



ผลของการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลามเพื่อเสริมสร้าง
กลวิธีในการเผชิญปัญหาของแม่วัยรุ่นมุสลิมในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้

Effects of Existential Group Counseling and Islamic Principles for Enhancement on
Coping Strategies of Muslim Adolescent Mothers in the Southern Border Provinces

นิธิรา สระโพธิ์^{1*} สุใจ ส่วนไพโรจน์² และมัธติ แวดราแม³

Nitira Sapho^{1*} Sujai Suanphiroth² and Mahdee Waedramae³

¹สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี 94000

²ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี 94000

³ภาควิชาประเมินผลและวิจัยทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี 94000

¹Program in Psychology, Faculty of Education, Prince of Songkla University Muang, Pattani, 94000

²Department of Psychology and Guidance, Faculty of Education, Prince of Songkla University Muang, Pattani, 94000

³Department of Educational Evaluation and Research, Faculty of Education, Prince of Songkla University Muang, Pattani, 94000

*Corresponding author, e-mail: khunnithira@gmail.com

(Received: Jul 30, 2020; Revised: Jan 26, 2021; Accepted: Feb 8, 2021)

บทคัดย่อ

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นช่วงที่เพศหญิงยังไม่มีความพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจ ขาดวุฒิภาวะในการเป็นแม่ หากไม่สามารถเผชิญและจัดการกับปัญหาวิกฤตชีวิตได้ จะส่งผลให้ขาดความสุข มีชีวิตและสังคมที่เครียด จึงทำการวิจัยเพื่อศึกษาผลของการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลามเพื่อเสริมสร้างกลวิธีในการเผชิญปัญหาของแม่วัยรุ่นมุสลิมในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ จำนวน 16 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงและสมัครใจ ซึ่งเป็นแม่วัยรุ่นมุสลิมอายุระหว่าง 15-19 ปี ที่กำลังตั้งครรภ์และเพิ่งมีบุตร แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลาม จำนวน 11 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบวัดการเผชิญปัญหา และโปรแกรมการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลาม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนพัฒนาการสัมพัทธ์ สถิติ Wilcoxon Matched-pairs Signed rank test และ Mann-Whitney U test ผลการวิจัยพบว่า หลังทดลองแม่วัยรุ่นมุสลิมกลุ่มทดลองมีคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหารายบุคคลสูงกว่าก่อนทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากผลการวิจัยการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลามสามารถใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาดูแลแม่วัยรุ่นมุสลิมให้มีกลวิธีในการเผชิญปัญหาที่ดีขึ้น

คำสำคัญ : การให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยม หลักการอิสลาม กลวิธีในการเผชิญปัญหา แม่วัยรุ่นมุสลิม

Abstract

Teenage pregnancy happens when women are engaged in sexual activity but are not actually physically and mentally ready to be pregnant. If a pregnant teenager lacks maturity to face and cope with life crisis, it will result in unhappiness, stressful life situations, and judgments from society. Therefore, this research was carried out to study the effects of existential group counseling and Islamic principles for enhancement on coping strategies of Muslim adolescent mothers in the southern border provinces. A total of 16 young, pregnant Muslim mothers between 15-19 years old who recently had children were selected by purpose sampling. They were divided into 2 groups of 8 persons each: experimental group and control group. The experimental group received 11 sessions of group counseling based on the existentialism concept with Islamic principles, with a duration of 1 hour per session. The instrument used in this research was the coping questionnaire, and the group counseling programs were based on existential group

counseling and Islamic principles. The statistics used for data analysis were frequency, percentage, mean, and standard deviation, relative gain score, Wilcoxon Matched-Pairs Signed-Ranks test, and Mann-Whitney U test. The results revealed that, after the intervention, the experimental group Muslim adolescent mothers had a higher score of coping strategies than before the experiment with a statistical significant of .05, had higher individual coping strategies scores than those before the experimental, and scored higher than those of the control group with statistical significant of .05. Based on the research results, effects of existential group counseling and Islamic principles can be used as a guideline for the development of adolescent mothers to have better coping strategies.

Keywords: Existential group counseling, Islamic principles, Coping strategies, Muslim adolescent mothers

บทนำ

ปัจจุบันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นปัญหาสำคัญของสังคมไทย ประเทศไทยมีแม่วัยใสที่อายุต่ำกว่า 20 ปี สูงเกินมาตรฐานที่องค์การอนามัยโลกกำหนดเป็นอันดับ 2 ของโลก และเป็นอันดับ 1 ของเอเชีย ร้อยละ 16.2 ในปี พ.ศ. 2553 (Buntanon & Nararak, 2012, p. 1) ด้วยพื้นที่จังหวัดนราธิวาสประชากรไทยมุสลิมมีวิถีชีวิตตามหลักศาสนาอิสลามที่มุ่งเน้นสร้างครอบครัวมีคู่ครองและส่งเสริมการมีบุตร อีกทั้งยังมีข้อห้ามเรื่องคุมกำเนิดหรือจำกัดจำนวนบุตรด้วยวิธีใด ๆ ก็ตาม (Smuseneto, 2016, p. 89) ส่งผลให้การมีครอบครัวในวัยรุ่นอายุ 13-14 ปี พบมากในชุมชนมุสลิมภาคใต้และชาวเขา (Nicaise *et al.*, 2000 as cited in Tantiwet *et al.*, 2013, p. 16) ในขณะการตั้งครรภ์ในผู้ที่มีอายุน้อยโดยเฉพาะเมื่อมีอายุต่ำกว่า 17 ปี ก่อให้เกิดผลเสียแก่ทารกโดยมีโอกาสดังกล่าวคลอดก่อนกำหนด เด็กมีน้ำหนักตัวน้อย และการเสียชีวิตของทารกร้อยละ 1.2-2.7 (Phukaew, 2016, p. 10) ซึ่งเป็นช่วงที่เพศหญิงยังไม่มีความพร้อม ร่างกายยังไม่เจริญเติบโตเต็มที่ จิตใจและอารมณ์ยังไม่มั่นคงพอ ยังไม่จบการศึกษา ยังไม่มีอาชีพและรายได้เป็นของตนเอง (Senate Committee on Public Health, 2011, p. 4) ซึ่งอาจก่อให้เกิดภาวะเสี่ยงและอาจเป็นอันตรายต่อแม่และบุตรในครรภ์

ในขณะที่แม่วัยใสที่มีสุขภาพจิตดีจะสามารถปรับตัวกับสังคมและสิ่งแวดล้อม มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น รวมทั้งจัดการกับสถานการณ์ปัญหาที่เปลี่ยนแปลงได้อย่างเหมาะสม Lazarus & Folkman (1984, p. 141) กล่าวว่า การเผชิญปัญหาเป็นความพยายามทางปัญญาและพฤติกรรมของบุคคลที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง เพื่อจัดการกับปัญหาและความต้องการทั้งจากภายในและภายนอกตัวบุคคล โดยที่บุคคลประเมินว่าเป็นความคุกคามหรือมากกว่าความสามารถที่ตนจะรับมือได้ โดย Frydenberg & Lewis (1993, p.27) ได้แบ่งรูปแบบการเผชิญปัญหาเป็น 3 รูปแบบ คือ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาแหล่งสนับสนุนอื่น ๆ การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา ซึ่งเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวบุคคลเพื่อใช้ในการจัดการกับปัญหาตามสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น โดย Miller (1992 as cited in Punjuy 2012, p. 40) กล่าวว่า การเผชิญปัญหาที่ดีนั้นจะเกิดขึ้นที่บุคคลสามารถจัดการความไม่สุขสบายที่เกิดจากภาวะสูญเสียหรือเป็นอันตราย สามารถรักษาความมั่นคงของบุคคลไว้ได้ รวมทั้งสามารถรักษาบทบาทและการทำหน้าที่ของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นยังคงมองตนเองในด้านบวก การเผชิญปัญหามีประสิทธิภาพเมื่อ 1) การเผชิญปัญหาจะมีประสิทธิภาพหากสามารถเก็บความเศร้าโศก เสียใจให้อยู่ในระดับที่จัดการได้ 2) ทำให้เกิดความหวังและกำลังใจ 3) มองตนเองในด้านบวก 4) สามารถสร้างสัมพันธภาพกับผู้ที่มีความสำคัญในชีวิตตนเอง และ 5) เพิ่มความหวังในสถานการณ์ที่เป็นประโยชน์ (ระหว่างบุคคล สังคม และเศรษฐกิจ) ในศาสนาอิสลามกล่าวว่ามนุษย์ต้องเผชิญกับความยากลำบากทั้งในดุนยาและอาคิเราะฮ์ การเยียววาก์ไซปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นนั้นอาจต้องใช้เวลาและความคิดเป็นอย่างมาก การมอบหมายต่ออัลลอฮ์ (ตะวักกัล) ถือเป็นการงานที่ประเสริฐและยิ่งใหญ่ที่สุดประการหนึ่ง ช่วยให้จิตใจสงบ มั่นคง และกล้าแกร่ง พร้อมเผชิญกับทุกปัญหา (Al-Qasem, 2013, p.14)

การปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นกระบวนการปรึกษาที่ช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจตนเองและปัญหาต่าง ๆ ร่วมกัน เพื่อนำไปสู่กระบวนการในการแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง รู้จักการปรับตัวและพร้อมที่จะเผชิญปัญหาต่อสถานการณ์ที่ประสบอย่างมีประสิทธิภาพ สมาชิกกลุ่มแต่ละคนได้สำรวจตนเอง รู้จักและเข้าใจตนเองอย่างถ่องแท้ ได้รับระบายความไม่สบายใจ ความอัดอั้นตันใจของตนออกมา ยอมรับและกล้าเผชิญกับสภาพความเป็นจริงที่เกิดขึ้น มีแนวทางในการแก้ปัญหาและตัดสินใจได้ด้วยตนเอง รับผิดชอบต่อตนเองดีขึ้น สามารถปรับตนเองและจัดข้อบกพร่องต่างๆ ของตนเองได้ มีทักษะในการเลือก ตัดสินใจ และแก้ปัญหา เกิดเจตคติและกิจนิสัยที่ดี กลุ่มการปรึกษาที่ดีจะสานสัมพันธ์ที่ดีระหว่างสมาชิกกลุ่มให้เกิดความเป็นมิตร

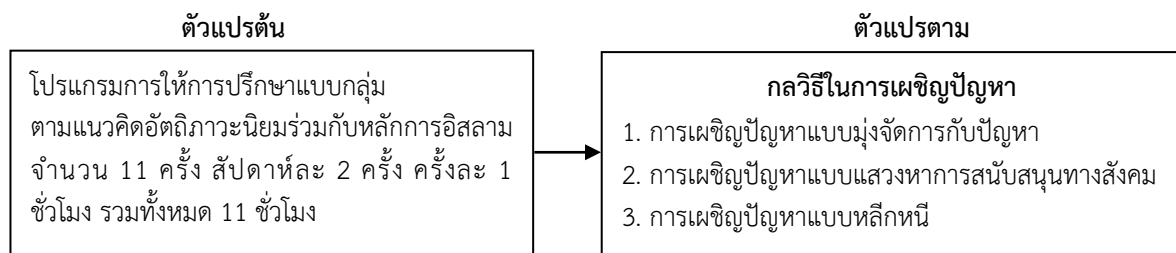
เกิดความไว้วางใจ มีความอบอุ่นใจ มีที่พึ่งทางจิตใจ และมีกำลังใจในการเผชิญปัญหา สมาชิกกลุ่มจะใช้วิจารณ์ตนเองของตนในการแก้ปัญหาขัดแย้ง ช่วยป้องกันและลดความรุนแรงของปัญหาที่เกิดขึ้น และสามารถพัฒนาตนเองให้บรรลุความสำเร็จสูงสุดในชีวิต (Suanphiroth, 2013, pp. 3-4) การปรึกษาตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยม (Existential counseling) มีจุดมุ่งหมายเพื่อช่วยเหลือผู้รับการปรึกษาได้ค้นพบความหมายชีวิต ค่านิยม เป้าหมายในการดำรงชีวิต มีสติรู้ในการดำเนินชีวิตในปัจจุบันตระหนักถึงความเป็นอิสระในการเลือกและความรับผิดชอบที่เป็นผลจากการเลือกกระทำทั้งข้อจำกัด เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาทบทวนการดำเนินชีวิตที่จะนำไปสู่การมีความหมาย และการใช้ศักยภาพของตนเองอย่างเต็มที่ (Chongruksa, 2011, p. 168) สำหรับหลักการอิสลามได้สนับสนุนให้บุคคลมีสุขภาพจิตดี โดยบุคคลที่มีสุขภาพจิตที่ดีนั้นต้องขึ้นอยู่กับจิตวิญญาณที่ดี มีความศรัทธาที่แน่วแน่ ยึดมั่น และมอบหมายต่อพระองค์ (อัลลอฮ์) อย่างแท้จริง งานวิจัยนี้ได้นำหลักคำสอนในอิสลามมาใช้ร่วมกับการปรึกษา ดังนี้ 1) การรำลึกถึงพระองค์ (อัลลอฮ์) 2) การมอบหมายต่อพระองค์ (ตะวัคัลอัลลอฮ์) 3) การคิดถึงความปลอดภัยของพระองค์ (อัลลอฮ์) 4) การระงับความโกรธ 5) การให้อภัย (มาอัฟ) 6) การสร้างกำลังใจ 7) การขอพร (ซอคูอาร์) 8) การขออภัยโทษ (เตาบัต) เพื่อช่วยให้คลายความเครียดกังวล เสริมสร้างสุขภาพจิตที่ดี (Wearlee, 2005, pp. 37-46)

