

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย

การออกแบบวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อระดับการควบคุมตนเองและการติดยาเสพติดซ้ำของผู้ติดยาเสพติดในระยะถอนพิษยา โดยศึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง (กลุ่มทดลอง) กับกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง (กลุ่มควบคุม) โดยใช้รูปแบบการทดลอง แบบทดสอบก่อนและหลังการทดลองโดยมีกลุ่มควบคุม (Randomized pretest-posttest control group design)

กลุ่มตัวอย่างและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ติดยาเสพติดที่เข้ารับการรักษาในระยะถอนพิษยาโรงพยาบาลธัญญารักษ์ ช่วงเดือนสิงหาคมถึงเดือนกันยายน 2539 โดยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน โดยวิธีดังนี้

1. คัดเลือกผู้ติดยาเสพติดที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ดังนี้
 - 1.1 อายุระหว่าง 15-29 ปี
 - 1.2 การศึกษาระดับมัธยมศึกษาขึ้นไป เนื่องจากต้องการลดปัญหาการสื่อสารในการตอบแบบวัด
 - 1.3 ติดยาเสพติดประเภทเฮโรอีนเป็นอย่างเดียว หรือเฮโรอีนร่วมกับยาเสพติดประเภทอื่น
 - 1.4 นักอาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล เนื่องจากมีความสะดวกในการติดตามเยี่ยมบ้านในระยะติดตามผล
 - 1.5 สม่ครใจเข้าร่วมโครงการวิจัย

2. ให้ผู้ติดตามเสพยาเสพติดที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ข้างต้น ทำแบบวัดความเชื่อในการควบคุมตนเอง คัดเลือกผู้ติดตามเสพยาเสพติดที่ได้คะแนนจากแบบวัดในระดับต่ำกว่า -1 SD.

3. แบ่งกลุ่มตัวอย่าง เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน ด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยกลุ่มทดลองจะได้เข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง และกลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ซึ่งทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมยังได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่ทางโรงพยาบาลจัดให้ด้วย

สำหรับเหตุผลที่เลือกกลุ่มตัวอย่างจากผู้ติดตามเสพยาเสพติดที่เข้ารับการรักษาในระยะถอนพิษยาในโรงพยาบาลธัญญารักษ์ เพราะ

1. ผู้ติดตามเสพยาเสพติดกลุ่มนี้เป็นตัวแทนของกลุ่มประชากรผู้ติดตามเสพยาเสพติดได้ ทั้งนี้เพราะโรงพยาบาลธัญญารักษ์ เป็นโรงพยาบาลที่รับรักษาผู้ติดตามเสพยาเสพติดโดยเฉพาะ ผู้ที่เข้ารับการรักษา มีเป็นจำนวนมากและมาจากจังหวัดต่างๆ ทั่วประเทศ

2. สถานที่ทำการวิจัยมีความพร้อมในการทำวิจัย โดยทางโรงพยาบาลธัญญารักษ์ ได้เห็นถึงความสำคัญของการศึกษาเชิงจิตวิทยามาก สนับสนุนให้ผู้ติดตามเสพยาเสพติดที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลเข้ามามีส่วนร่วมในการทำวิจัยและอำนวยความสะดวกเกี่ยวกับสถานที่ที่ใช้ทำวิจัย โดยมีห้องให้คำปรึกษาโดยเฉพาะและมีความเป็นส่วนตัวในการดำเนินการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวัดความเชื่อในการควบคุมตนเอง ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนาให้สอดคล้องกับสภาพสังคมและวัฒนธรรมไทย ก่อนนำไปใช้จริง จากแบบวัดเอส ซี เอส (Self-Control Schedule : SCS) ของโรเซนบัม (Rosenbaum, 1980)

ก. แบบวัดเอส ซี เอส ของโรเซนบัม

โรเซนบัม ได้พัฒนาแบบวัด เอส ซี เอส (Self-Control Schedule : SCS, 1980) ขึ้น โดยพัฒนาแนวคิดเกี่ยวกับการควบคุมตนเอง มาจากนักจิตวิทยาแนวปัญญา-พฤติกรรมนิยมหลายท่าน เช่น แนวคิดเกี่ยวกับธรรมชาติของวิธีการจัดการกับความเครียดของลาซารัส (Lazarus, 1976); ทักษะการเผชิญปัญหาของโกลฟริดและโกลฟริด (Goldfried & Goldfried, 1975); ของมาฮอเนย์ (Mahoney, 1974); ของไมเคินบัม (Meichenbaum, 1977) และแนวคิดการรับรู้ความสามารถของตนเองของแบนดูรา (Bandura, 1977) คุณสมบัติของแบบวัดประกอบด้วย

1. ลักษณะของแบบวัด เอส ซี เอส

เครื่องมือนี้เป็นแบบวัดแบบให้รายงานตนเอง (Self-report) ใช้ประเมินแนวโน้มของแต่ละบุคคลในการประยุกต์วิธีการควบคุมตนเองมาใช้แก้ปัญหาทางพฤติกรรมของตน หรือใช้ประเมินพฤติกรรมการควบคุมตนเอง โดยมีแนวโน้มว่า ก่อนที่บุคคลจะประยุกต์วิธีการควบคุมตนเองไปใช้ในการแก้ปัญหาทางพฤติกรรมของตนได้ จะต้องมีความเชื่อว่า เขาสามารถควบคุมพฤติกรรมของตัวเองได้โดยปราศจากการช่วยเหลือจากสิ่งภายนอก ประกอบด้วยมิติการควบคุมตนเอง 4 ด้าน ดังนี้

(ก) การใช้ความคิดและการเตือนตนเอง (Self - statements) ในการควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์และทางร่างกาย มีข้อกระทงจำนวน 12 ข้อ ได้แก่ ข้อ 5, 13, 15, 16, 17, 23, 25, 26, 27, 30, 31, 36

(ข) การประยุกต์กลวิธีในการแก้ปัญหาที่ใช้ในการควบคุมตนเองอย่างเป็นลำดับขั้น (Problem solving strategies) เช่น การวางแผน การให้คำจำกัดความของปัญหา การประเมินทางเลือกต่างๆ และการคาดหมายถึงผลที่จะเกิดตามมา มีข้อกระทงจำนวน 11 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 2, 7, 10, 11, 12, 20, 28, 32, 33, 34

(ค) การใช้ความสามารถที่จะรอคอยผลรางวัลที่จะได้รับตอบแทน (Delay immediate gratification) มีข้อกระทงจำนวน 4 ข้อ ได้แก่ ข้อ 9, 18, 22, 29

(ง) การมีการรับรู้ความสามารถของตน (Self - efficacy) ในการควบคุมตนเอง มีข้อกระทงจำนวน 9 ข้อ ได้แก่ ข้อ 3, 4, 6, 8, 14, 19, 21, 24, 35

รวมข้อกระทงของเครื่องมือชุดนี้มีทั้งสิ้น 36 ข้อ

วิธีการตอบแบบวัด

ผู้ตอบแบบวัดความเชื่อในการควบคุมตนเอง จะตอบข้อกระทงทั้งสิ้น 36 ข้อแต่ละข้อเป็นแบบลิเคิร์ต (Likert Scale format) 6 อันดับ โดยมีค่าตั้งแต่ระดับที่ 1 ซึ่งบ่งบอกว่าไม่ใช่ลักษณะของฉันทนอย่างแท้จริง ถึงระดับที่ 6 ซึ่งบ่งบอกว่า เป็นลักษณะของฉันทนอย่างแท้จริง โดยแบ่งเป็นข้อกระทงทางบวก 25 ข้อ ข้อกระทงทางลบ 11 ข้อ การตอบให้ผู้ตอบกาเครื่องหมาย X ที่ตัวเลขที่ตรงกับลักษณะของตนเองมากที่สุด

การตรวจให้คะแนน

	ข้อกระทงทางบวก	ข้อกระทงทางลบ
+3 เป็นลักษณะของฉันทอย่างแท้จริง	3	-3
+2 เกือบจะเป็นลักษณะของฉันททีเดียว	2	-2
+1 ค่อนข้างจะเป็นลักษณะของฉันทเพียงเล็กน้อย	1	-1
-1 ค่อนข้างจะไม่ใช้ลักษณะของฉันท	-1	1
-2 เกือบจะไม่ใช้ลักษณะของฉันททีเดียว	-2	2
-3 ไม่ใช้ลักษณะของฉันทอย่างแน่นอน	-3	3

ข้อกระทงทางบวก 25 ข้อ ได้แก่ 1, 2, 3, 5, 7, 10, 11, 12, 13, 15, 17, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 36

ข้อกระทงทางลบ 11 ข้อ ได้แก่ ข้อ 4, 6, 8, 9, 14, 16, 18, 19, 21, 29, 35

ตรวจให้คะแนนแต่ละด้าน และคะแนนรวมโดยการคิดคะแนนรวมจากการรวมคะแนนทั้ง 36 ข้อ เข้าด้วยกันเป็นคะแนนระดับการควบคุมตนเอง ของผู้ตอบแบบวัดแต่ละคน

2. คุณภาพของแบบวัด เอส ซี เอส ของ โรเซนบัม

โรเซนบัม ได้พัฒนาแบบวัด เอส ซี เอส ขึ้นมาในปี ค.ศ. 1980 ตามขั้นตอน ดังนี้

1. โรเซนบัม ได้สร้างข้อกระทงขึ้นมาทั้งหมด จำนวน 60 ข้อ โดยแบ่งเป็น

1.1 การควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์และทางร่างกายที่ไม่เหมาะสมเมื่อเผชิญกับความวิตกกังวล ความซึมเศร้า ความน่าเบื่อ ความเจ็บปวด และความหิวกระหาย จำนวน 30 ข้อ

1.2 การประยุกต์กลวิธีในการแก้ปัญหาใช้ในการควบคุมตนเอง เช่น แก้นิสัยที่ไม่ดีการทำงานที่น่าเบื่อแต่จำเป็นต้องทำ เป็นต้น จำนวน 20 ข้อ

1.3 การรับรู้ความสามารถในการควบคุมตนเอง จำนวน 10 ข้อ

จากนั้นนำแบบวัดที่สร้างขึ้นไปให้นักจิตวิทยาคลินิกที่เชี่ยวชาญเกี่ยวกับแนวคิดการควบคุมตนเองเป็นข้อพิจารณา การจัดแบ่งข้อกระทงเป็น 3 ด้านดังกล่าว ได้ข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์การพิจารณาทั้งสิ้นจำนวน 44 ข้อ

2. นำแบบวัดที่ผ่านการพิจารณาแล้วจำนวน 44 ข้อ ไปทดลองใช้กับนักศึกษาที่กำลังศึกษาระดับปริญญาตรีจำนวน 152 คน เป็นชาย 68 คนและหญิง 84 คน อายุเฉลี่ย 22.7 ปี นำ

คะแนนที่ได้มาวิเคราะห์รายข้อ (item analysis) แล้วคัดเลือกข้อกระทงที่ดีที่สุดจากสถิติรายข้อไว้ได้ทั้งหมด 36 ข้อ

1. การหาความเที่ยง (Reliability) มีการตรวจสอบ ดังนี้

แบบวัด เอส ซี เอส เดิมเป็นภาษาฮีบรู (Hebrew) โรเซนบัม ได้แปลเครื่องมือนี้เป็นภาษาอังกฤษ และหาค่าความเที่ยงและความตรง ของเครื่องมือนี้กับกลุ่มตัวอย่าง ทั้งที่เป็นชาวอิสราเอลโดยใช้ภาษาฮีบรู และกับชาวอเมริกันโดยใช้ ภาษาอังกฤษ รวมทั้งสิ้นจำนวน 6 กลุ่ม โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1.1 วิธีการทดสอบซ้ำ (Test-retest method)

กลุ่มที่ 1 เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีของวิทยาลัย Technion and Engineering และมหาวิทยาลัย Haifa เพศชาย จำนวน 34 คน และเพศหญิง จำนวน 48 คน ให้ตอบแบบวัดเอส ซี เอส ในช่วงโมเรียน และให้ตอบแบบวัดอีกครั้งใน 4 สัปดาห์ต่อมา ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยง 0.86

1.2 วิธีการประเมินค่าความคงที่ภายในโดยใช้สูตร คูเดอร์-ริชาร์ดสัน 20 (Kuder-Richardson formula 20) (ดังตารางที่ 5)

กลุ่มที่ 2 เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัย Tel Aviv ที่เข้าเรียนวิชาจิตวิทยา เพศชาย จำนวน 63 คน และเพศหญิง จำนวน 82 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยง 0.81

กลุ่มที่ 3 เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัย Haifa เพศชายจำนวน 56 คนและเพศหญิง จำนวน 61 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยง 0.80

กลุ่มที่ 4 เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีสาขาวิชาจิตวิทยาของมหาวิทยาลัย Tel Aviv เพศชายจำนวน 78 คน และเพศหญิง จำนวน 101 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยง 0.84

กลุ่มที่ 5 เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิชาจิตวิทยาของมหาวิทยาลัย Minnesota โดยให้ทำแบบวัด เอส ซี เอส ฉบับภาษาอังกฤษ เป็นเพศชาย จำนวน 35 คน และเพศหญิงจำนวน 76 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยง 0.78

กลุ่มที่ 6 เป็นกลุ่มคนที่มาตรวจสุขภาพเพื่อทำไบซิปซี เป็นเพศชายทั้งหมด จำนวน 105 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยง 0.80

ส่วนข้อมูลเกณฑ์ปกติ (Normative data) นั้น ค่าเฉลี่ยคะแนนระดับการควบคุมตนเองของนักศึกษาชาวอิสราเอลจะมีนัยยะจาก 23-27 โดยค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างชายกลุ่มที่ 2, 3 และ 4 คือ 32.1 (SD=21.4), 25.6 (SD=22.4) และ 26.1 (SD=24) ตามลำดับสำหรับผู้หญิงมีค่า 24.6 (SD=23.2), 26.1 (SD=21.2) และ 27.2 (SD=25.1) ตามลำดับถึงแม้ว่าผู้หญิงมีแนวโน้มที่จะได้คะแนนสูงกว่าผู้ชายอยู่บ้าง แต่เมื่อทดสอบค่าที่แล้วไม่พบความแตกต่างระหว่างเพศ และจากข้อมูลที่ได้ค่าเฉลี่ยคะแนนระดับการควบคุมตนเองที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างทั้งที่เป็นนักศึกษาชาวอเมริกันที่ใช้ภาษาอังกฤษ และนักศึกษาชาวอิสราเอล ใช้ภาษาฮีบรูนั้นใกล้เคียงกัน โดยค่าเฉลี่ยคะแนนระดับการควบคุมตนเองของชาย คือ 25.9 (SD=20.6) และหญิงคือ 27.5 (SD=20.6)

2. ค่าหาความตรง (Validity) มีการตรวจสอบ ดังนี้

2.1 การหาความตรงสอดคล้อง (Convergent Validity) และ ความตรงจำแนก (Discriminant Validity)

โดยการให้นักศึกษาในกลุ่มที่ 2, 3, 4 และ 6 ที่ทำแบบวัดเอล ซี เอล ได้ทำแบบวัดอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการวัดระดับการควบคุมตนเอง ได้แก่

1. แบบวัดความเชื่อภายในตนและภายนอกตนของโรตเตอร์ (Rotter's Internal- External Scale) แบบวัดนี้ใช้วัดความเชื่ออำนาจภายในตนและอำนาจภายนอกตน (Internal and External Locus of Control) คนที่เชื่ออำนาจภายในตนจะเชื่อว่าสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองเกิดจากการกระทำของตนเองเป็นหลัก สำหรับคนที่เชื่ออำนาจภายนอกตนจะเชื่อว่าสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองเกิดจากโชค หรือเกิดจากอำนาจของคนอื่น ซึ่งเป็นสิ่งที่นอกเหนือจากการควบคุมของตน คนที่ได้คะแนนสูงจากแบบวัดชุดนี้จะเชื่ออำนาจภายนอกตนมากกว่าอำนาจภายในตน โรเซนบัมให้นักศึกษาในกลุ่มที่ 2 และ 3 ตอบแบบวัดนี้ และหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างคะแนนจากแบบวัด เอล ซี เอล และ Rotter' I-E Scale ได้ค่า $-.40$ ($P < .01$) แสดงว่าเมื่อบุคคลใช้วิธีการควบคุมตนเองมากเท่าไร เขาก็ยิ่งเชื่อในอิทธิพลของผู้อื่นหรือโชคกลางน้อยลง

2. แบบวัดความเชื่อที่ไร้เหตุผล (Irrational Belief Test, IBT test) แบบวัดนี้ใช้วัดลักษณะความเชื่อที่ไร้เหตุผล 10 แบบ ที่เอลลิส (Ellis) ได้อธิบายไว้ คนที่มีความเชื่อหรือมีความคิดที่มีเหตุผลอย่างเหมาะสม จะช่วยให้สามารถควบคุมอารมณ์และการ

กระทำของตนได้ สำหรับคนที่มีความเชื่อหรือมีความคิดที่ไร้เหตุผลจะไม่กล้าเผชิญปัญหา ต้องพึ่งพาผู้อื่นและไม่สามารถควบคุมอารมณ์และการกระทำของตน คนที่ได้คะแนนสูงจากแบบวัดชุดนี้ จะมีความเชื่อหรือความคิดที่ไร้เหตุผล โรเซนบัมให้นักศึกษาในกลุ่มที่ 4 ทำแบบวัดนี้ หาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนจากแบบวัด เอล ซี เอล และ Irrational Belief Test ในแต่ละแบบ และทั้ง 10 แบบ พบว่ามีค่าสหสัมพันธ์เท่ากับ -0.48 ($P < .001$) แสดงว่าผู้ที่ใช้วิธีการควบคุมตนเอง จะมีความเชื่ออย่างไร้เหตุผลน้อยลง

3. แบบสำรวจบุคลิกภาพ 16 ด้าน (Sixteen Personality Factor Questionnaire, 16PF) แบบวัดนี้ใช้สำรวจบุคลิกภาพที่คาเทเล (Cattell) สร้างขึ้น มีทั้งหมด 16 องค์ประกอบ โดยองค์ประกอบ G จะเกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเอง คนที่ได้คะแนนสูงในองค์ประกอบ G จากแบบวัดชุดนี้จะมีการควบคุมตนเองสูง โรเซนบัมโดยให้นักศึกษาในกลุ่มที่ 6 ทำแบบวัดนี้หาค่าสหสัมพันธ์เพียร์สันระหว่างคะแนนจากแบบวัด เอล ซี เอล กับแบบสำรวจบุคลิกภาพ 16 PF ทั้ง 16 องค์ประกอบ พบว่ามีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับองค์ประกอบ G ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่ใช้วัดการควบคุมตนเอง ($r = .30$, $P < .001$)

ผลการหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนของแบบวัด เอล ซี เอล กับคะแนนของแบบวัดความเชื่อภายใน - ภายนอกของรอตเตอร์ ($r = -.40$) และคะแนนจากแบบวัดความเชื่อที่ไร้เหตุผล ($r = -.48$) แสดงว่าแบบวัด เอล ซี เอล มีความตรงเชิงจำแนก (Discriminant Validity) และคะแนนจากแบบวัด เอล ซี เอล กับแบบสำรวจบุคลิกภาพ 16 PF ($r = .30$) แสดงว่าแบบวัด เอล ซี เอล มีความตรงสอดคล้อง (Convergent Validity)

2.2 การหาความตรงในสถานการณ์ทดลอง (Experimental study)

โดยใช้กลุ่มตัวอย่างกลุ่มที่ 7 ซึ่งประกอบด้วย เพศชาย 18 คน เพศหญิง 22 คน อายุ 16-25 ปี ($X = 21.6$) แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และก่อนเริ่มทำการทดลองให้ทุกคนตอบแบบวัด เอล ซี เอล ในการทดลองสอนกลุ่มทดลองให้เผชิญกับความเย็นด้วยการใช้จินตนาการถึงสิ่งที่พึงพอใจและที่จุ่มมือทั้ง 2 ข้างลงในน้ำเย็นจัด ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการสอนวิธีการเผชิญความเย็น หลังการทดลองพบว่ากลุ่มทดลองได้คะแนนจากแบบวัด เอล ซี เอล สูงกว่ากลุ่มควบคุม ผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัด เอล ซี เอล สูงจะสามารถทนทานต่อความเย็นได้สูงกว่าผู้ที่ได้คะแนนจากแบบวัด เอล ซี เอล ต่ำอย่างมีนัยสำคัญ แสดงว่าแบบวัด เอล ซี เอล สามารถนำไปใช้วัดการควบคุมตนเองได้ สอดคล้องกับสภาพที่เป็นจริง

สำหรับในประเทศไทย ลวลยา วงษ์กระจ่าง (2523) ได้นำแบบวัด เอล ซี เอล มาพัฒนาเมื่อนำไปใช้กับนักศึกษาประโยคประกาศนียบัตรวิชาชีพปีที่ 2 จำนวน 60 คน หาค่าความ

เชื่อถือได้โดยการประเมินความคงที่ภายใน (Internal Consistency) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของ ลี ครอนบาค (Lee Cronbach) ได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (α) ทั้งฉบับ เท่ากับ 0.79

จะนำเสนอตารางสรุปข้อมูลของแบบวัด เอส ซี เอส ไว้ดังตารางที่ 5 ดังนี้

ตารางที่ 5 ค่าความเที่ยง และความตรงของแบบวัดเอส ซี เอส ของโรเซนบัม

กลุ่มตัวอย่าง	ทดสอบซ้ำ	ความเที่ยง		ความตรง	
		K-R 20	I-E Scale	IBT test	16 PF
กลุ่ม 1 (N=82)	0.86	-	-	-	
กลุ่ม 2 (N=145)	-	0.81	-.40*	-	
กลุ่ม 3 (N=117)	-	0.80	-.40*	-	
กลุ่ม 4 (N=179)	-	0.78	-	-.48**	
กลุ่ม 5 (N=111)	-	0.84	-	-	
กลุ่ม 6 (N=105)	-	0.80	-	-	.30**

* P < .01 ** P < .001

แหล่งที่มา Rosenbaum, 1980 P. 110

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ข. การตรวจสอบคุณภาพของแบบวัด เอส ซี เอส กับกลุ่มคนไทย

ลักษณะของแบบวัด

เครื่องมือนี้เป็นแบบวัดแบบให้รายงานตนเอง (Self-report) ใช้ประเมินแนวโน้มของแต่ละบุคคลในการประยุกต์วิธีการควบคุมตนเองมาใช้แก้ปัญหาทางพฤติกรรมของตน หรือใช้ประเมินพฤติกรรมการควบคุมตนเอง โดยมีแนวโน้มว่าก่อนที่บุคคลจะประยุกต์วิธีการควบคุมตนเองไปใช้ในการแก้ปัญหาทางพฤติกรรมของตนได้ จะต้องมีความเชื่อว่าเราสามารถควบคุมพฤติกรรมของตัวเองได้โดยปราศจากการช่วยเหลือจากสิ่งภายนอก ประกอบด้วยมิติการควบคุมตนเอง 4 ด้าน ดังนี้

(ก) การใช้ความคิดและการเตือนตนเอง (Self - statements) ในการควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์และทางร่างกาย มีข้อกระทงจำนวน 13 ข้อ ได้แก่ ข้อ 5, 13, 15, 16, 17, 23, 25, 26, 27, 30, 31, 36, 37

(ข) การประยุกต์กลวิธีในการแก้ปัญหาที่ใช้ในการควบคุมตนเองอย่างเป็นลำดับขั้น (Problem solving strategies) เช่น การวางแผน การให้คำจำกัดความของปัญหา การประเมินทางเลือกต่างๆ และการคาดหมายถึงผลที่จะเกิดตามมา มีข้อกระทงจำนวน 12 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 2, 7, 10, 11, 12, 20, 28, 32, 33, 34, 38

(ค) การใช้ความสามารถที่จะรอคอยผลรางวัลที่จะได้รับตอบแทน (Delay immediate gratification) มีข้อกระทงจำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ 9, 18, 22, 29, 39

(ง) การมีการรับรู้ความสามารถของตน (Self - efficacy) ในการควบคุมตนเอง มีข้อกระทงจำนวน 10 ข้อ ได้แก่ ข้อ 3, 4, 6, 8, 14, 19, 21, 24, 35, 40

รวมข้อกระทงของเครื่องมือชุดนี้มีทั้งสิ้น 40 ข้อ

วิธีการตอบแบบวัด

ผู้ตอบแบบวัดความเชื่อในการควบคุมตนเอง จะตอบข้อกระทงทั้งสิ้น 40 ข้อแต่ละข้อเป็นแบบลิเคิร์ต (Likert Scale format) 6 อันดับ โดยมีค่าตั้งแต่ระดับที่ 1 ซึ่งบ่งบอกว่าไม่ใช่ลักษณะของฉันอย่างแท้จริง ถึงระดับที่ 6 ซึ่งบ่งบอกว่า เป็นลักษณะของฉันอย่างแท้จริง โดยแบ่งเป็นข้อกระทงทางบวก 29 ข้อ ข้อกระทงทางลบ 11 ข้อ การตอบให้ผู้ตอบกาเครื่องหมาย X ทับตัวเลขที่ตรงกับลักษณะของตนเองมากที่สุด

การตรวจให้คะแนน

	ข้อกระทงทางบวก	ข้อกระทงทางลบ	
+3	เป็นลักษณะของฉันทอย่างแท้จริง	3	-3
+2	เกือบจะเป็นลักษณะของฉันททีเดียว	2	-2
+1	ค่อนข้างจะเป็นลักษณะของฉันทเพียงเล็กน้อย	1	-1
-1	ค่อนข้างจะไม่ใช้ลักษณะของฉันท	-1	1
-2	เกือบจะไม่ใช้ลักษณะของฉันททีเดียว	-2	2
-3	ไม่ใช้ลักษณะของฉันทอย่างแน่นอน	-3	3

ข้อกระทงทางบวก 29 ข้อ ได้แก่ 1, 2, 3, 5, 7, 10, 11, 12, 13, 15, 17, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 39, 40

ข้อกระทงทางลบ 11 ข้อ ได้แก่ ข้อ 4, 6, 8, 9, 14, 16, 18, 19, 21, 29, 35

ตรวจให้คะแนนแต่ละด้าน และคะแนนรวม โดยการคิดคะแนนรวมจากการรวมคะแนนทั้ง 40 ข้อ เข้าด้วยกันเป็นคะแนนระดับการควบคุมตนเอง ของผู้ตอบแบบวัดแต่ละคน

การพัฒนาแบบวัด

1. การแปลแบบวัด

1.1 แปลข้อความของแบบวัด เอส ซี เอส ของ โรเซนบัม ทั้ง 36 ข้อ และเพิ่มข้อกระทงอีกด้านละ 1 ข้อ เนื่องจากผู้วิจัยเห็นว่า ปัญหาเสถียรคติในสภาพสังคมไทย ปัจจัยทางด้านครอบครัวมีความสำคัญต่อตัวผู้ติดยาเสพยาเสพติดมาก ทั้งจากการศึกษางานวิจัยต่าง ๆ และจากประสบการณ์การทำงานกับผู้ติดยาเสพยาเสพติดของผู้วิจัยเอง ผู้วิจัยจึงเพิ่มข้อกระทงโดยเน้นปัจจัยทางด้านครอบครัว

1.2 ตรวจสอบความถูกต้องในการแปลและแก้ไขภาษาสำนวน โดยนำไปให้อาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิในภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 3 ท่าน โดยใช้เกณฑ์ให้มีความคิดเห็นตรงกัน 2 ท่าน จึงจะถือว่าข้อกระทงนั้นใช้ได้

1.3 นำแบบวัดที่ได้รับการตรวจสอบแล้ว ไปทดลองใช้กับผู้ติดยาเสพยาเสพติดที่มาเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลธัญญารักษ์ จำนวน 10 คน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ให้มีความเข้าใจความหมายตรงกัน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขข้อความให้ชัดเจนและสามารถเข้าใจได้

2. การวิเคราะห์รายข้อ

โดยนำแบบวัดความเชื่อในการควบคุมตนเองที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วนั้นไปทดลองใช้กับผู้ติดยาเสพยาเสพติดในระยะถอนพิษยา โรงพยาบาลธัญญารักษ์ จำนวน 100 คน นำคะแนนมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกของข้อกระทงแต่ละข้อ โดยทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่ม

คะแนนสูง - กลุ่มคะแนนต่ำร้อยละ 27 ด้วยการทดสอบค่าที (t-test) จะคัดเลือกข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกที่ (t) สูงกว่า 1.68 ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 ไว้ ซึ่ง ค่า t มีค่าอยู่ระหว่าง 2.32 ถึง 9.72 ได้ข้อกระทงทั้งหมด 40 ข้อ (ดูภาคผนวก ข.)

3. การหาค่าความเที่ยง

โดยนำคะแนนที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างในข้อ 2 มาหาค่าความเที่ยงโดยการประเมินค่าความคงที่ภายใน (Internal Consistency) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของ ลีครอนบาค (Lee Cronbach) ได้ค่าความเที่ยง ดังนี้

3.1	ค่าความเที่ยงทั้งฉบับ	=	0.94
3.2	ค่าความเที่ยงด้านการใช้ความคิดและการเตือนตนเองในการควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์และทางร่างกาย	=	0.85
3.3	ค่าความเที่ยงด้านการประยุกต์กลวิธีในการแก้ปัญหามาใช้ในการควบคุมตนเองอย่างเป็นลำดับขั้น	=	0.78
3.4	ค่าความเที่ยงด้านความสามารถที่จะรอคอยผลรางวัลที่จะได้รับ การอดได้รอได้	=	0.73
3.5	ค่าความเที่ยงด้านการมีการรับรู้ความสามารถของตนเองในการควบคุมตนเอง	=	0.82

4. การหาค่าความตรงตามสภาพ (Concurrent Validity)

ผู้วิจัยใช้เทคนิคการจำแนกกลุ่มที่รู้ลักษณะแล้ว (Known groups) 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 คือผู้ติดยาเสพติดที่เข้ารับการรักษาระยะถอนพิษยาที่โรงพยาบาล ญีุญญารักษ์ ตั้งแต่ครั้งที่ 2 ขึ้นไป จำนวน 20 คน ซึ่งถือว่าเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบ และมีระดับการควบคุมตนเองต่ำ

กลุ่มที่ 2 คือผู้ติดยาเสพติดในระยะฟื้นฟูสมรรถภาพของศูนย์ชุมชนบำบัดซึ่งทำงานในตำแหน่งลูกจ้างชั่วคราวให้กับโรงพยาบาล และได้รับการตรวจหาสารเสพติดในปัสสาวะเป็นระยะ ๆ แล้วไม่พบสารเสพติด จำนวน 20 คน ซึ่งถือว่าเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ และมีระดับการควบคุมตนเองสูง

นำคะแนนที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มนี้มาเปรียบเทียบกัน เพื่อทดสอบหาความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนระดับการควบคุมตนเองของกลุ่มตัวอย่างทั้งสอง ซึ่งจะเป็นการ

แสดงถึงค่าความตรงตามสภาพของแบบวัด จากผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า

4.1 ค่าเฉลี่ยของคะแนนระดับความควบคุมตนเองของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองในทั้ง 4 ด้าน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 (ค่า $t = 4.56$)

4.2 ค่าเฉลี่ยของคะแนนระดับการควบคุมตนเองของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองในด้านการใช้ความคิดและการเตือนตนเองในการควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์และทางร่างกาย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 (ค่า $t = 4.58$)

4.3 ค่าเฉลี่ยของคะแนนระดับการควบคุมตนเอง ของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองในด้านการประยุกต์กลวิธีในการแก้ปัญหาที่ใช้ในการควบคุมตนเองอย่างเป็นลำดับขั้น มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 (ค่า $t = 4.34$)

4.4 ค่าเฉลี่ยของคะแนนระดับการควบคุมตนเองของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองในด้านความสามารถที่จะระอคอยผลรางวัลที่จะได้รับ การอดได้รอได้ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 (ค่า $t = 3.98$)

4.5 ค่าเฉลี่ยของคะแนนระดับการควบคุมตนเองของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองในด้านการมีการรับรู้ความสามารถของตนในการควบคุมตนเอง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 (ค่า $t = 6.67$) และหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามรายข้อในแต่ละด้าน และคะแนนรวมของแต่ละด้านพบว่ามีค่าสหสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มีค่าสหสัมพันธ์ระหว่าง .31 ถึง .69 (ดูภาคผนวก ค.)

แสดงว่าแบบวัดความเชื่อในการควบคุมตนเองนี้ มีความตรงตามสภาพสามารถใช้จำแนกกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการควบคุมตนเองต่ำได้

นำเสนอดารารงสรุปข้อมูลแบบวัด เอส ซี เอส ที่ใช้กับกลุ่มคนไทย ไว้ในตารางที่ 6

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 6 แสดงผลการใช้แบบวัด เอส ซี เอส กับกลุ่ม คนไทย

	ความเที่ยง (N = 100)	ความตรง(ค่า t) (N = 40)
1. ด้านการใช้ความคิดและการเตือนตนเองในการควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์และทางร่างกาย	0.85	4.58
2. ด้านการประยุกต์กลวิธีในการแก้ปัญหาที่ใช้ในการควบคุมตนเองอย่างเป็นลำดับขั้น	0.78	4.34
3. ด้านความสามารถที่จะรอคอยผลรางวัลที่จะได้รับ	0.73	3.98
4. ด้านการมีการรับรู้ความสามารถของตนในการควบคุมตนเอง	0.82	6.67
5. รวมทั้งฉบับ	0.94	4.56

ศูนย์วิทยทรัพยากร จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามขั้นตอน ดังนี้

1. ระยะเวลาการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยติดต่อขอความร่วมมือในการทำวิจัยและสถานที่วิจัย โดยขอหนังสือจากทางบัณฑิตวิทยาลัย เพื่อขอความร่วมมือไปยังผู้อำนวยการโรงพยาบาลธัญญารักษ์ จ.ปทุมธานี ทั้งในช่วงนำเครื่องมือไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง และช่วงดำเนินการทดลอง

1.2 คัดเลือกผู้ติดตามเสพยาติที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดและสมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัย

1.3 ให้กลุ่มตัวอย่างที่ผ่านเกณฑ์ ทำแบบวัดความเชื่อในการควบคุมตนเอง ที่ผู้วิจัยแปลเป็นภาษาไทยและพัฒนาเครื่องมือแล้ว คัดเฉพาะผู้ที่ได้คะแนนในระดับต่ำสุดกว่า -1SD จำนวน 20 คน แล้วผู้วิจัยสุ่มเป็น กลุ่มทดลอง 10 คน กลุ่มควบคุม 10 คน

1.4 สันทนาเป็นรายบุคคลกับกลุ่มทดลองทั้ง 10 คน เพื่อสัมภาษณ์และทำความเข้าใจในการเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยการพูดคุยเกี่ยวกับความต้องการและเป้าหมายของการเข้ากลุ่มของกลุ่มตัวอย่าง ตลอดจนลักษณะของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

2. ระยะดำเนินการทดลอง

2.1 ให้ผู้ติดตามเสพยาติกลุ่มทดลองเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ที่ห้องให้คำปรึกษาดักผู้ป่วยใน ฝ่ายถอนพิษยา โรงพยาบาลธัญญารักษ์ โดยใช้เวลาในการเข้าร่วมกลุ่มทั้งหมด 10 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง รวมเวลาที่ใช้ทั้งสิ้น 20 ชั่วโมง

2.2 กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มควบคุม จะไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง

2.3 การเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่มโดยมีบทบาทในการสร้างสัมพันธภาพ กำหนดทิศทางของกลุ่ม เอื้ออำนวยการอภิปราย ให้ข้อคิดและแบ่งปันประสบการณ์ร่วมกับสมาชิก เน้นความรับผิดชอบของสมาชิกแต่ละคนในการแก้ปัญหาของตนเอง และใช้เทปบันทึกเสียงตลอดระยะเวลาการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

2.4 สรุปการประชุมกลุ่ม

3. ระยะหลังการทดลอง

เมื่อสิ้นสุดการทดลองแล้ว ผู้วิจัยได้ให้ผู้ติดตามเสพยาติทั้ง 2 กลุ่ม ทำแบบวัดความเชื่อในการควบคุมตนเอง เป็นการทดสอบหลังการทดลอง (Posttest)

4. ระยะติดตามผล

หลังจากสิ้นสุดการทดลองแล้ว 30 วัน ผู้วิจัยดำเนินการติดตามเยี่ยมบ้านกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม เพื่อเก็บข้อมูลสภาวะส่งตรวจหาสารเสพยาติเป็นการติดตามผล จำนวนผู้ติดตามเสพยาติซ้ำ

การเก็บข้อมูล

1. ผู้วิจัยทดสอบกลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วยแบบวัดความเชื่อในการควบคุมตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง
2. ติดตามผลหลังการทดลอง ภายหลังจากสิ้นสุดการทดลองแล้ว 30 วัน โดยการตรวจปัสสาวะและนับจำนวนผู้กลับไปใช้ยาเสพติดซ้ำ

โปรแกรมการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดนิจาร์ณาความเป็นจริง

จากแนวคิดของการศึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดนิจาร์ณาความเป็นจริง ที่กล่าวถึงความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ว่า มนุษย์ต้องการที่จะให้และได้รับความรักจากผู้อื่นรู้สึกถึงความมีคุณค่าในตนเองและรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าต่อผู้อื่น หากบุคคลไม่ได้รับความต้องการพื้นฐานเหล่านี้ เขาก็จะพัฒนาเอกลักษณ์ของตนไปสู่เอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว (Failure Identity) เช่น ในผู้ที่ติดยาเสพติด ดังนั้นการที่จะช่วยให้เขาสามารถพัฒนาเอกลักษณ์ไปสู่เอกลักษณ์แห่งความสำเร็จได้ ก็โดยการช่วยให้เขาสามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานดังกล่าวโดยไม่กระทบกระเทือนสิทธิของผู้อื่น ดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพเต็มที่ และมีความสุขในการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นต่อไป

กำหนดโปรแกรม โดยยึดหลักการสำคัญของการศึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดนิจาร์ณาความเป็นจริง (Reality Therapy) ของกลาสเซอร์ หลักการสำคัญของแนวคิดนี้มี 8 ประการ คือ

1. การสร้างสัมพันธภาพของการศึกษา
2. การเน้นพฤติกรรมปัจจุบัน
3. การประเมินคุณค่าของพฤติกรรม
4. วางแผนสร้างพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ
5. การผูกมัดตนเองที่จะปฏิบัติตามแผนที่กำหนด
6. การไม่ยอมรับข้อแก้ตัว
7. การไม่ใช้การลงโทษ
8. การไม่ยอมล้มเลิกความตั้งใจ

ผู้วิจัยใช้แนวคิดข้างต้นและหลักการทั้ง 8 ประการ มาจัดโปรแกรมกลุ่มเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ดังนี้

1. สัมพันธภาพของการศึกษา ผู้นำกลุ่มต้องสร้างบรรยากาศกลุ่มให้มีความเป็นมิตร

อบอุ่น จริงใจ ใส่ใจต่อกันอย่างแท้จริง มีความไว้วางใจ โดยผู้นำกลุ่มเป็นตัวแบบของผู้ที่มีความรับผิดชอบจริงใจ ใส่ใจต่อสมาชิกกลุ่มอย่างแท้จริง มีบรรยากาศของความจริงใจและไว้วางใจ จะช่วยให้สมาชิกกลุ่มเรียนรู้ที่จะสร้างสัมพันธ์ภาพที่จริงใจต่อกัน เต็มใจที่จะเปิดเผยตนเองและสำรวจตนเองเพื่อตระหนักถึงการแสดงออกของตนเองอย่างชัดเจน เพื่อหาแนวทางแก้ไขปรับปรุงพฤติกรรมต่อไป

2. การตระหนักรู้ต่อตนเอง ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกแต่ละคนได้สำรวจตนเอง ทำความเข้าใจและยอมรับตนเองถึงความสามารถ ความเข้มแข็งและการแสดงออกของตนเอง ต่อสิ่งแวดล้อมและบุคคลรอบข้าง โดยเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบันที่ตนต้องการเปลี่ยนหรือพฤติกรรมที่แสดงออกในขณะที่มีความรู้สึกไม่พอใจของตน ผู้นำกลุ่มจะไม่ส่งเสริมให้สมาชิกได้พิจารณาถึงอดีตที่ผ่านไปแล้ว หรืออนาคตที่ยังไม่เกิดขึ้นมากนัก จะเน้นที่การทำให้สมาชิกสามารถเข้าใจและยอมรับถึงการกระทำของตนเอง และผลของการกระทำนั้นว่ามีผลอย่างไร

3. สมาชิกเรียนรู้การเปลี่ยนแปลงที่ดีกว่า เมื่อสมาชิกกลุ่มสามารถตระหนักถึงการกระทำและความรับผิดชอบของตนแล้ว ผู้นำกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกได้พิจารณาหาแนวทางการเปลี่ยนแปลงเพื่อสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เหมาะสม โดยผู้นำกลุ่มส่งเสริมให้สมาชิกแต่ละคนได้กำหนดเป้าหมายของตน และหาแนวทางเพื่อบรรลุเป้าหมายที่ต้องการได้อย่างถูกต้อง ตามความเป็นจริง ตามหลักศีลธรรมจรรยา ผู้นำกลุ่มใช้หลักการ การกำหนดเป้าหมาย การวางแผน การมีข้อผูกมัด การไม่ยอมรับคำแก้ตัว ไม่ใช้การลงโทษ และการไม่ยอมเลิกล้มความตั้งใจ เพื่อนำสมาชิกกลุ่มพบกับความสำเร็จหรือบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้

