

การเสริมสร้างความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์

โดยใช้รูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยม

THE ENHANCEMENT OF MEANING IN LIFE OF PREGNANT ADOLESCENTS THROUGH EXISTENTIAL GROUP COUNSELING MODEL

ผู้วิจัย

ชาญชัย ศักดิ์ ศิริสัมพันธ์

Chanchai Saksirisampant

cs2499@gmail.com

กรรมการควบคุม

ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์²

รองศาสตราจารย์ ดร.ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา³

Advisor Committee

Prof. Dr. Pongpan Kirdpitak

Assoc. Prof. Dr. Prasarn Malakul Na Ayuthaya

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ 2) เพื่อพัฒนารูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยมเพื่อเสริมสร้างความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ และ 3) เพื่อประเมินประสิทธิผลของรูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยมเพื่อเสริมสร้างความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย แบ่งเป็น 2 กลุ่มคือ กลุ่มที่ 1 ที่ใช้ในการศึกษาความหมายในชีวิต เป็นวัยรุ่นที่มาฝากครรภ์ในโรงพยาบาลเลิดสิน เขตกรุงเทพมหานคร และสถานพยาบาลจุฬาลงกรณ์ จังหวัดสมุทรปราการ ในปี พ.ศ. 2557 จำนวน 80 คน ที่ได้มาจากการสุ่มจากประชากรกลุ่มที่ 2 เป็นวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ที่ได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากกลุ่มที่ 1 ที่มีคะแนนความหมายในชีวิตต่ำ จำนวน 24 คนสุดท้าย แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 12 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยม ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการปรึกษาใดๆ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย 1) แบบวัดความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อเท่ากับ 0.33 - 0.82 และค่า

ความเที่ยงเท่ากับ 0.91 และ 2) รูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยมเพื่อเสริมสร้างความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.66-1.00

ผลการวิจัย สรุปได้ดังนี้ 1) ค่าเฉลี่ยความหมายในชีวิตโดยรวมและรายด้านของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์อยู่ในระดับปานกลางความหมายในชีวิตรายด้านประกอบด้วย ความหมายในชีวิตด้านจุดมุ่งหมายในชีวิต ด้านการเผชิญและจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต ด้านการวางแผนชีวิต และด้านการเห็นคุณค่าของตนเอง 2) การพัฒนารูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยมเพื่อเสริมสร้างความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ พัฒนาจากแนวคิด เทคนิค และกระบวนการต่างๆของทฤษฎีการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยม 3) รูปแบบการปรึกษากลุ่มภวนิยมมีประสิทธิผลในการเสริมสร้างความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ โดยความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์กลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยม หลังการทดลองและหลังการติดตามผลเพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเพิ่มขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้

¹ นิสิตระดับปริญญาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา กลุ่มวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

² ศาสตราจารย์ประจำ หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

³ รองศาสตราจารย์ ผู้อำนวยการ หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

การปรึกษาแบบกลุ่มภวนิยม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผลการสนทนากลุ่มเฉพาะ พบว่าวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์กลุ่มทดลองมีความพึงพอใจหลังการที่ได้ไปให้การปรึกษากลุ่มภวนิยมได้เข้าใจและเห็นคุณค่าของความหมายในชีวิตของตนเองและทารกในครรภ์ ได้เรียนรู้ชีวิตของมนุษย์และการเป็นมารดาอย่างภาคภูมิใจ

คำสำคัญ : ความหมายในชีวิต การให้การปรึกษากลุ่มภวนิยม

ABSTRACT

The purposes of this research were 1) to study meaning in life of the pregnant adolescents, 2) to develop an existential group counseling model for enhancing meaning in life of pregnant adolescents, and 3) to study the effectiveness of the existential group counseling model for enhancing meaning in life of pregnant adolescents. The sample of the study included 2 groups. The first group of meaning in life study consisted of 80 pregnant adolescents attending Antenatal Care in Lerdsin General Hospital in Bangkok and Chulavej Sanatorium in Samuthprakam Province. This sample group was selected by random sampling from the population. The second group of the study was 24 pregnant adolescents whose meaning in life scores were low. They were then randomly selected into two groups, classified as an experimental group and a control group. Each group consisted of 12 pregnant adolescents. The experimental group participated in the existential group counseling model while the control group did not receive any counseling.

The research instruments were 1) the meaning in life scale with reliability coefficient (alpha) of 0.91 and 2) the existential group counseling model for enhancing meaning in life of pregnant adolescents with IOC ranged from 0.66-1.00.

The research results were as follows : 1) The total mean score and each dimension score of meaning in life were average. The dimensions of meaning in life included purposes in life, confrontation of problems in life, life planning and the perception of self value. 2) The existential group counseling model for enhancing of meaning in life of pregnant adolescents included concepts, techniques, and process of this theory. 3) The meaning in life of the experimental group after participating in the existential group counseling intervention and after the follow up were significantly higher than before participating in the existential group counseling intervention at .01 level, and also significantly higher than that of the control group at .01 level. Focus group report of the experimental group showed that they were satisfied with all counseling sessions of the model. They also gained more knowledge and experiences in the enhancement of meaning in life as human being, a fulfill mother and motherhoodness.

Keywords: Meaning in Life, Existential Group Counseling Model

บทนำ

ปัจจุบันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นปัญหาระดับชาติ เนื่องจากเป็นช่วงวัยที่ยังไม่พร้อม ร่างกายยังเจริญเติบโตไม่เต็มที่ ยังเรียนไม่จบ ไม่มีรายได้เป็นของตนเอง และไม่มีความเป็นผู้ใหญ่ ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของมารดาและทารก เกิดปัญหาสังคมและเศรษฐกิจ ซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นในปัจจุบันจึงเป็นที่มาของวาระแห่งชาติในหัวข้อ การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น (คณะกรรมการสุขภาพและสันทนาการ, 2554: 4)

วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ (Pregnant Adolescents) หมายถึง หญิงตั้งครรภ์ที่มีอายุน้อยกว่า 20 ปี (World Health Organization, 2010: 420-427) ซึ่งก่อให้เกิดปัญหาดังกล่าว จากรายงานขององค์การทุนเพื่อเด็กแห่ง

สหประชาชาติ หรือยูนิเซฟ พบว่า ประเทศไทยมีหญิงวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์สูงถึง 130,000 คน ต่อปี ซึ่งเป็นสถิติสูงสุดในทวีปเอเชีย และเป็นอันดับสองของโลก (กรมสุขภาพจิต, 2554)

ผลกระทบที่ตามมาทางจิตวิทยาและสังคมเมื่อเกิดการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น ได้แก่ 1) ขัดขวางพัฒนาการของวัยรุ่น 2) ขัดขวางการศึกษา 3) ขาดทักษะการเป็นแม่เนื่องจากตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจ 4) ขาดความสามารถในการหาเลี้ยงชีพ 5) แต่งงานก่อนวัยอันควร 6) ถูกตราหน้าว่ามีบุตรนอกสมรส 7) เกิดภาวะซึมเศร้า (วิระพล จันทรดียิ่ง และคณะ, 2549: 378, 381)

ส่วนการตั้งครรภ์ที่เป็นภาวะวิกฤตชีวิตของจิตใจ (Psychological crisis) นั้นสืบเนื่องมาจากสภาวะความเครียดและความวิตกกังวลทั้งทางด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ส่งผลต่อภาวะต่างๆของการตั้งครรภ์ (Dyson & King, 2008: 28) นอกจากนี้ Figueiredo และคณะ (2006: 123-124) กล่าวว่า การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นการตั้งครรภ์ที่ยังไม่มีความพร้อมที่จะเป็นแม่จึงส่งผลกระทบต่อสุขภาพอย่างรุนแรงต่อสัมพันธ์ภาพกับคู่สมรสและทารกในครรภ์เกิดความขัดแย้งและสับสน ทำให้ทารกไม่ได้รับการเลี้ยงดูที่ดีและอาจเป็นปัญหาของสังคมเมื่อโตขึ้น

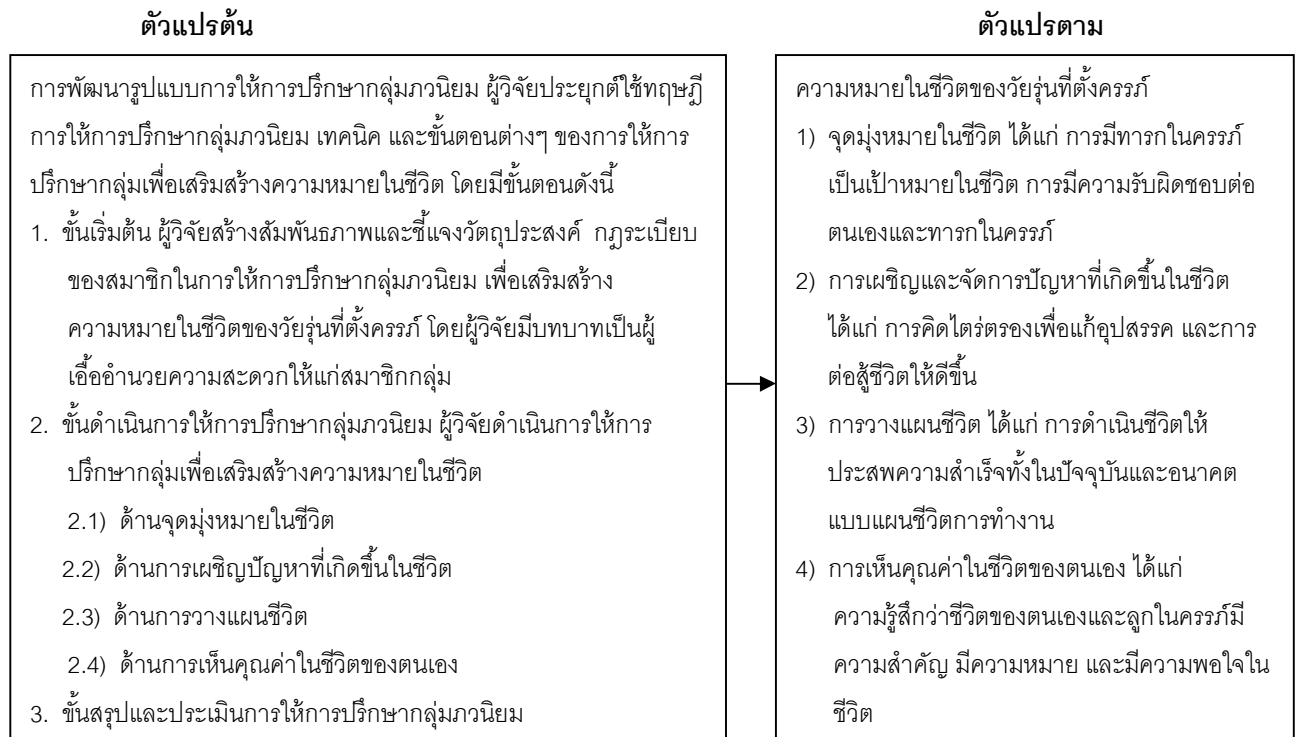
สำหรับปัญหาสุขภาพจิตในหญิงวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ ได้แก่ การเกิดอารมณ์เชิงลบ ขาดแรงจูงใจ ความคิดสับสน และความรู้สึกว่าตนด้อยค่า ซึ่งทั้งหมดนี้นำไปสู่ความรู้สึกว่าตนไร้ความหมาย ดังที่ Selm & Dittmann-Kohli, (1998:85) กล่าวไว้ว่า ความรู้สึกไร้ความหมายของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์เป็นความรู้สึกที่เจ็บปวด สิ้นหวัง นำอับอาย และเป็นตราบาป และอริญญา ตูย์คัมภีร์ (2553: 10-12) กล่าวถึงบุคคลที่ไร้ความหมาย (Meaninglessness) ว่าเป็นบุคคลที่ขาดเป้าหมาย หรือขาดความหมายในชีวิต ทำให้รู้สึกไร้ค่า ถูกทอดทิ้ง สิ้นหวัง และรู้สึกเปื้อนหนาย ส่วนสาเหตุของความรู้สึกว่าตนไร้ความหมายเกิดจากสาเหตุ 2 ประการ คือ 1) การ

ขาดความเชื่อถือในแรงจูงใจภายใน 2) การขาดการให้คุณค่าแก่ตนเอง

ผู้วิจัยได้สำรวจปัญหาของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ โดยการสัมภาษณ์วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์จำนวน 30 คน ที่โรงพยาบาลเลิดสินและสถานพยาบาลจุฬาเวช โดยใช้ข้อคำถามว่า “คุณมีความรู้สึกอย่างไรกับชีวิตในขณะนี้” และ “คุณได้วางแผนชีวิตไว้อย่างไร” ผลการสำรวจ สรุปได้ว่า วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์รู้สึกท้อแท้ในชีวิต รู้สึกทุกข์ใจไม่ทราบว่าจะทำอย่างไรกับชีวิต และรู้สึกว่าตนเองไร้คุณค่า ไร้ความหมาย ส่วนในเรื่องการวางแผนในชีวิตนั้น สรุปได้ว่า ยังไม่มีการวางแผนในชีวิต มองไม่เห็นอนาคตและไม่ทราบว่า จะใช้ชีวิตต่อไปอย่างไร ซึ่งสอดคล้องกับลักษณะของผู้ที่ไร้ความหมายในชีวิต (Meaninglessness) ที่นักวิชาการอธิบายไว้ข้างต้น

จากประเด็นปัญหาของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ที่รู้สึกไร้ชีวิตของตนไร้คุณค่าไร้ความหมาย ผู้วิจัยพบว่า ความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ ประกอบด้วย 1) จุดมุ่งหมายในชีวิต 2) การเผชิญและจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต 3) การวางแผนชีวิต 4) การเห็นคุณค่าในชีวิตของตนเอง ทำให้ผู้วิจัยต้องการจะศึกษาหาวิธีที่สามารถเสริมสร้างชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ให้มีความหมายมากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยพิจารณาประยุกต์ใช้ ทฤษฎีการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยม เพราะทฤษฎีดังกล่าวมีแนวคิดที่มุ่งเน้นความสามารถของแต่ละบุคคลในการตระหนักรู้ตนเอง การมีอิสรภาพ และความรับผิดชอบต่อการกระทำและสิ่งที่เกิดขึ้นกับตน แสวงหา ค้นหาความหมายของชีวิตโดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคและมีความเข้มแข็งในการมองโลก โดยที่เป้าหมายของทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบภวนิยม คือ การให้ความช่วยเหลือผู้รับบริการให้มีความรับผิดชอบต่อนตนเอง มีอิสระในการค้นหาและพัฒนาความหมายในชีวิต กล่าวเผชิญต่อปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นและสามารถมีชีวิตอยู่กับปัจจุบัน

กรอบแนวคิดในการวิจัย



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการพัฒนาแบบการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยมเพื่อเสริมสร้างควมหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาควมหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์
2. เพื่อพัฒนาแบบการปรึกษากลุ่มภวนิยมเพื่อเสริมสร้างควมหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์
3. เพื่อประเมินประสิทธิผลของแบบการปรึกษากลุ่มภวนิยมเพื่อเสริมสร้างควมหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์โดย
 - 1) เปรียบเทียบควมหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ของกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มภวนิยมก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล
 - 2) เปรียบเทียบควมหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มภวนิยม และกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้การ

ปรึกษากลุ่มภวนิยม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

- 3) ศึกษาควมพึงพอใจของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์กลุ่มทดลองที่มีต่อการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยม หลังสิ้นสุดการทดลอง โดยใช้การสนทนากลุ่มเฉพาะ (Focus group)

สมมติฐานการวิจัย

1. ควมหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์กลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มภวนิยม หลังการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม และหลังการติดตามผลสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มภวนิยม
2. ควมหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์กลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มภวนิยม หลังการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มภวนิยมและหลังการติดตามผลเพิ่มขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ที่ใช้ในการศึกษาความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์เป็นหญิงวัยรุ่นตั้งครรภ์ในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวน 300 คน เป็นวัยรุ่นอายุ 15 – 19 ปี ที่มาฝากครรภ์ที่โรงพยาบาลเกิดสิน กรุงเทพมหานคร และสถานพยาบาลจุฬาลงกรณ์ จังหวัดสมุทรปราการ

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยในการศึกษาความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์มีเกณฑ์การคัดเลือก ดังนี้ วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์มีอายุ 15 – 19 ปี ซึ่งมีอายุครรภ์ไม่เกิน 24 สัปดาห์ วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ที่โรงพยาบาลเกิดสิน และสถานพยาบาลจุฬาลงกรณ์ และเป็นวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ไม่ได้ทำงานประจำ

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาความหมายในชีวิตเป็นวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์มีจำนวน 80 คน ที่ได้มาจากการคัดเลือกจากประชากรตามเกณฑ์การคัดเลือกโดยผู้วิจัย วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 80 คน

2. กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมการทดลองเพื่อเสริมสร้างความความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์เป็นวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ที่คัดเลือกจากกลุ่มตัวอย่างในข้อ 2.1 จำนวน 24 คนสุดท้าย โดยคัดเลือกจากผู้ที่มีคะแนนความหมายในชีวิตต่ำและสมัครใจเข้าร่วมการทดลองการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยม รวมทั้งสิ้น 24 คน และสุ่มเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 12 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยมเพื่อเสริมสร้างความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการปรึกษาใดๆ

2. ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ คือ ความหมายในชีวิต แบ่งเป็น

1) จุดมุ่งหมายในชีวิต 2) การเผชิญและจัดการปัญหาที่เกิดขึ้น ในชีวิต 3) การวางแผนชีวิต 4) การเห็นคุณค่าในชีวิตของตนเอง

2. ตัวแปรที่ใช้ในการพัฒนา แบ่งเป็นตัวแปรต้น

ได้แก่ รูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยม และตัวแปรตาม ได้แก่ ความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวัดความหมายในชีวิต มีค่าความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) อยู่ระหว่าง 0.66 – 1.00 และมีค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ 0.909

2. รูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยมเพื่อเสริมสร้างความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (Item Objective Congruence: IOC) อยู่ระหว่าง 0.66-1.00

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์เปรียบเทียบความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ ในกลุ่มทดลองก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล โดยการทดสอบแบบ Wilcoxon Matched Pairs Signed Ranks Test

2. วิเคราะห์เปรียบเทียบความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมในระยะเวลาก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล ด้วยการวิเคราะห์ Nonparametric Samples Test แบบ Mann-Whitney U Test

สรุปผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 80 คน พบว่าความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ รายด้าน พบว่า ทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ (n=80)

ความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์	จำนวนข้อ	Min	Max	\bar{X}	SD	แปลผล
1. จุดมุ่งหมายในชีวิต	5	1.40	5.00	3.44	0.86	ปานกลาง
2. การเผชิญและการจัดการปัญหาที่เกิดขึ้น ในชีวิต	5	1.00	5.00	3.40	0.95	ปานกลาง
3. การวางแผนชีวิต	5	1.40	4.60	3.39	0.72	ปานกลาง
4. การเห็นคุณค่าในชีวิตของตนเอง	5	1.60	5.00	3.42	0.80	ปานกลาง
โดยรวม	20	1.55	4.60	3.41	0.72	ปานกลาง

2. ผลการพัฒนารูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยมเพื่อเสริมสร้างความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ ผู้วิจัยได้ประยุกต์แนวคิด ทฤษฎี และเทคนิคการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยม ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือ ขั้นเริ่มต้น ขั้นดำเนินการ และขั้นยุติการให้การปรึกษากลุ่ม

3. ผลการศึกษาประสิทธิผลการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยมเพื่อเสริมสร้างความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์

3.1 ค่าสถิติพื้นฐานความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยรวมและรายด้าน ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าสถิติพื้นฐานความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยรวมและรายด้าน ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล ดังแสดงในตารางที่ 2 และตารางที่ 3

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลผลค่าเฉลี่ยของคะแนนความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ โดยรวมและรายด้าน ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล ของกลุ่มทดลอง (n = 12)

ความหมายในชีวิตของ วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์	ก่อนการทดลอง			หลังการทดลอง			หลังการติดตามผล		
	\bar{X}	SD	แปลผล	\bar{X}	SD	แปลผล	\bar{X}	SD	แปลผล
1. จุดมุ่งหมายในชีวิต	3.0	0.6	ปานกลาง	4.1	0.6	มาก	4.5	0.2	มากที่สุด
	3	0		8	1		2	8	
2. การเผชิญและการ จัดการปัญหาที่เกิดขึ้นใน ชีวิต	2.8	0.6	ปานกลาง	4.1	0.5	มาก	4.4	0.3	มาก
	2	1		2	6		2	5	
3. การวางแผนชีวิต	3.0	0.4	ปานกลาง	4.2	0.7	มาก	4.6	0.4	มากที่สุด
	0	2		3	8		5	6	
4. การเห็นคุณค่าในชีวิตของ ตนเอง	2.9	0.7		4.2	0.5		4.5	0.3	
	5	3	ปานกลาง	5	2	มาก	3	0	มากที่สุด
โดยรวม	2.9	0.5	ปานกลาง	4.2	0.6	มาก	4.5	0.3	มากที่สุด
	5	3		0	0		3	2	

ผลการวิเคราะห์ตามตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ โดยรวมของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์กลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและหลังการ ติดตามผล พบว่าความหมายในชีวิตโดยรวมของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์กลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง อยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลอง อยู่ในระดับมาก และหลังการติดตามผลอยู่ในระดับมากที่สุด

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลผลค่าเฉลี่ยของคะแนนความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ โดยรวม และรายด้าน ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล ของกลุ่มควบคุม (n = 12)

ความหมายในชีวิตของ วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์	ก่อนการทดลอง			หลังการทดลอง			หลังการติดตามผล		
	\bar{X}	SD	แปลผล	\bar{X}	SD	แปลผล	\bar{X}	SD	แปลผล
1. จุดมุ่งหมายในชีวิต	2.9	0.5	ปานกลาง	3.0	0.5	ปานกลาง	2.9	0.5	ปานกลาง
	5	7		0	6		7	7	
2. การเผชิญและการจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต	2.6	0.6	ปานกลาง	2.7	0.6	ปานกลาง	2.7	0.6	ปานกลาง
	8	6		7	0		2	1	
3. การวางแผนชีวิต	3.1	0.3	ปานกลาง	3.0	0.3	ปานกลาง	3.0	0.4	ปานกลาง
	0	1		8	4		2	2	
4. การเห็นคุณค่าในชีวิต ของตนเอง	2.9	0.6	ปานกลาง	3.0	0.5	ปานกลาง	2.9	0.7	ปานกลาง
	8	0		2	9		2	2	
ความหมายในชีวิตของ วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์	ก่อนการทดลอง			หลังการทดลอง			หลังการติดตามผล		
	\bar{X}	SD	แปลผล	\bar{X}	SD	แปลผล	\bar{X}	SD	แปลผล
โดยรวม	2.9	0.4	ปานกลาง	2.9	0.4	ปานกลาง	2.9	0.5	ปานกลาง
	3	9		7	7		0	2	

ผลการวิเคราะห์ตามตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ โดยรวมของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์กลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล พบว่าพลังทางบวกโดยรวมของกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล อยู่ในระดับปานกลาง

3.2 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ กลุ่มทดลอง โดยรวมและรายด้านก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล การวิเคราะห์ในขั้นตอนนี้ เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างมีขนาดเล็ก สถิติที่นำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ สถิตินอนพาราเมตริกซ์ (Nonparametric Statistics) โดยวิธี Wilcoxon Matched Pairs Signed Ranks Test

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 พบว่า ความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ กลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยม หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล เพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนได้รับการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยม วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์กลุ่มทดลองโดยรวมและรายด้านมีความหมายในชีวิตเพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนเข้าร่วมให้การปรึกษากลุ่มภวนิยมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 การเปรียบเทียบความหมายในชีวิตโดยรวมและรายด้านของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์กลุ่มทดลอง ที่ได้รับการปรึกษา
กลุ่มภวนิยม เพื่อเสริมสร้างความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

ความหมายในชีวิต		\bar{X}	ผลการให้คำปรึกษา	Negative	Positive	Ties	Z	P
			แบบภวนิยมที่นำมา เปรียบเทียบ	Rank	Rank			
ด้าน	ก่อน	3.03	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	2	9	1	-2.763**	.008
จุดมุ่งหมาย	หลัง	4.18	ติดตามผล-หลังการทดลอง	1	5	6	-2.047*	.041
ในชีวิต	ติดตามผล	4.52	ติดตามผล-ก่อนทดลอง	0	12	0	-3.065**	.002
ด้านการเผชิญ	ก่อน	2.82	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	0	11	1	-2.940**	.003
ปัญหาในชีวิต	หลัง	4.12	ติดตามผล-หลังการทดลอง	0	6	6	-2.207*	.027
	ติดตามผล	4.42	ติดตามผล-ก่อนทดลอง	0	12	0	-3.068**	.002
ความหมายในชีวิต		\bar{X}	ผลการให้คำปรึกษา	Negative	Positive	Ties	Z	P
			แบบภวนิยมที่นำมา เปรียบเทียบ	Rank	Rank			
การเผชิญและ	ก่อน	3.00	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	0	11	1	-2.943**	.003
จัดการปัญหา	หลัง	4.23	ติดตามผล-หลังการทดลอง	1	5	6	-1.992*	.046
อุปสรรคที่	ติดตามผล	4.65	ติดตามผล-ก่อนทดลอง	0	12	0	-3.066**	.002
เกิดขึ้นในชีวิต								
ด้านการเห็น	ก่อน	2.95	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	0	11	1	-2.940**	.003
คุณค่าในชีวิต	หลัง	4.25	ติดตามผล-หลังการทดลอง	0	6	6	-2.214*	.024
ของตนเอง	ติดตามผล	4.53	ติดตามผล-ก่อนทดลอง	0	12	0	-3.066**	.002
ความหมายใน	ก่อน	2.95	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	0	11	1	-2.938**	.003
ชีวิตโดยรวม	หลัง	4.20	ติดตามผล-หลังการทดลอง	1	7	4	-2.316*	.021
	ติดตามผล	4.53	ติดตามผล-ก่อนทดลอง	0	12	0	-3.061**	.002

**p < .01, *p < .05

3.3 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยรวมและรายด้าน ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล การวิเคราะห์ในขั้นตอนนี้ เป็นการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยรวมและรายด้าน ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล โดยวิธี Mann-Whitney U Test ผลการทดสอบ สมมติฐานข้อที่ 2 พบว่าความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ กลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาภวนิยม หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล เพิ่มขึ้นมากกว่าความหมายในชีวิตของ กลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการปรึกษาภวนิยม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังแสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5 การเปรียบเทียบความหมายในชีวิตโดยรวมและรายด้านของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

ความหมายในชีวิตของ วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์	ระยะ	กลุ่ม	\bar{X}	Mean Rank	Sum of Ranks	Mann-Whitney U	Z	p
ด้านจุดมุ่งหมายในชีวิต	ก่อนทดลอง	ทดลอง	3.03	13.21	158.50	63.50	-4.96	.630
		ควบคุม	2.95	11.79	141.50			
	หลังทดลอง	ทดลอง	4.18	17.58	211.00	11.00	-3.554**	.000
		ควบคุม	3.00	7.42	89.00			
	ติดตามผล	ทดลอง	4.52	18.46	221.50	.50	-4.148**	.000
		ควบคุม	2.97	6.54	78.50			
ความหมายในชีวิตของ วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์	ก่อนทดลอง	ทดลอง	2.82	13.21	158.50	63.50	-4.98	.630
		ควบคุม	2.68	11.79	141.50			
	หลังทดลอง	ทดลอง	4.12	17.96	215.50	6.50	-3.817**	.000
		ควบคุม	2.77	7.04	84.50			
	ติดตามผล	ทดลอง	4.42	18.38	220.50	1.50	-4.091**	.000
		ควบคุม	2.72	6.62	79.50			
ด้านการวางแผนชีวิต	ก่อนทดลอง	ทดลอง	3.00	11.62	139.50	61.50	-6.52	.511
		ควบคุม	3.10	13.38	160.50			
	หลังทดลอง	ทดลอง	4.23	17.42	209.00	13.00	-3.484**	.039
		ควบคุม	3.08	7.58	91.00			
	ติดตามผล	ทดลอง	4.65	18.38	220.50	1.50	-4.152**	.000
		ควบคุม	3.02	6.62	79.50			
ด้านการเห็นคุณค่าใน ชีวิตของตนเอง	ก่อนทดลอง	ทดลอง	2.95	12.58	151.00	71.00	-0.059	.977
		ควบคุม	2.98	12.42	149.00			
	หลังทดลอง	ทดลอง	4.25	17.75	213.00	9.00	-3.674**	.000
		ควบคุม	3.02	7.25	87.00			
	ติดตามผล	ทดลอง	4.53	18.46	221.50	.05	-4.149**	.000
		ควบคุม	2.92	6.54	78.50			
ความหมายในชีวิตของ วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ โดยรวม	ก่อนทดลอง	ทดลอง	2.95	12.67	152.00	70.00	-1.16	.932
		ควบคุม	2.93	12.33	148.00			
	หลังทดลอง	ทดลอง	4.20	18.00	216.00	6.00	-3.821**	.000
		ควบคุม	2.97	7.00	84.00			
	ติดตามผล	ทดลอง	4.53	18.50	222.00	.000	-4.161**	.000
		ควบคุม	2.90	6.50	78.00			

**p < .01

4. ผลการวิเคราะห์เชิงคุณภาพ ผู้วิจัยสนทนากลุ่มเฉพาะกับวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ ที่มีต่อการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยมเพื่อเสริมสร้างความหมายในชีวิต พบว่าวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ได้เรียนรู้ถึงความหมายในชีวิตด้านจุดมุ่งหมายในชีวิตด้านการเผชิญและจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตด้านการวางแผนชีวิต และด้านการเห็นคุณค่าของตนเอง

อภิปรายผล

การวิจัยเรื่องการเสริมสร้างความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ โดยใช้รูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยม อภิปรายผล การวิจัยได้ดังนี้

1. ผลการศึกษาความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ในแต่ละด้านอยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน ได้แก่ ด้านจุดมุ่งหมายในชีวิต ด้านการเผชิญและจัดการปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นในชีวิต ด้านการวางแผนชีวิต และด้านการเห็นคุณค่าในชีวิตของตนเอง ทั้งนี้เพราะ การตั้งครรรภ์ในวัยรุ่นมีสาเหตุที่ทำให้ความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ลดลง ได้แก่ ความรู้สึกยังไม่พร้อมในการตั้งครรรภ์ ความไม่พร้อมในการเป็นแม่ การหยุดชะงักของการเรียนจากการตั้งครรรภ์ ความรู้สึกที่ตนด้อยคุณค่าเนื่องจากก่อให้เกิดปัญหาแก่ครอบครัว ด้อยคุณค่าลงเพราะแปลกแยกแตกต่างจากกลุ่มเพื่อน ถูกบั่นทอนความมั่นใจในอนาคตเรื่องการเรียนและการทำงาน และรู้สึกไม่พอใจในชีวิตของตนซึ่งทั้งหมดนี้คือความรู้สึกว่าตนเองไร้ค่า ไร้จุดมุ่งหมาย ไร้ความหมาย ทำให้เกิดความท้อแท้ใจในการดำรงชีวิต ไม่อยากไปเรียน ไม่อยากไปตรวจครรรภ์ ไม่สนใจตนเองและทารกในครรรภ์ และขาดจุดมุ่งหมายในอนาคต ไม่ทราบว่าจะมีชีวิตอยู่เพื่ออะไร เกิดความรู้สึกอ้างว้าง โดดเดี่ยวแปลกแยก และสิ้นหวังในชีวิต ซึ่งเป็นลักษณะของบุคคลที่รู้สึกไร้ความหมายในชีวิต ขณะเดียวกันการตั้งครรรภ์ก่อให้เกิดความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์เพิ่มขึ้น ได้แก่ การตั้งครรรภ์ช่วยกระตุ้นสัญชาตญาณของความเป็นแม่ในขณะตั้งครรรภ์ ก่อให้เกิดความรักความผูกพันกับทารกในครรรภ์ การที่ทารกในครรรภ์ตื่นเป็นการสื่อสารที่ผู้เป็นแม่สามารถรับรู้ได้ รู้สึกได้ถึงการใช้ชีวิตใหม่แฝงอยู่ในร่างกายของตน เป็นเลือดเนื้อเชื้อไขของตน ความรักความผูกพันนี้ก่อให้เกิดการรับรู้ที่ทารกในครรรภ์เป็น

บุคคลสำคัญสำหรับตน เช่น การตื่นเบาๆ ของทารก หรือทารกสะอึก มีวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์เพียงผู้เดียวที่รับรู้ได้ชัดเจน ทำให้ชีวิตมีความหมายมากขึ้น ดังนั้นเมื่อมีทั้งสองสภาวะคือ การลดและการเพิ่มความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ในขณะเดียวกัน จึงก่อให้เกิดความหมายในชีวิตโดยรวม และความหมายในชีวิตของแต่ละด้านอยู่ในระดับปานกลาง

ผลการวิจัยนี้เป็นไปตามแนวคิดของ Baumeister & Wilson (1996 : 322) ที่กล่าวถึงลักษณะของความหมายชีวิตได้ ได้แก่ จุดมุ่งหมายในชีวิต และการรับรู้ถึงคุณค่าของตน ขณะที่ Park & Folkman (1997: 115) ระบุว่าความหมายในชีวิต ได้แก่ จุดมุ่งหมายในชีวิต การเอาชนะอุปสรรค และการวางแผนชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ทั้ง 4 ด้านในงานวิจัยนี้

2. การพัฒนารูปแบบการให้การปรึกษากลุ่ม ภวนิยม เพื่อเสริมสร้างความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ โดยประยุกต์แนวคิดและเทคนิคการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยม เพื่อเสริมสร้างความหมายในชีวิตแต่ละด้าน ดังนี้

2.1 ด้านจุดมุ่งหมายในชีวิต ผู้วิจัยใช้เทคนิคการเติมคำให้สมบูรณ์ จากประโยค “ความรักความผูกพันระหว่างแม่กับฉัน.....” เพื่อให้ตระหนักถึงความรักความผูกพันระหว่างแม่ของตนกับตนเอง ส่วนเทคนิคการมองในมุมใหม่ เป็นการเชื่อมโยงความรักความผูกพันของตนกับแม่ของตนให้กลายเป็น ความรักความผูกพันระหว่างตนกับทารกในครรรภ์ของตน จากนั้นเล่าประวัติของ Victor Frankl ว่าเขาได้ใช้ความรัก ความผูกพันที่มีต่อภรรยา ช่วยให้เราค้นพบความหมายในการเอาชนะปัญหาอุปสรรคในค่ายกักกันจนรอดชีวิต เป็นการเชื่อมโยงว่าความรักความผูกพันกับทารกในครรรภ์เป็นความหมายที่สามารถช่วยให้เกิดจุดมุ่งหมายว่าการมีทารกในครรรภ์เป็นเป้าหมายในชีวิต ส่วนเทคนิคแผนผัง

ความคิดช่วยให้วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์เกิดความรับผิดชอบต่อตนเองและทารกในครรภ์อย่างเป็นรูปธรรม

2.2 ด้านการเผชิญและจัดการปัญหา อุปสรรคที่เกิดขึ้นในชีวิต ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิค ABC เพื่อเปลี่ยนความเชื่อว่าการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นก็สามารถเปลี่ยนแปลงให้ชีวิตของตนดีขึ้นได้ ส่วนเทคนิค 3 คำถามของ Socratis นั้นใช้เพื่อให้เกิดความมั่นใจว่าตนสามารถต่อสู้ให้ชีวิตดีขึ้นได้จริง ขณะที่เทคนิคการให้พรตนเอง ทำเพื่อสร้างกำลังใจที่เข้มแข็งในการเผชิญและจัดการปัญหาต่างๆ ส่วนแผนผังก้างปลา ใช้เพื่อเป็นแนวทางในการจัดการปัญหาอุปสรรคอย่างเป็นรูปธรรม ทั้งเทคนิค ABC และเทคนิค 3 คำถามของ Socratis ทำให้เกิดการคิดไตร่ตรองเพื่อแก้อุปสรรค

2.3 ด้านการวางแผนชีวิต ผู้วิจัยใช้เทคนิค ปมเชือกเพื่อให้เกิดการตระหนักรู้ว่าตนเป็นผู้ก่อให้เกิดปัญหา จึงควรมีความรับผิดชอบในการแก้ปัญหา ขณะที่เทคนิคจินตนาการช่วยให้เกิดการกล้าเผชิญชีวิตหลังคลอดว่าควรต้องวางแผนจึงจะผ่านพ้นไปได้ จุดสำคัญคือ เทคนิค PDCA ใช้ในการวางแผนชีวิตที่ยืดหยุ่น สามารถปรับเปลี่ยนได้เมื่อมีอุปสรรค เพื่อให้วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์รู้จักวางแผนในการดำเนินชีวิตให้ประสบความสำเร็จทั้งในปัจจุบันและอนาคต ตลอดจนสามารถสร้างแบบแผนชีวิตในการทำงานของตน

2.4 ด้านการเห็นคุณค่าในชีวิตของตนเอง ผู้วิจัยได้นำเสนอระบบ WDEP เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดรูปแบบแห่งคุณค่าในชีวิตของตน ด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนให้เกิดคุณค่า ส่วนเทคนิคสถานการณ์จำลองเพื่อให้ได้สัมผัสคุณค่าแห่งความสำเร็จ เมื่อตนได้เรียนจบการศึกษาชั้นสูงสุดที่ได้ตั้งเป้าหมายไว้และพร้อมที่จะทำงาน นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคการค้นหาคุณค่าจากวิกฤต เพื่อให้ตนสามารถค้นพบคุณค่าคือ ความหมายที่ซ่อนอยู่ในวิกฤตจากการตั้งครรภ์ของตนได้ ซึ่งได้แก่ ทารกในครรภ์ของตนนั่นเอง ทั้งเทคนิคระบบ WDEP และเทคนิคการค้นหาคุณค่าจากวิกฤต ช่วยให้วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ค้นพบว่าชีวิตของตนเองและลูกในครรภ์มี

ความสำคัญ มีความหมาย ส่วนเทคนิคการชื่นชมตนเอง เป็นการเพิ่ม Self-esteem ทำให้เกิดความรู้สึกพอใจในชีวิต

สรุปการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยมมีประสิทธิภาพ ดังที่ Corey (2004: 5-7) กล่าวถึงคุณค่าที่เป็นเอกลักษณ์ของการให้การปรึกษากลุ่มสำหรับวัยรุ่นคือ สมาชิกกลุ่มจะมีโอกาสในการสร้างประโยชน์ร่วมกัน มีการสร้างปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกกลุ่ม แสดงให้เห็นถึงความห่วงใยซึ่งกันและกัน และให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน อันเป็นหนทางที่จะนำไปสู่การทำความเข้าใจตนเอง และการยอมรับตนเอง ส่วน Kress & Hoffman (2008, 172-186) ให้ความสำคัญของพัฒนาการในวัยรุ่นที่เผชิญวิกฤต โดยพยายามเสริมสร้างให้มีเอกลักษณ์เฉพาะตัวในเชิงบวก ลักษณะพิเศษของการให้การปรึกษากลุ่มวัยรุ่นคือ ความรู้สึกโดดเดี่ยว และความรู้สึกว่าตนแตกต่างไปจากผู้อื่น ซึ่งบรรเทาได้โดยใช้กลุ่มเพื่อนที่มีอายุใกล้เคียงกันในการปรึกษากลุ่ม ขณะที่ Fitzgerald (2005: 793-799) เห็นว่าประเด็นความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในวัยรุ่นตรงกับหัวข้อสำคัญของภวนิยม ได้แก่ อิสรภาพ ทางเลือก ความรับผิดชอบ การตระหนักรู้ การค้นหาความหมายในชีวิต และความวิตกกังวล ซึ่งทำให้ภวนิยมสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในวัยรุ่นได้ดีไม่แพ้ผู้ใหญ่

3. การประเมินประสิทธิผลของการใช้รูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยมเพื่อเสริมสร้างความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ โดย

3.1 ความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ของกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยมก่อนการทดลอง อยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลองอยู่ในระดับมาก และหลังการติดตามผล อยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1 เนื่องจากเกิด Reflective thinking จากรูปแบบ

3.2 การเปรียบเทียบความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยม และกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล เพิ่มขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้

รับการให้การปรึกษาแบบกลุ่มภวนิยม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3.3 ผลการทำสนทนากลุ่มเฉพาะพบว่า ความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์มีความพึงพอใจต่อการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยมที่ได้เรียนรู้ แสดงความคิด ความรู้สึก อภิปราย และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกันและมีโอกาสได้ทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกันในการเสริมสร้างความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ด้านด้านจุดมุ่งหมายในชีวิต ด้านการเผชิญและจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต ด้านการวางแผนชีวิต และด้านการเห็นคุณค่าของตนเอง

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 ควรนำแบบวัดความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ไปใช้เพื่อเสริมสร้างความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ในกลุ่มอื่นที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง

1.2 รูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มภวนิยมเพื่อเสริมสร้างความหมายในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการให้การปรึกษากลุ่มกับวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ในกลุ่มอื่นที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างโดยคำนึงถึงตัวแปรและบริบทก่อนนำไปใช้

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรวิจัยเกี่ยวกับความหมายในชีวิตของวัยรุ่นกลุ่มอื่นๆ นอกเหนือจากวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ เช่น วัยรุ่นที่ติดสารเสพติด วัยรุ่นที่ติดเชื้อเอชไอวี วัยรุ่นที่ผลการเรียนตกต่ำ เป็นต้น

2.2 ควรพัฒนารูปแบบความหมายในชีวิตโดยใช้วิธีอื่น ๆ เช่น การฝึกอบรม การให้การปรึกษารายบุคคล

2.3 ควรติดตามผลการนำไปปรับใช้ในชีวิตของวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ หลังจากที่วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ได้รับการเสริมสร้างความหมายในชีวิตไปแล้ว 3 เดือน 6 เดือน และควรเสริมสร้างความหมายในชีวิตให้แก่วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์กลุ่มควบคุม

2.4 ควรทำการวิจัยเชิงลึกเน้นการวิจัยเชิงคุณภาพให้มากขึ้น

2.5 การนำรูปแบบไปพัฒนากับกลุ่มอื่นควรมีการศึกษาและทำความเข้าใจให้กระจ่างต่อกลุ่มเป้าหมายก่อนนำไปใช้ เช่น ผู้ติดเชื้อ HIV ผู้ป่วยมะเร็งระยะลุกลาม ผู้ติดสารเสพติด และผู้ที่ขาดแรงจูงใจในการทำงาน เป็นต้น

บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต. (2554). (ออนไลน์) แหล่งที่เข้าถึง: http://www.dmh.go.th/sty_lib/news/view.asp?id=16133.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2553). บท Existential Therapy. เอกสารประกอบการสอน หลักสูตรดุขฎิบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษม บัณฑิต.
- วีระพล จันทรดียิง และคณะ. (2549). Childhood and Adolescent Gynecology. สงขลา: ชานเมืองการพิมพ์.
- อรัญญา ต้อยคัมภีร์. (2553). จิตบำบัดแนวความหมายในชีวิต Logotherapy. โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย คณะจิตวิทยา.
- Baumeister & Vohs. (2005). The pursuit of meaningfulness in life. Handbook of Positive Psychology. Oxford University Press.
- Corey, G. (2004). Theory & practice of counseling. 6th ed. California: Brooks / Cole Thomson.
- Dyson & King. (2008). The pregnant therapist. Psychodynamic Practice, February 2008,

- Frankl, V. E. (1992). **Man's search for meaning an introduction to logotherapy**. Boston, Massachusetts: Beacon Press.
- Kress & Hoffman. (2008). **Empowering adolescent survivors of sexual abuse application of a solution – focused counseling group**. Journal of Humanistic Counseling, Education and Development.
- Misri, S., Kendrick, K. (2008). **Perinatal depression, fetal bonding and mother-child attachment : a review of the literature**. Current Pediatric Review.
- Selm & Dittmann-Kohli . (1998). **Meaninglessness in the second half of life: The development of a construct**. International Journal of Aging and Human Development.
- Snyder and Lopez. (2005). **Handbook of positive psychology**. Oxford University Press 2005.
- Yalom, I. D. (1980). **Existential psychotherapy**. the United States of America: Yalom Family Trust Printed.