



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจของผู้ต้องขัง เรือนจำกลางเชียงใหม่
The Effects of Using a Guidance Activities Package to Enhance Psychological Hardiness of Prisoners
in Chiang Mai Central Prison

สัชชัย ศิริสถิตย์ (Sanchai Sirisathit)¹ สุขอรุณ วงษ์ทิม (Sukaroon Wongtim)²นิติพัฒน์ เมฆขจร (Nitipat Mekkhachorn)³

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบความแข็งแกร่งทางจิตใจของผู้ต้องขังกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว (2) เปรียบเทียบความแข็งแกร่งทางจิตใจของผู้ต้องขังกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง และ (3) ศึกษาความพึงพอใจที่มีต่อชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงใหม่ แดน 4 จำนวน 30 คน ที่มีคะแนนจากแบบวัดความแข็งแกร่งทางจิตใจต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จากนั้นจึงทำการสุ่ม เพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ (1) แบบวัดความแข็งแกร่งทางจิตใจ ที่มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .92 (2) การให้คำแนะนำตามปกติ (3) ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที ผลการวิจัยพบว่า (1) ภายหลังการทดลอง ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจ มีความแข็งแกร่งทางจิตใจเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (2) ภายหลังการทดลอง ผู้ต้องขังกลุ่มทดลอง มีความแข็งแกร่งทางจิตใจสูงกว่าผู้ต้องขังกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ (3) ความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมแนะแนวของผู้ต้องขังกลุ่มทดลอง อยู่ในระดับมากที่สุด

คำสำคัญ ชุดกิจกรรมแนะแนว ความแข็งแกร่งทางจิตใจ ผู้ต้องขัง

¹ นักศึกษาหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช asnchai21@gmail.com

² รองศาสตราจารย์ พ.ต.ท. ดร. ประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช sukaroon.won@stou.ac.th

³ รองศาสตราจารย์ ดร. ประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

Abstract

The purposes of this were (1) to compare psychological hardiness scores of the Experimental group prisoners before and after using a guidance activities package; (2) to compare the post-experiment psychological hardiness scores of the experimental group and the control group prisoners; and (3) to study the satisfaction of prisoners with the guidance activities package to enhance psychological hardiness. The research sample consisted of 30 prisoners in Area 4 of Chiang Mai Central Prison, whose scores from the psychological hardiness assessment scale were below the 50th percentile, and who volunteered to participate in the experiment. Then, they were randomly assigned into the experimental group and the control group, each of which containing 15 prisoners. The employed research instruments were a psychological hardiness scale, with a reliability coefficient of .92, and a guidance activities package to enhance psychological hardiness. Statistics for data analysis were the mean, standard deviation, and t-test. The findings showed that (1) after the experiment, the post-experiment psychological hardiness scores of the experimental group prisoners who used the guidance activities package were significantly higher than their pre-experiment counterpart scores at the .01 level; and (2) after the experiment, the post-experiment psychological hardiness scores of the experimental group prisoners were significantly higher than the post-experiment counterpart scores of the control group at the .01 level; and (3) the experimental group prisoners were satisfied with the guidance activities package to enhance psychological hardiness at the high level.

Keywords: Guidance activities package, Psychological hardiness, Prisoner



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

บทนำ

ในประเทศไทยปัจจุบันนี้ ปี พ.ศ. 2561 มีผู้ต้องขังที่ถูกศาลพิพากษาว่ากระทำความผิด ถูกควบคุมโดยคำสั่งของศาลที่ชอบด้วยกฎหมาย จำนวนทั้งสิ้น 334,931 ราย (ข้อมูล ณ วันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2561) กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม มีหน้าที่หลักดูแลเรือนจำและผู้ต้องขังจากคดีต่างๆ ปฏิบัติต่อผู้ต้องขังให้เป็นไปตามคำพิพากษาหรือคำสั่งตามกฎหมายและกฎหมายอื่นที่เกี่ยวข้อง กำหนดแนวทางปฏิบัติต่อผู้ต้องขังให้สอดคล้องกับกฎหมาย ระเบียบข้อบังคับ ตลอดจนข้อกำหนดมาตรฐานขั้นต่ำสำหรับปฏิบัติต่อผู้ต้องขัง จัดสวัสดิการและการสงเคราะห์พื้นฐานให้แก่ผู้ต้องขัง กรมราชทัณฑ์แบ่งการบริหารงานเป็นส่วนกลางและส่วนภูมิภาค มีเรือนจำสาขาทั้งหมด 143 แห่งทั่วประเทศ แบ่งเป็น เรือนจำกลาง 34 แห่ง เรือนจำพิเศษ 30 แห่ง เรือนจำจังหวัด 49 แห่ง เรือนจำอำเภอ 26 แห่ง ทัณฑสถาน 25 แห่ง สถานกักขัง 5 แห่ง และสถานกักกัน 1 แห่ง (ภาวิณี พุดเทียง , 2561) เรือนจำกลางปกติรับคุมขังผู้ต้องขังที่พิพากษาแล้ว ที่มีโทษจำคุกตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไป ปัจจุบัน มีเรือนจำกลางที่มีอำนาจควบคุมผู้ต้องขัง โทษตั้งแต่ 15 ปี ถึงประหารชีวิต มีจำนวน 2 แห่ง คือ เรือนจำกลางบางขวาง และเรือนจำกลางคลองเปรม เรือนจำกลางเชียงใหม่เป็นเรือนจำส่วนภูมิภาค มีอำนาจหน้าที่ควบคุมผู้ต้องขังตั้งแต่ระหว่างรอพิจารณาคดีจนถึงโทษจำคุกตลอดชีวิต เป็นสถานที่ๆ มีกฎระเบียบ ข้อบังคับเกี่ยวกับบุคคล และผู้ต้องขังที่เคร่งครัดเข้มงวด ซึ่งบัญญัติไว้ในกฎหมายพระราชบัญญัติราชทัณฑ์ พุทธศักราช 2560 ภายในเรือนจำล้อมรอบไปด้วยลวดหนามตามแนวกำแพงสูง ผู้ต้องขังมีสภาพความเป็นอยู่ที่แออัดไม่มีสิ่งอำนวยความสะดวก ปัจจุบันประสบปัญหามีจำนวนผู้ต้องขังมากเกินไปที่เรือนจำจะรองรับได้ เนื่องจากมีจำนวนผู้ต้องขังเพิ่มมากขึ้นทุกเดือน ทำให้เกิดปัญหาทางด้านการคุมขัง ส่งผลกระทบต่อการดูแลผู้ต้องขังที่เข้าใหม่ (อำนาจ นิพนธ์, 2561)

ผู้ต้องขังที่ถูกควบคุมอยู่ภายในเรือนจำกลางเชียงใหม่ แดน 4 เป็นแดนควบคุมผู้ต้องขังเข้าใหม่ ปัญหาหลักที่พบของผู้ต้องขังคือ ไม่สามารถทำใจยอมรับกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนที่ต้องสูญเสียอนาคต ตำแหน่งหน้าที่ในงานที่ทำ ขาดอิสรภาพ เสื่อมเสียชื่อเสียง ไร้ซึ่งเกียรติและศักดิ์ศรี ถูกตราหน้าจากสังคมว่าเป็นผู้ร้าย ต้องพลัดพรากจากคนรักและครอบครัว ไร้คุณค่า เหมือนบุคคลที่ไร้ตัวตนมีความคิดที่สับสนวุ่นวาย ไม่สามารถปรับสภาพจิตใจและร่างกายให้ทนรับกับความตึงเครียดที่ต้องเผชิญ ผู้ต้องขังจึงมองว่าตนคือต้นเหตุของปัญหา ไม่มีใครที่จะสามารถให้คำแนะนำและให้คำปรึกษาเพื่อหาทางออกในการแก้ไขปัญหาชีวิต เกิดความเครียดวิตกกังวลอย่างรุนแรงส่งผลให้เกิดการเจ็บป่วยทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ท้อแท้สิ้นหวังที่ผู้ต้องขังจำนวนมากคิดว่าโชคชะตากลับกลังเป็นผู้กระทำ จึงเป็นสาเหตุหลักของการทำร้ายตนเอง ทำร้ายเพื่อนผู้ต้องขังด้วยตนเอง และรุนแรงถึงการฆ่าตัวตาย เพื่อหลีกเลี่ยงปัญหา เรือนจำกลางเชียงใหม่จะต้องหาแนวทางจัดการปัญหาดังกล่าวอย่างเหมาะสมเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น ผู้ต้องขังจึงจำเป็นต้องได้รับการเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจ (Psychological Hardiness) ความแข็งแกร่งทางจิตใจนั้นคือความสามารถ หรือศักยภาพในการปรับตัว รวมไปถึงการตอบสนองทางบวกในการที่ต้องเผชิญปัญหาและอุปสรรค ในสถานการณ์ที่ตึงเครียดเลวร้าย จนทำให้ผู้ต้องขังสามารถปรับตัวได้อย่างมีความเหมาะสมและกลับคืนสถานะที่มีความมั่นคงทางจิตใจ ได้อย่างรวดเร็ว พร้อมต่อสู้และแก้ไขกับปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่ จนสามารถค้นหาทางออกได้ด้วยตนเอง ความแข็งแกร่งทางจิตใจ ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ คือ ความมุ่งมั่น การควบคุมและความท้าทาย ซึ่งทำหน้าที่เป็นตัวต้านทานในการเผชิญกับสภาวะที่ตึงเครียด 1) ความมุ่งมั่นหมายถึง แนวโน้มที่บุคคลจะนำตัวเองเข้าไปเชื่อมโยงกับสถานการณ์และมีความสนใจอย่างถ่องแท้และมีความอยากรู้อยากเห็นโลกรอบตัว (กิจกรรม สิ่งต่างๆ และบุคคลอื่นๆ) 2) การควบคุมหมายถึง ความเชื่อว่าตนสามารถส่งผลกระทบต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้นรอบตัวด้วยตนเอง ทุกอย่างที่เกิดขึ้นไม่ได้เกิดจากโชคชะตา แต่เกิดจากผลการกระทำของตน 3) ความท้าทายหมายถึง



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ความเชื่อว่าการเปลี่ยนแปลงหรือความไม่แน่นอน คือเรื่องปกติสามัญของชีวิตและเป็นโอกาสในการสร้างความเติบโตมากกว่าภัยคุกคาม คนที่มีความแข็งแกร่งทางจิตใจจะมีปัญหาทางจิตใญ่น้อยมาก (Kobasa , 1979 อ้างถึงใน Shruti Saxena , 2015) ตัวอย่างงานวิจัย ที่สามารถช่วยเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจ เช่นงานวิจัยของ Shruti Saxena (2015) เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความแข็งแกร่งทางจิตใจกับสุขภาพจิตในกลุ่มนักศึกษาระดับวิทยาลัย ภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยราชสถาน ใจเปอร์ รัฐราชสถาน ผลการศึกษาพบว่ามีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ดังนั้นการนำชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจให้ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น นำมาใช้เพื่อให้ผู้ต้องชัง ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิดเห็น ประสบการณ์กับผู้ต้องชังอื่นที่เข้าร่วมกิจกรรมจากการศึกษาเอกสารการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวพบว่า วัตถุประสงค์ในการจัดกิจกรรมแนะแนว ตลอดจนลักษณะที่จะเสริมสร้างหรือพัฒนาในตัวบุคคล กิจกรรมแนะแนวสามารถช่วยแก้ไขและตัดสินใจปัญหาอย่างมีสติ ทำให้มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคได้เป็นอย่างดี เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมสามารถแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของตนเองร่วมกับคนอื่น ๆ ได้อย่างเต็มที่ (รับขวัญ ภูเขาแก้ว, 2555, น.43)

กิจกรรมแนะแนว ถือเป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นเพื่อให้บุคคลรู้จักตนเองและรู้จักสิ่งแวดล้อม มีเป้าหมายเพื่อป้องกันปัญหาด้านส่วนตัวหรือสังคม หรือถ้าเกิดปัญหาด้านส่วนตัวและสังคมขึ้น สามารถแก้ปัญหาของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ(วัชรินทร์พรม , 2558,น.12-5) ตัวอย่างงานวิจัยที่สอดคล้องกับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวกับผู้ต้องชัง ของธนิตศักดิ์ ลิ้มสุวรรณทัศน์ (2560) ได้ศึกษาเรื่องผลการใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางสังคมของกลุ่มผู้ต้องชังที่กระทำความผิดวินัย เรือนจำบางขวาง จังหวัดนนทบุรี ผลการวิจัยพบว่า ผู้ต้องชังกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความฉลาดทางสังคม มีความฉลาดทางสังคมสูงกว่าก่อนได้รับชุดกิจกรรมแนะแนว และหลังการทดลองผู้ต้องชังกลุ่มทดลองมีความฉลาดทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และงานวิจัยของสำราญ วงศ์ขวัญ (2559) ได้ศึกษาเรื่องผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการควบคุมตนเองของผู้ต้องชังเรือนจำบางขวาง ผลการวิจัยพบว่า หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวผู้ต้องชังกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมควบคุมตนเองสูงกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น ผู้ทำวิจัยมีความต้องการทำวิจัยเรื่อง ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจของผู้ต้องชังเรือนจำกลางเชียงใหม่ ชุดกิจกรรมแนะแนวจะสามารถเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจได้หรือไม่ ซึ่งยังไม่มีผู้วิจัยท่านใดหรืองานวิจัยใด ที่ได้นำชุดกิจกรรมแนะแนวมาใช้ในการศึกษาวิจัยเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจของผู้ต้องชัง ผู้วิจัยจึงมุ่งเน้นที่จะหาแนวทางป้องกันปัญหาความตึงเครียด เพิ่มการมีส่วนร่วมในการได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ การปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไปในเรือนจำ การสร้างสัมพันธภาพที่ดี การปรับสภาพจิตใจและร่างกาย รวมถึงกิจกรรมแนะแนวที่มุ่งเน้นให้ผู้ต้องชังได้ค้นพบตนเอง สามารถที่จะหาวิธีแก้ไขปัญหของตนได้อย่างมีสติด้วยจิตใจที่แข็งแกร่ง และผลงานวิจัยที่ค้นพบในครั้งนี้ไปเป็นแนวทางให้กับหน่วยงานของกรมราชทัณฑ์ เช่น เรือนจำทัณฑสถาน ทั่วประเทศเพื่อใช้เสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจของผู้ต้องชังต่อไป

วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อเปรียบเทียบความแข็งแกร่งทางจิตใจของผู้ต้องชังกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว
- 2) เพื่อเปรียบเทียบความแข็งแกร่งทางจิตใจระหว่างผู้ต้องชังกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวและผู้ต้องชังกลุ่มควบคุมที่ได้รับคำแนะนำตามปกติ



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

3) เพื่อศึกษาความพึงพอใจที่มีต่อชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจของผู้ต้องชังกลุ่มทดลอง

สมมติฐานการวิจัย

- 1) ภายหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวผู้ต้องชังกลุ่มทดลองมีความแข็งแกร่งทางจิตใจสูงขึ้นกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว
- 2) ภายหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวผู้ต้องชังกลุ่มทดลองมีความแข็งแกร่งทางจิตใจสูงกว่าผู้ต้องชังกลุ่มควบคุมที่ได้รับคำแนะนำ ตามปกติ

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง(Quasi-experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีการวัดก่อนและวัดหลังการทดลอง(Pretest-Posttest Control Group Design) ประชากรที่ศึกษา คือ ผู้ต้องชังชาย แคน 4 เรือนจำกลางเชียงใหม่ ตำบลสันมหาพน อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 2,033 คน กลุ่มตัวอย่าง ผู้ต้องชังชาย กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ต้องชังเรือนจำกลางเชียงใหม่ แคน 4 จำนวน 30 คน ที่มีคะแนนจากแบบวัดความแข็งแกร่งทางจิตต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จากนั้นจึงทำการสุ่ม เพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน เครื่องมือที่ใช้คือ (1) แบบวัดความแข็งแกร่งทางจิตใจ 25 ข้อ ครอบคลุมทั้ง 3 ด้าน ตามลักษณะองค์ประกอบความแข็งแกร่งทางจิตใจได้แก่ด้านความมุ่งมั่น 9 ข้อ ด้านการควบคุม 8 ข้อ ด้านความท้าทาย 8 ข้อ มีค่าจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 0.25 ถึง 0.92 มีค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ 0.92 (2) ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจของผู้ต้องชัง 1 ชุด แบ่งออกเป็น 10 กิจกรรมไม่นับรวมกิจกรรมปฐมนิเทศและปัจฉินิเทศ มีค่าดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหา (Index of Item-Objective Congruence: IOC) เท่ากับ 1.00 ได้แก่ ด้านความมุ่งมั่นเพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบอกความหมาย ความสำคัญ และวิธีการปฏิบัติตนเพื่อให้มีความมุ่งมั่นได้อย่างถูกต้อง มี 3 กิจกรรม คือกิจกรรมที่ 2 ชื่อความมุ่งมั่นคืออะไร กิจกรรมที่ 3 ชื่อตั้งเป้าหมายแล้วไปให้ถึง กิจกรรมที่ 4 ชื่อทำอะไรให้มีความมุ่งมั่น ด้านการควบคุม เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบอกความหมาย ความสำคัญ และวิธีการปฏิบัติตนให้มีการควบคุมได้อย่างถูกต้อง มี 4 กิจกรรม คือกิจกรรมที่ 5 ชื่อควบคุมคืออะไร กิจกรรมที่ 6 ชื่อวินัยแห่งจิตพิชิตตน กิจกรรมที่ 7 ชื่อวิธีพัฒนาจิตใจไม่ให้อารมณ์ควบคุม กิจกรรมที่ 8 ชื่ออุปนิสัยที่ไม่น่าพา ด้านความท้าทายเพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบอกความหมาย ความสำคัญ และวิธีการปฏิบัติตนเพื่อให้มีความท้าทายได้อย่างถูกต้อง มี 3 กิจกรรม คือกิจกรรมที่ 9 ชื่อท้าทายตนอย่างชาญฉลาด กิจกรรมที่ 10 ชื่อท้าทายแล้วได้อะไร กิจกรรมที่ 11 ชื่อความท้าทายหลายทุกกรอบ (3) แบบวัดความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจ จำนวน 12 ข้อ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง สูงกว่า 0.60 ทุกข้อ วิเคราะห์ข้อมูลโดยค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที (t-test)



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9
The 9th STOU National Research Conference

ผลการวิจัย

1. ความแข็งแกร่งทางจิตใจ ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบความแข็งแกร่งทางจิตใจของผู้ต้องขังกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว
โดยใช้การทดสอบค่าที(t) แบบไม่อิสระต่อกัน (t-dependent test) (n =15 คน)

การทดลอง	n	$\bar{X}$	S.D.	df	t	p-value
ก่อนการทดลอง	15	68.80	6.293	14	10.193**	.000
หลังการทดลอง	15	103.40	11.331			

**p< .01

จากตารางที่ 1 ผลการวิจัยพบว่าภายหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองมีความแข็งแกร่งทางจิตใจ
สูงกว่าก่อนได้รับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบความแข็งแกร่งทางจิตใจหลังการทดลอง ระหว่างผู้ต้องขังกลุ่มทดลอง
และกลุ่มควบคุมโดยใช้การทดสอบค่าที(t) แบบอิสระต่อกัน (t-independent test)

การทดลอง	n	$\bar{X}$	S.D.	df	t	p-value
กลุ่มทดลอง	15	103.40	11.331	28	10.795**	.000
กลุ่มควบคุม	15	69.93	3.973			

**p< .01

จากตารางที่ 2 ผลการวิจัยพบว่าภายหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองมีความแข็งแกร่งทางจิตใจ
สูงกว่าผู้ต้องขังกลุ่มควบคุมที่ให้คำแนะนำตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความพึงพอใจของผู้ต้องขังที่มีต่อชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางใจ

ข้อที่รายการประเมิน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
1 กิจกรรมตรงกับวัตถุประสงค์	4.40	.507	มาก
2 เนื้อหาของกิจกรรมมีประโยชน์และมีความเหมาะสม	4.60	.507	มากที่สุด
3 ใช้อุปกรณ์และสื่อการสอนมีความเหมาะสม เข้าใจง่าย	4.40	.507	มาก
4 ผู้จัดกิจกรรมมีความรู้และทักษะในเรื่องที่ต้องการถ่ายทอด	4.60	.507	มากที่สุด
5 ความสามารถของผู้จัดกิจกรรมในการจัดกิจกรรม	4.53	.516	มากที่สุด
6 สถานที่ในการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสม	4.53	.516	มากที่สุด
7 ความเหมาะสมของระยะเวลาในการจัดกิจกรรม	4.67	.488	มากที่สุด
8 ความรู้และกิจกรรมที่ได้รับสามารถนำไปพัฒนานตนเองได้	4.60	.507	มากที่สุด
9 ท่านรู้สึกว่าคุณค่าตนเองมีความรู้เพิ่มขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรม	4.47	.640	มาก
10 ความรู้ที่ได้รับสามารถนำไปถ่ายทอดให้คนอื่นได้	4.27	.458	มาก
11 ท่านรู้สึกว่าคุณค่าตนเองมีคุณค่ามากขึ้น	4.73	.458	มากที่สุด
12 ท่านอยากให้มีการจัดกิจกรรมในลักษณะนี้อีกอย่างต่อเนื่อง	4.53	.516	มากที่สุด
รวม	4.52	.510	มากที่สุด

จากตารางที่ 3 ความพึงพอใจของผู้ต้องขังที่มีต่อชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจ อยู่ในระดับ มากที่สุด โดยข้อที่มีความพึงพอใจมากที่สุดคือ รู้สึกว่าคุณค่าตนเองมีคุณค่ามากขึ้น ($\bar{X}=4.73$, S.D.=.458) และ ข้อที่มีความพึงพอใจน้อยที่สุดคือ ความรู้ที่ได้รับสามารถนำไปถ่ายทอดให้คนอื่นได้ ($\bar{X}=4.23$, S.D.=.458)

อภิปรายผลการวิจัย

1. การจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจ

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมความมุ่งมั่น (Commitment) เป็นชุดกิจกรรมที่ผู้วิจัย มุ่งปูพื้นฐานในการเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจ ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ฝึกสมาธิ กระตุ้นและจุดไฟในจิตใจให้มีความมุ่งมั่น ได้ศึกษาเอกสาร และผู้จัดกิจกรรมอธิบายถึงความหมายของคำว่าความมุ่งมั่น รวมถึงชี้แจงความสำคัญและกระบวนการสร้างความมุ่งมั่นและนำไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง ผู้จัดกิจกรรมให้ผู้ร่วมกิจกรรมแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับความมุ่งมั่น ผู้เข้าร่วมกิจกรรมแลกเปลี่ยนแสดงความรู้สึกและวิธีแก้ปัญหา หากเผชิญปัญหาพร้อมกันสรุปแนวทางในการนำแนวคิดความมุ่งมั่นมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ผลปรากฏว่ากลุ่มทดลองสามารถสร้างความมุ่งมั่นให้กับตนเอง กำหนดเป้าหมายที่ชัดเจน โดยมีการวางแผนดำเนินการและนำไปปฏิบัติจนเกิดความสำเร็จเป็นผลสมบูรณ์ สร้างกระบวนการนำไปปฏิบัติเช่นกำหนดสิ่งที่จะทำพร้อมกับกำหนดเป้าหมายอย่างชัดเจน ทำด้วยความตั้งใจ ใส่ใจรายละเอียดกับสิ่งที่จะทำ เชื้ออยู่ตลอดเวลา สามารถปรับตนเองให้มีความอดทนอดกลั้น ด้วยการจัดเรียงลำดับความสำคัญแล้วดำเนินการที่ละส่วนที่ละน้อยจนประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีเป้าหมาย มีจุดที่สนใจ ทำให้มีสมาธิ และเห็นความสำคัญและคุณค่าของสิ่งที่ทำอยู่มีความตั้งใจ



