

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่อง ผลของวรรณกรรมบำบัด ต่อความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ประเภทสองตัวประกอบแบบวัดซ้ำหนึ่งตัวประกอบ (two-factor experiment with repeated measures on one factor) เพื่อศึกษาถึงผลของการใช้วรรณกรรมบำบัด ที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเอง ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา เป็นเด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน ที่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนโสตศึกษาจังหวัดชลบุรี ปีการศึกษา 2545 คัดเลือก โดยการสุ่มตัวอย่างและทำแบบทดสอบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง แล้วนำคะแนนมาเรียงลำดับ เลือกผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองในลำดับจากท้ายสุดขึ้นไป จำนวน 12 คน แล้ว สุ่มตัวอย่าง อย่างง่าย (simple random sampling) เพื่อจำแนกออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองประกอบด้วย แบบทดสอบความเชื่อมั่นในตนเอง และวรรณกรรมที่ช่วยเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง การเก็บข้อมูล ดำเนินการตั้งแต่เริ่มวัดผลในระลอกแรกก่อนการทดลอง ระลอกหลังการทดลอง และระยะติดตามผล จากนั้นนำข้อมูลมาวิเคราะห์ด้วยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (repeated-measures analysis of variance : one between-subjects variable and one within-subjects variable) โดยผู้วิจัยมีสมมติฐานของการวิจัย ดังนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง
2. เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด มีความเชื่อมั่นในตนเอง ภายหลังการทดลอง สูงกว่าเด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินที่ไม่ได้รับการใช้วรรณกรรมบำบัด
3. เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด มีความเชื่อมั่นในตนเอง ในระยะติดตามผล สูงกว่าเด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินที่ไม่ได้รับการใช้วรรณกรรมบำบัด
4. เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด มีความเชื่อมั่นในตนเอง ภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง
5. เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด มีความเชื่อมั่นในตนเอง ในระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง

6. เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด มีความเชื่อมั่นในตนเอง ในระยะติดตามผล และระยะหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล เสนอผลตามสมมติฐาน ดังต่อไปนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด มีความเชื่อมั่นในตนเอง ภายหลังการทดลอง สูงกว่าเด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินที่ไม่ได้รับการใช้วรรณกรรมบำบัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด มีความเชื่อมั่นในตนเอง ในระยะติดตามผล สูงกว่าเด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินที่ไม่ได้รับการใช้วรรณกรรมบำบัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด มีความเชื่อมั่นในตนเอง ภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด มีความเชื่อมั่นในตนเอง ในระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
6. เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด มีความเชื่อมั่นในตนเอง ในระยะติดตามผล และระยะหลังการทดลอง แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผล

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 4 และภาพที่ 9 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 อธิบายได้ดังนี้คือ จากภาพที่ 9 จะเห็นได้ว่าในระยะก่อนการทดลอง ทั้งกลุ่มที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด และกลุ่มที่ไม่ได้รับวรรณกรรมบำบัด มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ (ตารางที่ 5) แต่เมื่อเวลาผ่านไป คือในระยะหลังการทดลอง พบว่า กลุ่มที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่า กลุ่มที่ไม่ได้รับวรรณกรรมบำบัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตารางที่ 6) และในระยะติดตามผล ก็พบว่า กลุ่มที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่า กลุ่มที่ไม่ได้รับวรรณกรรมบำบัด

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เช่นกัน (ตารางที่ 7) ลักษณะเช่นนี้ถือว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง กล่าวคือ ผลจากวรรณกรรมบำบัดได้ช่วยให้กลุ่มเป้าหมาย เกิดการปรับเปลี่ยนทัศนคติ และพฤติกรรม ต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง ทำให้คะแนนเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของกลุ่มที่ได้รับวรรณกรรมบำบัดมีคะแนนที่สูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับวรรณกรรมบำบัด ทั้งในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กุลวนิดา คงะเสริม (2523, หน้า 48-50) ที่ได้ศึกษาผลการบำบัดด้วยหนังสือ ที่มีต่อสุขภาพจิต และ ความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กพิการ ผลการศึกษาพบว่า เด็กพิการมีสุขภาพจิต และ ความเชื่อมั่นในตนเอง สูงขึ้น

ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า วรรณกรรมบำบัด สามารถช่วยให้เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้น ทั้งในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ในขณะที่กลุ่มควบคุมกลับมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเอง ในทุกช่วงเวลาไม่แตกต่างกัน

2. ผลการศึกษาพบว่า เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินในกลุ่มที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้น ทั้งนี้เพราะ กระบวนการของวรรณกรรมบำบัดได้ช่วยให้กลุ่มเป้าหมายพัฒนา ความคิด ความรู้สึก เกิดการปรับเปลี่ยนทัศนคติและพฤติกรรมของตนเอง กล่าวคือ เมื่อกลุ่มเป้าหมายได้เลือกอ่านวรรณกรรมที่ตรงกับปัญหาในชีวิตของตน จะทำให้ได้เรียนรู้ประสบการณ์จากการอ่าน เกิดการปรับเปลี่ยนทัศนคติต่อปัญหา อันจะทำให้เกิดความมั่นใจต่อการเผชิญปัญหาต่าง ๆ โดยไม่รู้ตัว ดังจะเห็นได้จาก ก่อนการทดลอง กลุ่มเป้าหมายได้แสดงถึงความรู้สึกของการขาดความเชื่อมั่นในตนเองหลายประการ ตัวอย่างเช่น ไม่รู้ว่เมื่อเรียนจบแล้วจะประกอบอาชีพอะไรต่อไป ไม่แน่ใจว่าสังคมภายนอกจะยอมรับให้เข้าทำงานหรือไม่ รวมทั้งไม่มั่นใจในศักยภาพของตน คิดว่าตนด้อยกว่าผู้อื่น ไม่สามารถที่จะศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้นได้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ประมวญ ดิลกสิน (2524, หน้า 48-79) ที่กล่าวว่า เด็กที่มีความ บกพร่องทางการได้ยิน เมื่อเติบโตจะพบกับอุปสรรคในการดำรงชีวิตอย่างมาก เมื่อสูญเสียการได้ยินแล้ว การเรียนรู้ย่อมเกิดได้ยาก การยังชีพประสบกับอุปสรรค เมื่อเป็นเช่นนี้แล้ว ความกระตือรือร้นทางจิตใจย่อมเกิดขึ้นเป็นเงาตามตัว อาจรู้สึกเปล่าเปลี่ยว อับอาย หรือคับข้องใจ อันจะนำไปสู่ความหวาดวิตก และหมดหวัง ทำให้สูญเสียความมั่นใจ ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไร้ความอบอุ่นทางจิตและรู้สึกว่าเป็นอยู่ถูกคุกคามอยู่เป็นนิจ ซึ่งจากการแปลความหมายของค่าคะแนนเฉลี่ยที่ได้ในระยะก่อนการทดลอง ตามเกณฑ์ของ ลอสเตอร์ (Lauster, 1976) พบว่า กลุ่มเป้าหมายมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองในระดับต่ำ ซึ่ง ลอสเตอร์ได้กล่าวว่า บุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเองในระดับต่ำ หมายถึง บุคคลที่มีความกังวลใจอยู่เสมอ

กับการกระทำของคนต่อผู้อื่น รู้สึกว่าตนเองมีปมด้อย ประหม่า ไม่กล้าแสดงออก และต้องการแก้ไขปัญหาต่างๆ ของตนเองด้วยการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองให้สูงขึ้น

จากการสังเกตเมื่อเริ่มกระบวนการวรรณกรรมบำบัด โดยในระหว่างการเลือกหนังสือพบว่า กลุ่มเป้าหมายได้เลือกหนังสือที่ตนสนใจ ด้วยการพิจารณาอย่างถี่ถ้วนและหนังสือที่กลุ่มเป้าหมายให้ความสนใจอย่างมาก คือ หนังสือเรื่อง “พู่กันกับปลายเท้า” โดยกลุ่มเป้าหมายแสดงความสนใจที่ต้องการอ่านหนังสือเล่มนี้ถึง 4 คน เนื่องจากหนังสือเรื่อง “พู่กันกับปลายเท้า” เป็นหนังสือที่สอดคล้องกับคุณลักษณะของกลุ่มเป้าหมาย กล่าวคือ หนังสือดังกล่าว เป็นเรื่องราวในการต่อสู้ชีวิตของเยาวชนผู้พิการ ที่ชื่อ ลอนสัน โหลคำ “ศิลปินผู้เกิดมาโดยปราศจากแขน” ชีวิตประวัติของลอนสัน ทำให้กลุ่มเป้าหมายเกิดการปรับเปลี่ยนทัศนคติต่อการเผชิญกับปัญหาได้เป็นอย่างดี อีกทั้งยังสร้างแรงบันดาลใจ ในการต่อสู้ชีวิตได้อย่างสร้างสรรค์

นอกจากหนังสือเรื่อง “พู่กันกับปลายเท้า” แล้ว ยังมีหนังสืออีกหลายเรื่องที่กลุ่มเป้าหมายให้ความสนใจ ได้แก่ หนังสือเรื่อง “เจ้าชายน้อย” “หากฉันมีดวงตา อเมริกาอาจอยู่ไกล” “เจ้าชายน้อย” “ในอ้อมอก” “ฉันจะไม่ฆ่าตัวตาย” และ หนังสือ “108 สูดยออดไอเดีย คู่มือสู้ชีวิตด้วยตนเอง” อีก 7 เรื่อง ส่วนบทความที่สร้างความประทับใจให้แก่กลุ่มเป้าหมายเป็นอย่างมาก ก็บทความเรื่อง “ลุงสงบ ปรมาจารย์ด้านคนตรีไทย ผู้ดาบอด” และเรื่อง “ดร. นักสู้หูพิการ สาวหัวใจไม่แพ้ใคร”

จากการที่กลุ่มเป้าหมายได้อ่านวรรณกรรมดังกล่าว ก่อให้เกิดการอภิปรายกลุ่มเกี่ยวกับความรู้สึกที่ได้จากการอ่านวรรณกรรม ทำให้กลุ่มเป้าหมายเกิดการเรียนรู้ประสบการณ์ที่ปรากฏจากวรรณกรรม เกิดการเลียนแบบเชิงเปรียบเทียบกับพฤติกรรมของตัวละครหรือประสบการณ์ที่ประทับใจ โดยเชื่อมโยงกับพฤติกรรมหรือประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตจริงของตน มีอารมณ์และความรู้สึกร่วมกับปัญหาทางอารมณ์ หรือเหตุการณ์ที่เจ็บปวดฝึงใจที่สะท้อนอยู่ในวรรณกรรม ทำให้เกิดการระบายอารมณ์ เป็นการปลดปล่อยสิ่งที่กักคั้นอยู่ในจิตใจ ส่งผลให้เกิดการหยั่งเห็น และเข้าใจตนเอง สามารถจัดระบบชีวิตของตนเองใหม่ มีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น เกิดการเปลี่ยนแปลงเจตคติหรือพฤติกรรมของตนเองในที่สุด ซึ่งหลังจากบำบัดแล้ว กลุ่มเป้าหมายได้แสดงความคิด ที่แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงทัศนคติของตนหลายอย่าง ได้แก่ มีการตั้งเป้าหมายในชีวิตทั้งด้านการศึกษา และการประกอบอาชีพ จากผลการวิจัยดังกล่าวสอดคล้องกับงานวิจัยของ แอลเลน (Allen, 1978 cited in Pardeck & Pardeck, 1993) และ เนสบิทท์ (Nesbitt, 1977 cited in Pardeck & Pardeck, 1993) ที่เห็นพ้องกันว่า กระบวนการของวรรณกรรมบำบัด จะช่วยให้กลุ่มเป้าหมายมีความมั่นใจ ได้อย่างสมบูรณ์ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ มาร์โลว์ และ เมย์คอก (Marlowe & Maycock, 2000, pp. 325-326) ซึ่งศึกษาผลการใช้วรรณกรรมบำบัด ที่มีต่อ

การปรับเปลี่ยนทัศนคติของเด็กในระดับอุดมศึกษาที่ต้องถูกครูลงโทษ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มเป้าหมาย เกิดการปรับเปลี่ยนทัศนคติเกี่ยวกับการใช้อารมณ์ และเกิดภาวะผู้นำ จากทัศนคติที่กลุ่มเป้าหมายได้แสดงออกนี้ แสดงให้เห็นว่า กลุ่มเป้าหมายได้คลายความวิตกกังวลเกี่ยวกับอนาคตของตนที่ฝังลึกอยู่ในจิตใจลงได้ ลักษณะเช่นนี้สอดคล้องผลงานวิจัยของ สาวิกา กาญจนะ (2518, หน้า 85-90) และอัมพร พินิจวัฒนา (2527, หน้า 45-49) ซึ่งพบว่า การบำบัดด้วยหนังสือสามารถลดความวิตกกังวลลงได้

นอกจากนี้ วรรณกรรมบำบัด ยังช่วยให้กลุ่มเป้าหมายเกิด การแสดงถึงความรู้สึกชื่นชมในศักยภาพของตนเองและผู้อื่น รู้สึกว่าตนเองมีความสามารถ และมีประโยชน์ต่อสังคม ตลอดจนการแสดงถึงการมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาให้กับสมาชิกกลุ่ม อันจะเป็นผลให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ อัลท์แมนน์ และเนลสัน (Altmann & Nielson, 1974, pp. 285-287) ที่พบว่าการใช้วิธีการบำบัดด้วยหนังสือ สามารถเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งความภาคภูมิใจในตนเองนี้เป็นคุณลักษณะที่สำคัญของผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง ทั้งนี้เพราะวรรณกรรมบำบัดจะช่วยให้กลุ่มเป้าหมายได้เปรียบเทียบตัวเองกับสถานการณ์ของตัวละครในเรื่อง ได้เรียนรู้วิธีการแก้ปัญหาจากตัวละครที่อยู่ในสภาพที่คล้ายคลึงกัน ซึ่งสามารถเอาชนะอุปสรรคได้ในบั้นปลาย เกิดความเชื่อมั่นว่าตนก็มีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จได้เช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิด มาสโลว์ (Maslow, 1954, p. 411) ที่เชื่อว่ามนุษย์ทุกคนมีความปรารถนาที่จะได้รับความสำเร็จ และมักจะประเมินค่าความสำเร็จของตนเองไว้สูง ตลอดจนมีความภาคภูมิใจในตนเอง และต้องการให้ผู้อื่นยอมรับนับถือในความสำเร็จของตนเองด้วย ถ้าความต้องการดังกล่าวนี้ได้รับการตอบสนองจนพอใจ ก็จะทำให้ผู้นั้นเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีค่ามีความสามารถ และมีประโยชน์ต่อสังคม

ในกระบวนการอภิปรายกลุ่ม จะเน้นอารมณ์ความรู้สึกนึกคิด ที่เกิดขึ้นหลังจากการอ่านวรรณกรรม โดยการอภิปรายเชื่อมโยงสถานการณ์ในวรรณกรรมไปสู่สถานการณ์ปัญหาของผู้รับการบำบัด ผลของการอภิปรายจะทำให้ผู้รับการบำบัดเกิดการเลียนแบบเชิงเปรียบเทียบ ระบายอารมณ์ความรู้สึกนึกคิดที่กดตัน และเกิดการหยั่งเห็นที่เด่นชัดยิ่งขึ้น ในกระบวนการนี้ นอกจากกลุ่มเป้าหมายจะได้ระบายอารมณ์ความรู้สึกนึกคิดที่กดตัน อย่างเต็มที่แล้ว ยังเป็นการฝึกความกล้าแสดงออก กล้าเปิดเผยความรู้สึกที่แท้จริง ให้ผู้อื่นได้รับรู้ถึงศักยภาพของตน ที่ต้องการปรับตัวต่อสังคมรอบข้าง คุณลักษณะเหล่านี้จะช่วยให้เกิด การเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ วิภาพร พรรณเชษฐ์ (2530, หน้า 29) ที่ว่า การเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง มีอิทธิพลต่อความกล้าแสดงออก อีกทั้งยังเป็นการสร้างลักษณะบุคลิกภาพที่ทำให้บุคคลมีความพึงพอใจในตนเอง ภูมิใจในตนเอง สามารถกระทำการสิ่งใดอย่างมีจุดหมาย และ

มีทิศทาง มีความมานะ พยายาม ที่จะดำเนินการให้ลุล่วงไปเป็นผลสำเร็จ อย่างไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค และสอดคล้องกับงานวิจัยของ เซอร์เลย์ (Shirley, 1966 cited in Pardeck & Pardeck, 1993) ซึ่งพบว่า นักเรียนที่อ่านหนังสือ ต่างๆ จะมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในทางที่ดีขึ้นรวมทั้งงานวิจัยของ แม็กคลาสกี (McClasky, 1966 cited in Pardeck & Pardeck, 1993) ยังชี้ให้เห็นว่า วรรณกรรมบำบัดช่วยให้ผู้รับการบำบัดที่มีปัญหาทางอารมณ์ เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ที่มีผลต่ออารมณ์ได้

จากเหตุผลที่กล่าวมา จึงพบว่า เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินในกลุ่มที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเอง ในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 9 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 และ ข้อที่ 5

นอกจากนี้ยังพบอีกว่า เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินในกลุ่มที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเอง ในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลแตกต่างกัน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังตารางที่ 9 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 6 ทั้งนี้เพราะกลุ่มเป้าหมายเมื่อได้รับวรรณกรรมบำบัดไปแล้ว ทำให้เกิดการหยั่งเห็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาของตน กล่าวคือ กลุ่มเป้าหมายได้ค้นพบตัวเองจากพฤติกรรมหรือประสบการณ์ที่ปรากฏอยู่ในวรรณกรรม ทำให้เข้าใจตนเอง สามารถปรับปรุงและพัฒนาตนเองได้ ด้วยการเรียนรู้ และใช้ความพยายามอย่างถูกวิธี การสามารถจัดการกับสถานการณ์ทุกอย่างที่เป็นต้นเหตุของการขาดความเชื่อมั่นในตนเอง จะช่วยสร้างทัศนคติในทางบวก และสร้างความเชื่อมั่นให้กับตนเองให้มากยิ่งขึ้น ทำให้เกิดการเชื่อถือตนเอง ศรัทธาในตนเอง และเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง คิดว่าตนเองมีคุณค่า และทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ นิพนธ์ แจ่มเอี่ยม (2519) และ ชมพูนุท สิริพรหมภักตร์ (2539) ที่เห็นพ้องกันว่า ความเชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความภาคภูมิใจในตนเอง ดังนั้นจะเห็นได้ว่า ผลจากการใช้วรรณกรรมบำบัด ทำให้กลุ่มเป้าหมาย เกิดความเชื่อมั่นในตนเองอย่างต่อเนื่อง แม้เวลาจะผ่านไปกว่า 2 สัปดาห์ ก็ตามคะแนนเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองจึงไม่แตกต่างจากระยะหลังการทดลอง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สมิธ, ฟลอยด์, และ สโคกิน (Smith, Floyd, & Scogin, 1997, pp. 324-327) ซึ่งได้มีการศึกษาถึงความยั่งยืนของการใช้วรรณกรรมบำบัด โดยติดตามผลการใช้วรรณกรรมบำบัดเพื่อลดความซึมเศร้าในผู้ใหญ่เป็นเวลา 3 ปี พบว่า กลุ่มตัวอย่างได้ใช้ประโยชน์จากการบำบัด โดยวรรณกรรมบำบัด ไม่เปลี่ยนแปลง แสดงให้เห็นว่า ผลการใช้วรรณกรรมบำบัดมีความยั่งยืน และคงทน

3. ผลการศึกษาพบว่า เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินในกลุ่มที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด มีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเอง สูงกว่ากลุ่มควบคุม ทั้งในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ทั้งนี้เพราะกลุ่มควบคุม ไม่ได้รับการเสริมประสบการณ์ และการเรียนรู้จากการอ่านวรรณกรรม อีกทั้งยังขาดช่องทางในการแสดงออก การระบายอารมณ์ความรู้สึก ที่คับข้องใจออกมา ซึ่งต่างจากกลุ่มที่ได้รับวรรณกรรมบำบัด เนื่องจากกระบวนการของวรรณกรรมบำบัด ช่วยให้กลุ่มเป้าหมายสามารถระบายอารมณ์ความรู้สึกต่าง ๆ ออกมาได้อย่างอิสระ สามารถมองเห็นศักยภาพที่มีอยู่ในตนเอง อีกทั้งวรรณกรรมบำบัดยังสร้างแรงบันดาลใจให้กลุ่มเป้าหมาย เกิดทัศนคติในทางบวก เกิดการค้นพบตัวเอง ค้นหาทางออกในการแก้ไขปัญหาของชีวิตได้อย่างสร้างสรรค์ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ แมททีรา (Mattera, 1961 cited in Pardeck & Pardeck, 1993) โดยศึกษาพบว่า การอ่านหนังสือช่วยให้เด็กสามารถแก้ไขปัญหาของตนเองได้ ดังนั้นจึงทำให้กลุ่มที่ได้รับวรรณกรรมบำบัดมีคะแนนเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองทั้งในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังภาพที่ 8 ตารางที่ 6 และตารางที่ 7 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 และ ข้อที่ 3

