

การพัฒนาารูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการโดยวิเคราะห์ปัจจัยเชิงสาเหตุต่อความ
โดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น

THE DEVELOPMENT OF INTEGRATIVE GROUP COUNSELING MODEL BASE
ON PATH ANALYSIS TO ADOLESCENT STUDENTS'S LONELINESS

แสงดาว วัฒนาศกุลเกียรติ¹ เพ็ญนภา กุลนภาดล² และประชา อินัง³
Sangdao Wattanaskulkiat¹, Pennapha Koolnaphadol², and Pracha I-Nang³

¹ หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา จังหวัดชลบุรี

² หลักสูตรการศึกษาคุณวุฒิบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

³ หลักสูตร Doctor of Philosophy สาขาวิชา Psychology Gorakhpur University, India

¹ Doctor of Philosophy Program in Counseling Psychology, Burapha University, Chonburi

² Doctor of Philosophy Program in Counseling Psychology, Srinakharinwirot University Prasarnmit

³ Doctor of Philosophy in Psychology, Gorakhpur University, India

Email: sangdao.dao@gmail.com

Received: December 23, 2019

Revised: January 25, 2019

Accepted: January 30, 2019

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อ 1) ศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น 2) พัฒนารูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น 3) ศึกษาผลของการใช้รูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น การวิจัยนี้แบ่งเป็น 3 ระยะ ได้แก่ ระยะที่ 1 การศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุของความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น ประชากร ได้แก่ นักศึกษาวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 18-25 ปี กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏในภาคกลาง จำนวนมหาวิทยาลัยทั้งหมด 14 แห่ง จำนวน 186,736 คน กลุ่มตัวอย่าง มาจากมหาวิทยาลัยราชภัฏ 4 แห่ง จำนวน 612 คน ได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน ระยะที่ 2 การพัฒนารูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการที่มีต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น ประชากร ได้มาจากการนำค่าเฉลี่ยคะแนนความโดดเดี่ยวในระยะที่ 1 นำมาจัดเรียงคะแนน จากมากไปหาน้อย คัดเลือกนักศึกษาวัยรุ่นที่มีค่าเฉลี่ยความโดดเดี่ยวมาก จำนวน 10 คน และมีความสมัครใจในการเข้าร่วมรับการพัฒนารูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น และระยะที่ 3 ศึกษาผลของการใช้รูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น ประชากร ได้จากขั้นตอน ดังนี้ 1) นักศึกษาวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 18-25 ปี กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏในภาคกลาง จำนวน 612 คน ที่มีคะแนนความโดดเดี่ยวมาก 2) นำข้อมูลคะแนนความโดดเดี่ยวของวัยรุ่นมาจัดเรียงคะแนนจากมากไปหาน้อย และคัดเลือกนักศึกษาวัยรุ่นที่มีคะแนนความโดดเดี่ยวมากเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ จำนวน 20 คน สุ่มเข้ากลุ่มเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน กลุ่มตัวอย่าง คัดเลือกจากนักศึกษาวัยรุ่นที่มี

คะแนนความโดดเดี่ยวมาก จำนวน 20 คน และสุ่มอย่างง่ายเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) แบบวัดความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น มีค่าความเที่ยง ทั้งฉบับเท่ากับ 0.93 และ 2) รูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษา วัยรุ่น มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.67-1.00 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ Pearson ระหว่างตัวแปร การวิเคราะห์ปัจจัยเชิงสาเหตุ และการวิเคราะห์ความแปรปรวนวัดซ้ำ

ผลการวิจัยพบว่า

1. โมเดลเส้นทางปัจจัยเชิงสาเหตุส่งผลต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่นมีความ สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ($\chi^2 = 0.576$, $df = 1.00$, $\chi^2 / df = 0.576$, $P\text{-value} = 0.448$, $GFI=1.00$, $RMSEA = 0.000$, $RMR = 0.004$)

2. รูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น พัฒนาจาก แนวคิดทฤษฎีและเทคนิคต่าง ๆ ของการปรึกษากลุ่ม ประกอบด้วย ทฤษฎีการปรึกษากลุ่มแบบเป็น การปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม เป็นทฤษฎีแกนหลัก และเทคนิคตาม แนวทฤษฎีการปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ เทคนิคตามแนวทฤษฎีการปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง เทคนิคตามแนวคิดกลุ่มทฤษฎีพฤติกรรมนิยม และเทคนิคตามแนวทฤษฎีอัตถิภาวนิยม เทคนิค ทฤษฎีการปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง เทคนิคทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบแอตเลอร์ เทคนิคทฤษฎีการปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิด เทคนิคการปรึกษาครอบครัวทฤษฎีประสบการณ์นิยม เทคนิคการปรึกษาครอบครัวทฤษฎีโซลูชันโฟกัส

3. นักศึกษาวัยรุ่นกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการมีคะแนนความโดดเดี่ยว ระยะเวลาหลังการทดลอง และหลังการติดตามผลลดลงต่ำกว่ากลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ

การปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ ปัจจัยเชิงสาเหตุ ความโดดเดี่ยว วัยรุ่น

ABSTRACT

The purposes of this study were 1) to study the factors that affected adolescent students' loneliness. 2) to develop an integrative group counseling model to students adolescent loneliness, and 3) to evaluate the effectiveness of the integrative group counseling model to adolescent students loneliness. This research consisted of 3 phase: Phase 1 study the factors that affect adolescent students' loneliness. Population are adolescent students, age 18-25 years old studying in 14 Rajabhat Universities in the Central region composed of 186,736 adolescent students. The sample were 612 adolescent students selected by multi-stage random sampling from population. Phase 2 Develop an integrative group counseling model. The sample of this study was 10 adolescent students derived from high score of loneliness adolescent students. Phase 3 Study the results of the

implementation of the integrative group counseling model. The population of this study were the 4 Rajabhat University in Central Thailand of Rajabhat University. The sample was 20 adolescent students from Valaya Alongkorn Rajabhat University high scores of loneliness adolescent students and the volunteered adolescent students. They were randomly assigned into two groups, classified as an experiment group and control group. Each group consisted of 10 adolescent students. The experiment group participated in integrative group counseling model while the control group did not receive any counseling. The research instruments were 1) a loneliness scale with reliability coefficient (alpha) of 0.93 its construct validity and 2) the integrative group counseling model to loneliness with the IOC range from 0.67-1.00. Data were analyzed using percentage, mean, standard deviation and path analysis and repeated measurement ANOVA.

The research results were as follows:

1. The path model loneliness is in accordance with empirical data ($\chi^2 = 0.576$, $df = 1.00$, $\chi^2 / df = 0.576$, $p = 0.448$, $GFI = 1.00$, $RMSEA = 0.000$, $RMR = 0.004$)
2. The integrative group counseling model to students adolescent loneliness was developed from the concepts and techniques of group counseling, Rational emotive behavior group counseling is core theory, Gestalt group counseling, Reality group counseling, Behavior group counseling, Existential group counseling, Person-centered theory, Adlerian counseling and psychotherapy, Cognitive therapy, Experiential family theory and Solution-focused brief therapy.
3. The loneliness of the experimental group after participating in the integrative group counseling model and after the follow-up were significantly lower than that of the control group at .05 level.

Keywords

Integrative group counseling model, Path analysis, Loneliness, Adolescent students

ความสำคัญของปัญหา

ความโดดเดี่ยวเป็นความรู้สึกทางลบของบุคคลที่มีความเกี่ยวข้องกับความบกพร่องทางสัมพันธภาพในสังคม (Kassa, 1998) ความโดดเดี่ยวเป็นภาวะอารมณ์ที่เป็นผลมาจากความปรารถนาความสัมพันธ์ความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดระหว่างบุคคล แต่ความปรารถนານี้ไม่บรรลุผล (Baron & Byrne, 1997) ทำให้เกิดการรับรู้ที่ไม่เป็นสุข (Baron & Byrne, 2004) เกิดความรู้สึกว่างเปล่า มีการพลัดพราก เมื่อขาดการสนับสนุนจากเครือข่ายทางสังคม (Hoffman, 1991) ความโดดเดี่ยวเป็นปัญหาทางสังคม ที่มีความเกี่ยวข้องกับสุขภาพกายและสุขภาพจิต (Adersson & Stevens, 1993; Windriver, 1993; Donaldson & Watson, 1996) ความโดดเดี่ยว ทำให้เกิดความเจ็บป่วยทั้งทางร่างกายและ

จิตใจสอดคล้องกับการศึกษา Newbern & Krowchuck (1994) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความโดดเดี่ยว พบว่าผลกระทบความโดดเดี่ยว ส่งผลร่างกาย เกิดความเบื่อหน่าย อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร คลื่นไส้ ปวดท้อง มีเหงา ปวดเวียนศีรษะ น้ำหนักลด การนอนหลับเปลี่ยนแปลงไป และมีสุขภาพที่ไม่ดี ตลอดจนส่งผลของภาวะซึมเศร้า และความวิตกกังวล (Prince et al, 1997; Wilkinson & Pierce, 1997; Otto, 2002) ความโดดเดี่ยวมีความสัมพันธ์กับความบกพร่องทางการรับรู้ เมื่อเกิดความโดดเดี่ยวขึ้นแล้ว เมื่อไม่ได้รับการช่วยเหลือ จะเป็นภาวะเสี่ยงที่ทำให้เกิดการฆ่าตัวตายได้ (Gomez & Gomez, 1993)

กรมสุขภาพจิตได้ระบุถึง "วัยรุ่น" เสี่ยงโรคซึมเศร้า 3 ล้านกว่าคน คาดป่วยแล้วกว่า 1 ล้านคน ห่วงเข้าถึงการรักษาน้อย เหตุเป็นเพราะอาการป่วยดูยาก โดยจากรายงานของกรมสุขภาพจิต ประเทศไทยมีผลการศึกษาพบว่า วัยรุ่นไทย มีความเสี่ยงเป็นโรคซึมเศร้าสูงร้อยละ 44 หรือมีประมาณ 3 ล้านกว่าคนจากวัยรุ่นทั้งหมดประมาณ 8 ล้านคน และมีอัตราป่วยเป็นโรคนี้ร้อยละ 18 คาดว่าขณะนี้ทั่วประเทศมีวัยรุ่นป่วยด้วยโรคซึมเศร้าแล้วกว่า 1 ล้านคน แต่ยังเข้าถึงบริการน้อย เนื่องจากลักษณะอาการทางอารมณ์และพฤติกรรมของวัยรุ่นที่ป่วยซึมเศร้าจะไม่เหมือนอาการของผู้ใหญ่ คืออาจมีพฤติกรรมใช้ความรุนแรง ทำร้ายตัวเองหรือคนอื่น มีอารมณ์ก้าวร้าวหรือแปรปรวนง่าย หรือมีพฤติกรรมเสี่ยง เช่น ใช้จ่ายเสพติด หรืออาจแยกตัว ไม่กล้าเข้าสังคม ทำให้ผู้ปกครอง ครู เข้าใจผิดคิดว่าเป็นปัญหานิสัยเกเร จึงทำให้วัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้าจำนวนมากไม่ได้รับการช่วยเหลือและนำไปสู่ปัญหาอื่น ๆ ที่มีความรุนแรงขึ้นตามมา เช่น ฆ่าตัวตาย ทำร้ายคนอื่น ตัดยา เรียนไม่จบ (Triruangworawat, 2017)

ปัจจัยที่ส่งผลต่อความโดดเดี่ยวของวัยรุ่น มีสาเหตุมาจากปัจจัยจากภายในบุคคล และจากปัจจัยภายนอกบุคคล หรือด้านปฏิสัมพันธ์กับสังคม ดังนั้นเพื่อให้ทราบถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความโดดเดี่ยวของวัยรุ่น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น ปัจจัยเชิงสาเหตุที่ผู้วิจัยศึกษา ได้แก่ 1. ปัจจัยภายในบุคคล (Intra-personal factors) ประกอบไปด้วย 1.1 บุคลิกภาพเปิดเผย (Extraversion) 1.2 บุคลิกภาพหวุ่นไหว (Neuroticism) 2. ปัจจัยภายนอกบุคคล (Inter-personal factors) ประกอบไปด้วย 2.1 สัมพันธภาพในครอบครัว (Family relationships) 2.2 สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน (Peer relationships) 2.3 การสนับสนุนทางสังคม (Social support) ปัจจัยส่งผ่าน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-esteem) ในการวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยใช้การปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ (Integrative group counseling) โดยบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น ผู้วิจัยใช้แนวคิดทฤษฎีหลัก คือ ทฤษฎีการปรึกษากลุ่มแบบเป็นการปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม เป็นทฤษฎีแกนหลัก และเทคนิคตามแนวทฤษฎีการปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ เทคนิคตามแนวทฤษฎีการปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง เทคนิคตามแนวคิดกลุ่มทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เทคนิคตามแนวทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม ทฤษฎีการปรึกษาแบบผู้รับ การปรึกษาเป็นศูนย์กลาง เทคนิคทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบแอดเลอร์ เทคนิคทฤษฎีการปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิด เทคนิคการปรึกษารอบครัวทฤษฎีประสบการณ์นิยม และเทคนิคการปรึกษารอบครัวทฤษฎีโซลูชันโฟกัสต่อความความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น

โจทย์วิจัย/ปัญหาวิจัย

1. ปัจจัยเชิงสาเหตุส่งผลต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่นหรือไม่ อย่างไร

2. รูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการเพื่อลดความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่นที่พัฒนาขึ้นมีความเหมาะสม และมีความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ในการลดความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่นได้หรือไม่ อย่างไร

3. นักศึกษาวัยรุ่นที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามรูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการจะมีความโดดเดี่ยวลดลง และความโดดเดี่ยวมีความคงทนหรือไม่

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น
2. เพื่อพัฒนารูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น
3. เพื่อศึกษาผลของการใช้รูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้แบ่งการกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 การศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุของความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร ได้แก่ นักศึกษาวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 18-25 ปี กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏในภาคกลาง จำนวนมหาวิทยาลัยทั้งหมด 14 แห่ง จำนวน 186,736 คน (Office of the Higher Education Commission, 2017)

2. กลุ่มตัวอย่างของการวิจัย ได้แก่ นักศึกษาวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 18-25 กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏในภาคกลาง จำนวนมหาวิทยาลัยทั้งหมด 14 แห่ง และคำนวณสัดส่วนกลุ่มตัวอย่างจากหลักการวิเคราะห์ปัจจัยเชิงสาเหตุ ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 640 คน ซึ่งเพียงพอต่อการวิจัยในครั้งนี้ วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน ดังนี้

2.1 ผู้วิจัยได้ทำการแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มมหาวิทยาลัย ได้ 14 กลุ่มมหาวิทยาลัย เพื่อนำมาสุ่มเป็นตัวอย่าง

2.2 ผู้วิจัยสุ่มอย่างง่าย จาก 14 กลุ่มมหาวิทยาลัย ได้มา 4 มหาวิทยาลัย ได้แก่ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ในพระบรมราชูปถัมภ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร และมหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา

2.3 จำนวนกลุ่มตัวอย่างในแต่ละมหาวิทยาลัยที่สุ่มและคำนวณสัดส่วนกลุ่มตัวอย่างจากหลักการวิเคราะห์ปัจจัยเชิงสาเหตุ ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 640 คน ได้แบบวัดที่สมบูรณ์จำนวน 612 คน

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรต้น คือ ปัจจัยเชิงสาเหตุต่อความโดดเดี่ยว ได้แก่

1. ปัจจัยภายในบุคคล

- 1.1 บุคลิกภาพแบบเปิดเผย

- 1.2 บุคลิกภาพแบบห้วนไหว
2. ปัจจัยภายนอกบุคคล
 - 2.1 สัมพันธภาพในครอบครัว
 - 2.2 สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน
 - 2.3 การสนับสนุนทางสังคม

ตัวแปรส่งผ่าน คือ การเห็นคุณค่าในตนเอง

ตัวแปรตาม คือ ความโดดเดี่ยว

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบวัดความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น

1. นำแบบวัดความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นไปใช้วัดความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่นใน 4 มหาวิทยาลัยราชภัฏ ในภาคกลาง คือ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร และมหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา

2. นำข้อมูลที่ได้จากการวัดความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น ไปตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างแล้วสร้างแบบวัดฉบับสมบูรณ์

ระยะที่ 2 การพัฒนารูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการที่มีต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น โดยมีวิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือตามลำดับขั้น ดังนี้

การพัฒนารูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการเป็นการกำหนดโครงสร้างความสัมพันธ์ทางทฤษฎี กรอบแนวคิด เทคนิคทางจิตวิทยาการปรึกษา โดยผู้วิจัยมีลำดับขั้นการพัฒนารูปแบบ ต่อไปนี้

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความโดดเดี่ยว และศึกษาแนวคิดทฤษฎีทางจิตวิทยาการปรึกษา รูปแบบกระบวนการปรึกษากลุ่ม การบูรณาการปรึกษาในรูปแบบต่าง ๆ ที่นำมาใช้ในการพัฒนา

2. ผู้วิจัยดำเนินการพิจารณาทฤษฎีและเทคนิคทางจิตวิทยาการปรึกษาที่มีความสอดคล้องเหมาะสมกับการพัฒนา ตามหลักพื้นฐาน แนวคิดของแต่ละทฤษฎีและเทคนิค มาใช้ในการพัฒนารูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ ผู้วิจัยขอเสนอรายละเอียดดังนี้

2.1 ทบทวนวรรณกรรม แนวคิด ทฤษฎี ความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น และรูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มสร้างรูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ

2.2 ตรวจสอบคุณภาพของรูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการโดยผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน วิเคราะห์หาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ได้ค่าเท่ากับ 0.67-1.00 นำรูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการเพื่อลดความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่นไปทดลองใช้กับนักศึกษาวัยรุ่นที่เป็นกลุ่มไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างแต่มีลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 คน ซึ่งพอเพียงต่อการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม ตามหลักการเลือกกลุ่มควรมีสมาชิกในการปรึกษากลุ่มไม่ควรเล็กและขนาดใหญ่เกินไปจึงจะมีประสิทธิภาพมากที่สุด (Trotzer, 1989)

ระยะที่ 3 ศึกษาผลของการใช้รูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น ดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร ได้จากชั้นตอน ดังนี้

1.1 นักศึกษาวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 18-25 ปี กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏในภาคกลาง จำนวน 612 คน ที่มีคะแนนความโดดเด่นอย่างมาก มีค่าคะแนนเฉลี่ย 2.50-3.49 (Wright & Masters, 1982; Wright & Stone, 1979)

1.2 ผู้วิจัยสุ่มอย่างง่ายมา 1 มหาวิทยาลัย จาก 4 มหาวิทยาลัย คือ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์

1.3 นำข้อมูลคะแนนความโดดเด่นของวัยรุ่นมาจัดเรียงคะแนนจากมากไปหาน้อย และคัดเลือกนักศึกษาวัยรุ่นที่มีคะแนนความโดดเด่นอย่างมาก มีค่าคะแนนเฉลี่ย 2.50-3.49 (Wright & Masters, 1982; Wright & Stone, 1979) เข้าร่วมการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ จำนวน 20 คน สุ่มเข้ากลุ่ม (Random assignment) เป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักศึกษาวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับอุดมศึกษาของมหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ที่มีคะแนนความโดดเด่นอย่างมาก มีค่าคะแนนเฉลี่ย 2.50-3.49 (Wright & Masters, 1982; Wright & Stone, 1979) และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 20 คน และสุ่มอย่างง่าย โดยแบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 10 คน และกลุ่มทดลอง 10 คน เพื่อเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ เกณฑ์คุณสมบัติมีดังนี้ อายุระหว่าง 18-25 ปี และมีความสมัครใจในการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรที่ใช้ในศึกษาผลของการใช้รูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการต่อความโดดเด่นของนักศึกษาวัยรุ่น ดังนี้

1. ตัวแปรต้น คือ การได้รับการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ
2. ตัวแปรตาม คือ ความโดดเด่น

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวัดความโดดเด่นของนักศึกษาวัยรุ่น
2. รูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ

วิธีการดำเนินการทดลอง

1. ผู้วิจัยนำกลุ่มตัวอย่างที่สุ่มอย่างง่ายมา 1 มหาวิทยาลัย ได้มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ในพระบรมราชูปถัมภ์ ที่มีคะแนนความโดดเด่นอย่างมาก มีค่าคะแนนเฉลี่ย 2.50-3.49 (Wright & Masters, 1982; Wright & Stone, 1979) เข้ากลุ่ม มีขั้นตอน ดังนี้

1.1 นำข้อมูลคะแนนความโดดเด่นในขั้นตอนการศึกษาความโดดเด่นของนักศึกษาวัยรุ่น จัดลำดับคะแนน และคัดเลือกนักศึกษาวัยรุ่น ที่มีค่าคะแนนความโดดเด่นอย่างมาก มีค่าคะแนนเฉลี่ย 2.50-3.49 (Wright & Masters, 1982; Wright & Stone, 1979) เข้าร่วมการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ

1.2 นำข้อมูลคะแนนความโดดเด่นของนักศึกษาวัยรุ่น มาจัดเรียงคะแนนและคัดเลือกนักศึกษาวัยรุ่นที่มีคะแนนความโดดเด่นอย่างมาก มีค่าคะแนนเฉลี่ย 2.50-3.49 (Wright & Masters, 1982; Wright & Stone, 1979) เข้าร่วมกลุ่ม นำข้อมูลคะแนนความโดดเด่นของวัยรุ่น มาจัดเรียงคะแนนจากมากไปหาน้อย และคัดเลือกนักศึกษาวัยรุ่นที่มีคะแนนความโดดเด่นอย่างมากเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ จำนวน 20 คน สุ่มเข้ากลุ่ม เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน

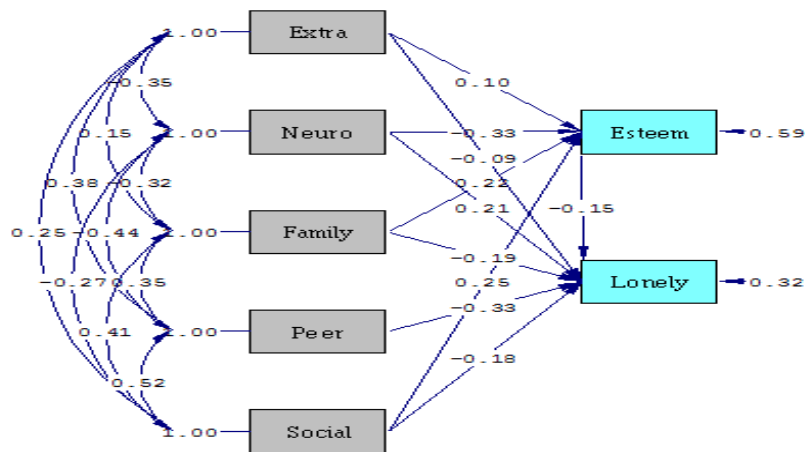
2. ดำเนินการศึกษาผลของการใช้รูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น ก่อนการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยอธิบายให้กลุ่มตัวอย่างทราบเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ วิธีการดำเนินการวิจัยและการรักษาความลับของกลุ่มตัวอย่าง โดยเก็บรวบรวมข้อมูลระหว่าง 20 สิงหาคม 2561 ถึง 24 กันยายน 2561

ผลการวิจัย

ระยะที่ 1 การศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น ดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์เส้นทางของปัจจัยเชิงสาเหตุต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น

1.1 ผลการตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลเชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความโดดเดี่ยวกับข้อมูลเชิงประจักษ์เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงของโมเดลที่สร้างขึ้น ด้วยการวิเคราะห์เส้นทางของปัจจัยเชิงสาเหตุ ดังภาพที่ 1



Chi-Square=0.58, df=1, P-value=0.44780, RMSEA=0.000

ภาพที่ 1 โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่นมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

จากภาพที่ 1 พบว่า การวิเคราะห์เส้นทางของปัจจัยเชิงสาเหตุ (Path analysis) ผู้วิจัยได้ทำการปรับรูปแบบโดยพิจารณา จากดัชนีปรับรูปแบบทำให้รูปแบบมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์โดยพิจารณาจากค่าสถิติที่ใช้ตรวจสอบความตรงของรูปแบบ ได้แก่ แสดงผลการตรวจสอบความกลมกลืนของโมเดลเชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความโดดเดี่ยวกับข้อมูลเชิงประจักษ์พบว่า โมเดลมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ พิจารณาได้จากค่าสถิติไค-สแควร์ที่แตกต่างจากศูนย์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($\chi^2 = 0.576$, $df = 1.00$, $\chi^2 / df = 0.576$, $p = 0.448$) ค่าดัชนี GFI = 1.00, RMSEA = 0.000 มีค่าต่ำกว่า 0.05 และค่าดัชนี RMR = 0.004 มีค่าต่ำกว่า 0.05 ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้ โดยการวิเคราะห์โดยใช้รูปแบบสำเร็จรูปทางคอมพิวเตอร์ถือว่ารูปแบบนั้นมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ จึงสรุปได้ว่าโมเดลเชิงสาเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความโดดเดี่ยวมีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ปัจจัยทุกปัจจัยมีอิทธิพลต่อความ

โดดเด่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ปัจจัยที่มีอิทธิพลทางลบต่อความโดดเด่นมีจำนวน 5 ปัจจัย และปัจจัยที่มีอิทธิพลทางบวกต่อความโดดเด่นมีจำนวน 1 ปัจจัย

ระยะที่ 2 ผลการพัฒนารูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการต่อความโดดเด่นของนักศึกษาวัยรุ่น

ผู้วิจัยพัฒนารูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ ในลักษณะการผสมผสานแนวคิดทฤษฎีและเทคนิคทางการศึกษา พัฒนาจากแนวคิดทฤษฎีและเทคนิคต่าง ๆ ของการปรึกษากลุ่ม โดยขั้นตอนการปรึกษาประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือ ขั้นนำ ขั้นดำเนินการ และขั้นสรุป จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 90 นาที ซึ่งมีผลการพัฒนาดังละเอียดต่อไปนี้

1. ขั้นนำ เป็นขั้นตอนของการสร้างและรักษาสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้การศึกษา กับสมาชิกกลุ่มและระหว่างสมาชิกด้วยกัน ผู้วิจัยดำเนินการตามแนวทางทฤษฎีการปรึกษากลุ่มแบบผู้รับบริการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง เป็นหลัก โดยใช้ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ การพูดคุยที่อบอุ่น จริงใจ มีการใช้อารมณ์ขันซึ่งเหมาะสมกับช่วงวัย ผ่อนคลายบรรยากาศ การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดความผ่อนคลาย สามารถระบายความคิด ความรู้สึก ความเชื่อของตนเองได้อย่างอิสระ พร้อมทั้งจะพูดถึงความคิด ความรู้สึกอย่างเต็มที่ ให้การยอมรับในความเป็นบุคคล ความร่วมรู้สึกแท้จริง ให้ความเข้าใจ สนใจสมาชิกกลุ่ม ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกกลุ่ม ได้ยอมรับและมองตนเองเด่นชัดตามความเป็นจริง นำไปสู่การเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง มีการชี้แจงวัตถุประสงค์ บทบาท ข้อตกลงในการเข้ากลุ่ม วันเวลา สถานที่ในการปรึกษา การรักษาความลับ การใช้ทักษะการฟังอย่างตั้งใจ การใช้ทักษะการตั้งคำถาม การทวนความ การสร้างความกระจ่าง การให้ข้อเสนอแนะ การสรุปความ เพื่อไปสู่การตระหนักในความสำคัญและเกิดความร่วมมือในการลดความโดดเด่นยวร่วมกัน

2. ขั้นดำเนินการ เป็นขั้นตอนของการลดความโดดเด่น โดยการปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ ซึ่งผสมผสานทฤษฎีและเทคนิคการปรึกษาที่มีความสอดคล้องกับคุณปัจจัยที่มีต่อความโดดเด่น โดยทฤษฎีกลุ่มที่นำมาใช้นั้นประกอบไปด้วย ทฤษฎีการปรึกษากลุ่มแบบเป็นการปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม เป็นทฤษฎีแกนหลัก และเทคนิคตามแนวทฤษฎีการปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ เทคนิคตามแนวทฤษฎีการปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง เทคนิคตามแนวคิดกลุ่มทฤษฎีพฤติกรรมนิยม และเทคนิคตามแนวทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม ทฤษฎีการปรึกษาแบบผู้รับบริการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง เทคนิคทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบแอตเลอร์ เทคนิคทฤษฎีการปรึกษากลุ่มแบบการรู้จักคิด เทคนิคการปรึกษาครอบครัวทฤษฎีประสบการณ์นิยม เทคนิคการปรึกษาครอบครัวทฤษฎีโซลูชันโฟกัส

3. ขั้นสรุป ก่อนการยุติการปรึกษาแต่ละครั้ง ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ ได้พัฒนากระบวนการปรึกษากลุ่ม ประโยชน์ที่ได้รับ อภิปรายคุณค่าที่เกิดขึ้นต่อตนเอง และระหว่างสมาชิกกลุ่ม ให้สมาชิกกลุ่มบอกว่าตนเองได้รับอะไร และได้ให้อะไรแก่สมาชิกกลุ่มบ้าง เปิดโอกาสให้แลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน ซึ่งผู้วิจัยมีการสรุปเพิ่มเติม ตลอดจนเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มแสดงความคิดเห็น ถกเถียง ประเด็นปัญหาที่สงสัย หรือไม่ชัดเจน จากนั้นผู้วิจัยทำการนัดหมาย วันเวลา ในการปรึกษากลุ่มครั้งถัดไป และให้สมาชิกกลุ่มทำการประเมินผลการปรึกษาแต่ละครั้งหลังยุติการปรึกษา

ระยะที่ 3 ผลของการใช้รูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการต่อความโดดเด่นของนักศึกษาวัยรุ่น ผู้วิจัยนำเสนอผลวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์การวิจัยถึงการทดลอง ด้วยแบบแผนการทดลอง แบบกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ที่มีการวัดก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

1.1 เปรียบเทียบความโดดเด่นของนักศึกษาวัยรุ่นกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล ผลการศึกษาพบว่า คะแนนเฉลี่ยความโดดเด่นของนักศึกษาวัยรุ่นกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติอย่างน้อย 1 คู่ ($F = 51.529$, $df = 1.136$, $Sig. = .000$) รายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยความโดดเด่นของนักศึกษาวัยรุ่นกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ (Repeated Measure ANOVA) ($n = 10$)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
ภายในกลุ่ม					
ช่วงเวลา	4.491	1.136	3.954	51.529**	.000
ความคลาดเคลื่อน	.784	10.221	.077		

หมายเหตุ Mauchly's = .239, $\chi^2 = 11.453$, $df = 2$, $Sig. = .003$

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความโดดเด่นของนักศึกษาวัยรุ่นกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนการทดลอง หลังการทดลอง พบว่า ก่อนการทดลองนักศึกษาวัยรุ่น ระดับความโดดเด่นมาก มีคะแนนเฉลี่ยความโดดเด่น 3.21 หลังการทดลองนักศึกษาวัยรุ่น ระดับความโดดเด่นน้อย มีคะแนนเฉลี่ยความโดดเด่นลดลงเป็น 2.48 ซึ่งคะแนนเฉลี่ยความโดดเด่นต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความโดดเด่นของนักศึกษาวัยรุ่นกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนการทดลองกับหลังการติดตามผล พบว่า นักศึกษาวัยรุ่น ระดับความโดดเด่นน้อย มีคะแนนเฉลี่ยความโดดเด่นหลังการติดตามผล ลดลงเป็น 2.33 ซึ่งคะแนนเฉลี่ยความโดดเด่นต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความโดดเด่นของนักศึกษาวัยรุ่นกลุ่มทดลองระหว่างหลังการทดลอง และหลังการติดตามผล พบว่า นักศึกษาวัยรุ่นมีคะแนนเฉลี่ยความโดดเด่นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 รายละเอียดดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยความโดดเด่นของนักศึกษาวัยรุ่นกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล เป็นรายคู่ โดยวิธี Bonferroni ($n = 10$)

