

โมเดลพลังอำนาจในตนเชิงพุทธที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหาและอุปสรรค
ของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ*

SELF-EMPOWERMENT MODELS THAT AFFECT COPING AND
OBSTACLES OF WOMEN HAVE BEEN SEXUALLY ABUSED

ณภัตสรณ์ เหมาะะประสิทธิ์

Napatsorn Mohprasit

ธีรยุทธ วิสุทธิ์

Thirayut Visudhi

พระครูพิพิธสุตาธร

Phrakrupipitsutathorn

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Chiang Mai Campus, Thailand

E-mail: napatsorn.mor@hotmail.com

บทคัดย่อ

บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของดัชนีนิพนธ์ มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อสร้างโมเดลพลังอำนาจในตนเชิงพุทธที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ 2) ศึกษาประสิทธิผลของโมเดลพลังอำนาจในตนเชิงพุทธที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศโดยใช้รูปแบบการวิจัยและพัฒนาที่มีขั้นตอนการวิจัย 2 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การสร้างโมเดล 2) การศึกษาผลการใช้โมเดล โดยวัดความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศจำนวน 14 ราย แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 7 คนและกลุ่มทดลอง 7 คน โดยใช้แบบแผนการทดลองสองกลุ่มทดสอบก่อนและหลังการทดลอง วิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการทดสอบของวิลคอกซันและการทดสอบของครัสคาลและวัลลิส

* Received 4 July 2019; Revised 20 July 2019; Accepted 24 July 2019



ผลการวิจัยพบว่า

1. โมเดลพลังอำนาจในตนเชิงพุทธที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมี 5 องค์ประกอบ คือ หลักการและแนวคิด วัตถุประสงค์ เนื้อหาสาระ ขั้นตอนการจัดการเรียนการสอนและการวัดประเมินผล โดยมี 6 ขั้นตอนการเรียนการสอนได้แก่ 1) การเผชิญปัญหาและอุปสรรค 2) การวางแผนกำหนดเป้าหมาย 3) การปฏิบัติการแก้ปัญหา 4) การรวบรวมข้อมูลเพื่อสรุป 5) การประเมินและปรับปรุง 6) รู้ค่าและเสริมพลัง

2. ผลการศึกษาความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ พบว่า 1) ความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดกลุ่มทดลอง หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ภายหลังจากทดลอง ผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดกลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. องค์ความรู้ใหม่ ได้แก่ การสอดแทรกหลักทางพุทธศาสนาในสร้างโมเดลพลังอำนาจในตน เพื่อเป็นแนวปฏิบัติในการพัฒนาพฤติกรรมและเจตคติ ด้วยหลักการให้คำปรึกษาเชิงพุทธที่ส่งผลให้สามารถเผชิญปัญหาและอุปสรรค และช่วยฟื้นฟูเสริมสร้างความสามารถด้วยการฝึกสติและฝึกความอดทนและการปรับความสมดุลชีวิต โดยเน้นในด้านการพัฒนาจิตใจ ส่งผลถึงการพัฒนาพฤติกรรม

คำสำคัญ: พลังอำนาจในตน, การเผชิญปัญหาและอุปสรรค, ผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ

Abstract

This article is part of the dissertation entitled " Self-empowerment models that affect coping and obstacles of women have been sexually abused". The objective is to study model self-efficacy that impacts on coping. and to study the effectiveness of self-efficacy models that affect the coping mechanisms and obstacles faced by women who have been abused. Sex By using research and development model. There are two stages of research: 1) Modeling and 2) By measuring the ability to face and obstacle. The sample consisted of 14 sexually abused women, divided into 7 control groups and 7 experimental groups using



two experimental groups. Test before and after trial Data were analyzed by Wilcoxon test and Kruskal and Wallis tests.

The results were found:

1. The study found the model of the power of self-created by the researcher consists of 5 elements: principles and objectives, content, teaching process and evaluation. There are 6 teaching steps: 1) Problem solving 4) Data collection to summarize 5) Evaluation and improvement 6) Value and empowerment

2. The results of the study on the ability to face and overcome the barriers of women who have been sexually abused showed that: 1) coping ability and obesity of the abused women The experiment was significantly higher than before the experiment at the level of .05 2) Experienced women There was a statistically significant difference at .05 level between the control group and the control group

3. New body of knowledge, including the insertion of Buddhist principles on modeling power in oneself so as to be a guideline for behavior development and attitude. The principle of Buddhist counseling can result in problems and obstacles and help to restore, strengthen the ability by practicing mindfulness and practicing patience and adjusting life balance which emphasis on mental development resulting in behavior development

Keywords: Self-empowerment, coping and obstacles, Women sexually abused

บทนำ

การขาดความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค โดยไม่สามารถหาวิธีการแก้ไข ปัญหา หรือสภาพเหตุการณ์เชิงลบที่เป็นวิกฤติของชีวิต (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2551) ทำให้ บุคคลไม่สามารถบรรลุศักยภาพสูงสุดของตนเองและไม่สามารถประสบความสำเร็จ ซึ่งทำให้เกิดการสูญเสียทรัพยากรมนุษย์ของประเทศอย่างน่าเสียดาย ทั้งนี้ ระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรี



ว่าด้วยการขับเคลื่อนการปฏิรูปการศึกษาในทศวรรษที่สอง (พ.ศ.2552-2561) ได้มีแนวทางการพัฒนาคุณภาพคนไทยโดยหนึ่งในด้านที่ต้องพัฒนาคือ ความสามารถในการแก้ปัญหา (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2552) ประกอบกับ แผนการศึกษาแห่งชาติ ฉบับปรับปรุง (พ.ศ.2552-2559) ได้ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเป็นปรัชญาพื้นฐานเพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดมาตรการต่าง ๆ ของแผนโดยหนึ่งในคุณลักษณะ ได้แก่ การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมที่จะเผชิญกับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นทั้งภายในและภายนอก โดยหนึ่งในเงื่อนไขที่สำคัญคือ การมีคุณธรรม ได้แก่ การมีความอดทน มีความเพียร และใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2553) ซึ่งเจตนารมณ์ของแผนการศึกษาแห่งชาติ ฉบับปรับปรุงนี้ มุ่งพัฒนาคนไทยให้เป็น 1) คนดี คือ คนที่ดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ มีจิตใจที่ดีงาม มีคุณธรรม จริยธรรม มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ทั้งทางด้านจิตใจและพฤติกรรมที่แสดงออก เช่น ความขยัน ความพากเพียร 2) คนเก่ง คือ คนที่มีสมรรถภาพสูงในการดำเนินชีวิต เช่น รู้จักตนเอง ควบคุมตนเองได้ สามารถใช้สติและปัญญาในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค 3) คนมีความสุข คือ คนที่มีสุขภาพดีทั้งกายและจิตใจที่เข้มแข็ง สอดคล้องกับแผนการศึกษาแห่งชาติ (พ.ศ.2560-2579) ในยุทธศาสตร์ที่ 5 การจัดการศึกษาเพื่อสร้างเสริมคุณภาพชีวิตที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม ในเป้าหมายที่ 1 คนทุกช่วงวัย มีจิตสำนึกรักษ์สิ่งแวดล้อม มีคุณธรรม จริยธรรม และนำแนวคิดตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงสู่การปฏิบัติ (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา , 2560)

ด้วยเหตุนี้ การสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคจึงเป็นแนวทางที่มีความสำคัญในการพัฒนาคนทุกช่วงวัยให้เป็นผู้ที่สามารถทำงานและดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะผู้ที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ จะมีความเจ็บช้ำทั้งทางร่างกายและจิตใจจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ผู้หญิงที่เป็นเหยื่อจะถูกมองราวกับว่าเป็นสิ่งของที่ชำรุด มีตำหนิ สกปรกและแปดเปื้อน ลักษณะเช่นนี้จะกลายเป็นตราบาปทางสังคม (Social Stigma) ที่ร้ายแรง จึงจำเป็นต้องได้รับการช่วยเหลือ โดยการนำหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาเข้ามาพิจารณาประกอบการวิเคราะห์ร่วมในการสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค เนื่องจากหลักคำสอนเป็นที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจ โดยนำมาปรับใช้ในการดำเนินชีวิตเพื่อเป็นแนวทางช่วยให้จิตใจเข้มแข็ง สามารถยอมรับความจริงและหาแนวทางแก้ไขปัญหาที่



เกิดขึ้นได้ (ภัทรพร สิริกาญจน และคณะ, 2546) จากความสำคัญและความเป็นมาดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น ทำให้ผู้วิจัยเห็นถึงความจำเป็นที่จะต้องสร้างโมเดลพลังอำนาจในตนเชิงพุทธให้กับผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศเพื่อการเผชิญปัญหาและอุปสรรค ทำให้เป็นผู้มีสติในการอดทนต่อปัญหาและอุปสรรคด้วยจิตใจที่มุ่งมั่นจนสามารถสร้างความเชื่อมั่นให้กับตนเองถึงความสามารถในการควบคุมสถานการณ์และนำไปสู่การแก้ไขปัญหาได้ในที่สุด

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อสร้างของโมเดลพลังอำนาจในตนเชิงพุทธที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทาง
2. เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโมเดลพลังอำนาจในตนเชิงพุทธที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทาง

วิธีดำเนินการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยมีขั้นตอนการศึกษาดังต่อไปนี้

1. การสร้างโมเดลพลังอำนาจในตนที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ ใช้แนวคิดทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับพลังอำนาจในตน และแนวคิดการสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค ส่วนแนวคิดทางตะวันออกใช้แนวคิดทางพระพุทธศาสนาซึ่งประกอบด้วยหลักธรรมต่าง ๆ คือ สติสัมปชัญญะ, ขันติธรรม, พละ 5, อธิปไตย 4 และอริยสัจ 4 ร่วมกับการให้คำปรึกษาเชิงพุทธ โดยกำหนดแนวทางในการพัฒนาเป็นขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับแนวคิดการล่วงละเมิดทางเพศ ในขั้นนี้มีจุดมุ่งหมายที่จะศึกษา สํารวจ รวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศจากแหล่งต่าง ๆ

ขั้นที่ 2 การศึกษาแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค ร่วมกับการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญสองกลุ่ม คือ กลุ่มที่หนึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค โดยมีคุณสมบัติ เป็นนักวิชาการที่มีผลงานทางวิชาการ มีประสบการณ์ในการทำวิจัยและเป็นทีปรึกษาวิทยานิพนธ์และงานวิจัย



ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค กลุ่มที่สองเป็นผู้เชี่ยวชาญทางด้านพระพุทธศาสนา โดยมีคุณสมบัติเป็นนักวิชาการที่มีผลงานทางวิชาการและมีประสบการณ์ในการทำวิจัยและเป็นทีปรีษาวิทยานิพนธ์และมีงานวิจัยทางด้านพระพุทธศาสนา เพื่อใช้ในการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมโดยใช้การผสานแนวคิดพื้นฐานของแนวคิดทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับพลังอำนาจในตน และแนวคิดทางพระพุทธศาสนา

ขั้นที่ 3 การสร้างรูปแบบกิจกรรมการสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ โดยใช้การผสานข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาในการเผชิญอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ แนวคิดทางจิตวิทยา แนวคิดทางพระพุทธศาสนา แนวคิดการให้คำปรึกษาเชิงพุทธ รูปแบบการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม และแนวคิดในการบำบัดฟื้นฟูผู้ที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ ร่วมกับผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ และทำการตรวจสอบคุณภาพรูปแบบการจัดกิจกรรมที่พัฒนาขึ้น ปรับปรุงคุณภาพของรูปแบบการจัดกิจกรรมที่พัฒนาขึ้นจัดทำคู่มือการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมที่พัฒนาขึ้น

2. การศึกษาประสิทธิผลของรูปแบบการจัดกิจกรรมที่มีผลต่อการสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ ประกอบด้วยขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 การพัฒนาเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยพัฒนาเครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค (สุธิดา พลขำนิ, 2555) และนำแบบวัดความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคไปทดลองใช้ เพื่อหาค่าความเที่ยง (Reliability) ของแบบวัด โดยวิธีการของ Cronbach Coefficient Alpha ได้ค่าความเที่ยง 0.90 ต่อจากนั้นผู้วิจัยนำรูปแบบการจัดกิจกรรมตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา ความสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้ ระดับพฤติกรรมที่ต้องการวัด ลักษณะการใช้คำถามและความถูกต้องด้านภาษา จากผู้ทรงคุณวุฒิ และนำมาหาความสอดคล้องระหว่างข้อทดสอบกับวัตถุประสงค์ (Index of Congruence หรือ IOC) คัดเลือกข้อที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป (กองวิจัยทางการศึกษา, 2545)

ขั้นที่ 2 การทดลองใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมที่พัฒนาขึ้น



ผลการวิจัย

จากวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 ผลการสร้างโมเดลพลังอำนาจในตนเชิงพุทธที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ ประกอบด้วย 2 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 ผลการศึกษาสภาพและปัญหาด้านความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ พบว่าผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศรวม 14 คน ส่วนใหญ่มีอายุ 13-18 ปี นับถือศาสนาพุทธมากที่สุด ระดับการศึกษาส่วนใหญ่ศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น รองลงมาศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลายเมื่อพิจารณาระดับความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค พบว่า ผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค อยู่ในระดับต่ำทุกด้าน โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 2.14-2.30 ดังนั้น โดยภาพรวม ผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศกลุ่มนี้มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคอยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X}=2.24$, $SD = 0.23$)

ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์หลักการ แนวคิด และวิธีการสร้างโมเดลพลังอำนาจในตนที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศพบว่า การวิเคราะห์เนื้อหาพร้อมเกี่ยวกับการสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิด จากการศึกษาตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจากแนวคิดหลัก คือ ทฤษฎีความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค (Adversity Quotient) โดยสตีลทซ์ ร่วมกับแนวคิดทางจิตวิทยาและแนวคิดทางพระพุทธศาสนา ที่มีองค์ประกอบร่วมหรือคล้ายคลึงกัน และผลการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญ ประกอบด้วย หลักการ แนวคิด และวิธีการสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ ซึ่งมีองค์ประกอบ 5 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการรับรู้ในตนเอง 2) ด้านความอดทน 3) ด้านความพากเพียร 4) ด้านความสามารถแก้ไขปัญหา และ 5) ด้านความรับผิดชอบส่วนหลักการสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค สามารถสรุปเป็นรายด้าน คือ 1) ด้านการรับรู้ในตนเอง ได้แก่ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค คือ ความสามารถในการรับรู้ถึงระดับความสามารถในการควบคุมตนเองให้ผ่านพ้นปัญหาและอุปสรรคไปได้ 2) ด้านความอดทน ได้แก่ การมีความอดทนทางจิตใจโดยอดทนอดกลั้นต่ออุปสรรคที่ทำให้เกิดความไม่สบายใจด้วยการมองโลกในแง่ดี มีกำลังใจ และมีความหวังในการดำเนินชีวิต และการมีความอดทนทางกายโดยอดทนต่อความลำบากตรากตรำโดยสามารถ



เผชิญภาวะอุปสรรคที่ทำให้เกิดความทุกข์ทางกายได้ 3) ด้านความพากเพียร ได้แก่ การมีความพยายามโดยมีแรงจูงใจ มีความมุ่งมั่น มีความขยันหมั่นเพียร การกระทำในสิ่งที่มุ่งหวังโดยไม่ท้อถอยต่ออุปสรรค และการมีเป้าหมายในการทำงานให้ประสบความสำเร็จ โดยมีความสามารถในการทำงานตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี 4) ด้านความสามารถแก้ไขปัญหา ได้แก่ การหาแนวทางและวิธีการแก้ไขปัญหาให้สำเร็จโดยมีความสามารถในการหาทางแก้ไขปัญหาให้หมดไปและผ่านพ้นอุปสรรคได้สำเร็จ และการมีสติในการเผชิญปัญหา โดยสามารถควบคุมอารมณ์ในด้านลบที่มีต่อปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นในทุกสถานการณ์ด้วยการมีวิจลญาณที่มีเหตุผลและการมีเจตคติที่ดี 5) ด้านความรับผิดชอบ ได้แก่ การหมั่นตรวจสอบและปรับปรุงในสิ่งที่กระทำ หมายถึง การวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาและอุปสรรค หมั่นตรวจสอบข้อบกพร่องพร้อมแก้ไขปรับปรุงให้ดีขึ้น การรับผิดชอบต่อความผิดพลาดในการกระทำของตนเอง โดยสามารถพิจารณาสิ่งที่ตนเองได้กระทำผิดพลาดโดยมีบทบาทรับผิดชอบต่อปัญหานั้นด้วยตนเอง

ส่วนแนวคิด การสร้างความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค สามารถสรุปเป็นรายด้าน คือ 1) ด้านการรับรู้ในตนเอง ได้แก่ การสำรวจพฤติกรรมของตนเอง และการวิเคราะห์ความสามารถในการควบคุมตนเองในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค 2) ด้านความอดทน ได้แก่ การมีความอดทนทางจิตใจโดยการฝึกความอดทนอดกลั้น หาวิธีการผ่อนคลายทางจิตใจที่เหมาะสมกับตนเอง การระบายความเครียดโดยมีวิธีปลดปล่อยตนเองที่เหมาะสมและมีบุคคลที่ให้คำปรึกษา การฝึกควบคุมจิตใจให้เข้มแข็งด้วยการมีศรัทธาในศาสนาหรือสิ่งที่ตั้งงาม และยึดหลักคำสอนทางศาสนามาปรับใช้ในการดำเนินชีวิต การนำหลักคำสอนทางศาสนามาวางแนวทางไปสู่การปฏิบัติในการมองโลกในแง่ดี มีกำลังใจมีความหวังในชีวิตการทำงานที่ทำให้เกิดการฝึกความอดทนทางจิตใจการกระทำในสิ่งที่มีประโยชน์และเกิดคุณค่าต่อสังคมมากกว่าการจจดจ่อแต่ปัญหาของตนเอง และการมีความอดทนทางกายโดยการทำกิจกรรมในการฝึกความอดทนทางกายโดยปรับและควบคุมพฤติกรรม 3) ด้านความพากเพียร ได้แก่ การฝึกวิธีการรู้และบรรลุเป้าหมายในชีวิตมุ่งหมายด้วยการสร้างแรงจูงใจให้กับตนเองการมีความพยายามในการกระทำ สิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อเห็นคุณค่าแห่งการกระทำของตนเองและผู้อื่นการตั้งเป้าหมายและหาแนวทางที่จะทำให้ประสบความสำเร็จตามที่ตั้งใจไว้การฝึกให้ทำงานที่มีปัญหาโดยให้สำเร็จตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้โดยพิจารณาวิเคราะห์ปัญหาให้ชัดเจน ตามหลักเหตุ



และผลและหาแนวทางแก้ไขที่เหมาะสม 4) ด้านความสามารถในการแก้ไขปัญหา ได้แก่ การฝึกควบคุมตนเองและการแสดง ออกจากพฤติกรรมที่เหมาะสมเมื่อประสบปัญหาและอุปสรรคการฝึกสมาธิมีสติกำหนดพิจารณาสิ่งต่าง ๆ อย่างมีเหตุผลการฝึกเจตคติที่ดีโดยการมองโลกในแง่ดี การฝึกวางขั้นตอนในการหาแนวทางและวิธีการแก้ไขปัญหาโดยสามารถเข้าใจ วิเคราะห์และเชื่อมโยงตามหลักเหตุและผลตามความเป็นจริงการฝึกแก้ไขปัญหาด้วยตนเองการมีความมั่นใจในตนเองในการแก้ไขปัญหาและการนำความรู้มาใช้ในการแก้ไขปัญหาได้จริง 5) ด้านความรับผิดชอบ ได้แก่ การเผชิญปัญหาและอุปสรรคโดยฝึกวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาและอุปสรรคนั้นการพิจารณาการทำงานของตนเองโดยตรวจสอบข้อบกพร่องพร้อม กำหนดเกณฑ์ในการแก้ไขปรับปรุงให้ดีขึ้นการฝึกให้รู้ตัวในสิ่งที่ตัวเองทำให้เกิดความผิดพลาด และแสดงบทบาทในการรับผิดชอบต่อความผิดพลาดที่ตนเองกระทำ

ส่วนวิธีการ การสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค สามารถสรุปเป็นรายด้าน คือ 1) ด้านการรับรู้ในตนเองได้แก่ การเล่นเกมและศึกษาใบงาน สำรองพฤติกรรมของตนเองในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคการวิเคราะห์ตนเองและสรุปอภิปรายร่วมกันถึงความสามารถในการควบคุมตนเองในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคโดยการใช้กรณีศึกษาในการสะท้อนตนเองให้รับรู้ความสามารถของตนเองเมื่อเผชิญปัญหาและอุปสรรค 2) ด้านความอดทนได้แก่ การฝึกความอดทนทางจิตใจ โดยการผ่อนคลายทางจิตใจด้วยการสร้างจินตภาพ (Imaginary) โดยการจินตนาการในเหตุการณ์หรือสิ่งที่เคยรู้สึกมีความสุขที่สุดพร้อมดนตรีบรรเลง การระบายความเครียดโดยใช้กิจกรรม เพื่อนช่วยเพื่อน การนำหลักคำสอนทางศาสนาที่ประมวลเป็นหลักสากลมาเป็นแนวคิดในการฝึกควบคุมจิตใจให้เข้มแข็ง การฝึกวิธีการคิดในการมองโลกในแง่ดี มีกำลังใจมีความหวังในชีวิต โดยการนำหลักคำสอนทางศาสนามาเป็นแนวทางไปสู่การปฏิบัติในการมองโลกในแง่ดี การฝึกให้อยู่ในสถานการณ์ที่ทำให้เกิดกิจกรรมที่ทำให้เกิดความคับข้องใจและทุกข์ใจ ได้แก่ การถูกควบคุมพฤติกรรมโดยพี่เลี้ยงกลุ่มในการประพฤติปฏิบัติตามกฎกติกาของกลุ่ม การถูกลงโทษเมื่อละเมิดในกฎกติกาของกลุ่ม การฝึกปฏิบัติกิจกรรมที่ส่งเสริมการคิดดีทำดีและสร้างคุณค่าให้กับตนเองและสังคมได้แก่การบำเพ็ญประโยชน์ต่อส่วนรวมหรืออาสาสมัคร เป็นต้น และการฝึกความอดทนทางกาย โดยฝึกความอดทนในการปรับและควบคุมพฤติกรรมให้อยู่ในกฎกติกาของกลุ่มคนในสังคมและการทำกิจกรรมกลุ่มโดยการเล่นเกมเพื่อฝึกความอดทน 3) ด้านความพากเพียรได้แก่ การเขียนแสดง



สิ่งที่ตัวเองมุ่งหวังและการสร้างแรงจูงใจในกระตือรือร้นไปติดบนผนัง (การฝึกปฏิบัติกรณีศึกษา การเผชิญอุปสรรคในรูปแบบที่หลากหลายโดยร่วมกันเขียนสะท้อนความคิดเห็นในใบงานของตนเสนอการสร้างแรงจูงใจฟันฝ่าอุปสรรคให้สำเร็จ) การทำของที่ระลึกที่กำหนดให้โดยผู้อบรมทำเพื่อมอบให้กับคนที่รักและเคารพที่สุดและสรุปผลและอภิปรายร่วมกัน การสำรวจความต้องการของตนเองและกำหนดเป้าหมายที่ต้องการทำมากที่สุด (สรุปอภิปรายร่วมกันในการหาแนวทางที่จะทำให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้) การประดิษฐ์สิ่งของจากวัสดุที่จำกัดโดยทำให้เสร็จภายในเวลาที่กำหนดและสังเกตวิธีคิดและพฤติกรรมของบุคคลในกลุ่มต่อการตอบสนองต่อปัญหาและอุปสรรคที่แตกต่างกันตามลักษณะการแบ่งประเภทคน 3 แบบคือ 1) Quitter = คนไม่สู้ 2) Camper = คนตั้งแคมป์ 3) Climber = คนปีนเขา 4) ด้านความสามารถแก้ไขปัญหาได้แก่การสร้างสถานการณ์จำลองเพื่อให้ฝึกควบคุมตนเองและการแสดงออกทางพฤติกรรมที่เหมาะสมเมื่อประสบปัญหาและอุปสรรคการฝึกสมาธิ มีสติรู้ตัว กำหนดพิจารณาสิ่งต่าง ๆ อย่างมีเหตุผลโดยการเจริญสติการให้ผู้อบรมร่วมกันแสดงความคิดเห็นในการมีเจตคติที่ดี ต่อสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองและสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัวการใช้กรณีตัวอย่างที่ฝึกการวางขั้นตอนในการหาแนวทางและวิธีการแก้ปัญหา โดยแบ่งกลุ่มทำกิจกรรมและสรุปอภิปรายร่วมกันการสร้างสถานการณ์จำลองเพื่อให้ผู้อบรมสามารถหาแนวทางแก้ไขปัญหาและอุปสรรคด้วยตนเองการอธิบายพื้นฐานต่อสิ่งที่ศรัทธาหรือบุคคลที่รักที่เคารพในการเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจและเป็นกำลังใจเมื่อเผชิญปัญหาและอุปสรรคการเข้าร่วมฟังบรรยายและสนทนากลุ่มกับผู้ประสบความสำเร็จที่มีประสบการณ์ผ่านภาวะวิกฤติที่เป็นปัญหาและอุปสรรคได้ โดยการศึกษาวิธีคิดจากวิทยากรและความรู้หลักคำสอนโดยนำไปเชื่อมโยงประยุกต์ใช้ได้จริง 5) ด้านความรับผิดชอบ ได้แก่ การใช้สถานการณ์จำลองโดยการจำลองเหตุการณ์ให้ผู้อบรมเผชิญปัญหาและอุปสรรคโดยฝึกการหาวิธีการวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาและอุปสรรคการพิจารณาการทำงานของตนเองโดยการตรวจสอบข้อบกพร่องโดยเทคนิคหน้าต่างโจฮารีมาเป็นแนวทางในการวิเคราะห์การฝึกให้รู้ตัวเองในสิ่งที่ทำให้ตัวเองเกิดความผิดพลาด โดยแสดงถึงบทบาทความรับผิดชอบในความผิดพลาดที่ตนเองกระทำซึ่งสามารถทำให้ตระหนักถึงความรับผิดชอบในการกระทำของตนเอง - การแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ที่กำหนดให้โดยตั้งกติกาและแบ่งบทบาท สิทธิ หน้าที่และความรับผิดชอบ



จากวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 การศึกษาประสิทธิผลของโมเดลพลังอำนาจในตนเชิงพุทธที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศพบว่า ภายหลังการทดลอง ผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมโปรแกรมพลังอำนาจในตนเชิงพุทธเพื่อสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค มีคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงสรุปได้ว่าโปรแกรมพลังอำนาจในตนเพื่อสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค สามารถพัฒนาความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศกลุ่มทดลองได้

อภิปรายผล

จากการศึกษาพบว่า การเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคที่พัฒนาจากแนวคิดทางตะวันตกและแนวคิดทางพระพุทธศาสนา สามารถเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศได้ เนื่องจาก การวิเคราะห์ข้อดีของแต่ละแนวคิด ซึ่งแนวคิดทางตะวันตกจะเป็นรูปธรรม เป็นขั้นตอนสามารถปฏิบัติได้ง่าย จุดเด่นของแนวคิดนี้จะเน้นการพัฒนาพฤติกรรมและเจตคติในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคจากสิ่งแวดล้อมหรือปัจจัยภายนอก ส่วนแนวคิดทางพระพุทธศาสนาถึงแม้จะค่อนข้างเป็นนามธรรม แต่เป็นหลักปฏิบัติที่ถูกต้อง มีหลักการ ถ้าปฏิบัติตามหลักคำสอนได้ ไม่ว่าจะพบปัญหาหรืออุปสรรคเพียงใด ก็ตามก็สามารถผ่านไปได้พ้นไปได้ แบบที่กล่าวตอนต้นว่า ไม่ว่าจะอะไรจะเกิดขึ้น สองสิ่งที่ทำให้ผ่านปัญหาและอุปสรรคไปได้ คือ การมีสติและความอดทน ซึ่งการมีสติ จะทำให้เกิดปัญญาในการแก้ปัญหาแนวคิดทางพระพุทธศาสนานั้นมุ่งพัฒนาให้เกิดความรู้ ความเข้าใจในตนและสภาพความเป็นจริงจากภายในจิตใจ เป็นการนำไปสู่การปรับความรู้สึกนึกคิด เจตคติในการกระทำ โดยเน้นการพัฒนาจิตที่ดีในการเสริมสร้างให้เกิดความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค ดังนั้นเมื่อนำข้อดีของแต่ละแนวคิดมาประมวลเข้าด้วยกันจึงเกิดการประสานที่สมดุล

การสร้างและทดลองโมเดลพลังอำนาจในตนที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ สามารถอภิปรายเป็นประเด็นตามหัวข้อ ดังนี้



การสร้างโมเดลพลังอำนาจในคนที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ ผลการสร้างโมเดลโดยการวิเคราะห์จากการศึกษาสภาพปัญหาด้านความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ พบว่ากิจกรรมในโมเดลควรมีการปรับบริบทให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างที่นับถือศาสนาต่างกัน เช่น ศาสนาคริสต์ ศาสนาอิสลาม หรือศาสนาอื่น ๆ เพื่อมีโอกาสได้รับการพัฒนาอย่างทั่วถึง ดังนั้น การเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคให้บรรลุผลตามเป้าหมายควรจัดกิจกรรมให้ครอบคลุมในองค์ประกอบทุกด้าน และเรียงลำดับขั้นตอนการเรียนรู้ที่เหมาะสมในแต่ละด้านตามหลักการเรียนรู้ทั้งด้านจิตวิทยาการเรียนรู้ และพฤติกรรมการสอน และจัดลำดับความสำคัญของปัญหาที่ต้องการจะแก้เรียงตามลำดับความสำคัญ

ในการจัดกิจกรรมนี้ผู้วิจัยได้กำหนดให้มีการทำกิจกรรม 12 ครั้ง ๆ ละ 90 นาที หรือ 1 ชั่วโมง 30 นาที ทั้งนี้ได้ศึกษาวิเคราะห์เนื้อหาและกำหนดครั้งให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์และวิธีดำเนินการวิจัย ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าน่าจะครอบคลุมทุกองค์ประกอบทั้ง 5 ด้าน และเป็นระยะเวลาที่ผู้วิจัยเชื่อว่าจะมีความเหมาะสมต่อการพัฒนาความรู้ เจตคติ และการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ซึ่งจากผลการวิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีระดับการการเผชิญปัญหาและอุปสรรคจากระดับต่ำหรือน้อย มาอยู่ในระดับปานกลาง จากค่าเฉลี่ย 2.33 มาเป็น 2.85 นอกจากนี้การจัดกิจกรรมในโมเดลได้ผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญถึงความเหมาะสมของระยะเวลาในการจัดกิจกรรมและความสอดคล้องของกิจกรรมกับวัตถุประสงค์การเรียนรู้ การฝึกกิจกรรมครั้งละ 90 นาทีเป็นการกำหนดเวลาที่เหมาะสมมีความสัมพันธ์ต่อความสามารถในการตั้งใจเรียนและการรับรู้ของกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นวัยรุ่น (มาลีจทา, 2544) ซึ่งสามารถเรียนรู้และรับรู้ได้ดีในช่วงเวลาดังกล่าว ซึ่งหากเป็นช่วงเวลาที่น้อยกว่านี้จะยังไม่สามารถเรียนรู้และพัฒนาจิตพิสัยได้อย่างเหมาะสม หรือหากเป็นช่วงเวลาที่มากกว่านี้อาจส่งผลให้ผู้เข้าอบรมเกิดความเหนื่อยล้าและสับสนกับเนื้อหาจนเกินไปจึงไม่พร้อมกับการเรียนรู้

การทดลองในงานวิจัยนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งการทดลอง (Quasi-experimental research) ชนิดศึกษาสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง (The pretest-posttest control group design) และมีการวัดตัวแปรตาม 2 ครั้ง คือ วัดก่อนการทดลอง และวัดภายหลังการทดลองผลการทดลองพบว่าผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมพลังอำนาจ



ในตนเพื่อสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค มีคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งได้ผลการวิจัยสอดคล้องกับงานวิจัยของนันทยา วชิรลาภไพฑูรย์ ทำการวิจัยเรื่องการเพิ่มระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยการเรียนรู้พฤติกรรมการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค: กรณีศึกษาเยาวชนกระทำผิตชาย (นันทยา วชิรลาภไพฑูรย์, 2547) และนายเกริกวิช บุญรักษาทำการศึกษาเรื่องความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักกีฬาฟุตบอลชายผู้สังกัดทีมและผู้ไม่สังกัดทีมที่พบว่าโมเดลการฝึกอบรมสามารถเพิ่มระดับความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของบุคคลได้ (เกริกวิช บุญรักษา, 2551)

องค์ความรู้ใหม่

ความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของสตรีที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศด้วยหลักของการช่วยเหลือและเยียวยาเพื่อให้สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และเจตคติที่ดีต่อการดำเนินชีวิตการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้ามาเสริมในรูปแบบกิจกรรม การสร้างแรงจูงใจ การปรับเปลี่ยนมุมมองด้วยการควบคู่กับการฝึกสมาธิ วิเคราะห์เหตุปัจจัยร่วมในเชิงพุทธควบคู่กับกิจกรรมในแนวทางจิตวิทยาทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการรับรู้ในตนเอง 2) ด้านความอดทน 3) ด้านความพากเพียร 4) ด้านความสามารถแก้ไขปัญหา และ 5) ด้านความรับผิดชอบ และสะท้อนควบคู่กับหลักธรรม คือ สติสัมปชัญญะ, ขันติธรรม, พละ 5, อิทธิบาท 4 และอริยสัจ 4 จึงสามารถส่งผลให้การตระหนักรู้และสร้างความเข้าใจให้กับผู้ที่ตกอยู่ในสภาวะของความบีบคั้นบรรเทาลงได้

สรุป

การวิจัยเรื่องโมเดลพลังอำนาจในตนเชิงพุทธที่ส่งผลต่อการเผชิญปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศทำให้ทราบถึง ปัญหาของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ โดยเฉพาะผลกระทบทางด้านสภาวะทางด้านจิตใจ การเยียวยาและการช่วยพัฒนาฟื้นฟูให้สามารถกลับมาใช้ชีวิตได้อย่างปกติ การใช้หลักธรรมควบคู่กับการสร้างความเข้าใจ ตระหนักรู้เห็นคุณค่าในตนเอง ตลอดจนจนถึงการปรับเปลี่ยนทัศนคติที่ดีต่อตนเองจึงช่วยส่งผลให้สามารถเสริมสร้างกำลังใจ โดยเฉพาะในด้านการครองตนให้มีสติ วิเคราะห์สาเหตุ สร้างแรงจูงใจด้วยความตั้งมั่นและอดทน ฝึกพัฒนาตนเองสร้างความเข้มแข็งทางด้านจิตใจ ทั้งในด้านการให้



กำลังใจซึ่งกันและกันภายในกลุ่ม กระบวนการรูปแบบของกิจกรรมสามารถส่งผลเกิดการ พัฒนาได้อย่างยั่งยืนคือการฝึกสมาธิ ความอดทน ความคิดเชิงบวก และการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องย่อมสามารถสร้างความเข้มแข็งและก้าวผ่านการเผชิญกับสิ่งที่มากระทบ สามารถเป็น เเกะป้องกันได้เป็นอย่างดี

ข้อเสนอแนะ

จากการทำวิจัยในครั้งนี้ พบว่า โมเดลพลังอำนาจในตนเชิงพุทธที่ส่งผลต่อการเผชิญ ปัญหาและอุปสรรคของผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศทำให้กลุ่มทดลองมีระดับความสามารถ ในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคสูงขึ้น ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะสำหรับผู้บริหารโรงพยาบาล

1.1 ผู้บริหารควรสนับสนุนให้ผู้บำบัดรักษาผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ มีความรู้ ความเข้าใจ มีเจตคติที่ดี มีทักษะ และศักยภาพในการให้บริการดูแลผู้ที่มีปัญหาการถูกล่วง ละเมิดทางเพศแบบบูรณาการในระบบสุขภาพตามบริบทของตนและหน่วยงาน

1.2 ผู้บริหาร ควรพิจารณาสนับสนุนให้มีการวิจัยเพื่อป้องกันการถูกล่วงละเมิดทาง เพศ การบำบัดรักษาและฟื้นฟูผู้ถูกล่วงละเมิดทางเพศ

2. ข้อเสนอแนะสำหรับวิทยากร/ผู้ให้คำปรึกษา

2.1 การนำรูปแบบกิจกรรมเพื่อสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญปัญหาและ อุปสรรค ควรให้ความสำคัญกับสื่อที่นำไปใช้ประกอบการสอนในการจัดกิจกรรมแต่ละกิจกรรม ด้วย ทั้งนี้เพื่อช่วยในการสร้างความสนใจของผู้เข้าอบรม

2.2 การให้กำลังใจ กล่าวชมเชย และรับฟังความคิดเห็นของผู้เข้าอบรมเป็นสิ่ง สำคัญในการทำกิจกรรม

2.3 วิทยากร/ผู้ให้คำปรึกษา ควรมีบุคลิกภาพที่เป็นกันเอง เข้ากับผู้เข้าอบรมได้ เป็นคนเปิดเผยและมีวิธีการให้แรงเสริมที่เหมาะสม

2.4 ควรมีการติดตามอย่างต่อเนื่อง ถือเป็นองค์ประกอบสำคัญของการบำบัด ฟื้นฟู

3. สำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

หากมีการนำงานวิจัยนี้ไปวิจัยพัฒนาต่อไป นำมีการศึกษาโดยการสุ่มสี่กลุ่มแบบ โซโลมอน (The Randomized Solomon Four-Group Design) ซึ่งมีข้อดี คือ สามารถ



ควบคุมและตรวจสอบปัจจัยภายนอกที่มีผลต่อความตรงภายในได้ทั้งหมด และสามารถควบคุมอิทธิพลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างการวัดก่อนการทดลองกับสิ่งทดลอง ผลการวิจัยจึงมีความตรงภายในสูง ในการสรุปความสัมพันธ์เชิงสาเหตุและผลของตัวแปรอิสระที่มีต่อตัวแปรตาม

เอกสารอ้างอิง

- กองวิจัยทางการศึกษา. (2545). การวิจัยเพื่อการเรียนรู้ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน. กรุงเทพมหานคร: กองวิจัยทางการศึกษา กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ.
- เกริกวิช บุญรักษา. (2551). ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักกีฬาฟุตบอลชาย ผู้สังกัดทีมและผู้ไม่สังกัดทีม. ใน วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต คณะศึกษาศาสตร์ สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- นันทิยา วชิรลาภไพฑูรย์. (2547). การเพิ่มระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยการเรียนรู้พฤติกรรมการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค : กรณีศึกษาเยาวชนกระทำผิดชาย. ใน วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต คณะศิลปศาสตร์ สาขาจิตวิทยา. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ภัทรพร สิริกาญจน และคณะ. (2546). การประยุกต์ศาสนามาใช้ในการดำเนินชีวิต ความรู้พื้นฐานทางศาสนา พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- มาลี จทา. (2544). การประยุกต์จิตวิทยาเพื่อการเรียนรู้. กรุงเทพมหานคร: อักษราพิพัฒน์.
- วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. (2551). เขาวนอารมณ์ ดันนี่เพื่อความสุขและความสำเร็จของชีวิต ฉบับปรับปรุงเพิ่มเอคิวและอีคิว พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา . (2560). แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2560-2579. เรียกใช้เมื่อ 1 ธันวาคม 2560 จาก www.moe.go.th/moe/th/news/detail.php?NewsID=47936&Key=news20
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2552). ข้อเสนอการปฏิรูปการศึกษาในทศวรรษที่สอง (พ.ศ. 2552-2561). กรุงเทพมหานคร: พรักหวานกราฟฟิค จำกัด.



สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2553). แผนการศึกษาแห่งชาติ ฉบับปรับปรุง (พ.ศ. 2552-2559). กรุงเทพมหานคร: พริกหวานกราฟฟิค จำกัด.

สุธิดา พลขานี. (2555). การสร้างเสริมความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของนิสิตนักศึกษาไทย. ใน วิทยานิพนธ์ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิจัยอุดมศึกษา คณะครุศาสตร์ . จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.