บทที่ 3
วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองเพื่อศึกษาผลการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีทางเลือกต่อการเผชิญปัญหาของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ประจำปีการศึกษา 2551 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ตำบลแสนสุข อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี โดยผู้วิจัยดำเนินการศึกษาค้นคว้า ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การดำเนินการทดลอง
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร คือ นิสิตคณะศึกษาศาสตร์สาขาวิชาการสอนภาษาต่างประเทศที่เรียนวิชา 400391 ประสบการณ์วิชาชีพครู 2 (Professional Experience II) ตามโครงสร้างหลักสูตรของคณะศึกษาศาสตร์ ระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 ที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยบูรพา จำนวน 107 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง คือ นิสิตคณะศึกษาศาสตร์ ระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 ของมหาวิทยาลัยบูรพา ที่เรียนสาขาวิชาการสอนภาษาต่างประเทศ ได้แก่ สาขาวิชาการสอนภาษาจีน และสาขาวิชาการสอนภาษาญี่ปุ่น จำนวน 16 คน โดยมีวิธีคัดเลือก ดังนี้

2.1 ให้นิสิตที่เรียนสาขาวิชาการสอนภาษาจีน และสาขาวิชาการสอนภาษาญี่ปุ่น จำนวน 107 คน ทำแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหา

2.2 นำคะแนนที่ได้มาคัดเลือกนิสิตที่มีคะแนนสัมพัทธ์ในวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหาต่ำกว่า 0.25 ลงมา และในวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์สูงกว่า 0.75 ขึ้นไป จำนวน 56 คน

2.3 สอบถามความสมัครใจเพื่อเข้าร่วมการทดลองได้จำนวน 16 คน

2.4 แบ่งกลุ่มโดยใช้วิธีการสุ่มเข้ากลุ่ม (Random Assignment) เพื่อจำแนกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่

1. แบบวัดวิธีการเผชิญปัญหา (The Ways of Coping)
2. โปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีทางเลือก

ขั้นตอนในการดำเนินการสร้าง พัฒนา และปรับปรุงเครื่องมือ มีดังนี้

1. การสร้างแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนั้น มีขั้นตอนการสร้างดังต่อไปนี้

1.1 แบบวัดวิธีการเผชิญปัญหา (The Ways of Coping)

เป็นแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาที่ผู้วิจัยได้ขออนุญาตจาก รองศาสตราจารย์ ดร.ยาใจ สิทธิมงคล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ที่ได้ขออนุญาตและแปลมาจากแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหา (The Ways of Coping) ของลาซารัส และโฟล์คแมน (Lazarus & Folkman, 1984, pp. 328-333) จำนวน 67 ข้อ ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการขออนุญาตใช้แบบทดสอบอย่างถูกต้องตามหลักจริยธรรม และได้รับอนุญาตให้ใช้ได้จากอีเมลล์ตอบอนุญาตจาก Dr.Susan Folkman เมื่อวันที่ 4 กันยายน 2551 โดยเนื้อหาในแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาของลาซารัส และโฟล์คแมน ที่รองศาสตราจารย์ ดร.ยาใจ สิทธิมงคล รองศาสตราจารย์ ดร.สายพิณ เกษมกิจวัฒนา และรองศาสตราจารย์ ดร.คนึงนิจ พงษ์ถาวรกมล แปลนั้นแบ่งเป็นการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหา (Problem Focus Coping) และการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ (Emotional Focus Coping) โดยแบบวัดฉบับนี้ผ่านการหาคุณภาพโดยการสอบวัดพยาบาลจำนวน 297 คน อายุเฉลี่ย 43.1 ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.89 ในการวิจัยครั้งนี้ได้ปรับข้อความแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาที่มีลักษณะสอดคล้องกับบริบทของสถานการณ์การศึกษาโดยยังมีโครงสร้างของแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาตามที่ Lazarus and Folkman (1984) สร้างไว้ โดยมีจำนวนข้อคำถามเป็น 50 ข้อ และผู้วิจัยได้ตรวจสอบเพิ่มเติมกับ Dr.Susan Folkman เมื่อวันที่ 8 ตุลาคม 2551 ได้รับการยืนยันว่าการวิเคราะห์ 50 ข้อ ก็มีนัยสำคัญทางสถิติในการตรวจสอบวิธีการเผชิญปัญหาได้ โดยลักษณะแบบวัดประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 50 ข้อ แบ่งเป็นวิธีการเผชิญปัญหา 2 แบบ คือ

