

ผลการใช้โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้าง  
ความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติด  
ที่เข้ารับบริการคลินิกจิตสังคมศาลจังหวัดเชียงใหม่

นางสาวทิพากร วงศ์คำปัน

การศึกษาค้นคว้าอิสระนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต  
แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

พ.ศ. 2564

The Effects of Using an Eclectic Group Counseling Program to Enhance  
the Intention for Cessation of Drug Usage Behavior of Drug Addicts  
Who Received Services at the Psycho-Social Clinic of Chiang Mai  
Provincial Court

Miss Tipakorn Wongkumpun



An Independent Study Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for  
the Degree of Master of Education Guidance and Psychological Counseling  
School of Educational Studies  
Sukhothai Thammathirat Open University

2021

หัวข้อการศึกษาค้นคว้าอิสระ ผลการใช้โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อ  
เสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้  
ยาเสพติดของ ผู้ใช้ยาเสพติดที่เข้ารับบริการคลินิกจิตสังคมศาล  
จังหวัดเชียงใหม่

ชื่อและนามสกุล นางสาวทิพากร วงศ์คำปัน

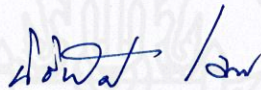
แขนงวิชา การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

สาขาวิชา ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร

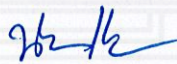
การศึกษาค้นคว้าอิสระนี้ ได้รับความเห็นชอบให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรระดับปริญญาโท เมื่อวันที่ 1 ธันวาคม 2564

คณะกรรมการสอบการศึกษาค้นคว้าอิสระ



ประธานกรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร)



กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.นรินาท แสนสา)



(รองศาสตราจารย์ ดร.นรินาท แสนสา)

ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์

**ชื่อการศึกษาค้นคว้าอิสระ** ผลการใช้โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้าง  
ความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดของผู้ใช้  
ยาเสพติดที่เข้ารับบริการคลินิกจิตสังคมศาลจังหวัดเชียงใหม่

**ผู้ศึกษา** นางสาวทิพากร วงศ์คำปัน **รหัสนักศึกษา** 2622800122

**ปริญญา** ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา)

**อาจารย์ที่ปรึกษา** รองศาสตราจารย์ ดร.นิธิวัฒน์ เมฆขจร **ปีการศึกษา** 2564

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติดก่อนและหลังการใช้โปรแกรมให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน และ (2) เปรียบเทียบความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติดภายหลังการทดลองของผู้ใช้ยาเสพติดในกลุ่มทดลองที่ใช้โปรแกรมให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานกับของกลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้การปรึกษาแบบปกติ

กลุ่มตัวอย่างเป็นเป็นผู้ใช้ยาเสพติดที่เข้ารับบริการคลินิกจิตสังคมปี 2564 ที่ศาลเห็นสมควรแก้ไข บำบัดฟื้นฟูที่มีอายุระหว่าง 19 – 25 ปี และมีความเสี่ยงในการกลับไปใช้ยาเสพติดในระดับปานกลางจำนวน 12 คน ที่ได้มาโดยความสมัครใจ แล้วจึงสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย (1) แบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกยาเสพติดซึ่งมีค่าความเที่ยงเท่ากับ .93 (2) โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติด และ (3) การให้การปรึกษาแบบปกติ สถิติที่ใช้ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบวิลคอกชัน และการทดสอบแมนวิทนีย์

ผลการวิจัยปรากฏว่า (1) ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ (2) ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน มีคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการปรึกษาแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**คำสำคัญ** ความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การใช้ยาเสพติด การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน



**Independent Study title:** The Effects of Using an Eclectic Group Counseling Program to Enhance the Intention for Cessation of Drug Usage Behavior of Drug Addicts Who Received Services at the Psycho-Social Clinic of Chiang Mai Provincial Court

**Author:** Miss Thipakorn Wongkumpun; ID: 2622800122;

**Degree:** Master of Education (Guidance and Psychological Counseling);

**Independent Study advisor:** Dr. Nithipat Mekkhachorn, Associate Professor;

**Academic year:** 2021

### Abstract

The objectives of this research were (1) to compare the levels of intention for cessation of drug usage behavior of drug addicts before and after using an eclectic group counseling program; and (2) to compare the level of intention for cessation of drug usage behavior of drug addicts in the experimental group, who used the eclectic group counseling program, with the counterpart level of drug addicts in the control group who received normal group counseling.

The research sample consisted of 12 drug addicts, aged 19 – 25 years, who received services at the Psycho-Social Clinic of Chiang Mai Provincial Court and had the risk at the moderate level to resume using the drug again. They were obtained based on their willingness to participate in the experiment. Then they were randomly assigned to an experimental group and a control group each of which consisting of six drug addicts. The research instruments comprised (1) a questionnaire on the intention for cessation of drug usage behavior, with reliability coefficient of .93; (2) an eclectic group counseling program to enhance the intention for cessation of drug usage behavior; and (3) a normal group counseling program. Statistics for data analysis were the mean, standard deviation, Wilcoxon test, and Mann-Whitney U test.

The research results showed that (1) after participating in the eclectic group counseling program, the experimental group drug addicts' rating mean score on the intention for cessation of drug usage behavior increased significantly at the .05 level of statistical significance; and (2) the post-experiment rating mean score on the intention for cessation of drug usage behavior of the experimental group drug addicts, who participated in the eclectic group counseling program, was significantly higher than the counterpart rating mean score of the control group drug addicts, who received normal group counseling, at the .05 level of statistical significance.

**Keywords:** Intention for cessation of behavior, Drug usage, Eclectic group counseling

## กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยค้นคว้าอิสระฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาจาก รองศาสตราจารย์ ดร.นิธิวัฒน์ เมฆขจร อาจารย์ที่ปรึกษางานวิจัย และ ได้รับความกรุณาจาก รองศาสตราจารย์ ดร.นิรนาท แสนสา กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้ข้อคิดเห็น และคำแนะนำแนวทางที่เป็นประโยชน์ ตลอดจน ช่วยตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องของวิทยานิพนธ์ด้วยดีเสมอมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของท่านเป็นอย่างยิ่ง และขอกราบขอบพระคุณอย่างสูง ณ ที่นี้

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์เทียม ศรีคำจักษ์ อาจารย์สังวร สมบัติใหม่ อาจารย์ ดร.จूरรัตน์ นิลจันทิก และคุณพัชรินทร์ อุทาเลิศ ที่ได้กรุณาให้ คำแนะนำ แก้ไขข้อบกพร่อง ต่างๆ และเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ช่วยให้เครื่องมือวิจัยครั้งนี้มี คุณภาพและประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ประจำสาขาวิชาการแนะแนวและการศึกษา เชิงจิตวิทยาทุกท่าน ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทความรู้วิชาการ ตลอดจนให้การสนับสนุนและส่งเสริม การทำวิจัยครั้งนี้จนสำเร็จลุล่วงด้วยดีเสมอมา

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณผู้พิพากษาหัวหน้าศาลจังหวัดเชียงใหม่ ท่านภิญโญ โมกขมรรคกุล ผู้พิพากษาผู้ดูแลงานคลินิกจิตสังคมศาลจังหวัดเชียงใหม่ ท่านศักดิ์ฤทธิ์ งามมิตร สมบูรณ์ ที่อนุญาตให้เก็บข้อมูลและทดสอบประสิทธิภาพและคุณภาพของเครื่องมือรวมถึงทำการ ทดลองเครื่องมือกับกลุ่มเป้าหมายของงานวิจัยชิ้นนี้ และท่านสมภพ นันทโกวัฒน์ ที่ช่วยในการ ตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องของ งานวิจัยชิ้นนี้ด้วยดีเสมอมา และขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ในฝ่ายงาน คลินิกจิตสังคมศาลจังหวัดเชียงใหม่ นักจิตวิทยา และนักสังคมสงเคราะห์ ที่อำนวยความสะดวก ในการทำงานวิจัยในครั้งนี้

ขอขอบคุณ คุณปริญญา ยานนท์ ประธานรุ่น และ เพื่อน ๆ บัณฑิตศึกษาสาขาการแนะแนว และการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา รุ่นที่ 9 ทุกท่านที่เป็นกำลังใจและให้การสนับสนุนช่วยเหลือในการ วิจัยครั้งนี้

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ พี่ชาย ที่เป็นกำลังใจและให้การ สนับสนุนด้านการศึกษาเป็นอย่างดี ผู้วิจัยขอขอบคุณทุกท่านที่มีได้กล่าวนามในที่นี้ ที่ให้ความร่วมมือ และให้ความช่วยเหลือในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้จนสำเร็จลุล่วงด้วยดี

ทิพากร วงศ์คำปัน

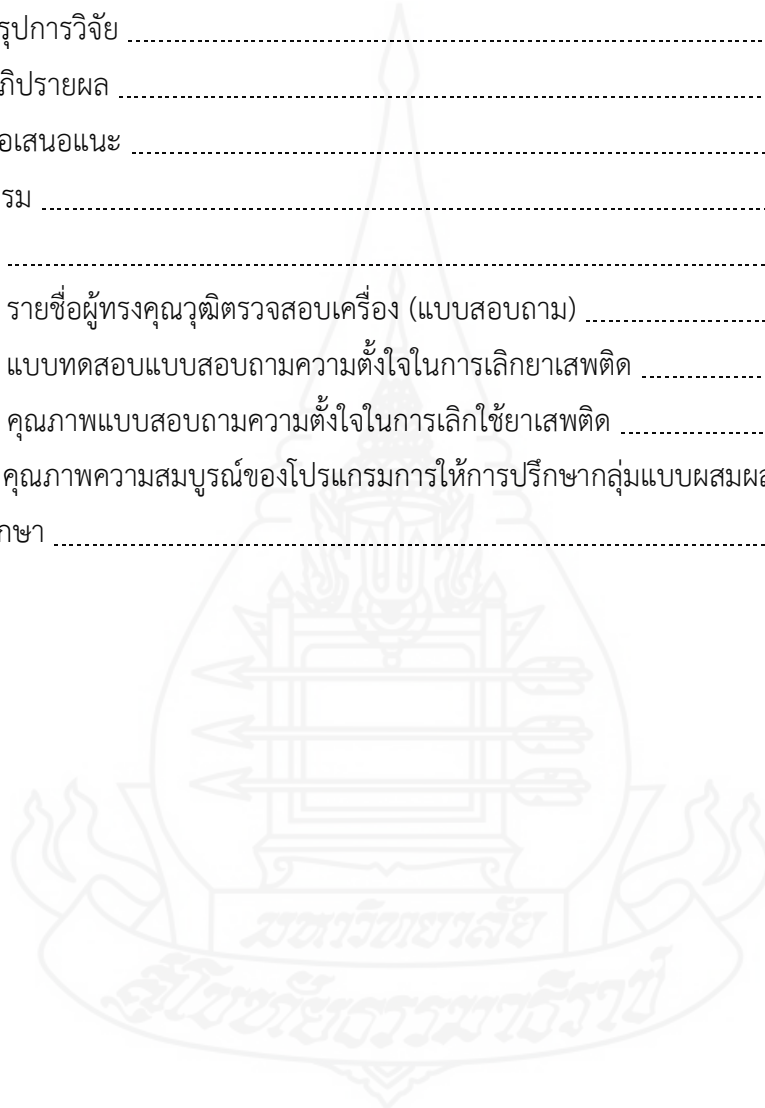
ธันวาคม 2564

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย .....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	จ
กิตติกรรมประกาศ .....	ฉ
สารบัญตาราง .....	ณ
สารบัญภาพ .....	ญ
บทที่ 1 บทนำ .....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
วัตถุประสงค์การวิจัย .....	4
สมมติฐานการวิจัย .....	4
กรอบแนวคิดการวิจัย .....	5
ขอบเขตของการวิจัย .....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ .....	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ .....	7
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง .....	8
วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด .....	9
วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน .....	13
วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับคลินิกจิตสังคม ระบบศาลยุติธรรม .....	41
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย .....	49
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	49
ตัวแปรและนิยามปฏิบัติการของตัวแปร .....	49
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	52
รูปแบบการวิจัย .....	56
วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล .....	57
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	58
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	60
วัตถุประสงค์ของการวิจัย .....	60
สัญลักษณ์ และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล .....	60
การเสนอผลงานวิจัย .....	60

## สารบัญ (ต่อ)

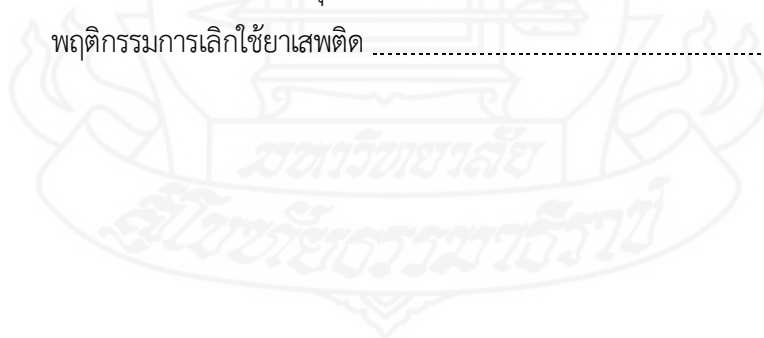
	หน้า
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	61
บทที่ 5 สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	64
สรุปการวิจัย .....	64
อภิปรายผล .....	65
ข้อเสนอแนะ .....	76
บรรณานุกรม .....	77
ภาคผนวก .....	82
ก รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่อง (แบบสอบถาม) .....	83
ข แบบทดสอบแบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกยาเสพติด .....	85
ค คุณภาพแบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด .....	88
ง คุณภาพความสมบูรณ์ของโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน .....	92
ประวัติผู้ศึกษา .....	129





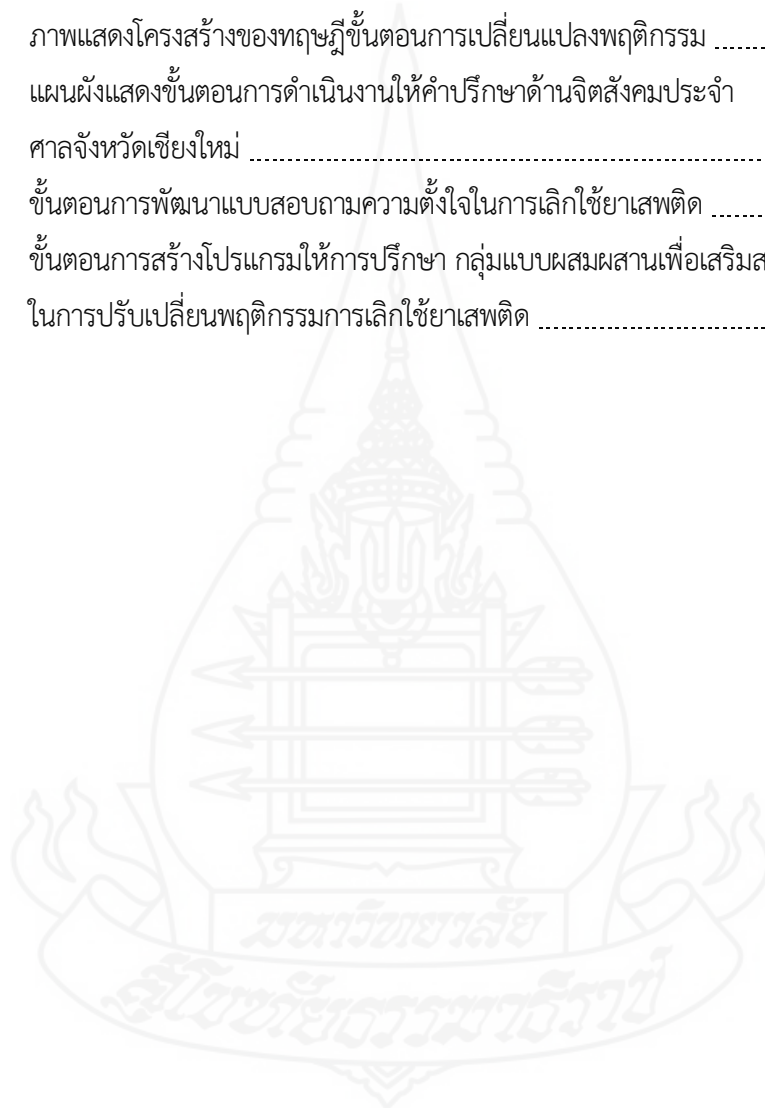
สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1 แสดงรูปแบบการวิจัย .....	57
ตารางที่ 3.2 การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแบบผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด .....	57
ตารางที่ 4.1 ข้อมูลรายบุคคลของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้การศึกษากลุ่มแบบ ผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด .	61
ตารางที่ 4.2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของระดับความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติดกลุ่มทดลองก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมการให้ การศึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมการใช้ยาเสพติด .....	62
ตารางที่ 4.3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของระดับความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติดกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม ให้การศึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมการใช้ยาเสพติด .....	62
ตารางที่ 4.4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของระดับความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติดความระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมหลังการเข้าร่วม โปรแกรมให้การศึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมการใช้ยาเสพติด .....	63



## สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 2.1 ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล (Theory of Reasoned Action) .....	12
ภาพที่ 2.2 ภาพแสดงโครงสร้างของทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม .....	29
ภาพที่ 2.3 แผนผังแสดงขั้นตอนการดำเนินงานให้คำปรึกษาด้านจิตสังคมประจำ ศาลจังหวัดเชียงใหม่ .....	46
ภาพที่ 3.1 ขั้นตอนการพัฒนาแบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด .....	54
ภาพที่ 3.2 ขั้นตอนการสร้างโปรแกรมให้การศึกษา กลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจ ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติด .....	56



# บทที่ 1

## บทนำ

### 1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันยาเสพติดเป็นปัญหาที่สำคัญปัญหาหนึ่งที่ทุกประเทศต้องเผชิญ และ ยังคงหาแนวทางแก้ไขปัญหาดังกล่าว จากข้อมูล รายงานยาเสพติดโลก ปี ค.ศ. 2020 สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด ได้รายงานถึงตลาดการเติบโตของการใช้ยาเสพติดทั่วโลก เพิ่มสูงขึ้นทั้งในเชิงจำนวนและสัดส่วนของประชากรโลกที่ใช้ยาเสพติด จากที่มีการประมาณว่า มีผู้ใช้ 210 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 4.8 ของประชากรโลกที่มีอายุระหว่าง 15-64 ปี ในปีค.ศ. 2009 เพิ่มขึ้นเป็น 269 ล้านคน หรือร้อยละ 5.3 ของประชากร ในปีค.ศ. 2018 ในห้วงปีค.ศ. 2000 - 2018 วัยรุ่น ถือเป็นกลุ่มผู้ใช้ยาเสพติดที่มีสัดส่วนมากที่สุด มีการเพิ่มขึ้นร้อยละ 16 ในประเทศกำลังพัฒนาและลดลงร้อยละ 10 ในประเทศพัฒนาแล้ว ยาเสพติด ถือเป็นปัญหาสำคัญที่บ่อนทำลายอนาคตของชาติ ทำลายเศรษฐกิจ รวมถึงความมั่นคงของประเทศ (สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2020)

สำหรับประเทศไทยนั้นสภาพปัญหายาเสพติดยังคงมีสัดส่วนสูงอย่างต่อเนื่องประเทศไทยในกลุ่มผู้ค้าและผู้เสฟตั้งข้อมูลของกรมสุขภาพจิตสภาพปัญหายาเสพติด (<https://gnews.apps.go.th/news?news=36915>) พบผู้ใช้ยาเสพติดชนิดใดชนิดหนึ่งใน 1 ปี จำนวน 1,400,000 คน ผู้ใช้ยาเสพติดจำนวน 1,100,000 ล้านคน และเป็นผู้ติดยาเสพติด จำนวน 320,000 คน แต่มีผู้ใช้ยาเสพติดและผู้ติดยาเสพติด เข้าสู่ระบบการบำบัดของกรมสุขภาพจิต จำนวน 24,196 คน ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูล ประกาศคณะกรรมการการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (ป.ป.ส.) ปี 2562) พบว่ายาเสพติดสังเคราะห์ขยายตัวเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะที่มีส่วนผสมของแอมเฟตามีน ได้แก่ ยาบ้า ไอซ์และเอ็กซ์ตาซี รวมไปถึงสารออกฤทธิ์ ต่อจิตประสาทชนิดใหม่ ยาเสพติดที่แพร่ระบาดมากที่สุด ยังคงเป็นยาบ้า รองลงมาคือ ไอซ์และกัญชา ยาบ้า ยังเป็นยาเสพติดที่มีแนวโน้มแพร่ระบาดในประเทศไทยอย่างต่อเนื่อง เพราะ ขยายตัวได้รวดเร็วส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชากรที่ทุกภาคส่วนต้องมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหานี้ รัฐบาลไทยปัจจุบันได้ตระหนักถึงผลกระทบจากปัญหา ยาเสพติดให้เป็นวาระเร่งด่วนที่ทุกภาคส่วนต้องร่วมมือกันแก้ไขภายใต้วิสัยทัศน์ “สังคมไทยเข้มแข็งและรอดพ้นภัยจากยาเสพติด ด้วยภูมิคุ้มกัน มาตรการลดผู้ค้าและ ผู้เสฟ และ ให้ความร่วมมือระหว่างประเทศ ด้านยาเสพติดเพื่อบรรลุผลพันธกรณีและวิสัยทัศน์ของอาเซียน” จึงมีนโยบายแก้ไขปัญหาดังกล่าวทั้งการดำเนินการด้านกฎหมาย และกฎระเบียบต่าง ๆ เพื่อควบคุมการแพร่ระบาดของยาเสพติด โดยเริ่มดำเนินการตั้งแต่

พ.ศ. 2546 จนถึงปัจจุบัน มีการกำหนดยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหายาเสพติด ไว้ 3 ด้าน ได้แก่ 1). ด้านการควบคุมตัวยา และ 2). ผู้ค้ายาเสพติด (Supply) 3).ด้านการป้องกันและแก้ไข ปัญหายาเสพติดหรือผู้ติดยาเสพติด (Demand) และด้านการป้องกันผู้มีโอกาสเข้าไปใช้ยาเสพติด ในส่วนการป้องกันและแก้ไขที่เกิดจากตัวผู้ติดยาเสพติดนั้น ผู้ติดยาเสพติดมีลักษณะโดยรวมที่ต้องได้รับการช่วยเหลือ โดยมองว่าผู้ติดยาเสพติดเป็นบุคคลที่มีสุขภาพทรุดโทรม มีชีวิตอยู่อย่างไร้เรี่ยวแรง วิตกกังวล ซึมเศร้า ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ขาดสติสัมปชัญญะที่คอยยับยั้งความประพฤติของตนเอง ส่งผลกระทบต่อครอบครัวและสังคม (สำนักงานป้องกันและควบคุมยาเสพติด, 2560 )

ความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม คือ ความตั้งใจพยายามในการแสดงพฤติกรรมความตั้งใจจะมีผลต่อการแสดงพฤติกรรม โดยมีกระบวนการทางความคิด และ ทศนคติ เป็นตัวกำหนดในการแสดงออกของพฤติกรรม ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความเชื่อที่จะแสดงพฤติกรรมนั้น ถ้าบุคคลแสดงพฤติกรรมและได้รับการยอมรับจากกลุ่มบุคคลที่มีอิทธิพลกับตนเอง และรับรู้ว่าเป็นผลดีกับตนเอง จะมีแนวโน้มที่กระทำพฤติกรรมนั้นมากขึ้น การประเมินผลของการกระทำพฤติกรรมมาจากความเชื่อของบุคคลว่ากลุ่มอ้างอิงมีความคิดว่าเขาควร จะกระทำหรือไม่ควรกระทำพฤติกรรม หรือเรียกว่าการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง (Subjective norm) และ การรับรู้การควบคุมพฤติกรรม (Perceived behavioral control) ซึ่งในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลของ Fishbein & Ajzen (1980, อ้างถึงใน วันเพ็ญ อำนานุกิติกร, 2552 น. 27) เกี่ยวกับ ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมการปฏิบัติที่เห็นว่าทัศนคติของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งจะมีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรมการปฏิบัติของบุคคลต่อสิ่งนั้นๆ ทฤษฎีนี้ได้แสดงถึงความแตกต่างอย่างชัดเจนของทัศนคติและความเชื่อ โดยกล่าวว่า ความเชื่อของบุคคลเกี่ยวกับคุณค่าของสิ่งที่เป็นเป้าหมายและความคาดหวังของบุคคลที่จะได้มาซึ่ง เป้าหมาย นั้นประกอบเข้ากันจะกลายเป็นทัศนคติต่อพฤติกรรม

พฤติกรรมที่แสดงออกจะขึ้นอยู่กับธรรมชาติของแรงเสริมที่บุคคลได้รับ มีผู้เสนอแนวคิดใหม่ในการทำนายพฤติกรรมของบุคคลแตกต่างกันออกไป Fishbein & Ajzen (1980, อ้างถึงใน วันเพ็ญ อำนานุกิติกร, 2552 , น. 27) เสนอรูปแบบของพฤติกรรมบุคคลโดยการศึกษาจาก ความตั้งใจของบุคคลที่แสดงพฤติกรรมนั้นๆ โดยกล่าวว่าความตั้งใจของบุคคลเป็นสิ่งที่ง่ายต่อการ ชีวัดและความตั้งใจที่จะแสดงพฤติกรรมกับพฤติกรรมที่แสดงออกมามีความสัมพันธ์กันอย่างมากต่อการกำหนดพฤติกรรมนั้นที่ตอบสนองสภาพแวดล้อม

คลินิกให้คำปรึกษาด้านจิตสังคมศาลจังหวัดเชียงใหม่ (Psycho – social Clinic) เป็นโครงการนำร่องที่มีการใช้กระบวนการให้คำปรึกษา ให้แก่ผู้ต้องหาหรือจำเลย ในคดีที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติดโดยใช้กระบวนการด้านจิตวิทยาและสิ่งแวดล้อมทางสังคม บริการจัดทำแผนแก้ไขบำบัดฟื้นฟูผู้ต้องหาหรือจำเลย สร้างระบบเครือข่ายและส่งต่อผู้มีปัญหาทางสังคมและจิตเวช รวมทั้งส่งเสริมประสานงานด้านการสงเคราะห์กับหน่วยงานที่เหมาะสม เพื่อแก้ไขปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผู้ต้องหาหรือจำเลย ซึ่งเป็นความ



ร่วมมือ ของ 5 หน่วยงานในการร่วมกันพัฒนางาน คลินิกจิตสังคม ได้แก่ สำนักงานศาลยุติธรรม, กระทรวงยุติธรรม, กระทรวงสาธารณสุข, สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) , ป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (ป.ป.ส.) (<https://www.naewna.com/local/469698>) การบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดของคลินิกจิตสังคมในปัจจุบัน ให้บริการทั้ง ระบบบังคับ และ ระบบสมัครใจ ด้วยกระบวนการให้คำปรึกษาแก่ผู้ต้องหาหรือจำเลย ที่ให้ความสำคัญการปรับเปลี่ยนเจตคติ ให้เกิดการรับรู้ถึงโทษ พิษภัยของยาเสพติดที่ส่งผลต่อร่างกาย จิตใจ ครอบครัว และ สังคม การเข้ากลุ่มเรียนรู้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มให้การปรึกษาทางจิตวิทยามีการให้การปรึกษารอบครัว โดยเฉพาะกลุ่มผู้เสพยาเสพติด หรือมียาเสพติดไว้ในครอบครองปริมาณเล็กน้อย ที่ศาลเห็นสมควรแก้ไข บำบัดฟื้นฟู และ ช่วยเหลือผู้ต้องหา หรือ จำเลย เพื่อป้องกันมิให้วนกลับไปกระทำความผิดซ้ำ รวมทั้งหาแนวทางแก้ไขปัญหา ปรับเปลี่ยนมุมมองทัศนคติต่อการดำเนินชีวิตให้อยู่ในสังคมและครอบครัวได้อย่างปกติสุข ภายใต้คติพจน์ที่ว่า “ทุกคนมีคุณค่า คลินิกให้คำปรึกษาจึงให้ความสำคัญในการแก้ไขบำบัดฟื้นฟู พร้อมให้ความรู้ คืบสู่สังคม” จากรายงานสรุปผลการดำเนินงานประจำปี งบประมาณ พ.ศ. 2563 ตั้งแต่วันที่ 1 ตุลาคม 2562 ถึง 31 สิงหาคม 2563 (รายงานสรุปผลการดำเนินงาน คลินิกให้คำปรึกษาด้านจิตสังคม ศาลจังหวัดเชียงใหม่ ประจำปี งบประมาณ พ.ศ. 2563) พบว่า ศาลจังหวัดเชียงใหม่ มีคดีอาญาที่ต้องพิจารณาทั้งหมด 4,535 คดี เป็นคดียาเสพติด 3,210 คดี ศาลกำหนดเงื่อนไขให้เข้ารับคำปรึกษาคลินิกให้คำปรึกษาด้านจิตสังคม ทั้งหมด 51 คดี (มีสำนวนคดีที่ศาลสั่งให้เข้ารับคำปรึกษาด้านจิตสังคมที่ถูกยกมาจากปีงบประมาณ พ.ศ. 2562 จำนวน 298 คดี) คดีที่สิ้นสุดกระบวนการให้คำปรึกษาเนื่องจากให้คำปรึกษาสำเร็จ 171 ราย ยุติการให้คำปรึกษาเนื่องจากให้คำปรึกษาไม่สำเร็จ 108 ราย สาเหตุการยุติคดีทั้งหมด แยกเป็น กระทำผิดซ้ำ 7 ราย ผลการให้คำปรึกษาไม่มาตามหมายนัด และ ศาลออกหมายจับ 17 ราย พิกษาจำคุก 15 ราย หมดระยะเวลารอลงโทษ 1 ราย ไม่ให้ความร่วมมือโดยไม่สามารถติดต่อกับผู้รับคำปรึกษาได้ 67 ราย ประสานส่งต่อสถานบำบัดฟื้นฟู 1 ราย

คลินิกให้คำปรึกษาด้านจิตสังคมศาลจังหวัดเชียงใหม่ เป็นกระบวนการให้การปรึกษาเพื่อบำบัดฟื้นฟูรายบุคคล โดยการนำวิธีการให้การปรึกษามาใช้ ยึดหลักวิถีจิตสังคม คือ การให้คำปรึกษาเพื่อสร้างแรงจูงใจใน (Motivation Interviewing :Mi) และ วิธีการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม (Cognitive behavior Therapy : CBT) มาใช้ในการปรึกษา ซึ่งมีพยานหลักฐานพิสูจน์แล้วว่า การบำบัดผู้ติดยาเสพติดแบบผู้ป่วยนอกของสถานบำบัดโดยนำวิถีจิตสังคม และ การปรึกษาทางจิตวิทยามาใช้เป็นวิธีการบำบัดนั้นมีประสิทธิภาพกับผู้รับการปรึกษา ที่เป็นกลุ่มผู้ติดยาเสพติด แต่ปัญหาของผู้ติดยาเสพติดมีความซับซ้อน การให้การปรึกษารายกรณีตามหลักจิตสังคม (สมภาพ นันทโกวัฒน์, 2560, น.52) ผู้ให้การปรึกษาจำเป็นต้องมีข้อมูลจำนวนมากและทำความเข้าใจกับองค์ประกอบของพฤติกรรมผู้ติดยาเสพติดในการจัดการวางแผนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้กับผู้รับการปรึกษา เพราะในแต่ละบุคคลมีสัดส่วนปัจจัยที่แตกต่างกัน ผู้ให้การปรึกษาจึงจำเป็นต้องมีความเข้าใจในการจัดกระบวนการในการให้การปรึกษากับกลุ่มหมาย

เป้าหมาย ในกระบวนการการพัฒนางานการให้การปรึกษาของคลินิกให้คำปรึกษาด้านจิตสังคมศาลจังหวัด เชียงใหม่ จึงมีการสนับสนุนการฝึกอบรมให้กับผู้ให้การปรึกษา และ สนับสนุนการจัดทำกิจกรรมในลักษณะ กลุ่มสัมพันธ์ที่จะช่วยในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ใช้ยาเสพติด

โปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน คือ กระบวนการที่ให้การช่วยเหลือทางวิชาชีพที่ ผู้วิจัยสนใจพัฒนาขึ้น เพื่อช่วยผู้รับบริการที่มีพฤติกรรมใช้ยาเสพติดตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป ต่อครั้งในการทำ กิจกรรมให้คำปรึกษา โดยการมองผู้รับบริการ ว่า พฤติกรรมของบุคคลสามารถเรียนรู้จากการมีปฏิสัมพันธ์ กับสิ่งแวดล้อม ภายใต้เงื่อนไขต่าง ๆ การเรียนรู้จากพฤติกรรมเดิมสามารถทำให้หมดไปได้ และ พฤติกรรม ของบุคคลสามารถเรียนรู้และปรับเปลี่ยนได้ เป็นการสร้างกระบวนการที่มีจุดมุ่งหมาย ตามขั้นตอนการให้ คำปรึกษา คือ 1) มีการกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย 2) การรวบรวมข้อมูลพื้นฐานพฤติกรรมเป้าหมาย 3) การออกแบบเทคนิคมาให้บริการการปรึกษากับผู้รับบริการ 4) การให้คำปรึกษาและประเมินผล 5) การยุติ การให้การปรึกษา รวมถึงเทคนิคที่หลากหลายต่อการนำไปสู่เป้าหมายที่ชัดเจนในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ที่เป็นปัญหากับผู้ต้องคดีเกี่ยวกับยาเสพติดในคลินิกให้คำปรึกษาด้านจิตสังคม ศาลจังหวัด เชียงใหม่

ผู้วิจัยในฐานะเป็นผู้ให้การปรึกษาที่มีผู้รับบริการเป็นบุคคลที่ต้องโทษในคดียาเสพติด ภายใต้ เงื่อนไขให้เข้ารับบริการในกระบวนการให้การปรึกษาของ คลินิกให้คำปรึกษาด้านจิตสังคม ศาลจังหวัด เชียงใหม่ ได้ตระหนักถึงผลกระทบของพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของผู้รับบริการที่ยังคงต้องได้รับการให้การ ปรึกษา แนะนำทางสนับสนุนความมั่นคงในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เป็นไปในทางที่เหมาะสม ทั้งต่อ ตนเอง และ สังคม ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงได้สร้างโปรแกรมให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เพื่อให้ ผู้รับบริการที่เป็นผู้ใช้ยาเสพติดสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามเป้าหมาย พัฒนาศักยภาพตนเองในการ ปรับตัวต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม

## 2. วัตถุประสงค์การวิจัย

2.1 เพื่อเปรียบเทียบความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยา เสพติดก่อนและหลังเข้าโปรแกรมให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

2.2 เพื่อเปรียบเทียบความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด ของผู้ใช้ยาเสพติด ระหว่างกลุ่ม ทดลองกับกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง

## 3. สมมติฐานการวิจัย

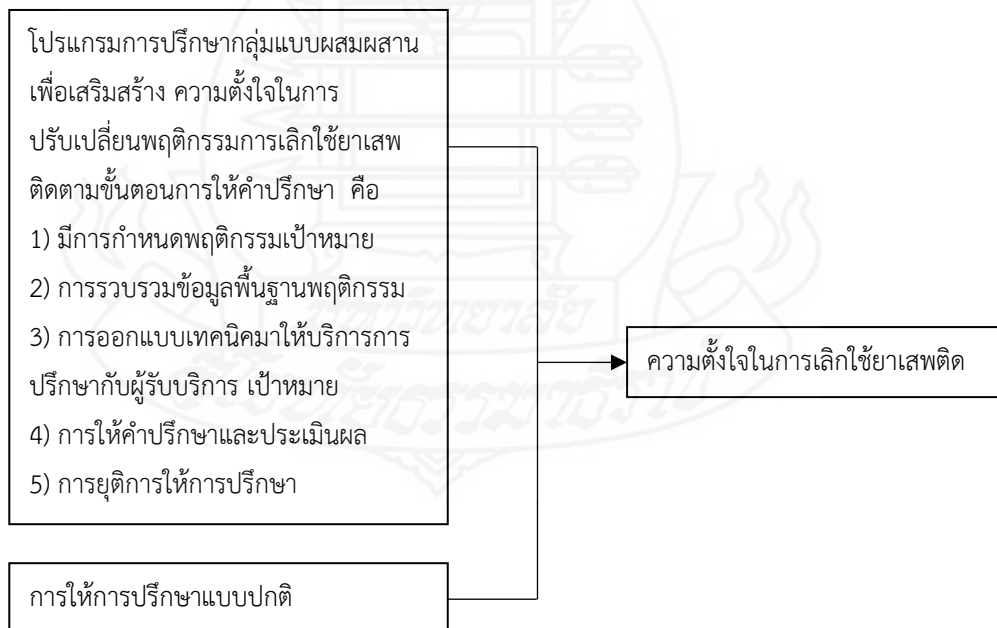
3.1 ผู้ใช้ยาเสพติดมีความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด สูงขึ้นภายหลังได้รับโปรแกรมการให้ การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

3.2 ผู้ใช้ยาเสพติดกลุ่มทดลองมีความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด สูงขึ้นกว่ากลุ่มควบคุม  
 ภายหลังการทดลอง

#### 4. กรอบแนวคิดการวิจัย

ผู้วิจัยได้ใช้แนวคิดทฤษฎีการศึกษาระบบพฤติกรรมนิยมมาใช้เป็นแนวคิดในการให้การ  
 ปรึกษาในโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยน  
 พฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติด โดยมีกระบวนการให้การปรึกษาที่มุ่งเน้นให้ความช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษา  
 ภายใต้บรรยากาศของกลุ่มคน ที่มีปัญหาในลักษณะคล้ายคลึงกัน มีความต้องการที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม  
 ที่เป็นปัญหาของตนเองเหมือนกัน เป็นการสร้างกระบวนการที่มีจุดมุ่งหมาย ตามขั้นตอนการให้การปรึกษา  
 คือ 1) มีการกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย 2) การรวบรวมข้อมูลพื้นฐานพฤติกรรมเป้าหมาย 3) การออกแบบ  
 เทคนิคในการให้บริการการปรึกษากับผู้รับบริการ 4) การให้คำปรึกษาและประเมินผล และ 5) การยุติการ  
 ให้การปรึกษา โดยมีกรอบแนวคิดการวิจัยดังต่อไปนี้

##### กรอบแนวคิดการวิจัย



## 5. ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองมีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม วัดก่อนและหลังการทดลอง (Pretest – Posttest Control Group Design)

### 5.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

**5.1.1 ประชากร** เป็นผู้ใช้ยาเสพติดที่เข้ารับบริการ คลินิกจิตสังคม ปี 2564 ที่ถูกศาลเห็นสมควรแก้ไข บำบัดฟื้นฟู บุคคลที่อยู่ภายใต้เงื่อนไขของคำสั่งศาลจังหวัดเชียงใหม่ ที่มีอายุตั้งแต่ 19 – 25 ปี จำนวน 42 คน

**5.1.2 กลุ่มตัวอย่าง** เป็นผู้ใช้ยาเสพติดที่เข้ารับบริการ คลินิกจิตสังคม ที่ถูกศาลเห็นสมควรแก้ไข บำบัดฟื้นฟู บุคคลที่อยู่ภายใต้เงื่อนไขของคำสั่งศาลจังหวัดเชียงใหม่ ที่มีอายุตั้งแต่ 19 – 25 ปี ที่อยู่ในระดับความเสี่ยงในการกลับไปใช้ยาเสพติดในระดับปานกลาง ปี 2564 จำนวน 12 คนที่ได้มาด้วยความสมัครใจ แล้วจึงสุ่มอย่างง่ายเข้ากลุ่มเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน

### 5.2 ตัวแปรในการศึกษา ได้แก่

**5.2.1 ตัวแปรอิสระ** คือ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

**5.2.2 ตัวแปรตาม** คือ ความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด

## 6. นิยามศัพท์เฉพาะ

เพื่อให้เกิดความเข้าใจในความหมายและข้อความเฉพาะที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ให้ตรงกัน ผู้วิจัยจึงได้กำหนดนิยามศัพท์เฉพาะของคำต่าง ๆ ไว้ดังนี้

**6.1 ความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด** หมายถึง กระบวนการทางความคิดที่แสดงถึงการวางแผนอย่างเป็นระบบและมีสติที่จะแสดงออกพฤติกรรมออกมาแสดงถึงความมุ่งมั่นและทุ่มเทของบุคคลนั้น ซึ่งได้รับอิทธิพลมาจากความรู้สึกนึกคิดส่วนตัวที่มีความเชื่อว่าถ้ากระทำพฤติกรรมนั้นแล้วจะได้ผลทางบวกก็มีแนวโน้มที่จะมีเจตคติที่ดีต่อพฤติกรรม และ กระทำพฤติกรรมนั้นต่อไป ในกลุ่มผู้ใช้ยาเสพติด ความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติดถือเป็นองค์ประกอบที่สำคัญ ในการวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัย ศึกษาถึงระบบความคิดที่ส่งผลกับพฤติกรรม มีอยู่ 2 องค์ประกอบ คือ

องค์ประกอบที่ 1 การแสดงเจตนาความพร้อมของบุคคลที่มีพฤติกรรมใช้ยาเสพติด หมายถึง กระบวนการทางความคิด ในการพยายามวางแผนป้องกันตนเองที่จะไม่เข้าร่วมกิจกรรมที่นำไปสู่การเสพยาเสพติด และ ความตั้งใจที่จะไม่เสพยาเสพติด

องค์ประกอบที่ 2 การไม่ร่วมกิจกรรมที่นำไปสู่การเสพยาเสพติด หมายถึง กระบวนการทางความคิดที่แสดงถึงการวางแผนอย่างเป็นระบบและมีสติที่จะแสดงพฤติกรรมปฏิเสธออกมา มีการใช้



เหตุผลในการพิจารณา ช่วยให้เกิดความเชื่อมั่นในความสามารถ ที่จะใช้ความคิดเพื่อแก้ไขปัญหตาม สถานการณ์ ในการเปลี่ยนแปลงและแก้ไขความล้มเหลวของตนเอง มีความคาดหวังในผลการกระทำของ ตนเอง มีความตั้งใจในการเลิกยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด จนเกิดพฤติกรรมหยุดการใช้สารเสพติดตามมา

**6.2 โปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน** หมายถึง กระบวนการที่ให้การช่วยเหลือทาง วิชาชีพที่ผู้วิจัยสนใจในการพัฒนาขึ้นมา ในงานวิจัยฉบับนี้ผู้วิจัยเลือกใช้จำนวนผู้รับบริการที่มีพฤติกรรมติด ยาเสพติดตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป แต่ไม่เกิน 6 คน เป็นกระบวนการให้การปรึกษาที่มุ่งเน้นให้ความช่วยเหลือผู้รับ คำปรึกษาภายใต้บรรยากาศของกลุ่มคน ที่มีปัญหาในลักษณะคล้ายคลึงกัน มีความต้องการที่จะปรับเปลี่ยน พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเองเหมือนกัน โดยพัฒนาตนเองจากการเข้าร่วมกระบวนการกิจกรรมที่ถูก ออกแบบตามแนวคิดทฤษฎีทางจิตวิทยาที่ผสมผสานกัน รวมถึงเทคนิคที่มุ่งเน้นในการช่วยผู้รับบริการปรึกษา การเปิดเผยเรื่องราวที่เป็นความขัดแย้ง ความสับสน ตลอดจนปัญหาต่าง ๆ เรียนรู้ความสัมพันธ์ที่เกิดจาก สิ่งแวดล้อมที่ส่งผลถึงพฤติกรรมที่เกิดขึ้นและพยายามที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาของ ตนเอง ผู้วิจัยนำทฤษฎีการปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม มาใช้ร่วมกับทฤษฎีลำดับขั้นของการปรับเปลี่ยน พฤติกรรม และนำเทคนิคการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ มาเป็นตัวช่วยเสริมแรงให้ผู้รับบริการปรึกษา มีเจตนาเชิงพฤติกรรมที่ดีขึ้น รับรู้ในความสามารถของตนเองในการควบคุมพฤติกรรมตามแนวคิดทฤษฎี และ กระบวนการเสริมพลังอำนาจที่ผู้วิจัยนำเทคนิคมาใช้ในการจัดกระบวนการกลุ่มแบบผสมผสาน ด้วย เพื่อทำให้เกิดเจตคติที่ดีสนับสนุนความตั้งใจ ในการกระทำพฤติกรรมป้องกันตนเองไม่ให้ใช้ยา เสพติดต่อครั้งในการทำกระบวนการ

**6.3 ผู้ใช้ยาเสพติด** หมายถึง ผู้ต้องหา หรือ จำเลยที่เป็นผู้ใช้ยาเสพติดที่เข้ารับบริการ คลินิก จิตสังคมที่ถูกศาลเห็นสมควรแก้ไข บำบัดฟื้นฟู บุคคลที่อยู่ภายใต้เงื่อนไขของคำสั่งศาลจังหวัดเชียงใหม่

## 7. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

7.1 ผู้ปฏิบัติงานในคลินิกจิตสังคมศาลจังหวัดเชียงใหม่ คือ นักจิตวิทยา และ นักสังคม สงเคราะห์ได้เครื่องมือ คือ โปรแกรมให้คำปรึกษาในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ติดยาเสพติด ไปประยุกต์ใช้ในการให้คำปรึกษา

7.2 ทำให้เกิดการพัฒนางานการให้คำปรึกษากับผู้ติดยาเสพติด ให้กับคลินิกจิตสังคมศาล จังหวัดเชียงใหม่

## บทที่ 2

### วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องสำหรับเป็นแนวทางในการพัฒนาโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การเลิกใช้ยาเสพติด ในประเด็นต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด
  - 1.1 ความหมายของความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด
  - 1.2 ความสำคัญของความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด
  - 1.3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด
  - 1.4 องค์ประกอบของความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด
  - 1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด
2. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน
  - 2.1 ความหมายของการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน
  - 2.2 ความสำคัญของการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน
  - 2.3 องค์ประกอบของการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน
  - 2.4 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการให้การปรึกษารายบุคคล
    - 2.4.1 ทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม
    - 2.4.2 ทฤษฎีลำดับขั้นของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
    - 2.4.3 การสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ
    - 2.4.4 ทฤษฎีกระบวนการเสริมพลังอำนาจ
  - 2.5 กระบวนการของการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน
  - 2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน
    - 2.6.1 งานวิจัยในประเทศ
    - 2.6.2 งานวิจัยในต่างประเทศ
3. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับคลินิกจิตสังคม ระบบศาลยุติธรรม
  - 3.1 ประวัติความเป็นมาของคลินิกจิตสังคม ระบบศาลยุติธรรม
  - 3.2 การดำเนินงานของคลินิกจิตสังคม ระบบศาลยุติธรรม
  - 3.3 แนวปฏิบัติสำหรับผู้เชี่ยวชาญของคลินิกจิตสังคม ระบบศาลยุติธรรม

## 1. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความตั้งใจในการเลิกยาเสพติด

### 1.1 ความหมายของการตั้งใจเลิกยาเสพติด

ความตั้งใจเลิกยาเสพติด คือ การแสดงถึงเจตนาที่จะกระทำพฤติกรรมหรือความพร้อมที่จะแสดงพฤติกรรม ของผู้ใช้หรือติดยาเสพติดที่จะไม่เสพยาเสพติด กระบวนการของความคิดที่แสดงถึงการวางแผนที่จะพยายามทำ ซึ่งความตั้งใจ เป็นปัจจัยการจูงใจในการทำพฤติกรรม เจตนาเป็นตัวบ่งชี้ว่าบุคคลได้ทุ่มเทหรือพยายามมากน้อยเพียงใดที่จะทำหากมีเจตนา หรือความตั้งใจมากเช่นกัน ความตั้งใจขึ้นอยู่กับคุณลักษณะ พื้นฐาน 3 ประการ คือ 1) ความมุ่งมั่น เป็นสิ่งที่จำเป็นเพราะ จะทำให้บุคคลไม่ย่อท้อต่อการเผชิญ อุปสรรค จึงสามารถคงความตั้งใจ 2) ความเชื่อมั่น มีความสำคัญ เพราะทำให้กล้าเผชิญกล้าในการ เสี่ยงอย่างรอบคอบ 3) ความกระตือรือร้น มีความสำคัญ เพราะเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความสนุกสนานกับกิจกรรมที่กระทำ มีแรงผลักดันจากภายใน (Aizen and Fishbein, 1980 อ้างอิงใน จิณห์จุฑา ชัยเสนา ดาลลาส, 2559, น. 20)

วรรณชนก จันทุ (2547, น. 110) กล่าวว่า ความตั้งใจมีผลต่อการกำหนดพฤติกรรมหรือป้องกันพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้เกิดขึ้น ในงานวิจัยได้ศึกษา นักเรียนในกลุ่มที่สูบบุหรี่ พบว่า นักเรียนที่มีความตั้งใจที่จะป้องกันตนเองจากการสูบบุหรี่ ในระดับสูง จะมีพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่มากกว่านักเรียนที่มีความตั้งใจที่จะป้องกันตนเองจาก การสูบบุหรี่ในระดับต่ำ

กัลยา ไชยเลิศ (2541, น. 72) กล่าวว่า ความตั้งใจ เป็นเจตนาของบุคคลที่พยายามจะปฏิบัติ หรือ มีการวางแผนที่จะปฏิบัติตนเพื่อที่จะกระทำพฤติกรรมที่เป็นเป้าหมายให้สำเร็จ ในงานวิจัยได้ศึกษาความตั้งใจและการรับรู้อุปสรรคในการเลิกยาเสพติดของผู้ที่เข้ารับการบำบัดยาเสพติดที่ศูนย์เบิกอรุณเกี่ยวกับความตั้งใจในการเลิกยาเสพติด โดยให้ความหมายไว้ว่า เป็นเจตนาของผู้เลิกยาเสพติดที่พยายามปฏิบัติตนเพื่อเลิกยาเสพติด ในด้านการยึดเหนี่ยวจิตใจ การไม่ใช้ยาเสพติดแก้ปัญหา การหลีกเลี่ยงเพื่อนที่เสพยาเสพติด การหลีกเลี่ยงจากสิ่งแวดล้อมที่มีการค้ายาเสพติด และ การเลี่ยงใช้ยาเสพติดเพื่อรักษาโรค

### 1.2 ความสำคัญของความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด

ความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด คือ อิทธิพลทางความคิด ที่สัมพันธ์กับความเชื่อและทัศนคติที่ส่งผลต่อการต้องการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเลิกใช้ยาเสพติดของบุคคล ความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติดมีความสำคัญในการสนับสนุนให้บุคคลที่ต้องการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ในทิศทางที่เหมาะสมได้ จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มบุคคลที่ใช้ยาเสพติด แสดงให้เห็นว่าการที่บุคคลที่ใช้ยาเสพติดเมื่อได้เกิดการรับรู้ถึงอิทธิพลของความคิดของตนเอง ที่เป็นตัวกำหนดที่ความเชื่อและทัศนคติต่อพฤติกรรม ดังนั้นการสนับสนุนให้ผู้เลิกยาเสพติดได้รับรู้ถึงความสามารถของตนเองก็จะทำให้ผู้เลิกยาเสพติดมีความเชื่อและทัศนคติที่ดี และ มีความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติดได้

