

ผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาต่อทักษะชีวิต
ด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนอาชีวศึกษา
ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ*

The Effects of Cognitive Behavior Modification Group
Counseling on Life Skills for Sexual Relations Prevention
of Vocational Students at Vocational Certificate Level

กนกวรรณ สินรัตน์ **วท.ม
เพ็ญญา กุลนภาดล***กศ.ด.
สมโภชน์ อเนกสุข****กศ.ด.

Kanokwan Sinrat, M.Sc.
Pennapha Koolnaphadol, Ed.D.
Sompoch Anegasukha, Ed.D.

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผล
การให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรม
ทางปัญญาต่อทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศ
สัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนอาชีวศึกษาระดับ
ประกาศนียบัตรวิชาชีพ กลุ่มตัวอย่างในการศึกษา
ครั้งนี้เป็นนักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตร
วิชาชีพชั้นปีที่ 1 โรงเรียนเทคโนโลยีแห่งหนึ่ง ใน
จังหวัดฉะเชิงเทรา จำนวน 22 คน ที่มีคะแนนทักษะ
ชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
ต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา สุ่มให้เป็นกลุ่ม
ทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 11 คน เครื่องมือ
ที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบวัดทักษะชีวิต
ด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน และ
โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับ
พฤติกรรมทางปัญญา ผู้วิจัยดำเนินการทดลองการ
ให้คำปรึกษากลุ่มจำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง
โดยใช้แบบแผนการวิจัยเชิงทดลองสองตัวประกอบ

แบบวัดซ้ำหนึ่งตัวประกอบ แบ่งการทดลองออกเป็น
3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง
และระยะติดตามผล วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัด
ซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปร
ภายในกลุ่ม และทดสอบความแตกต่างรายคู่โดยวิธี
นิวแมนคูลส์

ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนอาชีวศึกษาระดับ
ประกาศนียบัตรวิชาชีพที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม
ตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีค่าเฉลี่ย
ทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ใน
วัยเรียนแตกต่างจากนักเรียนอาชีวศึกษาระดับ
ประกาศนียบัตรวิชาชีพที่ได้รับการเรียนการสอน
ปกติในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียน
อาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพที่ได้รับการ
ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทาง
ปัญญามีค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศ
สัมพันธ์ในวัยเรียนในระยะหลังการทดลอง และระยะ

* วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา

** ครูแนะแนวช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนดาราสมุทร จังหวัดชลบุรี

*** อาจารย์ประจำภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

**** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

ติดตามผลแตกต่างจากระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการศึกษาในครั้งนี้ สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางให้แก่ครู อาจารย์ และผู้ที่เกี่ยวข้อง ช่วยเหลือและให้คำปรึกษาแก่นักเรียนเพื่อให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ที่จะป้องกันตนเองและเกิดการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน คำสำคัญ : ทักษะชีวิต, การป้องกัน, การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน, นักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ, การให้คำปรึกษากลุ่ม, การปรับพฤติกรรมทางปัญญา

Abstract

This research aimed to study the effects of cognitive behavior modification group counseling on life skills for prevention of sexual relations the vocational education students in schools at a vocational certificate level. The samples composed of twenty-two students, who had scores on life skills for sexual relations prevention less than 25th percentile, in the first year vocational education in one Technology School in Chachoengsao province. They were randomly assigned into two groups equally. An experimental group and a control group with eleven persons in each. The instruments used in this research were the measurement test of life skills for sexual relations prevention of students in school, and an interventional program of the cognitive behavior modification group counseling. The interventional program included 12 sessions. Each session lasted about sixty minutes. The research design was two-factor experimental

with repeated measures on one factor. In fact, the study was divided into 3 phases : the pre-test , the post-test and the follow-up phase. The data were analyzed using repeated measure analysis of variance : one between-subject variable and one within-subjects variable and were tested to pair differences among means with use of Newman-Keuls Procedure.

The results revealed that the levels of the life skills for the sexual relations prevention the students in the experimental and the control groups were significantly different at level .05 when measured in the post-test and the follow-up phases. The levels of the life skills for the sexual relations prevention of the students in the experimental group in the post-test and the follow-up phases were significantly different at level .05 from these in the pre-test phase.

According to results of this study, the finding can be used to be a guide to the teacher and the relevant support and advice to students learn to protect themselves and develop life skills for sexual relation prevention problems.

Key words : Life skills, prevention, sexual relations in school, the vocational education students, group counseling, cognitive behavior modification

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยเรียนเป็นปัญหาที่ทวีความรุนแรง วัยรุ่นมีแนวโน้มที่จะแสดงออกถึงพฤติกรรมทางเพศอย่างเปิดเผยมากขึ้น รวมถึงมีการแสดงออกถึงเสรีภาพทางเพศในที่สาธารณะ อมรวิรัช นาคทรพรพ (2548, หน้า 151) ได้กล่าวถึงประเด็น

ปัญหาที่สำคัญที่สุดของเด็กวัยรุ่นในปัจจุบัน คือ การขาดความรักความอบอุ่นในครอบครัว ทำให้วัยรุ่นแสวงหาสิ่งที่ตนรู้สึกว่ามีคุณค่าและสังคมจะยอมรับได้ ดังนั้น เพศสัมพันธ์จึงถูกใช้เป็นที่ระบายผ่านการแลกเปลี่ยนคู่นอน หรือมีความสัมพันธ์ทางเพศระหว่างเพื่อนในกลุ่มแบบลักษณะเพศสัมพันธ์เอื้ออาทร สภาพการณ์ด้านพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นจากที่กล่าวมาข้างต้น ได้ส่งผลกระทบต่อในหลายด้านอย่างต่อเนื่อง การหมกมุ่นในเรื่องทางเพศจะนำไปสู่ความไม่สนใจที่จะศึกษา วัยรุ่นจะขาดสมาธิและเริ่มขาดเรียน ทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนตกต่ำในที่สุด (สุชาติ โสมประยูร และวรรณิ โสมประยูร 2543, หน้า 80) นอกจากนี้หากวัยรุ่นมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่ปลอดภัยโดยให้ความไว้วางใจในคู่นอนแล้ว ผลที่ตามมาย่อมเพิ่มโอกาสเสี่ยงต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์จากรายงานสถานการณ์ผู้ป่วยเอดส์ พบว่าวัยรุ่นทั้งชายและหญิง อายุระหว่าง 10-24 ปี เป็นกลุ่มที่มีอัตราป่วยด้วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์สูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 31.5 ในปี 2545 เป็นร้อยละ 42.5 ในปี 2549 คิดเป็นจำนวนผู้ป่วยเกือบครึ่งหนึ่งของประชากรที่ป่วยด้วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ทั้งหมด (ไม่มีชื่อผู้เขียน, 2550, หน้า 1) จากข้อมูลดังกล่าวชี้ให้เห็นว่าแนวโน้มที่วัยรุ่นจะเผชิญปัญหาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์จะมีมากขึ้นอีกในอนาคต นอกจากนี้ประเทศไทยยังมีแนวโน้มการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นรุนแรงมากขึ้นเรื่อย ๆ ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อประชากรในแง่ของการพัฒนาประเทศ เนื่องจากเยาวชนหรือวัยรุ่นเป็นวัยที่ควรจะต้องอยู่ในช่วงของการศึกษา หากวัยรุ่นตั้งครรภ์ในช่วงอายุนี้ จะทำให้เกิดผลกระทบที่ตามมาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ เพราะส่วนใหญ่จะยังขาดความพร้อมในการดูแลสุขภาพของตนเองในระหว่างตั้งครรภ์ และหลังคลอด (ข้าวสาค, 2551)

การพัฒนาเจตคติและทักษะชีวิตจะเป็น

ภูมิคุ้มกันที่ดีต่อปัญหาทางเพศของวัยรุ่นให้สามารถเลือกพฤติกรรมที่เหมาะสมและเผชิญกับเหตุการณ์ในสภาพสังคมปัจจุบันได้ องค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 1994, p. 16) ได้เสนอให้ใช้ทักษะชีวิตเป็นแนวทางในการฝึกฝนทักษะในการป้องกันโรคเอดส์ในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชน เนื่องจากวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับสุขภาพ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงความคิดเห็นและพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นนั้นจำเป็นต้องเพิ่มความรู้และเสริมทักษะเรื่องเพศที่เหมาะสม ผ่านการสื่อสารอย่างตรงไปตรงมา ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้นำการให้คำปรึกษากลุ่มซึ่งเป็นกระบวนการที่วัยรุ่นได้บอกเล่าเรื่องราวความรู้สึกของตนเองภายใต้สัมพันธภาพที่ดีและบรรยากาศที่อบอุ่น ทำให้เกิดเป็นความรู้สึกปลอดภัยและไว้วางใจกลุ่ม วัยรุ่นจะรับรู้ว่าคุณค่าอื่น ๆ ก็มีปัญหาเช่นกัน ทำให้กล้าที่จะเผชิญกับปัญหาแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เสนอแนะแนวทางในการแก้ปัญหาหลากหลายรูปแบบ และเกิดการเลือกคิดตัดสินใจ ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้การให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ซึ่งเป็นการให้ความรู้และความเข้าใจในเรื่องของอารมณ์ ทำให้วัยรุ่นเกิดกระบวนการเรียนรู้และตระหนักด้วยตนเอง รวมทั้งยังเป็นการท้าทายให้วัยรุ่นคิดตัดสินใจโดยใช้ทักษะการคิดอย่างมีระบบในการแก้ปัญหา เกิดเป็นความเข้าใจและรู้จักตนเอง จนนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทัศนคติและความตั้งใจที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางเพศให้เหมาะสมภายใต้บรรยากาศที่ปลอดภัยและให้การยอมรับของสมาชิกกลุ่ม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะนำไปสู่การพัฒนาทักษะในการป้องกันปัญหาเรื่องเพศสัมพันธ์ในที่สุด

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นเรียนของนักเรียนในกลุ่ม

ทดลองในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

2. เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนในกลุ่มทดลอง กับ นักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับวิธีการเรียนการสอนปกติ

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่ม (Corey, 2008, p. 5) มาเป็นกรอบแนวคิด โดยแนวคิดนี้มีความเชื่อว่าการให้คำปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการที่มุ่งเน้นให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความงอกงาม มีการพัฒนา มีการส่งเสริมและการป้องกันด้วยการตระหนักในตนเอง โดยรูปแบบการให้ความช่วยเหลือเป็นลักษณะที่ผู้รับการปรึกษาหลายๆ คน มีปฏิสัมพันธ์กันทำให้ได้รับประสบการณ์ที่เอื้อต่อการพัฒนาอารมณ์และจิตใจ ซึ่งจะช่วยให้ผู้รับการปรึกษาสามารถเผชิญปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยพยายามสำรวจและเข้าใจถึงปัญหาที่เกิดขึ้น จน

สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องและมั่นคงด้วยตนเอง นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้ทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา (Cognitive Behavior Modification) (Albert Ellis, 1962; Arron T. Beck, 1976 ; Meichenbaum, 1977 อ้างถึงในสมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2549, หน้า 310 - 326) เป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ซึ่งทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้นมีแนวคิดพื้นฐานว่าการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้นจะกระทำได้โดยการเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อ และเจตคติด้วยวิธีการสอน การวิเคราะห์ข้อมูล การให้ข้อมูล เพื่อให้บุคคลตระหนักถึงความคิดที่เกิดขึ้นรวมทั้งชักจูงให้เห็นว่าตนเองสามารถควบคุมความคิดได้ และเมื่อความคิด ความเชื่อ และเจตคติเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์เปลี่ยนไป พฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนก็จะเปลี่ยนแปลงไปด้วย (ประเทือง ภูมิภัทราคม, 2535 อ้างถึงใน อรัญญา แก้วสระแสง, 2542, หน้า 19)

ตัวแปรต้น

ตัวแปรตาม



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research Design) โดยใช้แบบแผนการวิจัยเชิงทดลองสองตัวประกอบแบบวัดซ้ำหนึ่ง

ตัวประกอบ (Two-Factor Experimental with Repeated Measures on One Factor) (Winner, Brown, & Michels, 1991, p. 509)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการศึกษาคครั้งนี้ คือ นักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 ในสังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจะเชิงเทรา เขต 1 ซึ่งประกอบด้วย 5 โรงเรียน มีนักเรียนอยู่ทั้งสิ้น 816 คน (ศูนย์ปฏิบัติการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจะเชิงเทรา เขต 1, 2550) ผู้วิจัยใช้การสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster Sampling) มา 1 โรงเรียน เพื่อคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างซึ่งพบว่า นักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 ที่ได้มาจากการสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster Sampling) นั้นมีจำนวนนักเรียน 124 คน ผู้วิจัยจึงให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบวัดเพื่อคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างให้เหลือเพียง 22 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างต้องอยู่ในเกณฑ์ ดังนี้

1. มีคะแนนทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25
2. สนใจเข้าร่วมการทดลอง
3. กลุ่มตัวอย่างต้องไม่เคยผ่านการมีเพศสัมพันธ์

เมื่อผู้วิจัยได้กลุ่มตัวอย่างแล้วจำนวน 22 คน ผู้วิจัยทำการสุ่มด้วยการจับสลากให้เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 11 คน เพื่อให้เกิดความเหมาะสมกับขนาดของกลุ่มการให้คำปรึกษาทางจิตวิทยาที่ควรมีสมาชิกไม่เกิน 12 คน (Jacob, Masson and Harvill, 2002, pp. 40-42)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบวัดทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นด้วยตนเองจากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมีเพศสัมพันธ์ ประกอบด้วย

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ประกอบด้วยคำถามชนิดปลายปิด (Close-ended Questionnaire) จำนวน 5 ข้อ ซึ่งสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับเพศ ลักษณะการพกอาศัย การมีคูรัก/หรือแฟนสถานที่อยู่กับคูรักหรือแฟนตามลำพัง และการใช้เวลาอยู่กับคูรักหรือแฟนตามลำพัง ทั้งนี้ข้อคำถามดังกล่าวมีวัตถุประสงค์เพื่อคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างให้มีคุณสมบัติตามที่ผู้วิจัยกำหนดไว้ คือ กลุ่มตัวอย่างต้องไม่มีเคยมีเพศสัมพันธ์มาก่อน ซึ่งผู้วิจัยจะใช้ข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบวัด มาวิเคราะห์ว่ากลุ่มตัวอย่างมีแนวโน้มที่ผ่านการมีเพศสัมพันธ์มาแล้วหรือไม่

ตอนที่ 2 แบบวัดเจตคติด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ประกอบด้วยทักษะความตระหนักในตนเอง และความภาคภูมิใจในตนเอง มีลักษณะข้อคำถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scales) แบ่งเป็น 5 ระดับ ตามแนวทางของลิเคอร์ท (Likert Rating Scales) จำนวน 40 ข้อ

ตอนที่ 3 แบบวัดการคิดและทักษะด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ประกอบด้วยทักษะความคิดวิเคราะห์และความคิดสร้างสรรค์ การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร จำนวน 5 ข้อ มีลักษณะข้อคำถามเป็นแบบจำลองสถานการณ์เสี่ยงทางเพศ และให้ผู้ตอบเขียนตามความคิดเห็นของผู้ตอบ

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง โดยมีรายละเอียดของโปรแกรมดังต่อไปนี้

ครั้งที่ 1 เรื่องปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพ

ครั้งที่ 2 เรื่องการประเมินพฤติกรรมและความคิด

ครั้งที่ 3 เรื่องการคิดวิเคราะห์ด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

ครั้งที่ 4 เรื่องความคิดสร้างสรรค์ด้านการ
ป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

ครั้งที่ 5 เรื่องการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง
ด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

ครั้งที่ 6 เรื่องการพัฒนาความตระหนักใน
ตนเองถึงความไม่พร้อมในการตั้งครรภ์

ครั้งที่ 7 เรื่องการพัฒนาความตระหนักถึงผล
กระทบที่ไม่พึงประสงค์จากการมีเพศสัมพันธ์

ครั้งที่ 8 เรื่องการฝึกวิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพ
และการสื่อสารด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ใน
วัยเรียน

ครั้งที่ 9 เรื่องการจัดการกับความกดดันของ
กลุ่ม

ครั้งที่ 10 เรื่องการฝึกทักษะการตัดสินใจด้าน
การป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

ครั้งที่ 11 เรื่องการฝึกทักษะการแก้ปัญหาด้าน
การป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

ครั้งที่ 12 สรุปและประเมินผลกิจกรรมการเข้า
ร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการ
ปรับพฤติกรรมทางปัญญา

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

ผู้วิจัยนำแบบวัดและโปรแกรมที่สร้างขึ้น
ด้วยตนเองให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 6 ท่าน ตรวจสอบความ
ตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) จากนั้นนำ
มาปรับปรุงแก้ไขตามข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะ
ของผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วนำแบบวัดไปทดลองใช้กับ
นักเรียนที่มีลักษณะเดียวกันกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน
88 คน หาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค
(Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความ
เชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) เท่ากับ .95
และนำโปรแกรมไปทดลองใช้กับนักเรียนที่มีลักษณะ
เดียวกันกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 11 คน จำนวน 12 ครั้ง
เพื่อพิจารณาความเหมาะสมทางด้านภาษา วิธีการ

ดำเนินการ อุปกรณ์และเวลาในการให้คำปรึกษา

การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง

งานวิจัยนี้ได้ผ่านการพิจารณาด้านจริยธรรม
ในการวิจัย จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการ
วิจัยในมนุษย์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา
ผู้วิจัยแนะนำตัว ขอความร่วมมือ และชี้แจงสิทธิของ
กลุ่มตัวอย่างในการยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้
ด้วยความสมัครใจไม่มีการบังคับใดๆ และอธิบาย
วัตถุประสงค์ ประโยชน์ การเก็บรักษาข้อมูลเป็น
ความลับ รวมทั้งสิทธิในการการยกเลิกหรือถอนตัว
จากการวิจัย จากนั้นผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างลงลายมือ
ชื่อในเอกสารยินยอมเข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ระยะก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดย
ประสานงานกับครูประจำชั้นระดับอาชีวศึกษา ระดับ
ประกาศนียบัตรวิชาชีพปีที่ 1 เพื่อคัดเลือกกลุ่ม
ตัวอย่าง โดยให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดทักษะชีวิต
ด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน แล้ว
เรียงลำดับคะแนนแบบวัดทักษะชีวิตจากต่ำสุดไปหา
สูงสุด คัดเลือกผู้ที่มีคะแนนแบบวัดทักษะชีวิตต่ำกว่า
เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ได้นักเรียนจำนวนทั้งสิ้น 22 คน
จากนั้นผู้วิจัยจึงสุ่มเข้ากลุ่มด้วยการจับสลากเพื่อ
แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลอง 11 คน และกลุ่ม
ควบคุม 11 คน และคะแนนที่ได้จากการทำแบบวัด
ทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ใน
วัยเรียนในครั้งนี้เป็นคะแนนในระยะก่อนการทดลอง
(Pre-Test)

2. ระยะทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยให้กลุ่มทดลอง
ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการ
ปรับพฤติกรรมทางปัญญาเข้าร่วมกลุ่มสัปดาห์ละ 3
ครั้ง ในวันอังคาร พฤหัสบดี และวันศุกร์ ครั้งละ 1

ชั่วโมง เป็นเวลา 4 สัปดาห์ ภายในห้องที่มีม่านปิดมิดชิด ส่วนกลุ่มควบคุมจะไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาแต่จะดำเนินกิจกรรมต่างๆ ทั้งในชีวิตประจำวันและการเรียนการสอนตามปกติ รวมถึงเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ทางโรงเรียนจัดให้

3. ระยะหลังการทดลอง

เมื่อสิ้นสุดโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม คอบแบบวัดทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนซึ่งเป็นฉบับเดียวกันกับที่ใช้วัดในระยะก่อนการทดลอง แต่สลับข้อคำถามเพื่อป้องกันการจดจำของกลุ่มตัวอย่าง

4. ระยะติดตามผล

หลังจากจบการทดลองแล้ว 2 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนฉบับเดิมที่ใช้ในการวัดในระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลอง ซึ่งมีการสลับข้อคำถามเพื่อป้องกันการจดจำของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อเป็นคะแนนในระยะติดตามผล (Follow Up) จากนั้นทำการประเมินผลการทดลองด้วยสัมภาษณ์เป็นรายกลุ่มเพื่อนำผลการสัมภาษณ์ไปใช้ในการอภิปรายผลการทดลอง

การวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. คะแนนเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ใช้จำแนกค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนเป็นรายด้าน

2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนทำแบบวัดทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนทั้ง 3 ฉบับของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทั้ง 3 ระยะ โดยวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ

ประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated Measure Analysis of Variance: One Between-Subject Variable and One Within-Subjects Variable) (Howell, 2007, pp. 449 - 460)

3. ทดสอบความแตกต่างด้วยวิธีทดสอบรายคู่แบบนิวแมนคูลส์ (Newman-Keuls Procedure)

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วยนักเรียนในกลุ่มทดลองแบ่งเป็นเพศหญิงจำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 54.55 แบ่งเป็นเพศชายจำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 45.45 นักเรียนในกลุ่มทดลองทั้งหมด 11 คน พักอาศัยอยู่กับบิดามารดาหรือผู้ปกครอง คิดเป็นร้อยละ 100 และส่วนใหญ่มีคูรัักหรือแฟนแล้วจำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 81.82 และไม่มีคูรัักหรือแฟนจำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 18.18 นักเรียนในกลุ่มทดลองมีสถานที่อยู่กับคูรัักหรือแฟนตามลำพังที่ห้างสรรพสินค้า คิดเป็นร้อยละ 90.91 รองลงมาคือโรงพยาบาลนอร์และสวนสาธารณะ คิดเป็นร้อยละ 54.55 และ 18.18 ตามลำดับ และจะใช้เวลากับแฟนหรือคูรัักในวันหยุดเสาร์-อาทิตย์ จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 63.63 รองลงมาจะใช้เวลากับแฟนหรือคูรัักในดอนเย็นจำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 27.27 และดอนกลางวัน จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 9.1 ตามลำดับ ส่วนนักเรียนในกลุ่มควบคุมแบ่งเป็นเพศหญิงจำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 54.55 แบ่งเป็นเพศชายจำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 45.45 นักเรียนในกลุ่มควบคุมทั้งหมด 11 คน พักอาศัยอยู่กับบิดามารดาหรือผู้ปกครองคิดเป็นร้อยละ 100 และส่วนใหญ่มีคูรัักหรือแฟนแล้วจำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 90.91 และไม่มีคูรัักหรือแฟนจำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 9.09 นักเรียนในกลุ่มควบคุมมีสถานที่อยู่กับคูรัักหรือแฟนตามลำพังที่ห้างสรรพสินค้า คิดเป็น

ร้อยละ 54.55 รองลงมาคือโรงพยาบาลนครและสวน
สาธารณะ คิดเป็นร้อยละ 36.36 และจะใช้เวลากับ
แฟนหรือคู่รักในวันหยุดเสาร์-อาทิตย์ จำนวน 6 คน
คิดเป็นร้อยละ 54.54 รองลงมาจะใช้เวลากับแฟน
หรือคู่รักในตอนเย็นจำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ
36.36 และตอนกลางวัน จำนวน 1 คน คิดเป็น

ร้อยละ 9.1 ตามลำดับ

2. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทักษะชีวิต
ด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของ
นักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะก่อน
การทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

ตารางที่ 1 ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลองของนักเรียนในกลุ่มทดลองและนักเรียนใน
กลุ่มควบคุม

Source of Variation	df	SS	MS	F
Between Group	1	1106.18	1106.18	3.80
Within Group	60	17454.73	290.91	

$$F_{.05} (1, 58) = 4.01$$

ปรับค่า df ด้วยวิธีการของ Welch and Satterthwaite (Howel, 2007, p. 459) ได้ค่า $df = 58$

จากตารางที่ 1 พบว่า ในระยะก่อนการทดลอง
ค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์
ในวัยเรียนของนักเรียนในกลุ่มทดลองและนักเรียนใน
กลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

แสดงว่า ค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศ
สัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนในกลุ่มทดลอง ($\bar{X} =$
117.45) และนักเรียนในกลุ่มควบคุม ($\bar{X} = 131.64$)
ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 2 ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะหลังการทดลองของนักเรียนในกลุ่มทดลองและนักเรียนใน
กลุ่มควบคุม

Source of Variation	df	SS	MS	F
Between Group	1	40249.14	40249.14	138.35*
Within Group	60	17454.73	290.91	

$$F_{.05} (1, 58) = 4.01$$

ปรับค่า df ด้วยวิธีการของ Welch and Satterthwaite (Howel, 2007, p. 459) ได้ค่า $df = 58$

จากตารางที่ 2 พบว่า ในระยะหลังการทดลอง
ค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์
ในวัยเรียนของนักเรียนในกลุ่มทดลองและนักเรียนใน
กลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่

ระดับ .05 แสดงว่า วิธีการทดลองส่งผลให้นักเรียนใน
กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการ
มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ($\bar{X} = 207.73$) สูงกว่านักเรียน
ในกลุ่มควบคุม ($\bar{X} = 122.18$)

ตารางที่ 3 ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะติดตามผลของนักเรียนในกลุ่มทดลองนักเรียนในกลุ่มควบคุม

Source of Variation	df	SS	MS	F
Between Group	1	55702.23	55702.23	191.47*
Within Group	60	17454.73	290.91	

$F_{.05} (1, 58) = 4.01$

ปรับค่า df ด้วยวิธีการของ Welch and Satterthwaite (Howel, 2007, p. 459) ได้ค่า df = 58

จากตารางที่ 3 พบว่า ในระยะติดตามผล ค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนในกลุ่มทดลองและนักเรียนในกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั่นคือ วิธีการทดลองการใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาส่งผลให้นักเรียนในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ย

ทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนเพิ่มขึ้น ($\bar{X} = 219.10$) และมีความคงทนในการเรียนรู้สูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุม ($\bar{X} = 118.45$)

3. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 4 ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาของนักเรียนในกลุ่มทดลอง

Source of Variation	df	SS	MS	F	p
Between Subject	10	3370.06			
Interval	2	68230.24	34115.12	111.06*	.000
Error	20	6143.76	307.19		
Total	32	77744.06			

จากตารางที่ 4 พบว่า ค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนในกลุ่มทดลองและนักเรียนในกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง

สถิติที่ระดับ .05 ดังนั้นจึงเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการทดสอบแบบนิวแมน-คูลส์ (Newman-Keuls Method) ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นเป็นรายคู่ในระลอก การทดลอง ระลอกหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของกลุ่มทดลองด้วยวิธีการทดสอบแบบนิวแมน-คูลส์ (Newman-Keuls Method)

\bar{X}	ระลอกก่อนการทดลอง	ระลอกหลังการทดลอง	ระยะติดตามผล
		117.45	207.73
117.45	-	90.27*	101.64*
207.73		-	11.36
219.09			-
r		2	3
$q_{.95}(r,20)$		2.95	3.58
$q_{.95}(r,20) \sqrt{\frac{MS\ error}{n}}$		15.59	18.92

* $p < .05$

จากตารางที่ 5 พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นในระลอกหลังการทดลอง ($\bar{X} = 207.73$) และระยะติดตามผล ($\bar{X} = 219.10$) สูงกว่า ระลอกก่อนการทดลอง ($\bar{X} = 117.45$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นในระลอก

ติดตามผลและระลอกหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นในระลอกหลังการทดลอง ($\bar{X} = 207.73$) และระยะติดตามผล ($\bar{X} = 219.10$) ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 6 ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาของการทดลองในนักเรียนในกลุ่มควบคุม

Source of Variation	df	SS	MS	F	p
Between Subject	10	3745.39			
Interval	2	1015.82	507.91	2.42	.114
Error	20	4195.52	209.78		
Total	32	8956.73			

จากตารางที่ 6 พบว่า ค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนในกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า นักเรียนในกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนไม่แตกต่างกันทั้งในระยะก่อนการทดลอง ($\bar{X} = 131.64$) ระยะหลังการทดลอง ($\bar{X} = 122.18$) และระยะติดตามผล ($\bar{X} = 118.45$)

อภิปรายผล

จากข้อค้นพบของการวิจัย มีประเด็นสำคัญเพื่อการอภิปรายผล ดังนี้

1. นักเรียนในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจากโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน เป็นรูปแบบจิตบำบัดอย่างมีโครงสร้าง มีเป้าหมายและทิศทางในการให้คำปรึกษาชัดเจน และใช้ระยะเวลาสั้น (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2549) จึงทำให้นักเรียนในกลุ่มทดลองมีการพัฒนากระบวนการเรียนรู้ด้วยการใช้ทักษะการคิดอย่างมีระบบในการแก้ปัญหาทำให้มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องของอารมณ์เกิดเป็นความเข้าใจและรู้จักตนเองครบทุกด้าน นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทัศนคติและความตั้งใจที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางเพศให้เหมาะสมภายใต้บรรยากาศที่ปลอดภัยและให้การยอมรับของสมาชิกกลุ่มสอดคล้องกับแนวคิดพื้นฐานของการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ว่า การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมความคิดทางปัญญาจะกระทำได้โดยการเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อ และเจตคติด้วยวิธีการสอน การวิเคราะห์

ข้อมูล การให้ข้อมูล เพื่อให้บุคคลตระหนักถึงความคิดที่เกิดขึ้น (ประเทือง ภูมิภักทรคม, 2535 อ้างถึงใน อรัญญา แก้วสระแสง, 2542, หน้า 19) นอกจากนี้ การได้รับการฝึกฝนทักษะชีวิตจากเทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษากลุ่ม ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและนำไปสู่การพัฒนาทักษะต่างๆ ทั้งทางด้านความคิด เจตคติ และพฤติกรรมในการป้องกันปัญหาเรื่องเพศสัมพันธ์ในบรรยากาศของกลุ่มซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นก่อนนำไปใช้กับชีวิตจริง จึงทำให้นักเรียนในกลุ่มทดลองมีคุณลักษณะที่มีความสามารถในด้านการใช้เจตคติและทักษะต่างๆ ในการจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ ที่มีโอกาสเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์กับเพศตรงข้าม โดยการคำนึงถึงผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์จากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน รู้จักแยกแยะสถานการณ์ที่ไม่เหมาะสมทางเพศ ประเมินสาเหตุของปัญหาและปัจจัยที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน วิเคราะห์ประเมินหาทางเลือก เลือกทางแก้ปัญหาและเสนอแนวทางใหม่ในการป้องกันตนเองให้รอดพ้นจากสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้อย่างเหมาะสมและหลากหลาย ด้วยการใช้วิธีการวางตัวต่อเพศ และมีวิธีในการปฏิเสธหากอยู่ในสถานการณ์ที่ถูกชักชวนให้ไปมีเพศสัมพันธ์ จากข้อมูลข้างต้นสรุปได้ว่าโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีประสิทธิภาพในการพัฒนาให้นักเรียนในกลุ่มทดลองเกิดทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของสรวดี สุวรรณประเสริฐ (2543) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีปัญญาพฤติกรรม ที่มีต่อความเชื่อด้านสุขภาพในการป้องกันโรคเอดส์และการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กนักเรียนวัยรุ่น ผลการศึกษพบว่า โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีปัญญาพฤติกรรมสามารถเพิ่มระดับคะแนน ความเชื่อด้านสุขภาพในการป้องกันโรคเอดส์ และการเห็นคุณค่า

ในตนเองในกลุ่มทดลองได้ภายหลังการทดลองและในระยะติดตามผล และสอดคล้องกับงานวิจัย นิตยา วรณรัตน์ (2546) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อพัฒนาการควบคุมตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลการศึกษาพบว่าความสามารถในการควบคุมตนเองของนักเรียนสูงขึ้น หลังการเข้าร่วมโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

2. นักเรียนในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากนักเรียนในกลุ่มทดลองนั้นได้รับการเรียนรู้ประสบการณ์ทั้งทางตรงและทางอ้อม ในการเข้าร่วมกลุ่ม ตลอดจนได้รับการฝึกฝนทักษะต่างๆ อย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ จนกลายเป็นการจดจำ นำไปสู่การพัฒนาตนเองให้มีความสามารถในการเผชิญปัญหา รู้จักการปรับตัว และมีความสามารถในการจัดการกับสิ่งท้าทายรอบตัวด้วยการรู้จักยับยั้งชั่งใจ ระวังความรู้สึกอยากกรู้อยากลอง ในสถานการณ์ต่างๆ ที่มีโอกาสเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์กับเพศตรงข้าม ดังนั้นจึงทำให้นักเรียนในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุม ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ที่กล่าวว่า การเปิดโอกาสให้บุคคลได้เรียนรู้ที่จะปรับตัวใหม่ ด้วยการเอาชนะความคิดที่ไม่สมเหตุผล จะสร้างให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางบวกแก่ผู้มารับการปรึกษาจนสามารถนำไปประยุกต์ใช้ทักษะในสถานการณ์ต่างๆ (Biza, 1997, p.2) และสอดคล้องกับงานวิจัยของจันทพร โรจนพิทักษ์ (2543) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา เพื่อเสริม

สร้างวินัยในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตพิบูลบำเพ็ญ ผลการศึกษาพบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมมีวินัยในชั้นเรียนภายหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม ส่วนนักเรียนในกลุ่มควบคุมนั้นไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา และไม่ได้รับการเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมได้แก่ การขาดตัวแบบที่ดีในการเรียนรู้ ขาดการแนะนำ และมีการรับข้อมูลข่าวสารที่ผิดพลาด จึงทำให้ทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์บางส่วนขาดหายไป สอดคล้องกับ กรมสุขภาพจิต (2547, หน้า 33-34) ที่กล่าวถึงการเรียนรู้ข้อมูลข่าวสารในเรื่องเพศที่ผิดพลาดจากสื่อต่างๆ ของเด็กวัยรุ่นนั้นย่อมมีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและผลักดันให้เด็กมีแนวโน้มที่จะมีเพศสัมพันธ์กันได้ง่าย ดังนั้นจากการขาดตัวแบบที่ดีในการเรียนรู้เรื่องเพศสัมพันธ์ทำให้นักเรียนในกลุ่มควบคุมขาดโอกาสที่เหมาะสมที่จะพัฒนาทักษะชีวิต จึงทำให้ค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนในกลุ่มควบคุม ทั้งในระยะติดตามผลและระยะหลังการทดลองลดลงจากระยะก่อนการทดลอง

ข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาดังกล่าว จึงมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีผลทำให้เกิดทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ดังนั้นครู อาจารย์ และผู้ที่เกี่ยวข้อง จึงควรส่งเสริมและนำโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาต่อทักษะชีวิตด้านป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนไปประยุกต์ใช้กับนักเรียน เพื่อให้เกิดการพัฒนาและเกิดการป้องกันผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์จากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

2. การที่จะนำไปโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาไปใช้ควรมีการศึกษาหลักการ วิธีการดำเนินการ และเทคนิคต่างๆ ให้ถูกต้อง ตลอดจนควรมีการฝึกฝนทักษะให้เกิดความชำนาญ เพื่อที่จะสามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างบรรลุวัตถุประสงค์

3. ควรจัดคลินิกให้คำปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาทางเพศการปรับตัวกับเพศตรงข้ามในรูปแบบต่างๆ รวมทั้งให้ความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาในสถานศึกษาหรือจัดโครงการการส่งเสริมพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม และควรส่งเสริมให้นักเรียนได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ในช่วงวันหยุด หรือช่วงเวลา

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา สามารถเพิ่มพูนทักษะชีวิตด้านการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนได้ ดังนั้นจึงควรศึกษาในกลุ่มอื่น เช่น นักเรียนระดับมัธยมศึกษา หรือนิสิตนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา เป็นต้น

2. ควรพัฒนาโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มโดยนำศักยภาพของครอบครัวของกลุ่มตัวอย่างมามีส่วนร่วมในการให้คำปรึกษา เพื่อส่งเสริมให้เกิดการสื่อสาร และอบรมสั่งสอนในเรื่องเพศที่ถูกต้องและเหมาะสมจากบุคคลในครอบครัว

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความรู้และความช่วยเหลืออย่างดีจากคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่กรุณาให้คำปรึกษา ตลอดจนผู้มีพระคุณทุกท่าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งครอบครัว ญาติพี่น้อง และเพื่อนที่คอยให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมา และขอขอบคุณบัณฑิตศึกษาที่กรุณาสนับสนุนและให้ทุนอุดหนุนวิทยานิพนธ์

เอกสารอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต. (2547). รายงานการทบทวนสถานการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศของเด็กวัยรุ่น การเสริมสร้างทักษะชีวิตและการให้การปรึกษา. ม.ป.ท.

ข่าวสด. (2551). ตะลึง! สถิติแม่วัยโจ๋พุ่ง แค่ 11 ขวบ ดั่งท้องคลอดลูกแล้ว. วันที่ค้นข้อมูล 12 มกราคม 2552, เข้าถึงได้จาก <http://news.mjob.in.th/social/cat2/news84247>

จันทร์พร โรจนพิทักษ์. (2543). ผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อเสริมสร้างวินัยในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตพิบูลบำเพ็ญ มหาวิทยาลัยบูรพา อำเภอเมืองจังหวัดชลบุรี. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

นิตยา วรรณรัตน์. (2546). ผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อพัฒนาการควบคุมตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านแซ้ว จังหวัดแพร่. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

ผู้จัดการออนไลน์. (2548). วิจัยสถานการณ์เรื่องเพศของวัยรุ่นสถานการณ์เรื่องเพศของวัยรุ่นไทย. วันที่ค้นข้อมูล 3 มกราคม 2551, เข้าถึงได้จาก http://www.dmh.go.th/sty_lib/news/view.

ศูนย์ปฏิบัติการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ฉะเชิงเทรา เขต 1. (2550). ข้อมูลนักเรียนปี 2550. วันที่ค้นข้อมูล 5 พฤษภาคม 2551, เข้าถึงได้จาก <http://www.cemis.net/information.asp>

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2549). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุชาติ ไสมประยูร และ วรณี ไสมประยูร.

(2543). *เพศศึกษา* (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ ไทยวัฒนาพานิช.

ศราวดี สุวรรณประเสริฐ. (2543). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีปัญหาพฤติกรรมที่มีต่อความเชื่อด้านสุขภาพในการป้องกันโรคเอดส์และการเห็นคุณค่าในตนเอง*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

อมรวิรัช นาคทรพรพ. (2548). *เช็ทซ์เอื้ออาทร*. ใน เอกณรงค์ ภาณุพงษ์ และกนกวลี ดรีวิพัฒนา (บรรณาธิการ), *เขาเรียกพวกเราว่าเป็นเด็กแล้ว* (หน้า 151). กรุงเทพฯ: สยามอินเตอร์บุ๊ค.

อรัญญา แก้วสระแสง. (2542). *ผลของการใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาเพื่อลดความเครียดตามแนวทฤษฎีปรับความคิด และพฤติกรรมในพยาบาลที่มีบุคลิกภาพชนิดเอ*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

ไม่มีชื่อผู้เขียน. (2550). *ในเอกสารการประชุมสัมมนาเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้การปฏิบัติการป้องกันควบคุมความเสี่ยงในชุมชน ปัญหาเด็กวัยรุ่นและสตรีในสังคมไทยและสังคมโลก 10-12 กันยายน 2550*. น.ป.ท.

Biza, S. K. (1997). Cognitive behaviour therapy for people with learning disabilities: Conceptual and contextual issues. In Biza, S. K., Dave, D., Konstantinos, L. (Eds), *Cognitive-behaviour therapy for people with learning disabilities* (pp.1-15). London: Routledge.

Corey, G. (2008). *Theory and practice of group counseling* (7th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.

Howell, D. C. (2007). *Fundamental statistic for the behavioral science* (6th ed.). Belmont, CA: Thomson Wadsworth.

Jacob, E. E. Masson, R. L., & Harvill, R. L. (2002). *Group counseling: Strategies and skills* (4th ed.). California: Brooks/Cole.

Winner, B. J., Brown, D. R., & Michels, K. M. (1991). *Statistical principles in experimental*. (3rd ed.). New York: McGraw-Hill.

World Health Organization. (1994). *Life skills education for children and adolescents in school*. Geneva: World Health Organization.