

ผลของการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรมร่วมกับกระบวนการกลุ่ม
ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องขังคดียาเสพติด

The Effects of Group Counseling Based on Rational Emotive Behavior Theory with
Group Dynamic to Develop Emotional Quotient of Substance Use Inmates

จินตนา บุญยภักดานนท์¹, ชนิตา พิมพ์ศรี², กรรรรณ โหม่งพุด³

Chintana Bunyakitanon¹, Chanita Pimsri², Korrawan Mongpud³

¹นักศึกษาระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

^{2,3}อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

¹Master of Education in Educational psychology and Counseling

^{2,3}Professor in Educational Psychology and Counseling Graduate School Khonkaen University

Corresponding author. Email: korrru@kku.ac.th

(Received: September 11, 2022; Revised: September 15, 2022; Accepted: November 2, 2022)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรมร่วมกับกระบวนการกลุ่มในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องขังคดียาเสพติด กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ต้องขังคดียาเสพติด เรือนจำกลางขอนแก่น ที่มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับต่ำ จำนวน 24 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 12 คน และกลุ่มควบคุม 12 คน โดยกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษา สัปดาห์ละ 1 ครั้ง จำนวนทั้งสิ้น 9 สัปดาห์ ครั้งละ 90-120 นาที สำหรับกลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ จำนวน 74 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .86 ค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง 0.25-0.73 และโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรมร่วมกับกระบวนการกลุ่ม ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องขังคดียาเสพติด สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ Paired Simple T-test และ Independent Simple T-test ผลการวิจัยพบว่า ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษากลุ่มหลังการทดลองมีระดับความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีระดับความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: ความฉลาดทางอารมณ์ ผู้ต้องขัง การปรึกษากลุ่ม

Abstract

The objective of this research was to study the effective of Group counseling based on rational emotive behavior theory with group dynamic to develop emotional quotient of substance use inmates. The sample were 24 substance use inmates in KhonKaen central prison. Who had low level of emotional quotient. They were randomly into the experimental group and control group, 12 inmates each group. The experimental group participated in group counseling based on rational emotive behavior theory with group dynamic to develop emotional quotient, 1 session a week, 90-120 minutes each session, total of 9 sessions. The control group did not participate in Group counseling, but they attended regular prison. The

instrument using in this study were: The Emotional Quotient Assessment with reliability .86 and Discrimination 0.25-0.73 and The group counseling based on rational emotive behavior theory with group dynamic to develop emotional quotient of substance use inmates. Statistic using for data analysis was the Paired Simple T-test and Independent Simple T-test. The research finding found that the inmates participating in group counseling for developing the emotional quotient, obtained significantly higher score of emotional quotient than the pretest at .05 level. In addition, they had significant higher score than those who did not participate in group counseling at .05 level.

Keywords: Emotional Quotient, Inmates, Group Counseling

1. บทนำ

การถูกจองจำภายในเรือนจำเป็นกระบวนการที่นำมาใช้รักษาความสงบเรียบร้อยภายในสังคม โดยหวังให้ผู้กระทำผิดกลับตัวเป็นคนดีอีกครั้งหลังได้รับการปล่อยตัว ซึ่งปฏิเสธไม่ได้ว่าในปัจจุบันเรือนจำทั่วประเทศกำลังประสบปัญหาความเป็นอยู่ที่แออัด เนื่องจากมีจำนวนประชากรของผู้ต้องขังเกินขีดความสามารถที่เรือนจำจะรับได้ จากการรายงานสถิติผู้ต้องราชทัณฑ์ทั่วประเทศ ประจำเดือนกุมภาพันธ์ 2564 พบว่า มีผู้ต้องขังที่อยู่ภายในเรือนจำทั่วประเทศทั้งสิ้น 319,667 ราย แบ่งออกเป็นผู้ต้องขังชาย 279,899 ราย และผู้ต้องขังหญิง 39,768 ราย (กรมราชทัณฑ์, 2564) ขณะที่ความสามารถในการรองรับผู้ต้องขังมีเพียงประมาณ 190,000 ราย เท่านั้น ทำให้สภาพความเป็นอยู่ภายในเรือนจำแออัด จึงเกิดเป็นวิกฤตที่เรียกว่า “นักโทษล้นคุก” ส่งผลให้กรมราชทัณฑ์มีนโยบายในการแก้ไขปัญหา ไม่ว่าจะเป็นการปรับปรุงการใช้กฎหมายอาญาให้มีความเหมาะสม การใช้มาตรการทางเลือกแทนการจำคุก การใช้กัโหลอิเล็กทรอนิกส์ในการควบคุมตัวแทนการจำคุก เพื่อลดปริมาณผู้ต้องขังภายในเรือนจำให้น้อยลงได้มากที่สุด (ศรีนยา สีมา, 2559)

สถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ป่วยเลืกยาเสพติด (2563) ได้เก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยที่คนหันมาใช้ยาเสพติด ประกอบด้วย 4 ปัจจัยหลัก คือ ด้านตัวบุคคล ด้านครอบครัว ด้านสิ่งแวดล้อม และด้านเศรษฐกิจ ในส่วนของปัจจัยด้านตัวบุคคลเป็นปัจจัยที่มีผลอย่างมากในกระบวนการตัดสินใจใช้สารเสพติด ในการเสพติดครั้งแรกเกิดขึ้นจากความอยากรู้อยากลอง และความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ของผลกระทบจากสารเสพติดแต่ละชนิด ประกอบกับความประมาท วิธีการแก้ไขปัญหของตัวบุคคล และเมื่อร่างกายเกิดการปรับตัวกับสารเสพติดจะส่งผลให้เกิดภาวะดื้อยา ทำให้ต้องเพิ่มปริมาณการเสพขึ้นเกิดเป็นกิจวัตรของร่างกายที่จะต้องใช้อาหารเสพติดเป็นประจำ นอกจากนี้การต้องการเป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อนยังผลทำให้บุคคลเลือกเสพยาเสพติดได้อีกด้วย สำหรับปัจจัยด้านครอบครัว ซึ่งถือเป็นสถาบันที่มีความสำคัญที่สุดในสังคม บุคคลจะสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกในครอบครัวและเกิดการเลียนแบบพฤติกรรมไปโดยอัตโนมัติ อีกทั้งการมีปัญหภายในครอบครัว ความสัมพันธ์ที่ไม่อบอุ่น ห่างเหิน จะเป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่ส่งผลให้บุคคลพึ่งสารเสพติดอีกด้วย ปัจจัยด้านที่ 3 คือ ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ที่อยู่อาศัยที่มีการแพร่ระบาดของยาเสพติด บุคคลสามารถเข้าถึงสารเสพติดได้ง่าย ประกอบกับความไม่เข้มแข็งภายในตัวบุคคล จะส่งผลให้เกิดพฤติกรรมเสพยาเสพติดได้ และปัจจัยด้านเศรษฐกิจ การเงิน และการงาน เป็นสาเหตุให้คนเกิดความเครียดและหาทางออกโดยการพึ่งพาเสพติด ซึ่งแนวทางในการบำบัดผู้ติดยาเสพติดประกอบด้วย การทำกลุ่มบำบัด การให้ความรู้เกี่ยวกับยาเสพติดเพื่อป้องกันการกลับไปเสพยาซ้ำ การมีส่วนร่วมของครอบครัว เป็นต้น

ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นความสามารถในการรู้จักเข้าใจและควบคุมอารมณ์ของตนเองได้สอดคล้องกับวัย สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสมและมีความสุข (กรมสุขภาพจิต, 2543) ทั้งนี้ปัจจัยที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ ประกอบไปด้วย อายุ เพศ ระดับการศึกษา (ประกาศ ปานเจียง, 2556) ในปัจจุบันทฤษฎีทางด้านจิตวิทยาได้เสนอแนวทางการ

พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไว้มากมาย โดยเน้นศึกษาพฤติกรรม การแสดงออกทางอารมณ์ของบุคคล จากการศึกษาของ Yimkhlil (2006) ได้ใช้เทคนิคการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม เพื่อส่งเสริมต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ โดยใช้การฝึกกิจกรรม ทำให้เกิดการเข้าใจอารมณ์ของตนเอง พัฒนาการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และมีการใช้กลุ่มให้คำปรึกษาโดยใช้ทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล (Rational Emotive behavior Therapy: REBT) (นวลลักษณ์ บุรณะกิติ, 2549) เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาปรับความคิดส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์และพฤติกรรม โดยส่วนมากโปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์จะเน้นการลงมือปฏิบัติ การทำกิจกรรม การมีส่วนร่วมภายในกลุ่ม ระยะเวลาในการทำอยู่ระหว่าง 40-50 นาที ใช้เวลาในการเข้าโปรแกรม 2-9 สัปดาห์ โดยจากการศึกษาที่ผ่านมามีระยะติดตามผลของโปรแกรมไม่มากนัก (ทรงศิริ เหล่าทรัพย์เจริญ, 2556) และมีการศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่ค่อนข้างหลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นโปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กนักเรียน นักศึกษาพยาบาล พนักงานบริษัท รวมไปถึงการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารในองค์กรต่างๆ แต่ยังไม่พบการศึกษาการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในกลุ่มของผู้ต้องขังที่แน่ชัดมีเพียงการศึกษาในลักษณะปัจเจกที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์เท่านั้น

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวกับแนวคิดการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ด้านจิตวิทยาจะใช้กระบวนการกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ การเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม การได้รับการยอมรับจากกลุ่ม เห็นความสำคัญเห็นคุณค่าของตนเอง ผ่านการทำกิจกรรมภายในกลุ่ม เคารพในความแตกต่างระหว่างบุคคล และเรียนรู้การทำตามกฎระเบียบภายในกลุ่ม สามารถทำให้สมาชิกเกิดการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในด้านกรับรู้ตนเอง การแสดงออก มนุษย์สัมพันธ์ ในส่วนของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม จะเป็นการให้คำปรึกษา ที่เน้นในเรื่องการปรับความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล ทำให้สมาชิกมีความเชื่อและทัศนคติที่สมเหตุสมผลมากขึ้น นำไปสู่การมีภาวะทางอารมณ์ที่เหมาะสมและมีพฤติกรรมเชิงบวกตามมา ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะพัฒนาโปรแกรมเพื่อส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ให้กับผู้ต้องขัง จึงได้สร้างโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรมร่วมกับกระบวนการกลุ่ม ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องขังคดีอาชญากรรม เพื่อเป็นการแก้ไข พัฒนา พื้นฟู และเพิ่มระดับความฉลาดทางอารมณ์ในผู้ต้องขังที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำและเป็นเหตุให้ถูกจองจำภายในเรือนจำ เพื่อให้สามารถรับรู้ตัวตน มีทักษะในการแสดงออก สามารถปรับตัวได้เหมาะสม มีวุฒิภาวะ มีวิธีการแก้ไขปัญหาที่ดี มีกระบวนในการป้องกันตนเองให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ภายใต้กฎระเบียบทางสังคม โดยไม่หวนกลับไปกระทำผิดซ้ำ และเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไป

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

2.1 เพื่อพัฒนาโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรมร่วมกับกระบวนการกลุ่ม ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องขังคดีอาชญากรรม

2.2 เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องขังคดีอาชญากรรมก่อน หลัง และระยะติดตามผลหลังได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรมร่วมกับกระบวนการกลุ่ม

2.3 เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องขังคดีอาชญากรรมระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรมร่วมกับกระบวนการกลุ่มและกลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ

3. ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาเฉพาะผู้ต้องขังเด็ดขาดในเรือนจำกลางขอนแก่น โดยมีประชากร เป็นผู้ต้องขังเรือนจำกลางขอนแก่น เพศชาย คดีอาชญากรรม ที่จำคุกครั้งแรก และมีประวัติการเสพยา จำนวน 1,700 คน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นผู้ต้องขังชาย คดีอาชญากรรม ที่จำคุกครั้งแรก และมีประวัติการเสพยา จำนวน 24 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 12 คน และกลุ่ม