จากจุดมุ่งหมายดังกล่าว ตลอดจนจากการที่ได้ศึกษานำร่อง (Pilot Study) โดยการทำกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดนิยามความเป็นจริงกับผู้ศึกษาเสวยติตระยะถอนนิชยา ผู้วิจัยจึงได้กำหนดโปรแกรมการประชุมกลุ่มเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ โดยใช้เวลาประชุมกลุ่มรวมทั้งสิ้น 10 ครั้ง ครั้งละประมาณ 2 ชั่วโมง รวมใช้เวลาทั้งหมดประมาณ 20 ชั่วโมง ดังนั้น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 7 ตารางการประชุมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง

กิจกรรม	วคป.	เวลา	ระยะเวลา
ลัปดาห์ที่ 1 วันเข้ารับการรักษา	27 ส.ค.2539	-	-
ทำแบบวัดก่อนการทดลอง	28 ส.ค.2539	16.00-17.00 น.	45-60 นาที
ประชุมกลุ่มครั้งที่ 1	29 ส.ค.2539	18.30-20.15 น.	1.45 ชม.
ประชุมกลุ่มครั้งที่ 2	31 ส.ค.2539	18.30-20.15 น.	1.45 ชม.
ประชุมกลุ่มครั้งที่ 3	2 ก.ย.2539	14.00-16.00 น.	2 ชม.
ลัปดาห์ที่ 2 ประชุมกลุ่มครั้งที่ 4	4 ก.ย.2539	14.00-16.00 น.	2 ชม.
ประชุมกลุ่มครั้งที่ 5	6 ก.ย.2539	14.00-16.00 น.	2 ชม.
ประชุมกลุ่มครั้งที่ 6	8 ก.ย.2539	14.00-16.00 น.	2.15 ชม.
ประชุมกลุ่มครั้งที่ 7	10 ก.ย.2539	14.00-16.00 น.	2.15 ชม.
ลัปดาห์ที่ 3 ประชุมกลุ่มครั้งที่ 8	13 ก.ย.2539	14.00-16.00 น.	2 ชม.
ประชุมกลุ่มครั้งที่ 9	15 ก.ย.2539	14.00-16.00 น.	2 ชม.
ประชุมกลุ่มครั้งที่ 10	17 ก.ย.2539	08.00-10.00 น.	2 ชม.
ทำแบบวัดหลังการทดลอง	17 ก.ย.2539	10.00-11.00 น.	45-60 นาที

จากตารางที่ 7 มีเหตุผลในการจัดตารางการประชุมกลุ่มข้างต้นดังนี้

1. ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองทำแบบวัดความเชื่อในการควบคุมตนเอง ช่วงก่อนการทดลอง ในวันที่ 2 หลังจากกลุ่มทดลองเข้ารับการรักษาแล้ว เนื่องจากในวันแรกเริ่มเข้ารับการรักษา กลุ่มทดลองยังมีอาการทางยาเสณย์ติดมากอยู่ จึงต้องการให้กลุ่มทดลองได้พักผ่อนอย่างเพียงพอก่อน
2. ในการประชุมครั้งที่ 1 และ 2 ใช้เวลาในการประชุมกลุ่มเพียง 1 ชั่วโมง 45 นาที เนื่องจากกลุ่มทดลองยังอยู่ในระยะเริ่มต้นของการถอนนิชยา จึงมีอาการทางยาเสณย์ติดมากอยู่ ผู้วิจัยพิจารณาจากอาการของผู้รับการปรึกษาแล้ว จึงให้เลิกประชุมกลุ่มเร็วขึ้น 15 นาที เพื่อไม่ให้ผู้รับการปรึกษาเหนื่อยล้าเกินไป จนรู้สึกไม่อยากเข้าประชุมกลุ่มอีก
3. ในการประชุมกลุ่มครั้งที่ 6 และ 7 ใช้เวลาในการประชุมกลุ่มถึง 2 ชั่วโมง 15

นาที เนื่องจากการประชุมกลุ่ม 2 ครั้งนี้ อยู่ในขั้นการวางแผนสร้างพฤติกรรมซึ่งต้องใช้ระยะเวลาในขั้นตอนนี้มาก ในการช่วยให้สมาชิกวางแผนสร้างพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ

4. ช่วงระหว่างการประชุมกลุ่มครั้งที่ 7 และ 8 ผู้วิจัยได้ยึดช่วงระยะเวลาออกไปถึง 3 วัน แทนที่จะเป็นวันเว้นวันเหมือนทุกครั้ง ทั้งนี้เพราะผู้วิจัยต้องการให้เวลาลำหรับสมาชิกในการดำเนินการตามแผนที่วางไว้ ว่าสมาชิกสามารถดำเนินการตามแผนสม่ำเสมอทุกวันหรือไม่

5. ในการประชุมกลุ่มครั้งที่ 10 เป็นการประชุมครั้งสุดท้าย ผู้วิจัยได้ประชุมกลุ่มในช่วงเวลา 08.00-10.00 น. ทั้งนี้เพราะเป็นวันที่สมาชิกอยู่รักษาครบกำหนด 21 วัน สมาชิกจะได้รับอนุญาตให้กลับบ้านได้ก่อนเวลา 12.00 น. ผู้วิจัยจึงเลื่อนเวลาประชุมกลุ่มให้เร็วขึ้น เพื่อความสะดวกของสมาชิกดังกล่าว



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

โปรแกรมการประชุมกลุ่ม

หลักการและวัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
<p><u>ครั้งที่ 1</u> <u>หลักการ</u></p> <p><u>และ 2</u> -การสร้างสัมพันธภาพ</p> <p style="padding-left: 20px;"><u>วัตถุประสงค์</u></p> <p>- เพื่อสร้างความคุ้นเคยพัฒนาความรู้สึกมีส่วนร่วม พัฒนาบรรยากาศของความไว้วางใจ ความเป็น มิตร ส่งเสริมให้มีการเปิดเผยตนเอง</p>	<p>- ผู้นำกลุ่มแนะนำตัว และชี้แจง วัตถุประสงค์ ขอบเขต ระยะเวลา และข้อตกลงของกลุ่ม การปรึกษาเชิงจิตวิทยาตาม แนวคิดพิจารณาความเป็นจริง</p> <p>- เปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้ แนะนำตัวต่อเพื่อนสมาชิก</p> <p>- ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิก กลุ่มทำความรู้จักกันมากขึ้นโดย การแลกเปลี่ยนเรื่องราวความ เป็นมาและประสบการณ์ของ แต่ละคนอย่างคร่าว ๆ ได้แก่ ความเป็นมา เกิดที่ไหน สภาพ ครอบครัว สิ่งที่ชอบหรือพอใจ ในตนเอง</p> <p>- เมื่อทุกคนเล่าเกี่ยวกับตนเอง แล้ว ให้กลุ่มช่วยกันสรุปความ รู้สึกที่ได้รับจากการที่ได้เป็นผู้ เล่าและการรับฟังผู้อื่น</p>
<p><u>ครั้งที่ 3</u> <u>หลักการ</u></p> <p>-การสร้างสัมพันธภาพ</p> <p>-การพัฒนาเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ</p> <p style="padding-left: 20px;"><u>วัตถุประสงค์</u></p> <p>- เพื่อสร้างความรู้สึกต้องการจะพัฒนา</p>	<p>- ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทาย สรุปสิ่งที่ ได้พูดคุยในครั้งที่ 1 และ 2</p> <p>- ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสำรวจถึง ความสำเร็จในชีวิตที่ภาคภูมิใจ มากที่สุดมาคนละ 1 อย่าง ให้</p>

หลักการและวัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
<p>เอกลักษณ์แห่งความสำเร็จแก่สมาชิก และ สร้างการเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น</p>	<p>กลุ่มแลกเปลี่ยนเรื่องราวกัน ผู้นำกลุ่ม สรุปเข้าสู่เรื่องการได้รับความรักและ การใส่ใจจากผู้อื่น อันทำให้รู้สึกว่า ตนเองมีคุณค่า</p> <p>-ผู้นำกลุ่มกล่าวนำให้สมาชิกได้พิจารณา ถึงพฤติกรรมในชีวิตประจำวัน ของ สมาชิกที่ทำเพื่อตอบสนองความต้องการ ของตน</p> <p>-ผู้นำกลุ่มสรุปถึงเรื่อง "ความสำเร็จ ในชีวิต" (3R) เน้นความรับผิดชอบที่ มีต่อตนเองและผู้อื่น</p>
<p><u>ครั้งที่ 4</u> <u>หลักการ</u> -การสำรวจพฤติกรรม -การเน้นพฤติกรรมปัจจุบัน</p> <p><u>วัตถุประสงค์</u> -เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกได้สำรวจ พฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของ ตน</p>	<p>-ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทาย สรุปสิ่งที่ได้พูดคุย ในครั้งที่ 3</p> <p>-ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ทบทวน และแลกเปลี่ยนกันถึงพฤติกรรมของตน ที่กำลังเป็นอยู่ในปัจจุบัน และพิจารณา ผลของพฤติกรรมว่ามีผลต่อสมาชิกแต่ ละคนอย่างไร</p>

หลักการและวัตถุประสงค์

วิธีดำเนินการ

- | | |
|---|--|
| <p><u>ครั้งที่ 5</u> <u>หลักการ</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - การประเมินคุณค่าของพฤติกรรม
<u>วัตถุประสงค์</u> - เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกได้ตระหนักถึงพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดและผลของการใช้ยาเสพติดของตนเอง | <ul style="list-style-type: none"> - นำพฤติกรรมปัจจุบันและผลของพฤติกรรมนั้นจากครั้งที่ 4 มาพิจารณาว่าพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของตนนั้น ถูกหรือผิดอย่างไร เป็นพฤติกรรมที่ตรงกับ 3R หรือไม่ สามารถตอบสนองความต้องการของได้หรือไม่ มีผลต่อตนเองและผู้อื่นอย่างไรบ้าง |
| <p><u>ครั้งที่ 6</u>
<u>และ 7</u> <u>หลักการ</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - การวางแผนสร้างพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ - การผูกมัดตนเอง
<u>วัตถุประสงค์</u> - เพื่อให้สมาชิกวางแผนแก้ไขพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบของตนเอง - เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสามารถกำหนดแผนการปฏิบัติที่ชัดเจน - เพื่อให้สมาชิกมีความรับผิดชอบต่อแผนการปฏิบัติ | <ul style="list-style-type: none"> - ผู้นำกลุ่มสรุปถึงพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบ และให้สมาชิกได้พิจารณาและตระหนักถึงความต้องการของตนเองที่จะกระทำกับพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของตนเอง - เปิดโอกาสให้สมาชิกได้พิจารณาร่วมกันถึงวิธีการควบคุมตนเองที่ใช้ เมื่อเกิดพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบ - ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละคนวางแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของตน และเลือกวิธีการควบคุมตนเอง เพื่อแก้ไขพฤติกรรมนั้น โดยกำหนดวิธีการที่ชัดเจน เหมาะสม และมีความเป็นไปได้จริง หลังจากนั้นให้สมาชิกแต่ละคนเขียน และบอกถึงแผนการปฏิบัติของตนต่อเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม |

หลักการและวัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
<p><u>ครั้งที่ 8</u> <u>หลักการ</u></p> <p><u>และ 9</u> -ดำเนินการตามแผน</p> <p>-ไม่ใช้การลงโทษ</p> <p>-ไม่ยอมรับข้อแก้ตัว</p> <p>-ไม่ล้มเลิกความตั้งใจ</p> <p><u>วัตถุประสงค์</u></p> <p>-เพื่อตรวจสอบแผนการปฏิบัติ และให้ได้รับประสบการณ์ของความล้มเหลวในการควบคุมตนเอง เพื่อแก้ไขพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของตน</p> <p>-เพื่อส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ</p>	<p>-ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละคนได้บอกกล่าวถึงผลการปฏิบัติตามแผนการที่กำหนดไว้ โดยนำวิธีการควบคุมตนเองมาใช้ หากสมาชิกไม่สามารถปฏิบัติตามแผนการที่กำหนดไว้ได้ ผู้นำกลุ่มจะไม่ตำหนิหรือลงโทษใดๆ แต่จะให้สมาชิกได้พิจารณาหาแนวทางปรับปรุงวิธีการ และวางแผนวิธีการใหม่ให้เหมาะสมและสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง</p>
<p><u>ครั้งที่ 10</u> <u>หลักการ</u></p> <p>-สรุปและยุติการปรึกษา</p> <p><u>วัตถุประสงค์</u></p> <p>-เพื่อให้สมาชิกกลุ่มให้กำลังใจต่อกัน มีความเข้มแข็ง รับผิดชอบต่อการฝึกปฏิบัติตามแผนการ เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตน และมีวิธีการควบคุมตนเองที่เหมาะสม</p>	<p>-เปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละคนได้รายงานผลการปฏิบัติ แนวทางการควบคุมตนเอง เพื่อแก้ไขพฤติกรรม และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่ได้รับ ตลอดจนมีความตั้งใจที่จะกระทำต่อไป เมื่อสิ้นสุดการประชุมกลุ่มแล้ว</p> <p>-ผู้นำกลุ่มให้กำลังใจแก่สมาชิกในการปฏิบัติตามแผนการต่อไป</p>

(รายละเอียดของกระแสมุมมอง คูนภาคผนวก ง)

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การทดสอบความแตกต่างของคะแนนจากแบบวัดความเชื่อในการควบคุมตนเองของผู้ติดยาเสพติดกลุ่มทดลองที่วัดก่อนและหลังการทดลอง ด้วยการทดสอบค่าที (t - dependent test)
2. การทดสอบความแตกต่างของคะแนนจากแบบวัดความเชื่อในการควบคุมตนเองของผู้ติดยาเสพติดกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมที่วัดหลังการทดลอง ด้วยการทดสอบค่าที (t - independent test)
3. การทดสอบสัดส่วนของผู้ติดยาเสพติดซ้ำของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังสิ้นสุดการทดลองและระยะติดตามผล ด้วยการทดสอบค่าไคสแควร์



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย