

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

จุดประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการยอมรับตนเองของเด็กกำพร้า

สมมุติฐานของการวิจัย

1. เด็กกำพร้าที่เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จะมีคะแนนการยอมรับตนเอง หลังการเข้ากลุ่มสูงกว่าคะแนนการยอมรับตนเองก่อนการเข้ากลุ่ม
2. เด็กกำพร้าที่เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จะมีคะแนนการยอมรับตนเอง หลังการเข้ากลุ่มสูงกว่าเด็กกำพร้าที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ เด็กกำพร้าที่อยู่ในความอุปการะของสถานสงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถี ที่มีอายุระหว่าง 15-18 ปี มีคะแนนจากแบบวัดการยอมรับตนเองต่ำกว่าคะแนนในตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 (79 คะแนนจากคะแนนเต็ม 150) และสมัครใจเข้าร่วมกลุ่มการวิจัย จำนวน 16 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มควบคุม 8 คน และกลุ่มทดลอง 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้แปลและดัดแปลงจากแบบวัดการยอมรับตนเอง (self-acceptance scale) ของเบอร์เกอร์ (Berger) ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 5 ระดับ จำนวน 30 ข้อ

วิธีดำเนินการวิจัย

ใช้วิธีการวิจัย แบบมีกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ทดสอบก่อน และหลังการทดลอง
(Pretest - Posttest Control group Design)

ขั้นตอนในการวิจัย

ระยะก่อนการทดลอง

1. ผู้วิจัยติดต่อขอความร่วมมือในการทำวิจัยกับผู้บริหารสถานสงเคราะห์
2. ติดต่อกรมประชาสงเคราะห์เพื่อขออนุญาตเข้าทำการวิจัยในสถานสงเคราะห์
3. ผู้วิจัยขอความร่วมมือกับนักจิตวิทยาของสถานสงเคราะห์ เพื่อนัดเด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์ที่มีอายุระหว่าง 15-18 ปี ทำแบบวัดการยอมรับตนเอง
4. คัดผู้ที่มีคะแนนจากแบบวัดการยอมรับตนเองต่ำ (คะแนนต่ำกว่า 110 คะแนน) เพื่อถามความสมัครใจในการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จำนวน 16 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน โดยการสุ่มอย่างง่าย

ระยะดำเนินการทดลอง

1. ผู้วิจัยและกลุ่มทดลองเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม จากการนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการทำกิจกรรมกลุ่ม โดยการประสานงานกับผู้เกี่ยวข้องไว้ล่วงหน้า
2. มีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของโกลเซน โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อเพิ่มการยอมรับตนเองของสมาชิกกลุ่ม ซึ่งมีแนวทางสังเขป ดังนี้
 - 2.1 ผู้นำกลุ่มเปิดดำเนินการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ด้วยการให้สมาชิกแนะนำตนเอง ผู้นำกลุ่มชี้แจงวัตถุประสงค์ของกลุ่ม การปฏิบัติตนในกลุ่ม ระยะเวลาที่ใช้ รวมถึงจรรยาบรรณในวิชาชีพ
 - 2.2 ผู้นำกลุ่ม เอื้ออำนวยให้สมาชิกบอกเล่าถึงความรู้สึก และประสบการณ์ของตนเองที่เกิดขึ้น นับตั้งแต่เริ่มรู้สึกตัวว่าตนเองเป็นเด็กกำพร้า โดยเปิดโอกาสให้สมาชิกได้เล่าถึงความรู้สึกของตนเองทีละคน ผู้นำกลุ่มจะเป็นตัวแบบในการเป็นผู้ฟังที่ใส่ใจแก่สมาชิก ขณะเดียวกันผู้นำกลุ่มก็พยายามทำความเข้าใจในโลกทัศน์ของสมาชิก และเอื้ออำนวยให้สมาชิกในกลุ่มรับฟังเรื่องราวของกันและกันอย่างใส่ใจ เพื่อให้เกิดการยอมรับและไว้วางใจภายในกลุ่ม

2.3 ผู้นำกลุ่มใช้ทักษะทางจิตวิทยา เช่นการสรุป การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การทวนซ้ำ เป็นต้น เพื่อเอื้ออำนวยให้สมาชิกสำรวจความรู้สึกของตน และตระหนักถึงสิ่งที่ตน กำลังเผชิญอยู่ ขณะเดียวกันผู้นำกลุ่มก็เอื้ออำนวยให้สมาชิกผู้อื่นซึ่งรับฟังอย่างใส่ใจ บอกเล่าถึง ประสบการณ์ของตนเองที่เกิดขึ้นในลักษณะที่ใกล้เคียงกัน รวมถึงการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น เพื่อให้ สมาชิกได้เรียนรู้วิธีการแก้ไขปัญหาในแนวทางอื่น ๆ ขณะเดียวกันก็ตระหนักว่ามีใช้ตนเองเพียง ผู้เดียวที่ประสบปัญหา สมาชิกจะคลี่คลายความรู้สึกอัดอัดหนักหน่วงในใจตนเอง เกิดความผูกพัน แน่นแฟ้นยิ่งขึ้นในกลุ่ม นำไปสู่การแก้ไขปัญหาในระดับที่ลึกกว่าที่เป็นอยู่ และค่อย ๆ คลี่คลายปัญหา ออกเป็นลำดับ

2.4 จากปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม สมาชิกจะมีโอกาสเรียนรู้เพื่อที่จะรู้จักตนเอง จากปฏิกิริยาของเพื่อนสมาชิกที่มีต่อตน การได้รับข้อมูลย้อนกลับจากเพื่อนสมาชิกคนอื่น การชัดเจน ถึงความวิตกกังวลของใจของตนรวมถึงแนวทางในการแก้ไขปัญหา ได้รับการยอมรับจากเพื่อนสมาชิ กคนอื่นด้วยการรับฟังอย่างใส่ใจ การชี้แนะแนวทางในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น อันจะนำไปสู่ การยอมรับตนเองได้ในที่สุด

2.5 เมื่อจบกลุ่มในแต่ละครั้ง ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสรุปถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้ในกลุ่ม และการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ผู้วิจัยใช้เครื่องบันทึกเสียง เพื่อบันทึกถึงสิ่งที่เกิดขึ้นตลอดระยะเวลาการ ปรีกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

3. เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกตอบแบบทดสอบการยอมรับตนเองของ เบอร์เกอร์

4. นำคะแนนที่ได้รับจากแบบทดสอบของสมาชิมาประมวลผลที่ได้รับ และอภิปรายถึง สิ่งที่เกิดขึ้นจากการทดลอง

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้จากแบบวัดการยอมรับตนเองมาคิดคะแนนรวม โดยการนำคะแนนที่ได้ จากการตอบแบบทดสอบทุกข้อมารวมกัน

นำคะแนนของผู้ตอบแต่ละคนมาหาค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทั้งก่อนและหลังการทดลอง

เปรียบเทียบคะแนนการยอมรับตนเองระหว่างกลุ่ม ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยา โดยใช้ค่าสถิติ t-test

เปรียบเทียบคะแนนการยอมรับตนเอง ภายในกลุ่มทดลองและภายในกลุ่มควบคุม โดยแบ่งเป็นก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้ค่าสถิติ t-test

ผลการวิจัย

1. เด็กกำพร้าที่เข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยา มีคะแนน การยอมรับตนเอง: ภายหลังจาก เข้าร่วมกลุ่ม สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. เด็กกำพร้าที่เข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยา หลังการทดลอง มีคะแนน การยอมรับตนเองสูงกว่าเด็กกำพร้าที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

1. ผลการวิจัยพบว่า การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มสามารถเพิ่มการยอมรับตนเองของเด็กกำพร้าได้จริง จึงน่าจะมีการศึกษาการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของ Ohlsen ต่อตัวแปรอื่นๆ อาทิเช่น การเพิ่มสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ความภาคภูมิใจในตนเอง เป็นต้น
2. การศึกษาผลของการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของ Ohlsen พบว่า ปัญหาสำคัญประการหนึ่งในการทำงานกับกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี คือ การดำเนินกลุ่มในระยะต้นจะต้องใช้กิจกรรม เพื่อเป็นสื่อให้สมาชิกของกลุ่มตระหนักถึงปัญหาของตนเอง ดังนั้นการนำวิธีการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มไปใช้ โดยเฉพาะกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเด็กไทยซึ่งไม่ค่อยกล้าแสดงออกมากนัก จึงควรเริ่มดำเนินกลุ่มโดยผ่านสื่อ จนสมาชิกของกลุ่มเกิดความเคยชิน ต่อลักษณะการดำเนินกลุ่ม สมาชิกจึงสามารถพูดถึงปัญหาของตนได้โดยตรง