



บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ต่อการควบคุมตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา

สมมติฐานการวิจัย

หลังการทดลองนักเรียนที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงจะมีคะแนนการควบคุมตนเองสูงกว่าก่อนเข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มและสูงกว่ากลุ่มควบคุม

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม ปีการศึกษา 2544 ซึ่งได้คะแนนรวมจากแบบวัดการควบคุมตนเองเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงไปและสมัครใจจะเข้าร่วมโครงการ จำนวน 36 คน

สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในกลุ่มทดลอง ถ้ามีสมาชิกคนใดขาดการเข้าร่วมประชุมกลุ่มเกิน 3 ครั้งขึ้นไปจะไม่นำคะแนนจากแบบวัดการควบคุมตนเองของบุคคลนั้นมาพิจารณา

รูปแบบการวิจัย

เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) แบบทดสอบก่อนและหลังการทดลอง โดยมีกลุ่มควบคุม (Randomized pretest-posttest control group design)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบวัดการควบคุมตนเอง (Self-control Schedule) ที่แปลมาจากแบบวัดในการควบคุมตนเองของโรเซนบัม (Michael Rosenbaum, 1980)

ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ระยะเวลาทดลอง

1.1 ผู้วิจัยติดต่อขอความร่วมมือในการทำวิจัย และสถานที่ทำวิจัย โดยขอหนังสือจากคณะจิตวิทยา เพื่อขอความร่วมมือจากโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม

1.2 คัดเลือกนักเรียนที่ได้คะแนนจากแบบวัดการควบคุมตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงไป และสมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัย โดยผู้วิจัยทำจดหมายขออนุญาตถึงผู้ปกครองของนักเรียนดังกล่าว

1.3 ผู้วิจัยสุ่มนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง 18 คน และกลุ่มควบคุม 18 คน โดยกลุ่มทดลองแยกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 9 คน

1.4 ผู้วิจัยสนทนาเป็นรายบุคคลกับกลุ่มทดลองทั้ง 18 คน เพื่อสัมภาษณ์และทำความเข้าใจในการเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ตลอดจนเป้าหมายและลักษณะของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม พร้อมกับให้นักเรียนเลือกเข้ากลุ่มที่สะดวกโดยกลุ่มที่ 1 เข้ากลุ่มวันจันทร์ และวันพุธ กลุ่มที่ 2 เข้ากลุ่มวันอังคาร และวันพฤหัสบดี

2. ระยะเวลาดำเนินการทดลอง

2.1 กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่มโดยมีบทบาทในการสร้างสัมพันธภาพ กำหนดทิศทาง และเอื้ออำนวยในการอภิปราย เน้นการควบคุมตนเองของสมาชิกแต่ละคนในการวางแผนการเรียน และแก้ปัญหาของตนเอง โดยใช้เวลาเข้ากลุ่มทั้งหมด 7 สัปดาห์ติดต่อกัน จำนวน 15 ครั้ง ครั้งละประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที รวมเวลาที่ใช้ทั้งสิ้น 24 ชั่วโมง ต่อหนึ่งกลุ่ม

2.2 กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มควบคุม จะไม่ได้เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง แต่จะได้มีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาให้เป็นรายบุคคลตามที่มาขอรับการปรึกษา

2.3 ตลอดระยะเวลาในการดำเนินกลุ่ม ผู้นำกลุ่มมีการบันทึกเสียงโดยขออนุญาตจากสมาชิก พร้อมทั้งแจ้งถึงการรักษาข้อมูลเป็นความลับ โดยใช้ชื่อสมมติรวมทั้งการทำลายเทปบันทึกเสียงเมื่อสิ้นสุดการวิจัย

3. ระยะเวลาหลังการทดลอง

เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มคือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมตอบแบบวัดการควบคุมตนเองอีกครั้ง

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนแบบวัดการควบคุมตนเอง ทั้งก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
2. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดการควบคุมตนเอง ของ กลุ่มตัวอย่างที่วัดก่อนและหลังการทดลองทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ด้วยการทดสอบค่าที (t- dependent test)
3. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดการควบคุมตนเอง ที่วัดหลังการทดลองของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วยการทดสอบค่าที (t-independent test)

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า

1. หลังการทดลองนักเรียนที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิด พิจารณาความเป็นจริงมีคะแนนการควบคุมตนเองสูงกว่าก่อนเข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ กลุ่มอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05
2. หลังการทดลองนักเรียนที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิด พิจารณาความเป็นจริงมีคะแนนการควบคุมตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิต วิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

1. จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิด พิจารณาความเป็นจริงมีผลต่อการพัฒนาการควบคุมตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาได้จริง และควรมีการติดตามผลของการเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณา ความเป็นจริง ว่ามีผลต่อพฤติกรรมกรรมการควบคุมตนเองในการดำเนินชีวิตด้านอื่น ๆ หรือหน้าที่อื่น ๆ หรือไม่ เพื่อเป็นแนวทางจัดโครงการระยะยาวในการพัฒนาการควบคุมตนเองของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาให้เหมาะสมกับสภาพการณ์ต่อไป
2. จากการวิจัยที่พบว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณา ความเป็นจริง มีผลต่อการเพิ่มการควบคุมตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ได้จริง จึงเห็น ว่าทางโรงเรียนหรือสถานศึกษาหรือหน่วยงานที่มีหน้าที่ดูแลนักเรียนหรือผู้ที่อยู่ในช่วงวัยศึกษาเล่า เรียน ควรเห็นความสำคัญและจัดโครงการพัฒนาการควบคุมตนเองโดยใช้กระบวนการปรึกษาเชิง จิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง โดยจัดให้มีอาจารย์หรือเจ้าหน้าที่ที่สามารถ

ทำงานด้านนี้ได้ และนำหลักการและเทคนิคไปปรับใช้กับหน่วยงาน เนื่องจากการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มยังไม่แพร่หลายนัก

3. ควรมีการศึกษาวิจัย เพื่อพัฒนารูปแบบและกระบวนการของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ไปประยุกต์ใช้ได้อย่างเหมาะสมกับผู้ที่มีประสบการณ์ ผู้มีการควบคุมตนเองต่ำขาดความรับผิดชอบ มีเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลวในสถาบันการศึกษาให้กว้างขวางยิ่งขึ้น เพื่อจะได้เรียนรู้การวางแผนการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในด้านการเรียนได้อย่างมั่นใจ

4. ควรมีการนำกระบวนการของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงไปประยุกต์ใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาทุกระดับชั้นให้เหมาะสมเพราะเป็นการเพิ่มเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จให้กับกลุ่มนักเรียนซึ่งมีเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว ถึงแม้ว่าจะเป็นคนกลุ่มน้อย แต่มีความสำคัญยิ่งต่อสถาบันและสังคม