

บทความวิจัย

ผลของการให้การศึกษแบบกลุ่มและกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีที่มีต่อทักษะชีวิตกับเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดนครศรีธรรมราช

จรรยา แผนสมบูรณ์*

ดวงมณี จงรักษ์**

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาคุณภาพของแผนการให้การศึกษแบบกลุ่มและ กลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี ต่อการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กและเยาวชนที่ศาลตัดสินคดีถึงที่สุดและอยู่ระหว่างการฝึกอบรมที่สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดนครศรีธรรมราช จำนวน 60 คน โดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่มได้แก่กลุ่มที่ให้การศึกษแบบกลุ่มและกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี ซึ่งทั้งสองกลุ่มประกอบด้วยกลุ่มตัวอย่างที่กระทำผิดแบบรุนแรงและไม่รุนแรงอย่างละเท่ากันจำนวนกลุ่มละ 30 คน เครื่องมือใช้ในการวิจัยได้แก่ 1) แบบการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยแผนการให้การศึกษแบบกลุ่ม และแบบการพัฒนาทักษะชีวิตด้วยแผนกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี ทั้งสองแผนมุ่งพัฒนาทักษะชีวิต 4 ด้าน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง การตัดสินใจอย่างมีเหตุผล การปฏิเสธและการต่อรอง และการจัดการกับอารมณ์ และ 2) แบบวัดทักษะชีวิตทั้ง 4 ด้าน สำหรับวิธีดำเนินการทดลองแบ่งเป็น 3 ระยะคือ ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลหลังจากการทดลองสิ้นสุดไปแล้ว 1 เดือน โดยกลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดทักษะชีวิตในทุกระยะ การวิเคราะห์ข้อมูลใช้วิธีวิเคราะห์ความแปรปรวนพหุคูณ (Two-Way ANOVA) ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. หลังการทดลองพบว่าคะแนนทักษะชีวิตกลุ่มการให้การศึกษแบบกลุ่มและกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 โดยที่พบความแตกต่างมากกว่าในกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี
2. หลังการทดลองพบว่าคะแนนในองค์ประกอบทุกด้าน ได้แก่การเห็นคุณค่าในตนเอง การตัดสินใจอย่างมีเหตุผล การปฏิเสธและการต่อรอง และการจัดการกับอารมณ์ กลุ่มการให้การศึกษแบบกลุ่มและกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 โดยที่พบความแตกต่างมากกว่าในกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี
3. ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติของปฏิสัมพันธ์ระหว่างคะแนนทักษะชีวิตของกลุ่มตัวอย่างกลุ่มที่มีพฤติกรรมกระทำผิดแบบรุนแรงกับกลุ่มที่มีพฤติกรรมกระทำผิดแบบไม่รุนแรง จากการทดสอบระหว่างก่อนและหลังการทดลองตลอดถึงระยะการติดตามผลภายหลังจากการทดลองไปแล้ว 1 เดือนในกลุ่มทั้งสอง
4. ช่วงติดตามผลภายหลังจากการให้การศึกษไปแล้ว 1 เดือนพบว่าคะแนนทักษะชีวิตกลุ่มการให้การศึกษแบบกลุ่มและกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 อย่างไรก็ตามหลังการทดลองไม่มีความแตกต่างระหว่างคะแนนทักษะชีวิตของทั้งสองกลุ่ม

คำสำคัญ: แผนการให้การศึกษา, กิจกรรมดนตรี, เยาวชน, สถานพินิจ

* นักศึกษาหลักสูตรศึกษาศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาภาวะผู้นำและนวัตกรรมทางการศึกษา, ภาควิชาเทคโนโลยีการศึกษา, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

** ค.ต.(จิตวิทยาโรงเรียน), รองศาสตราจารย์, ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

RESEARCH

Effects of Group Counseling and Group Integrated with Music Activities to Life Skills of Juvenile Delinquents at the Juvenile Observation and Protection Center of Nakhon Si Thammarat Province*Chanya Pansomboon*^{*}*Doungmani Chongruksa*^{**}**Abstract**

The objective of this research was to study the quality of plans for group counseling and group integrated with music activities on promoting life skills of juvenile delinquents. The samples were 60 post-sentenced juveniles staying in the Juvenile Observation and Protection Center of Nakhon Si Thammarat Province. They were divided into two groups: group counseling and group integrated with music activities. Both consisted of 30 juveniles' committed serious crimes and unserious crimes equally. The research tools were 1) Group counseling application plans and group integrated with music activities application plans of which were created for developing 4 dimensions of life skills: self-esteem, decision making, negotiation, and emotions solving. These application plans were reviewed by experts, tried out before experiment, and 2) Life skills inventory consisted in 4 dimensions: Self-esteem, decision making, negotiation, and emotions solving. There were 3 phases in this experiment; before, after, and one month follows up. The participants took the life skills inventories in each phase. The data was analyzed by statistic Two – Way ANOVA.

The results were as follow:

1. The research result has yielded application plans developed for group integrated with music activity to enhance life skill of the juvenile delinquents.
2. It was found that scores of life skills after experiment were higher than those before experiment in both group integrated with music activities and group counseling at the .01 level of significance. However group integrated with music activities had higher difference than group counseling.
3. It was found that the scores of self-esteem, decision making, negotiation, and coping with emotions after experiment got higher difference scores than those before experiment in both group integrated with music

^{*} Ed.D candidate in the major of Educational Leadership and Innovation, Department of Technology of Education, Faculty of Education/ Prince of Songkla University

^{**} Ph.D (School Psychology) Associate Professor in Department of Psychology and Guidance, Faculty of Education/ Prince of Songkla University

activities and group counseling at the .01 level of significance. However, group integrated with music activities got different scores more than those of group counseling. It was found that there were no significant differences of interaction on the scores of life skills between the group with serious crimes and the other group with unserious crimes from the pre-test and post-test and 1 month follow up.

4. During follow up after counseling for 1 month, it was found that the scores of life skill of group counseling and group integrated with music activities were higher than those before experiment significantly at .01. However, after the experiment there was no difference between the scores of life skills of both groups.

Keywords: plans for group counseling, music activities, juvenile delinquents, Juvenile Observation

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันปัญหาการกระทำผิดของเด็กและเยาวชนในประเทศไทยทวีความรุนแรงมากยิ่งขึ้น เนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลในทางลบ จนก่อให้เกิดปัญหาการใช้สารเสพติดและการกระทำผิดกฎหมายเพิ่มขึ้น การกระทำผิดมีผลกระทบต่อตัวเด็กและเยาวชนโดยตรง ทำให้เสียอนาคตและโอกาสที่ดีในด้านการศึกษา การดำรงชีวิตอย่างปกติสุข ทำให้เด็กและเยาวชนมีเวลาว่าง ประกอบกับมีปัญหาด้านความเป็นอยู่และมีสภาพครอบครัวที่ขาดความอบอุ่น ส่งผลให้มีแนวโน้มในการกระทำผิดและใช้สารเสพติดมากขึ้น ผลกระทบจากการกระทำผิด ทำให้ ถูกดำเนินคดีและถูกนำตัวส่งสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนในที่สุด

จากการศึกษาเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่างๆ ในกลุ่มวัยรุ่นนั้น มีแนวคิดที่น่าสนใจคือ ทักษะชีวิต (Life Skills) ซึ่งทักษะชีวิตเป็นความสามารถของบุคคล ในการจัดการกับสิ่งกดดันต่างๆ รอบตัวในชีวิตประจำวันได้สำเร็จ เป็นความสามารถที่บุคคลสร้างขึ้นได้จากการเรียนรู้ ประสบการณ์และการฝึกฝนจนสามารถปรับตัวจนมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ เด็กและเยาวชนที่กระทำผิดส่วนใหญ่ขาดวิธีการดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง ไม่มีแบบอย่างที่ดี ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่รู้สึกรับผิดชอบตนเองมีคุณค่า หรือขาดความภาคภูมิใจในตนเอง (Self Esteem) มีความอดทนต่ำ ขาดทักษะในการสื่อสาร มีภาวะทางอารมณ์อ่อนไหวง่าย ขาดเหตุผลในการตัดสินใจ และสุดท้ายไม่รู้จักรับผิดชอบและการต่อรองเมื่อถูกชักชวนให้กระทำผิด ดังนั้นทักษะชีวิต เป็นความสามารถของบุคคล ซึ่งประกอบด้วยความรู้ เจตคติในการแก้ปัญหาต่างๆ รอบตัวในสังคมปัจจุบัน และการเตรียมความพร้อมในการปรับตัวเองในสังคมอนาคต โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด จะต้องสร้างความตระหนักรู้ในตนเอง มีความรับผิดชอบในตนเอง รู้จักทักษะในการตัดสินใจที่ดี มีทักษะในการปฏิเสธและการต่อรอง รู้จักทักษะในการแก้ไขปัญหาต่างๆ รู้จักการจัดการกับอารมณ์ และทักษะ ในการป้องกันตนเอง ทั้งนี้เพื่อที่เด็กและเยาวชนเหล่านั้นจะได้ไม่กระทำผิดซ้ำอีก

การให้การปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) เป็นกระบวนการช่วยเหลือที่เริ่มต้นด้วยการที่สมาชิกเริ่มสำรวจตัวเอง เพื่อเปิดเผยความคิดหรือพฤติกรรมที่ส่งผลร้ายกับตนเองให้กับคนในกลุ่มได้ทราบ ผู้นำกลุ่มช่วยให้สมาชิกเข้าใจตนเองโดยสำรวจถึงข้อดีและข้อเสียของความคิดเห็นและพฤติกรรมต่างๆ ผู้นำกลุ่มช่วยให้สมาชิกพิจารณาทางเลือกในการแก้ไขปัญหา นำไปทดลองปฏิบัติ รายงานความคิด ความรู้สึก ที่เกิดขึ้นจากการกระทำใหม่ โดยกลุ่มจะให้การสนับสนุนช่วยเหลือให้สมาชิกยึดมั่นกับข้อตกลงใจ (ดวงมณี จงรักษ์, 2550) การให้การปรึกษาแบบกลุ่ม อาจเป็นกระบวนการในการให้คำปรึกษาที่เน้นปัญหาซึ่งอาจเป็นเรื่องส่วนตัว ปัญหาทางการศึกษา ปัญหาทางสังคมและอาชีพ เป็นต้น โดยมีเป้าหมายในการป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้น หรือการศึกษา ที่มาของปัญหา และแนวทางในการแก้ไขปัญหา ตลอดจนวิธีที่จะแก้ปัญหาที่แท้จริงได้สำเร็จ กระบวนการให้ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในระดับจิตสำนึก โดยเน้นความรู้สึก ความคิด และพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในกลุ่ม สมาชิกกลุ่มเป็นผู้ปรับตัวได้ดีในระดับหนึ่ง ผู้นำกลุ่มมีหน้าที่กำหนดกิจกรรมให้กับกลุ่ม สร้างบรรยากาศทางบวก เพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมอย่างสร้างสรรค์ เอื้ออำนวยให้สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน ให้ข้อมูลเพื่อนที่เป็นสมาชิกมีทางเลือกใหม่ของการแสดงพฤติกรรม สนับสนุนให้สมาชิกเรียนรู้จากประสบการณ์ที่เกิดขึ้นไปปฏิบัติอย่างมีแผนการที่ดี ช่วยให้สมาชิกตระหนักรู้แผนการปัจจุบัน และกำหนดเป้าหมายส่วนตัวที่จะเป็นทิศทางของกลุ่มด้วย กลุ่มเป็นสถานที่จำลองของชีวิตจริง สมาชิกได้รับข้อมูลสะท้อนกลับระหว่างกัน ทำให้เข้าใจตนเองเพิ่มมากขึ้น สมาชิกได้รับความเข้าใจในเพื่อนสมาชิก และมีการเรียนรู้ซึ่งกันและกัน (ดวงมณี จงรักษ์, 2550) การให้การปรึกษาแบบกลุ่มถูกจัดเข้าในการจัดกิจกรรมที่สำคัญอันหนึ่งใน

ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เนื่องจากกระบวนการกลุ่มทำให้เด็กและเยาวชนสามารถทำความเข้าใจระหว่างกันในกลุ่มได้ดี การจัดกระบวนการกลุ่มมีหลายรูปแบบ เช่น กลุ่มให้การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต มีเป้าหมายเพื่อป้องกันการกระทำผิดซ้ำในเด็กและเยาวชน (เพียงเพ็ญ เอี่ยมละออ, 2542) และกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน มีเป้าหมายเพื่อการเลิกใช้ยาเสพติด และการกระทำผิด (ชาระวี ศรีรินทร์, 2546)

จากการศึกษาวิทยาการด้านอื่นๆ ที่จะส่งเสริมให้กระบวนการให้การศึกษาแบบกลุ่มมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น พบว่า การใช้ดนตรีเข้ามามีส่วนร่วมจะสามารถทำให้การศึกษาแบบกลุ่มได้ผลดียิ่งขึ้นและจะส่งเสริมให้การเรียนรู้หรือการบำบัดฟื้นฟูได้ผลมากขึ้นเช่นกัน (Felicity, 2001) โดยอาศัยหลักการเดียวกันกับวิธีการดนตรีบำบัด (Music Therapy) คำนี้มาจากคำว่า “ดนตรี” หรือ “Music” และ “การบำบัด” หรือ “Therapy” ดนตรี (Music) คือ ลักษณะของเสียงที่เรียบเรียงไว้อย่างเป็นระเบียบเรียบร้อย โดยมีแบบแผน และโครงสร้างชัดเจน สามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้ 3 ด้านใหญ่ๆ คือ เพื่อความสุนทรีย์ เพื่อการบำบัดรักษา และเพื่อการศึกษา ดนตรีมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย จิตใจ และการทำงานของสมองในหลายๆ ด้าน จากการศึกษาวิจัยพบว่า ผลของดนตรีต่อร่างกาย สามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของอัตราการหายใจ อัตราการเต้นของชีพจร ความดันโลหิต การตอบสนองของม่านตา ความตึงตัวของกล้ามเนื้อ และการไหลเวียนเลือด ผลของดนตรีต่อจิตใจและสมอง สามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของ อารมณ์ สติสัมปชัญญะ จินตนาการ การรับรู้สภาพความเป็นจริง และการสื่อสารทางอวัจนภาษา (Davis, 1992)

ดนตรีมีบทบาทในการบำบัดรักษา คือ การนำดนตรีและกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับดนตรีมาใช้ประกอบเพื่อการสร้างแรงจูงใจให้เกิดผลในด้านต่างๆ (Kim, 2004) ในการบำบัดฟื้นฟูต่อผู้ที่ไม่เกี่ยวเนื่องกับดนตรี (Aigen, 2005) ตัวอย่างเช่น นักดนตรีบำบัดอาจใช้ความชำนาญส่วนตัวในฐานะนักดนตรี ร่วมกับ แพทย์ นักวิจัย นักจิตวิทยา เพื่อสร้างสรรค์ทักษะการเปลี่ยนแปลงทางการเรียนรู้ ทางกายภาพ การสื่อสาร สังคม และอารมณ์ของผู้ที่เข้ารับการบำบัด ผู้ที่สามารถใช้ประโยชน์จากดนตรีบำบัดได้ ได้แก่ เด็ก วัยรุ่น ผู้ใหญ่ ผู้สูงอายุที่มีปัญหาทางกาย ทางใจหรือมีปัญหากับการพัฒนาการด้านการเรียนรู้ คนทั่วไปสามารถใช้ดนตรีบำบัดเพื่อลดความเครียดได้ เช่น การตีกลองหรือเครื่องเคาะจังหวะ การฝึกเทคนิคการผ่อนคลายระหว่างการบำบัด ดนตรีบำบัด การออกกำลังกายพร้อมกับดนตรีบำบัด หรือแม้แต่การคลอบุตรโดยใช้ดนตรีบำบัดร่วมด้วย ดนตรียังช่วยกระตุ้นพัฒนาการในเด็กปกติได้โดยการผ่อนคลายความตึงเครียด เพิ่มความสุขและความมั่นใจ เตรียมเด็กให้พร้อมจะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ โดยการฝึกประสาทหูให้รับฟังเสียงที่สูง ต่ำ เรียนรู้การสร้างจินตนาการตามเสียงและจังหวะเพลง เรียนรู้การฟัง และการฝึกการทำความเข้าใจจากการสื่อสารกับครู ฝึกการเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะเพลง การแสดงออกทางสีหน้าร่วมไปกับการเรียนรู้การเข้าสังคมและการทำงานร่วมกับเพื่อนร่วมชั้น เรียนรู้การฝึกความอดทนและรอคอยคิวยของตนเอง รู้จักการควบคุมอารมณ์ที่เหมาะสม รู้จักการปลดปล่อยและระบายอารมณ์ เพื่อช่วยลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ดนตรีบำบัดเป็นสาขาหนึ่งที่จัดให้มีขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อฟื้นฟูเด็กที่มีความบกพร่องทางด้านต่างๆ ให้เด็กมีพัฒนาการในทุกๆ ด้านดีขึ้น เช่น ด้านอารมณ์ ด้านสังคม ด้านการสื่อสาร เป็นต้น และเพื่อเป็นการผ่อนคลายความตึงเครียดให้เด็กได้มีความร่าเริง สนุกสนาน มีอารมณ์เบิกบานแจ่มใส อีกทั้งยังช่วยปรับเปลี่ยนหรือลดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็กอีกด้วย (Armason, 2002)

การผสมผสานกิจกรรมดนตรีเพื่อการบำบัด ได้ใช้กันอย่างแพร่หลาย แต่ยังไม่ปรากฏว่ามีการนำวิธีการนี้มาใช้ในการบำบัดฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดมาก่อน ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์ที่จะหารูปแบบการบำบัดฟื้นฟู โดยนำกิจกรรมดนตรีมาผสมผสานกับการให้การศึกษาแบบกลุ่ม เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของการบำบัดฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด เพื่อมิให้ไปกระทำผิดซ้ำต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เพื่อพัฒนาวิธีการบำบัดฟื้นฟูแบบการผสมผสานกิจกรรมดนตรี ในการส่งเสริมทักษะชีวิตให้กับเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดนครศรีธรรมราช
2. เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนระหว่างกลุ่มที่ใช้การผสมผสานกิจกรรมดนตรี กับการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม
3. เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิดในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ระหว่างกลุ่มพฤติกรรมกรรมการกระทำผิดแบบรุนแรงกับกลุ่มการกระทำผิดแบบไม่รุนแรง
4. เพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์กันระหว่างวิธีให้การปรึกษา กับระดับความรุนแรงของพฤติกรรมกรรมการกระทำผิด กับผลของทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชนในแต่ละรายองค์ประกอบ
5. เพื่อศึกษาความคงอยู่ของทักษะชีวิตเด็กและเยาวชนหลังจากหยุดการทดลองไปแล้ว 1 เดือน

นิยามเชิงปฏิบัติการ

1. **การให้การปรึกษาแบบกลุ่ม** หมายถึง กระบวนการช่วยเหลือหรือพัฒนาบุคคลโดยมุ่งให้สมาชิกกลุ่มได้มีโอกาสในการสำรวจตัวเอง ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน โดยจัดสถานการณ์ให้สมาชิกกลุ่ม เกิดความพยายามที่จะปรับเปลี่ยนทัศนคติ สามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองได้อย่างเต็มขีดความสามารถ อันจะนำไปสู่เป้าหมายของชีวิตที่ดี สร้างการพัฒนางอกงามทางจิตใจ และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ปรารถนา โดยกลุ่มตัวอย่างที่กระทำผิด จะได้รับการให้การปรึกษาแบบกลุ่มจำนวน 18 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที สัปดาห์ละ 4 ครั้ง

2. **การผสมผสานกิจกรรมดนตรี** หมายถึง กระบวนการช่วยเหลือหรือพัฒนาบุคคลโดยมุ่งให้สมาชิกกลุ่มได้มีโอกาสในการสำรวจตัวเอง ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน โดยจัดสถานการณ์ให้สมาชิกกลุ่ม เกิดความพยายามที่จะปรับเปลี่ยนทัศนคติ สามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองได้อย่างเต็มขีดขีดความสามารถ อันจะนำไปสู่เป้าหมายของชีวิตที่ดี สร้างการพัฒนางอกงามทางจิตใจ และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ปรารถนา โดยใช้กิจกรรมทางดนตรีเสริม ได้แก่การฟังเพลงบรรเลง การวิเคราะห์ความหมายจากเนื้อหาสาระของบทเพลงที่นำมาประกอบกิจกรรม การให้เล่นเครื่องดนตรีอย่างง่ายเพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมและการเคลื่อนไหวร่างกายตามเพลงบรรเลง ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน และการผ่อนคลายตลอดถึงการสร้างความบันเทิงอย่างมีส่วนร่วม เป็นการส่งเสริมบรรยากาศของการเรียนรู้และส่งเสริมสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกกลุ่มได้มากขึ้น โดยกลุ่มตัวอย่างที่กระทำผิด จะได้รับการให้การปรึกษาแบบกลุ่มที่มีกิจกรรมดนตรีร่วมจำนวน 18 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที สัปดาห์ละ 4 ครั้ง

3. **ทักษะชีวิต** หมายถึงกระบวนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่มตามบริบทที่มีองค์ประกอบของทักษะชีวิต 4 ด้าน โดยเน้นการเรียนรู้จากการมีปฏิสัมพันธ์ในกลุ่ม ให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจ รู้จักเข้าใจตนเองและผู้อื่น มีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีการตัดสินใจที่เหมาะสม มีความมั่นคงทางอารมณ์ เป็นต้น ซึ่งประเมินได้จาก แบบวัดทักษะชีวิต ในการประเมิน โดยแบ่งออกเป็น 4 ด้านคือ

3.1 **การเห็นคุณค่าในตนเอง** หมายถึง ความรู้สึกที่เกิดจากการประเมินตนเองว่ามีคุณค่า เป็นที่ยอมรับของตนเองและผู้อื่น มีความรับผิดชอบและมีความเชื่อมั่นในตนเอง

3.2 การตัดสินใจอย่างมีเหตุผล หมายถึง กระบวนการคิดและการแก้ปัญหา ต่อการตัดสินใจทางเลือก กระทำอย่างมีขั้นตอน ได้แก่การรับรู้ปัญหา การกำหนดทางเลือกที่จะตัดสินใจ การวิเคราะห์ผลดีผลเสีย การตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดและเหมาะสมที่สุดและการแก้ไขข้อเสียที่เกิดขึ้นจากการตัดสินใจ

3.3 การปฏิเสธต่อรอง หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกถึงความสามารถ โดยใช้การสื่อสารท่าทาง คำพูด และน้ำเสียง หรือการเจรจาต่อรองเพื่อปกป้องถึงความต้องการ และแสดงความตั้งใจที่จะปฏิเสธการชักชวน อย่างชัดเจน ที่จะไม่กระทำในสิ่งที่ตนเองไม่เห็นด้วย

3.4 การจัดการกับอารมณ์ หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออก ถึงความมั่นคงทางจิตใจ และความสามารถ ในการควบคุมอารมณ์ในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่งได้อย่างเป็นขั้นตอน คือ การสำรวจอารมณ์ หรือความรู้สึกที่เกิดขึ้น การคาดการณ์ผลดีผลเสียของการแสดงอารมณ์ การควบคุมอารมณ์ด้วยวิธีต่างๆ และการสำรวจอารมณ์ หรือความรู้สึกของตนเอง

4. การกระทำคามผิดของเด็กและเยาวชน หมายถึง ผลการจำแนกเด็กและเยาวชนจากคณะสหวิชาชีพ ของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดนครศรีธรรมราช ซึ่งคณะผู้จำแนกประกอบด้วย นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ พยาบาลวิชาชีพ และนักวิชาการอบรมและฝึกวิชาชีพ ผลการจำแนกมี 2 ระดับ ได้แก่

4.1 ระดับการกระทำคามผิดที่มีลักษณะพฤติกรรมแบบไม่รุนแรง หมายถึง เด็กและเยาวชนที่มีพฤติกรรม ในการกระทำคามผิดมีลักษณะไม่ซับซ้อนและได้รับคำพิพากษาจากศาลให้ได้รับการฝึกและอบรมไม่เกิน 2 ปี

4.2 ระดับการกระทำคามผิดที่มีลักษณะพฤติกรรมแบบรุนแรง หมายถึง เด็กและเยาวชนที่มีพฤติกรรมใน การกระทำคามผิดมีลักษณะที่ซับซ้อนรุนแรงและได้รับคำพิพากษาจากศาลให้ได้รับการฝึกและอบรมมากกว่า 2 ปีขึ้นไป

วิธีการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัย โดยมีรายละเอียดวิธีการวิจัย ดังนี้

1. ประชากร ได้แก่ เด็กและเยาวชนที่กระทำผิดในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัด นครศรีธรรมราช ที่มีอายุตั้งแต่ 14 -18 ปี จำนวน 90 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เด็กและเยาวชนที่ผู้วิจัยได้คัดเลือกจากคดีต่างๆ โดยมีคำพิพากษาของศาลตัดสินให้ ฝึกและอบรม โดยมีการฝึกและอบรมแล้วระยะหนึ่งและเหลือระยะเวลาไม่เกินหนึ่งปี ก่อนที่จะได้รับการปล่อยตัว จำนวนทั้งสิ้น 60 คน แล้วคัดเลือกโดยสุ่มส่วนของคดีที่ไม่มีความแตกต่างกัน ของแต่ละกลุ่มโดยแบ่งออกเป็นกลุ่ม ทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มละ 30 คน คือ กลุ่มที่มีลักษณะการกระทำคามผิดแบบรุนแรงจำนวน 30 คน และกลุ่มที่มี ลักษณะการกระทำคามผิดแบบไม่รุนแรงจำนวน 30 คน

3. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา มี 2 ประเภท คือ

3.1 ตัวแปรอิสระ

ตัวแปรอิสระมี 2 ประเภทได้แก่

3.1.1 ตัวแปรอิสระที่เป็นตัวแปรจัดประเภทมี 2 ตัว ได้แก่ ระดับการกระทำคามผิดของเด็กและเยาวชน

ก. กลุ่มที่มีลักษณะพฤติกรรมในการกระทำคามผิดแบบรุนแรง

ข. กลุ่มที่มีลักษณะพฤติกรรมในการกระทำคามผิดแบบไม่รุนแรง

3.1.2 ตัวแปรที่ถูกจัดกระทำ มี 2 ตัว ได้แก่วิธีการบำบัด

- ก. การให้การปรึกษาแบบกลุ่ม
- ข. การผสมผสานกิจกรรมดนตรี

3.2. ตัวแปรตามได้แก่ผลคะแนนทักษะชีวิต 4 ด้านของเด็กและเยาวชน

- ก. การเห็นคุณค่าในตนเอง
- ข. การจัดการกับอารมณ์
- ค. การตัดสินใจอย่างมีเหตุผล
- ง. การปฏิเสธและการต่อรอง

4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย 3 ส่วนดังนี้

4.1 แผนการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม โดยผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นโดยใช้หลักการของการให้การปรึกษาแบบกลุ่มทักษะชีวิต (เพียงเพ็ญ เอี่ยมละออ, 2542) กลุ่ม Self Help กลุ่มสัมมนาและ กลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน (Daytop Therapeutic Community) (Daytop, 1999) โดยสร้างเป็นแผนการทดลองทั้งสิ้น 17 แผนการทดลอง แผนการทดลองละ 1 ชั่วโมง 30 นาที

4.2 แผนกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี เป็นรูปแบบของกิจกรรมนันทนาการ เพื่อเสริมสร้างความพร้อมและการฝึกสมาธิ การเสริมให้เด็กและเยาวชนเกิดจินตนาการตามหลักการ Music Imagery และ Improvisation Music Therapy เพิ่มเติมจากแผนการทดลองการให้การปรึกษาแบบกลุ่มโดยสร้างเป็นแผนการทดลองทั้งสิ้น 17 แผนการทดลอง แผนการทดลองละ 1 ชั่วโมง 30 นาที มีรายละเอียดดังนี้

4.2.1 เพื่อส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนเกิดสมาธิและมีความสนใจโดยใช้วิธีการของดนตรีบำบัดแบบ Nordoff – Robbins Music Therapy

4.2.2 กิจกรรมดนตรีบำบัด ตามหลักการของ (Kim, 2003) โดยให้เด็กและเยาวชน ฟังเพลง ร้องเพลง และเขียนเพลงที่ชื่นชอบ และสะท้อนความรู้สึกผ่านงานศิลปะและการเขียนบันทึกตามเนื้อหาของเพลงที่ได้รับฟัง ตลอดถึงการอภิปรายร่วมกันในกลุ่มเกี่ยวกับบทเรียนที่ได้รับจากสาระของเพลงเพื่อนำไปเป็นประสบการณ์ชีวิตในอนาคต

4.2.3 กิจกรรมดนตรีบำบัด ตามหลักการของ Listening Music Therapy โดยจัดให้เด็กและเยาวชนฟังดนตรีคลาสสิกในยุคของ Hayden, Mozart และ Beethoven ในจังหวะที่มีความช้าและเร็วเพื่อการผ่อนคลายหรือเสริมจินตนาการ (Walworth, 2003)

4.2.4. การนำกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายแบบไทเก๊ก เพื่อเป็นการเสริมให้เด็กได้รับการผ่อนคลายซึ่งจะทำให้เด็กและเยาวชนมีกระบวนการเรียนรู้ในบทเรียนได้ดียิ่งขึ้น ทั้งส่งผลถึงการบำบัดฟื้นฟูให้เด็กและเยาวชนมีทักษะชีวิตได้มากขึ้น

5. วิธีดำเนินการและการเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล โดยการเขียนโครงการการจัดกิจกรรมบำบัดฟื้นฟูเด็กและเยาวชนด้วยกระบวนการกลุ่มให้การปรึกษาและกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดนครศรีธรรมราช เพื่อดำเนินการตามโครงการและจัดเก็บข้อมูลให้มีความสมบูรณ์

5.1 ขั้นตอนการทดลอง

5.1.1 จำแนกประเภทกลุ่มตัวอย่างออกเป็นกลุ่มต่างๆ โดยจำแนกจากเอกสารด้านคดีและรายงานจำแนกเด็กและเยาวชนจากสหวิชาชีพ เพื่อให้ทราบว่ากลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกิจกรรมมาจากกลุ่มต่างๆ ดังต่อไปนี้

กลุ่มตัวอย่างที่กระทำความผิดโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์หรือกระทำความผิดโดยถูกชักจูงหรือไม่เจตนา กลุ่มตัวอย่างที่ติดยาเสพติด กลุ่มตัวอย่างที่มีความผิดปกติทางด้านอารมณ์ (Conduct Disorder) และ กลุ่มตัวอย่างที่กระทำความผิดโดยเจตนาและกระทำความผิดซ้ำ

กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการจำแนกทั้งสิ้น 60 คน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่มคือ

กลุ่มที่ 1 กลุ่มตัวอย่างเหล่านั้นมีพฤติกรรมกระทำความผิดแบบไม่รุนแรง ลักษณะการกระทำความผิดและโทษที่ได้รับจากคำพิพากษาคดีได้รับการฝึกและอบรมไม่ถึงสองปีจำนวน 30 คน

กลุ่มที่ 2 เป็นกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมในการกระทำความผิดที่รุนแรง (Hard Core) มีคำพิพากษาได้รับการฝึกและอบรมเกินระยะเวลาตั้งแต่สองปีขึ้นไป จำนวน 30 คน

โดยจัดเตรียมกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 15 คนดังนี้

กลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมกระทำความผิดแบบรุนแรงจำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มย่อย 2 กลุ่ม และกลุ่มกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมกระทำความผิดแบบไม่รุนแรงจำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มย่อย 2 กลุ่มเช่นกัน ด้วยการจับฉลากกลุ่มละ 15 คน โดยกลุ่มแรกเป็นกลุ่มทดลองแบบให้การปรึกษาแบบกลุ่ม และกลุ่มหลังเป็นกลุ่มการผสมผสานกิจกรรมดนตรี

5.1.2 จัดเตรียมแบบวัดทักษะชีวิต เพื่อใช้ในการประเมินก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตัวอย่างและการติดตามหลังจากการสิ้นสุดการทดลองไปแล้ว 1 เดือน จำนวน 60 ชุด

5.1.3 จัดเตรียมเอกสารและอุปกรณ์ต่างๆ สำหรับใช้ในการเข้ากลุ่มจำนวน 60 ชุด

5.2 ขั้นตอนทดลอง

การทดลองครั้งนี้เป็นการเปรียบเทียบเพื่อพิจารณาความแตกต่างของคะแนนทักษะชีวิตของกลุ่มตัวอย่างระหว่างก่อนและหลังการจัดกิจกรรมให้การปรึกษาแบบกลุ่มและกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีและหลังสิ้นสุดการทดลองหรือระยะติดตามผล (4 สัปดาห์หลังการวัดคะแนนทักษะชีวิต) แบบแผนการทดลองที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ Randomized Control Group Design โดยมีการสุ่มหน่วยทดลองและตัวแปรจัดการกระทำตามลักษณะของรูปแบบการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม การวิจัยครั้งนี้มีตัวแปรอิสระ 2 ประเภท คือ ตัวแปรอิสระที่ถูกจัดการกระทำ ได้แก่ การให้การปรึกษา และตัวแปรอิสระที่เป็นตัวแปรจัดประเภท ได้แก่ ระดับพฤติกรรมในการกระทำความผิดของกลุ่มตัวอย่าง ตัวแปรตามคือลักษณะที่มุ่งหวังให้เกิดการเปลี่ยนแปลงหลังการทดลองคือคะแนนทักษะชีวิต 4 ด้านอันประกอบด้วย การเห็นคุณค่าในตนเอง การตัดสินใจอย่าง มีเหตุผล การปฏิเสธและการต่อรอง และการจัดการกับอารมณ์ โดยกลุ่มตัวอย่างที่กระทำความผิด จะได้รับการให้การปรึกษาแบบกลุ่มจำนวน 18 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที สัปดาห์ละ 4 ครั้งมีรายละเอียดดังนี้

ครั้งที่ 1	การปฐมนิเทศ
ครั้งที่ 2-5	การเห็นคุณค่าในตนเอง
ครั้งที่ 6-9	การตัดสินใจอย่างมีเหตุผล
ครั้งที่ 10-13	การปฏิเสธและการต่อรอง
ครั้งที่ 14-17	การจัดการกับอารมณ์
ครั้งที่ 18	การยุติการให้การปรึกษา

5.3 ขั้นตอนประเมินผล

5.3.1 เมื่อสิ้นสุดการฝึกอบรมตามโปรแกรมดังกล่าวแล้ว ให้เยาวชนที่เข้าร่วมการฝึกอบรมครั้งนี้ทั้งหมดทำแบบวัดทักษะชีวิตอีกครั้งโดยใช้แบบวัดทักษะชีวิตแบบเดียวกันกับครั้งแรก

5.3.2 เมื่อสิ้นสุดการฝึกและอบรมไปแล้ว 4 สัปดาห์ นำกลุ่มทดลองทั้งหมดทำแบบวัดทักษะชีวิตซ้ำ เพื่อทดสอบความคงทนของกลุ่มตัวอย่าง

5.3.3 นำข้อมูลที่ได้จากการทดลองมาวิเคราะห์โดยใช้วิธีการทางสถิติ

5.4 ขั้นตอนวิเคราะห์ผล

การวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยได้นำคะแนนทักษะชีวิตของกลุ่มตัวอย่างจากกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่ม ก่อนทดลอง และหลังการทดลองนำมาวิเคราะห์โดยใช้วิธีทางสถิติในแต่ละระดับโดยใช้การหาค่าความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตโดยรวม และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ การวิเคราะห์พหุคูณ (Two – Way Analysis of Variance : ANOVA) ชนิดกลุ่มตัวอย่างไม่เป็นอิสระต่อกัน ระหว่างวิธีการให้การศึกษากับกลุ่มและกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตในแต่ละด้าน คือ การเห็นคุณค่าในตนเอง การตัดสินใจอย่างมีเหตุผล การปฏิเสธต่อรอง และการจัดการกับอารมณ์ ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม รวมถึงหลังการสิ้นสุดการทดลองไปแล้ว 1 เดือน เพื่อหาปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ ตัวแปรตาม ที่เกิดจากความแตกต่างระหว่างระดับการกระทำคามผิดใน สองระดับ คือ ระดับการกระทำคามผิดแบบไม่รุนแรง และระดับในการกระทำคามผิดแบบรุนแรง กับวิธีการให้การศึกษากับกลุ่มและกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี

ผลการวิจัย

การพัฒนาวิธีการบำบัดฟื้นฟูแบบกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี ในการส่งเสริมทักษะชีวิตให้กับกลุ่มตัวอย่างที่กระทำผิดในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดนครศรีธรรมราช พบว่า ผลการวิจัยในครั้งนี้ ได้แผนการให้การศึกษากับกลุ่มและแผนกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี จำนวน 18 แผน เพื่อส่งเสริมทักษะชีวิต 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง การตัดสินใจอย่างมีเหตุผล การปฏิเสธและการต่อรอง และ การจัดการกับอารมณ์ โดยมีผลการวิจัยเป็นดังนี้

1. ผลของการของการวิเคราะห์ค่าคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตเพื่อเปรียบเทียบผลการให้คำศึกษากับกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีที่มีต่อคะแนนทักษะชีวิตในภาพรวม พบว่า คะแนนทักษะชีวิตในแต่ละระยะของการทดลองมีความแตกต่างกัน โดยคะแนนของสมาชิกในกลุ่มได้รับการให้การศึกษากับกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี ก่อนกิจกรรมแตกต่างจากคะแนนหลังกิจกรรม และระยะติดตามผล กล่าวคือ เมื่อกลุ่มตัวอย่างได้รับการศึกษากับกลุ่มและกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีแล้ว จะมีทักษะชีวิตทั้งในช่วงหลังทำกิจกรรม และระยะติดตามผลแตกต่างจากก่อนทำกิจกรรม อย่างไรก็ตามทักษะชีวิตในช่วงหลังกิจกรรมกับช่วงติดตามผลไม่มีความแตกต่างกัน แสดงให้เห็นถึงระดับทักษะชีวิตของผู้เข้าร่วมวิจัย ซึ่งจะเห็นได้ว่า คะแนนในกลุ่มให้การศึกษากับกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีในระยะก่อนทำกิจกรรมมีระดับไม่แตกต่างกัน แต่ในช่วงหลังกิจกรรม คะแนนของทั้งสองเพิ่มขึ้น ทั้งนี้เมื่อทำการติดตามผลยังพบว่า ระดับคะแนนยังไม่เปลี่ยนแปลงจากช่วงหลังกิจกรรม ทั้งนี้จะเห็นได้อย่างชัดเจนว่ากลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีมีประสิทธิผลสูงกว่ากลุ่มการศึกษากับกลุ่ม

2. ผลของการของการวิเคราะห์ค่าคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตเพื่อเปรียบเทียบผลระหว่างกลุ่มการให้การศึกษากับกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีที่มีต่อคะแนนทักษะชีวิตในรายองค์ประกอบย่อย เป็นดังนี้

1) ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่าคะแนนทักษะชีวิตด้านการเห็นคุณค่าในตนเองในแต่ละระยะของการทดลองมีความแตกต่างกัน โดยคะแนนของสมาชิกในกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีก่อนกิจกรรมแตกต่างจากคะแนนหลังกิจกรรม และระยะติดตามผล กล่าวคือ เมื่อกลุ่มตัวอย่างได้รับการศึกษากับกลุ่มและกลุ่มผสมผสาน

3. การเปรียบเทียบทักษะชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง ระหว่างกลุ่มพฤติกรรมการกระทำผิดแบบรุนแรงกับกลุ่มการกระทำผิดแบบไม่รุนแรง จากการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางของระดับทักษะชีวิต ในกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม (กลุ่มการให้การปรึกษา และกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี) ระดับการกระทำผิด (รุนแรง และไม่รุนแรง) และครั้งที่วัด (ก่อนกิจกรรม หลังกิจกรรม และติดตามผล) โดยครั้งที่วัดนั้นเป็นตัวแปรภายในบุคคล (Within Subject) ใช้การทดสอบที่เรียกว่า Simple Effect ซึ่งเป็นการทดสอบอิทธิพลของตัวแปรหนึ่งในแต่ละระดับของอีกตัวแปรหนึ่งตลอดถึงในส่วนของอิทธิพลหลักของระดับการกระทำผิด พบว่า ระดับทักษะชีวิตไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = .37, p = .546$) ระหว่างกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม

4. การศึกษาปฏิสัมพันธ์กันระหว่างวิธีให้การปรึกษาแบบกลุ่ม กับระดับความรุนแรงของพฤติกรรมการกระทำผิด กับผลของทักษะชีวิตของกลุ่มตัวอย่าง ในรายองค์ประกอบย่อย ทั้ง 4 องค์ประกอบการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางของระดับทักษะชีวิตด้านต่างๆ ระหว่างกลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มได้รับการปรึกษาแบบกลุ่ม และกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี) ระดับการกระทำผิด (รุนแรง และไม่รุนแรง) และครั้งที่วัด (ก่อนกิจกรรม หลังกิจกรรม และติดตามผล) โดยครั้งที่วัดนั้นเป็นตัวแปรภายในบุคคล (Within Subject) พบว่า ไม่มีปฏิสัมพันธ์สองทางระหว่างครั้งที่วัด กลุ่มตัวอย่าง และระดับการกระทำผิด

5. เปรียบเทียบผลการคะแนนทักษะชีวิตระหว่างกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม หลังหยุดการทดลองไปแล้ว 1 เดือน พบว่า คะแนนทักษะชีวิตในช่วงติดตามผล สูงกว่าคะแนนทักษะชีวิตก่อนการทดลอง แต่อย่างไรก็ตาม คะแนนทักษะชีวิตในช่วงหลังกิจกรรมกับช่วงติดตามผลไม่มีความแตกต่างกัน

การอภิปรายผล

1. ผลการวิจัยในสมมติฐานข้อที่หนึ่งพบว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตของกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีและกลุ่มที่ให้การปรึกษาแบบกลุ่มหลังการทดลองและการติดตามผล พบว่ามีความแตกต่างกันของปฏิสัมพันธ์ระหว่างคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตของกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีและกลุ่มให้การปรึกษาแบบกลุ่มนั้น เนื่องจาก

1.1 กระบวนการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม ได้ใช้วิธีการให้การปรึกษาที่เอื้อให้เกิดการพูดคุยกันระหว่างสมาชิกภายในกลุ่มโดยใช้กิจกรรมศิลปะบำบัดเป็นสื่อกลางเพื่อให้เกิดจินตนาการ ระบายความรู้สึกผ่านการสื่อสารโดยใช้การวาดภาพ เพื่อกระตุ้นให้เกิดการพูดคุยในการเปิดประเด็นที่อาจเป็นปัญหาแล้วมาร่วมกันหาทางแก้ปัญหาเหล่านั้น โดยมีผู้ให้การปรึกษาเป็นผู้ให้คำแนะนำ ซึ่งการให้การปรึกษาแบบกลุ่มที่ได้จัดให้กับกลุ่มตัวอย่างในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดนครราชสีมา ซึ่งส่วนใหญ่เป็นวัยรุ่น ได้มีการนำกิจกรรมต่างๆ เช่น ศิลปะหรือกิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนมาจัด (Borman, 1992). เพราะว่าวัยรุ่นในช่วงต้นมีบุคลิกที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและส่งผลสำคัญในด้าน กายภาพ สังคม การรับรู้ และภาระหน้าที่ โดยอารมณ์ในช่วงวัยรุ่นนั้นต้องเผชิญกับความท้าทายหลายครั้ง เช่น การสร้างความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อน การทำให้ตนเองแตกต่างจากสมาชิกในครอบครัว และสร้างลักษณะการเป็นผู้ใหญ่ของตนเอง (Minzi, 2004) จากการเรียนรู้ในเรื่องนี้ จึงมีการเน้นเรื่องใหม่ในการพัฒนาวัยรุ่นคือ ปัจจัยความเสี่ยงและการปกป้องวัยรุ่น (Alvarez, 2006) ในช่วงเวลาการเป็นวัยรุ่นนั้น บางช่วงเวลาอาจมีความกังวลหรือความกดดัน อาจเป็นไปแบบชั่วคราวหรือตามขีดจำกัดของตน (Self-Limiting) ซึ่งทำให้วัยรุ่นหลายคนเป็นพวกหลีกหนีสังคม (Isolated) มีระดับความทุกข์สูงไปจนตลอดชีวิต จึงควรมีการส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองและสร้างความเข้าใจในการควบคุมตนเอง ที่ปรึกษากลุ่มในฐานะที่เป็นตัวกลางในการส่งเสริมการพูดคุยระหว่างบุคคล ควรหลีกเลี่ยงการต่อต้านในกลุ่มวัยรุ่น (Corey, 1997) ตลอดถึงการใช้กิจกรรมอื่นๆ เพื่อเข้าถึงเด็กและ

เยาวชนที่มีระดับทางสังคมและการปรับตัวด้านอารมณ์ที่แตกต่างกันไป เพื่อหลีกเลี่ยงปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในกลุ่ม (Wilson, 2003) เช่น การใช้กิจกรรมการสร้างความปลอดภัยโดยการบริหารร่างกายแบบ ไทเก็ก หรือ การฝึกลมหายใจ เป็นต้น

1.2 กระบวนการของกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีนั้น คือการให้เด็กและเยาวชนได้สนุกสนานกับการเคลื่อนไหวตามทำนองเพลง มีส่วนทำให้มีอารมณ์ดีขึ้น (Kim, 2003) การใช้ดนตรีกับเยาวชนทำให้เขามีความเข้าใจในบทเพลงที่สื่อความหมายเกี่ยวกับบทเรียนในแผนการให้การศึกษา และดนตรีเป็นสื่อทำให้เกิดความเข้าใจกันอันดีภายในกลุ่ม โดยผู้ให้การศึกษาช่วยให้กลุ่มมีความสัมพันธ์กันมากขึ้น (Michael & Thaut, (2009)) เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้ เป็นการใช้องค์ประกอบผสมผสานกิจกรรมดนตรีกับกลุ่มตัวอย่างที่กระทำความผิดทั้งแบบรุนแรงและไม่รุนแรงในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดนครราชสีมา สิ่งที่มีอิทธิพลต่อประสิทธิภาพในการจัดกิจกรรมกลุ่ม คือกิจกรรมที่ส่งเสริมทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชน (Kim, 2004) โดยดนตรีเป็นแรงบันดาลใจให้มีผลต่อการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างเด็กและเยาวชนกับผู้ให้การศึกษา จากการใช้กิจกรรมการเล่นดนตรีตามใจผู้เล่นอย่างอิสระ ทำให้เยาวชนได้ระบายความรู้สึกที่แท้จริงออกมา (Arnason, 2002) ส่งผลให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่อสังคม การใช้ทั้งเสียงเพลงบรรเลง เช่น เพลงบรรเลงของ Mozart for Meditation ตลอดจนการใช้เพลงที่เยาวชนคุ้นเคย และใช้เครื่องดนตรี เช่น เครื่องประกอบจังหวะ อุปกรณ์เหล่านี้เป็นเครื่องมือสำคัญในการสร้างบรรยากาศการให้การศึกษา เพราะให้มีความสุข และให้สภาพทางกายภาพที่ดี โดยเด็กและเยาวชนในสถานพินิจ ส่วนใหญ่นั้น จะอยู่ในช่วงอายุระหว่าง 14 – 18 ปี ซึ่งในทางจิตวิทยา อธิบายพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนในช่วงนี้ว่า จะแสดงออกผ่านอวัจนภาษา มากกว่าการแสดงออกผ่านวัจนภาษา อาทิ การเล่นกีฬา การเล่นดนตรี เป็นต้น เนื่องจากทำให้เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจเมื่อมีผู้คนให้ความสนใจ ดนตรีมีผลต่อบุคคลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และจิตวิญญาณ (Bonny, 1975) ดนตรีสากลที่สามารถช่วยส่งเสริมและฟื้นฟูสุขภาพของบุคคลได้ ดนตรียังสามารถสร้างอารมณ์ หรือจินตนาการตามบทเพลงที่คีตกวีได้รังสรรค์ผ่านจังหวะ (Rhythm) ทำนอง (Melody) เสียงหนัก เสียงเบา ของบทเพลงนั้นๆ ซึ่งสามารถทำให้ผู้ฟังเกิดจินตนาการ (Cathy, 2004) โดยขึ้นอยู่กับประสบการณ์ในชีวิตของแต่ละบุคคล นำไปสู่การระบายอารมณ์ของเด็กและเยาวชน และการสร้างสรรค์จินตนาการในสมองของแต่ละบุคคลอันจะนำไปสู่การวิเคราะห์ตนเองในกลุ่มเด็กและเยาวชนได้ง่ายกว่าไม่มีเสียงดนตรี ตลอดจนสามารถปลดปล่อยความรู้สึก เก็บกด ความบอบช้ำทางอารมณ์ การปลดปล่อยจิตใจสำนึกออกมาด้วยคำพูดให้กับสมาชิกในกลุ่ม จนสามารถแลกเปลี่ยนประเด็นปัญหา และร่วมกันแก้ไขระหว่างสมาชิกในกลุ่ม รวมทั้งสามารถทำให้ผู้ให้การศึกษาได้สามารถทำการบำบัดกับเด็กและเยาวชนได้ตรงกับลักษณะความผิดปกติของพวกเขา การพัฒนาระดับความสัมพันธ์และการตอบสนองทางอารมณ์และการมีส่วนร่วมได้ดี มีการพัฒนาด้านอารมณ์ การสื่อสาร และความภาคภูมิใจในตนเอง สอดคล้องกับงานวิจัยของ Pavlicevic (1994)

2. จากผลการวิจัยพบว่าคะแนนทักษะชีวิตในรายองค์ประกอบย่อยทั้ง 4 ด้านของกลุ่มการให้การศึกษาแบบกลุ่มและกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีก็ปรากฏผลเช่นเดียวกัน ซึ่งสามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

2.1 ด้านการเห็นคุณค่าในตนเองนั้น ผลการทดลองพบว่าคะแนนทักษะชีวิตด้านนี้เพิ่มขึ้น เพราะในการจัดกิจกรรมในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำกระบวนการให้การศึกษาแบบกลุ่มและกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี เพื่อให้สมาชิกได้ฝึกฝนการเรียนรู้ที่มุ่งให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเองของสมาชิก โดยมีขั้นตอนในด้านการให้การศึกษาและขั้นตอนกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี มุ่งให้สมาชิกสำรวจตนเอง ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ช่วยกันวางแผนทางในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเอง เพื่อแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ของตน รวมถึงการวางแผนทางในการมีชีวิตอยู่อย่างไรในอนาคต ซึ่งการแลกเปลี่ยนความรู้สึกและความคิดเห็นนี้ ทำให้สมาชิกสามารถแสดงความคิดเห็น

หรือมีส่วนร่วมในการนำเสนอแนวทางเพื่อการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีการให้กำลังใจซึ่งกันและกัน และความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า อย่างไรก็ตาม กลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะเฉพาะของบุคคลแต่ละคน ก็จะส่งผลทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลแต่ละคนแตกต่างกันไป ประกอบกับลักษณะทางกายภาพ ความสามารถทั่วไป สมรรถภาพและการกระทำ ภาวะทางอารมณ์ ค่านิยมส่วนบุคคล และกลุ่มเพื่อน ก็จะส่งผลให้ความภาคภูมิใจมีความแตกต่างกันไป ดังนั้น การเพิ่มคุณค่าให้ตนเอง ทำให้มีความรู้สึกที่ดีกับทั้งตนเองและผู้อื่นส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างมีทักษะชีวิตในการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น

2.2 ด้านการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล กระบวนการให้การปรึกษาแบบกลุ่มและกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี สามารถส่งเสริมให้สมาชิกเกิดการพัฒนาด้านการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลได้ เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นวัยรุ่นส่วนใหญ่ มักจะเชื่อและถูกชักจูงโดยเพื่อนที่มีลักษณะเป็นผู้นำในกลุ่ม โดยขาดการพิจารณาด้วยเหตุผล หรือเพราะเกรงใจ ดังนั้นจึงจำเป็นต้องมีการพัฒนาพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความสามารถ ที่เป็นกระบวนการคิด และการแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผลในการพิจารณาเลือกที่จะกระทำการสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างเป็นขั้นตอน ได้แก่ การรับรู้ปัญหา การกำหนดทางเลือกที่จะควรทำ การวิเคราะห์สภาพปัญหา การรวบรวมข้อมูล การหาทางเลือก การประเมินทางเลือกต่างๆ ตามข้อมูลที่มี และการตัดสินใจเลือกทางที่ดีที่สุดและเหมาะสมที่สุด (Lindberg, 1995) จากกระบวนการดังกล่าวสามารถทำให้กลุ่มตัวอย่างกลุ่มนี้มีคะแนนทักษะชีวิตเกี่ยวกับการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลเพิ่มขึ้น

2.3 ด้านการปฏิเสธและการต่อรอง เป็นประเด็นที่ยากต่อการหากิจกรรมมาประกอบระหว่างกระบวนการให้การศึกษาแบบกลุ่มกับกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี แต่ผู้วิจัยก็สามารถนำกิจกรรมเสริมด้วยการให้กลุ่มตัวอย่างชมวีดิทัศน์ที่เป็นเรื่องราวเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในการเกิดมาเป็นมนุษย์ และผลของการกระทำผิด การติดยาเสพติด ผลก็คือทำให้กลุ่มตัวอย่างเห็นผลร้ายจากการกระทำความผิดและเกิดความกลัว จึงเห็นความสำคัญของการที่จะต้องมีการทบทวนตนเองเกี่ยวกับ การปฏิเสธและการต่อรอง ซึ่งผลจากการใช้การสื่อสารเพื่อเจรจาต่อรองให้เป็นที่ยอมรับด้วยความพึงพอใจทั้งสองฝ่าย เป็นการให้ความสำคัญต่อการสื่อสารและการสร้างความรู้สึกที่ดีต่อกันของสมาชิก สามารถที่จะทำความเข้าใจกันภายในกลุ่มได้มากยิ่งขึ้น ผลจากการจัดกิจกรรมทำให้เกิดการพัฒนาทางด้านสังคม อารมณ์ การสื่อสาร และการสร้างความสัมพันธ์ในหมู่เพื่อน ที่ได้รับกิจกรรมดนตรีบำบัดในรูปแบบของการฟังเพลงที่คุ้นเคย การใช้เพลงประกอบกิจกรรมกายบริหาร ทำให้เด็กและเยาวชนได้มีการปรับตัวที่ดี เริ่มมีการพูดคุยกันและ มีการรวมกลุ่มกันมากขึ้น (Kim, 2003) เด็กและเยาวชนเหล่านี้มีทักษะทางด้านสังคมและการสื่อสาร โดยการใช้การตอบสนองด้านอารมณ์ต่อดนตรี ผลโดยรวมทำให้มีคะแนนทักษะชีวิตด้านนี้เพิ่มขึ้น

2.4 ด้านการจัดการกับอารมณ์ ผู้วิจัยได้นำวิธีการที่หลากหลายเพื่อให้กลุ่มตัวอย่างในกระบวนการให้การศึกษาแบบกลุ่มและกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี โดยใช้กิจกรรมที่สร้างความผ่อนคลายด้วยการใช้วิธีการบริหารลมหายใจ การบริหารร่างกายแบบไทเก๊ก ประกอบเสียงเพลงบรรเลง การเล่นดนตรีที่ไม่มีการเตรียมตัวมาก่อนการฟังดนตรีตามที่ตนชอบและคุ้นเคย และฟังเสียงดนตรีธรรมชาติทำให้กลุ่มตัวอย่างการลดความเครียดและความตึงตัวของกล้ามเนื้อลงได้ (Pavlicevic, 1994) กลุ่มตัวอย่างได้มีปฏิสัมพันธ์กับดนตรี ด้วยการเล่นเครื่องดนตรีตามความต้องการที่มีหลายชนิด หรือการเปล่งเสียงตามเสียงดนตรี ครึ่งละ 30 นาที ใช้การเล่นดนตรีเพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วม ด้วยการเล่นเครื่องดนตรีตามลักษณะของการเล่นตามอารมณ์และความรู้สึก (Improvisation) ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้ทำให้สมาชิกภายในกลุ่มได้รู้จักการจัดการกับอารมณ์ สมาชิกได้เรียนรู้วิธีปรับเปลี่ยนความคิดเพื่อผ่อนคลายความเครียด ผลการจัดกิจกรรมทำให้กลุ่มตัวอย่างรับรู้ว่า อารมณ์เป็นความรู้สึกอย่างหนึ่งที่มีทั้งทางบวกและทางลบ การแสดงออกซึ่งพฤติกรรมทางอารมณ์และจะแสดงออกทางร่างกายด้วยเช่นกัน ผลของการควบคุมอารมณ์หรือความสามารถในการจัดการกับอารมณ์นั้นจะแสดงให้เห็นถึงความสามารถในการปรับตัวต่อการดำเนินชีวิต WHO

(1994) ผลการจัดกิจกรรมด้านการจัดการกับอารมณ์ ส่งผลให้เขาสามารถเข้าใจภาวะอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นว่ามีผลต่อพฤติกรรม ซึ่งทำให้สามารถตอบสนองต่อภาวะต่างๆ ทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม และรู้แนวทางที่จะควบคุมระดับความเครียด ส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างได้มีการพัฒนาระดับความสัมพันธ์และการตอบสนองทางอารมณ์และการมีส่วนร่วมได้ดี มีการพัฒนาด้านอารมณ์ ดีขึ้น ส่งผลให้คะแนนทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์สูงขึ้น

3. สมมติฐานข้อที่สอง คะแนนทักษะชีวิตของกลุ่มตัวอย่างกลุ่มที่มีลักษณะพฤติกรรมการกระทำผิดแบบไม่รุนแรงไม่มีความแตกต่างกับคะแนนทักษะชีวิตของกลุ่มตัวอย่างกลุ่มที่มีลักษณะพฤติกรรมการกระทำผิดแบบรุนแรงทั้งสองกลุ่มคือ การให้การปรึกษาแบบกลุ่มและการให้การปรึกษาแบบผสมผสานกิจกรรมดนตรี เนื่องจากระดับของคะแนนในการกระทำผิดอย่างน้อยของการวัดคะแนนทักษะชีวิตทั้งระหว่างก่อนทำกิจกรรม หลังทำกิจกรรมและระยะติดตามผลไม่มีความสัมพันธ์กันผลจากการวิจัยครั้งนี้มีความละเอียดอ่อนในการวัดเพราะเครื่องมือมีความสลับซับซ้อนประกอบกับกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในที่พักรวมกันอาจทำให้ระดับความคิดและประสบการณ์ในการอยู่ร่วมกันทำให้ระดับความคิดมีความคล้ายคลึงกัน ทำให้มีคะแนนทักษะชีวิตที่ไม่มีความแตกต่างกัน

4. ผลจากการวัดคะแนนทักษะชีวิตของกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มการให้การปรึกษาแบบกลุ่มและกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรี หลังจากการสิ้นสุดการทดลองไปแล้ว 1 เดือนพบว่า คะแนนทักษะชีวิตกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม สูงกว่าคะแนนทักษะชีวิตก่อนการทดลองเพราะว่า ผลของการจัดกิจกรรมทั้งสองกลุ่มมีการจัดกิจกรรมที่มีการเรียนรู้ในแต่ละองค์ประกอบใช้เวลาหลายครั้ง ซึ่งการฝึกทักษะชีวิตโดยทั่วไปใช้แผนการเรียนรู้ประมาณ 9 แผนการทดลองแต่ในการทดลองครั้งนี้ผู้วิจัยได้พัฒนาแผนการเรียนรู้ทั้งกลุ่มการให้การปรึกษาแบบกลุ่มและกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีทั้งหมด 17 แผนการทดลอง ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ในแต่ละองค์ประกอบของทักษะชีวิต มีการเรียนรู้ซ้ำๆ กัน แต่มีรายละเอียดที่มีความหลากหลายไม่ซ้ำกัน ทำให้กลุ่มตัวอย่างได้เรียนรู้อย่างลึกซึ้ง และมีความเข้าใจฝังลึก ทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ที่คงทน ถึงแม้ว่าหลังการทดลองไปแล้วหลายวันเมื่อมีการทดสอบซ้ำแต่คะแนนทักษะชีวิตก็ยังคงอยู่และยังสูงกว่าก่อนการทดลอง หรืออีกประเด็นหนึ่งก็อาจเกิดจากการที่กลุ่มตัวอย่างได้มีการนำทักษะชีวิตไปใช้ในชีวิตประจำวัน จึงเกิดเป็นการเรียนรู้จากประสบการณ์ทำให้มีความเข้าใจทักษะชีวิตแบบถาวร (Yeh, 2011) กลุ่มตัวอย่างเข้าใจทักษะชีวิตได้ดี และสามารถดำเนินชีวิตโดยไม่กระทำผิดซ้ำอีก

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาวิจัย เรื่องผลของการให้การปรึกษาแบบกลุ่มและกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตกับกลุ่มตัวอย่างในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดนครศรีธรรมราช มีข้อเสนอแนะดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ผลการวิจัยพบว่าการพัฒนาและเสริมสร้างทักษะชีวิตทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง การตัดสินใจอย่างมีเหตุผล การปฏิเสธและการต่อรอง และการจัดการกับอารมณ์ เป็นภารกิจสำคัญของการบำบัดฟื้นฟูเด็กและเยาวชนในสถานควบคุม ทั้งนี้ เพื่อเป็นการป้องกันมิให้เด็กและเยาวชนที่กระทำผิดกลับไปกระทำผิดซ้ำ สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ควรจะต้องพัฒนาเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็กและเยาวชนให้มีความรู้และความชำนาญเพิ่มเติมจากการให้การปรึกษาแบบกลุ่มเป็นกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีซึ่งเป็นกิจกรรมในการส่งเสริมทักษะชีวิตให้กับเด็กและเยาวชนได้อย่างมีประสิทธิภาพเป้าหมายของการให้การปรึกษาไม่ได้เน้นที่ทักษะทางดนตรี แต่เน้นพัฒนาการทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม ขึ้นอยู่กับความจำเป็นของแต่ละบุคคล สามารถนำไปใช้กับการบำบัดฟื้นฟู ประยุกต์ใช้ได้หลายบริบท โดยเฉพาะ ในด้านการพัฒนาทักษะชีวิต การนำดนตรีรูปแบบผสมผสาน

กระบวนการต่างๆ ทางดนตรี เช่น ร้องเพลง แต่งเพลง การประสานเสียง การจินตนาการตาม หรือลีลาประกอบ การใช้เพลงบรรเลงในการเสริมสร้างจินตนาการต่างๆ เหล่านี้จะเป็นการส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนเปิดใจในการมีส่วนร่วมในกิจกรรมให้การศึกษามากยิ่งขึ้น นอกจากนี้กิจกรรมทางดนตรียังสามารถใช้ในการที่สอดแทรกในกิจกรรมการเรียนรู้ต่างๆ โดยนำไปประยุกต์ในแผนการเรียนรู้ จะทำให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ในการทำวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการพัฒนาแผนการทดลองกลุ่มผสมผสานกิจกรรมดนตรีเปรียบเทียบกับทดลองกลุ่มอื่นๆ เช่น กลุ่มผสมผสานกิจกรรมกีฬา หรือกลุ่มนันทนาการอื่นๆ เพื่อเปรียบเทียบว่าวิธีการใดจะสามารถส่งเสริมทักษะชีวิตกับกลุ่มตัวอย่างอย่างมีประสิทธิภาพได้มากกว่ากัน

2.2 ควรมีการพัฒนาแผนการทดลองที่ส่งเสริมทักษะชีวิตที่ขยายขอบเขตเพิ่มเติมจากทักษะชีวิต 4 ด้าน เช่น การคิดวิเคราะห์เพื่อประเมินสถานการณ์ การสื่อสาร ความอดทน เป็นต้น ทั้งนี้จะต้องสามารถเชื่อมโยงกับ วิถีชีวิตจริงของเด็กและเยาวชน และสถานการณ์ความเสี่ยงที่มีโอกาสจะเกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชนได้ เช่น การกระทำผิด การใช้สารเสพติด และการขายบริการ เป็นต้น

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

- ชาเรวี ศรีนนท์. 2546. ผลของการฝึกอบรมโดยใช้กลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อพัฒนาความสามารถ ในการป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเทศบาล 4 วัดบางแพรกเหนือ จังหวัดนนทบุรี. สารนิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เพียงเพ็ญ เขี่ยมละออ. 2542. ผลของการให้การปรึกษาแบบกลุ่มต่อการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กและเยาวชนที่กระทำผิดซ้ำ. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการมหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ดวงมณี จงรักษ์. 2550. การปรึกษาแบบกลุ่ม. ปัตตานี: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- ดวงมณี จงรักษ์. 2552. ทฤษฎีการให้การปรึกษาและจิตบำบัดเบื้องต้น. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ ส.ส.ท.

ภาษาอังกฤษ

- Aigen, K. 2005. Music centered music therapy. Barcelona Publisshers. Retrieved from <http://www.barcelonapublishers.com/review-music-centered-music-therapy-kenneth-aigen/>
- Alvarez, A. 2006. Attitudes and Behaviors Related to Filial Responsibility in Latino Youth: Variations by Birth Order, Gender, and Immigration Age. Master Thesis the College of Arts and Sciences Georgia State University.
- Arnason. 2002, (April). "An eclectic approach to the analysis of improvisations in music. therapy sessions". *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(6),1045-1063.
- Bonny, H. L. 1975. "Music and Consciousness". *Journal of Music Therapy*, 12 (3), 121-135.
- Borman, L. D. 1992. Introduction: Self-Help/Mutual aid groups in strategies for health. In *Self-Help: Concepts and applications*, Philadelphia: Charles Press.

- Cathy, M. H. 2004. **The effect of selected classical music and spontaneous imagery on plasma β -Endorphin.** Springer Netherlands. *Music Therapy*, 20(1),85–99.
- Corey, G. 1991. **Theory and practice of counseling and psychotherapy.** New York: MGH.
- Davis, W. B. 1992. **Music therapy theory and practice.** New York: Colorado state university.
- Daytop, N. J. 1999. **Resident Center Mendham.** Daytop. New Jersey: Freedom.
- Felicity, B. 2001. **The effects of live, taped, and no music on people experiencing posttraumatic Amnesia.** Norway: Sogn og Fjordane College Sandane.
- Kim, Y. 2004. **The early beginnings of Nordoff–Robbins music therapy.** Sookmyung Women’s University.
- Kim, S. 2003, (August). **Development of a music group psychotherapy intervention for the primary prevention of adjustment difficulties in Korean adolescent girls.** *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 12(5), 103–107.
- Lindborg, K. A. 1995. **Songs of healing: Songwriting with an abused adolescent.** New York: McGraw–Hill.
- Michael, H. & Thaut, J. 2009. **Neurologic music therapy improves executive function and emotional adjustment in traumatic brain injury rehabilitation.** Retrieved from internet <http://onlinelibrary.wiley.com> DOI: 10.1111/j.1749–6632.2009.04585.
- Minzi, R. 2004. “Adolescent loneliness assessment”. *Journal of Highbeam*, 39(156),1–2. Retrieved from internet <http://www.highbeam.com/doc/1G1–128019440.html>
- Pavlicevic, M. 1994. **Improvisational music therapy and the rehabilitation of persons suffering from chronic schizophrenia.** University of Edinburgh Royal Edinburgh Hospital. *Music Therapy*, 31(2), 86–104.
- Yeh, Y. 2011. “life Skills from Music Education”. *Journal of Parent eSource*, 3(5), 355–360. Retrieved from internet <http://parentesource.com/2011/01/17/life–skills–from–music–education>.
- Walworth, D. D. 2003. **The effect of preferred music genre selection versus preferred song selection on experimentally induced anxiety levels.** The Florida State University and Tallahassee: Memorial Health Care.
- Wilson, S. J., Lipsey, M., & Derzon, J. H. 2003. “The Effects of School–Based Intervention Programs on Aggressive Behavior: A Meta–Analysis”. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 71(1), 136–149
- WHO. 1994. **Life skill education for children and adolescents in schools.** World health organization. Geneva: Switzerland. Retrieved from internet http://whqlibdoc.who.int/hq/1994/WHO_MNH_PSF_93.7A_Rev.2.pdf.