

การพัฒนาการบูรณาการ การปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎี ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม  
และทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่  
ของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง

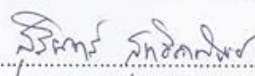
นิสร่า คำมณี

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต  
สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา  
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา  
ธันวาคม 2559  
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา


คณะกรรมการควบคุมคุณภาพและคณะกรรมการสอบคุณภาพได้พิจารณา  
คุณภาพของ นิสรา คำมณี ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา ของมหาวิทยาลัยบูรพาได้


คณะกรรมการควบคุมคุณภาพ

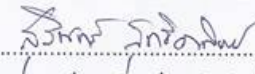
.....อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรากร ทรัพย์วิระปรกรณ์)

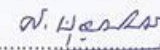
.....อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรินทร์ สุทธิชาติพิทย์)

คณะกรรมการสอบคุณภาพ


.....ประธาน  
(พันตำรวจโท ดร.พงษ์ธร ธัญญศิริ)

.....กรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรากร ทรัพย์วิระปรกรณ์)

.....กรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรินทร์ สุทธิชาติพิทย์)

.....กรรมการ  
(ดร.ศักดิ์นา บุญเปี่ยม)

คณะศึกษาศาสตร์อนุมัติให้รับคุณภาพฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา ของมหาวิทยาลัยบูรพา

.....คณบดีคณะศึกษาศาสตร์  
(รองศาสตราจารย์ ดร.วิจิต สุรัตน์เรืองชัย)

วันที่ ๙๙ เดือน ๙๙ พ.ศ. 2559

## กิตติกรรมประกาศ

คุษฎีนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความเมตตาเป็นอย่างสูงของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรากร ทรัพย์วิระปกรณ์ อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรินทร์ สุทธิชาติพิทย์ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ที่ได้กรุณาแนะนำ ให้คำปรึกษา ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความเมตตา อีกทั้งให้กำลังใจตลอดมา ซึ่งทำให้ผู้วิจัยได้รับความรู้และประสบการณ์ ในทุก ๆ ด้าน ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณประธานกรรมการสอบคุษฎีนิพนธ์ พันตำรวจโท ดร.พงษ์ธร วัฒนฤทธิ ห้วนหน้าผู้ตรวจราชการ กระทรวงยุติธรรม กรรมการสอบคุษฎีนิพนธ์ ดร.ศักดิ์นา บุญเปี่ยม

ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้เชี่ยวชาญทุก ๆ ท่าน ที่ให้ความกรุณาตรวจสอบเครื่องมือ และให้คำแนะนำในการปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมให้มีคุณภาพ นายแพทย์ทรงสิทธิ์ อุดมสิน นายแพทย์พรชัย วรรณล้วน นางสาวมาดี สุภาพผล (นักทันตวิทยาชำนาญการพิเศษ) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อานนท์ ไชยสุริยา ดร.สมพงษ์ ปั้นหุ่น ดร.คลดาว ปุราณานนท์ ดร.ชมพูนุท ศรีจันทร์นิล และ ดร.ชนวนล คณานุกูล

ขอขอบพระคุณคณาจารย์ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ มหาวิทยาลัยบูรพา ทุกท่าน ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้แก่ผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการทัณฑสถานหญิงชลบุรี ผอ.วรรณดี บัวภา ที่ให้ความอนุเคราะห์ และเอื้ออำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูล และขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่างผู้ต้องขังหญิง

ขอขอบพระคุณครอบครัวคำมณี คุณพ่อไมตรี คุณแม่ชูศรี คำมณี และสมาชิกทุกคน ในครอบครัว ที่คอยให้ความรัก ให้กำลังใจ ให้ความหวังใจ และให้ความช่วยเหลือในทุก ๆ ด้าน แก่ผู้วิจัยมาตลอดทั้งชีวิต

ขอขอบคุณอาจารย์วิภา เฟื่องฟูดำรงชัย ผู้ชักนำเข้าสู่โครงการกำลังใจฯ จนเกิดเป็น แรงบันดาลใจให้ผู้วิจัยต้องการเป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยเหลือผู้ต้องขัง ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

ขอขอบคุณ Chaowanee Kumlertluk Moore อาจารย์ต่างประเทศ ตะกรุดแก้ว และ คุณแพรวา รื่นรวย ที่คอยช่วยเหลือในเรื่องการแปลภาษาอังกฤษ ทำให้งานมีความสมบูรณ์

ขอขอบคุณทุก ๆ กำลังใจที่มีให้กันเสมอมา จากเพื่อนร่วมรุ่น รุ่น 2 Naïve gang คุณค่าและประโยชน์จากคุษฎีนิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบแด่ครอบครัวคำมณี บุรพคณาจารย์ที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ทุกท่าน และผู้มีพระคุณทุกท่าน

54810180: สาขาวิชา: จิตวิทยาการปรึกษา; ปร.ด. (จิตวิทยาการปรึกษา)

คำสำคัญ: เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่/ ผู้ต้องขังหญิง/ การบูรณาการการปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎี/  
ทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง

นิสรา คำมณี: การพัฒนาการบูรณาการ การปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎี ระหว่างทฤษฎี  
อัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิง  
ในทัณฑสถานหญิง (A DEVELOPMENT OF INTEGRATIVE MULTI-THEORETICAL  
GROUP COUNSELING: EXISTENTIAL AND REALITY THERAPY TO ENHANCING  
THE REASONS FOR LIVING OF FEMALE INMATES) คณะกรรมการควบคุมคดียุติพันธุ์:  
วารสาร ทรัพย์สินทางปัญญา, วท.ด., สุรินทร์ สุทธิชาติพิชญ์, Ed.D. 173 หน้า. ปี พ.ศ. 2559.

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยและพัฒนา โดยมีรูปแบบดังนี้ R1 ศึกษาเอกสารงานวิจัย  
ที่เกี่ยวข้องกับการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีและเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิง  
D1 สร้างและตรวจสอบรูปแบบการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี ต่อเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่  
R2 ทดลองใช้กับผู้ต้องขังหญิง จำนวน 5 ครั้ง D2 ศึกษาผลของโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการ  
พหุทฤษฎี จากนั้นทำการรับรองรูปแบบการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่  
ผู้ต้องขังหญิงที่มีคดีต้องโทษ 10 ปีขึ้นไป ที่อยู่ในทัณฑสถานหญิงชลบุรี ที่มีคะแนนแบบวัดเหตุผล  
เพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระดับต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 จากนั้นให้ทำแบบประเมินการฆ่าตัวตาย  
8 คำถาม (8Q) ของกรมสุขภาพจิต และคัดเลือกเฉพาะผู้ที่ได้คะแนน 8Q เท่ากับ 0 และได้สอบถาม  
ความสนใจเพื่อเข้าร่วมโปรแกรม ได้จำนวน 22 คน สุ่มอย่างง่าย แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง  
จำนวน 11 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 11 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่  
แบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8 คำถาม (8Q) และโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี  
ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง การทดลองแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะ  
ก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล โดยกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่ม  
บูรณาการพหุทฤษฎี สัปดาห์ละ 3 ครั้ง จำนวน 6 สัปดาห์ รวมเป็น 17 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที  
และกลุ่มควบคุม ไม่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี

ผลการวิจัย พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง  
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการ  
พหุทฤษฎีมีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม  
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการ  
พหุทฤษฎีมีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะ  
ก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

54810180: MAJOR: COUNSELING PSYCHOLOGY; Ph.D.  
(COUNSELING PSYCHOLOGY)

KEYWORDS: THE REASONS FOR LIVING/ FEMALE INMATES/ INTEGRATIVE  
MULTITHEORETICAL GROUP COUNSELING/ EXISTENTIAL AND  
REALITY THERAPY

NISSARA KHAMMANEE: A DEVELOPMENT OF INTEGRATIVE MULTI-  
THEORETICAL GROUP COUNSELING: EXISTENTIAL AND REALITY THERAPY TO  
ENHANCING THE REASONS FOR LIVING OF FEMALE INMATES. DISSERTATION  
ADVISORY: WARAKORN SUPWIRAPAKORN, Ph.D., SURIN SUTHITHATIP, Ed.D. 173 P.  
2016.

This study is a research and development study. The process started with R1, reviewing literature on integrative multi-theoretical group counseling, reasons for living of female inmates. The D1 was developing and testing the model of integrative multi-theoretical group counseling on reasons for living. R2 was try-out multi-theoretical group counseling program 5 sessions. D2 was assessing the result of using the program and validating the model of integrative multi-theoretical group counseling based on existential and reality therapy. The participants were female inmates in the Chonburi Detention Center sentenced for more than 10 years. They were selected by measuring their reasons for living, those who gained the score of less than the 25 percent were selected for the study. They were asked to fill in the 8Q suicide screening test developed by the Department of Mental Health. Twenty two participants who scored 0 on the suicide screening test were picked and match-paired, then were assigned into an experimental group and control group, 11 participants each. The instruments were the reason for living scale, the suicide screening test (8Q), and the integrative multi-theoretical group counseling program using existential and reality therapy. The experiment was conducted in three phases, namely the pre-trial, post-trial, and the follow-up. The experimental group received counseling based on the integrative multi-theoretical group program using existential and reality therapy three sessions a week for six weeks, totaling 17 sessions. Each session lasted 60-90 minutes. On the other hand, participants in the control group did not.

The results showed that there was a significant interaction between the techniques and the durations of the experiment at the .05 level. The female inmates who received the counseling with integrative multi-theoretical group program based on existential and reality therapy gained significantly higher scores on reasons for living in the post-trial and the follow-up than those in the control group at the significant level of .05. In addition, the female inmates who received the counseling with integrative multi-theoretical group program based on existential and reality therapy gained significantly higher reasons for living in the post-trial and the follow-up than those in the control group at the significant level of .05.

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
คำถามการวิจัย.....	8
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	8
สมมติฐานของการวิจัย.....	8
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	9
ประโยชน์ที่ได้รับ.....	9
ขอบเขตของการวิจัย.....	10
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	10
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	14
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่.....	14
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้การศึกษา.....	26
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขังหญิง.....	51
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	57
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	57
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	58
การสร้างเครื่องมือในการวิจัย.....	60
การดำเนินการทดลอง.....	65
การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง.....	66
วิธีดำเนินการทดลอง.....	66
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	68

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	69
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	69
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	69
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	70
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	78
สรุปผลการวิจัย.....	80
อภิปรายผล.....	81
ข้อเสนอแนะ.....	93
บรรณานุกรม.....	94
ภาคผนวก.....	102
ภาคผนวก ก.....	103
ภาคผนวก ข.....	145
ภาคผนวก ค.....	152
ภาคผนวก ง.....	158
ภาคผนวก จ.....	167
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	173



## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวนข้าราชการสังกัดทัศนสถานหญิงชลบุรี ข้อมูล ณ เดือนมกราคม พ.ศ. 2559.....	53
2	สถิติผู้ต้องขัง ณ เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2559 จำนวนผู้ต้องขังทั้งหมด.....	53
3	ข้อมูลผู้ต้องขังแยกตามประเภทความผิด.....	54
4	โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี ครั้งที่ 1-17.....	67
5	คะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล.....	70
6	คะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	71
7	การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง.....	74
8	ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล.....	76
9	ผลการทดสอบผลย่อยของระยะเวลาในการทดลอง ของกลุ่มทดลอง.....	76
10	ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยวิธีทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีของบอนเฟอโรนี.....	77

## สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1	9
2	58
3	59
4	62
5	64
6	65
7	65
8	72
9	73
10	75

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สืบเนื่องจากพระวิสัยทัศน์ในพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา ที่ทอดพระเนตรเห็นถึงความทุกข์ยากของบุคคลกลุ่มหนึ่งในเรือนจำหรือทัณฑสถานหญิงที่อาจไม่ได้รับการดูแลเท่าที่ควร เนื่องด้วยปริมาณของผู้ต้องขังที่กรมราชทัณฑ์ต้องดูแลมีจำนวนมาก เป็นจุดเริ่มต้นที่นำไปสู่กิจกรรมที่สามารถสร้างกำลังใจและเป็นโครงการที่ทำให้สังคมไทยต้องหันมามองและให้ความสำคัญกับการให้โอกาสแก่ผู้ที่เคยพลาดพลั้ง (สำนักกิจการในพระตำหนักพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา, 2555 ก)

จากการศึกษาเรื่องเล่าของผู้หญิงที่ต้องเข้ามาอยู่ในเรือนจำ แสดงให้เห็นว่า การเริ่มต้นชีวิตในเรือนจำเป็นภาวะที่ทำให้ผู้หญิงรู้สึกหวาดกลัว วิตกกังวล เศร้า โศกเสียใจ เครียด หดอวลตายอยากในชีวิต (นภาพรณี หะวานนท์ และคณะ, 2555) การถูกจำคุกก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตในหลาย ๆ สังคม ผู้หญิงเป็นผู้ดูแลครอบครัวและบางครั้งก็เป็นผู้ดูแลเพียงลำพัง และการเปลี่ยนแปลงอย่างฉับพลันในบทบาทจากผู้ดูแล มาเป็น “อาชญากร” และการถูกแยกจากคนที่รักมักจะส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตและจิตใจอย่างรุนแรง การวิจัยในบางประเทศพบว่า ความบกพร่องทางจิตของผู้ต้องขังหญิงและจำนวนผู้ต้องขังหญิงที่พยายามทำร้ายตัวเองหรือพยายามกระทำอัตวินิบาตกรรมมีแนวโน้มมากกว่าผู้ต้องขังชาย ด้วยเหตุนี้จึงมีความจำเป็นที่จะต้องให้ความสำคัญอย่างมากในการดูแลสุขภาพจิตที่เหมาะสมของผู้ต้องขังหญิง

จากรายงานการวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการกระทำผิดของผู้ต้องขังหญิงของอัมพร นิยมตรง, ศิริพร ปันอินทร์ และพุทธิพงษ์ ณิชชาจารุวิทย์ (2554) พบว่า ผู้ต้องขังหญิงในคดีอาชญากรรม คดีความผิดต่อชีวิตและร่างกาย และคดีเกี่ยวกับทรัพย์สิน ได้รับผลกระทบจากการถูกจำคุกมีลักษณะคล้ายกัน กล่าวคือ การถูกจำคุกส่งผลกระทบต่อด้านจิตใจ ด้านสังคมเป็นหลัก โดยเฉพาะช่วงแรกที่ต้องเข้ามาอยู่ในเรือนจำ ผู้ต้องขังหญิงต้องปรับตัวกับสภาพแวดล้อมในเรือนจำ ต้องเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตให้อยู่ภายใต้กฎระเบียบของเรือนจำ รวมทั้งต้องปรับตัวให้เข้ากับผู้ต้องขังด้วยกันและเจ้าหน้าที่ ประกอบกับมีความวิตกกังวลและความเสียใจที่ต้องแยกจากครอบครัว พบว่า ภายหลังจากการถูกจำคุกในช่วง 3-6 เดือน ส่วนใหญ่มีอาการเครียด วิตกกังวล นอนไม่หลับ ปวดศีรษะ ร้องไห้บ่อย ซึมเศร้า การวางแผนชีวิตภายหลังพ้นโทษ ผู้ต้องขังมีความวิตกกังวล

ภายหลังจากพันโทไซ ในด้านการประกอบอาชีพ การงานทำ การมีประวัติเคยกระทำผิด การยอมรับจากครอบครัวและสังคม

ปัญหาผู้หญิงในเรือนจำหรือผู้ต้องขังหญิงนั้น ไม่ได้เป็นปัญหาแต่เฉพาะในประเทศไทยเท่านั้น หากแต่เป็นปัญหาที่กำลังเกิดขึ้นในหลาย ๆ ประเทศทั่วโลก ผลการวิจัยโดย International Center for Prison Studies มหาวิทยาลัย King's College ในลอนดอน เมื่อปี พ.ศ. 2549 พบว่า ประเทศที่มีจำนวนผู้ต้องขังหญิงมากที่สุด 4 ประเทศ ได้แก่ สหรัฐอเมริกา 183,000 คน สาธารณรัฐประชาชนจีน 71,280 คน รัสเซีย 55,400 คน และไทย 28,450 คน ซึ่งจำนวนผู้ต้องขังหญิงไม่เพียงแต่จะเพิ่มมากขึ้นในจำนวนที่น่าตกใจ แต่ยังมีอัตราส่วนของการเพิ่มสูงกว่าจำนวนผู้ต้องขังชายอีกด้วย ปัญหาที่สำคัญคือ ผู้ต้องขังหญิงถูกส่งตัวเข้าคุมขังในเรือนจำที่มีได้ออกแบบมาอย่างเหมาะสมสำหรับการควบคุมผู้ต้องขังหญิง จากการสำรวจปัญหาและความต้องการของผู้ต้องขังหญิง ในเบื้องต้นทั้งในประเทศและต่างประเทศหลายแห่งพบว่า ผู้ต้องขังหญิงมักจะได้รับ การคุมขัง ในสถานที่ที่ห่างไกลจากบ้านและครอบครัว อันเนื่องมาจากเรือนจำสำหรับควบคุมตัวผู้ต้องขังหญิง มีน้อย ด้วยระยะทางที่ห่างไกลดังกล่าวนี้ ทำให้ผู้ต้องขังหญิงมีความยากลำบากที่จะติดต่อกับ ครอบครัว ทำให้ผู้ต้องขังหญิงเกิดความวิตกกังวล อีกทั้งไม่มีการให้คำปรึกษาหรือแก้ไขฟื้นฟูทางจิต ทำให้หลายประเทศมีสัดส่วนการเพิ่มขึ้นที่น่าตกใจของผู้ต้องขังหญิงที่ทนทุกข์จากปัญหาสุขภาพจิต เช่น การเก็บกด วิตกกังวล หวาดกลัว และการฆ่าตัวตาย การมีสวัสดิการที่ไม่สอดคล้องกับ ความต้องการ ไม่สามารถเข้าถึงบริการต่าง ๆ ได้ ไม่ว่าจะเป็นการศึกษา การแก้ไขฟื้นฟู หรือการฝึก วิชาชีพ ที่จัดโดยเจ้าหน้าที่ในเรือนจำ ส่งผลให้เกิดปัญหาที่ผู้ต้องขังหญิงต้องเผชิญหลายประการ (สำนักกิจการในพระตำริพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา, 2555 ก)

จากคู่มือการจัดการและการกำหนดนโยบายในการปฏิบัติต่อผู้กระทำความผิดหญิง (สำนักงานสหประชาชาติว่าด้วยยาเสพติดและอาชญากรรม (UNODC), 2551) พบปัญหาของ ผู้ต้องขังหญิงในประเทศต่าง ๆ เช่น ประเทศสหรัฐอเมริกา จากการศึกษาศึกษาโดยสำนักงานสถิติ ในกระบวนการยุติธรรม (Bureau of justice statistics) ช่วงปี ค.ศ. 2002 และ 2004 เกี่ยวกับปัญหา สุขภาพจิตในเรือนจำ พบว่า กลุ่มผู้ต้องขังหญิงมีจำนวนเพิ่มสูงขึ้นมากกว่าผู้ต้องขังชาย ร้อยละ 75 ของผู้ต้องขังหญิง พบว่า มีปัญหาสุขภาพจิต ในประเทศแคนาดา พบว่า 2 ใน 3 ของผู้หญิง ที่ถูกพิพากษาส่วนมากมีความกังวลมาก เพราะเกรงว่าจะสูญเสียสิทธิในการดูแลบุตรของตนเอง ส่วนที่สหราชอาณาจักร พบว่า ร้อยละ 80 ของผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับการวินิจฉัย พบว่า มีปัญหา สุขภาพจิต และร้อยละ 37 รายงานว่าผู้ต้องขังหญิงมีความพยายามที่จะฆ่าตัวตายในช่วงหนึ่งของชีวิต และที่ยุโรป ประมาณการในปี ค.ศ. 2002 พบว่า ร้อยละ 75 ของผู้หญิงที่เข้าสู่ระบบเรือนจำในยุโรป

มีแนวโน้มที่จะติดยาเสพติดรุนแรงหนักกว่าผู้ต้องขังชาย จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่า ปัญหาผู้ต้องขังหญิงนั้น เป็นปัญหาสำคัญของหลาย ๆ ประเทศทั่วโลกที่ต้องการการแก้ไขอย่างเร่งด่วน

จากงานวิจัยเรื่อง เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่: แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของลินแฮน, กูดสไตน์, เนลสัน, และชิลีส (Linehan, Goodstein, Nielsen, & Chiles, 1983) พบว่าบุคคลที่มีความคิดฆ่าตัวตายมีความแตกต่างจากบุคคลที่ไม่มีความคิดฆ่าตัวตายอย่างชัดเจนในเรื่องการให้ความสำคัญกับความคิด ความเชื่อเกี่ยวกับการดำเนินชีวิต พบว่า บุคคลที่รายงานเรื่องการฆ่าตัวตายนั้น จะให้ความสำคัญกับเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่น้อยกว่ากลุ่มที่ไม่มีประวัติการฆ่าตัวตาย บุคคลที่น่าสนใจได้แก่ แฟรงเกิล (Frankl, 1967, p. 204 อ้างถึงใน อภิชาติ มุกดาม่วง, 2551, หน้า 20) จิตแพทย์ชาวออสเตรีย ผู้นำการบำบัดแบบ Logotherapy แฟรงเกิลเชื่อว่าการแสวงหาความหมายในชีวิตเป็นความรับผิดชอบสูงสุดของมนุษย์ ความหมายในชีวิตของแต่ละบุคคลมีลักษณะเป็นเอกภาพ (Uniqueness) ซึ่งขึ้นอยู่กับตัวบุคคล

ระหว่างปี ค.ศ. 1942-1945 แฟรงเกิลถูกขังในค่ายกักกันชาวยิวที่ออสวิตซ์ (Auschwitz) และดาชอว์ (Dachau) ขณะนั้น บิดา มารดา พี่ชาย และภรรยาของเขาได้เสียชีวิตในค่ายกักกัน และห้องอบแก๊สในค่ายกักกันออสวิตซ์ ประสบการณ์ของแฟรงเกิลในค่ายกักกันทำให้เขาได้รับความทุกข์ทรมานกับความรู้สึกสูญเสีย สิ้นหวัง หดแรงแจ้ว เขาพบว่าในภาวะที่ชีวิตสิ้นหวังและเลวร้ายที่สุดนี้ เขาและผู้คนในค่ายกักกันยังคงมีชีวิตอยู่ต่อไปได้ เขาเริ่มมองเห็นคุณค่าของชีวิต และต่อมาเขาได้เสนอจิตบำบัดที่มุ่งให้ผู้รับการบำบัดเข้าถึงความหมายในชีวิตของตน ตระหนักถึงคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ของเขา แฟรงเกิลกล่าวว่า มนุษย์สามารถพบความหมายในชีวิตได้หลายทาง มนุษย์หาได้สูญเสียทุกสิ่งทุกอย่าง เขาเพียงแต่ไม่รู้ว่าจะมีชีวิตรอดอยู่เพื่ออะไร ซึ่งจำเป็นจะต้องพัฒนาความหมายแห่งชีวิตของเขา ตัวอย่างที่แฟรงเกิลเสนอแนะว่า นักโทษมีความเชื่อว่าพวกเขา มีบางอย่างซึ่งมีความหมายที่ต้องทำให้ได้ในชีวิต มันมีค่าที่จะมีชีวิตรอดอยู่ต่อไป และจากผลงานวิจัยนี้สามารถอธิบายความหมายและองค์ประกอบของ Reasons for living ได้ดังนี้ เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (Reasons for living) หมายถึง ความเชื่อของบุคคลที่มีอยู่ในตัวเองที่มองชีวิตอย่างมีความหมาย และมีเหตุผลที่จะใช้ชีวิตรอดอยู่เพื่อวันข้างหน้า ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบ คือ ความเชื่อที่จะมีชีวิตรอดอยู่ (Survival and coping beliefs) ความรับผิดชอบต่อครอบครัว (Responsibility to family) ความห่วงกังวลที่มีต่อลูก (Child-related concerns) ความกลัวการฆ่าตัวตาย (Fear of suicide) ความกลัวต่อการไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม (Fear of social disapproval) เหตุผลที่คัดค้านทางด้านศีลธรรม (Moral objections)

รอน โคนี, เทสโทนี, และแซมเปอรินี (Ronconi, Testoni, & Zamperini, 2009) ได้ศึกษาการใช้แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่สำหรับภาษาอิตาลี โดยผ่านการแปลทวนย้อนกลับ

(Back-translation) จากแบบทดสอบของลินแฮน และคณะ (Linehan et al., 1983) กลุ่มตัวอย่าง เป็นชาวอิตาลีที่มาจากภูมิภาคต่าง ๆ จำนวน 532 คน อายุระหว่าง 26-65 ปี ด้วยองค์ประกอบ ทั้ง 6 องค์ประกอบ ของลินแฮน และคณะ (Linehan et al., 1983) ถูกนำมาวิเคราะห์ยืนยัน พบว่า สามารถยืนยันได้ในระดับดี แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ฉบับ 48 ข้อ (RFL-48) เป็นเครื่องมือเพื่อการสำรวจแรงจูงใจ ความคาดหวัง และความเชื่อ เพื่อเป็นการป้องกันความเสี่ยง ในการฆ่าตัวตาย ซึ่งมีประโยชน์มากเนื่องจากช่วยในการระบุปัจจัยป้องกันที่สามารถสร้าง โปรแกรมเพื่อการบำบัดรักษาได้

แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ได้นำไปทดสอบใช้กับกลุ่มตัวอย่างในประเทศต่าง ๆ ได้แก่ สวีเดน (Dobrov & Thorell, 2004) สเปน (Oquendo et al., 2000) แคนาดา (Real, Lachance, & Morval, 1996) ตุรกี (Durak, Yasak-Gultekin, & Sahin, 1993) และอิตาลี (Innamorati et al., 2006) (Ronconi et al., 2009, p. 20)

ผู้วิจัยได้ทำการสำรวจข้อมูลเบื้องต้น (Pilot study) (Khammanee, Suthithatip, Haenjohn, & Supwirapakorn, 2014) เรื่อง A study on reasons for living of inmates in Chonburi Women's Penitentiary Center (การศึกษาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิง ชลบุรี) กับผู้ต้องขังหญิงที่มีคดีต้องโทษ 10 ปีขึ้นไป ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 99 คน โดยวิเคราะห์ ความสัมพันธ์ของอายุ ระยะเวลาต้องโทษ และระยะเวลาพ้นโทษ กับเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ของผู้ต้องขัง พบว่า ผู้ต้องขังที่มีอายุมาก จะมีเหตุผลเพื่อการมีชีวิตอยู่น้อย โดยบุคคลที่ทำให้ ผู้ต้องขังหญิงให้ความสำคัญเพื่อการมีชีวิตอยู่ต่อไปมากที่สุดคือ ครอบครัว

ด้วยเหตุนี้ พระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา โปรดฯ ให้จัดตั้งโครงการกำลังใจ ขึ้นเมื่อวันที่ 31 ตุลาคม พ.ศ. 2549 เพื่อประทานความช่วยเหลือแก่ผู้ที่ต้องการโอกาสในสังคมไทย ทรงริเริ่มโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ หรือ ELFI ซึ่งย่อมาจาก Enhancing lives of female inmates เมื่อเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2552 และในที่สุดเมื่อวันที่ 21 ธันวาคม พ.ศ. 2553 ณ สำนักงานใหญ่สหประชาชาตินครนิวยอร์ก ที่ประชุมสมัชชาสหประชาชาติ สมัยที่ 65 (65<sup>th</sup> United Nations General Assembly-UNGA) ก็ได้ให้ความเห็นชอบข้อกำหนดสหประชาชาติ ว่าด้วยการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ และมาตรการที่มีใช้การคุมขังสำหรับผู้กระทำความผิดหญิง หรือ “ข้อกำหนดกรุงเทพฯ” (United Nations Rules for the Treatment of Women Prisoners and Non-custodial Measures of Women Offenders (The Bangkok Rules) (สำนักกิจการในพระดำริ พระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา, 2555 ก)

ผู้วิจัยได้มีโอกาสเข้าร่วมประชุมกับสำนักกิจการในพระดำริพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา 4 ครั้ง โดยครั้งแรกร่วมโครงการอนุวัติตามข้อกำหนดกรุงเทพฯ ในโอกาส

ครบรอบ 7 ปี โครงการกำลังใจในพระดำริพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา เมื่อวันที่ 31 ตุลาคม พ.ศ. 2556 ครั้งที่ 2 ร่วมประชุมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง ผู้หญิง อีสุภาพที่ถูกจำกัดภายใต้วาทกรรมยาเสพติด ครั้งที่ 1 เมื่อวันที่ 30 มิถุนายน พ.ศ. 2557 ครั้งที่ 3 ร่วมประชุม เรื่อง ญ. หญิง มิใช่ ‘เหยื่อ’: ก้าวข้าม ‘ความเชื่อ’ สู่คุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหญิง เมื่อวันที่ 13 ธันวาคม พ.ศ. 2557 และครั้งที่ 4 เข้าร่วมการเสวนาวิชาการเนื่องในโอกาสครบรอบ 5 ปี ข้อกำหนดกรุงเทพฯ ในหัวข้อ “มุมมองระหว่างประเทศเกี่ยวกับแนวทางปฏิบัติที่ดีและการถอดบทเรียนในการอนุวัติข้อกำหนดกรุงเทพฯ” เมื่อวันที่ 8 ตุลาคม พ.ศ. 2558 ซึ่งใน 2 ครั้งหลัง พระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา เสด็จเป็นองค์ประธานในที่ประชุมด้วย จากประสบการณ์ที่ได้เข้าร่วมประชุมหลายครั้ง ทำให้ผู้วิจัยได้มองเห็นปัญหาของผู้ต้องขังที่ควรได้รับการเยียวยาแก้ไขเป็นอย่างมาก จึงเกิดเป็นแรงบันดาลใจให้ผู้วิจัยต้องการเป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยเหลือคนกลุ่มนี้ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นไม่มากนักน้อย ในฐานะที่พวกเขาก็เป็นคนไทยคนหนึ่งที่ได้พลาดพลั้ง ทำผิดไปแล้ว เพื่อให้พวกเขาได้มีโอกาสได้ปรับตัวใหม่อีกครั้ง

จากปัญหาดังกล่าวข้างต้น ผู้ต้องขังหญิงเหล่านั้นต้องตกอยู่ในสภาพของความทุกข์ทรมานทั้งทางร่างกายและจิตใจ ที่เห็นได้จากการศึกษาทั้งในและต่างประเทศ ซึ่งผู้ต้องขังหญิงต้องประสบกับความหวาดกลัว ความร้าวรานใจ ความวิตกกังวล ความรุนแรง และการคิดถึงคนอื่น ๆ ที่อยู่ภายนอกเรือนจำ ส่งผลให้ผู้หญิงบางคนลงโทษและตำหนิตนเองมากขึ้น บางคนสูญเสียความรู้สึกที่ดีเกี่ยวกับตนเอง บางคนมีพฤติกรรมที่เป็นการทำลายตัวเอง โดยเฉพาะผู้ต้องขังที่ต้องโทษเป็นเวลานาน มีแนวโน้มจะต้องเผชิญกับความหดหู่ใจ เบื่อหน่าย และรู้สึกว่าตนเองเป็นคนไร้ค่า เกิดความรู้สึกหมดหวังในชีวิต อยากตาย มีความรู้สึกว่าสังคมไม่ยอมรับ เกิดการไม่ยอมรับตนเอง ไม่อยากมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งในความรู้สึกเหล่านี้ ทำให้พวกเขาไม่สามารถเผชิญชีวิตอยู่ในสังคมได้ ผู้ต้องขังหญิงเหล่านี้ควรได้รับการเยียวยาให้กลับมาเป็นผู้ที่มีชีวิตที่ดีได้ตามปกติ เห็นความหมายของการมีชีวิตอยู่ จัดการกับปัญหาได้ เพื่อให้เขามีความเข้มแข็งทางใจ มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต และมีเหตุผลที่จะใช้ชีวิตอยู่เพื่อวันข้างหน้า สิ่งนั้นคือ เหตุผลในการดำรงชีวิตอยู่ (Reasons for living)

จากการวิจัยเรื่อง ความพร้อมในการดำรงชีวิตภายนอกเรือนจำของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดนนทบุรีก่อนได้รับการปลดปล่อย ของอัญชลี สว่างวงษ์ (2550) พบว่า ปัญหาอุปสรรคที่ผู้ต้องขังคิดว่าจะพบหลังจากพ้นโทษคือ ปัญหาการหางานทำในสังคมภายนอก สังคมภายนอก รังเกียจและหวาดระแวงคนเคยติดคุกมาก่อน จึงไม่รับเข้าทำงาน ปัญหาเรื่องที่อยู่อาศัย เมื่อพ้นโทษออกไปแล้ว ยังไม่แน่ใจว่าจะกลับไปสู่ถิ่นพักอาศัยที่เดิมได้หรือไม่ เพราะสังคมและคนรอบข้างภายนอกไม่ต้อนรับ ปัญหาครอบครัว ภรรยาและบุตรที่ได้รับความเดือดร้อนจากสถานะเศรษฐกิจ

สิ่งแวดล้อมในสังคมภายนอกยังคงเป็นปัญหาต่อเนื่องที่จะต้องเข้าไปช่วยแก้ไข ปัญหาการปรับสภาพตนเองให้คุ้นเคยกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและสิ่งแวดล้อมภายนอก และแรงกดดันของสังคมภายนอก ด้วยการถูกกีดกันจากสังคมในท้องถิ่นด้วยคำตำหนิ ถูกเหยียดหยามต่าง ๆ นานา หรือเจอคำถามของครอบครัว ซึ่งเป็นคำพูดที่ตอกย้ำให้เจ็บปวดท้อใจจนเกิดแรงกดดันให้หวนกลับไปกระทำผิดซ้ำอีก และการวิจัยเรื่อง ภาวะสุขภาพจิตของผู้ต้องขังหญิงเรือนจำกลาง นครศรีธรรมราช ของภาวดี เหมทานนท์ และคณะ (2549) พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุในช่วง 26-40 ปี ส่วนใหญ่ได้รับการคุมขังมาแล้ว 2-10 ปี (ร้อยละ 69.33) มีปัญหาทางสุขภาพจิต (ร้อยละ 45.40) ข้อเสนอแนะของผู้วิจัยคือ ควรให้การดูแลผู้ต้องขังให้ครอบคลุมทั้งกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของผู้ต้องขังให้เข้ากับสภาพแวดล้อมของเรือนจำ ศึกษาเฉพาะกรณีของทัณฑสถานหญิงกลาง ของนิภา นิ่มนวล (2548) การวิจัยเรื่อง การปรับตัวของผู้ต้องขังให้เข้ากับสภาพเรือนจำ ศึกษาเฉพาะกรณีเรือนจำกลางคลองเปรม ของจารุวรรณ คงยศ (2551) การวิจัยเรื่อง การปรับตัวของผู้ต้องขังหญิงเข้าใหม่ในทัณฑสถานหญิงธนบุรี ของพรรณอร กิจพิทักษ์ (2552) และการวิจัยเรื่อง ความต้องการของผู้ต้องขังโทษประหารชีวิต: ศึกษากรณีเรือนจำกลางบางขวาง (ประดับดวง ดุลยปวีณ ศรีสาวิตรี, 2548) ซึ่งผู้วิจัยแต่ละท่านต่างให้ข้อเสนอแนะไปในแนวทางเดียวกันว่า ควรมีบุคลากรที่มีความรู้ทางด้านจิตวิทยาในการดูแลผู้ต้องขัง เพื่อสามารถใช้ทักษะในรูปแบบของการปรึกษาเพื่อช่วยเหลือผู้ต้องขัง เป็นการรับฟังเพื่อให้ได้ยินไปถึงความรู้สึกและความคิดของพวกเขา ด้วยความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่า กระบวนการให้การปรึกษาเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถช่วยให้ผู้ต้องขังได้ทำความเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่นได้ สามารถยอมรับตนเองและยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อนำไปสู่การปรับตัวในสถานการณ์ต่าง ๆ และมีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ต่อไปได้

การปรึกษากลุ่ม (Group counseling) เป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือ โดยผู้นำกลุ่ม การปรึกษาเชิงจิตวิทยาใช้ทฤษฎี เทคนิค และวิธีการต่าง ๆ ในการดำเนินการกลุ่ม ให้กับสมาชิกหลายคนในเวลาเดียวกัน สมาชิกเรียนรู้และเข้าใจตนเองและผู้อื่น เข้าใจว่าปัญหาเป็นเรื่องปกติในการดำเนินชีวิต แต่ละคนมีวิธีการจัดการ และเลือกวิธีการเผชิญสถานการณ์ได้ด้วยตนเอง มีความพร้อมในการเปลี่ยนแปลง ข้อดีของการปรึกษากลุ่มคือ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้นำและสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่มจะช่วยสนับสนุน ให้กำลังใจ ให้ข้อคิด ได้เรียนรู้จากประสบการณ์ของผู้อื่น เป็นแนวทางในการป้องกัน แก้ไข และพัฒนาตนเองของสมาชิกแต่ละคน (อนงค์ วิเศษสุวรรณ, 2554, หน้า 16) คอร์เรย์ (Corey, 2004, p. 4) กล่าวว่า เหตุผลที่ใช้วิธีการกลุ่มเป็นที่นิยมแพร่หลาย เพราะได้ผลดีกว่าการปรึกษารายบุคคล การปรึกษากลุ่มดีกว่า เนื่องจากสมาชิกกลุ่มสามารถ



ฝึกทักษะใหม่ ๆ ทั้งในขณะที่อยู่ในกลุ่ม และการนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน นอกจากนี้สมาชิกกลุ่มยังได้ประโยชน์จากข้อคิดเห็นของสมาชิกคนอื่น ๆ และข้อคิดเห็นจากผู้นำกลุ่ม สมาชิกได้เรียนรู้วิธีเผชิญปัญหาจากการสังเกตสมาชิกคนอื่น ๆ ที่มีปัญหาคล้ายกัน

การปรึกษาแบบบูรณาการ (Integrative counseling) เป็นทฤษฎีและเทคนิควิธีที่ใช้ในการเลือกสรร วิเคราะห์ และสังเคราะห์จุดเด่นของทฤษฎีและเทคนิควิธีการปรึกษาต่าง ๆ เพื่อนำมาบูรณาการเข้าเป็นทฤษฎีและเทคนิควิธีการปรึกษาอีกทฤษฎีหนึ่ง การบูรณาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อแสวงหาแนวปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลสูงสุด (สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์, 2554) แนวโน้มของแวดวงด้านจิตวิทยาการปรึกษาสมัยใหม่ได้มุ่งไปสู่การผสมผสานทางทฤษฎีและเทคนิคด้านการให้คำปรึกษามากขึ้น จะเห็นได้ว่าปัจจุบันนักจิตวิทยาการปรึกษา นักจิตวิทยาคลินิก และนักจิตบำบัดส่วนใหญ่มองตนเองว่าเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาหรือนักจิตบำบัดแบบผสมผสาน และเลือกใช้การปรึกษาและทำจิตบำบัดแบบผสมผสานเป็นวิธีการหลักในการช่วยเหลือผู้รับบริการ (Consoli & Jester, 2005; Hollanders, 1999; Norcross & Goldfried, 2005 อ้างถึงใน นันทชัตตพันธ์ สกมลพงศ์, 2557 ข) เหตุผลส่วนหนึ่งเนื่องจากยังไม่มีทฤษฎีใดที่ถูกพิสูจน์ได้อย่างชัดเจนว่าสามารถประยุกต์ใช้ในการช่วยเหลือบุคคลทุกคนได้ดีกว่าทฤษฎีอื่น ดังนั้น การบูรณาการทางทฤษฎีการปรึกษาจึงเป็นสิ่งที่นักจิตวิทยาการปรึกษาควรให้ความสนใจ

ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า การที่ผู้ต้องขังต้องเข้ามาอยู่ในเรือนจำ ซึ่งถือเป็นการลงโทษพวกเขาเหล่านั้น ให้เขาตระหนักถึงการกระทำผิด รับผิดชอบต่อผลการกระทำของตนเอง และเมื่อเขาได้รับการลงโทษแล้วนั้น การถูกตีตราว่าเป็น “คนขี้คุก” ก่อให้เกิดสภาพปัญหาว่า ผู้ต้องขังขาดเหตุผลในการดำรงชีวิตอยู่ ท้อแท้ หมดอาลัยตายอยาก ไม่อยากมีชีวิตอยู่ต่อไป ไม่รู้ว่าจะสามารถดำรงชีวิตอยู่ภายหลังพ้นโทษอย่างไร ผู้วิจัยในฐานะนักจิตวิทยาการปรึกษาต้องการช่วยเหลือเกื้อกูลให้พวกเขาเหล่านี้มีความรู้สึกที่ดีต่อตัวเอง มีความหวัง มองเห็นความหมายของการมีชีวิตอยู่ต่อไป โดยบูรณาการให้การปรึกษาแบบ Integrative multi-theoretical ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง โดยทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมเน้นเรื่องความทุกข์ในการดำรงชีวิตของมนุษย์ ทฤษฎีนี้พัฒนาขึ้นมาเพื่อช่วยให้บุคคลที่อยู่ในสถานการณ์ที่ลำบาก เช่น โศกเศร้า แปรถแยก หมดหวัง ไร้ความหมาย ไม่มีจุดหมายในชีวิต ซึ่งอาศัยหลักการที่ว่า มนุษย์ทุกคนมีอิสระในการตัดสินใจในโชคชะตาของตนเอง แต่จะต้องรับผิดชอบต่อผลที่เกิดขึ้นจากการตัดสินใจ มนุษย์เรามีอิสรภาพ (Freedom) ที่จะกำหนดกฎเกณฑ์และความหมายให้ชีวิตของตนเอง (Meaning of life) และจะต้องรับผิดชอบต่อ (Responsibility) ต่อการกระทำและผลที่เกิดขึ้นจากการตัดสินใจของตนเอง สำหรับทฤษฎีเผชิญความจริงเชื่อว่า บุคคลสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้เพียงคนเดียวเท่านั้น การควบคุมสถานการณ์ในชีวิตของตนเองขึ้นอยู่กับสิ่งที่เราเลือกที่จะกระทำ

การดำเนินชีวิตให้มีประสิทธิภาพ อยู่ที่เราต้องมีชีวิตอยู่ต่อไปและวางแผนชีวิตที่เป็นปัจจุบัน ทฤษฎีเผชิญความจริงนี้ เป็นการให้คำปรึกษาที่เน้นพฤติกรรมปัจจุบันของผู้รับการศึกษา เพื่อที่จะพัฒนาพฤติกรรมที่เป็นอยู่ให้เป็นพฤติกรรมใหม่ที่มีประสิทธิภาพ และตอบสนองความต้องการของผู้รับคำปรึกษา โดยมีเป้าหมายที่จะช่วยให้บุคคลรู้จักตนเอง กล้าเผชิญความจริง และตอบสนองความต้องการของตนในโลกความจริง

จากเหตุผลดังกล่าว กอปรกับในประเทศไทยยังไม่เคยมีการศึกษาเกี่ยวกับเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาโดยใช้การปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิง

### คำถามการวิจัย

1. การพัฒนาการบูรณาการการปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎี ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง มีรูปแบบและกระบวนการอย่างไร
2. การบูรณาการการปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎี ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง สามารถเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิงได้หรือไม่ และอย่างไร

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อสร้างและตรวจสอบรูปแบบการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี ต่อเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิง
2. เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี ต่อเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิง
3. เพื่อรับรองรูปแบบการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี ต่อเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิง

### สมมติฐานของการวิจัย

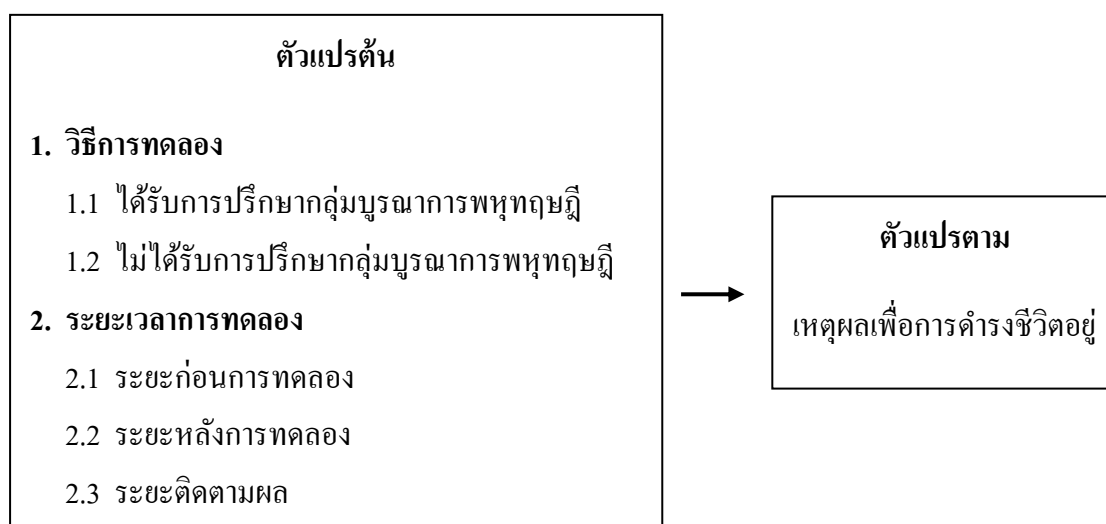
1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง
2. ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

3. ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม

4. ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง

5. ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง

### กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

### ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ผลจากการได้รับการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีได้ช่วยเสริมสร้างการมีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขัง ทำให้พวกเขาเหล่านั้นเห็นคุณค่าในตัวเอง ใช้ชีวิตอย่างมีความหวัง

2. ผลการวิจัยมีประโยชน์ต่อผู้ที่มีหน้าที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขัง นักจิตวิทยา ตลอดจนผู้ที่สนใจสามารถนำไปโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีต่อเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขัง ไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมตามบริบทของแต่ละหน่วยงานต่อไป

3. ได้นวัตกรรมที่เป็นองค์ความรู้ใหม่ในการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิง ซึ่งสามารถนำไปสู่การวิจัยอย่างต่อเนื่อง

## ขอบเขตของการวิจัย

### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร คือ ผู้ต้องขังหญิงที่อยู่ในทัณฑสถานหญิงชลบุรี ซึ่งมีคดีต้องโทษ 10 ปีขึ้นไป จำนวน 128 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ต้องขังหญิงที่มีคดีต้องโทษ 10 ปีขึ้นไป ที่อยู่ในทัณฑสถานหญิงชลบุรี ซึ่งได้มาโดยการทำแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ และมีคะแนนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 จำนวน 33 คน จากนั้นให้ทำแบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8 คำถาม (8Q) ของกรมสุขภาพจิต และคัดเลือกเฉพาะผู้ที่ได้คะแนนเท่ากับ 0 ซึ่งหมายถึง เป็นผู้ไม่มีภาวะทางจิตที่ไม่คิดฆ่าตัวตาย ได้จำนวน 29 คน สอบถามความสมัครใจเพื่อเข้าร่วมโปรแกรม จำนวน 22 คน ใช้การสุ่มเข้ากลุ่ม (Random assignment) แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 11 คน ดังนี้

กลุ่มทดลอง ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี

กลุ่มควบคุม ไม่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี

### 2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

2.1 ตัวแปรต้น (Independent variable) ได้แก่

2.1.1 วิธีการทดลอง จำแนกเป็น 2 วิธี ดังนี้

2.1.1.1 ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี

2.1.1.2 ไม่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี

2.1.2 ระยะเวลาการทดลอง แบ่งเป็น 3 ระยะ ดังนี้

2.1.2.1 ระยะก่อนการทดลอง

2.1.2.2 ระยะหลังการทดลอง

2.1.2.3 ระยะติดตามผล

2.2 ตัวแปรตาม (Dependent variable) คือ เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่

## นิยามศัพท์เฉพาะ

1. เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (Reasons for living) หมายถึง ความเชื่อของบุคคลที่มีอยู่ในตัวเอง ที่มองชีวิตอย่างมีความหมาย และมีเหตุผลที่จะใช้ชีวิตอยู่เพื่อวันข้างหน้า ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบ คือ

1.1 ความเชื่อที่จะมีชีวิตอยู่ (Survival and coping beliefs) หมายถึง การที่บุคคลมีความเชื่อว่าตนเองสามารถมีชีวิตอยู่ต่อไปอย่างมีความหมาย สามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้

1.2 ความรับผิดชอบต่อครอบครัว (Responsibility to family) หมายถึง การที่บุคคลมีความเชื่อว่าตนเองมีความสำคัญ เป็นที่รัก เป็นที่พึ่งของบุคคลในครอบครัว

1.3 ความห่วงกังวลที่มีต่อลูก (Child-related concerns) หมายถึง การที่บุคคลต้องการดูแลลูก ต้องการเห็นลูกเจริญเติบโต

1.4 ความกลัวการฆ่าตัวตาย (Fear of suicide) หมายถึง การที่บุคคลกังวลว่าวิธีการฆ่าตัวตายจะไม่ได้ผล กลัวความทุกข์ทรมานที่จะเกิดขึ้นถ้าต้องฆ่าตัวตาย

1.5 ความกลัวต่อการไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม (Fear of social disapproval) หมายถึง การที่บุคคลต้องการเป็นที่ยอมรับในสังคม มีความกังวลต่อความคิดของบุคคลอื่นที่มีต่อตนเอง ว่าเป็นบุคคลที่ล้มเหลว

1.6 เหตุผลที่คัดค้านทางด้านศีลธรรม (Moral objections) หมายถึง การที่บุคคลมีความเชื่อทางศาสนาที่ตนนับถือ กลัวความผิดทางศาสนา เช่น การทำร้ายตัวเอง การฆ่าตัวตาย เป็นสิ่งที่ผิดจากคำสอนทางศาสนา

2. ผู้ต้องขังหญิง (Inmates) หมายถึง ผู้ต้องขังหญิงที่อยู่ในทัณฑสถานหญิงชลบุรี ที่มีคดีต้องโทษ 10 ปีขึ้นไป

3. การให้การปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม (The existential group counseling) หมายถึง การให้การปรึกษาที่มุ่งเน้นให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจชีวิตของตนเอง มองเห็นข้อจำกัดในการดำรงชีวิต ได้ค้นหาความสำคัญของการมีชีวิตอยู่ในโลกนี้ ค้นหาความหมายของชีวิต เพราะมนุษย์เป็นผู้ลิขิตชีวิตของตนเองได้ และต้องมีความรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเลือก จนเกิดมีเหตุผลในการดำรงชีวิตอยู่ของตนเอง ภายใต้วางใจและสัมพันธภาพที่ดีภายในกลุ่ม

4. การให้การปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง (The reality group counseling) หมายถึง การให้การปรึกษาที่มุ่งเน้นให้สมาชิกกล้าเผชิญความจริง โดยสมาชิกได้สำรวจความต้องการของตนเอง ได้สำรวจโลกภายในตามที่ต้องการ กับ โลกภายนอกที่เป็นจริง สมาชิกจะเข้าใจว่าพฤติกรรมบางอย่างของเขาไม่เป็นผลดีในการดำรงชีวิต จนสามารถตัดสินใจเลือกและต้องการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของตนไปในทางที่ดีขึ้น โดยผู้ให้การปรึกษาและสมาชิกวางแผนร่วมกัน เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างเป็นขั้นตอน

5. การปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี (Multi theoretical integrative group counseling) หมายถึง โปรแกรมการปรึกษาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยบูรณาการทฤษฎีการให้การปรึกษา ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม (Existentialism) มาประยุกต์ร่วมกับทฤษฎีเผชิญความจริง (Reality therapy) เพื่อพัฒนาเหตุผลในการดำรงชีวิตอยู่ในกลุ่มผู้ต้องขังหญิง ประกอบด้วยขั้นตอน 3 ขั้นตอน ดังนี้

5.1 ขั้นเริ่มต้นให้การปรึกษา เป็นขั้นตอนที่ผู้ให้การปรึกษาร่วมกันพัฒนาที่ดีกับกลุ่มผู้รับการปรึกษาโดยใช้เทคนิคต่าง ๆ เช่น การฟัง การเงียบ การทวนความ การสะท้อนความรู้สึก การสรุปความเป็นต้น เพื่อให้สมาชิกเกิดความผ่อนคลาย มีความไว้วางใจซึ่งกันและกันพร้อมที่จะเปิดเผยตนเอง

5.2 ขั้นดำเนินการให้การปรึกษา เป็นขั้นตอนที่ผู้ให้การปรึกษาดำเนินการพัฒนาเหตุผลในการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง โดยให้การปรึกษากลุ่มบูรณาการเชิงทฤษฎี ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม (Existentialism) มาประยุกต์ร่วมกับทฤษฎีเผชิญความจริง (Reality therapy)

กระบวนการบำบัดกลุ่มแบบเผชิญความจริง ใช้ระบบ WDEP

Wants ความต้องการ

การสำรวจความต้องการของสมาชิก โดยผู้นำกลุ่มใช้คำถามที่ส่งเสริมสมาชิกให้สำรวจความต้องการของตนเอง จะช่วยให้สมาชิกสำรวจทุกแง่มุมของชีวิต สิ่งที่ต้องต้องการสิ่งที่มี และสิ่งที่ไปไม่ได้ จะช่วยให้สมาชิกประเมินตนเองและพิจารณาพฤติกรรมที่จะทำให้ได้ตามความต้องการ

Direction and doing พฤติกรรม หรือ การปฏิบัติ

ผู้นำกลุ่มจะให้สมาชิกได้พิจารณาว่า พฤติกรรมปัจจุบันนั้น จะช่วยให้ได้สิ่งที่ต้องการหรือไม่ การเน้นสมาชิกด้านการปฏิบัติจะช่วยให้สมาชิกมีสติในการควบคุมพฤติกรรม สามารถตัดสินใจเลือกและเปลี่ยนวิถีชีวิตของตน

Self-evaluation การประเมินตนเอง

ให้สมาชิกได้พิจารณา ตัดสินคุณภาพของสิ่งที่เขาทำ การได้ประเมินคุณภาพของพฤติกรรมจะช่วยให้สมาชิกได้พิจารณาว่ามีสิ่งใดที่ทำให้เกิดความผิดพลาด และจะเปลี่ยนแปลงอะไรบ้างที่จะช่วยให้ประสบความสำเร็จ

Planning วางแผน

ผู้รับการบำบัดได้วางแผนการเปลี่ยนแปลง โดยเลือกพฤติกรรมใหม่ที่ต้องการเปลี่ยนแปลง ต้องเป็นแผนที่ปฏิบัติได้ มีจุดมุ่งหมายชัดเจน ได้ผลในระยะสั้น มีความเป็นไปได้สูงว่าจะทำได้สำเร็จ ความสำเร็จจะเป็นแรงเสริม เป็นกำลังใจให้ผู้รับการบำบัดในการปฏิบัติระยะยาวต่อไป

5.3 ขั้นยุติการให้การปรึกษา เป็นขั้นตอนที่ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการเข้าร่วมรับการปรึกษา และการนำสิ่งที่ได้รับไปสู่การปฏิบัติในชีวิตจริง ตลอดจนเกิดการเปลี่ยนแปลงแนวคิดหรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นหลังจากการเข้าร่วมรับการปรึกษา

6. กลุ่มทดลอง หมายถึง ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับ โปรแกรมการศึกษากลุ่มบูรณาการ  
พหุทฤษฎี

7. กลุ่มควบคุม หมายถึง ผู้ต้องขังหญิงที่ไม่ได้รับ โปรแกรมการศึกษากลุ่มบูรณาการ  
พหุทฤษฎี

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยเรื่อง การพัฒนาการบูรณาการ การปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎี ระหว่างทฤษฎี  
อัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง  
ในทัณฑสถานหญิง ซึ่งผู้วิจัย ได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่
  - 1.1 ความหมายเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่
  - 1.2 องค์ประกอบและการวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่
  - 1.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้การปรึกษา
  - 2.1 การปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี
  - 2.2 การให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม
  - 2.3 การให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง
  - 2.4 การปรึกษากลุ่ม
  - 2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้การปรึกษา
3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขังหญิง
  - 3.1 โครงการกำลังใจในพระดำริพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา
  - 3.2 ความหมายผู้ต้องขังหญิง
  - 3.3 ประวัติความเป็นมาทัณฑสถานหญิงชลบุรี

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่

#### 1. ความหมายเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่

ลินแฮน และคณะ (Linehan et al., 1983) ให้ความหมายของเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่  
(Reasons for living) หมายถึง ความเชื่อของบุคคลที่มีอยู่ในตัวเอง ที่มองชีวิตอย่างมีความหมาย  
และมีเหตุผลที่จะดำรงชีวิตอยู่เพื่อวันข้างหน้า

เนื่องจากตัวแปรเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (Reasons for living) ยังไม่เคยมีการศึกษา  
ในประเทศไทย ผู้วิจัยจึงขออธิบายความหมายของตัวแปรอื่นที่มีความหมายใกล้เคียงกันคือ  
ความหมายในชีวิต (Meaning in life) ดังนี้



อริยญา ตู๋ยคำกั๊ว (2544) กล่าวว่ ความหมายในชีวิต เป็นแกนหลักของสุขภาวะทางจิตวิญญาณและสุขภาวะทางจิตใจ ซึ่งประกอบด้วยตัวแปรที่สำคัญคือ การแสวงหาความหมายในชีวิต ความหมายในชีวิตผ่านความทุกข์ ความมุ่งหวังในชีวิตและความสุข บุคคลที่พบว่าชีวิตมีความหมาย หมายถึง บุคคลที่ประเมินสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเจ็บปวดและความกดดันที่เกิดขึ้นในชีวิตว่าเป็นบทเรียนให้บุคคลสร้างความเข้มแข็งให้แก่ตนเอง มีการตอบสนองต่อความทุกข์ในลักษณะที่ตนเองเป็นผู้กำหนดเอง มีความกระตือรือร้น มีอารมณ์ทางบวก รั้บรู้ว่าความทุกข์เป็น โอกาสที่จะทำให้บรรลุเป้าหมายที่มีคุณค่าและมีความหมายแก่ชีวิต มีความพยายามที่จะเติมเต็มความรู้สึกอ้างว้าง ว่างเปล่าในชีวิต ด้วยการกระทำบางสิ่งเพื่อมุ่งไปสู่เป้าหมาย มีความรู้สึกว่ชีวิตในปัจจุบันเติม ไปด้วยคุณค่าและความหมาย มีความพึงพอใจในชีวิต สามารถรั้บรู้ถึงโอกาสและทางเลือกในชีวิตของตนเอง มีความสามารถในการควบคุมหรือกำหนดชะตาชีวิตของตนเองได้

บุญญรัตน์ ทรงพานิช, สุภาพรรณ โคตรจรัส และจิน แบรี่ (2545) กล่าวว่ ความหมายในชีวิต เป็นการรั้บรู้ในการพบความหมายจากประสบการณ์แห่งความทุกข์ ซึ่งตนเองไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ เป็นสิ่งซึ่งบุคคลประสบมาในอดีตจนถึงปัจจุบัน การรั้บรู้ถึงประสบการณ์ชีวิตจากผู้ที่ผ่านความยากลำบากภายใต้สถานการณ์เดียวกัน โดยเน้นที่การค้นพบความหมาย ซึ่งอาจมาจากกิจกรรมหรืองานที่ทำอยู่ จากประสบการณ์ หรือจากทัศนคติ

อรุทัย โฉมเนิด (2552) กล่าวว่ ความหมายในชีวิต หมายถึง การรั้บรู้ของบุคคลต่อสิ่งที่ทำให้บุคคลนั้นดำรงอยู่ และเป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลนั้นมีกำลังใจดำรงชีวิตอยู่อย่างมั่นคงและมุ่งมั่น เมื่อเผชิญกับอุปสรรคหรือวิกฤตของชีวิต ความหมายในชีวิตเป็นสิ่งที่เชื่อมโยงบุคคลให้สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมรอบตัว กระทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตอย่างมุ่งมั่น ผ่านสัมพันธ์ภาพต่อผู้คนรอบข้าง และผ่านการมีทัศนคติต่อชีวิตที่เข้มแข็งเพื่อให้ชีวิตดำรงอยู่ต่อไปได้

จุริรัตน์ นิลจันทิก (2553) กล่าวว่ ความหมายในชีวิต หมายถึง การรั้บรู้และการตอบสนองของบุคคลในแต่ละขณะต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิต ซึ่งเป็นลักษณะที่เฉพาะเจาะจง เป็นการประเมินสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตว่าเป็นบทเรียน เป็นสิ่งที่มีคุณค่า รั้บรู้ถึงโอกาสและทางเลือกในชีวิต รั้บรู้ถึงความสามารถในการควบคุมหรือกำหนดชะตาชีวิตของตนเอง รวมถึงการรั้บรู้เป้าหมายในชีวิต สิ่งที่ใช้ยึดเหนี่ยวสำหรับการมีชีวิต สิ่งที่เขา มีชีวิตอยู่เพื่อสิ่งนั้น และสามารถค้นพบความหมายจากกิจกรรม งานที่ทำ จากประสบการณ์ หรือทัศนคติต่าง ๆ แม้ว่าชีวิต ณ ขณะนั้นจะประสบกับความยากลำบาก ข้อจำกัด หรืออยู่ในห้วงของความทุกข์ก็ตาม

จากความหมายดังกล่าว สรุปได้ว่า เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (Reasons for living) เป็นความเชื่อของบุคคลหรือการรั้บรู้ของบุคคล ที่มองชีวิตอย่างมีความหมาย มีความรู้สึกว่ชีวิต

มีคุณค่าและมีความหมาย มีกำลังใจที่จะดำรงชีวิตอยู่อย่างมุ่งมั่น และมีเหตุผลที่จะดำรงชีวิตอยู่เพื่อวันข้างหน้า

## 2. องค์ประกอบและการวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่

### องค์ประกอบเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่

องค์ประกอบของเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ดังที่ลินแฮน และคณะ (Linehan et al., 1983) ได้กล่าวไว้ มี 6 องค์ประกอบ ดังนี้

1. ความเชื่อที่จะมีชีวิตอยู่ (Survival and coping beliefs) หมายถึง การที่บุคคลมีความเชื่อว่าตนเองสามารถมีชีวิตอยู่ต่อไปอย่างมีความหมาย สามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้
2. ความรับผิดชอบต่อครอบครัว (Responsibility to family) หมายถึง การที่บุคคลมีความเชื่อว่าตนเองมีความสำคัญ เป็นที่รัก เป็นที่พึ่งของบุคคลในครอบครัว
3. ความห่วงกังวลที่มีต่อลูก (Child-related concerns) หมายถึง การที่บุคคลต้องการดูแลลูก ต้องการเห็นลูกเจริญเติบโต
4. ความกลัวการฆ่าตัวตาย (Fear of suicide) หมายถึง การที่บุคคลกังวลว่าวิธีการฆ่าตัวตายจะไม่ได้ผล กลัวความทุกข์ทรมานที่จะเกิดขึ้นถ้าต้องฆ่าตัวตาย
5. ความกลัวต่อการไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม (Fear of social disapproval) หมายถึง การที่บุคคลต้องการเป็นที่ยอมรับในสังคม มีความกังวลต่อความคิดของบุคคลอื่นที่มีต่อตนเองว่าเป็นบุคคลที่ล้มเหลว
6. เหตุผลที่คัดค้านทางด้านศีลธรรม (Moral objections) หมายถึง การที่บุคคลมีความเชื่อทางศาสนาที่ตนนับถือ กลัวความผิดทางศาสนา เช่น การทำร้ายตัวเอง การฆ่าตัวตาย เป็นสิ่งที่ผิดจากคำสอนทางศาสนา

### การวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่

ลินแฮน และคณะ (Linehan et al., 1983) ได้ศึกษาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่: แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ โดยชุดข้อมูลเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ได้ถูกนำไปใช้ผ่านการทดลองอย่างแพร่หลาย ตั้งแต่กลุ่มประชากรที่เป็นนักเรียนของมหาวิทยาลัย Catholic ในอเมริกา กลุ่มประชากรวัยผู้ใหญ่ในชายหาด Miami กลุ่มคนทำงานในโรงงานที่ Philadelphia กลุ่มวัยผู้ใหญ่ตอนกลางใน Scranton, Pennsylvania และคนทำงานใน U.S. Senate office โดยแบ่งเป็นกลุ่มเพศชายและหญิงจำนวนเท่ากัน เข้าร่วมเป็นกลุ่มตัวอย่างในแต่ละพื้นที่ และส่วนใหญ่อยู่ในวัยผู้ใหญ่ กลุ่มตัวอย่างถูกถามด้วยคำถามดังนี้ (a) เหตุผลที่พวกเขาไม่ตัดสินใจฆ่าตัวตาย ในขณะที่ชีวิตของพวกเขาอยู่ในจุดที่เกือบจะตัดสินใจฆ่าตัวตาย (b) เหตุผลที่พวกเขาจะไม่ฆ่าตัวตายในขณะที่ (c) เหตุผลที่พวกเขาเชื่อว่าจะสามารถช่วยให้บุคคลรอดจากการฆ่าตัวตายได้ การสุ่มตัวอย่าง

ดำเนินอย่างต่อเนื่องจนกว่าจะได้หัวข้อใหม่ ๆ มากพอ เหตุผลของการมีชีวิตอยู่ทั้งหมด 343 เหตุผล คำตอบที่คล้าย ๆ กันถูกตัดออก และทำการวิเคราะห์เนื้อหา เหตุผลที่แสดงถึงอารมณ์ความรู้สึก จากความคิดคล้าย ๆ กันถูกนำมารวมกัน และจัดรูปแบบประโยคใหม่เท่าที่จะเป็นไปได้ เหตุผล เดียวกันถูกจัดอยู่ในสถานการณ์เดียวกัน ซึ่งเหตุผลทั้งหมด 343 เหตุผล ถูกลดลงเหลือ 72 สถานการณ์

เครื่องมือฉบับทดลองนี้ได้ทำการถามกลุ่มตัวอย่างโดยให้ค่าคะแนนความสำคัญ 6 คะแนน แบบลิเคิร์ต (Likert) โดยประชากรกลุ่มที่ 1 เป็นอาสาสมัครวัยผู้ใหญ่ จำนวน 218 คน ในรัฐ Washington (เพศชาย 96 คน เพศหญิง 112 คน) จาก U.S. Congressional office ศูนย์แสดง King Titankhamen นักศึกษาสาขาจิตวิทยา โรงเรียนอุตสาหกรรม ห้องรอในสถานีรถไฟ และประชากร กลุ่มที่ 2 เป็นประชากรในเมือง Seattle และ Washington จำนวน 213 คน (เพศชาย 124 คน เพศหญิง 89 คน) ถูกคัดเลือกมาจากแหล่งช้อปปิ้ง และในชั้นเรียนมหาวิทยาลัย Washington อายุ อยู่ในช่วงวัยผู้ใหญ่ มีความแตกต่างกันในเรื่องการศึกษา ศาสนา และสถานภาพการสมรส

จากการตอบคำถามเบื้องต้น กลุ่มตัวอย่างถูกแบ่งเป็น 4 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ไม่เคยฆ่าตัวตาย ( $n = 82$ ) กลุ่มที่เคยมีความคิดฆ่าตัวตายหรือไม่ได้จริงจัง ( $n = 65$ ) กลุ่มที่เคยมีความคิดฆ่าตัวตาย และเคยวางแผนเพื่อจะฆ่าตัวตาย ( $n = 32$ ) และกลุ่มที่เคยมีประวัติลงมือฆ่าตัวตายมาแล้วในอดีต ( $n = 18$ ) วิเคราะห์ความแปรปรวน เพื่อดูค่าเฉลี่ยช่วงอายุทั้ง 4 กลุ่ม พบว่า ไม่มีความแตกต่างกัน การวิเคราะห์แบบ MANOVA ซึ่งให้เห็นว่า คะแนนความเชื่อของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 4 กลุ่ม สามารถ อธิบายองค์ประกอบทั้ง 6 องค์ประกอบ ของแบบวัด RFL ได้ จากการทดสอบพบว่า กลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 4 กลุ่ม มีคะแนนความเชื่อแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากข้อมูลแสดงให้เห็นว่า บุคคลที่มีความคิดฆ่าตัวตายมีความแตกต่างจากบุคคลที่ไม่มีความคิดฆ่าตัวตายอย่างชัดเจน ในเรื่องการยืนยันและการให้ความสำคัญกับชุดของความคิด ความเชื่อเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตและความคาดหวัง ในกลุ่มประชากรทั่วไปและกลุ่มผู้ป่วยในคลินิก พบว่า บุคคลที่รายงานเรื่องการฆ่าตัวตายนั้น จะให้ความสำคัญกับเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ น้อยกว่ากลุ่มที่ไม่มีประวัติการฆ่าตัวตาย จากกลุ่มตัวอย่างและการวิเคราะห์ที่บ่งชี้พบว่า เหตุผล เพื่อการดำรงชีวิตอยู่มี 6 องค์ประกอบ คือ 1) ความเชื่อที่จะมีชีวิตอยู่ (Survival and coping beliefs) 2) ความรับผิดชอบต่อครอบครัว (Responsibility to family) 3) ความห่วงกังวลที่มีต่อลูก (Child-related concerns) 4) ความกลัวการฆ่าตัวตาย (Fear of suicide) 5) ความกลัวต่อการไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม (Fear of social disapproval) 6) เหตุผลที่คัดค้านทางด้านศีลธรรม (Moral objections)

ความเชื่อที่จะมีชีวิตอยู่ (Survival and coping beliefs) เหตุผลเรื่องความเชื่อที่จะมีชีวิตอยู่ เป็นเหตุผลที่ทำให้เกิดความคาดหวังทางบวกเกี่ยวกับอนาคต เชื่อในความสามารถที่จะแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้ ซึ่งมีความเกี่ยวข้องอย่างเห็นได้ชัดกับทั้งบุคคลที่เคยมีพฤติกรรมฆ่าตัวตายมาก่อน และในปัจจุบัน ในกลุ่มประชากรทั่วไป บุคคลที่เคยได้รายงานว่ามีพฤติกรรมฆ่าตัวตาย จะมีคะแนนความเชื่อที่จะมีชีวิตอยู่น้อยกว่าบุคคลที่ไม่เคยคิดฆ่าตัวตาย ในกลุ่มคนไข้ที่คลินิก คนไข้ที่เข้ารับการรักษาจากการพยายามฆ่าตัวตายจะมีการให้ความสำคัญต่อความเชื่อที่จะมีชีวิตอยู่น้อยกว่าคนไข้ที่ไม่มีพฤติกรรมฆ่าตัวตาย ทั้งกลุ่มคนไข้และกลุ่มประชากรทั่วไป บุคคลที่เคยรายงานว่าจะลงมือฆ่าตัวตายในอดีต และคาดว่าจะลงมือในอนาคตนั้น มีคะแนนในชุดความเชื่อนี้ น้อยเช่นเดียวกัน สุดท้าย กลุ่มคนไข้ที่รายงานว่าพวกเขาบอกคนอื่นเรื่องความคิดฆ่าตัวตาย และคนที่มองว่าการฆ่าตัวตายเป็นทางออกของปัญหาในชีวิตของเขา มีความเชื่อเรื่องความเชื่อที่จะมีชีวิตอยู่ อยู่ในระดับน้อย

ความรับผิดชอบต่อครอบครัว (Responsibility to family) และความห่วงกังวลที่มีต่อลูก (Child-related concerns) มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับพฤติกรรมฆ่าตัวตาย ในกลุ่มประชากรทั่วไปที่รายงานว่าไม่เคยมีความคิดฆ่าตัวตาย มีการให้ความสำคัญกับทั้งด้านครอบครัว และด้านลูก ในกลุ่มคนไข้ที่ไม่ฆ่าตัวตายในปัจจุบันและไม่เคยมีประวัติฆ่าตัวตาย ก็ให้ความสำคัญกับด้านครอบครัวและด้านลูกเช่นกัน ยิ่งไปกว่านั้น ความห่วงกังวลที่มีต่อลูกสามารถแยกบุคคลที่มีความคิดฆ่าตัวตายออกจากบุคคลที่เคยมีประวัติฆ่าตัวตายได้อย่างชัดเจน

ความกลัวการฆ่าตัวตาย (Fear of suicide) ความกลัวต่อการไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม (Fear of social disapproval) และเหตุผลที่คัดค้านทางด้านศีลธรรม (Moral objections) มาตรการวัดความกลัวการฆ่าตัวตาย เป็นมาตรวัดเดียวที่สามารถแยกบุคคลที่เคยมีประวัติฆ่าตัวตายออกจากบุคคลที่รายงานว่ามีความคิดเรื่องฆ่าตัวตายแต่ไม่ลงมือที่จะทำให้ตัวเองตาย ในกลุ่มประชากรทั่วไป บุคคลที่มีประวัติฆ่าตัวตายจะมีความกลัวน้อยกว่าบุคคลที่มีประวัติมีความคิดแต่ไม่ลงมือทำ ความสัมพันธ์เชิงลบในระดับสูง ระหว่างความกลัวการฆ่าตัวตายและความกลัวต่อการไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม ในกลุ่มประชากรทั่วไป ซึ่งให้เห็นว่า ข้อสรุปนี้อาจเป็นต้นเหตุของการรายงานเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายนั้น มีความเกี่ยวข้องกับความกลัวต่อการไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม (Linehan & Nielsen, 1981)

ความเชื่อที่เกี่ยวข้องกับความกลัวการไม่ได้รับการยอมรับจากสังคมกับเหตุผลที่คัดค้านด้านศีลธรรม มีความเกี่ยวข้องกันในระดับต่ำในการแยกระหว่างกลุ่มที่ฆ่าตัวตาย ไม่มีนัยสำคัญ ในกลุ่มประชากรทั่วไป ส่วนในกลุ่มคนไข้ในคลินิก บุคคลที่มีเหตุผลที่คัดค้านด้านศีลธรรมน้อย เป็นบุคคลที่มีประวัติฆ่าตัวตายมาก่อน ส่วนบุคคลที่ไม่มีความคิดฆ่าตัวตายในปัจจุบันนั้น

ให้ความสำคัญทั้งเรื่องเหตุผลที่คัดค้านด้านศีลธรรมและความกลัวต่อการไม่ได้รับการยอมรับ จากสังคมมากกว่ากลุ่มคนที่มีความคิดฆ่าตัวตายในปัจจุบันและกลุ่มคนที่มีประวัติการฆ่าตัวตาย ส่วนในกลุ่มคนไข้จิตเวช ได้ให้ความสำคัญกับความกลัวต่อการไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม หลังจากที่目睹เหตุการณ์การฆ่าตัวตายนั้น จะมีการพูดถึงเรื่องการฆ่าตัวตายของตัวเองอยู่ในระดับที่ น้อยมาก เราสามารถสรุปได้ว่า ความเชื่อเหล่านี้ (คะแนนความกลัวต่อการไม่ได้รับการยอมรับ จากสังคมในระดับสูง) อาจนำมาใช้ประโยชน์ในเรื่องของสัญญาณเตือน เครื่องชี้วัดให้กับแพทย์ ว่าคนไข้ที่มีลักษณะเฉพาะแบบนี้ อาจจะไม่มีความเสี่ยงในการฆ่าตัวตาย ซึ่งแนวคิดนี้จะต้องได้รับการทดสอบจากงานวิจัยต่อไป

สรุปจากข้อค้นพบ ชี้ให้เห็นว่า บุคคลที่ฆ่าตัวตายและบุคคลที่ไม่มีความคิดฆ่าตัวตาย ทั้งกลุ่มคนทั่วไปและกลุ่มคนไข้จิตเวชมีระดับความสำคัญต่อความเชื่อเหล่านี้ที่แตกต่างกัน ซึ่งเป็น ข้อเสนอแนะว่า เป้าหมายของการรักษาเพื่อลดพฤติกรรมการฆ่าตัวตายนั้น อาจต้องให้ความสำคัญ กับคนไข้ให้สามารถคิดถึงความเชื่อที่มีความสำคัญสำหรับตัวเขาด้วยชุดความเชื่อในแบบวัด RFL อย่างน้อยมันอาจเป็นประโยชน์สำหรับบุคลากรทางการแพทย์ในการเข้าถึงความคิดความเชื่อ ในปัจจุบัน และให้ความสำคัญในการบำบัดด้วยการพูดคุย โน้มน้าว ด้วยชุดความคิดความเชื่อเหล่านี้ อย่างไรก็ตาม เทคนิคในการรักษาต้องได้รับการวิจัยในเชิงลึกและรับการพิสูจน์จากการวิจัยด้วย

### 3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่

ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้างานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ในองค์ประกอบ ทั้ง 6 ด้าน แต่เนื่องด้วยในประเทศไทยยังไม่เคยมีการวิจัยในเรื่องที่เกี่ยวกับเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ผู้วิจัยจึงขออ้างอิงงานวิจัยที่มีความใกล้เคียงกับเรื่องนี้ ดังนี้

World Health Organization (2007) ได้ศึกษาการป้องกันการฆ่าตัวตายในเรือนจำ พบว่า การฆ่าตัวตายเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นบ่อยด้วยเหตุผลเดียวของการตายคือ การกระทำความผิด ดังนั้น สถานกักกันหรือเรือนจำมีหน้าที่ต้องรับผิดชอบต่อการป้องกันด้านสุขภาพและความปลอดภัย ของผู้ต้องขัง พฤติกรรมการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขัง หมายถึง ความเครียดของเจ้าหน้าที่และผู้ต้องขังอื่น ที่ต้องเผชิญกับการฆ่าตัวตาย ดังนั้น เพื่อป้องกันการฆ่าตัวตายในเรือนจำ และการให้กระบวนการ เพื่อป้องกันการฆ่าตัวตายจึงเกิดประโยชน์ทั้งกับผู้ต้องขังเองและเจ้าหน้าที่หน้า ด้วยปัจจัยเสี่ยงต่อ การฆ่าตัวตายของผู้ต้องขัง

ปัจจัยด้านสถานการณ์ การฆ่าตัวตายมีแนวโน้มที่จะเกิดขึ้นได้จากการแวนคอ เมื่อเหยื่อ ถูกแยกขังเดี่ยว และบางเวลาที่เจ้าหน้าที่มีอยู่น้อย เช่น ในเวลากลางคืนหรือช่วงสุดสัปดาห์ มีจำนวนการฆ่าตัวตายเพิ่มขึ้นเมื่อนักโทษอยู่คนเดียว ถึงแม้ว่าพวกเขาจะอยู่ร่วมกับคนอื่นก็ตาม มีความเกี่ยวข้องกันระหว่างการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังและการจัดการเรื่องห้องพัก โดยเฉพาะ

ผู้ต้องขังที่มีการแบ่งแยกเชื้อชาติหรือการแบ่งแยกที่พิกแบบพิเศษ (โดยเฉพาะการขังเดี่ยว) อาจเพิ่มความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายได้ ห้องขังมีความเกี่ยวข้องกับกรณีที่ผู้ต้องขังที่ถูกขังอยู่ในห้องขัง 24 ชั่วโมงต่อวัน ซึ่งเป็นระยะเวลาที่มีนัยสำคัญ มีจำนวนผู้ต้องขังที่ฆ่าตัวตายมากเกิดขึ้นในช่วงระยะเวลาสั้น

ปัจจัยทางด้านจิตสังคม การสนับสนุนทางสังคมและครอบครัวที่น้อย และผู้ต้องขังมีประวัติหรือการเจ็บป่วยทางจิต รวมทั้งปัญหาทางอารมณ์ เหล่านี้เกี่ยวข้องกับการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขัง และการฆ่าตัวตายของผู้ต้องขังมักเกิดขึ้นกับพฤติกรรมของนักโทษที่รุนแรงระหว่างนักโทษด้วยกัน ความเครียดส่วนบุคคล และทำให้เกิดความขัดแย้งได้ง่าย ด้วยเหตุผลเหล่านั้นจึงนำไปสู่การฆ่าตัวตายของผู้ต้องขัง รวมทั้งความรู้สึกของความสิ้นหวัง การมองไม่เห็นอนาคต และการแก้ไขปัญญา การฆ่าตัวตายจึงเป็นมุมมองของทางออกสุดท้ายที่แก้ไขสถานการณ์ที่สิ้นหวัง ดังนั้น บุคคลที่มีความรู้สึกของความสิ้นหวังเกิดขึ้น หรือเคยลงมือฆ่าตัวตาย หรือวางแผนฆ่าตัวตาย จะต้องได้รับการพิจารณาว่ามีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

หลักการสำคัญของการป้องกันการฆ่าตัวตายคือ การช่วยเหลือทางด้านสุขภาพจิต ผู้ต้องขังที่มีปัญหาสุขภาพจิตที่แสดงออกถึงสัญญาณในการฆ่าตัวตายควรได้รับการช่วยเหลือทางสุขภาพจิต ซึ่งต้องทำให้เป็นมาตรฐาน ผู้ต้องขังที่มีความเสี่ยงสูงต่อการฆ่าตัวตายต้องได้รับการประเมินและช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิต

รอน โคนี และคณะ (Ronconi et al., 2009) ได้ศึกษาการใช้แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่สำหรับภาษาอิตาลี ซึ่งงานวิจัยชิ้นนี้เป็นการศึกษาการใช้แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ฉบับภาษาอิตาลี โดยผ่านการแปลทวนย้อนกลับ (Back-translation) จากแบบทดสอบของลินแฮน และคณะ (Linehan et al., 1983) กลุ่มตัวอย่างเป็นชาวอิตาลีจำนวน 532 คน อายุระหว่าง 26-65 ปี กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดได้รับการทดสอบแบบวัดความซึมเศร้าของเบค (Beck) (Beck depression inventory: BDI) และแบบวัดความสิ้นหวังของเบค (Beck hopelessness scale: BHS) ด้วยองค์ประกอบทั้ง 6 องค์ประกอบ ของลินแฮน และคณะ (Linehan et al., 1983) นำมาวิเคราะห์ยืนยันปัจจัย พบว่า สามารถยืนยันปัจจัยได้ในระดับดี แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ฉบับ 48 ข้อ (RFL-48) เป็นเครื่องมือเพื่อการสำรวจแรงจูงใจ ความคาดหวัง และความเชื่อ เพื่อเป็นการป้องกันความเสี่ยงในการฆ่าตัวตาย ซึ่งมีประโยชน์มาก เนื่องจากช่วยในการระบุปัจจัยป้องกันที่สามารถสร้าง โปรแกรมเพื่อการบำบัดรักษาได้ สรุป 6 องค์ประกอบ ดังนี้

1. ความเชื่อที่จะมีชีวิตอยู่ (Survival and coping beliefs: SCB) จำนวน 24 ข้อ
2. ความรับผิดชอบต่อครอบครัว (Responsibility to family: RF) จำนวน 7 ข้อ

3. ความห่วงกังวลที่มีต่อลูก (Child-related concerns: CRC) จำนวน 3 ข้อ
4. ความกลัวการฆ่าตัวตาย (Fear of suicide: FS) จำนวน 7 ข้อ
5. ความกลัวต่อการไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม (Fear of social disapproval: FSD) จำนวน 3 ข้อ

6. เหตุผลที่คัดค้านทางด้านศีลธรรม (Moral objections: MO) จำนวน 4 ข้อ

แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ได้นำไปทดสอบใช้กับกลุ่มตัวอย่างในประเทศต่าง ๆ ได้แก่ สวีเดน (Dobrov & Thorell, 2004) สเปน (Oquendo et al., 2000) แคนาดา (Real et al., 1996) ตุรกี (Durak et al., 1993) และอิตาลี (Innamorati et al., 2006) (Ronconi et al., 2009, p. 20) จากการศึกษาพบว่า แบบวัด RFL มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับในระดับสูง (.91) และองค์ประกอบย่อย ได้แก่ SCB = .90, RF = .83, CRC = .79, FS = .70, FSD = .79 และ MO = .71

ชัทเทอร์จี และบาซู (Chatterjee & Basu, 2010) ได้ศึกษาสาเหตุของการฆ่าตัวตาย: เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่และความคิดฆ่าตัวตายในนักเรียน วัตถุประสงค์ของการศึกษานี้ เพื่อทำการสำรวจปัจจัยภายในและภายนอกที่เกี่ยวข้องกับการมีความคิดฆ่าตัวตายในนักเรียนระดับมหาวิทยาลัยเพศหญิง ทำการวิเคราะห์เนื้อหาจากการสัมภาษณ์นักเรียนมหาวิทยาลัยเพศหญิง จำนวน 120 คน พบว่า มีปัจจัยหลัก 4 เรื่อง ที่นำไปสู่การคิดฆ่าตัวตาย ได้แก่ สถาบันการศึกษา (Academic) ความสัมพันธ์ส่วนบุคคล (Interpersonal) และสิ่งแวดล้อม (Environmental relate) เช่น เหตุการณ์ที่สร้างความลำบากใจในสังคมที่ต้องเผชิญหน้ากับบุคคลที่มีความคิดวิตถาร การถูกกีดกันทางเพศ การถูกข่มขืน และการถูกปฏิเสธความรัก มีความสัมพันธ์กันในระดับมาก ในขณะที่ เหตุการณ์ เช่น การตายของคนรักและวิกฤตทางการเงิน พบว่า มีความสัมพันธ์กันในระดับน้อย นอกจากนี้ แบบสอบถามความคิดฆ่าตัวตายในผู้ใหญ่ นั้น สามารถประเมินความถี่ของความคิดฆ่าตัวตายที่เกิดขึ้นได้ด้วยภายใน 1 เดือนที่ผ่านมา ผลการศึกษาพบว่า มีนักเรียนร้อยละ 12.5 มีความคิดฆ่าตัวตาย จากการวัด RFL พบว่า มีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ กับความคิดฆ่าตัวตาย องค์ประกอบเรื่องอนาคตและเหตุผลทางด้านจริยธรรม พบความสัมพันธ์ในระดับสูงกับความคิดฆ่าตัวตาย จากการศึกษาพบว่า ความแค้นและผลทางบวกของเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่สามารถใช้ประโยชน์ในการป้องกันการฆ่าตัวตาย และพบว่ามี mốiเกี่ยวข้องกันของนักบำบัดหรือผู้ให้การรักษาในการทำการประเมินความเสี่ยงในการฆ่าตัวตาย

ซีกอล, มาร์ตี้, เมเยอร์, และคูลิดจ์ (Segal, Marty, Meyer, & Coolidge, 2011) ได้ศึกษาบุคลิกภาพ ความคิดฆ่าตัวตาย และเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้สูงอายุ วัตถุประสงค์ในการศึกษา เพื่อทำการทดสอบองค์ประกอบระหว่างโครงสร้างของบุคลิกภาพที่ผิดปกติ (Personality disorder: PD) ลักษณะบุคลิกภาพ (Personality traits) และความคิดฆ่าตัวตาย (Suicidal ideation) และปัจจัย

ที่แสดงออกมาเพื่อป้องกันการฆ่าตัวตายในบ้านพักผู้สูงอายุ โดยศึกษาในกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 109 คน อายุเฉลี่ยเท่ากับ 71.4 ปี เพศหญิง 61% เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ The Coolidge axis II inventory, NEO five-factor inventory, Geriatric suicide ideation scale, and Reasons for living inventory

ผลการศึกษาพบว่า บุคลิกภาพผิดปกติ (PD) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการคิดฆ่าตัวตาย และมีความสัมพันธ์ร่วมกับเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ลักษณะบุคลิกภาพ (Personality traits) มีความสัมพันธ์กันทางลบกับความคิดฆ่าตัวตาย ยกเว้นกลุ่มอาการทางประสาท ซึ่งมีความสัมพันธ์กันทางบวก และส่วนใหญ่ไม่เกี่ยวข้องกับเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ จากการวิเคราะห์การถดถอย บุคลิกภาพแบบ Borderline และแบบ Histrionic คือ โครงสร้างบุคลิกภาพที่ผิดปกติ (PD features) ที่มีความแปรปรวนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความคิดฆ่าตัวตาย ซึ่งบุคลิกภาพแบบ Neuroticism เป็นเพียงลักษณะบุคลิกภาพ (Personality traits) แบบเดียวที่มีความแปรปรวนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความคิดฆ่าตัวตาย โครงสร้างบุคลิกภาพผิดปกติกับลักษณะบุคลิกภาพ ไม่พบความแปรปรวนกับเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่

แบกเก้, ลามิส, นาดอร์ฟฟ์, และออสแมน (Bagge, Lamis, Nadorff, & Osman, 2014) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสิ้นหวัง ภาวะซึมเศร้า และการคิดฆ่าตัวตาย: ตัวแปรส่งผ่าน (Mediation) โดยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ วัตถุประสงค์ของการศึกษาคือ ทำการทดสอบเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (RFL) เป็นส่วนในการทำนายปัจจัยเสี่ยงดั้งเดิม (อาการซึมเศร้า, ความสิ้นหวัง) และการมีความคิดฆ่าตัวตาย และการลงมือฆ่าตัวตาย โดยศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษา มหาวิทยาลัย จำนวน 1,075 คน ได้ทำการแบบประเมินทางออนไลน์ ผลการศึกษาพบว่า ชุดข้อความของแบบวัดที่สามารถเป็นรูปแบบตัวกลาง ซึ่งให้เห็นว่า มีความสัมพันธ์กันระหว่าง ปัจจัยเสี่ยงและความคิดฆ่าตัวตายในปัจจุบัน ที่สามารถกำกับได้โดยแบบวัด RFL ทั้งฉบับ นอกจากนี้ เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ทั้งฉบับ เป็นตัวแปรส่งผ่านของความสัมพันธ์ระหว่าง ความสิ้นหวังกับการลงมือฆ่าตัวตายในอดีต และเป็นตัวแปรส่งผ่านของความสัมพันธ์ระหว่าง อาการซึมเศร้ากับการลงมือฆ่าตัวตายด้วย สรุปว่า การศึกษาได้แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของการประเมินความเสี่ยงปัจจัยที่ป้องกันการฆ่าตัวตาย สามารถนำไปพัฒนาเป็นตัวชี้วัดและการบำบัด วิทยุที่มีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

มีทฤษฎีมากมายที่กล่าวถึงพฤติกรรมการณ์การฆ่าตัวตายว่ามีความเกี่ยวข้องกับกระบวนการคิด ซึ่งเป็นตัวแปรสื่อกลางที่สำคัญในการทำความเข้าใจเรื่องความเสี่ยงในการฆ่าตัวตาย ปัจจัยด้านความคิดเป็นปัจจัยสำคัญในการกำหนดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (RFL) (Linehan et al., 1983) ที่สามารถช่วยให้ได้รับความรู้เกี่ยวกับความเชื่อของบุคคลที่มีต่อความเสี่ยงต่อพฤติกรรมการณ์การฆ่าตัวตาย



ซึ่งความเชื่อเหล่านั้นมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อการลงมือฆ่าตัวตาย RFL ได้ออกแบบเหตุผลที่ไม่ใช่เหตุผลของการฆ่าตัวตาย โดยไม่ได้สนใจความคิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายเลย (Linehan et al., 1983)

พระสุริยัญ ชูช่วย (2545) ได้ศึกษาการแสวงหาความสุขและคุณค่าของชีวิต กรณีศึกษาที่สนทนากลุ่มคนต่างวัยในกรุงเทพมหานคร พบว่า ในทัศนะของศาสนาพุทธ ความสุข คือ การดำเนินชีวิตอย่างมีสติที่เกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น ในทัศนะของศาสนาคริสต์ ความสุข คือ การดำเนินชีวิตที่มีความรักต่อพระเจ้าและเพื่อนมนุษย์ ในทัศนะของศาสนาอิสลาม ความสุข คือ การดำเนินชีวิตด้วยการทำความดีตามหลักศรัทธาต่อพระเป็นเจ้า ส่วนในทัศนะเกี่ยวกับคุณค่าที่มีความสำคัญต่อชีวิต กลุ่มตัวอย่างทุกวัยให้ความสำคัญกับการมีความสุขสบายทางกายและใจ เป็นอันดับที่หนึ่ง วัยรุ่นให้ความสำคัญกับการขบคิดเรียนรู้และแสวงหาความรู้อยู่เสมอ วัยผู้ใหญ่ให้ความสำคัญกับการมีสติเท่าทันความคิดและความรู้สึกของตนเอง วัยกลางคนให้ความสำคัญกับการมีจิตใจสงบปราศจากความทุกข์ วัยผู้สูงอายุให้ความสำคัญกับการมีจิตใจสงบปราศจากความทุกข์และความทุกข์

อริญญา ตูย์คำภีร์ (2536) ได้ศึกษาผลของกลุ่มจิตบำบัดแบบโลกอสต่อการเพิ่มความมุ่งมั่นในชีวิตของหญิงในสถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อเอชไอวี เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบวัดความมุ่งมั่นในชีวิตและแบบสัมภาษณ์ กลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 12 คน ผลการวิจัยพบว่า คะแนนความมุ่งมั่นในชีวิตของกลุ่มทดลอง ระยะเวลาหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และคะแนนความมุ่งมั่นในชีวิต ระยะเวลาหลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

อริญญา ตูย์คำภีร์ (2544) ศึกษาการพัฒนามาตรวัดความมุ่งมั่นในชีวิตของนักศึกษาไทย พบว่า มาตรวัดความมุ่งมั่นในชีวิตใช้วัดแนวคิดทฤษฎีโลโกเทอราปี เกี่ยวกับการรับรู้เป้าหมายและความหมายในชีวิต โดยมีการศึกษาวิจัยเพื่อตรวจสอบคุณภาพของมาตรวัดนี้ในคนอเมริกันและคนฮ่องกง แต่ยังไม่มีการศึกษาเรื่องนี้ในคนไทย การวิจัยครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนามาตรวัดความมุ่งมั่นในชีวิตและศึกษาค่าคะแนนเฉลี่ยมาตรวัดความมุ่งมั่นในชีวิตนักศึกษาไทย มาตรวัดประกอบด้วย แบบวัด Purpose in life (PIL) และแบบวัด Seeking of noetic goals (SONG) ฉบับภาษาไทย ซึ่งแปลโดยผู้วิจัย การวิจัยพบว่า ผู้ตอบมาตรวัดนี้ จำนวน 1,320 คน คุณภาพรายข้อส่วนใหญ่ของแบบวัด PIL และแบบวัด SONG มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์รายข้อกับมาตรรวมอย่างมีนัยสำคัญ ค่าความเที่ยงของแบบวัด PIL และแบบวัด SONG ฉบับภาษาไทย อยู่ในระดับสูง สามารถวัดการรับรู้เป้าหมายและความหมายในชีวิตของนักศึกษาไทยได้อย่างมีความตรงและเชื่อถือได้

บุญญรัตน์ ทรงพานิช และคณะ (2545) ศึกษาผลของจิตบำบัดแบบแสวงหาความหมายต่อความหมายในชีวิตของผู้ลี้ภัย กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ลี้ภัยเพศชาย อายุ 30 ปีขึ้นไป จำนวน 50 คน

ผู้วิจัยพัฒนาแบบวัดความหมายในชีวิตจากแบบวัดเอ็มไอเอสที ของสตาร์ค (Starck) ซึ่งเป็นแบบรายงานตนเอง มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า (Rating scale) ตามแบบลิเคิร์ต (Likert) 5 ระดับ จำนวน 20 ข้อ พบว่า หลังการทดลอง ผู้ลี้ภัยที่ได้รับจิตบำบัดแบบแสวงหาความหมาย มีคะแนนความหมายในชีวิตสูงกว่าผู้ลี้ภัยที่ไม่ได้รับจิตบำบัด และหลังการทดลอง ผู้ลี้ภัยที่ได้รับจิตบำบัดแบบแสวงหาความหมาย มีคะแนนความหมายในชีวิตสูงกว่าก่อนได้รับจิตบำบัด

นิรันดร์ เหลืองอร่าม (2549) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพร้อมในการเข้าสู่สังคมของผู้ต้องขัง ทัณฑสถานบำบัดพิเศษจังหวัดปทุมธานี กับกลุ่มตัวอย่างที่เข้าโครงการเตรียมความพร้อมก่อนปล่อย จำนวน 400 คน เครื่องมือเป็นแบบสอบถามแบบประมาณค่า (Rating scale) พบว่า ผู้ต้องขังมีความเชื่อมั่นที่จะนำความรู้ความสามารถไปใช้ในการประกอบอาชีพเลี้ยงตนเองและครอบครัวได้ แต่ยังคงความมั่นใจในการสมัครงาน ผู้ต้องขังมีความสัมพันธ์ในครอบครัวในระดับมาก ต้องการกำลังใจจากครอบครัวในการเริ่มต้นชีวิตใหม่และใช้ชีวิตกับครอบครัวภายหลังพ้นโทษ ผู้ต้องขังทุกคนมีความคาดหวังในอนาคต วันหนึ่งเขาต้องพ้นโทษกลับไปใช้ชีวิตร่วมกับสังคมภายนอก และต้องการให้บุคคลในครอบครัวและสังคมยอมรับ

สมพร จันอุด (2549) ได้ศึกษาความเชื่อบุญบาปตามแนวทางพระพุทธศาสนา ของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดมหาสารคาม กับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 450 คน เป็นผู้ต้องขังชาย 364 คน และผู้ต้องขังหญิง 86 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม ผลการวิจัยพบว่า ผู้ต้องขัง ร้อยละ 86.43 มีความเชื่อในภาพรวมเรื่องบุญบาปตามแนวทางพระพุทธศาสนา โดยร้อยละ 85.69 มีความเชื่อการทำบุญ โดยการให้ทาน การบำเพ็ญกุศล และการปฏิบัติศีล ตามลำดับ ในด้านบาป พบว่า ร้อยละ 87.16 มีความเชื่อการทำบาป ทางกายทุจริต ทางมโนทุจริต และทางวจีทุจริต ตามลำดับ ผู้มีอายุมากขึ้น มีความเชื่อเรื่องบุญบาปมากขึ้น ประเภทความผิดที่มีพฤติกรรมกระทำ ความผิดที่ใช้ความรุนแรงมากขึ้น จะมีความเชื่อเรื่องบุญบาปน้อยลง และผู้มีการศึกษาสูงขึ้น จะมีความเชื่อเรื่องบุญบาปน้อยลง

อภิชัย มงคล และคณะ (2549) ได้ศึกษาความชุกของพฤติกรรมทำร้ายตัวเอง โดยใช้โปรแกรมการป้องกันการฆ่าตัวตาย ปี พ.ศ. 2549 โดยได้ดำเนินการ โดยการสุ่มผู้ป่วยที่รอดชีวิตจากการทำร้ายตัวเองใน 25 จังหวัด และได้รับข้อมูลเบื้องต้นของผู้ป่วยจากรายงาน DS 506 ระหว่าง 1 มกราคม-31 ธันวาคม ค.ศ. 2004 รวม 1,200 คน สัมภาษณ์โดยใช้แบบสอบถาม ผลการศึกษา พบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่ไม่ได้มีการวางแผนก่อนที่จะจงใจทำร้ายตัวเอง (คิดเป็น 48%) เมื่อพิจารณาเหตุผลสำหรับการมีชีวิตอยู่ มันเป็นหลักฐานว่าผู้ป่วยส่วนใหญ่ (คิดเป็น 86-96%) จะต้องมีชีวิตอยู่ เพราะความกังวลเกี่ยวกับครอบครัวของพวกเขา และไม่ต้องการที่จะทำให้ครอบครัวของพวกเขา ร้องไห้

อัญชลี สว่างวงษ์ (2550) ได้ศึกษาความพร้อมในการดำรงชีวิตภายนอกเรือนจำของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดนนทบุรีก่อนได้รับการปลดปล่อย โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการศึกษา ประชากร คือ ผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดนนทบุรี ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมตามนโยบายเตรียมความพร้อมก่อนปล่อยตัว จำนวน 150 ราย พบว่า ปัญหาอุปสรรคที่ผู้ต้องขังคิดว่าจะพบหลังจากพ้นโทษคือ ปัญหาการหางานทำในสังคมภายนอก สังคมภายนอกรังเกียจและหวาดระแวง คนเคยติดคุกมาก่อน จึงไม่รับเข้าทำงาน ปัญหาเรื่องที่อยู่อาศัย เมื่อพ้นโทษออกไปแล้ว ยังไม่แน่ใจว่าจะกลับไปสู่ถิ่นพักอาศัยที่เดิมได้หรือไม่ เพราะสังคมและคนรอบข้างภายนอกไม่ต้อนรับ ปัญหาครอบครัว ภรรยาและบุตร ที่ได้รับความเดือนร้อนจากสถานะเศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อมในสังคมภายนอกยังคงเป็นปัญหาต่อเนื้อที่จะต้องเข้าไปช่วยเหลือ ปัญหาการปรับสภาพตนเองให้คุ้นเคยกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและสิ่งแวดล้อมภายนอก และแรงกดดันของสังคมภายนอกด้วยการถูกกีดกันจากสังคมในท้องถิ่นด้วยคำตำหนิ ถูกเหยียดหยามต่าง ๆ นานา หรือเจอคำถามของคนรอบข้าง ซึ่งเป็นคำพูดที่ตอกย้ำให้เจ็บปวดทางใจจนเกิดแรงกดดันให้หวนกลับไปกระทำผิดซ้ำอีก

สำเร้ง แป้นจันทร์ (2554) ได้ศึกษาความต้องการกิจกรรมเตรียมความพร้อมก่อนพ้นโทษและความคาดหวังในการดำรงชีวิตหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดอุดรธานี เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มประชากร จำนวน 333 คน เป็นชาย 285 คน และหญิง 48 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) พบว่า ความคาดหวังในการดำรงชีวิตหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังชายและหญิงตรงกันคือ อยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยมากไปหาน้อย ได้แก่ ความคาดหวังต่อครอบครัว ความคาดหวังต่อความสำเร็จในชีวิต ความคาดหวังในการประกอบอาชีพ ความคาดหวังต่อการยอมรับของสังคม และความคาดหวังด้านความปลอดภัยตามลำดับ

จุริรัตน์ นิลจันทิก (2553) ศึกษาความหมายในชีวิตของผู้ติดเชื่อเอชไอวี/เอดส์: การศึกษาเชิงคุณภาพแบบทีมวิจัยเห็นชอบร่วมกัน โดยผู้ให้ข้อมูลทั้งหมด 8 คน เก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก ผลการวิจัยพบว่า ด้านความรัก ความเข้าใจจากคนรอบข้าง ทำให้รักตนเอง รักชีวิต กล่าวคือ การได้รับความเข้าใจและการยอมรับจากบุคคลสำคัญในชีวิต เป็นความหมายที่ทำให้ผู้ติดเชื่อรักชีวิตและหันมารับการรักษาอย่างต่อเนื่อง ด้านการค้นพบแรงบันดาลใจที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ และการมุ่งสู่นาคต โดยแบบอย่างชีวิตของผู้ติดเชื่อที่ประสบความสำเร็จและบุคคลสำคัญในชีวิต เป็นสิ่งกระตุ้นให้ผู้ติดเชื่อใช้ชีวิตที่เหลืออยู่อย่างมีเป้าหมาย

กาญจนวัลย์ ภิญญายุทธสิทธิ์, วัลลยา ธรรมอภิบาล และสุมน เกลานิด (2557) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อการตั้งเป้าหมายชีวิตของนักศึกษาระดับ

ปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตกระบี่ กลุ่มตัวอย่างจากนักศึกษาที่มีคะแนนการตั้งเป้าหมายชีวิตต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 5 คน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีคะแนนการตั้งเป้าหมายชีวิตหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง และนักศึกษาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีคะแนนการตั้งเป้าหมายชีวิตหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

สรุปงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ จะเห็นได้ว่า พฤติกรรมการฆ่าตัวตายเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นบ่อยในเรือนจำหรือแม้กระทั่งกับบุคคลที่มีความสิ้นหวังในชีวิต มองไม่เห็นคุณค่าในตนเอง มองไม่เห็นอนาคตของตนเอง การฆ่าตัวตายจึงเป็นทางออกสุดท้ายที่แก้ไขสถานการณ์ที่สิ้นหวังนั้น มีทฤษฎีมากมายที่กล่าวถึงพฤติกรรมการฆ่าตัวตาย พบว่ามีความเกี่ยวข้องกับกระบวนการคิดหรือปัจจัยด้านความคิด ว่าเป็นปัจจัยสำคัญในการกำหนดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ จากการศึกษาพบว่า ความแค้นของบุคคล ความคิด ความเชื่อของบุคคลที่มีต่อตนเองที่มองชีวิตอย่างมีความหมาย สามารถใช้เป็นประโยชน์ในการป้องกันการฆ่าตัวตายได้ ดังนั้น จึงแสดงให้เห็นถึงความสำคัญของการประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย เพื่อนำไปสู่การป้องกันต่อไป แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่จึงเป็นเครื่องมือเพื่อสำรวจแรงจูงใจ ความคาดหวัง และความเชื่อของบุคคล เพื่อเป็นการป้องกันความเสี่ยงในการฆ่าตัวตาย ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับผู้ที่ให้คำปรึกษาในการประเมินความเสี่ยงนั้น เพื่อนำไปสู่การพัฒนาโปรแกรมเพื่อการบำบัดรักษาต่อไปได้ แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของลินแฮน และคณะ (Linehan et al., 1983) ได้ถูกนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างในประเทศต่าง ๆ ทั้งสวีเดน สเปน แคนาดา ตุรกี อิตาลี และในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้รับอนุญาตจากผู้พัฒนาแบบวัด ให้แปลแบบวัดเป็นฉบับภาษาไทย จากนั้นผู้วิจัยได้พัฒนาโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี โดยบูรณาการทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ และได้้นำโปรแกรมฯ นี้ไปดำเนินการทดลองกับผู้ต้องขังหญิงในงานวิจัยนี้ต่อไป

## เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้การศึกษา

### 1. การปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี

#### การศึกษาแบบบูรณาการ (Integrative counseling)

เป็นทฤษฎีและเทคนิควิธีที่ใช้ในการเลือกสรร วิเคราะห์ และสังเคราะห์จุดเด่นของทฤษฎีและเทคนิควิธีการปรึกษาต่าง ๆ เพื่อนำมาบูรณาการเข้าเป็นทฤษฎีและเทคนิควิธีการปรึกษาอีกทฤษฎีหนึ่ง การบูรณาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อแสวงหาแนวปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลสูงสุด

การปรึกษาแบบบูรณาการนี้ได้รับความนิยมมากขึ้นตั้งแต่ปี ค.ศ. 1980 เป็นต้นมา จนถึงปัจจุบัน ว่าเป็นแนวทางใหม่ในการปรึกษา คอร์เรย์ (Corey, 2009, p. 88 อ้างถึงใน สุรินทร์ สุทธิชาติพิทย์, 2554) ได้อ้างผลการสำรวจของ Psychotherapy networker ในปี ค.ศ. 2007 โดยสำรวจ นักจิตวิทยาและผู้ให้การปรึกษา จำนวน 2,281 คน เกี่ยวกับทฤษฎีและเทคนิควิธีการที่ได้ใช้ ในการทำจิตบำบัด การปรึกษา และพบว่ามีเพียงร้อยละ 4.2 เท่านั้น ที่ยึดมั่นในการใช้ทฤษฎีใด ทฤษฎีหนึ่ง ที่น่าสังเกตคือ ส่วนมากถึงร้อยละ 95.8 ประยุกต์และบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค วิธีการต่าง ๆ เข้าด้วยกัน เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของการบำบัด การปรึกษา (สุรินทร์ สุทธิชาติพิทย์, 2554)

### ประวัติย่อของจิตวิทยาบูรณาการ Integrative psychology

ในการประชุมสมาคมจิตวิทยาแห่งอเมริกัน APA ครั้งที่ 88 เฟรนช์ (French, 1933 อ้างถึงใน สุรินทร์ สุทธิชาติพิทย์, 2557) ได้เสนอหัวข้อการอภิปรายเพื่อนำสู่การบูรณาการ ด้านจิตวิทยา วิเคราะห์แนวคิดระหว่างกลุ่มจิตวิเคราะห์ (Psychoanalysis) กับกลุ่มพฤติกรรมนิยม (Behaviorism) โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือ การเก็บกด (Repression) ที่ทั้งสองทฤษฎียอมรับว่า มีความคล้ายกัน แต่ใช้ศัพท์ต่างกัน แนวคิดของเขาได้รับการอภิปรายทั้งเห็นด้วยและไม่เห็นด้วย อย่างมาก ปี ค.ศ. 1934 คูบี (Kubie, 1934 อ้างถึงใน สุรินทร์ สุทธิชาติพิทย์, 2557) สนับสนุนแนวคิด ของเฟรนช์เกี่ยวกับการเก็บกด โดยอ้างว่า พาฟลอฟ (Pavlov) มีสมมติฐานว่า การเชื่อมโยงระหว่าง สิ่งเร้าและการตอบสนองที่อยู่นอกเหนือการตระหนักรู้ของบุคคล คือ พฤติกรรมการยับยั้ง (Inhibition) ซึ่งพฤติกรรมเช่นนี้บำบัดได้ โดยใช้ Free association techniques ของกลุ่ม Psychoanalysis เพื่อบำบัด Unconscious obstacles (สุรินทร์ สุทธิชาติพิทย์, 2557)

แนวคิดที่ปูพื้นฐานมั่นคงให้แก่ Common factor ซึ่งดอลลาร์ด และมิลเลอร์ (Dollard & Miller, 1950 อ้างถึงใน สุรินทร์ สุทธิชาติพิทย์, 2557) ได้เขียนหนังสือเรื่อง Personality and psychotherapy ที่อธิบายรายละเอียดถึงหลักการของกลุ่มจิตวิเคราะห์ที่เกี่ยวกับพฤติกรรม Regression, displacement and repression ที่มีแนวคิดเช่นเดียวกับทฤษฎีการเรียนรู้ Learning theory ดอลลาร์ด และมิลเลอร์ สรุปว่า มีหลักการร่วมหรือเทคนิคร่วมอย่างแน่นอน ในกลุ่มการบำบัด ทั้งหลาย เช่น ความร่วมรู้สึก (Empathy) หรือการเสริมแรง (Reinforcement) เป็นต้น

ตั้งแต่ปี ค.ศ. 1960 เป็นต้นมา จิตวิทยาบูรณาการ Integrative psychology ได้พัฒนา อย่างเด่นชัดมาก แฟรงค์ (Frank, 1961 อ้างถึงใน สุรินทร์ สุทธิชาติพิทย์, 2557) ได้เขียนหนังสือเรื่อง Persuasion and healing ซึ่งกล่าวถึง Common factor จากกลุ่มต่าง ๆ เขากล่าวว่า จุดมุ่งหมายหลัก ของจิตบำบัด การปรึกษาทุกทฤษฎี คือ การสร้างให้บุคคลมีความหวัง เพิ่มการเห็นคุณค่าของตนเอง เพื่อปรับปรุงชีวิตของเขาให้พึงประสงค์มากขึ้น และตั้งแต่ปี ค.ศ. 1960 นี้เอง ที่นักจิตวิทยา นักบำบัด

และผู้ให้การรักษาทั้งหลายต่างยอมรับกันว่า การยึดอยู่กับทฤษฎีหลักเพียงทฤษฎีเดียวนั้น ไม่เพียงพอต่อการทำจิตบำบัดและการรักษาแล้ว ดังนั้น การบูรณาการจึงเป็นเรื่องจำเป็นที่ควรศึกษา และนำมาปฏิบัติต่อไป

ลาซารัส (Lazarus, 1967 อ้างถึงใน สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์, 2557) เป็นผู้ริเริ่มใช้จิตวิทยาบูรณาการด้านเทคนิควิธี Technical eclectic approach และเรียกใหม่ว่า Multimodal therapy ต่อมาในปี ค.ศ. 1970 เขาแนะนำว่า นักบำบัดควรจะใช้เทคนิคต่าง ๆ จากกลุ่มจิตวิทยาทั้งหลาย โดยไม่จำเป็นต้องยึดทฤษฎีเหล่านั้น เพียงแต่ใช้เทคนิคเท่านั้น ลาซารัสเชื่อว่า เทคนิคต่าง ๆ เหล่านั้นเป็นเทคนิคที่มีระบบที่ได้รับการพิสูจน์ ยอมรับแล้วว่าเชื่อถือและนำไปบำบัดหรือให้การช่วยเหลือบุคคลที่ประสบปัญหาได้

จิตวิทยาบูรณาการมีการพัฒนา 2 ระยะ คือ

ระยะที่ 1 ลาซารัสได้พิมพ์หนังสือเรื่อง Multimodal behavior therapy เพื่อเสนอแนวคิดและการปฏิบัติที่เขายึด ตามแนวคิดของกลุ่มพฤติกรรมบำบัด Behavior therapy ไปสู่การบำบัดที่เป็นระบบ โดยใช้คำว่า BASIC I.D. ซึ่งหมายถึง Behavior, affect, sensation, image, cognition, interpersonal relationship and drugs/ physiological state เพื่อวิเคราะห์ปัญหาของคน ไข่ก่อนว่าเกิดจากพฤติกรรมด้านใดของ BASIC I.D.

ปี ค.ศ. 1980 จิตวิทยาบูรณาการได้รับการยอมรับว่าเป็นจิตวิทยาการบำบัดอีกสาขาหนึ่ง ที่พัฒนาอย่างรวดเร็ว มีบทความเกี่ยวกับจิตวิทยาบูรณาการถึง 200 เรื่อง ซึ่งโกลด์เฟรนด์ (Goldfriend, 1980 อ้างถึงใน สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์, 2557) แนะนำว่า ในการบูรณาการนั้น การวิเคราะห์และการเปรียบเทียบระหว่างทฤษฎีอาจเริ่มจากการเลือกเทคนิคเฉพาะและทฤษฎีเฉพาะเพื่อประยุกต์ใช้ เขาได้ใช้คำอีกคำหนึ่งว่า Clinical strategy แทน

ระยะที่ 2 นักจิตวิทยา นักบำบัด และผู้ให้การรักษาจากหลายสาขาวิชา ให้ความสนใจ การบูรณาการหลากหลายทฤษฎี เช่น Cognitive behavioral, Gestalt, Existential and Neo Freudianism นอกจากนี้ ได้มีการประเมินผลเกี่ยวกับการบูรณาการของกลุ่มจิตวิทยาหลัก 3 กลุ่มใหญ่ คือ Big three schools of psychology: Psychodynamic, behaviorism and humanistic

การประชุมสัมมนาเกี่ยวกับหัวข้อการบูรณาการมีเพิ่มขึ้น และขยายไปสู่นานาชาติ ได้มีหนังสือเกี่ยวกับ Eclectic approaches กล่าวถึงเทคนิคเฉพาะที่สามารถนำไปใช้ได้กับคนไข้เฉพาะ ดังนั้น ความสนใจบูรณาการระหว่างเทคนิคที่ใช้กับคนไข้ Client-technique จึงเกิดขึ้น ดังตัวอย่างที่ เฟนสเตอร์เฮม และกลาสเซอร์ (Fensterheim & Glazer, 1983 อ้างถึงใน สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์, 2557) ได้เสนอแนะว่า อาจใช้ Psychoanalytic approach บูรณาการเพื่อการตั้งสมมติฐาน ในขณะที่ใช้ Behavioral approach บูรณาการเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

ในปี ค.ศ. 1983 ได้มีการจัดตั้ง The society for the exploration of psychotherapy integration (SEPI) เพื่อสร้างสถาบันทางวิชาการ สำหรับนักบำบัดวิชาชีพชั้นสูงที่สนใจในจิตวิทยาบูรณาการได้แลกเปลี่ยนความคิดและประสบการณ์ระหว่างกัน ปัจจุบัน SEPI เป็นสถาบันนานาชาติที่ยอมรับกันทางวิชาการ วารสารทางวิชาการเกิดขึ้น 2 ฉบับ คือ Journal of Integrative and Eclectic Psychology และ International Journal of Eclectic Psychotherapy เพื่อส่งเสริมด้านทฤษฎีและการประชุมสัมมนา

Integrative psychology approaches ปัจจุบัน จิตวิทยาบูรณาการได้พัฒนาเป็นทั้งหมด 6 ประเภท ได้แก่

1. Meta-theoretical integration
2. Technical eclecticism
3. Common factor
4. Assimilative integration
5. Complimentary
6. Neurobiological

1. The meta-theoretical models หรือ Theoretical factors หมายถึง การบูรณาการเชิงทฤษฎี ซึ่งวิธีการนี้ค่อนข้างจะเป็นอุดมคติมาก วิธีการนี้ใช้การสังเคราะห์ทฤษฎีต่าง ๆ โดยมีข้อสมมติฐานว่า หลายทฤษฎีจะมีผลต่อกระบวนการบำบัดหรือการปรึกษามากกว่าทฤษฎีเดียว ดังนั้น วิธีนี้จึงผสมผสานแนวคิด หลักการที่สำคัญ และเทคนิคของแต่ละทฤษฎี

2. Technical eclectic approaches model (originally inspired by Lazarus in 1967) บูรณาการเชิงการเลือกสรรเทคนิควิธี ซึ่งเป็นวิธีที่มีข้อมูลเชิงประจักษ์รับรองวิธีการนี้ ที่ไม่มุ่งเน้นที่ทฤษฎีบุคลิกภาพหรือทฤษฎีจิตบำบัดใด ๆ แต่เป็นวิธีการที่รับรองโดยการวิจัยที่เน้นเทคนิควิธีที่มีประสิทธิผลมากและเหมาะสมสำหรับแต่ละบุคคล และแต่ละปัญหาที่เกิดขึ้น วิธีการนี้เริ่มจากการประเมินปัญหาของคนไข้ โดยเลือกใช้กระบวนการปรึกษาที่เฉพาะและเหมาะสมกับคนไข้ ในกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

ข้อวิพากษ์สำหรับวิธีการนี้คือ ความไม่สอดคล้องกันระหว่างเทคนิคกับความสามารถ และทักษะของนักบำบัดหรือผู้ให้การปรึกษา นอกจากนี้ยังไม่สนใจเรื่องบริบทของคนไข้ด้วย เช่น วัฒนธรรม ความแตกต่างระหว่างบุคคล ตลอดจนความคิดเกี่ยวกับตนเอง

3. Common factors model การบูรณาการโดยใช้หลักการร่วม วิธีการนี้ได้เริ่มมาตั้งแต่ปี ค.ศ. 1930 และมุ่งเน้นที่หลักการร่วมหรือปัจจัยร่วมของทฤษฎีต่าง ๆ ที่นำมาบูรณาการ

ข้อวิพากษ์สำหรับวิธีการนี้คือ ถ้าการบำบัดใช้เพียงองค์ประกอบร่วมเป็นพื้นฐานแล้ว ผู้บำบัดอาจจะพลาดข้อเด่นพิเศษต่าง ๆ ของแต่ละทฤษฎีและเทคนิคได้

4. Assimilative integration model วิธีบูรณาการแบบนี้ยังคงยึดทฤษฎีเดิมอยู่ ในขณะที่ใช้เทคนิคจากทฤษฎีอื่น ๆ เพื่อให้เกิดความสมบูรณ์ในเทคนิคมากขึ้น

ข้อวิพากษ์สำหรับวิธีการนี้คือ อิทธิพลของทฤษฎีหลักจะยังคงมีมากอยู่นั่นเอง

5. Complimentary model วิธีนี้ประยุกต์มากกว่า 2 ทฤษฎีที่แตกต่างกันเข้ามาเป็นหนึ่งวิธีการ

ข้อวิพากษ์สำหรับวิธีการนี้คือ แต่ละทฤษฎีที่แตกต่างกันและนำมาประยุกต์เข้าด้วยกันนั้น อาจจะพลาดความสอดคล้องระหว่างกันได้

6. Neurobiological model วิธีนี้มุ่งที่ใช้ความรู้เกี่ยวกับประสาทชีววิทยาที่เป็นฐานของปัจจัยด้านจิตวิทยา

ข้อวิพากษ์สำหรับวิธีการนี้คือ งานวิจัยที่รับรองการบูรณาการยังมีน้อย เพราะเป็นเรื่องใหม่ในวงการ

### ประสิทธิผลของการปรึกษาขึ้นอยู่กับปัจจัยดังต่อไปนี้

1. ร้อยละ 40 ขึ้นอยู่กับคนไข้หรือผู้รับการปรึกษา (Client factors) ซึ่งเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดในการปรึกษา/ การบำบัด การปรึกษาหรือการบำบัดจะประสบความสำเร็จหรือไม่ ขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ ของผู้รับการปรึกษาและบริบทของผู้รับการปรึกษา เช่น ความเปิดเผย ศรัทธา ความคิดเชิงบวก ตลอดจนการสนับสนุนจากครอบครัว กลุ่มเพื่อน สังคม ที่ทำงาน การสนับสนุนทางด้านจิตใจ แรงจูงใจ และเขาวนปัญญาของผู้รับการปรึกษา เป็นต้น

2. ร้อยละ 30 ขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ในกระบวนการปรึกษา (Therapeutic relationship factors) ซึ่งได้แก่ ความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันระหว่างผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษา การสนับสนุนกำลังใจ ความเอื้ออาทร ห่วงใย ความอบอุ่น ความร่วมรู้สึก และการยอมรับ เป็นต้น

3. ร้อยละ 15 ขึ้นอยู่กับทฤษฎี เทคนิค ที่เฉพาะเจาะจงกับการปรึกษานั้น ๆ (Model/ technique factors)

4. ร้อยละ 15 ขึ้นอยู่กับปัจจัยอื่น ๆ เช่น ความคาดหวัง (Expectancy/ placebo factors) ของผู้รับการปรึกษา ที่จะได้รับความช่วยเหลือจากนักบำบัด/ ผู้ให้การปรึกษา เพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้พึงประสงค์มากขึ้น

จากการศึกษาเรื่อง บทความฟื้นฟูวิชาการ: จิตวิทยาการปรึกษาและจิตบำบัดแบบผสมผสาน (นันทชัตสันท์ สกุลพงศ์, 2557 ก) พบว่า จิตวิทยาการปรึกษาและจิตบำบัดแบบผสมผสานนั้นมีหลายวิธี แต่วิธีที่ได้รับความนิยมสามารถแบ่งออกได้เป็น 4 ประเภท ได้แก่ การผสมผสาน



ทางทฤษฎี (Theoretical integration) การผสมผสานทางเทคนิค (Technical eclecticism)  
การผสมผสานทางทฤษฎีแบบมีทฤษฎีหลัก (Assimilative integration) และการมีปัจจัยการบำบัดร่วม  
(Common factors)

**การผสมผสานทางทฤษฎี (Theoretical integration)** คือ การผสมผสานทฤษฎีการปรึกษา  
และจิตบำบัด ทั้งในด้านของความคิด ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ แนวคิดพื้นฐาน  
ของการเกิดความคิดปกติทางจิตใจและบุคลิกภาพ รวมทั้งเทคนิคต่าง ๆ ของตั้งแต่ 2 ทฤษฎีขึ้นไป  
จนเกิดเป็นทฤษฎีการปรึกษาและจิตบำบัดแบบใหม่ โดยการผสมผสานนั้น อาจมาจากทฤษฎีที่มี  
แนวคิดพื้นฐานคล้ายคลึงกันหรือตรงกันข้ามกันเลยก็ได้ การผสมผสานแบบนี้ถือได้ว่ามีความซับซ้อน  
และยากมากที่สุด การผสมผสานทางทฤษฎีที่ได้รับความนิยมในการอ้างอิงถึงและมีงานวิจัยรองรับ  
ได้แก่ รูปแบบ Cyclical psychodynamic ของวาเชล และคณะ (Wachel et al.) และรูปแบบ  
Transtheoretical approach ของโพรชาสกา และคณะ (Prochaska et al.) ดังนี้

#### 1. รูปแบบ Cyclical psychodynamic

พัฒนาโดยวาเชล และคณะ (Wachel et al.) โดยเริ่มแรกเป็นการผสมผสานแนวคิด  
ระหว่างการทำบำบัดการรู้คิดและพฤติกรรม (Cognitive-behavior model) กับการทำบำบัดแบบจิตพลวัต  
(Psychodynamic model) เข้าด้วยกัน ต่อมาเริ่มผสมผสานแนวคิดจากทฤษฎีเชิงระบบ (System  
theory) ซึ่งเป็นพื้นฐานของการช่วยเหลือครอบครัวและปัจจัยด้านสังคมวัฒนธรรมมามีส่วน  
ในการพัฒนาทฤษฎีด้วย แนวคิดนี้เชื่อว่าประสบการณ์ในวัยเด็กมีผลต่อพฤติกรรมของบุคคล  
ในปัจจุบัน แต่การตระหนักรู้ (Insight) ต่อประสบการณ์ในวัยเด็กเพียงอย่างเดียวไม่เพียงพอ  
ต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล จึงจำเป็นที่จะต้องผสานเอาแนวคิดด้านการรู้คิดพฤติกรรม  
มามีส่วนช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมที่ชัดเจนมากขึ้น ตัวอย่างเช่น การบำบัดรายกรณี  
ของจูดี (Judy) วัย 40 ปี ที่มาขอรับการช่วยเหลือด้วยอาการซึมเศร้าเรื้อรังร่วมกับมีอาการทางกาย  
ที่หลากหลาย นักบำบัดที่ใช้แนวคิดของ Cyclical psychodynamic จะเริ่มประเมินปมขัดแย้ง  
ทางจิตใจที่ส่งผลต่อพฤติกรรม และขณะเดียวกันก็ประเมินถึงสิ่งเสริมแรงหรือการลงโทษ  
ต่อพฤติกรรมที่ส่งผลต่อปมขัดแย้งทางจิตใจให้ฝังแน่นมากขึ้น ซึ่งเป็นไปตามความเชื่อพื้นฐานของ  
ทฤษฎีบุคลิกภาพมนุษย์ใน Cyclical psychodynamic ที่เชื่อว่า ปมขัดแย้งทางจิตใจและสิ่งเสริมแรง  
จากสิ่งแวดล้อมล้วนมีผลกระทบซึ่งกันและกัน จากนั้นก็ใช้เทคนิคคือ การตีความ (Interpretation)  
เพื่อตีความปมขัดแย้งทางจิตใจในอดีตร่วมกับเทคนิคการลดความรู้สึกอ่อนไหวอย่างเป็นระบบ  
(Systematic desensitization) และฝึกให้ผู้รับบริการมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกมากขึ้นกว่าการมี  
พฤติกรรมแบบยอมตาม ที่นำไปสู่การเก็บกดความโกรธไว้ภายในจิตใจ จนแสดงออกมาเป็นอาการ

ทางกายและนำไปสู่ภาวะซึมเศร้า เป็นต้น ผลการบำบัดพบว่า ผู้ที่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสมมากยิ่งขึ้น

## 2. รูปแบบ Transtheoretical approach

พัฒนาโดยโพรชาสกา และคณะ (Prochaska et al.) รูปแบบการบำบัดแบบนี้ถือได้ว่าเป็นรูปแบบการผสมผสานทางทฤษฎีที่มีงานวิจัยรองรับมากที่สุดวิธีหนึ่ง พัฒนาขึ้นเริ่มแรกเพื่อช่วยเหลือผู้ที่มีปัญหาการใช้สารเสพติดคือ บุหรี่ ต่อมามีการประยุกต์ใช้กับกลุ่มต่าง ๆ โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ เช่น การลดน้ำหนักและการควบคุมอาหาร การวางแผนครอบครัวสำหรับวัยรุ่น การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง การช่วยเหลือผู้ป่วยที่มีปัญหาเบาหวาน การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศในผู้ติดเชื้อ HIV รวมทั้งพฤติกรรมอื่น ๆ เช่น การรังแกกันในโรงเรียนและการทารุณกรรมในครอบครัว เป็นต้น รูปแบบ Transtheoretical approach เกิดจากการผสมผสานทฤษฎีการบำบัดจากสำนักต่าง ๆ เข้าด้วยกัน อันได้แก่ กลุ่มจิตวิเคราะห์ (Psychoanalysis) เกสตัลท์ (Gestalt) อัตถิภาวนิยม (Existential) การบำบัดแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Client-centered) และการบำบัดแบบการรู้คิดพฤติกรรม (Cognitive-behavior) ในด้านเทคนิคที่ใช้ นั้น จะมีการผสมผสานเทคนิคการบำบัดจากสำนักดังกล่าวข้างต้น มาใช้ให้เหมาะสมกับขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงของบุคคล (Stage of change)

**การผสมผสานทางเทคนิค (Technical eclecticism)** คือ การผสมผสานทางเทคนิค จัดได้ว่าเป็นรูปแบบการผสมผสานที่นิยมใช้มากที่สุดวิธีหนึ่ง โดยเป็นการหยิบยกเอาเฉพาะเทคนิคจากทฤษฎีการปรึกษาและจิตบำบัดต่าง ๆ ซึ่งเป็นเทคนิคที่มีหลักฐานเชิงประจักษ์ (Empirically supported interventions) มาใช้ให้เหมาะสมกับการช่วยเหลือผู้รับบริการแต่ละราย โดยมีได้ยึดถือทฤษฎีการปรึกษาหรือจิตบำบัดใดเป็นทฤษฎีหลัก

**การผสมผสานทางทฤษฎีแบบมีทฤษฎีหลัก (Assimilative integration)** คือ ผู้ให้การปรึกษาหรือนักจิตบำบัดยึดทฤษฎีการบำบัดทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่งเป็นหลัก จากนั้นจะทำการหยิบยืมเทคนิคจากทฤษฎีการบำบัดอื่นมาใช้ร่วมด้วย โดยเทคนิคที่ถูกหยิบยืมมาใช้นั้น มีวัตถุประสงค์เพื่อตอบสนองเป้าหมายการบำบัดตามทฤษฎีหลักที่นักจิตบำบัดยึดถือ

**การมีปัจจัยการบำบัดร่วม (Common factors)** คือ เป็นวิธีพิจารณาคุณลักษณะร่วมหรือปัจจัยที่ส่งผลให้ผู้รับบริการมีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นภายหลังได้รับการปรึกษาหรือการทำจิตบำบัด โดยมีได้ขึ้นอยู่กับว่าใช้ทฤษฎีการปรึกษาหรือจิตบำบัดทฤษฎีใด ตัวอย่างเช่น สัมพันธภาพที่ดีระหว่างนักจิตบำบัดและผู้รับบริการ ถือว่าเป็นปัจจัยการบำบัดร่วมที่ทำให้ผู้รับบริการดีขึ้นไม่ว่านักจิตบำบัดจะใช้ทฤษฎีใดในการบำบัดรักษา

การศึกษาในรูปแบบจิตวิทยาการปรึกษาและจิตบำบัดแบบผสมผสานในประเทศไทย สามารถพบได้ในวิทยานิพนธ์ต่าง ๆ แต่มีจำนวนไม่มาก ส่วนใหญ่จะทำการศึกษาประสิทธิภาพ การบำบัดแบบ Transtheoretical approach แต่การผสมผสานในรูปแบบอื่น ๆ ยังไม่ชัดเจน และผู้วิจัยไม่ระบุว่างานวิจัยของตนใช้รูปแบบของการผสมผสานแบบใด เช่น การศึกษาและ พัฒนาการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนวัยรุ่น โดยการให้คำปรึกษากลุ่ม ที่ออกแบบการปรึกษากลุ่ม ในรูปแบบที่บูรณาการทั้งเทคนิคและแนวคิดทฤษฎีต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมตามกระแสกลุ่ม (Group process) ทว่ายังขาดแนวคิดที่สนับสนุนถึงการผสมผสานบูรณาการว่ามีที่มาหรืออ้างอิง จากแนวคิดใด ดังนั้น ในประเทศไทยจึงต้องการงานวิจัยที่สนับสนุนอีกเป็นจำนวนมากถึงแนวคิด การผสมผสานด้านจิตวิทยาการปรึกษาและจิตบำบัด รวมทั้งประสิทธิผลของการผสมผสาน รูปแบบต่าง ๆ ในกลุ่มคนไทย

ศาสตราจารย์เจอร์รี คอรัเรย์ (Gerald Corey) (Corey, 2013 อ้างถึงใน นันทิชาติ สุกุล พงศ์, 2557 ข) เป็นศาสตราจารย์เกียรติคุณในสาขาบริการมนุษย์และการปรึกษาที่ California State University at Fullerton ได้รับรางวัลศาสตราจารย์ดีเด่นแห่งปี (Outstanding professor) ในปี ค.ศ. 1991 จาก California State University at Fullerton ศาสตราจารย์คอรัเรย์ได้เขียนหนังสือ ด้านจิตวิทยาการปรึกษาที่ตีพิมพ์เผยแพร่แล้วถึง 16 เล่ม และแปลเป็นภาษาต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็น ภาษาอาหรับ อินโดนีเซีย โปรตุเกส ตุรกี เกาหลี จีน ญี่ปุ่น สเปน รัสเซีย และหนังสือเล่มนี้ก็ถือเป็น หนังสือเล่มล่าสุดที่เขาเขียน ซึ่งศาสตราจารย์คอรัเรย์เชื่อว่า การผสมผสานด้านการให้คำปรึกษานั้น ขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคล ผู้ให้คำปรึกษาสามารถเลือกทฤษฎีการปรึกษาที่มองแล้วว่ามีผลสอดคล้องกับ ความเชื่อของตนเองเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ แล้วทำการศึกษา ฝึกฝนตนเองตามทฤษฎี การปรึกษานั้นให้มากที่สุด จากนั้นก็เริ่มบูรณาการทฤษฎีที่ตนยึดถือเป็นหลัก กับทฤษฎี การปรึกษาอื่น ๆ ที่มีแนวคิดใกล้เคียงกันในการนำมาใช้กับผู้รับบริการ ซึ่งศาสตราจารย์คอรัเรย์ มีความคิด ความเชื่อพื้นฐานเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์และการให้ความช่วยเหลือผู้รับบริการ ตามแนวทางการปรึกษาแบบอัตถิภาวนิยม (Existential counseling) แต่ขณะเดียวกันก็ผสมผสาน วิธีการหรือเทคนิคจากทฤษฎีการปรึกษาอื่น ๆ เช่น การบำบัดแบบเกสตัลท์และละครบำบัด เป็นต้น มาใช้เพื่อให้บริการเป้าหมายของการปรึกษาทางจิตวิทยา

สรุปงานวิจัยชิ้นนี้ ใช้การบูรณาการให้การปรึกษาแบบ Multi theoretical integration ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง โดยทฤษฎีอัตถิภาวนิยมเน้นเรื่อง ความทุกข์ในการดำรงชีวิตของมนุษย์ ทฤษฎีนี้พัฒนาขึ้นมาเพื่อช่วยให้บุคคลที่อยู่ในสถานการณ์ ที่ลำบาก เช่น โดดเดี่ยว แปลกแยก หมดหวัง ไร้ความหมาย ไม่มีจุดหมายในชีวิต ซึ่งอาศัยหลักการ ที่ว่า มนุษย์ทุกคนมีอิสระในการตัดสินใจในโชคชะตาของตนเอง แต่จะต้องรับผิดชอบผลที่เกิดขึ้น

จากการตัดสินใจ มนุษย์เรามีอิสรภาพ (Freedom) ที่จะกำหนดกฎเกณฑ์และความหมายให้ชีวิตของตนเอง (Meaning of life) และจะต้องรับผิดชอบ (Responsibility) ต่อการกระทำและผลที่เกิดขึ้นจากการตัดสินใจของตนเอง สำหรับทฤษฎีเผชิญความจริงเชื่อว่า บุคคลสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้เพียงคนเดียวเท่านั้น การควบคุมสถานการณ์ในชีวิตของตนเองขึ้นอยู่กับสิ่งที่เราเลือกที่จะกระทำ การดำเนินชีวิตให้มีประสิทธิภาพ อยู่ที่เราต้องมีชีวิตอยู่ต่อไปและวางแผนชีวิตที่เป็นปัจจุบัน ทฤษฎีเผชิญความจริงนี้เป็นการให้คำปรึกษาที่เน้นพฤติกรรมปัจจุบันของผู้รับการปรึกษา เพื่อที่จะพัฒนาพฤติกรรมที่เป็นอยู่ให้เป็นพฤติกรรมใหม่ที่มีประสิทธิภาพ และตอบสนองความต้องการของผู้รับคำปรึกษา โดยมีเป้าหมายที่จะช่วยให้บุคคลรู้จักตนเอง กล้าเผชิญความจริง และตอบสนองความต้องการของคนในโลกความจริง

## 2. การให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม

### ความเป็นมา

ทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม เป็นแนวคิดเชิงปรัชญาซึ่งเริ่มในยุโรป ซึ่งนักปรัชญา 2 ท่านที่ถือว่าเป็นจุดเริ่มต้นของแนวปรัชญาอัตถิภาวะนิยม คือ เซอเรน คีร์เคการ์ด (Seren Kierkegard ปี ค.ศ. 1813-1855) และนิทเช (Neitzshe) โดยคีร์เคการ์ดถือได้ว่าเป็นบิดาของแนวปรัชญานี้ (นันทิยา เอกอริคมกิจ, 2542) แนวคิดดั้งเดิมของอัตถิภาวะนิยมเน้นเรื่องข้อจำกัดและความทุกข์ในการดำรงชีวิตของมนุษย์ ทฤษฎีนี้พัฒนาขึ้นมาเพื่อช่วยให้บุคคลที่อยู่ในสถานการณ์ที่ลำบาก เช่น โดดเดี่ยว แยกแยก หรือไร้ความหมาย โดยมีจุดเน้นคือ มุ่งที่ประสบการณ์ของบุคคลที่ต้องอยู่ตามลำพัง และมีความวิตกกังวลกับความอ้างว้างโดดเดี่ยว (อนงค์ วิเศษสุวรรณ, 2554)

แนวปรัชญาอัตถิภาวะนิยมได้ถูกนำมาใช้และพัฒนาอย่างเด่นชัดในยุโรปภายหลังสงครามโลกครั้งที่ 2 เนื่องจากบุคคลในยุคนั้นตระหนักถึงความเลวร้ายในช่วงสงคราม ความรู้สึกพ่ายแพ้ ครอบครัแตกแยก ซึ่งนำไปสู่ความรู้สึกของการสูญเสียและหมดหวัง รอลโล เมย์ (Rollo May) เป็นผู้ที่นำแนวคิดอัตถิภาวะนิยมจากยุโรปมาใช้ในการบำบัดในสหรัฐอเมริกา โดยเชื่อว่าการที่คนเราจะเป็นอย่างใดนั้น ไม่ได้เป็นไปโดยอัตโนมัติ บุคคลต้องการทำทุกอย่างให้เต็มความสามารถ แต่ละบุคคลจะต้องกล้าที่จะเป็น และเลือกที่จะทำในสิ่งที่ตนต้องการ ทุกคนดิ้นรนเพื่อพัฒนาไปสู่การมีวุฒิภาวะ มีอิสระ และทุกคนรู้ดีว่าจะต้องประสบปัญหาและเผชิญความเจ็บปวด นอกจากนี้ยังมีบุคคลสำคัญอีก 2 คน ที่นำแนวคิดอัตถิภาวะนิยมมาใช้ในสหรัฐอเมริกา คือ บูเจนทัล (Bugental, 1987) และยาลอม (Yalom, 1980) ซึ่งเน้นความเข้าใจและการรับรู้โลกของบุคคล (อรุณี สุวรรณธาร, 2543)

บุคคลที่น่าสนใจในทฤษฎีนี้ ได้แก่ แฟรงเกิล (Frankl, 1967, p. 204 อ้างถึงใน อภิชาติ มุกดาม่วง, 2551, หน้า 20) จิตแพทย์ชาวออสเตรีย ผู้นำการบำบัดแบบ Logotherapy ซึ่งเป็นสาขาหนึ่ง

ทางอัตถิภาวะนิยม Logos หมายถึง วาทะ (Speech) หรือเหตุผล (Reason) โดยแฟรงเกิลปฏิเสธความเชื่อตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์ที่ว่ามนุษย์มีแรงขับของสัญชาตญาณทางเพศ ปฏิเสธความคิดของจุง (Jung) เกี่ยวกับบุคลิกภาพแบบต่าง ๆ และ 'ไม่ยอมรับความคิดเห็นของนักจิตวิทยาคลุ่มพฤติกรรมนิยมที่เชื่อในทฤษฎีการวางเงื่อนไข ที่มองมนุษย์เหมือนเครื่องจักร สำหรับแฟรงเกิล เชื่อว่าการแสวงหาความหมายในชีวิตเป็นความรับผิดชอบสูงสุดของมนุษย์ และเป็นกระบวนการในระดับสติปัญญามากกว่าในระดับสัญชาตญาณ ความหมายในชีวิตของแต่ละบุคคลมีลักษณะเป็นเอกภาพ (Uniqueness) ซึ่งขึ้นอยู่กับตัวบุคคล ความมีอยู่ของเขาในสถานการณ์และเวลานั้น ๆ ไม่สามารถที่กำหนดเป็นบรรทัดฐานเดียวกันได้

ระหว่างปี ค.ศ. 1942-1945 แฟรงเกิลถูกขังในค่ายกักกันชาวยิวที่ออสวิทซ์ (Auschwitz) และดาชอว์ (Dachau) ขณะนั้น บิดา มารดา พี่ชาย และภรรยาของเขาได้เสียชีวิตในค่ายกักกัน และห้องอบแก๊สในค่ายกักกันออสวิทซ์ ประสบการณ์ของแฟรงเกิลในค่ายกักกันทำให้เขาได้รับความทุกข์ทรมานกับความรู้สึกสูญเสีย สิ้นหวัง หดแรงแจจ เขาพบว่าในภาวะที่ชีวิตสิ้นหวังและเลวร้ายที่สุดนี้ เขาและผู้อื่นในค่ายกักกันยังคงมีชีวิตอยู่ต่อไปได้ เขาเริ่มมองเห็นคุณค่าของชีวิต และต่อมาเขาได้เสนอจิตบำบัดที่มุ่งให้ผู้รับการบำบัดเข้าถึงความหมายในชีวิตของตน ตระหนักถึงคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ของเขา หนังสือเล่มที่น่าสนใจชื่อ "Man's search for meaning" ซึ่งแฟรงเกิลเขียนขึ้นเมื่อปี ค.ศ. 1945 นั้น มีจุดมุ่งหมายที่จะเผยแพร่ชีวิตลำเค็ญของเขาให้ชาวโลกได้ทราบ แฟรงเกิลได้บรรยายไว้ว่า มนุษย์สามารถพบความหมายในชีวิตได้หลายทาง มนุษย์หาได้สูญเสียทุกสิ่งทุกอย่าง เขาเพียงแต่ไม่รู้ว่ากำลังมีชีวิตอยู่เพื่ออะไร ซึ่งจำเป็นจะต้องพัฒนาความหมายแห่งชีวิตของเขา โดยแยกออกเป็นความหมายแห่งชีวิตในด้านความอดทนและการทนทุกข์ทรมาน ความหมายแห่งชีวิตในด้านการทำงาน และความหมายแห่งชีวิตในด้านความรัก

คอร์เรย์ (Corey, 2008) กล่าวว่า แนวคิดอัตถิภาวะนิยม ไม่เน้นการแก้ปัญหาในการดำรงชีวิต ไม่เน้นการรักษาแบบการรักษาคนไข้ แต่มองว่าคนเราเมื่อชีวิต หรือขัดข้องในการดำเนินชีวิต ผู้รับการบำบัดต้องการความช่วยเหลือในการสำรวจและค้นหาเพื่อการตัดสินใจทางเลือกที่จะก้าวเดินต่อไป ซึ่งจะเห็นได้ว่า แนวคิดปรัชญาอัตถิภาวะนิยมนั้น พัฒนาขึ้นมาจากความพยายามที่จะช่วยเหลือบุคคลที่ประสบปัญหาในการดำรงชีวิต ที่มีความรู้สึกโดดเดี่ยว แปรลกแยก หรือไม่มีจุดหมายในชีวิต ด้วยการมุ่งเน้นที่จะทำความเข้าใจจากประสบการณ์ในการดำรงชีวิตมากกว่า การหาวิธีการบำบัด

ดังนั้น การปรึกษาแบบอัตถิภาวะนิยมเป็นการปรึกษาที่ใช้แก้ปัญหาสำหรับผู้ที่มีความทุกข์ระดับความรู้สึก โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานความหมายของความเป็นมนุษย์ว่าคืออะไร ซึ่งอาศัยหลักการที่ว่า มนุษย์ทุกคนมีอิสระในการตัดสินใจด้วยตนเองในโชคชะตาของตนเอง แต่จะต้องรับผิดชอบ

ผลที่เกิดขึ้นจากการตัดสินใจ ทฤษฎีนี้เชื่อว่า บุคลิกภาพของคนปกติขึ้นอยู่กับลักษณะของแต่ละคน มนุษย์เรามีอิสรภาพ (Freedom) ที่จะแสวงหา กำหนดกฎเกณฑ์และความหมายให้ชีวิตของตนเอง (Meaning of life) มีอิสรเสรีภาพเฉพาะตัว และเราไม่สามารถจะทำนายพฤติกรรมของมนุษย์ล่วงหน้าได้ การที่คนเรามีอิสระที่จะกระทำหรือไม่กระทำสิ่งใด หรือเลือกว่าจะเป็นผู้ให้หรือรับต่อเรื่องใดเรื่องหนึ่งก็ตาม เราจะต้องรับผิดชอบ (Responsibility) ต่อการกระทำและผลที่เกิดขึ้นจากการตัดสินใจของตนเอง

### เป้าหมายของการปรึกษา

เพื่อเป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดสภาพการรู้จักตนเอง เข้าใจถึงศักยภาพของตนเอง เข้าใจโลกและสิ่งแวดล้อมอย่างเต็มที่ ทราบวิธีการจัดการอุปสรรคที่จะมาขัดขวางการเพิ่มพูนศักยภาพภายในตนเอง ผู้ให้คำปรึกษาจะพยายามช่วยผู้รับคำปรึกษาได้ใช้ศักยภาพของตนเอง ในการเลือกหาความหมายของชีวิตให้เหมาะสมกับตนเองอย่างมีอิสรเสรีภาพ (Freedom) แต่ผู้รับคำปรึกษาจะต้องรับผิดชอบ (Responsibility) ต่อการตัดสินใจเลือกเป้าหมายในการดำเนินชีวิตของตนเอง

เป้าหมายสำคัญของกลุ่มอัตถิภาวะนิยมในการค้นหาตนเองของสมาชิกมี 3 ประการ ดังนี้

1. ทำให้สมาชิกมีความซื่อสัตย์จริงใจต่อตนเอง
2. เพิ่มการรับรู้เกี่ยวกับตนเองและการรับรู้โลก
3. กระจ่างความหมายในชีวิตปัจจุบันและอนาคต

ในกระบวนการให้การปรึกษาแบบอัตถิภาวะนิยม มิลลอน (Millon, 1967 อ้างถึงใน นันทิยา เอกอริคมกิจ, 2542) กล่าวว่า การให้การปรึกษาแบบอัตถิภาวะนิยมไม่มีระบบของการบำบัด แต่เป็นการให้การปรึกษาที่เกี่ยวข้องกับการทำความเข้าใจกับการมีชีวิตอยู่และประสบการณ์ของมนุษย์ และเป็นการนำทัศนคติไปสู่การให้การปรึกษา ทัศนคติหลักที่นำเข้าสู่การให้การปรึกษา คือ การทำให้ผู้รับการปรึกษาได้ทำความเข้าใจเกี่ยวกับเงื่อนไขในการดำรงอยู่ของมนุษย์ 6 ด้าน ดังนี้ (นันทิยา เอกอริคมกิจ, 2542)

1. ศักยภาพที่จะตระหนักในตนเอง (Capacity for self awareness)
2. เสรีภาพและความรับผิดชอบ (Freedom and responsibility)
3. การค้นพบเอกลักษณ์ของตน และการสร้างสัมพันธ์ภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่น (Discovering one's identity and establishing meaningful relationships with others)
4. การค้นหาความหมาย จุดหมาย ค่านิยม และเป้าหมาย (The search for meaning, purpose, value and goals)

5. ความวิตกกังวลซึ่งเป็นเหมือนเงื่อนงำในการดำรงชีวิต (Anxiety as a condition of living)

6. การตระหนักถึงความตาย และความไม่มีอยู่ (Awareness of death and nonbeing)

### บทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่มตามแนวทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม

ในกระบวนการปรึกษากลุ่มตามแนวอัตถิภาวะนิยม มุ่งเน้นการทำงานร่วมกันระหว่างผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่ม โดยมุ่งเน้นสัมพันธภาพระหว่างบุคคล โดยเฉพาะผู้นำกลุ่มต้องมีความพร้อม มีความเข้าใจประสบการณ์ชีวิตของตนเอง สามารถสร้างสัมพันธภาพในการทำงานร่วมกับสมาชิกในกลุ่ม และให้ความสำคัญกับคุณภาพของสัมพันธภาพในการปรึกษากลุ่ม ซึ่งจะเป็นพลังสำคัญในการปรึกษากลุ่ม เพราะสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับสมาชิกมีส่วนช่วยให้สมาชิกในกลุ่มเกิดการเปลี่ยนแปลง เพราะฉะนั้น ผู้นำกลุ่มจึงมีบทบาทสำคัญในการสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายระหว่างสมาชิกกลุ่ม นอกจากนี้ผู้นำกลุ่มต้องทำลายสมาชิกกลุ่มให้สำรวจชีวิตของตนเอง ส่งเสริมสมาชิกกลุ่มให้สำรวจข้อจำกัดในการดำรงชีวิต มีวิธีการสร้างทางเลือกและรับผิดชอบกับสิ่งที่ตนเลือก

### เทคนิคการปรึกษา

การปรึกษากลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยม เน้นที่ประสบการณ์ปัจจุบันของผู้รับการปรึกษา ไม่เน้นเทคนิคเฉพาะในการบำบัด เมย์ (May, 1983 cited in Corey, 2008) เน้นว่า ความเข้าใจคือเทคนิค ผู้ให้การปรึกษาต้องทำความเข้าใจประสบการณ์ชีวิตของผู้รับการปรึกษา ส่วนเทคนิคนั้นเลือกใช้เทคนิคใดก็ได้ ไม่มีการระบุเทคนิคเฉพาะ

วอนเตรีส (Vontress, 1996 cited in Corey, 2008) ใช้วิธีการสนทนาแบบโสเครตีส “Socratic dialogue” ซึ่งเป็นการบำบัดแบบองค์รวม ศึกษาทุกด้าน ทั้งด้านจิตวิทยา สังคมวิทยา กายภาพ และความเชื่อด้านจิตวิญญาณในการดำรงอยู่ของมนุษย์ วอนเตรีสใช้วิธีการศึกษาปรากฏการณ์ ความคิด พฤติกรรม และการหยั่งรู้แบบจิตวิเคราะห์ในการบำบัด

การปรึกษาตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยม ผู้บำบัดเลือกใช้เทคนิคที่เหมาะสมกับผู้รับการปรึกษาแต่ละคน

ในการปรึกษา ผู้นำกลุ่มมีหน้าที่ช่วยให้สมาชิกเข้ามาอยู่ในประเด็นที่สมาชิกต้องการให้ชีวิตเป็นแบบที่สมาชิกต้องการให้เป็น แม้จะแตกต่างหรือตรงกันข้ามจากที่เคยเป็น ชีวิตนั้นสามารถปลดปล่อยได้ด้วยความตาย ความสำเร็จคือความล่อแหลมที่เรากำหนดที่จะเป็นอิสระที่เรารับผิดชอบ ขณะที่สมาชิกจดจำความจริง การเผชิญหน้ากับความเจ็บปวดและความทุกข์ ความต้องการที่ดื้อดันรนสำหรับการมีชีวิตบนพื้นฐานของความวิตกกังวล ดังนั้น ความวิตกกังวลคือตัวชี้ระดับความตระหนักที่สมาชิกยอมให้มี ในกลุ่มบำบัด สมาชิกกลุ่มมีการเปิดเผยถึงความวิตกกังวลที่มีอยู่

ในการดำเนินชีวิต ผู้นำกลุ่มต้องกระตุ้นให้ผู้รับการบำบัดมีมุมมองต่อความวิตกกังวลเป็นข้อดีมากกว่าที่จะปกปิด และการบำบัดไม่ใช่มีจุดมุ่งหมายเพื่อกำจัดความวิตกกังวล แต่กระตุ้นให้สมาชิกกำจัดความวิตกกังวล โดยการพัฒนาความกล้าในการเผชิญชีวิตที่เต็มที่ (Van Deuzen-Smith, 1990)

### ขั้นตอนการปรึกษากลุ่มอรรถิภาวะนิยม

ขั้นตอนของการปรึกษากลุ่มตามแนวคิดอรรถิภาวะนิยมให้ความสำคัญด้านความริเริ่ม และกระบวนการสำรวจ ซึ่งจำแนกได้เป็น 3 ระยะ ดังนี้

ระยะเริ่มต้น ผู้นำกลุ่มช่วยให้สมาชิกอธิบายและกระจ่างความหมายเกี่ยวกับการรับรู้โลก สมาชิกมองโลกอย่างไร การมีชีวิตมีความหมายอย่างไร ตรวจสอบค่านิยม ความเชื่อของตน สมาชิกจำนวนมากจะทำได้ยาก เนื่องจากมีความเชื่อว่า ปัญหาชีวิตของตนเกิดจากสาเหตุภายนอก คนอื่นทำให้เกิดปัญหา การเลือกทำหรือไม่ทำบางอย่างนั้นขึ้นอยู่กับผู้อื่น ผู้นำกลุ่มส่งเสริมสมาชิกให้หามุมมองชีวิตของตนเอง และแก้ปัญหาชีวิตด้วยตนเอง

ระยะกลาง ผู้นำกลุ่มจะส่งเสริมสมาชิกให้ตรวจสอบพลังและการตัดสินใจด้านค่านิยม ความเชื่อ การสำรวจตนเอง เพื่อให้เกิดการหยั่งรู้ มีมุมมองใหม่ การสร้างค่านิยมและเจตคติด้วยตนเอง สมาชิกจะเข้าใจชีวิตและให้ความหมาย ความสำคัญในการดำรงชีวิต พัฒนาการรับรู้คุณค่าของตนเอง

ระยะยุติกลุ่ม ผู้นำกลุ่มเน้นการช่วยสมาชิกให้นำสิ่งที่เรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง ไปปฏิบัติ ประสบการณ์ที่ได้รับจากกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกมั่นใจ สามารถนำไปใช้ในการดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย

การปรึกษากลุ่มตามแนวคิดอรรถิภาวะนิยม เน้นการสำรวจทางเลือกที่จะช่วยสมาชิกให้ดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย ถ้าคนเราตระหนักว่า เราอยู่ในสถานะเป็นผู้ถูกกระทำหรือเป็นเหยื่อ เราจะเริ่มเปลี่ยนแปลง กระบวนการกลุ่มจะช่วยให้เราเข้าใจว่า เราสามารถเลือกวิถีชีวิตของเราได้ด้วยตนเอง (อนงค์ วิเศษสุวรรณ, 2554)

### 3. การให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง

#### ความเป็นมา

ภูมิหลังการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง กลาสเซอร์ (Glasser) จิตแพทย์ชาวอเมริกัน เป็นผู้ริเริ่มวิธีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง (Reality approach to counseling) ตั้งแต่ปี ค.ศ. 1950 พัฒนาการของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบเผชิญความจริง เริ่มต้นโดยนำไปใช้กับผู้ป่วยโรคจิตและโรคประสาท และเยาวชนที่มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนในสถานกักกันในเมือง Ventura รัฐแคลิฟอร์เนีย การปรึกษาแนวคตินี้ได้ประสบความสำเร็จอย่างมาก กลาสเซอร์จึงได้เขียนหนังสือชื่อ A realistic approach to the young offender และ Reality therapy ในปี ค.ศ. 1965 เพื่อเสนอ



เทคนิคและหลักการของแนวคิดโดยใช้ชื่อ Reality therapy เป็นครั้งแรก ต่อมากลาสเซอร์ได้เปิดสถาบันการปรึกษาขึ้นเพื่อให้คำปรึกษาแก่ผู้ที่สนใจ จนทำให้แนวคิดนี้เป็นที่รู้จักและได้รับความนิยมนับแต่พัฒนาขึ้น

ซึ่งการให้คำปรึกษาแบบนี้ เป็นการผสมผสานแนวคิดของเอลลิส (Ellis) ในเรื่องการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ (The rational emotive approach to counseling) และแนวคิดของโรเจอร์ (Roger) ในเรื่องของการให้คำปรึกษาแบบผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง (Client centered counseling) การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงนี้ เป็นการให้คำปรึกษาที่เน้นพฤติกรรมปัจจุบันของผู้รับการปรึกษา เพื่อที่จะพัฒนาพฤติกรรมที่เป็นอยู่ให้เป็นพฤติกรรมใหม่ที่มีประสิทธิภาพ และตอบสนองความต้องการของผู้รับคำปรึกษา ภายใต้บรรยากาศของความอบอุ่นและการยอมรับในการเปลี่ยนแปลงนั้น ผู้รับคำปรึกษาจะเป็นผู้วางแผนหรือวางโครงการ ภายหลังจากที่ได้ประเมินพฤติกรรมของตนเองแล้วอย่างมีระบบและมีเหตุผล และโดยมีเป้าหมายที่จะช่วยให้บุคคลรู้จักตนเอง กล้าเผชิญความจริง และตอบสนองความต้องการของตนในโลกความจริง โดยไม่รุกรานหรือทำร้ายตนเองและผู้อื่น ย้ำให้บุคคลมีความรับผิดชอบในพฤติกรรมของตน (นิชชีมา ทนศิริ, 2551)

ความเชื่อเกี่ยวกับความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ภายใต้อุดมคติฐานว่า บุคคลต่อสู้ดิ้นรนในการควบคุมชีวิตตามความต้องการของตน ซึ่งคล้ายกับการวิเคราะห์การสื่อสาร การบำบัดแบบพฤติกรรมนิยม การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ การปรึกษาแบบเผชิญความจริงเน้นการแก้ปัญหาและการเผชิญกับข้อเรียกร้องจากสังคม โดยการเลือกอย่างเหมาะสม บุคคลสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตได้ โดยการพิจารณา ตรวจสอบ ความอยากได้ ความต้องการ และการรับรู้ของตนเองตามความเป็นจริงได้

ความต้องการของมนุษย์และพฤติกรรมที่มีจุดมุ่งหมาย ซึ่งเกิดจากความต้องการของบุคคล ไม่ได้เกิดจากแรงกระตุ้นจากภายนอก มนุษย์แสดงพฤติกรรมจากแรงกระตุ้นภายในตัวบุคคล เพื่อสนองความต้องการของตน กลาสเซอร์ให้ความเห็นว่า การดำรงชีวิตของมนุษย์นั้น บุคคลทำตามความต้องการในตนเอง 5 ประการ คือ การมีชีวิต หมายถึง การมีชีวิตและสุขภาพที่ดี ความรักและความผูกพัน หมายถึง ความต้องการความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ต้องการรักผู้อื่น และเป็นที่รัก พลังอำนาจ หมายถึง ความต้องการประสบความสำเร็จหรือต้องการดูแลชีวิตของตนเองได้ อิสรภาพ หมายถึง ความต้องการมีอิสระในการเลือก ความสนุกสนาน หมายถึง ความต้องการความสุขในชีวิต การหัวเราะ อารมณ์

ทฤษฎีนี้เชื่อว่า บุคคลสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้เพียงคนเดียวเท่านั้น การควบคุมสถานการณ์ในชีวิตของตนเอง ขึ้นอยู่กับสิ่งที่เราเลือกที่จะกระทำ ความรู้สึกรักของเรา

ไม่ได้ขึ้นอยู่กับบุคคลอื่นหรือเหตุการณ์ที่เกิด เราไม่ใช่ทาสของผู้ใด และไม่ยึดติดอยู่กับอดีตหรือปัจจุบัน นอกจากเราเลือกที่จะเป็น หลักการหนึ่งของทฤษฎีเผชิญความจริงคือ อดีตสามารถส่งผลต่อปัญหาปัจจุบัน แต่อดีตไม่ใช่ปัญหา ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้นในอนาคต การดำเนินชีวิตให้มีประสิทธิภาพอยู่ที่เราต้องมีชีวิตอยู่ต่อไป และวางแผนชีวิตที่เป็นปัจจุบัน หน้าที่ของเราก็คือ ทำทุกอย่างที่จะแก้ไขสัมพันธภาพในปัจจุบัน (อนงค์ วิเศษสุวรรณ, 2554)

### จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง

วัชรีย์ ทรัพย์มี (2546, หน้า 250-251) ได้อธิบายว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง มีวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้คลรับผิชอบที่จะแก้ปัญหา มีทักษะการคิดแก้ปัญหาโดยเผชิญความจริง
2. ป้องกันมิให้ผู้คลปล่อยชีวิตให้ล่องลอย โดยสนับสนุนให้วางโครงการในอนาคต และมุ่งมั่นที่จะดำเนินการไปตามโครงการที่วางไว้
3. ส่งเสริมให้ผู้คลมีวุฒิภาวะ คือเป็นตัวของตัวเองและสามารถช่วยตนเองได้
4. ช่วยให้ผู้คลรู้จักตนเองว่าเขาเป็นใคร เขาต้องการอะไรในชีวิต
5. ช่วยให้ผู้คลค้นพบวิธีตอบสนองความต้องการของตนเองอย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น โดยไม่กระทบกระเทือนสิทธิของผู้อื่น
6. ช่วยให้ผู้คลตระหนักถึงค่าแห่งตน โดยแนะแนวทางให้รู้จักสร้างสัมพันธภาพอันดีกับบุคคลอื่น ให้ได้รับประสบการณ์เกี่ยวกับความผูกพันทางสังคม การให้และรับความรักจากผู้อื่น ซึ่งจะก่อให้เกิดความรู้สึกว่าตนมีค่า
7. ช่วยให้ผู้คลรู้จักประเมินค่านิยม รู้จักพิจารณาว่าอะไรถูก อะไรผิด สิ่งใดควรกระทำ หรือพึงละเว้น

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2543 อ้างถึงใน นิชชีมา ทนศิริ, 2551) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงดังต่อไปนี้

1. ช่วยให้ผู้คลมีความรับผิดชอบในตนเองและพัฒนาให้สอดคล้องกับสภาพที่เป็นจริง
2. ช่วยให้ผู้คลได้สนองความต้องการพื้นฐานของตนเอง
3. ช่วยให้ผู้คลได้เห็นเป้าหมายของตนเองเด่นชัดขึ้น
4. ช่วยให้ผู้คลได้กระจ่างในแนวทางที่ยังคับข้องใจอยู่
5. ช่วยชี้แนะ ได้เรียนรู้พฤติกรรมที่เป็นจริง
6. ช่วยให้ผู้คลได้ค้นพบทางเลือกที่จะนำไปสู่เป้าหมาย

**บทบาทและหน้าที่ของผู้นำกลุ่มในการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง**  
 กลาสเซอร์ (Glasser, 2000 cited in Corey, 2004, p. 426) ผู้นำกลุ่มจะต้องสร้าง  
 สัมพันธภาพอันดีกับสมาชิกในกลุ่ม เพราะสัมพันธภาพอันดีนี้ จะทำให้ผู้นำกลุ่มสามารถช่วย  
 สมาชิกในกลุ่มพัฒนาสัมพันธภาพของสมาชิกเองด้วย การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงสอนให้  
 มนุษย์สามารถกำกับชีวิตของตนเองได้ มีความระลึกได้ และยอมรับในพฤติกรรมที่เลือกกระทำ  
 และสร้างทางเลือกที่ดีกว่าเดิม ผู้นำกลุ่มช่วยให้สมาชิกเข้าใจว่าตัวเองมีส่วนควบคุมความรู้สึก  
 ของตัวเองทางอ้อม โดยการเลือกที่จะกระทำและคิดที่แตกต่างกัน ผู้นำกลุ่มมีหน้าที่กระตุ้นให้สมาชิก  
 พิจารณาถึงทางเลือกที่แตกต่าง ดังนี้

1. กระตุ้นให้สมาชิกอภิปรายถึงพฤติกรรมปัจจุบันของสมาชิกกลุ่ม
2. ช่วยให้สมาชิกประเมินตนเอง
3. แนะนำและชี้แนะในขั้นตอนการประเมินตนเอง เพื่อให้ความต้องการนั้นสามารถ  
บรรลุผลได้อย่างเป็นจริงที่สุด
4. สอนให้สมาชิกนำแผนที่วางไว้นำไปปฏิบัติเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง
5. ช่วยให้สมาชิกได้ประเมินแผนการที่ได้นำไปปฏิบัติ
6. กระตุ้นให้สมาชิกได้ดำเนินการเปลี่ยนแปลงต่อไป

วัชรวิทย์ ทรัพย์มี (2546, หน้า 251-252) ได้สรุปเกี่ยวกับลักษณะและบทบาทของผู้ให้คำปรึกษา  
 แบบเผชิญความจริง ดังนี้

1. จะต้องสร้างสัมพันธภาพอันใกล้ชิดกับผู้รับบริการ สนใจผู้รับบริการ
2. เป็นผู้มีความเชื่อว่า การช่วยให้บุคคลเผชิญความจริง เป็นวิธีการช่วยให้บุคคลเรียนรู้  
วิธีการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ
3. เป็นผู้ที่เต็มใจจะเปิดเผยและอภิปรายเรื่องราวต่าง ๆ กับผู้รับคำปรึกษา ตลอดจน  
ให้ความอบอุ่น เป็นมิตร เปิดเผย มีความจริงใจ และมองโลกในแง่ดี
4. จะต้องเป็นตัวอย่างของคนที่มีความรับผิดชอบในการสนองความต้องการของตน  
โดยไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น
5. จะสอนวิธีที่จะประพฤติปฏิบัติแก่ผู้รับบริการ ด้วยการสอนโดยตรง ด้วยการเป็น  
ต้นแบบให้ หรือในการสนทนากันเรื่องจิปาละ ตั้งแต่ข่าวประจำวัน ชีวิตแต่งงาน ศาสนา  
และประเด็นที่น่าสนใจต่าง ๆ
6. จะช่วยกันกับผู้รับบริการวางโครงการเพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม  
และสนับสนุนให้ผู้รับบริการมีความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติตาม โครงการที่วางไว้ โดยไม่มีข้อแก้ตัวใด ๆ  
ทั้งสิ้น

7. ผู้ให้การศึกษานับถือศักยภาพและความเข้มแข็งของผู้รับบริการในการนำไปสู่เอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ

8. ผู้ให้การปรึกษาจะต้องเป็นตัวอย่างของการนับถือตนเองและการรักตนเอง

#### กระบวนการปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง

กระบวนการบำบัดกลุ่มแบบเผชิญความจริง ใช้ระบบ WDEP (Wubbolding, 2000 อ้างถึงใน อนงค์ วิเศษสุวรรณ, 2554) ย่อมาจากคำต่าง ๆ ดังนี้

W = Wants หมายถึง ความต้องการ

D = Direction and doing หมายถึง พฤติกรรม หรือ การปฏิบัติ

E = Self-evaluation หมายถึง การประเมินตนเอง

P = Planning หมายถึง การวางแผน

#### Wants ความต้องการ

การสำรวจความต้องการของสมาชิก ผู้นำกลุ่มต้องมีทักษะการใช้คำถามที่มีประสิทธิภาพ คำถามที่ดีจะส่งเสริมสมาชิกให้รับรู้ความต้องการที่เป็นไปได้ การใช้คำถามเพื่อส่งเสริมการสำรวจความต้องการนั้น ผู้นำต้องตระหนักว่าจะถามอะไร ถามอย่างไร และถามเมื่อไร ไม่ควรถามเพียงเพื่อต้องการให้สมาชิกพูด หรือถามเพราะไม่ทราบว่าจะทำอย่างไร คำถามที่สะท้อนความคิด ตรวจสอบการรับรู้และเทคนิคอื่น ๆ ของผู้นำกลุ่ม จะช่วยสร้างสัมพันธภาพในกลุ่ม

การสำรวจความต้องการ “Picture albums” ของสมาชิก จะช่วยให้สมาชิกได้สำรวจโลกภายนอกที่เป็นจริง กับโลกภายในตามที่ต้องการ การสำรวจเพื่อให้ตระหนักถึงการรับรู้โลกคุณภาพของตนเองให้สอดคล้องกับความเป็นจริง จะช่วยให้สมาชิกต้องการเปลี่ยนแปลงสมาชิกมีโอกาสสำรวจทุกแง่มุมของชีวิต สิ่งที่คุณต้องการจากครอบครัว เพื่อน และการทำงาน นอกจากนี้จะช่วยสมาชิกให้เข้าใจว่าคาดหวังอะไรจากผู้นำกลุ่มและจากตนเอง การสำรวจความต้องการ สิ่งที่มี และสิ่งที่เป็นไปไม่ได้ กระบวนการนี้จะช่วยให้สมาชิกประเมินตนเองและพิจารณาพฤติกรรมที่จะทำให้ได้ตามความต้องการ

#### Direction and doing พฤติกรรม หรือ การปฏิบัติ

หลังจากที่สมาชิกได้สำรวจความต้องการตามโลกคุณภาพของตนแล้ว ผู้นำกลุ่มจะให้สมาชิกได้พิจารณาว่า พฤติกรรมปัจจุบันนั้น จะช่วยให้ได้สิ่งที่ต้องการหรือไม่ การเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบัน เพื่อให้สมาชิกเข้าใจว่าต้องรับผิดชอบความรู้สึกของตนเอง เนื่องจากความรู้สึกเป็นผลมาจากการกระทำและความคิดที่ได้เลือกพฤติกรรมนั้น ๆ ลักษณะคำถามที่ผู้นำจะถามสมาชิก เช่น

- ตอนนี้คุณทำอะไร

- สัปดาห์ที่ผ่านมาคุณทำอะไรบ้าง
- ในสัปดาห์ที่ผ่านมา คุณต้องการทำอะไรที่แตกต่างจากเดิม
- อะไรที่ทำให้คุณไม่ทำอย่างที่คุณต้องการ
- พรุ่งนี้คุณจะทำอะไร

การเน้นสมาชิกด้านการปฏิบัติ จะช่วยให้สมาชิกมีสติในการควบคุมพฤติกรรม สามารถตัดสินใจเลือกและเปลี่ยนวิถีชีวิตของตน

#### **Self-evaluation การประเมินตนเอง**

การประเมินตนเอง ผู้นำกลุ่มมีหน้าที่ช่วยสมาชิกกลุ่มให้เผชิญกับผลที่เกิดจากพฤติกรรมของตน ให้สมาชิกได้พิจารณา ตัดสินคุณภาพของสิ่งที่เขาทำ ความเปลี่ยนแปลงจะเกิดจากการที่สมาชิกได้ประเมินผลของพฤติกรรมด้วยตนเอง การประเมินตนเองเป็นสิ่งสำคัญในการบำบัดแบบเผชิญความจริง การได้ประเมินคุณภาพของพฤติกรรมจะช่วยให้สมาชิกได้พิจารณาว่ามีสิ่งใดที่ทำให้เกิดความผิดพลาด และจะเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง ที่จะช่วยให้ประสบความสำเร็จ

สิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งที่ผู้นำกลุ่มต้องตระหนักก็คือ ไม่ตัดสินพฤติกรรมของสมาชิก ผู้นำไม่มีหน้าที่รับผิดชอบแทนสมาชิกในการตัดสินคุณค่าของสมาชิก หน้าที่ที่สำคัญของผู้นำคือ ต้องช่วยให้สมาชิกได้หยุดพิจารณาและฟังเพื่อประเมิน การกระตุ้นให้สมาชิกได้ฝึกการถามตนเอง จะช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลง สอนให้สมาชิกได้เรียนรู้การประเมินพฤติกรรมรวม

#### **Planning การวางแผน**

การวางแผน เป็นงานสำคัญในการบำบัดแบบเผชิญความจริง ผู้นำกลุ่มช่วยสมาชิกให้เรียนรู้วิธีการจำแนกข้อขัดข้องซึ่งเป็นผลมาจากพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ เพื่อวางแผนการเปลี่ยนแปลง โดยเลือกพฤติกรรมใหม่ การวางแผนที่ดีที่สุดต้องเกิดจากผู้รับการบำบัด รองลงมาคือ แผน ซึ่งริเริ่มจากผู้บำบัดและผู้รับการบำบัดวางแผนร่วมกัน อันดับสามคือ แผนที่ผู้บำบัดกำหนด ไม่ว่าจะเป็แผนการปฏิบัติที่ใครกำหนดก็ตาม ต้องเป็นแผนที่ปฏิบัติได้ มีจุดมุ่งหมายชัดเจน ได้ผลในระยะสั้น มีความเป็นไปได้สูงว่าจะทำได้สำเร็จ ความสำเร็จจะเป็นแรงเสริม เป็นกำลังใจให้ผู้รับการบำบัดในการปฏิบัติระยะยาวต่อไป

### **4. การปรึกษากลุ่ม**

#### **ความหมายการปรึกษากลุ่ม**

คอร์เรย์ (Corey, 2004, p. 5) กล่าวว่า การปรึกษากลุ่ม คือ กระบวนการระหว่างบุคคล ที่มุ่งเน้นความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ด้วยการตระหนักรู้ เพื่อแก้ไขปัญหาที่สมาชิกกลุ่มเป็นผู้กำหนดประเด็นปัญหาและเป้าหมายด้วยตนเอง เมื่อสมาชิกต้องเผชิญกับสภาวะวิกฤต ความขัดแย้ง หรือพฤติกรรมพ่ายแพ้ตนเอง ด้วยการค้นหาศักยภาพภายในตัวสมาชิกกลุ่ม

เพื่อก่อให้เกิดการพัฒนาความงอกงามตลอดชีวิต การให้คำปรึกษากลุ่มมุ่งจัดสรรบรรยากาศของความไว้วางใจด้วยความเข้าใจอย่างลึกซึ้งและให้การสนับสนุน เพื่อให้สมาชิกสามารถมีส่วนร่วมสำรวจประเด็นที่เกี่ยวข้อง และสามารถพัฒนาทักษะในการแก้ปัญหาต่าง ๆ เพื่อที่จะสามารถจัดการกับปัญหาชีวิตที่มีความคล้ายคลึงกันต่อไปในอนาคตได้

ทร็อตเซอร์ (Trotzer, 1977, pp. 20-23) นิยามการปรึกษากลุ่มว่าหมายถึง การพัฒนาเครือข่ายระหว่างบุคคล ที่มีความไว้วางใจ การยอมรับ การนับถือ ความอบอุ่น การสื่อสาร และการทำความเข้าใจ โดยผู้ให้คำปรึกษา 1 คน กับผู้รับคำปรึกษาหลายคนมาพบปะกัน เพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการเผชิญกับความไม่พึงพอใจหรือปัญหาในชีวิตของผู้รับคำปรึกษา และค้นหาทำความเข้าใจ และหาวิธีการในการแก้ไขปัญหาและความไม่พึงพอใจดังกล่าว

ทอมป์สัน (Thompson, 2003, p. 35) นิยามการปรึกษากลุ่มว่าหมายถึง กระบวนการระหว่างบุคคล ที่ทำให้สมาชิกกลุ่ม ได้สำรวจตนเองจากการสร้างสัมพันธภาพกับสมาชิกคนอื่น ๆ เพื่อก่อให้เกิดความพยายามในการปรับเปลี่ยนเจตคติและพฤติกรรมของตนเอง

กมลรัตน์ กริทอง (2545) นิยามการปรึกษากลุ่มว่าหมายถึง กระบวนการช่วยเหลือบุคคลเป็นกลุ่ม โดยเข้าร่วมกลุ่มด้วยความสมัครใจ บุคคลที่เข้าร่วมกลุ่มมักมีปัญหาคล้ายคลึงกัน มีการปรึกษาหารือร่วมกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาที่มีความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์ทางการให้การปรึกษาร่วมให้ข้อเสนอแนะแนวทางแก้ปัญหา และเป็นผู้เอื้ออำนวยให้บรรยากาศของกลุ่มมีความอบอุ่น ปลอดภัย เป็นกันเอง และไว้วางใจได้

กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549) กล่าวว่า การปรึกษากลุ่ม หมายถึง กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดขึ้นเพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ให้คำปรึกษาที่มีปัญหาคล้ายคลึงกันหรือมีความต้องการเหมือนกัน เพื่อมุ่งให้ผู้รับคำปรึกษาได้ปรับปรุงตนเอง โดยผู้ให้คำปรึกษาจะคอยเอื้ออำนวยให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสสำรวจตนเอง แสดงความรู้สึกและความคิดเห็น กล่าวเผชิญความจริง ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ภายใต้อารมณ์ที่อบอุ่น จริงใจ ให้การยอมรับ มีความไว้วางใจกัน และเข้าใจซึ่งกันและกัน

#### **จุดมุ่งหมายการให้คำปรึกษากลุ่ม**

คอร์เรย์ (Corey, 2004, pp. 5-6) สรุปเป้าหมายโดยทั่วไปของการปรึกษากลุ่ม ที่สมาชิกกลุ่มควรจะมีร่วมกันคือ เพื่อ 1) เรียนรู้ที่จะไว้วางใจตนเองและให้ความไว้วางใจผู้อื่น 2) เพิ่มพูนการตระหนักรู้และความเข้าใจในตนเอง และพัฒนาการรับรู้ถึงเอกลักษณ์ของตนเอง 3) ยอมรับความต้องการและปัญหาที่คล้ายคลึงกันของสมาชิกกลุ่ม 4) เพิ่มพูนการยอมรับตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง การนับถือตนเอง และมุมมองใหม่ที่มีต่อตนเองและผู้อื่น 5) ใส่ใจและรักใคร่ผู้อื่นมากยิ่งขึ้น 6) หาหนทางในการพัฒนาตนเองและการแก้ไขความขัดแย้งกับผู้อื่น 7) กำหนดทิศทาง

ตนเอง พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน และมีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่นได้มากยิ่งขึ้น  
 8) ตระหนักรู้ต่อทางเลือกของตนเอง และเลือกทางเลือกอย่างชาญฉลาด 9) กำหนดแผนการ  
 ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และมีพันธะที่จะต้องปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ 10) เรียนรู้ทักษะ  
 ทางสังคมที่มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น 11) ตอบสนองต่อทั้งความต้องการและความรู้สึกของตนเอง  
 และผู้อื่น 12) เรียนรู้วิธีการในการแสดงความคิดเห็นเชิงแย้งกับผู้อื่นด้วยความใส่ใจ ซื่อสัตย์  
 และตรงไปตรงมา และ 13) สร้างความชัดเจนในค่านิยมของตนเอง และตัดสินใจว่าจะเปลี่ยนแปลง  
 แก้ไขค่านิยมของตนเองหรือไม่และอย่างไร

ดิงค์, เมเยอร์, และมูโย (Dink, Meyer, & Muyo, 1971 อ้างถึงใน กาญจนา ไชยพันธุ์,  
 2549, หน้า 5) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มไว้ว่า เป็นการช่วยให้สมาชิกกลุ่ม  
 แต่ละคนรับรู้และเข้าใจตนเองอย่างมีกระบวนการ การเข้าใจตนเองของสมาชิกกลุ่มเป็นการเพิ่ม  
 การยอมรับตนเองและรู้สึกรู้ว่าตนเองมีคุณค่า ทั้งยังสามารถพัฒนาทักษะความสามารถทางสังคม  
 ระหว่างบุคคล เป็นการเพิ่มความสามารถในการกำกับตนเอง (Self-regulation) และการตัดสินใจ  
 ในการแก้ปัญหา นอกจากนี้ เจคอปส์, แมสสัน, และฮอร์วิลล์ (Jacobs, Masson, & Horvill, 1998  
 อ้างถึงใน กาญจนา ไชยพันธุ์, 2549, หน้า 7) กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่มไว้ ดังนี้  
 1) เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจชีวิตของตนเองหรือได้ข้อมูลเกี่ยวกับตนเอง 2) เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจ  
 ความรู้สึก ความต้องการ การรู้จักตัดสินใจ นอกจากนี้ วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม  
 ยังขึ้นกับสิ่งที่สมาชิกกลุ่มต้องการในขณะที่เข้ากลุ่ม เช่น ต้องการข้อมูล สร้างความไว้วางใจ และ  
 ต้องการได้รับข้อเสนอแนะเกี่ยวกับตนเอง เป็นต้น

แคร์โรลล์ และวิกกินส์ (Carroll & Wiggins, 1990 cited in Thompson, 2003, p. 35)  
 ได้ระบุเป้าหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มว่า เป็นการช่วยให้สมาชิกกลุ่ม 1) เป็นผู้รับฟังที่ดีขึ้น  
 2) พัฒนาความไวต่อความรู้สึกและการยอมรับผู้อื่น 3) เพิ่มพูนการตระหนักรู้ต่อตนเองและพัฒนา  
 ความรู้สึกการมีเอกลักษณ์ 4) เกิดความรู้สึกในการมีส่วนร่วมและเอาชนะความรู้สึกโดดเดี่ยว  
 5) เรียนรู้ที่จะไว้วางใจตนเองและผู้อื่น 6) ยอมรับและกล่าวถึงความเชื่อและค่านิยมโดยปราศจาก  
 ความกลัวที่จะข่มใจตนเอง และ 7) เปลี่ยนสิ่งที่ได้เรียนรู้ในกลุ่มไปใช้นอกกลุ่ม ด้วยการรับผิดชอบ  
 ในการแก้ไขปัญหาของตนเองด้วยตนเอง

### ประโยชน์และคุณค่าของการให้คำปรึกษากลุ่ม

คอร์เรย์ (Corey, 2004, p. 6) กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มมีประโยชน์หลายด้าน  
 อันเป็นหนทางในการให้ความช่วยเหลือบุคคลในการเปลี่ยนแปลงเจตคติ ความเชื่อเกี่ยวกับตนเอง  
 และผู้อื่น ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเอง ประโยชน์ประการหนึ่งคือ สมาชิกกลุ่มสามารถ  
 สสำรวจรูปแบบของการสัมพันธ์กับผู้อื่น และเรียนรู้ทักษะทางสังคมที่มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ประโยชน์อีกประการหนึ่งคือ สมาชิกกลุ่มสามารถอภิปรายถึงการรับรู้ที่มีต่อกันและกัน และได้รับข้อมูลย้อนกลับที่มีประโยชน์ในการมองตนเองจากสายตาของสมาชิกคนอื่น ๆ ด้วยบรรยากาศของความเข้าใจกันและการสนับสนุนซึ่งกันและกัน จะส่งเสริมให้สมาชิกกลุ่มมีความเต็มใจที่จะสำรวจปัญหาต่าง ๆ ของตนเอง เมื่อสมาชิกบรรลุถึงความรู้สึกในการมีส่วนร่วม และความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันแล้ว สมาชิกกลุ่มจะสามารถเรียนรู้วิธีการต่าง ๆ ในการสร้างความใกล้ชิดสนิทสนม ความเอาใจใส่ และกล้าแสดงความคิดเห็น อันจะนำไปสู่การทดลองแสดงพฤติกรรมทางเลือกต่าง ๆ ในกลุ่ม นอกจากสมาชิกกลุ่มจะได้รับกำลังใจให้แสดงพฤติกรรมในห้องให้คำปรึกษาแล้ว สมาชิกยังจะได้รับคำแนะนำถึงวิธีการในการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริงได้ ท้ายที่สุดแล้ว สมาชิกกลุ่มต้องเป็นผู้ตัดสินใจเองว่า ตนเองต้องการที่เปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง เกิดภาพที่ชัดเจนมากขึ้นว่าตนเองต้องการที่จะเป็นบุคคลเช่นไร และเข้าใจในสิ่งที่จะเป็นอุปสรรคต่อการที่จะเป็นบุคคลที่ตนเองต้องการที่จะเป็นได้

แกซดา และคณะ (Gazda et al., 1967 อ้างถึงใน กมลรัตน์ กริทอง, 2545, หน้า 260)

ได้กล่าวถึงประโยชน์และคุณค่าของการให้คำปรึกษากลุ่ม ดังนี้

1. สมาชิกกลุ่มได้พบว่าสมาชิกกลุ่มคนอื่น ๆ ก็มีปัญหาเช่นเดียวกับตนเอง
2. การยอมรับและการสนับสนุนจากสมาชิกภายในกลุ่ม จะกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มยอมรับที่จะเผชิญปัญหาของตนเอง
3. สมาชิกกลุ่มมีโอกาสที่จะเรียนรู้วิธีการในการแก้ปัญหาของสมาชิกอื่นด้วยการสังเกต
4. สมาชิกกลุ่มสามารถแสดงพฤติกรรมและความรู้สึกของตนเอง ตลอดจนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้จากการตระหนักถึงความปลอดภัย และความไว้วางใจสมาชิกคนอื่นภายในกลุ่ม
5. สมาชิกกลุ่มเรียนรู้ที่จะมีการให้และรับความช่วยเหลือตามบทบาทของตนภายในกลุ่ม
6. การให้คำปรึกษากลุ่มมักจะทำให้สมาชิกในกลุ่มต้องการที่จะได้รับความช่วยเหลือเป็นรายบุคคล
7. บรรยากาศแห่งความเป็นกันเองในกลุ่มทำให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกว่าเป็นครอบครัวเดียวกัน ทำให้เกิดการเปิดเผยปัญหาทางครอบครัว
8. การให้คำปรึกษากลุ่มได้ผลมากสำหรับวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่แสวงหาเอกลักษณ์ของตน และต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน
9. การที่ผู้นำกลุ่มได้พบปะสมาชิกกลุ่มหลาย ๆ คนในเวลาเดียวกัน เป็นการช่วยประหยัดเวลา และเปิดโอกาสแก่ผู้นำกลุ่มได้ใช้เวลาสำหรับสมาชิกกลุ่มคนอื่น ๆ ได้อย่างทั่วถึงมากยิ่งขึ้น



### 5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้การศึกษา

มัตถิกา ศรีพวงทอง (2548) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีภูวนิยมต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของหญิงบริการทางเพศ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่มีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองลำดับท้ายสุดขึ้นไป แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองของโรเซนเบิร์กและโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีภูวนิยม ผลการวิจัย พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญ หญิงบริการทางเพศในกลุ่มทดลองมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล หญิงบริการทางเพศในกลุ่มทดลองมีการเห็นคุณค่าในตนเองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และหญิงบริการทางเพศกลุ่มทดลองมีการเห็นคุณค่าในตนเองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกัน

ศรวณีย์ อันสะโก (2548) ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อความหวังของผู้พิการ โดยกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความหวังจากลำดับท้ายสุดขึ้นไป แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบประเมินความหวังและโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง ผู้พิการกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษา มีคะแนนความหวังสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล และผู้พิการกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง

อาดัม นีละไพจิตร (2548) ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขัง กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนคุณค่าแห่งตนต่ำกว่าค่าเฉลี่ย แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 5 คน ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองมีคุณค่าแห่งตนสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองมีคุณค่าแห่งตนในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง และผู้ต้องขังกลุ่มทดลองมีคุณค่าแห่งตนในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลต่างกัน

เดชา สังขวรรณ และคณะ (2549) ได้ศึกษาผลกระทบที่ผู้ต้องขังได้รับจากการถูกคุมขังเป็นระยะเวลายาวนาน กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ต้องขังที่ต้องโทษจำคุก 10 ปีขึ้นไป จากเรือนจำอิสระและเรือนจำทั่วประเทศ 9 เขต จำนวน 1,140 คน ผลการศึกษาในภาพรวมพบว่า ผลกระทบด้านความเป็นอยู่ของผู้ต้องขัง รู้สึกอึดอัด รู้สึกได้รับการปฏิบัติเหมือนมิใช่คน ด้านสภาพอารมณ์พบว่า ก่อให้เกิดความ โศกเศร้า นอนไม่หลับ อยากจะหนีชีวิตที่เผชิญอยู่ด้วยความตาย ด้านครอบครัว

ส่งผลกระทบคือ ปัญหาความห่างเหินด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว สามีหรือภรรยาของผู้ต้องขัง ไม่สามารถรอคอยการกลับมาได้อีกต่อไป

ยูพา แดงภักดี (2549) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาวนิยมต่อการลดภาวะซึมเศร้าของผู้เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายที่มารับการรักษาในโรงพยาบาล แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบประเมินภาวะซึมเศร้า CES-D และโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาวนิยม พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง ผู้เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายที่ได้รับการปรึกษามีภาวะซึมเศร้าน้อยกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ผู้เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายที่ได้รับการปรึกษามีภาวะซึมเศร้าในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลน้อยกว่าระยะก่อนการทดลอง และผู้เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายที่ได้รับการปรึกษามีภาวะซึมเศร้าในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกัน

สุดารัตน์ รักษาเคน (2550) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษารายบุคคลและเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังในเรือนจำจังหวัดอุทัยธานี พบว่า ผู้ต้องขังที่ได้รับคำปรึกษารายบุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น ผู้ต้องขังที่ได้รับคำปรึกษาเป็นกลุ่มมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น ผู้ต้องขังที่ได้รับคำปรึกษารายบุคคลและเป็นกลุ่มมีการเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างกัน

เอี่ยมพร ศรีไต้ (2550) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีพิจารณาเหตุผลอารมณ์ และพฤติกรรม ต่อคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ต้องขังหญิงที่มีคุณค่าแห่งตนต่ำ จำนวน 16 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน ทดลอง 13 ครั้ง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง การทดลองแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล พบว่า คุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล คุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มภายหลังการทดลองกับระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง

กานดา ผาวงค์ (2551) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดของแซทเทียร์โมเดล (Satir model) เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขัง พบว่า ภายหลังที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดของแซทเทียร์โมเดล (Satir model) มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลอง

จุฑาทิพย์ ประทินทอง (2551) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวกต่อภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังวัยรุ่นชายในเรือนจำจังหวัดพิจิตร ผลการศึกษาพบว่า ผู้ต้องขัง

ที่เข้าร่วมการทดลองมีคะแนนภาวะซึมเศร้าหลังได้รับโปรแกรมการฝึกพูดกับตนเองทางบวก น้อยกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม

ตุลาพร น้อยวัฒนา (2551) ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง ต่อสุขภาพจิตของพนักงานบริษัทเอกชนในจังหวัดชลบุรี กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนสุขภาพจิต 98 คะแนน หรือน้อยกว่า (สุขภาพจิตต่ำกว่าคนทั่วไป) แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ ดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยฉบับสมบูรณ์ใหม่ ปี พ.ศ. 2547 และโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง พนักงานกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงมีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม พนักงานกลุ่มทดลองมีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และพนักงานที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงมีสุขภาพจิตระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกัน

นิชชีมา ทนศิริ (2551) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองคือ แบบวัดการปรับตัวทางสังคม และโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง นักเรียนที่เข้าโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มมีค่าคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล นักเรียนที่เข้าโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลมีค่าคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

ปราณี ทรคุยฎี (2552) ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีทางเลือกต่อการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เครื่องมือที่ใช้คือ แบบวัดการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น และโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีทางเลือก ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มมีคะแนนเฉลี่ยการเผชิญปัญหาในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มมีคะแนนเฉลี่ยการเผชิญปัญหาในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกัน

พงศ์ฤทธิ์ จันทรมงคล (2552) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองและความเชื่ออำนาจในตนระหว่างผู้ต้องขังที่ปรับตัวได้ดีในทัณฑสถานหญิงเชียงใหม่ พบว่า ผู้ต้องขังที่ปรับตัวได้ดีมีการเห็นคุณค่าในตนเองและมีความเชื่ออำนาจในตนสูงกว่าผู้ต้องขังที่ปรับตัวไม่ได้

มยุรา อุดมเลิศปรีชา (2552) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม ต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โดยกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้คือ แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง กลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษามีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล และกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษามีลักษณะมุ่งอนาคตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลมากกว่าระยะก่อนการทดลอง

อนุพงศ์ แก้วของแก้ว (2552) ได้ศึกษาการให้คำปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของ โรเจอร์ส เพื่อเพิ่มอ้อมโนทัศน์: กรณีศึกษาในผู้ต้องขัง ผลการศึกษาพบว่า รายกรณีศึกษา 5 ราย มีคะแนนอ้อมโนทัศน์ที่มีแนวโน้มเปลี่ยนแปลงในทิศทางบวกและการให้การปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของ โรเจอร์สช่วยเพิ่มอ้อมโนทัศน์ในทิศทางบวก

อัจฉริยา นคะจัด (2554) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาความมั่นคงทางจิตใจของผู้ต้องขังเรือนจำกลางขอนแก่น กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ต้องขัง จำนวน 24 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 12 คน กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมพัฒนาความมั่นคงทางจิตใจ จำนวน 12 ครั้ง พบว่า หลังการทดลอง ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองมีคะแนนความมั่นคงทางจิตใจสูงขึ้นกว่าก่อนทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม

เผด็จ หรั่งรอด (2538) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่มที่มีต่อความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังในทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน กรุงเทพมหานคร พบว่า ผู้ต้องขังที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลง ผู้ต้องขังที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลง ผู้ต้องขังที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่มมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลงแตกต่างกัน

สรุปงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้การปรึกษา จะเห็นได้ว่า การปรึกษาทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง เป็นการปรึกษาที่สามารถช่วยพัฒนาบุคคลให้เปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่เหมาะสม และสามารถปรับใช้ได้กับสภาพปัญหาที่มีความหลากหลาย เช่น การเห็นคุณค่าแห่งตน การมีความหวัง ภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล ปัญหาสุขภาพจิต การปรับตัวทางสังคม การมุ่งอนาคต เป็นต้น ซึ่งในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้พัฒนาโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิง

## เอกสารที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขังหญิง

### 1. โครงการกำลังใจในพระดำริพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา

พระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา โปรดฯ ให้จัดตั้งโครงการกำลังใจขึ้น เมื่อวันที่ 31 ตุลาคม พ.ศ. 2549 เพื่อประทานความช่วยเหลือแก่ผู้ที่ต้องการ โอกาสในสังคมไทย ทรงริเริ่มโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ หรือ ELFI ซึ่งย่อมาจาก Enhancing lives of female inmates เมื่อเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2552 และในที่สุด เมื่อวันที่ 21 ธันวาคม พ.ศ. 2553 ณ สำนักงานใหญ่สหประชาชาตินครนิวยอร์ก ที่ประชุมสมัชชาสหประชาชาติ สมัยที่ 65 (65<sup>th</sup> United Nations General Assembly-UNGA) ก็ได้ให้ความเห็นชอบข้อกำหนดสหประชาชาติ ว่าด้วยการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ และมาตรการที่มีใช้การคุมขังสำหรับผู้กระทำความผิดหญิง หรือ “ข้อกำหนดกรุงเทพฯ” (United Nations Rules for the Treatment of Women Prisoners and Non-custodial Measures of Women Offenders (The Bangkok Rules))

#### วัตถุประสงค์ “โครงการกำลังใจ”

1. เพื่อให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจให้แก่กลุ่มผู้ที่ก้าวพลาด ทำให้ชีวิตต้องเข้ามาเกี่ยวข้องกับกระบวนการยุติธรรม และผู้ขาดโอกาสกลุ่มอื่น ๆ ให้สามารถมีโอกาสกลับมาดำรงชีวิตเป็นคนดีของสังคมได้อย่างปกติสุข
2. เพื่อให้ผู้มีจิตกุศลและมีจิตศรัทธาได้รับทราบ และสามารถมีส่วนร่วมให้การช่วยเหลือ สนับสนุนแก่กลุ่มผู้ต้องการกำลังใจและผู้ขาดโอกาสเหล่านี้
3. เพื่อส่งเสริมให้สังคมไทยเป็นสังคมที่พร้อมที่จะเป็นกำลังใจและให้โอกาสแก่ผู้ที่แม้ชีวิตจะเคยก้าวพลาด แต่ก็พร้อมที่จะเริ่มชีวิตใหม่ เป็นคนดีของสังคม
4. เพื่อเผยแพร่พระดำริเกี่ยวกับการประทานกำลังใจให้แก่กลุ่มผู้ต้องการกำลังใจ และโอกาสเหล่านี้ต่อสาธารณชน

#### เป้าหมาย “โครงการกำลังใจ”

โครงการกำลังใจมีเป้าหมายที่จะดำเนินกิจกรรมที่เป็นการเสริมและไม่ซ้ำซ้อนกับสิ่งที่ทางราชการได้ดำเนินการอยู่แล้ว โดยจะเลือกกลุ่มเป้าหมายและกิจกรรมที่น่าจะเป็นประโยชน์สูงสุด และช่วยส่งเสริมและพัฒนาสิ่งที่ทางราชการไม่สามารถดำเนินการได้ เนื่องจากขาดแคลนปัจจัยต่าง ๆ โดยมีกลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ กลุ่มผู้ต้องขังสตรี กลุ่มเด็กติดผู้ต้องขัง กลุ่มเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิด และกลุ่มผู้ขาดโอกาสอื่น ๆ ในกระบวนการยุติธรรม

นอกจากการให้กำลังใจและให้โอกาสแก่กลุ่มเป้าหมายดังกล่าวแล้ว โครงการกำลังใจ ยังมีเป้าหมายสำคัญในการรณรงค์ให้สังคมไทยเป็นสังคมที่พร้อมจะเป็นกำลังใจ และให้โอกาสแก่บุคคลที่แม้จะก้าวพลาด แต่ก็ได้เรียนรู้ที่จะเริ่มชีวิตใหม่เป็นคนดีของสังคม

### ประโยชน์ที่ได้รับ “โครงการกำลังใจ”

1. กลุ่มผู้ที่ต้องเข้ามาเกี่ยวข้องกับกระบวนการยุติธรรมได้รับความช่วยเหลือ ได้รับโอกาส และมีกำลังใจที่จะเริ่มชีวิตใหม่ในสังคมต่อไป
2. ช่วยให้เกิดกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ ที่ภาครัฐไม่สามารถดำเนินการได้ทั่วถึง ในการให้ความช่วยเหลือ และให้โอกาสแก่กลุ่มผู้ต้องการกำลังใจเหล่านั้น
3. หน่วยงานภาครัฐ เอกชน และบุคคลต่าง ๆ ตระหนักถึงปัญหา และทราบถึงช่องทางที่สามารถเข้ามาช่วยเหลือ สนับสนุน เพื่อเป็นการให้โอกาสและกำลังใจแก่กลุ่มบุคคลเหล่านั้น
4. สังคมไทยได้เข้าใจปัญหาของผู้ที่เคยก้าวพลาด ที่ต้องการโอกาสที่จะเริ่มต้นใหม่ และมีความพร้อมที่จะเป็นกำลังใจ ให้ความช่วยเหลือ และให้โอกาสแก่กลุ่มบุคคลเหล่านี้และกลุ่มผู้ขาดโอกาสอื่น ๆ อันจะทำให้สังคมไทยเป็นสังคมที่มีความสงบสุขและสมานฉันท์ (สำนักกิจการในพระตำหนักพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา, 2555 ก)

### 2. ความหมายผู้ต้องขังหญิง

ผู้ต้องขังหญิง (Inmates) หมายถึง ผู้ต้องขังหญิงที่อยู่ในทัณฑสถานหญิงชลบุรี ทัณฑสถานหญิงชลบุรี: สถานที่ตั้ง เลขที่ 84 ถนนวชิรปราการ ตำบลบางปลาสร้อย อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี 20000 โทร 0-3828-2002 โทรสาร 0-3828-7534

### 3. ประวัติความเป็นมาทัณฑสถานหญิงชลบุรี

#### ประวัติความเป็นมา

สถานที่แห่งนี้ก่อสร้างตั้งแต่ปี พ.ศ. 2472 เป็นเรือนจำกลางชลบุรี และต่อมาในปี พ.ศ. 2529 เรือนจำกลางชลบุรีได้ย้ายไปยังสถานที่แห่งใหม่ จึงให้สถานที่เดิมเป็นที่ตั้งของทัณฑสถานหญิงชลบุรี โดยเริ่มเปิดดำเนินการเมื่อวันที่ 1 ธันวาคม พ.ศ. 2529 เป็นต้นมา รวมการเปิดดำเนินการของทัณฑสถานหญิงชลบุรีเป็นเวลา 25 ปี

ทัณฑสถานหญิงชลบุรี เป็นหน่วยงานสังกัดการบริหารราชการส่วนกลาง มีพื้นที่ทั้งหมด 7 ไร่ 76 ตารางวา แบ่งเป็นพื้นที่ภายในกำแพง 5 ไร่ 2 งาน 50 ตารางวา สถานกักขัง 47 ตารางวา พื้นที่ภายนอก 1 ไร่ 2 งาน 26 ตารางวา

#### วิสัยทัศน์

ทัณฑสถานหญิงชลบุรี เป็นองค์กรที่มีประสิทธิภาพในการควบคุม แก้ไข และพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง เพื่อคืนคนดีมีคุณค่าสู่สังคม

#### พันธกิจ

1. ควบคุมผู้ต้องขังอย่างมีอาชีพ
2. บำบัด ฟื้นฟู และแก้ไขพฤตินิสัยของผู้ต้องขังอย่างมีประสิทธิภาพ

### อำนาจหน้าที่

1. มีอำนาจควบคุมผู้ต้องขังหญิงตามคำพิพากษาของศาลที่มีกำหนดโทษไม่เกิน 20 ปี  
ทุกประเภทคดี และผู้ต้องขังหญิงที่มีกำหนดโทษไม่เกิน 2 ปี
2. ปฏิบัติต่อผู้ต้องขังให้สอดคล้องกับกฎหมาย ระเบียบข้อบังคับของกรมราชทัณฑ์  
มาตรฐานขั้นต่ำของกฎบัตรสหประชาชาติ ว่าด้วยหลักสิทธิมนุษยชน และข้อกำหนดสหประชาชาติ  
ว่าด้วยการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำและมาตรการที่มีใช้การคุมขังสำหรับผู้กระทำผิดหญิง  
(The Bangkok Rules)

ตารางที่ 1 จำนวนข้าราชการสังกัดทัณฑสถานหญิงชลบุรี ข้อมูล ณ เดือนมกราคม พ.ศ. 2559

ระดับ	จำนวนข้าราชการ		รวม
	หญิง	ชาย	
อำนวยการสูง	1	-	1
ชำนาญการพิเศษ	1	-	1
ชำนาญการ	21	-	21
อาวุโส	1	-	1
ปฏิบัติการ	3	-	3
ชำนาญงาน	16	2	18
ปฏิบัติงาน	7	-	7
รวม	50	2	52

ตารางที่ 2 สถิติผู้ต้องขัง ณ เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2559 จำนวนผู้ต้องขังทั้งหมด

ประเภท	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เด็ดขาด	1,128	88.55
อุทธรณ์	51	4.00
พิจารณา	31	2.43
สอบสวน	64	5.02
รวม	1,274	100.00

ตารางที่ 3 ข้อมูลผู้ต้องขังแยกตามประเภทความผิด

ประเภท	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ยาเสพติด	989	77.63
ความผิดเกี่ยวกับทรัพย์สิน	109	8.55
ความผิดเกี่ยวกับชีวิตและร่างกาย	39	3.06
ความผิดเกี่ยวกับเพศ	22	1.73
อื่น ๆ	115	9.03
รวม	1,274	100.00

#### การพัฒนาพฤตินิสัย

1. การศึกษาสายสามัญ ตั้งแต่ระดับผู้ไม่รู้หนังสือถึงระดับปริญญาตรีตามหลักสูตรของ กศน. และ

2. การอบรมวิชาชีพหลักสูตรระยะสั้น

- นวดแผนโบราณ
- ตัดเย็บเสื้อผ้า
- ช่างตัดผม เสริมสวย
- อาหารคาว-หวาน
- ศิลปะประดิษฐ์
- นวดตัดจัดสีรีระ
- โยคะ

3. การอบรมอาชีพ หลักสูตรระยะยาว

- หลักสูตร ปวช.-ปวส.คอมพิวเตอร์ธุรกิจ
- หลักสูตร ปวช.คหกรรม
- หลักสูตร ปวช.ไฟฟ้า

4. จัดการอบรมธรรมศึกษา

- ธรรมศึกษา ตริ-โท-เอก
- จิตตภาวนา

5. จัดอบรมโปรแกรมแก้ไขฟื้นฟูพัฒนาพฤตินิสัย

- โปรแกรมแก้ไขฟื้นฟูผู้ต้องขังคดีความผิดเกี่ยวกับทรัพย์สิน



- โครงการเตรียมความพร้อมก่อนปล่อย

**สวัสดิการผู้ต้องขังหญิงตั้งครรภ์และเด็กติดผู้ต้องขัง**

1. เครื่องใช้ที่จำเป็นสำหรับเด็ก
2. อาหารเสริมสำหรับเด็กและผู้ต้องขังตั้งครรภ์
3. ของเล่นเสริมพัฒนาการเด็ก
4. การตรวจสุขภาพเด็กอ่อน และผู้ต้องขังตั้งครรภ์
5. สิ่งอำนวยความสะดวก เช่น เครื่องซักผ้า เปลดเด็ก

**กิจกรรม/ อบรม**

1. ลูกเสือราชทัณฑ์
2. To be No.1
3. กำลังใจ
4. โครงการอบรมความเข้มแข็งทางใจ
5. โครงการอบรมผู้ต้องขังเข้าใหม่

**กิจวัตรประจำวันของผู้ต้องขัง**

เวลา	กิจวัตร
06.00 น.	ตื่นนอน
06.30 น.	อาบน้ำ
06.45 น.	ออกกำลังกาย
07.00 น.	รับประทานอาหารเช้า
08.00 น.	เคารพธงชาติ
08.45 น.	นับยอด
09.00 น.	เข้าทำงาน
11.45 น.	นับยอด
12.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13.00 น.	นับยอด
13.05 น.	เข้าทำงาน
15.00 น.	นับยอด/ อาบน้ำ/ รับประทานอาหารเช้า
16.00 น.	นับยอดก่อนเข้าเรือนนอน
16.45 น.	เข้าเรือนนอน
17.00 น.	สวดมนต์ไหว้พระ

18.00 น.	คู่มือ
19.30 น.	นับยอดก่อนนอน
22.00 น.	เข้านอน

#### **การดูแลผู้ต้องขังหญิงทางด้านการให้คำปรึกษา**

ทัณฑสถานหญิงชลบุรีมีคลินิกให้คำปรึกษา โดยมีนักสังคมสงเคราะห์ 3 ท่าน และใช้กระบวนการของนักสังคมสงเคราะห์ในการให้คำปรึกษา มีนักทัณฑวิทยาคอยดูแล มีสถานพยาบาลจัดอบรมสุขภาพจิต และมีนักจิตวิทยาจากโรงพยาบาลชลบุรีเข้ามาอบรมและให้คำปรึกษา และสำหรับงานวิจัยนี้ กลุ่มที่ไม่ได้รับการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีฯ จะถือเป็นกลุ่มควบคุม

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยและพัฒนา (Research and development) มีขั้นตอนการดำเนินการวิจัยตามลำดับ ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การสร้างเครื่องมือในการวิจัย
4. การดำเนินการทดลอง
5. การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง
6. วิธีดำเนินการทดลอง
7. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

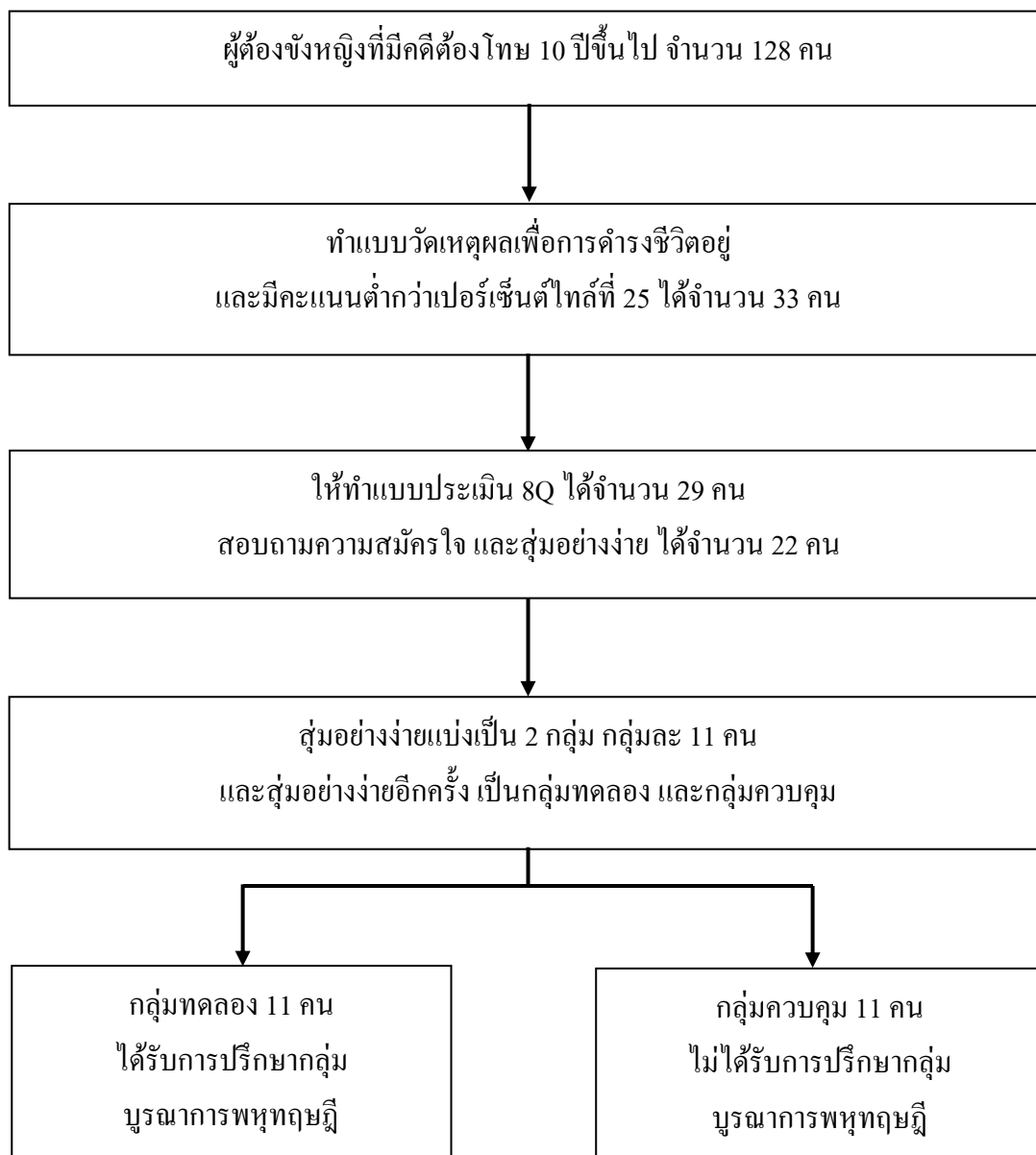
1. ประชากร คือ ผู้ต้องขังหญิงที่อยู่ในทัณฑสถานหญิงชลบุรี ซึ่งมีคดีต้องโทษ 10 ปีขึ้นไป จำนวน 128 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ต้องขังหญิงที่มีคดีต้องโทษ 10 ปีขึ้นไป ที่อยู่ในทัณฑสถานหญิงชลบุรี ซึ่งได้มาโดยการทำแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ และมีคะแนนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 จำนวน 33 คน จากนั้นให้ทำแบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8 คำถาม (8Q) ของกรมสุขภาพจิต และคัดเลือกเฉพาะผู้ที่ได้คะแนนเท่ากับ 0 ซึ่งหมายถึง เป็นผู้ไม่มีภาวะทางจิตที่ไม่คิดฆ่าตัวตาย ได้จำนวน 29 คน สอบถามความสมัครใจเพื่อเข้าร่วม โปรแกรม จำนวน 22 คน ใช้การสุ่มเข้ากลุ่ม (Random assignment) แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 11 คน ดังนี้

กลุ่มทดลอง ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี

กลุ่มควบคุม ไม่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี

## ขั้นตอนการเลือกกลุ่มตัวอย่าง สรุปได้ดังภาพที่ 2



ภาพที่ 2 ลำดับขั้นตอนการสุ่มตัวอย่าง

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่

1. แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (The reasons for living scale) ที่ผู้วิจัยได้รับอนุญาตจากลินแชน และคณะ (Linehan et al., 1983) ผู้พัฒนาแบบวัด ให้แปลเป็นฉบับภาษาไทย

## 2. แบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8 คำถาม (8Q) ของกรมสุขภาพจิต

ลำดับที่	คำถาม (ในเดือนที่ผ่านมา รวมวันนี้)	ไม่ใช่	ใช่
1	คิดอยากตาย หรือคิดว่าตายไปจะดีกว่า	0	1
2	อยากทำร้ายตัวเอง หรือทำให้ตัวเองบาดเจ็บ	0	2
3	คิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย (ถ้าตอบว่าคิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย ให้ถามต่อ)  ท่านสามารถควบคุมความอยากฆ่าตัวตายที่ท่านคิดอยู่นั้นได้หรือไม่ หรือบอกได้ไหมว่าคงจะไม่ทำตามความคิดนั้นในขณะนี้	0  ได้ 0	6  ไม่ได้ 8
4	มีแผนการที่จะฆ่าตัวตาย	0	8
5	ได้เตรียมการที่จะทำร้ายตนเอง หรือเตรียมการจะฆ่าตัวตาย โดยตั้งใจจะให้ตายจริง ๆ	0	9
6	ได้ทำให้ตนเองบาดเจ็บ แต่ไม่ตั้งใจที่จะให้เสียชีวิต	0	4
7	ได้พยายามฆ่าตัวตาย โดยคาดหวัง/ ตั้งใจที่จะให้ตาย	0	10
8	ท่านเคยพยายามฆ่าตัวตาย	0	4
<b>รวมคะแนน</b>			
<b>รวม</b>			

หมายเหตุ ตั้งแต่ 1 คะแนนขึ้นไป ถือว่ามีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายในปัจจุบัน ควรได้รับการบำบัดรักษา และดูแลตามระดับความรุนแรง ซึ่งแบ่งได้ ดังนี้

คะแนน 0 คะแนน หมายถึง ไม่มีแนวโน้มฆ่าตัวตายในปัจจุบัน

คะแนน 1-8 คะแนน หมายถึง แนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายระดับน้อย

คะแนน 9-16 คะแนน หมายถึง แนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายระดับปานกลาง

คะแนน  $\geq 17$  คะแนน หมายถึง แนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายระดับรุนแรง

## ภาพที่ 3 แบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8 คำถาม (8Q) ของกรมสุขภาพจิต

## 3. โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น

## การสร้างเครื่องมือในการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือในการวิจัยและหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย โดยแบ่งเป็น 2 ส่วน ดังนี้

### 1. แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (The reasons for living scale)

1.1 ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี แบบวัด เรื่องเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ตามกรอบแนวคิดของลินแฮน และคณะ (Linehan et al., 1983) ใน 6 องค์ประกอบ รวม 48 ข้อคำถาม ดังนี้

- 1) ความเชื่อที่จะมีชีวิตอยู่ (Survival and coping beliefs: SCB) จำนวน 24 ข้อ
- 2) ความรับผิดชอบต่อครอบครัว (Responsibility to family: RF) จำนวน 7 ข้อ
- 3) ความห่วงกังวลที่มีต่อลูก (Child-related concerns: CRC) จำนวน 3 ข้อ
- 4) ความกลัวการฆ่าตัวตาย (Fear of suicide: FS) จำนวน 7 ข้อ
- 5) ความกลัวต่อการไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม (Fear of social disapproval: FSD)

จำนวน 3 ข้อ

- 6) เหตุผลที่คัดค้านทางด้านศีลธรรม (Moral objections: MO) จำนวน 4 ข้อ

แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ได้นำไปทดสอบใช้กับกลุ่มตัวอย่างในประเทศต่าง ๆ ได้แก่ สวีเดน (Dobrov & Thorell, 2004) สเปน (Oquendo et al., 2000) แคนาดา (Real et al., 1996) ตุรกี (Durak et al., 1993) และอิตาลี (Innamorati et al., 2006) (Ronconi et al., 2009, p. 20) จากการศึกษาพบว่า แบบวัด RFL มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับในระดับสูง (.91) และองค์ประกอบย่อย ได้แก่ SCB = .90, RF = .83, CRC = .79, FS = .70, FSD = .79 และ MO = .71

ผู้วิจัยเคยทำการสำรวจข้อมูลเบื้องต้น (Pilot study) (Khammanee et al., 2014) เรื่อง

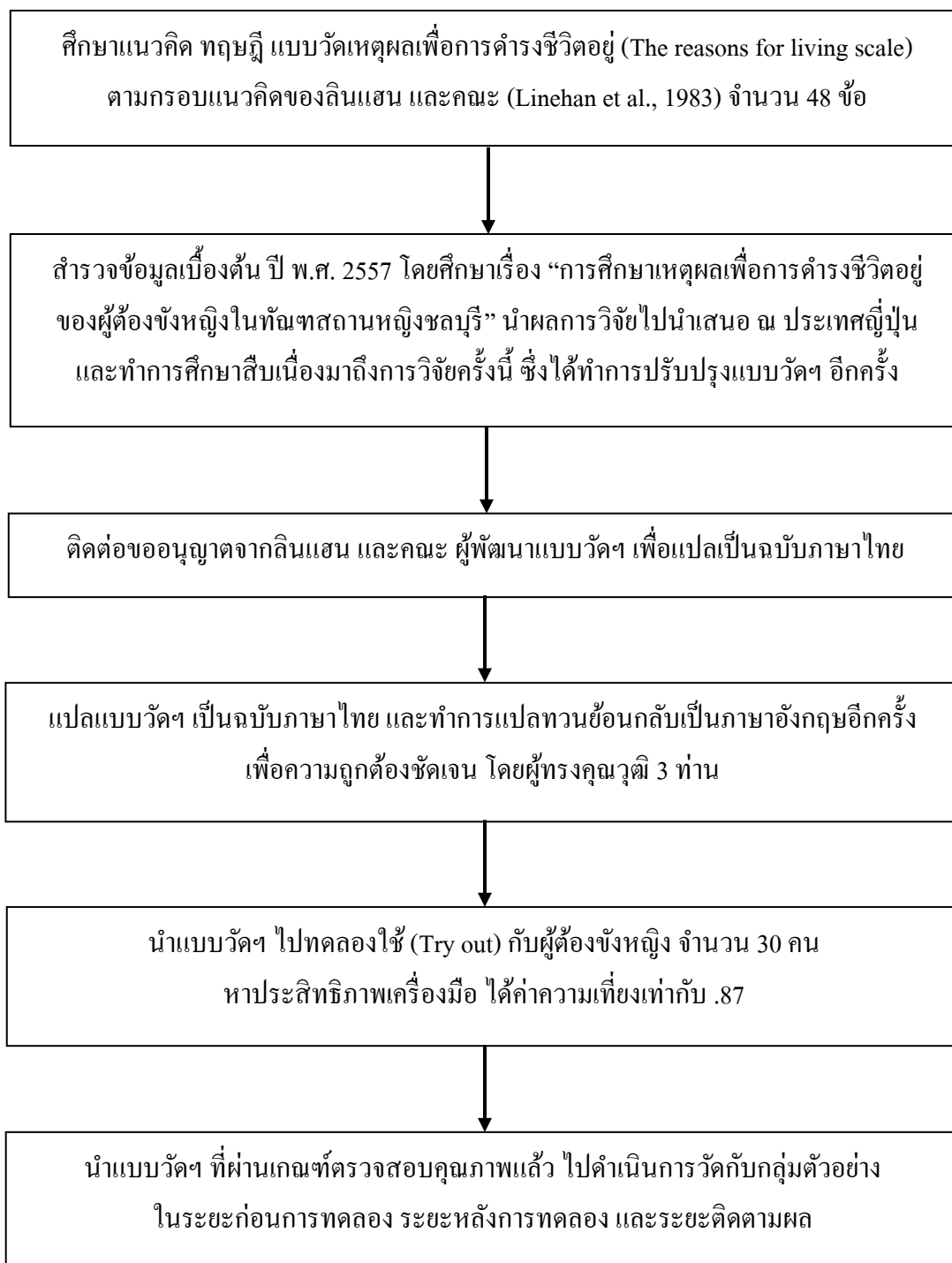
A study on reasons for living of inmates in Chonburi Women's Penitentiary Center (การศึกษาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิงชลบุรี) กับผู้ต้องขังหญิงที่มีคดีต้องโทษ 10 ปีขึ้นไป ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 99 คน โดยวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของอายุ ระยะเวลาต้องโทษ และระยะเวลาพ้นโทษ กับเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขัง พบว่าผู้ต้องขังที่มีอายุมาก จะมีเหตุผลเพื่อการมีชีวิตอยู่น้อย โดยบุคคลที่ทำให้ผู้ต้องขังหญิงให้ความสำคัญเพื่อการมีชีวิตอยู่ต่อไปมากที่สุดคือ ครอบครัว และผู้วิจัยได้นำผลการวิจัยในครั้งนั้นไปนำเสนอในงาน The Fourth Asia Conference on Psychology and the Behavioral Sciences 2014, Osaka, Japan จัดโดย The International Academic Forum (iafor) จากนั้นได้ทำการศึกษาสืบเนื่องมาถึงการทำวิจัยในครั้งนี้ ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการปรับปรุงแบบวัดอีกครั้งหนึ่ง

1.2 ผู้วิจัยแปลแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ของลินแฮน และคณะ (Linehan et al., 1983) จำนวน 48 ข้อ โดยผู้วิจัยได้ติดต่อขออนุญาตจากผู้พัฒนาแบบวัด (ภาคผนวก) เพื่อแปล

แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ เป็นฉบับภาษาไทย จากนั้นผู้วิจัยจึงแปลเป็นภาษาไทย และทำการแปลทวนย้อนกลับ (Back-translation) กลับเป็นภาษาอังกฤษอีกครั้ง เพื่อความถูกต้อง ชัดเจน โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน

1.3 ผู้วิจัยนำแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ที่ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ ของผู้ทรงคุณวุฒิไปทดลองใช้ (Try out) กับผู้ต้องขังหญิงที่มีลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ที่ทัณฑสถานหญิงชลบุรี และไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาหาประสิทธิภาพ เครื่องมือ ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ .87

1.4 ผู้วิจัยนำแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ที่ผ่านเกณฑ์ตรวจสอบคุณภาพแล้ว ไปดำเนินการวัดกับกลุ่มตัวอย่างในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล



ภาพที่ 4 ขั้นตอนการพัฒนาแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่



2. โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพุทธทฤษฎีเพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิง

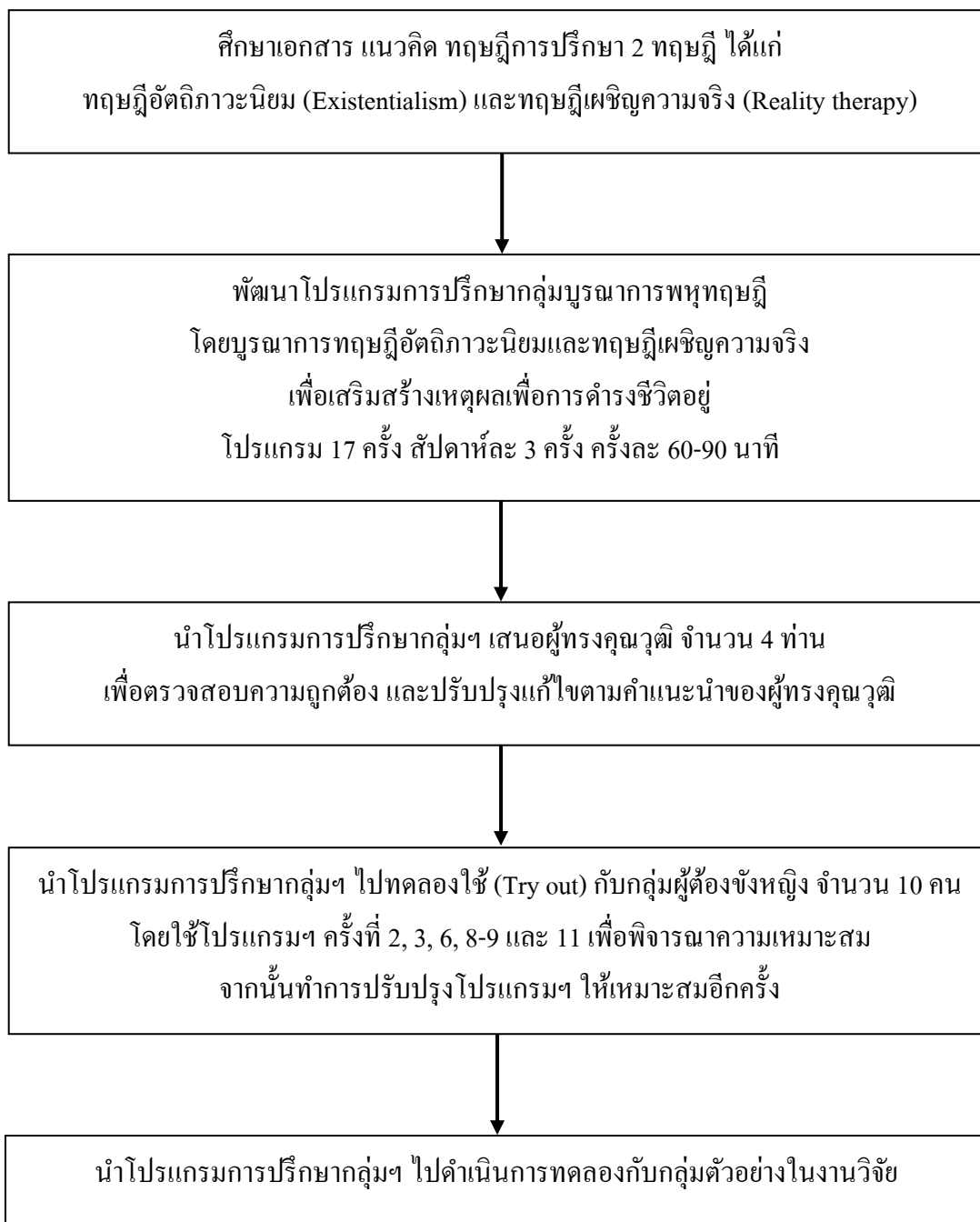
2.1 ศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี เทคนิคการปรึกษา 2 ทฤษฎี ได้แก่ ทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม (Existentialism) และทฤษฎีเผชิญความจริง (Reality therapy)

2.2 ผู้วิจัยพัฒนาโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพุทธทฤษฎี โดยบูรณาการทฤษฎีการให้การปรึกษาระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม (Existentialism) มาประยุกต์ร่วมกับทฤษฎีเผชิญความจริง (Reality therapy) เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในกลุ่มผู้ต้องขังหญิง โดยผู้วิจัยกำหนดระยะเวลาในการเข้าร่วมโปรแกรม 17 ครั้ง สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที

2.3 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพุทธทฤษฎี นำเสนอผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 4 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมของเนื้อหา วัตถุประสงค์ และรูปแบบกิจกรรมที่ใช้ในการปรึกษา จากนั้นนำไปปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

2.4 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพุทธทฤษฎีเพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มผู้ต้องขังหญิง จำนวน 10 คน ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้โปรแกรมครั้งที่ 2, 3, 6, 8-9 และ 11 เพื่อพิจารณาความเหมาะสมของกิจกรรม วิธีการ และระยะเวลา ผู้วิจัยทำการปรับปรุงโปรแกรมให้เหมาะสมอีกครั้ง

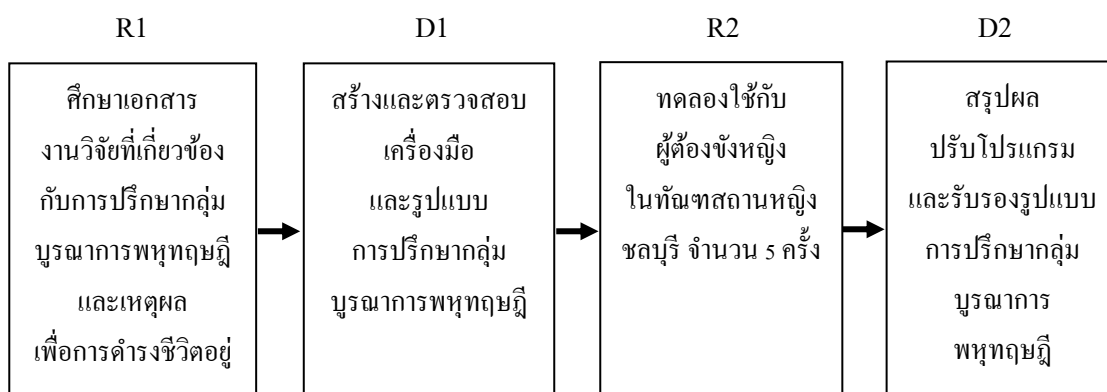
2.5 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพุทธทฤษฎีเพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ไปดำเนินการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัย



ภาพที่ 5 ขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพบทฤษฎี ระหว่างทฤษฎี  
อัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่  
ของผู้ต้องขังหญิง

### การดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยและพัฒนา (Research and development) โดยมีขั้นตอนซึ่งสรุปได้ดังภาพที่ 6



ภาพที่ 6 ขั้นตอนการดำเนินการทดลอง

ในการทดลอง ผู้วิจัยได้ใช้แบบแผนการทดลองแบบ Two between-subjects variable and one within-subjects variable (Howell, 1997, p. 458) ดังภาพที่ 7

	B1	B2	B3
A1	s1	s1	s1
	.	.	.
	.	.	.
	s11	s11	s11
A2	s12	s12	s12
	.	.	.
	.	.	.
	s22	s22	s22

ภาพที่ 7 แบบแผนการทดลอง

A1	แทน	การปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี
A2	แทน	การได้รับการปรึกษาตามปกติของทัศนสถานหญิง
B1	แทน	ระยะก่อนการทดลอง
B2	แทน	ระยะหลังการทดลอง
B3	แทน	ระยะติดตามผล
s	แทน	ตัวอย่างที่ได้รับการทดลองแต่ละคน

### การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ก่อนดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยขอรับคำยินยอมจากกลุ่มตัวอย่าง โดยอ่านเอกสารการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งแจ้งวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการเข้าร่วมวิจัย การรักษาความลับ และการใช้ข้อมูลเฉพาะตามวัตถุประสงค์การวิจัย การใช้นามสมมติ การนำเสนอผลวิจัยในภาพรวม และการปฏิเสธการเข้าร่วมจะไม่มีผลกระทบต่อกลุ่มตัวอย่างแต่อย่างใด

### วิธีดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาเพื่อพัฒนาการบูรณาการการปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎีระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิงในทัศนสถานหญิง โดยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

#### 1. ขั้นเตรียมการ

1.1 เสนอแบบขออนุมัติทำคุษฎีนิพนธ์ต่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยเพื่อตรวจสอบขั้นตอนในการทดลอง มิให้มีผลกระทบต่อสิทธิและเสรีภาพ หรือมีอันตรายใด ๆ ต่อกลุ่มตัวอย่าง และได้รับอนุมัติให้ดำเนินการวิจัย เมื่อวันที่ 18 ธันวาคม พ.ศ. 2558

1.2 ทำหนังสือจากคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ถึงผู้อำนวยการทัศนสถานหญิงชลบุรี เพื่อขออนุญาตและขอความร่วมมือในการศึกษาวิจัย

#### 2. ขั้นดำเนินการทดลอง

2.1 ระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยนำแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ไปเก็บข้อมูลกับผู้ต้องขังหญิงที่มีคดีต้องโทษ 10 ปีขึ้นไป จำนวน 128 คน คัดเลือกผู้ที่มีระดับคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ได้จำนวน 33 คน จากนั้นให้ทำแบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8 คำถาม (8Q) ของกรมสุขภาพจิต และคัดเลือกเฉพาะผู้ที่ได้คะแนนเท่ากับ 0 ซึ่งหมายถึง เป็นผู้ไม่มีภาวะทางจิตที่ไม่คิดฆ่าตัวตายได้จำนวน 29 คน สอบถามความสมัครใจเพื่อเข้าร่วมโปรแกรม จำนวน 22 คน และใช้การสุ่มเข้ากลุ่ม

(Random assignment) แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 11 คน คะแนนที่ได้ในครั้งนี้เป็นคะแนนในระยะก่อนการทดลอง (Pre-test)

## 2.2 ระยะทดลอง

2.2.1 กลุ่มทดลอง เริ่มตั้งแต่วันที่ 7 มีนาคม พ.ศ. 2559 ถึงวันที่ 12 เมษายน พ.ศ. 2559 ผู้วิจัยดำเนินการให้การศึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีกับกลุ่มทดลอง โดยให้การศึกษาสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ได้แก่ วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ ช่วงเวลา 10.00-11.30 น. จำนวน 6 สัปดาห์ รวมเป็น 17 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที

ตารางที่ 4 โปรแกรมการศึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี ครั้งที่ 1-17

ครั้งที่	โปรแกรมการศึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี
1-2	ปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพ, รักษาสัมพันธภาพ
3	การตระหนักรู้ตนเอง
4	การยอมรับตนเอง
5-6	ค้นหาความหมายและคุณค่าของชีวิต
7	เสรีภาพในการเลือก ผู้เลือก และผู้รับผิดชอบ
8-9	การสำรวจความต้องการในการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (Wants = W)
10-11	การสำรวจพฤติกรรมการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ที่กำลังกระทำอยู่ในปัจจุบัน (Direction and doing = D)
12-13	การประเมินพฤติกรรมตนเองในการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (Self-evaluation = E)
14	การวางแผนปฏิบัติและพันธะสัญญา (Planning = P)
15-16	การติดตามผล
17	ยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม ปัจฉิมนิเทศ และทดสอบหลังการทดลอง

2.2.2 กลุ่มควบคุม ใช้ชีวิตตามตารางปฏิบัติกิจกรรมประจำวันของผู้ต้องขังในทัณฑสถานหญิงชลบุรี

2.3 ระยะเวลาหลังการทดลอง เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ และคะแนนในครั้งนี้เป็นคะแนนในระยะหลังการทดลอง (Post-test)

2.4 ระยะติดตามผล ห่างจากระยะหลังการทดลองเป็นเวลา 1 เดือน ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ฉบับเดิมอีกครั้ง ในวันที่ 12 พฤษภาคม พ.ศ. 2559 คะแนนที่ได้เป็นคะแนนในระยะติดตามผล (Follow up)

3. นำคะแนนในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ไปดำเนินการวิเคราะห์ผลการทดลองด้วยวิธีการทางสถิติ

### สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐานค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) ของคะแนนจากแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

2. วิเคราะห์ข้อมูล (Two way repeated measures ANOVA) ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำสองทาง เพื่อทดสอบค่าปฏิสัมพันธ์จากผลหลัก (Main effect) และทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลอง และระยะเวลาการทดลอง พร้อมทั้งเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีการของบอนเฟอโรนี (Bonferroni method)

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

#### สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันในการแปลความหมายของผลการทดลองและการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยจึงกำหนดสัญลักษณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้

$\bar{X}$	แทน	คะแนนเฉลี่ย
$SD$	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
$n$	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
$SS$	แทน	ผลบวกของคะแนนเบี่ยงเบนแต่ละตัวอย่างยกกำลังสอง
$MS$	แทน	ค่าความแปรปรวน
$F$	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณาการแจกแจงค่าเอฟ
$df$	แทน	ระดับชั้นของความเป็นอิสระ
*	แทน	ค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
I	แทน	ครั้งที่ของการวัด หรือระยะของการทดลอง
G	แทน	วิธีการทดลอง หรือกลุ่ม
I x G	แทน	ปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง

#### การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งเป็น 3 ตอน ตามลำดับขั้นตอนต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการศึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง

ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

## ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์คะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีและกลุ่มควบคุม มาแสดงให้เห็นด้วยตารางและภาพประกอบดังต่อไปนี้

**ตอนที่ 1** ค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

ผู้วิจัยแสดงผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ คะแนนดิบ ผลรวมของคะแนนดิบ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนของคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ดังแสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5 คะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

คนที่	กลุ่มทดลอง			คนที่	กลุ่มควบคุม		
	ระยะการทดลอง				ระยะการทดลอง		
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ติดตามผล		ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ติดตามผล
1	134	263	263	1	147	184	184
2	138	229	238	2	155	155	155
3	141	262	262	3	158	153	151
4	155	263	263	4	158	158	152
5	161	263	263	5	162	160	158
6	165	247	260	6	182	181	179
7	194	260	262	7	190	187	185
8	196	262	262	8	192	185	184
9	198	263	263	9	195	192	190
10	198	263	263	10	196	192	192
11	200	249	253	11	196	183	174
$\bar{X}$	170.91	256.73	259.27	$\bar{X}$	175.55	175.45	173.09
$SD$	26.83	10.89	7.64	$SD$	19.42	15.48	15.95



จากตารางที่ 5 พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล คือ 170.91, 256.73 และ 259.27 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มควบคุม คะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล คือ 175.55, 175.45 และ 173.09 ตามลำดับ

ตารางที่ 6 คะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

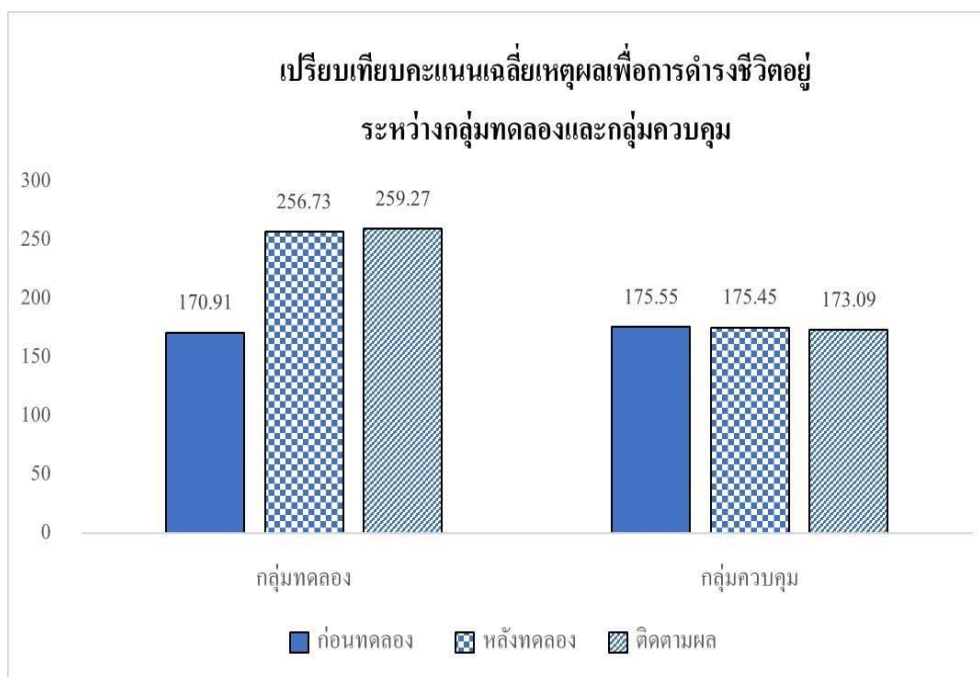
ระยะเวลา	กลุ่ม	$\bar{X}$	<i>SD</i>	<i>N</i>
ก่อนการทดลอง	กลุ่มทดลอง	170.91	26.838	11
	กลุ่มควบคุม	175.55	19.424	11
	รวม	173.23	22.984	22
หลังการทดลอง	กลุ่มทดลอง	256.73	10.891	11
	กลุ่มควบคุม	175.45	15.488	11
	รวม	216.09	43.597	22
ติดตามผล	กลุ่มทดลอง	259.27	7.643	11
	กลุ่มควบคุม	173.09	15.959	11
	รวม	216.18	45.764	22

จากตารางที่ 6 พบว่า ในระยะก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่คือ 170.91 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 26.83 ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่คือ 175.55 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 19.42

ในระยะหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่คือ 256.73 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 10.89 ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่คือ 175.45 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 15.48

และในระยะติดตามผล กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่คือ 259.27 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 7.64 ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่คือ 173.09 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 15.95

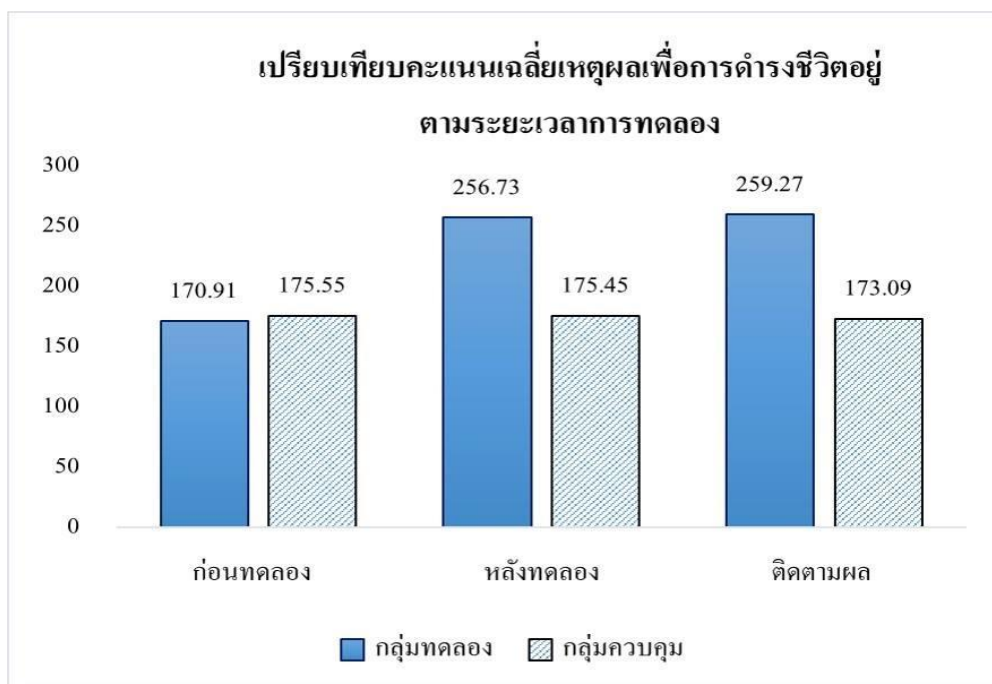
จะเห็นได้ว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่สูงขึ้น ในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ตามลำดับ ส่วนกลุ่มควบคุมกลับมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ลดลง ตามลำดับ ดังภาพที่ 8



ภาพที่ 8 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

จากภาพที่ 8 พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ในระยะก่อนการทดลองคือ 170.91 ระยะหลังการทดลองคือ 256.73 เพิ่มขึ้นจากระยะก่อนการทดลองเท่ากับ 85.82 และระยะติดตามผลคือ 259.27 เพิ่มขึ้นจากระยะก่อนการทดลองเท่ากับ 88.36

ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ในระยะก่อนการทดลองคือ 175.55 ระยะหลังการทดลองคือ 175.45 ลดลงจากระยะก่อนการทดลองเท่ากับ .10 และระยะติดตามผลคือ 173.09 ลดลงจากระยะก่อนการทดลองเท่ากับ 2.46



ภาพที่ 9 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ตามระยะเวลาการทดลอง

จากภาพที่ 9 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ตามระยะเวลาการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะก่อนการทดลองคือ 170.91 ระยะหลังการทดลองคือ 256.73 และระยะติดตามผลคือ 259.27

ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะก่อนการทดลองคือ 175.55 ระยะหลังการทดลองคือ 175.45 และระยะติดตามผลคือ 173.09

แสดงให้เห็นว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่สูงกว่ากลุ่มควบคุมทั้งในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล

**ตอนที่ 2** การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง

ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง ดังแสดงในตารางที่ 7

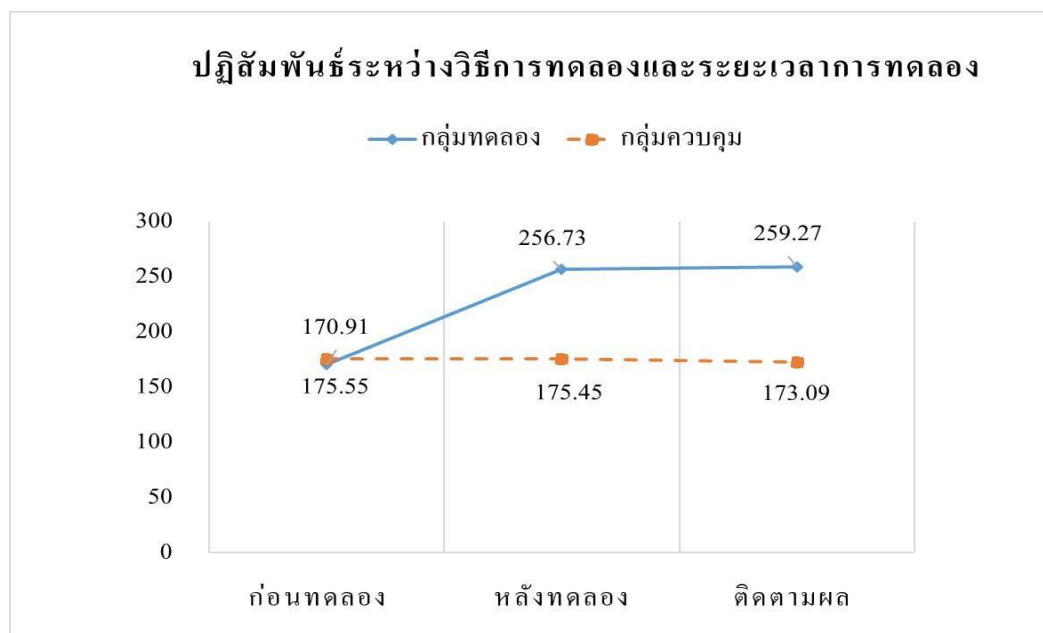
ตารางที่ 7 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง

Source of variation	SS	df	MS	F	p
Between subject	60431.833	21			
Group (G)	48601.227	1	48601.227	82.162*	.000
SS w/ in groups	11830.606	20	591.530		
Within subjects	61561.333	23.053			
Interval	27004.212	1.048	25770.668	92.148*	.000
I x G	28696.091	1.048	27385.262	97.922*	.000
I x SS w/ in groups	5861.030	20.957	279.665		

\* $p < .05$

หมายเหตุ จากการตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้น พบว่า ละเมิดข้อตกลงเรื่อง Sphericity จึงทำการปรับค่า  $df$  เป็น  $F_{.05} (1.048, 20.957)$

จากตารางที่ 7 พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง (I x G) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า วิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองส่งผลร่วมกันต่อคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ นอกจากนี้ยังพบว่า วิธีการทดลองที่แตกต่างกัน (G) และระยะเวลาการทดลองที่แตกต่างกัน (Interval) มีผลต่อคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



ภาพที่ 10 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง ต่อคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่

จากภาพที่ 10 พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง กล่าวคือ วิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองส่งผลร่วมกันต่อคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยพบว่า ในระยะก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ไม่แตกต่างกันทางสถิติ แต่ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล คะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**ตอนที่ 3** การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์คะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ดังแสดงในตารางที่ 8

ตารางที่ 8 ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

Source of variation	SS	df	MS	F	p
ระยะก่อนการทดลอง					
Between groups	118.227	1	118.227	.273	.502
Error	17691.636	40.957	431.9563		
ระยะหลังการทดลอง					
Between groups	36328.909	1	36328.909	84.103*	.000
Error	17691.636	40.957	431.9563		
ระยะติดตามผล					
Between groups	40850.182	1	40850.182	94.570*	.000
Error	17691.636	40.957	431.9563		

\* $p < .05$   $F_{.05}(1, 44) = 4.065$

ปรับค่า  $df$  จากสูตรของ Welch และ Satterthwaite (Howell, 1997, p. 470)

จากตารางที่ 8 แสดงผลการวิเคราะห์การทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลอง ต่อคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ดังนี้ ในระยะก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญ นั่นคือ ในระยะก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ไม่แตกต่างกัน

ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 9 ผลการทดสอบผลย่อยของระยะเวลาในการทดลอง ของกลุ่มทดลอง

Source of variation	SS	df	MS	F	p
Between subject	4363.636	10	436.364		
Interval	55657.697	1.044	53324.262	120.742*	.000
Error	4609.636	10.438	441.638		

\* $p < .05$

จากตารางที่ 9 แสดงผลการทดสอบผลย่อยของระยะเวลาในการทดลอง ของกลุ่มทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพบความแตกต่างในการทดสอบผลย่อย จึงทำการทดสอบภายหลัง (Post-hoc) ซึ่งในครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกวิธีการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีของบอนเฟอโรนี (Bonferroni method) โดยแสดงผลตามตารางที่ 10

ตารางที่ 10 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยวิธีทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีของบอนเฟอโรนี (Bonferroni method)

ระยะเวลา	Mean difference	Std. error	<i>p</i>
ระยะหลังการทดลอง-ระยะก่อนการทดลอง	85.818*	7.923	.000
ระยะติดตามผล-ระยะก่อนการทดลอง	88.364*	7.819	.000
ระยะติดตามผล-ระยะหลังการทดลอง	2.545	1.344	.263

\* $p < .05$

จากตารางที่ 10 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยวิธีทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีของบอนเฟอโรนี (Bonferroni method) พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะหลังการทดลองและระยะก่อนการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และระยะติดตามผลกับระยะก่อนการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## บทที่ 5

### สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยและพัฒนา (Research and development) เพื่อพัฒนาการบูรณาการการปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎี ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิง โดยมีรูปแบบดังนี้

**R1** คือ ศึกษาเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี และเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ผู้วิจัยศึกษาแนวคิด ทฤษฎี แบบวัด เรื่องเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (The reasons for living scale) ตามกรอบแนวคิดของลินแฮน และคณะ (Linehan et al., 1983) ใน 6 องค์ประกอบ รวม 48 ข้อคำถาม

ผู้วิจัยเคยทำการสำรวจข้อมูลเบื้องต้น (Pilot study) (Khammanee et al., 2014) เรื่อง A study on reasons for living of inmates in Chonburi Women's Penitentiary Center (การศึกษาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิงชลบุรี) กับผู้ต้องขังหญิงที่มีคดีต้องโทษ 10 ปีขึ้นไป ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 99 คน โดยวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของอายุ ระยะเวลาต้องโทษ และระยะเวลาพ้นโทษ กับเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขัง พบว่าผู้ต้องขังที่มีอายุมาก จะมีเหตุผลเพื่อการมีชีวิตอยู่น้อย โดยบุคคลที่ทำให้ผู้ต้องขังหญิงให้ความสำคัญเพื่อการมีชีวิตอยู่ต่อไปมากที่สุดคือ ครอบครัว และผู้วิจัยได้นำผลการวิจัยในครั้งนั้นไปนำเสนอในงาน The Fourth Asia Conference on Psychology and the Behavioral Sciences 2014, Osaka, Japan จัดโดย The International Academic Forum (iafor) จากนั้นได้ทำการศึกษาสืบเนื่องมาถึงการทำวิจัยในครั้งนี้ ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการปรับปรุงแบบวัดอีกครั้งหนึ่ง

2. โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิง ผู้วิจัยศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี เทคนิคการปรึกษา 2 ทฤษฎี ได้แก่ ทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม (Existentialism) และทฤษฎีเผชิญความจริง (Reality therapy)

**D1** คือ สร้างและตรวจสอบเครื่องมือและรูปแบบการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ผู้วิจัยแปลแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของลินแฮน และคณะ (Linehan et al., 1983) จำนวน 48 ข้อ โดยผู้วิจัยได้ติดต่อขออนุญาตจากผู้พัฒนาแบบวัด (ภาคผนวก) เพื่อแปลแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ เป็นฉบับภาษาไทย



จากนั้นผู้วิจัยจึงแปลเป็นภาษาไทย และทำการแปลทวนย้อนกลับ (Back-translation) กลับเป็นภาษาอังกฤษอีกครั้ง เพื่อความถูกต้องชัดเจน โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน

2. โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิง ผู้วิจัยพัฒนาโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี โดยบูรณาการทฤษฎีการให้การปรึกษาระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม (Existentialism) มาประยุกต์ร่วมกับทฤษฎีเผชิญความจริง (Reality therapy) เพื่อพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ในกลุ่มผู้ต้องขังหญิง โดยผู้วิจัยกำหนดระยะเวลาในการเข้าร่วม โปรแกรม 17 ครั้ง สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที จากนั้นนำโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี นำเสนอผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 4 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมของเนื้อหา วัตถุประสงค์ และรูปแบบกิจกรรมที่ใช้ในการปรึกษา จากนั้นนำไปปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

**R2** คือ ทดลองใช้กับผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิงชลบุรี จำนวน 5 ครั้ง โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ผู้วิจัยนำแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ที่ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ไปทดลองใช้ (Try out) กับผู้ต้องขังหญิง ที่มีลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ที่ทัณฑสถานหญิงชลบุรี และไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาหาประสิทธิภาพเครื่องมือ ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ .87

2. โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิง ผู้วิจัยนำโปรแกรมฯ ไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มผู้ต้องขังหญิง จำนวน 10 คน ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้โปรแกรมครั้งที่ 2, 3, 6, 8-9 และ 11 เพื่อพิจารณาความเหมาะสมของกิจกรรม วิธีการ และระยะเวลา ผู้วิจัยทำการปรับปรุงโปรแกรมให้เหมาะสมอีกครั้ง จากนั้นจึงนำโปรแกรมไปดำเนินการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัย

**D2** คือ สรุปผล ปรับโปรแกรม และรับรองรูปแบบการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ผู้วิจัยนำแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ที่ผ่านเกณฑ์ตรวจสอบคุณภาพแล้ว ไปดำเนินการวัดกับกลุ่มตัวอย่างในระยะก่อนและหลังการทดลอง

2. โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิง ผู้วิจัยนำโปรแกรมฯ ไปดำเนินการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัย

โดยประชากรเป็นผู้ต้องขังหญิงที่มีคดีต้องโทษ 10 ปีขึ้นไป ที่อยู่ในทัณฑสถานหญิงชลบุรี จำนวนกลุ่มตัวอย่างได้มาโดยให้ประชากรทำแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ และมีคะแนน

ต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 จากนั้นให้ทำแบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8 คำถาม (8Q) ของกรมสุขภาพจิต และคัดเลือกเฉพาะผู้ที่ได้คะแนน 8Q เท่ากับ 0 ซึ่งหมายถึง เป็นผู้ไม่มีภาวะทางจิตไม่คิดฆ่าตัวตาย จากนั้นได้สอบถามความสมัครใจเพื่อเข้าร่วมโปรแกรม จำนวน 22 คน ใช้การสุ่มอย่างง่าย แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง จำนวน 11 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 11 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (The reasons for living scale) ที่ผู้วิจัยได้รับอนุญาตจากเจ้าของแบบวัดให้แปลมาจากแบบวัดของลินแฮน และคณะ (Linehan et al., 1983) แบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8 คำถาม (8Q) ของกรมสุขภาพจิต และ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ การทดลองแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล โดยกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ได้แก่ วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ ช่วงเวลา 10.00-11.30 น. จำนวน 6 สัปดาห์ รวมเป็น 17 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที และกลุ่มควบคุมไม่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี แต่ใช้ชีวิตตามตารางปฏิบัติกิจกรรมประจำวันของผู้ต้องขังและ โปรแกรมการปรึกษาตามปกติของทัณฑสถานหญิงชลบุรี

สมมติฐานการวิจัยมีดังนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง
2. ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม
3. ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม
4. ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง
5. ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง

### สรุปผลการวิจัย

1. ปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง มีอิทธิพลต่อการเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## อภิปรายผล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยอภิปรายผลตามผลสมมติฐานการวิจัยได้ดังนี้

**สมมติฐานข้อที่ 1** มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นั่นคือ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองส่งผลร่วมกันต่อการเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิง ทั้งนี้เนื่องจากเหตุผลดังต่อไปนี้ ในระยะก่อนการทดลอง ทั้งสองกลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ไม่แตกต่างกัน แต่เมื่อเวลาผ่านไปถึงระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลพบว่า ได้ผลที่แตกต่างกันคือ กลุ่มที่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่สูงขึ้น เนื่องจากผู้ต้องขังหญิงกลุ่มทดลองที่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น โดยบูรณาการทฤษฎีการให้การปรึกษา ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมาประยุกต์ร่วมกับทฤษฎีเผชิญความจริง โดยการให้การปรึกษากลุ่ม ทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมเป็นการให้การปรึกษาที่มุ่งเน้นให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจชีวิตของตนเอง ได้ค้นหาความสำคัญของการมีชีวิตอยู่ในโลกนี้ ค้นหาความหมายของชีวิต เพราะมนุษย์เป็นผู้ลิขิตชีวิตของตนเองได้ และต้องมีความรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเลือก จนเกิดมีเหตุผลในการดำรงชีวิตอยู่ของตนเอง ภายใต้วางใจและสัมพันธ์ภาพที่ดีภายในกลุ่ม และการให้การปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง (The reality group counseling) เป็นการให้การปรึกษาที่มุ่งเน้นให้สมาชิกกล้าเผชิญความจริง ตาม WDEP คือ Wants ความต้องการ โดยสมาชิกได้สำรวจความต้องการของตนเอง ได้สำรวจโลกภายในตามที่ต้องการ กับโลกภายนอกที่เป็นจริง สมาชิกจะเข้าใจว่า พฤติกรรมบางอย่างของเขาไม่เป็นผลดีในการดำรงชีวิต Direction and doing พฤติกรรม หรือ การปฏิบัติ หลังจากที่ได้สำรวจความต้องการตามโลกคุณภาพของตนแล้ว ผู้นำกลุ่มจะให้สมาชิก

ได้พิจารณาว่า พฤติกรรมปัจจุบันนั้น จะช่วยให้ได้สิ่งที่ต้องการหรือไม่ จะช่วยให้สมาชิกมีสติ ในการควบคุมพฤติกรรม สามารถตัดสินใจเลือกและเปลี่ยนวิถีชีวิตของตน Self-evaluation การประเมินตนเอง ช่วยสมาชิกกลุ่มให้เผชิญกับผลที่เกิดจากพฤติกรรมของตน จากสิ่งที่ตนเองทำ ความเปลี่ยนแปลงจะเกิดจากการที่สมาชิกได้ประเมินผลของพฤติกรรมด้วยตนเอง การได้ประเมิน คุณภาพของพฤติกรรมจะช่วยให้สมาชิกได้พิจารณาว่ามีสิ่งใดที่ทำให้เกิดความผิดพลาด และ จะเปลี่ยนแปลงอะไรบ้างที่จะช่วยให้ประสบความสำเร็จ Planning การวางแผน โดยผู้ให้การศึกษา และสมาชิกวางแผนร่วมกันเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างเป็นขั้นตอน และต้องเป็นแผนที่ปฏิบัติได้ มีจุดมุ่งหมายชัดเจน ได้ผลในระยะสั้น มีความเป็นไปได้สูงว่าจะทำได้สำเร็จ ซึ่งในแต่ละครั้ง ของการเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษากลุ่ม ผู้ให้การศึกษาจะให้สมาชิกทุกคนในกลุ่มได้แลกเปลี่ยน ความคิดเห็น ร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมรับการปรึกษาและการนำสิ่งที่ได้รับไปสู่ การปฏิบัติในชีวิตจริง ตลอดจนเกิดการเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก ที่เกิดขึ้นหลังจากการเข้าร่วม รับการปรึกษาแต่ละครั้ง จนนำไปสู่การเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ โดยสอดคล้องกับ งานวิจัยของสรวณีย์ อันสะโก (2548) ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม ต่อความหวังของผู้พิการ โดยกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความหวังจากลำดับท้ายสุดขึ้นไป แบ่งเป็น กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบประเมินความหวังและ โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง ผู้พิการกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษา มีคะแนนความหวังสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล และผู้พิการ กลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่า ก่อนการทดลอง และสอดคล้องกับงานวิจัยของจุลาพร น้อยวัฒนา (2551) ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่ม แบบเผชิญความจริงต่อสุขภาพจิตของพนักงานบริษัทเอกชนในจังหวัดชลบุรี กลุ่มตัวอย่าง มีคะแนนสุขภาพจิต 98 คะแนนหรือน้อยกว่า (สุขภาพจิตต่ำกว่าคนทั่วไป) แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ ดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยฉบับสมบูรณ์ใหม่ ปี พ.ศ. 2547 และ โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง พนักงานกลุ่มทดลองมีคะแนน เฉลี่ยการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงมีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองและระยะ ติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม พนักงานกลุ่มทดลองมีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองและระยะ ติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และพนักงานที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มีสุขภาพจิตระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกัน

สรุปได้ว่า โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีสามารถช่วยเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตให้สูงขึ้นทั้งในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 ที่กล่าวว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง

**สมมติฐานข้อที่ 2** ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

จากสมมติฐานข้อที่ 2 พบว่า ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หมายความว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีมีคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่สูงกว่ากลุ่มควบคุม แสดงให้เห็นว่า โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีที่ได้รับ จำนวน 17 ครั้ง สามารถเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ให้กับผู้ต้องขังหญิงในกลุ่มทดลองได้ ทั้งนี้เนื่องจากการปรึกษากลุ่มแต่ละครั้งประกอบด้วยขั้นตอน 3 ขั้นตอน คือ ขั้นเริ่มต้นให้การปรึกษา เป็นขั้นตอนที่ผู้ให้การปรึกษาร่วมกันสภาพที่ดีกับกลุ่มผู้รับการปรึกษา โดยใช้เทคนิคต่าง ๆ เช่น การฟัง การเรียบ การทวนความ การสะท้อนความรู้สึก การสรุปความ เป็นต้น เพื่อให้สมาชิกเกิดความผ่อนคลาย มีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน พร้อมทั้งจะเปิดเผยตนเอง ต่อมาขึ้นดำเนินการให้การปรึกษา เป็นขั้นตอนที่ผู้ให้การปรึกษาดำเนินการพัฒนาเหตุผลในการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิง โดยให้การปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมาประยุกต์ร่วมกับทฤษฎีเผชิญความจริง และขั้นยุติการให้การปรึกษา เป็นขั้นตอนที่ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการเข้าร่วมรับการปรึกษา และการนำสิ่งที่ได้รับไปสู่การปฏิบัติในชีวิตจริง ตลอดจนเกิดการเปลี่ยนแปลงแนวคิดหรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นหลังจากการเข้าร่วมรับการปรึกษา ตามที่คอร์เรย์ (Corey, 2008) กล่าวว่า แนวคิดอัตถิภาวะนิยมมองว่าคนเราเมื่อชีวิตหรือข้อขัดข้องในการดำเนินชีวิต ผู้รับการบำบัดต้องการความช่วยเหลือในการสำรวจและค้นหาเพื่อการตัดสินใจทางเลือกที่จะก้าวเดินต่อไป ซึ่งจะเห็นได้ว่า แนวคิดปรัชญาอัตถิภาวะนิยมนั้นพัฒนาขึ้นมาจากความพยายามที่จะช่วยเหลือบุคคลที่ประสบปัญหาในการดำรงชีวิตที่มีความรู้สึกโดดเดี่ยว แยกแยะ หรือไม่มีจุดหมายในชีวิต การปรึกษากลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมเน้นการสำรวจทางเลือกที่จะช่วยสมาชิกให้ดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย ถ้าคนเราตระหนักว่าเราอยู่ในสถานะเป็นผู้ถูกกระทำหรือเป็นเหยื่อ เราจะเริ่มเปลี่ยนแปลง กระบวนการกลุ่มจะช่วยให้เราเข้าใจว่า เราสามารถเลือกวิถีชีวิตของเราได้ด้วยตนเอง (อนงค์ วิเศษสุวรรณ, 2554) ส่วนทฤษฎีเผชิญความจริงเชื่อว่า บุคคลสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้เพียงคนเดียวเท่านั้น การควบคุมสถานการณ์ในชีวิตของตนเองขึ้นอยู่กับสิ่งที่เราเลือกที่จะกระทำ ความรู้สึกของเรา

ไม่ได้ขึ้นอยู่กับบุคคลอื่นหรือเหตุการณ์ที่เกิด เราไม่ใช่ทาสของผู้ใด และไม่ยึดติดอยู่กับอดีตหรือปัจจุบัน นอกจากเราเลือกที่จะเป็น หลักการหนึ่งของทฤษฎีเผชิญความจริง คือ อดีตสามารถส่งผลต่อปัญหาปัจจุบัน แต่อดีตไม่ใช่ปัญหา ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้นในอนาคต การดำเนินชีวิตให้มีประสิทธิภาพ อยู่ที่เราต้องมีชีวิตอยู่ต่อไปและวางแผนชีวิตที่เป็นปัจจุบัน หน้าที่ของเราก็คือทำทุกอย่างที่จะแก้ไขสัมพันธภาพในปัจจุบัน (อนงค์ วิเศษสุวรรณ, 2554)

โปรแกรมการปรึกษากลุ่มตั้งแต่ครั้งที่ 1-17 มีส่วนช่วยให้ผู้ต้องขังหญิงได้ทำการสำรวจความคิด ความรู้สึกของตนเอง เกิดการตระหนักรู้ตนเอง ยอมรับตนเอง สามารถค้นหาความหมายและคุณค่าของชีวิตตนเองได้ตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม โดยสอดคล้องกับงานวิจัยของกาญจนวัลย์ ภิญญาศุภสิทธิ์ และคณะ (2557) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อการตั้งเป้าหมายชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตกระบี่ กลุ่มตัวอย่างจากนักศึกษาที่มีคะแนนการตั้งเป้าหมายชีวิตต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 5 คน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่ได้รับ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีคะแนนการตั้งเป้าหมายชีวิตหลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลอง และนักศึกษาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม มีคะแนนการตั้งเป้าหมายชีวิตหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม และสอดคล้องกับงานวิจัยของ บุญญรัตน์ ทรงพานิช และคณะ (2545) ศึกษาผลของจิตบำบัดแบบแสวงหาความหมายต่อความหมายในชีวิตของผู้ลี้ภัย กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ลี้ภัยเพศชาย อายุ 30 ปีขึ้นไป จำนวน 50 คน ผู้วิจัยพัฒนา แบบวัดความหมายในชีวิตจากแบบวัดเอ็มไอเอสที ของสตาร์ค (Starck) ซึ่งเป็นแบบรายงานตนเอง มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า (Rating scale) ตามแบบลิเคิร์ต (Likert) 5 ระดับ จำนวน 20 ข้อ พบว่า หลังการทดลอง ผู้ลี้ภัยที่ได้รับจิตบำบัดแบบแสวงหาความหมายมีคะแนนความหมายในชีวิต สูงกว่าผู้ลี้ภัยที่ไม่ได้รับจิตบำบัด และหลังการทดลอง ผู้ลี้ภัยที่ได้รับจิตบำบัดแบบแสวงหา ความหมายมีคะแนนความหมายในชีวิตสูงกว่าก่อนได้รับจิตบำบัด และงานวิจัยของเผด็จ หวังรอด (2538) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่มที่มีต่อ ความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังในทัณฑสถานบำบัดพิเศษบางเขน กรุงเทพมหานคร พบว่า ผู้ต้องขังที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลมีความวิตกกังวล ในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลง ผู้ต้องขังที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีความวิตกกังวล ในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลง ผู้ต้องขังที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่ม มีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษลดลงแตกต่างกัน นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้ให้ สมาชิกได้สำรวจความต้องการในการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของตนเอง (Wants) สำรวจ พฤติกรรมที่ตนเองกระทำอยู่ในปัจจุบัน (Direction and doing) ประเมินพฤติกรรมของตนเอง

(Self-evaluation) จนสามารถวางแผนปฏิบัติและทำพันธะสัญญากับตนเองได้ (Planning) จึงทำให้ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองที่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่สูงขึ้นในระยะหลังการทดลอง ส่วนกลุ่มควบคุมใช้ชีวิตตามตารางปฏิบัติกิจกรรมประจำวันตามปกติของทัณฑสถานหญิง การที่ผู้ต้องขังในกลุ่มควบคุมไม่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี จึงไม่ใช้การเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ เป็นเหตุผลให้ผู้ต้องขังกลุ่มควบคุมยังคงมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ไม่เปลี่ยนแปลงไปในระยะหลังการทดลอง

สรุปได้ว่า ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2

**สมมติฐานข้อที่ 3** ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ซึ่งพบว่า ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากผู้ต้องขังกลุ่มควบคุมไม่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี จึงไม่ได้รับการกระตุ้นเพื่อให้เกิดกระบวนการเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ จึงทำให้คะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่แตกต่างจากผู้ต้องขังกลุ่มทดลอง แม้ว่าผู้ต้องขังกลุ่มทดลองจะสิ้นสุดระยะการทดลองไปแล้ว แต่เนื่องจากการได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ เป็นระยะเวลา 17 ครั้งนั้น ช่วยเสริมสร้างให้ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองเกิดการเปลี่ยนแปลงทางความคิด ความรู้สึก ด้วยโปรแกรมต่าง ๆ เช่น โปรแกรมการตระหนักรู้ตนเองและการยอมรับตนเอง โปรแกรมค้นหาความหมายและคุณค่าของชีวิต โปรแกรมเสริมภาพในการเลือก ผู้เลือก และผู้รับผิดชอบ

โปรแกรมการตระหนักรู้ตนเองและการยอมรับตนเอง เป็นโปรแกรมที่ทำให้สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้การสำรวจตนเองเพื่อนำไปสู่การตระหนักรู้ตนเองอย่างแท้จริง ได้ค้นพบตนเอง ยอมรับตนเอง และมีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง โดยสมาชิกกลุ่มได้สะท้อนความคิดของตนเองลงในใบกิจกรรมถึงความรู้สึกที่มีต่อตนเอง สิ่งที่ภาคภูมิใจในตนเอง จากนั้นสมาชิกกลุ่มได้พูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน บรรยากาศของกระบวนการกลุ่มทำให้สมาชิกแต่ละคนกล้าเปิดเผยตนเอง ทั้ง ๆ ที่แต่ก่อนที่จะมาเข้ากลุ่มไม่เคยพูดคุยกันมาก่อนเลย เกิดความไว้วางใจกัน และต่างให้กำลังใจซึ่งกันและกัน

โปรแกรมค้นหาความหมายและคุณค่าของชีวิต เป็นโปรแกรมที่ทำให้สมาชิกกลุ่ม ได้สำรวจตนเองในชีวิตที่ผ่านมา ว่ามีสิ่งใดบ้างที่เป็นพลังชีวิตของตนเองที่ทำให้เขามีชีวิตอยู่ต่อไป อย่างมีความหมาย เพื่อนำไปสู่ความหมายในชีวิตของเขา โดยสมาชิกกลุ่มได้สะท้อนความคิดของตนเองลงในใบกิจกรรม จากนั้นสมาชิกกลุ่มได้พูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และต่างให้กำลังใจ ซึ่งกันและกัน

โปรแกรมเสรีภาพในการเลือก ผู้เลือก และผู้รับผิดชอบ เป็นโปรแกรมที่ทำให้สมาชิกกลุ่ม ได้ตระหนักในเสรีภาพในการเลือก ทราบถึงผลดีและผลเสียที่จะเกิดตามมาจากการเลือกของตนเอง และต้องรับผิดชอบต่อการกระทำและสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองเพราะเขาเป็นคนเลือกเอง ให้สมาชิก ตระหนักว่า ทุกอย่างอยู่ที่ตนเองเลือกกว่าจะเลือกทำให้ชีวิตประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว โดยผู้ให้การปรึกษาเล่าถึงเรื่องราวของผู้ประสบความสำเร็จ/ ประสบความสำเร็จล้มเหลว ภายหลัง ออกจากเรือนจำ จากนั้นเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มทุกคนได้ร่วมอภิปราย ชักถามในเรื่องที่ได้ฟัง ภายหลังจากการให้การปรึกษากลุ่มในแต่ละครั้งแล้ว สมาชิกกลุ่มได้สะท้อนความคิด ให้เห็นถึงความหมายและคุณค่าของชีวิต ตัวอย่างเช่น

- คุณเอ้ กล่าวว่า ความหมายและคุณค่าของชีวิตคือเป้าหมายในชีวิตของเรา คือ กลับ ไป สร้างสิ่งดี ๆ ให้ครอบครัว ดูแลพี่ชายให้ดีที่สุด จะทำให้พี่ชายรู้ว่า สิ่งที่เราเคยทำผิดพลาดมา เราสำนึกผิดและพร้อมที่จะแก้ไขกับสิ่งที่เคยทำผิดมา

สิ่งที่ต้องปฏิบัติเพื่อไปสู่ความหมายในชีวิตของตนเองคือ จะต้องปรับปรุงตนเอง ต้องมุ่งมั่นกับสิ่งดี ๆ ที่ควรจะทำ จะต้องไม่ยอมแพ้และท้อที่จะทำความดี ความดีมันทำยาก แต่ก็ จะทำได้ ทำทีละนิดเดี๋ยวก็ทำได้เอง

ความคิด ความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงไปหลังจากที่มาร่วมการปรึกษากลุ่มคือ รู้จักรับฟัง ผู้อื่น รู้สึกดีเมื่อเพื่อน ๆ ในกลุ่มระบายความทุกข์ในใจให้เราฟัง นั้นหมายความว่า เพื่อน ไว้ใจเรา

- คุณตัว กล่าวว่า ความหมายและคุณค่าของชีวิตคือ อยากพ้นโทษออกไป มีแม่คอยอยู่ และจะกลับไปดูแลลูก ไปเป็นแม่ที่ดีของลูก อยากปลุกบ้านให้แม่อยู่แบบสบาย ๆ และอยากมี ร้านซ่อมมอเตอร์ไซด์เป็นของตนเอง

สิ่งที่ต้องปฏิบัติเพื่อไปสู่ความหมายในชีวิตของตนเองคือ ต้องอดทน “อยู่ให้เป็น เย็นให้พอ รอให้ได้” ปรับเปลี่ยนอุปนิสัยของตนเองให้ดีขึ้นเพื่อวันข้างหน้า

ความคิด ความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงไปหลังจากที่มาร่วมการปรึกษากลุ่มคือ มุมมอง กว้างขึ้น ไม่เอาตนเองเป็นบรรทัดฐาน ไม่ขวางโลก อดทนขึ้น เก็บกดน้อยลง สบายใจขึ้นที่มี คนรับฟังเราและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และนำมาปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเอง ขอขอบคุณอาจารย์ ที่เลือกเขาเข้าร่วมกิจกรรมนี้ ขอขอบคุณค่ะ



- คุณคิด กล้าว่า ความหมายและคุณค่าของชีวิตคือ อยากกลับบ้าน จะได้อยู่อยู่กับลูก ๆ เพื่ออยู่พร้อมหน้าให้ครอบครัวมีความอบอุ่น และเห็นใจซึ่งกันและกัน อยากกลับไปสร้างชีวิตใหม่ในครอบครัว

สิ่งที่ต้องปฏิบัติเพื่อไปสู่ความหมายในชีวิตของตนเองคือ ทำตามกฎระเบียบในเรือนจำให้ดีที่สุด ไม่ผิดต่อวินัย อยู่กับเพื่อนได้ และเข้าใจคนรอบข้าง ไม่หงุดหงิด ใจเย็น ทำตัวสบาย ๆ และไม่เครียด

ความคิด ความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงไปหลังจากที่มาร่วมการปรึกษากลุ่มคือ ความรู้สึกสบายใจขึ้น มีความคิดที่มั่นคง ใจเย็นขึ้น อดทน เข้มแข็ง ได้รู้อะไรดี ๆ หลายอย่าง ได้เจอเพื่อนที่รู้จักได้ประสบการณ์ใหม่ และอาจารย์ร่วมกิจกรรมดีมาก รู้สึกดีขึ้น โดยสอดคล้องกับงานวิจัยของยูพา แดงภักดี (2549) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบอรรถิภาวนิยมต่อการลดภาวะซึมเศร้าของผู้เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายที่มารับการรักษาในโรงพยาบาล แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบประเมินภาวะซึมเศร้า CES-D และ โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบอรรถิภาวนิยม พบว่า ผู้เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายที่ได้รับการปรึกษามีภาวะซึมเศร้าน้อยกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล และผู้เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายที่ได้รับการปรึกษามีภาวะซึมเศร้าในระยะติดตามผลแตกต่างกัน และสอดคล้องกับงานวิจัยของนิชชีมา ทนศิริ (2551) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ แบบวัดการปรับตัวทางสังคม และ โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้าโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มมีค่าคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล

สรุปได้ว่า ผู้ต้องขังที่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งตรงกับสมมติฐานข้อที่ 3

**สมมติฐานข้อที่ 4** ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง

ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อธิบายได้ว่า โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีสามารถเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยผู้ต้องขังมีคะแนนเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่สูงขึ้นในระยะหลังการทดลองมากกว่าระยะก่อนการทดลองนั้น เป็นผลมาจากโปรแกรมต่าง ๆ เช่น

โปรแกรมการสำรวจความต้องการในการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ โปรแกรมการสำรวจพฤติกรรมการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ที่กำลังกระทำอยู่ในปัจจุบัน โปรแกรมการวางแผนปฏิบัติและพันธะสัญญา

โปรแกรมการสำรวจความต้องการในการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ เป็น โปรแกรมที่ทำให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจถึงความต้องการที่แท้จริงของตนเองและมีแนวทางที่จะปฏิบัติตนอย่างไรที่จะนำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ เพื่อพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ โดยสมาชิกกลุ่มได้สะท้อนความคิดของตนเองลงในใบกิจกรรม การที่สมาชิกได้เขียนในสิ่งที่ตนเองคิด ถ่ายทอดออกมาด้วยการเขียนนั้น ทำให้สมาชิกเกิดกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางความคิด ตลอดจนค้นพบทางเลือกที่เหมาะสมกับตนเอง เกิดการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง และจากการที่สมาชิกกลุ่มได้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ให้กำลังใจกัน จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงและพัฒนา

โปรแกรมการสำรวจพฤติกรรมการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ กำลังกระทำอยู่ในปัจจุบัน เป็น โปรแกรมที่ทำให้สมาชิกกลุ่มได้ตระหนักไว้ในพฤติกรรมของตนเองเพื่อพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในปัจจุบัน ว่าสิ่งที่กำลังกระทำอยู่นั้น สามารถนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้หรือไม่ โดยได้เขียนลงในสมุดบันทึกทศวรรษ ซึ่งต้องเขียนบันทึกทุกวันตามที่กำหนดไว้ เมื่อถึงวันนัดหมายสมาชิกได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกันว่ามีสิ่งใดบ้างที่ปฏิบัติได้และสิ่งใดที่ยังปฏิบัติไม่ได้และมีอุปสรรคอะไรบ้าง สมาชิกต่างให้ข้อเสนอแนะและให้กำลังใจซึ่งกันและกัน บรรยากาศของกลุ่มที่ทำให้สมาชิกแต่ละคนได้มองเห็นความเปลี่ยนแปลงของกันและกัน ก่อเป็นแรงผลักดันให้แต่ละคนพยายามที่จะพัฒนาตนเองไปสู่เป้าหมายของตนให้ได้

โปรแกรมการวางแผนปฏิบัติและพันธะสัญญา เป็น โปรแกรมที่สมาชิกกลุ่มได้วางแผนปฏิบัติเพื่อพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ เพื่อไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ สมาชิกได้สรุปถึงพฤติกรรมของตนเองที่ต้องการเปลี่ยนแปลง เพื่อนำชีวิตให้มีความสุข วางแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและเลือกวิธีปฏิบัติที่เหมาะสมกับตนเอง ซึ่งเป็นแผนที่ยังไม่ซับซ้อน สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง จากนั้นให้สมาชิกทำหนังสือพันธะสัญญาเพื่อเป็นเครื่องยืนยันในความตั้งใจจริงของสมาชิกกลุ่มที่จะปฏิบัติตามแนวทางที่ตนเองได้กำหนดไว้

หลังจากการให้การปรึกษากลุ่มในแต่ละครั้งแล้ว สมาชิกกลุ่มได้สะท้อนความคิดให้เห็นถึงการวางแผนปฏิบัติเพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ตัวอย่างเช่น

- คุณวาท กล่าวว่า พฤติกรรมที่ต้องการเปลี่ยนแปลงตนเองเพื่อพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่คือ การยิ้ม เพื่อให้รอบตัวมีคนยิ้มให้เราเหมือนที่เรายิ้มให้เพื่อน การพูดอยากให้นักรอบตัวพูดดี ๆ กับเราเหมือนที่เรารู้อดี ๆ กับคนรอบตัว รู้สึกดีและมีความสุขกว่าวันที่ผ่านมา สติเพื่อกำหนดตนเองให้อดทนอีกนิดเดี๋ยวก็ลืม

สิ่งที่ต้องปฏิบัติเพื่อเปลี่ยนแปลงตนเองคือ ยึดเวลาที่เจอปัญหาหรือเจอคนพูดจากับเรา  
ไม่ดี หุุดตนเองแล้วก็ยิ้ม พุดจาติ ๆ เวลาที่เจออะไรร้าย ๆ อดทนและตั้งสติ เพื่อรอเวลาเดี๋ยวก็นิ้ม

อุปสรรคคือ อารมณ์และตัวบุคคล

วิธีแก้ไขเมื่อเกิดอุปสรรคคือ ทำอารมณ์ให้เย็น เดินหนีต้นเหตุที่ทำให้โมโห แล้วค่อย  
ตั้งสติกับปัญหาที่เกิด

- คุณชู กล่าวว่า พฤติกรรมที่ต้องการเปลี่ยนแปลงตนเองเพื่อพัฒนาเหตุผล  
เพื่อการดำรงชีวิตอยู่คือ ใจร้อน หงุดหงิดง่าย

สิ่งที่ต้องปฏิบัติเพื่อเปลี่ยนแปลงตนเองคือ พยายามออกห่างจากสิ่งที่ไม่วุ่นวาย ตั้งสติ อดทน  
และไตร่ตรองให้ละเอียดเพื่อสงบสติตนเอง เพื่อไม่ให้เกิดความอยากได้ อยากมี เหมือนอย่างเดิม

อุปสรรคคือ ใจ ต้องถอยออกมาให้ใจเย็นก่อน

วิธีแก้ไขเมื่อเกิดอุปสรรคคือ ปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนให้ได้ ตั้งสติแล้วเดินออกจาก  
เหตุที่เกิด ออกห่างมาให้ไกลจากปัญหานั้น ๆ และปฏิบัติตามกฎของเรือนจำทุก ๆ เรื่อง เพื่อที่  
เราจะได้อิสราภาพ

- คุณเอ้ กล่าวว่า พฤติกรรมที่ต้องการเปลี่ยนแปลงตนเองเพื่อพัฒนาเหตุผล  
เพื่อการดำรงชีวิตอยู่คือ ไม่อารมณ์เสี้ง่าย เจ้าอารมณ์ง่าย ยึดบ่อยขึ้น พุดเพราะขึ้น

สิ่งที่ต้องปฏิบัติเพื่อเปลี่ยนแปลงตนเองคือ เข้าใจผู้อื่นมากขึ้น ใจเย็น ไม่คิดฟุ้งซ่าน  
เดินออกจากสิ่งที่เราโกรธ

อุปสรรคคือ ใจที่ควบคุมยาก เพื่อนรอบข้าง กฎระเบียบ

วิธีแก้ไขเมื่อเกิดอุปสรรคคือ ทำใจให้เย็นลง หลีกเลียงปัญหาที่กำลังจะเกิด ทำใจยอมรับ  
กับกฎระเบียบ คิดถึงครอบครัวที่กำลังรออยู่

สอดคล้องกับงานวิจัยของอาดัม นีละไพจิตร (2548) ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่ม  
ทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขัง กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนคุณค่าแห่งตนต่ำกว่า  
ค่าเฉลี่ย แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 5 คน ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่าง  
วิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองมีคุณค่าแห่งตนสูงกว่ากลุ่มควบคุม  
ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองมีคุณค่าแห่งตนในระยะ  
หลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง และผู้ต้องขังกลุ่มทดลองมีคุณค่าแห่งตน  
ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลต่างกัน

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่า โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี  
เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ก่อให้เกิดการพัฒนาอย่างต่อเนื่องของผู้ต้องขัง  
เสริมสร้างให้เกิดการเรียนรู้ประสบการณ์จากกลุ่ม ไม่ว่าจะเป็ความคิดเห็นจากสมาชิกกลุ่ม

กำลังใจที่มีให้กัน ส่งผลให้สมาชิกเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง บรรยากาศของกลุ่มที่ทำให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนได้มองเห็นความเปลี่ยนแปลงของกันและกัน ก่อเป็นพลังให้แต่ละคนพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองเพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ผู้ต้องขังหญิงมองเห็นเป้าหมายเพื่อการมีชีวิตอยู่ต่อไป มองเห็นว่าชีวิตมีคุณค่า พร้อมทั้งจะเปลี่ยนแปลงตัวเองไปในทิศทางที่ดีขึ้น เพื่อจะได้กลับไปอยู่กับครอบครัวที่พวกเขารัก

สรุปได้ว่า ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งตรงกับสมมติฐานข้อที่ 4

**สมมติฐานข้อที่ 5** ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง

ผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อธิบายได้ว่า ผลการวิจัยสนับสนุนประสิทธิภาพของโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีเพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ เนื่องจากโปรแกรมนี้เป็นการบูรณาการการให้การปรึกษาแบบ Integrative multi-theoretical ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง โดยทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมเน้นเรื่องความทุกข์ในการดำรงชีวิตของมนุษย์ ทฤษฎีนี้พัฒนาขึ้นมาเพื่อช่วยให้บุคคลที่อยู่ในสถานการณ์ที่ลำบาก เช่น โดดเดี่ยว แผลกแยก หมดหวัง ไร้ความหมาย ไม่มีจุดหมายในชีวิต ซึ่งอาศัยหลักการที่ว่า มนุษย์ทุกคนมีอิสระในการตัดสินใจ ในโชคชะตาของตนเอง แต่จะต้องรับผิดชอบผลที่เกิดขึ้นจากการตัดสินใจ มนุษย์เรามีอิสรภาพ (Freedom) ที่จะกำหนดกฎเกณฑ์และความหมายให้ชีวิตของตนเอง (Meaning of life) และจะต้องรับผิดชอบ (Responsibility) ต่อการกระทำและผลที่เกิดขึ้นจากการตัดสินใจของตนเอง สำหรับทฤษฎีเผชิญความจริงเชื่อว่า บุคคลสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้เพียงคนเดียวเท่านั้น การควบคุมสถานการณ์ในชีวิตของตนเอง ขึ้นอยู่กับสิ่งที่เราเลือกที่จะกระทำ การดำเนินชีวิตให้มีประสิทธิภาพ อยู่ที่เราต้องมีชีวิตอยู่ต่อไปและวางแผนชีวิตที่เป็นปัจจุบัน ทฤษฎีเผชิญความจริงนี้เป็นการให้คำปรึกษาที่เน้นพฤติกรรมปัจจุบันของผู้รับการปรึกษา เพื่อที่จะพัฒนาพฤติกรรมที่เป็นอยู่ให้เป็นพฤติกรรมใหม่ที่มีประสิทธิภาพ และตอบสนองความต้องการของผู้รับคำปรึกษา โดยมีเป้าหมายที่จะช่วยให้บุคคลรู้จักตนเอง กล้าเผชิญความจริง และตอบสนองความต้องการของตนในโลกความจริง

กอบปรักการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีใน โปรแกรมนี้มีจำนวนถึง 17 ครั้ง อีกทั้งบรรยากาศของกระบวนการกลุ่มที่สมาชิกกลุ่มคอยช่วยเหลือ แสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจ

ซึ่งกันและกัน ถือเป็นแรงผลักดันนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงและพัฒนาตนเองขึ้น นอกจากนี้ในแต่ละครั้งของการให้การปรึกษากลุ่ม สมาชิกกลุ่มทุกคนได้สะท้อนความคิดของตนเองลงในใบกิจกรรม การที่สมาชิกได้เขียนในสิ่งที่ตนเองคิด ถ่ายทอดออกมาด้วยการเขียนนั้น ทำให้สมาชิกเกิดกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางความคิด ตลอดจนค้นพบทางเลือกที่เหมาะสมกับตนเอง เกิดการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง

ภายหลังจากการให้การปรึกษากลุ่มในแต่ละครั้งแล้ว สมาชิกกลุ่มได้สะท้อนความคิดให้เห็นถึงผลของการเข้าร่วม โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี และประโยชน์ที่ได้รับ ตัวอย่างเช่น

- คุณวา กล่าวว่า ความรู้สึกสำหรับครูผู้สอน รู้สึกว่าเราก็เหมือนคนทั่วไป ครูไม่แบ่งขีดของกำแพง ไม่แบ่งเส้น ทำให้รู้สึกดี ครูทำให้เกิดความรู้สึกไวใจ เปิดใจกล้าคุย กล้าปรึกษากับคนแปลกหน้า สำหรับเพื่อนในกลุ่มแต่ละคน ถ้าไม่มีกิจกรรมครั้งนี้ เราจะไม่รู้เลยว่าทุกคนมีปัญหา ไม่ใช่แค่เรา และทุกคนก็อยากมีเพื่อน ทุกคนมีมุมมองแตกต่างกัน แต่สิ่งที่ทุกคนมีคือความรู้สึกดี ๆ ที่เก็บไว้

ความคิด ความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงไปหลังจากที่มาเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มคือ ครูมีคำพูดที่ทำให้เราหลาย ๆ คนกล้าเปิดใจ หลาย ๆ คนกล้าที่จะให้แนวทางการใช้ชีวิตในนี้ ถ้าไม่มีกิจกรรมครั้งนี้เราอาจจะอยู่แค่มุมมองของเราเท่านั้น

- คุณตัว กล่าวว่า ก่อนอื่นต้องขอขอบคุณครูที่ได้เลือกหนูมาร่วมกลุ่มครั้งนี้ ได้รู้จักเพื่อน ๆ ทุกคนก็แค่เจอกันแต่ไม่ค่อยสนิท แต่ตอนนี้สนิทและพูดคุยกันมากขึ้น และได้รู้ถึงปัญหาความรู้สึกของทุกคน และก็ได้นำแนวทาง ความคิดดี ๆ ของเพื่อน ๆ ไปปรับปรุงแก้ไขตนเอง อย่างเช่น แม่แดงที่ใช้คำพูด “ขอบคุณ ขอโทษ” ตอนนี้ใช้บ่อยมาก มีความอดทนมากขึ้น และปรับตัวในทางที่ดีขึ้น ใจเย็นขึ้น และคุยกับเพื่อนมากขึ้น ขอขอบคุณครูนิคและเพื่อน ๆ ในกลุ่มทุกคน กับความรู้ดี ๆ ความคิดดี ๆ ความรู้สึกดี ๆ ที่มีมาให้ ขอขอบคุณค่ะ

ความคิด ความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงไปหลังจากที่มาเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มคือ มีกำลังใจมากขึ้นและพร้อมที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเองให้ดีขึ้น เพื่อคนที่เรารักและเพื่อน ๆ ที่อยู่รอบข้างตัวเรา และจะทำตัวเราเองให้มีคุณค่ามากขึ้น จะไม่ทิ้งเวลาให้หมดไป จะทำวันนี้และทุก ๆ วัน ให้ดีที่สุด เพื่อเป้าหมายของชีวิตของเราในวันข้างหน้า

- คุณหยง กล่าวว่า รู้สึกขอบพระคุณคณะผู้ทำโครงการนี้ ที่ได้มอบโอกาสและความใส่ใจต่อผู้ต้องขัง โดยเฉพาะในกลุ่มที่ถูกคัดเลือก 11 คน ทำให้พวกเราได้มีโอกาสบอกเล่าความเป็นไปสภาพสิ่งแวดล้อมของผู้ต้องขัง รับฟังปัญหาพร้อมทั้งบอกวิธีแก้ปัญหา สร้างแรงบันดาลใจ ดอกหญ้า

เรื่องการสร้างสิ่งดี ๆ ในส่วนของพวกเรา 11 คน ก็ได้รู้จักกันมากขึ้น ขอมริบความคิดเห็นที่แตกต่างกันมากขึ้น เกิดมิตรภาพที่ยั่งยืน

ความคิด ความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงไปหลังจากที่มาเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มคือ มีกำลังใจที่จะเปลี่ยนแปลงชีวิตให้ดีขึ้น หาคุณค่าและศรัทธาในตนเองมากขึ้น เพื่อครอบครัวที่รอเราอยู่ เพื่อวันที่เราได้กลับบ้าน จะได้ไม่สร้างสิ่งผิดพลาดอีก

- คุณแนน กล่าวว่า รู้สึกดีที่มีโครงการนี้ขึ้น อาจารย์นัดทำให้เรามีความคิดเห็นเปลี่ยนไปจากเดิม ทำให้เรามีแนวทางเพื่อนำไปปรับใช้และไปปฏิบัติต่อไปในชีวิตประจำวัน และทำให้เรากล้าพูด กล้าแสดงออก กล้าเปิดใจกับเพื่อนมากขึ้น

ความคิด ความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงไปหลังจากที่มาเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มคือ มีกำลังใจที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีขึ้น ชีวิตมีคุณค่า เรามีคนที่เรารักและรักเรารออยู่เยอะ อนาคตข้างหน้ามีสิ่งที่เราต้องเรียนรู้อีกมากมาย เราต้องอดทน และผ่านมันไปให้ได้ ชีวิตมีเป้าหมายที่จะกลับไปอยู่กับครอบครัว ไม่ว่าจะปัญหาจะหนักแค่ไหนเราต้องสู้และอดทน เพราะเชื่อว่าสักวันมันจะผ่านไป

- คุณคิด กล่าวว่า มีความรู้สึกมากที่ได้มาร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ ได้รู้จักนิสัยที่ดี ๆ ที่เพื่อนร่วมกลุ่ม และได้ข้อคิดที่อาจารย์คอยชี้แนะทางที่ดี และเข้าใจเพื่อนมากขึ้น

ความคิด ความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงไปหลังจากที่มาเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มคือ รู้สึกมีกำลังใจมากขึ้น และอดทนต่อสิ่งที่เกิดขึ้นกับเรา ทำให้ชีวิตมีเป้าหมาย เพื่อจะกลับไปอยู่กับครอบครัว และมีกำลังใจดีขึ้นมาก เราผ่านอุปสรรคนี้ได้ ชีวิตของเราก็จะมีคุณค่าและมีความหมาย เพื่อครอบครัวที่รอเราอยู่

สรุปได้ว่า ผู้ต้องขังที่ได้รับ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งตรงกับสมมติฐานข้อที่ 5

ผลการวิจัยสรุปได้ว่า การบูรณาการการปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎี ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง สามารถเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิงได้ โดยผู้ต้องขังหญิงในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนทดลอง และยังคงต่อเนื่องถึงแม้ว่าจะทิ้งระยะห่างเป็นเวลา 1 เดือน ในระยะติดตามผล แสดงให้เห็นถึงประสิทธิภาพของการบูรณาการการปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎี ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริงนั้น สามารถเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ให้กับผู้ต้องขังหญิงได้

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. จากผลการวิจัย พบว่า การบูรณาการการปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎี ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง เป็นนวัตกรรมการศึกษาที่สามารถเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิงได้ จึงมีประโยชน์ต่อผู้ที่มีหน้าที่เกี่ยวข้องกับผู้ต้องขัง นักจิตวิทยา ตลอดจนผู้ที่สนใจ สามารถนำไปบูรณาการการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีต่อเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขัง ไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมตามบริบทของแต่ละหน่วยงานต่อไป

2. ควรมีการช่วยเหลือดูแลผู้ต้องขังที่มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่น้อยอย่างต่อเนื่อง ด้วยการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี จะช่วยเสริมสร้างการมีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง ทำให้พวกเขาเหล่านั้นมีเหตุผลและมีความหมายของชีวิตในตัวเอง ใช้ชีวิตอย่างมีความหวัง

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. เนื่องด้วยตัวแปรเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ เป็นตัวแปรที่ช่วยเสริมสร้างความเชื่อของบุคคลที่มีอยู่ในตัวเองให้มองชีวิตอย่างมีความหมาย มีเหตุผลที่จะใช้ชีวิตอยู่เพื่อวันข้างหน้า จึงควรมีการนำโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง ไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ เช่น ผู้ต้องขังชาย ผู้ป่วยเรื้อรัง ผู้มีภาวะสิ้นหวัง เป็นต้น

2. ควรศึกษาผลของโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง ซึ่งเป็นนวัตกรรมการศึกษาเพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ในลักษณะที่เป็นการให้คำปรึกษารายบุคคล

3. ผู้วิจัยทำการศึกษาเฉพาะที่ทัณฑสถานหญิงชลบุรีเท่านั้น ควรมีการนำไปศึกษากับทัณฑสถานอื่น ๆ ต่อไป

## บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ กรีทอง. (2545). *ทฤษฎีและแนวปฏิบัติในการให้การปรึกษา (หน่วยที่ 13) (พิมพ์ครั้งที่ 2)*.  
นนทบุรี: สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2557). *แนวทางการดูแลผู้ป่วยโรควิตกกังวลระดับจังหวัด (ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 3 ปี 2557)*. เข้าถึงได้จาก [http://www.thaidepression.com/www/58/navtrng\\_3.pdf](http://www.thaidepression.com/www/58/navtrng_3.pdf)
- กสิณา บุญแสง. (2544). *การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษากลุ่มและกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น ศูนย์เมอร์ซี่ กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.*
- กาญจนาวัลย์ ภิญ โฉมสุกสิทธิ์, วัลลยา ชรรมอภิบาล และสุนน เกลาจิต. (2557). ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อการตั้งเป้าหมายชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตกระบี่. *วารสารวิชาการ สถาบันการพลศึกษา*, 6(3), 59-67.
- กาญจนา ไชยพันธุ์. (2549). *การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- กานดา ผาวงศ์. (2551). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดของแซทเทียร์ โมเดล (Satir model) เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขัง*. การศึกษาค้นคว้าอิสระการศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- จารุวรรณ คงยศ. (2551). *การปรับตัวของผู้ต้องขังให้เข้ากับสภาพเรือนจำ: ศึกษาเฉพาะกรณีเรือนจำกลางคลองเปรม*. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารงานยุติธรรม, คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- จิราภรณ์ สวนพุ่ม. (2550). *ภาวะสุขภาพจิตของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน*. การค้นคว้าแบบอิสระ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- จุฑาทิพย์ ประทินทอง. (2551). *ผลของโปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวกต่อภาวะซึมเศร้าของผู้ต้องขังวัยรุ่นชายในเรือนจำจังหวัดพิจิตร*. การค้นคว้าแบบอิสระ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.



- จूरรัตน์ นิลจันทิก. (2553). *ความหมายในชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์: การศึกษาเชิงคุณภาพแบบทีมวิจัยเห็นชอบร่วมกัน*. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- คววมณี จงรักษ์. (2549). *ทฤษฎีการให้คำปรึกษาและจิตบำบัดเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น).
- เดชา สังขวรรณ, จุฑารัตน์ พูลเกษ, สุทธิพันธ์ จันทนา, รุ่งนภา เทพภาพ, เพ็ญใจ แต่เกษม, จิราพร เอี่ยมสมบูรณ์, วิศรา ศิริสุทธิเดชา, รติรส อรุณคง และพรรณ ศิลปวัฒนาพร. (2549). *โครงการวิจัย ผลกระทบที่ผู้ต้องขังได้รับจากการถูกคุมขังเป็นระยะยาว*. กรุงเทพฯ: ศูนย์วิจัยและพัฒนาอาชญาวิทยาและกระบวนการยุติธรรม คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ตุลาพร น้อยวัฒนา. (2551). *ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงต่อสุขภาพจิตของพนักงานบริษัทเอกชนในจังหวัดชลบุรี*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา, คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- นภาพรณ หะวานนท์, เพ็ญสิริ จีระเดชากุล, ชีรวลัย วรรณโนทัย, พิศมัย รัตนโรจน์สกุล, กิตติกร สันคติประภา, กำจัด พ่วงสวัสดิ์ และจิราภ สันธุนาวา. (2555). *การใช้วิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม เพื่อนำข้อกำหนดกรุงเทพฯ ไปสู่การปฏิบัติ: กรณีศึกษาในประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: สำนักกิจการในพระดำริพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา.
- นันทิยา เอกอริคมกิจ. (2542). *การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่มเพื่อพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกของเยาวชนหญิง ในสถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- นันท์ชัตต์สันห์ สกุลพงศ์. (2557 ก). *บทความฟื้นฟูวิชาการ: จิตวิทยาการศึกษาและจิตบำบัดแบบผสมผสาน*. *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*, 22(2), 103-114.
- นันท์ชัตต์สันห์ สกุลพงศ์. (2557 ข). *บทวิจารณ์หนังสือ เรื่อง “ศิลปะแห่งการปรึกษาทางจิตวิทยาแบบผสมผสาน” (พิมพ์ครั้งที่ 3)*. *วารสารพฤติกรรมศาสตร์*, 20(2), 238-247.
- นิชฌิมา ทนศิริ. (2551). *ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนวัยรุ่น*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา, คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยบูรพา.

- นิภา นิ่มนวล. (2548). ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของผู้ต้องขังให้เข้ากับสภาพแวดล้อมของเรือนจำ: ศึกษาเฉพาะกรณีของทัณฑสถานหญิงกลาง. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารงานยุติธรรม, คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- นิรันดร์ เหลืองอร่าม. (2549). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพร้อมในการเข้าสู่สังคมของผู้ต้องขัง ทัณฑสถานบำบัดพิเศษจังหวัดปทุมธานี. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชา สังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์.
- บุญญรัตน์ ทรงพานิช, สุภาพรณ โคตรจรัส และจิน แบร์. (2545). ผลของจิตบำบัดแบบแสงหา ความหมายต่อความหมายในชีวิตของผู้ลี้ภัย. *Proceeding of the East-West Psychological Science Research Center*, 2, 169-171.
- ประดับดวง ดุลยปวีณ ศรีสวัสดิ์. (2548). ความต้องการของผู้ต้องขังโทษประหารชีวิต: ศึกษา เฉพาะกรณีเรือนจำกลางบางขวาง. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชา การบริหารงานยุติธรรม, คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ปราณี ทรคุษฎี. (2552). ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีทางเลือกต่อการเผชิญปัญหา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชา จิตวิทยาการให้คำปรึกษา, คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- เผด็จ หรั่งรอด. (2538). การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่มที่มีต่อ ความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังในทัณฑสถานบำบัดพิเศษ บางเขน กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยา การแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- พงศ์ฤทธิ์ จันทรมงคล. (2552). การเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองและความเชื่ออำนาจในตน ระหว่างผู้ต้องขังที่ปรับตัวได้ดีกับไม่ดีในทัณฑสถานหญิงเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัย เชียงใหม่.
- พรรณอร กิจพิทักษ์. (2552). การปรับตัวของผู้ต้องขังหญิงเข้าใหม่ในทัณฑสถานหญิงธนบุรี. สารนิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารงานยุติธรรม, คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- พระสุริย์ชัย ชูช่วย. (2545). การแสวงหาความสุขและคุณค่าของชีวิต กรณีศึกษาที่สนะกลุ่มคน ต่างวัยในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจริยศาสตร์ ศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.

- ภาวดี เหมทานนท์, อาทิตย์ ภูมิสวัสดิ์, จิราภรณ์ กาญจนะ, สุทัศน์ เหมทานนท์, นิสารัตน์ นรสิงห์, เครื่องมาศ เพชรชู และมัลลีย์ อุตตมางกูร. (2549). *ภาวะสุขภาพจิตของผู้ต้องขังหญิงเรือนจำกลางนครศรีธรรมราช*. นครศรีธรรมราช: วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครศรีธรรมราช.
- มยุรา อุดมเลิศปรีชา. (2552). *ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- มัตติกา ศรีพวงทอง. (2548). *ผลการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีภวนิยมต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของหญิงบริการทางเพศ*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ยุพา แดงภักดี. (2549). *ผลการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาวะนิยมต่อการลดภาวะซึมเศร้าของผู้เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- วัชร ทรัพย์มี. (2546). *ทฤษฎีให้บริการปรึกษา* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศรวณีย์ อันสะโก. (2548). *ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อความหวังของผู้พิการ*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ศักดิ์ชัย เลิศพานิชพันธุ์ และคณะ. (2554). *รายงานผลการศึกษาลบแบบสมบูรณ์ โครงการวิจัยการสังเคราะห์วรรณกรรมและงานวิจัยเกี่ยวกับการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิงและเด็กติดผู้ต้องขังในรอบ 7 ปี (พ.ศ. 2545-2551)*. กรุงเทพฯ: งานวิจัยภายใต้โครงการกำลังใจในพระดำริพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา.
- สมพร จันอุด. (2549). *ความเชื่อบุญบาปตามแนวทางพระพุทธศาสนา ของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดมหาสารคาม*. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาพุทธศาสตร์การพัฒนา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- สำนักกิจการในพระดำริพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา. (2555 ก). *คู่มือการจัดการและการกำหนดคน โยบายในการปฏิบัติต่อผู้กระทำความผิดหญิง*. กรุงเทพฯ: สำนักกิจการในพระดำริพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา.

- สำนักกิจการในพระตำริพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา. (2555 ข). *INSPIRE โครงการกำลังใจและโครงการในพระตำริพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา*. กรุงเทพฯ: สำนักกิจการในพระตำริพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา.
- สำนักกิจการในพระตำริพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา. (2556). *รายงานการประชุมเชิงปฏิบัติการ เราจะพบทางกลับบ้าน*. กรุงเทพฯ: สำนักกิจการในพระตำริพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา.
- สำนักงานสหประชาชาติว่าด้วยยาเสพติดและอาชญากรรม (UNODC). (2551). *คู่มือการจัดการและการกำหนดนโยบายในการปฏิบัติต่อผู้กระทำความผิดหญิง*. กรุงเทพฯ: สำนักงานสหประชาชาติว่าด้วยยาเสพติดและอาชญากรรม (UNODC).
- สำเร็จ เป็นจันทร์. (2554). *ความต้องการกิจกรรมเตรียมความพร้อมก่อนพ้นโทษและความคาดหวังในการดำเนินชีวิตหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดอุดรดิตถ์*. ภาคนิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารและพัฒนาประชาคมเมืองและชนบท, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์.
- สุดารัตน์ รักษาเคน. (2550). *ผลของการให้คำปรึกษารายบุคคลและเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังในเรือนจำจังหวัดอุทัยธานี*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- สุรินทร์ สุทธิชาติพิย์. (2554). *การบูรณาการทางการปรึกษาและการบำบัดทางจิตวิทยา*. ชลบุรี: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. เอกสารการสอน.
- สุรินทร์ สุทธิชาติพิย์. (2557). *การบูรณาการทางการปรึกษาและการบำบัดทางจิตวิทยา*. ชลบุรี: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. เอกสารการสอน.
- อนงค์ วิเศษสุวรรณ. (2554). *การปรึกษากลุ่ม (พิมพ์ครั้งที่ 3)*. ชลบุรี: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- อนุพงษ์ แก้วของแก้ว. (2552). *การให้คำปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของโรเจอร์ส เพื่อเพิ่มอึดมโนทัศน์: กรณีศึกษาในผู้ต้องขัง*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- อภิชัย มงคล, ทวี ตั้งเสรี, สุพิน พิมพ์เสน, ปัดพงษ์ เกษสมบูรณ์, นุศราพร เกษสมบูรณ์ และจริยา พิชัยคำ. (2548). *ระบาคติวิทยาของพฤติกรรมทำร้ายตนเองและการฆ่าตัวตาย ปี พ.ศ. 2547*. ขอนแก่น: กรมสุขภาพจิต.

- อภิชาติ มุกดาม่วง. (2551). ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบอัตถิภาวะนิยมต่อการตระหนักรู้ในตนเอง  
ของนักเรียนวัยรุ่นระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต,  
สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- อภิญญา เวชยชัย และคณิงนิจ วิหคมาตย์. (2554). รายงานผลการศึกษาลบสัมบูรณ์ การศึกษา  
แนวทางการปฏิบัติต่อผู้ต้องขังหญิง: กระบวนการสร้างเสริม “กำลังใจ” และ  
ความเป็นมนุษย์ ในกระบวนการยุติธรรม. กรุงเทพฯ: งานวิจัยภายใต้โครงการกำลังใจ  
ในพระดำริพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา.
- อรุทัย โฉมเจ็ด. (2552). ประสบการณ์การดูแลผู้ป่วย ความรู้สึกสอคล้องกลมกลืนในชีวิต  
และความหมายในชีวิตของญาติผู้ดูแลผู้ป่วย โรคมะเร็งระยะลุกลาม. วิทยานิพนธ์  
ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย.
- อรัญญา ต้อยคำภีร์. (2536). ผลของกลุ่มจิตบำบัดแบบ โลกอสต่อการเพิ่มความมุ่งหวังในชีวิต  
ของหญิงในสถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อ  
เอชไอวี. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา,  
บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อรัญญา ต้อยคำภีร์. (2544). การพัฒนามาตรวัดความมุ่งหวังในชีวิตของนักศึกษาไทย. วารสาร  
สุขภาพจิตแห่งประเทศไทย, 9(1), 18-26.
- อรุณี สุวรรณธาร. (2543). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมที่มีต่อความวิตกกังวลของผู้ที่จะ  
สูญเสียการมองเห็น. สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว,  
บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อัจฉริยา นกะจัด. (2554). ผลของโปรแกรมพัฒนาความมั่นคงทางจิตใจของผู้ต้องขังเรือนจำกลาง  
ขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและ  
การให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- อัญชลี สว่างวงษ์. (2550). ความพร้อมในการดำรงชีวิตภายนอกเรือนจำของผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัด  
นนทบุรีก่อนได้รับการปลดปล่อย. สารนิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชา  
การบริหารงานยุติธรรม, คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- อัมพร นิยมตรง, ศิริพร ปันอินทร์ และพุทธิพงษ์ ณิชชาจากรุวิทย์. (2554). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับ  
พฤติกรรมกรรมการกระทำผิดของผู้ต้องขังหญิง: รายงานการวิจัย. นนทบุรี: กลุ่มงานพัฒนา  
ระบบด้านทัณฑวิทยา สำนักวิจัยและพัฒนาระบบงานราชทัณฑ์ กรมราชทัณฑ์  
กระทรวงยุติธรรม.

- อาดัม นีละไพจิตร. (2548). ผลการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวนิยมต่อคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขัง. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- เอี่ยมพร ศรีไต้. (2550). ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมต่อคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- Bagge, C. L., Lamis, D. A., Nadorff, M., & Osman, A. (2014). Relations between hopelessness, depressive symptoms and suicidality: Mediation by reasons for living. *Journal of Clinical Psychology, 70*(1), 18-31.
- Chatterjee, I., & Basu, J. (2010). Perceived causes of suicide, reasons for living and suicidal ideation among students. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, 36*(2), 311-316.
- Corey, G. (2004). *Theory and practice of counseling & psychotherapy* (6<sup>th</sup> ed.). Belmont, CA: Thomson/ Brooks/ Cole.
- Corey, G. (2008). *Theory and practice of group counseling* (7<sup>th</sup> ed.). Belmont, CA: Thomson/ Brooks/ Cole.
- Crawford, M., & Rossiter, G. (2006). *Reasons for living: Education and young people's search for meaning, identity and spirituality. A handbook*. Camberwell, Victoria: Australian Council for Educational Research.
- Dogra, A. K., Basu, S., & Das, S. (2011). Impact of meaning in life and reasons for living to hope and suicidal ideation: A study among college students. *SIS Journal of Projective Psychology & Mental Health, 18*(1), 89-102.
- Garrett, K. M., Waehler, C. A., & Rogers, J. R. (2010). A protocol analysis of the reasons for living scale items with a sample of gay, lesbian, and bisexual adults. *Suicidology Online, 1*, 72-82.
- Howell, D. C. (1997). *Statistical methods for psychology* (4<sup>th</sup> ed.). Belmont, CA: Duxbury Press.
- Khammanee, N., Suthithatip, S., Haenjohn, J., & Supwirapakorn, W. (2014). A study on reasons for living of inmates in Chonburi Women's Penitentiary Center. In *The Asia Conference on Psychology and the Behavioral Sciences 2014 Official Conference Proceedings* (pp. 238-245). Osaka, Japan: The International Academic Forum.

- Koven, L. P. (2001). *Reasons for living across the lifespan*. Master's thesis, Psychology, College of Arts and Sciences, West Virginia University.
- Linehan, M. M., Goodstein, J. L., Nielsen, S. L., & Chiles, J. A. (1983). Reasons for staying alive when you are thinking of killing yourself: The reasons for living inventory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 51*(2), 276-286.
- Linehan, M. M., & Nielsen, S. L. (1981). Assessment of suicidal ideation and parasuicide: Hopelessness and social desirability. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 49*, 773-775.
- Ronconi, L., Testoni, I., & Zamperini, A. (2009). Validation of the Italian version of the reasons for living inventory. *TPM, 16*(3), 151-159.
- Segal, D. L., Marty, M. A., Meyer, W. J., & Coolidge, F. L. (2011). Personality, suicidal ideation, and reasons for living among older adults. *The Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, 67*(2), 159-166. doi:10.1093/geronb/gbr080
- Thompson, R. A. (2003). *Counseling techniques: Improving relationships with others, ourselves, our families, and our environment* (2<sup>nd</sup> ed.). New York: Brunner-Routledge.
- Trotzer, J. P. (1977). *The counselor and the group: Integrating theory, training, and practice*. Monterey, CA: Brooks/ Cole.
- Van Deuzen-Smith, E. (1990). *Existential therapy*. London: Society for Existential Analysis Publications.
- World Health Organization. (2007). *Preventing suicide in jails and prisons*. Geneva, Switzerland: World Health Organization.

ภาคผนวก



**ภาคผนวก ก**

โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี ระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง  
เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง

**โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี**  
**เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง**

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	<p><b>ปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพ</b></p> <p>1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพและความคุ้นเคยระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกได้ทราบวัตถุประสงค์ในการให้คำปรึกษา โปรแกรมขั้นตอนการดำเนินการ กติกา ข้อตกลงภายในกลุ่ม ระยะเวลา จำนวนครั้งที่ต้องเข้าร่วม บทบาทหน้าที่ทั้งของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา ตลอดจนประโยชน์ที่ได้รับจากการให้คำปรึกษา</p> <p>3. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับทราบแนวทางการปฏิบัติในการดำเนินการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม</p>	<p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มและแนะนำตนเอง</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ประโยชน์ที่สมาชิกกลุ่มจะได้รับจากการเข้ากลุ่มและชี้แจงระยะเวลาในการดำเนินการ สถานที่ และข้อตกลง กติกาในการเข้ากลุ่ม รวมถึงการรักษาความลับภายในกลุ่ม</p> <p>3. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มแนะนำตนเองทีละคน และให้แต่ละคนเล่าเรื่องราวที่เกี่ยวกับตนเองให้เพื่อนสมาชิกกลุ่มฟัง พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้ซักถาม</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มสรุปประเด็นสำคัญและข้อตกลงในการเข้ากลุ่ม พร้อมทั้งนัดหมายการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป</p>
2	<p><b>รักษาสัมพันธภาพ</b></p> <p>1. เพื่อรักษาสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม</p> <p>2. เพื่อสร้างบรรยากาศให้สมาชิกในกลุ่มเกิดความรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย คุ้นเคย เป็นกันเอง และไว้วางใจผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกภายในกลุ่ม</p>	<p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายต้อนรับสมาชิกกลุ่ม</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้ รวมทั้งกติกาของกลุ่มที่ได้ร่วมตกลงกัน</p>

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
3	<p>3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มกล้าเปิดเผยเรื่องราวและความรู้สึกของตนเอง และให้มีโอกาสในการพิจารณาตนเองมากขึ้น</p> <p><b>3 การตระหนักรู้ตนเอง</b></p> <p>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจตนเองในด้านการตระหนักรู้ตนเอง</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มตระหนักรู้ตนเองอย่างแท้จริง</p>	<p>3. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มร่วมกิจกรรม “พลังแห่งภาพ” ดำเนินกิจกรรมโดยให้สมาชิกกลุ่มเลือกรูปภาพที่ตนเองชอบและประทับใจจากนิตยสาร และเล่าว่าตนรู้สึกอย่างไรต่อภาพนั้น เพื่อให้เกิดความคุ้นเคยและความรู้สึกไว้วางใจ และรู้จักเพื่อนสมาชิกมากขึ้น</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งนี้</p> <p>5. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไปและกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม</p> <p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มแจกใบกิจกรรมการตระหนักรู้ตนเอง และปากกา ให้สมาชิกกลุ่มคนละ 1 ชุด</p> <p>3. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มได้ทบทวนตนเอง โดยป้อนคำถามทีละคำถาม และให้สมาชิกกลุ่มเขียนลงในใบกิจกรรมดังนี้ “คุณมีความรู้สึกอย่างไรต่อตนเอง” “สิ่งที่ภาคภูมิใจในตนเอง” และให้เวลาในการทบทวนตนเอง เพื่อที่จะทำให้สมาชิกกลุ่มได้ค้นพบตนเองและตระหนักถึงสภาพที่แท้จริงที่ตนเองประสบอยู่</p>

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
4	<p><b>การยอมรับตนเอง</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการยอมรับตนเองอย่างแท้จริง</li> <li>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ค้นพบตนเองยอมรับตนเอง และมีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกกลุ่มได้พูดคุย ชักถาม แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน</li> <li>5. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งนี้</li> <li>6. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไปและกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่มและเก็บใบกิจกรรมที่สมาชิกกลุ่มทุกคนได้เขียนและทำกิจกรรมไว้</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มพร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว</li> <li>2. ผู้นำกลุ่มแจกใบกิจกรรมการตระหนักรู้ตนเองที่สมาชิกกลุ่มได้เขียนและทำกิจกรรมไว้ในครั้งที่แล้ว และให้สมาชิกกลุ่มได้อ่านทบทวน</li> <li>3. ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกกลุ่มได้พูดคุย ชักถาม แลกเปลี่ยนประสบการณ์ของการยอมรับตนเองทั้งด้านบวกและด้านลบซึ่งกันและกัน และสมาชิกกลุ่มต่างให้กำลังใจซึ่งกันและกัน</li> <li>4. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งนี้</li> </ol>

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
5	<p><b>ค้นหาความหมายและคุณค่าของชีวิต</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มค้นพบความหมายและคุณค่าของการมีชีวิต ความหวัง และทางเลือกที่เป็นไปได้ จากประสบการณ์ที่ผ่านมา เพื่อมุ่งไปสู่ความหมายในชีวิต</li> <li>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีความชัดเจนในการกำหนดทางเลือก ในการดำเนินชีวิตเพื่อไปสู่ความหมายที่แท้จริงของชีวิต</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>5. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษา ครั้งต่อไปและกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม และเก็บใบกิจกรรมที่สมาชิกกลุ่มทุกคน ได้เขียนและทำกิจกรรมไว้</li> <li>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกัน ทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว</li> <li>2. ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกกลุ่ม ได้พูดคุย แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ที่ทำให้พวกเขา มีความหมายในชีวิต โดยใช้คำถามนำ เช่น “ทุกวันนี้ คุณมีชีวิตอยู่เพื่อใคร” “มีใครที่เป็น กำลังใจให้คุณอดทนกับชีวิตที่เป็นอยู่” “คุณจะทำอย่างไรเพื่อให้มีชีวิตอยู่ต่อไป ได้อย่างดี” จากนั้นให้สมาชิกกลุ่ม นั่งจับมือกันล้อมเป็นวงกลม และให้ แต่ละคนพูดแบ่งปันประสบการณ์ ของตนว่าจะทำอย่างไร และให้กำลังใจ เพื่อนสมาชิกกลุ่มด้วยกัน</li> <li>3. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกัน สรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษา ครั้งนี้</li> <li>4. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษา ครั้งต่อไปและกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม</li> </ol>

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
6	<p><b>ค้นหาความหมายและคุณค่าของชีวิต (ต่อ)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มค้นพบความหมาย และคุณค่าของการมีชีวิต ความหวัง และทางเลือกที่เป็นไปได้ จากประสบการณ์ที่ผ่านมา เพื่อมุ่งไปสู่ความหมายในชีวิต</li> <li>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการยอมรับตนเองและเห็นคุณค่าของตนเอง</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกัน ทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว</li> <li>2. ผู้นำกลุ่มแจกใบกิจกรรม และเชิญชวน สมาชิกกลุ่มได้สำรวจตนเองในชีวิต ที่ผ่านมามีสิ่งใดบ้างที่เป็นพลังชีวิต ของตนเอง อะไรบ้างที่เป็นสิ่งยึดเหนี่ยว เมื่อเกิดความท้อแท้หรือหมดกำลังใจ ความมุ่งมั่นที่ทำให้เขามีชีวิตอยู่ต่อไป อย่างมีความหมาย สำรวจตนเองถึงสิ่งที่เป็นอยู่และสิ่งที่ตนเองจะก้าวไป รวมถึง ทางเลือกที่จะนำไปสู่ความหมายในชีวิต</li> <li>3. ผู้นำกลุ่มทำทนายสมาชิกกลุ่มให้ระบุ ความเป็นไปได้และการค้นพบ ความหมายในชีวิต โดยให้สมาชิกกลุ่ม ได้สำรวจตนเองในชีวิตที่ผ่านมา เพื่อให้ สมาชิกกลุ่มตัดสินใจที่จะค้นหา ความเป็นไปได้ของความหมายในชีวิต ด้านอื่น ๆ ต่อไป โดยผู้นำกลุ่มใช้เทคนิค การสะท้อนความรู้สึกและ การให้กำลังใจในการตัดสินใจเลือก ของสมาชิกกลุ่ม</li> <li>4. ผู้นำกลุ่มสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่ม ได้เลือกและตัดสินใจมุ่งสู่ความหมาย ชีวิตด้วยตนเอง โดยผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวย ให้สมาชิกกลุ่มได้พูดคุย ชักถาม แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน</li> </ol>

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
7	<p><b>เสรีภาพในการเลือก ผู้เลือก และผู้รับผิดชอบ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มตระหนักในเสรีภาพในการเลือกและรับผิดชอบต่อการกระทำและสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง</li> <li>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสร้างทางเลือกของตนเอง พร้อมทั้งผลดีและผลเสียที่จะเกิดจากการเลือกแต่ละทาง</li> <li>3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มให้กำลังใจเป็นพลังและเป็นความหมายให้แก่กันและกัน</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>5. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งนี้</li> <li>6. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไปและกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว</li> <li>2. ผู้นำกลุ่มเล่าถึงเรื่องราวของผู้ประสบความสำเร็จ/ ประสบความสำเร็จ ภายหลังจากเรียนจำ และผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มทุกคนได้ร่วมอภิปราย ชักถามในเรื่องที่ได้ฟัง</li> <li>3. ผู้นำกลุ่มทำกิจกรรม โดยให้สมาชิกกลุ่มทุกคนยืนขึ้น และถามสมาชิกกลุ่มว่า “คุณจะไปจากห้องนี้ได้อย่างไร” เมื่อสมาชิกกลุ่มทุกคนได้ตอบคำถามแล้ว ผู้นำกลุ่มสรุปให้ฟังว่า ชีวิตของเรา มีทางเลือกหลายทาง เราเป็นผู้เลือก เราเลือกที่จะอยู่แบบมีความสุขหรือเลือกที่จะอยู่แบบมีความทุกข์ และเมื่อเราเลือกแล้ว เราต้องรับผิดชอบต่อสิ่งนั้น เพราะเราเป็นผู้เลือกเอง</li> </ol>

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		<p>4. ผู้นำกลุ่มกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคน ได้มั่นใจในความสามารถของตนเอง เพื่อเพิ่มความมีคุณค่าในตนเอง โดยวางแผน กำหนดขั้นตอนเพื่อหาวิธี ไปสู่การเปลี่ยนแปลง เพื่อเพิ่ม ความชัดเจนในความหมายของชีวิต ให้สมาชิกกลุ่มตระหนักว่า “ทุกอย่าง อยู่ที่เราเลือก” ว่าจะเลือกทำให้ชีวิต ประสบความสำเร็จ หรือทำให้ชีวิต ประสบความสำเร็จ หรือทำให้ชีวิต ประสบความสำเร็จ</p> <p>5. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มแลกเปลี่ยน ประสบการณ์ พิจารณาทางเลือกที่ตน ต้องการทำความเข้าใจและยอมรับ ในสิ่งที่ตนเองได้ตัดสินใจอย่างมั่นใจ มองเห็นสิ่งที่เกิดขึ้นตามมา จากการตัดสินใจนั้น พร้อมกับ หาแนวทางที่จะดำเนินชีวิตของตนเอง เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ตนเองได้ตั้งใจไว้ และมีความรับผิดชอบต่อสิ่งที่ ตนเองเลือก และการกระทำของตนเอง อย่างมุ่งมั่นสู่จุดหมายที่ตนเลือก</p> <p>6. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกัน สรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษา ครั้งนี้</p> <p>7. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษา ครั้งต่อไปและกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม</p>



ครั้งที่	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
8-9	<p>การสำรวจความต้องการในการพัฒนา เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่</p> <p>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสำรวจถึง ความต้องการที่แท้จริง ตระหนักรู้ถึง ความต้องการของตนเองเพื่อพัฒนา เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (W = Wants)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของ การให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกัน ทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว</li> <li>2. สำรวจความต้องการในการพัฒนา เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ โดยผู้นำกลุ่มใช้เทคนิคการตั้งคำถาม เพื่อกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจ ความต้องการที่แท้จริง ตัวอย่างคำถาม เช่น “คุณต้องการอะไร” “ต้องการอะไร จากครอบครัว” “จากเพื่อน” “จากชุมชน” “คุณมีวิธีการหรือแนวทาง อย่างไรที่จะทำให้ไปสู่เป้าหมาย ที่ต้องการ” เป็นต้น จากนั้นให้เขียน ลงในใบกิจกรรมที่แจกให้</li> <li>3. ผู้นำกลุ่มสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่ม แบ่งปันความรู้สึกหรือประโยชน์ที่ได้รับ และผู้นำกลุ่มให้กำลังใจว่า ทุกคน สามารถพัฒนาตนไปสู่เป้าหมาย ที่ต้องการได้ถ้ามีความตั้งใจ</li> <li>4. ผู้นำกลุ่มสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่ม นำแนวทางที่เขียนไว้ในใบกิจกรรมไปสู่ การปฏิบัติ</li> <li>5. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกัน สรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษา ครั้งนี้</li> <li>6. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษา ครั้งต่อไปและกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม</li> </ol>

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
10	<p>การสำรวจพฤติกรรมกรรมการพัฒนา เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ที่กำลังกระทำอยู่ในปัจจุบัน</p> <p>1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้ตระหนักรู้ ในพฤติกรรมของตนเอง เพื่อพัฒนา เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในปัจจุบัน ว่าสิ่งที่กำลังกระทำอยู่นั้น สามารถ นำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้หรือไม่ (D = Direction/ doing)</p>	<p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของ การให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกัน ทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว</p> <p>2. สำรวจพฤติกรรมกรรมการพัฒนาเหตุผล เพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในปัจจุบัน โดยผู้นำกลุ่มแจกสมุดบันทึกมัทศจรรย ให้สมาชิกกลุ่มทุกคน จากนั้นอธิบาย ให้สมาชิกกลุ่มบันทึกสิ่งต่อไปนี้ลงใน สมุดบันทึก โดยให้เริ่มบันทึกตั้งแต่วินาที เป็นต้นไป จนถึงวันที่จะทำกิจกรรม ในครั้งต่อไป</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- เหตุการณ์ที่ดีและไม่ดีที่เกิดขึ้น กับตนเอง พร้อมทั้งบอกความรู้สึก ของตนเองที่มีต่อเหตุการณ์นั้น ๆ</li> <li>- เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของคุณ</li> <li>- ถ้าคุณจะเสริมสร้างเหตุผล เพื่อการดำรงชีวิตอยู่ คุณควรปฏิบัติตน อย่างไรบ้าง</li> </ul> <p>3. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มได้เล่าและ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่เป็นปัญหา หรืออุปสรรคคู่กันฟัง</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกัน สรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษา ครั้งนี้</p>

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
11	<p>การสำรวจพฤติกรรมการพัฒนา เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ที่กำลังกระทำอยู่ในปัจจุบัน (ต่อ)</p> <p>1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้ตระหนักรู้ ในพฤติกรรมของตนเอง เพื่อพัฒนา เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในปัจจุบัน ว่าสิ่งที่กำลังกระทำอยู่นั้น สามารถ นำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้หรือไม่ (D = Direction/ doing)</p>	<p>5. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษา ครั้งต่อไป พร้อมทั้งเน้นย้ำ ให้สมาชิกกลุ่มเขียนบันทึกลงใน สมุดบันทึกมหัศจรรย์ทุกวัน จนถึง วันนัดหมายในครั้งต่อไป และ กล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม</p> <p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของ การให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกัน ทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มนำสมุดบันทึก มหัศจรรย์ที่ได้เขียนบันทึกไว้ จากนั้น ให้ทุกคนอ่านบันทึกของตนเองให้เพื่อน สมาชิกฟัง เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยน ประสบการณ์ซึ่งกันและกัน</p> <p>3. สำรวจพฤติกรรมการพัฒนาเหตุผล เพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในปัจจุบัน โดยผู้นำกลุ่มชักชวนให้สมาชิกกลุ่ม ได้สำรวจตนเอง โดยให้สมาชิกกลุ่ม แต่ละคนได้สำรวจพฤติกรรมพัฒนา เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ที่กำลัง กระทำอยู่ในปัจจุบันว่าตนต้องการอะไร และทำอะไรบ้าง และส่งผลต่อตนเอง อย่างไร หรือมีอุปสรรคอะไรที่ทำให้ ไม่สามารถไปถึงเป้าหมายของตนเองได้</p>

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
12-13	<p><b>การประเมินพฤติกรรมตนเอง</b>  <b>ในการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่</b></p> <p>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ประเมินสิ่งที่เกิดจากพฤติกรรมของตนเอง เพื่อที่จะได้รู้ว่าอะไรที่ทำให้เกิดความล้มเหลว และควรเปลี่ยนแปลงอะไรเพื่อไปสู่ความสำเร็จได้  (E = Evaluation)</p>	<p>และจัดการกับปัญหาและอุปสรรคเหล่านั้นอย่างไร ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มได้ทบทวนการกระทำหรือพฤติกรรมของตนเอง ตัวอย่างคำถาม เช่น “ถ้าคุณยังมีพฤติกรรมเช่นนี้ คุณคิดว่าอนาคตจะเป็นอย่างไร” จากนั้นให้เขียนลงในสมุดบันทึกมหัศจรรย์ที่แจกให้</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มได้เล่าและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่เป็นปัญหาหรืออุปสรรคด้วยกันฟัง</p> <p>5. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มร่วมกันสรุปพฤติกรรมที่เป็นปัญหาหรืออุปสรรคในการตอบสนองความต้องการของตนเอง</p> <p>6. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งนี้</p> <p>7. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไปและกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม</p> <p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว</p>

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		<p>2. ประเมินพฤติกรรมตนเองในการพัฒนา เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ซึ่งหลังจากที่สมาชิกกลุ่มได้บอกเล่าถึง พฤติกรรมในปัจจุบันและพฤติกรรม ที่ไม่พึงประสงค์ของตนเองแล้ว ผู้นำกลุ่มได้ให้สมาชิกกลุ่มแลกเปลี่ยน ประสบการณ์ของตน พร้อมทั้งผู้นำกลุ่ม ใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา เช่น การใช้คำถามปลายเปิดปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า และการสรุป เป็นต้น เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม ได้ประเมินและพิจารณาว่า พฤติกรรมนั้นเป็นพฤติกรรม ที่พึงประสงค์หรือไม่ และ เห็นความสำคัญที่จะต้องแก้ไข พฤติกรรม พร้อมทั้งช่วยกันหาแนวทาง ในการแก้ไขปัญหานั้น ๆ</p> <p>3. ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกกลุ่ม เกิดความเข้าใจและยอมรับในพฤติกรรม ของตนเอง โดยจะไม่ตัดสินคุณค่า ในพฤติกรรมของสมาชิก แต่จะช่วยให้ สมาชิกกลุ่มได้ประเมินถึงพฤติกรรม ของตนทั้งความสำเร็จและความล้มเหลว อะไรที่ทำได้ อะไรที่ทำได้ไม่ได้ และ ยอมรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ด้วยตนเอง</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกัน สรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษา ครั้งนี้</p>

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
14	<p><b>การวางแผนปฏิบัติและพันธะสัญญา</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้วางแผนปฏิบัติ เพื่อพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ เพื่อไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ (P = Planning and commitment)</li> <li>2. เพื่อเป็นการสร้างพันธะสัญญาหรือ ข้อผูกพันให้สมาชิกกลุ่มปฏิบัติตาม แผนปฏิบัติที่ตนเองเป็นผู้กำหนด ในหนังสือพันธะสัญญา</li> <li>3. เพื่อหาแนวทางแก้ไขปัญหาหรือ อุปสรรคที่เกิดขึ้น แล้วนำแผนที่ได้ ไปปฏิบัติ</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>5. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษา ครั้งต่อไปและกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม</li> <li>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกัน ทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว</li> <li>2. วางแผนการปฏิบัติตนเพื่อพัฒนาเหตุผล เพื่อการดำรงชีวิตอยู่ เพื่อไปสู่เป้าหมาย ที่วางไว้ โดยผู้นำกลุ่มแจกใบกิจกรรม และให้สมาชิกกลุ่มสรุปถึงพฤติกรรม ที่สมาชิกแต่ละคนต้องการเปลี่ยนแปลง จะปรับเปลี่ยนชีวิตให้มีความสุขต้องทำ อย่างไร พร้อมทั้งกำหนดสิ่งที่ตนเอง จะทำในแต่ละวัน ซึ่งเป็นพฤติกรรม เพื่อพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ สิ่งที่จะเป็นอุปสรรค และวิธีแก้ไข เมื่อเกิดปัญหานั้น ๆ</li> <li>3. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม ร่วมกันกำหนดแนวทางในการแก้ปัญหา และพิจารณาวางแผนการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม และเลือกวิธีปฏิบัติ ที่เหมาะสมกับตนเอง ซึ่งผู้นำกลุ่ม กระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันคิดและ เสนอแนะร่วมกันในกลุ่ม และช่วยให้ สมาชิกกลุ่มเห็นถึงความสำคัญ ในการวางแผนเพื่อการเปลี่ยนแปลง ไปสู่ความสำเร็จ โดยเป็นแผนที่ง่าย</li> </ol>

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
15-16	<p><b>การติดตามผล</b></p> <p>1. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผน ที่สมาชิกกลุ่มกำหนดไว้</p>	<p>ไม่ซับซ้อนยุ่งยาก มีความชัดเจนและ เป็นแผนที่ทุกคนสามารถนำไปปฏิบัติ ได้จริง</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มนำหนังสือพันธสัญญา มาแสดงให้สมาชิกกลุ่มดู พร้อมทั้งชี้แจง ให้เข้าใจว่า หนังสือพันธสัญญานี้ จะเป็นเครื่องยืนยันในความตั้งใจจริง ของสมาชิกกลุ่มที่จะปฏิบัติตามแนวทาง ที่ตนเองได้กำหนดไว้ เพื่อพัฒนา เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ แล้วจึงให้ สมาชิกกลุ่มเขียนข้อความลงในสัญญา 2 ฉบับ โดยสมาชิกกลุ่มเก็บไว้ 1 ฉบับ และผู้นำกลุ่มเก็บไว้ 1 ฉบับ</p> <p>5. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกัน สรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษา ครั้งนี้</p> <p>6. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษา ครั้งต่อไปและกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม</p> <p>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของ การให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกัน ทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว</p> <p>2. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่ม ทุกคนได้เล่าถึงผลของการปฏิบัติตาม แผนที่กำหนดไว้ในการพัฒนาเหตุผล เพื่อการดำรงชีวิตอยู่ จากที่สมาชิกกลุ่ม ได้เขียนหนังสือสัญญาไปนั้น ได้นำไป</p>

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
17	<p><b>ยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม ปัจฉิมนิเทศ และทดสอบหลังการทดลอง</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสรุปผลการเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษากลุ่มบูรณาการ พหุทฤษฎี ระหว่างทฤษฎี อรรถภาวะนิยมและทฤษฎี เศรษฐีความจริง เพื่อเสริมสร้างเหตุผล เพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง</li> <li>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสรุปถึง การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ ของตนเองหลังจากการได้รับ คำปรึกษา</li> </ol>	<p>ปฏิบัติอย่างไร มีสิ่งใดบ้างที่ปฏิบัติ ได้จริง และสิ่งใดบ้างที่ปฏิบัติไม่ได้</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. ผู้นำกลุ่มกล่าวชมเชยเพื่อเป็นกำลังใจ แก่สมาชิกกลุ่มทุกคน ที่สามารถแก้ไข ปรับปรุงและพัฒนาเหตุผล เพื่อการดำรงชีวิตอยู่ได้ตามที่กำหนดไว้ และกระตุ้นให้มีกำลังใจและเน้นให้ สมาชิกกลุ่มปฏิบัติตามแผนต่อไป เพื่อนำไปสู่การพัฒนาเหตุผล เพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของตนเองต่อไป</li> <li>4. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกัน สรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษา ครั้งนี้</li> <li>5. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษา ครั้งต่อไปและกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของ การให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกัน ทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว</li> <li>2. ผู้นำกลุ่มร่วมกันสนทนาทบทวนและ เล่าถึงสิ่งที่สมาชิกกลุ่มแต่ละคน ได้ปฏิบัติตามแผนและข้อสัญญา ที่กำหนดไว้ เล่าถึงความรู้สึกและ พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปภายหลัง ได้รับการให้คำปรึกษา</li> </ol>



ครั้งที่	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
	<p>3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มกล่าวถึงสิ่งที่ประทับใจและประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้ากลุ่ม</p> <p>4. ทำแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (หลังการทดลอง)</p>	<p>3. ผู้นำกลุ่มให้กำลังใจและกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มทุกคนรู้สึกถึงความรับผิดชอบต่อตนเอง มีความมั่นใจที่จะพัฒนาตนเอง เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ ๆ เพื่อก่อให้เกิดความสำเร็จตามเป้าหมายที่คาดหวังไว้</p> <p>4. ผู้นำกลุ่มกล่าวขอบคุณและเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนกล่าวถึงความรู้สึกดี ๆ ที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกลุ่ม และความรู้สึกดี ๆ ที่เกิดขึ้นจากเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม รวมทั้งข้อเสนอแนะต่าง ๆ เพื่อนำไปปรับปรุงตนเองในโอกาสต่อไป</p> <p>5. ผู้นำกลุ่มสรุปกลุ่มพร้อมทั้งกล่าวคำขอบคุณสมาชิกกลุ่มทุกคน และยุติการให้คำปรึกษา</p> <p>6. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มทุกคนทำแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (หลังการทดลอง)</p>

**โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี**  
**เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง**  
**ครั้งที่ 1**

**เรื่อง: ปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพ**

ระยะเวลา 60-90 นาที

จำนวนสมาชิก 11 คน

อุปกรณ์ -

**วัตถุประสงค์**

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพและความคุ้นเคยระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิกกลุ่ม
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ทราบวัตถุประสงค์ในการให้คำปรึกษา โปรแกรม ขั้นตอน การดำเนินการ กติกาข้อตกลงภายในกลุ่ม ระยะเวลา จำนวนครั้งที่ต้องเข้าร่วม บทบาทหน้าที่ ทั้งของผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่ม ตลอดจนประโยชน์ที่ได้รับจากการให้คำปรึกษา
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้รับทราบแนวทางการปฏิบัติในการดำเนินการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

**วิธีดำเนินการ**

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มและแนะนำตนเอง
2. ผู้นำกลุ่มชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ประโยชน์ที่สมาชิกกลุ่มจะได้รับจากการเข้ากลุ่ม และชี้แจงระยะเวลาในการดำเนินการ สถานที่ และข้อตกลง กติกา ในการเข้ากลุ่ม รวมถึงการรักษาความลับภายในกลุ่ม
3. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มแนะนำตนเองทีละคน และให้แต่ละคนเล่าเรื่องราวที่เกี่ยวกับตนเองให้เพื่อนสมาชิกกลุ่มฟัง พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้ซักถาม
4. ผู้นำกลุ่มสรุปประเด็นสำคัญและข้อตกลงในการเข้ากลุ่ม พร้อมทั้งนัดหมาย การให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

**การประเมินผล**

1. สังเกตจากความสนใจ ความตั้งใจ การแสดงออกของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อกิจกรรม
2. สังเกตจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่ม ในการแสดงความคิดเห็น ขณะเข้าร่วมกิจกรรม

**โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี**  
**เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง**  
**ครั้งที่ 2**  
**เรื่อง: รักษาสัมพันธภาพ**

ระยะเวลา 60-90 นาที

จำนวนสมาชิก 11 คน

อุปกรณ์ นิตยสาร 11 เล่ม

**วัตถุประสงค์**

1. เพื่อรักษาสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม
2. เพื่อสร้างบรรยากาศให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย ค้นเคยเป็นกันเอง และไว้วางใจผู้นำกลุ่มและสมาชิกภายในกลุ่ม
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มกล้าเปิดเผยเรื่องราวและความรู้สึกของตนเอง และได้มีโอกาสในการพิจารณาตนเองมากขึ้น

**วิธีดำเนินการ**

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายต้อนรับสมาชิกกลุ่ม
2. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้ รวมทั้งคติของกลุ่มที่ได้ร่วมตกลงกัน
3. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มร่วมกิจกรรม “พลังแห่งภาพ” ดำเนินกิจกรรมโดยให้สมาชิกกลุ่มเลือกรูปภาพที่ตนเองชอบและประทับใจจากนิตยสาร และเล่าว่าความรู้สึกอย่างไรต่อภาพนั้น เพื่อให้เกิดความคุ้นเคยและความรู้สึกไว้วางใจ และรู้จักเพื่อนสมาชิกกลุ่มมากขึ้น
4. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งนี้
5. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป และกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม

**การประเมินผล**

1. สังเกตจากความสนใจ ความตั้งใจ การแสดงออกของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อกิจกรรม
2. สังเกตจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่มในการแสดงความคิดเห็น ขณะเข้าร่วมกิจกรรม

**โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี**  
**เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง**  
**ครั้งที่ 3**

**เรื่อง: การตระหนักรู้ตนเอง**

ระยะเวลา 60-90 นาที

จำนวนสมาชิก 11 คน

อุปกรณ์ ใบกิจกรรมการตระหนักรู้ตนเอง, ปากกา

**วัตถุประสงค์**

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจตนเองในด้านการตระหนักรู้ตนเอง
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มตระหนักรู้ตนเองอย่างแท้จริง

**วิธีดำเนินการ**

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. ผู้นำกลุ่มแจกใบกิจกรรมการตระหนักรู้ตนเอง และปากกา ให้สมาชิกกลุ่มคนละ 1 ชุด
3. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มได้ทบทวนตนเอง โดยป้อนคำถามทีละคำถาม และให้สมาชิกกลุ่มเขียนลงในใบกิจกรรมดังนี้ “คุณมีความรู้สึกอย่างไรต่อตนเอง” “สิ่งที่ภาคภูมิใจในตนเอง” และให้เวลาในการทบทวนตนเอง เพื่อที่จะทำให้สมาชิกกลุ่มได้ค้นพบตนเองและตระหนักถึงสภาพที่แท้จริงที่ตนเองประสบอยู่
4. ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกกลุ่มได้พูดคุย ซักถาม แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน
5. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งนี้
6. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป และกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม และเก็บใบกิจกรรมที่สมาชิกกลุ่มทุกคนได้เขียนและทำกิจกรรมไว้

**การประเมินผล**

1. สังเกตจากความสนใจ ความตั้งใจ การแสดงออกของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อกิจกรรม
2. สังเกตจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่มในการแสดงความคิดเห็น ขณะเข้าร่วมกิจกรรม



**โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี**  
**เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง**  
**ครั้งที่ 4**  
**เรื่อง: การยอมรับตนเอง**

ระยะเวลา 60-90 นาที

จำนวนสมาชิก 11 คน

อุปกรณ์ ใบกิจกรรมการตระหนักรู้ตนเอง (ของครั้งที่ 3)

**วัตถุประสงค์**

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการยอมรับตนเองอย่างแท้จริง
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ค้นพบตนเอง ยอมรับตนเอง และมีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง

**วิธีดำเนินการ**

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. ผู้นำกลุ่มแจกใบกิจกรรมการตระหนักรู้ตนเองที่สมาชิกกลุ่มได้เขียนและทำกิจกรรมไว้ในครั้งที่แล้ว และให้สมาชิกกลุ่มได้อ่านทบทวน
3. ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกกลุ่มได้พูดคุย ซักถาม แลกเปลี่ยนประสบการณ์ของการยอมรับตนเองทั้งด้านบวกและด้านลบซึ่งกันและกัน และสมาชิกกลุ่มต่างให้กำลังใจซึ่งกันและกัน
4. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งนี้
5. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป และกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม และเก็บใบกิจกรรมที่สมาชิกกลุ่มทุกคนได้เขียนและทำกิจกรรมไว้

**การประเมินผล**

1. สังเกตจากความสนใจ ความตั้งใจ การแสดงออกของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อกิจกรรม
2. สังเกตจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่มในการแสดงความคิดเห็น ขณะเข้าร่วมกิจกรรม

**โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี**  
**เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง**  
**ครั้งที่ 5**

**เรื่อง: ค้นหาความหมายและคุณค่าของชีวิต**

**ระยะเวลา**        60-90 นาที

**จำนวนสมาชิก**   11 คน

**อุปกรณ์**         -

**วัตถุประสงค์**

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มค้นพบความหมายและคุณค่าของการมีชีวิต ความหวัง และทางเลือกที่เป็นไปได้จากประสบการณ์ที่ผ่านมา เพื่อมุ่งไปสู่ความหมายในชีวิต
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีความชัดเจนในการกำหนดทางเลือกในการดำเนินชีวิต เพื่อไปสู่ความหมายที่แท้จริงของชีวิต

**วิธีดำเนินการ**

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา ในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกกลุ่มได้พูดคุย แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ที่ทำให้พวกเขา มีความหมายในชีวิต โดยใช้คำถามนำ เช่น “ทุกวันนี้คุณมีชีวิตอยู่เพื่อใคร” “มีใครที่เป็นกำลังใจ ให้คุณอดทนกับชีวิตที่เป็นอยู่” “คุณจะทำอย่างไรเพื่อให้มีชีวิตอยู่ต่อไปได้อย่างดี” จากนั้น ให้สมาชิกกลุ่มนั่งจับมือกันล้อมเป็นวงกลม และให้แต่ละคนพูดแบ่งปันประสบการณ์ของตนว่าจะทำอย่างไร และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิกกลุ่มด้วยกัน
3. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งนี้
4. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป และกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม

**การประเมินผล**

1. สังเกตจากความสนใจ ความตั้งใจ การแสดงออกของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อกิจกรรม
2. สังเกตจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่ม ในการแสดงความคิดเห็น ขณะเข้าร่วมกิจกรรม

**โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี**  
**เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง**  
**ครั้งที่ 6**  
**เรื่อง: ค้นหาความหมายและคุณค่าของชีวิต (ต่อ)**

ระยะเวลา 60-90 นาที

จำนวนสมาชิก 11 คน

อุปกรณ์ ใบกิจกรรมค้นหาความหมายในชีวิต, ปากกา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มค้นพบความหมายและคุณค่าของการมีชีวิต ความหวัง และทางเลือกที่เป็นไปได้จากประสบการณ์ที่ผ่านมา เพื่อมุ่งไปสู่ความหมายในชีวิต
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการยอมรับตนเองและเห็นคุณค่าของตนเอง

วิธีดำเนินการ

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. ผู้นำกลุ่มแจกใบกิจกรรม และเชิญชวนสมาชิกกลุ่มได้สำรวจตนเองในชีวิตที่ผ่านมาว่ามีสิ่งใดบ้างที่เป็นพลังชีวิตของตนเอง อะไรบ้างที่เป็นสิ่งยึดเหนี่ยวเมื่อเกิดความท้อแท้หรือหมดกำลังใจ ความมุ่งมั่นที่ทำให้เรามีชีวิตอยู่ต่อไปอย่างมีความหมาย สำรวจตนเองถึงสิ่งที่เป็นอยู่ และสิ่งที่ตนเองจะก้าวไป รวมถึงทางเลือกที่จะนำไปสู่ความหมายในชีวิต
3. ผู้นำกลุ่มทักทายสมาชิกกลุ่มให้ระบุความเป็นไปได้และการค้นพบความหมายในชีวิต โดยให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจตนเองในชีวิตที่ผ่านมา เพื่อให้สมาชิกกลุ่มตัดสินใจที่จะค้นหาความเป็นไปได้ของความหมายในชีวิตด้านอื่น ๆ ต่อไป โดยผู้นำกลุ่มใช้เทคนิคการสะท้อนความรู้สึก และการให้กำลังใจในการตัดสินใจเลือกของสมาชิกกลุ่ม
4. ผู้นำกลุ่มสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มได้เลือกและตัดสินใจมุ่งสู่ความหมายชีวิตด้วยตนเอง โดยผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกกลุ่มได้พูดคุย ซักถาม แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน
5. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งนี้
6. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป และกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจ ความตั้งใจ การแสดงออกของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อกิจกรรม
2. สังเกตจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่มในการแสดงความคิดเห็น ขณะเข้าร่วมกิจกรรม



### ใบกิจกรรมค้นหาความหมายในชีวิต

ชื่อ-สกุล.....

เมื่อคุณเกิดความท้อแท้/ หมดกำลังใจ

มีสิ่งใดบ้างที่เป็นสิ่งยึดเหนี่ยว/ เป็นพลังชีวิต ที่ทำให้คุณมีชีวิตอยู่ต่อไปได้อย่างมีความหมาย

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ความหมายในชีวิตของคุณมีอะไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

คุณต้องทำอะไรเพื่อไปสู่ความหมายในชีวิตของตนเอง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี**  
**เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง**  
**ครั้งที่ 7**

**เรื่อง: เสรีภาพในการเลือก ผู้เลือก และผู้รับผิดชอบ**

**ระยะเวลา** 60-90 นาที

**จำนวนสมาชิก** 11 คน

**อุปกรณ์** เอกสารเรื่องราวของผู้ต้องขังที่ประสบความสำเร็จ/ ประสบความสำเร็จล้มเหลว  
 ภายหลังออกจากเรือนจำ

**วัตถุประสงค์**

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มตระหนักในเสรีภาพในการเลือก และรับผิดชอบต่อการกระทำ และสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสร้างทางเลือกของตนเอง พร้อมทั้งผลดีและผลเสียที่จะเกิดจากการเลือกแต่ละทางเลือก
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มให้กำลังใจ เป็นพลังและเป็นความหมายให้แก่กันและกัน

**วิธีดำเนินการ**

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา ในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. ผู้นำกลุ่มเล่าถึงเรื่องราวของผู้ประสบความสำเร็จ/ ประสบความสำเร็จล้มเหลว ภายหลังออกจากเรือนจำ และผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มทุกคนได้ร่วมอภิปราย ซักถามในเรื่องที่ได้ฟัง
3. ผู้นำกลุ่มทำกิจกรรมโดยให้สมาชิกกลุ่มทุกคนยืนขึ้น และถามสมาชิกกลุ่มว่า “คุณจะไปจากห้องนี้ได้อย่างไร” เมื่อสมาชิกกลุ่มทุกคนได้ตอบคำถามแล้ว ผู้นำกลุ่มสรุปให้ฟังว่า ชีวิตของเรามีทางเลือกหลายทาง เราเป็นผู้เลือก เราเลือกที่จะอยู่แบบมีความสุขหรือเลือกที่จะอยู่แบบมีความสุข และเมื่อเราเลือกแล้ว เราต้องรับผิดชอบต่อสิ่งที่เลือก เพราะเราเป็นผู้เลือกเอง
4. ผู้นำกลุ่มกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนได้มั่นใจในความสามารถของตนเอง เพื่อเพิ่มความมีคุณค่าในตนเอง โดยวางแผน กำหนดขั้นตอนเพื่อหาวิธีไปสู่การเปลี่ยนแปลง เพื่อเพิ่มความชัดเจนในความหมายของชีวิต ให้สมาชิกกลุ่มตระหนักว่า “ทุกอย่างอยู่ที่เราเลือก” ว่าจะเลือกทำให้ชีวิตประสบความสำเร็จ หรือทำให้ชีวิตประสบความสำเร็จล้มเหลว

5. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มแลกเปลี่ยนประสบการณ์ พิจารณาทางเลือกที่ตนต้องการทำความเข้าใจและยอมรับในสิ่งที่ตนเองได้ตัดสินใจเลือกอย่างมั่นใจ มองเห็นสิ่งที่เกิดขึ้นตามมาจากการตัดสินใจนั้น พร้อมกับหาแนวทางที่จะดำเนินชีวิตของตนเองเพื่อไปสู่เป้าหมายที่ตนเองได้ตั้งใจไว้ และมีความรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเองเลือกและการกระทำของตนเองอย่างมุ่งมั่น ตั้งใจ มุ่งหมายที่ตนเลือก

6. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งนี้

7. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป และกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม

#### การประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจ ความตั้งใจ การแสดงออกของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อกิจกรรม

2. สัมผัสจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่ม

ในการแสดงความคิดเห็น ขณะเข้าร่วมกิจกรรม

**โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี**  
**เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง**  
**ครั้งที่ 8-9**

**เรื่อง: การสำรวจความต้องการในการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่**

**ระยะเวลา** 60-90 นาที

**จำนวนสมาชิก** 11 คน

**อุปกรณ์** ใบกิจกรรมการสำรวจความต้องการในการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่  
**วัตถุประสงค์**

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสำรวจถึงความต้องการที่แท้จริง ตระหนักรู้ถึงความต้องการของตนเองเพื่อพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (W = Wants)

**วิธีดำเนินการ**

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. สำรวจความต้องการในการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ โดยผู้นำกลุ่มใช้เทคนิคการตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจความต้องการที่แท้จริง ตัวอย่างคำถาม เช่น “คุณต้องการอะไร” “ต้องการอะไรจากครอบครัว” “จากเพื่อน” “จากชุมชน” “คุณมีวิธีการหรือแนวทางอย่างไรที่จะทำให้ไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ” เป็นต้น จากนั้นให้เขียนลงในใบกิจกรรมที่แจกให้
3. ผู้นำกลุ่มสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มแบ่งปันความรู้สึกหรือประโยชน์ที่ได้รับ และผู้นำกลุ่มให้กำลังใจว่า ทุกคนสามารถพัฒนาตนไปสู่เป้าหมายที่ต้องการได้ถ้ามีความตั้งใจ
4. ผู้นำกลุ่มสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มนำแนวทางที่เขียนไว้ในใบกิจกรรมไปสู่การปฏิบัติ
5. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งนี้
6. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป และกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม

**การประเมินผล**

1. สังเกตจากความสนใจ ความตั้งใจ การแสดงออกของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อกิจกรรม
2. สังเกตจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่มในการแสดงความคิดเห็น ขณะเข้าร่วมกิจกรรม

## ใบกิจกรรมการสำรวจความต้องการในการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่

ชื่อ-สกุล.....

คุณต้องการอะไร

.....

.....

.....

.....

คุณต้องการอะไรจากครอบครัว

.....

.....

.....

.....

คุณต้องการอะไรจากเพื่อน

.....

.....

.....

.....

คุณต้องการอะไรจากชุมชน/ สังคม

.....

.....

.....

.....

คุณมีวิธีการหรือแนวทางอย่างไรที่จะทำให้ไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ

.....

.....

.....

.....

.....

**โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี**  
**เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง**  
**ครั้งที่ 10**

**เรื่อง: การสำรวจพฤติกรรมการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ที่กำลังกระทำอยู่ในปัจจุบัน**

ระยะเวลา 60-90 นาที

จำนวนสมาชิก 11 คน

อุปกรณ์ สมุดบันทึกมหัสจรรย์

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้ตระหนักรู้ในพฤติกรรมของตนเอง เพื่อพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในปัจจุบัน ว่าสิ่งที่กำลังกระทำอยู่นั้น สามารถนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้หรือไม่ (D = Direction/ doing)

วิธีดำเนินการ

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว

2. สำรวจพฤติกรรมการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในปัจจุบัน โดยผู้นำกลุ่มแจกสมุดบันทึกมหัสจรรย์ให้สมาชิกกลุ่มทุกคน จากนั้นอธิบายให้สมาชิกกลุ่มบันทึกสิ่งต่อไปนี้ลงในสมุดบันทึก โดยให้เริ่มบันทึกตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป จนถึงวันที่จะทำกิจกรรมในครั้งต่อไป

- เหตุการณ์ที่ดีและไม่ดีที่เกิดขึ้นกับตนเอง

พร้อมทั้งบอกความรู้สึกของตนเองที่มีต่อเหตุการณ์นั้น ๆ

- เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของคุณ

- ถ้าคุณจะเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ คุณควรปฏิบัติตนอย่างไรบ้าง

3. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มได้เล่าและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่เป็นปัญหาหรือ

อุปสรรคคู่กันฟัง

4. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งนี้

5. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป พร้อมทั้งเน้นย้ำให้สมาชิกกลุ่ม

เขียนบันทึกลงในสมุดบันทึกมหัสจรรย์ทุกวัน จนถึงวันนัดหมายในครั้งต่อไป และกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม

**การประเมินผล**

1. สัมผัสจากความสนใจ ความตั้งใจ การแสดงออกของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อกิจกรรม
  2. สัมผัสจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่ม
- ในการแสดงความคิดเห็น ขณะเข้าร่วมกิจกรรม

	<p>สมุดบันทึกมหัศจรรย์</p>
--	----------------------------

<p>วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● เหตุการณ์ที่ดีที่เกิดขึ้นกับคุณในวันนี้</li> </ul> <p>.....</p> <p>.....</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● คุณรู้สึกอย่างไร</li> </ul> <p>.....</p> <p>.....</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● เหตุการณ์ที่ไม่ดีที่เกิดขึ้นกับคุณในวันนี้</li> </ul> <p>.....</p> <p>.....</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● คุณรู้สึกอย่างไร</li> </ul> <p>.....</p> <p>.....</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของคุณ</li> </ul> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ถ้าคุณจะเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ คุณควรปฏิบัติอย่างไร</li> </ul> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
--	---

<ul style="list-style-type: none"> <li>● สิ่งที่คุณสามารถปฏิบัติได้สำเร็จแล้ว มีอะไรบ้าง</li> </ul> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● สิ่งที่คุณยังไม่สามารถปฏิบัติได้สำเร็จ มีอุปสรรคอะไรบ้าง</li> </ul> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
--	---



**โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี**  
**เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง**  
**ครั้งที่ 11**

**เรื่อง:** การสำรวจพฤติกรรมการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ที่กำลังกระทำอยู่ในปัจจุบัน (ต่อ)

**ระยะเวลา** 60-90 นาที

**จำนวนสมาชิก** 11 คน

**อุปกรณ์** สมุดบันทึกมหัสจรรย์

**วัตถุประสงค์**

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ตระหนักรู้ในพฤติกรรมของตนเอง เพื่อพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในปัจจุบัน ว่าสิ่งที่กำลังกระทำอยู่นั้น สามารถนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้หรือไม่ (D = Direction/ doing)

**วิธีดำเนินการ**

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มนำสมุดบันทึกมหัสจรรย์ที่ได้เขียนบันทึกไว้ จากนั้นให้ทุกคนอ่านบันทึกของตนเองให้เพื่อนสมาชิกฟัง เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน
3. สำรวจพฤติกรรมการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในปัจจุบัน โดยผู้นำกลุ่มชักชวนให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจตนเอง โดยให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนได้สำรวจพฤติกรรมการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ที่กำลังกระทำอยู่ในปัจจุบัน ว่าตนต้องการอะไร และทำอะไรบ้าง และส่งผลต่อตนเองอย่างไร หรือมีอุปสรรคอะไรที่ทำให้ไม่สามารถไปถึงเป้าหมายของตนเองได้ และจัดการกับปัญหาและอุปสรรคเหล่านั้นอย่างไร ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มได้ทบทวนการกระทำหรือพฤติกรรมของตนเอง ตัวอย่างคำถาม เช่น “ถ้าคุณยังมีพฤติกรรมเช่นนี้ คุณคิดว่าอนาคตจะเป็นอย่างไร” จากนั้นให้เขียนลงในสมุดบันทึกมหัสจรรย์ที่แจกให้
4. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มได้เล่าและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่เป็นปัญหาหรืออุปสรรคสู่กันฟัง
5. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มร่วมกันสรุปพฤติกรรมที่เป็นปัญหาหรืออุปสรรคในการตอบสนองความต้องการของตนเอง
6. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งนี้

7. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป และกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม  
การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจ ความตั้งใจ การแสดงออกของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อกิจกรรม
2. สังเกตจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่ม  
ในการแสดงความคิดเห็น ขณะเข้าร่วมกิจกรรม

**โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี**  
**เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง**  
**ครั้งที่ 12-13**  
**เรื่อง: การประเมินพฤติกรรมตนเองในการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่**

ระยะเวลา 60-90 นาที

จำนวนสมาชิก 11 คน

อุปกรณ์ -

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ประเมินสิ่งที่เกิดจากพฤติกรรมของตนเอง เพื่อที่จะได้รู้ว่าอะไรที่ทำให้เกิดความล้มเหลว และควรเปลี่ยนแปลงอะไรเพื่อไปสู่ความสำเร็จได้ (E = Evaluation)

วิธีดำเนินการ

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว

2. ประเมินพฤติกรรมตนเองในการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ซึ่งหลังจากที่สมาชิกกลุ่มได้บอกเล่าถึงพฤติกรรมในปัจจุบันและพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของตนเองแล้ว ผู้นำกลุ่มได้ให้สมาชิกกลุ่มแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของตน พร้อมทั้งผู้นำกลุ่มใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา เช่น การใช้คำถามปลายเปิดปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า และการสรุป เป็นต้น เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มได้ประเมินและพิจารณาว่าพฤติกรรมนั้นเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์หรือไม่ และเห็นความสำคัญที่จะต้องแก้ไขพฤติกรรม พร้อมทั้งช่วยกันหาแนวทางในการแก้ไขปัญหานั้น ๆ

3. ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกกลุ่มเกิดความเข้าใจ และยอมรับในพฤติกรรมของตนเอง โดยจะไม่ตัดสินคุณค่าในพฤติกรรมของสมาชิก แต่จะช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้ประเมินถึงพฤติกรรมของตน ทั้งความสำเร็จและความล้มเหลว อะไรที่ทำได้ อะไรที่ทำได้ และยอมรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยตนเอง

4. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งนี้

5. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป และกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจ ความตั้งใจ การแสดงออกของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อกิจกรรม

2. สังเกตจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่ม

ในการแสดงความคิดเห็น ขณะเข้าร่วมกิจกรรม

**โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี**  
**เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง**  
**ครั้งที่ 14**  
**เรื่อง: การวางแผนปฏิบัติและพันธะสัญญา**

ระยะเวลา 60-90 นาที

จำนวนสมาชิก 11 คน

อุปกรณ์ ใบกิจกรรมการวางแผนปฏิบัติเพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่, หนังสือพันธะสัญญา

**วัตถุประสงค์**

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้วางแผนปฏิบัติเพื่อพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ เพื่อไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ (P = Planning and commitment)
2. เพื่อเป็นการสร้างพันธะสัญญาหรือข้อผูกพันให้สมาชิกกลุ่มปฏิบัติตามแผนปฏิบัติที่ตนเองเป็นผู้กำหนดในหนังสือพันธะสัญญา
3. เพื่อหาแนวทางแก้ไขปัญหาหรืออุปสรรคที่เกิดขึ้น แล้วนำแผนที่ได้ไปปฏิบัติ

**วิธีดำเนินการ**

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. วางแผนการปฏิบัติตนเพื่อพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ เพื่อไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ โดยผู้นำกลุ่มแจกใบกิจกรรม และให้สมาชิกกลุ่มสรุปถึงพฤติกรรมที่สมาชิกแต่ละคนต้องการเปลี่ยนแปลง จะปรับเปลี่ยนชีวิตให้มีความสุขต้องทำอะไร พร้อมทั้งกำหนดสิ่งที่ตนเองจะทำในแต่ละวัน ซึ่งเป็นพฤติกรรมเพื่อพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ สิ่งที่จะเป็นอุปสรรค และวิธีแก้ไขเมื่อเกิดปัญหานั้น ๆ
3. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มร่วมกันกำหนดแนวทางในการแก้ปัญหาและพิจารณาวางแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และเลือกวิธีปฏิบัติที่เหมาะสมกับตนเอง ซึ่งผู้นำกลุ่มกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันคิดและเสนอแนะร่วมกันในกลุ่ม และช่วยให้สมาชิกกลุ่มเห็นถึงความสำคัญในการวางแผนเพื่อการเปลี่ยนแปลงไปสู่ความสำเร็จ โดยเป็นแผนที่ง่าย ไม่ซับซ้อน ยุ่งยาก มีความชัดเจน และเป็นแผนที่ทุกคนสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง
4. ผู้นำกลุ่มนำหนังสือพันธะสัญญามาแสดงให้สมาชิกกลุ่มดู พร้อมทั้งชี้แจงให้เข้าใจว่าหนังสือพันธะสัญญาฉบับนี้จะเป็นเครื่องยืนยันในความตั้งใจจริงของสมาชิกกลุ่มที่จะปฏิบัติตาม

แนวทางที่ตนเองได้กำหนดไว้เพื่อพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ แล้วจึงให้สมาชิกกลุ่มเขียนข้อความลงในสัญญา 2 ฉบับ โดยสมาชิกกลุ่มเก็บไว้ 1 ฉบับ และผู้นำกลุ่มเก็บไว้ 1 ฉบับ

5. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งนี้
6. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป และกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม

#### **การประเมินผล**

1. สังเกตจากความสนใจ ความตั้งใจ การแสดงออกของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อกิจกรรม
2. สังเกตจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่มในการแสดงความคิดเห็น ขณะเข้าร่วมกิจกรรม

### ใบกิจกรรมการวางแผนปฏิบัติเพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่

ชื่อ-สกุล.....

พฤติกรรมใดที่คุณต้องการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม เพื่อพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่  
ซึ่งจะทำให้ชีวิตคุณมีความสุข

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

กำหนดสิ่งที่คุณต้องทำในแต่ละวัน เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปจากเดิม

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

สิ่งที่เป็นอุปสรรคมีอะไรบ้าง

.....  
.....  
.....  
.....

วิธีการแก้ไขเมื่อเกิดอุปสรรค/ ปัญหานั้น ๆ

.....  
.....  
.....  
.....

หนังสือพนธะสัญญา

เขียนที่.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....

ผู้ให้ข้อมูล.....

ข้าพเจ้าขอสัญญาว่าจะปฏิบัติตน เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ดังต่อไปนี้

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ผู้รับการศึกษา

ลงชื่อ.....

(.....)

ผู้ให้การศึกษา

**โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี**  
**เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง**  
**ครั้งที่ 15-16**  
**เรื่อง: การติดตามผล**

ระยะเวลา 60-90 นาที

จำนวนสมาชิก 11 คน

อุปกรณ์ -

วัตถุประสงค์

1. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนที่สมาชิกกลุ่มกำหนดไว้

วิธีดำเนินการ

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้ง นี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มทุกคนได้เล่าถึงผลของการปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ในการพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ จากที่สมาชิกกลุ่มได้เขียนหนังสือสัญญาไปนั้น ได้นำไปปฏิบัติอย่างไร มีสิ่งใดบ้างที่ปฏิบัติได้จริง และสิ่งใดบ้างที่ปฏิบัติไม่ได้
3. ผู้นำกลุ่มกล่าวชมเชยเพื่อเป็นกำลังใจแก่สมาชิกกลุ่มทุกคน ที่สามารถแก้ไขปรับปรุงและพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ได้ตามที่กำหนดไว้ และกระตุ้นให้มีกำลังใจและเน้นให้สมาชิกกลุ่มปฏิบัติตามแผนต่อไปเพื่อนำไปสู่การพัฒนาเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของตนเองต่อไป
4. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสาระสำคัญในการให้คำปรึกษาครั้งนี้
5. ผู้นำกลุ่มนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป และกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่ม

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจ ความตั้งใจ การแสดงออกของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อกิจกรรม
2. สังเกตจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่มในการแสดงความคิดเห็น ขณะเข้าร่วมกิจกรรม

หมายเหตุ:

ถ้าสมาชิกกลุ่มทุกคนสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ผู้นำกลุ่มจะทำการยุติการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป แต่ถ้าสมาชิกกลุ่มคนใดคนหนึ่งยังไม่สามารถปฏิบัติตามแผนได้ ผู้นำกลุ่มจะดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มต่อไป จนกว่าสมาชิกกลุ่มจะปฏิบัติตามแผนได้ครบทุกคน



**โปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎี**  
**เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง**  
**ครั้งที่ 17**

**เรื่อง: ยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม ปัจฉิมนิเทศ และทดสอบหลังการทดลอง**

ระยะเวลา 60-90 นาที

จำนวนสมาชิก 11 คน

อุปกรณ์ แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (หลังการทดลอง)

**วัตถุประสงค์**

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสรุปผลการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพหุทฤษฎีระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสรุปถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ของตนเอง หลังจากการได้รับคำปรึกษา
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มกล่าวถึงสิ่งที่ประทับใจและประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้ากลุ่ม
4. ทำแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (หลังการทดลอง)

**วิธีดำเนินการ**

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. ผู้นำกลุ่มร่วมกันสนทนาทบทวนและเล่าถึงสิ่งที่สมาชิกกลุ่มแต่ละคนได้ปฏิบัติตามแผนและข้อสัญญาที่กำหนดไว้ เล่าถึงความรู้สึกและพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปภายหลังได้รับการให้คำปรึกษา
3. ผู้นำกลุ่มให้กำลังใจและกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มทุกคนรู้สึกถึงความรับผิดชอบต่อตนเอง มีความมั่นใจที่จะพัฒนาตนเอง เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ ๆ เพื่อก่อให้เกิดความสำเร็จตามเป้าหมายที่คาดหวังไว้
4. ผู้นำกลุ่มกล่าวขอบคุณและเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนกล่าวถึงความรู้สึกดี ๆ ที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกลุ่ม และความรู้สึกดี ๆ ที่เกิดขึ้นจากเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม รวมทั้งข้อเสนอแนะต่าง ๆ เพื่อนำไปปรับปรุงตนเองในโอกาสต่อไป
5. ผู้นำกลุ่มสรุปกลุ่มพร้อมทั้งกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่มทุกคน และยุติการให้คำปรึกษา
6. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มทุกคนทำแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (หลังการทดลอง)

**การประเมินผล**

1. สัมผัสจากความสนใจ ความตั้งใจ การแสดงออกของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อกิจกรรม
  2. สัมผัสจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่ม
- ในการแสดงความคิดเห็น ขณะเข้าร่วมกิจกรรม

#### ภาคผนวก ข

แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ (The reasons for living scale)

ที่ผู้วิจัยได้รับอนุญาตจากลินแฮน และคณะ (Linehan et al., 1983) ผู้พัฒนาแบบวัด ให้แปลเป็นฉบับ  
ภาษาไทย และแบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8 คำถาม (8Q) ของกรมสุขภาพจิต

## แบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่

Reasons for living scale (Linehan et al., 1983)

### คำชี้แจง:

หลายคนที่เคยคิดฆ่าตัวตายอย่างน้อยหนึ่งครั้ง แม้อันอื่น ๆ อาจจะไม่เคยคิดถึงสิ่งเหล่านี้ถึงแม้ว่าคุณจะคิดถึงมันหรือไม่ เราสนใจในเหตุผลที่คุณมีที่จะไม่ฆ่าตัวตาย ถ้าความคิดนั้นเกิดขึ้นกับคุณหรือใครบางคนแนะนำคุณ

ต่อไปนี้เป็นเหตุผลของการไม่ฆ่าตัวตายที่บางคนให้มา เราต้องการทราบเหตุผลต่าง ๆ ว่ามีความสำคัญอย่างไรในเวลาที่คิดไม่ฆ่าตัวตาย ช่วยให้คะแนนในแต่ละคำถาม

แต่ละเหตุผลสามารถให้คะแนนจาก 1 (ไม่สำคัญเลย) ถึง 6 (สำคัญมาก) ถ้ามีเหตุผลใดไม่สำคัญ หรือถ้าคุณไม่เชื่อประโยคนั้นว่าเป็นจริง หรือไม่มีความสำคัญ คุณควรให้คะแนน 1 ควรใช้คะแนนทุกระดับ ไม่ควรให้คะแนนระดับกลางเพียงอย่างเดียว (2, 3, 4, 5) หรือระดับสูงสุดและต่ำสุดเท่านั้น (1, 6)

แต่ละข้อให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ที่บ่งบอกความสำคัญสำหรับคุณที่จะไม่ฆ่าตัวตาย

- 1 คะแนน หมายถึง ไม่สำคัญเลย
- 2 คะแนน หมายถึง ไม่สำคัญ
- 3 คะแนน หมายถึง ค่อนข้างไม่สำคัญ
- 4 คะแนน หมายถึง ค่อนข้างสำคัญ
- 5 คะแนน หมายถึง สำคัญ
- 6 คะแนน หมายถึง สำคัญมาก

ถึงแม้ว่าคุณไม่เคยคิดฆ่าตัวตาย คำตอบเหล่านี้ก็ยังเป็นประโยชน์ในที่นี้ ในกรณีที่ว่าทำไมการฆ่าตัวตายไม่อยู่ในความสนใจของคุณ

ผู้แปล: นางสาวนิสรา คำมณี  
 นิสิตคุชฌ์บัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา  
 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

ข้อความ	ระดับความสำคัญ					
	ไม่ สำคัญ เลย	ไม่ สำคัญ	ค่อนข้าง ไม่ สำคัญ	ค่อนข้าง สำคัญ	สำคัญ	สำคัญ มาก
1. ฉันมีพันธะความรับผิดชอบต่อ ครอบครัวของฉัน						
2. ฉันเชื่อว่า ฉันสามารถเรียนรู้ที่จะ ปรับตัว หรือแก้ไขปัญหาของฉันได้						
3. ฉันเชื่อว่า ฉันสามารถควบคุมชะตาชีวิต ของตัวเองได้						
4. ฉันมีความปรารถนาที่จะมีชีวิตอยู่						
5. ฉันเชื่อว่า พระเจ้าเท่านั้นที่มีสิทธิ์ จะจบชีวิตคน ๆ หนึ่งได้						
6. ฉันกลัวความตาย						
7. ถ้าฉันฆ่าตัวตาย ครอบครัวของฉัน อาจเชื่อว่าฉันไม่รักพวกเขา						
8. ฉันไม่เชื่อว่า สิ่งต่าง ๆ จะเลวร้ายหรือ น่าสั่นหวั่นจนทำให้ฉันอยากตาย						
9. ครอบครัวของฉันยังต้องพึ่งฉัน และพวกเขาจำเป็นต้องมีฉันอยู่						
10. ฉันไม่อยากตาย						
11. ฉันต้องการที่จะเฝ้ามองลูก ๆ/ หลาน ๆ/ ญาติ ๆ ของฉันเติบโต						
12. ชีวิตคือทุกสิ่งที่มี และการมีชีวิต ก็ดีกว่าการไม่มีอะไรเลย						
13. ฉันมีแผนในอนาคตที่ฉันเฝ้ารอคอย ที่จะลงมือทำ						
14. ไม่ว่าฉันรู้สึกแย่มากเพียงใด ฉันก็รู้ว่า มันจะไม่คงอยู่ตลอดไป						
15. ฉันกลัวการถูกกลืน						

ข้อความ	ระดับความสำคัญ					
	ไม่ สำคัญ เลย	ไม่ สำคัญ	ค่อนข้าง ไม่ สำคัญ	ค่อนข้าง สำคัญ	สำคัญ	สำคัญ มาก
16. ฉันรักและมีความสุขกับครอบครัว ของฉันมากและฉันไม่สามารถทอดทิ้ง พวกเขาไป						
17. ฉันต้องการได้รับประสบการณ์ ทั้งหมดของชีวิตและยังมีประสบการณ์ อีกมากมายที่ฉันยังไม่ได้สัมผัสมัน ซึ่งฉันอยากจะได้รับ						
18. ฉันกลัวว่าวิธีการฆ่าตัวตายของฉัน จะไม่ได้ผล						
19. ฉันรักตัวเองมากพอที่จะมีชีวิตอยู่						
20. การมีชีวิตอยู่มันสวยงามและล้ำค่ามาก เกินกว่าที่จะจบมันลง						
21. มันไม่ยุติธรรมที่ฉันจะทิ้งลูก ๆ/ ญาติ ๆ ไว้ให้คนอื่นเป็นผู้ดูแลพวกเขา						
22. ฉันเชื่อว่าฉันสามารถหาทางออก ให้กับปัญหาของฉันได้						
23. ฉันกลัวจะตกนรก						
24. ฉันรักชีวิตของฉัน						
25. ฉันตั้งใจอย่างมากที่จะฆ่าตัวตาย						
26. ฉันเป็นคนขี้ขลาดและไม่กล้าพอที่จะ ฆ่าตัวตาย						
27. ศาสนาของฉันห้ามไม่ให้ฆ่าตัวตาย						
28. ลูก ๆ/ ญาติ ๆ ของฉัน อาจเป็นอันตรายได้						
29. ฉันอยากรู้ว่าจะเกิดอะไรขึ้นกับฉัน ในอนาคต						

ข้อความ	ระดับความสำคัญ					
	ไม่ สำคัญ เลย	ไม่ สำคัญ	ค่อนข้าง ไม่ สำคัญ	ค่อนข้าง สำคัญ	สำคัญ	สำคัญ มาก
30. ถ้าฉันฆ่าตัวตาย ครอบครัวของฉัน จะต้องเจ็บปวดเป็นอย่างมากและ ฉันก็ไม่อยากให้พวกเขาต้องทุกข์ใจ						
31. ถ้าฉันฆ่าตัวตาย ฉันกังวลว่าผู้อื่น จะคิดอย่างไรกับฉัน						
32. ฉันเชื่อว่าทุกสิ่งทุกอย่างมีทาง แก้ปัญหาได้						
33. ฉันไม่สามารถตัดสินใจได้ว่า ฉันจะฆ่าตัวตายที่ไหน เมื่อไร และจะทำอย่างไร						
34. ฉันคิดว่าการฆ่าตัวตายเป็นเรื่องที่ ผิดศีลธรรม						
35. ฉันยังมีอีกหลายสิ่งที่ต้องทำ						
36. ฉันมีความกล้าหาญที่จะเผชิญหน้ากับ การมีชีวิตอยู่ต่อ						
37. ฉันมีความสุขและพอใจกับชีวิต ของฉัน						
38. ฉันกลัว “การกระทำ” ในการฆ่าตัวตายของฉัน (ความเจ็บปวด, เลือด, ความรุนแรง)						
39. ฉันเชื่อว่าการฆ่าตัวตายไม่สามารถ แก้ไขปัญหาได้อย่างแท้จริง						
40. ฉันหวังว่าสิ่งต่าง ๆ จะดีขึ้น และในอนาคตฉันจะมีความสุข มากกว่าเดิม						
41. คนอื่น ๆ จะคิดว่าฉันอ่อนแอ และเห็นแก่ตัว ถ้าฉันฆ่าตัวตาย						
42. ฉันมีพลังที่จะมีชีวิตอยู่						

ข้อความ	ระดับความสำคัญ					
	ไม่ สำคัญ เลย	ไม่ สำคัญ	ค่อนข้าง ไม่ สำคัญ	ค่อนข้าง สำคัญ	สำคัญ	สำคัญ มาก
43. ฉันไม่อยากให้คนอื่นคิดว่า ฉันไม่สามารถจัดการชีวิตตัวเองได้						
44. ฉันเชื่อว่า ฉันสามารถค้นพบเป้าหมาย ในชีวิตคือ เหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่						
45. ฉันมองไม่เห็นเหตุผลที่จะรีบตาย						
46. ฉันไม่มีความสามารถพอที่จะหา วิธีการฆ่าตัวตายที่เหมาะสมได้						
47. ฉันไม่อยากให้ครอบครัวของฉัน รู้สึกผิด ถ้าฉันฆ่าตัวตาย						
48. ถ้าฉันฆ่าตัวตาย ฉันไม่อยากให้ ครอบครัวคิดว่าฉันเป็นคนเห็นแก่ตัว หรือใจขาด						

ขอขอบคุณสำหรับความร่วมมือ



### แบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8 คำถาม (8Q) ของกรมสุขภาพจิต

ลำดับที่	คำถาม (ในเดือนที่ผ่านมา รวมวันนี้)	ไม่ใช่	ใช่
1	คิดอยากตาย หรือคิดว่าตายไปจะดีกว่า	0	1
2	อยากทำร้ายตัวเอง หรือทำให้ตัวเองบาดเจ็บ	0	2
3	คิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย (ถ้าตอบว่าคิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย ให้ถามต่อ)  ท่านสามารถควบคุมความอยากฆ่าตัวตายที่ท่านคิดอยู่นั้น ได้หรือไม่ หรือบอกได้ไหมว่าคงจะไม่ทำตามความคิดนั้นในขณะนี้	0 ได้	6 ไม่ได้
4	มีแผนการที่จะฆ่าตัวตาย	0	8
5	ได้เตรียมการที่จะทำร้ายตนเอง หรือเตรียมการจะฆ่าตัวตาย โดยตั้งใจว่าจะให้ตายจริง ๆ	0	9
6	ได้ทำให้ตนเองบาดเจ็บ แต่ไม่ตั้งใจที่จะให้เสียชีวิต	0	4
7	ได้พยายามฆ่าตัวตาย โดยคาดหวัง/ ตั้งใจที่จะให้ตาย	0	10
8	ท่านเคยพยายามฆ่าตัวตาย	0	4
<b>รวมคะแนน</b>			
<b>รวม</b>			

หมายเหตุ ตั้งแต่ 1 คะแนนขึ้นไป ถือว่ามีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายในปัจจุบัน ควรได้รับการบำบัดรักษา และดูแลตามระดับความรุนแรง ซึ่งแบ่งได้ ดังนี้

คะแนน 0 คะแนน หมายถึง ไม่มีแนวโน้มฆ่าตัวตายในปัจจุบัน

คะแนน 1-8 คะแนน หมายถึง แนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายระดับน้อย

คะแนน 9-16 คะแนน หมายถึง แนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายระดับปานกลาง

คะแนน  $\geq 17$  คะแนน หมายถึง แนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายระดับรุนแรง

#### ภาคผนวก ค

การติดต่อขออนุญาตจากผู้พัฒนาแบบวัด (Linehan et al., 1983)  
เพื่อแปลแบบวัดเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ เป็นฉบับภาษาไทย

28/10/2559

Gmail - A request for permission to use " Reasons for Living Scale "



Nissara Khammanee &lt;k.nissara@gmail.com&gt;

## A request for permission to use " Reasons for Living Scale "

5 messages

**Nissara Khammanee** <k.nissara@gmail.com>

Thu, Aug 13, 2015 at 3:33 PM

To: brtc@u.washington.edu

Dear Professor Marsha M. Linehan,

I am Miss Nissara Khammanee , a lecturer at the Department of Psychology , Faculty of Humanities and Social Science, Burapha University, Chonburi, Thailand. At the present time I am also a Ph.D.student in Counseling Psychology, at Faculty of Education, BUU. I have planned to translate Reasons for Living Scale in Thai and use for my Dissertation with Female Inmates in Chonburi Province, in 2015. Could you please give me an official permission to use your Reasons for Living Scale ?

Any suggestion would be appreciated.  
I am looking forward to hearing from you.

Best regards,  
Nissara Khammanee

**Elaine Franks** <efranks@uw.edu>

Sat, Aug 15, 2015 at 4:13 AM

To: "k.nissara@gmail.com" &lt;k.nissara@gmail.com&gt;

Dear Nissara,

Hello from the Behavioral Research and Therapy Clinics (BRTC) and the office of Dr. Marsha Linehan at the University of WA. Thank you for your email request to translate the RFL to Thai. Thank you for asking. Yes, you may translate it. Could you please send us a copy of the completed version so we can then post on our website? See instrument and other translations here: <http://blogs.uw.edu/brtc/publications-assessment-instruments/>

Thank you again for asking and we look forward to receiving a copy of the translation.

Sincerely,

Elaine Franks

Elaine Franks

Assistant to Marsha Linehan, Ph.D.

Behavioral Research and Therapy Clinics (BRTC)

University of Washington

3935 University Way NE

28/10/2559

Gmail - A request for permission to use " Reasons for Living Scale "

Box 355915

Seattle, WA 98195-5915

efranks@uw.edu

Correspondence via e-mail is not guaranteed to be confidential. Privileged, confidential or patient identifiable information may be contained in this message. This information is meant only for the use of the intended recipients. If you are not the intended recipient, or if the message has been addressed to you in error, do not read, disclose, reproduce, distribute, disseminate or otherwise use this transmission. Instead, please notify the sender by reply e-mail, and then destroy all copies of the message and any attachments.

**From:** Nissara Khammanee [mailto:k.nissara@gmail.com]  
**Sent:** Thursday, August 13, 2015 1:33 AM  
**To:** brtc@u.washington.edu  
**Subject:** A request for permission to use " Reasons for Living Scale "

[Quoted text hidden]

**Nissara Khammanee** <k.nissara@gmail.com>  
 To: "Dr อ.สุรินทร์" <tipsurin@yahoo.com>

Mon, Aug 17, 2015 at 3:35 PM

[Quoted text hidden]

efranks@uw.edu&lt;mailto:efranks@uw.edu&gt;

Correspondence via e-mail is not guaranteed to be confidential. Privileged, confidential or patient identifiable information may be contained in this message. This information is meant only for the use of the intended recipients. If you are not the intended recipient, or if the message has been addressed to you in error, do not read, disclose, reproduce, distribute, disseminate or otherwise use this transmission. Instead, please notify the sender by reply e-mail, and then destroy all copies of the message and any attachments.

From: Nissara Khammanee [mailto:k.nissara@gmail.com]  
 Sent: Thursday, August 13, 2015 1:33 AM  
 To: brtc@u.washington.edu<mailto:brtc@u.washington.edu>

[Quoted text hidden]

**Nissara Khammanee** <k.nissara@gmail.com> Wed, Aug 19, 2015 at 10:16 AM  
 To: Elaine Franks <efranks@uw.edu>, "Dr อ.สุรินทร์" <tipsurin@yahoo.com>, warakom13@gmail.com, Nissara Khammanee <k.nissara@gmail.com>

Dear Elaine Franks,

Thank you so much for your prompt response on the permission for translating the Reasons for Living scale into Thai language. I really much appreciated . Yes, the completed RFL in Thai version,certainly will be sent back to BRTC.

Please send Professor Dr. Marsha Linehan my sincerely regards. Also Thank you for sending me the other instruments.

Regards,  
 Nissara Khammanee

NIMH/NIDA/BPDRF/\_\_\_ 2004-2008

Data Entry Initials: \_\_\_\_\_  
 Date: \_\_\_\_\_  
 Second Entry: \_\_\_\_\_  
 Date: \_\_\_\_\_

Client's ID # & Initials: \_\_\_\_\_  
 Date: \_\_\_\_\_  
 Assessment: \_\_\_\_\_ Session: \_\_\_\_\_



UNIVERSITY OF WASHINGTON  
 BEHAVIORAL RESEARCH & THERAPY CLINICS  
 Linehan et. al., 1983

**INSTRUCTIONS:** Many people have thought of suicide at least once. Others have never considered it. Whether you have considered it or not, we are interested in the reasons you would have for **not** committing suicide if the thought were to occur to you or if someone were to suggest it to you.

On the following pages are reasons people sometimes give for **not** committing suicide. We would like to know how important each of these possible reasons would be to you at this time in your life as a reason to **not** kill yourself. Please rate this in the space at the left on each question.

Each reason can be rated from 1 (Not At All Important) to 6 (Extremely Important). If a reason does not apply to you or if you do not believe the statement is true, then it is not likely important and you should put a 1. Please use the whole range of choices so as not to rate only at the middle (2, 3, 4, 5) or only at the extremes (1, 6).

In each space put a number to indicate the importance to you of each reason for **not** killing yourself.

1. Not At All Important (as a reason for **not** killing myself, **or**, does not apply to me, I don't believe this at all).
2. Quite Unimportant
3. Somewhat Unimportant
4. Somewhat Important
5. Quite Important
6. Extremely Important (as a reason for **not** killing myself, I believe this very much and it is very important).

Even if you never have or firmly believe you never would seriously consider killing yourself, it is still important that you rate each reason. In this case, rate on the basis of **why killing yourself is not or would never be an alternative for you.**

In each space put a number to indicate the importance to you of each for **not** killing yourself.

- |                                |                              |
|--------------------------------|------------------------------|
| 1. Not At All Important        | 4. Somewhat <b>Important</b> |
| 2. Quite Unimportant           | 5. Quite Important           |
| 3. Somewhat <b>Unimportant</b> | 6. Extremely Important       |

- \_\_\_\_\_ 1. I have a responsibility and commitment to my family.
- \_\_\_\_\_ 2. I believe I can learn to adjust or cope with my problems.
- \_\_\_\_\_ 3. I believe I have control over my life and destiny
- \_\_\_\_\_ 4. I have a desire to live.
- \_\_\_\_\_ 5. I believe only God has the right to end a life.
- \_\_\_\_\_ 6. I am afraid of death

NIMH 3 B 1999-2003

- |                                |                              |
|--------------------------------|------------------------------|
| 1. Not At All Important        | 4. Somewhat <b>Important</b> |
| 2. Quite Unimportant           | 5. Quite Important           |
| 3. Somewhat <b>Unimportant</b> | 6. Extremely Important       |

- 
- \_\_\_ 7. My family might believe I did not love them
- \_\_\_ 8. I do not believe that things get miserable or hopeless enough that I would rather be dead
- \_\_\_ 9. My family depends upon me and needs me
- \_\_\_ 10. I do not want to die
- \_\_\_ 11. I want to watch my children as they grow
- \_\_\_ 12. Life is all we have and is better than nothing
- \_\_\_ 13. I have future plans I am looking forward to carrying out
- \_\_\_ 14. No matter how badly I feel, I know that it will not last
- \_\_\_ 15. I am afraid of the unknown
- \_\_\_ 16. I love and enjoy my family too much and could not leave them
- \_\_\_ 17. I want to experience all that life has to offer and there are many experiences I haven't had yet which I want to have
- \_\_\_ 18. I am afraid that my method of killing myself would fail
- \_\_\_ 19. I care enough about myself to live
- \_\_\_ 20. Life is too beautiful and precious to end it
- \_\_\_ 21. It would not be fair to leave the children for others to take care of
- \_\_\_ 22. I believe I can find other solutions to my problems
- \_\_\_ 23. I am afraid of going to hell
- \_\_\_ 24. I have a love of life
- \_\_\_ 25. I am too stable to kill myself
- \_\_\_ 26. I am a coward and do not have the guts to do it
- \_\_\_ 27. My religious beliefs forbid it
- \_\_\_ 28. The effect on my children could be harmful
- \_\_\_ 29. I am curious about what will happen in the future
- \_\_\_ 30. It would hurt my family too much and I would not want them to suffer
- \_\_\_ 31. I am concerned about what others would think of me
- \_\_\_ 32. I believe everything has a way of working out for the best
- \_\_\_ 33. I could not decide where, when, and how to do it
- \_\_\_ 34. I consider it morally wrong
- \_\_\_ 35. I still have many things left to do
- \_\_\_ 36. I have the courage to face life
- \_\_\_ 37. I am happy and content with my life
- \_\_\_ 38. I am afraid of the actual "act" of killing myself (the pain, blood, violence)
- \_\_\_ 39. I believe killing myself would not really accomplish or solve anything
- \_\_\_ 40. I have hope that things will improve and the future will be happier
- \_\_\_ 41. Other people would think I am weak and selfish.

NIMH 3 B 1999-2003

- |    |                             |    |                           |
|----|-----------------------------|----|---------------------------|
| 1. | Not At All Important        | 4. | Somewhat <b>Important</b> |
| 2. | Quite Unimportant           | 5. | Quite Important           |
| 3. | Somewhat <b>Unimportant</b> | 6. | Extremely Important       |
- 

- \_\_\_ 42. I have an inner drive to survive
- \_\_\_ 43. I would not want people to think I did not have control over my life
- \_\_\_ 44. I believe I can find a purpose in life, a reason to live
- \_\_\_ 45. I see no reason to hurry death along
- \_\_\_ 46. I am so inept that my method would not work
- \_\_\_ 47. I would not want my family to feel guilty afterwards
- \_\_\_ 48. I would not want my family to think I was selfish or a coward

## ภาคผนวก ง

จดหมายขอความอนุเคราะห์ผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือเพื่อการวิจัย



## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

นายแพทย์ทรงสิทธิ์ อุดมสิน	จิตแพทย์ประจำโรงพยาบาลเอกชล จังหวัดชลบุรี
นายแพทย์พรชัย วรรณล้วน	ประธานสาขาวิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
นางสาวมาตี สุภาพผล	ผู้อำนวยการส่วนพัฒนาผู้ต้องขัง ทัณฑสถานหญิงชลบุรี
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อานนท์ ไชยสุริยา	รองผู้อำนวยการสถาบันภาษา มหาวิทยาลัยบูรพา
ดร.คลดาว ปุราณนท์	อาจารย์ประจำภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
ดร.ชมพูนุท ศรีจันทร์นิล	อาจารย์ประจำภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
ดร.ชวณวล คณานุกูล	อาจารย์ประจำภาควิชานิติศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา



ที่ ศธ ๖๖๒๑/ว๒๖วท

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา  
๑๖๙ ถ.สิงหนครบางแสน ต.แสนสุข  
อ.เมือง จ.ชลบุรี ๒๐๑๓๓

๔ พฤศจิกายน ๒๕๕๘

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน นายแพทย์ทรงสิทธิ์ อุดมสิน

สิ่งที่ส่งมาด้วย ค่าโครงการวิจัยนิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน ๓ ชุด

ด้วยนางสาวนิสรา คำมณี นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำดุษฎีนิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนาการบูรณาการ การปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎีระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ของผู้ต้องขังหญิง ในพื้นที่สถานหญิง" ในความควบคุมดูแลของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรากร ทรัพย์วิริยะปกรณ์ ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในกรณี คณะศึกษาศาสตร์ ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าว เป็นอย่างดียิ่งขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เชษฐ ศรีสวัสดิ์)  
รองคณบดีฝ่ายบัณฑิตศึกษา ปฏิบัติการแทน  
คณบดีคณะศึกษาศาสตร์ ปฏิบัติการแทน  
ผู้อำนวยการแทนอธิการบดีมหาวิทยาลัยบูรพา

ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์  
โทรศัพท์ ๐-๓๘๑-๒๐๗๖  
โทรสาร ๐-๓๘๓๙-๓๒๕๑  
ผู้วิจัยโทร. ๐๘-๑๔๕๙-๘๘๒๘



### บันทึกข้อความ

ส่วนงาน คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ โทร ๒๐๗๖  
 ที่ ศธ ๖๖๒๑/ว ก ๗๐๘ วันที่ ๘ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๘  
 เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน นายแพทย์พรช วรรณล้วน

ด้วย นางสาวนิสรา คำมณี นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนาการบูรณาการการปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง" ในความควบคุมดูแลของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรากร ทรัพย์วิระปกรณ์ ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในกรณี คณะศึกษาศาสตร์ ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เชษฐ ศิริสวัสดิ์)  
 รองคณบดีฝ่ายบัณฑิตศึกษา ปฏิบัติการแทน  
 คณบดีคณะศึกษาศาสตร์



ที่ ศธ ๖๖๒๑/ว ๒๖๖๓

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา  
๑๖๙ ถ.สิงหนครบางแสน ต.แสนสุข  
อ.เมือง จ.ชลบุรี ๒๐๑๓๑

๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๘

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน นางสาวมาตี สุภาพผล

สิ่งที่ส่งมาด้วย เค้าโครงย่อคุชฎินิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วยนางสาวนิสร่า คำมณี นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำคุชฎินิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนาการบูรณาการ การปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎีระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง" ในความควบคุมดูแลของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรารักษ์ ทรัพย์วิระปกรณ์ ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในกรณีนี้ คณะศึกษาศาสตร์ ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดีจึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เชษฐ์ ธีรวิวัฒน์)  
รองคณบดีฝ่ายบัณฑิตศึกษา ปฏิบัติการแทน  
คณบดีคณะศึกษาศาสตร์ ปฏิบัติการแทน  
ผู้รักษาการแทนอธิการบดีมหาวิทยาลัยบูรพา

ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์

โทรศัพท์ ๐-๓๘๑๐-๒๐๗๖

โทรสาร ๐-๓๘๓๙-๓๒๕๑

ผู้วิจัยโทร. ๐๘-๑๕๕๙-๘๘๒๘



### บันทึกข้อความ

ส่วนงาน คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ โทร ๒๐๗๖

ที่ ศธ ๖๖๒๑/ว ๓๗๐๔


วันที่ ๔ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๘

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อานนท์ ไชยสุริยา

ด้วย นางสาวนิสรา คำมณี นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนาการบูรณาการการปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎีระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวนิยมและทฤษฎีเชิงจิตความจริงเพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง" ในความควบคุมดูแลของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรากร ทรัพย์วิระปกรณ์ ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในกรณี คณะศึกษาศาสตร์ ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เชษฐ สิริสวัสดิ์)  
รองคณบดีฝ่ายบัณฑิตศึกษา ปฏิบัติการแทน  
คณบดีคณะศึกษาศาสตร์



### บันทึกข้อความ

ส่วนงาน คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ โทร ๒๐๗๖  
 ที่ ศธ ๖๖๒๑/ว ๓๗๐๘ วันที่ ๘ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๘  
 เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน ดร.ดลดาว ปุณณานนท์

ด้วย นางสาวนิสรา คำมณี นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำดุษฎีนิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนาการบูรณาการการปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎีระหว่างทฤษฎีองค์การภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง" ในความควบคุมดูแลของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรารักษ์ ทรัพย์วิระปกรณ์ ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในกรณีนี้ คณะศึกษาศาสตร์ ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เชษฐ์ ศิริสวัสดิ์)  
 รองคณบดีฝ่ายบัณฑิตศึกษา ปฏิบัติการแทน  
 คณบดีคณะศึกษาศาสตร์




### บันทึกข้อความ

ส่วนงาน คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ โทร ๒๐๗๖  
 ที่ ศธ ๖๖๒๑/ว ๓๗๐๔ วันที่ ๔ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๘  
 เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน ดร.ชมนุท ศรีจันทร์นิล

ด้วย นางสาวนิสรา คำมณี นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนาการบูรณาการการปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง” ในความควบคุมดูแลของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรารักษ์ ทรัพย์วิระปกรณ์ ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในกรณี คณะศึกษาศาสตร์ ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

  
 (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เชษฐ ศิริสวัสดิ์)  
 รองคณบดีฝ่ายบัณฑิตศึกษา ปฏิบัติการแทน  
 คณบดีคณะศึกษาศาสตร์



### บันทึกข้อความ

ส่วนงาน คณะศึกษาศาสตร์ ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ โทร ๒๐๗๖  
 ที่ ศธ ๖๖๒๑/ว ๓๙๐๔ วันที่ ๘ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๘  
 เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน ดร.ชวณล คณานุกูล

ด้วย นางสาวนิสรา คำมณี นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนาการบูรณาการการปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎีระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ของผู้ต้องขังหญิง ในทัณฑสถานหญิง" ในความควบคุมดูแลของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรารักษ์ ทรัพย์วิระปกรณ์ ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในกรณี คณะศึกษาศาสตร์ ได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เชษฐ์ ศิริสวัสดิ์)  
 รองคณบดีฝ่ายบัณฑิตศึกษา ปฏิบัติการแทน  
 คณบดีคณะศึกษาศาสตร์



**ภาคผนวก จ**

จดหมายขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย  
และแบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย



ที่ ศธ ๖๖๒๑/๒๒๔๓

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา  
ค.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี ๒๐๑๓๑

๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๕๘


เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการทันตสถานหญิงชลบุรี

ด้วย นางสาวนิสรา คำมณี นิสิตหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต (ปร.ด.) สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ขณะนี้อยู่ระหว่างการทำดุษฎีนิพนธ์ เรื่อง การพัฒนาการบูรณาการ การปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎีระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อเสริมสร้างเหตุผล เพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิงในทันตสถานหญิง โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรากร ทรัพย์วิระพรรณ เป็นประธานกรรมการควบคุมดุษฎีนิพนธ์ เพื่อให้การวิจัยดังกล่าวเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพ คณะศึกษาศาสตร์ จึงมีความประสงค์ขออนุญาตให้นิสิตเก็บข้อมูลกับผู้ต้องขังหญิงในสถาบันของท่าน ทั้งนี้ เพื่อนำไปประกอบการขออนุมัติพิจารณาจริยธรรมการวิจัย คณะศึกษาศาสตร์ เพื่อให้ นิสิต ได้ขออนุญาตสถานที่ก่อนที่จะเก็บข้อมูลจริงกับกลุ่มตัวอย่าง

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เชษฐ์ ศิริสวัสดิ์)  
รองคณบดีฝ่ายบัณฑิตศึกษา ปฏิบัติการแทน  
คณบดีคณะศึกษาศาสตร์ ปฏิบัติการแทน  
ผู้รักษาการแทนอธิการบดีมหาวิทยาลัยบูรพา

สำนักงานคณบดี คณะศึกษาศาสตร์  
โทรศัพท์ ๐-๓๘๑๐-๒๒๒๒ ต่อ ๒๐๐๖  
โทรสาร ๐-๓๘๓๙-๑๐๔๓

Ethic 04



## ใบอนุญาตให้เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

อนุญาตให้ (นาย นางสาว นาง) ..... นิสรา คำมณี .....  
 นิสิตหลักสูตร .....ปริญญาตรีบัณฑิต ..... สาขาวิชา.....จิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา  
 ขณะนี้อยู่ระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง การพัฒนาการบูรณาการ การปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎีระหว่าง  
 ทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง  
 ในทัณฑสถานหญิง โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรารกร ทรัพย์วิระปกรณ์ เป็นประธานกรรมการควบคุม  
 วิทยานิพนธ์ เพื่อให้การวิจัยดังกล่าวเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพ คณะศึกษาศาสตร์  
 จึงมีความประสงค์ขออนุญาตเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัยกับผู้ต้องขังหญิงในสถาบันของท่าน

- อนุญาต  
 ไม่อนุญาต

ลงนาม ..... *M. N.* .....  
 (นางวรรณดี บัวภา)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการทัณฑสถานหญิงชลบุรี

วันที่ 01 ธ.ค. 2558

ประทับตราสถาบัน (ถ้ามี)



ที่ ศธ ๖๖๒๑/๐๑๐๖

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา  
๑๖๔ ถ.กลางบางแสน ต.แสนสุข  
อ.เมือง จ.ชลบุรี ๒๐๑๓๑

๖ มกราคม ๒๕๕๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการทันตสถานหญิงชลบุรี

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย นางสาวนิสรา คำมณี นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชา  
จิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำดุษฎีบัณฑิต เรื่อง "การพัฒนาการบูรณาการ  
การบริการกลุ่มแบบพหุวิชาชีพระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อเสริมสร้างเหตุผล  
เพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ของผู้ต้องขังหญิงในทันตสถานหญิง" ในความควบคุมดูแลของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์  
ดร.วรากร ทรัพย์วิระปกรณ์ ประธานกรรมการ มีความประสงค์ขอย่านวยความสะดวกในการเก็บรวบรวม  
ข้อมูลจากผู้ต้องขังหญิง ที่มีคดีต้องโทษ ๑๐ ปีขึ้นไป โดยผู้วิจัยจะขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง  
ระหว่างวันที่ ๑๘ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๙ ถึงวันที่ ๒๒ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๙ อนึ่ง โครงการวิจัยนี้ได้ผ่าน  
ขั้นตอนการพิจารณาทางจริยธรรมการวิจัยของมหาวิทยาลัยบูรพาเรียบร้อยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า  
คงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เชษฐ์ ศิริสวัสดิ์)  
รองคณบดีฝ่ายบัณฑิตศึกษา ปฏิบัติการแทน  
คณบดีคณะศึกษาศาสตร์ ปฏิบัติการแทน  
ผู้อำนวยการแทนอธิการบดีมหาวิทยาลัยบูรพา

ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์  
โทรศัพท์ ๐-๓๘๑๐-๒๐๗๖  
โทรสาร ๐-๓๘๓๙-๓๒๕๑  
ผู้วิจัยโทร. ๐๘-๑๕๕๙-๘๘๒๘



ที่ ศธ ๖๖๒๑/๐๑๘๖

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา  
๑๖๙ ถ.ลงหาดบางแสน ต.แสนสุข  
อ.เมือง จ.ชลบุรี ๒๐๑๓๑

๒๖ มกราคม ๒๕๕๙

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการทันตสถานหญิงชลบุรี

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย นางสาวนิสรา คำมณี นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชา  
จิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำดุษฎีนิพนธ์เรื่อง “การพัฒนาการบูรณาการ  
การปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎีระหว่างทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อเสริมสร้างเหตุผล  
เพื่อการดำรงชีวิตอยู่ ของผู้ต้องขังหญิง ในทันตสถานหญิง” ในความควบคุมดูแลของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์  
ดร.วราภร ทรัพย์วิระปกรณ์ ประธานกรรมการ มีความประสงค์ขออำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูล  
จากผู้ต้องขังหญิง ที่มีคดีต้องโทษ ๑๐ ปีขึ้นไป โดยผู้วิจัยจะขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง  
ระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๕๙ ถึงเดือนเมษายน ๒๕๕๙ อนึ่ง โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านขั้นตอนการพิจารณา  
ทางจริยธรรมการวิจัยของมหาวิทยาลัยบูรพาเรียบร้อยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า  
คงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เชษฐุ์ ศิริสวัสดิ์)  
รองคณบดีฝ่ายบัณฑิตศึกษา ปฏิบัติการแทน  
คณบดีคณะศึกษาศาสตร์ ปฏิบัติการแทน  
ผู้อำนวยการแทนอธิการบดีมหาวิทยาลัยบูรพา

ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์

โทรศัพท์ ๐-๓๘๑๐-๒๐๗๖

โทรสาร ๐-๓๘๓๙-๓๒๕๑

ผู้วิจัยโทร. ๐๘-๑๕๕๙-๘๘๒๘



แบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย  
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

๑. ชื่อวิทยานิพนธ์

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ (ภาษาไทย) การพัฒนาการบูรณาการ การปรึกษากลุ่มแบบพหุทฤษฎีระหว่าง  
ทฤษฎีอัตถิภาวนิยมและทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อเสริมสร้างเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตของผู้ต้องขังหญิง  
ในทัณฑสถานหญิง

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ (ภาษาอังกฤษ) A DEVELOPMENT OF MULTI THEORETICAL INTEGRATIVE  
GROUP COUNSELING: EXISTENTIALISM AND REALITY THERAPY ON ENHANCING THE REASONS  
FOR LIVING OF FEMALE INMATES

๒. ชื่อ นิสิต นางสาวนิตรา คำมณี

หลักสูตร ปรัชญาศึกษาระดับบัณฑิต

รหัสประจำตัว ๕๔๘๑๐๑๘๐ สาขาวิชา จิตวิทยาการศึกษา

คณะศึกษาศาสตร์

ภาคปกติ

ภาคพิเศษ

๓. ผลการพิจารณาของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย:

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย ได้พิจารณารายละเอียดวิทยานิพนธ์ เรื่องดังกล่าวข้างต้นแล้ว  
ในประเด็นที่เกี่ยวข้อง

๑) การเคารพในศักดิ์ศรี และสิทธิของมนุษย์ที่ใช้เป็นตัวอย่างการวิจัย

๒) วิธีการที่เหมาะสมในการได้รับความยินยอมจากกลุ่มตัวอย่างก่อนเข้าร่วมโครงการวิจัย

(Informed consent) รวมทั้งการปกป้องสิทธิประโยชน์และรักษาความลับของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

๓) การดำเนินการวิจัยอย่างเหมาะสม เพื่อไม่ก่อความเสียหายต่อสิ่งที่ศึกษาวิจัยไม่ว่าจะเป็น

สิ่งที่มีชีวิตหรือไม่มีชีวิต

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย มีมติเห็นชอบ ดังนี้

(✓) อนุมัติโครงการวิจัย

( ) ไม่อนุมัติ

๔. วันที่ให้การอนุมัติ: ๑๘ เดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๘

(รองศาสตราจารย์ ดร.วิชิต สุรัตน์เรืองชัย)

คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

ประธานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย