

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ที่มีต่อความรับผิดชอบ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบางปะกง “บวรวิทยายน” จังหวัดฉะเชิงเทรา จำนวน 190 คน ตอบแบบสอบถามความรับผิดชอบ คัดเลือกนักเรียนที่ได้คะแนนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 มาสุ่มอย่างง่าย 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน เครื่องมือที่ใช้มี 2 ชนิด คือ (1) แบบวัดความรับผิดชอบ แบ่งเป็น 2 ด้าน คือ ความรับผิดชอบต่อตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคม หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามตามวิธีการครอนบาค (Cronbach) เท่ากับ 0.88 (2) โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ที่มีจำนวนทั้งสิ้น 12 ครั้ง การทดลองแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผล

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

จากการวิเคราะห์ข้อมูลได้ผลดังนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีความรับผิดชอบในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีความรับผิดชอบในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีความรับผิดชอบหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีความรับผิดชอบระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
6. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีความรับผิดชอบระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

ในการวิจัยครั้งนี้อภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐาน ดังนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง ส่งผลต่อการเสริมสร้างพฤติกรรมความรับผิดชอบของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กล่าวคือ ในระยะก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีคะแนนเฉลี่ยความรับผิดชอบใกล้เคียงกัน แต่เมื่อเวลาผ่านไปจะพบได้ว่า ในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีคะแนนเฉลี่ยความรับผิดชอบแตกต่างกัน โดยกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรับผิดชอบสูงกว่ากลุ่มควบคุม ดังผลการวิเคราะห์ข้อมูลในบทที่ 4 ตารางที่ 4 ภาพที่ 3 หน้า 64-65 ที่ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลซึ่งได้ชี้ให้เห็นถึงความแตกต่างที่ชัดเจนยิ่งขึ้น แสดงว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ซึ่งมุ่งเน้นให้บุคคลเกิดความตระหนักถึงความคิด ความเชื่อ ได้รู้จักสำรวจตนเอง ต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นอันเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดพฤติกรรมความรับผิดชอบที่ไม่สมเหตุสมผลของตนเอง ชี้ให้เห็นถึงปัญหาและสาเหตุ ช่วยส่งเสริมให้เกิดความเข้าใจ รู้จักว่าอะไรผิด อะไรถูก อะไรควร อะไรไม่ควร และหาเหตุผลมาโต้แย้งความคิดความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผลในตนเอง ให้สมเหตุสมผลมากยิ่งขึ้น ตลอดจนสามารถวางแผน แก้ปัญหา ให้มีแบบแผนขั้นตอน อันจะนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เกิดขึ้นกับนักเรียนเพื่อที่จะเสริมสร้างพฤติกรรมในด้านความรับผิดชอบได้อย่างถูกต้อง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของจำรัส แพรพันธ์ (2548, บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาผลการใช้เทคนิคแม่แบบที่มีต่อความรับผิดชอบต่อตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พบว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของคุรุรัตน์ จันลา (2542, บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาพบว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเหตุผล อารมณ์ ที่มีต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและความวิตกกังวล ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนประถมศึกษาธรรมศาสตร์ มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง ทำให้นักเรียนในกลุ่มทดลองมีความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมมีความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนและความวิตกกังวลไม่แตกต่างกันทั้งก่อนและหลังการทดลอง

จึงสรุปได้ว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีการเปลี่ยนแปลงความคิดความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผลในตนเอง ให้เป็นความคิดความเชื่อที่สมเหตุสมผล สามารถที่จะกล้ายอมรับ และพร้อมที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเองได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม ทำให้เด็กมีความรับผิดชอบเพิ่มมากยิ่งขึ้น ดังจะเห็นได้จากคะแนนเฉลี่ย

ความรับผิดชอบของ กลุ่มทดลองทั้งในระยะหลังการทดลองและในระยะติดตามผลที่เพิ่มสูงขึ้นกว่า กลุ่มควบคุม ซึ่งแสดงให้เห็นว่า วิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง ส่งผลร่วมกันต่อความ รับผิดชอบ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมสูงขึ้นในระยะหลังการทดลอง และเมื่อถึงช่วงเวลาแล้ว ความรับผิดชอบ ในระยะติดตามผล ยังคงสูงขึ้นเช่นเดียวกับระยะหลังการทดลอง ส่วนในกลุ่มควบคุม มีคะแนน ความรับผิดชอบต่ำกว่ากลุ่มทดลองในระยะ หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

2. ความรับผิดชอบของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณา เหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีความรับผิดชอบสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง ทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และ พฤติกรรม ได้ฝึกตามโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจำนวน 12 ครั้ง โดยจัดสัปดาห์ละ 2 ครั้ง เป็น ระยะเวลา 6 สัปดาห์ ซึ่งผู้วิจัยได้มุ่งให้สมาชิกในกลุ่มได้ฝึกตามกระบวนการให้คำปรึกษาโดยเริ่ม จาก ครั้งที่ 1-2 ให้สมาชิกได้รู้จักกันมากยิ่งขึ้นเพื่อให้การดำเนินกิจกรรมภายในกลุ่มทุกคนกล้าที่จะ เปิดเผย และยอมรับ รวมถึงเข้าใจกติกาของการอยู่ร่วมกันภายในกลุ่ม ทั้งนี้การให้คำปรึกษา ตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มุ่งเน้นแนวคิดที่ว่า ความเชื่อหรือความคิดที่ไม่ สมเหตุสมผลเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหาทางอารมณ์ และพฤติกรรม เมื่อบุคคลสามารถเปลี่ยน ความเชื่อหรือความคิดได้อย่างมีเหตุผล จะเป็นผลให้บุคคลมีอารมณ์และพฤติกรรม ที่เหมาะสม ยิ่งขึ้น ดังนั้นถ้าบุคคลปรับเปลี่ยนใดลักษณะหนึ่งให้เปลี่ยนไปก็จะทำให้ลักษณะอื่นเปลี่ยนแปลง ไปได้ด้วย (อำพัน พันสม, 2535, หน้า 33)

จากผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมครั้งที่ 3-4 ผู้วิจัยได้ให้สมาชิกได้สำรวจตนเองในด้านพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับด้านความรับผิดชอบที่เกิด ขึ้นกับตนเองในชีวิตประจำวัน ของสมาชิกในกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนได้แลกเปลี่ยนและ มองเห็นถึงความรับผิดชอบเพิ่มมากยิ่งขึ้นในด้านที่เกี่ยวกับตนเอง หลังจากนั้นครั้งที่ 5-6 ผู้วิจัย พยายามที่จะให้สมาชิกได้สำรวจตนเองอีกครั้งในด้านความรับผิดชอบ ซึ่งแบ่งความรับผิดชอบเป็น 2 ด้าน คือ ด้านที่ 1. ความรับผิดชอบต่อตนเอง ประกอบไปด้วย ความรับผิดชอบด้านการรักษา สุขภาพอนามัย, ความรับผิดชอบต่อการศึกษาเล่าเรียน, ความรับผิดชอบด้านการงาน และความ รับผิดชอบต่อครอบครัว ส่วนในด้านที่ 2 คือ ความรับผิดชอบต่อสังคม ประกอบไปด้วย ความรับผิดชอบต่อบิดามารดาและครอบครัว, ความรับผิดชอบต่อโรงเรียน ครู และเพื่อน และ ความรับผิดชอบต่อหน้าที่พลเมือง ซึ่งสาเหตุปัญหาเหล่านี้เป็นปัญหาที่ควรที่จะเสริมสร้างให้

นักเรียนได้รู้จักถึงบทบาทหน้าที่ของตนเองเพิ่มมากยิ่งขึ้น และพร้อมที่จะกล้าเปลี่ยนแปลงตนเอง ต่อความคิดความเชื่อที่ไม่สมเหตุผลให้สมเหตุผลมากขึ้น นอกจากนี้การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ในครั้งที่ 11 – 12 ซึ่งเป็นครั้งสุดท้ายนั้น ผู้วิจัยได้เปิดโอกาสให้นักเรียนในกลุ่มทดลองได้รู้จักการวางแผนสำหรับการจัดการบทบาทหน้าที่ของตนเอง เพื่อให้สมาชิกสามารถที่จะปฏิบัติภาระหน้าที่ความรับผิดชอบต่อไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งเอลลิส และฮาร์เปอร์ (Ellis & Harper, 1961) ระบุว่า “ด้วยวิธีการที่จับใจ และการนำทางของวิธีการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาที่เหนื่อยมากที่สุดสามารถดำเนินการกับชีวิตของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ และท้ายที่สุดผู้รับคำปรึกษาจะสามารถประเมินตนเอง และคิดใหม่เพื่อจัดความคิดที่ไม่มีเหตุผลออกไปได้โดยไม่ต้องพึ่งผู้ให้คำปรึกษาอีก”

จะเห็นได้ว่าในส่วนของกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ก็จะไม่ได้รับในส่วนของการฝึกตามทฤษฎีการคำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ทำให้เห็นถึงความแตกต่างของทั้งสองกลุ่มนี้ ซึ่งทำให้คะแนนเฉลี่ยความรับผิดชอบของกลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปราณีย์ นัยประยูร (2544, บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีพิจารณาเหตุผล และอารมณ์และการใช้โปรแกรมการพัฒนาความคาดหวังในความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมความรับผิดชอบในการเข้าชั้นเรียนของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 พบว่า การให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ และการใช้โปรแกรมการพัฒนาความคาดหวังในความสามารถของตนเองสามารถเพิ่มพฤติกรรมความรับผิดชอบในการเข้าชั้นเรียนของนักเรียนได้ในระยะหลังการทดลองดีกว่ากลุ่มที่ฝึกด้วยกิจกรรมตามปกติ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของวันทนา ธีระพุทธิชัย (2544, บทคัดย่อ) ที่พบว่า การใช้โปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ และการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์สามารถทำให้นักเรียนเทคนิคในจังหวัดชลบุรีมีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าในระยะก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปได้ว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตารางที่ 6 หน้า 67 ซึ่งแสดงถึงผลของการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะหลังการทดลอง พบว่าในระยะหลังการทดลองค่าคะแนนเฉลี่ยความรับผิดชอบของกลุ่มทดลองสูงขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง แสดงให้เห็นว่าเมื่อนักเรียนกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม

นักเรียนสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ทำให้เกิดความขัดแย้งทางความคิด อันจะนำไปสู่การพัฒนาความคิดความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผลให้เป็นความคิดความเชื่อที่สมเหตุสมผลมากยิ่งขึ้น นักเรียนสามารถที่จะจัดการและวางแผนกระบวนการด้านความคิดในด้านการแสดงออกถึงพฤติกรรม หรือการกระทำได้อย่างดี และมีประสิทธิภาพ

3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีคะแนนเฉลี่ยความรับผิดชอบในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3

ทั้งนี้เนื่องจากการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมมุ่งเน้นให้บุคคลได้ตระหนักถึงอารมณ์พื้นฐานของมนุษย์ สอนให้รู้จักการครุ่นคิดแบบถูกต้อง เห็นคุณค่าของตนเอง เพื่อไม่ก่อให้เกิดปัญหาด้านอารมณ์ ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์รักมีความสุข การกระตือรือร้น ความอยากรู้อยากเห็น คับข้องใจ ไม่มีความสุข ขุ่นเคือง ความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นคนไร้ค่า ซึ่งอารมณ์เหล่านี้จะนำไปสู่อารมณ์ทางลบ เป็นสิ่งที่ไม่ดีมีประโยชน์ แต่สามารถจัดให้หมดไปได้ ด้วยการรับรู้และหาความคิดที่สมเหตุสมผลขึ้นมาแทน อีกทั้งยังจะเป็นแรงผลักดันให้บุคคลเกิดความพยายามต่อสู้ เพื่อให้สภาพการณ์เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ถูกต้อง เหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับอาภา จันทรสกุล (2535, หน้า 250) กล่าวว่า วิชา ทัศนคติการให้คำปรึกษาพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีความเชื่อว่า มนุษย์มีเอกลักษณ์ของตนเอง มีความสามารถที่จะเข้าใจ ขอบเขตความสามารถของตน โดยการคิดหาเหตุผลที่ถูกต้องตามความสามารถ ความคิด และภาวะทางอารมณ์ นอกจากนี้พงษ์พันธ์ พงษ์โสภ (2543, หน้า 77 – 78) ได้ยืนยันถึงธรรมชาติของมนุษย์ว่าโดยทั่วไปมนุษย์เป็นผู้ที่มีเหตุผลแต่บางครั้งก็ไร้เหตุผล เมื่อไรก็ตามที่มนุษย์ใช้เหตุผลเขาจะเป็นคนที่สามารถทำอะไรต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพและเป็นคนที่มีความสุข แต่มนุษย์มักจะยอมให้อารมณ์อยู่เหนือเหตุผลจนก่อให้เกิดเป็นความยุ่งยากขึ้น จึงจำเป็นต้องอาศัยผู้ที่มีประสบการณ์มาช่วยชี้แนะให้บุคคลนั้นมองเห็นถึงความคิดที่ไร้เหตุผลของเขา และจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ก็คือการหาทางช่วยผู้รับคำปรึกษาให้เกิดการเปลี่ยนแปลงวิธีการคิดที่ไร้เหตุผล และความเชื่อที่ผิด ๆ ให้มีวิธีการคิดอย่างถูกต้อง พยายามกำจัดความรู้สึกรับคำปรึกษาที่ว่าตนเองเป็นผู้แพ้และให้หันมาเผชิญกับปัญหาที่แท้จริง โดยช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ทราบถึงทัศนคติเกี่ยวกับชีวิตที่สมเหตุสมผลมากขึ้น ต่อจากนั้นจึงค่อยผลักดันให้ผู้รับคำปรึกษาแก้ไขปัญหาให้ตรงจุดโดยใช้สติปัญญา นอกจากนี้งานวิจัยของประดิษฐ์ เอกทัศน์ (2527, บทคัดย่อ) ที่ศึกษาผลการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ ที่มีต่อพฤติกรรมไม่เอาใจใส่ในการเรียนในชั้นเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นพบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์สามารถลดพฤติกรรมไม่เอาใจใส่ในการเรียนในชั้นเรียนในระยะ

ติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม

สรุปได้ว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตารางที่ 7 หน้า 68 ซึ่งแสดงถึงผลของการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะติดตามผล พบว่าคะแนนเฉลี่ยความรับผิดชอบของกลุ่มทดลองในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม แสดงให้เห็นว่าเมื่อเวลาผ่านไปหลังสิ้นสุดการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองสามารถที่จะพัฒนาความรับผิดชอบในตนเองให้มีวิธีการคิดที่ถูกต้อง สามารถจัดความคิด ความเชื่อที่ไม่มีประโยชน์ ความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลออกไปได้อย่างถูกต้อง ทำให้เกิดการยอมรับตนเอง รู้จักคุณค่าในตนเองอย่างยั่งยืน

4. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีความรับผิดชอบ ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4

จากการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมตามขั้นตอนของกระบวนการที่ผู้วิจัยให้คำปรึกษา ครั้งที่ 7-8 จะพบว่ามุ่งเน้นที่จะให้นักเรียนได้เข้าใจถึงหลักการของลักษณะความคิดความเชื่อที่ไม่มีเหตุผล 11 ลักษณะของเอลลิส (Ellis) กล่าวคือถ้านักเรียนมีความคิดความเชื่อที่ไม่มีเหตุผลจะทำให้เกิดอารมณ์ และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมตามมา เช่น อารมณ์เสียใจ หงุดหงิด ฉุนเฉียว ขาดความเป็นตัวของตัวเอง คับข้องใจ รำคาญ ไม่มีความสุข ไม่กล้าตัดสินใจ สูญเสียความเชื่อมั่น อารมณ์ขุ่นเคือง ซึ่งอารมณ์เหล่านี้จัดเป็นอารมณ์ในด้านลบ อยู่ในประเภทที่ไม่เหมาะสม และเป็นสิ่งที่ไม่ดีประโยชน์ มักจะเกิดขึ้นภายในตัวบุคคล ในทางกลับกันถ้านักเรียนรู้จักคิดวิเคราะห์ความคิดความเชื่อที่ไม่มีเหตุผลตามลักษณะของเอลลิสได้ก็จะสามารถทำให้ปัญหาต่าง ๆ หดไปได้ และสามารถเข้าใจในชีวิตที่ถูกต้องมากขึ้นซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของปียานุช เสือสีนวล (2545, หน้า 105) ที่พบว่านักเรียนที่มาจากครอบครัวแตกแยกที่ได้รับการฝึกตามกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมในระยะหลังการทดลองดีกว่าในระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของวัลลชี เกียรติสิริกุล (2535, บทคัดย่อ) ได้เปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และรายบุคคลที่มีต่อการลดพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนปัทมชัยนิรมิต จังหวัดนครราชสีมา โดยใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ พบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีพฤติกรรม การสูบบุหรี่น้อยกว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลในระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญ และมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในระยะหลังการทดลองน้อยกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

สรุปได้ว่า นักเรียนที่ได้เข้าร่วมการทดลองเมื่อได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในด้านการฝึกคิดวิเคราะห์ต่อปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในด้านความรับผิดชอบของตนเอง ส่งผลให้กลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลองสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง

5. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีความรับผิดชอบ ในระยะหลังติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5

ทั้งนี้เพราะนักเรียนได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ผู้วิจัยได้เปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิด แลกเปลี่ยนประสบการณ์ รู้จักรับฟังความคิด มีความตั้งใจจริง มีความมุ่งมั่นที่จะทำการใด ๆ ด้วยตนเอง กล้าที่จะยอมรับตนเองจากผลของการกระทำ สามารถพิจารณาสิ่งต่าง ๆ อย่างรอบคอบที่เต็มไปด้วยวิจรณญาณ กล้าที่จะอยู่กับโลกความเป็นจริงยอมรับข้อเท็จจริงว่ามนุษย์ทุกคนไม่สามารถประสบความสำเร็จในทุก ๆ สิ่งที่ตนเองต้องการได้ และไม่สามารถหลีกเลี่ยงทุก ๆ สิ่งที่ดีไม่พึงพอใจได้ ช่วยให้ตระหนักว่า ทั้งตนเองและบุคคลอื่นมีข้อบกพร่อง หากแต่ว่าแต่ละคนจะใช้สติปัญญาในการคิด วิเคราะห์แก้ไขปัญหาและสถานการณ์อย่างไร ตลอดจนช่วยให้นักเรียนได้หาวิธีการแก้ไขปัญหาคิดคิดผิด ๆ ที่เป็นต้นเหตุทำให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่ดี ไม่เหมาะสมตามมา ที่เป็นต้นเหตุนั้นเสีย โดยนักเรียนจะต้องเข้าใจความคิด พิจารณาสิ่งต่าง ๆ และพร้อมที่จะเปลี่ยนความคิดใหม่ตามขั้นตอนจากที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม

จากผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ตามขั้นตอนในครั้งที่ 9 – 10 จะพบว่าได้มุ่งเน้นให้นักเรียนได้แสดงถึงความเข้าใจของกระบวนการตามหลักทฤษฎีของ REBT ตามรูปแบบของ (ABCDE) ซึ่งในขั้นตอนที่ 9 – 10 มุ่งเน้นในขั้น (D) จะช่วยให้นักเรียนได้ปรับเปลี่ยนความคิด ความเชื่อ และ ความรู้สึก โดยให้นักเรียนหยิบสาเหตุของความรับผิดชอบที่แยกออกไว้เป็น 2 ด้าน คือ ความรับผิดชอบต่อตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคม จากครั้งที่ 5 – 6 มาวิเคราะห์ให้เป็นความคิดที่มีเหตุผลยิ่งขึ้น เพื่อเป็นตัวช่วยในการเสริมสร้างและเป็นแรงผลักดันให้นักเรียนใช้สำหรับการแก้ปัญหาต่อไป

ดังนั้นจากผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม เราจะพบว่าแม้ว่าจะสิ้นสุดการฝึกกระบวนการขั้นตอนของการให้คำปรึกษา 12 ครั้ง ตามที่ผู้วิจัยดำเนินการ และเมื่อเวลาผ่านไป 4 สัปดาห์ นักเรียนในกลุ่มทดลองในระยะติดตามผลก็ยังคงมีคะแนนเฉลี่ยความรับผิดชอบสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างเห็นได้ชัด ดังจะแสดงให้เห็นในภาพที่ 1 หน้า 62 ที่ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ออกมาในรูปแบบแผนภูมิการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความ

รับผิดชอบ และจากการเปรียบเทียบด้วยวิธีการ แบบนิวแมนคูสต์ ตารางที่ 9 หน้า 70 ที่ชี้ให้เห็นว่า กลุ่มทดลองในระยะติดตามผลคะแนนเฉลี่ยความรับผิดชอบสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของวันทนา ธีระพุทธิชัย (2544, หน้า 104-111) ที่ได้ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์และการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนเทคนิคในจังหวัดชลบุรี โดยใช้นักเรียนเทคนิควิทยาลัยเทคนิคชลบุรี ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 2 ปีการศึกษา 2544 ผลการวิจัยพบว่าในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล โปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ และการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนเทคนิค ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 ให้สูงขึ้นได้ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ วงศ์จันทร์ ธนาวิชิตฤกษ์ (2543, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์กับเทคนิคแม่แบบ ที่มีต่อความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงการติดเชื้อเอชไอวี ของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรม จังหวัดสมุทรสาคร ผลการศึกษาพบว่า พนักงานโรงงานอุตสาหกรรมในกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มมีความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี ระยะหลังการทดลองและติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปได้ว่า นักเรียนที่ได้เข้าร่วมการทดลองเมื่อได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม สามารถที่จะวางแผนสำหรับการจัดการด้านความคิดที่สมเหตุสมผลให้สมเหตุสมผลได้ด้วยตนเอง แม้ว่าเวลาจะผ่านไปช่วงระยะหนึ่งแล้วก็ตาม คะแนนความรับผิดชอบของนักเรียนกลุ่มทดลองในระยะติดตามผลก็ยังคงสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง

6. ความรับผิดชอบ ของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 6

ทั้งนี้เพราะการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ในการพัฒนา และการเสริมสร้างพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบ เป็นสิ่งที่จำเป็นต้องมีการฝึกฝน และเสริมสร้างอยู่ตลอด ดังจะเห็นได้จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลของกลุ่มควมคูนนั้นพบว่าในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งความแตกต่างนี้พบว่า พฤติกรรมความรับผิดชอบของกลุ่มควมคูนในระยะติดตามผลนั้นลดลง และในกลุ่มควมคูนนั้นจะเห็นได้ว่า ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผล จากกราฟเส้น แสดงการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการให้คำปรึกษากับระยะเวลาของการทดลอง จะแสดงถึงความแตกต่างของกลุ่มควมคูนได้ชัดเจนถึงความแตกต่างที่เกิดขึ้น ในทางกลับกัน ในกลุ่มทดลองแม้ว่า

ระยะติดตามผลจะลดลงจากระยะหลังการทดลองก็ตาม แต่ยังคงสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และการลดลงในช่วงระยะติดตามผลของกลุ่มทดลองนั้น ยังคงสูงกว่า 3 ระยะการทดลองของกลุ่มควบคุม ซึ่งทำให้เห็นว่านักเรียนเมื่อได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีพฤติกรรมความรับผิดชอบเพิ่มขึ้นกว่าเดิมเมื่อเทียบกับกลุ่มที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีพฤติกรรม

ดังนั้นจากการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ที่มาพัฒนาให้เด็กเกิดความรับผิดชอบต่อที่ดีขึ้นนั้น พบว่าในระยะติดตามผลมีความแตกต่างในระยะหลังการทดลอง ซึ่งเป็นการแตกต่างที่เราควรจะช่วยกันเสริมสร้าง ฝึกทักษะ ให้กับนักเรียนต่อไป หลังจากได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม เพราะในปัจจุบันสภาพการณ์ต่าง ๆ รวมถึงสภาพแวดล้อมที่อยู่กับตัวนักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงไปอยู่ตลอดเวลา และเกิดขึ้นอยู่เป็นประจำทุกวัน หากไม่ได้รับการเสริมสร้าง การฝึกฝนหรือการปลูกฝังพฤติกรรมความรับผิดชอบในด้านต่าง ๆ ก็จะทำให้เด็กมีพฤติกรรมที่ลดลงได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของพินิจวิ จันทรพิชญ์ (2548, หน้า 97) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมต่อการปรับตัวของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นครั้งแรก ในกลุ่มทดลอง พบว่ามีการปรับตัวในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกัน

สรุปได้ว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม เป็นกระบวนการที่ปรับความคิดความเชื่อที่ไม่สมเหตุผลให้เป็นความคิดความเชื่อที่สมเหตุผลได้ ซึ่งถ้านักเรียนสามารถปรับความคิดที่สมเหตุผลได้ ก็จะก่อให้เกิดพฤติกรรมใหม่ ภายใต้กระบวนการกลุ่มที่ประกอบไปด้วยความไว้วางใจ การเข้าใจ การยอมรับพร้อมกัน กล้าที่จะเปิดเผยซึ่งกันและกัน พร้อมกับการเรียนรู้ถึงประสบการณ์จริงจากสมาชิก นำไปสู่กระบวนการคิดที่สมเหตุผล ทำให้สมาชิกเกิดการยอมรับตนเองไปในทางที่ดีขึ้น พร้อมกับการรู้จักวางแผนในการดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างถูกต้อง

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. จากการศึกษาวิจัยพบว่า การให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม สามารถพัฒนาและช่วยเสริมสร้างพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบต่อให้สูงขึ้นได้ แต่เมื่อถึงระยะเวลาของการทดลองไปช่วงระยะเวลาหนึ่งจะพบว่า (ระยะติดตามผล) ค่อย ๆ ลดลง ดังนั้นในการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม สำหรับบุคลากรหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องที่จะนำไปใช้กับนักเรียน หลังจากให้คำปรึกษาแล้วควรที่จะช่วยกันเสริมสร้างในพฤติกรรมด้าน

ความรับผิดชอบให้กับนักเรียนเพิ่มมากยิ่งขึ้น เพื่อพัฒนาให้นักเรียนได้รับลักษณะความคิด ความเชื่อหรือความรู้สึก ที่มีอิทธิพลต่อการกระทำ ให้เปลี่ยนไปเป็นความคิดความเชื่อที่มีเหตุผลได้อย่างถูกต้อง ส่งผลให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

2. ในปัจจุบันเราจะพบว่าพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบเป็นสิ่งสำคัญอย่างมากต่อการพัฒนานักเรียนให้พร้อมที่จะเติบโตเป็นคนที่มีความรับผิดชอบ ดังนั้นการนำเอาโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ไปใช้ถือเป็นส่วนหนึ่งที่จะทำให้เด็กนักเรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีได้ หากแต่ผู้ที่จะนำไปใช้ควรมีความรู้ เข้าใจถึงเทคนิค วิธีการ และกระบวนการให้ชัดเจน เพื่อให้การฝึกให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมได้ผลและก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงขึ้นในตัวเด็กนักเรียนเป็นประโยชน์สูงสุด

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

1. ควรนำโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ไปพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม ของนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
2. การทดลองใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ที่มีต่อความรับผิดชอบ ไปพัฒนาความรับผิดชอบกับนักเรียนในระดับอื่น เช่น นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ม.2 – ม.3 หรือนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย