

การสังเคราะห์วิทยานิพนธ์ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่น

ระหว่างปี พ.ศ.2556-2566

A SYNTHESIS OF THESIS ON COUNSELING IN TEENAGER,
DURING YEARS 2013-2023



¹สรวิศ เห่งาลี, ²มฤษฎ์ แก้วจินดา และ ³จิตตินันท์ บุญสถิรกุล

¹Soravis Ngaolee, ²Marid Kaewchinda and ³Jittinun Boonsathirakul

¹มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ประเทศไทย

¹Kasetsart University, Thailand

¹soravis.pong@gmail.com, ²fedumrk@ku.ac.th, ³fedujub@ku.ac.th

Received: October 10, 2024; **Revised :**November 9, 2024; **Accepted :**December 28,2024

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อการวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสังเคราะห์งานวิทยานิพนธ์ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่นระหว่างปี พ.ศ.2556-2566 จากการสืบค้นฐานข้อมูลของโครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย ThaiLIS: Thai library Integrated System จำนวน 41 เล่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือแบบบันทึกคุณลักษณะงานวิจัย และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าความถี่และร้อยละ ผลการสังเคราะห์งานวิทยานิพนธ์พบว่าวิทยานิพนธ์ที่จัดทำในปี พ.ศ. 2559 และ พ.ศ. 2561 มีจำนวนมากที่สุด มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลของการใช้โปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยามากที่สุด มีการใช้ทฤษฎีการปรึกษาตามแนวพฤติกรรมทางปัญญามากที่สุด ตัวแปรตามที่ศึกษาส่วนใหญ่เป็นพฤติกรรมการตระหนักรู้ในตนเอง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 15 - 19 ปี และมีการใช้เครื่องมือเป็นแบบวัด/มาตรวัดตัวแปรตาม และโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวิทยานิพนธ์ทุกเล่ม โดยในวิทยานิพนธ์ที่เป็นการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มขนาดของกลุ่มส่วนใหญ่จะเป็นกลุ่ม 8 และ 10 คน จำนวนครั้งการให้การปรึกษาตลอด

¹ นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

² อาจารย์ ดร. สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

³ รองศาสตราจารย์ ดร. สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

โปรแกรมการปรึกษาส่วนใหญ่เป็นโปรแกรม 10 ครั้ง ระยะเวลาที่ใช้ในการให้การศึกษาแต่ละครั้ง ส่วนใหญ่จะใช้เวลา 60 นาที สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลใช้การวิเคราะห์สถิติพื้นฐานค่าเฉลี่ย และใช้ t-test for dependent sample ในการพิสูจน์สมมติฐานเป็นจำนวนมากที่สุด กลุ่มบุคคลที่ผู้วิจัยคาดว่าจะนำผลการวิจัยไปใช้เป็นกลุ่มนักเรียน/นักศึกษา มากที่สุด รองลงมาเป็นกลุ่มอาจารย์ และอาจารย์แนะแนว

คำสำคัญ : การสังเคราะห์งานวิจัย; การปรึกษาเชิงจิตวิทยา; วัยรุ่น

Abstract

The purposes of this research were to; Synthesize on thesis relate to counseling in teenager during Years 2013 – 2023, from 41 thesis in ThaiLIS: Thai library Integrated System. The research instruments were synthesis record forms. Data were analyzed by frequencies and percentages. The results indicated; The highest number of research studies was published in the academic year 2016 and 2018. Purposes of thesis mostly were created in order to study the result of counseling programs. Cognitive behavioral therapy theory was the highest counseling one conducted. The highest number of dependent variables was self-awareness. The age range in which the highest number of research studies was around 15 – 19. The research instruments comprised a test of dependent variable and counseling programs in every thesis. In thesis that used group counseling programs the amount of group mostly was 8 and 10. The number of counseling sessions throughout most counseling programs was 10. The duration of most counseling sessions was 60 minutes. The data were mostly analyzed by mean followed by t-test for dependent sample. And Most of the expected sample of research was the group of students, followed by group of teacher/Guidance teacher.

Keywords : Research Synthesis; Counseling; Teenager

บทนำ

ในปัจจุบันโลกเราเกิดความเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ อย่างรวดเร็ว ทั้งด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม ด้านวัฒนธรรม ด้านวิถีชีวิต รวมไปถึงด้านการศึกษา ในช่วงระยะเวลาที่ผ่านมา เมื่อโลกต้องเผชิญกับภาวะการณ์แพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ส่งผลให้ความเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ทวีความรุนแรงและรวดเร็วยิ่งขึ้น ประเทศไทยต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วดังที่กล่าวมาข้างต้นเช่นเดียวกัน ซึ่งผลกระทบทางด้านสุขภาพ ความวิตกกังวล ความเครียด จากความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น นับเป็นหนึ่งในปัญหาสุขภาพที่สำคัญต่อประชากรชาวไทย โดยข้อมูลจากไทยโพสต์ (2567) กรมสุขภาพจิตในปี พ.ศ. 2565 พบว่า วัยรุ่นอายุ 10-19 ปี ประมาณ 1 ใน 7 คนมีความผิดปกติทางจิตประสาทและอารมณ์ และจากการศึกษาเรื่องการเสริมสร้างความเข้มแข็งให้ระบบและบริการสนับสนุนทางจิตใจและจิตสังคมสำหรับเด็กและวัยรุ่นในประเทศไทย โดยยูนิเซฟ กรมสุขภาพจิต สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล และสถาบันเบอร์เน็ต พบว่า ทั้งเด็ก วัยรุ่น วัยทำงาน รวมไปถึงวัยสูงอายุ ต่างก็มีความเครียดที่สูงขึ้น โดยเฉพาะในวัยรุ่นที่อยู่ในภาวะโรคทั้งหมด ความผิดปกติทางจิตและการทำร้ายตัวเองมีสัดส่วนสูงถึงร้อยละ 15 ในปัจจุบันโรคจิตเวชเช่นนี้เป็นสิ่งที่พบเห็นได้บ่อยขึ้น แต่การได้รับการรักษากลับมีจำนวนน้อย และถึงแม้วัยรุ่นกลุ่มนี้จะไม่เข้าข่ายการเป็นโรคจิตเวช แต่ในประเทศไทยก็มีวัยรุ่นหลายล้านคนที่กำลังเผชิญกับความทุกข์และสุขภาพจิตที่ย่ำแย่ลง ซึ่งส่งผลกระทบต่อวัยรุ่นทั้งในด้านการเรียน ด้านการใช้ชีวิตประจำวัน ด้านของพัฒนาการที่สำคัญ ความสามารถในการเรียนรู้และเจริญเติบโต และอาจรุนแรงถึงขั้นฆ่าตัวตาย โดยสาเหตุของการเสียชีวิตของวัยรุ่นในช่วง 15 – 19 ปี มีการฆ่าตัวตายเป็นสาเหตุอันดับสามของการเสียชีวิต และช่วงวัยรุ่น 13 – 17 ปี จากการสำรวจภาวะสุขภาพนักเรียนในประเทศไทยปี 2564 พบว่าร้อยละ 17.6 มีความคิดที่จะฆ่าตัวตายอย่างจริงจัง (คยองซอน คิม, 2565)

ด้วยเหตุนี้เองการปรึกษาเชิงจิตวิทยาซึ่งเป็นหนึ่งในบริการแนะแนว และเป็นหัวใจของงานแนะแนว ที่เป็นกระบวนการที่เอื้ออำนวยให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความเข้าใจในตนเอง เข้าใจผู้อื่น และเข้าใจสิ่งแวดล้อม สามารถค้นพบแนวทางแก้ไขปัญหามีประสิทธิภาพได้ด้วยตนเอง มีความสุขในการดำเนินชีวิต ตลอดจนสามารถปรับปรุงความสามารถในการพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพ (Corey, 2012) จึงมีความสำคัญอย่างมากในการช่วยให้วัยรุ่นสามารถที่จะรับมือกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น สามารถรับมือกับปัญหาด้านสุขภาพของตนเองได้ สามารถเติบโตอย่างมีความสุข และสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพของตน ซึ่งในปัจจุบันประเทศไทยได้มีการจัดทำวิทยานิพนธ์ที่ศึกษาในด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่นจำนวนหลายงาน ทั้งนี้วิทยานิพนธ์

ที่หลากหลายเหล่านี้มักจะมีทั้งความสอดคล้องและความหลากหลายที่แตกต่างกันไปตามบริบทของภูมิภาค บริบทของโรงเรียน แตกต่างในด้านของประเด็นปัญหาของนักเรียน แตกต่างในด้านรูปแบบการปรึกษาที่ประกอบด้วยทำให้การปรึกษารายบุคคล และการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม และแตกต่างในด้านของทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่ผู้วิจัยเลือกใช้ หากมีการรวบรวม และเรียบเรียงวิทยานิพนธ์ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่นเหล่านี้ให้เป็นระบบ และนำงานวิจัยเหล่านี้มาวิเคราะห์ด้วยวิธีการที่เป็นระบบ เพื่อหาข้อสรุปในประเด็นต่างๆ ของวิทยานิพนธ์ ก็จะเป็นข้อมูลสำคัญ เป็นประโยชน์กับการศึกษาค้นคว้าในอนาคต เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาการให้การปรึกษา อีกทั้งยังช่วยให้เห็นทิศทางของการศึกษาวิจัยในด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาต่อไป

การสังเคราะห์งานวิจัยเป็นระเบียบวิธีการวิจัยรูปแบบหนึ่ง ที่มุ่งตอบปัญหางานวิจัยเรื่องใดเรื่องหนึ่ง โดยการรวบรวมงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับประเด็นปัญหาที่สนใจ แล้วนำมาวิเคราะห์หาคำตอบอย่างเป็นระบบด้วยวิธีการทางสถิติ หรือการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ (นงลักษณ์ วิรัชชัย และสุวิมล ว่องวานิช, 2542) โดยรูปแบบของการสังเคราะห์งานวิจัยแบ่งออกเป็น 2 รูปแบบ คือ การสังเคราะห์เชิงคุณภาพ เป็นการรวบรวม จัดหมวดหมู่ และสังเคราะห์เนื้อหาโดยการบรรยายให้ได้เป็นบทสรุปรวม และการสังเคราะห์เชิงปริมาณ เป็นการใช้ระเบียบวิธีวิจัยทางสถิติมาเสนอข้อค้นพบจากงานวิจัยทุกงานให้เป็นมาตรฐานเดียวกัน เพื่อแสดงให้เห็นถึงความเชื่อมโยงของงานวิจัยทั้งหมด สัตยญา เคนาภูมิ (2562) หากนำมาใช้กับวิทยานิพนธ์ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่น จะนำไปสู่การได้ข้อสรุปและองค์ความรู้ต่าง ๆ ตามที่ผู้วิจัยต้องการศึกษา

จากเหตุผลที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่าการศึกษางานวิจัยด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา มีความหลากหลาย และมีความสำคัญอย่างมากกับวัยรุ่นที่ต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว และปัญหาสุขภาพจิต ทั้งนี้ในปัจจุบันการสังเคราะห์วิทยานิพนธ์ในด้านนี้มีจำนวนงานที่น้อยมาก และไม่ครอบคลุมวิทยานิพนธ์ที่ทำการศึกษาในปัจจุบัน ผู้วิจัยจึงเห็นถึงความสำคัญในการรวบรวมและจัดหมวดหมู่งานวิจัยให้เป็นระบบด้วยการสังเคราะห์วิทยานิพนธ์ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่นระหว่างปี พ.ศ. 2556 – 2566 เพื่อหาข้อสรุปในประเด็นต่าง ๆ ของวิทยานิพนธ์ ให้เป็นข้อมูลสำคัญ เพื่อเป็นประโยชน์กับการศึกษาค้นคว้าในอนาคต เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา อีกทั้งยังช่วยให้เห็นทิศทางของการศึกษาวิจัยในด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามที่ได้กล่าวไปข้างต้นต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อสังเคราะห์วิทยานิพนธ์ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่นระหว่างปี พ.ศ.2556-2566

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ วิทยานิพนธ์ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่นระหว่างปี พ.ศ. 2556 – 2566 ซึ่งสืบค้นได้จากฐานข้อมูลโครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย ThaiLIS: Thai library Integrated System สำนักงานคณะกรรมการอุดมศึกษา

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ วิทยานิพนธ์ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่นระหว่างปี พ.ศ. 2556 – 2566 ซึ่งสืบค้นได้จากฐานข้อมูลโครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย ThaiLIS: Thai library Integrated System สำนักงานคณะกรรมการอุดมศึกษา จำนวน 41 เล่ม โดยมีเกณฑ์ในการคัดเลือกวิทยานิพนธ์ ดังนี้

1.1 การสำรวจวิทยานิพนธ์ใช้คำสำคัญในการสืบค้นว่า "การปรึกษา" "มัธยมศึกษา" และ "วัยรุ่น" จากเขตข้อมูล "หัวเรื่อง" และกำหนดการจำกัดข้อมูลเฉพาะระหว่างปีที่ทำเอกสารตัวเล่ม ระหว่างปี พ.ศ. 2556 – 2566

1.2 วิทยานิพนธ์ที่สำรวจต้องเป็นวิทยานิพนธ์ในระดับมหาบัณฑิต และดุษฎีบัณฑิตระหว่างปี พ.ศ. 2556 – 2566 ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่นอายุ 10 – 19 ปี

2. ขอบเขตด้านเนื้อหา

ขอบเขตการสังเคราะห์วิทยานิพนธ์แบ่งออกเป็น 5 ส่วน ได้แก่ คุณลักษณะด้านข้อมูลพื้นฐานของงานวิจัย คุณลักษณะด้านเนื้อหาของงานวิจัย คุณลักษณะด้านระเบียบวิธีการวิจัย คุณลักษณะด้านผลการวิจัย และคุณลักษณะด้านการอ้างอิง

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสำรวจข้อมูลเพื่อการสังเคราะห์งานวิจัย ประกอบด้วยคุณลักษณะ 5 ส่วน ได้แก่ คุณลักษณะด้านข้อมูลพื้นฐานของงานวิจัย คุณลักษณะด้านเนื้อหาของงานวิจัย คุณลักษณะด้านระเบียบวิธีการวิจัย คุณลักษณะด้านผลการวิจัย และคุณลักษณะด้านการอ้างอิง จำนวน 28 ข้อ สร้างโดยปรับปรุงจากแบบบันทึกข้อมูลจากรายงานวิจัยของนางลักษณ์ วิรัชชัย (2542) และตรวจสอบคุณภาพโดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลจากการสังเคราะห์วิทยานิพนธ์ โดยหาค่าความถี่และร้อยละ เพื่อหาข้อสรุปจากการสังเคราะห์วิทยานิพนธ์ และนำมาสรุปเชื่อมโยงให้เห็นถึงภาพรวมของวิทยานิพนธ์ทั้งหมดแล้วนำเสนอในเชิงพรรณนา

ผลการวิจัย

จากการสังเคราะห์วิทยานิพนธ์ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่นระหว่างปี พ.ศ.2556–2566 สามารถสรุปผลตามขอบเขตเนื้อหา 5 ส่วน ได้แก่ คุณลักษณะด้านข้อมูลพื้นฐานของงานวิจัย คุณลักษณะด้านเนื้อหางานวิจัย คุณลักษณะด้านระเบียบวิธีการวิจัย คุณลักษณะด้านผลการวิจัยและคุณลักษณะด้านการอ้างอิง ได้ดังนี้

1. คุณลักษณะด้านข้อมูลพื้นฐานของงานวิจัย พบว่าวิทยานิพนธ์ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่นระหว่างปี พ.ศ.2556–2566 วิทยานิพนธ์ที่จัดทำในปี พ.ศ.2559 และพ.ศ.2561 มีจำนวนมากที่สุด โดยจัดทำทั้งสิ้นปีละ 7 เล่ม (แต่ละปีร้อยละ 17.07) รองลงมาได้แก่ พ.ศ.2558 และพ.ศ. 2560 จำนวนปีละ 6 เล่ม (แต่ละปีร้อยละ 14.63) ปีพ.ศ. 2562 จำนวน 4 เล่ม (ร้อยละ 9.76) พ.ศ. 2556 จำนวน 3 เล่ม (ร้อยละ 7.32) ปีพ.ศ.2561–2565 จำนวนปีละ 2 เล่ม (แต่ละปีร้อยละ 4.88) และปีพ.ศ.2557 และพ.ศ. 2566 จำนวนปีละ 1 เล่ม (แต่ละปีร้อยละ 2.44) ตามลำดับ จัดทำโดยมหาวิทยาลัยบูรพา มากที่สุดจำนวน 16 เล่ม (ร้อยละ 39.02) จัดทำโดยสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา มากที่สุดจำนวน 23 เล่ม (ร้อยละ 56.10) มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลของการใช้โปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยามากที่สุดจำนวน 23 เล่ม (ร้อยละ 56.10) มีการตั้งสมมุติฐานแบบมีทิศทางมากที่สุดจำนวน 33 เล่ม (ร้อยละ 80.49)

2. คุณลักษณะด้านเนื้อหางานวิจัย พบว่าทฤษฎีที่ใช้ในแต่ละโปรแกรมการปรึกษา โดยส่วนใหญ่จะเป็นโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามหลักทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่ง (ร้อยละ 68.29) ซึ่งทฤษฎีที่ใช้ส่วนใหญ่คือทฤษฎีการปรึกษาตามแนวพฤติกรรมทางปัญญา (ร้อยละ 26.83) รองลงมาได้แก่ ทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม จำนวน 9 เล่ม (ร้อยละ 21.95) ทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริง และทฤษฎีการปรึกษาตามแนวเกสตัลท์ จำนวนทฤษฎีละ 7 เล่ม (แต่ละทฤษฎีร้อยละ 17.07) ทฤษฎีการปรึกษาตามแนวอัตถิภาวนิยม จำนวน 5 เล่ม (ร้อยละ 12.20) เป็นต้น สำหรับตัวแปรตามที่ศึกษาจะเป็นตัวแปรที่เป็นพฤติกรรมภายใน และพฤติกรรมภายนอกของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งส่วนใหญ่เป็นพฤติกรรมภายในที่เป็นการตระหนักรู้ในตนเอง ประเภทของงานวิจัยเป็นงานวิจัยเชิงปริมาณ มากที่สุดจำนวน 34 เล่ม (ร้อยละ 82.93)

3. คุณลักษณะด้านระเบียบวิธีการวิจัย พบว่ารูปแบบงานวิจัยเป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง ทั้ง 41 เล่ม ช่วงอายุของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในช่วง 15-19 ปี มากที่สุดจำนวน 13 งาน (ร้อยละ 31.71) การได้มาซึ่งผู้เข้าร่วมการวิจัยใช้การเลือกอย่างเฉพาะเจาะจง มากที่สุดจำนวน 34 เล่ม (ร้อยละ 82.93) รูปแบบกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มากที่สุดจำนวน 37 เล่ม (ร้อยละ 90.24) ขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยมีขนาดกลุ่มตัวอย่าง 20 คน มากที่สุดจำนวน 12 เล่ม (ร้อยละ 29.27) โดยมีการแบ่งขนาดกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเป็นครึ่งหนึ่งของขนาดกลุ่มตัวอย่าง งานวิจัยใช้จำนวนเครื่องมือ 2 ชิ้น มากที่สุดจำนวน 29 เล่ม (ร้อยละ 70.73) โดยแบบวัด/มาตรวัดตัวแปรตาม และโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เป็นเครื่องมือที่มีในวิทยานิพนธ์ทั้ง 41 เล่ม ซึ่งทุกเครื่องมือมีการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ขนาดกลุ่มการปรึกษาในงานวิจัยที่ใช้โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่ม มีขนาด 8 และ 10 คน มากที่สุดจำนวนขนาดกลุ่มการปรึกษาละ 11 เล่ม (แต่ละขนาดกลุ่มการปรึกษาร้อยละ 28.21) จำนวนครั้งการให้การปรึกษาดลอดโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาส่วนใหญ่เป็น 10 ครั้ง จำนวน 14 เล่ม (ร้อยละ 34.15) ระยะเวลาที่ใช้ในการให้การปรึกษาแต่ละครั้งใช้เวลา 60 นาที มากที่สุดจำนวน 12 งาน (ร้อยละ 29.27) ใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลวิเคราะห์สถิติพื้นฐาน ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานในทุกงาน และใช้ t-test for dependent sample มากที่สุดจำนวน 13 งาน (ร้อยละ 31.71)

4. คุณลักษณะด้านผลการวิจัย พบว่ารูปแบบการนำเสนอผลการวิจัยเป็นความเรียงประกอบตาราง มากที่สุดจำนวน 21 เล่ม (ร้อยละ 51.22) ผลการพิสูจน์สมมติฐานสอดคล้องกับสมมติฐาน มากที่สุดจำนวน 36 เล่ม (ร้อยละ 87.80) สอดคล้องกับสมมติฐานเพียงบางข้อ จำนวน 4 เล่ม (ร้อยละ 9.76) มีการให้ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปใช้ และเพื่อเสนอแนวทางข้อปฏิบัติเพิ่มเติมสำหรับการนำวิจัยไปใช้ในครั้งต่อไป ในวิทยานิพนธ์ทุกเล่ม กลุ่มบุคคลที่ผู้วิจัยคาดว่าจะนำผลการวิจัยไปใช้เป็นกลุ่มนักเรียน/นักศึกษา มากที่สุดในวิทยานิพนธ์ทุกเล่ม และกลุ่มอาจารย์และอาจารย์แนะแนว จำนวน 38 งาน (ร้อยละ 92.68)

5. คุณลักษณะด้านการอ้างอิง พบว่าเอกสารและสิ่งอ้างอิงที่เกี่ยวข้องทุกวิทยานิพนธ์มีเอกสารและสิ่งอ้างอิงทั้งภาษาไทยและภาษาต่างประเทศและมีการใช้เอกสารไทยส่วนใหญ่ช่วงเวลา 10 ปีนับจากปีที่เริ่มทำวิจัย และเอกสารต่างประเทศส่วนใหญ่ช่วงเวลามากกว่า 10 ปีนับจากปีที่เริ่มทำวิจัย มากที่สุดจำนวน 16 งาน (ร้อยละ 39.02)

อภิปรายผล

จากการสังเคราะห์วิทยานิพนธ์ด้านข้อมูลพื้นฐานของงานวิจัยของวิทยานิพนธ์ด้านการ
ปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่นระหว่างปี พ.ศ.2556–2566 จำนวน 41 เล่ม พบว่าปี พ.ศ.2559 และ
พ.ศ. 2561 มีการจัดทำวิทยานิพนธ์มากที่สุดจำนวน 7 เล่ม ส่วนในปี พ.ศ.2558 และ พ.ศ.2560
ต่างก็มีการจัดทำวิทยานิพนธ์ในจำนวนที่ใกล้เคียงกันอยู่ที่ 6 เล่ม จะเห็นได้ว่าตั้งแต่ปี พ.ศ.2558
เป็นต้นมาจนถึง พ.ศ.2561 วิทยานิพนธ์ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่นได้รับความสนใจในการ
ศึกษาวิจัย แสดงให้เห็นว่าในช่วงเวลานี้สังคมได้ให้ความสนใจ และให้ความสำคัญกับปัญหาด้านสุข
ภาวะของวัยรุ่น จึงได้มีการจัดทำวิทยานิพนธ์ดังกล่าวเพื่อมุ่งรับมือกับปัญหา และพัฒนาสุขภาวะ
ของวัยรุ่น ดังที่ กมล โปธิเย็น (2563) กล่าวว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นหลักสำคัญในการให้
ความช่วยเหลือให้ผู้เรียนสามารถรับมือกับปัญหาที่กำลังเผชิญได้อย่างเหมาะสม สามารถตัดสินใจ
สามารถหาทางออกได้ด้วยตนเอง สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข ทั้งนี้หลังจากปี พ.ศ.2562
เป็นต้นมาวิทยานิพนธ์ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่นมีจำนวนลดลงจากปี พ.ศ.2558–2561
อย่างเห็นได้ชัด โดยปี พ.ศ.2563-2565 มีจำนวนวิทยานิพนธ์ปีละ 2 เล่ม และในปี พ.ศ.2566 มี
วิทยานิพนธ์จำนวน 1 เล่ม ซึ่งการลดลงของการจัดทำวิทยานิพนธ์ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาใน
วัยรุ่นนี้อาจเกิดจากการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ที่เริ่มแพร่ระบาดตั้งแต่ปลายปี พ.ศ.
2562 เป็นต้นมา ส่งผลให้วิถีชีวิตของสังคมเกิดเป็นวิถีชีวิตบนความปกติใหม่ โดยเฉพาะในช่วง 1 –
2 ปีหลังจากการแพร่ระบาด ที่ผู้คนจะมีความระมัดระวังในการปฏิสัมพันธ์กันมากขึ้น มีการจำกัด
ขนาดของกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทำเป็นกลุ่ม ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อการปรึกษาเชิงจิตวิทยาให้จำเป็นต้อง
จำกัดหรืองดเว้นไป เนื่องจากการปรึกษาเชิงจิตวิทยามีหนึ่งในปัจจัยสำคัญเป็นการมีปฏิสัมพันธ์
ระหว่างบุคคล ซึ่งสอดคล้องกับการให้ความหมายเชิงจิตวิทยาโดย วัชร ทรัพย์มี (2556) ได้ให้
ความหมายของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาไว้ว่าเป็นกระบวนการของสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้การ
ปรึกษากับผู้รับการปรึกษาที่ต้องการความช่วยเหลือ เพื่อช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความเข้าใจ
ยอมรับในความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เป็นปัญหา และเปิดโอกาสให้ผู้รับการปรึกษาได้ร่วม
พูดคุยถึงปัญหา และเป็นผู้ตัดสินใจในการจัดการปัญหาด้วยตนเอง

สำหรับทฤษฎีที่ใช้ในโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาส่วนใหญ่ที่พบเป็นทฤษฎีการ
ปรึกษาตามแนวพฤติกรรมทางปัญญา และทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และ
พฤติกรรม สำหรับทฤษฎีการปรึกษาตามทั้งสองนี้พบว่ามักถูกใช้กับตัวแปรตามที่เป็นพฤติกรรม
ภายในที่เป็นรูปแบบของความคิด เช่น ความวิตกกังวล การคิดอย่างสมเหตุสมผล ชุดความคิดใน
การดำเนินชีวิต เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับนิทธร พิทยรัตน์เสถียร (2556) ที่ได้กล่าวว่าทฤษฎี

พฤติกรรมทางปัญญาเป็นทฤษฎีที่ทำงานกับความคิดอัตโนมัติที่เกิดขึ้นของบุคคลจากเหตุการณ์ที่เผชิญนำไปสู่การเกิดอารมณ์ พฤติกรรม และอาการทางกายต่างๆ การเปลี่ยนแปลงความคิดอัตโนมัติเชิงลบที่เกิดขึ้นย่อมนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ พฤติกรรม และอาการทางกาย ในทิศทางที่ดีขึ้น และสอดคล้องกับ ดวงมณี จงรักษ์ (2561) ที่ได้กล่าวว่าทฤษฎีการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมตั้งอยู่บนหลักการที่ว่าความคิดคือสาเหตุของความรู้สึก ในส่วนของรูปแบบของโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาส่วนใหญ่เป็นการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมากกว่าเป็นการปรึกษาเชิงจิตวิทยารายบุคคล ซึ่งสอดคล้องกับ ปริศนา จันทศต (2554) ที่ได้กล่าวไว้ว่าเนื่องด้วยในปัจจุบันวัยรุ่นมักจะอยู่รวมกันเป็นหมู่คณะ และวัยรุ่นมักจะมีการเลียนแบบ และเรียนรู้ซึ่งกันและกัน การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่เป็นการปรึกษาที่เน้นสัมพันธภาพภายในกลุ่มระหว่างวัยรุ่นด้วยกัน ให้เกิดการช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม และเรียนรู้ซึ่งกันและกัน เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกมีความเข้มแข็งสามารถที่จะหาทางออกหรือเผชิญกับปัญหาของตนได้

ช่วงอายุของกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยพบว่าช่วงอายุของกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยส่วนใหญ่เป็นช่วงอายุ 15-19 ปี จำนวน 13 เล่ม และ ช่วงอายุ 13-15 ปี จำนวน 11 เล่ม จะเห็นได้ว่าช่วยอายุของกลุ่มตัวอย่างที่วิทยานิพนธ์ส่วนใหญ่ศึกษาเป็นช่วงอายุที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายและช่วงวัยรุ่นตอนต้น ทั้งนี้อาจเกิดจากการที่ช่วงวัยรุ่นทั้งตอนปลายและตอนต้นล้วนต้องพบกับความเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านสภาพร่างกาย และสภาพสังคมของตน ในช่วงวัยรุ่นตอนต้นต้องพบกับการเติบโตของร่างกายและการเปลี่ยนผ่านจากสังคมประถมศึกษาไปสู่มัธยมศึกษา ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายต้องพบเจอกับการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกายที่มากขึ้น และการเปลี่ยนผ่านของสังคมมัธยมที่กำลังจะก้าวเข้าไปสู่สังคมมหาวิทยาลัย ส่งผลให้วัยรุ่นทั้งสองช่วงเกิดความเครียด ความวิตกกังวล หรือเกิดปัญหาด้านสุขภาวะต่าง ๆ ตามมา สอดคล้องกับบทความของ นนทกา สุปรียาพร (2566) ที่กล่าวว่าปัญหาสุขภาพจิตส่วนใหญ่เริ่มพัฒนาขึ้นในวัยรุ่นที่เป็นช่วงอายุที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ และต้องปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านสังคม สิ่งแวดล้อม เศรษฐกิจ และเทคโนโลยี ของโลก หากวัยรุ่นไม่สามารถปรับตัวหรือรับมือกับความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ ก็มักจะก่อให้เกิดเป็นปัญหาด้านสุขภาวะของวัยรุ่นต่อไป

ขนาดกลุ่มการปรึกษาในงานวิจัยที่ใช้โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มพบว่าขนาดกลุ่มการปรึกษาโดยส่วนใหญ่จะมีขนาดอยู่ที่ 8 และ 10 คน มีจำนวนครั้งการให้การปรึกษาลดโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาส่วนใหญ่อยู่ที่ 10 ครั้ง 12 ครั้ง และ 8 ครั้ง ตามลำดับ โดยมีระยะเวลาในการให้การปรึกษาแต่ละครั้งอยู่ที่ 60-90 นาที ซึ่งข้อมูลเกี่ยวกับโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามที่ได้อ้างมานี้สอดคล้องกับ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานกระทรวงศึกษาธิการ และสมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย (2559) ที่กล่าวไว้ว่าการปรึกษาแบบกลุ่มเป็นการรวมตัวของ

สมาชิกตั้งแต่ 3 คนขึ้นไป ควรเป็นสมาชิกที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน และควรมีขนาดกลุ่ม 8-12 คน อย่างไรก็ตามการกำหนดขนาดกลุ่มนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ ได้แก่ ลักษณะของกลุ่ม ปัญหาของกลุ่ม ประสบการณ์ของผู้ให้การปรึกษา และวัตถุประสงค์ของการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยานั้น ๆ สำหรับจำนวนครั้งในการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาและระยะเวลาในการให้การปรึกษาแต่ละครั้ง การปรึกษาเชิงจิตวิทยาควรให้การปรึกษาจำนวน 10-12 ครั้ง และควรใช้เวลาในการให้การปรึกษาครั้งละ 60-90 นาที อีกทั้งควรจัดรูปแบบวงเป็นวงกลมเพื่อให้สมาชิกทุกคนได้แสดงความคิดเห็นร่วมกัน

ด้านผลการวิจัยมีวิทยานิพนธ์ที่ผลการวิจัยสอดคล้องกับสมมติฐานจำนวน 36 เล่มและสอดคล้องกับสมมติฐานเพียงบางข้อจำนวน 4 เล่ม แสดงให้เห็นว่าในวิทยานิพนธ์ส่วนใหญ่การใช้โปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นตัวแปรที่ส่งผลด้านบวกต่อตัวแปรตามต่าง ๆ ได้ ซึ่งในโปรแกรมการปรึกษาตามแต่ละทฤษฎีก็จะส่งผลต่อตัวแปรตามที่แตกต่างกันไป ตัวอย่างเช่น โปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ส่งผลด้านบวกต่อตัวแปรตามความวิตกกังวล การคิดอย่างสมเหตุสมผล เจตคติทางเพศ เป็นต้น โปรแกรมการปรึกษาตามแนวพฤติกรรมทางปัญญาส่งผลด้านบวกต่อตัวแปรตามการกำกับอารมณ์ตนเอง ชุดความคิดในการดำเนินชีวิต ความวิตกกังวล เป็นต้น โปรแกรมการปรึกษาแบบเผชิญความจริง ส่งผลด้านบวกต่อตัวแปรตามความสามารถในการเลือกอาชีพ ความมุ่งมั่นในการเรียน การปรับตัวทางเพศ เป็นต้น โปรแกรมการปรึกษาตามแนวเกสตัลท์ ส่งผลด้านบวกต่อตัวแปรตามการตระหนักรู้ในตนเอง ความเป็นมิตรของนักเรียน เป็นต้น โปรแกรมการปรึกษาตามแนวอัตถิภาวนิยม ส่งผลด้านบวกต่อตัวแปรตามการตระหนักรู้ในตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เป็นต้น สำหรับวิทยานิพนธ์ที่ผลการวิจัยสอดคล้องกับสมมติฐานเพียงบางข้อพบว่าผู้วิจัยได้มีการให้เหตุผลไว้ว่ามีปัจจัยที่ส่งผลให้ไม่พบความเปลี่ยนแปลงภายหลังกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา คือ ระยะเวลาการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาไม่เพียงพอ

ในส่วนในช่วงเวลาของเอกสารและสิ่งอ้างอิง โดยส่วนใหญ่เป็นเอกสารไทยส่วนใหญ่ช่วงเวลา 10 ปีนับจากปีที่เริ่มทำวิจัย และเอกสารต่างประเทศส่วนใหญ่ช่วงเวลามากกว่า 10 ปี นับจากปีที่เริ่มทำวิจัย จำนวน 16 งาน เอกสารไทยและต่างประเทศส่วนใหญ่ช่วงเวลามากกว่า 10 ปี นับจากปีที่เริ่มทำวิจัย จำนวน 13 งาน และเอกสารไทยและต่างประเทศส่วนใหญ่ช่วงเวลา 10 ปี นับจากปีที่เริ่มทำวิจัย จำนวน 12 งาน จึงสามารถสรุปได้ว่าวิทยานิพนธ์ส่วนใหญ่ใช้เอกสารและสิ่งอ้างอิงที่เป็นเอกสารไทยส่วนใหญ่ช่วงเวลา 10 ปี นับจากปีที่เริ่มทำวิจัย ซึ่งนับว่ายังคงเป็นข้อมูลที่ทันสมัย ทันเหตุการณ์ และใช้เอกสารต่างประเทศส่วนใหญ่ช่วงเวลามากกว่า 10 ปี นับจากปีที่เริ่มทำวิจัย ที่อาจนับได้ว่าเป็นข้อมูลที่ทันสมัย ไม่ทันกับเหตุการณ์ปัจจุบัน ทั้งนี้เอกสาร

ต่างประเทศส่วนใหญ่ช่วงเวลามากกว่า 10 ปี นับจากปีที่เริ่มทำวิจัย ที่ผู้วิจัยนำมาใช้อ้างอิงมักจะเป็นข้อมูลที่เป็นเนื้อหาจากหนังสือหรือตำรา ที่มีองค์ความรู้ที่แน่นอน เป็นหลักการที่ใช้มาจนถึงปัจจุบัน ด้วยประการนี้เองข้อมูลที่ได้อาจมีแนวโน้มว่ายังคงมีความทันสมัยอยู่ในแง่ของเนื้อหาสาระ แต่อาจมีบางส่วนที่ไม่สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงในปัจจุบันที่สถานการณ์บางอย่างได้เปลี่ยนแปลงไป สอดคล้องกับ อนุวัติ คุณแก้ว (2555) ที่ได้ให้ข้อเสนอแนะในการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยไว้ว่าความทันสมัยของข้อมูลที่นำมาอ้างอิง ถ้าเป็นการอ้างอิงจากเอกสารหรือตำราภาษาอังกฤษ ไม่ควรเกิน 10 ปี ยกเว้น สิ่งที่นำมาอ้างอิงเป็นเจ้าของทฤษฎี หรือ เจ้าของต้นฉบับ อาจจะไม่เกิน 5 – 10 ปี ก็ได้

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

จากการสังเคราะห์วิทยานิพนธ์ด้านข้อมูลพื้นฐานของงานวิจัยของวิทยานิพนธ์ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่นระหว่างปี พ.ศ.2556–2566 จำนวน 41 เล่ม ส่งผลให้เห็นถึงภาพรวมของวิทยานิพนธ์ดังกล่าว แนวโน้มในการศึกษาวิจัยด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่น แนวโน้มการใช้ทฤษฎีการปรึกษากับตัวแปรตามหรือปัญหาต่างๆ ลักษณะและรูปแบบของโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยา รวมไปถึงลักษณะของผลการวิจัยและการอ้างอิง ซึ่งองค์ความรู้เหล่านี้สามารถนำไปเป็นข้อมูลในการพัฒนาการศึกษาวิจัยด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่น การกำหนดตัวแปรที่ศึกษา การพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การพัฒนาโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวัยรุ่น หรือเป็นข้อมูลและองค์ความรู้ในการช่วยเหลือ พัฒนา และส่งเสริมสุขภาพของวัยรุ่นต่อไป

เอกสารอ้างอิง

กมล โปธิเย็น. (2563). การให้การปรึกษาทางจิตวิทยา : เครื่องมือสำคัญในการแก้ปัญหาผู้เรียน.

วารสารศึกษาศาสตร์ 19(2), 12-14.

คยองซอน คิม. (2565). ปัญหาสุขภาพจิตของเด็กและวัยรุ่นกำลังส่งผลร้ายต่อชีวิตและอนาคตของประเทศไทย ผลกระทบที่เกิดจากการระบาดของโควิด-19. เข้าถึงได้จาก

<https://www.unicef.org/thailand/th/blog/ปัญหาสุขภาพจิตของเด็กและวัยรุ่นกำลังส่งผลร้ายต่อชีวิตและอนาคตของประเทศไทย>

ณัฏฐา พิทยรัตน์เสถียร. (2556). การบำบัดผู้ป่วยโรคซึมเศร้าโดยเทคนิคการปรับเปลี่ยนความคิด และพฤติกรรม. อุบลราชธานี: ศูนย์ความรู้โรคซึมเศร้าไทย.

- ดวงมณี จงรักษ์. (2561). การใช้ 4 ทฤษฎีการปรึกษาในการปรึกษากลุ่ม. วารสารวิทยบริการ, 29(1), 190-192.
- ไทยโพสต์. (2567). นำเป็นห่วง พบ 1 ใน 7 วัยรุ่นอายุ 10-19ปี มีปัญหาทางจิตประสาท อารมณ์. เข้าถึงได้จาก <https://www.thaipost.net/news-update/520448/>
- นงลักษณ์ วิรัชชัย, และสุวิมล ว่องวานิช (2542). การสังเคราะห์งานวิจัยทางการศึกษาด้วยการวิเคราะห์ทอภิมานและการวิเคราะห์เนื้อหา. วารสารวิธีวิทยาการวิจัย 12(2), 14.
- นนทกา สุปรียาพร. (2566). สุขภาพจิตโรงเรียน : แนวทางการส่งเสริมสุขภาพจิตวัยรุ่น. วารสารครูศาสตร์, 51(1), 3-4.
- ปรีศนา จันทคัต. (2554). การให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) ราชบุรี: วิทยาลัยเทคนิคราชบุรี.
- วัชรีย์ ทรัพย์มี. (2556). ทฤษฎีให้ปรึกษาปรึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สัญญา เคนาภูมิ. (2562). หลักการและแนวทางการสังเคราะห์งานวิชาการ. วารสารการบริหารการปกครองและนวัตกรรมท้องถิ่น, 3(2), 92-95.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานกระทรวงศึกษาธิการ และสมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย. (2559). การให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ
- อนูวัติ คุณแก้ว. (2555). การวิจัยเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ผู้ผลงานทางวิชาการเพื่อการเลื่อนวิทยฐานะ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Corey, G. (2012). Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. Brooks/Cole: Cengage Learning.