

ความสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงามภายหลังเผชิญ  
เหตุการณ์สะเทือนใจ ในผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา



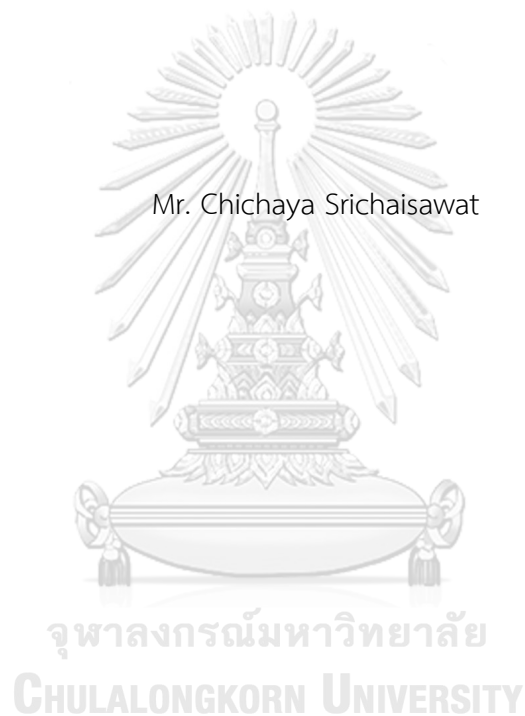
บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)  
เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR)  
are the thesis authors' files submitted through the University Graduate School.

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาจิตวิทยา  
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ปีการศึกษา 2560  
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

RELATIONSHIPS AMONG PERSONALITY, WORKING ALLIANCE, AND POSTTRAUMATIC  
GROWTH AMONG INDIVIDUALS WITH COUNSELING SERVICE EXPERIENCES

Mr. Chichaya Srichaisawat



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Arts Program in Psychology

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic Year 2017

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ความสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในการ  
ปรึกษา และความมั่งงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์  
สะเทือนใจ ในผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิง  
จิตวิทยา

โดย

นายชัชชยะ ศรีชัยสวัสดิ์

สาขาวิชา

จิตวิทยา

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

รองศาสตราจารย์ ดร. อรัญญา ต๋วยคำภีร์

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของ  
การศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบริหารธุรกิจ

..... คณบดีคณะจิตวิทยา  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พรรณระพี สุทธิวรณ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ณัฐสุดา เต็มพันธ์)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก  
(รองศาสตราจารย์ ดร. อรัญญา ต๋วยคำภีร์)

..... กรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ)

..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เก็จกนก เอื้อวงศ์)

ชัชชยะ ศรีชัยสวัสดิ์ : ความสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในการปรึกษา และ ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ในผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (RELATIONSHIPS AMONG PERSONALITY, WORKING ALLIANCE, AND POSTTRAUMATIC GROWTH AMONG INDIVIDUALS WITH COUNSELING SERVICE EXPERIENCES) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รศ. ดร. อรัญญา ต้อยคำภีร์, 90 หน้า.

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จำนวน 132 คน อายุเฉลี่ยเท่ากับ  $23.77 \pm 5.72$  ปี เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) มาตรวัดบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ 2) มาตรวัดสัมพันธภาพในการปรึกษา ฉบับย่อ: สำหรับผู้รับบริการ และ 3) มาตรวัดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจภาษาไทย ฉบับย่อ วิเคราะห์ข้อมูลโดยค่าสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน และการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ ผลการวิจัยพบว่า บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ มีค่าสหสัมพันธ์ทางลบกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.42, p < .01$ ) ในขณะที่ บุคลิกภาพแบบเปิดเผย บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก และสัมพันธภาพในการปรึกษา มีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .44, .22, .39$  และ  $.26$  ตามลำดับ,  $p < .01$ ) ส่วนบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ มีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .19, p < .05$ ) นอกจากนี้ บุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (ได้แก่ แบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย แบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ แบบคล้อยตาม และแบบมีจิตสำนึก) และสัมพันธภาพในการปรึกษา สามารถร่วมกันทำนายความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และอธิบายความแปรปรวนของความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจร้อยละ 36 ( $R^2 = .36, p < .01$ ) โดยบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์มีน้ำหนักในการทำนายสูงที่สุด ( $\beta = -.32, p < .01$ ) ส่วนบุคลิกภาพแบบเปิดเผยและสัมพันธภาพในการปรึกษา มีน้ำหนักในการทำนายลำดับรองลงมา ( $\beta = .27$  และ  $.23$  ตามลำดับ,  $p < .01$ ) ในขณะที่บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึกมีน้ำหนักในการทำนายต่ำที่สุด ( $\beta = .17, p < .05$ )

สาขาวิชา จิตวิทยา

ลายมือชื่อนิสิต .....

ปีการศึกษา 2560

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก .....

# # 5877605638 : MAJOR PSYCHOLOGY

KEYWORDS: BIG FIVE PERSONALITY / WORKING ALLIANCE / POSTTRAUMATIC GROWTH

This study aimed to examine the relationship among personality, working alliance, and posttraumatic growth. Participants were 132 individuals with counseling service experiences. Their mean age was  $23.77 \pm 5.72$  years old. Research instruments were Big Five Inventory, Working Alliance Inventory - Short Form: Client Version, and the Posttraumatic Growth Inventory - Short Form. Pearson's product-moment correlation coefficient and multiple regression analysis were used to analyse the data. Findings revealed that neuroticism was significantly and negatively correlated with posttraumatic growth ( $r = -.42, p < .01$ ). Extraversion, agreeableness, conscientiousness, and working alliance were significantly and positively correlated with posttraumatic growth ( $r = .44, .22, .39$  and  $.26$  respectively,  $p < .01$ ). Openness to experience was significantly and positively correlated with posttraumatic growth ( $r = .19, p < .05$ ). Further, five-factor personality (including neuroticism, extraversion, openness to experience, agreeableness, and conscientiousness) and working alliance significantly predicted posttraumatic growth and accounted for 36 percent of the total variance ( $R^2 = .36, p < .01$ ). Neuroticism was the most significant predictor of posttraumatic growth ( $\beta = -.32, p < .01$ ). Extraversion and working alliance were also significant predictors of posttraumatic growth ( $\beta = .27$  and  $.23$  respectively,  $p < .01$ ). While conscientiousness was the least significant predictor of posttraumatic growth ( $\beta = .17, p < .05$ ).

Field of Study: Psychology

Academic Year: 2017

Student's Signature .....

Advisor's Signature .....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลงได้อย่างสมบูรณ์ด้วยการสนับสนุนจาก รองศาสตราจารย์ ดร. อรัญญา ต้อยคำภีร์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ที่ดูแลเอาใจใส่ผู้วิจัยเป็นอย่างดีตลอดช่วงเวลา การทำวิทยานิพนธ์ และขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ณ์ัฐสุดา เต้พันธ์ ผู้ช่วย ศาสตราจารย์ ดร. กุลยา พิสิษฐ์สังฆการ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เก็จกนก เอื้อวงศ์ คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่ได้ให้ข้อเสนอแนะเพื่อให้งานวิจัยมีความครบถ้วนสมบูรณ์

ขอขอบคุณผู้เข้าร่วมการวิจัยทุกท่านที่เห็นคุณค่าในงานวิจัย และได้สละเวลาในการ ตอบแบบสอบถาม

ขอขอบคุณพี่น้องนักจิตวิทยาการปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชีรวรรณ ชีระพงษ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ จันทรเพ็ญ แสงอรุณ อาจารย์ ดร. ครรชิต แสนอุบล อาจารย์ ดร. พีรเทพ รุ่ง คุณากร อาจารย์ ดร. ดลดาว ปุณณานนท์ อาจารย์ ดร. จิระสุข สุขสวัสดิ์ อาจารย์ทริรักษ์ แก้วกับ ทอง อาจารย์รัชนีย์ พลพิบูลย์ ดร. สุวุดิ วงศ์ทางสวัสดิ์ คุณสพรัฐ เจตมโนรมย์ คุณสัมพันธ์ชาย โมสิกรัตน์ คุณสมภาพ แจ่มจันทร์ คุณทศพิช รุจิระศักดิ์ คุณสิรัช สุขเมธกุล คุณศุภณัฐ ศรีอุทัยสุข คุณจวีรัตน์ นิลจันทิก คุณปานชนก เวียงนาค คุณศนิ พงษ์สุระนันท์ คุณเอื้อจิต พูนพิช คุณบุญ จิรา ชลธารานที คุณสุธาสิณี เขาวาน์เลิศเสรี คุณพัทธ์ธาดา ยาประเสริฐ และคุณสุพรรณษา แสนสีแก้ว ซึ่งเป็นผู้แนะนำกลุ่มตัวอย่างให้กับผู้วิจัย และเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้งานวิจัยสำเร็จจุล่ง

ขอขอบคุณนิสิตระดับปริญญาโทและเอก จิตวิทยาการปรึกษารุ่น 31 ศิษย์พี่และศิษย์ น้องจิตวิทยาการปรึกษา ศิษย์น้องจิตวิทยาระดับปริญญาตรี รวมถึงผู้ที่มีส่วนร่วมในการวิจัยทุก ท่านที่มีได้เอ่ยนาม

ขอขอบคุณโครงการทุนวิจัยมหาบัณฑิต สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) ด้านมนุษยศาสตร์ - สังคมศาสตร์ ประจำปีงบประมาณ 2561 และคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหา วิทยาลัย ที่ได้ให้ทุนสนับสนุนการทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้

ท้ายที่สุด ขอกราบขอบพระคุณคุณแม่สุมาลี ศรีชัยสวัสดิ์ มารดาของผู้วิจัย ที่ได้ สนับสนุนและให้กำลังใจตลอดเวลาที่ศึกษา และขอขอบคุณคุณพูลทรัพย์ อารีกิจ กำลังใจ ส่วนตัวของผู้วิจัย ที่คอยให้คำแนะนำและให้ความรู้สึกมั่นใจ ในช่วงเวลาที่ยากลำบากของการ ทำงานวิจัย

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ .....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย .....	4
สมมติฐานการวิจัย .....	5
ขอบเขตของการวิจัย.....	6
คำจำกัดความที่ใช้ในงานวิจัย.....	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	8
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	9
1. บุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (Five-factor personality).....	9
2. สัมพันธภาพในการปรึกษา (Working alliance) .....	18
3. ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ (Posttraumatic growth).....	21
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	29
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย .....	34
กลุ่มตัวอย่างและพื้นที่ในการศึกษา .....	34
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	35
วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล .....	41

การวิเคราะห์ข้อมูล .....	42
การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง .....	43
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	44
ส่วนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง .....	44
ส่วนที่ 2 ข้อมูลพื้นฐานทางสถิติของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย .....	45
ส่วนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย.....	46
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	53
สรุปผลการวิจัย.....	53
การอภิปรายผล .....	53
ข้อจำกัดของการศึกษาวิจัย .....	60
ข้อเสนอแนะ .....	60
รายการอ้างอิง .....	63
ภาคผนวก.....	69
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์ .....	90



สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1	องค์ประกอบย่อยของบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์..... 14
2	องค์ประกอบย่อยของบุคลิกภาพแบบเปิดเผย..... 15
3	องค์ประกอบย่อยของบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่..... 16
4	องค์ประกอบย่อยของบุคลิกภาพแบบคล้อยตาม..... 17
5	องค์ประกอบย่อยของบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก..... 18
6	คุณภาพข้อคำถามรายข้อและรายด้านของมาตรวัด (ทั้งฉบับ $\alpha = .88$ )..... 38
7	ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง (N = 132)..... 44
8	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด-สูงสุด และค่าคะแนนที่เป็นไปได้ของ ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย..... 46
9	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างตัวแปรต่างๆ..... 48
10	ค่าภาวะร่วมเส้นตรงในการทำนายความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์ สะเทือนใจ..... 50
11	การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณของตัวแปรที่ทำนายความงอกงามภายหลังเผชิญ เหตุการณ์สะเทือนใจ..... 51

## สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	5
2	กระบวนการเกิดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ.....	26
3	ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพ สัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงาม ภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ.....	49



## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัญหาสุขภาพจิตที่พบเจอ นอกจากความเครียด ความวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าแล้ว ยังรวมถึงการประสบเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความสะเทือนใจ เป็นบาดแผลทางจิตใจที่เพิ่มมากขึ้นทุกวัน ไม่ว่าจะเป็นการสูญเสียที่เกิดขึ้นจริง เช่น การสูญเสียเพื่อนหรือคนสำคัญในชีวิต การเผชิญกับโรคร้าย การตกอยู่ในสถานการณ์ที่เลวร้าย การประสบภัยธรรมชาติหรืออุบัติเหตุร้ายแรง เป็นต้น นอกจากนี้สังคมไทยในปัจจุบันยังมีการสูญเสียที่เป็นบาดแผลทางจิตใจจากการรับรู้แบบซ้ำๆ ต่อเนื่องจากสื่อข่าวบนโลกอินเทอร์เน็ต ดังที่จะเห็นการเผยแพร่ภาพข่าวร้าย การสูญเสีย การพลัดพราก เหตุการณ์ความไม่สงบ หรือการก่อการร้าย เป็นต้น เหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความสะเทือนใจ หรือเหตุการณ์ที่สร้างบาดแผลทางจิตใจ (Trauma) ไม่ว่าจะเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้คนโดยตรง หรือทางอ้อมผ่านสื่อบนอินเทอร์เน็ตนี้ จะกลายมาเป็นตัวกระตุ้นอารมณ์และความรู้สึกทางลบ ไม่ว่าจะเป็ความรู้สึกสิ้นหวัง ความรู้สึกหดหู่ ความกังวล ความทุกข์ใจ ความละอายใจ และความโกรธที่มีต่อเหตุการณ์สะเทือนใจเหล่านี้ นอกจากนี้จะเป็นตัวกระตุ้นอารมณ์ทางลบแล้ว เหตุการณ์ดังกล่าวอาจทำให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงความคิดที่มีเกี่ยวกับตนเอง เปลี่ยนแปลงความเข้าใจในปรัชญาชีวิต และอาจเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพที่มีกับผู้นรอบข้าง ซึ่ง Tedeschi และ Calhoun (2004) ระบุประสบการณ์ที่บุคคลมีกระบวนการทางจิตวิทยาในการปรับตัวกับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความสะเทือนใจ และทำให้บุคคลเกิดความเปลี่ยนแปลงทางบวกนี้ว่า ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ (Posttraumatic growth)

ในยุคแรกของการศึกษาเรื่องความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ นักจิตวิทยา เช่น Aaron (1994 อ้างถึงใน กัญญาณาด สุวรรณชาติศรี, 2554) ระบุว่า ความงอกงามนี้ประกอบไปด้วยมิติต่างๆ เช่น มิติแรก เป็นความสามารถในการปรับตัวเชิงบวกของบุคคลที่นำไปสู่การพัฒนาตนเอง และสร้างภูมิคุ้มกันในการรับมือกับเหตุการณ์เครียดที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต มิติต่อมา ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจทำให้บุคคลมองเห็นคุณค่า และสร้างสัมพันธภาพที่มีกับผู้อื่นได้อย่างมั่นคงเข้มแข็งมากขึ้น และสุดท้าย ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจมักจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงแนวทางการจัดลำดับความสำคัญของเป้าหมายชีวิต และปรัชญาในการดำเนินชีวิต ในช่วงเวลาเดียวกัน นักจิตวิทยาอีกกลุ่ม เช่น Tedeschi และ Calhoun (1996) ได้แบ่งองค์ประกอบของความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ไว้ทั้งหมด 5 ด้าน ได้แก่ การมี

สัมพันธ์กับผู้อื่น (Relating to others) การค้นพบโอกาสใหม่ๆ (New possibilities) การค้นพบความเข้มแข็งในตนเอง (Personal strength) การชื่นชมยินดีในชีวิต (Appreciation of life) และการเปลี่ยนแปลงทางจิตวิญญาณ (Spiritual change) ซึ่งองค์ประกอบแต่ละด้านต่างมีความสัมพันธ์กับคุณลักษณะของบุคคลแตกต่างกันไป เช่น อายุ สังคม และสภาพจิตใจ เป็นต้น (Meyerson, Grant, Carter และ Kilmer, 2011) เมื่อเปรียบเทียบกลุ่มคนที่มีคุณลักษณะพื้นฐานที่แตกต่างกัน ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจที่เกิดขึ้นอาจมีองค์ประกอบที่แตกต่างเช่นเดียวกัน และจากการศึกษาความงอกงามดังกล่าวในบุคลากรสาธารณสุขชาวไทยในสามจังหวัดชายแดนใต้ พบองค์ประกอบของความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจทั้งหมด 5 ด้านเช่นเดียวกันกับข้อมูลเชิงประจักษ์ (อิทธิพล สูงแข็ง และณัฐวุฒิ อรินทร์, 2557)

การศึกษาวิจัยที่ผ่านมา ได้ระบุถึงมิติต่างๆ ของความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจในบุคคลที่มีเชื้อชาติและวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน ตัวอย่างเช่น การศึกษาผู้ที่เคยป่วยเป็นโรคมะเร็งขาจีน (Ho, Chan และ Ho, 2004) และนักศึกษามหาวิทยาลัยชาวญี่ปุ่น (Taku และคณะ, 2007) ที่พบองค์ประกอบของความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ 4 ด้าน ส่วนการศึกษาผู้ลี้ภัยชาวบอสเนีย (Powell, Rosner, Butollo, Tedeschi และ Calhoun, 2003) และผู้อพยพชาวละตินที่อาศัยอยู่ในประเทศสหรัฐอเมริกา (Weiss และ Berger, 2006) พบองค์ประกอบของความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจทั้งหมด 3 ด้าน ดังนั้น ความแตกต่างในคุณลักษณะพื้นฐานของบุคคล เช่น ลักษณะบุคลิกภาพ อาจส่งผลให้ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจที่เกิดขึ้นมีความแตกต่างกันตามไปด้วย อย่างไรก็ตาม การศึกษาความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจในประเทศไทยยังไม่แพร่หลายมากนัก ตัวอย่างการศึกษาเช่น ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจในผู้รอดชีวิตจากสถานการณ์ความไม่สงบในสามจังหวัดชายแดนใต้ (กัญญาณาด สุวรรณชาติ, 2554) ในทหารผ่านศึกนอกประจำการ (เอกธิดา ดวงอุไร, 2558) และในผู้ป่วยที่สิ้นสุดกระบวนการรักษามะเร็งเต้านม (ทศพร ประไพทอง, 2558) เป็นต้น

ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ สามารถเกิดขึ้นได้กับบุคคลทุกเพศทุกวัยที่เคยประสบกับเหตุการณ์เครียดในชีวิต อย่างไรก็ตาม ความงอกงามจะไม่เกิดขึ้นตามอัตโนมัติเมื่อเวลาผ่านไป อาจจะต้องอาศัยปัจจัยบางประการที่ส่งผลให้เกิดภาวะนี้ขึ้น ไม่ว่าจะเป็นปัจจัยภายในตัวบุคคล เช่น ลักษณะบุคลิกภาพ หรือวิธีการจัดการกับปัญหาตามประสบการณ์ของบุคคล เป็นต้น และปัจจัยภายนอก เช่น การได้รับความช่วยเหลือจากคนรอบข้าง เป็นต้น (Taku และคณะ, 2007) รวมถึงการเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ก็อาจเป็นปัจจัยภายนอกอีกประการหนึ่งที่จะช่วยให้บุคคลเกิดความงอกงามได้เช่นเดียวกัน การศึกษาของ Goodman, Sewell และ Jampol (1984)

พบว่า บุคคลที่เผชิญกับเหตุการณ์เครียดในชีวิตที่ส่งผลกระทบต่อจิตใจของบุคคลเป็นอย่างมาก จะมีแนวโน้มในการแสวงหาความช่วยเหลือเพื่อพยายามต่อสู้กับความเครียดในชีวิตของตนเอง ซึ่งการแสวงหาความช่วยเหลือนั้นสามารถแสวงหาได้จากทั้งบุคคลใกล้ตัวของตนเอง เช่น เพื่อน หรือ ครอบครัว เป็นต้น ในขณะที่เดียวกันบุคคลก็สามารถแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญได้ เช่นเดียวกัน เช่น การเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เป็นต้น ถึงแม้ว่าการแสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญจะมีจำนวนน้อยกว่าการแสวงหาความช่วยเหลือจากบุคคลใกล้ตัว (Tinsley, de St. Aubin และ Brown, 1982) แต่ผู้รับบริการที่แสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญส่วนใหญ่พึงพอใจกับผลลัพธ์ที่ได้จากการรับบริการ และเกิดการเข้าใจตนเองมากขึ้น (Hill, 1969) ดังนั้น ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจจึงเป็นผลลัพธ์ที่อาจจะได้รับ จากการเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของบุคคลที่ประสบกับความเครียดในชีวิต

ข้อมูลจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง พบว่า ผลลัพธ์ของการเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยามีปัจจัยที่เกี่ยวข้องหลายประการ โดยปัจจัยที่มีความสำคัญอย่างมาก ได้แก่ สัมพันธภาพในการปรึกษา (Working alliance) ซึ่งสัมพันธภาพในการปรึกษามีความสัมพันธ์กับผลลัพธ์ของการเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในระดับปานกลาง และความสัมพันธ์ของทั้งสองตัวแปรมีความคงที่โดยไม่คำนึงถึงปัจจัยอื่นๆ ที่ส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์นี้ เช่น วิธีการประเมินผลลัพธ์ของการเข้ารับบริการ วิธีการประเมินสัมพันธภาพในการปรึกษา ช่วงเวลาที่ประเมินสัมพันธภาพในการปรึกษา (Martin, Garske และ Davis, 2000) รูปแบบ และระยะเวลาในการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Horvath และ Symonds, 1991) นอกจากนี้ สัมพันธภาพในการปรึกษายังสามารถพยากรณ์ผลลัพธ์ของการเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้ (Horvath และ Symonds, 1991; Priebe และ McCabe, 2006) โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าเป็นการรับรู้สัมพันธภาพในมุมมองของผู้รับบริการ

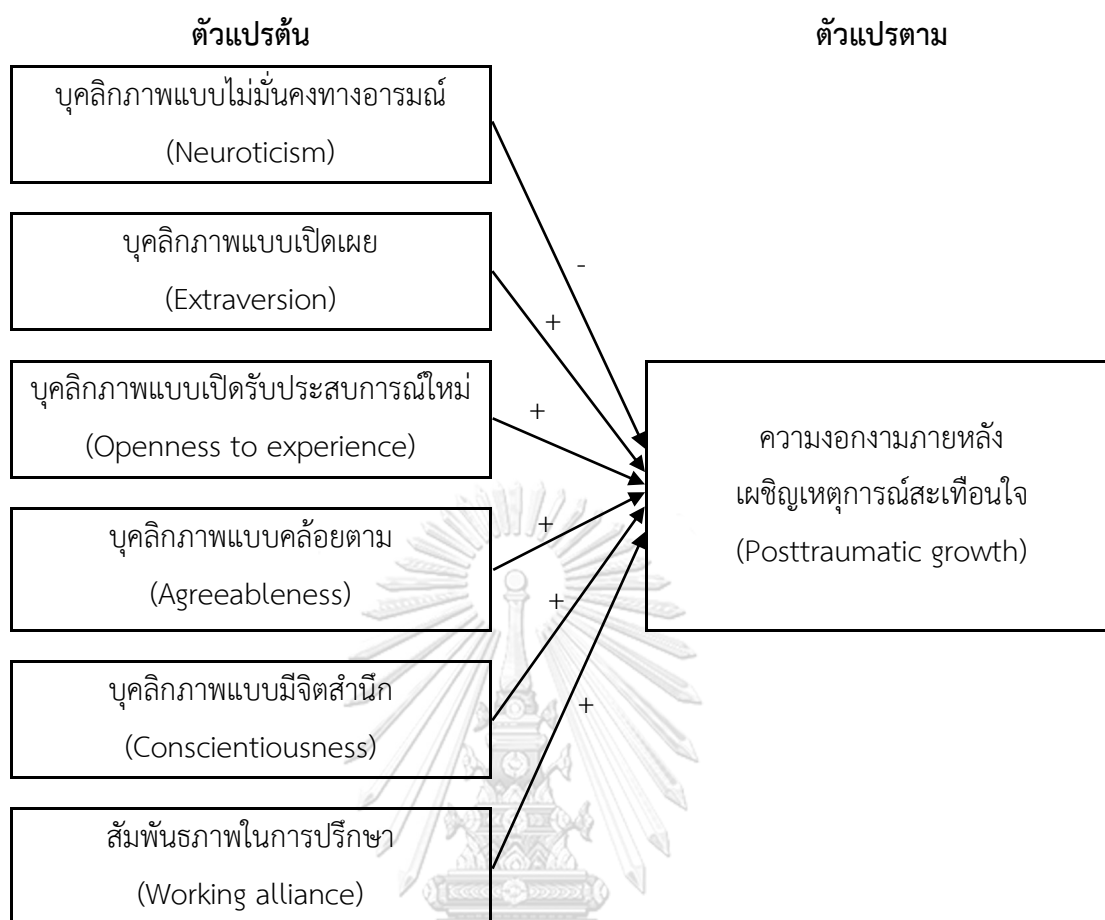
นอกจากนี้ การศึกษาของ Tedeschi และ Calhoun (1996, 2004) การศึกษาของ Shakespeare-Finch, Gow และ Smith (2005) การศึกษาของ Garnefski, Kraaij, Schroevers และ Somsen (2008) และการศึกษาของ Karanci และคณะ (2012) พบว่า บุคลิกภาพที่แตกต่างกัน มีความสัมพันธ์กับกระบวนการเกิดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจที่แตกต่างกัน ดังเช่นการศึกษาของ Tedeschi และ Calhoun (2004) ที่ระบุว่า บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบเปิดเผย (Extraversion) และบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ (Openness to experience) จะมีระดับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจเพิ่มมากขึ้น โดยขนาดความสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง ทำนองเดียวกัน การศึกษาของ Garnefski และคณะ (2008) รายงานว่า บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ (Neuroticism) จะมีระดับความงอกงามภายหลังเผชิญ

เหตุการณ์สะเทือนใจลดน้อยลง ในขณะที่บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบเปิดเผย (Extraversion) และบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก (Conscientiousness) จะมีระดับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจเพิ่มมากขึ้น กล่าวโดยสรุปจากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า บุคลิกภาพมีความสัมพันธ์กับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

ข้อมูลจากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมา ผู้วิจัยยังไม่พบว่ามีการศึกษาวิจัยเชิงประจักษ์เรื่องความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ในบุคคลที่แสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญโดยการเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (ได้แก่ แบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย แบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ แบบคล้อยตาม และแบบมีจิตสำนึก) สัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ในผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เพื่อจะได้มีความรู้ความเข้าใจในความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรดังกล่าว และสามารถนำองค์ความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาต่อไปในอนาคต

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (ได้แก่ แบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย แบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ แบบคล้อยตาม และแบบมีจิตสำนึก) สัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ในผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

#### สมมติฐานการวิจัย

1. บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ มีสหสัมพันธ์ทางลบกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ
2. บุคลิกภาพแบบเปิดเผย มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ
3. บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ
4. บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

5. บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์ สะท้อนใจ

6. สัมพันธภาพในการปรึกษา มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์ สะท้อนใจ

7. บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย แบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ แบบ คล้อยตาม แบบมีจิตสำนึก และสัมพันธภาพในการปรึกษา สามารถร่วมกันทำนายความงอกงาม ภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะท้อนใจ ในผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้

### ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย โดยมุ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบห้า องค์ประกอบ (ได้แก่ แบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย แบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ แบบ คล้อยตาม และแบบมีจิตสำนึก) สัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงามภายหลังเผชิญ เหตุการณ์สะท้อนใจ ในผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยมีขอบเขตของการวิจัย ดังต่อไปนี้

1. กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จำนวน 132 คน
2. ตัวแปรที่ศึกษา คือ

ตัวแปรอิสระ มี 6 ตัวแปร ได้แก่ บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ บุคลิกภาพแบบ เปิดเผย บุคลิกภาพเปิดรับประสบการณ์ใหม่ บุคลิกภาพแบบแบบคล้อยตาม บุคลิกภาพแบบมี จิตสำนึก และสัมพันธภาพในการปรึกษา

ตัวแปรตาม มี 1 ตัวแปร ได้แก่ ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะท้อนใจ

### คำจำกัดความที่ใช้ในงานวิจัย

บุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (Five-factor personality) หมายถึง บุคลิกภาพที่เป็น องค์ประกอบภายในของบุคคลที่มีลักษณะเฉพาะตัว มีความคงทน ซึ่งครอบคลุมแบบแผนการคิด อารมณ์ และพฤติกรรมของบุคคล พัฒนาขึ้นตามทฤษฎีบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (Five-factor theory) ของ McCrae และ Costa (1996) ประกอบไปด้วย (1) บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ (Neuroticism) (2) บุคลิกภาพแบบเปิดเผย (Extraversion) (3) บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์



ใหม่ (Openness to experience) (4) บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม (Agreeableness) และ (5) บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก (Conscientiousness) ในการวิจัยครั้งนี้ การประเมินบุคลิกภาพทั้งห้าองค์ประกอบ สามารถประเมินได้จากคะแนนมาตรวัดบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ ที่พัฒนาโดย คัดนางค์ มณีศรี (2553) จากมาตรวัด Big Five Inventory ของ Benet-Martinez และ John (1998)

สัมพันธภาพในการปรึกษา (Working alliance) หมายถึง ความสัมพันธ์ การสื่อสาร และการทำงานร่วมกันระหว่างนักจิตวิทยาการปรึกษาและผู้รับบริการ เพื่อสร้างความเปลี่ยนแปลงทางบวกภายในผู้รับบริการ โดยการสร้างสัมพันธภาพในการปรึกษานั้นประกอบไปด้วยคุณสมบัติสามประการ ได้แก่ (1) การตกลงร่วมกันเกี่ยวกับเป้าหมายของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Agreement on goals) (2) การทำงานร่วมกันแก้ไขปัญหาที่ผู้รับบริการนำมาปรึกษา (Collaboration on therapeutic tasks) และ (3) สายสัมพันธ์ทางบวก (Positive emotional bonds) ซึ่งคุณสมบัติทั้งสามประการนี้สามารถประยุกต์ใช้ได้ในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาหลากหลายทฤษฎี ในการวิจัยครั้งนี้ การประเมินคุณสมบัติทั้งสามประการของสัมพันธภาพในการปรึกษาภายในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สามารถประเมินได้จากคะแนนมาตรวัดสัมพันธภาพในการปรึกษา ฉบับย่อ: สำหรับผู้รับบริการ ที่พัฒนาโดยผู้วิจัย จากมาตรวัด Working Alliance Inventory ของ Tracey และ Kokotovic (1989)

ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ (Posttraumatic growth) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงทางจิตวิทยาเชิงบวกที่เกิดขึ้นจากการเผชิญภาวะวิกฤตที่สำคัญในชีวิต โดยกระบวนการความงอกงามจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลมีความพยายามในการปรับตัวกับภาวะวิกฤตดังกล่าว องค์ประกอบของความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจแบ่งเป็น 5 ด้าน ได้แก่ (1) การมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น (Relating to others) (2) การค้นพบโอกาสใหม่ๆ (New possibilities) (3) การค้นพบความเข้มแข็งในตนเอง (Personal strength) (4) การชื่นชมยินดีในชีวิต (Appreciation of life) และ (5) การเปลี่ยนแปลงทางจิตวิญญาณ (Spiritual change) ในการวิจัยครั้งนี้ การประเมินความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจทั้งห้าองค์ประกอบ สามารถประเมินได้จากคะแนนมาตรวัดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจภาษาไทย ฉบับย่อ ที่พัฒนาโดย ญัฐสุดา เต้พันธ์ (2558) จากมาตรวัด The Posttraumatic Growth Inventory - Short Form ของ Cann และคณะ (2010)

ผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา หมายถึง บุคคลทั่วไปทั้งเพศชายและหญิง อายุระหว่าง 18 ถึง 60 ปี ที่เคยมีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยารูปแบบรายบุคคล และ

เข้ารับบริการปรึกษาเสร็จสิ้นแล้ว ด้วยประเด็นการปรับตัวต่อเหตุการณ์เครียดที่สะเทือนใจ โดยเป็น ผู้รับบริการที่รายงานตนเองว่าเคยเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจและส่งผลกระทบต่อจิตใจ

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทราบความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (ได้แก่ แบบไม่มั่นคงทาง อารมณ์ แบบเปิดเผย แบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ แบบคล้อยตาม และแบบมีจิตสำนึก) สัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงามภายหลังเหตุการณ์สะเทือนใจ

2. เป็นแนวทางให้นักจิตวิทยาการศึกษาได้เข้าใจธรรมชาติของผู้รับบริการ และตระหนักถึง ความสำคัญของการสร้างสัมพันธภาพในการปรึกษา ในผู้รับบริการที่มีบุคลิกภาพแตกต่างกัน เพื่อ ก่อให้เกิดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ



## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมเรื่องบุคลิกภาพ โดยเลือกศึกษาบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบตามแนวคิดของ Costa และ McCrae (1985, 1992) เนื่องจากการทบทวนงานวิจัยที่ผ่านมา พบว่ามีงานวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ และความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจหลายงาน (เช่น Tedeschi และ Calhoun, 1996, 2004; Shakespeare-Finch และคณะ, 2005; Garnefski และคณะ, 2008; Karanci และคณะ, 2012) อีกทั้งงานวิจัยในปัจจุบันที่ศึกษาเกี่ยวกับบุคลิกภาพนั้น แนวคิดที่เป็นที่นิยมมากที่สุดคือทฤษฎีบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (Five-factor model หรือ The “Big five”) (Funder, 2001) นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมเรื่องสัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ รวมถึงงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่างๆ ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

#### 1. บุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (Five-factor personality)

บุคลิกภาพเป็นเรื่องที่ได้รับความสนใจศึกษากันอย่างกว้างขวางและยาวนาน นับตั้งแต่ทฤษฎีจิตวิเคราะห์แบบดั้งเดิม ทฤษฎีพฤติกรรมนิยมที่รวมกับแนวคิดปัญญาสังคม (Social-cognitive paradigm) ทฤษฎีมนุษยนิยม รวมไปถึงทฤษฎีบุคลิกภาพสมัยใหม่ที่มีความสำคัญกับการขยายทฤษฎีให้ครอบคลุมสังคม และวัฒนธรรมที่แตกต่างกันมากขึ้น (Funder, 2001) ทำให้เกิดแนวคิด คำจำกัดความ และทฤษฎีที่เกี่ยวกับบุคลิกภาพเกิดขึ้นมากมาย และหนึ่งในทฤษฎีบุคลิกภาพที่ได้รับความนิยมและเป็นที่ยอมรับ คือ ทฤษฎีบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบของ McCrae และ Costa (1996 อ้างถึงใน กุลشنا ช่วยหนู, 2552)

บุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ เริ่มต้นจากการศึกษาโมเดลบุคลิกภาพแบบจำแนกประเภท (Taxonomic model) ซึ่งให้ความสำคัญกับลักษณะนิสัย (Traits) ในฐานะเป็นตัวขับเคลื่อนพื้นฐานที่ก่อให้เกิดพฤติกรรม และแนวโน้มในการตอบสนองเฉพาะบุคคลภายใต้สภาพแวดล้อมต่างๆ (Allport และ Odbert, 1936 อ้างถึงใน กุลشنا ช่วยหนู, 2552) ในปี 1949 Fiske ได้นำการแบ่งคุณลักษณะตามทฤษฎีการจำแนกบุคลิกภาพของมนุษย์ (16 Personality factors) ของ Cattell มาสรุปเป็นองค์ประกอบของบุคลิกภาพได้ 5 ด้านที่แยกออกจากกัน คือ (1) การปรับตัวทางสังคม (Social adaptability) (2) การปรับตัวให้สอดคล้อง (Conformity) (3) การใฝ่ความสำเร็จ (Will to achieve) (4) การควบคุมอารมณ์ (Emotional control) และ (5) การแสวงหาความฉลาด (Inquiring intellect) ต่อมา Tupes และ Christal (1961 อ้างถึงใน กุลشنا ช่วยหนู, 2552) ได้

ศึกษาตามแนวทางของ Cattell จนพบองค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์กัน และเริ่มใช้คำว่า “Big 5” เรียกองค์ประกอบของบุคลิกภาพเป็นครั้งแรก โดยองค์ประกอบทั้งห้ามีชื่อว่า (1) Surgency เป็นบุคลิกภาพแบบช่างพูดและเปี่ยมไปด้วยพลัง (2) Agreeableness เป็นบุคลิกภาพแบบประนีประนอมให้ความสำคัญกับการร่วมมือ (3) Dependability เป็นบุคลิกภาพแบบรู้รับผิดชอบและมีระเบียบ (4) Emotional stability เป็นบุคลิกภาพแบบมีความมั่นคงทางอารมณ์ สุขุม และ (5) Culture เป็นบุคลิกภาพแบบชอบคิด มีอิสระทางความคิด (กุลชนา ช่วยหนู, 2552) หลังจากนั้นได้มีนักวิจัยสนใจศึกษาเรื่องบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบต่อมาเรื่อยๆ เช่น Eysenck (1970 อ้างถึงใน Eysenck, 1977) ได้เสนอทฤษฎีบุคลิกภาพแบบสามองค์ประกอบ (PEN model of personality) ซึ่งประกอบด้วย (1) บุคลิกภาพด้านอาการทางจิต (Psychoticism) (2) บุคลิกภาพแบบเปิดเผย (Extraversion) และ (3) บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ (Neuroticism) ในขณะที่ Guilford (1975) ได้เสนอองค์ประกอบของบุคลิกภาพ 4 รูปแบบ ได้แก่ (1) บุคลิกภาพแบบกิจกรรมสังคม (Social activity) (2) บุคลิกภาพแบบหวาดระแวง (Paranoid disposition) (3) บุคลิกภาพแบบความคิดภายใน (Thinking introversion) และ (4) บุคลิกภาพแบบมีความมั่นคงทางอารมณ์ (Emotional stability) และการศึกษาของ Costa และ McCrae (1992) ที่ได้เสนอทฤษฎีบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ ซึ่งเป็นทฤษฎีบุคลิกภาพที่ได้รับความนิยมและเป็นที่ยอมรับอย่างกว้างขวาง

ในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้ทฤษฎีบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบตามแนวคิดของ Costa และ McCrae (1985, 1992) ที่แบ่งบุคลิกภาพออกเป็น (1) บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ (Neuroticism) (2) บุคลิกภาพแบบเปิดเผย (Extraversion) (3) บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ (Openness to experience) (4) บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม (Agreeableness) และ (5) บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก (Conscientiousness)

### 1.1 นิยามและขอบเขต

บุคลิกภาพ (Personality) เป็นกลไกการจัดระบบทางร่างกายและจิตใจ (Psychophysical systems) ภายในตัวของบุคคล ซึ่งจะกำหนดลักษณะทางพฤติกรรมและความคิด ทำให้แต่ละบุคคลจะมีคุณลักษณะเฉพาะตัว (Allport, 1961)

บุคลิกภาพ หมายถึง รูปแบบความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมของแต่ละบุคคล ซึ่งประกอบด้วยกลไกทางจิตวิทยาอยู่เบื้องหลังรูปแบบเหล่านั้น ไม่ว่าจะแสดงออกหรือซ่อนอยู่ภายในก็ตาม (Funder, 2004)

บุคลิกภาพ หมายถึง กลุ่มของลักษณะทางจิตวิทยาและกลไกภายในตัวบุคคล ที่มีลักษณะเป็นแบบแผน มีความคงทน และมีอิทธิพลต่อการสร้างปฏิสัมพันธ์ของบุคคล รวมถึงการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมของบุคคลทั้งทางด้านจิตใจ กายภาพ และสังคม (Larsen และ Buss, 2005)

บุคลิกภาพเป็นคุณลักษณะที่แสดงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล แบ่งออกเป็น 2 องค์ประกอบ ได้แก่ องค์ประกอบภายนอก ซึ่งหมายถึงคุณลักษณะทางกายภาพที่สังเกตได้หรือประเมินได้ เช่น อายุ เพศ และเชื้อชาติ เป็นต้น และองค์ประกอบภายใน หมายถึงคุณลักษณะทางจิตวิทยา (Psychological characteristics) ที่ไม่สามารถประเมินได้จากการสังเกตภายนอก เช่น บุคลิกภาพ ค่านิยม และเจตคติ เป็นต้น (Bell, 2007) โดยคุณลักษณะดังกล่าวจะมีความคงทน เป็นแบบแผนในการคิด การแสดงออกทางอารมณ์และพฤติกรรมของบุคคล (Cervone และ Pervin, 2008) ซึ่งอาจสัมพันธ์กับองค์ประกอบภายนอกบางประการ รวมถึงส่งผลต่อทัศนคติ และรูปแบบในการดำเนินชีวิตของบุคคล (Bell, 2007; Motowildo, Borman และ Schmit, 1997)

Haslam (2007) กล่าวว่า ตามแนวคิดจิตวิทยาบุคลิกภาพนั้น ความแตกต่างระหว่างบุคคลที่จัดเป็นบุคลิกภาพ จะต้องมียุคุณลักษณะ ดังนี้ (1) เป็นลักษณะทางจิตวิทยา (2) ไม่ใช่ความสามารถทางปัญญาหรือความเฉลียวฉลาด (3) มีความคงทน และ (4) ครอบคลุมแบบแผนพฤติกรรมของบุคคล เช่น ความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม เป็นต้น

จิราภรณ์ ดวงเพชร (2550) กล่าวว่า บุคลิกภาพคือลักษณะเฉพาะของบุคคล ที่มีผลต่อการกำหนดแบบแผน วิธีคิด รวมถึงพฤติกรรมตามการรับรู้ของตนเอง

กุลชนา ช่วยหนู (2552) กล่าวว่า บุคลิกภาพเป็นองค์ประกอบภายในของบุคคล มีความคงทน และมีลักษณะเป็นแบบแผนในการคิด การแสดงออกทางอารมณ์และพฤติกรรมเฉพาะบุคคล

ศรีเรือน แก้วกังวาน (2554) กล่าวว่า บุคลิกภาพคือลักษณะเฉพาะของบุคคล ทั้งภายนอกที่มองเห็นชัดเจน เช่น รูปร่างหน้าตา หรือกิจกรรมารยาท เป็นต้น และภายในที่มองเห็นได้ยาก แต่ทราบได้ด้วยการอนุมาน เช่น สติปัญญา ความถนัด ปรัชญาชีวิต ค่านิยม หรือความสนใจ เป็นต้น โดยคุณลักษณะของบุคลิกภาพจะไม่สามารถแยกออกเป็นส่วนๆ จากกันได้โดยเด็ดขาด ทุกลักษณะบุคลิกภาพต่างมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน รวมถึงมีผลกระทบต่อกันเป็นลูกโซ่ บุคลิกภาพของมนุษย์เป็นสิ่งที่ไม่ตายตัว เปลี่ยนแปลงได้ตามกาลเวลา บุคลิกภาพของบุคคลมีทั้งส่วนร่วมซึ่งเป็นลักษณะสากลของมนุษย์ทุกชาติทุกภาษา และมีส่วนที่เป็นลักษณะเฉพาะตัว

จากคำนิยามข้างต้นอาจสรุปได้ว่า บุคลิกภาพ หมายถึง องค์ประกอบภายในของบุคคลที่มีลักษณะเฉพาะตัว มีความคงทน ซึ่งครอบคลุมแบบแผนการคิด อารมณ์ และพฤติกรรมของบุคคล

## 1.2 องค์ประกอบของบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ

ทฤษฎีบุคลิกภาพเป็นเรื่องที่ได้ศึกษากันอย่างกว้างขวางและยาวนาน ทำให้มีแนวคิดเกี่ยวกับบุคลิกภาพเกิดขึ้นมากมาย และหลายทฤษฎีมีความซ้ำซ้อนกัน ทำให้มาตรวัดหลายชนิดมีชื่อแตกต่างกัน แต่ประเมินคุณลักษณะที่เหมือนกัน หรือมาตรวัดที่ประเมินตัวแปรเดียวกันแต่ประเมินคุณลักษณะที่ต่างต่างกัน (Costa และ McCrae, 1999 อ้างถึงใน Funder, 2001) ทำให้ Costa และ McCrae (1976 อ้างถึงใน กุลشنا ช่วยหนู, 2552) เริ่มรวบรวมกลุ่มขององค์ประกอบบุคลิกภาพจากมาตรวัดที่ใช้กันอยู่ในขณะนั้น มาวิเคราะห์หากลุ่มพหุ ทำให้สามารถลดองค์ประกอบที่ซ้ำซ้อนกันเหลือ 3 กลุ่ม โดยสององค์ประกอบแรก ตั้งชื่อตามงานวิจัยของ Eysenck (1960 อ้างถึงใน กุลشنا ช่วยหนู, 2552) คือ บุคลิกภาพแบบเปิดเผย (Extraversion) และบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ (Neuroticism) ส่วนองค์ประกอบที่สาม Costa และ McCrae ตั้งชื่อใหม่ว่า บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ (Openness to experience) ต่อมาในปี 1980 Costa และ McCrae ได้ตีพิมพ์มาตรวัดบุคลิกภาพแบบประเมินตนเองชื่อ NEO Personality Inventory หรือ NEO-PI อย่างไรก็ตาม ทั้งคู่พบว่าองค์ประกอบใน NEO-PI (1985) มีความคล้ายคลึงกับองค์ประกอบ 3 องค์ประกอบของ Big 5 เป็นอย่างมาก จึงขยายการวิจัยเพื่อศึกษาองค์ประกอบอีกสองด้าน ได้แก่ บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก (Conscientiousness) และบุคลิกภาพแบบคล้อยตาม (Agreeableness) ต่อมา Costa และ McCrae (1989 อ้างถึงใน กุลشنا ช่วยหนู, 2552) ได้สร้างมาตรวัดฉบับย่อชื่อว่า NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) ซึ่งมีจำนวนข้อคำถาม 60 ข้อ

หลังจากนั้น Costa และ McCrae (1992 อ้างถึงใน กุลشنا ช่วยหนู, 2552) ได้ปรับปรุงมาตรวัดบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบใหม่อีกครั้ง ชื่อว่า Revised NEO Personality Inventory หรือ NEO-PI-R เพื่อแก้ไขจำนวนข้อคำถามให้เท่ากัน โดยวางโครงสร้างให้แต่ละองค์ประกอบหลักประกอบไปด้วยองค์ประกอบย่อย (Facets) อย่างละ 6 ด้าน และในแต่ละด้านจะมีข้อคำถาม 8 ข้อ รวมทั้งสิ้น 240 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า 5 ระดับคะแนน

ต่อมาในปี 2004 McCrae และ Costa ได้ตีพิมพ์มาตรวัดฉบับย่อที่ปรับปรุงจากมาตรวัด NEO-FFI โดยเปลี่ยนชื่อใหม่เป็น Revised NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI-R) หลังจากปรับปรุงใหม่นี้ พบว่าสามารถประเมินได้ดีขึ้น และในปี 2005 McCrae และ Costa ได้ร่วมมือกับ Martin ปรับปรุงมาตรวัด NEO-PI-R และเปลี่ยนชื่อใหม่เป็น NEO Personality Inventory 3 (NEO-

PI-3) ซึ่งเป็นมาตรวัดที่มีคุณภาพเท่าเทียมกัน (Equivalently) กับมาตรวัด NEO-PI-R ที่เดิมถูกวิพากษ์วิจารณ์ว่าไม่เหมาะสมสำหรับใช้วัดบุคลิกภาพในเด็กอายุต่ำกว่า 12 ปี

ล่าสุดในปี 2007 McCrae และ Costa ได้ปรับปรุงมาตรวัดฉบับย่อใหม่ให้สอดคล้องกับมาตรวัดฉบับเต็มที่ได้แก้ไขไปแล้ว เพราะหนึ่งในข้อคำถามที่ถูกสร้างขึ้นใหม่ในมาตรวัด NEO-PI-R เป็นข้อคำถามที่ถูกคัดให้อยู่ในมาตรวัด NEO-FFI-R ด้วย ดังนั้น มาตรวัด NEO-FFI-R จึงเปลี่ยนใหม่เป็นมาตรวัดที่มีข้อคำถามเดิม 59 ข้อและเพิ่ม 1 ข้อ และเปลี่ยนชื่อใหม่เป็น NEO Five-Factor Inventory 3 (NEO-FFI-3) โดยแต่ละองค์ประกอบหลักจะมีองค์ประกอบย่อย (McCrae และ Costa, 2007) ดังนี้

### 1. บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ (Neuroticism: N)

บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ เป็นการรวบรวมสิ่งเร้าที่มากกระตุ้นให้บุคคลเกิดอารมณ์ทางลบ บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ หรือบุคคลที่มีลักษณะหวั่นไหว (Reactive person) มีแนวโน้มที่จะเกิดอารมณ์ทางลบได้ง่าย เช่น วิตกกังวล โกรธ หดหู่ มองโลกในแง่ร้าย และมักตอบสนองต่อสิ่งต่างๆ ด้วยอารมณ์ที่มากกว่าปกติ สิ่งเร้าเพียงเล็กน้อยก็เพียงพอจะทำให้เกิดอารมณ์ทางลบได้ และใช้ระยะเวลาในการจัดการกับอารมณ์ค่อนข้างนาน ทั้งนี้เนื่องจากบุคคลที่มีบุคลิกภาพในลักษณะนี้มีแนวโน้มที่จะขาดความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และการจัดการความเครียด บุคคลแบบหวั่นไหวจะมีความพึงพอใจน้อยกว่าบุคคลทั่วไป ในทางกลับกันหากบุคคลมีบุคลิกภาพแบบมีความมั่นคงทางอารมณ์ (Emotional stability) หรือมีความยืดหยุ่นทางอารมณ์สูง (Resilient person) สิ่งเร้าที่มากกระตุ้นนั้นต้องมีความเข้มข้นมาก จึงจะสามารถทำให้บุคคลที่มีความยืดหยุ่นทางอารมณ์มีอารมณ์ทางลบได้ ทำให้บุคคลที่มีบุคลิกภาพในลักษณะนี้มีแนวโน้มที่จะประสบกับอารมณ์ทางลบยาก หรือเกิดเพียงช่วงระยะเวลาสั้นๆ มีความอดทนต่อสถานการณ์ที่ตึงเครียด หรือภาวะกดดันได้ดี และไม่ตอบสนองต่อสิ่งต่างๆ ด้วยอารมณ์ มีการใช้เหตุผลได้ดี และมีการตระหนักถึงอารมณ์ของตนเองได้มาก อย่างไรก็ตามบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบมีความมั่นคงทางอารมณ์ ก็มีโอกาสประสบกับอารมณ์ทางลบได้บ่อยครั้งเช่นเดียวกับกับอารมณ์ทางบวก

บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ ประกอบด้วยองค์ประกอบย่อย คือ ความวิตกกังวล ความโกรธ การหมัดกำลังใจ การสำนึกตน ความหุนหันพลันแล่น และความไม่มั่นคง โดยมีรายละเอียดดังที่แสดงในตารางที่ 1

## ตารางที่ 1

องค์ประกอบย่อยของบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ (McCrae และ Costa, 2007; ขเคนทร์  
วรรณศิริ, 2554)

องค์ประกอบย่อย	บุคคลที่ยืดหยุ่นทางอารมณ์	บุคคลที่มีลักษณะหัวนโหนว
1. ความวิตกกังวล (Worry)	ผ่อนคลาย, ใจเย็น	วิตกกังวล, ไม่สงบ
2. ความโกรธ (Anger)	อารมณ์สงบ, โกรธยาก	อารมณ์โกรธเกิดขึ้นง่าย
3. การหมดกำลังใจ (Discouragement)	กำลังใจหมดลงช้า	กำลังใจหมดได้ง่าย
4. การสำนึกตน (Self-consciousness)	ไม่ขี้อาย	ขี้อายง่าย
5. ความหุนหันพลันแล่น (Impulsiveness)	สามารถต้านทานต่อการถูกรกระตุ้น	อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย
6. ความไม่มั่นคง (Vulnerability)	สามารถรับมือกับความเครียด	แก้ปัญหาทางอารมณ์ยาก

## 2. บุคลิกภาพแบบเปิดเผย (Extraversion: E)

บุคลิกภาพแบบเปิดเผยเป็นการรวมกลุ่มของลักษณะความสัมพันธ์ที่มีกับบุคคลอื่นซึ่งก่อให้เกิดความสบายใจ บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบเปิดเผย (Extrovert) มักจะเป็นผู้ที่ชอบเข้าสังคม มีพลัง และอารมณ์ทางบวกสูง มีความกระตือรือร้น กล้าแสดงออก ชอบพูดคุย ชอบความตื่นเต้น ร่าเริง รักความสนุกสนาน มีความเป็นมิตร ทำให้สร้างสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้ง่ายและรวดเร็ว มักจะไม่ปฏิเสธบุคคลอื่น โดยบุคคลลักษณะนี้จะมีภาวะผู้นำสูง และมักจะมีบทบาทในสังคม ในทางกลับกัน หากบุคคลมีการเปิดเผยตัวน้อย หรือมีบุคลิกภาพแบบเก็บตัว (Introvert) มักจะชอบอยู่คนเดียว เงียบๆ ไม่ชอบการเข้าสังคม ไม่ชอบกิจกรรม แยกตัว มีอิสระสูง ไม่ชอบเข้าไปทำความรู้จักกับบุคคลอื่นก่อน รวมถึงจะรู้สึกสบายใจมากกว่าหากได้อยู่เพียงลำพัง ทำให้มีแนวโน้มที่จะใช้เวลาในการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นน้อย และอาจถูกมองว่าไม่ค่อยเป็นมิตร อย่างไรก็ตาม ไม่ได้หมายความว่า บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัวจะไม่ต้องการรู้จักผู้อื่น ไม่ร่าเริง หรือหดหู่ เพียงแต่ไม่แสดงออก และถูกเร้าจากปัจจัยภายนอกได้ยากกว่า



บุคลิกภาพแบบเปิดเผย ประกอบด้วยลักษณะย่อย คือ ความอบอุ่น ชอบเข้าสังคม ยืนหยัด ในสิทธิของตน กระตือรือร้น แสวงหาความตื่นเต้น และมีอารมณ์ทางบวก โดยมีรายละเอียดดังที่ แสดงในตารางที่ 2

## ตารางที่ 2

องค์ประกอบย่อยของบุคลิกภาพแบบเปิดเผย (McCrae และ Costa, 2007; ขเคนทร์ วรรณศิริ, 2554)

องค์ประกอบย่อย	บุคคลที่มีลักษณะเก็บตัว	บุคคลที่มีลักษณะเปิดเผย
1. ความอบอุ่น (Warmth)	รักษาท่าที, เป็นทางการ	เป็นมิตร, น่าสนิทสนม
2. ชอบเข้าสังคม (Gregariousness)	ไม่ชอบสังคม	ชอบการเข้าสังคม
3. ยืนหยัดในสิทธิของตน (Assertiveness)	ชอบอยู่เบื้องหลัง	ปกป้องสิทธิ, กล้าพูด, กล้านำ
4. กระตือรือร้น (Activity)	ไม่เร่งรีบ	กระฉับกระเฉง
5. แสวงหาความตื่นเต้น (Excitement-seeking)	ไม่นิยมแสวงหาความตื่นเต้น	ปรารถนาความตื่นเต้น
6. มีอารมณ์ทางบวก (Positive emotion)	ขาดชีวิตชีวา	มองโลกในแง่บวก, ร่าเริง

### 3. บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ (Openness to experience: O)

บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ เป็นการรวมกลุ่มความสนใจของบุคคลต่อสิ่งอื่นๆ ที่ อยู่รอบข้าง บุคคลที่เปิดรับประสบการณ์สูง หรือบุคคลที่มีลักษณะชอบสำรวจ (Explorer) จะมี แนวโน้มที่จะสนใจใคร่รู้ในเรื่องต่างๆ และสนใจอย่างลึกซึ้ง มีความคิดสร้างสรรค์ เต็มเปี่ยมไปด้วย จินตนาการ คิดหาแนวทางใหม่ๆ ในการใช้ชีวิต มีความยืดหยุ่นในตัวเองสูง ให้ความสำคัญกับอารมณ์ ความรู้สึก โดยเฉพาะความรู้สึกซาบซึ้งและชื่นชมยินดี นอกจากนี้ยังพบว่าผู้ที่มีความเฉลียวฉลาดสูง มักจะมีบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ เนื่องจากมีความสามารถในการคิดสังเคราะห์เชิง สัจลักษณ์ โดยเชื่อมโยงประสบการณ์ในเรื่องต่างๆ เข้าด้วยกัน ไม่ว่าจะเป็นคณิตศาสตร์ ตรีโกณ เรขาคณิต ภาษา ดนตรี การแสดงทาง หรือศิลปะต่างๆ ที่สามารถชื่นชมด้วยการมองดู บุคลิกภาพ แบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่นี้จึงสะท้อนความหมายในเชิงรูปแบบทางปัญญาและการคิด ในทาง กลับกันบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบไม่เปิดรับประสบการณ์ใหม่ (Closeness to experience) หรือ

บุคคลที่มีลักษณะอนุรักษ์นิยม (Preserver) มักจะไม่เปิดรับสิ่งใหม่ หรือมีความสนใจในเรื่องทั่วไปไม่กว้างขวางหรือลึกซึ้ง สนใจเฉพาะเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ชอบเรื่องที่มีลักษณะเรียบง่าย ตรงไปตรงมา เข้าใจง่าย ชอบทำอะไรตามกรอบหรือแผนที่มียู่ ไม่ชอบการเปลี่ยนแปลง

บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ ประกอบด้วยลักษณะย่อย คือ ความเพ้อฝัน ความสุนทรีย์ ความรู้สึก การกระทำ ความคิด และค่านิยม โดยมีรายละเอียดดังที่แสดงในตารางที่ 3

### ตารางที่ 3

องค์ประกอบย่อยของบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ (McCrae และ Costa, 2007; ขเคนทร์ วรรณศิริ, 2554)

องค์ประกอบย่อย	บุคคลที่มีลักษณะอนุรักษ์นิยม	บุคคลที่มีลักษณะชอบสำรวจ
1. ความเพ้อฝัน (Fantasy)	สนใจแต่ปัจจุบัน, สิ่งใกล้ตัว	จินตนาการ, ช่างฝัน
2. ความสุนทรีย์ (Aesthetics)	ไม่สนใจศิลปะ	ชอบศิลปะและความสวยงาม
3. ความรู้สึก (Feelings)	ปฏิเสธการแสดงความรู้สึก	ให้ความสำคัญกับอารมณ์
4. การกระทำ (Actions)	ชอบทำในลักษณะเดิม	พยายามทำในสิ่งที่แปลกใหม่
5. ความคิด (Ideas)	ให้ความสนใจในแนวแคบ	สนใจในสิ่งแปลกใหม่
6. ค่านิยม (Values)	มีพิธี, อนุรักษ์นิยม	เปิดรับค่านิยมที่แปลกใหม่

