Veridian E-Journal, Silpakorn University
ISSN 1906 - 3431

ผลของการปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของผู้ต้องขัง เรือนจำกลางบางขวาง จังหวัดนนทบุรี*

The Effects of Individual Counseling Based on Reality Counseling Theory on Quit Smoking Behavior of Prisoners at BangKwang Central Prison in Nonthaburi Province

ศรนารายณ์ ชูชื่น (Sornnarai Chouchouen)**
ลัดดาวรรณ ณ ระนอง (Laddawan Na Ranong)***

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของผู้ต้องขังเรือนจำกลางบางขวาง จังหวัดนนทบุรี

กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ต้องขังเรือนจำกลางบางขวาง จำนวน 5 คน มีอายุระหว่าง 31 – 40 ปี ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง ที่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่และสมัครใจ เข้าร่วมในการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการกับกลุ่มทดลองโดยใช้โปรแกรมการให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีปรึกษาแบบเผชิญความจริง ใช้เวลาการให้การปรึกษา คนละ 8 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง เป็นเวลา 8 สัปดาห์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ โปรแกรมการให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง และแบบสอบถามพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ มีค่าความเที่ยง เท่ากับ .96 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ การทดสอบเครื่องหมาย และการทดสอบเครื่องหมายเชิงอันดับของวิลคอกซัน

ผลการวิจัยพบว่า ผู้ต้องขังที่ได้รับการปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง มีระดับพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่เพิ่มสูงขึ้นภายหลังการได้รับการปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

---

* วัตถุประสงค์ของการเขียนบทความเพื่อเผยแพร่ผลงานวิจัยเรื่องผลของการปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของผู้ต้องขัง เรือนจำกลางบางขวาง จังหวัดนนทบุรี

The purpose of the article is to distribute the research project of the effects of individual counseling based on the reality counseling theory on quit smoking behavior of prisoners at Bang Kwang Central Prison in Nonthaburi province.

** นักศึกษาระดับปริญญาโท หลักสูตรการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

Master Degree student in Guidance and Psychological Counseling of School of Educational Studies, Sukhothai Thammathirat Open University.

*** รองศาสตราจารย์ ดร. ประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช โทรศัพท์ 0-2504-8502

Associate Professor Dr. of School of Educational Studies, Sukhothai Thammathirat Open University. Tel: 081-8690636

คำสำคัญ : การปรึกษาเป็นรายบุคคล ทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง พฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ ผู้ต้องขัง เรือนจำกลางบางขวาง

Abstract

The purpose of this research was to study the effects of individual counseling based on the reality counseling theory on quit smoking behavior of prisoners at Bang Kwang Central Prison in Nonthaburi province.

The research sample consisted of five purposively selected prisoners at Bang Kwang Central Prison, aged 31 – 40 years, who had smoking behavior and volunteered to participate in the experiment. The researcher treated them with individual counseling based on the reality counseling theory. Each subject received individual counseling for eight periods, each of which lasted for one hour, for the total duration of eight weeks. The employed research instrument was a questionnaire on quit smoking behavior with alpha reliability coefficient of .96. Statistical procedures for data analysis were the sign test and Wilcoxon Matched Pairs Signed Rank-Test.

The research findings showed that the prisoners who had received individual counseling based on the reality counseling theory increased their quit smoking behavior significantly at the .05 level of statistical significance.

Keywords: Individual counseling, Reality counseling theory, Quit smoking behavior, Prisoner, Bang Kwang Central Prison

บทนำ

พฤติกรรมการสูบบุหรี่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของประชากรโลก ทำให้เกิดความสูญเสียต่อทรัพยากรบุคคล การสูญเสียในด้านเศรษฐกิจ และการสูญเสียด้านสาธารณสุข มีรายงานพบว่าอัตราการเสียชีวิตจากการสูบบุหรี่มีมากเป็นอันดับ 2 ของประชากรโลก ซึ่งหากอัตราการสูบบุหรี่ยังไม่ลดลง คาดว่าในปี 2020 จะมีผู้เสียชีวิตจากโรคที่สัมพันธ์กับบุหรี่ถึง 10 ล้านคน จากสถิติการสูบบุหรี่ของประชากรในประเทศไทยพบว่า คนไทยเสียชีวิตจากการสูบบุหรี่ปีละกว่า 48,000 คน โดยคนไทยที่เสียชีวิตจากการสูบบุหรี่โดยเฉลี่ยจะป่วยหนักเป็นเวลา 2 ปี ก่อนที่จะเสียชีวิต และเสียชีวิตเร็วกว่าคนที่ไม่สูบบุหรี่โดยเฉลี่ยคนละ 12 ปี อีกทั้งยังพบว่าควันบุหรี่ของผู้สูบหรือที่เรียกว่าควันบุหรี่มือสอง (Second Hand Smoke) ซึ่งเป็นส่วนผสมของสารพิษที่เป็นของเสีย เมื่อแพร่ไปสู่บุคคลใกล้ชิด ผลกระทบที่ได้รับก็จะเหมือนกับควันบุหรี่ที่คนสูบบุหรี่สูดเข้าไป อีกทั้งยังมีปริมาณความเข้มข้นมากกว่า จากรายงานการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ในปี 2547 จากจำนวน 192 ประเทศ มีผู้เสียชีวิตจากการได้รับควันบุหรี่มือสอง จำนวน 603,000 คน โดยในจำนวนนี้ เสียชีวิตจากโรคหัวใจ จำนวน 379,000 คน โรคมะเร็ง

Veridian E-Journal, Silpakorn University
ISSN 1906 - 3431

ปอด จำนวน 21,400 คน โรคหืด จำนวน 36,900 คน และจากโรคติดเชื้อในปอด จำนวน 165,000 คน ซึ่งส่วนใหญ่เป็นเด็กที่มีอายุต่ำกว่า 5 ขวบ (มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่, 2555)

บุหรี่เป็นยาเสพติด การสูบบุหรี่จึงเป็นการเสพติดบุหรี่ หรือติดสารนิโคติน โดยนิโคตินมีฤทธิ์เสพติดรุนแรงเท่ากับเฮโรอีน (จินตนา ยูนิพันธุ์ และคณะ, 2553) คนที่สูบบุหรี่จึงจำเป็นต้องได้รับการบำบัด และได้รับการช่วยเหลือ โดยจากสถิติมีคนไทยเลิกบุหรี่ได้แล้ว 6.3 ล้านคน โดยจำนวน 9 ใน 10 คน สามารถเลิกสูบบุหรี่ได้ด้วยตนเอง (มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่, 2555) ดังนั้น การช่วยเหลือให้บุคคลสามารถเลิกสูบบุหรี่ได้ จึงเป็นสิ่งที่ทุกภาคส่วนของสังคมควรร่วมมือกันในการส่งเสริมและรณรงค์เพื่อให้เกิดขึ้นอย่างชัดเจนและเป็นรูปธรรม เพื่อให้คนในสังคมเกิดความตระหนักรู้ แก้ไขและป้องกันปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดจากการสูบบุหรี่ และผลลัพธ์ที่ได้ก็คือคนในสังคมไทยจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ประเทศก็จะเจริญก้าวหน้าต่อไปด้วย สอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ.2555 – 2559) ซึ่งกล่าวว่า ปัจจัยที่สำคัญที่สุดต่อการพัฒนาประเทศให้มีความเจริญก้าวหน้านั้น คือ การพัฒนาคน โดยการสร้างเสริมศักยภาพของคนทุกมิติ(สมบูรณ์ จารุณะ.2558 อ้างถึงใน ทัชชา สุริโย,2559:4)

การเลิกสูบบุหรี่ มีผลดีต่อสุขภาพ ทั้งทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม รวมทั้งด้านเศรษฐกิจ สอดคล้องกับการวิจัยของโรงพยาบาลศูนย์หาดใหญ่ (2540) ที่พบว่า ผลดีของการเลิกสูบบุหรี่จะมีผลดีต่อการทำงานได้ดีขึ้นของประสาทสัมผัสทั้ง 5 จนเข้าสู่ภาวะปกติ ทำให้มีความสุขในการรับประทานอาหาร การมองเห็น การดมกลิ่น การสัมผัสและการได้ยินดีขึ้น และการเลิกสูบบุหรี่มีผลดีทันทีต่อสุขภาพร่างกาย ปัญหาต่าง ๆ ด้านสุขภาพจะหายไป สุขภาพโดยรวมแข็งแรงขึ้น ผิวพรรณสดใสมีน้ำมีนวล ไม่มีกลิ่นตัวและกลิ่นปาก ไม่มีกลิ่นเหม็นบุหรี่ตามเสื้อผ้า ฟันจะขาวสะอาดขึ้น และลมหายใจสะอาดสดชื่น ลดอาการไอ และมีเสมหะน้อยลง ปัญหาต่างๆ ด้านสุขภาพ เช่น ไอ แสบตา ตาแดง ปากแห้ง ลิ้นแตกเป็นสีน้ำตาล ใจสั่น เจ็บหน้าอกจะหายไป และพบว่าการเลิกบุหรี่ส่งผลดีทางด้านจิตใจและอารมณ์ ทำให้รู้สึกภาคภูมิใจในการแก้ปัญหา มีความสุขและภูมิใจที่ได้เป็นตัวอย่างที่ดีกับเยาวชนและสังคม ไม่ต้องมีความรู้สึกผิดอีกต่อไป ไม่มีความกังวล การกระสับกระส่ายจากภาวะการขาดบุหรี่ ผลดีของการเลิกบุหรี่ทางด้านสังคม คือ ไม่ทำให้ผู้อื่นเกิดความรำคาญ โดยพ่นควันบุหรี่รดหน้าคนอื่นหรือทำให้เสื้อผ้าเหม็นและไหม้ อีกทั้งยังไม่ทำให้เกิดความเสียหายโดยประมาทจากไฟไหม้ สามารถมีความสุขในสังคมโดยไม่ต้องแยกตัวออกมาเพื่อสูบบุหรี่ ไม่เป็นภาระที่ต้องคอยนำบุหรี่ติดตัวไปทุกหนทุกแห่ง ได้รับการต้อนรับจากเพื่อนๆ หรือสังคม และยังพบว่าการเลิกสูบบุหรี่ส่งผลดีทางด้านเศรษฐกิจ ทำให้ประหยัดเงินทางตรงที่ต้องใช้ซื้อบุหรี่ โดยสามารถนำมาเป็นค่าใช้จ่ายที่จำเป็นอย่างอื่นได้มากขึ้น ประหยัดเงินทางอ้อมที่ต้องใช้ในการดูแลสุขภาพ หรือค่าเสียหายอื่นๆ อันเนื่องมาจากการสูบบุหรี่ ไม่ต้องสูญเสียเงินอีกก้อนใหญ่เพื่อนำมารักษาโรคที่เกิดจากบุหรี่

เรือนจำกลางบางขวาง ซึ่งเป็นเรือนจำความมั่นคงสูงสุดของประเทศ มีผู้ต้องขังรวมทั้งสิ้น 3,860 คน (ข้อมูล ณ วันที่ 24 สิงหาคม 2558) โดยแบ่งการควบคุมผู้ต้องขังออกเป็นฝ่ายควบคุมแดนต่าง ๆ ตามกำหนดโทษที่ต้องคำพิพากษาของศาล จากการสำรวจข้อมูลจำเพาะฝ่ายควบคุมแดน 6 ซึ่งควบคุมผู้ต้องขังที่มีกำหนดโทษ 40 ปี ถึงตลอดชีวิต มีพื้นที่ 4 ไร่ 3 งาน 57 ตารางวา มีจำนวนผู้ต้องขังจำนวน 705 คน จากการสำรวจข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับสถานภาพการสูบบุหรี่ของผู้ต้องขัง สามารถจำแนกออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มสูบบุหรี่ กลุ่ม

ไม่สูบบุหรี่ และกลุ่มเลิกสูบบุหรี่แล้ว โดยพบว่ามีกลุ่มผู้ต้องขังที่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ จำนวน 351 คน คิดเป็นจำนวนร้อยละ 49.79 ซึ่งจากปริมาณการสูบบุหรี่ดังกล่าว จะเห็นได้ถึงวิกฤตของสถานการณ์การสูบบุหรี่ในเรือนจำ ที่มีพื้นที่อันจำกัด การถูกจองจำเป็นระยะเวลายาวนาน และสภาพความเป็นอยู่ที่เคร่งครัดในกฎระเบียบส่งผลให้การสูบบุหรี่ไม่เพียงแต่จะเป็นการทำร้ายตัวผู้สูบเองเท่านั้น แต่ยังส่งผลเสียต่อสุขภาพของบุคคลรอบข้าง และความสูญเสียทางด้านเศรษฐกิจ ที่เป็นผลเสียอันจะเกิดจากพิษภัยของบุหรี่ และนอกเหนือจากนี้ก็คือสิ่งที่ไม่ดีจากผู้ต้องขังจะกลับเข้าสู่สังคมไม่วันใดก็วันหนึ่ง โดยเฉพาะอย่างยิ่งใน ชุมชนที่เขาเคยอยู่อาศัย เมื่อพวกเขาได้รับการปล่อยตัว หากไม่ได้รับการดูแลด้านสุขภาพที่ดีก็จะนำโรคติดตัว และแพร่กระจายสู่ครอบครัวและชุมชน หากได้รับการดูแลสุขภาพที่ดีก็จะได้คนที่มีสุขภาพดีกลับสู่สังคม การที่ ผู้ต้องขังได้รับการดูแลด้านสุขภาพอย่างต่อเนื่องระหว่างเรือนจำกับชุมชนจึงถือเป็นเรื่องสำคัญและเร่งด่วนด้านสาธารณสุข ตราบใดที่ยังมีคนเข้าออกเรือนจำอยู่ทุกวัน (The Council of Europe.1973 อ้างถึงในรณกรณ์ เอกฉันท์,2558:4)

จากสภาพปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาและพัฒนาโปรแกรมการปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง เนื่องจากการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริงเน้นการสื่อสารด้วยภาษาและเหตุผล ไม่เน้นเรื่องราวในอดีต ซึ่งเหมาะกับการให้ความช่วยเหลือบุคคลที่เป็นผู้ต้องขังที่ไม่ต้องให้ผู้รับบริการต้องเล่าเรื่องราวในอดีต และการให้ความสำคัญกับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมมากกว่าความรู้สึก โดยมีความเชื่อว่า เมื่อพฤติกรรมเปลี่ยนความรู้สึกและความคิดก็เปลี่ยนตามไปด้วย ผู้วิจัยจึงมีแนวคิดว่าการให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลตามแนวทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริงจะช่วยเสริมสร้างพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ให้เกิดขึ้นในกลุ่มผู้ต้องขังเรือนจำกลางบางขวาง โดยจะสามารถนำผลจากการศึกษาที่ได้ไปให้การช่วยเหลือบุคคลให้สามารถเลิกสูบบุหรี่ได้ เป็นการลดจำนวนผู้สูบบุหรี่ในบริบทของเรือนจำและอื่น ๆ ได้อย่างประสบผลสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของผู้ต้องขัง

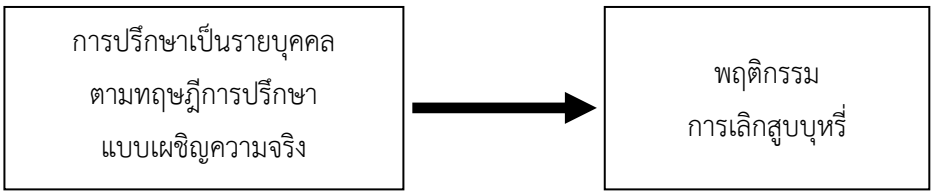
สมมติฐานของการวิจัย

ผู้ต้องขังที่ได้รับการปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง มีระดับพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่เพิ่มสูงขึ้นภายหลังการได้รับการปรึกษา

Veridian E-Journal, Silpakorn University
ISSN 1906 - 3431

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (One Group Pretest – Posttest Design) เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง ที่มีต่อพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของผู้ต้องขัง ดังนี้



วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษา เป็นผู้ต้องขังเรือนจำกลางบางขวาง ในฝ่ายควบคุมแดน 6 จังหวัดนนทบุรี ที่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ มีอายุระหว่าง 20 - 60 ปี จำนวน 351 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา ได้จากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive random sampling) จากผู้ต้องขังเรือนจำกลางบางขวาง ในฝ่ายควบคุมแดน 6 จังหวัดนนทบุรี ที่มีอายุระหว่าง 31-40 ปี มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ที่สมัครและสนใจเข้าร่วมโครงการวิจัย และยินยอมเข้าร่วมการวิจัยตามระเบียบวิธีการและระยะเวลาที่กำหนด จำนวน 5 ราย

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสร้างและพัฒนาขึ้นจากการศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่

2.1 แบบสอบถามพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่

ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นตามปัญหาวิจัย วัตถุประสงค์ และศึกษา ค้นคว้า ทฤษฎี เอกสาร ตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พัฒนาออกแบบคำถามจากแนวคิดและงานวิจัยที่ทำมาก่อน ประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเลิกสูบบุหรี่ 2) ความรู้เกี่ยวกับการสูบบุหรี่ 3) ความรู้สึกต่อการเลิกสูบบุหรี่ และ 4) พฤติกรรมการปฏิบัติตัวต่อการเลิกสูบบุหรี่ จากนั้นนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญวิเคราะห์ความตรง (Validity) ของแบบสอบถามพิจารณาตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) แล้วนำความเห็นของผู้เชี่ยวชาญมาพิจารณาความสอดคล้องของการประเมินโดยหาค่า IOC (Index of Concordance) โดยมีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.66-1.00 แล้วนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับผู้ต้องขังสูบบุหรี่กลุ่มอื่นที่มีลักษณะเหมือนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน แล้วนำมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยมีค่าอยู่ระหว่าง .32-.79 และได้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ .96

2.2 โปรแกรมการให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง

ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมการให้การปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามแนวคิดทางทฤษฎี บทบาท กระบวนการและเทคนิคของการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริง แล้วนำไปหาความตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ หลังจากนั้น นำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ โดยมีค่าดัชนีความสอดคล้อง เท่ากับ 1.00

3. ตัวแปร

3.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) คือ โปรแกรมการให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง

3.2 ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือ พฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่

4. การดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้แบบแผนการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (One Group Pretest – Posttest Design) กลุ่มตัวอย่างได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive random sampling) ซึ่งมีแผนการทดลอง ดังนี้

ตารางที่ 1 รูปแบบการทดลอง

กลุ่ม	ทดสอบ(ก่อน)	ทดลอง	ทดสอบ (หลัง)
E	P_1	X	P_2

การทดลองได้ดำเนินการตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

4.1 ก่อนการทดลอง เป็นระยะก่อนการทดลองหรือระยะเตรียมการที่ผู้วิจัยให้ข้อมูลการเตรียมความพร้อมสำหรับการเลิกสูบบุหรี่ เพื่อเป็นการช่วยวางแผนในการเลิกสูบบุหรี่กับผู้รับบริการปรึกษา เป็นเวลา 2 สัปดาห์ โดยผู้วิจัยให้ผู้รับบริการปรึกษาทำแบบสอบถามพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ แล้วเก็บไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pre - test)

4.2 การดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามโปรแกรมการให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริงมาใช้กับผู้รับบริการปรึกษาที่เข้ารับการทดลอง เป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง โดยให้การปรึกษาวันละ 1 ราย

4.3 หลังการทดลอง ผู้วิจัยให้ผู้รับบริการปรึกษา จำนวน 5 ราย ตอบแบบสอบถามพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ แล้วนำคะแนนที่ได้มาเป็นคะแนนหลังการทดลอง (Post - test)

5. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตัวเอง โดยขออนุญาตเก็บข้อมูลตามขั้นตอน และดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

5.1 ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตในการทำการศึกษาค้นคว้าวิจัยจากสำนักบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ถึงผู้บัญชาการเรือนจำกลางบางขวาง ตำบลสวนใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี เพื่อนำเสนอโครงการวิจัยและขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล เมื่อได้รับการอนุมัติแล้ว ผู้วิจัยจึงทำเรื่องขออนุมัติทำการศึกษาวิจัยและทดลองในมนุษย์ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย รายละเอียดในการ

Veridian E-Journal, Silpakorn University
ISSN 1906 - 3431

เก็บรวบรวมข้อมูล เมื่อได้หนังสืออนุญาตจากผู้บัญชาการเรือนจำกลางบางขวาง จากนั้นนำเอกสารติดต่อหัวหน้าฝ่ายควบคุมแดน 6 เพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลกับผู้ต้องขังที่สูบสูบบุหรี่กลุ่มตัวอย่าง เมื่อได้รับอนุญาตผู้วิจัยจึงดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

5.2 ผู้วิจัยศึกษาประวัติของผู้ต้องขังที่สูบบุหรี่ เลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะตรงตามที่กำหนด

5.3 ผู้วิจัยพบผู้ต้องขังที่สูบบุหรี่ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยแนะนำตัว อธิบายวัตถุประสงค์ในการศึกษา ขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล และชี้แจงให้ทราบถึงสิทธิในการตอบรับและปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ คำตอบหรือข้อมูลทุกอย่างจะใช้สำหรับการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น และข้อมูลทุกอย่างจะถือเป็นความลับ ก่อนตอบคำถามผู้วิจัยอธิบายถึงวิธีการตอบแบบสอบถามและโปรแกรมการให้การปรึกษาอย่างละเอียด หลังตอบแบบสอบถามแล้ว ผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ถูกต้องและความครบถ้วนของคำถาม

5.4 ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา สถานที่ ที่จะพบกันในครั้งต่อไป เพื่อดำเนินการตามโปรแกรมการให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริง โดยจะนัดหมายสัปดาห์ละ 1 ครั้ง คือ ทุกวันจันทร์ – ศุกร์ ใช้เวลาไม่เกิน 3 เดือน ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

5.5 ผู้วิจัยให้ผู้ต้องขังกลุ่มตัวอย่างแต่ละราย เซ็นหนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วม การวิจัย โดยได้รับการบอกกล่าวและเต็มใจ เพื่อพิทักษ์สิทธิในการเข้าร่วมการวิจัย และดำเนินการตามขั้นตอนเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล

5.6 ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามมาคิดคะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ และนำคะแนนไปวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติต่อไป

6. การวิเคราะห์ข้อมูล

6.1 เปรียบเทียบระดับพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ก่อนและหลังการให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง ใช้การทดสอบด้วยสถิตินันพาราเมตริกซ์ (Nonparametric Statistics) โดยการทดสอบเครื่องหมาย (Sign Test) เนื่องจากต้องการทราบทิศทาง การเปลี่ยนแปลงและกลุ่มตัวอย่างมีขนาดเล็ก

6.2 เปรียบเทียบพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ก่อนและหลังการให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง เพื่อหาค่าความสัมพันธ์ของแต่ละคู่ โดยการทดสอบเครื่องหมายเชิงอันดับของวิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed Ranks Test)

สรุปผลการวิจัย

ผู้วิจัยได้นำคะแนนจากแบบสอบถามพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ ก่อนและหลังการปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง มาวิเคราะห์เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของผู้ต้องขังที่เข้ารับบริการปรึกษา ผลการทดลองพบว่า

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนระดับพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ก่อนและหลังการให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง

ผู้ต้องขัง (n)	คะแนนพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่		ทิศทางของความแตกต่าง	เครื่องหมาย
	คะแนนก่อนทดลอง P_1	คะแนนหลังการทดลอง P_2	$P_2 - P_1$	
1	91	210	$P_2 > P_1$	+
2	83	217	$P_2 > P_1$	+
3	93	194	$P_2 > P_1$	+
4	82	200	$P_2 > P_1$	+
5	111	176	$P_2 > P_1$	+

จากตารางที่ 2 พบว่า ระดับคะแนนพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่หลังจากการได้รับการปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง มีคะแนนเพิ่มขึ้น ซึ่งแสดงว่าผู้ต้องขังที่เข้ารับการปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริงมีระดับพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่เพิ่มสูงขึ้นภายหลังการได้รับการปรึกษา ดังนั้น ทิศทางของความแตกต่าง จึงมีเครื่องหมายเป็น บวก ทั้งหมด (n = 5) เมื่อนำค่า n ไปเปิดตารางในการทดสอบไบโนเมียล (The Binomial Test) จะพบว่าค่าความน่าจะเป็น เท่ากับ 0.77 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบคะแนนระดับพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ก่อนและหลังการปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง แยกเป็นรายกรณี

ผู้ต้องขัง (n)	คะแนน		ผลต่างของคะแนน	อันดับ	R^+	R^-
	ก่อนการทดลอง P_1	หลังการทดลอง P_2				
1	91	210	119	2	+2	-
2	83	217	134	1	+1	-
3	93	194	101	4	+4	-
4	82	200	118	3	+3	-
5	111	176	65	5	+5	-

* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 $T = 0^*$

จากตารางที่ 3 พบว่า ตารางค่าวิกฤต (Critical Value) ของ T ในวิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed Ranks Test) ในระดับนัยสำคัญที่ .05 ค่า T ที่คำนวณได้เท่ากับ 2 (n = 5)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากตารางที่ 3 ปรากฏว่า การจัดอันดับค่าผลต่างของคะแนนมีค่าเป็น บวก ทั้งหมด ค่า T ที่คำนวณได้ = 0 แสดงว่า การปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง

Veridian E-Journal, Silpakorn University
ISSN 1906 - 3431

สามารถทำให้ระดับพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของผู้ต้องขังเพิ่มสูงขึ้นภายหลังการได้รับการปรึกษา ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาผลของการปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง ที่มีต่อพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของผู้ต้องขัง เรือนจำกลางบางขวาง จังหวัดนนทบุรี สามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

ผู้ต้องขังที่ได้รับการปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริงมีระดับพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่เพิ่มสูงขึ้นภายหลังการได้รับการปรึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องตามสมมติฐานที่ผู้วิจัยที่ตั้งไว้

ผลการวิจัยครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า การให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริงเป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยเพิ่มระดับพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของผู้ต้องขังได้ ทั้งนี้เพราะ การให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริงเป็นกระบวนการที่สามารถช่วยให้ผู้ต้องขังปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการสูบบุหรี่ได้ โดยผู้วิจัยเริ่มต้นกระบวนการให้การปรึกษา โดยเริ่มจากการซักถามเพื่อคัดกรองผู้ต้องขังที่สูบบุหรี่ ด้วยการแนะนำและการสร้างแรงจูงใจให้เลิกสูบบุหรี่ ประเมินระดับความรุนแรงของการเสพติดบุหรี่เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนให้ความช่วยเหลือ จากนั้น ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้โปรแกรมการให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริงที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น นำมาใช้ในการทดลองกับผู้ต้องขังที่เข้ารับบริการปรึกษา โดยเริ่มต้นการให้การปรึกษาด้วยการเข้าไปเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับผู้รับบริการปรึกษาด้วยท่าทีที่อบอุ่น เป็นกันเอง ให้กำลังใจ ให้การยอมรับ จนเกิดความเต็มใจในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกันระหว่างการให้การบริการปรึกษา จากนั้นผู้วิจัยดำเนินการให้ความช่วยเหลือให้ผู้รับบริการปรึกษาได้สำรวจความต้องการของตน (Wants) ด้วยการใช้เทคนิคในการตั้งคำถามในการสำรวจข้อมูลที่เกี่ยวกับพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ ความคิดเห็นและความรู้สึกของผู้รับบริการปรึกษาที่มีต่อการเลิกสูบบุหรี่ ทำให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความตระหนักรู้ถึงความถูกผิดพฤติกรรมของตนเอง รวมถึงการได้สำรวจความเปลี่ยนแปลงของตนเองที่เกิดจากวางแผนในการเลิกสูบบุหรี่ที่ผู้รับบริการปรึกษาได้ลงนามและทำสัญญาไว้ จากนั้นผู้วิจัยให้ผู้รับบริการปรึกษาได้อธิบายวิถีชีวิตของตนเองในแต่ละวัน (Direction and Doing) ด้วยการบอกเล่าถึงสิ่งที่กระทำในแต่ละวันและรายงานผลการปฏิบัติตนตามแผนการเลิกสูบบุหรี่ตามที่ได้ทำสัญญาไว้ในแต่ละสัปดาห์ จากการบันทึกผลการปฏิบัติตนในแต่ละวันของผู้รับบริการปรึกษาในสมุดบันทึกประจำวันรู้เท่าทันบุหรี่ ซึ่งผู้วิจัยจะทำตัวเสมือนกระจกสะท้อนให้กับผู้รับบริการปรึกษา ด้วยการเน้นการใช้คำถามเพื่อกระตุ้นให้ผู้รับบริการปรึกษาเกิดการตระหนักรู้ในพฤติกรรมของตนเองและการช่วยให้ผู้รับบริการปรึกษาได้ประเมินพฤติกรรมของตนเอง (Evaluation) โดยผู้วิจัยและผู้รับบริการปรึกษาร่วมกันพิจารณาความถูกผิดของพฤติกรรม และพิจารณาว่าการกระทำในปัจจุบันของผู้รับบริการปรึกษาจะสามารถนำไปสู่เป้าหมาย คือ การเลิกสูบบุหรี่ได้หรือไม่ ซึ่งเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้รับบริการปรึกษาได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในระหว่างการปฏิบัติตนตามแผนในการเลิกสูบบุหรี่ ทำให้ผู้รับบริการปรึกษาได้เกิดความตระหนักรู้ในความรับผิดชอบที่ชัดเจนจนนำไปสู่การคิดวางแผนที่สามารถนำพา

ตนเองไปสู่เป้าหมายการเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จตามที่ตั้งใจไว้ โดยผู้วิจัยจะช่วยให้ผู้รับบริการปรึกษาในการกำหนดแผนและการทำสัญญา (Planning and Commitment) ซึ่งเป็นการช่วยให้ผู้รับบริการปรึกษากำหนดแผนและปรับเปลี่ยนแผนการปฏิบัติการเลิกสูบบุหรี่ให้เป็นพฤติกรรมที่ชัดเจน มีความเรียบง่าย มีความเป็นไปได้ที่จะสามารถทำได้สำเร็จ โดยการให้ผู้รับบริการปรึกษาเขียนเป็นแผนการปฏิบัติเป็นลายลักษณ์อักษรและลงนามในหนังสือสัญญา เพื่อใช้เป็นหลักยึดในการปฏิบัติ ซึ่งการให้การปรึกษาในแต่ละครั้งผู้วิจัยจะให้ข้อมูลย้อนกลับกับผู้รับบริการปรึกษาด้วยการสอดแทรกความรู้เกี่ยวกับการสูบบุหรี่ โดยการนำเสนอผ่านเอกสารแผ่นภาพและแผ่นพับที่เกี่ยวกับกลไกการเสพติดบุหรี่ สารพิษที่สำคัญในบุหรี่ ปัจจัยเสี่ยงอันตรายและโรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ ทำให้ผู้รับบริการปรึกษามีความเข้าใจและเกิดความรู้สึกด้านลบเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ เกิดแรงจูงใจและมีความมุ่งมั่นตั้งใจที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของตนเองมากยิ่งขึ้น และผลจากการได้รับรู้ถึงความสามารถของตนเองที่เกิดจากการได้คิดวางแผน การได้ปฏิบัติตนตามแผนที่ได้ทำสัญญาไว้ โดยการสังเกตเห็นผลการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ที่เกิดขึ้นกับตนเองจากการเขียนบันทึกลงในสมุดบันทึกประจำวันรู้เท่าทันบุหรี่ของผู้รับบริการปรึกษา จึงทำให้ผลจากการใช้กระบวนการให้การปรึกษาดังกล่าว ผลปรากฏว่า ผู้ต้องขังที่เข้ารับบริการปรึกษาสามารถเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จอย่างเด็ดขาด จำนวน 4 ราย และสามารถลดปริมาณการสูบบุหรี่ลงได้ จำนวน 1 ราย พฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของผู้ต้องขังภายหลังการได้รับบริการปรึกษาจึงมีระดับเพิ่มสูงขึ้น สอดคล้องกับผลการวิจัยของ จิราภรณ์ กลิ่นศรีสุข (2537, น. 48) ที่ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบางปะกอกวิทยาคม กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ลดลงภายหลังการได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลแบบเผชิญความจริง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับผลการวิจัยของทิพย์วิมล ตั้งชูทวีทรัพย์ (2546) ที่ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงต่อความหวังในคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยมะเร็งปากมดลูกที่ได้รับรังสีรักษา พบว่า ผู้ป่วยมะเร็งปากมดลูกที่ได้รับรังสีรักษาในกลุ่มทดลองมีค่าคะแนนความหวังในคุณภาพชีวิตสูงกว่ากลุ่มควบคุม และก่อนการทดลอง ในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลภายหลังการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลแบบเผชิญความจริง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากการวิจัยในครั้งนี้ และผลการวิจัยสอดคล้องดังกล่าวมาข้างต้นนี้ จะพบว่า ผู้ต้องขังที่ได้รับการปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง มีระดับพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่เพิ่มสูงขึ้นภายหลังการได้รับการปรึกษา แสดงว่าโปรแกรมการให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎี การปรึกษาแบบเผชิญความจริงสามารถนำมาใช้เพื่อเพิ่มระดับพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของผู้ต้องขังได้

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ในการให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง ที่มีต่อพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของผู้ต้องขัง ควรจะมีการประสานงานกันอย่างใกล้ชิดระหว่างผู้ให้การปรึกษา เจ้าหน้าที่ควบคุมผู้ต้องขัง พยาบาล ผู้ช่วยพยาบาลประจำแดน เพื่อการมีส่วนร่วมในการส่งเสริม การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของผู้ต้องขังให้ต่อเนื่องและยั่งยืน

2. ในการวิจัยครั้งนี้ พบว่าเครื่องมือที่สำคัญที่ทำให้กลุ่มตัวอย่างได้บันทึกพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของตนเองลงในสมุดบันทึกรู้เท่าทันบุหรี่ ทำให้รู้สาเหตุการเสพติด วิธีแก้ไขเมื่ออยากสูบบุหรี่ทำให้กลุ่มตัวอย่างได้เห็นความสามารถของตนเองในการเลิกสูบบุหรี่ได้ชัดเจนพร้อมกับการย้ำในการให้ความรู้เกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ซึ่งประกอบด้วย กลไกการติดบุหรี่ สารพิษที่สำคัญในบุหรี่ ปัจจัยเสี่ยงอันตรายและโรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ ทำให้เกิดแรงจูงใจที่จะปฏิบัติตัวในการเลิกสูบบุหรี่และสามารถเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ ดังนั้น ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ควรให้กลุ่มตัวอย่างมีการประเมินตนเองโดยการจดบันทึกประจำวันประกอบกับการเน้นย้ำในการให้ความรู้เกี่ยวกับการสูบบุหรี่

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการทดลองการให้การปรึกษากับผู้ต้องขังสูบบุหรี่เป็นกลุ่มบ้าง เพื่อเปรียบเทียบผลการให้การปรึกษาระหว่างรายบุคคลและกลุ่มเพื่อนำผลมาพัฒนาการให้บริการและเพิ่มทักษะการบริการปรึกษามากขึ้น

2. ควรเพิ่มระยะเวลาในการให้การปรึกษากับผู้สูบบุหรี่ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ โดยเฉพาะในรายที่มีระดับการเสพติดบุหรี่ค่อนข้างสูงและสูบเป็นระยะเวลานาน เลิกอย่างเด็ดขาด

3. ควรมีการทดลองการให้การปรึกษากับผู้ต้องขังสูบบุหรี่ที่มีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในระดับสูง

เอกสารอ้างอิง

ภาษาไทย

จินตนา ยูนิพันธุ์ และคณะ. (2553). *“คู่มือเลิกบุหรี่ ชีวิตปลอดบุหรี่ การเตรียมตัวและชีวิตใหม่.”* พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดพรี-วัน.

จิราภรณ์ กลิ่นศรีสุข. (2537). *“ผลของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบางปะกอกวิทยาคม กรุงเทพมหานคร.”* (ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.

ทัชชา สุริโย. (2559). *“การพัฒนาโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์สำหรับ วัยรุ่น กลุ่มเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้า.”* วารสารวิชาการ Veridain E-Journal, Slipakorn University, ปีที่ 9, ฉบับที่ 1 (มกราคม-เมษายน): 4.

ทิพย์วิมล ตั้งชูทวีทรัพย์. (2546).*“ผลการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงต่อความหวังในคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยมะเร็งปากมดลูกที่ได้รับรังสีรักษา.”*(ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต).มหาวิทยาลัยบูรพาชลบุรี.

มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่. (2555). *“บุหรี่ภัยร้ายใกล้ตัว* [แผ่นพับ] .” กรุงเทพมหานคร.

มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่. (2555). *“ควันบุหรี่มือสองในที่ทำงาน* [แผ่นพับ] .” กรุงเทพมหานคร.

รณกรณ์ เอกฉันท์.(2558).*“การพัฒนาตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพของผู้ต้องขังในเรือนจำไทย.”* วารสารวิชาการ Veridian E-Journal Slipakorn University ฉบับภาษาไทยสาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ ปีที่ 8, ฉบับที่ 3 (กันยายน – ธันวาคม) : 4.

โรงพยาบาลศูนย์หาดใหญ่.(2540). *“คู่มือการดำเนินงานคลินิกอดบุหรี่.”* (พิมพ์ครั้งที่ 1). สงขลา: โรงพยาบาลหาดใหญ่ กระทรวงสาธารณสุข.