จากเหตุผลข้างต้นจึงนำแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลามมาใช้ในการปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างกลวิธีในการเผชิญปัญหาของแม่วัยใสมุสลิม เพื่อเป็นแนวทางในการเสริมพลังในการจัดการปัญหาต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ที่แม่วัยใสมุสลิมต้องเผชิญ ด้วยวิธีการช่วยเสริมการแสวงหาความหมายชีวิต เป้าหมายการดำเนินชีวิต และวิธีการเผชิญปัญหา เพื่อให้เกิดความองอกงามทางจิตใจ การเห็นคุณค่าในตนเองและการตระหนักถึงการดำเนินชีวิตให้มีคุณค่ายิ่งขึ้นแก่แม่วัยใสที่ตั้งครรภ์ไม่พร้อม

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาของแม่วัยใสมุสลิมที่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลามระยะก่อนทดลองและระยะหลังทดลอง
2. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาของแม่วัยใสมุสลิมรายบุคคลที่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลามระยะก่อนทดลองและระยะหลังทดลอง
3. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาของแม่วัยใสมุสลิมระยะหลังทดลองที่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลามกับแม่วัยใสมุสลิมที่ไม่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่ม

กรอบแนวคิดของการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

1. **กลุ่มตัวอย่าง** คือ แม่วัยใสมุสลิม อายุระหว่าง 15–19 ปี ที่กำลังตั้งครรภ์และเพิ่งมีบุตร จำนวน 16 คน เข้ารับบริการในโรงพยาบาลยี่งอเฉลิมพระเกียรติ 80 พรรษา อำเภอยี่งอ จังหวัดนราธิวาส แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลองจำนวน 8 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 8 คน โดยใช้วิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Selection) และสมัครใจ ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ ดังนี้ 1) เป็นแม่วัยใสมุสลิมระหว่างอายุ 15–19 ปี ที่เข้ารับบริการในโรงพยาบาลยี่งอเฉลิมพระเกียรติ 80 พรรษา 2) เป็นแม่วัยใสที่กำลังตั้งครรภ์และเพิ่งมีบุตร 3) สามารถเข้าใจภาษาไทย และพูดคุยได้ตอบได้ 4) มีความสมัครใจและลงชื่อยินยอมเข้าร่วมการวิจัย 5) มีระยะเวลาในการเข้าร่วมเกินร้อยละ 80 6) ไม่มีความเจ็บป่วยที่รุนแรง โดยมีการขอจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ (เลขที่โครงการ REC Number : psu.pn.2-008/62)

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 **แบบวัดการเผชิญปัญหา** โดยลักษณะของแบบวัดเป็นมาตราประมาณค่า Likert scale 5 ระดับ ตั้งแต่ทำเป็นประจำ (5) ไปจนถึงไม่เคยทำเลย (1) มีข้อคำถาม 63 ข้อ ประกอบด้วยแบบการเผชิญปัญหา 3 แบบ คือ การเผชิญปัญหา

แบบมุ่งจัดการกับปัญหา การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยง โดยศึกษา ทฤษฎีและเอกสารที่เกี่ยวข้อง ด้านความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ผ่านผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน โดยคัดเลือกข้อ คำถามที่มีค่าระหว่าง 0.6–1.00 ถือว่านำไปใช้ได้ และถ้าข้อคำถามต่ำกว่า 0.6 จะนำมาปรับปรุงแก้ไขคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ที่ปรึกษา นำแบบวัดการเผชิญปัญหาที่ผ่านการปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ในกลุ่มแม่ข่ายโสมุสลิมที่มี ลักษณะเหมือนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน และคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด โดยมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของ ครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ทั้งฉบับเท่ากับ .88 จึงนำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง

2.2 โปรแกรมการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลาม ศึกษาเอกสารและ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางดำเนินการ จำนวน 11 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง รวมทั้งหมด 11 ชั่วโมง ผ่านผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) ความสอดคล้องระหว่างกิจกรรม เวลา วัตถุประสงค์ และวิธีดำเนินการ พบว่าเนื้อหาและโปรแกรม มีความสัมพันธ์สอดคล้อง กับกรอบแนวคิดที่กำหนดจากนั้นปรับแก้ไขสมบูรณ์ ยิ่งขึ้นตามข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ นำไปทดลองใช้กับกลุ่มที่มีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 8 คน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของกิจกรรม เวลา และวิธีดำเนินการที่ใช้ในการทดลอง ซึ่งพบว่าโปรแกรมที่ใช้มีความเหมาะสม ช่วยให้แม่ข่ายโสมุสลิมมีความสามารถในการเผชิญปัญหาได้ และรู้จักการเห็นคุณค่าในตนเอง ก่อนนำไปใช้ดำเนินการวิจัย

ตารางที่ 1 โปรแกรมการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลาม

ครั้งที่/ ประเด็น	วัตถุประสงค์
1. เปิดบ้านแม่ข่ายโสมุ	1. เพื่อสร้างความรู้สึกรักคุ้นเคยและความรู้สึกเป็นหนึ่งเดียว 2. เพื่อสร้างบรรยากาศของความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย 3. เพื่อให้กลุ่มได้ทราบวัตถุประสงค์ ข้อตกลงในการเข้าร่วมกลุ่ม และคุณค่าของกลุ่มการปรึกษา
2. ยินดีที่ได้รู้จัก	1. เพื่อให้กลุ่มรู้สึกไว้วางใจ กล้าที่จะเปิดเผยประสบการณ์ของตนเอง 2. เพื่อให้เกิดการยอมรับกลุ่ม เรียนรู้ความเหมือนความต่างของตนและผู้อื่น 3. เพื่อสร้างความเป็นมิตรและพัฒนาความไว้วางใจ
3. เปิดใจบอกกล่าว	1. เพื่อให้กลุ่มได้สำรวจความรู้สึกนึกคิดของตนเอง 2. เพื่อสร้างความตระหนักรู้ถึงเหตุการณ์และพฤติกรรมที่คับข้องใจ 3. เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากเรื่องราวของกันและกัน 4. เพื่อให้กลุ่มทำกิจกรรมผ่อนคลายกล้ามเนื้อโดยการนั่งสมาธิรำลึกถึงพระเจ้า
4. นี่แหละตัวฉัน	1. เพื่อให้กลุ่มได้พิจารณาถึงการตัดสินใจในชีวิตที่ผ่านมา 2. เพื่อให้กลุ่มได้เข้าใจปัญหาและยอมรับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น 3. เพื่อให้กลุ่มได้ทบทวนตนเองถึงสิ่งที่ต้องการจะเปลี่ยนแปลง 4. เพื่อให้กลุ่มมีแนวทางในการปฏิบัติตามหลักอิสลาม 5. เพื่อให้กลุ่มยอมรับการมอบหมายกับพระเจ้า และปฏิบัติด้วยแน่วแน่ไม่ท้อแท้สิ้นหวัง
5. ชีวิตนี้มีคุณค่า	1. เพื่อให้กลุ่มตระหนักความสำคัญของการสร้างสัมพันธ์ภาพและวิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพ 2. เพื่อให้เกิดความไว้วางใจในตนเองและผู้อื่น 3. เพื่อให้กลุ่มเรียนรู้ที่จะยอมรับตนเองและผู้อื่น 4. เพื่อให้กลุ่มค้นหาวิธีระงับความโกรธและวิธีระบายที่เหมาะสม 5. เพื่อให้กลุ่มรู้จักการให้อภัย เพื่อให้เกิดความรู้สึกสงบในใจ
6. ชีวิตทั้งดงาม	1. เพื่อให้กลุ่มค้นหาแนวทางสร้างชีวิตให้มีคุณค่า 2. เพื่อให้กลุ่มได้ค้นหาความภาคภูมิใจในตนเอง 3. เพื่อให้มีความชัดเจนในการกำหนดทางเลือกในการดำเนินชีวิต 4. เพื่อให้กลุ่มเห็นคุณค่าในตนเองและพอใจในสิ่งที่ตนมีและได้รับ 5. เพื่อให้กลุ่มรู้จักการขอพรต่อพระเจ้าให้คุ้มครองให้พ้นจากความยากลำบากทั้งปวง



