

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การศึกษานี้ เป็นการศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเผชิญความจริงและการฝึกความฉลาดทางอารมณ์เพื่อพัฒนาสุขภาพจิตของผู้หญิงที่กระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่มาพัก ณ สมาคมส่งเสริมสถานภาพสตรี (บ้านพักฉุกเฉินดอนเมือง)

สรุปผลการทดลอง

หลังการวิเคราะห์ข้อมูล ผลที่ได้ปรากฏดังต่อไปนี้

1. ไม่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลา คะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตระหว่างระยะเวลาก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
2. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง กับผู้หญิงที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตระยะหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน
3. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง กับผู้หญิงที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตในระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน
4. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มีสุขภาพจิตในระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
6. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน
7. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับโปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตในระยะหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

8. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตในระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

9. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐานดังนี้

1. การทดสอบปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลา พบว่าไม่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลา นั่นคือคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตระหว่างระยะเวลาก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลา ทั้งนี้เพราะผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงที่ได้รับการบำบัดทั้งสองกลุ่มต่างก็ผ่านประสบการณ์การบาดเจ็บในชีวิตทั้งทางร่างกายและจิตใจ การเข้ามาอยู่ในบ้านพักฉุกเฉินด้วยมีเงื่อนไขเวลาและระเบียบข้อบังคับที่กำหนดให้ตัดสินใจเรื่องการดูแลบุตรบุตรเองหรือยกบุตรให้คนอื่น ภายในเวลา 1 เดือนหลังคลอดเท่านั้น หลังจากนั้นจะต้องเตรียมตัวเองเพื่อให้ออกไปดำเนินชีวิตภายนอกบ้านพักฉุกเฉิน ดังนั้นระยะเวลาที่จำกัดจึงส่งผลต่อความคิด การรับรู้ ความรู้สึกและการเผชิญชีวิตของแต่ละคน ทำให้คะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตระหว่างระยะเวลาก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับการศึกษาของเตรียมใจ จาริยะศิลป์ (2545, หน้า ๖) เปรียบผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงกับการให้ข้อสนเทศที่มีต่อความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังหญิงจังหวัดชลบุรี พบว่า ไม่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง ผู้ต้องขังกลุ่มได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง กลุ่มที่ได้รับข้อสนเทศและกลุ่มควบคุมมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง กับผู้หญิงที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตระยะหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่าผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง กับผู้หญิงที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตระยะหลังการทดลองแตกต่างกัน ทั้งนี้เพราะผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงทั้งสองกลุ่มต่างก็ได้รับการพัฒนาสุขภาพจิตโดยกลุ่มที่ทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบ

กลุ่มเผชิญความจริง จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง คือ การสนับสนุนให้ผู้คลั่งจิตตนเอง มีความรับผิดชอบ พิจารณาสังต่าง ๆ ตามสภาพความเป็นจริง และรู้จักประเมินสิ่งที่ถูกและผิด ซึ่งองค์ประกอบเหล่านี้จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษา กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ซึ่งได้แบ่งขั้นตอนการเรียนรู้และการฝึกปฏิบัติเพื่อพัฒนาความสามารถของบุคคลในการรับรู้และแสดงอารมณ์นั้นออกมาสามารถที่จะแยกแยะ ประสมประสานความคิดกับอารมณ์มีความเข้าใจและสามารถแสดงอารมณ์ได้อย่างมีปัญญาและมีไหวพริบ ตลอดทั้งสามารถที่จะควบคุมอารมณ์ตนเองได้ทุกสถานการณ์ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2542 ก, หน้า 13) ทำให้คะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตระหว่าง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับ การศึกษาของ ภทราวุธ รักกลิ่น (2544, หน้า จ) ศึกษาผลการใช้โปรแกรมฝึกความฉลาดทางอารมณ์ กับ การควบคุมตนเอง ต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียน สุรศักดิ์วิทยาคม เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองคือ โปรแกรม 2 โปรแกรม ได้แก่ การฝึกความฉลาดทางอารมณ์ และโปรแกรมการควบคุมตนเอง พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มมีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และวิธีการทดลองทั้งสองวิธีช่วยให้นักเรียนกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มมีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ เช่นเดียวกับการศึกษาของเตรียมใจ จาริยะศิลป์ (2545, หน้า ง) เปรียบผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงกับการให้ข้อเสนอแนะที่มีต่อความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษของผู้ต้องขังหญิงจังหวัดชลบุรี พบว่า ไม่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง ผู้ต้องขังกลุ่มได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง กลุ่มที่ได้รับข้อเสนอแนะและกลุ่มควบคุมมีความวิตกกังวลในการดำรงชีวิตภายหลังพ้นโทษในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

จากเหตุผลดังกล่าวมาแล้วสรุปได้ว่าผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยการใช้ความรุนแรงที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง กับผู้หญิงที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตระยะหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน

3. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยการใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง กับผู้หญิงที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตในระยะติดตามผลไม่แตกต่างกันซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่าผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยการใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญ ความจริง กับผู้หญิงที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มี

สุขภาพจิตในระยะติดตามผลแตกต่างกัน เนื่องจากกระบวนการของกลุ่ม องค์ประกอบสำคัญที่จะทำให้การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มบรรลุเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ ได้แก่การเลือกสมาชิกกลุ่ม โอฮลเซน (Ohlsen, 1970, pp. 25-28) ได้เสนอแนวทางในการเลือกสมาชิกกลุ่มไว้ คือ สมาชิกที่เข้ากลุ่มควรเป็นผู้มีปัญหาคล้ายคลึงกัน และ สมาชิกที่เข้ากลุ่มควรจะเป็นผู้ที่มีความเต็มใจที่จะช่วยเหลือร่วมมือในการแก้ปัญหา บุคคลแต่ละคนมีความต้องการรับคำปรึกษาอย่างแท้จริงหรือไม่ และเขาจะให้ประโยชน์อะไรกับกลุ่มได้บ้างประกอบกับ ลักษณะที่คล้ายคลึงกันของกลุ่มตัวอย่างครั้งนี้คือการมีประสบการณ์การถูกระงับโดยใช้ความรุนแรง และการมาพัก ณ สถานสงเคราะห์ สถานภาพสตรี ที่มีข้อจำกัดของการพักในบ้านพักฉุกเฉินที่กำหนดให้หญิงที่ถูกระงับโดยใช้ความรุนแรงต้องตัดสินใจในการยกบุตรให้คนอื่นหรือการดูแลบุตรด้วยตนเอง ภายใน 1 เดือน และหลังจากคลอดบุตรให้ออกไปดำเนินชีวิตภายนอก ดังนั้นกลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเผชิญความจริง กลาสเซอร์ และซูนิ (Glasser & Suinin, 1979 อ้างถึงใน วิไลวรรณ พันธิไชย, 2540, หน้า 10-11) มีหลักการว่า บุคคลจะสามารถแก้ปัญหาของตนเองได้ ถ้าบุคคลกล้าเผชิญสภาพความเป็นจริง พิจารณาสถานการณ์ต่าง ๆ ตามที่เป็นจริง และตระหนักถึงความจริงที่ว่าเขามีหน้าที่ต้องหาทางตอบสนองความต้องการของเขาโดยไม่กระทบกระเทือนสิทธิของผู้อื่น แม้ว่าหนทางที่จะสนองความต้องการนั้นจะมีอุปสรรคก็ตาม และเข้าใจว่าการคิดถึงอดีตไม่ใช่หนทางในการแก้ปัญหา แต่เป็นข้ออ้างที่บุคคลจะไม่ยอมเผชิญกับสภาพความเป็นจริงในปัจจุบันของชีวิต รู้จักพิจารณาสถานการณ์ใดถูก หรือสิ่งใดผิด การประเมินพฤติกรรมว่าถูกหรือไม่ จะเป็นแรงกระตุ้นให้บุคคล เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ กลาสเซอร์ (Glasser, 1965) ได้กล่าวว่า เมื่อบุคคลประพฤติตนในทางที่ทำให้เขาสามารถให้และรับความรัก และความรู้สึกมีคุณค่าต่อตนเอง และ ผู้อื่น พฤติกรรมของเขาก็เป็นสิ่งที่ถูกต้องหรือชอบธรรม จึงช่วยให้การตัดสินใจ พิจารณาทางเลือกได้มากขึ้น ประกอบกับการใช้โปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ก็ช่วยให้กลุ่มทดลองที่ 2 ได้ตระหนักรู้ใน อารมณ์ และรู้สึกว่าคุณค่า จึงทำให้ผลการวิจัยไม่แตกต่างกัน

จากเหตุผลดังกล่าวมาแล้วสรุปได้ว่าผู้หญิงที่ถูกระงับโดยใช้ความรุนแรงที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง กับผู้หญิงที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

4. ผู้หญิงที่ถูกระงับโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 ที่ว่าผู้หญิงที่ถูกระงับโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง

ทั้งนี้เพราะ การถูกกระทำโดยการใช้ความรุนแรง คือ พฤติกรรมที่ผู้หญิงถูกกระทำทั้งทางด้านร่างกาย เช่น การผลัก ตบ ตี ต่อย ทูบ กระแทบ เตะ กระชาก บีบคอ หรือการจีด้วยของร้อน เป็นต้น และทางด้านจิตใจ เช่น การพุดจาถูก การพุดจาประชดประชัน การพุดข่มขู่ การทำให้ขายหน้า รวมถึงการบังคับไม่ให้คบกับคนอื่น สอดคล้องกับ อบรม สนิทบาล (2521 ข, หน้า 27) กล่าวถึงสาเหตุของโรคจิต สาเหตุทางจิตใจ ได้แก่ ขาดความรัก ความอบอุ่น เหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความรู้สึกหวาดหวั่น ถูกทำร้าย หรือขู่เข็ญ การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ได้รับการยอมรับว่าเป็นวิธีการที่เหมาะสมสำหรับการให้คำปรึกษาทั้งแบบรายบุคคลและเป็นกลุ่มทั้งในสภาพจิต วงการศึกษา วงการแก้ไข ฟื้นฟูในชุมชน การควบคุมประพฤติกรรมเยาวชน และผู้กระทำผิดผู้ใหญ่ ตลอดจนการนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันของบุคคล เนื่องจากมีหลักปฏิบัติการที่เข้าใจง่าย ไม่ซับซ้อน เน้นที่ปัญหา มีการวางแผนปฏิบัติที่เป็นรูปธรรม และสามารถเห็นผลได้ชัดเจน (Gilland, 1984)

จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ สมาชิกรายหนึ่งนามสมมติ เอ ตั้งครรภ์ เคยคิดและหาวิธีการในการทำแท้งหลายครั้งแต่ไม่สำเร็จ พ่อแม่ยังไม่ทราบว่าตั้งครรภ์ เข้ามาอยู่ในบ้านพักฉุกเฉินยอมรับและมีความสุขกับการดำเนินชีวิตในบ้านพักฉุกเฉิน มีเป้าหมายในชีวิตคือการออกจากบ้านพักแล้วไปเปิดร้านตัดเสื้อเป็นของตนเอง สาเหตุที่เลือกการเปิดร้านเสื้อเพราะตนถนัดงานตัดเสื้อ เคยรับจ้างตัดเสื้อและมีอุปกรณ์ตัดเย็บ และมีลูกค้าประจำรองรับ แต่ยังขาดเงินทุนและการหาสถานที่ที่เหมาะสมต่อการเปิดร้าน โดยมีข้อสัญญากับตนเองว่า “ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน ฝันให้ไกลไปให้ถึง” สิ่งที่ได้จากกระบวนการทำกลุ่ม คือ ได้เรียนรู้ว่าการดำเนินชีวิตของตนเป็นอย่างไร จะเลือกดำเนินชีวิตต่อไปอย่างไร ได้ข้อคิดหลายแง่หลายมุมจากเพื่อนสมาชิกกลุ่ม และสิ่งที่ประทับใจคือการได้พุดเรื่องที่ตน ไม่สามารถพุดได้ในที่อื่นและได้รับคำแนะนำตลอดจนกำลังใจจากเพื่อน จึงคิดว่าจะกลับบ้านไปหาพ่อแม่และบอกให้เขาทราบว่ามิลูก และรู้สึกสบายใจขึ้น

จากกรณีตัวอย่างสมาชิกรายนี้ พิจารณาตามการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มีหลักการสำคัญ 8 ประการ ที่มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และจะต้องปฏิบัติร่วมกันไปตลอดกระบวนการ สุดฤทัย มุขวงศา (2533, หน้า 16-19 อ้างอิงจาก Glasser, 1965) ดังนี้ 1. การสร้างสัมพันธภาพของการให้คำปรึกษา (Personal Involvement) ด้วยความสัมพันธ์ที่เป็นส่วนตัว ความอบอุ่น เข้าใจ เอาใจใส่ ยอมรับทำให้กล้าพุดถึงความต้องการของตนที่ไม่เคยพุดที่ไหนมาก่อน 2. การเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบัน (Present Adjustment) ผู้ให้คำปรึกษาจะชักชวนให้สมาชิกพิจารณาพฤติกรรมที่เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความรู้สึกที่ไม่ดี ช่วยให้เขาเรียนรู้ว่าเขามีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมของตนเอง สามารถตัดสินใจเลือก และสามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตตนเองให้ดีขึ้น การรับรู้ต่อพฤติกรรมที่ตนเองกำลังทำอยู่ เป็นวิธีการที่บุคคลจะพัฒนาภาพพจน์ที่ดีของ

ตนเอง ในรายนี้ผู้รับการปรึกษาขอรับกับการดำรงชีวิตในบ้านพักฉุกเฉิน ณ ปัจจุบัน ขณะเดียวกัน ก็เชื่อว่าน่าจะออกไปใช้ชีวิตภายนอกได้ 3. การประเมินพฤติกรรม (Value Adjustment) ผู้ให้ คำปรึกษาจะช่วยเขาในการประเมินว่า พฤติกรรมนั้นกำลังนำเขาไปสู่ความสำเร็จหรือความล้มเหลว สิ่งที่จะต้องกระทำเพื่อให้ผู้รับการปรึกษาไปสู่เป้าหมายในชีวิตได้คือการเปิดร้านทำผม 4. การ พัฒนาแผนเพื่อการเปลี่ยนแปลง (Positive Plan of Action) โดยกำหนดเป้าหมายระยะสั้นที่ สามารถปฏิบัติได้ และมีโอกาสที่จะสำเร็จ การวางแผนปฏิบัติจะต้องมีลักษณะเฉพาะเจาะจง ชัดเจน วัดได้ และต้องยืดหยุ่น สามารถปรับได้ตามความเหมาะสม ผู้รับการปรึกษามีการประเมิน ศักยภาพที่ตนมีจุดดีและจุดที่ต้องพัฒนาและวางแผนความเป็นไปได้ในการปฏิบัติ 5. ข้อผูกพัน (Commitment) แผนการที่กำหนดไว้เพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจะดำเนินต่อไปได้ก็ต่อเมื่อ ผู้รับคำปรึกษาเต็มใจที่จะลงมือปฏิบัติ มีการสร้างข้อผูกพันตนเองที่จะกระทำตามแผนการ และเขียน เป็นรูปแบบสัญญา ข้อสัญญาที่ให้ไว้กับตนเองคือ“ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน ผันให้ไกลไปให้ถึง” 6. การไม่ยอมรับข้อแก้ตัว (No Excuses) ในกรณีที่ผู้รับคำปรึกษาไม่สามารถทำตามข้อผูกพันของเขา ได้ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องไม่รับฟัง ข้อแก้ตัวใดๆ หรือเหตุผลในความล้มเหลว ไม่มีการตำหนิ หรือค้นหาข้อผิดพลาด แต่จะต้องแสดงความห่วงใยที่มีต่อผู้รับคำปรึกษาอย่างแท้จริง ช่วยให้ผู้ เขามองเห็นความจริงว่าเขาเท่านั้นที่จะเป็น ผู้รับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง 7. ไม่ใช้การลงโทษ (No Punishment) เมื่อผู้รับคำปรึกษาไม่สามารถทำตามข้อผูกพันของตน ผู้ให้คำปรึกษาจะต้อง กระตุ้นให้เขาเห็นและยอมรับผลที่ตามมาของเขาเอง และให้โอกาสเขาประเมินตนเองอีกครั้ง 8. การไม่ยอมล้มเลิกการตั้งใจ (Don't Give up) ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเชื่อมั่นในตัวผู้รับคำปรึกษาว่า เขาสามารถเปลี่ยนแปลงและพัฒนาได้ และยังคงแสดงความศรัทธาที่มีต่อความสามารถในการ เปลี่ยนแปลงของเขา การกระทำดังกล่าวจะช่วยให้เขามีกำลังใจ และความรู้สึกรับผิดชอบที่จะ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม มีความเชื่อมั่น และสามารถที่จะดำเนินตามแผนต่อไป สอดคล้องกับ การศึกษาของ ปิยาพร คัมภีร์พงศ์ (2540, หน้า 9) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญ ความจริงที่มีต่อความรับผิดชอบด้านการเรียนของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 โรงเรียนเทคโนโลยีภาคตะวันออก (อีเทค) จังหวัดชลบุรี จำนวน 10 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 5 คน พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความรับผิดชอบด้านการเรียนสูง กว่ากลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลองมีความรับผิดชอบในการเรียนระยะหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อน ทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากเหตุผลดังกล่าวมาแล้วสรุปได้ว่าผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยการใช้ความรุนแรงที่ได้รับการ ให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการ ทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญ ความจริง มีสุขภาพจิตในระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5 ที่ว่าผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญ ความจริง มีสุขภาพจิตในระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองทั้งนี้เพราะ การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง ได้รับการยอมรับว่าเป็นวิธีการที่เหมาะสมสำหรับการให้คำปรึกษาทั้งแบบรายบุคคลและเป็นกลุ่มทั้งในสุขภาพจิต วงการศึกษา วงการแก้ไข ฟื้นฟูในชุมชน การควบคุมประพฤตินิเวศน์ และผู้กระทำผิดผู้ใหญ่ ตลอดจนการนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันของบุคคล เนื่องจากมีหลักปฏิบัติที่เข้าใจง่าย ไม่ซับซ้อน เน้นที่ปัญหา มีการวางแผนปฏิบัติที่เป็นรูปธรรม และสามารถเห็นผลได้ชัดเจน (Gilland, 1984) นอกจากนี้ คอเรีย (Corey, 1991, pp. 383-385) ได้อธิบายถึง เทคนิคพิเศษในการให้คำปรึกษาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ดังนี้ 1. ศิลปะในการตั้งคำถามด้วยความชำนาญ เพราะเหตุว่าการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ใช้การตั้งคำถามในระดับที่มากกว่าการให้คำปรึกษาอื่น ๆ ผู้ให้คำปรึกษาจึงจำเป็นต้องพัฒนาทักษะในการตั้งคำถามให้กว้างขวาง วัตถุประสงค์หลัก 4 ประการของการใช้คำถามก็คือเพื่อเข้าไปสู่โลกส่วนตัวของผู้รับคำปรึกษา เพื่อรวบรวมข้อมูล เพื่อให้ข้อมูลและเพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถควบคุมวิถีชีวิตของเขาได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น 2. เทคนิคการช่วยตนเองในโปรแกรมการพัฒนาค้นเอง โปรแกรมการพัฒนาค้นเองนี้เป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาพิจารณาเกี่ยวกับการตอบสนองความต้องการเท่า ๆ กับการพิจารณาพฤติกรรมที่กำหนดไว้เพื่อที่จะเปลี่ยนแปลง “การเปลี่ยนแปลง” นั้นรวมถึง “การกระทำพฤติกรรม” แทนที่ “การยกเลิกพฤติกรรม” และ “พฤติกรรมที่พึงประสงค์” แทนที่ “พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์” 3. เทคนิคการใช้อารมณ์ขัน การใช้อารมณ์ขันอย่างมีประสิทธิภาพจะต้องใช้อย่างเหมาะสมถูกต้อง จังหวะ อารมณ์ขันที่นำมาใช้ในกระบวนการให้คำปรึกษานั้น จะต้องใช้ถ้อยคำที่เหมาะสม และช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาองสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงจึงมีแนวทางที่จะตอบสนองความต้องการของตนเอง กระบวนการของการวางแผนตลอดจนการดำเนินการตามแผนการนั้นดังเช่นกรณีของสมาชิกที่มีนามสมมติ เอ นั่นคือ ผู้รับคำปรึกษาควบคุมชีวิตของตนเอง วิธีนี้ถือเป็นสิ่งที่ดีที่สุด ที่ได้เตรียมการให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับข้อมูลใหม่ และช่วยให้เขาค้นพบทางเลือกใหม่ที่มีประสิทธิภาพ ที่สามารถตอบสนองความต้องการของเขาได้ สอดคล้องกับการศึกษาของวิลโล อิมสาร์น (2542, หน้า 9) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเผชิญความจริง กับกิจกรรมกระจำจ่าณิคม เพื่อพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกของเด็กด้อยโอกาส พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มมีพฤติกรรมกล้า

แสดงออกสูงขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในระยะหลังการทดลอง และนักเรียนทั้งสองกลุ่มยังมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เพิ่มขึ้นคงอยู่ในระยะติดตามผล

จากเหตุผลดังกล่าวมาแล้วสรุปได้ว่าผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยการให้ความรุนแรงที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มีสุขภาพจิตในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยให้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 6 ที่ว่าผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยให้ความรุนแรง ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เพราะผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยให้ความรุนแรงที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเผชิญความจริง ได้รับการฝึกการสำรวจตนเอง มีการจดบันทึกกิจกรรมเป็นการบ้านพร้อมทั้งให้รู้จักวิเคราะห์ข้อดีข้อเสียในพฤติกรรมต่าง ๆ ที่ตนได้ปฏิบัติอย่างต่อเนื่องและการสร้างข้อผูกพันแก่ตนเอง ในการเสริมสร้างความสุขในการดำเนินชีวิตประจำวันตามความเหมาะสมของแต่ละคน จึงเป็นผลให้สุขภาพจิตในระยะติดตามผลไม่แตกต่างจากระยะหลังการทดลอง สอดคล้องกับขนิษฐา ชลาสนธิ (2544, หน้า ๖) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงรวมกับการบริหารเวลาของตนเอง เพื่อลดความเครียดของผู้ดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อม เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ แบบสอบถามความเครียด แบบทดสอบสมรรถภาพสมองคนไทย โปรแกรมให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงรวมกับการบริหารเวลาของตนเอง ผู้ดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อมที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงรวมกับการบริหารเวลาของตนเองมีระดับความเครียดต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในกลุ่มทดลองมีระดับความเครียดในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง และระดับความเครียดในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

จากเหตุผลดังกล่าวมาแล้วสรุปได้ว่าผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยการให้ความรุนแรงที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

7. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยให้ความรุนแรง ที่ได้รับโปรแกรมการฝึกความฉลาด ทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตในระยะหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 7 ที่ว่าผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยให้ความรุนแรงที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตในระยะหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ทั้งนี้เนื่องจากมุมมองต่อปัญหาการใช้ความรุนแรงการมองในระดับบุคคล (At the Individual Level) การศึกษา

การศึกษาที่ระดับตัวผู้กระทำโดยมองในสิ่งที่แสดงถึงการใช้ความรุนแรงในครอบครัว ประสพการณ์ความรุนแรงในวัยเด็กมอง พฤติกรรมที่แสดงถึงการปฏิเสธ การละทิ้ง การใช้ แอลกอฮอล์ ปัญหาความเครียดจากหน้าที่ การงานในชีวิตประจำวัน รวมถึงการขาดทักษะชีวิต ในการระงับความโกรธ ความขัดแย้ง เป็นต้น มีการศึกษาสนับสนุนว่าบุคคลที่มีภูมิหลังเรื่องความรุนแรงในครอบครัวโดยเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ด้านความรุนแรง คือ เป็นผู้ที่เคยใช้หรือเคยได้รับความรุนแรงมาก่อนในวัยเด็ก หรือ เป็นผู้ที่เป็นผู้ตีเบียดในครอบครัวที่เคยมีปัญหาความรุนแรง จะเห็นว่าการทำร้ายกันระหว่างสมาชิกใน ครอบครัวเป็นพฤติกรรมปกติธรรมดา และยอมรับการใช้ความรุนแรงในครอบครัว มีผลทำให้ปัญหาความรุนแรงในครอบครัวมีความรุนแรงมากขึ้น (Gelles & Straus, 1979, p. 565) การรับรู้ต่อความรุนแรงดังกล่าวของบุคคลสอดคล้องกับการศึกษาของสวนีย์ เกี้ยวกิ่งแก้ว, แสงหล้า พลนอก และเขาวนีย์ ถ่องชูพล (2544, หน้า ข) ศึกษาระดับ สุขภาพจิตและความฉลาดทางอารมณ์ และหาความสัมพันธ์ของสุขภาพจิตกับความฉลาดทางอารมณ์ สุขภาพจิตและผลสัมฤทธิ์ด้านการเรียน ความฉลาดทางอารมณ์และผลสัมฤทธิ์ด้านการเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตคณะพยาบาลชั้นปีที่ 2 จำนวน 194 คน ผลการวิจัยพบว่าสุขภาพจิตมีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ มีค่าสหสัมพันธ์ $r = .162$ ($p = .024$) สอดคล้องกับคำกล่าวของโกเลแมน (Goleman, 1998) ความฉลาดทางอารมณ์ มีความหมายถึงความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกในตนเองและผู้อื่น ความสามารถในการสร้างแรงจิตใจให้ตนเอง จัดการกับอารมณ์ในตนเอง ตลอดจนความสามารถในด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น

การฝึกความฉลาดทางอารมณ์เน้นการฝึกปฏิบัติจริง โดยมีจุดมุ่งหมายหลัก 3 ด้านคือ ด้านดี ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้หญิงที่ถูกกระทำโดยความรุนแรงมีความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ด้านเก่ง มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงได้รู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น และด้านสุข มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้การดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข และบรรลุเป้าหมายในชีวิตได้ และในกระบวนการเข้าร่วมกิจกรรมการฝึกนั้น ทุกคนได้รับการกระตุ้นให้มีส่วนร่วมในแต่ละกิจกรรมอย่างเหมาะสม ด้วยความเป็นกันเอง มีโอกาสแสดงออกอย่างอิสระ เปิดเผยความรู้สึกทางอารมณ์ที่แท้จริงออกมา สอดคล้องกับภัทรารุณ รักกลิ่น (2544, หน้า จ) ศึกษาผลการใช้โปรแกรมฝึกความฉลาดทางอารมณ์กับการควบคุมตนเอง ต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนสุรศักดิ์วิทยาคม เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองคือโปรแกรม 2 โปรแกรม ได้แก่ การฝึกความฉลาดทางอารมณ์ และโปรแกรมการควบคุมตนเอง พบว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มมีความฉลาดทาง

อารมณ์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เช่นเดียวกับวันทนา ธีระพุทธิชัย (2544, หน้า 102-110) ศึกษาผลของการใช้การฝึกความฉลาดทางอารมณ์และการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนเทคนิคในจังหวัดชลบุรี กลุ่มตัวอย่างได้แก่ นักเรียนระดับประกาศนียบัตร วิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 2 อายุไม่เกิน 17 ปี ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำจากการตอบแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ จำนวน 18 คน สุ่มอย่างง่ายเข้ากลุ่ม 3 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน คือ กลุ่มการใช้การฝึกความฉลาดทางอารมณ์ 1 กลุ่ม กลุ่มการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม การทดลองแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์มีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากเหตุผลดังกล่าวมาแล้วสรุปได้ว่าผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยการใช้ความรุนแรงที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

8. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 8 ที่ว่าผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ทั้งนี้เนื่องจากการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ประกอบด้วยกิจกรรมต่าง ๆ เช่น กิจกรรมการเลือกคำที่แสดงออกของอารมณ์ ที่ตรงกับภาพหรือใบงานเรื่องอารมณ์ ที่ช่วยฝึกให้หญิงที่ถูกกระทำโดยความรุนแรงได้รู้จักอารมณ์ และตระหนักถึงความต้องการของตนเอง กิจกรรมการอ่านสถานการณ์สมมติเรื่อง “เขาไม่เชื่อ” เพื่อควบคุมอารมณ์ของตนเอง กิจกรรมการฝึกความรับผิดชอบ เรื่อง การสร้างบ้านของฉัน การฝึกการแก้ปัญหาในสถานการณ์ “ฟ้าหม่น” ตลอดจนการฟังเพลงฝึกผ่อนคลายความเครียดเพื่อสร้างความสงบทางใจ ซึ่งผลให้หญิงที่ถูกกระทำโดยความรุนแรงได้พัฒนาสุขภาพจิตจึงทำให้สุขภาพจิตระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง สอดคล้องกับการศึกษาของ กันทิมา สัตตะปัน (2545, หน้า ๖) ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมฝึกความฉลาดทางอารมณ์ต่อการลดการคิดแอมเฟตامينซ้ำของพลทหารที่เข้ารับการรักษาที่แผนกจิตเวช และบำบัด ยาเสพติดโรงพยาบาลอาภากรเกียรติวงศ์ฐานทัพเรือสัตหีบ คือเครื่องมือตรวจหาสารแอมเฟตامينในปีสสาวะ พบว่ากลุ่มพลทหารที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีจำนวนผู้ติดแอมเฟตامينซ้ำ ในระยะหลังการทดลองน้อยกว่ากลุ่ม

ควบคุม อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ กลุ่มพลทหารที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์มีจำนวน ผู้ติดแอมเฟตามีน เข้าในระยะติดตามผล 3 เดือน น้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 เช่นเดียวกับกับภรรยา รุทกลีน (2544, หน้า ๑) ศึกษาผลการใช้โปรแกรมฝึกความ ฉลาดทางอารมณ์ กับการควบคุมตนเอง ต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ตอนปลายโรงเรียน สุรศักดิ์วิทยาคม เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองคือโปรแกรม 2 โปรแกรม ได้แก่ การฝึกความฉลาดทางอารมณ์ และโปรแกรมการควบคุมตนเอง พบว่ามีปฏิสัมพันธ์ ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนกลุ่ม ทดลองทั้งสองกลุ่มมีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่า ระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากเหตุผลดังกล่าวมาแล้วสรุปได้ว่าผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยการใช้ความรุนแรงที่ได้รับการ ฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

9. ผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยการใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มี สุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ ที่ 9 ที่ว่าผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยการใช้ความรุนแรง ที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิต ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เพราะหลังจากที่ผู้หญิงที่ถูกกระทำ โดยการใช้ความรุนแรง ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์แล้วทำให้สามารถควบคุม อารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความสามารถในการรู้จักตนเอง มี แรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ การศึกษาของ สก็อตต์ (Scott, 1958, pp. 29-45) ได้รวบรวมงานวิจัยเกี่ยวกับการวัดสุขภาพจิตว่าสุขภาพจิตวัดได้จากการ ประเมินตนเองในสภาพการณ์ปัจจุบันถึงความรู้สึกส่วนตัว เกี่ยวกับความสุข ความพอใจ ความ มั่นใจ ตลอดจนความรู้สุขของบุคคล จึงทำให้สุขภาพจิตในระยะติดตามผลไม่แตกต่างจากระยะ หลังการทดลอง สอดคล้องกับสุรกี หนูเรียงสาย (2544, หน้า ๑) ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่ม และโปรแกรม การฝึกความฉลาดทางอารมณ์ที่มีต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 5 โรงเรียนเพร็กยมาตาวิทยา อำเภอเมือง จังหวัดระยอง เครื่องมือที่ใช้ในการ ทดลอง ใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ และการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ พบว่ามี ปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับช่วงเวลาของการทดสอบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนที่ได้รับการฝึกกิจกรรมกลุ่มมีความฉลาดทางอารมณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลแตกต่างอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ นักเรียนที่ได้รับ

การฝึกความฉลาดทางอารมณ์มีความฉลาดทางอารมณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ในระยะหลังทดลองกับระยะติดตามผลแตกต่างกันไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

จากเหตุผลดังกล่าวมาแล้วสรุปได้ว่าผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยการใช้ความรุนแรงที่ได้รับการฝึกโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ มีสุขภาพจิตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 ผลการวิจัยที่พบว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเผชิญความจริง และโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ สามารถพัฒนาสุขภาพจิตผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยการใช้ความรุนแรงได้ ดังนั้นการฝึกอบรมเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องและดูแลกลุ่มผู้หญิงที่อยู่ในบ้านพักฉุกเฉินให้มีความรู้ความเข้าใจ และตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาสุขภาพจิต เพื่อเป็นพื้นฐานการใช้โปรแกรมและเทคนิคต่าง ๆ ในการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยการใช้ความรุนแรง ให้สามารถดำรงชีวิตในสังคมต่อไปได้อย่างเหมาะสม

1.2 การวิจัยครั้งนี้แม้ว่าจะทำการทดลองในกลุ่มผู้หญิงที่ถูกกระทำโดยการใช้ความรุนแรงแต่สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ ที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงได้ เช่น กลุ่มเด็กที่ถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรง เป็นต้น

1.3 ควรมีการพัฒนาหลักสูตรหรือโปรแกรมการส่งเสริมความเข้มแข็งในครอบครัว ทั้งในระดับการเรียนการสอน และจัดหลักสูตรเพิ่มเติมในชุมชน โดยความร่วมมือกันทั้งภาครัฐและเอกชน เพื่อเสริมสร้างสุขภาพใจให้มีความเข้มแข็ง และมีสุขภาพจิตที่ดี โดยประยุกต์ใช้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเผชิญความจริง และหรือโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัย

2.1 จากการวิจัยครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างมีพื้นฐานการถูกกระทำโดยใช้ความรุนแรงทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ จึงเป็นการบาดเจ็บที่ยังฝังลึกอยู่ในใจตลอดเวลา ประกอบกับระยะเวลาของการอยู่ในบ้านพักมีระยะเวลาจำกัด ดังนั้นน่าจะมีการศึกษาติดตามโดยการใช้กระบวนการพัฒนาสุขภาพจิตต่อเนื่อง และติดตามผลเป็นระยะ ๆ เพื่อให้มีสุขภาพใจแข็งแรงและไม่พบปัญหาการถูกกระทำซ้ำ จนต้องกลับเข้ามาในบ้านพักซ้ำ

2.2 ควรทดลองใช้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเผชิญความจริง และหรือโปรแกรมความฉลาดทางอารมณ์ ในกลุ่มตัวอย่างที่ถูกกระทำทารุณกรรม ที่มีจำนวนกลุ่มตัวอย่างมากกว่าการวิจัยครั้งนี้