

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ต่อกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

สมมติฐานการวิจัย

1. หลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง จะมีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยใช้ความสามารถของตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม
2. หลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง จะมีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่น ๆ สูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม
3. หลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง จะมีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหาลดกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม
4. หลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง จะมีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยใช้ความสามารถของตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม
5. หลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง จะมีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่น ๆ สูงกว่าก่อนเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม
6. หลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง จะมีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหาลดกว่าก่อนเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีผลการเรียนต่ำกว่า 1.50 โรงเรียนสตรีวัดอัมพวัน ปีการศึกษา 2540 ที่สมัครเข้าร่วมโครงการ และได้คะแนนจากแบบวัดการเผชิญปัญหาของวัยรุ่นในด้านมุ่งจัดการกับปัญหาโดยใช้ความสามารถของตนเอง และโดยอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่น ๆ ต่ำกว่าค่ากลางของแต่ละด้าน คือ ต่ำกว่า 52.5 และ 22.5 คะแนน ตามลำดับ และมีคะแนนการเผชิญปัญหาด้านหลีกเลี่ยงปัญหาสูงกว่าค่ากลางคือสูงกว่า 70 คะแนน จำนวน 16 คน สุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองแบบทดสอบก่อนหลังการทดลองโดยมีกลุ่มควบคุม (Randomized Pretest-Posttest Control Group Design)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบวัดการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น (The Adolescent Coping Scale) ที่พัฒนาจากแบบวัดการเผชิญปัญหาของวัยรุ่นของฟรายเดนเบิร์ก และลูอิส (Frydenberg & Lewis) ปี ค.ศ. 1990

ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย

ระยะเวลาที่ใช้ในการทดลองทั้งหมด 7 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง ครั้งละ 1.30 ชั่วโมง ถึง 2 ชั่วโมง รวมระยะเวลาทั้งสิ้น 20 ชั่วโมง

สถานที่ที่ใช้ในการวิจัย

ห้องเก็บหนังสืออ้างอิงในห้องสมุดโรงเรียนสตรีวัดอัมพวัน ซึ่งได้รับอนุญาตให้จัดเป็นห้องการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม เก็บเสียง ไม่มีผู้ใดรบกวน

ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังนี้

1. ขั้นตอนเตรียมการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยติดต่อขอความร่วมมือจากผู้อำนวยการโรงเรียนสตรีวัดอัมพวัน โดยผ่านทางอาจารย์แนะแนว ในการอำนวยความสะดวก และสนับสนุนให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2540 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในปีการศึกษา 2539 และปีการศึกษา 2540 ในภาคต้น ต่ำกว่า 1.50 เข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้

1.2 รับสมัครนักเรียนที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด คือ มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่า 1.50 และสมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัย โดยการลงชื่อสมัครที่ห้องแนะแนว

1.3 ให้นักเรียนที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด จำนวน 72 คน ทำแบบวัดการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น ที่ผู้วิจัยแปลเป็นภาษาไทยและพัฒนาเครื่องมือแล้ว คัดเฉพาะผู้ที่ได้คะแนนการเผชิญปัญหาในแบบมุ่งการจัดการกับปัญหาโดยใช้ความสามารถของตนเองและโดยอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่น ๆ ต่ำกว่าค่ากลางคือ มีคะแนนต่ำกว่า 52.5 และ 22.5 คะแนนตามลำดับ และมีคะแนนการเผชิญปัญหาในแบบหลีกเลี่ยงปัญหาสูงกว่าค่ากลางคือมีคะแนนสูงกว่า 70 คะแนนขึ้นไปได้นักเรียนจำนวน 27 คน แล้วผู้วิจัยได้ประชุมชี้แจง กฎเกณฑ์ในการเข้าร่วมโครงการกับนักเรียนทั้ง 27 คน เพื่อสำรวจความพร้อม ในการเข้าร่วมโครงการวิจัยอีกครั้ง พร้อมทั้งบอกข้อจำกัดของการศึกษาวิจัยครั้งนี้ว่าผู้วิจัยสามารถรับสมัครเข้าร่วมโครงการได้เพียง 16 คน และขออาสาสมัครที่สามารถเข้าร่วมกลุ่มได้ทุกครั้ง จึงได้อาสาสมัครจำนวน 16 คน เมื่อได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 16 คน หลังจากนั้นผู้วิจัยก็ได้สุ่มกลุ่มตัวอย่างออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 8 คน

1.4 สนทนาเป็นรายบุคคลกับกลุ่มทดลองทั้ง 8 คน เพื่อสัมภาษณ์ และทำความเข้าใจในการเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง โดยการพูดคุยเกี่ยวกับลักษณะของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง รวมทั้งความต้องการและเป้าหมายของการเข้ากลุ่มของกลุ่มตัวอย่าง

2. ขั้นตอนการทดลอง

2.1 กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงทั้งสิ้น 12 ครั้ง ในระยะเวลา 7 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ถึง 2 ครั้ง ครั้งละ 1.30 ชั่วโมง ถึง 2 ชั่วโมง รวมระยะเวลาทั้งหมด 20 ชั่วโมง โดยจะต้องเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงทุกครั้ง ถ้าหากนักเรียนคนใดขาดประชุมเกิน 1 ครั้ง จะไม่มีการนำเอาคะแนนจากแบบวัดการเผชิญปัญหามาพิจารณา และการวิจัยครั้งนี้มีผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม

2.2 กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มควบคุมจะไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม แต่จะได้รับความรู้ และคู่มือวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ โดยผู้วิจัยใช้วิธีการสอนแบบให้ผู้เรียนมีส่วนร่วม (Participatory learning) ซึ่งเป็นการสอนที่เน้นให้ผู้เรียนนำเอาประสบการณ์ วิธีการจัดการกับปัญหาที่ตนใช้มาอภิปรายร่วมกัน เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการรับรู้วิธีการเผชิญปัญหาที่ตนใช้ ว่ามีผลอย่างไรและเป็นวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพหรือไม่ ผู้วิจัยจะให้ข้อมูลเพิ่มเติมในเรื่องจัดการกับปัญหาอย่างไรจึงจะมีประสิทธิภาพ และกลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพตามกรอบแนวคิดของ ลินคอล์น โพลด์แมน ฟรายเดนเบอร์ก และลูอิส ตามคู่มือวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ฉ) หลังสิ้นสุดการทดลอง

2.3 การเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่มโดยมีบทบาทในการเอื้ออำนวยให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีในกลุ่ม กำหนดทิศทางของกลุ่ม รวมทั้งเอื้ออำนวยการอภิปรายเพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้วิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ และเน้นความรับผิดชอบของสมาชิกแต่ละคนในการเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่เหมาะสมมาจัดการกับปัญหาของตนเอง และมีการใช้เทปบันทึกเสียงตลอดระยะเวลาการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

2.4 สรุปการประชุมกลุ่มในวันที่ 14 มกราคม 2541

3. ระยะเวลาหลังการทดลอง

3.1 เมื่อสิ้นสุดการทดลองแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มทำแบบวัดการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น เป็นการทดสอบหลังการทดลอง (Posttest) โดยให้ทั้งสองกลุ่มทำแบบวัดการเผชิญปัญหาของวัยรุ่นพร้อมกัน ที่ห้องแนะแนวในวันที่ 19 มกราคม 2541

3.2 กลุ่มควบคุมจะได้รับความรู้ และคู่มือเกี่ยวกับการใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ โดยผู้วิจัยใช้วิธีการสอนแบบให้ผู้เรียนมีส่วนร่วม (Participatory Learning) เป็น

ระยะเวลา 3 ชั่วโมง ในวันที่ 20 มกราคม 2541 (ดังรายละเอียดในข้อ 2.3 และดูรายละเอียดในภาคผนวก ฉ)

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลกระทำโดยการเลือกใช้วิธีการทางสถิติ ดังนี้ คือ

1. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดการเผชิญปัญหาของวัยรุ่น ในแต่ละด้านของกลุ่มตัวอย่างที่วัดหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมโดยการทดสอบค่าที (t-independent test)
2. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดการเผชิญปัญหาของวัยรุ่นในแต่ละด้านของกลุ่มตัวอย่างที่วัดก่อนและหลังการทดลองของทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที (t-dependent test)

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า

1. หลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง มีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยใช้ความสามารถของตนเองสูงกว่า นักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. หลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง มีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่น ๆ สูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. หลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง มีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหาลดต่ำกว่า นักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. หลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง มีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยใช้ความสามารถ

ของตนเอง สูงกว่าก่อนเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

5. หลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง มีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาโดยอาศัยแหล่งสนับสนุนอื่น ๆ สูงกว่าก่อนเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

6. หลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง มีคะแนนการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหาค่ำกว่าก่อนเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ข้อเสนอแนะ

1. ควรมีการติดตามผลของการเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ที่มีต่อวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนเหล่านี้ ว่านักเรียนยังคงใช้วิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพอยู่ หรือมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างไร

2. ควรมีการศึกษาวิจัยโดยการนำการปรึกษาเชิงจิตวิทยาหรือการจัดโปรแกรมการเรียนการสอนในสถาบันการศึกษาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ไปใช้เพื่อพัฒนาเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จของนักเรียน และนักศึกษาอื่น ๆ อีกต่อไป

3. ควรมีการประยุกต์ทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ไปใช้อย่างกว้างขวางในโรงเรียน ดังนี้

3.1 สถาบันการศึกษาควรมีการศึกษาวิจัยโดยให้อาจารย์แนะแนวจัดโปรแกรมการแนะแนวเป็นกลุ่มตามแนวคิดนี้ เพื่อพัฒนาวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพให้กับนักเรียน

3.2 สถาบันการศึกษาควรจัดโครงการพัฒนาเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ หรือโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงให้กับครู อาจารย์ เพื่อประยุกต์หลักการตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนให้กับนักเรียน

4. จากการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลองส่วนหนึ่งมีปัญหาเรื่องครอบครัว และมีวิธีการจัดการกับปัญหาเหล่านั้นไม่เหมาะสม ซึ่งพบว่า นักเรียนเหล่านี้มักจะใช้วิธีการเผชิญปัญหาด้านการมีความกังวลมาจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นส่วน

ใหญ่ จนทำให้มีผลกระทบต่อการเรียนของตนเอง ดังนั้นครูหรืออาจารย์แนะแนวควรจะมีการศึกษาวิจัย หรือประยุกต์ไปรวมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงของงานวิจัยฉบับนี้ ไปพัฒนาวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนที่มีปัญหาเรื่องครอบครัว

จากประสบการณ์กลุ่มในครั้งนี้ ผู้วิจัยพบว่า กระบวนการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง มีหลักการที่สามารถสร้างพลังที่เข้มแข็งให้กับสมาชิกกลุ่ม ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเผชิญปัญหาที่ไม่เหมาะสมได้ ได้แก่

1. การสร้างสัมพันธภาพ เป็นหลักการที่ทำให้นักเรียนเกิดความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย พร้อมทั้งจะเผชิญกับสภาพการณ์ที่เป็นจริง และเกิดการมองเห็นคุณค่าของตนเองมากขึ้น เนื่องจากได้รับการยอมรับ ความเชื่อถือ และความอบอุ่นจากกลุ่ม และได้รับประสบการณ์แห่งการให้และการรับความรักจากเพื่อน ประสบการณ์แห่งความสำเร็จจากการกระทำของตน เป็นต้น

2. การประเมินพฤติกรรม เป็นหลักการที่จะช่วยให้นักเรียนสามารถใช้เหตุผลพิจารณาพฤติกรรมต่าง ๆ ของตนได้อย่างถูกต้องตามความเป็นจริง

3. ข้อผูกมัด การประกาศแผนการเพื่อเป็นข้อผูกมัดจะเป็นหลักการที่จะช่วยให้นักเรียนเกิดความรับผิดชอบต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนตามแผนการ และเกิดความมุ่งมั่นที่จะทำตามแผนที่ตนได้วางไว้

4. การไม่ใช้การลงโทษ การไม่ยอมรับข้อแก้ตัวใด ๆ และการไม่ยอมล้มเลิกความตั้งใจ หลักการทั้ง 3 ประการนี้จะช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ว่า เขาจะไม่เปลี่ยนแปลงไม่ได้ เพราะมีผู้นำกลุ่ม มีเพื่อน ๆ ในกลุ่มที่ให้ความเชื่อมั่น เชื่อถือในตัวเขาอยู่ว่า เขาสามารถเปลี่ยนแปลงการกระทำของตนเองได้ และคอยให้ความช่วยเหลือเขา เพื่อให้เขาเปลี่ยนแปลงการกระทำของตนเองได้จริง (ดูรายละเอียดกระแสดวงในภาคผนวก ง)

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย