

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นหญิง มีรายละเอียดวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi experimental research) แบบ Nonrandomized control group pretest posttest design ใช้กลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ที่มีลักษณะใกล้เคียงกัน คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทำการทดสอบก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ซึ่งมีสัญลักษณ์รูปแบบการทดลอง ดังนี้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2540)

(E) T₁ X T₂

(C) T₁ ~X T₂

X แทน การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม

~X แทน ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม

E แทน กลุ่มทดลอง

C แทน กลุ่มควบคุม

T₁ แทน การทดสอบก่อนการทดลอง (Pretest)

T₂ แทน การทดสอบหลังการทดลอง (Posttest)

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

2.1 ประชากร คือ นักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์ ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2552 จำนวน 65 คน

2.2 กลุ่มตัวอย่าง ได้มาโดยใช้วิธีเลือกแบบเจาะจง เป็นนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์ ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2552 ที่มีคะแนนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสูงจากแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำจากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษา จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน

ซึ่งมีวิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

2.2.1 ติดต่อครูฝ่ายปกครอง ครูแนะแนว และครูประจำชั้น เพื่อสอบถามเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2552 โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์

2.2.2 ขอความร่วมมือครูฝ่ายปกครองคัดเลือกนักเรียนหญิงที่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศตามเกณฑ์การประเมินของโรงเรียน ได้ข้อมูลว่า นักเรียนหญิงในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เป็นนักเรียนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสูงกว่าชั้นอื่น ๆ จำนวน 65 คน

2.2.3 ให้นักเรียนหญิงทั้ง 65 คน ตอบแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศเพื่อคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนอยู่ในระดับสูง (มีคะแนนรวมตั้งแต่ 76 คะแนนขึ้นไป) ได้นักเรียน จำนวน 38 คน

2.2.4 ให้นักเรียนหญิงที่มีคะแนนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสูงตอบแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองเพื่อคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับต่ำ (มีคะแนนรวมตั้งแต่ 35 -90 คะแนน) ได้นักเรียน จำนวน 21 คน

2.2.5 สอบถามความสมัครใจนักเรียนเพื่อคัดเลือกนักเรียนเป็นกลุ่มตัวอย่างได้นักเรียน 16 คน

2.2.6 จับคู่คะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองเข้ากลุ่มกลุ่มละ 8 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

3. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

3.1 ตัวแปรต้น คือ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณา เหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม

3.2 ตัวแปรตาม คือ 1) การเห็นคุณค่าในตนเอง

2) พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

4.1 เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองและแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ มีรายละเอียด ดังนี้

1. แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ผู้วิจัยพัฒนาจากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ ลักษณะสกุลทอง (2550) ซึ่งได้ปรับปรุงจากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ฉบับนักเรียนของ Coopersmith (1984) โดยให้ผู้ตอบพิจารณาว่าข้อความในแบบวัดตรงกับพฤติกรรมของผู้ตอบหรือไม่ ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating scale) 5 ระดับ ได้แก่ “มากที่สุด” “มาก” “ปานกลาง” “น้อย” และ “น้อยที่สุด” ประกอบด้วยข้อความทั้งหมด 35 ข้อ แบ่งออกเป็น 2 องค์ประกอบ ดังนี้

1) องค์ประกอบภายในบุคคล หมายถึง ลักษณะเฉพาะของบุคคลที่มีความแตกต่างกันและส่งผลกระทบต่อ การเห็นคุณค่าในตนเอง ประกอบด้วย

1.1 ลักษณะทางกายภาพ (Physical Attributes) หมายถึง ลักษณะทางกายภาพที่มีความสัมพันธ์กับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 4, 12, 23

1.2 ความสามารถทั่วไป (General Ability) หมายถึง สมรรถภาพการกระทำที่มีความสัมพันธ์กับการประสบความสำเร็จและระดับสติปัญญา จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ ข้อ 2, 6, 8, 27

1.3 ภาวะทางความรู้สึก (Affective States) หมายถึง ความมั่นคงทางจิตใจและความรู้สึกปลอดภัย จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ ข้อ 3, 5, 9, 10

1.4 ค่านิยมส่วนตัว (Self- Value) หมายถึง การประเมินคุณค่าของตนเองซึ่งสอดคล้องกับ
อุดมคติส่วนบุคคล จำนวน 2 ข้อ ได้แก่ ข้อ 14, 25

1.5 ความมุ่งหวัง (Aspiration) หมายถึง ความทะเยอทะยานและผลของการปฏิบัติที่ประสบ
ความสำเร็จ จำนวน 3 ข้อ ได้แก่ ข้อ 16, 17, 21

1.6 เพศ (Sex) หมายถึง การยอมรับตนเองไม่ว่าจะเป็นเพศอะไร จำนวน 3 ข้อ ได้แก่ ข้อ 18,
28, 30

2) องค์ประกอบภายนอกตัวบุคคล หมายถึง สิ่งแวดล้อม สิ่งที่อยู่ภายนอก ที่มีอิทธิพลต่อการ
เพิ่มหรือลดระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ประกอบด้วย

2.1 ครอบครัว (Family) หมายถึง การยอมรับและส่งเสริมจากครอบครัว จำนวน 4 ข้อ
ได้แก่ ข้อ 19, 22, 29, 32

2.2 สังคม/ กลุ่มเพื่อน (Social / Friends) หมายถึง การเข้ากับสังคมกลุ่มเพื่อนได้ จำนวน
3 ข้อ ได้แก่ ข้อ 13, 24, 31

2.3 สถานภาพทางสังคม (Social Status) หมายถึง ความพอใจในสิ่งที่ตัวเองมีอยู่ จำนวน
3 ข้อ ได้แก่ ข้อ 15, 33, 34

2.4 โรงเรียน (School) หมายถึง การยอมรับจากครูและบุคคลทั่วไป จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ ข้อ
11, 20, 26, 35

กำหนดค่าคะแนน มีรายละเอียด ดังนี้

(1) ข้อความทางบวก มี 18 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 2, 4, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 24, 26, 28, 30, 32, 34

| | | | |
|------------|-----|---|-------|
| มากที่สุด | ได้ | 5 | คะแนน |
| มาก | ได้ | 4 | คะแนน |
| ปานกลาง | ได้ | 3 | คะแนน |
| น้อย | ได้ | 2 | คะแนน |
| น้อยที่สุด | ได้ | 1 | คะแนน |

(2) ข้อความทางลบ มี 17 ข้อ ได้แก่ ข้อ 3, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 23, 25, 27, 29, 31, 33, 35

| | | | |
|------------|-----|---|-------|
| มากที่สุด | ได้ | 1 | คะแนน |
| มาก | ได้ | 2 | คะแนน |
| ปานกลาง | ได้ | 3 | คะแนน |
| น้อย | ได้ | 4 | คะแนน |
| น้อยที่สุด | ได้ | 5 | คะแนน |

พิสัยของคะแนนอยู่ระหว่าง 35 - 175 คะแนน คะแนนมาก หมายถึง บุคคลนั้นมีการเห็นคุณค่าใน
ตนเองสูง คะแนนน้อย หมายถึง บุคคลนั้นมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

2. แบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากกรอบแนวคิดของปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรม
เสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น ประกอบด้วยพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ 7 ด้าน ที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร
โดยให้ผู้ตอบพิจารณาว่าข้อความในแบบวัดตรงกับพฤติกรรมของผู้ตอบหรือไม่ ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วน

ประเมินค่า (Rating scale) 4 ระดับ ได้แก่ “เป็นประจำ” “บางครั้ง” “นานๆครั้ง” และ “ไม่เคยเลย” ประกอบด้วยข้อความทั้งหมด 30 ข้อ

กำหนดค่าคะแนน มีรายละเอียด ดังนี้

(1) ข้อความทางบวก มี 4 ข้อ ได้แก่ ข้อ 3, 17, 22, 27, 29

| | | | |
|-----------|-----|---|-------|
| เป็นประจำ | ได้ | 1 | คะแนน |
| บางครั้ง | ได้ | 2 | คะแนน |
| นานๆครั้ง | ได้ | 3 | คะแนน |
| ไม่เคยเลย | ได้ | 4 | คะแนน |

(2) ข้อความทางลบ มี 26 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 2, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 26, 28, 30

| | | | |
|-----------|-----|---|-------|
| เป็นประจำ | ได้ | 4 | คะแนน |
| บางครั้ง | ได้ | 3 | คะแนน |
| นานๆครั้ง | ได้ | 2 | คะแนน |
| ไม่เคยเลย | ได้ | 1 | คะแนน |

พิสัยของคะแนนอยู่ระหว่าง 1 - 120 คะแนน คะแนนมาก หมายถึง บุคคลนั้นมีพฤติกรรมที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์สูง คะแนนน้อย หมายถึง บุคคลนั้นมีพฤติกรรมที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ต่ำ

4.2 เครื่องมือที่ใช้ในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองและลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ คือ

4.2.1 โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรม ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การเห็นคุณค่าในตนเอง และการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม เป็นโปรแกรมเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองและลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นหญิง แบ่งเป็น 3 ส่วน ประกอบด้วย ส่วนที่ 1 การพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง จัดขึ้น 4 ครั้ง คือ ครั้งที่ 2,3,4,5 ส่วนที่ 2 เสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ จัดขึ้น 4 ครั้ง คือ ครั้งที่ 6,7,8,9 ส่วนที่ 3 ฝึกทักษะการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร จัดขึ้น 4 ครั้ง คือ ครั้งที่ 10,11,12,13 เมื่อรวมกับการเปิดกลุ่มและปิดกลุ่มการให้คำปรึกษา จึงได้โปรแกรมการให้คำปรึกษา จำนวน 14 ครั้ง แต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 45-60 นาที โดยจัดสัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวมเป็นเวลา 7 สัปดาห์ติดต่อกัน มีผู้วิจัยเป็นผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งโปรแกรมการให้คำปรึกษา มีดังนี้

ครั้งที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพ (การเปิดกลุ่ม)

ครั้งที่ 2 การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านลักษณะทางกายภาพ

ครั้งที่ 3 ทักษะการคิดอย่างมีเหตุผลต่อค่านิยมส่วนตัว

ครั้งที่ 4 ความภูมิใจของฉันท

ครั้งที่ 5 รักตนเองให้เป็น

ครั้งที่ 6 การคิดอย่างมีเหตุผลต่อการรับสื่อกระตุ้นทางเพศและค่านิยมการแต่งกายล่อแหลม

ครั้งที่ 7 ผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

- ครั้งที่ 8 ทักษะคิด ค่านิยมและพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์
- ครั้งที่ 9 รักรวมสองคนตัว
- ครั้งที่ 10 ความแตกต่างระหว่างชายหญิง
- ครั้งที่ 11 การปรับตัวทางเพศที่เหมาะสม
- ครั้งที่ 12 การปฏิเสธและการต่อรอง
- ครั้งที่ 13 ทักษะการตัดสินใจแก้ไขปัญหาความรัก
- ครั้งที่ 14 การยุติการให้คำปรึกษา (การปิดกลุ่ม)

5. การสร้าง / การพัฒนา และการหาประสิทธิภาพของเครื่องมือ

5.1 แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

5.1.1 การพัฒนา

- 1) ศึกษาหนังสือ เอกสาร และงานวิจัย เกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง
- 2) ศึกษาและพัฒนาแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยใช้กรอบแนวคิดของ

Coopersmith (1984 อ้างถึงใน ลักษณ์า สกุทอง, 2550) ประกอบด้วย ปัจจัยที่เกิดภายในตนเองและภายนอกตนเอง จำนวน 50 ข้อ มีลักษณะ เป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ

- 3) นำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองที่พัฒนาแล้วให้อาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหาและภาษาที่ใช้ โดยถือเกณฑ์ความเห็นของผู้เชี่ยวชาญตรงกัน 2 ใน 3 ของผู้เชี่ยวชาญ จากนั้นผู้วิจัยจะนำเครื่องมือมาพิจารณาปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษาตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ รายละเอียดของการปรับแก้ตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ มีดังนี้

จากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ผู้เชี่ยวชาญ ทั้ง 3 ท่าน ได้แนะนำให้ปรับเปลี่ยนข้อคำถาม โดยควรใช้ภาษาให้ชัดเจน ตรงตามเนื้อหาของแต่ละด้าน และควรปรับแก้ไขในข้อคำถามที่มีลักษณะคล้ายกันหรือมีความหมายเชื่อมโยงถึงกัน รวมแล้วควรปรับปรุงจำนวนภาษา 5 ข้อ

