

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research Design) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โดยมีจุดมุ่งหมายในการวิจัยเพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองและเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่ได้รับคำปรึกษาตามระยะเวลาและวิธีการที่แตกต่างกัน โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่มีคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 100 คน ทำการสุ่มอย่างง่าย (Random Assignment) จำนวน 16 คน ที่มีความสมัครใจเข้าร่วมการวิจัยแล้วทำการสุ่มอย่างง่าย (Random Assignment) เพื่อเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แบ่งเป็นกลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองได้แก่แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและโปรแกรมให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม สัปดาห์ละ 2 ครั้ง จำนวน 6 สัปดาห์ รวม 12 ครั้ง ครั้งละประมาณ 60-90 นาที ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการให้คำปรึกษาตามวิธีปกติของโรงเรียน ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ได้รับการประเมินโดยทำแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคต 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล จากนั้นนำข้อมูลมาวิเคราะห์ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated - measures Analysis of Variance: One between - subjects Variable and One within - subjects Variable) และเมื่อพบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยรายคู่ ทำการทดสอบความแตกต่างด้วยวิธีทดสอบรายคู่แบบนิวแมน - คูลส์ (Newman - Keul Method) ซึ่งการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งสมมติฐานไว้ดังนี้

สมมติฐานของการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองต่อลักษณะมุ่งอนาคต
2. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีลักษณะมุ่งอนาคตระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม
3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีลักษณะมุ่งอนาคตระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม

4. นักเรียนที่ได้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีลักษณะมุ่งอนาคต
ระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง

5. นักเรียนที่ได้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีลักษณะมุ่งอนาคต
ระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

สรุปผลการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองต่อลักษณะ
มุ่งอนาคตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นักเรียนที่ได้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีลักษณะมุ่งอนาคต
ระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. นักเรียนที่ได้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีลักษณะมุ่งอนาคต
ระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. นักเรียนที่ได้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีลักษณะมุ่งอนาคต
ระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. นักเรียนที่ได้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีลักษณะมุ่งอนาคต
ระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐาน ดังนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองต่อลักษณะ
มุ่งอนาคตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตาราง 5 และภาพที่ 4 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน
ข้อที่ 1 ที่ว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับช่วงเวลาของการทดลอง ทั้งนี้ผู้วิจัยได้แบ่ง
กลุ่มตัวอย่างเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง ซึ่งต้องเข้าร่วมกระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
ตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมและกลุ่มควบคุม โดยแบ่งระยะเวลาออกเป็น 3 ระยะ คือ
ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ซึ่งผลการทดลองพบว่า
ระยะก่อนการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม
และกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยลักษณะมุ่งอนาคตไม่แตกต่างกัน แต่ในระยะหลังการทดลองและ
ระยะติดตามผลคะแนนเฉลี่ยลักษณะมุ่งอนาคตของทั้งสองกลุ่มมีความแตกต่างกัน โดยนักเรียน
กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่ากลุ่มควบคุม เนื่องจากการวิจัยในครั้งนี้

นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม ได้รับการส่งเสริมให้รู้จักและเข้าใจตนเองในสภาวะปัจจุบัน เห็นคุณค่าในตนเอง เข้าใจชีวิต ค้นหาสิ่งที่มีคุณค่าและความหมายในชีวิต ตระหนักถึงศักยภาพของตนเอง โดยใช้เสรีภาพของตนเองในการเลือกแนวทางชีวิตและตั้งเป้าหมายในชีวิตของตนเองด้านการศึกษาและการประกอบอาชีพ รู้จักการวางแผนอนาคต ดำเนินชีวิตในปัจจุบันตามที่ตนเองเลือกโดยไม่ให้ความกลัวและความวิตกกังวลเป็นอุปสรรคจากการเลือกนั้น นอกจากนี้ยังทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีกำลังใจในดำรงชีวิตในปัจจุบันเพื่ออนาคตที่ดีในวันข้างหน้า รวมถึงช่วยให้สามารถพัฒนาความสามารถของเขาในหนทางของเขาเอง โดยเน้นกระบวนการเข้าถึงความสามารถที่ซ่อนอยู่ เป็นจุดมุ่งหมายหนึ่งของการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาวะนิยม คือ การที่ผู้ให้คำปรึกษาได้นึกถึงการมีความสามารถในการมีชีวิตอยู่และสำรวจหนทางที่จะพัฒนาตนเองต่อไปในทิศทางที่เป็นบวกมากขึ้น (Deurzen, 1998, p. 19) ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมนั้นไม่ได้รับประสบการณ์และแนวทางในการเพิ่มพูนคุณลักษณะมุ่งอนาคตอย่างมีแบบแผนและขั้นตอนที่ชัดเจนดังเช่นนักเรียนกลุ่มทดลอง จึงเป็นเหตุผลให้นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่ากลุ่มควบคุมทั้งในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล แสดงให้เห็นว่า วิธีการทดลองกับช่วงเวลาของการทดลองมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุอัญญา โทสกุล (2549) ที่ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีภาวะนิยมต่อคุณค่าแห่งตนของมารดาอกสมรสที่ตั้งครรภ์ไม่พึงปรารถนา ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของสิริภัก พูลโภคผล (2547) ที่ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแนวโตโกเทอร์ราปีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ป่วยติดเชื้อเอดส์ในคามิลเลียน โฮเซียมัล เซ็นเตอร์ ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับ อภิชาติ มุกคาม่วง (2551) ที่ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบอัตถิภาวะนิยมต่อการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนวัยรุ่นระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. นักเรียนที่ได้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีลักษณะมุ่งอนาคตระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 7 และภาพที่ 3 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 เนื่องจากนักเรียนกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม จำนวน 12 ครั้ง ซึ่งกระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเน้นสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา เน้นสัมพันธ์ภาพระหว่างสมาชิก

ในกลุ่ม ทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีโอกาสช่วยเหลือ สนับสนุนกันและกัน ได้ตระหนักในตนเอง เห็นคุณค่าในตนเองและค้นพบความหมายในชีวิต พร้อมทั้งกำหนดเป้าหมายในอนาคตได้ด้วยตนเอง ค้นพบแนวทางในการดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย สามารถปฏิบัติตนตามแนวทางทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมเพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตของตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ประทุม เป็นสุวรรณ (2545) ได้กล่าวไว้ว่า ถ้าสมาชิกในกลุ่มเกิดความรู้สึกปลอดภัย ได้รับความอบอุ่น ความไว้วางใจจากกลุ่ม สมาชิกได้เรียนรู้ ยอมรับความช่วยเหลือจากสมาชิกกลุ่ม ซึ่งทำให้เกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและนำไปสู่การเผชิญปัญหา ตลอดจนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปสู่พฤติกรรมที่พึงปรารถนา แนวคิดอีกประการหนึ่งคือ เมื่อสมาชิกกลุ่มมีโอกาสได้ทำกิจกรรมร่วมกัน นำไปสู่การพัฒนาการปรับตัวให้มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์และตามที่คอเรีย (Corey, 2005) กล่าวว่า กระบวนการให้คำปรึกษาเป็นกรส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษาได้สำรวจตนเอง มีความเข้าใจในตนเองยิ่งขึ้น โดยช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความเชื่อมั่นว่า ตัวเขาสามารถก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ด้วยความกล้า ความหวังและเต็มใจที่จะค้นหาความหมายของชีวิต ซึ่งนักเรียนกลุ่มทดลองนั้น มีการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตอย่างมีขั้นตอนที่เป็นระบบด้วย โปรแกรมกรให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ตามแนวทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมที่เน้นสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาและระหว่างสมาชิกด้วยกัน อีกทั้งยังเน้นการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนกลุ่มทดลองด้วย เป็นผลให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม จึงทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีลักษณะมุ่งอนาคตในระยะหลังการทดลองมากกว่ากลุ่มควบคุม สอดคล้องกับงานวิจัยของ ฉัตรฤดี กิจวิมลตระกูล (2545) ซึ่งศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมร่วมกับการฝึกหัดโยคะ ต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนแก่งวิทย์สดาวาร นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีภาวะซึมเศร้าในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับงานวิจัยของ สิริภักดิ์ พูลโภคผล (2547) ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแนวโลโกเทอราปีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ป่วยคิดเชื่อเฮดส์ ผลการวิจัยพบว่า ผู้คิดเชื่อเฮดส์เข้าร่วมการปรึกษากลุ่มแนวโลโกเทอราปีมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ อภิชาติ มุกดาม่วง (2551) ที่ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบอัตถิภาวะนิยมต่อการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนวัยรุ่นระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาวะนิยมมีการตระหนักรู้ในตนเองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. นักเรียนที่ได้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีลักษณะมุ่งอนาคตระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 8 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 เนื่องจากนักเรียนกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม สัปดาห์ละ 2 ครั้ง จำนวน 6 สัปดาห์ รวมจำนวน 12 ครั้ง ทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีโอกาสดำเนินชีวิตตนเอง ตระหนักในศักยภาพของตนเองและใช้เสรีภาพของตนเองในการเลือกแนวทางชีวิตและตั้งเป้าหมายในชีวิตของตนเอง ดำเนินชีวิตในปัจจุบันตามที่ตนเองเลือกและกำหนดไว้ เมื่อนักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วมกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มเสร็จสิ้นแล้วสามารถนำสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกลุ่มให้คำปรึกษาตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมาประยุกต์ใช้ต่อไปในชีวิตประจำวันได้ สอดคล้องกับ วัชรวิทย์ (2546) ที่กล่าวสรุปถึงการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมว่า เป็นการกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาแสวงหาความหมายในชีวิต มีกำลังใจ กล้าใช้ชีวิต และมีความรับผิดชอบต่อการกระทำของตน ตลอดจนมุ่งมั่นที่จะพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่จากการเข้ารับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมในครั้งที่ 6-7 เรื่องการค้นหาความหมาย โดยนักเรียนกลุ่มทดลองได้ค้นหาเป้าหมายและสิ่งที่สำคัญในชีวิตของตนเองได้ตระหนักถึงสิ่งที่ตนเองต้องการในอนาคตและในครั้งที่ 8-9 เรื่องเสรีภาพในการเลือกและรับผิดชอบ นักเรียนกลุ่มทดลองได้ตระหนักถึงการสร้างทางเลือกและการพิจารณาทางเลือกที่ตนเองต้องการ พร้อมทั้งรับผิดชอบต่อการตัดสินใจ รับผิดชอบต่อการกระทำและผลที่จะเกิดขึ้น สรุปผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมที่เกิดขึ้นกับนักเรียนกลุ่มทดลองคือ นักเรียนมีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจนมากขึ้น เรียนรู้ที่จะรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเองเลือกและตระหนักถึงผลที่จะเกิดขึ้นจากการเลือกนั้น ทำให้นักเรียนมีโอกาสวิเคราะห์และมองเห็นผลอันจะเกิดขึ้นจากทางเลือกนั้นมากขึ้น พร้อมทั้งหลีกเลี่ยงการกระทำอันจะส่งผลเสียแก่นาคตของตนเอง จึงส่งผลให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีลักษณะมุ่งอนาคตในระยะติดตามผลยังคงอยู่ในระดับสูง แม้ว่าจะไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแล้วก็ตาม ส่วนกลุ่มควบคุมนั้นไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมได้รับการดูแลด้วยวิธีการปกติจากทางโรงเรียน ทำให้ขาดโอกาสที่จะพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตอย่างมีระบบที่เป็นขั้นตอนทางจิตวิทยา จึงส่งผลให้นักเรียนกลุ่มควบคุมยังคงมีเป้าหมายในชีวิตที่ไม่ชัดเจน ปฏิบัติตนตามปกติ โดยจะเห็นได้ชัดว่าคะแนนเฉลี่ยลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนทั้ง 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามนั้นไม่พบความแตกต่างกัน ด้วยเหตุผลนี้ จึงทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีลักษณะมุ่งอนาคตระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม สอดคล้องกับงานวิจัยของ อนุสรณ์ พงษ์สวัสดิ์ (2544) ที่ศึกษาผลของกลุ่มโตโกเทอราปีที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนผู้ติดยาเสพติด พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนผู้ติดยาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มโตโกเทอราปีในระยะ

หลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม และสอดคล้องกับงานวิจัยของ อภิชาติ มุกคาม่วง (2551) ที่ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบอัตถิภาวะนิยมต่อการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียน วิทยาลัยประกาศนียบัตรวิชาชีพ ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบ อัตถิภาวะนิยมมีการตระหนักรู้ในตนเองมากกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีลักษณะมุ่งอนาคต ระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 9 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 เนื่องจากในระยะก่อนการทดลองนั้น นักเรียนกลุ่มทดลอง มีความเข้าใจและความต้องการของตนเอง การวางแผนอนาคต มีเป้าหมายในชีวิตที่ไม่ชัดเจน ยังตระหนักถึงพฤติกรรมของตนเองที่จะส่งผลเสียต่ออนาคตของตนเองได้น้อย ซึ่งใน การให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 3 นั้นพบว่า สมาชิกในกลุ่มนั้น ส่วนใหญ่ไม่สามารถระบุสิ่งที่ ตนเองมีความสามารถและความสนใจของตนเองได้ รวมทั้งมีเป้าหมายด้านการศึกษาและอาชีพ ที่ไม่ชัดเจน ซึ่งสมาชิกส่วนใหญ่จะตอบว่าไม่ทราบ ไม่รู้จะเรียนต่ออะไร ไม่รู้ว่าตนเองชอบอะไร เป็นต้น แต่ภายหลังกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมแล้วพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลอง มีเป้าหมายในชีวิต ที่ชัดเจนมากขึ้น สามารถวางแผนและกำหนดเป้าหมาย ด้านการศึกษา การประกอบอาชีพได้ด้วยตนเอง อีกทั้งนักเรียนกลุ่มทดลองยังได้รับประสบการณ์ จากสมาชิกกลุ่ม ได้ตระหนักในตนเอง ค้นพบเอกลักษณ์ของตนเองและรู้จักสร้างสัมพันธภาพ ที่มีความหมายกับบุคคลอื่น จึงเป็นผลให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงขึ้นกว่า ระยะก่อนการทดลอง สอดคล้องกับงานวิจัยของ โรเซน (Rosen, 1979) ที่ได้ศึกษาผลการเข้าร่วม โปรแกรมบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น หลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ พรจิตต์ ทองบัณฑิต (2546) ที่ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแนวโลกเทอราปีต่อการเพิ่มความเข้มแข็งในการมองโลก ของผู้ป่วยภายหลังพยายามฆ่าตัวตาย พบว่า ผู้ป่วยภายหลังพยายามฆ่าตัวตายที่ได้รับการให้คำปรึกษา แนวโลกเทอราปีมีคะแนนความเข้มแข็งในการมองโลกในระยะหลังการทดลองสูงกว่า ระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ อาดัม นีละไพจิตร (2548) ที่ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อ คุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขัง พบว่า ผู้ต้องขังที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม มีคะแนนคุณค่าแห่งตนระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 นอกจากนี้ในขั้นของการยุติการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองเกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกัน แสดงให้เห็นถึงการเป็นเพื่อนที่ดีต่อกัน

เป็นกำลังให้กันและกัน ช่วยเหลือกันมากขึ้น นอกจากนี้ นักเรียนกลุ่มทดลองยังเกิดความรู้สึก และเข้าใจตนเองมากขึ้นจากการได้การตระหนักในตนเอง ค้นหาความหมายและเป้าหมายในชีวิต จนสามารถตัดสินใจเลือกแนวทางการปฏิบัติตนเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่ตนเองเลือกได้อย่างมีกำลังใจ

5. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีลักษณะมุ่งอนาคต ระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 9 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5 เนื่องจากนักเรียนกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมแล้วเกิดความรู้สึกว่าชีวิตมีความหมาย มองเห็นความสำคัญของการกระทำของตนเองในขณะนี้ว่าจะส่งผลอย่างไรต่ออนาคต มีความกระตือรือร้นในการดำรงชีวิต มีกำลังใจระหว่างเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม เกิดการตระหนักและมองสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเป็นไปในทางบวกมากขึ้น ทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีลักษณะมุ่งอนาคตในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง แม้ว่าจะยุติการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไปแล้ว 2 สัปดาห์ก็ตาม แต่นักเรียนกลุ่มทดลองยังคงมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงอยู่ ซึ่งกระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม มีเป้าหมายในการช่วยบุคคลให้ค้นพบคุณค่าและความหมายในชีวิต กระทำสิ่งที่เป็นผลดีต่อตนเองและอนาคต ทั้งนี้ในขั้นตอนของกระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมยังเน้นสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิต อันได้แก่ เสรีภาพในการเลือกและการรับผิดชอบ ความวิตกกังวล การตระหนักถึงความหมายและคุณค่าของเวลา โดยนักเรียนกลุ่มทดลองสามารถนำสิ่งที่ได้จากกระบวนการกลุ่มไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันจากการเรียนรู้จากสถานการณ์ภายในกลุ่มและกำลังใจระหว่างสมาชิกกลุ่ม ซึ่งช่วยให้นักเรียนกลุ่มทดลองเกิดความหวังและรับรู้ความหมายในชีวิตของตนเอง สอดคล้องกับทีคอเรย์ (Corey, 2005) ได้กล่าวว่า การให้คำปรึกษาดำเนินตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาค้นพบแนวทางในการดำเนินชีวิต ที่มีเป้าหมายและคุณค่าสำหรับตนเองได้ชัดเจนขึ้น ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้นำสิ่งที่ตนเองเรียนรู้ไปใช้ในการดำเนินชีวิต และในที่สุดผู้รับคำปรึกษาจะรับรู้ว่ามีศักยภาพและความเข้มแข็งในตนเองที่จะดำเนินชีวิตอย่างมีจุดหมายมากขึ้น จึงเป็นผลให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีลักษณะมุ่งอนาคตในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง สอดคล้องกับงานวิจัยของ คุณฎี อุดมอิทธิพงศ์ (2546) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อความวิตกกังวลของสตรีวัยทอง ผลการศึกษาพบว่า สตรีวัยทองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีความวิตกกังวลลดลงต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล และ สอดคล้องกับงานวิจัยของ สรวณีย์ อันสะโก (2548) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมที่มีต่อความหวังของผู้พิการ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้พิการจากโรงเรียน อาชีวะพระมหาไถ่พิทยา ผลการวิจัยพบว่า ผู้พิการกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบ

กลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีความหวังในระยะหลังการทดลองและติดตามผลสูงกว่า
ระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากการวิจัยในครั้งนี้พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยลักษณะมุ่งอนาคต
ระยะติดตามผลสูงกว่าระยะหลังการทดลอง แสดงให้เห็นว่า ผลจากการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
ตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม ทั้ง 12 ครั้ง ทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองเกิดการเปลี่ยนแปลงตนเอง
ไปในทางที่ดีขึ้น สามารถประยุกต์ใช้แนวคิดทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมไปใช้ในการดำรงชีวิต รู้จักเลือก
ปฏิบัติตนให้เป็นไปตามเป้าหมายชีวิตด้านการศึกษาและการประกอบอาชีพที่ตนเองได้กำหนดไว้
นอกจากนี้ยังได้รับประสบการณ์และกำลังใจจากเพื่อนสมาชิกกลุ่ม นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษา
แบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมจึงเกิดกำลังใจและพลังในการพัฒนาตนเองและดำเนินชีวิต
ในปัจจุบัน โดยสามารถจัดการกับความกลัวและความวิตกกังวลใจที่เกิดขึ้นได้

สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมทำให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับ
การพัฒนาตนเองอย่างมีขั้นตอนตาม โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม
ทำให้นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมเกิดความตระหนักใน
ตนเอง รู้ว่าชีวิตมีคุณค่ามีความหมาย สามารถกำหนดเป้าหมายชีวิตให้กับตนเองได้อย่างเหมาะสม
ตามศักยภาพของตนเอง สามารถตัดสินใจเลือกและปฏิบัติตนตามแนวทางที่ตนเองเลือกได้ จึงเป็นผลให้
คะแนนเฉลี่ยลักษณะมุ่งอนาคตของกลุ่มทดลองสูงขึ้นทั้งในระยะหลังการทดลองและระยะติดตาม
ผล แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมสามารถพัฒนาลักษณะ
มุ่งอนาคตกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 ครูและบุคคลที่เกี่ยวข้องที่จะนำวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎี
อัตถิภาวะนิยมไปใช้กับนักเรียนเพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตนั้นจำเป็นต้องได้รับการฝึกอบรม
และพัฒนาทักษะด้านการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมให้มีความเข้าใจก่อน จึงสามารถ
นำไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่นักเรียนและโรงเรียนต่อไป

1.2 การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน ควรเน้น
สร้างสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกด้วยกันและระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับสมาชิก เพื่อให้เกิดบรรยากาศ
ในกลุ่มที่ดี เป็นมิตร ไว้วางใจซึ่งกันและกัน จะช่วยให้สมาชิกสามารถช่วยเหลือ ให้ข้อมูลและ
ข้อเสนอแนะแก่กันอย่างจริงใจ กล้าเปิดเผย เป็นส่วนช่วยให้สมาชิกสามารถพัฒนาตนเองได้
อย่างดี มีกำลังใจและสามารถพัฒนากลุ่มไปพร้อม ๆ กัน

1.3 ในการทดลองครั้งนี้พบว่า สมาชิกในกลุ่มสามารถพัฒนาตนเองและกลุ่มไปได้พร้อม ๆ กัน เนื่องจากสมาชิกที่มีความพร้อมในการเข้าร่วมกลุ่มและมีลักษณะหรือความสามารถที่ใกล้เคียงกันของสมาชิก จึงควรเลือกสมาชิกกลุ่มที่มีลักษณะดังกล่าว เพื่อให้สามารถพัฒนากลุ่มไปได้ด้วยดี

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

2.1 ควรศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อลักษณะมุ่งอนาคตเพื่อพัฒนานักเรียนในกลุ่มอื่น ๆ เช่น ระดับชั้นอื่น ๆ, กลุ่มนักเรียนที่ติดเกม, กลุ่มนักเรียนที่ทะเลาะวิวาท, กลุ่มนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ในการเรียนต่ำกว่า 2.00, กลุ่มนักเรียนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงอื่น ๆ เช่น กลุ่มนักเรียนที่มีปัญหาสัมพันธภาพหรือบุคคลที่มีความท้อแท้ในชีวิต เป็นต้น

2.2 ในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไปนั้นควรศึกษาผลการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมกับตัวแปรคือ ความวิตกกังวลใจในการเลือกศึกษาต่อ เป็นต้น เนื่องจากการวิจัยในครั้งนี้พบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมทุกคนมีความวิตกกังวลใจในด้านการศึกษาต่อเป็นอย่างมาก ซึ่งเกิดจากปัจจัยหลายทาง อันได้แก่ ปัจจัยทางครอบครัว, ฐานะทางเศรษฐกิจ, จำนวนรายวิชาที่ไม่ผ่านเกณฑ์การประเมินผล เป็นต้น