การเสริมสร้างความหยุ่นตัวของวัยรุ่นที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว โดยการให้คำปรึกษากลุ่ม*

Enhancement of Resilience a Adolescents to Family Violence Through Group Counseling

นฤมล มนตรี (Naruemon Montree)**
มณฑิรา จารุเพ็ง (Monthira Charupheng)***
พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์ (Patcharaporn Srisawat)****

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว และ 2) เปรียบเทียบความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวของบ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดชลบุรีก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม ประชากรที่ใช้ในการศึกษาเป็นวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวที่เข้ารับบริการในบ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดชลบุรี จำนวน 80 คน และกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองเป็นวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว อายุ 13-16 ปี ซึ่งถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวที่เข้ารับบริการในบ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดชลบุรีเป็นระยะเวลา 1 เดือน จำนวน 8 คน โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง ที่มีคะแนนเฉลี่ยจากแบบสอบถามความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว ตั้งแต่เปอร์เซ็นไทล์ที่ 25 ลงมา และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวมีค่าอำนาจจำแนกรายข้อเท่ากับ .21-.53 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .79 และโปรแกรมการเสริมสร้างความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความ

---

* เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์ แขนงจิตวิทยาพัฒนามนุษย์และการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

To fulfill the requirement for the Master of Education Degree in Development on Human Potentials: Psychology of Human Development and Counseling at Srinakharinwirot University

** นิสิตปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์ แขนงจิตวิทยาพัฒนามนุษย์และการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

M.Ed. (Research and Development on Human Potentials: Psychology of Human Development and Counseling) at Srinakharinwirot University

*** อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

Advisor: Asst. Prof. Dr. Monthira Charupheng, Srinakharinwirot University

**** อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

Co -Advisor: Asst.Prof. Dr. Patcharaporn Srisawat, Srinakharinwirot University

Veridian E-Journal, Silpakorn University
ISSN 1906 - 3431

รุนแรงในครอบครัว สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยแบบไม่มีอิสระจากกัน

ผลการวิจัย พบว่า

1. การศึกษาความหยุ่นตัวโดยรวมและรายด้านของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.35 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.44 อยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านการมีความคิดสร้างสรรค์และอารมณ์ขัน มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 3.58 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.70 รองลงมาคือ ด้านการมีศีลธรรม จริยธรรม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.56 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.82 ด้านสัมพันธภาพ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.40 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.64 ด้านการหยั่งรู้ในตนเอง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.38 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.71 ด้านการเป็นผู้ริเริ่ม ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.10 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.90 และด้านการเป็นอิสระ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.03 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.71 ตามลำดับ

2. วัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม มีความหยุ่นตัวเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ : ความหยุ่นตัว, การให้คำปรึกษากลุ่ม, วัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว

Abstract

The purposes of this research were as follows: 1)to study the resilience of female adolescents to family violence; and 2) to comparethe resilience of female adolescents to family violence in shelters for children and families at Chonburi Province before and after group counseling period. The population in this study consisted of eighty female adolescents to family violence in shelters for children and families at Chonburi Province. However, the subjects in the experimental group consisted of eight female adolescents family violence aged between thirteen to sixteen years old inshelters for children and families at Chonburi Province of a duration of one month selected by purposive sampling with resilience scores were lower than twenty-fifth percentile and lower in order to voluntarily participate in the experiment. The research instruments were resilience inventory of the female adolescents to family violence with discrimination range from .21 to .53 and a reliability coefficient of 0.79 ; and 2) the enhancement of the resilience of female adolescents family violence through group counseling programs. The statistical analyses employed were descriptive statistics of the mean, standard deviation and t-testdependent samples.

The results of the research were as follows:

1) The study of the resilience of female adolescents family violence as a whole and each dimension of resilience in the study were at a medium level (M=3.35). The factors of each, in descending order as follows: creative and humor (M=3.58) moral (M=3.56) relationship (M=3.40) self-insight (M=3.38) creative (M=3.10) and autonomy (M=3.03).

2) Statistically significant differences at the .01 level of resilience of female adolescents family violence existed before and after group counseling period.

Keywords: Resilience, Group Counseling, female adolescents family violence

บทนำ

สังคมไทยต้องเผชิญภาวะวิกฤติทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และวัฒนธรรม ประเพณี ค่านิยมอันดีงามของไทยที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและมีผลกระทบต่อวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของครอบครัวและชุมชนทั้งเขตเมืองและชนบท และปัญหาทางสังคมหลายประการยากต่อการแก้ไข แต่หากสามารถติดตามตรวจสอบและค้นพบความเสี่ยงต่อปัญหาได้ล่วงหน้าก็จะสามารถจัดให้มีการป้องกันแก้ไขภาวะวิกฤติ และจัดการปัญหาได้ตั้งแต่ในช่วงเริ่มต้น เพื่อไม่ให้ปัญหาซับซ้อนส่งผลกระทบรุนแรงและกระทบกระเทือนต่อการดำรงชีวิตของครอบครัวและชุมชน ดังนั้นจึงมีความจำเป็นต้องมีการเฝ้าระวังติดตามสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในครอบครัวและชุมชน เพื่อการเฝ้าระวังและเตือนภัย เตรียมความพร้อมให้กับครอบครัว ชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วนทั้งในระดับชุมชน จังหวัด และระดับชาติ ทั้งนี้การมีข้อมูลและระบบหรือกลไกที่สามารถแจ้งเตือนภัยจะนำไปสู่การเฝ้าระวัง เพื่อป้องกันหรือแก้ไขปัญหาสังคมที่อาจจะเกิดขึ้นและเป็นการปกป้องประชาชนจากความเสี่ยงต่าง ๆ นอกจากนี้รัฐยังมีการกำหนดนโยบายเร่งด่วนในการยกระดับคุณภาพชีวิตประชาชน เช่น กลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มผู้มีรายได้น้อย เป็นต้น และกำหนดให้มีการดำเนินงานของ “ศูนย์ช่วยเหลือสังคม” (One Stop Crisis Center–OSCC : 1300) โดยให้มีระบบการช่วยเหลือประชาชนทุกกลุ่ม ได้แก่ เด็ก สตรี ผู้ด้อยโอกาส ผู้สูงอายุ และผู้พิการ เพื่อลดปัญหาต่าง ๆ คือ 1) การตั้งครรภ์ไม่พร้อม 2) การค้ามนุษย์ 3) แรงงานเด็ก 4) ปัญหาการใช้ความรุนแรงต่อเด็ก สตรี ผู้สูงอายุ และผู้พิการ โดยกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์เป็นหน่วยงานหลักในการดูแลปัญหาความรุนแรงต่อสตรี เด็กและเยาวชน ผู้พิการ ผู้ด้อยโอกาส และผู้สูงอายุ (กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. 2559: 1-2)

