ผลของโปรแกรมการให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลางร่วมกับการใช้ศิลปะต่อความเครียดของเด็กกำพร้าจากสถานการณ์ความไม่สงบในภาคใต้

The Effect of Client-Centered Group Counseling with Art Program on Stress of Orphans from Unrest Situations in Southern Thailand

ฟูรียา เบ็ญฮาวัน พย.บ. (Fureeya Benhawan, B.N.S.)[1]
วินีกาญจน์ คงสุวรรณ ปร.ด. (Vineekarn Kongsuwan, Ph.D)[2]
ถนอมศรี อินทนนท์, กศ.ม. (Tanomsri Intanon, M.Ed.)[3]

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลางร่วมกับการใช้ศิลปะต่อความเครียดของเด็กกำพร้าที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ความไม่สงบในภาคใต้ กลุ่มตัวอย่างคือเด็กกำพร้าที่สูญเสียบิดาและ/หรือมารดาจากสถานการณ์ความไม่สงบในชายแดนใต้ในจังหวัดยะลา คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง เป็นกลุ่มทดลองจำนวน 12 คน โดยสมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมการให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง ร่วมกับการใช้ศิลปะที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น มีจำนวน 4 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง วันเว้นวัน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้แก่ แบบวัดความเครียด ซึ่งผ่านการตรวจสอบความเที่ยง ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟ่าของครอนบาคเท่ากับ .80 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยหาค่าความถี่ ร้อยละ และWilcoxon Signed-Ranks Test

ผลการศึกษาพบว่า ค่าคะแนนเฉลี่ยของความเครียดของกลุ่มตัวอย่างหลังได้รับโปรแกรมการให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง ร่วมกับการใช้ศิลปะ ลดลงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<.01$) ดังนั้นควรสนับสนุนให้บุคลากรด้านสาธารณสุขหรือทีมเยียวยา ได้ใช้โปรแกรมการให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลางร่วมกับการใช้ศิลปะเพื่อลดความเครียดของเด็กกำพร้า

คำสำคัญ : การให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง การใช้ศิลปะ ความเครียดของเด็กกำพร้า

Abstract

The purpose of this study was to study the effect of client-centered group counseling with art program on orphans' stressfulness from unrest situations in Southern Thailand. The sampling of the study was conducted using purposive samplings from 12 orphans who either lost their parents or fathers/mothers from the unrest violence in Yala province. Voluntarily participating in client-centered group counseling with art program was developed four times by the researcher for and an hour session with alternate days. The average of stressfulness was considered by the perceived stressfulness scale. The program was validated by three experts. Data were analyzed by using frequency, percentage and Wilcoxon Signed-Ranks Test.

[1] นักศึกษาปริญญาโท คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่
[2] อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่
[3] รองศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่

The result demonstrated that the stressfulness score after participating in the client-centered group counseling with art program was significantly lower than before participating in the program (p<.01). Health personnel or healing teams should be encouraged to apply the client-centered group counseling with art program in order to decrease the stressfulness of orphans.

Keywords : The client-centered group counseling, Art program, Stress of Orphans

บทนำ

จากเหตุการณ์ความไม่สงบในจังหวัดชายแดนใต้ ตั้งแต่ปี 2547 เป็นต้นมา มีผู้ได้รับผลกระทบจากเหตุการณ์ดังกล่าวจนถึงปัจจุบันเป็นจำนวนมาก เมื่อพิจารณาเปรียบเทียบสถิติการเกิดเหตุการณ์รุนแรง ในปี 2553 และ 2554 พบว่า มีจำนวนเหตุการณ์เพิ่มขึ้นร้อยละ 2.09 ขณะที่ความสูญเสียชีวิตเพิ่มขึ้นร้อยละ 2.69 และบาดเจ็บเพิ่มขึ้นจากเดิมร้อยละ 11.48 (ศูนย์ข่าวภาคใต้, 2554) ผู้ที่ได้รับผลกระทบที่เป็นผู้สูญเสีย และได้รับผลกระทบจากเหตุการณ์ความไม่สงบในจังหวัดชายแดนใต้ ที่สำคัญ คือ เด็กที่ต้องสูญเสียและเผชิญกับการกำพร้าบิดาและ/หรือมารดาจากเหตุการณ์ความรุนแรงดังกล่าว ดังจะเห็นได้จากสถิติจำนวนเด็กกำพร้าที่ได้รับผลกระทบจากความรุนแรง ตั้งแต่ปี 2547 จนถึงปัจจุบัน มีทั้งสิ้น 4,455 คน โดยในจังหวัดปัตตานี มีเด็กกำพร้า 1,691 คน จังหวัดยะลา 1,027 คน จังหวัดนราธิวาส 1,586 คน และจังหวัดสงขลา 150 คน (ศูนย์ข่าวภาคใต้, 2554) จะเห็นได้ว่า ความรุนแรงนำมาซึ่งการสูญเสียชีวิตการบาดเจ็บ ความเสียหายต่อทรัพย์สิน ก่อให้เกิดผลกระทบทางด้านจิตใจ และสุขภาพจิต ก่อให้เกิดความเครียด ความวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า ปัญหาด้านอารมณ์และอาจมีปัญหาพฤติกรรมอื่นๆ ตามมา(จิระสุข สุขสวัสดิ์ และอรัญญา ตุ้ยคำภีร์, 2553)

จากการศึกษาของ อรอุมา อุดมเศรษฐ์ (2550) พบว่า วัยรุ่นในสถานศึกษามีความเครียดต่อสถานการณ์ความไม่สงบไม่ว่าจะได้รับผลกระทบจากสถานการณ์โดยตรงหรือโดยอ้อม ดังนั้น เด็กที่สูญเสียบุคคลในครอบครัวจากเหตุการณ์ความไม่สงบในจังหวัดชายแดนใต้ ที่ต้องเผชิญกับเหตุการณ์ต่างๆ ทั้งโดยตรงและโดยอ้อม ย่อมส่งผลให้เกิดความเครียดเช่นกัน ปฏิกิริยาเหล่านี้ส่วนมากจะดีขึ้นหลังเกิดเหตุการณ์ 1 เดือน (รจนา จันทรักษ์, 2549)แต่ยังมีเด็กที่มีผลกระทบต่อการเรียน และหรือความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น จึงจำเป็นต้องได้รับการช่วยเหลือต่อไป (สถาบันกัลยาณ์ราชนครินทร์, 2551)

จากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมา พบว่า มีการศึกษาเกี่ยวกับผลกระทบทางจิตใจปฏิกิริยาต่างๆ ซึ่งแสดงออกในรูปแบบของความเครียดของผู้ที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ความไม่สงบชายแดนใต้ (นิตย์ ทองเพชรศรี, สุรพันธ์ ปราบกรี, และสุริ ชาตะรัตน์, 2548; มารีนี สแลแม, 2551; รอฮานิ เจะอาแซ, 2548) ศึกษาการดูแลตนเองด้านจิตใจของกลุ่มข้าราชการครู การเสริมสร้างพลังอำนาจของตำรวจ/พยาบาลวิชาชีพความเครียดและการจัดการความเครียดของวัยรุ่น/หญิงหม้าย เป็นต้น แต่ยังไม่พบงานวิจัยที่ศึกษาถึงวิธีการดูแลช่วยเหลือเด็กกำพร้าที่มีความเครียดให้มีสภาพจิตใจที่ดีขึ้น ดังนั้น การช่วยเหลือให้เด็กมีวิธีการเผชิญความเครียดที่เหมาะสม จึงจำเป็นที่จะต้องให้เด็กเป็นผู้เห็นปัญหา มีความเต็มใจที่จะพัฒนาตนเองตามความสามารถและแสวงหาหนทางในการแก้ไขปัญหาเหล่านั้นได้ด้วยตนเอง ซึ่งแนวทางการช่วยเหลือวิธีหนึ่งที่จะสามารถช่วยให้เด็กได้พิจารณาและเข้าใจปัญหาของตนเองได้ คือ การให้การปรึกษารายกลุ่มร่วมกับการใช้ศิลปะ (พริ้มเพรา ดิษยวณิช, 2544; รัตนาพร วัฒนากรณ์, 2551)

ทั้งนี้การให้การปรึกษารายกลุ่มที่เหมาะสมกับผู้ที่ประสบภัยพิบัติจากน้ำมือมนุษย์ คือ การให้การปรึกษาแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง เนื่องจากเป็นการให้การปรึกษารูปแบบหนึ่งที่อาศัยความสัมพันธ์และการสื่อสารระหว่างผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษา เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความเข้าใจตนเอง ช่วยเหลือประคับประคองทางอารมณ์ จนจิตใจสงบสามารถคิดแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง (พนม เกตุมาน, 2552) และการได้รับการปรึกษาร่วมกับการใช้ศิลปะ สามารถเปิดโอกาสให้ผู้รับบริการแสดงออก

ในทางสร้างสรรค์ตามความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์ได้อย่างกว้างขวาง เป็นการสื่อสารผ่านการใช้เส้นสีและลายเส้นในการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะเกี่ยวกับความรู้สึกของตนเอง สร้างความรู้สึกปลอดภัย (นิดารัตน์ ชูวิเชียร, 2550) เน้นให้ได้ปลดปล่อยความรู้สึกภายในออกมาให้มากที่สุด ทำให้ผู้รับบริการกล้าที่จะเผชิญกับเหตุการณ์นั้น และสร้างรูปแบบความรู้สึกใหม่ขึ้นมา ซึ่งจะทำให้ความกลัวและความวิตกกังวล ความเครียดต่างๆ ถูกถ่ายทอดออกมาผ่านภาพจากการได้สะท้อนความคิด ความรู้สึก และแลกเปลี่ยนกันระหว่างเพื่อนในกลุ่ม (พริ้มเพรา ดิษยวณิช, 2544)

ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษา ผลของการให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลางร่วมกับการใช้ศิลปะต่อความเครียดของเด็กกำพร้าจากสถานการณ์ความไม่สงบในภาคใต้ เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการดูแลเด็กกำพร้าจากสถานการณ์ความไม่สงบในภาคใต้ ได้มีรูปแบบในการช่วยเหลือได้อย่างเหมาะสม ช่วยเสริมสร้างผู้รับบริการให้มีความมั่นคงทางจิตใจและเรียนรู้ที่จะปรับตัวต่อสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างเข้มแข็ง ลดกระบวนการตอบสนองทางร่างกายและความคิดซึ่งเป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดและการเจ็บป่วยตามมา และทำให้สามารถดำเนินชีวิตในสังคมอย่างเหมาะสมต่อไปได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลางร่วมกับการใช้ศิลปะต่อความเครียดของเด็กกำพร้าที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ความไม่สงบในภาคใต้

กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ ใช้กรอบแนวคิดความเครียดตามแนวคิดทฤษฎีของลาซารัสและโฟล์คแมน (Lazarus & Folkman, 1984) การให้การปรึกษาแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง (client centered therapy) ของ คาร์ล อาร์ โรเจอร์ส (Carl R. Rogers) (Rogers, 1987 อ้างตาม วัชรี ทรัพย์มี, 2551) การให้การปรึกษารายกลุ่ม (Ohlsen, 1988) ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมการใช้ศิลปะ

ลาซารัสและโฟล์คแมน (Lazarus & Folkman, 1984) อธิบายว่า ความเครียดเป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม หากบุคคลประเมินสถานการณ์ที่พบว่าเป็นสถานการณ์ที่เครียด อาจจะเกิดภัยคุกคาม หรือความสูญเสียจากสถานการณ์นั้น เขาจะมีความรู้สึกว่าไม่สามารถจัดการกับปัญหานั้นได้ ดังนั้น การช่วยเหลือให้บุคคลประเมินสถานการณ์ที่พบในด้านบวกจะทำให้เขาพยายามจัดการกับปัญหานั้น โดยการให้การปรึกษาแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง (client centered therapy) ของ คาร์ล อาร์ โรเจอร์ส (Carl R. Rogers) เกิดขึ้นภายใต้กระบวนการการใช้ศิลปะในการให้การปรึกษารายกลุ่ม ซึ่งเป็นการเปิดรับประสบการณ์โดยใช้มุมมองของตนเอง (Rogers, 1987 อ้างตาม วัชรี ทรัพย์มี, 2551) ทำให้เด็กได้แสดงออกทางความคิดความรู้สึก จากความคิดของตนเองเป็นภาพวาด ทำให้เกิดความพร้อมของอารมณ์ (ทัศนีย์ ดีเลิศ, 2551) ได้ผ่อนคลายความตึงเครียด และเสริมสร้างความรู้สึกที่องกงามขึ้นภายใต้ความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Rogers, 1987 อ้างตาม วัชรี ทรัพย์มี, 2551) พัฒนาขึ้นเป็นกระบวนการ 4 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ระยะการเริ่มต้นสร้างสัมพันธภาพภายในกลุ่ม 2. ระยะการแบ่งปันกับสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม 3. ระยะการเปิดเผยบทบาทของผู้ร่วมกลุ่มโดยใช้การวาดภาพ 4. ระยะสิ้นสุดการให้การปรึกษา

วิธีการดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ เด็กกำพร้าจากสถานการณ์ความไม่สงบชายแดนใต้ ในอำเภอรามัน จังหวัดยะลา กลุ่มตัวอย่าง คือ เด็กกำพร้าจากสถานการณ์ความไม่สงบชายแดนใต้ ในอำเภอรามัน จังหวัดยะลา คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) ตามคุณสมบัติ ดังนี้

1) มีอายุระหว่าง 12-18 ปี 2) สูญเสียบิดาและ/หรือมารดาจากสถานการณ์ความไม่สงบชายแดนใต้ มากกว่า 1 เดือน 3) มีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง (1.34 – 2.67 คะแนน) จากการประเมินโดยแบบวัดความเครียด (The Perceived Stress Scale [PSS]) ของ โคเฮน, แคมาร์ค, และเมอร์เมลสตีน (Cohen, Kamarck, & Mermelstein, 1983) แปลโดย ชูนวล (Chunuan, 2003) ผู้วิจัยได้กำหนดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 12 คน ตามการให้การปรึกษารายกลุ่ม (Ohlsen, 1988) และตามแนวคิดการให้การปรึกษาแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง (client centered therapy) ของ คาร์ล อาร์ โรเจอร์ส (Carl R. Rogers) เพื่อให้การสร้างปฏิสัมพันธ์ได้อย่างทั่วถึง (Rogers, 1970 อ้างตาม ดวงพร หิรัญรัตน์, 2543)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มี 2 ประเภท คือ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลและเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 คือ แบบบันทึกข้อมูลทั่วไป ลักษณะข้อคำถามเป็นแบบเติมคำและเลือกตอบจำนวน 6 ข้อ ได้แก่ เพศ ศาสนา อายุ ระดับการศึกษา บุคคลที่สูญเสีย สถานภาพสมรสของบิดามารดาก่อนสูญเสีย สถานที่พักอาศัยปัจจุบัน รายได้ของครอบครัวและความเพียงพอของรายได้

ส่วนที่ 2 คือ แบบวัดความเครียด (The Perceived Stress Scale [PSS]) ของ โคเฮน, แคมาร์ค, และเมอร์เมลสตีน (Cohen, Kamarck, & Mermelstein, 1983) แปลโดย ชูนวล (Chunuan, 2003) นำมาใช้โดยไม่ได้ดัดแปลง รายละเอียดของแบบวัดความเครียด ประกอบด้วย ข้อคำถาม 14 ข้อ เป็นข้อคำถามทางบวก 8 ข้อ คือ ข้อ 4, 5, 6, 7, 9, 10, 12 และ 13 ส่วนอีก 6 ข้อที่เหลือเป็นข้อคำถามทางลบ คะแนนเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (likert scale) มี 5 อันดับ จาก 0 – 4 คะแนน ให้คะแนนตามความบ่อยครั้งของความรู้สึก คือ ไม่เคย เกือบไม่เคย บางครั้ง บ่อยครั้ง บ่อยมาก ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 ราย ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค เท่ากับ .80

เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย คือ โปรแกรมการให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลางร่วมกับการใช้ศิลปะ ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมาจากกระบวนการ ให้การปรึกษาแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง ของ คาร์ล อาร์ โรเจอร์ส (Carl R. Rogers) (Rogers, 1987 อ้างตาม วัชรี ทรัพย์มี, 2551) ภายใต้การให้การปรึกษารายกลุ่ม (Ohlsen, 1988) ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมการใช้ศิลปะ (นิดารัตน์ ชูวิเชียร, 2550; พริ้มเพรา ดิษยวณิช, 2544; รัตติกาล ใจหมั่น, 2551) โดยกำหนดกิจกรรมจำนวน 4 ระยะ วันเว้นวัน ประกอบด้วย 1) ระยะการเริ่มต้นสร้างสัมพันธภาพภายในกลุ่ม 2) ระยะการแบ่งปันประสบการณ์จากสถานการณ์กับสมาชิกภายในกลุ่ม 3) ระยะการเปิดเผยความรู้สึกของตนเองโดยใช้ศิลปะจากการวาดภาพ 4) ระยะสิ้นสุดที่สมาชิกสามารถมองเห็นและมีแนวทางในการจัดการความเครียด ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน คือ อาจารย์พยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชที่มีความรู้และประสบการณ์ทางด้านการให้การปรึกษาแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง 1 ท่าน พยาบาลผู้ปฏิบัติการพยาบาลขั้นสูงสาขาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิตและมีประสบการณ์ดูแลเด็กที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ความไม่สงบชายแดนใต้ 1 ท่าน และผู้ที่มีความรู้และประสบการณ์เกี่ยวกับการทำกลุ่มศิลปะในเด็กที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ความไม่สงบชายแดนใต้ จำนวน 1 ท่าน หลังจากปรับปรุงแก้ไขตามการพิจารณาของผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้วิจัยนำไปทดลองใช้กับกลุ่มเด็กกำพร้าที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง 10 ราย เพื่อตรวจสอบขั้นตอนและกระบวนการในการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ทั้งเนื้อหา วิธีการ กิจกรรม อุปกรณ์ และระยะเวลาที่ใช้ จากนั้นได้นำมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้มีความเหมาะสม และนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง

การศึกษาครั้งนี้ได้ผ่านการรับรอง จากคณะกรรมการประเมินจริยธรรมในงานวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ก่อนนำกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมวิจัย ผู้วิจัยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนและวิธีเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งกลุ่มตัวอย่างมีอิสระในการเข้าร่วมหรือปฏิเสธการวิจัย โดยไม่มีผลกระทบใดๆ ผู้วิจัยจะให้กลุ่มตัวอย่างเซ็นยินยอมในแบบฟอร์มพิทักษ์สิทธิ์การเข้าร่วมวิจัย หลังจากตอบใบยินยอม ผู้วิจัยจึงเริ่มดำเนินการเก็บข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยแนะนำตัว ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษา ต่อกลุ่มเด็กกำพร้าจากสถานการณ์ความไม่สงบชายแดนใต้และผู้ปกครอง และขอความร่วมมือตอบแบบวัดการรับรู้ความเครียด (The Perceived Stress Scale [PSS]) ของ โคเฮน, แคมาร์ค, และเมอร์เมลสตีน (Cohen, Kamarck, & Mermelstein, 1983) แปลโดย ชูนวล (Chunuan, 2003) เพื่อคัดเลือกเด็กกำพร้าตามคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างที่กำหนด ที่มีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง (1.34 – 2.67 คะแนน)

2. ผู้วิจัยได้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติ ดังกล่าวข้างต้น ที่มีคะแนนความเครียดอยู่ในระดับปานกลางและมีความยินดีเข้าร่วมวิจัย จำนวน 12 คน เป็นกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลางร่วมกับการใช้ศิลปะ โดยให้ทั้งหมดจำนวน 4 ระยะ วันเว้นวัน ครั้งละ 1 – 2 ชั่วโมง คือ 1) ระยะการเริ่มต้นสร้างสัมพันธภาพภายในกลุ่ม เป็นการเริ่มต้นสร้างสัมพันธภาพภายในกลุ่ม การชี้แจงเป้าหมาย วัตถุประสงค์ และวิธีการ ระยะนี้ให้กลุ่มตัวอย่างวาดภาพตนเอง (self portraits) และภาพครอบครัว ถามถึงสัญลักษณ์ที่ใช้แทนปัญหาและการแก้ปัญหา จุดเด่นและจุดด้อย สิ่งที่ชอบและไม่ชอบ ลักษณะนิสัยของตนเอง ความสามารถพิเศษ 2) ระยะการแบ่งปันกับสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม ระยะนี้ให้กลุ่มตัวอย่างวาดภาพความเครียดของฉัน แล้วให้แต่ละคนบอกเล่าเรื่องราวความเครียดของตนเองผ่านภาพวาด 3) ระยะการเปิดเผยบทบาทของผู้ร่วมกลุ่มโดยใช้การวาดภาพ โดยใช้วิธีการให้กลุ่มตัวอย่างนำภาพ ความเครียดของฉัน ที่วาดในระยะที่ 3 ให้สมาชิกคนอื่นๆในกลุ่ม ร่วมกันวาดภาพเสนอแนะการแก้ไขปัญหา หรือข้อความให้กำลังใจต่อจากภาพเดิม หลังจากนั้นให้สมาชิกในกลุ่ม ร่วมกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ช่วยกันเสนอวิธีแก้ไขปัญหาและให้กำลังใจ และ 4) ระยะสิ้นสุดการให้การปรึกษา เป็นการสิ้นสุดของการให้การปรึกษา โดยให้สมาชิกในกลุ่มวาดภาพการเปลี่ยนแปลงของตนเองและวาดเป้าประสงค์ในอนาคตหลังจากออกจากกลุ่มนี้ไปแล้ว พร้อมทั้งแสดงความรู้สึกสะท้อนกลับ ให้กำลังใจ และแสดงความขอบคุณ

3. หลังสิ้นสุดโปรแกรมการให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลางร่วมกับการใช้ศิลปะ ให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบวัดความเครียดหลังการทดลองทันที

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีทางสถิติข้อมูลทั่วไป วิเคราะห์ด้วยการแจกแจงความถี่ คำนวณค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และเปรียบเทียบคะแนนความเครียดของเด็กกำพร้าก่อนและหลังการทดลอง ด้วยสถิติ Wilcoxon Signed-Ranks Test

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างจำนวน 12 ราย เป็นเพศชายร้อยละ 66.67 ทุกคนนับถือศาสนาอิสลาม (ร้อยละ 100) มีอายุระหว่าง 12-18 ปี โดยมีอายุเฉลี่ย 13.25 ปี ร้อยละ 50.00 กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และร้อยละ 8.33 กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ร้อยละ 66.67 ศึกษาในโรงเรียนเอกชนสอนศาสนา ร้อยละ 91.67 สูญเสียบิดา และร้อยละ 66.67

ยังอาศัยอยู่ที่บ้านตนเอง ร้อยละ 91.67 มีรายได้เฉลี่ยของครอบครัว เท่ากับ 1,000 – 5,000 บาท/เดือน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 75.00 คิดว่ารายได้ที่ได้รับนั้นไม่เพียงพอกับค่าใช้จ่าย

ข้อมูลเปรียบเทียบคะแนนความเครียดของกลุ่มตัวอย่างในระยะก่อนและหลังการทดลอง

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบคะแนนความเครียด ของกลุ่มตัวอย่างระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง (n = 12)

กลุ่มตัวอย่าง	n	Median	Min	Max	z
ก่อนการทดลอง	12	2.11	1.79	2.64	-3.07**
หลังการทดลอง	12	1.64	1.07	2.00	

** $p < .01$

จากตารางที่ 1 พบว่า หลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความเครียด (Median = 1.64 , Min = 1.07 , Max = 2.00) ลดลงกว่าก่อนการทดลอง (Median = 2.11 , Min = 1.79 , Max = 2.64) เมื่อทดสอบความแตกต่างของคะแนนความเครียด ก่อนและหลังการทดลองด้วยสถิติ Wilcoxon Signed-Ranks Test พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความเครียดลดลงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผล

ผลการศึกษาพบว่า เด็กกำพร้าที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ความไม่สงบในภาคใต้หลังจากเข้าโปรแกรมการให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลางร่วมกับการใช้ศิลปะ มีคะแนนความเครียดลดลงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สามารถอภิปรายได้ ดังนี้

การให้การปรึกษารายกลุ่มร่วมกับการวาดภาพ ซึ่งจัดว่าเป็นแนวทางหนึ่งที่ใช้สำหรับดูแลช่วยเหลือผู้รับบริการทางด้านสุขภาพจิตโดยเฉพาะเด็กกำพร้าที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้มีอายุเฉลี่ยเท่ากับ13.25ปีเป็นกลุ่มวัยรุ่นตอนต้น ซึ่งเป็นช่วงวัยที่มีการพัฒนาทางจิตใจจากความเป็นเด็กไปสู่การเป็นผู้ใหญ่ ยังมีจินตนาการ และมีโลกส่วนตัวสูง ประกอบกับวัยรุ่นตอนต้นเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย ทำให้เกิดความไม่มั่นใจในตนเอง เปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์และสังคม (รัตติกาล ใจหมั่น, 2551) นอกจากนี้ ยังเป็นวัยที่ต้องการการยอมรับจากบุคคลอื่น ต้องการมีเพื่อน และพร้อมจะเรียนรู้จากผู้ซึ่งเป็นวัยใกล้เคียงกับตนอีกด้วย (รวมพร คงกำเนิด, 2543) ประกอบกับการแก้ปัญหาของกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นกลุ่มวัยรุ่นตอนต้น จะแก้ปัญหาคลายเครียด โดยการแสวงหาแหล่งช่วยเหลือที่ตนเองไว้ใจ โดยเฉพาะเพื่อนในกลุ่มวัยเดียวกัน (อรอุมา อุดมเศรษฐ์, 2550) ดังนั้นการที่สมาชิกในกลุ่ม ที่เป็นกลุ่มวัยเดียวกันจึงมีความสำคัญ เนื่องจากการที่กลุ่มตัวอย่างได้รับการยอมรับจากสมาชิกที่อยู่ในกลุ่มวัยเดียวกัน จะทำให้กลุ่มตัวอย่างเกิดความมั่นใจ และมีความภาคภูมิใจในตนเอง (ทิพย์ภา เชษฐ์เชาวลิต, 2546)

ดังนั้น การใช้ศิลปะจึงเปรียบเสมือนเครื่องมือที่นำมาใช้ประกอบในการให้การปรึกษา เพื่อช่วยให้เด็กกำพร้ามีการแสดงออกในทางสร้างสรรค์เกี่ยวกับอารมณ์ ความรู้สึก และความขัดแย้ง (ทัศนีย์ ดีเลิศ, 2551) นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่าง ยังเป็นเด็กที่สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบเป็นกลุ่มที่เกิดภาวะวิกฤติ (crisis group) ดังนั้นการนำเอาภาพวาดมาใช้กับการให้การปรึกษารายกลุ่ม ทำให้เขารู้ถึงเหตุการณ์ที่เป็นตัวกระตุ้นซึ่งก่อให้เกิดบาดแผลทางจิตใจ สามารถเพิ่มความรู้ตัว (awareness) เพิ่มการแสดงออกด้วยวิธีการวาดภาพร่วมกับ วิธีการใช้คำพูด เพื่อลดความรู้สึกที่ยังไม่สามารถเผชิญกับความจริง (reality distortion) โดยการดำเนินการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม โดยใช้การสื่อสารด้วยวาจาจะเป็นการเตรียมผู้ป่วยเพื่อการทำงานทางศิลปะในขณะเดียวกันการดำเนินการกลุ่มเพื่องานทางศิลปะก็จะเป็นเครื่องมือที่ช่วยส่งเสริมให้กับกลุ่มที่ใช้

การสื่อสารด้วยวาจาให้ดำเนินไปด้วยดีเช่นกัน (Cardone, Marengo & Calisch, 1982 อ้างตาม พริ้มเพรา ดิษยวณิช, 2544) นอกจากนี้การแสดงออกบางส่วนที่แสดงออกมาทางศิลปะอาจเกี่ยวข้องกับความเครียดที่อยู่ภายในจิตใจ การได้ระบายความรู้สึกหรือความคับข้องใจผ่านสื่อและกระบวนการแสดงออกทางศิลปะได้อย่างอิสระ (จิราภรณ์ ส่องแสง, 2549) ช่วยให้ผู้รับบริการได้ระบายความเครียด เกิดความผ่อนคลาย จนสามารถเผชิญกับความเครียดของตนเองได้ (ทิพยกมล บูลภักดิ์, 2547)

จากการดำเนินการตามโปรแกรมการให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลางร่วมกับการใช้ศิลปะ โดยในแต่ละระยะมีกิจกรรมและความเชื่อมโยงกันเป็นลำดับเพื่อให้เด็กกำพร้าพัฒนาตนเองในการรับรู้ต่อภาวะเครียดจากสถานการณ์ความไม่สงบและสามารถจัดการกับความเครียดของตนเองได้ ซึ่งกระบวนการในแต่ละระยะที่สำคัญ คือ

1. ระยะการเริ่มต้นสร้างสัมพันธภาพภายในกลุ่ม โดยในระยะนี้ผู้ให้การปรึกษาจะมีการแนะนำตัว และอธิบายให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการดำเนินกลุ่ม และจากการวาดภาพตัวเอง และครอบครัว เขียนสิ่งที่ตนเองชอบและทำบ่อยที่สุด แล้วนำผลงานมาแนะนำตัวเองผ่านภาพที่ตัวเองวาดให้กับสมาชิกในกลุ่ม และพูดคุยถึงเรื่องของตัวเอง ทำให้ได้พิจารณาตนเองและเป็นการเริ่มต้น สร้างสัมพันธภาพโดยการเปิดเผยตัวตนของตนเองให้เพื่อนในกลุ่มได้รู้จักมากขึ้น ดังการศึกษาของ อุมาพร ตรังคสมบัติ (2542 อ้างตาม มารีนี สแลแม, 2551) ได้กล่าวไว้ว่า บุคคลที่มีความสัมพันธภาพที่ดีต่อกันนั้นจะมีการพูดจากันอย่างประคับประคอง มีการฟังอย่างพินิจ พิเคราะห์ บอกความรู้สึก ความต้องการของกันและกันได้ และจากกระบวนการกลุ่ม จะช่วยให้แต่ละคนตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเองได้มากขึ้น สามารถมองปัญหาต่างๆของตนเองได้ชัดเจนดียิ่งขึ้น (Ohsen, 1988 อ้างตาม จุฑาทิพย์ นุ่นด้วง, 2555)

2. ระยะการแบ่งปันประสบการณ์จากสถานการณ์กับสมาชิกภายในกลุ่ม ระยะนี้จึงได้สร้างให้สมาชิกเกิดการสำรวจตนเอง โดยการวาดภาพ “ความเครียดของฉัน” แล้วมาพูดคุยแลกเปลี่ยนความเครียดของแต่ละคนผ่านภาพวาด ทำให้รับรู้ได้ว่าตนเองไม่ใช่เป็นคนเดียวที่ประสบกับความเครียดเหล่านี้ เกิดความรู้สึกเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน เกิดแรงขับในตนเองให้พิจารณาตนเองในแง่มุมต่างๆ มองตนเองในด้านบวกเพิ่มขึ้น ซึ่งตรงกับ รูบิน (Rubin, 1984 อ้างตาม ณัชชา คำเครือ, 2550) กล่าวว่า เมื่อมนุษย์ประสบความเจ็บป่วยทางจิตใจ การแสดงออกทางศิลปะเป็นหนทางที่เกิดขึ้นจากการได้สะท้อนอารมณ์ และความรู้สึกของตนเอง และการแบ่งปันประสบการณ์ของสมาชิกรายกลุ่ม ดังแนวคิดของโอเซน (Ohsen, 1988 อ้างตาม จุฑาทิพย์ นุ่นด้วง, 2555) กล่าวว่าการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นการช่วยเหลือบุคคล ให้ยอมรับปัญหาต่างๆของตนเองและพยายามแก้ไขปัญหาเหล่านั้นก่อนที่จะกลายเป็นปัญหาที่รุนแรง นอกจากนี้การให้การปรึกษาแบบกลุ่มยังช่วยให้ รู้สึกเหมือนพวกเดียวกัน ผู้ที่มีปัญหาสามารถเรียนรู้ประสบการณ์ที่ได้รับจากกลุ่มมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ เป็นการหาแหล่งช่วยเหลือด้านจิตใจที่สามารถปฏิบัติได้ (อรอุมา อุดมเศรษฐ์, 2550)

3. ระยะการเปิดเผยความรู้สึกของตนเองโดยใช้ศิลปะจากการวาดภาพ โดยการนำภาพความเครียดของแต่ละคนที่วาดไว้ในครั้งที่แล้ว มาให้สมาชิกแต่ละคนร่วมกันวาดภาพต่อเติมจากภาพเดิม เป็นการเสนอแนะการแก้ไขปัญหาหรือเป็นการให้กำลังใจเพื่อนเกี่ยวกับความเครียดนั้น เมื่อวาดเสร็จครบทุกคนแล้ว ให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันพูดคุยถึงความหมายของภาพหรือข้อความที่วาดเพิ่มเติมให้กับเจ้าของภาพฟัง โดยภาพที่วาดเพิ่มเติมนั้น เป็นภาพวิธีการแก้ไขปัญหาที่ทำให้เครียด สื่อถึงความต้องการให้การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และมีการเขียนข้อความให้กำลังใจกัน ทำให้เด็กกำพร้าทุกคนมีส่วนร่วม ซึ่งในระยะนี้สมาชิกในกลุ่มสามารถนำเสนอแนวทางการแก้ไขปัญหาของตนเอง และให้กำลังใจแก่สมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มได้มากยิ่งขึ้น จึงสามารถสร้างอารมณ์ทางบวกให้กับสมาชิก เป็นกระบวนการแห่งความงอกงาม ดังการศึกษาของ รจนา จันทรักษ์ (2549) พบว่า การพูดคุย ระบายความคับข้องใจกับเพื่อน ทำให้รู้สึกสบายใจขึ้น เป็นการจัดการกับความเครียดที่ต้องเผชิญที่เกิดขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ กรุณา เผ่ารัตนะ (2548) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลางเพื่อลดความเครียดแก่ญาติผู้ป่วยจิตเภทรายใหม่ โรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราชนครินทร์ พบว่า

การให้การปรึกษารายกลุ่มทำให้สมาชิกเกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน และนำไปสู่การเปิดเผยตนเอง เพื่อช่วยให้สมาชิกได้สำรวจ และเผชิญหน้ากับปัญหาหรือสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด ด้วยการทำความเข้าใจและค้นหาวิธีแก้ไขปัญหาร่วมกัน สมาชิกเกิดความรู้สึกร่วมกันในการเข้าใจปัญหา ยอมรับปัญหา และนำไปสู่การปรับตัวเพื่อลดความเครียด

4. ระยะสิ้นสุดที่สมาชิกสามารถมองเห็นและมีแนวทางในการจัดการความเครียด ในระยะนี้ให้เด็กกำพร้าวาดภาพการเปลี่ยนแปลงของตนเอง และเป้าประสงค์ในอนาคตหลังจากออกจากกลุ่มนี้ไปแล้ว ระยะนี้เป็นขั้นที่สมาชิกมองเห็นการเปลี่ยนแปลงของตนเอง เกิดการหยั่งเห็นที่ลึกซึ้งขึ้น จนสามารถเข้าใจตนเอง และกล้าเผชิญกับปัญหาที่มีอยู่ได้ตามความเป็นจริง โดยปราศจากการบิดเบือนหรือปฏิเสธที่จะรับรู้ ทำให้เด็กกำพร้าได้รับรู้ถึงศักยภาพของตัวเอง จนสามารถวางเป้าหมายในอนาคตของตัวเองได้ นำไปสู่ความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง มีความเข้มแข็ง สามารถเผชิญความเครียด ปรับแก้ชีวิตที่ยุ่งยากภายหลังจบการให้การปรึกษา สอดคล้องกับการศึกษาของ ณัชชา คำเครือ (2550) พบว่า การให้การปรึกษาโดยใช้กระบวนการกลุ่ม ทำให้สมาชิกได้เรียนรู้ ตระหนักในความสามารถและความดีของตนเอง เข้าใจถึงความหมายและคุณค่าของปัจจุบัน ละทิ้งสิ่งที่ค้างคาใจจากประสบการณ์ในอดีต สามารถมองเห็นการเปลี่ยนแปลงของตนเอง และมีภาพวาดอนาคตของตนเองที่คิดว่าจะทำได้

สรุป

โปรแกรมการให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลางร่วมกับการใช้ศิลปะ ช่วยให้เด็กกำพร้าได้พิจารณาปัญหา ความรู้สึก การรับรู้ และสามารถจัดการกับความเครียดที่กำลังประสบอยู่ในปัจจุบันและอนาคตได้เป็นอย่างดี ช่วยให้เด็กมีความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน จึงเกิดความภาคภูมิใจ ความงอกงามขึ้น และได้ผ่อนคลายความเครียด ส่งผลให้ลดความเครียดในการดำเนินชีวิตได้

ข้อเสนอแนะ

1. ควรสนับสนุนให้บุคลากรด้านสาธารณสุขหรือทีมเยียวยา ได้ใช้โปรแกรมการให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลางร่วมกับการใช้ศิลปะ เพื่อลดความเครียดของเด็กกำพร้า และเป็นแนวทางให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น บ้านพักเด็ก มูลนิธิหรือสมาคม ได้ให้ความช่วยเหลือและฟื้นฟูเด็กที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ความไม่สงบในภาคใต้ ต่อไป

2. ผู้ที่จะนำกิจกรรมไปใช้ควรมีการฝึกอบรมพัฒนาตนเองในการให้การปรึกษาแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลางและแนวทางการใช้ศิลปะ ซึ่งจะช่วยให้การดำเนินกิจกรรมมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

3. ควรนำโปรแกรมการให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลางร่วมกับการใช้ศิลปะ ไปแปลเป็นภาษายาวี เพื่อนำไปใช้สำหรับโรงเรียน หรือกลุ่มเด็กที่ใช้ภาษายาวีเป็นภาษาหลัก

4. ในการทำวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบผลของโปรแกรมการให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลางร่วมกับการใช้ศิลปะระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และควรเพิ่มการติดตามการประเมินผลของโปรแกรมการให้การปรึกษารายกลุ่มแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลางร่วมกับการใช้ศิลปะหลังเสร็จสิ้นโปรแกรมอย่างต่อเนื่อง

รายการอ้างอิง

กรุณา เผ่ารัตนะ. (2548). **ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลางเพื่อลดความเครียดแก่ญาติผู้ป่วยจิตเภทรายใหม่ โรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราชนครินทร์.** วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

จิราภรณ์ ส่องแสง. (2549). ศิลปะกับเด็กปฐมวัย. **วารสารการศึกษาปฐมวัย, 10**(3), 45-54.

จิระสุข สุขสวัสดิ์, และอรัญญา ตุ้ยคัมภีร์. (2553). ประสบการณ์ความรุนแรง การเผชิญปัญหาและความสุขในจังหวัดชายแดนภาคใต้ของไทย : การวิจัยนำร่องแบบผสานวิธี. **วารสารประชากรศาสตร์, 26**(1), 22-48.

จุฑาทิพย์ นุ่นด้วง. (2555). **ผลของโปรแกรมการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาเหตุผลและอารมณ์และพฤติกรรมต่อความร่วมมือในการรักษาด้วยยาของผู้ป่วยโรคซึมเศร้า.** สารนิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

ณัชชา คำเครือ. (2550). **ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้ศิลปะบำบัดร่วมกับทฤษฎีเกสตัลท์ต่อภาวะซึมเศร้าของผู้ติดเชื้อเอชไอวี.** วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา.

ดวงพร หิรัญรัตน์. (2543). **ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์สต่อความสุขของเด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์.** วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ทัศนีย์ ดีเลิศ. (2551). **การเปรียบเทียบความคิดสร้างสรรค์และความฉลาดทางอารมณ์ในกิจกรรมศิลปะของเด็กปฐมวัยระหว่างการจัดการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับการทำงานของสมองโดยใช้รูปแบบไตรสิกขากับการจัดการเรียนรู้รูปแบบกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์เพื่อการเรียนรู้.** วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการจัดการการเรียนรู้ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา.

ทิพยกมล บูลภักดิ์. (2547). **การศึกษาผลการใช้กิจกรรมศิลปะกับนักเรียนระดับประถมศึกษาที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสม.** ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาศิลปศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

ทิพย์ภา เชษฐ์เชาวลิต. (2546). **จิตวิทยาพัฒนาการสำหรับพยาบาล (พิมพ์ครั้งที่ 3).** สงขลา: ชานเมืองการพิมพ์.

นิดารัตน์ ชูวิเชียร. (2550). **ผลของศิลปบำบัดต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของเด็กวัยรุ่นที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ.** วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

นิตย์ ทองเพชรศรี, สุรพันธ์ ปราบกรี, และสุริ ชาตะรัตน์. (2548). **ภาวะเครียดและความต้องการส่งเสริมสุขภาพจิตของประชาชนใน 4 จังหวัดชายแดนภาคใต้ต่อสถานการณ์ความไม่สงบ.** ศูนย์สุขภาพจิตที่ 12 สงขลา กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.

พนม เกตุมาน. (2552). **คู่มือช่วยเหลือทางจิตใจแก่ผู้ประสบภัยและโรคความผิดปกติทางจิตใจภายหลังภยันตราย (Post-Traumatic Stress Disorder).** สงขลา: ห้างหุ้นส่วนสามัญ นีโอพ้อยท์.

พริ้มเพรา ดิษยวณิช. (2544). **การวาดภาพเพื่อการประเมินและการรักษา.** เชียงใหม่: ห้างหุ้นส่วนจำกัด เชียงใหม่โรงพิมพ์แสงศิลป์.

มารีนี สแลแม. (2551). **ปัญหาจิตใจและการดูแลตนเองด้านจิตใจในผู้ที่สูญเสียบุคคลในครอบครัวจากสถานการณ์ความไม่สงบภาคใต้: กรณีศึกษา อำเภอกะพ้อ จังหวัดปัตตานี.** สารนิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

รจนา จันทรักษ์. (2549). **ปฏิกิริยาตอบสนองทางด้านจิตใจต่อเหตุการณ์ธรณีพิบัติภัยในวัยรุ่นที่สูญเสียบิดามารดาในจังหวัดพังงา.** สารนิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

รัตติกาล ใจหมั่น. (2551). **การใช้การวาดภาพเพื่อจัดการความเครียดของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4.** วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

รัตนาพร วัฒนากรณ์. (2551). **การใช้การวาดภาพเพื่อบรรเทาภาวะซึมเศร้าของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3.** วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

รวมพร คงกำเนิด. (2543). **การส่งเสริมสุขภาพเด็กและวัยรุ่น: การส่งเสริมสุขภาพ แนวคิด ทฤษฎีการปฏิบัติและปฏิบัติการพยาบาล.** นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์.

รอฮานิ เจะอาแซ. (2548). **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการจัดการความเครียดของวัยรุ่นไทยมุสลิมในโรงเรียนมัธยมศึกษาในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้.** วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

วัชรี ทรัพย์มี. (2551). **ทฤษฎีให้บริการปรึกษา (พิมพ์ครั้งที่ 5).** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สถาบันกัลยาณ์ราชนครินทร์. (2551). **แนวปฏิบัติในการเยียวยาและพัฒนาเด็กที่ได้รับผลกระทบจากความรุนแรงในพื้นที่จังหวัดชายแดนใต้ 28 กุมภาพันธ์ 2551.**(ฉบับที่ 1).อัดสำเนา.

ศูนย์ข่าวภาคใต้. (2554). ความรุนแรงไฟใต้ทำหญิงเป็นหม้าย 2,295 ราย เด็กกำพร้า 4,455 คน. สืบค้นเมื่อวันที่ 20 มกราคม 2555, จาก http://www.isranews.org/south-news/stat-history.html.. (2555). **8 ปีไฟใต้ (1) ยอดตายทะลุ 5 พัน ละลายงบประมาณ 1.6 แสนล้าน!.** สืบค้นเมื่อวันที่ 20 มกราคม 2555, จาก http://www.isranews.org.

อรอุมา อุดมเศรษฐ์. (2550). **ความเครียดและการจัดการความเครียดของวัยรุ่นในสถานศึกษาต่อสถานการณ์ความไม่สงบอำเภอสะบ้าย้อย จังหวัดสงขลา.** สารนิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

Chunuan, S. K. & Kochapakdee, W. C. (2003). Patient Satisfaction with Nursing Care Received during the Intrapartum Period. **Thai Journal of Nursing Research, 7**(2), 83-92.

Cohen, S., Kamarck, T. & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. **Journal of Health and Social Behavior, 24**(4), 385-396.

Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). **Stress, appraisal, and coping.** New York: Springer.

Ohlsen, M.M. (1988). **Group counseling.** New York: Hoit, Rinebart and Winston.