

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดมนุษยนิยม
ที่มีต่อการรับรู้คุณค่าและความเหมาะสมทางจิตใจของนักศึกษา
ระดับอุดมศึกษา

ผู้เขียน นางสาวศรินทร์ ภูมิมาลา

ปริญญา วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการปรึกษา)

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชีรารัตน์ ชีระพงษ์

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดมนุษยนิยมที่มีต่อการรับรู้คุณค่าและความเหมาะสมทางจิตใจของนักศึกษาระดับอุดมศึกษารูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบกลุ่มควบคุมมีการทดสอบก่อนและหลังการทดลองและมีการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพโดยใช้บทสนทนาของสมาชิกระหว่างทำกลุ่ม การสนทนากลุ่ม และการบันทึกของสมาชิก

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 – 4 ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2553 จำนวน 16 คน ที่มีความสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย และมีคะแนนการรับรู้คุณค่าในระดับต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของกลุ่มนักศึกษาในขั้นตอนการเลือกกลุ่มตัวอย่าง จากนั้นทำการจับคู่นักศึกษาที่มีคะแนนเท่า ๆ กัน สุ่มแบบง่ายเข้ากลุ่มทดลอง จำนวน 8 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 8 คน โดยกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดมนุษยนิยม โดยมีผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่ม มีระยะเวลาในการดำเนินกลุ่มประมาณ 22 ชั่วโมง โดยแบ่งออกเป็น 7 ช่วง ช่วงละประมาณ 2 – 4 ชั่วโมง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ แบบวัดการรับรู้คุณค่า แบบวัดความเหมาะสมทางจิตใจ คำถามการสนทนากลุ่ม และแผนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดมนุษยนิยม ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้สถิติที และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยใช้

ข้อมูลจาก 3 แหล่ง คือ บทสนทนาของสมาชิกระหว่างทำกลุ่ม การสนทนากลุ่ม และบันทึกของสมาชิก ซึ่งผลการวิจัยพบว่า

1. หลังการทดลอง นักศึกษาที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดมนุษยนิยมมีการรับรู้คุณค่าที่ดีสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และมีความพึงพอใจสูงวก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. หลังการทดลอง นักศึกษาที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดมนุษยนิยมมีการรับรู้คุณค่าที่ดีสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และมีความพึงพอใจสูงวก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ แสดงว่า นักศึกษาที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดมนุษยนิยมได้รับประสบการณ์และมีความรู้สึกนึกคิดที่เป็นไปตามขั้นตอนของการดำเนินกลุ่ม สะท้อนให้เห็นได้จากบรรยากาศทางกายภาพ บรรยากาศของการอยู่ร่วมกันภายในกลุ่ม และสัมพันธภาพของสมาชิก นอกจากนี้ นักศึกษายังตระหนักได้ว่าตนเองมีการรับรู้คุณค่าที่ดีและมีความพึงพอใจด้วย

จากความรู้สึกและประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นของสมาชิก หลังจากเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดมนุษยนิยม ซึ่งเป็นข้อมูลเชิงคุณภาพดังกล่าว ช่วยเสริมสร้างให้ข้อมูลเชิงปริมาณมีความน่าเชื่อถือมากยิ่งขึ้น โดยช่วยให้เข้าใจถึงความรู้สึก ความคิด ประสบการณ์เกี่ยวกับการรับรู้คุณค่าและความพึงพอใจที่เกิดขึ้นของสมาชิก รวมทั้งทำให้เห็นถึงความสำคัญของกระบวนการกลุ่มในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดมนุษยนิยมที่เอื้อให้สมาชิกเกิดประสบการณ์ต่าง ๆ เหล่านี้ด้วย

Thesis Title Effects of Humanistic Group Counseling on Attitudinal
Gratefulness and Psychological Well-being in
Undergraduate Students

Author Miss Sirin Bhumimala

Degree Master of Science (Counseling Psychology)

Thesis Advisor Assistant Professor Dr. Teerawan Teerapong

ABSTRACT

This research was aimed to study the effects of humanistic group counseling on attitudinal gratefulness and psychological well-being in undergraduate students. Design of the research was the experimental pretest-posttest control group design and qualitative data using dialogue from group counseling, focus group discussion, and logs were collected. The sample was 16 Chiang Mai University undergraduate students enrolled in semester 1, 2010 who wanted to participate in this research and have the gratitude scored lower than the mean. Then, they were divided into 2 groups by simple random sampling and pair matching method. The experimental group participated in humanistic group counseling for about 22 hours, divided into 7 sessions, each session for 2 – 4 hours, conducted by the researcher.

The instruments utilized were gratitude inventory, psychological well-being inventory, focus group questions, and the humanistic group counseling designed by the researcher. The quantitative data were analyzed by using *t*-test whereas the qualitative data were analyzed by 3 information resources which were dialogue from group counseling, focus group discussion, and logs. The results showed that:

1. after the experiment, the students who participated in humanistic group counseling had a significant higher level of attitudinal gratefulness than before participating humanistic

group counseling at $p < .001$ and also had a significant higher level of psychological well-being than before participating humanistic group counseling at $p < .05$

2. after the experiment, the students who participated in humanistic group counseling has a significant higher level of attitudinal gratefulness than the control group at $p < .001$ and also has a significant higher level of psychological well-being than the control group at $p < .05$

3. Qualitative analysis showed that the students who participated in humanistic group counseling had experiences, feelings and thoughts followed by group counseling method. These outcomes were reflected by physical atmosphere, living together atmosphere and member's relationship. In addition, the students also realized that they had attitudinal gratefulness and psychological well-being.

The feelings and experiences of the group members after participating in humanistic group counseling were qualitative data. These qualitative data were strongly supported the quantitative data by clarifying the feelings, thoughts and experiences of the group members. Moreover, the qualitative data also gave precedence to the humanistic group process which led the group members gained experiences in attitudinal gratefulness and psychological well-being.