1.1.1 การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหา (Problem Focus Coping) เป็นข้อคำถามปลายปิด จำนวน 12 ข้อ

1.1.2 การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ (Emotional Focus Coping) เป็นข้อคำถามปลายปิด จำนวน 38 ข้อ

ลักษณะคำตอบของแบบวัดนี้ เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ คือ “ใช้วิธีนี้เป็นประจำ” “ใช้วิธีนี้บ่อยครั้ง” “ใช้วิธีนี้บางครั้ง” “ไม่เคยใช้เลย”

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ในการเลือกตอบนั้นจะต้องตอบให้ตรงกับความเป็นจริงที่เกิดขึ้น การให้คะแนนข้อคำถาม มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ใช้วิธีนี้เป็นประจำ	หมายถึง	ข้อความนั้นนิสิตได้ใช้เป็นวิธีการทำให้ความทุกข์ใจความไม่สบายใจลดลง ร้อยละ 80
ใช้วิธีนี้บ่อยครั้ง	หมายถึง	ข้อความนั้นนิสิตได้ใช้เป็นวิธีการทำให้ความทุกข์ใจความไม่สบายใจลดลง ร้อยละ 50
ใช้วิธีนี้บางครั้ง	หมายถึง	ข้อความนั้นนิสิตได้ใช้เป็นวิธีการทำให้ความทุกข์ใจความไม่สบายใจลดลง ร้อยละ 30
ไม่เคยเลย	หมายถึง	ข้อความนั้นนิสิตไม่เคยใช้เป็นวิธีการทำให้ความทุกข์ใจความไม่สบายใจลดลง ร้อยละ 0

ลักษณะข้อคำถาม	ไม่เคยเลย	ใช้วิธีนี้บางครั้ง	ใช้วิธีนี้บ่อยครั้ง	ใช้วิธีนี้เป็นประจำ
ข้อคำถามเชิงบวก	0	1	2	3
ข้อคำถามเชิงลบ	3	2	1	0

ตัวอย่างของแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหา

คำแนะนำ พิจารณาข้อความในแต่ละข้อว่าท่านใช้วิธีการต่อไปนี้มากน้อยเพียงใด โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่กำหนดเพียงข้อละ 1 คำตอบ ซึ่งข้อความที่ท่านเลือกใช้นั้นตรงกับความเป็นจริงที่ท่านคิดหรือตรงกับการกระทำที่ท่านเลือกใช้มากที่สุดเมื่อเกิดปัญหา กรุณาตอบทุกข้อ

ข้อความ	ใช้วิธีนี้เป็นประจำ	ใช้วิธีนี้บ่อยครั้ง	ใช้วิธีนี้บางครั้ง	ไม่เคยใช้เลย
0. ฉันวิจารณ์หรือว่ากล่าวตัวเอง	✓			

การคำนวณและการแปลผลคะแนน

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยคำนวณและแปลผลคะแนนโดยแปลผลจาก คะแนนจริง (Raw Score) เป็นคะแนนรวมของแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาทั้งชุดมีค่าระหว่าง 0 - 150 คะแนน แยกเป็นคะแนนรวมแต่ละวิธี ดังนี้ วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหา มีค่าระหว่าง

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

0 - 36 คะแนน วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ มีค่าระหว่าง 0 - 114 คะแนน ซึ่งคะแนนที่ได้นี้บ่งบอกถึงการที่กลุ่มตัวอย่างใช้การเผชิญปัญหาในแต่ละวิธีว่ามากน้อยเพียงใด ถ้าคะแนนมากแสดงว่ากลุ่มตัวอย่างใช้วิธีนั้นมากในการเผชิญปัญหา แต่การคำนวณด้วยคะแนนจริงมีข้อจำกัด คือ ไม่สามารถเปรียบเทียบความแตกต่างในการใช้วิธีการเผชิญปัญหารายด้านได้ เนื่องมาจากแต่ละวิธีมีจำนวนข้อคำถามไม่เท่ากัน เพื่อหลีกเลี่ยงข้อจำกัดดังกล่าว จึงเสนอการคำนวณด้วยคะแนนสัมพัทธ์ (Relative Score) มีวิธีการคำนวณดังนี้

1. รวมคะแนนจริงในแต่ละวิธีการเผชิญปัญหาแล้วหารด้วยจำนวนข้อคำถามของวิธีการเผชิญปัญหานั้น ๆ ได้เป็นค่าเฉลี่ยของแต่ละวิธีการเผชิญปัญหา

2. รวมผลรวมค่าเฉลี่ยจากทุกวิธีการเผชิญปัญหา

3. จากนั้นนำค่าเฉลี่ยของแต่ละวิธีการเผชิญปัญหาหารด้วยผลรวมค่าเฉลี่ยจากทุกวิธี คะแนนสัมพัทธ์ของการเผชิญปัญหาแต่ละวิธีจะมีค่าอยู่ระหว่าง 0 - 1 คะแนนสัมพัทธ์ที่ได้สามารถบอกสัดส่วนของการใช้การเผชิญปัญหาแต่ละวิธี

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า การแปลผลโดยใช้คะแนนจริงจะบอกถึงการใช้การเผชิญปัญหาในแต่ละวิธีว่ามากน้อยเพียงใด และการแปลผลโดยใช้คะแนนสัมพัทธ์บอกถึงการเผชิญปัญหาแต่ละวิธี เมื่อเปรียบเทียบกับการเผชิญปัญหาที่ใช้จากวิธีทั้งหมด

1.2 ผู้วิจัยนำแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหา จำนวน 50 ข้อ ขอรับคำแนะนำจากอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อตรวจสอบความถูกต้องในการแปล สำนวนภาษา และความเหมาะสมของเนื้อหาที่จะนำไปใช้ จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

1.3 หาค่าความเที่ยงตรง (Validity) โดยนำแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ได้แก่ รองคณบดีฝ่ายบัณฑิตศึกษาและวิเทศสัมพันธ์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จำนวน 1 ท่าน คือ รองศาสตราจารย์ ดร. ยาใจ สิทธิมงคล อาจารย์ประจำภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ จำนวน 2 ท่าน คือ รองศาสตราจารย์ ดร.ไพรัตน์ วงษ์นาม และ ดร.เพ็ญนภา กุลนภาดล แล้วนำมาหาค่าความเที่ยงตรงเพื่อพิจารณาเนื้อหาว่าตรงกับนิยามศัพท์เฉพาะหรือไม่ และตรวจสอบความรัดกุมของภาษาที่ใช้และตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของแบบวัดที่สร้างขึ้น โดยนำมาหาค่า IOC (Item Objective Congruency Index) ซึ่งมีค่าอยู่ระหว่าง 1 ถึง – 1 และผู้วิจัยกำหนดระดับความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ ดังนี้

1 เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นเป็นวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหาหรือวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

0 เมื่อไม่แน่ใจว่าข้อคำถามนั้นเป็นวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหาหรือวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์

-1 เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นไม่เป็นวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหาหรือวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์

1.4 ผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้จากการพิจารณาของผู้ทรงคุณวุฒิมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Item Objectivc Congruence: IOC) ระหว่างข้อคำถามกับนิยามศัพท์เฉพาะ ถ้าข้อคำถามที่มีความตรงตามเนื้อหาจะมีค่า IOC ตั้งแต่ .50 - 1.00 และถ้าข้อใดมีค่า IOC ต่ำกว่า 0.5 ผู้วิจัยจะปรับปรุงข้อคำถามใหม่ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ สามารถคำนวณได้จากสูตร

$$IOC = \frac{\sum R}{n}$$

$\sum R$ หมายถึง ผลรวมของคะแนนจากผู้ทรงคุณวุฒิทุกคน

n หมายถึง จำนวนผู้ทรงคุณวุฒิ

1.5 นำแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาไปทดลองใช้ (Try Out) กับนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยบูรพาที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าอำนาจจำแนก (r) และค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟ่า (α Coefficient) แบบวิธีครอนบัค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.88 แต่พบว่ามีข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกต่ำกว่า .2 ผู้วิจัยจึงตัดข้อคำถามออกจำนวน 10 ข้อ หลังการปรับปรุงแล้วได้จำนวนข้อคำถามในขั้นตอนนี้ทั้งหมด 40 ข้อ แบ่งเป็นวิธีการเผชิญปัญหา 2 แบบ คือ

1.5.1 การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหา (Problem Focus Coping)

1.5.1.1 การเผชิญหน้ากับปัญหา (Confrontive Coping) ประกอบด้วยข้อคำถาม 5 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 1, 2, 3, 4, 5

1.5.1.2 การวางแผนแก้ปัญหา (Planful Problem Solving) ประกอบด้วยข้อคำถาม 5 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 6, 7, 8, 9, 10

1.5.2 การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ (Emotional Focus Coping)

1.5.2.1 การประเมินค่าใหม่ทางบวก (Positive Reappraisal) ประกอบด้วยข้อคำถาม 7 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17

1.5.2.2 การแสดงความรับผิดชอบต่อปัญหา (Accepting Responsibility) ประกอบด้วยข้อคำถาม 3 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 18, 19, 20

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

1.5.2.3 การควบคุมตนเอง (Self - Controlling) ประกอบด้วยข้อคำถาม 5 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 21, 22, 23, 24, 25

1.5.2.4 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (Seeking Social Support) ประกอบด้วยข้อคำถาม 5 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 26, 27, 28, 29, 30

1.5.2.5 การถอยห่าง (Distancing) ประกอบด้วยข้อคำถาม 6 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 31, 32, 33, 34, 35, 36

1.5.2.6 การหลีกหนีเลี่ยงปัญหา (Escape - Avoidance) ประกอบด้วย ข้อคำถาม 4 ข้อ ได้แก่ข้อที่ 37, 38, 39, 40

ลักษณะข้อคำถาม	จำนวนข้อ	ข้อที่
ข้อคำถามทางบวก	30	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30
ข้อคำถามทางลบ	10	31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40

ซึ่งมีการให้คะแนนแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาดังนี้

ค่าคะแนนจริง (Raw Score)

คะแนนรวมเป็นรายข้อ มีคะแนนรวมตั้งแต่ 0-3 คะแนน ดังนั้นคะแนนจริง (Raw Score) ของแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาทั้งชุดมีค่าระหว่าง 0 - 120 คะแนน แยกเป็นคะแนนรวมแต่ละวิธี ดังนี้ วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหา มีค่าระหว่าง 0 - 30 คะแนน วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ มีค่าระหว่าง 0 - 90 คะแนน ซึ่งแบ่งเป็นแต่ละวิธี มีรายละเอียด ดังนี้

1. วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหา (Problem Focus Coping)
   - 1.1 การเผชิญหน้ากับปัญหา มีค่าคะแนนที่เป็นไปได้ 0 - 15 คะแนน
   - 1.2 การวางแผนแก้ปัญหา มีค่าคะแนนที่เป็นไปได้ 0 - 15 คะแนน
2. วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ (Emotional Focus Coping)
   - 2.1 การประเมินค่าใหม่ทางบวก มีค่าคะแนนที่เป็นไปได้ 0 - 21 คะแนน
   - 2.2 การแสดงความรับผิดชอบต่อปัญหา มีค่าคะแนนที่เป็นไปได้ 0 - 9 คะแนน
   - 2.3 การควบคุมตนเอง มีค่าคะแนนที่เป็นไปได้ 0 - 15 คะแนน
   - 2.4 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม มีค่าคะแนนที่เป็นไปได้ 0 - 15 คะแนน

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

2.5 การถอยห่าง มีค่าคะแนนที่เป็นไปได้ 0 - 18 คะแนน

2.6 การหลีกหนีเลี่ยงปัญหา มีค่าคะแนนที่เป็นไปได้ 0 - 12 คะแนน

ค่าคะแนนสัมพัทธ์ (Relative Score)

คะแนนสัมพัทธ์ (Relative Score) ของแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาแต่ละวิธีจะมีค่าอยู่ระหว่าง 0 - 1 ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

1. วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหา (Problem Focus Coping)

1.1 การเผชิญหน้ากับปัญหา มีค่าคะแนนที่เป็นไปได้ 0.125

1.2 การวางแผนแก้ปัญหา มีค่าคะแนนที่เป็นไปได้ 0.125

2. วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ (Emotional Focus Coping)

2.1 การประเมินค่าใหม่ทางบวก มีค่าคะแนนที่เป็นไปได้ 0.175

2.2 การแสดงความรับผิดชอบต่อปัญหา มีค่าคะแนนที่เป็นไปได้ 0.075

2.3 การควบคุมตนเอง มีค่าคะแนนที่เป็นไปได้ 0.125

2.4 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม มีค่าคะแนนที่เป็นไปได้ 0.125

2.5 การถอยห่าง มีค่าคะแนนที่เป็นไปได้ 0.150

2.6 การหลีกหนีเลี่ยงปัญหา มีค่าคะแนนที่เป็นไปได้ 0.100

การแปลผลคะแนน

มีเกณฑ์การแบ่งระดับคะแนนออกเป็น 2 ระดับ ดังนี้

1. วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหา การแปลผลแบ่งเป็น 2 ระดับ ดังนี้

ระดับสูง หมายถึง สามารถเผชิญปัญหาได้ดี กล่าวคือ ใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหาในการเผชิญปัญหาบ่อยครั้งหรือมาก

ระดับต่ำ หมายถึง สามารถเผชิญปัญหาได้ไม่ดี กล่าวคือ ใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหาในการเผชิญปัญหาน้อยครั้งหรือไม่ค่อยเลือกใช้

2. วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ การแปลผลแบ่งเป็น 2 ระดับ ดังนี้

ระดับสูง หมายถึง สามารถเผชิญปัญหาได้ไม่ดี กล่าวคือใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ในการเผชิญปัญหาบ่อยครั้งหรือมาก

ระดับต่ำ หมายถึง สามารถเผชิญปัญหาได้ดี กล่าวคือใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ในการเผชิญปัญหาน้อยครั้งหรือไม่ค่อยเลือกใช้

ดังนั้น ระดับคะแนนหรือการแปลผลของแต่ละวิธีการเผชิญปัญหามีรายละเอียดดังต่อไปนี้

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

วิธีการเผชิญปัญหา	คะแนนจริง	คะแนนสัมพัทธ์	รวมคะแนนสัมพัทธ์	ระดับสูง	ระดับต่ำ
1. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหา					
1.1 การเผชิญหน้ากับปัญหา	0 - 15	0.125	0.25	≥ 0.25	< 0.25
1.2 การวางแผนแก้ปัญหา	0 - 15	0.125			
2. การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์					
2.1 การประเมินค่าใหม่ทางบวก	0 - 21	0.175	0.75	≤ 0.75	> 0.75
2.2 การแสดงความรับผิดชอบต่อปัญหา	0 - 9	0.075			
2.3 การควบคุมตนเอง	0 - 15	0.125			
2.4 การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม	0 - 15	0.125			
2.5 การถอยห่าง	0 - 18	0.150			
2.6 การหลีกหนีเลี่ยงปัญหา	0 - 12	0.100			

1.6 นำแบบวัดที่ผ่านการตรวจสอบ ไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง และเมื่อหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ภายในกลุ่มอีกครั้ง ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.85

2. โปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีทางเลือก

2.1 ศึกษาตำรา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเผชิญปัญหาและการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีทางเลือก และวิธีการปรึกษาตามแนวทฤษฎีทางเลือกของคอรี่ (Corey, 2008) และ อนงค์ วิเศษสุวรรณ์ (2550) เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดวัตถุประสงค์ เนื้อหาและการประเมินผลที่เหมาะสมในการสร้างโปรแกรมในการเผชิญปัญหาของนิสิต

2.2 ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีทางเลือก ตามวัตถุประสงค์และวิธีการที่กำหนดไว้ และนำโปรแกรมที่สร้างขึ้น นำเสนอให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบ และขอคำแนะนำเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น จำนวน 2 ท่าน ได้แก่ อาจารย์ประจำศูนย์บัณฑิตศึกษานานาชาติการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา จำนวน 1 ท่าน รองศาสตราจารย์ ดร.อนงค์ วิเศษสุวรรณ์ อาจารย์ประจำภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ จำนวน 1 ท่าน คือ ดร.เพ็ญนภา กุลนภาดล

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

2.3 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีทางเลือกมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิและให้ประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ตรวจสอบอีกครั้ง แล้วจึงนำไปทดลองใช้

2.4 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีทางเลือก ที่ปรับปรุงแล้วไปทดลอง (Try Out) ใช้กับนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยบูรพา ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวนทั้งสิ้น 8 คน และใช้โปรแกรมจำนวน 3 โปรแกรม ใช้ครั้งละ 60 นาที เพื่อหาข้อบกพร่องแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ โดยโปรแกรมที่ผู้วิจัยนำไปทดลองใช้ ได้แก่

2.4.1 ปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพ เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของกิจกรรมที่ใช้ในการสร้างสัมพันธภาพ ซึ่งพบว่ากิจกรรมโดยใช้เกม “ตุ๊กตาสัมพันธ์” มีความเหมาะสมช่วยให้นิสิตระดับปริญญาตรีได้รู้จักตัวเองและรู้จักเพื่อนในกลุ่มมากขึ้น จึงทำให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีและความคุ้นเคยภายในกลุ่ม

2.4.2 เรื่องอิสรภาพ โดยผู้วิจัยเริ่มต้นด้วยการให้สมาชิกเห็นถึงความมีอิสรภาพเสรีภาพทางความคิด จากเอกสารประกอบการปรึกษากลุ่มที่กำหนดให้ และให้สมาชิกอภิปรายคำว่า “อิสรภาพ (Freedom)” ตามความเข้าใจของสมาชิกและสรุปร่วมกัน ซึ่งพบว่าการนำเอกสารประกอบมาใช้ช่วยให้นิสิตระดับปริญญาตรีมีความเข้าใจเรื่องอิสรภาพอย่างชัดเจนและสามารถยกตัวอย่างถึงการดำรงชีวิตอย่างมีอิสรภาพ เสรีภาพทางความคิดตามความต้องการของตนเองได้

2.4.3 บูรณาการทางเลือก โดยผู้วิจัยกระตุ้นให้นิสิตระดับปริญญาตรีความเข้าใจถึงพฤติกรรมตามแนวทฤษฎีทางเลือกและสอดคล้องกับความต้องการภายในของตน ซึ่งพบว่านิสิตระดับปริญญาตรีสามารถสรุปประเด็นต่าง ๆ และความสำคัญของการมีทางเลือกในการเผชิญปัญหาได้ แต่ผู้ให้การปรึกษาต้องพยายามกระตุ้นนิสิตระดับปริญญาตรีให้ช่วยกันแสดงความคิดเห็นและอภิปรายร่วมกัน

2.5 ผู้วิจัยนำโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีทางเลือก ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปดำเนินการทดลองต่อไป

การดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองเพื่อศึกษาผลการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีทางเลือกต่อการเผชิญปัญหาของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 โดยมีกลุ่มตัวอย่าง 16 คน กลุ่มทดลอง 8 คนและกลุ่มควบคุม 8 คน

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

แบบแผนการทดลอง การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research Design) เพื่อศึกษาผลของการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีทางเลือกต่อการเผชิญปัญหาของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 โดยมีกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน ทำการวิจัยโดยใช้แบบแผนการวิจัยเชิงทดลองประเภทสองตัวประกอบแบบวัดซ้ำหนึ่งตัวประกอบ (Two - Factor Experiment with Repeated Measures on One Factor) (Winer, Brown, & Michels, 1991, p. 509) ซึ่งมีแบบแผนการทดลองดังนี้

ตารางที่ 2 แบบแผนการทดลอง

	b_1	...	b_j	...	b_q
a_1	G_1	...	G_1	...	G_1
a_p	G_p	...	G_p	...	G_p

a_1 แทน กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีทางเลือก

a_p แทน กลุ่มควบคุมที่ได้รับวิธีการตามปกติ

b_1 แทน ระยะก่อนการทดลอง

b_j แทน ระยะหลังการทดลอง

b_q แทน ระยะติดตามผล

G_1 แทน จำนวนคนของกลุ่มทดลองที่ได้รับวิธีการ a_1

G_p แทน จำนวนคนของกลุ่มควบคุมที่ได้รับวิธีการ a_p

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยมีขั้นตอนในการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ

1.1 ทำหนังสือจากภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา เพื่อขออนุญาตและขอความร่วมมือในการศึกษาวิจัยในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

1.2 หลังจากได้รับอนุญาตแล้ว ผู้วิจัยแนะนำตัว และชี้แจงวัตถุประสงค์ และขั้นตอนการวิจัยด้วยตนเองกับคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

2. ขั้นตอนดำเนินการทดลอง

2.1 ระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยให้นิสิตคณะศึกษาศาสตร์สาขาวิชาการสอนภาษาต่างประเทศที่เรียนวิชา 400391 ประสบการณ์วิชาชีพครู 2 (Professional Experience II) ตามโครงสร้างหลักสูตรของคณะศึกษาศาสตร์ ระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 ที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยบูรพา จำนวน 107 คน ทำแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาแล้วคัดเลือกนิสิตที่มีคะแนนสัมพัทธ์ในวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหาต่ำกว่า 0.25 ลงมา และในวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์สูงกว่า 0.75 ขึ้นไป จำนวน 56 คน แล้วสอบถามความสมัครใจเพื่อเข้าร่วมการทดลองได้จำนวน 16 คน แล้วแบ่งกลุ่มโดยใช้วิธีการสุ่มเข้ากลุ่ม (Random Assignment) เพื่อจำแนกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน

ก่อนดำเนินการปรึกษากลุ่มตามโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีทางเลือกผู้วิจัยไม่ได้ดำเนินการวัดวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตจากกลุ่มตัวอย่างทั้ง 16 คนทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างได้รับการวัดวิธีการเผชิญปัญหาแล้วหนึ่งครั้งในขั้นตอนการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเพื่อนำมาใช้ในการพัฒนา ดังนั้นผู้วิจัยถือว่าคะแนนที่ได้จากการวัดดังกล่าวเป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pre test)

2.2 ระยะการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีทางเลือกตามโปรแกรมการปรึกษากับกลุ่มทดลอง โดยทำการทดลองเป็นกลุ่ม สัปดาห์ละ 2 ครั้ง 6 สัปดาห์ รวมเป็น 12 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที สำหรับกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีทางเลือกแต่ดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งในชีวิตประจำวันและการเรียนการสอนตามปกติ และในระยะการทดลองนี้ผู้วิจัยจะมีการเก็บข้อมูลจากประสบการณ์ของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมการทดลองโดยเก็บระหว่างการทดลองและหลังการทดลองด้วยวิธีการทางการปรึกษา เพื่อให้ได้ข้อมูล ที่เป็นความจริงในทุกมิติที่กลุ่มทดลองได้แสดงออก ทั้งในด้านความรู้สึกนึกคิด ความหมาย ค่านิยมหรืออุดมการณ์ ทั้งนี้ผลการศึกษาที่ได้จะเป็นข้อมูลที่ใช้ในการอภิปราย

2.3 ระยะหลังการทดลอง เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการให้กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ทำแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหาในครั้งสุดท้ายของการเข้ากลุ่ม คะแนนที่ได้เป็นระยะหลังการทดลอง (Post Test)

2.4 ระยะติดตามผล หลังจากทดสอบหลังการทดลองแล้วเป็นเวลา 2 สัปดาห์ จึงให้กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม จำนวน 16 คน ตอบแบบวัดวิธีการเผชิญปัญหา เพื่อเป็นการติดตามผล (Follow - up) จากนั้นนำแบบวัดมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วนำไปสรุปผลการวิเคราะห์ทั้งหมด

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ตารางที่ 3 ระยะเวลาการทดลอง

สัปดาห์ที่ 1	สัปดาห์ที่ 2-7	สัปดาห์ที่ 8-9	สัปดาห์ที่ 10
การทดสอบระยะก่อนการทดลอง	ระยะทดลองสัปดาห์ละ 2 ครั้ง แล้วทำการทดสอบในสัปดาห์สุดท้าย	⟶	ทดสอบในระยะติดตามผล

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปในการคำนวณและวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ดังนี้

1. ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. สถิติทดสอบสมมติฐานใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated Measures Analysis of Variance: One between-Subjects Variable and One Within-Subjects Variable) (Howell, 2007, pp. 449-460)

3. เมื่อพบความแตกต่าง ทำการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยด้วยวิธีทดสอบรายคู่แบบ นิวแมน-คูลล์ (Newman – Keul Procedure)

การพิทักษ์สิทธิ์ผู้ให้ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำการพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง โดยก่อนการทำการเก็บข้อมูลผู้วิจัยจะทำการสร้างสัมพันธภาพที่ดีเพื่อให้เกิดความไว้วางใจระหว่างผู้วิจัยกับผู้ให้ข้อมูล และชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย ประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียด และอธิบายให้เข้าใจว่าการวิจัยครั้งนี้ขึ้นอยู่กับความสมัครใจของผู้ให้ข้อมูล การขออนุญาตบันทึกเสียงขณะสัมภาษณ์ การมีสิทธิตอบหรือไม่ตอบคำถาม การรักษาความลับของข้อมูล จึงดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University