ความตั้งใจในการเลิกลาเสพติด ผู้วิจัยได้ศึกษาทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลของ Fishbein & Ajzen (1975, 1980) มาใช้เป็นแนวคิดในครั้งนี้ ซึ่งทฤษฎีนี้ได้เน้นการอธิบาย ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมการปฏิบัติ โดยมีความเห็นว่าทัศนคติของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งจะมีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรมการปฏิบัติของบุคคลต่อสิ่งนั้นๆ พฤติกรรมของ มนุษย์ไม่ได้ถูกควบคุมโดยสิ่งจูงใจที่ขาดสติสัมปชัญญะ หรือขาดความคิดของบุคคล แต่บุคคลตัดสินใจที่จะร่วมหรือไม่ร่วมในพฤติกรรมการปฏิบัติอย่างหนึ่งโดยการพิจารณาอย่างละเอียดถึง องค์ประกอบหลายอย่างของพฤติกรรมการปฏิบัตินั้นๆ ซึ่งทฤษฎีนี้ได้แสดงถึงความแตกต่างอย่าง ชัดเจนของทัศนคติและความเชื่อ ซึ่งเป็นองค์ประกอบทางด้านความรู้เกี่ยวกับข้อมูลที่สัมพันธ์กับ สิ่งนั้นๆ ความเชื่อเกี่ยวกับคุณค่าของเป้าหมายและความคาดหวังของบุคคลที่จะได้มาซึ่งเป้าหมาย นั้นประกอบเข้ากันจะกลายเป็นทัศนคติต่อพฤติกรรม พฤติกรรมที่แสดงออกจะขึ้นอยู่กับธรรมชาติของแรงเสริมที่ บุคคลได้รับ (Fishbein & Ajzen , 1980, อ้างถึงใน วันเพ็ญ อำนวยกิจ, 2552, น. 27)

### 1.3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความตั้งใจในการใช้ยาเสพติด

ผู้วิจัยได้ศึกษาทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล (Theory of Reasoned Action: TRA) เป็นทฤษฎีที่ถูกคิดค้น ขึ้นในปี ค.ศ. 1975 โดย Icek Ajzen และ Martin Fishbein เป็นทฤษฎีใช้ในการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์ตามทฤษฎีได้อธิบายความสัมพันธ์ระหว่าง ความเชื่อและทัศนคติต่อพฤติกรรม ว่าการเปลี่ยนแปลงความเชื่อจะส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล โดยบุคคล จะคำนึงถึงเหตุผลก่อน ถ้าบุคคลมีความเห็นว่าเป็นสิ่งที่ควรกระทำบุคคลจะแสดงพฤติกรรม ซึ่งมีการอธิบายโดยสังเขปไว้ดังนี้

**1.3.1 พฤติกรรม หรือการแสดงออกของพฤติกรรม** ส่วนใหญ่อยู่ภายใต้การควบคุมของเจตนา เจตนาเชิงพฤติกรรม ก็คือ ความตั้งใจที่จะทำพฤติกรรมนั้น ซึ่งการกำหนดพฤติกรรมที่ศึกษาต้องประกอบด้วย การกระทำ เป้าหมาย เวลา และ บริบท ในการวัดผลทางพฤติกรรมตามทฤษฎีซึ่งการกระทำด้วยเหตุผลสามารถวัดและสังเกตพฤติกรรมได้หลาย วิธี ได้แก่ ให้บุคคลระบุจากทางเลือกที่กำหนดไว้ 2 ทางคือ ทำหรือไม่ทำพฤติกรรมนั้น หรือวัดจากปริมาณ ของการกระทำเมื่อได้ทำพฤติกรรมนั้นแล้ว หรือสังเกตพฤติกรรมที่ทำซ้ำ ๆ กันในช่วงเวลาหนึ่ง (Ajzen & Fishbein, 1980, pp. 38-39)

**1.3.2 ความตั้งใจที่จะทำพฤติกรรม** กล่าวคือ เจตนาจะเป็นตัวกำหนด พฤติกรรมและเป็นตัวทำนายได้ด้วยหากมีการวัดที่เหมาะสม และขึ้นอยู่กับ 2 ปัจจัย

1) ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เจตคติต่อการทำพฤติกรรมเป็นการประเมินความรู้สึกของบุคคล ต่อพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งในทางที่ ดี-ไม่ดี ชอบ-ไม่ชอบ ขึ้นอยู่กับความเชื่อเกี่ยวกับผลของการกระทำ ผลกรรมที่เกิดจากการแสดงพฤติกรรม

2) ปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง การรับรู้ผลของการแสดงพฤติกรรมกับกลุ่มคน หรือบุคคล ที่บุคคลให้ความสำคัญ ซึ่งมาจากการรับรู้ความคาดหวังของบุคคลพิเศษหรือกลุ่มบุคคลพิเศษ ที่คิดว่าเขา ควรหรือไม่ควรแสดงพฤติกรรมนั้น และแรงจูงใจที่จะคล้อยตามกลุ่ม

อ้างอิง ความสำคัญเชิงสัมพัทธ์ของเจตคติและการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง ตามแนวคิดทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลเจตนา ของบุคคลจะขึ้นอยู่กับความสำคัญเชิงสัมพัทธ์ของเจตคติและการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง องค์ประกอบทั้งสองจะมีความสำคัญเชิงสัมพัทธ์ที่เป็นตัวกำหนดเจตนา ที่จะส่งผลในการแสดงออกของพฤติกรรม รวมถึงการจะเปลี่ยนจากพฤติกรรมหนึ่งไปอีกพฤติกรรมหนึ่ง ดังนั้นเจตคติต่อการทำพฤติกรรม และการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงจึงเป็นตัวแปรที่ใช้ทำนายเจตนาเชิงพฤติกรรมหรือความตั้งใจที่จะทำพฤติกรรมซึ่งนำหน้าของตัวแปรทั้งสองในการทำนายจะเปลี่ยนไปตามกลุ่มประชากรและพฤติกรรมที่ศึกษา (Aizen & Fishbein, 1980, pp. 38-39)

ซึ่งอธิบายว่า ปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดการแสดงพฤติกรรมของบุคคลในการศึกษา ความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรมเล็กใช้ยาเสพติด ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้ใช้ แนวคิดทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลของ Fishbein & Ajzen (1975, 1980) มาทำการวัดผลของการกระทำ โดยใช้องค์ประกอบของความตั้งใจในการเล็กใช้ยาเสพติดอยู่ 2 ประการ คือ ทศนคติต่อพฤติกรรม และ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง

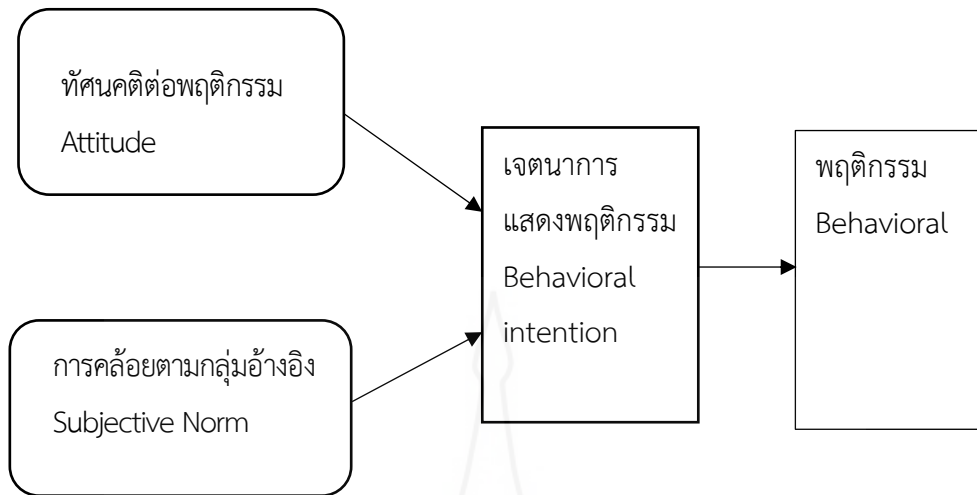
#### 1.4 องค์ประกอบของความตั้งใจในการเล็กใช้ยาเสพติด

ผู้วิจัยได้ศึกษาทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล (Theory of Reasoned Action: TRA) ได้ระบุถึงองค์ประกอบของความตั้งใจในการกระทำพฤติกรรมของบุคคล ไว้สององค์ประกอบ ได้แก่

**1.4.1 ทศนคติต่อพฤติกรรม (Attitude)** คือ การประเมินของบุคคลที่มีต่อภาพรวมของพฤติกรรม รวมไปถึง ผลที่ตามมาของพฤติกรรม ซึ่งมีทั้งด้านบวกและด้านลบ คือ ถ้าผลการประเมินต่อผลที่ตามมาของ พฤติกรรมที่บุคคลได้กระทำเป็นทางด้านบวก บุคคลจะมีทัศนคติที่ดีต่อพฤติกรรม ในทางตรงกันข้าม ถ้าผลการประเมินต่อผลที่ตามมาของพฤติกรรมที่บุคคลได้กระทำเป็นทางด้านลบ บุคคลจะมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อพฤติกรรมนั้น

**1.4.2 การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง (Subjective Norm)** คือ การรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับความต้องการหรือความคาดหวังของสังคมที่มีผลต่อบุคคล ซึ่ง เป็นได้ทั้งกลุ่มคนใกล้ชิดที่มีอิทธิพลต่อบุคคลนั้น เช่น พ่อ แม่ ลูก สามี ภรรยา เป็นต้น หรือเป็นกลุ่ม คนไกลที่มีอิทธิพลต่อบุคคลนั้น เช่น เพื่อนร่วมงาน ผู้บังคับบัญชา ในการที่จะกระทำหรือไม่กระทำ พฤติกรรมใดๆ หากบุคคลมีการประเมินว่า กลุ่มบุคคลที่มีอิทธิพลต่อเขาต้องการให้แสดงพฤติกรรม แนวโน้มที่พฤติกรรมจะถูกแสดงออกจะเพิ่มมากขึ้นในทางกลับกัน บุคคลจะไม่แสดงพฤติกรรม ถ้า เกิดการรับรู้ว่าการกลุ่มบุคคลที่มีอิทธิพล ไม่ต้องการให้เขาแสดงพฤติกรรม





ภาพที่ 2.1 ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล (Fishbein และ Ajzen ,1975) (Theory of Reasoned Action)

ความตั้งใจแสดงพฤติกรรม คือความตั้งใจที่จะพยายามทำพฤติกรรม ยังมีความ ตั้งใจอย่างหนักแน่นที่จะทำพฤติกรรม แนวโน้มที่จะทำพฤติกรรมก็จะสูงขึ้น โดยมีตัวกำหนด ความตั้งใจ คือทัศนคติต่อพฤติกรรม ซึ่งเกิดจากความเชื่อเกี่ยวกับผลของการกระทำพฤติกรรม การประเมินผลของการกระทำพฤติกรรมมาจากความเชื่อของบุคคลว่ากลุ่มอ้างอิงมีความคิดว่าเขาควร จะกระทำหรือไม่ควรกระทำพฤติกรรม หรือเรียกว่าการคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง (Subjective norm) และการรับรู้การควบคุมพฤติกรรม (Perceived behavioral control) ในการบำบัดฟื้นฟู สมรรถภาพผู้สูงอายุเสพติดโดยทั่วไปส่วนใหญ่มีการจัดกิจกรรมการเสริมสร้างแรงจูงใจในการ มุ่งหวังให้เลิกยาเสพติด การปรับเปลี่ยนทัศนคติ พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ โดยเชื่อมโยงให้ ครอบครัวถึงให้ครอบครัวเข้ามามีบทบาทสำคัญในการมีส่วนร่วมได้แสดงความคิดเห็นเพื่อให้ ผู้ป่วย ครอบครัว ผู้ให้การบำบัดรับรู้ร่วมกันถึงความตั้งใจที่จะให้หลุดพ้นโทษ พิษภัยและความ ทรมานที่เกิดจากยาเสพติด (วันเพ็ญ อำนางกิจ, 2552, น. 27)

## 1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด

### 1.5.1 งานวิจัยในประเทศ

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการแสดงพฤติกรรมความตั้งใจในหลายรูปแบบ ทั้งที่เกี่ยวข้องในด้านยาเสพติด และ ด้านอื่นๆ จึงได้เรียบเรียงดังนี้

กัลยา ไชยเลิศ (2541,น. 72) ศึกษาความตั้งใจและการรับรู้อุปสรรคในการเลิกยาเสพติดของผู้ที่เคยเข้ารับการบำบัดยาเสพติดที่ศูนย์เบ็กรุณในประเทศไทย และเลิกยาเสพติดได้มากกว่า 2 ปี จำนวน 94 คน โดยใช้เครื่องมือแบบสัมภาษณ์พบว่า ทัศนคติต่อการปฏิบัติตนเพื่อเลิกยาเสพติดอยู่ในระดับดี บรรทัดฐานของกลุ่มอ้างอิงต่อการปฏิบัติตนเพื่อเลิกยาเสพติดอยู่ในระดับ มากที่สุด การรับรู้ในการควบคุมพฤติกรรมเพื่อเลิกยาเสพติดอยู่ในระดับมาก และความตั้งใจที่จะ ปฏิบัติตนเพื่อเลิกยาเสพติดอยู่ในระดับมากที่สุด

ตระกูลไทย ฉายแมน (2539, น. 47) ศึกษาความตั้งใจภาคปฏิบัติตนเพื่อป้องกันตนเองจากการใช้สารแอมเฟตามีนของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในจังหวัดสกลนคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัด สกลนคร จำนวน 331 คน โดยการใช้แบบสัมภาษณ์พบว่า ทักษะคิดต่อการปฏิบัติตนเพื่อป้องกัน ตนเองจากสารแอมเฟตามีนอยู่ในระดับดี นักเรียนมีการคล้อยตามกลุ่มเพื่อนในระดับสูง มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ระดับสูง และนักเรียนส่วนใหญ่มีความตั้งใจในการปฏิบัติตนเองจาก สารแอมเฟตามีนในระดับสูงเช่นกัน

สุกมา แสงเดือนฉาย (2549, น. 33) ศึกษาเจตคติต่อการป้องกันการดื่มสุร่าทั้งการรู้คิดเชิงประเมินค่า ด้านความรู้สึก และด้านความตั้งใจที่จะกระทำพบว่าเจตคติต่อการป้องกันการดื่มสุร่าสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรม การป้องกันตนเองจากการดื่มสุร่า

วรรณชนก จันทชุม (2547, น. 79) เกี่ยวกับ พฤติกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียน พบว่านักเรียนที่มีเจตนาหรือความตั้งใจที่จะป้องกันตนเองจากการสูบบุหรี่อยู่ในระดับค่อนข้างมากจะมีการแสดงออกถึงพฤติกรรมเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่

สิวลี จารุวรรณ (2541) ได้ทำการศึกษาปัจจัยกำหนดความตั้งใจที่จะเลิกใช้เฮโรอีนของผู้ติดยาเฮโรอีนชนิดฉีดเข้าเส้น ณ ศูนย์บำบัดรักษาพยาบาลติดยาเสพติดภาคเหนือ จังหวัด เชียงใหม่ โดยกลุ่มประชากรเป็นผู้ติดยาเสพติดเฮโรอีนชนิดฉีดเข้าเส้น เพศชายที่มารับการรักษา แบบผู้ป่วยนอก ณ คลินิกผู้ป่วยนอก ศูนย์บำบัดรักษาพยาบาลติดยาเสพติดภาคเหนือ จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 80 คน พบว่าเจตคติต่อการเลิกเฮโรอีน การรับรู้ต่อความคาดหวังของกลุ่มอ้างอิง และความตั้งใจ เลิกใช้เฮโรอีน มีความสัมพันธ์กัน

## 2. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

### 2.1 ความหมายของการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน คือ เป็นการจัดบริการการให้การปรึกษาที่รวมบุคคลที่มีความต้องการหรือปัญหาที่คล้ายคลึงกันตั้งแต่ 2 คน โดยใช้วิธีการผสมผสานด้านแนวคิดทฤษฎีการให้การปรึกษา เทคนิคต่าง ๆ ผสมผสานกันอย่างมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เหมาะสมกับปัญหาและความต้องการของกลุ่มผู้รับบริการโดยมีการกำหนดปัญหาจาก ประเด็น ที่สมาชิกในกลุ่มเป็นผู้พิจารณาปัญหา รวมถึงการสำรวจตนเองผ่านกระบวนการที่ผู้ให้การปรึกษาจัดกระบวนการให้คำปรึกษาอย่างเป็นขั้นตอน เพื่อให้บุคคลในกลุ่มเข้าใจปัญหาที่ตนเองเป็นอยู่ ผ่านกระบวนการช่วยกันคิด หรือ ปรึกษาหารือช่วยกันหาแนวทางแก้ไข ในลักษณะของกลุ่ม หรือ เฉพาะแนวทางของบุคคล ช่วยให้บุคคลผู้ร่วมกระบวนการให้คำปรึกษาสามารถตัดสินใจแนวทางการแก้ไขได้อย่างถูกต้อง จนพบแนวทางของการตัดสินใจไปปฏิบัติอย่างเหมาะสม

Corey (2012,p. 448) ให้ความหมายของการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานไว้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานนั้นเป็นการผสมผสานทฤษฎีอย่างมีจุดมุ่งหมายการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานนั้นคือการนำเอาทฤษฎีมาใช้ให้มีความเหมาะสมซึ่งผู้ให้การปรึกษาจะใช้ทั้งทฤษฎีนำทางและไม่นำทางมาใช้ให้เหมาะสมกับความต้องการและจุดมุ่งหมายของผู้รับคำปรึกษานั้นเอง เนื่องจากมุมมองของทฤษฎีส่วนใหญ่มีความเห็นพ้องต้องกันว่าการกำหนดเป้าหมายของสมาชิกเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างมาก

Shertzer and Stone (Shertzer and Stone, 1981, อ้างถึงใน พิกุล แซ่เจิน, 2560, น. 15) อธิบายว่าการให้การปรึกษากลุ่ม หมายถึงกระบวนการที่ผู้ให้การปรึกษาจัดขึ้นเพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับการศึกษาที่มีปัญหาคล้ายคลึงกันหรือความต้องการเหมือนกัน โดยให้บริการปรึกษาตั้งแต่ 4-6 คน ซึ่งผู้ให้การปรึกษาได้ปรับปรุงตนเองโดยผู้ให้การปรึกษาจะคอยเอื้ออำนวยให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสสำรวจตนเองแสดงความรู้สึกและความคิดเห็น กล่าวเผชิญความจริง ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ ยอมรับ ความไว้วางใจ และความเข้าใจซึ่งกันและกัน

โอลีง เฟงจินดา (2554, น. 29) กล่าวว่า การให้การปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการที่ช่วยเหลือให้บุคคลที่มีปัญหาคล้าย ๆ กัน มาปรึกษาหารือร่วมกันเพื่อการยอมรับ และหาแนวทางในการแก้ปัญหาร่วมกัน โดยการให้สมาชิกในกลุ่มได้แสดงความคิดเห็น และปรับปรุงตนเองพร้อมทั้งการยอมรับฟังความคิดเห็น ความรู้สึกนึกคิดของสมาชิกคนอื่น โดยมีผู้ให้การปรึกษาซึ่งเป็นผู้ที่ให้ความช่วยเหลือหรือร่วมในการให้การปรึกษา

## 2.2 ความสำคัญของการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเป็นแนวทาง เป็นกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มบุคคล ที่ไม่ยึดหลักหรือทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่งตายตัว การเลือกสรรวิธีการที่เหมาะสมกับของผู้รับการศึกษาวิธีการผสมผสานเทคนิคจะช่วยให้สามารถเลือกวิธีที่ดีที่สุดและเหมาะสมที่สุดสำหรับกลุ่มเป้าหมาย หรือลักษณะปัญหาที่เกิดขึ้น ในกลุ่มผู้เข้าเสพติดที่มีความซับซ้อนและมีความหลากหลายในกลุ่มตัวอย่าง การเลือกใช้การให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน จึงมีส่วนช่วยในการแก้ไขพฤติกรรมได้ การนำทฤษฎีทางการปรึกษาจัดกระบวนการใหม่ ให้เป็นระบบที่เหมาะสมกับลักษณะปัญหาเฉพาะของกลุ่มผู้เข้าเสพติด โดยยึดกระบวนการให้การปรึกษากลุ่มที่คำนึงถึง การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน แสดงความเห็นอกเห็นใจกัน และพร้อมจะปรับปรุงตนเองให้ผ่านปัญหาได้ด้วยตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ ไปพร้อมกัน

ในการกระบวนการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน ผู้ให้คำปรึกษาจึงมีความจำเป็นที่จะต้องเข้าใจพัฒนาการทางบุคลิกภาพของบุคคลเป็นอย่างดี ทำการศึกษามุมมองแนวคิดในธรรมชาติของมนุษย์ของแต่ละทฤษฎี รวมถึงการเลือกใช้ทฤษฎีการให้การปรึกษาที่เหมาะสมกับลักษณะปัญหา ของผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักและเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง เห็นคุณค่าในตนเอง สามารถ ตัดสินใจแก้ปัญหาได้ด้วยตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ

Frederick Charles Thorne (1950, อ้างถึงใน รัชฉนวนวรรณ คำภา, 2546, น. 17) มีความเชื่อว่าทฤษฎีการให้คำปรึกษาทั้งหลาย ไม่มีทฤษฎีใดเพียงทฤษฎีเดียวที่ใช้แล้วทำให้การปรึกษาประสบผลสำเร็จได้ ดังนั้นจึง ต้องเลือกส่วนที่เหมาะสมในแต่ละทฤษฎีออกมาใช้ร่วมกันในการให้การปรึกษาจะทำให้การให้การปรึกษาบรรลุ เป้าหมายดียิ่งขึ้น

พนม ลีมาเรีย (2533, อ้างถึงใน รัชฉนวนวรรณ คำภา, 2546, น. 18) กล่าวถึงการให้คำปรึกษาแบบผสมผสานว่า เป็นการให้คำปรึกษาของพวกสายกลางจะไม่ยึดหลักหรือทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่งตายตัว หากแต่จะเลือกวิธีที่เหมาะสม โดยอาจจะได้มาจากแนวคิดของหลาย ๆ ทฤษฎี แล้วนำมาจัดใหม่ให้เป็นระบบที่เหมาะสมกับผู้มารับคำปรึกษาแต่ละคน

กล่าวโดยสรุป การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเป็นแนวทางเป็นกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มบุคคล เป็นการให้คำปรึกษาของพวกสายกลางที่ไม่ยึดหลักหรือทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่งตายตัว มีความเชื่อว่าทฤษฎีการให้คำปรึกษาทั้งหลาย ไม่มีทฤษฎีใดเพียงทฤษฎีเดียวที่ใช้แล้วทำให้การปรึกษาประสบผลสำเร็จได้ ต้องเลือกส่วนที่เหมาะสมในแต่ละทฤษฎีออกมาใช้ร่วมกันในการให้การปรึกษาหากแต่จะเลือกวิธีที่เหมาะสม โดยอาจจะได้มาจากแนวคิดของหลาย ๆ ทฤษฎี แล้วนำมาจัดใหม่ให้เป็นระบบที่เหมาะสมกับผู้มารับคำปรึกษาแต่ละคน

### 2.3 องค์ประกอบของการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

องค์ประกอบในการดำเนินกระบวนการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานให้สำเร็จนั้น ในการจัดเตรียมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ผู้วิจัยอ้างอิงหลักการ

วัชร ทรัพย์มี (2533, น. 11) กล่าวว่า หลักการในการให้คำปรึกษากลุ่ม ดังต่อไปนี้

- 1) สมาชิกกลุ่มควรมีปัญหาเดียวกันหรือคล้ายคลึงกันและเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นจริงกับผู้รับ คำปรึกษา
- 2) ผู้ให้คำปรึกษามีบทบาทเป็นผู้ฟัง ให้ความกระจ่างโดยใช้ทักษะในการให้คำปรึกษาคอย ผลักดันให้กลุ่มคิด พร้อมทั้งสังเกตความเคลื่อนไหวของกลุ่มตลอดเวลา มีการแทรกตนเองเข้าร่วมเมื่อจำเป็น
- 3) สร้างบรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ ยอมรับซึ่งกันและกันทำให้สมาชิกกล้าเปิดเผยตนเองมากขึ้น
- 4) การโต้ตอบและช่วยเหลือซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิกในกลุ่มเป็นสิ่งที่จำเป็น ซึ่งจะช่วยให้บุคคลเกิดการมองปัญหา ในมุมมองที่หลากหลาย แตกต่างกันไป
- 5) การสำรวจโอกาสและสภาพแวดล้อมต่าง ๆ เพื่อนำมาเป็นประโยชน์ต่อการแก้ปัญหา เพื่อ สมาชิกได้เรียนรู้การแก้ปัญหาที่ฉลาดขึ้น และเกิดการริเริ่มวิธีการดำเนินชีวิตใหม่
- 6) ควรมีการวางแผนการจัดบริการปรึกษากลุ่มให้มีความเหมาะสม กับช่วงเวลาและจำนวน

7) บุคคลที่มีความวิตกกังวลสูง มีความแปรปรวนทางอารมณ์และพฤติกรรมมาก การรับรู้ไม่อยู่ในสภาวะปัจจุบัน มีความขัดแย้งในตนเองมากนั้น ไม่เหมาะสมที่จะรับบริการรักษาแบบกลุ่ม ควรให้การ รักษาเป็นรายบุคคลมากกว่า หรืออยู่ในดุลพินิจของแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางในด้านการบำบัดรักษา

กล่าวโดยสรุป การให้การรักษากลุ่มแบบผสมผสาน เป็นกระบวนการให้การรักษาที่มุ่งเน้น ให้ความช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาภายใต้บรรยากาศของกลุ่มคน ที่มีปัญหาในลักษณะคล้ายคลึงกัน มีความต้องการที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเองเหมือนกัน โดยพัฒนาตนเองจากการเข้าร่วมกระบวนการกิจกรรมที่ถูกรออกแบบตามแนวคิดทฤษฎีทางจิตวิทยาที่ผสมผสานกัน รวมถึงเทคนิคต่าง ๆ ที่มุ่งเน้นในการช่วยผู้รับการปรึกษา การเปิดเผยเรื่องราวที่เป็นความขัดแย้ง ความสับสน ตลอดจนปัญหาต่าง ๆ มีการพัฒนาตนเอง จากการพยายามค้นหาศักยภาพและจุดเด่นที่มีอยู่ในตนเอง เรียนรู้ความสัมพันธ์ที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลถึงพฤติกรรมที่เกิดขึ้น และพยายามที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาของตนเอง ซึ่งในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยนำทฤษฎีการปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม มาใช้ร่วมกับ ทฤษฎีลำดับขั้นของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และ นำเทคนิคการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ มาเป็นตัวช่วยเสริมแรงให้ผู้รับการปรึกษา มี เจตนาเชิงพฤติกรรมที่ดีขึ้น รับรู้ในความสามารถของตนเองในการควบคุมพฤติกรรม ตามแนวคิดทฤษฎีกระบวนการเสริมพลังอำนาจที่ ผู้วิจัยนำเทคนิคมาใช้ในการจัดกระบวนการกลุ่มแบบผสมผสานด้วย เพื่อนำไปสู่การเกิดเจตคติต่อการ สนับสนุนความตั้งใจ ในการกระทำพฤติกรรมป้องกันตนเองไม่ให้ใช้ยาเสพติด

## 2.4 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการให้การปรึกษารายบุคคล

### 2.4.1 ทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม

#### 1) แนวคิดของทฤษฎีการเรียนรู้กลุ่มพฤติกรรมนิยม

ทฤษฎีการเรียนรู้กลุ่มพฤติกรรมนิยม เน้นการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นโดยการเชื่อมโยงระหว่าง สิ่งเร้า คือสิ่งที่ทำให้เกิดพฤติกรรม และการตอบสนอง คือ ตัวพฤติกรรม แนวคิดที่สำคัญเกี่ยวกับทฤษฎีพฤติกรรมนิยม พฤติกรรมทุกอย่างที่เกิดโดยการเรียนรู้และสามารถสังเกตได้ พฤติกรรมแต่ละลักษณะที่แสดงออกมาเป็นผลรวมของการเรียนรู้ที่เป็นอิสระหลายอย่าง โดย ร่างกายจะต้องสร้างความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้าและ การตอบสนองอันนำไปสู่ ความสามารถในการแสดงพฤติกรรม พฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้ด้วยประสาทสัมผัสนั้น เรียกว่าพฤติกรรมภายนอก ส่วนพฤติกรรมที่ไม่สามารถสังเกตได้ด้วยประสาทสัมผัส แต่ทราบได้ว่ามีพฤติกรรมเกิดขึ้น โดยใช้เครื่องมือ หรือแบบทดสอบทางจิตวิทยาต่างๆ วัตนั้น เรียกว่าพฤติกรรมภายใน

ในงานวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยได้นำทฤษฎีการให้การปรึกษาตามแนวคิดพฤติกรรมนิยมมาใช้ร่วมด้วยในส่วนของการเรียนรู้การวางเงื่อนไขของพฤติกรรมการเรียนรู้สิ่งเร้าที่เชื่อมโยงกับสิ่งเร้าตามธรรมชาติจากการศึกษา ทฤษฎีการเรียนรู้การวางเงื่อนไขแบบคลาสสิก (Classical Conditioning



Theory) ของอีวาน พาฟลอฟ (Ivan Pavlov, 1849–1936) การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นต่อสิ่งเร้ามักมีเงื่อนไขหรือสถานการณ์เกิดขึ้นที่ชักนำไปสู่การเกิดพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด และแนวทฤษฎีพฤติกรรมของสกินเนอร์ที่ได้ให้แนวคิดในการแสดงออกของพฤติกรรมของบุคคลว่า พฤติกรรมเกิดจากเงื่อนไขผลจากการกระทำ ทฤษฎีนี้ต้องการเน้นเรื่องสิ่งแวดล้อม สิ่งสนับสนุนและการลงโทษ ซึ่งสอดคล้องกับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยฉบับนี้ ที่ผู้วิจัยมีแนวคิดในการจัดกิจกรรมเพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเกิดการเรียนรู้ ระหว่างพฤติกรรมด้านการใช้ยาเสพติดของตนเอง มีความสอดคล้องกับสิ่งเร้าใดในธรรมชาติคือสังครอบตัว รวมถึงเรียนรู้ผลของการกระทำ ที่ได้เกิดขึ้นกับกลุ่มตัวอย่าง รวมถึงการเรียนรู้ถึงความสามารถของตนเองในการควบคุมสิ่งเร้า การค้นพบการเสริมแรงด้านบวกให้กับตนเองในการสนับสนุนพฤติกรรมที่ดีที่กลุ่มตัวอย่างได้ตั้งใจจะกระทำ ทำให้กลุ่มตัวอย่างเรียนรู้ว่า ทำอะไรแล้วจะนำไปสู่ผลอะไร หรือทำไปแล้วจะได้อะไร การเรียนรู้เช่นนี้จึงเรียกว่า การเรียนรู้เงื่อนไขผลจากการกระทำ จนมีความมั่นใจในการระบุพฤติกรรมใหม่ และ พร้อมจะเปลี่ยนแปลงตนเอง

แนวคิดของพาฟลอฟเกี่ยวกับการเรียนรู้จากเงื่อนไขสิ่งเร้า พาฟลอฟมีแนวคิดว่าสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นต้องมีสาเหตุและเรียกสาเหตุนี้ว่า เงื่อนไข (Condition)

สุรางค์ ไคว์ตระกูล (2544 , น. 186 - 189) ได้กล่าวถึงทฤษฎีการเรียนรู้แบบการวางเงื่อนไขแบบคลาสสิกไว้ว่า นักสรีรวิทยาชื่อ พาฟลอฟ (Pavlov, 1849 -1936) ได้พบหลักการเรียนรู้ที่เรียกว่า Classical Conditioning พาฟลอฟได้ทำการทดลองโดยสั่นกระดิ่งก่อนที่จะเอาอาหาร (ผงเนื้อ) ให้แก่สุนัข เวลาระหว่างการสั่นกระดิ่งและให้ผงเนื้อสุนัข จะต้องเป็นเวลาทีกระชั้นชิดมาก ประมาณ .25 - .50 วินาที ทำซ้ำควบคู่กันหลายครั้ง และในที่สุดหยุดให้อาหารเพียงแต่สั่นกระดิ่งก็ปรากฏว่าสุนัขก็ยังคงมีน้ำลายไหลได้ ปรากฏการณ์เช่นนี้เรียกว่า พฤติกรรมของสุนัขถูกวางเงื่อนไข (Pavlov, 1927) หรือที่เรียกว่า สุนัขเกิดการเรียนรู้แบบการวางเงื่อนไขแบบคลาสสิก

ทฤษฎีการเรียนรู้การวางเงื่อนไขแบบคลาสสิก (Classical Conditioning Theory) ของอีวาน พาฟลอฟ (Ivan Pavlov, 1849–1936) พาฟลอฟได้สรุปทฤษฎีการเรียนรู้ และกฎการเรียนรู้ดังนี้

- 1) พฤติกรรมการตอบสนองของมนุษย์เกิดจากการวางเงื่อนไขที่ตอบสนองต่อความต้องการทางธรรมชาติ
- 2) พฤติกรรมการตอบสนองของมนุษย์สามารถเกิดขึ้นได้จากสิ่งเร้าที่เชื่อมโยงกับสิ่งเร้าตามธรรมชาติ
- 3) พฤติกรรมการตอบสนองของมนุษย์ที่เกิดจากสิ่งเร้าที่เชื่อมโยงกับสิ่งเร้าตามธรรมชาติจะลดลงเรื่อย ๆ และหยุดลงในที่สุดหากไม่ได้รับการตอบสนองตามธรรมชาติ
- 4) พฤติกรรมการตอบสนองของมนุษย์สิ่งเร้าที่เชื่อมโยงกับสิ่งเร้าตาม



ธรรมชาติจะลดลงและหยุดไปเมื่อไม่ได้รับการตอบสนองตามธรรมชาติ และจะกลับปรากฏขึ้นได้อีกโดยไม่  
ต้องใช้สิ่งเร้าตามธรรมชาติ

5) มนุษย์มีแนวโน้มที่จะจำแนกลักษณะของสิ่งเร้าให้แตกต่างกันและเลือก  
ตอบสนองได้ถูกต้อง

พาฟลอฟ เชื่อว่าการเรียนรู้ของสิ่งมีชีวิตจำนวนมากเกิดจากการวางเงื่อนไข  
(Conditioning) กล่าวคือ การตอบสนอง หรือการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นต่อสิ่งเร้าหนึ่งมักมีเงื่อนไขหรือสถานการณ์  
เกิดขึ้น คำว่า เงื่อนไข หมายถึง การเกิดสิ่งใดสิ่งหนึ่งขึ้น จะต้องมียิ่งขึ้นจึงจะทำให้เกิดหากไม่มีสิ่งนี้จะไม่ทำให้  
เกิด (Harvey Wallerstein, 1981, p. 48) เช่น โฟจะติดที่เทียนไขได้ต้องมีเงื่อนไข อยู่ดี ๆ เทียนไม่สามารถ  
ติดเองได้ เงื่อนไขที่ทำให้เทียนติดต้องประกอบด้วยความร้อน เชื้อเพลิงจากเทียน และออกซิเจน เชื้อเพลิง  
และความร้อนนี้เป็นเงื่อนไขที่ทำให้เทียนติด พฤติกรรมมนุษย์ก็เช่นเดียวกัน พฤติกรรมจะเกิดหรือยุติลง  
จะต้องมีเงื่อนไข และนักจิตวิทยาต่างพยายามหาว่ามีเงื่อนไขอะไรที่ทำให้มนุษย์ทำเช่นนั้น ในแนวคิดของพา  
ฟลอฟอธิบายว่าเงื่อนไขที่ทำให้เกิดพฤติกรรมคือ เงื่อนไขสิ่งเร้า พาฟลอฟเชื่อว่าในสภาพแวดล้อมทั่วไปไม่มีสิ่ง  
เร้า (Stimulus) มากมายที่สามารถกระตุ้นให้บุคคลเกิดการตอบสนอง (Response) ได้ เช่น ฟังร้องกระตุ้น  
ให้เราตกใจกลัว มะนาวกระตุ้นให้น้ำลายเราไหลและมนุษย์จะเรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้าที่มากกระตุ้น  
กับการตอบสนองตลอดเวลา

จากทฤษฎีนี้สรุปได้ว่า การตอบสนองเพื่อวางเงื่อนไขเป็นผลจากการเรียนรู้  
แบบวางเงื่อนไขแบบคลาสสิกการวางเงื่อนไขเป็นการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้าที่ต้องวางเงื่อนไขกับ  
การตอบสนองที่ต้องการให้เกิดขึ้นโดยการนำสิ่งเร้าที่ต้องวางเงื่อนไขควบคู่กับสิ่งเร้าที่ไม่ต้องวางเงื่อนไข  
ซ้ำ ๆ กัน หลักสำคัญคือจะต้องให้ สิ่งเร้าที่ไม่ต้องวางเงื่อนไขหลังสิ่งเร้าที่ต้องวางเงื่อนไขอย่างกระชั้นชิด  
และจะต้องทำซ้ำๆ กันอย่างต่อเนื่อง

แนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมของสกินเนอร์ มีแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมของ  
มนุษย์เกิดจากเงื่อนไขผลจากการกระทำ สกินเนอร์มีแนวคิดว่าการเรียนรู้เกิดขึ้นภายใต้เงื่อนไขและสภาวะ  
แวดล้อม ที่เหมาะสม เพราะทฤษฎีนี้ต้องการเน้นเรื่องสิ่งแวดล้อม สิ่งสนับสนุนและการลงโทษ สกินเนอร์  
มองว่าพฤติกรรมของมนุษย์เป็นพฤติกรรมที่กระทำต่อสิ่งแวดล้อมของตนเอง พฤติกรรมของมนุษย์จะคงอยู่  
ตลอดไป จำเป็นต้องมีการเสริมแรง ซึ่งการเสริมแรงนี้มีการเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement)  
และการเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcement)

สกินเนอร์มีแนวคิดว่าการกระทำของคนเราทำให้เกิดผลของการกระทำเสมอ  
ไม่ว่าการกระทำนั้นจะทำไปอย่างตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตามทำให้มนุษย์เรียนรู้ว่า ทำอะไรแล้วจะนำไปสู่ผล  
อะไร หรือทำไปแล้วจะได้อะไร การเรียนรู้เช่นนี้จึงเรียกว่า การเรียนรู้ เงื่อนไขผลจากการกระทำพฤติกรรม  
ของมนุษย์จะคงอยู่ตลอดไป จำเป็นต้องมีการเสริมแรง ซึ่งการเสริมแรงนี้มีการเสริมแรงทางบวก  
(Positive Reinforcement) และการเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcement)

การเสริมแรง หมายถึง ผลของพฤติกรรมใดๆ ที่ทำให้พฤติกรรมนั้นเข้มแข็งขึ้น การเสริมแรงทางบวก หมายถึง สภาพการณ์ที่ช่วยให้พฤติกรรมโอเปอเรนท์เกิดขึ้นในด้านความที่น่าจะเป็นไปได้ ส่วนการเสริมแรงทางลบเป็นการเปลี่ยนแปลงสภาพการณ์อาจจะทำให้พฤติกรรมโอเปอเรนท์เกิดขึ้นได้ในการดำเนินการเสริมแรงนั้น

สมชาย รัตนทองคำ (2550 , น. 11) ได้กล่าวไว้ว่า แนวความคิดของสกินเนอร์ เกี่ยวกับการแสดงพฤติกรรมในลักษณะที่ผู้เรียนเป็นผู้ลงมือกระทำและได้รับการเสริมแรงจะทำให้ผู้เรียนมีแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมซ้ำเดิมอีกนั้น สามารถอธิบายพฤติกรรมที่ปรากฏอยู่ในชีวิตประจำวันได้อย่างกว้างขวาง

แนวคิดพื้นฐานของสกินเนอร์สกินเนอร์มีแนวคิดที่ว่าพฤติกรรมเกิดจากการเรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างการกระทำกับผลที่เกิดจากการกระทำ หากผลที่เกิดจากการกระทำเป็นสิ่งที่ยังพอใจจะทำให้พฤติกรรมนั้นเกิดขึ้นลดน้อยลง สกินเนอร์มีแนวคิดว่าการกระทำของคนเราทำให้เกิดผลของการกระทำเสมอ ไม่ว่าการกระทำนั้นจะนำไปอย่างตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตาม ทำไปโดยรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็ตาม และสกินเนอร์เรียกพฤติกรรมที่ทำของเราแล้วเกิดผลอย่างใดอย่างหนึ่งตามมานี้ว่า operant ซึ่งในที่นี้จะเรียกว่า พฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้ และเรียกผลที่เกิดจากการกระทำนี้ว่า Consequence หรือ “ผลที่เกิดจากการกระทำ หรือ ผลกรรม” จากแนวคิดนี้ การกระทำทุกครั้งของมนุษย์จะมีผลให้เกิดจากการกระทำทุกครั้ง เพียงแต่ผลที่เกิดขึ้นเรารู้ตัวหรือไม่รู้ตัว จากความสัมพันธ์ระหว่างการกระทำกับผลจากการกระทำ ทำให้มนุษย์เรียนรู้ว่า ทำอะไรแล้วจะนำไปสู่ผลอะไร หรือทำไปแล้วจะได้อะไร การเรียนรู้เช่นนี้จึงเรียกว่า การเรียนรู้ เงื่อนไขผลจากการกระทำ (Operant Conditioning) ดังนั้น ถ้าต้องการให้เกิดการเรียนรู้ เราจึงใช้ผลจากการกระทำเป็นตัวควบคุมให้เกิดการกระทำ เช่น ควบคุมให้เขาทำงาน เราจะใช้เงินเป็นตัวควบคุม โดยกำหนดเป็นเงื่อนไขว่า “ถ้าคุณทำงาน คุณจะได้เงิน” เงิน (ผลจากการกระทำ) จึงเป็นตัวควบคุมการทำงาน (พฤติกรรม) สกินเนอร์ อธิบายว่า มนุษย์ (operant) เพื่อให้ได้ผล (consequence) ที่ตนเองต้องการตนเองพอใจ และหลีกเลี่ยงที่จะไม่ทำในสิ่งที่ทำแล้วตนเองไม่ต้องการ ไม่พอใจ หากมองในมุมมองนี้ พฤติกรรมของมนุษย์ถูกควบคุมด้วยผลจากการกระทำ

แนวความคิดของสกินเนอร์เกี่ยวกับเรื่องการแสดงพฤติกรรมในลักษณะที่ผู้เรียนเป็นผู้ลงมือกระทำและได้รับการเสริมแรงจะทำให้ผู้เรียนมีแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมซ้ำเดิมอีกนั้น สามารถอธิบายพฤติกรรมที่ปรากฏอยู่ในชีวิตประจำวันได้อย่างกว้างขวาง

จากแนวคิดนี้ ทฤษฎีของสกินเนอร์จึงมีชื่อเรียกอย่างน้อย 3 ชื่อ ได้แก่

ชื่อที่ 1 ทฤษฎีการเรียนรู้เงื่อนไขการกระทำ (Operant Conditioning) หมายถึง มนุษย์เรียนรู้ว่าการกระทำของตนนำไปสู่ผลอะไรจนเกิดไปเป็นการเรียนรู้เงื่อนไขว่าถ้าทำเช่นนี้แล้วจะได้ผลอะไร ดังนั้นจึงต้องแสดงการกระทำนั้นๆ ออกมา จึงจะได้ผลที่ตนเองต้องการ เช่น ทำรายงานจึงจะได้คะแนน ทำงานจึงจะได้เงิน

ชื่อที่ 2 ทฤษฎีการเรียนรู้เงื่อนไขเครื่องมือ (Instrument Conditioning) หมายถึง การกระทำของมนุษย์เป็นเครื่องมือที่จะทำให้ได้ผลที่ตนเองต้องการ เช่น การทำรายงานเป็นเครื่องมือที่จะทำให้ได้คะแนน หรือทำงาน เป็นเครื่องมือที่จะทำให้ได้เงิน

ชื่อที่ 3 ทฤษฎีการเรียนรู้เงื่อนไขผลจากการกระทำ หมายถึง การใช้ผลจากการกระทำเป็นเงื่อนไขทำให้มนุษย์เกิดการเรียนรู้ว่าต้องทำอะไร เช่น ใช้คะแนนเป็นเงื่อนไขทำให้คนทำรายงาน ใช้เงินเป็นเงื่อนไขทำให้คนทำงาน

สกินเนอร์มีแนวคิดว่าหามองในแนวคิดของผู้กระทำ ผู้กระทำเกิดการเรียนรู้ว่าการกระทำอะไร นำไปสู่ผลอะไร จึงเรียกการเรียนรู้แบบนี้ว่า การเรียนรู้เงื่อนไขผลจากการกระทำ ส่วนเงื่อนไขผลที่เกิดจากการกระทำ (C) ที่สำคัญมี 2 ประเภท ได้แก่ (1) เงื่อนไขการเสริมแรง และ (2) เงื่อนไขการลงโทษ

1) เงื่อนไขการเสริมแรง (Reinforce) หมายถึง พฤติกรรมใดที่ทำแล้วได้รับผลจากการกระทำหนึ่งแล้ว จากนั้นพฤติกรรมนั้นมีแนวโน้มว่าจะเกิดขึ้นบ่อยครั้งขึ้น หรือเกิดขึ้นด้วยความถี่ที่สูงขึ้น เรียกผลจากการกระทำนั้นว่า การเสริมแรง

2) เงื่อนไขการลงโทษ (Punishment) หมายถึง พฤติกรรมใดที่ทำแล้วได้รับผลจากการกระทำหนึ่งแล้ว จากนั้นพฤติกรรมนั้นมีแนวโน้มว่าจะเกิดลดลง หรือเกิดขึ้นด้วยความถี่ที่ต่ำลง เรียกผลจากการกระทำนั้นว่า การลงโทษ

สกินเนอร์ (Skinner, 1930, อ้างอิงใน ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2536, น. 28-29) ได้กล่าวถึง พฤติกรรมของอินทรีย์อยู่ภายใต้การควบคุมของ การวางเงื่อนไข ผลกรรมที่อินทรีย์ได้รับ ตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน เงื่อนไขผลกรรมแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

1) เงื่อนไขเสริมแรง (Contingency of Reinforcement) หมายถึง เงื่อนไขของการให้ผลกรรมที่อินทรีย์พึงพอใจ

2) เงื่อนไขการลงโทษ (Contingency of Punishment) หมายถึง เงื่อนไขของการให้ผลกรรมที่อินทรีย์ไม่พอใจ

สำหรับคำว่า เงื่อนไข (Contingency) ในที่นี้จะเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่าง พฤติกรรม กับผลกรรมในสภาพหนึ่ง ๆ ซึ่งสามารถเขียนได้ว่า ถ้า...แล้ว.... ดังตัวอย่างต่อไปนี้

พฤติกรรม	ผลกรรม
ถ้า ขยันเรียน	สอบได้
ถ้า วิ่งไปชนกระจก	หน้าผากแตก
ถ้า พุดจาสุภาพอ่อนหวาน	เป็นที่ชอบพอของผู้ที่พบเห็น

จากตัวอย่างอินทรีย์ที่จะเรียนรู้ถึงความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมที่อินทรีย์ กระทำและผลกรรม ผลกรรมหนึ่ง ๆ อาจเกิดจากพฤติกรรมที่แตกต่างกันหรือคล้ายคลึงกัน ซึ่ง การที่อินทรีย์เรียนรู้ว่าพฤติกรรมอะไรจะนำไปสู่ผลกรรมอะไรเป็นการเรียนรู้เงื่อนไขผลกรรม

## 2) หลักการของทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

แนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมนิยมได้กล่าวถึงธรรมชาติของมนุษย์ว่า มนุษย์เมื่อเกิดมามีการเรียนรู้การกระทำพฤติกรรม ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมที่แสดงออกมาเกิดจากการเรียนรู้ภายใต้เงื่อนไขต่างๆ จากสิ่งแวดล้อมรอบตัว และทำนองเดียวกัน มนุษย์สามารถเกิดการเรียนรู้ใหม่ ในการที่จะควบคุมการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองได้แม้จะอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมก็ตาม

ทอเรสเซน (Thoresen. 1969, อ้างอิงใน วิญญู พูลศรี, 2523, น. 322 - 324) ได้อธิบาย ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ และหลักการให้คำปรึกษาตามแนวทางของทฤษฎีพฤติกรรมนิยม ไว้ดังต่อไปนี้

- (1) พฤติกรรมส่วนใหญ่ของมนุษย์เกิดจากการเรียนรู้ ดังนั้นพฤติกรรมจึงเป็นสิ่งที่ เปลี่ยนแปลงได้
- (2) การเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมจะช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมของ บุคคลได้ด้วย
- (3) การเปลี่ยนแปลงของบุคคลจะเป็นไปตามหลักของการใช้ตัวแบบทางสังคม (Social Modeling) และหลักการใช้วิธีการเสริมแรง (Reinforcement)
- (4) มนุษย์ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม ถ้าบุคคลใดสามารถควบคุมสิ่งแวดล้อม ได้บุคคลนั้นก็มีโอกาสที่จะกำหนดพฤติกรรมของตนเองได้
- (5) แม้ว่าสิ่งแวดล้อมจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมก็ตาม แต่มนุษย์สามารถควบคุม พฤติกรรมของตนเองหรือการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองได้
- (6) บุคลิกภาพของมนุษย์สามารถเปลี่ยนแปลงได้โดยใช้วิธีการวางเงื่อนไข (Conditioning) ด้วยการให้รางวัล (Reward) การลงโทษ (Punishment) และพฤติกรรมของมนุษย์ก็เช่นเดียวกันจะมีการเปลี่ยนแปลงได้โดยอาศัยการเรียนรู้ (Learning)
- (7) นักพฤติกรรมนิยมเชื่อว่าบุคคลเกิดมาไม่ได้มีความดีหรือเลวติดตัวมาตั้งแต่เกิด พฤติกรรมทั้งหลายของบุคคลได้มาจากการเรียนรู้ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเข้าใจที่มาของพฤติกรรม
- (8) พฤติกรรมของมนุษย์ เป็นผลมาจากการกำหนดด้วยเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นมาก่อน ดังนั้นจึงสามารถคาดคะเนการเกิดพฤติกรรมของมนุษย์ได้ และถ้าสามารถควบคุมเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นมาก่อนได้ ก็จะสามารถควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์ได้

ครัมโบลท์ (Kruboltz,1964, อ้างถึงใน นิภาพร พลหงส์, 2446, น. 9 -10) ได้ให้ความหมายการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม ซึ่งมีรากฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้แบบคลาสสิก (Classical Conditioning) ทฤษฎีการเรีนรู้เงื่อนไขพลกรรม (Operant Conditioning) ที่เชื่อว่ามนุษย์ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม ดังนั้นกระบวนการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมจึงเป็นการจัดสภาพแวดล้อมใหม่เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการเรียนรู้ผู้ให้คำปรึกษาจะให้ความสำคัญกับพฤติกรรมที่มนุษย์แสดงออกมาจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สังเกตได้และวัดได้ การให้คำปรึกษาจะเน้นที่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาอย่างมีขั้นตอนซึ่งการดำเนินการให้คำปรึกษาอาจจะจัดในห้องให้คำปรึกษา หรือจัดในสถานการณ์จริงของผู้รับคำปรึกษาก็ได้

สรุปจากหลักการและแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมนิยมดังกล่าวข้างต้นจึงสรุปได้ว่าทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเป็นการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นโดยการเชื่อมโยงจากสิ่งเร้าและการตอบสนองต่อสิ่งเร้าและมีตัวเสริมแรงเป็นสิ่งกระตุ้นจูงใจ ซึ่งถ้าหากต้องการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสามารถเรียนรู้จากการเชื่อมโยงของสิ่งเร้า ทั้งที่ร่างกายรับรู้ สัมผัสรวมถึงการ สังเกต สิ่งที่มีผลต่อพฤติกรรม แนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมนิยมมองว่า พฤติกรรมแต่ละชนิดเป็นผลรวมของการเรียนรู้ที่เป็นอิสระหลายอย่าง การเสริมแรง (Reinforcement) ทั้งทางบวกและลบ มีผลต่อการคงที่ของพฤติกรรม ดังนั้น การศึกษาการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ต้องคำนึงถึงสภาพแวดล้อม และการเสริมแรงการศึกษาตัวแบบเป็นสิ่งสำคัญ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ของบุคคลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเอง

### 3) วรรณกรรมที่เกี่ยวกับการปรึกษาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

การปรึกษาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม คือ การทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของความจริง โดยคำนึงถึง สภาพแวดล้อม และ ปัจจัยสิ่งเร้าที่ ก่อให้เกิดพฤติกรรม การกำหนดพฤติกรรมที่พึงปรารถนาอย่างชัดเจนผ่านกระบวนการวางแผนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเป็นระบบและมีความสม่ำเสมอ สำหรับเป้าหมายเฉพาะเจาะจง เป็นสิ่งที่กำหนดรวมกันระหว่างผู้ให้การศึกษากับผู้รับการศึกษาแต่ละราย เป้าหมายที่กำหนดขึ้นนั้นต้องมีความชัดเจนเป็นรูปธรรมและดำเนินการตกลงร่วมกันเป็นสัญญา เพื่อขึ้นำการศึกษาและการบำบัดให้เกิดผลสูงสุดต่อผู้รับการศึกษา

คอเรย์ (Corey 1994, p. 346) ได้กล่าวถึงลักษณะสำคัญของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมว่ามีลักษณะเฉพาะบางประการที่แตกต่างจากกลุ่มทฤษฎีอื่นๆ ซึ่งเป็น การทดลองที่มีพื้นฐานมาจากหลักการเรียนรู้และวิธีการทางวิทยาศาสตร์มีการประยุกต์ใช้อย่างเป็น ระบบที่เฉพาะเจาะจง ชัดเจนและมีการวัดประเมินผล มีการปรับปรุงอย่างต่อเนื่อง เพื่อช่วยเหลือ บุคคลให้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ สรุปได้ดังนี้

- (1) มีการประเมินพฤติกรรมซึ่งเป็นวิธีการที่ใช้ในการเก็บข้อมูล



- (2) มีเป้าหมายที่ต้องการแก้ไขอย่างชัดเจนและเฉพาะเจาะจง
- (3) มีวิธีการและเลือกใช้เทคนิคอย่างเป็นระบบ เหมาะสมกับลักษณะของปัญหา
- (4) มีการประเมินผลอย่างเป็นรูปธรรม

วิญญู พูลศรี (2531, น. 132) ได้กล่าวถึงความเป็นมา ทฤษฎีพฤติกรรมนิยมว่าเป็นการให้คำปรึกษาที่ใช้พื้นฐานของทฤษฎีการเรียนรู้ ซึ่งหมายถึง ลักษณะ ของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่าง ๆ อันเนื่องมาจากได้รับการฝึกหัด ผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีนี้ จะเน้นวิธีการที่มีระบบทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษา การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมนี้ยึดหลักว่ามนุษย์เป็นสิ่งที่เรียนรู้ และเปลี่ยนแปลงได้ ผู้ให้คำปรึกษา จะใช้หลักการเรียนรู้เป็นวิธีการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยจะเลือกใช้ กลวิธีที่เหมาะสมกับผู้รับคำปรึกษาแต่ละคน

พิสมัย ยกน้อยวงษ์ (2551, น. 31) ได้สรุปแนวคิดของทฤษฎีพฤติกรรมนิยมว่าการให้การปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม จะยึดหลักพฤติกรรมของมนุษย์เป็นสิ่งที่เรียนรู้และเปลี่ยนแปลงได้ ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้หลักการเรียนรู้เป็นวิธีการช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยจะเลือกใช้เทคนิคและกลวิธีที่เหมาะสมกับผู้รับการปรึกษาแต่ละคน

#### 4) ขั้นตอนในการให้การปรึกษาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

กระบวนการให้การปรึกษา ที่ผ่านการวางแผนอย่างเป็นระบบและสม่ำเสมอ ผู้ให้การปรึกษาจะมีบทบาทหน้าที่ทำความเข้าใจปัญหาของผู้รับการปรึกษาอย่างถ่องแท้ ก่อนที่จะวางแผนเพื่อดำเนินการจัดการกับปัญหา มีบทบาทสร้างแรงจูงใจให้ผู้รับการปรึกษามั่นใจต่อการแก้ไขปัญหาร่วมมือกับผู้รับการปรึกษาวิเคราะห์ปัญหา ตลอดจนวางแผนและประเมินวิธีการจัดการกับปัญหา โดยมีขั้นตอนการปรึกษา ดังนี้

Tod& Bohart (Tod& Bohart ,1999 อ้างถึงใน ดวงมณี จงรักษ์, 2556, น. 28) ได้กล่าวว่ถึงขั้นตอนในการให้การปรึกษาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

- (1) ขั้นกำหนดปัญหา สร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกันให้เกิดความไว้วางใจ และทำความเข้าใจกับปัญหาที่เกิดขึ้น เน้นความไว้วางใจ แสดงความอบอุ่น และแสดงความเข้าใจ ในเวลาเดียวกันผู้ให้คำปรึกษาจะทำความเข้าใจกับปัญหา โดยพิจารณาว่าปัญหานั้นเกิดจากการเรียนรู้อย่างไร

- (2) เลือกหลักการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับปัญหาของผู้รับการปรึกษา และดำเนินการช่วยเหลือ บทบาทของผู้ให้การปรึกษาในขั้นตอนนี้เป็นเหมือนผู้ให้ความรู้เรื่องเทคนิคของพฤติกรรมบำบัดและเป็นผู้ให้คำแนะนำถึงวิธีการที่เหมาะสม

- (3) ขั้นลงมือปฏิบัติ ลงมือปฏิบัติภายใต้การดูแลของผู้ให้การปรึกษา

- (4) ขั้นประเมินผลความสำเร็จ ผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษาร่วมกัน ประเมินว่าสำเร็จหรือไม่ เพื่อดำเนินการปรับปรุง



คอร์เรย์(Corey, 1994 , p. 356) ได้อธิบายขั้นตอนของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม ดังนี้

(1) การระบุพฤติกรรมที่เป็นปัญหา และการกำหนดเป้าหมายเฉพาะ อย่างเป็น ระบบ ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับความช่วยเหลือให้เกิดความเข้าใจว่าทำไมสถานการณ์ที่เป็นปัญหาเฉพาะนั้นมักจะเกิดขึ้นและได้รับการเรียนรู้วิธีการเผชิญกับปัญหานั้น

(2) การระดมสมองถึงทางเลือกในการแก้ไข้ปัญหา

(ก) การตัดสินใจในการหาทางเลือกในการแก้ไข้ปัญหาที่มีประสิทธิภาพ รวมถึงการเลือกเทคนิคที่จะใช้ในการแก้้ปัญหาให้เหมาะสมกับเป้าหมาย

(ข) ดำเนินการแก้ไข้ปัญหาตามเป้าหมายที่วางไว้ด้วยวิธีการและเทคนิคที่เลือกไว้แล้ว ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับการสนับสนุนให้ปฏิบัติตามทางที่ได้ตัดสินใจเลือกและมีการประเมินผลของการให้คำปรึกษา

5) เทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

โองการ หันตะ (2561, น. 21) ได้อ้างอิง ไว้ว่า การนำเทคนิคการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม มีรายละเอียดดังนี้

(1) การเสริมแรง (Reinforcement Technique) เทคนิคการเสริมแรงในการให้การศึกษา ตามแนวคิดพฤติกรรมนิยมอาศัยทฤษฎีการเรียนรู้ที่ว่า พฤติกรรมใดที่บุคคลกระทำแล้วส่งผลให้เขา ได้รับความพึงพอใจ บุคคลนั้นมีแนวโน้มที่จะกระทำพฤติกรรมนั้นซ้ำอีก ด้วยเหตุนี้การให้การศึกษาตามแนวคิดพฤติกรรมนิยมจึงนำเทคนิคการเสริมแรงมาใช้เพื่อช่วยส่งเสริมให้ผู้รับการศึกษามี กำลังใจและมีความมั่นใจเพิ่มมากขึ้นในการกระทำพฤติกรรมนั้นซ้ำอีก ด้วยการให้การเสริมแรง ทางบวก (Positive Reinforcement) แก่ผู้รับการปรึกษา

(2) การฝึกทักษะทางสังคม (Social Skills Training Techniques) เทคนิคที่ใช้ ได้แก่ การอธิบาย การแสดงเป็นแบบอย่าง และการแสดงบทบาท บางครั้งอาจใช้หลักของ การตัดพฤติกรรม (Shaping) และการฝึกหัดภายใน (Covert Practices) มาร่วมด้วย การตัดพฤติกรรม หรือ Successive Approximation หมายถึง การให้ผู้รับการศึกษามีพฤติกรรมที่ค่อย ๆ นำไปสู่พฤติกรรมที่ต้องการแต่ละพฤติกรรมที่ใกล้เคียงหรือเข้าใกล้พฤติกรรมที่ต้องการจะได้รางวัล

(3) การเรียนรู้จากการมีตัวแบบ (Modeling Technique) การให้การศึกษาตามแนวคิด พฤติกรรมนิยมใช้เทคนิคการเรียนรู้จากการมีตัวแบบซึ่งมีพื้นฐานสำคัญมาจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา (Bandura, 1986) ซึ่งมีวัตถุประสงค์ในการช่วยเหลือผู้รับการปรึกษา

(4) การปรับพฤติกรรม (Behavior Modification) เทคนิคการปรับพฤติกรรมมีชื่อเรียกหลายอย่างเช่น Contingency Management, Behavior Modification หรือ Applied Behavior Analysis โดยใช้หลักการวางเงื่อนไขแบบลงมือกระทำ เทคนิคนี้ใช้หลักการไม่ซับซ้อน โดยให้รางวัลเพื่อเพิ่ม

ความถี่ของพฤติกรรมที่พึงประสงค์และ การเสริมแรงกับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ หลักการนี้ถูกนำไปใช้เพื่อให้เกิดการลดภาวะ ในการ ผีกรอบรมบิดามารดา (เพื่อปรับพฤติกรรมเด็ก) การให้เหรียญรางวัล (Token Economy) ในโรงพยาบาล และการทำสัญญาเรื่องพฤติกรรม (Contingency Contracting)

(5) การทำให้พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็กเข้าสู่ขั้นการลดภาวะ (Extinction) โดย วิธีการใช้เวลานอก การใช้เวลานอก (Time Out) หมายถึง การนำเด็กออกจากสถานการณ์ที่เด็กได้รับ รางวัลไปสู่สถานการณ์ที่เด็กไม่ได้รับรางวัลทางสังคม ดังนั้น Time Out จึงอาจจัดให้เป็นการลงโทษ ทางลบ เพราะสิ่งที่พึงพอใจถูกขจัดไป

(6) เบี้ยรางวัล (Token Economy) เป็นสิ่งที่ถูกนำมาใช้แทนเงินจริง ในการให้เสริมกับ พฤติกรรมที่พึงประสงค์ จำนวนเบี้ยที่สะสมได้จะถูกนำมาใช้แลกเปลี่ยนสิ่งต่าง ๆ แล้วแต่จะกำหนดว่าให้เป็นอะไร เช่น สถานฝึกเด็กพิเศษบางแห่ง อาจกำหนดให้เบี้ยรางวัล 10 อัน แลกน้ำดื่มได้ 1 กระป๋อง พฤติกรรมที่กำหนดให้ได้เบี้ยรางวัล ได้แก่ การออกกำลังกายครบกระบวนเท่าที่กำหนด การแต่งตัวใส่ เสื้อผ้าด้วยตนเอง การแปรงฟันได้ถูกต้อง การยอมรับประทานผัก เป็นต้น

(7) การทำสัญญาเรื่องพฤติกรรม (Contingency Contracting หรือ Behavior Contracting) เป็นการทำสัญญาพฤติกรรมระหว่างผู้รับการปรึกษากับผู้ให้การศึกษา ถ้าเขาลงมือ ปฏิบัติตามแผน เขาจะได้รับรางวัลจากผู้ให้การศึกษา เช่น การลดค่าธรรมเนียมน้อย 10% ถ้าไม่สามารถปฏิบัติได้เขาจะถูกผู้ให้การศึกษาปรับ

(8) การลงโทษ (Punishment) ปกติแล้วถ้าผู้รับการปรึกษาไม่แสดงพฤติกรรมตามที่ตนตกลง ไว้ การลงโทษที่ใช้คือ Response Cost เป็นการงดตัวเสริมแรงทางบวก เช่น งดดูโทรทัศน์ งดฟัง เพลง หรือถูกปรับเป็นเงิน

(9) การจัดการ การควบคุมตนเอง (Self-management) นักพฤติกรรมบำบัดสอนให้ผู้รับการ ปรึกษาใช้หลักการให้รางวัลและการปรับพฤติกรรม เพื่อจัดการกับพฤติกรรมของตน เริ่มต้นด้วยการ ให้ผู้รับการปรึกษากำหนดปัญหาและกำหนดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ หลังจากนั้นให้บันทึก ประเมิน พฤติกรรมที่ต้องการปรับในทุกสัปดาห์ การทำบันทึกประเมินพฤติกรรมมีผลให้เพิ่มความรู้อีกมากขึ้น ผู้ให้การศึกษาและผู้รับการปรึกษาร่วมกันกำหนดพฤติกรรมที่สร้างขึ้นใหม่ โดยที่ผู้ให้การศึกษา จะต้องดำเนินให้เป็นไปตามบริบทและเวลาที่กำหนดไว้ การควบคุมตนเองนี้เรียกอีกชื่อหนึ่งว่า Self monitoring ถ้าผู้รับการปรึกษาสามารถควบคุมตนเองให้ทำตามที่กำหนดไว้ เขาจะให้รางวัลตนเอง

6) บทบาทและหน้าที่ของผู้ให้การศึกษาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

(1) ผู้ให้การศึกษาทำหน้าที่ทำความเข้าใจปัญหาของผู้รับการปรึกษาอย่างถ่วงถี่ก่อนที่จะ วางแผนเพื่อดำเนินการจัดการกับปัญหา

(2) มีบทบาทสร้างแรงจูงใจแก่ผู้รับการปรึกษาให้เกิดความมั่นใจต่อการแก้ไข้ปัญหา

(3) ร่วมมือกับผู้รับการศึกษาในการวิเคราะห์ปัญหาตลอดจนวางแผนและประเมินวิธีการ จัดการกับพฤติกรรม

(4) ช่วยผู้รับการศึกษาละลายพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมต่างๆ และเรียนรู้พฤติกรรมที่เหมาะสมเพื่อนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้

(5) มีหน้าที่แสวงหาประสบการณ์และเพิ่มเติมความรู้ต่อการปรับพฤติกรรม และทำหน้าที่เป็น ผู้ให้การเสริมแรงพฤติกรรมของผู้รับการศึกษา ตลอดจนเป็นผู้แนะนำเพื่อช่วยให้ผู้รับการศึกษา เปลี่ยนแปลง

(6) เป็นผู้เชี่ยวชาญในการประยุกต์เทคนิคต่างๆ ของทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อแก้ไขปัญหา

(7) แสดงบทบาทเป็นต้นแบบแก่ผู้รับการศึกษา เพราะการเรียนรู้ส่วนมากเกิดจากการมี ประสบการณ์โดยตรง ดังนั้นผู้รับการศึกษาสามารถเรียนรู้พฤติกรรมใหม่ได้จากการเลียนแบบ

สรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายของการให้การศึกษแบบพฤติกรรมนิยม เป็นการจัดกระบวนการเพื่อช่วยให้ผู้รับการศึกษาเกิดการเรียนรู้ตอบสนองกับสิ่งเร้า หรือ เงื่อนไขกับสิ่งเร้า ที่ส่งผลให้เกิดพฤติกรรม และช่วยให้ผู้รับการศึกษาเข้าใจได้ว่าพฤติกรรมที่เกิดขึ้นสามารถปรับเปลี่ยนได้ผู้ให้การศึกษิตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม จะทำการประเมินความถี่ของพฤติกรรมที่เป็นปัญหาทำความเข้าใจปัญหา ก่อนที่จะวางแผนเพื่อดำเนินการจัดการกับปัญหาและทำการจัดทำกระบวนการเพื่อช่วยเหลือ โดยการใช้เทคนิคที่เหมาะสมของทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เช่น การเรียนรู้จากต้นแบบ การเสริมแรงในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ทฤษฎีพฤติกรรมมีเทคนิคที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้มากมายผู้ให้การศึกษิต้องเลือกใช้ตามประเภทของปัญหาของผู้รับการศึกษา ช่วยให้ผู้รับการศึกษาพยายามทำพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้คงอยู่ถาวร รวมถึงช่วยให้ผู้รับการศึกษามีความคิดที่เป็นเหตุผล สามารถวิเคราะห์สิ่งต่าง ๆ อย่างระมัดระวังขึ้นมองเห็นความสัมพันธ์ ระหว่างสภาพการณ์แวดล้อมที่เกิดก่อนกับผลกับพฤติกรรมที่ตามมา และสามารถดำรงพฤติกรรมที่เป็นประโยชน์กับตนเองได้อย่างเหมาะสม ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้ในกระบวนการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการใช้ยาเสพติดของผู้เข้ารับการศึกษา ให้ผู้เข้ารับการศึกษาสามารถเรียนรู้ พฤติกรรมที่กระทำต่อสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมที่ถูกเร้าโดยสิ่งแวดล้อม รวมถึงเงื่อนไขผลของการกระทำเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์โดยผู้รับการศึกษาจะได้รับการเสริมแรงที่จากการเข้ารับการศึกษา ที่จะคำนึงถึงการทำให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์คงอยู่ต่อไป

### 2.4.2 ทฤษฎีลำดับขั้นของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

1) วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีลำดับขั้นของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม งานวิจัยฉบับนี้ ในส่วนของลำดับขั้นในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ใช้ยาเสพติดผู้วิจัยได้การศึกษาวรรณกรรม ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม Transtheoretical model หรือ Stage of Change พัฒนาขึ้นโดย Prochaska JO and Carlo Diclemente (1997, อ้างอิงใน ภาณิต หลีเจริญ, 2556, น. 21) ในการประยุกต์ใช้ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสำหรับผู้ใช้ยาเสพติด ทำให้ผู้วิจัยช่วยให้กลุ่มตัวอย่างสามารถวางแผนเป้าหมายได้เป็นลำดับ ไม่รีบร้อนในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม สำนวความพร้อมในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามลำดับขั้น กลุ่มตัวอย่างได้เรียนรู้สิ่งเร้าและเงื่อนไขการเกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาต้องการเปลี่ยนแปลง และได้ลองกำหนดเป้าหมาย และพฤติกรรมที่เหมาะสมที่จะทำให้เป้าหมายได้สำเร็จ ได้พิจารณาสิ่งที่ยากเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง พยายามทำตามแต่ละขั้นตอนของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างค่อยเป็นค่อยไปจนครบ และพร้อมที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตัวเองไปในทิศทางที่ดีขึ้นได้อย่างแน่นอน มีงานวิจัยหลายงานชี้ให้เห็นว่าใช้ทฤษฎีดังกล่าวเพื่อการให้คำปรึกษาแนะแนว ช่วยกลุ่มเป้าหมายที่ต้องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เป็นปัญหาได้ เช่น การศึกษาผู้ป่วยติดบุหรี่

มีนักวิจัยได้นำทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ไปใช้ในการเป็นแนวทางในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ทฤษฎีที่นิยมใช้กันอย่างแพร่หลายในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ใช้สารเสพติด บุหรี่ สุรา พฤติกรรมทางเพศ ฯลฯ

Marcus and Simkin (Marcus and Simkin ,1993 ,อ้างอิงใน กรฎา มาตยากร, 2559, น. 22) ได้กล่าวไว้ว่า หลังจากนำการใช้ทฤษฎีลำดับขั้นของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมาเป็นแนวทางในการส่งเสริมพฤติกรรมการออกกำลังกาย ได้อธิบายว่าบุคคลไม่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้จากการคิดเพียงครั้งเดียว แต่จะค่อย ๆ พัฒนาความคิดในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปที่ละขั้น เรียกว่า ขั้นตอนความพร้อมในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Stages of change) ซึ่งมีทั้งหมด 6ขั้น ได้แก่ 1. ขั้นไม่สนใจปัญหา (Precontemplation) 2. ขั้นลังเลใจ (Contemplation) 3. ขั้นตัดสินใจและเตรียมตัว (Preparation) 4. ขั้นลงมือปฏิบัติ (Action) 5. ขั้นกระทำต่อเนื่อง (Maintenance) และ 6. การกลับไปมีปัญหซ้ำ (Relapse)

นภาลักษณ์ γκεละ, นิทรา กิจธีระวุฒิมวงศ์ (2561, น. 112) ได้กล่าวไว้ว่า ในการปรับพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่พึงประสงค์โดยการประเมินความเปลี่ยนแปลงเริ่มจากการประเมินความพร้อมเป็นรายบุคคลและจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับความพร้อมตามทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งประกอบด้วย 1) ขั้นความตั้งใจในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม 2) ขั้นความตั้งใจที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม 3) ขั้นเตรียมการ 4) ขั้นปฏิบัติการ 5) ระดับพฤติกรรมคงที่ ซึ่งจะให้การออกแบบโปรแกรมเหมาะสมตามขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงของผู้เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อกระตุ้นให้เกิดภาวะสมดุลของการตัดสินใจ

(Decision balance) เกิดการรับรู้ความสามารถเห็นตน มีความเชื่อมั่นในระดับบุคคล (Self efficacy) ว่า จะสามารถทำพฤติกรรมนั้นได้ด้วยการประเมินขั้นของพฤติกรรม ก่อนและจัดกิจกรรมการดูแลผู้ป่วยให้ เหมาะสมตามขั้นตอนพฤติกรรม

ในการจัดกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม นี้จำเป็นต้อง มีความรู้ความเข้าใจเรื่องทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมร่วมด้วย เพื่อที่จะสามารถประเมิน ความพร้อมสำหรับการเปลี่ยนแปลงของผู้ป่วยและสามารถให้การปรึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพซึ่งเนื้อหา หลักของทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและการตอบสนองที่เหมาะสม

## 2) องค์ประกอบโครงสร้างของทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

นันทา ชัยพิชิตพันธ์ (2556, น. 25- 26) ได้กล่าวถึงโครงสร้างของทฤษฎี ขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไว้ดังต่อไปนี้

(1) ขั้นไม่สนใจปัญหา (Pre- contemplation stage) ขั้นตอนนี้บุคคลยังไม่คิดจะเปลี่ยนแปลงตนเองไม่คิดว่าตนเองมีปัญหาจาก พฤติกรรมที่เป็นปัญหา อย่างในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัย ทำกับกลุ่มผู้ช้ยาเสพติด ผู้รับการปรึกษา คิดว่าตนเองสามารถควบคุมการช้ยาเสพติดได้มองไม่เห็นผลเสีย ที่เกิดจากการช้สารเสพติดไม่คิดว่าตนเองมีปัญหาสุขภาพมักโทษคนรอบข้างการตอบสนองที่เหมาะสมคือ การให้ข้อมูลสะท้อนกลับ และการให้ข้อมูลความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้อง การให้ข้อมูลที่ได้จากการประเมิน ผู้รับการปรึกษา อย่างตรงไปตรงมาเน้น เหตุผลเป็นกลางไม่ชี้แนะหรือครอบงำหรือขู่ให้กลัวยอมรับความเห็น ที่แตกต่าง อาจนัดหมายให้สมาชิก ครอบครัวหรือญาติเข้ามามีส่วนร่วมในการบำบัด

(2) ขั้นลังเลใจ (Contemplation stage) ขั้นพิจารณาการเปลี่ยนแปลงใน ขั้นนี้ผู้รับการปรึกษา ยอมรับว่าการเสพสารเสพติดมีผลเสียอาจมีผลผลกระทบในทางลบเริ่มพิจารณาการ เปลี่ยนแปลงแต่ ยังลังเลใจเนื่องจากผู้ป่วยยังเห็นว่าสารเสพติดมีคุณมากกว่าโทษการตอบสนองที่เหมาะสม คือผู้บำบัด ควรพูดคุยถึงความสมดุลของการตัดสินใจ การพูดคุยถึงข้อดีและข้อเสียของ การเปลี่ยนแปลง และไม่เปลี่ยนแปลงการเสพ โดยปกติผู้ให้การปรึกษามักมองเห็น ข้อเสียของการช้สารเสพติด และข้อดี ของการเลิกเสพ ส่วนผู้รับการปรึกษามักเห็นข้อดีของการช้สารเสพ ติด และข้อเสียของการเลิกผู้ให้การ ปรึกษาควรเป็นกลางและเปิดโอกาสให้เห็นประโยชน์ของการ เปลี่ยนแปลงและลงมือปฏิบัติ เน้นการ รับผิดชอบการเลือกของตนเองและยอมรับผลของการตัดสินใจ

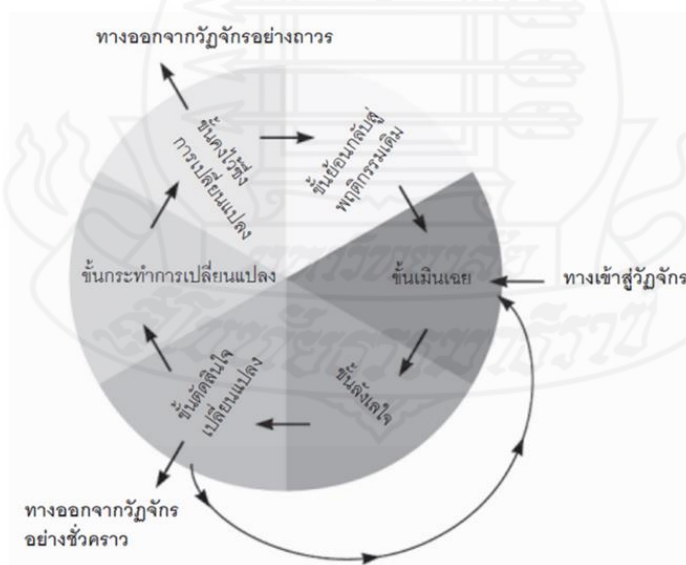
(3) ขั้นตัดสินใจเปลี่ยนแปลง (Determination stage) ผู้รับการปรึกษา ตัดสินใจหยุดเสพและ ตระหนักถึงโทษของสารเสพติดที่รุนแรง และต้องการที่จะเลิกช้ สารเสพติด การตอบสนองที่ เหมาะสมคือให้ทางเลือก ที่ไม่ควรมีทางเลือกมากเกินไปจนสับสนหรือน้อยเกินไป จนเหมือน ถูกบังคับผู้ให้การปรึกษาควรให้ผู้รับการปรึกษา ได้เลือกอย่างอิสระเน้นความรับผิดชอบในการเลือกของ ผู้รับการปรึกษาเอง และส่งเสริมศักยภาพในการกระทำได้ของ ผู้รับการปรึกษาเอง



(4) ขั้นลงมือปฏิบัติ (Action stage) เป็นช่วงที่ผู้รับการปรึกษาจะตื่นตัวต่อการเปลี่ยนแปลงสนใจ ซักถามตามวิถีทางที่ตนเลือก เพื่อการเลิกใช้ยาเสพติด การตอบสนองที่เหมาะสมคือ ส่งเสริมให้ผู้รับการปรึกษากระทำ ตามวิธีที่ตนเองเลือกอย่างต่อเนื่อง มีความเข้าใจในวิธีการจัด อุปสรรคที่อาจทำให้ผู้รับการปรึกษากระทำไม่ได้ต่อเนื่องให้ความมั่นใจ แสดงความเห็นใจ

(5) ขั้นกระทำต่อเนื่อง (Maintenance stage) ขั้นนี้ผู้รับการปรึกษามักเลิกใช้ยาเสพติดได้ประมาณ 6 เดือนอารมณ์ความคิดค่อนข้างมั่นคงกระทำตามวิธีการที่ตนเองเลือกอย่างต่อเนื่องมีความมั่นใจว่า ตนเองสามารถเลิกใช้สารเสพติดได้ มีการตอบสนองที่เหมาะสมคือการป้องกันการกลับไปใช้ยาเสพติด ผู้ให้การปรึกษาให้คำแนะนำ ถึงการมีวิถีชีวิตที่สมดุลชีวิตที่มีคุณค่าการออกกำลังกาย การบริหารเวลาการผ่อนคลายความเครียดการดูแลสุขภาพตนเองรับประทานอาหารที่มีประโยชน์การควบคุมสิ่งที่ทำให้อยากยาการหมั่นสังเกตสัญญาณที่สื่อถึงการกลับไปติดซ้ำ เสริมทักษะต่างๆ เพื่อป้องกันการไปเสพยา

(6) ขั้นกลับไปเสพยาซ้ำ (Relapse stage) ผู้รับการปรึกษาอาจกลับไปเสพยา อาจเริ่มต้นจากการ นำพาตนเองไปอยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงมีความประมาททางอารมณ์และจิตใจ ผลอใจไป ผู้รับการปรึกษาอาจรู้สึกผิดซ้ำเติมตนเองไม่เคารพนับถือตนเองปฏิเสธตนเองการตอบสนองที่เหมาะสมคือผู้ให้การปรึกษาจำเป็นต้องให้ความช่วยเหลือและสร้างความเข้มแข็งให้สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ และดึงให้ผู้รับการปรึกษากลับไปสู่หนทางแห่งการหยุดให้เร็วที่สุด โดย ปรึกษาปรึกษาให้กำลังใจสนับสนุนให้เกิดความเชื่อมั่น การชื่นชมในสิ่งดีที่ผู้รับการปรึกษาทำได้



ภาพที่ 2.2 ภาพแสดงโครงสร้างของทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

ที่มา: Prochaska & Diclemente, 1982



สรุป รูปแบบของกระบวนการเปลี่ยนแปลงจะมีลักษณะเป็นวงกลม หรือวงล้อที่สามารถเคลื่อนที่ไปข้างหน้าหรือถอยหลังได้และด้วยอัตราความเร็วที่ช้าหรือเร็วก็ได้ผู้รับปรึกษาบางคนอาจเปลี่ยนแปลงได้เร็ว บางคนก็อาจเปลี่ยนแปลงได้ช้า บางคนก็อาจมีความก้าวหน้าในช่วงแรกของการรักษา แต่ก็อาจจะหวนกลับไปเสียอีกในตอนท้ายของการรักษาอย่างไรก็ตามขั้นตอนแรกนับว่าเป็นขั้นตอนที่มีความยากลำบากในการเปลี่ยนแปลง นอกจากนี้การหวนกลับไปใช้ยาเสพติดถือเป็นเรื่องปกติที่พบได้บ่อยจนกว่าพวกเขาจะพบกับการเปลี่ยนแปลงที่คงที่ต่อไป

### 2.4.3 การสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ

1) วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ MI (Motivation Interviewing)

ในหลักการเสริมสร้างแรงจูงใจในการให้การปรึกษาในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำหลักการมาใช้ร่วมกับการเสริมแรงซึ่งเป็นเทคนิค ของการให้การปรึกษาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม มาใช้ร่วมกัน เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาสามารถสร้างแรงเสริมเพื่อเป็นแรงจูงใจในการคงไว้ซึ่งพฤติกรรมที่ต้องการเปลี่ยนแปลงจากการศึกษาผู้วิจัยจะเห็นว่า มีหลักฐานชัดเจนแสดงถึงประสิทธิภาพของการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ MI ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเหล่านั้นให้ดีขึ้นได้ นิยมใช้กันในการให้การปรึกษา บุคคลที่มีการติดสุรา ยาเสพติด การติดเกม การติดการพนัน โรคเรื้อรังบางอย่างที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรม อาทิโรค เบาหวานความดันโลหิต การส่งเสริมความร่วมมือในการรักษาโรคอื่นๆ เป็นต้น

2) แนวคิดการให้คำปรึกษาโดยการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ (Motivational Interviewing; MI) ของ Miller & Rollnick (2010)

Miller & Rollnick (Miller & Rollnick ,2010, อ้างอิงไว้ใน พิชัย แสงชาญชัย, 2532, น. 16) ได้อ้างอิงไว้ว่าการให้การปรึกษาแบบเสริมสร้างแรงจูงใจเป็นการให้คำปรึกษาเฉพาะบุคคลการที่จะประสบความสำเร็จได้นั้นต้องอาศัยความสามารถในการประยุกต์ใช้ลักษณะสำคัญของ MI ของผู้ให้คำปรึกษาซึ่งลักษณะสำคัญของ MI ก็คือการยึดผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง (client- centered) ซึ่งการให้คำปรึกษาต้องมีความสอดคล้องกับความพร้อมในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้รับการปรึกษาตามทฤษฎี ขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (The stage of change theory) ของ Prochaska & DiClemente 1980

แนวคิด การสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ (Motivational Interviewing หรือ MI) เป็นเทคนิคที่ให้คำปรึกษาแบบตรงไปตรงมา เป้าหมายเน้นที่ผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง เน้นการเสริมสร้างแรงจูงใจเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อช่วยเหลือสนับสนุนผู้รับการปรึกษาให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและวิถีการดำเนินชีวิต สิ่งสำคัญคือ การให้ผู้รับบริการมีส่วนร่วมในการกำหนดเป้าหมายในการแก้ปัญหา โดยอยู่ในหลักการผู้ให้การปรึกษา ไม่พยายามชี้แนะ ใช้วิธีการกระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษาใช้

ทรัพยากรของตนเองในการเปลี่ยนแปลงแทนการพึ่งพิงผู้ให้บริการปรึกษา ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็ว และเกิดมาจากแรงกระตุ้นภายใน เป็นวิธีการบำบัดที่เชื่อว่าความรับผิดชอบและศักยภาพในการเปลี่ยนแปลงอยู่ในตัวของผู้รับการศึกษา บทบาทสำคัญของผู้ให้บริการปรึกษาคือเป็นผู้ช่วยสร้างเงื่อนไข (condition) ที่ส่งเสริมให้ผู้รับการศึกษามีแรงจูงใจ (motivation) และความมุ่งมั่นตั้งใจ (commitment) ที่แน่นอน ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตน การสร้างแรงจูงใจเพื่อปรับเปลี่ยน

สังวรณ์ สมบัติใหม่ (2552, น. 7-12) ได้กล่าวถึงหลักการในการนำการสัมภาษณ์ เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ (Motivational Interviewing) ไว้ดังนี้ หลักการปรึกษาเพื่อสร้างแรงจูงใจผู้ใช้ยาเสพติด

หลักการทั่วไป 5 ประการ เพื่อให้เห็นภาพรวมทั้งหมดโดยละเอียดจะขอกล่าวถึงหลักการกว้าง ๆ 5 ประการที่เป็นพื้นฐานของการปรึกษาเพื่อสร้างแรงจูงใจ ดังต่อไปนี้

- (1) Express empathy: แสดงความเห็นอกเห็นใจผู้มารับบริการ
- (2) Develop discrepancy: ทำให้ผู้มารับบริการมองเห็นถึงความขัดแย้งที่มีอยู่ของตนเองเพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง
- (3) Avoid argument: หลีกเลี่ยงการทะเลาะหรือขัดแย้งกับผู้มารับบริการ
- (4) Roll with resistance: ล้อไปตามแรงต้านของผู้รับบริการ
- (5) Support self-efficacy: สนับสนุนให้ผู้รับบริการเกิดความเชื่อมั่นในความสามารถในตนเอง

หลักการที่ 1 แสดงความเห็นอกเห็นใจผู้มารับบริการ (express empathy) ผู้ให้บริการปรึกษาทำที่ที่เต็มไปด้วยความเห็นอกเห็นใจผู้มารับบริการถือเป็นลักษณะที่สำคัญและจำเป็นสำหรับการปรึกษาเพื่อสร้างแรงจูงใจ การแสดงความเห็นอกเห็นใจจะสื่อออกมาจากท่าทีที่อบอุ่น เป็นมิตร ร่วมไปกับการสะท้อนการฟังตั้งแต่ช่วงเริ่มต้นการให้บริการไปจนตลอดกระบวนการปรึกษา ผู้ให้บริการจะต้องมีทัศนคติที่ยอมรับผู้อื่นได้ก่อน ผู้ให้บริการที่ดีจะต้องเข้าใจถึงความรู้สึกนึกคิดและโลกทัศน์ของผู้รับบริการ สามารถเข้าใจมุมมองและความรู้สึกของเขาโดยปราศจากการตัดสินว่าถูกหรือผิด วิจารณ์ หรือกล่าวโทษ สิ่งสำคัญคือการยอมรับ ไม่ใช่หมายความว่าผู้ให้บริการจะต้องเห็นด้วยกับผู้รับบริการในทุก ๆ เรื่อง แต่เป็นการยอมรับและเข้าใจมุมมองของผู้รับบริการโดยที่ผู้ให้บริการไม่จำเป็นต้องเห็นด้วยก็ได้การยอมรับผู้รับการศึกษาได้นี้จะแสดงออกในลักษณะที่ผู้ให้บริการรับฟังผู้รับการศึกษาอย่างตั้งใจ การยอมรับ และ เคารพในผู้รับบริการมีส่วนช่วยให้เกิดความร่วมมือในการให้คำปรึกษา และ ส่งเสริมความภาคภูมิใจในตนเองให้กับผู้รับบริการ ซึ่งเป็นเงื่อนไขสำคัญที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง

สรุปความสำคัญของ หลักการที่ 1 แสดงความเห็นอกเห็นใจผู้มารับบริการได้ คือ

- การยอมรับทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง
- ทักษะในการสะท้อนความรู้สึกเป็นสิ่งสำคัญพื้นฐาน
- ความลึกลับเป็นเรื่องปกติ

หลักการที่ 2 ทำให้ผู้มารับบริการมองเห็นถึงความขัดแย้งที่มีอยู่ของตนเอง เพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง (develop discrepancy)

การทำหรือขยายความคิดของผู้รับการปรึกษาโดยการให้เขามองเห็นความไม่สอดคล้องระหว่างพฤติกรรมปัจจุบันกับเป้าหมายที่เขาต้องการ นั่นคือทำให้ผู้รับการปรึกษาเห็นความแตกต่างระหว่างสิ่งที่เขาอยากเป็นกับสิ่งที่เขาเป็นอยู่ในปัจจุบัน ซึ่งจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อผู้รับการปรึกษาตระหนักถึงความสูญเสียที่เกิดจากพฤติกรรมในปัจจุบัน และเมื่อเขาเห็นว่าพฤติกรรมดังกล่าวเป็นอุปสรรคต่อเป้าหมายสำคัญของเขา โอกาสที่เขาจะเปลี่ยนแปลงก็เป็นไปได้มากขึ้นนั่นคือแรงจูงใจในการเปลี่ยนแปลงจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลนั้นรับรู้ว่าการเปลี่ยนแปลงในปัจจุบันเป็นอุปสรรคอย่างไรกับเป้าหมายสำคัญในชีวิต

การทำให้เกิดแรงจูงใจภายใน สามารถทำได้โดยการทำให้เป้าหมายของผู้รับการปรึกษาชัดเจนขึ้นและช่วยผู้รับการปรึกษาสำรวจถึงผลที่อาจจะเกิดขึ้นหากเขายังดำรงพฤติกรรมที่ขัดแย้งกับเป้าหมายนั้นต่อไปเป็นการเปลี่ยนการรับรู้ปัญหาของผู้มารับการปรึกษาให้ชัดเจนขึ้น โดยปราศจากความรู้สึกถูกกดดันหรือบังคับ

สรุปความสำคัญของ หลักการที่ 2 ทำให้ผู้มารับบริการมองเห็นถึงความขัดแย้งที่มีอยู่ของตนเองเพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง คือ

- การตระหนักถึงผลที่ตามมา (ของพฤติกรรมปัญหา)
  - อุปสรรคที่เกิดจากพฤติกรรมในปัจจุบันที่มีต่อเป้าหมายสำคัญในชีวิต
- จะเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดแรงจูงใจ

- ผู้รับการปรึกษาควรจะเป็นผู้พูดถึงความจำเป็นและความตั้งใจในการเปลี่ยนแปลง

หลักการที่ 3 หลีกเลี่ยงการทะเลาะหรือขัดแย้งกับผู้มารับบริการ (avoid argumentation)

การปรึกษาเพื่อสร้างแรงจูงใจ มีจุดประสงค์ให้ผู้รับการปรึกษาเผชิญหน้ากับความจริง เพื่อให้ตระหนักถึงปัญหาและมองเห็นความจำเป็นที่ต้องแก้ไขปัญหานั้น ไม่ได้หมายความว่าเป็นการบังคับให้ผู้รับการปรึกษาต้องเผชิญกับความจริง แต่เป็นการเผชิญหน้าที่นุ่มนวล ลักษณะเด่นของการปรึกษาเพื่อสร้างแรงจูงใจ คือ การชักชวน อย่างนุ่มนวล ภาวะหนึ่งที่มีการโต้แย้งมีโอกาสเกิดขึ้นโดยเฉพาะอย่างยิ่งในการปรึกษาศูนย์ที่มีปัญหาพฤติกรรมเสพติดคือในช่วงของการวินิจฉัย ผู้ให้การปรึกษาบางคนให้ความสำคัญกับความรู้สึกเต็มใจยอมรับการวินิจฉัยของผู้รับการปรึกษา เช่น การถูกวินิจฉัยว่าติดยา

การพยายามบังคับให้ผู้รับบริการยอมรับการวินิจฉัยดังกล่าวอาจเป็นผลเสียต่อผู้รับบริการและยังไม่มีหลักฐานยืนยันว่าการหายดีของผู้รับบริการขึ้นอยู่กับกรยอมรับการวินิจฉัย เช่น ในกรณีของกลุ่มผู้ติดสุราจะช่วยให้เกิดการตระหนักและเข้าใจปัญหาด้วยตนเองมากกว่าการถูกบังคับให้ยอมรับการวินิจฉัย คำบางคำที่เป็นการตำหนิผู้รับบริการจะนำไปสู่การต่อต้านมากกว่าการเกิดแรงจูงใจในการเปลี่ยนแปลง ดังนั้นต้องหลีกเลี่ยงการต่อต้านด้วยการเริ่มจากสิ่งที่คุณรับบริการยอมรับ แล้วค่อย ๆ เปลี่ยนการรับรู้โดยใช้วิธีการที่เหมาะสมแทนการโต้แย้ง

สรุปความสำคัญของ หลักการที่ 3 หลีกเลี่ยงการทะเลาะหรือขัดแย้งกับผู้มารับบริการ คือ

- การทะเลาะหรือขัดแย้งก่อให้เกิดผลเสีย
- ไม่ทำให้เกิดการต่อต้าน
- การต่อต้านเป็นสัญญาณเตือนว่าต้องเปลี่ยนกลยุทธ์ใหม่
- การทำให้ผู้รับบริการยอมรับการวินิจฉัยไม่ใช่สิ่งจำเป็น

หลักการที่ 4 เคลื่อนไปตามแรงต้านของผู้รับบริการ (roll with resistance)

ผู้ให้การปรึกษาต้องเคารพในความคิดเห็นของผู้รับบริการให้เกียรติเขาในการตัดสินใจและ แก้ไขปัญหาของตนเองรวมทั้งเข้าใจว่าภาวะลังเลใจของผู้รับบริการเป็นเรื่องปกติที่เกิดขึ้นได้ ไม่ได้เป็นการต่อต้านหรือเป็นอุปสรรคต่อผู้ให้การปรึกษาผู้ให้การปรึกษาไม่ควรบังคับให้ผู้รับบริการปฏิบัติตามเป้าหมายหรือมุมมองใหม่ตามตนเอง แต่ผู้รับบริการจะถูกชักชวนให้พิจารณาข้อมูลใหม่ มีมุมมองที่ต่างจากเดิม แนวคิดในการมองปัญหาใหม่ คือ “เลือกเฉพาะที่ต้องการ และทิ้งที่เหลือไว้” เป็นแนวคิดที่ผู้รับบริการมีอิสระที่จะตัดสินใจว่าจะนำไปใช้หรือไม่ก็ได้และยากที่จะเกิดการเผชิญหน้าหรือขัดแย้งกันระหว่างผู้ให้การปรึกษาและผู้รับบริการ

ในการปรึกษาเพื่อสร้างแรงจูงใจ ผู้ให้การปรึกษามักจะโยนคำถามและปัญหากลับไปให้ผู้รับบริการได้คิดพิจารณาและหาทางแก้ไขปัญหาดด้วยตนเอง ผู้ให้การปรึกษาต้องเชื่อมั่นว่าผู้รับบริการมีความสามารถที่จะแก้ไขปัญหาดของตนเอง ดังนั้นการเคลื่อนไปตามแรงต้านของผู้รับบริการเป็นวิธีการที่ทำให้ผู้รับบริการมีส่วนร่วมอย่างกระตือรือร้นในการแก้ไขปัญหาดของตนเอง

สรุปความสำคัญของ หลักการที่ 4 เคลื่อนไปตามแรงต้านของผู้รับบริการ คือ

- เราสามารถใช้ประโยชน์จากแรงต้าน
- การรับรู้สามารถเปลี่ยนแปลง
- เสนอแนวคิดในการมองปัญหาดโดยไม่บังคับ
- ประสบการณ์ของผู้รับบริการเป็นแหล่งคำตอบของปัญหาด

หลักการที่ 5 สนับสนุนให้ผู้รับบริการเกิดความเชื่อมั่นในความสามารถในตนเอง (support self-efficacy)

แม้ว่าผู้ให้บริการปรึกษาดำเนินการช่วยเหลือไปตามหลักการทั้ง 4 ข้างต้น และ ชักชวนให้ผู้รับบริการตระหนักถึงปัญหาที่จะต้องได้รับการแก้ไข แต่หากผู้รับบริการมองว่าปัญหาไม่มี หนทางแก้ไข เขาก็จะไม่พยายามเปลี่ยนแปลงมัน นั่นคือความพยายามทั้งหมดของผู้ให้บริการปรึกษาประสพ กับความล้มเหลว การสนับสนุนให้เกิดความรู้สึกมั่นใจในความสามารถของตนเองสามารถทำได้หลายแบบ เช่นการเน้นให้ผู้รับบริการรับผิดชอบต่อตนเอง ความหมายคือ “ไม่มีใครทำให้เขาได้นอกจากตัวเขาเอง” การปรึกษาเพื่อสร้างแรงจูงใจจึงไม่ใช่การทำให้ผู้รับบริการมีความหวังว่าผู้ให้บริการจะเปลี่ยนแปลงเขา ความหมายคือ “หากคุณต้องการเปลี่ยนแปลง ผมจะช่วยคุณให้คุณเปลี่ยนแปลงด้วยตัวคุณเอง”

สรุปความสำคัญของ หลักการที่ 5 สนับสนุนให้ผู้รับบริการเกิดความเชื่อมั่นใน ความสามารถในตนเอง คือ

- ความเชื่อมั่นในโอกาสในการเปลี่ยนแปลง เป็นปัจจัยสำคัญในตัวผู้รับบริการ
- ผู้รับบริการต้องรับผิดชอบในการเลือกและดำเนินการเปลี่ยนแปลง
- แนวทางที่หลากหลายในการแก้ไข บ่งถึงความหวังในการเปลี่ยนแปลง

สรุป แนวทางการประยุกต์ใช้สัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ MI (Motivation Interviewing) หลักการกว้าง ๆ ทั้ง 5 เปรียบเสมือนแนวทางของการปรึกษาเพื่อสร้างแรงจูงใจ โดยคง แนวคิดความเชื่อที่ว่ามนุษย์ทุกคนมีศักยภาพที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง บทบาทของผู้ปรึกษาจึงอยู่ที่ การช่วยให้เขามีโอกาสใช้ศักยภาพนั้นพัฒนากระบวนการเปลี่ยนแปลงให้เกิดขึ้น รวมทั้งการให้แรงเสริมใน การเชื่อในความสามารถที่จะเปลี่ยนแปลง ผู้รับบริการปรึกษาควรถูกมองอย่างให้เกียรติเป็นเสมือนเพื่อน ร่วมงานไม่ใช่ฝ่ายตรงข้าม ที่ผู้ปรึกษาจะต้องเอาชนะ การปรึกษาเพื่อสร้างแรงจูงใจเป็นเรื่องของการ ช่วยผู้รับบริการปรึกษาให้หลุดออกจากภาวะล้งเลใจ และ เรียนรู้ที่จะสร้างแรงเสริมภายในที่เชื่อมั่นในศักยภาพ ของตนเอง ผ่านกระบวนการ ใช้คำถามปลายเปิด การสะท้อนความ และ การสรุปความ ฉะนั้นการ สัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ จึงไม่ใช่เป็นเพียงแค่เทคนิคในการช่วยเหลือ แต่มันเป็นเหมือนกับวิถีใน การอยู่กับผู้รับบริการปรึกษา เพื่อสร้างแรงเสริมในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

#### 2.4.4 ทฤษฎีกระบวนการเสริมพลังอำนาจ

##### 1) วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการเสริมพลังอำนาจ

จากการศึกษาของผู้วิจัย มีนักวิชาการ ได้ให้ความหมายของการเสริมสร้าง พลังอำนาจ ไว้ว่าเป็นกระบวนการปรับเปลี่ยน เพิ่มแรงจูงใจ พัฒนาความสามารถที่มีอยู่ในตัวบุคคล ให้บุคคลสามารถค้นพบความสามารถ ผ่านกระบวนการที่ทำงานกับความคิดของบุคคล เพื่อขจัดความคิดที่ เป็นความวิตกกังวล และ สร้างความคิดขึ้นมาใหม่ ให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมา โดยผู้ปรึกษาที่ ใช้แนวคิดการเสริมพลังอำนาจนั้น จะเน้นค่านิยมความเชื่อมั่นประสิทธิภาพของบุคคล ให้อำนาจให้โอกาส ผู้รับบริการปรึกษา ในการเลือกทางเลือกในการปฏิบัติในการเปลี่ยนแปลงตนเอง สร้างความเชื่อมั่นให้บุคคล เชื่อตามความสามารถที่เขามีอยู่ส่งผลให้บุคคลมีความสามารถในการ ปฏิบัติพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมาย



Gibson (1991, p. 12) ได้ให้ความหมายไว้ว่า การเสริมสร้างพลังอำนาจ หมายถึง กระบวนการการช่วยเหลือบุคคลในการควบคุมปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อสุขภาพ และคุณภาพชีวิต ซึ่งทำให้บุคคลมีพลัง ตระหนักในศักยภาพของตนเองในการรักษาสุขภาพ การเสริมสร้างพลังอำนาจจะช่วยให้บุคคลเข้าถึงแหล่งประโยชน์ต่าง ๆ ทั้งในส่วนบุคคล และสังคมมาใช้ให้เกิดประโยชน์กับสุขภาพของคน ครอบครัว และ ชุมชน ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

Kiefler (Kiefler, 1984, อ้างอิงใน นวียา ผ่องพรรณ, 2557, น. 22) ได้อ้างอิงไว้ว่า นิยามความหมายการเสริมสร้างพลัง อำนาจว่า หมายถึงกระบวนการทางสังคมที่ช่วยส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคคลสามารถค้นพบ ความต้องการของตนเองสามารถแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง เพิ่มความแกร่งให้กับตนเอง เพิ่มความมีคุณค่าในตนเอง และเพิ่มความสามารถให้ตนเอง

Gibson, 1993; Hokanson, 1992 (Hokanson, 1992 , อ้างอิงใน วิภา อิศรางกูร ณ อยุธยา, 2555, น. 15-17) ได้อ้างอิงไว้ว่า กระบวนการที่จะช่วยให้บุคคลได้เรียนรู้และตระหนักได้พัฒนาความสามารถของตนเองในการตอบสนองความต้องการ การแก้ปัญหาการแสวงหาและการใช้ทรัพยากรหรือแหล่งประโยชน์ เพื่อควบคุมสถานการณ์ในชีวิตของตนเองซึ่งประกอบไปด้วย 4 ขั้นตอน คือ

ขั้นตอนที่ 1 การค้นพบสภาพการณ์จริง (Discovering Reality) การค้นพบสภาพการณ์จริงเป็นขั้นตอนแรกของกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจ เป็นการพยายามทำให้บุคคลยอมรับเหตุการณ์ และสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นตามสภาพที่เป็นจริง ทำความเข้าใจข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้องในขั้นนี้จะมีการตอบสนองของบุคคลจะมีทางเลือกหลายวิธีการขึ้นอยู่กับแสวงหาแนวทางแก้ไขปัญหาของแต่ละบุคคล โดยใช้เหตุผลของแต่ละบุคคลซึ่งอาจจะมีแตกต่างกัน โดยที่การตัดสินใจจะอยู่ภายใต้เงื่อนไขบุคคล 3 ด้าน คือ ด้านอารมณ์ (Emotional) ด้านสติปัญญา การรับรู้ (Cognitive) และด้านพฤติกรรม (Behavioral)

- การตอบสนองด้านอารมณ์ (Emotional Responses) เมื่อบุคคลรับรู้และตระหนักถึง ปัญหาที่เกิดขึ้น ก็จะทำให้เกิดความรู้สึกสับสน ไม่แน่ใจ ต่อต้าน วิตกกังวล กระวนกระวาย กลัวโกรธ ซึ่งอาการทั้งหมดเกิดจากการที่บุคคลไม่สามารถยอมรับกับปัญหาที่เกิดขึ้นในสภาพของความเป็นจริง ความรู้สึกเจ็บปวดที่จะต้องเผชิญ ประกอบกับความไม่เข้าใจในสภาพ และความยุ่งยากซับซ้อนของปัญหา ความไม่สามารถคาดเดาเหตุการณ์ล่วงหน้าได้ รวมทั้งการขาดความรู้ ความ เข้าใจในการดูแลตนเองที่จะเกิดขึ้นต่อไป ในระยะนี้บุคคลจะรู้สึกคับข้องใจที่จะคิดว่าตนเองไม่ สามารถกลับคืนสู่ภาวะสุขภาพที่ดีได้ แต่บุคคลจะรู้สึกดีขึ้นหากเปลี่ยนวิธีคิด และมีความหวังว่า ตนเองมีโอกาที่จะดีขึ้นได้ แต่อาจจะต้องอาศัยระยะเวลาเป็นตัวช่วย ซึ่งการคิดในลักษณะนี้จะช่วยให้บุคคลมีกำลังใจดีขึ้น พยายามค้นหาสาเหตุที่เกิดขึ้นตามสภาพที่เป็นจริง เพื่อสามารถดูแล ตนเองได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

- การตอบสนองทางสติปัญญาการรับรู้ (Cognitive Responses) เมื่อบุคคลรู้สึกสูญเสีย ความสามารถ หรือไม่มั่นใจในการดูแลตนเอง ระยะนี้บุคคลจะแสวงหาความช่วยเหลือจากสิ่ง

รอบข้าง โดยการหาข้อมูลความรู้ให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ ไม่ว่าจะเป็นการอ่านหนังสือ วารสาร ทางวิชาการ การถามจากแพทย์ พยาบาล บุคคลคนอื่น ๆ ซึ่งประสบกับเหตุการณ์ที่คล้ายคลึงกัน เพื่อช่วย ให้เกิดความเข้าใจเหตุการณ์ และสถานการณ์ทั้งหมดที่เกิดขึ้น ในระยะนี้บุคคลจะใช้ ข้อมูลความรู้ทั้งหมด ที่ได้จากการแสวงหาจากแหล่งต่าง ๆ มาใช้ประกอบการตัดสินใจในการ แก้ปัญหาและสถานการณ์ต่าง ๆ

- การตอบสนองทางพฤติกรรม (Behavioral Responses) โดยบุคคลจะรับรู้ และตระหนักว่าการดูแลตนเองเป็นหน้าที่ และความรับผิดชอบของตน การที่บุคคลคิดว่าสิ่งที่ได้ทำเป็นสิ่งที่ ดีที่สุดที่สามารถทำได้ในขณะนี้มองสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในแง่ดี และพยายามทำความเข้าใจกับปัญหา และ สถานการณ์ที่เกิดขึ้นจนสามารถรู้ชัดเจนว่าสิ่งที่ตนเองต้องการอย่างแท้จริงคืออะไร เกิดความเข้าใจ และ ตระหนักถึงความสำคัญของตนเอง ใช้ประสบการณ์การแก้ปัญหาที่ผ่านมา ประยุกต์กับสถานการณ์ใหม่ ในขั้นนี้การกระทำของบุคคลจะได้รับข้อมูลย้อนกลับจากบุคคลที่เกี่ยวข้องว่าการวิตกกังวลจนเกินไป จะทำให้รู้สึกสับสน คับข้องใจ และไม่มั่นใจ จนในที่สุดบุคคล จะตระหนักได้เอง ถึงสภาพปัญหาที่เกิดขึ้น และการกระทำของตน และจะเริ่มเปลี่ยนความคิดว่า ถ้าเปลี่ยนมาคิดในแง่ดี ปัญหาทุกอย่างก็จะสามารถ แก้ไขได้ดีกว่า ดังนั้นบุคคลจะพยายามปรับตัว โดยคิดในแง่ดี และจะกระทำทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อให้การดูแล ตนเองเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

ขั้นตอนที่ 2 การสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical Reflection) การ สะท้อน คิดอย่างมีวิจารณญาณ เป็นการพยายามทบทวนเหตุการณ์ สถานการณ์อย่างรอบคอบ เพื่อตัดสินใจและจัดการกับปัญหาได้อย่างเหมาะสม เป็นการฝึกทักษะในการทำความเข้าใจกับสถานการณ์ การแสวงหาทางเลือก การพิจารณาอย่างมีวิจารณญาณ เพื่อให้เกิดมุมมองใหม่ เมื่อบุคคลสามารถค้นพบ ปัญหาตามสภาพการณ์จริง และเกิดความรู้สึกคับข้องใจในการดูแลตนเอง จะส่งผลให้บุคคลได้พัฒนา ตนเองขึ้น ช่วยให้กลับมาประเมินปัญหา และคิดพินิจพิเคราะห์ถึงสถานการณ์หรือสิ่งที่เกิดขึ้นทั้งหมดใน แง่มุมต่าง ๆ ให้เกิดความเข้าใจชัดเจน เพื่อนำไปสู่การแก้ปัญหา และการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น ในขั้นนี้จะช่วย ให้เกิดการพัฒนาความรู้สึกมีอำนาจในการควบคุมตนเอง (a sense of personal Control) จะทำให้คิด ได้ว่าจากเดิมที่คิดว่าตนไม่สามารถ ดูแลตนเองได้ จะเกิดความคิดว่าทุกสิ่งทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงได้ ตนไม่ได้ไร้ความสามารถ สิ่งที่ได้กระทำได้เป็นสิ่งที่มีความสำคัญที่จะช่วยให้บุคคลมีศักยภาพ บุคคล จะได้มาซึ่งทางเลือกต่าง ๆ ในการปฏิบัติ หลังจากการคิดวิเคราะห์อย่างละเอียดแล้วจะช่วยให้บุคคลมีการ พัฒนาขึ้น ตระหนักถึงความเข้มแข็งของตนเอง ความสามารถ ความถูกต้องของตนเอง เกิดความรู้สึกมั่นใจ ในความรู้ ความสามารถ การตัดสินใจ ทักษะของตนเองในการดูแลตนเองมากขึ้น จึงกล่าวได้ว่า ขั้นตอนนี้มี ความสำคัญที่จะนำไปสู่การตัดสินใจเลือกวิธีปฏิบัติที่เหมาะสม และช่วยให้บุคคลมีการ รับรู้ถึงพลังอำนาจ ในตนเอง เมื่อผ่านขั้นตอนนี้บุคคลจะมีความรู้สึกเข้มแข็ง มีความสามารถ และมีพลังมากขึ้น

ขั้นตอนที่ 3 การตัดสินใจเลือกวิธีปฏิบัติที่เหมาะสมกับตนเอง (Taking Charge) หลังจากผ่านสองขั้นตอนดังกล่าวข้างต้น ในขั้นนี้บุคคลจะตัดสินใจเลือกวิธีปฏิบัติที่เหมาะสมและ

ดีที่สุด เพื่อควบคุมและจัดการกับปัจจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง มีการเผชิญหน้าเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลกับผู้อื่น เพื่อเป็นสิ่งที่ช่วยประกอบการตัดสินใจด้วยตนเอง (Self-determination) ซึ่งบุคคลจะมีทางเลือกหลายวิธีการขึ้นอยู่กับ การแสวงหาแนวทางแก้ไขปัญหาของแต่ละบุคคล โดยใช้เหตุผลของแต่ละบุคคลซึ่งอาจมีความแตกต่างกัน โดยที่การตัดสินใจจะอยู่ภายใต้ เงื่อนไข ของผู้จัดกระบวนการส่งเสริมให้กับตัวบุคคล โดยขั้นตอนนี้บุคคลจะมีพันธะสัญญากับตนเอง ดังต่อไปนี้

- การปกป้องสิทธิ (Advocating for) โดยคิดว่า การให้ตนเองได้รับการดูแล เป็นสิ่งที่ถูกต้องเป็นภาระหน้าที่ และความรับผิดชอบของตน ดังนั้นสิ่งที่คิดว่าทำแล้วเป็นผลดีกับตนเองก็จะทำ

- การเรียนรู้ในการแก้ปัญหา (Learning the ropes) เป็นการเรียนรู้ที่จะแก้ปัญหาจาก การใช้ประสบการณ์เดิม และการเรียนรู้ร่วมกับบุคคลอื่น

- การเรียนรู้ในการคงพฤติกรรม (Learning to persist) โดยจะไม่ย่อท้อต่อความตั้งใจใน การดูแลตนเอง พยายามกระทำสิ่งที่ดีที่สุดให้แก่ตนเอง

- การเจรจาต่อรองเกี่ยวกับการรักษาในสถานบริการ (Driving negotiation in the hospital setting) โดยคิดว่าตนเป็นบุคคลสำคัญและเป็นส่วนหนึ่งในการดูแล การได้นำศิลปะ ความเข้าใจมาผสมผสานกับความรู้ที่มีอยู่มาใช้ในการดูแล การได้นำปัญหาของบุคคลอื่นๆ มา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับทีมสุขภาพเป็นสิ่งสำคัญ หากการกระทำดังกล่าวเป็นที่ยอมรับ และ ส่งผลในตนเองดีขึ้น จะทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกมีพลังอำนาจ (Sense of power)

- การสร้างความรู้สึกมีส่วนร่วม (Establishing partnership) การต้องการมีส่วนร่วม อย่างจริงจังในการดูแลตนเอง จะทำให้บุคคลพยายามแสวงหาข้อมูลที่ทันสมัย เป็นประโยชน์จากบุคคลอื่นๆ จากการแสวงหาข้อมูลความรู้ด้วยตนเอง การสร้างสัมพันธ์ภาพ และการมีส่วนร่วม อภิปรายปัญหากับบุคคลอื่น การได้รับความช่วยเหลือ สนับสนุนจากบุคคลต่างๆ จะช่วยให้การ ตัดสินใจแก้ปัญหา เป็นไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้บุคคลเกิดความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น

ขั้นตอนที่ 4 การคงไว้ซึ่งการปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพ (Holding on) การคงไว้ซึ่งการปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพ ถือว่าเป็นข้อผูกพันในการปฏิบัติ ในระยะนี้เมื่อพบปัญหาในการปฏิบัติ ตามทางเลือกแล้ว ผู้จัดกระบวนการ และ บุคคลจะร่วมมือแก้ไขปัญหา ซึ่งเป็นขั้นตอนสุดท้ายของกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจ เมื่อนำวิธีการที่เลือกใช้ไปปฏิบัติแล้วเกิดประสิทธิภาพ หรือ ประสบความสำเร็จ บุคคลจะรู้สึกมั่นใจ รู้สึกมีพลังอำนาจ มีความสามารถ และจะคงไว้ซึ่ง พฤติกรรมการแก้ปัญหานั้นสำหรับใช้ในเหตุการณ์ครั้งต่อไป

Gibson, 1993 (Gibson, 1993 ,อ้างอิงใน วีณา อิศรางกูร ณ อยุธยา, 2555, น. 15-17)ได้กล่าวไว้ว่า ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างพลังอำนาจ แบ่งออกเป็น 2 ประเภทใหญ่ๆ ดังนี้

ปัจจัยภายในบุคคล ได้แก่

- ความเชื่อ (Beliefs) เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลอย่างมากในการที่จะช่วยให้บุคคลสามารถจัดการกับปัญหา อุปสรรค และความยากลำบาก การที่บุคคลมีความเชื่อต่อตนเองที่จะดูแลตนเองให้ดีขึ้น จะส่งผลให้บุคคล เกิดความหวัง มีความคิดที่จะส่งเสริมให้ตนเอง เกิดความเชื่อในความสามารถของตนเองว่าสามารถดูแลตนเองได้ จะทำให้บุคคลมีความรู้สึกเกิดพลังในการที่จะพยายามแสวงหาวิธีการต่างๆ เพื่อให้ตนเองดีขึ้นกว่าเดิม

- ค่านิยม (Values) ค่านิยมของตนเอง การมีความรักในตนเอง นับว่าเป็นปัจจัยภายในตัวบุคคลที่เป็นพื้นฐานของความรับผิดชอบในการที่จะดูแลตนเอง

- ประสบการณ์ (Experience) ประสบการณ์ที่ผ่านมาเป็นสิ่งสำคัญต่อกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจ ซึ่งรวมถึงประสบการณ์ในสถานการณ์ต่างๆ ที่ผ่านมา และ ประสบการณ์ที่ได้รับจากการศึกษา อ่านจากตำรา วารสารวิชาการ ซึ่งจะช่วยให้บุคคลมีแนวทางสำหรับการจัดการควบคุมสถานการณ์

- เป้าหมายในชีวิต (Determination) เป้าหมายในชีวิตของตนเองเกิดจากการที่ บุคคลมีพลังความเข้มแข็ง และแรงจูงใจ (Strong and Motivation) ที่จะกระทำพฤติกรรมต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมาย โดยจะพยายามทำทุกอย่างเพื่อให้ตนเองได้รับสิ่งที่ดีที่สุดแม้ว่าจะมีอุปสรรค

ปัจจัยระหว่างบุคคล ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคม (Social Support) จากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง กับบุคคลที่เข้าสู่กระบวนการ ซึ่งบุคคลเหล่านี้มีส่วนในสนับสนุนให้กำลังใจ ให้การประคับประคองและให้ความมั่นใจในการที่จะดูแลตนเอง ให้ความรู้ ให้คำแนะนำ นอกจากนี้การได้รับการสนับสนุนจากผู้รับบริการด้วยตนเอง เช่น การพูดคุย แลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างกัน การได้เรียนรู้จากบุคคลอื่นๆ เป็นต้น แหล่งสนับสนุนต่างๆ เหล่านี้เป็นสิ่งที่ช่วยให้บุคคลมีการเสริมสร้างพลังอำนาจ ได้ผลดียิ่งขึ้น

## 2.5 กระบวนการของการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

การจัดกระบวนการ การให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เป็นการผสมผสานทฤษฎีการปรึกษาและเทคนิควิธีการต่าง ๆ ที่ใช้ในแต่ละทฤษฎีมา ผสมผสานเข้าด้วยกัน เพื่อใช้เป็นแนวทางในการเปลี่ยนแปลง พัฒนา ปัญหาที่เกิดขึ้นของกลุ่มผู้รับบริการปรึกษา ตามความเหมาะสม สำหรับกระบวนการและขั้นตอนในการจัดกระบวนการให้การปรึกษาแบบผสมผสาน นักจิตวิทยาและ นักวิชาการทางด้านการศึกษา ได้กล่าวถึงกระบวนการให้คำปรึกษาแบบผสมผสาน ไว้ดังนี้

สลิต วงศ์สุวรรณ (2531) ได้กล่าวถึงกระบวนการให้คำปรึกษาแบบผสมผสาน ซึ่ง ประกอบด้วย

1) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกันเพื่อช่วยในการค้นหาปัญหาของผู้รับบริการปรึกษา (Establish rapport )

2) ผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษามีความเข้าใจปัญหาตรงกัน เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจ ตนเอง (Self - understanding )

3) การวินิจฉัยปัญหา (Diagnosis) ซึ่งผู้รับคำปรึกษาจะระบุปัญหาที่ตนต้องการความช่วยเหลือ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความกระจ่างในปัญหาที่เกิดขึ้นนี้

4) การวางแผนในการแก้ไขปัญหาลงซึ่งผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเลือกวิธีการให้คำปรึกษาให้เหมาะสม กับปัญหาและคุณลักษณะของผู้มารับคำปรึกษา

5) ถ้าปัญหานั้นมีความรุนแรงมากและเกินความสามารถของผู้ให้การปรึกษา จึงจำเป็นต้องมีการส่ง ต่อ (Refer) ให้กับผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านต่อไป

กาญจนา ไชยพันธุ์ และคณะ (2535,อ้างอิงใน ราชันวีวรรณ คำภา,2546, น. 29) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบผสมผสานเป็นกระบวนการ เรียนรู้ในการแก้ไขปัญหาอย่างมีขั้นตอน ดังต่อไปนี้

- 1) การวินิจฉัยสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหา
- 2) การจัดการวางแผนเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงแก้ไข
- 3) การจัดสภาพการณ์ที่เหมาะสม เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) การกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาพัฒนาตนเอง และรับผิดชอบที่จะปฏิบัติตามแผนการปรับตัวที่ วางไว้

5) การจัดโอกาสสำหรับฝึกหัดแก้ปัญหาดังต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของผู้รับการปรึกษาให้เป็น ไปอย่างเหมาะสม

6) การให้แรงเสริมและแรงจูงใจ เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาเกิดการเรียนรู้

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้ขั้นตอนการให้การปรึกษาแบบผสมผสาน 5 ขั้นตอน คือ ขั้นที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพ เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความความไว้วางใจ และสร้างประสบการณ์การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน และ ความพร้อมในการให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมพัฒนาพฤติกรรมร่วมกัน

ขั้นที่ 2 การระบุปัญหาและสาเหตุ เป็นขั้นตอนที่ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาสำรวจตนเอง ทบทวนสิ่งที่ผ่านมาในการดำเนินชีวิต การค้นพบสภาพการณ์จริง และได้เรียนรู้จาก ประสบการณ์ที่ผ่าน มาเรียนรู้สิ่งเร้าที่เกิดขึ้นตามสถานการณ์แต่ละช่วงในชีวิต ที่ได้พาตนเองไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด รับรู้ได้ถึง ความทุกข์และสุขของตนเองที่ผ่านมา และเปิดโอกาสให้ผู้รับการปรึกษาเล่าถึงปัญหา ความไม่สบายใจและ ระบายความรู้สึกในด้านลบต่างๆที่ตนกำลังเผชิญอยู่ ผู้ให้คำปรึกษาควรช่วยเหลือให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจ ถึง สาเหตุที่แท้จริงของปัญหา

ขั้นที่ 3 การวางแผนให้ความช่วยเหลือ เริ่มต้นให้ผู้รับการปรึกษาได้พิจารณาวิธีการ แก้ปัญหาที่ตนเองสามารถปฏิบัติได้จริง หลังจากที่ผู้รับคำปรึกษายอมรับและเข้าใจสาเหตุที่แท้จริงของ ปัญหาแล้ว ผู้รับการปรึกษาสามารถระบุได้ถึงความสามารถของตนเองและปัจจัยอะไรที่นำไปให้เกิดความ



ลั้งเลใจ ตระหนักถึงความสำคัญของผลจากพฤติกรรมที่ตนเองได้เลือกที่จะตอบสนองกับ มีความรับผิดชอบ ในการสร้างการเปลี่ยนแปลงในชีวิตของตนเอง

ขั้นที่ 4 การปฏิบัติการ ผู้รับการปรึกษาตั้งเป้าหมายที่เป็นรูปธรรม สนับสนุนด้วยการ เสริมแรงให้ผู้รับการปรึกษาปฏิบัติตามแนวทางในการแก้ปัญหาที่ผู้รับการปรึกษาได้วางแผนไว้ ผู้ให้ คำปรึกษาให้การเสริมแรงด้วยคำพูด ท่าทีที่เอื้อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเรียนรู้ การเผชิญปัญหาและแก้ปัญหา อย่างมีประสิทธิภาพ

ขั้นที่ 5 การยุติการปรึกษา ผู้ให้การปรึกษาร่วมกับผู้รับการปรึกษาร่วมกันสรุปแนวคิดที่ ได้และแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์เรื่องการป้องกันในการกลับไปใช้ยาเสพติดซ้ำ ส่งเสริมให้สมาชิก กลุ่มได้นำวิธีการต่าง ๆ และเลือกใช้วิธีการที่เหมาะสม

## 2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

### 2.6.1 งานวิจัยในประเทศ

รัชนิวรรณ คำภา (2546, น. 68) ได้ทำการศึกษา ผลของการให้คำปรึกษาแบบ กลุ่มตามแนวทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผสมผสานร่วมกับการใช้กิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนาเจตคติต่อการ ป้องกันการใช้ยาเสพติดของวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างเป็น นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล วัดกลาง จำนวน 20 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน โดยใช้แบบวัด เจตคติต่อการป้องกันการใช้ยาเสพติด ผลปรากฏว่า เจตคติต่อการป้องกันการใช้ยาเสพติดของกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผสมผสานร่วมกับการใช้กิจกรรม กลุ่ม หลังการทดลองเพิ่มสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 รวมถึง เจตคติต่อ การป้องกันการใช้ยาเสพติดของกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการให้ คำปรึกษาแบบผสมผสานร่วมกับการใช้กิจกรรมกลุ่มหลังการทดลองเพิ่มสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการ ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผสมผสานร่วมกับการใช้กิจกรรมกลุ่มอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กาญจนา ไชยพันธ์ และ คณະ (2535, อ้างอิงใน รัชนิวรรณ คำภา, 2546, น. 31) ได้ศึกษาผลการใช้กระบวนการกลุ่ม และการให้คำปรึกษาแบบผสมผสาน เพื่อพัฒนาความรู้สึกรู้สึกนึก คิดเกี่ยวกับตนเองของวัยรุ่นในสถานคุ้มครองสวัสดิภาพ เด็กภาคตะวันออกเฉียงเหนือ อำเภอน้ำพอง จังหวัด ขอนแก่น กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นชายที่มีอายุระหว่าง 13-18 ปี จำนวน 20 คน โดยใช้แบบวัดความรู้สึกรู้สึกนึก คิดเกี่ยวกับตนเองและกิจกรรมกลุ่มร่วมกับการให้คำปรึกษาแบบผสม ผสาน จำนวน 8 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง ผลการวิจัยพบว่า การใช้กิจกรรมกลุ่มร่วมกับการให้คำปรึกษาแบบผสมผสาน สามารถพัฒนาความรู้สึกรู้สึกนึก คิดเกี่ยวกับตนเองของวัยรุ่นในสถานคุ้มครองสวัสดิภาพเด็กของกลุ่มทดลองหลังการทดลองเพิ่มสูงกว่าก่อน การทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

สรรเสริญ หุ่นแสนและ คณะ (2561, น. 192) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเทคนิคเพื่อสร้างปณิธานแห่งตนทางการเรียนรู้ของนักศึกษาวิชาชีพรู ชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครินทร์ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง กลุ่มละ 8 คน โดยใช้แบบวัดปณิธานแห่งตนทางการเรียนรู้ ผลวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน มีปณิธานแห่งตนทางการเรียนรู้ สูงกว่ากลุ่มควบคุม มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จิณห์จุฑา ชัยเสนา ดาลลาส, และ คณะ (2559, น.39) จากการศึกษาผลของโปรแกรมกลุ่มบำบัดเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจต่อการมองโลกทางบวกของเยาวชนที่ใช้สารเฮมเฟตามีน กลุ่มตัวอย่างเยาวชนที่มีอายุระหว่าง 15 – 25 ปี ที่ใช้สารเฮมเฟตามีน และเข้ารับการบำบัดรักษาที่โรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง กองทัพเรือ 2 ศูนย์การฝึกหน่วยบัญชาการต่อสู้ อากาศยานและรักษาฝั่ง อำเภอสัตหีบ จังหวัดชลบุรีในระหว่างเดือนพฤษภาคม – กรกฎาคม 2560 จำนวน 24 คน แบ่งเป็น กลุ่มทดลอง 12 คน และกลุ่มควบคุม 12 เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย แบบวัดการมองโลกในแง่ดี และ แบบสอบถามความตั้งใจเลิกเสพยาเสพติดผลปรากฏว่าเยาวชนที่ใช้สารเฮมเฟตามีนในกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มบำบัดเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจมีคะแนนเฉลี่ยการมองโลกทางบวกสูงกว่ากลุ่มควบคุม

### 2.6.2 งานวิจัยต่างประเทศ

Fertic, Goldman and Kennedy (1979) ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในผู้ป่วยมะเร็ง ระยะสุดท้ายที่ได้รับการวินิจฉัยครั้งแรก จำนวน 30 คน เปรียบเทียบกับผู้ป่วยที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบ กลุ่ม พบว่า กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีการรับรู้เกี่ยวกับความเจ็บป่วยและอัตมโนทัศน์ดีกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

Brabeck and Welser (1986) ได้ศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษา ซึ่ง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาปริญญาโท สาขาการให้คำปรึกษา จำนวน 28 คน ที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยนิวยอร์ก ปี 1982 โดยการใช้แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับทฤษฎี และรูปแบบการให้คำปรึกษาที่ดีที่สุด ผลการศึกษา พบว่า นักศึกษาส่วนมากเห็นว่าเป็นทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผสมผสานเป็นทฤษฎีที่มีประโยชน์และเป็น ทฤษฎีที่นักศึกษาชอบและนำมาใช้ได้ดีกว่าทฤษฎีอื่น ๆ

## 3. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับคลินิกจิตสังคม ระบบศาลยุติธรรม

### 3.1 ประวัติความเป็นมาของคลินิกจิตสังคม ระบบศาลยุติธรรม

#### 3.1.1 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับ คลินิกจิตสังคม ระบบศาลยุติธรรม

คลินิกให้คำปรึกษาด้านจิตสังคม (Psycho – social Clinic) เป็นโครงการที่ศาลอาญานบุรีริเริ่มขึ้นเมื่อปี 2552 โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้คำปรึกษาแก่ผู้ต้องหาหรือจำเลย ในคดีที่

เกี่ยวข้องกับยาเสพติด คดีความรุนแรงในครอบครัว และ คดีอาญาที่มีโทษไม่ร้ายแรงซึ่งผู้ต้องหาหรือจำเลยได้รับการปล่อยตัวชั่วคราว เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้กระทำความผิดในช่วงวิกฤติของชีวิต เพื่อให้บุคคลเหล่านี้ ได้มีโอกาสเลือกแนวทางการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องเหมาะสม รวมทั้งการป้องกันการกระทำผิดซ้ำในระหว่างการสอบสวนหรือพิจารณาคดีของศาล ขั้นตอนการดำเนินงานของคลินิกจิตสังคม จะเริ่มขึ้นตั้งแต่ชั้นสอบสวน เมื่อพนักงานสอบสวนนำตัวผู้ต้องหามาขอฝากขังต่อศาล ศาลจะกำหนดให้ผู้ต้องหาที่เข้าร่วมโครงการมาศาล ในวันนัดรายงานตัวตามสัญญาประกันเพื่อรับคำแนะนำหรือรับคำปรึกษา เจ้าหน้าที่ประจำคลินิก จะสอบถามข้อมูลส่วนตัวของผู้ต้องหาเบื้องต้น แล้วจัดทำเป็นรายงานข้อมูลส่วนบุคคล ให้กับผู้ให้การปรึกษาที่ได้รับการแต่งตั้งจากศาลจังหวัด ในการให้คำปรึกษา รวมถึงการแนะนำให้บุคคลนำครอบครัวมาเข้าร่วมในการให้คำปรึกษา เมื่อถึงวันนัดผู้ให้การปรึกษาซึ่งมักจะเป็นผู้ใกล้ชิดหรือผู้ประνομประจำศาล จะพูดคุยสอบถามรายละเอียดจากผู้ต้องหาและบุคคลในครอบครัวเพื่อให้ทราบถึงปัญหาที่แท้จริง จากนั้นจะประเมินการรับรู้ปัญหา สร้างแรงจูงใจให้ผู้ต้องหาที่เข้ารับคำปรึกษา หากเห็นว่าผู้เข้ารับการปรึกษามีอาการติดยาเสพติดให้ผู้ให้คำปรึกษารายงานศาลเพื่อให้ศาลพิจารณาสั่งให้ผู้เข้ารับคำปรึกษาเข้ารักษาพยาบาลเพื่อบำบัดฟื้นฟูอาการติดยาเสพติด เมื่อการให้คำปรึกษาเสร็จสิ้นผู้ให้การปรึกษาจะบันทึกรายละเอียดต่างๆ ในการสัมภาษณ์เพื่อให้เจ้าหน้าที่สรุปผลการให้คำปรึกษารายงานผู้พิพากษาทราบประกอบการพิจารณาพิพากษาคดี (ณัฐปกรณ์ พิชญปัญญาธรรม, 2557, น. 6)

การจัดบริการการให้คำปรึกษาในลักษณะโครงการคลินิกจิตสังคมนั้นรับรูปแบบมาจากศาลยาเสพติดของสหรัฐอเมริกาซึ่งเน้นกระบวนการพูดคุยเพื่อวางแผนแก้ไขฟื้นฟูผู้กระทำความผิดตามแนวคิด “Problem Solving Court” กล่าวคือ ศาลที่ต้องช่วยแก้ปัญหาให้แก่คู่ความที่มาศาลด้วยมิใช่เป็นเพียงการพิจารณาพิพากษาคดี ลงโทษ ซึ่งมีความสอดคล้องกับ ทฤษฎีการลงโทษเพื่อปรับปรุงแก้ไขฟื้นฟู (Rehabilitative Theory): มีวัตถุประสงค์ในการลงโทษเพื่อปรับปรุงแก้ไขฟื้นฟูให้เป็นคนดี ไม่หวนกลับมาทำความผิดซ้ำขึ้นอีก โดยการกำหนดโทษจะต้องมองไปข้างหน้าในอนาคต เพื่อหาสาเหตุ และนำมาปรับปรุงแก้ไขโดยมุ่งไปที่ตัวผู้กระทำความผิด ไม่ให้ผู้กระทำความผิดหวนกลับไปกระทำความผิดซ้ำขึ้นอีก โทษจะต้องมีระยะเวลาเพียงพอที่จะให้ผู้กระทำความผิดปรับปรุงแก้ไขได้ ซึ่งไม่ควรจำคุกในระยะสั้น โดยสมควรใช้วิธีการคุมประพฤติแทนเนื่องจากการกำหนดเวลาได้ยาวกว่า ทำให้มีระยะเวลาในการปรับปรุงแก้ไขได้เพียงพอ

จากการศึกษาของผู้วิจัย พบรายละเอียด แนวคิดการลงโทษเพื่อแก้ไขฟื้นฟู ที่มีเนื้อหาสอดคล้องกับ “Problem Solving Court” ที่เป็นแนวคิดในการดำเนินงานของคลินิก แนวคิดทฤษฎีการลงโทษเพื่อปรับปรุงแก้ไขฟื้นฟู จะมุ่งศึกษาทำความเข้าใจสาเหตุแห่งการกระทำผิด โดยเน้นไปที่ตัวบุคคลผู้กระทำความผิดและศึกษาสภาพแวดล้อม เพื่อที่จะหาทางแก้ไขผู้กระทำความผิด มากกว่าที่จะลงโทษ ความมุ่งหมายที่แท้จริงคือ เพื่อเป็นการแก้ไขฟื้นฟูตัวผู้กระทำความผิด ให้กลับตัวเป็นคนดี และมีให้กระทำความผิดซ้ำ รวมทั้งทำให้ผู้กระทำความผิดกลับคืนเข้าสู่สังคมได้ดังเดิม มุ่งศึกษาหาสาเหตุแห่งการกระทำผิดและหาวิธีการแก้ไขที่

เหมาะสมกับผู้กระทำความผิด เพื่อที่จะ แก้ไขฟื้นฟูมากกว่าการลงโทษเพื่อข่มขู่ ซึ่ง ทฤษฎีการลงโทษเพื่อปรับปรุงแก้ไขฟื้นฟู ยังมี นักวิชาการที่ศึกษาด้านนิติศาสตร์และอาชญาวิทยา โดยใช้วิธีการศึกษาเชิงประจักษ์ ให้ความเห็นว่า

Herbert L. Packer.(1979, อ้างถึงในสหธน รัตนไพจิตร, น. 61-62) “แม้ว่าจะมีการลงโทษที่รุนแรง แต่ก็พบว่ามีผลกระทบซ้ำซ้อนอีกอยู่เสมอ แสดงว่าการ ลงโทษไม่มาสามารถทำให้คนกลัวโทษที่จะได้รับ ไม่สามารถข่มขู่ให้คนกลัวจนไม่กล้ากระทำความผิด ขึ้นมาอีก การลงโทษโดยอาศัยหลักกฎหมาย เพื่อให้เหมาะสมกับความผิด และการลงโทษเพื่อการ แก้แค้นทดแทนตามทฤษฎีการลงโทษให้สาสม หรือเพื่อข่มขู่ให้กลัวตามทฤษฎีการป้องกัน แต่เพียงอย่างเดียวไม่น่าจะประสบความสำเร็จ จึงต้องมีการศึกษาวิธีการอื่นเพื่อแก้ปัญหา นั่นคือ การศึกษาเพื่อค้นหาสาเหตุแห่งการกระทำความผิดและหาวิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมกับผู้กระทำความผิด เพื่อที่จะแก้ไข ฟื้นฟูผู้กระทำความผิด มากกว่าการลงโทษเพื่อข่มขู่ผู้กระทำความผิดและบุคคลอื่นให้เกิดความหวาดกลัว จนไม่ กล้ากระทำความผิด”

แนวคิดทางนิติศาสตร์เกี่ยวกับนโยบายต่อผู้กระทำความผิดไม่รุนแรงเกี่ยวกับยาเสพติดและทฤษฎีการลงโทษ

เป็นที่ยอมรับกันแล้วว่าผู้เสพติดเป็นผู้ป่วย และผู้เสพติดจำเป็นต้องได้รับการบำบัดฟื้นฟูและได้รับความรู้เกี่ยวกับปัจจัยของการเสพยาเสพติด ตลอดจนวิธีการป้องกันและแก้ไขพฤติกรรมการเสพยาเสพติดโดยมีแนวคิดที่สอดคล้องกับการดำเนินงาน คลินิกจิตสังคม ดังนี้

- การเบี่ยงเบนคดี มาจากแนวคิดหลักว่าผู้ช้ยาเสพติดเป็นผู้ป่วยมิใช่อาชญากร โดยสันดานผู้เสพติดมีโอกาสและสามารถแก้ไขบำบัดฟื้นฟูให้เป็นคนดีและอยู่ร่วมในสังคมได้อย่างปกติสุข จึงต้องได้รับโอกาสแก้ไขฟื้นฟู มิใช่ นำตัวไปดำเนินคดีอาญา มาตรการนี้จึงเน้นกระบวนการบำบัดรักษา มากกว่าการลงโทษทางอาญา โดยมองไปที่สิทธิในสุขภาพ และสิทธิในการรักษา ศาลยาเสพติดในหลายประเทศนำมาตราการเบี่ยงเบนคดีมาใช้ในกระบวนการทางเลือกในระบบศาลและเป็นระบบบังคับให้ผู้กระทำความผิดรับการแก้ไขบำบัดฟื้นฟูในระบบศาล หากสำเร็จตามเงื่อนไข คดีจะถูกยกเลิกและไม่มีประวัติอาชญากรรม แต่หากฟื้นฟูไม่สำเร็จจำเลยต้องถูกดำเนินคดีและรับโทษตามกฎหมาย ซึ่งมีงานวิจัยที่ยอมรับอย่างแพร่หลายว่ามีประสิทธิภาพสามารถลดการกลับไปเสพยาเสพติดและกระทำผิดซ้ำของจำเลย

- การลดอันตรายจากการใช้ยาเสพติด คือ การเข้าแทรกแซงเพื่อลดอันตรายจากการใช้ยาเสพติดโดยใช้สารทดแทนการใช้ยาเสพติด มีบริการห้องสำหรับเสพยาเสพติด และอุปกรณ์ในการเสพยาเสพติด และให้ผู้เสพติดนำยาเสพติดของตนเองมาใช้ภายใต้การดูแลของเจ้าหน้าที่สาธารณสุข เพื่อลดความเสี่ยงจากการติดโรคร้ายแรงจากการเสพยาเสพติด รวมทั้งป้องกันไม่ใช้ผู้เสพยาเสพติดไปรบกวนสาธารณสุข ประเทศที่ใช้อนุมาตรการนี้ได้แก่ ประเทศแคนาดา สวิตเซอร์แลนด์ และเดนมาร์ก



ผู้วิจัยศึกษา ในแต่ละรายทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด และทฤษฎีด้านจิตวิทยาที่จะมาประยุกต์ใช้ให้สอดคล้องกับการทำงานของคลินิก ให้คำปรึกษาด้านจิตสังคมในระบบศาล และแนวคิดการลงโทษเพื่อแก้ไขฟื้นฟูให้ผู้ใช้ยาเสพติด ได้แก่

ทฤษฎีชีวจิตสังคม (Bio-psycho-social Model, BPS) มีหลักการว่าพฤติกรรมเสพติดมีสาเหตุมาจากหลายปัจจัย โดยแต่ละปัจจัยมีส่วนเกี่ยวพันซึ่งกันและกัน อันได้แก่ ปัจจัยทางชีววิทยา ปัจจัยทางด้านจิตใจ รวมถึง ปัจจัยทางด้านสังคม โดยอธิบายว่าบุคคลมีปัจจัยทางชีววิทยาเป็นพื้นฐานอันเป็นจุดเริ่มต้นให้เกิดความเสี่ยง ปัจจัยอื่นๆ ได้แก่ ปัจจัยทาง ด้านจิตใจ และ ปัจจัยทางด้านสังคม สิ่งแวดล้อมเป็นปัจจัยที่สำคัญให้บุคคลผู้นั้นเข้าสู่กระบวนการเสพติด รูปแบบการบำบัดที่มาจากแนวคิดของทฤษฎีชีวจิตสังคมจะมีลักษณะให้การรักษาพฤติกรรมเสพติดมากกว่า การลงโทษ เน้นให้ความสำคัญกับการมองพฤติกรรมเสพติดแบบองค์รวม มีสาเหตุจากหลายปัจจัยและในการบำบัดรักษา จำเป็นต้องมองปัจจัยทุกส่วนร่วมกันเพื่อให้การรักษาเกิดประสิทธิภาพสูงสุด การใช้ยาเพื่อช่วยรักษาเป็นเพียงตัวช่วยในการรักษา หากแต่ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการรักษา อย่างมาก คือ การรักษาแบบจิตสังคมบำบัด ความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้ที่มีพฤติกรรมเสพติด กับผู้ให้การบำบัดรักษา ครอบครัวและครอบครัวของผู้ที่มีพฤติกรรมดังกล่าว เป็นสิ่งสำคัญและเป็นตัวขับเคลื่อนให้ผู้มีพฤติกรรมเสพติดตระหนักในการเปลี่ยนแปลงตนเองเพื่อเข้าสู่พฤติกรรมที่ดีขึ้น ผู้บำบัดรักษาจำเป็นต้องออกแบบการรักษาให้เหมาะสมกับบุคคลนั้นๆ เพราะในบุคคลแต่ละคนมีส่วนของปัจจัยที่ทำให้เกิดพฤติกรรมเสพติดรวมถึงปัจจัยที่ทำให้พฤติกรรมเสพติดยังคงอยู่แตกต่างกัน (วนิดา รัตนสุมาวงศ์, 2561, น. 298)

ปัจจุบันทฤษฎีชีวจิตสังคมได้รับการยอมรับว่าเป็นทฤษฎีที่มีความเหมาะสมในการบำบัดรักษาพฤติกรรมเสพติด และถูกนำมาใช้อย่างแพร่หลาย ข้อดีของทฤษฎีนี้คือมีหลักการบำบัดที่ให้ความสนใจกับปัจจัยทุกด้านไม่จำกัดเพียงแค่ผู้เสพติด แต่ยังสามารถประยุกต์ใช้กับผู้ใช้สารหรือผู้เสพได้ และ สามารถใช้ทฤษฎีนี้กับนโยบายการลดอันตรายในผู้มีพฤติกรรมเสพติด ข้อดีของทฤษฎีนี้ คือ จำเป็นต้องมีข้อมูลจำนวนมากเพราะมีหลายองค์ประกอบในการรักษา ผู้ให้การบำบัดรักษาต้องใช้เวลาและทำความเข้าใจกับผู้ที่มีพฤติกรรมเสพติดเพื่อทำความเข้าใจองค์ประกอบในแต่ละส่วนเพราะในแต่ละบุคคลมีส่วนปัจจัยที่แตกต่างกัน

การมีหน่วยงานให้คำปรึกษาในการช่วย การเสริมสร้างปัจจัยความ เข้มแข็งทางร่างกาย และจิตใจให้กับตัวผู้ติดยาเสพติดเอง เพื่อให้สามารถกลับไปดำรงชีวิต ในสังคมได้ อย่างปกติสุขโดยไม่เสพยาเสพติดอีก (สุพจน์ ชุตติดำรง, 2544, น. 25) ดังที่ คลินิกให้คำปรึกษาด้านจิตสังคม ศาลจังหวัด เชียงใหม่ (Psycho – social Clinic) บริการให้คำปรึกษาแนะนำด้านจิตวิทยาและสิ่งแวดล้อมทางสังคม การจัดทำแผนแก้ไขบำบัดฟื้นฟูผู้ต้องหาหรือจำเลยสร้างระบบเครือข่ายและการส่งต่อผู้มีปัญหาทางสังคม และจิตเวชรวมทั้งส่งเสริมประสานงานด้านการสงเคราะห์กับหน่วยงานที่เหมาะสม



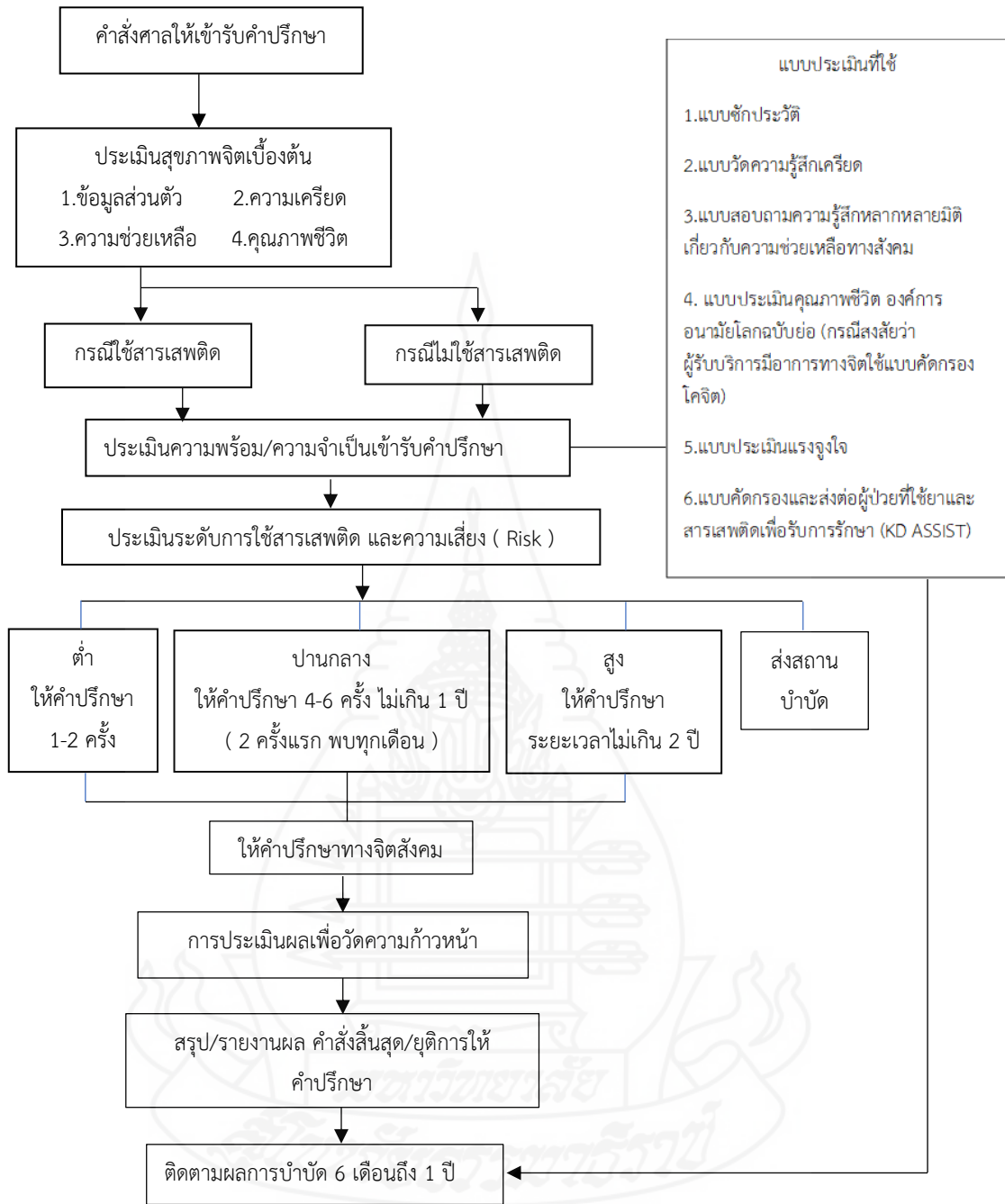
ศาลจังหวัดเชียงใหม่ มีการดำเนินการในลักษณะโครงการนำร่องระยะเวลา 7 ปี จากการลงนามในบันทึกข้อตกลงว่าด้วยความร่วมมือ ในปีงบประมาณ 2557 มีการขยายโครงการคลินิก ให้คำปรึกษาด้านจิตสังคมในระบบศาล การให้คำปรึกษาด้านจิตสังคมแก่ผู้ต้องหา และ จำเลย ในคดี ยาเสพติดและคดีความรุนแรงในครอบครัวซึ่งบันทึกข้อตกลงดังกล่าวจะทำให้การสนับสนุนการดำเนินงาน ทั้งในด้านงบประมาณ วิชาการองค์ความรู้การวิจัยพัฒนาและการประเมินผล โดยมีหน่วยงานที่ร่วมลงนาม 9 หน่วยงาน ประกอบด้วย เลขาธิการสำนักงานศาลยุติธรรม เลขาธิการคณะกรรมการป้องกันปราบปราม ยาเสพติด อธิบดีผู้พิพากษาศาลอาญาธนบุรี ผู้พิพากษาหัวหน้าศาลจังหวัดนนทบุรี ผู้พิพากษาหัวหน้าศาล จังหวัดเชียงใหม่ อธิบดีกรมคุมประพฤติ อธิบดีกรมสุขภาพจิต ผู้จัดการกองทุนสนับสนุนสร้างเสริมสุขภาพ รวมทั้ง ผู้อำนวยการสำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว การลงนามบันทึกความร่วมมือ ดังกล่าวถือเป็นความร่วมมือครั้งสำคัญในการแก้ไขปัญหาการกระทำผิดซ้ำในคดียาเสพติด และการกระทำผิดใน คดีอาญาอื่น ๆ โดยเฉพาะ ปัญหาเสพติดนั้นพบว่าผู้ต้องหาส่วนใหญ่ ต้องการที่จะหลุดพ้นจากวังวน ของยาเสพติดแต่ไม่มีคนคอยให้คำปรึกษา ไม่มีทางออก เมื่อพ้นโทษก็มักกลับไปอยู่กับสิ่งแวดล้อมเดิม ๆ และย้อนกลับสู่วงจรของยาเสพติด

### 3.2 การดำเนินงานของคลินิกจิตสังคมระบบศาลยุติธรรม

ผู้เข้ารับคำปรึกษา คือ ผู้ต้องหาหรือจำเลยที่สมัครใจหรือที่ศาลมีคำสั่ง หรือ คำพิพากษา ให้เข้ารับคำปรึกษาด้านจิตสังคม และผู้เสียหายหรือผู้ต้องชังหญิงที่สมัครใจ เข้ารับคำปรึกษาด้านจิตสังคม ของศาลจังหวัดเชียงใหม่ โดยมีการกำหนดเงื่อนไขประเภทคดีอาญาและลักษณะผู้ต้องหาหรือจำเลยที่เข้ารับ คำปรึกษาจากคลินิกจิตสังคมศาลจังหวัดเชียงใหม่ไว้ดังนี้

1. คดีตามพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ โดยมีรายละเอียดเสพยาเสพติดและขับชี่ ยานพาหนะ หรือครอบครองยาเสพติดไม่เกิน 10 เม็ด หากข้อหาครอบครองยาเสพติดเพื่อจำหน่าย ครอบครองเพื่อจำหน่ายไม่เกิน 20 เม็ด ต้องใช้ดุลพินิจโดยเคร่งครัด และได้รับความเห็นชอบของผู้พิพากษา หัวหน้าศาลจังหวัดเชียงใหม่
2. คดีตามพระราชบัญญัติคุ้มครองผู้ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว โดยมี รายละเอียด ผู้เสียหายหรือผู้ต้องหา อยู่ในภาวะที่ต้องการความช่วยเหลือแนะนำ
3. คดีความผิดอาญาอื่นที่มีโทษไม่ร้ายแรง โดยมีรายละเอียด ผู้ต้องหาหรือจำเลย มีอายุ ไม่เกิน 20 ปี ผู้ต้องหาหรือจำเลยที่เป็นเพศหญิง โดยพิจารณาข้อเท็จจริงเป็นราย ๆ เช่น กำลังตั้งครรภ์ หรือมี บุตรอายุน้อย จำเลยหรือผู้ต้องหาอยู่ในภาวะที่ต้องการความช่วยเหลือ แนะนำ ในทั้งนี้ขึ้นอยู่กับดุลพินิจ ของผู้พิพากษาพิจารณาเห็นสมควรให้เข้ารับคำปรึกษาด้านจิตสังคม

การดำเนินงานในการให้การปรึกษาด้านจิตสังคมประจำศาลจังหวัดเชียงใหม่ ดังภาพที่ 2.3 แผนผังแสดงขั้นตอนการดำเนินงาน ดังต่อไปนี้



ภาพที่ 2.3 แผนผังแสดงขั้นตอนการดำเนินงานให้คำปรึกษาด้านจิตสังคมประจำศาลจังหวัดเชียงใหม่  
ที่มา : สมภพ นันทโกวัฒน์ (2560, อ้างอิงใน ผู้ติดเสพต้องการความช่วยเหลือ: คลินิกจิตสังคมมีน้ำหนัก  
น่าเชื่อถือว่าเป็นคำตอบ.ดุษฎาหนิตยาสารสำนักงานศาลยุติธรรม,64(2), 15-74)

### 3.4 แนวปฏิบัติสำหรับผู้เชี่ยวชาญเสพติดของคลินิกจิตสังคม ระบบศาลยุติธรรม

วิธีการให้คำปรึกษานั้น เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้รับสำนวนแล้ว จะให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ด้วยกระบวนการสัมภาษณ์ จำเป็นต้องมีระบบสัมภาษณ์แรกักรับรวมถึงคัดกรองระดับความเสี่ยง เพื่อให้ได้ข้อมูลในด้านส่วนตัว สังคม คัดกรองในการให้คำปรึกษาเป็นรายกรณีแก่ผู้ต้องหาหรือจำเลย เพื่อให้ได้ข้อมูลด้านส่วนตัว สังคม และ ระดับความเสี่ยง โดยเจ้าหน้าที่ของคลินิกจิตสังคม จัดทำข้อมูลผู้ต้องหาหรือจำเลย เสนอต่อผู้ให้คำปรึกษา เพื่อพิจารณาว่าอยู่ในกลุ่มเสี่ยงระดับใด ควรให้บริการการปรึกษาในระยะเวลาเท่าใด ทั้งนี้กลุ่มความเสี่ยงของผู้รับคำปรึกษาจำแนกได้เป็น 4 กลุ่มดังนี้

1) กลุ่มเสี่ยงต่ำ : กำหนดให้เข้ารับคำปรึกษาระยะสั้นเพียง 1 ถึง 2 ครั้ง และเน้นให้เห็นผลเสียของการใช้ยาเสพติด รวมถึงผลที่ตามมาหากยังข้องเกี่ยวกับยาเสพติด

2) กลุ่มเสี่ยงปานกลาง : กำหนดให้เข้ารับคำปรึกษาประมาณ 4 ถึง 6 ครั้ง ภายในระยะเวลา 1 ปี เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ

3) กลุ่มผู้มีความเสี่ยงสูง : กำหนดให้เข้ารับคำปรึกษาอย่างเข้มงวดระยะเวลาของการให้คำปรึกษาขึ้นอยู่กับความก้าวหน้าแต่ต้องไม่เกิน 2 ปี โดยการให้คำปรึกษาใช้วิธีการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ และ วิธีการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรม รวมทั้งการบำบัดตามโปรแกรมเมทริกซ์ และการให้คำปรึกษาแบบผสมผสานตามความเหมาะสมของผู้รับบริการปรึกษา

4) กลุ่มผู้ป่วยที่ต้องส่งสถานบำบัดหรือโรงพยาบาล : เป็นผู้ต้องส่งต่อเพื่อการบำบัดรักษาเนื่องจากติดยาเสพติด มีอาการป่วยจิต หรือมีปัญหาด้านสุขภาพ (สมภพ นันทโกวัฒน์, 2560, น. 41)

การให้การปรึกษาของคลินิกจิตสังคมเป็นการดำเนินการให้การปรึกษารายบุคคลภายใต้บรรยากาศที่เป็นมิตรและเคารพในศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ เน้นการให้กำลังใจที่จะฝ่าฟันอุปสรรคแสวงหาทางออกที่ถูกต้องเหมาะสมลดภาวะความเครียดทั้งทางด้านอารมณ์และจิตใจ ที่ผู้ต้องหาหรือจำเลยกำลังเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้ดำรงชีวิตในสังคมต่อไปได้อย่างปกติสุข และเพื่อเป็นการหลีกเลี่ยง มิให้ผู้ต้องหาหรือจำเลยหวนกลับไปกระทำผิดซ้ำอีก โดยมีแนวทางให้คำปรึกษาดังนี้

1) พุดคุยแนะนำตัวสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศแบบเป็นกันเองและมีเมตตา เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาไว้วางใจ

2) แจ้งวัตถุประสงค์ในการเข้าสู่กระบวนการให้คำปรึกษาสร้างความเข้าใจโดยเน้น ให้เห็นถึงประโยชน์ของผู้รับคำปรึกษาที่จะได้รับเป็นสำคัญ

3) ค้นหาสาเหตุหรือปัญหาที่แท้จริงที่ทำให้ผู้รับคำปรึกษากระทำผิด (จากครอบครัว/เพื่อน/การทำงาน/สภาพแวดล้อมอื่น ๆ)

4) สะท้อนปัญหาที่เกิดขึ้นและผลลัพธ์แก่ผู้รับคำปรึกษาเพื่อให้สำนึกผิดด้วยตนเองพร้อมที่จะแก้ไขเปลี่ยนแปลง

5) แนววิธีแก้ไขด้วยกระบวนการทางความคิด ให้รู้จักรักตนเองและครอบครัว รู้จักรับผิดชอบต่อสังคม ด้วยการฟื้นฟูสภาพร่างกายและจิตใจ ตลอดจนวางแผนชีวิต พัฒนาอาชีพและที่สำคัญไม่หวนกลับมากระทำผิดซ้ำอีก

6) ในการให้คำปรึกษาข้างต้น ผู้ให้คำปรึกษาต้องเป็นผู้ฟังที่ดี บันทึกข้อเท็จจริง ที่ได้จากผู้รับคำปรึกษาอย่างเป็นรูปธรรม และควรให้บุคคลในครอบครัว บุคคลที่ผู้รับคำปรึกษาอยู่อาศัยด้วยมาพูดคุยเพื่อทราบปัญหาที่แท้จริงและสร้างสัมพันธภาพ ที่ดี

7) การให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง ต้องสรุปถึงพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษาว่า

(1) ควรจะให้มีการได้รับคำปรึกษาต่อไปหรือไม่ และต้องการติดตามพฤติการณ์ในเรื่องใด

(2) ควรส่งต่อเพื่อบำบัดยังสถานบำบัดที่เป็นเครือข่ายโดยไม่มีค่าใช้จ่าย

(3) ยุติการให้คำปรึกษา

8) การติดตามและประเมินผล หลังจากสิ้นสุดหรือยุติการรับคำปรึกษาที่คลินิกจิตสังคม จะมีการเว้นระยะเวลานาน 6 เดือน ถึง 1 ปี หรือ 3 ปี เพื่อติดตามประเมินผลการให้คำปรึกษา

9) การเก็บรักษาและทำลายสำนวนเกี่ยวกับการให้คำปรึกษา สำนวนที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา จะถูกจัดเก็บไว้จนครบกำหนด 5 ปี หลังจากยุติการให้คำปรึกษา จากนั้นจึงจะมีการทำลายเอกสารโดยวิธีการและขั้นตอนการปลดทำลายเอกสารตามระเบียบของคณะกรรมการบริการศาลยุติธรรมว่าด้วยการปลดทำลายสำนวนความและเอกสาร



## บทที่ 3

### วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องผลการใช้โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติดที่เข้ารับบริการคลินิกจิตสังคม ศาลจังหวัดเชียงใหม่ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังรายละเอียดตามหัวข้อต่อไปนี้

#### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร เป็นผู้ที่ใช้ยาเสพติดที่เข้ารับบริการ คลินิกจิตสังคม ปี 2564 ที่ถูกศาลเห็นสมควรแก้ไข บำบัดฟื้นฟู บุคคลที่อยู่ภายใต้เงื่อนไขของคำสั่งศาลจังหวัดเชียงใหม่ ที่มีอายุตั้งแต่ 19 – 25 ปี จำนวน 42 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้ที่ใช้ยาเสพติดที่เข้ารับบริการ คลินิกจิตสังคม ที่ถูกศาลเห็นสมควรแก้ไข บำบัดฟื้นฟู บุคคลที่อยู่ภายใต้เงื่อนไขของคำสั่งศาลจังหวัดเชียงใหม่ ที่มีอายุตั้งแต่ 19 – 25 ปี ที่อยู่ในระดับความเสี่ยงในการกลับไปใช้ยาเสพติดในระดับปานกลาง ปี 2564 จำนวน 12 คนที่ได้มาด้วยความสมัครใจ แล้วจึงสุ่มอย่างง่ายเข้ากลุ่มเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน

#### 2. ตัวแปรและนิยามปฏิบัติการของตัวแปร

##### 2.1 ตัวแปร

2.1.1 **ตัวแปรอิสระ** คือ โปรแกรมให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน และ การให้การปรึกษาแบบปกติ

2.1.2 **ตัวแปรตาม** คือ ความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด

##### 2.2 นิยามปฏิบัติการของตัวแปร

2.2.1 **ความตั้งใจในการเลิกยาเสพติด** คือ กระบวนการทางความคิดที่แสดงถึงการวางแผนอย่างเป็นระบบและมีสติที่จะแสดงออกพฤติกรรมออกมาแสดงถึงความมุ่งมั่นและทุ่มเทของบุคคลนั้น ซึ่งได้รับอิทธิพลมาจากความรู้สึกนึกคิดส่วนตัวที่มีความเชื่อว่าถ้ากระทำพฤติกรรมนั้นแล้วจะได้ผลทางบวกก็มีแนวโน้มที่จะมีเจตคติที่ดีต่อพฤติกรรม และ กระทำพฤติกรรมนั้นต่อไป ในกลุ่มผู้ใช้ยาเสพติด ความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติดถือเป็นองค์ประกอบที่สำคัญ ในการวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัย ศึกษาถึง



ระบบความคิดที่ส่งผลกับพฤติกรรม มีอยู่ 2 องค์ประกอบ คือ

องค์ประกอบที่ 1 การแสดงเจตนาความพร้อมของบุคคลที่มีพฤติกรรมใช้ยาเสพติด หมายถึง กระบวนการทางความคิด ในการพยายามวางแผนป้องกันตนเองที่จะไม่เข้าร่วมกิจกรรมที่นำไปสู่การเสพยาเสพติด และ ความตั้งใจที่จะไม่เสพยาเสพติด

องค์ประกอบที่ 2 การไม่ร่วมกิจกรรมที่นำไปสู่การเสพยาเสพติด หมายถึง กระบวนการทางความคิดที่แสดงถึงการวางแผนอย่างเป็นระบบและมีสติที่จะแสดงพฤติกรรมปฏิเสธออกมา มีการใช้เหตุผลในการพิจารณา ช่วยให้เกิดความเชื่อมั่นในความสามารถ ที่จะใช้ความคิดเพื่อแก้ไขปัญหาตามสถานการณ์ ในการเปลี่ยนแปลงและแก้ไขความล้มเหลวของตนเอง มีความคาดหวังในผลการกระทำของตนเอง มีความตั้งใจในการเลิกยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด จนเกิดพฤติกรรมหยุดการใช้สารเสพติดตามมา

**2.2.2 การให้การปรึกษาแบบกลุ่ม** คือ กระบวนการที่รวมบุคคลที่มีความต้องการหรือปัญหาที่คล้ายคลึงกัน มีความต้องการที่จะปรับปรุงในเรื่องราวที่ตนเองประสบปัญหาเรื่องใดเรื่องหนึ่งเป็นการร่วมกันของในงานวิจัยฉบับนี้ผู้วิจัยเลือกใช้จำนวนผู้รับบริการที่มีพฤติกรรมติดยาเสพติดตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป แต่ไม่เกิน 6 คน มาร่วมกันโดยมีผู้ให้การปรึกษาเป็นผู้ช่วยเหลือบุคคลในกลุ่ม โดยมีการกำหนดปัญหาจากประเด็นที่สมาชิกในกลุ่มเป็นผู้พิจารณาปัญหาผ่านกระบวนการที่ผู้ให้การปรึกษาจัดกระบวนการให้คำปรึกษาอย่างเป็นขั้นตอน เพื่อให้บุคคลในกลุ่มเข้าใจปัญหาที่ตนเองเป็นอยู่ ผ่านกระบวนการช่วยกันคิดหรือปรึกษาหารือช่วยกันหาแนวทางแก้ไข ในลักษณะของกลุ่ม หรือ เฉพาะแนวทางของบุคคล ช่วยให้บุคคลผู้ร่วมกระบวนการให้คำปรึกษาสามารถตัดสินใจแนวทางการแก้ไขได้อย่างถูกต้อง จนพบแนวทางของการตัดสินใจไปปฏิบัติอย่างเหมาะสม

**2.2.3 โปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน** คือ กระบวนการที่ให้การช่วยเหลือทางวิชาชีพที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมา เพื่อช่วยผู้รับบริการที่มีพฤติกรรมติดยาเสพติดในงานวิจัยฉบับนี้ผู้วิจัยเลือกใช้จำนวนผู้รับบริการที่มีพฤติกรรมติดยาเสพติดตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป แต่ไม่เกิน 6 คน เป็นการให้การปรึกษาแบบกลุ่มที่มุ่งเน้นให้ความช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษา ที่มีปัญหาในลักษณะคล้ายคลึงกัน มีความต้องการที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเองเหมือนกัน กิจกรรมในกระบวนการผู้วิจัยได้นำแนวคิดทฤษฎีทางจิตวิทยาที่ผสมผสานกัน รวมถึงเทคนิคที่มุ่งเน้นในการช่วยผู้รับบริการปรึกษา การเปิดเผยเรื่องราวที่เป็นความขัดแย้ง ความสับสน ตลอดจนปัญหาต่าง ๆ เรียนรู้ความสัมพันธ์ที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลถึงพฤติกรรมที่เกิดขึ้นและพยายามที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาของตนเอง ผู้วิจัยนำทฤษฎีการปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม มาใช้ร่วมกับ ทฤษฎีลำดับขั้นของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และนำเทคนิคการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ มาเป็นตัวช่วยเสริมแรงให้ผู้รับบริการปรึกษา มีเจตนาเชิงพฤติกรรมที่ดีขึ้น รับรู้ในความสามารถของตนเองในการควบคุมพฤติกรรมตามแนวคิดทฤษฎีกระบวนการเสริมพลังอำนาจที่ผู้วิจัยนำเทคนิคมาใช้ในการจัดกระบวนการกลุ่มแบบผสมผสานด้วย เพื่อนำไปการเกิดเจตคติต่อการ สนับสนุนความตั้งใจ ในการกระทำพฤติกรรมป้องกันตนเองไม่ให้ใช้ยาเสพติดต่อครั้งใน

การทำกระบวนการ โดยในโปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานนี้ผู้วิจัยได้บูรณาการแนวคิดทฤษฎีต่อไปนี้

1) แนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมนิยม หมายถึง เป็นแนวคิดทฤษฎีพื้นฐานในการนำไปใช้ ในการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่ทำให้สมาชิกในกลุ่มเกิดการเรียนรู้ความสัมพันธ์ที่เกิดจากสิ่งแวดล้อม ความสัมพันธ์การเชื่อมโยงกับสิ่งเร้า และเป้าหมายที่สมาชิกได้คาดหวังไว้ การตอบสนองของพฤติกรรมต่อเป้าหมาย เรียนรู้ผลของพฤติกรรมเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความพึงพอใจและไม่พึงพอใจ การเรียนรู้ การได้รับการเสริมแรงด้านพฤติกรรม เพื่อให้พฤติกรรมนั้นเกิดบ่อยขึ้น ส่งผลให้บุคคลเกิดการเรียนรู้ โดยจะเน้นเกี่ยวกับพฤติกรรมที่สังเกตได้ก่อน เมื่อบุคคลรับรู้ถึงผลของความเปลี่ยนแปลงที่ชัดเจน จะทำให้บุคคลเกิดความมั่นใจและแสดงพฤติกรรมนั้นอย่างมั่นคง ต่อเนื่อง

2) แนวคิดทฤษฎีลำดับขั้นของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม หมายถึง เป็นแนวคิดทฤษฎีพื้นฐานในการนำไปใช้ในการจัดลำดับขั้นกระบวนการที่กล่าวถึงขั้นตอนในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เลิกใช้ยาเสพติด ใช้ในการประเมินความพร้อมสำหรับการเปลี่ยนแปลงของผู้รับการปรึกษาในแต่ละขั้น เนื้อหาหลักของทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม จะมีลำดับขั้น 6 ขั้น ประกอบด้วย 1) ขั้นเฝ้าเฉย (Pre-contemplation) 2) ขั้นลังเลสงสัย (Contemplation) 3) ขั้นตัดสินใจเปลี่ยนแปลง (Determination) 4) ขั้นลงมือทำ (Action) 5) ขั้นคงไว้ซึ่งการเปลี่ยนแปลง (Maintenance) และ 6) ขั้นย้อนกลับสู่พฤติกรรมเดิม (Relapse)

3) กระบวนการการเสริมพลังอำนาจ คือ เป็นแนวคิดที่ใช้เพื่อช่วยกระบวนการในการให้คำปรึกษา จะเป็นไปในลักษณะการวางเป้าหมายพฤติกรรมที่จะสามารถทำให้ตนเองเลิกยุ่งเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติด การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมา การรับรู้ว่าคุณสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ เห็นคุณค่าในตนเอง และให้โอกาสตนเองในการปรับเปลี่ยนแก้ไข รวมถึงมั่นใจในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม ผ่านการมีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และ ผู้ให้การปรึกษา การให้สมาชิกในกลุ่มวางเป้าหมายพฤติกรรมที่จะสามารถทำให้ตนเองเลิกยุ่งเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติดได้ ตามแนวคิดของกิ๊บสัน (Gibson, 1995) ที่มองการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบุคคลเป็นไปในลักษณะแนวคิดแบบพลวัต กล่าวคือ เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงที่ไม่หยุดนิ่งมีการเคลื่อนไหวตลอด

**2.2.4 ผู้ใช้ยาเสพติด** คือ ผู้ต้องหา หรือ จำเลยที่เป็นผู้ใช้ยาเสพติดที่เข้ารับบริการคลินิกจิตสังคม ที่ถูกศาลเห็นสมควรแก้ไข บำบัดฟื้นฟู บุคคลที่อยู่ภายใต้เงื่อนไขของคำสั่งศาลจังหวัดเชียงใหม่

### 3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นใหม่ มี 2 ประเภท คือ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือสำหรับวัดตัวแปร มีลักษณะดังนี้

#### 3.1 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ ประกอบด้วย

##### 3.1.1 เครื่องมือที่ใช้สำหรับวัดตัวแปร

- 1) แบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกยาเสพติด

##### 3.1.2 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

- 1) โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเลิกใช้ยาเสพติด จำนวน 6 กิจกรรม ใช้กับกลุ่มทดลอง

- 2) การให้คำปรึกษาแบบปกติ ใช้กับกลุ่มควบคุม

#### 3.2 วิธีการดำเนินการสร้างเครื่องมือวิจัยและลักษณะเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยทั้ง 2 ประเภทตามขั้นตอนดังนี้

##### 3.2.1 เครื่องมือสำหรับวัดตัวแปร (แบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด)

ดำเนินการสร้างเครื่องมือตามนิยามปฏิบัติการของตัวแปรให้ชัดเจน โดยกำหนดว่าแต่ละองค์ประกอบย่อยจะวัดด้วยข้อคำถามกี่ข้อ เพื่อให้ครอบคลุมองค์ประกอบย่อยที่ได้กำหนดไว้อย่างครบถ้วน แล้ว สร้างคำถามตามตัวแปร และ นิยามปฏิบัติการ ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยมีขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาตำรา เอกสาร งานวิจัย

การศึกษา ค้นคว้า เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มเป้าหมาย และ นิยามปฏิบัติการศึกษาวิธีการสร้างแบบสอบถาม ค้นคว้าข้อมูลที่ใช้อ้างอิง

ขั้นตอนที่ 2 กำหนดวัตถุประสงค์

ขั้นตอนที่ 3 กำหนดนิยามปฏิบัติการ

ขั้นตอนที่ 4 สร้างแบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติดให้สอดคล้องกับนิยามปฏิบัติการ วัตถุประสงค์การวิจัยและให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งผู้วิจัยได้นำ ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลของ Fishbein & Ajzen มาประยุกต์ใช้ในการออกแบบข้อคำถามในแบบสอบถามความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และ ผู้วิจัยได้ศึกษา แบบวัดความตั้งใจเลิกยาเสพติด ของวันเพ็ญ อานาจกิติกร (2552 , น. 31) มาประยุกต์ใช้ให้มีความเหมาะสมกับการนำไปใช้ทางการวิจัย เป็นแบบวัดที่มีลักษณะ เป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 4 ระดับ ได้แก่ ตรงกับความเป็นจริง, ค่อนข้างตรงกับความเป็นจริง, ค่อนข้างไม่ตรงกับความเป็นจริง, ไม่ตรงกับความเป็นจริง มีจำนวนทั้งสิ้น 14 ข้อ โดยแบ่งเป็น 2 องค์ประกอบ องค์ประกอบที่ 1 ความตั้งใจในการเลิกยาเสพติดองค์ประกอบที่ 2 ความตั้งใจไม่ร่วมกิจกรรม

ที่นำไปสู่การใช้ยาเสพติด แบ่งเป็นองค์ประกอบละ 7 ข้อมาตรฐานส่วนประมาณค่า 4 ระดับโดยมีเกณฑ์ให้คะแนน ดังนี้

- 4 หมายถึง ข้อความตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด
- 3 หมายถึง ข้อความค่อนข้างตรงกับความเป็นจริงของท่าน
- 2 หมายถึง ข้อความค่อนข้างไม่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน
- 1 หมายถึง ข้อความไม่ตรงกับความเป็นจริงของท่านเลย

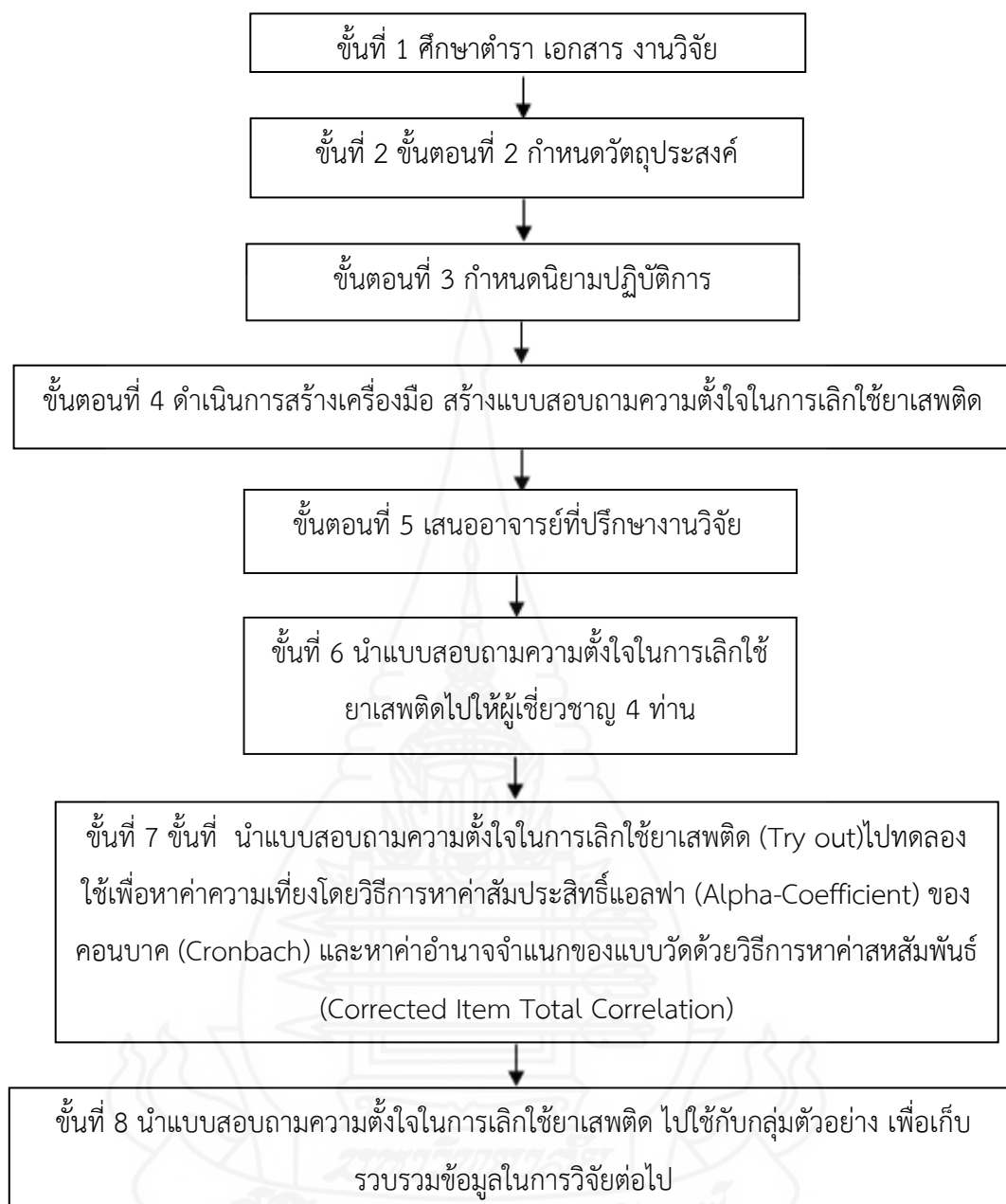
ขั้นที่ 5 นำแบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติดให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความเหมาะสมก่อนดำเนินการส่งผู้เชี่ยวชาญ

ขั้นที่ 6 นำแบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติดไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 4 ท่านตรวจสอบความ สอดคล้องของข้อความกับวัตถุประสงค์ และนิยามศัพท์ด้วยวิธีการหาค่า IOC (Index of Consistency) พบว่าได้ค่า IOC เท่ากับ 0.50-1.00 ปรากฏว่าข้อความ ผ่านเกณฑ์ 14 ข้อคำถาม

ขั้นที่ 7 ขั้นที่ นำแบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด จำนวน 14 ข้อไปทดลองใช้กับ (Try out) ผู้ใช้ยาเสพติดที่ถูกคำสั่งจากผู้พิพากษาให้เข้ารับการรับคำปรึกษาจากคลินิกจิตสังคม ๆ จำนวน 30 คน ที่มีคุณลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง แล้วนำผลที่ได้มาหาค่าความเที่ยงด้วยวิธีการ หาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) โดยมีค่าความเที่ยง (Reliability) ทั้งฉบับเท่ากับ 0.93 และหาค่าอำนาจจำแนกด้วยวิธีการหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Corrected Item Total Correlation) ค่าอำนาจจำแนกของแบบวัด มีค่าตั้งแต่ 0.37 – 0.60

ขั้นที่ 8 นำแบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด ไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยต่อไป

เพื่อการศึกษาที่เข้าใจมากขึ้นผู้วิจัยได้นำเสนอขั้นตอนการสร้างแบบแบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด เป็นแผนภาพได้ดังนี้



ภาพที่ 3.1 ขั้นตอนการพัฒนาแบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด

3.2.2 โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเลิกใช้ยาเสพติด จำนวน 6 โดยมีขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดเพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดเนื้อหา และกิจกรรมให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

ขั้นที่ 2 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง การศึกษา ค้นคว้า เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการสร้างโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อ เพื่อเสริมสร้าง



ความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการเลิกใช้ยาเสพติด รวมถึงศึกษาข้อมูลเกี่ยวข้องกับกลุ่มเป้าหมาย เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมการให้การศึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

1) การกำหนดนิยามปฏิบัติการ  
2) การกำหนด วัตถุประสงค์ของกิจกรรมแต่ละครั้ง ให้มีความสอดคล้องกับนิยามปฏิบัติการ

3) การสร้างโปรแกรมการให้การศึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการเลิกใช้ยาเสพติด โดยใช้องค์ความรู้จากทฤษฎีการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา 3 ทฤษฎี คือ ทฤษฎีในกลุ่มพฤติกรรมนิยม ทฤษฎีลำดับขั้นของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และทฤษฎีกระบวนการเสริมพลังอำนาจ รวมถึง เทคนิคการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ โดยทุกกิจกรรมจะมีกระบวนการให้การปรึกษา 3 ชั้น ดังนี้ 1) ชั้นสร้างสัมพันธภาพ 2) ชั้นดำเนินการปรึกษา และ 3) ชั้นยุติปัญหา

โปรแกรมให้การศึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดประกอบด้วยกิจกรรมจำนวน 6 ครั้ง ดังนี้

กิจกรรมที่ 1 “เราคือเพื่อนร่วมทาง”

กิจกรรมที่ 2 “เส้นทางชีวิต”

กิจกรรมที่ 3 “เรียนรู้จากเส้นทาง ”

กิจกรรมที่ 4 “วาดเส้นทางชีวิต”

กิจกรรมที่ 5 “กำลังใจบนเส้นทาง”

กิจกรรมที่ 6 “เส้นทางแห่งการเรียนรู้” การสรุปผลโปรแกรมการให้การปรึกษา

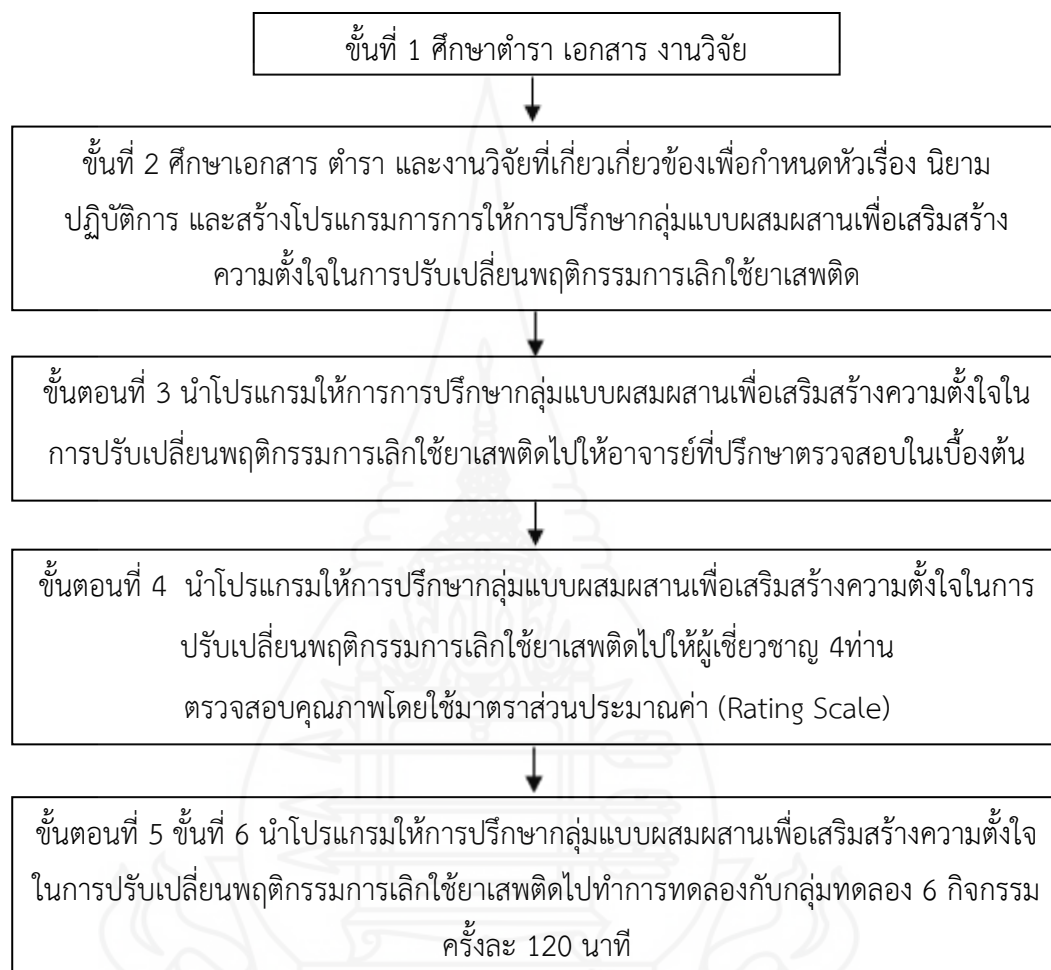
กลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการเลิกใช้ยาเสพติด

ขั้นที่ 3 นำโปรแกรมให้การศึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความเหมาะสมก่อนดำเนินการส่งผู้เชี่ยวชาญ

ขั้นที่ 4 นำโปรแกรมให้การศึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดให้ผู้เชี่ยวชาญ 4 ท่าน ตรวจสอบคุณภาพความสมบูรณ์ของเนื้อหา ภาษา และรูปแบบโปรแกรมการศึกษา ผู้เชี่ยวชาญประเมิน โดยใช้แบบประเมินที่มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีค่าที่ 4.05-4.20 คะแนน

ขั้นที่ 5 นำโปรแกรมให้การศึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดมาปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ และนำไปทดลองใช้กับกลุ่มทดลอง จำนวน 6 กิจกรรม ใช้เวลาครั้งละ 120 นาที

เพื่อความเข้าใจที่ง่ายขึ้นผู้วิจัยได้นำเสนอขั้นตอนการสร้างโปรแกรมการให้การ  
 ปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด  
 เป็นแผนภาพได้ดังนี้



ภาพที่ 3.2 ขั้นตอนการสร้างโปรแกรมให้การปรึกษา กลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด

#### 4. รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi – experimental research) โดยใช้รูปแบบกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมวัดผลก่อนและหลังการทดลอง (Pretest – Posttest Control Group Design) ซึ่งมีแบบการวิจัย ดังที่ตารางที่ 3.1 ดังนี้

ตารางที่ 3.1 แสดงรูปแบบการวิจัย

กลุ่ม	ก่อนทดลอง	โปรแกรมการทดลอง	หลังทดลอง
T	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
C	O <sub>1</sub>	~X	O <sub>2</sub>

ความหมายของสัญลักษณ์

T แทน กลุ่มทดลอง

C แทน กลุ่มควบคุม

O<sub>1</sub> แทน การวัดก่อนการทดลอง (Pretest)

O<sub>2</sub> แทน การวัดหลังการทดลอง (Posttest)

X แทน การใช้โปรแกรมการให้การศึกษาแบบผสมผสาน

X~แทน การให้คำปรึกษาแบบปกติ

## 5. วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองตามขั้นตอน ดังนี้

5.1 จัดทำหนังสือผ่านคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ถึงผู้พิพากษาหัวหน้าศาลจังหวัดเชียงใหม่ เพื่อขออนุญาตและขอความร่วมมือในการทำวิจัย

5.2 เมื่อได้รับอนุญาตแล้ว ดำเนินการวิจัยตามวิธีดำเนินการทดลองที่กล่าวมาข้างต้น รายละเอียด ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 3.2 การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแบบผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด

ครั้งที่	กิจกรรม	ระยะเวลา	วัน /เดือน/ปี
1	ทำการทดสอบก่อนการทดลอง โดยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบวัดความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด	13.00 – 15.00 น.	02/07/64
2	ปฐมนิเทศ	13.00 – 15.00 น.	02/07/64

ตารางที่ 3.2 (ต่อ)

ครั้งที่	กิจกรรม	ระยะเวลา	วัน /เดือน/ปี
3	จัดกิจกรรมครั้งที่ 1 “เราคือเพื่อนร่วมทาง”	13.00 – 15.00 น.	06/08/64
4	จัดกิจกรรมที่ 2 “ กิจกรรมเส้นทางชีวิต”	13.00 – 15.00 น.	13/08/64
5	กิจกรรมที่ 3 “เรียนรู้จากเส้นทาง ”	13.00 – 15.00 น.	20/08/64
6	กิจกรรมที่ 4 “ วาดเส้นทางชีวิต”	13.00 – 15.00 น.	27/08/64
7	กิจกรรมที่ 5 “ กำลังใจบนเส้นทาง ”	13.00 – 15.00 น.	03/09/64
8	กิจกรรมที่ 6 “เส้นทางแห่งการเรียนรู้” ทดสอบโดยการตอบแบบวัดตั้งใจในการ เลิกใช้ยาเสพติด กลุ่มทดลอง การยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม	13.00 – 15.00 น.	10/09/64
9	ทดสอบโดยการตอบแบบวัดตั้งใจในการ เลิกใช้ยาเสพติด กลุ่มควบคุม	13.00 – 15.00 น.	10/09/64

5.3 นำข้อมูลทั้งหมดมาตรวจสอบความถูกต้องให้ครบถ้วน เพื่อเตรียมการวิเคราะห์ ข้อมูล โดยใช้วิธีการทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

## 6. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวมมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ซึ่งมีรายละเอียดในการวิเคราะห์ ดังนี้

### 6.1 การวิเคราะห์ข้อมูล

6.1.1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของการพัฒนาความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด ของผู้ใช้ยาเสพติดก่อนและหลังเข้าโปรแกรมให้คำปรึกษา

**6.1.2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด** ของผู้เข้าเสพติด ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง

## 6.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

### 6.2.1 สถิติพื้นฐาน ได้แก่

- 1) ค่าเฉลี่ย (Mean)
- 2) เบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

### 6.2.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

- 1) ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เพื่อหาคุณภาพของแบบวัดความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด
- 2) ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายชื่อของแบบวัดความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด เหมาะสมในการใช้วัดความตั้งใจในพฤติกรรมเลิกใช้ยาเสพติด โดยการหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Item total Correlation )
- 3) ค่าความเที่ยงเพื่อหาคุณภาพของแบบวัดความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด โดยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha – Coeficent) ของครอนบาค

## 6.3 สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

**6.3.1 เปรียบเทียบความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด** ของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด โดยใช้ Wilcoxon Signed Ranks Test

**6.3.2 เปรียบเทียบผลต่างของความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด** ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมระหว่างการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด โดยใช้สถิติ Mann - Whitney U Test



## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่องผลการใช้โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดของ ผู้ใช้ยาเสพติดที่เข้ารับบริการคลินิกจิตสังคมศาลจังหวัดเชียงใหม่

#### 1. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

ในงานวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์

1.1 เพื่อเปรียบเทียบความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด ของผู้ใช้ยาเสพติดก่อนและหลังเข้าโปรแกรมให้คำปรึกษา

1.2 เพื่อเปรียบเทียบความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด ของผู้ใช้ยาเสพติด ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง

#### 2. สัญลักษณ์ และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

2.1 สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

$n$	แทน	จำนวนผู้ใช้ยาเสพติดในกลุ่มตัวอย่าง
$Mdn$	แทน	ค่ามัธยฐาน
$Q.D.$	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์
*	แทน	ระดับนัยสำคัญที่ .05

#### 3. การเสนอผลงานวิจัย

3.1 นำเสนอข้อมูลรายบุคคลของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดนำเสนอในตารางที่ 4.1

3.2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของระดับความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติดกลุ่มทดลองก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด นำเสนอในตารางที่ 4.2

3.3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของระดับความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติดกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง นำเสนอในตารางที่ 4.3

3.4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของระดับความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติดความระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง นำเสนอในตารางที่ 4.4

#### 4. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลรายบุคคลของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด

รหัสสมาชิก	เพศ	อายุ	ยาเสพติดที่ตรวจเจอ (ถูกดำเนินคดี)	ระยะเวลาในรายงาน ตัวกับคัมประพฤติ	การถูก ดำเนินคดี
ID 1	ชาย	24	ยาบ้า	2 ปี	ครั้งที่ 1
ID 2	ชาย	25	ยาบ้า	3 ปี	ครั้งที่ 1
ID 3	ชาย	24	ยาบ้า	3 ปี	ครั้งที่ 3
ID 4	ชาย	22	เฮโรอีน	3 ปี	ครั้งที่ 2
ID 5	ชาย	19	ยาบ้า	2 ปี	ครั้งที่ 1
ID 6	ชาย	19	ยาบ้า	3 ปี	ครั้งที่ 2

จากตารางที่ 4.1 พบว่าข้อมูลรายบุคคลของกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด มีสมาชิกในกลุ่ม อยู่ 6 คน เป็นเพศชาย อายุระหว่าง 19-25 ปี ถูกดำเนินคดีโดยการใช้ยาเสพติด ได้แก่ ยาบ้า และ เฮโรอีน มีระยะในการรายงานตัวกับคัมประพฤติ ในระหว่าง 2 ปี – 3 ปี ถูกดำเนินคดี มาแล้ว 1 ครั้ง จำนวน 3 คน ถูกดำเนินคดี มาแล้ว 2 ครั้ง จำนวน 2 คน และ ถูกดำเนินคดีมาแล้วจำนวน 3 ครั้ง 1 คน

ตารางที่ 4.2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของระดับความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติดกลุ่มทดลองก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมการให้การศึกษา กลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติด

กลุ่มทดลอง	n	<i>Mdn</i>	<i>Q.D.</i>	The Wilcoxon Matched Pairs Signed Ranks Test	p-value
ก่อนการทดลอง	6	42.00	3.00	2.21*	0.03
หลังการทดลอง	6	56.00	4.00		

\* $p < .05$

จากตารางที่ 4.2 พบว่า ภายหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษาของกลุ่มแบบผสมผสาน มีคะแนนเฉลี่ยระดับความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติดกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ 4.3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของระดับความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติดกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง

กลุ่มทดลอง	n	<i>Mdn</i>	<i>Q.D.</i>	The Mann-Whitney U Test	p-value
กลุ่มทดลอง	6	42.00	3.00	0.95	0.34
กลุ่มควบคุม	6	41.50	3.00		

จากตารางที่ 4.3 พบว่า ก่อนการทดลองกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 4.4 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของระดับความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติดความระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง

กลุ่มทดลอง	n	Mdn	Q.D.	The Mann-Whitney U Test	p-value
กลุ่มทดลอง	6	56.00	4.00	3.10*	0.00
กลุ่มควบคุม	6	43.50	3.00		

\*p< .05

จากตารางที่ 4.4 พบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน มีคะแนนเฉลี่ยระดับความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ใช้การให้การปรึกษาแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้



## บทที่ 5

### สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาเรื่อง ผลการใช้โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติดที่เข้ารับบริการ คลินิกจิตสังคมศาลจังหวัดเชียงใหม่ สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ ดังต่อไปนี้

#### 1. สรุปการวิจัย

##### 1.1 วัตถุประสงค์

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้

1.1.1 เพื่อเปรียบเทียบผลของการพัฒนาความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด ของผู้ใช้ยาเสพติดก่อนและหลังเข้าโปรแกรมให้คำปรึกษา

1.1.2 เพื่อเปรียบเทียบความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด ของผู้ใช้ยาเสพติด ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง

##### 1.2 สมมติฐานการวิจัย

1.2.1 ผู้ใช้ยาเสพติดมีความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด สูงขึ้นภายหลังได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

1.2.2 ผู้ใช้ยาเสพติดกลุ่มทดลองมีความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด สูงขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง

##### 1.3 วิธีดำเนินการวิจัย

1.3.1 ประชากร ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็น ผู้เข้ารับบริการ คลินิกจิตสังคม ศาลจังหวัดเชียงใหม่บุคคลที่อยู่ภายใต้เงื้อมมือของคำสั่งศาลจังหวัด ให้เข้ารับบริการให้คำปรึกษาและเป็นผู้นิยามให้ความร่วมมือในการบำบัด จำนวน 12 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 6 คน กลุ่มควบคุมจำนวน 6 คน ในช่วงอายุ 19- 25 ปี และใช้วิธีการ ที่อยู่ในระดับความเสี่ยงในการกลับไปใช้ยาเสพติดในระดับปานกลาง โดยการใช้แบบคัดกรองของ คลินิกจิตสังคม ฯ ในปีงบประมาณ 2564 โดยมีคุณสมบัติดังนี้

- ผู้เข้าร่วมกิจกรรม อายุระหว่าง 19-23 ปี
- สามารถอ่าน ฟัง เขียน ภาษาไทยได้ ไม่มีปัญหาการได้ยิน



- ไม่มีอาการถอนพิษยา เช่น ปวดหัว หงุดหงิด ไม่มีสมาธิ จนเป็นอุปสรรคต่อการบำบัด

- ยินยอมให้ความร่วมมือในการบำบัด

**1.3.2 กลุ่มตัวอย่าง** กลุ่มตัวอย่างเป็นการเลือกแบบเจาะจง ผู้เข้ารับบริการ คลินิกจิตสังคม ศาลจังหวัดเชียงใหม่ บุคคลที่อยู่ภายใต้เงื้อมมือของคำสั่งศาลจังหวัด ให้เข้ารับบริการการให้คำปรึกษา และ เป็นผู้ยินยอมให้ความร่วมมือในการบำบัด จำนวน 12 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 6 คน กลุ่มควบคุมจำนวน 6 คน

### 1.3.3 ตัวแปรที่ศึกษา

1) ตัวแปรอิสระที่จัดทำ ได้แก่ โปรแกรมให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน (ใช้กับกลุ่มทดลอง) จำนวน 6 กิจกรรม แต่ละกิจกรรมใช้เวลาทำกิจกรรมครั้งละ 120 นาที และ การให้คำปรึกษาแบบปกติ (ใช้กับกลุ่มควบคุม)

2) ตัวแปรตาม คือ ความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเลิกใช้ยาเสพติด

## 1.4 ผลการวิจัย

ผลการวิจัยมีสาระสำคัญสรุปได้ดังต่อไปนี้

1.4.1 ภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษากลุ่มแบบผสมผสานกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.4.2 ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมให้การศึกษากลุ่มแบบผสมผสาน มีคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ใช้การให้การปรึกษาแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## 2. อภิปรายผล

จากการให้คำปรึกษาโดยใช้โปรแกรมการให้การศึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติดที่เข้ารับบริการคลินิกจิตสังคม ศาลจังหวัดเชียงใหม่ พบว่า

2.1 ผู้ใช้ยาเสพติดที่ได้เข้ารับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติด ให้มีความตั้งใจในการเลิกพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ 1 แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติด สามารถพัฒนาผู้ใช้ยาเสพติดให้มีพฤติกรรมเลิกใช้ยาเสพติดได้

จากผลการวิจัยสามารถอธิบายได้ว่าโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดผู้วิจัยใช้แนวคิดในการจัดกระบวนการกลุ่มแบบผสมผสานที่นำแนวคิดทฤษฎีทางจิตวิทยาที่ผสมผสานกันรวมถึงเทคนิคมาจัดกระบวนการ ให้มีความสอดคล้องกับ Coray (2012, p. 448) ที่ให้ความหมายของการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานไว้ว่าการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานนั้นเป็นการผสมผสานทฤษฎีการปรึกษาอย่างมีจุดมุ่งหมายการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานนั้นคือการนำเอาทฤษฎีมาใช้ให้มีความเหมาะสมต้องการ และจุดมุ่งหมายของผู้รับคำปรึกษานั้นเองซึ่งการจัดกิจกรรมในโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติด กับบุคคลที่เป็นกลุ่มผู้ใช้ยาเสพติดเป็นสมาชิกในการจัดกระบวนการ ในด้านมุมมองการให้บริการเกี่ยวกับกลุ่มสมาชิกผู้วิจัยได้ใช้แนวคิดมนุษยนิยมที่เชื่อในศักยภาพของบุคคล เคารพศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ มองว่าบุคคลสามารถเรียนรู้จากความผิดพลาดและพัฒนาได้มาใช้เป็นแนวคิดในการทำงานกับกลุ่มสมาชิก ในกระบวนการของการจัดกิจกรรม สมาชิกจะอยู่ในบรรยากาศที่ผ่อนคลาย ปลอดภัย ภายใต้ความเข้าใจโดยปราศจากเงื่อนไข ในส่วนโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานผู้วิจัยได้นำทฤษฎีการปรึกษาทางจิตวิทยา มาประยุกต์ใช้ร่วมกันได้แก่ ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เป็นแนวคิดพื้นฐานในการจัดกิจกรรมที่ 1 - 6 ที่ทำให้สมาชิกในกลุ่ม เกิดการเรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างการทำกับผลที่เกิดจากการกระทำ เรียนรู้เงื่อนไขของสิ่งเร้ากับการเกิดพฤติกรรม ทำให้สมาชิกได้เรียนรู้ว่าทำอะไรแล้วจะนำไปสู่ผลอะไร เรียนรู้ความสัมพันธ์ของพฤติกรรมเกิดความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม และสามารถเรียนรู้ได้ว่าพฤติกรรมสามารถเปลี่ยนแปลงได้ ถ้ามีการสร้างเรียนรู้เกี่ยวกับการจัดการสภาพแวดล้อมอย่างเหมาะสม พฤติกรรมก็จะสามารถถูกควบคุมได้ มีความสอดคล้องกับ ครัมโบลท์ (Krumoltz, 1964 อ้างถึงใน นิภาพร พลหงส์, 2446, น. 9 -10) ที่ได้ให้ความหมายการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม ซึ่งมีรากฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้แบบคลาสสิก (Classical Conditioning) ทฤษฎีการเรียนรู้เงื่อนไขไขผลกรรม (Operant Conditioning) ที่เชื่อว่ามนุษย์ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมดังนั้นกระบวนการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมจึงเป็นการจัดสภาพแวดล้อมใหม่ เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการเรียนรู้ของผู้รับการปรึกษา ผู้ให้การปรึกษาจะให้ความสำคัญกับพฤติกรรมที่มนุษย์แสดงออกมาจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สังเกตได้และวัดได้ ในกระบวนการของกิจกรรมผู้วิจัยจะเน้นที่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาอย่างมีขั้นตอนแต่พฤติกรรมของมนุษย์มีการเปลี่ยนแปลงเป็นพลวัต องค์ประกอบที่สำคัญที่จะเป็นแรงเสริมช่วยให้การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสำเร็จ และคงอยู่กับกลุ่มสมาชิกอีกองค์ประกอบหนึ่ง ในงานวิจัยที่ผู้วิจัยให้ความสำคัญ คือ ความตั้งใจ ที่เป็นการแสดงถึงเจตนาที่จะกระทำพฤติกรรมหรือความพร้อมที่จะแสดงพฤติกรรมของผู้ใช้ยาเสพติดที่มีความพร้อมในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองในการเลิกใช้ยาเสพติด องค์ประกอบในส่วนของความตั้งใจส่งผลต่อการกำหนดพฤติกรรมหรือ มีส่วนช่วยป้องกันพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้เกิดขึ้นกับกลุ่มสมาชิกที่เป็นผู้ใช้ยาเสพติด ซึ่งสอดคล้องกับ กัลยา ไชยเลิศ (2541, น. 72) กล่าวว่า ความตั้งใจ เป็นเจตนาของบุคคลที่

พยายามจะปฏิบัติ หรือ มีการวางแผนที่จะปฏิบัติตนเพื่อที่จะกระทำพฤติกรรมที่เป็นเป้าหมายให้สำเร็จ ซึ่งในการจัดกิจกรรมสมาชิกจะได้เรียนรู้ผ่านกระบวนการของความคิดที่แสดงถึงการวางแผนที่จะพยายามทำซึ่งความตั้งใจ เป็นปัจจัยการจูงใจในการทำพฤติกรรม เรียนรู้ผลดี และ ผลเสียของพฤติกรรมของตนเอง มองตัวเองในอนาคตได้ว่า ถ้าคงพฤติกรรมที่ได้กำหนดไว้ได้สำเร็จผลจะเป็นเช่นไร เรียนรู้ในความรับผิดชอบ ในพฤติกรรมของตนเอง ในส่วนลำดับขั้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ผู้วิจัยใช้ ทฤษฎีลำดับขั้นของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ของ โปรทกลาสกล่า และ ไดค्लीมันท์ (Prochaska JO and Carlo Diclemente , อ้างอิงใน นันทา ชัยพิชิตพันธ์, 2556, น. 25- 26) มีลำดับขั้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็น 6 ขั้น ซึ่งประกอบด้วย 1) ชั้นความตั้งใจในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม 2) ชั้นความตั้งใจที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม 3) ชั้นเตรียมการ 4) ชั้นปฏิบัติการ 5) ระดับพฤติกรรมคงที่ และ 6) การกลับไปมีปัญหาซ้ำ ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาประยุกต์ใช้ในกิจกรรมที่ 2 จนถึงกิจกรรมที่ 6 ในขั้นตอนของลดความวิตกกังวลที่เป็นความรู้สึกภายใน ที่มักจะเกิดขึ้น เมื่อต้องมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่สมาชิกเคยปฏิบัติมาในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนั้นได้มีการนำการเสริมพลังอำนาจภายใน (Empowerment) ตามแนวคิดของกิบสัน (Gibson, 1995) มาใช้ในการช่วยให้สมาชิก เรียนรู้จากประสบการณ์ที่ผ่านมา ผลดี ผลเสีย จนไปถึงขั้นตอนทางความคิดที่ แน่วแนในการระบุพฤติกรรม มองเห็นการเปลี่ยนแปลงที่เป็นรูปธรรมเพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความเชื่อและการเห็นคุณค่าภายในตนเองที่จะสามารถกระทำพฤติกรรมนั้นตามที่ตนเองได้ระบุไว้ได้รวมถึงการลดแรงต้านในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในส่วนการเสริมแรงในการกระทำพฤติกรรมผู้วิจัยใช้ การสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ MI (สังวรรณ สมบัติใหม่, 2552, น. 7-12) มาใช้กระตุ้นให้สมาชิกและจัดการกับความรู้สึกที่กังวลใจของตนเองได้ ซึ่งเป้าหมายของการของการใช้การสัมภาษณ์แบบนี้ จะเป็นกระบวนการพูดคุยที่ช่วยกระตุ้นให้สมาชิกกล่าวข้อความที่จูงใจตนเอง ข้อความที่สะท้อนถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ร่วมกับเทคนิคการเสริมแรงในการสนับสนุน กำลังใจในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของสมาชิกในการกระทำพฤติกรรมนั้นได้สำเร็จการที่ผู้ใช้ยาเสพติดที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติดสูงขึ้นไปนั้น เป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างได้ผ่านการเข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้กระบวนการกลุ่มโดยมีผู้วิจัยเป็นผู้สนับสนุนสมาชิกในกลุ่มผู้ใช้ยาเสพติด เรียนรู้จากความผิดพลาดในเส้นทางชีวิตที่ผ่านมา เรียนรู้ผลที่เกิดขึ้นจากพฤติกรรม ทั้งด้านที่ดี และด้านที่ไม่ดี เจือปนพฤติกรรมที่เกิดขึ้นเมื่อเจอสถานการณ์ที่ใช้ยาเสพติดเดิม และพัฒนาตนเองไปสู่พฤติกรรมที่เลิกใช้ยาเสพติดได้ให้การยอมรับและเคารพในการสร้างแนวทางแก้ไขปัญหาพฤติกรรมที่จะนำไปสู่การจุดหมายใหม่ที่สมาชิกได้ ตั้งความหวังไว้เชื่อในศักยภาพของสมาชิก สมาชิกจะอยู่ในกระบวนการให้คำปรึกษาในบรรยากาศที่ผ่อนคลายปลอดภัยภายใต้ความเข้าใจ โดยปราศจากเงื่อนไข สอดคล้องกับ โอองการ หันตะตะ (2561 : 17) ได้กล่าวว่า แนวคิดพื้นฐานของสกินเนอร์ เป็นผู้คิดหลักการนี้ เขาเสนอว่า ความถี่ของพฤติกรรมที่แสดงขึ้นอยู่กับผลที่ตามมา “ผลที่เกิดจากการกระทำ หรือผลกรรม” เรียนรู้จากความผิดพลาดของพฤติกรรมที่ตนเองได้ทำในอดีต เรียนรู้เงื่อนไขระหว่าง

พฤติกรรมที่เกิดขึ้นเมื่อเจอสถานการณ์เดิม ตะหนักรถึงความสำคัญของผลจากพฤติกรรม ที่ตนเองได้เลือกปฏิบัติที่จะตอบสนองกับสถานการณ์ และ ระบุการกระทำพฤติกรรมใหม่ รับผิดชอบต่อความสามารถของตนเองที่สามารถจัดการกับปัจจัยที่นำไปให้เกิดความล้มเหลว มั่นใจในศักยภาพของตนเอง รวมถึงสร้างเป้าหมายในชีวิตที่เป็นรูปธรรมเห็นคุณค่าของตนเองมีแรงจูงใจที่จะเปลี่ยนแปลงชีวิตในการพยายามป้องกันตนเองที่จะไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดและในส่วนตัวแปรที่สนับสนุนพฤติกรรมให้เกิดผลสำเร็จผู้วิจัยให้ความสำคัญกับความตั้งใจในการความตั้งใจในการเลิกพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด สอดคล้องกับ กัลยา ไชยเลิศ, (2541: 72) กล่าวว่า ความตั้งใจ เป็นเจตนาของบุคคลที่พยายามจะปฏิบัติ หรือ มีการวางแผนที่จะปฏิบัติตนเพื่อที่จะกระทำพฤติกรรมที่เป็นเป้าหมายให้สำเร็จ ความตั้งใจในการเลิกยาเสพติด เป็นการแสดงถึงเจตนาของผู้เลิกยาเสพติดที่พยายามปฏิบัติตนเพื่อเลิกยาเสพติด ในด้านการยึดเหนี่ยวจิตใจ การไม่ใช้ยาเสพติดแก้ปัญหาการหลีกเลี่ยงเพื่อนที่เสพยาเสพติด การหลีกเลี่ยงจากสิ่งแวดล้อมที่มีการค้ายาเสพติด กิจกรรมภายในโปรแกรม สร้างให้เกิดความตั้งใจเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดอย่างเป็นลำดับขั้น ทั้ง 6 กิจกรรมเป็นการจัดการเรียนรู้เพื่อให้ กลุ่มทดลองที่มีพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดเกิดความตั้งใจในการเลิกพฤติกรรมใช้ยาเสพติดโดยกิจกรรมภายในโปรแกรม แบ่งเป็น

1) กิจกรรมที่ 1 “เราคือเพื่อนร่วมทาง” เป็นกิจกรรมสร้างสัมพันธ์ภาพ ความไว้วางใจ และสร้างประสบการณ์การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม ระยะเวลาดำเนินกลุ่ม ประโยชน์ของการเข้าร่วม ผ่านกิจกรรม “ถนนแห่งการเรียนรู้” เพื่อให้สมาชิกได้รับรู้ถึงเรื่องราวของสมาชิกในกลุ่ม ที่มีความต้องการในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านการเลิกใช้ยาเสพติดเหมือนกัน คล้ายความกดดันในการบอกเล่าเรื่องราวที่ผิดพลาดที่ผ่านมาของตนเอง ผ่านถนนแห่งการเรียนรู้ของกลุ่ม โดยการให้ สมาชิกในกลุ่มได้แสดงความคิดเห็น การวางแผนปรับปรุงตนเอง พร้อมทั้งการเรียนรู้การยอมรับฟังความคิดเห็น ความรู้สึกนึกคิดของสมาชิกคนอื่น รับผิดชอบต่อในการเข้าร่วมกิจกรรมจนยุติกระบวนการ โดยมีผู้ให้การศึกษาซึ่งเป็นผู้ที่ให้ความช่วยเหลือ ซึ่งสอดคล้อง กับ โอลิ่ง เฟงจินดา (2554 : 29) กล่าวว่า การให้การศึกษากลุ่มเป็นกระบวนการที่ช่วยเหลือให้บุคคลที่มีปัญหาคล้าย ๆ กัน มาปรึกษาหารือร่วมกันเพื่อการยอมรับ และหาแนวทางในการแก้ปัญหาร่วมกัน หลังจากสมาชิกมีได้ทำกิจกรรม “ถนนแห่งการเรียนรู้” ผู้วิจัยให้สมาชิก ประเมินตนเองใน “ใบงาน ระดับความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเลิกยาเสพติด” เพื่อให้สมาชิกเข้าใจได้วัดระดับความตั้งใจในการเปลี่ยนแปลงตนเอง และ เพื่อเตรียมความพร้อมไปสู่กิจกรรมต่อไปจนจบกระบวนการสอดคล้องกับ กัลยา ไชยเลิศ, (2541: 72) กล่าวว่า ความตั้งใจเป็นเจตนาของบุคคลที่พยายามจะปฏิบัติ หรือ มีการวางแผนที่จะปฏิบัติตนเพื่อที่จะกระทำพฤติกรรมที่เป็นเป้าหมายให้สำเร็จ เป็นเจตนาของผู้เลิกยาเสพติดที่พยายามปฏิบัติตนเพื่อเลิกยาเสพติด

2) กิจกรรมที่ 2 “เส้นทางชีวิต” แนวคิดในกิจกรรมที่ 2 เป็นการสร้างแรงจูงใจในการเปลี่ยนแปลงการ การค้นพบสภาพการณ์จริง การฝึกทักษะในการทำความเข้าใจกับ สถานการณ์



การแสวงหาทางเลือก การพิจารณาอย่างมีวิจารณญาณ เพื่อให้เกิดมุมมองใหม่ โดยเริ่มจากผู้วิจัยนำสมาชิกเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้เรื่องราวชีวิต ผ่านการสะท้อนประสบการณ์ตามช่วงชีวิต ตามสภาพแวดล้อมที่เป็นจริงผ่านการเขียน Timeline ชีวิต ให้สมาชิกเริ่มจากช่วงอายุที่ตนเองได้เริ่มเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด และผลที่เกิดขึ้นจากพฤติกรรมที่เกิดจากการใช้ยาเสพติด ทั้งด้านที่ดี และ ด้านที่ไม่ดี พร้อมเล่าสถานการณ์ในช่วง Timeline ชีวิตของตนเองให้สมาชิกในกลุ่มฟัง เช่น สมาชิกสะท้อนการเรียนรู้เงื่อนไขที่ทำให้ตนเองเกิดพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด สถานการณ์เวลาตนเองมีเรื่องคิดมาก วิตกกังวล และ เมื่อตนเองอยู่กับกลุ่มเพื่อน ที่ใช้ยาเสพติด สมาชิกกำหนดเงื่อนไขในการเปลี่ยนแปลงใหม่ แรงจูงใจทำให้สมาชิกอยากหยุดพฤติกรรมใช้ยาเสพติด ผู้รับบริการรายหนึ่ง ได้บอกถึง แรงจูงใจทำให้สมาชิกอยากหยุดพฤติกรรมใช้ยาเสพติด “ ผู้รับบริการบอกถึงความคิดต่อครอบครัวที่เปลี่ยนไป รับรู้ถึงความห่วงใยจากครอบครัว และ คนที่หวังดีกับตนเองอย่างแท้จริง คือ บิดา และ มารดา เพื่อนสนิทสมัยเด็กที่” ในส่วนของการเรียนรู้ประสบการณ์ของแต่ละบุคคลจาก Timeline ชีวิต มีความสอดคล้องกับ แนวคิด Gibson (1993, อ้างอิงใน วิภา อิศรางกูร ณ อยุธยา, 2555, น. 15-17) ขั้นตอนที่ 1 การค้นพบสภาพการณ์จริงเมื่อบุคคลสามารถค้นพบปัญหาตามสภาพการณ์จริง และเกิดความรู้สึกคับข้องใจในการดูแลตนเอง จะส่งผลให้บุคคลได้พัฒนาตนเองขึ้น ช่วยให้กลับมาประเมินปัญหา และคิดพินิจพิเคราะห์ถึงสถานการณ์หรือสิ่งที่เกิดขึ้นทั้งหมดในแง่มุมต่างๆ ให้เกิดความเข้าใจชัดเจน เพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น และในส่วนของสถานการณ์ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของสมาชิกที่ได้บอกเล่าใน Timeline ที่ทำให้สมาชิกได้เรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างการกระทำกับผลที่เกิดจากการกระทำ สอดคล้องกับ แนวคิดพื้นฐานของสกินเนอร์ สกินเนอร์มีแนวคิดที่ว่าพฤติกรรมเกิดจากการเรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างการกระทำกับผลที่เกิดจากการกระทำ ความสัมพันธ์ระหว่างการกระทำกับผลจากการกระทำ ทำให้บุคคลเรียนรู้ว่าทำอะไรแล้วจะนำไปสู่ผลอะไร ซึ่งในกิจกรรมที่ 2 นี้ ถือเป็นลำดับขั้น ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ขั้นที่ 1. คือ ขั้นไม่สนใจปัญหา (Pre- contemplation stage) พัฒนาขึ้นโดย Prochaska JO and Carlo Diclemente (1997, อ้างอิงใน ภาณีต หลีเจริญ, 2556, น. 21) ในลำดับขั้นนี้ สมาชิกในกลุ่ม จะมีความว่าตนเองสามารถควบคุมการใช้ยาเสพติดได้ มักโทษคนรอบข้างที่ทำให้ตนเองต้องมีพฤติกรรมใช้ยาเสพติด การตอบสนองที่เหมาะสมคือการให้ข้อมูลสะท้อนกลับ และการให้ข้อมูลความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้อง การให้ข้อมูลที่ได้จากการประเมินผู้รับบริการปรึกษา อย่างตรงไปตรงมา เน้น เหตุผลเป็นกลางไม่ชี้นำ

- ผู้วิจัยสนับสนุนให้สมาชิก วาดเส้นทางชีวิตของตนเองขึ้นมาใหม่อีกครั้ง สมาชิกต้องระวังก่อนใจพฤติกรรมที่เกิดขึ้นเมื่อเจอสถานการณ์เดิม และ เกิดระบุงการกระทำพฤติกรรมที่ขึ้นกับสถานการณ์นั้นใหม่รวมถึงเป้าหมายชีวิตของตนเอง ระหว่างทางของเส้นทางสมาชิกจะเจออะไรที่จะเป็นอุปสรรคเขียนพฤติกรรมที่จะเปลี่ยนแปลงอันดับแรกทีสมาชิกคิดว่าตนเองสามารถทำได้ก่อน สอดคล้องกับ ลำดับขั้น ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ขั้นที่ 2. คือ ขั้นลังเลใจ (Contemplation stage) พัฒนาขึ้นโดย Prochaska JO and Carlo Diclemente (Prochaska JO and Carlo Diclemente , 1997,



อ้างอิงใน ภาณิต หลีเจริญ, 2556, น. 21) ยอมรับว่าการใช้ยาเสพติดมีผลเสียอาจมีผลกระทบในทางลบ เริ่มพิจารณาการเปลี่ยนแปลง ในการทำกิจกรรม “เส้นทางชีวิต” ผู้วิจัย สนับสนุนให้สมาชิก ให้เกิดการ แลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน ผู้ให้การปรึกษากระตุ้นให้สมาชิกให้กำลังใจซึ่งกันและกันสร้างคำพูดที่จะเป็น แรงจูงใจให้ตนเองสามารถทำพฤติกรรมที่ได้เขียนไว้ได้ เช่น ผู้รับบริการรายหนึ่งได้กล่าวว่า “ ผมเชื่อว่า พวกเราในกลุ่มจะทำให้มันเกิดขึ้นได้” และผู้รับบริการอีกรายหนึ่งได้กล่าวว่า “ พวกเราทุกคนมีครอบครัว ที่ให้ออกาสและเป็นกำลังใจในการหยุดการใช้ยาเสพติด เราต้องทำให้ได้” ผู้รับบริการอีกรายหนึ่งได้กล่าว ไว้ว่า “ เพื่ออนาคตของเรา เราต้องเริ่มทำอะไรให้กับตนเองที่เปลี่ยนไปจากเดิมที่เคยทำมา และเราจะ ไม่กลับไปใช้ยาเสพติดอีกให้ได้” สอดคล้องกับ สังวรรณ สมบัติใหม่ ( 2552, น. 7-12) ที่ได้ศึกษาโดยใช้ เทคนิค การสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ ให้สมาชิก มองเห็นถึงความขัดแย้งที่มีอยู่ของตนเองเพื่อ ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง เห็นความแตกต่างระหว่างสิ่งที่เขาอยากเป็นกับสิ่งที่เขาเป็นอยู่ในปัจจุบัน และ เมื่อเขาเห็นว่าพฤติกรรมดังกล่าวเป็นอุปสรรคต่อเป้าหมายสำคัญของเขา โอกาสที่เขาจะเปลี่ยนแปลง ก็เป็นไปได้มากขึ้น นั่นคือแรงจูงใจในการเปลี่ยนแปลงจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลนั้นรับรู้ว่าคุณสมบัติในปัจจุบัน เป็นอุปสรรคอย่างไรกับเป้าหมายสำคัญในชีวิต

3) กิจกรรมที่ 3 “เรียนรู้จากเส้นทาง” เข้าสู่การตัดสินใจที่จะเปลี่ยนแปลง เมื่อสมาชิก เรียนรู้สะท้อนประสบการณ์ตามช่วงชีวิต ตามสภาพแวดล้อม ผลที่เกิดขึ้นจากพฤติกรรมที่เกิดจากการใช้ยา เสพติด ทั้งด้านที่ดี และ ด้านที่ไม่ดี และ วาดเส้นทางชีวิตของตนเองขึ้นมาใหม่อีกครั้ง ผู้วิจัยนำสมาชิกการ ทำกิจกรรมให้สมาชิกทำความเข้าใจกับปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ทบทวน สิ่งเร้าที่จะทำให้ สมาชิกกลับไปยุ่งเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติดอีกมีปัจจัยที่จะทำให้สมาชิกเสี่ยงต่อการกลับไปใช้ยาเสพติดซ้ำ ถ้ายังคงอยู่ใกล้ หรือถูกทำให้อยู่ในสถานการณ์นั้น และคาดการณ์ผลที่จะเกิดขึ้นถ้าตนเองยังมีพฤติกรรมใช้ ยาเสพติดอยู่ ยกตัวอย่าง เช่น สมาชิกระบุถึงสิ่งเร้าที่ทำให้สมาชิกกลับไปยุ่งเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติด ผู้รับบริการรายหนึ่งกล่าวว่า “ ทะเลาะกับครอบครัว เจอเพื่อนที่ใช้ยาเสพติด และได้สะท้อนความคิด อารมณ์ กับสถานการณ์ “ความเครียด เมื่อได้ใช้ยาแล้วสมองโล่งขึ้น รู้สึกสบายขึ้น และ หลับสนิท” และ ได้อธิบายถึง ผลของพฤติกรรม “มีการติดต่อกับคนขายยาเสพติด ใช้ยาเสพติด มึนหัวไม่สบายตัวหลังจาก ใช้ยาเสพติดแล้ว หงุดหงิดใส่คนในครอบครัว ตะคอกใส่มารดา” ในการสะท้อนความคิดและพฤติกรรมใน ส่วนนี้ มีความสอดคล้องกับ แนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เป็นการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นโดยการเชื่อมโยงจาก สิ่งเร้า และ การตอบสนองต่อสิ่งเร้า และมีตัวเสริมแรงเป็นสิ่งกระตุ้นจูงใจ ซึ่งถ้าหากต้องการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมสามารถเรียนรู้จากการเชื่อมโยงของสิ่งเร้า การตอบสนองต่อสิ่งเร้า และมีตัวเสริมแรงเป็นสิ่ง กระตุ้นจูงใจ ต่อมาผู้วิจัยให้สมาชิกระบุพฤติกรรมใหม่และ สำรวจตนเอง อะไรจะเป็นปัจจัยที่จะบั่นทอน ทำให้สมาชิกหมดความตั้งใจ และ ลดความมั่นใจในศักยภาพของตนเอง และหลังจากสมาชิกได้ระบุ พฤติกรรมใหม่ ต่อสถานการณ์ ความคิด และอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับสถานการณ์มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างไร เช่น สมาชิกรายหนึ่งระบุถึง ระบุพฤติกรรมใหม่ กับสถานการณ์นั้น สมาชิกได้กล่าวว่า “ ระบุถึงเมื่อเกิด

เหตุการณ์ทะเลาะกับคนในบ้าน ตนเองขอเลิกเดินหนีออกจากสถานการณ์ตรงนั้นก่อน สงบอารมณ์ให้ใจเย็นขึ้น แล้วค่อยกลับไปอธิบายเหตุผลให้ คนที่ตนเองทะเลาะด้วยอีกครั้ง แบบใจเย็น และมีสติมากขึ้น ตนเองต้องไม่กลับไปยุ่งเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติดอีก เพื่อครอบครัว และ คนรัก ผมต้องเข้มแข็งและไม่ใช้ยาเสพติดอีก ” ในการสะท้อนของสมาชิก มีความสอดคล้องกับ Gibson (1993, อ้างอิงใน วิธนา อิศรางกูร ณ อยุธยา, 2555, น. 15-17) ขั้นตอนที่ 2 การสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ บุคคลสามารถค้นพบปัญหาตามสภาพการณ์จริง คิดพินิจพิเคราะห์ถึงสถานการณ์หรือสิ่งที่เกิดขึ้นทั้งหมดในแง่มุมต่าง ๆ ให้เกิดความเข้าใจชัดเจนเพื่อนำไปสู่การ แก้ปัญหา และการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น เมื่อสมาชิกมีได้มีการลองระบุพฤติกรรมใหม่ และรับรู้ถึงความคิด และอารมณ์ ของตนเองมีการเปลี่ยนแปลง เห็นถึงผลของพฤติกรรมที่แตกต่างจากเดิม สมาชิกเริ่มเรียนรู้ว่าพฤติกรรมของตนเองนั้น สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ในขั้นนี้จะช่วยให้เกิดการพัฒนาความรู้สึกมีอำนาจในการควบคุมตนเอง ขอให้สมาชิกทบทวนถึง ผลดี ผลเสีย ทุกครั้งเมื่อเกิดความลี้ใจ และ พยายามทำพฤติกรรมด้านที่ดีที่ตนเองได้ระบุไว้ ออกมาก่อน หมั่นทำสม่ำเสมอ ๆ มีความสอดคล้องกับ ลำดับขั้น ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ขั้นที่ 3. คือ ขั้นตัดสินใจเปลี่ยนแปลง (Determination stage) พัฒนาขึ้นโดย Prochaska JO and Carlo Diclemente (Prochaska JO and Carlo Diclemente , 1997,อ้างอิงใน ภาณีต หลีเจริญ, 2556, น. 21) ผู้รับการปรึกษาตัดสินใจหยุดเสพยา และ ตระหนักถึงโทษของสารเสพติดที่รุนแรง และต้องการที่จะเลิกใช้สารเสพติดก็จะสามารถทำให้สมาชิก มีความมั่นใจในตนเองมากขึ้น เพื่อเสริมพลังความตั้งใจและเชื่อว่าตนเองมีศักยภาพพอที่จะเริ่มเปลี่ยนพฤติกรรมอยากปรับเปลี่ยนสำรวจหา ผู้วิจัยสนับสนุนให้สมาชิกพูดประโยคที่ให้กำลังใจกัน คนละประโยค เสริมแรงด้วยข้อความให้กำลังใจ

4) กิจกรรมที่ 4 “การพิสูจน์พฤติกรรม” เข้าสู่การตัดสินใจที่จะเปลี่ยนแปลง เมื่อสมาชิก รู้สึกถึงความเป็นไปได้ที่จะเปลี่ยนแปลง และ ได้ระบุแบบพฤติกรรมใหม่ที่ตนคิดจะปรับเปลี่ยน แต่ยังมีเรื่องที่ต้องพิจารณาอยู่ว่าจะทำอะไร ในกิจกรรมนี้ผู้วิจัยให้สมาชิกระบุปัจจัยที่สนับสนุน และ ปัจจัยคัดค้าน เพื่อให้ได้ความพร้อมในการเปลี่ยนแปลงที่ชัดเจน เช่น สมาชิกรายหนึ่งระบุถึง การหาปัจจัยที่สนับสนุน และ ปัจจัยคัดค้าน “ อาชีพที่หาเลี้ยงตนเองได้, การเรียนต่อให้จบ มัธยมศึกษาปีที่ 6 ผ่านระบบการศึกษานอกโรงเรียน, กลุ่มเพื่อนใหม่, การทำให้ครอบครัวยอมรับตนเอง” สิ่งที่เป็นหลักฐานคัดค้าน สมาชิกอีกรายหนึ่งในกลุ่มระบุว่า “ครอบครัว” สมาชิกพร้อมให้เหตุผลว่า “ที่สมาชิกได้ระบุถึงครอบครัว ที่เป็นปัจจัยในการบั่นทอนตนเอง เพราะ มารดา ไม่เข้าใจตนเอง และ ไม่เชื่อใจตนเอง ผู้วิจัยจึงใช้การสะท้อนให้สมาชิก คิดถึงบทบาทที่ตนเองเป็นมารดา แล้ว ตนเองจะคิดเช่นไร สมาชิกอีกรายหนึ่งให้ความเห็นว่า “ก็คงไม่เชื่อใจเหมือนที่มารดาทำกับตนเอง ผู้วิจัยให้สมาชิกสะท้อนความคิดต่อว่า แล้วสมาชิกในกลุ่มทำอะไร ให้ปัจจัยที่เป็นสิ่งบั่นทอนให้ตัวเองเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด ไม่เกิดเป็นสิ่งที่เร้ากับสมาชิกเอง สมาชิกในกลุ่มช่วยกันหาแนวทางแก้ไข ในลักษณะการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเอง เช่น การเริ่มที่จะไปสมัครเรียนให้มารดาเห็นว่าตนเองตั้งใจจะเรียนให้จบ โดยสมาชิกรายหนึ่ง “ให้สมาชิกได้เริ่มลองคุยขอคำปรึกษามารดา

ก่อนและให้มารดามีส่วนร่วมในการเปลี่ยนแปลงตนเอง เช่น ไปส่งตนเองติดต่อสมัครเรียน หรือจะเริ่มคุยกับมารดาเรื่องอยากทำงาน” สมาชิกอีกรายหนึ่งให้ความเห็นว่า “ตอนนี้ตนเองจะชวนแฟนสาวไปสมัครเรียนให้จบ และจะไปคุยกับมารดา ว่าตอนนี้ได้เริ่มสมัครเรียนแล้ว และในช่วงที่รอจะเรียน ตนเองจะเริ่มศึกษาการเพาะกบขาย เป็นรายได้เสริมช่วยมารดา รวมทั้งการเลี้ยงไก่ ตอนนี้ตนเองได้ให้ลุงไปส่งติดต่อซื้อพันธุ์ไก่มาเลี้ยง แล้วจึงขอแฟนช่วยกิจการมารดาที่บ้าน ในส่วนพฤติกรรมที่ตนเองคิดว่าจะสามารถทำได้เลยตั้งแต่วันนี้ “ไปสมัครเรียน ถ้ายังไม่เปิดก็จะขอเอกสารมาศึกษาดูก่อน, หาข้อมูลทางออนไลน์ในการเรียน, ช่วยทำงานบ้านไปก่อนขณะที่รอมารดาหางานให้ทำ” ในส่วนของการวางแผนในการเปลี่ยนแปลงตนเองของสมาชิกในกลุ่มนี้มี สอดคล้องกับ ลำดับขั้น ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ขั้นที่ 3. คือ ขั้นตัดสินใจเปลี่ยนแปลง (Determination stage) พัฒนาขึ้นโดย Prochaska JO and Carlo Diclemente (1997,อ้างอิงใน ภาณีต หลีเจริญ, 2556, น. 21) ผู้รับการปรึกษาตัดสินใจหยุดเสพยาและ ตระหนักถึงโทษของสารเสพติดที่รุนแรง และต้องการที่จะเลิกใช้สารเสพติด ผู้วิจัยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการเสริมสร้างพลังอำนาจของ Gibson (1991: 12) ในการสะท้อนอย่างมีวิจารณญาณ (Critical reflection) เพื่อให้สมาชิกรับรู้อยู่เสมอว่าการเปลี่ยนแปลงเป็นความรับผิดชอบของสมาชิกเองให้สมาชิกตระหนักถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นความรับผิดชอบของสมาชิกเองการใช้ประโยคสร้างแรงจูงใจในการปรับมุมมองความคิดด้วยการใช้ประโยคที่จะทำให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นที่เป็นรูปธรรมได้อย่างชัดเจน เช่น “ฉันต้องทำอะไรสักอย่างเพื่อจะเปลี่ยนแปลง”, “เรื่องนี้เป็นเรื่องสำคัญ”, “แล้วฉันจะทำอะไรได้บ้าง” ผู้วิจัยสนับสนุนให้สมาชิกให้กำลังใจซึ่งกันและกัน สร้างความมั่นใจ ซึ่งกันและกันและการรับผิดชอบต่อเปลี่ยนแปลงของตนเอง

5) กิจกรรมที่ 5 “กำลังใจบนเส้นเส้นทาง” เมื่อสมาชิกระบุพฤติกรรมที่เป็นรูปธรรม สมาชิกได้ผ่านขั้นตอนในขั้นตัดสินใจเปลี่ยนแปลง (Determination) สำรจหาปัจจัยสนับสนุนพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงให้คงอยู่ และตระหนักถึงปัจจัยที่จะคัดค้านที่จะทำให้ผู้รับบริการขาดความมั่นใจ หรือเกิดความลังเลใจในการปรับเปลี่ยนตนเอง สมาชิกได้ผ่านกระบวนการชวนให้คิดถึงตนเองในลักษณะพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป ผลด้านดี ด้านเสีย ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การสะท้อนความคิด รวมถึงการให้กำลังใจเสริมแรงในการสร้างความมั่นใจที่จะปฏิบัติพฤติกรรมนั้น สอดคล้องกับ สมชาย รัตนทองคำ (2550, น. 11) ได้กล่าวไว้ว่า แนวความคิดของสกินเนอร์เกี่ยวกับเรื่องการแสดงพฤติกรรมในลักษณะที่ผู้เรียนเป็นผู้ลงมือกระทำและได้รับการเสริมแรงจะทำให้ผู้นั้นมีแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมซ้ำเดิมอีกนั้น แนวคิดของสกินเนอร์ พฤติกรรมของมนุษย์เกิดจากผลของการกระทำ หากทำแล้วได้สิ่งที่พึงพอใจ มนุษย์จะทำสิ่งนั้นอีก ผลของการกระทำที่ควบคุมให้มนุษย์ต้องทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งนี้เรียกว่า เงื่อนไขที่เกิดจากการกระทำ ในการขจัดความลังเลใจ กิจกรรม “กำลังใจบนเส้นเส้นทาง” เป็นกระบวนการสนทนาในกลุ่มจะมุ่งเน้นบรรยากาศของการใช้การสะท้อนความคิดด้วยข้อความเชิงบวกสร้างกำลังใจในการเปลี่ยนแปลง ให้มีความเชื่อมั่นในศักยภาพในตนเอง และ เชื่อมั่นว่าถ้าเรามีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี ๆ ในวันนี้ก็จะ

ทำให้เรามีอนาคตที่ดีขึ้นในวันต่อไป ผ่านการทำใบงาน “ ถนนชีวิต” สมาชิกได้ระบุถึงพฤติกรรมที่เราจะเปลี่ยนแปลง คุณลักษณะใดที่เราต้องมี มีบุคคลใดบ้างร่วมอยู่ในเส้นทาง เพื่อให้สมาชิกมองเห็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เป็นรูปธรรม เช่น สมาชิกระบุถึง สมาชิกได้ระบุถึงพฤติกรรมที่เราจะเปลี่ยนแปลง คุณลักษณะใดที่เราต้องมี ระบุเป้าหมายถึง เรียนจบ , มีงานทำ , มีบ้าน และ ครอบครัว ในส่วนของพฤติกรรมที่ต้องปฏิบัติ อยู่ในสังคม กลุ่มเพื่อนที่ไม่มีการใช้ยาเสพติด , เมื่อมีคนชวนต้องปฏิเสธทันที, ไม่ไปสถานที่ที่รู้อยู่แล้วว่าจะเจอกลุ่มคนที่ใช้ยาเสพติด , มีอาชีพที่หาเลี้ยงตนเองได้ สมาชิกรายหนึ่งได้บอกเล่าถึงตนเองว่า “ หลังจากจบกิจกรรมในครั้งที่ผ่านมาตนเองได้ทำตามคำแนะนำของสมาชิกในกลุ่มตอนนี้ตนเองได้งานที่ร้านถ่ายรูป มารดาฝากงานไว้ให้ ตนเองคิดว่าจะเริ่มเก็บเงินจากตรงนี้ก่อน ตนจึงระบุคนที่อยู่ร่วมทางในเส้นทางนี้ มารดา เพื่อนใหม่ที่เป็นพี่แฉลบบริเวณบ้าน รุ่นพี่กลุ่มนี้ชวนตนเองเล่นบาส และ ตนเองได้สำรวจคนในกลุ่มแล้วว่าไม่มีใครใช้ยาเสพติด” ในขั้นตอนนี้มีความสอดคล้องกับ ลำดับขั้น ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ขั้นที่ 4. คือ ขั้นลงมือปฏิบัติ (Action stage) พัฒนาขึ้นโดย Prochaska JO and Carlo Diclemente (1997,อ้างอิงใน ผาณิต หลีเจริญ, 2556, น. 21) ผู้รับการปรึกษาจะตื่นตัวต่อการเปลี่ยนแปลงสนใจ ชักถามตามวิถีทางที่ตนเลือก เพื่อการเลิกใช้ยาเสพติด มีความเข้าใจในวิธีการขจัดอุปสรรคที่อาจทำให้ผู้รับการปรึกษากระทำไม่ได้ไม่ต่อเนื่องให้ความมั่นใจ ในส่วนของอุปสรรคเพื่อให้ได้ความชัดเจนในแนวทางการแก้ปัญหาของสมาชิกในกลุ่ม ผู้วิจัยใช้คำถามเพื่อให้สมาชิกเสนอความคิดเห็นของตนเองในหัวข้อ “ความภูมิใจ และเชื่อมั่นในตนเองสามารถเริ่มต้นจากใคร” และ“อะไรในชีวิตเมื่อเรานึกถึงแล้วสามารถช่วยให้ ตัวเราเกิดความรู้สึกมีพลังและเชื่อมั่นในตนเองมากยิ่งขึ้น” สมาชิกกลุ่มได้ร่วมแบ่งปันความทุกข์ ความสุข ในเส้นทาง ถนนแห่งชีวิตร่วมกัน และ กระตุ้นให้สมาชิกสร้างประโยคที่จะให้กำลังใจ 1.ต่อตนเอง และ จะใช้เตือนตนเองทุกครั้งเมื่อเกิดความรู้สึกไม่มั่นใจในตนเองขึ้น, สร้างสัญญาในการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมที่ได้ระบุไว้ 2. ประโยคกำลังใจต่อเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม ชวนให้สมาชิกสะท้อนภาพตนเองจากถนนแห่งชีวิต ถ้าตนเองทำพฤติกรรมตามที่ตนเองระบุไว้ หลังจากวันนี้อีก 1 เดือนข้างหน้า สมาชิกจะเห็นภาพตนเองเป็นแบบใด สอดคล้องกับ Kiefler, 1984 cited in Gipson, 1991 (Kiefler,1984, อ้างอิงใน นววิยา ผ่องพรรณ,2557, น. 22) ได้อ้างอิงไว้ว่า นิยามความหมายการเสริมสร้างพลังอำนาจว่า หมายถึงกระบวนการทางสังคมที่ช่วยส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคคลสามารถค้นพบ ความต้องการของตนเองสามารถแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง เพิ่มความแกร่งให้กับตนเอง เพิ่มความมีคุณค่าในตนเอง และเพิ่มความสามารถให้ตนเอง

6) กิจกรรมที่ 6 “เส้นทางแห่งการเรียนรู้” ทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้ ให้คำมั่นสัญญาต่อการเปลี่ยนแปลง ส่งเสริมให้กำลังใจในการต่อสู้ด้วยกำลังใจ ที่ไม่ท้อถอยเชื่อมั่นว่าถ้าเรามีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีในวันนี้ก็จะทำให้เรามีอนาคตที่ดีขึ้นในวันต่อไป ไม่นำตนเองไปอยู่ในสถานการณ์เสี่ยง มีความตระหนักรู้ถึงสัญญาณที่สื่อถึงการกลับไปเสพติด เมื่อเกิดความลังเลใจ ให้คิดถึงผลดี ผลเสียที่จะเกิดขึ้น ผู้ให้การปรึกษาให้กำลังใจในการเปลี่ยนแปลงชีวิตที่ดีขึ้น สมาชิกผู้เข้าร่วมกิจกรรม มีความมั่นใจใน



การกระทำพฤติกรรมตามที่ตนเองได้ กำหนดไว้ และเห็นจุดมุ่งหมายที่เปลี่ยนไป จากก่อนเข้าร่วมกิจกรรมที่ชัดเจนขึ้น มีการสะท้อนการรับรู้ พฤติกรรมของตนเองตอนใช้ยาเสพติด ทำให้ตนเองเจอปัญหาอะไรบ้าง และสิ่งเร้าที่จะเป็นแรงกระตุ้นให้ตนเองเกิดพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดอีกครั้ง เรียนรู้การปฏิเสธ และป้องกันตนเอง มีความสอดคล้องกับ ลำดับขั้น ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ขั้นที่ 5. คือ ขั้นกระทำต่อเนื่อง (Maintenance stage) พัฒนาขึ้นโดย Prochaska JO and Carlo Diclemente (Prochaska JO and Carlo Diclemente , 1997,อ้างอิงใน ภาณิต หลีเจริญ, 2556, น. 21) ขั้นนี้ผู้รับการปรึกษามาก เลิกใช้ยาเสพติดได้ประมาณ 6 เดือนอารมณ์ความคิดค่อนข้างมั่นคงกระทำตามวิธีการที่ตนเองเลือกอย่าง ต่อเนื่องมีความมั่นใจว่า ตนเองสามารถเลิกใช้สารเสพติดได้ มีการตอบสนองที่เหมาะสมคือการป้องกันการกลับไปใช้ยาเสพติด สมาชิกจะได้รับการสนับสนุนให้วางเป้าหมายของตนเอง ยอมรับในความผิดพลาดในอดีตที่ไม่สามารถกลับไปแก้ไข แต่นำอดีตนั้นมาเรียนรู้ และส่งเสริมให้สร้างกำลังใจเผชิญกับสิ่งท้าทายที่จะนำไปสู่เป้าหมาย

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติด นี้ช่วยส่งเสริมกระบวนการคิดอย่างเหมาะสม ชักนำให้สมาชิกเรียนรู้และพัฒนาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างมีแบบแผนประเมินสถานการณ์ในแต่ละช่วงของการเริ่มเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม จนนำไปสู่การมีแบบแผนเพื่อมีพฤติกรรมใหม่ในการเลิกใช้ยาเสพติด ผลการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติด จึงพบว่าคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการเลิกยาเสพติดใน ระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้นทันที สูงกว่าก่อนการทดลอง

2.2 ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน มีคะแนนเฉลี่ยความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ใช้การให้การปรึกษาแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐาน ที่ 2 แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติด สามารถส่งเสริมความตั้งใจของผู้ใช้ยาเสพติดให้มีพฤติกรรมเลิกใช้ยาเสพติดได้ดีกว่ากลุ่มควบคุมที่ใช้การให้การปรึกษาแบบปกติ

ผู้ใช้ยาเสพติดในกลุ่มทดลองมีการจัดกิจกรรมกลุ่ม ภายใต้อำนวยการของกลุ่มที่เป็นกระบวนการที่ช่วยเหลือให้สมาชิกที่มีปัญหาคล้าย ๆ กัน มาปรึกษาหารือร่วมกัน หาแนวทางในการแก้ปัญหาาร่วมกัน โดยการให้ สมาชิกในกลุ่มได้แสดงความคิดเห็น และปรับปรุงตนเองพร้อมทั้งการยอมรับฟังความคิดเห็น ความรู้สึกนึกคิดของสมาชิกคนอื่น สอดคล้องกับ Shertzer and Stone (1981 อ้างถึงใน พิกุล แซ่เจิน, 2560 : 15) อธิบายว่าการให้การปรึกษากลุ่ม หมายถึงกระบวนการที่ผู้ให้การปรึกษาจัดขึ้น เพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับการปรึกษาที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน ได้มีโอกาสสำรวจตนเอง แสดงความรู้สึก และความคิดเห็น กล้าเผชิญความจริง ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ



ยอมรับ ความไว้วางใจ และความเข้าใจซึ่งกันและกันผ่านกิจกรรมภายในโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน ที่สนับสนุน กระบวนการคิด สร้างแรงจูงใจในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดตนเอง โดยมีผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้แนะนำสนับสนุนและให้กำลังใจ ประเมินสถานการณ์ในแต่ละช่วงของการเริ่มเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เรียนรู้เงื่อนไข และ สิ่งเร้าที่จะนำไปสู่พฤติกรรมการใช้ยาเสพติด การรับรู้อุปสรรคในการเลิกยาเสพติด รู้วิธีในการป้องกันตนเอง คำนึงถึงผลดี ผลเสีย ที่เกิดขึ้นกับตนเอง จนนำไปสู่การมีแบบแผนเพื่อมีพฤติกรรมใหม่ในการเลิกใช้ยาเสพติด แต่ในส่วนของกลุ่มที่ได้รับการให้การปรึกษาแบบปกติจากผู้ให้การศึกษาของคลินิกจิตสังคมศาสตร์จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งเป็นไปในลักษณะการตกเดือนเมื่อกระทำผิด ให้การแนะนำการป้องกันตนเองไม่ให้เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับยาเสพติด ความรับผิดชอบต่อตนเอง การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ แต่ยังขาดเรื่องกระบวนการคิดสร้างแรงจูงใจในการเปลี่ยนแปลงตนเอง แบบแผนในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ชัดเจน การฝึกให้ผู้รับคำปรึกษารับรู้สิ่งเร้า หรือ เงื่อนไขในการเกิดพฤติกรรม มีความสอดคล้องกับผลวิจัยของ รัชนีวรรณ คำภา (2546, น. 68) ได้ทำการศึกษา ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผสมผสานร่วมกับการใช้กิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนาเจตคติต่อการป้องกันการใช้ยาเสพติดของวัยรุ่น โดยใช้แบบวัดเจตคติต่อการป้องกันการใช้ยาเสพติด ผลปรากฏว่า กลุ่มตัวอย่างเป็น พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 20 กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน ผลปรากฏว่าเจตคติของกลุ่มทดลองเพิ่มสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 รวมถึง เจตคติต่อการป้องกันการใช้ยาเสพติดของกลุ่มทดลองเพิ่มสูงกว่ากลุ่มควบคุม ทางสถิติมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ดังนั้น เมื่อนำผลการให้การปรึกษาเปรียบเทียบกันระหว่าง ให้การปรึกษาแบบปกติจากผู้ให้การศึกษา กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน จึง พบว่ากลุ่มทดลองซึ่งมีคะแนนความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเลิกใช้ยาเสพติดสูงกว่ากลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง มีสอดคล้องกับ จิณห์จุฑา ชัยเสนา และ คณะ (2557:148) จากการศึกษาผลของโปรแกรมกลุ่มบำบัดเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจต่อการมองโลกทางบวกของเยาวชนที่ใช้สารเฮมเฟตามีน กลุ่มตัวอย่างเยาวชนที่มีอายุระหว่าง 15 – 25 ปี ที่ใช้สารเฮมเฟตามีน และเข้ารับการรักษาที่โรงเรียนวิวัฒน์พลเมือง กองทัพเรือ 2 ศูนย์การฝึกหน่วยบัญชาการต่อสู้ อากาศยานและรักษาฝั่ง อำเภอสัตหีบ จังหวัดชลบุรีในระหว่างเดือนพฤษภาคม – กรกฎาคม 2560 จำนวน 24 คน แบ่งเป็น กลุ่มทดลอง 12 คนและกลุ่มควบคุม 12 เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยแบบวัดการมองโลกในแง่ดี และ แบบสอบถามความตั้งใจเลิกเสพยาเสพติด ผลปรากฏว่า เยาวชนที่ใช้สารเฮมเฟตามีนในกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มบำบัดเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจมีคะแนนเฉลี่ยการมองโลกทางบวกสูงกว่ากลุ่มควบคุม

### 3. ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

#### 3.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

3.1.1 ผู้สนใจที่จะนำวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติด ไปประยุกต์ใช้ ควรศึกษารายละเอียด ของขั้นตอน และฝึกการใช้เทคนิคต่าง ๆ เพิ่มเติม เพราะ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม กรรมการ เน้นการสร้างประสบการณ์ให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดการเรียนรู้และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในแนวทางที่ต้องการ

3.1.2 การใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการเลิกใช้ยาเสพติดของผู้ใช้ยาเสพติด ผู้สนใจที่จะนำวิธีการดังกล่าว ไปใช้ควรศึกษารายละเอียดของขั้นตอน กิจกรรม โดยเฉพาะขั้นตอนการสรุปแต่ละกิจกรรม อาจยืดหยุ่นเวลา ได้ตามความเหมาะสมไม่ควรเร่งรัดเวลาเกินไป

#### 3.2 ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

3.2.1 ควรมีการติดตามการศึกษาระยะยาว ถึงการคงอยู่ของพฤติกรรมกรรมการเลิกใช้ยาเสพติด หลังการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการเลิกใช้ยาเสพติด

3.2.2 ควรมีการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพเพิ่มเติม เพื่อวิเคราะห์ผลของการใช้โปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานนี้้อย่างละเอียดมากยิ่งขึ้น

3.2.3 ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมโดยการเปรียบเทียบผลการใช้โปรแกรมการปรึกษาแบบผสมผสานเพื่อดูประสิทธิผลระหว่างกลุ่มตัวอย่างแบบรายบุคคลกับแบบกลุ่ม

บรรณานุกรม



## บรรณานุกรม

- กัลยา ไชยเลิศ. (2541). *ศึกษาความตั้งใจและการรับรู้อุปสรรคในการเลิกยาเสพติดของผู้ที่เคยเข้ารับ การบำบัดยา เสพติดที่ศูนย์เบ็กอรัมในประเทศไทย* (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- กรวรรณ พุทธิวิช. (2559). *การเสริมพลังอำนาจและสนับสนุนทางสังคมของสมาชิกเครือข่าย ครอบครัวพ่อแม่เลี้ยงเดี่ยว* (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- โกศล มีคุณ. (2563). การประเมินคุณภาพเครื่องมือ และกิจกรรมแนะแนวและการปรึกษาเชิง จิตวิทยา. ใน *ประมวลสาระชุดวิชาการพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรมแนะแนวและการ ปรึกษาเชิงจิตวิทยา* (หน่วยที่ 14, น.1-101). นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- จรัญ ภัคตินากุล. (2560). ศาลยุติธรรมเชิงรุก: การอำนวยความสะดวกธรรมเชิงมนุษย์ผ่านกระบวนการ ทางจิตสังคม *ดุษฎีนิพนธ์*, สำนักงานศาลยุติธรรม, 64(2), 1-8.
- จินห์จุฑา ชัยเสนา, นุชนาถ แก้วมาตร, ภาคินี เดชชัยยศ, หทัยชนก เผ่าวิริยะ. (2559). ผลของ โปรแกรมกลุ่มบำบัดเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจต่อการมองโลกทางบวกและความตั้งใจ ในการเลิกยาเสพติดของเยาวชนที่ใช้สารเฮโรอีน. *โครงการวิจัยประเภทงบประมาณ เงินรายได้จากเงินอุดหนุนรัฐบาล (งบประมาณแผ่นดิน) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2559*. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา, จังหวัดชลบุรี.
- ชัยวัช อดุลเสน. (2551). *การเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อความรับผิดชอบทางการ เรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ระหว่างทฤษฎีบุคคลเป็นศูนย์กลางและทฤษฎี พฤติกรรมนิยม* (ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, มหาสารคาม.
- ปรีชา วิทโคโต. (2562). ทฤษฎีและแนวปฏิบัติในการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม. ใน *ประมวล สาระวิชาแนวคิดทางการแนะแนวการปรึกษาเชิงจิตวิทยา*. (หน่วยที่ 11, น.1-63). นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ณัฐกรณ์ พิษณุปัญญาธรรม. (2557). บทบาทของศาลจังหวัดเชียงใหม่: กรณีคลินิกให้คำปรึกษาด้าน จิตสังคม. [www.library.coj.go.th](http://www.library.coj.go.th).
- นันทา ชัยพิชิตพันธ์. (2556). การบำบัดเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ: ทางเลือกเพื่อช่วยเหลือผู้ป่วยเสพติด. *ธรรมศาสตร์เวชสาร*, 13(1), 98-108.

นภัสสรณ์ รังสิเวโรจน. (2560, 31 สิงหาคม). การป้องกันการกลับไปเสพติดซ้ำ.

[https://www.chiangmaihealth.go.th/cmpho\\_web/document/160518146354412861.pdf](https://www.chiangmaihealth.go.th/cmpho_web/document/160518146354412861.pdf).

นันทา ชัยพิชิตพันธ์. (2558). *การพัฒนารูปแบบการบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพในผู้ป่วยเสพติดยาบ้า: การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม* (ดุชนิพนธ์สาขาวิชาเวชศาสตร์ชุมชนและเวชศาสตร์ครอบครัว ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ.

นฤมล เปี่ยมปัญญา.(2553). *การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมในการเผชิญความโกรธของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2552 โรงเรียนมหาวชิราวุธ จังหวัดสงขลา* (ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยทักษิณ, สงขลา.

เนตรนิภา จันตระกลุชัย. (2557). *ผลลัพธ์ของการใช้โปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมไม่ได้* (พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยคริสเตียน, นครปฐม.

แผนปฏิบัติการป้องกันและปราบปราม และบำบัดรักษายาเสพติด. (2562). คณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (ป.ป.ส.).

<https://www.oncb.go.th/Home/PublishingImages/Pages/ProgramsandActivities/.pdf>.

พรหมพิริยะ เกิดสันเทียะ. (2563). *คลินิกจิตสังคม ศาลอาญารธนบุรี: ผู้กำกับดูแลผู้ถูกปล่อยตัวชั่วคราว. ดุลพินิตยสาร สำนักงานศาลยุติธรรม, 67(2), 29-66.*

พรรณี ปานเทวัญ,อายุพร ประสิทธิ์เวชชากร. (2557). *การประยุกต์ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การสูบบุหรี่. วารสารพยาบาลทหารบก, 15(1),36-4.*

พิสมัย ยกน้อยวงษ์. (2551). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมต่อการพัฒนาทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่2 ที่มีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์โรงเรียนบ้านเม็กดำ อำเภอพยัคฆภูมิพิสัย* (ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, มหาสารคาม.

รายงานยาเสพติดโลก. (2563). สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด.

<https://www.oncb.go.th/PublishingImages/Lists/.pdf>.



- รัชนีวรรณ คำภา. (2546). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผสมผสานร่วมกับการใช้กิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนาเจตคติต่อการป้องกันการใช้อาเสพติดของวัยรุ่น* (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.
- วนิดา รัตนสุมาวงศ์, กัศมน กัลป์ยานศิริ, พิชัย แสงชาญชัย. (2561). ทฤษฎีของพฤติกรรมเสพติดและข้อถกเถียงในปัจจุบัน, 63 (3), 295-304.
- สังวร สมบัติใหม่, อภิศักดิ์ วิทยานุกุลลักษณ์, อรัญญา แพ้จ้อย. (2552). แนวทางการสัมภาษณ์แบบสร้างแรงจูงใจ. สำนักโรคเอดส์ วัณโรค และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ กรมควบคุมโรค : โรงพิมพ์สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- สมภพ นันทโกวัฒน์. (2560). ผู้ติดเสพติดต้องการความช่วยเหลือ: คลินิกจิตสังคมมีน้ำหนักรักษาเชื่อถือว่าคือคำตอบ. *สุขภาพนิตยสาร* สำนักงานศาลยุติธรรม, 64(2), 15-74.
- สรเสริญ หุ่นแสน, พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์, ชูศรี เลิศรัตนเดชากุล, วิไลลักษณ์ ลังกา. (2561). การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเทคนิคเพื่อสร้างปณิธานแห่งตนทางการเรียนรู้ของนักศึกษาวิชาชีพรู. *วารสารปัญญาวิวัฒน์*, 10(1), 185-195.
- สิวลี จารุวรรณ. (2540). ปัจจัยกำหนดความตั้งใจที่จะเลิกใช้เฮโรอีนของผู้ติดเฮโรอีนชนิดฉีดเข้าเส้น ญ ศูนย์บำบัดรักษา ยาเสพติดภาคเหนือ จังหวัดเชียงใหม่ (วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- สุพจน์ ชูดีดำรง. (2544). การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการใช้อาเสพติดซ้ำศึกษาเฉพาะกรณีโรงพยาบาล ัญญารักษ์. (รายงานการวิจัยเกี่ยวกับยาเสพติด พ.ศ. 2540-2544). สำนักงานป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดสำนักงานป้องกันและปราบปรามยาเสพติดกระทรวงยุติธรรม. กรุงเทพฯ.
- วันเพ็ญ อำนาจกิติกร. (2552). อ้อมโนทัศน์ความวิตกกังวลทางสังคม และความตั้งใจเลิกยาของผู้ติด ยาเสพติด ในศูนย์บำบัด รักษา ยาเสพติด เชียงใหม่ (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- วันเพ็ญ อำนาจกิติกร, ศุภนาฏ ปัญญาราช, เสาวพร เลือกุดขมิ้น, ไพรัตน์ พรหมเสน และโสภณโพธิ์ ประยูร. (2553). ปัจจัยทางจิตสังคมและความตั้งใจเลิกยาเสพติดของผู้ติดยาเสพติดใน ศูนย์บำบัดรักษา ยาเสพติด เชียงใหม่ ศูนย์บำบัดรักษา ยาเสพติด เชียงใหม่, เชียงใหม่.
- อภิญา เวชชัย. (2558). *เทคนิคและทักษะของกระบวนการเสริมพลังอำนาจ*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: หจก. เทพเพ็ญวานิสย์.
- Ajzen, I., & Fishbein M. (1980). Understanding attitudes and prediction social behavior. Englewood Chiffs, New Jersey: Prentice-Hall.

Brabeck, M. M. & Welfel, E.R. (1985). Counseling Theory Understanding the Trend Toward Eclecticism from a Development Perspective, *Journal of Counseling and Development*, 63(6), 343-347.

Corey, G. (1995). *Thory and Practice of Group Counseling*. California book /Cole Publishing Company.

Ferlic, Mery, Goldman, Anne, & Kennedy, B.J. (1997). Group Counseling in Patients with Advance Cancer. *Cancer* 43 (February), 760-766.



ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย



## รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

### 1. รองศาสตราจารย์เทียม ศรีคำจักษ์

วุฒิการศึกษา วท.บ. (กิจกรรมบำบัด)  
 ตำแหน่ง รองศาสตราจารย์ อาจารย์  
 สถานที่ทำงาน คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

### 2. อาจารย์สังวร สมบัติใหม่

วุฒิการศึกษา วุฒิการศึกษา สส.ม. (สังคมศาสตร์มหาบัณฑิต)  
 ตำแหน่ง อาจารย์คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์  
 สถานที่ทำงาน มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่

### 3. นางพัชรินทร์ อุทาเลิศ

วุฒิการศึกษา วท.ม (จิตวิทยาการปรึกษา)  
 ตำแหน่ง ผู้อำนวยการ  
 สถานที่ทำงาน สถานสงเคราะห์บ้านมิตรภาพ ในพระบรมราชูปถัมภ์ (มูลนิธิร่มฉัตร)  
 อุดรธานีราชภัฏญา

### 4. อาจารย์ ดร.จวีร์รัตน์ นิลจันทิก

วุฒิการศึกษา ศศ.ต. (จิตวิทยาการปรึกษา)  
 ตำแหน่ง อาจารย์  
 สถานที่ทำงาน แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์  
 มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช



**ภาคผนวก ข**

แบบทดสอบแบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกยาเสพติด



### ชื่อเครื่องมือ ความตั้งใจในการเลิกยาเสพติด

ในการตอบแบบสอบถามให้ผู้ตอบข้อความด้วยประเมินตนเองในแต่ละข้อความผู้ตอบต้องเลือกเพียงคำตอบเดียวที่ตรงกับความรู้สึกนึกคิดของผู้ตอบมากที่สุดลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับสำหรับข้อความทางบวกผู้ที่ตอบจริงที่สุดได้ 4 คะแนนค่อนข้างจริงได้ 3 คะแนน ไม่ค่อยจริงได้ 2 คะแนนและไม่จริงเลยได้ 1 คะแนนส่วนข้อความทางลบจะได้คะแนนในทางตรงกัน ซ้ำกันมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับโดยมีเกณฑ์ให้คะแนน ดังนี้

- 4 หมายถึง ข้อความตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด
- 3 หมายถึง ข้อความค่อนข้างตรงกับความเป็นจริงของท่าน
- 2 หมายถึง ข้อความค่อนข้างไม่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน
- 1 หมายถึง ข้อความไม่ตรงกับความเป็นจริงของท่านเลย

ข้อ	ข้อความ	เกณฑ์การประเมิน			
		4	3	2	1
1	ฉันตั้งใจเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเองที่จะไม่ยุ่งเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติดอย่างจริงจัง				
2	ฉันวางแผนเกี่ยวกับอาชีพที่จะทำให้เกิดรายได้ต่อตนเองโดยไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด				
3	ฉันวางแผนที่ทำให้ตนเองเลิกยาเสพติด				
4	ถ้าฉันเกิดความเครียดความกังวลใจฉันมั่นใจว่าฉันจะไม่ใช้ยาเสพติด				
5	ฉันตั้งใจกำจัดวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการเสพยาเสพติดทิ้งทั้งหมด				
6	ฉันมีความตั้งใจที่จะร่วมมือในกระบวนการให้คำปรึกษาที่ช่วยให้ฉันไม่ไปข้องเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติดอีก				
7	ฉันสามารถปฏิเสธเมื่อมีคนชวนให้ฉันเสพยาเสพติด				
8	ฉันคิดวิธีหลบหลีก หรือ ปฏิเสธ เมื่อถูกชักชวนให้ใช้ยาเสพติด				
9	ฉันใช้ความพยายามในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหยุดใช้ยาเสพติดได้สำเร็จ				

ข้อ	ข้อความ	เกณฑ์การประเมิน			
		4	3	2	1
10	ฉันสามารถควบคุมตนเองที่จะปฏิเสธการใช้ยาเสพติดได้ เมื่อเจอสถานการณ์ที่จะพาไปยุ่งเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติด				
11	ฉันตั้งใจเลิกยาเสพติดทุกชนิดเพื่อให้ตนเองและครอบครัวมีความสุข				
12	ฉันเชื่อมั่นว่าเมื่อเลิกยาเสพติดได้แล้ว ชีวิตฉันจะดีขึ้น				
13	ฉันมีความตั้งใจที่จะหยุดใช้ยาเสพติดไม่ว่ากรณีใดๆ				
14	ฉันจะปฏิเสธที่จะไปกับเพื่อนสนิท หรือ คนที่ยังใช้ยาเสพติดอยู่				



### ภาคผนวก ค

ผลการตรวจคุณภาพแบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติดด้วยวิธีการหา IOC  
ผลการหาค่าอำนาจจำแนกและค่าความเที่ยงของแบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด



**ผลการตรวจสอบคุณภาพแบบสอบถามความตั้งใจในการใช้ยาเสพติด  
ประเมินค่า (IOC )**

คำชี้แจง การตรวจความตรงซึ่งโครงสร้างของแบบทดสอบการคิดเชิงบวก โดยมีเกณฑ์การพิจารณา  
ดังนี้

+1 หมายถึง ท่านมีความเห็น ข้อคำถามมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ นิยามปฏิบัติการ  
และเนื้อหา

0 หมายถึง ท่านไม่แน่ใจ ข้อคำถามมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ นิยามปฏิบัติการ  
และเนื้อหา

-1 หมายถึง ท่านไม่แน่ใจว่า ข้อคำถามไม่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ นิยาม  
ปฏิบัติการ และเนื้อหา

รายการพิจารณา	ความคิดเห็น ผู้เชี่ยวชาญ				ค่า IOC	ข้อเสนอแนะ
	1	2	3	4		
<b>1 ความตั้งใจในการเลิกยาเสพติด คือ</b> การแสดงเจตนาความพร้อมของบุคคลที่มีพฤติกรรมใช้ยาเสพติดในการพยายามวางแผนป้องกันตนเองที่จะไม่เข้าร่วมกิจกรรมที่นำไปสู่การเสพยาเสพติด และความตั้งใจที่จะไม่เสพยาเสพติด						
1.ฉันตั้งใจเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเองที่จะไม่ยุ่งเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติดอย่างจริงจัง	1	1	1	1	1	
2. ฉันวางแผนเกี่ยวกับอาชีพที่จะทำให้เกิดรายได้ต่อตนเองโดยไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด	1	1	1	1	1	
5.ฉันตั้งใจกำจัดวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการเสพยาเสพติดทิ้งทั้งหมด	1	1	1	1	1	
7.ฉันสามารถปฏิเสธเมื่อมีคนชวนให้ฉันเสพยาเสพติด	1	1	1	1	1	



รายการพิจารณา	ความคิดเห็น ผู้เชี่ยวชาญ				ค่า IOC	ข้อเสนอแนะ
	1	2	3	4		
9.ฉันใช้ความพยายามในการ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหยุดใช้ยาเสพติด ได้สำเร็จ	1	1	1	1	1	
11.ฉันตั้งใจเลิกยาเสพติดทุกชนิดเพื่อให้ ตนเองและครอบครัวมีความสุข	1	1	1	1	1	
13.ฉันมีความตั้งใจที่จะหยุดใช้ยาเสพติด ไม่ว่ากรณีใดๆ	1	1	1	1	1	
<b>2. ความตั้งใจไม่ร่วมกิจกรรมที่นำไปสู่ การเสพยาเสพติด คือ</b> กระบวนการทาง ความคิดที่แสดงถึงการวางแผนอย่างเป็น ระบบและมีสติที่จะแสดงพฤติกรรม ปฏิเสธออกมา มีการใช้เหตุผลในการ พิจารณา ช่วยให้เกิดความเชื่อมั่นใน ความสามารถ ที่จะใช้ความคิดเพื่อแก้ไข ปัญหาตามสถานการณ์ ในการ เปลี่ยนแปลงและแก้ไขตนเอง มีความ คาดหวังในผลการกระทำของตนเอง มีความตั้งใจในการเลิกยุ่งเกี่ยวกับยา เสพติด จนเกิดพฤติกรรมหยุดการใช้สาร เสพติดตามมา						
3.ฉันวางแผนที่ทำให้ตนเองเลิกยาเสพติด	1	1	1	1	1	
4.ถ้าฉันเกิดความเครียดความกังวลใจฉัน มั่นใจว่าฉันจะไม่ใช้ยาเสพติด	1	1	1	1	1	
6.ฉันมีความตั้งใจที่จะร่วมมือใน กระบวนการให้คำปรึกษาที่ช่วยให้ฉันไม่ ไปข้องเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติดอีก	1	1	1	1	1	
8.ฉันคิดวิธีหลบหลีก หรือ ปฏิเสธ เมื่อ ถูกชักชวนให้ใช้ยาเสพติด	1	1	1	1	1	

รายการพิจารณา	ความคิดเห็น ผู้เชี่ยวชาญ				ค่า IOC	ข้อเสนอแนะ
	1	2	3	4		
10.ฉันสามารถควบคุมตนเองที่จะปฏิเสธการใช้ยาเสพติดได้ เมื่อเจอสถานการณ์ที่จะพาไปยุ่งเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติด	1	1	1	1	1	
12.ฉันเชื่อมั่นว่าเมื่อเลิกยาเสพติดได้แล้วชีวิตฉันจะดีขึ้น	1	1	1	1	1	
14.ฉันจะปฏิเสธที่จะไปกับเพื่อนสนิทหรือ คนที่ยังใช้ยาเสพติดอยู่	1	1	1	1	1	

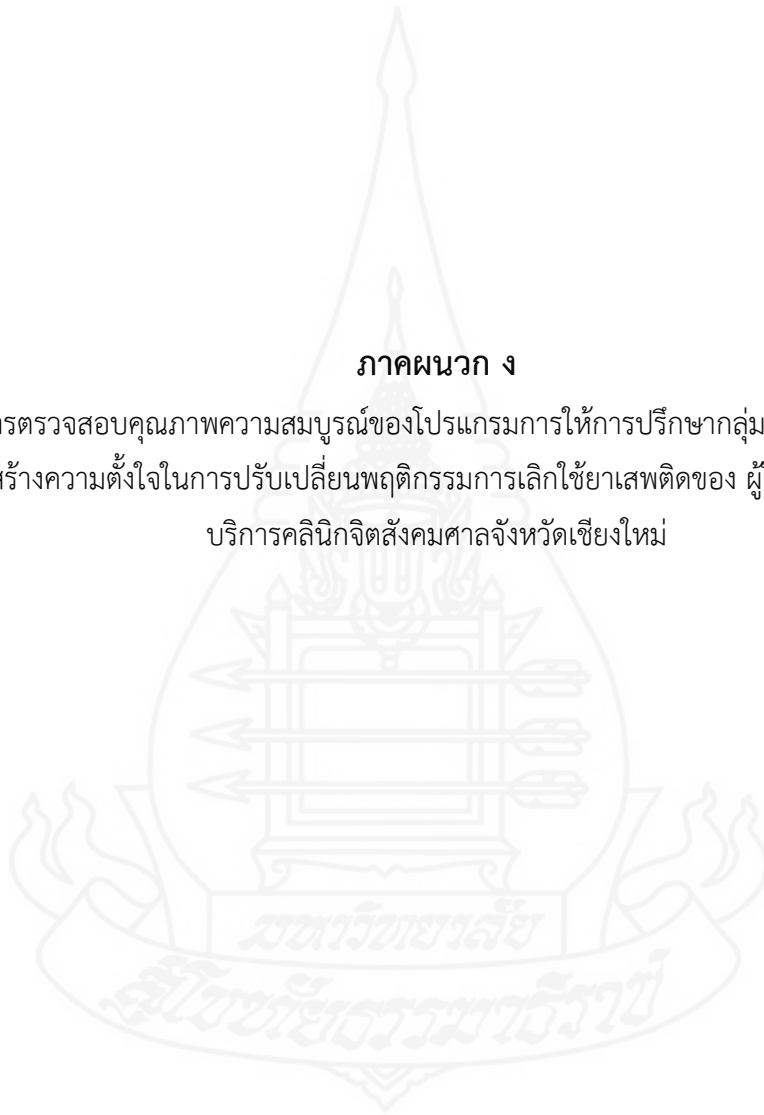
ผลการหาค่าอำนาจจำแนก และ ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามความตั้งใจในการเลิกใช้ยาเสพติด  
ผลค่าอำนาจจำแนก ข้อที่ใช้ได้

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก	ผลสรุป
1	0.37	ใช้ได้
2	0.54	ใช้ได้
3	0.54	ใช้ได้
4	0.72	ใช้ได้
5	0.51	ใช้ได้
6	0.40	ใช้ได้
7	0.59	ใช้ได้
8	0.52	ใช้ได้
9	0.57	ใช้ได้
10	0.54	ใช้ได้
11	0.47	ใช้ได้
12	0.37	ใช้ได้
13	0.44	ใช้ได้
14	0.54	ใช้ได้

ค่าความเที่ยงทั้งฉบับ เท่ากับ 0.94

## ภาคผนวก ง

ผลการตรวจสอบคุณภาพความสมบูรณ์ของโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน  
เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของ ผู้ใช้ยาเสพติดที่เข้ารับ  
บริการคลินิกจิตสังคมศาลจังหวัดเชียงใหม่



### แบบตรวจสอบคุณภาพโปรแกรมการศึกษาโดยผู้เชี่ยวชาญ

**คำชี้แจง** ขอให้ท่านโปรดประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมการศึกษาตามรายการที่กำหนดไว้ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องตามเกณฑ์การประเมิน ดังนี้

- 5 หมายถึง ท่านมีความคิดเห็นว่ารายการประเมินดังกล่าวมีความเหมาะสมมากที่สุด
- 4 หมายถึง ท่านมีความคิดเห็นว่ารายการประเมินดังกล่าวมีความเหมาะสมมาก
- 3 หมายถึง ท่านมีความคิดเห็นว่ารายการประเมินดังกล่าวมีความเหมาะสมปานกลาง
- 2 หมายถึง ท่านมีความคิดเห็นว่ารายการประเมินดังกล่าวมีความเหมาะสมน้อย
- 1 หมายถึง ท่านมีความคิดเห็นว่ารายการประเมินดังกล่าวยังไม่มีเหมาะสม



กิจกรรมที่	รายการประเมิน	ความคิดเห็นผู้เชี่ยวชาญ				ระดับ		
		1	2	3	4	ค่าเฉลี่ย	S.D.	การแปลผล
1	ชื่อ “เราคือเพื่อนร่วมทาง”	25	21	17	18	4.05	0.11	มาก
	1. วัตถุประสงค์	5	5	3	4	4.25	0.96	มาก
	2. ชั้นสร้างสัมพันธ์ภาพ	5	4	4	3	4.00	0.82	มาก
	3. ชั้นดำเนินการปรึกษา	5	4	3	4	4.00	0.82	มาก
	4. ชั้นยุติ	5	4	3	4	4.00	0.82	มาก
	5. การประเมินผล	5	4	4	3	4.00	0.82	มาก
2	ชื่อ “เส้นทางชีวิต”	25	20	18	20	4.15	0.14	มาก
	1. วัตถุประสงค์	5	5	3	4	4.25	0.96	มาก
	2. ชั้นสร้างสัมพันธ์ภาพ	5	4	4	4	4.25	0.50	มาก
	3. ชั้นดำเนินการปรึกษา	5	3	4	4	4.00	0.82	มาก
	4. ชั้นยุติ	5	4	4	4	4.25	0.50	มาก
	5. การประเมินผล	5	4	3	4	4.00	0.82	มาก
3	ชื่อ “เรียนรู้จากเส้นทาง”	25	21	19	17	4.10	0.22	มาก
	1. วัตถุประสงค์	5	5	4	4	4.50	0.58	มาก
	2. ชั้นสร้างสัมพันธ์ภาพ	5	4	4	3	4.00	0.82	มาก
	3. ชั้นดำเนินการปรึกษา	5	4	4	3	4.00	0.82	มาก
	4. ชั้นยุติ	5	4	4	3	4.00	0.82	มาก
	5. การประเมินผล	5	4	4	3	4.00	0.82	มาก
4	ชื่อ “วาดเส้นทางชีวิต”	25	21	17	19	4.10	0.29	มาก
	1. วัตถุประสงค์	5	5	4	4	4.50	0.58	มาก
	2. ชั้นสร้างสัมพันธ์ภาพ	5	4	4	4	4.25	0.50	มาก
	3. ชั้นดำเนินการปรึกษา	5	4	3	3	3.75	0.96	มาก



กิจกรรมที่	รายการประเมิน	ความคิดเห็นผู้เชี่ยวชาญ				ระดับ		
		1	2	3	4	ค่าเฉลี่ย	S.D.	การแปลผล
4	ชื่อ “วาดเส้นทางชีวิต”	25	21	17	19	4.10	0.29	มาก
	4. ชั้นยุติ	5	4	3	4	4.00	0.82	มาก
	5. การประเมินผล	5	4	3	4	4.00	0.82	มาก
5	ชื่อ “กำลังใจบนเส้นทาง”	25	21	17	19	4.10	0.29	มาก
	1. วัตถุประสงค์	5	5	4	4	4.50	0.58	มาก
	2. ชั้นสร้างสัมพันธ์ภาพ	5	4	4	4	4.25	0.50	มาก
	3. ขั้นตอนการปรึกษา	5	4	3	3	3.75	0.96	มาก
	4. ชั้นยุติ	5	4	3	4	4.00	0.82	มาก
	5. การประเมินผล	5	4	3	4	4.00	0.82	มาก
6	ชื่อ “เส้นทางแห่งการเรียนรู้”	25	21	17	20	4.15	0.22	มาก
	1. วัตถุประสงค์	5	5	4	4	4.50	0.58	มาก
	2. ชั้นสร้างสัมพันธ์ภาพ	5	4	4	4	4.25	0.50	มาก
	3. ขั้นตอนการปรึกษา	5	4	3	4	4.00	0.82	มาก
	4. ชั้นยุติ	5	4	3	4	4.00	0.82	มาก
	5. การประเมินผล	5	4	3	4	4.00	0.82	มาก
<b>รวม</b>	<b>150.00</b>	<b>125.00</b>	<b>108.00</b>	<b>112.00</b>	<b>4.13</b>	<b>1.19</b>	<b>มาก</b>	

มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีค่าที่ 4.05-4.20 คะแนน

การแปลผล		
ค่าเฉลี่ย 1.00-1.50	หมายถึง	รายการประเมินมีความเหมาะสมน้อยที่สุด
ค่าเฉลี่ย 1.51-2.50	หมายถึง	รายการประเมินมีความเหมาะสมน้อย
ค่าเฉลี่ย 2.51-3.50	หมายถึง	รายการประเมินมีความเหมาะสมปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 3.51-4.50	หมายถึง	รายการประเมินมีความเหมาะสมมาก
ค่าเฉลี่ย 4.51-5.00	หมายถึง	รายการประเมินมีความเหมาะสมมากที่สุด

ตารางแสดงภาพรวมโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจ  
ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของ ผู้ใช้ยาเสพติดที่เข้ารับบริการคลินิก  
จิตสังคมศาลจังหวัดเชียงใหม่

ครั้งที่	การดำเนินการให้การปรึกษา	ทฤษฎี/เทคนิค/ทักษะ	สื่อ/อุปกรณ์
1	<p>ชื่อ “เราคือเพื่อนร่วมทาง” <u>วัตถุประสงค์</u></p> <p>1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพ ความไว้วางใจ และ สร้างประสบการณ์การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน และ ความพร้อมในการให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมพัฒนาพฤติกรรมร่วมกัน</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกวัดระดับความมั่นใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม <u>ขั้นสร้างสัมพันธภาพ</u></p> <p>3. ผู้ให้การปรึกษาและสมาชิกนั่งเป็นวงกลม กล่าว ทักทาย แนะนำตัว สนทนาเรื่องทั่ว ๆ ไป สร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง <u>ขั้นดำเนินการปรึกษา</u></p> <p>4. ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม ระยะเวลาดำเนินกลุ่ม ประโยชน์ของการเข้าร่วม แจกใบงาน และ อุปกรณ์</p> <p>5. กิจกรรม “ถนนแห่งการเรียนรู้”</p>	<p>- ใช้ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ</p> <p>- ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม การวางเงื่อนไขของสกินเนอร์</p> <p>- แนวคิดมนุษยนิยมในการทำงานกับกลุ่มผู้รับบริการ</p> <p>- ทฤษฎีการเรียนรู้ของธอร์นไวด์ คือ กฎแห่งความพร้อม</p> <p>- ทักษะการสรุป</p> <p>- ทักษะการสะท้อนความ</p> <p>- การเสริมแรง</p>	<p>- กระดาษเทาขาว ขนาดกลาง จำนวน 6 แผ่น</p> <p>- สีเทียน</p> <p>- ใบงานวัดระดับความมั่นใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม</p>

ครั้งที่	การดำเนินการให้การปรึกษา	ทฤษฎี/เทคนิค/ทักษะ	สื่อ/อุปกรณ์
	<p>6. สมาชิกตอบแบบประเมินโดยให้คะแนนระดับความมั่นใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเลิกยาเสพติด</p> <p><u>ขั้นปฏิบัติการปรึกษา</u></p> <p>7. สรุป แนวคิดของการจัดกิจกรรมกลุ่มในวันนี้</p> <p>8. ชี้แจงถึงการวัดความมั่นใจขอให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม</p>		
2	<p><b>ชื่อ “เส้นทางชีวิต”</b></p> <p><u>วัตถุประสงค์</u></p> <p>1. เพื่อให้สมาชิกได้ทบทวนสิ่งที่ผ่านมาในการดำเนินชีวิต การค้นพบสภาพการณ์จริง และได้เรียนรู้จาก ประสบการณ์ที่ผ่านมา เรียนรู้สิ่งที่เกิดขึ้นตามสถานการณ์แต่ละช่วงในชีวิตที่ได้พาตนเองไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด รับรู้ได้ถึงความทุกข์และสุขในเส้นทางชีวิตของตนเองที่ผ่านมา</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกตระหนักถึงศักยภาพในตนเอง สร้างความมั่นใจที่จะสนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่จะนำไปสู่การเลิกใช้ยาเสพติด และพฤติกรรมที่จะทำให้สมาชิกปรับปรุงตัวได้ดีขึ้น</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใช้ทักษะการสร้างสัมพันธ์ภาพ</li> <li>- การฝึกการผ่อนคลาย</li> <li>- ทฤษฎีขั้นตอนของการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม (Stage of change) 1.ขั้นเมินเฉย</li> <li>- ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม การวางเงื่อนไขของสกินเนอร์</li> <li>- (Empowerment) กระบวนการการคิด</li> <li>1.การค้นพบสภาพการณ์จริง</li> <li>- ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม การเรียนรู้เงื่อนไข</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-กระดาษวาดภาพ</li> <li>แผ่นขนาดกลาง</li> <li>-ดินสอ ดินสอสี สีเทียน</li> </ul>

ครั้งที่	การดำเนินการให้การปรึกษา	ทฤษฎี/เทคนิค/ทักษะ	สื่อ/อุปกรณ์
	<p><u>ขั้นสร้างสัมพันธภาพ</u></p> <p>3. ผู้ให้การปรึกษาชวนสนทนาในเรื่องทั่วไป สร้างบรรยากาศให้ผ่อนคลาย</p> <p>4. คิดทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ากระบวนการกลุ่มในครั้งที่1</p> <p><u>ขั้นดำเนินการปรึกษา</u></p> <p>5. กิจกรรม “กิจกรรมเส้นทางชีวิต”</p> <p><u>ขั้นยุติการปรึกษา</u></p> <p>6. ให้สมาชิกพูดถึงความรู้สึกและสิ่งที่ได้จากการร่วมกิจกรรม</p> <p>7. ผู้ให้การปรึกษารูปลักษณ์ที่ได้จากการทำกิจกรรม นัดหมายกิจกรรมในครั้งต่อไป</p> <p><u>ขั้นยุติการปรึกษา</u></p> <p>8. ให้สมาชิกพูดถึงความรู้สึกและสิ่งที่ได้จากการร่วมกิจกรรมนี้ ผู้ให้การปรึกษารูปลักษณ์ที่ได้จากการ และนัดหมายการทำกิจกรรมครั้งต่อไป</p>	<p>- เทคนิคการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ MI</p> <p>- ทักษะการสรุป</p> <p>- ทักษะการสะท้อนความ</p> <p>- การเสริมแรง</p>	

ครั้งที่	การดำเนินการให้การปรึกษา	ทฤษฎี/เทคนิค/ทักษะ	สื่อ/อุปกรณ์
3	<p><u>ชื่อ “เรียนรู้จากเส้นทาง ”</u> <u>วัตถุประสงค์</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้สมาชิกตระหนักถึง สถานการณ์ หรือ สิ่งเร้าที่จะ ทำให้สมาชิกกลับไปยุ่งเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติดอีก และ คาดการณ์ผลที่จะเกิดขึ้นถ้า ตนเองยังมีพฤติกรรมใช้ยาเสพติดอยู่</li> <li>2. สมาชิกสามารถระบุได้ ถึงความสามารถของตนเองและ ปัจจัยอะไรที่นำไปให้เกิดความ ลังเลใจ ของตนเอง</li> </ol> <p><u>ขั้นสร้างสัมพันธภาพ</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. ผู้ให้การปรึกษากลุ่ม กล่าวทักทาย ทบทวน สารสำคัญของกิจกรรมบำบัด ครั้งที่ 2</li> <li>4. ผู้ให้การปรึกษาบอกชื่อ กิจกรรมกลุ่มและอธิบาย วัตถุประสงค์ให้สมาชิกเข้าใจใน แนวคิดกิจกรรม</li> </ol> <p><u>ขั้นดำเนินการปรึกษา</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. กิจกรรม “ใบงานการ สังเกตพฤติกรรม”</li> <li>6. กิจกรรม “ใบงานตัวของ ฉันทัน”</li> </ol>	<p>- ใช้ทักษะการสร้าง สัมพันธภาพ</p> <p>- ทฤษฎีพฤติกรรมนิยมกิริยา สะท้อน การเรียนรู้เงื่อนไข จากสิ่งเร้า</p> <p>- ( Empowerment )</p> <p>กระบวนการการสะท้อนคิดอ ย่างมีวิจารณญาณ</p> <p>-การขจัดความรู้สึกหวาดวิตก อย่างเป็นระบบ</p> <p>- ทฤษฎีขั้นตอนของการ เปลี่ยนแปลง พฤติกรรม (Stage of change) ขั้น ตัดสินใจเปลี่ยนแปลง</p> <p>- เทคนิคการสัมภาษณ์เพื่อ เสริมสร้างแรงจูงใจ MI</p> <p>- ทักษะการสรุป</p> <p>- ทักษะการสะท้อนความ</p> <p>- การเสริมแรง</p>	<p>ใบงานการสังเกต พฤติกรรม,</p> <p>ใบงานตัวของฉันทัน</p>

ครั้งที่	การดำเนินการให้การปรึกษา	ทฤษฎี/เทคนิค/ทักษะ	สื่อ/อุปกรณ์
	<p><u>ขั้นยุติการปรึกษา</u></p> <p>7. ให้สมาชิกพูดถึงความรู้สึกและสิ่งที่ได้จากการร่วมกิจกรรม</p> <p>8. ผู้ให้การปรึกษาสรุปลักษณ์ที่ได้จากการทำกิจกรรม นัดหมายกิจกรรมในครั้งต่อไป</p>		
4	<p><u>ชื่อ “วาดเส้นทางชีวิต”</u></p> <p><u>วัตถุประสงค์</u></p> <p>1. สนับสนุนให้สมาชิกมีความมั่นใจในศักยภาพภายในของตนเอง ตระหนักถึงความสำคัญของผลจากพฤติกรรมที่ตนเองได้เลือกที่จะตอบสนองกับสถานการณ์ต่าง ๆ มีความรับผิดชอบในการสร้างการเปลี่ยนแปลงในชีวิตของตนเอง</p> <p>2. สมาชิกสามารถระบุได้ถึงความสามารถของตนเองและปัจจัยอะไรที่นำไปให้เกิดความล้มเหลว ของตนเอง</p> <p><u>ขั้นสร้างสัมพันธภาพ</u></p> <p>3. ผู้ให้การปรึกษากลุ่มกล่าวทักทาย ทบทวนสาระสำคัญของกิจกรรมบำบัดครั้งที่ 3</p> <p>4. ผู้ให้การปรึกษาบอกชื่อกิจกรรมกลุ่มและอธิบาย</p>	<p>- ใช้ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ</p> <p>- ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม พฤติกรรมที่ต้องเรียนรู้ เรียนรู้เงื่อนไขจากการกระทำ</p> <p>- ทฤษฎีขั้นตอนของการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม (Stage of change) ขั้นตัดสินใจเปลี่ยนแปลง</p> <p>- เทคนิคการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ MI</p> <p>- ทักษะการสรุป</p> <p>- ทักษะการสะท้อนความ</p> <p>- การเสริมแรง</p>	<p>กิจกรรม</p> <p>“ วาดเส้นทางชีวิต”</p>



ครั้งที่	การดำเนินการให้การปรึกษา	ทฤษฎี/เทคนิค/ทักษะ	สื่อ/อุปกรณ์
	<p>วัตถุประสงค์ให้สมาชิกเข้าใจในแนวคิดกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นตอนการปรึกษา</u></p> <p>5. กิจกรรม “การพิสูจน์พฤติกรรม”</p> <p><u>ขั้นยุติการปรึกษา</u></p> <p>7. ให้สมาชิกพูดถึงความรู้สึกและสิ่งที่ได้จากการร่วมกิจกรรม</p> <p>8. ผู้ให้การปรึกษาสรุปสิ่งที่ได้จากการทำกิจกรรม นัดหมายกิจกรรมในครั้งต่อไป</p>		
5	<p><u>ชื่อ “กำลังใจบนเส้นเส้นทาง”</u></p> <p><u>วัตถุประสงค์</u></p> <p>1. เพื่อให้สมาชิกตั้งเป้าหมายที่เป็นรูปธรรม</p> <p>2. สมาชิกตระหนักถึงศักยภาพในการพัฒนาของตน สร้างความเชื่อมั่นที่จะกระทำเพื่อ นำชีวิตสู่เป้าหมายนั้น</p> <p>3. สมาชิกสามารถสร้างประโยคที่สร้างแรงจูงใจ และ ให้ประกาศคำมั่นสัญญาที่จะเปลี่ยนแปลง</p> <p><u>ขั้นสร้างสัมพันธภาพ</u></p> <p>3. ผู้ให้การปรึกษากลุ่มกล่าวทักทาย ทบสวน</p>	<p>- ใช้ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ</p> <p>- ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม พฤติกรรมที่ต้องเรียนรู้ เรียนรู้เงื่อนไขจากการกระทำ</p> <p>- ทฤษฎีขั้นตอนของการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม (Stage of change) ขั้นลงมือปฏิบัติ (Action)</p>	

ครั้งที่	การดำเนินการให้การปรึกษา	ทฤษฎี/เทคนิค/ทักษะ	สื่อ/อุปกรณ์
	<p>สาระสำคัญของกิจกรรมบำบัด ครั้งที่ 4</p> <p>4. ผู้ให้การปรึกษابอกชื่อ กิจกรรมกลุ่มและอธิบาย วัตถุประสงค์ให้สมาชิกเข้าใจใน แนวคิดกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นตอนการปรึกษา</u></p> <p>5. กิจกรรม “การพิสูจน์ พฤติกรรม”</p> <p><u>ขั้นยุติการปรึกษา</u></p> <p>7. ให้สมาชิกพูดถึง ความรู้สึกและสิ่งที่ได้จากการ ร่วมกิจกรรม</p> <p>8. ผู้ให้การปรึกษาสรุปสิ่งที่ ได้จากการทำกิจกรรม นัด หมายกิจกรรมในครั้งต่อไป</p>	<p>- (Empowerment)</p> <p>กระบวนการการการตัดสินใจ</p> <p>เลือกวิธีปฏิบัติที่เหมาะสม</p> <p>- เทคนิคการสัมภาษณ์เพื่อ เสริมสร้างแรงจูงใจ MI</p> <p>- ทักษะการสรุป</p> <p>- ทักษะการสะท้อนความ</p> <p>- การเสริมแรง</p>	
6	<p>ชื่อ “เส้นทางแห่งการเรียนรู้”</p> <p><u>วัตถุประสงค์</u></p> <p>1. เพื่อประเมินการ เปลี่ยนแปลงของพฤติกรรม ของ สมาชิกเสริมสร้างกำลังใจให้ คง อยู่</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิก แลกเปลี่ยนความรู้และ ประสบการณ์เรื่องการป้องกันใน การกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำ</p> <p>3. เพื่อสรุปการเรียนรู้จาก เรียนรู้</p>	<p>- ใช้ทักษะการสร้าง สัมพันธภาพ</p> <p>- ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม พฤติกรรมเรียนรู้เงื่อนไขของ การกระทำ</p> <p>- ทฤษฎีขั้นตอนของการ เปลี่ยนแปลง พฤติกรรม (Stage of change)</p> <p>- (Empowerment)</p> <p>กระบวนการการการคงไว้ซึ่ง</p>	<p>กิจกรรม “เส้นทางแห่งการเรียนรู้”</p>

ครั้งที่	การดำเนินการให้การปรึกษา	ทฤษฎี/เทคนิค/ทักษะ	สื่อ/อุปกรณ์
	<p><u>ขั้นสร้างสัมพันธภาพ</u></p> <p>4. ผู้ให้การปรึกษากล่าว ทักทายพร้อมทั้งแจ้งให้สมาชิกทราบว่าครั้งนี้จะเป็นการจัดกิจกรรมร่วมกลุ่มครั้งสุดท้าย</p> <p><u>ขั้นดำเนินการปรึกษา</u></p> <p>5. กิจกรรม “การพิสูจน์พฤติกรรม” ”</p> <p><u>ขั้นยุติการปรึกษา</u></p> <p>6. ผู้ให้การปรึกษาให้กำลังใจในการคงไว้ซึ่งการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่จะเป็นผลดีต่อสมาชิกเอง กล่าวลาและปิดกิจกรรม</p>	<p>การปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพ (Holding on) มาใช้ร่วมกับการเสริมแรง</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ทักษะการสรุป</li> <li>- ทักษะการสะท้อนความ</li> <li>- การเสริมแรง</li> </ul>	

### แนวคิดพื้นฐานของโปรแกรม

กิจกรรมกลุ่มให้การปรึกษาเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเลิกยาเสพติดนี้พัฒนาขึ้นเพื่อใช้กับกลุ่มผู้มีพฤติกรรมใช้ยาเสพติด ที่มีอายุระหว่าง 19 – 25 ปี โดยมีผลการวัดระดับความเสี่ยงกลับไปใช้ยาเสพติดในระดับปานกลาง ใช้กรอบแนวคิด ของทฤษฎีพฤติกรรมนิยม ที่มีความเชื่อว่า พฤติกรรมเกิดจากการเรียนรู้ความสัมพันธ์ที่เกิดจากสิ่งแวดล้อม หากผลของพฤติกรรมเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความพึงพอใจ หรือ ได้รับการเสริมแรงด้านพฤติกรรม พฤติกรรมนั้นก็เกิดบ่อยขึ้น และ แนวคิดทฤษฎีการเชื่อมโยงของธอร์นไดค์ โดยมีหลักเบื้องต้นว่า “การเรียนรู้เกิดจากการเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนอง โดยที่การตอบสนองมักจะออกมาเป็นรูปแบบต่าง ๆ หลายรูปแบบ จนกว่าจะพบรูปแบบที่ดี ช่วยในการลดภาวะความเครียดในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างเป็นระบบ ” ในการสร้างการเรียนรู้แบบแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่สังเกตได้ไปจนถึงพฤติกรรมภายในคือ การสร้างความมั่นใจ เชื่อในศักยภาพของตนเอง โดยใช้ใช้หลักการการเสริมพลังอำนาจ (Empowerment) ร่วมกับเทคนิคสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ MI (Motivation Interviewing)

เพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ใน การสำรวจขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของสมาชิก อ้างอิง ทฤษฎีขั้นตอนของการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม (Stage of change) ของ โปรทลาสกล่า และ ไตคลีแมนท์ (Prochaska & DiClemente 1982) ซึ่งมี 6 ขั้นตอน คือ 1) ชั้นเฝ้าเฉย (Pre-contemplation) 2) ชั้นลังเลสงสัย (Contemplation) 3. ชั้นตัดสินใจเปลี่ยนแปลง (Determination) 4) ชั้นลงมือทำ (Action) 5) ชั้น คงไว้ซึ่งการเปลี่ยนแปลง (Maintenance) 6) ชั้น ย้อนกลับสู่พฤติกรรมเดิม (Relapse) ผ่านกระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม สร้างการแลกเปลี่ยน เรียนรู้ให้กำลังใจ เชื่อมั่นในความสามารถของตนเองที่จะไปถึงเป้าหมายและมีความหวัง

ผู้ที่ติดยาเสพติด เมื่อมีการใช้ยาเสพติด ยาเสพติดจะเข้าไปทำลายสมองส่วนคิดทำให้ สมองส่วนอยากมีอำนาจในการควบคุมตัวผู้ใช้ยาเสพติด จึงมักทำอะไรตามอารมณ์มากกว่าเหตุผล มักมีพฤติกรรมทำอะไรตามใจตนเอง การที่ผู้ติดยาเสพติดเข้าสู่กระบวนการให้คำปรึกษาตามทฤษฎี พฤติกรรมนิยม ที่มีขั้นตอนกระบวนการในสร้างการเรียนรู้ให้กับผู้รับบริการในการสังเกตทบทวน พฤติกรรมตนเองทำความเข้าใจกับสิ่งเร้าที่จะนำไปสู่พฤติกรรมที่จะทำให้ผู้รับบริการกลับไปมีความ เสี่ยงในการติดยาเสพติดเรียนรู้การเชื่อมโยงพฤติกรรมกับสถานการณ์จนทำให้เกิดความมั่นใจในการ จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและดำรงพฤติกรรมที่เหมาะสม กระบวนการในช่วงต้นจะช่วยให้ผู้รับบริการ ค่อย ๆ ใช้ความคิดอย่างเป็นระบบ เพื่อลดความรู้สึกกังวลใจ

ในกระบวนการให้การปรึกษาผู้ให้การปรึกษาใช้หลักในการทำงานกับผู้รับบริการตาม แนวคิด มนุษย์นิยมที่เชื่อในศักยภาพของบุคคล เคารพศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ มองว่าบุคคลสามารถ เรียนรู้จากความผิดพลาดและพัฒนาได้ ผู้รับบริการจะอยู่ในกระบวนการให้คำปรึกษาในบรรยากาศที่ ผ่อนคลาย ปลอดภัย ภายใต้อาสาใจโดยปราศจากเงื่อนไข รวมถึงการเสริมแรง สร้างแรงจูงใจ ภายใต้นที่เกิดขึ้นจากตัวผู้รับบริการเอง โดยใช้หลักการ การเสริมพลังอำนาจ (Empowerment) ตาม แนวคิดของกิบสัน (Gibson, 1995) มองการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบุคคลเป็นไปในลักษณะแนวคิด แบบพลวัต กล่าวคือ เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงที่ไม่หยุดนิ่งมีการเคลื่อนไหวตลอดเมื่อนำแนวคิด มาใช้ให้สอดคล้องกับกระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม กระบวนการใน การให้คำปรึกษา จะเป็นไปในลักษณะ การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมา การมีปฏิสัมพันธ์ กันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และ ผู้ให้คำปรึกษา การให้สมาชิกในกลุ่มวางเป้าหมายพฤติกรรมที่จะ สามารถทำให้ตนเองเลิกยุ่งเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติดได้ เรียนรู้ได้ว่าสิ่งเร้าใดจะทำให้ตนเองไปข้อง เกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงที่จะพาให้ตนเองไปอยู่ข้องเกี่ยวกับยาเสพติดอีก รวมถึงเงื่อนไขที่จะเกิดขึ้นถ้า ผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลับไปใช้ยาเสพติดอีก โดยเริ่มจากพฤติกรรมที่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสังเกตและ ปรับปรุงได้ก่อน จนไปถึงพฤติกรรมภายใน เช่น การเห็นคุณค่าในตนเอง ความภูมิใจในตนเอง เมื่อ บุคคลเกิดแรงจูงใจภายใน (Intrinsic motivation) ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองว่ามีความสามารถ เพียงพอ (Self-efficacy) ที่จะปฏิบัติพฤติกรรมนั้นให้สำเร็จ การให้กำลังใจเสริมแรงให้ผู้รับบริการ

สามารถสร้างความภูมิใจในตนเอง ส่งเสริมการดำรงอยู่ของพฤติกรรมที่ปรับเปลี่ยนไป

โปรแกรมให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเลิกใช้ยาเสพติด ใช้แนวคิดพื้นฐานทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเลิกยาเสพติดในขั้นตอนของการลดความวิตกกังวลที่เป็นความรู้สึกภายใน ที่มีเกิดขึ้นเมื่อต้องมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่สมาชิกเคยปฏิบัติมา ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนั้นได้มีการนำการเสริมพลังอำนาจภายใน (Empowerment) ตามแนวคิดของกิบสัน (Gibson, 1995) มาใช้ในการช่วยให้สมาชิก เรียนรู้จากประสบการณ์ที่ผ่านมา ผลดี ผลเสีย จนไปถึงขั้นตอนทางความคิดที่แน่นอนในการระบุพฤติกรรม มองเห็นการเปลี่ยนแปลงที่เป็นรูปธรรม เพื่อให้ผู้เข้าร่วม กิจกรรมเกิดความเชื่อและการเห็นคุณค่าภายในตนเองที่จะสามารถกระทำพฤติกรรมนั้นตามที่ตนเองได้ระบุไว้ได้ รวมถึงการลดแรงต้านในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม กล้าที่จะเผชิญความจริง เกิดพลังมีกำลังใจส่งผลให้บุคคลพยายามที่จะกระทำพฤติกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อตัวเอง มีรายละเอียดดังนี้ Gibson, 1993

1. การค้นพบสภาพการณ์จริง (Discovering reality) เป็นขั้นตอนทำให้บุคคลยอมรับเหตุการณ์และสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นตามสภาพที่เป็นจริงทำความเข้าใจข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้อง ในขั้นตอนนี้ จะคำนึงถึงการตอบสนองของผู้เข้าร่วมกิจกรรม 3 ด้านดังนี้

1.1 การตอบสนองด้านอารมณ์ (Emotional responses) เมื่อผู้ร่วมกิจกรรมรับรู้ถึงผลที่ตนเองได้รับโทษจากการเสพยาเสพติด จะมีความรู้สึกด้านลบกับตนเอง ทั้งมีความสับสน มีความกังวลด้านครอบครัว สังคมที่ทำงาน อนาคตของตนเอง รวมถึงกล่าวโทษคนอื่น โกรธบุคคลอื่น อารมณ์เหล่านี้เกิดจากการที่บุคคลยังไม่สามารถยอมรับกับปัญหาที่เกิดขึ้นในสภาพของความเป็นจริงที่เป็นผลจากการกระทำของตนเองได้ ความรู้สึกถึงความยุ่งยากซับซ้อนของปัญหา ความที่ไม่สามารถคาดเดาเหตุการณ์ล่วงหน้าได้ รวมทั้งการขาดความรู้ ความเข้าใจในการดูแลตนเอง ในระยะนี้ จะทำให้บุคคลไม่รับรู้ถึงความสามารถในการจัดการปัญหาของตนเอง ให้กลับมาสู่พฤติกรรมที่ตนอยากจะทำได้ การใช้กระบวนการจากการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม ที่เริ่มจากการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เป็นไปได้ ที่สังเกตได้ก่อน เมื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองว่า สำเร็จได้ สิ่งที่เปลี่ยนแปลงภายนอกจะเข้าไปช่วยในการปรับความรู้สึกและเปลี่ยนวิธีคิด ทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีกำลังใจขึ้น ลดแรงต้านในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และ มีความอยากเรียนรู้สิ่งที่จะช่วยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมปรับเปลี่ยนตนเองตามสภาพความเป็นจริงรอบตัวตนเองได้อย่างเหมาะสม

1.2 การตอบสนองทางสติปัญญาการรับรู้ (Cognitive responses) เมื่อบุคคลรู้สึกสูญเสียความสามารถจะรู้สึกไม่มั่นใจในตนเอง บุคคลจะแสวงหาการช่วยเหลือ การให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ที่มีบุคคลที่ประสบปัญหาคล้ายคลึงกัน มีความต้องการที่จะปรับพฤติกรรมการเลิกเสพยาเสพติด เพื่อให้กระบวนการกลุ่มมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ไปพร้อมกับความเข้าใจในปัญหาเฉพาะของ



แต่ละบุคคล การให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เป็นผลสำเร็จ เกิดการเรียนรู้ร่วมกันทั้งผู้ให้คำปรึกษาเอง และ ผู้ร่วมกิจกรรม

1.3 การตอบสนองทางพฤติกรรม (Behavioral responses) ตระหนักถึงความสำคัญของตนเองใช้ประสบการณ์การแก้ปัญหาที่ผ่านมาประยุกต์กับสถานการณ์ใหม่ รับรู้และตระหนักได้ถึงความสามารถ ความมั่นใจ ในการดูแลตนเอง

2. การสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical reflection) การให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ทบทวนเหตุการณ์สถานการณ์ที่ผ่านมาในชีวิตอย่างรอบคอบ ฝึกทักษะในการทำความเข้าใจกับสถานการณ์การ สิ่งที่ได้เรียนรู้จากพฤติกรรมของตนเองที่ผ่านมานำพฤติกรรมมาพิจารณาอย่างมี วิจารณญาณเพื่อให้เกิดมุมมองใหม่ผ่านกระบวนการกลุ่ม ที่เปิดโอกาสให้แสดงความคิดเห็นในแง่มุม ต่าง ๆ ของผู้เข้าร่วมกิจกรรม เพื่อให้เกิดความเข้าใจของ ช่วงเวลาของเหตุการณ์ ที่ส่งผลกระทบต่อ พฤติกรรมที่จะนำไปสู่การเสพยาเสพติด สิ่งร้ายต่าง ๆ ที่ผ่านมาก็ทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ได้ไปข้อง เกี่ยวกับยาเสพติด เพื่อนำไปสู่การแก้ปัญหาและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ดีขึ้น ช่วยให้เกิดการ พัฒนาความรู้สึกถึงอำนาจในการควบคุมตนเอง (A sense of personal control)

3. การตัดสินใจเลือกวิถีปฏิบัติที่เหมาะสมกับตนเอง (Taking charge) การบอกได้ถึง พฤติกรรมเป้าหมายเป็นรูปธรรมกล่าวคือในขั้นนี้บุคคลจะตัดสินใจเลือกวิถีปฏิบัติที่เหมาะสมและดี ที่สุดเพื่อควบคุมและจัดการกับปัจจัยต่างๆที่เกี่ยวข้อง อย่างมีเหตุผล

4. การคงไว้ซึ่งการปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพ (Holding on) สร้างกำลังใจในการเปลี่ยน พฤติกรรมให้คงอยู่ การเปลี่ยนแปลงเป็นสิ่งที่เป็นไปได้และถ้าหากผู้เข้าร่วมกิจกรรมทำการ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจะมีผลในการลดปัญหาต่าง ๆ ที่เป็นผลจากการเสพยาเสพติด ให้ผู้เข้าร่วม กิจกรรมรู้สึกมี ความหวังและรับรู้ถึงความสามารถของตนเอง รวมถึง การให้ข้อมูลกับผู้เข้าร่วม กิจกรรมถึงเงื่อนไข ในการติดตามพฤติกรรมเลิกใช้ยาเสพติดของผู้เข้าร่วมกิจกรรม

ในกระบวนการให้การปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เพื่อเสริมสร้างความตั้งใจในการ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเลิกใช้ยาเสพติดได้มีการนำเทคนิคการเสริมแรง การกล่าวชมเชย การให้ กำลังใจเมื่อสมาชิกมีการกำหนดพฤติกรรมที่เหมาะสม มาใช้ร่วมกับการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้าง แรงจูงใจ MI (Motivation Interviewing) มาใช้กระตุ้นให้สมาชิกเปลี่ยนแปลงตนเอง มาช่วยให้ สมาชิกสำรวจและจัดการกับความรู้สึกกังวลใจของตนเองได้ ซึ่งเป้าหมายของการของการใช้การ สัมภาษณ์แบบ MI นี้ จะเป็นกระบวนการพูดคุยที่ช่วยกระตุ้นให้สมาชิกกล่าวข้อความที่จูงใจตนเอง ข้อความที่ สะท้อนถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม หรือ ที่เรียกว่า SMS (self-motivational statement) ผู้ให้การปรึกษาจะตั้งคำถามปลายเปิด ฟังสมาชิกอย่างตั้งใจและสะท้อนข้อความกลับให้ สมาชิกรับทราบในสิ่งที่เขาคิด กระตุ้นให้สมาชิกพูดข้อความที่เป็นไปในลักษณะการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม ชื่นชม ให้กำลังใจ ในข้อความที่ดี ขณะจัดกิจกรรม ผู้ให้การปรึกษาจะหมั่นกระตุ้นให้



ข้อความ ที่ดี ของสมาชิกออกมาเพิ่มขึ้น และ เสริมแรงด้วยข้อความชื่นชม ทุกครั้ง เพื่อเป็นการยืนยัน รับรองในความคิดที่ดี และเปลี่ยนแปลงไปของสมาชิก จนสมาชิกเกิดความมั่นใจในการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมของ ซึ่งเทคนิคดังกล่าวประกอบด้วย

1. การใช้คำถามปลายเปิด คือ การถามคำถามในช่วงต้นในทิศทางที่จะกระตุ้นให้ สมาชิกพูดเป็นส่วนใหญ่ โดยอาจจะเริ่มจาก คำถามคำตอบแบบสั้นๆ เพื่อให้สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์กับ ผู้ให้คำปรึกษา แล้วจึงค่อยไปสู่คำถามปลายเปิด ซึ่งทำให้ผู้ตอบต้องพูดยาวๆ การถามคำถามเช่นนี้จะ ช่วยให้ผู้รับบริการสามารถทำความเข้าใจกับปัญหาได้ สมาชิกจำนวนหนึ่งพร้อมที่จะเล่าเพียงแต่รอ การเริ่มต้นจากผู้ให้คำปรึกษา การใช้คำถามปลายเปิดในลักษณะการสร้างแรงจูงใจภายในนั้น จะ เป็นไปในลักษณะ ถามเพื่อให้พูดถึงแรงจูงใจภายในออกมา เช่น

ผู้ให้คำปรึกษา : คุณคิดจะทำอย่างไรก่อนเป็นสิ่งแรก เมื่อมีโอกาสในการปรับปรุงตัวเอง อีกครั้งสมาชิก: “ผมมีความคิดจะกลับไปเรียนต่อในการศึกษานอกโรงเรียน เพื่ออนาคตของตนเอง ผมต้องหยุดยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติดให้ได้ ผมต้องการมีอนาคตที่ดี ดูแลตัวเอง และ ดูแลแม่ได้”

ผู้ให้คำปรึกษา : “ ดีมากเลยคะ คุณมีความคิดที่จะปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้นจากเดิม และมีความกตัญญูต่อแม่ คุณแม่ทราบคงจะดีใจมากเลยคะ ขอเอาใจช่วยให้คุณทำสำเร็จนะคะ”

2. การชื่นชมยืนยันรับรอง เมื่อสมาชิกแสดงออกถึงความคิดที่ดี บอกถึงจุดแข็งของ ตัวเองได้ แสดงถึงศักยภาพในตนเอง และ ความมั่นใจที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง ผู้ให้คำปรึกษาตอบ กลับไปด้วยการชื่นชมและให้กำลังใจ และ เน้นย้ำว่าสิ่งนั้นออกมาจากตัวของสมาชิกเอง

3. การฟังอย่างตั้งใจและการสะท้อนความ เป็นทักษะการฟังอย่างตั้งใจและสะท้อน การจับใจความของข้อความที่เป็นแรงจูงใจ

4. การสรุปความ การสรุปเนื้อหาระหว่างการสนทนา ออกมาเป็นระยะ เป็นขั้นตอน ตามกระบวนการ โดยเฉพาะ ข้อความที่เป็นแรงจูงใจที่สมาชิกได้กล่าวมาด้วยตนเอง เพื่อเป็นการ เสริมแรงความคิดที่ดีของสมาชิก

### วิธีดำเนินการ

ใช้เวลาครั้งละ 120 นาที จำนวน 6 ครั้ง ระยะเวลา 3 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ก่อน เข้าร่วมและหลังจากการเข้าร่วมกลุ่มให้คำปรึกษาใช้แบบวัดความตั้งใจในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เลิกใช้ยาเสพติดเป็นเครื่องมือวัดผล

## ครั้งที่ 1

## (ชื่อ เราคือเพื่อนร่วมทาง)

**แนวคิด**

การสร้างบรรยากาศเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างบุคคลที่เข้าร่วมกิจกรรมในกลุ่มสมาชิกในกลุ่มได้ร่วมกันสร้าง “ถนนแห่งการเรียนรู้” ที่เป็นภาพนี้สะท้อนให้ทุกคนได้เห็น ว่า แต่ละบุคคล มีสิ่งที่ทุกคนอยากให้เกิดขึ้นระหว่างทาง การที่จะสร้างเส้นทางชีวิตขึ้นมาใหม่อีกครั้ง เกิดขึ้นได้เสมอถ้าเราเริ่มมีความเชื่อมั่นในคุณค่าของตนเอง เริ่มมีความคิดที่จะเปลี่ยนแปลง เริ่มกำหนดความต้องการที่แตกต่างไปจากเดิม เรียนรู้การรับฟังความคิดเห็นของคนอื่น ที่อยู่ในถนนแห่งการเรียนรู้ร่วมกันเส้นนี้ ที่มีความหลากหลายของพวกเราทุกคน เราจะร่วมกิจกรรมกลุ่มกันแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิด เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกันและนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การเลิกใช้ยาเสพติด ที่เป็นจุดมุ่งหมายของเส้นทางชีวิตของเราทุกคน ขอให้พวกเราตระหนักว่าเรา คือสมาชิกผู้ร่วมอยู่ในถนนแห่งการเรียนรู้ร่วมกัน มีจุดมุ่งหมายใจการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้ดีขึ้นไปพร้อม ๆ กัน

**วัตถุประสงค์**

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพ ความไว้วางใจ และ สร้างประสบการณ์การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน และ ความพร้อมในการให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมพัฒนาพฤติกรรมร่วมกัน
2. เพื่อให้สมาชิกวัดระดับความมั่นใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

**ระยะเวลา** 120 นาที

**สื่อ/อุปกรณ์ที่ใช้**

- กระดาษเทาขาวขนาดกลาง จำนวน 6 แผ่น
- สีเทียน
- ใบงานวัดระดับความมั่นใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

**การบวนการให้การศึกษา ( ขั้นตอนการให้คำปรึกษา )****ขั้นสร้างสัมพันธภาพ**

1. ผู้ให้การศึกษาและสมาชิกนั่งเป็นวงกลม กล่าวทักทาย แนะนำตัว สนทนาเรื่องทั่ว ๆ ไป สร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง (ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ)
2. ผู้ให้การศึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม ระยะเวลาดำเนินกลุ่ม ประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรม (ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ, เทคนิคการวางเงื่อนไข)

### ขั้นตอนการปรึกษา

1. ผู้ให้การปรึกษา แจกใบงาน และ อุปกรณ์ ประกอบด้วยกระดาษขาวเทา ขนาดกลาง 6 แผ่นสำหรับสมาชิกกลุ่มทุกคน และอุปกรณ์สีเทียน ดินสอสี จัดวางไว้โต๊ะตรงกลางโดยให้สมาชิกกลุ่มนั่งล้อมรอบอุปกรณ์เป็นวงกลม

2. กิจกรรม “เราคือเพื่อนร่วมทาง” ผู้นำกลุ่มเชื้อเชิญให้สมาชิกทีละคน ช่วยกันระบายสี “ถนนแห่งการเรียนรู้” โดยเริ่มจากผู้ให้คำปรึกษาก่อน ในการวาดรูปแบบถนน หลังจากนั้น จึงให้สมาชิกระบายสีโดยอิสระ ซึ่งในเส้นทางชีวิตนี้ แต่ละคนอยากให้มีอะไรระหว่างทางบ้าง และเมื่อระบายสีเสร็จรอบแรก ให้สมาชิกเข้าไปในกลุ่ม เพื่ออธิบายสิ่งที่ตนเองได้วาดขึ้นมาว่าสะท้อนถึงอะไร หลังจากทวนจนครบทุกคนในรอบแรก ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถเข้าไประบายสีเพิ่มเติมในสิ่งที่ตนเองเห็นว่าอยากให้มีเพิ่มเติมได้ ให้สมาชิกร่วมกันตั้งชื่อ “ถนนแห่งการเรียนรู้” แทนความหมายของกลุ่ม และ ให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันแสดงความคิดเห็นว่า การจะอยู่ร่วมกันบนถนนแห่งการเรียนรู้ สมาชิกแต่ละคนต้องช่วยกันด้วยเกื้อกูล เคารพในการเสนอความคิดเห็นของกัน และกัน ทุกคนมีความเท่าเทียมกัน และ ทุกคนมีศักยภาพในตนเอง เราจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปพร้อม ๆ กัน และ เราต้องปฏิบัติต่อกันอย่างไร (แนวคิดมนุษยนิยมในการทำงานกับกลุ่มผู้รับบริการ, ทฤษฎีการเรียนรู้ของธอร์นไคด์ คือ กฎแห่งความพร้อม)

3. ผู้ให้ให้ปรึกษากลุ่มสรุป แนวคิดของการจัดกิจกรรมกลุ่มในวันนี้ (ทักษะการสรุปความ)

### ขั้นยุติการปรึกษา

4. ให้สมาชิกพูดถึงความรู้สึกและสิ่งที่ได้จากการร่วมกิจกรรม “ ถนนแห่งการเรียนรู้” จากนั้นให้สมาชิกตอบแบบประเมินโดยให้คะแนนระดับความมั่นใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเลิกยาเสพติด ให้กำลังใจทุกคนให้ เข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง ชี้แจงถึงการวัดความมั่นใจขอให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตอบตามความรู้สึกที่แท้จริง คะแนนที่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมวัดมานั้น ไม่มีผลใด ๆ ต่อสมาชิก ผู้ให้การปรึกษาต้องการทราบเพื่อหาแนวทางในการช่วยเหลือ และนัดหมายการทำกิจกรรมครั้งต่อไป (ทักษะการสรุป, ทักษะการสะท้อนความ, เทคนิคการเสริมแรง)

### การประเมินผลการปรึกษา

1. สังเกตจากพฤติกรรม สีหน้า อารมณ์ การให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม
2. สมาชิกบอกได้ถึงระดับความมั่นใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเลิกยาเสพติด

ระดับความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเลิกยาเสพติด



ดัดแปลงมาจาก ดร.ณิ ฎุชาและ คณะ

## ครั้งที่ 2 (ชื่อ เส้นทางชีวิต)

### แนวคิด

ตามแนวคิดทฤษฎีการวางเงื่อนไขของสกินเนอร์ ที่กล่าวว่า ความสัมพันธ์ระหว่างการกระทำกับผลจากการกระทำ ทำให้บุคคลเรียนรู้ว่าทำอะไรแล้วจะนำไปสู่ผลอะไรจากการเรียนรู้เงื่อนไขผลจากการกระทำ (Operant Conditioning) ถ้าต้องการให้เกิดการเรียนรู้ เราจึงใช้ผลจากการกระทำเป็นตัวควบคุมการกระทำใหม่ ที่จะเกิดขึ้น การจัดกระบวนการที่นำสมาชิกทบทวนเหตุการณ์สถานการณ์ที่ผ่านมาในชีวิตอย่างรอบคอบเรียนรู้จากความผิดพลาดในอดีต มองเห็นความเข้มแข็งของตัวเองที่ทำให้ข้ามผ่าน อุปสรรคต่างๆมาได้ ผ่าน กระบวนการการสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical reflection) และ เทคนิคการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ MI การใช้กระบวนการกลุ่มสร้างความรู้สึกร่วมกันเป็นหนึ่งเดียว รับรู้ว่าคุณอื่นก็ผ่านสุข ทุกข์มาเหมือนเรา ทำให้เกิดบรรยากาศทางบวกที่นำไปสู่แรงจูงใจต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกได้ทบทวนสิ่งที่ผ่านมาในการดำเนินชีวิต การค้นพบสภาพการณ์จริง และได้เรียนรู้จาก ประสบการณ์ที่ผ่านมา เรียนรู้สิ่งเร้าที่เกิดขึ้นตามสถานการณ์แต่ละช่วงในชีวิต ที่ได้พาตนเองไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด รับรู้ได้ถึงความสุขและสุขในเส้นทางชีวิตของตนเองที่ผ่านมา
2. เพื่อให้สมาชิกตระหนักถึงศักยภาพในตนเอง สร้างความมั่นใจที่จะสนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่จะนำไปสู่การเลิกใช้ยาเสพติด และพฤติกรรมที่จะทำให้สมาชิกปรับปรุงตัวได้ดีขึ้น

ระยะเวลา 120 นาที

### สื่อ/อุปกรณ์ที่ใช้

- กระดาษวาดภาพแผ่นขนาดกลาง
- สีเทียน
- ดินสอ ดินสอสี

### กระบวนการให้การปรึกษา

#### ขั้นสร้างสัมพันธภาพ

1. ผู้ให้การปรึกษาวนคิดทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ากระบวนการกลุ่มในครั้งที่ 1 โดยให้พูดทีละคน และ สมาชิกนั่งเป็นวงกลม สนทนาเรื่องทั่ว ๆ ไป สร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง

2. จากนั้นผู้ให้การศึกษาบอกชื่อกิจกรรมกลุ่มและอธิบายให้สมาชิกเข้าใจในแนวคิดกิจกรรม “กิจกรรมเส้นทางชีวิต” ให้สมาชิกนั่งหลับตาในท่าที่สบาย เปิดเพลงบรรเลง และผู้ให้การศึกษา พุดชวนให้สมาชิกคิดตามว่าให้ย้อนดูตัวเองใน เหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ที่ทำให้รู้สึกมีความสุขสนุกสนาน สบายใจ ภาคภูมิใจ เกิด เหตุการณ์อะไรขึ้น มีใครบ้างที่อยู่ในเหตุการณ์นั้น และมีเหตุการณ์อะไรบ้างที่ทำให้สมาชิกรู้สึกไม่พอใจ ทุกข์ใจ อึดอัดใจ รู้สึกเจ็บปวดเมื่อนึกถึงเรื่องนั้น และ สมาชิกเริ่มนำตนเองเข้าสู่การใช้ยาเสพติดในช่วงระยะเวลาไหน (ใช้เวลาทบทวน 10 นาที) (ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ , การฝึกการผ่อนคลาย)

### ขั้นตอนการปรึกษา

1. ให้สมาชิกลืมนตา แจกกระดาษวาดรูป ให้สมาชิกเลือกสีเขียนตามที่ต้องการ วาดเส้นทางชีวิตของตนเองที่ผ่านมา ให้สมาชิกวาดรูปเส้นทางชีวิตของตนเองที่ผ่านมา โดยใช้ตัวอย่าง Timeline ชีวิต มาเป็นแบบอย่าง ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม วาดถนนเส้นทางชีวิตที่ผ่านมาเป็นช่วง ๆ แต่ละ คนผ่านเหตุการณ์ในลักษณะใดมาบ้าง พฤติกรรมที่ตัวผู้รับบริการกระทำต่อ เหตุการณ์เหล่านั้น ความรู้สึกต่อพฤติกรรมนั้นเป็นอย่างไร และ ให้วาดหน้าอารมณ์ต่าง ๆ ตามแต่ละช่วงเหตุการณ์ (ทฤษฎีขั้นตอนของการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม (Stage of change) 1.ขั้นเมินเฉย)

2. ผู้ให้การศึกษานำเข้ากลุ่ม ให้แต่ละบุคคลเล่าเรื่องราวเส้นทางชีวิตของตนเอง โดยที่สมาชิกในกลุ่มสามารถซักถามได้ ผู้ให้การศึกษากระตุ้นให้เกิดการแลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน เรียนรู้จากความผิดพลาด และ การกล่าวข้อความให้กำลังใจกัน และ ชวนคิดต่อว่า แต่ละคนได้เรียนรู้จากสถานการณ์อะไรบ้างที่จะนำพาให้ตนเองเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด และ เมื่อมีพฤติกรรมติดยาเสพติดแล้ว ผ่านเรื่องทุกข์และสุข อะไรบ้าง แต่ละคนผ่านเหตุการณ์ที่ยากลำบากและผ่านมาได้ อยากรู้ ความเข้มแข็งและศักยภาพอะไรที่เป็นความภาคภูมิใจของแต่ละคน พฤติกรรมอะไรบ้างที่อยากจะปรับเปลี่ยน เพื่อพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น (ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม การวางเงื่อนไขของสกินเนอร์ , Empowerment ตามแนวคิดของกิบสัน กระบวนการการ 1.การค้นพบสภาพการณ์จริง, การขจัดความรู้สึกหวาดวิตกอย่างเป็นระบบ , การเสริมแรงให้กำลังใจ)

3. ผู้ให้การศึกษา แจกกระดาษวาดรูป ให้สมาชิกเลือกสีเขียนตามที่ต้องการ วาดเส้นทางชีวิตของตนเองอีกครั้ง โดยนำต้นแบบ ของถนนแห่งการเรียนรู้ในกิจกรรมครั้งที่ 1 เป็นตัวอย่าง ครั้งนี้ให้ระบุ เป้าหมายที่อยากไปถึง และระหว่างทางของเส้นทาง สมาชิกจะเจออะไรที่จะเป็นอุปสรรค บ้างให้วาดไว้ เป็นสัญลักษณ์ที่ฝังซ้ายของถนน และเขียนพฤติกรรมที่จะเปลี่ยนแปลง อันดับแรกที่สมาชิกคิดว่าตนเองสามารถทำได้ก่อน ไว้ฝั่งขวาของถนน (การเรียนรู้เงื่อนไขการกระทำ)



4. ผู้ให้การศึกษานำเข้ากลุ่ม ให้แต่ละบุคคลเล่า เส้นทางชีวิตของตนเองอีกครั้ง โดยที่สมาชิกในกลุ่มสามารถซักถามได้ ผู้ให้การปรึกษากระตุ้นให้เกิดการแลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน ผู้ให้การปรึกษากระตุ้นให้สมาชิกให้กำลังใจซึ่งกันและกันสร้างคำพูดที่จะเป็นแรงจูงใจให้ตนเองสามารถทำพฤติกรรมที่ได้เขียนไว้ได้สร้างบรรยากาศแห่งการได้รับการชื่นชม ยกย่องในความสามารถระหว่างสมาชิกด้วยกันให้เชื่อมั่นว่าแต่ละคนยังมีศักยภาพ มีสิ่งดี ๆ ในตนเองที่จะตั้งใจในการ ลุกขึ้นมาใหม่ สนับสนุนให้สมาชิกสร้างคำพูดที่เป็นข้อความที่เป็นกำลังใจให้ตนเองและสมาชิกด้วยกัน ให้สมาชิกเชื่อมั่นในตนเองว่า การเปลี่ยนแปลงสิ่ง ต่าง ๆ ในชีวิตของเราต้อง อาศัยความเชื่อมั่นในตนเอง ความตั้งใจ และเชื่อว่าการเริ่มจากการเปลี่ยนแปลงตนเองไปสู่ทางที่ดี ด้วยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเองตามที่ได้ตั้งใจไว้ เริ่มจากพฤติกรรมที่ตนเองรับรู้ว่าจะทำได้ก่อน และทำตัวเองในวันนี้ให้ดีที่สุดที่สุดวันต่อ ๆ ไปก็มีแนวโน้มจะเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น ทฤษฎีขั้นตอนของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Stage of change) ขั้นลังเลใจ , (Empowerment) ตามแนวคิดของกิบสัน กระบวนการการ 1.การค้นพบสภาพการณ์จริง , การจัดความรู้สึกรู้สึกหวาดวิตกอย่างเป็นระบบ , เทคนิคการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ MI

#### ขั้นยุติการปรึกษา

5. ให้สมาชิกพูดถึงความรู้สึกและสิ่งที่ได้จากการร่วมกิจกรรมนี้ ผู้ให้การปรึกษากลุ่มสรุปสิ่งที่ได้จากการ และ นัดหมายการทำกิจกรรมครั้ง ต่อไป (ทักษะการสรุป, ทักษะการสะท้อนความ, เทคนิคกับการเสริมแรง ชื่นชม ให้กำลังใจ

#### การประเมินผลการปรึกษา

1. สังเกตจากพฤติกรรม สีหน้า อารมณ์ การให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม



### ครั้งที่ 3 (ชื่อ เรียนรู้จากเส้นทาง)

#### แนวคิด

การทำความเข้าใจกับปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยคำนึงถึง ปัจจัย นำมาก่อน เช่น การเลี้ยงดู ระดับสติปัญญา การศึกษาบุคลิกภาพ ความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ครอบครัว เพื่อนฝูง ปัจจัยกระตุ้น เช่น ปัญหาความสัมพันธ์ในครอบครัว การถูกชักจูงจากเพื่อน ปัจจัยที่ทำให้ปัญหายังคงอยู่ เมื่อสมาชิกเข้าไปข้องเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติด มักมีปัจจัยที่จะทำให้ สมาชิกเสี่ยงต่อการกลับไปใช้ยาเสพติดซ้ำ ถ้ายังคงอยู่ใกล้ หรือ ถูกทำให้อยู่ในสถานการณ์นั้น ซ้ำๆ เช่น โดดเดี่ยว ไม่มีงานทำ ถูกตำหนิซ้ำ ๆ หนี้สิน ทั้งนี้อาจจะเกิดจากปัจจัยที่นำมาก่อน หรือ ปัจจัยกระตุ้นที่ยังไม่ได้คลี่คลายก็เป็นได้ ปัจจัยปกป้อง เป็นปัจจัยสำคัญที่จะช่วยเหลือให้สมาชิกไม่ ย้อนกลับมา มีพฤติกรรมติดยาเสพติดซ้ำ และ ช่วยผลักดันให้สมาชิกมีแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ดี ขึ้น

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกตระหนักถึง สถานการณ์ หรือ สิ่งเร้าที่จะทำให้สมาชิกกลับไปยุ่ง เกี่ยวกับการใช้ยาเสพติดอีก และ คาดการณ์ผลที่จะเกิดขึ้นถ้าตนเองยังมีพฤติกรรมใช้ยาเสพติดอยู่
2. สมาชิกสามารถระบุได้ถึงความสามารถของตนเองและปัจจัยอะไรที่นำไปให้เกิด ความล้มเหลว ของตนเอง

**ระยะเวลา** 120 นาที

#### สื่อ/อุปกรณ์ที่ใช้

- ใบงานการสังเกตพฤติกรรม
- ใบงานตัวของฉัน
- ดินสอ ดินสอสี

#### การบวนการให้การปรึกษา (ขั้นให้คำปรึกษา)

##### ขั้นสร้างสัมพันธภาพ

1. ผู้ให้การปรึกษากลุ่มทบทวนสาระสำคัญของกิจกรรมบำบัดครั้งที่ 2
2. ผู้ให้การปรึกษาบอกชื่อกิจกรรมกลุ่มและอธิบายวัตถุประสงค์ให้สมาชิกเข้าใจใน

แนวคิดกิจกรรม (ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ)

**ขั้นดำเนินการปรึกษา** (ใช้ทักษะการปรึกษาอะไร ตอนไหนให้บอกไว้ในข้อนั้นๆ ด้วย

1. ผู้ให้การปรึกษาอธิบายการเขียนใบงานให้สมาชิกเข้าใจ ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกระบุ สถานการณ์ 1 ถึง 3 เหตุการณ์ที่เมื่อเกิดขึ้นแล้วทำให้สมาชิกมีความคิดที่อยากกลับไปใช้ยาเสพติด

ในช่องสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ ต่อมาให้เขียนในช่องที่ 2 ความคิดต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ต่อมาเขียนในช่องที่ 3 ผลที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับสถานการณ์ โดยให้เขียนในช่องพฤติกรรมก่อนต่อมาถึงเขียนในช่อง อารมณ์ พฤติกรรมที่เกิดขึ้น (ใช้เวลา 15 นาที)

2. ผู้ให้การศึกษานำทุกคนร่วมเข้ากลุ่มอีกครั้ง และ ให้สมาชิก เล่าถึงเนื้อหาของใบงานที่ตนเองได้เขียนไว้ ผู้นำกลุ่มกระตุ้นให้สมาชิกคิดแสดงความคิดเห็น ถึงข้อดี และ ข้อเสีย ของพฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของทุกคนและสะท้อนความคิดกลับไปถึงสมาชิก ให้ลองการคาดการณ์ถ้าเกิดเหตุการณ์นี้เกิดขึ้นอีก แต่ละคนจะจัดการสถานการณ์นี้อย่างไร รวมถึง คาดการณ์ถึงผลของตนเอง ถ้าตนเองสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมใหม่ผลจะเป็นอย่างไร รวมถึง ถ้ากลับไปมีพฤติกรรมแบบเดิมจะทำอย่างไร (ทฤษฎีพฤติกรรมนิยมกิริยาสะท้อน การเรียนรู้เงื่อนไขจากสิ่งเร้า , Empowerment ตามแนวคิดของกิบสัน กระบวนการการสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ , การจัดการความรู้สึกหวาดวิตกอย่างเป็นระบบ)

3. ผู้ให้การปรึกษา แจกใบงาน (ใบงานการสังเกตพฤติกรรม) อีกครั้ง ให้สมาชิกระบุสถานการณ์ เดิมที่ได้เขียนไว้ในใบงานครั้งแรกไล่ลำดับการเขียนใหม่อีกครั้งและกำหนดพฤติกรรมใหม่อีกครั้ง (ใช้เวลา 15 นาที) ผู้ให้คำศึกษานำทุกคนร่วมเข้ากลุ่มอีกครั้ง และ ให้สมาชิก เล่าถึงเนื้อหาของใบงานที่ตนเองได้เขียนไว้ ผู้นำกลุ่มสะท้อนความคิดเห็นจากการฟังเนื้อหาในใบงาน เพื่อทวนความเข้าใจให้สมาชิกมั่นใจในพฤติกรรมใหม่ที่ได้ระบุไว้ พร้อมทั้งกระตุ้นให้ สมาชิกคนอื่นแสดงความคิดเห็น ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตข้อความที่เสริมสร้างแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และ เสริมแรงด้วยข้อความให้กำลังใจ (ทฤษฎีขั้นตอนของการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม (Stage of change) ขั้นตัดสินใจเปลี่ยนแปลง , เทคนิคการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ MI , เทคนิคการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ MI)

4. ผู้ให้การปรึกษาเข้าสู่ประเด็นการ (ใบงานตัวของฉัน) แจกใบงานที่ 2 ให้สมาชิกสำรวจตัวเองตามลำดับคำถาม ข้อที่ 1. ฉันมีจุดแข็ง คือ 2. ฉันไม่เหมือนคนอื่น เพราะ 3. คนอื่น ๆ ไม่รักฉันเพราะ 4. ฉันดูเป็นอย่างไรในอนาคต เพราะ (ใช้เวลา 15 นาที)

5. ผู้ให้การศึกษานำทุกคนร่วมเข้ากลุ่ม ให้สมาชิก เล่าถึงเนื้อหาของใบงานที่ตนเองได้เขียนไว้ผู้นำกลุ่มกระตุ้นให้สมาชิกคิดแสดงความคิดเห็น ผู้ให้การปรึกษาสะท้อนการสรุปตัวเองของสมาชิกทุกคน ว่าเข้าใจถูกต้องหรือไม่ และ นำการสรุปของใบงานการสังเกตพฤติกรรม ต่อเหตุการณ์มาทำความเข้าใจกับสมาชิกว่าแต่ละคนได้ระบุพฤติกรรมใหม่ที่อยากปรับเปลี่ยน ตอนนี้สมาชิกทุกคนต้องช่วยกันคิดว่า ตัวตนของสมาชิกแต่ละคน จะสามารถทำให้พฤติกรรมใหม่ที่ระบุไว้นั้นตนเองจะสามารถทำได้สำเร็จ อะไรจะเป็นปัจจัยที่จะบั่นทอนทำให้สมาชิกหมดความตั้งใจ และ ลดความมั่นใจใน ศักยภาพของตนเอง และเมื่อเราเกิดความไม่มั่นใจในตัวเองที่จะทำพฤติกรรมใหม่ที่แตกต่างจากเดิมรวมทั้งสิ่งเร้าที่เป็นปัจจัยกระตุ้นทำให้เราจะกลับไปใช้ยาเสพติดเพื่อช่วยให้เราพ้นจากความรู้สึกไม่

ดีต่อตัวเอง รวมถึงผลของการคาดการณ์ในอนาคต ระหว่าง กลับไปใช้ และ ไม่ใช่ยาเสพติดให้สมาชิกทุกคนแสดงความคิดเห็นรวมทั้งให้แง่คิดกับสมาชิกถึงความล้มเหลวเมื่อเราเริ่มที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ว่าความรู้สึกนี้ เป็นธรรมชาติ เป็นธรรมดาที่จะเกิดขึ้นกับเราทุกคน ขอให้เรานึกทบทวนถึง ผลดี ผลเสีย ทุกครั้งเมื่อเกิดความล้มเหลว และ พยายามทำพฤติกรรมด้านที่ดีที่ตนเองได้ระบุไว้ ออกมาก่อน หมั่นทำบ่อย ๆ ก็จะสามารถทำให้สมาชิก มีความมั่นใจในตนเองมากขึ้น ผู้ให้คำปรึกษา สอบถามถึงความคิดเห็นของสมาชิก ให้สมาชิกพูดประโยคที่ให้กำลังใจกัน คนละประโยค เสริมแรงด้วยข้อความให้กำลังใจ (กิริยาสะท้อน การเรียนรู้เงื่อนไขจากสิ่งเร้า , ทฤษฎีการเรียนรู้ของธอร์นไดค์ กฎแห่งการฝึกหัด , (Empowerment) ตามแนวคิดของกิบสัน กระบวนการการสะท้อนคิดอย่างมีวิจาร์ณญาณ , การจัดความรู้สึกหวาดวิตกอย่างเป็นระบบ , เทคนิคการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ MI , การเสริมแรง ให้กำลังใจ)

### ขั้นปฏิบัติการปรึกษา

6. ให้สมาชิกพูดถึงความรู้สึกและสิ่งที่ได้จากการร่วมกิจกรรมนี้ ผู้ให้การปรึกษาสรุปสิ่งที่ได้จากการ และ นัดหมายการทำกิจกรรมครั้ง ต่อไป (ทักษะการสรุป, ทักษะการสะท้อนความ, การเสริมแรงให้กำลังใจ)

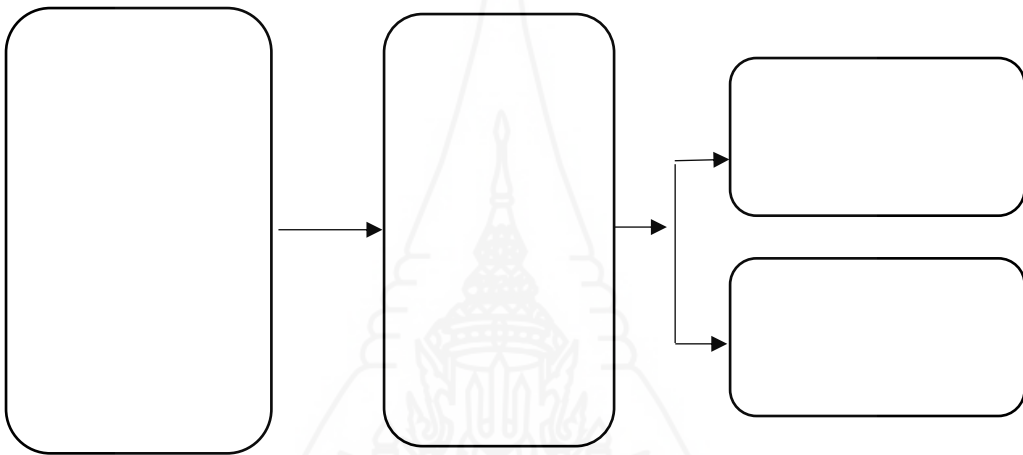


### ใบงาน การสังเกตพฤติกรรม

คำชี้แจง : สมาชิกกลุ่มบันทึกเหตุการณ์ ที่นำไปสู่การใช้ยาเสพติด พร้อมทั้งความคิด และ พฤติกรรม  
 อารมณ์ต่อเหตุการณ์นั้น

ระบุสถานการณ์ที่เกิดขึ้นและนำไปสู่การใช้ยาเสพติด ความคิดที่เกิดขึ้นกับสถานการณ์ ผลที่เกิดขึ้น  
 พฤติกรรม

ผลที่เกิดขึ้น อารมณ์





### ใบงานตัวของฉัน

ให้สมาชิกสำรวจความคิดที่มีเกี่ยวกับตนเองเป็นอย่างไรตามลำดับคำถาม

1. ฉันมีจุดแข็ง คือ

\* ..... \*

.....

\* ..... \*

.....

2. ฉันไม่เหมือนคนอื่น เพราะ

\* ..... \*

.....

\* ..... \*

.....

3. คนอื่น ๆ ไม่รักฉันเพราะ

\* ..... \*

.....

\* ..... \*

.....

4. ฉันดูเป็นอย่างไรในอนาคต เพราะ

\* ..... \*

.....

\* ..... \*

.....



**ครั้งที่ 4**  
**(ชื่อ การพิสูจน์พฤติกรรม)**

**แนวคิด**

ในขั้นตัดสินใจเปลี่ยนแปลง (Determination) คือ การสังเกตความพร้อมในการเปลี่ยนแปลง การสร้างแผนการปรับเปลี่ยนร่วมกัน ที่เป็นรูปธรรมมากขึ้น เมื่อสมาชิกรู้สึกถึงความเป็นไปได้ที่จะเปลี่ยนแปลง และ ได้ระบุแบบพฤติกรรมใหม่ที่ตนคิดจะปรับเปลี่ยน แต่ยังมีเรื่องที่ต้องพิจารณาอยู่ว่าจะอย่างไร การหาปัจจัยที่สนับสนุน และ ปัจจัยคัดค้าน ก็เป็นสิ่งสำคัญ สมาชิกรับรู้ อยู่เสมอว่า การเปลี่ยนแปลงเป็นความรับผิดชอบของสมาชิกเอง การใช้ประโยชน์สร้างแรงจูงใจในการปรับมุมมองความคิด ด้วยการใช้ประโยชน์ที่จะทำให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นที่เป็นรูปธรรมได้อย่างชัดเจน เช่น “ฉันต้องทำอะไรสักอย่างเพื่อจะเปลี่ยนแปลง” , “เรื่องนี้เป็นเรื่องสำคัญ” , “แล้วฉันจะทำอะไรได้บ้าง” เน้นการตั้งเอาประสบการณ์และสิ่งที่เกิดขึ้นจริงของสมาชิกมาวิเคราะห์ ด้วยบรรยากาศของความเข้าใจ

**วัตถุประสงค์**

1. สนับสนุนให้สมาชิกมีความมั่นใจในศักยภาพภายในของตนเอง ตระหนักถึงความสำคัญของผลจากพฤติกรรมที่ตนเองได้เลือกที่จะตอบสนองกับสถานการณ์ต่าง ๆ มีความรับผิดชอบในการสร้างการเปลี่ยนแปลงในชีวิตของตนเอง

2. สมาชิกสามารถเสริมสร้างกำลังใจให้กับตนเองในการเปลี่ยนแปลงชีวิต

**ระยะเวลา** 120 นาที

**สื่อ/อุปกรณ์ที่ใช้**

- ใบงาน “การพิสูจน์พฤติกรรม”
- กระดาษวาดรูปขนาดกลาง
- ดินสอ ดินสอสี

**การบวนการให้การศึกษา (ขั้นให้คำปรึกษา)****ขั้นสร้างสัมพันธภาพ**

1. ผู้ให้การศึกษากลุ่มทบทวนสาระสำคัญของกิจกรรมบำบัดครั้งที่ 3
2. ผู้ให้การศึกษายกชื่อกิจกรรมกลุ่มและอธิบายวัตถุประสงค์ให้สมาชิกเข้าใจใน

แนวคิดกิจกรรม (ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ)

### ขั้นตอนการปรึกษา

1. ให้สมาชิกนั่งในท่าที่สบาย ล้อมกันเป็นวงกลม ในครั้งนี้ผู้ให้การปรึกษามอบหมายให้สมาชิกกลุ่มทำการสรุปบทวนกิจกรรมการบำบัดครั้งที่ 3 ผู้ให้คำปรึกษาสะท้อนกลับในสิ่งที่สมาชิกพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเพื่อให้สมาชิกได้บทวนความคิดตนเองก่อนจะเริ่มเข้าสู่กิจกรรม

2. แจกกระดาษวาดรูปแก่สมาชิก และ ให้สมาชิกระบุสิ่งที่คิดว่าทำได้ทันทีหลังจากจบกิจกรรมวันนี้ไป พฤติกรรมไหนที่แต่ก่อนเคยทำและอยากปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น และสามารถปรับได้ทันทีหลังจากเสร็จกิจกรรมในวันนี้ ให้สมาชิกระบุไว้ในกระดาษวาดรูป (10 นาที)

3. หลังจากนั้นผู้ให้การปรึกษาแจกใบงาน “ การพิสูจน์พฤติกรรม ” ให้สมาชิกเขียน ในส่วนที่ 1 “ หลักฐานที่สนับสนุน ” ให้สมาชิกระบุถึงสิ่งที่จะสนับสนุนให้สมาชิกสามารถทำพฤติกรรมได้ เมื่อทำพฤติกรรมนั้นแล้วจะมีผลต่อตัวสมาชิกอย่างไร ส่วนที่ 2 “ หลักฐานคัดค้าน ” ระบุถึงสิ่งที่จะทำให้สมาชิกไม่สามารถทำพฤติกรรมที่ระบุไว้ได้ และ เมื่อทำไม่ได้จะมีผลต่อสมาชิกอย่างไร แล้วจึงมาตอบคำถามข้างล่างตารางว่า สรุปแล้วสมาชิกเชื่อว่าตนเองจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมากเพียงใด ให้ตอบเป็น ตัวเลข 1-10 และ มาตอบในส่วนสุดท้าย ในข้อคำถาม ถ้าไม่สามารถทำได้สำเร็จ จะคิดแก้ไขอย่างไรได้อีก

4. ผู้ให้การปรึกษานำทุกคนร่วมเข้ากลุ่ม ให้สมาชิก เล่าถึงเนื้อหาของใบงานที่ตนเองได้เขียนไว้ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้สมาชิกคิดแสดงความคิดเห็น ด้วยการใช้ประโยคที่จะทำให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นที่เป็นรูปธรรมได้อย่างชัดเจน เช่น “ฉันต้องทำอะไรสักอย่างเพื่อจะเปลี่ยนแปลง”, “เรื่องนี้เป็นเรื่องสำคัญ”, “แล้วฉันจะทำอะไรได้บ้าง” ผู้ให้การปรึกษาเน้นให้สมาชิกให้กำลังใจซึ่งกันและกัน สร้างความมั่นใจ ซึ่งกันและกันและการรับผิดชอบในการเปลี่ยนแปลงของตนเอง (เทคนิคเรียนรู้เงื่อนไขจากการกระทำ, ทฤษฎีขั้นตอนของการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม (Stage of change) ขั้นตัดสินใจเปลี่ยนแปลง, ทฤษฎีการเรียนรู้ของธอร์นไดค์ กฎแห่งการใช้ , (Empowerment) ตามแนวคิดของกิบสัน กระบวนการการสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ, การจัดความรู้สึกลัววิตกกังวลอย่างเป็นระบบ, การเสริมแรงให้กำลังใจ)

### ขั้นยุติการปรึกษา

5. ให้สมาชิกพูดถึงความรู้สึกและสิ่งที่ได้จากการร่วมกิจกรรมนี้ ผู้นำกลุ่มสรุปสิ่งที่ได้จากการ และ นัดหมายการทำกิจกรรมครั้ง ต่อไป (ทักษะการสรุป), (ทักษะการสะท้อนความ)

### การประเมินผลการปรึกษา

1. สังเกตจากพฤติกรรม สีหน้า อารมณ์ การให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม

### ใบงาน การพิสูจน์พฤติกรรม

ให้สมาชิกระบุพฤติกรรม และ แสดงความคิดเห็น โดยหาหลักฐานสนับสนุน และ หลักฐานคัดค้าน พฤติกรรมที่สมาชิกต้องการพิสูจน์ให้เห็น

หลักฐานสนับสนุน	หลักฐานคัดค้าน

สรุปแล้วสมาชิกเชื่อว่าตนเองจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมากเพียงใด .....

ถ้าไม่สามารถทำได้สำเร็จ จะคิดแก้ไขอย่างไรได้อีก

1.....

2.....

3.....

4.....

**ครั้งที่ 5**  
**(ชื่อ กำลังใจบนเส้นทาง)**

**แนวคิด**

สมาชิกระบุพฤติกรรมที่จะเปลี่ยนแปลงเริ่มจากพฤติกรรมที่สังเกตได้ก่อน จากสิ่งที่สมาชิกรับรู้ได้ว่าตนเองจะกำหนดพฤติกรรมไหนบ้างในการปรับปรุงตนเอง อย่างมีทิศทาง คาดการณ์ผลในอนาคตและการกำหนดเป้าหมายในชีวิต รวมถึงการคงไว้ซึ่งมุมมองความคิดเชิงบวก ความเชื่อมั่นในศักยภาพตนเอง และการมุ่งมั่นเพื่อเอาชนะใจตนเอง เมื่อเจอสถานการณ์ที่จะเป็นสิ่งที่เรา จะทำให้ตนเองยุ่งเกี่ยวกับการใช้ยาเสพติด

**วัตถุประสงค์**

1. เพื่อให้สมาชิกตั้งเป้าหมายที่เป็นรูปธรรม
2. สมาชิกตระหนักถึงศักยภาพในการพัฒนาของตน สร้างความเชื่อมั่นที่จะกระทำเพื่อนำชีวิตสู่เป้าหมายนั้น
3. สมาชิกสามารถสร้างประโยคที่สร้างแรงจูงใจ และ ให้ประกาศคำมั่นสัญญาที่จะเปลี่ยนแปลง

**ระยะเวลา** 120 นาที

**สื่อ/อุปกรณ์ที่ใช้**

- กระดาษวาดรูปขนาดกลาง
- สีเทียน
- ใบงานการวัดระดับความมั่นใจ

**การบวนการให้การปรึกษา (ขั้นให้คำปรึกษา)**

**ขั้นสร้างสัมพันธภาพ**

1. ผู้ให้การปรึกษากลุ่มทบทวนสาระสำคัญของกิจกรรมบำบัดครั้งที่ 4
2. ผู้ให้การปรึกษากลุ่มบอกชื่อกิจกรรมกลุ่ม “กำลังใจบนเส้นทาง” และ อธิบายให้สมาชิกเข้าใจถึงแนวคิดกิจกรรม ผู้ให้การปรึกษาใช้คำถามหัวข้อ “ความภูมิใจ และและเชื่อมั่นในตนเองสามารถเริ่มต้นจากใคร” และ “อะไรในชีวิตเมื่อเรานึกถึงแล้วสามารถช่วยให้ ตัวเราเกิดความรู้สึกมีพลังและเชื่อมั่นในตนเองมากยิ่งขึ้น” (ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ)

**ขั้นดำเนินการปรึกษา**

1. ให้สมาชิกลงในท่าที่สบาย ผู้ให้คำปรึกษาแจกกระดาษ ให้สมาชิกวาดรูปวาดภาพ “ถนนชีวิต” โดยให้ถนนแทนชีวิต ของเราที่ทอดเดินไป ที่ปลายทางขอให้ออกเป้าหมายที่ชัดเจนที่สุดที่เราอยากเห็น อยากให้เกิดขึ้นกับชีวิตเรา และเราเชื่อว่าเป็นเรื่องที่สามารถเกิดขึ้นได้ เป็นจริงได้

ถ้าเราใช้ความพยายาม และ ศักยภาพที่มีในตัวเรา และ บนถนนชีวิตให้ใช้ดินสอ หรือ ดินสอสีเขียนถึง พฤติกรรมที่เราจะเปลี่ยนแปลง คุณลักษณะใดที่เราต้องมี มีบุคคลใดบ้างร่วมอยู่ในเส้นทาง (20 นาที)

2. ผู้ให้การศึกษานำทุกคนร่วมเข้ากลุ่ม ให้สมาชิก เล่าถึงเนื้อหาของใบงานที่ตนเองได้ วาดไว้ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้สมาชิกคิดแสดงความคิดเห็น ผู้ให้การปรึกษากล่าวถึงความสำคัญของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ว่าต้องประกอบไปด้วย ความตั้งใจ ความมุ่งมั่นและการซื่อสัตย์ต่อตนเอง วันนี้จึงเป็นโอกาสที่ดี สมาชิกกลุ่มได้ร่วมแบ่งปันความทุกข์ ความสุข ในเส้นทาง ถนนแห่งชีวิตร่วมกัน และ กระตุ้นให้สมาชิกสร้างประโยคที่จะให้กำลังใจ 1.ต่อตนเอง และ จะใช้เตือนตนเองทุกครั้งเมื่อเกิดความรู้สึกไม่มั่นใจในตนเองขึ้น, 2. ประโยคกำลังใจต่อเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม (เทคนิคเรียนรู้เงื่อนไขจากการกระทำ, ทฤษฎีขั้นตอนของการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม (Stage of change) ขั้นลงมือปฏิบัติ (Action), เทคนิคการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ MI, การเสริมแรง ให้กำลังใจ)

3. ผู้ให้การปรึกษา ชวนให้สมาชิกมองภาพตนเองจากถนนแห่งชีวิต ถ้าตนเองทำ พฤติกรรมตามที่ตนเองระบุไว้ หลังจากวันนี้อีก 1 เดือนข้างหน้า สมาชิกจะเห็นภาพตนเองเป็นแบบใด ให้สมาชิกจับคู่และบอกเล่าให้คู่ตนเองฟัง ผู้ให้คำปรึกษา จากกระดาน ให้สมาชิก แต่ละคนเขียนสิ่งที่คู่ ของตนได้เล่าให้ฟังเป็นข้อ ๆ (15 นาที)

4. ผู้ให้การศึกษานำสมาชิกเข้ากลุ่ม และให้สมาชิกแต่ละคน บอกเล่าถึงสิ่งที่คู่ของ ตนเองได้เล่าให้ตนเองฟัง ผู้ให้การปรึกษาได้กระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน และ ร่วมกันทำสัญญาในการเปลี่ยนแปลง (ทักษะการสรุป, ทักษะการสะท้อนความ, การเสริมแรงให้กำลังใจ)

### ขั้นยุติการศึกษา

5. ผู้ให้การปรึกษาสรุปกิจกรรม แจกใบงาน ระดับความตั้งใจในการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมเลิกยาเสพติด ให้สมาชิกวัดระดับความมั่นใจในตนเองอีกครั้งหนึ่ง นัดหมายในการเจอกันใน ครั้งต่อไป (ทักษะการสรุป, ทักษะการสะท้อนความ)

### การประเมินผลการปรึกษา

1. สังเกตจากพฤติกรรม สีหน้า อารมณ์ การให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม
2. เห็นถึงเปลี่ยนแปลงของระดับแรงจูงใจของสมาชิก



## “กำลังใจบนเส้นทาง”



ระดับความตั้งใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเลิกยาเสพติด



ดัดแปลงมาจาก ดร.ณิ ภูขาวและ คณะ

**ครั้งที่ 6**  
**(ชื่อ เส้นทางแห่งการเรียนรู้)**

**แนวคิด**

กระบวนการสนทนาในกลุ่มจะมุ่งเน้นบรรยากาศของการใช้การสะท้อนความคิดด้วยข้อความเชิงบวก สร้างกำลังใจในการเปลี่ยนแปลง ให้มีความเชื่อมั่นในศักยภาพในตนเอง และเชื่อมั่นว่าถ้าเรามีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีๆในวันนี้ก็จะทำให้เรามีอนาคตที่ดีขึ้นในวันต่อไป กระตุ้นให้สมาชิกดูแลตนเอง ใช้ชีวิตให้สมดุลและมีคุณค่า การบริหารเวลา การผ่อนคลาย ความเครียด หมั่นออกกำลังกาย ไม่นำตนเองไปอยู่ในสถานการณ์เสี่ยง มีความตระหนักรู้ถึงสัญญาณที่สื่อถึงการกลับไปเสพติด เมื่อเกิดความลังเลใจ ให้คิดถึงผลดี ผลเสียที่จะเกิดขึ้น ผู้ให้การปรึกษาให้กำลังใจในการเปลี่ยนแปลงชีวิตที่ดีขึ้น

**วัตถุประสงค์**

1. เพื่อประเมินการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรม ของสมาชิกเสริมสร้างกำลังใจให้ คงอยู่
2. เพื่อให้สมาชิกแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์เรื่องการป้องกันในการกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำ
3. เพื่อสรุปการเรียนรู้จากเรียนรู้

**ระยะเวลา** 120 นาที

**กระบวนการให้การปรึกษา (ขั้นยุติการให้คำปรึกษา)****ขั้นสร้างสัมพันธภาพ**

1. ผู้ให้การปรึกษากล่าวทักทายพร้อมทั้งแจ้งให้สมาชิกทราบว่าครั้งนี้จะเป็นการจัดกิจกรรมร่วมกลุ่มครั้งสุดท้าย (ใช้ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ)

**ขั้นดำเนินการปรึกษา**

1. ผู้ให้การปรึกษาแจ้งต่อสมาชิกถึงระยะเวลาในการทำกิจกรรม ตอนนี้สมาชิกได้เข้ากระบวนการจนถึงกระบวนการสุดท้ายแล้ว หลังจากจบกิจกรรมในวันนี้ ขอให้สมาชิกสามารถนำพฤติกรรมที่ตนเองได้กำหนดไว้ไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยเราจะมาติดตามความสำเร็จของแต่ละคนหลังจากนี้ อีก 1 เดือน พร้อมเน้นย้ำ การป้องกันพฤติกรรมการกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำ ผู้ให้การปรึกษากระตุ้นให้สมาชิกดูแลตนเองใช้ชีวิตให้สมดุลและมีคุณค่า การผ่อนคลายความเครียด หมั่นสังเกตสัญญาณที่สื่อถึงการกลับไปเสพติด เมื่อเกิดความลังเลใจไม่มั่นใจในตนเอง ให้อ่อนคิดถึงผลดี และ ผลเสีย ที่สมาชิกทุกคนได้เรียนรู้กันมาแล้ว ไม่นำตนเองไปอยู่ในสถานการณ์เสี่ยง มองเหตุการณ์อย่างตรงไปตรงมาผู้ให้การปรึกษากระตุ้นให้สมาชิกสร้างประโยคที่สร้างกำลังใจในกลุ่ม (Empowerment ตามแนวคิดของก๊ิบสัน กระบวนการการตัดสินใจเลือกวิธีปฏิบัติที่เหมาะสม, การเสริมแรง , เทคนิคการสัมภาษณ์เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจ MI)

2. เปิดโอกาสให้สมาชิกได้แสดงความรู้สึกในการ ต่อการเข้าร่วมกิจกรรม การได้เรียนรู้ อะไรบ้างในแต่ละช่วงของกิจกรรม รวมถึงสิ่งที่สมาชิกจะสามารถนำไปใช้ในการป้องกันตนเองจาก สภาพแวดล้อมที่จะนำไปสู่พฤติกรรมการใช้ยาเสพติด จนมาถึงวันนี้ สมาชิกได้ลองเปลี่ยนพฤติกรรม ไหนไปแล้วบ้าง จากการได้เรียนรู้ผ่านกิจกรรม และพบกับปัญหาอะไรที่ตนเองไม่คาดคิดว่าจะเกิดขึ้น บ้างทั้งในส่วนของสมาชิกเอง และ บุคคลรอบข้าง สภาพแวดล้อม สะท้อนความคิดกลับเพื่อให้สมาชิก เข้าใจถึงผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และ ร่วมกันทำสัญญาในการเปลี่ยนแปลง ( ทฤษฎีพฤติกรรม นิยมพฤติกรรมเรียนรู้เงื่อนไขของการกระทำ , ทฤษฎีขั้นตอนของการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม (Stage of change) ชั้นคงไว้ซึ่งการเปลี่ยนแปลง, (Empowerment) ตามแนวคิดของกิบสันกระบวนการ การคงไว้ซึ่งการปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพ,การเสริมแรง )

3. ผู้ให้การปรึกษา ให้สมาชิกแสดงถึงความคิดและความรู้สึก สิ่งที่ยากบอกกับเพื่อน สมาชิกกลุ่ม และ ผู้ให้คำปรึกษา

**ขั้นยุติการปรึกษา** (ใช้ทักษะการปรึกษาอะไร ตอนไหนให้บอกไว้ในขั้นนั้นๆ ด้วย)

4. ผู้ให้การปรึกษาให้กำลังใจในการคงไว้ซึ่งการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่จะเป็นผลดีต่อ สมาชิกเอง กล่าวหาและปิดกิจกรรม (ทักษะการสรุป)

#### **การประเมินผลการปรึกษา**

1. สังเกตจากพฤติกรรม สีหน้า อารมณ์ การให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม
2. แบบสอบถามความตั้งใจในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเลิกยาเสพติด

## ประวัติผู้ศึกษา

ชื่อ	นางสาวทิพากร วงศ์คำปัน
วัน เดือน ปีเกิด	31 กรกฎาคม 2526
สถานที่เกิด	จังหวัดนครราชสีมา
ประวัติการศึกษา	พ.ศ.2550 ศิลปศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ สาขาจิตวิทยา พ.ศ. 2564 ศีษศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษา เชิงจิตวิทยา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
สถานที่ทำงาน	มูลนิธิฯ เด็กกำพร้าบ้านกิ่งแก้ววิบูลสันติเชียงใหม่ อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่
ตำแหน่ง	นักสังคมสงเคราะห์