### 4. บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม (Agreeableness: A)

บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม เป็นการยอมรับบรรทัดฐานที่ดีมาจำกัดการกระทำของตน บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบคล้อยตามมีแนวโน้มที่จะรับเอาบรรทัดฐานที่ดีของผู้อื่นมาใช้ในการทำหน้าที่ของตน ไม่ว่าจะเป็นจากคู่สมรส ผู้นำศาสนา หรือสังคมส่วนใหญ่ โดยจะให้ความสำคัญกับการร่วมมือ มักชอบเป็นผู้ตามมากกว่าผู้นำ ยอมรับบรรทัดฐานกลุ่ม คล้อยตามผู้อื่น ชอบความกลมกลืน บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบคล้อยตามนี้จะถูกมองว่าเป็นมิตร ชอบช่วยเหลือ และประนีประนอมกับผู้อื่น ในทางกลับกัน บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบคล้อยตามต่ำ มีบุคลิกภาพแบบเป็นปรปักษ์ (Antagonism) หรือชอบท้าทาย (Challenger) มีแนวโน้มที่จะสนใจความต้องการของตนเองมากกว่า มีแนวโน้มที่จะทำในสิ่งที่ตนต้องการ ชอบการมีอำนาจ ควบคุม และไม่คอยเสนอตัวทำอะไรเพื่อผู้อื่น ทำให้ถูกมองว่าไม่เป็นมิตร ไม่สุภาพ ไม่ให้ความร่วมมือ และไม่ประนีประนอม

บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม มีองค์ประกอบย่อย คือ ไว้วางใจ ตรงไปตรงมา ช่วยเหลือ เชื่อฟัง ถ่อมตน จิตใจอ่อนโยน โดยมีรายละเอียดดังที่แสดงในตารางที่ 4

## ตารางที่ 4

องค์ประกอบย่อยของบุคลิกภาพแบบคล้อยตาม (McCrae และ Costa, 2007; ขเคนทร์ วรรณศิริ, 2554)

องค์ประกอบย่อย	บุคคลที่มีลักษณะคล้อยตามต่ำ	บุคคลที่มีลักษณะคล้อยตามสูง
1. ไว้วางใจ (Trust)	ชอบถากถาง, หวาดระแวง	เห็นบุคคลอื่นไว้วางใจได้
2. ตรงไปตรงมา (Straightforward)	ปกป้องตนเอง, พุดความจริงเพียงเล็กน้อย	เปิดเผย, ตรงไปตรงมา
3. ช่วยเหลือ (Altruism)	ไม่เต็มใจที่จะเข้าไปเกี่ยวข้อง	ปรารถนาที่จะเข้าไปช่วยเหลือ
4. เชื่อฟัง (Compliance)	ก้าวร้าว, ชอบการแข่งขัน	ประนีประนอม, คล้อยตาม
5. ถ่อมตน (Modesty)	รู้สึกว่าคุณเหนือกว่าบุคคลอื่น	ถ่อมตน
6. จิตใจอ่อนโยน (Tender mindedness)	หัวแข็ง, อ้างเหตุผล	จิตใจอ่อนโยน, ยินดีที่จะเปลี่ยนแปลง

## 5. บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก (Conscientiousness: C)

บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก เป็นคุณลักษณะความใส่ใจต่อการบรรลุเป้าหมาย บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึกสูง มักจะมีระเบียบวินัยในตนเอง ให้ความสำคัญกับการทำตามเป้าหมายที่วางแผนไว้ให้สำเร็จ มีการควบคุมตนเองสูง (Self-control) มีความอดทน และสามารถจัดการกับสิ่งต่างๆ รอบตัวได้เป็นอย่างดี อาจถูกมองว่าน่าเบื่อ นิยมความสมบูรณ์แบบ และทุ่มเทให้กับการทำงาน ในทางกลับกันบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึกต่ำ หรือมีบุคลิกภาพแบบขาดการวางทิศทางให้ตนเอง (Lack of direction) มักจะทำอะไรโดยไม่มีแผนการล่วงหน้า ขาดการผูกมัดตนเองกับเป้าหมาย มีความพยายามในการทำงานน้อย อาจถูกมองว่าเป็นบุคคลที่ขาดความรอบคอบ ไม่น่าเชื่อถือ มักทำสิ่งต่างๆ ผิดพลาด และไม่มีความทะเยอทะยาน

บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก มีองค์ประกอบย่อย คือ ความสามารถ ความเป็นระเบียบ ความรับผิดชอบ การมุ่งสำเร็จ วินัยในตนเอง และความรอบคอบ โดยมีรายละเอียดดังที่แสดงในตารางที่ 5

## ตารางที่ 5

องค์ประกอบย่อยของบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก (McCrae และ Costa, 2007; ขเคนทร์ วรรณศิริ, 2554)

องค์ประกอบย่อย	บุคคลที่มีลักษณะมีจิตสำนึกต่ำ	บุคคลที่มีลักษณะมีจิตสำนึกสูง
1. ความสามารถ (Competence)	รู้สึกว่าจะไม่ค่อยเตรียมพร้อม	รู้สึกว่าตนมีความสามารถและมีประสิทธิภาพ
2. ความเป็นระเบียบ (Order)	ไม่มีการจัดการ, ไม่มีระเบียบ	มีการจัดการที่ดี, ประณีต
3. ความรับผิดชอบ (Dutifulness)	รับผิดชอบเป็นบางครั้ง	รับผิดชอบต่อหน้าที่, คงเส้นคงวา
4. การมุ่งสำเร็จ (Achievement striving)	ใฝ่สำเร็จน้อย	มีแรงขับเคลื่อนสู่ความสำเร็จ
5. วินัยในตนเอง (Self-discipline)	ผัดวันประกันพรุ่ง	ทุ่มเททำงานให้เสร็จ
6. ความรอบคอบ (Deliberation)	รีบเร่ง	คิดอย่างระมัดระวังก่อนทำ

## 2. สัมพันธภาพในการปรึกษา (Working alliance)

การเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เป็นความช่วยเหลืออีกหนึ่งวิธีที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งดำเนินการโดยผู้เชี่ยวชาญ มีส่วนช่วยให้บุคคลที่เกิดความคับข้องใจหรือผู้ที่ไม่สามารถดำรงอยู่ในสภาพแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม สามารถปรับตัวและเกิดการเปลี่ยนแปลงให้ดำรงอยู่ในสภาพแวดล้อมได้อย่างสอดคล้องกลมกลืน การรับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยานั้นเป็นวิธีการที่ได้รับการศึกษาและมีหลักฐานเชิงประจักษ์ว่าสามารถช่วยเหลือผู้รับบริการได้จริง และในมุมมองของผู้รับบริการ ผู้ที่แสวงหาความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญส่วนใหญ่พึงพอใจกับผลลัพธ์ที่ได้จากการรับบริการ รวมถึงเกิดการเข้าใจตนเองมากขึ้น (Hill, 1969) ผลลัพธ์ของการเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยามีองค์ประกอบปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญอย่างมาก ได้แก่ สัมพันธภาพในการปรึกษา ซึ่งคุณภาพของสัมพันธภาพในการปรึกษา ระหว่างนักจิตวิทยาการปรึกษาและผู้รับบริการ จะเป็นตัวชี้วัดคุณภาพของการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Johansson และ Eklund, 2003) สัมพันธภาพในการปรึกษานั้นมีความสัมพันธ์กับผลลัพธ์ของการเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในระดับปานกลาง และความสัมพันธ์ของทั้งสองตัวแปรมีความคงที่โดยไม่คำนึงถึงปัจจัยอื่นๆ ที่ส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์นี้ เช่น วิธีการประเมินผลลัพธ์ของการเข้ารับบริการ วิธีการประเมินสัมพันธภาพในการปรึกษา ช่วงเวลาที่ประเมินสัมพันธภาพในการปรึกษา (Martin และคณะ, 2000) รูปแบบ และระยะเวลาในการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Horvath และ Symonds, 1991) นอกจากนี้ สัมพันธภาพในการปรึกษายังสามารถพยากรณ์ผลลัพธ์ของการเข้ารับบริการปรึกษาเชิง

จิตวิทยาได้ (Horvath และ Symonds, 1991; Priebe และ McCabe, 2006) โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าเป็นการรับรู้สัมพันธภาพในมุมมองของผู้รับบริการ

การศึกษาสัมพันธภาพในการศึกษามีจุดเริ่มต้นตั้งแต่ Freud (1912) ได้อธิบายการถ่ายโยงความรู้สึก (Transference) และการถ่ายโยงความรู้สึกซึ่งกันและกัน (Countertransference) ที่เกิดขึ้นในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา แต่ไม่ได้กล่าวถึงคำว่าสัมพันธภาพในการปรึกษาอย่างชัดเจน หลังจากนั้นคำว่าสัมพันธภาพในการศึกษามีความชัดเจนมากยิ่งขึ้นจากการศึกษาของ Rogers (2007) ซึ่งให้ความสำคัญกับการเข้าใจอย่างร่วมรู้สึก (Empathy) และมีความเชื่อว่าสัมพันธภาพในการปรึกษา เป็นปัจจัยพื้นฐานที่สำคัญที่สุดที่จะก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงทางบวกภายในบุคคลหลังจากเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา การศึกษาสัมพันธภาพดังกล่าวถูกพัฒนาอย่างต่อเนื่องในหลายทฤษฎีการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ซึ่งรายละเอียดของสัมพันธภาพจะมีความแตกต่างกันไปตามแต่ละทฤษฎี อย่างไรก็ตาม ทุกทฤษฎีเห็นตรงกันว่า การสร้างสัมพันธภาพในการศึกษามีความสำคัญอย่างมากต่อการบรรลุเป้าหมายของการปรึกษา

## 2.1 นิยามและขอบเขต

สัมพันธภาพในการปรึกษา (Working alliance) คือ ความสัมพันธ์และการสื่อสารระหว่างนักจิตวิทยาการปรึกษาและผู้รับบริการ ซึ่งเกิดขึ้นภายในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ถือเป็นปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงทางบวกภายในบุคคลหลังจากเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Green, 2006)

นอกจากคำจำกัดความดังกล่าว Bordin (1983) ได้ให้ทรรศนะว่า สัมพันธภาพในการปรึกษาเป็นการทำงานร่วมกันระหว่างนักจิตวิทยาการปรึกษาและผู้รับบริการ เพื่อก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงภายในบุคคล เมื่อผู้รับบริการแสวงหาความเปลี่ยนแปลงทางด้านความคิด ความรู้สึก และการแสดงออก ซึ่งเป็นผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการเผชิญเหตุการณ์ต่างๆ ในชีวิต โดยจะให้ความสำคัญกับการสรุปข้อตกลงร่วมกันเพื่อกำหนดทิศทางของกระบวนการปรึกษาระหว่างนักจิตวิทยาการปรึกษาและผู้รับบริการ (Goldstein, 1962; Strong, 1968)

ในขณะเดียวกัน ความพร้อมของผู้รับบริการในการยอมรับเป้าหมายและข้อตกลงร่วมกันนั้นมีผลต่อศักยภาพของผู้รับบริการในการทำงานร่วมกันเพื่อให้ไปถึงเป้าหมายดังกล่าว ผู้รับบริการแต่ละคนจะมีบุคลิกภาพที่เหมาะสมกับการทำงานในรูปแบบที่แตกต่างกัน การจับคู่ที่เหมาะสมระหว่างบุคลิกภาพของนักจิตวิทยาการปรึกษาและบุคลิกภาพของผู้รับบริการ จะมีผลให้เกิดการสร้างสัมพันธภาพในการปรึกษาที่สามารถตอบสนองความต้องการได้ทั้งสองฝ่าย (Bordin, 1979)

Bordin (1979, 1983) ได้อธิบายถึงคุณสมบัติสามประการในการสร้างสัมพันธภาพในการปรึกษา ได้แก่ การตกลงร่วมกันเกี่ยวกับเป้าหมายของการรับบริการ (Agreement on goals) การทำงานร่วมกัน (Tasks) และการพัฒนาสายสัมพันธ์ (Bonds) ซึ่งคุณสมบัติทั้งสามประการนี้สามารถประยุกต์ใช้ได้ ในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาหลากหลายทฤษฎี

### 1. การตกลงร่วมกันเกี่ยวกับเป้าหมายของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Agreement on goals)

เป้าหมายของการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา เกิดขึ้นได้จากการวางแผนร่วมกันระหว่าง นักจิตวิทยาการปรึกษาและผู้รับบริการ ซึ่งเป้าหมายของการให้บริการตามแต่ละทฤษฎี จะส่งผลต่อความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในผู้รับบริการด้วยเช่นกัน เช่น การให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์ จะมุ่งเน้นไปที่การตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไขความคิดและความรู้สึกทางลบที่ส่งผลต่อการแสดงออกของบุคคล และให้ความสำคัญกับประสบการณ์และประวัติชีวิตของบุคคล ในขณะที่การให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมนั้น จะมุ่งเน้นไปที่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลเป็นหลัก กล่าวคือ ผู้รับบริการผ่านการให้บริการตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์ จะมีความเปลี่ยนแปลงทางความคิดและความรู้สึกก่อนส่งผลไปที่การกระทำ กลับกัน ผู้รับบริการผ่านการให้บริการตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม จะมีความเปลี่ยนแปลงทางการกระทำก่อน

### 2. การทำงานร่วมกันแก้ไขปัญหาที่ผู้รับบริการนำมาปรึกษา (Collaboration on therapeutic tasks)

การให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยามีความเกี่ยวข้องข้องกับการสร้างข้อตกลงร่วมกันระหว่าง นักจิตวิทยาการปรึกษาและผู้รับบริการ พื้นฐานที่สุดคือผู้รับบริการต้องจ่ายค่าบริการให้กับทักษะและความพยายามของผู้ให้บริการ นอกจากนี้ การทำงานร่วมกันในแต่ละทฤษฎีอาจมีความแตกต่างและหลากหลาย เช่น การให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์มีระเบียบวิธีการใช้เทคนิคการเชื่อมโยงเสรี (Free association) และให้ความสำคัญกับประสบการณ์ภายในผ่านการใช้เก้าอี้นอน และตำแหน่งของนักจิตวิทยาการปรึกษาที่อยู่นอกระยะสายตาของผู้รับบริการ ในขณะที่ปฏิบัติงานส่วนการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมนั้น ผู้รับบริการจะได้รับมอบหมายงานให้สังเกตและจดบันทึกความถี่เกี่ยวกับพฤติกรรมของตนเองในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง และจะได้รับการเสริมแรงจากนักจิตวิทยาหรือบุคคลอื่น เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เฉพาะเจาะจง ในขณะที่การให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามทฤษฎีเกสตัลท์จะให้ความสำคัญกับการแสดงออกมากกว่าความคิดที่เกิดขึ้น ผู้รับบริการจะได้อยู่ใกล้ชิดกับความรู้สึกยากลำบากอย่างชัดเจนที่สุด และสุดท้าย การให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามทฤษฎีบุคคลเป็นศูนย์กลาง การทำงานจะไม่

ถูกระบุอย่างชัดเจน แต่จะค่อยๆ ถูกสร้างขึ้นระหว่างกระบวนการปรึกษา เป็นต้น จะเห็นได้ว่าการทำงานร่วมกันภายในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสามารถทำได้หลากหลายรูปแบบขึ้นอยู่กับแต่ละทฤษฎี แต่ปัจจัยที่มีความจำเป็นเพื่อให้การทำงานสำเร็จลุล่วง คือการพยายามทำงานร่วมกันของทั้งสองฝ่าย

### 3. สายสัมพันธ์ทางบวก (Positive emotional bonds)

การทำงานที่มุ่งไปยังประสบการณ์ภายในระดับลึกของบุคคลนั้น จำเป็นต้องสร้างสายสัมพันธ์ที่มีความเชื่อใจและแนบแน่น การพัฒนาสายสัมพันธ์สามารถเกิดขึ้นได้หลายวิธี เช่น เมื่อนักจิตวิทยาการปรึกษามอบหมายงานให้ผู้รับบริการสังเกตและจดบันทึกพฤติกรรมของตนเองในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง หรือเมื่อนักจิตวิทยาการปรึกษาแบ่งปันความรู้สึกของตนเองกับผู้รับบริการ เป็นต้น สายสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นจากพื้นฐานทฤษฎีที่แตกต่างกันอาจจะทำให้สายสัมพันธ์มีความแตกต่าง แต่ไม่จำเป็นว่าสายสัมพันธ์ใดจะมีความเข้มข้นกว่าสายสัมพันธ์อื่น นอกจากนี้ บางทฤษฎีของการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาอาจให้อำนาจแก่นักจิตวิทยาการปรึกษาภายในกระบวนการ เช่น การให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์และตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม ที่มีความคล้ายคลึงกันในการให้ความรับผิดชอบแก่นักจิตวิทยาการปรึกษาเพื่อการจัดการกับผู้รับบริการของตนเองในบางครั้ง ในขณะที่การให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามทฤษฎีบุคคลเป็นศูนย์กลางนั้น นักจิตวิทยาการปรึกษามีแนวโน้มที่จะไม่ใช้อำนาจดังกล่าว แต่จะให้อำนาจแก่ผู้รับบริการเป็นสำคัญ เป็นต้น

สัมพันธ์ภาพในการปรึกษา สะท้อนการทำงานร่วมกันระหว่างนักจิตวิทยาการปรึกษาและผู้รับบริการ ซึ่งอาศัยความพยายามทำงานร่วมกันจากทั้งสองฝ่าย เมื่อสัมพันธ์ภาพในการปรึกษาเป็นไปได้ด้วยดี ผู้รับบริการจึงมีแนวโน้มที่จะเกิดความเปลี่ยนแปลงทางบวกภายในตนเองหลังจากเข้ารับบริการปรึกษา ดังนั้น บุคคลที่เผชิญเหตุการณ์เครียดในชีวิต และมีสัมพันธ์ภาพในการปรึกษาที่ดีจากการเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จึงอาจประสบกับภาวะงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

### 3. ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ (Posttraumatic growth)

ความเข้าใจว่าความทุกข์สามารถก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงทางบวกมีมานานแล้วหลายพันปี ไม่ว่าจะเป็นในยุคสมัยชาวฮิบรูหรือชาวกรีก รวมถึงในคำสอนของศาสนาต่างๆ เช่น ศาสนาฮินดู ศาสนาพุทธ หรือศาสนาอิสลาม เป็นต้น (Tedeschi และ Calhoun, 1995) หลังจากนั้น ในคริสต์ศตวรรษที่ 20 ได้มีการศึกษาเกี่ยวกับความเปลี่ยนแปลงทางบวกที่เกิดขึ้นจากการเผชิญวิกฤตชีวิตโดยนักจิตวิทยาหลายท่าน (เช่น Caplan, 1964; Dohrenwend, 1978; Frankl, 1963;

Maslow, 1954; Yalom, 1980 อ้างถึงใน Tedeschi และ Calhoun, 2004) และในช่วงปีคริสต์ศักราช 1990s เป็นช่วงที่การศึกษาเกี่ยวกับความเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนี้แพร่หลายมากยิ่งขึ้น

จนกระทั่ง Tedeschi และ Calhoun (1996) ได้พัฒนามาตรวัด The Posttraumatic Growth Inventory (PTGI) เพื่อใช้ในการประเมินความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ซึ่งในช่วงแรกนั้นพวกเขาใช้คำว่า คุณประโยชน์ที่รับรู้ (Perceived benefits) มุมมองบวก (Positive aspects) และการเปลี่ยนแปลงเนื่องจากความชอกช้ำทางจิตใจ (Transformation of trauma) ในการอธิบายความงอกงามดังกล่าว (เช่น Calhoun และ Tedeschi, 1989-1990, 1991; Tedeschi และ Calhoun, 1988, 1995; Tedeschi, Calhoun, Morrell และ Johnson, 1984 อ้างถึงใน Tedeschi และ Calhoun, 2004) แต่หลังจากนั้นได้เปลี่ยนมาใช้เป็นคำว่า ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ (Posttraumatic growth) เนื่องจากคำว่าความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจให้ความสำคัญกับเหตุการณ์สำคัญหรือวิกฤตในชีวิตมากกว่าความเครียดทั่วไป นอกเหนือจากนั้น ความเปลี่ยนแปลงทางบวกที่เกิดขึ้นจากเหตุการณ์เครียดมีแนวโน้มจะเป็นความเปลี่ยนแปลงในชีวิต ไม่ใช่การประเมินทางบวกที่เกินความจริง และความงอกงามเป็นกระบวนการหรือผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น ไม่ใช่วิธีการจัดการกับปัญหา บุคคลที่ได้ประสบกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจจะพบว่าความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นมีความสำคัญกับตนเอง และจากการปรับตัวที่เกิดขึ้นนั้นบุคคลจะพัฒนาตนเองเพิ่มมากขึ้นจากในอดีต

### 3.1 นิยามและขอบเขต

โดยทั่วไปบุคคลจะมีกระบวนการทางจิตวิทยาในการปรับตัวกับเหตุการณ์เครียดในชีวิต ซึ่งเป็นกระบวนการที่เอื้อให้บุคคลเกิดความเปลี่ยนแปลงทางบวก กระบวนการจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลมีความพยายามในการปรับตัวกับสถานการณ์ที่ส่งผลให้บุคคลเกิดความเครียดในชีวิตเป็นอย่างมาก โดยเรียกความเปลี่ยนแปลงทางบวกที่เกิดขึ้นจากความพยายามปรับตัวนี้ว่า ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ (Posttraumatic growth) (Tedeschi และ Calhoun, 2004) ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจนี้เป็นการเปลี่ยนแปลงทางจิตวิทยาเชิงบวก ซึ่งเป็นผลลัพธ์จากการเผชิญภาวะวิกฤตที่สำคัญในชีวิต หรือการผ่านประสบการณ์ที่เจ็บปวด (Tedeschi และ Calhoun, 1996) โดยที่ภาวะวิกฤตดังกล่าวจะทำทลายความเข้าใจเกี่ยวกับโลกของบุคคล (Janoff-Bulman, 1992)

การศึกษาของ Calhoun และ Tedeschi (1998, 1999, 2001, 2004 อ้างถึงใน เอกธิดา ดวงอุไร, 2558) พบว่า บุคคลสามารถก้าวผ่านความเจ็บปวดและพบความเปลี่ยนแปลงทางจิตวิทยา



เชิงบวกภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ซึ่งความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจเป็นความเปลี่ยนแปลงทางจิตใจที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลต้องต่อสู้กับภาวะวิกฤตครั้งสำคัญในชีวิต ความงอกงามดังกล่าวสามารถแสดงออกได้หลายรูปแบบ ได้แก่ การรู้ซึ่งในคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ การมีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลที่มีความหมายมากขึ้น การรับรู้ถึงพลังและความสามารถของตนเอง การปรับเปลี่ยนการจัดลำดับความสำคัญของชีวิต และการมีแก่นหรือการมีจิตวิญญาณในตน

ความงอกงามดังกล่าวสามารถเกิดขึ้นได้กับบุคคลทุกเพศทุกวัยที่เคยประสบกับเหตุการณ์เครียดในชีวิต อย่างไรก็ตาม ความงอกงามจะไม่เกิดขึ้นตามอัตโนมัติเมื่อเวลาผ่านไป อาจจะต้องมีปัจจัยบางประการที่ส่งผลให้เกิดภาวะนี้ขึ้น เช่น การมีวิธีการจัดการกับปัญหาที่มีประสิทธิภาพ หรือการได้รับความช่วยเหลือจากคนรอบข้าง เป็นต้น (Taku และคณะ, 2007) รวมถึงการเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ก็อาจเป็นปัจจัยอีกประการหนึ่งที่จะช่วยส่งผลให้บุคคลที่เผชิญกับเหตุการณ์เครียดในชีวิตเกิดความงอกงาม

### 3.2 องค์ประกอบของความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

Tedeschi และ Calhoun (1996, 2004) ได้อธิบายถึงความเปลี่ยนแปลงในทิศทางที่ดีขึ้นภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ โดยพบว่ามีความเปลี่ยนแปลงทั้งหมด 3 ด้านใหญ่ๆ ได้แก่ การเปลี่ยนมุมมองการรับรู้ของตนเอง (Perceived changes in self) การเปลี่ยนการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น (A changed sense of relationships with others) และการเปลี่ยนแปลงในแง่ของปรัชญาชีวิต (A changed philosophy of life) ซึ่งจากการพัฒนามาตรวัด The Posttraumatic Growth Inventory (PTGI) ในปี 1996 พวกเขาได้แบ่งองค์ประกอบของความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจใหม่จาก 3 ด้านใหญ่เป็น 5 ด้านย่อย โดยด้านการเปลี่ยนมุมมองการรับรู้ของตนเอง (Perceived changes in self) แบ่งเป็น 2 ด้านย่อย ได้แก่ การค้นพบความเข้มแข็งในตนเอง (Personal strength) และการค้นพบโอกาสใหม่ๆ (New possibilities) ส่วนด้านการเปลี่ยนการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น (A changed sense of relationships with others) แบ่งได้เพียงด้านย่อยเดียว ได้แก่ การมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น (Relating to others) ในขณะที่ด้านการเปลี่ยนแปลงในแง่ของปรัชญาชีวิต (A changed philosophy of life) แบ่งเป็น 2 ด้านย่อย ได้แก่ การชื่นชมยินดีในชีวิต (Appreciation of life) และการเปลี่ยนแปลงทางจิตวิญญาณ (Spiritual change) โดยองค์ประกอบทั้งหมดมีรายละเอียดดังนี้

### 1. การเปลี่ยนมุมมองการรับรู้ของตนเอง (Perceived changes in self)

บุคคลที่เผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจและก้าวผ่านเหตุการณ์นั้นๆ มาได้ จะให้ข้อสรุปว่าตนเองเข้มแข็งมากขึ้น (Thomas, DiGiulio และ Sheehan, 1991) ก่อให้เกิดความมั่นใจในตนเอง ซึ่งจะขยายผลไปยังเหตุการณ์ต่างๆ ที่เข้ามาในชีวิต รวมถึงเหตุการณ์สะเทือนใจที่อาจจะเกิดขึ้นในอนาคตด้วย เป็นที่สังเกตว่าบุคคลที่ก้าวผ่านเหตุการณ์สะเทือนใจมาได้นั้นจะสามารถพึ่งพาตนเองได้เป็นอย่างดี การเปลี่ยนมุมมองการรับรู้ของตนเองแบ่งเป็น 2 องค์ประกอบย่อย ได้แก่

1.1 การค้นพบความเข้มแข็งในตนเอง (Personal strength) การรับรู้ความเข้มแข็งภายในตนเองเมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์ที่ยากลำบาก บุคคลจะเกิดการตระหนักรู้ว่าเหตุการณ์ร้ายๆ สามารถเกิดขึ้นได้ แต่ตนเองก็สามารถรับมือกับเหตุการณ์ดังกล่าวได้เช่นเดียวกัน

1.2 การค้นพบโอกาสใหม่ๆ (New possibilities) การค้นพบทางเลือกใหม่ หรือการได้เริ่มต้นเส้นทางใหม่ในชีวิต ซึ่งรวมถึงกิจกรรมและความสนใจใหม่ที่เกิดขึ้นจากความงอกงามด้วย

### 2. การเปลี่ยนการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น (A changed sense of relationships with others)

การเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจจะส่งผลให้บุคคลเปิดเผยตนเองมากยิ่งขึ้น และการเปิดเผยตนเองจะช่วยให้บุคคลได้รับโอกาสในการทดลองพฤติกรรมใหม่ๆ รวมถึงได้รับโอกาสในการรับความช่วยเหลืออย่างเหมาะสมจากคนรอบข้าง การรับรู้ถึงภาวะเปราะบางของตนเองและผู้อื่นจะช่วยให้บุคคลเปิดเผยอารมณ์ความรู้สึกมากขึ้น และเกิดความเต็มใจที่จะรับความช่วยเหลือ การเปลี่ยนการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นแบ่งเป็นองค์ประกอบย่อย ได้แก่

2.1 การมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น (Relating to others) การเปลี่ยนแปลงในความสัมพันธ์ที่มีความหมายลึกซึ้งกับผู้อื่นมากขึ้น บุคคลจะรับรู้ถึงความใกล้ชิดและความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกันจากคนรอบข้าง ซึ่งอาจเกิดขึ้นได้จากการมีประสบการณ์ร่วมกันกับผู้อื่น

### 3. การเปลี่ยนแปลงในแง่ของปรัชญาชีวิต (A changed philosophy of life)

ความเชื่อที่เกี่ยวข้องกับจิตวิญญาณอาจถูกสั่นคลอนจากเหตุการณ์สะเทือนใจ ความพยายามต่อสู้เพื่อทำความเข้าใจเหตุการณ์สะเทือนใจจะส่งผลให้ความเชื่อเข้มแข็งขึ้น (Andrykowski, 1992) และเมื่อตระหนักรู้ถึงความหมายของเหตุการณ์สะเทือนใจนั้นแล้ว จะเกิดการบรรเทาความทุกข์ทาง

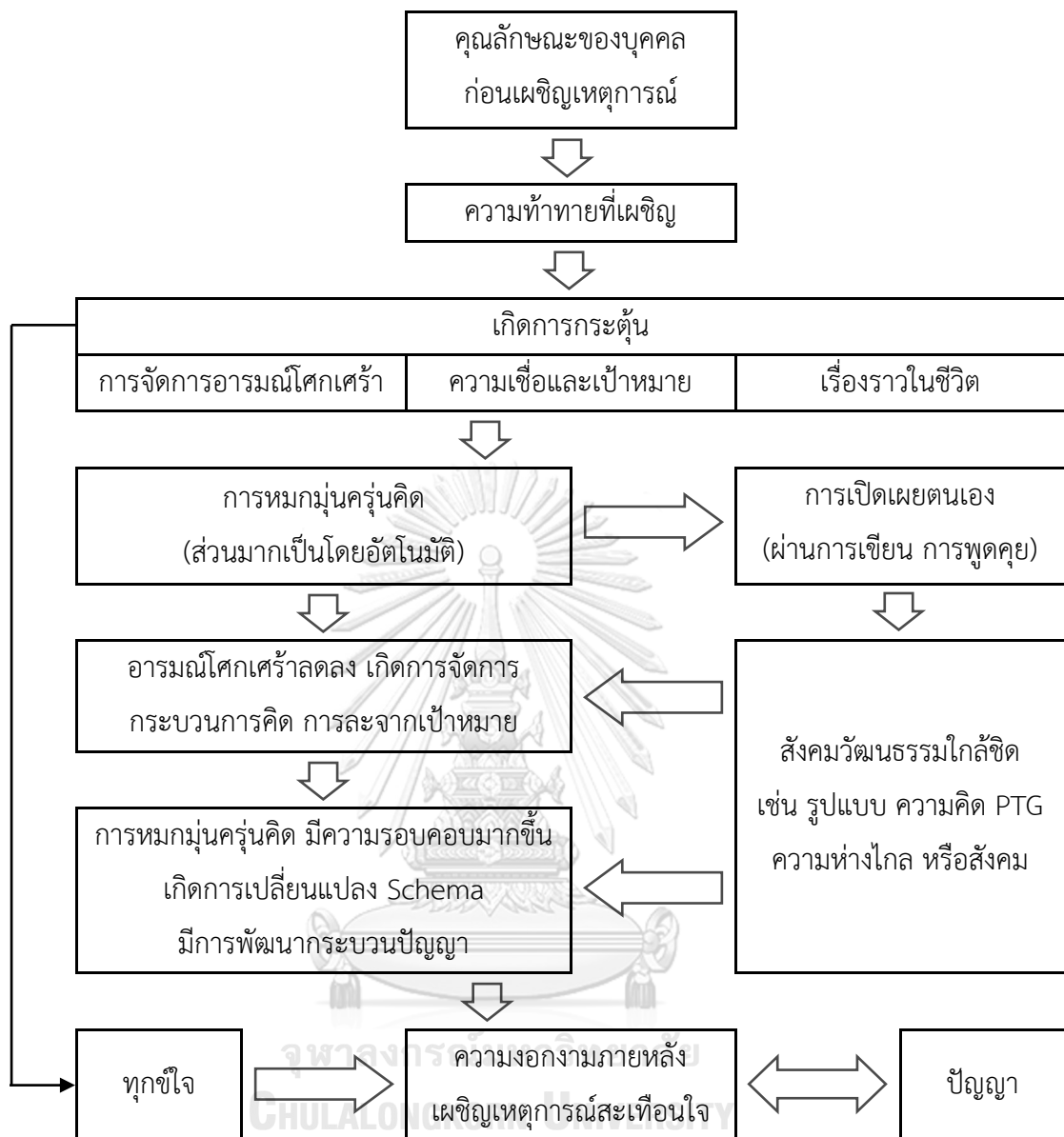
อารมณ์ และนำไปสู่ความเปลี่ยนแปลงด้านปรัชญาชีวิตในที่สุด (Janoff-Bulman, 1992; Taylor และ Brown, 1988) การเปลี่ยนแปลงในแง่ของปรัชญาชีวิตแบ่งเป็น 2 องค์ประกอบย่อย ได้แก่

3.1 การชื่นชมยินดีในชีวิต (Appreciation of life) การตระหนักรู้คุณค่าในชีวิตของตนเองเพิ่มมากขึ้น บุคคลจะให้คุณค่าหรือความสำคัญกับสิ่งต่างๆ ในชีวิตใหม่ และรู้สึกชอบคุณในสิ่งที่ตนเองมีหรือสิ่งเล็กๆ น้อยๆ เช่น รอยยิ้มของเด็ก หรือการใช้เวลาอยู่กับเด็กเล็กๆ เป็นต้น

3.2 การเปลี่ยนแปลงทางจิตวิญญาณ (Spiritual change) การตระหนักรู้ความหมายในชีวิต บุคคลจะมีความพึงพอใจในชีวิตมากยิ่งขึ้นและเกิดการเปลี่ยนมุมมองทางจิตวิญญาณ เช่น การเข้าใจชีวิต หรือการมีความเชื่อทางศาสนาที่เพิ่มมากขึ้น เป็นต้น

### 3.3 กระบวนการเกิดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

กระบวนการเกิดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจประกอบไปด้วยหลายปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ไม่ว่าจะเป็นบุคลิกภาพของบุคคลและวิธีการจัดการกับความทุกข์ใจ กระบวนการทางความคิด การเปิดเผยอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายหลังเผชิญภาวะวิกฤต รวมถึงการตอบสนองของผู้อื่นเมื่อได้รับรู้ถึงการเปิดเผยตนเองดังกล่าว เพื่อความเข้าใจที่เพิ่มมากขึ้น ผู้วิจัยขออธิบายองค์ประกอบของแผนภาพกระบวนการ ดังต่อไปนี้



ภาพที่ 2 กระบวนการเกิดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ  
(Tedeschi และ Calhoun, 2004; เอกธิตา ดวงอุไร, 2558)

บุคลิกภาพของบุคคลบางประการ เช่น บุคลิกภาพแบบเปิดเผย (Extraversion) บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ (Openness to experience) รวมถึงการมองโลกในแง่ดี (Optimism) ช่วยเพิ่มโอกาสให้บุคคลประสบกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ เมื่อเกิดเหตุการณ์สะเทือนใจเข้ามาคุกคามและหักล้างกรอบแนวคิดที่บุคคลใช้ทำความเข้าใจสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิต บุคคลจะต้องเผชิญกับความทุกข์ใจและอารมณ์ที่ท่วมท้น กระบวนการทางความคิดที่หนักหน่วงของบุคคลก็จะเกิดขึ้นตามมา ซึ่งกระบวนการทางความคิดดังกล่าวจะทำการปรับโครงสร้าง

ความคิดของบุคคล และเป็นปัจจัยสำคัญของการเกิดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ นอกจากนี้ การเปิดเผยตนเองของบุคคลและการได้รับการยอมรับจากสังคมและคนรอบข้างก็ส่งผลต่อความงอกงามเช่นเดียวกัน ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจมีความเชื่อมโยงกับความเข้าใจชีวิต ทำให้บุคคลเกิดการปรับปรุงและพัฒนาตนเองเพิ่มขึ้นจากในอดีต

### 3.3.1 คุณลักษณะของบุคคลกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

คุณลักษณะของบุคคลประกอบด้วย 3 ปัจจัยได้แก่ บุคลิกภาพของบุคคล (Personality characteristics) การจัดการกับความทุกข์ใจ (Managing distressing emotions) และการได้รับการสนับสนุนทางสังคมและการเปิดเผยตัวตน (Support and disclosure) โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

#### 1. บุคลิกภาพของบุคคล (Personality characteristics)

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจและบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบโดยใช้ NEO Personality Inventory (Costa และ McCrae, 1992) พบว่า บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบเปิดเผย (Extraversion) และบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ (Openness to experience) มีความสัมพันธ์กับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจในระดับปานกลาง นอกจากนี้ การมองโลกในแง่ดี (Optimism) ก็มีความสัมพันธ์กับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจในระดับปานกลางเช่นกัน

#### 2. การจัดการกับความทุกข์ใจ (Managing distressing emotions)

ภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ บุคคลจะแสวงหาหนทางเพื่อรับมือกับความรู้สึกทุกข์ใจในช่วงแรก ซึ่งส่งผลให้จิตใจอ่อนแอลง และกระบวนการทางความคิดที่หนักหน่วงจะเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ ถ้ากระบวนการทางความคิดของบุคคลมีประสิทธิภาพ จะช่วยให้เกิดการปรับเปลี่ยนมุมมองและเกิดการเข้าใจชีวิต ก่อให้เกิดประสบการณ์ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ซึ่งกระบวนการทางความคิดดังกล่าวอาจใช้เวลาานาน

#### 3. การได้รับการสนับสนุนทางสังคมและการเปิดเผยตัวตน (Support and disclosure)

การได้รับการสนับสนุนจากผู้อื่นช่วยให้เกิดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจได้มากขึ้น โดยเป็นวิธีการที่จะช่วยให้คุณได้ผสมผสานมุมมองใหม่ๆ กับกรอบแนวคิดทางความเชื่อที่เปลี่ยนแปลงไป (Nei meyer, 2001; Tedeschi และ Calhoun, 1996)

### 3.3.2 กระบวนการทางความคิดและความงอกงาม (Cognitive processing and growth)

ในกระบวนการเกิดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจนั้น บุคคลจะต้องเผชิญกับความยากลำบากในการละทิ้งเป้าหมายและกรอบแนวคิดเดิมที่ขาดความสอดคล้องกลมกลืน ในขณะเดียวกัน บุคคลจะต้องพยายามสร้างเป้าหมายและกรอบแนวคิดใหม่ที่มีความเหมาะสมขึ้นทดแทน กระบวนการทางความคิดดังกล่าวจะทำการปรับโครงสร้างความคิดของบุคคล และเป็นปัจจัยสำคัญของการเกิดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

### 3.3.3 การหมกมุ่นครุ่นคิดหรือกระบวนการทางความคิด (Rumination or cognitive processing)

เมื่อบุคคลเกิดกระบวนการทางความคิดผ่านไปช่วงระยะเวลาหนึ่ง ความเปลี่ยนแปลงภายในบุคคลจะยิ่งเด่นชัดมากขึ้น ในช่วงแรก บุคคลที่เผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจจะหมกมุ่นครุ่นคิด และมีอาการมองเห็นภาพหรือมีความคิดที่ไม่สามารถควบคุมได้ ซึ่งเป็นเรื่องยากสำหรับบุคคลที่จะมองหาส่วนดีจากเหตุการณ์ร้ายๆ ที่เกิดขึ้น การหมกมุ่นครุ่นคิดนั้นนอกจากเป็นกระบวนการทางความคิดในเชิงลบแล้ว ยังรวมถึงการพยายามทำความเข้าใจสิ่งต่างๆ (Making sense) การคิดแก้ปัญหา (Problem solving) การระลึกถึง (Reminiscent) และการคาดคะเน (Anticipating) อีกด้วย การทำความเข้าใจกระบวนการทางความคิดที่เกิดขึ้นภายในบุคคล ถือเป็นส่วนสำคัญในการทำความเข้าใจภาวะงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

### 3.3.4 ความงอกงาม กระบวนการทางความคิด และการเปิดเผยตนเอง (Growth, cognitive processing, and disclosure)

กระบวนการทางความคิดที่จะนำไปสู่ความงอกงามของบุคคล สามารถเกิดขึ้นได้ด้วยการเปิดเผยตนเองของบุคคลในสภาพแวดล้อมที่เกื้อหนุน ซึ่งการสนับสนุนจากสังคมและคนรอบข้างเป็นปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดการส่งเสริมกระบวนการทางความคิด และเอื้อให้เกิดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ แต่ในทางกลับกัน เมื่อบุคคลเปิดเผยตนเองและได้รับการตอบสนองในทางลบ จะส่งผลให้บุคคลเกิดการคิดใคร่ครวญที่ไม่เป็นประโยชน์ (Unproductive ruminations) ซึ่งไม่เอื้อให้เกิดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

### 3.3.5 ปัญญาและการพัฒนาเรื่องราวชีวิต (Wisdom and narrative development)

บุคคลที่ประสบกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ มีแนวโน้มที่จะเกิดปัญญาซึ่งเกี่ยวข้องกับความเข้าใจชีวิต และเกิดการพัฒนากลอบแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของตนเอง

การพยายามต่อสู้กับภาวะวิกฤตสามารถนำไปสู่การปรับปรุงเรื่องราวในชีวิต ควบคู่ไปกับการเกิดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ (McAdams, 1993)

#### 4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ สัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ โดยงานวิจัยเรื่องแรกเป็นการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพในการปรึกษา พบว่ามีงานวิจัยที่ศึกษาวิจัยด้วยการอภิวิเคราะห์เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในการปรึกษา และผลลัพธ์ของการเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดย Horvath และ Symonds (1991) ที่ทำการวิเคราะห์งานวิจัยทั้งหมด 24 งานที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ดังกล่าวถูกคัดเลือกจากฐานข้อมูล PsycInfo, MedLine, Dissertation Abstracts และ The Educational Resources Information Center ซึ่งมีเกณฑ์ในการคัดเลือกดังนี้ (1) ตัวแปรที่ใช้ในงานวิจัยต้องเป็น สัมพันธภาพในการปรึกษา (Working alliance) สัมพันธภาพในการให้ความช่วยเหลือ (Helping alliance) หรือ สัมพันธภาพในกระบวนการบำบัด (Therapeutic alliance) (2) งานวิจัยต้องรายงานความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในการปรึกษาและผลลัพธ์บางประการที่ประเมินได้ในภายหลัง (3) งานวิจัยเป็นงานวิจัยทางคลินิก (4) กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยต้องมีความหลากหลาย และมีคุณสมบัติมากกว่าจะเป็นเพียงกรณีศึกษา และ (5) งานวิจัยเกี่ยวข้องกับการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในรูปแบบรายบุคคลเท่านั้น ผลการวิจัยพบว่า สัมพันธภาพในการปรึกษาสามารถพยากรณ์ผลลัพธ์ของการเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าเป็นการรับรู้สัมพันธภาพในมุมมองของผู้รับบริการ โดยสัมพันธภาพในการปรึกษานั้นมีความสัมพันธ์กับผลลัพธ์ของการเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในระดับปานกลาง และความสัมพันธ์ของทั้งสองตัวแปรมีความคงที่โดยไม่คำนึงถึงปัจจัยอื่นๆ ที่ส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์นี้ได้แก่ รูปแบบของการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ระยะเวลาในการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา แหล่งที่มาของงานวิจัย และจำนวนกลุ่มตัวอย่างภายในงานวิจัย นอกจากนี้ การวิจัยยังพบว่า การประเมินสัมพันธภาพในการปรึกษาในช่วงต้นของการรับบริการ (การรับบริการปรึกษาครั้งที่ 1-5) มีความใกล้เคียงกันกับการประเมินสัมพันธภาพในการปรึกษาในช่วงท้ายของการรับบริการ แต่การประเมินสัมพันธภาพในการปรึกษาคิดโดยเฉลี่ยรวมทุกครั้งที่เข้ารับบริการ อาจไม่ใช่ตัวบ่งชี้ที่ดีในการพยากรณ์ผลลัพธ์ของการเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

นอกจากนี้ ผู้วิจัยพบตัวอย่างการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพในการปรึกษา ในผู้รับบริการที่พบภาวะสะเทือนใจและเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในรูปแบบออนไลน์ โดย Knaevelsrud และ Maercker (2006) ได้ศึกษากลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 91 คน (48 คนในกลุ่มทดลอง

และ 43 คนในกลุ่มควบคุม) ซึ่งผู้รับบริการได้รับการเชิญชวนจากการโฆษณาผ่านทางวิทยุ หนังสือพิมพ์ และบนอินเทอร์เน็ต มีเกณฑ์ในการคัดเลือก ดังนี้ (1) ผู้รับบริการได้เผชิญเหตุการณ์ สะเทือนใจเป็นเวลาอย่างน้อย 1 เดือนก่อนการเข้ารับบริการ รวมถึงผ่านเกณฑ์ที่ระบุในคู่มือ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders ฉบับที่ 4 (American Psychiatric Association, 1994) (2) อายุ 18 ปีขึ้นไป (3) ไม่ถูกประเมินว่ามีภาวะโรคทางจิต (4) ไม่ติดสุราหรือ ใช้สารเสพติด (5) ไม่มีอาการของโรคทางประสาท (6) สามารถใช้ภาษาเยอรมันได้อย่างชำนาญ และ (7) ไม่ได้เข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาจากแหล่งอื่น เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยชิ้นนี้คือมาตรวัด Working Alliance Inventory (WAI) เพื่อประเมินสัมพันธภาพในการปรึกษา ผลการวิจัยพบว่า สัมพันธภาพในการปรึกษาในมุมมองของผู้รับบริการและผลลัพธ์ของการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ในรูปแบบออนไลน์มีความสัมพันธ์กันทางบวก แต่ไม่ถึงระดับนัยสำคัญ ผู้ศึกษาเรื่องนี้ได้ให้คำอธิบาย ต่อผลการวิจัยดังกล่าวว่า ผู้รับบริการประเมินระดับสัมพันธภาพในการปรึกษาไว้สูงและไม่มีความ แตกต่างกัน อาจเกิดขึ้นได้จากการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเอง หรือการคัดเลือกผ่านอินเทอร์เน็ต ซึ่ง ผู้รับบริการอาจรู้สึกสบายใจกับการใช้สื่อดังกล่าวอยู่แล้ว อย่างไรก็ตามงานชิ้นนี้ยังมีข้อจำกัดคือกลุ่ม ตัวอย่างที่มีขนาดเล็ก และอาจส่งผลต่ออำนาจทดสอบทางสถิติในงานวิจัย

สำหรับการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์องค์ประกอบความงอกงามภายหลังเผชิญ เหตุการณ์สะเทือนใจในประเทศไทยนั้น จากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า มีการศึกษาใน บุคลากรสาธารณสุขชาวไทยในสามจังหวัดชายแดนใต้ โดยอิทธิพล สูงแข็ง และณัฐภูมิ อรินทร์ (2557) วัตถุประสงค์ของการศึกษาเพื่อตรวจสอบความตรงเชิงภาวะสันนิษฐานของมาตรวัดความงอก งามทางจิตใจภายใต้เหตุการณ์ความไม่สงบกับข้อมูลเชิงประจักษ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นบุคลากร สาธารณสุขในสามจังหวัดชายแดนใต้ที่มีประสบการณ์ทำงานในพื้นที่อย่างน้อย 6 เดือน โดย ดำเนินการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน ดังนี้ (1) สุ่มอย่างง่ายโรงพยาบาลสังกัดรัฐทุกระดับ ได้ โรงพยาบาล 26 แห่ง (2) สุ่มแผนกหรือหอผู้ป่วยโดยการจับสลากในแต่ละโรงพยาบาล ได้ 130 แผนก และ (3) สุ่มบุคลากรสาธารณสุขในแต่ละแผนกหรือหอผู้ป่วย ได้ 650 คน สุดท้ายได้แบบสอบถาม กลับคืนจำนวน 510 ชุด ผลการวิจัยพบว่า การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของมาตรวัดความงอก งามทางจิตใจภายใต้เหตุการณ์ความไม่สงบมีองค์ประกอบทั้งหมด 5 ด้านสอดคล้องกับข้อมูลเชิง ประจักษ์ และมีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างของงานวิจัย

การศึกษาต่อมาที่เกี่ยวข้องกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ คือ การศึกษาของ Taku และคณะ (2007) ที่ศึกษาองค์ประกอบความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์ สะเทือนใจ รวมถึงความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบของเหตุการณ์เครียดในชีวิต ระยะเวลาที่เกิด



เหตุการณ์เครียด และความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจในนักศึกษามหาวิทยาลัยชาวญี่ปุ่น จำนวนทั้งหมด 312 คน อายุของกลุ่มตัวอย่างตั้งแต่ 18-25 ปี อายุเฉลี่ยเท่ากับ 19.82 ปี ( $SD = 1.13$ ) ผลการศึกษาพบว่า องค์ประกอบความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจในนักศึกษามหาวิทยาลัยชาวญี่ปุ่นมีทั้งหมด 4 องค์ประกอบ ได้แก่ (1) การมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น (Relating to others) (2) การค้นพบโอกาสใหม่ๆ (New possibilities) (3) การค้นพบความเข้มแข็งในตนเอง (Personal strength) และการเปลี่ยนแปลงทางจิตวิญญาณและชื่นชมยินดีในชีวิต (4) (Spiritual change and appreciation of life) และผลการศึกษาความสัมพันธ์ พบว่า รูปแบบเหตุการณ์เครียดในชีวิตส่งผลให้เกิดภาวะงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจแตกต่างกัน โดยนักศึกษาที่เผชิญเหตุการณ์เครียดจากความสัมพันธ์ (Relationship) จะส่งผลให้เกิดองค์ประกอบการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น (Relating to others) สูงกว่านักศึกษาที่เผชิญเหตุการณ์เครียดจากการเรียน (School) ส่วนนักศึกษาที่เผชิญเหตุการณ์เครียดจากการสูญเสีย (Bereavement) จะส่งผลให้เกิดองค์ประกอบการเปลี่ยนแปลงทางจิตวิญญาณและชื่นชมยินดีในชีวิต (Spiritual change and appreciation of life) สูงกว่านักศึกษาที่เผชิญเหตุการณ์เครียดที่ส่งผลกระทบต่อตนเอง (Self) เหตุการณ์เครียดที่เกิดขึ้นภายในครอบครัว (Family) เหตุการณ์เครียดจากการเรียน (School) และเหตุการณ์เครียดจากความสัมพันธ์ (Relationship) สำหรับความสัมพันธ์ระหว่างระยะเวลาที่เกิดเหตุการณ์เครียดในชีวิตและความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ พบว่า มีความสัมพันธ์ไม่ถึงระดับนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งผู้ศึกษาเรื่องนี้ได้ให้คำอธิบายต่อผลการวิจัยดังกล่าวว่า ความงอกงามจะไม่เกิดขึ้นตามอัตโนมัติเมื่อเวลาผ่านไป อาจจะต้องมีปัจจัยบางประการที่ส่งผลให้เกิดภาวะนี้ขึ้น เช่น การมีวิธีจัดการกับปัญหาที่มีประสิทธิภาพ หรือการได้รับความช่วยเหลือจากคนรอบข้าง เป็นต้น

เช่นเดียวกับงานวิจัยของ Cadell, Regehr และ Hemsworth (2003) ที่ศึกษาโครงสร้างของปัจจัยที่ก่อให้เกิดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจในผู้ดูแลผู้ป่วยที่ติดเชื้อ HIV และเอดส์ที่เสียชีวิตแล้วในประเทศแคนาดา จำนวนทั้งหมด 174 คน อายุของกลุ่มตัวอย่างอยู่ที่ 19-79 ปี อายุเฉลี่ยเท่ากับ 40.5 ปี ( $SD = 11.4$ ) ระยะเวลาหลังจากการสูญเสียตั้งแต่ 1 เดือนถึง 18 ปี ผลการวิเคราะห์ห้วงองค์ประกอบเชิงยืนยันในแต่ละส่วนของโครงสร้าง พบว่า การสนับสนุนจากคนรอบข้างเป็นตัวแปรต้นที่ส่งผลให้เกิดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ กล่าวคือ เมื่อบุคคลได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้างเพิ่มขึ้น ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจเมื่อเกิดการปรับตัวจะมากขึ้นตามไปด้วยเช่นกัน

ข้อมูลจากงานวิจัยข้างต้นชี้ให้เห็นว่า การได้รับความช่วยเหลือหรือการสนับสนุนจากคนรอบข้าง เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลให้เกิดความงอกงามภายหลังเหตุการณ์สะเทือนใจได้ การรับบริการปรึกษา

เชิงจิตวิทยา ก็เป็นหนึ่งในปัจจัยที่มีบทบาทในการช่วยเหลือและสนับสนุนผู้รับบริการ อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยยังไม่พบงานวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงาม ภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ดังกล่าว

นอกเหนือจากงานวิจัยของ Tedeschi และ Calhoun (2004) ที่ระบุว่า บุคคลที่มีบุคลิกภาพ แบบเปิดเผย (Extraversion) และบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ (Openness to experience) มีความสัมพันธ์กับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจในระดับปานกลาง การศึกษาอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ และความงอก งามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ คือการศึกษาของ Shakespeare-Finch และคณะ (2005) ที่ ศึกษาในบุคลากรบริการการแพทย์ฉุกเฉินในประเทศออสเตรเลีย การศึกษาของ Garnefski และคณะ (2008) ที่ศึกษาในผู้ป่วยโรคกล้ามเนื้อหัวใจตายในประเทศเนเธอร์แลนด์ และการศึกษาของ Karanci และคณะ (2012) ที่ศึกษาในผู้ประสบเหตุการณ์แผ่นดินไหวในประเทศตุรกี ผลการศึกษาสามารถสรุป ได้ว่า บุคลิกภาพที่แตกต่างกัน มีความสัมพันธ์กับกระบวนการเกิดความงอกงามภายหลังเผชิญ เหตุการณ์สะเทือนใจที่แตกต่างกัน ดังเช่นการศึกษาของ Shakespeare-Finch และคณะ (2005) ที่ ระบุว่า บุคลิกภาพแบบเปิดเผย (Extraversion) บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ (Openness to experience) บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม (Agreeableness) และบุคลิกภาพแบบมี จิตสำนึก (Conscientiousness) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์ สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญ ส่วนการศึกษาของ Garnefski และคณะ (2008) รายงานว่า บุคลิกภาพ แบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ (Neuroticism) มีความสัมพันธ์ทางลบกับความงอกงามภายหลังเผชิญ เหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญ ในขณะที่บุคลิกภาพแบบเปิดเผย (Extraversion) และ บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก (Conscientiousness) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลัง เผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญ และการศึกษาของ Karanci และคณะ (2012) ที่พบว่า บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ (Openness to experience) บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม (Agreeableness) และบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก (Conscientiousness) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับ ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญ ทั้งนี้ ผลการศึกษาของแต่ละ งานวิจัยจะมีความแตกต่างกันไปตามแต่ละกลุ่มตัวอย่าง

กล่าวโดยสรุปจากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า บุคลิกภาพจากทฤษฎีบุคลิกภาพ แบบห้าองค์ประกอบ มีความสัมพันธ์กับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ อย่างไรก็ตาม ผลการวิจัยในความสัมพันธ์ดังกล่าวมีความหลากหลาย และยังไม่เคยศึกษาในประเทศไทย นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังไม่พบงานวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในการปรึกษา และความ

งอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์  
ระหว่างบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ สัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงามภายหลังเผชิญ  
เหตุการณ์สะเทือนใจ



### บทที่ 3

#### วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (ได้แก่ แบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย แบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ แบบคล้อยตาม และแบบมีจิตสำนึก) สัมพันธภาพในการปรึกษา และความมอกลงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ในผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยมีรายละเอียดและวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

#### กลุ่มตัวอย่างและพื้นที่ในการศึกษา

ประชากร คือ ผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาชาวไทย

กลุ่มตัวอย่าง คือ บุคคลทั่วไปทั้งเพศชายและหญิงที่มีอายุระหว่าง 18 ถึง 60 ปี ที่มีประสบการณ์การรับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ด้วยประเด็นการปรับตัวต่อเหตุการณ์เครียดที่สะเทือนใจ จำนวน 132 คน โดยกลุ่มตัวอย่างผ่านเกณฑ์การคัดเลือก ดังนี้

เกณฑ์คัดเข้า ได้แก่

1. เป็นชายและหญิงที่มีอายุระหว่าง 18 ถึง 60 ปี
2. เป็นผู้ที่ได้รับการบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยารูปแบบรายบุคคลเสร็จสิ้นแล้ว โดยไม่จำกัดจำนวนครั้ง
3. เป็นผู้รับบริการที่รายงานตนเองว่าเคยเผชิญเหตุการณ์เครียดที่รบกวนใจ ส่งผลต่อความเชื่อมั่นในตนเอง หรือก่อให้เกิดความสะเทือนใจ ไม่ว่าจะเป็น (1) เหตุการณ์สะเทือนใจในเรื่องต่างๆ ที่ส่งผลต่อความเชื่อมั่นในตนเองหรือการใช้ชีวิต เช่น การสอบตก มีปัญหาทางการเรียนหรือการทำงาน สมาชิกในครอบครัวหรือคนสำคัญในชีวิตเสียชีวิต ความเจ็บป่วยของตนเองหรือสมาชิกในครอบครัว เป็นต้น หรือ (2) เหตุการณ์สะเทือนใจในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เช่น การเลิกกับคนรัก การทะเลาะไม่ลงรอยกันของคนในบ้าน มีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อนหรือเพื่อนร่วมงาน การหย่าร้างของบิดามารดา เป็นต้น
4. มีความสมัครใจในการเข้าร่วมโครงการวิจัย

เกณฑ์คัดออก ได้แก่ ผู้ที่ได้รับการวินิจฉัยว่ามีอาการเจ็บป่วยด้วยโรคทางจิตเวช เช่น โรควิตกกังวล หรือโรคซึมเศร้า เป็นต้น

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้คัดเลือกผู้ที่เคยมีประสบการณ์ได้รับการบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยารูปแบบรายบุคคล และผ่านเกณฑ์การคัดเลือกข้างต้น โดยใช้วิธีคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบตามเกณฑ์ (Purposive sampling) ด้วยการติดต่อผ่านผู้แนะนำเข้าสู่แหล่งข้อมูล (Gate keeper) ซึ่งเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาในหน่วยงานที่ให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของสถาบันการศึกษา หรือหน่วยงานที่ให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาภาคเอกชน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยนี้ ไม่มีกลุ่มตัวอย่างที่เก็บข้อมูลจากโรงพยาบาล

การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยอ้างอิงถึงข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ (Multiple regression analysis) ที่กำหนดเกณฑ์ว่า ตัวแปร 1 ตัวควรมีการสุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 20 คน ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยทำการศึกษาตัวแปรอิสระทั้งหมด 6 ตัวแปร คือ บุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (ได้แก่ แบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย แบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ แบบคล้อยตาม และแบบมีจิตสำนึก) และสัมพันธภาพในการปรึกษา จึงมีเกณฑ์ขั้นต่ำในการกำหนดกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย คือจำนวนรวมต้องไม่ต่ำกว่า 120 คน ผู้วิจัยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 132 คน โดยผู้วิจัยได้คัดกรองแบบสอบถามที่มีการตอบสมบูรณ์จำนวน 132 ชุด จากทั้งหมด 136 ชุด ซึ่งมี 4 ชุดที่ไม่ผ่านเกณฑ์คัดเข้า เนื่องจากเป็นแบบสอบถามที่ผู้ตอบมีคุณสมบัติไม่ครบ เช่น การไม่ประสบเหตุการณ์สะเทือนใจตามเกณฑ์คัดเลือกที่กำหนด เป็นต้น และไม่มีแบบสอบถามชุดใดที่ถูกคัดออก

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วยแบบสอบถามส่วนบุคคล มาตรฐานบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (Big Five Inventory) มาตรฐานสัมพันธภาพในการปรึกษา (Working Alliance Inventory) และมาตรฐานความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ (The Posttraumatic Growth Inventory) ดังนี้

**1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล** ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมงานวิจัย ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ จำนวนครั้งที่เข้ารับบริการปรึกษา การรับรู้ปัญหาว่าเหตุการณ์ที่ประสบเป็นเหตุการณ์เครียด ระยะเวลาหลังจากเผชิญเหตุการณ์เครียด และระยะเวลาหลังจากเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยมีรูปแบบการตอบเป็นตัวเลือกและรูปแบบเติมคำในช่องว่าง

**2. มาตรฐานบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (Big Five Inventory)** คือมาตรฐานที่สร้างขึ้นเพื่อประเมินการรับรู้คุณลักษณะโดยทั่วไปของตนเอง แบ่งออกเป็น 5 องค์ประกอบ ซึ่งพัฒนาโดย

คัคนางค์ มณีศรี (2553 อ้างถึงใน กัญฐิกา บรรลือ, 2553; ขเคนทร์ วรรณศิริ, 2554) จากมาตรวัด Big Five Inventory ของ Benet-Martinez และ John (1998) เป็นมาตรวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง (Self-report) มีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า (Likert scale) 5 ระดับ ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งหมด 60 ข้อ โดยผู้ตอบเป็นผู้ประเมินตนเองว่าข้อคำถามนั้นตรงกับความรู้สึกของตนเองมากน้อยเพียงใด โดยมีระดับตั้งแต่ (1) ไม่ตรงกับฉันที่สุด ไปจนถึง (5) ตรงกับฉันที่สุด คะแนนของมาตรวัดนี้แต่ละด้านจะมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 1-5 ซึ่งการแปลผลจะมีเกณฑ์เปรียบเทียบคะแนนดังนี้ หากค่าเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 1-2.5 ถือว่าอยู่ในเกณฑ์ต่ำ หากค่าเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 2.6-3.5 ถือว่าอยู่ในช่วงปานกลาง และหากค่าเฉลี่ยสูงกว่า 3.6 ขึ้นไป ถือว่าอยู่ในเกณฑ์สูง

ขั้นตอนการพัฒนามาตรวัดบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ คัคนางค์ มณีศรี (2553 อ้างถึงใน กัญฐิกา บรรลือ, 2553) แปลมาตรวัดจากภาษาอังกฤษและดัดแปลงข้อคำถามจำนวน 100 ข้อ แบ่งเป็นองค์ประกอบละ 20 ข้อ ต่อมา มาตรวัดดังกล่าวถูกนำไปทดลองใช้กับนิสิตระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 325 คน โดยวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งหมด (CITC: Corrected item-total correlation) หลังจากนั้นจึงทดสอบค่าที (t-test) ด้วยวิธีการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มคะแนนสูงกับกลุ่มคะแนนต่ำ หาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) และวิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor analysis) เพื่อตรวจสอบความตรงของมาตรวัด ผลการทดสอบพบว่า ข้อคำถามทุกข้อมีคะแนนของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติทางเดียว ที่ระดับ .05 ค่า CITC สูงกว่าค่าวิกฤต  $r$  ทุกข้อ ค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน โดยวิธีการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) ของแต่ละองค์ประกอบ เท่ากับ .85, .89, .82, .77 และ .87 และผลการพิจารณาค่าน้ำหนักประจุ (Factor loading) ข้อคำถามที่ไม่ได้มีน้ำหนักสูงสุดตามองค์ประกอบจะถูกตัดออก จึงเหลือข้อคำถามที่ผ่านการวิเคราะห์องค์ประกอบจำนวน 86 ข้อ หลังจากนั้นจึงทำการตัดข้อคำถามออกให้แต่ละองค์ประกอบมีข้อคำถามจำนวนเท่ากัน โดยคัดเลือกจากค่า CITC ที่มีค่าสูงสุดในแต่ละองค์ประกอบ สุดท้ายจึงเหลือข้อคำถามจำนวนทั้งสิ้น 60 ข้อ แบ่งเป็นองค์ประกอบละ 12 ข้อ

ผลการนำมาตรวัดไปใช้ในกลุ่มตัวอย่างผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาชาวไทย และการตรวจสอบคุณสมบัติทางจิตมิติเบื้องต้น หลังจากที่ถูกวิจัยนำมาตรวัดบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ ไปใช้เก็บข้อมูลในกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 132 คน จากนั้นได้วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งหมด (CITC: Corrected item-total correlation) คำนวณค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัด ด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา

ของครอนบาค (Cronbach's alpha) พบว่า ข้อคำถามมีค่า CITC อยู่ในช่วง .05-.76 รวมถึงมาตรวัดมีความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของแต่ละองค์ประกอบ เท่ากับ .84, .91, .73, .71 และ .89

**3. มาตรวัดสัมพันธภาพในการปรึกษา ฉบับย่อ: สำหรับผู้รับบริการ (Working Alliance Inventory - Short Form: Client Version)** คือมาตรวัดที่สร้างขึ้นเพื่อประเมินคุณสมบัติของสัมพันธภาพในการปรึกษาภายในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาจากมาตรวัด Working Alliance Inventory - Short Form: Client Version ของ Tracey และ Kokotovic (1989) เป็นมาตรวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง (Self-report) มีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า (Likert scale) 5 ระดับ ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งหมด 16 ข้อ โดยผู้ตอบเป็นผู้ประเมินตนเองว่าข้อคำถามนั้นตรงกับประสบการณ์ของตนเองมากน้อยเพียงใด โดยมีระดับตั้งแต่ (1) ไม่ตรงอย่างยิ่ง ไปจนถึง (5) ตรงอย่างยิ่ง ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้พัฒนามาตรวัดให้เหมาะสมกับการนำไปใช้ในผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาชาวไทย ดังขั้นตอนต่อไปนี้

1) กำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการ ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพในการปรึกษา ตามแนวคิดของ Tracey และ Kokotovic (1989)

2) ผู้วิจัยแปลข้อคำถาม จากมาตรวัด Working Alliance Inventory - Short Form: Client Version ของ Tracey และ Kokotovic (1989) เป็นภาษาไทย เพื่อให้บริบทของข้อคำถามมีความเหมาะสมที่จะใช้กับผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาชาวไทย

3) ผู้วิจัยนำข้อคำถามที่ได้ปรับปรุงไปตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา ด้วยการคำนวณค่าความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์หรือนิยาม (IOC: Item Objective Congruence Index) โดยผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญและมีประสบการณ์ในการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในผู้รับบริการชาวไทย จำนวน 3 ท่าน พบว่าข้อคำถามที่มีค่า IOC มากกว่า หรือเท่ากับ .66 มีจำนวน 15 ข้อ ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถาม 4 ข้อที่ผู้วิจัยสร้างเพิ่มเติมเพื่อให้เหมาะสมกับบริบทสังคมไทยตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ส่วนอีก 1 ข้อที่มีค่า IOC เท่ากับ 0 ผู้วิจัยได้ทำการปรับสำนวนภาษาใหม่ดังที่แสดงในตารางที่ 6

4) ผู้วิจัยนำข้อคำถามที่ได้จัดทำเป็นชุดเครื่องมือ และนำไปทดลองใช้ (Try out) กับผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จำนวน 132 คน และนำผลจากการทดลองใช้ที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อประเมินคุณภาพรายข้อ ด้วยวิธีการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งชุด (CITC: Corrected item-total correlation) โดยมีเกณฑ์การคัดเลือก คือ ข้อคำถามจะต้องมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สูงกว่าค่าวิกฤต  $r$  ( $r = .22, df = 130,$

$p < .01$ ) พบว่า ข้อคำถามทุกข้อมีค่า CITC สูงกว่าค่าวิกฤต  $r$  ทั้งรายด้านและทั้งฉบับ ดังที่แสดงในตารางที่ 6

5) ผู้วิจัยคำนวณหาค่าความเที่ยงของมาตรวัด (Reliability) โดยนำข้อคำถามในแต่ละด้านและทั้งฉบับมาวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน (Internal consistency) ด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) พบว่า มาตรวัดนี้มีความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัดทั้งฉบับ เท่ากับ .88 โดยมีรายด้าน เท่ากับ .64, .72 และ .73 ดังที่แสดงในตารางที่ 6

ตารางที่ 6

คุณภาพข้อคำถามรายข้อและรายด้านของมาตรวัด (ทั้งฉบับ  $\alpha = .88$ )

ข้อ	ข้อคำถาม	Mean (SD)	IOC	CITC รายด้าน	CITC ทั้งฉบับ	หมายเหตุ
ด้านที่ 1 การตกลงร่วมกันเกี่ยวกับเป้าหมายของการศึกษาเชิงจิตวิทยา $\alpha = .64$						
4	นักจิตวิทยาการปรึกษาไม่ เข้าใจจุดมุ่งหมายในการรับ บริการปรึกษาของฉัน	1.93 (1.11)	1	.46	.46	คัดเลือก
6	นักจิตวิทยาการปรึกษา และฉันทำงานไปสู่ เป้าหมายที่ตกลงร่วมกัน	4.07 (.80)	1	.43	.64	คัดเลือก
10	นักจิตวิทยาการปรึกษา และฉัน มีความคิดเห็นที่ แตกต่างกันว่าอะไรคือ ปัญหาของฉัน	2.38 (1.19)	.66	.37	.44	คัดเลือก
11	นักจิตวิทยาการปรึกษา และฉันสร้างความเข้าใจที่ ดี ว่าควรจะสร้างความ เปลี่ยนแปลงใดที่จะส่งผลดี กับฉัน	4.16 (.72)	.66	.40	.59	คัดเลือก
13	การเข้ารับบริการปรึกษา ทำให้ฉันมองเห็นแนวทาง	4.24 (.76)	.66	.37	.44	สร้างเพิ่มเติม และคัดเลือก



ข้อ	ข้อความ	Mean (SD)	IOC	CITC รายด้าน	CITC ทั้งฉบับ	หมายเหตุ
ในการเปลี่ยนแปลงตนเอง ชัดเจนมากขึ้น						
ด้านที่ 2 การทำงานร่วมกันแก้ไขปัญหที่ผู้รับบริการนำมาปรึกษา $\alpha = .72$						
1	นักจิตวิทยาการศึกษา และฉันได้ตกลงร่วมกันถึง สิ่งที่ฉันจะทำ เพื่อให้ สถานการณ์ปัญหาของฉัน คลี่คลาย	4.01 (.93)	1	.40	.48	คัดเลือก
2	สิ่งที่ฉันกำลังทำในการ พูดคุยปรึกษา ได้ทำให้ฉัน พบแนวทางใหม่ๆ ในการ มองปัญหาของตนเอง	4.24 (.78)	1	.55	.59	คัดเลือก
8	นักจิตวิทยาการศึกษา และฉันเห็นพ้องต้องกันว่า อะไรเป็นสิ่งสำคัญที่ฉัน ต้องทำ	4.09 (.77)	1	.51	.56	คัดเลือก
12	ฉันเชื่อว่าวิธีการที่ นักจิตวิทยาการศึกษา และฉันร่วมกันจัดการกับ ปัญหาของฉันนั้นถูกต้อง	4.05 (.78)	1	.62	.69	คัดเลือก
14	ฉันไม่มั่นใจว่าสิ่งที่ฉันกำลัง ทำในการพูดคุยปรึกษา จะ ช่วยเหลือฉันได้	2.30 (1.29)	1	.45	.59	สร้างเพิ่มเติม และคัดเลือก
ด้านที่ 3 สายสัมพันธ์ทางบวก $\alpha = .73$						
3	ฉันเชื่อว่านักจิตวิทยาการศึกษา ปรึกษาชอบฉัน ปรับสำนวนภาษาเป็น ฉันเชื่อว่านักจิตวิทยาการศึกษา	4.20 (.79)	0	.43	.44	ปรับสำนวน ภาษา และ คัดเลือก

ข้อ	ข้อความ	Mean (SD)	IOC	CITC รายด้าน	CITC ทั้งฉบับ	หมายเหตุ
	ปรึกษารัฐีกดีที่ได้ช่วย เหลือฉัน					
5	ฉันมั่นใจว่านักจิตวิทยา การปรึกษาจะสามารถ ช่วยเหลือฉันได้	4.15 (.82)	1	.51	.57	คัดเลือก
7	ฉันรู้สึกว่่านักจิตวิทยาการ ปรึกษามองเห็นคุณค่าใน ตัวฉัน	4.36 (.71)	1	.51	.53	คัดเลือก
9	นักจิตวิทยาการปรึกษา และฉันไว้วางใจซึ่งกัน และกัน	4.30 (.72)	1	.47	.48	คัดเลือก
15	ฉันรู้สึกด้อยค่าเมื่อ นักจิตวิทยาการปรึกษา วิจารณ์ ตัดสิน หรือตี ตราฉัน	1.93 (1.25)	.66	.43	.45	สร้างเพิ่มเติม และคัดเลือก
16	ฉันรู้สึกว่่านักจิตวิทยาการ ปรึกษาไม่ใส่ใจปัญหา ของฉัน	1.41 (.81)	1	.56	.62	สร้างเพิ่มเติม และคัดเลือก

4. มาตรการวัดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจภาษาไทย ฉบับย่อ (The Posttraumatic Growth Inventory - Short Form) คือมาตรการที่สร้างขึ้นเพื่อประเมินความเปลี่ยนแปลงทางจิตวิทยาเชิงบวกที่เกิดขึ้นจากการเผชิญภาวะวิกฤตที่สำคัญในชีวิต แบ่งออกเป็น 5 องค์ประกอบ ซึ่งพัฒนาโดย ฌ็องส์ดา เต้พันธ์ (2558 อ้างถึงใน ทศพร ประไพทอง, 2558; เอกธิตา ดวงอุไร, 2558) จากมาตรการวัด The Posttraumatic Growth Inventory - Short Form ของ Cann และคณะ (2010) เป็นมาตรการที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง (Self-report) มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า (Likert scale) 6 ระดับ ประกอบด้วยข้อความทั้งหมด 10 ข้อ โดยผู้ตอบเป็นผู้ประเมินตนเองว่าข้อความนั้นตรงกับประสบการณ์ของตนเองมากน้อยเพียงใด โดยมีระดับตั้งแต่ (0) ไม่มีการเปลี่ยนแปลง ไปจนถึง (5) เปลี่ยนแปลงอย่างมาก

ขั้นตอนการพัฒนามาตรวัดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจภาษาไทย ฉบับย่อ ณัฐสุดา เต้พันธ์ (2558 อ้างถึงใน ทศพร ประไพทอง, 2558; เอกธิดา ดวงอุไร, 2558) ได้แปลมาตรวัดจากภาษาอังกฤษเป็นภาษาไทย และแปลภาษาย้อนกลับจากภาษาไทยเป็นภาษาอังกฤษโดยผู้เชี่ยวชาญทางด้านภาษา หลังจากนั้นจึงให้ผู้เชี่ยวชาญอีกท่านนำมาตรวัดต้นฉบับและมาตรวัดที่แปลย้อนกลับมาพิจารณาเปรียบเทียบถึงความถูกต้องสมบูรณ์ของมาตรวัด ต่อมา มาตรวัดดังกล่าวถูกนำไปทดลองใช้กับผู้ที่เคยประสบเหตุการณ์สะเทือนใจ จำนวน 100 คน โดยวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งชุด (CITC: Corrected item-total correlation) หลังจากนั้นจึงทดสอบหาค่าที่ (t-test) ด้วยวิธีการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มคะแนนสูงกับกลุ่มคะแนนต่ำ และหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) ผลการทดสอบพบว่า ข้อคำถามทุกข้อมีคะแนนของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ค่า CITC อยู่ในช่วง .30-.68 และค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในโดยวิธีการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) เท่ากับ .84

ผลการนำมาตรวัดไปใช้ในกลุ่มตัวอย่างผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาชาวไทย และการตรวจสอบคุณสมบัติทางจิตมิติเบื้องต้น หลังจากที่ถูกวิจัยนำมาตรวัดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจภาษาไทย ฉบับย่อ ไปใช้เก็บข้อมูลในกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 132 คน จากนั้นได้วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งชุด (CITC: Corrected item-total correlation) คำนวณค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัด ด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) พบว่า ข้อคำถามมีค่า CITC อยู่ในช่วง .32-.72 รวมถึงมาตรวัดมีความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัดทั้งฉบับ เท่ากับ .86

### วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยนำเสนอโครงการวิจัยต่อคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. หลังจากรับการอนุมัติให้ดำเนินการศึกษาวิจัยได้ ผู้วิจัยจึงทำหนังสือขอความอนุเคราะห์ไปยังหน่วยงานที่ให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของสถาบันการศึกษา และหน่วยงานที่ให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาภาคเอกชนที่ให้ความร่วมมือ เช่น หน่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต มหาวิทยาลัยรังสิต และภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เป็นต้น เพื่อขออนุญาตเข้าเก็บข้อมูล
3. เมื่อผู้วิจัยได้รับการอนุญาตจากหน่วยงานที่ติดต่อแล้ว ผู้วิจัยจึงประสานงานไปยังผู้อำนวยการฝ่ายบริการด้านจิตวิทยาการปรึกษา หรือนักจิตวิทยาการปรึกษาผู้ให้บริการ ในฐานะผู้

แนะนำเข้าสู่แหล่งข้อมูล (Gate keeper) เพื่อขอความร่วมมือเป็นผู้ประสานติดต่อไปยังกลุ่มผู้ให้ข้อมูล จากนั้น เมื่อผู้รับบริการได้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยารูปแบบรายบุคคลเสร็จสิ้นแล้ว นักจิตวิทยาการปรึกษาประจำหน่วยงานดังกล่าว จะแนะนำโครงการวิจัยให้กับผู้ที่สนใจเข้าร่วมการวิจัย เพื่อทำการให้ข้อมูลเกี่ยวกับโครงการและทำการคัดกรองเป็นกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ ทั้งนี้ ผู้แนะนำเข้าสู่แหล่งข้อมูลจะไม่ใช่นักจิตวิทยาการปรึกษาที่ให้บริการโดยตรง เพื่อความสะดวกใจ

4. เมื่อผู้รับบริการปรึกษาแจ้งความจำนงสนใจเข้าร่วมงานวิจัย และผ่านเกณฑ์คัดกรอง ผู้วิจัยจะอธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัยและขอความยินยอมผ่านคลิปวิดีโอ หลังจากนั้น จึงให้ผู้รับบริการลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมงานวิจัย พร้อมทั้งตอบแบบสอบถาม จำนวน 1 ครั้ง ใช้เวลาประมาณ 30 นาที โดยในการตอบแบบสอบถามนั้น ผู้ที่สนใจสามารถเลือกตอบแบบกระดาษเขียนตอบหรือเขียนตอบผ่านแบบสอบถามออนไลน์ก็ได้ โดยข้อมูลทั้งหมดจะถูกเก็บเป็นความลับ และไม่มีการระบุชื่อของผู้ตอบในแบบสอบถามดังกล่าว

5. ผู้วิจัยทำการรวบรวมข้อมูลมาตรวจวัดที่มีความถูกต้องสมบูรณ์ และนำมาวิเคราะห์ด้วยวิธีทางสถิติโดยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS

### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้มี 3 ขั้นตอน ได้แก่ การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น และการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัย โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการคำนวณค่าความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์หรือนิยาม (IOC: Item Objective Congruence Index) ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งหมด (CITC: Corrected item-total correlation) วิเคราะห์ความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของคอนบราค (Cronbach's alpha) และวิธีวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

2. การวิเคราะห์เบื้องต้นและคำนวณค่าสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง และการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3. การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัย เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของตัวแปรต้น 6 ตัว ได้แก่ บุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (ได้แก่ แบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย แบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ แบบคล้อยตาม และแบบมีจิตสำนึก) และสัมพันธภาพในการปรึกษา และตัวแปรตาม 1 ตัว ได้แก่ ความมั่งคั่งภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ โดยพิจารณาจากค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน และการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ

### การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยมีการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง จะคำนึงถึงความยินยอมของกลุ่มตัวอย่างเป็นหลัก ตั้งแต่เริ่มกระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูลจนกระทั่งนำเสนอผลการวิจัย โดยมีการชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย มีการขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล และชี้แจงให้ทราบถึงสิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ ส่วนการวิเคราะห์และนำเสนอข้อมูลจะจัดทำในภาพรวมเท่านั้น ไม่มีการเปิดเผยชื่อและนามสกุล หรือข้อมูลใดในรายงานที่นำไปสู่การระบุตัวตนของผู้ตอบได้ นอกจากนี้ ถ้ากลุ่มตัวอย่างเกิดความรู้สึกไม่สบายใจในการตอบแบบสอบถาม กลุ่มตัวอย่างสามารถยุติการทำแบบสอบถามได้ทุกเมื่อ

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้คัดกรองแบบสอบถามที่มีการตอบสมบูรณ์จำนวน 132 ชุด จากทั้งหมด 136 ชุด โดยมี 4 ชุดที่ไม่ผ่านเกณฑ์คัดเข้า เนื่องจากเป็นแบบสอบถามที่ผู้ตอบมีคุณสมบัติไม่ครบ เช่น การไม่ประสบเหตุการณ์สะเทือนใจตามเกณฑ์คัดเลือกที่กำหนด เป็นต้น ผลการวิจัยแบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนที่ 2 ข้อมูลพื้นฐานทางสถิติของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ บุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ สัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ และส่วนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย โดยมีรายละเอียดดังนี้

#### ส่วนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จำนวน 132 คน อายุเฉลี่ย  $23.77 \pm 5.72$  ปี ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 74.24) สถานะภาพโสด (ร้อยละ 91.67) จำนวนครั้งที่เข้ารับบริการปรึกษา 1-3 ครั้ง (ร้อยละ 70.45) ตามมาด้วย 4-6 ครั้ง (ร้อยละ 21.97) ระยะเวลาหลังจากประสบเหตุการณ์เครียด จนกระทั่งเข้ารับบริการปรึกษา 0-3 เดือน (ร้อยละ 68.94) ดังที่แสดงในตารางที่ 7

ตารางที่ 7

ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง ( $N = 132$ )

ข้อมูลเบื้องต้น	จำนวน	ร้อยละ
<b>เพศ</b>		
หญิง	98	74.24
ชาย	34	25.76
<b>อายุ</b>		
18 - 27 ปี	108	81.82
28 - 37 ปี	19	14.39
38 - 47 ปี	4	3.03
48 ปีขึ้นไป	1	.76
$M = 23.77, \quad SD = 5.72, \quad \text{ค่าต่ำสุด-สูงสุด} = 18-48 \text{ ปี}$		

ข้อมูลเบื้องต้น	จำนวน	ร้อยละ
สถานภาพ		
โสด	121	91.67
สมรส	9	6.82
อื่นๆ	2	1.51
ประสบการณ์เหตุการณ์สะเทือนใจ		
ที่ส่งผลต่อความเชื่อมั่นในตนเองหรือการใช้ชีวิต	56	42.42
ที่ส่งผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	67	50.76
อื่นๆ (เช่น ปัญหาทางการเงิน เป็นต้น)	9	6.82
จำนวนครั้งที่เข้ารับบริการปรึกษา		
1 - 3 ครั้ง	93	70.45
4 - 6 ครั้ง	29	21.97
7 ครั้งขึ้นไป	10	7.58
$M = 2.87,$ $SD = 2.27,$ ค่าต่ำสุด-สูงสุด = 1-12 ครั้ง		
ระยะเวลาหลังจากประสบเหตุการณ์เครียด		
0 - 3 เดือน	91	68.94
4 - 6 เดือน	10	7.58
7 - 12 เดือน	15	11.36
1 ปีขึ้นไป	16	12.12
$M = 5.84,$ $SD = 9.53,$ ค่าต่ำสุด-สูงสุด = 0-72 เดือน		
ระยะเวลาหลังจากเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา		
0 - 3 เดือน	79	59.85
4 - 6 เดือน	24	18.18
7 - 12 เดือน	18	13.64
1 ปีขึ้นไป	11	8.33
$M = 4.49,$ $SD = 5.73,$ ค่าต่ำสุด-สูงสุด = 0-36 เดือน		

## ส่วนที่ 2 ข้อมูลพื้นฐานทางสถิติของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบสัมพันธ์ภาพในการปรึกษา และความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ เมื่อทำการ

วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานทางสถิติของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ซึ่งประกอบด้วยค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุดและค่าสูงสุด พบว่า คะแนนบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ และคะแนนบุคลิกภาพแบบเปิดเผยของกลุ่มตัวอย่าง อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.01 และ 3.32 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .70 และ .85 ตามลำดับ ส่วนคะแนนบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ คะแนนบุคลิกภาพแบบคล้อยตาม และคะแนนบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึกของกลุ่มตัวอย่าง อยู่ในระดับสูง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.77, 3.87 และ 3.80 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .52, .45 และ .65 ตามลำดับ ดังที่แสดงในตารางที่ 8

นอกจากนี้ ค่าเฉลี่ยของสัมพันธภาพในการปรึกษาของกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 65.92 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 8.64 ส่วนค่าเฉลี่ยของความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจของกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 34.86 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 8.29 ดังที่แสดงในตารางที่ 8

ตารางที่ 8

ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด-สูงสุด และค่าคะแนนที่เป็นไปได้ของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปร	M	SD	ค่าต่ำสุด-สูงสุด	ค่าคะแนน
1. บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์	3.01	.70	1.17-4.83	1-5
2. บุคลิกภาพแบบเปิดเผย	3.32	.85	1.08-4.92	1-5
3. บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่	3.77	.52	1.83-4.92	1-5
4. บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม	3.87	.45	1.83-4.67	1-5
5. บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก	3.80	.65	1.25-4.92	1-5
6. สัมพันธภาพในการปรึกษา	65.92	8.64	26-80	16-80
7. ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ	34.86	8.29	8-50	0-50

### ส่วนที่ 3 ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย

งานวิจัยนี้มีสมมติฐานการวิจัย 7 ข้อ ดังต่อไปนี้

1. บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ มีสหสัมพันธ์ทางลบกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ



2. บุคลิกภาพแบบเปิดเผย มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ
3. บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ
4. บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ
5. บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ
6. สัมพันธภาพในการปรึกษา มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ
7. บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย แบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ แบบคล้อยตาม แบบมีจิตสำนึก และสัมพันธภาพในการปรึกษา สามารถร่วมกันทำนายความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ในผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้

ในการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1-6 ผู้วิจัยได้ใช้สถิติค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันในการวิเคราะห์ ซึ่งผลการวิจัยมีดังนี้

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 พบว่า บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ มีค่าสหสัมพันธ์ทางลบกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.42$ ,  $p < .01$ ) ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ นั่นคือ ผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ต่ำ จะมีความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอยู่ในระดับที่สูง

สมมติฐานข้อที่ 2 พบว่า บุคลิกภาพแบบเปิดเผย มีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .44$ ,  $p < .01$ ) ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ นั่นคือ ผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีบุคลิกภาพแบบเปิดเผยสูง จะมีความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอยู่ในระดับที่สูง

สมมติฐานข้อที่ 3 พบว่า บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ มีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .19$ ,  $p < .05$ ) ซึ่ง

สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ นั่นคือ ผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่สูง จะมีความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอยู่ในระดับที่สูง

สมมติฐานข้อที่ 4 พบว่า บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม มีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .22, p < .01$ ) ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ นั่นคือ ผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีบุคลิกภาพแบบคล้อยตามสูง จะมีความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอยู่ในระดับที่สูง

สมมติฐานข้อที่ 5 พบว่า บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก มีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .39, p < .01$ ) ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ นั่นคือ ผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึกสูง จะมีความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอยู่ในระดับที่สูง

และสมมติฐานข้อที่ 6 พบว่า สัมพันธภาพในการปรึกษา มีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .26, p < .01$ ) ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ นั่นคือ ผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีระดับสัมพันธภาพในการปรึกษาสูง จะมีความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอยู่ในระดับที่สูง

ผลการวิจัยในการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1-6 ดังที่แสดงในตารางที่ 9 และภาพที่ 3

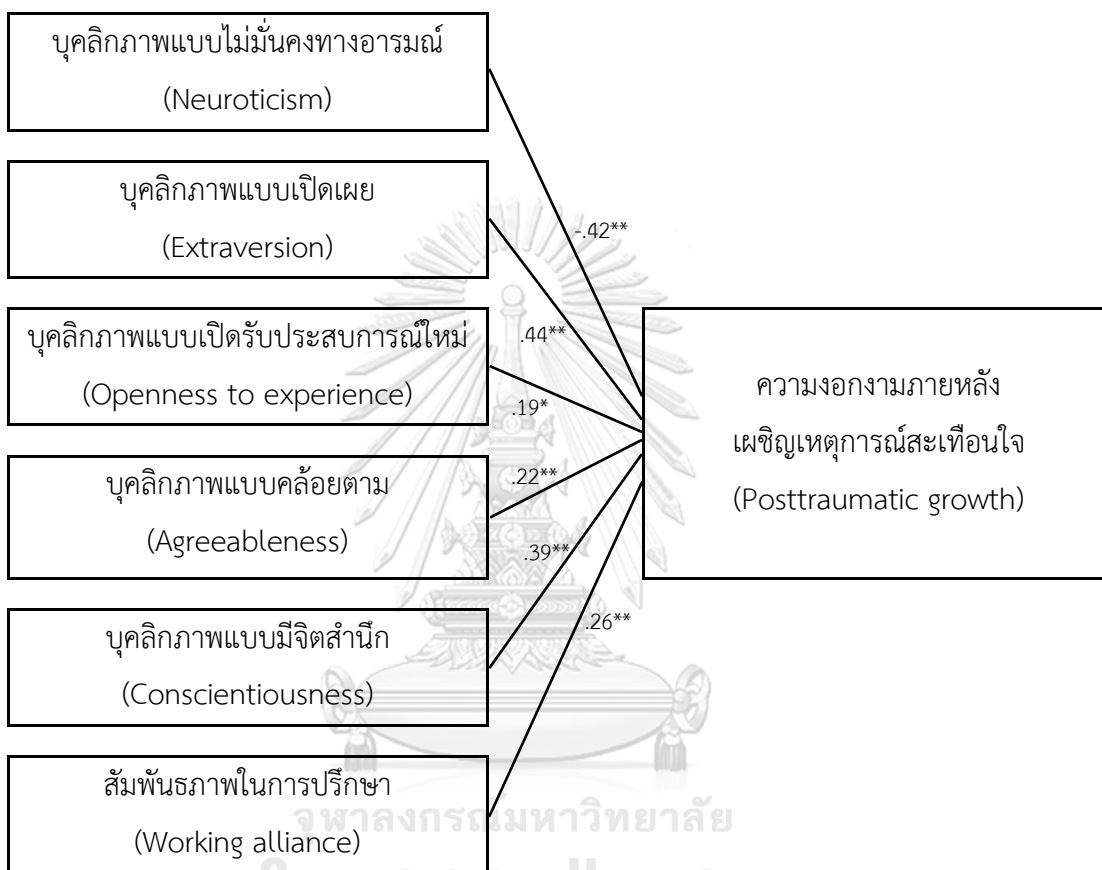
ตารางที่ 9

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างตัวแปรต่างๆ

ตัวแปร	1	2	3	4	5	6	7
1. บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์							
2. บุคลิกภาพแบบเปิดเผย	-.40**						
3. บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่	-.09	.32**					
4. บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม	-.48**	.3**	.05				
5. บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก	-.34**	.33**	.08	.46**			
6. สัมพันธภาพในการปรึกษา	.01	.02	.03	.19*	.33**		

ตัวแปร	1	2	3	4	5	6	7
7. ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ	-.42**	.44**	.19*	.22**	.39**	.26**	

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$



\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

ภาพที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพ สัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

ส่วนการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 7 ผู้วิจัยได้ใช้การวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ โดยเริ่มต้นจากการตรวจสอบข้อมูลตามข้อตกลงเบื้องต้นก่อนการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ คือ การทดสอบภาวะร่วมเส้นตรง (Collinearity) ด้วยค่าความคลาดเคลื่อนยินยอม (Tolerance) และปัจจัยความแปรปรวนเพื่อ (VIF: Variance inflation factor) ซึ่งพิจารณาจากเกณฑ์ของ Hair, Black, Babin และ Anderson (2009) ที่กำหนดไว้ว่า ค่าความคลาดเคลื่อนยินยอมต้องมีค่ามากกว่า .10 และค่าปัจจัยความแปรปรวนเพื่อต้องมีค่าที่ไม่ควรเข้าใกล้หรือเกิน 10 ผลการวิเคราะห์พบว่า ตัวแปรต้นทั้ง

หกตัวมีค่าความคลาดเคลื่อนยินยอมผ่านเกณฑ์ทั้งหมด อีกทั้งปัจจัยความแปรปรวนเพื่อก็ผ่านเกณฑ์ทั้งหมดเช่นกัน จึงสามารถสรุปได้ว่าตัวแปรต้นทั้งหมดตัวไม่มีภาวะร่วมเส้นตรง และสามารถทำการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณได้ ผู้วิจัยจึงวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณซึ่งมีตัวแปรต้น ได้แก่ บุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (ได้แก่ แบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย แบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ แบบคล้อยตาม และแบบมีจิตสำนึก) และสัมพันธภาพในการปรึกษา ร่วมกันทำนายตัวแปรตาม คือ ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ด้วยวิธีใส่ตัวแปรต้นเข้าสมการทุกตัวพร้อมกัน (Enter) ดังที่แสดงในตารางที่ 10

ตารางที่ 10

ค่าภาวะร่วมเส้นตรงในการทำนายความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

ตัวแปร	ภาวะร่วมเส้นตรง	
	Tolerance	VIF
1. บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์	.68	1.48
2. บุคลิกภาพแบบเปิดเผย	.72	1.39
3. บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่	.90	1.11
4. บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม	.66	1.52
5. บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก	.67	1.49
6. สัมพันธภาพในการปรึกษา	.86	1.17

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 7 พบว่า บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย แบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ แบบคล้อยตาม แบบมีจิตสำนึก และสัมพันธภาพในการปรึกษา สามารถร่วมกันทำนายความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ในผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้ ( $F = 11.65, p < .01$ ) โดยร่วมกันทำนายความแปรปรวนของความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจร้อยละ 36 ( $R^2 = .36, p < .01$ ) เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน ( $\beta$ ) ของแต่ละตัวแปรทำนาย พบว่า บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์มีน้ำหนักในการทำนายสูงที่สุด ( $\beta = -.32, p < .01$ ) ส่วนบุคลิกภาพแบบเปิดเผยและสัมพันธภาพในการปรึกษา มีน้ำหนักในการทำนายลำดับรองลงมา ( $\beta = .27$  และ  $.23$  ตามลำดับ,  $p < .01$ ) ในขณะที่บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึกมีน้ำหนักในการทำนายต่ำที่สุด ( $\beta = .17, p < .05$ ) ผลการทดสอบสมมติฐานวิจัยครั้งนี้สรุปได้ว่า ผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ต่ำ มีบุคลิกภาพ

แบบเปิดเผยสูง มีบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึกสูง และมีระดับสัมพันธภาพในการปรึกษาสูง มีแนวโน้มที่จะเกิดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจในระดับสูง ดังที่แสดงในตารางที่ 11

ตารางที่ 11

การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณของตัวแปรที่ทำนายความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

ตัวแปร	<i>B</i>	<i>SEB</i>	<i>β</i>	<i>F</i>	<i>R</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>
1. ค่าคงที่	20.58	9.45	-	11.65	.60**	.36**
2. บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์	-3.72	1.03	-.32**			
3. บุคลิกภาพแบบเปิดเผย	2.64	.83	.27**			
4. บุคลิกภาพแบบเปิดรับ	.96	1.21	.06			
ประสบการณ์ใหม่						
5. บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม	-2.49	1.61	-.14			
6. บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก	2.20	1.11	.17*			
7. สัมพันธภาพในการปรึกษา	.22	.07	.23**			

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล สามารถนำมาเขียนเป็นสมการทำนายแบบมาตรฐานของความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ในผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ได้ดังต่อไปนี้

สมการทำนาย

$$\begin{aligned} & \text{ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ} = 20.58 \\ & - .32^{**} \text{ บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์} + .27^{**} \text{ บุคลิกภาพแบบเปิดเผย} \\ & + .23^{**} \text{ สัมพันธภาพในการปรึกษา} + .17^* \text{ บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก} \end{aligned}$$

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

จากสมการทำนายข้างต้น สามารถแปลความหมายได้ ดังนี้

1. หากคะแนนมาตรฐานของบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์เพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนมาตรฐานของความมั่งงอกยามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจลดลง .32 หน่วย เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นในสมการให้คงที่
2. หากคะแนนมาตรฐานของบุคลิกภาพแบบเปิดเผยเพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนมาตรฐานของความมั่งงอกยามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจเพิ่มขึ้น .27 หน่วย เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นในสมการให้คงที่
3. หากคะแนนมาตรฐานของสัมพันธภาพในการปรึกษาเพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนมาตรฐานของความมั่งงอกยามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจเพิ่มขึ้น .23 หน่วย เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นในสมการให้คงที่
4. หากคะแนนมาตรฐานของบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึกเพิ่มขึ้น 1 หน่วย จะทำให้คะแนนมาตรฐานของความมั่งงอกยามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจเพิ่มขึ้น .17 หน่วย เมื่อควบคุมตัวแปรอื่นในสมการให้คงที่
5. สรุปจากสมการทำนาย ผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ที่มีบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ต่ำ มีบุคลิกภาพแบบเปิดเผยและแบบมีจิตสำนึกสูง และมีระดับสัมพันธภาพในการปรึกษาสูง มีแนวโน้มที่จะเกิดความมั่งงอกยามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจในระดับสูง ในทางตรงกันข้าม ผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ที่มีบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์สูง มีบุคลิกภาพแบบเปิดเผยและแบบมีจิตสำนึกต่ำ และมีระดับสัมพันธภาพในการปรึกษาต่ำ มีแนวโน้มที่จะเกิดความมั่งงอกยามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจในระดับต่ำ
6. บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์มีน้ำหนักในการทำนายสูงที่สุด โดยมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน ( $\beta$ ) เท่ากับ  $-.32$  ( $p < .01$ ) รองลงมา คือบุคลิกภาพแบบเปิดเผย ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน ( $\beta$ ) เท่ากับ  $.27$  ( $p < .01$ ) สัมพันธภาพในการปรึกษา ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน ( $\beta$ ) เท่ากับ  $.23$  ( $p < .01$ ) และบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมาตรฐาน ( $\beta$ ) เท่ากับ  $.17$  ( $p < .05$ ) ตามลำดับ

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

#### สรุปผลการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จำนวน 132 คน อายุเฉลี่ยเท่ากับ  $23.77 \pm 5.72$  ปี เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) มาตรวัดบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ 2) มาตรวัดสัมพันธภาพในการปรึกษา ฉบับย่อ: สำหรับผู้รับบริการ และ 3) มาตรวัดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจภาษาไทย ฉบับย่อ วิเคราะห์ข้อมูลโดยค่าสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน และการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุคูณ ผลการวิจัยพบว่า บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ มีค่าสหสัมพันธ์ทางลบกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.42, p < .01$ ) ในขณะที่บุคลิกภาพแบบเปิดเผย บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก และสัมพันธภาพในการปรึกษา มีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .44, .22, .39$  และ  $.26$  ตามลำดับ,  $p < .01$ ) ส่วนบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ มีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .19, p < .05$ ) นอกจากนี้ บุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (ได้แก่ แบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย แบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ แบบคล้อยตาม และแบบมีจิตสำนึก) และสัมพันธภาพในการปรึกษา สามารถร่วมกันทำนายความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และอธิบายความแปรปรวนของความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจร้อยละ 36 ( $R^2 = .36, p < .01$ ) โดยบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์มีน้ำหนักในการทำนายสูงที่สุด ( $\beta = -.32, p < .01$ ) ส่วนบุคลิกภาพแบบเปิดเผยและสัมพันธภาพในการปรึกษา มีน้ำหนักในการทำนายลำดับรองลงมา ( $\beta = .27$  และ  $.23$  ตามลำดับ,  $p < .01$ ) ในขณะที่บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึกมีน้ำหนักในการทำนายต่ำที่สุด ( $\beta = .17, p < .05$ )

#### การอภิปรายผล

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาผู้รับบริการที่รายงานตนเองว่าเคยเผชิญเหตุการณ์เครียดที่รบกวนใจ ส่งผลต่อความเชื่อมั่นในตนเอง หรือก่อให้เกิดความสะเทือนใจ ซึ่งได้แก่ (1) เหตุการณ์สะเทือนใจในเรื่องต่างๆ ที่ส่งผลต่อความเชื่อมั่นในตนเองหรือการใช้ชีวิต เช่น การสอบตก มีปัญหาทางการเรียนหรือการทำงาน สมาชิกในครอบครัวหรือคนสำคัญในชีวิตเสียชีวิต ความเจ็บป่วยของ

ตนเองหรือสมาชิกในครอบครัว เป็นต้น หรือ (2) เหตุการณ์สะเทือนใจในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เช่น การเลิกกับคนรัก การทะเลาะไม่ลงรอยกันของคนในบ้าน มีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อนหรือเพื่อนร่วมงาน การหย่าร้างของบิดามารดา เป็นต้น โดยข้อค้นพบจากการวิจัย สามารถอธิบายตามสมมติฐานการวิจัยได้ ดังนี้

**สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1** บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ มีสหสัมพันธ์ทางลบกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

**ผลการทดสอบสมมติฐาน** สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สัมพันธ์แบบเพียร์สัน พบว่า บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ มีค่าสหสัมพันธ์ทางลบกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.42, p < .01$ ) ในกลุ่มตัวอย่างผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยมีขนาดความสัมพันธ์ระดับปานกลาง (Cohen, 1977)

ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่า ผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ต่ำ จะมีความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอยู่ในระดับที่สูง ซึ่งเป็นลักษณะความสัมพันธ์แบบผกผัน ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Gametski และคณะ (2008) ที่พบว่า บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ มีสหสัมพันธ์ทางลบกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการศึกษาข้างต้นสามารถอธิบายได้ว่า ผู้รับบริการปรึกษาที่มีอารมณ์แปรปรวน วิตกกังวล รู้สึกเศร้า หดหู่ หงุดหงิด หรือโกรธได้ง่าย รวมถึงจัดการกับความเครียดได้ไม่ดี ภายหลังประสบเหตุการณ์เครียดก็จะเป็นเรื่องยากของบุคคลที่จะเข้มแข็งขึ้น หรือมองเห็นคุณค่าและมุมมองใหม่ๆ ในชีวิต ซึ่งอาจเกิดขึ้นจากการที่บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ มักจะรับรู้เหตุการณ์เครียดว่าเป็นจุดเปลี่ยนที่แยในชีวิต (Sutin, Costa, Wethington และ Eaton, 2010)

**สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 2** บุคลิกภาพแบบเปิดเผย มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

**ผลการทดสอบสมมติฐาน** สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สัมพันธ์แบบเพียร์สัน พบว่า บุคลิกภาพแบบเปิดเผย มีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ



( $r = .44, p < .01$ ) ในกลุ่มตัวอย่างผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยมีขนาดความสัมพันธ์ระดับปานกลาง (Cohen, 1977)

ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่า ผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีบุคลิกภาพแบบเปิดเผยสูง จะมีความมอกลงมาภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอยู่ในระดับที่สูง ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Tedeschi และ Calhoun (1996, 2004) ที่ศึกษาในนักศึกษามหาวิทยาลัย รวมถึงสนับสนุนการศึกษาของ Shakespeare-Finch และคณะ (2005) ที่ศึกษาในบุคลากรบริการการแพทย์ฉุกเฉินในประเทศออสเตรเลีย และการศึกษาของ Garnefski และคณะ (2008) ที่ศึกษาในผู้ป่วยโรคกล้ามเนื้อหัวใจตายในประเทศเนเธอร์แลนด์ พบว่า บุคลิกภาพแบบเปิดเผย มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความมอกลงมาภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการศึกษาข้างต้นสามารถอธิบายได้ว่า ผู้รับบริการปรึกษาที่ชอบเข้าสังคม ชอบเข้าหาผู้อื่น ช่างพูด มีเพื่อนง่ายและเข้าถึงได้ง่าย ภายหลังประสบเหตุการณ์เครียดก็จะมองเห็นคุณค่าและมุมมองใหม่ๆ ในชีวิต ใกล้ชิดกับผู้อื่นมากยิ่งขึ้น รู้สึกเข้มแข็ง และเปลี่ยนแปลงตนเองให้ดีขึ้น ซึ่งอาจเกิดขึ้นจากการที่บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบเปิดเผย มักจะรับรู้เหตุการณ์เครียดว่าเป็นการเรียนรู้ และเป็นโอกาสที่จะนำไปสู่การเติบโต (Sutin และคณะ, 2010) นอกจากนี้ บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบดังกล่าว มีแนวโน้มที่จะแสวงหาความช่วยเหลือจากภายนอกเมื่อต้องการความช่วยเหลือ

**สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 3** บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความมอกลงมาภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

**ผลการทดสอบสมมติฐาน** สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สัมพันธ์แบบเพียร์สัน พบว่า บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ มีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับความมอกลงมาภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .19, p < .05$ ) ในกลุ่มตัวอย่างผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยมีขนาดความสัมพันธ์ระดับต่ำ (Cohen, 1977)

ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่า ผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่สูง จะมีความมอกลงมาภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอยู่ในระดับที่สูง ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Tedeschi และ Calhoun (1996, 2004) ที่ศึกษาในนักศึกษามหาวิทยาลัย รวมถึงสนับสนุนการศึกษาของ Shakespeare-Finch และคณะ (2005) ที่ศึกษาในบุคลากรบริการการแพทย์ฉุกเฉินในประเทศออสเตรเลีย และการศึกษาของ Karanci และคณะ

(2012) ที่ศึกษาในผู้ประสบเหตุการณ์แผ่นดินไหวในประเทศตุรกี พบว่า บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการศึกษาข้างต้นสามารถอธิบายได้ว่า ผู้รับบริการปรึกษาที่มีจินตนาการ สนใจความคิดเชิงนามธรรม มองเห็นความหมายระดับลึกซึ้ง และตื่นตัวกับความแปลกใหม่ ภายหลังประสบเหตุการณ์เครียดก็จะมองเห็นมุมมองใหม่ๆ ในชีวิต และเกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งทางจิตวิญญาณ ซึ่งอาจเกิดขึ้นจากการที่บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ มักจะเห็นมุมมองทางบวกในสถานการณ์ที่เลวร้าย สามารถจัดการกระบวนการคิดและเรียบเรียงประสบการณ์ของตนเองจากเหตุการณ์เครียดที่เผชิญ จนกระทั่งมองเห็นความหมายของเหตุการณ์ดังกล่าว นำไปสู่การเห็นคุณค่าในชีวิต และความเข้าใจอย่างลึกซึ้งทางจิตวิญญาณ

**สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 4** บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

**ผลการทดสอบสมมติฐาน** สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สัมพันธ์แบบเพียร์สัน พบว่า บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม มีค่าสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .22, p < .01$ ) ในกลุ่มตัวอย่างผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยมีขนาดความสัมพันธ์ระดับต่ำ (Cohen, 1977)

ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่า ผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีบุคลิกภาพแบบคล้อยตามสูง จะมีความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอยู่ในระดับที่สูง ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ Tedeschi และ Calhoun (1996) ที่ศึกษาในนักศึกษามหาวิทยาลัย รวมถึงสนับสนุนการศึกษาของ Shakespeare-Finch และคณะ (2005) ที่ศึกษาในบุคลากรบริการการแพทย์ฉุกเฉินในประเทศออสเตรเลีย และการศึกษาของ Karanci และคณะ (2012) ที่ศึกษาในผู้ประสบเหตุการณ์แผ่นดินไหวในประเทศตุรกี พบว่า บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการศึกษาข้างต้นสามารถอธิบายได้ว่า ผู้รับบริการปรึกษาที่เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ประนีประนอม เห็นแก่ประโยชน์ของผู้อื่นโดยไม่เอาตัวเองเป็นหลัก ภายหลังประสบเหตุการณ์เครียดก็จะใกล้ชิดกับผู้อื่นมากขึ้น และรู้สึกเข้มแข็งมากขึ้น ซึ่งอาจเกิดขึ้นจากการที่บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบ

คล้ายตาม มักจะยอมรับและเผชิญกับเหตุการณ์เครียด รวมถึงมีโอกาสได้รับความเห็นอกเห็นใจ  
กำลังใจ และความช่วยเหลือจากผู้อื่น

**สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 5** บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงาม  
ภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

**ผลการทดสอบสมมติฐาน** สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สัมพันธ์แบบเพียร์สัน พบว่า บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก มีค่า  
สหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  
( $r = .39, p < .01$ ) ในกลุ่มตัวอย่างผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยมีขนาด  
ความสัมพันธ์ระดับปานกลาง (Cohen, 1977)

ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่า ผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึกสูง  
จะมีความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอยู่ในระดับที่สูง ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับ  
งานวิจัยของ Tedeschi และ Calhoun (1996) ที่ศึกษาในนักศึกษามหาวิทยาลัย รวมถึงสนับสนุน  
การศึกษาของ Shakespeare-Finch และคณะ (2005) ที่ศึกษาในบุคลากรบริการการแพทย์ฉุกเฉิน  
ในประเทศออสเตรเลีย การศึกษาของ Garnetski และคณะ (2008) ที่ศึกษาในผู้ป่วยโรคกล้ามเนื้อ  
หัวใจตายในประเทศเนเธอร์แลนด์ และการศึกษาของ Karanci และคณะ (2012) ที่ศึกษาในผู้ประสบ  
เหตุการณ์แผ่นดินไหวในประเทศตุรกี พบว่า บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความ  
งอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการศึกษาข้างต้นสามารถอธิบายได้ว่า ผู้รับบริการปรึกษาที่มีวินัย ตั้งใจแน่วแน่ มี  
ความรับผิดชอบ และชอบวางแผนอย่างมีระเบียบ ภายหลังประสบเหตุการณ์เครียดก็จะเข้มแข็งขึ้น  
และเปลี่ยนแปลงตนเองให้ดีขึ้น ซึ่งอาจเกิดขึ้นจากการที่บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก มักจะ  
พยายามจัดการกับปัญหาอย่างมุ่งมั่น และเผชิญหน้ากับเหตุการณ์เครียดโดยตรงมากกว่าหลบเลี่ยง

**สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 6** สัมพันธภาพในการปรึกษา มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอก  
งามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

**ผลการทดสอบสมมติฐาน** สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สัมพันธ์แบบเพียร์สัน พบว่า สัมพันธภาพในการปรึกษา มีค่า  
สหสัมพันธ์ทางบวกกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

( $r = .26, p < .01$ ) ในกลุ่มตัวอย่างผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยมีขนาดความสัมพันธ์ระดับต่ำ (Cohen, 1977)

ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่า ผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีระดับสัมพันธ์ภาพในการปรึกษาสูง จะมีความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจอยู่ในระดับที่สูง จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่ายังไม่มีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสองตัวแปรดังกล่าวมาก่อน อย่างไรก็ตาม ผลการวิเคราะห์ห้วงองค์ประกอบเชิงยืนยันในแต่ละส่วนของโครงสร้างในงานวิจัยของ Cadell และคณะ (2003) ที่พบว่า เมื่อบุคคลได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้างเพิ่มขึ้น ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจเมื่อเกิดการปรับตัวจะมากขึ้นตามไปด้วยเช่นกัน อาจช่วยอธิบายผลการศึกษาที่พบข้างต้นได้

จากผลการศึกษาข้างต้นสามารถอธิบายได้ว่า สัมพันธ์ภาพในการปรึกษา ซึ่งเป็นการทำงานร่วมกันระหว่างผู้รับบริการปรึกษาและนักจิตวิทยาการปรึกษา ผ่านการตั้งเป้าหมาย ระบุแนวทาง แก้ไขปัญหา ให้ความไว้วางใจ และความเชื่อมั่นในการทำงานร่วมกัน สัมพันธ์ภาพในลักษณะดังกล่าว จึงถือเป็นปัจจัยที่สนับสนุนและเอื้อให้ผู้รับบริการได้เปิดเผยเรื่องราว ความทุกข์ ความเจ็บปวด สะเทือนใจ รวมถึงได้สำรวจเรื่องราวและความรู้สึกของตนเอง ก่อให้เกิดความรู้สึกใกล้ชิดกับผู้อื่นมากขึ้น มองเห็นมุมมองใหม่ๆ เข้าใจธรรมชาติของโลกและชีวิตมากยิ่งขึ้น (Manne และคณะ, 2004)

**สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 7** บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย แบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ แบบคล้อยตาม แบบมีจิตสำนึก และสัมพันธ์ภาพในการปรึกษา สามารถร่วมกันทำนายความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ในผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้

#### **ผลการทดสอบสมมติฐาน** สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้บางส่วน

ผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย แบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ แบบคล้อยตาม แบบมีจิตสำนึก และสัมพันธ์ภาพในการปรึกษา สามารถร่วมกันทำนายความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ในผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $F = 11.65, p < .01$ ) โดยร่วมกันทำนายความแปรปรวนของความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจร้อยละ 36 ( $R^2 = .36, p < .01$ ) เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน ( $\beta$ ) ของแต่ละตัวแปรทำนาย พบว่า บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์มีน้ำหนักในการทำนายสูงสุด ( $\beta = -.32, p < .01$ ) ส่วนบุคลิกภาพแบบเปิดเผยและสัมพันธ์ภาพในการปรึกษา มีน้ำหนักในการทำนายลำดับรองลงมา ( $\beta = .27$  และ  $.23$  ตามลำดับ,  $p < .01$ ) ในขณะที่บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึกมีน้ำหนักในการทำนายต่ำที่สุด ( $\beta = .17, p < .05$ )

ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่า ผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ต่ำ มีบุคลิกภาพแบบเปิดเผยสูง มีบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึกสูง และมีระดับสัมพันธภาพในการปรึกษาสูง มีแนวโน้มที่จะเกิดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจในระดับสูง ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาของ Garnefski และคณะ (2008) จากการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง พบว่า บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย และแบบมีจิตสำนึก สามารถทำนายความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสามารถทำนายความแปรปรวนของความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจร้อยละ 18

จากผลการศึกษาข้างต้นสามารถอธิบายได้ว่า ผู้รับบริการปรึกษาที่มีอารมณ์มั่นคง จัดการกับความเครียดและอารมณ์ทางลบได้ดี ชอบเข้าสังคม มีเพื่อนง่ายและเข้าถึงได้ง่าย มีวินัย ตั้งใจแน่วแน่ และมีความรับผิดชอบ ภายหลังประสบเหตุการณ์เครียดจะมีแนวโน้มที่จะเห็นคุณค่าในตนเอง รู้สึกเข้มแข็งขึ้น เปลี่ยนแปลงตนเองให้ดีขึ้น ใกล้ชิดกับผู้อื่นมากยิ่งขึ้น เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งทางจิตวิญญาณ และเห็นมุมมองใหม่ๆ ในชีวิต ซึ่งอาจเกิดขึ้นจากการที่บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ มักจะรับรู้เหตุการณ์เครียดว่าเป็นจุดเปลี่ยนที่แยในชีวิต และการรับรู้ดังกล่าวอาจจะทำให้บุคคลยากที่จะเข้มแข็งขึ้น หรือมองเห็นคุณค่าและมุมมองใหม่ๆ ในชีวิต ในทางตรงกันข้าม บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบเปิดเผย มักจะรับรู้เหตุการณ์เครียดว่าเป็นการเรียนรู้ และเป็นโอกาสที่จะนำไปสู่การเติบโต การรับรู้ดังกล่าวอาจจะทำให้บุคคลมองเห็นคุณค่าและมุมมองใหม่ๆ ในชีวิต รู้สึกเข้มแข็ง และเปลี่ยนแปลงตนเองให้ดีขึ้น (Sutin และคณะ, 2010) ส่วนบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก มักจะพยายามจัดการกับปัญหา และเผชิญหน้ากับเหตุการณ์เครียดโดยตรงมากกว่าการหลบเลี่ยง ซึ่งความมีวินัยและความพยายามมุ่งแก้ปัญหา นั้น อาจนำไปสู่หนทางในการพัฒนาตนเองให้เข้มแข็งมากยิ่งขึ้น ในขณะที่สัมพันธภาพในการปรึกษา สามารถอธิบายได้จากการศึกษาของ Cadell และคณะ (2003) ที่พบว่า เมื่อบุคคลได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้างเพิ่มขึ้น ความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจเมื่อเกิดการปรับตัวจะมากขึ้นตามไปด้วย และสัมพันธภาพในการปรึกษา ก็เป็นปัจจัยที่สนับสนุนและเอื้อให้ผู้รับบริการได้เปิดเผยเรื่องราว ความทุกข์ ความเจ็บปวดสะเทือนใจ รวมถึงได้สำรวจเรื่องราวและความรู้สึกของตนเอง ก่อให้เกิดความรู้สึกใกล้ชิดกับผู้อื่นมากขึ้น มองเห็นมุมมองใหม่ๆ เข้าใจธรรมชาติของโลกและชีวิตมากยิ่งขึ้น (Manne และคณะ, 2004)

ประเด็นที่น่าสนใจ คือ ประเด็นที่น่าสนใจ คือ ข้อค้นพบในการวิจัยที่พบว่า บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ และบุคลิกภาพแบบคล้อยตาม ไม่สามารถทำนายความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจได้อย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้อภิปรายได้ว่า เนื่องจากเป็นการร่วมกันทำนายของตัวแปรต้นทั้งหมดตัว ได้แก่ บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย แบบ

เปิดรับประสบการณ์ใหม่ แบบคล้อยตาม แบบมีจิตสำนึก และสัมพันธ์ภาพในการปรึกษา จึงทำให้ บุคลิกภาพที่มีค่าน้ำหนักน้อยกว่าบุคลิกภาพแบบอื่น ไม่สามารถทำนายตัวแปรตามได้อย่างมีนัยสำคัญ เมื่ออยู่ในบริบทการทำนายร่วมกับตัวแปรอื่นๆ

### ข้อจำกัดของการศึกษาวิจัย

แม้ว่าผลการวิจัยครั้งนี้จะทำให้เห็นภาพของความสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในการปรึกษา และความมั่งคั่งภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ในผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการ ปรึกษาเชิงจิตวิทยาชาวไทย ซึ่งเป็นประโยชน์ในการทำความเข้าใจผู้รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยรวม อย่างไรก็ตาม การวิจัยครั้งนี้มีข้อจำกัดบางประการ ตัวอย่างเช่น ข้อจำกัดในเรื่องสัดส่วนเพศของกลุ่มตัวอย่างที่มีสัดส่วนเพศหญิงมากกว่าเพศชายประมาณ 3 เท่า ซึ่งอาจทำให้ผลการวิจัยไม่สะท้อนภาพของผู้รับบริการปรึกษาเพศชายที่มีประสบการณ์ดังกล่าวได้ นอกจากนี้ ข้อจำกัดในการวิจัยในเรื่องของความหลากหลายของกลุ่มตัวอย่าง เช่น กลุ่มตัวอย่างมีจำนวนครั้งที่เข้ารับบริการ ปรึกษาตั้งแต่จำนวน 1-3 ครั้งจนถึง 7 ครั้งขึ้นไป และระยะเวลาหลังจากประสบเหตุการณ์เครียด จนกระทั่งเข้ารับบริการปรึกษาของกลุ่มตัวอย่างที่ค่อนข้างหลากหลาย ตั้งแต่จำนวน 0-3 เดือนจนถึง 1 ปีขึ้นไป ปัจจัยทั้งสองนี้อาจเป็นปัจจัยแทรกซ้อนที่ส่งผลกระทบต่อกระบวนการสร้างสัมพันธ์ภาพในการปรึกษา หรือกระบวนการเกิดความมั่งคั่งภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจได้ จึงเป็นข้อควรคำนึงในการนำผลการวิจัยไปใช้ในกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ ต่อไป

### ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งออกเป็นข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ และ ข้อเสนอแนะในการวิจัยในครั้งต่อไป ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ ประการแรก ข้อค้นพบในการวิจัยที่พบว่า บุคลิกภาพของผู้รับบริการปรึกษา เช่น บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย และแบบมีจิตสำนึก รวมถึงสัมพันธ์ภาพในการปรึกษา มีน้ำหนักในการทำนายความมั่งคั่งภายหลังเผชิญ เหตุการณ์สะเทือนใจ ทำให้ทราบว่า ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความมั่งคั่งภายหลังเผชิญเหตุการณ์ สะเทือนใจ ในผู้รับบริการปรึกษาที่มีประสบการณ์เครียดที่สิ้นสะเทือนตัวตนและการใช้ชีวิต มีทั้ง ปัจจัยที่เป็นลักษณะประจำตัวของบุคคลและเป็นศักยภาพภายใน เช่น บุคลิกภาพบางแบบ และปัจจัย ภายนอก เช่น สัมพันธภาพในการปรึกษา ที่เป็นแหล่งสนับสนุนแก่บุคคล ซึ่งนักจิตวิทยาการปรึกษา ผู้ให้บริการแก่กลุ่มตัวอย่างนี้ ควรให้ความสำคัญกับการประเมินลักษณะบุคลิกภาพ ที่เป็นศักยภาพ

ภายในตัวบุคคลของผู้รับบริการ ร่วมกับการสร้างสัมพันธภาพในการปรึกษาที่ดี เพื่อนำปัจจัยทั้งสอง มาเป็นพลังขับเคลื่อนและช่วยเหลือผู้รับบริการปรึกษา รับมือกับเหตุการณ์สะเทือนใจที่กำลังเผชิญอยู่

ประการต่อมา ข้อค้นพบในการวิจัยที่พบว่า บุคลิกภาพที่แตกต่างกันของผู้รับบริการ มีความเกี่ยวข้องกับความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ นักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถทำความเข้าใจธรรมชาติของผู้รับบริการ และออกแบบแผนการบำบัดที่มีลักษณะเฉพาะ เพื่อให้มีความสอดคล้องและเหมาะสมกับบุคลิกภาพของผู้รับบริการแต่ละแบบ

ประการสุดท้าย ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้พัฒนามาตรวัดสัมพันธภาพในการปรึกษาระดับภาษาไทย สำหรับผู้รับบริการปรึกษาเป็นผู้ประเมินขึ้น โดยมาตรวัดนี้มีจำนวนข้อไม่มาก ประกอบกับมีความตรงและความเที่ยงอยู่ในเกณฑ์ดี พอเพียงและเหมาะสมในการนำไปใช้ในการศึกษาวิจัยต่อไป รวมถึงการนำไปใช้วัดความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพของนักจิตวิทยาการปรึกษาจากมุมมองของผู้รับบริการ เพื่อนำไปพัฒนาและออกแบบแผนการบำบัดให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

2. สำหรับข้อเสนอแนะในการวิจัยในครั้งต่อไป ประการแรก ข้อค้นพบในการวิจัยที่พบว่า บุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ (ได้แก่ แบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ แบบเปิดเผย แบบเปิดรับ ประสบการณ์ใหม่ แบบคล้อยตาม และแบบมีจิตสำนึก) และสัมพันธภาพในการปรึกษา สามารถร่วมกันทำนายความแปรปรวนของความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจร้อยละ 36 จะเห็นได้ว่ายังมีปัจจัยอื่นๆ ที่สามารถร่วมกันทำนายความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจของผู้รับบริการปรึกษากลุ่มนี้ได้ ดังนั้นการวิจัยครั้งต่อไป อาจมีการพิจารณาปัจจัยสำคัญอื่นๆ เช่น การสนับสนุนทางสังคม หรือวิธีการเผชิญปัญหา ในการร่วมกันทำนายความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

ประการต่อมา ข้อค้นพบในการวิจัยที่พบว่า สัมพันธภาพในการปรึกษา เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อผลลัพธ์ของการเข้ารับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยเฉพาะเมื่อผู้รับบริการปรึกษา ประสบกับสถานการณ์ที่เลวร้ายในชีวิต แล้วสามารถปรับตัวเข้าสู่การเติบโต ซึ่งแสดงออกในลักษณะของการรับรู้ตนเองในทางบวก การซาบซึ้งใจในสัมพันธภาพกับผู้คนและสิ่งต่างๆ รอบตัว การตระหนักถึงคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ในแต่ละขณะมากขึ้น อย่างไรก็ตามสัมพันธภาพในการปรึกษา เป็นประเด็นที่มีความแตกต่างกันไปตามแต่ละทฤษฎี และแนวคิดที่นักจิตวิทยาใช้ในการให้บริการปรึกษา ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ไม่ได้กำหนดขอบเขตของทฤษฎี และแนวคิดที่นักจิตวิทยาใช้ในการให้บริการ ดังนั้นการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป อาจมีการพิจารณาสัมพันธภาพในการปรึกษาตามแต่ละ

ทฤษฎี และแนวคิดที่นักจิตวิทยาใช้ในการให้บริการ ว่ามีความเหมาะสมมากน้อยเพียงใดใน  
ผู้รับบริการที่มีประสบการณ์สะเทือนใจ





## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

- กัญญาณาด สุวรรณชาติ. (2554). ความมกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญของผู้รอดชีวิตจากสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้. (ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
- กัญฐิกา บรรลือ. (2553). บุคลิกภาพแบบหลงตนเองและบุคลิกภาพห่าองค์ประกอบในฐานะตัวทำนายการเกิดผู้นำในกลุ่มที่ไม่คุ้นเคยกัน. (ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
- กุลชนา ช่วยหนู. (2552). โมเดลเชิงสาเหตุของการปฏิบัติงานแบบกลุ่ม : อิทธิพลของบุคลิกภาพห่าองค์ประกอบ ผ่านความรู้เกี่ยวกับการทำงานแบบกลุ่ม บุคลิกลักษณะผัดวันประกันพรุ่ง และปฏิสัมพันธ์. (ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
- ขเคนทร์ วรรณศิริ. (2554). โมเดลเชิงสาเหตุของพฤติกรรมกรเป็นสมาชิกที่ดีขององค์การ : อิทธิพลของแรงจูงใจพฤติกรรมเอื้อสังคมในที่ทำงานและลักษณะบุคลิกภาพ. (ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
- จิราภรณ์ ดวงเพ็ชร. (2550). ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพตามแนวบุคลิกภาพห่าองค์ประกอบและความผูกพันกับองค์การ. (ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
- ทศพร ประไพทอง. (2558). ผลของกลุ่มพัฒนาตนเองที่ใช้รูปภาพเป็นสื่อต่อการพัฒนาความมกงามหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญและสุขภาวะทางจิตของสตรีภายหลังการรักษามะเร็งเต้านม. (ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
- ศรีเรือน แก้วกังวาน. (2554). ทฤษฎีจิตวิทยาบุคลิกภาพ : รู้เขา รู้เรา (พิมพ์ครั้งที่ 16). กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ดี.
- อิทธิพล สูงแข็ง และณัฐภูมิ อรินทร์. (2557). การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันความมกงามทางจิตใจภายใต้เหตุการณ์ความไม่สงบของบุคลากรสาธารณสุขในสามจังหวัดชายแดนใต้. วารสารวิชาการสาธารณสุข, 23(6), 967-974.
- เอกธิดา ดวงอุไร. (2558). ประสบการณ์ทางจิตใจของทหารผ่านศึกนอกประจำการที่มีความมกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ. (ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,

### ภาษาอังกฤษ

- Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Reinhart, & Winston.
- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed.). Washington, DC: APA.
- Andrykowski, M. A. (1992). *Positive psychosocial adjustment among cancer survivors*. Paper presented at the The Annual Convention of the American Psychological Association, Washington, DC
- Bell, S. T. (2007). Deep-level composition variables as predictors of team performance: a meta-analysis. *Journal of applied psychology, 92*(3), 595-615.
- Benet-Martinez, V., & John, O. P. (1998). Los Cinco Grandes across cultures and ethnic groups: Multitrait-multimethod analyses of the Big Five in Spanish and English. *Journal of personality and social psychology, 75*(3), 729-750.
- Bordin, E. S. (1979). The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance. *Psychotherapy: Theory, research & practice, 16*(3), 252-260.
- Bordin, E. S. (1983). A working alliance based model of supervision. *The Counseling Psychologist, 11*(1), 35-42.
- Cadell, S., Regehr, C., & Hemsworth, D. (2003). Factors contributing to posttraumatic growth: A proposed structural equation model. *American Journal of Orthopsychiatry, 73*(3), 279-287.
- Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Taku, K., Vishnevsky, T., Triplett, K. N., & Danhauer, S. C. (2010). A short form of the Posttraumatic Growth Inventory. *Anxiety, Stress, & Coping, 23*(2), 127-137.
- Cervone, D., & Pervin, L. A. (2008). *Personality: Theory and research* (10th ed.). Hoboken, NJ: Wiley.
- Cohen, J. (1977). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (Rev. ed.). New York: Academic Press.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1985). The NEO personality inventory.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Normal personality assessment in clinical practice: The NEO Personality Inventory. *Journal of psychological assessment, 4*, 5-13.
- Eysenck, H. J. (1977). Personality and factor analysis: A reply to Guilford. *Journal of Psychological Bulletin, 84*, 405-411.

- Fiske, D. W. (1949). Consistency of the factorial structures of personality ratings from different sources. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 44(3), 329-344.
- Freud, S. (1912). The Dynamics of Transference. *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XII (1911-1913): The Case of Schreber, Papers on Technique and Other Works*, 97-108.
- Funder, D. C. (2001). Personality. *Annual review of psychology*, 52, 197-221.
- Funder, D. C. (2004). *The Personality puzzle* (3rd ed.). New York: W. W. Norton.
- Garnefski, N., Kraaij, V., Schroevers, M. J., & Somsen, G. A. (2008). Post-Traumatic Growth After a Myocardial Infarction: A Matter of Personality, Psychological Health, or Cognitive Coping? *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 15(4), 270-277.
- Goodman, S. H., Sewell, D. R., & Jampol, R. C. (1984). On going to the counselor: Contributions of life stress and social supports to the decision to seek psychological counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 31(3), 306-313.
- Green, J. (2006). Annotation: The therapeutic alliance—a significant but neglected variable in child mental health treatment studies. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47(5), 425-435.
- Guilford, J. P. (1975). Factors and factors of personality. *Psychological Bulletin*, 82(5), 802-814.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson R. E. (2009). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall.
- Haslam, N. (2007). *Introduction to personality and intelligence*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Hill, J. A. (1969). Therapist goals, patient aims and patient satisfaction in psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology*, 25(4), 455-459.
- Ho, S. M., Chan, C. L., & Ho, R. T. (2004). Posttraumatic growth in Chinese cancer survivors. *Psycho-Oncology*, 13(6), 377-389.
- Horvath, A. O., & Symonds, B. D. (1991). Relation between working alliance and outcome in psychotherapy: A meta-analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 38(2), 139-149.

- Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered assumptions*. New York: Free Press.
- Johansson, H., & Eklund, M. (2003). Patients' opinion on what constitutes good psychiatric care. *Scandinavian journal of caring sciences*, 17(4), 339-346.
- Karanci, A. N., Işıklı, S., Aker, A. T., Gül, E. I., Erkan, B. B., Özkol, H., & Güzel, H. Y. (2012). Personality, posttraumatic stress and trauma type: Factors contributing to posttraumatic growth and its domains in a Turkish community sample. *European Journal of Psychotraumatology*, 3(1), 17303.
- Knaevelsrud, C., & Maercker, A. (2006). Does the quality of the working alliance predict treatment outcome in online psychotherapy for traumatized patients? *Journal of Medical Internet Research*, 8(4).
- Larsen, R. J., & Buss, D. M. (2005). *Personality psychology: Domains of knowledge about human nature* (2nd ed.). New York: McGraw Hill.
- Manne, S., Ostroff, J., Winkel, G., Goldstein, L., Fox, K., & Grana, G. (2004). Posttraumatic growth after breast cancer: Patient, partner, and couple perspectives. *Psychosomatic Medicine*, 66, 442-454.
- Martin, D. J., Garske, J. P., & Davis, M. K. (2000). Relation of the therapeutic alliance with outcome and other variables: a meta-analytic review. *Journal of consulting and clinical psychology*, 68(3), 438-450.
- McAdams, D. P. (1993). *The stories we live by: Personal myths and the making of the self*. New York: Morrow.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2004). A contemplated revision of the NEO Five-Factor Inventory. *Personality and individual differences*, 36(3), 587-596.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2007). Brief versions of the NEO-PI-3. *Journal of individual differences*, 28(3), 116-128.
- McCrae, R. R., Costa, P. T., & Martin, T. A. (2005). The NEO-PI-3: A more readable revised NEO personality inventory. *Journal of personality assessment*, 84(3), 261-270.
- Meyerson, D. A., Grant, K. E., Carter, J. S., & Kilmer, R. P. (2011). Posttraumatic growth among children and adolescents: A systematic review. *Clinical psychology review*, 31(6), 949-964.

- Motowildo, S. J., Borman, W. C., & Schmit, M. J. (1997). A theory of individual differences in task and contextual performance. *Human performance*, 10(2), 71-83.
- Neimeyer, R. A. (2001). *Meaning reconstruction and the experience of loss*. Washington, DC: APA.
- Powell, S., Rosner, R., Butollo, W., Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2003). Posttraumatic growth after war: A study with former refugees and displaced people in Sarajevo. *Journal of Clinical Psychology*, 59(1), 71-83.
- Priebe, S., & McCabe, R. (2006). The therapeutic relationship in psychiatric settings. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 113(s429), 69-72.
- Rogers, C. R. (2007). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 44(3), 240-248.
- Shakespeare-Finch, J., Gow, K., & Smith, S. (2005). Personality, Coping and Posttraumatic Growth in Emergency Ambulance Personnel. *Traumatology*, 11(4), 325-334.
- Strong, S. R. (1968). Counseling: An interpersonal influence process. *Journal of Counseling Psychology*, 15(3), 215-224.
- Sutin, A. R., Costa, P. T., Wethington, E., & Eaton, W. (2010). Turning points and lessons learned: Stressful life events and personality trait development across middle adulthood. *Psychology and Aging*, 25(3), 524-533.
- Taku, K., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Gil-Rivas, V., Kilmer, R. P., & Cann, A. (2007). Examining posttraumatic growth among Japanese university students. *Anxiety, stress, and coping*, 20(4), 353-367.
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193-210.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation: Growing in the aftermath of suffering*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of traumatic stress*, 9(3), 455-471.

- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological inquiry*, 15(1), 1-18.
- Thomas, L. E., DiGiulio, R. C., & Sheehan, N. W. (1991). Identifying loss and psychological crisis in widowhood. *International Journal of Aging and Human Development*, 26, 279-295.
- Tinsley, H. E., de St. Aubin, T. M., & Brown, M. T. (1982). College students' help-seeking preferences. *Journal of Counseling Psychology*, 29(5), 523-533.
- Tracey, T. J., & Kokotovic, A. M. (1989). Factor structure of the working alliance inventory. *Psychological Assessment: A journal of consulting and clinical psychology*, 1(3), 207-210.
- Weiss, T., & Berger, R. (2006). Reliability and validity of a Spanish version of the Posttraumatic Growth Inventory. *Research on social work practice*, 16(2), 191-199.





ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
**CHULALONGKORN UNIVERSITY**

## ภาคผนวก ก

- 1) ใบรับรองโครงการวิจัยจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน
- 2) ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย
- 3) หนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย





คณะจิตวิทยา  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
เลขรับที่: 2719  
วันที่: 20 ตุลาคม 2560 เวลา 10:58

## บันทึกข้อความ

ส่วนงาน คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 โทร.0-2218-3202  
ที่ จว 914 /2560 วันที่ 16 ตุลาคม 2560  
เรื่อง แจ้งผลผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย



เรียน คณบดีคณะจิตวิทยา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เอกสารแจ้งผ่านการรับรองผลการพิจารณา

ตามที่นิสิต/บุคลากรในสังกัดของท่านได้เสนอโครงการวิจัยเพื่อขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย นั้น ในการนี้ กรรมการผู้ทบทวนหลักได้เห็นสมควรให้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยได้ ดังนี้

โครงการวิจัยที่ 149.1/60 เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพ สัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจในผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (RELATIONSHIPS AMONG PERSONALITY, WORKING ALLIANCE, AND POSTTRAUMATIC GROWTH AMONG INDIVIDUALS WITH COUNSELING SERVICE EXPERIENCES) ของ นายชิษยะ ศรีชัยสวัสดิ์

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ



ผอ. ชัยชนะ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทรี ชัยชนะวงศาโรจน์)  
กรรมการและเลขานุการ  
คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน  
กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ศาสตราจารย์ ดร.นันทรี ชัยชนะวงศาโรจน์  
ที่ปรึกษากรรมการฯ  
19 ต.ค. 60

ข้อมูลสำหรับกลุ่มประชากรหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

ชื่อโครงการวิจัย	ความสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ในผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา
ชื่อผู้วิจัย	นายชัชชยะ ศรีชัยสวัสดิ์ นิสิตมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
สถานที่ติดต่อผู้วิจัย	คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อาคารบรมราชชนนีศรีศตพรรษ ชั้น 7 ถนนพระราม 1 แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทร 0-2218-1197 หรือ 0-2218-1184
โทรศัพท์มือถือ	089-424-5757 E-mail : mr.chichaya@gmail.com

1. ผู้วิจัยมีความยินดีขอเชิญท่านเข้าร่วมในการวิจัย โดยก่อนที่ท่านจะตัดสินใจเข้าร่วมในการวิจัย มีความจำเป็นที่ท่านควรทำความเข้าใจว่างานวิจัยชิ้นนี้จัดทำขึ้นเพราะเหตุใด และเกี่ยวข้องกับอะไร กรุณาใช้เวลาในการอ่านข้อมูลต่อไปนี้ อย่างละเอียดรอบคอบ และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมหรือข้อมูลที่ไมชัดเจนได้ตลอดเวลา

2. โครงการวิจัยนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ สัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ในผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

3. ท่านได้รับเชิญให้เข้าร่วมการวิจัยด้วยการตอบแบบสอบถาม เนื่องจาก ท่านเป็นหนึ่งในผู้ที่เคยมีประสบการณ์การรับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบรายบุคคล จำนวน 200 คน ที่ผ่านเกณฑ์การคัดเลือกดังต่อไปนี้

เกณฑ์คัดเลือก ได้แก่

(1) เป็นชายและหญิงที่มีอายุระหว่าง 18 – 60 ปี

(2) เป็นผู้ที่ได้รับการปรึกษาปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบรายบุคคลเสร็จสิ้นแล้ว โดยไม่จำกัดจำนวนครั้ง

(3) เป็นผู้รับบริการที่รายงานตนเองว่าเคยเผชิญเหตุการณ์เครียดที่รบกวนใจ ส่งผลต่อความเชื่อมั่นในตนเอง หรือก่อให้เกิดความสะเทือนใจ ไม่ว่าจะ (1) เหตุการณ์สะเทือนใจในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เช่น การเลิกกับคนรัก การทะเลาะไม่ลงรอกันของคนในบ้าน มีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อนหรือเพื่อนร่วมงาน การหย่าร้างของบิดามารดา เป็นต้น หรือ (2) เหตุการณ์สะเทือนใจในเรื่องต่างๆ ที่ส่งผลต่อความเชื่อมั่นในตนเองหรือการใช้ชีวิต เช่น การสอบตก มีปัญหาทางการเรียนหรือการทำงาน สมาชิกในครอบครัวหรือคนสำคัญในชีวิตเสียชีวิต ความเจ็บป่วยของตนเองหรือสมาชิกในครอบครัว เป็นต้น

(4) มีความสมัครใจในการเข้าร่วมโครงการวิจัย

เกณฑ์คัดออก คือ ผู้ที่ได้รับการวินิจฉัยว่ามีอาการเจ็บป่วยด้วยโรคทางจิตเวช เช่น โรคจิตกึ่งกังวล หรือโรคซึมเศร้า

4. กระบวนการวิจัย มีรายละเอียด ดังนี้

4.1 ผู้วิจัยติดต่อขอความอนุเคราะห์ไปยังหน่วยงานที่ให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของสถาบันการศึกษา และสถานบริการทางสุขภาพที่ให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ที่ให้ความร่วมมือ เช่น หน่วยส่งเสริมสุขภาพจิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย หน่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต มหาวิทยาลัยรังสิต และภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เป็นต้น เพื่อขออนุญาตเข้าเก็บข้อมูล

4.2 เมื่อผู้วิจัยได้รับการอนุญาตจากหน่วยงานที่ติดต่อแล้ว ผู้วิจัยจึงประสานงานไปยังผู้อำนวยการฝ่ายบริการด้านจิตวิทยาการปรึกษา หรือนักจิตวิทยาการปรึกษาผู้ให้บริการ ในฐานะผู้แนะนำเข้าสู่แหล่งข้อมูล เพื่อขอความร่วมมือเป็นผู้ประสานติดต่อไปยังท่านเพื่อแนะนำโครงการวิจัย จากนั้น นักจิตวิทยาการปรึกษาประจำหน่วยงานดังกล่าว จะแนะนำให้ผู้วิจัยพบกับท่านเพื่อทำการให้ข้อมูลเกี่ยวกับโครงการและทำการคัดกรองเป็นกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

4.3 เมื่อท่านแจ้งความจำนงว่าสนใจเข้าร่วมงานวิจัย และผ่านเกณฑ์คัดกรอง ผู้วิจัยจะอธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัยและขอความยินยอม หลังจากนั้น จึงให้ท่านลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมงานวิจัยพร้อมทั้งตอบแบบสอบถาม จำนวน 1 ครั้ง ใช้เวลาประมาณ 30 นาที โดยในการตอบแบบสอบถามนั้น ท่านสามารถเลือกตอบแบบกระดาษเขียนตอบ หรือเขียน


 เลขที่โครงการวิจัย..... 149.1/60  
 วันที่รับรอง..... 16 ต.ค. 2560  
 15 ต.ค. 2561

ตอบผ่านแบบสอบถามออนไลน์ก็ได้ โดยข้อมูลทั้งหมดจะถูกเก็บเป็นความลับ และไม่มีภาระระบุชื่อของผู้ตอบในแบบสอบถามดังกล่าว

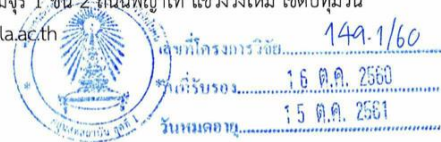
5. ขณะตอบแบบสอบถาม ท่านอาจจะเกิดความรู้สึกไม่สบายใจหรือสะท้อนใจ เพราะเป็นการถามถึงเรื่องราวส่วนตัวที่ท่านอาจจะเคยรู้สึกไม่สบายใจในอดีต หากท่านรู้สึกไม่สบายใจ ท่านสามารถยุติการตอบแบบสอบถามได้ทันที และสามารถติดต่อผู้วิจัยเพื่อพูดคุยให้ท่านรู้สึกผ่อนคลาย รวมทั้งนัดหมายการเข้าร่วมวิจัยครั้งใหม่หากท่านยังประสงค์จะเข้าร่วมโครงการวิจัย อนึ่ง หากผู้วิจัยซึ่งเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาอยู่แล้ว พบว่าท่านมีความไม่สบายใจระดับที่มากเกินไป ผู้วิจัยจะได้ประสานให้ท่านได้รับการช่วยเหลือในขั้นต่อไปจากนักวิชาชีพทางสุขภาพในหน่วยงานที่ดูแลท่าน

6. ท่านจะไม่ได้รับค่าชดเชยการเสียเวลาใดๆ ในการเข้าร่วมการวิจัย ทั้งนี้ ผู้วิจัยยินดีที่จะให้ข้อมูลผลการตอบแบบสำรวจบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบพร้อมการแปลผล อันเป็นประโยชน์ในการสำรวจ ทบทวนตนเอง เพื่อนำไปสู่การพัฒนาตนเองต่อไป และหากท่านต้องการทราบผลการศึกษาคำนี้ ผู้วิจัยจะดำเนินการส่งข้อมูลทันทีที่งานวิจัยแล้วเสร็จ

7. การเข้าร่วมในการวิจัยของท่านเป็นไปตามความสมัครใจ และสามารถปฏิเสธที่จะเข้าร่วม หรือถอนตัวออกจากการวิจัยในทุกขณะ และไม่มีผลกระทบในทางใดๆ ต่อตัวท่าน โดยไม่ต้องแจ้งเหตุผลและไม่สูญเสียประโยชน์พึงได้รับ

8. หากท่านมีข้อสงสัยให้สอบถามเพิ่มเติมได้ โดยสามารถติดต่อผู้วิจัยได้ตลอดเวลาตามสถานที่และหมายเลขโทรศัพท์ที่ระบุไว้ข้างต้น

9. หากท่านไม่ได้รับการปฏิบัติตามข้อมูลดังกล่าวสามารถร้องเรียนได้ที่ คณะกรรมการพิจารณา จริยธรรมการวิจัย ในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 254 อาคารจามจรี 1 ชั้น 2 ถนนพญาไท แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทรศัพท์/โทรสาร 0-2218-3202 E-mail: eccu@chula.ac.th



## หนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

ทำที่.....  
วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....

เลขที่ ประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย.....

ข้าพเจ้า ซึ่งได้ลงนามท้ายหนังสือนี้ ขอแสดงความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย

ชื่อโครงการวิจัย ความสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพ สัมพันธภาพในการปรึกษา และความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ ในผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

ชื่อผู้วิจัย นายชัชชະ ศรีชัยสวัสดิ์

สถานที่ติดต่อผู้วิจัย นิสิตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สถานที่ตั้งติดต่อผู้วิจัย คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อาคารบรมราชชนนีศรีศศพรราช ชั้น 7 ถนนพระราม 1 แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330 โทร 0-2218-1197 หรือ 0-2218-1184

โทรศัพท์มือถือ 089-424-5757 E-mail : mr.chichaya@gmail.com

ข้าพเจ้า ได้รับทราบรายละเอียดเกี่ยวกับที่มาและวัตถุประสงค์ในการทำวิจัย รายละเอียดขั้นตอนต่างๆ ที่จะต้องปฏิบัติหรือได้รับการปฏิบัติ ความเสี่ยง/อันตราย และประโยชน์ซึ่งจะเกิดขึ้นจากการวิจัยเรื่องนี้ โดยได้อ่านรายละเอียดในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัยโดยตลอด และได้รับคำอธิบายจากผู้วิจัย จนเข้าใจเป็นอย่างดีแล้ว

ข้าพเจ้าจึงสมัครใจเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ ตามที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย โดยข้าพเจ้ายินยอมตอบแบบสอบถาม 93 ข้อ จำนวน 1 ครั้ง ใช้เวลาประมาณ 30 นาที

ข้าพเจ้ามีสิทธิถอนตัวออกจากกรวิจัยเมื่อใดก็ได้ตามความประสงค์ โดยไม่ต้องแจ้งเหตุผล ซึ่งการถอนตัวออกจากการวิจัยนั้น จะไม่มีผลกระทบในทางใดๆ ต่อข้าพเจ้าทั้งสิ้น

ข้าพเจ้าได้รับคำรับรองว่า ผู้วิจัยจะปฏิบัติตามข้าพเจ้าตามข้อมูลที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย และข้อมูลใดๆ ที่เกี่ยวข้องกับข้าพเจ้า ผู้วิจัยจะเก็บรักษาเป็นความลับ โดยจะนำเสนอข้อมูลการวิจัยเป็นภาพรวมเท่านั้น ไม่มีข้อมูลใดในการรายงานที่จะนำไปสู่การระบุตัวข้าพเจ้า

หากข้าพเจ้าไม่ได้รับการปฏิบัติตรงตามที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย ข้าพเจ้าสามารถร้องเรียนได้ที่ สำนักงานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสหสถาบัน ชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เลขที่ 254 อาคารจามจุรี 1 ชั้น 2 ถนนพญาไท เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10300 โทรศัพท์ 02-218-3202 E-mail : eccu@chula.ac.th

ข้าพเจ้าได้ลงลายมือชื่อไว้เป็นสำคัญต่อหน้าพยาน ทั้งนี้ข้าพเจ้าได้รับสำเนาเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย และสำเนาหนังสือแสดงความยินยอมไว้แล้ว

ลงชื่อ.....

(นายชัชชະ ศรีชัยสวัสดิ์)

ผู้วิจัยหลัก



ลงชื่อ.....

.....

ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

เลขที่โครงการวิจัย 149.1/60

วันที่รับรอง 16 ต.ค. 2560

วันหมดอายุ 15 ต.ค. 2561

ลงชื่อ.....

.....

พยาน

.....  
รองศาสตราจารย์ ดร.อริย์ธนา ตัญคำนั้

## ภาคผนวก ข

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. **มาตรวัดบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ** ผู้วิจัยนำมาจากมาตรวัดบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบภาษาไทย (Big Five Inventory) ซึ่งพัฒนาโดย คัคนางค์ มณีศรี (2553 อ้างถึงใน กัญฐิกา บรรลือ, 2553; ขเคนทร์ วรรณศิริ, 2554) จากมาตรวัด Big Five Inventory ของ Benet-Martinez และ John (1998)

คำชี้แจง กรุณาใส่เครื่องหมาย “X” เพื่อเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด เพียงเครื่องหมายเดียวในแต่ละข้อ และโปรดตอบทุกข้อ ตามเกณฑ์ต่อไปนี้

- 1 ไม่ตรงกับฉันที่สุด หมายถึง ข้อความนี้ไม่ตรงกับตัวท่านทั้งหมด
- 2 ตรงกับฉันเล็กน้อย หมายถึง ข้อความนี้ส่วนใหญ่ไม่ตรงกับตัวท่าน แต่ไม่ถึงกับทั้งหมด
- 3 ค่อนข้างตรงกับฉัน หมายถึง ข้อความนี้ตรงกับตัวท่านบางส่วน
- 4 ตรงกับฉันมาก หมายถึง ข้อความนี้ส่วนใหญ่ตรงกับตัวท่าน แต่ไม่ทั้งหมด
- 5 ตรงกับฉันที่สุด หมายถึง ข้อความนี้ตรงกับตัวท่านทั้งหมด

ข้อ	โดยส่วนใหญ่ฉันมักจะ...	ระดับความคิดเห็น				
		1 ไม่ตรงกับ ฉันที่สุด	2 ตรงกับฉัน เล็กน้อย	3 ค่อนข้าง ตรงกับฉัน	4 ตรงกับ ฉันมาก	5 ตรงกับ ฉันที่สุด
1	รู้สึกหดหู่บ่อยๆ	1	2	3	4	5
2	ทำทุกอย่างตามแผนที่ตนเองวางไว้	1	2	3	4	5
3	ไม่ค่อยเข้าใจความคิดเชิงนามธรรม	1	2	3	4	5
4	... ..	1	2	3	4	5

**2. มาตรฐานสัมพันธภาพในการปรึกษา** ผู้วิจัยนำมาจากมาตรฐานสัมพันธภาพในการปรึกษา ฉบับย่อ: สำหรับผู้รับบริการ (Working Alliance Inventory - Short Form: Client Version) ซึ่ง ผู้วิจัยพัฒนาจากมาตรวัด Working Alliance Inventory - Short Form: Client Version ของ Tracey และ Kokotovic (1989)

มาตรวัดนี้ได้ผ่านการพิจารณาความตรงเชิงเนื้อหา และความเหมาะสมของมาตรวัด โดยมีการตรวจสอบความถูกต้องของการปรับข้อความ การใช้สำนวนภาษา และการคงความหมายเดิม โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ได้แก่

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กุลยา พิสิษฐ์สังขการ อาจารย์ประจำสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. อาจารย์ ดร. จิระสุข สุขสวัสดิ์ อาจารย์ประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
3. อาจารย์ ดร. ดลดาว ปุรณานนท์ อาจารย์ประจำภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

คำชี้แจง ขอให้ท่านนึกถึงนักจิตวิทยาการปรึกษาผู้ที่ท่านกำลังรับบริการ หรือเพิ่งจะได้รับบริการเสร็จสิ้นลง (หากท่านทำงานกับนักจิตวิทยามากกว่าหนึ่งคน ขอให้นึกถึงนักจิตวิทยาการปรึกษาหลักที่ทำงานกับท่านมากที่สุดเพียงคนเดียว) แล้วทำเครื่องหมาย “X” เพื่อเลือกคำตอบที่ตรงกับความคิดหรือความรู้สึกที่ท่านมีต่อนักจิตวิทยาการปรึกษาของท่านมากที่สุด โดยที่

(หมายเหตุ : ข้อมูลที่ท่านตอบจะถูกเก็บเป็นความลับ นักจิตวิทยาการปรึกษาและหน่วยงานที่ให้บริการจะไม่สามารถเข้าถึงข้อมูลได้)

- 1 หมายถึง ไม่ตรงอย่างยิ่ง
- 2 หมายถึง ค่อนข้างไม่ตรง
- 3 หมายถึง ตรงกับไม่ตรงพอๆ กัน
- 4 หมายถึง ค่อนข้างตรง
- 5 หมายถึง ตรงอย่างยิ่ง

ข้อ	เมื่อนึกถึงประสบการณ์ในการพูดคุยปรึกษาเชิงจิตวิทยา / ทำงานกับนักจิตวิทยาการปรึกษาหลัก	1 ไม่ตรง อย่างยิ่ง	2 ค่อนข้าง ไม่ตรง	3 ตรงกับ ไม่ตรง พอๆ กัน	4 ค่อนข้าง ตรง	5 ตรง อย่างยิ่ง
1	นักจิตวิทยาการปรึกษาและฉันได้ตกลงร่วมกันถึงสิ่งที่ฉันจะทำ เพื่อให้สถานการณ์ปัญหาของฉันคลี่คลาย	1	2	3	4	5
2	สิ่งที่ฉันกำลังทำในการพูดคุยปรึกษา ได้ทำให้ฉันพบแนวทางใหม่ๆ ในการมองปัญหาของตนเอง	1	2	3	4	5
3	ฉันเชื่อว่านักจิตวิทยาการปรึกษารู้สึกดีที่ได้ช่วยเหลือฉัน	1	2	3	4	5
4	... ..	1	2	3	4	5

**3. มาตรการวัดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ** ผู้วิจัยนำมาจากมาตรการวัดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจภาษาไทย ฉบับย่อ (The Posttraumatic Growth Inventory - Short Form) ซึ่งพัฒนาโดย ฌ็องส์-ลูค เดอแตร์ (2558 อ้างถึงใน ทศพร ประไพทอง, 2558; เอกธิดา ดวงอุไร, 2558) จากมาตรการวัด The Posttraumatic Growth Inventory - Short Form ของ Cann และคณะ (2010)

คำชี้แจง กรุณาใส่เครื่องหมาย “X” เพื่อเลือกคำตอบที่ตรงกับการเปลี่ยนแปลงในชีวิตของท่านที่เป็นผลมาจากภาวะวิกฤตที่ท่านได้เผชิญมากที่สุด

- 0 หมายถึง ฉันไม่มีการเปลี่ยนแปลงที่เป็นผลจากภาวะวิกฤตเลย
- 1 หมายถึง ฉันมีการเปลี่ยนแปลงค่อนข้างน้อยที่เป็นผลจากภาวะวิกฤต
- 2 หมายถึง ฉันมีการเปลี่ยนแปลงในระดับหนึ่งที่เป็นผลจากภาวะวิกฤต
- 3 หมายถึง ฉันมีการเปลี่ยนแปลงระดับปานกลางที่เป็นผลจากภาวะวิกฤต
- 4 หมายถึง ฉันมีการเปลี่ยนแปลงค่อนข้างมากที่เป็นผลจากภาวะวิกฤต
- 5 หมายถึง ฉันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก

ข้อ	ข้อความ	ระดับของการเปลี่ยนแปลง					
		0 ไม่มีการ เปลี่ยนแปลง	1 เปลี่ยน แปลง ค่อนข้าง น้อย	2 เปลี่ยน แปลง ใน ระดับ หนึ่ง	3 เปลี่ยน แปลง ระดับ ปาน กลาง	4 เปลี่ยน แปลง ค่อนข้าง มาก	5 เปลี่ยน แปลง อย่าง มาก
1	ฉันเปลี่ยนการจัดลำดับ ความสำคัญของสิ่งต่างๆ ในชีวิต	0	1	2	3	4	5
2	ฉันเห็นคุณค่าในชีวิตของฉัน มากขึ้น	0	1	2	3	4	5
3	ฉันสามารถทำชีวิตของฉัน ให้ดียิ่งขึ้น	0	1	2	3	4	5
4	... ..	0	1	2	3	4	5



## ภาคผนวก ค

## ผลการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

## 1. มาตรฐานวัดบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ

ผลการนำมาตรวัดไปใช้ในกลุ่มตัวอย่างผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาชาวไทย และการตรวจสอบคุณสมบัติทางจิตมิติเบื้องต้น หลังจากที่ได้ผู้วิจัยนำมาตรวัดบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ ไปใช้เก็บข้อมูลในกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 132 คน จากนั้นได้วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งหมด (CITC: Corrected item-total correlation) คำนวณค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัด ด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) พบว่า ข้อคำถามมีค่า CITC อยู่ในช่วง .05-.76 รวมถึงมาตรวัดมีความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของแต่ละองค์ประกอบ เท่ากับ .84, .91, .73, .71 และ .89 ดังที่แสดงในตาราง

ตารางแสดงคุณภาพข้อคำถามรายชื่อของมาตรวัด รวมถึงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของมาตรวัดบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบ

ข้อ	ข้อคำถาม	Mean (SD)	CITC ราย องค์ประกอบ
องค์ประกอบที่ 1 บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์ $\alpha = .84$			
1	รู้สึกหดหู่บ่อยๆ	2.29 (1.09)	.58
6	แทบไม่เคยรู้สึกหดหู่	2.38 (1.28)	.55
17	ไม่ชอบตนเอง	1.93 (1.01)	.53
20	... ..	2.74 (1.10)	.59
22	... ..	2.46 (1.18)	.34
36	... ..	2.54 (1.24)	.37
40	... ..	2.67 (1.16)	.55
45	... ..	2.47 (1.23)	.38
48	... ..	2.70 (1.08)	.41
50	... ..	3.16 (1.18)	.59
52	... ..	2.86 (1.13)	.49
59	... ..	3.16 (1.30)	.71

ข้อ	ข้อความ	Mean (SD)	CITC ราย องค์ประกอบ
องค์ประกอบที่ 2 บุคลิกภาพแบบเปิดเผย $\alpha = .91$			
8	มีทักษะในการจัดการกับผู้คนรอบๆ ตัว	3.33 (.96)	.50
13	ลำบากใจเวลาที่ต้องเข้าหาผู้อื่น	2.51 (1.24)	.68
21	ไม่รู้จะคุยอะไร	2.69 (1.19)	.68
28	... ..	2.64 (1.34)	.61
29	... ..	3.26 (1.24)	.75
34	... ..	2.31 (1.24)	.69
39	... ..	2.95 (1.14)	.56
42	... ..	2.41 (1.26)	.62
44	... ..	2.48 (1.23)	.66
54	... ..	3.56 (1.11)	.61
57	... ..	2.55 (1.28)	.58
58	... ..	3.53 (1.16)	.74
องค์ประกอบที่ 3 บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ใหม่ $\alpha = .73$			
3	ไม่ค่อยเข้าใจความคิดเชิงนามธรรม	1.83 (.81)	.44
4	สามารถบรรยายถึงสิ่งต่างๆ ให้สวยสดงดงามได้	3.39 (1.09)	.33
15	นำการสนทนาไปสู่ระดับที่ลึกซึ้งขึ้น	3.17 (1.07)	.40
19	... ..	1.84 (.80)	.42
24	... ..	3.65 (1.17)	.51
25	... ..	4.12 (.92)	.38
31	... ..	1.77 (.90)	.38
37	... ..	3.38 (1.06)	.31
38	... ..	1.96 (1.24)	.32
41	... ..	4.05 (.90)	.43
56	... ..	2.59 (1.27)	.13
60	... ..	2.52 (1.16)	.38
องค์ประกอบที่ 4 บุคลิกภาพแบบคล้อยตาม $\alpha = .71$			
5	สงสัยเจตนาที่ซ่อนเร้นของผู้อื่น	3.02 (1.08)	.26

ข้อ	ข้อความ	Mean (SD)	CITC ราย องค์ประกอบ
9	เห็นอกเห็นใจผู้อื่น	4.26 (.82)	.23
10	วิพากษ์วิจารณ์ผู้อื่นจนไม่มีขึ้นดี	1.54 (.78)	.48
12	... ..	1.45 (.76)	.54
16	... ..	3.61 (.93)	.05
26	... ..	3.52 (.90)	.30
30	... ..	2.60 (1.05)	.21
43	... ..	1.67 (.83)	.48
47	... ..	2.58 (1.10)	.34
51	... ..	3.61 (.89)	.50
53	... ..	1.94 (.98)	.32
55	... ..	1.79 (.97)	.53
องค์ประกอบที่ 5 บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก $\alpha = .89$			
2	ทำทุกอย่างตามแผนที่ตนเองวางไว้	3.22 (.92)	.55
7	ไม่ค่อยใส่ใจกับงานที่ทำอยู่	1.79 (.97)	.59
11	ต้องถูกกระตุ้นจึงจะลงมือทำงาน	2.55 (1.27)	.54
14	... ..	1.61 (.96)	.63
18	... ..	3.68 (.97)	.66
23	... ..	2.23 (1.10)	.59
27	... ..	2.26 (.75)	.35
32	... ..	3.58 (1.01)	.67
33	... ..	1.56 (.76)	.60
35	... ..	3.61 (.95)	.63
46	... ..	3.66 (.98)	.76
49	... ..	3.89 (.90)	.65

## 2. มาตรฐานสัมพันธภาพในการปรึกษา

ผลการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้วิจัยเริ่มต้นจากการพัฒนาข้อคำถามจากมาตรวัด Working Alliance Inventory - Short Form: Client Version ของ Tracey และ Kokotovic (1989) และนิยามขอบเขตของสัมพันธภาพในการปรึกษาจากวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง โดยพัฒนาข้อคำถามจากต้นฉบับ 12 ข้อ และสร้างเพิ่มเติมอีก 4 ข้อ รวมเป็น 16 ข้อ เพื่อให้เนื้อหาของข้อคำถามมีความครอบคลุม และเหมาะสมกับผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาชาวไทย จากนั้นได้นำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญและมีประสบการณ์ในการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ในผู้รับบริการชาวไทย จำนวน 3 ท่าน พิจารณาความตรงเชิงเนื้อหาและความเหมาะสมของมาตรวัด พบว่า ข้อคำถามที่มีค่าความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์หรือนิยาม (IOC: Item Objective Congruence Index) มากกว่า หรือเท่ากับ .66 มีจำนวน 15 ข้อ ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถาม 4 ข้อที่ผู้วิจัยสร้างเพิ่มเติมเพื่อให้เหมาะสมกับบริบทสังคมไทยตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ส่วนอีก 1 ข้อที่มีค่า IOC เท่ากับ 0 ผู้วิจัยได้ทำการปรับสำนวนภาษาไทยใหม่ ดังที่แสดงในตาราง

ตารางแสดงข้อคำถาม และผลการพิจารณาความตรงเชิงเนื้อหาของมาตรวัดสัมพันธภาพในการปรึกษาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ

ข้อ	ข้อคำถาม จากมาตรวัด	ข้อคำถามภาษาไทยจาก		ค่า IOC	หมายเหตุ
		มาตรวัดต้นฉบับ	ทิศทางของ ข้อความ		
		และข้อคำถามที่สร้างเพิ่ม			
1	___ and I agree about the things I will need to do in therapy to help improve my situation.	ในการพูดคุยปรึกษา นักจิตวิทยาการศึกษา และฉันได้ตกลงร่วมกันถึง สิ่งที่ฉันจะทำ เพื่อให้ สถานการณ์ปัญหาของฉัน คลี่คลาย	ทิศทางของ ข้อความ บวก	1	คัดเลือก
		<b>ปรับข้อคำถาม :</b> นักจิตวิทยาการศึกษา และฉันได้ตกลงร่วมกันถึง สิ่งที่ฉันจะทำ เพื่อให้			

ข้อ	ข้อความ จากมาตรวัด	ข้อความภาษาไทยจาก มาตรวัดต้นฉบับ และข้อความที่สร้างเพิ่ม	ทิศทางของ		หมายเหตุ
			ข้อความ	ค่า IOC	
			บวก	ลบ	
สถานการณ์ปัญหาของฉัน					
คลี่คลาย					
2	What I am doing in therapy gives me new ways of looking at my problem.	สิ่งที่ฉันกำลังทำในการพูดคุยปรึกษา ได้ทำให้ฉันพบแนวทางใหม่ๆ ในการมองปัญหาของตนเอง	<b>X</b>	1	คัดเลือก
3	I believe ___ likes me.	ฉันเชื่อว่านักจิตวิทยาการปรึกษาชอบฉัน <b>ปรับข้อความ :</b> ฉันเชื่อว่านักจิตวิทยาการปรึกษา รู้สึกดีที่ได้ช่วยเหลือฉัน	<b>X</b>	0	ปรับสำนวน ภาษา และ คัดเลือก
4	___ does not understand what I am trying to accomplish in therapy.	นักจิตวิทยาการปรึกษาไม่เข้าใจว่าฉันพยายามจะบรรลุเป้าหมายอะไรในการพูดคุยปรึกษา <b>ปรับข้อความ :</b> นักจิตวิทยาการปรึกษาไม่เข้าใจจุดมุ่งหมายในการรับบริการปรึกษาของฉัน	<b>X</b>	1	คัดเลือก
5	I am confident in ___'s ability to help me.	ฉันเชื่อมั่นว่าความสามารถของนักจิตวิทยาการปรึกษาจะช่วยฉันได้ <b>ปรับข้อความ :</b> ฉันมั่นใจว่านักจิตวิทยาการปรึกษาจะสามารถช่วยเหลือฉันได้	<b>X</b>	1	คัดเลือก

ข้อ	ข้อความ จากมาตรวัด	ข้อความภาษาไทยจาก มาตรวัดต้นฉบับ และข้อความที่สร้างเพิ่ม	ทิศทางของ		ค่า IOC	หมายเหตุ
			ข้อความ	ลบ		
6	___ and I are working towards mutually agreed upon goals.	นักจิตวิทยาการศึกษา และฉันทำงานไปสู่เป้าหมายที่ตกลงร่วมกัน	X		1	คัดเลือก
7	I feel that ___ appreciates me.	ฉันรู้สึกว่่านักจิตวิทยาการศึกษาเห็นคุณค่าในตัวฉัน <b>ปรับข้อความ :</b> ฉันรู้สึกว่่านักจิตวิทยาการศึกษามองเห็นคุณค่าในตัวฉัน	X		1	คัดเลือก
8	We agree on what is important for me to work on.	นักจิตวิทยาการศึกษา และฉันเห็นพ้องต้องกันว่าอะไรเป็นสิ่งสำคัญที่ฉันต้องทำ	X		1	คัดเลือก
9	___ and I trust one another.	นักจิตวิทยาการศึกษา และฉันไว้วางใจซึ่งกันและกัน	X		1	คัดเลือก
10	___ and I have different ideas on what my problems are.	นักจิตวิทยาการศึกษา และฉัน มีความคิดที่แตกต่างกันเกี่ยวกับปัญหาของฉัน <b>ปรับข้อความ :</b> นักจิตวิทยาการศึกษา และฉัน มีความคิดเห็นที่แตกต่างกันว่่าอะไรคือปัญหาของฉัน	X	X	.66	คัดเลือก
11	We have established a	นักจิตวิทยาการศึกษา และฉัน สร้างความเข้าใจ	X		.66	คัดเลือก

ข้อ	ข้อความ จากมาตรวัด	ข้อความภาษาไทยจาก มาตรวัดต้นฉบับ และข้อความที่สร้างเพิ่ม	ทิศทางของ		หมายเหตุ
			ข้อความ	ค่า IOC	
			บวก	ลบ	
	good understanding of the kind of changes that would be good for me.	อันดี เกี่ยวกับการ เปลี่ยนแปลงที่จะส่งผลดี กับฉัน <b>ปรับข้อความ :</b> นักจิตวิทยาการศึกษา และฉันสร้างความเข้าใจที่ ดี ว่าควรจะสร้างความ เปลี่ยนแปลงใดที่จะส่งผล ดีกับฉัน			
12	I believe the way we are working with my problem is correct.	ฉันเชื่อว่าวิธีการที่ นักจิตวิทยาการศึกษา และฉันกำลังจัดการกับ ปัญหาของฉันนั้นถูกต้อง <b>ปรับข้อความ :</b> ฉันเชื่อ ว่าวิธีการที่นักจิตวิทยา การศึกษาและฉันร่วมกัน จัดการกับปัญหาของฉัน นั้นถูกต้อง	X	1	คัดเลือก
13		จากการพูดคุยปรึกษา ทำ ให้ฉันชัดเจนมากขึ้นว่าฉัน จะเปลี่ยนแปลงได้อย่างไร <b>ปรับข้อความ :</b> การเข้า รับบริการปรึกษาทำให้ฉัน มองเห็นแนวทางในการ เปลี่ยนแปลงตนเองชัดเจน มากขึ้น	X	.66	สร้างเพิ่มเติม และคัดเลือก

ข้อ	ข้อคำถาม จากมาตรวัด	ข้อคำถามภาษาไทยจาก มาตรวัดต้นฉบับ และข้อคำถามที่สร้างเพิ่ม	ทิศทางของ		ค่า IOC	หมายเหตุ
			ข้อความ	บวก		
14		ฉันไม่มั่นใจว่าสิ่งที่ฉันกำลัง ทำในการพูดคุยปรึกษา จะช่วยเหลือฉันได้	X		1	สร้างเพิ่มเติม และคัดเลือก
15		ฉันรู้สึกว่่านักจิตวิทยาการ ปรึกษาวิจารณ์ ตัดสิน หรือตีตราให้ฉันรู้สึก ด้อยค่า <b>ปรับข้อคำถาม :</b> ฉันรู้สึก ด้อยค่าเมื่อนักจิตวิทยา การปรึกษาวิจารณ์ ตัดสิน หรือตีตราฉัน	X		.66	สร้างเพิ่มเติม และคัดเลือก
16		ฉันรู้สึกว่่านักจิตวิทยาการ ปรึกษาไม่ได้ใส่ใจปัญหา ของฉัน <b>ปรับข้อคำถาม :</b> ฉันรู้สึก ว่่านักจิตวิทยาการปรึกษา ไม่ใส่ใจปัญหาของฉัน	X		1	สร้างเพิ่มเติม และคัดเลือก

ผลการนำมาตรวัดไปใช้ในกลุ่มตัวอย่างผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาชาวไทย และการตรวจสอบคุณสมบัติทางจิตมิติเบื้องต้น หลังจากที่ถูกวิจัยนำมาตรวัดฉบับภาษาไทย ที่ข้อคำถามผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่านเรียบร้อยแล้ว ไปใช้เก็บข้อมูลในกลุ่มตัวอย่างจำนวน 132 คน จากนั้นได้พิจารณาคัดเลือกข้อคำถาม จากการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งหมด (CITC: Corrected item-total correlation) โดยคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สูงกว่าค่าวิกฤต  $r$  ( $r = .22, df = 130, p < .01$ ) และคำนวณค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัด ด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) พบว่า ข้อคำถามทุกข้อมีค่า CITC สูงกว่าค่าวิกฤต  $r$  ทั้งรายด้านและทั้งฉบับ



รวมถึงมาตรวัดมีความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัดทั้งฉบับ เท่ากับ .88 โดยมีรายด้าน เท่ากับ .64, .72 และ .73 ดังที่แสดงในตาราง

ตารางแสดงคุณภาพข้อคำถามรายข้อและรายด้านของมาตรวัด รวมถึงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของ มาตรวัดสัมพันธ์ภาพในการปรึกษา (ทั้งฉบับ  $\alpha = .88$ )

ข้อ	ข้อคำถาม	Mean (SD)	CITC รายด้าน	CITC ทั้งฉบับ	หมายเหตุ
<b>ด้านที่ 1 การตกลงร่วมกันเกี่ยวกับเป้าหมายของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา <math>\alpha = .64</math></b>					
4	นักจิตวิทยาการปรึกษาไม่เข้าใจ จุดมุ่งหมายในการรับบริการปรึกษา ของฉัน	1.93 (1.11)	.46	.46	คัดเลือก
6	นักจิตวิทยาการปรึกษาและฉันทำงาน ไปสู่เป้าหมายที่ตกลงร่วมกัน	4.07 (.80)	.43	.64	คัดเลือก
10	นักจิตวิทยาการปรึกษาและฉัน มีความ คิดเห็นที่แตกต่างกันว่าอะไรคือปัญหา ของฉัน	2.38 (1.19)	.37	.44	คัดเลือก
11	นักจิตวิทยาการปรึกษาและฉันสร้าง ความเข้าใจที่ดี ว่าควรจะสร้างความ เปลี่ยนแปลงใดที่จะส่งผลดีกับฉัน	4.16 (.72)	.40	.59	คัดเลือก
13	การเข้ารับบริการปรึกษาทำให้ฉัน มองเห็นแนวทางในการเปลี่ยนแปลง ตนเองชัดเจนมากขึ้น	4.24 (.76)	.37	.44	สร้างเพิ่มเติม และคัดเลือก
<b>ด้านที่ 2 การทำงานร่วมกันแก้ไขปัญหาที่ผู้รับบริการนำมาปรึกษา <math>\alpha = .72</math></b>					
1	นักจิตวิทยาการปรึกษาและฉันได้ตกลง ร่วมกันถึงสิ่งที่ฉันจะทำ เพื่อให้ สถานการณ์ปัญหาของฉันคลี่คลาย	4.01 (.93)	.40	.48	คัดเลือก
2	สิ่งที่ฉันกำลังทำในการพูดคุยปรึกษา ได้ทำให้ฉันพบแนวทางใหม่ๆ ในการ มองปัญหาของตนเอง	4.24 (.78)	.55	.59	คัดเลือก

ข้อ	ข้อความ	Mean (SD)	CITC รายด้าน	CITC ทั้งฉบับ	หมายเหตุ
8	นักจิตวิทยาการปรึกษาและฉันเห็น พ้องต้องกันว่าอะไรเป็นสิ่งสำคัญที่ฉัน ต้องทำ	4.09 (.77)	.51	.56	คัดเลือก
12	ฉันเชื่อว่าวิธีการที่นักจิตวิทยาการ ปรึกษาและฉันร่วมกันจัดการกับปัญหา ของฉันนั้นถูกต้อง	4.05 (.78)	.62	.69	คัดเลือก
14	ฉันไม่มั่นใจว่าสิ่งที่ฉันกำลังทำในการ พูดคุยปรึกษา จะช่วยเหลือฉันได้	2.30 (1.29)	.45	.59	สร้างเพิ่มเติม และคัดเลือก
ด้านที่ 3 สายสัมพันธ์ทางบวก $\alpha = .73$					
3	ฉันเชื่อว่านักจิตวิทยาการปรึกษารู้สึกดี ที่ได้ช่วยเหลือฉัน	4.20 (.79)	.43	.44	คัดเลือก
5	ฉันมั่นใจว่านักจิตวิทยาการปรึกษาจะ สามารถช่วยเหลือฉันได้	4.15 (.82)	.51	.57	คัดเลือก
7	ฉันรู้สึกว่่านักจิตวิทยาการปรึกษา มองเห็นคุณค่าในตัวฉัน	4.36 (.71)	.51	.53	คัดเลือก
9	นักจิตวิทยาการปรึกษาและฉันไว้วางใจ ซึ่งกันและกัน	4.30 (.72)	.47	.48	คัดเลือก
15	ฉันรู้สึกด้อยค่าเมื่อนักจิตวิทยาการ ปรึกษาวิจารณ์ ตัดสิน หรือติตรานฉัน	1.93 (1.25)	.43	.45	สร้างเพิ่มเติม และคัดเลือก
16	ฉันรู้สึกว่่านักจิตวิทยาการปรึกษาไม่ใช่ ใจปัญหาของฉัน	1.41 (.81)	.56	.62	สร้างเพิ่มเติม และคัดเลือก

### 3. มาตรการวัดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจ

ผลการนำมาตรวัดไปใช้ในกลุ่มตัวอย่างผู้ที่มีประสบการณ์รับบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาชาวไทย และการตรวจสอบคุณสมบัติทางจิตมิติเบื้องต้น หลังจากที่ถูกวิจัยนำมาตรวัดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจภาษาไทย ฉบับย่อ ไปใช้เก็บข้อมูลในกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 132 คน จากนั้นได้วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวมทั้งชุด (CITC: Corrected item-total correlation) คำนวณค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัด ด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha) พบว่า ข้อคำถามมีค่า CITC อยู่ในช่วง .32-.72 รวมถึงมาตรวัดมีความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัดทั้งฉบับ เท่ากับ .86 ดังที่แสดงในตาราง

ตารางแสดงคุณภาพข้อคำถามรายชื่อของมาตรวัด รวมถึงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของมาตรวัดความงอกงามภายหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนใจภาษาไทย ฉบับย่อ (ทั้งฉบับ  $\alpha = .86$ )

ข้อ	ข้อคำถาม	Mean (SD)	CITC ทั้งฉบับ
1	ฉันเปลี่ยนการจัดลำดับความสำคัญของสิ่งต่างๆ ในชีวิต	3.40 (1.14)	.32
2	ฉันเห็นคุณค่าในชีวิตของฉันมากขึ้น	3.88 (1.18)	.65
3	ฉันสามารถทำชีวิตของฉันให้ดียิ่งขึ้น	3.86 (1.12)	.72
4	... ..	3.47 (1.30)	.61
5	... ..	3.43 (1.22)	.50
6	... ..	3.67 (1.14)	.71
7	... ..	3.80 (1.10)	.64
8	... ..	2.28 (1.73)	.35
9	... ..	3.78 (1.24)	.70
10	... ..	3.29 (1.23)	.62

## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นายชัชยะ ศรีชัยสวัสดิ์ เกิดวันที่ 30 พฤษภาคม พ.ศ. 2536 สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมปลายจากโรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย จังหวัดกรุงเทพมหานคร เมื่อปี พ.ศ. 2553 จบการศึกษาระดับปริญญาตรีบริหารธุรกิจบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เมื่อปี พ.ศ. 2557 และเข้าศึกษาต่อในหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปี พ.ศ. 2558

หมายเหตุ : หากผู้อ่านท่านใดมีความประสงค์ใช้มาตรวัดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นในการวิจัยครั้งนี้ สามารถติดต่อได้ที่ [mr.chichaya@gmail.com](mailto:mr.chichaya@gmail.com)

