจนครบาลควรใช้กลยุทธ์นี้ในการเผชิญปัญหา มากที่สุด

ระยะที่ 2 การใช้โปรแกรมการปรึกษา
รายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค

ผลการวิจัยที่พบว่า โปรแกรมการปรึกษา
รายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคระหว่าง
ทฤษฎีการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม
ร่วมกับเทคนิคจากทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง
สามารถเสริมสร้างกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของ
ตำรวจนครบาล โดยตำรวจนครบาลในกลุ่มทดลอง
มีค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาแบบ
การแก้ปัญหาในระยะหลังการทดลองและระยะ
ติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนทดลอง และยังคง
ต่อเนื่องถึงแม้ว่าจะทิ้งระยะห่างเป็นเวลา 1 เดือน
ในระยะติดตามผล แสดงให้เห็นถึงประสิทธิภาพ
ของการปรึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและ
เทคนิคระหว่างทฤษฎีการบำบัดทางความคิดและ
พฤติกรรมร่วมกับเทคนิคจากทฤษฎียึดบุคคลเป็น
ศูนย์กลางนั้น สามารถเสริมสร้างกลยุทธ์การเผชิญ
ปัญหาของตำรวจนครบาลได้ สามารถอภิปราย
ได้ว่า การบำบัดความคิดและพฤติกรรมเป็น
การปรับเปลี่ยนความคิด โดยเปลี่ยนแปลงความเชื่อ
เฉพาะตัวและกรอบความคิดในการรับรู้โลก
ประสบการณ์ชีวิต การคาดการณ์ในอนาคต และ
ปรับพฤติกรรมการตอบสนองที่มีกระบวนการคิดที่
ผิดพลาด บิดเบือนหรือคิดในแง่ลบ ให้มีความตรง
ตามความเป็นจริงและเป็นเชิงบวกมากขึ้น
ประกอบกับเทคนิคการให้การปรึกษาตามทฤษฎี
ยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางประกอบด้วย การยอมรับ
ผู้รับคำปรึกษาอย่างไม่มีเงื่อนไข ทั้งทางด้านบวก
และด้านลบ โดยไม่ประเมินหรือตัดสินทำให้ตำรวจ
นครบาลในกลุ่มทดลองสามารถพัฒนากลยุทธ์
การเผชิญปัญหาแบบการแก้ปัญหาได้สูงขึ้นก่อน
การทดลอง สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์
องค์ประกอบเชิงยืนยันที่พบว่า องค์ประกอบย่อย
การแก้ปัญหามีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมาตรฐาน
มากที่สุด และสอดคล้องกับงานวิจัยของ
Patterson (2016) ที่พบว่า นักเรียนตำรวจใช้วิธี
แก้ปัญหาแบบแก้ปัญหามากที่สุด และสอดคล้อง
กับงานวิจัยของ Kochakul (2007) ที่พบว่า

กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการฝึกทักษะการเผชิญปัญหาเพื่อลดความเครียด ความเครียดลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุมซึ่งไม่ได้รับโปรแกรมการฝึกใด ๆ ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการทดสอบสมมุติฐาน สามารถอภิปรายได้ดังนี้

1) ผลการทดสอบสมมุติฐานที่ 1 พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองและระยะเวลาการทดลองพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ตำรวจนครบาลที่เข้ารับการศึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาสูงกว่าตำรวจในกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ตำรวจนครบาลที่เข้ารับการศึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลในระดับสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ผลการวิจัยดังกล่าวอภิปรายได้ว่า ตำรวจนครบาลส่วนใหญ่เป็นกลุ่มที่มีความเครียดสูงจากการปฏิบัติงานที่ประกอบด้วยปัญหารายด้าน ดังนั้น เมื่อตำรวจเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎี ทำให้มีการปรับตัวและทำให้มีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาได้ดีขึ้น ทั้งนี้ เนื่องจากกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของ Tobin (2001) ประกอบด้วยการมุ่งจัดการปัญหา การมุ่งจัดการอารมณ์ การเพิกเฉยปัญหา และการหนีปัญหา กลยุทธ์การเผชิญปัญหาดังกล่าวเหมาะสมกับการปฏิบัติงานของตำรวจ เนื่องจากเมื่อตำรวจพบปัญหาที่เกิดจากการทำงาน ตำรวจมุ่งจัดการปัญหาและจัดการอารมณ์เพื่อให้สามารถแก้ปัญหาได้ในเบื้องต้นก่อน หากไม่สามารถแก้ปัญหาได้จึงใช้กลยุทธ์ต่อไป ได้แก่ การเพิกเฉยปัญหา ไม่สนใจปัญหา และสุดท้าย ตำรวจเหล่านั้นจึงหนีปัญหาไป ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Shimazu and Schaufeli (2007) ที่พบว่า การเผชิญปัญหามีความสัมพันธ์ในเชิงบวกกับ