ปัญหาความรุนแรงในครอบครัวอาจมิใช่เป็นเรื่องใหม่ ทั้งนี้ปรากฏการณ์การกระทำความรุนแรงในครอบครัวสามารถเกิดขึ้นทุกสังคม ไม่ว่าเด็กจะตกเป็นเหยื่อจากการถูกกระทำความรุนแรง สามีทำร้ายร่างกายภรรยาหรือภรรยาทำร้ายร่างกายสามี การเลี้ยงดูลูกไม่เหมาะสม การถูกล่วงละเมิดทางเพศโดยบุคคลภายในครอบครัว หรืออีกหลายสาเหตุ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นปัญหาที่เกี่ยวข้องกับทุกคนในสังคมและล้วนมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องมากมาย ทั้งปัญหาเศรษฐกิจ สังคม การอบรมเลี้ยงดู และการใช้สุรา ยาเสพติด รวมถึงปัญหาการปล่อยปละละเลยของผู้ปกครอง ส่วนใหญ่ผู้กระทำความรุนแรงมักเกิดจากคนใกล้ชิด คนที่อยู่ในครอบครัว หรือได้รับความไว้วางใจจากครอบครัว ทำให้การเข้าไปสอดส่องดูแล ช่วยเหลือเป็นไปได้ยาก จึงทำให้ผู้ถูกกระทำต้องอยู่ในวงจร

Veridian E-Journal, Silpakorn University
ISSN 1906 - 3431

การถูกทำร้ายและไม่กล้าปฏิเสธหรือเกิดความสับสน หากจะต้องเอาผิดกับบุคคลนั้น แต่ขณะเดียวกันนั้นสถานการณ์ร้าย ๆ ที่เกิดขึ้นก็กัดกร่อนทำลายจิตใจของบุคคลที่ตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงจนไม่สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติ เมื่อมีความรุนแรงในครอบครัวเกิดขึ้นย่อมส่งผลกระทบต่อการบาดเจ็บทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ผลกระทบด้านร่างกายที่รุนแรงที่สุดอาจเสียชีวิตหรือการบาดเจ็บรูปแบบอื่นๆ นอกจากนี้ด้านจิตใจและอารมณ์ก็ยังมีผลกระทบที่รุนแรงไม่น้อยไปกว่ากัน เกิดความหวาดกลัว วิตกกังวล บางรายอาจมีอาการหูแว่ว ภาพหลอน และเข้าสู่ภาวะโรคทางจิตเวช เช่น โรคซึมเศร้า โรควิตกกังวล การใช้ยาเสพติด โรคความผิดปกติทางจิตใจภายหลังเผชิญเหตุการณ์รุนแรงในชีวิต และนำไปสู่การฆ่าตัวตายเพื่อหนีปัญหาได้ (อุมามน พวงทอง. 2556: 1) ดังนั้นการที่มีสุขภาพจิตดีเป็นปัจจัยหนึ่งของการมีคุณภาพชีวิตที่ดี สำหรับสาเหตุของการมีสุขภาพจิตไม่ดีมีปัจจัยสำคัญคือ การประสบกับเหตุการณ์ตึงเครียดในชีวิต ประเด็นที่ผู้วิจัยศึกษาจึงสอดคล้องกับประสบการณ์การทำงานในบ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดชลบุรี พบว่าวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว ส่วนใหญ่มีความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่หลากหลาย เช่น “อยู่ไปก็ไม่มีใครรัก” “อยากฆ่าตัวตาย” “เมื่อไหร่จะได้กลับบ้าน เบื่อที่ต้องมาอยู่แบบนี้ทุกวัน” เป็นต้น ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมดังกล่าวส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจ ทำให้เกิดความเครียด วิตกกังวล กลัว ซึมเศร้า ไม่เห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น ตลอดจนแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสม

การเสริมสร้างความหยุ่นตัว (Resilience) จึงมีความสำคัญต่อบุคคลเป็นอย่างมาก หากบุคคลใดมีความหยุ่นตัวเขาจะสามารถเผชิญหน้ากับสถานการณ์อันเลวร้าย รู้จักวิธีการปกป้องตนเองหรือผ่านพ้นจากผลกระทบต่าง ๆ ได้ สามารถฟื้นตัวกลับมาใช้ชีวิตได้ตามปกติ มีความเจริญเติบโตทางอารมณ์และจิตใจ ส่วนบุคคลใดที่มีความหยุ่นตัวต่ำจะประเมินเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นเป็นสิ่งที่คุกคามหรือส่งผลในทางที่ไม่ดีต่อตนเอง เนื่องจากขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่เห็นคุณค่าในตนเอง สิ้นหวัง สับสน เฉื่อยชา หลีกเลี่ยงการแก้ไขปัญหา และมีแนวโน้มที่จะละทิ้งปัญหาตั้งแต่ต้น การเสริมสร้างให้วัยรุ่นมีความหยุ่นตัวเพิ่มขึ้นได้นั้น สามารถส่งเสริมได้โดยการใช้เครื่องมือทางจิตวิทยาที่เรียกว่า การให้คำปรึกษากลุ่ม (Group counseling) เป็นวิธีการหนึ่งที่มุ่งเน้นสัมพันธภาพระหว่างบุคคลในการป้องกัน พัฒนา ฟื้นฟู หรือแก้ปัญหาความเครียด ทั้งในด้านความคิด อารมณ์และพฤติกรรม โดยสมาชิกกลุ่มจะมีโอกาสในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความกังวล ปัญหาชีวิต มีการสนับสนุนซึ่งกันและกัน รวมทั้งสำรวจปัญหาเพื่อหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาพร้อมกับได้รับการประคับประคองจากสมาชิกกลุ่ม ทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ได้รับการยอมรับซึ่งกันและกัน (ดวงมณี จงรักษ์. 2549: 9-11) โดยนำแนวคิด หลักการ และเทคนิคทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผสมผสาน ได้แก่ ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person Centered Counseling and Psychotherapy) เป็นการส่งเสริมให้สมาชิกกลุ่มได้เข้าใจ ยอมรับตนเอง สามารถแก้ไขความคับข้องใจ ลดความขัดแย้งในใจ คลายความวิตกกังวล ช่วยให้สมาชิกกลุ่มสามารถพัฒนาตนเองให้มีความเจริญงอกงามทางจิตใจได้และมีทิศทางของตนเองได้ด้วยการเอื้ออำนวยจากผู้นำกลุ่มให้เกิดบรรยากาศของความอบอุ่น จริงใจ การยอมรับซึ่งกันและกัน (พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์. 2561: 113-121) ในส่วนของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลอารมณ์ และพฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Therapy) ที่มุ่งเน้นการเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล แอลเบิร์ท เอลลิส (Albert Ellis) เชื่อว่ามนุษย์ทำให้ตนเองมีปัญหาโดยมีความเชื่อที่ไร้เหตุผล

ของตนเอง การเปลี่ยนความเชื่อให้มีเหตุผลจะช่วยลดระดับความไม่สบายใจและนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ พฤติกรรมที่ดีขึ้น (พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์. 2561: 168) นอกจากทั้งสองทฤษฎีที่ผู้วิจัยใช้ในการเสริมสร้างความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว ด้านอารมณ์ ความรู้สึก และด้านความคิดแล้ว ผู้วิจัยยังใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง (Reality Counseling and Psychotherapy) เพื่อให้สามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มไปฝึกใช้ในสถานการณ์จริง ทุกคนมีความสามารถในการตัดสินใจด้วยตนเอง โดยเน้นการผสานเทคนิคให้มีความครอบคลุมการช่วยเหลือทั้งด้านความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม ให้บุคคลยอมรับความจริง รวมทั้งจุดบกพร่องของตนเอง และใช้ความสามารถในการพัฒนาเป้าหมายชีวิต (พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์. 2561: 186-189)

ด้วยเหตุดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเรื่องการเสริมสร้างความหยุ่นตัวตามแนวคิดโวลินและโวลิน (Wolin; & Wolin. 1993) มาใช้ในงานวิจัยครั้งนี้ ซึ่งประกอบด้วย การหยั่งรู้ในตนเอง (Insight) การเป็นอิสระ (Independence) สัมพันธภาพ (Relationship) การเป็นผู้ริเริ่ม (Initiative) การมีความคิดสร้างสรรค์และอารมณ์ขัน (Creativity and humor) และการมีศีลธรรม จริยธรรม (Moral ethics) ในวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว โดยใช้กระบวนการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อให้วัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว รู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ลดความวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า สามารถจัดการปัญหาได้ด้วยตนเอง ช่วยฟื้นฟูสภาพจิตใจให้กลับสู่ภาวะปกติ ดำเนินชีวิตที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัวและสังคม ตลอดจนสะท้อนให้คนในสังคมเห็นความสำคัญของปัญหาความรุนแรงในครอบครัว เพื่อเป็นประโยชน์ในการป้องกันและแก้ไขปัญหาความรุนแรงในครอบครัวต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว
2. เพื่อเปรียบเทียบความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวของบ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดชลบุรี ก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม

วิธีการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย เป็นวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวที่เข้ารับบริการบ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดชลบุรี จำนวน 80 คน (บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดชลบุรี. 2559)

กลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยนำมาเพื่อการศึกษาความหยุ่นตัว คือ วัยรุ่นหญิงอายุ 13-16 ปี ที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวที่เข้ารับบริการบ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดชลบุรี เป็นระยะเวลา 1 เดือน จำนวน 80 คน ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหยุ่นตัว ใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากวัยรุ่นหญิงที่เข้ารับบริการบ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดชลบุรี โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนความหยุ่นตัวตั้งแต่เปอร์เซ็นไทล์ที่ 25 ลงมา และสมัครใจเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งนี้ จำนวน 8 คน

Veridian E-Journal, Silpakorn University
ISSN 1906 - 3431

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และนำแนวคิดองค์ประกอบความหยุ่นตัวของโวลินและโวลิน (Wolin and Wolin, 1993) มาใช้ในการสร้างแบบประเมินและการให้คำปรึกษากลุ่ม ซึ่งได้รับการแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ นำข้อมูลแบบประเมินจากการทดลองใช้ (Try out) กับวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวที่สถานคุ้มครองสวัสดิภาพบ้านเอื้ออารี จำนวน 80 คน และนำมาวิเคราะห์ผลทางสถิติได้ จำนวน 20 ข้อ โดยคัดเลือกข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 0.21-0.53 และมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.79 ส่วนการให้คำปรึกษากลุ่มได้ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญแล้วทดลองใช้ (Pilot study) กับวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวที่สถานคุ้มครองสวัสดิภาพบ้านเอื้ออารี จำนวน 8 คน เพื่อปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมก่อนนำไปใช้จริง

3. การดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยนำคะแนนจากการทำแบบสอบถามความหยุ่นตัว จำนวน 80 คน และเก็บไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (pretest) จากนั้นเลือกแบบเจาะจงจากวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว ที่มีคะแนนความหยุ่นตัว ตั้งแต่เปอร์เซ็นไทล์ที่ 25 ลงมา จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 80 คน ทั้งนี้ตามเกณฑ์การคัดเข้า-ออก พร้อมสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม จำนวน 8 คน ดำเนินการทดลองสัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวมทั้งหมด 4 สัปดาห์ ครั้งละ 1 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 8 ครั้ง โดยในครั้งสุดท้ายกลุ่มทดลองทำแบบสอบถามเพื่อเก็บเป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว ฉบับสมบูรณ์ที่ผ่านการตรวจคุณภาพไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 80 คน ทั้งนี้ได้แบบสอบถามที่สมบูรณ์ จำนวน 80 คน คิดเป็นร้อยละ 100 นำแบบสอบถามความหยุ่นตัวทั้งหมดมาวิเคราะห์ผลทางสถิติ ผู้วิจัยนำคะแนนที่กลุ่มทดลองตอบไว้มาใช้เป็นข้อมูลคะแนนก่อนการทดลอง หลังจากยุติการทดลองผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองตอบแบบสอบถามความหยุ่นตัว เพื่อนำมาเป็นข้อมูลคะแนนหลังการทดลอง

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูล โดยวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน วิเคราะห์ค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา วิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ ได้ข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง 0.21-0.53 และวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่น โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α–Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.79 และในการเปรียบเทียบการเสริมสร้างความหยุ่นตัวก่อนและหลังการทดลองของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม ทดสอบโดยใช้ t-test แบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for dependent Samples)

ผลการวิจัย

1. การศึกษาความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกแระทำความรุนแรงในครอบครัว

1.1 จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว จำนวน 80 คน เป็นวัยรุ่นหญิงที่มีอายุ 14 ปี คิดเป็นร้อยละ 40.00 รองลงมาคือ อายุ 15 ปี อายุ 16 ปี คิดเป็นร้อยละ 21.30 และอายุ 13 ปี คิดเป็นร้อยละ 17.50 ซึ่งส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น คิดเป็นร้อยละ 61.30 รองลงมาคือ ชั้นประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 28.80 และชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย คิดเป็นร้อยละ 10.00 และส่วนใหญ่ผู้กระทำเป็นบิดาเลี้ยง คิดเป็นร้อยละ 27.50 รองลงมาคือ อื่น ๆ (ปู่ ย่า ตา ยาย) คิดเป็นร้อยละ 22.50 มารดาและมารดาเลี้ยง คิดเป็นร้อยละ 18.80 และบิดา คิดเป็นร้อยละ 12.50

1.2 วัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวมีความหยุ่นตัวโดยรวมและรายด้านมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.35 อยู่ในระดับปานกลาง ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.44 เมื่อจำแนกรายด้าน พบว่าด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านการมีความคิดสร้างสรรค์และอารมณ์ขัน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.58 รองลงมาคือ ด้านการมีศีลธรรม จริยธรรม มีค่าเฉลี่ย 3.56 ด้านสัมพันธภาพ มีค่าเฉลี่ย 3.40 ด้านการหยั่งรู้ในตนเองมีค่าเฉลี่ย 3.38 ด้านการเป็นผู้ริเริ่ม มีค่าเฉลี่ย 3.10 และด้านการเป็นอิสระ มีค่าเฉลี่ย 3.03 ตามลำดับ

2. การวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง

2.1 วัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวก่อนเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มมีความหยุ่นตัวโดยรวมอยู่ในระดับน้อย และเมื่อจำแนกรายด้าน ได้แก่ ด้านการมีศีลธรรม จริยธรรม ด้านสัมพันธภาพ ด้านการมีความคิดสร้างสรรค์และอารมณ์ขัน ด้านการเป็นอิสระ และด้านการหยั่งรู้ในตนเอง อยู่ในระดับน้อย ส่วนด้านการเป็นผู้ริเริ่ม อยู่ในระดับน้อยที่สุด โดยหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มพบว่า วัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวมีความหยุ่นตัวโดยรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อจำแนกรายด้าน ได้แก่ ด้านสัมพันธภาพอยู่ในระดับมากที่สุด ส่วนด้านการเป็นผู้ริเริ่ม ด้านการมีศีลธรรม จริยธรรม ด้านการหยั่งรู้ในตนเอง ด้านการเป็นอิสระ และด้านการมีความคิดสร้างสรรค์และอารมณ์ จัดอยู่ในระดับมาก ซึ่งพบว่าหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มการเสริมสร้างความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวมีค่าเฉลี่ยความหยุ่นตัวสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มการเสริมสร้างความหยุ่นตัว

2.2 การวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบคะแนนความหยุ่นตัวของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว พบว่าหลังการทดลองมีคะแนนความหยุ่นตัวโดยรวมสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าหลังการทดลองคะแนนความหยุ่นตัวในด้านสัมพันธภาพ ด้านการเป็นผู้ริเริ่ม ด้านการมีศีลธรรม จริยธรรม ด้านการหยั่งรู้ในตนเอง ด้านการเป็นอิสระ และด้านการมีความคิดสร้างสรรค์และอารมณ์ขัน สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ตามลำดับ แสดงให้เห็นว่าวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวโดยรวมและรายด้านสูงขึ้นหลังจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว

Veridian E-Journal, Silpakorn University
ISSN 1906 - 3431

อภิปรายผล

1. การศึกษาความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว

ผลการศึกษาพบว่า วัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัวมีความหยุ่นตัวโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านการมีความคิดสร้างสรรค์และอารมณ์ขัน และด้านมีศีลธรรม จริยธรรม อยู่ในระดับมาก ส่วนด้านสัมพันธภาพ ด้านการหยั่งรู้ในตนเอง ด้านการเป็นผู้ริเริ่ม และด้านการเป็นอิสระ อยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวมีความหยุ่นตัวที่เกิดขึ้นในบุคคลตามแนวคิดของโวลินและโวลิน (Wolin; & Wolin. 1993: Online) ที่กล่าวว่า ความหยุ่นตัว เป็นศักยภาพของบุคคลที่แสดงให้เห็นถึงความอดทนในการฟื้นคืนกลับ (Bound back) ความทนต่อความยากลำบาก ต้องใช้พลังในการควบคุมความคิด ความรู้สึกและการกระทำในการฟื้นตัวจากภาวะความกดดัน ความเครียดที่ต้องเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ เนื่องจากการมองโลกในแง่บวกเป็นลักษณะของบุคคลที่พยายามมองหาสิ่งดีในเหตุการณ์ร้ายที่เกิดขึ้น และมีช่วงเวลาที่มีทั้งความสุขและความทุกข์ ซึ่งเกิดกับบุคคลได้ตามปกติ บุคคลที่มีความหยุ่นตัวหากประสบความยากลำบากก็จะสามารถยอมรับกับสิ่งที่เกิดขึ้น มีพลังในการแก้ไขปัญหาและสามารถพัฒนาได้ด้วยตนเองและจากบุคคลอื่น โดยอาศัยการเรียนรู้ การเก็บเกี่ยวจากประสบการณ์ในสถานการณ์ต่าง ๆ ยอมรับในการเปลี่ยนแปลง เปิดโอกาสให้กับตนเอง มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น รวมไปถึงการมีมุมมองหรือทัศนคติที่ดีในการดำรงชีวิต สำหรับการเผชิญปัญหานั้นเกิดขึ้นได้กับมนุษย์ทุกเพศ ทุกวัย ปัญหามักจะเข้ามาในชีวิตได้ตลอดเวลา เพื่อเป็นเครื่องพิสูจน์ความสามารถของบุคคลในการแก้ไขและมีวิธีรับกับปัญหาเหล่านั้นได้มากน้อยเพียงใด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของกาญจนา นาคปัจฉิมสกุล (2560: 239-241) ทำการศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความแข็งแกร่งทางจิตใจของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร พบว่า การวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยความแข็งแกร่งทางจิตใจของนักเรียน ประกอบด้วย 3 ปัจจัย คือ ความหยุ่นตัว การเผชิญปัญหา และการมองโลกในแง่ดี พบว่า มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีค่าไค-สแควร์ =2.53 (p-value = 0.11) มีค่า GFI เท่ากับ 1.00 มีค่า AGFI เท่ากับ 0.99 มีค่า SRMR เท่ากับ 0.01 มีค่า RMSEA เท่ากับ 0.03 ชี้ให้เห็นว่าโมเดลตามสมมติฐานมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์

2. การเปรียบเทียบความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างความหยุ่นตัว

วัยรุ่นหญิงกลุ่มทดลองมีความหยุ่นตัวโดยรวมหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ในการให้คำปรึกษา เมื่อพิจารณารายด้านพบว่าความหยุ่นตัวทุกด้าน หลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ในการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งแรก ผู้วิจัยพบว่าสมาชิกกลุ่มรู้จักและคุ้นเคยกันเป็นอย่างดี การสร้างข้อตกลงของกลุ่มจึงเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่ง เพื่อให้กลุ่มดำเนินไปได้ด้วยดี อีกทั้งสังเกตพบว่ามีสมาชิกกลุ่มบางคนมีสีหน้า ท่าทางรู้สึกกังวล สงสัย ภายหลังจากการสร้างบรรยากาศให้เกิดการสร้างสัมพันธภาพและการเปิดเผยตนเอง โดยแนะนำตัวผ่านกิจกรรมฉลากคำ “นี่แหละตัวฉัน” พบว่าสมาชิกกลุ่มผ่อนคลายมากขึ้น สร้างแรงจูงใจ ดังคำกล่าวของสมาชิกกลุ่มที่ว่า “หนูเต็มใจเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เพราะต้องการ

เรียนรู้สิ่งต่าง ๆ” “หนูเต็มใจเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เพราะต้องการพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น” แสดงให้เห็นถึงการมีทัศนคติทางบวกของสมาชิกกลุ่ม จึงทำให้สมาชิกกลุ่มมีความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม ผู้วิจัยจึงมุ่งเน้นในการให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกของการมีส่วนร่วม (Sense of belonging) ดังที่ลาคิน (Trotzer, 2006: 29; citing Lakin (n.d.)) ได้กล่าวว่า กลุ่มทำให้สมาชิกเข้าถึงประสบการณ์การเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ซึ่งเป็นโอกาสให้สมาชิกรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มสังคมที่มีการส่งเสริม สนับสนุนของสมาชิกกลุ่ม ซึ่งเป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ ทำให้เกิดความต้องการกลุ่มและได้รับความต้องการจากกลุ่ม ช่วยให้สมาชิกกลุ่มสร้างเอกลักษณ์ในตัวตนและมีอิทธิพลจากการเป็นตัวแบบของกลุ่ม อันเป็นวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม สังเกตได้จาก การที่สมาชิกมีความเป็นห่วงกลุ่มมากกว่าตนเอง ไม่ต้องการให้กลุ่มต้องล้มเหลวเพราะตนเอง นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของปวีณา เที่ยงพรม (2554: 79-80) ได้ทำการศึกษาผลของการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ที่มีต่อความหยุ่นตัวทางอารมณ์ของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เขต 4 จังหวัดขอนแก่น ผลการวิจัยพบว่า เยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีคะแนนความหยุ่นตัวทางอารมณ์สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนความหยุ่นตัวทางอารมณ์หลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผลการวิจัยพบว่า คะแนนความหยุ่นตัวทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ดวงนภา มิ่งขวัญ (2560: 384-385) ได้ทำการศึกษาเรื่องการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงเพื่อเสริมสร้างสุนทรีย์แห่งตนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายกลุ่มทดลองมีสุนทรีย์แห่งตนโดยรวมหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงเพื่อเสริมสร้างสุนทรีย์แห่งตนสูงขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า สุนทรีย์แห่งตนทั้ง 5 ด้าน หลังเข้าร่วมการ

ให้คำปรึกษากลุ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย มีสุนทรีย์แห่งตนโดยรวมและรายด้านสูงขึ้นหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม และพัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์ (2560: 3660-3664) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การพัฒนารูปแบบการป้องกันการข่มเหงรังแกในโรงเรียน ผลการวิจัยพบว่า 1) นักเรียนชั้นประถมศึกษาและชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่ข่มเหงรังแก หลังจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มมีคะแนนเฉลี่ยการข่มเหงรังแกลดลงจากก่อนการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษากลุ่มสามารถช่วยลดการข่มเหงรังแกของนักเรียนได้ 2) นักเรียนที่ถูกข่มเหงรังแก หลังจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม มีคะแนนเฉลี่ยการถูกข่มเหงรังแกลดลงจากก่อนเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษากลุ่มช่วยให้นักเรียนมีการป้องกันตนเองจากการถูกข่มเหงรังแกได้ 3) นักเรียนที่เห็นเหตุการณ์การข่มเหงรังแกหลังจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มมีคะแนนเฉลี่ยการเห็นเหตุการณ์การข่มเหงรังแกลดลงจากก่อนการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษากลุ่มช่วยให้นักเรียนหลีกเลี่ยงสถานการณ์การข่มเหงรังแกได้ดีขึ้น ในการดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวนั้น ผู้วิจัยได้ดำเนินตามองค์ประกอบทั้ง 6 ด้าน ดังนี้

Veridian E-Journal, Silpakorn University
ISSN 1906 - 3431

ด้านการหยั่งรู้ในตนเอง

จากองค์ประกอบการให้คำปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Counseling Theory) เน้นให้สมาชิกกลุ่มรับรู้ความคิด ความรู้สึก เข้าใจ และตระหนักรู้ในตนเอง โดยให้สมาชิกกลุ่มได้ทบทวนและเล่าเหตุการณ์ที่ทำให้รู้สึกไม่ดี จากนั้นให้คิดว่า “เราควรแก้ปัญหาอย่างไร วิธีใดบ้างน่าจะเหมาะสมกับตนเอง และเพราะอะไร” สมาชิกกลุ่มได้ร่วมกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นของกันและกัน ดังคำกล่าวของ พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์ (2561: 20) กล่าวว่า เทคนิคของการให้คำปรึกษากลุ่มเป็นการแสดงออกและการสื่อสารที่จะสื่อให้สมาชิกกลุ่มทราบว่าผู้นำกลุ่มยอมรับและเคารพในความเป็นมนุษย์ที่มีคุณค่าของสมาชิกกลุ่มเกิดการเรียนรู้ในการพัฒนาตนเอง ได้รู้จักการช่วยเหลือผู้อื่น เปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้ทำความเข้าใจ ได้สัมผัสกับความรู้สึกของตนเอง และยอมรับตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับโวลินและโวลิน (พัชรินทร์ อรุณเรือง. 2545: 19-21; อ้างอิงจาก Wolin; & Wolin. 1993: The Resilient self: How Survivors of Troubled Families Rise Above Adversity.) ได้กล่าวว่า การหยั่งเห็นในตนเอง (Insight) คือ ความเคยชินในการตั้งคำถามและให้คำตอบที่ซื่อสัตย์ต่อตนเอง พัฒนาการของการตระหนักรู้เริ่มต้นที่การรับรู้ความรู้สึก หรือการหยั่งรู้ด้วยสัญชาตญาณว่าครอบครัวเป็นสิ่งที่คุ้นเคยและไว้วางใจได้ มีความตื่นตัวต่อภาวะอันตราย จากคำกล่าวที่ว่า “เมื่อรู้สึกไม่สบายใจจะนั่งทบทวนเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง จากนั้นจะไปทำกิจกรรมหรือไปนั่งพูดคุยกับเพื่อน ๆ”

ด้านการเป็นอิสระในตนเอง

ผู้วิจัยได้ให้สมาชิกกลุ่มนึกถึงเหตุการณ์ที่รู้สึกดีหรือประทับใจในช่วงวันนี้ว่าเป็นอย่างไรบ้าง เมื่อวานเป็นอย่างไร อาทิตย์ที่ผ่านเป็นอย่างไรบ้าง มีใครบ้างที่ค่อยอยู่เคียงข้างเรา และใช้เทคนิคจริงใจ (Genuineness)การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditional Positive Regard and Acceptance) ความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) เพื่อช่วยเอื้อให้สมาชิกกลุ่มได้แสดงอารมณ์ ความรู้สึกที่แท้จริงของตนเองออกมาได้อย่างเต็มที่ รับรู้ถึงอิสระในการเลือกสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง ทำให้เกิดความรู้สึกปลอดภัย พร้อมทั้งใช้ทักษะการฟัง (Listening) การถาม (Questioning) การสะท้อนความรู้สึก (Reflection) และการสรุป (Summarizing) ในการติดตามเรื่องราว อารมณ์ และความรู้สึกของสมาชิกกลุ่ม (พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์. 2561: 119-121) เพื่อให้สมาชิกกลุ่มคิด ตัดสินใจ และแก้ไขจัดการกับปัญหาของตนเองได้ อีกทั้งผู้นำกลุ่มเลือกใช้เทคนิคการจัดการกับความโกรธ (Coping with Anger Technique) มีเป้าหมายเพื่อให้สามารถควบคุมตัวเองได้ โดยวิธีการดังนี้ ทอมสัน (Thompson. 2003: 301) จากนั้นให้สมาชิกกลุ่มทบทวนถึงเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เคยพบเจอแล้วทำให้เรารู้สึกไม่ดี โดยให้สมาชิกกลุ่มได้ถ่ายทอดเรื่องราว ความรู้สึกของตนเองผ่านการเขียนลงในกระดาษ จากข้อความที่ว่า “ถูกบิดาทำร้าย มารดามีครอบครัวใหม่ ครอบครัวมีผลทำให้หนูรู้สึกแย่ ทำไมต้องเกิดมาเจอกับเหตุการณ์เช่นนี้ จนบางครั้งส่งผลให้ตนเองควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้ คิดอยากทำร้ายตนเอง” และให้สมาชิกกลุ่มได้คิดเชื่อมโยงว่า “เมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ทำให้เรารู้สึกไม่สบายใจ เครียด เรามีวิธีแก้ไขปัญหาอย่างไร วิธีใดบ้างน่าจะเหมาะสมกับตนเอง และเพราะอะไร” พบว่า “เวลาที่รู้สึกว่าช่วงไหนหงุดหงิดง่าย ก็จะพยายามอยู่ห่าง ๆ จากคนอื่น อยู่ในห้องตนเอง พอหายหงุดหงิดแล้วค่อยออกมา” “พูดคุยกับเพื่อนที่ไว้วางใจ เพราะตนเองชอบอยู่กับผู้อื่น มีเพื่อนที่คอยให้กำลังใจกันและกัน”

ด้านสัมพันธภาพ

ผู้วิจัยนำทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเหตุผล – อารมณ์และพฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Group Counseling Theory) มาใช้ในการสร้างสัมพันธภาพ พัฒนาการมีกำลังใจ จากการคิดที่มีเหตุผล โดยเป้าหมายเพื่อช่วยเหลือให้สมาชิกกลุ่มได้ลดปัญหาที่เกิดขึ้นจากอารมณ์ที่อาจทำลายตนเอง เพื่อไม่ให้ก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ไม่ดีกับผู้อื่นได้ ทำให้มีความสุขในการใช้ชีวิต และช่วยให้สมาชิกกลุ่มเกิดความคิดที่มีเหตุผลมากขึ้น มีวิธีการเปลี่ยนอารมณ์ความรู้สึกที่เหมาะสมนำไปสู่การมีพฤติกรรมของตนเองที่มีสุขภาพดี และมีความสุข (พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์. 2561: 168-171) ซึ่งสมาชิกกลุ่มมีความตั้งในการรับฟัง ไม่คุยกัน และสบตาผู้นำกลุ่มขณะที่พูด จากนั้นให้สมาชิกกลุ่มได้ฝึกวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง โดยอธิบายการโต้แย้งความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล ซึ่งสมาชิกกลุ่มมีความตั้งใจฟังเป็นอย่างดี และมีซักถามข้อสงสัยต่าง ๆ และผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันบอกเล่าเรื่องราวประสบการณ์ที่เป็นปัญหาของตนเอง ซึ่งสมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่ได้เล่าถึงการปรับตัวที่เข้ามาอยู่ที่นี่ เพราะต้องอยู่ร่วมกัน กินด้วยกัน นอนด้วยกัน อยู่ในกฎระเบียบที่กำหนด เป็นต้น จากนั้นผู้นำกลุ่มมอบหมายการบ้าน โดยให้สมาชิกกลุ่มฝึกใช้แบบวิเคราะห์ความเชื่อตามกรอบแนวคิดแบบทฤษฎีเหตุผล – อารมณ์ และพฤติกรรม ในเหตุการณ์ที่เป็นปัญหาของตนเองที่พบเจอ เพื่อช่วยตรวจสอบความเข้าใจในการเข้ากลุ่มเพื่อปรับความคิดต่อตนเองในทางบวก และนำเสนอเป็นการบ้านในการพบกันครั้งต่อไป

ด้านการเป็นผู้ริเริ่ม

การดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งนี้ เน้นให้สมาชิกกลุ่มรู้จักการยอมรับตนเอง โดยผู้นำกลุ่มใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง(Person-Centered Counseling Theory) โดยใช้เทคนิคความจริงใจ (Genuineness) การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditional Positive Regard and Acceptance) ความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) เพื่อเอื้อให้สมาชิกกลุ่มได้แสดงความรู้สึกนึกคิดที่แท้จริงของตนเองออกมาได้อย่างเต็มที่ ซึ่งจะทำให้สมาชิกกลุ่มได้ตระหนักรู้ในปัญหาที่เกิดของตนเอง ยอมรับตนเอง และสามารถจัดการกับปัญหาได้อย่างเหมาะสม และใช้เทคนิคการฟัง (Listening) การถาม (Questioning) การสะท้อนความรู้สึก(Reflection) และการสรุป (Summarizing) เพื่อติดตามเรื่องราว อารมณ์ และความรู้ของสมาชิกกลุ่ม (พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์. 2561: 119-121) และผู้นำกลุ่มใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบรู้คิดและพฤติกรรม (Cognitive Behavioral Group Counseling Theory) โดยใช้เทคนิคการแก้ปัญหา (Problem Solving) (พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์. 2561: 161) ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มได้ให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นถึงประสบการณ์การแก้ไขปัญหาเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่เกี่ยวกับตนเอง ผลที่เกิดขึ้นตามมา ซึ่งสมาชิกกลุ่มกล่าวว่า “ให้มีกำลังใจในการใช้ชีวิตมากขึ้น เพราะคนอื่นเขาก็เจอเหมือนเรา เขายังผ่านมันไปได้เลย” “ไม่ว่าจะชีวิตจะดีหรือไม่นั่นคือบทเรียน ประสบการณ์ของเรา เพราะฉะนั้นเขาทำได้เราก็ต้องทำได้” นอกจากนั้นในขั้นยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มบอกถึงข้อคิดที่ได้รับ และเราสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหาในการดำเนินชีวิตได้หรือไม่ สมาชิกกลุ่มกล่าวว่า “ความสำเร็จที่ได้มาบางครั้งก็ต้องแลกกับอุปสรรค” “คนอื่นที่เขาเจอปัญหาเขาก็ยังสามารถที่จะแก้ไข และผ่านมันมาได้ ดังนั้นเราก็ต้องทำให้ได้เราก็จะนำวิธีการของเพื่อนมาปรับใช้เพื่อแก้ปัญหาให้กับตนเอง”

Veridian E-Journal, Silpakorn University
ISSN 1906 - 3431

ด้านความคิดสร้างสรรค์และอารมณ์ขัน

การดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งนี้ เป็นการคิดหาวิธีในการจัดการอย่างสร้างสรรค์ เมื่อต้องเผชิญกับสิ่งคุกคาม โดยใช้กิจกรรมเทคนิคการเปลี่ยนลบเป็นบวก เมื่ออยู่ในเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ส่งผลให้เกิดความรู้สึกเชิงลบ ทำให้เกิดการตำหนิตนเอง เมื่อเกิดการกระทำดังกล่าวซ้ำขึ้นบ่อยครั้งจะทำให้เกิดผลเสียต่อตนเอง เป็นการมุ่งเน้นพลังและศักยภาพของสมาชิกกลุ่ม ท้าทายให้สมาชิกได้ใช้ศักยภาพเพื่อเติมเต็มความต้องการและควบคุมการดำเนินชีวิตได้ดีขึ้น (Corey, 1995: 162) สร้างความตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง ด้วยการเข้าถึงและเข้าใจวิถีทางในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น การมอบความรักและได้รับความรักตอบจากผู้อื่น เพื่อนำไปสู่ความปีติยินดีต่อตนเองและเป็นการส่งต่อสู่ผู้อื่น (พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์. 2561: 154) ซึ่งสมาชิกกลุ่มกล่าวว่า “เวลามีคนชื่นชมจะรู้สึกดี รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า แต่เมื่อได้รับคำตำหนิจะรู้โกรธ ไม่พอใจ ทำไมเราทำผิดอะไรนักหนา” “เมื่อมีคนชมหนูรู้สึกว่าหนูไม่ใช่คนเก่ง แต่หนูดีใจที่ได้ทำสิ่งที่ดีที่สุด แต่เมื่อไหร่โดนดุ บางครั้งก็โกรธ ไม่พอใจ รู้สึกไม่ดีกับตนเองและคนอื่น” นอกจากนั้นในขั้นยุติการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งนี้มีสมาชิกกลุ่ม กล่าวว่า “ได้รู้ว่าตัวเองพูดอะไรไปบ้าง ส่งผลกระทบต่อตัวเองและผู้อื่นอย่างไร” แสดงให้เห็นว่ากระบวนการ WDEP มีส่วนสำคัญในการช่วยให้องค์ประกอบของความหยุ่นตัว ด้านความคิดสร้างสรรค์และอารมณ์ขันบรรลุวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่มได้เป็นอย่างดี

ด้านศีลธรรม จริยธรรม

กระบวนการ WDEP ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงมาผสมผสานกับองค์ประกอบของความหยุ่นตัวในด้านศีลธรรม จริยธรรม โดยการเสริมสร้างความรับผิดชอบ จากความมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง ที่มุ่งเน้นพัฒนาให้สมาชิกกลุ่มมีความเป็นตัวของตัวเอง เข้าใจ และรับผิดชอบต่อความต้องการของตนเอง กล้าเผชิญ และพิจารณาด้วยความจริงที่เป็นการประเมินพฤติกรรมของตนและปรับเปลี่ยนไปในทิศทางเชิงบวกได้ แก้ปัญหาด้วยความรับผิดชอบ จากทักษะการคิดและวางแนวทางสู่อนาคตพร้อมทั้งดำเนินตามแนวทางที่วางไว้ พิจารณาประเมินพฤติกรรมสิ่งพึงปฏิบัติหรือละเว้น และสามารถช่วยเหลือตนเอง ค้นหาวิถีทางสู่เป้าหมายด้วยตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ จากความต้องการพื้นฐาน โดยไม่สร้างความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น สร้างความตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง ด้วยการเข้าถึงและเข้าใจวิถีทางในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น การมอบความรักและได้รับความรักตอบจากผู้อื่น เพื่อนำไปสู่ความปีติยินดีต่อตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับคุณสมบัติของผู้ที่มีความหยุ่นตัวโดยการชื่นชม การเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นแง่มุมที่จำเป็นของความหยุ่นตัวและความสมปรารถนาอย่างสมบูรณ์แบบของชีวิตและการกล่าวขอบคุณตนเอง สิ่งที่สำคัญของการกล่าวแสดงความขอบคุณในตนเองนั้น จะต้องจริงใจและมองในสิ่งที่ควรขอบคุณเกี่ยวกับตนเองในเชิงบวกไม่ว่าจะกระทำ พูด คิด รู้สึก ซึ่งสามารถขอบคุณความล้มเหลว อาจจะยากแต่เป็นความจำเป็น เวลาที่พบกับความล้มเหลวจะสอนตนเองให้ยอมรับความผิดพลาดนั้นว่าเกิดขึ้นได้และเป็นไปได้ ทั้งหมดนี้คือพื้นฐานของความหยุ่นตัว (Robbins, 2007: 181-185) ซึ่งการชื่นชมตนเอง ความรับผิดชอบต่อตนเองเกิดจากการเห็นคุณค่าของตนเองและรู้สึกยินดีในคุณค่านั้น คือการเสริมสร้างความหยุ่นตัวด้วยตนเอง

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 แบบสอบถามความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว ผู้เกี่ยวข้องสามารถนำไปปรับใช้ได้ตามความเหมาะสม ดังนี้

1.1.1 เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวที่เข้ารับบริการของบ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดชลบุรี หากนำไปใช้กับกลุ่มอื่น เช่น นักเรียน ผู้ประสบปัญหาทางสังคมประเภทอื่น ๆ ผู้ปกครอง เป็นต้น แนวทางการให้คะแนนอาจจะมีความแตกต่างจากกลุ่มวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว ดังนั้นการนำแบบสอบถามไปใช้เป็นเครื่องมือวัดความหยุ่นตัว จึงควรพิจารณาให้มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง โดยอาจให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบและเสนอแนะเพื่อปรับปรุงอีกครั้ง

1.1.2 แบบสอบถามความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว เป็นเพียงข้อบ่งชี้เบื้องต้น เพื่อให้การเก็บข้อมูลมีประสิทธิภาพ ควรพิจารณาร่วมกับการสังเกตกับผู้ที่เกี่ยวข้องหรือแบบสอบถามอื่น ๆ ประกอบ อีกทั้งผู้ที่ต้องการนำแบบสอบถามความหยุ่นตัวไปใช้ควรศึกษาอย่างละเอียด เพื่อดำเนินการเก็บข้อมูลได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

1.2 การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว ซึ่งจากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า

1.2.1 การใช้การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวในภาพรวมได้ การนำไปเป็นแนวทางหรือนำไปประยุกต์ใช้เพื่อเสริมสร้างความหยุ่นตัว ควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับองค์ประกอบของความหยุ่นตัวในแต่ละองค์ประกอบ

1.2.2 ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้มุ่งเน้นในเรื่องการทำตามข้อตกลงที่ร่วมกันสร้างขึ้น เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างเห็นได้ชัดเจน โดยเฉพาะการทำการบ้านตามที่ได้รับมอบหมาย ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นถึงความรับผิดชอบ

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 แบบสอบถามความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว

2.1.1 ควรมีการศึกษาความหยุ่นตัวกับกลุ่มตัวอย่างหรือหน่วยงานอื่น ๆ โดยเฉพาะโรงเรียน สถานสงเคราะห์ ศูนย์ฝึกเด็กและเยาวชน เพื่อศึกษาแนวทางการป้องกันปัญหาและสร้างภูมิคุ้มกัน

2.1.2 ควรมีการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความหยุ่นตัว

2.2 การเสริมสร้างความหยุ่นตัวของวัยรุ่นหญิงที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว

2.2.1 ควรมีการศึกษาการเสริมสร้างความหยุ่นตัว โดยใช้วิธีการฝึกอบรม เนื่องจากเป็นวิธีการที่สามารถเสริมสร้างความหยุ่นตัวให้กับกลุ่มครั้งละจำนวนมาก ๆ ได้

2.2.2 อาจใช้การบูรณาการทฤษฎี เทคนิคการให้คำปรึกษาที่สอดคล้องกับแต่ละองค์ประกอบของความหยุ่นตัว

Veridian E-Journal, Silpakorn University
ISSN 1906 - 3431

เอกสารอ้างอิง

ภาษาไทย

Arunruang, P. (2002). phon khoṇng kān pruksā choēng c̆hittawitthayā bǣp klum toṇ khwāmsāmāt nai kān fụ̄n phalang læ konlawithī kān phachoēn panhā khoṇng wairun toṇ ton. {Effects of Group Counseling on Resilience and Coping Strategies of Early Adolescents}. A thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Arts in Couseling Psychology. Bangkok : Chulalongkorn University.

พัชรินทร์ อรุณเรือง. (2545). **ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อความสามารถในการฟื้นพลังและกลวิธีการเผชิญปัญหาของวัยรุ่นตอนต้น.** วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาการปรึกษา). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พัชรินทร์ อรุณเรือง. (2545). **ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อความสามารถในการฟื้นพลังและกลวิธีการเผชิญปัญหาของวัยรุ่นตอนต้น.** วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาการปรึกษา). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Chongruksa, D. (2006). thritsadī kānhai kham pruksā læ c̆hittabambat būangton {Theories of Counseling and Psychotherapy}, Bangkok: Technology Promotion Association (Thailand-Japan).

ดวงมณี จงรักษ์. (2549). **ทฤษฎีการให้คำปรึกษาและจิตบำบัดเบื้องต้น.** กรุงเทพฯ: สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น).

Chonburi Shelter for Children and Families. (2016). khoṃūn phūchai boṛikān phāinai nưng Kanyāyon soṇngphanhārōṛihāsipkāo { User Information by September 1, 2019}, Chonburi. Office.

บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดชลบุรี. (2559). **ข้อมูลผู้ใช้บริการภายใน 1 กันยายน 59**. ชลบุรี: สำนักงานฯ.

Mingkwan, D., Dudsdeemaytha, J., & Srisawat, P. kānhai kham pruksā klum bǣp phachoēn khwām c̆hing phưa soēmsāng sunsī hǣng ton khoṇng nakrīan chan prathomsuksā toṇ plāī {Reality group counseling to enhance self-appreciation of primary students}. Veridian E-Journal, Silpakorn University 10,2 (May – August) : 379-391.

ดวงนภา มิ่งขวัญ จิตรา ดุษฎีเมธา และพัชราภรณ์ศรีสวัสดิ์. “การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงเพื่อเสริมสร้างสุนทรีย์แห่งตนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย” **Veridian E-Journal, Silpakorn University** 10,2 (พฤษภาคม-สิงหาคม) : 379-391.

Ministry of Social Development and Human Security. (2016). phonlakā roḍam noēn ngān roṇp soṇng pī Kanyāyon soṇngphanhārōṛihāsipc̆het Kanyāyon soṇngphanhārōṛihāsipkāo {Operation Results for the Second Quarter of September 2014-September 2019}, Bangkok: Advanced printing service.

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2559). **ผลการดำเนินงานรอบ 2 ปี กันยายน 2557–กันยายน 2559.** กรุงเทพฯ: บริษัท แอดวานซ์พริ้นติ้งเซอร์วิส จำกัด.

Nakpujchimsakul, K., Srisawat, P., & Wongtim, S. (2017). kān̄suksā̄ khwām̄samphan̄ khō̜ng patchai chœ̄ng sāhet̄ thī̄ song phon tō̜ khwām̄ khængkrǣng thāng chitchai khō̜ng nakrīan radap matthayommasuksā̄ tō̜n plāi nai Krung Thēp Mahā Nakhō̜n {Analysis Of Causal Relationship Of Psychological Hardiness Of Students In Secondary School At Bangkok}. Veridian E-Journal, Silpakorn University 10,3 (September – December) : 239-243.

กาญจนา นาคปัจฉิมสกุล พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์ และสุขอรุณ วงษ์ทิม. (2560). “การศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความแข็งแกร่งทางจิตใจของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร” **Veridian E-Journal, Silpakorn University** 10,3 (กันยายน-ธันวาคม) : 239-243.

Theangprome, P; & Klomjit, C. (2011). phon khō̜ng kānhai kham pruksā̄ klum tām nǣo thritsadī kānphichā̄rana hetphon ʻārom læ phruttikam thī̄ mī tō̜ khwām̄ yun tūa thāng ʻārom khō̜ng yaowachon nai sūn fuk læ ʻoprom dek læ yaowachon khet̄ sī chāngwat khō̜nkǣn {The Effect of Group Counseling Based on the Rational Emotion Behavior Theory on the Resilience for Juvenile Delinquents in the Youth Training Center Area 4 Khon Kaen Province}. Journal of Education Khon Kaen University 6(1) (January – March) : 69-78.

ปวีณา เที่ยงพรม; และ ฉันทนา กล่อมจิต. (2554). **ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมที่มีต่อความหยุ่นตัวทางอารมณ์ของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 4 จังหวัดขอนแก่น.** วารสารคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น 6,1: 69-78.

Srisawat, P; Langka W; Boriboom G; & Saenubol K. (2017). kānphatthanā rūpbǣp kān pō̜ngkan kān khomhēng rangkǣ nai rongrīan {A Development of Bullying Prevention in School Model}. Veridian E-Journal, Silpakorn University 11,1 (January – April) : 3653-3667

พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์ วิไลลักษณ์ ลังกา กัมปนาท บริบูรณ์ และครรชิต แสนอุบล. (2560). “การพัฒนารูปแบบการป้องกันการข่มเหงรังแกในโรงเรียน” **Veridian E-Journal, Silpakorn University** 11,1 (มกราคม-เมษายน) :3653-3667

Srisawat, P. (2018). kānhai kham pruksā̄ klum {Group Counseling}. Bangkok: Danex Intercorporation.

Veridian E-Journal, Silpakorn University
ISSN 1906 - 3431

พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์. (2561). **การให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling).** กรุงเทพฯ: แดเน็กซ์อินเตอร์คอร์ปอเร่ชั่น.

ภาษาต่างประเทศ

Corey, Gerald. (1995). **"Student manual for theory and practice of group counseling,"** Fourth Edition. Brooks/Cole publishing company, Pacific Grove,California.

Robbins, Mike. (2007). **"Focus on the Good Stuff : The Power of Appreciation."** The United States of America: Jossey - Bass.

Thompson, Rosemary A. (2003). **Counseling Techniques: Improving Relationships with Others, Ourselve, Our Families and Our Environment**. 2nd ed. New York: Brunner-Routledge.

Trotzer, Jame P. (2006). **"The Counselor and the Group : Integrating Theory,Training,and Practice."** Fourth Edition. Routledge Taylor&Francis Group.

Wolin, S. J. and S. Wolin. (1993). **The Challenge of The Troubled Family.** In The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise Above Adversity. New York: Villard Books