ผลโปรแกรมการจัดการอบรมของกลุ่มงอกงามต่อการส่งเสริมคุณค่าในตนเอง สำหรับนักเรียนระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้

The Effect of a Growth Group Training on Self-Esteem of 9th Grade Students in 3 Southern Provinces Boarding Schools

ณิชากร ศีลาภรณ์[1*], บุญโรม สุวรรณพาหุ[2], จิระวัฒน์ ตันสกุล[2], พวงสร้อย วรกุล[2]
Nichakorn Silaporn[1*], Bunrome Suwanphahu[2], Jirawat Tansakul[2], Puangsor Worakul[2]
นักศึกษาปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์[1*], มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์[2]
Master student, Faculty of Education, Prince of Songkla University[1*], Prince of Songkla University[2]

(Received: *April 6, 2021*; Revised: *November 2, 2022*; Accepted: *November 29, 2022*)

บทคัดย่อ

งานวิจัยกึ่งทดลองแบบ 2 กลุ่มวัดซ้ำนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ก่อนและหลังของกลุ่มงอกงาม 2) เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มงอกงามกับกลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมปกติของโรงเรียน 3) เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนใน 3 ช่วงเวลา ได้แก่ ระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ จำนวน 48 คนโดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย จากเปอร์เซ็นไทล์ที่ 25 ลงมาโดยทำการแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองที่ผู้วิจัยพัฒนามาจากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับนักเรียนของ Coopersmith Self-Esteem Inventory-School Form มีค่าสัมประสิทธิ์ แอลฟ่าครอนบาคเท่ากับ 0.96 และโปรแกรมกลุ่มงอกงาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติ Dependent t-test, Independent t-test และวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ 2 มิติ ผลการวิจัย พบว่า

1. ค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองระยะก่อนทดลองและหลังทดลองของนักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มงอกงาม พบว่า ค่าเฉลี่ยในระยะหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

2. ค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองในระยะก่อนทดลองระหว่างนักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มงอกงามและนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมปกติของโรงเรียนไม่แตกต่างกัน และค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองระยะหลังทดลอง พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มงอกงามมีค่าเฉลี่ยสูงกว่านักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมปกติของโรงเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

3. ปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มตัวอย่างกับช่วงเวลา 3 ระยะ ได้แก่ ระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผลมีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ควรนำโปรแกรมกลุ่มงอกงามไปใช้ในการศึกษาเชิงจิตวิทยาเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ในมิติต่าง ๆ เช่น การมองโลกบวก การเสริมสร้างภาวะผู้นำ เป็นต้น

คำสำคัญ: กลุ่มงอกงามประเภทกลุ่มอบรม, การเห็นคุณค่าในตนเอง, โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ จังหวัดชายแดนภาคใต้

*ผู้ให้การติดต่อ (Corresponding e-mail: klineangle111@gmail.com เบอร์โทรศัพท์ 081-8964152)

Abstract

This quasi-experimental research with a two-group pretest-posttest design was carried out to investigate and promote self-esteem of grade 9 students in boarding schools under the royal patronage in 3 southern border provinces. The research objectives were to: 1) compare self-esteem of students before and after joining a growth group training program of twelve 90-minute sessions; 2) compare self-esteem of students between the students who participated in the growth group training program and those who attended regular school activities; and 3) compare the students' self-esteem in pre-and post-group and follow-up periods of the experimental and control groups. The sample was 48 students in grade 3, attending boarding schools under the royal patronage in 3 southern border provinces. Simple random sampling was used from the 25th percentile downwards. There were 12 students in the experimental group and 12 into the control group, for a total of 24 students. The research instruments were the self-esteem measure questionnaire, adapted from the student edition of the Coopersmith Self-Esteem Inventory - School Form, as well as the growth group program. Both yielded an alpha Cronbach coefficient of 0.96. Data were analyzed using percentage, mean, standard deviation, paired t-test, independent t-test, and ANOVA. The results showed as follows.

1. After the students joined the growth training program, the mean of their self-esteem was significantly higher than before participating in the training program (p<.001).

2. In the pre-trial period, the mean of self-esteem among experimental and control groups was not different (p>.05). In the post-trial period, the mean of self-esteem among experimental and control groups was significantly different (p<.001).

3. In the experimental group, the mean scores for students' self-esteem were significantly different (p<.01) between the pre-trial, the post-test and the follow-up periods. There was a statistical significant influence on the self-esteem score at the .001 level.

In conclusion, the growth group training program should be used in psychological studies on human development in various dimensions such as positive thinking, and the promotion of leadership etc.

Keywords: Growth Group, Training Program, Self- Esteem, Boarding School, Royal Patronage, Southernmost Provinces

บทนำ

สภาพสังคมในปัจจุบันที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งด้านกายภาพ เศรษฐกิจ และสังคมเมือง ได้ส่งผลกระทบโดยตรงต่อวัยรุ่นไทยที่รุนแรงและซับซ้อนมากขึ้น (Pongpumma, 2017) ทำให้วัยรุ่นมีคุณภาพชีวิตต่ำและดำเนินชีวิตได้อย่างยากลำบาก Department of Mental Health (2561) เผยว่า “เด็กวัยรุ่นด้อยโอกาสที่อายุต่ำกว่า 18 ปี ในสังคมไทย ร้อยละ 80 เป็นเด็กยากจน” (Ekathikhomkit, 2022) ซึ่งขาดโอกาสที่จะได้รับการศึกษาในระบบ ขาดการดูแลที่เหมาะสม ถูกปล่อยปละละเลย มีชีวิตอยู่เพียงลำพัง หรือถูกเพิกเฉย ไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม จนกลายเป็น “วัยรุ่นด้อยโอกาส” (Amornwich, 2014 as cite in Saisuwan, 2020) การขาดโอกาสทำให้สุ่มเสี่ยงต่อการหลงผิด เช่น การติดยาเสพติด ติดเชื้อเอดส์ ตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร เป็นต้น เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่อยู่ในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อซึ่งเป็นช่วงเวลาสำคัญที่จะพัฒนาความรู้และทักษะชีวิต (Bussabokkaew , 2018) ตลอดจนต้องตัดสินใจในการใช้ชีวิตต่อไปจึงจำเป็นที่จะต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่ ให้คำแนะนำ รวมถึงความรัก ความเข้าใจ เพื่อเป็นการสร้าง

สุขภาวะที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจซึ่งจะลดปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น และเพิ่มการมีทักษะชีวิตที่เหมาะสม เตรียมความพร้อมก้าวสู่วัยทำงานต่อไป(Department of Mental Health, 2018)

ผู้วิจัยสนใจที่ศึกษาผลโปรแกรมการจัดการอบรมของกลุ่มงอกงามแก่นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ณ โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ซึ่งเป็นผู้ขาดโอกาสทางการศึกษา ครอบครัวประสบปัญหาเศรษฐกิจ ปัญหาพ่อแม่หย่าร้าง บ้างก็กำพร้า และ ขาดเสาหลักในชีวิต (Rajaprajanugroh Foundation Under Royal Patronage, 2022) ปัญหาดังกล่าวส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตในด้านต่าง ๆ เช่น รู้สึกว่าตนขาดความรัก ความอบอุ่น ขาดความเชื่อมั่น รู้สึกด้อยค่าและไม่มีที่ยืนในสังคม ซึ่งความรู้สึกด้านลบเหล่านี้จะเป็นแนวโน้มไปสู่การมีพฤติกรรมก้าวร้าว ประพฤติตนไม่เหมาะสมได้และเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาศักยภาพในการดำรงชีวิตประจำวัน (Saijun, 2013) ทั้งนี้ผู้วิจัยได้นำโปรแกรมกลุ่มงอกงามซึ่งพัฒนามาจากทฤษฎีการเปลี่ยนแปลง ตามแนวคิด 3 stages of change ของ Lewin แบ่งเป็น 3 ขั้น ประกอบด้วยกิจกรรม 12 ครั้ง ได้แก่ 1) ขั้นละลาย (กิจกรรมที่ 1-3) เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้สมาชิกรู้จักตนเอง กล้าตรวจสอบและสามารถตระหนักต่อตัวเองจนเกิดความเข้าใจว่า ต้องการอะไร มีเป้าหมายอย่างไรในชีวิตรวมถึงรับรู้ ข้อดี-ข้อผิดพลาดและพร้อมที่จะปรับปรุงให้ดีขึ้น 2) ขั้นเปลี่ยนแปลง (กิจกรรมที่ 4-8) ช่วยส่งเสริมให้สมาชิกมีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนเองเท่าเทียมกับผู้อื่น มีความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น กิจกรรมต่างๆจะกระตุ้นให้สมาชิกเกิดมุมมองใหม่ มองโลกในด้านบวก มีความรู้สึกความภาคภูมิใจในตนเอง มีความกล้าแสดงความคิดเห็น กล้าลองผิดลองถูก รู้จักปรับปรุงแก้ไขข้อผิดพลาดและสามารถยอมรับสิ่งใหม่ ๆ ได้เสมอตลอดจนมีความพร้อมที่จะแสดงออกต่อสังคมมากขึ้น และ 3) ขั้นรักษาดุลยภาพ (กิจกรรมที่ 9 -12) เป็นแนวทางให้สมาชิกรู้จักวางแผนชีวิตและคิดว่าเป้าหมายของตนคืออะไรจนกระทั่งสามารถหาแนวทางที่เหมาะสมให้กับตนเองรวมถึงมีพลังใจให้ลุกขึ้นมาต่อสู้ เอาชนะปัญหาและในที่สุดก็สามารถพิชิตหัวใจตัวเองเพื่อก้าวต่อไปในวันข้างหน้า จากการประมวล ศึกษาและค้นคว้างานวิจัยพบว่ามีงานวิจัยภายในประเทศ อาทิ Amornsingh (2019) ได้พบว่า โปรแกรมนันทนาการมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมปลายที่มีปัญหาครอบครัวแตกแยก Tonpaibool (2022) ได้พบว่ากลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธมีอิทธิพลต่อสุขภาวะทางจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ และ Komanee (2018) ได้พบว่ากลุ่มสัมพันธ์สามารถพัฒนาความมีระเบียบวินัยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนสาธิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) ได้เป็นอย่างดี นอกจากนี้ยังพบงานวิจัยในต่างประเทศ ได้แก่ Andresen (2018) ได้ศึกษากระบวนการกลุ่มงอกงามส่วนบุคคลที่มีอิทธิพลต่อการประเมินพลังแห่งชัยชนะใจตนเอง Dinh (2020) และ Rosidi, Sutoyo & Purwanto (2018) พบว่า การให้การปรึกษากลุ่มนั้นสามารถพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองได้อย่างมีนัยสำคัญ จึงเห็นว่า กลุ่มงอกงามและกลุ่มพัฒนาตนในรูปแบบต่าง ๆ เปรียบเสมือนเครื่องมือที่ช่วยยกระดับความคิด ความรู้สึกและส่งเสริมให้นักเรียนรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองได้เป็นอย่างดีรวมถึงเป็นแรงกระตุ้นให้สมาชิกสามารถละ ลดพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ รวมถึงมีภูมิต้านทานทางจิตใจที่สามารถตั้งรับและเผชิญทุกสิ่งทั้งดีและร้ายได้อย่างมีสติเพื่อความงอกงามในชีวิตต่อไป

วัตถุประสงค์วิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ก่อนและหลังเข้าร่วมกลุ่มงอกงาม
2. เพื่อเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มงอกงามกับกลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมปกติของโรงเรียน
3. เพื่อเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนใน 3 ช่วงเวลา ได้แก่ ระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลองและระยะติดตามผล

สมมติฐานวิจัย

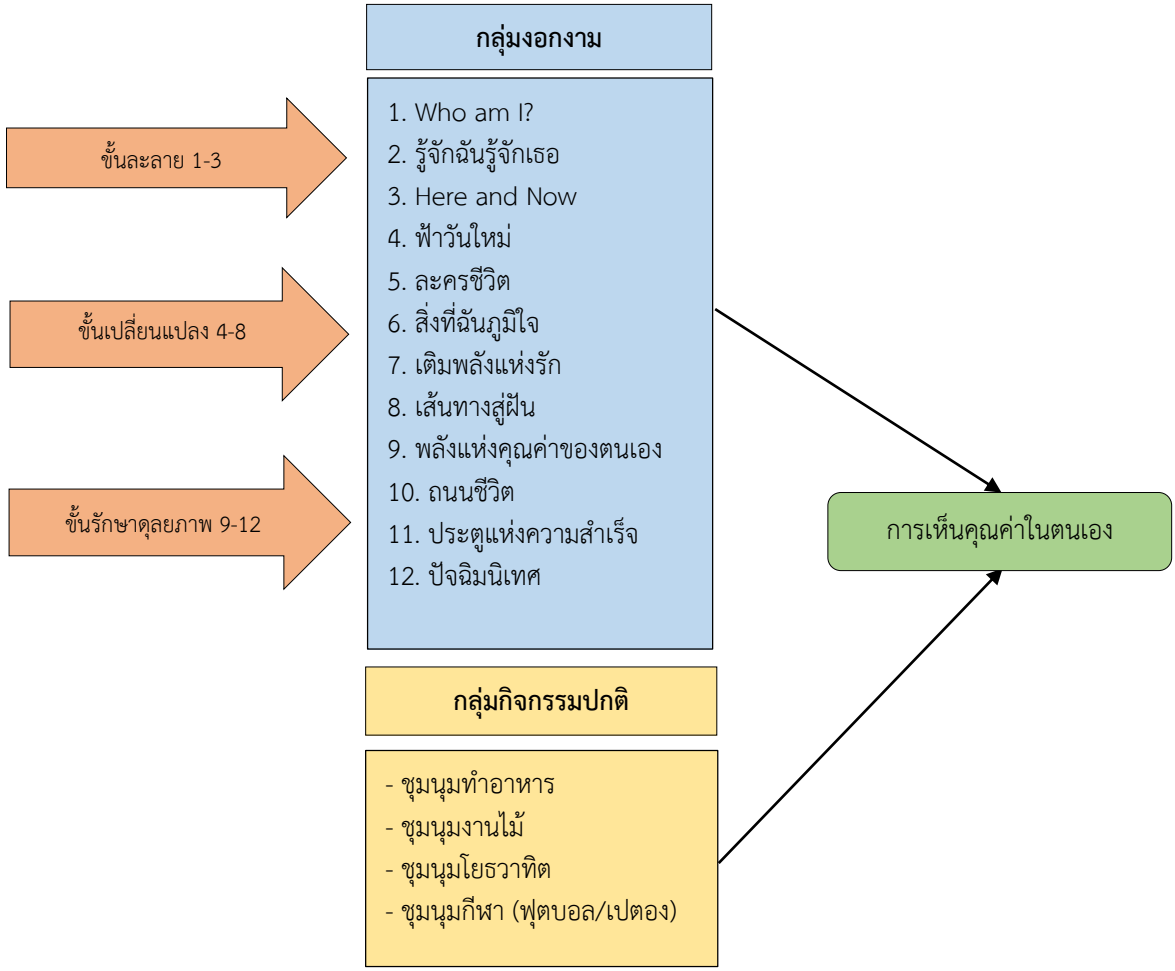
1. หลังทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มงอกงามมีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าระยะก่อนทดลอง

2. นักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มงอกงามมีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มงอกงามสูงกว่านักเรียนที่ได้รับกิจกรรมปกติของโรงเรียนกว่านักเรียนที่ได้รับกิจกรรมปกติของโรงเรียน

3. นักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มงอกงามและกลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมปกติของโรงเรียนมีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองใน 3 ช่วงเวลาแตกต่างกัน

กรอบแนวคิดการวิจัย

ผู้วิจัยใช้กระบวนการกลุ่มงอกงามเพื่อปรับเจตคติและความรู้สึกเห็นคุณค่าที่มีในตนเองเพื่อเป็นพลังใจในการดำเนินชีวิตของเด็กด้อยโอกาส โดยกลุ่มงอกงาม ประกอบด้วย 12 กิจกรรมซึ่งผสานกับกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมมนุษย์ให้สอดคล้องกับพฤติกรรมของบุคคล (3 Stages Model of Change) ของ Lewin (1947) ได้แก่ 1.ขั้นเริ่มละลาย (Unfreezing) 2.ขั้นเปลี่ยนแปลง (Changing) 3.ขั้นรักษาดุลยภาพ (Refreezing) ดังนี้



ภาพ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) แบบ 2 กลุ่มวัดซ้ำ (Two Group Pretest-Posttest Design)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 ของโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ จำนวน 280 คน และในการศึกษาวิจัยครั้งนี้จึงใช้เกณฑ์การคัดเข้าของกลุ่มตัวอย่างที่เลือกเข้าศึกษา (Inclusion Criteria) ดังนี้

1. เป็นผู้มีวุฒิภาวะสมบูรณ์ทางร่างกายและจิตใจและได้รับการประเมินจากผู้เชี่ยวชาญแล้วว่ามีสภาวะปกติ

2. เป็นผู้ที่มีความสมัครใจและได้รับคำยินยอมจากบิดามารดา ผู้ปกครองหรือผู้แทนโดยชอบธรรม เป็นลายลักษณ์อักษร สำหรับ นักเรียน อายุ 13-18 ปี

3. ได้คะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นไทล์ที่ 25

4. เข้าใจกติกากลุ่มและสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้โดยตลอดระยะเวลาโดยไม่ติดภารกิจอื่น ๆ ยกเว้น บางกรณี เช่น ป่วยกะทันหัน บิดามารดา ผู้ปกครอง หรือผู้แทนโดยชอบธรรมต้องการยุติการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

5. สามารถสื่อสาร ฟัง พูด อ่านและเขียนภาษาไทยได้เป็นอย่างดี

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ ได้แก่ โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส และโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 41 จังหวัดยะลา จำนวน 48 คน ดังนี้

1. ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับสลากเพื่อเลือกกลุ่มตัวอย่าง คือ กลุ่มศึกษานำร่อง กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ดังนี้ 1) กลุ่มศึกษานำร่อง ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 40 จังหวัดปัตตานี 2) กลุ่มทดลอง ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชประชานุ-เคราะห์ 41 จังหวัดยะลา 3) กลุ่มควบคุม ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส จากนั้นผู้วิจัยได้เลือกกลุ่มตัวอย่างโดยให้นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่3 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส และ 41 จังหวัดยะลา จำนวน 148 คน ตอบมาตรวัดการเห็นคุณค่าในตนเองและสุ่มจากเปอร์เซ็นไทล์ที่ 25 ได้ทั้งหมด 48 คน ตามรูปแบบของกลุ่มด้านจิตวิทยากำหนดการทำกลุ่มควรมีสมาชิกกลุ่มจำนวน 8 -12 คน (Yalom, 1995 as cite in Boran, 2016) แบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 24 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 24 คน ส่วนกลุ่มศึกษานำร่องผู้วิจัยขออาสาสมัคร จำนวน 12 คน เพื่อทำการทดลองใช้โปรแกรมกลุ่มและมาตรวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

2. ผู้วิจัยได้กำหนดแบ่งกลุ่มทดลองออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 12 คน โดยใช้วิธีการจับคู่ (Matching) เพื่อคัดเลือกนักเรียนเข้ากลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 และใช้วิธีเดียวกันเพื่อคัดเลือกนักเรียนเข้ากลุ่มควบคุม ที่ 1 และ 2 ต่อไป

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. โปรแกรมกลุ่มงอกงามเพื่อส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเอง ผู้วิจัยได้ศึกษาและพัฒนาโปรแกรมกลุ่มการฝึกอบรม (Training Group) เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองแก่นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ประกอบด้วยจำนวน 12 กิจกรรม ได้แก่ 1) Who am I? 2) รู้จักฉันรู้จักเธอ 3) Here and Now 4) ฟ้าวันใหม่ 5) ละครชีวิต 6) สิ่งที่ฉันภูมิใจ 7) เติมพลังแห่งรัก 8) เส้นทางสู่ฝัน 9) พลังแห่งคุณค่าของตนเอง 10) ถนนชีวิต 11) ประตูแห่งความสำเร็จ และ 12) ปัจฉิมนิเทศ ซึ่งเป็นรูปแบบจำลองกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมมนุษย์ให้สอดคล้องกับพฤติกรรมของบุคคล 3 Stages Model of Change (Lewin, 1947)

2. แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นเครื่องมือเพื่อคัดเลือกนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในการเข้าร่วมกลุ่มงอกงามเป็นแบบประมาณค่า 5 ระดับ มีข้อกระทงด้านบวก จำนวน 23 ข้อกระทง และด้านลบ 27 ข้อกระทง รวมทั้งสิ้น 50 ข้อ มีค่าความเที่ยงโดยวิธีการหาค่าความสอดคล้องภายใน (Internal Consistency) ด้วยสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ทั้งฉบับเท่ากับ .96

ระดับที่ 1 มีค่าเฉลี่ย 1.00 - 1.49 หมายถึง การเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับต่ำมากที่สุด
ระดับที่ 2 มีค่าเฉลี่ย 1.50 - 2.49 หมายถึง การเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับต่ำ
ระดับที่ 3 มีค่าเฉลี่ย 2.50 - 3.49 หมายถึง การเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง
ระดับที่ 4 มีค่าเฉลี่ย 3.50 - 4.49 หมายถึง การเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับสูง
ระดับที่ 5 มีค่าเฉลี่ย 4.50 - 5.00 หมายถึง การเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับสูงมาก

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. โปรแกรมกลุ่มงอกงามเพื่อส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเอง ประกอบด้วย กิจกรรม 12 ครั้ง จำนวน 18 ชั่วโมง โดยผู้วิจัยศึกษาแนวคิด ทฤษฎีหลักการ บทบาทของผู้นำกลุ่ม และสมาชิกและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมให้สอดคล้องและเหมาะสมกับการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองจากนั้นจึงนำกระบวนการกลุ่มงอกงามเสนออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้ทรงคุณวุฒิด้านจิตวิทยา จำนวน 3 คน ซึ่งเป็นการตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญทางด้านจิตวิทยาการศึกษาและอาจารย์ที่ปรึกษา ทุกข้อมีความสอดคล้องเหมาะสม ต่อจากนั้นนำไปทดลองใช้ (Try Out) กับกลุ่มศึกษานำร่อง (Pilot Study) จำนวน 12 คน ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์จังหวัดปัตตานี เพื่อดูความเป็นไปได้ในใช้โปรแกรมเพื่อตรวจสอบข้อบกพร่องและแก้ไขก่อนจะนำไปใช้กับกลุ่มทดลอง พบว่า หลังจากที่นักเรียนเข้าร่วมกลุ่มงอกงาม มีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกลุ่มงอกงาม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (t = - 4.53, $p < .001$)

2. แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ผู้วิจัยนำแบบวัดเสนออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) แล้วจึงหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อกระทงกับวัตถุประสงค์ (The Index of Item Objective Congruence) มีค่าดัชนี IOC ตั้งแต่ 0.80 - 1.00 ซึ่งผ่านเกณฑ์ทุกข้อ จำนวน 50 ข้อ จากนั้นได้ปรับปรุงข้อกระทงตามข้อเสนอแนะจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา 5 ท่าน แล้วจึงทดสอบประสิทธิภาพของแบบวัด ด้วยการหาค่าอำนาจจำแนก (Discrimination Power of The Item) ของข้อกระทงที่เป็นแบบ Rating Scale โดยมีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 0.30 - 0.78 ต่อจากนั้นจึงนำไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 43 จังหวัดสงขลา จำนวน 65 คน ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดด้วยสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ทั้งฉบับ เท่ากับ 0.87 เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง ข้อบกพร่องและปรับปรุงแก้ไข จึงพัฒนาแบบวัดด้วยการทดลองใช้ (Try Out) อีกครั้งกับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนศึกษาสงเคราะห์นราธิวาส จำนวน 62 คน ได้ค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ 0.96 จากนั้นนำไปใช้กับกลุ่มศึกษานำร่อง(Pilot Study) ก่อนจะนำไปใช้กับกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยทำหนังสือถึงผู้อำนวยการโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 40 จังหวัดปัตตานี และโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 41 จังหวัดยะลา เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อศึกษาวิจัยและขอใช้สถานที่ในการทำกิจกรรมกลุ่มงอกงามกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ดังนี้

ขั้นก่อนการทดลอง

1. ผู้วิจัยยื่นขอจริยธรรมการวิจัยและทดลองในมนุษย์และทำการขอเอกสารจากภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ต่อจากนั้นนำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลยื่นต่อผู้บริหารโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ทั้ง 3 แห่ง เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

2. ก่อนดำเนินการทดลองผู้วิจัยทำการติดต่อ นัดพบนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ จำนวนทั้งสิ้น 148 คน เพื่อแนะนำตัว นำเสนอโครงการวิจัยและอธิบายเป้าหมายของโครงการให้นักเรียนเกิดความเข้าใจ พร้อมทั้งชี้แจง นัดหมาย วัน เวลาและสถานที่ โดยประสานงานกับครูแนะแนวเพื่อขอความร่วมมือในการนัดหมายนักเรียนโดยให้นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ทุกคนตอบแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองและสุ่มจากผู้ที่ได้คะแนนตั้งแต่เปอร์เซนไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 48 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 24 คน หลังจากนั้น 1 สัปดาห์จึงเริ่มทำการทดลอง

ขั้นทดลอง

1. กลุ่มศึกษานำร่อง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างที่สมัครใจเข้าร่วมการวิจัย จำนวน 12 คน โดยดำเนินกระบวนการในภาคเช้า - บ่าย จำนวน 6 กิจกรรม ๆ ละ 90 นาที เป็นระยะเวลา 2 วัน รวมทั้งสิ้น 12 กิจกรรม 18 ชั่วโมง

2. กลุ่มทดลอง ผู้วิจัยจะดำเนินการทดลองโดยกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม จำนวน 24 คน ที่ได้รับโปรแกรมกลุ่มงอกงามเพื่อส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองโดยใช้ระยะเวลาในการศึกษาวิจัย 1 เดือน ดังนี้ 1) กลุ่มทดลอง 1 คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 41 จังหวัดยะลา จำนวน 12 คน ในวันเสาร์ ภาคเช้า - บ่าย โดยดำเนินกระบวนการ 4 กิจกรรม ๆ ละ 90 นาที เป็นระยะเวลา 3 สัปดาห์ รวมทั้งสิ้น 12 กิจกรรม 18 ชั่วโมง ณ หอประชุมโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 41 จังหวัดยะลา 2) กลุ่มทดลอง 2 คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 41 จังหวัดยะลา จำนวน 12 คน ในวันอาทิตย์ ภาคเช้า - บ่าย โดยดำเนินกระบวนการ 4 กิจกรรม ๆ ละ 90 นาที เป็นระยะเวลา 3 สัปดาห์ รวมทั้งสิ้น 12 กิจกรรม 18 ชั่วโมง ณ หอประชุมโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 41 จังหวัดยะลา

3. กลุ่มควบคุม คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส จำนวน 24 คน ที่ได้รับกิจกรรมปกติของโรงเรียนและผู้วิจัยได้ให้ตอบแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองในระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลในวัน และเวลาเดียวกันกับกลุ่มทดลอง

ขั้นหลังการทดลอง

เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยนำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง หลังการทดลองกับกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มงอกงามและกลุ่มกิจกรรมปกติในทันที หลังจากนั้น 2 สัปดาห์ ผู้วิจัยติดตามผลการวิจัย (Follow Up) โดยวัดการเห็นคุณค่าในตนเองซ้ำอีกครั้ง แต่ถ้าหากพบว่าผลคะแนนของกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนต่ำกว่า 2.50 ซึ่งถือว่าอยู่ในเกณฑ์ที่ต่ำมาก ผู้วิจัยจะนัดหมายเป็นรายบุคคลเพื่อเข้าสู่กระบวนการให้การปรึกษา (Counseling) เป็นรายกรณี

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานโดยการหาความถี่ (*Frequency*) ร้อยละ (*Percentage*) และวิเคราะห์ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองโดยการหาค่าเฉลี่ย (*M*) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (*SD*)

2. วิเคราะห์เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลังเข้าร่วมกลุ่มงอกงามโดยใช้สถิติ Dependent t-test

3. วิเคราะห์เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มงอกงามกับกลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมปกติของโรงเรียนโดยใช้สถิติ Independent t-test

4. วิเคราะห์ความแปรปรวน ใน 3 ช่วงเวลา ได้แก่ ระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผลโดยใช้สถิติวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ 2 มิติ (Two-Way Repeated Measures)

จริยธรรมวิจัย

ผู้วิจัยได้พึงตระหนักและปฏิบัติตามจรรยาบรรณวิจัยโดยผ่านจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัย สงขลานครินทร์ เลขที่โครงการ REC NUMBER : psu.pn.2-012/63 ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างยังไม่บรรลุนิติภาวะ ผู้วิจัยได้ทำการพิทักษ์กลุ่มตัวอย่าง โดยแนะนำตนเองและชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีวิจัย ประโยชน์ที่เกิดขึ้นอย่างละเอียดและอธิบายให้เข้าใจว่าการวิจัยครั้งนี้ขึ้นอยู่กับความสมัครใจและได้รับคำยินยอมจากบิดามารดา ผู้ปกครอง หรือ ผู้แทนโดยชอบธรรมให้เข้าร่วมวิจัย กลุ่มตัวอย่างที่มีความยินดีสมัครใจเข้าร่วมการวิจัยมีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยเมื่อใดก็ได้และการบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้จะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อผู้เข้าร่วมการวิจัย ทั้งนี้หากพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีปัญหา อาทิ ความเครียด ไม่สบายใจ หรือ รู้สึกไม่ดีต่อกระบวนการกลุ่ม ผู้วิจัยจะให้ความช่วยเหลือโดยให้การปรึกษา (Counseling) เป็นรายบุคคล และ ข้อมูลที่ได้รับจากการวิจัยครั้งนี้จะเก็บเป็นความลับ โดยผลการวิจัยจะนำเสนอเป็นภาพรวมและนำมาใช้ประโยชน์เพื่อการศึกษาวิจัยเท่านั้น

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไป พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมากที่สุด ร้อยละ 85.40 และเพศชาย ร้อยละ 14.60 มีอายุระหว่าง 15-17 ปี มากที่สุด ร้อยละ 89.60 รองลงมา อายุ 12-14 ปี ร้อยละ 8.30 และ อายุ 18 ปี ร้อยละ 2.10 ตามลำดับ โดยส่วนใหญ่นับถือศาสนาอิสลาม ร้อยละ 97.90 และศาสนาพุทธ ร้อยละ 2.10 สถานะครอบครัว มีบิดา

มารดาอยู่ด้วยกันมากที่สุด ร้อยละ 52.10 รองลงมา มีบิดา มารดาหย่าร้าง ร้อยละ 33.30 มีบิดา มารดาเสียชีวิต ร้อยละ 8.30 และ บิดามารดาแยกกันอยู่ ร้อยละ 6.30 ตามลำดับ โดยส่วนใหญ่ครอบครัวมีฐานะยากจน มากที่สุด ร้อยละ 97.90 และ ได้รับผลกระทบจากเหตุการณ์ความไม่สงบในจังหวัดชายแดนภาคใต้ ร้อยละ 2.10

2. ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มตัวอย่าง (n= 48) ใน 3 ช่วงเวลา

ตาราง 1 ผลการวิเคราะห์ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มตัวอย่าง (n= 48) ใน 3 ช่วงเวลา

การเห็นคุณค่าในตนเอง	กลุ่มตัวอย่าง (48 คน)		ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ติดตามผล	
			M	*SD*	*M*	*SD*	*M*	*SD*
ภาพรวม	ทดลอง	(24 คน)	2.24	0.11	4.49	0.19	4.18	0.55
	ควบคุม	(24 คน)	2.24	0.21	2.98	0.17	2.87	0.08
	รวม	(48 คน)	2.24	0.16	3.73	0.78	3.53	0.77
ด้านตนเองโดยทั่วไป	ทดลอง	(24 คน)	2.29	0.16	4.54	0.18	4.12	0.60
	ควบคุม	(24 คน)	2.28	0.26	2.93	0.27	2.75	0.10
	รวม	(48 คน)	2.29	0.21	3.73	0.84	3.44	0.81
ด้านสังคมและกลุ่มเพื่อน	ทดลอง	(24 คน)	2.31	0.22	4.38	0.32	4.21	0.54
	ควบคุม	(24 คน)	2.11	0.21	2.88	0.26	2.61	0.17
	รวม	(48 คน)	2.21	0.24	3.63	0.81	3.41	0.90
ด้านครอบครัว	ทดลอง	(24 คน)	2.13	0.28	4.48	0.33	4.44	0.55
	ควบคุม	(24 คน)	2.09	0.32	3.32	0.27	3.39	0.16
	รวม	(48 คน)	2.11	0.30	3.90	0.66	3.91	0.67
ด้านการเรียน	ทดลอง	(24 คน)	2.12	0.23	4.44	0.28	4.10	0.68
	ควบคุม	(24 คน)	2.41	0.33	2.96	0.40	2.97	0.16
	รวม	(48 คน)	2.27	0.32	3.70	0.82	3.54	0.75

จากตาราง 1 กลุ่มตัวอย่างมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ดังนี้ 1.ในระยะก่อนทดลองโดยภาพรวม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับต่ำ (*M*=2.24, *SD*=0.16) เมื่อวิเคราะห์เป็นรายด้าน พบว่า ด้านตนเองโดยทั่วไป ด้านการเรียน ด้านสังคมและกลุ่มเพื่อน และด้านครอบครัวอยู่ในระดับต่ำเช่นกัน (*M*=2.29, *SD*=0.21; *M*=2.27, *SD*=0.32; *M*=2.21, *SD*=0.24; *M*=2.11, *SD*=0.30) ตามลำดับ 2.ระยะหลังทดลองโดยภาพรวม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง (*M*=3.73, *SD*=0.78) เมื่อวิเคราะห์เป็นรายด้าน พบว่า ด้านครอบครัวอยู่ในระดับสูง รองลงมา ได้แก่ ด้านตนเองโดยทั่วไป ด้านการเรียน และด้านสังคมและกลุ่มเพื่อน (*M*=3.90, *SD*=0.66; *M*=3.73, *SD*=0.84; *M*=3.70, *SD*=0.82; *M*=3.63, *SD*=0.81) ตามลำดับ 3.ระยะติดตามผลโดยภาพรวม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง (*M*=3.53, *SD*=0.77) เมื่อวิเคราะห์เป็นรายด้าน พบว่า ด้านครอบครัวมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง รองลงมา ได้แก่ ด้านการเรียน ด้านตนเองโดยทั่วไป และด้านสังคมและกลุ่มเพื่อน (*M*=3.91, *SD*=0.67; *M*=3.54, *SD*=.75; *M*=3.44, *SD*=0.81; *M*=3.41, *SD*=0.90) ตามลำดับ

3. เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ก่อนและหลังเข้าร่วมกลุ่มงอกงาม

ตาราง 2 เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ก่อนและหลังของกลุ่มทดลองโดยการทดสอบ Paired – sample t-test

การทดสอบก่อน-หลัง	*N*	*M*	*SD*	*t*	*df*	*P-value* (1 tailed)
ก่อนการทดลอง	24	2.24	.11	- 41.77*	23.00	<.001
หลังการทดลอง	24	4.49	.19			< .001

จากตาราง 2 พบว่า หลังจากนักเรียนเข้าร่วมกลุ่มงอกงามแล้ว มีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (t=-41.77, p<.001)

4. เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มงอกงามกับกลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมปกติของโรงเรียน

ตาราง 3 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ก่อนและหลังทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้การทดสอบค่า Independent sample t-test

การทดสอบก่อนทดลอง	*N*	*M*	*SD*	*t*	*df*	*P-value* (1 tailed)
กลุ่มทดลอง	24	2.24	.11	- .05	35.52	.480
กลุ่มควบคุม	24	2.24	.21			

*p>.05

การทดสอบหลังทดลอง	*N*	*M*	*SD*	*t*	*df*	*P-value* (1 tailed)
กลุ่มทดลอง	24	4.49	.19	28.20	46.00	<.001
กลุ่มควบคุม	24	2.98	.17			

*p<.01

จากตาราง 3 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนเข้ากลุ่มงอกงามระหว่างนักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มงอกงามและนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมปกติของโรงเรียนไม่แตกต่างกันและเมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยหลังจากทดลองแล้ว พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มงอกงาม มีค่าเฉลี่ยสูงกว่านักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมปกติของโรงเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (t=28.20, p<.001)

5. เพื่อเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนใน 3 ช่วงเวลา ได้แก่ ระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลองและระยะติดตามผล

ตาราง 4 การเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยใช้วิธี Bonferroni

ช่วงเวลา	Mean Difference(I-J)	Std.Error	*P-value*
ก่อนทดลอง - หลังทดลอง	-1.490*	.037	<.001
ติดตามผล	-1.282*	.063	<.001
หลังทดลอง - ก่อนทดลอง	1.490*	.037	<.001
ติดตามผล	.208*	.052	<.001
ติดตามผล - ก่อนทดลอง	1.282*	.063	<.001
หลังทดลอง	-.208*	.052	<.001

*p<.01

จากตาราง 4 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ พบว่า ค่าเฉลี่ยในการวัดการเห็นคุณค่าในตนเองระยะก่อนทดลองและระยะหลังทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ระยะก่อนทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ตาราง 5 การวิเคราะห์ปฏิสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่างกับช่วงเวลาที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

Source		*Type III Sum of Squares*	*df*	*Mean Square*	*F*	*P- value*
เวลา*กลุ่ม	Sphericity Assumed	16.212	2	8.106	125.860	<.001
	Greenhouse-Geisser	16.212	1.521	10.662	125.860	
	Huynh-Feldt	16.212	1.596	10.158	125.860	<.001
	Lower-Bound	16.212	1.000	16.212	125.860	<.001
Error (เวลา)	Sphericity Assumed	5.925	92.000	.064		
	Greenhouse-Geisser	5.925	69.946	.085		
	Huynh-Feldt	5.925	73.414	.081		
	Lower-Bound	5.925	46.000	.129		

จากตาราง 5 ผลการทดสอบปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มตัวอย่างกับช่วงเวลา พบว่า ปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มตัวอย่างกับช่วงเวลามีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (Huynh-Feldt: SS = 16.212 - 5.925, df =1.596 -73.414, MS = 10.158 - .081, F = 125.860, p <.001)

อภิปรายผล

1. เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองในระยะก่อนและหลังเข้ากลุ่มงอกงามของนักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มงอกงาม พบว่า หลังการเข้าร่วมกลุ่ม มีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานที่กำหนดไว้ อันเนื่องมาจากรูปแบบโปรแกรมกลุ่มงอกงามประกอบด้วย 3 ขั้นตอน (3 Stages Model of Change, Lewin, 1947) ไว้ ดังนี้ ขั้นที่ 1 ขั้นละลาย (Unfreezing) เป็นขั้นตอนเกี่ยวกับการละลายความคิด ความรู้สึกด้านลบส่งเสริมการตระหนักรู้และเข้าใจตนเองมากขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ Haertel (2016) พบว่า การมีสติ (Mindfulness) เพิ่มขึ้นก็จะส่งผลให้การเห็นคุณค่าในตนเองสูง รวมถึงการมองโลกบวก ปรับเปลี่ยนความคิดและความรู้สึกใหม่ในด้านบวก ขั้นที่ 2 ขั้นเปลี่ยนแปลง (Changing) สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกไว้วางใจซึ่งกันและกัน รู้สึกว่าตนเองปลอดภัยจนเชื่อมั่นและมีความกล้าที่จะเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวออกมาในขณะเดียวกันก็พร้อมเปิดใจที่จะรับฟังข้อมูลของผู้อื่น กล้าถ่ายทอดความคิดเห็น สนทนาและกล้าแลกเปลี่ยน รวมถึงเปิดใจรับฟังข้อเสนอแนะของกลุ่ม ดังเช่น สมาชิกกลุ่ม (คิตตี้) กล่าวว่า“เมื่อก่อนหนูเป็นคนไม่กล้าแสดงออกเลย ขี้อายและไม่ชอบทำกิจกรรมร่วมกับคนอื่น กลัวจะผิดพลาด แต่หลังจากที่ได้เข้าร่วมกลุ่ม หนูรู้สึกมีความสุข สนุก แล้วไม่รู้สึกอาย หรือ กลัวเหมือนแต่ก่อนเลยค่ะ” สมาชิกได้พัฒนาทักษะทางสังคม รู้ว่าจะต้องช่วยกันแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าและมีความอดทนอดกลั้น เปลี่ยนแปลงมุมมอง ความคิด เกิดพลัง มีความรู้สึกดีต่อตนเอง ผู้คนรอบข้างและสภาพแวดล้อมต่าง ๆ สอดคล้องกับ Anusic & Schimmack (2016) กล่าวว่าการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือบุคลิกภาพและทัศนะ ล้วนเป็นตัวแปรสำคัญที่ส่งผลให้บุคคลเห็นคุณค่าของตนเองและสุขภาวะที่ดี ขั้นที่ 3 ขั้นรักษาดุลยภาพ (Refreezing) สมาชิกเริ่มเกิดความเชื่อใหม่ รู้สึกมั่นใจในตนเอง มองผู้คนและทุกสิ่งรอบตัวอย่างเป็นมิตร มีเป้าหมายของชีวิตและเกิดความคิดริเริ่มที่จะพัฒนาตนเพื่อวันข้างหน้าจนสามารถทำหลาย ๆ สิ่งให้สำเร็จได้ ดังเช่น สมาชิกกลุ่ม (ลูกเป็ด) กล่าวว่า “เมื่อก่อนเคยคิดว่าเป็นคนไม่เก่ง เรียนหนังสือไม่ดี ทำอะไรก็ล้มเหลว แต่ตอนนี้หนูรู้แล้วว่าที่จริงหนูก็สามารถเรียนหนังสือ หรือ ทำอะไรได้ไม่แพ้คนอื่น” จะเห็นว่ากระบวนการกลุ่มได้ช่วยให้สมาชิกมีสภาวะจิตใจที่เข้มแข็งขึ้น รู้สึกรักและเคารพตนเองมากขึ้น มีพลังใจเพื่อค้นหาเป้าหมาย สอดคล้องกับ Barron (2016) พบว่า บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำมักส่งผลต่อสภาพจิตใจและร่างกาย และงานวิจัยของ Kunakornviroon (2013) พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของบุคลากรมหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 แสดงให้เห็นว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เมื่อเจอปัญหาจะทำให้บุคคลไตร่ตรอง รู้สึกถึงความสำคัญและ

เป็นที่ยอมรับของผู้อื่นโดยรับรู้ว่าตนเองมีความสามารถ มีความรับผิดชอบสูง มีเชื่อมั่นในตนเอง ในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จ ประคับประคองสภาวะกายและจิตใจให้สมบูรณ์เพื่อให้ชีวิตนั้นงอกงาม

2. เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างนักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มงอกงามกับนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมปกติของโรงเรียน ในระยะก่อนทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม ไม่แตกต่างกัน และเมื่อเปรียบเทียบในระยะหลังทดลอง พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มงอกงาม มีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมปกติของโรงเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (t=28.20, p=.000) ทั้งนี้เนื่องจากกระบวนการกลุ่มได้ปรับเปลี่ยนแนวคิดซึ่งส่งเสริมและพัฒนาความรู้สึก จิตใจ เพื่อยกระดับการเห็นคุณค่าในตนเองทำให้สมาชิกได้พัฒนาตนเอง รู้จักตระหนักในตนเอง มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นซึ่งทักษะทางสังคมเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้สมาชิกมีความเชื่อมั่น เปิดเผยตนเองจนรู้สึกว่าตนเองนั้นมีคุณค่า (Clinebell, 1977) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Wiangnak & Taephant (2020) ที่ศึกษาเกี่ยวกับประสบการณ์ทางจิตใจของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นหลังการเข้าร่วมกลุ่มพัฒนาตนร่วมกับการทำสวน พบว่า ความสัมพันธ์อันงอกงามระหว่างความสัมพันธ์กับคนรอบตัวนั้นเกิดจากความสบายใจในการเปิดเผยตนเองของผู้ให้ข้อมูล การได้เข้าใจเพื่อนอย่างแท้จริง อีกทั้งยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Ligkachai (2012) และ Amornsingh (2019) ได้ศึกษาโปรแกรมการพัฒนาคุณค่าในตนเอง พบว่า หลังจากนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มแล้วมีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนเข้าร่วมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 เนื่องจากสมาชิกมีการเรียนรู้ ร่วมกันแลกเปลี่ยนและแสดงความคิดเห็นอันเป็นประโยชน์ต่อสมาชิกรวมถึงบรรยากาศที่เป็นกันเองของกลุ่มทำให้สมาชิกกล้าเปิดใจ คุยปรึกษาได้อย่างอิสระและสบายใจ นอกจากนี้ Dinh (2020) ได้กล่าวว่า การให้การปรึกษากลุ่มสามารถพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็ก ๆ ได้อย่างมีนัยสำคัญ รวมถึงกลุ่มงอกงามฯ เป็นแรงกระตุ้นต่อบุคคลให้เกิดความรู้สึกที่ดีทั้งต่อตนเอง ผู้อื่นและทุกมิติเพื่อเป็นพลังใจในการดำรงชีวิตให้งดงามและมีประสิทธิภาพ

3. กระบวนการกลุ่มส่งผลให้นักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มงอกงาม มีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองแต่ละช่วงเวลาแตกต่างกันโดยในระยะก่อนทดลองมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับต่ำ (M=2.24, SD=0.11) แต่ในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลค่าเฉลี่ยสูงกว่าระยะก่อนทดลอง (M=4.49, SD=0.19; M=4.18, SD=0.55) ซึ่งแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมกลุ่มมีความคงทนต่อภาวะความรู้สึกเห็นคุณค่าของตัวเองโดยกิจกรรมต่าง ๆ ช่วยกระตุ้นให้สมาชิกเกิดการตระหนักต่อตนเอง รู้จักและทำความเข้าใจ อย่างเช่น กิจกรรม Here and Now เป็นขั้นตอนการละลายความรู้สึกและความคิดที่ไม่ดีต่อตนเองและอคติต่อคนรอบข้าง รูปแบบกิจกรรมช่วยกระตุ้นให้สมาชิกได้อยู่ในสภาวะปัจจุบัน ไม่คิดถึงอดีตที่ผ่านมา มีจิตใจที่แน่วแน่ ตั้งมั่น พร้อมทั้งรู้จักและเข้าใจตนเอง ตลอดจนปรับเปลี่ยนมุมมอง ความคิด เจตคติที่ดีและรู้สึกว่าตนเองนั้นมีคุณค่า และกิจกรรม สิ่งที่ฉันภูมิใจ เป็นกิจกรรมที่ช่วยปลุกพลังใจให้เกิดการเปลี่ยนแปลง สมาชิกมีความภูมิใจในสิ่งที่ตนเป็น รู้จักผิดชอบชั่วดี มีความตระหนัก ต่อหน้าที่ของตนเอง ตลอดจนมีความกล้าแสดงความคิดเห็น กล้าทำและกล้าเผชิญ สอดคล้องกับ Rosidi, Sutoyo & Purwanto (2018) ได้ศึกษาประสิทธิภาพของการให้การปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงเพื่อยกระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา พบว่ากระบวนการให้การปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงได้ช่วยพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ และยังพบว่า Colakkadioglu & Celik (2016) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมกลุ่มอบรมทักษะการตัดสินใจที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองและรูปแบบการตัดสินใจอย่างมีนัยสำคัญ รวมถึงกิจกรรม เติมพลังแห่งรัก ก็สามารถทำให้สมาชิกมีเจตคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น เปิดใจจะยอมรับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม รวมถึงรู้จักแบ่งปัน เอื้อเฟื้อต่อผู้อื่น สอดคล้องกับ Andresen (2018) พบว่า กลุ่มงอกงามได้พัฒนาให้ตัวอย่างมีทักษะการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การมองโลกในแง่ดีและมีความเข้าใจในตนเองมากขึ้น รวมถึงมีทักษะสื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีสัมพันธภาพที่ดีอย่างมีนัยสำคัญ กิจกรรม พลังแห่งคุณค่าของตนเอง เป็นขั้นรักษาดุลยภาพซึ่งได้ส่งเสริมให้สมาชิกรู้สึกรัก ศรัทธาและเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น อีกทั้งมีจิตใจที่มั่นคงและไม่หวั่นไหวต่อสิ่งยั่วยุที่ส่อไปในทางที่ผิด ตลอดจนสามารถดูแล ปกป้องตนเองและรู้จักเอาตัวรอดในสังคมยุคปัจจุบันได้ สอดคล้องกับ การศึกษางานวิจัยของ Rungsaung (2017) ศึกษาผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่ถูกข่มเหงรังแกทางโลกไซเบอร์ พบว่า หลังจากที่นักเรียนได้เข้าร่วมกลุ่มมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองในระยะหลังทดลองและระยะ

ติดตามผลสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกลุ่มซึ่งแสดงให้เห็นว่ากระบวนการกลุ่มได้ส่งเสริมให้สมาชิกกล้าคิด กล้าปฏิบัติ เรียนรู้ที่จะหาแนวทางแก้ไขปัญหารวมถึงมีความเข้าใจต่อการอยู่ร่วมกันในสังคม รู้จักความสามัคคีและเอื้อเฟื้อแบ่งปันต่อผู้อื่น นอกจากนี้ในกิจกรรม ละครชีวิต ยังได้สนับสนุนให้สมาชิกตระหนักถึงความรักของพ่อแม่และเข้าใจเหตุผลที่ไม่สามารถดูแลบุตรได้เหมือนกับวัยรุ่นทั่วไป ซึ่งได้พบงานศึกษาวิจัยของ Tancharoen & Sanjamsai (2020) ที่ได้ศึกษาผลการใช้กระบวนการกลุ่มแบบการมีส่วนร่วมของครอบครัวต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเรียนรู้ พบว่า กลุ่มทดลองมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และเมื่อเปรียบเทียบระดับการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรม พบว่ากลุ่มทดลองมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 จากผลการวิจัย สะท้อนให้เห็นว่ากระบวนการกลุ่มแบบการมีส่วนร่วมของครอบครัวสามารถยกระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็ก ๆ ได้เป็นอย่างดี ส่วนค่าเฉลี่ยของนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มงอกงาม ในระยะหลังทดลอง

ในขณะที่นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมปกติของโรงเรียน ได้แก่ ชุมนุมทำอาหาร ชุมนุมงานไม้ ชุมนุมโยธวาทิต ชุมนุมกีฬา (ฟุตบอล / เปตอง) นั้นยังมีค่าเฉลี่ยในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลอยู่ในระดับปานกลาง (M=2.98, SD=0.17; M=2.87, SD=0.08) ซึ่งแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมกลุ่มงอกงามฯมีประสิทธิภาพต่อการยกระดับและพัฒนาสุขภาวะทางจิตใจของนักเรียนกลุ่มนี้ได้เป็นอย่างดี สอดคล้องกับ Tonpaibool (2019) พบว่า กลุ่มจิตวิทยาพัฒนาตนและการปรึกษาแนวพุทธส่งผลให้นักศึกษาที่เข้าร่วมกลุ่มมีสุขภาวะจิตสูงขึ้นและได้พัฒนาตนเองทั้งด้านความคิด ด้านความรู้สึกและด้านการแสดงออกได้อย่างเหมาะสมและเป็นสุขและในที่สุดเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

ดังนั้น โปรแกรมกลุ่มงอกงามเป็นเครื่องมือทางจิตวิทยาที่เสริมสร้างและพัฒนามนุษย์จากภายในตามมิติแห่งตนเพื่อให้เกิดศักยภาพและสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยตนเองอย่างยั่งยืนบนพื้นฐานของการใช้เหตุผลในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาเพื่อการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข

การนำผลการวิจัยไปใช้

การนำผลการวิจัยไปใช้ ควรสนับสนุนให้มีการจัดโปรแกรมกลุ่มงอกงามให้กับนักเรียนเพิ่มมากขึ้น นอกเหนือจากกิจกรรมต่าง ๆ ของโรงเรียนโดยอาจจะปรับเป็นรูปแบบค่ายพัฒนาศักยภาพในช่วงปิดภาคเรียนฤดูร้อน หรือกิจกรรมชุมนุมซึ่งกิจกรรมของกลุ่มงอกงามได้เอื้อให้นักเรียนมีสภาวะจิตใจที่เข้มแข็งขึ้นและสามารถดำเนินชีวิตปกติได้อย่างเต็มภาคภูมิและงดงาม

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรนำโปรแกรมกลุ่มงอกงามไปใช้ในการศึกษาเชิงจิตวิทยาเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ในมิติต่าง ๆ เช่น การมองโลกบวก การเสริมสร้างภาวะผู้นำ ทักษะทางสังคม การมีระเบียบวินัย เป็นต้น

2. ควรศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ได้แก่ รูปแบบการเลี้ยงดู ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในระดับครอบครัวและสังคม

References

Amornsingh, S. (2019). Effects of Recreation Program on Self - esteem of Grade 5 - 6 Broken-Family Students. *Journal of Health, Physical Education and Recreation, 45*(2), 182-196. (in Thai)

Andresen, R. M. (2018). *Personal Growth Group-Evaluation for Victories of the Heart (VOTH)- Men's Group.* Psy.D. Thesis, The Chicago School of Professional Psychology.

Anusic, I. & Schimmack, U. (2016). Stability and Change of Personality Traits, Self-Esteem, and Well-Being: Introducing the Meta - Analytic Stability and Change Model of Retest Correlations. *Journal of Personality and Social Psychology*, *110*(5), 766-781.

Barron, A. (2016). *An Art Therapy Approach to Increase The Self-Esteem of Latina Pre-Adolescent Girls Using Narrative Therapy*. A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Arts in Marriage and Family Therapy Notre Dame de Namur University.

Boran, S. (2016). *The Effects of Supportive Group Psychotherapy on Perceived Self-Efficacy and Intention to Drug Abstinence among Adolescents with Amphetamine Addiction*. A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirement for the Master of Nursing Science Program in Psychiatric and Mental Health Nursing, Burapha University. (in Thai)

Bussabokkaew, N. (2018). Project–Based Learning and Life Skills of High School Students: A Case Study of a Welfare Education School. *Kasem Bundit Journal*, *19*, 1-13. (in Thai)

Clinebell, H. (1977). *Growth Groups*. Religion Online. Retrieved October 25, 2019 from https://www.religion-online.org/book/growth-groups/.

Colakkadioglu, O., & Celik, B. (2016). The Effect of Decision-Making Skill Training Programs on Self-Esteem and Decision-Making Styles. *Eurasian Journal of Educational Research*, *65*, 259-276.

Dinh, C. (2020). *A Person-Centered Expressive Arts and Relational-Cultural Therapy Group to Increase Self- Esteem*. A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirement for the Master of Arts Degree in Education, Saint Mary's College of California.

Ekathikhomkit, N. (2022). Factors Predicting Anxiety in Thai Disadvantaged Adolescents in A Province in The North Region. *The Journal of Psychiatric Nursing and Mental Health*, *36*(2), 77-96. (in Thai)

Haertel, R. (2016). *The Relationship Between Fragile Self-Esteem, Mindfulness, and Hostile Attribution style*. A Dissertation submitted to the Graduate Faculty in Educational Psychology in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Doctor of Philosophy, The City University of New York.

Komanee, S. (2018). The Development of Discipline of Senior High School Students of Srinakharinwirot University, Prasarnmit Demonstration School (Secondary) through Group Dynamics. *Journal of Education Research, Faculty of Education, Srina Kharinwirot University*, *13*(1), 152-168. (in Thai)

Kunakornviroon, V. (2013). *Optimism and Self-Esteem in Predicting Adversity Quotient of Personnel in Autonomous Universities*. A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirement for the Master of Industrial and Organizational Psychology, King Mongkut's University of Technology North Bangkok. (in Thai)

Lewin, K. (1947). *Lewin's 3-Stage Model of Change: Unfreezing, Changing & Refreezing*. Retrieved November 11, 2019 from https://study.com/academy/lesson/lewins-3-stage-model-of-changeunfreezing-changing-refreezing.html.

Ligkachai, S. (2012). *The Effect of Developing Program on Self-Esteem of Matthayomsuksa 1-3 Students of Loysaianusorn School in Lat phrao District Bangkok*. A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of The Requirement for the Master of Education Degree in Guidance and Counseling Psychology, Srinakharinwirot University. (in Thai)

Pongpumma, L. (2017). *Problems of adolescents in Thai society. Knowledge Boromarajonani Chon Buri*. Retrieved September 20, 2022 from http:// 164.115.41.60. (in Thai)

Rajaprajanugroh Foundation Under Royal Patronage. (2022). *Annual Report 2020*. Retrieved October 25, 2019 from https://www.rajk.org/news-all/annual-report.html.

Rosidi, R., Sutoyo, A. & Purwanto, E. (2018). Effectiveness of Reality Therapy Group Counseling to Increase The Self-Esteem of Students. *Jurnal BimbinganKonseling, 7*(1). Retrieved October 25, 2019 from https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/view/21582.

Rungsaung, P. (2017). *The Effect of Group Counseling on Self-Esteem of Middle-School Victims of Cyberbullying*. A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirement for the Master of Arts Program in Psychology, Chulalongkorn University. (in Thai)

Saijun, K. (2013). *Innovation Model of Enhancing Developmental Capabilities in Underprivileged Children*. A Dissertation Submitted in Partial Fulfillment of the Requirement for the Doctor of Philosophy in Administration of Innovation Development, Nakhon Si Thammarat Rajabhat University. (in Thai)

Saisuwan, W. (2020). Relationships Between Family Functioning, Sense of Belonging, Perceived Stress and Resilience in Thai Disadvantaged Adolescents in A Province in The Northern Region. *The Journal of Psychiatric Nursing and Mental Health*, *34*(1), 61-85. (in Thai)

Tancharoen, A. & Sanjamsai, S. (2020). The Effect of the Family Participation Group Process on Self Esteem of Children with Learning Disabilities. *Thai Journal of Clinical Psychology*, *51*(2), 13-27. (in Thai)

Tonpaibool, C. (2019). Effects of the Buddhist Personal Growth and Counseling Group on Psychological Well-Being of Sisaket Rajabhat University Students. *Sisaket Rajabhat University Journal*, *13*(1), 126-135. (in Thai)

Wiangnak, P. & Taephant, N. (2020). Psychological Experience of Junior High School Students with Increased Self-Esteem After Participating in Personal Growth Group with Gardening. *Journal of MCU Humanities Review*, *6*(1), 1-17. (in Thai)