

ผลการปรึกษากลุ่มแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางต่อสุขภาพจิตวัยรุ่น

แพรวเพียว พัทธกรกิจิตร

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

มิถุนายน 2549

ISBN 974-502-768-5

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบปากเปล่าวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณา
วิทยานิพนธ์ของ แพรเพียว พัทธกิจัตถ์ ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษาของมหาวิทยาลัยบูรพาได้

อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์

..... ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อนงค์ วิเศษสุวรรณ)

..... กรรมการ

(ดร. ประชา อีนิ้ง)

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร. ไพรัตน์ วงษ์นาม)

คณะกรรมการสอบปากเปล่า

..... ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อนงค์ วิเศษสุวรรณ)

..... กรรมการ

(ดร.ประชา อีนิ้ง)

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร. ไพรัตน์ วงษ์นาม)

..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์)

..... กรรมการ

(ดร. ฉันทนา จันทวงศ์)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา ของมหาวิทยาลัยบูรพา

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร. ประทุม ม่วงมี)

วันที่ 23 เดือน ๗ พ.ศ. 2549

ประกาศคุณูปการ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยการให้คำปรึกษา การแนะนำแนวทางที่ถูกต้อง และการตรวจแก้ไขข้อบกพร่องจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อนงค์วิเศษสุวรรณ ปรธาน กรรมการ ดร. ประชา อินัง และรองศาสตราจารย์ ดร.ไพรัตน์ วงษ์นาม กรรมการ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์ และดร.ฉันทนา จันทวงศ์ กรรมการสอบปากเปล่า ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความอนุเคราะห์จึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณผู้บริหารสถานศึกษาและเจ้าหน้าที่ทุกท่าน ได้แก่ โรงเรียนอักษรศึกษา ที่ให้ความอนุเคราะห์เรื่องการหาข้อความเชื่อมั่นของเครื่องมือ และโรงเรียนสาธิต "พิบูลบำเพ็ญ" มหาวิทยาลัยบูรพาเรื่องการเก็บรวบรวมข้อมูลในการทำวิทยานิพนธ์

ขอขอบคุณวิทยุรุ่นทุกคน ได้แก่ วิทยุรุ่นโรงเรียนอักษรศึกษาที่ร่วมมือในการทำแบบทดสอบเพื่อหาข้อความเชื่อมั่นของเครื่องมือ และวิทยุรุ่นโรงเรียนสาธิต "พิบูลบำเพ็ญ" มหาวิทยาลัยบูรพาที่ร่วมมือในการทดลอง

ขอขอบคุณครอบครัว และเพื่อนร่วมรุ่นสาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษาทั้ง 11 คนที่ให้การกำลังใจซึ่งกันและกันตลอดมา โดยเฉพาะพี่หนุ่มช่วยเหลือนานมากมายนานมา เพื่อนขวัญช่วยงานแปล น้องด้อมเม้งช่วยรูปแบบ เจ้าแจ๊คยอมฟังทุกสิ่งอย่าง และเพื่อนทุกคนที่คอยช่วยเหลือกันแม้ไม่ได้เอ่ยชื่อ

อนึ่ง คุณประโยชน์และคุณค่าอันพึงมีจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบเป็นเครื่องตอบแทนพระคุณของบิดา มารดา ครู อาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่าน

แพรวเพียว พัทธภักดิ์

46911304: สาขาวิชา: จิตวิทยาการให้คำปรึกษา; วท.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา)

คำสำคัญ: การปรึกษากลุ่มแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง/ สุขภาพจิตวัยรุ่น/ วัยรุ่น

แพรวเพียว พัชรอภิจักร: ผลการปรึกษากลุ่มแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางต่อสุขภาพจิตวัยรุ่น (THE EFFECTS OF PERSON-CENTERED GROUP COUNSELING ON MENTAL HEALTH OF ADOLESCENCE) อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์: อนงค์ วิเศษสุวรรณ, Ed.D., ประชา อินัง, Ph.D., ไพรัตน์ วงษ์นาม, ค.ด. 98 หน้า. ปี พ.ศ. 2549. ISBN 974-502-768-5

การวิจัยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลการปรึกษากลุ่มแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางต่อสุขภาพจิตวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างคือวัยรุ่นที่มีอายุ 15-18 ปี โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา สัมครใจเข้าร่วมการทดลอง คะแนนแบบวัดสุขภาพจิตคนไทย (TMHI-54) ระหว่าง 99-117 คะแนน (สุขภาพจิตเท่ากับคนทั่วไป) จำนวน 16 คน และสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เพื่อแบ่งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษากลุ่มแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง จำนวน 10 ครั้ง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1-1.30 ชั่วโมง การเก็บข้อมูลแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผลการทดลอง สถิติการวิเคราะห์ข้อมูล คือ วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ประเภทตัวแปรต้นสองตัวแปร ตัวแปรตามหนึ่งตัวแปร วัดซ้ำหนึ่งตัวแปร วัดต่างกลุ่มหนึ่งตัวแปร (Repeated Measure Two Way ANOVA One Between Subject Variable and One Within Subject Variable) และการทดสอบความแตกต่างรายคู่แบบนิวแมน-คูลส์ (Newman-Keuls Method)

จากการศึกษาพบว่า สุขภาพจิตวัยรุ่นกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง ระยะหลังการทดลองกับระยะก่อนการทดลอง และระยะติดตามผลกับระยะก่อนการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สุขภาพจิตวัยรุ่นกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางกับกลุ่มควบคุม ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

46911304: MAJOR: COUNSELING PSYCHOLOGY; M.S. (COUNSELING
PSYCHOLOGY)

KEYWORDS: PERSON-CENTERED GROUP COUNSELING/ MENTAL HEALTH OF
DOLESCENCE/ ADOLESCENCE

PAREPURE PATCHARAAPICHAT: THE EFFECTS OF PERSON-CENTERED
GROUP COUNSELING ON MENTAL HEALTH OF ADOLESCENCE. THESIS ADVISORS:
ANONG WISESSUWAN, Ed.D., PRACHA INANG, Ph.D., AND PIRAT WONGNAM, Ph.D.
98 P. 2006. ISBN 974-502-768-5

The purpose of this study was to determine the effects of Person-Centered group counseling on mental health of adolescence. The samples consisted of sixteen adolescents who were 15-18 years old at Burapha University Demonstration School who having the mental health score from Thai Mental Health Indicators (TMHI-54) ranging from 99-117 obtained through simple random sampling method. The subjects were divided into two groups: an experimental and a control group with eight persons in each group. The experimental group was treated with Person-Centered group counseling. The treatment lasted for ten sessions; twice a week for 1-1.30 hours each. The data collecting procedure was divided into three stages: a pre-test, a post-test and a follow-up stage. Repeated-measures and analysis of variance: Two Way ANOVA One Between Subject Variable and One Within Subject Variable and Newman-Keuls Method procedure were employed to analyze the data.

The results of the study were as follows:

The experimental group who received Person-Centered group counseling had higher score in the post-test stage than that in the pre-test stage; and had higher score in the follow-up stage than that the pre-test stage at a statistical significance of .05 In the experimental group, those who received Person-Centered group counseling had their mental health not statistically significant different from that of the control group at post-test and follow-up stage.

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ณ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	4
ความสำคัญการวิจัย.....	4
สมมติฐานการวิจัย.....	4
ขอบเขตการวิจัย.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
สุขภาพจิต.....	7
ความหมาย.....	7
หลักพื้นฐานของสุขภาพจิต.....	8
ความสำคัญของสุขภาพจิต.....	8
ลักษณะสุขภาพจิตที่ดี.....	9
หลักการส่งเสริมและการป้องกันปัญหาสุขภาพจิต.....	9
วัยรุ่น.....	12
ความหมาย.....	12
ลักษณะสำคัญของวัยรุ่น.....	13
ช่วงของวัยรุ่น.....	14
พัฒนาการวัยรุ่น.....	14

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
สัมมิตีตัวตนของวัยรุ่น.....	16
ปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่น.....	16
หลักการส่งเสริมสุขภาพจิตวัยรุ่น.....	16
แบบวัดสุขภาพจิตคนไทย (TMHI-54).....	17
วัตถุประสงค์.....	17
วิธีการศึกษา.....	17
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	17
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	18
สรุปผลการวิจัย.....	18
ผลการศึกษา.....	19
สรุป.....	19
จิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology).....	23
ความหมาย.....	23
ภูมิหลัง.....	24
นิยามจิตวิทยาเชิงบวก.....	24
การปรึกษากลุ่มแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง.....	26
ภูมิหลัง.....	26
แนวคิดสำคัญ.....	27
อุปสรรคในกระบวนการบำบัด.....	32
บทบาทและหน้าที่ของผู้นำกลุ่ม.....	33
ลำดับขั้นการปรึกษากลุ่มแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง.....	34
เทคนิคและขั้นตอนในกระบวนการบำบัด.....	37
การประยุกต์ใช้.....	38
การประยุกต์วิธีการแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางกับกลุ่มบุคคลภายในโรงเรียน..	39
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	41
งานวิจัยต่างประเทศ.....	41

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
งานวิจัยในประเทศ.....	41
3 วิธีการดำเนินการวิจัย.....	44
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	44
เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง.....	44
การหาคุณภาพเครื่องมือ.....	46
การดำเนินการทดลอง.....	46
วิธีดำเนินการทดลอง.....	47
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	48
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	49
สัญลักษณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	49
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	49
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	50
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	61
สมมติฐานการวิจัย.....	61
สรุปผลการวิจัย.....	61
อภิปรายผลการวิจัย.....	62
ข้อเสนอแนะการวิจัย.....	69
ข้อเสนอแนะทั่วไป.....	69
ข้อเสนอแนะด้านการวิจัย.....	70
บรรณานุกรม.....	71
ภาคผนวก.....	74
ภาคผนวก ก.....	75
ภาคผนวก ข.....	81
ภาคผนวก ค.....	95
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	98

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 แบบแผนการทดลอง.....	46
2 คะแนนเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนสุขภาพจิตของกลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุม ระยะต่าง ๆ ของการทดลอง.....	50
3 การวิเคราะห์ความแปรปรวนคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตระหว่างวิธีการทดลองกับ ระยะเวลาของการทดลอง.....	54
4 การทดสอบย่อยวิธีการทดลอง ระยะก่อนการทดลอง.....	55
5 การทดสอบย่อยวิธีการทดลอง ระยะหลังการทดลอง.....	56
6 การทดสอบย่อยวิธีการทดลอง ระยะติดตามผล.....	57
7 การทดสอบย่อยระยะเวลาการทดลองของกลุ่มทดลอง.....	58
8 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตเป็นรายคู่ของกลุ่มทดลอง ระยะต่าง ๆ ของการทดลอง วิธีการทดสอบแบบนิวแมน-คูลส์ (Newman-Keuls Method).....	59
9 การทดสอบย่อยระยะเวลาการทดลองของกลุ่มควบคุม.....	60

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 แผนภูมิเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ระยะต่าง ๆ ของการทดลอง.....	52
2 แผนภูมิเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตระยะต่าง ๆ ของการทดลองของ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	53