

วารสารบัณฑิตศึกษา 1 คณะศึกษาศาสตร์ ปีที่ 3 ฉบับที่เดือน...

ผลของการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ (Satir) ที่มีผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ ใน
ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ บ้านบางแค

นางสาวเจริญสุข ประพานศรี *

รองศาสตราจารย์ จตุรพร ลิ้มมันจริง **

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental research) โดยใช้รูปแบบการทดลองที่เรียกว่า pretest-posttest control group design มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ (Satir) ที่มีผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ ในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ บ้านบางแค ระหว่าง ก่อนและหลังทดลอง และระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาคือผู้สูงอายุกลุ่มปีในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางแค จำนวน 10 คน ใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย แบ่งเป็น 2 กลุ่มคือ กลุ่มทดลอง 5 คน และกลุ่มควบคุม 5 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล มีดังนี้ แบบสอบถามเกี่ยวกับพื้นฐานทั่วไป, แบบทดสอบวัดความสุข และโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ คือ สถิติพื้นฐาน ได้แก่การแจกแจงความถี่ และการหาค่าร้อยละ และสถิติอนพารามेटริกซ์ (Nonparametric Statistics) โดย Wilcoxon Signed Ranks test และ Mann-Whitney U test หลังการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ ผู้สูงอายุ กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความสุขสูงกว่า ก่อนการให้คำปรึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความสุข หลังการได้รับคำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีแซทเทียร์ สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: (1) การให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ (2) ผู้สูงอายุ (3) ความสุข

* นักศึกษาปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

**อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เนื่องจากสภาพสังคมเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว จึงทำให้สถาบันครอบครัวซึ่งเป็นหน่วยที่เล็กที่สุดของสังคมกำลังล่มสลาย โดยมีการเปลี่ยนแปลงการทำงานที่ไปจากเดิมคือ จากครอบครัวขยายไปเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น มีสมาชิกเฉพาะพ่อ แม่และลูก จึงทำให้ผู้สูงอายุที่เป็น ปู่ ย่า ตา ยาย ถูกปล่อยให้อยู่โดดเดี่ยวตามลำพังถูกทอดทิ้งเพิ่มมากขึ้น บางรายจึงต้องจำใจเข้าไปอยู่ในความอุปการะของสถานสงเคราะห์ซึ่งทำให้ต้องเปลี่ยนสถานภาพและบทบาททางสังคมจากที่เคยเป็นผู้ดูแลคนอื่นมาเป็น “ผู้พึ่งพา” ดังนั้นเมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุจึงมีปัญหาสำคัญมากที่สุดคือ ทางด้านจิตใจ หรือการไม่มีความสุข ประกอบกับความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ทำให้การรู้จักดูแลรักษาสุขภาพของผู้สูงอายุแข็งแรงมากขึ้นการลดอัตราการเกิดและอัตราการตายของผู้สูงอายุลดลง จตุรพร สุกรนันท์ (2553, หน้า 19) ศึกษาพบว่าปัญหาเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ ผู้สูงอายุจะประสบภาวะพึ่งพิงหลายด้านได้แก่ ด้านความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวัน ด้านเศรษฐกิจ ด้านสุขภาพ ด้านสังคมและจิตใจ เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจและสังคม การสูญเสียปัจจัยทางสังคม ของผู้สูงอายุได้แก่ การสูญเสียบทบาท การปลดเกษียณจากการทำงาน ซึ่งทำให้เกิดปัญหาทางด้านเศรษฐกิจและสังคมตามมา เช่น การไม่มีรายได้หรือรายได้ลดลง การไม่สามารถอยู่กับครอบครัวได้ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ บ้านธรรมปกรณ (2558) พบว่ากรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการสังกัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ มีผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้ง ไม่มีรายได้ เจ็บป่วยช่วยเหลือตนเองไม่ได้และเป็นผู้ที่ไม่สามารถอยู่กับครอบครัวหรืออาศัยอยู่กับบุตรหลานได้ต้องสมัครใจเข้าไปอยู่ในความอุปการะเลี้ยงดูของศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ เพิ่มขึ้น

ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านพักบางแคจึง เป็นศูนย์แห่งหนึ่ง ที่จัดให้มีบุคลากรด้านต่างๆ ให้บริการแก่ผู้สูงอายุได้แก่ นักสังคมสงเคราะห์และนักจิตวิทยาทำหน้าที่ให้คำปรึกษาในการแก้ไขปัญหาทางด้านจิตใจมีพี่เลี้ยงคอยดูแลให้ความช่วยเหลือในด้านต่างๆ มีพยาบาลคอยดูแลรักษาเพื่อช่วยบรรเทาสภาพปัญหาทางด้านร่างกายซึ่งอยู่ใกล้ชิด และเป็นที่พักของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ ซึ่งทางศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางแค ได้แบ่งกลุ่มตามศักยภาพของผู้สูงอายุดังนี้ กลุ่ม เอ คือกลุ่มที่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ดี ,กลุ่ม บี คือ กลุ่มที่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ปานกลาง และกลุ่ม ซี คือกลุ่มที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ สุกัญญา วชิรเพชรปราชญ์ (2553) ได้กล่าวถึง ในการดูแลผู้สูงอายุให้มีความสุขนั้นต้องประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และเศรษฐกิจ ครอบครัวและชุมชนก็เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับ ผลการศึกษาของวิทธิลักษณ์ จันทร์ชนสมบัติ (2552) เกี่ยวกับทักษะต่อการเป็นผู้สูงอายุที่มีความสุขคือการดูแลสุขภาพด้านร่างกาย ด้านการส่งเสริมสุขภาพจิต และด้านการมีปัจจัยพื้นฐานต่อการดำรงชีวิต ตลอดจนความสุขทางด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจของครอบครัว และสุจิตรา สมพงษ์ (2555) ได้ศึกษา ความสุขของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราใน

จังหวัดนครปฐม พบว่า มุมมองต่อความสุข ของผู้สูงอายุ เกิดจาก การช่วยเหลือตนเองได้ การยอมรับต่อการเปลี่ยนแปลงต่อสภาพร่างกาย การมีศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจ การได้รับการยอมรับจากเพื่อนร่วมสถานสงเคราะห์ การยิ้มแย้มแจ่มใส การแบ่งปันทุกข์และสุข การได้เห็นความสำเร็จของลูกหลาน และการได้ร่วมกิจกรรมในสถานสงเคราะห์ จิตนภา ฉิมจินดา (2555) พบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ คือ รายได้ ความสามารถในการดูแลตนเอง และแรงสนับสนุนทางสังคม สิ่งเหล่านี้ มีความสัมพันธ์ทางบวก กับความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ

ผู้วิจัยได้มีโอกาสเข้าไปฝึกงานในศูนย์พัฒนาการฯ แห่งนี้ และได้สังเกตเห็นพฤติกรรมต่างๆของผู้สูงอายุ ทั้ง 3 กลุ่ม จากกิจกรรมต่างๆที่ทางศูนย์พัฒนาการฯ จัดให้ โดยมีการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุร่วมสนทนาการเพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพและสุขภาพของผู้สูงอายุโดยการให้ผู้สูงอายุออกกำลังกายตอนเช้า และมีงานอาชีพะ ด้านฝีมือ ในตอนกลางวัน ให้ทำกิจกรรมร่วมกัน และจะมีกิจกรรมออกนอกสถานที่ในแต่ละเดือน เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเดินทางไปเที่ยวชมสถานที่ต่างๆและได้พักผ่อนและเปลี่ยนบรรยากาศบ้าง แต่จะมีกลุ่มหนึ่งที่ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมเหล่านี้ได้คือ กลุ่มผู้สูงอายุกลุ่มบี และกลุ่มผู้สูงอายุกลุ่มซี ผู้วิจัยมีความคิดว่า กลุ่มผู้สูงอายุกลุ่มบี เป็นกลุ่มที่มีความรู้สึกรู้สึกนึกคิด และความต้องการ มีความสุข ไม่แตกต่างจากผู้สูงอายุกลุ่มเอ แต่ไม่สามารถที่เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ทางศูนย์พัฒนาการฯ จัดให้ได้ ส่วนผู้สูงอายุกลุ่มซี เป็นกลุ่มที่ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ส่วนใหญ่และเป็นอัลไซเมอร์ ผู้วิจัยมีความคิดว่าผู้สูงอายุกลุ่มบีน่าจะมีความสุขน้อยกว่าผู้สูงอายุกลุ่มเอ และผู้สูงอายุกลุ่มซี ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำการวิจัย เพื่อศึกษาความสุขของผู้สูงอายุกลุ่มบี ด้วยโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามแนวคิดของแซทเทียร์

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่าแนวคิดของแซทเทียร์เป็น กระบวนการที่มุ่งเน้นให้เกิดการพัฒนาในตัวบุคคล ทำให้เขาเกิดการตระหนักรู้ ยอมรับ รับรู้ในสิ่งที่เขาเป็น และสร้างความสอดคล้องให้เกิดขึ้นในตัวบุคคล แบ่งปันความรู้สึกที่เกิดขึ้น และช่วยให้เขามองเห็นทางเลือกใหม่หรือเปลี่ยนมุมมองใหม่ และการยืนยันเกี่ยวกับ การเห็นคุณค่าของตน เพื่อให้เขามองเห็นคุณค่าของตัวเอง ทำให้เป็นคนที่มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น ทำให้ผู้สูงอายุบ้านบางแค กลุ่มบี เกิดความสุข และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างปกติ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เปรียบเทียบ ผลของการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ ที่มีผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ ในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ บ้านบางแค ระหว่างก่อนทดลองและหลังทดลอง

2. เปรียบเทียบ ผลของการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ ที่มีผลต่อความสุขของ ผู้สูงอายุ ในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ บ้านบางแค ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง

สมมติฐานของการวิจัย

ผู้สูงอายุที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ มีความสุขสูงกว่า ผู้สูงอายุที่ไม่ได้เข้ารับการปรึกษา

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากร มีจำนวนทั้งหมด 43 คนเป็นผู้สูงอายุกลุ่มบี ที่อาศัยที่ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางแค ถนนเพชรเกษม แขวงบางหว้า เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร ในระหว่างเดือนเมษายน 2558

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้คือ ผู้สูงอายุกลุ่มบี ที่พักอยู่ในตึกพิบูลสุข ของศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางแคโดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (purposive sampling) ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 คน ผู้วิจัยได้ใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random) ด้วยวิธีการจับสลากเพื่อแบ่งกลุ่มเป็นกลุ่มทดลอง 5 คนและกลุ่มควบคุม 5 คน

3. ตัวแปรที่ศึกษาประกอบด้วย ตัวแปรอิสระ และตัวแปรตาม ดังนี้

3.1 ตัวแปรอิสระ (independent variables) ได้แก่ การให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์

3.2 ตัวแปรตาม (dependent variables) ได้แก่ คะแนนความสุขของผู้สูงอายุ

4. ระยะเวลาในการศึกษาค้นคว้า ระหว่างวันที่ 8 เมษายน – 23 เมษายน 2558

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้แนวทางการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ สำหรับผู้สูงอายุกลุ่มอื่น
2. เป็นแนวทางสำหรับนักจิตวิทยาการให้คำปรึกษาหรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุประยุกต์ใช้ในการดำรงชีวิต และทำงาน ร่วมกับผู้สูงอายุ

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental research) โดยใช้รูปแบบการทดลองที่เรียกว่า pretest – posttest control group Design มีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เปรียบเทียบ ผลของการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีแซทเทียร์ ที่มีผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ ในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ บ้านบางแค ระหว่างก่อนทดลองและหลังทดลอง
2. เปรียบเทียบ ผลของการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีแซทเทียร์ ที่มีผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ ในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ บ้านบางแค ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง

ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นผู้สูงอายุกลุ่มบี ที่เข้ารับบริการในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางแค ถนนเพชรเกษม แขวงบางหว้า เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร ระหว่างเดือนเมษายน 2558 จำนวนทั้งหมด 43 คน (สมุดบันทึกรายชื่อผู้สูงอายุกลุ่มบี ในอาคารพิบูลสุข ของศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางแค, 2558)

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้คือ ผู้สูงอายุกลุ่มบี ของศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางแค โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (purposive sampling) ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 คน ผู้วิจัยได้ใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random) ด้วยวิธีการจับฉลากเพื่อแบ่งกลุ่มเป็นกลุ่มทดลอง 5 คน และกลุ่มควบคุม 5 คน โดยกำหนดให้

กลุ่มทดลอง หมายถึง กลุ่มตัวอย่าง ที่ได้รับคำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของ แซทเทียร์

กลุ่มควบคุม หมายถึง กลุ่มตัวอย่าง ที่ไม่ได้รับคำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของ แซทเทียร์

คุณภาพของเครื่องมือวิจัย

1. แบบทดสอบ

แบบทดสอบวัดความสุข ของผู้สูงอายุในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางแค ผู้วิจัยได้ดัดแปลงจากแบบทดสอบความสุขของกรมสุขภาพจิตเพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง แบ่ง

ออกเป็น 4 ด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านเศรษฐกิจ รวมทั้งหมด 20 ข้อ แบบสอบถาม เป็นแบบการวัดประเมินค่า 5 ระดับ ตามแนวทางของลิเคิร์ต (Likert อ้างถึงใน พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538: 107-108) ผู้วิจัยได้นำแบบทดสอบวัดความสุข ไปทดสอบหาความเที่ยงตรง (Validity) และหาค่าความเชื่อมั่น โดยผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาและหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Objective Congruence - IOC) โดยผู้เชี่ยวชาญแต่ละท่านพิจารณาถึงความเห็นและให้คะแนน นำคะแนนที่ได้ ไปหาค่าในสูตร ของ โรวินเนลและแฮมเบลตัน (Rowinell and Hamblen)(บุญธรรม กิจปริดาภิสุทธิ. 2542: 212) ซึ่งผลที่ได้จากการหาค่า IOC อยู่ในช่วงระหว่าง 0.66 ถึง 1 และนำแบบสอบถามไปทดสอบใช้ (Try out) กับผู้สูงอายุกลุ่มปี ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 ราย ที่ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางแค เมื่อวันที่ 7 เมษายน 2558 โดยมี นักศึกษาที่กำลังศึกษา สาขาจิตวิทยาการปรึกษา จำนวน 3 ท่าน ช่วยในการอ่านคำถามและให้ผู้สูงอายุตอบ ผลที่ได้จากแบบสอบถามนำมาคำนวณหาความเชื่อมั่น (Reliability) ซึ่งได้ค่าความเชื่อมั่น 0.795 โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ตามวิธีการของครอนบาค (บุญธรรม กิจปริดาภิสุทธิ. 2542: 212)

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์

ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีของแซทเทียร์ และนำข้อมูลที่ได้มาสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีของแซทเทียร์ ดังนี้

ครั้งที่ 1. สร้างความสัมพันธ์

ครั้งที่ 2. สำรวจภูเขาน้ำแข็งของบุคคล (Explore Iceberg) โดยใช้เทคนิค “การเข้าใจตนเอง”

ครั้งที่ 3. สำรวจภูเขาน้ำแข็งของบุคคล (Explore Iceberg) โดยใช้เทคนิค “สำรวจความรู้สึกในจิตใจ”

ครั้งที่ 4. ทำความเข้าใจและตระหนักรู้ถึงกระบวนการต่างๆที่ทำให้เกิดทุกข์ ที่เกิดขึ้นในภูเขาน้ำแข็งของบุคคล (Personal Iceberg) โดยใช้เทคนิค “เมื่อใจเป็นทุกข์”

ครั้งที่ 5. การเตรียมความพร้อมเพื่อที่จะพัฒนาตนเอง โดยใช้เทคนิค “การอ่านอุณหภูมิจ”

ครั้งที่ 6 สร้างความภาคภูมิใจในตนเอง เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษามีมุมมองด้านบวกกับตนเอง โดยใช้เทคนิค “สิ่งที่ฉันมี”

ครั้งที่ 7 สร้างความศรัทธา และรักตนเอง เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความสงบสุขในจิตใจ สามารถหาวิธีทำให้ตนเองมีความสุขง่ายขึ้นและสามารถตั้งเป้าหมายในชีวิตที่เป็นไปได้ โดยใช้ เทคนิค การจินตนาการ “ฉันเป็นฉันเอง”

ครั้งที่ 8 ประเมินผล โดยให้ผู้สูงอายุกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบสอบถามวัดระดับความสุขอีกครั้ง และยุติการให้คำปรึกษา

นำโปรแกรมที่สร้าง ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการและประเมินผล ซึ่งผลที่ได้จากการหาค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.66 - 1 และนำโปรแกรมที่ได้ไป

ปรับปรุงแล้วใช้จริง โดยผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มทดลองเป็นรายบุคคล คนละ 8 ครั้ง ครั้งละ 35 นาที โดยทำการทดลอง คนละ 3 ครั้ง ต่อ 1 สัปดาห์ ตั้งแต่วันที่ 8 เมษายน ถึง วันที่ 23 เมษายน 2558

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพื้นฐานได้แก่ การแจกแจงความถี่ และการหาค่าร้อยละ ในการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง ใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ในการอธิบาย ผลของการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ ที่มีผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ ในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ บ้านบางแค และใช้ Wilcoxon Signed Ranks test และ Mann-Whitney U test ในการทดสอบสมมติฐานการวิจัย

ผลการวิจัย

1. ผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง หลังการได้รับคำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ ในภาพรวมพบว่ามีคะแนนเฉลี่ยความสุข สูงกว่าก่อนการได้รับคำปรึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยความสุขแยกรายด้าน คือด้านจิตใจ ด้านร่างกาย ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ พบว่าทุกด้านมีคะแนนเฉลี่ยความสุข สูงกว่าก่อนการได้รับคำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง หลังการได้รับคำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ ในภาพรวมพบว่ามีคะแนนเฉลี่ยความสุข สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยความสุขแยกรายด้าน คือด้านจิตใจ ด้านร่างกาย ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ พบว่าทุกด้านมีคะแนนเฉลี่ยความสุข สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

ผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัย ดังต่อไปนี้

การวิจัย ผลของการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ ที่มีผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ ในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ บ้านบางแค ได้มีการทดสอบสมมติฐานที่ตั้งไว้ ผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐาน ดังนี้ ผู้สูงอายุที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ มีความสุข สูงกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้เข้ารับการปรึกษา

สรุปผลจากคะแนนเฉลี่ยความสุขของผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง ก่อนทดลอง และ หลังการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลอง หลังการได้รับคำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีแซทเทียร์ มีคะแนนเฉลี่ยความสุขโดยภาพรวม สูงกว่า ก่อนการได้รับคำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า กลุ่มทดลอง หลังการได้รับคำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีแซทเทียร์ มีคะแนนเฉลี่ยความสุขตามรายด้าน สูงกว่า ก่อนการได้รับคำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05) ซึ่งสอดคล้องกับ กานดา ผาวงศ์ (2551 บทคัดย่อ) ที่ศึกษาในเรื่อง ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดของแซทเทียร์ โมเดล

(Satir Model) เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขัง. พบว่า ก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษา ผู้ต้องขังมีพฤติกรรมแยกตัว ซึม นอนไม่หลับ หงุดหงิดง่าย ต่ำหนืดตนเอง โทษตนเองกับความผิดที่ก่อขึ้น ไม่เห็นคุณค่าในตนเอง ภายหลังจากที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดของแซทเทียร์ โมเดล (Satir Model) มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ซึ่งสอดคล้องกับโทโมเอะอซาอิ (2551, หน้า 42-43) ศึกษาผลของการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนว Satir Model ต่อการตั้งเป้าหมายชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนาเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 46 คน ที่สมัครใจเข้าร่วมกระบวนการปรึกษาแบบกลุ่มได้รับการสุ่มอย่างง่ายเพื่อแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองจำนวน 22 คนที่ผ่านกระบวนการปรึกษาแบบกลุ่มอย่างครบถ้วน และกลุ่มควบคุมจำนวน 24 คน ผลการศึกษาภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนการตั้งเป้าหมายชีวิตสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = -3.25; p < .01$) และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนภายหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่าคะแนนการตั้งเป้าหมายชีวิตของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t = 3.08; p < .01$) และสอดคล้องผลการวิจัยของ ชาญณรงค์ ชมสวรรค์ (2552 บทคัดย่อ) ที่ศึกษา ผลของการปรึกษารายบุคคลโดยใช้แนวคิดของซาเทียร์ โมเดลต่อสุขภาพจิตและการปรับตัวทางสังคมของผู้ป่วยเสพติดแอมเฟตามีน. ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนปัญหาสุขภาพจิตหลังการทดลองในภาพรวมต่ำกว่าก่อนรับการปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองมีคะแนนปัญหาสุขภาพจิตหลังการทดลองในภาพรวมต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ตลอดจนสอดคล้องกับผลการวิจัยของ พัชรภรณ์ นะเวรัมย์ (2552 บทคัดย่อ) ที่ศึกษาเกี่ยวกับ ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดของซาเทียร์ เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ที่มีปัญหาซึมเศร้าและเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย. พบว่าผู้ที่มีปัญหาซึมเศร้าและเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย หลังได้รับการให้คำปรึกษามีความรู้สึกรู้สึกการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากข้อมูลข้างต้นสนับสนุน สมมติฐาน ผู้สูงอายุที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ มีความสุข สูงกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้เข้ารับการศึกษา

แสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษาดังกล่าวของแซทเทียร์ สามารถช่วยให้ผู้สูงอายุมีความสุขมากขึ้น ซึ่งผู้วิจัยสามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

ผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง ก่อนการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ มีพฤติกรรมหงุดหงิดง่าย นอนไม่หลับ เบื่ออาหาร มีปัญหาเกี่ยวกับที่เสี่ยง โทษคนรอบข้าง รอคอยคนในครอบครัวมาเยี่ยม ไม่อยากใช้ชีวิตอยู่ต่อไป เพราะคิดว่าตัวเองไม่มีคุณค่า ภายหลังจากที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีแซทเทียร์ ด้วยวิธีการประเมินจิตใจโดยการสำรวจ Iceberg และ การใช้รูปแบบการรับมือของบุคคลในการเข้าถึงผู้รับการศึกษา (Stance to Make Contact) สร้างความตระหนักในการรับรู้ถึงความรับผิดชอบต่อตนเอง ความมั่นใจตนเองโดยใช้ประสบการณ์ของผู้รับคำปรึกษาเป็นตัวเชื่อมโยง และการให้การบ้าน

ทบทวน โดยภาพรวมมีพฤติกรรมและอารมณ์เหล่านั้นลดลง คือกลุ่มทดลอง มีการยอมรับตนเอง และเข้าใจในสิ่งที่เกิดขึ้น มองเห็นคุณค่าของพี่เลี้ยงมากขึ้น เรียนรู้และยอมรับในข้อผิดพลาดของตนเอง มีการลดความคาดหวังลง มองหาสิ่งทดแทนขึ้นมาใหม่ได้ด้วยตัวเอง สามารถหาวิธีทำให้ตนเองมีความสุขง่ายขึ้น แสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการติดตามผลหลังจากเสร็จสิ้นการทดลองแล้ว ในระยะเวลา 1 เดือน เพื่อติดตามความคงอยู่ของระดับความสุขของผู้สูงอายุหรือการเปลี่ยนแปลง
2. ควรมีการศึกษาความสุขของกลุ่มผู้สูงอายุกลุ่มอื่นๆ
3. ควรมีการวิจัยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาสำหรับพี่เลี้ยงที่ดูแลผู้สูงอายุ โดยการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีของแซทเทียร์ เพื่อให้พี่เลี้ยงที่ดูแลผู้สูงอายุได้เข้าใจตัวเอง และเข้าใจผู้อื่น สามารถปรับตัวให้เข้ากับผู้สูงอายุได้

เอกสารอ้างอิง

- กานดา ผาวงศ์. (2551). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดของแซทเทียร์ โมเดล (Satir Model) เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขัง. การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- จตุรพร สุกรนันท์. (2553). ผลการเปรียบเทียบการให้คำปรึกษากลุ่มระหว่างทฤษฎียึดผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลางกับการใช้ดนตรีบำบัด ที่มีต่อภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรามหาวิทยาลัยมหาสารคาม. การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- โทโมเอะ อซาอิ. (2551). ผลของการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนว Satir Model ต่อการตั้งเป้าหมายชีวิต ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนาเชียงใหม่. วิทยาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ธัญญารัตน์ ชมสุวรรณ. (2552). ผลของการปรึกษารายบุคคลโดยใช้แนวคิดของแซทเทียร์ โมเดลต่อสุขภาพจิต และการปรับตัวทางสังคมของผู้ป่วยเสพติดแอมเฟตามีน. วิทยาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พัชรภรณ์ นะเวรัมย์. (2552). ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดของแซทเทียร์ ในตนเองของผู้ที่มีปัญหาภาวะซึมเศร้าและเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย. การศึกษา มหาบัณฑิต,

มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางแค. (2558). *บ้านบางแค*.

ค้นเมื่อ วันที่ 15 มีนาคม 2558 จาก <http://www.banbangkhae.go.th/index.php#>
สคส กลุ่มทรพย์อ์นนต์ (2554). *คู่มือ ครอบครัวบำบัดสำหรับผู้ปฏิบัติงานด้านครอบครัว
และเด็ก*. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

Satir, V. et al. (1991). *The Satir Model Family Therapy and Beyond*. United States
America: Science and Behavior Books, Inc.