

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการและการสนทนาที่มีประสิทธิภาพของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง โดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มตัวอย่างเพียงกลุ่มเดียว โดยวัดตัวแปรตามก่อนและหลังการทดลอง

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาของการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการและการสนทนาที่มีประสิทธิภาพของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยมีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์ต่อการพัฒนาวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการและการสนทนาที่มีประสิทธิภาพ
2. เพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนต่อการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มและต่อผู้นำกลุ่ม

สมมติฐานการวิจัย

นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการและการสนทนาที่มีประสิทธิภาพ จะมีคะแนนจากแบบวัดวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายและคะแนนจากแบบประเมินการสนทนาที่มีประสิทธิภาพ เพิ่มขึ้นภายหลังจากการเข้าร่วมการปรึกษาแบบกลุ่ม

กลุ่มประชากร

กลุ่มประชากร คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสตรีวัดมหาพฤฒาราม ในพระบรมราชินูปถัมภ์ ภาคปลาย ปีการศึกษา 2548

กลุ่มตัวอย่าง

วิธีการได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่างผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยทำหนังสือจากภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ไปยังผู้อำนวยการโรงเรียนสตรีวัดมหาพฤฒาราม ในพระบรมราชินูปถัมภ์ เพื่อขอความอนุเคราะห์เข้าไปทำทดลองโปรแกรมการฝึกแบบกลุ่มกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5
2. ผู้วิจัยเข้าไปประชาสัมพันธ์โปรแกรมการฝึกแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์ เพื่อพัฒนาวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการและการสนทนาที่มีประสิทธิภาพให้นักเรียนทราบด้วยตัวเองในคาบวิชาแนะแนว และแจกแผ่นพับประชาสัมพันธ์ ซึ่งมีรายละเอียดเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของการฝึกแบบกลุ่มในครั้งนี้และประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับ โดยผู้วิจัยขออนุญาตกับทางโรงเรียนสตรีวัดมหาพฤฒาราม ในพระบรมราชินูปถัมภ์ ในวันที่ 22 ธันวาคม 2548
3. เมื่อผู้วิจัยประชาสัมพันธ์โปรแกรมให้นักเรียนทราบในคาบแนะแนวแล้ว จากนั้นผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เลือกนักเรียนเข้ามาเป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยคัดเลือกจากนักเรียนที่มาแจ้งความจำนงค์ต้องการเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกแบบกลุ่มกับผู้วิจัยจำนวน 20 คน
4. ผู้วิจัยขออนุญาตอาจารย์แนะแนวในการสัมภาษณ์นักเรียนที่แสดงความจำนงค์จะเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกแบบกลุ่มทั้ง 20 คน เกี่ยวกับวัน เวลาที่เข้าร่วมโปรแกรม และการเดินทางกลับบ้านหลังฝึกกลุ่มในแต่ละครั้ง ผลปรากฏว่า มีนักเรียนจำนวน 8 คน ไม่สามารถเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกแบบกลุ่มได้ เนื่องจากมีปัญหาเรื่องเวลาเรียน ดังนั้นจึงมีนักเรียนเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกแบบกลุ่มจำนวน 12 คน

5. ผู้วิจัยให้นักเรียนทั้ง 12 คน ทำแบบวัดวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ และแบบประเมินการสนทนาที่มีประสิทธิภาพก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษแบบกลุ่ม

6. ผู้วิจัยได้แจ้งให้นักเรียนกลุ่มทดลองทั้ง 12 คน ทราบถึงวัน เวลา และสถานที่ในการดำเนินโปรแกรมการศึกษแบบกลุ่ม พร้อมทั้งให้นักเรียนยืนยันว่าจะมาเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษแบบกลุ่มตามวัน เวลาที่กำหนดไว้ทั้ง 12 ครั้ง ซึ่งหากนักเรียนไม่สามารถมาเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษแบบกลุ่มได้ จะต้องแจ้งให้ผู้วิจัยทราบล่วงหน้า จากนั้นผู้วิจัยเริ่มให้นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการศึกษแบบกลุ่มทำแบบวัดวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษา และแบบประเมินการสนทนาที่มีประสิทธิภาพในวันที่ 26 ธันวาคม 2548 และเริ่มโปรแกรมการศึกษแบบกลุ่มครั้งที่ 1 ในวันที่ 4 มกราคม 2549

