

ผลของโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้เทคนิค การแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ เพื่อการฟื้นฟูพลังใจในภาวะ วิกฤตของผู้หญิงที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรง ในครอบครัวศูนย์ช่วยเหลือสังคม จังหวัดกำแพงเพชร

The Effects of Group Psychological Counseling Program Using Art Feeling to
Restore Resilience Quotient of Violently Domestic Abused Women in Social
Assistance Center of Kamphaeng Phet Province

ศิรินทรา ตัญหาล้า^{1,*}, จิระสุข สุขสวัสดิ์² และ ลัดดาวรรณ ณ ระนอง³
Sirintra Tuila^{1,}, Jirasuk Suksawat² and Laddawan Na Ranong³*

รับบทความ 23 ธันวาคม 2562 แก้ไข 11 เมษายน 2563

ตอบรับ 16 เมษายน 2563

Received 23 December 2019 Revised 11 April 2020

Accepted 16 April 2020

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของผู้หญิงที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัวก่อนและหลังการทดลอง และ 2) เปรียบเทียบการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้หญิงที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว จำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ 1) โปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ และ 2) แบบวัดการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต มีค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ .88 สถิติที่ใช้ ได้แก่ ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบ แมน-วิทนียู และวิลคอกชัน ผลการวิจัยปรากฏว่า

¹นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี 11120
Master, Student in Guidance and Psychological Counseling, Sukhothai Thammathirat Open University,
Nonthaburi 11120, Thailand

²หลักสูตรการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี 11120
Faculty of Education (Guidance and Psychological Counseling), Sukhothai Thammathirat Open University,
Nonthaburi 11120, Thailand

³หลักสูตรการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี 11120
Faculty of Education (Guidance and Psychological Counseling), Sukhothai Thammathirat Open University,
Nonthaburi 11120, Thailand

*corresponding author; e-mail: Nirin_shop@hotmail.com, Jirasuk.stou@gmail.com, Bkctcp@gmail.com

1) กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 2) หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ การฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต ผู้หญิง ความรุนแรงในครอบครัว

ABSTRACT

The objectives of this research were to compare 1) restoration resilience quotient of violently domestic abuse women before and after, and 2) resilience quotient result after experiment between experiment group and control group which were taken care by multi vocational teams. Sample group was 20 persons who were violently domestic abused women. The sample was devised into 2 groups by simple random sampling methods which were 10 persons in both groups. Experiment tools in this research were (1) Program of psychological counseling to restore resilience quotient, and (2) Testing package of restore resilience quotient, with reliable coefficient 0.88. Statistics employed for data analysis were mean, standard deviation, and Mann-Whitney U Test and Wilcoxon Sign-Rang test. This research found that the restoration resilience quotient of experiment sample before and after group psychological counseling program are significant different at statistical level .05, and after experiment of the restoration resilience with group psychological counseling program is significant difference from those with control sample group using support program form multi vocation team at statistical level .05.

Keywords: Group counseling program, Art feeling, Restore resilience quotient, Women, Violently domestic abused

บทนำ

การใช้ความรุนแรงในครอบครัวเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นยาวนานในสังคมทั่วไป สาเหตุเกิดจากความคิดเห็น และทัศนคติที่แตกต่างกัน ความสัมพันธ์เชิงอำนาจระหว่างชายหญิง หรือผู้มีอำนาจกระทำต่อผู้ที่ด้อยกว่า ความรุนแรงในครอบครัวเป็นปัญหาที่เป็นวัฏจักรถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่น เช่น ชาวเด็กชายวัย 17 ปี ผู้กระทำความรุนแรงต่อตาเลี้ยงสาเหตุจากการเห็นยายของตนถูกตาเลี้ยงซ้อมทรมานทำร้ายร่างกายเมื่อเมาสุรา (ทีมข่าวเฉพาะกิจไทยรัฐออนไลน์, 2562) จากสถานการณ์ความรุนแรงต่อผู้หญิงและบุคคลในครอบครัวระดับประเทศโดยความร่วมมือของมหาวิทยาลัยมหิดล ศูนย์จัดการความรู้ความรุนแรงในครอบครัว และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) เมื่อเดือนตุลาคม 2559 – มกราคม 2560 พบว่าร้อยละ 34.6

มีความรุนแรงต่อผู้หญิงและบุคคลในครอบครัว โดยอันดับ 1 เป็นความรุนแรงทางด้านจิตใจสูงถึงร้อยละ 32.3 รองลงมา เป็นความรุนแรงทางด้านร่างกายร้อยละ 9.9 (เลิศปัญญา บุรณบัณฑิต, 2561) โดยสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข (2559) พบว่า มีเด็กและสตรีที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงเข้ารับบริการ จำนวน 20,018 คน เฉลี่ยวันละ 55 คน และกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ในปี (2559) พบว่า ประเภทเหตุการณ์ความรุนแรงสูงสุด 3 ลำดับแรก คือ การทำร้ายร่างกายจำนวน 481 ครั้ง การดูหมิ่นหรือดูถูก จำนวน 136 ครั้ง และการใช้วาจาหยาบคาย ตะคอก ประจาน ข่มขู่ และบังคับ จำนวน 132 ครั้ง โดยผู้ที่กระทำความรุนแรง ส่วนใหญ่เป็นคนใกล้ชิด เช่นสามี คู่รัก หรือคนในครอบครัว และผู้ถูกทำร้ายส่วนใหญ่

คือ ผู้หญิง จากการรวบรวมสถิติข้อมูลการกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว ศูนย์ช่วยเหลือสังคมจังหวัดกำแพงเพชร ในปี พ.ศ. 2560-2562 พบว่า มีผู้รับบริการ จำนวน 40 คน 53 คน และ 29 คน ตามลำดับ ซึ่งถือได้ว่าเป็นสถานการณ์ที่น่าเป็นห่วง

การฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตเป็นศักยภาพและความสามารถภายในของบุคคล เพื่อช่วยให้สามารถรับมือและปรับตัวกับปัญหาที่ร้ายแรงหรือภาวะวิกฤตในชีวิต และฟื้นตัวกลับ สุขภาพเดิมได้อย่างรวดเร็ว สิทธิพันธ์ ตันจักรวรานนท์ (2559) กล่าวว่า ภาวะวิกฤต หมายถึง สิ่งที่เกิดขึ้นนอกเหนือจากภาวะปกติเป็นสิ่งที่ไม่คาดฝันโดยแยกเป็น สิ่งที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ เช่น พายุ น้ำท่วม และ สิ่งที่ไม่ได้เกิดจากธรรมชาติ เช่น อาชญากรรม การขึ้นใจ ภาวะวิกฤตทำให้เกิดผลกระทบที่รุนแรงในหลาย ๆ ด้าน เช่น สภาพจิตใจ เศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม ทั้งนี้เครื่องมือที่จะช่วยให้บุคคลพ้นจากสภาวะเหล่านี้ คือ การฟื้นฟูพลังใจ ซึ่งจะช่วยให้บุคคลได้เตรียมตัวรับมือกับภาวะวิกฤตที่เกิดขึ้นในชีวิตอย่างรุนแรง การฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของผู้หญิงที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัวทั้งด้านความมั่นคงทางอารมณ์ ด้านกำลังใจ และด้านการจัดการกับปัญหา จึงมีความสำคัญ และเป็นสิ่งจำเป็น โดยใช้ร่วมกับกระบวนการกลุ่ม ทางจิตวิทยา ซึ่งกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะเป็นพื้นที่พูดคุยที่ปลอดภัย ช่วยลดความรู้สึกโดดเดี่ยว ความเศร้า ความกดดันที่อยู่ในใจ วชิรา บุตรวัยวุฒิ (2557, น. 1) กล่าวว่า การแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ (Art Feeling) ในกระบวนการปรึกษาเป็นอีกวิธีหนึ่ง ที่ช่วยให้ผู้รับการบำบัดได้มีประสบการณ์ใหม่ในการเรียนรู้จักกับอารมณ์ ความรู้สึกที่แสดงออกมาโดยผ่านการระบายสีนำไปสู่เรื่องราวของตนได้อย่างอิสระโดยไม่ต้องใช้กลไกป้องกันตนเอง ทำให้ผู้รับการบำบัดเกิดความรู้สึกสบายใจ คลายกังวล ดังเช่น งานวิจัยของ ผกาพรรณ นันทะเสน (2557, น. 132-135) เรื่องผลของการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางที่มีต่อความวิตกกังวลและความซึมเศร้าในผู้หญิงที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีความวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้า

