

ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลต์ต่อความสุข ของนักศึกษาพยาบาล

ดารินทร์ พนาสันต์* วรางคณา คุ้มสุข¹ ศิริธิดา ศรีพิทักษ์¹ อาคม โพธิ์สุวรรณ¹ ทิพา มหาพรหม¹

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลต์ต่อความสุขของนักศึกษาพยาบาล ประชากรคือนักศึกษาพยาบาลที่มีคะแนนความสุขต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 จำนวน 16 คน และใช้วิธีการสุ่มอย่างง่ายโดยการจับสลากเป็นรายบุคคลเพื่อคัดเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มทดลองจำนวน 8 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดความสุขและโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลต์ต่อความสุขของนักศึกษาพยาบาล การเก็บข้อมูลแบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม และทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มโดยวิธีการทดสอบแบบบอนเฟอร์โรนี

ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองมีความสุขในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลการทดลองสูงกว่านักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 และนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองมีความสุขในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95

คำสำคัญ: ความสุข การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เกสตัลต์ นักศึกษาพยาบาล

*ดารินทร์ พนาสันต์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนิ สุพรรณบุรี darin@snc.ac.th

¹วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนิ สุพรรณบุรี

THE EFFECTS OF GESTALT GROUP COUNSELING ON HAPPINESS OF NURSING STUDENTS

Darin Panasun* Warangkna Kumsuk¹ Sirithida Sripitak¹ Arkom Photosuwan¹ Tiwa Mahaphrom¹

Abstract

This Quasi-experimental research aimed to study the effects of Gestalt's group counseling on happiness of nursing students. The population were 16 nursing students who had happiness score less than 25 percentile. The eligible students were randomly selected by simple random sampling to divide into two groups: experimental group and control group, with 8 students in each groups. The instruments used in this study included happiness scale and Gestalt's group counseling Program. The data collecting procedure was divided into three phases: The pre-test, post-test, and the follow up phases. The data were analyzed through the use of the repeated-measures analysis of variance: one between-subjects variable and one within-subjects variable. The Bonferroni Method was used for comparison.

The results indicated the significant interaction between the program and the duration of experiment at 95 percent confident interval. The nursing students in the experimental group demonstrated significantly higher happiness score than the control group at 95 percent confident interval, in both post-test and follow up phases. The post-test and the follow up phases' happiness scores of the experimental were also significantly higher than the pre-test's at 95 percent confident interval.

Keywords: happiness, group counseling, Gestalt, nursing students

*Darin Panasun, Boromarajonani College of Nursing Suphan Buri, darin@snc.ac.th

¹ Boromarajonani College of Nursing Suphan Buri

บทนำ

การที่จะพัฒนาประเทศไทยไปสู่ความมั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืน ให้เกิดขึ้นในอนาคตนั้น จะต้องให้ความสำคัญกับการเสริมสร้างทุนของประเทศที่มีอยู่ให้เข้มแข็งและมีพลังเพียงพอในการขับเคลื่อนกระบวนการพัฒนาทั้งในระยะกลางและระยะยาว โดยเฉพาะ “การพัฒนาคน” ให้มีความพร้อมรองรับการเปลี่ยนแปลงของโลกในศตวรรษที่ 21 ดังที่ระบุไว้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560 - 2564) ที่มีหลักการสำคัญคือ “ยึดคนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนา” มุ่งสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีสำหรับคนไทย พัฒนาคนให้มีความเป็นคนที่สมบูรณ์ มีวินัย ใฝ่รู้ มีความรู้ มีทักษะมีความคิดสร้างสรรค์ มีทัศนคติที่ดี รับผิดชอบต่อสังคม มีคุณธรรมและจริยธรรม และมีความสุขในสังคม

การศึกษาระดับอุดมศึกษาของประเทศไทยในปัจจุบันยึดตามแผนพัฒนาการศึกษาระดับอุดมศึกษา ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560-2564) ที่ต้องการบัณฑิตที่มีคุณภาพ มีคุณภาพระหว่างแรงงาน และเก่งความดี มีความรับผิดชอบ มีสุขภาวะ ทั้งร่างกายและ จิตใจ เพื่อตนเองและสังคม สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพงานที่เปลี่ยนแปลงได้อย่างมีความสุข

วิทยาลัยพยาบาลเป็นสถาบันการศึกษาในระดับอุดมศึกษา ในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตภายใต้การรับรองของสภาการพยาบาล มุ่งเน้นการปฏิบัติในการให้บริการด้านสุขภาพอนามัยแก่บุคคล ครอบครัว และชุมชน ทั้งในด้านการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสุขภาพ เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะที่ดีแก่ประชาชน การศึกษาพยาบาลจึงมีความแตกต่างจากการศึกษาวิชาชีพอื่น เพราะวิชาชีพพยาบาลเป็นวิชาชีพที่มุ่งปฏิบัติโดยตรงต่อชีวิตมนุษย์ ซึ่งนักศึกษาที่เลือกเรียนวิชาชีพนี้จะ ต้องเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบอย่างสูง ทำให้นักศึกษาเกิดความเครียดและอาจจะไม่มีความสุขในการเรียนได้ จากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่านักศึกษาพยาบาลมีความสุขในการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง¹ เพราะนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในสาขาพยาบาลศาสตรบัณฑิตจะมีความเครียดและมีความสุขในการเรียนรู้ค่อนข้างน้อย เนื่องจากการต้องมีการปรับตัวทั้งในด้านพัฒนาการตามวัยและด้านการเรียนการสอนในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต²

นักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 17-23 ปี ซึ่งอยู่ในวัยเปลี่ยนผ่านจากวัยรุ่นตอนปลายถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จึงเป็นช่วงวัยที่มีการปรับตัวอย่างมากกับการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ เช่น การอยู่ในสภาพแวดล้อมและบรรยากาศการเรียนที่แตกต่างไปจากระดับมัธยมศึกษาซึ่งส่งผลต่อการใช้ชีวิต การทำกิจกรรม และการเข้าสังคม การอยู่ร่วมกับเพื่อนนักศึกษาคนอื่นๆ ที่มาจากต่างถิ่นที่มีพื้นฐานการเลี้ยงดู ความคิดและพฤติกรรมหลากหลาย ต่างกันไป ส่งผลต่อวิถีการดำรงชีวิตและคุณภาพการเรียนของนักศึกษา³ ประกอบกับสภาพจิตใจยังไม่มั่นคง ก่อให้เกิดความสับสนในตนเองได้ง่าย เช่น ความเครียด และอาจมีภาวะซึมเศร้าได้จากทะเบียนประวัตินักศึกษา วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุนทรธรรมบุรี ปีการศึกษา 2560 พบว่ามีนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ลาออกกลางคันระหว่างเรียน จำนวน 2 คน สาเหตุเกิดจากความเครียด ปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมไม่ได้ ไม่มีความสุขในการเรียน ซึ่งถ้าหากนักศึกษามีความสุขในการ

เรียนพยาบาล ก็จะสามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดี ไม่เกิดปัญหาทางด้านสุขภาพจิต หรือการลาออกจากการเรียน

การพัฒนาความสุขให้เกิดขึ้นนั้นทำได้หลายวิธี สำหรับในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ เพราะเป็นวิธีหนึ่งที่ใช้เทคนิควิธีการที่หลากหลายที่สามารถเพิ่มความสุขของนักศึกษาพยาบาลได้ และบรรยากาศที่ให้คำปรึกษาก็เอื้อต่อการส่งเสริมพัฒนา มีความอบอุ่นเป็นกันเอง มีการกระตุ้นให้สมาชิกเพิ่มความตระหนักรู้ในตน (Self-awareness) จากประสบการณ์ และการกระทำโดยดึงประสบการณ์ในอดีตเข้ามาสู่ความเป็นปัจจุบัน (here-and-now) ซึ่งจะทำให้บุคคลได้มองเห็นทางเลือก ความรับผิดชอบ และการให้ความหมายของการกระทำ⁴ โดยมีพื้นฐานความเชื่อตามแนวทฤษฎีของเกสตัลท์ว่ามนุษย์มีความสามารถที่จะตัดสินใจแก้ปัญหา เลือกรวิถีทางดำเนินชีวิตของตนเอง สามารถรับผิดชอบในการกระทำของตนเองและดำเนินชีวิตอยู่ได้อย่างเป็นบุคคลเต็มคน เพราะแต่ละคนมีวิธีเฉพาะตัวในการเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นและสามารถนำไปสู่ช่วงของการพัฒนา โดยสามารถรับรู้ในตนเองได้อย่างแท้จริง ดังนั้นการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์จึงมีความเหมาะสมที่จะส่งเสริมความสุขของนักศึกษาพยาบาล ให้มีความสามารถที่จะจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต มีจิตใจที่ดีงาม ตลอดจนสามารถพัฒนาตนเองให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ก้าวสู่วิชาชีพพยาบาลได้อย่างมีความสุขต่อไป

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1. เพื่อเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ต่อความสุขของนักศึกษาพยาบาล ระหว่างกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษา และกลุ่มที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษา
2. เพื่อเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ต่อความสุขของนักศึกษาพยาบาล ในระยะก่อนทดลอง หลังทดลอง และ ระยะติดตามผล

วิธีการดำเนินการวิจัย

เครื่องมือ

1. แบบวัดความสุข ของกรมสุขภาพจิต
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์

ประชากร

นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสวรรคบุรี ปีการศึกษา 2561 ที่มีคะแนนความสุขต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 จำนวน 16 คน สอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลอง และใช้วิธีการสุ่มโดยการจับสลากเป็นรายบุคคลเพื่อคัดเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มทดลองจำนวน 8 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 8 คน

ข้อพิจารณาด้านจริยธรรม

การวิจัยครั้งนี้ผ่านพิจารณาคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรี เอกสารรับรองหมายเลข PHS : 001/2562 รับรองเมื่อวันที่ 11 กุมภาพันธ์ 2562

ก่อนทำการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยทำการพิทักษ์สิทธิ์ตัวอย่างโดยผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ประโยชน์ วิธีการ ตลอดจนขั้นตอนการวิจัยอย่างละเอียดให้ตัวอย่างรับทราบ พร้อมทั้งสอบถามความสมัครใจจากตัวอย่างทุกคน มีการรักษาความลับของตัวอย่างและรายงานผลการวิจัยในภาพรวม ไม่มีการถ่ายภาพหรือบันทึกภาพหรือบันทึกเสียงแต่อย่างใด ไม่มีการระบุชื่อตัวอย่างตลอดระยะเวลาการทดลองให้บุคคลภายนอกได้รับทราบ และข้อมูลที่ได้จากการศึกษาจะนำไปวิเคราะห์ผลตามแบบแผนการทดลองเท่านั้น

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ระยะก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 จำนวน 119 คน ทำแบบวัดความสุข ก่อนการทดลอง (Pre-test) แล้วทำการตรวจให้คะแนน คัดเลือกนักศึกษาพยาบาลที่มีคะแนนความสุขต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 แล้ว สอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 16 คน และใช้วิธีการสุ่ม (Random Assignment) โดยการจับสลากเป็นรายบุคคล เพื่อคัดเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มทดลองจำนวน 8 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 8 คน

2. ระยะทดลอง

ผู้วิจัยและกลุ่มทดลองเข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์จำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 90 นาที สัปดาห์ละ 2 วัน คือ วันจันทร์และวันพุธ ช่วงเวลา 16.30-18.00 น. สถานที่เข้ากลุ่มคือห้องให้คำปรึกษา ส่วนกลุ่มควบคุม ไม่ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ และดำเนินชีวิตตามปกติ

3. ระยะหลังการทดลอง

เมื่อเมื่อสิ้นสุดโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ ผู้วิจัยดำเนินการให้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง และ กลุ่มควบคุม ทำแบบวัดความสุขหลังการทดลอง (Post-test)

4. ระยะติดตามผล

หลังจากทำการทดลองเสร็จสิ้น 3 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง และ กลุ่มควบคุม ทำแบบวัดความสุข ฉบับเดิมอีกครั้ง

ผลการวิจัย

พบว่านักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของคะแนนความสุขในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลเป็น 137.13, 154.75 และ 164.25 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเป็น 134.25, 143.75 และ 150.50 ตามลำดับ รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1: ข้อมูล และค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนความสุขในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรี ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กลุ่มทดลอง				กลุ่มควบคุม			
คนที่	ระยะก่อน	ระยะหลัง	ระยะ	คนที่	ระยะก่อน	ระยะหลัง	ระยะ
	การทดลอง	การทดลอง	ติดตามผล		การทดลอง	การทดลอง	ติดตามผล
1	138	158	166	1	130	140	150
2	135	157	162	2	141	145	152
3	127	160	165	3	140	148	150
4	140	160	170	4	130	141	154
5	141	157	158	5	126	138	148
6	141	148	169	6	141	148	153
7	139	148	160	7	132	144	146
8	136	150	164	8	134	146	151
รวม	1097	1238	1314		1074	1150	1204
$\bar{X}$	137.13	154.75	164.25		134.25	143.75	150.50
SD	4.64	5.20	4.17		5.78	3.73	2.62

พบว่ามิมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งชี้ให้เห็นว่าผลของวิธีการทดลอง 2 วิธี ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล มีรูปแบบต่างกัน และผลหลักของระยะเวลา ซึ่งแสดงค่าเฉลี่ยความสุขในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั่นคือ วิธีการทดลองกับระยะเวลาส่งผลร่วมกันต่อความสุข รายละเอียดดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความสุข ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง

Source of Variation	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Between Subject	15	1397.81			
Group (G)	1	1017.52	1017.52	37.46*	.000
Ss w/in Groups	14	380.29	27.16		
Within Subjects	32	4558			
Interval	2	3841.63	1920.81	116.77*	.000
I x G	2	255.79	127.90	7.78*	.000
I x SS w/in Groups	28	460.58	16.45		
Total	47	5955.81			

* $p < .05$

พบว่าในระยะก่อนการทดลองคะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ นั่นคือ คะแนนเฉลี่ยความสุขในระยะก่อนการทดลองของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์และกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน รายละเอียดแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

Source of Variation	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
Between Group	1	33.06	33.06	1.65	.206
Within Group	42	840.87	20.02		

$F_{.05} (1, 39) = 4.09$

ปรับค่า *df* ด้วยวิธีการของ Welch-satterwaite ได้ค่า $df = 39$ $F(1, 39)=1.65$, $P=.206$

พบว่า ในระยะหลังการทดลอง คะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นั่นคือ คะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์ในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุม

Source of Variation	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
Between Group	1	484	484	24.17*	.000
Within Group	42	840.87	20.02		

$F_{.05} (1, 39) = 4.09$

ปรับค่า *df* ด้วยวิธีการของ Welch-satterwaite ได้ค่า $df = 39$ $F(1,39)=24.17$, $P=.000$ * $p < .05$

พบว่า ในระยะติดตามผล คะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นั่นคือ คะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์ในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม รายละเอียดแสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะติดตามผลของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

Source of Variation	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
Between Group	1	756.25	756.25	37.77*	.000
Within Group	42	840.87	20.02		

$F_{.05} (1, 39) = 4.09$

ปรับค่า *df* ด้วยวิธีการของ Welch-satterwaite ได้ค่า $df = 39$ $F(1, 39)= 37.77$, $P=.000$ * $p < .05$

พบว่า คะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นั่นคือ คะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์ ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ดังนั้น จึงทำการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสุขเป็นรายคู่ด้วยวิธีการทดสอบแบบบอนเฟอร์รอนี (Bonferroni Method) ดังรายละเอียดในตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาของการทดลองของคะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มทดลอง

Source of Variation	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Between Subject	7	124.29			
Interval	2	3031.08	1515.54	62.85*	.000
Error	14	337.58	24.11		
Total	23	3492.95			

* $p < .05$

พบว่า คะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลอง กับระยะหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลอง กับระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และคะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลอง กับระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นั่นคือ นักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์มีคะแนนเฉลี่ยความสุขในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และคะแนนเฉลี่ยความสุขในระยะติดตามผลสูงกว่าหลังการทดลอง และระยะก่อนการทดลอง ดังแสดงในตารางที่ 7

ตารางที่ 7 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

$\bar{X}$	ระยะก่อนการทดลอง	ระยะหลังการทดลอง	ระยะติดตามผล
	137.13	154.75	164.25
137.13	-	17.63*	27.13*
154.75		-	9.50*
164.25			-

* $p < .05$

พบว่า คะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นั่นคือ นักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มควบคุมมีคะแนนความสุข ในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

ดังนั้น จึงทำการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสุขเป็นรายคู่ด้วยวิธีการทดสอบแบบบอนเฟร์รอนี (Bonferroni Method) รายละเอียดแสดงในตารางที่ 8

ตารางที่ 8 ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาของการทดลองของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มควบคุม

Source of Variation	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Between Subject	7	256.00			
Interval	2	1066.33	533.17	60.69*	.000
Error	14	123.00	8.79		
Total	23	1445.33			

$p < .05$

พบว่า คะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง กับระยะหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง กับระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และคะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีในกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง กับระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นั่นคือ นักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรีกลุ่มที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์มีคะแนนเฉลี่ยความสุขในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และคะแนนเฉลี่ยความสุขในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะหลังการทดลอง ดังแสดงในตารางที่ 9

ตารางที่ 9 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุพรรณบุรีในกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

$\bar{X}$	ระยะก่อนการทดลอง	ระยะหลังการทดลอง	ระยะติดตามผล
	134.25	143.75	150.50
134.25	-	9.50*	16.25*
143.75		-	6.750*
150.50			-

* $p < .05$

อภิปรายผล

1. จากการศึกษาพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง ต่อความสุขของนักศึกษาพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และวิธีการทดลองที่แตกต่างกันมีผลต่อคะแนนเฉลี่ยความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เช่นกัน กล่าวคือวิธีการทดลองและระยะเวลาของการทดลองส่งผลร่วมกันต่อความสุขของนักศึกษาพยาบาล โดยพบว่าในระยะก่อนการทดลองนักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ และนักศึกษาพยาบาลในกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความสุขไม่แตกต่างกัน คือคะแนนเฉลี่ยความสุขของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนไปทางต่ำ เนื่องจากการจัดการเรียนการสอนในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตมีทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ สำหรับนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 1 การอยู่ในสภาพแวดล้อมและบรรยากาศการเรียนที่แตกต่างกันไปจากระดับมัธยมศึกษาซึ่งส่งผลต่อการใช้ชีวิต การทำกิจกรรม และการเข้าสังคม การอยู่ร่วมกับเพื่อนนักศึกษาคนอื่นๆ ที่มาจากต่างถิ่นที่มีพื้นฐานการเลี้ยงดู ความคิดและพฤติกรรมหลากหลาย แตกต่างกันไป ส่งผลต่อวิถีการดำรงชีวิตและคุณภาพการเรียนของนักศึกษา¹ ประกอบกับสภาพจิตใจยังไม่มั่นคงก่อให้เกิดความสับสนในตนเองได้ง่าย เช่น ความเครียด และ ภาวะซึมเศร้าได้ แต่ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล 3 สัปดาห์พบว่า นักศึกษามีคะแนนเฉลี่ยความสุขที่ต่างออกไป คือ นักศึกษาพยาบาล ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์มีคะแนนเฉลี่ยความสุขเพิ่มขึ้นและสูงกว่ากลุ่มควบคุม สอดคล้องกับผลการวิจัยของ สุภาภรณ์ ทัศนอนันชัย⁴ ได้ศึกษาผลการให้การปรึกษากลุ่มตาม ทฤษฎีเกสตัลท์ต่อความเหนื่อยหน่ายของพยาบาล ประจำการ พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลอง กับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 สรุปได้ว่าวิธีการทดลองแต่ละระยะ การทดลองได้ผลแตกต่างกัน และผลของระยะ เวลาการทดลองแต่ละวิธีก็ได้ผลแตกต่างกัน

2. นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์มีจิตสำนึกสาธารณะสูงกว่ากลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สามารถอธิบายได้ว่า ใน

ระยะก่อนการทดลองเกี่ยวกับความสุขของทั้งสองกลุ่มมีความสุขยังไม่มากนัก แต่หลังจากที่นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรม การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์ ส่งผลให้นักศึกษาพยาบาลมีความสุขเพิ่มขึ้น โดยวัชร ทรัพย์มี ก่อกล่าวถึงการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์ว่าสามารถช่วยให้นักศึกษาเผชิญกับความจริง เผชิญกับความรู้สึกที่อยากหลีกเลี่ยงให้หลุดพ้นจากความรู้สึกที่อึดอัดสิ้นหวัง สนับสนุนให้นักศึกษามีความรับผิดชอบ ต่อการกระทำและการตัดสินใจของตน สามารถ เอาชนะอุปสรรค และแก้ปัญหาได้ เน้นปัจจุบัน

จากการสังเกตสมาชิกที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ระยะแรก สมาชิกยังไม่กล้าที่จะเปิดเผยความรู้สึก เพราะยังไม่สนิทกันคุ้นเคยกัน ผู้นำกลุ่มจึงมีกิจกรรม“มารู้จักกันเถอะ” เพื่อละลายพฤติกรรมของสมาชิกให้มีความคุ้นเคยกันมากขึ้น และสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิก และระหว่างสมาชิกด้วยกัน ทำให้บรรยากาศมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันภายในกลุ่ม สมาชิกรู้สึกอบอุ่น ใจกว้าง และเป็นกันเองยอมรับซึ่งกันและกัน กล้าแสดงความรู้สึกที่จะเปิดเผยตนเอง พอเริ่มเข้ากิจกรรมต่อไปนักศึกษาก็เริ่มคุ้นเคยกันมากขึ้น กล้าแสดงความคิดเห็น กลวิธีการป้องกันตนเองเริ่มลดลง หลังจากนั้นก็เริ่มกระบวนการให้คำปรึกษา เกี่ยวกับการเสริมสร้างคุณภาพของจิตใจ ผู้นำกลุ่มได้ใช้วิธีการ Making Round โดยให้สมาชิกนั่งเป็นวงกลมเพื่อที่จะได้เล่าเรื่องของตนแบบเผชิญหน้ากับสมาชิกคนอื่นๆ และให้แต่ละคนได้พิจารณาค้นหาตนเองถึงความตรงต่อการทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมและทำแล้วมีความสุข และการเขียน 5 วิธีเพิ่มความสุขให้ตนเอง เพื่อได้รับรู้ความรู้สึกตามสภาพความเป็นจริงของตนเองในสภาวะปัจจุบัน จากนั้นก็ให้สมาชิกแต่ละคนผลัดกันเล่าเรื่อง และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ขณะเล่า ผู้นำกลุ่มใช้หลักการและเทคนิควิธีของเกสตัลท์ โดยเน้นหลักที่นี้และเดียนี่ ให้ความสำคัญกับสภาวะปัจจุบัน และหลักความตระหนักรู้คือให้ความสนใจต่อประสบการณ์ในการตระหนักต่อสิ่งที่เรียนรู้และเรียนรู้ได้อย่างไร โดยจะใช้คำถามด้วย อะไร (What) และ อย่างไร (How) เพื่อค้ำให้สมาชิกกลับเข้าสู่สภาวะปัจจุบัน ทำให้เกิดการตระหนักรู้ เกิดการแก้ไข และตัดสินใจ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของคอเรีย ก่อว่า การใช้คำถามที่เน้นความสนใจให้อยู่ปัจจุบันสามารถช่วยให้นักศึกษามีความตระหนักรู้เพิ่มขึ้นถึงความคิด ความรู้สึก และการกระทำได้อย่างชัดเจน ทำให้นักศึกษาเกิดการตระหนักรู้ถึงสิ่งที่ตนทำอยู่ปัจจุบัน ทำให้เกิดการเรียนรู้ประสบการณ์ใหม่ ซึ่งช่วยให้สามารถเข้าใจในความต้องการของตนเอง พร้อมทั้งจะพัฒนาตนให้ไปสู่พฤติกรรมที่เหมาะสม ในขณะที่นักศึกษาพยาบาลในกลุ่มควบคุมไม่ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์มีการใช้ชีวิตประจำวันตามปกติในช่วงวันหยุดเสาร์อาทิตย์ จึงไม่ได้รับการฝึกฝนทักษะต่างๆในการเพิ่มความสุขดังนั้นจึงทำให้ค่าเฉลี่ยความสุขของนักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์มีความสุขสูงกว่านักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุม

สรุปได้ว่า โปรแกรมของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์ ช่วยให้นักศึกษาพยาบาลเกิดการตระหนักรู้ถึงสิ่งที่ตนทำอยู่ปัจจุบัน มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับการทำประโยชน์ต่อสังคม

ทำแล้วมีความสุข ทำให้เกิดการเรียนรู้ประสบการณ์ใหม่ ซึ่งช่วยให้สามารถเข้าใจในความต้องการของตนเอง พร้อมทั้งพัฒนาตนให้ไปสู่พฤติกรรมที่เหมาะสมได้

3. นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์ที่มีคะแนนเฉลี่ยความสุขสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่าผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์สามารถเพิ่มความสุขของนักศึกษาพยาบาลได้ รวมทั้งมีความคงทนของการเรียนรู้แม้เวลาจะผ่านไปแล้ว 3 สัปดาห์ก็ตาม เนื่องจากการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์โดยอาศัยกระบวนการกลุ่มที่เน้นการเปิดเผยตนเอง และการให้ข้อมูลย้อนกลับ บรรยายภายในกลุ่มจะเป็นบรรยากาศแห่งการไว้วางใจซึ่งกันและกัน การยอมรับการให้เกียรติ ความรู้สึกปลอดภัย ปราศจากภาวะคุกคาม สอดคล้องกับผลการวิจัยของ⁷ ศึกษาผลการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์ต่อการยับยั้งชั่งใจของ เยาวชนที่กระทำผิดซ้ำ มีคะแนนเฉลี่ยต่อการยับยั้งชั่งใจในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สรุปได้ว่า การใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์สามารถนำไปใช้ในการเพิ่มความสุขของนักศึกษาพยาบาลได้ และยังมีส่วนที่ทำให้การมีความสุขนั้นมีความคงทน คงอยู่ภายในตัวบุคคลเมื่อเติบโตขึ้นในภายภาคหน้าได้ สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ สามารถเพิ่มความสุขของนักศึกษาพยาบาลได้ โดยนักศึกษาพยาบาลในกลุ่มทดลองมีคะแนนความสุขเฉลี่ยในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และยังคงต่อเนื่องคงทนแม้จะทิ้งช่วงระยะเวลา 3 สัปดาห์ในระยะติดตามผล แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ มุ่งเน้นให้บุคคลเกิดการตระหนักรู้ต่อความรู้สึก ความคิด อารมณ์ และความต้องการที่แท้จริงของตนเองในสภาวะปัจจุบัน รวมถึงมีทักษะในการติดต่อสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ เลือกรูปแบบพฤติกรรมใหม่เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ต้องการได้อย่างเหมาะสม

สรุปและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ต่อความสุขของนักศึกษาพยาบาล เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research Design) โดยใช้แบบแผนการวิจัยเชิงทดลองแบบสองตัวประกอบแบบวัดซ้ำหนึ่งตัวประกอบ (Two-Factors Experimental with Repeated Measures on One Factor)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรี ที่มีคะแนนความสุขต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 สอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลองจำนวน 16 คน และใช้วิธีการสุ่มเข้ารับการทดลอง (Random Assignment) โดยการจับสลากเป็นรายบุคคลเพื่อคัดเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มทดลองจำนวน 8 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองประกอบด้วยแบบวัดความสุขสำหรับนักศึกษาวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุพรรณบุรี และโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ต่อความสุข โดยให้กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ต่อความสุขของนักศึกษาพยาบาล จำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 90 นาที สัปดาห์ละ 2 วัน สถานที่เข้ากลุ่มคือห้องให้คำปรึกษา ส่วนกลุ่มควบคุม ไม่ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ และดำเนินชีวิตตามปกติ เมื่อสิ้นสุดโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ ผู้วิจัยดำเนินการให้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง และ กลุ่มควบคุม ทำแบบวัดความสุขหลังการทดลอง (Post-test) หลังจากทำการทดลองเสร็จสิ้น 3 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง และ กลุ่มควบคุม ทำแบบวัดความสุขฉบับเดิมอีกครั้ง จากนั้นนำข้อมูลมาวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนความสุขเฉลี่ยของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated Measures Analysis of Variance : One Between-subjects Variable and One Within-subjects Variable)⁸ และทดสอบแบบบอนเฟอรโรนี (Bonferroni Method)

ข้อเสนอแนะ

โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ต่อความสุขของนักศึกษาพยาบาล จึงเป็นอีกทางเลือกหนึ่งในการเพิ่มความสุขของนักศึกษาพยาบาล โดยอาจารย์ที่จะนำวิธีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ไปใช้ควรมีการศึกษาหลักการ วิธีการดำเนินการ และเทคนิคต่างๆ ให้ถูกต้อง ตลอดจนมีการฝึกฝนทักษะให้เกิดความชำนาญ เพื่อที่จะนำไปปฏิบัติได้อย่างบรรลุวัตถุประสงค์

ควรมีการติดตามผลการวิจัยทุกๆ 6 เดือน หรือ 1 ปี ภายหลังจากการทดลอง เพื่อศึกษาความคงทนของวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ว่าอยู่ได้นานเพียงใด และการมีความสุขของนักศึกษาพยาบาลมีการเปลี่ยนแปลงมากน้อยเพียงใด

เอกสารอ้างอิง

1. ปัทมา ทองสม. การพัฒนาดัชนีชี้ความสุขในการเรียนของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตร. การพยาบาลและการศึกษา 2554; 4: 88 - 111.
2. ธนพล บรรดาศักดิ์, กนกอร ชาวเวียง และนฤมล จันทระเกษม. ความสุขในการเรียนของนักศึกษาพยาบาล. วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร 2560; 5: 357-369.
3. จิราภรณ์ สรรพวิรวงศ์. ความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์. สงขลานครินทร์เวชสาร 2559;34: 269-279.
4. Corey, G. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. (9th ed.). Belmont, CA: Brook/ Cole; 2013.

5. สุภาภรณ์ ทศนอนันชัย. ผลการให้การศึกษากลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์ต่อ ความเหนื่อยหน่ายของพยาบาล
ประจำการ [วิทยานิพนธ์วิทยา ศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา]. บัณฑิตวิทยาลัย:
มหาวิทยาลัยบูรพา; 2553.
6. วชิร ทรัพย์มี. ทฤษฎีให้บริการปรึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย;
2556.
7. ณัชชา ชุนช่วยเจริญ และ วรากร ทรัพย์วิระปกรณ. ศึกษาผลการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์ต่อการ
ยับยั้งชั่งใจของ เยาวชนที่กระทำผิดซ้ำ. วารสารพยาบาลตำรวจ 2559; 8: 58-72.
8. Howell, D. C. Statistical methods for psychology. (6th ed.). Belmont, CA: Thomson
Wadsworth; 2007.