การใช้วิธีการผ่อนคลายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2) จากผลการทดสอบสมมุติฐานที่ 2 ตำรวจนครบาลที่เข้ารับการศึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาสูงกว่าตำรวจในกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง พบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจากบูรณาการการปรึกษาด้วยวิธีการผสมผสานทางทฤษฎีแบบมีทฤษฎีหลัก คือ การบำบัดทฤษฎีหนึ่งทฤษฎีใดเป็นหลัก จากนั้นนำเทคนิคจากทฤษฎีการบำบัดอื่นมาใช้ร่วมด้วยโดยเทคนิคที่ถูกนำมาใช้นั้นมีวัตถุประสงค์เพื่อตอบสนองเป้าหมายการบำบัดตามทฤษฎีหลัก โดยมีพื้นฐานความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์และเป้าหมายการแก้ปัญหาทางความคิด ความรู้สึก พฤติกรรมที่คล้ายคลึงกันเป็นการรวบรวมผสมผสานประโยชน์จากการใช้เทคนิคที่หลากหลายต่าง ๆ มาใช้ร่วมกันในการบำบัด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Britton et al. (2011) ที่พบว่า ความคิดฆ่าตัวตายและภาวะซึมเศร้าของกรณีศึกษาหลังได้รับการบำบัดเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจและการใช้ทฤษฎีแรงจูงใจกำหนดการกระทำด้วยตนเองน้อยกว่ากรณีศึกษาที่ได้รับการพยาบาลตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Outaitaveep (2017) ที่พบว่า นักศึกษาที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบรายบุคคลมีการพัฒนาการเข้าถึงใจของตนเองเพิ่มมากขึ้น

3) ผลการทดสอบสมมุติฐานที่ 3 ตำรวจนครบาลที่เข้ารับการศึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาสูงกว่าตำรวจในกลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล พบว่า ในระยะติดตามผล ค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้ เนื่องจากการใช้โปรแกรมการศึกษารายบุคคลเชิง

บูรณาการทฤษฎีและเทคนิค โดยยึดทฤษฎีการบำบัดความคิดพฤติกรรมเป็นวิธีการบำบัดรูปแบบหนึ่งที่ปรับเปลี่ยนความคิด ความเชื่อ การรับรู้ของบุคคลที่มีกระบวนการคิดที่ผิดปกติดัดเบียนหรือคิดในแง่ลบ ให้มีความตรงตามความเป็นจริงและเป็นเชิงบวกมากขึ้น รวมทั้งการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ส่งผลต่อการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม โดยใช้เทคนิคต่าง ๆ จัดการกับความคิดและพฤติกรรมที่มีปัญหาเพื่อนำไปสู่พฤติกรรมการเผชิญปัญหาของตำรวจนครบาลได้ ซึ่งเป็นทฤษฎีหลักในโปรแกรมการศึกษา สอดคล้องกับงานวิจัยของ Areekit (2011) ที่พบว่า เมื่อสิ้นสุดการทดลองภาวะซึมเศร้าของกลุ่มทดลองภายหลังได้รับโปรแกรมการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรมร่วมกับการเจริญสติน้อยกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Craigie and Nathan (2009) ที่พบว่า การทำ CBT แบบกลุ่มและแบบรายบุคคลมีประสิทธิภาพในการทำให้ภาวะซึมเศร้าลดลงและไม่มีผลแตกต่างทั้งหลังการทดลองและติดตามผล 1 เดือน

4) จากผลการทดสอบสมมุติฐานที่ 4 ตำรวจนครบาลที่เข้ารับการศึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาในระยะหลังการทดลองในระดับสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจกลุ่มทดลองระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจากว่าใช้โปรแกรมการศึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค ซึ่งเป็นการบูรณาการตามแนวการศึกษาแบบบูรณาการผสมผสานทฤษฎีทำให้กลุ่มตำรวจที่เข้าร่วมทดลองคลายความเครียดจากการทำงานด้วย โปรแกรมการศึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค ทำให้สามารถเผชิญปัญหาได้มากขึ้น และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Junpinit (2008)

ที่พบว่า ก่อนและหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนความแตกต่างของระดับความโกรธน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กลุ่มทดลองมีคะแนนความแตกต่างของพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

5) จากผลการทดสอบสมมุติฐานที่ 5 ตำรวจนครบาลที่เข้ารับการศึกษารายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีมีกลยุทธ์การเผชิญปัญหาในระยะติดตามผลในระดับสูงกว่าระยะก่อนการทดลองพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนกลยุทธ์การเผชิญปัญหาในระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจากผู้วิจัยนำเทคนิคการศึกษาตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางมาใช้ร่วมด้วย ซึ่งเป้าหมายของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เน้นการจัดหรือลดความทุกข์ทางอารมณ์และความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษา โดยที่ผู้ให้คำปรึกษาได้สร้างสัมพันธภาพอันดีให้เกิดกับผู้รับคำปรึกษา ให้ผู้รับคำปรึกษาได้ระบายความรู้สึกความคับข้องใจ หรือความขัดแย้งในใจตนเองออกมา อันจะนำไปสู่การพิจารณาตนเองและสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้ดีขึ้นตามสภาพความเป็นจริง ซึ่งวิธีการดังกล่าวเป็นการส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษาเป็นตัวของตัวเองสามารถจัดการดำเนินชีวิตของตนเองได้อย่างเหมาะสม แนวทางการให้คำปรึกษาดังกล่าวเหมาะสมกับตัวอย่างที่เป็นตำรวจนครบาลที่ปฏิบัติงานด้วยความเครียด จึงต้องใช้วิธีการปรึกษาที่เหมาะสมดังกล่าวเพื่อให้เกิดการระบายความเครียดได้ ผลการวิจัยสอดคล้องกับงานวิจัยของ Kulasri (2011) ที่พบว่า หลังการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีโรเจอร์สกลุ่มทดลองมีคะแนนความเชื่อมั่นสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

1. หน่วยงานสังกัดกระทรวงกลาโหมที่มีบริบทการทำงานใกล้เคียงกันสามารถนำแบบวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของตำรวจนครบาลที่ใช้ในโปรแกรมการบริการรายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคไปประยุกต์ใช้ในการวัดกลยุทธ์การเผชิญปัญหาให้กับผู้ที่ปฏิบัติงานในสังกัดของหน่วยงานได้

2. หน่วยงานทางด้านการสาธารณสุขและฝ่ายทรัพยากรบุคคลต่าง ๆ สามารถนำโปรแกรมการบริการรายบุคคลเชิงบูรณาการทฤษฎีที่บูรณาการระหว่างทฤษฎีการบำบัดความคิดพฤติกรรมและการปรึกษาตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ไปปรับใช้ในการแก้ปัญหาให้กับผู้ที่มีความเครียดต่าง ๆ ในการปฏิบัติงานที่ต้องการการบำบัดเป็นรายบุคคลได้

เอกสารอ้างอิง

Areekit, P. (2011). *The Effect of cognitive behavioral therapy and mindfulness on depression, in depressive disorder patients* (Master of mental health and psychiatric nursing). Faculty of Nursing, Chulalongkorn University.

Beck, A. T. (1985). Cognitive therapy. In H. I. Kaplan, & B. J. Sadock (Eds.), *Comprehensive textbook of psychiatry/IV: Vol. 2* (pp. 1432-1438). New York, NY: Williams and Wilkins.

Britton, W. B., Lepp, N. E., Niles, H. F., Rocha, T., Fisher, N., & Gold, J. (2011). A randomized controlled pilot trial of classroom-based mindfulness meditation compared to an active control condition in 6th grade children. *Journal of School Psychology, 52*(3), 263-278.

Consoli, A. J., & Jester, C. M. (2005). A model for teaching psychotherapy theory through an integrative structure. *Journal of Psychotherapy Integration, 15*(4), 358-373.

Corey, G. (2004). *Theory and practice of counseling & psychotherapy*. USA: Thomson Brooks.

Craigie, M. A., & Nathan, P. (2009). A nonrandomized effectiveness comparison of broad-spectrum group CBT to individual CBT for depressed outpatients in a community mental health setting. *Behavior therapy, 40*(3), 302-314.

Hair Jr., J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Multivariate data analysis: A global perspective* (7th ed.). Upper Saddle River: Prentice-Hall.

Joreskog, K. G., & Sorbom, D. (1996). *LISREL8: User's reference guide*. Chicago: Scientific Software International.

Junpinit, V. (2008). *Effect of a Mood Management Program incorporating guardians' participation on the reduction of anger and aggression among early teenager students* (Master of family health). Faculty of Graduate Studies, Mahidol University.

Kochakul, A. (2007). *Developing coping skills training program for reducing stress of police cadets* (Doctor of Counseling Psychology). Faculty of Graduate Studies, Ramkhamhaeng University.

Kulasri, N. (2011). *Individual counseling for developing students' self-confidence based on Roger's theory* (Master of educational psychology and counseling). Faculty of Graduate Studies, Khon Khan University.

Liu, J., Nie, J., & Wang, Y. W. (2017). Effects of group counseling programs, cognitive behavioral therapy, and sports intervention on internet addiction in east Asia: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 14*(1470), 1-17.

Outaitaveep, N. (2017). *Effects of rogerian individual counseling approach on university students' empathy* (Master of Counseling Psychology). Faculty of Graduate Studies. Chiangmai University.

Patterson, G. T. (2016). A brief exploratory report of coping strategies among police recruits during academy training. *Psychology Report, 119*(2), 557-567.

Rogers, C. R. (1942). *Counseling and psychotherapy: Newer concepts in practice*. Boston, MA: Houghton Mifflin.

Royal Thai Headquarters. (2016). *Annual report 2017*. Bangkok: Royal Thai Headquarters.

Shimazu, A., & Schaufeli, W. B. (2007). Does distraction facilitate problem-focused coping with job stress? A 1 year longitudinal study. *Journal of Behavioral Medicine, 30*(5), 423-434.

Tobin, D. (2001). *User manual for the coping strategies inventory*. USA: Philadelphia.