



บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการพัฒนาคุณลักษณะเยาวชนเพื่อนที่ปรึกษา ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนประจำแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีความสัมพันธ์กับเพื่อนในระดับมาก ระดับชั้นละ 10 คน รวมเป็น 30 คน เข้ารับการอบรมเพื่อพัฒนาคุณลักษณะเยาวชนเพื่อนที่ปรึกษาโดยใช้กระบวนการจิตตปัญญา ใช้เวลาอบรมกลุ่มละ 3 ครั้ง ๆ ละ 3 ชั่วโมง ทำการทดสอบผลการอบรมด้วยแบบวัดคุณลักษณะเยาวชนเพื่อนที่ปรึกษา โดยทำการทดสอบก่อนอบรม หลังอบรม และติดตามผลหลังอบรมเป็นเวลา 1 เดือน แล้วนำผลการทดสอบมาทำการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

สรุปผลการวิจัย

จากการเปรียบเทียบคุณลักษณะเยาวชนเพื่อนที่ปรึกษาของนักเรียนที่เข้าอบรมการพัฒนาคุณลักษณะเยาวชนเพื่อนที่ปรึกษาด้วยกระบวนการจิตตปัญญา ระหว่างก่อนอบรม หลังอบรม และติดตามผลหลังอบรม 1 เดือน ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนที่เข้าอบรมมีคะแนนคุณลักษณะเยาวชนเพื่อนที่ปรึกษา ภายหลังอบรม สูงกว่าก่อนอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นักเรียนที่เข้าอบรมมีคะแนนคุณลักษณะเยาวชนเพื่อนที่ปรึกษา ในระยะติดตามผล สูงกว่าก่อนอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

จากผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้าอบรมมีการพัฒนาคุณลักษณะเยาวชนเพื่อนที่ปรึกษา สูงขึ้นกว่าก่อนอบรม ซึ่งสรุปได้ว่า นักเรียนมีความเข้าใจเกี่ยวกับความรู้พื้นฐานในการปรึกษาเพื่อน มีความสนใจในปรึกษา รวมถึงพัฒนาบุคลิกภาพที่เหมาะสมกับการปรึกษาเพื่อน ดีขึ้นกว่าก่อนการอบรม เป็นไปตามสมมติฐานของการวิจัย ทั้งนี้เนื่องจาก นักเรียนที่เข้ารับการอบรม ได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมครบทุกกระบวนการ กล่าวคือ กระบวนการแรก “การพิจารณาด้วยใจอย่างใคร่ครวญ” (Contemplation) เป็นกระบวนการที่มุ่งเน้นให้เกิดการเรียนรู้ถึงหลักสำคัญของการเป็นเพื่อนที่ปรึกษา จากการเปลี่ยนแปลงภายใน ด้วยกิจกรรม ลูกแก้วของความสุข ผ่อนพัก

ตระหนักรู้ และกระจกส่องใจ กิจกรรมเหล่านี้จะช่วยให้นักเรียนมีการสำรวจความรู้สึกภายในแบบองค์รวม ด้วยสภาพการณ์ที่ผ่อนคลาย เกิดความไว้วางใจสามารถสะท้อนความรู้สึกที่แท้จริงเข้าใจ รับรู้ถึงการมองตนเองตามที่ “ตนเห็น” และ “ตนตามที่เพื่อนเห็น” แสดงความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน เข้าใจถึงความจำเป็นของการเป็นเพื่อน รวมถึงสามารถพิจารณาแนวทางที่เหมาะสมต่อการช่วยเหลือเพื่อน จึงเห็นได้ คุณลักษณะในด้านความรู้เกี่ยวกับการปรึกษาเพื่อน เกิดขึ้นจากการกระบวนการเรียนรู้จากภายในตนเองของนักเรียนเอง ดังนั้น ภายหลังจากอบรมจึงทำให้คะแนนคุณลักษณะด้านความรู้พื้นฐานในการปรึกษาเพื่อนจึงสูงขึ้นกว่าก่อนอบรม

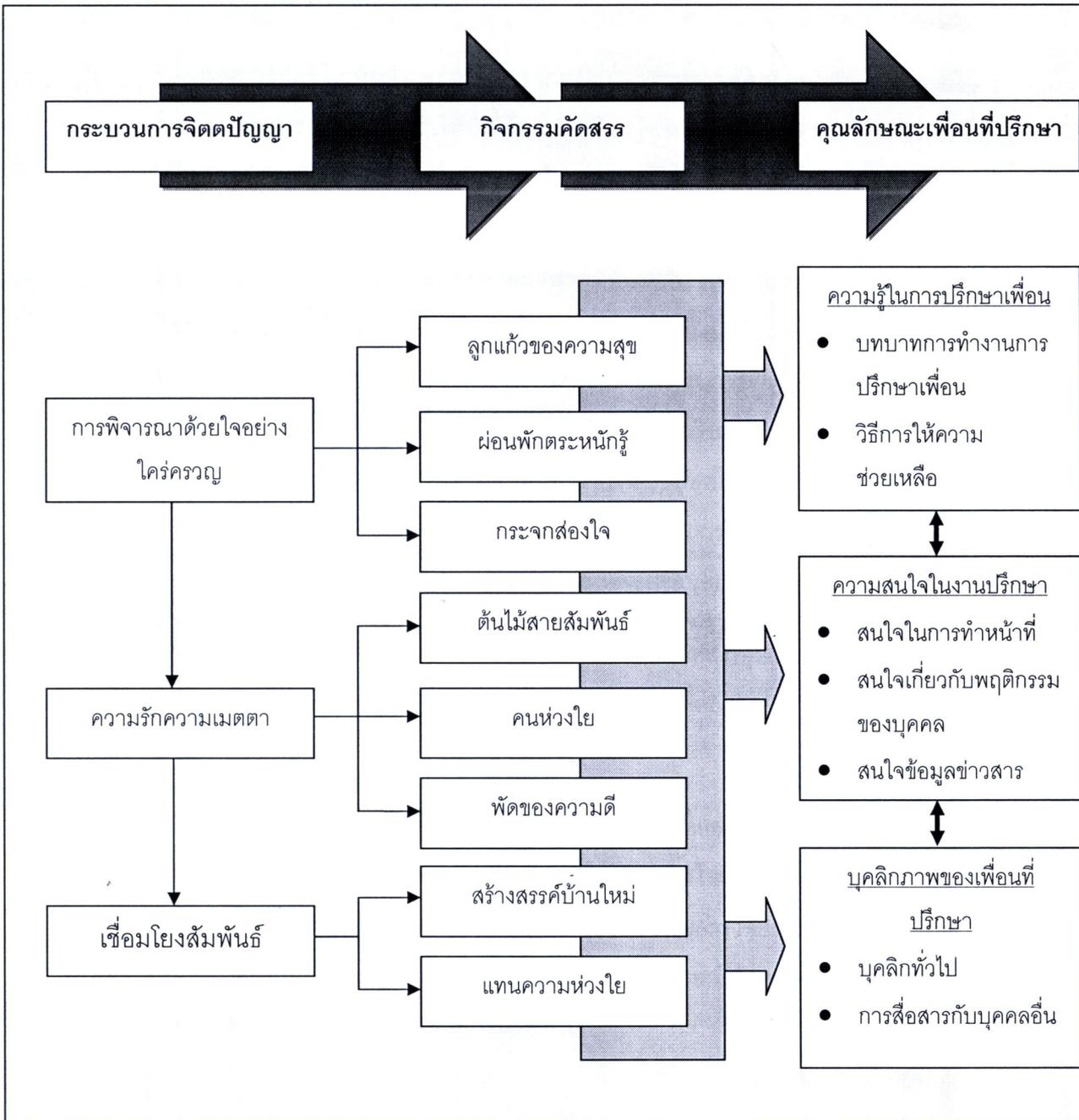
กระบวนการที่สอง “ความรักความเมตตา” (Compassion) เป็นกระบวนการที่มีจุดมุ่งหมายให้เกิดเจตคติที่ดีต่อการช่วยเหลือเพื่อน ให้ความสนใจและใส่ใจในการสังเกตความรู้สึกของเพื่อน ด้วยกิจกรรม ต้นไม้สายสัมพันธ์ คนห่วงใย และ พัดของความดี กิจกรรมเหล่านี้จะมีความเชื่อมโยงจากกระบวนการแรกพัฒนาให้เกิดความตระหนักในฐานะหรือบทบาทการเป็นเพื่อนที่ปรึกษา เกิดความสนใจในความแตกต่างของเส้นทางชีวิตของเพื่อนแต่ละคน ใส่ใจในท่าทางและพฤติกรรมของเพื่อน กล้าแสดงออกในการสนับสนุนให้กำลังใจ ตลอดจนสามารถเสนอแนวคิดหรือหนทางการเผชิญปัญหาร่วมกันกับเพื่อนได้ ดังนั้น ภายหลังจากอบรมจึงทำให้คะแนนคุณลักษณะด้านความรู้ในการปรึกษาเพื่อน สูงกว่าก่อนอบรม

กระบวนการที่สาม “เชื่อมโยงสัมพันธ์” (Connection) เป็นกระบวนการที่มีจุดมุ่งหมายให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตนเองด้านบุคลิกภาพที่พึงประสงค์ต่อการปรึกษาเพื่อน สามารถเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างเอื้ออาทร กิจกรรมที่ใช้ประกอบด้วย กิจกรรมสร้างสวรรค์บ้านใหม่ และ แทนความห่วงใย กิจกรรมเหล่านี้ จะกระตุ้นให้นักเรียนได้ใช้ความคิดเพื่อสร้างสังคมของการอยู่ร่วมกันอย่างสร้างสรรค์ เกิดการยอมรับและเคารพในความคิดของเพื่อน ระมัดระวังการใช้ถ้อยคำในการสื่อสาร เคารพกติกาของการอยู่ร่วมกัน ชื่นชมและมองเห็นคุณค่าของกันและกัน พฤติกรรมเหล่านี้แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงด้านสัมพันธ์ภาพ และการสร้างไว้วางใจซึ่งกันได้ดีเป็นอย่างดี จะเห็นได้ว่ากระบวนการทั้งหมดนี้จะช่วยให้นักเรียนเกิดการพัฒนาบุคลิกภาพในทางที่เหมาะสม สามารถเป็นเพื่อนที่ปรึกษาได้ในเวลาที่เพื่อนต้องการ ดังนั้น ภายหลังจากอบรมจึงทำให้คะแนนคุณลักษณะด้านบุคลิกในการปรึกษาเพื่อน สูงกว่าก่อนอบรม

ต่อมาหลังจากอบรมเสร็จสิ้นตามกระบวนการ ทั้งหมดแล้ว เว้นระยะเวลา 1 เดือน แล้วจึงทำการประเมินติดตามผล ผลการประเมินพบว่า คะแนนคุณลักษณะเยาวชนเพื่อนที่ปรึกษาสูงขึ้นกว่าก่อนอบรมอย่างชัดเจน แสดงให้เห็นว่า นักเรียนที่เข้าอบรมยังคงดำรงคุณลักษณะการเป็น

เพื่อนที่ปรึกษาได้อย่างต่อเนื่อง ผลการศึกษาสะท้อนให้เห็นว่า กิจกรรมตามกระบวนการจิตตปัญญา สามารถพัฒนานักเรียนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงได้อย่างเหมาะสมสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของกิจกรรม กระบวนการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว สอดคล้องกับแนวคิดของการเรียนรู้เชิงจิตตปัญญา ซึ่ง ซาเยอนส์ (Arthur Zajonc) เสนอว่าการสืบค้นเชิงจิตตปัญญาศึกษาต้องเข้าถึงปรากฏการณ์ด้วยความละเอียดอ่อน (Gentleness) ขณะเดียวกันต้องมีความใกล้ชิด (Intimacy) และจะนำไปสู่การมีส่วนร่วม (Participation) ของผู้เรียน เมื่อผู้เรียนมีความเชื่อมั่นถึงระดับที่รู้สึกเปราะบาง (Vulnerability) และยังมีมั่นคงมากพอที่จะปล่อยวางตัวตนไปตามกระแสของสิ่งที่เกิดขึ้น เมื่อนั้นสิ่งที่อยู่ภายนอกตัวจะถูกสะท้อนเข้ามาภายใน กลายเป็นการเรียนรู้ที่จะนำสู่การเปลี่ยนแปลง (Transformation) ภายใน และการศึกษาจะเป็นการเรียนรู้เพื่อการสร้างตัวผู้เรียนขึ้นใหม่ (Education as Formation) และเป็นหนึ่งเดียวกับปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นด้วยความจริงแท้ (ชลลดา ทองทวี และคณะ, 2551)

กล่าวโดยสรุป การพัฒนาคุณลักษณะเยาวชนเพื่อนที่ปรึกษาให้มีความรู้พื้นฐานด้านการเป็นที่ปรึกษา มีความสนใจในการปรึกษา และมีบุคลิกภาพของเพื่อนที่ปรึกษา สามารถพัฒนาได้ด้วยกระบวนการจิตตปัญญาศึกษา ได้แก่ กระบวนการ “การพิจารณาด้วยใจอย่างใคร่ครวญ” (Contemplation) “ความรักความเมตตา” (Compassion) และ “เชื่อมโยงสัมพันธ์” (Connection) ซึ่งอธิบายได้ดังภาพประกอบที่ 5-1 ดังนี้



ภาพประกอบที่ 5-1 รูปแบบความสัมพันธ์ของกระบวนการจิตตปัญญาศึกษา 3 ประการต่อการพัฒนาคุณลักษณะเยาวชนเพื่อนที่ปรึกษา

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะของการวิจัย

1. ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่ากระบวนการจิตตปัญญาสามารถพัฒนาคุณลักษณะภายในของนักเรียนได้ เป็นกระบวนการที่ทำให้นักเรียนเกิดเรียนรู้จากการเปลี่ยนแปลงภายในตน ซึ่งครูสามารถนำเอาแนวคิดในกระบวนการดังกล่าวไปประยุกต์ใช้ในกิจกรรมการเรียนการสอนหรือกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนได้
2. ควรมีการอบรมต่อเนื่องและขยายผลสู่กลุ่มอื่นต่อไป เช่น กลุ่มแกนนำกิจกรรมด้านต่าง ๆ หรือขยายผลสู่นักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ทั้งนี้เพื่อให้ครอบคลุมทุกกลุ่มทางสังคม อันจะเกิดเครือข่ายจิตตปัญญาในโรงเรียน ทำให้กระบวนการช่วยเหลือเกื้อหนุนระหว่างนักเรียนเกิดการพัฒนารูปธรรมอย่างกลมกลืนสอดคล้องกับบริบท
3. ในงานวิจัยนี้มุ่งพัฒนาด้านคุณลักษณะภายใน ซึ่งถือเป็นการเตรียมความพร้อมทางจิตใจ สร้างเจตคติที่ดีต่อการช่วยเหลือเพื่อน ดังนั้น เพื่อให้เกิดการพัฒนาในระดับของการปฏิบัติ และเปิดพื้นที่ให้นักเรียน ได้แสดงพฤติกรรมในการช่วยเหลือเพื่อนอย่างเป็นรูปธรรมชัดเจน จึงควรสนับสนุนให้มีการพัฒนานักเรียนกลุ่มเดิม ให้มีการต่อยอดแนวคิดสู่การพัฒนาเชิงพฤติกรรมที่เป็นรูปธรรมชัดเจนยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวิจัยในเชิงคุณภาพเพิ่มเติม เพื่อจะได้ถอดความรู้ของนักเรียน และสังเคราะห์ เป็นข้อมูลสำคัญในการพัฒนากระบวนการให้ขยายผลในวงกว้างต่อไป
2. ควรมีการศึกษาผลต่อเนื่องของนักเรียนกลุ่มเดิม ด้วยการวิจัยเชิงประเมินผล เพื่อติดตามผลการเปลี่ยนแปลงของนักเรียน และศึกษาเงื่อนไขที่จะทำให้การพัฒนาเยาวชนเพื่อนที่ปรึกษาในโรงเรียนประจำ เกิดการพัฒนาที่ยั่งยืนต่อไป
3. ควรมีการร่วมมือกับครูในโรงเรียน ทำการวิจัยและพัฒนาเพื่อแสวงหากระบวนการพัฒนาคุณลักษณะเพื่อนที่ปรึกษาในโรงเรียนให้มีความสอดคล้องกับวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของนักเรียนโรงเรียนประจำ ทั้งนี้เพื่อให้สามารถดำเนินกิจกรรมการพัฒนาที่สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมอย่างแท้จริง

บรรณานุกรม