ควบคุม 12 คน โดยศึกษาระดับความฉลาดทางอารมณ์และผลของการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรมร่วมกับกระบวนการกลุ่ม

4. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์หรือ EQ (Emotional Quotient หรือ Emotional Intelligence) ในภาษาไทย สามารถแปลความหมายได้อีกหลายชื่อ เช่น การบริหารอารมณ์ สติอารมณ์ อัจฉริยะทางอารมณ์ เซาร์อารมณ์ ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ ปรีชาเชิงอารมณ์ วุฒิภาวะทางอารมณ์ ปัญญาทางอารมณ์ ซึ่งทั้งหมดนี้มาจากคำภาษาอังกฤษที่มีความหมายเดียวกัน ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้จะใช้คำว่า ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient) จากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีของความฉลาดทางอารมณ์ ได้มีผู้เชี่ยวชาญหลายท่านได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้หลายแบบ ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการศึกษาและรวบรวมไว้ ดังนี้

Bar On (Multi-Health systems, 2011 cited in Stein, Book, and Kanoy, 2013) ได้ให้ความหมายความฉลาดทางอารมณ์ว่า เป็นชุดของทักษะทางด้านอารมณ์และสังคมที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้และการแสดงออกของตนเอง การพัฒนาและรักษาความสัมพันธ์ทางสังคมการจัดการกับปัญหาและใช้ความรู้ทางอารมณ์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

กุนนที พุ่มสงวน (2557) ได้ให้ความหมายความฉลาดทางอารมณ์ว่า เป็นความสามารถของบุคคลในการตระหนักรู้ และเข้าใจอารมณ์หรือความรู้สึกของตนเอง และสามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเอง สามารถใช้อารมณ์ให้เกิดประโยชน์ได้ และเป็นความสามารถในการตระหนักรู้เข้าใจถึงความรู้สึกของผู้อื่น และการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

จุฑามาศ รัตนา (2559) ให้ความหมายความฉลาดทางอารมณ์ว่า ความสามารถทางอารมณ์ในการดำเนินชีวิตอย่างสร้างสรรค์ และมีความสุข การรู้จักความฉลาดทางอารมณ์ของตนเอง เพื่อการพัฒนา และการใช้ศักยภาพตนเองในการดำเนินชีวิตครอบครัวการทำงานและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จ

จากการศึกษาความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ จึงสรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึงความสามารถในการตระหนัก และเข้าใจในอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น รวมไปถึงความสามารถในการบริหารจัดการและควบคุมแรงกระตุ้นภายในตนให้สามารถแสดงออกมาได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ โดยมีการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม และสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้

แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่ม

กระบวนการกลุ่ม มาจากภาษาอังกฤษว่า Group Dynamics คำว่า Group หมายถึงบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปทำงานร่วมกันเพื่อจุดประสงค์อันเดียวกัน คำว่า Dynamics หมายถึง การเคลื่อนไหว เปลี่ยนแปลง ไม่อยู่นิ่ง เมื่อรวมกันเป็น Group Dynamics จึงหมายถึงความเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลงของความสัมพันธ์ ภายในกลุ่มซึ่งกำหนดเรียกเป็นคำไทยว่า "กลุ่มสัมพันธ์" ในทางจิตวิทยาสังคม ถือว่ากลุ่มไม่ใช่เป็นคนมารวมกันเท่านั้น แต่มีความหมายลึกซึ้งกว้างขวางกว่านั้น จึงขอนำเอาทัศนเกี่ยวกับคำว่า "กระบวนการกลุ่ม" ของนักจิตวิทยาสังคมมาเสนอไว้เป็นแนวทาง ดังนี้

Shaw (1981) กล่าวว่ากระบวนการกลุ่มเป็นกลุ่มที่สมาชิกมีการเคลื่อนไหวหรือไม่หยุดนิ่ง โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานของการอาศัยซึ่งกันและกันของสมาชิกภายในกลุ่ม และดูเหมือนว่าการพึ่งพาอาศัยกันนี้เป็นสิ่งสำคัญที่สุดเพราะว่ากลุ่มสัมพันธ์เป็นกลุ่มที่มีสมาชิกแต่ละคนมีการเปลี่ยนแปลงมีการปรับตัวปรับความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันและอยู่ในลักษณะที่ต่อเนื่องกัน

รัชนี ศิลป์ศร (2542) ให้ความหมายของคำว่ากระบวนการกลุ่ม เป็นกระบวนการที่ก่อให้เกิดแรงผลักดันที่ เกิดจากบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปมารวมตัวกัน โดยมีความสัมพันธ์ มีการสื่อสาร และมีการปรับตัวเข้าหากันซึ่งก่อให้เกิดพลังขึ้น

ในกลุ่ม ขนาดของกลุ่มที่จะเกิดมากหรือน้อยต่างกันไปตามสภาพการณ์ของแต่ละกลุ่ม โดยผู้เรียนต้องเข้าไปมีส่วนร่วมในประสบการณ์ที่ผู้สอนจัดขึ้นจากการเรียนการสอน

สมบัติ กาญจนกิจ (2544) กล่าวว่า กลุ่มสัมพันธ์ คือ พลังกลุ่มเป็นการจัดกิจกรรมให้บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป มีกิจกรรมสัมพันธ์กันมีการสื่อสารปรับตัวเข้าหากันก่อให้เกิดพลังขึ้นภายในกลุ่มโดยวิธีการต่าง ๆ ที่จะช่วยในการตัดสินใจร่วมกันเพื่อพัฒนากลุ่มไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ กิจกรรมนั้นหนทางการกลุ่มสัมพันธ์เป็นกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมการทำงานเป็นทีม การประสานงาน ร่วมมือกัน ของกลุ่มและยังส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้พฤติกรรม ของกลุ่ม

จากความหมายของกระบวนการกลุ่มข้างต้น สามารถสรุปความได้ว่า กระบวนการกลุ่ม หมายถึง กระบวนการกลุ่ม หรือกลุ่มสัมพันธ์ มีความหมายที่ใกล้เคียงกัน และเกี่ยวข้องกันเป็นการรวมกันของบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป โดยมีการเคลื่อนไหว การสื่อสาร มีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน มีการเรียนรู้และปรับตัวอย่างต่อเนื่อง ผ่านการทำกิจกรรมร่วมกัน โดยการรวมตัวกันจะทำให้เกิดพลังภายในกลุ่ม หากภายในกลุ่มมีความสัมพันธ์ที่ดี จะส่งผลให้สมาชิกมีการเรียนรู้เกิดพฤติกรรมที่เอื้ออำนวยให้การดำเนินงานบรรลุเป้าหมาย

แนวคิดเกี่ยวกับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม

จิรดา สุวัฒน์ศรี (2555) กล่าวถึงแนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับ REBT ไว้ว่า มีความเชื่อว่าบุคคลเมื่อต้องเผชิญกับสิ่งเร้าที่กระตุ้นให้เกิดความเครียด แล้วทุกข์ทรมานเพราะบุคคลนั้นมีความคิดความเชื่อที่ไร้เหตุผล และมีเจตคติในทางร้ายต่อตนเอง มีการตอบสนองต่อความเครียดในลักษณะที่มากหรือน้อยเกินพอดี หลักสำคัญของ REBT คือ เชื่อว่าคนที่ทุกข์หรือมีปัญหาทางอารมณ์เพราะระบบความเชื่อที่ไม่ถูกต้องและตกเป็นเหยื่อของความเชื่อที่ไร้เหตุผล ซึ่งความเชื่อที่ไร้เหตุผลมีลักษณะต่อไปนี้เป็น 3 ข้อ คือ ไม่ยืดหยุ่น เกรงตรง ไม่สอดคล้องกับความจริง ไม่สอดคล้องกับหลักการของเหตุผลและขวางกั้นไม่ให้บุคคลไปสู่เป้าหมาย บุคคลที่มีความเชื่อที่ไร้เหตุผล กระบวนการคิดของบุคคลเหล่านั้นจะผูกติดกับสิ่งที่ ต้องทำ หรือ ควรทำ สิ่งที่ต้องทำ หรือสิ่งที่คาดหวังตามแนวคิดนี้ ได้แก่

1) เรียกร้องคาดหวังในตนเอง กล่าวคือ มีความคิดความเชื่อว่า “ฉันต้องทำให้ดีและเป็นที่ยอมรับ มิฉะนั้นฉันจะกลายเป็นคนไร้ค่า” การเรียกร้องหรือคาดหวังเช่นนี้จะทำให้ วิตกกังวล เศร้า และขาดความสามารถในการแสดงออก

2) เรียกร้องและคาดหวังจากคนอื่น โดยคิดว่า “คุณต้องปฏิบัติกับฉันอย่างมีเหตุผล ให้เกียรติและรักใคร่ มิฉะนั้นคุณคือคนไม่ดี” ความคาดหวังเช่นนี้จะนำมาซึ่งความรู้สึกขุ่นเคืองใจไม่เป็นมิตร และก้าวร้าว

3) เรียกร้องหรือคาดหวังต่อสถานการณ์ เช่น “ชีวิตต้องได้รับความเป็นธรรม ไม่ยุ่งยาก มิฉะนั้นก็จะเป็นเรื่องที่น่ากลัว” ความคิดแบบนี้สัมพันธ์กับความสิ้นหวัง การผลัดวันประกันพรุ่ง และการใช้สารเสพติด

ดวงฉวี จงรักษ์ (2561) กล่าวว่า ทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม (REBT) มีความเชื่อ ว่าความคิดคือสาเหตุของความรู้สึก ดังนั้นในกลุ่มผู้นำกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกเปลี่ยนความรู้สึกโดยทบทวนความคิดที่ตนบอกกับตนเอง ผู้นำกลุ่ม REBT จะช่วยให้สมาชิกกลุ่มรับรู้ว่า ตนสามารถควบคุมชีวิตได้ดีขึ้น โดยสร้างการตระหนักรู้ว่าความรู้สึกทั้งหลายที่รบกวนจิตใจล้วนเกิดจากความคิดที่เกิดขึ้นไม่ใช่เหตุการณ์ภายนอกหรือคนอื่น

จากทฤษฎีข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรม คือ กระบวนการที่บุคคลซึ่งมีปัญหาคล้ายคลึงกันมากกว่า 2 คนขึ้นไป มารวมกัน โดยเน้นให้สมาชิกมีความคิดในเชิงสมเหตุสมผลมากขึ้น โดยใช้วิธีการตั้งคำถาม สะท้อนความคิดความรู้สึก เกิดการเปลี่ยนแปลงทางความคิดนำมาซึ่งการมีความรู้สึกเชิงบวกและมีพฤติกรรมที่เหมาะสมมากยิ่งขึ้น

5. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง (Experimental group) และกลุ่มควบคุม (Control group) ทำการทดสอบก่อน - หลังการทดลอง และระยะติดตามผลหลังการทดลอง 4 สัปดาห์ โดยกลุ่มทดลองได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรมร่วมกับกระบวนการกลุ่ม จำนวน 9 ครั้ง ครั้งละ 90-120 นาที ซึ่งประกอบไปด้วย 1) การสร้างสัมพันธภาพ 2) การรับรู้ตนเอง 3) การแสดงออก 4) มนุษย์สัมพันธ์ 5) การตัดสินใจ 1 6) การตัดสินใจ 2 7) การจัดการกับความเครียด 1 8) การจัดการกับความเครียด 2 และ 9) ยุติโปรแกรม และกลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามปกติ

6. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นผู้ต้องขังชาย คดียาเสพติด ในเรือนจำกลางขอนแก่น โดยผู้วิจัยได้ข้อมูลจากแบบรายงานสถิติผู้ต้องขังโดยแบ่งตามคดีจากงานทะเบียนผู้ต้องขัง เรือนจำกลางขอนแก่น ได้ประชากรผู้ต้องขังเพศชาย คดียาเสพติด จำนวน 1,700 คน นำมาคัดเลือกโดยมีเกณฑ์คัดเข้า (Inclusion Criteria) และคัดออก (Exclusion Criteria) ดังนี้

- เกณฑ์การคัดเข้า (Inclusion Criteria)

1. จำคุกครั้งแรก
2. สามารถอ่านออก เขียนได้
3. มีประวัติการใช้สารเสพติด
4. สามารถเข้าร่วมโปรแกรมได้ครบตามจำนวน

- เกณฑ์การคัดออก (Exclusion Criteria)

1. มีโรคติดต่อร้ายแรง ที่เป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมกิจกรรม เช่น HIV วัณโรค ไวรัสตับอักเสบ โควิด-19
2. เป็นผู้วิกลจริต

หลังจากนำประชากรทั้งหมดเข้าเกณฑ์คัดเข้า (Inclusion Criteria) และเกณฑ์คัดออก (Exclusion Criteria) จะได้ผู้ต้องขังที่เข้าเกณฑ์ทั้งหมดจำนวน 1,572 คน จากนั้นนำมาเข้าสู่ตรรกะของทาร์โรว์ ยามาเน่ ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ได้จำนวนของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นตัวแทนของประชากรจำนวน 319 คน จากนั้นผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Random) โดยแบ่งตามเรือนนอน 6 เรือนนอน มีขั้นตอนในการสุ่ม ดังนี้

ขั้นที่ 1 ทำการกำหนดกลุ่มตัวอย่างแบบโควต้า (Quota Sampling) แบ่งสัดส่วนของผู้ต้องขังคดียาเสพติด ตามเรือนนอน 6 เรือนนอน ตามตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การสุ่มตัวอย่างสัดส่วนตามเรือนนอน

เรือนนอน	จำนวนผู้ต้องขังยาเสพติด	สัดส่วน (%)	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง (n)
เรือนนอน 1	125	7.96%	26
เรือนนอน 2	222	14.12%	45
เรือนนอน 3	312	19.84%	64
เรือนนอน 4	197	12.53%	40
เรือนนอน 5	347	22.08%	70
เรือนนอน 6	369	23.47%	74
รวม	1,572	100	319

ขั้นที่ 2 เมื่อได้จำนวนของกลุ่มตัวอย่างผู้ต้องขังคดียาเสพติดตามเรือนนอนทั้ง 6 เรือนนอนแล้ว นำมาทำการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับฉลากรายชื่อตามสัดส่วนของแต่ละเรือนนอน จะได้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 319 คน

ขั้นที่ 3 เมื่อได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 319 คน จากนั้นนำกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดมาทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น และสรุปผล ทำการเลือกผู้ต้องขังที่มีคะแนนของความฉลาดทางอารมณ์ต่ำที่สุด 24 อันดับ จำนวน 24 คน

ขั้นที่ 4 ทำการแบ่งผู้ต้องขังที่มีคะแนนของแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ต่ำสุด 24 อันดับ นำมาแบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 12 คน และกลุ่มทดลอง 12 คน ด้วยวิธีการจับกลุ่ม (Matched group) เพื่อให้ทั้งสองกลุ่มมีลักษณะใกล้เคียงกันมากที่สุด

7. ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรต้น คือ การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรมร่วมกับกระบวนการกลุ่ม ได้แก่ การรับรู้ตนเอง การแสดงออก มนุษย์สัมพันธ์ และการจัดการกับความเครียด

ตัวแปรตาม คือ ระดับของความฉลาดทางอารมณ์

8. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

8.1 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ต้องขังไทย ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

8.1.1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ ภูมิลำเนา กำหนดโทษ และระยะเวลาที่อยู่ภายในเรือนจำ

8.1.2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ (1) ไม่จริง (2) จริงเล็กน้อย (3) จริงปานกลาง (4) จริงมาก (5) จริงมากที่สุด แบ่งออกเป็น 5 ด้าน ตามองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ของบาร์-ออน ฉบับปรับปรุงใหม่ (Multi-Health systems, 2011) ได้แก่ ด้านการรับรู้ตนเอง ด้านการแสดงออก ด้านมนุษย์สัมพันธ์ ด้านการตัดสินใจ และด้านการจัดการกับความเครียด และผ่านการตรวจสอบคุณภาพด้านความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity Ratio: CVR) และความถูกต้องของภาษา โดยใช้ผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน และนำมาทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มผู้ต้องขังที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน มีค่าความเชื่อมั่นที่ระดับ 0.86 มีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง 0.25 - 0.73 มีจำนวนทั้งหมด 74 ข้อ เป็นข้อคำถามเชิงบวก จำนวน 66 ข้อ และข้อคำถามเชิงลบ จำนวน 8 ข้อ รวมทั้ง 5 องค์ประกอบ ได้แก่ ด้านการรับรู้ตนเอง ประกอบด้วยข้อคำถามมา 19 ข้อ ด้านการแสดงออก จำนวน 16 ด้านมนุษย์สัมพันธ์ จำนวน 15 ข้อ ด้านการตัดสินใจ จำนวน 12 ข้อ ด้านการจัดการกับความเครียด จำนวน 12 ข้อ

8.2 โปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมร่วมกับกระบวนการกลุ่ม เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องขังคดียาเสพติด จำนวน 9 ครั้ง ครั้งละ 90-120 นาที สัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวมระยะ 9 สัปดาห์ มีการตรวจสอบคุณภาพของโปรแกรมโดยผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน เพื่อพิจารณาความถูกต้องและความตรงเชิงเนื้อ และปรับปรุงตามข้อเสนอแนะ ภายในโปรแกรมจะมีองค์ประกอบ ดังนี้

ครั้งที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพ (กระบวนการกลุ่ม)

ครั้งที่ 2 การรับรู้ตนเอง (REBT+กระบวนการกลุ่ม)

ครั้งที่ 3 การแสดงออก (REBT+กระบวนการกลุ่ม)

ครั้งที่ 4 มนุษย์สัมพันธ์ (REBT+กระบวนการกลุ่ม)

- ครั้งที่ 5 การตัดสินใจ 1 (REBT+กระบวนการกลุ่ม)
 ครั้งที่ 6 การตัดสินใจ 2 (REBT+กระบวนการกลุ่ม)
 ครั้งที่ 7 การจัดการกับความเครียด 1 (REBT)
 ครั้งที่ 8 การจัดการกับความเครียด 2 (REBT+กระบวนการกลุ่ม)
 ครั้งที่ 9 ยุติโปรแกรม

9. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ประมวลผลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS Statistic 26 โดยมีสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

9.1 วิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ในส่วนของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

9.2 เปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองในระยะก่อนทดลองและหลังทดลองและเปรียบเทียบในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลการทดลองด้วยสถิติ Paired Sample T-test ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

9.3 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและเปรียบเทียบกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะติดตามผลการทดลอง โดยใช้สถิติทดสอบ Independent sample T-test ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

10. ผลการวิจัย

จากการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษากลุ่ม มีระดับความฉลาดทางอารมณ์ที่เพิ่มสูงขึ้นกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองในระยะก่อนทดลองและหลังทดลอง ด้วยสถิติ Paired Sample t-test

กลุ่มทดลอง	n	Mean	S.D.	Paired t-test	
				t	Sig. (2-tailed)
ก่อนการทดลอง	12	3.02	.22	9.17*	.00
หลังการทดลอง	12	3.96	.37		

*p<.05

จากตารางที่ 2 พบว่า ก่อนการทดลองผู้ต้องขังมีคะแนนเฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์ เท่ากับ 3.02 และหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์ เท่ากับ 3.96 มีค่า Sig เท่ากับ .00 แสดงให้เห็นว่าหลังเข้าโปรแกรมการปรึกษากลุ่มทำให้ผู้ต้องขังมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนเข้าโปรแกรมการปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลการทดลอง ด้วยสถิติ Paired Sample t-test

กลุ่มทดลอง	จำนวน	Mean	S.D.	Paired t-test	
				t	Sig. (2-tailed)
หลังการทดลอง	12	3.96	.37	3.56*	.74
ติดตามผลการทดลอง	12	3.95	.36		

*p<.05

จากตารางที่ 3 พบว่า หลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์ เท่ากับ 3.96 และระยะติดตามผล หลังการทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์ เท่ากับ 3.95 มีค่า Sig เท่ากับ .74 แสดงให้เห็นว่าหลังจบโปรแกรม การปรึกษากลุ่มและระยะติดตามผลหลังจบโปรแกรมการปรึกษากลุ่ม ผู้ต้องขังมีความฉลาดทางอารมณ์ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 4 การวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องขังคดีอาเสพติดของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ในระยะหลังการทดลอง ด้วยสถิติ Independent Simple t-test

คะแนนความฉลาดทาง อารมณ์หลังการทดลอง	กลุ่ม	จำนวน	t-test for Equality of Means			
			Mean	S.D.	t	Sig. (2-tailed)
คะแนนความฉลาดทาง อารมณ์หลังการทดลอง	กลุ่มควบคุม	12	3.22	.135	-	.000
	กลุ่มทดลอง	12	3.97	.374	6.578*	

*p<.05

จากตารางที่ 4 หลังสิ้นสุดโปรแกรมการปรึกษากลุ่มและเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์ พบว่า คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มควบคุมเท่ากับ 3.22 คะแนน กลุ่มทดลอง เท่ากับ 3.97 มีค่า Sig เท่ากับ .00 แสดงให้เห็นว่าหลังเข้าโปรแกรมการปรึกษากลุ่มทำให้ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 5 การวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องขังคดีอาเสพติดของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ในระยะติดตามผลการทดลอง ด้วยสถิติ Independent Simple t-test

คะแนนความฉลาดทาง อารมณ์ระยะติดตามผล	กลุ่ม	จำนวน	t-test for Equality of Means			
			Mean	S.D.	t	Sig. (2-tailed)
คะแนนความฉลาดทาง อารมณ์ระยะติดตามผล	กลุ่มควบคุม	12	3.22	.118	-6.531*	.000
	กลุ่มทดลอง	12	3.95	.364		

*p<.05

จากตารางที่ 5 ในระยะติดตามผลหลังสิ้นสุดโปรแกรมการปรึกษากลุ่ม เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์ พบว่า คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มควบคุมเท่ากับ 3.22 คะแนน กลุ่มทดลอง เท่ากับ 3.95 มีค่า

Sig เท่ากับ .00 ซึ่งน้อยกว่า .05 แสดงให้เห็นว่าในระยะติดตามผลหลังเข้าโปรแกรมการปรึกษากลุ่มทำให้ผู้ต้องชังกลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

11. สรุปผลการวิจัย

11.1 จากการพัฒนาโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมร่วมกับกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องชังคดีอาชญากรรม ผู้วิจัยได้นำทฤษฎีการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม (Rational Motive behavioral Therapy: REBT) มาผสมผสานกับกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องชังคดีอาชญากรรม จำนวน 9 ครั้ง โดยตรวจสอบความเหมาะสมของโปรแกรมผ่านผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด 5 ท่าน ประเมินคุณสมบัติ 6 ด้าน คือ ด้านความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ด้านกระบวนการและขั้นตอน ด้านกิจกรรมที่เหมาะสม ด้านสื่อที่ใช้ ด้านระยะเวลาที่ใช้ และด้านการประเมินผล พบว่า ผลการประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรมร่วมกับกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องชังคดีอาชญากรรมมีค่าเฉลี่ยรวมของความเหมาะสมเท่ากับ 4.41 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.6 มีระดับความเหมาะสมของโปรแกรมอยู่ในระดับมาก

11.2 จากการศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ตามทฤษฎีของ Bar-On ฉบับปรับปรุงใหม่ของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ในการวิจัยครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ต้องชังเพศชาย คดีอาชญากรรมส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 20-29 ปี ระดับการศึกษาจบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สถานภาพโสด ส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาอยู่ที่จังหวัดขอนแก่น มีกำหนดโทษอยู่ระหว่าง 20 ปีขึ้นไป และส่วนใหญ่มีระยะเวลาที่อยู่ภายในเรือนจำระหว่าง 6-10 ปี เมื่อนำคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างมาแปรผลและเทียบโดยอิงเกณฑ์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีระดับความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับ ปานกลาง โดยมีคะแนนอยู่ระหว่าง 2.62-3.40 และเมื่อพิจารณาตามองค์ประกอบทั้ง 5 องค์ประกอบ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ด้านการจัดการกับความเครียด สูงที่สุด โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เท่ากับ 3.40 คะแนน รองลงมาคือ ด้านการรับรู้ตนเอง เท่ากับ 3.39 คะแนน ด้านการตัดสินใจ เท่ากับ 3.03 คะแนน ด้านการแสดงออก เท่ากับ 2.94 คะแนน และด้านมนุษยสัมพันธ์ เท่ากับ 2.92 คะแนน ตามลำดับ

11.3 จากการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องชังคดีอาชญากรรมก่อน หลังและระยะติดตามผลหลังการทดลอง พบว่า คะแนนเฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลอง (3.96 คะแนน) สูงกว่าก่อนทดลอง (3.01 คะแนน) และระยะติดตามผลการทดลอง (3.95 คะแนน) สำหรับคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มควบคุมในระยะหลังทดลอง (3.22 คะแนน) เท่ากับระยะติดตามผล (3.22 คะแนน) และสูงกว่าระยะก่อนทดลอง (3.20 คะแนน)

11.4 จากการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องชังคดีอาชญากรรมระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรมร่วมกับกระบวนการกลุ่มและกลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ พบว่า หลังสิ้นสุดโปรแกรมการปรึกษากลุ่มและเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์ พบว่า คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มควบคุมเท่ากับ 3.22 คะแนน กลุ่มทดลอง เท่ากับ 3.97 มีค่า Sig เท่ากับ .00 ซึ่งน้อยกว่า .05 แสดงให้เห็นว่าหลังเข้าโปรแกรมการปรึกษากลุ่มทำให้ผู้ต้องชังกลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

12. อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาเรื่องผลของการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมร่วมกับกระบวนการกลุ่มในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องชังคดีอาชญากรรม พบว่าโปรแกรมการปรึกษากลุ่มสามารถพัฒนาความฉลาดทาง

อารมณ์ของผู้ต้องขังคดียาเสพติดได้ เนื่องจากผู้วิจัยได้ทำการพัฒนาโปรแกรมโดยยึดหลักตามทฤษฎี และกระบวนการให้การปรึกษากลุ่ม มีการตรวจสอบโดยผ่านผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้และประสบการณ์ ส่งผลให้โปรแกรมมีมาตรฐาน โดยโปรแกรมดังกล่าว เป็นกระบวนการจัดกิจกรรมที่ช่วยให้สมาชิกภายในกลุ่มได้เกิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีทักษะการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น เกิดความไว้วางใจและการได้รับการยอมรับ ตลอดจนการเพิ่มทักษะในการแสดงออกของอารมณ์ความรู้สึกตนเอง ทั้งนี้ในโปรแกรมการปรึกษากลุ่มยังทำให้สมาชิกได้เข้าใจและมีการเรียนรู้ความคิดของตนเอง สามารถวิเคราะห์ความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล ที่ส่งผลให้เกิดอารมณ์และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม อันเป็นส่วนที่ทำให้เกิดพฤติกรรมเสพยาเสพติด สอดคล้องกับการศึกษาของทิพสุคนธ์ มุลจันท์ (2562) ที่ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามแนวคิดการพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม (Rational Emotional Behavior Therapy Counseling) และโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดกาย จิตสังคัมบำบัด ในผู้ป่วยเฮโรอีนโรงพยาบาลธัญรัชชปตธานี ผลการวิจัยพบว่า ทั้งสองโปรแกรมทำให้ผู้ป่วยติดเฮโรอีนลดความอยากกลับไปใช้เฮโรอีน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อย่างไรก็ตามผู้ป่วยเฮโรอีนที่เข้ารับโปรแกรมให้การปรึกษาตามทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีความอยากกลับไปใช้ยาเสพติดซ้ำต่ำกว่ากลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดกาย จิต สังคัมบำบัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สามารถสรุปได้ว่าการรักษาแบบกลุ่ม REBT-Counseling ช่วยทำให้ผู้ป่วยติดเฮโรอีนมีความอยากกลับไปใช้เฮโรอีนได้น้อยลงกว่าก่อนเข้ารับการรักษาและน้อยกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ

ซึ่งที่ผ่านมาได้มีการศึกษาความสัมพันธ์ของผู้ต้องขังที่ใช้สารเสพติดกับระดับความฉลาดทางอารมณ์ โดยพบว่าผู้ต้องขังกระทำผิดซ้ำที่ไม่เคยใช้ยาเสพติดจะมีระดับวุฒิภาวะทางอารมณ์สูงกว่าผู้ต้องขังที่เคยใช้ยาเสพติด กล่าวคือ ผู้ต้องขังที่ใช้สารเสพติดจะมีระดับวุฒิภาวะทางอารมณ์ต่ำกว่าผู้ต้องขังที่ไม่ใช้สารเสพติด (พัทตรา เจริญสิทธิ์, 2561) ในขณะเดียวกันแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ โดยการศึกษาของ Yimkhlil (2006) และนวลลักษณ์ บุรณงกิติ (2549) ที่ได้ใช้เทคนิคการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม กระบวนการกลุ่ม และการทำกลุ่มให้การปรึกษาโดยใช้ทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล (Rational Emotive behavior Therapy: REBT) มาพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาปรับความคิดส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์และพฤติกรรม โดยทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม (REBT) มีความเชื่อว่าความคิด คือสาเหตุของความทุกข์ ดังนั้นจะช่วยให้สมาชิกเปลี่ยนความรู้สึกโดยทบทวนความคิดที่ตนบอกกับตนเอง จะช่วยให้สมาชิกกลุ่มรับรู้ว่าคุณสามารถควบคุมชีวิตได้ดีขึ้น โดยสร้างการตระหนักรู้ว่าความรู้สึกทั้งหลายที่รบกวนจิตใจล้วนเกิดจากความคิดที่เกิดขึ้นไม่ใช่เหตุการณ์ภายนอกหรือคนอื่น (ดวงมณี จงรักษ์, 2561) ซึ่งจะเห็นว่าหลักการและทฤษฎี Rational Emotive behavior Therapy: REBT จะส่งผลต่ออารมณ์ เป็นเหตุทำให้โปรแกรมที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นนั้นสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องขังคดียาเสพติดได้

13. ข้อเสนอแนะ

13.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

- 13.1.1 ผู้ที่จะนำโปรแกรมการปรึกษากลุ่มไปใช้ควรมีความเข้าใจในหลักการ เทคนิค วิธีการของทฤษฎีการพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรมอย่างถ่องแท้ เพื่อให้สมาชิกสามารถวิเคราะห์ความเชื่อของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- 13.1.2 ควรมีความสามารถในการสื่อสาร และการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับสมาชิก
- 13.1.3 โปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรมเหมาะสมสำหรับผู้ที่มีระดับเขาวุ่นปัญญาอยู่ในเกณฑ์ปกติหรือสูงกว่าเกณฑ์ปกติ
- 13.1.4 โปรแกรมเหมาะกับการทำในสมาชิกกลุ่มขนาดเล็ก เพื่อให้ผู้นำกลุ่ม สามารถบริหารจัดการการทำกิจกรรมกับสมาชิกได้อย่างทั่วถึง

13.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

13.2.1 ควรมีการศึกษาในกลุ่มของผู้ต้องขังหญิงประกอบด้วย เพื่อศึกษาปัจจัยทางเพศ ซึ่งอาจเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ต้องขังคดียาเสพติด

13.2.2 ควรมีการศึกษาในระยะยาวหลังกลุ่มตัวอย่างพ้นโทษ โดยการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ซ้ำของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรม ในระยะ 3 เดือน 6 เดือน เป็นต้น

14. เอกสารอ้างอิง

- กรมราชทัณฑ์. (2564). รายงานสถิติผู้ต้องราชทัณฑ์ทั่วประเทศ. สืบค้นเมื่อวันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2564, จาก http://www.correct.go.th/rt103pdf/report_index.php.
- กรมสุขภาพจิต. (2543). **อิคิว : ความฉลาดทางอารมณ์**. นนทบุรี: สำนักงานพัฒนาสุขภาพจิต.
- กุนนที พุ่มสงวน. (2557). พยาบาลกับความฉลาดทางอารมณ์. *วารสารพยาบาลทหารบก*, 15(3), 18-23.
- จุฑามาศ รัตนา. (2559). ความฉลาดทางอารมณ์. สืบค้นเมื่อวันที่ 12 มีนาคม 2564, จาก http://www.rno.moph.go.th/bangkeawnai/attach/knowledge_1521906550_eq.pdf.
- ดวงมณี จงรักษ์. (2561). การใช้ 4 ทฤษฎีการปรึกษาในการปรึกษากลุ่ม Use of 4 Counseling Theories in Group Counseling. *วารสารวิทยบริการ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์*, 29(1), 188-200.
- ทรงศิริ เหล่าทรัพย์เจริญ. (2556). การสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในวัยรุ่น. *วารสารรามาริบัติพยาบาลสาร*, 19(1): 31-47
- ทิพสุคนธ์ มูลจันท์. (2562). ผลของโปรแกรมการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดการพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม (Rational Emotional Behavior Therapy Counseling) ต่อการควบคุมความอยากใช้ยาเสพติดซ้ำของผู้ป่วยเฮโรอีนในโรงพยาบาลธัญรัชชิตตานิ. *วารสารกรมการแพทย์*, 44(5), 145-149.
- ธิดา สุวรรณะศรี. (2555). **Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)**. สืบค้นเมื่อวันที่ 12 มีนาคม 2564, จาก <https://www.bloggang.com/m/viewdiary.php?id=dcaregroup&month=09-2012&date=29&group=12&gblog=3>.
- นวลลักษณ์ บุรณะกิติ. (2549). ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎี REBT และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎี REBT ร่วมกับดนตรีบำบัดที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชน. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการแนะแนวและให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.
- ประภาศ ปานเจียง. (2556). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์และรูปแบบการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาในจังหวัดสงขลา. สืบค้นเมื่อวันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2564, จาก http://www.hu.ac.th/Conference/conference2014/proceedings/data/10_Education-P/10_Education-P-4.pdf.
- พัทรา เจริญสิทธิ์. (2561). ภูมิภาวะทางอารมณ์ของผู้ต้องขังกระทำผิดซ้ำในเรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานคร. *วารสารวิจัยรำไพพรรณี*, 12(2), 11-19.
- รัชณี ศิลปศร. (2542). การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์การฝึกอ่านออกเสียงร้อยกรองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพันท้ายนรสิงห์วิทยา จังหวัดสมุทรสาคร ที่เรียนโดยใช้วิธีสอนกระบวนการกลุ่มและวิธีสอนปกติ. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.



- ศรันยา สีมา. (2559). **กำไรอิเล็กทรอนิกส์: อุปกรณ์ควบคุมผู้กระทำความผิด**. สืบค้นเมื่อวันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2564, จาก <https://library2.parliament.go.th/ebook/content-issue/2559/hi2559-006.pdf>.
- สถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ป่วยเลิกยาเสพติด. (2563). **4 ปัจจัยหลักที่ทำให้คนเสพยาเสพติด**. สืบค้นเมื่อวันที่ 12 มีนาคม 2564, จาก <https://www.phufaresthome.com/2020/05/24/4-reasons-for-using-drugs/>.
- สมบัติ กาญจนกิจ. (2544). **นันทนาการและอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว**. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Multi-Health Systems. (2011). **The Complete EQ-i 2.0 Assess. Predict. Perform. Experience**. Multi-Health Systems.
- Shaw, M.E. (1981). **Group Dynamic : The Psychology of Small Group Behavior**. New York: Mc Group - Hill Book Company.
- Yimkhib, S. (2006). **Effect of promoting self- esteem by participatory learning process on emotional intelligence among early adolescents in Nonthaburi Province**. Unpublished master's thesis, Master of Science (Public Health), Faculty of Graduate Studies, Mahidol University.