

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การศึกษานี้โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบผลการรับรู้ความสามารถของตนเอง ด้านการทำงานของพนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ กลุ่มการใช้กิจกรรมกระจำง่านคำนิย และกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล รวมทั้งเปรียบเทียบการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานแต่ละกลุ่มในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลซึ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นพนักงานบริษัทเอส อาร์ ซี วู้ด ซิฟ จำกัด

สมมติฐานในการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง
2. พนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ พนักงานกลุ่มที่ได้รับกิจกรรมกระจำง่านคำนิยและกลุ่มควบคุมมีการรับรู้ความสามารถของตนเอง ด้านการทำงานแตกต่างกันในระยะหลังการทดลอง
3. พนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ พนักงานกลุ่มที่ได้รับกิจกรรมกระจำง่านคำนิยและกลุ่มควบคุมมีการรับรู้ความสามารถของตนเอง ด้านการทำงานแตกต่างกันในระยะติดตามผล
4. พนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ มีการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง
5. พนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ มีการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง
6. พนักงานกลุ่มที่ได้รับกิจกรรมกระจำง่านคำนิยมีการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง
7. พนักงานกลุ่มที่ได้รับกิจกรรมกระจำง่านคำนิยมีการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

สรุปผลการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05
2. พนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ พนักงานกลุ่มที่ได้รับกิจกรรมกระจำงค่านิยมและกลุ่มควบคุมมีการรับรู้ความสามารถของตนเอง ด้านการทำงานในระยะหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. พนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ พนักงานกลุ่มที่ได้รับกิจกรรมกระจำงค่านิยมและกลุ่มควบคุมมีการรับรู้ความสามารถของตนเอง ด้านการทำงานในระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. พนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ มีการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. พนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ มีการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
6. พนักงานกลุ่มที่ได้รับกิจกรรมกระจำงค่านิยมมีการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
8. พนักงานกลุ่มที่ได้รับกิจกรรมกระจำงค่านิยมมีการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐานดังนี้

1. การทดสอบปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองพบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 กล่าวคือระยะก่อนการทดลอง พนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ พนักงานกลุ่มการใช้กิจกรรมกระจำงค่านิยมและกลุ่มควบคุม มีคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานใกล้เคียงกันแต่ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลได้ผลที่แตกต่างกันออกไป คือ พนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์และพนักงานกลุ่มการใช้กิจกรรมกระจำงค่านิยมมีการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานสูงขึ้น ทั้งนี้สอดคล้อง

กับงานวิจัยของ ทวีสิน ทอนเกาะ (2541) ที่ศึกษาผลของการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์กับการใช้เทคนิคแม่แบบที่มีต่อปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวเกี่ยวกับการพบเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 12 คน ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์และการใช้เทคนิคแม่แบบกับช่วงเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และงานวิจัยของ เสาวรส สาริยะ (2540) ที่ศึกษาการใช้กิจกรรมกระจำก่านิยมในการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา ซึ่งพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับช่วงเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 งานวิจัยของ วงศ์จันทร์ ธนาวิชิตฤกษ์ (2543) ที่ศึกษาเปรียบเทียบระหว่างผลการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์กับเทคนิคแม่แบบที่มีต่อความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงการติดเชื้อเอชไอวีของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมจังหวัดสมุทรปราการซึ่งพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับช่วงระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และจากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ พนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ได้รับการฝึกและเรียนรู้ว่า ความคิดมีอิทธิพลต่ออารมณ์ ความรู้สึกและพฤติกรรมของตนเอง ความคิดที่ไม่มีเหตุผล ไม่เหมาะสมนั้นเป็นสาเหตุของอารมณ์และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมและความคิดสามารถเปลี่ยนแปลงได้ด้วยตัวบุคคลนั่นเอง พนักงานได้รับการฝึกวิเคราะห์ความคิดด้วยตนเอง เมื่อพบว่ามีความคิดที่ไม่เหมาะสม ไม่มีเหตุผลก็จะหาวิธีการที่จะเปลี่ยนแปลงความคิดนั้นเสียใหม่ พนักงานที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ จึงสามารถนำทักษะและประสบการณ์ความรู้ที่ได้รับไปปรับความคิดและพฤติกรรมให้มีความเหมาะสมยิ่งขึ้น ในขณะที่พนักงานกลุ่มการใช้กิจกรรมกระจำก่านิยมได้มีโอกาสสำรวจความรู้สึกหรือความคิดเห็นค่านิยมของตน และเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันได้เปรียบเทียบข้อดีข้อเสียของเหตุผล ตลอดจนผลลัพธ์จากพฤติกรรมที่แสดงออกในสถานการณ์ต่างๆ ด้วย วิธีการกระตุ้นให้สามารถเลือกทางเลือกหนึ่งจากหลายทางเลือก และการกระทำซ้ำจนเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิต ซึ่งจะส่งผลเกิดเป็นค่านิยมเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานที่เหมาะสมได้ ส่วนพนักงานกลุ่มควบคุมนั้น ไม่ได้ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และไม่ได้ฝึกกิจกรรมกระจำก่านิยม ทำให้ขาดโอกาสที่จะเกิดความรู้ ความเข้าใจ ตลอดจนเรียนรู้วิธีการเพื่อปรับปรุงแก้ไขการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงาน ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้คะแนนเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการงานนั้นแตกต่างกัน ดังนั้น วิธีการทดลองกับช่วงเวลาของการทดลอง จึงมีผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการงานของพนักงานบริษัท เนื่องจากในระยะก่อนการทดลอง พนักงานมีการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการงานต่ำเหมือนกัน เมื่อพนักงานกลุ่มแรกได้รับการให้คำปรึกษา

กลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ พนักงานกลุ่มที่สองได้รับกิจกรรมกระจ่างคำนิยาม การรับรู้ความสามารถ

2. พนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์

พนักงานกลุ่มที่ได้รับกิจกรรมกระจ่างคำนิยามและกลุ่มควบคุมมีการรับรู้ความสามารถของตนเอง ด้านการทำงานในระยะหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 โดยที่ในระยะหลังการทดลอง การรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานของพนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์กับกลุ่มควบคุมแตกต่างกัน และการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานของพนักงานกลุ่มที่ได้รับกิจกรรมกระจ่างคำนิยามกับกลุ่มควบคุมแตกต่างกัน ส่วนการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานของพนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ พนักงานกลุ่มการใช้กิจกรรมกระจ่างคำนิยามไม่แตกต่างกัน นั่นคือในระยะหลังการทดลอง วิธีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์และวิธีการใช้กิจกรรมกระจ่างคำนิยามมีผลทำให้การรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานของพนักงานสูงขึ้นต่างจากกลุ่มควบคุมซึ่งไม่ได้รับการฝึกทั้ง 2 วิธี แต่เมื่อเปรียบเทียบวิธีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์กับกิจกรรมกระจ่างคำนิยามนั้น ทั้ง 2 วิธีทำให้การรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานสูงขึ้นไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เนื่องจาก ในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ ผู้วิจัยจัดโปรแกรมการให้คำปรึกษาเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดที่ไม่มีเหตุผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานเป็นขั้นตอน โดยเริ่มสอนจากลักษณะความคิดที่มีเหตุผลและความคิดที่ไม่มีเหตุผลที่มีต่อความคิด อารมณ์และพฤติกรรมของบุคคลและพนักงานกลุ่มทดลองได้พิจารณาตามเกณฑ์ลักษณะความคิดที่ไม่มีเหตุผล 11 ลักษณะ ซึ่งผลจากการศึกษาในครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า วิธีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ สามารถเปลี่ยนการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานของพนักงานได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เด่นดวง วราเวทย์ (2530) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มเน้นทฤษฎีการพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ เพื่อปรับเปลี่ยนมโนภาพเกี่ยวกับตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยครูอุดรดิตถ์ จังหวัดอุดรดิตถ์ พบว่า นักศึกษาที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มเน้นทฤษฎีพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ มีการปรับเปลี่ยนมโนภาพเกี่ยวกับตนเองและแยกเป็นรายด้าน คือด้านวิชาการ ด้านการปรับตัวทางอารมณ์และด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลดีกว่านักศึกษาที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มเน้นทฤษฎีพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ งานวิจัยของ ปราณิ นัยประยูร (2544) ที่ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และการใช้โปรแกรมการพัฒนาความคาดหวังในความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมความรับผิดชอบในการเข้าชั้นเรียนของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 พบว่า

นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผลและอารมณ์และนักเรียนกลุ่มที่ได้รับการใช้โปรแกรมการพัฒนาความคาดหวังในความสามารถของตนเองมีพฤติกรรมความรับผิดชอบในการเข้าชั้นเรียนแตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ เมคคิบบิน (Mekikibbin, 1989, p. 189) ได้ศึกษาผลของการเข้ากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ที่มีต่อการปรับตัวในด้านต่าง ๆ ในโรงเรียนสำหรับเด็กที่ด้อยความสามารถ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีความสามารถที่จะเรียน มีความจำ สามารถใช้ความคิดอย่างเหมาะสม มี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้นมีพฤติกรรมทางการเรียนดีขึ้น สามารถมีปฏิสัมพันธ์กับคนในสังคมได้ดีขึ้น

สำหรับกิจกรรมกระจ่างค่านิยมนี้ ผู้วิจัยจัดโปรแกรมให้พนักงานได้รู้จักตนเอง รู้จักผู้อื่น ซึ่งรวมถึงรู้จักสังคมและสิ่งแวดล้อมและเป็นวิถีทางที่จะให้พนักงานได้สำรวจค่านิยมของตนเองภายใต้เงื่อนไขหรือสถานการณ์ที่กำหนดไว้ ผลที่ได้จากกระบวนการ ทำให้เกิดความสัมพันธ์ระหว่างความคิดกับการกระทำของตนด้วย เป็นวิธีการที่ให้อบรมรับรู้ลึกและความคิดด้วยตนเอง คำถามที่ใช้เป็นคำถามปลายเปิดที่ให้มีโอกาสเลือกทางเลือกได้อย่างอิสระ และพิจารณาผลของการเลือกโดยรอบคอบ และให้ตระหนักว่า ตัวเองชอบและเห็นคุณค่าในชีวิตแล้วแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมซึ่งจะส่งผลให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองดีขึ้น ดังนั้นเมื่อใช้โปรแกรมกิจกรรมกระจ่างค่านิยม จึงส่งผลให้พนักงานมีการรับรู้ความสามารถของตนเองเกี่ยวกับการทำงานดีขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ กิลเลียไพ (Gilliepie, 1983, p. 2369-A) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษา 2 แบบคือ การกระจ่างค่านิยมและการปรับพฤติกรรมทางด้านความรู้ที่มีต่อการปรับปรุงทักษะการอ่านและการส่งเสริมอัตมโนทัศน์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นเกรด 10 จำนวน 137 คน พบว่า กลุ่มการฝึกปรับพฤติกรรมด้านความรู้และกลุ่มการฝึกกิจกรรมกระจ่างค่านิยมมีคะแนนเพิ่มขึ้น 1 ชั้น และสุดา จันทรสุขโข (2536, หน้า 95) ได้ศึกษาผลการใช้กิจกรรมกระจ่างค่านิยมในการสร้างเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองเกี่ยวกับการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนคลองการามจังหวัดเพชรบุรี พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกกิจกรรมกระจ่าง ค่านิยม มีเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองเกี่ยวกับการเรียนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกกิจกรรมกระจ่างค่านิยมในระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. พนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์
พนักงานกลุ่มที่ได้รับการกิจกรรมกระจ่างค่านิยมและกลุ่มควบคุม มีการรับรู้ความสามารถของตนเอง ด้านการทำงานในระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 เนื่องจาก วิธีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ พนักงานได้รับการฝึกทำแบบฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเองเป็นการบ้าน ทำให้พนักงานมีทักษะในการคิด

ที่มีเหตุผลเป็นระบบ เป็นขั้นตอน ดังนั้นถึงแม้สิ้นสุดการทดลองแล้วก็ตาม พนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ก็จะยังคงมีความสามารถพัฒนาความคิดมีเหตุผลให้มันคงต่อไปได้จนเป็นนิสัยดังที่ บล็อก (Block, 1978, p. 61) กล่าวว่าแม้ว่าเงื่อนไขสภาพแวดล้อมเปลี่ยนไปจากเดิมย่อมทำให้บุคคลนั้นมีความมั่นใจในรูปแบบความคิดของตน โดยไม่ต้องการฝึกจากผู้ให้คำปรึกษาทุกครั้งที่เกิดปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ประดิษฐ์ เอกทัศน์ (2527) ที่ได้ศึกษาผลการให้การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ต่อการลดพฤติกรรมไม่เอาใจใส่ในการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ผลการทดลองพบว่า การให้การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์สามารถลดพฤติกรรมที่ไม่เอาใจใส่ในการเรียนทั้งในระยะบำบัดและระยะติดตามผล และงานวิจัยของ นิภา เลิศลิขัย (2532) ที่ได้ศึกษาผลการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ที่มีต่อความวิตกกังวลในการสอบของนักศึกษาเลขานุการมหาวิทยาลัยหอการค้า พบว่า ระดับความวิตกกังวลในการสอบของนักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกการบำบัดทั้งในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนวิธีการฝึกโดยใช้กิจกรรมกระจ่างคำนิยมนั้น เป็นวิธีที่ตั้งอยู่บนแนวคิดที่ว่า บุคคลเรียนรู้ที่จะตัดสินใจด้วยตนเอง ได้ใช้สติปัญญาอย่างเสรีกับโลกที่เปลี่ยนไปตลอดเวลา ดังนั้นแม้ว่าสิ้นสุดการทดลอง พนักงานก็มีความมั่นใจและภาคภูมิใจในตนเอง ปราศจากความวิตกกังวล ทำให้การรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานสูงขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ เสาวรส สาริยะ (2540) ที่ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกระจ่างคำนิยมในการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิตพิบูลบำเพ็ญ มหาวิทยาลัยบูรพา พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกกิจกรรมกระจ่างคำนิยมมีการปรับตัวกับเพื่อนได้ดีกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และงานวิจัยของ ชื่นสุข เพชรรัตน์ (2540) ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมฝึกกระจ่างคำนิยมในการพัฒนาค่านิยมด้านการใช้น้ำในชีวิตประจำวัน โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนชลบุรี “สุขบท” พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลอง มีค่านิยมการใช้น้ำสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับการวิจัยของ ฟาร์เนอร์ (Famer, 1998) ที่ได้ศึกษาผลกระทบของการฝึกอบรมการรับรู้ความสามารถของตนเองและรางวัลที่เป็นเงินต่อผลการปฏิบัติงานของพนักงานพบว่า การฝึกอบรมมีผลให้พนักงานเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนเองอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 แม้ว่าเวลาผ่านไปหลายเดือนแล้วก็ตาม

4. พนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์มีการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 ทั้งนี้เพราะกระบวนการให้

คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์เป็นวิธีการเปลี่ยนแปลงความคิดภายในของบุคคล ทำให้บุคคลสามารถเปลี่ยนความคิดที่ไม่มีเหตุผลไปสู่ความคิดที่มีเหตุผลได้ ดังนั้นเมื่อพนักงานได้รับการฝึกการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ พนักงานจึงสามารถคิดอย่างมีเหตุผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานได้ดีขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ มิลตัน (Milton, 1974, pp. 458-461) ที่ได้ศึกษาผลของการให้การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ที่มีต่อการเอาชนะความคิดที่เป็นอุปสรรคต่อการเรียนได้ โดยนักศึกษามีทัศนคติในการเรียนดีขึ้น และมีเกรดเฉลี่ยสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และงานวิจัยของภัทรกานต์ เฝ้าบุญเกิด (2530) ที่ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มที่มีต่อการปรับพฤติกรรมการหนีเรียนของนักเรียนอาชีวศึกษา โรงเรียนเซนต์จอห์น พบว่าภายหลังการทดลองการให้คำปรึกษากลุ่ม นักเรียนกลุ่มทดลองหนีเรียนน้อยกว่าก่อนได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และงานวิจัยของจิสท์ และคณะ (Gist et al., 1989) ที่ศึกษาว่า การใช้วิธีการให้ตัวแบบและการใช้ผู้ตัวสามารถเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนเองได้และมีผลทำให้กลุ่มตัวอย่างที่มีการรับรู้ความสามารถของตนสูง มีความสามารถในการใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สูงขึ้นด้วย

5. พนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์มีการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการงานระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5 ทั้งนี้เนื่องจากวิธีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์เป็นกระบวนการที่ทำให้สมาชิกเกิดการยอมรับซึ่งกันและกัน มีความอบอุ่นเป็นกันเอง ทำให้ผู้รับการให้คำปรึกษาสามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างอิสระ ได้ระบายความรู้สึกออกมาอย่างเสรี และจากการที่สมาชิกมีลักษณะความเชื่อเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเองคล้าย ๆ กัน ทำให้กล้าเปิดเผยปัญหาของตนเอง และจากการที่พนักงานได้ไปฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเองเป็นการบ้าน ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่คงทน สอดคล้องกับงานวิจัยของ เทอร์แมน (Thurman, 1983, pp. 417-423) ซึ่งพบว่าการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์สามารถลดพฤติกรรมประเภทแข่งขัน ไร้รื้อนก้าวร้าวได้ทั้งในระยะให้การบำบัดและระยะติดตามผล

6. พนักงานกลุ่มที่ได้รับกิจกรรมกระจำจ้านิยม มีการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการงานระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 6 ทั้งนี้เนื่องจาก พนักงานกลุ่มที่ได้รับกิจกรรมกระจำจ้านิยมได้รับการฝึกการตัดสินใจในการเผชิญสถานการณ์หนึ่ง ๆ โดยกิจกรรมจะสร้างสถานการณ์เกี่ยวกับการแสดงออกในสถานการณ์นั้น ๆ แล้วเปิดโอกาสให้แสดงค่านิยมเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการงานออกมาหลายอย่าง ซึ่งเป็นระบบค่านิยมภายในตัวเอง อาจเกิดความ

ขัดแย้งในค่านิยมที่เลือกกระทำ พร้อมทั้งทำให้พนักงานได้มองเห็นแนวทางที่จะจัดอันดับค่านิยมของตนให้เป็นไปทิศทางเดียวกัน นอกจากนี้ กิจกรรมกระจ่างค่านิยมยังเปิดโอกาสให้พนักงานได้เผชิญกับสถานการณ์ที่ขัดแย้งแล้วให้อภิปรายแสดงความคิดเห็นของตนเองและฟังความคิดเห็นของผู้อื่น จนเกิดเป็นทางเลือกในการตัดสินใจกระทำพฤติกรรมที่เหมาะสมออกมา สอดคล้องกับงานวิจัยของ ลาสซีเยอร์ (Lassier, 1984, p. 2378-A) ที่ได้ศึกษาผลกระทบของวิธีการสอนกิจกรรมกระจ่าง ค่านิยมที่มีต่อทัศนคติของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ต่อชนกลุ่มน้อยต่าง ๆ พบว่ากลุ่มทดลองสามารถเกิดการกระจ่างค่านิยมได้ดีขึ้นและสามารถวิเคราะห์ความรู้สึก ทัศนคติ และการรับรู้ของตนเองที่มีต่อกลุ่มชาติพันธุ์ และงานวิจัยของ ศิริพร จีพประภิต (2533, หน้า 73) ที่ได้ศึกษาการพัฒนาค่านิยมด้านสิ่งแวดล้อมโดยใช้กระบวนการกระจ่างค่านิยม สำหรับนักศึกษาประกาศนียบัตรชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยอาชีวศึกษาจังหวัดภูเก็ต พบว่า หลังการใช้ชุดปฏิบัติการค่านิยมด้านสิ่งแวดล้อมโดยใช้กระบวนการกระจ่างค่านิยม คะแนนนิยมนด้านสิ่งแวดล้อมแต่ละด้านสูงกว่าก่อนการใช้ชุดฝึกปฏิบัติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

7. พนักงานกลุ่มที่ได้รับกิจกรรมกระจ่างค่านิยมมีการรับรู้ความสามารถของตนเอง ด้านการทำงานระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 7 ทั้งนี้เนื่องจาก พนักงานที่ได้รับการฝึกกิจกรรมกระจ่างค่านิยมในระยะติดตามผลได้ผ่านการฝึกการตัดสินใจในการแก้ปัญหาและได้เรียนรู้ค่านิยมของการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงาน จึงสามารถเผชิญสถานการณ์ หรือปัญหาที่ต้องประสบได้ ดังนั้น กิจกรรมกระจ่างค่านิยมจึงเป็นวิธีการที่สามารถนำไปใช้พัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง ด้านการทำงานให้สูงขึ้น ขณะเดียวกันกิจกรรมกระจ่างค่านิยมก็เป็นการเปิดโอกาสให้บุคคลได้ร่วมกันทำกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การแสดงบทบาทสมมติ การเล่าสถานการณ์ซึ่งสิ่งเหล่านี้ทำให้พนักงานเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสอดคล้องกับงานวิจัยของ นาดยา ปิถันธนานนท์ (2534, หน้า 53) ที่กล่าวว่าวิธีการฝึกกิจกรรมกระจ่างค่านิยมเป็นวิธีการมุ่งที่ทักษะการค้นหาและสร้างค่านิยมของตนเอง และส่งเสริมให้มีการปฏิบัติตามอย่างเป็นขั้นตอน ดังนั้นการทำความเข้าใจค่านิยมจึงถือเป็นการสื่อความคิด ความเชื่อ ความรู้สึก ในตนเองและผู้อื่น รู้และเกิดทักษะการตัดสินใจพร้อมทั้งเกิดความเชื่อมั่นในความเชื่อของงาน จึงส่งผลให้เกิดค่านิยมที่ดีในระยะติดตามผลสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุดา จันทรสุโข (2536, หน้า 105) พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกกิจกรรมกระจ่างค่านิยมมีเหตุผลเชิงจริยธรรมด้านวินัยในตนเองเกี่ยวกับการเรียนในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และงานวิจัยของ ศิริภรณ์ อธิปัดยกุล (2540, หน้า 84) พบว่า นักศึกษาที่ได้รับการฝึก กิจกรรมกระจ่างค่านิยมมีความปลอดภัยในการทำงานในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ข้อเสนอแนะทั่วไป

ข้อเสนอแนะในการนำและการวิจัยไปใช้

1. ควรจัดให้มีการอบรมเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา เพื่อช่วยเหลือพนักงานที่มีปัญหาในการทำงาน ช่วยในการปรับเปลี่ยนแนวคิดและวิธีการทำงานให้มีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น
2. วิธีการให้คำปรึกษากลุ่มและวิธีการใช้กิจกรรมกระจำจ่านิยมเป็นวิธีที่สามารถเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงานได้ทั้ง 2 วิธี การนำไปใช้ควรเลือกพิจารณาวิธีที่เหมาะสมกับบุคคล สถานที่ เวลาและโอกาสรวมทั้งความพร้อมของเจ้าหน้าที่ที่ดำเนินการซึ่งจะต้องมีความรู้ ความสามารถและความเข้าใจเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และการใช้กิจกรรมกระจำจ่านิยม

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรได้มีการศึกษาถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องที่มีต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงาน เพื่อนำผลการวิจัยมาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ในการเพิ่มประสิทธิภาพของพนักงานมากยิ่งขึ้น
2. ควรมีการติดตามผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และการใช้กิจกรรมกระจำจ่านิยม เช่น 6 เดือน หรือ 1 ปี เพื่อศึกษาความคงทนของการรับรู้ความสามารถของตนเองด้านการทำงาน