



บทที่ 4

### การอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการใช้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยเพื่อนต่อการลดปัญหาการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ผลการวิจัยครั้งนี้สนับสนุนสมมติฐานทั้ง 2 ข้อ คือ (1) กลุ่มนักศึกษาพยาบาลที่ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเพื่อนจะมีปัญหาการปรับตัวในมหาวิทยาลัยลดลง (2) กลุ่มนักศึกษาพยาบาลที่ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเพื่อนจะมีปัญหาการปรับตัวในมหาวิทยาลัย น้อยกว่ากลุ่มนักศึกษาพยาบาลที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเพื่อน

1. สมมติฐานข้อที่ 1 กลุ่มนักศึกษาพยาบาลที่ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเพื่อน จะมีปัญหาการปรับตัวในมหาวิทยาลัยลดลง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากตารางที่ 8 แสดงให้เห็นว่า คะแนนปัญหาการปรับตัวในมหาวิทยาลัยรวม 3 ด้าน ของกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยเพื่อน ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า คะแนนการปรับตัวด้านการเรียนการสอน และด้านความสัมพันธ์กับอาจารย์ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่การปรับตัวในด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. สมมติฐานข้อที่ 2 กลุ่มนักศึกษาพยาบาลที่ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเพื่อน จะมีปัญหาการปรับตัวในมหาวิทยาลัยน้อยกว่ากลุ่มนักศึกษาพยาบาลที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเพื่อน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากตารางที่ 10 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเพื่อน มีคะแนนปัญหาการปรับตัวในมหาวิทยาลัยรวม 3 ด้าน น้อยกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเพื่อนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า คะแนนการปรับตัวด้านการเรียนการสอน

และด้านความสัมพันธ์กับอาจารย์ ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่การปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิจัยซึ่งสนับสนุนสมมติฐานทั้ง 2 ข้อ อาจอภิปรายได้ดังนี้

หลังจากที่กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยเพื่อน พบว่า กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนลดลง และเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุม ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยเพื่อนได้เสริมสร้างบรรยากาศให้สมาชิกได้มีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน เปิดโอกาสให้สมาชิกพูดถึงความไม่สบายใจ ความกังวลใจ โดยปราศจากการประเมินและการพิจารณาการตัดสินใจ ๆ ความรู้สึกอิสระจึงเกิดขึ้น และการที่สมาชิกกลุ่มได้พูดถึงปัญหาของตนเอง ทำให้สมาชิกคนอื่น ๆ รับรู้ได้ว่า คนอื่น ๆ ก็มี ปัญหาเช่นกันไม่ใช่เพียงแต่คนเท่านั้นที่มีปัญหา

การที่สมาชิกได้แลกเปลี่ยนปัญหาของตนเองในกลุ่ม ทำให้สมาชิกได้พบว่าเพื่อน ๆ ที่เขาชื่นชม ก็มีปัญหาด้วย และปัญหาบางอย่างรุนแรงกว่าปัญหาของตน ดังกรณีของบูกี้ ซึ่งมีความสามารถทางการเรียน เรียนหนังสือเข้าใจ สอบได้คะแนนดี แต่ได้พูดปัญหาของตนเองในกลุ่มว่า "... รู้สึกเหงามาก ว่าแห้ว ไม่ค่อยมีคนเข้าใจ คิดถึงแม่... คนนี้ไม่ได้อยู่กับแม่... แม่อยู่ต่างประเทศ" สมาชิกในกลุ่มหลังจากได้รับฟังปัญหาของบูกี้ก็ได้ให้กำลังใจบอกว่ายินดีเป็นเพื่อนด้วย

เมื่อบรรยากาศในกลุ่มมีปฏิสัมพันธ์ดังเช่นที่กล่าวมานี้ ทำให้สมาชิกกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะในการดำเนินชีวิต หรือแนวทางในการแก้ไขปัญหาให้แก่สมาชิกคนอื่นที่กำลังประสบปัญหาและรู้สึกไม่สบายใจ ทำให้เขามีกำลังใจที่จะเผชิญกับอุปสรรคต่าง ๆ ได้อย่างมั่นคง อีกทั้งวัยรุ่นให้ความสำคัญต่อข้อคิดเห็นจากเพื่อนในวัยเดียวกันมาก (Dacey 1972 : 192, Myrick and Bowman 1983 : 112) ดังกรณีตัวอย่างปัญหาของหน้อย

- หน้อย : สมาชิกคนหนึ่งในกลุ่มได้พูดปัญหาการอยู่หอพักว่า
- หน้อย : "...อ่านหนังสือต้องเปิดไฟ รู้สึกเกรงใจที่ roommate เวลาจราอ่านที่เค้าก็นอน ก็เลยไม่รู้จะอย่างไรดี"
- บูกี้ : "ลองถามพี่เค้าดูว่าจะเปิดไฟได้มั๊ย"

- ค้อย : "เลือกเวลาอ่านให้ตรงกับพี"  
 หน้อย : "ไม่ค่อยชิน อยู่บ้านต้องเปิดไฟตลอด บางทีนอนแล้วก็ลุกมาอ่าน"  
 รุ่ง : "เอาคอมไฟมาเปิดที่หัวเตียง"  
 หน้อย : อืม..เอาคอมไฟตั้งเก้าอี้ใกล้หัวเตียง"

ในระหว่างกระบวนการของการช่วยเหลือ สมาชิกกลุ่มจะสังเกตผู้อื่นและค้นพบว่า  
 ในกลุ่ม ทุกคนเป็นอิสระที่จะเลือกเปิดเผยตนเอง หรือ เลือกวิธีการในการแก้ไขปัญหา และลง  
 มือปฏิบัติตามความเหมาะสมของแต่ละบุคคล สมาชิกจะตระหนักได้ว่า ทางเลือกในการแก้ไข  
 ปัญหาของผู้อื่นอาจไม่เหมาะสมกับตัวเขา ในทำนองเดียวกัน แต่ละบุคคลมีแนวโน้มที่ยอมรับข้อมูล  
 ย้อนกลับจากเพื่อนและมีความเชื่อมั่นในความสามารถของคนที่จะเรียนรู้ และเปลี่ยนแปลง  
 พฤติกรรม ( Ohlsen 1983 : 151 - 152)

ดังตัวอย่างปัญหาของรุ่ง ซึ่งได้พบปัญหาของตัวเองให้กลุ่มฟังว่า ..."ข้าง ๆ ห้อง  
 สุขุมหรีมีควันทำให้หายใจไม่ออก รู้สึกไม่สบาย เพราะตัวเองแพ้ควันหรี..." สมาชิกในกลุ่ม  
 ได้ช่วยกันเสนอแนวทางในการแก้ไขปัญหา ซึ่งแตกต่างกัน รุ่งได้ตัดสินใจเลือกที่จะปฏิบัติตามข้อ  
 เสนอแนะของเพื่อนบางคนซึ่งเหมาะสมกับตัวเอง สมาชิกคนอื่นที่เสนอแนะแนวทางในการแก้ไข  
 ปัญหาก็ยอมรับทางเลือกในการแก้ไขปัญหาของผู้อื่น ซึ่งต่างไปจากความคิดเห็นของตน

- แก้ว : "ปิดหน้าต่าง"  
 ปุ๊ก : "ไปบอกเขา คิดว่าเขาน่าจะเข้าใจ"  
 รุ่ง : "ไม่กล้า กลัวว่าจะไปบอกแล้วเขาจะว่า ว่าเราไปวิจารณ์เขา"  
 ปุ๊ก : "แต่เขาก็ทำให้เราเดือดร้อน"  
 รุ่ง : (เงยไปสักครู่) "ถ้าไปบอก จะบอกอย่างไรดี เขาถึงจะไม่ว่า  
 เราได้"  
 อ้อ : "บอกว่าเราแพ้ เราไม่สบาย"  
 หน้อย : "ขอโทษนะ เวลาสุขุมหรี ช่วยปิดหน้าต่างหน้อย เราแพ้ควันหรี"  
 รุ่ง : "ถ้าไปพูด แล้วเค้าคงไม่โกรธนะ"  
 เพื่อน ๆ ในกลุ่มก็ได้ช่วยกันให้กำลังใจกับรุ่ง  
 อ้อ : "เป็นเรา เราเข้าใจนะ..."  
 หน้อย : "ให้เราไปเป็นเพื่อนมัย"

โมทย์ : (ซึ่งเป็นสมาชิกผู้ชายและสูบบุหรี่ ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ของตน)  
 "คนสูบบุหรี่เขารู้ว่ามีควัน อย่างเราพอมีคนบอก ก็จะนึกได้ว่าอาจ  
 รมกวนคนอื่น บางทีตอนสูบบุหรี่มันนึก"

และดั่งกรณีตัวอย่างปัญหาของต้อยได้พูดถึงการอ่านหนังสือของตัวเองว่า

ต้อย : "อ่านหนังสือไม่รู้เรื่อง ง่วงนอน..."

สมาชิกคนอื่น ๆ ได้บอกวิธีการอ่านหนังสือของตัวเองว่า

ปู้ก : "เราจะนอนหัวค่ำ แล้วตื่นขึ้นมาอ่าน หลัง 6 ทุ่ม รู้สึกว่าเงียบดี  
 โลกนี้เป็นของเรา"

แก้ว : "ต้องทำความเข้าใจก่อนเข้าห้องเรียน แล้วกลับมาทบทวน"

ต้อย : "พอหยิบหนังสือจะอ่าน มันง่วงทุกที หั๋ง ๆ ที่เพิ่งตื่นนอน"

เอ : "หาแบบฝึกหัดมาทำ เพราะเวลาทำแบบฝึกหัดมันต้องคิดเลยไม่ง่วง  
 แล้วพอทำได้ก็เข้าใจ ไม่ต้องท่อง เราก็เหมือนกัน ถ้าอ่านเฉย ๆ  
 จะหลับ โดยเฉพาะถ้าอ่านบนเตียง"

รุ่ง : "มาอ่านด้วยกันก็ได้ มาตีว"

หน้อย : "เราก็เหมือนกัน ไปตีวกับเพื่อนต่างคณะ (ตอนนี้ เพื่อน ๆ ใน  
 กลุ่มแซวและล้อหน้อย) ... อ่านหลาย ๆ คนไม่ง่วง แล้วก็ไม่เห็น  
 เคียง"

ต้อย : (ได้บอกถึงความรู้สึก ความต้องการการตัดสินใจ แก้ไขปัญหาของ  
 ตนกับกลุ่ม) "เราชอบอ่านคนเดียว จะลองหาแบบฝึกหัดมาทำ"

เอ : "เราอยู่หอเดียวกัน ถ้าง่วงก็เดินมาที่ห้องเราก็ได้ แล้วค่อยกลับไป  
 ไปอ่าน"

เล็ก : "พอง่วงก็ออกมาดู T.V." (เพื่อน ๆ ในกลุ่มแซว)

ปู้ก สมาชิกกลุ่มอีกคนได้พูดถึงความรู้สึกเหงา ไม่มีเพื่อน ซึ่งสมาชิกกลุ่มคนอื่น  
 ก็ได้ให้ข้อคิดเห็น ให้กำลังใจและพร้อมที่จะช่วยเหลือ ดังตัวอย่าง

- รุ่ง : "ถ้าเหงา ก็มาคุยกับเราได้"
- เอ : ("ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ของตัวเองว่า) "เอ ก็มาคนเดียว ก็พยายามคุยกับเพื่อน ๆ เราต้องกล้าเล่า ไว้วางใจเขาก่อน เปิดตัวเราก่อน แล้วเพื่อนเขาถึงจะก้าวมาหาเรา..."
- หน้อย : "มาหาเราที่ห้องก็ได้ มากินขนม เราอยู่หอเดียวกัน"
- เล็ก : ("ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ของตัวเองว่า) ลองมาดู T.V. ซีคนเยอะแยะ แรก ๆ ก็ไม่รู้จักใคร พอไปดูก็ได้คุ้นเคยได้รู้จัก"
- แก้ว : "ไม่ต้องเหงา ถ้าเหงาก็มาเล่นกับแก้ว เย็น ๆ ไปวิ่งกันมัย"
- โมทย์ : "อีกหน้อยก็หายเหงา"

จากการที่สมาชิกได้มีโอกาสพูดคุยปัญหาของตนได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดความผูกพันกัน เห็นได้จากที่ผู้นำกลุ่มได้ให้สมาชิกกลุ่ม พูดความรู้สึกของแต่ละคนในการมาเข้ากลุ่ม การปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเพื่อน ก่อนที่จะยุติกลุ่มครั้งสุดท้าย ซึ่งแสดงให้เห็นได้ว่า สมาชิก รู้สึกใกล้ชิดผูกพันกัน ดังตัวอย่าง

- รุ่ง : "ไม่อยากขาด ๆอยากมาเข้ากลุ่ม ได้เจอคุยกับเพื่อน ๆ"
- แก้ว : "ห่างไกลจากบ้าน มาเจอเพื่อน ๆ ได้พูดได้ฟัง รู้สึกผูกพัน"
- เล็ก : "ตอนแรกก็รู้สึกแปลกดี แต่พอมาได้ 2 ครั้ง ก็ไม่อยากขาด"
- เอ : "ได้คุย ได้รู้ว่าใครเป็นอย่างไร ใครทำข้อสอบได้มัย ได้ระบาย หลาย ๆ อย่าง"
- โมทย์ : "ได้รู้ความเป็นอยู่ของเพื่อน ๆ สภาพเป็นอย่างไร ต่างกับเรามัย"
- ปุก : "เข้าใจเพื่อนมากขึ้น รู้สึกสนิทกัน ไม่ค่อยเหงา"
- ต้อย : "ดี ได้พูดได้ช่วยแก้ปัญหา"
- อ้อ : "เข้าใจเพื่อนมากขึ้น รู้สึกใกล้ชิดสนิทกันมากกว่าเดิม เข้าใจขึ้น"
- หน้อย : "ได้ระบาย ใต้บ่น ความกังวล รู้ว่าเพื่อน ๆ ก็กังวลเหมือนเรา"
- พีช : "ได้พูดคุยได้แลกเปลี่ยน ช่วยกันแก้ปัญหา เข้าใจเพื่อนมากขึ้น ได้ช่วยเพื่อน ๆ "

ผลการตอบแบบสอบถามประเมินผลการเข้ากลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเพื่อน  
ของสมาชิกในกลุ่มทดลอง ในด้านสิ่งที่สมาชิกได้จากกลุ่ม (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ข) พบว่า  
ร้อยละ 100 ได้รับความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ร้อยละ 80  
ได้ข้อคิดหรือข้อเสนอแนะที่เป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตที่ตนกำลังประสบอยู่  
ร้อยละ 70 รู้สึกไว้วางใจในการใกล้ชิดสนิทสนมกับผู้อื่นเพิ่มขึ้น ร้อยละ 70 ทราบถึงแนวทาง  
ที่จะดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข ร้อยละ 70 เห็นว่าการเข้ากลุ่มครั้งนี้มีประโยชน์ต่อ  
สมาชิกมาก ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของ ราเบคกีและบราเบค (Rabiecki and Brabeck  
1985 : 73-74) ที่พบว่ากลุ่มนักศึกษาปี 1 ที่ได้รับการศึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเพื่อน-  
ประเมินผลการเข้ากลุ่ม ดังนี้ คือ ร้อยละ 92 รายงานว่าเพื่อนผู้ให้การปรึกษา สามารถช่วย  
เหลือเขาในการปรับตัวเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย ร้อยละ 91 รายงานว่า หลังจาก  
ได้รับการศึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเพื่อนแล้ว เขาไม่ต้องไปใช้บริการให้การปรึกษาจากหน่วย  
งานอื่น ๆ อีก พวกเขาเชื่อว่า เพื่อนผู้ให้การปรึกษาช่วยเหลือเขาเกี่ยวกับการปรับตัวทาง  
สังคมได้มากที่สุด

จากการถามคำถามปลายเปิด ถึงข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะในการเข้ากลุ่ม ได้รับ  
คำตอบที่เป็นไปในทางบวกต่อการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยเพื่อน ดังนี้คือ เป็น  
ประสบการณ์ที่ดี อยากให้จัดอีกโดยกลุ่มที่มีสมาชิกจากคณะต่าง ๆ เห็นว่า ควรจัดอีกในปีหน้า  
การเข้ากลุ่มทำให้ได้รู้จักคนมากขึ้น มีเพื่อนมากขึ้น ได้แลกเปลี่ยนความคิด ได้ข้อคิดที่สามารถ  
นำไปปรับปรุงตัวเอง ได้รู้จักวิถีปฏิบัติ และการปรับปรุงตัวเองให้อยู่กับเพื่อน ๆ ได้ดียิ่งขึ้น  
เป็นกิจกรรมที่ดีสำหรับน้องใหม่ ทำให้น้องใหม่ได้ระบายความคับใจ และปัญหาที่ประสบ และ  
ช่วยแก้ไขปัญหาโดยอาศัยประสบการณ์จากเพื่อน ๆ และพี่ ช่วยให้อยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น  
ดีขึ้น รู้สึกดีใจและพอใจมากที่ได้มาเข้ากลุ่ม

กระบวนการที่เกิดขึ้นในกลุ่มดังกล่าว คือ สมาชิกได้มีโอกาสพูดถึงปัญหาของตน  
ได้รับการยอมรับจากกลุ่ม ได้รับข้อคิดเห็นในการแก้ไขปัญหาของตน ได้รับรู้ปัญหาของผู้อื่น  
และได้มีโอกาสช่วยเหลือสนับสนุนให้กำลังใจแก่ผู้อื่น ทำให้สมาชิกมีปัญหาคารบับตัวใน  
มหาวิทยาลัยลดลง ซึ่งสอดคล้องกับข้อสรุปของกิดเดน และออสติน (Giddan and  
Austin 1982 : 6) ที่กล่าวว่า การศึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นกลุ่มโดยเพื่อน ช่วยให้

สมาชิกเกิดการเปลี่ยนแปลงไปถึงเป้าหมาย เพิ่มความรู้สึกพึงพอใจในชีวิตให้กับผู้รับการปรึกษา เป็นการส่งเสริมความสามารถทางสังคมและการสร้างสัมพันธภาพของแต่ละบุคคล

นอกจากกระบวนการของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเพื่อน อาจจะเป็นปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมการปรับตัวในมหาวิทยาลัยแล้ว บทบาทของผู้นำกลุ่ม ก็อาจเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ช่วยส่งเสริมให้กลุ่ม บรรลุจุดมุ่งหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะผู้นำกลุ่มเป็นรุ่นพี่ ที่มีอายุใกล้เคียงกัน อยู่ในวัยเดียวกัน มีบทบาททางสังคมใกล้เคียงกัน มีคุณสมบัติต่าง ๆ คล้ายคลึงกัน ทั้งในด้านการใช้ภาษา ค่านิยม วัฒนธรรม บุคลิกภาพ และวิถีการดำเนินชีวิตทำให้สามารถแลกเปลี่ยนทัศนะต่าง ๆ ซึ่งกันและกันได้อย่างกว้างขวาง การต่อต้านกลุ่มจึงลดลง (Brown et al 1971 : 285, Pierce and Schwartz 1983 : 23, Barrow and Hetherington 1981 : 272) ดั้งการวิจัยของซุนเกอร์และบราวน์ (Zunker and Brown 1981 : 738-743) ซึ่งได้ศึกษาเปรียบเทียบประสิทธิภาพการให้การปรึกษา ระหว่างนักจิตวิทยาการปรึกษากับนักศึกษาที่ได้รับการฝึกอบรมทักษะการให้การปรึกษา ผลการวิจัยพบว่า ผู้ให้การปรึกษาที่เป็นนักศึกษารุ่นพี่ที่ได้รับการฝึกอบรมทักษะการให้การปรึกษา มีความสามารถในการสื่อสารไม่แตกต่างจากนักจิตวิทยาการปรึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการปรึกษาจากรุ่นพี่ กล่าวเพิ่มเติมว่า พวกเขาสามารถนำข้อมูลที่รับจากการปรึกษา มาใช้เป็นประโยชน์ในการเรียนได้มาก

จากการวิจัยครั้งนี้การที่ผู้นำกลุ่มเป็นรุ่นพี่จึงมีประสิทธิภาพต่อการช่วยเหลือ เพราะรุ่นพี่ได้ผ่านประสบการณ์เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มาแล้ว และปัจจุบันก็ยังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัย ทำให้สามารถให้ข้อมูลที่สมาชิกกลุ่มต้องการได้ และนำประสบการณ์ที่ผ่านมา มาแลกเปลี่ยนกับสมาชิกกลุ่มได้อย่างเต็มที่ เช่น สมาชิกกลุ่มได้พูดถึงความกังวลใจว่า ได้คะแนนสอบกลางเทอม น้อยกว่านักศึกษาคนอื่น ซึ่งการตัดเกรดเป็นการตัดเกรดรวม ผู้นำกลุ่มได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ของรุ่นตนเองว่า "...ปีที่แล้ว ที่คณะเราก็ได้คะแนนกันต่ำ แต่พอถึง Final ก็สามารถทำคะแนนได้สูง พยายามเป็นคน Top วิชา Bio เลย จากตอนแรกคะแนน Midterm สูงกว่า Mean "ไม่มาก" ผู้นำกลุ่มอีกคนได้กล่าวเพิ่มเติมว่า "สมัยพี่ พี่ก็สั้น ๆ กลัวจะไปตก F แต่พอสอบปลายเทอมได้ C เพราะ C มันกว้าง แต่เราก็ต้องลุ้นนะ คะแนน 1 คะแนน ก็มีความหมาย" ซึ่งข้อมูลดังกล่าวน่าจะทำให้สมาชิกของกลุ่มเกิดกำลังใจในการเรียนเพิ่มขึ้น

เมื่อสมาชิกกลุ่มบางคนพูดถึงความรู้สึกเหงา ไม่มีเพื่อน ผู้นำกลุ่มก็ได้แลกเปลี่ยน

ประสบการณ์ของตัวเองว่า "ตอนมาใหม่ ๆ พี่ก็เหงา คิดถึงบ้าน กลับบ้านทุกอาทิตย์ แต่พออยู่นาน ๆ ก็มีเพื่อนแยะ ลงไปที่ชมรม ที่นี่มีกิจกรรมหลายอย่าง แล้วแต่ว่าใครสนใจจะเข้าร่วมชมรมอะไร"

การวิจัยครั้งนี้จึงสนับสนุนข้อสรุปของบราวน์และคณะ (Brown et al 1971 : 288 - 289) ในส่วนที่ชี้ให้เห็นว่า ผู้นำกลุ่มที่เป็นรุ่นพี่จะสามารถตอบสนองความต้องการของผู้รับการปรึกษาเกี่ยวกับข้อมูลต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัยได้มาก เพราะพวกเขาเพิ่งผ่านประสบการณ์ในการปรับตัวการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย

อย่างไรก็ตาม รุ่นพี่ที่จะมาทำหน้าที่ในการเป็นผู้นำกลุ่มนั้น จะต้องมีความรู้ความเข้าใจในหลักการ พื้นฐานในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จึงสามารถทำหน้าที่ในการช่วยเหลือสมาชิกได้อย่างมีประสิทธิภาพ จากการวิจัยของคุกเกอร์ และเชอร์เซีย (Cooke and Chercia 1976 : 464-467) ได้ศึกษาผลของการฝึกและการไม่ได้ฝึกการเป็นผู้นำกลุ่ม ผลการศึกษาจากการวัดทักษะการสื่อสาร และการประเมินการตอบสนองจากแถบบันทึกเสียง ในระหว่างการดำเนินกลุ่มพบว่า ผู้นำกลุ่มที่ได้รับการฝึกทักษะการสื่อสาร มีความสามารถในการสื่อสารสูงกว่าผู้นำกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกทักษะการสื่อสารอย่างมีนัยสำคัญ แสดงให้เห็นว่าผู้นำกลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมมีความสามารถในการเอื้ออำนวยการกลุ่ม สูงกว่าผู้นำกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอบรม

การได้ผ่านการฝึกอบรมทักษะการสื่อสาร ทักษะการเป็นผู้นำกลุ่ม มีความรู้ความเข้าใจในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีประสบการณ์เป็นสมาชิกกลุ่ม ทำให้รุ่นพี่ที่เป็นผู้นำกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเพื่อน สามารถใช้ทักษะต่าง ๆ เอื้ออำนวยการให้สมาชิกกลุ่มบรรลุจุดมุ่งหมายได้ เพราะการได้รับการฝึกอบรมด้วยรูปแบบการปรึกษาแบบจุลภาคที่เน้นการฝึกทักษะทีละทักษะ ให้ผู้รับการฝึกอบรมมีโอกาสฝึกปฏิบัติ และได้รับข้อมูลย้อนกลับอย่างทันทีทันใด จะช่วยทำให้ผู้รับการฝึกอบรมมีความมั่นใจในตนเองในการทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่ม และจากการเปรียบเทียบคะแนนจากแบบฝึกหัดการสื่อสารของผู้รับการฝึกอบรมก่อนและหลังการฝึกอบรมพบว่า คะแนนจากแบบฝึกหัดการสื่อสารในการวัดครั้งหลังการฝึกอบรมมีคะแนนมากกว่าการวัดครั้งก่อนการฝึกอบรม คือ คะแนนก่อนการฝึกอบรมอยู่ในช่วง 6 - 10 คะแนนจากคะแนนเต็ม 30 คะแนน และคะแนนหลังการฝึกอบรมอยู่ในช่วง 16 - 27 คะแนน จากคะแนนเต็ม 30 คะแนน (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ข)



ผู้นำกลุ่มสามารถนำความรู้ที่ได้จากการฝึกอบรมไปช่วยเหลือสมาชิกกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถใช้ทักษะการทวนซ้ำ การสะท้อนความรู้สึกร การถามคำถาม ทักษะการสรุป ซึ่งช่วยให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจปัญหาของตนเองได้ชัดเจน และตัดสินใจได้ ดังตัวอย่าง

- น้อย : "En ใหม่ดีไหมพี"
- ผู้นำกลุ่ม : "น้อยอยาก En ใหม่"
- น้อย : "บางทีมันก็รู้สึกอยาก En ใหม่ เบื่อ แต่พอนึกถึงต้องอ่านหนังสือก็เบื่อ" แล้วก็"ไม่รู้ว่าจะติดมัย"
- ผู้นำกลุ่ม : "เพราะอะไรน้อยถึงอยาก En ใหม่"
- น้อย : "น้อยไม่ค่อยชอบท่องค่ะ และเห็นที่พีเรียนหนัก วิชาพยาบาลมีแต่ท่องต้องจำ น้อยไม่ค่อยชอบท่อง ชอบคำนวณมากกว่า เลยบางครั้งรู้สึกอยาก En ใหม่ดีกว่า แต่ก็ซีเกียดอ่านหนังสือ แล้วก็"ไม่รู้ว่าจะ En ติดมัย"
- ผู้นำกลุ่ม : " น้อยอยากเรียนอะไรหรือคะ"
- น้อย : "ก็ดูพวกบัญชี แต่คะแนนก็สูง บางทีอาจเป็นพวกวิทยาการจัดการหรือไปเรียนคอมฯ"
- ผู้นำกลุ่ม : "ตอนนี้หน่อยเลยอยู่ในระหว่างการตัดสินใจว่า จะ En ใหม่หรือไม่ En ใหม่ดี"
- น้อย : "ค่ะ พีว่าดีไหมคะ"
- ผู้นำกลุ่ม : "น้อยอยาก En ใหม่ เพราะไม่ชอบวิชาที่ต้องท่อง แต่ก็"ไม่"อยากอ่านหนังสือ และกลัว En "ไม่ติด"
- น้อย : "ค่ะ"
- ผู้นำกลุ่ม : "วิชาที่น้อยจะ En ใหม่ นี้ต้องสอบวิชาอะไร น้อยทราบมัย"
- น้อย : "ก็มี Math ภาษาอังกฤษ วิทยาศาสตร์ท ัวไป แล้วก็สังคมภาษาไทย"
- ผู้นำกลุ่ม : "ตอนนี้หน่อยเรียนวิชาอะไรบ้างนะ มี Math ภาษาอังกฤษ แล้วก็วิทยาศาสตร์"

- หน้อย : "ค่ะ ก็เหมือน ๆ คอนเรียนที่โรงเรียน"
- ผู้นำกลุ่ม : "วิชาที่หน้อยเรียนอยู่ตอนนี้ก็พอจะเอาไปใช้ตอนสอบได้ แต่ต้องหาเวลาอ่านวิชาอื่น ๆ เพิ่ม ถ้าหน้อยอยากจะ En ใหม่"
- หน้อย : "ก็มีพวกสังคม ภาษาไทย ก็ต้องท่องคงต้องเอาไว้อ่านใกล้ ๆ"
- ผู้นำกลุ่ม : "ถ้าหน้อยตั้งใจเรียนวิชาตอนนี้ ก็จะช่วยตอน En ได้ด้วย"
- หน้อย : "ค่ะ หน้อยไม่ค่อยนึกหรอก นึกแต่ว่าต้องเรียนพยาบาลก็เปื้อ"  
ตอนนี้ก็อ่านหนังสือสอบก่อน สอบเสร็จค่อยอ่านวิชาอื่น วิชาที่เรียนตอนนี้หลายวิชาก็เอาไปใช้ตอนสอบ En ได้"

จากแบบประเมินตนเองของผู้รับการฝึกอบรมพบว่า ผู้รับการฝึกอบรมสามารถนำความรู้ที่ได้จากการฝึกอบรม ใช้เป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน มีความภาคภูมิใจที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่น ทำให้ใจกว้างขึ้น ยอมรับตัวเองและผู้อื่นมากขึ้น เห็นได้ว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยเพื่อน นอกจากจะมีประโยชน์ต่อผู้รับการปรึกษาแล้ว ยังมีประโยชน์ต่อผู้รับการฝึกอบรมด้วย (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ข)

ในกระบวนการเป็นผู้นำกลุ่ม ผู้นำกลุ่มต้องมาพบกับผู้วิจัย สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ซึ่งพบว่าผู้รับการฝึกอบรมสามารถนำทักษะที่ได้รับจากการฝึกอบรมไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นเพียงแต่ในระยะเริ่มแรกที่มีปัญหาในการเริ่มดำเนินกลุ่ม หรือการขาดการสังเกตบางประการ ซึ่งหลังจากได้มาพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกันกับผู้วิจัย เมื่อดำเนินกลุ่มพบกับอุปสรรค ผู้นำกลุ่มก็สามารถนำข้อมูลที่ได้รับไปใช้ในการดำเนินกลุ่มได้

ตัวอย่างปัญหาที่ผู้นำกลุ่มได้นำมาปรึกษากับผู้วิจัย ได้แก่ ในการดำเนินกลุ่มครั้งแรก สมาชิกกลุ่มเจียบสมาชิกพูดคุยกันเป็นกลุ่มย่อย หรือการรีบตอบคำถามให้สมาชิกกลุ่มก่อนโดยยังไม่เข้าใจความรู้สึกความต้องการของสมาชิกกลุ่ม ยังมีปัญหาในการเอื้ออำนวยให้สมาชิกกลุ่มได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน

จะเห็นได้ว่า การฝึกอบรมด้วยวิธีการปรึกษาแบบจุลภาคได้ผลและการที่ผู้นำกลุ่มมาอภิปรายร่วมกับผู้วิจัยเป็นระยะ ๆ ก็เป็นสิ่งจำเป็นในการช่วยเหลือสมาชิกกลุ่ม

สำหรับการปรับตัวด้านการเรียนการสอน ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากตารางที่ 8

พบว่า คณะแผนปฏิบัติการปรับตัวด้านการเรียนการสอน ครั้งหลังทดลองลดลงกว่าครั้งก่อน ทดลอง แต่ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของ คาโรลีน (Carolyn 1986 : 84-A) ที่พบว่า ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญของคะแนนที่วัดก่อน การทดลองและหลังการทดลอง ในด้านพฤติกรรมในห้องเรียน ทักษะการเรียนรู้ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

การที่คะแนนปฏิบัติการปรับตัวด้านการเรียนการสอน ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อาจเป็นเพราะว่า ปัญหาทางด้านการเรียนต้องใช้เวลา และความพยายามในการแก้ไข ปัญหาบางอย่างอาจต้องใช้เวลามากกว่า 3 สัปดาห์ ที่จะเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น ปัญหาการรบกวนขณะอ่านหนังสือ ซึ่งมีความซับซ้อนในการที่จะเปลี่ยนนิสัยได้ หรือปัญหาความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเรียน เนื่องจากสมาชิกกลุ่มยังอยู่ในช่วงใกล้สอบยังไม่ทราบผลการเรียน จึงทำให้สมาชิกยังคงมีความวิตกกังวลอยู่ แม้ว่าจะได้พบปัญหาของคนในกลุ่ม

เมื่อพิจารณาการปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับอาจารย์ พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เช่นกัน ซึ่งอาจเป็นเพราะว่า นักศึกษามีปัญหาการปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับอาจารย์น้อยอยู่แล้ว เห็นได้จาก คะแนนปฏิบัติการปรับตัวด้านสัมพันธ์กับอาจารย์มีค่า คะแนนเฉลี่ยเพียง 2.00 จึงไม่นำปัญหาเรื่องความสัมพันธ์กับอาจารย์มาพูดในกลุ่ม และไม่ได้มีความพยายามแก้ปัญหานี้ในกลุ่ม

จากที่ได้กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ชัดเจนว่า การเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยเพื่อน มีผลต่อการปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 โดยเฉพาะการปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน การได้มีโอกาสพูดปัญหาของตน ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ได้รับการช่วยเหลือในการแก้ไขปัญหา ได้มีโอกาสช่วยแก้ไขปัญหาให้กับผู้อื่น มีรุ่นพี่ที่มีความเข้าใจ และมาแลกเปลี่ยนประสบการณ์ จึงเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้กลุ่มทดลอง มีปัญหาการปรับตัวในมหาวิทยาลัยลดลง ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของเคราซี (Crouse 1982 : 105-108) ที่ได้ศึกษาผลของการบำบัดโดยเพื่อนต่อแนวโน้มนับด้านบรรยากาศทางสังคมของนักศึกษา ปีที่ 1 ที่พักอยู่ในมหาวิทยาลัย โดยใช้แบบวัด URES วัดบรรยากาศทางสังคมในมหาวิทยาลัย ผลการวิจัยพบว่า การมีส่วนร่วมในสังคม และการได้รับกำลังใจ ก่อนและหลังเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเพื่อนของผู้รับการบำบัด มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ

การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยเพื่อน จึงเป็นการช่วยเหลือนักศึกษา ปีที่ 1 ต่อการปรับตัวในช่วงหนึ่งของการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญในชีวิต ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมจากบรรยากาศของชีวิตในครอบครัวที่มีผู้คอยดูแลและช่วยเหลือใกล้ชิด มาสู่การต้องรับผิดชอบต่อตนเองในการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยเพื่อน จึงมีประโยชน์ในขั้นต้นในการช่วยเหลือนักศึกษาชั้นปีที่ 1 เป็นการส่งเสริมให้นักศึกษาได้ แลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก ความไม่สบายใจ ก่อนที่พวกเขาจะเข้าสู่ภาวะวิกฤติ

จากการวิจัยครั้งนี้ อาจสรุปได้ว่า เพื่อนผู้ให้การปรึกษาที่ผ่านการฝึกอบรมทักษะพื้นฐาน การปรึกษา สามารถให้บริการการปรึกษาแบบกลุ่มแก่เพื่อนได้อย่างมีประสิทธิภาพ