น้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ดังนั้น การใช้โปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ (Art Feeling) เป็นวิธีการหนึ่งที่มีประสิทธิภาพในการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของผู้หญิงที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว และเนื่องจากการศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องพบว่าส่วนใหญ่ผู้ที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัวเป็นผู้หญิง และผู้ที่กระทำเป็นสามี อีกทั้งการวิจัยตัวอย่างในพื้นที่ดังกล่าวไม่เคยมีผู้ทำการวิจัยมาก่อน จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงได้สนใจศึกษาผลของโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ เพื่อการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของผู้หญิงที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัวศูนย์ช่วยเหลือสังคม จังหวัดกำแพงเพชร เพื่อนำผลที่ได้จากการวิจัยมาพัฒนาการให้บริการด้านการสงเคราะห์ช่วยเหลือ และคุ้มครองสวัสดิภาพผู้ที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัวของศูนย์ช่วยเหลือสังคมจังหวัดกำแพงเพชรในลำดับต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเปรียบเทียบการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของผู้หญิงที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว ก่อนและหลังการทดลองที่ใช้โปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ
2. เพื่อเปรียบเทียบการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของกลุ่มทดลองที่ใช้โปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ และกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามปกติหลังการทดลอง

สมมุติฐาน

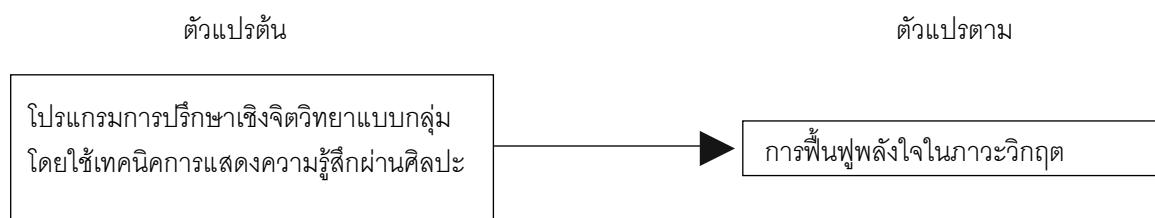
1. หลังการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ ผู้หญิงที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัวมีคะแนนเฉลี่ยการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ
2. หลังการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

แบบกลุ่ม โดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามปกติ

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยประยุกต์แนวคิดการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของกรมสุขภาพจิต (2552) และการ

ใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะกับการปรึกษาตามแนวคิดของ วชิรา บุตรวิญญู (2557, น. 1-8) ในการออกแบบโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ เพื่อการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของผู้หญิงที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัวศูนย์ช่วยเหลือสังคมจังหวัดกำแพงเพชร ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) รายละเอียดดังนี้

1. ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ ผู้หญิงที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัวจากสามีที่ได้รับการบริการจากศูนย์ช่วยเหลือสังคม จังหวัดกำแพงเพชร จำนวน 100 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้หญิงที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัวที่ได้รับการดูแลจากทีมสหวิชาชีพและได้รับการบริการอื่นๆ จากศูนย์ช่วยเหลือสังคมจังหวัดกำแพงเพชร จำนวน 20 คน โดยใช้วิธีเลือกแบบเจาะจงตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ และแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน ด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่ายด้วยการจับสลาก ทั้งนี้ผู้วิจัยตระหนักถึงประเด็นจริยธรรมมนุษย์จึงกำหนดเกณฑ์การคัดเลือกได้แก่ 1) ผู้หญิงที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัวจากสามีอาศัยอยู่ในจังหวัดกำแพงเพชร และได้รับการดูแลจากทีมสหวิชาชีพและได้รับการบริการอื่นๆ จากศูนย์ช่วยเหลือสังคมจังหวัดกำแพงเพชร 2) มีคะแนนจากแบบวัดการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตในระดับน้อยที่สุด 3) ไม่มีปัญหาสุขภาพกาย

และสุขภาพจิตที่เป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมโปรแกรมฯ และ 4) สมารถใจที่จะเข้าร่วมโปรแกรมฯ ส่วนเกณฑ์คัดออกคือ 1) เข้าร่วมการวิจัยไม่ครบกระบวนการ และ 2) ขอลถอนตัวจากจากกวิจัยถาวร

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ โปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะเพื่อฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต ใช้สำหรับกลุ่มทดลอง จำนวน 9 ครั้ง โดยแต่ละครั้งมีขั้นตอน 5 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ขั้นสร้างสัมพันธภาพ 2) ขั้นสำรวจปัญหา 3) ขั้นเข้าใจปัญหาที่แท้จริง 4) ขั้นวางแผนแก้ไขปัญหา และ 5) ขั้นยุติปัญหา และผ่านการพิจารณาคุณภาพจากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน อยู่ในระดับดี

ส่วนที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามเกี่ยวกับลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง และแบบวัดการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยมีพื้นฐานมาจากแนวคิดเกี่ยวกับการสร้างพลังสุขภาพจิตในการฟื้นฟูจิตใจเมื่อต้องเผชิญกับ

ภาวะวิกฤต อัจฉรา สุขารมณ (2559, น. 209-220) เปลี่ยนรายกลายเป็นดีพลังสุขภาพจิต RQ ของกรมสุขภาพจิต (กระทรวงสาธารณสุข, กรมสุขภาพจิต, 2552) และเพ็ญภา กุลนาคดล (2559) แบบวัดแบ่งออกเป็น 2 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล เช่น เพศ ระดับการศึกษา สถานภาพ อาชีพ และรายได้

ตอนที่ 2 แบบวัดการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต ประกอบด้วย 3 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านความมั่นคงทางอารมณ์ 2) ด้านกำลังใจ และ 3) ด้านการจัดการกับปัญหา เป็นแบบวัดแบบ Likert Scale มีจำนวน 28 ข้อ โดยมีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง .20 – .78 และมีค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ .88

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลมีขั้นตอนดังนี้

3.1 ผู้วิจัยทำบันทึกขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลจากสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ และส่งไปยังสำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดกำแพงเพชร เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูล

3.2 ผู้วิจัยนัดหมายกลุ่มตัวอย่างเพื่อรับอาสาสมัครได้ จำนวน 40 คน และผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนด ได้จำนวน 20 คน หลังจากนั้นทำการสุ่มอย่างง่าย โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน

3.3 ผู้วิจัยทำการทดลองกับกลุ่มทดลองโดยใช้โปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ เพื่อฟื้นฟูพลังใจในภาวะ

วิกฤต ส่วนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการดูแลตามปกติ

3.4 ภายหลังเสร็จสิ้นการทดลอง ผู้วิจัยทำการประเมินผลโดยใช้แบบวัดการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต ครั้งที่ 2 กับทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง

3.5 ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

4. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ผลการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตในกลุ่มทดลองด้วยสถิติ Wilcoxon Signed - Rank test และวิเคราะห์ผลการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตสถิติ Mann - Whitney U test

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ในช่วง 30-50 ปี คิดเป็นร้อยละ 60 เท่ากัน มีการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย หรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 50 และมัธยมศึกษาหรือต่ำกว่า คิดเป็นร้อยละ 50 ตามลำดับ ส่วนใหญ่มีสถานภาพไม่ได้สมรสและอยู่ด้วยกัน คิดเป็นร้อยละ 40 และ สมรสและอยู่ด้วยกัน คิดเป็นร้อยละ 60 ตามลำดับ ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 70 และ 50 ตามลำดับ และมีรายได้เดือนละ 10,000 – 20,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 50 และ 40 ตามลำดับ

2. การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง โดยใช้สถิติ Mann - Whitney U test

กลุ่มตัวอย่าง	n	M	S.D.	Z	Sig.
กลุ่มทดลอง	10.00	2.78	4.39	-0.19	.85
กลุ่มควบคุม	10.00	2.78	5.63		

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จากตารางที่ 1 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตไม่แตกต่างกันที่นัยสำคัญทางสถิติระดับ .05 โดยก่อนการทดลองกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต เท่ากับ 2.78 (S.D. = 4.39) และกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต เท่ากับ 2.78 (S.D. = 5.63) แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้าร่วม

โปรแกรมการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีพื้นฐานเกี่ยวกับการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตอยู่ในระดับเดียวกัน

3. การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ เพื่อฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะเพื่อฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต โดยใช้สถิติ Wilcoxon Signed - Rank Test

การฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต	n	M	S.D.	Z	Sig.
ก่อนการทดลอง	10.00	2.78	2.78	-2.81*	.01
หลังการทดลอง	10.00	3.89	3.89		

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จากตารางที่ 2 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ เพื่อฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต พบว่า มีค่าเฉลี่ยคะแนนการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต เท่ากับ 3.89 (S.D. = 3.89)

ซึ่งสูงกว่าก่อนการทดลองที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต เท่ากับ 2.78 (S.D. = 2.78) แสดงให้เห็นว่า โปรแกรมการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต ส่งผลให้กลุ่มทดลองเพิ่มมีการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตเพิ่มขึ้น

4. การเปรียบเทียบการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ Mann - Whitney U test

การฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต	n	M	S.D.	Z	Sig.
กลุ่มทดลอง	10.00	3.89	1.94	-3.44*	.00
กลุ่มควบคุม	10.00	3.73	2.21		

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จากตารางที่ 3 การเปรียบเทียบการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า มีค่าเฉลี่ยคะแนนการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตแตกต่างกันที่นัยสำคัญทางสถิติระดับ .05 โดยกลุ่มทดลองที่ได้รับการโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ เพื่อฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต มีค่าเฉลี่ยคะแนนการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตเท่ากับ 3.89 (S.D. = 1.94) ซึ่งสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต เท่ากับ 3.73 (S.D. = 2.21) แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ เพื่อการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต มีการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการดูแลตามปกติ

อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัยตามสมมุติฐานการวิจัย ดังนี้

สมมุติฐานข้อที่ 1 ผลการวิจัยพบว่า หลังการใช้โปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ เพื่อการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานข้อที่ 1 ที่ตั้งไว้ ผลการวิจัยเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับผลการวิจัยของสยาภรณ์ เดชดี วัฒนะ พรหมเพชร และนพพร ดันติรังสี (2561, น. 103-116) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมเสริมสร้างพลังสุขภาพจิตที่มีต่อระดับพลังสุขภาพจิตและภาวะซึมเศร้าของผู้สูญเสียสามีจากสถานการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนใต้ที่พบว่า ภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนพลังสุขภาพจิตสูงกว่าก่อนการทดลอง อีกทั้งยังสอดคล้องกับงานวิจัยของปวีณา เทียงพรม และฉันทนา กล่อมจิต (2555, น. 69-77) ที่ศึกษาผลการใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมที่มีต่อความหยุนตัวทางอารมณ์ของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็ก และ

เยาวชนเขต 4 จังหวัดขอนแก่น พบว่าหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนความหยุนตัวทางอารมณ์สูงกว่าก่อนการทดลอง และสอดคล้องกับงานวิจัยของวิไลลักษณ์ คงตุก, กาญจนวัลย์ ภิญโญสุภสิทธิ์ และวัลลยา ธรรมอภิบาล อินทนิล (2560, น. 247-260) ที่ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อเสริมสร้างพลังสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โรงเรียนเทศบาล 5 (วัดหัวป้อมนอก) ที่พบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีระดับพลังสุขภาพจิตสูงกว่าก่อนการทดลอง

ทั้งนี้เนื่องจากการให้บริการปรึกษาของผู้วิจัยที่สามารถประยุกต์ใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ ในการให้บริการปรึกษาทั้ง 5 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ขั้นสร้างสัมพันธภาพ 2) ขั้นสำรวจปัญหา 3) ขั้นเข้าใจปัญหาที่แท้จริง 4) ขั้นวางแผนแก้ไขปัญห และ 5) ขั้นตอนการปรึกษา เพื่อให้สมาชิกกลุ่มลดความรู้สึกกังวลในการเข้าร่วมโปรแกรมฯ และสามารถเล่าเรื่องราวของตนเองผ่านภาพได้อย่างอิสระ การปฐมนิเทศที่เน้นการสร้างความรู้เข้าใจเกี่ยวกับการใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ ซึ่งเป็นการระบายสีที่ไม่มีข้อจำกัดด้านความสวยงาม ขึ้นอยู่กับอารมณ์ ความรู้สึกที่เป็นตัวนำไปสู่งานศิลปะที่เป็นความเฉพาะของแต่ละบุคคลแล้วเล่าเรื่องราวของสีที่ระบายว่า “สีหมายถึงอะไร” ทำให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกสบายใจ คลายกังวล ตระหนักถึงอารมณ์ ความรู้สึกของตนเองอย่างแท้จริง นอกจากนี้ในกระบวนการเริ่มต้นของโปรแกรมผู้วิจัยได้ตั้งประเด็นคำถามเพื่อเป็นหัวข้อให้สมาชิกกลุ่มได้สื่อความรู้สึกที่เกี่ยวข้องกับการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต เช่น โปรแกรมการปรึกษาครั้งที่ 2 มีประเด็นคำถามว่า “ขณะนี้สมาชิกกลุ่มมีความรู้สึกอย่างไร ความรู้สึกอะไรที่มีมากที่สุดขณะนี้ ให้แสดงความรู้สึกผ่านการระบายสี” ในระหว่างที่สมาชิกกลุ่ม ลงมือปฏิบัติแต่ละครั้ง ผู้นำกลุ่มเปิดเพลงบรรเลง เพื่อให้เกิดบรรยากาศการใช้ความคิด สร้างความรู้สึกผ่อนคลาย และให้ความรู้สึกนั้นสื่อออกมาในรูปของสีสันท เป็นลักษณะเฉพาะของบุคคล ส่งผลให้สมาชิกกลุ่มเข้าถึงกลไก ทางอารมณ์ สามารถเยียวยาสุขภาพจิตใจของตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับวิชา บุตรวิญญู (2557) ที่กล่าวว่า เทคนิค

การแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะเป็นกระบวนการปรึกษาอีกวิธีหนึ่งที่ช่วยให้ผู้รับการบำบัดได้มีประสบการณ์ใหม่ในการเรียนรู้จักกับอารมณ์ ความรู้สึกที่แสดงออกมา โดยผ่านการระบายสีน้ำไปสู่เรื่องราวของตนได้อย่างอิสระโดยไม่ต้องใช้กลไกป้องกันตนเอง ทำให้ผู้รับการบำบัดเกิดความรู้สึกสบายใจ คลายกังวล มีความรู้สึกไว้วางใจ และเกิดความตระหนักรู้ รับรู้ และเข้าใจปัญหาของตนเองได้อย่างชัดเจน

สมมุติฐานข้อที่ 2 ผลการวิจัยพบว่า หลังการใช้โปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ เพื่อการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้ ผลการวิจัยเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับผลการวิจัยของ ผกาพรรณ นันทะเสน (2557) ที่ศึกษาการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางที่มีต่อความวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าในผู้หญิงที่ถูกกระทำ ความรุนแรงในครอบครัว พบว่าหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีความวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าในน้อยกว่ากลุ่มควบคุม และยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ นันทิชาติ สกลพงศ์ อรพินทร์ ชูชม และณัฐสุดา เต็มพันธ์ (2558) ที่ศึกษาการปรึกษาทางจิตวิทยาแบบกลุ่มบูรณาการเน้นแนวคิดซาเลียร์ต่อพลังสุขภาพจิตของผู้ติดแอมเฟตามีนหญิงที่อยู่ในระยะฟื้นฟูสมรรถภาพการวิจัยแบบผสมวิธี พบว่าภายหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีพลังสุขภาพจิตมากกว่าก่อนเข้ากลุ่ม และกลุ่มทดลองมีพลังสุขภาพจิตมากกว่ากลุ่มควบคุม

ทั้งนี้เนื่องจากโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะเพื่อการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต เป็นกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่ช่วยเพิ่มศักยภาพของสมาชิกกลุ่มในการจัดการกับอารมณ์ สร้างกำลังใจที่เข้มแข็ง และสามารถจัดการกับปัญหาได้ด้วยตนเองอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น ในขณะที่แผนการดูแลจากทีมสหวิชาชีพและได้รับบริการอื่น ๆ จากศูนย์ช่วยเหลือสังคมจังหวัดกำแพงเพชร เน้นการช่วยเหลือ

ในด้านสุขภาพร่างกาย ความปลอดภัย การดำเนินคดี และสวัสดิการสังคม ซึ่งเป็นการช่วยเหลือเบื้องต้น ให้ผลดีเมื่อกระบวนการเสร็จสิ้น แต่ยังไม่สามารถพัฒนาหรือฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤตของผู้หญิงที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงได้อย่างเต็มที่ เห็นได้จากเมื่อเกิดปัญหาในลักษณะคล้ายกัน ในครอบครัวผู้หญิงที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงจะประสานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานทันที เกิดภาวะพึ่งพิง และไม่สามารถจัดการกับปัญหาเบื้องต้นของตนเองได้

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะการนำผลวิจัยไปใช้

1.1 นักจิตวิทยาการปรึกษาและนักแนะแนวที่ผ่านการฝึกอบรมการใช้โปรแกรมฯ สามารถนำไปประยุกต์ในการให้บริการปรึกษาแก่บุคคลต่าง ๆ เพื่อพัฒนาการฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต

1.2 นักจิตวิทยาการปรึกษาและนักแนะแนวสามารถนำเทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะไปประยุกต์ใช้เป็นเทคนิคเสริม หรือเทคนิคหลักในการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เพื่อให้ผู้รับบริการสามารถแสดงอารมณ์ความรู้สึกอย่างอิสระ ลดความวิตกกังวล สามารถวางแผนแก้ไขปัญหได้อย่างเหมาะสม

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ผู้สนใจสามารถปรับระยะเวลาการให้บริการ และจำนวนผู้รับบริการแบบกลุ่มตามความเหมาะสม เช่น ขยายเวลาเป็น 90 – 120 นาทีต่อครั้ง หรือลดจำนวนสมาชิกกลุ่ม จำนวน 6 – 8 คน เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้รับการบริการอย่างทั่วถึง เท่าเทียม และมีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น

2.2 โปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้เทคนิคการแสดงความรู้สึกผ่านศิลปะ มีความเหมาะสมในการให้บริการกับสมาชิกกลุ่มที่มีการนัดหมายอย่างต่อเนื่อง และผู้ให้บริการควรผ่านการอบรมและฝึกฝนจนเกิดความชำนาญก่อนให้บริการเพื่อให้เกิดประสิทธิผลสูงสุดแก่ผู้รับบริการ

เอกสารอ้างอิง

กระทรวงสาธารณสุข, กรมสุขภาพจิต. (2552). *เปลี่ยนร้ายกลายเป็นดี*. กรุงเทพฯ: ดิโน้ต.

ทีมข่าวเฉพาะกิจไทยรัฐออนไลน์ (มกราคม 24, 2562). *คำสารภาพจากผู้เคยร้ายหวังช่วยยายจากตาช้ำเมา พลาดโดนคดียกครัว*. ไทยรัฐ. สืบค้นเมื่อ 6 มกราคม 2562, จาก <https://www.thairath.co.th/scoop/1473771>.

นันท์ชัตสันห์ สกุลพงศ์, อรพินท์ ชูชม, และณัฐสุดา เต้พันธ์. (2558). ผลของการปรึกษาทางจิตวิทยาแบบกลุ่มบูรณาการเน้นแนวคิดทฤษฎีต่อพลังสุขภาพจิตของผู้ติดแอมเฟตามีนหญิงที่อยู่ในระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ: การวิจัยแบบผสานวิธี. *วารสารสวนปรุง*, 31(3), น. 16-32.

ปวีณา เทียงพรม และฉันทนา กล่อมจิต. (2555). ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผลอารมณ์ และพฤติกรรมที่มีต่อความหยุนตัวของอารมณ์ของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนเขต 4 จังหวัดขอนแก่น. *วารสารศึกษาศาสตร์ ฉบับวิจัยบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยขอนแก่น*, 6(1), น. 69-77.

ผกาพรรณ นันทะเสน. (2557). *ผลของการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางที่มีต่อความวิตกกังวลและความซึมเศร้าในผู้หญิงที่ถูกกระทำรุนแรงในครอบครัว*. (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยรามคำแหง).

เพ็ญภา กุลนาคดล. (2559). การเสริมสร้างความหยุนตัวของอารมณ์ของนักเรียนวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว ด้วยรูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ. *วารสารการศึกษาและพัฒนาสังคม*, 12(2), น. 198-212.

วชิรา บุตรวิญญู. (2557). *Art Feeling* กับการให้คำปรึกษา. สถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด (บ้านพิชิตใจ) กองป้องกันและบำบัดการติดยาเสพติด สำนักอนามัย, กรุงเทพฯ: สถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด (บ้านพิชิตใจ).

วิไลลักษณ์ คงตูก, กาญจนวัลย์ ภิญโญสุภสิทธิ์ และวัลลยา ธรรมอภิบาล อินทนิล. (2560). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อเสริมสร้างพลังสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โรงเรียนเทศบาล 5 (วัดหัวป้อมนอก). *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช*, 10(2), น. 247-260.

เลิศปัญญา บุรณบัณฑิต. (2561). *พบผลสำรวจ 'ความรุนแรงในครอบครัว' 34.6%*. สืบค้นเมื่อ 27 กันยายน 2562, จาก <https://www.thaihealth.or.th/Content/40742.html>.

สยาภรณ์ เดชดี วัฒนะ พรหมเพชร และนพพร ตันติวงศ์. (2561). ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างพลังสุขภาพจิตที่มีต่อระดับพลังสุขภาพจิตและภาวะซึมเศร้าของสตรีผู้สูญเสียสามีจากสถานการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้. *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*, 26(2), น. 103-116.

สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข, สำนักบริหารการสาธารณสุข. (2559). *ความรุนแรงในครอบครัว ความจริงกับสิ่งที่สวนทาง*. สืบค้นเมื่อ 28 พฤศจิกายน 2562, จาก <https://www.ppt.vhd36.com/news/>.

สิทธิพันธ์ ตันจักรวรานนท์. (2559). *ภาวะวิกฤตกับการดูแลสุขภาพจิต*. สืบค้นเมื่อ 29 มกราคม 2562, จาก <http://www.somdej.or.th/index.php/> 2016-11-03-04-57-38.

อัจฉรา สุขารมณ์. (2559). การฟื้นฟูพลังใจในภาวะวิกฤต. *วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร*, 4(1), น. 209-220.