

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

ตามสมมติฐาน ได้ดังนี้

1. มีความแตกต่างของวิธีการทดลอง (main effect) ระหว่างการได้รับฟังข้อมูลเชิงบวกที่ซ่อนในเสียงเพลงกับการฟังเพลงที่ปราศจากข้อมูล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งหมายความว่า วิธีการให้ข้อมูลเชิงบวกโดยซ่อนไว้ในเสียงเพลง หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า การส่งข้อมูลในระดับจิตใต้สำนึก (subliminal perception) มีอิทธิพลช่วยลดความก้าวร้าว เป็นไปตามสมมติฐานข้อ 1

2. ไม่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการและระยะเวลาในการทดลองไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อ 2

3. เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มเยาวชนที่ได้รับฟังข้อมูลเชิงบวกที่ซ่อนในเสียงเพลงกับกลุ่มเยาวชนที่ได้รับฟังเพลงที่ปราศจากข้อมูล ที่ระยะหลังการทดลอง ปรากฏว่า ความก้าวร้าวของกลุ่มเยาวชนที่ได้รับฟังข้อมูลเชิงบวกที่ซ่อนในเสียงเพลง มีคะแนนเฉลี่ยความก้าวร้าวลดลงต่ำกว่ากลุ่มเยาวชนที่ฟังเพลงปราศจากข้อมูลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) เป็นไปตามสมมติฐานข้อ 3

4. เมื่อเปรียบเทียบระหว่างเยาวชนที่ได้รับข้อมูลเชิงบวกที่ซ่อนในเสียงเพลงมีความก้าวร้าวในระยะติดตามผล ไม่แตกต่างจากกลุ่มเยาวชนที่ได้รับฟังเพลงที่ปราศจากข้อมูลไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อ 4

5. เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความก้าวร้าวของเยาวชนที่ได้รับฟังข้อมูลเชิงบวกที่ซ่อนในเสียงเพลงในระยะต่าง ๆ ของการทดลองปรากฏว่า

5.1 เยาวชนที่ได้รับฟังข้อมูลเชิงบวกที่ซ่อนในเสียงเพลง มีคะแนนเฉลี่ยความก้าวร้าวในระยะหลังการทดลอง ระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) เป็นไปตามสมมติฐานข้อ 5

5.2 เยาวชนที่ได้รับฟังข้อมูลเชิงบวกที่ซ่อนในเสียงเพลงมีคะแนนเฉลี่ยความก้าวร้าวในระยะติดตามผล ต่ำกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) เป็นไปตามสมมติฐานข้อ 6

5.3 เยาวชนที่ได้รับฟังข้อมูลเชิงบวกที่ซ่อนในเสียงเพลงมีคะแนนเฉลี่ยความก้าวร้าวในระยะหลังการทดลอง แตกต่างจากระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) เป็นไปตามสมมติฐานข้อ 7

นัยหนึ่งสรุปได้ว่า ผลการใช้ข้อมูลเชิงบวกต่อจิตใต้สำนึกมีผลต่อการลดความก้าวร้าวของเยาวชนที่สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน แต่ผลนั้นเกิดขึ้นเฉพาะในห้วงเวลาที่ได้รับการรับรู้นั้น ดังปรากฏว่าไม่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการกับระยะเวลาในการทดลอง และในระยะติดตามผล ก็พบเช่นกันว่า ความก้าวร้าวระหว่างกลุ่มนี้ได้รับข้อมูลเชิงบวกกับกลุ่มที่ไม่ได้รับข้อมูลเชิงบวกไม่ต่างกัน ให้ข้อสรุปว่า การใช้ข้อมูลเชิงบวกซ่อนไปในเสียงเพลง มีผลต่อการลดความก้าวร้าวของเยาวชนเฉพาะในเวลาที่ได้รับเท่านั้น กล่าวคือ วิธีการนี้ได้ผล แต่ต้องใช้ตลอดเวลา เมื่อใดที่ใช้ก็ได้ผล เมื่อใดที่หยุดผลก็จางไป เมื่อพิจารณาเฉพาะกลุ่มที่ได้รับข้อมูลเชิงบวก เปรียบเทียบความก้าวร้าวในระยะก่อนการทดลองกับระยะหลังการทดลอง และระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผล พบว่าความก้าวร้าวของกลุ่มนี้ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติให้ข้อสรุปว่า การใช้ข้อมูลเชิงบวกซ่อนในเสียงเพลง มีผลต่อการลดความก้าวร้าวของเยาวชนเฉพาะในเวลาที่ได้รับเท่านั้น กล่าวคือ วิธีการนี้ได้ผล แต่ต้องใช้ตลอดเวลา เมื่อใดที่ใช้ก็ได้ผล เมื่อใดที่หยุดผลก็จางไป

การอภิปรายผลการวิจัย

การทดลองครั้งนี้ได้ข้อค้นพบที่สำคัญอยู่ 2 ประการ คือ

1. การให้ข้อมูลเชิงบวกต่อจิตใต้สำนึกมีผลลดความก้าวร้าวของเยาวชนสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน
2. กลุ่มที่ได้รับข้อมูลเชิงบวก มีความก้าวร้าวลดลง และเมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผลจะยังอยู่แม้ในระยะเวลาติดตามผลอีก 4 สัปดาห์ถัดมา กล่าวคือ การให้ข้อมูลเชิงบวกต่อจิตใต้สำนึกมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมในระยะเวลาด้าน เมื่อใดที่ให้ข้อมูลก็มีอิทธิพล แต่เมื่อหยุดให้อิทธิพลก็ค่อย ๆ จางหมดไป

ดังเช่น สตาร์ค (Stark, 1999) จาก Internet ได้อธิบายไว้ว่า การเพียงแต่ได้รับรู้สิ่งร้ายของจิตใต้สำนึก มีหลักฐานจากงานวิจัยยืนยันว่า ทำให้ต่อมอารมณ์ (amygdala) ตื่นตัวขึ้นโดยบุคคลนั้นไม่รู้ตัว สอดคล้องกับข้อเขียนที่ปรากฏในหนังสือพิมพ์ลอสแอนเจลิส (Los Angeles Time page 2 of 3) ว่าข้อมูลที่เรารับรู้โดยไม่รู้ตัวมีผลต่ออารมณ์ของเรา มันเปลี่ยนวิธีที่เราประเมินคนอื่น เปลี่ยนเจตคติเดิมต่อปฏิสัมพันธ์กับคนเดิมไปในทางบวก เยาวชนที่สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ก็เช่นกัน กิจกรรมของการทดลองทำให้มีปฏิสัมพันธ์กับคนอื่นนอกจากที่

มีอยู่จำเจ ย่อมทำให้เกิดความรู้สึกแปลกใหม่ ตื่นเต้น พอใจ ดังที่เยาวชนบางคนบอกว่า ดีกว่าอยู่เปล่า ๆ เมื่ออารมณ์ เจตคติเปลี่ยนไปทางด้านบวก ความก้าวร้าวจึงลดลง

ผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า การให้ข้อมูลเชิงบวกต่อจิตใต้สำนึกก็มีผลต่อพฤติกรรม

สอดคล้องกับงานวิจัยของหลายนักวิชาการดังกล่าวมาแล้วในบทที่ 2 สตาร์ค (Stark, 1999) เล่าถึงการทดลองของเฮนลีย์และคิกซ์สัน (Henley & Dixon) ที่ซ่อนข้อมูลในดนตรี ปรากฏว่ากลุ่มทดลองรายงานการจำข้อมูลได้มากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญ ต่อมาเมื่อผู้ทดลองในลักษณะเดียวกันนี้ อีก ได้ซื้อค้นพบเพิ่มเติมว่า แม้กลุ่มที่ได้รับข้อมูลที่ซ่อนไว้จะรายงานสาระได้มากกว่ากลุ่มควบคุม ก็จริงอยู่ แต่เมื่อเอาไปให้คนทั่วไปที่ไม่รู้จักดนตรีที่ใช้ ปรากฏว่าไม่พบความแตกต่าง สตาร์ค สรุปว่า ประเภทของดนตรีน่าจะมีผลต่อการรับรู้ด้วยจิตใต้สำนึก

นอกจากนี้ ยังมีการผลิตเทปที่สื่อกับจิตใต้สำนึกให้แก่แต่ละบุคคลใช้พัฒนาตนเอง เช่น คลายเครียดด้วยตนเอง ลดน้ำหนักด้วยตนเอง พัฒนาความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองด้วยตนเอง ฯลฯ สตาร์ค (Stark, 1999) เล่าถึงการศึกษาเทปเหล่านี้ว่า จำนวนมากที่ไม่ได้ผล ส่วนที่มีอิทธิพลคือ เทปที่ตรงกับความคาดหวังของผู้ใช้ เช่น คาดหวังว่า จะลดน้ำหนักได้จริง และได้ผลในหมู่ของผู้ที่เชื่อว่า การรับรู้ด้วยจิตใต้สำนึกมีอยู่จริง สตาร์คจึงสรุปว่า การทดลองที่ออกแบบอย่างรอบคอบ หลาย ๆ การทดลองแสดงผลยืนยันว่า มนุษย์มีการรับข้อมูลไม่รู้ตัว (รับด้วยจิตใต้สำนึก) จริง มีหลักฐานการทดลองว่า การรับข้อมูล การเรียนรู้ด้วยจิตใต้สำนึกและการมีปฏิกิริยาตอบสนองอัตโนมัติเป็นปกติของชีวิตประจำวันของมนุษย์ ไม่ได้มีข้อจำกัดว่ามีผลเฉพาะสภาพการณ์หรือเงื่อนไขลักษณะใด

การทดลองครั้งนี้จึงเป็นอีกการทดลองหนึ่งที่แสดงให้เห็นว่า การรับรู้ด้วยจิตใต้สำนึกมีอยู่จริง และมีอิทธิพลช่วยลดความก้าวร้าวของกลุ่มตัวอย่างได้แต่ผลนั้นคงอยู่เป็นระยะเวลานาน ซึ่งสอดคล้องกับข้อสรุปของสตาร์ค (Stark, 1999) ที่กล่าวว่า การทดลองเกี่ยวกับผลของการรับรู้โดยไม่รู้ตัว (sublimation) มักไม่หนักแน่นและทำกันเป็นระยะเวลานาน ๆ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะมุ่งวัดอิทธิพลที่มีต่อจิตใต้สำนึกเท่านั้น

อย่างไรก็ตาม ผลการทดลองก็ออกมาสอดคล้องกับงานวิจัยที่มีผู้ทำมาแล้ว กล่าวคือ การให้ข้อมูลเชิงบวกต่อจิตใต้สำนึกก็มีผลต่อพฤติกรรม แต่ผลนั้นคงอยู่ในระยะสั้น สรุปได้ว่าการใช้ข้อมูลเชิงบวกที่ซ่อนในเสียงเพลงสามารถลดความก้าวร้าวในเยาวชนที่ถูกควบคุมในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน เช่นเดียวกับการทดลองของประกอบ ผู้วิบูลย์ (2539) ที่ได้ทำการทดลองกับอาสาสมัคร จำนวน 64 คน เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ผลปรากฏว่ากลุ่มที่ได้รับฟังเพลงที่ซ่อนข้อมูลเชิงบวกเกี่ยวกับการคลายเครียด มีความรู้สึกผ่อนคลายจิตใจเข้มแข็ง เชื่อมมั่นในตนเอง

รู้สึกำรง และชีวิตมีความสุขขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ พรสวรรค์ ชารารธรรมรัตน์ (2543) ก็ได้ นำวิธีการเดียวกันนี้ ไปใช้ในการเพิ่มความหวังในผู้ป่วยมะเร็งปากมดลูกที่ได้รับรังสีรักษา จำนวน 40 คน หลังจากการทดลองผ่านพ้นไป 4 สัปดาห์ ผลปรากฏว่าผู้ป่วยที่ได้ฟังข้อมูลเชิงบวกที่ซ่อน ในเสียงเพลงมีความหวังเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในต่างประเทศได้มีการใช้และผลิตเทปที่ ซ่อนข้อความเชิงบวกในการพัฒนาตนเอง (subliminal self-help tape) กันอย่างกว้างขวาง โดยมี การวิจัยพบว่าวิธีการนี้สามารถลดอาการซึมเศร้า (Thronton & Silverman, 1987) ลดปริมาณการใช้ เมทาโดน (methadone) ในคนไข้ยาเสพติดและยังมีอิทธิพลต่อการกระตุ้นแรงจูงใจในระดับจิตใต้-สำนึกต่อความทรงจำในระยะสั้นได้อีกด้วย (Chakalis & Lowe, 1992) แต่วิธีการดังกล่าว ควรทำ อย่างต่อเนื่อง เพราะในระยะติดตามผลปรากฏว่าคะแนนเฉลี่ยความก้าวร้าวของกลุ่มเยาวชนที่ได้ รับฟังข้อมูลเชิงบวกที่ซ่อนในเสียงเพลงค่อย ๆ เพิ่มขึ้น จึงเห็นได้ว่าวิธีการดังกล่าว สามารถลด ความก้าวร้าวลง เมื่อนำออกมาใช้และอิทธิพลก็จะหมดไปหลังการเลิกใช้ ดังนั้นวิธีการนี้สามารถ นำมาใช้ได้โดยไม่มีข้อจำกัดในเรื่องของระยะเวลา สะดวก สามารถปรับใช้ได้ตามสถานที่ต่าง ๆ และเสียค่าใช้จ่ายไม่มากนัก ซึ่งเหมาะกับการใช้ในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ของทางสถานพินิจ และคุ้มครองเด็กและเยาวชน

ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ดังนี้

1. จากการวิจัยพบว่า ข้อมูลเชิงบวกที่ซ่อนในเสียงเพลงสามารถลดความก้าวร้าวของ เยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนได้ ดังนั้นควรจะนำวิธีการดังกล่าวไปทดลองใช้ ในสถานพินิจในจังหวัดอื่น เพื่อลดความก้าวร้าวและการทะเลาะเบาะแว้งของเยาวชน
2. จากการวิจัยยังพบอีกว่า การให้ข้อมูลเชิงบวกที่ซ่อนในเสียงเพลง ควรให้อย่างต่อ เนื่อง โดยไม่จำกัดระยะเวลา เพื่อให้ความก้าวร้าวลดลงจนถึงระดับปกติ
3. ควรมีกิจกรรมส่งเสริมและกล่อมเกลานิยัย ควบคู่กับการใช้ข้อมูลเชิงบวกที่ซ่อนใน เสียงเพลงเพื่อให้เยาวชนเข้าใจและสามารถควบคุมความก้าวร้าวได้ด้วยตนเอง

ข้อเสนอแนะด้านการวิจัย

1. ควรมีการวิจัยในลักษณะเดียวกันนี้ โดยเพิ่มระยะเวลาในการทดลองให้มากขึ้น เพื่อ ประเมินประสิทธิภาพของวิธีการทดลองนี้ ในการลดความก้าวร้าวของเยาวชนในสถานพินิจและ คุ้มครองเด็กและเยาวชน

2. ควรมีการวิจัยเกี่ยวกับการใช้กิจกรรมอื่นที่สามารถใช้ควบคู่กับการใช้ข้อมูลเชิงบวกที่ซ่อนในเสียงเพลง เพื่อลดความก้าวร้าวในเยาวชน
3. ในการออกแบบวิจัย ควรนำความแตกต่างของแต่ละบุคคลมาพิจารณาประกอบ
4. ควรมีการวิจัยเปรียบเทียบระหว่างผู้ที่เชื่อและไม่เชื่อการรับรู้ด้วยจิตใต้สำนึก

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University