5.1.2 การหาประสิทธิภาพ

- 1) นำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองที่แก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์ (ไม่ใช่โรงเรียนที่จะทำการเก็บข้อมูล) ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน

- 2) นำข้อมูลที่ได้อาวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงของแบบวัด โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach Alpha-Coefficient) ทั้งรายข้อและรวมทั้งฉบับ โดยพิจารณาหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Corrected item – total analysis) ใช้เกณฑ์เลือกข้อคำถามที่มีค่าตั้งแต่ .20 ขึ้นไป ผลการวิเคราะห์ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดเท่ากับ.88 ดังนั้น จากการพิจารณาจึงได้ข้อคำถามแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง จำนวน 35 ข้อ จากเดิม 50 ข้อ ตัดออกไป 15 ข้อ

5.2 แบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

5.2.1 การสร้าง

1) ศึกษาหนังสือ เอกสาร และงานวิจัย เกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

2) ศึกษาและสร้างแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ใช้กรอบแนวคิดจากปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ซึ่งมีอยู่ 7 ข้อ คือ 1) การคบเพื่อนต่างเพศ 2) การคบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ 3) การดื่มสุราและการใช้สารเคมีกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ 4) การเปิดรับสื่อกระตุ้นทางเพศ 5) การไปเที่ยวสถานบันเทิง 6) การแต่งกายล่อแหลม และ 7) การแต่ต้องสัมผัสระหว่างชายหญิงในเชิงผู้สาว มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 4 ระดับ จำนวน 35 ข้อ

3) นำแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่พัฒนาแล้วให้อาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหาและภาษาที่ใช้ โดยถือเกณฑ์ความเห็นของผู้เชี่ยวชาญตรงกัน 2 ใน 3 ของผู้เชี่ยวชาญจากนั้น ผู้วิจัยจะนำเครื่องมือมาพิจารณาปรับปรุงแก้ไข ให้สมบูรณ์ร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษาดำเนินข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ รายละเอียดของการปรับแก้ตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ มีดังนี้

จากแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ผู้เชี่ยวชาญ ทั้ง 3 ท่าน ได้เสนอแนะให้ปรับข้อคำถามที่มีลักษณะเป็นการประเมินด้านทัศนคติเปลี่ยนเป็นการประเมินด้านพฤติกรรมและควรปรับเปลี่ยนข้อคำถามที่มีลักษณะคล้ายกันหรือเชื่อมโยงถึงกันได้ รวมแล้วควรปรับปรุงสำนวนภาษา 4 ข้อ

5.2.2 การหาประสิทธิภาพ

1) นำแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ที่แก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์ (ไม่ใช่โรงเรียนที่จะทำการเก็บข้อมูล) ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน

2) นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงของแบบวัด โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach Alpha - Coefficient) ทั้งรายข้อและรวมทั้งฉบับ โดยพิจารณาหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Corrected item - total analysis) ใช้เกณฑ์เลือกข้อคำถามที่มีค่าตั้งแต่ .20 ขึ้นไป ผลการวิเคราะห์ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดเท่ากับ.87 ดังนั้น จากการพิจารณาจึงได้ข้อคำถามจากแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ จำนวน 30 ข้อ จากเดิม 35 ข้อ ตัดออกไป 5 ข้อ

5.3 โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม

5.3.1 การสร้าง

1) ศึกษาเนื้อหา แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม การเห็นคุณค่าในตนเอง และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น

2) ศึกษาแนวทางป้องกันและช่วยเหลือวัยรุ่นที่มีปัญหาการเห็นคุณค่าในตนเองและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

3) สัมภาษณ์ผู้ที่ทำงานเกี่ยวข้องกับวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ เช่น ครูฝ่ายปกครอง ครูฝ่ายแนะแนว ครูประจำชั้น ที่ประสบผลสำเร็จในการช่วยเหลือนักเรียนกลุ่มเสี่ยง โดยสัมภาษณ์พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมและแนวทางการช่วยเหลือนักเรียน

4) ศึกษาองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง แบ่งเป็น 2 องค์ประกอบคือ

1) องค์ประกอบภายในบุคคล ได้แก่ ลักษณะทางกายภาพ ความสามารถทั่วไป ภาวะทางอารมณ์ความรู้สึก ค่านิยมส่วนตัว ความปรารถนาของบุคคล และเพศ 2) องค์ประกอบภายนอกตัวบุคคล ได้แก่ ความสัมพันธ์ในครอบครัว หรือพ่อแม่ โรงเรียนและการศึกษา สังคมและกลุ่มเพื่อน รวมทั้งปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ซึ่งแบ่งเป็น 7 ข้อ คือ 1) การคบเพื่อนต่างเพศ 2) การคบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ 3) การดื่มสุราและการใช้สารเคมีกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ 4) การเปิดรับสื่อกระตุ้นทางเพศ 5) การไปเที่ยวสถานเริงรมย์ 6) การแต่งกายล่อแหลม 7) การแต่ต้องสัมผัสระหว่างชายหญิงในเชิงชู้สาว

5) ผู้วิจัยได้นำเนื้อหา แนวคิด ทฤษฎี ที่เกี่ยวข้องมาเป็นแนวทางเพื่อกำหนดโครงสร้างของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองสำหรับวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ประกอบด้วย ทักษะการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ขั้นตอน เทคนิค เนื้อหาของการเห็นคุณค่าในตนเอง และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดโครงสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษา จำนวน 14 ครั้ง ดังนี้

โครงสร้างตามขั้นตอนทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มี 4 ขั้นตอน คือ

1) สร้างสัมพันธภาพ โดยการยอมรับ ให้ความเข้าใจและแสดงความรู้สึกแท้จริงต่อผู้รับคำปรึกษา แสดงถึงความอบอุ่น เป็นมิตรในระดับที่พอดีให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถระบายความเชื่อ ความคิดของเขาได้อย่างอิสระ ให้ความเข้าใจและแสดงความรู้สึกแท้จริงต่อผู้รับคำปรึกษา เริ่มตั้งแต่ การจัดรูปแบบการนั่ง การทักทาย การเปิดเผยจุดมุ่งหมายที่จะกระทำร่วมกัน ตลอดจนการสำรวจพฤติกรรมที่เป็นปัจจุบัน ผลกระทบของการแสดงพฤติกรรม จุดประสงค์ของการสร้างสัมพันธภาพก็เพื่อสร้างเงื่อนไขที่เอื้ออำนวยต่อการแทรกแซงส่วนบุคคลที่ไร้เหตุผลของผู้รับการศึกษา รวมทั้งการแสดงความคิด การเสนอแนะ สิ่งที่ควรปฏิบัติต่อการกระทำที่เป็นปัจจุบัน โดยการเพิ่มองค์ประกอบของการเห็นคุณค่าในตนเองทั้ง 2 ด้าน เพื่อให้ได้มาซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเอง

2) ขั้นใช้หลักการคิดแบบ ABCDE การนำเทคนิคของ การให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมมาใช้เพื่อเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก ซึ่งจะนำไปสู่การมีพฤติกรรมใหม่ ทั้งนี้ผู้ให้คำปรึกษาต้องสามารถดึงให้ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการโต้แย้งความคิดที่ไร้เหตุผล เพื่อเปลี่ยนความคิด และใช้เทคนิคทางพฤติกรรมเพื่อเสริมแรงการสร้างนิสัยใหม่ โดยคำนึงคำนึงถึงโครงสร้าง ABCDE และเพื่อนสมาชิกให้ข้อคิดและข้อเสนอแนะ จากนั้นปรับเปลี่ยนเป้าหมายตามข้อเสนอแนะ เพื่อให้ได้เป้าหมายที่สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง

3) ขั้นเลือกใช้เทคนิค วิธีการ ตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม (REBT) ในการช่วยเหลือ ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายวิธีการ และขั้นตอนให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจว่าจะมีการสำรวจความเชื่อที่ส่งผลต่ออารมณ์ที่ไม่เป็นสุขของผู้รับคำปรึกษา ซึ่งจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีอารมณ์ที่สุขมากขึ้น โดยการปรับวิธีคิดหรือความเชื่อของเขา

4) **ขั้นวางแผนในการพัฒนา** เป็นขั้นตอนในการพัฒนาปฏิกิริยาโต้ตอบที่สมเหตุสมผลของผู้รับคำปรึกษา ซึ่งผู้รับคำปรึกษาได้กำหนดแผนการปฏิบัติซึ่งประกอบด้วย วิธีการ ขั้นตอน ระยะเวลา ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันพิจารณาแผนดังกล่าว พร้อมทั้งเสนอแนะเพิ่มเติม หลังจากนั้นให้สมาชิกทำสัญญา/ข้อตกลงกับเพื่อน เพื่อเป็นการยืนยันว่าจะปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ พร้อมทั้งกำหนดวันเริ่มต้นและสิ้นสุดการปฏิบัติเพื่อพัฒนาพฤติกรรมที่สมเหตุสมผลหรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์ต่อไป

โครงสร้างของ โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น ได้แสดงไว้ในตารางที่ 1 ดังนี้

ตารางที่ 1 โครงสร้างของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม

| ครั้งที่ | เรื่อง | วิธีดำเนินการ | วัตถุประสงค์ |
|----------|--|--|--|
| 1 | การสร้างสัมพันธภาพ(การเปิดกลุ่ม) | 1. สร้างสัมพันธภาพ | 1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพให้เกิดความคุ้นเคยเป็นกันเองระหว่างผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่ม 2. เพื่อให้สมาชิกทราบจุดมุ่งหมายกฎระเบียบข้อตกลงเบื้องต้นและกำหนดการเข้ากลุ่ม 3. เพื่อให้สมาชิกรับรู้ถึงประโยชน์ที่ได้จากการเข้ากลุ่ม |
| 2 | การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านลักษณะทางกายภาพ | 1. สร้างสัมพันธภาพ 2. หลักการคิดแบบ ABCDE 1) ประเมินเหตุการณ์กระตุ้น (A) 2) สำรวจความเชื่อ (B) 3) เชื่อมโยงให้เห็นผลที่ตามมา (C) 4) การโต้แย้งความเชื่อ ความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล (D) 5) ผลจากการโต้แย้งเพื่อขจัดความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล | 1. เพื่อให้สมาชิกเข้าใจความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองและหลักการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนว ทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม 2. เพื่อให้สมาชิกได้วิเคราะห์สถานการณ์ที่กำหนดให้ได้อย่างสมเหตุสมผล |

ตารางที่ 1 โครงสร้างของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม (ต่อ)

| ครั้งที่ | เรื่อง | วิธีดำเนินการ | วัตถุประสงค์ |
|----------|---|--|---|
| | | <p>3. ชั้นเลือกใช้เทคนิค วิธีการ ตามแนวทฤษฎี REBT</p> <p>การนำเทคนิค REBT มาใช้ เช่น การโต้แย้งความคิดที่ไร้เหตุผล ใช้เทคนิคทางพฤติกรรมเพื่อเสริมแรงในการสร้างนิสัยใหม่</p> | |
| 3 | ทักษะการคิดอย่างมีเหตุผลต่อค่านิยมส่วนตัว | <p>1. สร้างสัมพันธภาพ</p> <p>2. หลักการคิดแบบ ABCDE</p> <p>1) ประเมินเหตุการณ์กระตุ้น (A)</p> <p>2) สำรวจความเชื่อ (B)</p> <p>3) เชื่อมโยงให้เห็นผลที่ตามมา (C)</p> <p>4) การโต้แย้งความเชื่อ ความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล (D)</p> <p>5) ผลจากการโต้แย้งเพื่อขจัดความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล (E)</p> <p>3. ชั้นเลือกใช้เทคนิค วิธีการ ตามแนวทฤษฎี REBT</p> <p>การนำเทคนิค REBT มาใช้ เช่น การโต้แย้งความคิดที่ไร้เหตุผล ใช้เทคนิคทางพฤติกรรมเพื่อเสริมแรงในการสร้างนิสัยใหม่</p> | <p>1. เพื่อให้สมาชิกได้รู้และเข้าใจเกี่ยวกับทักษะการคิดอย่างสมเหตุสมผล</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกได้รู้และเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะการคิดที่ไร้เหตุผลและการคิดที่มีเหตุผล</p> <p>3. เพื่อให้สมาชิกได้วิเคราะห์สถานการณ์ที่กำหนดให้ได้อย่างสมเหตุสมผล</p> <p>4. เพื่อให้สมาชิกมีความเข้าใจในค่านิยมทางสังคมและค่านิยมของตนเองอย่างถูกต้องเหมาะสม</p> |
| 4 | ความภูมิใจของฉันท | <p>1. สร้างสัมพันธภาพ</p> <p>3. ชั้นเลือกใช้เทคนิค วิธีการ ตามแนวทฤษฎี REBT</p> <p>การนำเทคนิค REBT มาใช้ เช่น การโต้แย้งความคิดที่ไร้เหตุผล ใช้เทคนิคทางพฤติกรรมเพื่อเสริมแรงในการสร้างนิสัยใหม่</p> | <p>1. เพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองจากประสบการณ์ความภูมิใจ</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกได้ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน</p> |

ตารางที่ 1 โครงสร้างของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม (ต่อ)

| ครั้งที่ | เรื่อง | วิธีดำเนินการ | วัตถุประสงค์ |
|----------|--|--|--|
| | | <p>4. ขั้นวางแผนในการพัฒนา วิธีการพัฒนาอย่างมีแบบแผนเพื่อนำไปปฏิบัติ สร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์</p> | |
| 5 | รักตนเองให้เป็น | <p>1. สร้างสัมพันธภาพ</p> <p>3. ขั้นเลือกใช้เทคนิค วิธีการ ตามแนวทฤษฎี REBT การนำเทคนิค REBT มาใช้ เช่น การโต้แย้งความคิดที่ไร้เหตุผล ใช้เทคนิคทางพฤติกรรมเพื่อเสริมแรงในการสร้างนิสัยใหม่</p> <p>4. ขั้นวางแผนในการพัฒนา วิธีการพัฒนาอย่างมีแบบแผนเพื่อนำไปปฏิบัติ สร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์</p> | <p>1. เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจตนเอง</p> <p>2. เพื่อให้เสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง</p> <p>3. เพื่อให้สมาชิกได้ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน</p> |
| 6 | การคิดอย่างมีเหตุผลต่อการรับสื่อกระตุ้นทางเพศและค่านิยมการแต่งกายล่อแหลม | <p>1. สร้างสัมพันธภาพ</p> <p>2. หลักการคิดแบบ ABCDE</p> <p>1) ประเมินเหตุการณ์กระตุ้น (A)</p> <p>2) สำรวจความเชื่อ (B)</p> <p>3) เชื่อมโยงให้เห็นผลที่ตามมา(C)</p> <p>4) การโต้แย้งความเชื่อ ความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล (D)</p> <p>5) ผลจากการโต้แย้งเพื่อขจัดความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล</p> <p>3. ขั้นเลือกใช้เทคนิค วิธีการ ตามแนวทฤษฎี REBT การนำเทคนิค REBT มาใช้ เช่น การโต้แย้งความคิดที่ไร้เหตุผล ใช้เทคนิคทางพฤติกรรมเพื่อเสริมแรงในการสร้างนิสัยใหม่</p> | <p>1. เพื่อให้สมาชิกได้ตระหนักถึงผลเสียของการแต่งกายล่อแหลม</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกได้เข้าใจสาเหตุของการคิดและการแสดงพฤติกรรมอย่างไม่สมเหตุสมผล</p> <p>3. เพื่อให้สมาชิกได้เข้าใจขั้นตอนการวิเคราะห์การคิดอย่างมีเหตุผลตามหลัก ABCDE</p> <p>4. เพื่อให้สมาชิกได้ฝึกฝนการคิดอย่างมีเหตุผลตามหลัก ABCDE</p> |

ตารางที่ 1 โครงสร้างของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม (ต่อ)

| ครั้งที่ | เรื่อง | วิธีดำเนินการ | วัตถุประสงค์ |
|----------|--|---|---|
| | | <p>4. ขั้นวางแผนในการพัฒนา วิธีการพัฒนาอย่างมีแบบแผนเพื่อนำไปปฏิบัติ สร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์</p> | |
| 7 | ผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร | <p>1. สร้างสัมพันธภาพ 3. ขั้นเลือกใช้เทคนิค วิธีการ ตามแนวทฤษฎี REBT การนำเทคนิค REBT มาใช้ เช่น การโต้แย้งความคิดที่ไร้เหตุผล ใช้เทคนิคทางพฤติกรรมเพื่อเสริมแรงในการสร้างนิสัยใหม่ 4. ขั้นวางแผนในการพัฒนา วิธีการพัฒนาอย่างมีแบบแผนเพื่อนำไปปฏิบัติ สร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์</p> | <p>1. เพื่อให้สมาชิกสามารถระบุปัจจัยเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร 2. เพื่อให้สมาชิกได้ตระหนักถึงผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร 3. เพื่อให้สมาชิกมีแนวทางในการปฏิบัติตนเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศอย่างเหมาะสม</p> |
| 8 | ทัศนคติ ค่านิยม และพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ | <p>1. สร้างสัมพันธภาพ 3. ขั้นเลือกใช้เทคนิค วิธีการ ตามแนวทฤษฎี REBT การนำเทคนิค REBT มาใช้ เช่น การโต้แย้งความคิดที่ไร้เหตุผล ใช้เทคนิคทางพฤติกรรมเพื่อเสริมแรงในการสร้างนิสัยใหม่ 4. ขั้นวางแผนในการพัฒนา วิธีการพัฒนาอย่างมีแบบแผนเพื่อนำไปปฏิบัติ สร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์</p> | <p>1. เพื่อให้สมาชิกสามารถระบุปัจจัยเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร 2. เพื่อให้สมาชิกได้ตระหนักถึงผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร 3. เพื่อให้สมาชิกเกิดทัศนคติ ค่านิยม และพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์</p> |

ตารางที่ 1 โครงสร้างของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม (ต่อ)

| ครั้งที่ | เรื่อง | วิธีดำเนินการ | วัตถุประสงค์ |
|----------|----------------------------|--|--|
| 9 | รักนวลสงวนตัว | <p>1. สร้างสัมพันธภาพ</p> <p>3. ขั้นเลือกใช้เทคนิค วิธีการ ตามแนวทฤษฎี REBT</p> <p>การนำเทคนิค REBT มาใช้ เช่น การโต้แย้งความคิดที่ไร้เหตุผล ใช้เทคนิคทางพฤติกรรมเพื่อเสริมแรงในการสร้างนิสัยใหม่</p> <p>4. ขั้นวางแผนในการพัฒนา</p> <p>วิธีการพัฒนาอย่างมีแบบแผนเพื่อนำไปปฏิบัติ สร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์</p> | <p>1. เพื่อให้สมาชิกมีทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับการรักนวลสงวนตัว</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกได้ค้นหาแนวทางป้องกันตนเองจากสถานการณ์ล่อแหลมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร</p> |
| 10 | ความแตกต่างระหว่างชายหญิง | <p>1. สร้างสัมพันธภาพ</p> <p>3. ขั้นเลือกใช้เทคนิค วิธีการ ตามแนวทฤษฎี REBT</p> <p>การนำเทคนิค REBT มาใช้ เช่น การโต้แย้งความคิดที่ไร้เหตุผล ใช้เทคนิคทางพฤติกรรมเพื่อเสริมแรงในการสร้างนิสัยใหม่</p> <p>4. ขั้นวางแผนในการพัฒนา</p> <p>วิธีการพัฒนาอย่างมีแบบแผนเพื่อนำไปปฏิบัติ สร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์</p> | <p>1. เพื่อให้สมาชิกได้วิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างชายหญิง</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกได้ตระหนักถึงทัศนคติ ค่านิยมในเรื่องเพศที่แตกต่างระหว่างชายและหญิง</p> <p>3. เพื่อสมาชิกได้สำรวจบุคลิกภาพตนเอง</p> |
| 11 | การปรับตัวทางเพศที่เหมาะสม | <p>1. สร้างสัมพันธภาพ</p> <p>3. ขั้นเลือกใช้เทคนิค วิธีการ ตามแนวทฤษฎี REBT</p> <p>การนำเทคนิค REBT มาใช้ เช่น การโต้แย้งความคิดที่ไร้เหตุผล ใช้เทคนิคทางพฤติกรรมเพื่อเสริมแรงในการสร้างนิสัยใหม่</p> | <p>1. เพื่อให้สมาชิกตระหนักถึงภาวะความรุนแรงของพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศที่ไม่เหมาะสม</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกได้รู้ข้อปฏิบัติที่เหมาะสมเพื่อป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร</p> |

ตารางที่ 1 โครงสร้างของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม (ต่อ)

| ครั้งที่ | เรื่อง | วิธีดำเนินการ | วัตถุประสงค์ |
|----------|-----------------------------------|--|---|
| | | <p>4. ชั้นวางแผนในการพัฒนา วิธีการพัฒนาอย่างมีแบบแผนเพื่อนำไปปฏิบัติ สร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์</p> | |
| 12 | การปฏิเสธและการต่อรอง | <p>1. สร้างสัมพันธภาพ</p> <p>2. หลักการคิดแบบ ABCDE</p> <p>1) ประเมินเหตุการณ์กระตุ้น (A)</p> <p>2) สำรวจความเชื่อ (B)</p> <p>3) เชื่อมโยงให้เห็นผลที่ตามมา (C)</p> <p>4) การโต้แย้งความเชื่อ ความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล (D)</p> <p>5) ผลจากการโต้แย้งเพื่อขจัดความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล (E)</p> <p>3. ชั้นเลือกใช้เทคนิค วิธีการ ตามแนวทฤษฎี REBT การนำเทคนิค REBT มาใช้ เช่น การโต้แย้งความคิดที่ไร้เหตุผล ใช้เทคนิคทางพฤติกรรมเพื่อเสริมแรงในการสร้างนิสัยใหม่</p> <p>4. ชั้นวางแผนในการพัฒนา วิธีการพัฒนาอย่างมีแบบแผนเพื่อนำไปปฏิบัติ สร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์</p> | <p>1. เพื่อให้สมาชิกรู้ผลดีของการปฏิเสธต่อรองและผลเสียของการไม่รู้จักปฏิเสธ</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกมีความรู้ความเข้าใจขั้นตอนการปฏิเสธ</p> <p>3. เพื่อให้สมาชิกฝึกปฏิบัติการปฏิเสธและแสดงพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ตามสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริงได้</p> |
| 13 | ทักษะการตัดสินใจแก้ไขปัญหาความรัก | <p>1. สร้างสัมพันธภาพ</p> <p>3. ชั้นเลือกใช้เทคนิค วิธีการ ตามแนวทฤษฎี REBT การนำเทคนิค REBT มาใช้ เช่น การโต้แย้งความคิดที่ไร้เหตุผล ใช้เทคนิคทางพฤติกรรมเพื่อเสริมแรงในการสร้างนิสัยใหม่</p> | <p>1. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหา</p> <p>2. มีทักษะการตัดสินใจแก้ ปัญหาที่เหมาะสมในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร</p> |

ตารางที่ 1 โครงสร้างของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม (ต่อ)

| ครั้งที่ | เรื่อง | วิธีดำเนินการ | วัตถุประสงค์ |
|----------|-------------------------------------|---|--|
| | | 4. ขั้นวางแผนในการพัฒนา วิธีการพัฒนาอย่างมีแบบแผน เพื่อนำไปปฏิบัติสร้าง พฤติกรรมที่พึงประสงค์ | |
| 14 | ยุติการให้คำปรึกษา (การปิดกลุ่ม) | 1. สร้างสัมพันธภาพ | 1. เพื่อให้สมาชิกมีแนวทางในการนำไปปฏิบัติในชีวิตจริงหลังจากปิดการให้คำปรึกษา 2. เพื่อให้เพื่อสรุปงานและการประเมินผล การให้คำปรึกษา 3. เพื่อให้สมาชิกได้แสดงความรู้สึกของ ตนเองต่อเพื่อนสมาชิกและผู้ให้คำปรึกษา ได้รับรู้ความรู้สึกของเพื่อนสมาชิกและ ผู้ให้คำปรึกษา ที่มีต่อตนเองและต่อกลุ่ม |

5.3.2 การหาประสิทธิภาพ

1) นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาที่สร้างขึ้น เสนออาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน เพื่อพิจารณาตรวจสอบความถูกต้องและความตรงของเนื้อหา แล้วนำข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไข

2) นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาที่แก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้กับนักเรียน โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์ จำนวน 3-5 คน ซึ่งมีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนหญิง ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสูงและมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (ได้คะแนนอยู่ในเกณฑ์สูงจากแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและได้คะแนนอยู่ในเกณฑ์ต่ำจากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง) ผู้วิจัยเลือกทดลองใช้โปรแกรมที่ 1, 4 และ 6 เพราะ โปรแกรมที่ 1 เป็นการสร้างสัมพันธภาพ มีความแตกต่างจากโปรแกรมอื่นๆ เพราะเป็นการเริ่มต้นของกระบวนการให้คำปรึกษาที่สำคัญที่สุด ส่วน โปรแกรมที่ 4 เป็น โปรแกรมที่มีขั้นตอนครบทุกขั้นตอน เน้นพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง และ โปรแกรมที่ 6 ช่วยให้สมาชิกเกิดการตระหนักถึงผลเสียของสื่อกระตุ้นทางเพศและได้เรียนรู้หลักการคิดอย่างมีเหตุผล ซึ่งสมาชิกในกลุ่มสามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันได้แนวทางนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน เวลาที่ใช้ในการทดลอง โปรแกรมละ 45- 60 นาที ผลการทดลอง มีรายละเอียดดังนี้

ผลการทดลองใช้โปรแกรมที่ 1 “การสร้างสัมพันธภาพ” ใช้เวลานานกว่าที่กำหนด 10 นาที เนื่องจากกิจกรรมปิดตาวาดภาพ นักเรียนใช้เวลานาน อาจเพราะสมาชิกตื่นเต้นและมีการหยอกล้อกัน จึงทำ

ให้ใช้เวลาเกินกำหนดและระหว่างร่วมกิจกรรมนักเรียนพูดคุยกันมากไป อาจเพราะนักเรียนยังไม่รู้กฎระเบียบของการเข้ากลุ่ม จากโปรแกรมนี้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็นว่ามีกิจกรรมที่สนุกสนาน ได้ใช้จินตนาการ และได้ฟังความประทับใจของเพื่อนในกลุ่ม ผู้วิจัยได้แนวทางในการดำเนินกิจกรรม คือ ต้องชี้แจงกฎกติกาของการเข้ากลุ่ม ในข้อที่ 4, 7 และ 9 แก่สมาชิกก่อนเริ่มกิจกรรมปิดดาวคาถา

ผลการทดลองใช้โปรแกรมที่ 4 “ความภูมิใจของฉัน” ผู้วิจัยได้แนวทางในการดำเนินกิจกรรม คือ ต้องกระตุ้นให้นักเรียนพูดแสดงความคิดเห็น โดยการเรียกชื่อนักเรียนบ้างจะทำให้นักเรียนได้พูดแสดงความคิดเห็นครบทุกคน จากโปรแกรมนี้นักเรียนมีข้อเสนอแนะว่า ควรกำหนดประเด็นเรื่องที่ให้เล่าถึงความภูมิใจ เช่น เรื่องครอบครัว เพื่อน หรือ โรงเรียน เป็นต้น

ผลการทดลองใช้โปรแกรมที่ 6 “การคิดอย่างมีเหตุผลต่อการรับสื่อกระตุ้นทางเพศและค่านิยมการแต่งกายล่อแหลม” ผู้วิจัยได้แนวทางในการดำเนินกิจกรรม คือ ต้องใช้ภาพสื่อเพื่อให้เกิดความชัดเจน และหากจะให้นักเรียนอ่าน ใบความรู้ ผู้วิจัยต้องสรุปหลังจากนักเรียนอ่านจบแล้ว เพื่อช่วยให้นักเรียนมีความเข้าใจตรงกันก่อนการอภิปราย จากโปรแกรมนี้นักเรียนมีข้อเสนอแนะว่า ควรใช้เหตุการณ์จากละครหรือภาพยนตร์บางตอนที่เกี่ยวกับการแต่งกายอย่างไม่เหมาะสม มาเปิดให้ดูแทนภาพถ่าย

5.3.3 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาที่ทดลองใช้มาเป็นแนวทางในการปรับปรุงแก้ไข แล้วนำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาอีกครั้ง ก่อนที่จะนำไปใช้จริง

5.4 แบบบันทึกการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง สำหรับใช้บันทึกข้อมูลการให้คำปรึกษา มีลำดับขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

5.4.1 การสร้าง

1) ศึกษาหนังสือ เอกสาร และงานวิจัย ที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาเพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างแบบบันทึกการให้คำปรึกษา เพื่อให้เหมาะสมกับผู้รับคำปรึกษาและสภาพปัญหา

2) สร้างแบบบันทึกการให้คำปรึกษา

5.4.2 การหาประสิทธิภาพ

1) นำแบบบันทึกการให้คำปรึกษา เสนออาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสมของภาษา

2) นำแบบบันทึกการให้คำปรึกษาที่ผ่านการตรวจสอบมาปรับปรุงแก้ไข

จากการตรวจสอบของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน มีความเห็นว่าแบบบันทึกการให้คำปรึกษามีความเหมาะสม สามารถนำไปใช้ได้

6. วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามลำดับดังนี้

6.1 ก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยขออนุญาตผู้บริหาร โรงเรียนเพื่อทำการทดลองและนัดหมายนักเรียน ติดต่อครูฝ่ายปกครอง ครูแนะแนว และครูประจำชั้น เพื่อสอบถามเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนหญิงระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2552 โรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์ ให้ครูคัดเลือกนักเรียนหญิงที่มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศตามเกณฑ์การประเมินของโรงเรียน ได้นักเรียนหญิงในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 65 คน นักเรียนหญิงตอบแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง เพื่อคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศอยู่ในระดับสูง และมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับต่ำ ได้นักเรียน จำนวน 21 คน สอบถามความสมัครใจนักเรียนเพื่อคัดเลือกนักเรียนเป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยจับคู่คะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน แบ่งนักเรียนเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน ใช้วิธีการสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

6.2 ดำเนินการทดลอง

กลุ่มทดลองเข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองและลดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ จำนวน 14 ครั้ง ครั้งละประมาณ 45-60 นาที โดยผู้วิจัยเป็นผู้ให้คำปรึกษา กำหนดการได้แสดงไว้ในตาราง 2 สำหรับกลุ่มควบคุมร่วมกิจกรรมตามปกติของโรงเรียน

6.3 หลังการทดลอง

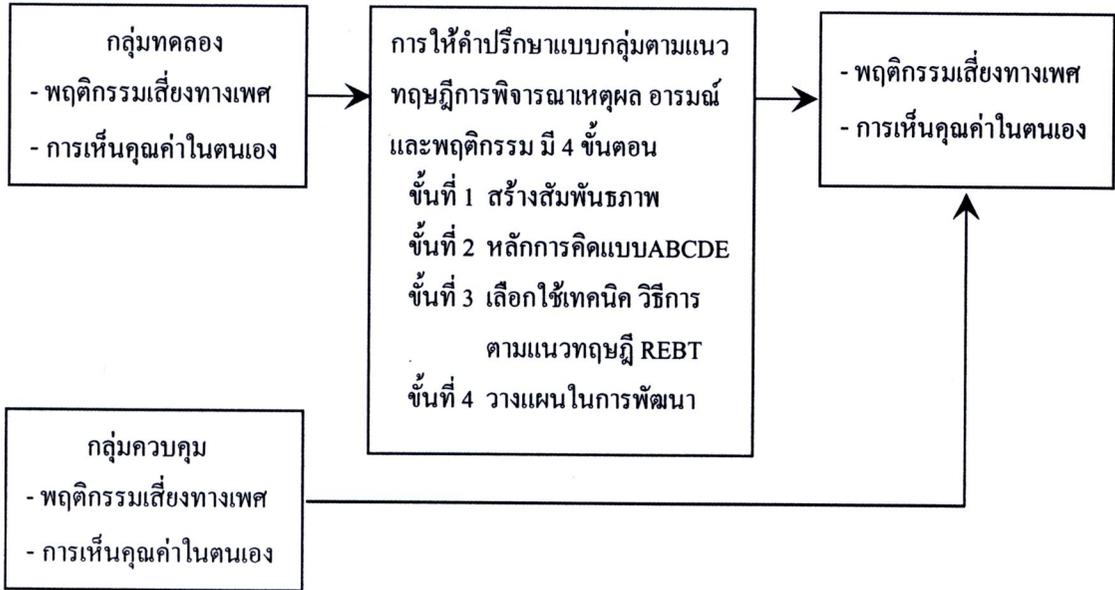
หลังการทดลองสิ้นสุดลง 1 สัปดาห์ (วันที่ 18 กันยายน 2552) ผู้วิจัยทดสอบหลังการทดลอง โดยให้นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ตอบแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ดังกรอบการดำเนินงานวิจัยในภาพที่ 4



วัดก่อนการทดลอง

ตัวแปรจัดการกระทำ

วัดหลังการทดลอง



ภาพที่ 4 กรอบดำเนินการวิจัย

ตารางที่ 2 กำหนดการของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

| ครั้งที่ | เรื่อง | วัน | เวลา | สถานที่ |
|----------|---|--------------------|--------------|------------|
| 1 | การสร้างสัมพันธภาพ (การเปิดกลุ่ม) | อังคาร (21 ก.ค 52) | 08.30 - 9.30 | ห้องแนะแนว |
| 2 | การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านลักษณะทางกายภาพ | ศุกร์ (24 ก.ค 52) | 08.30 - 9.30 | ห้องแนะแนว |
| 3 | การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านค่านิยมส่วนตัว | อังคาร (28 ก.ค 52) | 08.30 - 9.30 | ห้องแนะแนว |
| 4 | ความภูมิใจของฉันท | ศุกร์ (31 ก.ค 52) | 08.30 - 9.30 | ห้องแนะแนว |
| 5 | รักตนเองให้เป็น | อังคาร (4 ส.ค 52) | 08.30 - 9.30 | ห้องแนะแนว |
| 6 | การคิดอย่างมีเหตุผลต่อการรับสื่อกระตุ้นทางเพศ และค่านิยมการแต่งกายล่อแหลม | ศุกร์ (7 ส.ค 52) | 08.30 - 9.30 | ห้องแนะแนว |
| 7 | ผลเสียจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร | อังคาร (11 ส.ค 52) | 08.30 - 9.30 | ห้องแนะแนว |
| 8 | ทัศนคติ ค่านิยมและพฤติกรรมทางเพศที่พึงประสงค์ | ศุกร์ (14 ส.ค 52) | 08.30 - 9.30 | ห้องแนะแนว |
| 9 | รักษานวลสงวนตัว | อังคาร (18 ส.ค 52) | 08.30 - 9.30 | ห้องแนะแนว |
| 10 | ความแตกต่างระหว่างชายหญิง | ศุกร์ (21 ส.ค 52) | 08.30 - 9.30 | ห้องแนะแนว |
| 11 | การปรับตัวทางเพศที่เหมาะสม | อังคาร (25 ส.ค 52) | 08.30 - 9.30 | ห้องแนะแนว |
| 12 | การปฏิเสธและการต่อรอง | ศุกร์ (28 ส.ค 52) | 08.30 - 9.30 | ห้องแนะแนว |
| 13 | ทักษะการตัดสินใจแก้ไขปัญหาความรัก | อังคาร (8 ก.ย 52) | 08.30 - 9.30 | ห้องแนะแนว |
| 14 | ยุติการให้คำปรึกษา (ปิดกลุ่ม) | ศุกร์ (11 ก.ย 52) | 08.30 - 9.30 | ห้องแนะแนว |

7. การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล มีรายละเอียด ดังนี้

7.1 ทดสอบความแตกต่างของคะแนนจากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง และคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติทดสอบ The Mann - Whitney U Test

7.2 ทดสอบความแตกต่างของคะแนนจากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง และคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ก่อนการทดลองกับหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติทดสอบ The Wilcoxon Match - Paired Signed - Ranks Test

7.3 ผลการให้คำปรึกษาเชิงคุณภาพ โดยใช้การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) จากเทปบันทึกเสียงแบบบันทึกการให้คำปรึกษา การสังเกตพฤติกรรมและใบงาน ของผู้รับคำปรึกษา จากการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง