

การเสริมสร้างการปรับตัวทางอารมณ์ของสตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงภายในครอบครัว ด้วยการปรึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม Enhancing emotional adjustment of family abused women through individual counseling on rational emotive behavior theory

วาริสรา ชีพสมุทร¹ เพ็ญภา กุลนภาดล² และประชา อินัง³

Warisara Cheepsamut¹ Pennapha Koolnaphadol² Pracha Inang³

¹นิสิตปริญญาโทสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

Student (B.Sc.) Counseling Psychology, Faculty of Education, Burapha University

Corresponding author, E – mail: warisara4055@gmail.com

²รองศาสตราจารย์ ดร.สาขาจิตวิทยาการปรึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

Lecturer, Associate Professor, Ed.D., Department of Research and Applied Psychology, Faculty of Education, Burapha University, E – mail: drpennapha@yahoo.com

³อาจารย์ ดร. สาขาจิตวิทยาการปรึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

Lecturer, Ph.D., Department of Research and Applied Psychology, Faculty of Education, Burapha University, E – mail: pracha@go.ac.th

Received: June 23, 2019; Revised: February 28, 2020; Accepted: April 24, 2020

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการเสริมสร้างการปรับตัวทางอารมณ์ของสตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงภายในครอบครัวด้วยการปรึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือ สตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงภายในครอบครัว ที่มีคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์อยู่ในระดับต่ำ จำนวน 20 คน และมีความสมัครใจในการเข้าร่วมการวิจัย โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบวัดการปรับตัวทางอารมณ์และโปรแกรมการปรึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้น ผู้วิจัยดำเนินการทดลองให้การปรึกษาแก่กลุ่มทดลอง จำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่ม และทดสอบความแตกต่างรายคู่โดยวิธีของนิวแมน – คูลส์ ผลการศึกษาพบว่า สตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงภายในครอบครัวกลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์สูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงภายในครอบครัวกลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางอารมณ์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: การปรับตัวทางอารมณ์, สตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงภายในครอบครัว, ความรุนแรงภายในครอบครัว

Abstract

This research is quasi – experimental research. The objective was to study the effect of enhancing the emotional adjustment of family abused women by using rational emotive behavior therapy. The sample group used in the study was 20 family abused women with low emotional adjustment, voluntary participation in research which divided into two groups, 10 for experimental groups and 10 for control groups. The tools used in this research consisted of emotional adjustment test and individual counseling programs of rational emotive behavior therapy which was developed by a researcher. The intervention was administered to the experimental group for 10 sessions, 60 minutes each and twice a week. The data analyzed by using repeated measure analysis of variance: one's between – subject variable, one's within – subject variable and another one's tested of pair difference by Newman – Kool's method

The results had statistical significance interaction at 0.05 level. The mean scores of emotional adjustment of family abused women in experimental group was higher than control group with statistical significance at 0.05 level for post – test and follow – up phases. The mean scores of emotional adjustment of family abused women in the experimental group was higher than family abused women in the control group for the post – test and follow – up phases had higher than in the pre – experimental period with statistical significance at 0.05 level.

Keyword: Emotional adjustment, Domestic violence against women, Domestic violence

บทนำ

การใช้ความรุนแรงต่อสตรีเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นในทุกสังคม นับตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน เนื่องจากชายและหญิงจำนวนมาก นิยมใช้ชีวิตสมรสกันเร็วขึ้นโดยมีการศึกษาพฤติกรรมของคู่ตนเองน้อยลง อาจทำให้ไม่สามารถปรับตัวเข้าหากันได้ในเวลาต่อมา การไม่ดูแลเอาใจใส่กัน การขาดการสื่อสารที่ระหว่ากันอาจก่อให้เกิดความรุนแรงในครอบครัวขึ้นได้ (ปวิณภัทร์ มิ่งขวัญธนรัชต์, เพ็ญญา กุลนภาดล และดลดาว ปุณณานนท์, 2561) สตรีที่ถูกกระทำรุนแรงส่วนใหญ่มีจุดเริ่มต้นมาจากคนในครอบครัวหรือบุคคลภายในบ้าน โดยพบว่าสามีหรือคนรักเป็นผู้กระทำ ซึ่งการใช้ความรุนแรงในครอบครัวโดยการทำร้ายร่างกายภรรยาโดยสามีนั้น เป็นวิธีการหนึ่งของการแก้ไขปัญหาคความขัดแย้งของคู่สมรส ในปี 2559 ข้อมูลของกรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว ตามระบบฐานข้อมูลความรุนแรงต่อเด็ก สตรี และความรุนแรงภายในครอบครัว แสดงจำนวนเหตุการณ์ความรุนแรงในครอบครัวที่เข้าสู่กระบวนการตามพระราชบัญญัติโดยจำแนกความสัมพันธ์ระหว่างผู้กระทำและผู้ถูกกระทำ ช่วงอายุ ประเภท สาเหตุ และสถานที่เกิดเหตุการณ์ เหตุการณ์ความรุนแรงในครอบครัวที่บันทึกในปี 2559 มีจำนวนทั้งสิ้น 749 ราย ซึ่งยังไม่รวมเหตุการณ์ความรุนแรงในครอบครัวที่เกิดขึ้นแต่ไม่มีการรายงานเข้าสู่ระบบ ข้อมูลความสัมพันธ์ระหว่างผู้กระทำและผู้ถูกกระทำโดยเหตุการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้นมีจำนวน 636 ราย ความสัมพันธ์ระหว่างผู้กระทำและผู้ถูกกระทำที่เกิดขึ้นมากที่สุด คือ ระหว่างสามี/ภรรยา จำนวน 433 ราย คิดเป็นร้อยละ

68.08 รองลงมา ระหว่างบิดามารดากระทำต่อบุตร จำนวน 122 ราย คิดเป็นร้อยละ 19.18 และญาติ จำนวน 22 ราย คิดเป็นร้อยละ 3.46 (อัจฉพรรณ ทับทิมทอง และคณะ, 2559)

ปัญหาความรุนแรงในครอบครัวนั้นวันจะยิ่งมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ปัญหาและอุปสรรค คือ ทศนคติและความเชื่อของคน โดยเฉพาะปัญหาในการแก้ไขความรุนแรงในครอบครัว เป็นต้นตอของ ปัญหาความรุนแรงต่างๆ ตามมา ในสังคมไทยยังมีค่านิยมที่ว่าสตรีเป็นเพียงสมบัติของผู้ชาย เนื่องจาก แนวคิดระบบชายเป็นใหญ่ จึงทำให้ผู้ชายที่ใช้ความรุนแรงกับภรรยานำมาใช้เพื่อแสดงอำนาจค่านิยมใน เรื่องนี้ ลักษณะของสตรีในกลุ่มนี้คือ การพึ่งพา โดยรู้สึกว่าตนเองไม่สามารถดำเนินชีวิตเองได้โดย ปราศจากผู้ชาย ภรรยาในกลุ่มนี้มักมาจากครอบครัวที่ฝ่ายชายมีลักษณะก้าวร้าว และฝ่ายหญิงมีลักษณะ คล้อยตาม ดังนั้นเมื่อสตรีเหล่านี้ถูกกระทำความรุนแรงจึงมักจะมองว่าเป็นเรื่องปกติ และมักโทษตัวเองว่า เป็นฝ่ายผิดสมควรได้รับการลงโทษจากสามี ผลกระทบที่เกิดขึ้นคือ การบาดเจ็บทางร่างกาย ความพิการ และสูญเสียชีวิต และยังส่งผลให้เกิดบาดแผลทางจิตใจต่อภรรยาที่ถูกทำร้ายอีกด้วย โดยภรรยาที่ถูก กระทำรุนแรงจะเกิดความรู้สึกขาดความเชื่อมั่นในตนเอง หวาดกลัว บุคลิกภาพเปลี่ยนแปลง ก้าวร้าว อารมณ์รุนแรงขึ้น มีอาการย้ำคิดย้ำทำ วิตกกังวล และตกอยู่ในภาวะซึมเศร้า ทำให้สุขภาพจิตเสื่อมได้ ผลกระทบที่จะเกิดกับผู้ถูกกระทำความรุนแรงมีทั้งทางกายและใจ ยิ่งถูกกระทำรุนแรงมากก็จะส่งผล ให้เกิดภาวะซึมเศร้า เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายได้ ซึ่งบาดแผลภายในจิตใจของสตรีไม่อาจลบเลือนไปได้ง่ายๆ ส่งผลต่ออารมณ์และความรู้สึก ซึ่งเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมทางกาย วาจา บุคลิกภาพและการดำเนิน ชีวิต (ตริณา พลอยสวัสดิ์ไชย, สุวิมล ตีรกานันท์, และกมลทิพย์ ศรีหาเกษ, 2562) บางคนมีอาการเครียด ท้อแท้เรื้อรัง สูญเสียความมั่นใจในตนเอง กลัวสังคมไม่ยอมรับ อับอาย ซึมเศร้า หรือบางรายมีอาการทาง จิต หวาดกลัว หวาดผวา แม้เหตุการณ์สิ้นสุดมาเป็นเวลานานแล้ว เป็นต้น (สำนักพัฒนาสุขภาพจิต, 2543)

การปรับตัวทางอารมณ์ ของสตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงภายในครอบครัวมีความสำคัญ อย่างยิ่ง เพราะหากสตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวมีการปรับตัวทางอารมณ์ที่ไม่ดี สามารถ ส่งผลให้เกิดภาวะความผิดปกติทางอารมณ์ตามมา (สมพร รุ่งเรืองกลกิจ และคณะ, 2558) จากการศึกษา ที่กล่าวในช่วงต้นจะพบว่า สตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงจนเป็นเหตุให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ทั้ง พฤติกรรมภายในและภายนอก มักมีสาเหตุมาจากการถูกทำร้ายทางด้านร่างกายและจิตใจที่ส่งผลให้เกิด ปัญหาทางด้านอารมณ์ เพราะมีการปรับตัวทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมพอที่จะรับมือกับสถานการณ์ความ รุนแรงภายในครอบครัวที่เกิดขึ้นได้ การปรับตัวทางอารมณ์ มีองค์ประกอบคือ การรับรู้ เข้าใจปัญหา และ สามารถหาแนวทางแก้ไขปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ การแยกแยะความรู้สึกส่วนตัวกับความเป็นจริง และสามารถแสดงออกได้อย่างสอดคล้องตามสถานการณ์ที่เปลี่ยนไป การพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ จึงอาจเป็นอีกวิธีหนึ่งที่จะสามารถช่วยให้สตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวสามารถที่จะอยู่กับ สถานการณ์และสภาพแวดล้อมนั้นๆ อย่างมั่นคงและมีความสุขตามอัตภาพ

ดังนั้นผู้วิจัยจึงเล็งเห็นถึงความสำคัญในการเสริมสร้างและพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ของสตรี ที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว โดยใช้การปรึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และ พฤติกรรม (Ellis, Albert and John M. Whiteley, 1979) ซึ่งเป็นกระบวนการให้การช่วยเหลือระหว่าง บุคคลที่มุ่งเน้นในการปรับเปลี่ยนความคิด ความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล ที่เป็นสาเหตุให้เกิดปัญหาทาง อารมณ์และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม การเปลี่ยนความคิดให้สมเหตุสมผลจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทาง อารมณ์และพฤติกรรมที่ดีขึ้น เพื่อแก้ปัญหาการปรับตัวทางอารมณ์ดังกล่าว

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาผลของการปรึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมต่อการปรับตัวทางอารมณ์ในกลุ่มสตรีที่ได้รับความรุนแรงในครอบครัว

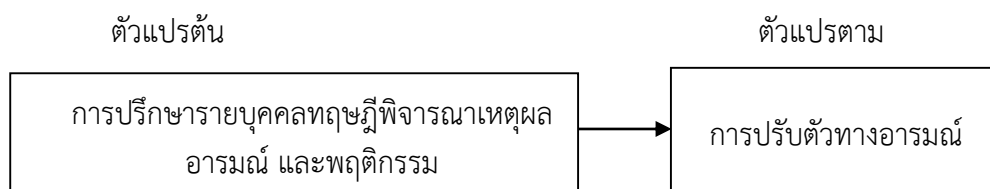
สมมติฐานของการวิจัย

1. สตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว ที่ได้รับการปรึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ ในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม
2. สตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว ที่ได้รับการปรึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. สามารถนำผลวิจัยที่ได้ไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการให้การปรึกษาแก่สตรีที่มีปัญหาด้านการปรับตัวทางอารมณ์ อันเนื่องมาจากถูกกระทำความรุนแรงภายในครอบครัว
2. สามารถนำผลการให้การปรึกษาทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มาเป็นแนวทางเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตและฟื้นฟูสภาพจิตใจของสตรีที่ตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงภายในครอบครัว
3. สามารถเป็นแนวทางให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องนำไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้ที่มีปัญหาด้านการปรับตัวทางอารมณ์ของสตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงได้

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

- 1) ตัวแปรต้น (Independent variable) ได้แก่การได้รับการปรึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมที่ไม่ได้รับการปรึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม
- 2) ตัวแปรตาม (Dependent variable) คือ การปรับตัวทางอารมณ์

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การปรับตัวทางอารมณ์ หมายถึง กระบวนการภายในจิตใจของสตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว มีการเรียนรู้และทำความเข้าใจสถานการณ์และสภาพแวดล้อมต่างๆ ที่เป็นอุปสรรค โดยอาศัยกลไกต่างๆ ให้สามารถรักษาสมดุลทางจิตใจ และอารมณ์ จนสามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่าง

เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมนั้นๆ ได้โดยไม่ตกอยู่ใต้อำนาจของผู้อื่น โดยวัดได้จากแบบวัดการปรับตัวทางอารมณ์ที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้น

2. การให้การศึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม หมายถึง กระบวนการให้การช่วยเหลือระหว่างบุคคลที่มุ่งเน้นในการปรับเปลี่ยนความคิด ความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล ซึ่งเป็นสาเหตุให้เกิดปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมตามมา การเปลี่ยนความคิดให้สมเหตุสมผลจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์และพฤติกรรมที่ดีขึ้น โดยมีเทคนิคการศึกษา ได้แก่ เทคนิคทางปัญญา (Cognitive Techniques) เทคนิคทางอารมณ์ (Emotive Techniques) เทคนิคทางพฤติกรรม (Behavioral Techniques)

3. สตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงภายในครอบครัว หมายถึง สตรีที่เข้ารับการช่วยเหลือจากศูนย์ธารชีวิตสตรี ขอยนาเกลือ 25 ที่เป็นผู้ถูกกระทำความรุนแรงภายในครอบครัว มีอายุระหว่าง 18 – 40 ปี

4. ความรุนแรงภายในครอบครัว หมายถึง กระทำการใดๆ ที่ส่งผลให้บุคคลในครอบครัวเกิดความทุกข์ทรมานทั้งทางร่างกายและจิตใจเช่น การทุบตีทำร้ายร่างกาย การด่าทอ คุกคาม เหยียดหยาม จำกัดสิทธิถูกกีดกันเสรีภาพทั้งในที่สาธารณะและการใช้ชีวิตส่วนตัว

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ คือ สตรีที่มาขอรับความช่วยเหลือจากศูนย์ธารชีวิตสตรี ขอยนาเกลือ 25 ตำบลหนองปรือ อำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี จำนวน 82 คนกลุ่มตัวอย่าง คือสตรีที่มาขอรับความช่วยเหลือจากศูนย์ธารชีวิตสตรี ที่มีประวัติการได้รับความรุนแรงภายในครอบครัว เช่น ได้รับความรุนแรงทางร่างกาย ความรุนแรงทางจิตใจ ความรุนแรงทางเพศ ความรุนแรงทางสังคม หรือได้รับความรุนแรงในหลายรูปแบบควบคู่กันไป ผู้วิจัยให้สตรีที่ได้รับความรุนแรงภายในครอบครัวทำแบบวัดการปรับตัวทางอารมณ์นำคะแนนที่ได้จากการทำแบบวัดการปรับตัวทางอารมณ์มาจัดเรียงคะแนนจากน้อยที่สุดไปมากที่สุด คัดเลือกสตรีที่มีคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ต่ำกว่า 127 คะแนน มาเป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คน สอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมทดลองเมื่อได้กลุ่มตัวอย่างตามความสมัครใจจำนวน 20 คนแล้ว ทำการจับฉลากแบ่งกลุ่มเป็น กลุ่มทดลองจำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 10 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบวัดการปรับตัวทางอารมณ์ที่พัฒนามาจากกรอบแนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัวทางอารมณ์ของอะกิลเลอร่า และ แมสสิก (Aquilera & Messick, 1974) ที่มีความเชื่อมั่นทั้งฉบับที่ .98 และโปรแกรมการศึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม โดยโปรแกรมมีจำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที

3. วิธีดำเนินการทดลองแบ่ง 4 ระยะ คือ ระยะก่อนทดลอง ผู้วิจัยให้สตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงภายในครอบครัวที่มาเข้ารับการช่วยเหลือที่ศูนย์ธารชีวิตสตรีจำนวน 82 คน ทำแบบวัดการปรับตัวทางอารมณ์ คัดเลือกสตรีที่มีคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์อยู่ในระดับต่ำจำนวน 20 คน และทำการสุ่มอย่างง่ายโดยใช้วิธีจับฉลาก (Random Assignment) แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน กลุ่มควบคุม จำนวน 10 คน คะแนนที่ได้จากการวัดครั้งนี้จะเป็นคะแนนของระยะก่อนการทดลองระยะทดลอง ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองการศึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม กับกลุ่มทดลอง โดยโปรแกรมแบ่งออกเป็น 10 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการศึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมแต่ยังคงได้รับการดูแลด้านจิตใจจากศูนย์ธารชีวิตสตรีเป็นปกติระยะหลังการทดลอง ผู้วิจัยให้สตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงภายในครอบครัว กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดการปรับตัวทางอารมณ์ หลังจากการทดลองในครั้งที่ 10 ซึ่งเป็นขั้นยุติ

การปรึกษา คะแนนจากการทำแบบวัดครั้งนี้จะเก็บผลเป็นคะแนนหลังจากการทดลองระยะติดตามผล หลังจากการทดลองเสร็จเป็นเวลา 2 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้สตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดการปรับตัวทางอารมณ์ เพื่อเก็บผลคะแนนเป็นคะแนนในระยะติดตามผลและนำข้อมูลที่ได้ในระยะก่อนการทดลอง หลังจากการทดลอง และระยะติดตามผลไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

4. การวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้ค่าสถิติพื้นฐาน ของคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล โดยการนำเสนอในรูปแบบตารางและแผนภูมิในระยะต่างๆ ของการทดลอง และวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated – measures analysis of variance: One between – subjects variance and one with in subjects variance) ของฮาวเวล (Howell, 2007, p. 461) เมื่อพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทดสอบความแตกต่างรายคู่โดยวิธีของ นิวแมน – คูลส์ (Newman – Keuls procedure)

ผลการวิจัย

การวิเคราะห์เปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ การทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล และผลทดสอบย่อยของระยะเวลาในสตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวที่เข้ารับการเสริมสร้างการปรับตัวทางอารมณ์ด้วยการปรึกษารายบุคคล ทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ดังแสดงในตารางที่ 1 – 2

ตารางที่ 1 ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

V	SS	df	MS	F
ระยะก่อนการทดลอง				
Between group	0.05	1	0.05	0.00*
Error	496.5	8	27.5833	
ระยะหลังการทดลอง				
Between group	3484.8	1	3484.8	109.24*
Error	574.2	8	31.9	
ระยะติดตามผล				
Between group	4774.05	1	4774.05	41.22*
Error	608.5	8	33.8056	

ปรับค่า df เป็น 26, $F_{.05}(1,26)=4.225$ ด้วยวิธีการของ Welch – Satterwaite (Howell, 2007, p.459)* $p < .05$

จากตารางที่ 1 พบว่า ระยะก่อนการทดลอง สตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงภายในครอบครัวกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ที่ไม่แตกต่างกัน ในระยะหลังการทดลอง พบว่า สตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงภายในครอบครัว กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยคะแนนการ

ปรับตัวทางอารมณ์ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนในระยะติดตามผลพบว่า สตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงภายในครอบครัวกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนพบว่า ต้องมีระยะเวลาการทดสอบอย่างน้อย 1 คู่ ที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผู้วิจัยจึงทำการเปรียบเทียบด้วยวิธีการทดสอบรายคู่ โดยวิธีของนิวแมน – คูลล์ (Newman – Keuls procedure) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของสตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว ระหว่างระยะหลังการทดลองกับระยะก่อนการทดลอง ระยะติดตามผลกับระยะก่อนการทดลอง และระยะติดตามผลกับระยะหลังการทดลอง ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของสตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวที่เข้ารับการปรึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ที่เข้ารับการปรึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีของนิวแมน – คูลล์ (Newman – Keuls procedure)

$\bar{X}$	ระยะก่อนการทดลอง	ระยะหลังการทดลอง	ระยะติดตามผล
	122.3	148.7	150.8
122.3	—	26.4*	28.500*
148.7	—	—	2.100*
150.8	—	—	—
r		2	3
$q_{.95}(r, 18)$		2.97	3.610
$q_{.95}(r, 18) \sqrt{\frac{MS_{error}}{n}}$		3.769	4.582

* $p < .05$

จากตารางที่ 2 พบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของสตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวที่เข้ารับการปรึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 2 คู่คือ 1) คะแนนการปรับตัวทางอารมณ์เฉลี่ยในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) คะแนนการปรับตัวทางอารมณ์เฉลี่ยในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของสตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่พบความแตกต่าง แสดงว่าค่าเฉลี่ยคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของสตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวที่เข้ารับการปรึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และไม่พบความแตกต่างในระยะติดตามผลและระยะหลังการทดลอง

อภิปรายและข้อเสนอแนะ

จากผลของการปรึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ต่อการปรับตัวทางอารมณ์ในกลุ่มสตรีที่ได้รับความรุนแรงในครอบครัว สามารถอภิปรายผลการศึกษานี้ได้ว่า กระบวนการปรึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมที่นำมาใช้ในการศึกษานั้น มีวิธีการและรูปแบบต่างๆ ในการช่วยเสริมสร้างการปรับตัวทางอารมณ์ ทำให้ได้เรียนรู้ถึงวิธีคิด การพัฒนาและการวางแผนให้ตนเอง สามารถควบคุมและปรับอารมณ์ของตนเองได้มากกว่าที่เคยเป็น จากการที่สตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงภายในครอบครัวที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรมทั้ง 10 ครั้ง นำมาปฏิบัติและปรับใช้เพื่อเสริมสร้างการปรับตัวทางอารมณ์ของตนเอง และเผชิญกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม ซึ่งเป็นสิ่งที่ส่งผลดีต่อตนเอง เพื่อที่จะทำตามเป้าหมายในชีวิตต่อไป การปรึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ต่อการปรับตัวทางอารมณ์ในกลุ่มสตรีที่ได้รับความรุนแรงในครอบครัว สามารถช่วยเพิ่มคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มสตรีที่ได้รับความรุนแรงในครอบครัวได้ โดยคะแนนระยะหลังการทดลองสูงขึ้นจากระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของชัยวัฒน์ เดชพิทักษ์ (2555) ที่ศึกษาการมองโลกในแง่ดีเพื่อการปรับตัวทางสังคมของเยาวชนที่ถูกคุมประพฤติ โดยการให้การปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม กลุ่มตัวอย่างคือเยาวชนที่มีอายุระหว่าง 15 – 18 ปีจำนวน 20 คนจากสำนักงานคุมความประพฤติจังหวัดชลบุรี ที่มีคะแนนการมองโลกในแง่ดีต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา สุ่มเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบวัดการมองโลกในแง่ดีและโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม โดยให้การปรึกษาทั้งหมด 10 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที ผลการวิจัยพบว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองและระยะเวลาในการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในกลุ่มทดลองมีคะแนนการมองโลกในแง่ดีเพื่อการปรับตัวทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และในกลุ่มทดลองมีคะแนนการมองโลกในแง่ดีเพื่อการปรับตัวทางสังคม ในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าจากระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สอดคล้องกับงานวิจัยของอัมพล สุอำพัน (2542) ที่กล่าวว่าอารมณ์เป็นปัจจัยต่อการพัฒนาการด้านบวกกับเด็ก ๆ จนกระทั่งเติบโตไปเป็นบุคคลที่มีบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ อารมณ์ทุกขซึ่งเป็นอารมณ์ตรงกันข้ามกับอารมณ์สุขนั้นก็เป็นปัจจัยที่จะเหนี่ยวรั้งและมีผลด้านลบต่อการพัฒนาการของบุคคลได้เป็นอย่างมาก อารมณ์มีความสำคัญต่อชีวิตความเป็นอยู่ของมนุษย์ โดยเฉพาะเกี่ยวกับการปรับตัว ทำให้การดำเนินชีวิตมีความหมายแตกต่างไปจากเครื่องจักร เราใช้อารมณ์เป็นเครื่องบ่งชี้ความรู้สึกนึกคิด ช่วยให้เรารู้จักตนเองและผู้อื่น เป็นแรงผลักดันหรือแรงจูงใจทำให้เกิดความกระตือรือร้นมีชีวิตชีวา ทำให้มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีให้การช่วยเหลือผู้อื่น เป็นสัญญาณเตือนภัยให้รู้จักการต่อสู้ การเอาตัวรอด และการแสดงออกทางอารมณ์ยังสามารถบ่งบอกถึงสุขภาพจิตของบุคคลได้อีกด้วย สอดคล้องกับงานวิจัยของ นพพล พร้อมเที่ยงตรง (2549) เรื่องการศึกษาและพัฒนารูปแบบการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนวัยรุ่น มีจุดมุ่งหมายเพื่อการศึกษาและพัฒนารูปแบบการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนวัยรุ่น โดยให้การปรึกษากลุ่มทฤษฎีเกสตัลท์กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่มีคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 8 คน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. เจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องกับการช่วยเหลือดูแลสตรีที่ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัวช่วยส่งเสริมการปรับตัวทางอารมณ์โดยสอดแทรกเนื้อหาเกี่ยวกับการปรับตัวทางอารมณ์ผ่านการเรียน การสอน หรือกิจกรรมที่ทางสถาบันจัดขึ้น
2. โปรแกรมการปรึกษารายบุคคลทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมมีประสิทธิภาพในการช่วยเสริมสร้างการปรับตัวทางอารมณ์ ควรนำโปรแกรมไปลองใช้กับทุกเพศไม่ใช่เพียงเฉพาะสตรีเท่านั้น อาจจะมีการปรับกิจกรรมบ้างเล็กน้อยเพื่อให้เข้ากับบริบทของกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ ได้

ข้อเสนอแนะในการทาวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการติดตามผลการให้การปรึกษาในระยะยาวหลังเสร็จสิ้นการทดลองไปแล้ว โดยอาจใช้เวลาในการติดตามในระยะ 3 – 6 เดือน
2. ควรปรับเปลี่ยนจากการให้การปรึกษารายบุคคล ไปเป็นการปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อลดระยะเวลาในการทดลองให้สั้นลงได้

เอกสารอ้างอิง

- ชัยวัฒน์ เดชพิทักษ์. (2555). ผลการให้การปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมต่อการมองโลกในแง่ดีเพื่อการปรับตัวทางสังคมของเยาวชนที่ถูกคุมประพฤติ. (ปริยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ศิรณา พลอยสวัสดิ์ไชย, สุวิมล ติรกันันท์, และกมลทิพย์ ศรีหาเกษ. (2562). การศึกษาองค์ประกอบของพฤติกรรมจากความฉลาดทางอารมณ์และความฉลาดทางจริยธรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 สำนักงานเขตหนองจอก สังกัดกรุงเทพมหานคร. วารสารการวัดผลการศึกษา, 36(100), 110–125.
- นพพล พร้อมเที่ยงตรง. (2549). การศึกษาและพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนวัยรุ่น. (ปริยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, บัณฑิตวิทยาลัย, สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว.
- ปวีณภัทร์ มิ่งขวัญธรรพ์, เพ็ญญา กุลนาคดล, และดลดาว ปุณณานนท์. (2561). ผลการปรึกษาคู่สมรสทฤษฎีกลยุทธต่อความมั่นคงในชีวิตสมรส. วารสารการวัดผลการศึกษา, 35(98), 68–80.
- สมพร รุ่งเรืองกลกิจ, และคณะ. (2558). ประเมินผลการใช้หลักสูตรการให้การปรึกษาเพื่อฟื้นฟูอำนาจและศักยภาพตามแนวสตรีนิยม. วารสารพยาบาลศาสตร์และสุขภาพ. 38(3), 1–13.
- สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต. (2543). “อีคิว: ความฉลาดทางอารมณ์”. นนทบุรี: ที – คอม.
- อัจฉพรณ ทับทิมทอง, พรพิมล นันทะวงศ์, วงศกร แจ่มจรัส, และสาวปวีณา อยู่ปฐม. (2559). รายงานข้อมูลสถานการณ์ด้านความรุนแรงในครอบครัวสำหรับการรายงานตามมาตรา 17 แห่งพระราชบัญญัติคุ้มครองผู้ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว พ.ศ. 2550 ประจำปี 2558. กรุงเทพฯ: กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- อัมพล สุอำพัน. (2542). ความผิดหวังกับการองกวม. นิตยสารรักลูก. 17(195), 86–88.
- Ellis, Albert and John M. Whiteley. (1979). The Theoretical and Empirical Foundations of Rational – Emotive Therapy. California : Brook/Cole Publishing Company.
- Howell, D. C. (2007). Statistical methods for psychology (6th ed.). Belmont, CA: Wadsworth.