

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550 - 2554) มุ่งเน้นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเด็กและเยาวชน ให้มีภาวะสมดุลง่าย จิตใจ และสติปัญญาที่ประสานสัมพันธ์กันอย่างลงตัวพอดี รวมถึงการมีร่างกายที่แข็งแรง ไม่เจ็บป่วย มีการเรียนรู้ในระดับที่สามารถคิดอย่างสมเหตุสมผล เพื่อให้บุคคลมีจิตใจเข้มแข็งและสามารถปรับตัวได้อย่างรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง อันจะเป็นภูมิคุ้มกันให้สามารถพึ่งตนเองได้ รวมถึงปฏิบัติการกิจในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ นำไปสู่ความอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกันในสังคม (ปาริชาติ เทพอารักษ์ และอมรารรรณ ทิวถนอม, 2550, หน้า 13)

ครอบครัวเป็นสถาบันทางสังคมที่มีส่วนสำคัญต่อการวางรากฐานของเด็กและเยาวชนให้มีภาวะที่สมดุลทั้งร่างกายและจิตใจ แต่ในปัจจุบันความเข้มแข็งของสถาบันครอบครัวเริ่มเสื่อมถอยเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของสภาพสังคมและเศรษฐกิจซึ่งนับวันยังมีความรุนแรงและมีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของบุคคลและการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวส่งผลกระทบต่อระบบอื่น ๆ ให้เปลี่ยนแปลงตามไปด้วย

สถาบันครอบครัวได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงของระบบภายในสังคมส่งผลให้ครอบครัวทั้งในเมืองและในชนบทมีแนวโน้มที่จะมีขนาดของครอบครัวเล็กลงจากครอบครัวขยายมาเป็นครอบครัวเดี่ยวกันมากขึ้น และมากกว่านั้นยังพบว่าอัตราการหย่าร้างของคู่สมรสมีแนวโน้มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่องทำให้สภาพของครอบครัวแปรผันเป็นครอบครัวพ่อหรือแม่เลี้ยงเดี่ยวเกิดขึ้น ครอบครัวที่มีพ่อหรือแม่เพียงคนเดียวต้องรับภาระหนักด้านทางเศรษฐกิจภายในครอบครัวอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้จึงส่งผลให้พ่อหรือแม่ไม่มีเวลาดูแลและให้ความรักความอบอุ่นแก่ลูก จากข้อมูลสถิติการจดทะเบียนสมรสและการหย่าร้างปี 2550 พบว่ามียอดรวมการจดทะเบียนสมรสทั่วประเทศจำนวน 307,917 คู่ และมีการจดทะเบียนหย่าสูงถึง 100,420 คู่ แสดงให้เห็นว่าในคู่สมรส 3.07 คู่ จะมีการจดทะเบียนหย่า 1 คู่ นอกจากนี้จังหวัดชลบุรีเป็นจังหวัดที่มีคู่สมรสจดทะเบียนหย่าสูงเป็นอันดับ 2 ของประเทศ จำนวน 11,383 คู่ (กระทรวงมหาดไทย, 2552) จากสถิติดังกล่าวสะท้อนให้เห็นภาพความสัมพันธ์ในด้านความผูกพันครอบครัวที่น้อยลง และพบว่าสาเหตุของการหย่าร้างมาจากความอ่อนแอของครอบครัวที่นับวันจะเกิดความขัดแย้งทางด้านการคิดและ

การกระทำที่ไม่สามารถปรับเข้าหากันให้เป็นที่ยอมรับร่วมกันของกลุ่มสมรส โดยเฉพาะอย่างยิ่งความไม่พร้อมในการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันขาดความรู้และทักษะเกี่ยวกับการใช้ชีวิตคู่มีการคาดหวังซึ่งกันและกันสูง คำนึงถึงแต่ความสุขและความสำเร็จในหน้าที่การงานเป็นสำคัญ มีความประพฤตินอกใจที่ไม่อยู่ในศีลธรรม และขาดความรับผิดชอบในบทบาทหน้าที่ของตน ทำให้คู่สมรสขาดความไว้วางใจซึ่งกันและกันนำไปสู่การขัดแย้งและการทำร้ายทั้งร่างกายและจิตใจเป็นสาเหตุให้คู่สมรสต้องแยกกันหรือหย่าขาดจากกัน (มนัส วนิชชานนท์, 2550, หน้า 32)

สมภพ เรื่องตระกูล (2547, หน้า 256 - 259) ศึกษาพบว่า เด็กที่ได้รับการรู้มาก่อนว่าจะมีการหย่าร้างของพ่อแม่โดยได้แจ้งให้ทราบถึงเหตุผลอย่างชัดเจนเด็กนั้นจะปรับตัวได้ดี เนื่องจากเด็กได้รับรู้ถึงข้อขัดแย้งของบิดามารดาเป็นเวลานานและคิดว่าการหย่าร้างช่วยให้ความไม่สงบสุขภายในบ้านหมดไป ส่วนการหย่าร้างซึ่งเกิดขึ้นรวดเร็วเนื่องจากพ่อหรือแม่กระทำไปแบบขาดการควบคุมอารมณ์จะส่งผลร้ายต่อเด็ก โดยพบว่าเด็กจะเกิดความรู้สึกโกรธและสับสนเพราะไม่มีใครอธิบายให้ทราบถึงเหตุผลที่แท้จริง เนื่องจากทั้งพ่อและแม่ต่างก็หมกมุ่นอยู่กับปัญหาของตัวเองจนไม่มีเวลาใส่ใจถึงความทุกข์ของเด็กก่อให้เกิดความเครียดต่อเด็กอย่างรุนแรงและอาจส่งผลให้เกิดความบกพร่องของพัฒนาการ ความรู้สึกทุกข์ใจ และมีพฤติกรรมผิดปกติ รวมทั้งส่งผลต่ออารมณ์ในระยะยาว ปัญหาทางจิตเวชที่พบในเด็กได้แก่ ความประพฤตินอกใจ ก้าวร้าวรุนแรง ไม่ให้ความร่วมมือ ฟังจากผู้อื่นสูงมากการเรียนตกต่ำ อารมณ์เศร้า และมีความวิตกกังวล โดยเฉพาะเด็กวัยรุ่นพบว่ามีผลในระยะยาวคือมีพฤติกรรมก้าวร้าวต่อพ่อแม่ มีปัญหาในการเรียน และมีอาการทางจิตเวช สมภพ เรื่องตระกูล (2548, หน้า 369) กล่าวถึงโรคทางจิตเวชเนื่องจากการปรับตัวว่ามีลักษณะที่สำคัญคือ บุคคลมีอาการทางอารมณ์ หรือพฤติกรรมเป็นการตอบสนองต่อปัญหาทางจิตใจ หรือความเครียดและส่งผลให้ผู้ป่วยเกิดความทุกข์ใจมากผิดปกติ หรือมีปัญหาทางด้านกิจกรรมทางสังคม หน้าที่การงาน หรือการเรียน โดยมักมีอาการภายในเวลา 3 เดือนหลังจากเกิดปัญหาและพบว่าโดยทั่วไปอาการจะหมดไปภายในเวลา 6 เดือนหลังจากปัญหานั้นได้ผ่านพ้นไปแล้ว Mezzich et al. กล่าวว่า ปัญหาครอบครัวก็เป็นสาเหตุที่สำคัญของโรคทางจิตเวชเนื่องจากการปรับตัว (สมภพ เรื่องตระกูล, 2548, หน้า 369) อุมพร ครังคสมบัติ (2544, หน้า 219) ได้กล่าวถึงผลกระทบที่มาจากครอบครัวหย่าร้างที่มีต่อวัยรุ่นว่าจะมีผลกระทบต่อการพัฒนาการของเด็กอย่างมาก โดยอาจทำให้เด็กมีพัฒนาการล่าช้าหรือเร็วกว่าที่ควรจะเป็นก็ได้ พัฒนาการที่สำคัญของวัยรุ่นคือ การก้าวไปสู่ความเป็นอิสระ ฟังตนเองได้ และเป็นตัวของตัวเอง การจะไปถึงจุดนั้นได้วัยรุ่นต้องปรับความสัมพันธ์ที่มีต่อพ่อและแม่ให้มีความเข้มข้น (Intensity) น้อยลงโดยวัยรุ่นจะมีลักษณะพฤติกรรมเหินห่างจากพ่อแม่มากขึ้น บางครั้งอาจเหินห่างจากพ่อหรือแม่คนหนึ่ง และไปใกล้ชิดกับอีกคนหนึ่งแทน เมื่อพ่อหรือแม่คนหนึ่งจากไปเพราะการหย่าร้าง กระบวนการดังกล่าวจะ

เป็นไปได้ยากขึ้น เพราะการที่มีพ่อหรือแม่เลี้ยงดูเพียงคนเดียวทำให้วัยรุ่นต้องเข้ามาใกล้ชิดพ่อหรือแม่ผู้นั้นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ถ้ามีความสัมพันธ์ที่ไม่ดีมาก่อน การมาอยู่ใกล้ชิดกันก็จะทำให้วัยรุ่นอึดอัดใจ ถ้าเคยมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันก็อาจเกิดความผูกพันที่มากเกินไป บางครั้งพ่อ/แม่ก็เป็นฝ่ายเข้ามาผูกพันกับลูกมากขึ้นเพื่อทดแทนความรู้สึกสูญเสียที่เกิดขึ้น นอกจากนั้นการหย่าร้าง แยกทางกันหรือการแต่งงานใหม่ที่เกิดขึ้นเมื่อเด็กอยู่ในช่วงวัยรุ่นจะมีผลกระทบต่อการพัฒนาการของเด็กมาก

นักเรียนที่อยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีอายุประมาณ 15 ปี เป็นช่วงเริ่มเข้าสู่ช่วงวัยรุ่นตอนกลาง เป็นระยะที่มีการเปลี่ยนแปลงหลายอย่าง เช่น เริ่มมีพัฒนาการทางด้านสังคม และมีการค้นหาเอกลักษณ์แห่งตน (กัลยา นาคเพ็ชร, 2547, หน้า 113) รวมถึงเด็กวัยนี้ยังต้องอยู่ในภาวะที่ต้องตัดสินใจในด้านการเรียนเพื่อเป็นแนวทางสู่วิชาชีพของตนในอนาคตด้วย Erikson กล่าวว่า การที่บุคคลจะมีเอกลักษณ์ แห่งตนได้นั้นจะต้องมีการผสมผสานกลมกลืนกันของประสบการณ์ชีวิตที่ราบรื่น มันคง อบอุนมีการเลียนแบบด้านบวกของบุคคลสำคัญในชีวิต เช่น พ่อแม่ จึงอาจกล่าวได้ว่า การเลียนแบบ (Identification) ช่วยให้วัยรุ่นมีเอกลักษณ์ที่มั่นคง (Identity) การที่วัยรุ่นช่วงวัยนี้มีช่วงชีวิตที่มีการเปลี่ยนแปลงหลายอย่างทั้งทางร่างกาย จิตใจและสังคม รวมถึงการตัดสินใจด้านการเรียน ครอบครัวถือเป็นบริบทสำคัญที่จะช่วยให้เด็กผ่านช่วงวัยนี้ เป็นไปได้อย่างราบรื่นและมั่นคง เนื่องจากครอบครัวเป็นสถาบันที่ใกล้ชิดเด็กที่สุด แต่ถ้ามีความบกพร่องเกิดขึ้นภายในครอบครัวอาจส่งผลเสียต่อเด็กได้ (กระทรวงสาธารณสุข, 2543, หน้า 16) จากการที่ผู้วิจัยได้สอบถามโดยใช้แบบสอบถามวัดระดับความสุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จากโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรีจำนวน 363 คน พบว่ามีเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างจำนวน 58 คน และจากจำนวนนี้พบว่ามีเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างจำนวน 19 คน ที่มีความสุขในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ความสุขของคนทั่วไป ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 32.75 ของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างทั้งหมดที่พบ จากข้อมูลดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าการหย่าร้างหรือแยกทางกันของครอบครัวเป็นสาเหตุหนึ่งที่เมื่อเกิดขึ้นกับเด็กก็เปรียบเสมือนสายพานความเจ็บป่วยทางสังคมเพราะเมื่อเด็กไม่มีความสุขเด็กก็จะขาดความสามารถในการพัฒนาตนเองอย่างเต็มศักยภาพจึงทำให้ไม่สามารถหล่อหลอมตัวเองให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีประสิทธิภาพได้ ซึ่งนำไปสู่การเกิดปัญหาต่าง ๆ ในสังคม

อภิรัช มงคล, วัชณี หัตถพนม, ภัสรา เชนฐ์โชติศักดิ์, วรณประภา ชะลอกุล และ ละเอียด ปัญญาใหญ่ (2544, หน้า 56) ได้ศึกษาพบว่า ความสุข เป็นสภาพชีวิตที่เป็นสุขอันเป็นผลความสามารถในการจัดการกับปัญหาในการดำเนินชีวิต มีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี โดยครอบคลุมถึงความดีงามภายในจิตใจ ภายใต้อสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมที่

เปลี่ยนแปลงได้ Lazarus (1991 b cited in Franken, 2007, p. 311) กล่าวว่า ความสุข คือการที่บุคคลสามารถสร้างกระบวนการที่สมเหตุสมผลเพื่อนำพาตนเองไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ได้ และเมื่อหน้าที่สำคัญของเด็กในช่วงวัยรุ่น ได้แก่ การศึกษาเล่าเรียน ซึ่งสันสนีย์ จัทรคุปต์ (2545, หน้า 46) ได้ศึกษาพบว่า สมรรถภาพของมนุษย์มีศักยภาพในการเรียนรู้สูงสุดเมื่อผู้เรียนเรียนรู้ด้วยความสุข โดยสมองจะมีการหลั่งสารเคมีที่ทำให้เกิดความสุข และจะไปเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนรู้ให้สูงขึ้น

ข้อมูลข้างต้นแสดงให้เห็นว่าความสุขระดับสังคมย่อมเป็นผลพวงมาจากความสุขระดับบุคคลซึ่งจะเห็นได้ว่าแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550 - 2554) ได้มีแนวทางในการส่งเสริมความอยู่เย็นเป็นสุขของสังคมโดยเริ่มจากการมุ่งเน้นการพัฒนาความสุขในเด็กและเยาวชนเป็นอันดับแรก เพราะเมื่อเด็กและเยาวชนมีความสุขในการดำรงชีวิตนั้นหมายถึงเด็กและเยาวชนมีความสามารถในการจัดการกับปัญหาในการดำเนินชีวิต มีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี แต่จากที่ได้กล่าวมาข้างต้นพบว่าเด็กและเยาวชนที่ไม่สามารถปรับตัวได้หลังจากการหย่าร้างของพ่อแม่มีแนวโน้มไม่มีความสุขและควรได้รับการพัฒนาระดับความสุข

การพัฒนาความสุขของเด็กและเยาวชนที่ไม่สามารถปรับตัวได้กับการหย่าร้างนั้นของพ่อแม่ถือเป็นสิ่งจำเป็น ทฤษฎีเผชิญความจริงกล่าวถึงสภาพของบุคคลที่มีความทุกข์ว่า เป็นผู้ที่มีความเจ็บปวดครวครวที่จะต้องเผชิญกับความจริง จึงหาทางออกด้วยการเก็บปัญหาไปครุ่นคิด วิตกกังวล เก็บกดอารมณ์ หรือแยกตัวเองออกจากสังคม เนื่องจากไม่สามารถพัฒนาตนเองไปสู่เอกลักษณ์ที่ประสบความสำเร็จได้ (Success Identity) เขาจึงเป็นบุคคลที่ไม่รับผิดชอบในพฤติกรรมของตนเอง (Irresponsible Person) เนื่องจากการแสดงพฤติกรรมที่สนองตอบออกมานั้นไม่ตรงกับความเป็นจริง (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา, 2544, หน้า 127) การให้คำปรึกษาทฤษฎีเผชิญความจริงได้กล่าวถึงความสำคัญของการบำบัดที่เกี่ยวข้องกับความสุขของบุคคลว่า การที่บุคคลมีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมและการกระทำของตนเองจะช่วยให้บุคคลประสบความสำเร็จและมีความสุข ความรับผิดชอบต่อเป็นสิ่งสำคัญในการบำบัด ทฤษฎีเผชิญความจริงจะสอนให้บุคคลรู้จักวิธีที่เหมาะสมในการเติมเต็มความต้องการของตนเอง (William, 2000 cited in Prout & Brown, 2007, p. 332) ซึ่งจะช่วยให้บุคคลมีความสามารถในการสร้างกระบวนการที่สมเหตุสมผลในการสนองตอบความต้องการที่มาจากภายในและภายนอกได้ ทำให้บุคคลสามารถพบกับความสุขได้ Myers and Diener (1995, 1996 cited in Franken, 2007, p. 311) กล่าวว่า สิ่งที่สำคัญที่จะทำให้บุคคลได้พบกับความสุขคือการมีความสามารถในการควบคุมตนเอง ซึ่งมีความสอดคล้องกับความเชื่อในการบำบัดตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงที่เชื่อว่า บุคคลต่อสู้ดิ้นรนในการควบคุมชีวิตตามความต้องการของตน ดังนั้น จึงเป็นทฤษฎีที่เหมาะสมในการนำมาพัฒนาความสุขของบุคคล และเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพยิ่งขึ้นผู้วิจัยจึงเลือกใช้การให้คำปรึกษากลุ่มแนวเผชิญ

ความจริงเนื่องจากการให้คำปรึกษากลุ่มมีคุณค่าเป็นพิเศษในด้านการส่งเสริมความเจริญงอกงามส่วนบุคคล กระบวนการกลุ่มนั้นเป็นวิธีการที่ใช้ได้ในการส่งเสริมศักยภาพของมนุษย์ได้ครอบคลุม เพราะปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนสมาชิกในการปรึกษาเชิงจิตวิทยากลุ่มช่วยเป็นเสมือนการบำบัดได้อย่างดี (กรรณิการ์ นลราชสุวจน์, 2544, หน้า 117) ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจพัฒนาความสุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างโดยการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อนำผลที่ได้ไปเป็นแนวทางในการพัฒนาความสุขของเด็กและเยาวชนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง รวมถึงเด็กและเยาวชนที่ต้องเผชิญกับสภาพปัญหาที่คล้ายคลึงกันต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาในการทดลอง
2. เพื่อเปรียบเทียบความสุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างที่ได้รับวิธีการปกติ
3. เพื่อเปรียบเทียบความสุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

สมมติฐานการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาในการทดลอง
2. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงมีคะแนนความสุขมากกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง
3. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงมีคะแนนความสุขมากกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล
4. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงมีคะแนนความสุขในระยะหลังการทดลองมากกว่าระยะก่อนการทดลอง
5. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงมีคะแนนความสุขในระยะติดตามผลมากกว่าก่อนการทดลอง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อพัฒนาความสุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โดยการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง
2. เพื่อนำผลที่ได้ไปเป็นแนวทางในการพัฒนาความสุขของเด็กและเยาวชนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง รวมถึงเด็กและเยาวชนที่ต้องเผชิญกับสภาพปัญหาที่คล้ายคลึงกัน

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ในจังหวัดชลบุรี ปีการศึกษา 2552 ที่มีคะแนนความสุขต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา

1.2 กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ในจังหวัดชลบุรี ปีการศึกษา 2552 ที่มีคะแนนความสุขต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา โดยโรงเรียนแต่ละโรงเรียนมีคุณลักษณะคล้ายคลึงกัน คือ อยู่ในสภาพแวดล้อมของจังหวัดชลบุรี ที่มีลักษณะเดียวกัน แต่ละโรงเรียนมีการจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตรของกระทรวงศึกษาธิการ และอยู่ในการดูแลของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานเช่นเดียวกัน ซึ่งผู้วิจัยได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คน ด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากกลุ่มประชากร แล้วสุ่มเข้ากลุ่ม (Random Assignment) เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน โดยมีการดำเนินการ ดังนี้

1.2.1 ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับฉลากเพื่อสุ่ม สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาในจังหวัดชลบุรี ซึ่งมีจำนวนทั้งหมด 3 เขต สุ่มได้สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาลบุรี เขต 1

1.2.2 เมื่อได้สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาแล้ว ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับฉลากเพื่อสุ่มโรงเรียน ซึ่งโรงเรียนในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาลบุรี เขต 1 มีทั้งหมดจำนวน 34 โรงเรียน รวมมีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ทั้งหมดจำนวน 5,119 คน (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาลบุรี เขต 1, 2552) โรงเรียนที่ผู้วิจัยสุ่มได้ คือ โรงเรียนชลกันยานุกูล แสนสุข มีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ทั้งหมดจำนวน 366 คน

1.2.3 ผู้วิจัยให้นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 366 คน ได้ตอบแบบวัดความสุขสำหรับนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง

1.2.4 ผู้วิจัยนำแบบวัดที่ผ่านการทดสอบจากนักเรียน โดยคัดกรองเฉพาะแบบวัดความสุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างซึ่งมีระยะเวลาในการหย่าร้าง

ของพ่อแม่ตั้งแต่ 6 เดือน ขึ้นไป เท่านั้นซึ่งพบว่ามีจำนวน 105 คน ซึ่งมีคุณสมบัติตามที่กำหนดไว้ จากนั้นรวมคะแนนและเรียงลำดับจากน้อยไปมากที่สุด คัดเลือกคนที่มีความเหมาะสมแบบวัดความสุข สำหรับนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 มาเป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คน โดยสอบถามความสนใจในการเข้าร่วมการทดลอง

1.2.5 เมื่อได้กลุ่มตัวอย่างตามความสนใจจำนวน 20 คน ผู้วิจัยสุ่มเข้ากลุ่ม (Random Assignment) โดยการจับสลากเพื่อแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง 10 คน และ กลุ่มควบคุม 10 คน

2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

2.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variables) คือ วิธีการพัฒนาความสุขของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และระยะเวลาการทดลอง

2.1.1 วิธีการพัฒนาความสุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง แบ่งเป็น

2.1.1.1 วิธีการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง

2.1.1.2 วิธีปกติ

2.1.2 ระยะเวลาการทดลอง แบ่งเป็น

2.1.2.1 ระยะเวลาก่อนการทดลอง (Pre - Test)

2.1.2.2 ระยะเวลาหลังการทดลอง (Post - Test)

2.1.2.3 ระยะติดตามผล (Follow Up)

2.2 ตัวแปรตาม (Dependent Variables) คือ ความสุข

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความสุข หมายถึง สภาวะที่นักเรียนมีความรู้สึกพึงพอใจและพึงพอใจกับชีวิตของตน อันเป็นผลมาจากความสามารถในการจัดการกับสภาพการณ์ และอุปสรรคในการดำเนินชีวิต มีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี มีเป้าหมายในชีวิตสามารถสร้างกระบวนการที่สมเหตุสมผลเพื่อนำพาตนเองไปสู่เป้าหมายที่ได้ตั้งใจไว้ได้ ภายใต้อสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป ความสุขแบ่งเป็น 6 องค์ประกอบ ดังนี้

1.1 ความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) หมายถึง การที่นักเรียนมีความรู้สึกพึงพอใจในรูปลักษณะตนเอง สัมพันธภาพกับบุคคลอื่น สภาพความเป็นอยู่ รวมถึงสภาพภายในครอบครัวของตนเอง

1.2 ความมีชีวิตชีวา (Joy) หมายถึง การที่นักเรียนมีความรู้สึกสนุกสนาน ร่าเริง
ปีติยินดี และรู้สึกปลอดโปร่งในชีวิต

1.3 ความภาคภูมิใจในตนเอง (Self - Esteem) หมายถึง การที่นักเรียนรู้สึกว่าตนเองมี
คุณค่า ชอบตัวเองและยอมรับตนเองอย่างที่เป็นอยู่ รู้สึกว่าบุคคลอื่นมองตนเองในทางที่ดี รู้สึกว่า
ตนเองเท่าเทียมกับผู้อื่น

1.4 ความสงบทางจิตใจ (Calm) หมายถึง การที่นักเรียนรู้สึกสงบ วางใจนิ่งเฉย หรือ
เป็นกลางไม่ติดอยู่กับความรู้สึกวิตกกังวลมากเกินไป สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับครอบครัวและ
สังคมได้อย่างราบรื่น

1.5 การควบคุมตนเอง (Self - Control) หมายถึง การที่นักเรียนมีความรู้สึกว่าตนเอง
สามารถจัดการกับพฤติกรรมและความรู้สึกของตนเองเมื่อต้องพบกับสถานการณ์ที่ทำให้เกิด
ความยุ่งยากใจ ต้องตัดสินใจ หรือสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความรู้สึกไม่ดีได้

1.6 การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self - Efficacy) หมายถึง การที่นักเรียนมี
ความรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถในการแสดงพฤติกรรมบางอย่างให้สำเร็จได้ มีความพยายาม
แสดงพฤติกรรม และยอมรับผลที่เกิดขึ้นจากการกระทำของตน เลือกสิ่งที่มีลักษณะท้าทายและ
ใช้ความพยายามอย่างมากเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

2. วัยรุ่น หมายถึง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อายุระหว่าง 14 - 16 ปี โรงเรียนแห่งหนึ่ง
ในจังหวัดชลบุรี

3. ครอบครัวหย่าร้าง หมายถึง สภาวะครอบครัวที่สามีและภรรยายุติความสัมพันธ์ฉัน
สามีภรรยา ทั้งทางนิติบัญญัติและพฤตินัย เป็นเวลาไม่น้อยกว่า 6 เดือน

4. การให้คำปรึกษากลุ่ม หมายถึง เป็นการช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาที่มีลักษณะปัญหา
คล้ายกันหรือต้องการพัฒนาตนในเรื่องเดียวกัน ผู้นำกลุ่มมีหน้าที่อำนวยความสะดวกในกลุ่ม
สนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มมีปฏิสัมพันธ์กันมีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ภายในกลุ่มทำให้เกิด
พลวัตภายในกลุ่ม สมาชิกกลุ่มเกิดการพัฒนาค้นพบที่มาของความเข้มแข็งภายในตน เข้าใจ
ตนเองและผู้อื่น นอกจากนี้สมาชิกกลุ่มสามารถนำสิ่งที่ได้จากเข้ากลุ่มโดยเฉพาะประสบการณ์
ที่หลากหลายในไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

5. การให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีการเผชิญความจริง หมายถึง กระบวนการ
ปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มที่มีบรรยากาศที่ช่วยส่งเสริมให้สมาชิกเกิดการตระหนักรู้ (Aware) ถึงสิ่งที่
กำลังเกิดขึ้นกับตนเองและอะไรคือสิ่งที่พวกเขาต้องการ โดยการสนับสนุนให้สมาชิกได้ซึมซับ
คุณค่าของการมีความรับผิดชอบ (Responsibility) ต่อพฤติกรรมของตนเอง และส่งเสริมให้สมาชิก
ได้เรียนรู้การวางแผน (Plan) และการสร้างทางเลือกที่เหมาะสมอันจะนำไปสู่ความพึงพอใจ

(Satisfy) หรือบรรลุในสิ่งที่สมาชิกต้องการ สมาชิกจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมปัจจุบันของตนเอง เพื่อให้ได้พบกับสิ่งที่ตนปรารถนาอย่างสมเหตุสมผล อันจะนำไปสู่การดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข

6. วิธีปกติ หมายถึง การที่ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนเข้าเรียน ทำกิจกรรมต่าง ๆ ของโรงเรียนและดำเนินชีวิตตามปกติ โดยไม่ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงหรือเรียกว่ากลุ่มควบคุม

7. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง หมายถึง นักเรียนชายและหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2552 ที่ระบุโดยข้อมูลจากหลักฐานว่ามาจากครอบครัวหย่าร้างหรือครอบครัวที่พ่อแม่แยกทางกันตั้งแต่ 6 เดือน ขึ้นไป