

ผลของกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตที่มีต่อความมุ่งหวังในชีวิต
ของผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผล

The Effects of Group Logotherapy on Purpose in Life Among Drug Addicted
Patients During Aftercare

¹อัจฉรา ประการ (Atchara Prakarn)

²ธีรชัย หงษ์ยันตรชัย (Thirachai Hongyantarachai)

³ปวิธ สิริเกียรติกุล (Pawit Sirikiattikul)

มหาวิทยาลัยรามคำแหง Ramkhamhaeng University

Email: aprakarn@gmail.com

Received March 11, 2019; Revised March 24, 2019; Accepted December 15, 2019

Abstract

This paper identifies the effectiveness of group logotherapy on purpose in life among drug-addicted patients during aftercare. An experimental with a randomized pretest-posttest control group design. The instruments used were the General information query, The Purpose in Life (PIL) test, Logotherapy group program. The research population consisted of drug-addicted outer patients during aftercare between the ages of seventeen and forty-five who were receiving drug addiction patients during aftercare between October 2017 and January 2018 at King Mongkut Memorial Hospital. Using the method of purposive sampling of 16 patients, the patients were randomly by assigned Using the method of purposive sampling of 16 patients, the patients were randomly by assigned into experimental and control groups, the researcher divided the members of the sample population into two groups of eight patients each. The experimental group received 8 sessions of group logotherapy, whereas in the control group did not attend sessions of group logotherapy. The data were analyzed by t-test for dependent samples and t-test for independent samples. The research result was as follow: The drug-addicted patients during aftercare who attended the group logotherapy program sessions exhibited a higher level of purpose in life than prior to having attended program sessions at the statistically significant and when compare the control group the reveal that the purpose in life of group in logotherapy program significantly higher than the control group at .01 level. Therefore, it could be concluded that group logotherapy is efficiently increasing purpose in life of drug-addicted patients during aftercare.

Keywords: Logotherapy, Purpose in life, Drug addicted patients during aftercare

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ศึกษาผลของกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตที่มีต่อความมุ่งหวังในชีวิตของผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผล เป็นการวิจัยแบบเชิงทดลอง (experimental design) โดยใช้รูปแบบการทดลองแบบ randomized pretest–posttest control group design เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบวัดความมุ่งหวังในชีวิต และโปรแกรมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิต ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้คือผู้ป่วยยาเสพติด อายุระหว่าง 17 – 45 ปี ที่ผ่านการบำบัดกลุ่มแบบผู้ป่วยนอกและอยู่ในขั้นการติดตามผลการบำบัด ในช่วงเดือน ตุลาคม 2561 – มกราคม 2562 ณ โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี ใช้การเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) จำนวน 16 คน จากนั้นสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการจับฉลากแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 8 คน คือ กลุ่มทดลองเข้าร่วมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิต ทั้งหมด 8 ครั้ง และกลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิต สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมุติฐาน ใช้สถิติ Independent t test และสถิติ dependent t test พบว่าผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลที่ได้เข้าร่วมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตมีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกลุ่มบำบัดและสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมบำบัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 จากผลการวิจัยสรุปได้ว่าโปรแกรมบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตมีประสิทธิภาพต่อการเพิ่มความมุ่งหวังในชีวิตของผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผล

คำสำคัญ: กลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิต, ความมุ่งหวังในชีวิต, ผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผล

บทนำ

แผนยุทธศาสตร์การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด พ.ศ. 2558 – 2562 ได้ระบุว่าการแพร่ระบาดของยาเสพติด ส่งผลกระทบต่อทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม การศึกษา สุขภาพอนามัย และความสุขของประชาชนรวมถึงประเทศชาติ โดยส่วนรวม ภาครัฐต้องสูญเสียงบประมาณไปกับการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพ และช่วยเหลือผู้ผ่านการบำบัดฟื้นฟู ปีละไม่ต่ำกว่า 2,000 ล้านบาท ในปี 2556 สำนักงานสถิติแห่งชาติได้สำรวจความต้องการของประชาชนพบว่า ประชาชนร้อยละ 34.2 ระบุว่า หมู่บ้าน ชุมชน ได้รับความเดือดร้อนจากปัญหายาเสพติดมากที่สุด (Office of the Narcotics Control Board, 2017) จึงได้มีการกำหนดยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหายาเสพติดและผู้ติดยาเสพติด วัตถุประสงค์เพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติดและการติดยาเสพติดโดยยึดหลักผู้ป่วยเป็นศูนย์กลาง ตามคู่มือการดำเนินงานด้านการแก้ไขปัญหายาเสพติด ผู้ติดยาเสพติด ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2560 ของกระทรวงสาธารณสุข ได้เพิ่มการเข้าสู่บริการตามแนวคิดที่ว่า “ผู้เสพ คือ ผู้ป่วย” พัฒนารูปแบบการเข้าถึงบริการให้เข้าถึงง่าย ปรับปรุงกระบวนการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพให้มีคุณภาพ เน้นการพัฒนาระบบการติดตามดูแลช่วยเหลือผู้ผ่านการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพตามสภาพปัญหาและความต้องการ ส่งเสริมให้ผู้ผ่านการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพมีความมุ่งมั่นต่อการหยุดเสพยาเสพติดอย่างต่อเนื่อง

จากการศึกษาเกี่ยวกับการเลิกเสพยาบ้าซ้ำ ของ Chainakin (2016) ได้แสดงให้เห็นว่า สำหรับการเลิกเสพยาบ้าซ้ำ ในผู้ผ่านการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้เสพยาเสพติดค่ายปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยวิธีชุมชนบำบัด หากผู้ผ่านการบำบัดจากการค่ายได้รับการให้คำปรึกษา รับฟังปัญหาของเจ้าหน้าที่สาธารณสุข มีกิจกรรมติดตามภายหลังการบำบัดอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งได้รับโอกาสจากสังคม ได้รับการเกื้อหนุนและให้อภัยจากบุคคลในครอบครัว การเลือกปฏิเสธการเสพยาบ้าในครั้งต่อไปจะเป็นเรื่องง่ายมากขึ้น เช่นเดียวกับความเห็นในด้านการศึกษาติดตามผลผู้บำบัดของ Pattrakorn & Chaipichitpan (2015) ที่แสดงให้เห็นว่าหากผู้ป่วยเสพยาเสพติดที่ผ่านการบำบัดสามารถคงสถานะคือไม่เข้าไปเสพยาเสพติดในช่วง 3 เดือนหลังจาก

ผ่านการบำบัดรักษาในชั้นฟื้นฟูสมรรถภาพ ผู้ป่วยเสพติดในกลุ่มนี้มีแนวโน้มที่จะหยุดเสพยาเสพติดได้มากกว่าผู้ป่วยที่ผ่านการบำบัดแล้วติดตามไม่ได้ จะเห็นได้ว่าการที่ผู้ติดยาเสพติดมีความมุ่งมั่นต่อการหยุดเสพยา ได้รับโอกาสจากทั้งครอบครัวและสังคมรอบตัว จากหลายปัจจัยเหล่านี้รวมไปถึงกระบวนการติดตามผลมีส่วนช่วยให้ผู้ผ่านการบำบัดรักษาคงพฤติกรรมการหยุดเสพยาไว้ได้อย่างต่อเนื่อง เช่นเดียวกับการบำบัดแนวความหมายของชีวิต ที่มองว่าการติดสารเสพติดเป็นปัญหาที่เกิดจากหลายปัจจัย ทั้งสารเคมีในร่างกาย แรงขับทางด้านจิตใจ และความกดดันทางสังคม Viktor E Frankl ผู้พัฒนาจิตบำบัดแนวความหมายของชีวิต ได้อธิบายถึงการติดสารเสพติดว่าเป็นส่วนหนึ่งของปรากฏการณ์ของความรู้สึกว่าชีวิตตนไร้ความหมาย เป็นผลมาจากความรู้สึกว่างเปล่า อัดอั้น คับข้องใจในสภาพความต้องการดำรงชีวิต จิตบำบัดแนวความหมายของชีวิตเป็นวิธีการบำบัดที่เน้นถึงความเป็นมนุษย์ โดยเน้นด้านจิตวิญญาณและศักยภาพของมนุษย์แต่ละบุคคล กับแนวความเชื่อที่ว่าหากบุคคลรับรู้ในสิ่งที่ทำให้เขาคำรงอยู่ รับรู้ถึงสิ่งที่เข้ามาเติมเต็มในจิตใจ ทำให้เขามีกำลังใจในการใช้ชีวิตอย่างมีความมุ่งหวัง และสามารถเผชิญกับอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้ สำหรับการค้นหาความหมายในชีวิตจำเป็นต้องเชื่อมโยงบุคคลให้สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม แสดงออกในรูปแบบของการทำกิจกรรมด้วยความมุ่งมั่น ผ่านสัมพันธ์ภาพกับผู้คนรอบตัว เพื่อจะมีทัศนคติที่เข้มแข็งต่อการดำรงชีวิต (Chayutasahakit, 2014; Tuicomepee, 1993) ผู้วิจัยจึงสนใจศาสตร์ทางด้านจิตวิทยาเชิงบวก ตามแนวคิดความหมายของชีวิต ที่เน้นให้บุคคลรับรู้ตัวตนจำเป็นต้องมีชีวิตอยู่อย่างมีเป้าหมาย เกิดความต้องการค้นหาจุดมุ่งหมายของชีวิตที่เหมาะสมกับตน เพื่อเติมเต็มความรู้สึกว่างเปล่าในชีวิต หากผู้บำบัดฟื้นฟูที่อยู่ในขั้นตอนการติดตามผล ตระหนักในคุณค่าของตน เกิดความมุ่งหวังที่จะหาความหมายของชีวิต ได้เรียนรู้จักอิสระในตัดสินใจเลือก เป็นเจ้าของชีวิตตัวเอง และใช้ชีวิตอย่างรับผิดชอบในสิ่งที่ตนเลือก ตระหนักรู้และเติมเต็มการดำรงอยู่ของชีวิตในแต่ละช่วงของเวลาด้วยการมีเป้าหมาย (Suwanphahu, 2014) มุ่งหวังในการค้นหาความหมายของชีวิตแม้ว่าจะประสบกับสถานการณ์ที่ดูเลวร้าย จะสามารถทำให้ผู้ที่ผ่านการบำบัดได้มีอิสรภาพจากการพึ่งพิงยาเสพติด

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความมุ่งหวังในชีวิตของผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตาม ณ โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรีก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิต
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความมุ่งหวังในชีวิตของผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตาม ณ โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเฉพาะผู้ป่วยยาเสพติด อายุระหว่าง 17 – 45 ปี ที่ผ่านการบำบัดกลุ่มแบบผู้ป่วยนอก เข้าสู่ขั้นตอนการติดตามผลการบำบัด ณ โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี ในช่วงเดือน ตุลาคม 2561 – มกราคม 2562 เพื่อศึกษาผลของกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตที่มีต่อความมุ่งหวังในชีวิต โดยประเมินจากแบบวัดความมุ่งหวังในชีวิต ที่เป็นการวัดการรับรู้เป้าหมายและความหมายของชีวิต 5 ด้าน คือ ด้านความมุ่งหวังในชีวิต ด้านการดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย ด้านทัศนคติต่อชีวิต ด้านความรู้สึกว่าตนไร้ความหมาย และด้านการเลือกกำหนดชีวิตตัวเอง คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีเฉพาะเจาะจง จากนั้นสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการจับสลากแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวน 16 คน

ทบทวนวรรณกรรม

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดตามแนวความหมายของชีวิต

จิตบำบัดแนวความหมายของชีวิต หรือ Logotherapy มีอิทธิพลจากแนวคิด Existential Theory ได้รับการพัฒนาโดย Viktor E Frankl ซึ่งเป็นจิตแพทย์ชาวเวียนนา ผู้ที่เผชิญกับความทุกข์และการสูญเสียในช่วงสงครามโลกครั้งที่ 2 แต่กลับมีมุมมองที่มีความหวัง และใช้ศักยภาพนำตนเองให้ผ่านเหตุการณ์ที่เลวร้ายนี้มาได้ (Frankl, 2006) ตามมุมมองของ Frankl จิตบำบัดแนวความหมายของชีวิตคือการเยียวยาจิตใจผ่านการตระหนักรู้ถึงชีวิตด้านจิตวิญญาณในมนุษย์ ดังที่กล่าวว่า “ความต้องการพื้นฐานเพื่อตอบสนองความพึงพอใจของตนหรือเพื่อความสุขยังคงไม่เพียงพอสำหรับมนุษย์ แต่มนุษย์มีชีวิตอยู่เพื่อทำบางสิ่งบางอย่างที่มีความหมายแก่ชีวิต” (Tuicomepee, 2016) เป็นการบำบัดที่ช่วยให้มนุษย์ได้เต็มเต็มความรู้สึกลึกซึ้งในจิตใจด้วยการค้นพบสิ่งที่ตนมุ่งหวังหรือเป็นความหมายในชีวิตของตนเอง (Cooper, 2003) ด้วยความเชื่อว่ามนุษย์มีอิสระที่จะเลือกทำหรือไม่ทำอะไร เลือกที่จะเป็นผู้ให้หรือผู้รับ และต้องรับผิดชอบต่อการกระทำ รวมถึงผลที่เกิดขึ้นจากการตัดสินใจของตน หาความหมายให้กับชีวิตว่าอยู่เพื่ออะไร (Pongsopar & Pongsopar, 2014)

แนวคิดเชิงปรัชญาที่เป็นรากฐานของจิตบำบัดแนวความหมายของชีวิต Tuicomepee (2016) ได้สรุปไว้ 3 ประการ ได้แก่ (1) freedom of will เป็นอิสรภาพของบุคคลที่จะเลือกกำหนดวิถีชีวิตของตนเอง ส่งผลให้มนุษย์ดำรงอยู่อย่างมีความหมาย มีความมั่นคงในจิตใจ เกิดความสุขสงบในการดำรงชีวิต (2) will to meaning คือการมีชีวิตที่มีความมุ่งมั่นก้าวสู่สิ่งที่อยู่เหนือกว่าตัวตนปัจจุบัน เป็นการรับรู้ที่มุ่งสู่การแสวงหาความหมายของชีวิต เป็นอิสระจากการสนใจแค่นั้นเอง มีชีวิตอยู่เหนือตัวตนและเหนือข้อจำกัดตามสภาพแวดล้อม (Frankl, 1988) (3) meaning of life สำหรับแนวคิดนี้มองว่า ความหมายของชีวิตมีการเปลี่ยนแปลงเสมอ และแต่ละประสบการณ์ ไม่ได้เป็นเรื่องสากลแต่เป็นความหมายของแต่ละบุคคล ไม่สามารถเข้าใจได้ด้วยการใช้กระบวนการเชิงเหตุผลหรือความคิด มนุษย์สามารถค้นพบความหมายของชีวิตได้ในประสบการณ์แต่ละช่วงชีวิตในรูปแบบของคุณค่าต่าง ๆ 3 แนวทาง ดังนี้ (1) คุณค่าเชิงสร้างสรรค์ (creative value) เป็นการให้คุณค่าในการทำกิจกรรมให้ดีกว่าเดิมจากความต้องการภายใน และแสดงศักยภาพออกมาเป็นรูปธรรม (2) คุณค่าเชิงประสบการณ์ (experience value) เป็นการให้คุณค่าแก่การดำรงชีวิต โดยสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นและสิ่งรอบตัวในรูปแบบของการแสดงออกด้านความดีงาม (3) คุณค่าเชิงทัศนคติ (attitude value) เป็นคุณค่าเชิงทัศนคติอันเกิดจากการที่บุคคลเผชิญกับสถานการณ์ที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ แต่เขาสามารถปรับมุมมองต่อชีวิตทำให้เขาก้าวพ้นจากสถานการณ์ที่หมดหวังนั้นได้ (Frankl, 1984)

กระบวนการบำบัดกลุ่มตามแนวความหมายของชีวิตที่เริ่มพัฒนา โดย Frankl ได้ถูกนำไปใช้และพัฒนาขั้นตอนให้เหมาะสมตามแต่ละกลุ่มเป้าหมาย ซึ่ง Lawanna (2000) ได้กล่าวถึงกระบวนการกลุ่มจิตบำบัดแนวความหมายของชีวิต 6 ขั้นตอนดังต่อไปนี้ (1) ขั้นตระหนักรู้ (the awareness stage) (2) ขั้นสำรวจค้นหาความหมาย (the exploration stage) (3) ขั้นระบุความหมายส่วนตัว (the commitment stage) (4) ขั้นพัฒนาความหมาย (the skill development stage) (5) ขั้นสร้างความชัดเจน (the skill refinement stage) และ (6) ขั้นจัดทิศทางใหม่ (the redirection stage)

ความสำคัญของความมุ่งหวังในชีวิต

การที่มนุษย์รับรู้ถึงความหมาย ความหวัง และมีความมุ่งหวังในชีวิตสามารถบ่งบอกถึงภาวะสุขภาพจิต แม้ในสถานการณ์ที่ยากลำบากหากบุคคลมีความมุ่งหวังและรู้ถึงความหมายของชีวิตแล้วจะสามารถจัดการกับอุปสรรคให้ผ่านพ้นไปได้ (Moein & Haushyar, 2015) ความมุ่งหวังในชีวิตสามารถทำนายภาวะสุขภาพและความสามารถในการหา

ความหมายของชีวิตจากประสบการณ์ที่ผ่านเข้ามา เป็นกุญแจสำคัญที่จะสามารถทำให้มนุษย์พ้นตัวจากเหตุการณ์เลวร้าย รวมทั้งฟื้นฟูสภาพจิตใจให้เกิดความยืดหยุ่นในการปรับตัวต่อความเครียด อารมณ์เศร้า และความเจ็บปวดทางจิตใจ (Schaefer et al., 2013) ตรงกันข้ามหากบุคคลไม่สามารถค้นหาความหมาย ขาดเป้าหมายในชีวิต จะเกิดภาวะว่างเปล่าในการดำรงชีวิต เป็นภาวะที่รู้สึกว่าคุณค่าของตัวเองหายไป ไม่รู้ว่าต้องมีชีวิตอยู่เพื่ออะไร ไร้ประโยชน์ ส่งผลให้รู้สึกเศร้า เหงา และขาดความสนใจต่อสิ่งรอบตัว ไม่ตระหนักถึงความจำเป็นในการที่จะใช้ชีวิตอยู่ในโลกนี้อย่างมีคุณค่า (Okan & Eksi, 2017) ความท้าทายในชีวิตมนุษย์คือการมีเป้าหมาย และเป้าหมายที่เป็นพลังความเชื่อมั่นในระดับสูงเรียกว่าความมุ่งหวัง ในชีวิตจะช่วยทำให้มนุษย์สามารถอดทนต่อความยากลำบากในชีวิตตามทัศนะของ Frankl (Bronk et al., 2009)

ขั้นตอนการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด

ขั้นตอนการบำบัดตามมาตรฐานการทางกฎหมาย ประกาศมาตรฐานสำหรับการบำบัดรักษาการติดยาเสพติดผิดกฎหมายปี พ.ศ. 2543 ได้ออกประกาศกระทรวงสาธารณสุข ฉบับที่ 164 แบ่งการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดผิดกฎหมายออกเป็น 4 ขั้นตอน ประกอบด้วย(1) การเตรียมการ (Pre-admission phase) (2) การถอนพิษ (Treatment phase) (3) การฟื้นฟูสมรรถภาพ (Rehabilitation phase) (4) การติดตาม (Aftercare phase) (Ministry of Public Health, Office of the Permanent Secretary, 2016)

ปัจจัยและการป้องกันการกลับไปเสพซ้ำ

การกลับไปเสพติดซ้ำไม่ได้เกิดขึ้นแบบทันทีทันใด แต่เป็นการเริ่มต้นจากการเปลี่ยนแปลงของความคิด อารมณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรมของตัวบุคคล รวมถึงตัวแปรของสภาพแวดล้อม Panya (2017) ได้ศึกษาปัจจัยเสี่ยงที่มีผลต่อการกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำ แบ่งออกเป็น 3 ปัจจัย ได้แก่ (1) ปัจจัยด้านตัวบุคคล (2) ปัจจัยด้านครอบครัว (3) ปัจจัยด้านสังคม และพบว่าการป้องกันการกลับไปเสพติดซ้ำนั้นควรเริ่มแก้ที่ตัวบุคคลให้เกิดความตระหนักและเจตคติเชิงลบต่อยาเสพติด เสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ นำมาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวเมื่อพบกับปัจจัยกระตุ้นหรือเสี่ยงต่อการหวนกลับไปเสพติด Emavarallhana (2004) ได้อธิบายว่าระยะติดตามผลผู้ติดยาเสพติดที่กลับสู่สังคม สามารถเลิกยาเสพติดและใช้ชีวิตอย่างปกติสุขมักมีคุณลักษณะโดยรวมดังนี้ 1) ไม่เสพยาเสพติดทุกชนิด 2) ไม่ก่ออาชญากรรมหรือมีพฤติกรรมที่นำไปสู่การกระทำที่ผิดกฎหมาย 3) มีเป้าหมายที่แน่นอนชัดเจนในชีวิตและแสดงพฤติกรรมไปในทิศทางที่ตนตั้งใจไว้ เช่นเดียวกันกับ Thatsananchalee (2011) ที่ได้แสดงให้เห็นจากกรณีศึกษาผู้ผ่านการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับบำบัด นอกจากสภาพแวดล้อมที่ให้อยู่ร่วมช่วยเหลือและให้โอกาสแล้ว สาเหตุหลักที่ทำให้ผู้ผ่านการบำบัดฟื้นฟูไม่เสพยาซ้ำ คือสภาพจิตใจที่เข้มแข็ง มุ่งมั่นต่อการเลิกเสพยา มีเจตคติที่ดีต่อกระบวนการบำบัด ผู้เข้ารับการบำบัดจะตัดสินใจหยุดกระบวนการการเสพติดด้วยตัวเอง จึงพอสรุปได้ว่า ในระยะติดตามผล คำแนะนำและการให้กำลังใจเป็นสิ่งสำคัญ รวมทั้งการมีเป้าหมายอย่างชัดเจนในชีวิต และมีสิ่งที่ยึดเหนี่ยวในการดำรงอยู่ ก่อเกิดความมุ่งมั่นที่จะเปลี่ยนแปลง และมีเจตคติที่ดีต่อการเปลี่ยนแปลง ส่งผลต่อการคงสภาพการหยุดเสพยา หากในช่วงของการติดตามผลสามารถส่งเสริมให้ผู้เลิกยาเสพติดได้เข้าใจตนเอง เข้าใจความหมายและคุณค่าของการมีชีวิตอย่างมีเป้าหมาย จะสามารถทำให้แนวโน้มการกลับไปเสพติดซ้ำลดลงได้

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (experimental design) โดยใช้รูปแบบการทดลองแบบ randomized pretest-posttest control group design เพื่อศึกษาผลของกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตที่มีต่อความมุ่งหวังในชีวิตของผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผล ณ โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี โดยมีขั้นตอนดังนี้

ประชากร คือ ผู้ติดยาเสพติด อายุระหว่าง 17-45 ปี ที่ผ่านการบำบัดกลุ่มแบบผู้ป่วยนอกเข้าสู่ชั้นการติดตามผลการบำบัด

กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ติดยาเสพติดอายุระหว่าง 17-45 ปี ที่ผ่านการบำบัดกลุ่มแบบผู้ป่วยนอก และอยู่ในชั้นการติดตามผลการบำบัด ณ โรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี ในช่วงเดือน ตุลาคม 2561 – มกราคม 2562 ผู้วิจัยใช้การเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีเฉพาะเจาะจง (purposive sampling)

เกณฑ์การคัดเลือก (inclusion criteria) คือ

1. เป็นผู้ติดยาเสพติด อายุระหว่าง 17-45 ปี ที่ผ่านการบำบัดในชั้นฟื้นฟูสมรรถภาพด้วยการบำบัดกลุ่มแบบผู้ป่วยนอกจนครบโปรแกรมบำบัด และเข้าสู่ชั้นติดตามผลการบำบัด
2. สามารถอ่าน เขียน สื่อความหมายและเข้าใจภาษาไทยได้
3. สติสัมปชัญญะสมบูรณ์ สามารถรับรู้เวลา สถานที่ และบุคคลได้ดี
4. ได้รับการวินิจฉัยโดยแพทย์ว่าไม่มีอาการทางจิต ภาวะซึมเศร้า หรือมีความคิดฆ่าตัวตาย
5. สมัครใจยินยอม และยินดีให้ความร่วมมือในการศึกษาวิจัย

หลังจากได้คัดเลือกผู้ติดยาเสพติดที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ จึงได้ทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 16 คน เพื่อแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 2 กลุ่ม ด้วยวิธีการจับฉลาก คือ

1. กลุ่มทดลอง หมายถึง กลุ่มผู้ติดยาเสพติดที่ผ่านการบำบัดชั้นฟื้นฟูสมรรถภาพแบบครบโปรแกรม เข้าสู่กระบวนการติดตามผลที่โรงพยาบาลกำหนด และเข้าโปรแกรมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตแบบครบโปรแกรม จำนวน 8 คน

2. กลุ่มควบคุม หมายถึง กลุ่มผู้ติดยาเสพติดที่ผ่านการบำบัดชั้นฟื้นฟูสมรรถภาพแบบครบโปรแกรม เข้าสู่กระบวนการติดตามผลที่โรงพยาบาลกำหนด แต่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิต จำนวน 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ ศาสนา สถานภาพสมรส การศึกษา อาชีพ รายได้

2. แบบวัดความมุ่งหวังในชีวิต (The Purpose In Life Test--PIL) ฉบับภาษาไทย คือ แบบประเมินเพื่อใช้ประเมินการรับรู้เป้าหมายและความหมายในการดำรงชีวิตตามทฤษฎีจิตบำบัดแนวความหมายในชีวิตตามแนวคิดของ Frankl ได้รับการแปลเป็นฉบับภาษาไทยปี พ.ศ. 2536 (Tuicomepee, 2016) จำนวนข้อคำถามทั้งหมด 20 ข้อ เป็นแบบทดสอบที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 7 ระดับ การให้คะแนนในแต่ละข้อ ให้เลือกตอบได้ตั้งแต่ 1-7 คะแนน หมายเลข 1 บอกร ถึงระดับความเข้มของความรู้สึกต่อข้อความนั้นน้อยที่สุด จนถึงระดับความเข้มของความรู้สึกต่อข้อความนั้นมากที่สุดที่หมายเลข 7 ส่วนหมายเลข 4 แสดงถึงความไม่แน่ใจของผู้ตอบ คะแนนรวมอยู่ในช่วง 20-140 คะแนน เกณฑ์การแปลผลแบ่งออกเป็น 3 ระดับ

> 112	หมายถึง	มีความมุ่งหวังในชีวิตแน่นอนชัดเจน หรืออยู่ในระดับสูง
92-112	หมายถึง	มีความมุ่งหวังในชีวิตระดับปานกลาง
< 92	หมายถึง	ขาดความมุ่งหวังในชีวิตหรือมีความมุ่งหวังในชีวิตระดับต่ำ

3. โปรแกรมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิต แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความหมายของชีวิตตามแนวความคิดของ Frankl (1984) โดยมุ่งเน้นให้ผู้ป่วยยาเสพติดในระยะติดตามผลค้นพบเป้าหมายและความหมายในการดำรงชีวิตอยู่ด้วยความมุ่งมั่นและมีคุณค่าในแต่ละวัน พัฒนาโปรแกรมตามขั้นตอนในการบำบัดกลุ่มของ Lantz ประกอบด้วย 6 ขั้นตอน คือ ขั้นตระหนักรู้ ขั้นสำรวจค้นหาความหมาย ขั้นระบุความหมายส่วนตัว ขั้นพัฒนาความหมาย ขั้นสร้างความชัดเจน และขั้นจัดทิศทางใหม่

การดำเนินการวิจัยและการเก็บข้อมูล

1. เสนอโครงการวิจัย เพื่อขออนุมัติจริยธรรมการวิจัยของโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี
2. ดำเนินการทำหนังสือขออนุญาตในการเก็บข้อมูลที่คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหงโดยทำหนังสือถึงผู้อำนวยการโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี เพื่อขอเข้าเก็บข้อมูลและทำการวิจัย
3. ชี้แจงต่อผู้ที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ จิตแพทย์และทีมพยาบาล กลุ่มงานจิตเวชและยาเสพติดเพื่อขอเข้าเก็บข้อมูล ทำการวิจัย
4. คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติในการทดลอง ด้วยการชี้แจงข้อมูลเกี่ยวกับการวิจัย ให้กลุ่มตัวอย่างทราบถึงการเข้าร่วมวิจัยที่เป็นไปตามความสมัครใจ โดยให้อ่านเอกสารการพิทักษ์สิทธิ์ของผู้เข้าร่วมวิจัย พร้อมทั้งลงชื่อในหนังสือยินยอมหากยินยอมเข้าร่วมวิจัย
5. ผู้เข้าร่วมวิจัยทำแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และแบบประเมินความมุ่งมั่นในชีวิตร่วมกับผู้วิจัยเป็นรายบุคคล เพื่อตรวจสอบความเข้าใจในการทำแบบประเมิน
6. แบ่งกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการจับฉลากเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
7. ดำเนินการทดลองโดยการใช้โปรแกรมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตในกลุ่มทดลอง ทั้งหมด 8 ครั้ง ครั้งละ 1 – 1.30 ชั่วโมง รวม 14 – 16 ชั่วโมง ในวันจันทร์ พุธ และศุกร์ รวมระยะเวลา 3 สัปดาห์
8. กลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตจะได้รับการรักษาในรูปแบบการติดตามผลแบบปกติของทางโรงพยาบาล และจะได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตหลังสิ้นสุดการวิจัย
9. เมื่อครบโปรแกรมการวิจัย 8 ครั้ง ให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบประเมินความมุ่งมั่นในชีวิต
10. วิเคราะห์ผลการทดลองจากคะแนนที่ได้ จากแบบสอบถามและแบบประเมินความมุ่งมั่นในชีวิต โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเพื่ออธิบายคุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง ทดสอบการแจกแจงข้อมูลแบบปกติ (Normality Test) พบว่ามีการแจกแจงแบบปกติ ($p > .05$) ทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดความมุ่งมั่นในชีวิตในผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลก่อนและหลังเข้ากลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยสถิติ Independent t test และทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยจากแบบวัดความมุ่งมั่นในชีวิตในผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะก่อนและหลังทดลองโดยใช้สถิติ dependent t test ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองพบว่าผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลเป็นเพศชาย จำนวน 7 คน (ร้อยละ 87.50) และมีอายุอยู่ในช่วง 18 – 40 ปี อายุเฉลี่ยอยู่ที่ 29 ปี 6 เดือน นับถือศาสนาพุทธทั้งหมด สถานภาพสมรสเป็นโสดจำนวน 3 คน และสมรสจำนวน 3 คน (ร้อยละ 37.5) ระดับการศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นจำนวน 4 คน (ร้อยละ 50) มีอาชีพค้าขายและอาชีพอิสระจำนวน 4 คน (ร้อยละ 50) รายได้ส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 5,000 – 10,000 บาท จำนวน 4 คน (ร้อยละ 50) อายุเฉลี่ยในการเริ่มต้นใช้สารเสพติดของกลุ่มทดลองคือ 20 ปี เริ่มใช้ตอนอายุ 15 ปี จำนวน 3 คน (ร้อยละ 37.50) สาเหตุสำคัญที่ใช้สารเสพติดในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีสาเหตุจากเพื่อนชวนจำนวน 4 คน (ร้อยละ 50) สารเสพติดที่เคยใช้ส่วนใหญ่เป็นยาบ้าจำนวน 4 คน (ร้อยละ 50) ความถี่ของการใช้สารเสพติดที่ผ่านมาที่ใช้ 2 – 3 ครั้ง/สัปดาห์ จำนวน 4 คน (ร้อยละ 50) เคยผ่านการบำบัดมาแล้ว 1 ครั้ง จำนวน 3 คน (ร้อยละ 37.50) และจำนวน 2 คน (ร้อยละ 25) เคยผ่านการบำบัดมาแล้ว 2 ครั้ง

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มควบคุมพบว่าผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลเป็นเพศชาย 7 คน (ร้อยละ 87.50) อายุอยู่ในช่วง 18 – 40 ปี มีอายุเฉลี่ยอยู่ที่ 29 ปี 6 เดือน นับถือศาสนาพุทธทั้งหมด ส่วนใหญ่เป็นโสดจำนวน 6 คน (ร้อยละ 75) ระดับการศึกษาอยู่ที่ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นจำนวน 4 คน (ร้อยละ 50) มีอาชีพรับจ้างจำนวน 5 คน (ร้อยละ 62.50) รายได้ มากกว่า 10,000 บาท จำนวน 4 คน (ร้อยละ 50) อายุเฉลี่ยในการเริ่มต้นใช้สารเสพติดของกลุ่มควบคุมคือ 19 ปี ส่วนใหญ่เริ่มใช้สารเสพติดครั้งแรกอายุ 15 จำนวน 2 คน (ร้อยละ 25) และ 17 ปี จำนวน 2 คน (ร้อยละ 25) สาเหตุสำคัญที่ใช้สารเสพติดส่วนใหญ่เกิดจากความอยากลอง จำนวน 3 คน (ร้อยละ 37.50) และความสนุกสนาน จำนวน 3 คน (ร้อยละ 37.50) สารเสพติดที่เคยใช้ส่วนใหญ่เป็นยาบ้า จำนวน 5 คน (ร้อยละ 62.50) ความถี่ของการใช้สารเสพติดที่ผ่านมาที่ใช้ 2 – 3 ครั้ง/สัปดาห์ จำนวน 5 คน (ร้อยละ 62.50) ส่วนใหญ่ไม่เคยผ่านการบำบัดมาก่อน จำนวน 6 คน (ร้อยละ 75)

2. คะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความมุ่งหวังในชีวิตของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนจากแบบวัดความมุ่งหวังในชีวิตของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กลุ่มตัวอย่าง	คะแนน		M	SD	แปลผล	
	ต่ำสุด	สูงสุด				
กลุ่มทดลอง	ก่อนทดลอง	69	112	96.38	16.852	ระดับปานกลาง
	หลังทดลอง	95	132	117.13	12.643	ระดับสูง
กลุ่มควบคุม	ครั้งที่ 1	89	110	98.38	8.105	ระดับปานกลาง
	ครั้งที่ 2	90	112	103.13	8.236	ระดับปานกลาง

จากตารางที่ 1 คะแนนแบบวัดความมุ่งหวังในชีวิตของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมพบว่า คะแนนเฉลี่ยความมุ่งหวังในชีวิตของกลุ่มทดลอง ก่อนได้รับโปรแกรมกลุ่มบำบัดมีคะแนนเฉลี่ย 96.38 (SD=16.852) อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนคะแนนหลังเข้ากลุ่มบำบัดมีคะแนนเฉลี่ย 117.13 (SD=12.643) อยู่ในระดับสูง แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนสูงขึ้นหลังได้รับโปรแกรม ส่วนคะแนนเฉลี่ยความมุ่งหวังในชีวิตของกลุ่มควบคุม ครั้งที่ 1 มีคะแนนเฉลี่ย 98.38 (SD=8.105) อยู่ในระดับปานกลาง และครั้งที่ 2 คะแนนเฉลี่ย 103.13 (SD=8.236) อยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน

3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความมุ่งหวังในชีวิตของผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผล ก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิต (กลุ่มทดลอง) กับกลุ่มที่ได้รับการติดตามผลตามปกติ (กลุ่มควบคุม)

ก่อนทดลอง	M	SD	t	p
กลุ่มทดลอง	96.38	16.852		
กลุ่มควบคุม	98.38	8.105	-.303	.767

จากตารางที่ 2 พบว่าผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิต และกลุ่มควบคุมที่ได้รับการติดตามผลตามปกติมีคะแนนเฉลี่ยความมุ่งหวังในชีวิตไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความมุ่งหวังในชีวิตของผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผล ก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มบำบัดในกลุ่มทดลอง

กลุ่มทดลอง	M	SD	t	p
ก่อนทดลอง	96.38	16.852		
หลังทดลอง	117.13	12.643	-5.672*	<.001

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 3 พบว่าผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลที่เข้าร่วมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตมีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตสูงกว่าก่อนเข้ากลุ่มบำบัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานในข้อที่ 1 ที่ระบุว่า ผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลที่เข้าร่วมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตมีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตสูงกว่าก่อนเข้ากลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิต

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตของผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผล ก่อนและหลังของกลุ่มที่ได้รับการติดตามผลตามปกติ (กลุ่มควบคุม)

กลุ่มควบคุม	M	SD	t	p
ทดสอบครั้งที่ 1	96.38	8.105		
ทดสอบครั้งที่ 2	103.13	8.236	-1.111	.303

จากตารางที่ 4 พบว่า ผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการติดตามผลตามปกติ มีคะแนนเฉลี่ยความมุ่งหวังในชีวิตจากการทดสอบครั้งที่ 1 และครั้งที่ 2 ไม่แตกต่างกันอย่างมีสมมติฐานทางสถิติ

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความมุ่งหวังในชีวิตของผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผล หลังการทดลองระหว่างกลุ่มที่เข้าร่วมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิต (กลุ่มทดลอง) กับกลุ่มติดตามผลตามปกติที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มบำบัด (กลุ่มควบคุม)

หลังทดลอง		M	SD	t	p
ความมุ่งหวังในชีวิต	กลุ่มทดลอง	117.13	12.643	2.624*	.01
	กลุ่มควบคุม	103.13	8.236		

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 5 พบว่า พบว่า ผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลที่เข้าร่วมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตมีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตสูงกว่าผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มบำบัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานในข้อที่ 2 ที่ระบุว่า ผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลที่เข้าร่วมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตมีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตสูงกว่าผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มบำบัด

สรุปผล

จากการวิจัย สามารถสรุปผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. คะแนนเฉลี่ยจากแบบประเมินความมุ่งหวังในชีวิตของกลุ่มทดลอง ก่อนได้รับโปรแกรมกลุ่มบำบัดมีคะแนนเฉลี่ย 96.38 อยู่ในระดับปานกลาง หลังจากได้รับโปรแกรมกลุ่มบำบัดมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น 117.13 ซึ่งอยู่ในระดับสูง ส่วนคะแนนเฉลี่ยความมุ่งหวังในชีวิตของกลุ่มควบคุมในครั้งที่ 1 มีคะแนนเฉลี่ย 98.38 และครั้งที่ 2 คะแนนเฉลี่ย 103.13 อยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน
2. ก่อนการทดลองกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความมุ่งหวังในชีวิตไม่แตกต่างกัน
3. กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตมีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตสูงกว่าก่อนเข้ากลุ่มบำบัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 ผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลที่เข้าร่วมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตมีความมุ่งหวังในชีวิตสูงกว่าก่อนเข้ากลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิต
4. กลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความมุ่งหวังในชีวิตจากการทดสอบครั้งที่ 1 และครั้งที่ 2 ไม่แตกต่างกัน
5. กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตมีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2 ผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลที่เข้าร่วมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตมีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตสูงกว่าผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มบำบัด

อภิปรายผล

ผลการศึกษาพบว่า ผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลที่ได้เข้าร่วมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตมีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตสูงกว่าก่อนเข้ากลุ่มบำบัดและสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้ากลุ่มบำบัด สอดคล้องกับสมมติฐานที่ได้ตั้งไว้ทั้ง 2 ข้อ แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตมีประสิทธิภาพต่อการเพิ่มความมุ่งหวังในชีวิตของผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผล เนื่องจากโปรแกรมการบำบัดนี้มุ่งเน้นให้เกิดการรับรู้ถึงการมีชีวิตอยู่อย่างมีความหมาย มีแนวทางและเลือกกำหนดทิศทางในการดำเนินชีวิตด้วยตนเองได้ รวมทั้งยอมรับอย่างพึงพอใจในสถานการณ์ที่เป็นอยู่ มีทัศนคติด้านบวกต่อชีวิตในปัจจุบัน เรียกโดยรวมว่าเกิดความมุ่งหวังในชีวิต เพื่อสามารถดำเนิน

ชีวิตได้อย่างปกติสุข การบำบัดแนวความคิดของชีวิตสำหรับผู้ที่ยึดติดมากเกินไป ซึ่ง Frankl มองว่าเป็นผลของความรู้สึกคับข้องใจ วิดกกังวล แผลงแยก โดดเดี่ยว ไร้ความหมาย รู้สึกว่างเปล่าในชีวิต ยาเสพติดมักทำให้ผู้เสพได้หลีกเลี่ยงความเป็นจริง เพราะยาเสพติดสร้างความสุขจนลืมความทุกข์ได้ชั่วคราว ทำให้บางคนมีแนวโน้มที่จะมองปัญหาอย่างบิดเบือนความจริง มีพฤติกรรมที่แสดงออกในลักษณะการใช้ชีวิตไปวันๆ ปล่อยชีวิตไปตามยถากรรม คล้อยตามคนหมู่มาก และไม่สามารถค้นหาคุณค่าหรือเอกลักษณ์เฉพาะตน Tuicomepee (2016) เห็นได้จากการสนทนาของสมาชิกขณะเข้ากลุ่มบำบัดครั้งที่ 4 ในหัวข้อสำรวจภาวะตนไร้ความหมาย การบำบัดกลุ่มในครั้งนี้สมาชิกในกลุ่มหลายท่านได้เริ่มตระหนักถึงสิ่งที่ตนรู้สึกและเป็นอยู่ ณ ปัจจุบัน ตระหนักถึงลักษณะการใช้ชีวิตประจำวันที่ทำให้เกิดภาวะตนไร้ความหมายเช่นการใช้ยาเสพติดตามเพื่อนชวน ใช้ชีวิตไปวันๆเพื่อความสนุกสนาน เหล่านี้ส่งผลให้ต้องมารับการบำบัด อีกสิ่งที่สำคัญคือ การมีเป้าหมายที่ชัดเจนในชีวิตและแสดงพฤติกรรมไปในทิศทางที่ตั้งใจไว้ จะสามารถเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจให้คงระยะการหยุดใช้ยาไว้อย่างต่อเนื่อง (Emavarallhana, 2004) โปรแกรมกลุ่มบำบัดตามแนวความคิดของชีวิตในครั้งนี้ สามารถช่วยให้เกิดกระบวนการดังกล่าวโดยเห็นได้จากกระแสของกลุ่มในครั้งนี้ 5 ค้นหาความหมายของชีวิต จากการสนทนาของกลุ่มทำให้รับรู้ว่าการมีสมาธิในกลุ่มเริ่มรู้สึกถึงความจำเป็นที่จะต้องรู้จักจุดแข็ง ตระหนักถึงศักยภาพที่ตนมี และเริ่มมองหาเป้าหมายบางอย่างที่เหมาะสมกับตนเอง เมื่อผู้ป่วยยาเสพติดได้รับการติดตามผลด้วยโปรแกรมกลุ่มบำบัดตามแนวความคิดของชีวิต ในการกลับสู่สังคมจะมีความสามารถในการเลือกทำบางอย่างที่มีความหมาย เกิดความมุ่งมั่น มีอิสระในการตัดสินใจเลือกใช้ชีวิต และรับผิดชอบในสิ่งที่ตนเองทำ มีมุมมองแง่บวกต่อปัญหาอุปสรรค สามารถใช้ชีวิตได้อย่างปกติ

จากผลคะแนนของผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลที่เข้าร่วมกลุ่มบำบัดตามแนวความคิดของชีวิตมีคะแนนความมุ่งมั่นในชีวิตสูงขึ้นแสดงให้เห็นว่าการนำหลักการบำบัดตามแนวความคิดของชีวิตของ Frankl (1984) ที่ประยุกต์จากกระบวนการบำบัดของ (Losuya, 2007) ใช้ได้กับผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผล สอดคล้องกับงานวิจัยของ Suwanphahu (2014) ที่ศึกษาผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวความคิดในชีวิตต่อการเปลี่ยนแปลงของสุขภาพจิตในเยาวชนผู้กระทำผิดที่ใช้ยาเสพติดที่มีระดับการควบคุมตนเองแตกต่างกัน ผลการวิจัยพบว่าคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตจากการวัด 4 ครั้ง ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวความคิดในชีวิตและกลุ่มควบคุมที่ได้รับการบำบัดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Mohamad et al. (2014) ที่ศึกษาผลของกลุ่มบำบัดแนว Logotherapy ในการลดภาวะซึมเศร้าและเพิ่มความหวังของผู้ติดยาเสพติด พบว่าหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความหวังสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .001

นอกจากนี้ Frankl (1988) ได้อธิบายว่าวัตถุประสงค์ในการมีชีวิตของมนุษย์ คือการให้ความหมายกับชีวิตตามแนวทางเฉพาะบุคคลด้วยการสร้างคุณค่า โดยการสร้างคุณค่าสามารถเห็นได้จากหลายรูปแบบของพฤติกรรม ซึ่งลักษณะเช่นนี้ได้เกิดขึ้นในกระบวนการกลุ่มบำบัดครั้งที่ 5 คือ ค้นหาความหมายของชีวิต และในครั้งที่ 6 ขั้นการสร้างความหมายใหม่ สิ่งที่เกิดขึ้นภายในกลุ่มเริ่มจากที่สมาชิกแสดงความคิดเห็นในสื่อวีดิทัศน์ที่ได้รับชม ส่งผลให้สมาชิกบางคนได้ย้อนนึกถึงสิ่งที่เคยทำในอดีต สิ่งที่เป็นศักยภาพที่ตนมี และเกิดความเข้าใจว่าการใช้สารเสพติดเป็นสิ่งที่ตนเลือกและต้องรับผิดชอบต่อผลที่ตามมา หากเป็นเช่นนี้ ตนเองสามารถเลือกที่จะกระทำสิ่งอื่นที่ชื่นชอบ ที่เคยทำได้ดีและเป็นความถนัดได้เช่นกัน เหล่านี้แสดงถึงการเกิดแนวทางของการหาความหมายของชีวิตด้วยคุณค่าเชิงทัศนคติ และยังส่งผลให้ความรู้สึกของสมาชิกที่มีต่อกลุ่มเป็นไปในทิศทางบวกมากขึ้น เกิดความสัมพันธ์อันดีต่อผู้อื่น มีส่วนร่วมในการรับรู้ความรู้สึกของสมาชิกในกลุ่ม แสดงออกถึงความห่วงใย ยอมรับและช่วยเหลือกัน เกิดความรู้สึกเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน จากสิ่งที่เกิดขึ้นในกลุ่มเช่นนี้ทำให้เห็นถึงอีกแนวทางการค้นหาความหมายของชีวิตที่เรียกว่าคุณค่าเชิงประสบการณ์ และส่งผลต่อสมาชิกอีกหลายคนในกลุ่มเกิดการตระหนักถึงคุณค่าของการมีชีวิต เริ่มเรียนรู้ที่จะเข้าใจตนเอง และยอมรับความแตกต่างของเพื่อนสมาชิก เกิดความไว้วางใจ มีทัศนคติที่ดีต่อการช่วยเหลือ สนับสนุนกันและกัน ในการวางแผนจัดการกับปัญหาที่อาจ

เกิดขึ้นในอนาคต โดยร่วมกันแสดงความคิดเห็นในแก้ไขปัญหาตามประสบการณ์ของตน ซึ่งเห็นได้จากการบำบัด ครั้ง 7
ชั้นการสร้างความคิดเห็น จากการช่วยกันแก้ปัญหาของสมาชิกท่านหนึ่งที่ต้องการเป็นอิสระและได้รับความไว้วางใจจาก
ครอบครัว เพื่อนสมาชิกช่วยกันแสดงความคิดเห็นตามประสบการณ์ที่มี สุดท้ายสมาชิกท่านนี้จึงได้ข้อสรุปด้วยตนเองว่า
ตัวเองยังไม่สามารถทำอะไรที่จะเป็นอิสระจากครอบครัวได้ แม้อุเหมือนว่ายังไม่ได้ทางแก้ไข แต่ในกระบวนการกลุ่มได้ทำ
ให้สมาชิกท่านนี้รับรู้ถึงสิ่งที่ตนมีอยู่ เข้าใจถึงอิสระตามสถานะของตน ยอมรับและพึงพอใจกับชีวิต เกิดการตัดสินใจและ
เลือกด้วยตัวเองว่าจะใช้ชีวิตอย่างไร ณ ขณะนี้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Malarot (2017) ศึกษาเรื่องเสรีภาพของ
เจตจำนงและความหมายของชีวิตของผู้ที่ประกอบอาชีพอิสระ ได้สรุปว่าหากเกิดการตระหนักรู้ถึงอิสรภาพทางใจ การให้
ความหมายในชีวิตของบุคคลจะสอดคล้องกับภายในตัวเองมากที่สุด ตลอดจนกระบวนการบำบัดกลุ่มตามแนวความหมาย
ของชีวิตผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลได้แสดงให้เห็นถึงศักยภาพ ความปรารถนาที่อยากจะทำดีกว่าเดิมที่ไม่แตกต่างไป
จากบุคคลทั่วไป หากผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลยังมองหาความหมายของชีวิตผ่านการทำงานอย่างสร้างสรรค์ มี
สัมพันธภาพที่ดีต่อสิ่งแวดล้อม เผชิญความยากลำบากด้วยความรู้สึกที่ท้าทายและมีความมุ่งมั่นต่อชีวิต จะทำให้ผู้ป่วยยา
เสพติดระยะติดตามผลสามารถใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างปกติสุข ดังนั้นจึงสามารถสรุปได้ว่า โปรแกรมการบำบัดกลุ่มแนว
ความหมายของชีวิตมีประสิทธิภาพในการเพิ่มความมุ่งมั่นในชีวิตให้สูงขึ้นในผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผล

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. จากผลการวิจัยที่พบว่าโปรแกรมการบำบัดกลุ่มแนวความหมายของชีวิตมีประสิทธิภาพต่อการเพิ่มความ
มุ่งมั่นในชีวิตของผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผล ดังนั้นจึงเสนอแนะให้ทางหน่วยงานโรงพยาบาลพระจอมเกล้า จ.
เพชรบุรี ใช้โปรแกรมนี้เป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่ใช้กับกลุ่มผู้ป่วยยาเสพติดที่เข้าสู่ระยะติดตามผล

2. ผลการวิจัยพบว่าผู้ที่เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มบำบัดมีความมุ่งมั่นในชีวิตที่สูงขึ้น แต่การบรรลุวัตถุประสงค์ของ
กระบวนการกลุ่มในแต่ละขั้นตอนเกิดขึ้นไม่พร้อมกันในสมาชิกแต่ละคน การนำไปใช้ในการปฏิบัติจริงจึงเสนอแนะว่าควร
ปรับระยะเวลาและจำนวนครั้งบำบัด โดยเฉพาะในขั้นตอนของการพัฒนาความหมาย สร้างความคิดเห็นและจัดทิศทาง
ใหม่ เพื่อให้แต่ละคนสามารถค้นหาความมุ่งมั่น และได้แสดงเจตจำนงสู่การกระทำโดยการช่วยเหลือของพลังกลุ่ม

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้แม้จะเกิดจากความสมัครใจ แต่เนื่องด้วยระยะเวลาที่คัดเลือกกลุ่ม
ตัวอย่างจนถึงช่วงที่เริ่มโปรแกรมมีระยะเวลารอคอยนาน เมื่อกลุ่มตัวอย่างระยะติดตามผลได้กลับเข้าสู่การใช้ชีวิต
ตามปกติ จึงเกิดข้อจำกัดในเรื่องเวลา คือบางส่วนเริ่มทำงานใหม่ บางส่วนติดภารกิจ เช่นเกณฑ์ทหาร จึงไม่สะดวกที่จะ
เข้ากลุ่มจนครบโปรแกรม การวิจัยครั้งต่อไปจึงควรศึกษาช่วงเวลาและระยะเวลาของกลุ่มตัวอย่างตั้งแต่เริ่มต้นการวิจัย
รวมทั้งเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างไว้สำหรับเหตุการณ์ที่อาจเกิดขึ้น

2. จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า กิจกรรมที่มีรูปแบบของการใช้สมาธิ และการใช้จินตนาการในการสำรวจความรู้สึก
ภายในอาจเป็นข้อจำกัดกับการเข้าร่วมกลุ่มของผู้ที่มีปัญหาในด้านสมาธิ หุนหันพลันแล่น และขาดความอดทนรอคอย ใน
งานวิจัยครั้งต่อไปจึงควรปรับเปลี่ยนรูปแบบกิจกรรมให้เหมาะสมกับผู้ที่มีข้อจำกัดดังกล่าว

3. การวิจัยครั้งนี้พบว่าผู้ที่เข้าร่วมโปรแกรมบำบัดกลุ่มแนวความหมายของชีวิตสามารถเข้าใจและเกิดความ
ต้องการสำรวจความหมายของชีวิตเพื่อเข้าสู่การเกิดความมุ่งมั่นในชีวิตได้ไม่พร้อมกัน สมาชิกที่อยู่ในช่วงวัยผู้ใหญ่

สามารถเข้าใจกระบวนการและมุ่งสู่การปฏิบัติได้เร็วกว่าช่วงวัยรุ่น ในการวิจัยครั้งต่อไปจึงควรกำหนด ช่วงอายุของกลุ่มตัวอย่างให้อยู่ในกลุ่มวัยเดียวกัน จะสามารถเห็นพฤติกรรมของคุณค่าเชิงสร้างสรรค์ในแต่ละกลุ่มวัยได้ชัดเจนขึ้น

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. เพื่อเป็นแนวทางในการนำโปรแกรมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตมาประยุกต์ใช้ในการบำบัดรักษา ป้องกันการเสพยาเสพติดซ้ำในผู้ป่วยยาเสพติดระยะติดตามผลการรักษา
2. สามารถนำโปรแกรมกลุ่มบำบัดตามแนวความหมายของชีวิตไปใช้ในโรงพยาบาลที่มีระบบติดตามผลการรักษาผู้ป่วยยาเสพติดสำหรับผู้ป่วยนอก

References

- Bronk, K. C., Hill, P. L., Lapsley, D. K., Talib, T. L. & Finch, H. (2009). Purpose, hope, and life satisfaction in three age groups. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 500–510.
- Chainakin, C. (2016). Cessation of repeated amphetamine addiction: A case study of rehabilitated persons in behavior modification camp by the therapeutic community method. *Kuakarun Journal of Nursing*, 2(23), 248–262.
- Chayutasahakit, N. (2014). *Family support, meaning in Life and wellness among juvenile delinquents with substance abuse: A mixed methods study*. Master's thesis, Chulalongkorn University.
- Cooper, M. (2003). *Existential therapies*. London: SAGE.
- Emavarallhana, T. (2004). *Counseling Psychology for Drug Addicts*. (2nd Ed). Bangkok: Thammasat Printing house.
- Frankl, V. E. (1984). *Man's search for meaning* (Rev.ed). NY: Washington Square Press.
- Frankl, V. E. (1988). *The will to meaning: Foundations and applications of logotherapy*. Retrieved April 10, 2018, from <https://play.google.com/books/reader/>
- Frankl, V. E. (2006). *Man's search for meaning*. (Thepvijit, O., Trans.). (2nd ed.). Bangkok: OMG.
- Lawanna, S. (2000). *The effects of logotherapy and value clarification activities on future oriented characteristic of female youths at the observation and protection centre in Nakornratchasima province*. Master's thesis, Burapha University.
- Losuya, W. (2007). *The effect of logotherapy group counseling on changing the drinking behavior of alcoholic patients at Phramongkutklao hospital*. Master's thesis, Thammasat University.
- Malarot, P. (2017). *Freelance: Freedom of will and meaning of life*. Master's thesis, Chiang Mai University.
- Ministry of Public Health, Office of the Permanent Secretary. (2016). *Guidelines for drug operations* Ministry of Public Health. Nonthaburi: Author
- Moein, L., & Haushyar, F. (2015). The Effect of Logotherapy on Improving Self-Esteem and Adjustment in Physically Disabled People. *GESJ: Education Science and Psychology*, 5, 3–13.
- Mohamad, K., Masood, Y., & Hemn, M. (2014). Effect of group logotherapy in reducing depression and increasing hope in drug addicts. *Journal of Research & Health*, 6, 167–174.

- Office of the Narcotics Control Board. (2017). *Strategic plan–Prevention and solution of drug problems 2017–2019*. Bangkok: Author.
- Okan, N., & Eksi, H. (2017). *Spirituality in Logotherapy. Spiritual psychology and Counseling*. Retrieved April 10, 2018, from <http://dx.doi.org/10.12738/spc.2017.2.0028>
- Panya, S. (2017, July). *Study on the risk factors for repeated drug addiction among drug addiction patient at a drug addiction Rehabilitation Center in the Northeast*. The 2st National Conderence Ubonratchathani: 4.0 Research for the development of the country towards stability, prosperity and sustainability at Ratchathani University, Ubonratchathani.
- Patrakorn, A. & Chaipichitpan, N. (2015). The effect of FAST model for addiction patient in Thanyarak Institute. *J Psychiatr Assoc Thailand*, 1(60), 71–81.
- Pongsopar, P., & Pongsopar, W. (2014). *Theories and Techniques of Counseling*. Bangkok: Chulalongkorn University.
- Schaefer, S. M., Boylan, J. M., Reekum, C. M., Lapate, R. C., Norris, C. J., Ryff, C. D., et al. (2013). Purpose in Life Predicts Better Emotional Recovery from Negative Stimuli. *Plos One*, 8(11), 1–9.
- Suwanphahu, B. (2016). *Applying Logotherapy to enhance the wellness of young delinquents with drug abuse*. Doctoral thesis, Chulalongkorn University.
- Tuicomepee, A. (1993). *Effects of logotherapy group on increasing purpose in life of woman with high risk behavior for HIV positive in Kredtrakarn Home*. Master's thesis, Chulalongkorn University.
- Tuicomepee, A. (2016). *Logotherapy* (4th ed.). Bangkok: Chulalongkorn University.
- Thatsananchalee, P. (2011). The process of non becoming amphetamine addict: A case study of rehabilitated person in process of correctional system. *Interdisciplinary Sripatum Chonburi Journal*, 2(8), 36–48.