

บทที่ 5

สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล เสนอผลตามสมมติฐาน ดังต่อไปนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักศึกษาที่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมมีแรงจูงใจภายในด้านการเรียนเพิ่มขึ้น ในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักศึกษาที่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมมีแรงจูงใจภายในด้านการเรียนเพิ่มขึ้น ในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. นักศึกษาที่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมมีแรงจูงใจภายในด้านการเรียนเพิ่มขึ้น ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
5. นักศึกษาที่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมมีแรงจูงใจภายในด้านการเรียนเพิ่มขึ้น ในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผล

ในการวิจัยครั้งนี้อภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐาน ดังนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 นั่นคือ วิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองร่วมกันมีผลต่อแรงจูงใจภายในด้านการเรียน ที่เป็นเช่นนี้เพราะว่า วิธีการทดลอง คือ การให้โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม และระยะเวลาของการทดลอง ร่วมกันส่งผลทำให้กลุ่มที่ได้รับการฝึกการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีการปรับเปลี่ยนความคิด สามารถคิดได้อย่างมีเหตุผล ทำให้เกิดสิ่งที่เน้นองค์ประกอบที่ทำให้เกิดแรงจูงใจภายในด้านการเรียน คือ รู้ความต้องการ รู้ความสามารถของตนเอง มีความมุ่งมั่น

ส่งผลให้แรงจูงใจภายในด้านการเรียนเพิ่มขึ้น ตามระยะเวลาที่ได้ฝึกฝน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปิยานุช เสือสีนวน (2545, หน้า 103) ที่พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง คือการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม กับระยะเวลาการทดลอง ทำให้นักเรียนที่มาจากครอบครัวแตกแยก มีลักษณะการมุ่งอนาคตเพิ่มขึ้น ในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล และยังคงสอดคล้องกับ สุวารี มงคลศิริ (2547, หน้า 78) ที่พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง นั่นคือ วิธีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม กับระยะเวลาที่มีผลต่อการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียน

สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม กับระยะเวลาของการทดลอง ทำให้มีการปรับเปลี่ยนความคิด การคิดมีเหตุผลมากขึ้น รู้ความต้องการของตนเอง รู้ความสามารถ มีความมุ่งมั่นในการเรียนเพิ่มมากขึ้น ตามระยะเวลาที่ผ่านมา

2. กลุ่มที่ได้รับการฝึกโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีแรงจูงใจภายในด้านการเรียนเพิ่มขึ้น ในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ทั้งนี้เนื่องจาก ผู้วิจัยได้ให้โปรแกรม ครั้งที่ 2 กับกลุ่มที่ได้รับการฝึกการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม โดยการแลกเปลี่ยนความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล ทำให้ความคิดมีเหตุผลยิ่งขึ้น การตระหนักรู้ในตนเอง และได้เรียนรู้ว่า อารมณ์ พฤติกรรม และความคิดนั้นสัมพันธ์กัน อารมณ์ และพฤติกรรมของคนเรานั้น มีอิทธิพลมาจากความคิด ถ้านักศึกษามีความคิด ความเชื่อที่ไม่มีเหตุผลเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ ก็ทำให้นักศึกษามีอารมณ์ และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมตามมา ในทางตรงข้าม นักศึกษาที่มีความคิด ความเชื่อที่มีเหตุผล ก็จะทำให้มีอารมณ์ และพฤติกรรมที่เหมาะสม โดยโปรแกรม ครั้งที่ 3 ครั้งที่ 5 ครั้งที่ 6 และครั้งที่ 9 ฝึกให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับตัวเอง รู้ความต้องการของตนเอง รู้ความสามารถของตัวเอง มีความมุ่งมั่น มีความเป็นอิสระ ไม่รู้สึกกดดัน ไม่ถูกควบคุม ซึ่งเป็นการส่งเสริมให้เกิดแรงจูงใจภายในด้านการเรียน การเรียนรู้เกี่ยวกับตัวเอง รู้ความต้องการของตน รู้ความสามารถของตัวเอง ซึ่งการรับรู้ความสามารถของตนเอง จะเป็นตัวกำหนดในเรื่องกระบวนการรู้คิด (Cognitive Process) ดังที่ วิลาสลักษณ์ ชิววลี (2542, หน้า 31) กล่าวว่า การรับรู้ความสามารถของตนเอง มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคลว่า บุคคลจะมีวิธีการกระทำอย่างไร มีความพยายามเพียงใด อดทนต่ออุปสรรคและความล้มเหลวได้มากน้อยเพียงใด มีแบบแผนการคิดที่จะขัดขวางหรือให้กำลังใจตนเอง มีความเครียดเพียงใดในการจัดการกับเหตุการณ์ที่ยากลำบาก เมื่อกลุ่มที่ได้รับการฝึกการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม จนรู้จัก

ความสามารถของตัวเองดี ก็เกิดความสุข สนุกสนาน ทำท่าย มองเห็นโอกาสที่จะไปสูเป้าหมาย ตรงนี้ก็จะเกิดกระบวนการจูงใจ (Motivation Process) ความสามารถที่จะจูงใจตัวเอง มีผลต่อสถานการณ์ โดยผ่านการควบคุมตนเองทางด้านความคิด เมื่อนักศึกษาได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ก็สามารถทำให้เกิดสิ่งที่กล่าวมาแล้วข้างต้นเป็นอย่างดี นอกจากนักศึกษาจะเรียนรู้ความต้องการ รู้ความสามารถในตนเองแล้วยังได้เกิดความสุข สนุกสนาน เพลิดเพลิน มีความมุ่งมั่น มีความเป็นอิสระ ไม่รู้สึกกดดัน ไม่ถูกควบคุมจากกระบวนการคิดอย่างมีเหตุผล จากโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม นี้ด้วย สิ่งเหล่านี้เป็นองค์ประกอบที่ส่งเสริมให้เกิดแรงจูงใจภายในด้านการเรียน ทั้งสิ้น สอดคล้องกับ ไวท์ (White, 1992) กล่าวว่า ความตั้งใจ การรับรู้ ความคิด การสื่อสาร ที่ร่วมกันส่งผลให้แสดงพฤติกรรมจัดการกับสิ่งแวดล้อมอย่างมีประสิทธิภาพด้วย ไวท์ เรียกว่า แรงจูงใจที่เกิดจากความสามารถแห่งตนเอง หรือแรงจูงใจใฝ่สามารถ ซึ่งจะชี้นำแบบพฤติกรรมของบุคคลอย่างมีทิศทาง ส่วนนักศึกษาในกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการฝึกคิด และชี้แนะในเรื่องของการคิดอย่างมีเหตุผลเกี่ยวกับ การรับรู้ตัวเอง ด้านความสามารถ ความต้องการ ความมุ่งมั่น ความทำท่าย และความมีอิสระ และไม่ได้มีประสบการณ์ในการคิดตามขั้นตอนการฝึกคิดแบบเอบีซีดีอี (ABCDE) ส่งผลให้ แรงจูงใจภายในด้านการเรียนต่ำกว่ากลุ่มที่ได้รับการฝึกการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม สอดคล้องกับงานวิจัยของ ราตรี พันธุมจินดา (2542, บทคัดย่อ) ที่พบว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ทำให้นักเรียนวัยรุ่นในเขตชายแดนไทย-กัมพูชา มีการพัฒนาสุขภาพจิตเพิ่มสูงขึ้นกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง และผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุวารี มงคลศิริ (2547, หน้า 79) ที่พบว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ทำให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีการตระหนักรู้ในตนเองเพิ่มขึ้น ในระยะหลังการทดลอง

สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม โปรแกรมครั้งที่ 3 ครั้งที่ 5 ครั้งที่ 6 และครั้งที่ 9 ทำให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง รู้ความต้องการของตนเอง รู้ความสามารถของตนเอง มีความเป็นอิสระ ไม่รู้สึกกดดัน ไม่ถูกควบคุม ซึ่งเป็นการส่งเสริมให้เกิดแรงจูงใจภายในด้านการเรียนเพิ่มมากขึ้น ในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

3. กลุ่มที่ได้รับการปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมมีแรงจูงใจภายในด้านการเรียนเพิ่มขึ้น ในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งเป็นไปตาม

สมมติฐานข้อที่ 3 ทั้งนี้เนื่องจาก ขั้นตอนในการทดลองนั้น กลุ่มที่ได้รับการฝึกโปรแกรม การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ได้เรียนรู้กระบวนการฝึกคิด อย่างมีเหตุผลด้วยตัวเองอย่างมีขั้นตอน และฝึกคิดในเรื่องความชอบ ความพึงพอใจ ความต้องการที่แปลกใหม่ ส่งผลให้มีความกระตือรือร้น อยากรู้ อยากเห็น สนใจ-เฟลิดเฟลิน ที่จะเรียนรู้ มีอิสระในการคิด และการกระทำ และพัฒนาทักษะในด้านความสามารถของตัวเอง ได้ดีขึ้น เมื่อนักศึกษาได้รับโปรแกรมให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และ พฤติกรรม ตลอดทั้งโปรแกรมแล้ว ได้เรียนรู้การฝึกคิดอย่างมีเหตุผล อย่างมีขั้นตอน จากความรู้สึก ที่ขาดความเชื่อมั่นในตัวเอง ขาดความกระตือรือร้น ซึ่งเป็นความคิดที่ไม่มีเหตุผล มาเป็นความคิด ที่มีเหตุผล โดยมีความมั่นใจในตัวเอง เห็นคุณค่าในตนเอง มีพฤติกรรมกระตือรือร้นในการเรียน สนใจการเรียน สนุกสนาน เฟลิดเฟลินในการศึกษาค้นคว้า นอกจากนี้ โปรแกรมนี้ยังทำให้นักศึกษาที่รู้สึกมีปมด้อย รู้สึกว่าตัวเองไม่มีคุณค่า โดยเอาตัวเองไปเปรียบเทียบกับผู้อื่น มีการปรับเปลี่ยนความคิดเดิมจากที่ไม่มีเหตุผล มาเป็นความคิดที่มีเหตุผล มีความรู้สึกพึงพอใจในสิ่งที่ นักศึกษาเป็นและในสิ่งที่ตนมีอยู่ ทำให้มีพฤติกรรมที่ส่งเสริมการเรียนอย่างเต็มที่ โดยการกระทำ สิ่งต่าง ๆ เต็มที่ ตามความอยากรู้ อยากเห็น อยากค้นหาสิ่งแปลกใหม่ตามเป้าหมายของตน นอกจากนี้ กลุ่มที่ได้รับการฝึกนี้ ยังเกิดความรู้สึกดี ๆ จากผลของการเปลี่ยนแปลงความคิด ที่ไม่มีเหตุผล มาเป็นความคิดที่มีเหตุผล เช่น ไม่ตำหนิ หรือลงโทษตนเองหรือผู้อื่น พยายามแก้ไข สิ่งผิดพลาด ยอมรับในสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น และไม่พยายามให้เกิดเหตุการณ์นั้นอีก มีความมั่นใจ และเชื่อมั่นในตัวเอง สามารถควบคุม และเผชิญกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ยอมรับวิธีการแก้ปัญหาหลาย ๆ วิธี มีอิสระในการคิด สามารถพัฒนาทักษะในด้านความสามารถ ของตัวเองได้ดีขึ้น แม้ระยะเวลาผ่านไป 2 สัปดาห์ โดยนักศึกษากลุ่มทดลองไม่ได้รับโปรแกรม การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ก็ยังสามารถนำกระบวนการ คิดอย่างมีเหตุผลมาใช้ได้ ซึ่งทำให้นักศึกษายังมีความต้องการที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตัวเอง เพื่อให้ บรรลุเป้าหมายในด้านการเรียน คือ ทำให้เกิดแรงจูงใจภายในด้านการเรียนนั่นเอง ส่วนนักศึกษากลุ่มควบคุม ไม่ได้เรียนรู้ และไม่ได้รับการฝึกกระบวนการคิดอย่างมีเหตุผล จึงไม่สามารถนำ กระบวนการคิดอย่างมีเหตุผลมาใช้พัฒนาทักษะต่าง ๆ ที่ส่งผลให้เพิ่มแรงจูงใจภายในด้าน การเรียนได้ จึงส่งผลให้นักศึกษากลุ่มควบคุม มีแรงจูงใจภายในด้านการเรียนไม่เพิ่มขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปราณี นัยประยูร (2544, หน้า 107) ที่พบว่า การให้คำปรึกษากลุ่ม ทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม และการใช้โปรแกรมการพัฒนาความคาดหวังใน ความสามารถของตนเองสามารถเพิ่มพฤติกรรมความรับผิดชอบในการเข้าชั้นเรียนของนักเรียนได้

และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุกัญญา มัทธนานันท์ (2544, บทคัดย่อ) ที่พบว่า เด็กวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์เด็กหญิง มีความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มสูงขึ้น สูงกว่ากลุ่มควบคุม และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ มณฑา อนุรัตน์ศรี (2546, หน้า 64) ที่พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง มีแรงจูงใจภายในเพิ่มขึ้นยาวนาน และต่อเนื่อง ในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม และยังสอดคล้องกับ เลพเพอร์ และกรีน (Lepper & Greene, 1975, pp. 478-486) ได้ศึกษาวิจัยพบว่า ในระยะติดตามผลเด็กกลุ่มที่ไม่คาดหวังรางวัล มีแรงจูงใจภายในมากกว่ากลุ่มที่คาดหวังรางวัล

สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม โปรแกรมครั้งที่ 4 ครั้งที่ 5 ครั้งที่ 6 ครั้งที่ 7 และครั้งที่ 8 ทำให้นักศึกษาเกิดความมั่นใจ และเชื่อมั่นในตัวเอง มีวิธีการแก้ปัญหาหลาย ๆ วิธี สามารถพัฒนาทักษะในด้านความสามารถของตัวเองได้ดีขึ้น ซึ่งส่งผลให้เกิดแรงจูงใจภายในด้านการเรียนเพิ่มมากขึ้น ในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม

4. กลุ่มที่ได้รับการฝึกโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีแรงจูงใจภายในด้านการเรียนเพิ่มขึ้น ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 ทั้งนี้เนื่องจาก โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น สามารถทำให้กลุ่มที่ได้รับการฝึกโปรแกรมนี้ ตลอดทั้งโปรแกรมได้รับการกระตุ้นจากภายในให้มีความต้องการ มีความมุ่งมั่นที่จะเรียน เพื่อบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ ที่เหมาะสมกับความสามารถของตนเอง โดยผู้วิจัยให้ความรู้เกี่ยวกับลักษณะความคิดที่มีเหตุผล และความคิดที่ไม่มีเหตุผล ที่มีผลต่ออารมณ์ และพฤติกรรม และได้ให้นักศึกษาทำแบบฝึกหัด ฝึกคิดอย่างมีเหตุผลตามรูปแบบเอบีซีดีอี (ABCDE) จนนักศึกษามีการเรียนรู้มีประสบการณ์ในการคิดอย่างมีเหตุผลมากขึ้น ส่งผลให้มีแรงจูงใจภายในด้านการเรียน เพิ่มขึ้นจากก่อนทดลอง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ มิลตัน (Milton, 1974, pp. 458-461) ซึ่งนักศึกษาที่เข้าร่วมการทดลองมีความเชื่อ และทัศนคติที่ดีต่อการเรียน ไม่มีแรงจูงใจในการเรียน และเมื่อนักศึกษากลุ่มดังกล่าวได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ผลปรากฏว่า นักศึกษาที่เข้าร่วมการทดลองมีความเชื่อ มีทัศนคติในการเรียน และมีแรงจูงใจในการเรียนสูงขึ้น และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปิยานุช เสือสีนวน (2545, หน้า 107) ที่พบว่า นักเรียนที่มาจากครอบครัวแตกแยกที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ เพื่อพัฒนาลักษณะการมุ่งอนาคตในระยะหลังการทดลองดีกว่าระยะก่อนการทดลอง และยังสอดคล้องกับ วันทนา ธีระพุทธิชัย (2544, บทคัดย่อ) ที่พบว่า นักเรียนเทคนิคในจังหวัดชลบุรี ที่ได้รับการฝึกโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล

และอารมณ์ มีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และสอดคล้องกับ ราตรี พันธุมจินดา (2542, บทคัดย่อ) ที่พบว่า นักเรียนวัยรุ่นในเขตชายแดนไทย-กัมพูชาที่ได้รับการฝึกโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ มีการพัฒนาสุขภาพจิตเพิ่มสูงขึ้น ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม โปรแกรมครั้งที่ 3 และครั้งที่ 9 ทำให้นักศึกษาเกิดการกระตุ้นจากภายในให้มีความต้องการ มีความมุ่งมั่นที่จะเรียน เพื่อบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ ที่เหมาะสมกับความสามารถของตนเอง ซึ่งส่งผลให้เกิดแรงจูงใจภายในด้านการเรียนเพิ่มมากขึ้น ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

5. กลุ่มที่ได้รับการฝึกโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีแรงจูงใจภายในด้านการเรียน ในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5 ทั้งนี้ เพราะการฝึกโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ตลอดทั้งโปรแกรมจะทำให้ นักศึกษาเกิดการเปลี่ยนแปลงความคิดภายในบุคคล โดยการให้ฝึกคิดวิเคราะห์ ความคิดของตนเองอย่างมีเหตุผลตามขั้นตอน นักศึกษาได้เกิดการเรียนรู้ และทำแบบฝึกคิด ซึ่งการฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเองนี้ เมื่อได้ฝึกคิดเป็นประจำจะเกิดทักษะการคิดอย่างมีระบบ มีขั้นตอน ทำให้นักศึกษาสามารถคิดวิเคราะห์หาทางแก้ไขสิ่งที่ทำให้เกิดปัญหาได้ และสามารถรักษารูปแบบความคิดที่มีเหตุผลให้คงทนได้โดยไม่ต้องมาปรับคำปรึกษาทุกครั้งที่มีปัญหา ดังคำกล่าวของบล็อก (Block, 1978, pp. 61-65) ที่กล่าวว่า ถึงแม้เงื่อนไขสภาพแวดล้อมจะเปลี่ยนไปจากเดิมแต่บุคคลนั้นมีความมั่นใจในรูปแบบการคิดของตนเองเพียงพอที่จะรับมือขอพบมากขึ้น โดยไม่ต้องฝึกจากผู้ให้คำปรึกษาทุกครั้งที่เกิดปัญหา สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุวาริ มงคลศิริ (2547, หน้า 79) ที่พบว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ทำให้นักเรียนมีการตระหนักรู้ในตนเองเพิ่มขึ้น ในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และยังคงสอดคล้องกับงานวิจัยของ ราตรี พันธุมจินดา (2542, บทคัดย่อ) ที่พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ มีการพัฒนาสุขภาพจิตเพิ่มสูงขึ้น ในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนทดลอง

สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ที่ได้รับการฝึกตลอดทั้งโปรแกรม ทำให้นักศึกษาสามารถคิดวิเคราะห์หาทางแก้ไขสิ่งที่ทำให้เกิดปัญหาได้ และสามารถรักษารูปแบบความคิดที่มีเหตุผลได้อย่างคงทน ซึ่งส่งผลให้เกิดแรงจูงใจภายในด้านการเรียนเพิ่มมากขึ้น ในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

แสดงให้เห็นว่า ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม สามารถสร้างแรงจูงใจภายในด้านการเรียนเพิ่มสูงขึ้น และแรงจูงใจภายในด้านการเรียนที่เปลี่ยนแปลงสูงขึ้นนั้นมีความคงทน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

จากผลการวิจัยพบว่า โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ช่วยให้นักศึกษา ชั้นปีที่ 2 ปีการศึกษา 2547 มหาวิทยาลัยเอเชียอาคเนย์ มีแรงจูงใจภายในด้านการเรียนเพิ่มขึ้นจริง ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ผู้ที่เกี่ยวข้องกับนิสิต นักศึกษา ที่มีความรู้เรื่องการให้คำปรึกษา ควรนำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมนี้ไปใช้กับนิสิต นักศึกษา ในสถานศึกษา ระดับปริญญาตรี เพื่อเพิ่มแรงจูงใจภายในด้านการเรียน ตามความเหมาะสม ถ้าเป็นนักเรียนในระดับมัธยมศึกษา อาจจะต้องมีการปรับเปลี่ยนแบบฝึกคิดให้เหมาะสมกับระดับและสถานการณ์
2. ครูแนะแนว และผู้ที่ทำหน้าที่ในการช่วยเหลือเด็กที่มีปัญหาด้านแรงจูงใจในการเรียนต่ำที่สามารถทำการให้คำปรึกษา (Counseling) ได้ นำโปรแกรมนี้ไปปรับใช้ได้อย่างเหมาะสม
3. ควรมีการเผยแพร่ผลของการวิจัยนี้ให้ผู้เกี่ยวข้องในวงการศึกษาได้ทราบ และจัดดำเนินการอบรมบุคคลเหล่านั้นให้มีความรู้ในเรื่องการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม เพื่อจะได้มีการนำโปรแกรมไปใช้ได้อย่างถูกต้อง และเหมาะสม

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาถึงผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ของนักศึกษาในระดับชั้นอื่น ๆ ที่มีแรงจูงใจภายในด้านการเรียนต่ำให้มีแรงจูงใจภายในด้านการเรียนเพิ่มสูงขึ้น
2. ควรมีการนำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ไปทำการประยุกต์ และใช้วิจัยกับประชากรกลุ่มอื่น ๆ เช่น พนักงานบริษัท เจ้าหน้าที่ของรัฐ และพนักงานรัฐวิสาหกิจ เพื่อให้เกิดความเข้าใจในความคิดที่มีเหตุผล และไม่มีเหตุผล โดยปรับตัวแปรตาม จากแรงจูงใจภายในด้านการเรียน เป็นแรงจูงใจภายในด้านการทำงาน