สำหรับผลของการศึกษาครั้งนี้กล่าวโดยสรุปได้ว่า วรรณกรรมบำบัดช่วยให้เด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยินเกิดความเชื่อมั่นในตนเองได้จริง ซึ่งเป็นไปตามหลักการและกระบวนการของวรรณกรรมบำบัด กล่าวคือ วรรณกรรมบำบัด นอกจากจะช่วยให้ผู้รับการบำบัดเกิดการหยั่งรู้ต่อตนเอง รับรู้ภาวะอารมณ์ ช่วยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เหมาะสม และนำไปสู่หนทางแห่งการแก้ปัญหา ที่เกิดขึ้นในภาวะปัจจุบันแล้ว ยังมีผลต่อการป้องกันการเกิดปัญหาในอนาคตด้วย ซึ่งผลของการบำบัดจะช่วยให้ผู้รับการบำบัดสามารถแก้ไขปัญหาของตนเองในอนาคต ในกรณีที่เหมาะสมกับปัญหาที่คล้ายคลึงกันได้ (Pardeck & Pardeck, 1993, pp. 7-8)

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. ในโรงเรียนที่มีการศึกษาพิเศษ เช่น โรงเรียนที่รองรับเด็กที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน ควรให้ความสำคัญกับการส่งเสริมการอ่าน โดยเน้นที่ความคิด ความรู้สึกที่ได้จากการอ่าน และเปิดกว้างให้เด็กเหล่านี้ได้มีส่วนร่วมในการเลือกหนังสืออ่านได้ตามใจชอบ เนื่องจากการอ่านหนังสือ เป็นวิธีการหนึ่งที่เปิดช่องทางให้เด็กได้ระบายอารมณ์ และความรู้สึกที่คับข้องอยู่ในจิตใจได้อย่างอิสระ อีกทั้งควรจัดให้มีบริการให้คำปรึกษาร่วมกับการส่งเสริมการอ่าน เช่น การอภิปรายเกี่ยวกับเรื่องที่อ่าน การเล่าเรื่อง หรือการเล่านิทาน เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อให้วรรณกรรมบำบัด มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

2. จากผลการวิจัยเป็นเครื่องยืนยันได้ว่า วรรณกรรมมีอิทธิพลต่อความคิดของผู้อ่าน เป็นอย่างยิ่ง ดังนั้น ควรมีการส่งเสริม การสร้างสรรค์วรรณกรรมให้มีความหลากหลาย และครอบคลุม ทุกกลุ่มเป้าหมาย โดยเฉพาะกลุ่มเป้าหมายที่ด้อยโอกาสทางสังคม

3. การบริการส่งเสริมการอ่าน มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการสร้างความสนใจในหนังสือ แต่ละประเภท ดังนั้น บุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการบริการส่งเสริมการอ่าน ควรคัดสรรหนังสือที่มีความเหมาะสมกับการบำบัดสภาพจิตใจของผู้อ่าน ทั้งนี้ให้คำนึงถึงลักษณะปัญหา และความ ต้องการของผู้อ่านเป็นสำคัญ

4. ในห้องสมุดควรมีการบริการเลือกวรรณกรรม โดยการจัดทำบรรณนิทัศน์วรรณกรรม ที่มีเรื่องราวเกี่ยวข้องกับปัญหาแต่ละประเภท เพื่อให้ผู้ที่มีปัญหาทางด้านจิตใจสามารถเลือกอ่าน วรรณกรรมที่ตนต้องการได้สะดวกยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวรรณกรรมบำบัด ร่วมกับกิจกรรมอื่น ๆ เช่น การใช้วรรณกรรมบำบัด ร่วมกับการแสดงละคร หรือ บทบาทสมมุติ เป็นต้น ทั้งนี้ เพื่อส่งเสริมให้การบำบัดจิตใจโดย วรรณกรรมบำบัด มีประสิทธิภาพสูงขึ้น

2. ควรมีการศึกษาวรรณกรรมบำบัด ที่มีผลต่อตัวแปรตามอื่น ๆ อีก เช่น ความคาดหวัง ในชีวิต ความวิตกกังวล ความเครียด ความว้าวุ่น การเสริมสร้างกำลังใจ เป็นต้น เพื่อให้เกิด ผลการวิจัยที่กว้างขวางยิ่งขึ้น

3. ควรมีการศึกษาวรรณกรรมบำบัด ในกลุ่มที่มีปัญหาต่าง ๆ เช่น เด็กกำพร้า เด็กที่ถูก ทารณกรรม ผู้พิการทั่วไป เด็กที่มีปัญหาครอบครัว ผู้ที่มีภาวะเศร้า คนชรา ตลอดจนผู้ป่วยเรื้อรัง ที่ต้องพักฟื้นเป็นระยะเวลานาน เป็นต้น