

ปัจจัยบำบัดในกลุ่มละครจิตบำบัดสำหรับนักศึกษาพยาบาล\*  
**THERAPEUTIC FACTORS IN PSYCHODRAMA GROUP  
 FOR NURSING STUDENTS**

กนกพร เรืองเพิ่มพูล, วท.ม. (Kanokporn Ruangpermpoon, M.Sc.)\*\*

สุดา ร่องเมือง, พย.ม. (Suda Rongmuang, M.N.S.)\*\*\*

พัชรินทร์ นินทจันทร์, Ph.D. (Patcharin Nintachan, Ph.D.)\*\*\*\*

**Abstract**

**Objectives:** The purpose of this study was to investigate therapeutic factors of the psychodrama groups which were parts of the study of the effects of the social adjustment promoting group using psychodrama techniques for nursing students at Ramathibodi School of Nursing (Rongmuang et al., 2013)

**Methods:** The subjects of the study were nine third-year nursing students studying in the academic year 2009, attending the social adjustment promoting group with psychodrama techniques for 2 sessions per week, 2 hours per session, altogether 11 sessions. The first session included introducing group members and preparing them for the upcoming activities. The other 10 sessions, the researchers used the psychodrama techniques to reinforce social adjustment among the participants.

**Results:** Findings revealed that after participating in the psychodrama groups, the participants rated the top five therapeutic factors as follows: universality (68.93%), imparting of information (68.89%), existential factors (67.52%), altruism (60.56%), and group cohesiveness (60.08%).

**Conclusion:** The results suggested that the knowledge of therapeutic factors can be used to contribute the psychodrama group among nursing students more effectively.

**Keywords:** Therapeutic factors, Psychodrama group, Nursing students

**บทคัดย่อ**

**วัตถุประสงค์:** การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นในกลุ่มละครจิตบำบัดซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาผลของ

\*การศึกษานี้ได้รับการสนับสนุนจากทุนอุดหนุนการวิจัยจากเงินรายได้คณะฯ และโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

\*\*Corresponding author, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล, E-mail: kanokporn.rua@mahidol.ac.th

\*\*\* อาจารย์ โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

\*\*\*\* ผู้ช่วยศาสตราจารย์ โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

กลุ่มส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมโดยใช้เทคนิคละครจิตบำบัดในนักศึกษาพยาบาลโรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี (สุดา รองเมือง และคณะ, 2556)

**วิธีการศึกษา:** กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี ประจำปีการศึกษา 2552 จำนวน 9 คน เข้าร่วมกลุ่มส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมโดยใช้เทคนิคละครจิตบำบัด เป็นเวลาสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 11 ครั้ง โดยครั้งที่ 1 เป็นกิจกรรมกลุ่มเพื่อสร้างความคุ้นเคยและเตรียมความพร้อม ส่วนกิจกรรมกลุ่มอีก 10 ครั้งนั้นผู้วิจัยใช้เทคนิคละครจิตบำบัดเพื่อส่งเสริมการปรับตัวทางสังคม

**ผลการศึกษา:** ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังจากการเข้าร่วมกลุ่มละครจิตบำบัดสมาชิกกลุ่มเลือกปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นในกลุ่มมาก 5 อันดับแรก ดังนี้ ความรู้สึกว่าตนเองไม่แตกต่างจากผู้อื่น (ร้อยละ 68.93) การเรียนรู้ข้อมูลใหม่ (ร้อยละ 68.89) การได้เรียนรู้ในสัจธรรมของชีวิต (ร้อยละ 67.52) ความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น (ร้อยละ 60.56) การมีความผูกพันภายในกลุ่ม (ร้อยละ 60.08)

**สรุป:** ผลการศึกษาค้นคว้านี้ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินกลุ่มละครจิตบำบัดในนักศึกษาพยาบาลให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

**คำสำคัญ:** กลุ่มละครจิตบำบัด ปัจจัยบำบัด นักศึกษาพยาบาล

### ความสำคัญของปัญหา

กลุ่มบำบัด (therapeutic group) เป็นกลุ่มที่ถูกจัดขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสนับสนุนให้

สมาชิกกลุ่มได้สำรวจพฤติกรรมของตนเองที่เป็นอุปสรรคในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นทำให้เกิดความเข้าใจเกิดการเรียนรู้ในการปรับโครงสร้างทางบุคลิกภาพของตนเองและมีทักษะทางสังคม กลุ่มบำบัดมีหลายประเภท เช่น กลุ่มสุขภาพจิตศึกษา (psychoeducation group) กลุ่มบำบัดแบบประคับประคอง (supportive therapy) กลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน (peer support group) กลุ่มจิตบำบัด (psychotherapy group) และกลุ่มละครจิตบำบัด (psychodrama group) เป็นต้น (Stuart, Lasalle, & Lasalle, 2009) ในการทำกลุ่มบำบัดแต่ละประเภทอาจมีความแตกต่างกันในเรื่องต่างๆ เช่น เป้าหมายเฉพาะในการบำบัด ข้อบ่งชี้และข้อห้ามในการคัดเลือกสมาชิก จำนวนสมาชิกกลุ่มที่เหมาะสม การกำหนดระยะเวลาในการทำกลุ่ม การกำหนดบทบาทหน้าที่ของสมาชิกกลุ่ม อย่างไรก็ตามพบว่าการศึกษาที่สมาชิกกลุ่มจะได้รับประโยชน์จากการเข้ากลุ่มบำบัดแต่ละประเภทมากน้อยนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นในกระบวนการกลุ่มแต่ละครั้ง

ปัจจัยบำบัด (therapeutic factors) เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในกระบวนการกลุ่มบำบัดที่ช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้รับประโยชน์จากการเข้าร่วมกลุ่ม ปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นในกลุ่มบำบัดอาจเกิดจากกระบวนการกลุ่ม เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกกลุ่ม หรือเกิดจากการเรียนรู้ภายในของสมาชิกเอง (Yalom, 1995) เช่น ในช่วงแรกของการดำเนินกลุ่ม ซึ่งสมาชิกกลุ่มยังรู้สึกไม่คุ้นเคยกันและมีโอกาสที่จะถอนตัวออกจากกลุ่มได้ง่าย เพื่อรักษาจำนวนสมาชิกให้คงอยู่ในกลุ่มได้ต่อไป ในระยะนี้ปัจจัยบำบัดที่สำคัญคือการจุดประกายความหวัง (instillation of hope)

และความรู้สึกที่ตนเองไม่แตกต่างจากผู้อื่น (universality) ผ่านการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ดังนั้นจะเห็นได้ว่าในระยะเริ่มต้นของกลุ่มบำบัด ปัจจัยบำบัดดังกล่าวมีความสำคัญอย่างยิ่งที่จะช่วยให้มีความผูกพันภายในกลุ่ม (group cohesiveness) และช่วยให้สมาชิกกลุ่มสามารถอยู่ร่วมในกิจกรรมกลุ่มได้อย่างต่อเนื่อง ในขณะที่ในระหว่างการดำเนินกลุ่มนั้น สมาชิกกลุ่มจะได้ระบายความรู้สึกของตนเอง (catharsis) ได้สำรวจปัญหาของตนเองที่เชื่อมโยงกับบุคคลในครอบครัว (family reenactment) ซึ่งการที่สมาชิกกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความรู้สึกและปัญหาซึ่งกันและกันทำให้เกิดความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น (altruism) การเรียนรู้ข้อมูลใหม่ (imparting of information) มีการเลียนแบบพฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสม (imitative behavior) รวมถึงเกิดการเรียนรู้พฤติกรรมภายนอกในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น (interpersonal learning out-put) การเรียนรู้พฤติกรรมภายในตนเองในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น (interpersonal learning in-put) และเกิดความเข้าใจตนเอง (self-understanding/insight) และเกิดการเรียนรู้ในสัจธรรมของชีวิต (existential factors) ซึ่งในกระบวนการกลุ่มบำบัด ปัจจัยบำบัดต่างๆ เหล่านี้จะทำงานส่งเสริมซึ่งกันและกันในการช่วยให้สมาชิกกลุ่มเกิดการพัฒนาความคิด จิตใจ และบุคลิกภาพ อย่างไรก็ตามในการทำกลุ่มบำบัดแต่ละกลุ่มอาจมีปัจจัยบำบัดเกิดขึ้นมากน้อยและแตกต่างกัน ทั้งขึ้นอยู่กับระยะเวลาในการทำกลุ่ม ประเภทของสมาชิกกลุ่ม และชนิดของกลุ่ม (Bloch, 1981) ซึ่งในกระบวนการทำกลุ่มละครบำบัด การเกิดขึ้นของปัจจัยบำบัดจะส่งผลดี

ต่อกระบวนการกลุ่มละครบำบัดทั้งในขั้นตอนของการอุ่นเครื่อง (warm up phase) ที่ช่วยทำให้สมาชิกรู้สึกผ่อนคลายและมีความพร้อมในการเข้าร่วมกิจกรรม ขั้นตอนการแสดง (action phase) ที่ช่วยให้สมาชิกกลุ่มเป็นตัวของตัวเอง กล่าวระบายความรู้สึกและเผชิญกับปัญหา รวมถึงขั้นตอนการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ (sharing phase) ปัจจัยบำบัดก็ช่วยให้สมาชิกรู้สึกมั่นคงปลอดภัย มีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน มีการเปิดใจยอมรับและมีความหวังต่อการจัดการปัญหา ทำให้กระบวนการกลุ่มทั้งหมดสามารถดำเนินไปได้อย่างมีประสิทธิภาพและเป็นประโยชน์ต่อสมาชิกกลุ่มทุกๆ คน (Hollander, 2002)

กลุ่มละครบำบัด (psychodrama group) ก็เป็นกลุ่มบำบัดชนิดหนึ่งที่ใช้หลักทฤษฎีเกี่ยวกับบทบาท (role theory) ทฤษฎีความสัมพันธ์ทางสังคม (sociometry theory) และทฤษฎีการแสดง (psychodramatic theory) ที่มีเป้าหมายเพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจความขัดแย้งในใจ (intrapsychic conflict) สำรวจปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (interpersonal problems) ได้ระบายอารมณ์ ความรู้สึก ผ่านการแสดง และได้ฝึกทักษะการแก้ปัญหาในหนทางที่สร้างสรรค์ ผ่านการแสดงบทบาทในละครซึ่งประกอบด้วยผู้กำกับการแสดง (director) เป็นผู้ทำหน้าที่กำกับการแสดงและคอยช่วยเหลือให้กระบวนการของละครบำบัดดำเนินไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผู้แสดงนำ (protagonist) เป็นสมาชิกกลุ่มที่อาสาสมัครหรือได้รับการคัดเลือกจากสมาชิกกลุ่มเป็นผู้แสดงนำเพื่อต้องการที่จะเรียนรู้และทำความเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น เกี่ยวกับความคับข้องใจที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ต่างๆ ของชีวิต ผู้แสดงร่วม

(auxiliary ego) เป็นสมาชิกกลุ่มที่ได้รับการคัดเลือกจากผู้แสดงนำมาเป็นผู้แสดงร่วมเพื่อรับบทบาทต่างๆ ที่เกี่ยวข้องในฉากการแสดง (Corey, 2000) ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้กลุ่มละครจิตบำบัดเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักศึกษาพยาบาลให้สามารถปรับตัวเข้ากับครอบครัวและสังคมภายนอกที่ต้องมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกับเพื่อน ครูอาจารย์ในสถานการณ์ภายใต้กฎระเบียบต่างๆ ด้วยการเอื้ออำนวยให้นักศึกษาได้สำรวจปัญหาของตนเองเกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคมด้านต่างๆ ซึ่งกระบวนการทำกลุ่มละครจิตบำบัดจะช่วยส่งเสริมให้นักศึกษาได้แสดงออกถึงอารมณ์ ความคิด ความรู้สึกที่ไม่สบายใจ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ เรียนรู้ การมองชีวิตในหลายแง่มุม และฝึกทักษะทางสังคม (สุดา รองเมือง, กนกพร เรืองเพิ่มพูล, และพัชรินทร์ นินทจันทร์, 2556; Zeynep, 2011)

จากการศึกษาผลงานการวิจัยในต่างประเทศที่ผ่านมา พบว่ามีการศึกษาปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นในกลุ่มละครจิตบำบัดในกลุ่มประชากรที่หลากหลาย ทั้งในผู้ป่วยจิตเวช เยาวชนที่กระทำผิดบุคคลที่มีสุขภาพปกติทั้งในวัยผู้ใหญ่และวัยรุ่น และกลุ่มนักศึกษา สำหรับผลการศึกษาปัจจัยบำบัดในกลุ่มละครจิตบำบัดที่ทำในกลุ่มผู้ป่วยจิตเวช พบว่า กลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นที่เป็นผู้ป่วยจิตเวชแผนกผู้ป่วยนอกจำนวน 15 คน ทั้งเพศชายและเพศหญิง โดยประเมินว่าหลังสิ้นสุดการดำเนินกลุ่มละครจิตบำบัดครั้งที่ 10 และครั้งที่ 20 มีปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นสามอันดับแรก คือ ความเข้าใจตนเอง การสะท้อนความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในครอบครัว และการได้เรียนรู้ในสังคมของชีวิต (Ozbay, Goka, Ozturk, Gungor, &

Hincal, 1993; Yoon, Lee, Kim, Hahm, & Hong, 1999) ส่วนการศึกษาในผู้ป่วยจิตเวชแผนกผู้ป่วยในพบว่าปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นสูง คือ ความเรียนรู้ในสังคมนของชีวิต การระบายความรู้สึก การจุดประกายความหวัง การเลียนแบบพฤติกรรมและความรู้สึกที่ตนเองไม่แตกต่างจากผู้อื่น ส่วนผลการศึกษาปัจจัยบำบัดในกลุ่มละครจิตบำบัดที่ทำในกลุ่มบุคคลที่มีสุขภาพจิตปกติที่อยู่ในวัยทำงานและกลุ่มศึกษานั้น จากการศึกษาของคิม (Kim, 2003) ที่ศึกษาในนักศึกษามหาวิทยาลัยและบุคคลในวัยทำงานที่อาสาเข้าร่วมกลุ่มละครจิตบำบัดจำนวน 10 ครั้ง พบว่าปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นสูง คือ ความรู้สึกที่ตนเองไม่แตกต่างจากผู้อื่น การสะท้อนความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในครอบครัว การจุดประกายความหวัง ความเข้าใจตนเอง และการได้เรียนรู้ในสังคมนของชีวิต ซึ่งผู้แสดงนำได้ประเมินว่าการได้เป็นผู้แสดงนำจะได้รับประโยชน์จากปัจจัยบำบัดสูงกว่าสมาชิกกลุ่มที่ไม่ได้เป็นผู้แสดงนำ โดยปัจจัยบำบัดจะค่อยๆ สูงขึ้นในช่วงเริ่มการแสดง สูงที่สุดในช่วงแสดง และค่อยๆ ลดลงเมื่อสิ้นสุดการแสดง และปัจจัยบำบัดจะไม่เพิ่มขึ้นหลังจากกลุ่มละครจิตบำบัดจบลง

การศึกษาปัจจัยบำบัดมีประโยชน์ต่อกระบวนการกลุ่มละครจิตบำบัดในหลายๆ ด้าน เช่น ช่วยให้ผู้นำกลุ่มมีความเข้าใจถึงลักษณะของกระบวนการกลุ่มและกิจกรรมที่เอื้อให้เกิดปัจจัยบำบัดต่างๆ อย่างไรก็ดีจากการทบทวนวรรณกรรมก็พบว่ายังไม่มีการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยบำบัดในกลุ่มละครจิตบำบัดในสังคมไทย การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาปัจจัยบำบัดในกลุ่มละครจิตบำบัดสำหรับนักศึกษาพยาบาลเพื่อใช้เป็น

พื้นฐานความรู้สำหรับการจัดกลุ่มละครจิตบำบัดให้นักศึกษาพยาบาล เพื่อนักศึกษาพยาบาลได้รับประโยชน์จากการเข้าร่วมกลุ่มเมื่อพิจารณาในมุมมองของปัจจัยบำบัด ซึ่งช่วยให้นักศึกษามีการพัฒนาตนเองจากภายในเพื่อการเป็นบัณฑิตที่มีความสมบูรณ์ทางจิตใจให้การพยาบาลผู้ป่วยได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

### วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นในกลุ่มละครจิตบำบัดสำหรับนักศึกษาพยาบาล

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาเรื่อง “ผลของกลุ่มส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมโดยใช้เทคนิคละครจิตบำบัด” ซึ่งตีพิมพ์ใน *รามารชิตพยาบาลสาร ปีที่ 19 ฉบับที่ 1* (สุดา รองเมือง และคณะ, 2556) อันเป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (single group pretest-posttest design) กลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มนักศึกษาพยาบาลในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง จำนวน 9 คน เข้าร่วมกลุ่มละครจิตบำบัด 11 ครั้ง โดยครั้งที่ 1 เป็นกลุ่มเตรียมความพร้อมและสร้างสัมพันธภาพในกลุ่ม ส่วนครั้งที่ 2-11 เป็นกลุ่มที่ใช้เทคนิคละครจิตบำบัดเพื่อส่งเสริมการปรับตัวทางสังคม โดยในการดำเนินกลุ่มแต่ละครั้งจะมีวัตถุประสงค์ที่แตกต่างกันไป คือ กลุ่มครั้งที่ 2-3 เพื่อพัฒนาการปรับตัวด้านมาตรฐานทางสังคม กลุ่มครั้งที่ 4 เพื่อพัฒนาการปรับตัวด้านแนวโน้มพฤติกรรมต่อต้านสังคม กลุ่มครั้งที่ 5-6 พัฒนาการปรับตัวด้านทักษะทางสังคม กลุ่มครั้งที่ 7 พัฒนาการปรับตัวด้านความสัมพันธ์ในชุมชนที่อยู่อาศัย

กลุ่มครั้งที่ 8-9 พัฒนาการปรับตัวด้านความสัมพันธ์ในสถานศึกษา และกลุ่มครั้งที่ 10-11 พัฒนาการปรับตัวด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว เก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยบำบัดโดยผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกลุ่มส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมทำการประเมินปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นในกลุ่มครั้งที่ 2-11 รวม 10 ครั้ง โดยผู้วิจัยแจกบัตรปัจจัยบำบัดให้กลุ่มตัวอย่างคนละ 12 บัตร (1 บัตรมี 1 ปัจจัยบำบัด) เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างได้เลือกบัตรที่มีข้อความตรงกับความคิดเห็นหรือความรู้สึกของตนเองในการเข้าร่วมกลุ่มครั้งนั้นๆ

### เครื่องมือวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้มี 2 แบบ ดังนี้

**1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล:** เป็นแบบสอบถามซึ่งพัฒนาโดยทีมผู้วิจัย ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับ เพศ อายุ ศาสนา รายได้ของครอบครัว และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

**2. บัตรปัจจัยบำบัด:** เป็นเครื่องมือวิจัย ที่สุดา รองเมือง (Rongmuang, 2008) พัฒนาจากแนวคิดปัจจัยบำบัดของ Yalom (1995) ซึ่งเป็นบัตรที่มีข้อความเกี่ยวกับปัจจัยบำบัด รวมทั้งสิ้น 12 ปัจจัย โดย 1 บัตร มีเนื้อหาเกี่ยวกับปัจจัยบำบัด 1 ปัจจัย ดังนี้

- บัตรที่ 1: การจุดประกายความหวัง
- บัตรที่ 2: ความรู้สึกว่าคุณเองไม่แตกต่างจากผู้อื่น
- บัตรที่ 3: การมีความผูกพันกันในกลุ่ม
- บัตรที่ 4: การระบายความรู้สึก
- บัตรที่ 5: การสะท้อนความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในครอบครัว

- บัตรที่ 6: ความเชื่ออาทรต่อผู้อื่น  
 บัตรที่ 7: การเรียนรู้ข้อมูลใหม่  
 บัตรที่ 8: การเลียนแบบพฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสม  
 บัตรที่ 9: การเรียนรู้พฤติกรรมภายนอกในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น  
 บัตรที่ 10: การเรียนรู้พฤติกรรมภายในตนเองในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น  
 บัตรที่ 11: ความเข้าใจตนเอง  
 บัตรที่ 12: การเรียนรู้ในสังขรณ์ของชีวิต

ลักษณะบัตรปัจจัยบำบัดแต่ละบัตรมีข้อความปัจจัยบำบัดและรายละเอียดที่สอดคล้องกับปัจจัยบำบัดนั้นๆ เช่น บัตรที่ 1 “การจุดประกายความหวัง” มีข้อความว่า “การเข้ากลุ่มทำให้ฉันได้พบว่ามีสมาชิกหลายคนที่มีปัญหาคล้ายๆ กับฉัน และเมื่อได้เห็นเขาเหล่านั้นสามารถแก้ไขปัญหาให้ดีขึ้นได้ ทำให้ฉันเกิดความหวังและมีกำลังใจขึ้นด้วย” ซึ่งบัตรปัจจัยบำบัดนี้ได้ผ่านการตรวจสอบความตรงทางเนื้อหาของเครื่องมือ โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 คน คือนักสังคมสงเคราะห์ นักจิตวิทยา และอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญทางการพยาบาลจิตเวช ได้ค่า Content Validity Index (CVI) = .91 (Rongmuang, 2008)

### การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ได้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ คณะ

แพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ในการศึกษา ผู้วิจัยได้ปฏิบัติตามหลักจริยธรรมต่อกลุ่มตัวอย่าง มีการชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการวิจัย ความเสี่ยง ผลประโยชน์และสิทธิ กลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมวิจัยโดยความสมัครใจ การนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวม

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

หลังจากได้รับอนุมัติจาก คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ผู้วิจัยชี้แจงนักศึกษาเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ การดำเนินการศึกษา สิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการเข้าร่วมกลุ่มส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมโดยใช้เทคนิคละครจิตบำบัด เมื่อนักศึกษาสมัครใจเข้าร่วมการศึกษาโดยการลงนาม ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยให้กลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมกลุ่มส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมโดยใช้เทคนิคละครจิตบำบัด และประเมินปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นหลังสิ้นสุดการเข้าร่วมกลุ่มครั้งที่ 2-11 ใช้เวลาในการประเมิน 10-15 นาที ซึ่งดำเนินการโดยผู้วิจัยแจกบัตรปัจจัยบำบัดให้สมาชิกกลุ่มคนละ 12 บัตร ปัจจัยบำบัด หลังจากสิ้นสุดการดำเนินกลุ่มละครจิตบำบัดแต่ละครั้ง แล้วให้สมาชิกกลุ่มทุกคนเลือกบัตรปัจจัยบำบัดที่ตรงตามความคิดความรู้สึกของตนเอง จากการเข้าร่วมกลุ่มละครจิตบำบัด ซึ่งสมาชิกกลุ่มสามารถเลือกบัตรปัจจัยบำบัดจำนวนเท่าใดก็ได้ จากนั้นผู้วิจัยจะบันทึกข้อมูลบัตรปัจจัยบำบัดที่สมาชิกกลุ่มแต่ละคนเลือก

### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ใช้สถิติบรรยาย (ความถี่ และร้อยละ)

ในการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล

2. คำนวณหาค่าร้อยละของบัตรปัจจัยบำบัดที่ถูกสมาชิกกลุ่มเลือกในการทำกลุ่มแต่ละครั้ง (ครั้งที่ 2 ถึงครั้งที่ 11)

3. คำนวณหาค่าเฉลี่ยร้อยละของบัตรปัจจัยบำบัดในการดำเนินกลุ่มทั้งหมด (ครั้งที่ 2 ถึงครั้งที่ 11) โดยนำค่าร้อยละของบัตรปัจจัยบำบัดแต่ละปัจจัยในการทำกลุ่มรวม 10 ครั้ง มาคำนวณหาค่าเฉลี่ยของปัจจัยบำบัด เพื่อทราบถึงค่าเฉลี่ยร้อยละปัจจัยบำบัดโดยภาพรวมที่เกิดขึ้นในกลุ่มส่งเสริมการปรับตัวโดยใช้เทคนิคละครจิตบำบัดตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงสิ้นสุดการศึกษา

## ผลการวิจัย

### 1. ข้อมูลส่วนบุคคล

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 ในสถาบันการศึกษาพยาบาลสังกัดมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง จำนวน

9 คน นักศึกษาทั้งหมดเป็นเพศหญิง อายุระหว่าง 20-21 ปี

### 2. ปัจจัยบำบัด

ในการดำเนินกลุ่มส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมโดยใช้เทคนิคละครจิตบำบัด 10 ครั้ง บัตรปัจจัยบำบัดที่นักศึกษาเลือกมากเป็นอันดับแรกคือ ความรู้สึกว่าตนเองไม่แตกต่างจากผู้อื่น (universality) ค่าเฉลี่ย ร้อยละ 68.93 (range = 28.6-100) อันดับสอง คือ การเรียนรู้ข้อมูลใหม่ (imparting of information) ค่าเฉลี่ย ร้อยละ 68.89 (range = 42.9-100) อันดับสาม คือ การเรียนรู้ในสัจธรรมของชีวิต (existential factors) ค่าเฉลี่ย ร้อยละ 67.52 (range = 28.6-100) อันดับสี่ คือ ความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น (altruism) ค่าเฉลี่ย ร้อยละ 60.56 (range = 33.3-85.70) และอันดับห้า คือ การมีความผูกพันกันในกลุ่ม (group cohesiveness) ค่าเฉลี่ย ร้อยละ 60.08 (range = 0-100) ดังตารางที่ 1

**ตารางที่ 1** แสดงร้อยละของปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นในกลุ่มส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมโดยใช้เทคนิคละครจิตบำบัด จำนวน 10 ครั้ง ในนักศึกษาพยาบาล

อันดับ ที่	ปัจจัยบำบัด	ค่าเฉลี่ย ร้อยละ	ครั้งที่ดำเนินกลุ่ม									
			2 (n=7)	3 (n=9)	4 (n=9)	5 (n=7)	6 (n=9)	7 (n=7)	8 (n=7)	9 (n=7)	10 (n=7)	11 (n=8)
1	universality	68.93	71.4	66.7	77.8	100	55.6	85.7	71.4	57.1	28.6	75
2	imparting of information	68.89	42.9	44.4	66.7	85.7	77.8	100	71.4	100	100	75
3	existential factors	67.52	57.1	66.7	88.9	42.9	100	100	28.6	57.1	71.4	62.5
4	altruism	60.56	42.9	66.7	33.3	85.7	55.6	85.7	42.9	71.4	71.4	50
5	group cohesiveness	60.08	42.9	44.4	100	71.4	77.8	100	85.7	28.6	0	50

**ตารางที่ 1** แสดงร้อยละของปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นในกลุ่มส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมโดยใช้เทคนิคละครจิตบำบัด จำนวน 10 ครั้ง ในนักศึกษายาบาล (ต่อ)

อันดับ ที่	ปัจจัยบำบัด	ค่าเฉลี่ย ร้อยละ	ครั้งที่ดำเนินกลุ่ม									
			2 (n=7)	3 (n=9)	4 (n=9)	5 (n=7)	6 (n=9)	7 (n=7)	8 (n=7)	9 (n=7)	10 (n=7)	11 (n=8)
6	self- understanding	54.34	14.3	33.3	55.6	14.3	77.8	100	71.4	57.1	57.1	62.5
7	instillation of hope	51.28	71.4	33.3	44.4	85.7	33.3	85.7	28.6	14.3	28.6	87.5
8	family reenactment	37.03	0	0	66.7	28.6	0	71.4	0	85.7	42.9	75
9	imitative behavior	35.70	28.6	33.3	66.7	0	44.4	85.7	42.9	14.3	28.6	12.5
10	interpersonal learning out-put	33.80	42.9	33.3	77.8	14.3	0	100	42.9	0	14.3	12.5
11	catharsis	33.63	28.6	11.1	44.4	28.6	11.1	100	57.1	0	42.9	12.5
12	interpersonal learning in-put	23.59	14.3	44.4	11.1	0	0	71.4	28.6	0	28.6	37.5

### การอภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นในกระบวนการกลุ่มส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมโดยใช้เทคนิคละครจิตบำบัดทั้งหมดจำนวน 10 ครั้ง จะมีปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นในกิจกรรมแต่ละครั้งแตกต่างกันไป ซึ่งองค์ประกอบสำคัญในการขับเคลื่อนให้เกิดปัจจัยบำบัดดังกล่าวต่อสมาชิกกลุ่มนั้นสามารถอธิบายได้ ดังนี้

ปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นสูงสุดอันดับแรก คือ ความรู้สึกที่ว่าตนเองไม่แตกต่างจากผู้อื่น อธิบายได้ว่า การเข้าร่วมกลุ่มในการศึกษาครั้งนี้ทำให้สมาชิกรู้สึกที่ว่าตนเองไม่ได้มีปัญหาเพียงคนเดียว แต่เพื่อนสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆ ต่างก็มีปัญหา

ด้วยกันทั้งนั้น ดังที่สมาชิกกลุ่มได้ให้ข้อมูลว่า “การเข้ากลุ่มทำให้ได้รู้ว่าทุกคนได้ผ่านอะไรๆ ในชีวิตมาเยอะ แต่ละคนต่างก็มีปัญหามากมาย ไม่มีใครที่จะมีชีวิตสมบูรณ์แบบ ทำให้รู้สึกเหมือนมีคนหัวใจเดียวกันมานั่งรวมกัน ต่างคนต่างทุกข์ การได้พูดคุยกันทำให้รู้สึกไม่โดดเดี่ยว”

ปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นสูงเป็นอันดับสอง คือ การเรียนรู้ข้อมูลใหม่ ซึ่งอธิบายได้ว่ากระบวนการที่สมาชิกมีโอกาสได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ผ่านกระบวนการละครจิตบำบัดทำให้สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้ข้อมูลใหม่ที่หลากหลายที่เป็นประโยชน์และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ ดังที่สมาชิกกลุ่มได้ให้ข้อมูลว่า “การชมละครและการ

แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ช่วยให้ได้เรียนรู้เกี่ยวกับปัญหาและแนวทางการแก้ไขปัญหาที่หลากหลาย ได้ข้อคิดว่าถ้าวิธีการแก้ปัญหาเดิมนั้นใช้ไม่ได้ผล เราควรเปิดใจและเรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลงวิธีการ ซึ่งมีหลายวิธี ตามที่เพื่อนและผู้นำกลุ่มได้ช่วยกันเสนอข้อคิดดีๆ ที่นำมาไปปรับใช้ได้ในชีวิตจริง ทำให้ได้ฝึกคิดหลายๆ ด้านเพิ่มขึ้น”

ปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นสูงเป็นอันดับสาม คือ การเรียนรู้ในสังขรณ์ของชีวิต อธิบายได้ว่า กระบวนการกลุ่มที่ใช้เทคนิคละครจิตบำบัด ทำให้สมาชิกกลุ่มได้มีประสบการณ์ตรง เกิดความเข้าใจถึงความเป็นจริงของชีวิตว่า ชีวิตไม่ได้ราบรื่นเสมอไป ต่างมีสุขทุกข์ปะปนกัน สอดคล้องกับที่สมาชิกให้ข้อมูลไว้ว่า “จากการเข้าร่วมกลุ่ม ทำให้เห็นว่า ชีวิตของเรานั้นมีทั้งความสุขและทุกข์ ความสุขและความทุกข์ไม่ได้เกิดขึ้นและอยู่กับเราตลอดเวลา เมื่อคิดได้แบบนี้ ทำให้รู้สึกเข้มแข็งขึ้น และพร้อมที่จะยอมรับชีวิตตามความเป็นจริงอย่างมีสติเพิ่มขึ้น”

ปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นสูงเป็นอันดับที่สี่ คือ ความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น อธิบายได้ว่าหลังจากที่สมาชิกกลุ่มได้แสดงละครและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่เป็นปัญหาร่วมกัน ทำให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน และอยากมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือให้เพื่อนสมาชิกก้าวข้ามความทุกข์หรืออุปสรรคนั้น ดังที่สมาชิกกลุ่มให้ข้อมูลไว้ว่า “เมื่อได้เห็นการแสดงละครที่สะท้อนความไม่สบายใจของเพื่อนแล้ว รู้สึกเห็นใจ รู้สึกร่วมกับเพื่อน และอยากช่วยให้เพื่อนแก้ปัญหาได้” และ “การเข้ากลุ่มที่มีการพูดคุยกันถึงปัญหาต่างๆ ในชีวิต ทำให้รู้สึกใส่ใจ ความรู้สึกคนรอบข้างมากขึ้น จากเมื่อก่อนที่ไม่

ค่อยอยากเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับใคร ปัญหาใครก็ให้เขาจัดการเอง พอได้เข้ากลุ่มก็เปลี่ยนไป คือเมื่อเห็นเพื่อนไม่สบายใจก็อยากช่วย อย่างน้อยให้เขาได้ระบายออกมาก็ยังดี และจะรู้สึกดีมาก ที่ได้ช่วยเสนอแนวทางการแก้ปัญหาให้เพื่อน ยิ่งถ้าเป็นประสบการณ์ที่เราเคยทำสำเร็จมาด้วยยิ่งภูมิใจเหมือนเราก็เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มที่เพื่อนพึ่งพาอาศัยได้”

ปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นสูงเป็นอันดับที่ห้า คือ การมีความผูกพันภายในกลุ่ม อธิบายได้ว่า การที่สมาชิกกลุ่มได้เข้าร่วมกลุ่มเป็นเวลาติดต่อกัน นานพอสมควร และมีโอกาสได้ร่วมสุขร่วมทุกข์ ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดความผูกพัน รักใคร่ และรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มอย่างแท้จริง ดังที่สมาชิกกลุ่มให้ข้อมูลไว้ว่า “การเข้ากลุ่มทำให้ได้รู้จักใกล้ชิดกับเพื่อนมากขึ้นจากที่ไม่เคยรู้จักกันมาก่อน ชอบที่ทุกคนพยายามช่วยเหลือกัน รับฟังซึ่งกันและกันด้วยความยอมรับและเข้าใจ ทำให้รู้สึกอบอุ่นมาก รู้สึกว่าเป็นกลุ่มของเราจริงๆ ที่เราจะต้องร่วมมือช่วยเหลือกัน”

ปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นเป็นอันดับที่หก คือ ความเข้าใจตนเอง อธิบายได้ว่า ด้วยกระบวนการของกลุ่มละครจิตบำบัดที่มุ่งให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจความคิด ความรู้สึกของตนเองต่อปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต จึงน่าจะเป็นปัจจัยหนึ่งที่สนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มเกิดความเข้าใจตนเอง อย่างไรก็ดีตามเนื่องจาก การเข้าใจตนเอง นั้นเป็นเรื่องที่บุคคลต้องอาศัยการฝึกฝนฟังเสียงภายในตนเอง อย่างลึกซึ้ง (deep listening) การน้อมใจใคร่ครวญ (contemplation) และเฝ้าสังเกตธรรมชาติของจิตใจ (meditation) ดังนั้นจึงเป็นไปได้ว่าการ

พัฒนาความเข้าใจตนเองผ่านกระบวนการกลุ่ม  
ละครจิตบำบัดเพียงอย่างเดียวอาจจะมีข้อ  
จำกัด

ปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นเป็นอันดับที่เจ็ด คือ  
การจุดประกายความหวัง หมายถึงการที่สมาชิก  
กลุ่มเกิดความรู้สึกมั่นใจว่าตนเองจะสามารถก้าว  
ข้ามอุปสรรคต่างๆ ในชีวิตได้ หลังจากที่ได้เห็น  
หรือได้รู้ว่าสมาชิกคนอื่นสามารถจัดการปัญหา  
และรู้สึกดีขึ้น ซึ่งในการเข้าร่วมกลุ่มละครจิตบำบัด  
สมาชิกกลุ่มก็จะมีโอกาสได้เห็นความสำเร็จใน  
การแก้ปัญหาของสมาชิกคนอื่นผ่านการแสดง  
และการพูดคุย จึงน่าจะเป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยให้  
สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกมีความหวังในการ  
เผชิญปัญหาของตนเอง อย่างไรก็ตาม การที่  
บุคคลจะเกิดความเชื่อมั่นว่าตนเองจะสามารถ  
ข้ามพ้นปัญหาหรืออุปสรรคไปได้ นั่น สิ่งสำคัญ  
ก็คือ บุคคลต้องเกิดการยอมรับก่อนว่า “ปัญหา  
ทั้งหมดที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะเกี่ยวข้องกับสิ่งใดหรือ  
ผู้ใดก็ตาม แท้จริงแล้วความทุกข์ใจที่เกิดขึ้นนั้น  
เป็นเพราะตนเองเป็นผู้สร้างเงื่อนไขทางความคิด  
ที่ทำให้ตนเองเป็นทุกข์” และจากการยอมรับ  
สาเหตุของปัญหา จะทำให้บุคคลเกิดความหวังว่า  
ตนเองสามารถเป็นที่พึ่งในการแก้ปัญหาภายใน  
จิตใจของตนเองได้ จากข้อมูลดังกล่าว สะท้อน  
ให้เห็นว่าที่บุคคลจะเกิดความหวังและมีแรง  
บันดาลใจในการเผชิญปัญหาในชีวิตได้อย่าง  
แท้จริง นั้นควรเริ่มต้นส่งเสริมให้บุคคลได้กลับ  
มาพิจารณาความคิด จิตใจของตนเองก่อน แล้ว  
จึงสนับสนุนให้เกิดการเรียนรู้วิธีการแก้ไขปัญหา  
ภายนอก

ปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นเป็นอันดับที่แปด  
คือ การสะท้อนความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลใน

ครอบครัว ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่า สมาชิกกลุ่ม  
ได้มีการนำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับครอบครัวเข้าสู่  
การแสดงละคร 3 ครั้ง จึงน่าจะเป็นช่วงที่ทำให้  
เกิดปัจจัยบำบัดนี้คือ สมาชิกกลุ่มได้ทบทวน  
สัมพันธภาพระหว่างตนเองกับบุคคลในครอบครัว  
อย่างไรก็ตาม การที่ปัจจัยนี้ถูกประเมินว่าเกิดขึ้นต่ำ  
อาจเนื่องมาจากสมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่มาจาก  
ครอบครัวที่ไม่มีปัญหาความสัมพันธ์

ปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นเป็นอันดับที่เก้า คือ  
การเลียนแบบพฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสมนั้น  
พบว่าในกระบวนการกลุ่มละครจิตบำบัดมี  
บางครั้งที่ผู้นำกลุ่มได้ใช้เทคนิค role training  
ซึ่งเป็นวิธีการที่กระตุ้นให้สมาชิกในกลุ่มได้ช่วยกัน  
เสนอแนะแนวทางการแก้ปัญหาผ่านการแสดง  
ละคร แล้วให้ผู้แสดงนำได้พิจารณาเลือกวิธีการที่  
เหมาะสมกับตนเอง ดังนั้นจึงทำให้สมาชิกกลุ่ม  
บางคนเกิดการเลียนแบบพฤติกรรมที่เหมาะสม  
บางอย่างจากเพื่อนสมาชิกกลุ่ม อย่างไรก็ตาม  
เนื่องจากสมาชิกกลุ่มเป็นบุคคลที่ไม่ได้มีปัญหา  
เรื่องพฤติกรรมหรือปัญหาบุคลิกภาพที่จำเป็น  
ต้องการต้นแบบในการเปลี่ยนพฤติกรรมใหม่  
ดังนั้นจึงอาจทำให้การเกิดปัจจัยบำบัดนี้ไม่มากนัก

ปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นเป็นอันดับที่สิบ  
คือ การเรียนรู้พฤติกรรมภายนอกในการสร้าง  
สัมพันธภาพกับผู้อื่น อธิบายได้ว่าวิธีการที่กระบวนการ  
กลุ่มละครจิตบำบัดส่งเสริมให้สมาชิกกลุ่มได้มี  
กิจกรรมต่างๆ ที่ทำร่วมกันกับเพื่อนสมาชิก  
ทำให้สมาชิกกลุ่มได้มีโอกาสที่จะพัฒนาทักษะ  
การทำงานร่วมกับผู้อื่น พัฒนาความไว้วางใจ  
รู้จักการสร้างความใกล้ชิด และสามารถก้าวข้าม  
เงื่อนไขหรือข้อจำกัดบางประการของตนเองใน  
การสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น ดังที่สมาชิกกลุ่ม

ได้ให้ข้อมูลว่า “การเข้ากลุ่มทำให้ได้เรียนรู้ในการอยู่ร่วมและทำงานกับผู้อื่นที่มีนิสัยและความคิดเห็นที่แตกต่างหลากหลาย ซึ่งบางครั้งอาจทำให้เรารู้สึกชอบและไม่ชอบ แต่จากการทำกิจกรรมร่วมกัน ทำให้รู้สึกใกล้ชิดกันเพิ่มขึ้น เข้าใจพฤติกรรมเพื่อนมากขึ้น มองสิ่งที่เพื่อนทำว่ามีเบื้องหลังที่แตกต่าง เกิดการยอมรับซึ่งกันและกันมากขึ้น และสามารถทำกิจกรรมร่วมกันได้อย่างไม่มีความรู้สึกขัดแย้งหรืออึดอัดใจ”

อย่างไรก็ตาม การที่ปัจจัยนี้เกิดขึ้นน้อยอาจเนื่องมาจากปัจจัยบังคับนี้เป็นปัจจัยที่จะเกิดขึ้นสูงได้ก็ต่อเมื่อสมาชิกกลุ่มได้เข้ากลุ่มร่วมกันเป็นเวลานานมากเพียงพอ

ปัจจัยบังคับที่เกิดขึ้นเป็นอันดับที่สิบเอ็ดคือ การระบายความรู้สึกที่ถูกประเมินว่าเกิดขึ้นประมาณร้อยละ 30 อาจเนื่องมาจากกระบวนการกลุ่มละครจิตบำบัดที่เปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้ระบายความคิด ความรู้สึก ผ่านการแสดงละครดังกล่าวสมาชิกกลุ่มได้ให้ข้อมูลว่า “การเข้ากลุ่มทำให้ได้ระบายความรู้สึกต่างๆ ทั้งที่สบายใจและไม่สบายใจให้กลุ่มฟัง ไม่ต้องเก็บไว้คนเดียวให้อึดอัดใจ รู้สึกดีเหมือนมีกลุ่มเป็นที่ปรึกษาที่ให้การยอมรับ ไม่ตัดสิน ทำให้รู้สึกดีมากที่สุดได้ระบายเรื่องที่ไม่สบายใจออกมา”

อย่างไรก็ตาม การที่ปัจจัยบังคับนี้เกิดขึ้นไม่มากนักในการศึกษาคั้งนี้ อธิบายได้ว่า อาจเนื่องมาจาก วัฒนธรรมของคนไทยที่มักจะไม่ค่อยแสดงออกทางอารมณ์และความรู้สึกของตนเองอย่างเปิดเผยมากนัก จึงอาจทำให้สมาชิกกลุ่มยังไม่ได้ระบายออกทางอารมณ์อย่างเป็นธรรมชาติ

ปัจจัยบังคับที่เกิดขึ้นเป็นอันดับสุดท้ายคือ การเรียนรู้พฤติกรรมภายในตนเองในการ

สร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นที่ถูกประเมินว่าเกิดขึ้นในกระบวนการกลุ่มครั้งนี้อยู่ในอันดับสุดท้าย ซึ่งผลการศึกษาดังกล่าวขัดแย้งกับการศึกษาของ Ozbay et al (1993) ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่เป็นวัยรุ่นประเมินว่าปัจจัยบังคับ การเรียนรู้พฤติกรรมภายในตนเองในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นเกิดขึ้นอยู่ในอันดับที่สี่ ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากลักษณะนิสัยของคนไทยที่ค่อนข้างเกรงใจและไม่กล้าแสดงความคิดเห็นต่อสิ่งที่ผู้อื่นทำของผู้อื่น รวมทั้งสมาชิกกลุ่ม เป็นกลุ่มวัยรุ่นที่ค่อนข้างให้ความสำคัญในเรื่องความสัมพันธ์กับเพื่อนจึงอาจทำให้รู้สึกไม่มั่นใจที่จะเปิดเผยความรู้สึกของตนเองที่มีต่อเพื่อนโดยตรงไปตรงมา ทำให้สมาชิกกลุ่มรู้สึกว่าตนเองไม่ค่อยได้เรียนรู้พฤติกรรมภายในตนเองในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น

เมื่อเปรียบเทียบกับการศึกษาของต่างประเทศพบว่า มีปัจจัยบังคับ 2 ปัจจัย คือ ความรู้สึกว่าตนเองไม่แตกต่างจากผู้อื่น และการได้เรียนรู้ในสังขรณ์ของชีวิตเป็นปัจจัยบังคับเกิดขึ้นสูงจัดอยู่ในห้าอันดับแรก ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Kim (2003) ที่ศึกษาปัจจัยบังคับในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยและบุคคลในวัยทำงานประเทศเกาหลี นอกจากนี้ยังพบว่าผลการศึกษาคั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาผลของกลุ่มละครจิตบำบัดในผู้ป่วยจิตเวช (Ozbay, et al., 1993; Yoon, et al., 1999) ในประเด็นที่ว่า การเข้าร่วมกลุ่มละครจิตบำบัดช่วยให้เกิดปัจจัยการเรียนรู้ถึงสังขรณ์ของชีวิต ส่วนปัจจัยบังคับอื่นๆ นั้น พบว่าแม้ว่าสมาชิกกลุ่มจะประเมินว่ามีการเกิดขึ้นแต่เมื่อเรียงลำดับที่ของการเกิดขึ้นพบว่าผลการศึกษาคั้งนี้มีความแตกต่างกัน ทั้งนี้

อธิบายได้ว่าอาจเนื่องมาจาก ลักษณะของสมาชิก กลุ่มที่มีความแตกต่างกันทางสังคม วัฒนธรรม บทบาทหน้าที่ และลักษณะเฉพาะบุคคล จึงอาจ ทำให้ปัญหาที่นำเสนอเข้าสู่การแสดงละคร แตกต่างกันไป มีผลให้ออกัสการเรียนรู้ ความสามารถในการรับรู้และเรียนรู้ประสบการณ์ในกลุ่มที่แตกต่างกันทำให้การได้รับประโยชน์จาก ปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นแตกต่างกัน และอาจเนื่อง มาจากเป้าหมายเฉพาะของการทำกลุ่มละคร จิตบำบัดที่มีแตกต่างกัน กล่าวคือ ในการศึกษา ครั้งนี้จะเน้นการพัฒนาทักษะการปรับทางสังคม เท่านั้น ดังนั้นเนื้อหาของโปรแกรมจึงอาจมีผล ทำให้ปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นแตกต่างจากกลุ่มละคร จิตบำบัดในการศึกษาอื่น

อย่างไรก็ตามแม้ว่าปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้น ในกลุ่มละครจิตบำบัดในการศึกษานี้จะมีความแตกต่างจากการศึกษาอื่นบ้าง แต่การที่มี ปัจจัยบำบัดต่างๆ เกิดขึ้นในกลุ่ม ถือเป็นข้อมูลที่ สำคัญที่บ่งชี้ว่ากลุ่มละครจิตบำบัดนี้มีประโยชน์ ต่อสมาชิกกลุ่มในเชิงการบำบัด ซึ่งสามารถอธิบาย ได้ว่าการที่ปัจจัยบำบัดทั้ง 12 ปัจจัยเกิดขึ้นใน กระบวนการกลุ่มละครจิตบำบัด อาจเนื่องมาจาก หลายประการ คือ 1) กระบวนการกลุ่มที่ผู้นำ กลุ่มได้เริ่มต้นทำกลุ่มเตรียมความพร้อมให้ สมาชิกกลุ่มก่อนจะเริ่มใช้เทคนิคละครจิตบำบัด เข้าไปในกลุ่ม โดยมีกิจกรรมการชี้แจงวัตถุประสงค์ บทบาทหน้าที่ ระยะเวลาของการทำกลุ่ม สถานที่ การเก็บรักษาความลับ สิทธิของสมาชิกกลุ่ม ขึ้นตอนและองค์ประกอบของกลุ่มละคร จิตบำบัด นอกจากนั้นผู้นำกลุ่มยังได้จัดกิจกรรม ละครพฤติกรรม สร้างความคุ้นเคย และพลังกลุ่ม ซึ่งกิจกรรมในการเตรียมความพร้อมนี้น่าจะมีผล

ช่วยให้สมาชิกเกิดความเข้าใจ รู้สึกไว้วางใจ และ มีความชัดเจนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ทำให้ สมาชิกกลุ่มตัดสินใจให้ความร่วมมือในกิจกรรม กลุ่มที่ใช้เทคนิคละครจิตบำบัดได้อย่างต่อเนื่อง 2) ลักษณะของกระบวนการกลุ่มละครจิตบำบัด ที่สนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจปัญหา ความรู้สึก ภายในตนเอง และปัญหาความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคล ในช่วงอุ่นเครื่องได้ระบายความคิด ความรู้สึก ความต้องการออกมาผ่านการแสดง ละคร ได้ฝึกทักษะการแสดงออกที่เหมาะสมใน ช่วงการแสดง รวมทั้งยังได้มีการพูดคุยแลกเปลี่ยน ความคิด ความรู้สึก ซึ่งกันและกัน ในช่วงการ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ 3) เนื่องจากแผนการ จัดกิจกรรมในการศึกษานี้ มุ่งเน้นการส่งเสริม การปรับตัวทางสังคม ซึ่งเป็นเนื้อหาที่เกี่ยวข้อง กับประเด็นปัญหาการดำเนินชีวิต เช่น การปรับตัว ให้เข้ากับกฎเกณฑ์มาตรฐานทางสังคม ทักษะ ทางสังคม การสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลต่างๆ ทั้งในครอบครัว สถานศึกษา และชุมชนที่อยู่อาศัย เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้และฝึกปรับตัวให้อยู่ ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างปกติ และ 4) เนื่อง ด้วยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปี เดียวกัน อายุใกล้เคียงกัน เรียนในสถาบันเดียวกัน พักอาศัยอยู่ในหอพักเดียวกัน ทำให้กลุ่มตัวอย่าง ต่างเคยมีประสบการณ์เกี่ยวกับปัญหาการ ปรับตัวทางสังคมที่คล้ายคลึงกัน ทำให้สามารถ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกันได้ด้วย ความเข้าใจ และมีความรู้สึกร่วมในปัญหาต่างๆ ได้ง่าย

การศึกษานี้ แสดงให้เห็นว่าปัจจัย บำบัดต่างๆ เกิดขึ้นในกลุ่มส่งเสริมการปรับตัว ทางสังคมโดยใช้เทคนิคละครจิตบำบัดนี้เป็น

ปัจจัยที่ช่วยสนับสนุนให้กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกลุ่มได้รับประโยชน์ตามเป้าหมายเฉพาะของกลุ่ม อย่างไรก็ตามผลการศึกษานี้มีข้อจำกัดในการใช้อ้างอิงผลการศึกษาไปยังกลุ่มประชากรเนื่องจากลักษณะและจำนวนของกลุ่มตัวอย่างซึ่งควรที่จะมีการศึกษาต่อไป

### ข้อเสนอแนะ

ในการศึกษาครั้งนี้ ได้ศึกษาปัจจัยบำบัดในกลุ่มละครจิตบำบัด ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นในกลุ่มละครจิตบำบัดสำหรับนักศึกษาพยาบาล จะมีปัจจัยบำบัดที่เกิดขึ้นในกิจกรรมแต่ละครั้งแตกต่างกันไป ตามองค์ประกอบในการขับเคลื่อนให้เกิดปัจจัยบำบัดดังกล่าว จึงควรมีการศึกษาปัจจัยบำบัดในโปรแกรมที่ช่วยเสริมสร้างศักยภาพต่างๆ ในกลุ่มนักศึกษาหรือกลุ่มบำบัดที่จัดสำหรับผู้ป่วยจิตเวช เพื่อช่วยเพิ่มประสิทธิภาพของโปรแกรมและกลุ่มบำบัดต่างๆ และทำให้ทราบจุดอ่อนและจุดแข็ง รวมถึงความเหมาะสมของกระบวนการจัดโปรแกรมหรือจัดกลุ่มต่างๆ สำหรับนักศึกษาหรือผู้ป่วยจิตเวชให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

### กิตติกรรมประกาศ

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ปิยฉัตร เรื่องวิเศษ ฟินนี่ และผู้ทรงคุณวุฒิที่ให้คำแนะนำในการจัดกลุ่มส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมโดยใช้เทคนิคละครจิตบำบัด ขอบขอบคุณอาจารย์แพทย์หญิงทานตะวัน สุระเชชากุล และอาจารย์แพทย์หญิงธนิศา หิรัญเทพ ที่กรุณาเป็นแพทย์ผู้ดูแลผู้เข้าร่วมวิจัย และขอบคุณคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดีที่สนับสนุนทุนในการทำ

วิจัย ที่สำคัญขอขอบคุณกลุ่มนักศึกษาพยาบาลที่ยินดีและเต็มใจเข้าร่วมการวิจัย ทำให้ผู้วิจัยสามารถดำเนินการวิจัยได้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

### เอกสารอ้างอิง

- สุดา รองเมือง, กนกพร เรืองเพิ่มพูล, และพัชรินทร์ นินทจันทร์. (2556). ผลของกลุ่มส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมโดยใช้เทคนิคละครจิตบำบัดในนักศึกษาพยาบาล. *รามาธิบดีพยาบาลสาร*, 19(1), 114-128.
- Bloch, S. (1981). Therapeutic factors in group psychotherapy. *Archives of General psychiatry*, 38(5), 519-526.
- Corey, G. (2000). *Theory & practice of group counseling*. (5<sup>th</sup> ed.). California: Brooks/Cole.
- Hollander, C. E. (2002). A process for psychodrama training: The hollander psychodrama curve. *International Journal of Action Methods: Psychodrama, Skill Training, and Role Playing*, 54(4), 147-157.
- Kim, K.W. (2003). The effects of being the protagonist in psychodrama. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama, and Sociometry*, 55(4), 115-127.
- Ozday, H., Goka, E., Ozturk, E., Gungor, S., & Hincal, G. (1993). Therapeutic factors in an adolescent psychodrama group. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama, and Sociometry*, 46(1), 3-11.
- Rongmuang, S. (2008). *The effects of group therapy based on psychodrama theory*

- and therapeutic factors on emotional intelligence in male juvenile offenders at Sirindhorn juvenile vocational training centre for boys.* Unpublished master's thesis, Mahidol University, Bangkok.
- Stuart, W. G., Lasalle, P. M., & Lasalle, A. J. (2009). Therapeutic groups. In G. W. Stuart. *Principles and practice of psychiatric nursing* (9<sup>th</sup> ed., pp. 594-604). Missouri: Mosby.
- Yalom, I. D. (1995). *The theory and practice of group psychotherapy* (4<sup>th</sup> ed.). New York: Basic Books.
- Yoon, S. C., Lee, H. K., Kim, S. J., Hahm, W., & Hong, H. H. (1999). Therapeutic factors of large group psychodrama for psychiatric inpatients. *Journal Korean Neuropsychiatric Association*, 38(2), 306-316.
- Zeynep, K. (2011). Investigating the effects of group practice performed using psychodrama techniques on adolescent's conflict resolution skills. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 11(2), 609-614.