

ผลของการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง ต่อความเครียดของผู้ติดยาเสพติดประเภทแอมเฟตามีน

ประเมษฐ์ นาวันธรรม สุรินทร์ สุทธิรักษ์ และ เพ็ญภา กุลนาค
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความเครียดของผู้ติดยาเสพติดประเภทแอมเฟตามีน กลุ่มตัวอย่าง คือผู้ติดยาเสพติดประเภทแอมเฟตามีนที่เข้ารับการบำบัดที่โรงเรียนวัฒโนพลเมืองกองทัพเรือ 3 ที่มีคะแนนความเครียดจากการทำแบบวัดความเครียดสวนปรงอยู่ในระดับมากขึ้นไป จำนวน 20 คน ใช้การจับคู่คะแนนเพื่อแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน และทำการสุ่มอย่างง่าย เพื่อเลือกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเครื่องมือที่ใช้ในการทดลองคือแบบวัดความเครียดสวนปรง และโปรแกรมการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง แบ่งระยะเวลาการทดลองออกเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังทดลองและระยะติดตามผล ทำการวิเคราะห์โดยใช้แบบแผนการวิจัยแบบ 2 องค์ประกอบ และวัดซ้ำ 1 องค์ประกอบ

ผลการศึกษาพบว่า ผู้ติดยาเสพติดกลุ่มทดลองมีคะแนนความเครียดแตกต่างจากกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และผู้ติดยาเสพติดกลุ่มทดลองมีความเครียดในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

คำสำคัญ: การปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง / ความเครียด / ผู้ติดยาเสพติดประเภทแอมเฟตามีน



The Effects of Group Reality Therapy on Stress of Amphetamine Addicts

Porlamate Navinthum, Surin Suthithatip and Pennapha Koolnaphadol

Faculty of Education, Burapha University

Abstract

This experimental research aimed to study about the effects of counseling the Group Reality Therapy on Stress of Amphetamine Addicts, The subjects were 20 Amphetamine Addicts who were treated at Wiwatpollamuang Navi 3 School with stressed save from Suanprung stress level testing, quantity 20 addicts. Using matched pair scores to classify sample into 2 groups; experiment group; controll group. Instruments were Suanprung stress level testing and Counseling the Reality Therapy group Program. Collecting data in 3 periods; pre-testing, post-testing, and follow up. The data was analyzed by Repeated measures analysis of variance: one between – subjects variable and one within – subjects variable.

The results were found. The experimental and control group got stress level scores after addicts post-test and follow up session significantly difference at statistics level .05. Comparing with in group the addicts in testing group got strain level scores in post-testing session and follow up session lower than pre-testing session significantly at statistics level 0.05

Keywords: Counseling The Reality Therapy Groups / Stress / Amphetamine Addicts

Corresponding Author : Mr.Porlamate Navinthum Faculty of Education, Burapha University

E-mail : porlamate@gmail.com

บทนำ

ปัญหาหายาเสพติดในประเทศไทยนั้น ตั้งแต่อดีตจนปัจจุบันส่งผลกระทบมากมาย และเป็นภัยใกล้ตัวที่สุด ทั้งนี้หน่วยงานของรัฐได้วางระบบการจัดการในรูปแบบต่างๆ เพื่อเตรียมตัวป้องกัน และรองรับผลที่จะเกิด รวมถึงคาดคะเนความเป็นไปได้ในอนาคตเพื่อที่จะลดปัญหาหายาเสพติดให้หมดไปจากประเทศไทยโดยสิ้น จากการที่ผู้วิจัยได้ค้นคว้าข้อมูลในปีงบประมาณ พ.ศ. 2559 กรมคุมประพฤติ ดำเนินการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดในระบบบังคับรักษา จำนวน 66,721 ราย จากเป้าหมาย 77,500 ราย โดยแบ่งออกเป็น การฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด แบบควบคุมตัว จำนวน 17,338 ราย และคิดเป็นร้อยละ 26.16 และการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดแบบไม่ควบคุมตัว จำนวน 48,933 ราย คิดเป็นร้อยละ 73.84 ซึ่งมีผลการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดเป็นที่พอใจ จำนวน 67,180 ราย (กรมคุมประพฤติ, 2559) ซึ่งสาเหตุที่ทำให้คนตกอยู่ในอำนาจของยาเสพติดนั้น จากการศึกษาของวงการแพทย์ วงการการศึกษา หน่วยงานต่างๆ ต่างก็หาข้อสรุปเกี่ยวกับสาเหตุของการติดยา ซึ่งมีความเป็นไปได้ในส่วนของการติดยาเสพติดเพราะฤทธิ์ของยาเสพติดซึ่งทำให้ผู้เสพยาเสพติดนั้น ไม่สามารถที่จะหลุดออกจากวงจรของยาเสพติดได้ เป็นเพราะฤทธิ์ของยา ที่สะสมอยู่ภายในร่างกายของผู้เสพเป็นจำนวนมาก (สันติ จัยสิน, 2544)

จากข้อมูลดังกล่าวผู้วิจัยจึงให้ความสนใจที่จะเข้าไปดูถึงการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้ติดยาเสพติดในสถานบำบัดที่ใกล้เคียงและเปิดโอกาส ให้ผู้วิจัยสามารถเข้าไปศึกษาข้อมูล เพื่อช่วยหาวิธีการทางสาขาจิตวิทยาการศึกษา เพื่อเข้าร่วม เป็นส่วนหนึ่งของการแก้ไขปัญหาหายาเสพติด ผู้วิจัยได้ศึกษานำร่อง

โดยทำการศึกษาข้อมูลในโรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง กองทัพเรือ 3 เนื่องจากเป็นสถานบำบัดยาเสพติดพื้นที่ใกล้เคียงที่สุด โดยที่ผู้บำบัดยาเสพติดในพื้นที่ส่วนใหญ่จะถูกส่งตัวไปบำบัด ณ สถานบำบัดแห่งนี้ หลังจากได้ทำการศึกษาข้อมูล พบว่ากลุ่มผู้เข้ารับการบำบัดยาเสพติดมีความเครียดที่เกิดขึ้นกับผู้เข้ารับการบำบัดรักษา ในด้านต่างๆ ซึ่งเกิดจากการปรับตัวที่เกิดขึ้น ในสถานที่อยู่ใหม่ กฎระเบียบ และรูปแบบการดำเนินชีวิตภายในสถานบำบัดยาเสพติด ซึ่งผู้บำบัดยาเสพติดต้องเผชิญกับภัยคุกคามต่างๆ ซึ่งก่อให้เกิดผลกระทบกับความสัมพันธ์ทางร่างกาย และจิตใจ เป็นความแปรปรวนต่อระบบความสมดุล ส่งผลต่อพฤติกรรม อาจนำไปสู่ความเครียด และอาการเจ็บป่วยได้ แบ่งออกเป็น 4 ลักษณะ คือ ความกดดัน ความคับข้องใจ ความขัดแย้ง ความวิตกกังวล (ระพีพันธ์ ฉายวิมล, 2559: 43) ผู้วิจัยนั้นสนใจวางแผนในเรื่องของการใช้โปรแกรมการปรึกษากลุ่ม โดยใช้ทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อช่วยลดความเครียดที่เกิดขึ้นของผู้ติดยาเสพติดที่จัดอยู่ในกลุ่มของผู้เสพยาบ้าหรือแอมเฟตามีนที่ต้องเข้ารับการบำบัดยาเสพติด ณ โรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองกองทัพเรือ 3 โดยทฤษฎีเผชิญความจริงซึ่งมีจุดมุ่งหมาย มีกระบวนการแบบแผน ด้านการแก้ปัญหาในปัจจุบันที่เกิดขึ้น โดยรู้จักที่จะคิดพิจารณาแก้ไขปัญหามาจากความจริง (วัชร ทรัพย์มี, 2556) ผู้วิจัยจึงมีความคาดหวังว่า หากสามารถนำโปรแกรมการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญ ความจริงกับผู้ติดยาเสพติด เพื่อเป็นส่วนหนึ่งในการช่วยเหลือและร่วมสร้างประสิทธิภาพในกระบวนการบำบัดรักษายาเสพติดให้ดียิ่งขึ้น และเพื่อเป็นประโยชน์กับผู้ติดยาเสพติดที่เข้ารับการบำบัด ณ โรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองกองทัพเรือ 3



วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง ต่อความเครียดของผู้ติดสารเสพติดประเภทแอมเฟตามีน

สมมติฐานของการวิจัย

1. ผู้ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงและกลุ่มควบคุมมีความเครียดแตกต่างกันในระยะหลังการทดลอง
2. ผู้ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงและกลุ่มควบคุมมีความเครียดแตกต่างกันในระยะติดตามผล
3. ผู้ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง มีความเครียดในระยะหลังทดลองต่ำกว่าก่อนการทดลอง
4. ผู้ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง มีความเครียดในระยะติดตามผลต่ำกว่าก่อนการทดลอง

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
 - 1.1 ประชากร คือ ผู้เข้ารับการบำบัดยาเสพติด โรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง 3 เป็นผู้เข้ารับการบำบัดยาเสพติดประเภทแอมเฟตามีนครั้งแรกที่โรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองกองทัพเรือ 3 เพศชาย อายุ 18-25 ปี และมีความสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย
 - 1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้เข้ารับการบำบัดยาเสพติดที่มีคุณสมบัติตามข้อ 1 และมีการได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง โดยที่ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการบำบัดยาเสพติดประเภทแอมเฟตามีนทำแบบวัดความเครียดสวนปรงของกรมสุขภาพจิต เพื่อคัดกรองผู้ที่มีความเครียดในระดับมากถึงมากที่สุด จากจำนวน

34 คน เพื่อคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง 20 คน จากคะแนนสูงสุดลงมาตามลำดับ และแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม โดยการจับคู่คะแนน จากมากที่สุดถึงน้อยที่สุดตามลำดับ คือกลุ่ม ทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน เพื่อให้ได้กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม และทำการสุ่มอย่างง่าย เพื่อคัดเลือกกว่ากลุ่มใด คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลอง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 แบบวัดความเครียดสวนปรง 20 ข้อคำถาม (กรมสุขภาพจิต, 2546)

2.2 โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง (Theory of Reality Counseling and Therapy)

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 ระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยให้ผู้เข้ารับการบำบัดยาเสพติดทำแบบวัดความเครียดจากทั้งหมด 34 คน จากนั้นคัดเลือกผู้ที่มีคะแนนมากที่สุดตามลำดับลงมาจำนวน 20 คน และใช้การจับคู่คะแนน เพื่อจำแนกออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย เพื่อเลือกกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง คะแนนที่ได้จากการทดสอบในกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้ จะเป็นคะแนนของระยะก่อนการทดลอง จากนั้นนับวันเวลากับกลุ่มที่เข้ารับการบำบัดที่ถูกคัดเลือกเพื่อเข้ากลุ่มทดลอง โดยการศึกษา กลุ่มจะดำเนินการทดลองทั้งหมด 12 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที

3.2 ระยะหลังการทดลองเมื่อสิ้นสุดกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ให้กลุ่มตัวอย่างทำการแบบวัดความเครียดเพื่อเป็นคะแนนหลังการทดลอง

3.3 ระยะติดตามผล หลังจากทำการ

ทดสอบหลังการทดลองแล้วอีก 1 เดือน ให้กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทำแบบวัดความเครียด อีกครั้งเพื่อเป็นการติดตามผล

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความเครียด หมายถึง สภาวะการณัฏกัตตันของร่างกายที่แสดงออกมาในรูปแบบต่างๆ จะแสดงอาการทางกาย โดยมีความดันโลหิตสูงขึ้นกว่าปกติ ชีพจรเต้นเร็วขึ้น หายใจถี่ขึ้น หัวใจจะทำงานมากขึ้น และกล้ามเนื้อจะเกร็ง ปฏิกริยาเหล่านี้เรียกโดยรวมว่าเป็นปฏิกริยาของการ “จะสู้หรือจะถอยหนี” ซึ่งเป็นปฏิกริยาของร่างกาย ที่ตอบโต้ต่อสภาพแวดล้อมสามารถวัดได้ ด้วยแบบวัดความเครียดสวนปรง

2. แบบวัดความเครียดสวนปรง หมายถึง แบบวัดที่สร้างขึ้นมาเพื่อวัดความเครียดที่มีความจำเป็นเหมาะสมสำหรับคนไทย ในส่วนของกรอบแนวคิดทางด้านชีวภาพ จิตใจ และสังคมของความเครียด ซึ่งจริงๆ แล้วเครื่องมือเท่าที่มีใช้อยู่ขณะนี้ส่วนใหญ่เป็นแบบวัดบุคลิกภาพ วัดความ วัดกังวล วัดอาการทางกายและจิตที่สัมพันธ์กับความเครียด ดังนั้น เครื่องมือชุดนี้ จึงเหมาะที่จะนำมาใช้เพื่อหาข้อมูลเกี่ยวกับความเครียดของผู้ที่จะมารับบริการ ทราบที่มาของความเครียด การใช้ชีวิตประจำวันที่มีผลต่อการเกิดความเครียดหรือการปรับตัวรับกับความเครียด และอาการของ ความเครียดที่เกิดขึ้นได้

3. การปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง หมายถึง กระบวนการปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกภายในกลุ่ม ในการเสริมสร้างกำลังใจในการเรียนรู้ เพื่อลดความเครียดที่เกิดขึ้น การเผชิญหน้าความเป็นจริง ในการเข้ารับการบำบัดยาเสพติด ณ โรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองกองทัพเรือ 3 โดยใช้วิธีการปรึกษาแบบเผชิญความจริงเพื่อที่ผู้เข้ารับการบำบัดจะเข้าใจ

และทราบถึงจุดมุ่งหมายที่ถูกต้องของกระบวนการ การบำบัดยาเสพติด เพื่อให้ได้เรียนรู้และนำไปปรับใช้จริง อันนำไปสู่เป้าหมายที่ถูกต้องร่วมกัน

4. กระบวนการบำบัดตามวิธีแบบปกติ หมายถึง กระบวนการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ตามหลักสูตร 120 วัน ของโรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองกองทัพเรือ 3 แบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ การฟื้นฟูด้านร่างกาย ด้วยการฝึกระเบียบวินัยแบบเดียวกับ การฝึกทหาร เพื่อให้นักเรียนมีระเบียบวินัย มีความอดทนอดกลั้น ความเสียสละ และความสามัคคี ในหมู่คณะ การฟื้นฟูด้านจิตใจ เพื่อให้นักเรียนได้สวดมนต์ ฝึกจิตให้สงบด้วยการปฏิบัติธรรมและนั่งสมาธิ เรียนรู้การดำเนินชีวิตด้วยหลักพุทธศาสนา และร่วมกิจกรรมในวันสำคัญทางพุทธศาสนา การฟื้นฟูด้านสังคม โดยให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกัน รู้จักที่จะช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ปรับตัวและเตรียมพร้อมที่จะกลับไปสู่สังคมภายนอก และใช้ชีวิตเข้าสู่สังคมได้อย่างเหมาะสม การฟื้นฟูด้านการศึกษาและอาชีพให้ความรู้ด้านการเรียนเพื่อปลูกฝังให้เกิดความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ จากนั้นทำการฝึกวิชาชีพต่างๆ สำหรับนำความรู้ที่ได้รับ ไปประกอบอาชีพและสร้างรายได้ ภายหลังจากการฟื้นฟูฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติดแล้ว

5. กลุ่มควบคุม หมายถึง กลุ่มที่ได้รับกระบวนการแบบปกติ ตามการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ตามหลักสูตร 120 วัน ของโรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองกองทัพเรือ 3

6. กลุ่มทดลอง หมายถึง กลุ่มที่ได้รับกระบวนการให้การปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง

7. โรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองกองทัพเรือ 3 หมายถึง สถานบำบัดยาเสพติด ตามพระราช บัญญัติ



ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด พ.ศ. 2545 ผู้ที่ติดยาเสพติดจะต้องเข้ารับการบำบัดที่สถานที่เพื่อการ

ฟื้นฟู ในภาคส่วนของกองทัพเรือ ที่ใช้ชื่อว่า โรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองกองทัพเรือ 3

ระยะเวลาการทดลอง

ตารางที่ 1 ระยะเวลาการทดลอง

วิธีการ	สร้างสัมพันธภาพ	ทำกลุ่มให้การปรึกษา	ทดสอบหลังการทดลอง	ติดตามผล
สัปดาห์	1	1-3	4	6

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์

ในการศึกษาค้นคว้าวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated measures analysis of variance : one between-subjects variable and one within-subjects variable)

การวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ข้อมูลและค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนความเครียดของผู้ติดยาเสพติดที่เข้ารับการ

บำบัด กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล หลังจากเสร็จสิ้นการทดลอง

ผู้วิจัยได้รวบรวมคะแนนและจัดเรียงข้อมูลคะแนนความเครียดของผู้ติดยาเสพติดที่เข้ารับการบำบัด กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน ด้วยการเรียงคะแนนเป็นรายบุคคล ตามระยะการทดสอบ 3 ระยะจากแบบสอบถาม คือ ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล จากนั้นทำการวิเคราะห์คะแนนเฉลี่ย และคะแนนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แสดงผลดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ข้อมูลค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเครียดของผู้ติดยาเสพติดที่เข้ารับการบำบัด กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

	กลุ่มทดลอง (n =10)			กลุ่มควบคุม (n =10)		
	ระยะก่อนทดลอง	ระยะหลังทดลอง	ระยะติดตามผล	ระยะก่อนทดลอง	ระยะหลังทดลอง	ระยะติดตามผล
Mean	75.10	36.30	34.70	74.10	60.20	52.00
S.D.	6.39	3.40	2.54	6.28	6.88	6.88

จากตารางที่ 2 พบว่า ผู้ติตสารเสพติดที่เข้ารับการบำบัดในกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการปรึกษาตามโปรแกรมการศึกษาแบบกลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง มีคะแนนเฉลี่ยของค่าความเครียดในระยะก่อนการทดลอง ระยะทดลอง และระยะติดตามผล เป็น 75.10, 36.30, 34.70 ตามลำดับ ส่วนผู้ติตสารเสพติดที่เข้ารับการบำบัดในกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการปรึกษาตามโปรแกรมการศึกษาแบบกลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง มีคะแนนเฉลี่ยของค่าความเครียดในระยะก่อนการทดลอง ระยะทดลอง และระยะติดตามผล เป็น 74.10, 60.20, 52.00 ตามลำดับ

ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความเครียดที่ลดลงของผู้ติตสารเสพติดที่เข้ารับการบำบัด ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความเครียดที่ลดลงของผู้ติตสารเสพติดที่เข้ารับการบำบัด ในกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ดังที่แสดงผลในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

Source of variation	SS	df	M	F	P
ระยะก่อนการทดลอง					
Between group	5.000	1	5.000	0.16	0.69
Within group	1735	54	32.14		
ระยะหลังการทดลอง					
Between group	2856.050	1	2856.05	88.86*	0.00
Within group	1735	54	32.14		
ระยะติดตามผล					
Between group	1496.450	1	1496.450	46.56*	0.00
Within group	1735	54	32.14		

* $p < 0.05$ ปรับค่า df ได้ค่า $F_{0.05}(1, 38) = 4.10$ ด้วยวิธีของ David Howell (Howell, 2007: 459)

จากตารางที่ 4 พบว่า ระยะก่อนการทดลอง ผู้ติตสารเสพติดที่เข้ารับการบำบัดกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม มีคะแนนเฉลี่ยของความเครียดไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นั่นคือ ในระยะก่อนการทดลอง ผู้ติตสารเสพติดที่เข้ารับการบำบัดยาเสพติดในกลุ่มทดลอง และกลุ่ม

ควบคุมมีคะแนนความเครียดไม่แตกต่างกัน
ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล นั้น ผู้ติตสารเสพติดที่เข้ารับการบำบัดในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความเครียดที่ลดลงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05



ตอนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความเครียดของผู้ติดตามเสฟติดที่เข้ารับการบำบัดที่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

ผู้ทำวิจัยทำการวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบคะแนนความเครียดของผู้ติดตามเสฟติดที่เข้ารับการบำบัดของกลุ่มทดลอง ระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ผลการทดสอบผลย่อยของระยะเวลาในการทดลองของกลุ่มทดลอง

Source of variation	df	SS	MS	F	P
Between Subject	9	201.63			
Interval	2	10467.20	5233.60	287.68*	.000
Error	18	327.47	18.19		
Total	29	10996.30	32.14		

จากตารางที่ 4 แสดงว่า คะแนนเฉลี่ยความเครียดของผู้ติดตามเสฟติดที่เข้ารับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงทั้ง 3 ระยะของการทดสอบแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนนั้น แสดงให้เห็นว่าต้องมีระยะเวลาการทดสอบอย่างน้อย 1 คู่ที่มีความแตกต่างกัน ผู้วิจัยจึงได้ทำการเปรียบเทียบ

คะแนนเฉลี่ยของความเครียดของผู้ติดตามเสฟติดที่เข้ารับการบำบัดเป็นรายคู่ เพื่อแสดงผลระหว่างระยะหลังการทดลองกับระยะก่อนการทดลอง ระยะติดตามผลกับระยะก่อนการทดลอง และระยะติดตามผลกับระยะหลังการทดลอง ด้วยวิธีแบบ Newman-Keuls Method ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความเครียดของผู้ติดตามเสฟติดที่เข้ารับการบำบัดที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ด้วยวิธีแบบ Newman-Keuls Method (ไพรัตน์ วงษ์นาม, 2538 : 227)

$\bar{X}$	ระยะติดตามผล	ระยะหลังทดลอง	ระยะก่อนทดลอง
14.70	16.30	55.10	
14.70	-	1.60	40.40*
16.30	-	-	38.80*
55.10			-
r		2	3
q.95(r, 18)		2.97	3.61
q.95 (r, 18) $\sqrt{(MS_{error}/n)}$		4.01	4.87

*p < 0.05

จากตารางที่ 5 พบว่าผู้ติดตามเสฟติดที่เข้ารับการบำบัดมีคะแนนความเครียดที่ลดลงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 2 คู่ คือ 1) คะแนนเฉลี่ยระยะหลังการทดลองต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.05 2) คะแนนเฉลี่ยระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 และคะแนนเฉลี่ยระยะติดตามผลและระยะหลังการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าคะแนนเฉลี่ยของความเครียดที่ลดลงของผู้ติดตามเสฟติดที่เข้ารับการบำบัด โดยได้เข้ารับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ต่ำกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และไม่พบความแตกต่างในระยะติดตามผลและระยะหลังการทดลอง

สรุปผลการวิจัย

1. ผู้ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงและกลุ่มควบคุม มีความเครียดแตกต่างกันในระยะหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
2. ผู้ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงและกลุ่มควบคุม มีความเครียดแตกต่างกันในระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
3. ผู้ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง มีความเครียดในระยะหลังทดลองต่ำกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
4. ผู้ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง มีความเครียดในระยะติดตามผลต่ำกว่า

ก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

อภิปรายผลการวิจัย

จากการทดลองพบว่า สมมติฐานข้อ 1 จากผลการวิจัยพบว่าในระยะหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 36.10 กลุ่มควบคุมมีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 60.20 โดยกลุ่มทดลองมีความเครียดต่ำกว่ากลุ่มควบคุมเท่ากับ 24.10 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 1 โดยที่หลังจากกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการปรึกษาแล้วช่วยให้ความเครียดลดลงจากการทำตามกระบวนการให้การปรึกษากลุ่ม ซึ่งแสดงให้เห็นว่าสามารถปรับทัศนคติให้ดีขึ้น เพื่อพร้อมที่จะเผชิญหน้าต่ออุปสรรคในการปรับเปลี่ยนตัวเอง ที่สถานบำบัดยาเสฟติดได้ดียิ่งขึ้น สมมติฐานข้อ 2 จากผลการวิจัยพบว่า ผู้เข้ารับการบำบัดยาเสฟติดที่เข้ารับการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีคะแนนเฉลี่ยความเครียดในระยะติดตามผลแตกต่างจากกลุ่มควบคุม ผู้เข้ารับการบำบัดยาเสฟติดที่เข้ารับการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีคะแนนเฉลี่ยความเครียดน้อยกว่ากลุ่มควบคุม เนื่องจากกลุ่มควบคุมมีเพียงบางส่วนที่สามารถลดความเครียดจากการจัดการความคิดของตนเองได้ และยังมีบางคนที่ไม่สามารถตัดความกังวลที่เกิดขึ้นกับตนเองได้ สมมติฐานข้อ 3 จากผลการวิจัยพบว่า ผู้ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง มีความเครียดในระยะหลังทดลองต่ำกว่าก่อนการทดลอง หลังจากได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงแล้ว ผู้เข้ารับการบำบัดยาเสฟติดที่เข้ารับการบำบัด มีความเครียดที่ลดลงมากกว่าก่อนเข้ารับการปรึกษา เพราะต่างปฏิบัติตามแบบแผนกระบวนการที่วางไว้ได้อย่าง



สมบูรณ์แบบ ส่งผลให้ความเครียดลดลงอย่างเห็นได้ชัดจน สมมติฐานข้อ 4 จากผลการวิจัยพบว่าผู้ได้รับการศึกษาแบบกลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง มีความเครียดในระยะติดตามผลต่ำกว่าก่อนการทดลอง หลังจากยุติการศึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงไปแล้ว 1 เดือน ในระยะติดตามผล ผู้เข้ารับการบำบัดยาเสพติดในกลุ่มทดลอง ยังมีความเครียดที่ลดลงต่ำกว่าก่อนเข้ารับการปรึกษา ถึงแม้ว่าจะจบการทำกลุ่มให้การศึกษาไปแล้ว แต่สมาชิกกลุ่มทดลอง ก็ต่างมีเป้าหมายและมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติหน้าที่ของตนเองให้ดีที่สุด และไม่พะวงถึงความเครียดเหมือนตอนแรก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปาริชาติ วงษ์แก้ว เพื่อศึกษาการพัฒนาความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โดยการให้การศึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คน ที่มีคะแนนความสุขต่ำกว่าเปอร์เซนไทล์ที่ 25 ลงมา สุ่มเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 10 คน แบ่งการทดลองออกเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ผลการศึกษาพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นักเรียนในกลุ่มทดลองมีระดับความสุขแตกต่างจากนักเรียนในกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และนักเรียนในกลุ่มทดลองมีระดับความสุขในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลแตกต่างจากระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (ปาริชาติ วงษ์แก้ว, 2552)

สามารถสรุปผลการทดลองได้ว่า ผู้ติดยาเสพติดที่เข้ารับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงในระยะติดตามผลมีความเครียดต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. ผู้ที่นำโปรแกรมการศึกษาทฤษฎีเผชิญความจริงไปใช้ ควรได้รับการฝึกฝนจากผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งตรวจสอบและให้การยอมรับทางวิชาการเกี่ยวกับเนื้อหาและเทคนิควิธีการปรึกษา และระมัดระวังในการนำไปใช้

2. โปรแกรมการให้การศึกษาทฤษฎีเผชิญความจริงมีประสิทธิภาพ ควรนำไปใช้ในการลดความเครียดกับกลุ่มตัวอย่างที่ใกล้เคียง โดยการปรับแบบวัด ปรับปรุงข้อความให้เหมาะสมกับทุกกลุ่ม เพื่อลดความเครียด

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการวิจัยโดยการบูรณาการโปรแกรมการศึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงกับกระบวนการเดิมที่วิวัฒน์พลเมืองทำและศึกษาผล เปรียบเทียบเพื่อสามารถนำไปใช้ได้อย่างเป็นรูปธรรม

2. ควรศึกษากลุ่มผู้ติดยาเสพติดที่เข้ารับการบำบัดจากองค์กรเอกชนอื่นๆ

บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต. (2546). **ความเครียดของคนไทย: การศึกษาระดับชาติ ปี 2546**. กรุงเทพฯ: บริษัท ปิยอนด์พับลิชชิง จำกัด.
- กรมคุมประพฤติ. (2559). **รายงานประจำปี 2559**. กรุงเทพฯ
- ณัฐชัย ผาดากแดด. (2551). **การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อลดความเครียดของข้าราชการตำรวจงานป้องกันปราบปรามสถานีตำรวจภูธรอำเภอเมืองมหาสารคาม**. จิตวิทยาการให้คำปรึกษา. มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
- ปาริชาติ วงษ์แก้ว. (2552). **การพัฒนาความสุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โดยการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง**. วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต. จิตวิทยาการให้คำปรึกษา. มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ไพรัตน์ วงษ์นาม. (2538). **สถิติกับการวิจัย**. ภาควิชาวิจัยและวัดผลการศึกษา. ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ระพีพันธ์ ฉายวิมล. (2559). **การบริหารอารมณ์และความเครียด วิธีการกระบวนการของระบบร่างกาย จิตใจ และสังคม**. ชลบุรี: บริษัท เกียรติศรีเอช จำกัด
- วัชร ทรัพย์มี. (2556). **ทฤษฎีให้บริการปรึกษา**. (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริพร พูลสวัสดิ์. (2555). **ผลการให้การปรึกษาแบบกลุ่มเผชิญความจริงที่มีต่อพลังสุขภาพจิตของผู้ติดยาเสพติดในโรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง กองทัพเรือแบบพิเศษ**. วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต. จิตวิทยาการให้คำปรึกษา. มหาวิทยาลัยรามคำแหง
- สันติ จัยสิน. (2544). **ยาบ้ามฤตยูสู่คนรัก**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์กรุงเทพประสานมิตร.
- อนงค์ วิเศษสุวรรณ. (2550). **การปรึกษากลุ่ม: เอกสารคำสอนวิชา 416621**. (พิมพ์ครั้งที่ 2). ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา. ศึกษาศาสตร์. มหาวิทยาลัยบูรพา.
- Howell, D. C. (2007). **Statistical methods for psychology** (6th ed.). Belmont, CA; Thomson Wadsworth.

Academic
Journal Institute
of Physical Education

