



รายงานผลการวิจัย เรื่อง
การพัฒนาทักษะการรู้คิดสำหรับเด็กที่เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศ
ในประเทศไทย: มุ่งสู่การป้องกันที่มีประสิทธิภาพ

งานวิจัยฉบับนี้ได้รับการอนุมัติให้ดำเนินการศึกษาวิจัย โดยคณะกรรมการจริยธรรมวิจัยในมนุษย์ฯ
สถาบันการคุ้มครองการวิจัยในมนุษย์ COA No. IHRP2019113 IHRP No. 095-2562

โดย

นายอรุณฉัตร	ศุรวาณิชย์
นางสาวกัญจน์ณัฐ	แซ่อึ้ง
นายจิรวุฒิ	พงษ์โสภณ
นางสาวเมวดี	วาลมุลตรี
นางสาววิภาพร	อุ้นเจริญกุล

บริษัท ไสฟ์ เอ็ดดูเคชั่น (ประเทศไทย) จำกัด

โครงการวิจัยนี้เป็นความรับผิดชอบร่วมกันระหว่าง สถาบันเพื่อการยุติธรรมแห่งประเทศไทย
(องค์การมหาชน) มูลนิธิเพื่อยุติการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก (ประเทศไทย) และ
องค์การช่วยเหลือเด็กระหว่างประเทศ (ประเทศไทย)

เมษายน 2563



Developing Cognitive Skills for Children Vulnerable to Sexual Abuse and Exploitation in Thailand: Towards an Effective Prevention Approach

By

Arunchat

Khuruwanich

Karnchnat

Sae-Ng

Chirawut

Phongsophon

Meawadee

Wanmuntrie

Wipaporn

Aunjaroenkul

Life Education (Thailand) Company limited

Thailand Institute of Justice, ECPAT Foundation Thailand, and
Save the Children International in Thailand

April 2020

กิตติกรรมประกาศ

การดำเนินงานเพื่อทักษะการรู้คิดสำหรับเด็กที่เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศในประเทศไทย เพื่อมุ่งสู่การป้องกันที่มีประสิทธิภาพนั้น ถือเป็นเรื่องที่มีความท้าทายอย่างมากในการดำเนินงาน ตั้งแต่การออกแบบรูปแบบงานวิจัย การพัฒนาเครื่องมืองานวิจัยที่อยู่บนฐานคิดที่สอดคล้องกับการทำงาน รวมไปถึงการเข้าถึง และทำงานกับผู้เข้าร่วมการวิจัยในตลอดระยะเวลาที่นานกว่าสองเดือนของงานวิจัย ซึ่งการทำงานทั้งหมดสามารถดำเนินการได้อย่างลุล่วงมาได้นั้นเป็นผลมาจากการสนับสนุนของบุคคลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องมากมาย อาทิ สถาบันเพื่อการยุติธรรมแห่งประเทศไทย ซึ่งเป็นหน่วยงานให้ทุนหลักของงานวิจัยในครั้งนี้ รวมถึงมูลนิธิเพื่อยุติการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก (ประเทศไทย) ที่สนับสนุนการดำเนินงานทั้งในด้านธุรการ และองค์ความรู้ที่จำเป็นต่อการทำงานกับกลุ่มเปราะบาง และองค์การช่วยเหลือเด็กระหว่างประเทศ (ประเทศไทย) ที่ได้จัดอบรมเกี่ยวกับจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์สำหรับเด็ก ให้กับคณะผู้วิจัย รวมถึงให้คำแนะนำ คำปรึกษาเป็นอย่างดีตลอดการดำเนินงาน

การดำเนินงานวิจัยในครั้งนี้จะไม่มีทางสำเร็จได้ หากขาดบุคคลสำคัญที่ถือเป็นหัวใจหลักของงานวิจัยฉบับนี้ นั่นคือ “ผู้เข้าร่วมวิจัยทุกคน” ซึ่งเป็นกลุ่มที่สังคมนิยามว่าเขาคือกลุ่มเปราะบาง แต่จากการดำเนินงานวิจัยที่ผ่านมาทางคณะผู้วิจัยได้สัมผัสถึงพลัง ความสร้างสรรค์ และความหวังในชีวิตของพวกเขาในการที่อยากจะมีชีวิตที่ดีขึ้น หากแต่ที่ผ่านมากการเข้าไม่ถึง “โอกาส” ในการด้านเรียนรู้ทักษะเชิงป้องกันที่จำเป็น จึงเป็นเหตุให้ต้องเข้าสู่ภาวะเปราะบาง และต้องขอขอบคุณสมาคมส่งเสริมสถานภาพสตรีฯ หรือบ้านพักฉุกเฉินดอนเมือง ที่สนับสนุนและประสานงานช่วยเหลือให้คณะผู้วิจัยสามารถดำเนินการวิจัยได้เป็นอย่างดี

ขอขอบคุณคณะที่ปรึกษางานวิจัยทุกท่าน ที่ได้ช่วยเหลือ ให้คำปรึกษา ตลอดจนแนะนำกระบวนการที่เป็นประโยชน์ต่องานวิจัยในครั้งนี้เป็นอย่างมาก ทางคณะผู้วิจัยรู้สึกที่พวกเราได้เติบโต และเรียนรู้ไปพร้อมกับงานวิจัยฉบับนี้ และมีความตั้งใจในการต่อยอดองค์ความรู้ในครั้งนี้ส่งต่อเพื่อให้บรรลุเป้าหมายในการเพิ่มทางเลือกในการป้องกันที่มีประสิทธิภาพเข้าสู่ระบบหลักของสังคมต่อไป

นายอรุณฉัตร คุรุวาณิชย์

และคณะผู้วิจัย

บทสรุปผู้บริหาร

โครงการวิจัย การพัฒนาทักษะการรู้คิดสำหรับเด็กที่เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศในประเทศไทย: มุ่งสู่การป้องกันที่มีประสิทธิภาพ เป็นความรับผิดชอบร่วมกันระหว่าง สถาบันเพื่อการยุติธรรมแห่งประเทศไทย (องค์การมหาชน) มูลนิธิเพื่อยุติการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก (ประเทศไทย) และ องค์การช่วยเหลือเด็กระหว่างประเทศ (ประเทศไทย) จัดทำโดยบริษัท ไลฟ์ เอ็ดดูเคชั่น (ประเทศไทย) จำกัด โดยมีนายอรุณฉัตร คุรุวานิชย์ เป็นหัวหน้าคณะผู้วิจัย

ภาพรวมงานวิจัย

ตลอดปีมีเด็กอายุ 2-17 ปี จำนวนมากกว่า 1 พันล้านคนหรือคิดเป็นจำนวนเกือบครึ่งหนึ่งของเด็กทั่วโลกที่ประสบกับความรุนแรง ซึ่งมีทั้งรูปแบบที่เกิดขึ้นทางร่างกาย ทางเพศ ทางจิตใจหรืออารมณ์ นอกจากนี้ยังมีเด็กที่ได้รับการดูแลแบบปล่อยปละละเลยจากครอบครัวและสังคม สิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นได้ในทุกกลุ่มสังคม และในหลายบริบท ทั้งบ้าน โรงเรียน สถานดูแล สถานที่ทำงาน ในอินเทอร์เน็ต และบริบทอื่น ๆ ปัญหาดังกล่าวและผลกระทบที่เกิดขึ้นได้รับความสนใจจากประชาคมโลก

ในประเทศไทยผู้หญิงที่อายุน้อยโดยเฉพาะกลุ่มอายุ 15 – 19 ปี มีความเสี่ยงสูงที่จะถูกระงับความรุนแรงทางร่างกายหรือทางเพศ เมื่อเทียบกับผู้หญิงในช่วงอายุอื่น ๆ ซึ่งสอดคล้องกับสถิติจากสำนักงานตำรวจแห่งชาติที่รวบรวมสถิติคดีความผิดทางเพศในลักษณะข่มขืนและกระทำชำเราที่มีการแจ้ง โดยรวมตั้งแต่เดือนตุลาคม พ.ศ. 2560 ถึง เดือนสิงหาคม พ.ศ. 2561 มีเด็กถูกล่วงละเมิดทางเพศทั้งสิ้น 419 คน แบ่งเป็นถูกระงับจากคนในครอบครัว จำนวน 151 คน รองลงมาถูกระงับจากบุคคลภายนอก 268 คนซึ่งความรุนแรงนี้มักจะมาจากการุ้หรือแฟนที่อยู่ร่วมกันโดยไม่ได้แต่งงาน และข้อมูลจากสื่อต่าง ๆ พบว่าผู้หญิงถูกล่วงละเมิดทางเพศทั้งทางร่างกายและจิตใจวันละไม่ต่ำกว่า 7 คน และมีตัวเลขของการเข้ารับการบำบัดสูงสุดถึงปีละสามหมื่นคน

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า การบำบัดด้วย CBT (Cognitive Behavioral Therapy) สำหรับเด็กที่ได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจ (traumas) ถูกนำมาใช้ทั้งในเขตชานเมืองและเขตชนบท ทั้งในคลินิก โรงเรียน และบ้าน แสดงให้เห็นถึงการรักษาที่มีประสิทธิภาพในกลุ่มเด็กและครอบครัวโดยเฉพาะกลุ่มที่มีภูมิหลังที่หลากหลาย และหากพิจารณาทางสภาพแวดล้อมของเศรษฐกิจและวัฒนธรรมแล้วจะสามารถพิจารณาได้ว่าผู้ที่เข้ารับการบำบัดนั้นไม่มีความจำเป็นที่จะต้องเปลี่ยนวัฒนธรรม ผู้บำบัดจะออกแบบรูปแบบการบำบัดให้มีความสอดคล้องกับวัฒนธรรมเดิมของผู้เข้าร่วมการบำบัด ในหลายประเทศได้นำไปปรับใช้ให้ตรงตามบริบทและพื้นที่ของตนเอง

อย่างไรก็ตาม แม้ว่าการทำงานเพื่อบำบัดฟื้นฟูเด็กที่เป็นเหยื่อของการล่วงละเมิดทางเพศและการแสวงหาประโยชน์ทางเพศด้วยกระบวนการ CBT จะได้รับการยอมรับ และมีหลักฐานเชิงประจักษ์จากงานวิจัยในหลายประเทศ หากแต่งานวิจัยในเรื่องการบำบัดฟื้นฟูเหยื่อที่เป็นเด็ก ในทวีปเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ โดยเฉพาะในประเทศไทยนั้น ในทางปฏิบัติยังขาดหลักฐานสนับสนุนเชิงวิทยาศาสตร์ที่ดำเนินการในทิศทางของนโยบายและโปรแกรมที่เน้นความสำคัญของ CBT

นอกจากนี้ ทางคณะผู้วิจัยได้คำนึงถึงองค์ประกอบสำคัญของการออกแบบโปรแกรมในลักษณะที่เป็นโปรแกรมฟื้นฟูขั้นต้น (primary program) สำหรับการทำงานฟื้นฟูความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (self-esteem) ในรูปแบบกิจกรรมที่สามารถดำเนินการพร้อมกันได้เป็นกลุ่ม มุ่งเน้นการทำงานที่คุณค่าภายในที่มีอยู่ของผู้เข้าร่วมโปรแกรมฯ (focus on what's work) จึงได้ประยุกต์ใช้แนวคิดทางจิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology) ร่วมกับแนวคิดการทำงานเพื่อปรับเปลี่ยนความคิด พฤติกรรม ตามแนวคิดของการบำบัดความคิดและพฤติกรรม สำหรับผู้ที่ได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจ (TF-CBT) ผ่านการใช้กระบวนการเกมมาใช้เพื่อสร้างการเรียนรู้ (game-based learning) เพื่อให้สอดคล้องกับบริบทของกลุ่มเป้าหมายที่อยู่ในช่วงวัยเด็กและเยาวชน ซึ่งโครงการวิจัยฉบับนี้มุ่งเน้นให้สามารถเข้าไปเป็นตัวช่วยให้กับผู้ปฏิบัติงานที่ทำหน้าที่ในการฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่ตกเป็นเหยื่อทารุณกรรมทางเพศ รวมถึงเด็กและเยาวชนที่ได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจ (traumas)

กรอบแนวคิดการวิจัย

การพัฒนาโปรแกรมฯ ภายใต้ชื่อ Growth and Resilience Interventions for Vulnerable children (GRIs) นี้มุ่งเน้นเป้าหมายเพื่อช่วยเสริมสร้างวิถีคิดแบบเติบโต (growth mindset) และความยืดหยุ่นแข็งแกร่งทางจิตใจ (Resilience) ให้กับผู้เข้าร่วมกระบวนการ ทั้งนี้ผู้วิจัยได้นำเอาองค์ประกอบจากแนวคิดการเสริมสร้าง Resilience ของ University of Pennsylvania (UPenn) ประเทศสหรัฐอเมริกา เป็นองค์ประกอบสำคัญในการออกแบบโปรแกรมฯ ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบ คือ

1. **ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness)** คือ ความสามารถในการตระหนักรู้ความคิด อารมณ์ พฤติกรรม และรูปแบบการตอบสนองต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ของตนเอง
2. **ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation)** คือ ความสามารถในการเปลี่ยนความคิด อารมณ์พฤติกรรมและการแสดงออกเพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ต้องการ
3. **ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility)** คือ ความสามารถในการมองเห็นสถานการณ์จากมุมมองที่หลากหลาย มีความคิดสร้างสรรค์ และยืดหยุ่นในการตัดสินใจได้ตอบกับเหตุการณ์
4. **คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character)** คือ ความสามารถในการใช้จุดแข็งเชิงบวกของตนเองเอาชนะความท้าทายและสร้างชีวิตที่สอดคล้องกับคุณค่าภายในจิตใจของตน

5. **สายสัมพันธ์ (Connection)** คือ ความสามารถในการสร้าง และรักษาความสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง รวมถึงการมีความรู้สึกเชื่อมโยงกับบุคคลรอบตัว สามารถแปรเปลี่ยนเป็นพลังใจในการใช้ชีวิตได้
6. **การมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)** คือ ความสามารถในการสังเกตและออกแบบความคาดหวังเชิงบวก โดยมุ่งเน้นไปที่สิ่งที่สามารถควบคุม และการดำเนินการอย่างมีเป้าหมาย

Growth and
Resilience
Interventions for
vulnerable children



ระเบียบวิธีการวิจัย

งานวิจัยฉบับนี้ได้รับการอนุมัติให้ดำเนินการศึกษาวิจัย โดยคณะกรรมการจริยธรรมวิจัยในมนุษย์ฯ สถาบันการคุ้มครองการวิจัยในมนุษย์ COA No. IHRP2019113 IHRP No. 095-2562 โดยได้ออกแบบกระบวนการวิจัยเป็น 2 ระยะ ประกอบไปด้วย

ระยะที่ 1 การออกแบบและพัฒนาโปรแกรม ผ่านการวิจัยเอกสาร และการรวบรวมข้อมูลจากผู้เชี่ยวชาญ การจัดประชุมผู้เชี่ยวชาญ

ระยะที่ 2 การทดลองใช้โปรแกรม ผ่านการทดลองใช้ในพื้นที่จริง กับกลุ่มผู้เข้าร่วมวิจัยที่สอดคล้องกับเป้าหมายงานวิจัยในพื้นที่นำร่อง คือ บ้านพักฉุกเฉิน (ดอนเมือง) สังกัดสมาคมส่งเสริมสถานภาพสตรีฯ

โดยมีรายละเอียดกระบวนการทั้ง 8 ครั้งดังต่อไปนี้

กระบวนการ	ขั้นเตรียมความพร้อม (Preparation)	ขั้นจัดกิจกรรม (Action)	ขั้นสรุปผล (Reflection)
ครั้งที่ 1 การแนะนำตัว ทำ ความรู้จักกันแบบ เชิงบวก	ชี้แจงเกี่ยวกับ เป้าหมาย และรายละเอียดเกี่ยวกับ กิจกรรม/กระบวนการ	กิจกรรมที่ 1.1 เกม 5 สิ่งที่ฉันชอบ	สรุปคะแนน
	ให้ผู้เข้าร่วมทำแบบ ประเมินความเข้มแข็งทาง ใจในเด็ก (Resilience Scale (RS – 15, 13 – 18 years))	กิจกรรมที่ 1.2 การให้ความรู้การผ่อนคลาย (Relaxation)	สรุปกิจกรรม และ ชวนพูดคุยในประเด็น “เคยเข้าร่วมกิจกรรมคล้ายแบบนี้มา ก่อนหรือไม่ เป็นอย่างไรบ้าง” “กิจกรรมนี้เป็นอย่างไรบ้าง”
ครั้งที่ 2 เรียนรู้วิธีการ จัดการและที่มา การเกิดขึ้นของ อารมณ์	พูดคุยเรื่องทั่วไป “วันนี้เป็นอย่างไรบ้าง” “เมื่อคืนหลับสบายมั๊ย”	กิจกรรมที่ 2.1 อารมณ์ของฉัน (My Emotions)	สรุปคะแนน
	ฝึกการผ่อนคลายตัวเอง (การกำหนดหายใจเข้า- ออก)	กิจกรรมที่ 2.2 เกมทายคำ (Guess (e)motion)	สรุปกิจกรรม ชวนพูดคุยในประเด็น “กิจกรรมเป็นอย่างไรบ้างครับ” “มีสิ่งที่ยังสงสัย อยากถามเพิ่มเติมกับ พวกพี่ไหมครับ”
		กิจกรรมที่ 2.3 เกมรู้จักฉัน รู้จักเธอ	
ครั้งที่ 3 ร่วมกันค้นหาจุด แข็ง และอารมณ์ เชิงบวกกันเถอะ	เช็คอินความรู้สึก	กิจกรรมที่ 3.1 จุดแข็งคืออะไร	สรุปคะแนน
		กิจกรรมที่ 3.2 จุดแข็งของฉัน	สรุปกิจกรรม ชวนพูดคุยในประเด็น “เล่นเกมนี้แล้วรู้สึกอย่างไร” “เรารู้สึกยังไงเวลาที่คนอื่นมองเรามีสิ่งที่ ต่างจากเรามองตัวเอง”
		กิจกรรมที่ 3.3 ใบงานจุดแข็ง	
ครั้งที่ 4 มาจัดการความคิด จัดการความคิดไม่ ดีออกจากเรากัน	ฝึกการผ่อนคลายตัวเอง	กิจกรรม 4.1 สถานการณ์สื่ออารมณ์	สรุปคะแนน
	ทบทวนกิจกรรม จุดแข็ง ของฉัน	กิจกรรมที่ 4.2	สรุปกิจกรรม ชวนพูดคุยในประเด็น “คำว่า คิดอย่างไรเราเลือกได้ สำหรับ น้องแล้ว น้องเห็นด้วยกับคำพูดนี้มาก

กระบวนการ	ขั้นเตรียมความพร้อม (Preparation)	ขั้นจัดกิจกรรม (Action)	ขั้นสรุปผล (Reflection)
		เหตุการณ์ จุดแข็ง อารมณ์ (Strengths Cognitive Game)	น้อยแค่ไหน แล้วอะไรที่ทำให้มองเห็นแบบนั้น”
ครั้งที่ 5 เราที่ดีที่สุด คือเราที่เป็นแบบไหน	ชวนพูดคุยเรื่องทั่วไป	กิจกรรมที่ 4.2 เหตุการณ์ จุดแข็ง อารมณ์ (Strengths Cognitive Game)	สรุปคะแนน
	กิจกรรม 5.1 การผ่อนคลายของฉัน	กิจกรรมที่ 5.2 มองสองมุม	สรุปกิจกรรม ชวนพูดคุยในประเด็น “คำพูดบวก ลบ และกลไกใน “วิถีคิดของเรา เป็นอย่างไร”
		กิจกรรมที่ 5.3 คำเสริมพลัง	
	กิจกรรมที่ 6.1 การเช็คอินจุดแข็ง	กิจกรรมที่ 4.2 เหตุการณ์ จุดแข็ง อารมณ์ (Strengths Cognitive Game)	สรุปคะแนน
		กิจกรรมที่ 6.2 หนึ่งคำถามหลายคำตอบ	สรุปกิจกรรม ชวนพูดคุยในประเด็น “สถานการณ์ไหนที่เราคิดว่าน่าสนใจ หรือตอบยากที่สุดในใบงานนี้ พอเล่าได้ ไหมว่าเพราะอะไรเราถึงคิดว่าน่าสนใจ หรือเพราะอะไรเราถึงคิดว่ายาก”
		กิจกรรมที่ 6.3 แต่งเติมเรื่องราว	
ครั้งที่ 7 เรียนรู้และจัดการเพื่อสร้างคุณค่าในความสัมพันธ์ในชีวิตของเรา	กิจกรรมที่ 7.1 การเช็คอินความรู้สึก	กิจกรรมที่ 7.2 หนึ่งคำถามหลายคำตอบ Version 2	สรุปคะแนน
		กิจกรรมที่ 7.3 วงกลมแห่งความสัมพันธ์	สรุปกิจกรรม ชวนพูดคุยในประเด็น “เรื่องราวของแอน ทองประสม” “ประโยชน์ที่เราได้จากเกมนี้”
ครั้งที่ 8	ทบทวนกิจกรรมที่ได้ทำทั้งหมด	กิจกรรมที่ 8.1 วงกลมตัวช่วยของฉัน	สรุปคะแนนของแต่ละกิจกรรม

กระบวนการ	ขั้นเตรียมความพร้อม (Preparation)	ขั้นจัดกิจกรรม (Action)	ขั้นสรุปผล (Reflection)
คุณค่าและ เป้าหมายในชีวิต ของเรา	ประเมินและให้คะแนน กิจกรรม ในด้านความพึง พอใจ (ความชอบ) และ ความมีประโยชน์	กิจกรรมที่ 8.2 จุดแข็งที่ฉันมี	สรุปกิจกรรม ชวนพูดคุยในประเด็น “เหตุการณ์อะไรที่ทำให้เรารู้สึกว่าวันนี้ เรามีจุดแข็งเพิ่มขึ้นมา อะไรที่ทำให้เรา คิดแบบนั้น”
		กิจกรรมที่ 8.3 ก้าวต่อด้วยจุดแข็ง	ทำแบบประเมินความเข้มแข็งทางใจใน เด็ก (Resilience Scale (RS – 15, 13 – 18 years))

สรุปผลการวิจัย

ผู้วิจัยสรุปประเด็นสำคัญจากการวิจัยแบ่งเป็น 3 ส่วน ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 ผู้เข้าร่วมโปรแกรมฯ สะท้อนให้เห็นถึงความรู้สึกที่ดีต่อการเข้าร่วมโปรแกรมฯ และสามารถอธิบายถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมฯ ได้

ส่วนที่ 2 ผลการประเมินระดับความเข้มแข็งทางใจในเด็ก Resilience Scale ของผู้เข้าร่วมโปรแกรมฯ สะท้อนให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงอย่างน้อย 2 ด้าน คือ

ด้านที่ 2.1 ระดับคะแนนความเข้มแข็งทางจิตใจของผู้เข้าร่วมโปรแกรมฯ มีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้น เมื่อเปรียบเทียบกับคะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ

ด้านที่ 2.2 ผู้เข้าร่วมโปรแกรมฯ เกิดการเปลี่ยนแปลงความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness) และการมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism) อย่างเห็นได้ชัด สะท้อนผ่านการที่ผู้เข้าร่วมโปรแกรมฯ มีความตั้งใจในการประเมินตนเองที่ตรงกับความจริงมากขึ้น

ส่วนที่ 3 โปรแกรมฯมีความเชื่อมโยงกับตัวแปร Resilience ทั้ง 6 ด้าน ในหลากหลายรูปแบบ สามารถอธิบายความเชื่อมโยงได้ดังต่อไปนี้

3.1 ด้านความตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness): โปรแกรมฯ ช่วยส่งเสริมความตระหนักรู้ในตนเอง โดยเริ่มจากการชวนให้ผู้เข้าร่วมสำรวจสิ่งที่ชอบ สิ่งที่ทำให้ตนเองมีความสุข หรือสิ่งที่ตนทำในช่วงเวลาที่ดี จากนั้นได้เสริมกระบวนการผ่อนคลายอารมณ์ในช่วงเวลาต่าง ๆ สำรวจอารมณ์ ความคิด และตระหนักรู้อารมณ์ของตนเองต่อเหตุการณ์ รวมถึงการเรียนรู้จุดแข็งเชิงบวกของตนเองที่มีอยู่ คุณค่าที่มีอยู่

3.2 ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation): โปรแกรมฯ ได้ส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมได้ออกแบบ และจัดการอารมณ์ ความรู้สึก ความคิด ที่มีต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ทั้งที่เป็นสถานการณ์จำลอง สถานการณ์ตัวอย่างที่ได้นำมาใช้ในโปรแกรมฯ และสถานการณ์ที่พบเจอในชีวิตจริงของผู้เข้าร่วมเอง ผ่านการสะท้อนคิด (reflection) โดยใช้ใบงาน และการพูดคุยเชื่อมโยงกับสถานการณ์ตัวอย่าง

3.3 ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility): โปรแกรมฯ ได้มีการให้ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับอารมณ์เชิงบวกผ่านกระบวนการเกม และส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมได้ตระหนักรู้อารมณ์ ความรู้สึก และความคิดของตนเอง บนพื้นฐานอารมณ์เชิงบวก เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดการเปิดกว้างรับประสบการณ์ที่แตกต่างหลากหลาย (openness to experiences) อันเป็นพื้นฐานของการเพิ่มทางเลือกในการโต้ตอบต่อสถานการณ์ที่หลากหลาย สามารถแปรเปลี่ยนเป็นทรัพยากรทางจิตใจทางบวกได้ในระยะยาว

3.4 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character): โปรแกรมฯ ได้เพิ่มพูนคำศัพท์ และความหมายของคุณลักษณะทางบวกที่เป็นจุดแข็งที่หลากหลายให้ผู้เข้าร่วมได้เกิดการเรียนรู้ เชื่อมโยง และตระหนักในคุณค่าของตนเอง เกิดทักษะเบื้องต้นในการใช้จุดแข็งเชิงบวกของตนเองเอาชนะความท้าทายและสร้างชีวิตที่สอดคล้องกับคุณค่าภายในจิตใจของ

3.5 สายสัมพันธ์ (Connection): โปรแกรมฯ ได้มีการชวนให้ผู้เข้าร่วมได้นึกถึงบุคคลรอบตัวทั้งที่มีอยู่ในอดีต ปัจจุบัน และในอนาคตที่กำลังจะมี (เช่น กรณีที่กำลังจะคลอดลูก) เพื่อออกแบบความเป็นไปได้ในการอยู่ร่วมกันในรูปแบบที่ดีขึ้นกว่าที่เป็นอยู่ ผ่านการเชื่อมโยงในสถานการณ์ตัวอย่างในเกม และการสะท้อนคิด (reflection) จากเหตุการณ์ในชีวิตจริงของแต่ละบุคคล ทั้งผ่านการเขียน และการสนทนา

3.6 การมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism): โปรแกรมฯ ได้ส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมเพิ่มพูนความสามารถในการสังเกตและออกแบบความคาดหวังต่อตนเองในเชิงบวก โดยมุ่งเน้นไปที่สิ่งที่สามารถควบคุมได้ (controllable) และออกแบบการเดินทางสู่เป้าหมายแบบมีความหวัง ตระหนักรู้ในจุดแข็ง คุณค่าของตนเอง โดยการออกแบบทั้งหมดจะค่อยๆ ถูกร้อยเรียงการเรียนรู้ตั้งแต่ครั้งแรกของโปรแกรมฯอย่างต่อเนื่องจนได้เกิดการเชื่อมโยงสู่การออกแบบอนาคตของตนเองในครั้งสุดท้ายของโปรแกรมฯ

อภิปรายผลการวิจัย

ฐานคิดในการพัฒนาโปรแกรมฯ ครั้งนี้ มุ่งเน้นการวิจัยและพัฒนาโปรแกรมฯ ที่จะสามารถเข้าไปเป็นตัวช่วยให้กับผู้ปฏิบัติงานที่ทำหน้าที่ในการฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่ตกเป็นเหยื่อทารุณกรรมทางเพศ รวมถึงเด็กและเยาวชนที่ได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจ (traumas) ในลักษณะที่เป็นโปรแกรมฟื้นฟูขั้นต้น (primary program) ที่ทำงานฟื้นฟูความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (self-esteem) ในรูปแบบกิจกรรมที่สามารถ

ดำเนินการพร้อมกันได้เป็นกลุ่ม ซึ่งจากผลลัพธ์การวิจัยฉบับนี้สะท้อนให้เห็นถึงความเป็นไปได้เชิงบวกต่อการใช้รูปแบบกิจกรรมกลุ่ม และกิจกรรมฟื้นฟูขั้นต้น ที่มุ่งเน้นการทำงานเป็นที่คุณค่าภายในที่มีอยู่ของผู้เข้าร่วมโปรแกรมฯ (focus on what's work) ตามแนวคิดของจิตวิทยาเชิงบวก และการทำงานเพื่อปรับเปลี่ยนความคิด พฤติกรรม ตามแนวคิดของการบำบัดความคิดและพฤติกรรมสำหรับผู้ที่มีความกระตือรือร้นทางจิตใจ (TF-CBT) โดยใช้กระบวนการเกมมาใช้ในการสร้างการเรียนรู้ (game-based learning)

การคัดเลือกกลุ่มเป้าหมายที่สอดคล้องกับกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดคุณสมบัติไว้ในการวิจัยนับเป็นงานที่ท้าทายต่อการดำเนินงาน เนื่องจากเป็นกลุ่มเป้าหมายที่มีความเปราะบางสูง และผู้วิจัยถือเป็นคนนอกที่เข้าไปทำงานในระยะเวลาอันสั้นกับเด็กและเยาวชนผู้ได้รับความกระตือรือร้นทางจิตใจ การสร้างความไว้วางใจระหว่างกันในพื้นที่ และกระบวนการแต่ละครั้งจำเป็นต้องมีความละเอียดอ่อน แต่ด้วยการแปลงกระบวนการออกมาในรูปแบบของเกม ทำให้การสร้างปฏิสัมพันธ์เกิดขึ้นได้ในระยะเวลาอันสั้นและตลอดกระบวนการไม่เกิดความขัดแย้ง หรือปัญหาเชิงความสัมพันธ์ทั้งระหว่างผู้เข้าร่วมกันเอง และระหว่างผู้เข้าร่วมกับผู้วิจัย

จำนวนผู้เข้าร่วมการวิจัยถือเป็นประเด็นที่เป็นจุดอ่อนหนึ่งของงานวิจัยครั้งนี้ เนื่องจากมีผู้เข้าร่วมวิจัยเริ่มต้นจำนวน 4 คน และคงเหลือผู้เข้าร่วมการวิจัยครบทั้งกระบวนการจำนวน 2 คน เนื่องจากเงื่อนไขการอยู่ในบ้านพักของผู้เข้าร่วมการวิจัยหนึ่งท่านสิ้นสุดลงหลังการคลอดลูก และช่วงเวลาที่สามสามารถเข้าไปทำกิจกรรมได้ทับซ้อนกับช่วงเวลาที่มีผู้เข้าร่วมวิจัยอีกหนึ่งคนจะได้เข้าร่วมกิจกรรมตามความสนใจ ซึ่งมีโอกาสเพียงสัปดาห์ละครั้ง จึงได้มีการขออนุญาตขอยกจากการเข้าร่วมการวิจัยหลังจบกระบวนการครั้งที่ 3 โดยยังได้มีการแวะมาทักทาย พูดคุยกับผู้วิจัยอยู่บ้างหลังจากครั้งที่สามแต่ไม่ได้เข้าร่วมการวิจัยต่อ ทั้งนี้แม้ว่าจะมีข้อจำกัดในเรื่องของจำนวนคนที่เข้าร่วมการวิจัย แต่ผู้เข้าร่วมทั้งหมดถือเป็นตัวแทนของกลุ่มตัวอย่างที่มีความครบถ้วนตามเป้าหมายการวิจัย และการออกแบบโปรแกรมฯ ได้อ้างอิงแนวคิด หลักฐานอ้างอิงทางวิชาการ และปฏิบัติการทั้งในและต่างประเทศ จึงทำให้โปรแกรมฯมีความสอดคล้องทางทฤษฎี ความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ได้จริง

ทั้งนี้ด้วยเงื่อนไขของการวิจัย ทำให้การทำงานกับเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ ถูกทำงานโดยนักวิจัย ไม่ใช่ผู้ดูแลโดยตรงจึงยังไม่สามารถสรุปได้ในขั้นนี้ว่า หากผู้ดูแลเป็นผู้ใช้ด้วยตัวเองแล้วจะได้ผลลัพธ์ที่เหมือนหรือต่างจากงานวิจัยฉบับนี้มากน้อยเพียงใด ทั้งนี้แม้ว่าการวิจัยครั้งนี้ไม่ได้ดำเนินการโดยผู้ดูแล แต่ผู้วิจัยได้ออกแบบโปรแกรมฯให้ง่ายต่อความเข้าใจ และการนำไปใช้ โดยผู้วิจัยได้มีการจัดทำคู่มือสำหรับการนำกิจกรรม เครื่องมือ รวมถึงชุดคำถามทั้งในรูปแบบของเอกสาร และสื่อการสอนออนไลน์ เพื่อให้ผู้ที่สนใจสามารถเข้าใจ และนำไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพบนพื้นฐานความเข้าใจทั้งหลักคิด และกระบวนการ

ผลลัพธ์ของงานวิจัยฉบับนี้ได้สะท้อนให้เห็นถึงความสำคัญของการใช้กระบวนการเสริมสร้างทุนทางจิตใจสำหรับเด็กและเยาวชนที่ได้รับการกระตือรือร้นทางจิตใจแบบเชิงรุก เนื่องจากข้อจำกัดของกระบวนการคัดกรองทางจิตวิทยาคลินิกที่อ้างอิงการรักษาจากการใช้กระบวนการประเมินตนเอง (self-report) เป็นส่วนสำคัญซึ่งมีช่องว่างต่อการประเมินอาการและความต้องการในการหนุนเสริมทางจิตใจในกลุ่มเด็ก เยาวชน ที่ผ่านการคัดกรองหลายครั้ง และสามารถประเมินได้เบื้องต้นว่าคำตอบแบบไหนจะทำให้ตนเองต้องรับการรักษาแบบใด จึงเลือกที่จะหนีจากการตอบที่ตรงกับความจริง อีกทั้งกระบวนการฟื้นฟูที่อ้างอิงฐานคิดด้านการรักษา (medicine approaches) เหมือนการป่วยไข้ทางร่างกายในกลุ่มเป้าหมายนี้เพียงอย่างเดียว

อาจไม่เพียงพอต่อการฟื้นฟูให้เด็กและเยาวชนสามารถกลับไปใช้ชีวิตของตนเองได้อย่างมีคุณภาพระยะยาว เนื่องจากกลุ่มเป้าหมายที่ถูกกระทำมักมีสภาพปัญหาที่มีความซับซ้อน และเมื่อต้องออกจากบ้านพักพิงกลับสู่บ้านหรือสภาพแวดล้อมเดิม ต้นทุนทางจิตใจที่ไม่เพียงพออาจส่งผลให้พวกเขาอาจไม่สามารถรับมือกับสถานการณ์ที่มีความท้าทายต่อการตัดสินใจ ดังนั้นการเตรียมความพร้อมแบบเชิงรุกจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทางวิชาการ

- 1) ควรมีการศึกษาวิจัยผลลัพธ์ของโปรแกรมฯ ในกลุ่มเป้าหมายที่มีความหลากหลายของกลุ่ม ความต้องการ และบริบท เพื่อให้ได้แนวทางการปรับปรุงพัฒนา ต่อยอดโปรแกรมฯต่อไป
- 2) ควรมีการศึกษากระบวนการพัฒนาตัวชี้วัด และเกณฑ์ประเมินที่มีความเฉพาะเจาะจงสำหรับโปรแกรมฯนี้ เพื่อให้ผู้นำไปใช้สามารถประเมินผลสัมฤทธิ์ได้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น
- 3) ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยให้ผู้ดูแล นักจิตวิทยา และนักสังคมสงเคราะห์ที่ทำงานบ้านพักพิงต่าง ๆ ที่ผ่านการเรียนรู้ฐานคิดและกระบวนการของโปรแกรมฯ ได้เป็นผู้นำกระบวนการด้วยตนเอง เพื่อพิสูจน์ผลลัพธ์ของการนำไปใช้ที่เกิดขึ้นต่อไป
- 4) ควรมีการทำวิจัยระยะยาวถึงผลลัพธ์ของโปรแกรมฯที่มีต่อกลุ่มเด็ก เยาวชน ที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ เพื่อประเมินความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างเป็นระบบ และมีความหนักแน่น

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ปฏิบัติ

- 1) ผู้ปฏิบัติควรมีการศึกษาฐานคิด กระบวนการนำโปรแกรมฯไปประยุกต์ใช้ ให้เข้าใจก่อนนำไปใช้ ทั้งนี้ควรพิจารณาถึงความต้องการ และบริบทของกลุ่มเป้าหมายเป็นสำคัญ
- 2) แม้ว่าโปรแกรมฯ นี้จะพัฒนาจากงานวิจัย และทฤษฎีที่มีความน่าเชื่อถือ แต่การปฏิบัติตัวขณะให้นำโปรแกรมฯไปใช้ ตั้งแต่ภาษากาย ภาษาพูด และความสัมพันธ์ระหว่างผู้ดูแลกับเด็ก เยาวชน ถือเป็นปัจจัยสำคัญต่อประสิทธิผลของโปรแกรมฯ ไม่น้อยไปกว่ากระบวนการ ผู้ดูแล จึงจำเป็นต้องมีความละเอียดอ่อนต่อการใช้ภาษากาย ภาษาพูด และความสัมพันธ์

ข้อเสนอแนะทางนโยบาย

- 1) กระทรวงและหน่วยงานที่รับผิดชอบการดูแลกลุ่มเด็ก เยาวชนที่อยู่ภาวะเปราะบาง ควรมีการนำโปรแกรมฯนี้ หรือพัฒนาโปรแกรมบนฐานคิดของการป้องกันเชิงรุก และจัดให้มีการอบรมให้กับเจ้าหน้าที่อย่างเป็นระบบ รวมถึงควรมีการส่งเสริมให้ผู้ปฏิบัติได้ออกแบบและแลกเปลี่ยนกระบวนการในรูปแบบที่สอดคล้องกับบริบทและความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย
- 2) การพัฒนานโยบายสำหรับการป้องกันเชิงรุกในกลุ่มเป้าหมายที่มีความเปราะบางอย่างเป็นระบบมีความจำเป็น และมีแนวโน้มต่อการทำให้สภาพปัญหาที่รูปแบบของการเกิดซ้ำได้ง่าย จากความเปราะบางทางจิตใจของเด็ก เยาวชน ได้ถูกแก้ไข ลดโอกาสของการเกิดปัญหาซ้ำได้

สารบัญ

กิตติกรรมประกาศ.....	2
บทสรุปผู้บริหาร	3
สารบัญ.....	12
บทที่ 1	14
ที่มา แนวคิด และระเบียบวิธีวิจัย.....	14
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของงานวิจัย.....	14
1.2 วัตถุประสงค์ของงานวิจัย	21
1.3 ผลที่คาดว่าจะได้รับ.....	22
1.4 กลุ่มเป้าหมาย และข้อค้นพบจากงานวิจัย.....	22
1.5 พื้นที่ทางภูมิศาสตร์/สถานที่ศึกษาวิจัย.....	22
1.6 ประชากร.....	23
1.7 ระเบียบวิธีวิจัย	24
1.8 การพิจารณาประเด็นด้านจริยธรรม	26
1.9 ระยะเวลา การปฏิบัติงาน	27
1.10 รายนามคณะผู้วิจัย และที่ปรึกษา.....	27
บทที่ 2.....	28
กรอบแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	28
2.1 กรอบแนวคิดที่เกี่ยวข้อง.....	28
2.2 วิเคราะห์ตัวแปรและความเชื่อมโยง.....	48
บทที่ 3.....	57
รายงานผลการวิจัยระยะที่ 1 : ออกแบบและพัฒนาโปรแกรม.....	57
3.1 ผลการรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลจากการวิจัยระยะที่ 1	57
3.2 กรอบแนวคิดของโปรแกรม	59
3.3 นิยามเชิงปฏิบัติการ.....	62
บทที่ 4.....	63
รายงานผลการวิจัยระยะที่ 2 : การทดลองใช้โปรแกรม	63

4.1 วิเคราะห์ผลการวิจัย.....	63
4.2 สรุปผลการวิจัย	85
บทที่ 5	90
อภิปรายผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ.....	90
5.1 อภิปรายผลการวิจัย (Discussions).....	90
5.2 เงื่อนไขการนำโปรแกรมฯไปใช้.....	91
5.3 ข้อเสนอแนะ.....	93
บรรณานุกรม.....	94
ภาคผนวก ก	105
เอกสารรับรอง	105
เอกสารรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์	105
หนังสือแสดงความยินยอมและอนุญาตให้ทำการศึกษาวิจัย	108
ภาคผนวก ข.....	109
รายนามคณะผู้เชี่ยวชาญที่เข้าร่วมประชุมแลกเปลี่ยน.....	109
ภาคผนวก ค.....	112
ภาพใบงานบางส่วนจากผู้เข้าร่วมฯ.....	112
ภาคผนวก ง.....	117

บทที่ 1 ที่มา แนวคิด และระเบียบวิธีวิจัย

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของงานวิจัย

ความแพร่หลายของการล่วงละเมิดทางเพศในเด็กและการแสวงหาประโยชน์ทางเพศ

ตลอดปีมีเด็กอายุ 2 – 17 ปี จำนวนมากกว่า 1 พันล้านคนหรือคิดเป็นจำนวนเกือบครึ่งหนึ่งของเด็กทั่วโลกที่ประสบกับความรุนแรง ซึ่งมีทั้งรูปแบบที่เกิดขึ้นทางร่างกาย ทางเพศ ทางจิตใจหรืออารมณ์ นอกจากนี้ยังมีเด็กที่ได้รับการดูแลแบบปล่อยปละละเลยจากครอบครัวและสังคม สิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นได้ในทุกกลุ่มสังคม และในหลายบริบท ทั้งบ้าน โรงเรียน สถานดูแล สถานที่ทำงาน ในอินเทอร์เน็ต และบริบทอื่นๆ ปัญหาดังกล่าวและผลกระทบที่เกิดขึ้นได้รับความสนใจจากประชาคมโลก โดยเฉพาะในงานวิจัย the United Nations Study on Violence against Children (UN Study) ในปี 2006 ซึ่งการศึกษานี้มีส่วนในการกระตุ้นให้ภาครัฐและผู้ที่มีส่วนได้ส่วนเสียทั่วโลกมีพันธะร่วมกันตามข้อเสนอแนะที่ปรากฏในการศึกษา ทั้งในระดับท้องถิ่น ภูมิภาค และนานาชาติ ซึ่งการจัดทำเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development Goals–SDGs) ได้ระบุการดำเนินการเพื่อยุติการล่วงละเมิดทางเพศในเด็กไว้ โดยข้อที่ 5 ระบุเป้าหมายเพื่อขจัดความรุนแรงต่อผู้หญิงและเด็กหญิงในทุกรูปแบบทั้งในบริบทสาธารณะและส่วนตัว ข้อที่ 8 เรียกร้องให้มีการใช้มาตรการที่ทันทั่วถึงและมีประสิทธิภาพในการยุติแรงงานบังคับ ทาสสมัยใหม่ (modern slavery) และการค้ามนุษย์ และข้อที่ 16 มีเป้าหมายเพื่อยุติการล่วงละเมิด การแสวงหาประโยชน์อย่างไม่เหมาะสม การค้ามนุษย์ และความรุนแรงต่อเด็กในทุกรูปแบบ ซึ่ง SDGs สะท้อนให้เห็นถึงพันธสัญญาระดับนานาชาติในการยุติความรุนแรงต่อเด็ก และเป็นการตอบรับว่าการยุติความรุนแรงเป็นองค์ประกอบสำคัญในการพัฒนาสังคมอย่างยั่งยืน

การล่วงละเมิดทางเพศต่อเด็กเป็นปรากฏการณ์ที่ขยายวงกว้าง ส่งผลกระทบต่อเด็กมากกว่าล้านคนทั่วโลก ในทุกเศรษฐกิจ สังคม ระดับการศึกษา เชื้อชาติและวัฒนธรรม รวมถึงในพื้นที่ในเขตชนบทและเมือง จากรายงานของ UNICEF เรื่อง A Familiar Face: Violence in the lives of children and adolescents (คนใกล้ตัว: ความรุนแรงในชีวิตของเด็กและวัยรุ่น) เดือนพฤศจิกายน ปีค.ศ. 2017 พบว่า ทุกปีมีวัยรุ่นหญิงราว 15 ล้านคน อายุ 15-19 ปี เผชิญกับการล่วงละเมิดทางเพศ โดยส่วนใหญ่ผู้ก่อเหตุจะเป็นคนที่เด็กรู้จัก เช่น ผู้ปกครอง ญาติ ครู เพื่อนบ้าน หรือเพื่อนของเด็ก ผลที่เกิดขึ้นจากการล่วงละเมิดทางเพศในเด็ก ไม่เพียงแต่สร้างความเจ็บปวดทางร่างกาย หรือทำให้เสียชีวิต แต่ยังส่งผลต่อการประเมินคุณค่าในตนเอง การทำลายศักดิ์ศรี และเป็นสิ่งที่ยับยั้งพัฒนาการในด้านต่าง ๆ นอกจากนี้ปัญหาการล่วงละเมิดทางเพศในเด็กยังส่งผลให้เด็กเข้าสู่วงจรปัญหาการขาดโอกาสทางสังคมและความยากจน ซึ่งนำไปสู่ปัญหาทางด้านสังคมและเศรษฐกิจของประเทศได้

การตระหนักถึงปัญหาดังกล่าวมีเพิ่มขึ้น เนื่องจากปัจจุบันเป็นยุคสังคมดิจิทัล การสื่อสารและความสัมพันธ์ของบุคคลเกิดขึ้นผ่านเทคโนโลยีและสื่อดิจิทัลที่เข้ามาเป็นส่วนสำคัญในการดำเนินชีวิต การพัฒนาของเทคโนโลยีทำให้ผู้ก่อเหตุล่วงละเมิดเด็ก สามารถแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็กได้ง่ายขึ้น ปัญหาการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็กผ่านช่องทางออนไลน์เป็นปัญหาที่เกิดขึ้นใหม่ และได้รับการคาดการณ์ว่าจะมีจำนวนและมีความรุนแรงเพิ่มมากขึ้น ในช่วงปีค.ศ. 2007 พบว่ามีเว็บไซต์ที่มีภาพลามกของวัยรุ่นไทยเป็นจำนวน 500,000 ภาพ และvideo clips จำนวน 250 คลิป นอกจากนี้ในเว็บไซต์ www.thaihotline.org ยังพบรายงานเกี่ยวกับเนื้อหาของสื่อลามกเด็กเป็นจำนวนเพิ่มขึ้น

ในการศึกษาต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับเด็กที่เป็นเหยื่อหรือเป็นพยานจากการล่วงละเมิดทางเพศหรือการแสวงหาผลประโยชน์ทางเพศ พบว่านอกจากเด็กจะได้รับความเสี่ยงและผลเสียต่อสุขภาพร่างกาย เช่น เด็กที่ได้รับการล่วงละเมิดทางเพศ มีความเสี่ยงได้รับการบาดเจ็บ ติดเชื้อ HIV และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่น ๆ แล้ว ยังส่งผลกระทบต่อพัฒนาการด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคมของเด็ก เช่น การมีพัฒนาการทางปัญญาที่ล่าช้า ปัญหาเกี่ยวกับศักยภาพในการศึกษาและการออกจากโรงเรียนกลางคัน การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร และปัญหาด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ นอกจากนี้เด็กที่เป็นเหยื่อของการล่วงละเมิดทางเพศอาจต้องเผชิญกับปัญหาด้านพฤติกรรม (ปัญหาด้านพัฒนาการ) เช่น ภาวะเบื่ออาหาร โรคการกินผิดปกติ พฤติกรรมแยกตัวจากสังคม พฤติกรรมก้าวร้าว ความผิดปกติในการนอน ความกลัวที่มีผิด พฤติกรรมถดถอย ความผิดปกติด้านบุคลิกภาพ และพฤติกรรมเกเรหรืออันธพาล และยังพบว่าเด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศอาจมีความเสี่ยงต่อการเป็นเหยื่อทางเพศซ้ำ โดยอาจมีพฤติกรรมทางเพศและ/ หรือความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกิจกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมกับวัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กอาจมีการรับรู้ตนเองว่าไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ (helplessness) สิ้นหวัง (hopelessness) มีภาวะซึมเศร้า (depression) สูญเสียความไว้วางใจ โทษตนเอง มีพฤติกรรมการทำร้ายตนเอง รวมถึงการนับถือและเห็นคุณค่าตนเองอยู่ในระดับต่ำ (low self-esteem) นอกจากนี้ยังเพิ่มแนวโน้มของการเป็นคนไร้บ้านและความเสี่ยงในการใช้ยาเสพติดและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อีกด้วย และยิ่งไปกว่านั้น ความรุนแรงที่เด็กประสบตั้งแต่ช่วงวัยแรกเริ่มนั้น จะส่งผลเสียต่อพัฒนาการทางสมองของเด็ก และทำลายส่วนอื่น ๆ ของระบบประสาท รวมไปถึงระบบต่อมไร้ท่อ ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก ระบบสืบพันธุ์ ระบบทางเดินหายใจ และระบบภูมิคุ้มกัน และมีผลกระทบในระยะยาว เด็กซึ่งเป็นเหยื่อของความรุนแรงและการแสวงหาประโยชน์ทางเพศนั้น จะมีปัญหาเรื่องการให้ความไว้วางใจแก่ผู้อื่น มีการแสดงพฤติกรรมต่อต้านสังคม และมีความยากลำบากในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล นอกจากนี้เหยื่อโดยส่วนใหญ่มักมีปัญหาทางเพศ มีความสัมพันธ์แบบหลายคู่ ความสับสนในอัตลักษณ์ทางเพศและรสนิยมทางเพศ ผลกระทบจากความรุนแรงต่อเด็กนั้น ขยายจากตัวเด็กและครอบครัวไปถึงสังคมโดยรวม เนื่องจากกระทบต่อต้นทุนทางสังคมเป็นอย่างมาก จากผลงานวิจัย อัตราความรุนแรงต่อเด็ก มีส่วนสำคัญในการบ่อนทำลายการพัฒนาทางสังคมและเศรษฐกิจของชุมชนและประเทศชาติ ในภูมิภาคเอเชียแปซิฟิก มูลค่าของผลกระทบจากความรุนแรงต่อเด็กคิดเป็น 209 พันล้านดอลลาร์สหรัฐต่อปี หรือ ร้อยละ 2 ของผลิตภัณฑ์รวมในประเทศของภูมิภาค

งานวิจัยเกี่ยวกับเหยื่อความรุนแรงทางเพศ โดยเฉพาะเหยื่อที่เป็นเด็ก เพิ่มขึ้นในช่วงปีค.ศ. 1960 และในช่วงปี 1970 การล่วงละเมิดทางเพศเป็นเรื่องที่ได้รับความสนใจในกลุ่มวิชาชีพเกี่ยวกับการคุ้มครองเด็ก รวมไปถึงในกิจกรรมขององค์กรที่ดูแลในเรื่องสวัสดิการของเด็ก ในขณะที่เดียวกันกลุ่มผู้เรียกร้องสิทธิสตรีก็ให้ความสนใจในเรื่องการข่มขืนและการล่วงละเมิดทางเพศเด็ก โดยพวกเขาเห็นว่าปัญหาความรุนแรงเหล่านี้ เป็นความผิดของผู้กระทำ ไม่ใช่เหยื่อ และจัดให้การกระทำความผิดทางเพศทุกประเภทที่เป็นผลมาจากการควบคุมทางการเมืองของเพศชายที่กดขี่ผู้หญิงโดยการข่มขู่ การสร้างความอับอาย และการดูถูกดูแคลน เป็นอาชญากรรมที่เกี่ยวกับความรุนแรงที่เทียบเท่าได้กับการข่มขืน ภายในปีค.ศ. 1990 การเคลื่อนไหวเพื่อสร้างความตระหนักในสถานะที่เป็นเหยื่อและการคุ้มครองเด็กพัฒนาอย่างเต็มที่ เห็นได้จากการริเริ่มบัญญัติใช้กฎหมายต่าง ๆ อาทิ เช่น การดำเนินการใช้พระราชบัญญัติคุ้มครองเด็กปีค.ศ. 1990 ของสหรัฐอเมริกา รวมไปถึงการดำเนินการในชั้นศาลยังเริ่มให้ความสำคัญกับเหยื่อมากขึ้น เช่น ในสหรัฐอเมริกามีการนำคำให้การเป็นลายลักษณ์อักษรที่มีรายละเอียดเกี่ยวกับผลกระทบของอาชญากรรมที่มีต่อผู้เสียหายมาใช้ในขั้นตอนการกำหนดโทษของชั้นศาลในหลายระดับ อย่างไรก็ตามคำถามจำนวนมากที่เกี่ยวกับการตกเป็นเหยื่อยังคงดำรงอยู่ เช่น ทำไมเด็กถึงอ่อนแอต่อการล่วงละเมิดทางเพศและการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเป็นพิเศษ ควรจะช่วยเหลือที่เป็นเด็กอย่างไร หรือทำอย่างไรถึงจะสามารถป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศ และการแสวงหาประโยชน์ทางเพศที่เกิดกับเด็ก

ในประเทศไทย พบว่า ผู้หญิงอายุน้อยโดยเฉพาะกลุ่มอายุ 15 – 19 ปี มีความเสี่ยงสูงที่จะถูกกระทำความรุนแรงทางร่างกายหรือทางเพศ เมื่อเทียบกับผู้หญิงในช่วงอายุอื่น ๆ ซึ่งความรุนแรงนี้มักจะมาจากการคุกคามหรือแฟนที่อยู่ร่วมกันโดยไม่ได้แต่งงาน และข้อมูลจากสื่อต่าง ๆ พบว่าผู้หญิงถูกล่วงละเมิดทางเพศทั้งทางร่างกายและจิตใจวันละไม่ต่ำกว่า 7 คน และมีตัวเลขของการเข้ารับการบำบัดสูงสุดถึงปีละสามหมื่นคน ส่วนใหญ่แล้วมีสาเหตุมาจาก สารเสพติด สื่อลามก พื้นฐานครอบครัวและสิ่งแวดล้อมในสังคม (BLT Bangkok, 2561)

สำนักงานตำรวจแห่งชาติได้รวบรวมสถิติคดีความผิดทางเพศ ลักษณะข่มขืนและกระทำชำเราโดยรวมพบว่าปี พ.ศ. 2558 มีการแจ้งความดำเนินคดีทั้งสิ้น 2,848 คดี ส่วนปี พ.ศ. 2559 มีการแจ้งความลดลงเหลือ 2,259 คดี หากพิจารณารายพื้นที่ พบว่า พื้นที่กรุงเทพมหานคร มีผู้เข้าแจ้งความเพื่อดำเนินคดี 160 คน ภาคกลาง 786 คน ภาคเหนือ 466 คน ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ 575 คน ภาคใต้ 271 คน โดยจังหวัดนครราชสีมา มีผู้เข้าแจ้งความมากที่สุด รวม 69 คน จากสถิติเด็กถูกล่วงละเมิดทางเพศที่มีการแจ้ง ตั้งแต่เดือนตุลาคม พ.ศ. 2560 ถึง เดือนสิงหาคม พ.ศ. 2561 มีเด็กถูกล่วงละเมิดทางเพศทั้งสิ้น 419 คน แบ่งเป็น ถูกกระทำจากคนในครอบครัว จำนวน 151 คน รองลงมาถูกกระทำจากบุคคลภายนอก 268 คน (สำนักข่าวไทย, 2561) ช่วงอายุของผู้ถูกกระทำส่วนใหญ่แล้วอยู่ในช่วงอายุ 5 – 20 ปี ร้อยละ 60.6 รองลงมาคือช่วงอายุ 41 – 60 ปี ร้อยละ 30.9 โดยผู้ที่มีอายุมากที่สุดในการถูกล่วงละเมิดทางเพศคือ 90 ปี และอายุน้อยที่สุดคือ 5 ปี นอกจากนี้ยังมีผู้เสียชีวิตถึง 20 ราย กลุ่มอาชีพของผู้ถูกกระทำ อันดับแรกเป็นกลุ่มนักเรียน นักศึกษา ร้อยละ 60.9 รองลงมา

คือ ลูกจ้าง ร้อยละ 21.6 ถัดมาคืออาชีพค้าขาย ร้อยละ 5.2 และสุดท้ายคือกลุ่มเด็กเล็กร้อยละ 4.2 (BLT Bangkok, 2561)

ปัจจัยที่กระตุ้นความรุนแรงทางเพศอันดับแรกมาจากเครื่องตีมีแอลกอฮอล์ ร้อยละ 31.1 รองลงมาคืออ้างว่ามีอารมณ์ทางเพศ ร้อยละ 28 ถัดมาคือการใช้สารเสพติด ร้อยละ 16.3 และร้อยละ 11.7 คือ การต้องการชิงทรัพย์ ซึ่งส่งผลกระทบต่อผู้กระทำอันดับแรกคือ หวาดระแวงและความหวาดกลัว ร้อยละ 26.1 รองลงมาคือถูกบังคับให้มีเพศสัมพันธ์หลายครั้ง ร้อยละ 12.8 และถูกทำร้ายร่างกายจนบาดเจ็บสาหัส ร้อยละ 12 โดยผู้กระทำความรุนแรงนั้นส่วนใหญ่แล้วเป็นคนคุ้นเคยหรือคนในครอบครัว ร้อยละ 53 รองลงมาคือคนแปลกหน้าไม่รู้จักกัน ร้อยละ 38.2 คนที่รู้จักกันผ่านสื่อสังคมออนไลน์ ร้อยละ 8.8 และสุดท้ายผู้กระทำอายุน้อยที่สุดคือ อายุ 12 ปี (BLT Bangkok, 2561)

การรายงานของสำนักวิชาการ สำนักเลขาธิการผู้แทนราษฎร (2561) ในสถานการณ์ของเด็กที่ถูกล่วงละเมิด นั้นเน้นไปที่กลุ่มของเด็กนักเรียนในสถานศึกษา โดยเฉพาะการล่วงละเมิดทางเพศเด็กนักเรียนโดยครูและบุคลากรทางการศึกษา แม้ว่าจะมีการสำรวจตัวเลขที่เกิดขึ้นแต่กลับพบว่าจำนวนตัวเลขกลับไม่ตรงกับสภาพความเป็นจริง อันเนื่องมาจากเหยื่อบางส่วนไม่สามารถแสดงออกหรือไม่สามารถบอกข้อมูลของตนเองกับคนใกล้ชิดได้ด้วย ความหวาดกลัวผู้ล่วงละเมิดที่มีอำนาจสูงกว่าและความรู้สึกที่ตนเองอาจจะไม่ได้รับความยุติธรรมแม้ว่าจะออกมาเรียกร้องก็ตาม ซึ่งสถิติการล่วงละเมิดทางเพศเด็กนักเรียนระหว่างปี พ.ศ. 2556 – 2560 มีดังต่อไปนี้

ตารางแสดงสถิติการล่วงละเมิดทางเพศ

การถูกล่วงละเมิดทางเพศ	พ.ศ.2556	พ.ศ. 2557	พ.ศ. 2558	พ.ศ. 2559	พ.ศ. 2560
เด็กกับเด็ก	100	93	28	12	10
ครู/บุคลากรทางการศึกษา	21	7	5	12	8
บุคคลอื่น ๆ กับเด็ก	194	54	36	20	33
บุคคลในครอบครัวกับเด็ก	-	-	38	22	17
อื่น ๆ	4	13	-	-	-
รวมทั้งสิ้น	319	167	107	66	68

ที่มา: มาตรการป้องกันและดูแลนักเรียน โดยศูนย์เฉพาะกิจคุ้มครองและช่วยเหลือเด็กนักเรียน, 2561, สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, น.3.

จากตารางข้างต้นพบว่าการล่วงละเมิดทางเพศเด็กในสถานศึกษามีการรายงานการให้ความช่วยเหลือที่ลดลงในช่วงปี พ.ศ. 2559 – 2560 โดยนางสาวจิตติมา ภาณุเดชะ มุลนิธิสร้างเสริมความเข้าใจเรื่องสุขภาพผู้หญิง ได้ให้ข้อมูลว่า มีการประมาณสถานการณ์การล่วงละเมิดทางเพศในโรงเรียนที่ปรากฏสู่สังคมเพียงร้อยละ 5

เท่านั้น สาเหตุที่ทำให้เกิดการล่วงละเมิดทางเพศในโรงเรียน คือ (1) ความสัมพันธ์เชิงอำนาจที่ผู้ใหญ่นึกว่ากระทำกับผู้ที่มีอำนาจน้อยกว่า (2) การล่วงละเมิดทางเพศนั้นสามารถเกิดได้ทุกที่ ส่วนใหญ่เด็กจะเล่าให้เพื่อน พ่อแม่ หรือครูฟัง (3) กระทรวงศึกษาธิการไม่มีนโยบายที่ชัดเจนเพราะแม้ว่าจะมีศูนย์เฉพาะคุ้มครองและช่วยเหลือเด็กนักเรียน สังกัดสำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกาขั้นพื้นฐานที่เข้ามาดูแลเด็กในภาพรวมก็ตาม (4) นักเรียนและครูไม่มีความรู้และความเข้าใจในเรื่องของการล่วงละเมิดทางเพศอย่างแท้จริง ดังนั้นโรงเรียนจะต้องเป็นพื้นที่เสริมความรู้ในเรื่องเพศ เช่น ต้องมีหลักสูตรทางเพศที่ชัดเจน สภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่ไม่ล้อเลียน เสริมความรู้ทางเพศ โรงเรียนต้องตั้งเครือข่ายผู้ปกครอง ชุมชนต้องร่วมกันพูดคุยปัญหาและแนวทางการแก้ไข (สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการผู้แทนราษฎร, 2561)

จากการรวบรวมข้อมูลของกระทรวงสาธารณสุขจากศูนย์พึ่งได้ของโรงพยาบาล 523 แห่งทั่วประเทศในปี พ.ศ. 2558 พบว่า เด็กจำนวน 11,000 คนหรือราว 30 คนต่อวัน เข้ารับการรักษาพยาบาลจากการกระทำ ความรุนแรงซึ่งส่วนใหญ่เป็นเด็กผู้หญิงที่ถูกกระทำ ความรุนแรงทางเพศโดย 9 ใน 10 คนถูกกระทำโดยคนรู้จัก ในกรณีนี้องค์การยูนิเซฟได้เรียกร้องให้รัฐบาลในแต่ละประเทศดำเนินการอย่างเร่งด่วนเพื่อยุติความรุนแรงกับเด็ก รวมถึงให้สนับสนุนแนวปฏิบัติซึ่งได้รับความเห็นชอบจากองค์การอนามัยโลก องค์การยูนิเซฟและพันธมิตร เพื่อยุติความรุนแรงต่อเด็ก โดยมีแนวทางในการดำเนินงานต่อไปนี้ (1) การจัดทำแผนงานระดับชาติเพื่อยุติความรุนแรงต่อเด็กที่มีการประสานเชื่อมโยงด้านการศึกษา (2) ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ใหญ่และจัดการกับปัจจัยที่ก่อให้เกิดความรุนแรงกับเด็ก (3) ผลักดันการลดพฤติกรรมความรุนแรงและค่านิยมความรุนแรง (4) สร้างระบบการบริการทางสังคมและฝึกอบรมนักสังคมสงเคราะห์ในการให้คำปรึกษาและบำบัดเด็กที่ถูกกระทำ ความรุนแรง (5) ให้ความรู้แก่เด็ก ผู้ปกครอง ครูและสมาชิกในชุมชนเพื่อให้ตระหนักถึงความรุนแรงทุกรูปแบบ (6) เก็บรวบรวมข้อมูลด้านความรุนแรงต่อเด็กให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นและตรวจสอบความคืบหน้าผ่านการติดตามและการประเมินอย่างเป็นระบบ (ประชาไทย, 2560) โดยสถานการณ์การล่วงละเมิดทางเพศเด็กในประเทศไทยสามารถอธิบายตามปรากฏการณ์ได้ดังต่อไปนี้ (UNICEF, 2558)

- (1) การค้าประเวณีเด็ก ถึงแม้ว่าปัญหาการค้าประเวณีเด็กในประเทศไทยจะเป็นสิ่งผิดกฎหมาย แต่จากการศึกษาเอกสารและข้อมูลพบว่ายังคงมีการละเมิดกฎหมาย โดยมีรายงานว่าการค้าประเวณีกัน อย่างเปิดเผยและเกี่ยวข้องกับเด็ก มีรายงานว่าเด็กผู้หญิงที่เกี่ยวข้องกับอุตสาหกรรมทางเพศในเมืองใหญ่ ๆ อย่างกรุงเทพมหานครนั้นมาจากภาคเหนือของประเทศไทยมากที่สุด และมีรายงานหลายฉบับที่แสดงให้เห็นว่าเด็กที่เข้าสู่การค้าประเวณีส่วนใหญ่มีอายุ 15 – 17 ปี โดยมีเหตุผลหลักคือเพื่อจุนเจือครอบครัวและเพื่อซื้อสิ่งของอุปโภคและบริโภคหรือเป็นค่าเล่าเรียน แต่งานวิจัยกลับไม่ได้บ่งชี้ถึงเด็กชาย และบางงานวิจัยกล่าวถึงเด็กชายจากชนเผ่าต่าง ๆ ในประเทศไทยที่เข้าสู่การค้าประเวณี
- (2) การแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็กออนไลน์ ถือว่าเป็นการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็กรูปแบบหนึ่งซึ่งข้อมูลจากงานวิจัยนั้นหาได้น้อย รัฐบาลไทยได้ตระหนักว่าประเทศ

ไทยนั้นเป็นแหล่งผลิตสื่อการทารุณกรรมทางเพศเด็ก หนังสือพิมพ์หลายฉบับต่างรายงานข่าว การค้าสื่อเกี่ยวกับการทารุณกรรมทางเพศเด็กตามท้องถนนในกรุงเทพฯ ปรากฏว่าเด็กตามท้อง ถนนมีความเสี่ยงต่อการถูกทารุณกรรมทางเพศและแสวงหาผลประโยชน์ทางเพศโดยอยู่ในลำดับที่ 6 จาก 15 ลำดับของประเทศที่เป็นแหล่งผลิตสูงสุดและระบุตัวของผู้กระทำความผิดได้ยาก คดีที่เกี่ยวข้องกับการล่วงละเมิดทางเพศเด็กหลายคดี มีองค์ประกอบของการล่วงละเมิดทางเพศเด็ก ออนไลน์รวมอยู่ด้วย

- (3) การค้าเด็กเพื่อวัตถุประสงค์ทางเพศ เป็นรูปแบบการแสวงหาผลประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จาก เด็กที่มีการเขียนในรายงานการวิจัยมากที่สุด ส่วนหนึ่งมาจากการที่ประเทศไทยเคยถูกจัดอันดับ โดยกระทรวงการต่างประเทศของสหรัฐอเมริกา ในการทำงานต่อต้านค้ามนุษย์ลงมาอยู่ในกลุ่มที่ สาม (Tier 3) นำเสียดายที่ข้อมูลการค้ามนุษย์จำนวนมากไม่มีการจำแนกอายุ เพศสภาพหรือ ประเภทของการแสวงหาประโยชน์เอาไว้ อย่างไรก็ตามสถิติต่าง ๆ ที่มีอยู่พบว่าส่วนใหญ่แล้วเป็น เด็กผู้หญิงจากประเทศไทยและประเทศลาว มีรายงานว่าการค้ามนุษย์ส่วนใหญ่มักมีเครือข่ายใน ท้องถิ่น รวมถึงเพื่อนและสมาชิกครอบครัวของผู้เสียหายเป็นผู้อำนวยการความสะดวก ผลคือ การค้า มนุษย์นั้นจะเริ่มจากการย้ายถิ่นอย่างสมัครใจ จากการรายงานพบว่าผู้เสียหายจากการค้ามนุษย์ที่มี สัญชาติไทยลดลงแต่มาจากประเทศลาว เมียนมาร์ และกัมพูชาเพิ่มขึ้น โดยรวมแล้วผู้ย้ายถิ่น ชาวต่างชาติ สมาชิกของกลุ่มชาติพันธุ์เป็นชนกลุ่มน้อยและคนไร้รัฐถูกระบุว่าเป็นกลุ่มประชากรที่ เสี่ยงต่อการถูกค้ามนุษย์ในประเทศไทยมากที่สุด
- (4) การแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็กในการเดินทางและการท่องเที่ยว ประเทศไทยถือว่าเป็น จุดหมายปลายทางการท่องเที่ยวสำหรับนักเดินทางทั่วโลกมาเป็นเวลานาน และมีผู้มาเยี่ยมเยียน จากทั่วโลกเป็นจำนวนมาก เมื่อการเดินทางท่องเที่ยวเพิ่มสูงขึ้น เด็กจึงมีความเสี่ยงต่อการถูก แสวงหาประโยชน์ทางเพศจากการบังคับให้มีเพศสัมพันธ์ อย่างไรก็ตาม จากรายงานพบว่ามี การแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็กในการเดินทางและการท่องเที่ยวในประเทศไทยลดลงในช่วงไม่กี่ ปีที่ผ่านมา แต่กลับมีอัตราการเพิ่มสูงขึ้นในประเทศเพื่อนบ้านที่มีการแสวงหาผลประโยชน์จากเด็ก ตามกฎหมายครอบคลุมน้อยกว่าประเทศไทย ปรากฏว่าความพยายามของประเทศไทยที่จะจัดการ กับปัญหาการแสวงหาผลประโยชน์ทางเพศเด็กโดยนักเดินทางนานาชาติที่เป็นชาวตะวันตก ใน แหล่งรวมนักท่องเที่ยว เช่น พัทยา ภูเก็ต และกรุงเทพฯ มากเป็นพิเศษและให้ความสนใจในการ บริการกับนักเดินทางชาวไทยและชาวต่างชาติแต่การล่วงละเมิดทางเพศเด็กนั้นส่วนใหญ่มาจาก กลุ่มทวีปเอเชีย

ปัจจุบันนอกเหนือจาก “แผนการปฏิบัติการสำหรับการป้องกันการขายเด็ก การค้าประเวณีเด็ก และสื่อ ลามกที่เกี่ยวกับเด็ก และแผนการปฏิบัติการสำหรับการกำจัดการแสวงหาผลประโยชน์จากแรงงานเด็ก” และ รายงานของผู้เสนอรายงานพิเศษ การขายเด็ก การค้าประเวณีเด็ก และสื่อลามกที่เกี่ยวกับเด็กของ สหประชาชาติ “กลยุทธ์การป้องกันที่มีประสิทธิภาพสำหรับการต่อสู้กับการขายเด็ก และการแสวงหา

ผลประโยชน์ทางเพศจากเด็ก” ยังมีนโยบายระหว่างประเทศสนับสนุนการป้องกันความรุนแรงต่อเด็ก การขายเด็ก การล่วงละเมิดทางเพศและการแสวงหาผลประโยชน์ทางเพศจากเด็ก ซึ่งไม่ได้จำกัดเพียงอนุสัญญาสหประชาชาติว่าด้วยสิทธิเด็ก พิธีสารเลือกรับของอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก เรื่อง การขายเด็ก การค้าประเวณีเด็ก และสื่อลามกที่เกี่ยวกับเด็ก The WHO INSPIRE Strategies ยุทธศาสตร์ต้นแบบและมาตรการทางปฏิบัติของสหประชาชาติว่าด้วยการยุติความรุนแรงต่อเด็กในกระบวนการยุติธรรม และ We Protect พิธีสารเลือกรับของอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็กเรื่อง การขายเด็ก การค้าประเวณีเด็ก และสื่อลามกที่เกี่ยวกับเด็ก กำหนดไว้ว่า เหตุการณ์ล่วงละเมิดทางเพศ และการแสวงหาผลประโยชน์ทางเพศจากเด็ก มีศักดิ์ศรี มีสิทธิ์ที่จะได้รับการฟื้นฟูทางร่างกายและจิตใจอย่างสมบูรณ์ และการมีส่วนร่วมในโครงการป้องกัน

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า การบำบัดด้วยการแทรกแซงพฤติกรรมทางปัญญาสำหรับเด็ก ที่ได้รับการทบทวนวรรณกรรม ถูกนำมาใช้ทั้งในเขตชานเมืองและเขตชนบท ทั้งในคลินิก โรงเรียน และบ้าน แสดงให้เห็นถึงการรักษาที่มีประสิทธิภาพในกลุ่มเด็กและครอบครัวโดยเฉพาะกลุ่มที่มีภูมิหลังที่หลากหลาย หากพิจารณาทางสภาพแวดล้อมของเศรษฐกิจและวัฒนธรรมแล้วจะสามารถพิจารณาได้ว่าผู้ที่เข้ารับการบำบัดนั้นไม่มีความจำเป็นที่จะต้องเปลี่ยนวัฒนธรรม ผู้บำบัดจะออกแบบรูปแบบการบำบัดให้มีความสอดคล้องกับวัฒนธรรมเดิมของผู้เข้าร่วมการบำบัด ในหลายประเทศได้นำไปปรับใช้ให้ตรงตามบริบทและพื้นที่ของตนเอง หลักการบำบัดประกอบไปด้วย (1) การสร้างความร่วมมือระหว่างองค์กร เช่น การให้ความรู้เฉพาะทางแก่นักบำบัดในพื้นที่ที่สามารถเอาชนะอุปสรรคทางด้านวัฒนธรรมได้โดยใช้ประโยชน์กับการเชื่อมต่อกับชุมชน (2) แทรกแซงความต้องการของคนในพื้นที่หรือผู้ประสพภัยให้เกิดความเข้าใจตรงกันและมุ่งเป้าหมายเดียวกัน ซึ่งอาจจะไม่ใช่รูปแบบการรักษาที่ตั้งเครียดแต่อาจจะใช้รูปแบบของเกมเข้ามาสร้างเสริมการมีส่วนร่วม ก่อให้เกิดการรวมกลุ่มของกันได้โดยสร้างความเข้มแข็งเชิงบวกแก่ผู้เข้าร่วมโปรแกรม (3) ใช้รูปแบบการฝึกอบรมแพทย์ในท้องถิ่นที่มีส่วนร่วมในการออกแบบการบำบัดรักษาโดยการฝึกอบรมขั้นพื้นฐานซึ่งถือว่าเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่มีความเป็นไปได้ ยกตัวอย่าง ประเทศปากีสถาน มีการรวมกลุ่มของผู้ดำเนินงานสามกลุ่ม ประกอบไปด้วย ผู้ฝึกสอนหรือผู้เชี่ยวชาญในการดำเนินการ หัวหน้างาน คือ บุคคลในท้องถิ่นเพื่อทำหน้าที่ดูแลคลินิก และ ผู้ให้คำปรึกษา คือบุคคลในท้องถิ่นที่มาจากพื้นที่เดียวกับผู้ป่วย โดยการฝึกอบรมนี้จะฝึกการตอบโต้ สนทนาและการเรียนรู้เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างแตกต่างแต่มีความเข้าใจซึ่งกันและกัน (4) การพิจารณาทางวัฒนธรรม ซึ่งถือว่าเป็นสิ่งสำคัญที่การหาสมดุลและความสอดคล้องทางความคิดซึ่งสามารถส่งผลต่อการรักษาได้ เช่น วัฒนธรรมที่มีผลต่อบทบาททางเพศ เป็นต้น นอกจากนี้ยังต้องพิจารณาถึงความเชื่อพื้นบ้านโดยเฉพาะความเชื่อทางครอบครัวที่ส่งผลต่อมุมมองสุขภาพจิตและภาษา (5) การสนับสนุนอย่างยั่งยืน ควรมีการวางแผนในระยะยาวเพื่อให้เกิดความแน่ใจว่าจะไม่มีผู้ใดได้รับผลกระทบจากการวิจัยพบว่าความยั่งยืนมักจะเกิดขึ้นถ้าไม่ได้รับการสนับสนุนในชุมชน

อย่างไรก็ตาม แม้ว่าการทำงานเพื่อบำบัดฟื้นฟูเด็กที่เป็นเหยื่อของการล่วงละเมิดทางเพศและการแสวงหาผลประโยชน์ทางเพศด้วยกระบวนการ CBT จะได้รับการยอมรับ และมีหลักฐานเชิงประจักษ์จากงานวิจัยในหลายประเทศ หากแต่งานวิจัยในเรื่องการบำบัดฟื้นฟูเหยื่อที่เป็นเด็ก ในทวีปเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ โดยเฉพาะในประเทศไทยนั้น ในทางปฏิบัติยังขาดหลักฐานสนับสนุนเชิงวิทยาศาสตร์ที่ดำเนินการในทิศทางของ

นโยบายและโปรแกรมที่เน้นความสำคัญของ CBT อันเป็นกุญแจสำคัญในการช่วยให้เด็กฟื้นฟูการเห็นคุณค่าในตนเอง การวิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยง การต่อต้านการแสวงหาประโยชน์ การบำบัดฟื้นฟู และในอีกทางหนึ่งคือการป้องกันการตกเป็นเหยื่อซ้ำ (การป้องกันตติยภูมิ)

ด้วยเหตุนี้ โครงการนี้จึงนำแนวคิด CBT มาออกแบบโปรแกรม ผ่านกระบวนการวิจัยและพัฒนาเพื่อนำไปสู่การพัฒนากระบวนการช่วยเหลือเด็กที่เป็นเหยื่อของการล่วงละเมิดทางเพศและการแสวงหาประโยชน์ทางเพศ ซึ่งมีนโยบายนำหลักฐานเชิงประจักษ์มาใช้ในการป้องกันการตติยภูมิที่มีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ เมื่อรูปแบบที่ชัดเจนของโปรแกรมที่ใช้ CBT เป็นพื้นฐาน สามารถลดปัญหาดังกล่าวได้สำเร็จในพื้นที่นำร่องแล้ว หน่วยงานที่เกี่ยวข้องจะผลักดันโครงการเพื่อนำเสนอเป็นนโยบายในระดับชาติ เพื่อให้เกิดการพัฒนาและต่อยอดกระบวนการป้องกันการตกเป็นเหยื่อซ้ำที่มีประสิทธิภาพในกลุ่มเป้าหมาย ทั้งนี้เพื่อให้การบำบัดดังกล่าวเป็นมาตรฐานและเข้าถึงได้อย่างแพร่หลาย และเพื่อให้เกิดการนำไปใช้โดยผู้ที่ต้องการแนวทางป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศที่มีหลักฐานในเชิงประจักษ์ต่อไป

1.2 วัตถุประสงค์ของงานวิจัย

1. เพื่อเข้าใจถึงความเปราะบางของผู้ประสพภัยที่เป็นเด็กหรือเด็กที่เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศและการแสวงหาประโยชน์ทางเพศในพื้นที่ทางภูมิศาสตร์ของงานวิจัย
2. เพื่อออกแบบและพัฒนาการป้องกันตติยภูมิโดยใช้การบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม (CBT) สำหรับเหยื่อหรือผู้ที่เสี่ยงต่อการล่วงละเมิดทางเพศและการแสวงหาผลประโยชน์ทางเพศที่เป็นเด็กและวัยรุ่น ในพื้นที่ทางภูมิศาสตร์ของงานวิจัย โดยให้ความสำคัญในเรื่องการสร้างพลังให้เด็กสามารถฟื้นฟูการเห็นคุณค่าในตนเองได้ การวิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยง การป้องกันการแสวงหาผลประโยชน์ การบำบัดฟื้นฟู และยังสามารถส่งเสริมการป้องกันการตกเป็นเหยื่อซ้ำ (การป้องกันตติยภูมิ) ได้
3. เพื่อประเมินประสิทธิภาพของการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม (CBT)
4. เพื่อค้นหาโอกาสในการสนับสนุนนโยบายระดับชาติที่มีการนำยุทธศาสตร์การป้องกันตติยภูมิโดยใช้การบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม (CBT) ในเหยื่อที่เป็นเด็ก

1.3 ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. โปรแกรมการป้องกันตติยภูมิโดยใช้การบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม (CBT) เพื่อพัฒนาทักษะการรู้คิดในผู้ประสพภัยที่เป็นเด็กหรือเด็กที่เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศและการแสวงหาประโยชน์ทางเพศในพื้นที่ทางภูมิศาสตร์ของงานวิจัย
2. เกิดเครือข่ายวิชาการในการทำงานเพื่อพัฒนาโปรแกรมการป้องกันตติยภูมิโดยใช้การบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม (CBT) ในผู้ประสพภัยที่เป็นเด็กหรือเด็กที่เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศและการแสวงหาประโยชน์ทางเพศ
3. จัดทำข้อเสนอแนะเชิงนโยบายระดับชาติที่มีการนำยุทธศาสตร์การป้องกันตติยภูมิโดยใช้การบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม (CBT) ในผู้ประสพภัยที่เป็นเด็ก

1.4 กลุ่มเป้าหมาย และข้อค้นพบจากงานวิจัย

กลุ่มเป้าหมายหลักของงานวิจัยเป็นผู้ปฏิบัติงานและกลุ่มวิชาชีพที่ทำงานกับเหยื่อที่เป็นเด็กหรือเด็กที่เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศและการแสวงหาประโยชน์ทางเพศ ประชากรของงานวิจัยจะได้ทราบถึงโปรแกรมการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม (CBT) ที่สามารถสร้างพลังให้เด็กฟื้นฟูการเห็นคุณค่าในตนเองได้ การวิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยง การป้องกันการแสวงหาผลประโยชน์ การบำบัดและฟื้นฟู และการส่งเสริมการป้องกันการตกเป็นเหยื่อซ้ำ (การป้องกันตติยภูมิ) ส่วนกลุ่มเป้าหมายรองของงานวิจัย คือ ผู้ร่างกฎหมาย และผู้เขียนนโยบายของรัฐบาล สถาบันความยุติธรรมทางอาญา ซึ่งรวมถึง ตำรวจ อัยการ ศาลอาญา สำนักงานให้ความช่วยเหลือทางกฎหมาย เจ้าหน้าที่นิติวิทยาศาสตร์ และศูนย์บริการช่วยเหลือเหยื่อ

1.5 พื้นที่ทางภูมิศาสตร์/สถานที่ศึกษาวิจัย

โครงการได้กำหนดให้ บ้านพักฉุกเฉิน (ดอนเมือง) สังกัดสมาคมส่งเสริมสถานภาพสตรีฯ เป็นพื้นที่ในการศึกษา โดยบ้านพักฉุกเฉิน (ดอนเมือง) ก่อตั้งขึ้นตั้งแต่ปี พ.ศ. 2523 เป็นสถานที่พักพิงชั่วคราวและบำบัดฟื้นฟูทางร่างกายและจิตใจให้แก่ผู้หญิงและเด็กที่ประสบปัญหาถูกล่วงละเมิดหรือแสวงหาประโยชน์ทางเพศหรือได้รับผลกระทบจากความรุนแรงในครอบครัว ซึ่งนอกจากจะให้ความช่วยเหลือด้านที่อยู่อาศัย อาหาร สุขภาพอนามัย แก่ผู้หญิงและเด็กที่เป็ผู้เสียหายและกลุ่มเสี่ยงแล้ว ยังให้คำปรึกษาแนะนำ การพัฒนาทักษะชีวิต การจัดกลุ่มบำบัดทางจิต การพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองให้แก่ผู้เสียหาย อันช่วยในการส่งเสริมการกลับคืนสู่สังคมและความสามารถในการดำรงชีวิตในสังคมได้ปกติสุข

1.6 ประชากร

เหยื่อที่เป็นเด็กหรือเด็กที่เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศและการแสวงหาประโยชน์ทางเพศ ที่อาศัยอยู่ในบ้านพักฉุกเฉิน โดยจากสถิติและการสำรวจ ณ เดือนกันยายน 2562 บ้านพักฉุกเฉิน (ดอนเมือง) มีเด็กที่ประสบปัญหาการถูกล่วงละเมิดหรือแสวงหาประโยชน์ทางเพศจำนวน 5 คน จำนวนเด็กทั้งหมด 65 – 70 คน แบ่งเป็น อายุระหว่าง 0 – 5 ปี 12 คน บ้านเด็กดูแลเด็กปฐมวัย 15 คนอายุระหว่าง 9 – 16 ปี (เด็กรักเรียน) 5 คน หญิงตั้งครรภ์ 10 คน แม่ลูกอ่อน 6 คู่ แม่ลูกโต 2 คู่ และผู้ป่วยติดเชื้อ HIV 6 คน โดยผู้วิจัยคำนึงถึงแนวทางจริยธรรมสากลการวิจัยในมนุษย์ (สภาองค์การสากลด้านวิทยาศาสตร์การแพทย์ร่วมกับองค์การอนามัยโลก, 2552) จึงได้กำหนดเกณฑ์สำหรับผู้เข้าร่วมวิจัยดังต่อไปนี้

เกณฑ์การคัดเลือกผู้เข้าร่วมการวิจัย (Inclusion Criteria)

- 1.1 มีอายุตั้งแต่ 7 – 18 ปี
- 1.2 สามารถอ่าน ฟัง เขียนภาษาไทยได้
- 1.3 ไม่มีการเจ็บป่วยรุนแรงทั้งทางร่างกายและจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมโปรแกรม ฯ (โดยจะต้องถูกประเมินจากนักจิตวิทยาคลินิกก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ ทุกคน)
- 1.4 เป็นผู้เคยมีประสบการณ์ตรงกับกลุ่มเป้าหมายงานวิจัยที่อาศัยอยู่ที่บ้านพักฉุกเฉินฯ ตลอดระยะเวลาของการวิจัย
- 1.5 ยินยอมเข้าร่วมการวิจัย และได้รับอนุญาตจากผู้ปกครองตามกฎหมาย (บ้านพักฉุกเฉินฯ) โดยผู้วิจัยได้อธิบายรายละเอียดข้อมูลการวิจัย กิจกรรม สิทธิและเงื่อนไขการวิจัยรวมถึงช่องทางการขอความช่วยเหลือต่าง ๆ หากผู้เข้าร่วมรู้สึกไม่ปลอดภัยในการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้

ทั้งนี้ ทางผู้วิจัยได้กำหนดอัตราค่าตอบแทนสำหรับผู้เข้าร่วมวิจัยเป็นไปตามอัตราของบ้านพักฉุกเฉินฯ คือ ครั้งละ 100 บาท ต่อเด็กหนึ่งคน โดยจะจ่ายค่าตอบแทนให้เด็กเป็นรายครั้ง ไม่มีการบังคับหรือใช้เงื่อนไขทางการเงินเพื่อจูงใจให้เด็กเข้าร่วมการวิจัยโดยไม่สมัครใจ และผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถยุติการเข้าร่วมการวิจัยได้ตลอดเวลา

ขั้นตอนการขอความยินยอมเข้าร่วมวิจัย

1. ผู้วิจัย ได้นำเสนอแนวทางการทำวิจัยกับผู้บริหารบ้านพักฉุกเฉิน และนักจิตวิทยา ในฐานะผู้ปกครองตามพรบ.คุ้มครองเด็กฯ ของผู้เข้าร่วมการวิจัย เพื่อรับฟังและออกแบบงานวิจัยให้มีความสอดคล้องกับบริบท และหลักจริยธรรม รวมถึงแลกเปลี่ยนประเด็นเกี่ยวกับขั้นตอนการดำเนินการวิจัย จนเป็นที่ยอมรับและเข้าใจตรงกัน และผู้ปกครองได้ลงลายมือชื่อเป็นลายลักษณ์อักษร เพื่อยินยอมให้ผู้วิจัยได้ทำการวิจัย

2. หลังจากที่ได้รับอนุมัติจากผู้ปกครองของผู้เข้าร่วมวิจัย ผู้วิจัยได้อธิบายรายละเอียด ขั้นตอนและสิทธิในการเข้าร่วมการวิจัยให้กับผู้เข้าร่วมวิจัยในครั้งแรกก่อนการเริ่มการวิจัย ด้วยขั้นตอนดังต่อไปนี้
 - อธิบายถึงวัตถุประสงค์การวิจัย การนำข้อมูลไปใช้ประโยชน์ ผลตอบแทนที่ผู้เข้าร่วมการวิจัยจะได้รับในแต่ละครั้ง (ที่กำหนดร่วมกับผู้ปกครองคือ ผู้เข้าร่วมวิจัยจะได้รับค่าตอบแทนครั้งละ 100 บาทต่อคน และทางบ้านพักฉุกเฉินจะได้รับ 1,500 บาท เป็นไปตามระเบียบของทางบ้านพักฉุกเฉินที่กำหนดไว้)
 - อธิบายขั้นตอนการดำเนินการวิจัยทั้ง 8 ครั้ง โดยใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย และทบทวนความเข้าใจของผู้เข้าร่วมการวิจัย เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกัน
 - อธิบายถึงสิทธิที่ผู้เข้าร่วมวิจัยมี คือ การสามารถบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยได้ทุกเวลา ทั้งก่อน ระหว่าง และหลังการวิจัยในแต่ละครั้ง และช่องทางการติดต่อต่าง ๆ เพื่อให้คำปรึกษาในกรณีที่ผู้เข้าร่วมวิจัยเกิดภาวะไม่สบายใจ
 - ผู้วิจัยแจกเอกสารรายละเอียดที่ระบุถึงขั้นตอนการดำเนินการวิจัย และรายละเอียดกระบวนการแต่ละครั้งเพื่อให้ผู้เข้าร่วมวิจัยได้อ่านทำความเข้าใจเอกสาร ชักถาม และลงลายมือชื่อด้วยตัวเองโดยสมัครใจ

เกณฑ์การแยกผู้เข้าร่วมการวิจัยออกจากโครงการ (Exclusion criteria)

1. ผู้ที่ไม่สามารถร่วมโครงการวิจัยได้ตลอดโครงการวิจัย

เกณฑ์การให้เลิกจากการศึกษา (Discontinuation Criteria)

1. ผู้ที่มีภาวะแทรกซ้อนรุนแรงที่เป็นอุปสรรคในการทำกิจกรรมระหว่างการเข้าร่วมโปรแกรมฯ เช่น เกิดภาวะ Co-occurring with PTSD เป็นต้น

1.7 ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็น การวิจัยและพัฒนา (research and development) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมเพื่อการฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่ตกเป็นเหยื่อทารุณกรรมทางเพศที่อาศัยอยู่ที่บ้านพักพิง ทางผู้วิจัยได้คัดเลือกพื้นที่ภูมิศาสตร์การวิจัยที่ตรงกับวัตถุประสงค์การวิจัย และเป็นพื้นที่เริ่มต้นในการศึกษาวิจัยและพัฒนาโปรแกรมฯ คือ บ้านพักฉุกเฉินฯ (ดอนเมือง) ผู้วิจัยได้แบ่งขั้นตอนการดำเนินงานวิจัยและพัฒนาเป็น 2 ระยะ คือ ระยะที่ 1 ระยะวิจัย เพื่อออกแบบและพัฒนาโปรแกรมที่เหมาะสมในการฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่ตกเป็นเหยื่อทารุณกรรมทางเพศ ระยะที่ 2 ระยะพัฒนา เพื่อพัฒนาและทดลองใช้โปรแกรมในกลุ่มเป้าหมาย โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

การวิจัยระยะที่ 1 ออกแบบและพัฒนาโปรแกรมที่เหมาะสมในการฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่ตกเป็นเหยื่อทารุณกรรมทางเพศ

การวิจัยในระยะที่ 1 เพื่อพัฒนาโปรแกรมที่เหมาะสมในการฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่ตกเป็นเหยื่อทารุณกรรมทางเพศ มีขั้นตอนในการดำเนินงานวิจัย คือ การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง การพัฒนาโปรแกรม การตรวจสอบคุณภาพและความเหมาะสมของโปรแกรม การปรับปรุงคุณภาพของโปรแกรม การตรวจสอบความเป็นไปได้ของโปรแกรม ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1) การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเด็นดังต่อไปนี้ แนวคิดเกี่ยวกับเด็กและเยาวชนที่ตกเป็นเหยื่อทารุณกรรมทางเพศ (Child Sexual Abuse) ทฤษฎีระบบนิเวศ (Ecological system Theory) ทฤษฎีการบำบัดความคิดและพฤติกรรมสำหรับเด็กที่ได้รับบาดเจ็บทางจิตใจ (Trauma Focused CBT) ทฤษฎีจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อการบำบัด (Positive Psychotherapy) ตลอดจนศึกษาคู่มือคำแนะนำการทำงานร่วมกับเด็กที่รอดชีวิต (Guiding Principles for Working with Child Survivors) และเอกสารอื่นที่เกี่ยวข้อง

2) การพัฒนาโปรแกรมที่เหมาะสมในการฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่ตกเป็นเหยื่อทารุณกรรมทางเพศ

ผู้วิจัยพัฒนาโปรแกรม ประกอบด้วย ความเป็นมาและความสำคัญของโปรแกรม วัตถุประสงค์ของโปรแกรม กรอบแนวคิดของโปรแกรม และกิจกรรมในโปรแกรม โดยมีรายละเอียด ดังนี้

2.1 ความเป็นมาและความสำคัญของโปรแกรม

2.2 วัตถุประสงค์ของโปรแกรม

2.3 กรอบแนวคิดของโปรแกรม

2.4 กิจกรรมในโปรแกรม

3) การตรวจสอบคุณภาพและความเหมาะสมของโปรแกรม

ผู้วิจัยนำโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น เข้าที่ประชุมกลุ่มที่ปรึกษาโครงการ (Expert Meeting) ตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมของเนื้อหาสาระ และพิจารณาความตรงเชิงเนื้อหาของโปรแกรม และนำผลที่ได้มาปรับปรุงคุณภาพของโปรแกรม

4) การปรับปรุงคุณภาพของโปรแกรม

ผู้วิจัยพิจารณาข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิและปรับปรุงโปรแกรมตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ระยะเวลาการดำเนินการวิจัยในระยะที่ 1

ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยตั้งแต่เดือนกรกฎาคม-ตุลาคม 2562 ระยะเวลา 4 เดือน

การวิจัยระยะที่ 2 การทดลองใช้โปรแกรมฯ

การวิจัยส่วนนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อทดลองใช้โปรแกรมที่พัฒนาขึ้น โดยวิธีดำเนินการวิจัยมีดังนี้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

โปรแกรมเพื่อการฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่ตกเป็นเหยื่อทารุณกรรมทางเพศที่อาศัยอยู่ที่บ้านพักฉุกเฉิน

การทดลองใช้โปรแกรม

ผู้วิจัยทดลองใช้โปรแกรม โดยมีการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (pre – posttest) โดยใช้แบบประเมินความเข้มแข็งทางจิตใจ Resilience Scale (RS – 15, 13 – 18 years) ใช้การสังเกตเพื่อประเมินในระหว่างการทดลอง ซึ่งประกอบด้วยการประเมินใน 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 กระบวนการความคิดทัศนคติ อารมณ์ และจิตใจ ในระหว่างที่เข้าร่วมกิจกรรม และส่วนที่ 2 คือ ผลลัพธ์การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ การคิด ที่เกิดขึ้นจากการทำการทดลองโปรแกรมฯ

ระยะเวลาการดำเนินการวิจัยในระยะที่ 2

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน 2562 – มกราคม 2563 ระยะเวลา 3 เดือน

1.8 การพิจารณาประเด็นด้านจริยธรรม

โครงการนี้นำหลักจริยธรรมที่เกี่ยวข้องในการทำงานวิจัยในเด็กดังต่อไปนี้

- ประโยชน์และโทษ: งานวิจัยชิ้นนี้ประกอบไปด้วยโปรแกรมการบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม (CBT) ที่มีจุดประสงค์เพื่อสร้างพลังให้เด็กสามารถฟื้นฟูการเห็นคุณค่าในตนเองได้ การวิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยง
- การป้องกันการแสวงหาผลประโยชน์ การบำบัดและฟื้นฟู และการส่งเสริมการป้องกันการตกเป็นเหยื่อซ้ำ (การป้องกันตติยภูมิ) อย่างไรก็ตาม งานวิจัยชิ้นนี้อาจส่งผลให้เด็กรู้สึกตกเป็นเหยื่อซ้ำ (อาทิ เช่น ความเจ็บปวดทางจิตใจ ความทุกข์ ความวิตกกังวล และการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ) ซึ่งมาจากการถูกถามคำถามที่กระตุ้นความทรงจำเกี่ยวกับการถูกล่วงละเมิดและการแสวงหาประโยชน์ในอดีต ผู้วิจัยจึงไม่ควรถามคำถามที่ไม่จำเป็น ที่เกี่ยวกับความรุนแรง การล่วงละเมิด และการแสวงหาประโยชน์ที่เด็กประสบมาในอดีต นอกจากนี้ การใช้ข้อมูลตติยภูมิควรมีการจัดเก็บและรายงานโดยมีกระบวนการทางจริยธรรมเพื่อเป็นการป้องกันอันตรายที่จะเกิดขึ้นต่อเด็ก
- ความยินยอมและความเห็นชอบ: ผู้วิจัยต้องได้รับความเห็นชอบจากเด็กและได้รับความยินยอมจากผู้ปกครองหรือผู้ดูแลของเด็ก แบบฟอร์มสำหรับการขอความเห็นชอบของเด็กควรเขียนโดยใช้ภาษาที่เหมาะสมกับอายุของเด็ก การให้ความยินยอมและความเห็นชอบสามารถทำได้ก็ต่อเมื่อผู้เข้าร่วมได้รับข้อมูลและมีความเข้าใจเกี่ยวกับงานวิจัย และต้องให้ด้วยความสมัครใจปราศจากการขู่บังคับ และสามารถถอนได้ในทุกขั้นตอนของกระบวนการวิจัย
- ความเป็นส่วนตัวและการรักษาความลับ: ผู้วิจัยจะต้องไม่เปิดเผย ชื่อ ครอบครัว และข้อมูลส่วนตัวของเด็กในรายงาน และการเผยแพร่งานวิจัย ข้อมูลของเด็กทุกอย่างต้องไม่มีการเปิดเผยตัวตนตลอดการวิจัย
- การไม่แบ่งแยก: การเลือกเด็กที่เข้าร่วมการวิจัยต้องทำโดยไม่มีการแบ่งแยก

นอกจากนี้ ก่อนดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติซึ่งมีเด็กเข้าร่วม คณะวิจัยและผู้รับผิดชอบโครงการจะดำเนินการเพื่อให้คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคนของสถาบันที่ได้รับการยอมรับในประเทศไทยหรือใน

ต่างประเทศพิจารณา และจะต้องดำเนินการกระบวนการศึกษาตามคำแนะนำของคณะกรรมการจริยธรรมดังกล่าวเพื่อคุ้มครองศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์และสิทธิของเด็กที่เข้าร่วมการวิจัย

1.9 ระยะเวลา การปฏิบัติงาน

งานวิจัยนี้มีระยะเวลาการดำเนินการ 10 เดือน โดยมีกรอบระยะเวลา ดังนี้

ระยะ	กรอบเวลา	การปฏิบัติงาน	การส่งมอบงาน
ระยะที่ 1	1 เดือน (กรกฎาคม 2562)	การจัดประชุมกลุ่มผู้เชี่ยวชาญ เพื่อกำหนด ขอบเขตงานวิจัย	ขอบเขตงานวิจัย
ระยะที่ 2	3 เดือน (สิงหาคม-ตุลาคม 2562)	- การวิจัยทฤษฎี - การออกแบบกิจกรรมและเครื่องมือ CBT - การออกแบบคำถามและจัดการประชุม สำหรับการอภิปรายระหว่างกลุ่ม ผู้เชี่ยวชาญ - การออกแบบแบบประเมิน	ภายใน 20 ตุลาคม 2562 - การอภิปรายระหว่างกลุ่ม ผู้เชี่ยวชาญ - วางแผนกิจกรรมCBT - รายละเอียดงานวิจัยพร้อมส่ง ขอการรับรองจริยธรรมการ วิจัยในคน
ระยะที่ 3	4 เดือน (พฤศจิกายน2562 – กุมภาพันธ์ 2563)	- การทดลองใช้โปรแกรมฯในพื้นที่ ภูมิศาสตร์การวิจัย (กิจกรรมGB-CBT)	ภายใน 28 กุมภาพันธ์ 2563 - ร่างรายงานการวิจัย
ระยะที่ 4	2 เดือน (มีนาคม – เมษายน 2563)	- การรวมรูปเล่มรายงานการวิจัยโดยใช้ เค้าโครงที่ระบุไว้ในส่วนที่ 8 - การจัดประชุมกลุ่มผู้เชี่ยวชาญเพื่อ ตรวจสอบรูปเล่มรายงานฉบับสมบูรณ์	ภายใน 30 เมษายน 2563 - การอภิปรายระหว่างกลุ่ม ผู้เชี่ยวชาญ - ร่างรายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์

1.10 รายนามคณะผู้วิจัย และที่ปรึกษา

- | | | |
|--------------------|--------------|--------------|
| 1. ดร. ภัทรศิริ | วิรุทมวงศ์ | ที่ปรึกษา |
| 2. นายอรุณฉัตร | ศุรุวานิชย์ | ผู้วิจัยหลัก |
| 3. นางสาวกัญจน์ณัฐ | แซ่อึ้ง | ผู้วิจัย |
| 4. นายจิรวุฒิ | พงษ์โสภณ | ผู้วิจัย |
| 5. นางสาวเมวดี | วาลมุลตรี | ผู้วิจัย |
| 6. นางสาววิภาพร | อุ้นเจริญกุล | ผู้วิจัย |

บทที่ 2 กรอบแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ปัจจุบันนอกเหนือจาก “แผนการปฏิบัติการสำหรับการป้องกันการขายเด็ก การค้าประเวณีเด็ก และสื่อลามกที่เกี่ยวกับเด็ก และแผนการปฏิบัติการสำหรับการกำจัดแสวงหาผลประโยชน์จากแรงงานเด็ก” และรายงานของผู้เสนอรายงานพิเศษ การขายเด็ก การค้าประเวณีเด็ก และสื่อลามกที่เกี่ยวกับเด็กของสหประชาชาติ “กลยุทธ์การป้องกันที่มีประสิทธิภาพสำหรับการต่อสู้กับการขายเด็ก และการแสวงหาผลประโยชน์ทางเพศจากเด็ก” ยังมีนโยบายระหว่างประเทศสนับสนุนการป้องกันความรุนแรงต่อเด็ก การขายเด็ก การล่วงละเมิดทางเพศและการแสวงหาผลประโยชน์ทางเพศจากเด็ก ซึ่งไม่ได้จำกัดเพียงอนุสัญญาสหประชาชาติว่าด้วยสิทธิเด็ก พิธีสารเลือกรับของอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก เรื่อง การขายเด็ก การค้าประเวณีเด็ก และสื่อลามกที่เกี่ยวกับเด็ก the WHO INSPIRE Strategies ยุทธศาสตร์ต้นแบบและมาตรการทางปฏิบัติของสหประชาชาติว่าด้วยการยุติความรุนแรงต่อเด็กในกระบวนการยุติธรรม และ We Protect พิธีสารเลือกรับของอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็กเรื่อง การขายเด็ก การค้าประเวณีเด็ก และสื่อลามกที่เกี่ยวกับเด็ก กำหนดไว้ว่า เหยื่อการล่วงละเมิดทางเพศ และการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก มีศักดิ์ศรี มีสิทธิ์ที่จะได้รับการฟื้นฟูทางร่างกายและจิตใจอย่างสมบูรณ์ และการมีส่วนร่วมในโครงการป้องกัน

2.1 กรอบแนวคิดที่เกี่ยวข้อง

จากการทบทวนวรรณกรรม กรอบแนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบแนวคิดและแนวทางในการฟื้นฟูเด็กที่ได้รับผลกระทบจากการถูกรังแกทางเพศ สามารถแบ่งออกได้เป็น 3 กลุ่มแนวคิดหลักดังต่อไปนี้

กลุ่มแนวคิดที่ 1 กลุ่มแนวคิดที่ใช้ทฤษฎีทางด้านจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic Theory)

ผู้นำกลุ่มคือ Sigmund Freud จิตแพทย์ชาวเวียนนา พื้นฐานแนวคิดนี้มาจากความสนใจเกี่ยวกับจิตใต้สำนึกและเชื่อว่าแรงขับทางเพศมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของมนุษย์มาก โดยเป้าหมายทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบจิตวิเคราะห์คือ ดึงแรงจูงใจในระดับจิตไร้สำนึกมาสู่ระดับจิตสำนึก ลดความวิตกกังวลของผู้ป่วยลงเพื่อใช้ระบบเหตุผลในการพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ตามข้อเท็จจริงมากขึ้น ลดการใช้กลไกป้องกันตัวเอง ช่วยให้ผู้ป่วยสามารถพึ่งพาตัวเองได้มากขึ้น รับผิดชอบและแก้ไขปัญหาได้ด้วยตัวเอง ไม่ต้องพึ่งพาคนอื่น เข้าใจตัวเอง เข้าใจปัญหา ยอมรับและสามารถมีสุขภาพจิตที่ดี มีมนุษยสัมพันธ์ดี และมีความสุข ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมได้มีผู้ใช้แนวคิดแบบจิตวิเคราะห์เป็นพื้นฐานของกรอบแนวคิดไว้ดังนี้

กรอบแนวคิดภาวะวิกฤตทางจิตใจของ อะกิเลรา (Aguilera, 1994) มีองค์ประกอบสำคัญ 3 ประการประกอบไปด้วย

1. มีการรับรู้เหตุการณ์ (perception of the event) คือ การรับรู้เหตุการณ์อย่างถูกต้องเหมาะสมตามความเป็นจริง มีความตระหนักถึงความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นและความรู้สึกตึงเครียด หากมีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมจะสามารถลดความตึงเครียดได้และช่วยส่งเสริมให้สามารถแก้ปัญหาจากสถานการณ์ตึงเครียดได้สำเร็จ แต่หากมีการรับรู้สถานการณ์ที่บิดเบือนไม่ตรงตามความเป็นจริง ไม่ตระหนักถึงความสัมพันธ์ระหว่างเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นและความรู้สึกตึงเครียดจะทำให้การแก้ปัญหาไม่มีประสิทธิภาพและไม่สามารถลดความเครียดที่เกิดขึ้นได้
2. แหล่งสนับสนุน (situational supports) คือบุคคลหรือสิ่งที่คุณคนสามารถนำมาใช้ประโยชน์จากสิ่งที่มีอยู่ในสังคมหรือสิ่งแวดล้อมที่มีอยู่ ซึ่งมีส่วนช่วยในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ โดยการมีแหล่งสนับสนุนที่เพียงพอจะมีส่วนสำคัญต่อความสามารถในการเผชิญปัญหาจากสิ่งกระตุ้นความเครียดที่มีหลากหลายได้ แต่หากบุคคลเกิดการแยกตัวจากสังคม จากการขาดแหล่งสนับสนุนที่เพียงพอจะทำให้บุคคลอ่อนแอ ถูกกระทบได้ง่ายจากสิ่งกระตุ้นความเครียด ประกอบกับการขาดแหล่งสนับสนุนที่เพียงพอก็จะทำให้บุคคลมีโอกาเข้าสู่ภาวะวิกฤตทางจิตใจได้
3. การเผชิญปัญหา (coping mechanisms) วิธีการต่างๆ ในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นเพื่อลดความวิตกกังวลและความเครียด ซึ่งเกิดจากกระบวนการเรียนรู้ในการดำเนินชีวิต และจะมีการพัฒนารูปแบบการเผชิญปัญหาตามแบบแผนการดำเนินชีวิต ประสบการณ์ในการเผชิญปัญหาหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดของแต่ละบุคคล โดยหากบุคคลมีการเผชิญปัญหาในระดับที่สูงขึ้น สามารถปรับตัวและเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม ซึ่งจะเป็นปัจจัยสำคัญในการรักษาสมดุลทางจิตใจและเป็นการป้องกันการเกิดภาวะวิกฤตทางจิตใจ

กรอบแนวคิดกระบวนการกลุ่มของมาร์ราม (Marram, 1978) ซึ่งมีรูปแบบที่มีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันของสมาชิกในกลุ่ม มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ข้อมูล และประสบการณ์ซึ่งกันและกัน เพื่อนำไปสู่การแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม ประกอบด้วย 3 ระยะ คือ

1. ระยะสร้างสัมพันธภาพ เป็นระยะที่ผู้วิจัยจะสร้างสัมพันธภาพที่ดีให้เกิดขึ้นกับกลุ่มตัวอย่างและระหว่างกลุ่มตัวอย่างด้วยกัน เพื่อให้เกิดความไว้วางใจ รู้สึกมั่นคงปลอดภัย เกิดความคุ้นเคยมากขึ้น ทำให้สามารถแสดงความคิดเห็นและแลกเปลี่ยนข้อมูลได้อย่างอิสระ
2. ระยะดำเนินการ ผู้วิจัยเป็นผู้ให้ความรู้ ส่งเสริม และกระตุ้นให้มีการเปลี่ยนความคิดเห็นความรู้สึกอย่างแท้จริง ทั้งการประเมินการรับรู้ต่อเหตุการณ์ การวิเคราะห์ปัญหาและแหล่งสนับสนุนทางสังคมที่มีส่วนช่วยเหลือ รวมทั้งส่งเสริมให้เกิดการใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่เหมาะสมซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาตนเองในการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสม

3. ระยะสิ้นสุดของการทำกลุ่ม เป็นระยะที่ให้กลุ่มตัวอย่างสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ร่วมกับผู้วิจัย และสรุปผลของการทำกิจกรรม

กรอบแนวคิดศิลปะบำบัดของ บลูค (Brooke, 1995) กล่าวว่าศิลปะบำบัดหมายถึง กระบวนการช่วยเหลือโดยการสื่อสารผ่านการใช้เส้น สี ชีต และลายเส้น ในการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะเกี่ยวกับความรู้สึกของตนเองทำให้บุคคลกล้าที่จะเผชิญกับเหตุการณ์นั้น และสร้างรูปแบบความรู้สึกใหม่ขึ้นมาทำให้บุคคลสามารถควบคุมตนเอง เสริมสร้างพลังอำนาจภายใน และการกล้าแสดงออก เป็นการเสริมทางบวกในการยอมรับและรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง โดยได้กำหนดขั้นตอนไว้ดังนี้

- | | |
|--------------------------------|--------------------------------------|
| ขั้นตอนที่ 1 การแนะนำตนเอง | ขั้นตอนที่ 5 การปลดปล่อยสิ่งที่ไม่ดี |
| ขั้นตอนที่ 2 การฉายภาพตนเอง | ขั้นตอนที่ 6 การวาดในสิ่งที่ปรารถนา |
| ขั้นตอนที่ 3 การฉายภาพครอบครัว | ขั้นตอนที่ 7 การเรียนรู้อย่างอิสระ |
| ขั้นตอนที่ 4 การวาดฝัน | ขั้นตอนที่ 8 บทส่งท้าย |

กลุ่มแนวคิดที่ 2 กลุ่มแนวคิดที่ใช้ทฤษฎีทางด้านสังคมและปัญญา (Social – Cognitive Theory)

ทฤษฎีปัญญาสังคมเน้นหลักการเรียนรู้โดยการสังเกต (Observational Learning) เกิดจากการที่บุคคลสังเกตการกระทำของผู้อื่นแล้วพยายามเลียนแบบพฤติกรรมนั้น ซึ่งเป็นการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นในสภาพแวดล้อมทางสังคมเราสามารถพบได้ในชีวิตประจำวัน จากการทบทวนวรรณกรรมได้มีผู้ใช้แนวคิดทฤษฎีปัญญาสังคมเป็นพื้นฐานของกรอบแนวคิดไว้ดังนี้

กรอบแนวคิดเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง ของ Bandura โดยอาศัยแหล่งข้อมูล 4 แหล่งที่สำคัญประกอบไปด้วย

1. การใช้คำพูดชักจูง (Verbal persuasion) คือ การที่ผู้อื่นซึ่งมีความสำคัญหรือเป็นที่เคารพนับถือของบุคคลนั้นได้แสดงออกโดยพูดว่า เขามีความเชื่อในความสามารถของบุคคลนั้นว่าจะสามารถกระทำกิจกรรมที่กำหนดได้ โดยการพูดชักจูงให้บุคคลเชื่อในความสามารถของตนเองยอมทำให้บุคคลนั้นเลิกสงสัยในตนเอง แต่เกิดกำลังใจและความพยายามมากขึ้นที่จะกระทำให้สำเร็จ
2. การได้เห็นแบบหรือประสบการณ์ของผู้อื่น (Vicarious experience) เป็นการได้เห็นตัวแบบหรือประสบการณ์ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับตนที่แบ่งเป็น 2 ประเภทคือ ตัวแบบที่เป็นบุคคลจริง และตัวแบบสัญลักษณ์ (ตัวแบบที่เสนอผ่านสื่อต่างๆ) ซึ่ง Bandura กล่าวว่า การที่บุคคลจะเกิดการเรียนรู้จากการสังเกตผ่านตัวแบบ ประกอบด้วย 4 กระบวนการคือ กระบวนการตั้งใจ กระบวนการเก็บจำ กระบวนการกระทำ และกระบวนการจูงใจ

3. ประสบการณ์ที่กระทำสำเร็จด้วยตนเอง (Enactive mastery experience) การกระทำกิจกรรมจนเกิดความสำเร็จจะช่วยส่งผลให้บุคคลที่มีความสามารถรับรู้ความสามารถของตนเองสูง โดยเชื่อว่าถ้าหากให้การกระทำกิจกรรมนั้นอีก หรือกระทำกิจกรรมที่มีลักษณะที่คล้ายคลึงกันจะกระทำกิจกรรมนั้นได้สำเร็จเช่นเคย ความสำเร็จหลายๆครั้งจะช่วยสร้างความเชื่ออย่างแรงกล้าในความสามารถของตนเอง แต่ความล้มเหลวซ้ำแล้วซ้ำเล่าจะบั่นทอนความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ถ้าบุคคลได้สร้างความเชื่อมั่นของตนเองขึ้นมาแล้วมักจะมีความพยายามในการทำกิจกรรมที่กำหนดถึงแม้จะต้องเผชิญกับอุปสรรคต่างๆก็ไม่ย่อท้อง่าย ประสบการณ์การได้รับความสำเร็จมาก่อนเป็นแหล่งที่มาที่สำคัญและมีอิทธิพลมากที่สุดในการสร้างการรับรู้ความสามารถของตนเอง
4. การกระตุ้นทางอารมณ์และร่างกาย (Emotional and Physiological arousal) เป็นการใช้สภาวะทางร่างกายและอารมณ์เพื่อตัดสินความสามารถของบุคคล ถ้าประเมินว่าความเครียด ความเหนื่อยล้าของตนเองเป็นสิ่งบั่นทอนการแสดงพฤติกรรมของตนเองให้น้อยลงจะมีผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำลง ในทางกลับกันการกระตุ้นทางบวกจะทำให้การรับรู้ความสามารถของตนเองดีขึ้น

กรอบแนวคิดการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลของเพปเปลาว (Peplau, 1953) สัมพันธภาพเพื่อการบำบัดในเด็กที่ถูกกระทำรุนแรง พัฒนามาจากแนวคิดของเพปเปลาว โดย อัจรา ฐิตวัฒนากุล (2558) สัมพันธภาพเพื่อการบำบัดในเด็กหญิงที่ถูกกระทำรุนแรงมีจุดประสงค์เพื่อให้เด็กมีการพัฒนาทางด้านจิตใจ อารมณ์ความรู้สึก ยอมรับและรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ซึ่งจะสามารถปรับตัวใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยอาศัยประสบการณ์และการเรียนรู้ที่พยาบาลจิตเวชเป็นผู้ดูแล ทั้งนี้พยาบาลจะใช้ตนเองเป็นทั้งเครื่องมือและการบำบัด ยังผลให้เด็กที่ถูกกระทำรุนแรงเกิดการเปลี่ยนแปลงทางความคิด ความรู้สึก พฤติกรรมกลับสู่ความเป็นจริง ซึ่งสัมพันธภาพในลักษณะนี้เรียกว่า “สัมพันธภาพระหว่างบุคคลเพื่อการบำบัดทางจิต” (therapeutic nurse-patient relationship in psychiatric care) หรือสัมพันธภาพเพื่อการช่วยเหลือ (helping relationship) และเป้าหมายของสัมพันธภาพเพื่อการบำบัดทางจิต คือ ความสามารถในการพัฒนาเด็กหญิงในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. ความสามารถในการทำความเข้าใจ เพื่อยอมรับและนับถือตนเอง
2. ความสามารถในการเข้าใจและยอมรับอัตมโนทัศน์แห่งตนตามความเป็นจริง

3. มีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาความสามารถในการดูแลช่วยเหลือตนเอง การพึ่งพาตนเอง เป็นตัวของตัวเอง การสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล สามารถที่จะให้ความรักและรับความรัก ความไว้วางใจจากผู้อื่นได้
4. ความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวัน สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองให้สำเร็จในขอบเขตความเป็นจริงและเป็นปัจจุบัน มีการติดต่อสื่อสารที่ดีกับบุคคลอื่น ได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น ผู้ที่ใช้สัมพันธภาพระหว่างบุคคลเพื่อการบำบัดทางจิต ต้องมีความเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์และเข้าใจในพฤติกรรมกรรมการแสดงออกของเด็กหญิงแต่ละบุคคล

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับทักษะชีวิต (Life Skills) ขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization; WHO) เป็นทักษะที่นำมาใช้เพิ่มขีดความสามารถเชิงจิตวิทยาสังคม (Psychosocial competence) ที่จะช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญต่อสถานการณ์ต่างๆ และความท้าทายในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ ช่วยส่งเสริมให้บุคคลมีสภาวะสุขภาพจิตที่ดี รวมทั้งสามารถปรับตัวและมีพฤติกรรมในทางที่ถูกต้องในขณะที่มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นไม่ว่าจะอยู่ในวัฒนธรรมหรือสิ่งแวดล้อม ในด้านสุขภาพอาจกล่าวได้ว่าทักษะชีวิตมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม โดยมีองค์ประกอบของทักษะชีวิตมี 10 องค์ประกอบ แบ่งออกเป็น 3 ด้าน ดังต่อไปนี้

1. องค์ประกอบทักษะชีวิตด้านพุทธิพิสัย (ทักษะด้านความคิด) หมายถึง การรู้จักใช้เหตุและผล โดยรู้สาเหตุของสิ่งที่เกิดขึ้น ผลย่อมมาจากเหตุ เมื่ออยากได้ผลของการกระทำออกมาดี เป็นที่พึงประสงค์แก่ทั้งตนเองและส่วนรวมก็ควรคิดกระทำ เหตุที่จะทำให้เกิดผลที่ดี เพื่อจุดประสงค์ที่จะพัฒนาชีวิตให้มีความเจริญก้าวหน้าสามารถอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุขในสังคมของมนุษย์
 - ทักษะการคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking) เป็นความสามารถในการคิดที่จะเป็นส่วนช่วยในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาโดยการคิดสร้างสรรค์เพื่อค้นหาทางเลือกต่างๆ รวมทั้งผลที่จะเกิดขึ้นในแต่ละทางเลือก และสามารถนำประสบการณ์มาปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม
 - ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical thinking) เป็นความสามารถในการคิดวิเคราะห์ข้อมูลต่างๆ และประเมินปัญหา หรือสถานการณ์ที่อยู่รอบตัวเราที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต
2. องค์ประกอบทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย หรือเจตคติ (ทักษะด้านจิตใจหมายถึงการฝึกฝน ควบคุมนึกคิดให้อยู่ในสภาพที่มั่นคงใสสะอาดในความดีงาม ประกอบด้วยคุณธรรมต่างๆ เช่น ความรัก ความมีเมตตา กรุณา ความเป็นมิตร ความมีน้ำใจ ความมีสัมมาคารวะ ความรู้จักยอมรับและเห็นความสำคัญของผู้อื่น ความกตัญญู ความเพียรพยายาม ความซื่อสัตย์สุจริต

- ทักษะการตระหนักรู้ในตน (Self – awareness) เป็นความสามารถในการค้นหา รู้จัก และเข้าใจตนเอง เช่น รู้ข้อดีข้อเสียของตนเอง รู้ความต้องการ และสิ่งที่ไม่ต้องการของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เรา รู้ตัวเองเวลาเผชิญกับความเครียดหรือสถานการณ์ต่างๆ และทักษะนี้ยังเป็นพื้นฐานของการพัฒนา ทักษะอื่นๆ เช่น การสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพ การตัดสินใจ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
- ทักษะการเข้าใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความเหมือนหรือความแตกต่างระหว่างบุคคล ในด้านความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ความเชื่อ สติวิ อาชีพ ฯลฯ ช่วยให้สามารถยอมรับบุคคลอื่นที่ต่างจากเรา เกิดการช่วยเหลือบุคคลอื่นที่ด้อยกว่า หรือ ได้รับความเดือดร้อน เช่น ผู้ติดยาเสพติด ผู้ติดเชื่อเอดส์

3. องค์ประกอบทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัย หรือทักษะสังคม (ทักษะด้านสังคม) หมายถึงการฝึกฝนตนเองให้มี ทักษะด้านวินัยให้ตนเอง เพื่อควบคุมพฤติกรรมของตนเองให้เหมาะสม ไม่เบียดเบียน ไม่สร้างความรำคาญ ไม่ สร้างความเดือดร้อน ไม่สร้างความลำบากให้แก่ตนเองและสังคม สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี เป็น ประโยชน์ต่อสังคม เน้นความสุจริตทางกายและวาจา

- ทักษะการตัดสินใจ (Decision making) เป็นความสามารถในการตัดสินใจเกี่ยวกับ เรื่องราวต่างๆ ในชีวิตได้อย่างมีระบบ เช่น ถ้าบุคคลสามารถตัดสินใจเกี่ยวกับการกระทำของตนเองที่เกี่ยวกับ พฤติกรรมด้านสุขภาพ หรือความปลอดภัยในชีวิตโดยประเมินทางเลือกและผลที่ได้จากการตัดสินใจ เลือกทางที่ถูกต้องเหมาะสมก็จะมีผลต่อสุขภาพที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจ
- ทักษะการแก้ปัญหา (Problem Solving) เป็นความสามารถในการจัดการกับปัญหา ที่เกิดขึ้นได้ อย่างมีระบบ ไม่เกิดความตึงเครียดทางกายและจิตใจ จนอาจลุกลามเป็นปัญหาใหญ่โตเกินแก้ไข
- ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective communication) เป็นความสามารถในการใช้ คำพูดละท่าทางเพื่อแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับวัฒนธรรมและ สถานการณ์ต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการแสดงความคิดเห็น การแสดงความต้องการ การแสดงความชื่นชม การขอร้อง การเจรจาต่อรอง การตักเตือน การช่วยเหลือ การปฏิเสธ ฯลฯ
- ทักษะการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal relationship) เป็นความสามารถใน การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันและกัน และสามารถรักษาสัมพันธภาพไว้ได้ยืนยาว
- ทักษะการจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotion) เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์ของ ตนเองและผู้อื่น รู้ว่าอารมณ์มีผลต่อการแสดงพฤติกรรมอย่างไร รู้วิธีการจัดการกับอารมณ์โกรธ และ ความเศร้าโศก ที่ส่งผลทางลบต่อร่างกายและจิตใจได้อย่างเหมาะสม
- ทักษะการจัดการกับความเครียด (Coping with stress) เป็นความสามารถในการรับรู้ถึงสาเหตุของ ความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายความเครียด และแนวทางในการควบคุมระดับความเครียด เพื่อให้เกิด

การเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสมและไม่เกิดปัญหาด้านสุขภาพ

กลุ่มแนวคิดที่ 3 กลุ่มแนวคิดด้านจิตบำบัดความคิดและพฤติกรรม (Cognitive Behavioural Therapy)

แนวคิดทางด้านจิตบำบัดความคิดและพฤติกรรมเป้าหมายการรักษา คือ การปรับเปลี่ยนความคิด (cognitive restructuring) โดยการเปลี่ยนแปลงความเชื่อเฉพาะตัว (idiosyncratic beliefs) และกรอบความคิด (cognitive schema) ในการรับรู้โลก ประสบการณ์ชีวิต และการคาดการณ์ในอนาคต ผู้เข้ารับการบำบัดจะมีบทบาทมาก และผู้รักษามีหน้าที่ช่วยผู้ป่วยให้มองเห็นปัญหาในปัจจุบัน ให้ลำดับความสำคัญที่ถูกต้องกับปัญหา ให้ผู้เข้ารับการบำบัดมองเห็นปัญหาในปัจจุบัน ให้ลำดับความสำคัญที่ถูกต้องกับปัญหามองเห็นความคิดที่ผิดเพี้ยนไปจากความจริง (cognitive distortion) ของตนโดยการใช้การตั้งคำถามให้ผู้เข้ารับการบำบัดเรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลง cognition ของตน ฝึกทักษะที่สำคัญและการให้ที่บ้านเพื่อให้ได้ทดสอบสิ่งที่ตนได้เรียนรู้ในแต่ละครั้งของการรักษา และ cognitive distortion ของตน ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมมีผู้ใช้แนวคิดทางด้านจิตบำบัดความคิดและพฤติกรรมเป็นพื้นฐานแนวคิดดังนี้

กรอบแนวคิดการสร้างโปรแกรมการช่วยเหลือทางจิตใจแก่เด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศที่ Swenson (1998) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของการรักษาทางจิตใจแก่เด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศไว้ดังนี้

1. การบำบัดเชิงรู้คิด – พฤติกรรม มีประสิทธิภาพรักษาอาการอารมณ์แปรปรวน และความวิตกกังวล โดยใช้วิธีการสำรวจประสบการณ์ที่ก่อให้เกิดความกลัวและความเครียด 3 ด้านคือ ความคิด ความรู้สึก และการกระทำ
2. Psychoeducation มีเป้าหมายให้เด็กรู้สึกภายหลังประสบการณ์ถูกล่วงละเมิดทางเพศของเขาเป็นสิ่งที่ปกติโดยสนทนาลงถึงความเชื่อ ความคิดเห็นที่เด็กมีต่อประสบการณ์และให้ความรู้ถึงความเชื่ออื่น ๆ ใกล้เคียงกับเด็กคนอื่น ๆ อย่างไร
3. การจัดการกับความวิตกกังวลก่อนจะให้เด็กเปิดเผยประสบการณ์ ต้องสอนทักษะการจัดการกับความเครียดและความกลัว
4. การผ่านกระบวนการเปิดเผย เพื่อทำลายความเชื่อมโยงระหว่างความกังวล และสื่อชักนำที่เตือนให้นึกถึงการละเมิด โดยให้เด็กพูดสรุปถึงสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดตั้งแต่น้อยไปมาก
5. การบำบัดเชิงรู้คิด ใช้เพื่อทำลายความเชื่อที่ผิดของเด็ก
6. การให้ความรู้เรื่องการล่วงละเมิดทางเพศและการป้องกัน
7. การทำให้กระจ่าง ขั้นตอนนี้จะเกี่ยวข้องกับการรับผิดชอบต่อการล่วงละเมิดที่เกิดขึ้น

และ Karp และ Butler (1996) ได้ใช้กิจกรรม เช่น การวาดภาพ การอ่านเรื่องเล่า การเขียนเรียงความ และการตั้งคำถามกระตุ้นให้คิดทำกิจกรรมในการแก้ไขประสบการณ์การล่วงละเมิดทางเพศ โดยมีเป้าหมาย

ให้เด็กเปลี่ยนจากการตกเป็นเหยื่อ เป็นผู้มีสุขภาพจิตดีขึ้นและผ่านประสบการณ์นั้นมาได้ ในกิจกรรมได้ผสมแนวคิด Self – psychology เพื่อให้ผู้บำบัดแสดงความเห็นอกเห็นใจอย่างสม่ำเสมอซึ่งมีความสำคัญต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง แบ่งเป็น 4 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับเด็ก

ขั้นตอนที่ 2 สสำรวจบาดแผลและแง่มุมต่างๆที่เกี่ยวกับการล่วงละเมิดทางเพศ

ขั้นตอนที่ 3 แก้ไขความรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง

ขั้นตอนที่ 4 การมุ่งสู่ออนาคต

วิธีการบำบัดที่ได้รับความสนใจและนำมาใช้กันอย่างแพร่หลายอย่างมากในกลุ่มเด็กที่ถูกทารุณกรรมทางเพศและกลุ่มที่ได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจ (Trauma) ภายใต้วงแนวคิดนี้ คือ วิธีจิตบำบัดความคิดและพฤติกรรมสำหรับบุคคลที่ได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจ (Trauma – Focused CBT) ซึ่งการบำบัดในรูปแบบนี้อ้างอิงมาจากการค้นพบทางงานวิจัยและเหมาะสมกับเด็กที่เป็นเหยื่อของการล่วงละเมิดทางเพศและการแสวงหาประโยชน์ทางเพศ การบำบัดรักษานี้มาจากแนวคิดทฤษฎีและวิธีการที่หลากหลาย เช่น แนวคิด cognitive therapy ซึ่งมีเป้าหมายในการเปลี่ยนพฤติกรรม โดยการจัดการกับความคิด หรือการรับรู้ของบุคคล โดยเฉพาะในกลุ่มผู้ที่มีระบบความคิดที่บิดเบือนไปจากความเป็นจริงหรือมีมุมมองที่ไม่เกิดประโยชน์ แนวคิด behavioural therapy ให้ความสำคัญกับการปรับการตอบสนองที่เกิดขึ้นเป็นนิสัย (เช่น ความโกรธ ความกลัว) เมื่อพบเจอกับสถานการณ์หรือสิ่งเร้าที่ไม่เป็นอันตราย แนวคิด family therapy ซึ่งวิเคราะห์แบบแผนการมีปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว เพื่อระบุและบรรเทาปัญหา แนวคิด attachment theory ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของความผูกพันทางอารมณ์ระหว่างเด็กและผู้ปกครอง และแนวคิด developmental neurobiology ทำให้เห็นถึงการพัฒนาของสมองในวัยเด็ก โดยมีตัวอย่างกรอบแนวคิดและกระบวนการบำบัดที่น่าสนใจดังต่อไปนี้

ก. กรอบแนวคิด Cognitive Behavioural Therapy for Childhood Traumatic Grief ที่พัฒนาโดย Cohen และคณะ (2001) ได้แบ่งการบำบัดออกเป็น 16 sessions ดังต่อไปนี้

Session	รายละเอียด
1	บทนำเกี่ยวกับโปรแกรม การให้ความรู้ทางจิตวิทยา การอธิบายถึงความรู้สึก ทักษะการปรับอารมณ์
2	ทักษะการผ่อนคลาย/ การปลอบใจตนเอง (ช่วงของผู้ปกครอง: ทักษะการจัดการของผู้ปกครอง)
3	ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจในความสัมพันธ์ของความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
4	ทบทวนทักษะการเผชิญปัญหา ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับเหตุผลในการเล่าเรื่องการบาดเจ็บทางจิตใจ

Session	รายละเอียด
5 – 7	การเล่าเรื่องการบาดเจ็บทางจิตใจของเด็กเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับความตาย การประมวลผลทางปัญญา (ช่วงเวลาของผู้ปกครอง: การอ่านเรื่องเล่าของเด็กถึงผู้ปกครอง)
7 – 8	ผู้ปกครองร่วมกับเด็ก เด็กแบ่งปันเรื่องราวการบาดเจ็บทางจิตใจกับผู้ปกครอง การระบุ และการเตรียมความพร้อมสำหรับการระลึกถึงการบาดเจ็บในอนาคต
9	การแนะนำเกี่ยวกับการให้และการสูญเสีย การให้ความรู้ทางจิตวิทยาเกี่ยวกับปฏิกิริยาความเศร้าโศก
10	การรับรู้ และการตั้งชื่อสิ่งที่ได้สูญเสียไป
11 – 12	ปัญหาที่ไม่ได้รับการแก้ไข และความรู้สึกสับสนเกี่ยวกับผู้เสียชีวิต
13	การสร้างความทรงจำในเชิงบวกของผู้เสียชีวิต การทำให้ระลึกถึง
14	แนะนำเกี่ยวกับความสัมพันธ์ใหม่ๆ และต่อเนื่อง การให้ความหมายของการสูญเสียในการบาดเจ็บทางจิตใจ
15 – 16	ผู้ปกครองร่วมกับเด็ก แบ่งปันเรื่องราวเกี่ยวกับความทรงจำในเชิงบวก วงจรของชีวิต การทำนาย การเตรียมพร้อม การอนุญาตให้สิทธิ์ในการสูญเสียการระลึกถึงในอนาคต และอาการเศร้าโศก การยุติการบำบัด

กรอบแนวคิด Multidimensional Treatment Foster Care พัฒนามาจาก TF – CBT ของ Cohen และคณะ (2006) โดย Dana K. Smith และคณะ (2012) ได้แบ่งการบำบัดออกเป็น 30 sessions ดังต่อไปนี้

Session	รายละเอียด
1	การแนะนำบทบาทของนักบำบัด และแผนทั่วไป การเปลี่ยนชีวิตและพลังของเป้าหมายและภาพรวม
2 – 3	การกำหนดเป้าหมายและการทำข้อตกลง การฝึกปฏิบัติที่บ้านในการให้กำลังใจผู้ปกครองในการตั้งเป้าหมาย
4	ให้ความรู้ทางจิตวิทยาเกี่ยวกับการบาดเจ็บทางจิตใจ ความเครียดที่มีทั้งทางร่างกายและจิตใจ ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับทักษะการควบคุมอารมณ์ การฝึกปฏิบัติที่บ้านในการใส่ใจกับสถานะของอารมณ์
5 – 7	การใช้เทคนิคการควบคุมอารมณ์อย่างมีประสิทธิภาพ การแสดงบทบาทสมมุติในสถานการณ์การฝึกปฏิบัติเพื่อประยุกต์ใช้ทักษะ การปฏิบัติที่บ้านในการติดตามการใช้ทักษะการควบคุมอารมณ์
8 – 9	การทำความเข้าใจ และการควบคุมอารมณ์
10	การพัฒนาความสัมพันธ์เชิงบวก ทักษะเพื่อการสื่อสารที่ชัดเจน การรักษาการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ การตอบสนองต่อการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การฝึกปฏิบัติและการใช้ทักษะเพื่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
11	ทบทวนความสัมพันธ์ระหว่างการบาดเจ็บทางจิตใจ ความเครียด และการควบคุมอารมณ์ ฝึกทักษะในการควบคุมอารมณ์ที่มีประสิทธิภาพเพื่อรักษาสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างบุคคล
12	ให้ความรู้เกี่ยวกับพัฒนาการทางเพศ (การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและอารมณ์พื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับวัยแรกรุ่น วิธีการป้องกันที่มีประสิทธิภาพในการตั้งครรรภ์ & โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์)
13	เพศและความปลอดภัย ให้ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับแนวคิดเรื่องการบิบบังคับทางเพศและความเชื่อผิด ๆ เกี่ยวกับความสัมพันธ์ทางเพศ แนะนำกลยุทธ์ที่มีประสิทธิภาพสำหรับความปลอดภัยในสถานการณ์บิบบังคับทางเพศ การสื่อสารเกี่ยวกับเรื่องเพศ การขอความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่
14 – 15	ทักษะการตัดสินใจ ฝึกทักษะการตัดสินใจเชิงบวกด้วยบทบาทการเล่น

Session	รายละเอียด
16 – 17	การใช้สารเสพติด และทักษะการปฏิเสธ ให้ความรู้เรื่องสารเสพติด ฝึกทักษะการปฏิเสธที่มีประสิทธิภาพ
18	ข้อตกลง: มุมมองที่แตกต่าง ทบทวนและแก้ไขเป้าหมายและข้อตกลงที่เฉพาะเจาะจง
19	ทบทวนและรวมเนื้อหาของแต่ละครั้ง การปฏิบัติที่บ้าน การฝึกฝนทักษะการปฏิเสธ
20 – 22	การฝึกทักษะจากการจำลองสถานการณ์ การใช้ทักษะเผชิญปัญหากับประสบการณ์การบาดเจ็บที่เฉพาะเจาะจง การปฏิบัติที่บ้าน ฝึกฝนและทักษะการเผชิญปัญหา
23 – 25	การฝึกอบรมทักษะการศึกษา การป้องกัน (ฝึกการแก้ปัญหา การใช้กลยุทธ์ตัดสินใจ ทักษะความปลอดภัย)
26 – 29	การเปิดรับที่ละนิด & การประมวลผลที่ละน้อย (การประมวลผลประสบการณ์การบาดเจ็บ ฝึกทักษะการเผชิญปัญหาและการแก้ปัญหา)
30	พิธีเฉลิมฉลอง: การติดตามในอนาคต (มุ่งเน้นไปที่การประยุกต์ใช้ทักษะกับความกดดันในชีวิตปัจจุบัน การบรรลุเป้าหมายในอนาคต และการให้กำลังใจ การเฉลิมฉลองความสำเร็จ)

ข. กรอบแนวคิด Group TF-CBT Session-by-Session Outline พัฒนามาจาก TF – CBT ของ Cohen และคณะ (2006) และ โดย Esther Deblinger และคณะ (2015) ได้แบ่งการบำบัดออกเป็น 12 sessions ดังต่อไปนี้

Session	กลุ่มผู้ดูแล	กลุ่มเด็ก	ทั้งสองกลุ่มร่วมกัน
1	<ul style="list-style-type: none"> - ทำความรู้จัก ให้คำแนะนำ - การเปิดเผยที่ละเอียดถึงสิ่งที่ทำให้ผู้ดูแลมารวมกัน - การให้ความรู้ด้านจิตวิทยา (ความเจ็บปวด PTSD) - ภาพรวมการรักษา เหตุผลในการที่จะมองโลกในแง่ดี - การเลี้ยงดู (แนะนำบทบาทของผู้ปกครอง การชมเชย) - การมอบหมายสิ่งที่ต้องฝึกทำ 	<ul style="list-style-type: none"> - ทำความรู้จัก ให้คำแนะนำ - ตั้งกฎกลุ่ม (รวมถึงการรักษา ความลับและ กฎระเบียบเกี่ยวกับขอบเขตที่เหมาะสม) - การให้ความรู้ด้านจิตวิทยา (ความเจ็บปวด PTSD และ TF-CBT) - กิจกรรมศิลปะ/ เกม 	<ul style="list-style-type: none"> - เด็กแนะนำตัวเองและผู้ดูแลของพวกเขา - นักบำบัดจำลองการชมเชยเด็กแต่ละคนสำหรับการแนะนำตัว - อธิบายกระบวนการกลุ่มคู่ขนาน
2	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการปฏิบัติ - การอบรมเลี้ยงดู (เพิ่มการใช้คำชมเชยที่เฉพาะเจาะจงและใช้ทั่วโลก) - ฝึกการผ่อนคลาย / mindfulness 	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนกฎ - ให้ความรู้ทางจิตวิทยา - สอนการผ่อนคลาย/ mindfulness - การมอบหมายสิ่งที่ต้องฝึกทำ 	<ul style="list-style-type: none"> - สอนการผ่อนคลายให้เด็ก - ผู้ดูแลชมเชยเด็ก

Session	กลุ่มผู้ดูแล	กลุ่มเด็ก	ทั้งสองกลุ่มร่วมกัน
	<ul style="list-style-type: none"> - การเปิดเผยที่ละชั้นในใช้ทักษะการตอบสนองต่อความทรงจำเกี่ยวกับความเจ็บปวด - การมอบหมายสิ่งที่ต้องฝึกทำ 		
3	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการปฏิบัติ - ผลการแสดงผลออกและการลดและ กระตุ้นผู้ดูแลให้ทำเป็นแบบอย่างและการแบ่งปันความรู้สึกในการชมเชย - การเลี้ยงดู (การรับฟัง/ reflective listening) - การมอบหมายสิ่งที่ต้องฝึกทำ 	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการปฏิบัติ - ผลการแสดงผลออกและการลดและ กระตุ้น - การเปิดเผยที่ละชั้น (การเล่าถึงประสบการณ์ ความรู้สึกระหว่าง การได้รับความเจ็บปวด) - การมอบหมายสิ่งที่ต้องฝึกทำ 	<ul style="list-style-type: none"> - เด็กแบ่งปันถึง 1 อารมณ์ด้านลบ และ 1 อารมณ์ด้านบวกเกี่ยวกับสิ่งที่พวกเขาประสบในระหว่างสัปดาห์(เกี่ยวกับการไม่เจ็บปวด) - ผู้ดูแลตอบสนองด้วยการรับฟังและชมเชย
4	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการปฏิบัติ - การเลี้ยงดู (การเลือกอย่างใส่ใจ) - การจัดการความรู้ความเข้าใจ (ที่เกี่ยวข้องหรือไม่เกี่ยวกับความเจ็บปวด) - การมอบหมายสิ่งที่ต้องฝึกทำ 	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการปฏิบัติ - แนะนำการจัดการกับความรู้ความเข้าใจ (ที่เกี่ยวข้องกับการไม่เจ็บปวด) - แนะนำแนวความคิดการชมเชย - การใช้ทักษะเพื่อตอบสนองต่อความเจ็บปวด - การมอบหมายสิ่งที่ต้องฝึกทำ 	<ul style="list-style-type: none"> - ‘การหายความรู้สึก’ หรือ เด็กสอนผู้ดูแลเกี่ยวกับการจัดการกับความรู้ความเข้าใจ (ให้ตัวอย่างของความคิดที่นำไปสู่ความรู้สึกที่แตกต่าง) - ผู้ดูแลฝึกฝนการเลือกอย่างใส่ใจในการร่วม session เมื่อชมเชย การนำเสนอของเด็กในขณะที่ลดความสนใจในพฤติกรรมเชิงลบ - แลกเปลี่ยนการชมเชยระหว่างผู้ดูแลและเด็ก
5	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการปฏิบัติ - การจัดการความรู้ความเข้าใจ - การเลี้ยงดู (ได้รับความร่วมมือจากเด็ก การแนะนำการสร้างกฎในครอบครัวที่มีประสิทธิภาพและผลกระทบด้านลบ) - การให้ความรู้ทางจิตวิทยา - การมอบหมายสิ่งที่ต้องฝึกทำ 	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการปฏิบัติ - การจัดการความรู้ความเข้าใจ - เกมที่ให้ความรู้ทางจิตวิทยา (เช่นเกมไพ่ What Do You Know?) - การมอบหมายสิ่งที่ต้องฝึกทำ 	<ul style="list-style-type: none"> - เกมที่ให้ความรู้ทางจิตวิทยา (เกมไพ่ What Do You Know? ในรูปแบบ Family Feud) - ผู้ดูแลฝึกฝนการเลือกอย่างใส่ใจ - การแลกเปลี่ยนคำชมเชยซึ่งกันและกัน
6	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการปฏิบัติ - ทบทวนการอบรมเลี้ยงดูและทักษะการเผชิญปัญหา 	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการปฏิบัติ - อ่านเรื่องราวในการเตรียมการบรรยายเรื่องความเจ็บปวด 	<ul style="list-style-type: none"> - เด็กแบ่งปันทำบัตรสารบัญการเผชิญปัญหา

Session	กลุ่มผู้ดูแล	กลุ่มเด็ก	ทั้งสองกลุ่มร่วมกัน
	<ul style="list-style-type: none"> - แนะนำแนวคิด/ เหตุผลสำหรับการบรรยายเรื่องความเจ็บปวด - การมอบหมายสิ่งที่ต้องฝึกทำ 	<ul style="list-style-type: none"> - ตั้งชื่อเรื่องและบทนำเกี่ยวกับการบรรยายเรื่องความเจ็บปวด - ทำบัตรสารบัญญการเผชิญปัญหา - การมอบหมายสิ่งที่ต้องฝึกทำ 	<ul style="list-style-type: none"> - การแลกเปลี่ยนคำชมเชยซึ่งกันและกัน
7	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการปฏิบัติ - ทบทวนการอบรมเลี้ยงดู และทักษะการเผชิญปัญหา - การเปิดเผยที่ละชั้น - การเลี้ยงดู (กฎและผลที่ตามมาของครอบครัวที่เหมาะสมกับวัย - ประเมินความพร้อมในการรับฟังการเล่าเรื่องความเจ็บปวด - การมอบหมายสิ่งที่ต้องฝึกทำ 	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการปฏิบัติ - การบรรยายเรื่องความเจ็บปวด (รายบุคคล) - กิจกรรมกลุ่ม (ทบทวนทักษะดำเนินการสร้างชุดทักษะ การเผชิญปัญหา การสร้างงานศิลปะที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกเจ็บปวด/ สิ่งที่จะบอกคนอื่นเกี่ยวกับความเจ็บปวด ฯลฯ) 	<ul style="list-style-type: none"> - เด็กแบ่งปันผลงานศิลปะ - การแลกเปลี่ยนคำชมเชยซึ่งกันและกัน
8	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการปฏิบัติ - ทบทวนการอบรมเลี้ยงดูและทักษะการเผชิญปัญหา - การเตรียมการสำหรับการแบ่งปันการเล่าเรื่องความเจ็บปวด หากมีผลทางคลินิก (รายบุคคล) - การมอบหมายสิ่งที่ต้องฝึกทำ 	<ul style="list-style-type: none"> - การบรรยายเรื่องความเจ็บปวด (รายบุคคล) - กิจกรรมกลุ่ม (ทบทวนทักษะดำเนินการสร้างชุดทักษะ การเผชิญปัญหา การสร้างงานศิลปะที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกเจ็บปวด/ สิ่งที่จะบอกคนอื่นเกี่ยวกับความเจ็บปวด ฯลฯ) 	<ul style="list-style-type: none"> - เด็กแบ่งปันผลงานศิลปะ - การแลกเปลี่ยนคำชมเชยซึ่งกันและกัน
9	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการปฏิบัติ - ทบทวนการอบรมเลี้ยงดูและทักษะการเผชิญปัญหา - การเตรียมการสำหรับการแบ่งปันการเล่าเรื่องความเจ็บปวด หากมีผลทางคลินิก (รายบุคคล) - การมอบหมายสิ่งที่ต้องฝึกทำ 	<ul style="list-style-type: none"> - การบรรยายเรื่องความเจ็บปวด (รายบุคคล) - กิจกรรมกลุ่ม (ทบทวนทักษะดำเนินการสร้างชุดทักษะ การเผชิญปัญหา การสร้างงานศิลปะที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกเจ็บปวด/ สิ่งที่จะบอกคนอื่นเกี่ยวกับความเจ็บปวด ฯลฯ) 	<ul style="list-style-type: none"> - เด็กแบ่งปันผลงานศิลปะ - การแลกเปลี่ยนคำชมเชยซึ่งกันและกัน
10	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการปฏิบัติ - ทบทวนการอบรมเลี้ยงดูและทักษะการเผชิญปัญหา 	<ul style="list-style-type: none"> - การบรรยายเรื่องความเจ็บปวด (รายบุคคล) - กิจกรรมกลุ่ม (ทบทวนทักษะดำเนินการสร้างชุดทักษะ การเผชิญปัญหา การสร้างงานศิลปะที่ 	<ul style="list-style-type: none"> - การแบ่งปันการเล่าเรื่องความเจ็บปวด หากมีผลทางคลินิก (รายบุคคล) - การแลกเปลี่ยนคำชมเชยซึ่งกันและกัน (รายบุคคล)

Session	กลุ่มผู้ดูแล	กลุ่มเด็ก	ทั้งสองกลุ่มร่วมกัน
	<ul style="list-style-type: none"> - การเตรียมการสำหรับการแบ่งปันการเล่าเรื่องความเจ็บปวดหากมีผลทางคลินิก (รายบุคคล) - การมอบหมายสิ่งที่ต้องฝึกทำ 	<ul style="list-style-type: none"> เกี่ยวข้องกับความรู้สึกเจ็บปวด/สิ่งที่จะบอกคนอื่นเกี่ยวกับความเจ็บปวด ฯลฯ) 	
11	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการปฏิบัติ - ทักษะความปลอดภัย - เตรียมตัวเพื่อสิ้นสุดการบำบัด - การมอบหมายสิ่งที่ต้องฝึกทำ 	<ul style="list-style-type: none"> - ฝึกทักษะความปลอดภัย - การเตรียมตัวเพื่อสิ้นสุดการบำบัด 	<ul style="list-style-type: none"> - เด็กแสดงบทบาทสมมติเกี่ยวกับทักษะความปลอดภัย - การแลกเปลี่ยนคำชมเชยซึ่งกันและกัน
12	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการปฏิบัติ - ฝึกทักษะและวางแผนการเตือนความจำในอนาคต - รับทราบความคืบหน้า 	<ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนทักษะความปลอดภัย - ฝึกทักษะและวางแผนการเตือนความจำในอนาคต - รับทราบความคืบหน้า 	<ul style="list-style-type: none"> - ฉลองการสิ้นสุดการบำบัด - ฝึกทักษะและวางแผนการเตือนความจำในอนาคต - การแลกเปลี่ยนคำชมเชยซึ่งกันและกัน - การมอบใบประกาศนียบัตร

จากสองกรอบแนวคิดข้างต้น แสดงให้เห็นถึงความหลากหลายของวิธีการบำบัด ที่ไม่ได้มีศูนย์กลางอยู่ที่ผู้บำบัด หรือนักจิตวิทยา หากแต่ให้ความสำคัญกับการเสริมพลังให้ผู้เข้ารับการบำบัดได้พัฒนาการรู้คิดของตนเองขึ้นมา รวมถึงให้ความสำคัญกับระบบความสัมพันธ์รอบตัวของผู้เข้ารับการบำบัดเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในการสร้างการเปลี่ยนแปลง โดยนอกจากรูปแบบการบำบัดข้างต้นแล้ว การบำบัดโดยใช้กลุ่มแนวคิด CBT ได้มีการถูกนำมาใช้ในบริบทเชิงป้องกัน (Prevention program) ในหลากหลายรูปแบบที่น่าสนใจ ดังต่อไปนี้

- (1) หลักสูตร “Breaking the silence together” ซึ่งเป็นหลักสูตรการป้องกันการทารุณกรรมทางเพศเด็กในโรงเรียนระดับประถมศึกษาโดยมีผู้ปกครอง ครู และผู้บริหารของโรงเรียนเข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลและช่วยเหลือเด็ก นอกจากนี้ยังหมายถึงผู้มีส่วนได้ส่วนเสียอื่น ๆ ด้วย หลักสูตรนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อการปรับปรุงอัตราความสำเร็จทางวิชาการสำหรับทุกคนในโรงเรียนประถมศึกษา โดยจัดชุดการเรียนรู้เพื่อเพิ่มความตระหนักแก่เด็กในการล่วงละเมิดทางเพศซึ่งหลักสูตรจะสามารถเสริมสร้างความสามารถของโรงเรียนในการป้องกันและปกป้องเด็กจากการล่วงละเมิดทางเพศได้ นอกจากนี้ยังช่วยให้ผู้ปกครองตระหนักถึงสัญญาณของการล่วงละเมิดทางเพศที่บุตรหลานของตนเองเผชิญอยู่ด้วย (European School Heads Association, 2019) แต่มีผู้ปกครองบางส่วนแสดงความกังวลว่าบุตรหลานของตนเองว่าเด็กอาจจะรู้เรื่องเพศมากเกินไป (Chen et al., 2007) และอาจจะก่อให้เกิดอุปสรรคในการดำรงชีวิตที่สำคัญคือการใช้หลักสูตรยังคงขึ้นอยู่กับทัศนคติเรื่องเพศของครูในโรงเรียนด้วย (Mayock, Kitching, & Morgan, 2007)
- (2) หนังสือเพื่อการบำบัดที่ชื่อว่า “DEALING WITH TRAUMA: A TF-CBT WORKBOOK FOR TEENS” เขียนโดย Alison Hendricks, Judith A. Cohen, Anthony P. Mannarino, และ

Esther Deliger (2006) หนังสือเล่มนี้ได้เขียนถึงแนวทางการบำบัดรักษาสภาพทางจิตใจโดยเฉพาะของกลุ่มวัยรุ่นที่เคยมีประสบการณ์ที่ไม่ดีหรือได้รับประสบการณ์สะเทือนใจโดยใช้รูปแบบ “สมุดงาน” หรือ “Workbook” ภายในสมุดงานที่ใช้ในการบำบัดรักษานั้นระบุถึงกิจกรรมที่แตกต่างหลากหลายซึ่งกิจกรรมที่ระบุไว้ว่าจะไม่สอดคล้องกับสภาพปัญหาของวัยรุ่นแต่เครื่องมือได้รับการพัฒนามาจาก TF-CBT ภายในสมุดงานประกอบไปด้วย การศึกษาผู้เข้ารับการบำบัดด้วยวิถีทางจิตวิทยา การสร้างความผ่อนคลาย การสร้างสื่อควบคุมอารมณ์และการปรับสภาพจิตใจ การบรรยายเกี่ยวกับบาดแผลที่เคยได้รับจากประสบการณ์ในอดีต โดยในขั้นตอนแรกของการดำเนินงานสมุดงานนี้นักบำบัดจะต้องมีความรู้ความเข้าใจการบำบัดแบบ TF-CBT กระบวนการทำแบบฝึกหัดในสมุดงานนี้อาจจะใช้เวลาประมาณ 12-20 สัปดาห์ขึ้นอยู่กับระยะเวลาและความยืดหยุ่นของสถานการณ์ในครอบครัว ยกตัวอย่างขั้นตอนแรก คือ เริ่มต้นการบำบัดด้วยการวาดรูปสิ่งที่ผู้บำบัดคิดหรือรู้สึกในขณะนั้น แบบฝึกหัดถัดมา คือ ให้วาดภาพสิ่งที่คิดว่าเป็นข้อดีหรือ “สิ่งพิเศษ” ในตัวของผู้บำบัด จากนั้นให้ผู้บำบัดวาดภาพหรือเขียนบอกเกี่ยวกับครอบครัวของพวกเขา นอกจากนี้การวาดภาพหรือการเขียนยังสามารถแสดงออกถึงความรู้สึก การสังเกตและการวิเคราะห์ปัญหาเบื้องต้น เป็นต้น กิจกรรมบำบัดส่วนใหญ่จะบอกความเป็นตัวตนและทำให้ผู้ได้รับบำบัดสามารถรู้สึกผ่อนคลายได้ ในขณะเดียวกันก็ยังช่วยให้ผู้บำบัดสามารถวิเคราะห์ได้อีกด้วยว่าผู้เข้ารับการบำบัดต้องการสิ่งใด

- (3) โปรแกรมการเลี้ยงดูเชิงบวก “Triple P” (Positive Parent Program) ถือว่าเป็นหลักสูตรในการเพิ่มพูนทักษะและเพิ่มความรู้ให้แก่ผู้ปกครองเพื่อลดปัญหาทางด้านสุขภาพจิตและพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ในกลุ่มวัยรุ่นตอนต้น (อายุระหว่าง 0 – 12 ปี) ซึ่งหลักสูตรนี้ถือว่าเป็นหลักสูตรที่ออกแบบมาเพื่อสร้างการมีส่วนร่วมและดำเนินการตามหลักจิตวิทยาชุมชน แต่อย่างไรก็ตามหลักสูตรนี้มักจะปฏิบัติตามจิตวิทยาตามช่วงวัยตั้งแต่วัยทารกไปจนถึงวัยรุ่นแต่หลักสูตรนั้นกำหนดไว้เพียงเฉพาะกลุ่มที่มีความเสี่ยงเท่านั้นและเพิ่มประสิทธิภาพการใช้ทรัพยากรในชุมชนให้เกิดประโยชน์สูงสุดด้วย (Sanders, M. R. 2008) เป้าหมายสำคัญของหลักสูตรคือ สามารถกำหนดสภาพปัญหาและแนวทางการแก้ไขและวางแผนการเลี้ยงดูได้อย่างเหมาะสม โดยหลักการอบรมเลี้ยงดูที่เป็นบวกนี้จะต้องสามารถสร้างสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย มีการให้โอกาสในการส่งเสริมการเรียนรู้แก่เด็ก แนวทางประกอบไปด้วย (1) สภาพแวดล้อมการเรียนรู้แบบเชิงบวก หลักการนี้ผู้ปกครองจะต้องเรียนรู้เพื่อที่จะสามารถตอบสนองต่อคำขอของบุตรในเชิงสร้างสรรค์และให้บุตรเรียนรู้การแก้ปัญหาด้วยตนเอง (2) การสร้างวินัยที่เหมาะสม โดยให้ผู้ปกครองพิจารณาการจัดระเบียบวินัยที่ไร้ประสิทธิภาพ เช่น การบีบบังคับ เปลี่ยนมาเป็นการสร้างกฎที่เหมาะสมกับช่วงวัย โดยความสุ่มและให้ทางเลือกแก่เด็ก (3) ความคาดหวังที่เป็นไปได้ ถือว่าเป็นปัจจัยสำคัญที่จะทำให้ผู้ปกครองสามารถตั้งความหวังแก่เด็กตามช่วงวัยและพัฒนาการส่งผลให้การทารุณกรรมเด็กลดลง และสุดท้ายคือ (4) การดูแลตนเองของผู้ปกครอง คือ ผู้ปกครองต้องให้ความสำคัญกับตนเองทั้งทางร่างกายและจิตใจโดยมีหลักการว่าพ่อแม่เป็นเพียงส่วนหนึ่งของบุตรเท่านั้นแต่

ยังคงมีความต้องการเป็นของตนเองอยู่ นอกจากการดูแลบุตร สำหรับโปรแกรมนี้มีความแตกต่างกันออกไปดังที่กล่าวไปข้างต้น โปรแกรมจะได้รับการออกแบบให้เหมาะสมตามช่วงวัย เช่น หลักสูตรสำหรับเด็กเล็ก (Standard Triple P) หลักสูตรสำหรับครอบครัวที่มีวัยรุ่นที่มีความต้องการเฉพาะ (Teen Triple P) ครอบครัวที่มีเด็กพิการ (Stepping Stones Triple P และ ครอบครัวที่ผู้ปกครองหย่าร้างกัน (Family Transitions Triple P) ยกตัวอย่าง โปรแกรมการเลี้ยงดูเชิงบวกงานศึกษาที่ชื่อว่า โปรแกรมการเลี้ยงดูเชิงบวกมีประโยชน์ต่อการป้องกันการกระทำ ความผิดของเด็กหรือไม่ ซึ่งเป็นงานศึกษาของ Ozyurt, G., Dinsever, C., Caliskan, Z., & Evgin, D (2018) มีวัตถุประสงค์การศึกษาเพื่อประเมินผลการกระทำทารุณกรรมเด็กและวิธีการเผชิญ ปัญหาของมารดา วิธีการของหลักสูตรคือ การให้คำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลบุตรแก่มารดาและ ประเมินพฤติกรรมเบื้องต้นของมารดาและบุตรโดยวิธีการจัดกิจกรรมใช้การสัมมนา ครั้งละ 90 นาทีเพื่ออธิบายถึงการเลี้ยงดูบุตรอย่างเหมาะสม การสัมมนาแต่ละครั้งนั้นจะประกอบไปด้วยการ ตั้งคำถามและตอบคำถามและช่วงท้ายของการสัมมนาผู้ปกครองจะบอกถึงความต้องการในการ ช่วยเหลือและสนับสนุนของตนเอง จากการสัมมนาผ่านไป ผลพบว่าเด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง ในขณะที่มารดา มีความเข้าใจเด็กมากขึ้น ที่สำคัญคือเด็ก ๆ ได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากขึ้น และมีพฤติกรรมทำร้ายตนเองต่ำลงในช่วงหนึ่งเดือนของการเข้าสัมมนา

- (4) “การบำบัดทางความคิดและพฤติกรรมของครอบครัวสำหรับเด็กที่มีอาการวิตกกังวล” หรือ Family Cognitive Behavioral Therapy for Child Anxiety Disorders ศึกษาโดย Wood, J. J., Piacentini, J. C., Southam-Gerow, M., Chu, B. C., & Sigman, M. (2006) มีวัตถุประสงค์ เพื่อการบำบัดพฤติกรรมทางปัญญาเน้นการมีส่วนร่วมของครอบครัวในกลุ่มเด็กที่มีความวิตกกังวล โดยใช้เด็กอายุ 6-13 ปีเข้ามามีส่วนร่วมแทรกแซงการฝึกทักษะการเผชิญปัญหา ฝึกทักษะการ ปฏิเสธเมื่อถูกสัมผัสร่างกาย ซึ่งการฝึกนี้ครอบครัวจะต้องเข้ามามีส่วนร่วมและสื่อสารกับเด็ก ผล การดำเนินการพบว่า “การสร้างความมั่นใจให้แก่เด็ก” คือหนทางที่จะทำให้เกิดความสำเร็จมากที่สุด
- (5) การบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม เน้นกรณีที่ได้รับผลกระทบทางจิต หรือ Trauma-Focused Cognitive Behavioral Therapy (Child Welfare Information Gateway, 2018) การบำบัดใน ลักษณะนี้เน้นการตอบสนองทางอารมณ์และลดพฤติกรรมเชิงลบจากการบาดเจ็บทางจิตใจหรือการ ถูกทารุณกรรมทางเพศ การรักษามักจะเน้นถึงการพูดคุยและทำความเข้าใจเกี่ยวกับประสบการณ์ เชิงลบของเด็ก หลัก ๆ แล้วมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยให้ผู้เชี่ยวชาญสวัสดิการด้านเด็กสามารถสร้าง ความเข้าใจอันดีเกี่ยวกับ TF-CBT โดยโปรแกรมนี้ใช้การรักษาและลดผลกระทบกระเทือนจิตใจของ เด็กในด้านความคิดและพฤติกรรมที่เป็นปัญหา การจัดการองค์ประกอบเหล่านี้ผู้ปกครองจะต้อง เข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินการและสามารถเลี้ยงดูบุตรในเชิงบวกได้ การบำบัดในแนวทางนี้มี องค์ประกอบที่สำคัญคือการจัดการการรับรู้ของเด็กโดยเฉพาะอย่างยิ่งการสร้างมุมมองที่แตกต่าง กันออกไป ดังนั้นการบำบัดจึงมักมุ่งเน้นไปที่การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างครอบครัว TF-CBT เป็น

การรักษาในระยะสั้น โดยทั่วไปมักจะใช้ระยะเวลา 12-16 สัปดาห์ต่อการรักษาหนึ่งครั้งและเพิ่มเป็น 25 สัปดาห์เมื่อผู้เข้ารับการรักษาเป็นเยาวชน ส่วนใหญ่จะใช้เวลาประมาณ 60 นาทีต่อหนึ่งครั้ง โดยเด็กและผู้ปกครองจะต้องแยกกันพบนักบำบัดครั้งละ 30 นาที กระบวนการจะถูกออกแบบมาให้มีสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยและเป็นมิตร เด็กจะเล่าเรื่องราวที่เจ็บปวดของตนเองอย่างมีประสิทธิภาพเพื่อสื่อสารให้ผู้ปกครองสามารถเข้าใจในสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างแท้จริง ส่วนประกอบของหลักสูตร คือคำว่า “PRACTICE” ประกอบไปด้วย (1) การให้ความรู้ในด้านจิตวิทยาและทักษะของพ่อแม่ หรือ Psychoeducation and parenting skills หมายถึงการให้ความรู้และการศึกษาเกี่ยวกับการทารุณกรรมเด็กโดยทั่วไปจะเป็นการฝึกอบรมพ่อแม่ในเชิงบวก (2) เทคนิคการผ่อนคลาย หรือ Relaxation techniques เป็นการสอนวิธีการผ่อนคลาย เช่น การหายใจที่เน้นผ่อนคลายและสร้างจินตภาพซึ่งอาจจะส่งผลต่ออารมณ์ทางบวกของเด็กได้ (3) การควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ หรือ Affective expression and regulation สามารถช่วยให้เด็กจัดการปฏิกิริยาทางอารมณ์ที่พวกเขาแสดงออกและสร้างเสริมกิจกรรมการมีส่วนร่วมร่วมกัน (4) การใช้ปัญญาในการเผชิญปัญหาและการวิเคราะห์ หรือ Cognitive coping and processing ในขั้นตอนนี้จะช่วยให้เด็กและผู้ปกครองสร้างความเข้าใจและสามารถเชื่อมต่อกับความรู้สึกของตัวเองและกันได้โดยการสำรวจพฤติกรรมและแก้ไขพฤติกรรมเชิงลบ (5) การประมวลผลและพรรณนาถึงสิ่งที่เกิดขึ้น หรือ Trauma narration and processing คือ การสื่อสาร การเขียน และการสื่อสารแบบสร้างสรรค์อื่น ๆ จากการเรียนรู้ในเหตุการณ์ที่ไม่เหมาะสมและประมวลผลความคิดออกมา (6) การได้เรียนรู้จากการสัมผัส หรือ In vivo exposure หมายถึงการให้เด็กเรียนรู้ที่จะสัมผัสกับสภาพแวดล้อมภายนอก เช่น ความมืดอาจจะก่อให้เกิดการบาดเจ็บถ้าไม่ระมัดระวัง ดังนั้นเด็กจะเรียนรู้ที่จะควบคุมอารมณ์ของตนเองเมื่อเจอสถานการณ์คับขัน (7) การประชุมระหว่างผู้ปกครองด้วยกัน หรือ Conjoint parent/child sessions ในกระบวนการนี้ครอบครัวจะต้องเข้ามามีส่วนร่วมในการสื่อสารและสร้างโอกาสให้เด็กสามารถบอกเล่าเรื่องราวที่เจ็บปวดของพวกเขาได้ และสุดท้ายคือ (8) การเสริมสร้างความปลอดภัยและการดำเนินงานในอนาคต หรือ Enhancing personal safety and future growth เป็นการศึกษาและการฝึกอบรมเพื่อให้เด็กเกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับทักษะความปลอดภัย สุขภาวะทางเพศ และเสริมสร้างให้มีทักษะการจัดการความเครียดของตนเองในอนาคตได้ งานวิจัยที่ดำเนินงานในหลักสูตรนี้อย่างน้อย 20 งานวิจัย (Cohen & Mannarino, 2017) แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมส่งผลต่อเด็กที่ได้รับผลกระทบจากการทารุณกรรมทางเพศ และผู้ปกครอง ทำให้สามารถลดอาการซึมเศร้า ความวิตกกังวล ปัญหาทางพฤติกรรมที่สำคัญผู้ปกครองมีแนวทางช่วยเหลือและจัดการกับปัญหาพฤติกรรมของเด็กได้

- (6) การบำบัดทางความคิดและพฤติกรรมโดยใช้เกม : นวัตกรรมบำบัดแบบกลุ่มสำหรับเด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ “Game-Based Cognitive-Behavioral Therapy (GB-CBT): An Innovative Group Treatment Program for Children Who Have Been Sexually Abused” (Misurell, J. R., Springer, C., & Tryon, W. W., 2011) เป็นการศึกษาและการบำบัดความรู้ ความเข้าใจใน

พฤติกรรมสำหรับเด็กที่เรียนในชั้นประถมศึกษา เพื่อการบำบัดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมทางเพศ และฝึกทักษะทางสังคม กลุ่มตัวอย่างจะถูกคัดเลือกกว่ามีความเสี่ยงในการถูกล่วงละเมิดทางเพศหรือถูกล่วงละเมิดทางเพศมาแล้ว จำนวน 60 คน และเข้าบำบัดทั้งหมดแปดครั้ง ประกอบไปด้วย การฝึกอบรมทางคลินิก โดยกลุ่มแพทย์อย่างน้อยสามคนต่อหนึ่งครั้ง ในระหว่างการฝึกอบรม กิจกรรมประกอบไปด้วย การแสดงบทบาทสมมติและแบบฝึกหัดเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้ สำหรับรูปแบบของโปรแกรมนี้มีทั้งหมด 12 ครั้ง ครั้งละ 1.30 ชั่วโมง โดยเกมที่อยู่ในโปรแกรมมักจะเป็นเกมที่ เป็นมิตร อาศัยการฟังพาทซึ่งกันและกันส่งผลต่อการสร้างแรงจูงใจในการมีส่วนร่วมในเกมที่สำคัญคือแต่ละเกมจะต้องมีโครงสร้างในการสนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมซ้ำ จนกลายเป็นทักษะทางสังคม ในลักษณะที่สนุกสนานและดึงดูดใจโดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กที่มีประสบการณ์เลวร้าย ความวิตกกังวลจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศในช่วงครึ่งแรกของการดำเนินโครงการ เด็กจะได้เข้าร่วมกิจกรรม และเรียนรู้ในการแสดงออกทางอารมณ์ การควบคุมตนเองและทักษะในการป้องกันตนเอง

- (7) การบำบัดทางความคิดและพฤติกรรมโดยใช้เกม : แบบอย่างสำหรับการดูแลเด็กอายุระดับ ประถมศึกษาที่ผ่านพ้นการล่วงละเมิดทางเพศ “Game-Based Cognitive-Behavioral Therapy: A Model for Treating Elementary School Aged Survivors of Child Sexual Abuse” (Springer, C., & Misurell, J. R.,2010) การบำบัดด้วยวิธีการสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ พฤติกรรมนั้นใช้แนวทางสองแนวทางร่วมกันคือ การสร้างความรู้ ความเข้าใจและการบำบัดด้วย การเล่น โดยให้เด็กเข้ามามีส่วนร่วมในการรักษาและสื่อสารกับเด็กผ่านการแสดงออกตามธรรมชาติ ของช่วงวัย การบำบัดในรูปแบบนี้จึงประกอบไปด้วยหลักการสี่หลักการคือ (1) การค้นหาข้อมูล (2) คำสั่งและกติกการเรียนรู้ (3) การเรียนรู้จากประสบการณ์ และ (4) การสร้างเสริมการมีส่วนร่วม ส่วนใหญ่แล้วจะใช้เกมไพ่หรือเกมกระดานเข้ามาเสริมสร้างในลักษณะของความมุ่งมั่น ความสนใจ และความพึงพอใจ การศึกษาเบื้องต้นพบว่าเกมบำบัดสามารถจัดการกับอารมณ์และพฤติกรรม หลังจากถูกล่วงละเมิดได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่น ความคิดแบบย่ำคิด ย้ำทำ อาการซึมเศร้า พฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมและปัญหาพฤติกรรมภายนอก ยกตัวอย่างกิจกรรมเกมเพื่อบำบัด ในโปรแกรม เช่น กิจกรรมทำความรู้จัก กิจกรรมนี้มีการกำหนดค่าคะแนนไว้สองค่า คือ 1 คะแนน และ 2 คะแนน คำถามเดียวจะมีจุดมุ่งหมายเพื่อสร้างการตอบคำถามที่อยู่ทั้งในระดับผิวเผิน เช่น วันหยุดที่คุณชื่นชอบมากที่สุดคือวันใด และในระดับวิเคราะห์ เช่น วันที่เศร้าที่สุดในชีวิตคือวันใด หลังจากตอบคำถามแล้วประเด็นที่เกี่ยวข้องจะถูกบันทึกไว้ เป้าหมายของเกมคือการแบ่งปัน ประสบการณ์ซึ่งกันและกัน กิจกรรมความรู้สึก กิจกรรมนี้เป็นการระบุถึงความรู้สึกที่เป็นสารตั้งต้น ในการทำกิจกรรมโดยให้เด็กแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ที่กำหนดให้ เด็กจะถูกแบ่ง ออกเป็นกลุ่มเพื่อแสดงตามสถานการณ์ที่กำหนด เช่น ได้รับของขวัญวันเกิดชิ้นใหม่ พ่อแม่หรือ ผู้ดูแลตะโกนใส่ อยู่ในห้องคนเดียวเวลากลางคืนและได้ยินเสียงดังปัง เป็นต้น เกมคลายเครียด กิจกรรมในลักษณะนี้จะเป็นการบำบัดเด็กที่ถูกล่วงละเมิดให้สามารถตระหนักถึงอิทธิพลทาง ความเครียดที่ทำร้ายร่างกายของพวกเขา ส่วนใหญ่แล้วเกมในลักษณะนี้จะบำบัดเป็นกลุ่ม เช่น การ

ออกกำลังกายสามสิบวินาที จากนั้นพวกเขาจะได้รับการวัดอัตราการเต้นของหัวใจและถูกสอนให้ทำกิจกรรมผ่อนคลาย เช่น การหายใจลึกเพื่อผ่อนคลายกล้ามเนื้อ เป็นต้น กิจกรรมเรื่องราวคืออะไร เป็นกิจกรรมที่สามารถเปิดเผยเรื่องราวการละเมิดทางเพศอย่างค่อยเป็นค่อยไปสามารถสร้างการมีส่วนร่วมของเด็กได้อย่างแข็งขันโดยใช้เรื่องราวสมมติของสถานการณ์ เกมนี้มีสองรูปแบบ รูปแบบแรกสำหรับเด็กอายุ 5-7 ปี ซึ่งจะอยู่ในรูปแบบของช่องว่างเด็ก ๆ จะถูกบอกให้เติมคำในช่องว่างให้เป็นเรื่องราว รูปแบบที่สองสำหรับเด็กโตอายุ 8-10 ปี เด็กจะได้รับการแจ้งว่าพวกเขาจะได้รับการบำบัดโดยจะต้องบอกเล่าเรื่องราวเป็นข้อมูลสั้น ๆ เกี่ยวกับตัวละครสมมติและประเภทของการล่วงละเมิดทางเพศที่ตัวละครประสบ เด็กจะถูกขอให้เพิ่มประโยคสั้น ๆ จนกว่าเรื่องราวจะสมบูรณ์ แต่อย่างไรก็ตามแม้ว่าจะมีกระบวนการบำบัดที่สนุกสนานและไม่ตึงเครียดแต่การบำบัดรักษาการล่วงละเมิดทางเพศมักจะยากลำบากและเผชิญหน้ากับความทรงจำที่ส่งผลกระทบต่ออารมณ์ตั้งนั้นกลยุทธ์ของกระบวนการที่มีประสิทธิภาพคือสร้างสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยและสนุกสนานเพื่อสร้างการมีส่วนร่วม

- (8) การบำบัดทางจิตและพฤติกรรมโดยใช้เกม โปรแกรมแบบกลุ่มสำหรับเด็กที่ประสบการล่วงละเมิดทางเพศ : การสอบข้อเท็จจริงเบื้องต้น “Game-Based Cognitive-Behavioral Therapy (GB-CBT) Group Program for Children Who Have Experienced Sexual Abuse: A Preliminary Investigation” (Misurell, J. R., Springer, C., & Tryon, W. W., 2011) ถือว่าเป็นรูปแบบของหลักสูตรที่ทำความเข้าใจพฤติกรรมตามเกมสำหรับเด็กวัยเรียนที่มีประสบการณ์ล่วงละเมิดทางเพศวัตถุประสงค์เพื่อการปรับปรุงพฤติกรรมภายนอกและพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมทางเพศและส่งเสริมให้เด็กเห็นคุณค่าของตนเองและสามารถเสริมสร้างความรู้เรื่องสุขภาพทางเพศของตนเองได้ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะต้องได้รับการประเมินจากแพทย์และผู้เชี่ยวชาญด้านการทารุณกรรมเด็ก โดยมีเกณฑ์อายุอยู่ที่ 5-10 ปี เด็กจะได้รับการบำบัดกลุ่มจำนวน 8 ครั้ง กระบวนการสามารถแบ่งเป็นการฝึกอบรมทางคลินิก ซึ่งมีแพทย์เป็นผู้ดูแลแพทย์จะได้รับการฝึกอบรมเพื่อการตรวจคัดกรองก่อนที่กลุ่มเด็กจะเข้ามาในหลักสูตร ผู้เข้าร่วมฝึกอบรมจะมีส่วนร่วมในการแสดงบทบาทสมมติและทำแบบฝึกหัดจากการอบรมโดยได้รับการกำกับดูแลจากผู้อำนวยการโครงการ รูปแบบของการรักษาบำบัดนั้นประกอบไปด้วย 12 ครั้ง แต่ละครั้งมีความยาวของระยะเวลา 1.5 ชั่วโมง เกมที่ใช้มักจะอยู่ภายใต้กติกาของทีมและมีการแข่งขันที่เป็นมิตร การเล่นเกมต่าง ๆ จะช่วยส่งเสริมให้เกิดการฝึกฝนและก่อให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ แต่ละเกมจะส่งเสริมให้เกิดทักษะทางสังคมที่มีความสนุกสนานและสามารถสร้างเสริมการมีส่วนร่วม ในระหว่างการอบรมนักบำบัดจะนำเสนอทักษะทางสังคมที่ต้องผ่านการแสดงบทบาทสมมติ การสมมติบทบาทใช้เป็นเครื่องมือสำคัญในการจำลองพฤติกรรมที่สมาชิกกลุ่มคาดหวัง เช่น การควบคุมตนเอง การจัดการความโกรธ การแสดงออกทางอารมณ์ ในช่วงครึ่งแรกของโครงการเด็ก ๆ จะได้รับการเข้าสังคมเพื่อการพัฒนาการเรียนรู้และสร้างความสามัคคี ในช่วงครึ่งหลังของโปรแกรมเด็กจะได้รับการเปิดเผยอาการบาดเจ็บทางจิตได้อย่างค่อย

เป็นค่อยไปกิจกรรมนี้จะดำเนินการภายใต้สภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยและเป็นบรรยากาศที่แสดงถึงบรรยากาศที่เป็นมิตร

- (9) การบำบัดทางจิตและพฤติกรรมโดยใช้เกม โปรแกรมแบบกลุ่มสำหรับเด็กที่ประสบการล่วงละเมิดทางเพศ : การติดตามสอบข้อเท็จจริงหลังจาก 3 เดือน “Game-Based Cognitive-Behavioral Therapy (GB-CBT) Group Program for Children Who Have Experienced Sexual Abuse: A Three-Month Follow-Up Investigation” (Springer, C., Misurell, J. R., & Hiller, A.,2012) การศึกษานี้ถือว่าการตรวจสอบประสิทธิภาพของโปรแกรมบำบัดที่ทำความเข้าใจเกี่ยวกับความรู้ ความเข้าใจโดยผู้เข้าร่วมคือเด็กระดับชั้นประถมศึกษาที่มีประสบการณ์การทารุณกรรมเด็ก และเป็นการติดตามประเมินผลหลังจากการรักษาสามเดือน วัตถุประสงค์คือ เพื่อติดตามว่าเด็กที่เข้าร่วมโปรแกรมนี้มีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปหรือไม่ ทั้งพฤติกรรมทางร่างกายและพฤติกรรมที่เหมาะสมทางเพศ โปรแกรมนี้เป็นโปรแกรมที่ใช้ระยะเวลาดำเนินการทั้งสิ้น 12 สัปดาห์ ซึ่งออกแบบมาโดยเฉพาะเพื่อการรักษาเด็กที่ถูกทารุณกรรมทางเพศ มีวิธีการหลักสามวิธีการ คือ การรับรู้พฤติกรรมของตนเอง การเล่น และการบำบัดแบบกลุ่มซึ่งเกมนำมาบำบัดนั้นจะต้องสามารถพัฒนาทักษะทางสังคมและอารมณ์ของเด็กที่เข้าร่วมโปรแกรม ตามหลักการดังต่อไปนี้ (1) ผู้เข้าร่วมกลุ่มมีส่วนร่วมในการพัฒนาตนเอง (2) โครงสร้างของเกมสามารถเอื้ออำนวยให้คนเข้ามามีส่วนร่วมในการเรียนรู้ได้ (3) ส่งเสริมการตอบโต้ระหว่างสมาชิกในกลุ่มของตนเองได้ โปรแกรมนี้ดำเนินการครั้งละ 1.30 ชั่วโมง โดยใช้การเรียนรู้ทางสังคม พฤติกรรมและการเล่นเพื่อบำบัดปัญหาที่มีความเฉพาะเจาะจงเพื่อส่งเสริมการแสดงออกอย่างเหมาะสมผ่านการจำลองบทบาทและการสวมบทบาทซึ่งถือว่าการฝึกฝนเชิงพฤติกรรมอันเป็นเทคนิคหลักในการอำนวยความสะดวกในการสร้างเสริมทักษะการทำงานเป็นกลุ่ม ในการศึกษาได้รับการประเมินเป็นสามระยะ คือ (1) การทดสอบก่อนการเข้ารับการบำบัดก่อนหนึ่งเดือน (2) การทดสอบหลังการบำบัดแล้วหนึ่งเดือน (3) การทดสอบหลังจากการบำบัดแล้วสามเดือน ผลการศึกษาและการติดตามพบว่าการผสมผสานด้วยเทคนิคการเล่นและการบำบัดด้วยการเล่นท่ามกลางความสนุกสนานและการสร้างเสริมการมีส่วนร่วมสามารถส่งเสริมและปรับพฤติกรรมของเด็กทั้งทางสภาวะอารมณ์และพฤติกรรมแม้ว่าเวลาจะผ่านไปหลังจากการอบรมแล้วสามเดือนก็ตาม
- (10) การพัฒนาการปฏิบัติโดยคำนึงถึงข้อมูลด้านวัฒนธรรม โปรแกรมการบำบัดแบบกลุ่มโดยใช้เกมสำหรับเด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ “Developing Culturally Responsive Evidence-Based Practice: A Game-Based Group Therapy Program for Child Sexual Abuse (CSA)” (Misurell, J. R., & Springer, C., 2013). เกิดจากการที่สมาคมนักจิตวิทยาชาวอเมริกันพยายามตอบสนองทางวัฒนธรรมต่อกลุ่มที่มีความหลากหลายทางเชื้อชาติโดยเฉพาะการทารุณกรรมเด็กในกลุ่มต่าง ๆ ซึ่งแต่ละคนมีภูมิหลังที่แตกต่างกันออกไปส่งผลให้เกิดปัญหาและผลกระทบต่อเด็กและครอบครัวดังนั้นกระบวนการบำบัดนี้จึงคำนึงถึงองค์ประกอบทางวัฒนธรรมเป็นตัวตั้งต้นโดยการบำบัดพฤติกรรมเด็กภายในศูนย์ที่ใช้บริการแก่เด็กด้อยโอกาสในครอบครัวของชาวแอฟริกัน

อเมริกัน บทเรียนคือการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องและการแสดงให้เห็นถึงความเป็นพลวัตรของพฤติกรรมและวัฒนธรรมกลายเป็นหนึ่งในกลยุทธ์การบำบัด

- (11) การแทรกแซงด้วยการบำบัดทางจิตและพฤติกรรมแก่เด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ สำหรับกรณีที่ได้รับผลกระทบทางจิต “Global Trauma-Focused Cognitive Behavioral Therapy Interventions for Child Sexual Abuse Victims” (Emily Bowen, 2014) หลายประเทศได้นำ Trauma - Focused Cognitive Behavioural Therapy (TF - CBT) มาใช้และเป็นที่พิสูจน์แล้วว่า เป็นรูปแบบที่มีประสิทธิภาพในการรักษาเหยื่อโดยเฉพาะกลุ่มเด็กให้กลับมามีแนวโน้มที่จะใช้ชีวิตตามปกติได้อีกครั้งและมีอาการทางพฤติกรรมหรืออาการทางอารมณ์น้อยลง แต่อย่างไรก็ตาม การฝึกอบรมแพทย์และการรวมเครือข่ายเพื่อส่งต่อการบำบัดรักษาถือว่าเป็นกลยุทธ์ที่สามารถทำให้การบำบัดประสบความสำเร็จมากที่สุด ซึ่งการศึกษานี้มิใช่การศึกษาจากพฤติกรรมและการทดลองแต่เป็นการรวบรวมข้อมูลจากวารสารต่าง ๆ รวมทั้งการศึกษางานวิจัยซึ่งได้รวบรวมงานวิจัยทั้งหมดที่เกี่ยวข้องจำนวน 31 บทความเพื่อให้เห็นแนวโน้มที่เกิดขึ้นทั่วโลก

จากแนวคิด หลักสูตร และชุดเครื่องมือข้างต้นแสดงให้เห็นถึงความสำคัญและความเป็นไปได้ของการทำงานเชิงรุกเพื่อป้องกัน (Prevention program) มากขึ้น และหลายแนวคิดสามารถฝึกทำได้โดยบุคคลที่ไม่จำเป็นต้องจบทางด้านจิตวิทยาโดยตรง นอกจากนี้ ในช่วงทศวรรษที่ผ่านมาการบำบัดตามแนวทางของ CBT โดยกลุ่มนักจิตวิทยา และจิตแพทย์กลุ่มที่ทำงานด้านจิตวิทยาเชิงบวก ได้มีการนำเอาจุดแข็ง ความสามารถและทรัพยากรของผู้ป่วยซึ่งถือเป็นสิ่งสำคัญที่สุดตามแนวความคิดของจิตวิทยาเชิงบวกมาช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลง Seligman (2011) ผู้ร่วมก่อตั้งขบวนการจิตวิทยาเชิงบวกกล่าวว่าหากเราต้องการที่จะพัฒนาและมีความเป็นอยู่ที่ดี เราต้องลดความทุกข์ยากลง แต่นอกจากนี้เราต้องมียารมณ์เชิงบวก การให้ความหมาย ความสำเร็จ และความสัมพันธ์เชิงบวก ไปพร้อมกันด้วย ไม่สามารถทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพียงอย่างเดียว หรือทำตามลำดับก่อนหลัง ควรต้องมีการออกแบบการทำงานไปควบคู่กัน ซึ่งเรียกแนวคิดนี้ว่า Positive CBT

Positive CBT คือการศึกษาเชิงวิชาการเกี่ยวกับสิ่งที่ทำให้ชีวิตมีคุณค่าในการดำรงชีวิตและสิ่งที่ทำให้บุคคลและชุมชนเจริญเติบโต นอกจากนี้ยังเป็นการศึกษาเงื่อนไขและกระบวนการที่นำไปสู่การทำงานที่ดีที่สุด ในบุคคล ความสัมพันธ์และการทำงาน การบำบัดโดยบางที่เน้นการการบำบัดระยะสั้นในการแก้ปัญหา (Solution-focused Brief Therapy; SFBT) คือการประยุกต์ใช้หลักการและเครื่องมือในทางปฏิบัติ คือ การค้นหาเส้นทางตรงไปยัง 'สิ่งที่ใช้งานได้' สำหรับผู้เข้ารับการบำบัดรายนี้ในขณะนี้ ในบริบทนี้ เป็นวิธีการในการเปลี่ยนแปลง ขวนสนทนากับสิ่งที่ต้องการ สิ่งที่ทำ และสิ่งที่อาจก่อให้เกิดความคับท้อ (Bannink และ Jackson 2011) ภายใต้แนวคิด Positive CBT บทบาทของนักบำบัดนั้นแตกต่างจากบทบาทใน CBT แบบดั้งเดิม จากการเป็นผู้เชี่ยวชาญเพียงคนเดียวในห้องที่สำรวจและวิเคราะห์ปัญหาแล้วให้คำแนะนำกับผู้เข้ารับการบำบัดเกี่ยวกับวิธีการแก้ปัญหาของพวกเขา การเปลี่ยนแปลงบทบาทเป็นหนึ่งในที่ที่นักบำบัดไม่

จำเป็นต้องผลัดหรือตั้ง ยืนอยู่ข้างหลังผู้ป่วยและตะแบกไหล่พวกเขาด้วยคำถามที่เน้นการแก้ปัญหา เชื่อเชียวให้พวกเขา มองอนาคตที่ต้องการและเพื่อให้บรรลุเป้าหมายของพวกเขา เพื่อมองเห็นขอบเขตที่กว้างของความเป็นไปได้ส่วนตัว

2.2 วิเคราะห์ตัวแปรและความเชื่อมโยง

จากการวิเคราะห์เป้าหมายของการบำบัดทั้งสามกลุ่มแนวคิดในประเด็นเรื่องเป้าหมายของการบำบัดฟื้นฟูในกลุ่มเป้าหมายที่เป็นเด็กที่ถูกกระทำความรุนแรงทางเพศ หรือได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจ พบว่า การเสริมสร้าง ความยืดหยุ่นแข็งแกร่งทางจิตใจ (Resilience)¹ เป็นปัจจัยสำคัญในการทำให้ผู้เข้ารับการบำบัดได้มีความสามารถในการเผชิญกับอุปสรรคในช่วงชีวิตที่เหลือได้ รวมไปถึงสามารถฟื้นฟู เปลี่ยนแปลง ความหมายของอุปสรรคต่างในชีวิตให้มาเป็นพลังหนุนเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจได้ในระยะยาว

โดยแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับ Resilience ได้ถูกพัฒนาขึ้นอย่างมากในช่วงมากกว่าสี่ทศวรรษที่ผ่านมา โดยได้มีหลายแนวคิดถูกต่อยอดสู่การทำงานเชิงรุก และเชิงป้องกัน หนึ่งในแนวทางที่ได้รับการยอมรับในระดับนานาชาติถึงผลลัพธ์การทำงานเพื่อเสริมสร้าง Resilience ให้กับกลุ่มเป้าหมายต่าง ๆ ตั้งแต่ เด็กในโรงเรียน จนถึงกองทัพอเมริกา คือ โปรแกรมของ University of Pennsylvania ซึ่งกรอบแนวคิดในการเสริมสร้าง ทักษะให้บุคคลเกิด Resilience เพิ่มขึ้น มีการกำหนดตัวแปรสำคัญของการเสริมสร้างไว้ทั้งสิ้น 6 ตัวแปร (<https://ppc.sas.upenn.edu/resilience-programs/resilience-skill-set>) ดังต่อไปนี้

7. **ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness)** คือ ความสามารถในการตระหนักรู้ความคิด อารมณ์ พฤติกรรม และรูปแบบการตอบสนองต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ของตนเอง
8. **ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation)** คือ ความสามารถในการเปลี่ยนความคิด อารมณ์พฤติกรรมและการแสดงออกเพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ต้องการ
9. **ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility)** คือ ความสามารถในการมองสถานการณ์จากมุมมองที่หลากหลาย มีความคิดสร้างสรรค์ และยืดหยุ่นในการตัดสินใจโต้ตอบกับเหตุการณ์
10. **คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character)** คือ ความสามารถในการใช้จุดแข็งเชิงบวก ของตนเองเอาชนะความท้าทายและสร้างชีวิตที่สอดคล้องกับคุณค่าภายในจิตใจของตน
11. **สายสัมพันธ์ (Connection)** คือ ความสามารถในการสร้าง และรักษาความสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง รวมถึงการมีความรู้สึกเชื่อมโยงกับบุคคลรอบตัว สามารถแปรเปลี่ยนเป็นพลังใจในการใช้ชีวิตได้
12. **การมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)** คือ ความสามารถในการสังเกตและออกแบบความคาดหวังเชิงบวก โดยมุ่งเน้นไปที่สิ่งที่สามารถควบคุม และการดำเนินการอย่างมีเป้าหมาย

¹ สมรรถภาพของบุคคลในการปรับตัวเข้ากับสิ่งที่ต้องทำในชีวิตเมื่อเผชิญกับความเสียหายทางสังคม หรือเผชิญกับสถานการณ์ที่มีอุปสรรคมาก

ผู้วิจัยได้สังเคราะห์ประเด็นความเชื่อมโยงจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 12 งานวิจัย ที่ครอบคลุมสามกลุ่มแนวคิดการบำบัดข้างต้น กับตัวแปร Resilience ตามแนวคิดของ University of Pennsylvania ได้ผลลัพธ์เบื้องต้นดังแสดงในตารางต่อไปนี้

ตัวแปร รายชื่องานวิจัย	ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness)	ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation)	ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility)	คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character)	สายสัมพันธ์ (Connection)	การมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)
1. ผลของโปรแกรมการเรียนรู้แบบกลุ่มในการจัดการภาวะวิกฤตทางจิตใจต่อภาวะสุขภาพจิตของวัยรุ่นที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ความไม่สงบในภาคใต้ โดย จุฑามาศ สุวรรณวัฒน์	✓	✓	✓	✓	✓	✓
2. ผลของโปรแกรมป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศต่อความตั้งใจในการกระทำพฤติกรรมป้องกันตนเองของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษา โดย ศิริรินทร์มา ทักษิณียรตัน	✓	✓	✓	✓		
3. ผลของโปรแกรมทักษะชีวิตต่อความรู้และทักษะการป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศใน นักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดย สุวิมล เกิดอินทร์	✓	✓	✓	✓	✓	✓
4. ผลของศิลปะบำบัดต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของเด็กวัยรุ่นที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ โดย นิดารัตน์ ชูวิเชียร	✓	✓	✓	✓	✓	✓
5. ผลของโปรแกรมสัมพันธ์ภาพเพื่อการบำบัดต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของเด็กหญิงที่ถูกกระทำรุนแรง ในสถานแรกรับเด็กหญิง เขตภาคกลาง โดย อัจฉรา ฐิตวัฒน์กุล	✓	✓	✓	✓	✓	✓
6. ผลของโปรแกรมการช่วยเหลือทางจิตใจต่อ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและสุขภาพจิต ของเด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ โดย เอื้อจิต จิตวิมลิการ	✓	✓	✓	✓	✓	✓
7. ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศในวัยรุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยง โดย ฐานดา เกียรติเกาะ	✓	✓	✓	✓	✓	✓
8. ผลการใช้โปรแกรมตามแนวทฤษฎีปัญญาพฤติกรรม ที่มีผลต่อความเข้มแข็งทางจิตใจในเด็กวัยรุ่น โดย นีรชา นาวาวัฒน์	✓	✓	✓	✓	✓	✓
9. Treating Childhood Traumatic Grief: A Pilot Study โดย Judith A Cohen, Anthony P Mannarino, และ Kraig Knudsen	✓	✓	✓	✓	✓	✓

ตัวแปร รายชื่องานวิจัย	ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness)	ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation)	ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility)	คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character)	สายสัมพันธ์ (Connection)	การมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)
10. Adapting Multidimensional Treatment Foster Care for the Treatment of Co-occurring Trauma and Delinquency in Adolescent Girls โดย Dana K. Smith, Patricia Chamberlain, และ Esther Deblinger	✓	✓	✓	✓	✓	✓
11. Psychological therapies for the treatment of post-traumatic stress disorder in children and adolescents โดย Donna Gillies, Fiona Taylor, Carl Gray, Louise O’Brien และ Natalie D’Abrew	✓	✓	✓	✓	✓	✓
12. Profiles of Personal Resiliency in Youth Who Have Experienced Physical or Sexual Abuse โดย Esther Deblinger, Melissa K. Runyon และ Robert A. Steer	✓	✓	✓	✓	✓	✓

1. ผลของโปรแกรมการเรียนรู้แบบกลุ่มในการจัดการภาวะวิกฤตทางจิตใจต่อภาวะสุขภาพจิตของวัยรุ่นที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ความไม่สงบในภาคใต้ โดย จุฑามาศ สุวรรณวัฒน์ จากโปรแกรมที่ใช้ในการวิจัยมีส่วนช่วยในการส่งเสริมการจัดการกับภาวะวิกฤตทางจิตใจ ซึ่งทำให้เกิดการเรียนรู้ การพัฒนาทักษะและศักยภาพในการที่จะเผชิญกับสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม สามารถปรับตัวและปรับสมดุลทางด้านจิตใจส่งผลให้สภาพจิตใจของวัยรุ่นดีขึ้น มีสภาพทางจิตที่เป็นสุข ซึ่งสอดคล้องกับตัวแปร ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness) ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation) และความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility) ที่ทำให้วัยรุ่นมีศักยภาพในการปรับตัวเพื่อจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ซึ่งการมีภาวะสุขภาพจิตที่ดีนั้นทำให้สามารถเข้าใจและรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเองทั้งด้านจิตใจและด้านร่างกายที่อาจส่งผลต่อจิตใจ สามารถสร้างสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ ในสังคมเป็นไปตามตัวแปรสายสัมพันธ์ (Connection) เพื่อเป็นปัจจัยในการสนับสนุนที่มีความสำคัญ เช่น ครอบครัว ชุมชน ศาสนาความเชื่อของแต่ละบุคคล มีความสามารถในการทำงาน และความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน นอกจากนี้การมีคุณภาพของจิตที่มีความหวังดี ความปรารถนาดียังมีความเชื่อมโยงกับตัวแปรคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character) ที่ส่งผลให้สามารถดำเนินชีวิตโดยสร้างประโยชน์ให้เกิดขึ้นทั้งต่อตนเองและสังคม ซึ่งคล้ายตามตัวแปรการมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)

2. ผลของโปรแกรมป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศต่อความตั้งใจในการกระทำพฤติกรรมป้องกันตนเองของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษา โดย ศิริรินทร์นา ทศนีย์รัตน์ จากโปรแกรมในการวิจัยที่มีการส่งเสริมเรื่องการป้องกันการถูกล่วงละเมิดที่ใช้แนวคิดของ Brandura ผลการศึกษานอกจากจะทำให้นักเรียนเข้าใจและการรับรู้สภาพปัญหา รูปแบบการถูกล่วงละเมิด บุคคลที่อาจเป็นผู้กระทำการล่วงละเมิด และแนวทางในการป้องกันตนเองดีขึ้นยังทำให้สามารถสร้างพฤติกรรมใหม่ที่เป็นการสร้างเสริมที่ดีและสิ่งที่เป็นประโยชน์ให้กับตนเอง สามารถรับรู้ความสามารถของตนเองซึ่งสอดคล้องกับตัวแปร ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness) ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation) ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility) และ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character)

3. ผลของโปรแกรมทักษะชีวิตต่อความรู้และทักษะการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศใน นักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดย สุวิมล เกิดอินทร์ จากโปรแกรมที่ใช้ในการวิจัยที่มีส่วนช่วยในการฝึกทักษะชีวิตทำให้เด็กมีความรู้และความสามารถในการจัดการปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่มีความเสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศ อีกทั้งเป็นเครื่องมือที่บุคคลใช้ในการรับรู้หรือตอบสนองต่อสถานการณ์และบรรลุเป้าหมายในชีวิตของบุคคลมีการส่งเสริมทักษะเพิ่มขีดความสามารถเชิงจิตวิทยาสังคม (Psychosocial competence) 10 ทักษะ คือ ทักษะการคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking) ทักษะการตระหนักรู้ในตน (Self-awareness) ทักษะการเข้าใจผู้อื่น (Empathy) ทักษะการตัดสินใจ (Decision making) ทักษะการแก้ปัญหา (Problem Solving) ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective communication) ทักษะการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal relationship) ทักษะการจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotion) ทักษะการจัดการกับความเครียด (Coping with stress) และ ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical thinking) ซึ่งสอดคล้องกับตัวแปรทั้งหมดที่เราต้องการหาคือ ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness) ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation) ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility) คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character) สายสัมพันธ์ (Connection) และการมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)

4. ผลของศิลปะบำบัดต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของเด็กวัยรุ่นที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ โดย นิตา รัตน์ ขุวิเชียร จากกิจกรรมในการบำบัดส่งผลให้วัยรุ่นเกิดการยอมรับตนเองตามความเป็นจริง เห็นคุณค่าในตนเอง มองเห็นปฏิสัมพันธ์ภายในครอบครัวของสมาชิกแต่ละคนจากการฉายภาพตนเองและครอบครัว ซึ่งสอดคล้องกับตัวแปรความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness) ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation) และสายสัมพันธ์ (Connection) นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับตัวแปร ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility) คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character) และการมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism) ในเรื่องของการสร้างสรรค์ผลงานทางศิลปะ บอกเล่าเรื่องราวความเจ็บปวดทางจิตใจที่ได้รับ และการให้กำลังใจกันและกันกับสมาชิกกลุ่ม รวมไปถึงการระบายความรู้สึกของตนเองให้สมาชิกได้เสนอวิธี

จัดการ แนะนำแนวทางแก้ไขเมื่อเผชิญกับภาวะวิกฤติเพื่อที่สมาชิกคนอื่น ๆ สามารถเลือกไปใช้ได้
เหมาะสมกับตนเอง

5. ผลของโปรแกรมสัมพันธ์ภาพเพื่อการบำบัดต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของเด็กหญิงที่ถูกกระทำรุนแรง ในสถานแรกรับเด็กหญิง เขตภาคกลาง โดย อัจฉรา ฐิตวัฒนกุล จากโปรแกรมที่ใช้ในการวิจัยเป็นที่แน่นอนว่าเกี่ยวข้องกับตัวแปร สายสัมพันธ์ (Connection) เนื่องจากในการเริ่มโปรแกรมนั้นผู้วิจัยได้มุ่งเน้นไปที่การสร้างสัมพันธ์ภาพกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อให้เกิดการไว้วางใจ การยอมรับและความน่าเชื่อถือ ทำให้เด็กสามารถบอกถึงปัญหาของตนเอง เด็กสามารถระบายอารมณ์ ความรู้สึกและสำรวจปัญหาที่มารบกวนจิตใจหลังจากที่ถูกกระทำรุนแรง และสะท้อนวิเคราะห์อารมณ์ ความรู้สึกที่มีต่อตนเองรวมถึงความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ตลอดทั้งการทำความเข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้น เรียงลำดับความสำคัญของปัญหาและระบุทางเลือกในการจัดการปัญหา ซึ่งทำให้เด็กสามารถเผชิญปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ ที่เข้ามาในชีวิตด้วยจิตใจที่เข้มแข็งมั่นคงจัดการและสามารถหลีกเลี่ยงความรุนแรงของปัญหาได้ มีความเป็นอิสระไม่พึ่งพาใคร เป็นไปตามตัวแปรความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness) ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation) และความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility) เมื่อเด็กสามารถเข้าใจปัญหาและหาวิธีจัดการได้ซึ่งในการดำเนินการแก้ปัญหาที่ผู้วิจัยทำหน้าที่ให้ข้อมูลและส่งเสริมช่วยเหลือให้เด็กเข้าใจ เรียนรู้สถานการณ์และการจัดการปัญหา เด็กจะรับรู้คุณค่าของสัมพันธ์ภาพและรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของบรรยากาศแบบนี้ เด็กค้นพบความสามารถของตนเองและเกิดการยอมรับตนเองและเกิดความเชื่อมั่นในคุณค่าแห่งตน ในกิจกรรม “วันแห่งความสำเร็จ” และนำมาซึ่งการวางเป้าหมายในชีวิตโดยดึงศักยภาพที่ตนเองที่มีอยู่ไปสู่ความภาคภูมิใจและรับรู้ถึงคุณค่าในตนเองสอดคล้องกับตัวแปร คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character) และการมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)

6. ผลของโปรแกรมการช่วยเหลือทางจิตใจต่อ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและสุขภาพจิต ของเด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ โดย เอื้อจิต จิตวุฒิการ จากโปรแกรมการช่วยเหลือทางจิตใจในการวิจัย แสดงให้เห็นว่าการใช้กิจกรรมที่เน้นประสบการณ์การถูกล่วงละเมิดทำให้เด็กได้คิดพิจารณาถึงแง่มุมต่าง ๆ ของการล่วงละเมิดทางเพศอีกครั้งในสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยขึ้น ทำให้เด็กสามารถจัดสิ่งที่ฝังใจและรบกวนจิตใจออกไปรวมทั้งได้แก้ไขความคิดและความเชื่อที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับตัวตนของตนเอง ส่งผลให้เด็กมีความมั่นใจที่จะเผชิญชีวิตต่อไปมากขึ้น มีความคิดเกี่ยวกับตนเองในทางที่ดีและชัดเจนยิ่งขึ้น สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดีขึ้น สิ่งเหล่านี้เมื่อรวมกับการได้รับความรู้สึกเห็นอกเห็นใจและการสนับสนุนจากผู้ดำเนินกิจกรรมส่งผลให้เด็กได้พัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองที่เกิดจากกิจกรรมในโปรแกรมที่มุ่งให้เกิดการตระหนักรู้ในตนเอง ช่วยซึมซับลักษณะที่ดีของตนเอง เปลี่ยนแปลงหรือขจัดความเชื่อภายในทางลบ และยังเสริมสร้างทั้งทักษะต่าง ๆ ที่บกพร่องไป ซึ่งสอดคล้องกับตัวแปรทั้งหมดที่เราต้องการหา คือ ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness) ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation) ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility)

คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character) สายสัมพันธ์ (Connection) และการมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)

7. ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศในวัยรุ่นหญิงกลุ่มเสี่ยง โดย **ฐานดา เกียรติเกาะ** จากโปรแกรมในงานวิจัยทำให้วัยรุ่นหญิงเกิดการพัฒนาทักษะ 10 ทักษะ คือ ทักษะการคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking) ทักษะการตระหนักรู้ในตน (Self-awareness) ทักษะการเข้าใจผู้อื่น (Empathy) ทักษะการตัดสินใจ (Decision making) ทักษะการแก้ปัญหา (Problem Solving) ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective communication) ทักษะการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal relationship) ทักษะการจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotion) ทักษะการจัดการกับความเครียด (Coping with stress) และทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical thinking) โดยใช้หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมซึ่งเป็นรูปแบบการเรียนการสอนที่มีประสิทธิภาพในการพัฒนาบุคคลทั้งด้านความรู้ ทักษะ และทัศนคติ และทักษะได้ดีที่สุด ผ่านการสังเคราะห์แบบ meta-analysis ซึ่งได้โครงสร้างพื้นฐานของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่ประกอบด้วยวงจรการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ผสมผสานกับกระบวนการกลุ่ม (group process) เพราะผู้เรียนทุกคนมีประสบการณ์ จึงสามารถทำให้เกิดประโยชน์สูงสุด หรือแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน และช่วยกันทำในสิ่งที่ยาก หรือไม่เคยทำมาก่อนด้วยความมั่นใจ โดยเฉพาะการฝึกอบรมที่อาจมีข้อจำกัดในด้านเวลา ซึ่งสอดคล้องกับตัวแปรทั้งหมดที่เราต้องการหา คือ ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness) ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation) ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility) คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character) สายสัมพันธ์ (Connection) และการมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)

8. ผลการใช้โปรแกรมตามแนวทฤษฎีปัญญาพฤติกรรม ที่มีผลต่อความเข้มแข็งทางจิตใจในเด็กวัยเรียน โดย **นิรชา นาววัฒน์** จากการใช้โปรแกรมในการวิจัยที่ส่งเสริมการปลูกฝังให้เด็กในวัยเรียนมีความเข้มแข็งทางจิตใจที่ประกอบด้วย พลังฮึด พลังฮึด และพลังสู้ ตามแนวคิดปัญญา – พฤติกรรม ที่ทำให้เด็กมีความสามารถในการอดทนต่อความยากลำบาก ควบคุมอารมณ์ไม่ให้อ่อนไหวง่าย รู้เท่าทันและยอมรับอารมณ์ตนเอง เช่น กลัว โกรธ เศร้า เสียใจ ซึ่งโปรแกรมใช้วิธีการฝึกสมาธิ การหายใจ และการปรับความคิดในเชิงบวกในการควบคุมอารมณ์ต่าง ๆ ซึ่งเป็นไปตามตัวแปรความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness) ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation) คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character) รวมไปถึงการเสริมสร้างกำลังใจในการมีชีวิตต่อไปภายใต้สถานการณ์กดดัน การคิดในแง่บวกเป็นการสร้างกำลังใจให้ตนเอง ให้มีความหวัง มองโลกในแง่ดี ให้คิดเสมอว่าพรุ่งนี้เราจะต้องดีกว่าวันนี้ การคิดบวกถือเป็นกำลังใจที่ส่งผลให้เราสามารถฟันฝ่าอุปสรรคไปได้สองคล้องกับตัวแปร สายสัมพันธ์ (Connection) และการมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism) นอกจากนี้โปรแกรมยังส่งเสริมการเอาชนะอุปสรรคเพื่อสร้างความมั่นใจและตระหนักในทักษะของตนเอง การหาทางออกไว้หลาย ๆ ทางซึ่งเป็นไปตามตัวแปรความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility)

9. *Treating Childhood Traumatic Grief: A Pilot Study* โดย Judith A Cohen, Anthony P Mannarino, และ Kraig Knudsen จากการใช้โปรแกรมบำบัดที่ใช้ในงานวิจัยที่ทำให้เด็กสามารถตระหนักและรับรู้ถึงความรู้เกี่ยวกับความสัมพันธ์ของความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับปฏิกิริยา ความเศร้าโศกและการสูญเสียทั้งยังสามารถตั้งชื่อให้กับสิ่งที่ได้สูญเสียไปได้ และเข้าใจเหตุผลในการเล่าเรื่อง การบาดเจ็บทางจิตใจ แล้วสามารถเล่าเรื่องหรือแบ่งปันเรื่องราวการบาดเจ็บทางจิตใจเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับความตายกับผู้ปกครองหรือคนอื่น ๆ ได้ ซึ่งสอดคล้องในตัวแปร ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness) ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation) การสร้างความทรงจำในเชิงบวกของผู้เสียชีวิตเพื่อให้ระลึกถึง การกำหนด และการเตรียมความพร้อมสำหรับการระลึกถึงการบาดเจ็บในอนาคต สามารถอธิบายถึงความรู้สึกของตนเองและสามารถสร้างความสัมพันธ์ใหม่ ๆ และต่อเนื่องได้ นอกจากนี้เด็กยัง จะได้รับการส่งเสริมใน ทักษะการปรับอารมณ์ ทักษะการผ่อนคลาย การปลอบใจตนเอง และทักษะการเผชิญ ปัญหา ซึ่งสอดคล้องตามตัวแปร ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility) คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character) สายสัมพันธ์ (Connection) และการมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)

10. *Adapting Multidimensional Treatment Foster Care for the Treatment of Co-occurring Trauma and Delinquency in Adolescent Girls* โดย Dana K. Smith, Patricia Chamberlain, และ Esther Deblinger จากการใช้โปรแกรมการบำบัดในงานวิจัยทำให้เด็กและผู้ปกครองมีความรู้ความเข้าใจในการบาดเจ็บทางจิตใจและความเครียดที่มีทั้งทางร่างกายและจิตใจ ความสัมพันธ์ระหว่างการบาดเจ็บทางจิตใจ ความเครียด ใส่ใจกับสถานะของอารมณ์ การควบคุมอารมณ์ และใช้เทคนิคการควบคุมอารมณ์อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อรักษาสัมพันธภาพที่ดีระหว่างบุคคล จากการแสดงบทบาทสมมติในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ สอดคล้องกับตัวแปร ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness) ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation) ทั้งยังพัฒนาความสัมพันธ์เชิงบวกและการรักษาการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพสามารถตอบสนอง ต่อการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเพื่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลด้วยการฝึกปฏิบัติทักษะเพื่อการสื่อสารที่ ชัดเจน ที่เป็นไปตามตัวแปร สายสัมพันธ์ (Connection) นอกจากนี้โปรแกรมบำบัดยังส่งเสริมตัวแปรความ คล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility) คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character) และการมอง โลกแบบมีความหวัง (Optimism) ด้วยการเพิ่มความรู้เกี่ยวกับพัฒนาการทางเพศ การเปลี่ยนแปลงทาง ร่างกายและอารมณ์พื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น วิธีการป้องกันที่มีประสิทธิภาพในการตั้งครครร์ ความรู้ เบื้องต้นเกี่ยวกับแนวคิดเรื่องการบีบบังคับทางเพศและความเชื่อผิด ๆ เกี่ยวกับความสัมพันธ์ทางเพศ ผ่าน ทักษะและกลยุทธ์ต่าง ๆ เช่น กลยุทธ์ที่มีประสิทธิภาพสำหรับความปลอดภัยในสถานการณ์บีบบังคับทางเพศ การสื่อสารเกี่ยวกับเรื่องเพศ การขอความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่ ทักษะการตัดสินใจ ทักษะความปลอดภัยการ ป้องกันตัว ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการปฏิเสธ ทั้งยังมีการฝึกฝนทักษะต่าง ๆ จากการจำลองสถานการณ์ เพื่อการประยุกต์ใช้ทักษะที่เหมาะสมต่อการใช้ชีวิตประจำวัน

11. *Profiles of Personal Resiliency in Youth Who Have Experienced Physical or Sexual Abuse* โดย Esther Deblinger, Melissa K. Runyon และ Robert A. Steer จากการใช้โปรแกรมการบำบัดในงานวิจัยเด็กมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับความเจ็บปวดทางจิตใจ PTSD และ TF-CBT การใช้ทักษะเพื่อตอบสนองต่อความเจ็บปวดและความทรงจำที่เจ็บปวด สามารถจัดการกับความทุกข์ความเข้าใจ ที่เกี่ยวข้องหรือไม่เกี่ยวกับความเจ็บปวด การเปิดเผยถึงความเจ็บปวดที่ละชั้น (การเล่าถึงประสบการณ์ ความรู้สึกระหว่าง การได้รับความเจ็บปวด) เหตุผลสำหรับการบรรยายเรื่องความเจ็บปวด สามารถเตรียมการเล่าเรื่องความเจ็บปวดทั้งตั้งชื่อเรื่องและบทนำเกี่ยวกับการบรรยายเรื่องความเจ็บปวดและยังประเมินความพร้อมในการรับฟังการเล่าเรื่องความเจ็บปวดไปจนถึงสามารถบรรยายเรื่องความเจ็บปวดให้คนอื่น ๆ ได้ฟัง ทั้งนี้เด็กยังสามารถอธิบายถึงความรู้สึกของตนเองต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ และเข้าใจเหตุผลในการที่จะมองโลกในแง่ดีผ่านกิจกรรมต่าง ๆ ในการบำบัดเช่น การสร้างงานศิลปะที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกเจ็บปวด (สิ่งที่จะบอกคนอื่นเกี่ยวกับความเจ็บปวด ฯลฯ) การสร้างชุดทักษะการเผชิญปัญหา (ทำบัตรสารบัญการเผชิญปัญหา) ทักษะการเลือกอย่างใส่ใจ (ที่เกี่ยวข้องกับการไม่เจ็บปวด) ฝึกทักษะและวางแผนการเตือนความจำในอนาคต ทักษะความปลอดภัยผ่านการแสดงบทบาทสมมติ ทักษะฝึกการผ่อนคลาย (mindfulness) ทักษะการใช้การคำชมเชย และทักษะการรับฟัง – reflective listening ซึ่งการฝึกทักษะต่าง ๆ นั้นสอดคล้องกับตัวแปรทั้งหมดของเราที่ต้องการหา คือความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness) ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation) ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility) คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character) สายสัมพันธ์ (Connection) และการมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)

12. *Psychological therapies for the treatment of post-traumatic stress disorder in children and adolescents* โดย Donna Gillies, Fiona Taylor, Carl Gray, Louise O'Brien และ Natalie D'Abrew มีการยืนยันว่าการบำบัดทางจิตวิทยาที่มีหลักฐานประสิทธิผลที่ดีที่สุดคือ CBT ส่งผลให้มีการฟื้นฟูที่ดีขึ้นสำหรับการรักษาต่อเนื่องสูงสุดหนึ่งปีของอาการ PTSD ทำให้ภาวะซึมเศร้าลดลงภายในหนึ่งเดือนทั้งยังเสริมสร้างทักษะต่าง ๆ ที่จำเป็นสำหรับผู้เข้ารับการบำบัดทางจิตวิทยาด้วย CBT ซึ่งได้ครอบคลุมทั้ง 6 ตัวแปรคือความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness) ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation) ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility) คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character) สายสัมพันธ์ (Connection) และการมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)

จากงานวิจัย และการวิเคราะห์ตัวแปรข้างต้น ได้แสดงให้เห็นถึงความสำคัญ ความตรง (validity) และความเชื่อถือได้ (reliability) ของตัวแปรทั้ง 6 ตัวแปร ในการเสริมสร้าง Resilience ให้กับกลุ่มเป้าหมาย โดยเฉพาะในกลุ่มเด็ก เยาวชน ที่ได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจ (trauma) ผู้วิจัยจึงได้นำเอา 6 ตัวแปรข้างต้นมาใช้เป็นกรอบในการออกแบบโปรแกรมตามงานวิจัยฉบับนี้

บทที่ 3 รายงานผลการวิจัยระยะที่ 1 : ออกแบบและพัฒนาโปรแกรม

งานวิจัยฉบับนี้อยู่ภายใต้กรอบแนวคิด การวิจัยและพัฒนา (research and development) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมเพื่อการฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่ตกเป็นเหยื่อทารุณกรรมทางเพศที่อาศัยอยู่ที่บ้านพักพิง ทางผู้วิจัยได้คัดเลือกพื้นที่ภูมิศาสตร์การวิจัยที่ตรงกับวัตถุประสงค์การวิจัย และเป็นพื้นที่เริ่มต้นในการศึกษาวิจัยและพัฒนาโปรแกรมฯ คือ บ้านพักฉุกเฉินฯ (ดอนเมือง) ผู้วิจัยได้แบ่งขั้นตอนการดำเนินงานวิจัยและพัฒนาเป็น 2 ระยะ คือ ระยะที่ 1 ระยะวิจัย เพื่อออกแบบและพัฒนาโปรแกรมที่เหมาะสมในการฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่ตกเป็นเหยื่อทารุณกรรมทางเพศ ระยะที่ 2 ระยะทดลองใช้โปรแกรมในกลุ่มเป้าหมาย โดยรายละเอียดในบทที่ 3 เป็นการรายงานผลการวิจัยระยะที่ 1 และบทที่ 4 เป็นการรายงานผลการวิจัยระยะที่ 2

3.1 ผลการรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลจากการวิจัยระยะที่ 1

ผู้วิจัยใช้กระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative method) ในการรวบรวมข้อมูลเพื่อพัฒนาโปรแกรม โดยแบ่งกระบวนการออกเป็น 3 ขั้นตอน คือ ขั้นการวิจัยเอกสาร ขั้นการรวบรวมข้อมูลจากผู้เชี่ยวชาญ และขั้นการพัฒนาโปรแกรม โดยมีรายละเอียดและผลลัพธ์ดังต่อไปนี้

ขั้นการวิจัยเอกสาร : ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมเพื่อการฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่ตกเป็นเหยื่อทารุณกรรมทางเพศ ทั้งในและต่างประเทศ รวมถึงทบทวนทฤษฎี โปรแกรม ตัวแปรที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลง ดังที่นำเสนอไว้ในงานวิจัย บทที่ 2 ข้างต้น

ขั้นการรวบรวมข้อมูลจากผู้เชี่ยวชาญ : คณะผู้วิจัย ร่วมกับหน่วยงานที่รับผิดชอบ จัดการสนทนากลุ่มร่วมกับผู้เชี่ยวชาญภาครัฐ ภาคประชาสังคม บุคลากรทางการแพทย์ และผู้แทนหน่วยงาน (รายชื่อดังแนบในภาคผนวก) เมื่อวันที่ 11 กรกฎาคม 2562 ณ สถาบันเพื่อการยุติธรรมแห่งประเทศไทย (องค์การมหาชน) ได้ข้อสรุปจากความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญที่สำคัญ ดังต่อไปนี้

ประเด็นที่ 1 ผู้วิจัยควรคำนึงถึงองค์ประกอบสภาพแวดล้อมอื่นของบ้านเพื่อให้สามารถพัฒนาให้เครื่องมือไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยข้อควรคำนึงหลัก คือ บ้านพักส่วนใหญ่มีบุคลากรไม่เพียงพอ โดยเฉพาะนักจิตวิทยา อีกทั้งช่วงเวลาที่เด็ก เยาวชน ที่ถูกการกระหนาบกระเทือนทางจิตใจเข้ามาอาศัยที่บ้านพักเพื่อพักพิงชั่วคราวนั้นใช้เวลาในการอยู่อาศัยไม่แน่นอน ส่วนใหญ่เป็นการพักพิงระยะสั้นไม่เกิน 1 ปี ดังนั้นโปรแกรมควรมีการออกแบบให้สามารถใช้งานได้ง่าย และใช้งานได้โดยบุคลากรที่ไม่ใช่จิตวิทยา

ประเด็นที่ 2 เนื่องจากกลุ่มเป้าหมายเป็นกลุ่มเปราะบาง ผู้วิจัยควรต้องมีผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน (Institutional Review Board :IRB) เพื่อให้มั่นใจว่าการดำเนินการวิจัยเป็นไปตามกรอบจริยธรรมสากลว่าด้วยการวิจัยในมนุษย์

ประเด็นที่ 3 การจัดการกลุ่มตัวอย่างที่มีความหลากหลายจะต้องคำนึงว่า เด็กแต่ละคนมีความแตกต่างกัน ดังนั้น การออกแบบวิธีการที่จะปฏิบัติกับเด็กจะมีความจำเป็นอย่างมากที่จะต้องมีการประเมินและความเข้าใจเด็กที่เป็นกลุ่มเป้าหมายเป็นรายบุคคล ต้องทบทวนให้ชัดว่า Positive outcome คืออะไร ดังนั้น ทฤษฎีหรือหลักคิดที่จะนำมาใช้ อาจจะต้องเฉพาะเจาะจงไปที่หลักคิดหรือทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่ง แต่อาจจะใช้ หลายทฤษฎีผสมผสานกัน (Multi -Theory) เป็น Comprehensive intervention จะมีความเหมาะสมมากกว่าในบริบทนี้

ขั้นการพัฒนาโปรแกรม : จากการรวบรวมข้อมูลผ่านการวิจัยเอกสาร การรวบรวมข้อมูลจากผู้เชี่ยวชาญ ผู้วิจัยได้ออกแบบและพัฒนาโปรแกรม บนฐานคิดหลักดังต่อไปนี้

ฐานคิดที่ 1 โปรแกรมนี้จะต้องสามารถดำเนินการได้โดยบุคลากรที่ไม่ใช่นักจิตวิทยา แต่อาจต้องมีการผ่านการฝึกอบรมเบื้องต้น เพื่อให้เข้าใจหลักคิดและกระบวนการที่ถูกต้อง

ฐานคิดที่ 2 โปรแกรมนี้ใช้หลายทฤษฎีผสมผสานกัน (multi-theory) ประกอบไปด้วย แนวคิดการบำบัดแบบ TF-CBT เนื่องจากเป็นแนวคิดที่ได้รับการยอมรับจากหลายงานวิจัยถึงผลลัพธ์ในการฟื้นฟูเด็กเยาวชน ที่ถูกระทบเทือนทางจิตใจ โดยเฉพาะประเด็นด้านการถูกรุณกรรมทางเพศ ร่วมกับ แนวคิดการเสริมสร้างจุดแข็งเชิงบวกของจิตวิทยาเชิงบวก (positive psychology) อันเป็นแนวคิดหลักในการเสริมสร้างทุนทางจิตใจ เหมาะสำหรับโปรแกรมที่เน้นการป้องกันควบคู่กับการฟื้นฟู และกระบวนการเรียนรู้ผ่านเกม (game-based learning) ซึ่งเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับช่วงวัยของกลุ่มเป้าหมาย มีความผ่อนคลายมากกว่ากระบวนการเรียนรู้แบบอื่น สามารถทำซ้ำได้

ฐานคิดที่ 3 เป้าหมายของโปรแกรมต้องสามารถนำไปสู่การเสริมสร้าง Resilience ผ่านตัวแปรหลักทั้งหกด้าน อันประกอบไปด้วย ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness) ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation) ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility) คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character) สายสัมพันธ์ (Connection) และการมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)

ฐานคิดที่ 4 โปรแกรมต้องสามารถดำเนินการได้ในระยะเวลาอันจำกัด เนื่องด้วยการดำเนินงานเพื่อฟื้นฟูเด็กและเยาวชนผู้ถูกรุณกรรม หรือผู้ที่ได้รับความเจ็บปวดทางจิตใจ มีเวลาไม่แน่นอน และจำกัดในขณะที่เข้าสู่กระบวนการฟื้นฟู ณ ศูนย์พักพิง จึงทำให้การทำงานเพื่อฟื้นฟูทางด้านจิตใจจำเป็นต้องสร้างกระบวนการที่สอดคล้องกับเงื่อนไขนี้ และอาจจำเป็นต้องเป็นกระบวนการที่ผู้เข้าร่วมฯ สามารถนำกลับไปฝึกต่อเองได้ต่อไป

จากฐานคิดทั้งสี่ฐานคิดข้างต้นผู้วิจัยได้นำมาพัฒนาโปรแกรมโดยสรุปแนวคิด กระบวนการ เครื่องมือ และเกมที่ใช้ รวมถึงได้กำหนดระยะเวลาของโปรแกรมแบ่งเป็น 8 ครั้ง ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

3.2 กรอบแนวคิดของโปรแกรม

ผู้วิจัยได้กำหนดกรอบแนวคิดของโปรแกรมโดยบูรณาการแนวคิดของ 3 แนวคิด ประกอบด้วย แนวคิดการบำบัดความคิดและพฤติกรรมแบบ TF-CBT, แนวคิดการเสริมสร้างคุณค่าภายในตนเองผ่านจิตวิทยาเชิงบวก และการใช้กระบวนการเรียนรู้ผ่านเกม ภายใต้อำนาจในการเสริมสร้างวิถีคิดแบบเติบโต (Growth-mindset) และ Resilience ดังต่อไปนี้

Growth and Resilience Interventions for vulnerable children



โดยมีรายละเอียดกระบวนการทั้ง 8 ครั้งดังต่อไปนี้

กระบวนการ	ขั้นเตรียมความพร้อม (Preparation)	ขั้นจัดกิจกรรม (Action)	ขั้นสรุปผล (Reflection)
ครั้งที่ 1 การแนะนำตัวทำ ความรู้จักกันแบบ เชิงบวก	ชี้แจงเกี่ยวกับ เป้าหมาย และรายละเอียดเกี่ยวกับ กิจกรรม/กระบวนการ	กิจกรรมที่ 1.1 เกม 5 สิ่งที่ชอบ	สรุปคะแนน
	ให้ผู้เข้าร่วมทำแบบ ประเมินความเข้มแข็งทาง ใจในเด็ก (Resilience Scale (RS – 15, 13 – 18 years))	กิจกรรมที่ 1.2 การให้ความรู้การผ่อนคลาย (Relaxation)	สรุปกิจกรรม และ ชวนพูดคุยในประเด็น “เคยเข้าร่วมกิจกรรมคล้ายแบบนี้มา ก่อนหรือไม่ เป็นอย่างไรบ้าง” “กิจกรรมนี้เป็นอย่างไรบ้าง”
ครั้งที่ 2 เรียนรู้วิธีการ จัดการและที่มา	พูดคุยเรื่องทั่วไป “วันนี้เป็นอย่างไรบ้าง” “เมื่อคืนหลับสบายมั๊ย”	กิจกรรมที่ 2.1 อารมณ์ของฉัน (My Emotions)	สรุปคะแนน

กระบวนการ	ขั้นเตรียมความพร้อม (Preparation)	ขั้นจัดกิจกรรม (Action)	ขั้นสรุปผล (Reflection)
การเกิดขึ้นของ อารมณ์	ฝึกการผ่อนคลายตัวเอง (การกำหนดหายใจเข้า- ออก)	กิจกรรมที่ 2.2 เกมทายคำ (Guess (e)motion)	สรุปกิจกรรม ชวนพูดคุยในประเด็น “กิจกรรมเป็นอย่างไรบ้างครับ” “มีสิ่งที่ยังสงสัย อยากถามเพิ่มเติมกับ พวกพี่ไหมครับ”
		กิจกรรมที่ 2.3 เกมรู้จักฉัน รู้จักเธอ	
ครั้งที่ 3 ร่วมกันค้นหาจุด แข็ง และอารมณ์ เชิงบวกกันเถอะ	เช็คอินความรู้สึก	กิจกรรมที่ 3.1 จุดแข็งคืออะไร	สรุปคะแนน สรุปกิจกรรม ชวนพูดคุยในประเด็น “เล่นเกมนี้แล้วรู้สึกอย่างไร” “เรารู้สึกยังไงเวลาที่คนอื่นมองเรามีสิ่งที่ ต่างจากเรามองตัวเอง”
		กิจกรรมที่ 3.2 จุดแข็งของฉัน	
		กิจกรรมที่ 3.3 ใบงานจุดแข็ง	
ครั้งที่ 4 มาจัดการความคิด จัดการความคิดไม่ ดีออกจากเรากัน	ฝึกการผ่อนคลายตัวเอง	กิจกรรม 4.1 สถานการณ์สื่ออารมณ์	สรุปคะแนน สรุปกิจกรรม ชวนพูดคุยในประเด็น “คำว่า คิดอย่างไรเราเลือกได้ สำหรับ น้องแล้ว น้องเห็นด้วยกับคำพูดนี้มาก น้อยแค่ไหน แล้วอะไรที่ทำให้น้องเห็น แบบนั้น”
	ทบทวนกิจกรรม จุดแข็ง ของฉัน	กิจกรรมที่ 4.2 เหตุการณ์ จุดแข็ง อารมณ์ (Strengths Cognitive Game)	
ครั้งที่ 5 เราที่ดีที่สุด คือเรา ที่เป็นแบบไหน	ชวนพูดคุยเรื่องทั่วไป	กิจกรรมที่ 4.2 เหตุการณ์ จุดแข็ง อารมณ์ (Strengths Cognitive Game)	สรุปคะแนน สรุปกิจกรรม ชวนพูดคุยในประเด็น “คำพูดบวก ลบ และกลไกใน “วิธีคิดของเรา เป็นอย่างไร”
	กิจกรรม 5.1 การผ่อนคลายของฉัน	กิจกรรมที่ 5.2 มองสองมุม	
		กิจกรรมที่ 5.3 คำเสริมพลัง	

กระบวนการ	ขั้นเตรียมความพร้อม (Preparation)	ขั้นจัดกิจกรรม (Action)	ขั้นสรุปผล (Reflection)
	กิจกรรมที่ 6.1 การเช็คอินจุดแข็ง	กิจกรรมที่ 4.2 เหตุการณ์ จุดแข็ง อารมณ์ (Strengths Cognitive Game)	สรุปคะแนน
		กิจกรรมที่ 6.2 หนึ่งคำถามหลายคำตอบ	สรุปกิจกรรม ชวนพูดคุยในประเด็น “สถานการณ์ไหนที่เราคิดว่าน่าสนใจ หรือตอบยากที่สุดในงานนี้ พอเล่าได้ ไหมว่าเพราะอะไรเราถึงคิดว่าน่าสนใจ หรือเพราะอะไรเราถึงคิดว่ายาก”
		กิจกรรมที่ 6.3 แต่งเติมเรื่องราว	
ครั้งที่ 7 เรียนรู้และจัดการ เพื่อสร้างคุณค่าใน ความสัมพันธ์ใน ชีวิตของเรา	กิจกรรมที่ 7.1 การเช็คอินความรู้สึก	กิจกรรมที่ 7.2 หนึ่งคำถามหลายคำตอบ Version 2	สรุปคะแนน
		กิจกรรมที่ 7.3 วงกลมแห่ง ความสัมพันธ์	สรุปกิจกรรม ชวนพูดคุยในประเด็น “เรื่องราวของแอน ทองประสม” “ประโยชน์ที่เราได้จากเกมนี้”
ครั้งที่ 8 คุณค่าและ เป้าหมายในชีวิต ของเรา	ทบทวนกิจกรรมที่ได้ทำ ทั้งหมด	กิจกรรมที่ 8.1 วงกลมตัวช่วยของฉัน	สรุปคะแนนของแต่ละกิจกรรม
	ประเมินและให้คะแนน กิจกรรม ในด้านความพึง พอใจ (ความชอบ) และ ความมีประโยชน์	กิจกรรมที่ 8.2 จุดแข็งที่ฉันมี	สรุปกิจกรรม ชวนพูดคุยในประเด็น “เหตุการณ์อะไรที่ทำให้เรารู้สึกว่าวันนี้ เรามีจุดแข็งเพิ่มขึ้นมา อะไรที่ทำให้เรา คิดแบบนั้น”
		กิจกรรมที่ 8.3 ก้าวต่อด้วยจุดแข็ง	ทำแบบประเมินความเข้มแข็งทางใจใน เด็ก (Resilience Scale (RS – 15, 13 – 18 years))

3.3 นิยามเชิงปฏิบัติการ

จุดแข็งเชิงบวก คือ คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character) 24 ประการ² ซึ่งถูกรวบรวมและสังเคราะห์โดย Peterson C. and Seligman M. (2004) ซึ่งเป็นคุณลักษณะและคุณค่าภายในของบุคคลที่ถูกยอมรับผ่านงานวิชาการ และค่านิยมของสากล ว่าเป็นคุณลักษณะที่นำไปสู่การเป็นบุคคลที่มีคุณค่าต่อสังคม ซึ่งไม่ได้จำกัดไว้ที่เรื่องของความสามารถ (talent) แต่เป็นชุดคุณลักษณะที่ลงลึกไปถึงเรื่องคุณค่า (values) ภายในของผู้คน โดยในปัจจุบันแนวคิดเรื่องจุดแข็งเชิงบวกถูกนำไปต่อยอดในหลากหลายกลุ่มเป้าหมาย ทั้งโรงเรียน หน่วยงาน และองค์กรที่ทำงานเกี่ยวกับการช่วยเหลือเยียวยาผู้คนทางด้านจิตใจ ทั้งในมิติของการป้องกัน (preventive) และการฟื้นฟูเยียวยาจิตใจ (therapy) ในงานวิจัยฉบับนี้ผู้วิจัยได้นำแนวคิดเรื่องจุดแข็งเชิงบวกมาใช้เป็นแกนหลักในการสร้างชุดภาษา ชุดความเข้าใจที่เกี่ยวข้องกับคุณค่าและความหมายของการมีชีวิตสำหรับผู้เข้าร่วมวิจัย มุ่งเน้นไปที่การสร้างให้เกิดปัจจัยเชิงป้องกัน (preventive)

² จุดแข็งเชิงบวก ได้ถูกเรียบริยและจัดกลุ่ม คุณลักษณะ (Characters) ของบุคคล ซึ่งถือเป็นบุคคลที่ดีตามค่านิยมสากล ไว้ทั้งสิ้น 24 คุณลักษณะ โดยจัดกลุ่มตามคุณธรรม (Virtues) ได้ 6 กลุ่มดังต่อไปนี้

กลุ่มที่ 1 : Wisdom and knowledge (ปัญญาและความรู้) คุณลักษณะกลุ่มนี้จะเน้นไปที่จุดแข็งของบุคคลอันเกิดจาก*กระบวนการรู้คิด (Cognitive Strengths)* ทั้งด้านการรับรู้ การพัฒนาความรู้ และการใช้ประโยชน์จากความรู้ ประกอบไปด้วย 5 คุณลักษณะ ได้แก่ Creativity (ความคิดสร้างสรรค์) Curiosity (ความอยากรู้อยากเห็น) Judgement (การตัดสินใจ) Love of Learning (การเรียนรู้) Perspective (การมีมุมมองที่หลากหลาย)

กลุ่มที่ 2 : Courage (ความเข้มแข็ง กล้าหาญทางจิตใจ) คุณลักษณะกลุ่มนี้จะเน้นไปที่จุดแข็งของบุคคลอันเกิดจาก*การพัฒนาทางอารมณ์ (Emotional Strengths)* ตั้งแต่ด้านการพัฒนาให้ตนเองสามารถเอาชนะใจของตนเอง ผ่านพันอุปสรรคปัญหาต่างๆ บรรลุผลลัพธ์ที่ตั้งใจได้ รวมถึงความกล้าในการเผชิญหน้ากับสิ่งที่ไม่ชอบใจ ทั้งที่เป็นความท้าทายภายนอก และความท้าทายที่มาจากทบทวจิตใจ ประกอบไปด้วย 4 คุณลักษณะ ได้แก่ Bravery (ความกล้าหาญ) Perseverance (ความมุมานะ) Honesty (ความซื่อสัตย์) Zest (ความกระตือรือร้น)

กลุ่มที่ 3 : Humanity (ด้านการเข้าใจและสัมผัสถึงความเป็นมนุษย์) คุณลักษณะกลุ่มนี้จะเน้นไปที่จุดแข็งของบุคคลใน*ด้านของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal Strengths)* มีความสามารถในการเข้าสังคม และสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น ประกอบไปด้วย 3 คุณลักษณะ ได้แก่ Love (ความรัก) Kindness (ความใจดี) Social Intelligent (ความฉลาดทางสังคม)

กลุ่มที่ 4 : Justice (ด้านความยุติธรรม) คุณลักษณะกลุ่มนี้จะเน้นไปที่จุดแข็งของบุคคลใน*ด้านของความเป็นพลเมือง (civic strengths)* เป็นบุคคลที่ให้ความสำคัญ หรือมีหลักการชัดเจนเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันของคนในสังคมแบบที่ไม่เบียดเบียนกัน (healthy community life) ประกอบไปด้วย 3 คุณลักษณะ ได้แก่ Citizenship, Social responsibility, loyalty, teamwork (การทำงานร่วมกันและการมีความรับผิดชอบต่อสังคม ความเป็นพลเมือง) Fairness (ความเสมอภาค ยุติธรรม) Leadership (ความเป็นผู้นำ)

กลุ่มที่ 5 : Temperance (ด้านการยับยั้งชั่งใจ) คุณลักษณะกลุ่มนี้จะเน้นไปที่จุดแข็งของบุคคลในด้านการจัดการสภาวะภายในของตนเองไม่ให้เกิดออกซึ่งพฤติกรรมที่เกินขอบเขต (strengths that protect against excess) ประกอบไปด้วย 4 คุณลักษณะ ได้แก่ Forgiveness (การให้อภัย) Humility (ความอ่อนน้อมถ่อมตน) Prudence (ความรอบคอบ) Self-Regulation (การมีวินัยในตนเอง)

กลุ่มที่ 6 : Transcendence (ด้านการรู้จักความจริงของโลกและชีวิต) คุณลักษณะกลุ่มนี้จะเน้นไปที่จุดแข็งของบุคคลในด้านการที่บุคคลสามารถเชื่อมโยงตนเองและผู้คนสู่สิ่งที่ใหญ่กว่าตน รวมถึงการสร้างความหมายให้เกิดขึ้นกับสิ่งรอบตัว (strengths that forge connections to larger universe and provide meaning) ประกอบไปด้วย 5 คุณลักษณะ ได้แก่ Appreciation of beauty and excellence (การชื่นชมต่อความงามและความเป็นเลิศ) Gratitude (ความรู้จักบุญคุณ ชื่นชมและขอบคุณในสิ่งที่ดีๆรอบตัวที่เกิดขึ้น) Hope (มีความหวัง) Humor (มีอารมณ์ขัน สามารถสร้างรอยยิ้มให้คนรอบตัว) Spirituality (มีความเลื่อมใส/ศรัทธาในเรื่องทางจิตวิญญาณและศาสนา)

บทที่ 4 รายงานผลการวิจัยระยะที่ 2 : การทดลองใช้โปรแกรม

การวิจัยระยะที่สอง ผู้วิจัยได้ทดลองใช้โปรแกรมฯที่พัฒนาขึ้นกับกลุ่มผู้เข้าร่วมวิจัยที่มีความสอดคล้องกับเป้าหมายการวิจัย ในบ้านพักฉุกเฉินฯ ตอนเมือง โดยผู้วิจัยได้ปฏิบัติตามหลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์อย่างเคร่งครัด ตามที่กำหนดไว้ในโครงการวิจัยฉบับนี้ จากการทดลองใช้โปรแกรมทั้งแปดครั้ง ครอบคลุมระยะเวลา 2 เดือน (ระหว่างเดือนธันวาคม 2562 - มกราคม 2563) ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ผลลัพธ์จากการใช้โปรแกรมแบ่งตามกระบวนการ 8 ครั้งเชื่อมโยงผลลัพธ์กับตัวแปร Resilience หกด้าน ดังต่อไปนี้

4.1 วิเคราะห์ผลการวิจัย

4.1.1 ผลลัพธ์กระบวนการดำเนินกิจกรรม ครั้งที่ 1 การแนะนำตัวทำความรู้จักกันแบบเชิงบวก

วัตถุประสงค์

เพื่อทำความคุ้นเคยและประเมินความไว้วางใจผู้นำกิจกรรมเบื้องต้นของผู้เข้าร่วมกิจกรรม เรียนรู้พื้นฐานของผู้ร่วมกิจกรรม รวมถึงการเสริมพลังบวกเพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้เริ่มมองเห็นความเป็นไปได้เชิงบวกเกี่ยวกับตนเอง และเกิดการมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)

เป้าหมายและการมุ่งเน้นของกิจกรรม

	1. ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness)	2. ความสามารถในการปรับระดับตนเอง (Self – Regulation)	3. ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility)	4. คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character)	5. สายสัมพันธ์ (Connection)	6. การมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)
กิจกรรมที่ 1.1 เกม 5 สิ่งที่ชอบ	✓		✓		✓	✓
กิจกรรมที่ 1.2 การให้ความรู้การผ่อนคลาย (Relaxation)	✓	✓	✓			

ผลสะท้อนจากการทบทวนหลังกิจกรรม (After Action Review: AAR)	
สิ่งที่ทำได้ดี 1. กิจกรรม 5 สิ่งที่ฉันชอบ 2. การรักษาเวลาในการทำกิจกรรม	ข้อมูลจากการสังเกต 1. ผู้เข้าร่วมฯสะท้อนว่า “กิจกรรมสนุกดี” “ได้รู้จักกันมากขึ้น” 2. การ์ดช่วยคิดเกี่ยวกับความชอบสามารถช่วยเป็นแนวทางให้ผู้เข้าร่วมฯสามารถวาดหรือเขียนสิ่งที่ตัวเองชอบออกมาได้ง่ายขึ้น (จากรูปที่น้องวาด) 3. กิจกรรมเสร็จสิ้นตามกำหนดเวลาที่ได้ตกลงกับผู้เข้าร่วมฯ
สิ่งที่ควรพัฒนาต่อยอดคือ 1. การสร้างบรรยากาศในการทำกระบวนการให้เกิดความสนุก สร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้เข้าร่วมฯ 2. กระบวนการของกิจกรรม 5 สิ่งที่ฉันชอบ ในส่วนของการที่ให้ผู้เข้าร่วมฯ ตั้งคำถาม 3. การฝึกผ่อนคลาย	ข้อเสนอสำหรับการต่อยอด 1. ควรเพิ่มกิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมสร้างความสัมพันธ์ก่อนที่จะเริ่มกิจกรรมแรก เพื่อเพิ่มบรรยากาศความสนุก ซึ่งในกระบวนการครั้งนี้มีขั้นตอนของการวิจัยเข้ามาเกี่ยวข้อง ทำให้การอธิบายมีรายละเอียดค่อนข้างมากกว่าการเริ่มกิจกรรมโดยปกติ จึงส่งผลกระทบต่อบรรยากาศตอนเริ่มต้นบางส่วน 2. ควรเพิ่มตัวอย่างคำถามเบื้องต้นที่ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถนึกคำถามในการถามเพื่อนได้ง่ายขึ้น และควรปรับตำแหน่งที่น้องควรให้ผู้เข้าร่วมฯนั่งเป็นวงกลมเพื่อให้ได้สบตา และพูดคุยกันมากขึ้น 3. ควรให้ผู้เข้าร่วมฯหลับตาขณะผ่อนคลาย เพื่อทำให้มีสมาธิมากขึ้น

ผลลัพธ์และการประเมิน

ผลการประเมินระดับความเข้มแข็งทางใจในเด็ก Resilience Scale (RS – 15, 13 – 18 years)

ผู้เข้าร่วมกิจกรรม	ระดับต่ำ (ต่ำกว่าคนส่วนใหญ่ ควรพัฒนาให้ดีขึ้น) 0 - 16 คะแนน	ระดับปานกลาง (ระดับเดียวกับคนส่วนใหญ่) 17 - 26 คะแนน	ระดับสูง (ดีกว่าคนส่วนใหญ่ ควรได้รับการสนับสนุนให้คงรักษาไว้) 27 - 30 คะแนน
น้อง A		√ (25)	
น้อง B	√ (7)		
น้อง C		√ (26)	
น้อง D			√ (30)

ผู้เข้าร่วมกิจกรรม 2 จาก 4 คนมีผลการประเมินระดับความเข้มแข็งทางจิตใจอยู่ในระดับปานกลาง และมี 1 คนที่มีระดับความเข้มแข็งทางจิตใจอยู่ในระดับสูง หากแต่มี 1 คน ที่มีผลการประเมินระดับความเข้มแข็งทางจิตใจในระดับต่ำ ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ที่ควรพัฒนาให้ดีขึ้น

ผู้วิจัยได้ตั้งข้อสังเกตจากคะแนนข้างต้น โดยเฉพาะผู้เข้าร่วมฯที่ประเมินได้ระดับที่สูง และปานกลาง (ค่อนข้างสูง) อาจเกิดจากการประเมินตนเองเพื่อให้ได้คะแนนสูง หรือป้องกันตนเองจากการถูกประเมินในด้านลบ ไม่กล้าสะท้อนความจริงต่อผู้ประเมิน ทั้งนี้อาจเกิดขึ้นจากประสบการณ์การถูกประเมินที่ผ่านมา และการขาดความไว้วางใจในกลุ่มผู้วิจัย เนื่องจากเป็นครั้งแรกของการทำกิจกรรม

ผลลัพธ์ด้านอื่น

1. ผู้เข้าร่วมฯเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ที่มีการจัดกิจกรรมขึ้น รับรู้ถึงข้อมูล เงื่อนไขการเข้าร่วมในโครงการวิจัย

แหล่งข้อมูลการประเมิน: 1. การลงนามในเอกสารยินยอมเข้าร่วมการวิจัย (consent form)

2. การสอบถาม พูดคุยแลกเปลี่ยนในชั้นสรุปผลของการทำกิจกรรม

2. ผู้เข้าร่วมฯมีสัมพันธภาพ ความคุ้นเคย ความไว้วางใจในผู้นำกิจกรรมอยู่ในระดับที่ดีหลังทำกิจกรรม

แหล่งข้อมูลการประเมิน: 1. การสอบถาม การพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกัน ซึ่งสามารถ

พิจารณาได้จากประโยคที่ผู้เข้าร่วมฯได้สะท้อนว่า

“กลัวพวกพี่”

“กลัวเพราะว่าไม่เคยเห็นหน้าพวกพี่ด้วย”

“บางครั้งก็ตรงกับความรู้สึกนะคะ เพลงบางเพลง บางทีก็ตอกย้ำ”

“อยากฟังแนวเพลงเพื่อชีวิต”

4.1.2 ผลลัพธ์กระบวนการดำเนินกิจกรรม ครั้งที่ 2 เรียนรู้วิธีการจัดการและที่มาการเกิดขึ้นของอารมณ์

วัตถุประสงค์

ฝึกการมองสถานการณ์ต่าง ๆ และเพิ่มทางเลือกในการแก้ปัญหา (Perspective Development) เพิ่มทักษะการสื่อสารเชิงบวก (Positive Communication) สร้างความคุ้นเคย ความสัมพันธ์ที่ดี (Positive Relationship) เรียนรู้คำศัพท์ที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ และสิ่งกระตุ้นให้เกิดอารมณ์ (Antecedents) สะท้อนความรู้สึกและมองเห็นอารมณ์ของตนเองต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เพื่อสำรวจ และตามทันความรู้สึกของตนเอง เพื่อให้เท่าทัน อันเป็นพื้นฐานของการจัดการอารมณ์ในระยะยาว

เป้าหมายและการมุ่งเน้นของกิจกรรม

	1. ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness)	2. ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation)	3. ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility)	4. คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character)	5. สายสัมพันธ์ (Connection)	6. การมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)
กิจกรรมที่ 2.1 อารมณ์ของฉัน (My Emotions)	✓	✓	✓			
กิจกรรมที่ 2.2 เกมทายคำ (Guess (e)motion)		✓			✓	
กิจกรรมที่ 2.3 เกมรู้จักฉัน รู้จักเธอ	✓		✓	✓	✓	

ผลสะท้อนจากการทบทวนหลังกิจกรรม (After Action Review: AAR)	
สิ่งที่ทำได้ดี <ol style="list-style-type: none"> กิจกรรมทายอารมณ์ กิจกรรมรู้จักฉันรู้จักเธอ การรักษาเวลาในการทำกิจกรรม 	ข้อมูลจากการสังเกต <ol style="list-style-type: none"> ผู้เข้าร่วมฯให้ความร่วมมือดีมาก มีน้องเริ่มฝึกแสดงสีหน้าอารมณ์และเริ่มตั้งข้อสังเกตเกี่ยวกับสีหน้าอารมณ์ ผู้เข้าร่วมฯขอเล่นอีกครั้งหลังจากเล่นครบกำหนดแล้ว
สิ่งที่ควรพัฒนาต่อยอดคือ <ol style="list-style-type: none"> การให้ความรู้คำศัพท์เกี่ยวกับอารมณ์การพูดคุย คำถามในการ์ดกิจกรรม รู้จักฉันรู้จักเธอ สามารถเพิ่มเติมความหลากหลายของชุดคำถามได้ ช่วงเวลาในการหยุดพักระหว่างกิจกรรม 	ข้อเสนอสำหรับการต่อยอด <ol style="list-style-type: none"> ควรจะเป็นกิจกรรมให้จัดหมวดหมู่ของอารมณ์ คำถามบางข้อทำให้ผู้เข้าร่วมฯนึกถึงเรื่องราวที่เคยผ่านมาในอดีต ในกลุ่มผู้เข้าร่วมฯที่ผ่านประสบการณ์เลวร้ายอาจมีผลต่อความรู้สึก และอาการ PTSD อาจให้ผู้เข้าร่วมฯเขียนสะท้อนความรู้สึกในตอนท้ายเป็นจดหมายในสิ่งที่น้องอยากบอก อยากเล่า เพื่อช่วยคลี่คลาย ควรเพิ่มช่วงเวลาให้ผู้เข้าร่วมฯหยุดพัก

ผลลัพธ์และการประเมิน

1. ผู้เข้าร่วมฯสามารถมองสถานการณ์ต่าง ๆ ผ่านการเรียนรู้ถึงอารมณ์ และสิ่งกระตุ้นให้เกิดอารมณ์ ส่งผลให้ตามทันความรู้สึกของตนเอง และสามารถจัดการ และเปลี่ยนแปลงความรู้สึกของตนเองได้

แหล่งข้อมูลการประเมิน: 1. กิจกรรมทายอารมณ์ ผู้เข้าร่วมฯสามารถแสดงสีหน้า ท่าทางที่แสดงอารมณ์เพื่อให้เพื่อนทายได้ สามารถทายอารมณ์ที่เพื่อนแสดงได้ถูก
2. การวาดสีหน้าที่แสดงอารมณ์ลงในกระดาษ และพูดคุยแลกเปลี่ยนได้ว่ารูปที่วาดแสดงอารมณ์อะไร

2. ผู้เข้าร่วมฯมีความรู้เกี่ยวกับคำศัพท์ที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ทำให้สามารถที่จะสะท้อนความรู้สึกและมองเห็นอารมณ์ของตนเองต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

แหล่งข้อมูลการประเมิน: 1. การสอบถาม การพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกัน ซึ่งสามารถพิจารณาได้จากประโยคที่ผู้เข้าร่วมฯได้สะท้อน
2. ผู้เข้าร่วมฯเริ่มมีสัมพันธภาพ ความคุ้นเคย ความไว้วางใจในผู้นำกิจกรรม อยู่ในระดับที่ดีขึ้น สังเกตจากการเริ่มแลกเปลี่ยนและกล้าตั้งคำถามที่เกี่ยวข้องกับผู้วิจัยในเชิงลึกมากขึ้น
3. การสอบถาม การพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกัน ซึ่งสามารถพิจารณาได้จากประโยคที่ผู้เข้าร่วมฯได้สะท้อนว่า

“หนูอยากจะถามพวกพี่ว่าทำไมพวกพี่ถึงมาทำอาชีพนี้ ทำไปเพื่ออะไร แล้วทำไมถึงเลือกมาทำที่นี่”

“หนูอยากรู้ว่าพวกพี่มาจากไหนจังหวัดอะไร”

“ทำไมถึงชอบอาชีพนี้”

ข้อสังเกตจากผู้วิจัย

ประเด็นการประเมินจากข้อสังเกตของผู้วิจัย	ระดับคะแนนจากข้อสังเกตของผู้วิจัย (1 = น้อยที่สุด, 5 = มากที่สุด)				
	1	2	3	4	5
ด้านการให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม					√
ด้านความสามารถในปฏิบัติตามขั้นตอนของกิจกรรม				√	
ด้านผลลัพธ์ที่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของกิจกรรม				√	

ภาพรวมการให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมของน้องอยู่ในระดับดี หากแต่บางกิจกรรม อาทิ เรื่อง การทาสีหน้าอาคารมณีน้องยังมีความเขินอาย และไม่กล้าแสดงออกมากนัก ส่วนหนึ่งมาจากกลุ่มน้องที่เข้าร่วม อาจมีความสนิทสนมกันไม่มาก ทั้งที่อาศัยในพื้นที่เดียวกันมานานกว่าเดือน ส่วนหนึ่งอาจเกิดจากกระบวนการ กิจกรรมก่อนหน้าที่น้องเคยได้เข้าร่วม เป็นลักษณะกิจกรรมที่เน้นการทำงานแบบรายบุคคล (individual work) มากกว่าการจัดกระบวนการกลุ่ม (Group work)

4.1.3 ผลลัพธ์กระบวนการดำเนินกิจกรรม ครั้งที่ 3 ร่วมกันค้นหาจุดแข็ง และอารมณ์เชิงบวกกันเถอะ

วัตถุประสงค์

เรียนรู้คำศัพท์ และความหลากหลายของคุณลักษณะเชิงบวกที่มีอยู่ภายในคนทุกคน เป็นพื้นฐานและเป็นคลังภาษาที่สำคัญต่อการมองเห็นคุณค่าภายในตนเอง

เป้าหมายและการมุ่งเน้นของกิจกรรม

	1. ความสำเร็จที่รู้ในตนเอง (Self – Awareness)	2. ความสามารถในการปรับตัวเอง (Self – Regulation)	3. ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility)	4. คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character)	5. สายสัมพันธ์ (Connection)	6. การมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)
กิจกรรมที่ 3.1 จุดแข็งคืออะไร	✓		✓	✓	✓	
กิจกรรมที่ 3.2 จุดแข็งของฉัน	✓		✓	✓		✓
กิจกรรมที่ 3.3 ใบงานจุดแข็ง	✓	✓	✓	✓	✓	✓

ผลสะท้อนจากการทบทวนหลังกิจกรรม (After Action Review: AAR)	
สิ่งที่ทำได้ดี	ข้อมูลจากการสังเกต
1. บรรยากาศในการทำกิจกรรม การให้ความร่วมมือของน้อง	1. บรรยากาศในการทำกิจกรรม ผู้เข้าร่วมสนิทสนมกันมากขึ้นจากครั้งแรกที่ทำกิจกรรมร่วมกัน ทำให้ผู้เข้าร่วมสนใจในกิจกรรมมากขึ้น ให้ความร่วมมือในการตอบคำถาม และนำเสนอความคิดเห็นที่เป็นตัวของตัวเอง

ผลสะท้อนจากการทบทวนหลังกิจกรรม (After Action Review: AAR)	
<p>2. กิจกรรมจุดแข็งคืออะไร</p> <p>3. การใช้ลูกอมเป็นรางวัล</p>	<p>2. ให้ผู้เข้าร่วมฯ ได้เรียนรู้ผ่านการตั้งคำถามที่ให้ผู้เข้าร่วมฯ ได้แสดงความคิดเห็น ทำให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพมากขึ้นเพราะเชื่อมโยงกับความคิดเห็นของผู้เข้าร่วมฯ เอง</p> <p>3. การใช้ลูกอมเป็นคะแนนและรางวัลช่วยลดความกดดันในการแข่งขัน/คาดหวังในการที่ได้คะแนนเยอะแล้วจะได้อะไรเป็นรางวัล อีกทั้งยังเพิ่มความสนุกในการเล่นกิจกรรม ตามแนวคิด Game-based Learning ได้เป็นอย่างดี</p>
<p style="text-align: center;">สิ่งที่ควรพัฒนาต่อยอดคือ</p> <p>1. กิจกรรมจุดแข็งคืออะไร</p> <p>2. การ์ดจุดแข็ง</p> <p>3. รูปแบบใบงาน</p> <p>4. การ์ดช่วยถามในกิจกรรมจุดแข็งของฉันทัน</p>	<p style="text-align: center;">ข้อเสนอสำหรับการต่อยอด</p> <p>1. การให้ความรู้ใช้เวลาในการอธิบายคำศัพท์มากเกินไป ควรแบ่งช่วงการให้ความรู้ อาจจะแบ่งครึ่งของสิ่งที่ต้องสอนแล้วค้นด้วยกิจกรรมเกม อีกทั้งเมื่อต้องทำกิจกรรมนี้ในกลุ่มที่มีสมาชิกมากขึ้น อาจต้องปรับเรื่องการแบ่งให้แต่ละคนได้แสดงความคิดเห็นเนื่องจากอาจจะใช้เวลานานเกินไป การเรียงลำดับการ์ดที่จะนำมาให้ความรู้ผู้เข้าร่วมฯ สามารถเรียงตามกลุ่มของจุดแข็งนั้นเพื่อช่วยสรุปยอดความคิดให้ชัดเจนขึ้นได้</p> <p>2. รูปภาพของการ์ดที่ใช้อธิบายจุดแข็งควรมีขนาดใหญ่ (3:4 ของขนาดการ์ด) และควรเพิ่มความหมายของจุดแข็งอยู่ด้านหลังการ์ด หรือทำเป็นคลิปอธิบายทั้ง 24 จุดแข็ง</p> <p>3. ใบงานสามารถแบ่งเป็นสองส่วน นำคำอธิบายจุดแข็งออก เพื่อให้ผู้เข้าร่วมฯ ได้ฝึกการตีความ ให้ความหมายด้วยตนเอง และในส่วนที่เป็นอารมณ์ คิดว่าเมื่อแสดงจุดแข็งนี้เราจะมีอารมณ์อะไรเกิดขึ้น</p> <p>4. การถามคำถามในเกมควรมีคำถามให้ผู้เข้าร่วมฯ ได้เลือกถามได้เลย สามารถทำเป็นการ์ดคำถามให้ผู้เข้าร่วมฯ ตอบ</p>

ผลลัพธ์และการประเมิน

1. ผู้เข้าร่วมฯ มีความรู้เกี่ยวกับชุดคำศัพท์ทางจิตวิทยาเชิงบวกมากขึ้น รับรู้ถึงความหลากหลายของคุณลักษณะเชิงบวกที่มีอยู่ภายในตัวเองและคนรอบข้าง ช่วยให้เด็กสามารถมองเห็นคุณค่าภายในตัวเองและผู้อื่นได้ง่ายมากขึ้น

แหล่งข้อมูลการประเมิน: 1. การพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกัน ซึ่งสามารถพิจารณาได้จากประโยคที่ผู้เข้าร่วมฯ ได้สะท้อนว่า

“ได้รู้มุมมองของคนอื่นว่าเขามองตัวของเขาว่าเขามีมุมมองแบบนี้”

“ก็สิ่งที่คนอื่นคิดกับสิ่งที่เราคิดมันไม่เหมือนกัน อย่างเราคิดแบบนี้ต้องเป็นแบบนี้ แต่เขาคิดแบบนี้ต้องเป็นแบบนี้”

“เราคิดว่าคนอื่นมองเรา แบบนี้ ๆ เราก็จะแบบ หัย มีด้วยเหอ เพราะปกติหนูจะเป็นคนไม่ได้แบบว่า ก็ไม่รู้ก็ไม่เคยมี สำหรับตัวหนูนะคะหนูก็ว่าหนูเป็นคนถ้าจะไม่เอาอะไรเลยก็จะไม่เอาเลย ถ้าหนูจะทำแบบนี้หนูก็จะตั้งใจตามสิ่งที่เราคิด แต่ถ้าสิ่งไหนที่ว่าเราไม่สนใจ เราก็แบบ ให้ทำก็ไม่ทำ”

2. ผู้เข้าร่วมฯ มีสัมพันธภาพ ความคุ้นเคย ความไว้วางใจในผู้นำกิจกรรมอยู่ในระดับที่ดีหลังทำกิจกรรม

แหล่งข้อมูลการประเมิน: 1. การสอบถาม การพูดคุยแสดงความคิดเห็น พิจารณาได้จากประโยคที่ผู้เข้าร่วมฯ ได้สะท้อนว่า

“หนูเป็นคนที่อดทนได้ไม่นาน ถ้าทนจริง ๆ ก็จะไม่แบบเจ็บ แล้วก็ถ้าทนสุด ๆ ถ้าพูดกับเขาแล้วเขาไม่ฟัง เราก็จะเจ็บ เจ็บ เขาพูดอะไรเราก็จะไม่สนใจอยากจะพูดก็พูดไป เพราะพูดแต่แรกแล้วไม่ฟัง แล้วหนูก็ไม่ชอบคนที่พูดแล้วใช้อารมณ์แต่ว่าตัวเองก็จะเป็นคนที่พูดแล้วก็ใช้อารมณ์”

“เป็นคนที่ทำอะไรแล้วเหนื่อยถึงแม้ว่าจะเหนื่อยหนูก็ไม่เคยพูดว่าเหนื่อย

แล้วก็เป็นคนที่ยายมสูงมากมีคนบอกอย่างนั้น”

ข้อสังเกตจากผู้วิจัย

ประเด็นการประเมินจากข้อสังเกตของผู้วิจัย	ระดับคะแนนจากข้อสังเกตของผู้วิจัย (1 = น้อยที่สุด, 5= มากที่สุด)				
	1	2	3	4	5
ด้านการให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม					✓
ด้านความสามารถในปฏิบัติตามขั้นตอนของกิจกรรม				✓	
ด้านผลลัพธ์ที่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของกิจกรรม					✓

ผู้เข้าร่วมฯ ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี มีการแลกเปลี่ยนกันมากขึ้น และการนำเรื่องของจุดแข็งเชิงบวก (Character Strengths) มาสร้างการเรียนรู้ เป็นเรื่องใหม่ที่แปลกใหม่สำหรับผู้เข้าร่วมเป็นอย่างมาก และช่วยสร้างคลังคำศัพท์ในการสื่อสารระหว่างการทำกิจกรรมกันได้ดีมากยิ่งขึ้น หากแต่ในกิจกรรม

ครั้งนี้ มีผู้เข้าร่วมฯ บางคนไม่สามารถเข้าร่วมได้เนื่องจากติดนัดพบแพทย์ จึงทำให้อาจต้องทบทวนเรื่องของความหมายและกระบวนการทำกิจกรรมให้มากขึ้นในครั้งต่อไป

4.1.4 ผลลัพธ์กระบวนการดำเนินกิจกรรม ครั้งที่ 4 มาจัดการความคิด จัดการความคิดไม่ได้ออกจากเรากัน วัตถุประสงค์

ฝึกการมองสถานการณ์ต่าง ๆ ฝึกทักษะการออกแบบทางเลือกในการแก้ปัญหาผ่านการเพิ่มทักษะการเชื่อมโยงอารมณ์กับสถานการณ์ เพิ่มทักษะการสื่อสารที่เกิดจากการมองเห็นคุณค่าของตนเอง

เป้าหมายและการมุ่งเน้นของกิจกรรม

	1. ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness)	2. ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation)	3. ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility)	4. คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character)	5. สายสัมพันธ์ (Connection)	6. การมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)
กิจกรรมที่ 4.1 สถานการณ์สื่ออารมณ์	✓		✓	✓		
กิจกรรมที่ 4.2 เหตุการณ์ จุดแข็ง อารมณ์ (Strengths Cognitive Game)	✓	✓	✓	✓	✓	✓

ผลสะท้อนจากการทบทวนหลังกิจกรรม (After Action Review: AAR)	
สิ่งที่ทำได้ดี	ข้อมูลจากการสังเกต
1. กิจกรรมเหตุการณ์สื่ออารมณ์	1. การรูปภาพที่ใช้ในกิจกรรมสามารถสะท้อนความคิดเห็นของผู้เข้าร่วมฯ ได้หลายมุม ผู้เข้าร่วมฯ สามารถรู้สึกได้ว่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอาจจะเกิดขึ้นได้จริงกับตัวเอง
2. กิจกรรมเหตุการณ์ จุดแข็ง อารมณ์	2. ผู้เข้าร่วมฯ มีความสนใจในกิจกรรม และรูปแบบเกมที่พัฒนาขึ้น โดยเฉพาะส่วนของเหตุการณ์มีการเชื่อมกับประสบการณ์ได้ดี 3. กิจกรรมสามารถทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรื่องราว ให้ชวนพูดคุยกับผู้เข้าร่วมฯ ได้มากขึ้น

ผลสะท้อนจากการทบทวนหลังกิจกรรม (After Action Review: AAR)	
สิ่งที่ควรพัฒนาต่อยอดคือ	ข้อเสนอสำหรับการต่อยอด
1. การขอออกจากโครงการ	1. ควรเตรียมวิธีรับมือกับเหตุการณ์การขอออกจากโครงการระหว่างทาง ที่อาจเกิดขึ้นในระหว่างการวิจัยให้มากยิ่งขึ้น เช่น การให้ทำแบบทดสอบ เป็นต้น
2. การควบคุมขอบเขตการแลกเปลี่ยน	2. ในบางช่วงที่ผู้เข้าร่วมฯ พุดนอกประเด็น ควรมีกระบวนการจัดการเพื่อให้สามารถจัดการกับวงเพื่อให้ผู้เข้าร่วมฯ คนอื่นได้เข้าร่วมกิจกรรมตามที่ตั้งใจ พร้อมไปกับการระวังไม่ให้ห้องรู้สึกว่ามีใครสนใจฟังที่ห้องพุด
3. การเรียงลำดับการ์ดสถานการณ์	3. การ์ดสถานการณ์ควรต้องเรียงสลับกันทั้งเรื่องราวดี และเรื่องราวไม่ดี สลับกันและรูปภาพของการ์ดเหตุการณ์ควรมีขนาดใหญ่กว่านี้ (A5)
4. การชี้แจงรายละเอียดการทำกิจกรรม	4. ควรมีบอร์ดอธิบายกิจกรรมภาพรวมว่าวันนี้ทำอะไรบ้าง จะมีกิจกรรมแบบไหน อาจอยู่ในรูปแบบของ info graphic หรือรูปแบบอื่น ๆ

ผลลัพธ์และการประเมิน

1. ผู้เข้าร่วมฯสามารถที่จะมองสถานการณ์ต่าง ๆ และสามารถใช้อุบายที่ตนเองมีมาแก้ปัญหาได้ สามารถรับรู้ถึงอารมณ์ของตนเองและคนรอบข้าง

แหล่งข้อมูลการประเมิน: 1. การพุดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกันในการร่วมกิจกรรม ซึ่ง

สามารถพิจารณาได้จากประโยคที่ผู้เข้าร่วมฯ ได้สะท้อนว่า

“อันนี้มันครู่ตีด้วย อันนี้น่าจะแบบไม่ยากเข้าคุกแน่เลย”

“เวลาเจอสถานการณ์จะได้รู้จะได้รับมือได้”

“ความรักคือเขาประคองกันไปด้วยกันก็เหมือนกับว่าเขาให้ความรักกัน

ด้วยกัน แล้วก็มีความหวังคือ เขา คือแบบเขาต้องมีความหวังว่าเราต้องรอด

นะ อันนี้ต้องผ่านพ้นออกมาจากตรงนี้อะไรอย่างนี้คะ แล้วเขาก็ต้องกล้า

เผชิญหน้าแบบว่าไปให้ได้ อารมณ์ มีแรงบันดาลใจแบบต่างคนต่างพุดแบบ

ให้กำลังใจกันและกัน เราต้องแบบมีกำลังใจนะไปด้วยกันอะไรอย่างนี้คะ”

ข้อสังเกตจากผู้วิจัย

ประเด็นการประเมินจากข้อสังเกตของผู้วิจัย	ระดับคะแนนจากข้อสังเกตของผู้วิจัย (1 = น้อยที่สุด, 5 = มากที่สุด)				
	1	2	3	4	5
ด้านการให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม					√

ประเด็นการประเมินจากข้อสังเกตของผู้วิจัย	ระดับคะแนนจากข้อสังเกตของผู้วิจัย (1 = น้อยที่สุด, 5= มากที่สุด)				
	1	2	3	4	5
ด้านความสามารถในปฏิบัติตามขั้นตอนของกิจกรรม					√
ด้านผลลัพธ์ที่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของกิจกรรม				√	

รูปแบบเกมที่พัฒนาขึ้นโดยเชื่อมโยงเรื่องอารมณ์ จุดแข็ง เข้ากับการให้ความหมายต่อเหตุการณ์ ความคิด ตามแนวคิดของ CBT (Cognitive Behavioral Therapy) ช่วยสร้างความน่าสนใจกับผู้เข้าร่วมเป็นอย่างมาก แม้ว่าในช่วงแรกติดขัดเรื่องการอธิบายกระบวนการเล่น แต่เมื่อเล่นแล้วผู้เข้าร่วมเกิดการแลกเปลี่ยน และให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี ซึ่งช่วยให้บรรยากาศของการทำกิจกรรมเป็นไปด้วยดี หากแต่ในครั้งนี้เกิดเหตุการณ์ช่วงก่อนเริ่มเข้าสู่กระบวนการมีผู้เข้าร่วมหนึ่งคนใส่ชุดทำอาหารมาขออนุญาตออกจากการทำกิจกรรม เนื่องจากอยากเข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับการทำอาหารมากกว่า ซึ่งเป็นช่วงเวลาเดียวกัน ผู้วิจัยจึงสอบถามถึงเหตุผล และความรู้สึกจนแน่ใจว่ากระบวนการไม่ได้มีส่วนทำให้รู้สึก re – traumatize มีการพูดคุยปกติ จึงได้ตกลงร่วมกันในการยุติการเข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งของงานวิจัยของน้อง ซึ่งถือเป็นเหตุการณ์ไม่คาดคิด และไม่มีสัญญาณล่วงหน้าอื่น จากผู้ดูแลเด็กที่บ้าน จึงทำให้เป็นกรณีศึกษาสำหรับผู้วิจัยในการต้องพัฒนาชุดวิธีในการสื่อสาร และแลกเปลี่ยนในกรณีที่มีน้องขอออกจากกระบวนการระหว่างทาง

4.1.5 ผลลัพธ์กระบวนการดำเนินกิจกรรม ครั้งที่ 5 เราที่ดีที่สุด คือเราที่เป็นแบบไหน วัตถุประสงค์

ฝึกการนำจุดแข็งของตนเองมาใช้เป็นทุนในการจุดประกายความหวังของชีวิต ปรับเปลี่ยนมุมมองที่มีต่อตนเองในทางที่ดีขึ้น ฝึกความยืดหยุ่นทางความคิด การปรับตัวต่อสถานการณ์ต่าง ๆ และฝึกการผ่อนคลายอารมณ์เมื่อเกิดอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ขึ้น

เป้าหมายและการมุ่งเน้นของกิจกรรม

	1. ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness)	2. ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation)	3. ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility)	4. คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character)	5. สายสัมพันธ์ (Connection)	6. การมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)
กิจกรรมที่ 5.1 การผ่อนคลายของฉันทัน	√	√	√			

	1. ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness)	2. ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation)	3. ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility)	4. คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character)	5. สายสัมพันธ์ (Connection)	6. การมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)
กิจกรรมที่ 4.2 เหตุการณ์ จุดแข็ง อารมณ์ (Strengths Cognitive Game)	✓	✓	✓	✓	✓	✓
กิจกรรมที่ 5.2 มองสองมุม		✓	✓	✓		✓
กิจกรรมที่ 5.3 คำเสริมพลัง	✓	✓	✓	✓	✓	✓

ผลสะท้อนจากการทบทวนหลังกิจกรรม (After Action Review: AAR)	
สิ่งที่ทำได้ดี	ข้อมูลจากการสังเกต
1. การฝึกผ่อนคลาย	1. ผู้เข้าร่วมฯ ให้การตอบสนองได้มากกว่าครั้งก่อน มีการแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีการผ่อนคลายของตนเอง เช่น “ระบาย พุดออกมากับเพื่อน” ซึ่งเป็นหนึ่งในชุดคำถามที่เพิ่มขึ้นมาในการทำกิจกรรม เพื่อให้ผู้เข้าร่วมฯ สามารถเชื่อมโยงรูปแบบการผ่อนคลายของตนเองได้
2. จัดการเวลาทำกิจกรรมได้ดี	2. กิจกรรมเสร็จภายในกำหนด
สิ่งที่ควรพัฒนาต่อยอดคือ	ข้อเสนอสำหรับการต่อยอด
1. การฝึกการผ่อนคลาย	1. การผ่อนคลาย สามารถเพิ่มการเคลื่อนไหวมากกว่าที่เป็นการนั่งเฉย ๆ อย่างเช่น การฝึกการหายใจ 14 จังหวะของหลวงพ่อบุชา เป็นต้น ซึ่งจะสอดคล้องกับการเรียนรู้ของกลุ่มอายุนี้มากขึ้น
2. ควรมีการให้การบ้านไปฝึกทำ	2. ให้มีการบ้านที่ต้องไปฝึกทำ เป็นการบ้านง่าย ๆ เช่น ให้ไปฝึกผ่อนคลายที่บ้าน 2 นาที
3. กิจกรรมมองสองมุม	3. การออกแบบบอร์ดเกมดูยาก และขนาดเล็ก การตรวจคำตอบควรมี Code ของแต่ละสถานการณ์ จะได้ง่ายขึ้น และในกรณีที่มีสมาชิกมากขึ้นควรให้ผู้เข้าร่วมฯ คิด/เขียนตัวเลือกเองในแต่ละสถานการณ์
4. การทำให้ผู้เข้าร่วมฯ นำสิ่งที่เรียนรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน	4. แต่ละสถานการณ์ควรจะเป็นสถานการณ์ที่ใกล้และ ใกล้เคียงสถานการณ์จริงของผู้เข้าร่วมฯ เอง เพื่อให้ผู้เข้าร่วมฯ จะได้เห็นคุณค่า ประโยชน์ มองภาพชัดเจนขึ้น และนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ง่ายขึ้น

ผลสะท้อนจากการทบทวนหลังกิจกรรม (After Action Review: AAR)	
5. กิจกรรมคำเสริมพลัง	5. ควรมีการทำความเข้าใจเพิ่มเติมให้ผู้เข้าร่วมฯ รู้สึกว่าความคิดบั่นทอน เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นได้ เพื่อป้องกันการเกิดความรู้สึกผิด อีกทั้งผู้เข้าร่วมฯ สามารถออกแบบวิธีการฝึกของตนเองจากการ์ดที่ตนเองเลือก แล้วฝึกใช้ความคิดนั้นกับชีวิตประจำวัน ตามแผนที่ออกแบบไว้ หรืออาจจะให้เลือกความคิดที่บั่นทอนหนึ่งอันแล้วฝึกทั้งด้วยก็ได้ เพื่อเป็นการสร้างร่องความทรงจำใหม่ในการก้าวข้ามความคิดที่บั่นทอนภายในจิตใจ

ผลลัพธ์และการประเมิน

ผู้เข้าร่วมฯ สามารถที่จะนำจุดแข็งของตนเองมาแก้ไข และการปรับตัวต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ มีมุมมองการมองตนเองที่ดีขึ้น มีทักษะการผ่อนคลายมากขึ้น

- แหล่งข้อมูลการประเมิน: 1. ผู้เข้าร่วมฯ สามารถนำจุดแข็งที่ได้เรียนรู้มาแก้ไขสถานการณ์ที่นำมาในการ์ดได้พิจารณาได้จากประโยคที่น้องได้ตอบขณะทำกิจกรรม เช่น
- “การมีวินัยในตัวเอง ถ้าสมมุติเด็กนักเรียนคนนี้มีวินัยในตัวเองแบบว่าเชื่อฟังครูหรือไม่ก็บางทีเขาส่งงานไม่ครบถ้าเขามีวินัยในตัวเองเขาก็จะไม่โดนตี แล้วก็ความกระตือรือร้นคือความต้องพยายาม พยายามให้ทำตัวเองให้ดี เพื่อที่จะไม่โดนตี ทำให้เหมือนกับคนอื่นและความรอบคอบก็เวลาทำอะไรก็คิดให้ดีกว่าก่อน”
2. การตอบคำถามในกิจกรรม จงเติมคำในช่องว่าง ผู้เข้าร่วมฯ สามารถตอบได้ทุกคน วาดสีหน้าที่แสดงอารมณ์ลงในกระดาษ และพูดคุยแลกเปลี่ยนได้ว่ารูปที่วาดแสดงอารมณ์อะไร
3. การที่ผู้เข้าร่วมฯ อยากจะเปลี่ยนความคิดที่คอยก่อวนภายในใจ ในกิจกรรมคำพูดเสริมพลัง ตัวอย่างเช่น
- “ชีวิตนี้มันไม่ยุติธรรม เรื่องบางเรื่องหนูไม่ได้เป็นคนผิด แต่แบบ เหมือนเรื่องท่องเที่ยวเดินไปไหน คนอื่นก็จะชี้ว่ายังเด็กอะไร แต่แบบไม่มีใครรู้เหตุผลหรอกแต่บางคนแบบตัดสินจากการมอง หนูว่ามันไม่ยุติธรรม”

ข้อสังเกตจากผู้วิจัย

ประเด็นการประเมินจากข้อสังเกตของผู้วิจัย	ระดับคะแนนจากข้อสังเกตของผู้วิจัย (1 = น้อยที่สุด, 5 = มากที่สุด)				
	1	2	3	4	5
ด้านการให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม				√	
ด้านความสามารถในปฏิบัติตามขั้นตอนของกิจกรรม				√	
ด้านผลลัพธ์ที่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของกิจกรรม				√	

กิจกรรมมองสองมุม มีความสับสนในขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมบางส่วน ประกอบกับลักษณะของกิจกรรมมีความจำกัดในด้านของทางเลือกทำให้ผู้เข้าร่วมเกิดความรู้สึกเบื่อหน่ายระหว่างการทำกิจกรรมในบางช่วงเวลา แต่ด้วยชวนพูดคุย สนทนา แลกเปลี่ยนในหัวข้อแต่ละหัวข้อช่วยให้สามารถดึงบรรยากาศขึ้นได้มาก ซึ่งจำเป็นต้องพัฒนาต่อยอดกระบวนการเพิ่มเติมในกรณีที่มีสมาชิกเพิ่มมากขึ้น ทั้งนี้ในด้านของกิจกรรมเสริมพลัง เป็นกิจกรรมที่ผู้เข้าร่วมให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี และมีการพูดถึงเรื่องราวของตนเองในเชิงลึกมากขึ้นจากชุดคำที่วางไว้ ช่วยให้บรรยากาศของการแลกเปลี่ยน และการเสริมพลังบรรลุผลตามที่ตั้งใจ

4.1.6 ผลลัพธ์กระบวนการดำเนินกิจกรรม ครั้งที่ 6 ก้าวต่อไปของเราที่ดีกว่าเดิม วัตถุประสงค์

ฝึกทักษะการกล้ายืนหยัดเพื่อตนเอง (Assertiveness) และกล้าที่จะปฏิเสธในสิ่งที่ตนเองไม่ต้องการหรือไม่ถูกต้อง รวมทั้งเข้าใจบริบทของสังคมที่เกี่ยวข้องเชื่อมโยงกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

เป้าหมายและการมุ่งเน้นของกิจกรรม

	1. ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness)	2. ความสามารถในการปรับบังคับตนเอง (Self – Regulation)	3. ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility)	4. คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character)	5. สายสัมพันธ์ (Connection)	6. การมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)
กิจกรรมที่ 6.1 การเช็คอินจุดแข็ง	√		√	√	√	√
กิจกรรมที่ 4.2 เหตุการณ์ จุดแข็ง อารมณ์ (Strengths Cognitive Game)	√	√	√	√	√	√

	1. ตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness)	2. ความสามารถในการปรับตัวเอง (Self – Regulation)	3. ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility)	4. คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character)	5. สายสัมพันธ์ (Connection)	6. การมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)
กิจกรรมที่ 6.2 หนึ่งคำถามหลายคำตอบ	✓		✓	✓	✓	✓
กิจกรรมที่ 6.3 แต่งเติมเรื่องราว	✓	✓	✓	✓	✓	✓

ผลสะท้อนจากการทบทวนหลังกิจกรรม (After Action Review: AAR)	
สิ่งที่ทำได้ดี	ข้อมูลจากการสังเกต
1. ผู้นำกิจกรรม ชวนคุยในประเด็นความคิดที่บิดเบือน (Dysfunctional thought)	1. ระหว่างดำเนินกิจกรรม มีการแลกเปลี่ยนบางประเด็นเกี่ยวกับการทะเลาะกัน ผู้นำกิจกรรมดึงประเด็นขึ้นมาพูดคุย แลกเปลี่ยน เพื่อแก้ไขชุดความคิดที่บิดเบือน (Dysfunctional thought)
สิ่งที่ควรพัฒนาต่อยอดคือ	ข้อเสนอสำหรับการต่อยอด
1. การต่อยอดจากกิจกรรมเดิม	1. การนำกิจกรรมเดิมมาเล่น มีข้อควรพิจารณาคือ การทำให้การเล่นแต่ละครั้งเป็นไปในรูปแบบที่ยังคงความน่าสนใจ และได้เรียนรู้เพิ่มมากขึ้น จึงควรทำให้กิจกรรมมีความลึกซึ้ง และสามารถตอบโจทย์ได้หลากหลายขึ้น
2. ปรับชุดคำถามกิจกรรมหนึ่งคำถามหลายคำตอบ	2. ตัวเลือกของคำถาม เป็น External control มากเกินไป ควรเพิ่มตัวเลือกที่มี Internal control โดยผู้เข้าร่วมได้แสดงความคิดเห็นต่อการตอบคำถามเอง/เพิ่มตัวเลือกในการตอบ และควรมีการให้ความรู้ทางจิตวิทยาในเรื่อง Personal Safety

ผลลัพธ์และการประเมิน

ผู้เข้าร่วมฯ สามารถตระหนักและเข้าใจความสำคัญของการยับยั้งเพื่อตนเอง หรือเข้าใจวิธีการในการปฏิเสธเพื่อยับยั้งในความต้องการของตนเอง และมีตัวอย่างแนวทางในการปฏิเสธเบื้องต้นเพื่อที่จะสามารถรักษาความสัมพันธ์ที่อยากจะรักษาไว้ได้หลังจากการปฏิเสธ

แหล่งข้อมูลการประเมิน: 1. การสอบถาม การพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกัน ซึ่งสามารถพิจารณาได้จากประโยคที่ผู้เข้าร่วมฯ ได้สะท้อนว่า

“ชวนเพื่อนไปเยอะ ๆ เขาเป็นครูเขาอาจจะให้ช่วยเหลือจริง ๆ ”

“ถ้าต้องการให้ช่วยเหลือจริง ๆ ก็ ต้องชวนนักเรียนไปหลาย ๆ คน”

ในสถานการณ์ตัวอย่างในกิจกรรมที่ว่า ครูให้ไปช่วยทำความสะอาดบ้าน บ้านพัก ครูอาจเป็นครูต่างเพศกับเรา หรือสถานการณ์ มีคนแปลกหน้ามาขอให้ไปส่งของให้ ผู้เข้าร่วมฯ ได้สะท้อนว่า

“ก็บอกว่าถ้าพี่เปิดให้หนูดูหนูก็จะไปส่งให้ ถ้าไม่เปิดให้ดู หนูก็จะไม่ไป”

ข้อสังเกตจากผู้วิจัย

ประเด็นการประเมินจากข้อสังเกตของผู้วิจัย	ระดับคะแนนจากข้อสังเกตของผู้วิจัย (1 = น้อยที่สุด, 5= มากที่สุด)				
	1	2	3	4	5
ด้านการให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม					√
ด้านความสามารถในปฏิบัติตามขั้นตอนของกิจกรรม					√
ด้านผลลัพธ์ที่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของกิจกรรม					√

การเริ่มด้วยการเช็คอินจุดแข็งช่วยเสริมสร้างบรรยากาศที่ดีในการแลกเปลี่ยน คำตอบของผู้เข้าร่วมฯ สามารถสะท้อนถึงความเข้าใจในชุดคำศัพท์ที่เพิ่มมากขึ้น และกิจกรรมแต่งเติมเรื่องราว สามารถทำหน้าที่ในการเพิ่มทักษะการจำลองทางความคิด การสร้างร่องความทรงจำได้ หากแต่มีข้อควรระวังในบางเหตุการณ์ที่ให้ผู้เข้าร่วมคิดต่อยอดจากเหตุการณ์อาจคล้ายหรือตอกย้ำความรู้สึกไม่ดีภายในจิตใจได้ จึงควรมีการคลี่คลายหลังจากการแลกเปลี่ยน เช่น การเขียนจดหมายถึงตัวเองในอดีต เป็นต้น

และด้วยหนึ่งในผู้เข้าร่วมฯ หนึ่งคนได้คลอดลูกและกลับออกจากบ้านพักฯ จึงทำให้ต้องออกจากกระบวนการ ส่งผลให้ในครั้งนี้เหลือผู้เข้าร่วมฯ เพียง 2 คน

4.1.7 ผลลัพธ์กระบวนการดำเนินกิจกรรม ครั้งที่ 7 เรียนรู้และจัดการเพื่อสร้างคุณค่าในความสัมพันธ์ในชีวิตของเรา

วัตถุประสงค์

เพื่อฝึกสะท้อนมุมมองการยืนยันความคิดของตนเอง รวมถึงฝึกทักษะในการจัดการความคิด อารมณ์ ผ่านการวิเคราะห์จุดแข็ง และการเชื่อมโยงสู่การเพิ่มมุมมองทางเลือกในการแก้ปัญหา ที่เกี่ยวข้องเชื่อมโยงกับสิ่งแวดล้อมในชีวิต (Ecology)

เป้าหมายและการมุ่งเน้นของกิจกรรม

	1. ความสำเร็จที่รู้ในตนเอง (Self – Awareness)	2. ความสำเร็จในการบังคับตนเอง (Self – Regulation)	3. ความสำเร็จและความคล่องตัวทางจิตใจ (Mental Agility)	4. คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character)	5. สายสัมพันธ์ (Connection)	6. การมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)
กิจกรรมที่ 7.1 การเช็คอินความรู้สึก	✓		✓	✓	✓	✓
กิจกรรมที่ 7.2 หนึ่งคำถามหลายคำตอบ Ver. 2	✓		✓	✓	✓	✓
กิจกรรมที่ 7.3 วงกลมแห่งความสัมพันธ์	✓	✓	✓	✓	✓	✓

ผลสะท้อนจากการทบทวนหลังกิจกรรม (After Action Review: AAR)	
<p>สิ่งที่ทำได้ดี</p> <p>1. กิจกรรมที่พูดคุยเกี่ยวกับ ทางรอดบนความขาดพร่องของ แอน ทองประสม</p>	<p>ข้อมูลจากการสังเกต</p> <p>1. ผู้เข้าร่วมฯ ให้ความร่วมมือดีมาก ตั้งใจฟังเรื่องราวและสามารถนำเรื่องจุดแข็งมาอธิบายตอบคำถามกิจกรรมได้ที่ถามว่า แอน ทองประสมใช้จุดแข็งอะไรบ้างกว่าที่จะก้าวผ่านความขาดพร่องสู่การเป็นเจ้าหญิงแห่งวงการบันเทิงได้ เช่น</p> <p>“มีความหวัง หวังว่าจะทำงานเป็นดาราแล้วจะไม่ตงาน กล้าหาญคือ กล้าเข้าไปในวงการ ความอ่อนน้อมถ่อมตนในการทำงานจากการอยู่กับยาย”</p>
<p>สิ่งที่ควรพัฒนาต่อยอดคือ</p> <p>1. การแสดงความ empathy กับสมาชิก</p> <p>2. กิจกรรมหนึ่งคำถามหลายคำตอบ</p>	<p>ข้อเสนอสำหรับการต่อยอด</p> <p>1. การ address อารมณ์ของผู้เข้าร่วม สังเกตอารมณ์ที่เป็นตัวบ่งชี้ถึงอาการ PTSD ให้ข้อมูล coping skill ในด้านการจัดการอารมณ์ ให้ความรู้เกี่ยวกับอาการ PTSD</p> <p>2. ในกรณีที่ไม่มีข้อจำกัดด้านการขยับ หรือใช้กิจกรรมทางกาย สามารถให้ทำการแสดงบทบาทสมมติ (role play) เพื่อให้เข้าใจ และสัมผัสความรู้สึกได้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น</p>

ผลลัพธ์และการประเมิน

1. ผู้เข้าร่วมฯ สามารถที่จะเข้าใจสถานการณ์ของบุคคลทั่วไปในสังคม รับรู้ถึงอารมณ์ ความรู้สึกของบุคคลในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ ซึ่งจะนำไปสู่การจัดการความสัมพันธ์ให้อยู่ในทางที่เหมาะสมได้ดีขึ้น และยังสามารถที่จะวางแผนในการแก้ไขปัญหาเบื้องต้นโดยผ่านการใช้จุดแข็ง

แหล่งข้อมูลการประเมิน: 1. จากการที่ให้เหตุการณ์มาจากข่าวหนังสือพิมพ์เลย ผงะ!ศพหญิงสาว

คล้ายคนท้องถูกฆ่าด้วยดaggerกระเป๋าลอยเกยชายหาดบางพระ มีผู้พบศพหญิงสาว ถูกฆ่ามัดมือมัดเท้า เอาถุงดำคลุมหัวมัดใส่กระเป๋าลอยมา หลังจากนั้นรวบรวมตัวสามีได้หวนได้ ถ้าเราเป็นคนอยู่ในเหตุการณ์นี้ เป็นคนแรกที่พบศพลอยมา แล้วเราจะทำอะไร ผู้เข้าร่วมฯ อธิบายว่า

“มีศพลอยมาเราจะมีอารมณ์อะไรบ้างที่เกิดขึ้นคือ ตกใจ กลัว เสียใจ และจุดแข็งที่จะทำให้เราผ่านเหตุการณ์นี้ได้ ความอยากรู้อยากเห็น คือศพที่อยู่ในกระเป๋านูก็ต้องเปิดดูก่อนว่ามาจากที่ไหน แล้วก็อาจจะรอบคอบนิดนึงว่า อาจจะบอกตำรวจว่าหนูเป็นคนเปิดเองนะอะไรอย่างนี้ หนูอยากรู้อันนี้เป็นอะไรหนูก็เลยเปิดดู ความกล้าหาญก็คือกล้าไปหยิบศพมา”

เมื่อนำไปประยุกต์ในวงกลมความสัมพันธ์ ผู้เข้าร่วมฯ อธิบายว่า

“ลำดับแรกจะทำคือแจ้งตำรวจแล้วเล่าเหตุการณ์ แล้วก็บอกตัวเองว่า สู้ ๆ ตั้งสติอย่าตกใจ แล้วก็บอกคนแถวนั้นให้มาช่วย”

ข้อสังเกตจากผู้วิจัย

ประเด็นการประเมินจากข้อสังเกตของผู้วิจัย	ระดับคะแนนจากข้อสังเกตของผู้วิจัย (1 = น้อยที่สุด, 5= มากที่สุด)				
	1	2	3	4	5
ด้านการให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม				√	
ด้านความสามารถในปฏิบัติตามขั้นตอนของกิจกรรม				√	
ด้านผลลัพธ์ที่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของกิจกรรม			√		

กิจกรรม หนึ่งคำถามหลายคำตอบ Version 2 และกิจกรรมวงกลมแห่งความสัมพันธ์ ยังมีความไม่ต่อเนื่องในการเชื่อมโยงสู่การเสริมพลัง มุมมองความคิด และมีบางเหตุการณ์ที่เป็นกรณีศึกษาขาดความเชื่อมโยงจึงทำให้เกิดความติดขัดในขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมบางส่วน แต่ด้วยผู้เข้าร่วมฯ ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี จึงช่วยให้กิจกรรมสามารถดำเนินต่อไปได้ ทั้งนี้ผู้วิจัยได้นำเอาข้อติดขัดมาปรับปรุงแก้ไข เพื่อเตรียมในการทำกิจกรรมครั้งสุดท้ายต่อไป

4.1.8 ผลลัพธ์กระบวนการดำเนินกิจกรรม ครั้งที่ 8 คุณค่าและเป้าหมายในชีวิตของเรา

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้เข้าร่วมฯ ได้ออกแบบชีวิตที่มีความหมาย เชื่อมโยงจุดแข็งที่ได้เรียนรู้กับสิ่งที่เป็นในปัจจุบัน ตระหนักถึงคุณค่าของตนเองในการมีชีวิตอยู่ และมองเห็นตัวช่วยของชีวิตที่อยู่รอบตัวทั้งในรูปแบบที่ใกล้ชิด และรูปแบบของสถาบันทางสังคมต่างๆ ที่มีอยู่ อันจะเป็นต้นทุนสำคัญในการใช้ชีวิตต่อไปในอนาคต

เป้าหมายและการมุ่งเน้นของกิจกรรม

	1. ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness)	2. ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation)	3. ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility)	4. คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character)	5. สายสัมพันธ์ (Connection)	6. การมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)
กิจกรรมที่ 8.1 วงกลมตัวช่วยของฉัน	✓	✓	✓	✓	✓	✓
กิจกรรมที่ 8.2 จุดแข็งที่ฉันมี	✓	✓	✓	✓	✓	✓
กิจกรรมที่ 8.3 ก้าวต่อด้วยจุดแข็ง	✓	✓	✓	✓	✓	✓

ผลสะท้อนจากการทบทวนหลังกิจกรรม (After Action Review: AAR)	
สิ่งที่ทำได้ดี 1. บรรยากาศในการทำกิจกรรม 2. กิจกรรมเบาๆ 3. การประเมิน ความเข้มแข็งทางใจในเด็ก (RS)	ข้อมูลจากการสังเกต 1. กิจกรรมมีความ flow บรรยากาศสดชื่น 2. ผู้เข้าร่วมฯ สามารถเขียนจุดแข็งของตัวเองในวันก่อนกับวันนี้มีความแตกต่างกันมากขึ้น อีกทั้งมีความตั้งใจที่จะพัฒนาจุดแข็งที่คนอื่นมองเห็นในตัวเขาให้ดีขึ้น 3. ผลการประเมินของน้องมีนัยยะต่อการเปลี่ยนแปลงอย่างเห็นได้ชัด
สิ่งที่ควรพัฒนาต่อยอดคือ 1. การทบทวนกิจกรรม	ข้อเสนอสำหรับการต่อยอด 1. ให้ผู้เข้าร่วมฯ เลือก 3 กิจกรรมที่ตนเองชื่นชอบมากที่สุด และจัดลำดับ จะช่วยให้ได้ข้อมูลที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้น

ผลลัพธ์และการประเมิน

ด้านความพึงพอใจ (ความชอบ) และความมีประโยชน์

(0 คือ ไม่ชอบเลย/ไม่มีประโยชน์เลย - 10 คือ ชอบมากที่สุด/มีประโยชน์มากที่สุด)

กิจกรรม	ความพึงพอใจ		ความมีประโยชน์		คะแนนเฉลี่ย
	น้อง A	น้อง B	น้อง A	น้อง B	
ครั้งที่ 1					
กิจกรรมที่ 1.1 เกม 5 สิ่งที่ฉันชอบ	10	10	10	10	10
ครั้งที่ 2					
กิจกรรมที่ 2.1 อารมณ์ของฉัน (My Emotions)	5	8	10	10	8.25
กิจกรรมที่ 2.2 เกมทายคำ (Guess (e)motion)	10	5	10	5	7.5
กิจกรรมที่ 2.3 เกมรู้จักฉัน รู้จักเธอ	10	10	10	10	10
การบ้าน บันทึกอารมณ์-ความคิด	5	10	10	10	8.75
ครั้งที่ 3 *น้องBไม่ได้มาร่วมกิจกรรม เนื่องจากต้องไปพบแพทย์ตรวจอาการการตั้งครรภ์					
กิจกรรมที่ 3.1 จุดแข็งคืออะไร	10	-*	10	-*	10
กิจกรรมที่ 3.2 จุดแข็งของฉัน	10	-*	10	-*	10
กิจกรรมที่ 3.3 ใบงานจุดแข็ง	10	-*	10	-*	10
ครั้งที่ 4					
กิจกรรมที่ 4.1 สถานการณ์สื่ออารมณ์	10	10	10	10	10
กิจกรรมที่ 4.2 เหตุการณ์ จุดแข็ง อารมณ์	10	10	10	10	10
กิจกรรมที่ 4.3 การให้ความรู้กระบวนการคิด	10	8	10	8	9
ครั้งที่ 5					
กิจกรรมที่ 5.2 มองสองมุม	10	8	10	10	9.5
กิจกรรมที่ 5.3 คำเสริมพลัง	10	10	10	10	10
ครั้งที่ 6					
กิจกรรมที่ 6.2 หนึ่งคำถามหลายคำตอบ	10	10	10	9	9.75
กิจกรรมที่ 6.3 แต่งเติมเรื่องราว	10	8	10	9	9.25

กิจกรรม	ความพึงพอใจ		ความมีประโยชน์		คะแนนเฉลี่ย
	น้อง A	น้อง B	น้อง A	น้อง B	
ครั้งที่ 7					
กิจกรรมที่ 7.2 หนึ่งคำถามหลายคำตอบ Ver. 2	10	5	10	10	8.75
กิจกรรมที่ 7.3 วงกลมแห่งความสัมพันธ์	10	5	10	10	8.75
ครั้งที่ 8					
กิจกรรมที่ 8.1 วงกลมตัวช่วยของฉัน	10	10	10	10	10
กิจกรรมที่ 8.2 จุดแข็งที่ฉันมี	10	10	10	10	10
กิจกรรมที่ 8.3 ก้าวต่อด้วยจุดแข็ง	10	10	10	10	10

ผู้วิจัยได้ใช้กระบวนการทบทวนความทรงจำผ่านอุปกรณ์และการอธิบายกระบวนการแบบย่อให้ผู้เข้าร่วมวิจัยได้ทบทวน จากนั้นให้แต่ละคนอธิบายถึงความรู้สึกของตนเองในการร่วมกิจกรรมใน 2 ประเด็นหลัก คือ ประเด็นด้านความพึงพอใจ และประเด็นด้านประโยชน์ที่ได้รับ พร้อมทั้งให้อธิบายเหตุผล ซึ่งจากผลคะแนนข้างต้น สามารถสะท้อนเบื้องต้นได้ถึงประสิทธิภาพ และประสิทธิผลของกิจกรรม เกม ที่ได้มีการดำเนินการอยู่ในระดับดีมาก มีเพียงบางประเด็นที่ยังจำเป็นต้องออกแบบเพิ่มเติมเพื่อเพิ่มเติมให้สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น ทั้งนี้จากคะแนนข้างต้นสามารถลดทอนความกังวลเรื่องการรับรู้ เข้าใจ และผลลัพธ์อันเกิดจากการทำกิจกรรมในกลุ่มผู้เข้าร่วมวิจัยที่ผ่านเรื่องราวการถูกละเมิด และมีความบอบช้ำทางจิตใจ ในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้

ผลการประเมินระดับความเข้มแข็งทางใจในเด็ก Resilience Scale (RS – 15, 13 – 18 years)

	ระดับต่ำ (ต่ำกว่าคนส่วนใหญ่ ควรพัฒนาให้ดีขึ้น) 0 - 16 คะแนน	ระดับปานกลาง (ระดับเดียวกับคนส่วนใหญ่) 17 - 26 คะแนน	ระดับสูง (ดีกว่าคนส่วนใหญ่ ควรได้รับการสนับสนุนให้คงรักษาไว้) 27 - 30 คะแนน
น้อง A	√ (25) Pre-test	√ (17) Post-test	
น้อง B	√ (7) Pre-test	√ (26) Post-test	

ผู้เข้าร่วมกิจกรรมคนที่ได้คะแนนความเข้มแข็งทางจิตใจในระดับน้อยในครั้งแรกของการประเมิน ได้สะท้อนการเปลี่ยนแปลงผ่านผลคะแนนในครั้งนี้อย่างชัดเจน (จาก 7 คะแนน เป็น 26 คะแนน) นอกจากนี้ยังสะท้อนการเปลี่ยนแปลงผ่านการแลกเปลี่ยนระหว่างกิจกรรม สีหน้าแววตา ที่มีความหวัง และมีคลังคำ คลังความคิดในการจัดการกับเป้าหมายในอนาคตของตนเองมากขึ้น

ในด้านผู้เข้าร่วมอีกคนหนึ่ง (น้อง A) ได้สะท้อนการเปลี่ยนแปลงของตนเองผ่านการแลกเปลี่ยนที่ชัดเจนอย่างมาก คือ ผู้เข้าร่วมฯ ได้สะท้อนว่า **“ก่อนหน้าหนูไม่กล้าตอบตามความจริง เพราะเมื่อตอบว่าตัวเองมีปัญหาต่อหน้าจิตแพทย์ หนูจะได้รับยาเพิ่ม”** ซึ่งในการตอบแบบประเมินในครั้งนี้น้องตั้งใจอย่างมากในการตอบ และจากข้อสังเกตของผู้วิจัยที่ได้จากสนทนาแลกเปลี่ยนกับผู้เข้าร่วมฯ ตลอดระยะเวลา 8 ครั้ง เชื่อได้ว่าคะแนนครั้งนี้สะท้อนความจริง และสะท้อนการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นอย่างมาก โดยเฉพาะด้านของตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) คือ มีความสามารถในการตระหนักรู้ความคิด อารมณ์ พฤติกรรม และรูปแบบการตอบสนองต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ของตนเอง และมีความสามารถในการสังเกตและออกแบบความคาดหวังเชิงบวก โดยมุ่งเน้นไปที่สิ่งที่สามารถควบคุม และการดำเนินการอย่างมีเป้าหมาย (Optimism)

ผลลัพธ์ด้านอื่น

1. ผู้เข้าร่วมฯ สามารถที่จะตระหนักถึงคุณค่าของตนเองในการมีชีวิต

แหล่งข้อมูลการประเมิน: 1. การสอบถาม การพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกัน ซึ่งสามารถพิจารณาได้จากประโยคที่น้องได้สะท้อนว่า

“ได้ย้อนกลับไปมองว่าตัวเองเป็นยังไง”

“เลิกกลัว เลิกคิดไปเอง ว่าคนอื่นจะมองยังไง”

“ใช้ชีวิตดีขึ้น” “เข้มแข็งและอดทนมากขึ้น”

2. ผู้เข้าร่วมฯ สามารถวางแผน ออกแบบวงกลมตัวช่วยของฉัน เพื่อเป็นช่องทางในการช่วยเหลือตนเองในอนาคตข้างหน้า

แหล่งข้อมูลการประเมิน: 1. การที่ผู้เข้าร่วมฯ สามารถที่จะเขียนชื่อ เบอร์โทรติดต่อของบุคคลหรือหน่วยงานภาครัฐลงในเอกสารใบงานวงกลมตัวช่วยของฉัน ได้

ข้อสังเกตจากผู้วิจัย

ประเด็นการประเมินจากข้อสังเกตของผู้วิจัย	ระดับคะแนนจากข้อสังเกตของผู้วิจัย (1 = น้อยที่สุด, 5= มากที่สุด)				
	1	2	3	4	5
ด้านการให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม					√
ด้านความสามารถในปฏิบัติตามขั้นตอนของกิจกรรม					√
ด้านผลลัพธ์ที่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของกิจกรรม					√

กิจกรรมในครั้งสุดท้ายมุ่งเน้นการทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้ และชวนให้ผู้เข้าร่วมได้เริ่มออกแบบเส้นทางเดินชีวิตที่มีความหมายในช่วงเวลาหลังจากนี้ โดยใช้เรื่องของจุดแข็ง วงกลมแห่งความสัมพันธ์ และความตั้งใจของตนเองเป็นต้นทุน ซึ่งบรรยากาศเต็มไปด้วยการให้ความร่วมมือของผู้เข้าร่วมวิจัย และผลลัพธ์จากการเขียนในใบงานทั้งสามใบงานในกิจกรรมนี้

4.2 สรุปผลการวิจัย

ผลลัพธ์การประเมินแต่ละกิจกรรมด้านความพึงพอใจ (ความชอบ) และความมีประโยชน์

(0 คือ ไม่ชอบเลย/ไม่มีประโยชน์เลย - 10 คือ ชอบมากที่สุด/มีประโยชน์มากที่สุด)

กิจกรรม	ความพึงพอใจ		ความมีประโยชน์		คะแนนเฉลี่ย
	น้อง A	น้อง B	น้อง A	น้อง B	
ครั้งที่ 1					
กิจกรรมที่ 1.1 เกม 5 สิ่งที่คุณชอบ	10	10	10	10	10
ครั้งที่ 2					
กิจกรรมที่ 2.1 อารมณ์ของฉัน (My Emotions)	5	8	10	10	8.25
กิจกรรมที่ 2.2 เกมทายคำ (Guess (e)motion)	10	5	10	5	7.5
กิจกรรมที่ 2.3 เกมรู้จักฉัน รู้จักเธอ	10	10	10	10	10
การบ้าน บันทึกอารมณ์-ความคิด	5	10	10	10	8.75
ครั้งที่ 3 *น้องBไม่ได้มาร่วมกิจกรรม เนื่องจากต้องไปพบแพทย์ตรวจอาการการตั้งครรภ์					
กิจกรรมที่ 3.1 จุดแข็งคืออะไร	10	-*	10	-*	10

กิจกรรม	ความพึงพอใจ		ความมีประโยชน์		คะแนนเฉลี่ย
	น้อง A	น้อง B	น้อง A	น้อง B	
กิจกรรมที่ 3.2 จุดแข็งของฉัน	10	-*	10	-*	10
กิจกรรมที่ 3.3 ไปงานจุดแข็งที่ฉันมี	10	-*	10	-*	10
ครั้งที่ 4					
กิจกรรมที่ 4.1 เหตุการณ์สื่ออารมณ์	10	10	10	10	10
กิจกรรมที่ 4.2 เหตุการณ์ จุดแข็ง อารมณ์	10	10	10	10	10
กิจกรรมที่ 4.3 การให้ความรู้กระบวนการคิด	10	8	10	8	9
ครั้งที่ 5					
กิจกรรมที่ 5.2 มองสองมุม	10	8	10	10	9.5
กิจกรรมที่ 5.3 คำเสริมพลัง	10	10	10	10	10
ครั้งที่ 6					
กิจกรรมที่ 6.2 หนึ่งคำถามหลายคำตอบ	10	10	10	9	9.75
กิจกรรมที่ 6.3 แต่งเติมเรื่องราว	10	8	10	9	9.25
ครั้งที่ 7					
กิจกรรมที่ 7.2 หนึ่งคำถามหลายคำตอบ Ver. 2	10	5	10	10	8.75
กิจกรรมที่ 7.3 วงกลมแห่งความสัมพันธ์	10	5	10	10	8.75
ครั้งที่ 8					
กิจกรรมที่ 8.1 วงกลมตัวช่วยของฉัน	10	10	10	10	10
กิจกรรมที่ 8.2 จุดแข็งที่ฉันมี	10	10	10	10	10
กิจกรรมที่ 8.3 ก้าวต่อด้วยจุดแข็ง	10	10	10	10	10

ผลการประเมินระดับความเข้มแข็งทางใจในเด็ก Resilience Scale (RS – 15, 13 – 18 years)

	ระดับต่ำ (ต่ำกว่าคนส่วนใหญ่ ควรพัฒนาให้ดีขึ้น) 0 - 16 คะแนน	ระดับปานกลาง (ระดับเดียวกับ คนส่วนใหญ่) 17 - 26 คะแนน	ระดับสูง (ดีกว่าคนส่วนใหญ่ ควรได้รับ การสนับสนุนให้คงรักษาไว้) 27 - 30 คะแนน
น้อง A	√ (25) Pre-test	√ (17) Post-test	
น้อง B	√ (7) Pre-test	√ (26) Post-test	

ตารางแสดงผลสรุปภาพรวมผลลัพธ์จากการดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมฯ

	1. ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness)	2. ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation)	3. ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility)	4. คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character)	5. สายสัมพันธ์ (Connection)	6. การมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism)
กิจกรรมที่ 1.1 เกม 5 สิ่งที่ฉันชอบ	√		√		√	√
กิจกรรมที่ 1.2 การให้ความรู้การผ่อนคลาย (Relaxation)	√	√	√			
กิจกรรมที่ 2.1 อารมณ์ของฉัน (My Emotions)	√	√	√			
กิจกรรมที่ 2.2 เกมทายคำ (Guess (e)motion)		√			√	
กิจกรรมที่ 2.3 เกมรู้จักฉัน รู้จักเธอ	√		√	√	√	
กิจกรรมที่ 3.1 จุดแข็งคืออะไร	√		√	√	√	
กิจกรรมที่ 3.2 จุดแข็งของฉัน	√		√	√		√
กิจกรรมที่ 3.3 ใบงานจุดแข็ง	√	√	√	√	√	√
กิจกรรมที่ 4.1 เหตุการณ์สื่ออารมณ์	√		√	√		
กิจกรรมที่ 4.2 เหตุการณ์ จุดแข็ง อารมณ์ (Strengths Cognitive Game)	√	√	√	√	√	√
กิจกรรมที่ 5.1 การผ่อนคลายของฉัน	√	√	√			
กิจกรรมที่ 5.2 มองสองมุม		√	√	√		√
กิจกรรมที่ 5.3 คำเสริมพลัง	√	√	√	√	√	√
กิจกรรมที่ 6.1 การเช็คอินจุดแข็ง	√		√	√	√	√
กิจกรรมที่ 6.2 หนึ่งคำถามหลายคำตอบ	√		√	√	√	√
กิจกรรมที่ 6.3 แต่งเติมเรื่องราว	√	√	√	√	√	√
กิจกรรมที่ 7.1 การเช็คอินความรู้สึก	√		√	√	√	√
กิจกรรมที่ 7.2 หนึ่งคำถามหลายคำตอบ Ver. 2	√		√	√	√	√
กิจกรรมที่ 7.3 วงกลมแห่งความสัมพันธ์	√	√	√	√	√	√
กิจกรรมที่ 8.1 วงกลมตัวช่วยของฉัน	√	√	√	√	√	√
กิจกรรมที่ 8.2 จุดแข็งที่ฉันมี	√	√	√	√	√	√
กิจกรรมที่ 8.3 ก้าวต่อด้วยจุดแข็ง	√	√	√	√	√	√

จากผลการวิจัยข้างต้น ผู้วิจัยสรุปประเด็นสำคัญจากการวิจัยเบื้องต้นได้ 3 ประการ ดังต่อไปนี้

ประการที่ 1 ผู้เข้าร่วมโปรแกรมฯ สะท้อนให้เห็นถึงความรู้สึกที่ดีต่อการเข้าร่วมโปรแกรมฯ และสามารถอธิบายถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมฯ ได้

ประการที่ 2 ผลการประเมินระดับความเข้มแข็งทางใจในเด็ก Resilience Scale ของผู้เข้าร่วมโปรแกรมฯ สะท้อนให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงอย่างน้อย 2 ด้าน คือ

ด้านที่ 2.1 ระดับคะแนนความเข้มแข็งทางจิตใจของผู้เข้าร่วมโปรแกรมฯ มีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้น เมื่อเปรียบเทียบกับคะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ

ด้านที่ 2.2 ผู้เข้าร่วมโปรแกรมฯ เกิดการเปลี่ยนแปลงความตระหนักรู้ในตนเอง (Self – Awareness) และการมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism) อย่างเห็นได้ชัด สะท้อนผ่านการที่ผู้เข้าร่วมโปรแกรมฯ มีความตั้งใจในการประเมินตนเองที่ตรงกับความจริงมากขึ้น

ประการที่ 3 โปรแกรมฯ มีความเชื่อมโยงกับตัวแปร Resilience ทั้ง 6 ด้าน ในหลากหลายรูปแบบ สามารถอธิบายความเชื่อมโยงได้ดังต่อไปนี้

3.1 ด้านความตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness): โปรแกรมฯ ช่วยส่งเสริมความตระหนักรู้ในตนเอง โดยเริ่มจากการชวนให้ผู้เข้าร่วมสำรวจสิ่งที่ชอบ สิ่งที่ทำให้ตนเองมีความสุข หรือสิ่งที่ตนทำในช่วงเวลาที่ดี จากนั้นได้เสริมกระบวนการผ่อนคลายอารมณ์ในช่วงเวลาต่าง ๆ สำรวจอารมณ์ ความคิด และตระหนักรู้อารมณ์ของตนเองต่อเหตุการณ์ รวมถึงการเรียนรู้จุดแข็งเชิงบวกของตนเองที่มีอยู่ คุณค่าที่มีอยู่

3.2 ความสามารถในการบังคับตนเอง (Self – Regulation): โปรแกรมฯ ได้ส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมได้ออกแบบ และจัดการอารมณ์ ความรู้สึก ความคิด ที่มีต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ทั้งที่เป็นสถานการณ์จำลอง สถานการณ์ตัวอย่างที่ได้นำมาใช้ในโปรแกรมฯ และสถานการณ์ที่พบเจอในชีวิตจริงของผู้เข้าร่วมเอง ผ่านการสะท้อนคิด (reflection) โดยใช้ใบงาน และการพูดคุยเชื่อมโยงกับสถานการณ์ตัวอย่าง

3.3 ความคล่องแคล่วทางจิตใจ (Mental Agility): โปรแกรมฯ ได้มีการให้ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับอารมณ์เชิงบวกผ่านกระบวนการเกม และส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมได้ตระหนักรู้อารมณ์ ความรู้สึก และความคิดของตนเอง บนพื้นฐานอารมณ์เชิงบวก เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดการเปิดกว้างรับประสบการณ์ที่แตกต่างหลากหลาย (openness to experiences) อันเป็นพื้นฐานของการเพิ่มทางเลือกในการโต้ตอบต่อสถานการณ์ที่หลากหลาย สามารถแปรเปลี่ยนเป็นทรัพยากรทางจิตใจทางบวกได้ในระยะยาว

3.4 คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็ง (Strengths of Character): โปรแกรมฯ ได้เพิ่มพูนคำศัพท์และความหมายของคุณลักษณะทางบวกที่เป็นจุดแข็งที่หลากหลายให้ผู้เข้าร่วมได้เกิดการเรียนรู้ เชื่อมโยง และตระหนักในคุณค่าของตนเอง เกิดทักษะเบื้องต้นในการใช้จุดแข็งเชิงบวกของตนเองเอาชนะความท้าทายและสร้างชีวิตที่สอดคล้องกับคุณค่าภายในจิตใจของ

3.5 สายสัมพันธ์ (Connection): โปรแกรมฯ ได้มีการชวนให้ผู้เข้าร่วมได้นึกถึงบุคคลรอบตัวทั้งที่มีอยู่ในอดีต ปัจจุบัน และในอนาคตที่กำลังจะมี (เช่น กรณีที่กำลังจะคลอดลูก) เพื่อออกแบบความเป็นไปได้ในการอยู่ร่วมกันในรูปแบบที่ดีขึ้นกว่าที่เป็นอยู่ ผ่านการเชื่อมโยงในสถานการณ์ตัวอย่างในเกม และการสะท้อนคิด (reflection) จากเหตุการณ์ในชีวิตจริงของแต่ละบุคคล ทั้งผ่านการเขียน และการสนทนา

3.6 การมองโลกแบบมีความหวัง (Optimism): โปรแกรมฯ ได้ส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมเพิ่มพูนความสามารถในการสังเกตและออกแบบความคาดหวังต่อตนเองในเชิงบวก โดยมุ่งเน้นไปที่สิ่งที่สามารถควบคุมได้ (controllable) และออกแบบการเดินทางสู่เป้าหมายแบบมีความหวัง ตระหนักรู้ในจุดแข็ง คุณค่าของตนเอง โดยการออกแบบทั้งหมดจะค่อยๆ ถูกร้อยเรียงการเรียนรู้ตั้งแต่ครั้งแรกของโปรแกรมฯ อย่างต่อเนื่องจนได้เกิดการเชื่อมโยงสู่การออกแบบอนาคตของตนเองในครั้งสุดท้ายของโปรแกรมฯ

บทที่ 5 อภิปรายผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

งานวิจัยฉบับนี้ เป็นงานวิจัยและพัฒนาโปรแกรม (research and program development) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมการฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่ตกเป็นเหยื่อทารุณกรรมทางเพศที่อาศัยอยู่ในบ้านพักพิง ผ่านการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental methods) ในกลุ่มเป้าหมายที่เป็นตัวแทนของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative methods) ในการเก็บข้อมูล ซึ่งมีประเด็นอภิปรายและข้อเสนอแนะจากงานวิจัยดังต่อไปนี้

5.1 อภิปรายผลการวิจัย (Discussions)

ฐานคิดในการพัฒนาโปรแกรมฯครั้งนี้ มุ่งเน้นการวิจัยและพัฒนาโปรแกรมฯ ที่จะสามารถเข้าไปเป็นตัวช่วยให้กับผู้ปฏิบัติงานที่ทำหน้าที่ในการฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่ตกเป็นเหยื่อทารุณกรรมทางเพศ รวมถึงเด็กและเยาวชนที่ได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจ (traumas) ในลักษณะที่เป็นโปรแกรมฟื้นฟูขั้นต้น (primary program) ที่ทำงานฟื้นฟูความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (self-esteem) ในรูปแบบกิจกรรมที่สามารถดำเนินการพร้อมกันได้เป็นกลุ่ม ซึ่งจากผลลัพธ์การวิจัยฉบับนี้สะท้อนให้เห็นถึงความเป็นไปได้เชิงบวกต่อการใช้รูปแบบกิจกรรมกลุ่ม และกิจกรรมฟื้นฟูขั้นต้น ที่มุ่งเน้นการทำงานเป็นที่คุณค่าภายในที่มีอยู่ของผู้เข้าร่วมโปรแกรมฯ (focus on what's work) ตามแนวคิดของจิตวิทยาเชิงบวก และการทำงานเพื่อปรับเปลี่ยนความคิด พฤติกรรม ตามแนวคิดของการบำบัดความคิดและพฤติกรรมสำหรับผู้ที่มีความกระทบกระเทือนทางจิตใจ (TF-CBT) โดยใช้กระบวนการเกมมาใช้เพื่อสร้างการเรียนรู้ (game-based learning)

การคัดเลือกกลุ่มเป้าหมายที่สอดคล้องกับกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดคุณสมบัติไว้ในงานวิจัยนับเป็นงานที่ทำท้าทายต่อการดำเนินงาน เนื่องจากเป็นกลุ่มเป้าหมายที่มีความเปราะบางสูง และผู้วิจัยถือเป็นคนนอกที่เข้าไปทำงานในระยะเวลาอันสั้นกับเด็กและเยาวชนผู้ได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจ การสร้างความไว้วางใจระหว่างกันในช่วงต้น และกระบวนการแต่ละครั้งจำเป็นต้องมีความละเอียดอ่อน แต่ด้วยการแปลงกระบวนการออกมาในรูปแบบของเกม ทำให้การสร้างปฏิสัมพันธ์เกิดขึ้นได้ในระยะเวลาอันสั้นและตลอดกระบวนการไม่เกิดความขัดแย้ง หรือปัญหาเชิงความสัมพันธ์ทั้งระหว่างผู้เข้าร่วมกันเอง และระหว่างผู้เข้าร่วมกับผู้วิจัย

จำนวนผู้เข้าร่วมการวิจัยถือเป็นประเด็นที่เป็นจุดอ่อนหนึ่งของงานวิจัยครั้งนี้ เนื่องจากมีผู้เข้าร่วมวิจัยเริ่มต้นจำนวน 4 คน และคงเหลือผู้เข้าร่วมการวิจัยครบทั้งกระบวนการจำนวน 2 คน เนื่องจากเงื่อนไขการอยู่ในบ้านพักของผู้เข้าร่วมการวิจัยหนึ่งท่านสิ้นสุดลงหลังการคลอตก และช่วงเวลาที่สามสามารถเข้าไปทำกิจกรรมได้ทับซ้อนกับช่วงเวลาที่มีผู้เข้าร่วมการวิจัยอีกหนึ่งจะได้เข้าร่วมกิจกรรมตามความสนใจ ซึ่งมีโอกาสเพียงสัปดาห์ละครั้ง จึงได้มีการขออนุญาตขอยกจากการเข้าร่วมการวิจัยหลังจบกระบวนการครั้งที่ 3 โดยยังได้มีการแวะมาทักทาย พูดคุยกับผู้วิจัยอยู่บ้างหลังจากครั้งที่สามแต่ไม่ได้เข้าร่วมการวิจัยต่อ ทั้งนี้แม้ว่าจะมีข้อจำกัดในเรื่องของจำนวนคนที่เข้าร่วมการวิจัย แต่ผู้เข้าร่วมทั้งหมดถือเป็นตัวแทนของกลุ่มตัวอย่างที่มีความครบถ้วนตาม

เป้าหมายการวิจัย และการออกแบบโปรแกรมฯ ได้อ้างอิงแนวคิด หลักฐานอ้างอิงทางวิชาการ และปฏิบัติการ ทั้งในและต่างประเทศ จึงทำให้โปรแกรมฯ มีความสอดคล้องทางทฤษฎี ความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ได้จริง

ทั้งนี้ด้วยเงื่อนไขของการวิจัย ทำให้การทำงานกับเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ ถูกทำงานโดย นักวิจัย ไม่ใช่ผู้ดูแลโดยตรงจึงยังไม่สามารถสรุปได้ในขั้นนี้ว่า หากผู้ดูแลเป็นผู้ใช้ด้วยตัวเองแล้วจะได้ผลลัพธ์ที่ เหมือนหรือต่างจากงานวิจัยฉบับนี้มากน้อยเพียงใด ทั้งนี้แม้ว่าการวิจัยครั้งนี้ไม่ได้ดำเนินการโดยผู้ดูแล แต่ ผู้วิจัยได้ออกแบบโปรแกรมฯ ให้ง่ายต่อความเข้าใจ และการนำไปใช้ โดยผู้วิจัยได้มีการจัดทำคู่มือสำหรับการนำ กิจกรรม เครื่องมือ รวมถึงชุดคำถามทั้งในรูปแบบของเอกสาร และสื่อการสอนออนไลน์ เพื่อให้ผู้ที่สนใจ สามารถเข้าใจ และนำไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพบนพื้นฐานความเข้าใจทั้งหลักคิด และกระบวนการ

ผลลัพธ์ของงานวิจัยฉบับนี้ได้สะท้อนให้เห็นถึงความสำคัญของการใช้กระบวนการเสริมสร้างทุนทาง จิตใจสำหรับเด็กและเยาวชนที่ได้รับการกระทบกระเทือนทางจิตใจแบบเชิงรุก เนื่องจากข้อจำกัดของ กระบวนการคัดกรองทางจิตวิทยาคลินิกที่อ้างอิงการรักษาจากการใช้กระบวนการประเมินตนเอง (self-report) เป็นส่วนสำคัญซึ่งมีช่องว่างต่อการประเมินอาการและความต้องการในการหนุนเสริมทางจิตใจในกลุ่มเด็ก เยาวชน ที่ผ่านการคัดกรองหลายครั้ง และสามารถประเมินได้เบื้องต้นว่าคำตอบแบบไหนจะทำให้ตนเองต้อง รับการรักษาแบบใด จึงเลือกที่จะหนีจากการตอบที่ตรงกับความจริง อีกทั้งกระบวนการฟื้นฟูที่อ้างอิงฐานคิด ด้านการรักษา (medicine approaches) เหมือนการป่วยใช้ทางร่างกายในกลุ่มเป้าหมายนี้เพียงอย่างเดียว อาจไม่เพียงพอต่อการฟื้นฟูให้เด็กและเยาวชนสามารถกลับไปใช้ชีวิตของตนเองได้อย่างมีคุณภาพระยะยาว เนื่องจากกลุ่มเป้าหมายที่ถูกกระทำมักมีความซับซ้อนของสภาพปัญหา และเมื่อต้องออกจากบ้านพักพิงกลับสู่ บ้านหรือสภาพแวดล้อมเดิม ทุนทางจิตใจที่ไม่เพียงพออาจส่งผลให้พวกเขาอาจต้องเผชิญกับความท้าทาย ในการตัดสินใจที่ยากต่อการรับมือ ดังนั้นการเตรียมความพร้อมแบบเชิงรุกจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ

5.2 เงื่อนไขการนำโปรแกรมฯ ไปใช้

โปรแกรมฯ นี้ พัฒนาขึ้นเพื่อให้ผู้ดูแล นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ ที่ทำงานอยู่ที่บ้านพักพิงสำหรับเด็กและเยาวชนที่ได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจ นำไปใช้ในการจัดกระบวนการป้องกันเชิงรุก (Proactive prevention program) เพื่อเป็นการเสริมพลัง เพิ่มทุนทางจิตใจ และเพิ่มภูมิคุ้มกันทางความคิด สำหรับเด็กและเยาวชน อย่างไรก็ตามโปรแกรมฯ นี้ไม่สามารถนำไปใช้ได้ในทุกบริบท ดังนั้นการนำไป ประยุกต์ใช้ควรแสวงหาความรู้และนวัตกรรมเพื่อนำมาปรับประยุกต์กระบวนการและวิธีการจัดการพฤติกรรม เชิงบวกของวัยรุ่นได้จริงและเหมาะสมกับบริบทพื้นที่ จึงมีคำแนะนำในการจัดกระบวนการ ดังต่อไปนี้

1. การเตรียมตัว/เตรียมความพร้อมของผู้จัดกระบวนการ

- การยอมรับ เปิดใจ และปรับทัศนคติของตนเองเกี่ยวกับแนวคิดการพัฒนาเด็กและเยาวชน เชิงบวก ที่อยู่บนความเชื่อพื้นฐานว่าเด็กทุกคนสามารถที่จะปรับเปลี่ยนชุดวิธีคิด และ พฤติกรรมของตนเองได้
- ควรทำความเข้าใจบริบท และความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย เพื่อให้สามารถเลือกใช้ สถานการณ์ตัวอย่างในกระบวนการแต่ละครั้งได้สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมาย

- ควรมีความเข้าใจเป้าหมายโปรแกรมฯ และแนวทางการนำไปใช้อย่างครบถ้วน ผ่านการศึกษาเอกสาร สื่อการเรียนรู้ออนไลน์ของทางโปรแกรมฯ และวางแผนการจัดกิจกรรมให้สอดคล้องและเหมาะสมกับบริบทของกลุ่มเป้าหมาย
 - ศึกษากรณีตัวอย่างจริงของการจัดการ ส่งเสริม และพัฒนาเยาวชนกลุ่มเปราะบางอื่น เพื่อให้เข้าใจกระบวนการและมีคลังความรู้เพิ่มเติมในการนำมาประยุกต์ร่วมกับโปรแกรมฯ
2. โปรแกรมฯ มีความเฉพาะเจาะจงกับกลุ่มเป้าหมายที่ได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจ หรือกลุ่มเด็กที่ถูกทารุณกรรมทางเพศ และการจัดกระบวนการตามหน่วยการเรียนรู้ของหลักสูตรนั้น สามารถยืดหยุ่นได้ตามความเหมาะสมของกลุ่มเป้าหมาย หากมีการนำไปประยุกต์ใช้กับกลุ่มเป้าหมายอื่น ๆ ควรปรับให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย บริบทพื้นที่ และสถานการณ์ทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ทั้งนี้เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดของการนำหลักสูตรไปใช้ ช่วงระยะเวลาการเรียนรู้ทั้ง 8 ครั้ง ควรเวลาครั้งละไม่น้อยกว่า 90 นาที และออกแบบช่วงเวลาให้มีความต่อเนื่อง หรือใส่เข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรม กระบวนการประจำของบ้าน (routine) เพื่อการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องจนครบทั้งโปรแกรมฯ
 3. การเลือกสถานการณ์ เครื่องมือ และสื่อ ที่ใช้ในการถ่ายทอดความรู้สามารถปรับเปลี่ยนเนื้อหาข้อเท็จจริงและสามารถหยิบมาใช้ได้ตามความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย โดยเฉพาะในกลุ่มเป้าหมายที่มีความเปราะบาง เคยถูกกระทบกระเทือนทางจิตใจ (trauma) ผู้นำกระบวนการจำเป็นต้องคัดเลือกสถานการณ์ที่เป็นหัวข้อของการพูดคุย หรือเล่นเกมที่ไม่กระทบกระเทือนทางจิตใจต่อผู้เข้าร่วมกระบวนการมากจนเกินไป เพื่อให้บรรยากาศในการพูดคุยแลกเปลี่ยนไม่ไปสร้างบาดแผลทางจิตใจเพิ่มเติม ทั้งนี้การพิจารณาเลือกสถานการณ์เพื่อเป็นหัวข้อในการพูดคุยสามารถปรึกษาร่วมกับนักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ หรือผู้ปฏิบัติงานที่มีความใกล้ชิดและเข้าใจผู้เข้าร่วมกระบวนการได้ โดยอยู่บนพื้นฐานของความเชื่อมั่นในศักยภาพและคุณค่าของผู้เข้าร่วมกระบวนการ ไม่ลดทอนหรือตัดตอนการเดินทางสู่การเปลี่ยนแปลงภายในของผู้เข้าร่วมกระบวนการที่สามารถเรียนรู้ และปรับวิถีชีวิตที่มีต่อเรื่องราวต่างๆ ได้ หากได้เข้าร่วมแลกเปลี่ยนภายใต้ประเด็น และบรรยากาศที่เหมาะสม
 4. ในกรณีที่มีการจัดกระบวนการกับกลุ่มเป้าหมายจำนวนมาก ควรมีการจัดแบ่งกลุ่มย่อยเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ในแต่ละกิจกรรมเรียนรู้เกิดประสิทธิผลสูงสุด ผ่านการเล่น การแลกเปลี่ยนพูดคุย และซักถาม ทั้งนี้จำนวนกลุ่มย่อยที่จะแบ่งไม่ควรเกิน 4 คน และควรใช้กลุ่มย่อยที่จัดแบ่งนี้ตลอดการเรียนรู้ในโปรแกรมฯ ทั้ง 8 ครั้ง
 5. แม้ว่าในโปรแกรมฯ จะไม่ได้มีการออกแบบกระบวนการในการเชื่อมโยงการทำงานกับครอบครัวหรือบุคคลที่ใกล้ชิดกับเด็ก เยาวชน ที่เข้าร่วม แต่หากผู้ดูแลสามารถดึงการมีส่วนร่วมของบุคคลที่เด็กให้ความไว้วางใจเข้ามามีส่วนร่วมได้ในทางใดทางหนึ่ง เพื่อร่วมออกแบบการเติมเต็มทุนทางจิตใจให้กับเด็ก เยาวชน ในระยะยาว

5.3 ข้อเสนอแนะ

5.3.1 ข้อเสนอแนะทางวิชาการ

- 1) ควรมีการศึกษาวิจัยผลลัพธ์ของโปรแกรมฯ ในกลุ่มเป้าหมายที่มีความหลากหลายของกลุ่มความต้องการ และบริบท เพื่อให้ได้แนวทางการปรับปรุงพัฒนา ต่อยอดโปรแกรมฯต่อไป
- 2) ควรมีการศึกษาระบบการพัฒนาตัวชี้วัด และเกณฑ์ประเมินที่มีความเฉพาะเจาะจงสำหรับโปรแกรมฯนี้ เพื่อให้ผู้นำไปใช้สามารถประเมินผลสัมฤทธิ์ได้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น
- 3) ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยให้ผู้ดูแล นักจิตวิทยา และนักสังคมสงเคราะห์ที่ทำงานบ้านพักพิงต่าง ๆ ที่ผ่านการเรียนรู้ฐานคิดและกระบวนการของโปรแกรมฯ ได้เป็นผู้นำกระบวนการด้วยตนเอง เพื่อพิสูจน์ผลลัพธ์ของการนำไปใช้ที่เกิดขึ้นต่อไป
- 4) ควรมีการทำวิจัยระยะยาวถึงผลลัพธ์ของโปรแกรมฯที่มีต่อกลุ่มเด็ก เยาวชน ที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ เพื่อประเมินความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างเป็นระบบ และมีความหนักแน่น

5.3.2 ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ปฏิบัติ

- 1) ผู้ปฏิบัติควรมีการศึกษารู้นคิด กระบวนการนำโปรแกรมฯไปประยุกต์ใช้ ให้เข้าใจก่อนนำไปใช้ ทั้งนี้ควรพิจารณาถึงความต้องการ และบริบทของกลุ่มเป้าหมายเป็นสำคัญ
- 2) แม้ว่าโปรแกรมฯ นี้จะพัฒนาจากงานวิจัย และทฤษฎีที่มีความน่าเชื่อถือ แต่การปฏิบัติตัวขณะที่นำโปรแกรมฯไปใช้ ตั้งแต่ภาษากาย ภาษาพูด และความสัมพันธ์ระหว่างผู้ดูแลกับเด็ก เยาวชน ถือเป็นปัจจัยสำคัญต่อประสิทธิผลของโปรแกรมฯ ไม่น้อยไปกว่ากระบวนการ ผู้ดูแลจึงจำเป็นต้องมีความละเอียดอ่อนต่อการใช้ภาษากาย ภาษาพูด และความสัมพันธ์

5.3.3 ข้อเสนอแนะทางนโยบาย

- 1) กระทรวงและหน่วยงานที่รับผิดชอบการดูแลกลุ่มเด็ก เยาวชนที่อยู่ภาวะเปราะบาง ควรมีการนำโปรแกรมฯนี้ หรือพัฒนาโปรแกรมบนฐานคิดของการป้องกันเชิงรุก และจัดให้มีการอบรมให้กับเจ้าหน้าที่อย่างเป็นระบบ รวมถึงควรมีการส่งเสริมให้ผู้ปฏิบัติได้ออกแบบและแลกเปลี่ยนกระบวนการในรูปแบบที่สอดคล้องกับบริบทและความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย
- 2) การพัฒนานโยบายสำหรับการป้องกันเชิงรุกในกลุ่มเป้าหมายที่มีความเปราะบางอย่างเป็นระบบมีความจำเป็น และมีแนวโน้มต่อการทำให้สภาพปัญหาที่รูปแบบของการเกิดซ้ำได้ง่ายจากความเปราะบางทางจิตใจของเด็ก เยาวชน ได้ถูกแก้ไข ลดโอกาสของการเกิดปัญหาซ้ำได้

บรรณานุกรม

ภาษาอังกฤษ

- Bagley, C., & Ramsay, R. (1985). Disrupted childhood and vulnerability to sexual assault: Long-term sequels with implications for counselling. Paper presented at the Conference on Counselling the Sexual Abuse Survivor, Winnipeg, Canada.
- Barnardo's, *Tackling Child Sexual Exploitation: Helping local authorities to develop effective responses*, Barnardo's, Barkingside, UK, 2012.
- Barth, J., Bermetz, L., Heim, E., Trelle, S., & Tonia, T. (2013). The current prevalence of child sexual abuse worldwide: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Public Health*, 58, 469–483. doi:10.1007/s00038-012-0426-1.
- Bendixen, M., Muus, K. M., & Schei, B. (1994). The impact of child sexual abuse—a study of a random sample of Norwegian students. *Child Abuse & Neglect*, 18(10), 837-847.
- Bolen, R., & Scannapieco, M. (1999). Prevalence of child sexual abuse: A corrective meta-analysis. *Social Service Review*, 73, 281–313. doi:10.1086/514425.
- Bolt, Christine, (1993). *The Women's Movement in the United States and Britain from the 1790s to the 1920s* Harvester/Wheatsheaf, London, 1993.
- Bott, Sarah, Andrew Morrison and Mary Ellsberg. *Preventing and Responding to Gender - Based Violence in Middle and Low - Income Countries: A global review and analysis*. World Bank Policy Research Paper WPS3618, World Bank, Washington, DC, June 2005.
- Branden, Nathaniel. (2001). *The psychology of self-esteem: a revolutionary approach to self-understanding that launched a new era in modern psychology*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Bratton, S. C., Ray, D., Rhine, T., & Jones, L. (2005). The efficacy of play therapy with children: A meta-analytic review of treatment outcomes. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36, 376-390.
- Bravo, Ellen and classdy, Ellen. (1992). *The 9 to 5 guide to combating sexual harassment*. New York: John Willey and son Inc.
- Briere, J. (1984, April). The effects of childhood sexual abuse on later psychological functioning: Defining a "post-sexual-abuse syndrome." Paper presented at the Third National Conference on Sexual Victimization of Children, Washington, DC.
- Cambridge's and Peterborough Safeguarding Boards Child Sexual Abuse Strategy. (2018). *Child Sexual Abuse Strategy 2018-2020*. Retrieve from

<http://www.safeguardingcambspeterborough.org.uk/wp-content/uploads/2018/06/CSA-Strategy-2018-20.pdf>.

Canadian Center. (2018). Child sexual abuse. Canadian center for child abuse.

Carmen P. McLean, Sarah Herrick Morris, Phoebe Conklin, Nuwan Jayawickreme, and Edna B. Foa. (2014). *Trauma Characteristics and Posttraumatic Stress Disorder among Adolescent Survivors of Childhood Sexual Abuse*. *Fam Violence Journal*, 29(5): 559–566. doi:10.1007/s10896-014-9613-6.

Child Welfare Information Gateway. (2018). Trauma-Focused Cognitive Behavioral Therapy. Retrieved from <https://www.childwelfare.gov/pubPDFs/trauma.pdf>.

Cochrane, A. (1993). *Whatever happened to local government?* Open University Press.

Cohen, J.A., Mannarino, A.P., & Deblinger, E. (2006). *Treating trauma and traumatic grief in children and adolescents*. New York: Guilford Press.

Collin-Vézina D, Hébert M. Comparing dissociation and PTSD in sexually abused school-aged girls. *Journal of Nervous Mental Disorders*. 2005;193(1):47-52.

Collings, S. J. (1991). Childhood sexual abuse in a sample of South African university males: Prevalence and risk factors. *South African Journal of Psychology*, 21(3), 153-158.

Committee on the Rights of the Child. (2011). General comment No. 13 on the right of the child to freedom from all forms of violence. Retrieved November 1, 2016, from <http://www.ohchr.org/EN/HRBodies/CRC/Pages/CRCIndex.aspx>

Conte, G. B. (1994). *Genres and readers: Lucretius, love elegy, Pliny's Encyclopedia*. Johns Hopkins University Press.

Cooper, P. J., Campbell, E. A., Day, A., Kennerley, H., & Bond, A. (1988). Non-psychotic psychiatric disorder after childbirth: a prospective study of prevalence, incidence, course and nature. *The British Journal of Psychiatry*, 152(6), 799-806.

CourtTV.com. (1998). 'Washington v. Letourneau: Original Sentencing from November 14, 1997'. *Courtroom Television Network*. 18 March.

Craig, L. A., Browne, K. D., & Stringer, I. T. (2003). Treatment and sexual offense recidivism. *Trauma, Violence, & Abuse*, 4, 70-89.

Curtis, T., Larsen, F., Helweg-Larsen, K. and Bjerregaardi, P. (2002). "Violence, sexual abuse and health in Greenland". In *International Journal of Circumpolar Health*, 61 (2), 110-22.

Dana K. Smith, Patricia Chamberlain, and Esther Deblinger. (2012). *Adapting Multidimensional*

Treatment Foster Care for the Treatment of Co-occurring Trauma and Delinquency in Adolescent Girls. Journal of Child & Adolescent Trauma, 5, 224–238, DOI: 10.1080/19361521.2012.697101.

David A. Meyerson, Kathryn E. Grant, Jocelyn Smith Carter, and Ryan P. Kilmer. (2011). *Posttraumatic growth among children and adolescents: A systematic review. Clinical Psychology Review, 31; 949–964.*

DeMause, L. (1974). The evolution of childhood. *the Journal of Psychohistory, 1(4), 503.*

DeYoung, M. (1982). *The sexual victimization of children.* Jefferson, NC: McFarland.

DFID (Department for International Development), *A Theory of Change for Tackling Violence against Women and Girls. DFID Guidance Note 1, DFID, London, 2012.*

DFID (Department for International Development), (2012). *A Practical Guide on Community Programming on Violence against Women and Girls. How to Note 2, DFID, London, 2012b.*

Dobash, R. Emerson and Russell P. Dobash, (1992) *Women, Violence and Social Change,* Routledge, London.

Dodge, Kenneth A. and Doriane Lambelet Coleman, eds. (2009). *Preventing Child Maltreatment: Community approaches,* Guilford Press, New York.

Donna Gillies, Fiona Taylor, Carl Gray, Louise O'Brien, and Natalie D'Abrew. (2013).

Psychological therapies for the treatment of post-traumatic stress disorder in children and adolescents. Evidence – Based Child Health: A Cochrane Review Journal, 8(3), 1004 – 1116, DOI: 10.1002/ebch.1916.

Donzelot, Jacques, *The Policing of Families,* Random House Inc., London, 1981.

ECPAT International, (2016), *Regional Report on Sexual Exploitation of Children in Travel and Tourism, 22.*

ECPAT International, (2018). *Strengthening Laws Addressing Sexual Exploitation: A practical guide,* ECPAT International, Bangkok, 2008.

ECPAT International, *Upholding the Right of Children to Live Free from Commercial Sexual Exploitation: Interventions and recommendations,* ECPAT International, Bangkok, 2007.

ECSCA - HC (East, Central and Southern African Health Community), *Child Sexual Abuse in Sub-Saharan Africa: A Review of the literature,* World Health Organization, Geneva, 2011.

- Emilio Ulloa, Monica L. Guzman, Marissa Salazar, and Cassandra Cala. (2016). *Posttraumatic Growth and Sexual Violence: A Literature Review*. *Aggress Maltreat Trauma Journal*, 25(3): 286–304. doi:10.1080/10926771.2015.1079286.
- Emily Bowen. (2014). Global Trauma-Focused Cognitive Behavioral Therapy Interventions for Child Sexual Abuse Victims. Retrived form https://www.icmec.org/wp-content/uploads/2015/10/Healing_Across_Borders_July_30_2014_FINAL.pdf
- Erikson, Abigail. (2012). *Caring for Child Survivors of Sexual Abuse* (First Edition). Unicef: International Rescue Committee.
- Esther Deblinger, Melissa K. Runyon, and Robert A. Steer. (2014). *Profiles of Personal Resiliency in Youth Who Have Experienced Physical or Sexual Abuse*. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 32(6), 558–566, DOI: 10.1177/0734282914527407.
- European School Heads Association. (2019). Braking Silence together. Retrived form <https://www.esha.org/esha-projects/breaking-the-silence-together/>
- Everson, M. D., Hunter, W. M., Runyon, D. K., Edelsohn, G. A., & Coulter, M. L. (1989). Maternal support following disclosure of incest. *American Journal of Orthopsychiatry*, 59, 197-207.
- Ezzati, M., Lopez, A., Rodgers, A. and Murray, C. (eds) (2004). *Comparative quanti cation of health risks: Global and regional burden of disease attributable to selected major risk factors*. Geneva: World Health Organisation.
- Fanslow, J. L., Robinson, E. M., Crengle, S., & Perese, L. (2007). Prevalence of child sexual abuse reported by a cross-sectional sample of New Zealand women. *Child abuse & neglect*, 31(9), 935-945.
- Fergusson, D. M., & Mullen, P. E. (1999). *Childhood sexual abuse* (Vol. 40). Sage.
- Fromuth, M. E. (1983, August). The long – term psychological impact of childhood sexual abuse. Unpublished doctoral dissertation, Auburn University, Auburn, AL. 239-243.
- Fromuth, M. E., & Burkhart, B. R. (1989). Long-term psychological correlates of childhood sexual abuse in two samples of college men. *Child Abuse & Neglect*, 13(4), 533-542
- Gilbert, Neil, Nigel Parton and Marit Skivenes, eds. *Child Protection Systems: International trends and orientations*, Oxford University Press, Oxford, 2011.
- Gilbert, R., A. Kemp, J. Thoburn, P. Sidebotham et al. *Recognising and Responding to Child Maltreatment, The Lancet*, vol. 373, no. 9658, 2008 b, pp. 167 – 80.
- Global Protection Cluster, *Scoping Mission to South Sudan*, Global Protection Cluster, New York, 2011b

- Global Protection Cluster, (2011) *Scoping Missing to Chad*, Global Protection Cluster, New York.
- Global Protection Cluster, *Scoping Mission to Pakistan*, Global Protection Cluster, New York, 2011c.
- Global survey on violence against children, (2015) Office of the Special Representative of the Secretary General on Violence Against Children.
- Gordon, Linda. *Heroes of Their Own Lives: The politics and history of family violence*, Virago, London, 1989.
- Groth, N. A. (1978). *Guidelines for assessment and management of the offender*. In A. Burgess, N. Groth, S. Holmstrom, & S. Sgroi (Eds.), *Sexual assault of children*.
- Harriet L. MacMillan and others. (1994). *Primary Prevention of Child Sexual Abuse: A Critical Review. Part II*, *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 35, no. 5: 857–76.
- Herman, J. L. (1981). *Father-daughter incest*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Human Rights Council, *Annual Report of the Special Representative of the Secretary - General on Violence against Children, A/HRC/22/55*, United Nations, New York, 2013.
- J. A. Durlak, (1995). *School-Based Prevention Programs for Children and Adolescents*.
- James, J., & Meyerding, J. (1977). Early sexual experiences and prostitution. *American Journal of Psychiatry*, 134, 1381-1385.
- Judith A Cohen, Anthony P Mannarino, and Craig Knudsen. (2004). *Treating Childhood*
- Krug, Etienne G., Linda L. Dahlberg, James A. Mercy, Anthony B. Zwi and Rafael Lozano, eds. *World Report on Violence and Health*. World Health Organization, Geneva, 2002.
- Kercher, G. A., & McShane, M. (1984). The prevalence of child sexual abuse victimization in an adult sample of Texas residents. *Child Abuse & Neglect*, 8(4), 495-501.
- Laming, Lord, *The Protection of Children in England: A progress report*, HC330, The Stationery Office, London, 2009.
- Laming, Lord, *The Victoria Climbié Inquiry: Report presented to Parliament by the Secretary of State for Health and the Secretary of State for the Home Office*, Cm 5730, The Stationery Office, London, 2003.
- Lampe, A. (2002). *Prevalence of sexual and physical abuse and emotional neglect in Europe*. In *Zeitschrift für Psychosomatische Medizin*, 48, 370-80.
- Langmade, C. J. (1983). The impact of pre- and postpubertal onset of incest experiences in adult women as measured by sex anxiety, sex guilt, sexual satisfaction and sexual behavior. *Dissertation Abstracts International* 44, 917B. (University Microfilms No. 3592).

- MacKinnon, C. A. (1979). *Sexual harassment of working women: A case of sex discrimination* (No. 19). Yale University Press.
- Martine Hebert and Marc Tourigny, *Child Sexual Abuse Prevention: A Review of Evaluative Studies and Recommendations for Program Development. Advances in Psychology Research* 29 (2004): 123–55.
- Mayugba-Sugai, M. D. (1990). A Sexually and Physically Abused Child: His Inner World. *Jefferson Journal of Psychiatry*, 8(2), 6
- Meiselman, K. (1978). *Incest*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Meiselman, K. (1978). *Incest*. San Francisco: Jossey-Bass. riminal Justice a
- Mendelson, T., & Letourneau, E. (2015). Parent-focused prevention of child sexual abuse. *Prevention Science*, 16, 844–852. doi:10.1007/ s11121-015-0553-z.
- Mintz, S, (2012). Placing Childhood sexual abuse in historical perspective. Retrive form <https://tif.ssrc.org/2012/07/13/placing-childhood-sexual-abuse-in-historical-perspective/>
- Misurell, J. R., & Springer, C. (2013). Developing culturally responsive evidence-based practice: A game-based group therapy program for child sexual abuse (CSA). *Journal of Child and Family Studies*, 22(1), 137-149.
- Misurell, J. R., Springer, C., & Tryon, W. W. (2011). Game-based cognitive-behavioral therapy (GB-CBT) group program for children who have experienced sexual abuse: A preliminary investigation. *Journal of child sexual abuse*, 20(1), 14-36.
- Misurell, J. R., Springer, C., & Tryon, W. W. (2011). Game-based cognitive-behavioral therapy (GB-CBT) group program for children who have experienced sexual abuse: A preliminary investigation. *Journal of child sexual abuse*, 20(1), 14-36.
- Munro, Eileen, *Monroe Review of Child Protection: Part one – A system’s analysis*, Department for Education, London, 2010.
- Munro, Eileen, *The Munro Review of Child Protection: Interim report – The child’s journey*, Department for Education, London, 2011a.
- Munro, Eileen, *The Munro Review of Child Protection: Final report – A child - centred system*, Department for Education.
- Niemiec, R. M. (2014). *Mindfulness and character strengths: A practical guide to flourishing*. Cambridge, MA, US: Hogrefe Publishing.

- Niemiec, R. M., & Wedding, D. (2014). *Positive psychology at the movies 2: Using films to build virtues and character strengths 2nd Edition*. Cambridge, MA, US: Hogrefe Publishing.
- Neutze, J., Seto, M. C., Schaefer, G. A., Mundt, I. A., & Beier, K. M. (2011). Predictors of child pornography offenses and child sexual abuse in a community sample of pedophiles and hebephiles. *Sexual Abuse, 23*(2), 212-242.
- Olafson, E., Corwin, D. L., & Summit, R. C. (1993). Modern history of child sexual abuse awareness: Cycles of discovery and suppression. *Child abuse & neglect, 17*(1), 7-24.
- Olafson, E., Corwin, D. L., & Summit, R. C. (1993). Modern history of child sexual abuse awareness: Cycles of discovery and suppression. *Child abuse & neglect, 17*(1), 7-24.
- Parton, Nigel, *The Politics of Child Abuse*, Macmillan, Basingstoke, UK, 1985.
- Pepin, E. N., & Banyard, V. L. (2006). Social support: A mediator between child maltreatment and developmental outcomes. *Journal of Youth and Adolescence, 35*, 617-630.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Washington, DC, US: American Psychological Association; New York, NY, US: Oxford University Press.
- Peters, D. K., & Range, L. M. (1995). Childhood sexual abuse and current suicidality in college women and men. *Child Abuse & Neglect, 19*(3), 335-341.
- Positive Psychology Center. (2020). Resilience skill set (Online). Available : <https://ppc.sas.upenn.edu/resilience-programs/resilience-skill-set> (2020, March 21).
- Putnam FW. Ten-year research update review: Child sexual abuse. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry. 2003;42*(3):269-278.
- Reich, J. W., & Gutierrez, S. E. (1979). Escape/aggression incidence in sexually abused.
- Sedney, M. A., & Brooks, B. (1984). Factors associated with a history of childhood sexual experience in a nonclinical female population. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry, 23*, 215, 218.
- Sedney, M. A., & Brooks, B. (1984). Factors associated with a history of childhood sexual experience in a nonclinical female population. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry, 23*, 215, 218. nd Behavior,
- Seligman, M. E. P., Rashid, T., & Parks, A. C. (2006). *Positive psychotherapy Clinician Manual*. Oxford University Press.
- Seligman, M. E. P., Reivich, K., Jaycox, L., & Gillham, J. (1995). *The optimistic child*. Boston,

Mass.: Houghton Mifflin.

Shane J. Lopez. (2009). *The Encyclopedia of Positive Psychology*. New Jersey: Wiley Blackwell.

Silbert, M. H., & Pines, A. M. (1981). Sexual child abuse as an antecedent to prostitution.

Child Abuse and Neglect, 5, 407-411.

Springer, C., & Misurell, J. R. (2010). Game-based cognitive-behavioral therapy (GB-CBT): An innovative group treatment program for children who have been sexually abused. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 3(3), 163-180.

Springer, C., Misurell, J. R., & Hiller, A. (2012). Game-based cognitive-behavioral therapy (GB-CBT) group program for children who have experienced sexual abuse: A three-month follow-up investigation. *Journal of Child Sexual Abuse*, 21(6), 646-664.

Stephen W. Smallbone, William L. Marshall, and Richard K. Wortley. (2008). *Preventing Child Sexual Abuse: Evidence, Policy, and Practice* (Portland, Ore.: Willan Publishing).

Stoltenborgh M, van IJzendoorn MH, Euser EM, Bakermans-Kranenburg MJ. (2011). A global perspective on child sexual abuse: Meta-analysis of prevalence around the world. *Child Maltreatment*. 2011;16(2):79-101.

Tharinger, D., Horton, C. B., & Millea, S. (1990). Sexual abuse and exploitation of children and adults with mental retardation and other handicaps. *Child Abuse & Neglect*, 14(3), 301-312.

Together for Girls, *Report on First Annual Stakeholders' Meeting October 28 (2013)*, 2013.

Together for Girls, *Technical Action Framework*, (2011), < <http://www.togetherforgirls.org/wp-content/uploads/Together-for-Girls-Technical-Framework.pdf> >, accessed 20 August 2015.

Traumatic Grief: A Pilot Study. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 43(10), 1225 – 1233.

UN Women (United Nations Entity for Gender Equality and the Empowerment of Women), *Handbook for National Action Plans on Violence Against Women*, UN Women, New York.

UNICEF (United Nations Children's Fund) WCARO, (2006) *Sexual Abuse, Exploitation and Violence Committed against Children in Schools in West and Central Africa: Situation analysis*, UNICEF West and Central Africa Regional Office, Dakar, Senegal.

UNICEF (United Nations Children's Fund), (2008). *Child Protection System Mapping and Assessment Toolkit*, UNICEF, New York.

UNICEF (United Nations Children's Fund), (2011). *Thematic Report 2011 – Child protection from violence, exploitation and abuse*, UNICEF, New York.

UNICEF (United Nations Children's Fund), *Thematic Report 2011 – Child protection from*

- violence, exploitation and abuse*, UNICEF, New York, 2011.
- UNICEF (United Nations Children's Fund), (2009). *Handbook on the Optional Protocol on the Sale of Children, Child Prostitution and Child Pornography*, UNICEF Innocenti Research Centre, Florence.
- Unidentified Victims in Child Sexual Exploitation Material, (2018). Summary Report, ECPAT.
- USAID (United States Agency for International Development), *United States Strategy to Prevent and Respond to Gender - based Violence Globally*, USAID, Washington, DC, 2012.
- Wallace, Isla and Lisa Bunting, *An Examination of Local, National and International Arrangements for the Mandatory Reporting of Child Abuse: The implications for Northern Ireland*, NSPCC, London, 2007.
- Wekerle, Christine, (2013). *Resilience in the Context of Child Maltreatment: Connections to the practice of mandatory reporting*. *Child Abuse & Neglect*, vol. 37, no. 2 – 3.
- Wolfe, D. A., Wekerle, C., Gough, R., Grasley, C., Pittman, A. L., Reitzel-Jaffe, D., & Stumpf, J. (1996). *The youth relationships manual: A group approach with adolescents for the prevention of woman abuse and the promotion of healthy relationships*. Sage.
- Wood, A. M., & Johnson, J. (Eds.). (2016). *The Wiley handbook of positive clinical psychology*. New Jersey: Wiley-Blackwell.
- Wood, J. J., Piacentini, J. C., Southam-Gerow, M., Chu, B. C., & Sigman, M. (2006). Family cognitive behavioral therapy for child anxiety disorders. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 45(3), 314-321.
- World Health Organization and International Society for Prevention of Child Abuse and Neglect. (2006). Preventing child maltreatment: A guide to taking action and generating evidence. Geneva, Switzerland: WHO. Retrieved March 3, 2016, from http://www.who.int/violence_injury_prevention/publications/violence/child_maltreatment/
- World Health Organization. (2006). Preventing child maltreatment: A guide to taking action and generating evidence. Geneva, Switzerland: Author.
- World Vision Australia, *Sex, Abuse and Childhood* (Melbourne: World Vision Australia, 2014), 59. (2016). <http://www.wvi.org/cambodia/publication/sex-abuse-and-childhood>.
- Zain, N. A., Maryani, A. P. P., Jannah, A. M. M., & Prasetya, L. ASSESMENT TO DETECT CHILD SEXUAL ABUSE WITH EXPRESIVE PLAY THERAPHY IN STREET CHILDREN ON SEMARANG.

ภาษาไทย

- จุฑามาศ สุวรรณวัฒน์. (2558). ผลของโปรแกรมการเรียนรู้แบบกลุ่มในการจัดการภาวะวิกฤตทางจิตใจต่อ ภาวะสุขภาพจิตของวัยรุ่นที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ความไม่สงบในภาคใต้. วิทยานิพนธ์ พยาบาลมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- ฐานดา เกียรติเกาะ. (2556). ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะการป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศในวัยรุ่นหญิง กลุ่มเสี่ยง. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ทวีเกียรติ มีกะนิษฐ์. (2542). ปัจจัยที่ทำให้กฎหมายขาดประสิทธิภาพ. วิทยาลัยการยุติธรรม.
- นิรชา นาววัฒน์. (2557). ผลการใช้โปรแกรมตามแนวทฤษฎีปัญญาพฤติกรรม ที่มีผลต่อความเข้มแข็งทางจิตใจ ในเด็กวัยเรียน. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- นิตารัตน์ ชูวิเชียร. (2550). ผลของศิลปะบำบัดต่อความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเองของเด็กวัยรุ่นที่ถูกล่วงละเมิดทาง เพศ. วิทยานิพนธ์พยาบาลมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ประชาไทย. (2560). ยูนิเซฟชี้เด็กหลายล้านถูกคุกคามจากโทษที่รุนแรงและการล่วงละเมิดทางเพศในเด็ก. สืบค้นจาก <https://prachatai.com/journal/2017/11/73919>.
- ศิรินทร์ณา ทศนีย์รัตน์. (2554). ผลของโปรแกรมป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศต่อความตั้งใจในการกระทำ พฤติกรรมป้องกันตนเองของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษา. วิทยานิพนธ์พยาบาลมหาบัณฑิต คณะ พยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศูนย์เฉพาะกิจคุ้มครองและช่วยเหลือเด็กนักเรียน. (2561). มาตรการป้องกันและดูแลนักเรียน, สำนักงาน คณะกรรมการศึกษาขั้นพื้นฐาน, น.3
- สภาองค์การสากลด้านวิทยาศาสตร์การแพทย์ร่วมกับองค์การอนามัยโลก. (2552). แนวทางจริยธรรมสากล สำหรับการวิจัยในมนุษย์, สถาบันพัฒนาการคุ้มครองการวิจัยในมนุษย์, น. 13 – 65.
- สุวิมล เกิดอินทร์. (2558). ผลของโปรแกรมทักษะชีวิตต่อความรู้และทักษะการป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศ ใน นักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น. วิทยานิพนธ์พยาบาลมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สำนักข่าวไทย. (2561). เปิดสถิติ 1 ปี พบเด็กถูกล่วงละเมิดในครอบครัวจากคนในครอบครัวมากที่สุด 151 คน. สืบค้นจาก <https://tna.mcot.net/view/5bd45ea5e3f8e40ace66f41e>.
- สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการผู้แทนราษฎร, (2561). เด็กนักเรียนกับการถูกล่วงละเมิดทางเพศ. สืบค้น จาก <https://library2.parliament.go.th/ebook/content-issue/2561/hi2561-011.pdf>.
- อัจรา ฐิตวัฒน์กุล. (2558). ผลของโปรแกรมสัมพันธภาพเพื่อการบำบัดต่อความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเอง ของ เด็กหญิงที่ถูกกระทำรุนแรง ในสถานแรกรับเด็กหญิง เขตภาคกลาง. วิทยานิพนธ์พยาบาลมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

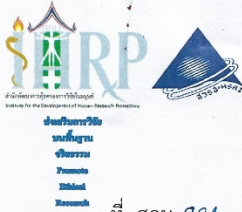
เอื้อจิต จิตจุติการ. (2546). ผลของโปรแกรมการช่วยเหลือทางจิตใจต่อ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและ
สุขภาพจิต ของเด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ. หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

BLT Bangkok. (2561). เปิดสถิติความรุนแรงทางเพศของสังคมไทยยังน่าเป็นห่วง. สืบค้นจาก
<https://www.bltbangkok.com/CoverStory/เปิดสถิติความรุนแรงทางเพศของสังคมไทยยังน่าเป็นห่วง>.

UNICEF. (2558). รายงานสรุปการวิเคราะห์สถานการณ์ในการแสวงหาประโยชน์เชิงพาณิชย์จากเด็กใน
ประเทศไทยในประเทศไทย. สืบค้นจาก [https://www.ecpat.org/wp-
content/uploads/2016/04/SITAN_THAILAND_SUMMARY_THAI.pdf](https://www.ecpat.org/wp-content/uploads/2016/04/SITAN_THAILAND_SUMMARY_THAI.pdf)

ภาคผนวก ก
เอกสารรับรอง

เอกสารรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์



สำนักพัฒนาการคุ้มครองการวิจัยในมนุษย์ (สคม.) สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข
Institute for the Development of Human Research Protections (IHRP),
Health Systems Research Institute (HSRI)

ที่ สคม. ๑๐๔ /2562

19 ธันวาคม 2562

เรื่อง อนุมัติให้ดำเนินการศึกษาวิจัยได้

เรียน นายอรุณฉัตร คุรุวาณิชย์

สิ่งที่ส่งมาด้วย หนังสืออนุมัติดำเนินโครงการวิจัย

ตามที่ท่านได้เสนอโครงการวิจัยเรื่อง “การพัฒนาทักษะการรู้คิดสำหรับเด็กที่เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศในประเทศไทย: มุ่งสู่การป้องกันที่มีประสิทธิภาพ” ต่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ฯ เพื่อพิจารณาด้านจริยธรรม และคณะกรรมการฯ ได้มีการประชุมพิจารณา เมื่อวันที่ 14 พฤศจิกายน พ.ศ. 2562 นั้น

ในการนี้ คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ฯ มีมติอนุมัติให้ดำเนินการศึกษาวิจัยได้ อนึ่ง คณะกรรมการฯ ขอแจ้งเกี่ยวกับความรับผิดชอบของผู้วิจัยภายหลังได้รับการอนุมัติ คือ ต้องรายงานความก้าวหน้าของการวิจัยประจำปีให้คณะกรรมการฯ ทราบทุก 6 เดือน และเมื่อเกิดเหตุการณ์ต่อไปนี้ทุกครั้ง ได้แก่

- 1) เมื่อมีเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์เกิดขึ้นในโครงการวิจัย หากเป็นเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์ที่ร้ายแรง ต้องรายงานให้คณะกรรมการฯ ทราบโดยเร็ว และให้ผู้วิจัยวิเคราะห์สถานการณ์การเกิดเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์ว่า เกี่ยวข้องกับโครงการวิจัยที่ท่านรับผิดชอบหรือไม่ อย่างไร และในระดับใด รวมทั้งการดูแลรักษาและป้องกันอาสาสมัครด้วย
- 2) เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงในโครงการวิจัย ต้องระบุให้ชัดเจนว่า มีการเปลี่ยนแปลงอะไร อย่างไร พร้อมทั้งเหตุผลที่เปลี่ยนแปลง เพื่อขอความเห็นชอบจากคณะกรรมการฯ ก่อน
- 3) เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงหัวหน้าโครงการวิจัย หรือเพิ่มเติมคณะผู้วิจัย ต้องส่งประวัติของคนทีเปลี่ยนแปลงพร้อมเหตุผล ให้คณะกรรมการฯ พิจารณาให้ความเห็นชอบก่อน
- 4) เมื่อโครงการวิจัยยุติลง ซึ่งอาจจะเป็นการดำเนินการวิจัยเสร็จสิ้นสมบูรณ์ หรืออาจจะเป็นการดำเนินการวิจัยต่อไปได้ พร้อมทั้งแจ้งสาเหตุของการยุติโครงการวิจัยให้ทราบด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นายแพทย์วิชัย โชควิวัฒน์)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ฯ
สถาบันพัฒนาการคุ้มครองการวิจัยในมนุษย์

โทรศัพท์: 0-2591-3876, 0-2591-3517, 0-2591-3541 โทรสาร: 0-2591-4125 website: www.ihrp.or.th
อาคาร 8 ชั้น 7 กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข นนทบุรี 11000
Building 8 Floor 7, Department of Medical Science, Ministry of Public Health, Nonthaburi 11000 Thailand



คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์
 ในสถาบันพัฒนาการคุ้มครองการวิจัยในมนุษย์

อาคาร 8 ชั้น 7 ห้อง 702 กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข ถนนพหลโยธิน 11000

เอกสารรับรองโครงการวิจัย

โครงการวิจัย: การพัฒนาทักษะการรู้คิดสำหรับเด็กที่เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศในประเทศไทย: มุ่งสู่การป้องกันที่มีประสิทธิภาพ

ผู้วิจัยหลัก: นายอรุณฉัตร คุรุวานิชย์

หน่วยงานที่รับผิดชอบ: บริษัท ไลฟ์ เอ็ดดูเคชั่น (ประเทศไทย) จำกัด

เอกสารรับรอง:

1. โครงการวิจัย: Version 03 วันที่ 18 ธันวาคม 2562
2. เอกสารแนะนำสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัย: Version 03 วันที่ 18 ธันวาคม 2562
3. เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย และหนังสือแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมการวิจัย (สำหรับเด็ก): Version 03 วันที่ 18 ธันวาคม 2562
4. ใบยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย: Version 03 วันที่ 18 ธันวาคม 2562
5. ใบยินยอมให้ทำการวิจัย (สำหรับพ่อแม่ หรือผู้ปกครอง)
6. รายละเอียดกิจกรรม/เครื่องมือการวิจัย: Version 01 วันที่ 16 ตุลาคม 2562
7. แบบแสดงรายการ/ประมาณค่าใช้จ่ายในการวิจัย
8. ประวัติผู้วิจัย

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ฯ ในสถาบันพัฒนาการคุ้มครองการวิจัยในมนุษย์ ได้พิจารณาโครงการวิจัยดังกล่าว โดยได้คำนึงถึงประเด็นทางด้านวิชาการ ICH-GCP และด้านจริยธรรม และมีมติอนุมัติให้ดำเนินการศึกษาวิจัย ตามโครงการวิจัยดังกล่าวแล้ว อนึ่ง ขอให้ผู้วิจัยปฏิบัติตามจรรยาบรรณนักวิจัยสภาวิจัยแห่งชาติด้วย

(ลงนาม).....
 (นายแพทย์วิชัย โชควิวัฒน์)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ฯ

(ลงนาม).....
 (นายแพทย์ปราโมทย์ เสถียรรัตน์)

เลขาธิการคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ฯ

วันที่ประชุมครั้งแรก: 14 พฤศจิกายน พ.ศ.2562

รับรองตั้งแต่วันที่: 19 ธันวาคม พ.ศ.2562

COA No. IHRP2019113

IHRP No. 095-2562



Ethics Committee

Institute for the Development of Human Research Protections (IHRP)

Building 8 Floor 7 Room 702 Department of Medical Science Ministry Public Health Nonthaburi Thailand 11000

Certificate of Approval

Title of Project: Developing Cognitive Skills of Children Vulnerable to Sexual Abuse and Exploitation in Thailand: Towards an Effective Prevention Approach.

Principal Investigator: Arunchat Khuruwanich

Responsible Organization: Life Education (Thailand)

Document Reviewed:


1. Research Project: Version 03 Date 18 December 2019
2. Research Subject Information Sheet: Version 03 Date 18 December 2019
3. Information Sheet and Informed Assent Form: Version 03 Date 18 December 2019
4. Consent Form: Version 03 Date 18 December 2019
5. Consent Form for parents or guardians
6. Activities Plan/Research Instrument: Version 01 Date 16 October 2019
7. Study Budget/Forecast Expenses for Study Conducting
8. Curricular Vitae of Investigator

The Ethics Committee of Institute for the Development of Human Research Protections (IHRP) had reviewed the research proposal. Concerning on scientific, ICH-GCP and ethical issues, the committee has approved for the implementation of the research study mentioned above.

Signature: 

(Dr.Vichai Chokevivat)

Chairman

Signature: 

(Dr.Pramote Stienrut)

Committee and Secretary

Date of First Meeting: November 14, 2019

Date of Approval: December 19, 2019

หนังสือแสดงความยินยอมและอนุญาตให้ทำการศึกษาวิจัย

หนังสือแสดงความยินยอมและอนุญาตให้ทำการศึกษาวิจัย

หนังสือฉบับนี้ให้ไว้เพื่อแสดงว่าสมาคมส่งเสริมสถานภาพสตรี ในพระอุปถัมภ์ พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี กรมหมื่นสุทธนารีนาถ ยินยอมและอนุญาตให้บุคคลากรในสังกัดเข้าร่วมโครงการวิจัย ตลอดโครงการ ตลอดจนสนับสนุนให้ใช้สถานที่ สมาคมส่งเสริมสถานภาพสตรี ในพระอุปถัมภ์ พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี กรมหมื่นสุทธนารีนาถ ในการวิจัย โครงการวิจัยเรื่อง "Developing Cognitive Skills of Children Vulnerable to Sexual Abuse and Exploitation in Thailand: Towards an Effective Prevention Approach" (การพัฒนาทักษะการรู้คิดสำหรับเด็กที่เสี่ยงต่อการถูกล่วงละเมิดทางเพศ ในประเทศไทย: มุ่งสู่การป้องกันที่มีประสิทธิภาพ) ระหว่างวันที่ 30 พฤศจิกายน 2562 ถึงวันที่ 19 มกราคม 2563 โดยมีตารางการเข้าพื้นที่ปรากฏตามเอกสารแนบ

(ลงชื่อ) ศาสตราจารย์ ดร. ศิวรักษ์ คมธงไชย
(ตำแหน่ง) ผู้อำนวยการศูนย์วิจัย

ภาคผนวก ข

รายนามคณะผู้เชี่ยวชาญที่เข้าร่วมประชุมแลกเปลี่ยน

1. ดร. ชัตติยา รัตนดิลก ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยและพัฒนากระบวนการยุติธรรม สำนักงานกิจการยุติธรรม
2. ผศ. นพ. พนม เกตุมาน ประธานชมรมจิตแพทย์เด็กและวัยรุ่นแห่งประเทศไทย
3. นพ. มล. ทยา กิติยากร คณะแพทยศาสตร์ รพ.รามาธิบดี
4. นาย พีรพงษ์ ใจหาญ ผู้แทนกรมกิจการเด็กและเยาวชน กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์
5. อรปวีณ์ เอื้อนรินทร์ นักนโยบายและวิจัย สถาบันเพื่อการยุติธรรมแห่งประเทศไทย (TIJ)
6. นายอุกฤษฏ์ ศรพรหม สถาบันเพื่อการยุติธรรมแห่งประเทศไทย (TIJ)
7. นายณัฐวุฒิ วรคันธา สถาบันเพื่อการยุติธรรมแห่งประเทศไทย (TIJ)
8. นางสาว ธัญมาศ ไกรฤทธิ Save the Children (Thailand)
9. นางสาว เกษณี จันทร์ตระกูล ผู้จัดการโครงการ ECPAT Foundation
10. นางสาว สุนันท์ เพี้ยเมียร เจ้าหน้าที่โครงการ ECPAT Foundation
11. นาย จิรวุฒิ พงษ์โสภณ ผู้วิจัย Life Education (Thailand)
12. นางสาว มนชนก พรหมรัตน์ ผู้ประสานงาน Life Education (Thailand)
13. นางสาว กัญจน์ณัฐ แซ่อึ้ง ผู้วิจัย Life Education (Thailand)
14. นาย อรุณฉัตร คุรุวานิชย์ หัวหน้าคณะผู้วิจัย Life Education (Thailand)



แบบลงทะเบียนการประชุมผู้เชี่ยวชาญ
 Developing Cognitive Skills of Children Vulnerable to Sexual Abuse and Exploitation in Thailand:
 Towards an Effective Prevention Approach

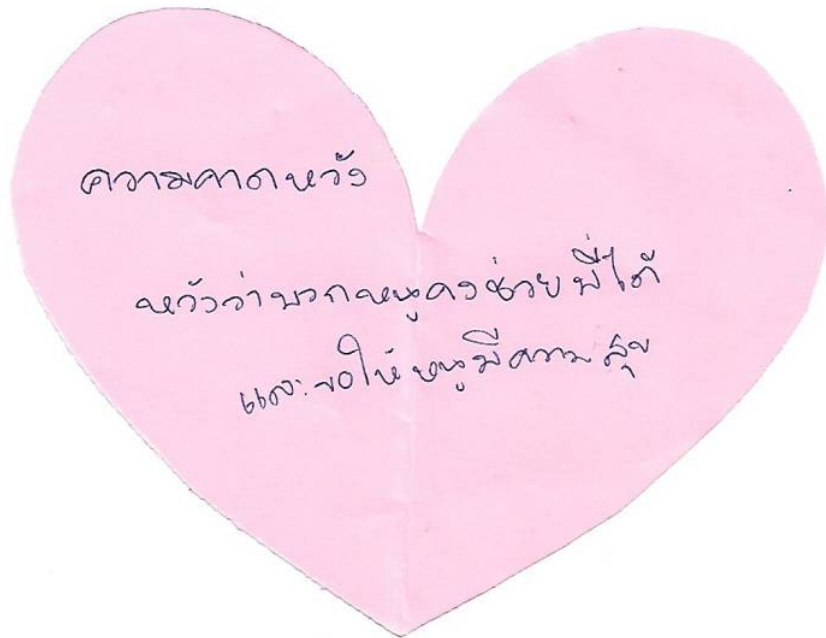
วันที่ 11 กรกฎาคม 2562 ณ ห้องประชุม 1 ชั้น 16 สำนักงานสถาบันเพื่อการยุติธรรมแห่งประเทศไทย

ที่	ชื่อ - สกุล	หน่วยงาน	เบอร์โทร./อีเมล	ลายมือชื่อ
1.	ดร. ชติยา รัตนดิถ	ผู้อำนวยการ สถาบันวิจัยและพัฒนากระบวนการยุติธรรม สำนักงานกิจการยุติธรรม		
2.	ผ.ศ. น.พ.พนม เกตุมาน	ประธานชมรมจิตแพทย์เด็กและวัยรุ่นแห่งประเทศไทย		
3.	น.พ. ม.ล. ทยา กิติยากร	คณะแพทยศาสตร์ รพ.รามธิบดี		
4.	รศ. อภิญญา เวชยชัย	นายกสภาวิชาชีพสังคมสงเคราะห์		-
5.	นางพรรัชนี ทรัพย์เกษม	ผู้แทน กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ กระทรวง พ.ม.		
6.	กรวิไล เทพพันธ์กุลงาม	หัวหน้ากลุ่มโครงการผู้หญิงและเด็กในระบบ ยุติธรรมทางอาญา TUJ		-
7.	อรวิณี เอ็นริ่นทร์	นักนโยบายและวิจัย TUJ		
8.	นายอนุชิต ทรัพย์ทอง	TUJ		
9.	นางสาวจดี วรรณเขต.	TUJ		จดี

peetapong-raoyodhw
.com

ที่	ชื่อ - สกุล	หน่วยงาน	เบอร์โทร./อีเมล	ลายมือชื่อ
10.	น.ส.อัญชลี ใจสุทนต์	Save the Children		
11.	-	Save the Children		-
12.	น.ส.เกษณี จันทระกุล	ผู้จัดการโครงการ ECPAT Foundation		
13.	น.ส.สุนันท์ เพ็ญเมีย	เจ้าหน้าที่โครงการ ECPAT Foundation		
14.	นายจิตติ พงษ์ไสภาน	Life Education (Thailand)		
15.	ร.ศ.จรรยา วัฒนรัตน์	Life Education (Thailand)		
16.	นส. กัญชนก คุ้ม	Life Education (Thailand)		
17.	นายอนุชา คุรุรักษ์	Life Education (Thailand)		
18.				
19.				
20.				

ภาคผนวก ค
ภาพใบงานบางส่วนจากผู้เข้าร่วมฯ



เมื่อผู้วิจัยได้เล่าถึงรายละเอียดงานวิจัย และรายละเอียดโปรแกรมฯ ให้ผู้เข้าร่วมฯ ฟัง ผู้เข้าร่วมฯ ได้สะท้อนความคาดหวังในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้ ไปไกลกว่าการที่จะเป็น “ผู้รับ” เพียงอย่างเดียว แต่เขากำลังรู้สึกถึงการเป็น “ผู้ให้” ด้วย ซึ่งเป็นการเริ่มต้นที่เริ่มด้วยความหวัง ถือเป็นองค์ประกอบสำคัญประการหนึ่งในการเริ่มต้นที่ช่วยทำให้ผู้เข้าร่วมฯ ได้เริ่มรู้สึกความมีคุณค่าในตนเอง

สิ่งของที่ชอบ

หนู



สิ่งของที่ชอบ

บ้าน



สิ่งของที่ชอบ

ตุ๊กตา



คนที่ชอบ

พี่สาว / พี่ชาย



ของดีที่รัก

อ่านหนังสือ



กิจกรรมที่ชวนให้ผู้อื่นเข้าร่วมๆ สํารวจค้นหา สิ่งที่ชอบ คนที่ชอบ เพื่อทำผู้อื่นเข้าร่วมๆ ได้ทำความเข้าใจถึง ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่ง (sense of belonging) กับ สิ่งของ กิจกรรม หรือบุคคล ของตนเองที่สามารถ ทำให้ตนเองมีความสุข หรือความเพลิดเพลินขึ้นได้ แม้ในช่วงเวลาที่ยากลำบากของชีวิต

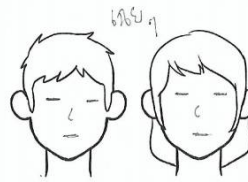
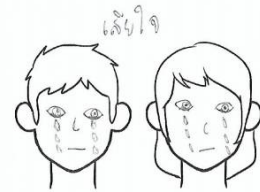
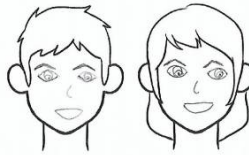
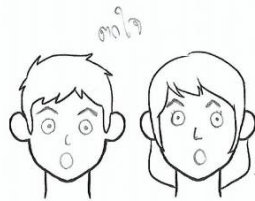


1



จัดตามล.ฯ

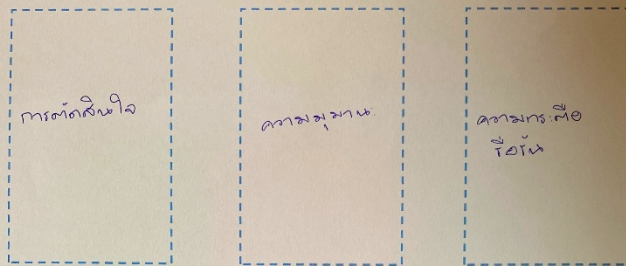
2



กิจกรรมที่ชวนให้ผู้เข้าร่วมฯ วาดสีหน้า ความรู้สึก
 ประเภทต่างๆที่รู้จักบนกระดาษแบบอิสระ (1)
 จากนั้นให้เลือกโดยเชื่อมโยงกับอารมณ์ของตนเองที่
 มักเกิดบ่อย และอารมณ์ที่รู้จักเพิ่มขึ้นจากกิจกรรม
 ลงในกระดาษที่มีเค้าโครงหน้าทั้งชายและหญิง (2)
 เพื่อให้เข้าใจถึงความรู้สึก สีหน้า และการแสดงออก



ฉันจะพัฒนาจุดแข็งของฉันเรื่อง...



ฉันอยากพัฒนาจุดแข็งด้านนี้เพราะว่า...

ช่วยตัดสินใจ
 ไม่ได้ด้วยดี ฉันมี
 ความกลัวอยู่
 ไม่ได้ยกย่องตัวเอง
 เอง

ฉันอยากทำอะไรก็ได้
 ได้ทันที ไม่ค่อยมีความ
 ยาก

ไม่มีความกระตือรือร้น
 ในการทำอะไร
 สำคัญ ฉันทำได้ไม่ดี

อะไรที่จะช่วยให้เราพัฒนาเรื่องนี้ได้สำเร็จ...

ความดีใจที่บอกว่าจะเปลี่ยนตัวเองในสามสัปดาห์หรือที่ขี้ขลาด
 ต้องดีใจในสิ่งนี้

กิจกรรมที่ชวนให้ผู้อื่นเข้าร่วมๆ สะท้อนคิดกับ
 ตนเองเกี่ยวกับจุดแข็งเชิงบวกภายในของตนเอง
 ที่งอกงามขึ้น (flourishing) โดยเปรียบเทียบ
 ตั้งแต่ช่วงเวลาก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ จนถึง
 ช่วงเวลาที่ครั้งสุดท้ายของโปรแกรมฯ เพื่อให้
 เห็นถึงความเป็นไปได้ในการเปลี่ยนแปลงของ
 ตนเอง และจากนั้นได้ตั้งเป้าหมายในการ
 เสริมสร้างความงอกงามทางจิตใจของตนเอง
 ต่อไปในอนาคต เพื่อให้สามารถเป็นหนึ่งในแผน
 ที่คุณค่าของชีวิตต่อไป

ภาคผนวก ง
แบบประเมินความเข้มแข็งทางจิตใจในเด็ก (RS-15)

Resilience Scale (RS – 15, 13 – 18 years)

ชื่อ – นามสกุล _____ อายุ _____ ปี เพศ () ชาย () หญิง

ส่วนที่ 1 ให้ทำเครื่องหมาย ในช่องว่างใต้ข้อความ **ไม่จริง** **จริงบ้าง** **จริงแน่นอน** เพียงช่องเดียว ในแต่ละข้อ

กรุณาตอบทุกข้อ และให้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

คำถาม	ไม่จริง	จริงบ้าง	จริงแน่นอน
1. ฉันสามารถควบคุมอารมณ์ของฉันได้ เมื่อพบกับความยากลำบากในชีวิต			
2. ฉันมั่นใจว่า ฉันสามารถผ่านพ้นปัญหาอุปสรรค และความยากลำบากของชีวิตได้			
3. ฉันมีความรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมาย			
4. เมื่อฉันประสบปัญหาในชีวิต ฉันมีความเข้มแข็งที่จะต่อสู้กับปัญหานั้น			
5. ฉันเอาใจใส่การเรียนโดยไม่ต้องมีใครมาเตือน			
6. ฉันให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมเพื่อส่วนรวม			
7. ฉันมองปัญหาของฉัน เป็นเรื่องที่สามารถแก้ไขได้			
8. ฉันยอมรับฟังความคิดเห็นของคนอื่นที่แตกต่างจากฉัน			
9. ฉันช่วยเหลือตนเองอย่างเต็มที่ เมื่อประสบกับความยุ่งยาก			
10. ฉันมีความมุ่งมั่น และพยายามไปถึงจุดมุ่งหมายที่วางไว้ แม้สิ่งนั้นจะยากเพียงใดก็ตาม			
11. ฉันมีเป้าหมายของตนเอง ในเรื่องการเรียนและการทำงาน			
12. ฉันรู้ว่าจะต้องความคาดหวังในชีวิตอย่างไร จึงจะบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้			
13. ฉันมีสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจ ที่จะนำพาให้ฉันฟันฝ่าอุปสรรคในชีวิตได้			
14. ฉันลงมือทำ เพื่อมุ่งสู่ความสำเร็จในชีวิต มากกว่าพูดหรือบ่น			
15. ฉันพยายามอย่างเต็มที่ที่จะไปให้ถึงจุดหมายที่ตั้งไว้			