

ผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส
ต่อความสอดคล้องในการมองโลกของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย

The Effects of Neuro-Linguistic Programming on Sense Coherence
of Attempted Suicidal Clients*

จุฑาธิป เหมินทร์**
ดร.อนงค์ วิเศษสุวรรณ***

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อความสอดคล้องในการมองโลกของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย กลุ่มตัวอย่างได้แก่ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดสมุทรปราการจำนวน 12 คน ที่มีคะแนนความสอดคล้องในการมองโลกต่ำกว่า 87 และสมัครใจเข้าร่วมการวิจัยจากนั้น จึงสุ่มอย่างมีระบบแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาโดยใช้ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส 3 เทคนิค เทคนิคการสร้างทรรศนะใหม่ ได้จดจำนึก

แบบองค์รวม เทคนิคสร้างพลังแห่งตน และเทคนิคการวางแผนอนาคต การเก็บรวบรวมข้อมูลใช้แบบสอบถามความสอดคล้องในการมองโลกของแอนโทนีอฟสกี การเก็บข้อมูลแบ่งเป็น 3 ระยะคือระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล จากนั้นนำข้อมูลมาวิเคราะห์ด้วยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่มและวิธีทดสอบรายคู่แบบนิวแมน-คูลส์

ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ.05 ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย

*วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (2547) สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา

**นิสิตระดับมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยบูรพา

***ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประจำภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

กลุ่มทดลองมีคะแนนความสอดคล้องในการมองโลกสูงกว่ากลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายกลุ่มทดลองมีคะแนนความสอดคล้องในการมองโลก ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล สูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

ABSTRACT

The purpose of this research was to study the effects of Neuro-linguistic programming on sense of coherence of attempted suicidal clients. The sample consisted of twelve attempted suicidal clients at a hospital in Samutprakarn, who had the sense of coherence score lower than 87. These clients volunteered to join the research. The samples were divided into two groups by systematic random sampling and were assigned into the experimental group and the control group, with six members each. The experimental group was given three neuro linguistic programming techniques: the Global Unconscious Reframing; the Personal Power Radiator, and the Future Planner. A questionnaire on Sense of Coherence by Antonovsky was used for collecting the data. The data collection procedure was divided into three phases; the pre- test, the post-test and the follow-up. The data were analyzed by repeated-measures analysis of variance— one between-subjects and one within-subject and Newman-Keuls procedure.

The results revealed that the interaction between the methods and the duration of the experiment was found the statistically significant at

.05 level. The participants in the experimental group demonstrated significantly higher than the control group at .05 level on sense of coherence in both the post-test and the follow-up. The experimental group had higher sense of coherence in the post-test and follow-up than the pre-test. No significant difference was found on sense of coherence during the post-test phase and the follow-up phase of the experimental group.

บทนำ

การฆ่าตัวตายเป็นปัญหาที่มีแนวโน้มที่ทวีความรุนแรงเพิ่มมากขึ้นจะเห็นได้จากข่าวหนังสือพิมพ์และสื่อมวลชนทั่วไป ผู้ที่ฆ่าตัวตายนอกจากจะทำร้ายตนเองแล้วบางรายยังทำร้ายครอบครัวด้วย ที่เรียกว่า “ตายทั้งครอบครัว” อัตราการฆ่าตัวตายขององค์การอนามัยโลก ร่วมกับมหาวิทยาลัย Harvard และธนาคารโลกปี 2540 ประมาณว่าแต่ละปีมีคนฆ่าตัวตายถึง 78600 คนจากประชากรโลก 6 พันกว่าล้านคน หรือเฉลี่ย 10.79 ต่อแสนคนหรือเฉลี่ย 1 รายต่อ 40 วินาที (สมชาย จักรพันธ์, 2542, หน้า 48) การฆ่าตัวตายเป็นการสูญเสียทรัพยากรบุคคลอันมีค่าก่อนวัยอันควร เนื่องจากผู้เสียชีวิตจากการฆ่าตัวตายอยู่ในวัยทำงาน (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2544, หน้า 45) การฆ่าตัวตาย เป็นพฤติกรรมบ่งชี้ถึงภาวะวิกฤตของสังคมและเป็นตัวชี้วัดความไม่สงบทางสังคม (Social disorganization) การฆ่าตัวตายทำให้เกิดการสูญเสียทรัพยากร คน เศรษฐกิจ และสังคม โดยเฉพาะ ผลกระทบต่อสุขภาพจิตและคุณภาพชีวิตของครอบครัวและผู้ใกล้ชิด (สมชาย จักรพันธ์, 2542, หน้า 47) การที่บุคคลพยายามฆ่าตัวตายนั้ย่อมมีสาเหตุหรือปัจจัยหลายอย่างประกอบกัน ได้แก่ 1.ปัจจัยทางสังคมเช่น ปัญหาทางเศรษฐกิจ

ปัญหาความรัก ความรู้สึกโดดเดี่ยวและแปลกแยก 2.ปัจจัยทางการแพทย์เช่นภาวะซึมเศร้า การติดเชื้อ และอาการทางจิตร่วมกับความหวาดระแวง 3. ปัจจัยทางจิตใจ ผู้คิดฆ่าตัวตายมักมองตนเองว่าไร้ค่า ไม่มีความสามารถ มองสังคมว่าขาดความเป็นธรรมและไม่ให้อภัยในความผิดพลาดของตน เกิดความรู้สึก ท้อแท้ สิ้นหวัง หรือมีความรู้สึกเจ็บปวดทางจิตใจ ถูกบีบคั้นจากปัญหาจนทนไม่ได้ และมองว่าการตายเป็นทางเลือกที่ดีกว่า หมดสิ้นความหวัง จนต้องหยุดการรับรู้และการตายเปรียบเสมือนการหลีกเลี่ยงความเจ็บปวดที่ไม่ต้องการ (กรมสุขภาพจิต, 2541, หน้า 3-6)

ความสอดคล้องในการมองโลกเป็นคุณลักษณะของบุคคลในการรับรู้โลกตามสภาพความเป็นจริง สามารถเผชิญกับปัญหาและสามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ การพัฒนาความสอดคล้องในการมองโลกนั้นได้รับจากประสบการณ์ชีวิตในวัยเด็กจนถึงวัยผู้ใหญ่ แต่เมื่อบุคคลประสบเหตุการณ์ที่วิกฤตในชีวิต เช่นการพลัดพรากจากผู้รัก หรือการสูญเสียงานที่ทำ บุคคลจะรู้สึกว่าเป็นผู้แพ้ ท้อแท้ หมดหวัง และกำหนดตนเองว่าเป็นผู้ที่ไร้ค่า ไม่สามารถจัดการกับปัญหาของตนเองได้ ความสอดคล้องในการมองโลกของเขาลดต่ำลง (Antonovsky, 1982, p. 127, 1987, p.151) จนอาจทำให้เขาคิดฆ่าตัวตายได้

นอกจากนี้ยังพบว่าผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่าตัวตายในช่วงวิกฤตที่อยู่ในโรงพยาบาล มีความสอดคล้องในการมองโลกต่ำ (Petrie & Brook, 1992, pp. 293-300) และผู้ป่วยฆ่าตัวตายที่มีความสอดคล้องในการมองโลกต่ำ มักแก้ปัญหาโดยมุ่งใช้อารมณ์มากกว่าการใช้เหตุผล ขาดความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น จากเหตุผลดังกล่าว ความสอดคล้องในการมองโลก จึงมีความสำคัญที่จะทำให้บุคคลเข้าใจตนเองและผู้อื่น ความสอดคล้องในการมองโลก

เป็นการรับรู้เหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตว่าเป็นสิ่งที่บุคคลทำความเข้าใจได้ ซึ่งจะทำให้คาดการณ์สิ่งต่างๆที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้ จัดการกับปัญหาต่างๆได้ด้วยตนเอง หรือเลือกใช้แหล่งความช่วยเหลือที่เหมาะสมได้เมื่อต้องการ และเห็นคุณค่าและความหมายของชีวิต ที่สามารถป้องกันพฤติกรรมการฆ่าตัวตายได้ (Edward & Holden, 2001)

การให้คำปรึกษาที่ผู้วิจัยสนใจนำมาเสริมสร้างความสอดคล้องในการมองโลกแก่ผู้พยายามฆ่าตัวตายคือการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสซึ่งเป็นการให้คำปรึกษาโดยให้จิตใต้สำนึกของผู้รับคำปรึกษาวินิจฉัยตนเองของปัญหาคนหาความจริงโดยย้อนรอยเหตุการณ์บางเหตุการณ์ที่ซ่อนอยู่ในจิตใต้สำนึกและแยกผู้รับการปรึกษาออกจากประสบการณ์อันปวดร้าว ให้ประสบการณ์ที่ปวดร้าวเป็นแหล่งที่มีอิทธิพลต่อการบำบัดรักษา และให้จิตใต้สำนึกสำรวจพลังบวกในตนเองช่วยขจัดกลไกการป้องกันตนเองของผู้รับคำปรึกษา การให้คำปรึกษาวิธีนี้ ผู้ให้คำปรึกษาไม่แนะนำแนวทางให้ปฏิบัติ แต่จะให้ผู้รับคำปรึกษาคิดได้เองโดยผ่านจิตใต้สำนึกซึ่งผู้รับคำปรึกษาไม่ต้องอธิบายเรื่องราวก็สามารถบำบัดได้ซึ่งเป็นการเปรียบเทียบเมื่อเทียบกับการให้คำปรึกษาแบบอื่นๆ และประกอบกับในประเทศไทยยังไม่มีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส กับผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย การให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส มีหลายเทคนิค ซึ่งในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือก 3 เทคนิคที่เห็นว่าเหมาะสม คือ เทคนิคการสร้างทฤษฎีใหม่ได้จิตใต้สำนึกแบบองค์รวม เทคนิคสัมพัทธ์แห่งตน และเทคนิคการวางแผนอนาคต ทั้ง 3 วิธีนี้จะสามารถเสริมสร้างความสอดคล้องในการมองโลกซึ่งจะทำให้

ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายมองเห็นความสามารถของตนเอง รู้ว่าตนเองมีคุณค่า และเสริมสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจทำให้มองเห็นว่าชีวิตตนเองมีความหมายมองอนาคต อย่างมีความหวังและรับรู้ศักยภาพของตนเองที่สามารถเผชิญกับเหตุการณ์ต่างๆ ในชีวิตต่อไปอย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสโดยใช้เทคนิคการสร้างทรงธรรมะใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวม เทคนิคคีร์มีพลังแห่งตน และเทคนิคการวางแผนอนาคตมีความสอดคล้องในการมองโลกของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองการให้คำปรึกษาในระยะหลังให้คำปรึกษาและระยะติดตามผล

2. เพื่อเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสโดยใช้เทคนิคการสร้างทรงธรรมะใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวม เทคนิคคีร์มีพลังแห่งตน และเทคนิคการวางแผนอนาคตมีความสอดคล้องในการมองโลกของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายที่ได้รับการให้คำปรึกษาในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

สมมติฐานของการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง

2. ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสโดยใช้เทคนิคการสร้างทรงธรรมะใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวม เทคนิคคีร์มีพลังแห่งตน และเทคนิคการวางแผนอนาคตมีความสอดคล้องในการมองโลกในระยะหลังการทดลองสูงกว่าผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายกลุ่มควบคุม

3. ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสโดยใช้เทคนิคการสร้างทรงธรรมะใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวม เทคนิคคีร์มีพลังแห่งตน และเทคนิคการวางแผนอนาคตมีความสอดคล้องในการมองโลกในระยะติดตามผลสูงกว่าผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายกลุ่มควบคุม

4. ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสโดยใช้เทคนิคการสร้างทรงธรรมะใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวม เทคนิคคีร์มีพลังแห่งตน และเทคนิคการวางแผนอนาคตมีความสอดคล้องในการมองโลกในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

5. ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสโดยใช้เทคนิคการสร้างทรงธรรมะใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวม เทคนิคคีร์มีพลังแห่งตน และเทคนิคการวางแผนอนาคตมีความสอดคล้องในการมองโลกในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

6. ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสโดยใช้เทคนิคการสร้างทรงธรรมะใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวม เทคนิคคีร์มีพลังแห่งตน และเทคนิคการวางแผนอนาคตมีความสอดคล้องในการมองโลกในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากร เป็นผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายที่มาเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลทั้งผู้ป่วยนอกและผู้ป่วยใน โดยมีคุณสมบัติ ดังนี้

1.1 เป็นผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย ที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์

1.2 สามารถอ่าน เขียนภาษาไทยได้ และไม่มีการบกพร่องทางการได้ยิน

1.3 ไม่มีความผิดปกติทางจิตอย่างรุนแรงมาก่อน เช่น โรคจิตเภท และไม่มีประสาทหลอนและหวาดกลัวจากการใช้สารเสพติด

1.4 ไม่จำกัดจำนวนครั้งที่พยายามฆ่าตัวตาย

กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย ที่มารับการรักษาที่โรงพยาบาล ทั้งผู้ป่วยนอก และผู้ป่วยใน ที่มีคะแนนความสอดคล้องในการมองโลกต่ำและสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย โดยการสุ่มอย่างมีระบบ เป็นกลุ่มทดลอง 6 คน และกลุ่มควบคุม 6 คน รวม 12 คน

ตัวแปร

1. ตัวแปรต้น ได้แก่ วิธีการให้คำปรึกษา และระยะเวลาในการทดลองดังนี้

1.1 วิธีการให้คำปรึกษา จำแนกเป็น 2 วิธี ได้แก่

1.1.1 การให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส เทคนิคการสร้างทฤษฎีใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวม เทคนิค รัศมีพลังแห่งตน และเทคนิคการวางแผนอนาคต

1.1.2 วิธีปกติ วิธีการให้คำปรึกษาตามที่โรงพยาบาลจัดให้

1.2 ระยะเวลาในการทดลอง จำแนกเป็น 3 ระยะ ได้แก่ ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผล

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความสอดคล้องในการมองโลก

นิยามศัพท์เฉพาะ

ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส หมายถึง โปรแกรมเฉพาะของความคิดและพฤติกรรมของบุคคลที่เกิดขึ้นจากการรับรู้

ประสบการณ์ต่างๆโดยผ่านระบบประสาทสัมผัสทั้งห้าเข้าสู่กระบวนการป้อนรหัสและให้ความหมายเพื่อแสดงออกมาเป็น วาจาและ อวจาภาษาโดยจิตสำนึกและจิตใต้สำนึก ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยใช้ 3 เทคนิค คือ เทคนิคการสร้างทฤษฎีใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวม เทคนิครัศมีพลังแห่งตน และเทคนิคการวางแผนอนาคต

เทคนิคการสร้างทฤษฎีใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวม หมายถึง การเปลี่ยนแปลงการรับรู้และการให้ความหมายของบุคคลต่อเหตุการณ์ต่างๆ ทางด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม โดยใช้จิตใต้สำนึก

เทคนิครัศมีพลังแห่งตน หมายถึง การให้บุคคลค้นพบความสามารถพิเศษ ความเข้มแข็งและพลังบวกที่อยู่จิตใต้สำนึก เมื่อค้นพบความหมายใหม่ทำให้รู้สึกตนเองมีคุณค่าและมีความหมาย

เทคนิคการวางแผนอนาคต หมายถึง การช่วยให้บุคคลวางแผนอนาคตโดยช่วยให้ค้นพบลักษณะเฉพาะและลักษณะเด่นของบุคคลโดยใช้จิตใต้สำนึกนำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ

วิธีปกติ หมายถึง วิธีการให้คำปรึกษาที่โรงพยาบาลจัดให้ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย

ความสอดคล้องในการมองโลก หมายถึง คุณลักษณะของบุคคลในการรับรู้โลกตามสภาพความเป็นจริงและสามารถเผชิญกับปัญหา และสามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ

1 ความเข้าใจ หมายถึง ความสามารถในการรับรู้สิ่งเร้าที่เราสามารถเข้าใจได้อธิบายได้และคาดการณ์ได้

2 การจัดการ หมายถึง ความสามารถจัดการกับสิ่งเร้าด้วยตนเองและเลือกแหล่งประโยชน์ช่วยเหลือได้อย่างเหมาะสม

3 การเห็นคุณค่าและความหมาย หมายถึง ความสามารถในการทำความเข้าใจ และรับรู้สิ่งเร้ามีความหมายทางกายและคุณค่าในการจัดการ แก้ไขให้สำเร็จ

ตัวแปรต้น

วิธีการให้คำปรึกษา 2 วิธี และ
ระยะเวลาในการทดลอง ดังนี้

- 1.วิธีการให้คำปรึกษา
 - 1.1วิธีการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษา
ประสาทสัมผัส 3 เทคนิค
 - 1.2วิธีปกติ
2. ระยะเวลาในการทดลองมี 3 ระยะ คือ
ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผล

ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย หมายถึง บุคคล
ที่เคยพยายามฆ่าตัวตายและมีประวัติตั้งใจและ
ทำร้ายตนเองให้ถึงแก่ชีวิตด้วยวิธีการต่างๆ
แต่ไม่ประสบผลสำเร็จในการกระทำและมีคะแนน
ความสอดคล้องในการมองโลกต่ำ

ตัวแปรตาม

ความสอดคล้อง
ในการมองโลกของ
ผู้พยายามฆ่าตัวตาย

ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามความสอดคล้องในการมองโลก
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเทคนิคการ
สร้างทรנסเนใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวม
เทคนิคสัมพัทธ์แห่งตน และเทคนิคการวางแผน
อนาคต

วิธีการดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยให้ผู้พยายามฆ่าตัวตายที่เข้ารับ
การรักษาที่โรงพยาบาล ทำแบบสอบถามความ
สอดคล้องในการมองโลกแล้วตรวจให้คะแนน
ตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ และสอบถามความสนใจ
เข้าร่วมงานวิจัยจากคนที่มีความสอดคล้อง
ในการมองโลกต่ำ คือ 29- 87 คะแนน แล้ว
สุ่มตัวอย่างโดยการสุ่มอย่างมีระบบ เป็นกลุ่ม
ทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน เก็บค่า
คะแนนที่ได้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง

ระยะการทดลอง 2 เดือน 15วัน
ผู้วิจัยสนทนากับผู้เข้าร่วมการทดลองเป็นรายบุคคล
เพื่อสัมภาษณ์และทำความเข้าใจในการเข้าร่วม
การวิจัยและชี้แจงขั้นตอนการให้คำปรึกษา

กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษา
ทฤษฎีโปรแกรม ภาษาประสาทสัมผัสทั้งสาม
เทคนิคเป็นรายบุคคล วันละ 1 ครั้งๆ ละ40-60 นาที
ระยะเวลาการให้คำปรึกษาแต่ละเทคนิคห่างกัน
ทุก 2 วัน รวม 3 ครั้ง

กลุ่มควบคุมได้รับการบริการให้คำ
ปรึกษาตามที่โรงพยาบาลจัดให้ตามปกติ

ระยะหลังการทดลอง เวลา 1 สัปดาห์
หลังการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
ตอบแบบวัดความสอดคล้องในการมองโลก

ระยะติดตามผล เวลา 3 สัปดาห์
หลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่าง ทั้งกลุ่มทดลองและ
กลุ่มควบคุมตอบแบบสอบถามความสอดคล้อง
ในการมองโลก ฉบับเดิม

นำข้อมูลทั้งหมดมาตรวจสอบความ
ถูกต้องให้ครบถ้วนเพื่อวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยความสอดคล้องในการมองโลก
ระหว่างวิธีการทดลอง กับระยะเวลาของการทดลอง

Source	df	SS	MS	F
Between subjects	11	13048.75		
Groups	1	5402.25	5402.25	7.0649*
Ss w/in groups	10	7646.50	764.65	
Within subjects	24	22754.00		
Intervals	2	15106.50	1586.08	29.1107*
I×G	2	2458.17	997.53	4.7369*
I×Ss w/in groups	20	5189.33	63.11	
Total	35	35802.75		

$$F_{.05}(1,10) = 4.96, F_{.05}(2,20) = 3.49$$

$$*p < .05$$

ตารางที่ 1 พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ ระหว่างวิธีการทดลอง กับระยะเวลาย่อยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าวิธีการทดลองและระยะเวลา ส่งผลร่วมกันต่อความสอดคล้องในการมองโลก และวิธีการทดลองแต่ละวิธีคะแนนเฉลี่ยความสอดคล้องในการมองโลกระหว่างระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างกัน

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และคะแนนเฉลี่ยความสอดคล้องในการมองโลกของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสทั้ง 3 เทคนิค และกลุ่มที่ได้รับการคำปรึกษาโดยวิธีปกติแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงได้ทดสอบย่อยในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

ตารางที่ 2 ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง

Source	df	SS	MS	F
Between groups	1	4.08	4.08	0.01
Within groups	30	12835.83	427.86	

$$F_{.05}(1,23) = 4.28$$

ปรับค่า df ด้วยวิธีการของ Welch – Satterthwaite (Howell, 1997, p. 470) ได้ค่า df = 23

จากตารางที่ 2 พบว่า ในระยะก่อนการทดลอง คะแนนเฉลี่ยความสอดคล้องในการมองโลกของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสทั้ง 3 เทคนิค และกลุ่มที่ได้รับการคำปรึกษาโดยวิธีปกติ

แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ นั่นคือ คะแนนเฉลี่ยความสอดคล้องในการมองโลกของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสทั้ง 3 เทคนิค และกลุ่มที่ได้รับการคำปรึกษาโดยวิธีปกติไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 3 ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะหลังการทดลอง

Source	df	SS	MS	F
Between groups	1	3675.00	3675.00	8.59*
Within groups	30	12835.83	427.86	

$F_{.05}(1,23) = 4.28$

* $p < .05$

ปรับค่า df ด้วยวิธีการของ Welch – Satterthwaite (Howell, 1997, p. 470) ได้ค่า $df = 23$

จากตารางที่ 3 พบว่า ในระยะหลังการทดลอง คะแนนเฉลี่ยความสอดคล้องในการมองโลกของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสทั้ง 3 เทคนิคและกลุ่มที่ได้รับการคำปรึกษาโดยวิธีปกติแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ที่ระดับ .05 นั่นคือ วิธีการทดลองส่งผลให้ผู้พยายามฆ่าตัวตาย ในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสทั้ง 3 เทคนิค มีคะแนนเฉลี่ยความสอดคล้องในการมองโลกสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการคำปรึกษาโดยวิธีปกติอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ ที่ระดับ .05

ตารางที่ 4 ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะติดตามผล

Source	df	SS	MS	F
Between groups	1	4181.33	4181.33	9.77*
Within groups	30	12835.83	427.86	

$F_{.05}(1,23) = 4.28$

* $p < .05$

ปรับค่า df ด้วยวิธีการของ Welch – Satterthwaite (Howell, 1997, p. 470) ได้ค่า $df = 23$

จากตารางที่ 4 พบว่า ในระยะติดตามผล คะแนนความสอดคล้องในการมองโลกของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย ในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษา

ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสทั้ง 3 เทคนิค และกลุ่มที่ได้รับการคำปรึกษาโดยวิธีปกติแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

วิธีการทดลองการใช้การให้คำปรึกษา
ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสทั้ง 3 เทคนิค
ส่งผลให้ผู้ที่ย้ายมาตัวตาย มีคะแนนเฉลี่ย
ความสอดคล้องในการมองโลกเพิ่มสูงขึ้น คงทน
นานกว่ากลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาโดยวิธีปกติ โดยกลุ่ม

ที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษา
ประสาทสัมผัสทั้ง 3 เทคนิค มีคะแนนเฉลี่ยความ
สอดคล้องในการมองโลกสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการคำ
ปรึกษา โดยวิธีปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
ที่ระดับ .05

ตารางที่ 5 ผลการทดสอบผลย่อยของระยะเวลาของผู้ที่ย้ายมาตัวตายในกลุ่มที่ได้รับการให้
คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสทั้ง 3 เทคนิค

Source	df	SS	MS	F
Between subjects	5	6885.17		
Interval	2	14830.33	7415.17	19.08*
Error	10	3887	388.70	
Total	17	25602.50		

$$F_{.05}(2,10) = 4.10$$

$$*p < .05$$

จากตารางที่ 5 พบว่า คะแนนเฉลี่ย
ความสอดคล้องในการมองโลกของผู้ที่ย้ายมา
ตัวตายในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎี
โปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสทั้ง 3 เทคนิค
ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง

และระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนั้น จึงเปรียบเทียบคะแนน
เฉลี่ยความสอดคล้องในการมองโลก เป็นรายคู่
ด้วยวิธีทดสอบแบบนิวแมน-คูลส์ (Newman-keuls
Method) ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสอดคล้องในการมองโลกเป็นรายคู่ของผู้ที่ย้ายมา
ตัวตายในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสทั้ง 3 เทคนิคใน
ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลด้วยวิธีทดสอบแบบ นิวแมน-คูลส์
(Newman-keuls Method)

$\bar{X}$	ระยะก่อนการทดลอง	ระยะหลังการทดลอง	ระยะติดตามผล
	75.33	130.50	140.67
75.33	-	55.17*	65.33*
130.50		-	10.17
140.67			-
r		2	3
$q_{.95}(r,10)$		3.15	3.88
$q_{.95}(r,10) \sqrt{\frac{MS_{error}}{n}}$		25.35	31.23

$$*p < .05$$

จากตารางที่ 6 พบว่า ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส ทั้ง 3 เทคนิค มีคะแนนเฉลี่ยความสอดคล้องในการมองโลก ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 และคะแนนเฉลี่ยความสอดคล้องในการมองโลกในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคะแนนเฉลี่ยความสอดคล้องในการมองโลกในระยะหลังการทดลองและติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

วิธีการทดลองการใช้การให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส ทั้ง 3 เทคนิค ส่งผลให้ผู้พยายามฆ่าตัวตายในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความสอดคล้องในการมองโลกในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ไม่พบความแตกต่างในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล

สรุปผลการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส โดยเทคนิคการสร้างทฤษฎีใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวม เทคนิควิธีมีพลังแห่งตน และเทคนิคการวางแผนอนาคต มีคะแนนความสอดคล้องในการมองโลกระยะหลังการทดลองและติดตามผลสูงกว่าผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายกลุ่มที่ได้รับคำปรึกษาโดยวิธีปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส โดยเทคนิคการสร้างทฤษฎีใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวม เทคนิควิธีมีพลังแห่งตน และเทคนิคการวางแผนอนาคตมีคะแนนความสอดคล้องในการมองโลกในระยะหลังการทดลองและติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส โดยเทคนิคการสร้างทฤษฎีใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวม เทคนิควิธีมีพลังแห่งตน และเทคนิคการวางแผนอนาคต มีคะแนนความสอดคล้องในการมองโลกในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผล

1. การทดสอบ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 กล่าวคือ วิธีการทดลองและระยะเวลาของการทดลองส่งผลร่วมกันต่อความสอดคล้องในการมองโลก จะเห็นได้ว่าในช่วงก่อนการทดลองทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนความสอดคล้องในการมองโลกไม่แตกต่างกัน เมื่อระยะเวลาผ่านไปในช่วงหลังการทดลอง และในระยะติดตามผล มีคะแนนความสอดคล้องในการมองโลกแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. คะแนนเฉลี่ยความสอดคล้องในการมองโลก ของผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายในกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส โดยใช้เทคนิคการสร้างทฤษฎีใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวม เทคนิควิธีมีพลังแห่งตน และเทคนิคการวางแผนอนาคตในระยะหลังการ

ทดลองและติดตามผลสูงกว่าผู้ที่พยายามฆ่าตัวตาย กลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 และ 3 เนื่องจากการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสทั้ง 3 เทคนิค ดังกล่าว เป็นการให้คำปรึกษาโดยผู้ให้คำปรึกษานำผู้รับการปรึกษาเข้าสู่จิตใต้สำนึก โดยผ่านกระบวนการผ่อนคลาย (Process of Relaxation) เพื่อนำเข้าสู่ภาวะซึ่งเป็นสภาวะที่มีแรงจูงใจที่จะเรียนรู้จากจิตใต้สำนึกโดยวิธีสื่อสารภายในจิตใจ (Erikson cited in O' Connor & Seymour 1993, pp. 113-114) เป็นการสร้างจินตนาการ วางแผน ความคิดฝัน เป็นสภาวะที่ผู้รับคำปรึกษาสำรวจ ค้นพบศักยภาพภายในตน และจินตนาการไปสู่ความสำเร็จ การที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบุคคลได้นั้นต้องทำกับความเชื่อหรือความสามารถ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงความเชื่อมีผลทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงตาม ซึ่งจะเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เร็วที่สุด นอกจากนั้น การให้คำปรึกษาวิธีนี้ยังสามารถขจัดกลไกการป้องกันตนเอง ผู้รับการปรึกษาไม่ต้องอธิบายเรื่องราวก็สามารถรับการบำบัดได้ ผู้รับการปรึกษาเป็นผู้เลือกแนวทางแก้ปัญหาเองโดยจิตใต้สำนึก อีกทั้งเป็นการให้คำปรึกษาที่ประหยัดเงินและเวลา จึงเป็นข้อได้เปรียบกว่าการให้คำปรึกษาโดยวิธีปกติ ซึ่งผลการวิจัยนี้ สอดคล้องกับการศึกษาของนักวิจัยหลายท่าน ที่ได้ศึกษาถึงผลการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการสร้างทฤษฎีใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวม เทคนิคครีมีพลังแห่งตน และเทคนิคการวางแผนอนาคต อะรอกเคม (Arockiam, 1995 cited in Villar, 1997 b, p. 57) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของเทคนิคการสร้างทฤษฎีใหม่ได้จิตสำนึก เทคนิคการสร้างพฤติกรรมใหม่ และเทคนิคการสร้างทฤษฎีใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวมต่อความต้องการเป็นมนุษย์โดยสมบูรณ์ (Self-actualization) ผลการศึกษาพบว่า ทุกเทคนิคมี

ประสิทธิผล แต่ที่ดีที่สุดคือเทคนิคการสร้างทฤษฎีใหม่ได้จิตสำนึกแบบองค์รวม เนื่องจากสามารถลดการพึ่งพา และพฤติกรรมการแยกตัว ความกลัว ความวิตกกังวล ความอาย ความโกรธ ความรู้สึกด้อยและความผิดหวัง อีกทั้งยังสามารถเพิ่ม อารมณ์ขัน ความ รอบคอบ ความรู้สึกทางบวก ความมั่นใจ การมีความหมายในชีวิตและมีความสามารถ รู้จักการปฏิเสธ มีการยอมรับตนเอง และสามารถสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นเพิ่มขึ้น

นอกจากนี้ พันนาทานา (Pannathanath, 1991 cited in Villar, 1997, pp. 75-76) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษาดวยเทคนิคครีมีพลังแห่งตน พบว่ากลุ่มตัวอย่าง สามารถค้นหาเป้าหมายในชีวิต อารมณ์ซึมเศร้าและความต้องการฆ่าตัวตายลดลง มีการพัฒนาความกล้ายืนยันทนเอง มีความคาดหวังในชีวิต ส่วนงานวิจัยของ รัชนีภรณ์ ธนพานิช (2545) ได้มีการทดลองใช้เทคนิควางแผนอนาคต ต่อลักษณะมุ่งอนาคต พบว่าเยาวชนที่ได้รับการให้คำปรึกษาดวยเทคนิควางแผนอนาคต มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่า กลุ่มควบคุม ทั้ง ในระยะหลังการทดลองและติดตามผล

3. ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสทั้ง 3 เทคนิค หลังให้คำปรึกษามีคะแนนความสอดคล้องในการมองโลกในระยะหลังการทดลองและติดตามผล สูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 และ 5 ทั้งนี้เนื่องจากผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายเมื่อประสบกับเหตุการณ์ที่วิกฤตในชีวิตจากการสูญเสีย ไม่สามารถจัดการกับปัญหารู้สึกว่าตนเองไร้ค่า และไม่มีความหมาย ท้อแท้และหมดหวังในชีวิต ล้วนเป็นลักษณะของบุคคลที่มีความสอดคล้องในการมองโลกต่ำ (Antonovsky, 1982, p. 127, 1987, p. 151) เมื่อได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส

โดยเริ่มจากเทคนิคทรงสนะใหม่ได้จัดสำนึกแบบองค์รวม ซึ่งเป็นเทคนิคที่ทำให้ผู้รับคำปรึกษาได้เข้าสู่ภาวะเพื่อขยายการรับรู้ ปรับแก้ความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมเดิมจากข้อจำกัดของบุคคล และกระบวนการขยายผล ลบออกและบิดเบือนไปจากความจริง และมองประสบการณ์เดิมในแง่มุมใหม่ ให้ความหมายใหม่ คนพบพลังบวกที่สร้างสรรค์ในตนเอง ทำให้เกิดความตระหนักและเชื่อมั่นตนเอง สามารถหาทางเลือกที่เหมาะสมกับตนเองในการแก้ปัญหาได้และจิตใต้สำนึกจะให้อำนาจกับการเกิดพฤติกรรมและมีพลังในการกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมทางบวกที่ถาวร ส่วนเทคนิคพลังแห่งตนทำให้ผู้รับคำปรึกษาค้นพบพลังบวกความเข้มแข็งความสามารถที่ตนเองไม่ได้ตระหนักทำให้รู้ว่าตนเองมีศักยภาพ รู้สึกว่าชีวิตของตนเองมีความหมาย ซึ่งทำให้เกิดความภาคภูมิใจที่จะมีชีวิตอยู่ต่อไป และเทคนิควางแผนอนาคตเป็นเทคนิคที่นำบุคคลลักษณะเด่นส่วนบุคคล ค่านิยม ความถนัด สภาพความต้องการและปรารถนา สภาพสิ่งแวดล้อมต่างๆ นำมาประกอบการวางแผนอนาคตของตนเองซึ่งทำให้มองเห็นอนาคตของตนเองว่าจะทำอย่างไรและจินตนาการขั้นตอนการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ตนเองกำหนด ซึ่งนำมาสู่ความสำเร็จ

จากเหตุผลดังกล่าว จึงทำให้ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส ทั้ง 3 เทคนิค มีความสอดคล้องในการมองโลก ในระยะหลังการทดลอง และติดตามผล สูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างเห็นได้ชัด กล่าวคือเทคนิคการสร้างทรงสนะใหม่ได้จัดสำนึกแบบองค์รวม จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดการเปลี่ยนแปลงการรับรู้และการให้ความหมายของบุคคลต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ทางด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม

โดยใช้จิตใต้สำนึก ต่อมาเมื่อเข้าสู่เทคนิคกรรมพลังแห่งตน ผู้รับคำปรึกษาจะเกิดการค้นพบความสามารถพิเศษ ความเข้มแข็งและพลังบวกที่อยู่จิตใต้สำนึก เมื่อค้นพบความหมายใหม่จะทำให้รู้สึกว่าคุณค่าตนเองมีคุณค่า และมีความหมายเพิ่มขึ้น และสุดท้ายเมื่อเข้าสู่เทคนิคการวางแผนอนาคต ผู้รับคำปรึกษาจะสามารถค้นพบลักษณะเฉพาะ และลักษณะเด่นของตนเอง โดยใช้จิตใต้สำนึกนำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ เป็นผลที่ทำให้เกิดความสอดคล้องในการมองโลกที่ต่อเนื่องและยั่งยืน เพราะถึงแม้ว่าระยะ 3 สัปดาห์จะแนบความสอดคล้องในการมองโลกก็ไม่แตกต่างจากช่วงระยะหลังการทดลอง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 6

ข้อเสนอแนะ

ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส ทั้ง 3 เทคนิคส่งผลต่อความสอดคล้องในการมองโลกเป็นอีกทางเลือกหนึ่งในการให้การปรึกษาที่ใช้เวลาน้อย และได้ผลดี ผู้รับการปรึกษาไม่ต้องกล่าวถึงเรื่องราวของตน

เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2541). การฆ่าตัวตาย: การสอบสวนสาเหตุและการป้องกันโรค. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข
- _____. (2544). สุขภาพจิตไทย พ.ศ. 2543–2544. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข
- จุฑามาศ แหนจอ. (2544). ผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อคุณค่าแห่งตนของเยาวชนคดียาเสพติดในชุมชนบูรพา. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ชูชื่น ชีวพูนผล. (2541). อิทธิพลของภาวะสุขภาพของผู้ป่วย ความเข้มแข็งในการมองโลกของญาติผู้ดูแลและความรู้สึกเป็นภาระในการดูแล ต่อการปรับตัวของญาติผู้ดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะลุกลาม. วิทยานิพนธ์ดุสิตบัณฑิต, สาขาพยาบาลศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ธัญญารณ ธนพานิช. (2545). ผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อลักษณะบุคลิกภาพของเยาวชนในสถานพินิจคุ้มครองเด็กและเยาวชน. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- พวงทอง อินใจ. (2544). ผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อคุณค่าแห่งตนของนิสิตคณะพยาบาล มหาวิทยาลัยบูรพา. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- วิชุดา บำรุงยศ. (2544). ผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตายของผู้ป่วยเอดส์. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- สมชาย จักรพันธ์, ม.ร.ว. (2542). “ความรุนแรงในสังคม: ทางออกอยู่ที่ไหน”. ใน รายงานการประชุมวิชาการ สุขภาพจิต ปี 2542 (หน้า 47–51). สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- สมพร สุทัศนีย์, ม.ร.ว. (2545). การพัฒนาแบบทดสอบความสอดคล้องในการมองโลกสำหรับวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี. ชลบุรี: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- อัจฉรา ภักดีพินิจ. (2545). ผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อคุณค่าแห่งตนของเด็กที่ถูกทารุณกรรมทางเพศ. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- Antonovsky, A. (1982). *Health stress and coping*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- _____. (1987) *Unrevealing the mystery of health: How people manage stress and stay well*. San Francisco: Jossey-Bass.

- Edwards, M.J., & Holden, R.R. (2001). Coping meaning in life and suicidal manifestations: Examining gender differences. **Journal of Clinical Psychology**. [on – line], 18, 1517-1534. Abstract from: Medline Identifier 21611446.
- Howell, D.C. (1997). **Statistical methods for psychology** (4th ed). USA: Wadsworth.
- O' Connor, J., & Seymour, J. (1993). **Introducing Neuro-Linguistic Programming** (2nd ed.). San Francisco, CA: Aquarian.
- Petrie, K., & Brook, R. (1992). Sense of coherence, self-esteem, depression and hopelessness as correlates of reattempting suicide. **Journal of Clinical Psychology**, 3, 293-300.
- Villar, I. V. G. (1997a). **Hope through the NLP magic**. Philippines: Peimon Press.
- _____. (1997b). **The unconscious mind: Our creative consultant**. Philippines: Peimon Press.
- Winer, J. B., Brown, R.D., & Michels, M.K. (1991). Statistical principles in experimental design (3rd ed.) USA: Mc Graw-Hill.