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

โปรแกรมการศึกษแบบกลุ่มเพื่อพัฒนาวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการและการสนทนาที่มีประสิทธิภาพ เป็นโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยใช้หลักการ กระบวนการและวิธีการศึกษแบบกลุ่ม โดยมีคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเหมาะสมของโปรแกรมการศึกษแบบกลุ่ม ซึ่งประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และกรรมการวิชาเอก จบการศึกษาทางด้านจิตวิทยาการศึกษาและมีประสบการณ์สอนทางด้านจิตวิทยาการศึกษาในระดับบัณฑิตศึกษา นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน เป็นผู้ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา สำหรับคุณสมบัติของผู้เชี่ยวชาญมีดังนี้

1.1 สำเร็จการศึกษอย่างน้อยในระดับปริญญาโททางด้านจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว หรือจิตวิทยาการศึกษา

1.2 มีประสบการณ์ทำงานทางด้านการให้การศึกษาเชิงจิตวิทยาและการแนะแนว ในโรงเรียนมัธยมศึกษา ภายหลังที่มีคุณวุฒิทางการศึกษาดังที่กล่าวมาแล้วไม่น้อยกว่า 10 ปี ซึ่งโปรแกรมการศึกษาแบบกลุ่มเพื่อพัฒนาวิถีคิดแบบโยนิโสมนสิการและการสนทนาที่มีประสิทธิภาพมีทั้งหมด 12 ครั้ง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลมี 3 ชุดดังนี้

2.1 แบบวัดวิถีคิดแบบโยนิโสมนสิการสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

แบบวัดวิถีคิดแบบโยนิโสมนสิการสำหรับมัธยมศึกษาตอนปลายที่สร้างขึ้น โดย รศ.ดร. อาภา จันทรสกุล และคณะ โดยมีพระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) เป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพด้านความตรงตามโครงสร้างและความตรงตามเนื้อหา และเกณฑ์การตรวจให้คะแนนของแบบวัด โดยแบบวัดดังกล่าวมีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.89 ลักษณะของแบบวัดวิถีคิดแบบโยนิโสมนสิการสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมี 2 ลักษณะ คือ เป็นแบบอัตนัยโดยกำหนดสถานการณ์และให้นักเรียนเขียนคำพูดที่จะพูดกับคนในสถานการณ์ นั้น ๆ ซึ่งเนื้อหาที่พูดกับคนในสถานการณ์นั้นจะใช้วิถีคิดแบบโยนิโสมนสิการตามที่กำหนดให้ จำนวน 3 ข้อ และเป็นแบบปรนัยโดยใช้สถานการณ์ที่ต่อจากสถานการณ์แบบอัตนัย ซึ่งจะให้นักเรียนพิจารณาว่าคำพูดที่ให้มาในสถานการณ์นั้นตรงกับวิถีคิดแบบใดจากตัวเลือกทั้ง 4 วิถีคิด จำนวน 3 ข้อ รวมจำนวนข้อคำถามจากแบบวัดวิถีคิดแบบโยนิโสมนสิการทั้งหมด 6 ข้อ โดยผู้วิจัยได้นำไปหาค่าความเที่ยงอีกครั้งด้วยวิธีสอบซ้ำกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียน นวมินทราชินูทิศ เบญจมราชาลัย จำนวน 30 คน ซึ่งนักเรียนกลุ่มดังกล่าวไม่ใช่ นักเรียน กลุ่มตัวอย่าง กำหนดระยะเวลาของการสอบซ้ำห่างกัน 2 สัปดาห์ แล้วนำแบบวัดมาหาค่าความเที่ยง โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.76

2.2 แบบประเมินการสนทนาที่มีประสิทธิภาพ

แบบประเมินการสนทนาที่มีประสิทธิภาพ เป็นแบบประเมินที่สร้างขึ้นโดย รศ.ดร.อาภา จันทรสกุล มีค่าความเที่ยง (Reliability) เท่ากับ 0.77 ซึ่งแบบประเมินการสนทนาที่มีประสิทธิภาพ มีลักษณะเป็นแบบปรนัยโดยมีข้อความและให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้อง จากตัวเลือก 3 ตัวเลือกโดยผู้วิจัยได้นำไปหาค่าความเที่ยงอีกครั้งด้วยวิธีสอบซ้ำกับนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ เบญจมราชาลัย จำนวน 30 คน ซึ่งนักเรียนกลุ่มดังกล่าวไม่ใช่ นักเรียนกลุ่มตัวอย่าง กำหนดระยะเวลาของการสอบซ้ำห่างกัน 2 สัปดาห์ แล้วนำแบบวัดมาหาค่าความเที่ยงโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.74

2.3 แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่ม และผู้นำกลุ่มภายหลังการปิดกลุ่ม

แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่ม และผู้นำกลุ่มภายหลังการปิดกลุ่ม เป็นแบบสอบถามประเภทมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ให้นักเรียนประเมินประสบการณ์การเรียนรู้ที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มภายหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มทั้ง 12 ครั้ง รวมทั้งให้นักเรียนประเมินผู้นำกลุ่มด้วย แบบสอบถามมีข้อความจำนวน 20 ข้อ วัด 2 องค์ประกอบ คือ (1) นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มได้ประสบการณ์การเรียนรู้ตรงตามวัตถุประสงค์ของการปรึกษาแบบกลุ่มเพียงใด ได้แก่ ข้อคำถามข้อที่ 1-13 (2) วัดการทำหน้าที่ของผู้นำกลุ่มที่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ ข้อคำถามที่ 14-20

การดำเนินการทดลอง

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองทั้ง 12 คน ทำแบบวัดวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ และแบบประเมินการสนทนาที่มีประสิทธิภาพก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่ม ในวันที่ 26 ธันวาคม 2548

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกแบบกลุ่ม ณ ห้อง 345 โรงเรียนสตรีวัฒนาพาณิชยาราม ในพระบรมราชินูปถัมภ์ โดยเริ่มให้การฝึกแบบกลุ่มครั้งแรกในวันที่ 4 มกราคม 2549 และสิ้นสุดการฝึกแบบกลุ่มในวันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2549 การฝึกแบบกลุ่มมีทั้งหมด 12 ครั้ง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที รวมเวลาการเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกแบบกลุ่มทั้งหมดประมาณ 18 ชั่วโมง

3. ภายหลังจากเสร็จสิ้นโปรแกรมการฝึกแบบกลุ่มครั้งที่ 12 แล้วเป็นเวลา 1 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองทำแบบวัดวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการและแบบประเมินการสนทนาที่มีประสิทธิภาพ และให้นักเรียนกลุ่มทดลองตอบแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมการฝึกแบบกลุ่มและต่อผู้นำกลุ่ม ในวันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2549

4. ผู้วิจัยนำคะแนนจากแบบวัดวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ และแบบประเมินการสนทนาที่มีประสิทธิภาพของกลุ่มทดลองมาวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกแบบกลุ่ม รวมทั้งนำข้อมูลจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมการฝึกแบบกลุ่ม และต่อผู้นำกลุ่มภายหลังการปิดกลุ่มมาวิเคราะห์เนื้อหา

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการและคะแนนการสนทนาที่มีประสิทธิภาพของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง

2. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนจากแบบวัดวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการและคะแนนจากแบบประเมินการสนทนาที่มีประสิทธิภาพของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง ซึ่งไม่เป็นอิสระต่อกันโดยใช้สถิติ The Wilcoxon Matched Pairs Signed – Rank Test

3. วิเคราะห์แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมการฝึกแบบกลุ่ม และต่อผู้นำกลุ่มภายหลังการปิดกลุ่ม โดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) หาค่ามัธยฐาน (Mdn.) ค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ (Q.D.)

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาเรื่องผลของการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการและการสนทนาที่มีประสิทธิภาพสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการและคะแนนการสนทนาที่มีประสิทธิภาพภาพหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มสามารถใช้พัฒนาวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการและการสนทนาที่มีประสิทธิภาพของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างได้อย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับสมมติฐานในการวิจัย
2. นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มมีความคิดเห็นว่า การเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งนี้มีประโยชน์ต่อตนเองมาก ทำให้ได้สำรวจตนเองทั้งทางด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ทำให้รู้จักและเข้าใจตนเองมากขึ้น เข้าใจว่าการสนทนาที่ก่อให้เกิดความลำบากใจที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันนั้นเกิดจากการที่นักเรียนแสดงพฤติกรรม ความรู้สึก และมีลักษณะการคิดแบบใด นอกจากนี้ยังได้แนวทางการแก้ปัญหาที่เกิดจากการสนทนาที่ก่อให้เกิดความลำบากใจที่ได้จากการเรียนรู้ในกลุ่มและการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความคิด และความรู้สึกจากเพื่อนสมาชิกมาปรับใช้ในชีวิตประจำวัน พร้อมทั้งได้เรียนรู้วิธีการอย่างเป็นขั้นตอนในการปรับเปลี่ยนวิธีคิดให้เป็นไปตามวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการเพื่อเชื่อมโยงวิธีคิดดังกล่าวมาปรับเปลี่ยนการสนทนาที่ก่อให้เกิดความลำบากใจให้กลายเป็นการสนทนาที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งทำให้สามารถแก้ปัญหาที่เกิดจากการสนทนาได้สอดคล้องกับการประเมินผลย่อยในแต่ละครั้งที่ผู้นำกลุ่มได้ให้สมาชิกได้บอกถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกลุ่ม สมาชิกได้บอกว่าได้เรียนรู้วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการแล้วนำไปเปลี่ยนวิธีคิดของตน ซึ่งทำให้การสนทนาที่ก่อให้เกิดความลำบากใจที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันเปลี่ยนเป็นการสนทนาที่มีประสิทธิภาพได้ และได้เรียนรู้แนวทางการแก้ปัญหาที่เกิดจากการสนทนาที่ก่อให้เกิดความลำบากใจ พร้อมทั้งนักเรียนมีโอกาสดูฝึกการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจากการสนทนาที่ก่อให้เกิดความลำบากใจ ทำให้นักเรียนสามารถนำแนวทางการแก้ปัญหาที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการตอบแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มและผู้นำกลุ่ม ซึ่งพบว่านักเรียนได้สำรวจตนเองอย่างจริงจังทั้งทางด้าน

ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองเกี่ยวกับการสนทนาที่ก่อให้เกิดความลำบากใจ และนำวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการไปใช้เปลี่ยนกรอบความคิด และวิธีคิดของตนเองเพื่อทำให้ การสนทนาของมีประสิทธิภาพมากขึ้น รวมทั้งได้นำสิ่งที่เรียนรู้จากกลุ่มนำไปแก้ปัญหาเกี่ยวกับการ สนทนาที่ก่อให้เกิดความลำบากใจในชีวิตประจำวันได้ในระดับมาก

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้

1. โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งนี้ สามารถพัฒนาวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ และการสนทนาที่มีประสิทธิภาพของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายได้ ดังนั้นโปรแกรม ดังกล่าวจึงเป็นเครื่องมือที่จะช่วยให้อาจารย์แนะแนว นักจิตวิทยา และนักการศึกษานำไป ประยุกต์ใช้ เพื่อพัฒนานักเรียนให้มีวิธีคิดที่ถูกต้องตามแนวปัญญา ซึ่งเป็นแกนกลางในการ เปลี่ยนกรอบความคิด และวิธีคิดเชื่อมโยงไปสู่การเปลี่ยนแปลงการสนทนาที่ก่อให้เกิด ความลำบากใจให้กลายเป็นการสนทนาที่มีประสิทธิภาพได้
2. ในการฝึกการแก้ปัญหาที่เกิดจากการสนทนาที่ก่อให้เกิดความลำบากใจโดยการแสดง บทบาทสมมติ นั้น สมาชิกจะต้องจับคู่กันเพื่อฝึกแสดงบทบาทสมมติ ดังนั้นผู้นำกลุ่มควรจะให้ สมาชิกในกลุ่มจับฉลากว่าใครเป็นคู่ เพื่อให้สมาชิกสามารถสร้างความสัมพันธ์กับคนในกลุ่ม ได้ทุกคน ไม่ใช่เลือกเพื่อนสนิทของตนเป็นคู่ และสถานการณ์ที่นำมาฝึกแสดงบทบาทสมมติ นั้น ผู้นำกลุ่มไม่ควรให้สมาชิกรู้สถานการณ์มาก่อน เพื่อให้สมาชิกได้มีโอกาสฝึกในสภาพการณ์ ที่ใกล้เคียงกับความเป็นจริง เพราะในชีวิตประจำวันนั้นหากเกิดปัญหามา สมาชิกจะไม่มี โอกาสในการเตรียมตัวก่อนจะแก้ปัญหาขึ้นได้
3. การคัดเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มควรคำนึงถึงความพร้อมและความสมัครใจของสมาชิก ในกลุ่มเป็นหลัก เนื่องจากความพร้อมและความสมัครใจของสมาชิกในกลุ่มเป็นองค์ประกอบ สำคัญที่จะทำให้สมาชิกมาเข้าร่วม โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มด้วยความเต็มใจและอยู่ จนครบตามระยะ เวลาที่กำหนดไว้ สำหรับจำนวนสมาชิกที่เข้าร่วมการปรึกษาแบบกลุ่มควร มีประมาณ 10-12 คนต่อผู้นำกลุ่ม 1 คน เนื่องจากจะทำให้การสร้างสัมพันธภาพภายในกลุ่ม เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ สมาชิกเกิดความไว้วางใจ และกล้าที่จะเปิดเผยความคิด ความรู้สึก

และประสบการณ์ของตนเองต่อกลุ่ม นอกจากนี้ผู้นำกลุ่มสามารถดูแลสมาชิกในกลุ่มได้อย่างทั่วถึง เมื่อสมาชิกฝึกการใช้บทบาทสมมติ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ผู้ที่สนใจนำโปรแกรมการศึกษแบบกลุ่มในการวิจัยครั้งนี้ไปใช้ควรมีการเก็บข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาการสนทนาที่ก่อให้เกิดความลำบากใจของสมาชิกในกลุ่มก่อน นำมาจัดทำเป็นสถานการณ์วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ และการสนทนาที่ก่อให้เกิดความลำบากใจให้สมาชิกในกลุ่มฝึกแก้ปัญหา เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มสามารถนำแนวทางการแก้ปัญหาที่ได้รับจากการเข้าร่วมกลุ่มไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ ซึ่งจะทำให้สมาชิกในกลุ่มได้รับประโยชน์สูงสุดจากการเข้าร่วมโปรแกรมการศึกษแบบกลุ่ม

2. ควรมีการวิจัยติดตามผลนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการศึกษแบบกลุ่มเพื่อพัฒนาวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการและการสนทนาที่มีประสิทธิภาพ เช่น ติดตามผลภายหลังจากที่นักเรียนได้เข้าร่วมโปรแกรมการศึกษแบบกลุ่มไปแล้ว 1 เดือน เพื่อศึกษาว่านักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการศึกษแบบกลุ่มสามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มไปใช้ในชีวิตประจำวันได้มากน้อยเพียงใด ซึ่งจะเป็แนวทางในการปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมการศึกษแบบกลุ่มต่อไป

3. ผู้ที่สนใจนำโปรแกรมการศึกษแบบกลุ่มในงานวิจัยครั้งนี้ไปใช้ สามารถปรับเปลี่ยนการใช้ทักษะการศึกษแบบกลุ่มให้เหมาะสมกับความชำนาญของผู้นำกลุ่ม และลักษณะของกลุ่มนั้นๆ โดยผู้นำกลุ่มไม่จำเป็นต้องใช้ทักษะที่ระบุไว้ในโปรแกรมการศึกษแบบกลุ่มแต่ครั้ง อย่างไรก็ตาม สิ่งที่สำคัญที่สุดคือ ผู้นำกลุ่มต้องมีทักษะการคิดแบบโยนิโสมนสิการ จึงจะนำโปรแกรมการศึกษแบบกลุ่มในการวิจัยนี้ไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4. ควรมีการศึกษาว่าปัจจัยใดที่มีอิทธิพลต่อวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ ซึ่งอาจจะพิจารณาได้จากปัจจัยต่างๆ เช่น เพศ อายุ ลักษณะ การอบรมเลี้ยงดู กลุ่มเพื่อน เป็นต้น