ตารางที่ 1 (ต่อ)

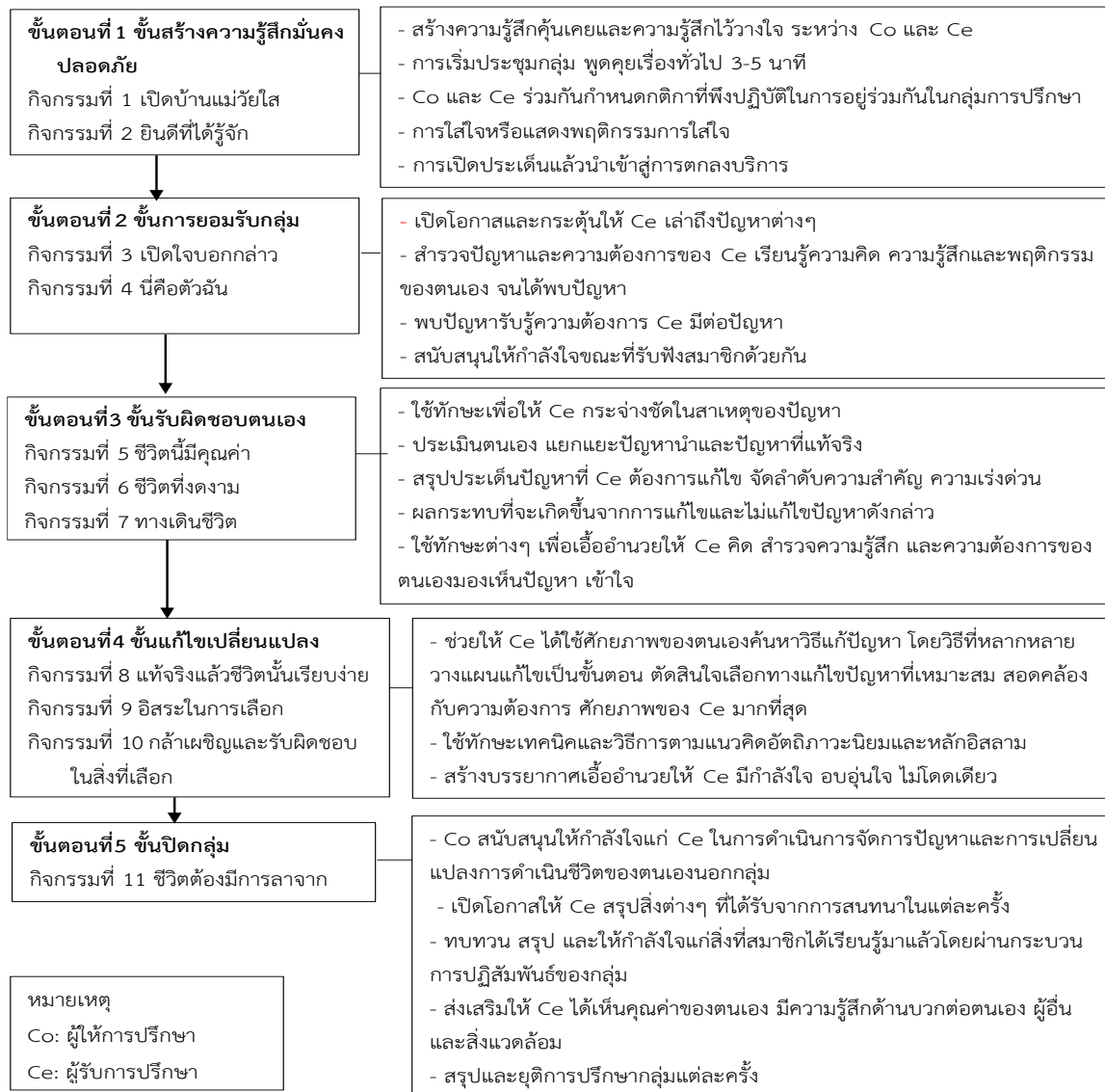
ครั้งที่/ ประเด็น	วัตถุประสงค์
7. ทางเดินชีวิต	1. เพื่อค้นหาความหมายชีวิตของตนเอง 2. เพื่อตระหนักถึงการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า 3. เพื่อให้กลุ่มมีสติรู้ตัวอยู่กับชีวิตปัจจุบัน 4. เพื่อให้กลุ่มทบทวนความรู้สึกที่ไม่สบายใจจากการกระทำและขอภัยโทษต่อพระเจ้า
8. แท้จริงแล้วชีวิตนั้นเรียบง่าย	1. เพื่อค้นหาความหมายที่แท้จริงในชีวิต 2. เพื่อค้นหาค่านิยม ทศณคติและเป้าหมายในการดำเนินชีวิต 3. เพื่อให้สมาชิกตระหนักในแรงจูงใจในการดำเนินชีวิต 4. เพื่อให้สมาชิกมีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง
9. อิสระในการเลือก	1. เพื่อให้กลุ่มมีอิสระในการเลือกและตัดสินใจด้วยตนเอง 2. เพื่อกำหนดทางเลือกของตนเองและตระหนักถึงผลที่จะเกิดขึ้น 3. เพื่อให้กลุ่มมีความรู้สึกนึกคิดและตระหนักถึงสิ่งที่กระทำ
10. กล้าเผชิญและรับผิดชอบในสิ่งที่เลือก	1. เพื่อตระหนักถึงความรับผิดชอบในการเลือกกระทำของตนเอง 2. เพื่อตระหนักถึงผลกระทบจากการเลือกกระทำของตนเอง 3. เพื่อส่งเสริมความกล้าเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคสู่เป้าหมาย
11. ชีวิตต้องมีการลาจาก	1. เพื่อสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มการศึกษา 2. เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกได้แสดงความห่วงใยและให้กำลังใจแก่เพื่อนสมาชิกกลุ่มด้วยกัน 3. เพื่อให้กลุ่มได้กล่าวอำลาต่อกันและสานต่อการดูแลช่วยเหลือกันทางจิตใจ
7. ทางเดินชีวิต	5. เพื่อค้นหาความหมายชีวิตของตนเอง 6. เพื่อตระหนักถึงการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า 7. เพื่อให้กลุ่มมีสติรู้ตัวอยู่กับชีวิตปัจจุบัน 8. เพื่อให้กลุ่มทบทวนความรู้สึกที่ไม่สบายใจจากการกระทำและขอภัยโทษต่อพระเจ้า
8. แท้จริงแล้วชีวิตนั้นเรียบง่าย	5. เพื่อค้นหาความหมายที่แท้จริงในชีวิต 6. เพื่อค้นหาค่านิยม ทศณคติและเป้าหมายในการดำเนินชีวิต 7. เพื่อให้สมาชิกตระหนักในแรงจูงใจในการดำเนินชีวิต 8. เพื่อให้สมาชิกมีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง
9. อิสระในการเลือก	4. เพื่อให้กลุ่มมีอิสระในการเลือกและตัดสินใจด้วยตนเอง 5. เพื่อกำหนดทางเลือกของตนเองและตระหนักถึงผลที่จะเกิดขึ้น 6. เพื่อให้กลุ่มมีความรู้สึกนึกคิดและตระหนักถึงสิ่งที่กระทำ
10. กล้าเผชิญและรับผิดชอบในสิ่งที่เลือก	4. เพื่อตระหนักถึงความรับผิดชอบในการเลือกกระทำของตนเอง 5. เพื่อตระหนักถึงผลกระทบจากการเลือกกระทำของตนเอง 6. เพื่อส่งเสริมความกล้าเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคสู่เป้าหมาย
11. ชีวิตต้องมีการลาจาก	4. เพื่อสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มการศึกษา 5. เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกได้แสดงความห่วงใยและให้กำลังใจแก่เพื่อนสมาชิกกลุ่มด้วยกัน 6. เพื่อให้กลุ่มได้กล่าวอำลาต่อกันและสานต่อการดูแลช่วยเหลือกันทางจิตใจ

3. การเก็บและรวบรวมข้อมูล ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเองโดยขอความอนุเคราะห์กลุ่มตัวอย่างต่อผู้อำนวยการโรงพยาบาลฯ โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ เลือกกลุ่มตัวอย่าง นัดพบกลุ่มตัวอย่างเพื่อลงนามในเอกสารยินยอม นัดวันและเวลา และดำเนินการวิจัย แบ่งเป็น 3 ระยะ ดังนี้

3.1 ระยะก่อนการทดลอง ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random) เป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบวัดการเผชิญปัญหา

3.2 ระยะดำเนินการทดลอง เข้ากลุ่มการศึกษา จำนวน 11 ครั้ง เป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง รวมทั้งหมด 11 ชั่วโมง และสำหรับกลุ่มควบคุมดำเนินชีวิตประจำวันตามปกติ

แผนภูมิการให้การศึกษแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลาม ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ดังนี้



ภาพที่ 2 แผนภูมิการให้การศึกษแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลาม

3.3 ระยะหลังการทดลอง ให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบวัดการเผชิญปัญหาอีกครั้งเพื่อเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังเข้าร่วมกลุ่มการศึกษา

4. การวิเคราะห์ข้อมูล สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติทดสอบสมมติฐาน ได้แก่ คะแนนพัฒนาการสัมพัทธ์ สถิติทดสอบ Wilcoxon Matched-pairs Signed rank test และ สถิติ Mann-Whitney U test

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง เสนอโครงการวิทยานิพนธ์ต่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ที่หน่วยส่งเสริมการวิจัย งานหลักสูตรและพัฒนาคณาจารย์ กองบริการการศึกษา วิทยาเขตปัตตานี (เลขที่โครงการ REC Number : psu.pn.2-008/62) และนำเสนอต่อผู้อำนวยการโรงพยาบาล โดยการเข้าร่วมวิจัยเป็นไปด้วยความสมัครใจ ถอนตัวจากการวิจัยได้ทุกเมื่อ และข้อมูลที่ได้อาจจะเป็นความลับ นำเสนอผลการวิจัยในภาพรวมโดยไม่มีผลกระทบใดๆ กลุ่มตัวอย่างที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัยลงลายมือชื่อ โดยความเห็นชอบของบิดามารดาหรือผู้ปกครองและลงลายมือชื่อในแบบฟอร์มเพื่ออนุญาตด้วย



ผลการวิจัย

เกณฑ์การแปลผลแบบวัดการเผชิญปัญหา โดยใช้เกณฑ์คะแนนเฉลี่ยรวมแต่ละด้านในการแปลผล ซึ่งมีค่าตั้งแต่ 1.00–5.00 โดยคะแนนแต่ละช่วงแสดงถึงการใช้การเผชิญปัญหานั้น ๆ ซึ่งความหมายของคะแนนมาก-น้อยแบ่งตามเกณฑ์ดังนี้

ช่วงคะแนน	ความหมาย : ใช้กลวิธีในการเผชิญปัญหานั้น
1.00 – 1.49	น้อยที่สุด
1.50 – 2.49	น้อย
2.50 – 3.49	ปานกลาง
3.50 – 4.49	มาก
4.50 – 5.00	มากที่สุด

1. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาของแม่วัยใสมุสลิมระยะก่อนและหลังการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาในระยะหลังทดลอง สูงกว่าระยะก่อนทดลอง รายละเอียดดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ความแตกต่างของคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนทดลองและหลังทดลอง

กลุ่ม	ระยะการทดลอง	n	$\bar{X}$	S.D.	Z	p-value
กลุ่มทดลอง	ระยะก่อนทดลอง	8	202.88	31.30	-2.524	.012*
	ระยะหลังทดลอง	8	239.63	27.40		
กลุ่มควบคุม	ระยะก่อนทดลอง	8	215.25	27.08	-1.355	.176
	ระยะหลังทดลอง	8	206.13	26.81		

*p < .05

จากตารางที่ 2 พบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มมีคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาในระยะหลังทดลอง ($\bar{X}$ = 239.63 S.D. = 27.40) สูงกว่าระยะก่อนทดลอง ($\bar{X}$ = 202.88 S.D. = 31.30) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มมีคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาระยะก่อนทดลอง ($\bar{X}$ = 215.25 S.D. = 27.08) และหลังทดลอง ($\bar{X}$ = 206.13 S.D. = 26.81) แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

2. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหารายบุคคลของแม่วัยใสมุสลิมกลุ่มทดลองก่อนและหลังทดลองพบว่าหลังทดลองแม่วัยใสมุสลิมมีคะแนนพัฒนาการเฉลี่ยเพิ่มขึ้นร้อยละ 32.78 ในระดับกลาง ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ตารางคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาระยะก่อนทดลองและระยะหลังทดลอง และคะแนนพัฒนาการสัมพัทธ์

คนที่	ก่อนทดลอง			หลังทดลอง			พัฒนาการสัมพัทธ์	แปลผล
	คะแนนเผชิญปัญหา	$\bar{X}$	แปลผล	คะแนนเผชิญปัญหา	$\bar{X}$	แปลผล		
1	212	3.36	ปานกลาง	250	3.96	มาก	36.89%	ระดับกลาง
2	236	3.74	มาก	267	4.23	มาก	39.24%	ระดับกลาง
3	220	3.49	ปานกลาง	221	3.50	มาก	1.05%	ระดับต้น
4	151	2.39	น้อย	258	4.09	มาก	65.24%	ระดับสูง
5	200	3.17	ปานกลาง	208	3.30	ปานกลาง	6.96%	ระดับต้น
6	191	3.03	ปานกลาง	229	3.63	มาก	30.65%	ระดับกลาง
7	171	2.71	ปานกลาง	206	3.26	ปานกลาง	24.31%	ระดับต้น
8	242	3.84	มาก	278	4.41	มาก	49.32%	ระดับกลาง
$\bar{X}$	202.88	3.22	ปานกลาง	239.63	3.80	มาก	32.78%	ระดับกลาง
S.D	31.31			27.40				

จากตารางที่ 3 พบว่า ในระยะก่อนทดลองแม่ข่ายใสมุสลิมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 202.88 ส่วนระยะหลังทดลองแม่ข่ายใสมุสลิมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 239.63 มีคะแนนพัฒนาการเฉลี่ยเพิ่มขึ้นร้อยละ 32.78 ในระดับกลาง

3. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาของแม่ข่ายใสมุสลิมหลังทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่าหลังการทดลองแม่ข่ายใสมุสลิมกลุ่มทดลองมีคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตารางที่ 4 ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

คะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหา	ระยะเวลา	n	$\bar{X}$	S.D	U	p-value
ระยะหลังทดลอง	กลุ่มทดลอง	8	239.63	27.40	-1.998	.046*
	กลุ่มควบคุม	8	206.13	26.81		

*p < .05

จากตารางที่ 4 พบว่าภายหลังการทดลอง แม่ข่ายใสมุสลิมมีคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหากลุ่มทดลองที่ได้รับการศึกษาแบบกลุ่ม ($\bar{X}$ =239.63 S.D.=27.40) สูงกว่ากลุ่มควบคุม ($\bar{X}$ =206.13 S.D.=26.81) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

1. แม่ข่ายใสมุสลิมที่ได้รับการศึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวนิยมร่วมกับหลักการอิสลาม มีคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาหลังทดลองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อภิปรายได้ว่าแม่ข่ายใสที่ได้รับการศึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวนิยมร่วมกับหลักการอิสลามอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอในระยะ 1-2 เดือน ด้วยกระบวนการกลุ่ม การศึกษาได้เสริมสร้างให้แม่ข่ายใสมุสลิมเปิดเผยเรื่องราวภายในที่เก็บไว้ในใจที่ส่งผลต่อความทุกข์ใจในการดำเนินชีวิตประจำวัน และความคับข้องใจของตนเอง สู่การเข้าใจปัญหาและยอมรับปัญหาสถานการณ์ที่เกิดขึ้น

จากการออกแบบขั้นตอนของกระบวนการกลุ่มที่เอื้อให้แม่ข่ายใสมุสลิมได้เรียนรู้แนวทางในการเสริมสร้างสัมพันธภาพกับคนอื่น ค้นหาแนวทางสร้างคุณค่าในตนเองและผู้อื่น ร่วมแสวงหาความหมายชีวิต เคารพความคิดความรู้สึกของตนเอง กล้าเผชิญปัญหา จัดการกับปัญหาต่าง ๆ และรับผิดชอบในสิ่งที่ตนเองเลือกกระทำ อีกทั้งรับฟังเรื่องราวของเพื่อนร่วมสถานการณ์และเป็นการกำลังใจต่อกันและกัน กลุ่มการศึกษาได้ทำให้แม่ข่ายใสมุสลิมมีความสามารถในการเผชิญปัญหา รู้แนวทางในการแสวงหาความหมายชีวิต มีสติในการดำเนินชีวิต มีอิสระในการตัดสินใจ และรู้จักเพิ่มคุณค่าชีวิตของตนเอง และเนื่องจากในกระบวนการกลุ่มแต่ละครั้งสมาชิกกลุ่มได้ทบทวนตนเอง ได้สำรวจความรู้สึกนึกคิดของตนเอง เรียนรู้และเข้าใจ ตลอดจนเกิดความตระหนักรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตน สอดคล้องกับ Gazda (1989, p.10) กล่าวว่า การให้การปรึกษากลุ่ม เป็นกระบวนการให้เกิดปฏิสัมพันธ์ ทำให้เกิดการรู้สำนึกผ่านพฤติกรรมหรือเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เกิดความรู้สึกรู้จักคิดยอมรับความจริงในเรื่องความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมของผู้รับการปรึกษา สืบเนื่องจากการเรียนรู้ประสบการณ์ที่ได้จากการปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกในกลุ่ม ทำให้เกิดบรรยากาศเอื้อต่อการพัฒนาทางจิตใจ เช่น เกิดความไว้วางใจ การยอมรับ การให้กำลังใจซึ่งกันและกัน แลกเปลี่ยนความรู้สึกนึกคิดและเกิดความรับผิดชอบต่อภาระกระทำของตน เป็นกระบวนการที่ทำให้แม่ข่ายใสมุสลิมสามารถจัดการกับปัญหาที่ดีขึ้น จากการศึกษาของ Khammanee & Supwirapakorn (2017, p. 59) พบว่าผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มบูรณาการพุทธทศกัณฐ์ มีเหตุผลเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และผู้ต้องขังหญิงที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผล สูงกว่าในระยะก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ Madadi *et al.*, (2018, p. 113) ศึกษาผลของการบำบัดแบบอัตถิภาวนิยมเชิงบวกและการบำบัดแบบอิสลาม-อิหร่านเชิงบวกต่อภาวะซึมเศร้าและความวิตกกังวลของนักเรียนหญิงที่มีความวิตกกังวลทางสังคม พบว่ามีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญระหว่างการบำบัดแบบอัตถิภาวนิยมกับการบำบัดแบบอิหร่าน-อิสลามเชิงบวกและกลุ่มควบคุมในความวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าหลังการทดสอบ นอกจากนี้หลักการอิสลามได้แทรกแนวปฏิบัติแก่แม่ข่ายใสมุสลิมโดยการรำลึกถึงพระเจ้า การมอบหมายจากพระเจ้า การคิดถึงความโปรดปรานจากพระเจ้า การระงับความโกรธ การให้อภัย การสร้างกำลังใจ การขอพร และการขออภัยโทษในการดำเนินชีวิต แม่ข่ายใสมุสลิมมีจิตใจที่เข้มแข็ง มีความสงบทางใจ อดทนต่อการเผชิญปัญหาหรืออุปสรรคต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม สามารถเปลี่ยนแปลงตนเองและพัฒนาชีวิตและจิตใจตนเองในทางที่ดีขึ้น ทำให้มีคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาหลังทดลองสูงกว่าก่อนทดลอง สอดคล้องกับ Suanphiroth (2013, p. 30) พบว่าหลักการศาสนาอิสลามทั้งหลักศรัทธาและ

หลักปฏิบัติ (คัมภีร์อัลกุรอาน และซุนนะฮ์) เป็นหลักในการเยียวยาจิตใจตนเอง สามารถฟื้นฟูจิตใจให้ดีและมุสลิมทุกคนมีความตระหนักในหลักศรัทธาอยู่แล้ว ทำให้เข้าถึงจิตใจและจิตวิญญาณได้ดี ศาสนาอิสลามส่งเสริมให้คนพัฒนาจิตใจให้ไปสู่ระดับขั้นสูง โดยใช้สติในการพัฒนาบนพื้นฐานของการคิดใคร่ครวญและการใช้เหตุผล สิ่งเหล่านี้เป็นการทดสอบในโลกนี้คนที่ผ่านการทดสอบคือคนที่สามารถแก้ไขความขัดแย้งระหว่างจิตระดับต่ำกับจิตระดับสูงนี้ได้เกิดภาวะความสมดุลทางจิตใจ โดยทำจิตวิญญาณให้เข้มแข็งโดยการมั่นคงในความศรัทธาต่อพระเจ้า เคารพภักดีต่อพระองค์ส่งผลให้สภาวะจิตใจ อยู่อย่างสงบได้

2. แมววัยใสมุสลิมที่ได้รับการศึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลาม มีคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาหยาบคายหลังทดลองสูงกว่าก่อนทดลอง ยกเว้นแมววัยใสมุสลิมคนที่ 3 ที่เข้าร่วมวิจัยร้อยละ 80 ซึ่งไม่ครบตามจำนวนครั้งของโปรแกรมกลุ่มที่ได้สร้างขึ้นทำให้มีคะแนนพัฒนาการอยู่ในระดับต้น ผลการวิจัยสรุปได้ว่า แมววัยใสมุสลิมมีความพึงพอใจในการเข้าร่วมการให้การศึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลาม ดังนั้นโดยภาพรวมจึงมีคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาอยู่ในระดับมาก และมีคะแนนพัฒนาการโดยภาพรวมอยู่ในระดับกลาง แสดงว่าการให้การศึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลาม สามารถช่วยให้แมววัยใสมุสลิมเกิดการเรียนรู้ประสบการณ์กลุ่มจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกกลุ่ม นำไปสู่การเปิดเผยตนเอง เพื่อช่วยให้สมาชิกได้สำรวจและเผชิญหน้ากับปัญหา ด้วยการทำความเข้าใจและค้นหาวิถีทางในการแก้ไขปัญหา และเสริมสร้างให้แมววัยใสมุสลิมพัฒนาความสามารถของตน และรู้จักปรับตัวเพื่อการดำเนินชีวิตที่มีคุณค่าในตนเอง โดยสอดคล้องกับ Phongsopa (2013, p. 128) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการให้การศึกษาตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมเป็นการช่วยให้แมววัยใสมุสลิมเกิดสภาพของการรู้จักตนเอง เข้าใจถึงศักยภาพของตนเอง เข้าใจโลกและสิ่งแวดล้อมอย่างเต็มที่ รู้จักวิธีการขจัดอุปสรรคที่จะเข้ามาขัดขวางการเพิ่มพูนศักยภาพภายในตนเอง สามารถใช้ศักยภาพของตนเองในการเลือกหาความหมายของชีวิตให้เหมาะสมกับตนอย่างมีอิสระเสรีภาพ และจะต้องรับผิดชอบ ต่อการตัดสินใจเลือกเป้าหมายในการดำเนินชีวิตของตนเอง

3. แมววัยใสมุสลิมที่ได้รับการศึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลาม มีคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาระยะหลังทดลองสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการศึกษาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อภิปรายได้ว่า แมววัยใสมุสลิมที่ได้รับการศึกษาแบบกลุ่มปรับเปลี่ยนวิธีการเผชิญปัญหาจากกระบวนการกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมได้เอื้ออำนวยบรรยากาศที่อบอุ่น เกิดความรู้สึกไว้วางใจภายในกลุ่มเพื่อน ร่วมกันสำรวจตนเองและเผชิญหน้ากับปัญหาต่าง ๆ นำไปสู่การยอมรับตนเองและค้นหาวิถีในการแก้ไขปัญหา โดยมุ่งเน้นการค้นหาคำหมายชีวิต และเป้าหมายในการดำรงชีวิต มีอิสระในการเลือกตัดสินใจและมีความรับผิดชอบในการตัดสินใจของตนเอง ตลอดจนมุ่งมั่นที่จะพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่ และสามารถจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับ May (1906 as cited in Corey, 2001, p.142) กล่าวว่าแนวความคิดพื้นฐานแบบอัตถิภาวะนิยม จะมองบุคคลไม่ได้เป็นเพียงเหยื่อของสถานการณ์เพราะส่วนใหญ่บุคคลจะเลือกสิ่งที่ต้องการเลือก ในการให้การศึกษาจึงเป็นเป้าหมายที่สำคัญ คือ กระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษา ได้สะท้อนถึงชีวิตตนเอง ได้ตระหนักในทางเลือกที่มี และสามารถตัดสินใจเลือกตัวเลือกนั้นได้ จนกระทั่งผู้รับการปรึกษาเริ่มตระหนักถึงวิถีที่จะยอมรับในสถานการณ์ และการควบคุมสิ่งแวดล้อมรอบตัว ผู้รับการปรึกษาจะสามารถที่จะเริ่มไปสู่หนทางแห่งการขัดเกลาชีวิตของตนอย่างมีสติได้ Marzieh Feizi *et al.* (2019, p. 237) ศึกษาประสิทธิผลของจิตบำบัดแบบอัตถิภาวะนิยมต่อทัศนคติต่อชีวิตและความพึงพอใจของตนเองของแม่บ้านหญิงที่มีการศึกษา พบว่า ความพึงพอใจในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญในกลุ่มทดลองเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม ($P=0.004$) ทัศนคติต่อชีวิตเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญในกลุ่มทดลองเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม ($P=0.005$)

ส่วนหลักการอิสลามอันเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตของมุสลิม มีหลักคำสอนในคัมภีร์อัล-กุรอาน ซึ่งเป็นพระดำรัสของพระเจ้า (อัลลอฮ์) และ “ซุนนะฮ์” ซึ่งเป็นวจนะของศาสดามุฮัมมัด เป็นแบบอย่างในการปฏิบัติ สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้และทบทวนคำสอนในหลักการอิสลาม 8 ประการ (การรำลึกถึงพระองค์ การมอบหมายต่อพระองค์ การคิดถึงความโปรดปรานของพระองค์ การระงับความโกรธ การให้อภัย การสร้างกำลังใจ การขอพร และการขออภัยโทษ) ที่ควรแก่การนำมาใช้ในเสริมสร้างกลวิธีในการเผชิญปัญหาของแมววัยใสมุสลิม ส่งผลให้แมววัยใสมุสลิมได้เรียนรู้ เข้าใจ และเห็นประโยชน์ของการนำหลักการอิสลามมาชำระจิตใจและจัดการกับปัญหาภายใน จึงทำให้มีคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาระยะหลังทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการศึกษาแบบกลุ่ม

สรุปผลการวิจัย

แมววัยใสมุสลิมที่ได้รับการศึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวะนิยมร่วมกับหลักการอิสลาม มีคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาระยะหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีคะแนนกลวิธีในการเผชิญ

ปัญหารายบุคคลระยะหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อนทดลอง โดยแม่วัยใสมุสลิมมีคะแนนพัฒนาการเฉลี่ยเพิ่มขึ้นร้อยละ 32.78 ในระดับกลาง และสูงกว่าแม่วัยใสมุสลิมที่ไม่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

แม่วัยใสมุสลิมที่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวนิยม ร่วมกับหลักการอิสลามมีคะแนนกลวิธีในการเผชิญปัญหาหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อนทดลอง และสูงกว่าแม่วัยใสมุสลิมที่ไม่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่ม ดังนั้นการนำโปรแกรมไปใช้ควรจัดตารางเวลาอย่างต่อเนื่องและให้สมาชิกทุกคนเข้าร่วมกระบวนการครบทุกครั้ง ประยุกต์ใช้แนวคิดอัตถิภาวนิยมร่วมกับหลักการศาสนาอื่นๆตามที่ศรัทธา ควรมีการเพิ่มเวลาจาก 1 ชั่วโมง เป็น 1 ½ ชั่วโมง เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในกระบวนการช่วยเหลือ ควรช่วยเหลือ สงเคราะห์ หรือส่งต่อในกรณีที่พบว่ามีภาวะละเมิดสิทธิมนุษยชนหรือถูกกระทำความรุนแรง และควรเสริมความรู้ความเข้าใจในการครองเรือนหรือการปรับตัวชีวิตคู่และการอยู่ร่วมกันในครอบครัวใหญ่

ข้อเสนอแนะของการทำวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการนำโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดอัตถิภาวนิยมร่วมกับหลักการอิสลามนี้ไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างกลวิธีในการเผชิญปัญหาในกลุ่มพ่อวัยใสมุสลิม ควรมีการศึกษารูปแบบกิจกรรมที่เหมาะสมในการเพิ่มความสามารถในการจัดการกับปัญหาของตนเองในการดำเนินชีวิตประจำวันและการปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา และควรมีการศึกษาดูตามผลในระยะยาว เพื่อทดสอบความคงทนของโปรแกรมว่าสามารถช่วยเสริมสร้างกลวิธีในการเผชิญปัญหาได้อย่างต่อเนื่อง

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ที่อนุเคราะห์ทุนสนับสนุนในการศึกษาวิจัยครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

- Al-Qasem, A. (2013). *The concept of solving problems in the Islamic way*. Al Qasim Publishing. (in Thai)
- Buntanon, N. & Nararak, P. (2012). Stop!!! Teen pregnancy is difficult to help each other. *Friend's Health Health Center 5, 6(2)*, 1-8. (in Thai)
- Chongruksa, D. (2011). *Theories of counseling and psychology*. (4nd ed). Bangkok: Technology Promotion Association (Thailand-Japan). (in Thai)
- Corey, G. (2001). *Theory and practice of Counseling and psychotherapy*, Wadsworth. New York: Brook/Cole.
- Frydenberg, E. & Lewis, R. (1993). *Adolescent Coping Scale Administrator's Manual*. The Australian Council for Educational Research.
- Gazda, G. M. (1989). *Group counseling: A Development Approach*. (4th ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Khammanee, N. & Supwirapakorn, W. (2017). A Development of Integrative Multi-Theoretical Group Counseling: Existential and Reality Therapy to Enhancing The Reasons for Living of Female Inmates. *Academic. Journal for the Humanities and Social Sciences, 25(48)*, 59-77. (in Thai)
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing.
- Madadi Zavareh S, Golparvar M and Aghaie A. (2018). Effect of Positive Existential Therapy and Positive Iranian-Islamic Therapy on Depression and Anxiety of Female Students with Social Anxiety. *Islamic Life Journal, 2(3)*, 113-121.
- Marzieh Feizi et al. (2019). The effectiveness of existential psychotherapy on attitude to life and self- flourishing of educated women homemakers. *Journal of Education and Health Promotion, 8(1)*, 237.
- Phongsopa, P. (2013). *Theories and techniques of counseling*. Chulalongkorn University Printing House. (in Thai)
- Phukaew, M. (2016). *Act for Prevention and Solution of the Adolescent Pregnancy Problem, B.E.2016* [online]. Retrieved March 20, 2018, from: <https://www.parliament.go.th> > ewtadmin > ewt > elaw_parcy > ewt_dl_link. (in Thai)



- Punjuy, R. (2012). *The effect of group counseling on coping ability in caregivers of schizophrenic patients in community*. Master's Thesis. Chulalongkorn University. (in Thai)
- Senate Committee on Public Health. (2011). Adolescent Pregnancy Problems. *Study Report on Adolescent Pregnancy Problems*, 20 January 2011. Bangkok: The Secretariat of the Senate. (in Thai)
- Smuseneto, A. (2016). Thai Muslims Family in pattani during demographic transitions stages. *Journal of Humanities and Social Sciences*, 12(1), 78-121. (in Thai)
- Suanphiroth, S. (2013). *Theory and techniques of counseling in psychology*. Pattani: Department of Psychology and Guidance, Faculty of Education, Prince of Songkla University. (in Thai)
- Suanphiroth, S. (2013). *Understandings Access and Development: Principles of Islam for Healing Heart when it is crisis*. *Journal of Education, Prince of Songkla University, Pattani Campus*, 24, 29-41. (in Thai)
- Tantiwet, S., et al. (2013). *Adolescent Pregnancy Thailand 2013*. Nonthaburi: Health Technology and Policy Assessment Project. (in Thai)
- Wearlee, D. (2005). *Healing the mind with Islam*. Bangkok: Thai Islamic Medical Association, O.S. Printing. (in Thai)