

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การศึกษาในครั้งนี้ เป็นการศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ และโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อคุณค่าแห่งตน ของหญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมทางด้านร่างกายและจิตใจ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และ โปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมต่อคุณค่าแห่งตนของหญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมทางด้านร่างกายและจิตใจ ระหว่างกลุ่มที่ได้รับการทดลองในระยะก่อนการทดลองกับระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ด้วยวิธีการวิจัยเชิงทดลอง กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ หญิงตั้งครรภ์ที่มารับบริการฝากครรภ์ที่โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา ที่มีอายุครรภ์ 24-30 สัปดาห์ มีค่าคะแนนการถูกทารุณกรรมทางด้านร่างกายมากกว่าหรือเท่ากับ 10 คะแนนและการทารุณกรรมทางด้านจิตใจ มากกว่าหรือเท่ากับ 25 คะแนน และมีคะแนนคุณค่าแห่งตนตั้งแต่ 50 คะแนนลงมา และสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย จำนวน 18 คน แล้วสุ่มอย่างง่าย (simple random sampling) เข้ากลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน โดยทำการเก็บข้อมูลตั้งแต่เริ่มวัดผลในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองจนกระทั่งถึงระยะติดตามผลเป็นระยะเวลาทั้งสิ้น 6 สัปดาห์ ซึ่งมีสมมติฐานในการวิจัยดังนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองต่อคุณค่าแห่งตน
2. หญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ และโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมและกลุ่มควบคุมมีคุณค่าแห่งตนภายหลังการทดลองแตกต่างกัน
3. หญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ และโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมและกลุ่มควบคุม มีคุณค่าแห่งตนระยะติดตามผลแตกต่างกัน
4. หญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ และโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม มีคุณค่าแห่งตนหลังการทดลอง แตกต่างกับก่อนการทดลอง

5. หญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ และโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม มีคุณค่าแห่งตนระยะติดตามผลแตกต่าง กับก่อนการทดลอง

สรุปผลการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาต่อคุณค่าแห่งตน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

2. หญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ และโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม และกลุ่มควบคุมมีคุณค่าแห่งตนภายหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

3. หญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ และโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมและกลุ่มควบคุม มีคุณค่าแห่งตนระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

4. หญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ และโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม มีคุณค่าแห่งตนหลังการทดลองแตกต่าง กับก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

5. หญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ และโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม มีคุณค่าแห่งตนระยะติดตามผลแตกต่าง กับก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

อภิปรายผล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐานดังนี้

1. จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองต่อคุณค่าแห่งตน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ ได้รับการฝึกและเรียนรู้ว่าความคิดที่ไม่มีเหตุผล ไม่เหมาะสมนั้นทำให้เกิดอารมณ์ความรู้สึกและพฤติกรรมไม่เหมาะสม และความคิด สามารถเปลี่ยนแปลงได้ด้วยตัวของบุคคลนั่นเอง ผู้ที่ได้รับการฝึกคิดวิเคราะห์ความคิดด้วยตนเอง จึงมีความคิดต่อเหตุการณ์ต่างๆ ในแง่มุมที่ต่างไปจากเดิม เกิดความคิดที่มีเหตุผลมากขึ้น ส่งผลให้เกิดอารมณ์และพฤติกรรมที่เหมาะสม และมีคุณค่าแห่งตนเพิ่มขึ้น และกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมได้รับประสบการณ์และแนวทางในการพิจารณาวิธีคิดได้รับการสนับสนุน ทั้งด้านพฤติกรรมที่

แสดงออกถึงความรัก ความห่วงใย การยกย่อง ความรู้สึกรักว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ซึ่งการสนับสนุนที่ได้รับนี้ ทำให้หญิงตั้งครรภ์ เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีค่าเป็นที่ยอมรับจากเพื่อนสมาชิก สามารถเผชิญและแก้ไขปัญหา แต่กลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วมในกิจกรรมใด ๆ เลย ทำให้ขาดแนวทางในการพัฒนาความคิด การตัดสินใจเมื่อเผชิญกับปัญหา ไม่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวและสังคม ดังเช่นกลุ่มทดลอง ดังนั้นกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม จึงมีคะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลเพิ่มขึ้น มากกว่ากลุ่มควบคุมซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ รัตนติกาล สุวรรณชัยโยมิต (2542, หน้า 109) ที่ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์กับการฝึกเทคนิคการหยุดความคิดเพื่อลดความวิตกกังวลในการฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จังหวัดพะเยา ผลการวิจัย พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชราพร สนิทภักดิ์ (2544, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการเห็นคุณค่าแห่งตนที่มีต่อคุณค่าแห่งตนและภาวะซึมเศร้าของเยาวชนหญิงที่กระทำผิดในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดนครสวรรค์ ผลการวิจัยพบว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ พิมพ์ดี จันทรโกศล (2544, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเองและความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ผลการวิจัยพบว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า วิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง คือ ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลนั้นส่งผลร่วมกัน

2. เปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ ผลการเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมกับกลุ่มควบคุม ต่อคุณค่าแห่งตนของหญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมทางด้านร่างกายและจิตใจ ในระยะหลังการทดลอง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า คะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนของหญิงตั้งครรภ์ กลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม กับกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งผู้วิจัยได้อภิปรายดังต่อไปนี้

2.1 หญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์มีคะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 เนื่องจากโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ เป็นการ

เปลี่ยนจากความคิดที่ไม่มีเหตุผล ไปสู่ความคิดที่มีเหตุผลได้ กล่าวคือ ได้เรียนรู้ว่าความคิดมีอิทธิพลต่อความรู้สึกและพฤติกรรมของคนเรา เมื่อพบว่ามีความคิดในทางที่ไม่ดี ไม่เหมาะสม ก็จะหาวิธีปรับเปลี่ยนความคิดเสียใหม่ ทำให้สามารถเปลี่ยนความคิดความเชื่อได้อย่างมีเหตุผล เป็นผลทำให้เกิดอารมณ์และพฤติกรรมที่เหมาะสม ทำให้บุคคลมองเห็นคุณค่าแห่งตน ความสามารถของตนเองตามความเป็นจริง รู้จักประเมินตนเองในด้านดี มีความเคารพนับถือตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง ได้ใช้ศักยภาพของตนเองได้อย่างเต็มที่ในการดำเนินชีวิต สามารถเผชิญปัญหาและอุปสรรคได้ด้วยความเชื่อมั่นและกล้าหาญ และมีความหวัง จึงทำให้มีคะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนสูงขึ้นในระยะหลังการทดลอง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ คูร์รัตน์ จันลา (2542, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเหตุผล-อารมณ์ ที่มีต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าแห่งตนเองและความวิตกกังวล ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 16 คน ที่มีคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนด โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 8 คน พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีความรู้สึกเห็นคุณค่าแห่งตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ เมคกิบบิน (Mekibbin, 1989, p. 189) ได้ศึกษาผลของการเข้ากลุ่มบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ ที่มีต่อการปรับตัวในด้านต่าง ๆ ในโรงเรียนสำหรับเด็กที่ด้อยความสามารถ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนจำนวน 12 คน ที่ด้อยความสามารถในการปรับตัวในเรื่องการเรียน การวางตัวในสังคม การไม่เห็นคุณค่าของตนเอง พบว่ากลุ่มทดลองที่ได้เข้ากลุ่มบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ มีความสามารถที่จะเรียน มีความจำ ความสามารถใช้ความคิดได้อย่างเหมาะสม มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้น มีพฤติกรรมการเรียนดีขึ้น และปฏิสัมพันธ์กับคนในสังคมได้ดีขึ้น

2.2 หญิงตั้งครรภ์ที่ถูกละเลยทางร่างกายและจิตใจที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม มีคะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนในระยะหลังการทดลองสูงกว่า กลุ่มควบคุม ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม เป็นกระบวนการที่ทำให้ได้รับการตอบสนองความต้องการจากการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลในกลุ่มสมาชิกได้รับความช่วยเหลือเหลือสนับสนุนในด้านพฤติกรรม ได้รับการยอมรับ เป็นที่รักสนใจ มีความผูกพันต่อกัน การได้รับกำลังใจ ร่วมแบ่งปันประสบการณ์ ร่วมกันเสนอแนะวิธีการป้องกันและแก้ไขปัญหามาจากเพื่อนสมาชิก การยอมรับและเข้าใจตนเอง ผู้กระทำทารุณกรรม ครอบครัวและสังคม ได้รับการสนับสนุนข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้อง การติดต่อสื่อสารในแง่บวก ซึ่งทั้งหมดเป็นความต้องการทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม การสนับสนุนทางสังคมที่ได้รับนั้น ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกว่าตนเองมีค่า เป็นที่ยอมรับจากบุคคลอื่น และเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ทำให้เกิดความสุข มองโลกในแง่ดีขึ้น และรู้จักจัดการกับอารมณ์ ซึ่งสามารถแก้ไขและควบคุมได้

ทำให้เกิดความรู้สึกที่ดี มีการพัฒนาคุณค่าแห่งตน มีกำลังใจในการพัฒนาตนเอง รู้สึกตนเองมีค่า และเป็นการส่งเสริมให้คุณค่าแห่งตนเพิ่มขึ้น ซึ่งสอดคล้อง กับงานวิจัยของพรณี รุ่นประดับ (2538, บทคัดย่อ) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกคุณค่าในตนเอง การสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดในหญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน 200 คน พบว่า หญิงตั้งครรภ์ที่มีภาวะเสี่ยงที่มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูง และมีการสนับสนุนทางสังคมที่ดี จะมีพฤติกรรมเผชิญความเครียดได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับงานวิจัยของจินตนา ตั้งวรพงศ์ชัย (2539, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาประสิทธิผลของแรงสนับสนุนทางสังคมต่อความวิตกกังวล ความซึมเศร้าของมารดาที่มีบุตรป่วยด้วยโรคมะเร็งเม็ดเลือดขาว โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คู่ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีความวิตกกังวลและความซึมเศร้า น้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จากเหตุผลดังกล่าว สรุปได้ว่าการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม สามารถส่งผลให้ความรู้สึกคุณค่าแห่งตนเพิ่มขึ้นในระยะ หลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

3. เปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ ผลการเข้าร่วม โปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม กับกลุ่มควบคุม ต่อคุณค่าแห่งตนของหญิงตั้งครรภ์ที่ถูก ทารุณกรรมทางด้านร่างกายและจิตใจ ในระยะติดตามผล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า คะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนของหญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรม ทางด้านร่างกายและจิตใจที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และกลุ่มที่ได้ รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม กับกลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัย สำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3

3.1 หญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและ อารมณ์ มีคะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนในระยะติดตามผล สูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งเป็นไปตาม สมมติฐานข้อที่ 3 ทั้งนี้เนื่องจากโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ สามารถทำให้เกิดทักษะความคิดความเชื่อที่มีเหตุผลและเป็นระบบ บุคคลสามารถพัฒนาความคิด จนเป็นลักษณะนิสัย มีอารมณ์ที่มั่นคง และสามารถรักษารูปแบบการคิดที่มีเหตุผลไปสู่ระยะ ติดตามผลได้ ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและอารมณ์ที่เหมาะสม และคงทน ดังคำกล่าว ของแพทเทอร์สัน (Patterson, 1980, p. 172) ที่ว่าการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ เน้นการคิดอย่างมีเหตุผล เพื่อขจัดปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรมของบุคคล โดยช่วยให้บุคคล สามารถรักษารูปแบบการคิด และการแสดงออกอย่างมีเหตุผลได้ในระยะยาว ดังนั้นการที่กลุ่ม ควบคุมไม่มีโอกาสเรียนรู้ จึงขาดความเข้าใจ ขาดความรู้ ไม่รู้วิธีแก้ไขความคิด อารมณ์ และ

พฤติกรรมที่อาจก่อให้เกิดปัญหาการทารุณกรรมซ้ำซากได้ จึงส่งผลให้ความรู้สึกคุณค่าแห่งตนต่ำกว่ากลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชนิตา อิงศวรรณ (2543, บทคัดย่อ) ที่ศึกษาเรื่องการเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล และอารมณ์กับการเสนอตัวแบบ ที่มีผลต่อการลดภาวะซึมเศร้า ด้านสัมพันธภาพในครอบครัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 แบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ 1. กลุ่มการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์, 2. กลุ่มการการเสนอตัวแบบ, และ 3. กลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 ราย ผลพบว่ากลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มมีภาวะซึมเศร้า ในระยะหลังทดลอง ลดลงต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นในระยะติดตามผล มีเพียงกลุ่มการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์เท่านั้น ที่มีภาวะซึมเศร้าลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.2 หญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม มีคะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานที่ 3 เนื่องจากโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมนั้น เป็นกระบวนการกลุ่มที่ช่วยให้บุคคลได้แสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็น ได้สำรวจตนเอง ถ้าที่จะเผชิญปัญหาและใช้ความคิดในการแก้ปัญหา หรือปรับปรุงตนเอง และรับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่น มีการสนับสนุนทางด้านอารมณ์ คือบรรยากาศในกลุ่มที่อบอุ่น การยอมรับ การไว้วางใจ ความเข้าใจ ช่วยให้ได้ เปิดเผยตนเอง ไม่เก็บกดหรือแสร้ง ได้สำรวจตัวเองรู้จักตนเอง เกิดการยอมรับตนเอง และไม่มุ่งหวังว่าตนเองจะดีเลิศไปหมดทุกด้าน มีการสนับสนุนทางด้านการประเมินเมื่อได้ทราบว่าผู้อื่นมีปัญหา มีความขัดแย้ง หรือมีความคิดเห็นเช่นเดียวกับตน จะช่วยให้เขาพูดถึงตนเอง การช่วยให้กำลังใจ ยกย่องชมเชย และให้การสนับสนุนในการจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ได้ มีการสนับสนุนทางด้านข้อมูลข่าวสาร ให้คำแนะนำ ทำให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองและนำสิ่งที่เรียนรู้จากกลุ่มไปปฏิบัติให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสมมากขึ้น เกิดการตระหนักว่าผู้อื่นก็ต้องเผชิญปัญหาและหาทางแก้ไขปัญหาเหมือนกัน มีการสนับสนุนทางด้านวิธีการและเครื่องมือที่ทำให้พึ่งพาตนเองเห็นความสามารถ เห็นประโยชน์และคุณค่าของตนเองในอารมณ์ความรู้สึกที่ถูกต้อง รู้จักชี้นำตนเอง ตัดสินใจโดยใช้สติปัญญา พัฒนาการแก้ปัญหาได้ดีกว่าเดิม มีการเปลี่ยนแปลงด้านการรับรู้ การควบคุม ความรู้สึกต่าง ๆ มีการแสดงพฤติกรรมที่ตรงกับความรู้สึกของตน มีการตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นมากขึ้น มีการรับรู้คุณค่าของตนเอง เกิดความรู้สึกว่าได้รับการยอมรับ ยกย่อง มีความเข้มแข็ง เป็นส่วนหนึ่งของสังคม ยอมรับความสามารถของตนเองที่มีอยู่จริง จนทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และอารมณ์ที่เหมาะสม กงทน และได้นำข้อคิดที่ได้ไปปฏิบัติ ในระยะติดตามผลด้วย ซึ่งผลของการศึกษานี้

สอดคล้องกับแนวความคิดของ ทาฟท์ (Taft, 1985) ที่กล่าวว่า ความประเมิน หรือตัดสินในคุณค่าแห่งตน เกิดได้จากการรับรู้คุณค่าของตนเองจากภายนอก ซึ่งเป็นการประเมินเจตนคติและการยอมรับของบุคคลอื่นที่มีต่อตนเอง ซึ่งความภาคภูมิใจนี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามบทบาททางสังคมและความสามารถในการเผชิญปัญหาของบุคคลนั้น ๆ และสอดคล้องกับแนวคิดของ โคเฮน และวิลลิส (Cohen & Wills, 1985, pp. 310-357) ที่กล่าวว่าผลดีของการสนับสนุนทางสังคมที่มีผลต่อร่างกายและจิตใจอยู่ 2 ประการ คือ 1. จะทำให้บุคคลมีประสบการณ์ที่ดี มีอารมณ์ที่มั่นคง จะส่งผลให้ระบบต่อมไร้ท่อ ระบบประสาทและระบบภูมิคุ้มกัน ไร้การทำงานดีขึ้น ส่งผลให้คนมีสุขภาพดี และช่วยส่งเสริมหน้าที่ ในการต่อสู้ปัญหาของแต่ละคนให้ดีขึ้นทำให้ปัญหาลดความรุนแรงลง 2. จะช่วยลดภาวะวิกฤติกล่าวคือ ความเครียดอันจะนำไปสู่ภาวะวิกฤตินั้นจะเกิดขึ้น เมื่อคนเรารู้สึกว่าไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ รู้สึกว่าตนเองด้อยคุณค่า ดังนั้นเมื่อบุคคลได้รับการช่วยเหลือ ยกย่อง จะทำให้เขามีกำลังใจที่จะเผชิญปัญหาได้ดีขึ้น และสอดคล้องกับงานวิจัยของ พรทิพย์ วงศ์วิเศษศิริกุล (2540, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล สัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส แรงสนับสนุนทางสังคม ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การปรับเปลี่ยนบทบาทเป็นมารดา กับอาการวิตกกังวลและซึมเศร้า ภายหลังคลอดในมารดาที่มีบุตรคนแรก ผลการวิจัยพบว่า สัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส แรงสนับสนุนทางสังคม ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การปรับเปลี่ยนบทบาทเป็นมารดา มีความสัมพันธ์ทางบวกซึ่งกันและกัน แต่มีความสัมพันธ์ทางลบกับอาการ วิตกกังวล และซึมเศร้าภายหลังคลอด และสอดคล้องกับงานวิจัยของ สิริณาด ศรีอำพร (2543, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การสนับสนุนทางสังคม ปัจจัยคัดสรรบางประการกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น ผลการศึกษาพบว่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดูแลตนเองอย่างมีนัยสำคัญ และพบว่าหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่นที่มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูง มีการสนับสนุนทางสังคมที่ดี จะมีพฤติกรรมการดูแลตนเองระหว่างตั้งครรภ์ที่ดี

จากเหตุผลดังกล่าว สรุปได้ว่าการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และการให้โปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมยังสามารถสามารถส่งผลให้คุณค่าแห่งตนเพิ่มขึ้น ในระยะหลังการทดลอง และยังคงอยู่ต่อไปได้ในระยะติดตามผล สูงกว่ากลุ่มควบคุม

4. เปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ ผลการเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม ต่อคุณค่าแห่งตนของหญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมทางด้รร่างกายและจิตใจ ในระยะหลังการทดลองแตกต่างกับก่อนการทดลอง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า คะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนของหญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมทางด้รร่างกายและจิตใจที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และกลุ่มที่ได้

รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมในระยะหลังการทดลอง แตกต่างกับก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4

4.1 หญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ มีคะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนของระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ทั้งนี้ เพราะการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ นั้นทำให้หญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลองได้ปรับเปลี่ยนความคิดให้มีเหตุผล เกิดการยอมรับตนเอง และผู้ที่กระทำทารุณกรรมมากขึ้นตามความเป็นจริง และได้นำกลับไปใช้ในชีวิตประจำวัน สามารถเผชิญปัญหาหรือเหตุการณ์ต่างๆ ได้ดีขึ้น มีการแก้ไขหรือป้องกันไม่ให้เกิดอารมณ์หรือพฤติกรรมที่จะนำไปสู่การทารุณกรรม ส่งผลให้การถูกทารุณกรรมลดลง มีความเข้าใจกันในรอบครัวมากขึ้น มีความรู้สึกมีความสุขภาคภูมิใจในตนเอง ทำให้คุณค่าแห่งตนเพิ่มขึ้น

ซึ่งเห็นได้จากการตอบแบบประเมินผลหลังการให้คำปรึกษา จากกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ของหญิงตั้งครรภ์ที่ร่วมการทดลอง พบว่า มีความรู้สึกดังนี้ “ความรู้สึกดีขึ้น ทำให้กล้าพูดกล้าคิด ในสิ่งที่ดีกว่าเดิม” “รู้สึกสบายใจ จิตใจ ที่มีคนรับฟัง รับรู้ปัญหา ทำให้รู้จักคิดในมุมมองอื่นๆ เข้าใจคนมากขึ้น ครอบครัวยุติ” “รู้สึกอบอุ่น สบายใจ ได้ระบายความในใจ รู้สึกดีขึ้น ใจเย็นลง ไม่หงุดหงิดง่ายเหมือนก่อน” “มีความรู้สึกดีขึ้นหลายอย่าง ผู้ให้คำปรึกษาใจเย็น ใจดี เข้าใจหนูดีมาก พูดแนะนำในสิ่งที่ดี ทำให้ครอบครัวยุติขึ้น เรื่องที่มีปัญหาก็ค่อยๆ ดีขึ้น” ส่วนประโยชน์ที่ได้รับ คือ “ได้ความรู้ ได้ปรับปรุงตัวเอง เริ่มคิดในสิ่งที่มีเหตุผลมากขึ้น ใจเย็นลง” “มีความคิดที่ดีขึ้น ปรับตัวและยอมรับคนอื่นได้ง่ายขึ้น พูดคุยด้วยเหตุผลมากขึ้น” “รู้สึกความคิดเปลี่ยนไปและรู้จักมองในหลายๆ ด้าน เข้าใจคนในครอบครัวมากขึ้น ปรับตัวกับคนอื่นและเข้าใจสามีมากขึ้น” “ที่เคยคิดว่าตัวเองไม่ดี มองอะไรๆ ดีขึ้นกว่าเดิมเมื่อก่อนไม่เคยมองตนเองดีเลย” “ความคิดเปลี่ยนไป เมื่อก่อนเคยท้อแท้ หดหู่ เคยบอกเลิกกับสามี เมื่อคุยแล้วรู้สึกเปลี่ยนความคิด มองไปด้านอื่นบ้าง มีเหตุผลมากขึ้น ได้ความรู้ ได้รับกำลังใจที่ดี สามีก็ดีขึ้น”

ผลของการศึกษานี้สอดคล้องกับทฤษฎีเอบีซีของเอลลิส (Ellis) ที่เชื่อว่าการที่บุคคลเกิดปัญหาทางอารมณ์และมีพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนไป มีสาเหตุมาจากบุคคลมีความเชื่อหรือความคิดที่ไม่มีเหตุผล ดังนั้นการช่วยให้บุคคลเปลี่ยนความคิดความเชื่อไปสู่ความคิดความเชื่อที่มีเหตุผลก็จะช่วยให้บุคคลมีอารมณ์และพฤติกรรมที่เหมาะสมได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ประภาส ณ พิบูล (2537, หน้า 72) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ ที่มีต่อทัศนคติต่อความเป็นหญิงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนดำรงราษฎร์-สงเคราะห์ จังหวัดเชียงราย ที่มีคะแนนทัศนคติต่อความเป็นหญิงต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 จำนวน 14 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองกลุ่มละ 7 คน กลุ่มทดลองมีการให้คำปรึกษาแบบพิจารณา

เหตุผลและอารมณ์ ผลการวิจัยพบว่าในระยะหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีทัศนคติต่อความเป็นหญิงดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ วันเพ็ญ อัสวศิลปกุล (2539, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ ต่อการเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตน ของบุคคลที่สูญเสียแขนขา ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนแบบวัดการรับรู้ความสามารถโดยทั่วไปของตน และแบบวัดความสามารถเฉพาะสูงกว่าก่อนเข้ากลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ น้ำทิพย์ เพ็ชรดี (2544, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และการให้คำปรึกษาในคลินิกนิรนามที่มีต่อการปรับตัวของหญิงตั้งครรภ์ที่ติดเชื้อเอชไอวี กลุ่มตัวอย่าง คือหญิงตั้งครรภ์ที่ติดเชื้อเอชไอวี ที่มีการปรับตัวอยู่ในระดับปานกลาง ถึงต่ำ จำนวน 12 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ กลุ่มที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษาในคลินิกนิรนาม กลุ่มละ 6 คน ผลการศึกษาพบว่า หญิงตั้งครรภ์ที่ติดเชื้อเอชไอวีที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ มีการปรับตัวดีกว่าการได้รับคำปรึกษาในคลินิกนิรนามของโรงพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญ และพบว่าการให้คำปรึกษาทั้ง 2 แบบ ทำให้หญิงตั้งครรภ์ที่ติดเชื้อเอชไอวีมีการปรับตัวดีกว่าก่อนได้รับการให้คำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.2 หญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลองที่ได้เข้ารับ โปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม พบว่าคะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนของในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 ทั้งนี้เพราะการเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม ส่งเสริมให้ตระหนักถึงการมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นไม่หนีการเข้าสังคม มีความเข้าใจตนเองและผู้อื่นมากขึ้น สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นไวต่อความรู้สึกของผู้อื่น พัฒนาทักษะในการสื่อความหมาย เช่น การตั้งคำถามหรือตอบคำถามที่ตรงเป้า นุ่มนวล และมีความรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเองที่มีผลกระทบต่อผู้อื่น และสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มีประสบการณ์ที่ดี มีอารมณ์ที่มั่นคง ดังนั้นหญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลองจึงมีคุณค่าแห่งตน ระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

ซึ่งเห็นได้จากการตอบแบบประเมินผลการเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมของหญิงตั้งครรภ์กลุ่มที่เข้าร่วมการทดลอง กล่าวว่า “รู้สึกดีขึ้นที่ได้ฟังคำแนะนำ และได้รู้จักพี่ๆ และเพื่อน ๆ” “รู้สึกอบอุ่น มีคนรับฟังปัญหาของเรา ได้แนวทางในการดำเนินชีวิต และปรับปรุงตัวเองให้ดีขึ้นมากกว่าเดิม” “มีพี่ ๆ น้อง ๆ ที่ให้ความคิด แลกเปลี่ยนความคิดในสิ่งที่ติ่มากมาย” “ได้ความรู้หลายอย่างที่ไม่ว่าสามารถนำไปแก้ไขตัวเองและครอบครัวให้มีความสุข” “รู้สึกประทับใจ เต็มใจ ดีใจ ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม” “ได้ระบายความรู้สึกเล็ก ๆ ที่ไม่เคยพูดให้ใครฟัง แต่พอเข้ากลุ่ม

ทำให้หุ่นเคย กล้าพูดความในใจออกมา ทำให้สบายใจ” “ทำให้มีกำลังใจ ทำให้รู้เรื่องต่าง ๆ จากเพื่อน ทำให้เอาจริงไปคิด สิ่งที่ถูกทำให้ทำตาม การพบกันทำให้ใกล้ชิด เข้าใจกัน มีอะไรก็ปรึกษากัน เวลาท้อแท้เพื่อนก็ให้กำลังใจ ทำให้ไม่ท้อ” และพบว่าได้ประโยชน์ดังนี้ “ได้ปรับปรุงตัวเองกับสามี ทำให้เข้าใจซึ่งกันและกัน กล้าพูดกับสามีมากขึ้น ได้คิดและรู้เรื่องราวของพวกพี่ ๆ มากขึ้น และได้นำประสบการณ์ไปปรับปรุงใช้กับตนเอง” “ได้แนวคิดใหม่ในการใช้ชีวิตครอบครัว การดำรงชีวิต ได้เพื่อนใหม่ ๆ” “ได้แลกเปลี่ยนความคิดกับผู้อื่น ได้รับความคิดของคนอื่น” “ได้รับรู้ว่าปัญหาของบางคนน้อย บางคนมากกว่าเรา เมื่อเข้ากลุ่มทำให้รู้ว่าปัญหาของเราเล็กน้อยได้ความรู้ที่มีประโยชน์ต่อตนเองและครอบครัวมาก” “เมื่อก่อนเคยคิดว่าไม่มีใครเข้าใจเรา สนใจเรา เมื่อเข้ากลุ่มรู้ว่ามีคนเข้าใจ สนใจเรา รู้สึกว่าเรามีค่ามากขึ้นไม่น้อยใจตนเอง” “ได้นำสิ่งที่เพื่อน ๆ แนะนำว่าควรแก้ปัญหาอย่างไรกับครอบครัวไปใช้ เอาความรู้ดีของแต่ละคนไปพูดกับแฟน จากที่เราเคยเป็นหนี้ เราได้อะไรหลายอย่างจากความคิดของเพื่อน ๆ แฟนเลิกเหล้า ทำให้หมดหนี้ได้” “มีเพื่อน ๆ ทำให้ไม่เศร้าหมอง ทำให้เราสนุก มีความสุข เพื่อน ๆ ช่วยให้กำลังใจ ช่วยสอนไม่ให้สิ้นหวัง ทำให้มีกำลังใจ”

ผลจากการศึกษาสอดคล้องกับแนวความคิดของเพนเดอร์ (Pander, 1987, p. 398) ที่กล่าวว่า ประโยชน์ของการสนับสนุนทางสังคมจะช่วยส่งเสริมการเจริญเติบโต โดยเพิ่มการมีคุณค่าในตนเองและทำให้บุคคลนั้นมีความสุข ลดเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดในชีวิตทำให้บุคคล มีส่วนร่วมและเป็นที่ต้องการของสังคม และสอดคล้องกับงานวิจัย ของเพียซซา และคณะ (Piazza & et al., 1991) ได้ศึกษาความหวัง การสนับสนุนทางสังคมกับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ป่วยที่ได้รับบาดเจ็บทางเส้นประสาทไขสันหลัง ผลการวิจัยพบว่าความหวัง การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง และสอดคล้องกับงานวิจัยของ คาริกา ธารบัวสวรรค์ (2540, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจใหญ่ตอนต้น ผลการศึกษาพบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึก มีคุณค่าแห่งตนเองอย่างมีนัยสำคัญ สอดคล้องกับการศึกษาของ รัชมี วิบูลย์กุล (2542, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมกลุ่มสนับสนุนต่อความหวังในบุคคลที่ติดเชื้อไวรัสเอดส์ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ติดเชื้อเอดส์ โรงพยาบาลอุดรธานี แบ่งเป็น กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 12 คน ผลการศึกษาพบว่าค่าคะแนนเฉลี่ยของความหวังของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากการวิจัยในครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษา แบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และการให้โปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม มีผลทำให้หญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลองเกิดการรับรู้ มีคะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนในระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง

5. เปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และผลการเข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม ต่อคุณค่าแห่งตนของหญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมทางร่างกายและจิตใจ ในระยะติดตามผลแตกต่างกับก่อนการทดลอง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า คะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนของหญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมทางร่างกายและจิตใจที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม ในระยะติดตามผล แตกต่างกับระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5

5.1 หญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ มีคะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตน ในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5 ทั้งนี้เพราะการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์มีผลต่อเนื่องต่อการเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อที่ไม่มีเหตุผลให้มีเหตุผลมากขึ้นตามความเป็นจริง ทำให้มีอารมณ์และพฤติกรรมที่เหมาะสม สามารถวิเคราะห์ควบคุม ป้องกันและแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเองและสามารถรักษารูปแบบความคิดที่มีเหตุผลให้คงทนได้ โดยไม่จำเป็นต้องมารับคำปรึกษาทุกครั้งที่เกิดปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของสุกัญญา มัทธนานันท์ (2543, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผลและอารมณ์กับกิจกรรมกลุ่ม ที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์เด็กหญิงจังหวัดสระบุรี กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กวัยรุ่นที่ตอบแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง พบว่ามีคะแนนความภาคภูมิใจต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 แบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ กลุ่มกิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน พบว่ากลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่ม มีความภาคภูมิใจในตนเองในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของปราณี นัยประยูร (2544, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และการใช้โปรแกรมการพัฒนาความคาดหวังในความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมความรับผิดชอบ ในการเข้าชั้นเรียนของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 แบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการโปรแกรมการพัฒนาความคาดหวังในความสามารถของตนเอง และกลุ่มที่ 3 คือ กลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน ผลการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่ม มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมความรับผิดชอบในการเข้าชั้นเรียนของนักเรียนในระยะหลังการทดลองและติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

นอกจากนี้ยังพบว่าหญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณา

เหตุผลและอารมณ์แล้ว มีคะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนในระยะหลังการทดลอง กับระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าหญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลองมีความมั่นใจในรูปแบบความคิดของตนเองอย่างเพียงพอที่จะรับผิดชอบตนเองได้มากขึ้น

5.2 หญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม พบว่าคะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนในระยะติดตามผล สูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5 ทั้งนี้เพราะโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมนั้น เป็นการสนับสนุนทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคมหรือวัสดุสิ่งของ ทำให้เกิดการยอมรับตนเอง ได้รับความรัก ความเอาใจใส่ การมีส่วนร่วมและเป็นที่ต้องการของสังคม การได้รับและแลกเปลี่ยนข้อมูลต่าง ๆ ที่เหมาะสม ทำให้เกิดการเรียนรู้ เกิดความเข้าใจ เกิดการคิดอย่างเป็นระบบ ทำให้สามารถเผชิญปัญหาและแก้ไขปัญหา เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีค่า ซึ่งผลของกิจกรรมของโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อเนื่องและคงทน โดยไม่จำเป็นต้องมาเข้าร่วมในกิจกรรมของโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมทุกครั้งที่เกิดปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อีวาน และคอนนิส (Evan & Connis, 1995, pp. 306-311) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการศึกษาแบบกลุ่มกระชับ ที่มีผลต่อภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับการรักษาโดยการฉายรังสี โดยแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือกลุ่มที่ 1 คือกลุ่มที่ใช้การบำบัดด้วยทฤษฎีการรู้คิด กลุ่มที่ 2 คือกลุ่มที่ใช้การสนับสนุนทางสังคม และกลุ่มที่ 3 คือ กลุ่มควบคุม แบ่งเป็น 3 ระยะ คือก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล จากการศึกษาสรุปได้ว่าวิธีการทดลองทั้ง 2 วิธี สามารถลดภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับการรักษาด้วยการฉายแสงในระยะหลังการทดลอง แต่ในระยะติดตามผล 6 เดือน พบว่ามีเพียงกลุ่มที่ทำการบำบัดแบบการสนับสนุนทางสังคมที่มีการลดภาวะซึมเศร้า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05

นอกจากนี้ยังพบว่าหญิงตั้งครรภ์กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม มีคะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนในระยะหลังการทดลอง กับระยะติดตามผลแตกต่างกัน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าหญิงตั้งครรภ์กลุ่มทดลองเกิดการเรียนรู้และยอมรับความรู้สึกรับรู้ของบุคคลตามความเป็นจริง ยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเผชิญและการแก้ไขปัญหา ได้เห็นแบบอย่างที่มีประสิทธิภาพในการเผชิญปัญหาทำให้เป็นการสนับสนุนให้กลุ่มทดลองได้ใช้ศักยภาพที่มีอยู่และเผชิญกับปัญหาด้วยความมั่นใจ และส่งเสริมให้เกิดกำลังใจที่จะสู้ต่อไป ทำให้การพัฒนาคุณค่าแห่งตนยังคงอยู่

จากการวิจัยในครั้งนี้จึงสรุปได้ว่าการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ ทำให้หญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมทางด้านร่างกายและจิตใจเกิดทักษะในการสำรวจความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมของตนเอง สามารถวิเคราะห์ความคิดที่มีเหตุผลและไม่มีเหตุผล และ

ปรับเปลี่ยนความคิดที่ไม่มีเหตุผลให้เป็นความคิดที่มีเหตุผลได้ และการใช้โปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม สามารถทำให้หญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมทางด้านร่างกายและจิตใจ เกิดความเข้าใจตนเองและผู้อื่นมากขึ้น มีการเปลี่ยนแปลงด้านการรับรู้ การควบคุมความรู้สึกต่าง ๆ มีการแสดงพฤติกรรมที่ตรงกับความรู้สึกของตน มีการตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นมากขึ้น จนทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและอารมณ์ที่เหมาะสม จึงพบว่าสามารถทำให้คะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนในระยะหลังการทดลองและติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 จากการศึกษาวิจัยพบว่า การให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และการใช้โปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม ทำให้หญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมทางด้านร่างกายและจิตใจสามารถทำให้คุณค่าแห่งตนสูงขึ้น ทั้งในระยะหลังการทดลองและติดตามผล ดังนั้น ผู้ให้คำปรึกษาหรือบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพ และหน่วยงานที่คุ้มครองและป้องกันด้านสิทธิสตรี ไม่ว่าภาครัฐหรือเอกชนควรได้รับการฝึกการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ หรือการใช้โปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม เพื่อจะนำไปช่วยเหลือหญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมทางด้านร่างกายและจิตใจ มีการพัฒนาคุณค่าแห่งตนให้สูงขึ้น ทำให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

1.2 จากการศึกษาวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยคุณค่าแห่งตนของหญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมทางด้านร่างกายและจิตใจที่ได้รับการฝึกการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ ในระยะติดตามผลเพิ่มสูงมากกว่ากลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม ดังนั้นการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ จึงเป็นวิธีที่น่าสนใจสำหรับผู้ให้คำปรึกษาหรือบุคลากรที่เกี่ยวข้อง ในการนำการให้คำปรึกษาเทคนิคนี้ไปใช้ในการให้คำปรึกษา เพื่อช่วยเหลือหญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมทางด้านร่างกายและจิตใจ ให้มีคุณค่าแห่งตนสูงขึ้น และพัฒนาให้เป็นมารดาที่ดีและมีคุณภาพต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาถึงผลการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อตัวแปรอื่น ๆ เช่น ความท้อแท้ ภาวะซึมเศร้า ความเครียด ด้านสัมพันธภาพ ความหวัง คุณภาพชีวิต ของหญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมทางด้านร่างกายและจิตใจ

2.2 ควรมีการศึกษาถึงผลการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคม เพื่อเพิ่มคุณค่าแห่งตนให้กับกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ ที่ประสบปัญหาใกล้เคียงกัน เช่น เด็กหรือผู้หญิงที่ถูกทารุณกรรมทางเพศ ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง หญิงตั้งครรภ์ที่ติดเชื้อเอชไอวี ฯลฯ

2.3 ควรมีการศึกษาถึงผลการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และโปรแกรมการสนับสนุนทางสังคมกับบุคคลที่กระทำทารุณกรรมเพื่อส่งเสริมคุณค่าแห่งตน ของหญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมทางด้านร่างกายและจิตใจ