



วารสารพยาบาลตำรวจ
Journal of The Police Nurses

การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง
เพื่อเสริมสร้างการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด*
REALITY GROUP COUNSELING FOR ENHANCING
GOAL SETTING IN LIFE OF DRUG ADDICTS*

แก้ว พรหมแก้ว,

Kaew Promkaew,

พัชรารณ ศรีสวัสดิ์,

Pacharaporn Srisawat,

พิศมัย รัตนโรจน์สกุล

Pissamai Ratanarojsakul

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

Faculty of Education Srinakharinwirot University

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงผสมผสานระหว่างการวิจัยกึ่งทดลองกับการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยมีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด 2) เพื่อเปรียบเทียบการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด ก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง ตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นผู้ใช้สารเสพติดที่เข้ารับการบำบัด ณ ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กองบิน 7 เป็นระยะเวลา 2 เดือนขึ้นไป ที่มีอายุระหว่าง 20-40 ปี ที่ได้มาจากการเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง จำนวน 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ 1) แบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด 2) โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงเพื่อเสริมสร้างการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด 3) แนวคำถามแบบกึ่งโครงสร้าง วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าทีแบบกลุ่มไม่อิสระต่อกัน และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า 1) ผู้ใช้สารเสพติดมีการตั้งเป้าหมายในชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 4.26$) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ทุกด้านอยู่ในระดับสูง ได้แก่ ด้านมนุษยสัมพันธ์ ($\bar{X} = 4.49$) รองลงมา คือ ด้านการตั้งเป้าหมายในการเลิกใช้สารเสพติดและการตั้งเป้าหมายทางอาชีพ ($\bar{X} = 4.37$) ด้านการรับรู้ความสามารถของตนเอง ($\bar{X} = 4.10$) และด้านความมุ่งมั่น ($\bar{X} = 4.07$) ตามลำดับ 2) ผู้ใช้สารเสพติดมีการตั้งเป้าหมายในชีวิตหลังการให้คำปรึกษากลุ่มสูงกว่าก่อนการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติดโดยรวมเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้ จากการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพพบว่า ผู้ใช้สารเสพติดมีการเปลี่ยนแปลงด้านการตั้งเป้าหมายในชีวิตในทางที่เพิ่มขึ้น จากการติดตามผลหลังจากผู้ใช้สารเสพติดออกจากศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กองบิน 7 เป็นระยะเวลา 1 เดือน ผู้วิจัยสามารถติดต่อผู้ใช้สารเสพติดได้ จำนวน 6 คน โดยผู้ใช้สารเสพติด จำนวน 6 คน สามารถเลิกใช้สารเสพติดและประกอบอาชีพตามที่ตั้งเป้าหมายไว้ได้ จำนวน 4 คน แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงในการวิจัยครั้งนี้สามารถเสริมสร้างการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติดได้

คำสำคัญ : ผู้ใช้สารเสพติด, การตั้งเป้าหมายในชีวิต, การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง

* วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

Abstract

This research was a mixed method research between quasi-experimental research and qualitative research. The purposes of this study were: 1) to study a goal setting in life of drug addicts and 2) to compare the goal setting in life of drug addicts before and after participating reality group counseling. The subjects were 20-40 years old, drug addicts that randomly selected from a rehabilitation center for drug addicts, Wing seven. The subjects were then randomly assigned into an experimental group that consisted of eight drug addicts. The experimental group was exposed to reality group counseling program. The research instruments were goal setting in life scale, reality group counseling program and in-depth interview semi structured. The data were analyzed by mean, standard deviation, t-test for dependent samples and the qualitative data were analyzed by content analysis.

The results of the study were as follows: 1) the total of mean score of goal setting in life of drug addicts was high ($\bar{X} = 4.26$). The mean scores of each component were high: relationship ($\bar{X} = 4.49$), goal setting to stop using drugs and career goal setting ($\bar{X} = 4.37$), self-efficacy ($\bar{X} = 4.10$), and commitment ($\bar{X} = 4.07$). 2) Statistically significant differences in total goal setting in life and each of four components of goal setting in life of the experimental group were found to exist before counseling and after counseling at .05 levels. In addition to the qualitative data analysis, we found some drug addicts had changed their life goal in positive ways. One month after participating reality group counseling, we had contacted and interviewed 6 ex-drug addicts. Four ex-drug addicts can absolutely stop using drugs and reach their career goals. The result of this study showed that reality group counseling was a key factor in enhancing positive changes the goal setting in life of drug addicts.

Keywords : drug addicts, goal setting in life, reality group counseling

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัญหายาเสพติดของประเทศไทยนับเป็นปัญหาเรื้อรังปัญหาหนึ่งซึ่งจัดอยู่ในชั้นวิกฤต โดยสถานการณ์การแพร่ระบาดของยาเสพติดได้ทวีความรุนแรงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้จำนวนผู้เกี่ยวข้องกับยาเสพติดมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น ซึ่งการแพร่ระบาดของยาเสพติดก่อให้เกิดผลกระทบต่าง ๆ มากมาย ทั้งต่อตัวผู้ติดยาเสพติดโดยตรง ครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ ดังนั้น ภาครัฐจึงมีนโยบายในการบังคับบำบัดผู้ติดยาเสพติด ตามพระราชบัญญัติฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด พ.ศ. 2545 ซึ่งสาระสำคัญของพระราชบัญญัติฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อต้องการเปลี่ยนผู้เสพยาเสพติดที่ถูกจับดำเนินคดีอาญา ให้เป็นผู้ป่วยที่ต้องเข้ารับการบำบัดรักษาในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด หรือสถานบำบัดของทางภาครัฐหรือเอกชน โดยผู้ที่ผ่านการฟื้นฟูครบถ้วนตามโปรแกรมจะได้รับการปล่อยตัวกลับคืนสู่ชุมชนเพื่อเริ่มต้นชีวิตใหม่โดยไม่ถูกฟ้องดำเนินคดี

ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์สภาพภายในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กองบิน 7 กับครูฝึก และผู้เข้ารับการบำบัด ณ ศูนย์ฟื้นฟูฯ จำนวน 16 คน เกี่ยวกับพฤติกรรม ความต้องการ และการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้เข้ารับการบำบัด ผลการสัมภาษณ์ พบว่า ภายในศูนย์ฟื้นฟูฯ มีการรับผู้บำบัดเฉพาะเพศชาย อายุไม่ต่ำกว่า 18 ปี โดยผู้เข้ารับการบำบัดส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 20-40 ปี มีระยะเวลาในการบำบัด 120 วันต่อคน ซึ่งนำการบำบัดแบบ “จิราสา” (การช่วยเหลือกันเยี่ยงอาสาสมัคร อย่างเต็มใจ และยั่งยืน) มาใช้ในการป้องกันและบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด จากสถิติผู้เข้ารับการบำบัด พบว่า ปริมาณผู้เข้ารับการบำบัดในแต่ละปีมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ในปีงบประมาณ 2554 มีผู้เข้ารับการบำบัด จำนวน 60 คน ปี 2555 มีผู้เข้ารับการบำบัด จำนวน 120 คน และปี 2556 มีผู้เข้ารับการบำบัด จำนวน 200 คน ตามลำดับ จากสถิติดังกล่าว มีผู้เข้ารับการ

บำบัดจำนวนหนึ่งซึ่งผ่านการบำบัดจากศูนย์ฟื้นฟูฯ แล้วกลับเข้ามารับการบำบัดซ้ำอีก ซึ่งสาเหตุที่ผู้เข้ารับการบำบัดกลับมาเสพยาเสพติดซ้ำมีหลายสาเหตุด้วยกัน อาทิ สภาพแวดล้อมที่ตนเองอาศัยอยู่มีปัญหาการแพร่ระบาดของยาเสพติดทำให้เข้าถึงยาเสพติดได้ง่าย เพื่อนชักชวนให้เสพยาอีก เป็นผู้มีอาชีพที่ต้องตื่นตัวอยู่ตลอดเวลาจึงต้องพึ่งยาเสพติดขาดกำลังใจและการสนับสนุนจากคนในครอบครัว จิตใจไม่เข้มแข็งพอที่จะปฏิเสธการใช้ยาเสพติด สังคมไม่ยอมรับ และการไม่มีเป้าหมายในชีวิตที่แน่นอน ไม่รู้ว่าจะประกอบอาชีพอะไร เป็นต้น

ถึงแม้ว่าผู้ติดยาเสพติดจะได้รับการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพจิตใจ และร่างกายจนสามารถใช้ชีวิตได้ตามปกติในขณะที่เข้ารับการบำบัดรักษาแล้วก็ตาม แต่หลังจากการเข้ารับการบำบัดรักษาสิ้นสุดลง ผู้ติดยาเสพติดต้องกลับไปใช้ชีวิตในสังคมเดิมที่ตนเองเคยอยู่อาศัย อาจมีเงื่อนไขหรือสาเหตุบางประการที่ส่งผลให้ผู้ติดยาเสพติดกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำได้ เช่น การควบคุมตนเอง การคบเพื่อน การประกอบอาชีพ เป็นต้น ซึ่งจากงานวิจัยของ Suriyamanee & Lerttomornsakun (2010) ศึกษา พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการกระทำผิดซ้ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติมากที่สุด คือ ปัจจัยด้านการควบคุมตนเอง รองลงมา คือ ปัจจัยด้านจำนวนเพื่อนหรือเครือข่ายในการซื้อขายยาเสพติด ปัจจัยด้านการมีพฤติกรรมต่อต้านสังคม ปัจจัยด้านช่องโอกาสในการกระทำผิด ปัจจัยด้านการปฏิเสธความเสียหายที่เกิดขึ้น ปัจจัยด้านความผูกพันกับครอบครัว ปัจจัยด้านการปฏิเสธความรับผิดชอบที่เกิดขึ้น และปัจจัยด้านความเชื่อทางศาสนา ตามลำดับ นอกจากนี้ งานวิจัยของ Sangtoom (2005) ศึกษาพบว่า ผู้ติดยาเสพติดที่มีเป้าหมายในชีวิต เห็นคุณค่าในตนเอง รู้สึกว่าตนเองเป็นที่รัก มีคนรักและคนห่วงใย เป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในการเลิกใช้ยาเสพติด และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Suwannanon & Bannatham (2007) ซึ่งศึกษาพบว่า ความฝันและเป้าหมายของผู้ติดยาเสพติดซ้ำ คือ ต้องการงานที่สุจริตแต่ยังขาดคำแนะนำหรือ

การวางแผนจากผู้ใกล้ชิด ส่งผลให้ผู้ติดยาเสพติดซ้ำไม่สามารถบรรลุเป้าหมายที่ตนเองต้องการได้ รองลงมา คือ ผู้ติดยาเสพติดซ้ำไม่มีความฝัน ไม่มีเป้าหมายในชีวิตในด้านความสำเร็จ จากงานวิจัยกล่าวว่า สิ่งเหล่านี้สอดคล้องกับความภูมิใจในตนเอง ซึ่งเป็นความต้องการพื้นฐานทางด้านจิตใจของมนุษย์ การทำให้ผู้ติดยาเสพติดเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง จะทำให้ผู้ติดยาเสพติดมีเกราะป้องกันไม่ให้ตนเองหวนกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำ ซึ่งสามารถทำได้โดยการสร้างแรงจูงใจที่สัมพันธ์กับพฤติกรรม มีการแนะนำในด้านต่าง ๆ เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติดมีการวางแผนไปสู่เป้าหมายตามที่ตั้งใจ และกระตุ้นให้ผู้ติดยาเสพติดซ้ำได้คิดว่ากว่าจะไปถึงเป้าหมายที่วางไว้ต้องพบกับปัญหาหรืออุปสรรคใดบ้าง เพื่อหาแนวทางในการแก้ไขก่อนจะพบกับสถานการณ์นั้น ๆ จากการวิจัยข้างต้น สะท้อนให้เห็นถึงสาเหตุสำคัญของการติดยาเสพติดซ้ำ คือ ผู้ติดยาเสพติดขาดเป้าหมายในชีวิต ขาดแรงจูงใจ และขาดการแนะนำที่ดี ส่งผลให้ผู้ติดยาเสพติดดำเนินชีวิตอย่างไร้ทิศทาง และหันกลับไปข้องเกี่ยวกับยาเสพติดอีก

วิธีการหนึ่งที่ช่วยให้บุคคลมีการตั้งเป้าหมายได้ คือ การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง เนื่องจากการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงเน้นพฤติกรรม ณ ปัจจุบัน ซึ่งจะเป็นตัวกระตุ้นให้ผู้ติดยาเสพติดทราบถึงความต้องการภายในจิตใจ ตระหนักรู้ในการกระทำ ค้นพบทางเลือกที่จะไปสู่เป้าหมายได้ด้วยตนเอง และพัฒนาไปสู่ความสำเร็จในอนาคต ดังนั้น การตั้งเป้าหมายในชีวิตจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้ผู้ติดยาเสพติดได้คิดทบทวนถึงความต้องการและค้นหาเป้าหมายของตนเอง เพื่อให้ทราบว่าตนเองต้องการจะทำอะไร ทำเพื่ออะไร และสามารถเดินไปยังเป้าหมายตามที่วางแผนไว้ได้อย่างไร โดยการตั้งเป้าหมายในชีวิตจะเป็นแรงจูงใจในการกระตุ้นให้ผู้ติดยาเสพติดมีทิศทางในการดำเนินชีวิตที่แน่นอน และไม่กลับไปข้องเกี่ยวกับยาเสพติดอีก

จากการทบทวนวรรณกรรมในประเทศไทย ผู้วิจัยยังไม่พบการศึกษาเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในเรื่องการเสริมสร้างการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด เพื่อให้ผู้ใช้สารเสพติดมีทิศทางในการตั้งเป้าหมายในชีวิตที่ดีขึ้น ซึ่งผู้วิจัยทำการสำรวจการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด โดยสร้างแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในชีวิต และสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงขึ้นมา เพื่อเสริมสร้างการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด โดยโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงจะทำให้ผู้ใช้สารเสพติดได้สำรวจความต้องการของตนเอง และมีการวางแผนเพื่อไปสู่เป้าหมายที่ตั้งใจไว้ ทั้งนี้ การตั้งเป้าหมายในชีวิตจะทำให้ผู้ใช้สารเสพติดมีทิศทางที่ดีในการดำเนินชีวิต และไม่กลับไปข้องเกี่ยวกับสารเสพติดอีก

การทบทวนวรรณกรรมหรืองานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในชีวิตตามแนวคิดของล็อก ซึ่งได้อธิบายว่า การตั้งเป้าหมายเริ่มจากการที่บุคคลทำการสำรวจความคิด (thinking) ของตนเองผ่านทางประสบการณ์หรือการรับรู้ เพื่อค้นหาความต้องการ (need) ของตนเองออกมา เมื่อได้เป้าหมายที่เกิดขึ้นจากกระบวนการคิดและความต้องการแล้ว บุคคลจะให้คุณค่า (values) แก่เป้าหมายนั้น ประกอบกับการมีอารมณ์หรือความรู้สึก (emotions) ที่ต้องการไปให้ถึงเป้าหมาย บุคคลจะมีความมุ่งมั่นและตั้งใจเพื่อให้ตนเองบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ซึ่งการตั้งเป้าหมายมีองค์ประกอบ ดังนี้ (Snyder & Lopez, 2002)

1. ความยากและความเฉพาะเจาะจง (difficulty and specificity) หมายถึง การที่บุคคลสามารถกำหนดเป้าหมายของตนเอง โดยเป้าหมายนั้นต้องมีความยากและท้าทาย รวมทั้ง

การตั้งเป้าหมายต้องอยู่บนพื้นฐานของความ เป็นไปได้ สามารถปฏิบัติได้จริง ซึ่งการกำหนด เป้าหมายต้องมีการระบุรายละเอียดที่แน่นอน มีความเฉพาะเจาะจง และมีทิศทางในการไปสู่ เป้าหมายอย่างชัดเจน

2. การให้ข้อมูลป้อนกลับ (feedback) ในเรื่องการบรรลุเป้าหมาย จะแสดง ให้บุคคลได้ทราบถึงผลของการกระทำ ซึ่งการให้ ข้อมูลป้อนกลับจะเป็นตัวเพิ่มความเชื่อมั่นและทำให้ บุคคลเกิดการพัฒนาวิธีการใหม่ ๆ ขึ้นมาเพื่อไป ยังเป้าหมายอื่นต่อไป

3. ความมุ่งมั่น หรือพันธะผูกพัน (commitment) การที่บุคคลมีความพยายาม มีความตั้งใจ และมุ่งมั่น ในการไปสู่เป้าหมาย ซึ่ง เป้าหมายจะมีประสิทธิภาพหรือไม่ขึ้นขึ้นอยู่กับ ความมุ่งมั่นของบุคคล โดยบุคคลจะต้องมีความ เชื่อว่าเป้าหมายนั้นมีความสำคัญ และเชื่อว่า เป้าหมายนั้นจะประสบความสำเร็จ

4. การรับรู้ความสามารถของ ตนเอง (self-efficacy) มีบทบาทสำคัญต่อการ ตั้งเป้าหมาย

นอกจากนี้ งานวิจัยของ Eryilmaz (2014) ซึ่งทำการศึกษาความหมายของชีวิต การ ตั้งเป้าหมายในชีวิตและการเปรียบเทียบของกลุ่ม ตัวอย่างผู้ที่ติดสารเสพติดและกลุ่มควบคุม โดย องค์ประกอบที่นำมาศึกษา คือ เป้าหมายด้าน ความสำเร็จทางอาชีพ (Achievement-Career Goals) เป้าหมายด้านมนุษยสัมพันธ์ (Relationship - Based Goals) และเป้าหมายด้านการรับรู้ทางกาย (Body-Senses Goals)

จากข้อมูลข้างต้นสรุปได้ว่า การตั้ง เป้าหมายเริ่มจากการที่บุคคลทำการสำรวจ ความคิดผ่านทางประสบการณ์หรือการรับรู้เพื่อ ค้นหาความต้องการของตนเองออกมา เมื่อได้ เป้าหมายที่เกิดขึ้นจากกระบวนการคิดและความ ต้องการแล้ว บุคคลจะให้คุณค่าแก่เป้าหมาย ประกอบกับการมีอารมณ์หรือความรู้สึกที่มุ่งมั่น และตั้งใจเพื่อให้ตนเองบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ ซึ่ง

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาการตั้งเป้าหมายในชีวิต ของผู้ใช้สารเสพติด 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการ ตั้งเป้าหมายในการเลิกใช้สารเสพติดและการ ตั้งเป้าหมายทางอาชีพ (stop using drugs and career goal setting) ด้านการรับรู้ความสามารถ ของตนเอง (self-efficacy) ด้านมนุษยสัมพันธ์ (relationship) และด้านความมุ่งมั่น (commitment) โดยผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายใน ชีวิต และโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบ เฉลี่ยความจริงขึ้นมา เพื่อเสริมสร้างการ ตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติดซึ่งใช้ หลักการ WDEP มาเป็นหัวใจสำคัญของการให้ คำปรึกษากลุ่มแบบเฉลี่ยความจริง โดยมีขั้นตอน ดังนี้ (Srisawat, 2014)

1. สำรวจความต้องการ (wants) เป็นการ สำรวจความต้องการ และความจำเป็นของผู้รับ คำปรึกษา โดยผู้ให้คำปรึกษาจะตั้งคำถามเพื่อ กระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาได้คิด และไตร่ตรองถึงสิ่ง ที่ตนเองปรารถนา รวมทั้งสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษา ต้องการจากครอบครัว เพื่อน และงาน

2. สำรวจทิศทางหรือแนวทางและการ ปฏิบัติ (direction and doing) เป็นการสำรวจ และวิเคราะห์เพื่อกำหนดเป้าหมายของผู้รับ คำปรึกษา ซึ่งเน้นพฤติกรรม ณ ปัจจุบันของผู้รับ คำปรึกษา โดยให้ความสนใจการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมของภาพรวมในปัจจุบัน (current total behavior) โดยเป้าหมายประการหนึ่งของการให้ คำปรึกษาแบบเฉลี่ยความจริง คือ ต้องการให้ผู้รับ คำปรึกษาได้ตระหนักรู้ในการกระทำ และ พฤติกรรมในภาพรวมของตนเอง เพื่อตอบสนอง ความต้องการ ตลอดทั้งการพัฒนาภาพพจน์ที่ดี ของตนเองต่อไป

3. การประเมิน (evaluation) เป็นการให้ ผู้รับคำปรึกษาประเมินพฤติกรรมปัจจุบันของ ตนเองว่าสิ่งที่ต้องการมีหวังและมีความเป็นไปได้ หรือไม่ และพฤติกรรมนั้นจะนำไปสู่ทิศทางที่ผู้รับ คำปรึกษาต้องการหรือไม่

4. การวางแผน (planning) ในขั้นนี้เป็นขั้นที่ผู้รับคำปรึกษาตัดสินใจแล้วว่า อะไรคือสิ่งที่ตนเองต้องการจะเปลี่ยนแปลง ทั้งนี้ ในขั้นการวางแผน เป้าหมายของผู้เข้ารับคำปรึกษาต้องเกิดขึ้นจากความต้องการและความจำเป็นที่แท้จริง ซึ่งผู้เข้ารับคำปรึกษาต้องเป็นผู้กำหนดเป้าหมายนั้นด้วยตนเอง หลังจากนั้นผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาทำสัญญาผูกมัดตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อไปสู่เป้าหมาย ถ้าผู้รับคำปรึกษาสามารถทำตามข้อตกลงหรือสัญญาได้ แสดงให้เห็นว่า ผู้รับคำปรึกษามีความสามารถที่จะตอบสนองความต้องการของตนเอง เห็นความสำคัญและคุณค่าของตนเอง มีความรับผิดชอบ และเชื่อมั่นในการกระทำของตนเอง ซึ่งบ่งบอกถึงการมีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด
2. เพื่อเปรียบเทียบการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด ก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง

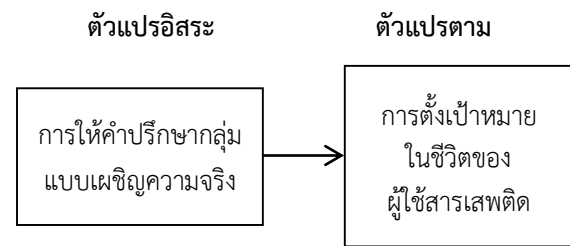
สมมติฐานการวิจัย

ผู้ใช้สารเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มีการตั้งเป้าหมายในชีวิตหลังการได้รับคำปรึกษากลุ่มสูงกว่าก่อนการได้รับคำปรึกษากลุ่ม

กรอบแนวคิดการวิจัย

ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและทำการสำรวจข้อมูลเบื้องต้นโดยการสัมภาษณ์ครูฝึกและผู้เข้ารับการบำบัด ณ ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กองบิน 7 เพื่อกำหนดการตั้งเป้าหมายในชีวิตด้านต่าง ๆ โดยการเสริมสร้างการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด ผู้วิจัยนำการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงมาเป็นตัวแปรอิสระ และมีการตั้งเป้าหมายใน

ชีวิตของผู้ใช้สารเสพติดเป็นตัวแปรตามดังแสดงในภาพ 1



ภาพ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงผสมผสานระหว่างการวิจัยกึ่งทดลองกับการวิจัยเชิงคุณภาพ

ประชากร คือ ผู้ใช้สารเสพติดที่เข้ารับการบำบัด ณ ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กองบิน 7 เป็นระยะเวลา 2 เดือนขึ้นไป ที่มีอายุระหว่าง 20-40 ปี จำนวน 23 คน

ตัวอย่าง คือ ผู้ใช้สารเสพติดที่เข้ารับการบำบัด ณ ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กองบิน 7 เป็นระยะเวลา 2 เดือนขึ้นไป ที่มีอายุระหว่าง 20-40 ปี จำนวน 8 คน

เกณฑ์การคัดเลือกตัวอย่าง ตัวอย่างได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง โดยพิจารณาจากการตอบแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด ที่มีคะแนนเฉลี่ยการตั้งเป้าหมายในชีวิตโดยรวมตั้งแต่ 25 เปอร์เซนต์ลงไป ลงมาแล้ว สอบถามความสมัครใจในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง และทำการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย โดยวิธีจับฉลากเพื่อให้ได้ตัวอย่าง จำนวน 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามโดยการศึกษาเอกสาร ตำรา งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมายในชีวิตจากแนวคิดของลีด (Snyder & Lopez, 2002) และงานวิจัยของ Eryilmaz (2014) เพื่อให้ทราบถึงแนวความคิด ความหมาย และองค์ประกอบต่าง ๆ ของการตั้งเป้าหมายในชีวิต โดยแบบสอบถามมีลักษณะ

คำตอบเป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) 5 ระดับ คือ จริงที่สุด ค่อนข้างจริงจริงพอประมาณ ไม่ค่อยจริง ไม่จริงเลย จำนวน 32 ข้อคำถาม เมื่อผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามเสร็จ ผู้วิจัยนำเสนอผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน พิจารณาตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหาารายข้อ (Item Content Validity) ซึ่งมีค่าดัชนีความสอดคล้อง ตั้งแต่ 0.5-1.0 และนำไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้ใช้สารเสพติดที่มีลักษณะใกล้เคียงกับตัวอย่าง แล้วทำการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item-Total Correlation) โดยเลือกเฉพาะข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 0.20 ขึ้นไป และหาค่าความเชื่อมั่น (reliability) จากวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach' Alpha Coefficient: α) ได้ค่าความเชื่อมั่น .90 จากนั้นผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปใช้จริงในงานวิจัย

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงเพื่อเสริมสร้างการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมที่สอดคล้องกับความมุ่งหมายของการวิจัยและการตั้งเป้าหมายในชีวิตรายด้าน จากนั้นผู้วิจัยนำเสนอผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความสอดคล้องในเรื่องของความมุ่งหมาย เนื้อหา กิจกรรม วิธีดำเนินการ และการประเมินผล (Item Objective Congruence: IOC) ซึ่งประกอบด้วย การให้คำปรึกษากลุ่ม จำนวน 10 ครั้ง เป็นเวลา 6 สัปดาห์

3. แนวคำถามแบบกึ่งโครงสร้าง ผู้วิจัยสร้างแนวคำถามจากกรอบแนวคิดที่กำหนดไว้ข้างต้น พร้อมทั้งปรับแนวคำถามให้เหมาะสมกับบริบทของผู้ให้ข้อมูล ซึ่งผู้วิจัยใช้แนวคำถามในการวิจัยช่วงระยะติดตามผลหลังจากผู้ใช้สารเสพติดออกจากศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดเป็นระยะเวลา 1 เดือน โดยแนวคำถามมีลักษณะเป็นคำถามแบบปลายเปิด ซึ่งประเด็นคำถามประกอบด้วย บริบททั่วไปของผู้ถูกสัมภาษณ์หลังจากออกจากศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดเป็นระยะเวลา 1 เดือน เป้าหมายที่เคยกำหนดไว้ด้าน

การเลิกใช้สารเสพติดและการประกอบอาชีพ สามารถทำได้หรือไม่ อย่างไร พบปัญหาหรืออุปสรรคอย่างไรบ้าง การสอบทวนความรู้จากการทำกลุ่มว่าได้นำอะไรจากสิ่งที่ได้เรียนรู้ในการทำกลุ่มไปใช้บ้าง เป็นต้น หลังจากผู้วิจัยสร้างแนวคำถามแบบกึ่งโครงสร้างเสร็จ ผู้วิจัยนำเสนอผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาตรวจสอบ จากนั้นผู้วิจัยนำมาปรับให้เหมาะสมและนำไปใช้จริงในงานวิจัย

การพิทักษ์สิทธิ์

การวิจัยนี้ได้รับการพิจารณาจากคณะกรรมการสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีหมายเลขรับรอง คือ SWUEC/E-128/2558 และขออนุญาตหัวหน้าศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กองบิน 7 และผู้เข้าร่วมการวิจัยเพื่อเก็บข้อมูล โดยผู้วิจัยชี้แจงให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยทราบถึงวัตถุประสงค์และขั้นตอนของการวิจัย ซึ่งผู้เข้าร่วมการวิจัยมีอิสระในการตอบรับหรือปฏิเสธ และสามารถถอนตัวออกจากการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ โดยไม่ส่งผลกระทบต่อ การเข้ารับการบำบัดแต่อย่างใด ซึ่งผู้วิจัยเก็บรักษาข้อมูลเป็นความลับและทำลายข้อมูลทันทีภายหลังการศึกษาสิ้นสุดลง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขั้นตอนเตรียมการทดลอง ผู้วิจัยทำการขออนุญาตทำวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เมื่อได้รับการอนุมัติผู้วิจัยจึงติดต่อขอความร่วมมือจากหัวหน้าศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กองบิน 7 และผู้ใช้สารเสพติดที่เข้ารับการบำบัด เพื่อทำแบบสอบถามการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติดได้ตัวอย่างในการเข้ารับคำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง จำนวน 8 คน แล้วเก็บคะแนนไว้เป็นคะแนนก่อนทดลอง (Pretest) จากนั้นผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์ตัวอย่างทั้ง 8 คน แบบไม่เป็นทางการ และเริ่มกระบวนการทดลอง

2. ขั้นตอนดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงแก่ตัวอย่าง โดย

ผู้วิจัยใช้ระยะเวลาดำเนินการทดลอง ตั้งแต่วันที่ 24 สิงหาคม-29 กันยายน พ.ศ. 2558 ซึ่งให้คำปรึกษากลุ่มสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง ครั้ง ถึง 2 ชั่วโมงครั้ง รวมทั้งสิ้น 10 ครั้ง เป็นเวลา 6 สัปดาห์หลังจากกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มเสร็จสิ้น ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์ตัวอย่างเป็นรายบุคคลในประเด็นเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายในชีวิตเพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลเชิงลึกและให้ตัวอย่างทำแบบสอบถามหลังทดลอง (Posttest) อีกครั้ง

3. ขั้นตอนติดตามผลผู้วิจัยทำการติดตามผลหลังจากตัวอย่างออกจากศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด กองบิน 7 เป็นระยะเวลา 1 เดือน โดยผู้วิจัยใช้แนวคำถามแบบกึ่งโครงสร้าง เพื่อยืนยันผลการวิจัยว่าตัวอย่างได้ปฏิบัติตามสิ่งที่ตั้งเป้าหมายไว้หรือไม่

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สถิติที่ใช้ ประกอบด้วย ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และวิเคราะห์ความต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนแบบสอบถามก่อนและหลังการทดลองของตัวอย่าง โดยการ

ทดสอบค่าที (t-test)

2. ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) ในช่วงระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล มาทำการถอดคำสัมภาษณ์แบบคำต่อคำ แล้วนำข้อมูลที่ได้นำมาทำการวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) โดยการตีความ ให้ความหมายหาข้อสรุป และนำมาอภิปรายผลการทดลอง

ผลการวิจัย

1. การศึกษาการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด ดังตาราง 1

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตาราง 1 พบว่าค่าเฉลี่ยการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติดจำนวน 23 คน โดยรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 4.26$) และเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า อยู่ในระดับสูงทุกด้าน ประกอบด้วย ด้านมนุษยสัมพันธ์ ($\bar{X} = 4.49$) รองลงมา คือ ด้านการตั้งเป้าหมายในการเลิกใช้สารเสพติดและการตั้งเป้าหมายทางอาชีพ ($\bar{X} = 4.37$) ด้านการรับรู้ความสามารถของตนเอง ($\bar{X} = 4.10$) และด้านความมุ่งมั่น ($\bar{X} = 4.07$) ตามลำดับ

ตาราง 1 คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลความหมายการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด (n =23 คน)

การตั้งเป้าหมายในชีวิต	$\bar{X}$	SD	การแปลผล
การตั้งเป้าหมายในการเลิกใช้สารเสพติดและการตั้งเป้าหมายทางอาชีพ	4.37	.45	ระดับสูง
การรับรู้ความสามารถของตนเอง	4.10	.53	ระดับสูง
มนุษยสัมพันธ์	4.49	.42	ระดับสูง
ความมุ่งมั่น	4.07	.53	ระดับสูง
รวม	4.26	.40	ระดับสูง

2. การเปรียบเทียบการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด ก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงพบว่า เมื่อเปรียบเทียบการตั้งเป้าหมายในชีวิต ผู้ใช้สารเสพติดมีการตั้งเป้าหมายในชีวิตหลังการให้คำปรึกษากลุ่มสูงกว่าก่อนการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยการ

ตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติดโดยรวมเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่า มีค่าขนาดอิทธิพลมาก ($t = 5.58, p = .00, ES = .77$) เมื่อพิจารณาการตั้งเป้าหมายในชีวิตรายด้าน ได้แก่ ด้านการตั้งเป้าหมายในการเลิกใช้สารเสพติดและการตั้งเป้าหมายทางอาชีพ ด้าน

การรับรู้ความสามารถของตนเอง ด้านมนุษยสัมพันธ์ และด้านความมุ่งมั่น พบว่า การตั้งเป้าหมายในชีวิตหลังการให้คำปรึกษากลุ่มเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่า ด้านมนุษยสัมพันธ์มีค่าขนาดอิทธิพลน้อย

ส่วนด้านการตั้งเป้าหมายในการเลิกใช้สารเสพติด และการตั้งเป้าหมายทางอาชีพ และด้านการรับรู้ความสามารถของตนเองมีค่าขนาดอิทธิพลปานกลาง และด้านความมุ่งมั่นมีค่าขนาดอิทธิพลมาก ดังตาราง 2

ตาราง 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย และค่าอิทธิพลของการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติด จำนวน 8 คน ก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม (n = 8 คน)

การตั้งเป้าหมายในชีวิต	ก่อนการให้ คำปรึกษา		หลังการให้ คำปรึกษา		MD	t	p	ES
	กลุ่ม		กลุ่ม					
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.				
การตั้งเป้าหมายในการเลิกใช้สารเสพติด และการตั้งเป้าหมายทางอาชีพ	3.94	.30	4.38	.37	.43	3.04*	.02	.55
การรับรู้ความสามารถของตนเอง	3.75	.53	4.19	.33	.44	2.32*	.05	.45
มนุษยสัมพันธ์	4.08	.38	4.46	.39	.38	2.61*	.04	.44
ความมุ่งมั่น	3.53	.25	4.32	.42	.78	6.52*	.00	.75
โดยรวม	3.83	.19	4.33	.22	.51	5.58*	.00	.77

* $p < .05$

3. การติดตามผลหลังจากผู้ใช้สารเสพติดออกจากศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดเป็นระยะเวลา 1 เดือน ผู้วิจัยให้ความสำคัญกับการตั้งเป้าหมายใน 2 ด้าน ได้แก่ เป้าหมายในการเลิกใช้สารเสพติด และเป้าหมายทางอาชีพ เนื่องจากเป็นเป้าหมายที่สามารถเห็นผลได้จริงจากการลงมือปฏิบัติของผู้ใช้สารเสพติด ส่วนการตั้งเป้าหมายด้านการรับรู้ความสามารถของตนเอง ด้านมนุษยสัมพันธ์ และด้านความมุ่งมั่น เป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึนึกคิดที่อยู่ภายในจิตใจ ซึ่งไม่สามารถสะท้อนออกมาให้เห็นได้อย่างชัดเจน ผู้ใช้สารเสพติด อาจจะให้ข้อมูลที่ไม่ตรงตามความเป็นจริงได้ ซึ่งผู้วิจัยสามารถติดตามสัมภาษณ์ผู้ใช้สารเสพติดได้ 6 คน ส่วนอีก 2 คน ผู้วิจัยไม่สามารถติดต่อได้ เนื่องจาก จะต้องเข้ารับการบำบัดต่อ และในกรณีของซี หมายเลขโทรศัพท์ที่ให้ไว้ไม่สามารถติดต่อได้ จากการติดตามผลด้านการตั้งเป้าหมายในการเลิกใช้สารเสพติดสามารถแบ่งลักษณะของสมาชิกได้เป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่สามารถทำตามเป้าหมาย

ได้ ประกอบด้วย วี เอ็ม เจ และพี และกลุ่มที่ไม่สามารถทำตามเป้าหมายได้ ประกอบด้วย บี และเอฟ จากการเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาผู้วิจัยสังเกตเห็นถึงความมุ่งมั่นตั้งใจในการเลิกใช้สารเสพติดของผู้ใช้สารเสพติดทั้ง 4 คน ที่สามารถทำตามเป้าหมายได้มาโดยตลอดตั่งกรณของวี สิ่งที่เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวไม่ให้ตนเองกลับไปใช้สารเสพติดอีกคือบิดาและมารดา ซึ่งช่วงทำกลุ่มวีจะพูดขึ้นมาบ่อยครั้งว่าบิดาและมารดาของตนเองแก่แล้ว และตนเองก็อายุมากแล้ว สมควรที่จะต้องหยุดในเรื่องพวกนี้ ทุกครั้งที่วีพูดถึงเรื่องครอบครัววีมักจะแสดงถึงความมุ่งมั่นในการเลิกใช้สารเสพติดให้ได้และเขาก็ทำสำเร็จ ส่วนในกรณีของเอ็ม ผู้วิจัยมักจะได้ยินคำพูดของเอ็มอยู่บ่อยครั้งว่าตนเองหลายจำพอแล้วกับเรื่องแบบนี้ อยู่กับครอบครัวเลี้ยงลูกเลี้ยงภรรยาดีกว่า ซึ่งเอ็มเป็นคนรักภรรยาและลูกมาก สิ่งที่เป็นแรงบันดาลใจสำคัญในการเลิกใช้สารเสพติดของเอ็มคือภรรยาและลูก กรณีของบีและเอฟ ที่ยังไม่สามารถทำตามเป้าหมายได้ ใน

กรณีของบี บอกถึงสาเหตุของการกลับมาใช้สารเสพติดอีกครั้งว่ามาจากความไม่เข้าใจกันของตนเองกับมารดา ตนเองรู้สึกเบื่อและน้อยใจกับปัญหาที่เกิดขึ้น และไม่รู้จะหาทางแก้ไขอย่างไร ส่วนในกรณีของเอฟ การกลับมาใช้สารเสพติดมีสาเหตุเนื่องมาจากเพื่อนชักชวนประกอบกับการดื่มสุราเข้าไปจึงทำให้ใช้สารเสพติดอีกครั้ง ส่วนการติดตามผลด้านการตั้งเป้าหมายทางอาชีพสามารถแบ่งลักษณะของสมาชิกได้เป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มที่สามารถทำตามเป้าหมายได้ ประกอบด้วย วี พี เจ และเอ็ม และกลุ่มที่ไม่สามารถทำตามเป้าหมายได้ ประกอบด้วย บี และเอฟ ดังกรณีของวี และพีที่สามารถประกอบอาชีพตามที่ตั้งไว้ได้เนื่องจากก่อนเข้ารับการบำบัดวีและพีเคยทำอาชีพที่ตั้งเป้าหมายไว้มาก่อนจึงทำให้มีประสบการณ์และสามารถปฏิบัติตามเป้าหมายได้จริง ส่วนกรณีของบี และเอฟ ที่ไม่ได้ประกอบอาชีพตามเป้าหมายที่ได้บอกไว้ นั้น ในกรณีของบี ซึ่งเคยวางแผนไว้ว่าจะเลี้ยงเปิดแต่ไม่สามารถทำได้เนื่องจากมารดาของบีให้เหตุผลว่าจะส่งผลกระทบต่อเพื่อนบ้านบีจึงต้องล้มเลิกโครงการนี้ไป และในกรณีของเอฟ ซึ่งกลับไปขายยาเสพติดนั้น มีสาเหตุเนื่องจากเอฟยังคงมียาเสพติดเหลืออยู่ในการครอบครอง จึงต้องจำหน่ายออกไปให้หมด แต่เอฟก็ยังยืนยันว่าตนเองจะเลิกอาชีพนี้และไปทำอาชีพที่สุจริตแทน

การอภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยข้างต้น ผู้วิจัยสามารถอภิปรายผลการวิจัย ดังนี้

1. ผู้ใช้สารเสพติดมีการตั้งเป้าหมายในชีวิตโดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 4.26$) โดยด้านมนุษยสัมพันธ์ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงที่สุด อาจเนื่องมาจาก ผู้ใช้สารเสพติดอยู่ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งจะมีสังคมของกลุ่มเพื่อนที่กว้างขวาง เช่น เพื่อนที่มีแหล่งที่อยู่อาศัยใกล้เคียงกัน เพื่อนสมัยประถมศึกษา เพื่อนสมัยมัธยมศึกษา เพื่อนร่วมอาชีพ เป็นต้น การมีกลุ่ม

เพื่อนที่กว้างขวางอาจทำให้ผู้ใช้สารเสพติดมีทักษะทางสังคมที่ดี ทั้งการพูด การฟัง บุคลิกภาพ ส่งผลให้ผู้ใช้สารเสพติดสามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ง่ายรับรู้และเข้าใจว่าตนเองมีความเหมือนหรือแตกต่างกับบุคคลอื่นอย่างไร และเข้าใจในเอกลักษณ์ของตนเอง ซึ่งสุรินทร์ ธนโกโสย กล่าว ว่า ความเข้าใจในเอกลักษณ์ของตนเองเป็นพื้นฐานสำคัญในการสร้างความสัมพันธ์กับคนอื่น (Sariwat, 2013) สอดคล้องกับคำกล่าวของ อีริกสัน (Erikson) ที่กล่าวถึง บุคคลเมื่อรู้จักเอกลักษณ์ของตนเองและมีทักษะทางสังคมที่ดี จะมีความสำเร็จในการปรับตัวทางสังคม สามารถสร้างความคุ้นเคยใกล้ชิดและสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น (Tangkittipaporn, 2013) นอกจากนี้ งานวิจัยของ Suwannanon & Bannatham (2007) ศึกษาพบว่า จุดเด่นของผู้ติดยาเสพติดซ้ำ เป็นคนสนุกสนาน ร่าเริง เข้ากับคนอื่นและเพื่อนได้ดี มีเพื่อนมาก พฤติกรรมทั้งหมดเป็นความต้องการของบุคคลที่ต้องการเป็นที่ชอบพอ ต้องการสัมพันธภาพที่ดีและไม่ถูกปฏิเสธ ส่วนในด้านความมุ่งมั่น มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับต่ำสุด อาจเป็นเพราะผู้ใช้สารเสพติดใช้สารเสพติดมาเป็นระยะเวลานาน ประกอบกับสามารถเข้าถึงสารเสพติดได้ง่าย ส่งผลให้ผู้ใช้สารเสพติดไม่สามารถเลิกใช้สารเสพติดได้อย่างเด็ดขาด สิ่งเหล่านี้จึงเป็นประสบการณ์ที่ทำให้ผู้ใช้สารเสพติดมีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำ

2. ผู้ใช้สารเสพติดมีการตั้งเป้าหมายในชีวิตโดยรวมและรายด้านทุกด้าน หลังการให้คำปรึกษากลุ่มสูงกว่าก่อนการให้คำปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานของการวิจัย แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงสามารถเสริมสร้างให้ผู้ใช้สารเสพติดเกิดกระบวนการคิดและการวางแผน เพื่อไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้ดีขึ้นและตั้งเป้าหมายในชีวิตของตนเองได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Piyakarn (2008) ที่พบว่า การให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎี

เผชิญความจริงทำให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่นำไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ได้อย่างแท้จริง ตัวอย่างเช่น การให้คำปรึกษากลุ่มด้านการตั้งเป้าหมายในการเลิกใช้สารเสพติดผู้วิจัยนำกระบวนการ WDEP ของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงมาใช้ เพื่อให้ผู้ใช้สารเสพติดตั้งเป้าหมายในการลดใช้บุหรื หลังจากผู้ใช้สารเสพติดตั้งเป้าหมายแล้ว ผู้วิจัยให้ผู้ใช้สารเสพติดทำตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ จากการติดตามผล พบว่าผู้ใช้สารเสพติดมีความรับผิดชอบในสิ่งที่ตนเองวางแผนไว้ และสามารถปฏิบัติได้จริง จึงทำให้มีประสบการณ์แห่งความสำเร็จ รับรู้ว่าตนเองสามารถทำได้ ส่งผลให้ผู้ใช้สารเสพติดมีความตั้งใจในการเลิกใช้บุหรื และมีความเชื่อมั่นว่าตนเองสามารถทำตามเป้าหมายได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Paha & Prechawong (2014) ที่ศึกษาพบว่าการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความตั้งใจเลิกสูบบุหรี่

3. ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลให้ผู้ใช้สารเสพติดประสบความสำเร็จในสิ่งที่ตั้งเป้าหมายไว้ คือ ครอบครัว ซึ่ง ผู้ใช้ สาร เสพ ติด ที่ ได้รับ การสนับสนุน การให้กำลังใจ ความรัก ความเข้าใจ จากครอบครัว สามารถเลิกใช้สารเสพติดและประกอบอาชีพที่สุจริตได้ ซึ่งแตกต่างจากผู้ใช้อาสาสมัครอีก 2 คน ที่ไม่สามารถเลิกใช้สารเสพติดได้ ดังกรณีของบี ซึ่งมีสาเหตุมาจากผู้ใช้สารเสพติดมีปัญหาภายในครอบครัว ส่วนในกรณีของเอฟเกิดจากจิตใจไม่เข้มแข็งพอจึงทำให้คล้อยตามคำชวนของเพื่อน

ข้อเสนอแนะ

1. ปัจจัยสำคัญในการเลิกใช้สารเสพติดคือครอบครัว ดังนั้น ครอบครัวของผู้ใช้สารเสพติดควรให้ความรัก ความเข้าใจ ให้กำลังใจ รับฟัง ให้การช่วยเหลือผู้ใช้สารเสพติด เพื่อให้ผู้ใช้สารเสพติดผ่านช่วงเวลาแห่งการเลิกใช้สารเสพติดไปได้

2. การสร้างความไว้วางใจเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในการช่วยเหลือผู้ใช้สารเสพติด ผู้ดูแลผู้ใช้สารเสพติดควรสร้างความไว้วางใจกับผู้ใช้สารเสพติดเพื่อให้ผู้ใช้สารเสพติดรู้สึกปลอดภัย และกล้าเปิดเผยเรื่องราวส่วนตัวของตนเอง ซึ่งทำได้โดยการรักษาความลับของผู้ใช้สารเสพติด และทำให้ผู้ใช้สารเสพติดเกิดความมั่นใจว่าตนเองจะไม่ถูกละทิ้งหรือเป็นอันตราย

3. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับผู้ใช้สารเสพติดและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับผู้กระทำความผิดอื่น ๆ เช่น สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน เป็นต้น สามารถนำความรู้ที่ได้รับจากการวิจัยครั้งนี้ไปประยุกต์ใช้ในการจัดหลักสูตรเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายในชีวิตของผู้ใช้สารเสพติดอย่างจริงจัง

4. อาจศึกษากับผู้ใช้สารเสพติดที่เข้ารับการบำบัดในระบบอื่นที่นอกเหนือจากระบบบังคับ เนื่องจากผู้ใช้สารเสพติดที่เข้ารับการบำบัดในระบบบังคับบำบัดสามารถเลิกยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติดได้ในขณะเข้ารับการบำบัด เพราะมีข้อจำกัดในเรื่องของพื้นที่และสิ่งแวดล้อม จึงส่งผลให้ผู้ใช้สารเสพติดสามารถเลิกยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติดได้ ซึ่งแตกต่างกับผู้ใช้สารเสพติดที่เข้ารับการบำบัดในระบบอื่นซึ่งมีความท้าทายมากกว่า เนื่องจากผู้ใช้สารเสพติดไม่ได้ถูกควบคุมตัวจึงทำให้มีอิสระและไม่ทำตามข้อตกลงได้ ซึ่งผู้สนใจอาจจะต้องปรับกระบวนการให้คำปรึกษาให้สอดคล้องและเหมาะสมกับบริบทของการบำบัดผู้ใช้สารเสพติดให้มากที่สุด

5. ผู้วิจัยอาจเพิ่มตัวแปรในการศึกษา เช่น ความเข้มแข็งทางจิตใจ (hardiness) เข้าไปร่วมด้วย เนื่องจากความเข้มแข็งทางจิตใจเป็นสิ่งสำคัญที่อาจจะทำให้ผู้ใช้สารเสพติดสามารถเลิกใช้สารเสพติดได้

6. เนื่องจากการวิจัยนี้ พบว่า ครอบครัวมีผลต่อการตั้งเป้าหมายในชีวิตและการเลิกใช้สารเสพติด หากมีงานวิจัยในลักษณะนี้อีก ผู้วิจัยอาจนำครอบครัวของผู้ใช้สารเสพติดเข้ามาร่วมในการ

ให้คำปรึกษาด้วยจะทำให้ได้ผลดียิ่งขึ้น นอกจากนี้
อาจนำการให้คำปรึกษารายบุคคล การผสมผสาน
เทคนิค หรือนำทฤษฎีการให้คำปรึกษาที่
หลากหลายมาบูรณาการเพื่อให้การให้คำปรึกษามี
ประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- Eryilmaz, A. (2014). Meaning of life-setting life goals: Comparison of substance abusers and non-abusers. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(42), 235-243.
- Paha, K., & Prechawong, S. (2014). Attitudes, subjective norms, perceive behavioral control, and intention to quit smoking in police officers. *Journal of The Police Nurses*, 6(1), 157-169.
- Piyakarn, A. (2008). *The effects of reality theory group counseling on the social adjustment of juvenile delinquency in The Department of Probation* (Master's thesis, Burapha University).
- Sangpoom, P. (2005). *Life story of Ex-And relapsed-drug addicts* (Master's thesis, Ramkhamhaeng University).
- Sariwat, L. (2013). *Human relationship*. Bangkok: Odeon Store.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). *Handbook of positive psychology*. Madison: Oxford University Press.
- Srisawat, P. (2014). *Introduction to group counseling*. Bangkok: Srinakharinwirot University Press.
- Suriyamanee, C., & Lerttomornsakun, U. (2010). Factors affecting drug recidivism: A case of capital offense and punishment with imperative attention. *Quality of Life and Law Journal*, 6(2), 68-91.
- Suwannanon, A., & Bannatham, R. (2007). *Personal factors related to be relapse drug users*. Retrieved from http://nctc.oncb.go.th/new/attachfiles/research/50_Used_at_Once.pdf
- Tangkittipaporn, J. (2013). *General psychology*. Bangkok: Chulalongkorn University Press.
- Thatsananchalee, P. (2010). *The process of non becoming amphetamine addict: A case study of rehabilitated person in process of correctional system* (Master's thesis, Srinakharinwirot University)