ระยะ	ผลต่างคะแนนเฉลี่ยความโดดเด่น		
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	หลังการติดตามผล
ก่อนการทดลอง		.738*	.884*
หลังการทดลอง			.146*
หลังการติดตามผล			-

* $p < .05$

จากตารางที่ 2 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่นทำเป็นรายคู่ของกลุ่มทดลอง ในระยะหลังการทดลอง และหลังการติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

งานวิจัยเรื่องการพัฒนารูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการโดยวิเคราะห์ปัจจัยเชิงสาเหตุต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น ผู้วิจัยนำเสนอการอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความโดดเดี่ยวพบว่า ปัจจัยด้านบุคลิกภาพแบบเปิดเผย บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว สัมพันธภาพในครอบครัว การสนับสนุนทางสังคม ส่งอิทธิพลทางตรงต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับงานวิจัยของ Richard, Jessica & Kali (2001) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่ากับตนเองกับมิติของบุคลิกภาพห้าแบบ (Big Five personality dimensions) โดยรวมแล้วบุคลิกภาพห้าแบบของความแปรปรวนในการเห็นคุณค่าในตนเองสูง คิดเป็น 34% คนเห็นคุณค่าในตนเอง มีความมั่นคงทางอารมณ์ บุคลิกภาพแบบเปิดเผย และบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึกมีธรรมชาติหรือบุคลิกภาพการมีสติตระหนักรู้ และบุคลิกภาพแบบประนีประนอม และบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ มีความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง กับบุคลิกภาพห้าแบบ บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงมีแนวโน้มที่จะมีลักษณะที่พึงประสงค์ทางสังคมให้กับตัวเอง และเป็นตัวส่งผ่านความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าแบบกับการเห็นคุณค่าในตนเองด้วย สอดคล้องกับงานวิจัยของ Matgorzata, Anna & Yarrow (2014) มีการศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นตัวส่งผ่านระหว่างลักษณะบุคลิกภาพและการเห็นคุณค่าในร่างกาย : การวิเคราะห์เส้นทาง ผลการวิเคราะห์ยืนยันว่าทั้งชายและหญิงมีการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นตัวส่งผ่านสัมพันธ์กับรูปแบบ 3 ลักษณะบุคลิกภาพและความภูมิใจในร่างกาย ของแบบบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก ในระดับที่สูงขึ้น บุคลิกภาพความมั่นคงทางอารมณ์ และบุคลิกภาพแบบเปิดเผย สัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น และความภูมิใจในร่างกาย มีสูงขึ้นเป็นตามลำดับ การเห็นคุณค่าในตนเองถูกรวมไว้ในโมเดลรูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะบุคลิกภาพ กับความภูมิใจในร่างกาย อย่างไม่มีนัยสำคัญ แสดงให้เห็นถึงตัวแปรส่งผ่านอย่างเต็มรูปแบบ สำหรับความสัมพันธ์ทางอ้อมระหว่างลักษณะบุคลิกภาพ และความภูมิใจในร่างกาย โดยมีความสัมพันธ์นี้ถูกส่งผ่านโดยการเห็นคุณค่าในตนเองมีนัยสำคัญ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Nawarat (2013) ศึกษาการพัฒนาตัวแบบสมการโครงสร้างเชิงเส้นของตัวแปรที่ส่งผลกระทบต่อภาวะซึมเศร้าในระหว่างตั้งครรภ์ของนักศึกษาวัยรุ่นไทย ผลการวิจัยพบว่า ตัวแปรการสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลทางอ้อมเชิงลบและอิทธิพลโดยรวมเชิงลบต่อตัวแปรภาวะซึมเศร้า มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพล -0.30 และ -0.27

2. รูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น เป็นรูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ ในลักษณะการผสมผสานแนวคิดทฤษฎีและเทคนิคทางการศึกษา พัฒนาแนวคิดทฤษฎีและเทคนิคต่าง ๆ ของการปรึกษากลุ่ม โดยขั้นตอนประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือ ขั้นนำ ขั้นดำเนินการ และขั้นสรุป จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 90 นาที รูปแบบการปรึกษา การพัฒนาเป็นรูปแบบการปรึกษาเป็นแบบกลุ่มมีความเหมาะสมต่อการพัฒนาปฏิสัมพันธ์ ระหว่างบุคคลและกลุ่มคน กระบวนการปรึกษากลุ่มถือเป็นพื้นที่ในการแสดงออกสิ่งที่เป็นกังวลหรือรับรู้มาในแง่มุมต่าง ๆ พลักร่วมจะช่วยให้

สมาชิกค้นพบหนทางในการเข้าใจตนเองและยอมรับตนเองในที่สุด (Corey, 2012) การให้การปรึกษากลุ่มเป็นวิธีการที่ทำให้ผู้รับการปรึกษาไม่รู้สึกลดเดี๋ยว ได้รู้จักตนเอง รู้จักปรับตัวและพัฒนาตนเอง กล้าแสดงความรู้สึกที่แท้จริง เกิดความรู้สึกรับผิดชอบในตนเอง แก้ปัญหาด้วยตนเอง เป็นการฝึกทักษะในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งเจตคติและพฤติกรรมของตนเอง และสามารถนำทักษะที่ได้จากกลุ่มไปปรับปรุงตนเอง ผู้วิจัยใช้การบูรณาการปรึกษา โดยบูรณาการทฤษฎีและเทคนิค เพื่อลดความโดดเดี่ยวของวัยรุ่น โดยรูปแบบการปรึกษาเชิงบูรณาการ เป็นแบบแผนการบูรณาการแนวคิดและเทคนิคของทฤษฎีการปรึกษาที่มีลักษณะคล้ายกัน หรือมีความสอดคล้องกับปัญหาที่ใช้ร่วมกันในการปรึกษา ซึ่งจะช่วยให้เกิดการเชื่อมโยงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของผู้รับการปรึกษาเกิดความเข้าใจในเรื่องราวต่าง ๆ ของตนเอง รวมทั้งกระจ่างในความคิด ทำให้ผู้รับการปรึกษาสามารถแก้ไขปัญหา รวมทั้งพัฒนาตนเองได้ (Lapworth, Sill, & Fish, 2001) และบูรณาการช่วยให้การปรึกษามีประสิทธิภาพและผู้รับการปรึกษาเกิดการเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ไปในทิศทางที่ผู้รับการปรึกษาพึงประสงค์มากที่สุด (Corey, 2009) สรุปได้ว่า กระบวนการปรึกษาที่มีขั้นตอนการปรึกษารอบคลุมการสร้างสัมพันธภาพการปรึกษา กระบวนการเปลี่ยนแปลง และการสรุปผล จะช่วยให้แต่ละชั่วโมงการปรึกษามีประสิทธิภาพสามารถลดความโดดเดี่ยวได้

3. ผลของการใช้รูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่นผู้วิจัย นำเสนอการอภิปรายผลถึงผลของรูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการต่อความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น ดังนี้

3.1 นักศึกษาวัยรุ่นกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามรูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการมีคะแนนความโดดเดี่ยวหลังการทดลองลดลงต่ำกว่าก่อนได้รับการปรึกษากลุ่มตามรูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ ผลการลดความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่นกลุ่มทดลอง โดยการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการ พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยความโดดเดี่ยวหลังการทดลองลดลงต่ำกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 ระยะเวลาหลังการติดตามผลลดลงต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 การที่ได้ค่าเฉลี่ยคะแนนความโดดเดี่ยวในระยะเวลาหลังการทดลองลดลงต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง และระยะติดตามผลอย่างชัดเจน ทั้งนี้เพราะในขั้นตอนการทดลองผู้วิจัยได้กำหนดขั้นตอนการให้การปรึกษาที่ครอบคลุม 3 ขั้นตอน คือ การสร้างสัมพันธภาพในการปรึกษา ขั้นตอนการ และขั้นตอนยุติการปรึกษา (Jacobs, Masson, & Harvill, 2006) การให้ความสำคัญการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับสมาชิกกลุ่มนั้นมีความสำคัญมาก ส่งผลให้สมาชิกกลุ่มมีการเข้าร่วมการปรึกษารอบทั้ง 12 ครั้ง อีกทั้งการใช้กระบวนการปรึกษากลุ่ม ซึ่งถือว่าเป็นกระบวนการที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งเน้นถึงการมีปฏิสัมพันธ์ในกลุ่มคน นักศึกษาวัยรุ่นได้ประโยชน์ เพราะสามารถฝึกทักษะใหม่ ๆ ได้ทั้งในขณะที่อยู่ในกลุ่ม และในชีวิตประจำวันอย่างปลอดภัย นอกจากนี้ ยังได้ประโยชน์จากการแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นระหว่างตนเอง สมาชิกในกลุ่มและผู้ในกลุ่มที่ร่วมกันเสนอแนะแบ่งปันประสบการณ์ เกิดสัมพันธภาพในการปรึกษากลุ่ม ที่มีทั้งการดูแล ยอมรับ เข้าใจ และสนับสนุน เป็นเหมือนการจำลองสังคม ให้กับนักศึกษาวัยรุ่น ได้ฝึกฝนความสามารถในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอีกด้วย (Hansen, Warner & Smith, 1980 cited in Wongtim, 2011) โดยเฉพาะการปรึกษากลุ่มในวัยรุ่น ที่บางครั้งเป็นวัยที่รู้สึกโดดเดี่ยวต้องเผชิญชีวิตลำพัง หันหน้าพึ่งใครไม่ได้ หรือบางครั้งต้องตัดสินใจสิ่งสำคัญในชีวิต การปรึกษากลุ่มจึงเหมาะสมและให้ประโยชน์กับวัยรุ่นได้มา สอดคล้องกับแนวคิด Corey (2012) ที่ว่ากลุ่มจะเป็นสถานที่ที่ช่วยให้วัยรุ่นได้แสดงออกความรู้สึกสับสน ได้สำรวจสิ่งที่สงสัย

เกี่ยวกับตนเอง ได้แลกเปลี่ยนเรื่องราวกับเพื่อนและมีเพื่อนพร้อมที่จะรับฟัง กลุ่มจะช่วยให้วัยรุ่นเปิดเผย ค่านิยม ความเชื่อ และเริ่มปรับเปลี่ยนค่านิยมบางอย่างที่ขัดขวางจิตใจ วัยรุ่นมีการสื่อสารกับเพื่อนวัยเดียวกันหรือต่างวัย ได้เรียนรู้แลบอย่างจากผู้นำกลุ่ม ได้อยู่ในบรรยากาศที่ปลอดภัย โดยมีเพื่อนและผู้นำกลุ่มให้การสนับสนุนให้กำลังใจ พร้อมทั้งจะเข้าใจในสิ่งที่วัยรุ่น เกิดการเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่น

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 แบบวัดความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น สามารถนำไปเป็นเครื่องมือในการ ประเมินความโดดเดี่ยวของประชาชนทั่วไปที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ได้ แต่เนื่องจากมีลักษณะเด่นในเรื่องการวัดความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่นเป็นแบบ เฉพาะเจาะจง ก่อนนำไปใช้ควรศึกษารายละเอียดของแบบวัด วิธีการใช้ และการแปลความหมายของ แบบวัดให้เข้าใจก่อนนำไปใช้

1.2 รูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการสามารถนำไปใช้ประยุกต์ใช้ในการปรึกษา ลักษณะต่างๆ ได้ โดยเฉพาะกับวัยรุ่น เนื่องจากรูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการทั้ง 12 ครั้ง มี จุดเน้นในเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเอง จึงมีความเหมาะสมในการนำไปใช้จริง แต่ผู้ที่จะนำโปรแกรม การปรึกษานี้ไปใช้ ควรเป็นผู้มีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการให้การปรึกษากลุ่ม ได้รับการฝึกปฏิบัติ ฝึกการใช้เทคนิคต่าง ๆ จากผู้เชี่ยวชาญ เพื่อเสริมสร้างประสบการณ์ในการให้การปรึกษากลุ่ม ก่อนที่ จะนำไปใช้และในการนำไปใช้ควรพิจารณาให้เหมาะสมกับกลุ่มแต่ละวัย ควรมีการคำนึงถึงบริบทกลุ่ม ตัวอย่าง พัฒนาการตามวัย ภาษาถ้อยคำให้เหมาะสม

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการปรึกษาครอบครัวกับความโดดเดี่ยวของนักศึกษาวัยรุ่น เพื่อให้บรรลุผลใน การจัดการปัญหา และปรับปรุงความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวอย่างมีประสิทธิภาพ เพราะ ครอบครัวมีบทบาทสำคัญ และเกี่ยวข้องกับนักศึกษาวัยรุ่น โดยมุ่งเน้นที่อารมณ์ ความคิด และ พฤติกรรมของสมาชิกแต่ละคน พิจารณาสัมพันธ์ภาพของสมาชิกแต่ละคนภายในครอบครัว

2.2 ควรใช้เครื่องมือในการศึกษาความโดดเดี่ยว ร่วมกับการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพ จะ ช่วยให้เห็นความโดดเดี่ยวได้ตรง และครอบคลุมมากขึ้น

2.3 ควรมีการใช้รูปแบบการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการแบบออนไลน์ การวิจัยพบว่า การ เข้าร่วมการปรึกษาจำนวน 12 ครั้ง ทำให้นักเรียนอาจจะมีเป้าหมาย อาจจะมีการขาดหายไป ไม่ ยินดีที่จะเข้าร่วมการปรึกษาจนครบ และเพราะเนื่องจากในยุคนี้นักศึกษาวัยรุ่นเป็นส่วนใหญ่จะอยู่กับ เทคโนโลยี ดังนั้นการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการแบบออนไลน์ จึงเป็นการปรับให้เหมาะสมกับวัยรุ่น มี ความสะดวก และรวดเร็วต่อการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการได้ดียิ่งขึ้น

References

- Andersson, L., & Stevens, N. (1993). Association between elderly experiences with parents and wellbeing in old aged. *Journal of Gerontology*. 48, 109-116.
- Baron, R. A, & Byrne, D. (1997). *Social psychology*. Boston: Allyn and Bacon.

- Baron, R. A., & Byrn, D. (2004). **Social psychology**. Boston: Pearson.
- Corey, G. (2009). **Theory and practice of counseling and psychotherapy**. (8th ed.). California: Thomson Brook/Cole Inc.
- Corey, G. (2012). **Theory and practice of group counseling**. (8th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole, Cengage Learning.
- Donaldson, J. M. & Watson, R. (1996). **Loneliness in elderly people: an important area for nursing research**. *Journal of Advanced Nursing* 24, 952-959.
- Gomez, G., & Gomez, E. (1993). **Depress in the elderly**. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*. 5(31), 28-33.
- Hoffman, A. L. (1991). **Loneliness**. In G.H. Mafarland; and M.D. Thomas (eds.). *Psychiatric Metal Health Nursing Application of Nursing Process*. pp. 297-301 Philadelphia: J. B. Lippicott.
- Jacobs, E., Masson, R. L., & Harvill, R. L. (2006). **Group counseling: Strategies and skills** (6th ed.) Belmon, CA: Brooks/Cole, Cengage Learning.
- Kassa, K. (1998). **Loneliness in old age: Psychosocial and health predictor**. *Norwegian Journal of Epidemiology*. 8(2), 195-201.
- Lopworth, P., Sills, C., & Fish, S. (2001). **Integration in counseling and psychotherapy: Developing a personal approach**. London: SAGE.
- Malgorzata, S., Anna, V. S., & Yarrow, D. (2014). **Self-Esteem as a Mediator between Personality Traits and Body Esteem: Path Analyses across Gender and Race/Ethnicity**. *PLoS One*. 9(11), e112086.
- Nawarat S. (2013). **suksā kānphatthana tuā bæp samakān khronṅsāng choṅg sēn khonṅ tuāpræ thī song phon to phāwa sumsao nai rawāng tang khan khonṅ naksuksā wairun Thai [A Structural equation model development of variables that effect to depression among pregnancy of Thai adolescent]**. *Journal of the Association of Researcher*. 18(2), May – August 2013.
- Newbern, V. B., & Krowchuck, H. V. (1994). **Failure to thrive in elderly people: a conceptual analysis**. *Journal of Advanced Nursing*. 19, 840-849.
- Office of the Higher Education Commission. (2017). **nayōbāi phatthana khunnaphāp bandit Thai. sathāban ‘udom nai sangkat [The Quality Development of Thai Graduate/Development of Thai Students’ Quality of Policy**. National University]. Retrieved from: http://www.mua.go.th/2018/?page_id=2879.
- Otto, K. C. (2002). **Depression in the elderly**. Retrieved from: <http://www.healingcenterpc.com/apieceofmymind-april2002.htm>
- Pierce, L. (1997). **The lived experience of aloneness for older women currently being treated for depression**. *Issus in Mental Health Nursing*. 18(2), 99-111.

- Prince, M. J., et al. (1997). Social support deficits, loneliness and life events as risk factors for depression in old age. *Psychological Medicine*. 27(92): 323-332.
- Richard W. R., Jessica L. T., & Kali, T. (2001). **Personal Correlates of Self-Esteem**. University of California, Davis Jeff Potter Brown University and Samuel D. Gosling University of Texas, Austin Journal of Research in Personality. Doi: 10.1006/jrpe.2001.2324, available online at <http://www.idealibrary.com> onIDEAL.
- Triruangworawat B. (2017). **khāo chāk nangsuphim thī kieokhōng kap sukkhaphāp chit: wairun pūai sumsao kwā nung lān khon dū 'ākān yāk hēt khit wā khāe "kēre"** [Mental Health of Newspaper: Depression of adolescent more than 1 million]. Retrieved from: <https://www.dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=27390>.
- Trotzer. (1989). **The Counselor and the Group: Intergrating Theory, Training and Practice**. Monterey, California: Brooks/Cole.
- Wiklinson, L. & Pierce, L. (1997). The lived experience of aloneness for older woman currently being treated for depression, *Issue in Mental Health Nursing*. 18(2), 99-111.
- Windriver, W. (1993). A Symbolic tree: Loneliness is the root, delusion are the leaves. *Journal of Psychiatric Nuring*. 13(51), 30-35.
- Wongtim S. (2011). **kān bōrikān pruksā choēng chittawitthaya pen klum . nai nāokhit thāngkān nānāo lāe thritsadi kān pruksā choēng chittawitthaya** [Group Counseling Service. Concepts of Guidance and Theories in Psychological Counseling]. Unit 8-15, pp.14-34.
- Wright, B. D., & Masters, G. N. (1982). **Rating scale analysis**. Chicago: MESA Press.
- Wright, B. D., & Stone, M. H. (1979). **Best test design**. Chicago: MESA Press.