



ผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง ของวัยรุ่นอายุระหว่าง 15-18 ปี

The effect of group counseling based on reality theory for developing on self-esteem
of 15-18 years old Adolescent

วรรณวีธี สุระ¹⁾ และ กาญจนา ไชยพันธุ์²⁾

Wanvaree Theesura¹⁾ and Ganjana Chaiyapan²⁾

¹⁾ สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

Department of Educational Psychology and Counseling, Faculty of Educational, Khon kaen University

²⁾ รองศาสตราจารย์ สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

Associate Professor, Department of Educational Psychology and Counseling, Faculty of Educational,
Khon kaen University

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) มีวัตถุประสงค์การวิจัยเพื่อ 1) ศึกษา
ผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน
โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์ขอนแก่น อายุระหว่าง 15-18 ปี โดยเปรียบเทียบคะแนนแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง
ก่อนและหลังการเข้าร่วมการทดลอง 2) เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลอง
และกลุ่มควบคุม กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนโรงเรียนศึกษาสงเคราะห์ขอนแก่น จำนวน 16 คน รูปแบบการวิจัย
เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
คือ แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่นที่ระดับ 0.84 และโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม
ตามทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

ผลการวิจัยพบว่า 1) ผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง
ของนักเรียนโรงเรียนศึกษาสงเคราะห์ขอนแก่น อายุระหว่าง 15-18 ปี โดยเปรียบเทียบคะแนนแบบวัด
การเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลังการเข้าร่วมการทดลอง พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนน
แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) เมื่อเปรียบเทียบการเห็นคุณค่า
ในตนเองหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนน
แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : การให้คำปรึกษากลุ่ม การเห็นคุณค่าในตนเอง

Abstract

This research was a Quasi Experimental Research. The objective of this research were to study, 1) to compare Songkorsueksa. who between 15-18 years old's self-responsibility between the experimental group, and the control group, 2) to compare Songkorsueksa who between 15-18 years olds between the pretest, and posttest. The samples were 16 students of Songkorsueksa School. They were assigned into the experimental group and the control group 8 students each group. The instruments using in this were the Self-Responsibility Scale with Cronbach's Alpha Coefficient = 0.84 and group counseling program based on Reality Theory. Data were analyzed by Wilcoxon's Matched Pairs Signed Ranks Test, and the Mann Whitney U Test. The research result; 1) Comparison score of self-responsibility of Songkorsueksa who between 15-18 years olds posttest of control group have significantly higher score at .05 level compare with pretest. 2) Compare score of self-responsibility of experimental group have significantly higher score control group at .05 level.

Key words : Group counseling, self-esteem

บทนำ

การเห็นคุณค่าในตนเองช่วยให้บุคคลมองตนเองในแง่ดีตามความเป็นจริง ขึ้นชมกับความสามารถที่มีและพร้อมที่จะพัฒนาให้เจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป คนที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ หรือเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ แม้ว่าจะอยู่ในครอบครัวที่มีความพร้อมทางฐานะ หรือความเป็นอยู่ที่ดีก็อาจมีปัญหาในการปรับตัว ปัญหาการเรียนตกต่ำกว่าความสามารถ ปัญหาการคบเพื่อน ปัญหาการมีพฤติกรรมก้าวร้าวทำลาย ปัญหาการใช้สารเสพติดในกลุ่มวัยรุ่น ปัญหาการก่ออาชญากรรม ปัญหาหลักขโมย รวมไปถึงปัญหาที่ร้ายแรงที่สุด คือ ปัญหาการฆ่าตัวตาย เนื่องจากบุคคลนั้นรู้สึกว่าคุณค่าในตนเองไร้คุณค่า

การเห็นคุณค่าในตนเอง กล่าวได้ว่าเป็นการประเมินตนเอง จากลักษณะทางบุคลิกภาพ จิตใจ ความเชื่อ เจตคติ ความสามารถทางเชาว์ปัญญา รวมไปถึงการยอมรับจากบุคคลรอบข้าง เช่น การยอมรับจากบิดา-มารดา ครู-อาจารย์ เพื่อน พี่ น้อง คนรัก เป็นต้น ซึ่งถ้าบุคคลใดมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง บุคคลนั้นก็จะมีความบุคลิกภาพของจิตใจที่มั่นคง

มีความกระตือรือร้น ไม่หวั่นไหวต่อคำวิพากษ์วิจารณ์ กล้าแสดงออก สามารถเข้าสังคมและเป็นที่ยอมรับของบุคคลรอบข้าง มีความพึงพอใจและภูมิใจในงานที่ทำ ทำให้ประสบความสำเร็จในการเรียน การทำงาน และการดำเนินชีวิต ในทางตรงกันข้ามบุคคลที่มองเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะมีความบุคลิกภาพที่เฉื่อยชา ไม่มีความมั่นใจในตนเอง มีความรู้สึกว่าคุณค่าตนเองด้อยกว่าผู้อื่น ไม่กล้าแสดงความคิดเห็น แยกตัวออกจากสังคมไม่กล้าเข้าสังคม มองโลกในแง่ร้าย มีความรู้สึกไวต่อคำวิพากษ์วิจารณ์ และ ไม่สามารถใช้ศักยภาพทั้งหมดของตนเองได้อย่างเต็มที่ ดังนั้นความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจึงเป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาบุคคลไปสู่การเป็นบุคคลที่สมบูรณ์ต่อไปในอนาคต

นอกจากนี้ มีผู้ให้ความหมายการเห็นคุณค่าในตนเองอีกหลายท่าน เช่น มาสโลว์ กล่าวว่า การเห็นคุณค่าตนเองเป็นความต้องการของมนุษย์ในขั้นที่สี่ ที่อยากให้ตนมีความเข้มแข็ง ประสบความสำเร็จ มีความสามารถเพียงพอในการกระทำกิจการต่าง ๆ ช่วยเหลือตนเอง และมีความเชื่อมั่นในการเผชิญกับสิ่งต่าง ๆ ในโลก ได้อย่างอิสระ การเห็นคุณค่า

ในตนเองประกอบด้วยความมั่นใจในตนเองและการเคารพตนเอง คูเปอร์สมิธ [4] กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง คือการประเมินตนเองได้ แล้วแสดงออกในแง่ของการยอมรับตนเองหรือไม่ยอมรับตนเอง ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นถึงขอบเขตความเชื่อของบุคคลที่มีต่อตนเองและบุคคลอื่น สามารถรับรู้ได้จากคำพูดและการกระทำที่บุคคลนั้นแสดงออกต่อตนเองและคนรอบข้าง ในด้านของความสามารถ ความสำคัญ ความสำเร็จ และความมีคุณค่าในตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับ เนาวรัตน์ กะการดี [1] กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง การประเมินคุณค่าในตนเอง ด้วยการตรวจสอบการกระทำ ความสามารถ และการประสบความสำเร็จ เฮอร์ลิค (อ้างใน ยุทธการ โสเมือง [2]) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลง วัยแห่งการเรียนรู้เพื่อค้นหาตนเอง ว่าต้องการสิ่งใดหรือไม่ต้องการสิ่งใด วัยรุ่นเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อระหว่างความเป็นเด็กสู่การเป็นผู้ใหญ่ ช่วงวัยนี้มนุษย์จะมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สามารถสังเกตเห็นเด่นชัดว่าเด็กวัยรุ่นมีความรักตัวเอง สนใจในตนเอง ดูแลตัวเองมากกว่าวัยเด็ก ไม่ว่าจะเป็นผู้หญิงหรือผู้ชายจะสังเกตได้ว่าเด็กวัยรุ่นจะเริ่มสนใจและใส่ใจในการดูแลตนเองให้ดูดีเพื่อเป็นที่ยอมรับแก่เพื่อนหรือผู้พบเห็นในการเข้าสู่สังคม วัยรุ่นมักประสบปัญหาต่าง ๆ เช่น ด้านการเรียน ด้านครอบครัว ขาดทักษะในการปรับตัว ขาดความเชื่อมั่น และมักหาวิธีชดเชยความรู้สึกดังกล่าวด้วยพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ทำผิดกฎระเบียบของโรงเรียน เฉื่อยชา ขอบแยกตัวออกจากสังคม ขาดความกระตือรือร้น และไม่มีแรงจูงใจในการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองต่ำกว่าที่ควรจะเป็น รู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า

เด็กจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดีได้นั้นจำเป็นต้องเริ่มต้นจากการอบรมเลี้ยงดูและให้การศึกษาที่ดี โดยเริ่มจากครอบครัวที่มีพ่อแม่ หรือผู้ใหญ่ที่เป็นต้นแบบที่ดีแก่เด็ก เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้ระบบการคิดวิเคราะห์และซึมซับจากวิถีที่ดีงาม

อันเป็นกระบวนการถ่ายทอดอย่างมีระบบ ดังพระบรมราโชวาทพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พระราชทานในโอกาสปีเด็กสากล 1 มกราคม 2522 “เด็กเป็นผู้ที่จะรับช่วง ทุกสิ่งทุกอย่างต่อจากผู้ใหญ่ รวมทั้งภาระรับผิดชอบ ในการธำรงรักษาความผาสุกสงบของประชากรโลก ดังนั้น เด็กทุกคนจึงสมควรที่จะต้องได้รับการอบรมเลี้ยงดูอย่างถูกต้องเหมาะสม ให้มีความสามารถสร้างสรรค์ประโยชน์ต่าง ๆ พร้อมทั้งการฝึกหัดขัดเกลาความคิดจิตใจให้ประณีต ให้มีศรัทธามั่นคงในคุณธรรมความดี มีความประพฤติเรียบร้อยสุจริต และมีปัญญาฉลาดแจ่มใสในเหตุในผล” (จาก: คำสอนพ่อ พระบรมราโชวาทพระราชทานลงพิมพ์ในหนังสือ “วันเด็ก” ประจำปี 2522) “ความรู้ตน”.. เด็ก ๆ ทำอะไรต้องหัดให้รู้ตัว การรู้ตัวอยู่เสมอจะทำให้เป็นคนมีระเบียบและคนที่ระเบียบดีแล้ว จะสามารถเล่าเรียนและทำงานต่าง ๆ ได้โดยถูกต้องรวดเร็ว จะเป็นคนที่ประสบความสำเร็จและความเจริญ ให้แก่ตนเองและส่วนรวมในอนาคตได้อย่างแน่นอน (จาก: คำสอนพ่อ พระบรมราโชวาท พระราชทานลงพิมพ์ในหนังสือ “วันเด็ก” ประจำปี 2521) จากพระบรมราโชวาทของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวในข้างต้นนั้น มุ่งความสำคัญถึงการพัฒนาศีวิตของเด็กและเยาวชนในวัยต่าง ๆ ตั้งแต่วัยเด็ก วัยนักเรียน และนักศึกษา จนกระทั่งเป็นบัณฑิตที่จะเข้าสู่วัยทำงาน ซึ่งถือเป็นพลังสำคัญในการขับเคลื่อนความเจริญก้าวหน้าของประเทศชาติ ให้เด็กและเยาวชนพึงตระหนักถึงการใช้ชีวิตให้เกิดประโยชน์ในด้านต่าง ๆ บนรากฐานของความถูกต้อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการขัดเกลาความคิดจิตใจให้มีศรัทธามั่นคงในคุณธรรมความดี โดยเริ่มจากการรู้จักตนเอง ให้ความสำคัญเรื่องของหน้าที่รับผิดชอบต่อความเจริญมั่นคงของตนเองตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงห่วงใยในเรื่องดังกล่าว และได้พระราชทานแนวทางการปฏิบัติผ่านพระบรมราโชวาทและพระราชดำรัสให้สังคมไทยดำเนินรอยตามสืบไป ซึ่งสอดคล้องกับการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นหมายถึง

การตระหนักรู้ถึงศักยภาพในตนเองหรือคุณค่าในตนเองที่มีต่อตนเอง ต่อผู้อื่น ต่อสิ่งแวดล้อม และสังคม รวมไปถึงการตระหนักถึงการรู้จักและแยกแยะได้ว่าสิ่งใดดี สิ่งใดไม่ดี ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนที่กำลังจะเจริญเติบโตไปเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศ ผู้วิจัยจึงทำการศึกษาเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนโรงเรียนศึกษาสงเคราะห์ขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น เนื่องจากนักเรียนโรงเรียนศึกษาสงเคราะห์ขอนแก่น อายุจะอยู่ระหว่าง 15-18 ปี ซึ่งจัดอยู่ในช่วงวัยรุ่นที่กำลังพัฒนาระบบความคิดวิเคราะห์และการเรียนรู้ในด้านต่าง ๆ เพื่อไปสู่ผู้ใหญ่ ระหว่างช่วงเรียนรู้อยู่การเป็นผู้ใหญ่ ท่ามกลางสภาพสังคมที่มีความหลากหลายมีทั้งสิ่งที่ดีงาม และสิ่งที่ไม่ดี ดังนั้น สิ่งสำคัญที่วัยรุ่นต้องการ คือ การรู้และเข้าใจในคุณค่าของตนเอง จากการสอบถามข้อมูลจากครูผู้สอนและการสอบถามจากนักเรียนในเรื่องของการแก้ปัญหาเวลาที่นักเรียนรู้สึกไม่สบายใจหรือมีปัญหาในส่วนใหญ่นักเรียนจะปรึกษาใครเป็นคนแรก คำตอบส่วนใหญ่คือ "เพื่อน" เป็นคนแรกที่นักเรียนนึกถึงมากกว่าเข้ามาปรึกษาครู หรือผู้ปกครอง และส่วนใหญ่นักเรียนก็จะเชื่อเพื่อนมากกว่าคำแนะนำจากผู้ใหญ่ ดังนั้นผู้วิจัยจึงทำการศึกษาเรื่องผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นอายุระหว่าง 15-18 ปี ของนักเรียนโรงเรียนศึกษาสงเคราะห์ขอนแก่น เพื่อให้นักเรียนเกิดเชื่อมั่นในความคิด และความสามารถ ของตัวเอง สามารถเลือกวิธีการตัดสินใจที่ถูกต้อง สามารถที่จะคิดแก้ปัญหาด้วยตนเอง ด้วยการเผชิญความจริงถึงแม้สิ่งที่เกิดขึ้นจะไม่สมหวังก็สามารถยอมรับและแก้ปัญหาให้เกิดความสมดุลของการใช้ชีวิตในสังคมได้ทั้งในปัจจุบันและอนาคตได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนโรงเรียนศึกษาสงเคราะห์ขอนแก่น อายุระหว่าง 15-18 ปี โดยเปรียบเทียบคะแนนแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลังการเข้าร่วมการทดลอง
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนโรงเรียนศึกษาสงเคราะห์ขอนแก่นอายุระหว่าง 15-18 ปี ที่เข้าร่วมการทดลองและไม่ได้เข้าร่วมการทดลอง

สมมุติฐานการวิจัย

1. นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง มีการมองเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง
2. หลังการทดลองให้โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง กลุ่มทดลองมีคะแนนแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Designs) ซึ่งผู้วิจัยใช้รูปแบบการทดลอง 2 กลุ่มตัวอย่าง คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีการวัดผลคะแนนแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลังการทดลอง (Randomized Pretest-Posttest Control Group) (ยูทธการโสเมือง, 2544) มีรูปแบบดังนี้

กลุ่มตัวอย่าง	สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
RE	TE1	X	TE2
RC	TC1	- X	TC2

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการทดลอง

R แทน กำหนดการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

E แทน กลุ่มทดลอง

C แทน กลุ่มควบคุม

TE1 แทน การสอบก่อนการทดลอง
ของกลุ่มทดลอง

TE2 แทน การสอบหลังการทดลอง
ของกลุ่มทดลอง

TC1 แทน การสอบก่อนการทดลอง
ของกลุ่มควบคุม

TC2 แทน การสอบหลังการทดลอง
ของกลุ่มควบคุม

X แทน การใช้โปรแกรมการให้
คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง

-X แทน ไม่ใช้โปรแกรมการให้
คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

2.1 ประชากร คือ นักเรียนโรงเรียน
ศึกษาสงเคราะห์ขอนแก่น อำเภอเมือง จังหวัด
ขอนแก่น อายุระหว่าง 15-18 ปีที่กำลังศึกษาในระดับ
ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา
2555 จำนวน 164 คน

2.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนโรงเรียน
ศึกษาสงเคราะห์ขอนแก่น อำเภอเมือง จังหวัด
ขอนแก่น อายุระหว่าง 15-18 ปีที่กำลังศึกษาในระดับ
ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา
2555 ที่มีผลคะแนนแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง
ใกล้เคียงกัน โดยจับคู่นักเรียนที่มีคะแนนแบบวัด
การเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในเกณฑ์ต่ำ-ปานกลาง
จำนวน 16 คน โดยผู้วิจัยทำการแบ่งกลุ่มตัวอย่าง

ออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
กลุ่มละ 8 คน

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง
(The Self-Esteem Inventory: School Form) ของ
ลักษณะ สกูลทอง ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.84
แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองจะให้ผู้ตอบพิจารณา
ว่าข้อความในแบบวัดตรงกับพฤติกรรมของผู้ตอบ
หรือไม่ ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า
(Rating Scale) 5 ระดับ ได้แก่ “มากที่สุด” “มาก”
“ปานกลาง” “น้อย” และ “น้อยที่สุด” ประกอบด้วย
ข้อความทั้งหมด 50 ข้อ

3.2 โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม
ตามทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่า
ในตนเองของวัยรุ่นอายุระหว่าง 15-18 ปี จำนวน
12 ครั้ง ครั้งละประมาณ 50 - 60 นาที สัปดาห์ละ
3 ครั้ง

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 ทดสอบสมมติฐานในการวิจัย
โดยเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการเห็น
คุณค่าในตนเองก่อนและหลังการทดลองของกลุ่ม
ทดลองโดยใช้สถิติ The Wilcoxon Matched-Pairs
Signed-Ranks Test

4.2 ทดสอบสมมติฐานในการวิจัย
โดยเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการเห็น
คุณค่าในตนเองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม
โดยใช้สถิติ The Mann-Whitney U Test

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและอภิปรายผล

ผู้วิจัยขอเสนอการอภิปรายผลตามสมมุติฐาน
ในการวิจัย ดังนี้

สมมุติฐานการวิจัยข้อที่ 1 นักเรียนที่
เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตาม
แนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็น
คุณค่าในตนเอง มีความเห็นคุณค่าในตนเอง
สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษา

แบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อ พัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

ผลการวิจัยพบว่า ผลการทดลองเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อเปรียบเทียบกับคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนการทดลอง แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงช่วยให้เกิดพัฒนาการในการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลอง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ด้วยผลจากตารางที่ 4 คือ พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งอธิบายได้ว่าพัฒนาการของการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนที่เพิ่มขึ้น เนื่องจากวัตถุประสงค์ของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองนั้น มุ่งเน้นให้ผู้เข้าร่วมการฝึกโปรแกรมเกิดการตระหนักถึงศักยภาพของตนเองที่มี สามารถนำมาแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง รวมถึงการเผชิญความจริง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เนาวรัตน์ กะการดี [1] ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองและลดพฤติกรรมเสี่ยงใช้ยาเสพติดของวัยรุ่น ผลการวิจัย พบว่า 1) กลุ่มทดลอง หลังสิ้นสุดการทดลอง 1 สัปดาห์มีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มมากขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และหลังสิ้นสุดการทดลอง 1 สัปดาห์ กับหลังสิ้นสุดการทดลอง 3 สัปดาห์ มีการเห็นคุณค่าในตนเองไม่แตกต่างกัน 2) กลุ่มทดลอง หลังสิ้นสุดการทดลอง 1 สัปดาห์ มีพฤติกรรมเสี่ยงลดลงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งการประเมินตัวนักเรียนเอง เพื่อน ผู้ปกครอง อาจารย์ประจำชั้น และอาจารย์ประจำวิชา และหลังสิ้นสุดการทดลอง 3 สัปดาห์ มีพฤติกรรมเสี่ยงไม่แตกต่างหลังจากสิ้นสุดการทดลอง 1 สัปดาห์ การประเมินโดย เพื่อน

ผู้ปกครอง และอาจารย์ประจำชั้น ส่วนการประเมินโดยนักเรียนเองและอาจารย์ประจำวิชา พบว่ามีพฤติกรรมเสี่ยงลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) กลุ่มทดลอง หลังสิ้นสุดการทดลอง 1 สัปดาห์มีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มมากขึ้นกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีพฤติกรรมเสี่ยงลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 2 หลังการทดลอง ให้โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตาม แนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็น คุณค่าในตนเอง กลุ่มทดลองมีคะแนนแบบวัด การเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ผลการวิจัยพบว่า ผลการทดลองเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง มีคะแนนแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง (กลุ่มทดลอง) สูงกว่า กลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง (กลุ่มควบคุม) ดังตารางที่ 5 คือ หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เนื่องจากนักเรียนกลุ่มทดลองมีโอกาสเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง จึงช่วยให้นักเรียนได้สำรวจตนเองพิจารณาตนเอง ได้การคิด วิเคราะห์ตนเองอย่างมีแบบแผน จึงกล่าวได้ว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง จึงมีความเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับ เอกราช แก้วเขียว [3] ได้ศึกษาเรื่อง

ผลการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มเยาวชนที่กำลังศึกษาโรงเรียนแม่สายสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 24 คน โดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย เป็นกลุ่มทดลอง 12 คน กลุ่มควบคุม 12 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม จำนวน 12 ครั้ง ๆ ละ 1-1.5 ชั่วโมง ติดต่อกันเป็นเวลา 6 สัปดาห์ โดยให้กลุ่มควบคุมดำเนินชีวิตตามปกติ ผลการศึกษาพบว่าเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดเชียงใหม่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเยาวชนมีการเปลี่ยนแปลงของคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างระยะติดตามผลระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สรุปได้ว่าโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นสามารถเป็นหนึ่งทางเลือกที่จะนำไปพัฒนาในด้านอื่น ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านการพัฒนาศักยภาพทางความคิดของคนในสังคมที่ต้องเผชิญปัญหามากมายในสังคมให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีทั้งกายและจิตใจ และสามารถดำเนินชีวิตท่ามกลางปัญหาได้อย่างมีความสุข

สรุปผลการวิจัย

1. การวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนการทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อเปรียบเทียบกับคะแนนแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนการทดลอง สรุปได้ว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าใน

ตนเอง (กลุ่มทดลอง) มีคะแนนแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สรุปได้ว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง (กลุ่มทดลอง) มีคะแนนแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง (กลุ่มควบคุม) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1.1 ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า หลังการทดลองโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองส่งผลให้ผู้รับการให้คำปรึกษาเกิดความตระหนักถึงการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น

1.2 ควรกระตุ้นให้เกิดพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มวัยรุ่นอย่างต่อเนื่อง รวมไปถึงการติดตามผลในระยะยาวหลังจากเสร็จสิ้นโปรแกรมแล้ว เพื่อติดตามความคงทนของโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาในเรื่องของการตระหนักถึงคุณค่าในตนเองในกลุ่มประชากรในช่วงวัย แต่ละช่วงวัย เพื่อกระตุ้นในประชาชนเกิดความตระหนักถึงคุณค่าของตนโดยการตั้งศักยภาพในตนเองมาใช้ในการแก้ปัญหาตามทฤษฎีเผชิญความจริง

2.2 ควรมีการศึกษาโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองในกลุ่มอาชีพต่างๆ เพื่อลดภาวะความเครียดต่อการปฏิบัติงานในสายงานของตนเอง

เอกสารอ้างอิง

- [1] เนาวรัตน์ กะการดี. (2544). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวเผชิญความจริงเพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองและลดพฤติกรรมเสี่ยงใช้ยาเสพติดของวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- [2] ยุทธการ ไสเมือง. (2544). ศึกษาผลการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

- [3] เอกราช เขียวแก้ว. (2540). ผลการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- [4] Cooper smith, S. (1981). The Antecedent of Self-Esteem. 2. California: Consulting Psychologist Press.