บทที่ 5
สรุปและอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ที่มีต่อความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนกีฬาจังหวัดชลบุรี ด้วยวิธีการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) โดย กลุ่มประชากร เป็นนักเรียนโรงเรียนกีฬาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่มีคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ตั้งแต่เปอร์เซนต์ไทล์ที่ 75 ขึ้นไป กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และปีที่ 3 โรงเรียนกีฬาจังหวัดชลบุรี ที่มีคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ตั้งแต่เปอร์เซนต์ไทล์ที่ 75 ขึ้นไป สมัครใจเข้ารับการทดลอง จำนวน 16 คน จากนั้นทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 12 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ประกอบด้วย โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม และแบบสอบถามความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ที่มีข้อคำถามทั้งที่เป็นความเชื่อที่เหมาะสมและไม่เหมาะสมปะปนกัน จำนวน 30 ข้อ โดยผ่านการตรวจสอบหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน และได้นำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนกีฬาจังหวัดอ่างทอง จำนวน 40 คน แล้วนำมาหาค่าอำนาจจำแนกได้เท่ากับ 0.23-0.69 ส่วนความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ เท่ากับ 0.90 ทำการเก็บข้อมูลตั้งแต่ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง จนกระทั่งถึงระยะติดตามผล รวมเวลาทั้งสิ้น 6 สัปดาห์ จากนั้นได้นำข้อมูลมาหาค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่มของฮาวเวล (Howell, 1997, p. 470) ทดสอบความถูกต้องด้วยโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นด้วยภาษาคิวเบสิกของ ผศ. ดร.ไพรัตน์ วงษ์นาม และทดสอบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีการของนิวแมนคูลส์ (NewmanKeuls Method) โดยมีสมมติฐานการวิจัยดังนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง

2. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง

3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล

4. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง

5. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ในระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง

6. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

สรุปผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูล สามารถสรุปผลได้ดังนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ในระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผล

ผู้วิจัยขอนำเสนอการอภิปรายผลตามสมมติฐานดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 4 และภาพที่ 5 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง โดยผู้วิจัยได้แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม และกลุ่มควบคุมที่มีการเรียนในชั้นตามปกติ และได้แบ่งระยะเวลาการทดลองออกเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ผลการทดลองพบว่า ในระยะหลังการทดลองและติดตามผล กลุ่มนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสต่ำกว่ากลุ่มควบคุม เพราะในช่วงระยะเวลาการทดลอง นักเรียนที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ได้รับข้อมูลและข้อเสนอแนะการฝึกคิดวิเคราะห์ความเชื่อเกี่ยวกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ซึ่งแต่ละสถานการณ์นั้น สมาชิกมีความเชื่อต่อเหตุการณ์อย่างไม่มีเหตุผล เมื่อนำเหตุการณ์ดังกล่าวมานำเสนอต่อเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม และร่วมกันแสดงความคิดเห็น มีการยอมรับซึ่งกันและกัน มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ จึงส่งผลให้นักเรียนในกลุ่มทดลองมีการปรับเปลี่ยนความเชื่อที่ไม่มีเหตุผลมาเป็นความเชื่อที่มีเหตุผล ซึ่งจะส่งผลให้อารมณ์และพฤติกรรมที่ตามมาเหมาะสมด้วยเช่นกัน สำหรับนักเรียนกลุ่มควบคุมนั้นไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม จึงทำให้ขาดโอกาสฝึกฝนการคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ไม่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความเชื่อที่มีเหตุผลและไม่มีเหตุผลว่าแตกต่างกันอย่างไร จึงไม่สามารถปรับเปลี่ยนความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสได้ ฉะนั้นจึงเป็นสาเหตุที่ทำให้ระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสมีความแตกต่างจากกลุ่มทดลอง และแสดงให้เห็นว่า วิธีการทดลองทั้งสองวิธีส่งผลร่วมกับระยะเวลาการทดลอง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชนิดา อิงคสุวรรณ (2543) ศึกษาการเปรียบเทียบระหว่างผลการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ กับการเสนอตัวแบบที่มีต่อการลดภาวะซึมเศร้าด้านสัมพันธภาพในครอบครัว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 พบว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการลดภาวะซึมเศร้ากับระยะเวลาของการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากเหตุผลดังกล่าวพอสรุปได้ว่า ผลการทดลองในครั้งนี้มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า คะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ระยะหลังการทดลอง ($\overline{X}$ = 39.67) มีระดับต่ำกว่ากลุ่มควบคุม ($\overline{X}$ = 88.33) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 6 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง เนื่องจากช่วงระยะเวลาของการทดลอง ผู้วิจัยได้จัดโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ๆ ละ 50 นาที เป็นจำนวน 10 ครั้ง ในวันจันทร์, พุธและศุกร์ ทำให้นักเรียนสามารถปรับเปลี่ยนความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ซึ่งถือว่าเป็นความเชื่อที่ไม่เหมาะสมได้ โดยผู้วิจัยเริ่มจากการชี้แนะ ชักจูงให้นักเรียนตระหนักถึงการปรับเปลี่ยนความเชื่อในสภาพการณ์หรือเรื่องใด ๆ ก็ตาม นักเรียนสามารถทำได้ด้วยตนเอง โดยเฉพาะเกี่ยวกับเรื่องที่ผู้วิจัยทำการศึกษาคือ การปรับเปลี่ยนความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ผู้วิจัยอธิบายถึงสาเหตุของการเกิดอารมณ์และพฤติกรรม หากนักเรียนมีความเชื่อต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างมีเหตุผลและเหมาะสม ผลทางอารมณ์ที่ตามมาก็จะมีความสุข ความสบายใจ และการแสดงพฤติกรรมก็เป็นไปในทางที่เหมาะสมด้วย แต่หากนักเรียนมีความเชื่อต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างไม่มีเหตุผลและไม่เหมาะสม ผลทางอารมณ์ที่ตามมาก็จะไม่มีความสุข เกิดความไม่สบายใจ ทุกข์ใจ วิตกกังวล เศร้าโศกเสียใจ และพฤติกรรมก็เป็นไปในทางที่ไม่เหมาะสมด้วยเช่นกัน นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ฝึกให้นักเรียนจำแนกความคิดความเชื่อที่มีเหตุผลและไม่มีเหตุผล 11 ลักษณะของเอลลิส (Ellis) เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ซึ่งถือว่า เป็นความเชื่อที่ไม่เหมาะสม ผู้วิจัยได้ให้คำปรึกษาแก่นักเรียนเกี่ยวกับแบบการฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง (Rational Self-Help Form) ตามรูปแบบเอบีซีดีอี (ABCDE) และเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ร่วมกันระดมสมอง แสดงความคิดเห็น วิเคราะห์เหตุการณ์และประสบการณ์ความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสของนักเรียนแต่ละคน เช่น นักเรียนชาย มีความเชื่อว่า การมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสไม่ใช่เรื่องเสียหาย แต่เป็นประสบการณ์ที่น่าลอง เป็นสิ่งที่ควรปฏิบัติ และแสดงถึงความยึดเหนี่ยวหรือผูกมัดกับคนที่ต้องการแต่งงานหรือร่วมชีวิตด้วย ส่วนนักเรียนหญิงมีความเชื่อว่า การมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสเป็นเรื่องปกติธรรมดา ไม่ใช่เรื่องเสียหายหรือน่าอับอาย และปัจจุบันนักเรียนจะพบเห็นพฤติกรรมทางด้านชู้สาวในโรงเรียนมากขึ้น นักเรียนหญิงจีบนักเรียนชาย ซึ่งถ้านักเรียนคนใดมีความเชื่อเกี่ยวกับเหตุการณ์อย่างมีเหตุผล ผู้วิจัยจะกล่าวคำชมเชยเป็นการเสริมแรง หากนักเรียนคนใดมีความเชื่อไม่มีเหตุผลดังกล่าวก็ให้นักเรียนในกลุ่มร่วมกันวิเคราะห์ แสดงความคิดเห็น ความรู้สึกที่มีต่อความเชื่อที่ไม่มีเหตุผล

โดยช่วยกันตั้งคำถามโต้แย้งความเชื่อที่ไม่มีเหตุผลนั้น จนทำให้นักเรียนเกิดความเข้าใจและยอมรับในความคิดใหม่และสามารถปรับเปลี่ยนมาเป็นความเชื่อที่มีเหตุผลในที่สุด ซึ่งหลังจากนักเรียนได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เป็นผลทำให้สามารถปรับเปลี่ยนความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสไปสู่ความเชื่อที่มีเหตุผล ดังตัวอย่างเช่น นักเรียนเปลี่ยนความเชื่อว่า การมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสเป็นเรื่องเสียหาย ไม่สมควรลองปฏิบัติ ผู้หญิงไทยควรรักนวลสงวนตัว หากพลาดท่าเสียทีแล้วจะทำให้หมดคุณค่าความเป็นกุลสตรี จะถูกสังคมตำหนิเหยียดหยาม และเสื่อมเสียชื่อเสียงของวงศ์ตระกูล นอกจากนี้ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส อาจทำให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ได้ ซึ่งสอดคล้องกับรายงานสถานการณ์ผู้ป่วยโรคเอดส์และผู้ติดเชื้อที่มีมากในประเทศไทย เมื่อวันที่ 31 มกราคม พ.ศ. 2545 พบว่า ร้อยละ 84 ของผู้ป่วยทั้งหมด ติดเชื้อจากการมีเพศสัมพันธ์ (กมลชนก เทพสิทธิ และคณะ, 2544, หน้า 94) ดังนั้น ในระยะหลังการทดลอง คะแนนเฉลี่ยของแบบสอบถามความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม จึงลดต่ำลง และสอดคล้องกับงานวิจัยของ นงเยาว์ ชมภูทอง (2537, หน้า 64) ศึกษาพบว่า หลังจากได้รับคำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ที่มีต่อทัศนคติทางบวกต่อการเป็นโสเภณีของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2536 โรงเรียนระดับประถมศึกษาในอำเภอหนึ่งของจังหวัดหนึ่งทางภาคเหนือตอนบน ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนกลุ่มควบคุม ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เพียงแต่มีการเรียนในชั้นตามปกติ ดังนั้น จึงมีผลทำให้ระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสของกลุ่มทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง

จากเหตุผลดังกล่าวพอสรุปได้ว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า คะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ในระยะติดตามผล ($\overline{X}$ = 39.67) มีระดับต่ำกว่ากลุ่มควบคุม ($\overline{X}$ = 94.17) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล ทั้งนี้ เนื่องจากนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ได้รับการเรียนรู้จากการใช้เทคนิคทางปัญญา โดยฝึกวิเคราะห์แบบการฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง (Rational Self-Help Form) ตามรูปแบบเอบีซีดีอี

(ABCDE) ของเอลลิสและไวท์เลย์ (Ellis & Whiteley, 1979, pp. 66-68) เมื่อเผชิญกับเหตุการณ์ที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส จนเกิดทักษะความคิดความเชื่อที่มีเหตุผลอย่างเป็นระบบ โดยขจัดความเชื่อที่ไม่มีเหตุผลให้หมดไป และเมื่อนักเรียนสามารถปรับเปลี่ยนเป็นความเชื่อที่มีเหตุผลแล้ว ส่งผลทำให้เกิดความรู้สึกและพฤติกรรมที่เหมาะสมต่อไปด้วย นอกจากนี้ยังพบว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เป็นกระบวนการที่คงทนถาวร และสามารถพัฒนาจนเป็นลักษณะนิสัย ซึ่งมาจากการที่นักเรียนได้รับการฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเองเป็นการบ้านหลาย ๆ ครั้ง ทำให้ระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสของนักเรียนที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ยังคงลดลงต่อเนื่องจนถึงระยะติดตามผล ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เธอร์แมน (Thurman, 1983, pp. 417-423) ศึกษาพบว่า การให้คำปรึกษาทฤษฎีพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ สามารถลดพฤติกรรมประเภทแข่งขัน รีบร้อน ก้าวร้าว และเป็นศัตรูได้ ทั้งระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล หลังยุติโปรแกรมแล้ว 2 เดือน นอกจากนี้ สุกัญญา มหัทธนานันท์ (2544, หน้า 87) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผลและอารมณ์กับการใช้กิจกรรมกลุ่ม ที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์เด็กหญิง จังหวัดสระบุรี พบว่า ในระยะติดตามผล คะแนนเฉลี่ยความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กวัยรุ่นที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ สูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เพียงแต่มีการเรียนในชั้นตามปกติ ดังนั้น จึงมีผลทำให้ระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสของกลุ่มทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผลการทดลอง

จากเหตุผลดังกล่าวพอสรุปได้ว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 9 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 ที่ว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนการสมรสในระยะหลังการทดลอง ($\overline{X} = 39.67$) ต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง ($\overline{X} = 84.33$) ทั้งนี้ เนื่องจากการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ได้เน้นกระบวนการทางปัญญาของ

บุคคล ได้แก่ การรับรู้ ความคิด ความเชื่อซึ่งเป็นสื่อกลางระหว่างสิ่งเร้ากับพฤติกรรม จากแนวความคิดในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคล เอลลิสและไวท์เลย์ (Ellis & Whiteley, 1979, pp. 66-68) เชื่อว่า การที่บุคคลเกิดปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนไป มีสาเหตุมาจากความเชื่อที่ไม่มีเหตุผล เมื่อนักเรียนได้ฝึกวิเคราะห์แบบฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง (Rational Self-Help Form) ตามรูปแบบเอบีซีดีอี (ABCDE) ทำให้นักเรียนสามารถคิดวิเคราะห์ถึงความเชื่อที่ไม่มีเหตุผลเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส และมีความเข้าใจถึงความคิดความเชื่อที่ไม่มีเหตุผลนั้น ซึ่งระยะก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสในระดับสูง โดยผู้วิจัยกำหนดว่า ตั้งแต่เปอร์เซนต์ไทล์ที่ 75 ขึ้นไป สาเหตุเนื่องมาจากนักเรียนกลุ่มทดลองยังมีความเชื่อที่ผิด ๆ ว่า การมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสเป็นสิ่งที่น่าลองปฏิบัติ ไม่ใช่เรื่องเสียหาย เป็นเรื่องธรรมชาติ ดังที่ วิทยา นาควัชระ (2540) ได้กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่อยากรู้อยากลองเกี่ยวกับเรื่องเพศ สนใจเรื่องเพื่อนต่างเพศ จะมีความรักแบบหลงใหลใฝ่ฝันหรือเป็นความรักแบบรุนแรง ไม่มีเหตุผล นอกจากนี้นักเรียนยังมีความเข้าใจว่า การมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสเป็นการยืนยันความรักที่มีต่อกัน เป็นการผ่อนคลายอารมณ์ ซึ่งทำให้มีความสุขสนุกสนาน เพราะวัยรุ่นยุคปัจจุบันจะมีทัศนคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสกันมากขึ้น ซึ่งตรงกับความคิดเห็นของ วันทนีย์ วาสิกะสิน (2527, หน้า 27) ได้กล่าวไว้ว่า สาเหตุของการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส เนื่องมาจากการตอบสนองความพอใจทางด้านร่างกายและจิตใจ เพื่อความสนุกสนาน พิสูจน์ความสามารถทางเพศ เป็นการผูกมัดฝ่ายตรงข้ามและเป็นการทำตามความนิยมของสังคมในปัจจุบัน ความไม่สมดุลกันของการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม จึงทำให้เกิดปัญหาทางสังคมต่าง ๆ มากมาย รวมไปถึงสถิติการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรของวัยรุ่นไทยที่เพิ่มขึ้นอย่างจนน่าตกใจ เพราะวัยรุ่นเชื่อว่าเป็นเรื่องปกติ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ เพ็ญพรรณ อภิรติวานนท์ (2546, บทคัดย่อ) ศึกษาเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนการสมรสของนักเรียนวัยรุ่นในโรงเรียนอาชีวศึกษาเอกชน อำเภอเมืองชลบุรี จังหวัดชลบุรี พบว่า นักเรียนวัยรุ่นชายหญิง มีเจตคติต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนการสมรสอยู่ในระดับที่เห็นด้วยมาก

ในช่วงระยะเวลาการทดลอง ผู้วิจัยได้ให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม จากสถานการณ์ที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส นักเรียนกลุ่มทดลองได้มีส่วนร่วมในการฝึกคิดวิเคราะห์และตั้งคำถามโต้แย้งต่อความเชื่อที่ไม่มีเหตุผลอย่างเป็นระบบขั้นตอน ก่อให้เกิดความเชื่อที่มีเหตุผล และส่งผลให้อารมณ์และพฤติกรรมที่ตามมาเหมาะสมด้วยเช่นกัน โดยใช้เวลาในการให้คำปรึกษาอย่างต่อเนื่องถึง 4 สัปดาห์ ๆ ละ 3 ครั้ง ๆ ละ 50 นาที รวมทั้งสิ้น 10 ครั้ง ซึ่งสามารถช่วยให้นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรม สามารถปรับเปลี่ยนความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสได้อย่าง

เหมาะสมและต่อเนื่องสม่ำเสมอ ด้วยเหตุผลดังกล่าว จึงส่งผลให้ค่าเฉลี่ยคะแนนความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสของนักเรียนที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของภัทรวรรณ อุ่มลออ (2541, หน้า 86) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์เป็นกลุ่มและรายบุคคลที่มีต่อทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนท่ายางวิทยา จังหวัดเพชรบุรี พบว่า นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลงภายหลังได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากเหตุผลดังกล่าวพอสรุปได้ว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า คะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ระยะติดตามผล ($\overline{X} = 39.67$) ต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง ($\overline{X} = 84.33$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 9 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5 ทั้งนี้เพราะนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม สามารถทำแบบฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง (Rational Self Help Form) ตามรูปแบบเอบีซีดีอี (ABCDE) ในช่วงระยะการทดลองนั้น นักเรียนได้มีโอกาสเรียนรู้วิธีการปรับเปลี่ยนความเชื่อที่ไม่มีเหตุผล จากเหตุการณ์ที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสของตนเอง โดยผู้วิจัยได้ให้นักเรียนแต่ละคนได้แสดงความรู้สึก ความคิดเห็นและเหตุผลอะไรที่ทำให้นักเรียนมีความเชื่อเช่นนั้น ดังตัวอย่างเหตุการณ์ เช่น หลังจากชนะเลิศการแข่งขันกีฬา กลุ่มนักเรียนชายหญิงแอบชวนกันไปเที่ยวดิสโก้เธค และดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์ โดยนักเรียนมีความเชื่อว่า หากไม่ไปร่วมงานก็กลัวเพื่อน ๆ จะกล่าวหาว่า เป็นคนเชยไม่ทันสมัย และตัวนักเรียนเองก็มีความคิดเห็นเช่นเดียวกับเพื่อนคนอื่นว่าเหน็ดเหนื่อยจากการแข่งกีฬาแล้ว หากไปเที่ยวในสถานที่เช่นนั้น เชื่อว่าไม่ใช่เรื่องเสียหาย แต่เมื่อสอบถามอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นในขณะนั้น นักเรียนตอบว่า มีความวิตกกังวล ตื่นเต้น กลัวพ่อแม่จะทราบเรื่องและกลัวถูกทำโทษ เพราะการไปเที่ยวดิสโก้เธคในเวลาค่ำคืนและดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์ พ่อแม่ต้องไม่เห็นด้วยและคงไม่อนุญาตให้ประพฤติตนเช่นนั้น อีกทั้งยังเป็นการประพฤติผิดต่อระเบียบข้อบังคับของโรงเรียน ต่อจากนั้นผู้วิจัยได้ให้นักเรียนทุกคนช่วยกันตั้งคำถามโต้แย้งความเชื่อที่ไม่มีเหตุผลดังกล่าว ทำให้เกิดความเชื่อที่มีเหตุผล คือ ขณะนี้พวกเราอยู่ในสถานะกำลังศึกษาเล่าเรียนแล้วพากันไปสังสรรค์ดื่มเครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์ในกลุ่มเพื่อนชายหญิง จนเวลาล่วงเลยดึกดื่นข้ามคืน อาจได้รับอันตรายจากการขับขี่ยานพาหนะหรือจากพวก

มิจฉาชีพก็ได้ หรือชวนกันดื่มจนมีอาการมึนเมาประกอบกับอารมณ์และบรรยากาศจะนำไปสู่การมีพฤติกรรมด้านเพศสัมพันธ์โดยไม่คาดคิดได้ ดังที่ นายแพทย์ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานต์ ได้เปิดเผยข้อมูลเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกของวัยรุ่นหญิงกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในหนังสือพิมพ์ไทยรัฐว่า เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยเฉพาะไวน์ที่มีรสหวานซ่าหรือที่เรียกว่า คูลเลอร์ นั้น มีส่วนสำคัญที่ทำให้วัยรุ่นสาวบางคนมีเพศสัมพันธ์เพราะความเมามากกว่าการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทั่วไป หากดื่มแล้วไม่เมาซึ่งไม่จริง ส่วนสาเหตุของการเสียตัวอาจเป็นเพราะดื่มในปริมาณที่มากและคิดว่าไม่เมา โดยทั่วไปแล้วแอลกอฮอล์จะเมาหรือไม่เมาเมื่อดื่มเข้าไปจะมีผลต่อจิตใจและความสามารถในการควบคุมตนเอง รวมถึงการกระตุ้นอารมณ์ทางเพศด้วย ทางที่ดีถ้าจะให้เป็นเครื่องดื่มของวัยรุ่นไม่ควรที่จะมีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ด้วยซ้ำ (ไทยรัฐ, 2546, หน้า 1) ดังนั้น เมื่อนักเรียนได้ลองฝึกคิดวิเคราะห์เหตุการณ์อย่างมีเหตุผลด้วยตนเองหลาย ๆ ครั้ง จึงทำให้นักเรียนมีทักษะการโต้แย้งความเชื่อที่ไม่มีเหตุผลให้มีเหตุผลมากขึ้น แม้ระยะเวลาผ่านไป 2 สัปดาห์ นักเรียนก็ยังคงมีทักษะความคิดความเชื่อที่มีเหตุผลเป็นระบบเป็นขั้นตอน จึงยังคงสามารถปรับเปลี่ยนความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสได้ในระยะติดตามผล ดังที่ แพทเทอร์สัน (Patterson, 1980, p. 172) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เน้นการคิดอย่างมีเหตุผลเพื่อขจัดปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรมของบุคคล โดยช่วยให้บุคคลสามารถรักษารูปแบบการคิดและการแสดงออกอย่างมีเหตุผลในระยะยาว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ทิพรัตน์ เฮงตระกูล (2540, หน้า 98) ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 พบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีพิจารณาเหตุผลและอารมณ์มีพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง

จากเหตุผลดังกล่าวพอสรุปได้ว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส ในระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า คะแนนเฉลี่ยความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน ดังตารางที่ 9 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 6 ที่ว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนการสมรสในระยะหลังการทดลอง ($\overline{X}$ = 39.67) กับระยะติดตามผล ($\overline{X}$ = 39.67) ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้ เนื่องจากนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ยังคงมีความสามารถในการพัฒนาฝึกคิดอย่างมี

เหตุผลด้วยตนเอง ในช่วงระยะเวลา 6 สัปดาห์ที่ผ่านมานั้น เพราะขั้นตอนการฝึกคิดอย่างมีเหตุผลเป็นไปอย่างมีระบบ จึงทำให้ความรู้ความเข้าใจในการปรับเปลี่ยนความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสยังคงอยู่ เป็นผลทำให้นักเรียนมีระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของทวีสิน ทอนเกาะ (2541, บทคัดย่อ) ศึกษาเปรียบเทียบการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์กับการให้เทคนิคแม่แบบที่มีต่อปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 พบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ มีปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

จากผลการศึกษาพบว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ช่วยให้นักเรียนได้ฝึกคิดแก้ไขปัญหาที่ตนเองได้ประสบกับเหตุการณ์หรือสถานการณ์ต่าง ๆ ที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสได้ โดยนักเรียนสามารถวิเคราะห์ พัฒนาแนวทางแก้ปัญหาของตนเองและยังสามารถพัฒนาปรับเปลี่ยนความคิดความเชื่อที่ไม่มีเหตุผล ให้เป็นความเชื่อที่มีเหตุผล ตลอดจนส่งผลให้อารมณ์และพฤติกรรมที่ตามมาเหมาะสมอีกด้วย

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. ผลการวิจัยพบว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม สามารถช่วยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนกีฬาจังหวัดชลบุรี ปรับเปลี่ยนระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสให้ลดลงได้ ดังนั้น ผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนวัยรุ่นจึงควรมีโอกาสได้ศึกษาและฝึกฝนการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เพื่อช่วยลดระดับความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรสของนักเรียนวัยรุ่นในสถานศึกษาอื่น ๆ

2. ผลการวิจัยพบว่า ผู้ที่เกี่ยวข้องควรให้ความรู้ความเข้าใจและการแนะแนวข้อมูลที่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่อง เพศศึกษา แก่นักเรียน นักศึกษา เพื่อนำไปปรับเปลี่ยนความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

1. ควรมีการศึกษาโดยใช้โปรแกรมหรือเทคนิคอื่น ๆ ในเชิงจิตวิทยา เพื่อปรับเปลี่ยนความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส

2. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมที่มีต่อความเชื่อเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนสมรส