

**การเสริมสร้างการคิดอย่างสมเหตุสมผลในกลุ่มแฟนคลับศิลปินเกาหลีด้วยการปรึกษากลุ่ม
ตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม
Enhancing of Rational Thinking Among Korean Artists of Thai Fan Club
Though Rational-Emotive Behavior Theory Group Counseling**

วันวิสา ดอกสันเทียะ¹ เสกสรรค์ ทองคำบรรจง² เพ็ญนภา กุลนภาดล³

Wanwisa Doksantea¹ Sakesan Tongkhambanchong² Pennapha Koolnaphadol³

¹นิสิตปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

Master's degree student, Counseling Psychology Program, Faculty of Education, Burapha University

Corresponding Author, E-mail: tay.bms@gmail.com

²อาจารย์ ดร. ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

Lecturer Dr., Department of Research and Applied Psychology,

Faculty of Education, Burapha University

E-mail: sak.exam@gmail.com

³รองศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

Associate Professor Dr., Department of Research and Applied Psychology,

Faculty of Education, Burapha University

E-mail: drpennapha@yahoo.com

Received: September 16, 2022; Revised: October 27, 2022; Accepted: November 4, 2022

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ต่อการคิดอย่างสมเหตุสมผลของกลุ่มแฟนคลับศิลปินเกาหลี เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) แบบวัดการคิดอย่างสมเหตุสมผลที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น จำนวน 33 ข้อ ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.75 2) โปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เพื่อเสริมสร้างการคิดอย่างสมเหตุสมผล ประชากรในการวิจัยครั้งนี้เป็นแฟนคลับศิลปินเกาหลีที่อาศัยอยู่ในจังหวัดชลบุรีอายุตั้งแต่ 12-15 ปี ไม่สามารถระบุจำนวนได้ ที่มีความสมัครใจที่จะเข้าร่วมโครงการวิจัย และมีคะแนนการคิดอย่างสมเหตุสมผล 111 ลงไป เรียงจากคะแนนน้อยสุดขึ้นไปจำนวน 16 คน ผู้วิจัยแบ่งตัวอย่างเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 8 คน ใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย กลุ่มทดลองจะได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมจำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที และกลุ่มควบคุมจะไม่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่ม ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยการคิดอย่างสมเหตุสมผลในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5 และกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีการคิดอย่างสมเหตุสมผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการปรึกษากลุ่มตาม

ทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ในระยะหลังทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5 สรุปได้ว่าการ
ปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ต่อการคิดอย่างสมเหตุสมผลของกลุ่มแฟนคลับศิลปิน
เกาหลีมีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ: การคิดอย่างสมเหตุสมผล, การปรึกษากลุ่ม, ทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม

Abstract

The purpose of this quasi-experimental to study was to examine the effects of group counseling on reason, emotion, and behavior on the rational thinking of fan clubs of Korean artists. The research instruments consisted of 1) A researcher-developed rational thinking scale with a total of 33 items, and the confidence value was 0.75. 2) The theoretical group counseling program considers reason, emotion, and behavior to promote rational thinking. The population of this research was fans of Korean artists who lived in Chonburi province and were between 12- 15 years old, The number of fans could not be determined. Who are willing to participate in research projects and have a reasonable thinking score of 111 or less, ordered from the lowest score, 16 people. The value of rational thinking was assessed using a rational thinking scale developed by the researcher. With scores below the 25th percentile of 16 the researcher divided the sample into two groups, an experimental group and a control group, with a total of 8 subjects per group using a simple randomization method. The experimental group received 10 sessions of the reason, emotion, and behavior theory group, each lasting 60 minutes, while the control group did not participate in the reason, emotion, and behavior theory group. The results showed that the experimental group had a statistically significant higher mean score of the thinking scale in the post-trial period than in the pre-trial period at 0.5. And the experimental group that was counseled by the reasoning, emotion, and behavior group had a statistically significant level of 0.5 compared to the control group that was not counseled by the reasoning, emotion, and behavior group. Therefore, it was concluded that the group theoretical counseling on the consideration of reason, emotion, and behavior was effective with regard to the rational thinking of the fan club of Korean artists.

Keywords: Rational Thinking, Theory Group Counseling, Rational-Emotive Behavior

บทนำ

ปัจจุบันประเทศไทยได้รับวัฒนธรรมเกาหลีอย่างแพร่หลาย ทั้งในรูปแบบของซีรี่ส์ ภาพยนตร์ แฟชั่น เพลง เครื่องสำอาง สินค้าต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งศิลปินเกาหลี ทั้งนักแสดงเกาหลี หรือนักร้องเกาหลี มีคนไทยจำนวนมากน้อยเลยที่เป็นแฟนคลับ คอยติดตามและสนับสนุนศิลปินเกาหลีเหล่านี้ (บุญยง นาคะ, 2560)

การเป็นแฟนคลับศิลปินเกาหลีที่วัยรุ่นชื่นชอบไม่ก่อให้เกิดผลเสียใด ๆ หากอยู่บนพื้นฐานของความพอดี และสมเหตุสมผล สร้างผลดีกับตนเองให้มีความสุขและเป็นแรงผลักดันในการพัฒนาตนเอง แต่หากแฟนคลับศิลปินเกาหลีบางส่วนที่มีความคิดและพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในการติดตามศิลปินเกาหลีก็จะก่อความเดือดร้อนแก่ตนเอง ครอบครัว และสังคมได้ ดังที่ปรากฏในข่าวให้เห็นกันในปัจจุบัน อาทิเช่น การแย่งพื้นที่กันต้อนรับศิลปินเกาหลีจนส่งผล

ให้บริเวณนั้นเกิดความเสียหาย และยังพบอีกว่าปัญหาที่เกิดจากความคลั่งไคล้ศิลปินนักร้องเกาหลีก็คือ เสียเวลา เสียเงิน และมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ (วรณุช ตันติวิทพงษ์, 2551) กรมสุขภาพจิตยังกล่าวอีกว่า การคลั่งไคล้นิยมดารา โดยเฉพาะเกาหลีนั้น ได้สร้างปรากฏการณ์โรคติดต่อทางสังคมขึ้น ซึ่งเดิมนั้นเป้าหมายและผลกระทบส่วนใหญ่อยู่ที่กลุ่มวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่อ่อนไหวต่อสิ่งแวดล้อมได้ง่าย และต้องการมองหาอัตลักษณ์ให้ตนเอง ปัญหาการคลั่งไคล้ดารา ที่กลายเป็นความผิดปกติทางด้านสุขภาพจิตและจิตเวช (กรมสุขภาพจิต, 2563)

ความคิดที่สมเหตุสมผล (Rational Thinking) เป็นการคิดที่อาศัยข้อมูลที่เพียงพอมาสนับสนุนอ้างอิงเพื่อเป็นหลักฐานในข้อสรุปที่ได้ และจะต้องแสดงความสัมพันธ์ระหว่างข้อสรุปและหลักฐานได้ ข้อสรุปนั้นจึงจะเป็นข้อสรุปที่เกิดจากการคิดอย่างสมเหตุสมผล หลักฐานที่นำมาอ้างอิงได้แก่ ข้อมูล ข้อเท็จจริง หลักการ กฎเกณฑ์ต่าง ๆ การประเมินค่า การตัดสินใจ สมมุติฐาน หลักการใหม่ โดยข้อสรุปที่ได้อาจมาได้จากหลายแหล่งอ้างอิง เพื่อช่วยให้ข้อสรุปเกิดข้อผิดพลาดน้อยที่สุด (พาริตะ หะยีมะ, 2562) กล่าวคือการคิดอย่างสมเหตุสมผลเป็นการคิดตามเหตุผล การคิดสืบค้นตามแนวความสัมพันธ์สืบทอดกันแห่งเหตุปัจจัย พิจารณาหาสาเหตุให้เข้าถึงแหล่งที่มาของผลกระทบ การคิดอย่างสมเหตุสมผลเป็นวิธีการตั้งข้อสรุปโดยมีเหตุผลสนับสนุนข้อสรุป ต้องอาศัยหลักการหรือข้อเท็จจริงที่ถูกต้องสนับสนุนอย่างเพียงพอถึงจะทำให้มีข้อผิดพลาดน้อย การแสดงความคิดที่มีเหตุผลแต่ละตอนจะต้องประกอบด้วยข้อความ 2 ช่วงด้วยกัน คือ เหตุผลและข้อสรุป (พีระเสก บริสุทธิ์บัวทิพย์, 2560)

ทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม (Rational-Emotion Behavior Theory : REBT) ของแอลเบิร์ต เอลลิส (Ellis, 1962) เชื่อว่า อารมณ์ เหตุผล และพฤติกรรม ล้วนมีอิทธิพลซึ่งกันและกัน โดยความคิดและการรับรู้ต่อสภาพต่าง ๆ เป็นตัวก่อให้เกิดอารมณ์ และอารมณ์คือสิ่งกระตุ้นพฤติกรรม ทฤษฎีนี้จึงเน้นความสัมพันธ์ระหว่างความคิด อารมณ์และพฤติกรรมของมนุษย์ โดยเน้นให้บุคคลตระหนักรู้ถึงอารมณ์ ความเชื่อที่เกิดขึ้นเมื่อมีเหตุการณ์ใดมากระทบส่งผลไปยังพฤติกรรม ชี้ให้เห็นถึงผลของการกระทำ และมุ่งเน้นให้บุคคลสามารถเปลี่ยนแปลงผลของการกระทำได้โดยปรับที่ความเชื่อ อารมณ์ที่มีต่อเหตุการณ์ทฤษฎี เอลลิสยังกล่าวถึงลักษณะความคิดที่มีเหตุผลและความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล 11 ประการว่ามีคุณลักษณะอย่างไร เพื่อช่วยให้บุคคลได้เกิดการสำรวจความคิดตนเองและปรับให้ดีขึ้น ซึ่งจะนำไปสู่ความเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ (Affect) และพฤติกรรม (Behavior) ในทิศทางที่ดีขึ้น (วัชร ทรัพย์มี, 2554)

จากเหตุผลความเป็นมาที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยจึงมีความประสงค์ที่จะช่วยเหลือแฟนคลับศิลปินเกาหลีกลุ่มนี้ที่มีความคิดและพฤติกรรมที่ไม่สมเหตุสมผลโดยวิธีการทางจิตวิทยาคือการศึกษาการให้การศึกษาตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ที่มุ่งแก้ไขพฤติกรรมด้วยวิธีการสำรวจความเชื่อ อารมณ์ของตนเองต่อเหตุการณ์ ช่วยให้แฟนคลับศิลปินเกาหลีมีพัฒนาการความคิดให้สมเหตุสมผล เพื่อนำไปสู่อารมณ์และพฤติกรรมที่เหมาะสมมากยิ่งขึ้น

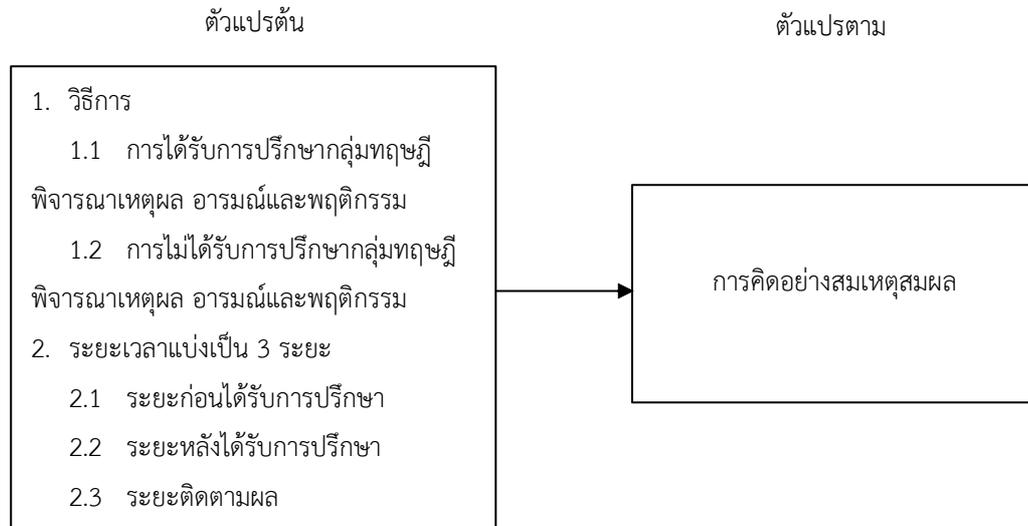
วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาผลการให้การศึกษาตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ต่อการคิดอย่างสมเหตุสมผลของกลุ่มแฟนคลับศิลปินเกาหลี

สมมุติฐานการวิจัย

1. กลุ่มแฟนคลับที่ได้รับการให้การศึกษาตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีการคิดอย่างสมเหตุสมผลในระยะหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อนทดลอง
2. กลุ่มแฟนคลับที่ได้รับการให้การศึกษาตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีการคิดอย่างสมเหตุสมผลสูงกว่ากลุ่มแฟนคลับที่ไม่ได้รับการให้การศึกษาตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ในระยะหลังทดลอง

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แฟนคลับศิลปินเกาหลีในประเทศไทย ที่มีคุณสมบัติดังต่อไปนี้
 - 1) อาศัยอยู่ในจังหวัดชลบุรี
 - 2) อายุระหว่าง 12-15 ปี
 - 3) ไม่มีประวัติการรักษาอาการเจ็บป่วยทางจิตเวช
 - 4) สามารถใช้เครื่องมือสื่อสาร หรือโปรแกรมการสนทนาออนไลน์ได้ เช่นคอมพิวเตอร์ แท็บเล็ต หรือโทรศัพท์มือถือที่สามารถเปิดกล้องได้ในระหว่างเข้ารับการปรึกษา
 - 5) มีความสมัครใจที่จะเข้าร่วมโครงการ
2. ตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ แฟนคลับศิลปินเกาหลีในจังหวัดชลบุรี อายุ 12-15 ปี จำนวน 16 คน โดยมีการได้มาซึ่งตัวอย่าง ดังนี้
 - 1) ผู้วิจัยให้แฟนคลับศิลปินเกาหลีที่มีความสมัครใจเข้าร่วมวิจัย ทำแบบวัดการคิดอย่างสมเหตุสมผล ได้คะแนน 111 ลงไป เรียงจากคะแนนน้อยสุดขึ้นไปจำนวน 16 คน
 - 2) ผู้วิจัยสอบถามความสมัครใจ
 - 3) ผู้วิจัยทำการแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม จำนวนกลุ่มละ 8 คน จากนั้น ดำเนินการสุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่ม คือ กลุ่มทดลองจะได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม และกลุ่มควบคุมจะไม่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยผู้วิจัยได้พัฒนาเครื่องมือวิจัยดังนี้

1. แบบวัดการคิดอย่างสมเหตุสมผล ที่ผู้วิจัยพัฒนาจากทฤษฎีความคิดสมเหตุสมผล 11 ประการ ของ Albert Ellis (Ellis, 1962) จากนั้นปรับบริบทใหม่ให้เหมาะสมกับงานวิจัย จากนั้นผู้วิจัยได้สร้างแบบวัดการคิดอย่างสมเหตุสมผล

จำนวน 33 ข้อ โดยยึดหลักการคิดอย่างสมเหตุสมผล 11 ประการ โดยแต่ละประการจะประกอบไปด้วยข้อคำถาม 3 ข้อ มีการกำหนดคะแนนเป็น 5,4,3,2 และ 1 แบบวัดการคิดอย่างสมเหตุสมผลชุดนี้ มีค่าความเชื่อมั่นอยู่ที่ 0.75 (Reliability)

2. โปรแกรมการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เพื่อเสริมสร้างการคิดอย่างสมเหตุสมผลของแฟนคลับศิลปินเกาหลี ทั้งหมด 10 ครั้ง โดยมีรายละเอียดดังนี้

- ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศและสร้าง สัมพันธภาพ
- ครั้งที่ 2 รักษาสัมพันธภาพและการทำความเข้าใจรอบแนวคิด ABCDE
- ครั้งที่ 3 มุ่งการเรียนรู้ความคิดที่ส่งผลต่อความเชื่อ
- ครั้งที่ 4 มุ่งเน้นการเข้าใจสภาวะของอารมณ์
- ครั้งที่ 5 มุ่งการเรียนรู้อารมณ์ของตนเองต่อการติดตามศิลปินเกาหลี
- ครั้งที่ 6 มุ่งการจัดการอารมณ์ที่ไม่สมเหตุสมผลของตนเอง
- ครั้งที่ 7 มุ่งการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
- ครั้งที่ 8 มุ่งการปรับเปลี่ยนทางพฤติกรรม
- ครั้งที่ 9 มุ่งเน้นการกำกับอารมณ์และความผ่อนคลาย
- ครั้งที่ 10 สรุปร ยูติการให้การปรึกษา

วิธีดำเนินการวิจัย

แบ่งออกเป็น 4 ระยะ โดยดำเนินการตั้งแต่วันที่ 6 ตุลาคม 2564 ถึงวันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2565 รวมระยะเวลา 4 เดือน ดังนี้

1. ระยะก่อนทดลอง เข้าประชาสัมพันธ์โครงการวิจัยกับแฟนคลับศิลปินเกาหลีที่สนใจเข้าร่วมวิจัย โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีวิจัย ประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียด เพื่อสร้างความเข้าใจ พร้อมทั้งรับสมัครผู้ที่สนใจเข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้ ให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยทำแบบวัดการคิดอย่างสมเหตุสมผลถือเป็น คะแนนของระยะก่อนทดลอง (Pretest) โดยเปิดโอกาสให้ผู้สนใจเข้าร่วมโครงการทำแบบวัดการคิดอย่างสมเหตุสมผลโดยไม่จำกัดจำนวน และตรวจสอบเป็นระยะ ๆ เมื่อได้จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการครบ 16 ราย ตามที่ต้องการ จึงปิดรับสมัครผู้เข้าร่วมโครงการ และจะทำการแบ่งกลุ่มโดยการสุ่มอย่างง่าย เป็นกลุ่มทดลอง 8 ราย ที่ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎี พิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม และกลุ่มควบคุม 8 ราย ที่ใช้ชีวิตอย่างปรกติ ไม่ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎี พิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม

2. ระยะทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการให้การปรึกษาทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมกับกลุ่มทดลอง คือ กลุ่มที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมผ่านระบบออนไลน์ จำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที สำหรับกลุ่มควบคุม คือ กลุ่มที่ไม่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม จะดำเนินชีวิตประจำวันตามปรกติ

3. ระยะหลังทดลอง หลังสิ้นสุดการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมผ่านระบบออนไลน์ครบ 10 ครั้งแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดการคิดอย่างสมเหตุสมผล (Posttest)

4. ระยะติดตามผล หลังการทดลองสิ้นสุดแล้ว 3 สัปดาห์ต่อมา ผู้วิจัยนำแบบวัดการคิดอย่างสมเหตุสมผลให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำอีกครั้ง เพื่อเป็นคะแนนในการติดตามผล (follow up – test) จากนั้นสัมภาษณ์กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเกี่ยวกับความรู้สึกและประโยชน์ที่ได้รับจากโครงการนี้ บันทึกผลรวบรวมข้อมูล จากนั้นนำแบบวัดมาตรวจคะแนนแล้วนำไปสรุปผล

ข้อพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

การวิจัยนี้ได้รับใบรับรองอนุมัติการทำวิจัยและเก็บข้อมูลจากคณะกรรมการจริยธรรมวิจัยในมนุษย์ โครงการวิจัย เลขที่ G-HU172/2564 ได้รับใบรับรองเมื่อวันที่ 15 กันยายน 2564

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิจัยในครั้งนี้นำวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่ม (Repeated Measures Analysis of Variance: One Between-Subjects Variable and One Within-Subjects Variable) ของฮาเวล (Howell, 2007) หลังจากนั้นใช้วิธีทดสอบรายคู่ด้วยวิธีบอนเฟอโรนี (Bonferroni) เพื่อหาความแตกต่างของค่าเฉลี่ย

สรุปผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูล สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. ข้อมูลและค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนการคิดอย่างสมเหตุสมผลของแฟนคลับศิลปินเกาหลีที่เข้าร่วมโปรแกรม

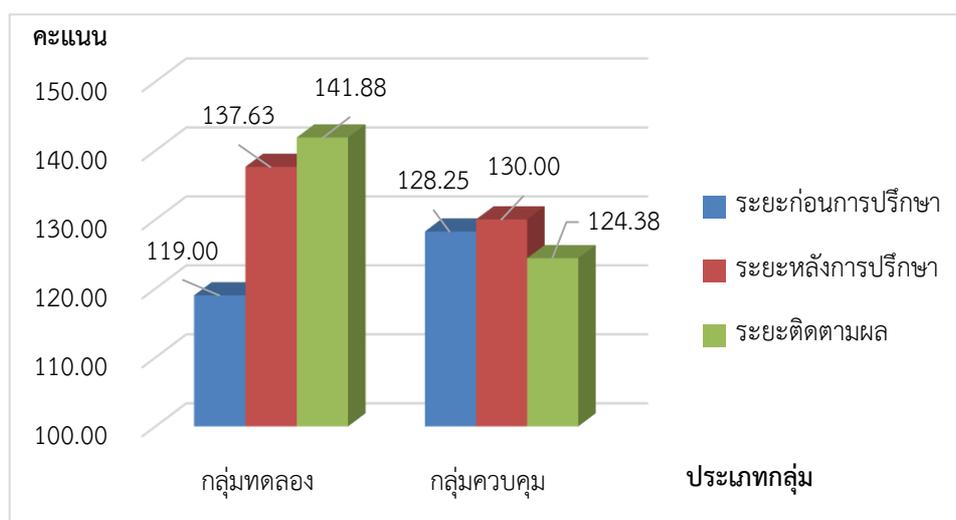
ตารางที่ 1 ข้อมูลและค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนการคิดอย่างสมเหตุสมผลของแฟนคลับศิลปินเกาหลีที่เข้าร่วมโปรแกรม การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล

คนที่	กลุ่มทดลอง			กลุ่มควบคุม		
	ระยะก่อนทดลอง	ระยะหลังทดลอง	ระยะติดตามผล	ระยะก่อนทดลอง	ระยะหลังทดลอง	ระยะติดตามผล
1	132	145	142	129	127	131
2	108	135	127	148	143	152
3	118	131	136	127	125	105
4	134	144	150	125	130	133
5	137	145	149	146	144	139
6	126	134	144	135	137	141
8	73	139	148	84	105	90
รวม	952	1101	1135	1026	1040	995
Mean	119.00	137.63	141.88	128.25	130.00	124.38
S.D.	20.805	6.632	7.772	19.768	12.387	21.856

จากตารางที่ 1 พบว่า แฟนคลับศิลปินเกาหลีที่เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของการคิดอย่างสมเหตุสมผลในระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 119.00, 137.63 และ 141.88 ตามลำดับ ส่วนแฟนคลับศิลปินเกาหลีที่เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมในกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยของการ

คิดอย่างสมเหตุสมผลในระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 128.25, 130.00 และ 124.38 ตามลำดับ ซึ่งพบว่าระยะหลังทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าระยะหลังทดลอง เท่ากับ 1.75 และระยะติดตามผลมีค่าคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่าระยะหลังทดลองเท่ากับ 5.62 และต่ำกว่าระยะก่อนทดลองเท่ากับ 3.87 แสดงว่ากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยการคิดอย่างสมเหตุสมผลในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5

2. ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการคิดอย่างสมเหตุสมผลของแฟนคลับศิลปินเกาหลีที่เข้าร่วมโปรแกรมการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล แสดงดังภาพ 2



ภาพ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการคิดอย่างสมเหตุสมผลของแฟนคลับศิลปินเกาหลีที่เข้าร่วมโปรแกรม

จากภาพ 2 พบว่าแฟนคลับศิลปินเกาหลีที่เข้าร่วมโปรแกรมการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมในกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยการคิดอย่างสมเหตุสมผลในระยะก่อนทดลอง เท่ากับ 119.00 ระยะหลังทดลอง เท่ากับ 137.63 และระยะติดตามผล เท่ากับ 141.88 ซึ่งพบว่าระยะหลังทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าระยะให้การศึกษาเท่ากับ 18.96 และระยะติดตามผลมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าระยะหลังทดลองเท่ากับ 4.25 และสูงกว่าระยะก่อนทดลองเท่ากับ 22.88

ในขณะที่แฟนคลับศิลปินเกาหลีในกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยการคิดอย่างสมเหตุสมผลในระยะก่อนทดลอง เท่ากับ 128.25 ระยะหลังทดลอง เท่ากับ 130.00 และระยะติดตามผล เท่ากับ 124.38 ซึ่งพบว่าระยะหลังทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าระยะหลังทดลอง เท่ากับ 1.75 และระยะติดตามผลมีค่าคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่าระยะหลังทดลองเท่ากับ 5.62 และต่ำกว่าระยะก่อนทดลองเท่ากับ 3.87

กลุ่มทดลองที่ได้รับการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีการคิดอย่างสมเหตุสมผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ในระยะหลังทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยมีข้อค้นพบที่น่าสนใจ และควรนำมาอภิปรายผลในประเด็นที่สำคัญ ดังนี้

1. กลุ่มแฟนคลับที่ได้รับการให้การศึกษาตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีการคิดอย่างสมเหตุสมผลในระยะหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อนทดลอง อภิปรายผลการทดลองได้ดังนี้

แฟนคลับศิลปินเกาหลีที่ได้เข้ารับการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมหลังสิ้นสุดการศึกษามีการคิดอย่างสมเหตุสมผลมากยิ่งขึ้น เพิ่มขึ้นเฉลี่ย 18.63 แสดงให้เห็นว่าผลของโปรแกรมการศึกษาตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เพื่อเสริมสร้างการคิดอย่างสมเหตุสมผล ซึ่งใช้เวลาทั้งหมด 10 ครั้ง เป็นระยะเวลา 5 สัปดาห์ มีประสิทธิภาพในการทำให้แฟนคลับศิลปินเกาหลีมีความคิดอย่างสมเหตุสมผลเพิ่มมากขึ้น ซึ่งการคิดอย่างสมเหตุสมผลมีความสำคัญเป็นอย่างมากต่อการใช้ชีวิต ดังที่ประพันธ์ศิริ สุเสารัจ (2553) กล่าวว่า การคิดมีความสำคัญอย่างมาก ต่อการดำเนินชีวิต ทำให้สามารถแก้ปัญหา ตัดสินใจได้อย่างเหมาะสมและมีเหตุผล และดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีคุณภาพและความสุข การพัฒนาความคิดมีความสำคัญอย่าง ยิ่งตั้งแต่ระดับอนุบาลจนถึงระดับสูงขึ้นไป และสอดคล้องกับ ฮิลการ์ด (Hilgard, 1962) ที่กล่าวว่า การคิดอย่างมีวิจารณญาณ เป็นความสามารถในการตัดสินใจ ปัญหา หรือข้อความเป็นข้อเท็จจริงเกิดจากการคิดอย่างรอบคอบ มีหลักของการประเมินและมี หลักฐานอ้างอิง เพื่อหาข้อสรุปที่น่าจะเป็นไปได้ร่วมถึงการพิจารณาองค์ประกอบที่เกี่ยวข้อง ทั้งหมด และใช้กระบวนการทางตรรกวิทยาได้อย่างถูกต้อง สมเหตุสมผล อีกทั้งยังสอดคล้องกับ สุนทร (2551) ที่กล่าวว่า การคิดอย่างมีวิจารณญาณ มีความสำคัญเป็นอย่างมาก และเกิดจากกระบวนการคิดที่ใช้เหตุใช้ผลพิจารณาไตร่ตรองอย่างรอบคอบ โดยการศึกษาข้อมูล หลักฐาน แยกแยะข้อมูลว่าข้อมูล ใดคือ ข้อเท็จจริง ข้อมูลใดคือความคิดเห็น ตลอดจนพิจารณาความน่าเชื่อถือของข้อมูลแล้ว ตั้งสมมติฐานเพื่อหาสาเหตุของปัญหา และสามารถหาแนวทางแก้ไขปัญหานั้น ๆ ได้

การศึกษาแบบกลุ่มทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เป็นการฝึกปฏิบัติที่สนับสนุนให้มีการแลกเปลี่ยนเรื่องราวมุมมองและส่งเสริมแนวทางในการมีมุมมองใหม่ เพื่อนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันของตน ในขณะที่สมาชิกคนหนึ่งปฏิบัติอยู่นั้น สมาชิกคนอื่น ๆ ก็สามารถที่จะเรียนรู้แนวทางที่จะนำไปปฏิบัติให้เกิดการเปลี่ยนแปลงกับตนเองได้ นอกจากนี้สมาชิกกลุ่มจะได้ศึกษาถึงการจำแนกความเชื่อที่สมเหตุสมผลออกจากความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล และช่วยให้สมาชิกเข้าใจถึงสาเหตุของปัญหาทางอารมณ์พร้อมกับสมาชิกคนอื่น และเรียนรู้แนวทางในการตอบสนองได้เหมาะสมมากขึ้น โดยไม่รู้สึกลดเดี้ยว สมาชิกกลุ่มจะช่วยเหลือ และสนับสนุนให้สมาชิกคนอื่นได้เรียนรู้ถึงความพยายามต่อสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ (ดวงมณี จงรักษ์, 2556)

2. กลุ่มแฟนคลับที่ได้รับการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีการคิดอย่างสมเหตุสมผลสูงกว่ากลุ่มแฟนคลับที่ไม่ได้รับการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ในระยะหลังทดลอง อภิปรายผลการทดลองได้ดังนี้

โปรแกรมการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เพื่อเสริมสร้างการคิดอย่างสมเหตุสมผล ซึ่งใช้เวลาทั้งหมด 10 ครั้ง เป็นระยะเวลา 5 สัปดาห์ มีประสิทธิภาพในการทำให้แฟนคลับศิลปินเกาหลีได้เข้าร่วมโปรแกรมมีความคิดอย่างสมเหตุสมผลเพิ่มมากขึ้น ในขั้นตอนการศึกษาครั้งทุกครั้งผู้วิจัยจะเน้นการสร้างสัมพันธภาพเสมอ ก่อนที่จะนำเข้าสู่ช่วงเนื้อหาของการให้การศึกษา เพราะผู้วิจัยเชื่อว่าการที่ผู้รับการศึกษายอมเปิดใจให้แก่กลุ่มและให้แก่ผู้ให้การศึกษาคือกุญแจสำคัญที่จะทำให้การศึกษามีประสิทธิภาพอย่างสูงสุด ซึ่งผู้ให้การศึกษาเน้นการเปลี่ยนความคิด ความเชื่อเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่มีผลต่ออารมณ์ โดยใช้แบบฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง ABCDE เพื่อให้ผู้รับการศึกษ โต้แย้งความคิดความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล และสร้างความเชื่อขึ้นมาใหม่ที่สอดคล้องกับสถานการณ์จริง แทนความรู้สึกวิตกกังวลและความรู้สึกในทิศทางลบ ดังนั้นบุคคลจะสามารถเปลี่ยนเป็นแปลงความเชื่อใหม่ได้อย่างสมเหตุสมผล การเปลี่ยนความรู้สึกโดยการเปลี่ยนความคิด หรือการพูดกับตนเอง (Self-talk) เป็นสิ่งที่ช่วยให้

ผู้รับการปรึกษาเกิดการตระหนักรู้ว่าความคิดที่เกิดขึ้นต่อตนเองอยู่ในเหตุการณ์นั้นสมเหตุสมผลหรือไม่ และจะต้องปรับเปลี่ยนอย่างไรหากไม่สมเหตุสมผล เพื่อให้ความรู้สึกลบที่เกิดขึ้นลดน้อยลง (Corey, 2012) โดยจากการทำแบบฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง ABCDE ทำให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจว่า สิ่งที่เกิดขึ้นทั้งหมดนั้น เกิดจากความคิด ความเชื่อของตนเอง ซึ่งแตกต่างจากกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้ารับโปรแกรมการศึกษาและเรียนรู้หลักการคิดแบบ ABCD และเทคนิคในการปรับเปลี่ยนความรู้สึกลบของตนเองจากเหตุการณ์ที่เผชิญ ดังนั้น ในระยะหลังการทดลอง การให้ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมได้ทำแบบวัดการคิดอย่างสมเหตุสมผลอีกครั้ง จึงแสดงให้เห็นว่ากลุ่มแพนคลับที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีการคิดอย่างสมเหตุสมผลสูงกว่ากลุ่มแพนคลับที่ไม่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ในระยะหลังทดลอง

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. ความแม่นยำในข้อมูลของศิลปินเกาหลีที่ผู้ให้การปรึกษาจะต้องศึกษารายละเอียดของโปรแกรมเป็นอย่างดี จึงจะทำให้โปรแกรมสามารถปฏิบัติและเห็นผลได้จริง
2. สภาพแวดล้อมในการให้การปรึกษาต้องจัดการสภาพแวดล้อมให้มีความเหมาะสมกับการปฏิบัติในกระบวนการกลุ่มของแพนคลับศิลปินเกาหลี
3. ผู้ให้การปรึกษาต้องมั่นคอยศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับศิลปินเกาหลีที่มีความเปลี่ยนแปลงตามยุคตามสมัยอยู่เสมอ เพื่อที่จะสามารถสื่อสารกับกลุ่มตัวอย่างได้อย่างถูกต้อง
4. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนหรือวัยรุ่น สามารถนำโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เพื่อเสริมสร้างการคิดอย่างสมเหตุสมผลไปปรับใช้กับหน่วยงานของตนเอง ที่พบกลุ่มตัวอย่างคล้ายคลึงกับงานวิจัยได้ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของเยาวชนให้มีประสิทธิภาพในการดำเนินชีวิตให้ดียิ่งขึ้น
5. สามารถนำโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมไปเป็นแนวทางปรับใช้กับการพัฒนาการคิดอย่างสมเหตุสมผล กับกลุ่มตัวอย่างอื่นที่มีความคล้ายคลึงกันได้ เช่น กลุ่มวัยรุ่นที่คลั่งไคล้การเล่นเกมส์

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษากลุ่มแพนคลับของศิลปินนักร้องเกาหลีที่มีวัฒนธรรม การติดตามหรือสนับสนุนที่เป็นเอกลักษณ์ ในการศึกษาครั้งต่อไปควรศึกษาการถ่ายทอดทาง วัฒนธรรมประเภทต่างๆ เช่น วัฒนธรรมการท่องเที่ยวหรือวัฒนธรรมการกิน ที่สร้างอิทธิพลต่อกลุ่มแพนคลับศิลปินเกาหลี และส่งผลต่อการคิดอย่างสมเหตุสมผลอย่างไร
2. ควรมีการจัดทำวิจัยโดยจัดโปรแกรมพัฒนากระบวนการคิดอย่างสมเหตุสมผลของกลุ่มแพนคลับศิลปินเกาหลี กับกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ เช่น กลุ่มวัยรุ่นที่คลั่งไคล้การเล่นเกมส์ โดยเน้นเปรียบเทียบกลุ่มที่แตกต่างกัน เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของผลการวิจัย และสามารถนำผลการวิจัยมาพัฒนาต่อไป
3. ควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อสำรวจการพัฒนาของกระบวนการคิดอย่างสมเหตุสมผลของกลุ่มแพนคลับศิลปินเกาหลีต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต. (2563). *ดิ่ง(เกาหลี) ภาวะคลั่งคนดิ่ง*. <https://www.dmh.go.th/news/view.asp?id=1249>
- ดวงมณี จงรักษ์. (2556). *ทฤษฎีการให้การปรึกษาและจิตบำบัดเบื้องต้น*. (พิมพ์ครั้งที่2). กรุงเทพฯ: สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น).
- บุญยูนุช นาคะ. (2560). *แฟนคลับเกาหลี อัตลักษณ์เชิงวัตถุและชุมชนแฟนคลับ*. [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารจิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์].
- ประพันธ์ศิริ สุเสารัจ. (2553). *การพัฒนาการคิด*. กรุงเทพฯ: 9119 เทคนิคพรินต์.
- พาริตะห์ หะยีมะ. (2562). *การคิดอย่างมีเหตุผล*. <https://prezi.com/p/devgakenbiqt/presentation/>
- วรรณุช ตันติวิทพงษ์. (2551). *พฤติกรรมความคลั่งไคล้ศิลปินนักร้องเกาหลีของวัยรุ่นไทย*. [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารจิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย].
- วัชรวิ ทรัพย์มี. (2554). *ทฤษฎีให้การปรึกษา*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุคนธ์ สิ้นธพานนท์ และคณะ. (2551). *การพัฒนาทักษะการคิด...พิชิตการสอน*. กรุงเทพฯ: ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Corey, G. (2012). *Theory and practice of group counseling* (8th ed.). Belmont, CA : Brooks/Cole. Cengage Learning.
- Ellis, A (1962). *Rational and Irrational Thinking*.
http://digital_collect.lib.buu.ac.th/dcms/files//01132/chapter2-33-58.pdf
- Hilgard, E. R. (1962). *Introduction to Psychology*. New York: Harcourt, Brace & World.