

| | |
|----------------------|--|
| ชื่อเรื่อง | การเสริมสร้างความยืดหยุ่นทางจิตใจและกลวิธีการจัดการของวัยรุ่นที่ถูกรังแกผ่านโลกโซเชียลโดยใช้การให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวคิดการปรับความคิดโดยใช้สติเป็นฐาน |
| ผู้วิจัย | กรรณิการ์ พันทอง |
| ปริญญา | ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต |
| ปีการศึกษา | 2563 |
| อาจารย์ที่ปรึกษา | ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อัจฉรา ประเสริฐสิน |
| อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม | ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ขวัญหญิง ศรีประเสริฐภาพ |
| อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม | รองศาสตราจารย์ ดร. มณฑิรา จารุเพ็ง |

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาลักษณะและองค์ประกอบความยืดหยุ่นทางจิตใจและกลวิธีการจัดการของวัยรุ่นที่ถูกรังแกผ่านโลกโซเชียล และ 2) เพื่อศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวคิดการปรับความคิดโดยใช้สติเป็นฐานเพื่อเสริมสร้างความยืดหยุ่นทางจิตใจ และกลวิธีการจัดการของวัยรุ่นที่ถูกรังแกผ่านโลกโซเชียล การวิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมวิธีพหุระยะ ได้แก่ การวิจัยระยะที่ 1 การวิจัยแบบผสมวิธีชนิดเชิงคุณภาพนำเชิงปริมาณ โดยศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและสัมภาษณ์จากผู้ที่มีประสบการณ์ที่เคยได้รับการถูกรังแกผ่านโลกโซเชียล จำนวน 9 คน จากนั้นนำผลที่ได้ไปเป็นกรอบแนวคิดในการพัฒนาข้อคำถามของแบบวัดความยืดหยุ่นทางจิตใจและกลวิธีการจัดการของวัยรุ่นที่ถูกรังแกผ่านโลกโซเชียล ผลการตรวจสอบคุณภาพด้านความตรงเชิงภาวะสันนิษฐานในกลุ่มตัวอย่างนักเรียนที่มีอายุ 15 – 19 ปี จำนวน 300 คน พบว่า แบบวัดความยืดหยุ่นทางจิตใจของวัยรุ่นที่ถูกรังแกผ่านโลกโซเชียล มีจำนวน 30 ข้อ ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ ได้แก่ ความสามารถในการรู้ตัว 10 ข้อ ความสามารถในการปรับตัว 10 ข้อ และความสามารถในการฟื้นตัว 10 ข้อ และกลวิธีการจัดการของวัยรุ่นที่ถูกรังแกผ่านโลกโซเชียล มีจำนวน 16 ข้อ ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบ ได้แก่ การมุ่งจัดการกับปัญหา 8 ข้อ และการมุ่งจัดการกับอารมณ์ 8 ข้อ และการวิจัยระยะที่ 2 การวิจัยแบบผสมวิธีโดยใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพสอดแทรกในการวิจัยเชิงปริมาณ เป็นการวิจัยกึ่งทดลองเพื่อศึกษาประสิทธิผลของการให้คำปรึกษากลุ่มร่วมกับการรวบรวมข้อมูลปรากฏการณ์ต่างๆ ขณะเข้าร่วมการให้คำปรึกษา ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน ผลการศึกษา พบว่า ความยืดหยุ่นทางจิตใจและกลวิธีการจัดการของวัยรุ่นระหว่างกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม ก่อนการทดลองกับหลังการทดลองมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หลังการทดลองและติดตามผล ไม่แตกต่างกัน ส่วนความยืดหยุ่นทางจิตใจและกลวิธีการจัดการของวัยรุ่นระหว่างกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มและกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม พบว่า ก่อนการทดลองความยืดหยุ่นทางจิตใจและกลวิธีการจัดการของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน หลังการทดลองและติดตามผลมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : ความยืดหยุ่นทางจิตใจ, กลวิธีการจัดการ, การถูกรังแกผ่านโลกโซเชียล

| | |
|----------------|--|
| Title | ENHANCING RESILIENCE AND COPING STRATEGIES FOR CYBERBULLYING IN ADOLESCENCE USING MINDFULNESS- BASEDCOGNITIVE THERAPY THROUGH GROUP COUNSELING |
| Author | KANNIKA PHANTONG |
| Degree | DOCTOR OF PHILOSOPHY |
| Academic Year | 2020 |
| Thesis Advisor | Assistant Professor Dr. Ujsara Prasertsin |
| Co Advisor | Assistant Professor Dr. Khwanying Sriprasertpap |
| Co Advisor | Associate Professor Dr. Monthira Jarupeng |

The purposes of this research are as follows: (1) to study the characteristics and the components of resilience and coping strategies for cyberbullying during adolescence; and (2) to study the effectiveness of the mindfulness program for enhancing resilience and coping strategies for cyberbullying during adolescence. A multi-phase mixed methods research was used in this research. The first phase used exploratory and sequential mixed methods research. In this phase, the literature review of the related research and interviewing were used for the research. There were nine adolescents who experienced cyberbullying that were selected as key informants. The data from the interview was then used to develop questions for resilience and coping strategies questionnaire. A group of 300 high-school students, aged 15-19 years and in Matthayom 4-6, were asked to answer these questions. In terms of construct validity, it was found that there were 30 questions on resilience that consisted of three components; "I am" with 10 questions, "I have" with 10 questions, and "I can" with 10 questions, and 16 questions on coping strategies, consisting of two factors: problem-focused coping strategies with eight questions and emotion-focused coping strategies with eight questions. The other phase was an embedded mixed methods approach. A semi-experimental approach was used in this phase to study the effectiveness of group counseling and analyze the data from group counseling. The sample consisted of 16 students divided to eight students in experiment group and eight students in the control group. The findings revealed that the effectiveness of resilience and coping strategies for cyberbullying during adolescence in the pre-and-post experimental group had a statistically significantly difference at a level of 0.5. There were no differences between using the program and the follow-up process. Furthermore, there were no differences before using the program in both the experimental and control groups. However, there were statistically significantly differences at a 0.05 level between after using the program and during the follow-up process.

Keyword : resilience, coping strategies, cyberbullying