

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่องผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกต่อความเครียดของญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ เป็นการวิจัยเชิงทดลองประเภทตัวแปรสองตัวประกอบแบบวัดซ้ำตัวหนึ่งประกอบ (Two Factor Experiment with Repeated Measures on One Factor) เพื่อศึกษาถึงผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกต่อความเครียดของญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ ตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา เป็นญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ โดยการสุ่มตัวอย่าง และทำแบบทดสอบความเครียด ที่มีคะแนนความเครียดตั้งแต่คะแนน 42 คะแนนขึ้นไป สมัครใจร่วมการวิจัย จำนวน 12 คน ทำการสุ่มผู้รับการวิจัยด้วยวิธี การสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เพื่อจำแนกออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน เครื่องมือในการทดลองประกอบด้วย แบบวัดความเครียดสวนปรง 20 ข้อ และ โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือก จำนวน 10 ครั้ง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 1-1 ชั่วโมง 30 นาที การเก็บข้อมูล ดำเนินตั้งแต่เริ่มวัดผล ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล จากนั้นนำข้อมูลมาวิเคราะห์ ด้วยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนวัดซ้ำ ประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่ม และหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated-Measures Analysis of Variance: One Between-Subjects Variable and One Within-Subjects Variable)

สมมติฐานของการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง
2. ญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีระดับความเครียดต่ำกว่าญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีปกติในระยะหลังการทดลอง
3. ญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีระดับความเครียดต่ำกว่าญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีปกติในระยะติดตามผล
4. ญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีระดับความเครียดในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง

5. ญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีระดับความเครียดในระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง

6. ญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีระดับความเครียดไม่แตกต่างกันในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลเสนอผลตามสมมติฐานดังต่อไปนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลอง กับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีระดับความเครียดต่ำกว่าญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีปกติ ในระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีระดับความเครียดต่ำกว่าญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีปกติในระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีระดับความเครียดในระยะหลังการทดลองผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. ญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกทั้งในระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลองผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. ญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลมีระดับความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล สามารถอภิปรายผล ได้ดังนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลอง กับระยะเวลาของการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 กล่าวว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลอง กับระยะเวลาของการทดลอง คือระยะก่อนการทดลองทั้งกลุ่มที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกและกลุ่มที่ได้รับวิธีปกติมีคะแนนความเครียดแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่เมื่อเวลาผ่านไปคือในระยะหลังการทดลองพบว่ากลุ่มที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีคะแนนความเครียดต่ำกว่ากลุ่มที่ได้รับวิธีปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และในระยะติดตามผล ก็พบว่ากลุ่มที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีคะแนนความเครียดต่ำกว่ากลุ่มที่ได้รับวิธีปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกผลจากวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีคะแนนความเครียดต่ำกว่ากลุ่มที่ได้รับวิธีปกติในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผล ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 และข้อที่ 3 กล่าวว่างญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีระดับความเครียดต่ำกว่าญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีปกติในระยะหลังการทดลอง และญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีระดับความเครียดต่ำกว่าญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีปกติในระยะติดตามผลเนื่องจากกลุ่มที่ได้รับวิธีปกติ จะได้รับบริการและคำแนะนำจากเจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาลโดยเน้นที่การดูแลผู้ป่วยเป็นหลัก โดยทั่วไปญาติจะไม่กล้าเข้าไปปรึกษาปัญหาของตนที่เกิดขึ้นขณะดูแลผู้ป่วยกับเจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาล หากมีอาการเครียดมากก็จะขอพบแพทย์ และแพทย์ก็มักจะให้ยาคลายกังวลเพื่อลดความเครียดแก่ญาติ ซึ่งแตกต่างจากกลุ่มที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกกล่าวคือวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกจะช่วยให้อาสาสมัครได้เรียนรู้ถึงการสะท้อนความรู้สึกและประสบการณ์ตลอดจนความคาดหวัง ความฝันในอดีต ตระหนักถึงความต้องการของตนเองทั้งในอดีตและอนาคต สามารถตั้งเป้าหมายในชีวิตของตนและหาวิธีการเพื่อบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ เห็นคุณค่าและศักยภาพของตนเองและในที่สุดสามารถหาทางเลือกที่เหมาะสมให้กับชีวิตเพื่อการดำรงชีวิตอยู่อย่างมีสติ และมีเหตุผล

จากกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มเป้าหมายที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกดังกล่าว จึงมีผลทำให้กลุ่มที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีความเครียดต่ำกว่ากลุ่มที่ได้รับวิธีปกติ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อรพรรณ เสนาะ (2543)

ที่ได้ศึกษาผลการปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ กับการผ่อนคลายโดยการบริหารเวลาของตนเองเพื่อลดความเครียดของญาติผู้ป่วยโรคจิต มีระดับความเครียดลดลงในระยะหลังทดลองต่ำกว่ากลุ่มควบคุม และวิจัยของ ขนิษฐา ชลาสนธิ (2544) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงร่วมกับการบริหารเวลาของตนเองเพื่อลดความเครียดของผู้ดูแลผู้ป่วยโรคสมองเสื่อม พบว่าหลังการให้คำปรึกษากลุ่มทดลองมีระดับความเครียดลดลงต่ำกว่ากลุ่มควบคุม

3. จากผลการวิจัยยังพบว่า กลุ่มญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีความเครียดในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าก่อนทดลอง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 4 กล่าวว่าญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีระดับความเครียดในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าระยะก่อนการทดลองเนื่องจากกลุ่มเป้าหมายเมื่อได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกเกิดความตระหนักถึงความต้องการของตนเองและเข้าใจในพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์รวมถึงค้นหาแนวทางในการลดพฤติกรรมนั้น ดังตัวอย่างญาติผู้ป่วยรายหนึ่ง เธอกล่าวว่าปกติเธอจะเป็นคนขี้โมโห หงุดหงิดง่าย ชอบดุด่าลูกซึ่งเป็นผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ เสมอ และรู้สึกอับอายที่มีลูกติดยาบ้า จึงทำให้รู้สึกเครียดมากสอดคล้องกับงานวิจัยของ สิริพร เพชรงาม (2545, หน้า 11-13) กล่าวถึงสาเหตุของความเครียดทางใจเกิดจากความคับข้องใจเป็นภาวะของจิตใจเกิดขึ้นเมื่อ ความต้องการถูกขัดขวางทำให้มีปัญหาต้องเผชิญ เกิดความรู้สึกไม่พอใจ โกรธ วิตกกังวล จิตใจเหมือนถูกบีบคั้น เกิดความเครียดขึ้นมา หลังจากเข้ากลุ่มวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกแล้ว เธอได้ตระหนัก และเข้าใจพฤติกรรมดังกล่าวที่แสดงต่อลูกว่าเป็นสิ่งที่ไม่เหมาะสมและหาแนวทางแก้ไขพฤติกรรมนั้นด้วยการสัญญากับตนเองว่า จะใจเย็นลง พยายามเอาใจใส่ลูกให้มากขึ้นและพร้อมเสมอที่จะเป็นที่ปรึกษาให้กับลูกตลอดจนฝึกในการให้แรงเสริมลูกด้วยการชมเชย และให้กำลังใจซึ่งสอดคล้องกับ วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์ (2545, หน้า 175 – 176) ที่กล่าวว่าความเครียดเป็นสิ่งที่อาจเกิดได้กับทุกคนเนื่องจากทุกคนล้วนมีปัญหาทั้งสิ้น การเรียนรู้และการแก้ไขปัญหานั้นที่เหมาะสมได้อย่างรวดเร็วและมีประสิทธิภาพจะช่วยให้อาการเครียดได้ การเรียนรู้ที่เหมาะสมในการจัดการกับความเครียดได้นั้นจะต้องตระหนักถึงอารมณ์และอาการของคนที่ไม่แสดงออกถึงความเครียด พิจารณาได้ว่าอะไรเป็นสาเหตุหรือปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียด ตลอดจนปรับเปลี่ยนความคิดจากวิธีคิดทางลบให้เป็นทางบวกเพื่อให้เกิดความรู้สึกต่อสถานการณ์ที่ดีขึ้น อีกทั้งยังช่วยการปรับอารมณ์และแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม

นอกจากนี้การที่ญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ได้ตระหนักและเข้าใจถึงปัญหาที่เกิดขึ้นแล้วพยายามหาวิธีการในการเผชิญกับปัญหา และหาวิธีทางแก้ปัญหาก็เหมาะสมที่สุด โดยเฉพาะวิธีการที่จะช่วยให้สามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองไม่ให้เครียด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ แวนดาว วงศ์สุรประภิต (2546) ซึ่งกล่าวว่าความเครียด และวิธีปรับแก้ของผู้ดูแลที่เป็นโรคจิตจากแอมเฟตามีน ผลการศึกษาพบว่าผู้ดูแลที่เป็นโรคจิตจากแอมเฟตามีนมีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง สำหรับผู้ดูแลที่เป็นโรคจิตจากสารเสพติดแอมเฟตามีนมีความเครียดสูงได้ใช้วิธีการปรับแก้ความเครียด

4. จากผลการวิจัยพบว่าญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ มีความเครียด จึงสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 5 กล่าวว่าญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติด กลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีระดับความเครียดในระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลองทั้งนี้เนื่องจากญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือก ได้เรียนรู้ถึงวิธีการจัดการกับความเครียด และการเผชิญความเครียดที่เหมาะสมสอดคล้องกับ เครือวัลย์ ทรัพย์เจริญ (2540) ได้ศึกษาความเครียดและการเผชิญความเครียดของผู้ดูแลผู้ป่วยโรคอารมณ์แปรปรวนผลการวิจัยพบว่าสถานการณ์ดูแลให้เกิดความเครียดมากที่สุดคือ การจัดการกับผู้ป่วยเมื่อมีอาการรุนแรง พบว่าผู้ดูแลใช้การเผชิญความเครียดแบบการเผชิญความเครียดมุ่งที่ปัญหาและมุ่งปรับอารมณ์ จึงส่งผลให้ญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกทั้งในระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลองผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. นอกจากนี้จากผลการวิจัยพบว่าในระยะติดตามผลญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ มีระดับความเครียดในระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะหลังการทดลอง ซึ่งแตกต่างกับสมมติฐานข้อที่ 6 กล่าวว่าญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกมีระดับความเครียดไม่แตกต่างกันในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ทั้งนี้เนื่องจากวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือก สมาชิกได้เรียนรู้ถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่ส่งผลต่อความเครียด สามารถนำกระบวนการวิธีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ประสบการณ์จากกลุ่ม ทำให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ที่ดี สามารถนำมาปรับใช้จริงในชีวิตประจำวันจึงส่งผลให้ญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่ได้รับวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎี มีระดับความเครียดในระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีทางเลือกที่กล่าวถึงความต้องการพื้นฐานที่สำคัญที่สุดคือความรักความเป็นเจ้าของ ซึ่งเป็นคนใกล้ชิดและ

สัมพันธ์กับบุคคลอื่นเราใส่ใจกับความจำเป็นพื้นฐาน การตอบสนอง ความต้องการ ความพึงพอใจ เป้าหมายในชีวิต ทางเลือกที่จะเลือกในการดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุขและยังสามารถเข้าใจพฤติกรรมโดยรวมซึ่งประกอบด้วย การกระทำ ความคิด ความรู้สึก และสรีรวิทยา

ดังตัวอย่างญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์คนหนึ่ง เธอให้กำลังใจสามีซึ่งเป็นผู้ป่วยด้วยการสร้างบรรยากาศของสัมพันธ์ภาพให้เกิดความรู้สึกที่ผ่อนคลาย เช่น การพาไปพักผ่อน ไม่แสดงอาการหงุดหงิด เป็นที่ปรึกษาทุกครั้งที่มีปัญหาไม่สบายใจ และนำปัญหาต่าง ๆ ของผู้ป่วยมาปรึกษาผู้วิจัยตลอดระยะเวลาการทดลองจนทำให้ผู้ป่วยเกิดกำลังใจในการดำรงชีวิต รู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง จนสามารถหางานทำได้สำเร็จ เป็นกำลังใจสำคัญของครอบครัว

จากผลการวิจัยทั้งหมดอาจกล่าวได้ว่าวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกสามารถลดความเครียดในญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ได้จริง เนื่องจากระบวนการดังกล่าวช่วยให้ญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ได้ระบายความรู้สึก ความคิด พฤติกรรมอารมณ์ ความคับข้องใจของตนเองเกิดความเข้าใจ ยอมรับ และหาแนวทางในการไขแก้ปัญหากล้าเผชิญปัญหา ยอมรับความจริงที่เกิดขึ้น และหาทางเลือกที่ดีสำหรับการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัยพบว่า วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือก สามารถลดความเครียดของญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ได้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ดังนี้

1. ด้านการบริการ เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับพิจารณาช่วยเหลือ ญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ที่มีความเครียดอยู่ในระดับสูง โดยบุคลากรในทีมสุขภาพจิตควรฝึกทักษะในการเผชิญความเครียดให้กับญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์เพื่อแต่ละบุคคล สามารถบูรณาการทางเลือกต่อความเครียดไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันให้เหมาะสมกับตนเอง
2. ด้านบริหาร นำผลการศึกษาวิจัยเป็นข้อมูลในการวางแผนพัฒนาความรู้ ทักษะ เจตคติและความสามารถของบุคลากร เพื่อสามารถช่วยเหลือญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยครอบคลุมถึงครอบครัวที่รับผิดชอบในการดูแลผู้ป่วย

3. ด้านการศึกษาเป็นข้อมูลพื้นฐานและเป็นแนวทางในการเรียนการสอนให้นักศึกษาพยาบาล การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกต่อความเครียดของญาติผู้ป่วยโรคจิตจากสารเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนส์

ข้อเสนอแนะเพื่อทำวิจัย

1. ควรนำการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกในกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ เช่น ในนักเรียน นักศึกษา วิทยากร ผู้บริหาร ผู้ติดสารเสพติด หรือผู้ดูแลผู้ป่วยเรื้อรังอื่น ๆ เช่น โรคเบาหวาน โรคสมองเสื่อม โรคหลอดเลือดในสมอง เป็นต้น

2. ควรศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทางเลือกต่อตัวแปรอื่น ๆ เช่น ความวิตกกังวล คุณค่าแห่งตน ภาวะซึมเศร้า ความมุ่งหวังในชีวิต เป็นต้น