

ผลของการให้คำปรึกษาโดยใช้ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส
ต่อความหยุ่นตัวของเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบ
The Effects of Neuro Linguistic Programming Counseling on
Resiliency of Children with Negative Experiences

สถาพร จันทร์พุกษา *

E-mail: nooneonone@hotmail.com

อนงค์ วิเศษสุวรรณ **

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสด้วยเทคนิคการปรับมโนภาพที่มีต่อความหยุ่นตัวของเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบในชีวิต กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบในชีวิต อายุ 13 - 21 ปี อยู่ภายใต้การดูแลของสถานสงเคราะห์เด็กชาย จำนวน 10 คน ที่มีคะแนนความหยุ่นตัวต่ำที่สุดเมื่อเรียงลำดับจากน้อยไปหามาก สุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 5 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นโปรแกรมการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสด้วยเทคนิคการปรับมโนภาพ และแบบประเมินความหยุ่นตัว ทำการทดลองเป็นรายบุคคล คนละ 1 ครั้ง ใช้เวลาครั้งละ 40 - 60 นาที แบบแผนที่ใช้ในการวิจัย คือ การวิจัยเชิงทดลอง แบ่งการทดลองเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่ม และหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม

ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลอง กับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มพบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนความหยุ่นตัว ในระยะหลังทดลองและติดตามผล ไม่แตกต่างกัน แต่เมื่อเปรียบเทียบภายในกลุ่มทดลอง พบว่ามีคะแนนความหยุ่นตัวในระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล สูงกว่าระยะก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : ความหยุ่นตัว / เด็กที่มีประสบการณ์ทางลบ/ ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส / เทคนิคการปรับมโนภาพ

* นิสิตหลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

** รองศาสตราจารย์ ดร. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

ABSTRACT

The purpose of this research was to study the effects of Neuro Linguistic Programming Counseling on Resiliency of Children with negative experiences. The samples composed of 10 Children aged 13 – 21 in a home for boys who had low Resilience scores. The simple random sampling was used to assign into two groups: an experimental group and a control group with five members in each. The instruments used in this research were the State-Trait Resilience Inventory and the Neuro Linguistic Programming, Visual Kinesthetic Dissociation technique. The sample was individually intervened for one session, 40 – 60 minutes. The study was divided into three phases: the pre - test phase, the post - test phase and the follow - up phase. The data were analyzed through repeated measures analysis of variance: one between - subject variable and one within - subjects variable.

The results revealed that the interaction between the method and duration of the experiment was statistically significant difference at the .05 level. The levels of resiliency in the experimental and the control groups in the post - test phase and the follow - up phase were not statistically significant difference. The resiliency in the experimental group in the post - test phase and the follow up phase were statistically significant difference higher than the pre – test phase the statistically significant difference was at the .05 level.

KEYWORDS : Resiliency/ Children With Negative Experiences / Neuro Linguistic Programming/

บทนำ

ชีวิตของบุคคลอาจผ่านประสบการณ์อันเลวร้ายที่มีส่วนจะกระตุ้นชีวิตให้พบกับความทุกข์ทรมาน ไม่ว่าจะเป็นเหตุที่เกิดจากมนุษย์ด้วยกัน หรือแม้แต่เหตุที่เกิดจากสิ่งแวดล้อม ภัยธรรมชาติต่างๆ สิ่งเหล่านี้ได้นำพาความสูญเสียแก่บุคคลทั้งทางตรงและทางอ้อม ซึ่งส่งผลให้บุคคลบางคนไม่สามารถก้าวข้ามพ้นประสบการณ์ทางลบไปได้ ติดอยู่ในความทุกข์ทรมานจากเหตุการณ์อันเลวร้าย และความเจ็บปวดที่มีมาก นำไปสู่ความหวาดระแวง ความซึมเศร้า และการฆ่าตัวตาย จึงเป็นสิ่งสำคัญในการศึกษา ปัจจัยที่สามารถทำให้บุคคลปกป้องตัวเองให้พ้นออกไปจากความทุกข์ทรมานไม่ว่าทางร่างกาย และจิตใจ สามารถที่จะปรับตัวเพื่อใช้ชีวิตในสังคมให้เป็นปกติสุข คือ ความหยุ่นตัว (Resilience) ซึ่งเป็นปัจจัยในการ

ปรับตัวต่อภาวะความลำบากยากแค้น ความเจ็บปวดจากเหตุการณ์รุนแรง โศกนาฏกรรม วิกฤติภัย รวมถึงปัจจัยต่างๆ ที่ทำให้เกิดความทุกข์ เช่น ปัญหาครอบครัว ความโดดเดี่ยว โรคภัยไข้เจ็บ และ ภาวะเศรษฐกิจ ความหยุ่นตัวเกิดการเติมเต็มส่วนที่ขาดหายไปจากประสบการณ์ให้มีชีวิตที่สมบูรณ์ (American Psychological Association, 2007) ความหยุ่นตัวเป็นความสามารถขั้นพื้นฐานของมนุษย์ทุกคนในวัยเด็ก ผู้ปกครองหรือญาติพี่น้องควรเพิ่มพูนความหยุ่นตัวให้แก่เด็ก ๆ ได้ โดยผ่านประสบการณ์ทางโลก รวมถึงการแสดงออกต่อเด็ก ๆ และการสร้างสภาพแวดล้อม ผู้ปกครองมีส่วนในการสร้างแรงสนับสนุนในครอบครัว ซึ่งจะนำไปสู่ความ

สามารถในการดูแลตนเอง ความเป็นอิสระ ความรับผิดชอบ ความเข้าใจ ความมีเมตตา การเผชิญหน้ากับเหตุการณ์ต่าง ๆ ด้วยความเชื่อมั่น และการมีศรัทธา ผู้ปกครองสามารถสอนให้เด็กรู้ถึงวิธีการสื่อสารกับบุคคลภายนอกและการแก้ไขปัญหา นอกจากนี้ยังควรสอนการรับมือกับความคิดในแง่ลบ ความรู้สึก และพฤติกรรมของเขาด้วย (Grotberg, 1995)

เด็กที่มีประสบการณ์ในด้านลบต้องพบกับความยากลำบาก และเรื่องร้ายต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น โดยยากที่จะป้องกันตัวเอง จนกลายเป็นความตึงเครียดที่ติดตัวมาด้วยผู้ใหญ่ แม้ว่าเหตุการณ์เหล่านี้จะผ่านไปแล้ว แต่ในระยะยาวความซึมเศร้าทางอารมณ์จะปรากฏออกมาดังนั้นการพัฒนาความหยุ่นตัวในเด็ก จึงเป็นเรื่องจำเป็นอย่างยิ่ง (Grotberg, 1999) การให้การปรึกษาเป็นทางหนึ่งที่จะช่วยด้านการพัฒนาความหยุ่นตัวแก่เด็กที่มีประสบการณ์ทางลบ

การให้การปรึกษาที่ผู้วิจัยสนใจนำมาพัฒนาความหยุ่นตัว คือ การให้การปรึกษาตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส ด้วยเทคนิคการปรับมโนภาพ ซึ่งเป็นเทคนิคที่ออกแบบมาเพื่อการกำจัดความรู้สึกอันเลวร้ายที่เกิดขึ้นจากประสบการณ์ทางลบ และยังคงค้างอยู่ในจิตใจ โดยการค้นหา และกลับไปสู่เหตุการณ์นั้นอีกครั้ง ในลักษณะที่คล้ายกับการดูภาพยนตร์ เป็นการพยายามที่จะทำให้บุคคลสามารถที่จะแยกตัวออกจากเหตุการณ์ซึ่งจะส่งผลให้บุคคลสามารถที่จะทำการสำรวจตนเองได้ ในฐานะของผู้ที่เคยผ่านเหตุการณ์นั้นมาแล้ว และตอนท้ายของการปรึกษา เมื่อบุคคลแยกตัวออกจากประสบการณ์ทางลบของตนแล้ว ส่งผลให้เกิดการยอมรับตนเองตามความเป็นจริงที่ควรจะเป็น คือการยอมรับว่าเหตุการณ์เหล่านั้นไม่ได้เกิดอยู่ในปัจจุบัน แต่หากเป็นประสบการณ์ทางลบที่ได้ผ่านมาแล้วเท่านั้น จุดเด่นในเทคนิคการปรับมโนภาพอยู่ที่การใช้เวลาน้อย อีกทั้งผู้รับการปรึกษาไม่ต้องเปิดเผยรายละเอียด ประสบการณ์ให้

ให้การปรึกษาทราบ (อนงค์ วิเศษสุวรรณ, 2550, หน้า 78 - 79) การปรับมโนภาพนั้นจะสามารถทำให้ผู้รับการปรึกษาที่มีประสบการณ์ทางลบได้สร้างโอกาสในการเผชิญหน้ากับปัญหา และมีผลตอบสนองต่อปัจจัยความหยุ่นตัวโดยอัตโนมัติ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อความหยุ่นตัวของเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบ
2. เปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อความหยุ่นตัวของเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบ ระหว่างกลุ่มที่ได้รับคำปรึกษาและกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล
3. เปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อความหยุ่นตัวของเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบ ในกลุ่มที่ได้รับคำปรึกษาในระยะหลังการทดลองกับก่อนการทดลอง และระยะติดตามผลกับระยะก่อนการทดลอง

สมมติฐานในการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง
2. เด็กที่มีประสบการณ์ทางลบที่ได้รับคำปรึกษาตามแนวคิดทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสมีความหยุ่นตัวในระดับที่สูงกว่าเด็กที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาตามแนวคิดทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสในระยะหลังทดลอง
3. เด็กที่มีประสบการณ์ทางลบที่ได้รับคำปรึกษาตามแนวคิดทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส มีความหยุ่นตัวสูงกว่าเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาตามแนวคิดทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาท

สัมพันธ์ในระยะติดตามผล

4. เด็กที่มีประสบการณ์ทางลบที่ได้รับคำปรึกษาตามแนวคิดทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสมีความหยุดตัวในระยะหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อนทดลอง

5. เด็กที่มีประสบการณ์ทางลบที่ได้รับคำปรึกษาตามแนวคิดทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสมีความหยุดตัวในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนทดลอง

ขอบเขตการวิจัย

ประชากร เป็นเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบ ซึ่งอยู่ภายใต้การดูแลจากสถานสงเคราะห์เด็กชาย โดยผ่านคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ดังนี้

1.1 อายุ 13 - 21 ปี

1.2 สามารถอ่านออก เขียนได้ และสามารถสื่อสารด้วยภาษาไทยเข้าใจ ชัดเจน

1.3 ยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยด้วยความสมัครใจ

กลุ่มตัวอย่าง เป็นเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบในสถานสงเคราะห์เด็กชาย และยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยโดยผ่านการลงนามในเอกสารยินยอมเข้าร่วมการวิจัย จากนั้นทำแบบประเมินความหยุดตัว ต่อมาคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนความหยุดตัวอยู่ในระดับต่ำที่สุดจำนวน 10 คน แล้วทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีสุ่มอย่างง่าย เป็นกลุ่มทดลอง 5 คน และกลุ่มควบคุม 5 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรต้น ได้แก่ วิธีการให้คำปรึกษาและระยะเวลาการทดลอง ดังนี้

1.1 วิธีการให้คำปรึกษา จำแนกเป็น 2 วิธี ได้แก่

1.1.1 วิธีการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสโดยเทคนิคการปรับมโนภาพ

1.1.2 วิธีปกติ วิธีการให้คำปรึกษาตามที

สถานสงเคราะห์เด็กชายจัดให้

1.2 ระยะเวลาของการทดลอง แบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความหยุดตัว

นิยามศัพท์เฉพาะ

ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส (Neuro Linguistic Programming : NLP) หมายถึง ทฤษฎีทางจิตวิทยาการให้คำปรึกษาโดยมีความเชื่อเรื่องความคิดและประสบการณ์ รับรู้ผ่านประสาทสัมผัสทั้งห้า ไปสู่กระบวนการประมวลผลเพื่อให้ความหมายและแสดงออกมาเป็นรูปแบบของพฤติกรรมทั้งทางวัจนภาษาและอวัจนภาษา ซึ่งมีเทคนิคอันหลากหลาย สำหรับการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้เทคนิคการปรับมโนภาพ

เทคนิคการปรับมโนภาพ (Visual Kinesthetic Dissociation : VKD) เป็นหนึ่งในเทคนิคตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสที่เหมาะสมสำหรับการเผชิญกับความกลัวของผู้รับคำปรึกษาที่เคยประสบกับเหตุการณ์รุนแรงในอดีต โดยใช้ประสาทสัมผัสด้านการมองเห็น และการสัมผัสด้วยการเชื่อมโยงกับสัญญาณพลังทางบวก และสัญญาณพลังทางลบ ซึ่งสัญญาณพลังนี้จะช่วยเสริมพลังให้แก่ผู้รับคำปรึกษาที่จะจัดการกับสิ่งเร้าได้อย่างเหมาะสม ด้วยการสร้างกระบวนการ 3 ขั้นตอน คือ การรักษาสมดุล เพื่อให้เกิดความพร้อมในการเผชิญวิกฤติของผู้รับคำปรึกษา การแก้ไขปัญญา โดยนำตนเองที่มีคุณสมบัติในการแก้ปัญหาหากกลับไปแก้ไขสิ่งที่ก่อให้เกิดความคับข้องใจนี้ และการเพิ่มศักยภาพให้แก่ตนเอง เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถเพิ่มเติมทักษะได้ด้วยตนเอง

เด็กที่มีประสบการณ์ทางลบ คือ เยาวชนในช่วงวัยรุ่น อายุประมาณ 13 - 21 ปี ที่รับรู้

เหตุการณ์ทางด้านลบของชีวิต เช่น เร่ร้อน ด้อยโอกาส ถูกกระทำรุนแรง ถูกล่วงละเมิดทางเพศ เป็นต้น ความหยุดตัว หมายถึง ปัจจัยการปกป้องส่วน

บุคคล เมื่อบุคคลต้องประสบกับเหตุการณ์อันเลวร้าย หรือประสบการณ์ในด้านลบของชีวิต ความหุนหันตัวจะทำให้บุคคลนั้นสามารถที่จะมีความอดทนอดกลั้น และสามารถที่จะเผชิญหน้ากับความเจ็บปวด ล้มเหลว และทุกข์ทรมานต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น และสามารถดำรงชีวิตได้อย่างเป็นสุข มีพื้นฐานแนวคิดมาจากองค์ประกอบที่สำคัญ 3 ประการ (Grotberg, 1995) ได้แก่

1. **สิ่งที่ฉันมี (I Have)** คือการได้รับรู้แหล่งสนับสนุนภายนอก ที่จะส่งเสริมให้เกิดความสามารถในการฟื้นฟูจิตใจ โดยในบางส่วนนี้จะมุ่งพัฒนาการซึ่งนำไปสู่ความรู้สึกมั่นคง และปลอดภัย เช่น การมีตัวแบบ การมีความไว้วางใจในความสัมพันธ์ การมีอิสระในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง เป็นต้น

2. **สิ่งที่ฉันเป็น (I am)** เป็นปัจจัยที่จะเสริมสร้าง

สิ่งที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของแต่ละบุคคล อันได้แก่ความรู้สึก ทศนคติ และความเชื่อที่เกิดขึ้นภายในตนเอง

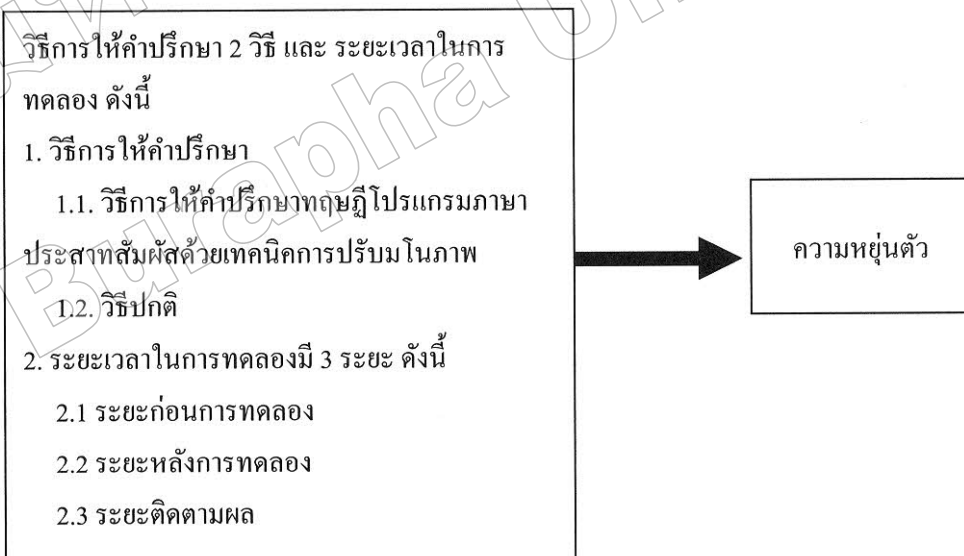
3. **สิ่งที่ฉันทำได้ (I can)** เป็นทักษะทางสังคม รวมถึงการมีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลอื่น ๆ ด้วย โดยทำการเรียนรู้ทักษะเหล่านี้ผ่านทางการสร้างปฏิสัมพันธ์กับสิ่งต่าง ๆ ทั้งจากตัวตนของตนเอง และการสั่งสอนจากผู้อื่น เช่น การสื่อสาร การจัดการกับความรู้จัก การรับรู้อารมณ์ของตนเอง และผู้อื่น เป็นต้น

วิธีปกติ หมายถึง วิธีการให้ช่วยเหลือเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบ ทางร่างกาย จิตใจ และสังคม ของสถานสงเคราะห์เด็กชาย

ตัวแปรต้น

ตัวแปรตาม

ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย



ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส

ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสเป็นทฤษฎีที่มุ่งเน้นในการช่วยเหลือบุคคลจากภายในโดยอาศัย

กระบวนการต่าง ๆ จากเทคนิคอันหลากหลาย ภายใต้อาสาสมัครที่มุ่งเน้นในการช่วยเหลือบุคคลจากภายในโดยอาศัยพื้นฐานความคิดที่ว่า

การแสดงออกต่าง ๆ ของบุคคล ความรู้สึก ความคิด ล้วนแต่เป็นการแสดงออกผ่านทางอารมณ์เห็นโลกเพียงส่วนหนึ่งเท่านั้น โดยที่บุคคลมองเห็นโลกในส่วนต่าง ๆ ผ่านทางการคัดกรองจากประสบการณ์ส่วนตัวของบุคคลเอง ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสทำงานภายใต้ส่วนประกอบหลักสามประการที่เกี่ยวข้องกันในการสร้างประสบการณ์ของแต่ละบุคคล ประการแรกคือ ระบบประสาท (Neuro) หมายถึง การรับรู้ในใจ และสมอง ซึ่งเป็นส่วนจำเป็นอย่างยิ่งที่จะบอกได้ว่า บุคคลมีความคิดเกี่ยวกับบางสิ่งอย่างไรบ้าง มีกระบวนการในการรับรู้อย่างไร ประสบการณ์ของชีวิตจะไหลผ่านออกมาทางประสาทสัมผัสทั้งห้า รวมถึงกระบวนการประมวลผลข้อมูลการรับรู้ภายในตัวบุคคล สิ่งเหล่านี้จะสามารถบ่งชี้พฤติกรรม เกี่ยวข้องกับสิ่งที่คิดภายใน การตีความหมายของบุคคลเป็นอย่างไร ประการที่สองคือ ภาษา (Linguistic) หมายถึง ทักษะการใช้ภาษาทั้งหมด เราจะสามารถเรียนรู้ได้ว่าควรใช้ภาษาอย่างไรในการติดต่อสื่อสาร ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสจะให้ความสำคัญกับสิ่งที่พูด และวิธีการที่จะสื่อความหมายที่ต้องการออกมาเป็นสิ่งที่สำคัญกว่า ประการที่สาม คือโปรแกรม (Programming) หมายถึง กระบวนการของวิธีการ หรือแผนการที่จะนำไปสู่จุดมุ่งหมาย นั่นคือสิ่งที่บ่งบอกการรวบรวม และการสะสมต่อความคิด และการกระทำต่าง ๆ เกี่ยวข้องกับค่านิยมของบุคคล และความเชื่อส่วนบุคคล ซึ่งจะทำงานร่วมกันเพื่อบรรลุผลที่ได้รับอย่างดีที่สุด ในขณะที่มุมมองมีผลกระทบต่อ การเปลี่ยนแปลง ผู้อื่นด้วยเช่นกัน (Henwood & Lister, 2007, pp. 8 - 9)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบประเมินความหุนหันตัว
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาด้วยเทคนิคการปรับโมโนภาพตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส

วิธีการดำเนินการทดลอง

ดำเนินการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากเยาวชนที่มีประสบการณ์ทางลบ ที่อยู่ภายใต้การดูแลของสถานสงเคราะห์เด็กชาย จากนั้นทำแบบประเมินความหุนหันตัว และคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนอยู่ในระดับต่ำที่สุดเมื่อเรียงลำดับคะแนนของแบบประเมินความหุนหันตัวจากน้อยไปหามาก จำนวน 10 คน แล้วทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีสุ่มอย่างง่าย และจำแนกออกเป็น กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 5 คนโดยบันทึกค่าคะแนนที่ได้จากการประเมินไว้เป็นคะแนนในส่วนก่อนการทดลอง

ระยะการทดลอง 1 เดือน 15 วัน ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพกับผู้เข้าร่วม พร้อมทำความเข้าใจในการเข้าร่วมงานวิจัย ชี้แจงข้อตกลงเบื้องต้น และขั้นตอนการให้คำปรึกษา กลุ่มทดลองดำเนินการตามกระบวนการของโปรแกรมการให้คำปรึกษาด้วยเทคนิคการปรับโมโนภาพตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส ผู้วิจัยให้การให้คำปรึกษารายบุคคลเพื่อที่จะสามารถรักษาความลับ และความเป็นส่วนตัวแก่กลุ่มทดลอง โดยแบ่งกระบวนการให้คำปรึกษาเป็น 1 ครั้ง ครั้งละ 40 - 60 นาที ในขณะที่กลุ่มควบคุมไม่ได้รับการปรึกษาตามโปรแกรมที่สร้างขึ้น แต่ได้รับการปรึกษาด้วยวิธีปกติตามที่สถานสงเคราะห์เด็กจัดให้

ระยะหลังการทดลอง ผู้วิจัยสัมภาษณ์ความรู้สึก และสิ่งที่ได้จากการผ่านกระบวนการของโปรแกรมการให้คำปรึกษาด้วยเทคนิคการปรับโมโนภาพตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส และให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบประเมินความหุนหันตัวอีกครั้ง บันทึกเป็นคะแนนระยะหลังการทดลอง

ระยะติดตามผล ผู้วิจัยติดตามผลการทดลอง โดยทิ้งเวลาห่างจากระยะหลังทดลองเป็นเวลาประมาณ 2 สัปดาห์ ติดตามผลโดยการให้กลุ่มตัวอย่าง และกลุ่มควบคุมทำแบบประเมินความหุนหันตัวอีกครั้ง และบันทึกคะแนนที่ได้เป็นระยะติดตามผล

นำข้อมูลทั้งหมดมาตรวจสอบความถูกต้องให้ครบถ้วนเพื่อวิเคราะห์ประเมินผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยความหุนตัว ระหว่างวิธีการทดลอง กับระยะของการทดลอง

Source of variation	df	SS	MS	F
Between subject	9	1281.2		
Group (G)	1	0.5	0.5	0.003
SS w/in groups	8	1280.6	160.0	
Within subjects	20	1434.6		
Interval	2	1057.8	528.9	34.2*
IxG	2	129.8	64.9	4.2*
IxSS w/in groups	16	246.9	15.4	
Total	29	2715.8		

$F_{.05}(1,8) = 5.32, F_{.05}(2,16) = 3.63$

* $p < .05$

จากตารางที่ 1 พบว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คะแนนเฉลี่ยความหุนตัวในระหว่างระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีความหมายว่า วิธีการทดลอง และระยะเวลาส่งผลร่วมกันต่อความหุนตัว แต่คะแนนเฉลี่ยความหุนตัวของเด็กในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 2 ผลการทดสอบของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง

แหล่งของความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	1	32.4	32.4	0.5
ภายในกลุ่ม	24	1527.6	63.6	

$F_{.05}(1,11) = 4.84$

ปรับค่า df ด้วยวิธีการของ Welch-Satterthwite (Howell, 2007, p. 451)

ได้ค่า $df = 16$

จากตารางที่ 2 พบว่าในระยะก่อนการทดลอง คะแนนเฉลี่ยความหุนตัวของเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบในกลุ่มทดลอง และเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบในกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 3 ผลการทดสอบของวิธีการทดลองในระยะหลังการทดลอง

$F_{.05}(1,11) = 4.84$

ปรับค่า df ด้วยวิธีการของ Welch-Satterthwaite (Howell, 2007, p. 451)

แหล่งของความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	1	78.4	78.4	1.2
ภายในกลุ่ม	24	1527.6	63.6	

ได้ค่า $df = 16$

จากตารางที่ 3 พบว่าในระยะหลังการทดลอง คะแนนเฉลี่ยความหุนตัวของเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบในกลุ่มทดลอง และเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบในกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 4 ผลการทดสอบของวิธีการทดลองในระยะติดตามผล

แหล่งของความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	1	19.6	19.6	0.3
ภายในกลุ่ม	24	1527.6	63.6	

$F_{05(1,11)} = 4.84$

ปรับค่า df ด้วยวิธีการของ Welch-Satterthwaite (Howell, 2007, p. 451)

ได้ค่า $df = 16$

จากตารางที่ 4 พบว่าในระยะติดตามผล คะแนนเฉลี่ยความหุนตัวของเด็กในกลุ่มทดลอง และเด็กในกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 5 ผลการทดสอบของระยะเวลาในเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบในกลุ่มทดลอง

แหล่งของความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างบุคคล	4	1064.2		
ระยะเวลา	2	764.4	382.2	65.1*
ความคลาดเคลื่อน	8	46.9	5.8	
รวม	14	1875.6		

$F_{05(2,8)} = 4.46$

$p < .05$

จากตารางที่ 5 พบว่าคะแนนเฉลี่ยความหุนตัวของเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบในกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความหุนตัว เป็นรายคู่ด้วยวิธีทดสอบแบบนิวแมน - คูลส์ (Newman - keuls Method) ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความหุนตัวเป็นรายคู่ของเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบในกลุ่มทดลอง ระยะเวลาการทดลอง ระยะเวลาหลังการทดลอง และระยะติดตามผลด้วย

วิธีการทดสอบแบบนิวแมน-คูลส์ (Newman-Keuls method)

* $p < .05$

ค่าเฉลี่ย	ระยะก่อนการทดลอง	ระยะติดตามผล	ระยะหลังการทดลอง
	115.6	129.4	131.8
115.6	-	13.8*	16.2*
129.4			2.4
131.8			-
r		2	3
q.95(r,8)		4.7	5.6
q.95(r,8)		5.1	6.1

จากตารางที่ 6 พบว่าคะแนนเฉลี่ยความหุนตัวของเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาด้วยเทคนิคการปรับมโนภาพตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และคะแนนเฉลี่ยความหุนตัว ในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในขณะที่คะแนนเฉลี่ยความหุนตัวในระยะหลังการทดลอง กับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล เสนอผลตามสมมติฐานที่ตั้งต่อไปนี

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. เด็กที่มีประสบการณ์ทางลบในชีวิต ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความหุนตัวในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 และ 3
3. เด็กที่มีประสบการณ์ทางลบในชีวิต ในกลุ่มทดลอง มีความหุนตัว ในระยะหลังทดลอง และติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 และ 5

อภิปรายผล

1. ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 พบได้จากผลของค่าเฉลี่ยที่ได้จากการประเมินความหุนตัวในระยะก่อนการทดลองของกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามแนวคิดทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส และกลุ่มควบคุม มีคะแนนเฉลี่ยที่ไม่แตกต่างกันในระยะก่อนการทดลอง แต่ค่าเฉลี่ยในระยะหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม รวมถึงระยะติดตามผลของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม พบว่าค่า

เฉลี่ยที่ได้จากการประเมินความหุนตัวมีระดับความหุนตัวที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนั้นวิธีการทดลองกับช่วงระยะเวลาของการทดลอง จึงมีผลต่อความหุนตัวของเด็กที่มีประสบการณ์ลบในชีวิต

2. เด็กที่มีประสบการณ์ทางลบในชีวิต ในกลุ่มทดลองคือได้รับคำปรึกษาตามแนวคิดทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสและ กลุ่มควบคุม ซึ่งไม่ได้รับการปรึกษาดังกล่าว มีความหุนตัวในระยะหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน กล่าวคือ กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความหุนตัวเท่ากับ 131.8 ขณะที่กลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความหุนตัวเท่ากับ 126.2 ซึ่งมีคะแนนเฉลี่ยแตกต่างกันไม่มากนัก ($\bar{D} = 5.6$) เมื่อทดสอบความแตกต่างจึงพบว่า ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เนื่องจากกิจกรรมเสริมที่สถานสงเคราะห์เด็กชายจัดขึ้น อาจเป็นตัวแปรแทรกซ้อนซึ่งส่งผลต่อเด็กในกลุ่มควบคุมในระหว่างการทดลอง ซึ่งหมายถึงการได้รับแรงสนับสนุน และแหล่งประโยชน์จากภายนอก (External Supports and Resources) จากสถาบัน และหน่วยงานต่าง ๆ กลุ่มควบคุมที่ได้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมตลอดระยะเวลาการทดลอง เช่น การเข้าค่ายพักแรม การจัดทัศนศึกษาภายนอก การจัดเลี้ยงอาหาร การเล่นเกม เป็นต้น ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้เป็นแหล่งสนับสนุนที่สำคัญทำให้เด็กในกลุ่มควบคุมมีปัจจัยในพัฒนาทักษะความหุนตัวในด้าน “สิ่งที่ฉันมี” (I have) ดังนั้นเด็กในกลุ่มควบคุมที่ได้ผ่านกระบวนการเหล่านี้จะมีคุณลักษณะที่มีผลปฏิสัมพันธ์กับการพัฒนาทักษะความหุนตัว ในขณะที่เด็กในกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาด้วยเทคนิคการปรับมโนภาพตามแนวคิดทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส ที่มีการจัดการในระดับจิตใต้สำนึก กล่าวคือการเสริมสร้างปัจจัยที่มีผลปฏิสัมพันธ์ต่อความหุนตัวจากภายใน (Internal Strengths) ซึ่งตรงกับการพัฒนาความหุนตัวในการสร้างความเข้มแข็งจากภายในด้าน “สิ่งที่ฉันเป็น” (I am) ซึ่งเป็นปัจจัยที่เสริมสร้างสิ่งที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของ

แต่ละบุคคล อันได้แก่ความรู้สึก ทศนคติ และความเชื่อภายในตนเอง เด็กในกลุ่มทดลองที่ได้ผ่านกระบวนการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส จึงมีคุณลักษณะที่มีผลปฏิสัมพันธ์ในการพัฒนาทักษะความหุนตัว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อัจฉราภักดีพินิจ (2545, หน้า 98-100) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อคุณค่าแห่งตนของเด็กที่ถูกทารุณกรรมทางเพศ พบว่าเด็กที่ถูกทารุณกรรมทางเพศที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสมีคุณค่าแห่งตนในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีเหตุผลว่า เด็กที่ถูกทารุณกรรมทางเพศจะได้รับประสบการณ์ที่เลวร้ายในชีวิตทำให้เกิดผลกระทบต่อจิตใจอย่างต่อเนื่องรุนแรงมากกว่าเด็กปกติจะได้รับ ทำให้เกิดพยาธิสภาพทางจิตใจที่ฝังลึก แม้ว่าการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสจะช่วยทำให้เด็กดังกล่าวได้รับรู้ความสามารถของตน ก็อาจต้องใช้เวลาในการปรับเปลี่ยน และขยายการรับรู้ที่จำกัด นอกจากนี้ยังมีปัจจัยอื่น ๆ เช่น ทางโรงเรียน ครู เพื่อนซึ่งมีส่วนในการพัฒนาคุณค่าแห่งตนอีกด้วย ดังนั้นองค์ประกอบที่เกิดขึ้นจากผลของการให้คำปรึกษาด้วยเทคนิคการปรับมโนภาพ และผลของการจัดกิจกรรมสนับสนุนจากภายนอก มีส่วนสองคล้องกันในการพัฒนาทักษะความหุนตัวทั้งสิ้น

3. เด็กที่มีประสบการณ์ทางลบในชีวิต ในกลุ่มทดลองคือได้รับคำปรึกษาตามแนวคิดทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสและ กลุ่มควบคุม ซึ่งไม่ได้รับการปรึกษาดังกล่าว มีความหุนตัวในระยะติดตามผล ไม่แตกต่างกัน กล่าวคือ กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความหุนตัวเท่ากับ 129.4 ขณะที่กลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความหุนตัวเท่ากับ 132.2 ซึ่งมีคะแนนเฉลี่ยแตกต่างกันไม่มากนัก ($\bar{D} = 2.8$) เมื่อทดสอบความแตกต่างจึงพบว่า ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้อาจเป็นผลสืบ

เนื่องจากกิจกรรมการเข้าค่ายที่สถานสงเคราะห์เด็กชาย จัดขึ้นในกลุ่มควบคุมในระหว่างการทดลองมีปฏิสัมพันธ์ ต่อการพัฒนาทักษะความหยุ่นตัวในระยะติดตามผล ซึ่ง เด็กในกลุ่มควบคุมได้รับการจัดกิจกรรมต่าง ๆ จากแรง สนับสนุนทางสังคมภายนอกอย่างต่อเนื่องตลอดระยะเวลา การทดลอง ทำให้เด็กในกลุ่มควบคุมสามารถพัฒนา ทักษะทางสังคม และทักษะระหว่างบุคคล (Social and Interpersonal Skills) ผ่านทางการจัดกิจกรรมที่หลากหลาย จึงทำให้เกิดการพัฒนาทักษะความหยุ่นตัวได้อย่าง ต่อเนื่อง ในขณะที่เด็กในกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำ ปรึกษาด้วยเทคนิคการปรับมโนภาพตามแนวคิดทฤษฎี โปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส ซึ่งทำให้เกิดทักษะความ เข้มแข็งภายใน พวกเขาจะได้เรียนรู้ว่าเหตุการณ์อันเลว ร้ายที่เกิดขึ้นนั้น สามารถเกิดขึ้นได้อยู่เสมอ การนำเอา ประสบการณ์ทางลบที่เกิดขึ้นปรับเปลี่ยนเป็นบทเรียน เป็นตัวแบบในการใช้ชีวิตที่มีความสุขในอนาคต จะเห็น ได้ว่า การรู้จักปรับตัวเองในการใช้ชีวิตประจำวันก็มีส่วน สอดคล้องกับองค์ประกอบสำคัญในด้านการพัฒนาทักษะ ทางสังคม และทักษะระหว่างบุคคล ทำให้เด็ก ๆ พัฒนา ความสามารถที่ใช้ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ดังนั้นจากการ ที่ได้ผ่านกระบวนการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีโปรแกรม ภาษาประสาทสัมผัสเพียงครั้งเดียว ทักษะความสามารถ เหล่านี้ยังคงอยู่ต่อไป และเอื้อประโยชน์ให้เด็ก สามารถ พัฒนาความหยุ่นตัวต่อไปได้ด้วยตนเองในอนาคต ซึ่ง สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระสมเด็จ สุขสมบูรณ์ (2546, หน้า 93-94) ซึ่งได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษา ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อความเครียดของ สามเณรศึกษา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยพบว่า ค่าเฉลี่ยความเครียดของสามเณรที่ได้รับการให้คำปรึกษา ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสมีระดับความเครียด ในระยะติดตามผลต่ำกว่าสามเณรในกลุ่มควบคุม อย่าง ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีเหตุผลว่า ในระยะติดตาม ผลนี้ สามเณรมีการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ตามหลักธรรม

ทางพระพุทธศาสนาอย่างเป็นกิจวัตร เช่น การทำวัตร สวดมนต์ การนั่งสมาธิ และเดินจงกรม ซึ่งกิจกรรม ต่าง ๆ เหล่านี้ มีผลต่อระดับความเครียดของสามเณร ด้วย ทำให้การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีโปรแกรมภาษา ประสาทสัมผัส และวิธีการปฏิบัติกิจกรรมตามหลักธรรม ทางพระพุทธศาสนาเป็นประจำ สามารถลดความเครียด ในระยะติดตามผลได้ไม่แตกต่างกัน

4. เด็กที่มีประสบการณ์ทางลบในชีวิต ในกลุ่ม ทดลองที่ได้รับการปรึกษาตามแนวคิดทฤษฎีโปรแกรม ภาษาประสาทสัมผัส มีความหยุ่นตัวในระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล สูงกว่าระยะก่อนทดลอง อย่างมีนัย สำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กล่าวคือ ในระยะก่อนการ ทดลอง หลังทดลอง และติดตามผล มีคะแนนความหยุ่น ตัวเท่ากับ 115.6, 131.8 และ 129.4 ตามลำดับ จะเห็น ได้ว่าหลังการทดลองมีคะแนนสูงกว่าก่อนทดลองเท่ากับ 16.2 และระยะติดตามผลมีคะแนนสูงกว่าก่อนทดลอง เท่ากับ 13.8 เมื่อทดสอบความแตกต่างทางสถิติพบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจาก ภายหลังจากเสร็จสิ้นกระบวนการปรึกษาตาม ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสด้วยเทคนิคการปรับ มโนภาพ ได้สร้างกระบวนการรับรู้ต่อโลกทัศน์ที่เกิดขึ้น ในระดับจิตใต้สำนึกของเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบใน ชีวิต การที่เด็กได้มีโอกาสเข้าไปค้นหาพลังความสามารถ ที่อยู่ในตนเอง และนำตนเองไปสู่ความกล้าหาญในการ เผชิญหน้ากับประสบการณ์ในอดีต เด็ก ๆ เรียนรู้จาก การได้ดูเหตุการณ์ของตนเองอีกครั้ง และเข้าใจได้ใหม่ว่า เหตุการณ์นั้นได้ผ่านพ้นไปแล้ว สิ่งที่หลงเหลืออยู่คือบท เรียนสำคัญ ที่จะทำให้ตนเองก้าวพ้นความทุกข์ที่เกิดขึ้น จากเหตุการณ์อันเลวร้าย และการให้ตนเองได้มีโอกาสที่ จะมีความสุขต่อการดำรงชีวิต ซึ่งเป็นกระบวนการที่จะ ส่งผลออกมาได้ในการให้คำปรึกษาครั้งเดียว หรือการนำ ไปสู่การให้คำปรึกษาในครั้งต่อ ๆ ไป ซึ่งสอดคล้องกับ การศึกษาความสามารถในการเผชิญปัญหา และฝ่าฟัน

อุปสรรคของ เอื้อกานต์ วรไพฑูรย์ (2550, หน้า 110) ซึ่งได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อความสามารถในการเผชิญปัญหา และฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 พบว่านักเรียนในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญปัญหา และฝ่าฟันอุปสรรคในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผู้วิจัยได้กล่าวว่าเป็นเพราะการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสมีส่วนช่วยให้นักคิดที่กำลังเผชิญหน้ากับปัญหา ความทุกข์ยากลำบาก ให้ได้ขยายขอบเขตการรับรู้ประสบการณ์ในการดำเนินชีวิตของตนเองใหม่ ช่วยให้นักคิดได้ค้นพบตัวเอง สร้างความตระหนักรู้ในสภาพปัจจุบัน มีการรับรู้ ความรู้สึก ความคิด และความ ต้องการต่าง ๆ ของตน สามารถสัมผัสกับสิ่งเร้าที่เกิดขึ้นในตนเอง ตลอดจนรับรู้ถึงสภาพแวดล้อม และความ สัมพันธ์ของตน และสิ่งแวดล้อมได้อย่างถูกต้องเหมาะสมในทุกขณะ พร้อมทั้งพัฒนาตนเองไปสู่ความสำเร็จ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

1. จากผลการวิจัยพบว่า การให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสส่งผลต่อการเพิ่มทักษะความหยุ่นตัวของเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบได้ จึงควร

จัดให้มีการประยุกต์ใช้การให้คำปรึกษา โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสด้วยเทคนิคการปรับมโนภาพ เนื่องจากให้ผลในเวลาอันสั้น เป็นทางเลือกที่ดี อีกทางหนึ่งในการให้คำปรึกษา

2. จากผลการวิจัยสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาการเรียนการสอนด้านการให้คำปรึกษา โดยผู้เรียนสามารถนำเทคนิคการปรับมโนภาพตามแนวคิดทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติการให้คำปรึกษา ทำให้เกิดทางเลือกมากขึ้นนอกเหนือจากวิธีการปกติที่ใช้อยู่แล้ว

ข้อเสนอแนะในการวิจัย

ควรนำทฤษฎีการให้คำปรึกษาด้วยเทคนิคการปรับมโนภาพตามแนวคิดทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสไปทดลองใช้กับตัวแปรตามอื่น ๆ เช่น ความสอดคล้องในการมองโลก ความเชื่ออำนาจภายในตน เป็นต้น ซึ่งเป็นตัวแปรสำคัญต่อการดำเนินชีวิตอย่างเป็นปกติสุขในสังคม ของเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบ เพื่อเป็นการศึกษาและขยายผลว่าเทคนิคการปรับมโนภาพตามแนวคิดทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสสามารถส่งผลต่อตัวแปรอื่นใดบ้างในการช่วยเหลือเด็กที่มีประสบการณ์ทางลบในชีวิต

เอกสารอ้างอิง

- พระสมเด็จ สุขสมบูรณ์. (2546). ผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อความเครียดของสามเณร นักศึกษา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา.
- อนงค์ วิเศษสุวรรณ. (2550). ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส NLP: Neuro Linguistic Programming. ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา, คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- อัจฉรา ภักดีพินิจ. (2545). ผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อคุณค่าแห่งตนของเด็กที่ถูกทารุณกรรมทางเพศ. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา.
- เอื้อกานต์ วรไพฑูรย์. (2550). ผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา.
- American Psychological Association. (2007). *What is Resilience?*. Retrieved March 18, 2009, from <http://psychcentral.com/lib/2007/what-is-resilience/>
- Grotberg, H. E. (1999). Countering depression with the five building blocks of resilience. *Reaching Today's Youth* 4(1, Fall): 66-72.
- _____. (1995). The International resilience project. *A Guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit*. Retrieved March 19, 2009, from <http://resilnet.uiuc.edu/library/grotb95b.html>
- Henwood, S. & Lister, J. (2007). *NLP and coaching for healthcare professionals : developing expert practice*. Chichester, West Sussex, England : John Wiley & Sons.
- Howell, D. C. (2007). *Statistical methods for psychology (6th ed.)*. Belmont, CA: Thomson Brooks-Cole / Wadsworth.