

THE EFFECT OF RESILIENCE ENHANCING PROGRAM AMONG THE BEREAVED ADOLESCENT EFFECTED BY SOUTH OF THAILAND INSURGENCY

Hajar AHMAD¹ and Suput SANJAMSAI^{2*}

1 Faculty of Humanities, Srinakharinwirot University, Thailand

2 Faculty of Humanities, Srinakharinwirot University, Thailand; hajar.ahmad@g.swu.ac.th
(Corresponding Author)

ARTICLE HISTORY

Received: 25 August 2023

Revised: 15 September 2023

Published: 25 September 2023

ABSTRACT

The purposes of this experimental research are as follows: 1) to develop a resilience enhancing program among bereaved adolescents affected by insurgency in the South of Thailand; 2) to study the results of a resilience enhancing program by comparing the resilience scores between the experimental and control groups in the pre-trial and post-trial period. The samples included thirty students with informed consent in Matthayomsuksa Grades 1-6 and had moderate to low proficiency scores. Then, they were matched with the scores of students who received similar scores. Each group had fifteen students with matching subjects and were assigned into a trial group and a control group. The results revealed that the participants in both the experimental and control groups had resilience scores, before and after the trials, were not different with a statistically significant figure of .05. However, the resilience enhancing program created in this research was developed through the integration of the concepts and theories of counseling psychology and also in research papers related to resilience and the quality of the program was inspected by specialists. Furthermore, the schools or agencies related to this context can be applied to enhancing the resilience of the target group.

Keywords: Resilience, Resilience Enhancing Program, Bereaved Adolescents

CITATION INFORMATION: Ahmad, H., & Sanjamsai, S. (2023). The Effect of Resilience Enhancing Program among the Bereaved Adolescent Effected by South of Thailand Insurgency. *Procedia of Multidisciplinary Research*, 1(9), 33.

ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้

ฮาญัร อะหมัด¹ และ สุพัทธ แสนแจ่มใส^{2*}

1 คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาวิทยาลัศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร

2 คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาวิทยาลัศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร;
hajar.ahmad@g.swu.ac.th (ผู้ประพันธ์บรรณกิจ)

บทคัดย่อ

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ 2) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนและหลังการทดลอง โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 จำนวน 30 คน ที่มีคะแนนความเข้มแข็งทางใจในระดับปานกลางจนถึงต่ำ จากนั้นทำการจับเข้ากลุ่มแบบจับคู่รายบุคคล (Matching subject) ที่มีคะแนนจากแบบวัดใกล้เคียงกันมาจับคู่กันเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่ม ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีคะแนนความเข้มแข็งทางใจไม่แตกต่างกัน ทั้งในระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 อย่างไรก็ตาม โปรแกรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจที่สร้างขึ้นในงานวิจัยครั้งนี้เป็นการพัฒนาผ่านการบูรณาการแนวคิดทฤษฎีการให้คำปรึกษาและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งทางจิตใจ และได้รับการตรวจสอบคุณภาพโปรแกรมจากผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งทางโรงเรียนหรือหน่วยงานที่มีบริบทใกล้เคียงสามารถนำไปประยุกต์ปรับใช้เพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจให้กับกลุ่มเป้าหมายต่อไปได้

คำสำคัญ: ความเข้มแข็งทางใจ, โปรแกรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ, วัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก

ข้อมูลการอ้างอิง: ฮาญัร อะหมัด และ สุพัทธ แสนแจ่มใส. (2564). ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้. *Procedia of Multidisciplinary Research*, 1(9), 33.

บทนำ

สถานการณ์ความไม่สงบในจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่เกิดขึ้นอย่างยืดเยื้อยาวนานยังคงทวีความรุนแรงและขยายพื้นที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ส่งผลกระทบทั้งชีวิต ความเป็นอยู่ของคนในพื้นที่ ทรัพย์สิน ภาวะเศรษฐกิจ และความมั่นคงของประเทศ ส่งผลกระทบทั้งระดับประเทศ และระดับชาติ มีผู้คนล้มตายเป็นจำนวนมาก รูปแบบเหตุการณ์ความรุนแรงที่พบบ่อยที่สุด คือ การยิง การระเบิด การปิดล้อมตรวจค้น และวางเพลิง ตามลำดับ หากดูเฉพาะสถิติในปี 2562 (มกราคม-มิถุนายน) มีจำนวนเหตุการณ์ 222 เหตุการณ์ มีผู้เสียชีวิต 92 ราย และผู้ได้รับบาดเจ็บ 153 ราย (ศรีสมภพ จิตรภรณ์ศรี, 2562) การสูญเสียชีวิตที่เกิดขึ้นจากเหตุการณ์ดังกล่าวนี้ ทำให้เกิดลูกกำพร้าในทุกกลุ่มอายุ จากพ่อแม่ที่เสียชีวิตจากเหตุการณ์ความไม่สงบ ซึ่งภายหลังจากเหตุการณ์สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก เด็กกำพร้าเหล่านี้จะต้องเผชิญกับการใช้ชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างมากมาย หลังเกิดเหตุการณ์ใหม่ๆ เด็กอาจจะรู้สึกกลัว ต้องการคนปลอบใจ ต้องการคนที่มาช่วยเหลือตนเอง เด็กกำพร้ารู้สึกดีมากที่สุดที่ผู้ดูแลหรือครูในโรงเรียนให้กำลังใจ (โรงเรียนนักข่าวชายแดนใต้, 2559) แต่หากเด็กไม่มีคนคอยดูแล หรือได้รับการดูแลจากผู้ที่ไม่เข้าใจในการเลี้ยงดู โดยเฉพาะในเรื่องของจิตใจ ก็อาจทำให้เด็กและเยาวชนบางคนเลือกที่จะกระทำพฤติกรรมเสี่ยงหรือมีปัญหาทางด้านจิตใจ ที่เช่น ติดเพื่อน หนีโรงเรียน ใข้บุหรี่ ติดยาเสพติด มีภาวะเครียดเก็บกด วิตกกังวล และมีการทำร้ายตนเองเกิดขึ้นในเด็กและเยาวชนที่มีภาวะซึมเศร้า (มิลินทร์, 2562; พัทรี บุญขาม, 2561) นอกจากนี้การสูญเสียบุคคลที่รักในครอบครัวอย่างกะทันหันไม่คาดคิดมาก่อนนั้น มีผลต่อสภาวะจิตใจอย่างมาก อาจส่งผลให้วัยรุ่นเกิดภาวะความโศกเศร้าจากการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก

ภาวะความโศกเศร้าจากการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก (Grief and Bereavement) เป็นภาวะที่พบในบุคคลที่เผชิญกับการสูญเสีย ซึ่งเป็นกระบวนการตอบสนองต่อการสูญเสียตามธรรมชาติโดยเฉพาะอย่างยิ่งการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักที่มีความผูกพันใกล้ชิดและยังต้องการการพึ่งพิงดูแล เช่น บิดา มารดา หรือญาติพี่น้องใกล้ชิด วัยรุ่นที่เผชิญกับการสูญเสียจะมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อการสูญเสียที่แตกต่างกัน บางคนสามารถปรับตัวและยอมรับได้จนสามารถใช้ชีวิตประจำวันได้ตามปกติในขณะที่บางคนไม่สามารถปรับตัวกับการสูญเสียได้ ซึ่งสภาวะนี้จะส่งผลกระทบต่อสุขภาพของผู้สูญเสีย ทำให้เกิดความรู้สึกวิตกกังวล รู้สึกไม่มีความสุขชีวิตหม่นหมอง ไม่สนใจในสิ่งที่เคยชอบทำ รู้สึกแปลกแยก เกิดพฤติกรรมการแยกตัว หรือเกิดภาวะซึมเศร้าได้ (ศรีนรินทร์ วัฒนธรรณ์, 2560) ดังนั้นการดูแลเยียวยาเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่ควรกระทำเพื่อจัดการกับผลกระทบต่างๆ ดังกล่าวที่อาจเกิดขึ้นได้ การดูแลรักษาควรได้รับการดูแลจากครอบครัวอย่างใกล้ชิด เพื่อให้วัยรุ่นที่เผชิญกับการสูญเสียเรียนรู้และยอมรับกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างค่อยเป็นค่อยไป มีการใช้จิตบำบัดสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลเพื่อเยียวยาผู้สูญเสีย ซึ่งจะเชื่อมโยงให้บุคคลประคองทางสังคมเพิ่มเติม โดยจะช่วยให้บุคคลนั้นสามารถระบายอารมณ์ความรู้สึกถ่ายทอด ประสบการณ์การสูญเสียให้ผู้เยียวยาได้รับฟัง เป็นแหล่งสนับสนุนสังคมเพิ่มเติมแก่ผู้สูญเสีย (พีรพนธ์ ลือบุญราชชัย, 2550) การให้การรักษามีเหมือนเป็นการดูแลที่ปลายเหตุ เพียงแค่ให้การรักษาเพื่อฟื้นฟูจิตใจให้ดีขึ้น แต่เพื่อความยั่งยืนในการดูแลรักษาเราควรส่งเสริมหรือเสริมสร้างให้เด็กและวัยรุ่นมีจิตใจเข้มแข็งมากกว่าการรักษาที่ปลายเหตุ และแนวทางที่ปัจจุบันศาสตร์ทางด้านจิตวิทยา มุ่งเน้นให้ความสำคัญตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวก คือ การส่งเสริมและเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ เหมือนเกราะป้องกันหรือคุ้มกันให้กับจิตใจ เมื่อต้องเจอกับวิกฤตหรือเหตุการณ์กระทบกระเทือนจิตใจอย่างรุนแรงเด็กก็จะมีศักยภาพในการฟื้นคืนกลับหรือพลังใจที่เข้มแข็งในการเผชิญกับปัญหา ซึ่ง Resilience หรือความเข้มแข็งทางใจ เป็นความสามารถในการพาตัวเองกลับสู่ความสมดุลของชีวิต ความสามารถทางอารมณ์ และจิตใจในการปรับตัวและฟื้นตัวกลับสู่สภาวะปกติ อีกทั้งยังช่วยในการปรับระดับการควบคุมตนเอง ใช้ในการป้องกัน ลดความรุนแรงและผ่านพ้นจากการได้รับผลกระทบที่เกิดจากสถานการณ์ที่ยากลำบาก (APA, 2014; Dyer & McGuinness, 1996; Grotberg, 1995; Luthar & Suchman, 2000; Rutter, 1985; พัทรีนทร์ นินทจันทร์, โสภิติน แสงอ่อน และ ทศนา ทวีคุณ, 2555) เพราะฉะนั้นการพัฒนาหรือเสริมสร้าง Resilience ให้กับเด็กและวัยรุ่นที่เผชิญกับเหตุการณ์เลวร้าย หรือสูญเสียบุคคล

อันเป็นที่รัก จะช่วยให้เขาสามารถแก้ไขวิกฤตปัญหาในชีวิตที่เกิดขึ้นได้ในช่วงวัยที่ผ่านมาและช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยสำคัญแห่งการสร้างเอกลักษณ์และบรรลุนิติภาวะ เพื่อเตรียมความพร้อมเข้าสู่ผู้ใหญ่ได้อย่างเข้มแข็งและแข็งแกร่ง การช่วยเหลือดูแลเพื่อพัฒนาและส่งเสริม Resilience หรือความเข้มแข็งทางใจจึงเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นที่ทำให้วัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้สามารถฟื้นคืน พ้นพลังใจ ก้าวข้ามความเจ็บปวด ความทุกข์โศกนั้นได้ สามารถปรับตัวได้อย่างรวดเร็ว และนำตนเองกลับคืนสู่สภาวะปกติทางจิตใจ หลังจากเผชิญเหตุการณ์ที่เลวร้ายได้ ได้มีการศึกษาวิจัยเชิงทดลองในการเพิ่ม Resilience โดยผ่านการทำกิจกรรมที่ใช้แนวคิดของกรอทเบิร์ก (Grotberg, 1995) กล่าวว่า ลักษณะกิจกรรมที่จัดขึ้นควรเหมาะสมกับบุคลิก และอยู่ในความสนใจของผู้เข้าร่วม ซึ่งจะทำให้ประสบความสำเร็จในการทำกิจกรรม (สุคนธ์จิต อุปันนชัย, 2556) นอกจากนี้ได้มีการศึกษาที่ใช้เทคนิคผสมผสานหรือการบูรณาการแนวคิดทฤษฎีหรือเทคนิคด้านจิตวิทยาการให้คำปรึกษาเพื่อใช้ในการพัฒนา Resilience ผลการวิจัยพบว่า การบูรณาการแนวคิดนั้นจะช่วยให้การเยียวยาจิตใจได้ตรงกับบริบทปัญหาครอบครัวหลายมิติทั้งความคิด อารมณ์และพฤติกรรม โดยนำเทคนิคของแต่ละทฤษฎีมาช่วยบูรณาการเพื่อช่วยให้การให้คำปรึกษาในแต่ละรูปแบบของการให้คำปรึกษาชัดเจนและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น (ขวัญธิดา พิมพ์การ, 2561) สอดคล้องกับผู้วิจัยที่มีความสนใจอย่างยิ่งที่จะพัฒนาโปรแกรมเพื่อเสริมสร้าง Resilience หรือความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ โดยใช้เทคนิคการผสมผสานหรือการบูรณาการเชิงทฤษฎีอื่นๆ ที่มีแนวคิดหรือทฤษฎีที่คล้ายคลึงกัน และเหมาะสมตรงกับบริบทของกลุ่มตัวอย่าง กล่าวคือ ผู้วิจัยจะคำนึงถึงตัววัยรุ่นเป็นศูนย์กลางคำนึงถึงสิ่งที่เขาเป็น สิ่งที่เขาทำได้ และสิ่งที่เขาฝัน ตามพัฒนาการช่วงวัยรุ่น และบริบทดังกล่าวของผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากเหตุการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้

การทบทวนวรรณกรรม

ความเข้มแข็งทางใจ (Resilience) นับเป็นต้นทุนทางจิตใจอันสำคัญที่จะช่วยพลิกฟื้นหรือพาจิตใจของบุคคลที่ต้องเผชิญกับวิกฤติในชีวิตให้กลับมามีสภาพจิตใจที่สมดุลได้อีกครั้ง ซึ่งความสามารถดังกล่าวเป็นตัวสะท้อนให้เห็นถึงการก้าวผ่านความสูญเสียที่เกิดขึ้นหากใครที่ไม่มีหรือขาดต้นทุนในการฟื้นคืนความเข้มแข็งทางใจก็อาจสามารถส่งผลต่อปัญหาทางด้านจิตใจตามมาได้ไม่ว่าจะเป็นปัญหามาระยะใดก็ตาม โรคซึมเศร้าหรือการเกิดโรค PTSD โดยความเข้มแข็งทางใจมีสำคัญต่อชีวิตในทุกช่วงวัย เพราะมนุษย์ต้องพบกับความวิกฤตต่างๆ ในชีวิต ที่แตกต่างกัน ซึ่งวิกฤตเหล่านี้คือวิกฤตตามขั้นพัฒนาการแต่ละช่วงวัย และวิกฤตจากสถานการณ์ต่างๆ ที่บุคคลประสบพบเจอ โดยบุคคลที่มีความเข้มแข็งทางใจสูงเมื่อต้องพบกับเหตุการณ์วิกฤตหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความยากลำบาก ยุ่งยากใจ ก็จะสามารถผ่านพ้นปัญหาอุปสรรคที่กีดขวางได้ และสามารถฟื้นคืนมาดำรงชีพได้อย่างสมดุลและเป็นปกติ (ศุภรา เชาว์ปรีชา, 2551)

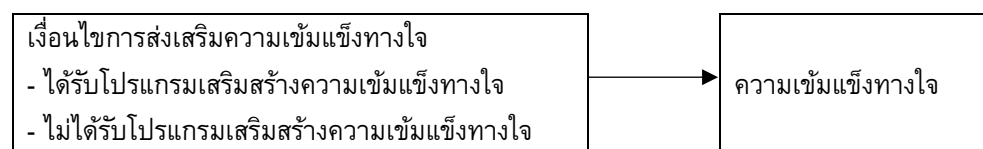
สมมติฐานการวิจัย

- 1) วัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจ มีคะแนนเฉลี่ยของความเข้มแข็งทางใจสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม
- 2) วัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจ มีคะแนนเฉลี่ยของความเข้มแข็งทางใจสูงกว่าวัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่ไม่ได้รับโปรแกรม

กรอบแนวคิดการวิจัย

งานศึกษาวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ โดยมุ่งหวังให้เกิดการพัฒนาความเข้มแข็งทางใจกับวัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ ทั้งนี้จากการทบทวนเอกสารและ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบได้ว่า แนวทางในการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจที่เหมาะสมกับวัยรุ่น คือ การให้คำปรึกษาแบบบูรณาการ ซึ่งในงานวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำแนวคิดการให้คำปรึกษาต่างๆ มาผสมผสานประยุกต์ใช้ ไม่ว่าจะเป็น การให้การปรึกษาแบบยึดผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง (Client-centered therapy) การให้การปรึกษาจิตบำบัดแบบประคับประคอง (Supportive Psychotherapy) และการให้การปรึกษาแนวการรู้คิด (Cognitive Approach in Counseling and Psychotherapy) เพื่อให้เกิดการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจที่ผู้วิจัยได้ทบทวนจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยและองค์ประกอบของความเข้มแข็งทางใจ โดยแบ่งได้ออกเป็น 2 ด้าน คือ 1) ปัจจัยศักยภาพบุคคล อันได้แก่ ความสามารถในการรับรู้ความสามารถและการจัดการตนเอง ความสามารถด้านการจัดการกับอารมณ์ และความสามารถในการสร้างแนวทางและวางแผนเป้าหมายของตนเอง 2) ปัจจัยภายนอก อันได้แก่ การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น (Forming Relationships) มีความไว้วางใจในสัมพันธภาพ (Trusting relationship) มีการให้โอกาส และการผลักดันให้พึ่งตนเอง (Providing of Opportunity) จากแหล่งสนับสนุนทั้ง 4 แหล่ง อันได้แก่ บ้าน โรงเรียน กลุ่มเพื่อน และชุมชน ซึ่งงานวิจัยในครั้งนี้จะทำการบูรณาการแนวคิดทฤษฎีการให้การปรึกษาต่างๆ เพื่อพัฒนาความเข้มแข็งทางใจที่สอดคล้องกับบริบทที่ศึกษาวิจัยในครั้งนี้



วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental design) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ โดยเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นผู้สูญเสีย กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง ประชากรที่ใช้เป็นวัยรุ่นที่เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ที่อยู่ในกลุ่มเด็กกำพร้าที่สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ ที่ขึ้นมาศึกษา ณ โรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนที่สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ ที่ขึ้นมาศึกษา ณ โรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร จำนวน 30 คน ที่มีคะแนนความเข้มแข็งทางใจในระดับปานกลางจนถึงต่ำ โดยเทียบกับคะแนนความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นผู้สูญเสีย จากนั้นทำการจับคู่คะแนนของนักเรียนที่มีคะแนนใกล้เคียงกัน ซึ่งแต่ละคู่ทำการจับเข้ากลุ่มแบบจับคู่รายบุคคล (Matching subject) เพื่อเข้ากลุ่ม 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน ก่อนการทดลองผู้วิจัยทำการประชุมวัยรุ่นผู้สูญเสียที่เป็นนักเรียนของโรงเรียน เพื่อให้ทราบถึงวัตถุประสงค์ของการทำวิจัย และทำการทดสอบก่อนการทดลอง (Pre-test) โดยใช้แบบวัดความเข้มแข็งทางใจของคุณสุภาวดี นวลมณี และคณะ (2555) ในการทดลองครั้งนี้ ดำเนินการในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 ตั้งแต่เดือนกุมภาพันธ์-มีนาคม 2564 วัยรุ่นผู้สูญเสียกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ เป็นเวลา 5 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน 1 วันต่อ 1 กิจกรรม แต่ละกิจกรรมใช้เวลาครั้งละ 50 นาที ส่วนวัยรุ่นผู้สูญเสียกลุ่มควบคุมไม่ต้องเข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ หลังจากครบทั้ง 10 ครั้งแล้ว ผู้วิจัยจะทำการวัดความเข้มแข็งทางใจซ้ำในวัยรุ่นผู้สูญเสีย กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างใช้ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนความเข้มแข็งทางใจ ในระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ส่วนการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตอบคำถามวิจัยนั้น ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลที่ได้จากการทดลองโปรแกรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ ทั้งระยะก่อนทดลอง ระยะทดลอง และระยะสิ้นสุดการทดลอง มาวิเคราะห์เนื้อหา จัดหมวดหมู่ สรุปและตีความจากข้อมูลที่มีเพื่ออธิบายและสนับสนุนผลของโปรแกรมด้วยปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น และผู้วิจัยดำเนินการจัดกระทำข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลโดยเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยก่อนการ

ทดลอง และหลังการทดลอง ดังรายละเอียดต่อไปนี้ 1) วิจัยผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบ จังหวัดชายแดนภาคใต้ที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจ มีคะแนนความเข้มแข็งทางใจสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม วิเคราะห์โดยการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มที่ไม่เป็นอิสระจากกัน (Wilcoxon signed-rank test) 2) วิจัยผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจ มีคะแนนความเข้มแข็งทางใจสูงกว่าวิจัยผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่ไม่ได้รับโปรแกรม ใช้การวิเคราะห์จากการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของสองประชากรไม่อิสระ (Mann Whitney U Test)

ผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเป็นนักเรียนวัยรุ่นชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ที่สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ ซึ่งขึ้นมาจาก ๓ โรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ทำการคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนจากแบบประเมินความเข้มแข็งทางใจในระดับปานกลางถึงต่ำ จำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน พบว่า กลุ่มทดลองมีนักเรียนวัยรุ่นชาย 15 คน คิดเป็น 100 เปอร์เซ็นต์ มีอายุระหว่าง 13-15 ปี โดยที่อายุ 13 ปี มีจำนวน 4 คน อายุ 14 ปี มีจำนวน 4 คน และอายุ 15 ปี มีจำนวน 4 คน ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีนักเรียนวัยรุ่นชาย 4 คน คิดเป็น 13.3 เปอร์เซ็นต์ และนักเรียนวัยรุ่นหญิง 11 คน คิดเป็น 36.7 เปอร์เซ็นต์ มีอายุระหว่าง 13-17 ปี โดยที่อายุ 13 ปี มีจำนวน 3 คน อายุ 14 ปี มีจำนวน 4 คน และอายุ 15 ปี มีจำนวน 6 คน และอายุ 16 ปี กับ 17 ปี มีจำนวนอย่างละ 1 คน

ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของระดับความเข้มแข็งทางใจของนักเรียนวัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบฯ แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ในกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจในระยะก่อนทดลอง และหลังทดลอง เท่ากับ 64.800 และ 64.600 โดยมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 10.407 และ 9.478 และในกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจในระยะก่อนทดลองและหลังทดลอง เท่ากับ 60.666 และ 59.000 โดยมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 7.257 และ 7.221

ผลการทดสอบสมมติฐานทางการวิจัย สมมติฐานข้อ 1 วิจัยผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบ จังหวัดชายแดนภาคใต้ที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจ มีคะแนนเฉลี่ยของความเข้มแข็งทางใจสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม วิเคราะห์โดยการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มที่ไม่เป็นอิสระจากกัน (Wilcoxon signed-rank test) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลอง ภายหลังเข้าร่วม

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง	M	SD	Z	ρ -value
ความเข้มแข็งทางใจ	ก่อนการทดลอง	64.80	10.407	-.314	.753
	หลังการทดลอง	64.60	9.478		

จากตารางที่ 1 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ในกลุ่มทดลอง ระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 โดยมีคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจก่อนและหลังการทดลอง เท่ากับ 64.80 และ 64.60 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 10.407 และ 9.478

สมมติฐานข้อ 2 วิจัยผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจ มีคะแนนเฉลี่ยของความเข้มแข็งทางใจสูงกว่าวิจัยผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจาก

สถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่ไม่ได้รับโปรแกรม ใช้การวิเคราะห์จากการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของสองประชากรอิสระต่อกัน (Mann Whitney U Test) ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังเข้าร่วมโปรแกรม

ตัวแปร	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		Z	ρ -value
	M	SD	M	SD		
ความเข้มแข็งทางใจ	64.60	9.478	59.00	7.221	-1.722	.085

จากตารางที่ 2 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ภายหลังการทดลองไม่แตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 โดยกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจหลังการทดลอง เท่ากับ 64.60 และ 59.00 และมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 9.478 และ 7.22

สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ พบว่า ใน ระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลองของวัยรุ่นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีคะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจ ไม่แตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 สามารถอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐานที่กำหนดไว้ ดังนี้

1) วัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจ มีคะแนนเฉลี่ยของความเข้มแข็งทางใจสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อ 1 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ ในกลุ่มทดลอง ระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผู้วิจัยได้ให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง ซึ่งกลุ่มตัวอย่างอาจมีข้อจำกัดในทักษะการอ่านเขียนด้วยภาษาไทย จากบริบทในพื้นที่ที่ใช้ภาษายาวีท้องถิ่นในการพูดคุยสื่อสารเป็นหลัก จึงทำให้ได้ข้อมูลไม่ครบถ้วนตามความเป็นจริงและไม่ได้ให้ความร่วมมือเท่าที่ควร ทั้งจากการตอบแบบสอบถามและการเข้าร่วมกิจกรรมในโปรแกรมที่ต้องอาศัยทักษะการเขียน-พูด อีกทั้งแนวโน้มจากการตอบแบบสอบถามในรูปแบบเบี่ยงเบนความจริงเพื่อให้มีภาพลักษณ์ที่ดีตามที่สังคมยอมรับ สอดคล้องกับพัฒนาการทางจริยธรรมของโคลเบิร์ก (Kohlberg) ที่บุคคลจะใช้หลักทำตามผู้อื่นเห็นชอบใช้เหตุผลเลือกทำตามความคาดหวังและการยอมรับในสังคม (Interpersonal Concordance of “Good boy, nice girl” Orientation) เพื่อเป็นที่ชื่นชอบและยอมรับ และไม่เป็นตัวของตัวเอง (สุรางค์ โค้วตระกูล, 2559) นอกจากนี้ผลคะแนนความเข้มแข็งทางใจของกลุ่มตัวอย่างซึ่งอยู่ในระดับปานกลางทำให้กลุ่มตัวอย่างตั้งแต่แรกก็อาจจะไม่ได้มีความรุนแรงนัก รวมไปถึงการดูแลหรือสนับสนุนจากการอยู่ร่วมกับเพื่อน ก็อาจส่งผลให้โปรแกรมไม่สามารถพัฒนาความเข้มแข็งทางใจให้ดีขึ้นได้อย่างชัดเจน เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มนักเรียนวัยรุ่นต่างถิ่นที่ต้องอาศัยอยู่ในหอพักประจำของโรงเรียน จึงมีโอกาสน้อยที่จะใช้ชีวิตกับกลุ่มเพื่อนต่างถิ่น หรือกลุ่มเพื่อนที่มาจากบริบทพื้นที่เดียวกัน ซึ่งกลุ่มเพื่อนในวัยรุ่นนั้นมีอิทธิพลที่สำคัญในการปรับตัวต่อการใช้ชีวิตที่ต้องห่างไกลบ้าน ห่างเหินกับครอบครัว กลุ่มเพื่อนไม่เพียงแต่จะเป็นแหล่งที่มาของความอบอุ่นทางด้านจิตใจอารมณ์เท่านั้น แต่ยังเป็นที่มาของการฝึกอบรมในเรื่องทัศนคติ พฤติกรรม ให้รู้จักรับฟังและอดกลั้นต่อทัศนคติของผู้อื่น สอดคล้องกับที่ แวกเนอร์ (Wagner, 1917 อ้างถึงใน ประณต แก้วนิม, 2549) กล่าวว่า พรสวรรค์ที่ยิ่งใหญ่ที่สุดของกลุ่มเพื่อนก็คือ ความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) เนื่องจากสมาชิกเสมือนอยู่เรือลำเดียวกัน

จึงสามารถเข้าใจซึ่งกันและกันได้เป็นอย่างดี มีความเห็นอกเห็นใจกัน และเข้าใจกัน บางทีแม้แต่พ่อแม่และครู ก็ไม่อาจจะเข้าใจได้สอดคล้องกับการศึกษาของ Bartol (2008) ที่ค้นพบว่าการสนับสนุนจากเพื่อน เป็นหนึ่งปัจจัยที่สำคัญที่สุดในการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ เพราะจะช่วยสร้างความยืดหยุ่นในเด็กและวัยรุ่นและเพื่อป้องกันการพฤติกรรมต่อต้านสังคม เพราะเป็นการได้ฝึกทักษะทางสังคม และการพัฒนามุขย่นนอกจากนี้วิถีชีวิตของการอยู่หอพักประจำยังฝึกฝนให้วัยรุ่นมีความรับผิดชอบต่องานตนเองมากขึ้น ต้องดูแลจัดการตนเองทั้งเรื่องการใช้ชีวิตประจำวัน และเรื่องเรียนรวมไปถึงการสนับสนุนให้กลุ่มตัวอย่างมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมในโรงเรียนและหอพัก

2) วัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่ได้รับโปรแกรมส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจ มีคะแนนเฉลี่ยของความเข้มแข็งทางใจสูงกว่าวัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ ที่ไม่ได้รับโปรแกรม

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อ 2 พบว่า คะแนนเฉลี่ยความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ากลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมอยู่ในกลุ่มโครงการสร้างสันติภาพเพื่อน้องชายแดนใต้ ที่คอยได้รับการสนับสนุนอย่างใกล้ชิดระหว่างสมาชิกกลุ่มเพื่อน ครูผู้ดูแลโครงการ ครูสอนผู้บริหาร ชุมชนและผู้ปกครอง ที่นอกเหนือจากได้รับการเรียนด้านวิชาการแล้วยังได้รับการอบรมในด้านการใช้ชีวิตประจำวันให้สอดคล้องกับศาสนาที่ยึดถือปฏิบัติ การส่งเสริมด้านการสร้างเสริมประสบการณ์ ทั้งยังมีส่วนร่วมกิจกรรมต่างๆ ในโรงเรียน หอพักและชุมชน และจากที่กล่าวข้างต้นว่ากลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่จำเป็นต้องอาศัยในหอพักประจำที่ทางโรงเรียนเตรียมไว้ จึงมีโอกาสได้คลุกคลีอยู่ร่วมกับกลุ่มเพื่อนที่หลากหลายทั้งวัย ถิ่นฐาน บริบททางสังคม วัฒนธรรม และประสบการณ์การดำเนินชีวิต ที่ต้องอาศัยความพยายามในการปรับตัว ความรับผิดชอบ และอดทนในการใช้ชีวิตอยู่ภายใต้กฎระเบียบวินัยของหอพัก จึงทำให้กลุ่มตัวอย่างที่แม้จะไม่ได้ได้รับการเข้าร่วมโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ก็ยังได้รับการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจจากปัจจัยดังกล่าวข้างต้นได้ และแม้กฎเกณฑ์ของทางโรงเรียนและหอพักจะทำให้กลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นวัยรุ่นรู้สึกอึดอัดและขาดอิสระในการชีวิต เพราะต้องอยู่ภายใต้การควบคุมดูแลของครู แต่ก็มีส่วนร่วมช่วยอบรมสั่งสอน ฝึกระเบียบวินัย การพึ่งพาตนเอง ควบคุมตนเองและฝึกความรับผิดชอบได้เป็นอย่างดี เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่ได้รับผลกระทบจากการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักในครอบครัวที่อาจจะเป็นบิดาหรือมารดา หรือทั้งสอง ทำให้วัยรุ่นกลุ่มนี้อาจขาดผู้สนับสนุน ผู้ดูแลอบรมสั่งสอนอย่างใกล้ชิด แม้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นวัยรุ่นจะต้องการอิสระ ความเป็นส่วนตัวมากเพียงใด แต่ก็ไม่ได้หมายความว่าไม่ต้องการการดูแล คอยบอกคอยเตือนเพื่อให้รับรู้ถึงความห่วงใย การได้รับความสำคัญ และการชี้แนะเพื่อแก้ปัญหาต่างๆ เมื่อประสบกับความยุ่งยากใจ ดังที่ Marianne Schneider Corey, Gerald Corey, Cindy Corey (2014) กล่าวว่าวัยรุ่นส่วนใหญ่จะประสบกับช่วงเวลาของความยุ่งยากอันเนื่องมาจากความขัดแย้ง นั่นคือ วัยรุ่นมักจะแสวงหาความใกล้ชิด แต่ในขณะเดียวกันก็กลัวความใกล้ชิดและพยายามที่จะหลีกเลี่ยงนอกจากนี้วัยรุ่นต้องการการชี้แนะทางและแบบแผนที่ดีเพราะวัยรุ่นยังมีข้อจำกัดในตนเองและยังต้องการการดูแลเอาใจใส่จากผู้ใหญ่อยู่ ดังนั้นวัยรุ่นจึงยังไม่สามารถมีอิสระแห่งตนเองอย่างสมบูรณ์ และจากการสำรวจของผู้วิจัยผ่านกระบวนการทำโปรแกรมเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ พบว่า มีกลุ่มตัวอย่างบางคนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงและเคยพลาดกระทำผิดเกี่ยวกับยาเสพติด ดังนั้นการเปลี่ยนสภาพแวดล้อมให้วัยรุ่นได้อยู่ในพื้นที่ที่ได้รับการดูแลอบรมสั่งสอน ได้มีการใช้ชีวิตและฝึกฝนตนเอง พัฒนาทักษะท่ามกลางการสนับสนุนจากผู้คนที่ดี สังคมที่ดี และสถาบันที่ดี ก็มีโอกาทำให้วัยรุ่นมีความเข้มแข็งทางใจสามารถเลือกทางเลือกที่สร้างสรรค์เพื่อชีวิตที่น่าพึงพอใจมากขึ้นได้ สอดคล้องกับที่ พิริยา ยักรอด (2559) กล่าวว่าสิ่งสำคัญที่ทำให้เยาวชนไม่กระทำความผิดซ้ำ คือ บุคคลรอบข้างคอยช่วยเหลือ ทำให้เยาวชนเกิดความรู้สึกดีกับชีวิต เยาวชนจึงพัฒนาทักษะให้ชีวิตของตนเองดีขึ้น ดังนั้นผู้ดูแลเยาวชนที่กระทำความผิดควรช่วยเหลือเยาวชนโดยการให้ความรักและสอนแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง

ข้อเสนอแนะที่ได้รับจากการวิจัย

- 1) งานวิจัยในครั้งนี้ได้กำหนดเกณฑ์ในการคัดเลือกลุ่มตัวอย่างเป็นระดับกลางจนถึงต่ำ แต่พบได้ว่าคะแนนส่วนใหญ่จะอยู่ในระดับกลาง ทำให้เมื่อเข้าสู่โปรแกรมอาจจะทำให้คะแนนไม่สามารถพัฒนาแตกต่างไปจากเริ่มต้นก่อนเข้ากิจกรรมได้มากนัก และนอกจากนี้แบบวัดความเข้มแข็งทางจิตใจที่นำมาใช้แม้จะเป็นแบบวัดมาตรฐานที่นำไปใช้อย่างแพร่หลาย แต่อาจจะไม่สอดคล้องกับบริบทกับกิจกรรมที่จัดขึ้นในครั้งนี้ ซึ่งอาจจะทำให้ไม่เห็นถึงประสิทธิภาพของโปรแกรมได้อย่างชัดเจน
- 2) ในการดำเนินกิจกรรมควรมีการปรับเปลี่ยนการใช้ภาษาในการสื่อสารระหว่างการทำกิจกรรม หรืออาจมีการปรับกิจกรรมบางอย่างเพื่อให้เหมาะสมกับบริบทของพื้นที่ทางภาษาและวัฒนธรรมนั้นๆ
- 3) จากการศึกษาผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ สามารถนำไปประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจกับกลุ่มตัวอย่างที่มีบริบทใกล้เคียงกัน และปรับปรุงให้เข้ากับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการทดลองได้ โดยเฉพาะประเด็นที่ได้จากข้อสังเกตทางพฤติกรรมที่พบได้ว่า หากทางโรงเรียนมีกิจกรรมที่มีกลุ่มเพื่อนและครูคอยสนับสนุนช่วยเหลือก็จะเป็นแนวทางสำคัญที่จะช่วยเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจได้

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

- 1) ควรมีการสร้างแบบวัดที่สอดคล้องและเหมาะสมกับบริบทผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนใต้ในการประเมินความเข้มแข็งทางจิตใจ
- 2) ควรมีการศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนมากขึ้น และมีความหลากหลายในเรื่องเพศ ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเพื่อตรวจสอบถึงประสิทธิภาพของโปรแกรม และเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างเพศเกี่ยวกับความเข้มแข็งทางจิตใจ

เอกสารอ้างอิง

- ขวัญธิดา พิมพ์การ. (2561). การพัฒนารูปแบบการให้การปรึกษารายบุคคลแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจของสตรีที่มีการสูญเสียสามีในสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้. วิทยานิพนธ์ปริญญา ดุษฎีบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ. สืบค้นจาก <http://bsris.swu.ac.th/thesis/56199150060AP8992555f.pdf>.
- ประณต แก้วนิม. (2549). จิตวิทยาพัฒนาการ [เอกสารประกอบการสอน]. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พัชรินทร์ นินทจันทร์, โสภิตา แสงอ่อน และ ทศนา ทวีคุณ. (2555). โปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งในชีวิตร. กรุงเทพฯ: จุฑาทอง.
- พริยา ยัรรอด. (2559). ประสบการณ์ด้านจิตใจในการฟื้นฟูพลังของเยาวชนที่ไม่กระทำผิดซ้ำ. วารสารสวนปรง, 32(3).
- พีรพันธ์ ลือบุญรัชชัย. (2550). อารมณ์เศร้าโศกจากการสูญเสียและจิตบำบัดสัมพันธ์ภาวะระหว่างบุคคล: หลักการและแนวทางการดูแล. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, 52, 29-45. <http://psychiatry.or.th/JOURNAL/52-1/04peeraphon.pdf>.
- โรงเรียนนักข่าวชายแดนใต้. (2559). สวตช.เปิดข้อมูลเด็กกำพร้าจากไฟใต้กว่า 9 พัน พบเงินเยียวยาถึงเด็กน้อยต้องดูแลด้านจิตใจ. สืบค้นจาก <https://deepsouthwatch.org/dsj/th/8415>.
- ศรินทร์น วัฒนธรรณท์. (2560). ความโศกเศร้าจากการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก: บทบาทพยาบาล. วารสารพยาบาลสภาวิชาชีพ, 10. สืบค้นจาก <https://he02.tcithaijo.org/index.php/trcnj/article/download/96887/75666/>.
- ศรีสมภาพ จิตร์ภิรมย์ศรี. (2562). อัลกอริทึมของความแปรปรวนในความรุนแรง 15 ปี ชายแดนใต้/ปาตานี. สืบค้นจาก <https://www.the101.world/algorithm-of-violence-in-deep-south/>.

- ศุภรา เชาว์ปรีชา. (2551). Resilience ในเด็กที่ถูกทารุณกรรม. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*, 53(3), 309-322.
- สุคนธ์จิต อุปันนชัย. (2556). อิทธิพลของการสนับสนุนทางสังคม การเห็นคุณค่าแห่งตน และการรับรู้ความสามารถของตนที่มีต่อความยืดหยุ่นทางอารมณ์ของนักเรียนในจังหวัดนนทบุรี. ปรินิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ. สืบค้นจาก http://ir.swu.ac.th/jspui/bitstream/123456789/4204/2/Sukonjit_U.pdf.
- สุรางค์ โค้วตระกูล. (2559). จิตวิทยาการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ฮาญัร อะหมัด. (2564). การพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักจากสถานการณ์ความไม่สงบจังหวัดชายแดนภาคใต้. บทความนำเสนอในการประชุมวิชาการนำเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษาแห่งชาติ ครั้งที่ 52, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา.
- APA. (2014). *Resilience Guide for Parents and Teachers*. Retrieved from <http://www.apa.org/helpcenter/resilience.aspx>.
- Bartol, C. R., & Bartol, A. M. (2008). *Introduction to forensic psychology: Research and application*. 2nd ed. Sage Publications.
- Dyer, J. G., & Mc Guinness, T. M. (1996). Resilience: Analysis of the concept. *Archives of Psychiatric Nursing*, 10(5), 276-282.
- Grotberg, E. H. (1995). *A guide for promoting resilience in children: Strengthening the human spirit*. (Early childhood development: Practice and Reflection No.8). Netherlands the Bernard Van Leer Foundation.
- Luthar, S. S., & Suchman, N. E. (2000). Relational Psychotherapy Mothers' Group: A developmentally informed intervention for at-risk mothers. *Development and Psychopathology*, 12(1), 235-253.
- Marianne Schneider Corey; Gerald Corey; Cindy Corey. (2014). *Groups: process and practice*. 9th ed. Belmont California: Brooks/Cole.
- Rutter, M. (1985). Family and school influences on cognitive development. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 26(1), 683-704.

Data Availability Statement: The raw data supporting the conclusions of this article will be made available by the authors, without undue reservation.

Conflicts of Interest: The authors declare that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

Publisher's Note: All claims expressed in this article are solely those of the authors and do not necessarily represent those of their affiliated organizations, or those of the publisher, the editors and the reviewers. Any product that may be evaluated in this article, or claim that may be made by its manufacturer, is not guaranteed or endorsed by the publisher.



Copyright: © 2023 by the authors. This is a fully open-access article distributed under the terms of the Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0).