

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันมีการตื่นตัวเกี่ยวกับการรับรู้ในบทบาททางเพศ (Gender Role) ในสาขาจิตวิทยา การให้คำปรึกษา ดังที่ เบตซ์ และฟิตซ์เจอร์อัลด์ (Betz, & Fitzgerald. 1993; cited in Heppner. 1995 : 20) กล่าวไว้ว่า “จิตวิทยาทางเพศและการนำไปใช้ในการให้คำปรึกษา อาจจะเป็น สาขาวิชาที่เจริญเติบโตเร็วที่สุดในวงการจิตวิทยาการให้คำปรึกษา” ทั้งนี้เพราะบทบาททางเพศ เป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างหนึ่งของโครงสร้างทางสังคม ซึ่งมีผลกระทบต่อพัฒนาการด้าน คุณภาพชีวิต และความสัมพันธ์ของเพศชายและเพศหญิง (Gilbert. 1992; cited in Efthim et al., 2001 : 430) การฝ่าฝืนบทบาททางเพศความเป็นชายหรือความเป็นหญิง ไม่เพียงแต่ทำให้เกิดความ ไม่พอใจทางสังคม แต่ยังทำให้เกิดการลดคุณค่าในตนเองอีกด้วย (Brown. 1986; cited in Efthim et al., 2001 : 430) ด้วยเหตุนี้ สังคมจึงคาดหวังให้ผู้ชายมีลักษณะความเป็นชาย และผู้หญิงมี ลักษณะความเป็นหญิง

บทบาททางเพศของวัยรุ่นในปัจจุบันเปลี่ยนแปลงไป แต่ความคาดหวังลักษณะตายตัว ทางเพศก็ยังคงมีอยู่อีกมาก (รังนี นพเกตุ. 2545 : 75) พ่อแม่หลายคนจะคอยเฝ้าติดตามและระวัง ระวังในการเป็นอยู่ในการแสดงออกของลูก หากมีพฤติกรรมใดที่เห็นว่า จะส่อแววไปในทางที่ไม่ เป็นไปตามบรรทัดฐานทางสังคมก็จะมีคามวิตกกังวล ไม่สบายใจ และหาทางที่จะจัดการเพื่อให้ เป็นไปตามแนวทางที่สังคมกำหนดและสร้างขึ้นมากำกับ ควบคุม บังคับ (ทศพร มณีศรีจำ. 2545 : 75) การมีพฤติกรรมไม่เหมาะสมกับเพศในหมู่วัยรุ่นนั้น จะพบมากในวัยรุ่นชายมากกว่าวัยรุ่นหญิง 3 ถึง 6 เท่า (วัลลภ ปิยะมโนธรรม. 2531 : 1) สอดคล้องกับงานวิจัยในต่างประเทศ ที่พบว่า นักศึกษาชายของญี่ปุ่นในปัจจุบัน มีความเป็นหญิงมากขึ้น (Yoko Sugihara. 1999 : Online) และ นักศึกษาชายซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นมีความขัดแย้งในใจมากกว่านักศึกษาหญิง (O’Neil. 1981; cited in Good et al., 1996 : 45) ทั้งนี้เพราะพ่อแม่กำหนดมาตรฐานของพฤติกรรมทางเพศของผู้ชายเข้มงวด กว่าผู้หญิง จึงทำให้ผู้ชายได้รับความกดดันมากกว่า (Maccoby, & Jacklin. 1974; อ้างใน วรรณภา เพชรพานิช. 2534 : 27) นอกจากนี้ ยังพบว่า นักศึกษาวัยรุ่นชายที่มาขอรับบริการให้คำปรึกษามี ความขัดแย้งในบทบาทความเป็นชายสูง (Robertson, & Fitzgerald. 1992; cited in Good et al., 1996 : 45) และวัยรุ่นชายที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมกับเพศ ไม่ว่าจะอยู่ในฐานะเศรษฐกิจระดับใดก็ตาม

ต่างก็เกิดความเครียดความขัดแย้งในจิตใจ สับสนในบทบาทที่แสดงออกไป ทั้งนี้เพราะบิดามารดาไม่เข้าใจในพฤติกรรม อาจกล่าวได้ว่าการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ทำให้วัยรุ่นชายเกิดความขัดแย้งในบทบาททางเพศ (ธารินี มิ่งวงศ์. 2532 : 128)

ความขัดแย้งในบทบาททางเพศ (Gender-role Conflict) เป็นสภาวะทางจิตใจที่เกิดขึ้นเมื่อบทบาททางเพศถูกเข้มงวด ถูกกีดกันหรือถูกจำกัดสิ่งที่เรียนรู้ในระหว่างกระบวนการถ่ายทอดบทบาททางเพศของสังคม ซึ่งส่งผลให้บุคคลจำกัดตนเอง ลดคุณค่าในตนเอง ทำร้ายตนเองหรือผู้อื่น ซึ่งกระบวนการถ่ายทอดบทบาททางเพศของสังคมแบบดั้งเดิมทำให้เกิดความขัดแย้งภายในใจและนำไปสู่ความกลัวที่จะแสดงลักษณะความเป็นหญิงออกมา (O' Neil. 1990 : 25) ทำให้ต้องเก็บกดอารมณ์ และเกิดความขัดแย้งในบทบาททางเพศทั้งในด้านการคิด อารมณ์ พฤติกรรม และจิตใจได้สำนึก ผู้ชายที่แสดงพฤติกรรม แตกต่างไปจากบรรทัดฐานของความเป็นชาย เช่น ผู้ชายที่ไม่สามารถแสดงออกทางอารมณ์ อาจเสี่ยงต่อการมีปัญหาทางด้านสุขภาพ ส่วนผู้ชายที่แสดงออกทางอารมณ์อาจถูกหาว่ามีลักษณะความเป็นหญิง ด้วยเหตุนี้ ความขัดแย้งในบทบาทความเป็นชายจึงอาจเป็นสาเหตุให้ผู้ชายเกิดความรู้สึกที่ไม่ดีต่อตนเอง หรือเกิดสัมพันธภาพทางลบกับผู้อื่นได้ (O' Neil. 1981; cited in Good et al., 1996 : 45) ผู้ชายที่มีความเป็นชายสูง (Masculinity) ก็จะกลัวการแสดงนิสัยแบบผู้หญิง เช่น ความอ่อนแอ การพึ่งพาผู้อื่น และความอ่อนน้อมถ่อมตน เพราะจะทำให้ตนเองด้อยคุณค่าและอาจได้รับการดูถูกจากสังคม ทำให้เกิดความขัดแย้งในบทบาททางเพศ (O'Neil. 1981 : 206) ส่วนผู้ชายที่มีความเป็นหญิงสูง (Femininity) ก็ไม่เป็นที่ยอมรับของสังคมส่วนใหญ่ ดังนั้น ผู้ชายที่มีความเป็นชายหรือมีความเป็นหญิงสูง อาจเกิดความขัดแย้งในบทบาททางเพศได้เช่นกัน

จากผลงานวิจัยหลายเรื่องเกี่ยวกับความขัดแย้งในบทบาททางเพศของนักศึกษาชาย ซึ่งกำลังอยู่ในช่วงวัยรุ่น พบว่า ความขัดแย้งในบทบาททางเพศของนักศึกษาชายมีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิต และมีระดับความขัดแย้งในบทบาททางเพศสูงกว่าวัยผู้ใหญ่ (Courmoyer, & Mahalik. 1995 : 11-18) นอกจากนี้ ความขัดแย้งในบทบาททางเพศ ยังทำให้นักศึกษาชายมีปัญหาในเรื่องต่างๆมากมาย เช่น เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และมีความวิตกกังวลสูง (Sharpe, & Heppner. 1991 : 323-330) มีความซึมเศร้าสูง (Good, & Mintz. 1990 : 17-21) มีการบ่นเกี่ยวกับความเจ็บป่วย (Stillson, O' Neil, & Owen. 1991 : 458-464) และมีความใกล้ชิดทางสังคมต่ำ (Sharpe, & Heppner. 1991 : 323-330) ผลทางจิตวิทยาที่สำคัญซึ่งเชื่อมโยงกับความขัดแย้งในบทบาททางเพศได้ขยายขอบข่ายเพิ่มขึ้น เช่น ความโกรธ การใช้แอลกอฮอล์ ความทุกข์ทางใจ ความหวาดระแวง อาการป่วยทางจิตและการย่ำคิดย่ำทำ (O'Neil, Good, & Holmes. 1995 : 166) ด้วยเหตุนี้ ความขัดแย้งในบทบาททางเพศ อาจทำให้เกิดปัญหาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคมหรือปัญหาสุขภาพะขึ้นได้

ปัญหาสุขภาวะ (Well-being Problem) จึงเป็นภาวะที่รบกวนจิตใจของนักศึกษาชาย ทำให้เกิดจากความขัดแย้งในบทบาททางเพศ ส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาวะทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญา ทำให้ไม่บรรลุตามเป้าหมายตามที่ต้องการ คำว่า สุขภาวะมีความหมายสอดคล้องกับคำว่า สุขภาพ ดังที่ องค์การอนามัยโลก (อ้างใน วิทยาลัยเทคนิคปราจีนบุรี. 2551 : ออนไลน์) กล่าวว่า สุขภาพ หมายถึง สุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย จิตใจ สังคม และปัญญา มิใช่เพียงการปราศจากโรคหรือความพิการเท่านั้น หรือสุขภาวะที่สมบูรณ์ทุกๆทางเชื่อมโยงกัน สะท้อนถึงความเป็นองค์รวมอย่างแท้จริงของสุขภาพที่เกี่ยวพันและเชื่อมโยงกันทั้ง 4 มิติ แต่จากผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะหลายเรื่อง พบว่า สุขภาวะของคนไทยโดยเฉพาะวัยรุ่นหรือเยาวชนนั้นยังไม่ดีเท่าที่ควร สอดคล้องกับ ปาริชาติ เทพอารักษ์ และ อมรารธรรม ทิพนอม (2550 : 12-17) ที่กล่าวว่า คนไทยมีปัญหาสุขภาวะทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ (ปัญญา) โดยยังต้องเฝ้าระวังโรคเรื้อรังที่ป้องกันได้ ซึ่งเกิดจากพฤติกรรมเสี่ยง โดยเฉพาะกลุ่มเยาวชนที่มีแนวโน้มรุนแรงขึ้น ในด้านการดื่มสุรา สูบบุหรี่ และมีพฤติกรรมทางเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

ข้อมูลต่าง ๆ เหล่านี้ แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของความขัดแย้งในบทบาททางเพศ ที่ส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาวะต่างๆตามมาอีกมากมาย จึงจำเป็นที่จะต้องคิดหาวิธีการที่จะช่วยเหลือนักศึกษาชายเหล่านี้ ซึ่ง กู๊ด, กิลเบิร์ต และ เชอร์ (Good, Gilbert, & Scher. 1990; cited in Goldenberg, & Goldenberg. 1996 : 322) กล่าวว่า วิธีการหนึ่งที่จะช่วยลดความขัดแย้งในบทบาททางเพศและปัญหาสุขภาวะของนักศึกษาชายนั้น สามารถกระทำได้โดยการให้กำลังใจเพื่อช่วยให้นักศึกษาชายก้าวพ้นจากบทบาทเฉพาะทางเพศ ไปสู่บทบาทอื่นที่เขาสามารถเลือกเองได้ และสามารถเอาชนะมาตรฐานหรือความคาดหวังของสังคมที่อยู่ในใจได้ สอดคล้องกับ ลาวิส (Lavis. 1992; cited in Goldenberg, & Goldenberg. 1996 : 322-323) ที่เห็นว่า นักศึกษาชายจะได้รับการช่วยเหลือได้มากขึ้น ได้ทบทวนความคิดว่าอะไรคือสิ่งที่เป็นไปได้สำหรับตน และเลือกทางเดินชีวิตที่เหมาะสมกับตนเอง โดยไม่ขึ้นอยู่กับบทบาทบังคับทั่วไป

วิธีการที่จะช่วยเหลือนักศึกษาชายเหล่านี้ได้มีหลากหลายวิธี ซึ่งจากการศึกษาแนวคิดและผลการวิจัย พบว่า ทฤษฎีการให้คำปรึกษาเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม (Rational-Emotive Behavior Theory = REBT) น่าจะเป็นวิธีการหนึ่งที่มีประสิทธิภาพในการลดความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และปัญหาสุขภาวะของนักศึกษาชายเหล่านี้ได้ดี ดังที่ คอร์เรย์ (Corey. 1996 : 328) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม มีการใช้วิธีการคิดแบบพหุวิธี และแบบผสมผสาน ทั้งเทคนิคด้านการคิด อารมณ์ และพฤติกรรมที่เฉพาะเจาะจงกับสมาชิกแต่ละคน เทคนิคเหล่านี้สามารถนำมาประยุกต์ใช้กับอาการทั่วไปที่พบในคลินิกอย่างมากมาย เช่น ความวิตกกังวล ความซึมเศร้า ปัญหาชีวิตสมรส ปัญหาขาดทักษะสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ความ

ล้มเหลวในการเป็นพ่อแม่ บุคลิกภาพแปรปรวน อาการย้ำคิดย้ำทำ ปัญหาพฤติกรรมการรับประทานอาหารป่วยทางกายที่เกิดจากจิตใจ การคิดสารเสพติด และโรคจิต นอกจากนี้ กิลลิแลน เจมส์ และ บาวแมน (Gillilan; James; & Bowman. 1994 : 261-262; citing Wessler; & Wessler. 1980 : 185) ยังเห็นว่า การให้คำปรึกษาเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม ไม่ได้จำกัดตัวเองต่อปัญหาที่เฉพาะ 2-3 ปัญหา แต่ใช้กับสมาชิกกลุ่มอย่างกว้างขวาง มีการปรับใช้เทคนิคจากวิธีการอื่นๆ ที่เหมาะสมกับสมาชิก การให้คำปรึกษาแบบนี้ใช้เวลาพัฒนามายาวนาน และได้ใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพเกือบทั้งหมด จึงเป็นการให้คำปรึกษาที่มีระบบผสมผสานมากที่สุดเมื่อเทียบกับวิธีการอื่น ๆ นอกจากนี้ เอลลิส (Ellis. 1995 : 14) ยังกล่าวว่า การให้คำปรึกษาเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม สามารถลดปัญหาทางอารมณ์ที่สัมพันธ์กับปัญหาทางอารมณ์อื่น ๆ เช่น ความวิตกกังวลในเรื่องเพศอีกด้วย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของช่อลัดดา ขวัญเมือง (2548 : บทคัดย่อ) ที่พบว่า การให้คำปรึกษากลุ่มเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม มีผลให้ความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผลและปัญหาทางด้านอารมณ์ของนักศึกษากลุ่มทดลองลดลง และที่สำคัญก็คือความขัดแย้งในบทบาททางเพศนั้น เป็นพฤติกรรมทั้งในระดับการคิด การรู้สึก พฤติกรรมและจิตใต้สำนึก ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงคาดการณ์ว่าการให้คำปรึกษาเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม น่าที่จะเหมาะสมมากที่สุดในการช่วยลดความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และปัญหาสุขภาวะของนักศึกษาชาย

จากข้อมูลดังกล่าว จะเห็นว่าสังคมไทยบางส่วนยังคงหวังให้นักศึกษาชายแสดงบทบาททางเพศความเป็นชาย และไม่ยอมรับนักศึกษาชายที่แสดงบทบาทความเป็นหญิง ความคาดหวังนี้อาจทำให้นักศึกษาชายที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน คือ ความเป็นชายสูง (Masculine) ความเป็นหญิงสูง (Feminine) ความเป็นชายและหญิงสูงทั้งคู่ (Androgyny) และความเป็นชายหรือหญิงต่ำทั้งคู่ (Undifferentiated) เกิดความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาวะต่างๆ ตามมาได้ ปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้ ย่อมส่งผลเสียต่อการดำรงชีวิตและการเรียนให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายได้อย่างราบรื่น และจากผลงานวิจัยหลายเรื่องยังพบว่า นักศึกษาชายซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นมีความขัดแย้งในบทบาททางเพศสูงกว่าวัยผู้ใหญ่ รวมทั้งในประเทศไทยยังไม่มีผู้ใดได้ศึกษาเกี่ยวกับความขัดแย้งในบทบาททางเพศของนักศึกษาชายที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน และยังไม่มีการได้นำทฤษฎีการให้คำปรึกษาเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม มาประยุกต์ใช้ในการให้คำปรึกษาเพื่อลดความขัดแย้งในบทบาททางเพศและปัญหาสุขภาวะของนักศึกษาชาย

ด้วยเหตุผลดังกล่าวในข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงความขัดแย้งในบทบาททางเพศและปัญหาสุขภาวะของนักศึกษาชายในมหาวิทยาลัยราชภัฏ และดำเนินการช่วยเหลือด้วยการนำแนวคิดจากทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม มาสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม เพื่อลดความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และปัญหา

สุขภาวะของนักศึกษาชายที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน เพื่อช่วยให้นักศึกษาเหล่านี้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ประสบความสำเร็จ ทั้งในด้านการเรียน การทำงาน และการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น สามารถพัฒนาตนเองได้เต็มศักยภาพ และเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาสังคมและประเทศชาติต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และปัญหาสุขภาวะของนักศึกษาชาย ในมหาวิทยาลัยราชภัฏที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน
2. เพื่อเปรียบเทียบความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และปัญหาสุขภาวะของนักศึกษาชาย ในระยะก่อนทดลอง หลังทดลอง และติดตามผล

ขอบเขตของการวิจัย

ขั้นตอนในการวิจัย มี 2 ขั้นตอน ดังนี้

1. การศึกษาความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และปัญหาสุขภาวะของนักศึกษาชายในมหาวิทยาลัยราชภัฏ ที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน
2. การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อลดความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และปัญหาสุขภาวะของนักศึกษาชายในมหาวิทยาลัยราชภัฏ โดยใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเชิงเหตุผล-อารมณ์ และพฤติกรรม

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย มีดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และปัญหาสุขภาวะ แบ่งเป็น
 - 1.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษาความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และปัญหาสุขภาวะ เป็นนักศึกษาชายระดับปริญญาตรี ภาคปกติ ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2552 ของมหาวิทยาลัยราชภัฏ 40 แห่ง จำนวน 45,050 คน
 - 1.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และปัญหาสุขภาวะ เป็นนักศึกษาชายระดับปริญญาตรี ภาคปกติ ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2552 ของมหาวิทยาลัยราชภัฏ 11 แห่ง จำนวน 1,230 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage Random Sampling)
2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการให้คำปรึกษากลุ่มเชิงเหตุผล-อารมณ์ และพฤติกรรม เพื่อลดความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และปัญหาสุขภาวะ แบ่งเป็น

2.1 ประชากรที่ใช้ในการให้คำปรึกษากลุ่มเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม เพื่อลดความขัดแย้งในบทบาททางเพศและปัญหาสุขภาวะ เป็นนักศึกษาชายระดับปริญญาตรี ภาค ปกติ ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2552 ของมหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม จำนวน 1,263 คน

2.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการให้คำปรึกษากลุ่มเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม เพื่อลดความขัดแย้งในบทบาททางเพศและปัญหาสุขภาวะ เป็นนักศึกษาชายระดับปริญญาตรี ภาค ปกติ ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2552 จำนวน 8 คน ซึ่งได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง จากนักศึกษาชาย ที่มีบทบาททางเพศความเป็นชายและหญิงสูงทั้งคู่ (Androgyny) ที่มีความขัดแย้งในบทบาททางเพศ อยู่ในระดับสูง ($\bar{X} > 3.66$) และ/หรือมีปัญหาสุขภาวะ อยู่ในระดับสูง ($\bar{X} > 1.90$) และสมัครใจ เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาความขัดแย้งในบทบาททางเพศและปัญหาสุขภาวะ ของ นักศึกษาชาย

1.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ บทบาททางเพศ แบ่งเป็น

- 1) ความเป็นชายสูง (Masculine)
- 2) ความเป็นหญิงสูง (Feminine)
- 3) ความเป็นชายและหญิงสูงทั้งคู่ (Androgyny)
- 4) ความเป็นชายและหญิงต่ำทั้งคู่ (Undifferentiated)

1.2 ตัวแปรตาม ได้แก่

- 1) ความขัดแย้งในบทบาททางเพศ
- 2) ปัญหาสุขภาวะ

2. ตัวแปรที่ใช้ในการให้คำปรึกษากลุ่มเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม เพื่อลด ความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และปัญหาสุขภาวะของนักศึกษาชาย

2.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ การให้คำปรึกษากลุ่มเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่

- 1) ความขัดแย้งในบทบาททางเพศ
- 2) ปัญหาสุขภาวะ

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **บทบาททางเพศ (Gender Role)** หมายถึง ลักษณะของพฤติกรรม ความคาดหวัง และชุดของบทบาทของนักศึกษาชาย ที่กำหนดโดยสังคมในฐานะที่เป็นเพศชายหรือเพศหญิง ซึ่งฝังติดตัวมากับพฤติกรรมของผู้ชายหรือผู้หญิงในแต่ละคน และกลายเป็นวัฒนธรรมที่เหมาะสมสำหรับเพศชายหรือเพศหญิง ตามเกณฑ์มาตรฐานของสังคมนั้นๆ แบ่งเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่

1.1 **ความเป็นชายสูง (Masculine)** หมายถึง ลักษณะของพฤติกรรมของนักศึกษาชายที่เป็นอิสระไม่พึ่งใคร เข้มแข็ง เป็นผู้นำ มีอิทธิพลเหนือคนอื่น มั่นใจในตนเอง ชอบคิดวิเคราะห์ พึ่งพอใจในสิ่งที่ตนมี ชอบแข่งขัน มีการกระทำเป็นผู้นำ คมสัดได้ในยามคับขัน กล้าแสดงออก มีพลัง กล้าเสี่ยง ยืนหยัดในความคิดของตน เป็นนักกีฬา ตัดสินใจง่าย ความเป็นชาย ทะเยอทะยาน แก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ อารมณ์มั่นคง หนักแน่น มีค่าเฉลี่ยความเป็นชายในข้อที่ จำนวน 20 ข้อ อยู่ระหว่าง 3.40-5.00

1.2 **ความเป็นหญิงสูง (Feminine)** หมายถึง ลักษณะของพฤติกรรมของนักศึกษาชายที่มีกริยาน่ารัก ไวต่อความต้องการของผู้อื่น เมตตากรุณา อ่อนไหวง่าย สุภาพอ่อนโยน ร่าเริงมีชีวิตชีวา ช่างประจบประแจง พุดจาสุภาพนุ่มนวล เป็นเด็ก ชอบช่วยเหลือผู้อื่น เห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความเข้าใจผู้อื่น ชอบปลอบใจผู้อื่น รักเด็ก ยอมจำนน จี้อาย ซื่อสัตย์ เชื้ออะไรง่าย ความเป็นหญิง มีน้ำใจ มีค่าเฉลี่ยความเป็นหญิงในข้อที่ จำนวน 20 ข้อ อยู่ระหว่าง 3.23-5.00

1.3 **ความเป็นชายและหญิงสูงทั้งคู่ (Androgyny)** หมายถึง ลักษณะของพฤติกรรมของนักศึกษาชาย ที่มีความเป็นชายและความเป็นหญิงสูงทั้งคู่ มีค่าเฉลี่ยความเป็นชายในข้อที่ จำนวน 20 ข้อ อยู่ระหว่าง 3.40-5.00 และค่าเฉลี่ยความเป็นหญิงในข้อที่ จำนวน 20 ข้อ อยู่ระหว่าง 3.23-5.00

1.4 **ความเป็นชายและหญิงต่ำทั้งคู่ (Undifferentiated)** หมายถึง ลักษณะของพฤติกรรมของนักศึกษาชาย ที่มีความเป็นชายและความเป็นหญิงต่ำทั้งคู่ มีค่าเฉลี่ยความเป็นชายในข้อที่ จำนวน 20 ข้อ อยู่ระหว่าง 1.00-3.39 และค่าเฉลี่ยความเป็นหญิงในข้อที่ จำนวน 20 ข้อ อยู่ระหว่าง 1.00-3.22

บทบาททางเพศ วัดได้จากแบบวัดบทบาททางเพศที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ตามแนวคิดของเบม (Bem, 1974) จากผลงานวิจัยของนิธย์กุล อรรถนุพรรณ (2530) จันทิกา ทิมากร (2534) ธีรรัตน์ ธรรมเกษร (2543) และจากการที่ผู้วิจัยได้ทำการสำรวจบทบาททางเพศของนักศึกษาชายในเบื้องต้น

2. **ความขัดแย้งในบทบาททางเพศ (Gender Role Conflict)** หมายถึง สภาวะจิตใจทางลบ ต่อตนเองหรือบุคคลอื่นของนักศึกษาชายที่เกิดจากบทบาททางเพศ ผลลัพธ์สูงสุดของความขัดแย้ง

นี้ คือ การจำกัดความสามารถของนักศึกษาชาย ในการที่จะตระหนักถึงศักยภาพความเป็นมนุษย์ของตนเอง หรือจำกัดศักยภาพของบุคคลอื่น แบ่งเป็น 4 ด้าน ได้แก่

2.1 ความสำเร็จ อำนาจและการแข่งขัน (Success, Power, and Competition) หมายถึง ความกังวลใจเกี่ยวกับการแสดงออก เพื่อแสดงบทบาทความเป็นชายตามที่สังคมคาดหวัง แบ่งเป็น

1) ความสำเร็จ หมายถึง ความกังวลใจเกี่ยวกับความก้าวหน้าหรือความสำเร็จในการเรียน การได้เลื่อนตำแหน่งงาน การหารายได้ การไม่พึ่งพาผู้อื่น การไม่ขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น

2) อำนาจ หมายถึง ความกังวลใจเกี่ยวกับความมีอำนาจที่ได้รับ การมีอำนาจหรืออิทธิพลเหนือคนอื่น การควบคุมคนอื่น เป็นต้น

3) การแข่งขัน หมายถึง ความกังวลใจเกี่ยวกับการต่อสู้ชีวิตให้เหนือกว่าคนอื่น การได้รับชัยชนะ การใช้ชีวิตที่ฉลาดกว่าคนอื่น การเข้มแข็งกว่าคนอื่น เป็นต้น

2.2 การเก็บกดความรู้สึก (Restrictive Emotionality) หมายถึง การมีความยากลำบากและความกลัวเกี่ยวกับการแสดงความรู้สึกของตนเอง รวมทั้งการพูดและการกระทำ เพื่อแสดงอารมณ์ต่างๆออกมาอย่างเปิดเผย เช่น อารมณ์ รัก เสียใจ เศร้าใจ เจ็บปวด การใช้คำพูดที่แสดงอารมณ์ และการแสดงพฤติกรรมอ่อนแอ การร้องไห้ การไม่บ่นถึงความลำบากต่างๆ เป็นต้น

2.3 การเก็บกดพฤติกรรมทางเพศ (Restrictive Affectionate Behavior Between Men) หมายถึง ความกังวลใจเกี่ยวกับความรู้สึกกับเพื่อนชาย การแสดงความรักใคร่กับเพื่อนชาย การแสดงอารมณ์ที่นุ่มนวลต่อเพื่อนชาย การบอกความรู้สึกที่แท้จริงกับเพื่อนชาย การตะแคงเนื้อต้องตัวเพื่อนชาย การเกลียดพวกรักร่วมเพศ การไม่ชอบเพื่อนชายที่แสดงพฤติกรรมเหมือนผู้หญิง เป็นต้น

2.4 ความขัดแย้งระหว่างการเรียนรู้กับความสัมพันธ์ในครอบครัว (Conflict Between Work and Family Relations) หมายถึง ความกังวลใจเกี่ยวกับความไม่สมดุลระหว่างการเรียนกับความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัวและสุขภาพ เช่น การทุ่มเทเวลาให้กับการเรียนที่มากเกินไป ทำให้ไม่มีเวลาว่างให้กับครอบครัวและการผ่อนคลาย หรือการพักผ่อน

ความขัดแย้งในบทบาททางเพศ วัดได้จากแบบวัดความขัดแย้งในบทบาททางเพศที่ผู้วิจัยได้สร้างเพิ่มเติมตามแนวคิดของโอนีล (O'Neil, 1981)

3. ปัญหาสุขภาพ (Well-being Problem) หมายถึง สภาวะที่รบกวนจิตใจของนักศึกษาชายที่เกิดจากความขัดแย้งในบทบาททางเพศ ส่งผลให้เกิดปัญหาทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม แบ่งเป็น

3.1 สุขภาวะทางร่างกาย (Physical Well-being) หมายถึง การรับรู้เกี่ยวกับอาการป่วยทางกายของนักศึกษาที่เกิดจากความขัดแย้งในบทบาททางเพศ ได้แก่ ระบบต่างๆทำงานไม่ปกติ พร่ำบ่นถึงความเจ็บป่วย มีอาการป่วยทางกาย ร่างกายอ่อนเพลีย ไม่มีเวลาดูแลสุขภาพ เป็นโรคเรื้อรัง มีโรคประจำตัว นอนไม่หลับ เวลาออกกำลังกายเหนื่อยง่าย ต้องใช้ยาอยู่เสมอ คิดหรือทำอะไรซ้ำๆ

3.2 สุขภาวะทางจิตใจ (Psychological Well-being) หมายถึง การรับรู้เกี่ยวกับความรู้สึกทางลบของนักศึกษาชายที่เกิดจากความขัดแย้งในบทบาททางเพศ ได้แก่ วิตกกังวลกับทุกเรื่อง ซึมเศร้าโดยไม่ทราบสาเหตุ โกรธเมื่อถูกล้อเลียน รู้สึกไร้ค่า กลัวที่จะแสดงความรู้สึกอ่อนแอ รู้สึกท้อแท้เมื่อไม่ได้รับกำลังใจ รู้สึกผิดที่ไม่สามารถทำตามสิ่งที่พ่อแม่คาดหวัง อ่อนล้าเกี่ยวกับการเรียน เบื่อหน่าย เครียดกับการดำเนินชีวิตอย่างไม่มีเหตุผล

3.3 สุขภาวะทางสังคม (Social Well-being) หมายถึง การรับรู้เกี่ยวกับสัมพันธภาพทางลบกับผู้อื่นที่เกิดจากความขัดแย้งในบทบาททางเพศ ได้แก่ ไม่สามารถสร้างความใกล้ชิดกับผู้อื่น ขาดเพื่อนหรือญาติคอยช่วยเหลือ ยุ่งยากในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น เพื่อนๆไม่ยอมรับมีปัญหาในการโน้มน้าวผู้อื่น ไม่สนิทสนม ขัดแย้ง ไม่มีความรักความผูกพัน และไม่มีเวลาได้ไปเที่ยวพักผ่อนกับสมาชิกในครอบครัว

4. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม (Rational-Emotive Behavior Group Counseling Program) หมายถึง ชุดของกระบวนการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม เพื่อลดความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และปัญหาสุขภาวะ โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้นำในการให้คำปรึกษากลุ่ม มีสมาชิกกลุ่มเป็นนักศึกษาชายที่สมัครใจ และมีบทบาททางเพศความเป็นชายและหญิงสูงทั้งคู่ (Androgyny) จำนวน 8 คน (เหตุผลที่เลือกนักศึกษากลุ่มนี้ เพราะในชั้นศึกษากลุ่มตัวอย่าง จำนวน 1,056 คน พบว่า มีความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และ/หรือปัญหาสุขภาวะอยู่ในระดับสูงกว่ากลุ่มอื่น) มาพบปะพูดคุยกันด้วยบรรยากาศของการยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข เข้าอกเข้าใจ จริงใจ ไว้วางใจ และมีการสื่อสารเพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการค้นหาศักยภาพของสมาชิกกลุ่ม เพื่อลดความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และปัญหาสุขภาวะ โดยใช้แนวคิดตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Counseling Theory) จนทำให้สามารถลดความขัดแย้งในบทบาททางเพศและปัญหาสุขภาวะลงได้ สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขมากขึ้น การให้คำปรึกษากลุ่มใช้เวลาในการให้คำปรึกษา 10 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ชั่วโมง รวม 20 ชั่วโมง โดยดำเนินการตามขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่มเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม ตามโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเชิงเหตุผล-อารมณ์ และพฤติกรรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น (ดังภาคผนวก จ)



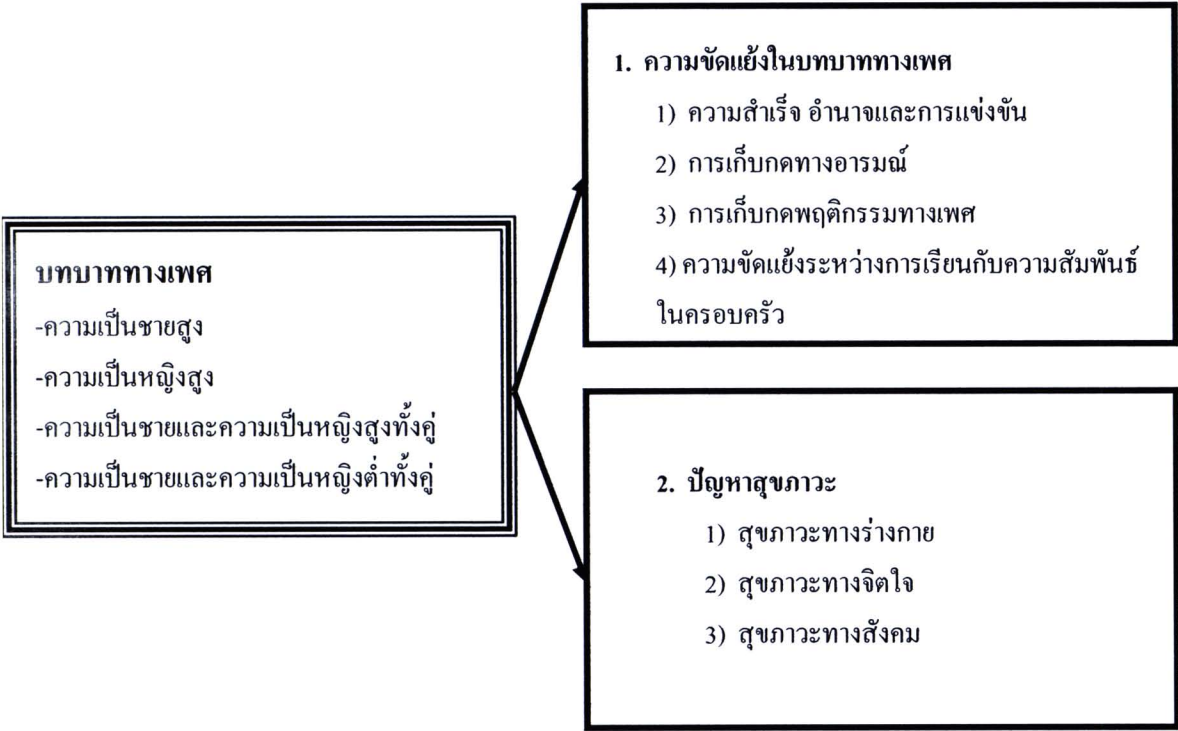
5. นักศึกษาชาย (Male Student) หมายถึง นักศึกษาชาย ภาคปกติ ชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยราชภัฏ 40 แห่ง ในปีการศึกษา 2552

กรอบแนวคิดของการวิจัย

1. กรอบแนวคิดในการศึกษาความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และปัญหาสุขภาวะของนักศึกษาชายในมหาวิทยาลัยราชภัฏที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน ดังภาพประกอบ 1

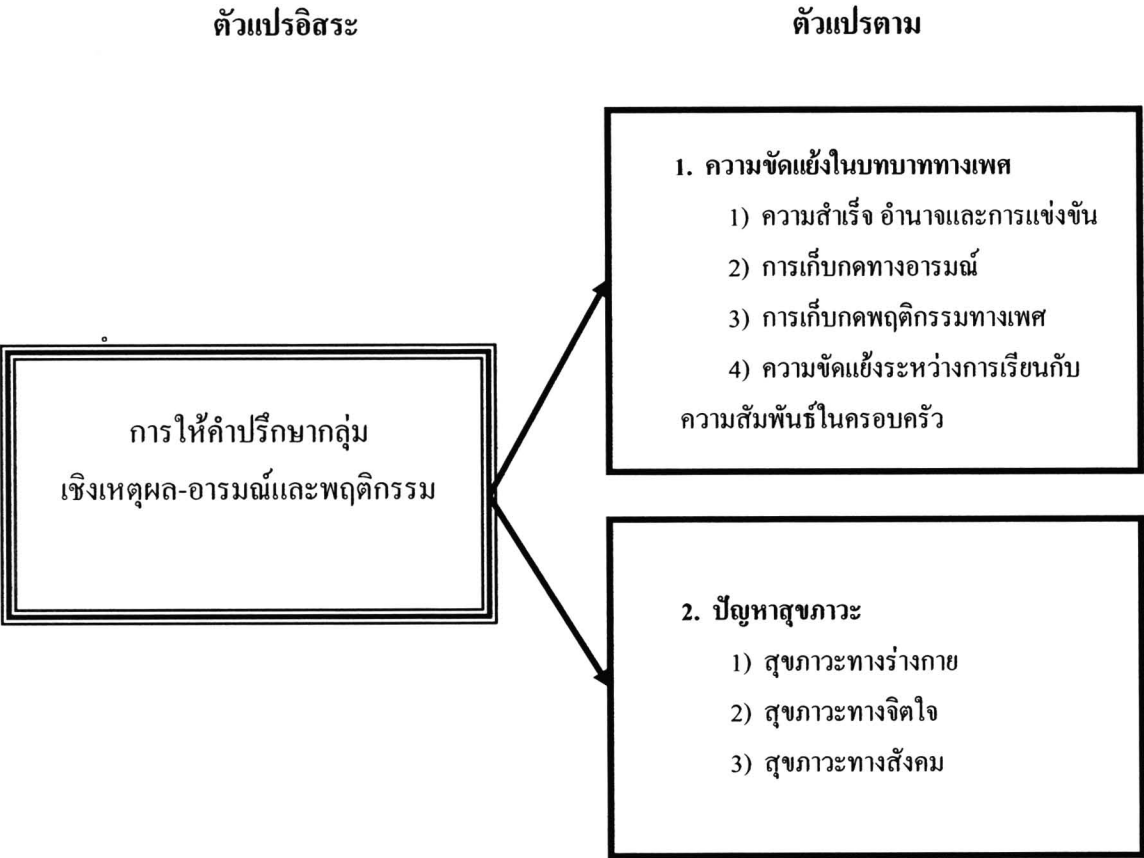
ตัวแปรอิสระ

ตัวแปรตาม



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการศึกษาความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และปัญหาสุขภาวะของนักศึกษาชายที่มีบทบาททางเพศแตกต่างกัน

2. กรอบแนวคิดในการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อลดความขัดแย้งในบทบาททางเพศและปัญหา
สุขภาวะของนักศึกษาชายในมหาวิทยาลัยราชภัฏ ดังภาพประกอบ 2



ภาพประกอบ 2 กรอบแนวคิดในการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อลดความขัดแย้งในบทบาททางเพศ และ
ปัญหาสุขภาวะของนักศึกษาชายในมหาวิทยาลัยราชภัฏ

สมมุติฐานในการวิจัย

1. นักศึกษาชายที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม มีความ
ขัดแย้งในบทบาททางเพศ ในระยะก่อนทดลอง หลังทดลอง และติดตามผล แตกต่างกัน
2. นักศึกษาชายที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มเชิงเหตุผล-อารมณ์และพฤติกรรม มีปัญหา
สุขภาวะ ในระยะก่อนทดลอง หลังทดลอง และติดตามผล แตกต่างกัน