

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจัยที่สำคัญที่สุดในการพัฒนาประเทศชาติให้เจริญก้าวหน้า ก็คือ การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้มีคุณภาพ ซึ่งจะต้องมีความครอบคลุมการพัฒนาใน 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความรู้ ความคิด (cognitive) ด้านอารมณ์ ความรู้สึก (affective) และด้านพฤติกรรมการแสดงออก (behavior) เพราะในชีวิตประจำวันมนุษย์ใช้คุณลักษณะทั้ง 3 ด้านผสมผสานกัน แต่ในทางปฏิบัติแล้วพบว่า ส่วนใหญ่มุ่งเน้นการพัฒนาด้านความรู้ ความคิด และทักษะกันมากกว่าด้านอารมณ์ ความรู้สึก ทั้ง ๆ ที่ในชีวิตประจำวันมนุษย์ใช้อารมณ์เป็นพื้นฐาน และชี้นำการแสดงพฤติกรรมของตนเอง เป็นสำคัญ (นันทนา วงษ์อินทร์, 2543, หน้า 20) โดยการพัฒนาคนจะต้องมีความสมดุลทั้งทาง ด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา ซึ่งจากสภาพการจัดการศึกษาที่ดำเนินการอยู่ในปัจจุบัน มุ่งเน้นพัฒนาทางด้านสติปัญญามากเกินไป ทำให้ไม่ประสบความสำเร็จในการพัฒนามนุษย์ทางด้านอารมณ์และสังคม ดังที่ วัลลภ ปิยะมโนธรรม (2542 ก) กล่าวว่า ระบบการศึกษาไทยเน้นให้คนเป็นเลิศทางวิชาการ ต้องสอบแข่งขันตั้งแต่วัยอนุบาลจนถึงวัยทำงาน การเรียนรู้ตามหลักสูตร ส่วนกลางที่ขาดการเชื่อมโยงกับชีวิตจริง ทำให้เด็กขาดการรู้จักตนเอง ครอบครัวและท้องถิ่น ไม่มีความมั่นคงในจิตใจและไหวเอนได้ง่ายต่อสิ่งเร้าภายนอก ด้วยเหตุดังกล่าวนี้จึงทำให้คนในสังคมปัจจุบันมีปัญหาทางด้านอารมณ์เพิ่มมากขึ้น ทั้งในสถานศึกษา ครอบครัวและสังคม

ปัญหาการกระทำความผิดของเยาวชนก็เป็นปัญหาที่สำคัญอันหนึ่ง ที่ก่อให้เกิดผลเสียหายร้ายแรงต่อการพัฒนาประเทศ ซึ่งในปัจจุบันเราจะพบเห็นเด็กวัยรุ่นจำนวนไม่น้อยที่มีพฤติกรรมต่อต้านสังคม เช่น การใช้ยาเสพติด การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันสมควร การแข่งรถตามท้องถนน ในยามวิกาล การทำลายสาธารณสมบัติ หรือการประพฤติตนไปในทางที่ผิดกฎหมาย มีการจี้ปล้น ลักทรัพย์ การวิวาทชกต่อย การทำร้ายร่างกาย การก่อคดีข่มขืน ตลอดจนคดีฆาตกรรม ดังที่ปรากฏเป็นข่าวในสื่อต่าง ๆ อยู่เสมอ โดยเฉพาะปัญหาความรุนแรงในการแพร่ระบาดของยาเสพติดในวัยรุ่น นับเป็นปัญหาที่ทำลายความมั่นคงของชาติอย่างร้ายแรง ซึ่งจากการศึกษาขนาดของปัญหาและสถานการณ์การใช้ยาเสพติดของประเทศไทย โดยกระทรวงสาธารณสุขได้สำรวจครัวเรือนในความรับผิดชอบเมื่อปี 2544 พบผู้เสพยาเสพติดจำนวน 2.65 ล้านคน โดย 2.42 ล้านคน

หรือ 91% เป็นผู้เสพยาบ้าและ 34% หรือ 821,963 ล้านคน เป็นผู้ติดยาบ้า และผู้ที่เสพยาบ้า น้อยที่สุด 5 ปี อายุมากที่สุด 65 ปี โดย 99% มีอายุระหว่าง 15 – 24 ปี ซึ่งที่น่าเป็นห่วงมากที่สุด ก็คือ การระบาดของยาบ้าได้ทวีความรุนแรงขึ้น มีเยาวชนที่เป็นทั้งผู้เสพและผู้ค้าในกลุ่มนักเรียน นักศึกษาที่เป็นอนาคตของชาติ โดยพบผู้เสพ 26%, 25% และ 20% กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น, มัธยมศึกษาตอนปลาย, ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ตามลำดับ (กระทรวงสาธารณสุข, 2544 อ้างถึงใน ปัญหายาเสพติด, 2545, หน้า 15) ซึ่งเป็นปัญหาที่รัฐบาลควรให้ความสนใจในการแก้ไขอย่างเร่งด่วน มิเช่นนั้นจะทำให้เกิดการสูญเสียทรัพยากรมนุษย์ที่เป็นกำลังในการพัฒนาให้ประเทศก้าวหน้าต่อไป

จากข้อมูลข้างต้นพบว่า เยาวชนคลิยาเสพติดส่วนใหญ่มีอายุน้อยในช่วงระยะของวัยรุ่น ซึ่งเฮอร์ล็อก (Herlock, 1964, p. 3) ได้กล่าวว่าวัยรุ่นเป็นวัยแห่งการปรับตัว เป็นวัยแห่งปัญหา วัยรุ่นส่วนมากจะประสบปัญหาทั้งทางด้านการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย อารมณ์ และสังคม โดยในด้านการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์นั้น วัยรุ่นจะมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม เช่น โกรธง่าย ใจน้อย ร้องไห้ง่าย มีอารมณ์อ่อนไหวง่าย เปลี่ยนจากอารมณ์หนึ่งเป็นอารมณ์ตรงข้ามได้ง่าย อย่างไม่สมเหตุสมผลและคาดการณ์ไม่ได้ ทั้งนี้เนื่องจากความไม่สมดุลของฮอร์โมนและนิสัยในการควบคุมอารมณ์ที่ยังไม่มั่นคง (สุภา มาลากุล ณ อยุธยา, 2519, หน้า 90) ซึ่งในวัยนี้อารมณ์มีบทบาทสำคัญมาก ดังที่ศรีเรือน แก้วกังวาล (2539, หน้า 97) กล่าวว่า ระยะวัยรุ่นเป็นหัวเลี้ยวหัวต่อต่อการสละทิ้งลักษณะนิสัย ความรู้สึกนึกคิดจากแบบเด็กไปสู่แบบผู้ใหญ่ ความพยายามที่จะเป็นผู้ใหญ่ทำให้เด็กมีอารมณ์สับสน ตั้งใจ วุ่นวายใจ ไม่แน่ใจตนเอง หรือในทางกลับกันคือแน่ใจตนเองมากเกินไป ลักษณะอารมณ์และสภาพของวัยทำให้การตัดสินใจของวัยรุ่นผิดพลาดได้ง่าย มีผลก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมาอีกมากมาย ที่สำคัญคือ ปัญหาการกระทำความผิดของเยาวชนในปัจจุบัน ซึ่งเกิดจากความไม่มีวุฒิภาวะเพียงพอต่อการแยกแยะสิ่งดีงามออกจากสิ่งเลวร้าย โดยจะพบในสองลักษณะคือ เยาวชนกระทำความผิดชั่วคราวซึ่งกระทำไปด้วยความประมาท รู้เท่าไม่ถึงการณ์ กระทำไปตามลักษณะอารมณ์ในขณะนั้น เยาวชนกลุ่มนี้ส่วนมากจะไม่กลับไปกระทำความผิดซ้ำอีก ส่วนอีกลักษณะหนึ่งเป็นเยาวชนกระทำความผิดที่เกิดจากปัจจัยหลายประการ ส่วนมากจะกลับมากระทำความผิดซ้ำอีก โดยแปรผันตามอายุนั้นคือ เมื่อมีอายุมากขึ้นก็มีแนวโน้มที่จะกระทำความผิดซ้ำมากขึ้น (อัคราพรหม เทชะประ, 2535) ซึ่ง โสภา ชูพิกุลชัยและคณะ (2524) พบว่า ผู้กระทำความผิดซ้ำส่วนใหญ่เป็นผู้มีปัญหาทางด้านอารมณ์ โดยทั่วไปเป็นคนอ่อนไหว อาจมีผลเนื่องมาจากขาดความรัก ความอบอุ่น ความเอาใจใส่จากครอบครัว ไม่มีโอกาสใกล้ชิดกับบิดามารดา กลายเป็นคนขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่เป็นตัวของตัวเอง ถูกชักจูงได้ง่าย เช่นเดียวกับการศึกษาของ ศรีหัทธยา ชูสุวรรณ (2526) ที่พบว่า ปัจจัยทางด้านจิตใจมีผลทำให้เยาวชนขาดความรู้สึกผิดชอบชั่วดี มี

ทัศนคติไม่ดีต่อเพื่อนมนุษย์และสังคม เยาวชนที่กระทำผิดซ้ำมีอารมณ์รุนแรง ใจร้อน วู่วาม โกรธง่าย ระวังอารมณ์ไม่ได้ มีอารมณ์ไม่มั่นคง มีความรู้สึกถึงเล่ห์หรือไม่แน่ใจในตนเองอยู่เสมอ สอดคล้องกับการศึกษาของ ชัตติยา รัตนคิล (2539) พบว่า เยาวชนที่กระทำผิดซ้ำมีบุคลิกภาพ ด้านชอบสังคม จิตใจอ่อนไหว ชอบจินตนาการ และมีวุฒิภาวะทางอารมณ์ต่ำ

จากปัญหาการกระทำผิดของเยาวชนที่เกิดขึ้นจะเห็นได้ว่าอารมณ์ ความคิดและพฤติกรรม มีส่วนสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน (mutual interaction) เพราะอารมณ์สามารถเปลี่ยนแปลงหรือมีผลต่อ ความคิด หรือแม้กระทั่งสามารถเปลี่ยนความคิดได้ ซึ่งอาจกล่าวได้ว่า ความคิดจะแจ่มใสชัดเจน ถูกต้องเหมาะสมมากขึ้นเพียงใดนั้น อารมณ์เป็นสิ่งที่มีความเกี่ยวข้องของสนับสนุนค้ำจุน (facilitator) อยู่ด้วย จึงสามารถกล่าวได้ว่ารากฐานของความคิด เยาวชนปัญญาของบุคคลเป็นผลมาจากสภาพ อารมณ์และจิตใจ (คมเพชร ฉัตรศุภกุล และผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2544, หน้า 2) ซึ่ง เทอดศักดิ์ เดชคง (2542 ข) พบว่า กิจกรรมของความคิด อารมณ์ และการกระทำมักสอดคล้องกัน การมี ความคิดดีย่อมส่งผลต่ออารมณ์ในด้านดี และการกระทำในด้านบวก ตรงกันข้ามหากส่วนใดส่วน หนึ่งหม่นหมอง ก็ย่อมทำให้ส่วนอื่น ๆ พลอยได้รับผลกระทบในด้านลบไปด้วย ดังนั้นการพัฒนา ให้เด็กและเยาวชนเหล่านี้มีความสามารถในการใช้สติและปัญญาควบคุมอารมณ์ แก้ไขปัญหา ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องในชีวิตปัจจุบัน รวมทั้งมีความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่มี การเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาได้เป็นอย่างดี มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น สามารถดำรงตนในสังคมได้อย่าง มีความสุข นั่นก็คือ ความสามารถเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ ดังที่ เมเยอร์และสโลเวย์ (Mayer & Salovey, 1997 อ้างถึงใน อัจฉร สุขารมณ์, 2542, หน้า 2) ได้ให้ความหมายของ ความฉลาดทางอารมณ์ อีโมชันนอล อินเทลลิเจน (emotional intelligence) ว่าเป็นทักษะเฉพาะตัว ที่ทำให้คนเราประสบความสำเร็จทั้งในด้านการเรียน การงาน ครอบครัวและชีวิตส่วนตัว เพราะ คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ คือคนที่สามารถเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น รู้จุดเด่นจุดด้อย ของตนเอง รู้จักควบคุม จัดการและแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม สามารถที่จะตรวจสอบอารมณ์และความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้ รู้เท่ารู้เราและใช้ข้อมูลเหล่านี้มาชี้นำความคิด การแสดงออกทางอารมณ์และการกระทำของตนเอง (สุรภี หนูเรียงสาย, 2544, หน้า 2) และกิบส์ (Gibbs, 1995, pp. 24–31) ได้ให้ความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ว่า มีอิทธิพลต่อบุคคล อย่างยิ่ง ไม่ว่าจะเป็นการกระทำสิ่งใดก็ตาม คนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงก็คือ คนที่สามารถ ปรับตัวให้เข้ากับสังคมและอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข เข้าใจอารมณ์และปัญหาสังคมได้ในแง่มุม ต่าง ๆ มีความสัมพันธ์ทางสังคมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

จากคุณลักษณะต่าง ๆ ของความฉลาดทางอารมณ์ดังกล่าวข้างต้น ล้วนแล้วแต่มีความ สำคัญต่อชีวิตของแต่ละบุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับเยาวชนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นบุคคลที่

ปรารถนาที่จะเข้าใจตนเอง ต้องการความมั่นใจ ต้องการเรียนรู้บทบาทต่าง ๆ ของตนเองในสังคม ต้องการที่จะได้รับการยอมรับ พร้อมทั้งจะเผชิญอุปสรรคต่าง ๆ ในชีวิต พยายามปรับปรุงแก้ไข ข้อบกพร่องต่าง ๆ ของตนเอง พยายามปรับปรุงตนเองเพื่อให้เป็นที่ยอมรับของเพื่อน ๆ และ พยายามมองโลกตามความเป็นจริง หากความคิดเห็นความรู้สึกของวัยรุ่นที่มีต่อตนเองตามอัตภาพ ตรงตามความเป็นจริง (actual self หรือ real self) หรือประเมินตนเองว่าคนที่อยู่ร่วมกับตนเอง คนอย่างไร และตีราคาตนมากน้อยเพียงใด (self-evaluation) กับความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองในอุดมคติ (ideal self) หรือตนตามปณิธานไม่สอดคล้องกัน (incongruence of self) วัยรุ่นคนนั้นก็ อาจจะรู้สึกสับสน ไม่เข้าใจตนเอง รู้สึกด้อย สิ้นหวัง ท้ออาลัย ไม่เข้าใจในบทบาทตนเอง จะ ครุ่นคิดวิตกกังวล อาจจะหลีกเลี่ยงไม่คบหาสมาคมกับบุคคลอื่น ทำให้ไม่มีความอดทน ทนไม่ได้ ที่จะต่อสู้ชีวิตต่อไป กลายเป็นบุคคลที่มีปัญหาพฤติกรรมการแสดงออกในทางที่ไม่เหมาะสม

ดังนั้น หากได้มีการพัฒนาคุณลักษณะต่าง ๆ ของความฉลาดทางอารมณ์ในเยาวชนกลุ่มนี้ ให้สูงขึ้น ก็จะช่วยให้นักกลนั้นสามารถที่จะรู้จักและเข้าใจตนเอง รู้จักรับผิดชอบชีวิต รู้จักควบคุม อารมณ์ของตนเอง มีความเป็นอิสระและเต็มใจที่จะผูกสัมพันธ์กับบุคคลอื่น พร้อมทั้งจะสร้างเสริม สภาพจิตใจและอารมณ์ของตนเอง ยอมรับความเป็นจริงและมองเห็นความสัมพันธ์ที่ถูกต้อง ระหว่างตนเองกับสิ่งแวดล้อม ตลอดจนมีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้จักปลดปล่อยทั้งทางกายและใจ มีความคิดเห็นอย่างมีเหตุผล ไม่ถูกรอบงำด้วยอารมณ์ ตลอดจนปราศจากความกังวลที่ไม่จำเป็น (กมลเพชร ฉัตรสุกกุล และผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2544, หน้า 2-3) ซึ่ง พรหมพิมล หล่อตระกูล (2539, หน้า 45) เสนอว่า แนวทางการแก้ไขปัญหายาเสพติดที่สำคัญคือ การป้องกันด้วยการสร้าง เสริมภูมิคุ้มกันให้เด็กและเยาวชนมีภาวะสุขภาพจิตที่ดี มีความมั่นคงทางอารมณ์ สามารถเผชิญกับ ปัญหาและหาแนวทางการตัดสินใจแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้อย่างเหมาะสม สามารถรับผิดชอบตัวเองและ สามารถควบคุมตัวเองได้อย่างเหมาะสม

จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดี ยาเสพติดในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดระยอง โดยใช้กลุ่มจิตบำบัดแบบ เกสตัลท์ ซึ่งเป็นการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (group counseling) ที่เน้นความเชื่อของกลุ่มจิตวิทยา มนุษยนิยม (humanistic psychology) และกลุ่มอัตถิภาวนิยม (existentialism) ว่าบุคคลมีความ สามารถในการเลือกตัดสินใจสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง สามารถรับผิดชอบในการกระทำของตนเอง บุคคลที่อยู่อย่างเต็มประสิทธิภาพ (a fully function person) คือ บุคคลที่ใช้การรับรู้อย่างมี ประสิทธิภาพทั้งการรับรู้ในตนเอง (self-awareness) และการรับรู้ต่อสภาพแวดล้อม บุคคล ดังกล่าวจะพัฒนาไปได้อย่างเต็มศักยภาพ ซึ่งเพิร์ลส์ (Perls, 1969a อ้างถึงใน อาภา จันทรสกุล, 2535, หน้า 134) เชื่อว่าคนที่มีความสุขจิตดีคือ ผู้ที่รับรู้ความรู้สึก ความต้องการ ความคิดต่าง ๆ

ของตนเอง สัมผัสได้ถึงสิ่งเร้าภายในตนเอง ตลอดจนรับรู้ถึงสภาพแวดล้อมและความสัมพันธ์ของ
 ตนเองกับสภาพแวดล้อมได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม ใช้ความรู้สึกนึกคิดและประสาทสัมผัสอยู่
 ในสภาวะปัจจุบัน ไม่ปล่อยให้ตนเองติดตรึงอยู่กับอดีตหรือคอยคำนึงหาอดีตถึงอนาคตที่ยังไม่
 เกิดขึ้น เป็นบุคคลที่มีความสุขคือ บุคคลที่ไม่มีความรู้สึกที่ค้างค้ำหรือมีอดีตที่คอยรบกวนให้ไม่
 สบายใจ สามารถจัดความรู้สึกและเรื่องที่ยังค้าง (unfinished business) ภายในจิตใจให้หมดไป
 ได้ ใช้พลังความสามารถที่มีอยู่อยู่กับความเป็นปัจจุบัน เพราะการรับรู้ที่แท้จริงนั้น คนเรารับรู้ได้
 เฉพาะในสภาวะปัจจุบันเท่านั้น ฉะนั้นบุคคลที่มีสุขภาพจิตดีต้องรู้จักตนเองและสภาพความเป็น
 จริงโดยใช้การสัมผัสรับรู้ ไม่ปฏิเสธการรับรู้ถึงความต้องการต่าง ๆ ของตนเอง กล้ายอมรับ
 ตนเองตามความเป็นจริง เชื่อในความสามารถของตนเอง ปรับตัวได้ดีและรับผิดชอบต่อการ
 กระทำของตนเอง สามารถจัดระบบตนเองให้เกิดความสมดุลได้เมื่อมีความคับข้องใจ (frustration)
 อันเกิดขึ้นมาจากความขัดแย้งของส่วนที่เป็นตนเอง (real self) กับส่วนที่เป็นตนตามมโนภาพ
 (ideal self) ผู้ที่มีสุขภาพจิตดีก็จะสามารถพิจารณาถึงความต้องการที่แท้จริงของตนเอง ตัดสินใจ
 ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม พร้อมทั้งรับผิดชอบต่อการตัดสินใจนั้น ซึ่งพาสตันส์ (Passons,
 1975, pp. 41-42) กล่าวถึงประโยชน์ของการทำกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ไว้ว่า กระบวนการ
 กลุ่มจะช่วยให้สมาชิกมีสติรับรู้ (self-awareness) อารมณ์ความรู้สึกและพฤติกรรมของตนเองเพิ่ม
 มากขึ้น ประกอบกับบรรยากาศภายในกลุ่มยังช่วยกระตุ้นเพื่อนสมาชิกคนอื่นให้เกิดการมีสติรับรู้
 เพิ่มขึ้นด้วย นอกจากนี้การปรึกษากลุ่มยังส่งผลให้สมาชิกเกิดประสบการณ์และการเรียนรู้ในด้าน
 การรับรู้สัมพันธภาพระหว่างบุคคล และพัฒนาการติดต่อสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้
 สมาชิกได้พัฒนาความรู้สึกไว้วางใจ ความเข้าใจ การยอมรับ และรู้จักการให้เกียรติซึ่งกันและกัน

สำหรับประเทศไทยพบว่า ยังไม่มีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการนำกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์
 มาใช้ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนที่กระทำผิดคดีเยาวชนคดี ประคบกับผู้วิจัยมี
 ความเชื่อมั่นว่าการปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์จะทำให้เยาวชนกลุ่มนี้มีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น
 ถ้ามีสติในการรับรู้ มีความเข้าใจในอารมณ์ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจ
 ผู้อื่น มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น สามารถจัดการกับอารมณ์และแสดงออกได้อย่างเหมาะสม มี
 ความรับผิดชอบ รู้จักการพึ่งตนเอง มีความสามารถในการปรับตัวและแก้ไขข้อขัดแย้งต่าง ๆ ได้
 อย่างถูกต้องและเหมาะสมกับสภาพการเปลี่ยนแปลงในยุคปัจจุบัน ซึ่งคุณลักษณะเหล่านี้จะทำให้
 เด็กและเยาวชนกลุ่มนี้เจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง สามารถสร้างเสริมตน
 ให้เป็นคนดี มีคุณค่า และมีความสุขในชีวิต ไม่กลับไปกระทำผิดซ้ำอีก ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความ
 ประสงค์จะนำวิธีการของกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์มาใช้ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของ
 เยาวชนคดีเยาวชนคดีดังกล่าว

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบผลของกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัต์ที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติด ระหว่างกลุ่มที่เข้าร่วมการบำบัดและกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล
2. เพื่อเปรียบเทียบผลของกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัต์ที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดกลุ่มที่เข้าร่วมการบำบัด ในระยะหลังการทดลองกับระยะก่อนการทดลองและระยะติดตามผลกับระยะก่อนการทดลอง

สมมติฐานของการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง
2. ความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัต์ในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม
3. ความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัต์ในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม
4. ความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัต์ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง
5. ความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัต์ในระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง
6. ความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัต์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

ประโยชน์ของการวิจัย

1. ด้านงานการให้คำปรึกษา เป็นแนวทางสำหรับบุคลากรด้านการให้คำปรึกษาได้มีแนวทางเลือกเพิ่มขึ้นในการนำกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัต์ไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานการให้คำปรึกษาได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพต่อไป โดยเฉพาะกับผู้ที่มีความรู้ด้านอารมณ์และทักษะทางสังคม
2. ด้านการศึกษา เป็นแนวทางสำหรับการพัฒนาการเรียนการสอนที่จะเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนให้สูงขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้เยาวชนประสบความสำเร็จในชีวิต มี

เป้าหมายที่จะเป็นคนดี มีคุณค่า และสามารถดำรงตนอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขตลอดไป

3. ด้านการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเด็กและเยาวชน เป็นแนวทางในพัฒนาทางด้านอารมณ์ และทักษะทางสังคมให้แก่เยาวชนที่กระทำผิด ให้มีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น มีสติรับรู้และเข้าใจในอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง รู้จักการควบคุมอารมณ์และแสดงออกอย่างเหมาะสม มีความเข้าใจและมีจุดมุ่งหมายในชีวิต (goal) ทั้งระยะสั้นและระยะยาว ตลอดจนรู้จักคุณค่าของตัวเอง กล้าที่จะยอมรับและเผชิญกับความจริงในปัจจุบัน มีความเข้าใจในความรู้สึกของผู้อื่น ตลอดจนมีความสามารถในการแก้ไขความขัดแย้ง และแก้ไขปัญหาความเครียดในจิตใจของตนเอง ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ไม่กลับไปกระทำผิดซ้ำอีก นอกจากนี้ยังเป็นการส่งเสริมให้บุคลากรที่ทำงานกับเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ได้ตระหนักเห็นความสำคัญของการให้คำปรึกษาว่าเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งต่อกระบวนการฝึกอบรมเด็กและเยาวชนกลุ่มนี้

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร เป็นเยาวชนชายที่กระทำผิดคดีอาญาเพศผิด อายุ 14-18 ปี ซึ่งอยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดระยอง (สถานแรกรับ) ระหว่างเดือนกรกฎาคม ถึง กันยายน พ.ศ. 2545 จำนวนทั้งสิ้น 65 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เยาวชนชายที่กระทำผิดคดีอาญาเพศผิด ซึ่งอยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดระยอง ที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าคะแนนมาตรฐานที่ (T-score) ตั้งแต่ 50.00 ลงไป และมีความสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย

2. ตัวแปรที่ศึกษา

2.1 ตัวแปรอิสระ มี 2 ตัวแปร คือ

2.1.1 วิธีการให้คำปรึกษา ได้แก่ กลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ และวิธีปกติของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดระยอง

2.1.2 ระยะเวลาของการทดลอง ซึ่งแบ่งเป็น 3 ระยะ ได้แก่ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

2.2 ตัวแปรตาม คือ ความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดีอาญาเพศผิด

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง คุณลักษณะหรือความสามารถของบุคคลในการตระหนักรู้ และเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง สามารถควบคุมและแสดงออกทางอารมณ์ได้

อย่างเหมาะสม มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น สามารถรับรู้ – เข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น สามารถสร้างและรักษาสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น มีสติไตร่ตรองอย่างรอบคอบและมีความยืดหยุ่น ในการแก้ปัญหา สามารถจัดการความเครียดได้อย่างเหมาะสม มองโลกในแง่ดี มีเป้าหมายในชีวิต ตลอดจนรู้จักสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง ให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

ซึ่งคุณลักษณะเหล่านี้ ประเมินได้จากมาตรฐานประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่น ไทย ที่รองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร ฉัตรสุกฤดี และศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ สร้างขึ้นใน ปี พ.ศ. 2544 ซึ่งโครงสร้างของความฉลาดทางอารมณ์ประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ประการ คือ

1.1 องค์ประกอบส่วนบุคคล ได้แก่

1.1.1 ความสามารถในการตระหนักรู้อารมณ์ของตนเอง รู้จักและเข้าใจอารมณ์ และความรู้สึกของตนเอง

1.1.2 ความสามารถในการแสดงอารมณ์ ความรู้สึก ความคิดและความเชื่อของ ตนเอง

1.1.3 ความสามารถเคารพในศักดิ์ศรีของตนเอง สามารถตระหนักรู้คุณค่าและ ยอมรับในศักดิ์ศรีของตนเอง

1.1.4 ความสามารถในการรู้จักและเข้าใจศักยภาพที่แท้จริงของตนเอง

1.1.5 มีความรู้สึกอิสระ มีอารมณ์ความรู้สึกที่แสดงความเป็นตัวของตัวเอง มี อิสระทางความคิดในการตัดสินใจได้ด้วยตนเอง และไม่มีความยุ่งยากใจในการตัดสินใจด้วยตนเอง

1.2 องค์ประกอบระหว่างบุคคล ได้แก่

1.2.1 ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น สามารถรับรู้เข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น

1.2.2 ความสามารถในการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น สามารถสร้างและรักษา สัมพันธภาพกับผู้อื่น

1.2.3 ความสามารถด้านความรับผิดชอบทางสังคม สามารถให้การยอมรับและ นับถือผู้อื่น ให้ความร่วมมือและช่วยเหลือผู้อื่น

1.3 องค์ประกอบด้านการปรับตัว ได้แก่

1.3.1 ความสามารถในการแก้ปัญหา สามารถไตร่ตรองอย่างรอบคอบ มีสติก่อน ที่จะลงมือแก้ปัญหา

1.3.2 ความสามารถที่จะตรวจสอบความคิดความรู้สึกตลอดทั้งเหตุการณ์ต่าง ๆ ตามสภาพความเป็นจริง

1.3.3 มีความยืดหยุ่น สามารถปรับความรู้สึก ความคิดและพฤติกรรมของตนเองให้เหมาะสมกับสถานการณ์และสภาพแวดล้อม

1.4 องค์ประกอบด้านการจัดการ – บริหารความเครียด ได้แก่

1.4.1 ความสามารถที่จะยับยั้งในการจัดการความเครียด สามารถเผชิญปัญหา ยับยั้งที่จะต่อสู้ในการจัดการปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ที่ก่อให้เกิดความเครียดอย่างมีสติ

1.4.2 ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ ความรู้สึกที่บังเกิดขึ้นภายในจิตใจหรือเกิดขึ้นจากสิ่งยั่วยุต่าง ๆ ตลอดจนทั้งความต้องการของตนเอง

1.5 องค์ประกอบด้านภาวะอารมณ์ทั่วไป ได้แก่

1.5.1 การมีความสุข ความพึงพอใจในชีวิต

1.5.2 การมองโลกในแง่ดี มีความมั่นใจในสิ่งที่ทำ มีความรู้สึกที่ดีต่อทุกสิ่งที่ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค มีความพยายามมุ่งมั่นต่อสู้เพื่อความสำเร็จในชีวิต มีเหตุผล มีสติ

2. โปรแกรมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ หมายถึง วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ โดยกระบวนการกลุ่มจะนำไปสู่การพัฒนาให้สมาชิกกลุ่มมีสติรับรู้ในภาวะปัจจุบัน ยอมรับตนเอง กำจัดสิ่งที่ค้างคาใจ ไม่ปล่อยตัวเองติดตรึงอยู่กับอดีต หรือวิตกกังวลหวาดกลัวถึงอนาคตที่ยังมาไม่ถึง มีความรับผิดชอบต่อการตัดสินใจและการกระทำของตนเอง รวมทั้งสามารถสร้างสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้เป็นอย่างดี ซึ่งกระบวนการของกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์แบ่งออกเป็น 4 ขั้นตอน คือ

2.1 ขั้นเริ่มต้น (initial stage) เป็นขั้นของการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ค้นหา มีความรู้สึกว่าตนเองเป็นที่ยอมรับและได้รับการเอาใจใส่ มีความไว้วางใจ มีความมั่นใจที่จะเปิดเผยตนเองและสามารถแสดงความรู้สึกออกมาอย่างเสรี

2.2 ขั้นการเปลี่ยนแปลง (transition stage) และขั้นดำเนินการ (working stage) เป็นขั้นที่ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเพื่อช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาให้มีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น โดยใช้เทคนิคต่าง ๆ ของทฤษฎีกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ ได้แก่

2.2.1 หลักการของปัจจุบัน (principle of the now)

2.2.2 การฝึกหลัก “ที่นี่” และ “เดี๋ยวนี้” (here and now)

2.2.3 การใช้สรรพนามแทนตัวเองตรง ๆ (the I and Thou)

2.2.4 การอยู่กับความรู้สึกนั้น (the use of the awareness continuum)

2.2.5 การรับผิดชอบต่อตนเอง (I take responsibility)

2.2.6 การแสดงพฤติกรรมตรงกันข้าม (reversal)

2.2.7 เก้าอี้ว่างเปล่า (the empty chair)

2.2.8 การจินตนาการ (fantasy)

2.2.9 เกมการซ้อมบทบาท (rehearsal)

2.2.10 การกล่าวโทษผู้อื่น (playing the projection)

2.2.11 เกมหมุนรอบ (making the rounds)

ซึ่งการเลือกใช้แต่ละเทคนิคนั้นขึ้นอยู่กับสภาพการณ์ ปัญหาของผู้รับคำปรึกษาแต่ละคนในกลุ่ม โดยสมาชิกจะใช้เวลาในการเข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ทั้งหมด 10 ครั้ง โดยแบ่งออกเป็นสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง ถึง 1 ชั่วโมง 30 นาที ทุกวันอังคารและวันพฤหัสบดี

2.3 ขั้นยุติ (final stage) เป็นขั้นที่ผู้รับคำปรึกษาร่วมกันสรุปปัญหาต่าง ๆ หานแนวทางในการแก้ไขและผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม จากนั้นร่วมกันให้กำลังใจซึ่งกันและกันในการดำเนินการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ต่อไป

3. เยาวชนคดียาเสพติด หมายถึง บุคคลเพศชายอายุ 14 – 18 ปี ที่กระทำความผิดกฎหมายคดียาเสพติด ทั้งการเสพ การครอบครอง การครอบครองเพื่อจำหน่ายหรือจำหน่าย ซึ่งอยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดระยอง ในระหว่างรอการพิจารณาคดีจากศาลเยาวชนและครอบครัว จังหวัดระยอง

4. วิธีปกติ หมายถึง เยาวชนคดียาเสพติดไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมใด ๆ นอกเหนือจากการดำเนินวิธีชีวิตตามปกติ ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดระยอง