

การศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้าง
ทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39
จังหวัดนราธิวาส*

THE STUDY THE EFFECTS OF INTEGRATIVE GROUP COUNSELING
FOR ENHANCING PSYCHOLOGICAL CAPITAL OF STUDENTS
RAJAPRAJANUGROH 39 NARATHIWAT PROVINCE

ปิยะฉัตร สมบูรณ์

Piyachat Somboon

กาญจนวนิชย์ ปรีชาสุชาติ

Kanjanawan Preechasuchat

วัลลยา ธรรมอภิบาล อินทนิล

Wanlaya Thamaphiban Inthanin

มหาวิทยาลัยทักษิณ

Thaksin University, Thailand

E-mail: piyachatsomboon@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ และกิจกรรมกลุ่มของนักเรียนในระยะก่อนและหลังการทดลอง เปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ และกิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง และเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ และกิจกรรมกลุ่มของนักเรียน และกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผล เป็นวิจัยเชิงทดลองแบบ Multi group Pretest - Posttest, Follow - Up Design กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีคะแนนทุนทางจิตวิทยาตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 30 คน แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มที่ 1 ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ กลุ่มที่ 2 ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มที่ 3 กลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับกิจกรรมใด ๆ เครื่องมือการวิจัยคือ แบบวัดทุนทางจิตวิทยา โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ และโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติเพื่อหาค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และใช้สถิติทดสอบสมมติฐานโดยใช้ Wilcoxon Signed Ranks Test และ One - Way Analysis of

* Received 24 January 2021; Revised 11 May 2021; Accepted 26 May 2021



Variance ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 หลังการทดลองมีระดับทุนทางจิตวิทยาสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งหลังการทดลองกลุ่มที่ 1 มีระดับทุนทางจิตวิทยาสูงกว่ากลุ่มที่ 2 และ กลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และกลุ่มที่ 1 กลุ่มที่ 2 และกลุ่มควบคุม มีระดับทุนทางจิตวิทยาในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ: ทุนทางจิตวิทยา, การให้คำปรึกษากลุ่ม, กิจกรรมกลุ่ม

Abstract

The objective of this research were to compare-related Integrative Group Counseling and group activity in the pre - trial period and the post - trial period, compare-related Integrative Group Counseling group activity and Control group in the post - trial period and compare - related Integrative Group Counseling group activity and Control group in the follow - up period. The research design was experimental research, Using Multi group pretest - posttest, and Follow - up design. The samples were Students 7th graders which a Psychological Capital score of 25th percentile and lower, the sample included 30 divided into 3 groups: Group 1 with integrative group counseling program, Group 2 with group activity program, and controlled group did not receive any activities. The instruments used consisted of Psychological Capital Scale, Integrative Group Counseling and group activity. The statistics used for data analysis were Mean, Standard Deviation and Wilcoxon Signed Ranks Test and One - Way Analysis of Variance. The research findings revealed that: the students in group 1 and group 2 had higher level of Psychological Capital in the post - trial period than the pre - trial period significantly of statistical significance of .01, the post - trial period, the sample students group 1 had higher level of Psychological Capital than group 2 and the controlled group significantly at .001 and students group 1 group 2 and the controlled group the psychological capital level in the post - trial period and the follow - up period was not differential the statistical significance of .01

Keywords: Psychological Capital, Group Counseling, Group Activity

บทนำ

ปัจจุบันประเทศไทยประสบปัญหาด้านคุณภาพ โดยเฉพาะคุณภาพคนด้านความรู้ ทักษะ ทศนคติ ด้านคุณธรรม และจริยธรรม ซึ่งประเทศต้องเร่งพัฒนาปัจจัยพื้นฐานในทุกด้าน



เน้นการพัฒนาทุนมนุษย์จากการยกระดับคุณภาพการศึกษา การเรียนรู้ และการพัฒนาทักษะ เป็นต้น จากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่สิบสอง มีการจัดทำแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2560 - 2564 เน้นการพัฒนาเด็กและเยาวชนทุกกลุ่มให้มีความแข็งแรง สมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2559) จากปัญหาด้านคุณภาพของประชากรและยุทธศาสตร์การพัฒนาประเทศ จำเป็นต้องพัฒนาเด็กและเยาวชนทุกกลุ่มให้เป็นผู้มีความสมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาที่เหมาะสมตามช่วงวัย ทุนทางจิตวิทยาเป็นตัวแปรหนึ่งที่มีผลต่อการพัฒนาเด็ก และเยาวชนในด้านจิตใจและอารมณ์ ซึ่งเป็นความสามารถทางด้านจิตวิทยาเชิงบวกในการพัฒนาบุคคล ถ้าบุคคลมีทุนทางจิตวิทยา จะมีความเชื่อมั่นในความพยายามที่จะทำหน้าที่ที่ท้าทายให้ประสบความสำเร็จ มีการมองโลกในแง่ดีเกี่ยวกับการประสบความสำเร็จในปัจจุบันและอนาคต มีความหวังแม้บางครั้งจำเป็นต้องเปลี่ยนแปลงเส้นทางสู่เป้าหมายเพื่อที่จะประสบความสำเร็จ เมื่อประสบกับความผิดหวังหรือเผชิญกับปัญหาก็มีความยืดหยุ่นตัวสามารถเผชิญและฟื้นตัวมาอีกครั้งเพื่อให้บรรลุความสำเร็จ (Luthans, F. et al., 2007) ดังนั้นทุนทางจิตวิทยาจะช่วยให้กระบวนการสร้างความรู้ความเข้าใจและสร้างแรงบันดาลใจให้กว้างขึ้นและอาจสร้างแรงจูงใจในการทำงานให้ดีขึ้น ในทางตรงกันข้ามผู้ที่ไม่มีทุนทางจิตวิทยาในระดับต่ำจะมีความเครียดในการเรียนหรือการทำงานสูง (กาญจนา สุทธิเนียม, 2561); (Abbas, M. & Raja, U., 2015) ซึ่งองค์ประกอบของทุนทางจิตวิทยาแบ่งออกเป็น 4 องค์ประกอบหลัก ได้แก่ ความเชื่อในความสามารถของตนเอง (Self - Efficacy) ความหวัง (Hope) การมองโลกในแง่ดี (Optimism) และความยืดหยุ่นตัว (Resiliency) (Luthans, F. et al., 2007)

ในการจะเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาในนักเรียนมีหลายวิธีเช่น การอบรมเกี่ยวกับทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก การจัดกิจกรรมเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยา การให้คำปรึกษารายบุคคล และการให้คำปรึกษากลุ่ม เป็นต้น แต่ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจให้การให้คำปรึกษากลุ่ม เนื่องจากนักเรียนอยู่ในช่วงวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนเพราะเพื่อนสำคัญที่สุด เมื่อนักเรียนเข้ากลุ่มและได้มีโอกาสช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดทักษะในการแก้ปัญหาจากของนักเรียนคนอื่น ๆ ด้วย จะนำไปสู่แนวทางการแก้ไขปัญหาของตนเองต่อไปได้ (ประทุม แป้นสุวรรณ, 2549) ผู้วิจัยจึงเลือกใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษา 5 ทฤษฎีดังนี้ ทฤษฎีแรกเป็นการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เน้นลดความทุกข์ทางอารมณ์ และความรู้สึก เพื่อจะได้ใช้เหตุผลในการตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพ โดยจัดสภาพการณ์ที่อบอุ่น เต็มไปด้วยการยอมรับให้สมาชิกได้ระบายความรู้สึก เพื่อช่วยให้สำรวจ และค้นพบตนเองได้ในที่สุด ทฤษฎีที่สองเป็นการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ตามแนวคิดที่ว่าอารมณ์ เหตุผล และพฤติกรรมของบุคคลมีความสัมพันธ์กัน โดยที่ความคิดและการรับรู้ต่อสภาพการณ์ต่าง ๆ เป็นตัวก่อให้เกิดอารมณ์ซึ่งส่งผลต่อการกระทำของบุคคล คือทฤษฎีนี้เน้นความสัมพันธ์



ระหว่าง ความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมมนุษย์ (วัชร ทรัพย์มี, 2556) ทฤษฎีที่สามเป็นการให้คำปรึกษาแบบเกสตัลท์ ซึ่งมีเป้าหมายให้บุคคลดำเนินชีวิตอยู่กับปัจจุบัน พัฒนาทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตอย่างประสบความสำเร็จโดยไม่ละเมิดทำร้ายผู้อื่น สามารถเกิดความตระหนักรู้ทำให้เรื่องราวที่ค้างคั่งเคียดเผยออกมาและสามารถจัดการได้ ทฤษฎีที่สี่เป็นการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม เป็นทฤษฎีที่เน้นการช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาให้ได้เรียนรู้การแก้ปัญหา และมีพฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสม โดยใช้วิธีการทางวิทยาศาสตร์ในการตรวจสอบ สังเกต วิเคราะห์ และควบคุมพฤติกรรม (ลักขณา สริวัฒน์, 2560) ทฤษฎีที่ห้าเป็นการให้คำปรึกษาแบบการรู้คิด มีเป้าหมายให้ผู้รับคำปรึกษาปรับเปลี่ยนความผิดพลาดของความคิด ส่งเสริมให้มีวิธีการเผชิญปัญหาอย่างสร้างสรรค์ เพื่อจัดการกับปัญหาในอนาคตอย่างปราศจากการสนับสนุนของผู้ให้การปรึกษา (ดวงมณี จงรักษ์, 2549) ซึ่งทั้ง 5 ทฤษฎีที่กล่าวมานั้นมีเทคนิคที่โดดเด่นต่างกัน เมื่อนำมาบูรณาการจึงครอบคลุมในการนำไปใช้กับโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบบูรณาการ เพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนในโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 ซึ่งจากแต่ละทฤษฎีมีธรรมชาติที่ต่างกันเพื่อให้เหมาะสมกับทุนทางจิตวิทยาทั้ง 4 ด้าน ที่มีความเชื่อมโยงกับการจัดการความคิด ความรู้สึก ที่นำไปสู่การมีแรงจูงใจ การวางแผน และการกำหนดพฤติกรรม เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ในด้านการดูแลตนเอง การเรียน การมีอาชีพ การศึกษาต่อ และการเข้าสังคม และสนใจใช้การจัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาเนื่องจากกิจกรรมกลุ่มเป็นการให้ประสบการณ์ตรงที่ดีเหมาะที่จะนำไปพัฒนาตัวบุคคลและกลุ่ม เพราะกิจกรรมกลุ่มเป็นการเรียนรู้โดยการปฏิบัติ แม้จะเป็นการสร้างสถานการณ์สามารถช่วยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีความซาบซึ้งและพึงพอใจที่จะเปลี่ยนแปลงและปรับปรุงตนเองต่อไป และที่สำคัญคือการทำกิจกรรมกลุ่มมีความประสงค์จะให้สมาชิกทุกคนเกิดความสะเทือนใจและได้รับบทเรียนต่าง ๆ ที่จะช่วยปรับปรุงตนเอง (คมเพชร ฉัตรสุกกุล, 2546)

จากข้อมูลในปี 2561 มีจำนวนเด็กในระบบการศึกษาทั้งหมด 6,763,044 และมีนักเรียนด้อยโอกาสทั้งหมด 3,679,618 คน (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2561) ซึ่งโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส เป็นโรงเรียนแห่งหนึ่งที่รับเด็กด้อยโอกาส (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2560) โดยให้ได้รับการศึกษาขั้นพื้นฐานเป็นแบบศึกษาสงเคราะห์ เปิดสอนตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โดยรับนักเรียนสหศึกษาประเภทประจำ และไปกลับ (โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส, 2561) จากการสัมภาษณ์ผู้บริหารและคณะครูในโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส ผู้วิจัยพบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีบุคลิกภาพขาดความมั่นใจไม่กล้าเข้าหาผู้คน มองความสามารถของตนเองต่ำ นักเรียนบางคนแยกตัวจากนักเรียนคนอื่น ๆ จากการสำรวจเบื้องต้นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 67 คน โดยใช้แบบวัดทุนทางจิตวิทยา พบว่ามีนักเรียนจำนวน 33 คน มีคะแนนทุนทางจิตวิทยาทุกด้านน้อยกว่าค่าเฉลี่ย เมื่อพิจารณารายด้านพบว่าค่าเฉลี่ยในด้านความเชื่อมั่นในความสามารถ ความหวัง ความหยุนตัว และการมอง



โลกในแง่ดี เท่ากับ 15.63 15.63 18.81 และ 18.33 ตามลำดับ จากผลคะแนนการวัดทุนทางจิตวิทยาจะเห็นว่านักเรียนมีคะแนนระดับปานกลางในทุกด้าน ดังนั้นผู้วิจัยจึงเห็นว่าควรมีการเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาทั้ง 4 ด้านไปพร้อมกันเพื่อเสริมสร้างให้นักเรียนได้มีทุนทางจิตวิทยาเพิ่มมากขึ้นนำไปสู่การประสบความสำเร็จในชีวิต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนในโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส ในระยะก่อนและหลังการทดลอง
2. เพื่อเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนในโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส ในระยะก่อนและหลังการทดลอง
3. เพื่อเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ กิจกรรมกลุ่ม เพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยา ของนักเรียนในโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส และกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง
4. เพื่อเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ กิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาของนักเรียน และกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผล

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา

การวิจัยครั้งนี้แบ่งทุนทางจิตวิทยาออกเป็น 4 ด้าน (Luthans, F. et al., 2007) ได้แก่ ความเชื่อในความสามารถของตนเอง (Self - Efficacy) ด้านความหวัง (Hope) ด้านการมองโลกในแง่ดี (Optimism) และความยืดหยุ่นตัว (Resilience)

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

2.1 ประชากร ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ปีการศึกษา 2563 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส เป็นผู้ที่ไม่มีความบกพร่องทางการสื่อสาร และสามารถสื่อสารเป็นภาษาไทยได้ดี และสื่อสารถึงเรื่องการรับรู้ในตนเองได้ จำนวนทั้งสิ้น 68 คน

2.2 กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ปีการศึกษา 2563 ในโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส เป็นผู้ที่ไม่มีความบกพร่องทางการสื่อสาร สามารถสื่อสารภาษาไทยได้ดี และสื่อสารถึงเรื่องการรับรู้ในตนเองได้ มีคะแนนทุนทางจิตวิทยาน้อยกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 30 คน แบ่งเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มละ 10 คนด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) (อนุวัติ คุณแก้ว, 2560) ได้แก่ กลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม ซึ่งเป็นจำนวนที่เหมาะสมต่อการรักษาระดับความสนใจได้อย่างทั่วถึงภายในกลุ่ม สมาชิกจะรู้สึกปลอดภัย และสมาชิกมีส่วนร่วมในกลุ่ม



อย่างเหมาะสม (จิราภรณ์ อารยะรังสฤษฎ์, 2539) โดยกลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับกิจกรรมใด ๆ

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

3.1 แบบวัดทุนทางจิตวิทยา ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัย ได้ผ่านการตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 เมื่อนำไปทดลองใช้ (Try - out) กับกลุ่มตัวอย่างที่ใกล้เคียง มีค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ทั้งฉบับเท่ากับ 0.986

3.2 โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยา ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัย จำนวน 18 ครั้ง ได้ผ่านการตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 นำไปทดลองใช้ (Try - out) เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหา

3.3 โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยา ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัย จำนวน 18 ครั้ง ได้ผ่านการตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 นำไปทดลองใช้ (Try - out) เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหา

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

4.1 ผู้วิจัยติดต่อ เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส

4.2 นัดหมายนักเรียนที่เป็นประชากรทั้งหมดเพื่อชี้แจงรายละเอียดพร้อมตอบแบบวัดทุนทางจิตวิทยา เพื่อคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนทุนทางจิตวิทยาดำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25

4.3 ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย พร้อมทั้งให้เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมในการวิจัย เอกสารแสดงความยินยอมสำหรับผู้แทน และให้กลุ่มตัวอย่างทุกคนลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย โดยให้ทำแบบวัดทุนทางจิตวิทยาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และเก็บไว้เป็นคะแนน (Pretest)

4.4 ผู้วิจัยทำการทดสอบหลังการทดลอง โดยให้กลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มควบคุม ตอบแบบวัดทุนทางจิตวิทยา แล้วเก็บคะแนนไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

4.5 ผู้วิจัยทดสอบอีกครั้งหลังเสร็จสิ้นการทดลองแล้วเป็นเวลา 1 เดือน โดยให้นักเรียนทั้ง 3 กลุ่มตอบแบบวัดทุนทางจิตวิทยา แล้วเก็บคะแนนไว้เป็นคะแนนระยะติดตามผล (Follow - Up)



5. สมมติฐานของการวิจัย

5.1 นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยามีระดับทุนทางจิตวิทยาระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

5.2 นักเรียนที่ได้รับการกิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยา มีระดับทุนทางจิตวิทยาระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

5.3 นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการและกิจกรรมกลุ่มมีทุนทางจิตวิทยาสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง

5.4 ทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ กิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 เปรียบเทียบทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 ในระยะก่อนและหลังการทดลองดังตารางที่ 1 และ ตารางที่ 2

ตารางที่ 1 ผลรวมของระดับทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มควบคุม

กลุ่ม	ระยะก่อนการทดลอง			ระยะหลังการทดลอง			ระยะติดตามผล		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
กลุ่มทดลองที่ 1	3.46	0.15	ปานกลาง	4.43	0.12	มาก	4.50	0.09	มาก
กลุ่มทดลองที่ 2	3.49	0.37	ปานกลาง	4.13	0.22	มาก	4.35	0.12	มาก
กลุ่มควบคุม	3.46	0.34	ปานกลาง	3.35	0.28	ปานกลาง	3.77	0.31	มาก

จากตารางที่ 1 พบว่า ผลรวมของระดับทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อเข้าสู่ระยะหลังการทดลองในกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ยกเว้นกลุ่มควบคุมที่มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนระยะติดตามผลทั้ง 3 กลุ่มมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 ในระยะก่อนและหลังการทดลอง

กลุ่ม	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		Z	P-value
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
กลุ่มทดลองที่ 1	3.46	0.15	4.43	0.12	- 2.803	.005**

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01



จากตารางที่ 2 พบว่าระดับคะแนนการเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนก่อนกับหลังการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยา มีคะแนนหลังการทดลองเฉลี่ย 4.43 คะแนน ซึ่งสูงกว่าก่อนการทดลองที่มีคะแนนเฉลี่ย 3.46 คะแนน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตอนที่ 2 เปรียบเทียบทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 2 ในระยะก่อนและหลังการทดลอง ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มควบคุมในระยะก่อนและหลังการทดลอง

กลุ่ม	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		Z	P-value
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
กลุ่มทดลองที่ 2	3.49	0.37	4.13	0.22	-2.803	.005**

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 3 พบว่า ระดับคะแนนการเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนก่อนกับหลังการให้กิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยามีคะแนนหลังการทดลองเฉลี่ย 4.13 คะแนน สูงกว่าก่อนการทดลองที่มีคะแนนเฉลี่ย 3.49 คะแนน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตอนที่ 3 เปรียบเทียบทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง ดังตารางที่ 4 และตารางที่ 5

ตารางที่ 4 ค่าการแจกแจง ความแปรปรวน และความแตกต่างของข้อมูลทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 หลังการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 หลังได้รับกิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ Brown - Forsythe

กลุ่ม	Shapiro-Wilk (P-Value)	Levene Statistic (P-Value)	Brown-Forsythe (P-Value)
การให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ	.292		
กิจกรรมกลุ่ม	.854	.092	.000***
กลุ่มควบคุม	.733		

*** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

จากตารางที่ 4 พบว่ากลุ่มการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ กิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มควบคุมมีค่ามากกว่า .05 สามารถอธิบายได้ว่าทั้ง 3 กลุ่มมีการแจกแจงแบบปกติ เมื่อพิสูจน์ความแปรปรวนมีค่า มากกว่า .05 แสดงว่ามีค่าความแปรปรวนเท่ากัน จึงนำค่าต่าง ๆ มาหาความแตกต่างของข้อมูลทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 หลังการให้คำปรึกษากลุ่มแบบ



บูรณาการ นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 หลังได้รับกิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มควบคุม มีค่าเท่ากับ .000 มีอย่างน้อย 2 กลุ่มที่มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ตารางที่ 5 ค่าความแตกต่างรายคู่ของค่าเฉลี่ยทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 หลังการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 หลังการให้กิจกรรมกลุ่ม และระยะหลังกลุ่มควบคุมโดยใช้วิธีของ Fisher's Least Significant Difference, LSD

กลุ่ม	$\bar{X}$	การให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ	กิจกรรมกลุ่ม	กลุ่มควบคุม
		4.429	4.130	3.353
การให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ	4.429	-	.299**	1.076***
กิจกรรมกลุ่ม	4.130	-.299**	-	.777***
กลุ่มควบคุม	3.353	-1.076***	-.777***	-

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

*** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

จากตารางที่ 5 พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 หลังการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ กับกิจกรรมกลุ่มมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 หลังการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการและนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 หลังให้กิจกรรมกลุ่ม เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 สามารถสรุปได้ว่าหลังการทดลองกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการมีทุนทางจิตวิทยาสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับกิจกรรมและกลุ่มควบคุม

ตอนที่ 4 เปรียบเทียบทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มควบคุม ระหว่างระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผล ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 เปรียบเทียบทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และ กลุ่มควบคุม ระหว่างระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผล

กลุ่ม	หลังการทดลอง		ติดตามผล		Z	P- value
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
กลุ่มทดลองที่ 1	4.43	0.12	4.50	0.09	- 2.803	.005**
กลุ่มทดลองที่ 2	4.13	0.22	4.35	0.12	-2.599	.009**
กลุ่มควบคุม	3.35	0.28	3.77	0.31	-2.701	.007**

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 6 พบว่าระดับคะแนนการเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนหลังการทดลองกับระยะติดตามผลกลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อ



เสริมสร้างทุนทางจิตวิทยามีคะแนนระยะติดตามผลเฉลี่ย 4.50 คะแนน สูงกว่าหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ย 4.43 คะแนน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนการเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนหลังการทดลองกับระยะติดตามผลกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับกิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยามีคะแนนในระยะติดตามผลเฉลี่ย 4.35 คะแนน สูงกว่าหลังการทดลองที่มีคะแนนเฉลี่ย 4.13 คะแนน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนในระยะติดตามผลเฉลี่ย 3.77 คะแนน สูงกว่าหลังการทดลองที่มีคะแนนเฉลี่ย 3.35 คะแนนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผล

จากการศึกษา ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส อภิปรายผลได้ดังนี้

จากสมมติฐานข้อที่ 1 นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการมีผลของระดับทุนทางจิตวิทยารายด้านและโดยรวมในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง พบว่าค่าเฉลี่ยทุนทางจิตวิทยาโดยรวม หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 จากผลการวิจัยสรุปได้ว่าหลังได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการมีค่าเฉลี่ยทุนทางจิตวิทยาโดยรวมสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ กาญจนา สุทธิเนียม พบว่าทุนทางจิตวิทยาของนิสิตครูกลุ่มทดลองหลังได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทุนทางจิตวิทยาผลสูงกว่าก่อนได้รับการปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (กาญจนา สุทธิเนียม, 2561) และสอดคล้องกับงานวิจัยของ บุษบา หาริณพลสิทธิ และคณะ พบว่าทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยรวมและรายองค์ประกอบทุกองค์ประกอบมีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นหลังร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแนวทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จะเห็นว่าโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการส่งผลให้นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ได้เกิดการสำรวจตนเอง และเข้าใจปัญหาต่าง ๆ ที่ได้จากการพูดคุย ไม่ว่าจะเป็นปัญหาของตนเอง หรือปัญหาของสมาชิกกลุ่มคนอื่น ๆ นำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก แรงจูงใจ และพฤติกรรม ในด้านการเรียน ด้านการมีอาชีพ การศึกษาต่อ และการเข้าสังคม เนื่องจากการให้คำปรึกษากลุ่มเป็นขั้นตอนการช่วยเหลือกลุ่มบุคคลที่มีปัญหาในเรื่องที่คล้ายกัน (บุษบา หาริณพลสิทธิ และคณะ, 2561) โดยให้ความสัมพันธ์และอิทธิพลของกลุ่มช่วยเหลือสมาชิกในด้านกำลังใจ เพื่อให้สมาชิกเข้าใจตนเอง และได้แนวทางในการแก้ไขปัญหา (ลักขณา สรวิวัฒน์, 2560) ซึ่งการให้คำปรึกษาแบบบูรณาการเป็นส่วนสำคัญเพราะเป็นกระบวนการที่จะเลือกแนวคิดและวิธีการต่าง ๆ มาใช้โดยการสังเคราะห์แนวคิดทฤษฎีพลวัต และเทคนิคให้ มีความเฉพาะกับลักษณะปัญหาของผู้รับคำปรึกษา (สายสมร เฉลยกิตติ, 2554) โดยงานวิจัยนี้ผู้วิจัยใช้การบูรณาการทฤษฎีทางการให้คำปรึกษา 5 ทฤษฎี โดยทฤษฎีแรกเป็น



การให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เน้นการจัดหรือลดความทุกข์ทางอารมณ์ และความรู้สึก เพื่อจะได้ใช้เหตุผลในการแก้ปัญหาหรือตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป โดยจัดสภาพการณ์ที่อบอุ่น เป็นมิตร ให้สมาชิกได้ระบายความรู้สึกและความคับข้องใจจากการเก็บความรู้สึกต่าง ๆ เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจ และค้นพบตนเองได้ในที่สุด (วัชร ทรัพย์มี, 2556) โดยใช้เทคนิค เช่น การฟัง การตั้งคำถาม และการยอมรับทางบวกอย่างไม่มีเงื่อนไข เป็นต้น เทคนิคเหล่านี้สอดแทรกในทุกครั้งของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ ทำให้ผู้วิจัยได้สังเกตเห็นถึงความผ่อนคลาย และเปิดเผยความคิด ความรู้สึก ผ่านการสื่อสารทั้งภาษาพูดและภาษากายได้ชัดเจนยิ่งขึ้น ทฤษฎีที่สองเป็นการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ตามแนวคิดที่ว่าอารมณ์ เหตุผล และพฤติกรรมของบุคคลมีความสัมพันธ์กัน ทฤษฎีนี้เน้นความสัมพันธ์ระหว่าง ความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมมนุษย์ เทคนิคที่ผู้วิจัยนำมาใช้ เช่น เทคนิคการโต้แย้งเพื่อจัดหรือเอาชนะความคิดความเชื่อไร้เหตุผล เทคนิคการเรียนรู้จากตัวแบบ การผ่อนคลายความเครียด และเทคนิคการกำหนดงานด้านพฤติกรรมให้ฝึกฝนเป็นการบ้าน เป็นต้น จากเทคนิคที่กล่าวมาทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ได้มองเห็นภาพความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมของตนเองชัดเจนขึ้นจากเทคนิคแบบฝึกเพื่อพัฒนาตนเองของ REBT และจากเทคนิคการเรียนรู้จากตัวแบบยังทำให้เกิดแรงจูงใจที่จะทำสิ่งต่าง ๆ เกิดการคิดกำหนดพฤติกรรมและนำไปสู่การฝึกฝน ซึ่งเป็นแนวทางให้เกิดความคิดนำไปสู่การปรับเปลี่ยนอารมณ์ และพฤติกรรม ทฤษฎีที่สามเป็นการให้คำปรึกษาแบบเกสตัลท์ซึ่งมีเป้าหมายให้บุคคลดำเนินชีวิตอยู่กับปัจจุบัน ทำให้เกิดความตระหนักรู้ทำให้เรื่องราวที่ค้างค้างเผยออกมาและสามารถจัดการได้ เทคนิคที่ใช้คือ เทคนิคเก้าอี้ว่างเปล่า เทคนิคการเปลี่ยนวิธีใช้คำพูด สิ่งที่เห็นได้ชัดคือนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ได้ฝึกจัดการกับเรื่องราวที่ค้างค้างอยู่ในใจทำให้เกิดความกระจ่างในความคิด ความรู้สึกของตนเองเพิ่มขึ้น สามารถพัฒนาการดำเนินชีวิตให้อยู่กับปัจจุบันได้ ทฤษฎีที่สี่เป็นการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม เน้นการช่วยเหลือผู้รับ คำปรึกษาให้เรียนรู้การแก้ปัญหา และมีพฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสม โดยใช้วิธีการทางวิทยาศาสตร์ในการตรวจสอบ สังเกต วิเคราะห์ และควบคุมพฤติกรรม (ลักขณา สรวิวัฒน์, 2560) เทคนิคที่นำมาใช้ คือ เทคนิคการเสริมแรงทางบวก ด้วยการพูดชมเชย การพยักหน้า และการยิ้ม เทคนิคการฝึกการผ่อนคลาย ได้แก่ การฝึกหายใจเพื่อลดความเครียด และการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ซึ่งสิ่งที่ผู้วิจัยสังเกตเห็นจากการทดลอง พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 เมื่อได้รับการเสริมแรงทางบวกทำให้เกิดพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลง เช่น กล้าเล่าเรื่องราวหรือแสดงสีหน้าท่าทางออกมาอย่างเต็มที่ ซึ่งทำให้บรรยากาศในกลุ่มมีการพัฒนาเกิดความคิดเห็นที่หลากหลายและเป็นประโยชน์ นอกจากนี้การฝึกการผ่อนคลายรูปแบบต่าง ๆ ยังทำให้เกิดทางเลือกในการผ่อนคลายความเครียดเพิ่มขึ้นจากวิธีเดิมที่มีอยู่ ทฤษฎีที่ห้าเป็นการให้คำปรึกษาแบบการรู้คิด มีเป้าหมายให้ผู้รับคำปรึกษามีวิธีการเผชิญปัญหาอย่างสร้างสรรค์ และรู้จักพัฒนาทัศนคติที่สนับสนุนความคิดที่เหมาะสมตรงตามความจริง เพื่อจัดการกับปัญหาในอนาคตอย่างปราศจาก



การสนับสนุนของผู้ให้การปรึกษา (ดวงมณี จงรักษ์, 2549) ในงานวิจัยใช้เทคนิคการตั้งคำถาม และการระบุข้อดี ข้อเสีย ซึ่งนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 เขียนไปในข้อดีได้มากกว่าข้อเสีย เมื่อมีการแลกเปลี่ยนนำเสนอก็สังเกตเห็นถึงการพัฒนาความคิด และความเข้าใจ เพราะมีการพูดคุยกันในเรื่องที่มีความเห็นในการระบุข้อดีหรือข้อเสียว่ามีทิศทางเดียวกันหรือต่างกัน นอกจากนี้ยังทำให้ได้วิธีคิดเลือกวางแผนแนวทางเป้าหมายของตนเองได้กว้างยิ่งขึ้น

จากสมมติฐานข้อที่ 2 นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม มีระดับทุนทางจิตวิทยา ระยะหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง พบว่าค่าเฉลี่ยทุนทางจิตวิทยาโดยรวม หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01 จากผลการวิจัยสรุปได้ว่า หลังการให้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยา มีค่าเฉลี่ยทุนทางจิตวิทยา โดยภาพรวมสูงกว่าก่อนการให้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ฉัฐวิณั สิทธิศิริอรธ และคณะ พบว่าหลังสิ้นสุดกิจกรรมส่งเสริมความคิดเชิงบวก นักศึกษาหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพครูมีความคิดเชิงบวกสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (ฉัฐวิณั สิทธิศิริอรธ และคณะ, 2562) และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ วิวรรษา แซ่เจี๋ย พบว่าระดับความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 จะเห็นว่ากิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาสามารถเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาได้ โดยที่นักเรียนในกลุ่มนี้เกิดการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ค้นหาวิธีแก้ไขปัญหา ผ่านใบงานและกิจกรรมต่าง ๆ (วิวรรษา แซ่เจี๋ย, 2561) ซึ่งการทำกิจกรรมกลุ่มคือการร่วมกันวางแผน การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ระหว่างสมาชิก ต่อสมาชิกภายในกลุ่ม (ศุภวดี บุญญวงค์, 2527) ดังนั้นการให้ประสบการณ์ตรงในการทำกิจกรรมกลุ่มจึงเป็นวิธีที่ดีเหมาะที่จะนำไปพัฒนาตัวบุคคลและกลุ่ม (คมเพชร ฉัตรศุภกุล, 2546) ผู้วิจัยสังเกตนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 หลังจากการเข้ารับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้น กล่าวคือ มีการพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ วิธีการแก้ปัญหา และการให้กำลังใจกัน มากขึ้นกว่าในช่วงแรกของการเข้ารับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม ผู้วิจัยเห็นถึงเป้าหมาย และแรงจูงใจที่ชัดเจนขึ้นจากนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ซึ่งมีความพยายามที่จะถ่ายทอดผ่านทางกิจกรรม และใบงาน ทั้งหมดนี้ทำให้นักเรียนกลุ่มที่ 2 ได้เปิดมุมมองที่กว้างขึ้น ในการดูแลตนเอง การเรียน การมีอาชีพ การศึกษาต่อ และการเข้าสังคม ผ่านโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยา

จากสมมติฐานข้อที่ 3 นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ และโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มมีทุนทางจิตวิทยาสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 หลังการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ สูงกว่ากิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 หลังได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการและนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 หลังได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 สามารถสรุปได้ว่าหลังการทดลองกลุ่มที่ได้รับ



การให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการมีทุนทางจิตวิทย์สูงกว่ากลุ่มที่ได้รับกิจกรรม และกลุ่มควบคุมเป็นไปตามสมมติฐาน ซึ่งมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ พชรารณ ศรีสวัสดิ์ พบว่า ทุนทางจิตวิทย์โดยรวมและรายองค์ประกอบของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มและกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 แสดงถึงโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มทำให้นักศึกษาเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น เนื่องจากการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการได้เลือกผสมผสานแนวคิดทฤษฎี เทคนิค และกระบวนการจากทฤษฎีการให้คำปรึกษาต่าง ๆ มาใช้สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ (พชรารณ ศรีสวัสดิ์, 2558) ซึ่งได้ผลดีในการพัฒนาทุนทางจิตวิทย์ทั้งทางด้านความเชื่อในความสามารถของตนเอง ด้านความหวัง ด้านการมองโลกในแง่ดี และความหยวนตัว ที่มีจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคน พัฒนาแนวทางแก้ปัญหา พร้อมทั้งเผชิญปัญหา สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหาที่ประสบได้อย่างมีประสิทธิภาพเข้าใจถึงการที่ผู้อื่นต้องเผชิญปัญหาและหาทางแก้ไข เช่นเดียวกับตนเอง พัฒนาการเข้าใจเกี่ยวกับความต้องการและความรู้สึกของบุคคลอื่น ยอมรับทัศนคติที่ดีต่อผู้อื่น รู้จักที่จะพัฒนาสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น มีความเข้าใจตนเอง มั่นใจ และกล้าแสดงออก อีกทั้งยอมรับในการพัฒนาตนเอง (กาญจนา ไชยพันธ์, 2549) นอกจากนี้เพื่อช่วยให้ทราบถึงความต้องการและปัญหาของสมาชิกคนอื่น ๆ ที่คล้ายคลึงกัน เพิ่มการตระหนักรู้ในการเลือกสิ่งต่าง ๆ ของตนเอง รวมถึงการวางแผนอย่างเฉพาะเจาะจงที่ลงมือปฏิบัติในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบางอย่างให้เหมาะสม (กมลรัตน์ กริทอง, 2545) จึงเป็นเหตุสำคัญให้การพัฒนาทุนทางจิตวิทย์ด้วยการให้คำปรึกษากลุ่มมีประสิทธิภาพ ส่วนกิจกรรมกลุ่มมีจุดมุ่งหมาย เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีความเข้าใจตนเอง และในบุคคลอื่นอย่างถูกต้อง ซึ่งเกิดความงอกงามด้านความรู้ และทักษะ ในขณะที่นักเรียนได้มีโอกาสทำงานเป็นกลุ่มย่อมจะช่วยให้ นักเรียนมีทักษะเฉพาะอย่างดีขึ้น อาจกล่าวได้ว่านักเรียนที่เข้ากลุ่มย่อมได้รับโอกาสอันดีมีประโยชน์ต่อตนเองมากกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้ากลุ่ม (คมเพชร ฉัตรศุภกุล, 2546) หลังการทดลองผู้วิจัยสังเกตพบว่ามีนักเรียนทดลองกลุ่มที่ 1 และนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 มีการพัฒนาไปในทางที่ดีขึ้นทั้งจากคะแนนแบบวัดทุนทางจิตวิทย์และการสังเกต แต่ในกลุ่มควบคุมกลับมีผลคะแนนที่น้อยลงอาจมีสาเหตุจากการทำแบบวัดทุนทางจิตวิทย์ ในช่วงการสอบกลางภาคซึ่งนักเรียนกลุ่มควบคุมมีความกังวลที่เป็นการสอบเทอมแรกของการเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 หลังจากนั้นผู้วิจัยได้ให้ความรู้พร้อมอธิบายทุนทางจิตวิทย์ตามใบความรู้เรื่องทุนทางจิตวิทย์เพื่อให้นักเรียนกลุ่มนี้ได้ทราบถึงทุนทางจิตวิทย์ทั้ง 4 ด้าน และทราบกระบวนการการให้คำปรึกษากลุ่ม และกิจกรรมกลุ่มที่ได้ให้กับนักเรียนกลุ่มที่ 1 และนักเรียนกลุ่มที่ 2

จากสมมติฐานข้อที่ 4 ทุนทางจิตวิทย์ของนักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม โปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน พบว่าระดับทุนทางจิตวิทย์ของนักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม



โปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 จากการวิจัยสรุปได้ว่าในระยะติดตามผลทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม กิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มทดลอง ในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกันเป็นไปตามสมมติฐาน สอดคล้องกับงานวิจัยของ ชลพร กองคำ พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองหลังการติดตามผลสูงกว่าหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (ชลพร กองคำ, 2561) และสอดคล้องกับงานวิจัยของ เพ็ญภา กุลนาคดล พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนความหุนตัวทางอารมณ์ทั้งในภาพรวมและรายด้าน ช่วงหลังการทดลอง และติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าการให้การปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการมีผลทำให้ความหุนตัวทางอารมณ์ของนักเรียนวัยรุ่นเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นจากผลการวิจัยสามารถอภิปรายได้ว่า ระดับทุนทางจิตวิทยาหลังจบการทดลองไปแล้ว 1 เดือน ในระยะติดตามผลของกลุ่มการให้คำปรึกษากลุ่มและกิจกรรมกลุ่ม มีความคงทน (เพ็ญภา กุลนาคดล, 2559)

องค์ความรู้ใหม่

สิ่งที่ได้จากงานวิจัยครั้งนี้คือเครื่องมือผู้วิจัยสร้างขึ้น ได้แก่ แบบวัดทุนทางจิตวิทยา โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ และโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม ที่เหมาะสมกับการวัดระดับและเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยา ทั้ง 4 ด้าน ดังต่อไปนี้คือ ด้านความเชื่อมั่นในความสามารถตนเอง ด้านความหวัง ด้านการมองโลกในแง่ดี และด้านความหุนตัว สามารถนำไปใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ได้ดี ซึ่งจะเห็นได้จากผลการวิจัยว่า ผลการได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการมีประสิทธิภาพที่ดีกว่าการได้รับกิจกรรมกลุ่มเล็กน้อย ทั้งนี้ทุกเครื่องมือสามารถนำไปใช้ได้ตามความเหมาะสม

สรุป/ข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยได้ดังนี้คือ กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 หลังการทดลองมีระดับทุนทางจิตวิทยาสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งหลังการทดลองกลุ่มทดลองที่ 1 มีระดับทุนทางจิตวิทยาสูงกว่ากลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 รวมถึงทุนทางจิตวิทยาทุกด้านของกลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มควบคุม มีระดับทุนทางจิตวิทยาในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ข้อเสนอแนะการนำผลวิจัยไปใช้ประโยชน์ คือการนำโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบบูรณาการ และโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาไปประยุกต์ใช้ควรศึกษาขั้นตอนเทคนิคต่าง ๆ และฝึกฝน การไม่เร่งรัดเวลาในการเข้าร่วมกลุ่ม รวมถึงการศึกษาภาษาหรือวัฒนธรรมของกลุ่มที่นำไปใช้เพราะการให้คำปรึกษากับนักเรียนมีความเปราะบาง ข้อเสนอแนะ



ในการทำวิจัยครั้งต่อไปควรมีการติดตามผลในระยะยาวถึงการคงอยู่ของความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม รวมถึงติดตามผลที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ควรมีการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพและปริมาณร่วมกัน นำข้อมูลมาประยุกต์โปรแกรมเพื่อให้โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเหมาะสม และใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพเข้ากับกลุ่มที่จะศึกษา ควรศึกษาโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ และกิจกรรมกลุ่ม เพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาในกลุ่มตัวอย่างอื่น เช่น เยาวชนในสถานพินิจ เยาวชนในสถานสงเคราะห์ เป็นต้น และควรศึกษาการให้คำปรึกษารายบุคคล เพื่อให้คำปรึกษาได้ตรงและละเอียดขึ้นในรายบุคคล

กิตติกรรมประกาศ

บทความเรื่องการศึกษากิจกรรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส จากเนื้อหาที่เขียนในบทความวิจัยฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของงานวิจัยเรื่องผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส ผู้วิจัยได้นำมาปรับเนื้อหาให้เหมาะสมและสอดคล้องกับสถานการณ์ในปัจจุบัน

เอกสารอ้างอิง

- กมลรัตน์ กริทอง. (2545). ทฤษฎีและแนวปฏิบัติในการให้คำปรึกษา. นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- กาญจนา ไชยพันธ์. (2549). การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- กาญจนา สุทธิเนียม. (2561). การพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู โดยการให้การปรึกษากลุ่ม. วารสารพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต, 32(1), 17-32.
- คมเพชร ฉัตรศุภกุล. (2546). กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ พัฒนาศึกษา.
- จิราภรณ์ อารยะรังสฤษฎ์. (2539). การให้คำปรึกษากลุ่ม. ใน โครงการตำราและเอกสารวิชาการ. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ฉัฐวิณ สิริศิริอรธร และคณะ. (2562). ผลการใช้กิจกรรมส่งเสริมความคิดเชิงบวกในนักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพครู. วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์มหาวิทยาลัยธนบุรี, 13(1), 157-164.
- ชลพร กองคำ. (2561). การพัฒนารูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจเป้าหมายในการเรียนของนักศึกษา. วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต, 32(1), 66-85.
- ดวงมณี จงรักษ์. (2549). ทฤษฎีการให้การปรึกษาและจิตบำบัดเบื้องต้น. กรุงเทพมหานคร: สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น).



- บุษบา หาริณพลสิทธิ และคณะ. (2561). การเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนักเรียน
อาชีวศึกษาโดยการให้คำปรึกษากลุ่มแนวทฤษฎี เหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม.
วารสารวิชาการอุตสาหกรรมศึกษา, 12(1), 56-73.
- ประทุม แป้นสุวรรณ. (2549). การให้คำปรึกษากลุ่มด้านเพศศึกษาวัยรุ่นกลุ่มเสี่ยง.
กรุงเทพมหานคร: พัฒนาศึกษา.
- พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์. (2558). การศึกษาและเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาของนิสิต/นักศึกษาโดย
การให้คำปรึกษากลุ่ม. วารสารวิจัยทางการศึกษา, 9(2), 131-146.
- เพ็ญญา กุลนาคดล. (2559). การเสริมสร้างความหยุ่นตัวทางอารมณ์ของนักเรียนวัยรุ่นที่มา
จากครอบครัวเลี้ยงเดี่ยวด้วยรูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ. วารสารการศึกษา
และการพัฒนาสังคม, 12(2), 198-212.
- โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส. (2561). ข้อมูลทั่วไปของโรงเรียนราช
ประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส. เรียกใช้เมื่อ 5 ธันวาคม 2561 จาก
<http://rpg39.ac.th>
- ลักขณา สรวิวัฒน์. (2560). ทฤษฎีและเทคนิคการให้การปรึกษา. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- วัชร ทรัพย์มี. (2556). ทฤษฎีให้บริการปรึกษา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.
- วิวรรษา แซ่เจีย. (2561). ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มโดยใช้การมีส่วนร่วมของครอบครัวที่มีผลต่อ
ความเข้มแข็งทางใจของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน
จังหวัดปัตตานี. ใน วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา.
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- ศุภาวดี บุญญวงศ์. (2527). กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. สงขลา: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยา
การศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สงขลา.
- สายสมร เฉลยกิตติ. (2554). การพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพโดยการให้
คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ. ใน ดุษฎีนิพนธ์การศึกษาดุษฎีบัณฑิต สาขาจิตวิทยา
การให้คำปรึกษา. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2560). เอกสารประกอบการรับนักเรียนสำหรับ
โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ปีการศึกษา 2560. เรียกใช้เมื่อ 25 พฤษภาคม 2560
จาก <http://special.obec.go.th>
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2561). ระบบจัดเก็บข้อมูลนักเรียนรายบุคคล.
เรียกใช้เมื่อ 15 ตุลาคม 2561 จาก <https://portal.bopp-obec.info/obec60/publicstat/report>



- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2559). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่สิบสอง. เรียกใช้เมื่อ 21 กันยายน 2561 จาก [http://www.qa.kmutnb .ac.th/index. php?option= com_content&view =article&id=122:-2545-2559-&catid=73: 2015-01-27-10-09-19&Itemid=89](http://www.qa.kmutnb.ac.th/index.php?option=com_content&view=article&id=122:-2545-2559-&catid=73:2015-01-27-10-09-19&Itemid=89)
- อนุวัติ คุณแก้ว. (2560). สถิติเพื่อการวิจัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Abbas, M. & Raja, U. (2015). Impact of Psychological capital on innovative performance and job stress. *Canadian Journal of Administrative Sciences*, 32(2), 128-138.
- Luthans, F. et al. (2007). *Psychological capital Developing the human Competitive Edge*. New York: Oxford University Press.
- _____ (2007). Positive psychological Capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel Psychology*, 60(3), 541-572.