

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เนื่องด้วยบริบทของสังคมไทยในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว แต่ทุกวันของการดำเนินชีวิตของบุคคลในสังคมจึงต้องพบเจอกับปัญหาและอุปสรรค โดยบ่อยครั้งบุคคลประเมินปัญหาและอุปสรรคจากสภาพการณ์ภายนอกในฐานะของภัยคุกคาม (Franken, 2002, p. 311) ลักษณะดังกล่าวส่งผลให้เกิดการตอบสนองทางอารมณ์ในด้านลบขึ้น เช่น ความกลัวต่อภัยคุกคามทางกายภาพ, ความวิตกกังวลต่อภัยคุกคามที่ไม่แน่นอน หรือ ภัยคุกคามต่อคุณค่าในตนเอง และความรู้สึกในทางลบอื่น ๆ (Lazarus, 1991; Lazarus & Lazarus, 1994) ซึ่งสภาวะอารมณ์ทางลบ เช่น ความกลัว และความวิตกกังวลนี้ ส่งผลให้บุคคลล้มเหลวไม่ลงมือกระทำสิ่งใดให้สำเร็จ (Franken, 2002, p. 313) สำหรับความสุขเป็นสภาวะอารมณ์ทางบวกที่บุคคลประเมินความพึงพอใจที่มีต่อชีวิตของตนโดยรวม ซึ่งพบว่าส่งผลต่อความสามารถในการรับมือกับปัญหา โดยการศึกษาเกี่ยวกับความสุขนั้น ได้มีการศึกษามาเป็นระยะเวลายาวนานตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ทั้งในการศึกษาตามวิธีการทางปรัชญาและวิธีการทางวิทยาศาสตร์ (Diener, Lucas & Oishi, 2002, p. 63) ซึ่งการศึกษาพบว่าความสุขมีความสัมพันธ์อย่างเด่นชัดต่อชีวิตที่เต็มเปี่ยมและสมบูรณ์ (Franken, 2002, p. 309) นอกจากนี้การศึกษายังคงแสดงว่าระดับความสุขในตัวบุคคลมีความสัมพันธ์กับจิตลักษณะต่าง ๆ ของมนุษย์สูง เช่น การมองโลกในแง่ดี (Optimism) การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self Esteem) และอำนาจในตนเอง (Personal Control) ซึ่งจิตลักษณะต่าง ๆ ที่กล่าวมานี้มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการรับมือกับปัญหาของมนุษย์ (Franken, 2002, p. 311) ดังนั้นเมื่อบุคคลมีระดับของความสุขในตนเองสูงแล้วจะเกิดการมองโลกในมุมมองทางบวก รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า และเชื่อว่าตนสามารถที่จะรวบรวมความคิดหรือทรัพยากรที่ต้องการในสถานการณ์หนึ่งได้ (Franken, 2002, p. 311) อันนำมาซึ่งความสามารถและรูปแบบในการรับมือกับปัญหาได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงที่เกิดขึ้น

การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการแห่งความองอาจผ่านการช่วยเหลือให้บุคคลสามารถกำหนดเป้าหมาย ดัดสันใจ และแก้ปัญหาคความวิตกกังวลในด้านต่าง ๆ (Warner, 1980, p. 2 cited in Hansen, Rossberg, & Cramer, 1994, p. 8) ซึ่งแนวคิดของการให้คำปรึกษาแบบเน้นทางออกระยะสั้น (Solution Focus Brief Therapy) มีมุมมองว่ามนุษย์มีความสมบูรณ์ มีอำนาจ และมีความสามารถในการก่อร่างวิธีการที่จะใช้ในการดำเนินต่อไปเพื่อคุณภาพชีวิตของตนที่ดียิ่งขึ้นได้

โดยผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดนี้ต้องเผชิญกับสภาวะที่ผู้รับคำปรึกษาประสบอยู่ด้วยมุมมองทางบวกเพื่อให้ความสำคัญกับความเชื่อที่สามารถบรรลุได้ และเป้าหมายที่สามารถใช้ประโยชน์ได้รอบ ๆ ตัวของผู้รับคำปรึกษา ซึ่งจะช่วยให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงจากสภาวะของการแก้ปัญหาไปสู่ความเป็นไปได้ใหม่ ๆ (Corey, 2005, pp. 388 - 389) และช่วยให้บุคคลเข้าใจว่าอะไรคือสิ่งที่ตนต้องการในการดำเนินชีวิต ซึ่งจะทำให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกเคารพ และมีความเคารพตนเองสูงยิ่งขึ้น โดยลักษณะดังกล่าวจะเป็นแรงจูงใจในการที่จะพยายามเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิต (De Jong & Berg, 2002, p. 78) และช่วยให้บุคคลอธิบายสถานการณ์ในปัจจุบันที่เผชิญไปในทิศทางบวกมากกว่าเป็นความบกพร่อง นำมาซึ่งการพัฒนารูปแบบของเป้าหมายที่ดีของบุคคลได้ (De Jong & Berg, 2002, p. 80) และเป้าหมายที่กำหนดขึ้นนี้มีเงื่อนไขอยู่ในสภาพที่เป็นจริงซึ่งสามารถปฏิบัติได้สำเร็จตามที่ปรารถนา (De Jong & Berg, 2002, p. 82) ซึ่งจะนำมาสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีมีคุณค่าสามารถดำเนินชีวิตได้ตามที่ปรารถนาและสอดคล้องกับสภาพการณ์ที่เกิดขึ้น จึงอาจกล่าวได้ว่าแนวคิดนี้สามารถนำมาใช้ในการพัฒนาความสุขในตนเองของบุคคลได้

ผู้ถูกคุมความประพฤติเป็นผู้กระทำความผิดที่ศาลเห็นเป็นการสมควรพิพากษาว่าผู้นั้นมีความผิดหรือการกำหนดโทษไว้ หรือกำหนดโทษแต่รอการลงโทษไว้แล้วปล่อยตัวไปเพื่อให้โอกาสผู้นั้นกลับตัวภายในระยะเวลา ที่ศาลจะได้กำหนด แต่ต้องไม่เกินห้าปีนับแต่วันที่ศาลพิพากษา โดยจะกำหนดเงื่อนไขเพื่อคุมความประพฤติของผู้กระทำความผิดนั้น ศาลอาจกำหนดข้อเดียวหรือหลายข้อตามแต่เห็นสมควร (ประมวลกฎหมายอาญามาตรา 56) สำหรับการคุมประพฤติเป็นวิธีการที่รัฐใช้ในการรับมือกับผู้กระทำความผิดทางอาญา โดยไม่ต้องมีการส่งตัวเข้าควบคุมในเรือนจำ และผู้กระทำผิดเหล่านี้สามารถดำเนินพฤติกรรมที่ดีต่อไปได้ภายใต้การควบคุมดูแลของพนักงานคุมประพฤติ (Gollin, 1998, p. 189) จากที่กล่าวมาแม้ว่าวิธีการคุมประพฤติจะเป็นวิธีการที่ดีที่ใช้ในการระงับ หรือ ลดพฤติกรรมการกระทำความผิดลง แต่อย่างไรก็ตามการคุมประพฤติเป็นการกำหนดเงื่อนไขบางประการให้แก่ผู้กระทำความผิดซึ่งถูกคุมประพฤติ โดยให้ละเว้นหรือกระทำการใดตามที่กำหนดไว้ ลักษณะเช่นนี้ในทางจิตวิทยาถือเป็นการให้สิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจ (Aversive Stimuli) เพื่อระงับหรือลดพฤติกรรมเป้าหมายลง วิธีการควบคุมด้วยสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจนี้เป็นส่วนหนึ่งในการจัดการเงื่อนไขผลกระทบเพื่อลดพฤติกรรมในทางจิตวิทยาเรียกว่า การลงโทษ (Punishment) ซึ่งแม้ว่าแนวคิดของการลงโทษนี้จะมีข้อดีหลายประการ เช่น ได้ผลอย่างรวดเร็ว สามารถระงับพฤติกรรมได้รวดเร็วที่ยังคงมีการลงโทษอยู่ เป็นต้น แต่อย่างไรก็ตามการลงโทษนั้นก่อให้เกิดปัญหาทางอารมณ์ในผู้ถูกลงโทษ ซึ่งจะเป็นการตอบสนองทางอารมณ์ในทางลบต่าง ๆ (สม โภชน์ เขียมสุภานิต, 2549, หน้า 211 – 232) ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงได้เลือกใช้ผู้ถูกคุม ประพฤติในฐานะความคิดขบขี้ระแวงเมาสุราเป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ โดยผู้วิจัยได้เลือกใช้วิธีการ

ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้นเป็นวิธีการพัฒนาความสุขในตนเองของผู้ถูกคุมความประพฤติ เนื่องจากทฤษฎีนี้มีความเหมาะสมในการพัฒนาความสุขของปัจเจกชนในระยะเวลาอันสั้น ซึ่งสอดคล้องกับการทำงานในสภาพสังคมปัจจุบันที่มีสภาพการแข่งขันสูง จึงทำให้การให้คำปรึกษาเป็นระยะเวลายาวนานอาจจะไม่เหมาะสม อีกทั้งพบว่าการศึกษาวิจัยตามแนวคิดนี้ยังคงมีการศึกษาน้อยในประเทศไทยปัจจุบัน ซึ่งผลการวิจัยจะช่วยในการส่งเสริมและสนับสนุนการพัฒนาความสุขภายในตนของปัจเจกชนในบริบทของสังคมไทยได้ และสามารถนำผลการศึกษาในครั้งนี้มาใช้ในการพัฒนาวิธีดำเนินการคุมประพฤติ และพัฒนาองค์ความรู้เชิงวิชาการต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น ต่อความสุขของผู้ถูกคุมความประพฤติในฐานความผิดซ้ำชั้รตขณะเมาสุรา
2. เพื่อเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น ต่อความสุขของผู้ถูกคุมความประพฤติในฐานความผิดซ้ำชั้รตขณะเมาสุราระหว่างกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษา และกลุ่มที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษา
3. เพื่อเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น ต่อความสุขของผู้ถูกคุมความประพฤติในฐานความผิดซ้ำชั้รตขณะเมาสุรา ในระยะก่อนการให้คำปรึกษา หลังการให้คำปรึกษา และระยะติดตามผลการให้คำปรึกษา

### สมมติฐานของการวิจัย

1. วิถีทดลองกับช่วงเวลาของการทดลองมีปฏิสัมพันธ์ร่วมต่อความสุขของผู้ถูกคุมความประพฤติ
2. ผู้ถูกคุมความประพฤติในฐานความผิดซ้ำชั้รตขณะเมาสุรา ที่ได้รับการให้คำปรึกษาคตามทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น และกลุ่มที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาคตามทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้นมีความสุขในระยะหลังการทดลองแตกต่างกัน
3. ผู้ถูกคุมความประพฤติในฐานความผิดซ้ำชั้รตขณะเมาสุรา ที่ได้รับการให้คำปรึกษาคตามทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น และกลุ่มที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาคตามทฤษฎีเน้นทางออกมีความสุขในระยะติดตามผลแตกต่างกัน
4. ผู้ถูกคุมความประพฤติในฐานความผิดซ้ำชั้รตขณะเมาสุรา ที่ได้รับการให้คำปรึกษาคตามทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น มีความสุขในระยะหลังการทดลองแตกต่างกับระยะก่อนการทดลอง

5. ผู้ถูกคุมความประพฤติในฐานะความผิดซ้ำซ้รชณะเมาสุรา ที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น มีความสุขในระยะติดตามผลการทดลองแตกต่างกับระยะก่อนการทดลอง

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย

1. ด้านองค์ความรู้ทางวิชาการ เป็นการพัฒน่องค์ความรู้ทางวิชาการของการให้คำปรึกษา เพื่อเป็นแนวทางในการนำความรู้ตามแนวคิดทฤษฎี ไปใช้ในการทำความเข้าใจเพื่อหาแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหาด้านแนวคิดทฤษฎีดังกล่าว
2. ด้านการนำไปปฏิบัติ ผลจากการวิจัยสามารถนำไปใช้ในการพัฒนาวิชาชีพทางการบริการให้คำปรึกษาเพื่อนำมาใช้ในการจัดการระดับความสุขของบุคคล และวิชาชีพที่เกี่ยวข้องกับการให้การช่วยเหลือผู้มีปัญหาจากการดื่มสุรา
3. ด้านการประยุกต์ใช้ ความรู้ที่ได้จากการวิจัยสามารถนำมาปรับปรุงใช้กับการให้คำปรึกษาเพื่อพัฒนาจิตลักษณะอื่นของบุคคลได้

### ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
  - 1.1 ประชากร เป็นผู้ถูกคุมความประพฤติในฐานะความผิดซ้ำซ้รชณะเมาสุราที่อยู่ในระหว่างการควบคุมและสอดส่องของสำนักงานคุมประพฤติประจำศาลจังหวัดพระ โขนง ซึ่งไม่เคยมีประวัติการป่วยด้วย โรคพิษสุราเรื้อรังหรือโรคติดสุรา
  - 1.2 กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้ถูกคุมความประพฤติในฐานะความผิดซ้ำซ้รชณะเมาสุราที่อยู่ในระหว่างการควบคุมและสอดส่องของสำนักงานคุมประพฤติประจำศาลจังหวัดพระ โขนง ซึ่งไม่เคยมีประวัติการป่วยด้วยโรคพิษสุราเรื้อรังหรือโรคติดสุรา ที่มีคะแนนในช่วงคะแนนตั้งแต่ 99 คะแนน หรือน้อยกว่า และสมัครใจเข้าร่วมการทดลองจำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 15 คน และกลุ่มทดลอง 15 คน ด้วยวิธีการสุ่มเข้ากลุ่ม (Random Assignment)
2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้
  - 2.1 ตัวแปรอิสระ มี 2 ชนิด
    - 2.1.1 วิธีการให้คำปรึกษา แบ่งเป็น 2 ระดับ คือ
      - 2.1.1.1 วิธีการให้คำปรึกษาแบบเน้นทางออกระยะสั้น
      - 2.1.1.2 วิธีการให้คำปรึกษาแบบปกติ

## 2.1.2 เวลา แบ่งเป็น 3 ระดับ

### 2.1.2.1 ระยะก่อนทดลอง

### 2.1.2.2 ระยะหลังการทดลอง

### 2.1.2.3 ระยะติดตามผลการทดลอง

## 2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความสุข

### นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความสุข หมายถึง สภาวะทางจิตที่ทำให้บุคคลมีความรู้สึกพอใจและอึดอ้อมใจกับสภาวะของตนเอง ซึ่งประกอบไปด้วย

1.1 สภาพจิตใจ หมายถึง สภาพจิตใจที่สุข หรือ ทุกข์ ในขณะที่ถูกคุมประพฤติ

1.2 สมรรถภาพของจิตใจ หมายถึง ความสามารถของจิตใจในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น และการจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเพื่อดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข

1.3 คุณภาพของจิตใจ หมายถึง คุณลักษณะที่ดึงามของจิตใจในการดำเนินชีวิตอย่างเกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม แม้บางครั้งต้องเสียดุลความสุขสบาย หรือ ทรัพย์สินส่วนตัวบ้างก็ตาม

1.4 ปัจจัยสนับสนุนต่าง ๆ หมายถึง ปัจจัยที่สนับสนุนให้บุคคลมีความสุข ซึ่งเป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับคนในครอบครัว ชุมชน การประกอบอาชีพ รายได้ ศาสนา ความเชื่อของแต่ละบุคคล ตลอดจนสิ่งแวดล้อมและความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน โดยมุ่งเน้นเฉพาะกรณีผู้ถูกคุมประพฤติที่อยู่ในระหว่างการคุมประพฤติ

วัดได้โดยใช้แบบวัดที่มีข้อความจำนวน 54 ข้อ ผู้ที่ได้คะแนนในช่วงคะแนนตั้งแต่ 118 - 162 คะแนน หมายถึงมีความสุขมากกว่าคนทั่วไป (Good) ผู้ที่ได้คะแนนในช่วงคะแนนตั้งแต่ 99 - 117 คะแนน หมายถึงมีความสุขเท่ากับคนทั่วไป (Fair) และ ผู้ที่ได้คะแนนในช่วงคะแนนตั้งแต่ 99 คะแนนหรือน้อยกว่า หมายถึงมีความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป (Poor)

2. การให้คำปรึกษาแบบเน้นทางออกระยะสั้น หมายถึง กระบวนการช่วยเหลือปัจเจกชน โดยมุ่งเน้นให้ผู้รับคำปรึกษาก้าวออกจากการแก้ปัญหาสู่ทางเลือกใหม่ ๆ ในชีวิตตามแนวคิดของ สตีฟ เคอ เซเซอร์ และอินซู คิมเบิร์ก ซึ่งประกอบไปด้วย 5 ขั้นตอน คือ อธิบายปัญหา (Describing the Problem) พัฒนาการก่อรูปของเป้าหมาย (Developing Well - formed Goals) การค้นหาข้อยกเว้น (Exploring for Exceptions) การให้ข้อมูลย้อนกลับเมื่อสิ้นสุดการให้คำปรึกษา (End of Session Feedback) และการประเมินความคืบหน้าของผู้รับคำปรึกษา (Evaluation Client Progress)

3. วิธีการให้คำปรึกษาแบบปกติ หมายถึง การที่พนักงานคุมประพฤติให้คำปรึกษาแก่ผู้ถูกคุมความประพฤติ และวิธีการที่สำนักงานคุมประพฤติประจำศาลจังหวัดพระโขนงใช้ในการดำเนินการควบคุมและสอดส่องของผู้ถูกคุมความประพฤติในฐานความผิดซ้ำซึ่งรณขณะเมาสุรา เช่น การให้มรรายงานตัวต่อเจ้าพนักงานตามที่ศาลระบุไว้ อบรมการจับขั้ อย่างปลอดภัย อบรมธรรมะและเข้าร่วมกิจกรรมบริการสังคมหรือสาธารณประโยชน์ตามที่พนักงานคุมประพฤติเห็นสมควร เป็นต้น

4. ผู้ถูกคุมความประพฤติ หมายถึง ผู้กระทำความผิดตามในฐานความผิดซ้ำซึ่งรณขณะเมาสุรา ซึ่งอยู่ในระหว่างการควบคุมและสอดส่องของสำนักงานคุมประพฤติประจำศาล ซึ่งงานวิจัยครั้งนี้จะศึกษาผู้ถูกคุมความประพฤติตามคำสั่งศาลจังหวัดพระโขนง