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

จริงที่จะทำ สามารถนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้ด้วยตนเอง จากรายงาน การซักถาม ตอบคำถามของผู้เข้าร่วมกิจกรรมรวมถึงการสังเกต และชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมการควบคุม(Control) ผู้ร่วมกิจกรรมได้ฝึกแสดงออกถึงความเชื่อของตนเองสามารถควบคุมตนเองและจิตใจ หรือตนมีอิทธิพลเหนือสถานการณ์ต่างๆ ในชีวิต โดยจะมองว่าสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น เกิดจากการกระทำของตนเองไม่ได้เกิดจากโชคชะตาหรืออำนาจของผู้อื่น ซึ่งตนเองต้องรับผิดชอบ และค้นพบวิธีแก้ไขปัญหาเพื่อฝึกพัฒนาการควบคุมตนเองและจิตใจ ที่จะทำสิ่งต่างๆ นำแนวความคิดของกิจกรรมไปใช้ ทำให้เป็นผู้มีจิตใจที่ดี สามารถช่วยเหลือผู้อื่น มีความเชื่อมั่นในจิตใจของตนเองมากขึ้น ทำงานด้วยใจที่อดทนอดกลั้นไม่ทิ้งงานให้ค้างคา เมื่อเข้าร่วมกิจกรรมพบว่ากลุ่มทดลองได้เข้าใจความหมาย ความสำคัญของการควบคุม กระบวนการสร้างและการนำไปปฏิบัติ ควบคุมตนเองมากยิ่งขึ้นจากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ อภิปรายกลุ่ม สามารถควบคุมอารมณ์ความรู้สึกของตนเองได้ดีขึ้น มากกว่าก่อนได้เข้าร่วมกิจกรรม จากการซักถาม และสังเกตการตอบคำถาม สามารถบอกความสำคัญของการควบคุมตนเองได้อย่างถูกต้อง ทำให้ผู้ร่วมกิจกรรมมีความรู้เพิ่มขึ้น เข้าใจความสำคัญของการควบคุมตนเองมากขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ สุดท้ายชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมความท้าทาย (Challenge) เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบอกความหมาย ความสำคัญ กระบวนการสร้างความท้าทายและนำไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้องสามารถเอาชนะใจตนเอง กล้าทำ กล้าคิด และกล้าเปลี่ยนแปลงความคิด พฤติกรรมของตนเอง พัฒนาตนเอง เพื่อให้เกิดสิ่งที่ดีขึ้นในชีวิตเกิดการเปลี่ยนแปลง ก่อให้เกิดความมีวุฒิภาวะ นำประสบการณ์เรียนรู้ใหม่ในขณะเผชิญสถานการณ์ต่างๆ เพื่อเป็นโอกาสในการพัฒนาตนเอง ผลการทดลองพบว่า จากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ อภิปรายผล ทำให้กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมได้เข้าใจความหมายของความท้าทายเพิ่มขึ้น จากการตั้งคำถาม ตอบคำถาม และการสังเกต กิจกรรม ทราบถึงความหมาย ความสำคัญ กระบวนการสร้างความท้าทายและนำไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอย่างแท้จริง และอาจเป็นเหตุผลที่ความท้าทายเปรียบเสมือนลูกกุญแจอีกหนึ่งดอกที่จะสามารถนำพาผู้เข้าร่วมกิจกรรมไปสู่ความสำเร็จที่แท้จริง จากการเข้าร่วมกิจกรรมพบว่ากลุ่มทดลองส่วนใหญ่ต้องการเปลี่ยนแปลงตนเองเพื่อครอบครัวและคนที่รัก และต้องการให้สังคมภายนอกยอมรับมากขึ้น แสดงถึงการได้เรียนรู้ การเสริมสร้าง พัฒนาการเอง ซึ่งผู้จัดกิจกรรมได้จากการสังเกต การตั้งคำถาม การอภิปราย บทบาทสมมติ

จากกิจกรรมทั้งหมดที่กล่าวมาข้างต้น ชุดกิจกรรมแนะแนวนี้ สามารถนำมาเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจของผู้ต้องขังได้เป็นอย่างดี และผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า ผู้ต้องขังกลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามข้อสมมติฐานที่กำหนดไว้ ผลการวิจัยดังกล่าว สอดคล้องกับการศึกษาของ สวงค์ แก่นตาคำ (2558) ที่พบว่าผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความคิดเชิงบวกแก่กลุ่มผู้ต้องขังเรือนจำกลางบางขวาง จังหวัดนนทบุรี โดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวผลการวิจัยพบว่า ผู้ต้องขังมีพัฒนาการความคิดเชิงบวกสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับการศึกษาของ ธนิตศักดิ์ ลิ้มสุวรรณทัศน์ (2560) พบว่าการใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางสังคมของกลุ่มผู้ต้องขังที่กระทำผิดวินัยเรือนจำบางขวาง จังหวัดนนทบุรี กลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความฉลาดทางสังคม มีความฉลาดทางสังคมสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับการศึกษาของ สำราญ วงศ์ขวัญ (2559) พบว่าการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการควบคุมตนเองของผู้ต้องขังเรือนจำบางขวาง หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวผู้ต้องขังกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมควบคุมตนเองสูงกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่า ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นสามารถนำมาใช้เสริมสร้างผู้ต้องขังกลุ่มทดลองให้มี



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ความแข็งแกร่งทางจิตใจ ได้อย่างครอบคลุมองค์ประกอบทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ชุดกิจกรรมที่ 1 ด้านความมุ่งมั่น (Commitment) ชุดกิจกรรมที่ 2 ด้านการควบคุม(Control) ชุดกิจกรรมที่ 3 ด้านความท้าทาย(Challenge) ชุดกิจกรรมนี้ได้ดำเนินการสร้างตามขั้นตอนที่ถูกต้องของการเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจ โดยทุกกิจกรรมมีขั้นตอนในการทำกิจกรรมตามทฤษฎีการเรียนรู้ ทั้ง 4 ขั้นตอน ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการเรียนรู้ ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต และขั้นที่ 4 คิดและนำไปปฏิบัติ (สมร ทองดี และปราณี รามสูต 2558, น. 48 – 51)

2. ผู้ต้องชั่งกลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนว มีความแข็งแกร่งทางจิตใจสูงกว่าผู้ต้องชั่งกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ที่เป็นเช่นนี้ผู้วิจัยได้ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีการเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจครอบคลุมทุกองค์ประกอบ ผ่านการตรวจสอบคุณภาพแล้ว ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมแนะแนวให้เหมาะสมกับผู้ต้องชั่ง ในด้านต่างๆ เช่น เวลา สถานที่ การแสดงความคิดเห็นเป็นต้น และชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจ เป็นการนำวิธีการเรียนรู้อย่างมีระบบและกระบวนการ มีขั้นตอน เน้นให้ผู้ต้องชั่งได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน มีการสังเคราะห์ วิเคราะห์ และที่สำคัญได้เรียนรู้สิ่งต่างๆ ด้วยตนเอง โดยใช้เทคนิคต่างๆ เช่น กรณีตัวอย่างจากคลิปวิดีโอ บทบาทสมมติ รวมถึงการอภิปรายกลุ่ม ซึ่งได้ผลดีกว่าการให้คำแนะนำตามปกติของเรือนจำที่ผู้ต้องชั่งกลุ่มควบคุมได้รับการแนะนำปกติ ที่เป็นการสื่อสารด้านเดียวจากผู้ให้ถึงผู้รับ ตามกฎระเบียบของเรือนจำโดยไม่มีการใช้เทคนิคใดๆ หรือวิธีที่จะกระตุ้นให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิด ซึ่งกันและกัน สอดคล้องกับการศึกษาของ ธนิตศักดิ์ ลิ้มสุวรรณทัศน์(2560) พบว่าการใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางสังคมของกลุ่มผู้ต้องชั่งที่กระทำความผิดวินัย เรือนจำบางขวาง จังหวัดนนทบุรี ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความฉลาดทางสังคม มีความฉลาดทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับการศึกษาของ โกสมวดี จิตเกษม (2555, น.44) พบว่าการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เพื่อพัฒนาการคิดเชิงบวกแก่ผู้ติดยาเสพติดในกลุ่มผู้ใช้แรงงาน ของสำนักงานคุมประพฤติ จังหวัดสมุทรปราการ พบว่าภายหลังการทดลอง ผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนว ตามแนวคิดพฤติกรรมนิยม เพื่อพัฒนาการคิดเชิงบวกกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

3. การวัดความพึงพอใจของกลุ่มทดลองที่มีต่อการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจโดยรวมอยู่ในระดับ มากที่สุด ผู้ต้องชั่งกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจ อยู่ในระดับ มากที่สุด โดยข้อที่มีความพึงพอใจมากที่สุดคือ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่ามากขึ้น ($\bar{X}$ =4.73, S.D.=.458) และข้อที่มีความพึงพอใจน้อยที่สุดคือ ความรู้ที่ได้รับสามารถนำไปถ่ายทอดให้คนอื่นได้ ($\bar{X}$ =4.23, S.D.=.458) ส่วนด้านความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของเนื้อหาของกิจกรรม สถานที่ในการจัดกิจกรรม รวมทั้งสื่อและอุปกรณ์ที่ใช้ หรือผู้จัดกิจกรรมเป็นผู้มีความรู้ ความชำนาญและ ผลจากชุดกิจกรรมแนะแนวที่ผู้วิจัยได้จัดทำขึ้นอย่างครอบคลุมถูกต้องเหมาะสมการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือจากผู้ทรงคุณวุฒิ ความรู้ที่ได้รับจึงจะสามารถนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตภายในเรือนจำ



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ข้อเสนอแนะ

1 ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 สถานที่ฯ ใช้จัดกิจกรรมมีเวลาในการใช้สถานที่ตามที่ขออย่างจำกัดในบางครั้งต้องรอผู้ต้องชั่งกลุ่มทดลองที่มีญาติมาเยี่ยม เมื่อเยี่ยมเสร็จแล้วถึงจะสามารถดำเนินกิจกรรมต่อได้

1.2 ในการจัดกิจกรรมนี้ ควรพูดกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ตระหนักในคุณค่าของความสำเร็จทางจิตใจ เปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้แลกเปลี่ยนแนวคิด ประสบการณ์ แสดงความคิดเห็น และให้ทุกคนมีส่วนร่วมในกิจกรรม พร้อมทั้งกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมกล้าที่จะแสดงออก

2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งทางจิตใจของผู้ต้องชั่งในเรือนจำทัณฑสถานแห่งอื่นๆ หรือสถานพินิจ รวมทั้งกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะที่คล้ายคลึงกัน

2.2 การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัย ไม่ได้ติดตามผลในระยะยาว ควรมีการติดตาม เป็นระยะๆ ทุกๆ 1 หรือ 2 เดือน เพื่อที่จะติดตามและประเมินผลว่า ความแข็งแกร่งทางจิตใจของกลุ่มทดลอง ยังคงอยู่ในเกณฑ์ใด

เอกสารอ้างอิง

โกสุมาตี จิตเกษม.(2555). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อพัฒนาการคิดเชิงบวกแก่ผู้ติดยาเสพติด ในกลุ่มผู้ใช้แรงงานของสำนักงานคุมประพฤติ จังหวัดสมุทรปราการ.

(วิทยานิพนธ์ ปริญญาโทบริหารจิต, มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช นนทบุรี).

ธนิตศักดิ์ ลิ้มสุวรรณทัศน์. (2560). ผลการใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางสังคมของกลุ่มผู้ต้องชั่งที่กระทำผิดวินัยเรือนจำบางขวาง จังหวัดนนทบุรี, วารสารพยาบาลตำรวจ, 9(1), 128 – 138.

ภาวิณี พุดเที่ยง. (2561,2 สิงหาคม). หัวหน้าฝ่ายจำแนกลักษณะผู้ต้องชั่ง ฝ่ายจำแนกลักษณะผู้ต้องชั่งและงานสังคมสงเคราะห์ เรือนจำกลางเชียงใหม่[บทสัมภาษณ์]

รับขวัญ ภูเขาแก้ว. (2555). คู่มือฝึกอบรมแนะแนว. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.กรุงเทพมหานคร.

วัชร ทรัพย์มี . (2558). ประมวลสาระชุดวิชา การพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรมแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยาหน่วยที่ 12 (พิมพ์ครั้งที่3).นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

สมร ทองดี และปรางค์ รามสุต. (2558). ประมวลสาระชุดวิชา การพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรมแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยาหน่วยที่ 9 (พิมพ์ครั้งที่3). นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

สวงศ์ แก่นตาคำ. (2558). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความคิดเชิงบวกแก่กลุ่มผู้ต้องชั่ง เรือนจำบางขวาง จังหวัดนนทบุรี. (รายงานการศึกษาค้นคว้าอิสระ ปริญญาโทบริหารจิต, มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช นนทบุรี).

สำราญ วงศ์ขวัญ. (2558). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีผลต่อการควบคุมตนเองของผู้ต้องชั่งเรือนจำบางขวาง. (รายงานการศึกษาค้นคว้าอิสระ ปริญญาโทบริหารจิต, มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช นนทบุรี).

อำนวย นิบุณะ. (2561,2 สิงหาคม). เจ้าหน้าที่งานจำแนกลักษณะผู้ต้องชั่ง ฝ่ายจำแนกลักษณะผู้ต้องชั่ง เรือนจำกลางเชียงใหม่[บทสัมภาษณ์]



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

Shruti Saxena. (2015). Relationship Between Psychological Hardiness and Mental Health among college students. *Indian Journal of Health and Wellbing*, 6(8), 823-825. Retrieved from http;www.iahrw.com/index.php/journal_detail/19#lis

