

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปราย และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การศึกษาเรื่อง “ผลของโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้ปัจเจกโวกาทและหลักอริยสัจสี่ เพื่อเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย ที่มีผลการเรียนต่ำกว่า 2.00 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2546” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรม การวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงกึ่งทดลอง โดยออกแบบให้มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทดสอบก่อนและหลังการทดลอง

ดำเนินการทดลองกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2551 จำนวน 22 คน โดยเลือกจากนักเรียนที่มีระดับผลการเรียนต่ำกว่า 2.00 ซึ่งมีอยู่ 2 ห้องเรียน ผู้วิจัยจับฉลากเลือกเพียงหนึ่งห้องเรียน เมื่อสอบถามนักเรียนจากห้องที่ได้รับเลือกพบว่านักเรียนทุกคนสนใจเข้าร่วมโปรแกรมจึงจับฉลากแบ่งกลุ่ม ได้กลุ่มทดลอง 12 คน กลุ่มควบคุม 10 คน กลุ่มทดลองจะเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้ปัจเจกโวกาทและหลักอริยสัจสี่ โดยมีการดำเนินกลุ่มรวม 8 ครั้งๆละ 1.5 - 2 ชั่วโมง ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

ทำการวัดค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการเรียนทั้ง 5 คือ 1.จุดมุ่งหมายในการเรียน 2. เวลาที่ใช้ในการอ่านหนังสือ 3. ความเข้าใจในการอ่านหนังสือ 4. เวลาที่ใช้ในการทำการบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมาย 5. การทำการบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมายอย่างครบถ้วน ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม 3 ระยะ คือ ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผล 4 สัปดาห์ ส่วนค่าเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เก็บข้อมูลก่อนการทดลองและหลังการทดลองเท่านั้น ทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ด้วยค่าสถิติที่ t-Independent และ t-dependent เพื่อทดสอบสมมติฐานที่ตั้งไว้ ได้ผลการศึกษา ดังนี้

1. ยอมรับสมมติฐานการวิจัยที่ 1 กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนการทดลอง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01
2. ยอมรับสมมติฐานการวิจัยที่ 2 กลุ่มทดลองจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้นภายหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01
3. ยอมรับสมมติฐานการวิจัยที่ 3 กลุ่มควบคุมจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

4. ยอมรับสมมติฐานการวิจัยที่ 4 กลุ่มทดลองจะมีพฤติกรรมการเรียนเพิ่มสูงขึ้นภายหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

5. ยอมรับสมมติฐานการวิจัยที่ 5 กลุ่มทดลองจะมีพฤติกรรมการเรียน ภายหลังการทดลอง และติดตามผล 4 สัปดาห์ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

จากผลการวิจัยสามารถสรุปได้ว่า โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้ปัจเจกโวกาทและหลักอริยสัจสี่ ส่งผลดีต่อพฤติกรรมการเรียนของกลุ่มทดลอง มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่เพิ่มสูงขึ้น

อภิปรายผลการวิจัย

ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ผลจากการศึกษาวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จากการพูดคุยภายในกลุ่มพบว่า การมีผลการเรียนต่ำกว่า 2.00 มีสาเหตุมาจาก ความรู้สึกเบื่อหน่าย ไม่มีจุดมุ่งหมายในการเรียน เมื่อเข้าเรียน จะรู้สึกไม่มีสมาธิในการเรียน นักเรียนมีความรู้สึกว่าการฟังเพลง การคุยกับเพื่อนหรือแฟนสนุกกว่า โดยที่นักเรียนไม่รู้สึกเสียใจหรือไม่พอใจ ผลการเรียนของตนเอง ไม่มีความวิตกกังวลหรือเครียดต่อการสอบวัดผลที่กำลังจะมาถึง พฤติกรรมของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง สามารถสรุปได้ว่า เป็นการละทิ้งหน้าที่ของตนเอง คือ การศึกษา สอดคล้องกับ"ความประมาท" ที่ได้กล่าวไว้ในพระไตรปิฎก (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ความว่า คนทอดทิ้งกิจที่ควรทำ ไปทำกิจที่ไม่ควรทำ เมื่อเขาถือตัวมัวประมาท อาสวะย่อมเจริญ จึงกล่าวได้ว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่างมีความประมาทในชีวิต ในช่วงวัยของตน ทำให้ไม่ตระหนักในหน้าที่ของตนเอง ปล่อยปละละเลยการศึกษา ที่เป็นสิ่งสำคัญของช่วงวัยนี้

นักเรียนกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีผู้ปกครองอยู่ในสถานภาพสมรส ผู้ปกครองส่วนใหญ่มีการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา ผู้วิจัยตั้งข้อสังเกตว่า การศึกษาของผู้ปกครอง อาจมีผลต่อความสนใจในการเรียนของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง เนื่องจากผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ผู้ปกครองของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างในระหว่างการทดลอง พบว่า ผู้ปกครองที่มีการศึกษาในระดับประถมศึกษา ยอมรับว่าไม่มีเวลาดูแลนักเรียนมากนัก และส่วนใหญ่ไม่ทราบว่านักเรียนไม่ได้สอบแก้ตัวในวิชาที่สอบตกในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 และ 2 ซึ่งมีผลต่อการจบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 และเมื่อทราบจากผู้วิจัย ผู้ปกครองกลุ่มนี้ไม่ได้แสดงความรู้สึกกังวลใดๆ บางคนให้เหตุผลว่าตนไม่ได้จบการศึกษา ก็สามารถเลี้ยงดูนักเรียนมาได้ หรือให้เหตุผลว่าแม้ไม่จบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา ก็สามารถประกอบอาชีพได้ ผู้ปกครองส่วนใหญ่จะกล่าวถึงอาชีพที่นักเรียนสามารถทำได้แม้ไม่จบการศึกษา เช่น ขับรถจักรยานยนต์รับจ้าง ช่วยขายของ หรือเป็นพนักงานทำความสะอาด

สะดวก ในขณะที่ผู้ปกครองที่มีการศึกษาในระดับสูงกว่ามัธยมศึกษา จะทราบผลการเรียนและการสอบแก้ตัวของนักเรียน พร้อมทั้งยอมรับว่าพยายามเคี่ยวเข็ญให้นักเรียนตั้งใจเรียนมากขึ้น โดยมีการให้รางวัลหากมีผลการเรียนที่ดีขึ้น แต่ก็ไม่ได้ผล ข้อสังเกตของผู้วิจัยในเรื่องนี้ สอดคล้องกับการศึกษาของ เรณู แสนสุรีย์รังสิกุล (2550) สว่าง มโนใจ (2550) เนตรบังอร ศรีไชย (2551) ที่พบว่า ระดับการศึกษาของบิดามารดา เป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อความสนใจในการเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน

นักเรียนกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีห้องพักและโต๊ะอ่านหนังสือเป็นของตนเอง ผู้วิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่างบางคนมีห้องพักเป็นของตนเอง แต่กลับไม่มีโต๊ะอ่านหนังสือเป็นของตนเอง ผู้วิจัยจึงสัมภาษณ์นักเรียนเพิ่มเติมพบว่า นักเรียนคิดว่าไม่มีความจำเป็นที่จะต้องมีโต๊ะอ่านหนังสือ เพราะไม่เคยอ่านหนังสือ หรือทำการบ้านที่บ้าน และเมื่ออยู่ในห้องส่วนตัวก็ไม่อยากเครียด ปกติจะนอนฟังเพลงหรือคุยโทรศัพท์ โดยนักเรียนให้ข้อมูลว่า ผู้ปกครองไม่ได้สนใจห้องของตนเองเป็นห้องส่วนตัว อีกทั้งไม่เคยถามถึงการอ่านหนังสือ หรือการทำการบ้านของตน ผู้วิจัยจึงมีข้อสังเกตว่า เมื่อผู้ปกครองไม่ได้ให้ความสำคัญกับการอ่านหนังสือ ทบทวนบทเรียนของนักเรียน จะทำให้นักเรียนไม่เห็นความสำคัญของการอ่านหนังสือ ซึ่งสะท้อนให้เห็นจากการไม่มีโต๊ะอ่านหนังสือในห้องส่วนตัว และการไม่เคยอ่านหนังสือทบทวนบทเรียนที่บ้าน

ผลจากการเข้าร่วมโปรแกรม

จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพิ่มขึ้นในระยะเวลาหลังการทดลอง และมีพฤติกรรมการเรียนที่เพิ่มขึ้นในระยะเวลาหลังการทดลอง และติดตามผล 4 สัปดาห์ พฤติกรรมการเรียนในการวิจัยนี้แบ่งออก 5 ด้าน ดังนี้

1. จุดมุ่งหมายในการเรียน

จากผลการศึกษาวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีจุดมุ่งหมายในการเรียนที่ชัดเจน ภายหลังจากทดลอง และในระยะเวลาติดตามผล 4 สัปดาห์นักเรียนกลุ่มทดลองยังคงยึดมั่นในจุดมุ่งหมายในการเรียนของตนอย่างไม่มีเปลี่ยนแปลง ซึ่งเห็นได้จากแบบบันทึกพฤติกรรมการเรียนในช่วงติดตามผล ที่ยังคงเขียนถึงจุดมุ่งหมายในการเรียนของตนเองได้อย่างชัดเจน คือ มีอาชีพที่ให้ความสนใจชัดเจน มีเป้าหมายระยะยาว และระยะสั้นพร้อมทั้งวิธีการที่จะทำให้ตนเองเข้าสู่อาชีพที่สนใจได้ ยกตัวอย่าง เช่น นักเรียนกลุ่มทดลองคนหนึ่งที่ยากเป็นมัคคุเทศก์เพราะเชื่อว่ามีความดี และได้ท่องเที่ยวไปในสถานที่ต่างๆ ในระยะก่อนการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองคนนี้ได้เขียนจุดมุ่งหมายในการเรียน คือ “เป็นมัคคุเทศก์” ภายหลังจากทดลอง มีจุดมุ่งหมายในการเรียน คือ “เป็นมัคคุเทศก์ สามารถพูดภาษาญี่ปุ่นได้เป็นอย่างดี เรียนภาษาในมหาวิทยาลัย สอบ

เข้าเรียนการท่องเที่ยว ของโรงเรียนแห่งหนึ่งให้ได้ และจบชั้นม.3” และในระยะติดตามผล นักเรียนคนนี้มีจุดมุ่งหมายในการเรียนไม่ต่างจากจุดมุ่งหมายในการเรียนภายหลังการทดลอง

จากตัวอย่างข้างต้น เห็นได้ชัดว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความตระหนักถึงหน้าที่ในการเรียนของตน และทราบว่าสิ่งที่กระทำในปัจจุบันส่งผลถึงอนาคต ทำให้นักเรียนตั้งใจเรียน ทำการบ้าน และติดตามการสอบแก้ตัวมากขึ้น การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดังกล่าวสอดคล้องกับผลการบันทึกพฤติกรรมการเรียนภายหลังการทดลอง และในระยะติดตามผล 4 สัปดาห์ ที่พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีจุดมุ่งหมายในการเรียนเพิ่มขึ้น ผู้วิจัยตั้งข้อสังเกตว่า การมีจุดมุ่งหมายในการเรียนเพิ่มขึ้นอย่างชัดเจน โดยมีจุดมุ่งหมายย่อยที่ไม่เกินความสามารถนี้ อาจเรียกได้ว่าเป็นแรงจูงใจในการเรียนอย่างหนึ่ง ซึ่งจากการศึกษาของพีระยุทธ์ สันติวัน (2533) พุทธิตา ดอนฟุ้งไพร (2548) และประณต เค้าฉิม (2548) ได้กล่าวว่า แรงจูงใจในการเรียนเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

2. ความเข้าใจในการอ่านหนังสือ

จากผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองให้ความสำคัญกับการอ่านหนังสือมากขึ้น จากที่ไม่เคยอ่านหนังสือเลย หรือเคยอ่านหนังสือแล้วไม่เข้าใจในสิ่งที่อ่าน ไม่เข้าใจในเนื้อหา และจำไม่ได้ว่าอาจารย์เคยสอนไว้ว่าอย่างไร ก็สามารถอ่านหนังสืออย่างมีจุดมุ่งหมายเข้าใจในสิ่งที่อ่าน และรู้ว่าสิ่งที่อ่านมีความเชื่อมโยงกับความรู้อื่นที่ได้เรียนมาก่อน แต่ยังคงไม่สามารถถ่ายทอดและอธิบายให้เพื่อนเข้าใจได้ ผู้วิจัยมีข้อสังเกตว่า ในระหว่างการเข้าร่วมโปรแกรมที่มีการฝึกพฤติกรรมการเรียน นักเรียนกลุ่มทดลองจะมีปัญหาและอุปสรรคในการอ่านหนังสือมากกว่าการทำ การบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมาย เนื่องจากการอ่านหนังสือเป็นสิ่งที่ต้องใช้สมาธิมากกว่าการทำ การบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมาย อีกทั้งนักเรียนกลุ่มทดลองยังต้องจัดสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสมกับการอ่านหนังสือของตน เช่น การหาสถานที่ที่มีความเงียบ การปิดโทรทัศน์ การเปิดวิทยุคลอเบาๆ หรือการหาบริเวณที่สามารถอ่านหนังสือได้โดยไม่เห็นเตียงนอนเพราะเมื่อเห็นเตียงนอนจะมีอาการง่วงนอน เป็นต้น ในการเข้าร่วมโปรแกรมมีการฝึกการอ่านหนังสือก่อน ในครั้งแรกนักเรียนกลุ่มทดลองพบกับปัญหาและอุปสรรคต่างๆมากมาย ทั้งที่เกิดจากตัวเองและผู้อื่น แต่เมื่อได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นภายในกลุ่ม มีการแนะนำวิธีการต่างๆในการอ่านหนังสือที่ได้ผลของตนให้เพื่อนๆฟัง ทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองหลายคนคิดวิธีการแก้ปัญหาการอ่านหนังสือของตนได้ด้วยตนเอง กระบวนการที่เกิดขึ้นนี้เรียกได้ว่าเป็นประสิทธิผลของกลุ่ม ดังที่ Jacob, Harvil and Masson (1994) ได้กล่าวว่า กลุ่มเปิดโอกาสเรียนรู้จากการสังเกตผู้อื่น การเรียนรู้ครอบคลุมถึงการเรียนรู้ใน ปัญหาและวิธีการจัดการปัญหาของเพื่อนสมาชิก อีกทั้งเป็นสถานที่ที่ให้มีการแสดงเจตจำนงตกลง

ที่จะทำการทำสัญญา เพื่อจัดการกับปัญหาของตน ทำให้สมาชิกมีความจริงจังในการจัดการกับปัญหาของตน ซึ่งเห็นได้ชัดในการรายงานผลการฝึกปฏิบัติการอ่านหนังสือในครั้งต่อมาที่พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองทุกคนสามารถจัดการกับอุปสรรคในการอ่านหนังสือได้ และมีความกระตือรือร้นที่จะพูดคุยถึงการจัดการกับอุปสรรคในการอ่านหนังสือของตน กลุ่มในครั้งนี้ผู้วิจัยรับรู้ถึงความภูมิใจในตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่สามารถทำหน้าที่ของตนได้สมบูรณ์มากขึ้น

นอกจากนี้ยังพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองใช้เวลาในการอ่านหนังสือเพิ่มมากขึ้น ในระยะก่อนการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองใช้เวลาอ่านหนังสือโดยเฉลี่ยประมาณ 6 นาที เนื่องจากไม่เห็นความสำคัญในการใช้เวลาเพื่อการอ่านหนังสือ และมีกิจกรรมต่างๆที่นักเรียนให้ความสนใจมากกว่า เช่น การคุยโทรศัพท์ การฟังเพลง เป็นต้น ภายหลังจากการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองใช้เวลาอ่านหนังสือโดยเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น 38 นาที การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเริ่มมาจากการตระหนักรู้ในหน้าที่ของตนเอง ที่ทำให้เห็นว่าการอ่านหนังสือจะทำให้สามารถไปถึงจุดมุ่งหมายในการเรียนได้ จึงใช้เวลากับการอ่านหนังสือมากขึ้น อีกทั้งในการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้ปัจเจกโอบาทและอริยสัจสี่ นักเรียนกลุ่มทดลองมีการฝึกพฤติกรรมการเรียนอย่างเป็นรูปธรรมคือ มีการกำหนดช่วงเวลาในการอ่านหนังสือไว้อย่างชัดเจนจากที่ไม่เคยคิดถึงการอ่านหนังสือเลย ต้องอ่านหนังสือและพูดคุยแลกเปลี่ยนถึงเรื่องราวที่ได้อ่านให้สมาชิกกลุ่มที่เข้าร่วมการทดลองฟัง ทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับรู้ปัญหาและอุปสรรคของเพื่อนสมาชิก ในขณะเดียวกันก็รู้สึกภูมิใจที่ตนเองสามารถอ่านหนังสือได้ตามที่กำหนดช่วงเวลาไว้ หากไม่สามารถทำได้ก็จะได้รับการสนับสนุน ให้กำลังใจจากเพื่อนสมาชิก ซึ่งสอดคล้องกับ ประสิทธิภาพของกลุ่มที่ Jacob, Harvil and Masson (1994) ได้รวบรวมไว้ ที่กล่าวว่า กลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้รับข้อมูลสะท้อนกลับระหว่างกัน และเปิดโอกาสเรียนรู้จากการสังเกตผู้อื่น การเรียนรู้ครอบคลุมถึงการเรียนรู้ในปัญหา รวมถึงวิธีการจัดการปัญหาของเพื่อนสมาชิก จากประสิทธิผลดังกล่าว ทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองเกิดความเชื่อมั่นว่าตนเองจะสามารถอ่านหนังสือได้ตามที่กำหนด จนกระทั่งเกิดเป็นพฤติกรรมที่ยั่งยืนถึงในระหว่างการติดตามผลที่นักเรียนกลุ่มทดลองใช้เวลาในการอ่านหนังสือเท่ากับในระยะหลังการทดลอง

3. การทำการบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมายอย่างครบถ้วน

จากผลการศึกษาพบว่า ในระยะก่อนการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองไม่เคยทำการบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมายเลย ภายหลังจากการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองทำการบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมายทุกวิชา โดยให้เพื่อนทำให้ออกเพื่อน และทำด้วยตนเองบ้าง โดยผู้วิจัยสังเกตเห็นถึงความตั้งใจในการทำการบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมาย ที่ส่วนใหญ่เป็นงานที่ได้มาจากการ สอบแก้ตัววิชาที่สอบตกในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-2 ความตั้งใจในการทำการบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมาย

มีเหตุผล คือ ความต้องการที่จะจบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ทำให้นักเรียนมีแรงจูงใจในการทำการบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมาย ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองใช้เวลาในการทำการบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมายเพิ่มมากขึ้น จากในระยะก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของเวลาที่ใช้ในการทำการบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมายประมาณ 6 นาทีเพิ่มขึ้นเป็น 52 นาทีภายหลังการทดลอง เนื่องจากนักเรียนกลุ่มทดลองมีจุดมุ่งหมายในการเรียนที่ชัดเจนขึ้น ทำให้เป้าหมายระยะสั้นของนักเรียนส่วนใหญ่คือการจบการศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ซึ่งจำเป็นต้องสอบแก้ตัววิชาที่สอบตกในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-2 ให้เรียบร้อยโดยการสอบแก้ตัววิชาที่สอบตกนั้น ส่วนใหญ่เป็นงานที่ให้เป็นการบ้านมากกว่าการทดสอบในห้องเรียน ดังนั้น เมื่อเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนจึงได้วางแผนการทำการบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมาย ที่เป็นการสอบแก้ตัวเป็นส่วนใหญ่ ในระยะติดตามผล นักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ยังคงต้องสอบแก้ตัวด้วยการทำงานตามที่อาจารย์ประจำวิชาสั่งมาส่งในลักษณะของการบ้าน จึงใช้เวลาในการทำการบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมาย ไม่แตกต่างจากภายหลังการทดลองมากนัก ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายในการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีเป้าหมายระยะสั้น คือการจบการศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ถือว่าเป็นแรงจูงใจสำคัญที่ทำให้ให้นักเรียนกลุ่มทดลองใช้เวลาในการทำการบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมายเพิ่มขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ สุรจิต สุนทรธรรม(2551) ที่กล่าวว่า แรงจูงใจเป็นสิ่งสำคัญในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

4. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จากการศึกษาพบว่า การเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้ปัจฉิมโอวาทและหลักอริยสัจสี่ ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนรู้ทั้ง 5 ด้านข้างต้น ส่งผลให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพิ่มขึ้นภายหลังการทดลองอย่างชัดเจน เห็นได้จากค่าเฉลี่ยของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่เพิ่มสูงขึ้น 115.05 คะแนนแสดงให้เห็นถึงความแตกต่างของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างชัดเจน ในขณะที่นักเรียนกลุ่มควบคุมมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนลดลงภายหลังการทดลอง เห็นได้จากค่าเฉลี่ยของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ลดลงไป 9.15 คะแนน อาจกล่าวได้ว่า เมื่อนักเรียนกลุ่มทดลองเกิดการตระหนักในความประมาทในหน้าที่ คือ การทอดทิ้งสิ่งที่ควรทำไปทำสิ่งที่ไม่ควรทำ และรู้ว่าความประมาทของตนนั้นส่งผลกระทบอย่างไรต่ออนาคต นักเรียนกลุ่มทดลองจึงเกิดความกังวลกับการจบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นของตน ในจุดนี้จึงให้นักเรียนได้เรียนรู้หลักอริยสัจสี่ และกระตุ้นให้นักเรียนกลุ่มทดลองคิดในเชิงเปรียบเทียบโดยให้ความกังวลนั้นเป็นปัญหา หรือเป็นทุกข์ ซึ่งเป็นขั้นแรกของหลักอริยสัจสี่ เมื่อนักเรียนมองเห็นปัญหาพร้อมกันแล้วจึงให้ใช้หลักอริยสัจสี่จัดการกับปัญหา เริ่มจากขั้นสมุทัย ขั้นที่2 ของหลักอริยสัจสี่ เนื่องจากมีปัญหาหรือทุกข์ที่ต้องการแก้ไขแล้ว เมื่อทบทวนถึง

สาเหตุ พบว่าเกิดจากพฤติกรรมการเรียนที่ไม่เหมาะสมของตนเอง เมื่อถึงขั้นที่ 3 นิโรธ นักเรียนมีจุดมุ่งหมายในการแก้ไขปัญหา ซึ่งหมายถึงพฤติกรรมการเรียนที่ไม่เหมาะสม ซึ่งระบุได้ 5 ด้านดังที่กล่าวไว้ข้างต้น เมื่อนักเรียนมีจุดมุ่งหมายในการแก้ไขพฤติกรรมการเรียนแล้วจึงเข้าสู่ขั้นที่ 4 คือ มรรค ที่นักเรียนกลุ่มทดลองจะได้วางแผนการที่จะนำไปสู่จุดมุ่งหมาย คือการมีพฤติกรรมการเรียนที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น จากผลการศึกษาก็พบว่า พฤติกรรมการเรียนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น ทำให้นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพิ่มสูงขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยหลายชิ้นได้แก่ งานวิจัยของ นุชนาฏ วรยศศรี (2547) พรพจน์ เพ็ชรทวีพรเดช (2547) พรศรี บรรณกุลโรจน์ (2547) และกัมปนาท ศรีเชื้อ (2550) ที่สนับสนุนในเรื่องนี้ โดยพบว่าพฤติกรรมการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ในทางตรงข้ามพฤติกรรมการเรียนที่ไม่ดีย่อมทำให้เกิดความล้มเหลวในการเรียน

สำหรับนักเรียนกลุ่มควบคุมไม่พบว่ามี การเปลี่ยนแปลงของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ภายหลังจากทดลอง รวมทั้งไม่มีการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมการเรียนทั้งในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล มีความแตกต่างจากกลุ่มทดลอง อาจเป็นผลมาจากกลุ่มควบคุมเป็นนักเรียนที่มีพฤติกรรมการเรียนที่ไม่เหมาะสม เช่นเดียวกับกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลอง คือ มีความรู้สึกเบื่อหน่ายในการเรียน ไม่มีจุดมุ่งหมายในการเรียน ไม่เห็นความสำคัญของการจบการศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เมื่อใกล้สอบวัดผลนักเรียนกลุ่มควบคุมไม่รู้สึกรู้สึกวิตกกังวลต่อการสอบที่จะมาถึง แม้ว่าจะไม่ได้อ่านหนังสือทบทวนเลยก็ตาม นอกจากนี้ นักเรียนกลุ่มควบคุมยังไม่มีความกระตือรือร้นในการสอบแก้ตัว วิชาที่สอบตกในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-2

สรุปได้ว่า การปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้ปัจฉิมโอวาทและหลักอริยสัจสี่ มีส่วนช่วยให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพิ่มขึ้น รวมทั้งมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ 1.จุดมุ่งหมายในการเรียน 2. เวลาที่ใช้ในการอ่านหนังสือ 3. ความเข้าใจในการอ่านหนังสือ 4. เวลาที่ใช้ในการทำการบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมาย 5. การทำการบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมายอย่างครบถ้วน โดยมีพฤติกรรมการเรียนเพิ่มขึ้นอย่างชัดเจนในทุกๆด้าน

โปรแกรมที่นำมาสู่กระบวนการเปลี่ยนแปลง

โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้ปัจฉิมโอวาทและหลักอริยสัจสี่ มีส่วนช่วยให้นักเรียนกลุ่มทดลองเกิดการตระหนักรู้ในพฤติกรรมการเรียนที่ตั้งอยู่ในความประมาท และเรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง โดยเกิดจากการ ยกปัจฉิมโอวาทขึ้นมาเพื่อสร้างความตระหนักในหน้าที่ของตน เมื่อตระหนักรู้ความประมาทในหน้าที่ คือ การเรียนของตน ที่ทำให้เกิดปัญหา หรือทุกข์ขึ้นแล้ว

จะนำไปสู่การดำเนินการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ ดังที่ พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต, 2531) ได้กล่าวว่า หลักอริยสัจสี่ เป็นวิธีการแห่งปัญญา ที่จะดำเนินการแก้ไขปัญหามาระบบแห่งเหตุผล มี 4 ขั้นตอน ได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค การใช้ปัจฉิมโอวาทและอริยสัจสี่จะอยู่ภายใต้ภายใต้บรรยากาศของกลุ่มที่มีความอบอุ่นและเต็มไปด้วยการยอมรับ โดยนักเรียนกลุ่มทดลองทุกคนจะเป็นผู้วางแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกรเรียนด้วยตนเอง โดยมีการสนับสนุนและให้กำลังใจจากเพื่อนร่วมการทดลอง ดังนั้น โปรแกรมที่นำมาสู่กระบวนการเปลี่ยนแปลงจึงประกอบด้วย ปัจฉิมโอวาท หลักอริยสัจสี่ และกระบวนการกลุ่ม ซึ่งสามารถอธิบายได้ ดังนี้

1. ปัจฉิมโอวาท นักเรียนกลุ่มทดลองได้เรียนรู้ที่จะสำรวจการทำหน้าที่ในการเรียนของตนเอง ว่ามีความประมาท ที่ได้กล่าวถึงใน ปัจฉิมโอวาท ในส่วนใดของการเรียน ในช่วงแรกของการปรึกษาแบบกลุ่ม เมื่อผู้วิจัยกล่าวถึงคำสอนต่างๆของพระพุทธเจ้า ที่ยึดถือปฏิบัติ พบว่าไม่ได้รับความสนใจจากนักเรียนกลุ่มทดลอง เมื่อสอบถามเพิ่มเติมในภายหลัง พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองรู้สึกเบื่อหน่ายเพราะคิดว่าการทำกลุ่มจะคล้ายกับการเรียนวิชาพระพุทธศาสนา ในการทำกลุ่มครั้งต่อมา ผู้วิจัยได้ปรึกษาผู้เชี่ยวชาญทำให้สามารถดึงความสนใจมาจากนักเรียนกลุ่มทดลองได้ ด้วยการให้นักเรียนกลุ่มทดลองได้บอกเล่าเรื่องราวของตนเองที่เกี่ยวข้องกับ ความประมาท และ ทบทวนว่าความประมาทนั้น ส่งผลกระทบต่ออย่างไรต่อตนเอง ก่อนที่จะกล่าวถึงปัจฉิมโอวาทของพระพุทธเจ้าว่า “สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้กล่าวถึงความประมาทไว้ในพระดำรัสครั้งสุดท้าย” นักเรียนกลุ่มทดลองอยากรู้ว่า พระพุทธเจ้าได้กล่าวถึงความประมาทไว้อย่างไร ซึ่งนำไปสู่การตระหนักถึงความประมาทในหน้าที่ของตน โดยเริ่มจากการคิดถึงจุดมุ่งหมายในอนาคต หรือ ความคาดหวังที่นักเรียนกลุ่มทดลองมีต่ออนาคตของตน จากนั้นจึงให้คิดว่าในช่วงเวลาก่อนจะถึงสิ่งที่คาดหวังไว้ นักเรียนมีหน้าที่อะไรบ้างเพื่อให้ไปถึงจุดมุ่งหมายนั้น โดยให้คิดไล่จากอนาคตมาจนถึงปัจจุบัน นักเรียนกลุ่มทดลองให้ความสนใจกับการคิดถึงอนาคตของตนเองและการกระทำต่างๆเพื่อให้ตนสามารถไปถึงจุดมุ่งหมายที่ต้องการในอนาคต จนกระทั่งถึงการกระทำในปัจจุบันของนักเรียน ผู้วิจัยได้ตั้งคำถามว่า นักเรียนได้ทำในสิ่งที่ควรทำแล้วหรือยัง นักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ยอมรับด้วยการสำนึกขึ้นว่าตัวเองไม่ได้ทำในสิ่งที่ควรทำ เนื่องจากจุดมุ่งหมายในอนาคตของนักเรียนกลุ่มทดลองจะต้องเริ่มจากการมีผลการเรียนที่ดี และจบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จากจุดนี้ผู้วิจัยพบว่า นักเรียนเริ่มเกิดความตระหนักได้ว่า ตนกำลังดำเนินชีวิตอยู่ในความประมาท ทำให้ละเลยต่อหน้าที่ของตนเอง คือ การเรียนหนังสือ เมื่อได้ทบทวนพฤติกรรมกรเรียนจึงคิดว่าควรเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกรเรียนใดเพื่อให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของตนดีขึ้น การตระหนักถึงการละเลยหน้าที่ในการเรียนที่เกิดขึ้น ทำให้นักเรียนเกิดความวิตกกังวลต่อการจบ

การศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นของตนเอง โดยนักเรียนกลุ่มทดลองยอมรับว่า ไม่เคยคิดว่าการไม่ตั้งใจเรียนของตนจะเป็นผลเสีย หรือส่งผลกระทบต่ออนาคตและชีวิตของตน เมื่อผู้วิจัยสรุปกับนักเรียนกลุ่มทดลองว่า ตอนนี้นักเรียนกำลังเกิดความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเรียนและการจบการศึกษาของตนเอง ซึ่งอาจเรียกได้ว่าเกิดความทุกข์ นักเรียนกลุ่มทดลองเห็นด้วยกับการสรุปของผู้วิจัยและมีความต้องการที่จะแก้ไขความทุกข์ของตน ซึ่งนักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มักจะใช้คำว่า ปัญหาแทนคำว่าทุกข์ เมื่อนักเรียนกลุ่มทดลองเกิดความตระหนักในความประมาทด้านการเรียนของตนที่ทำให้เกิดปัญหาแล้ว ผู้วิจัยจึงให้นักเรียนได้เรียนรู้หลักอริยสัจสี่เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น

2. หลักอริยสัจ มีหลักการสำคัญ 4 ขั้นตอน คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค จากผลการทดลองเมื่อนักเรียนเกิดการตระหนักในปัญหาของตนจากการเรียนรู้ปัจฉิมโอวาทแล้ว จึงให้นักเรียนได้เรียนรู้หลักอริยสัจสี่ (พระเทพเวที, 2531) ที่เป็นวิธีการแห่งปัญญา ที่สามารถแก้ไขปัญหาตามระบบแห่งเหตุผลได้ พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองไม่มีความรู้เกี่ยวกับหลักอริยสัจสี่ ไม่สามารถบอกได้ว่าหลักอริยสัจสี่มีอะไรบ้าง แม้จะได้เรียนในวิชาพระพุทธศาสนาในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-2 ตามหลักสูตรของกระทรวงศึกษาธิการ (สิริกร มณีรินทร์, 2545) ที่กล่าวว่า หัวข้อหลักธรรมในระดับมัธยมจะมีเรื่องอริยสัจ 4 เป็นกรอบใหญ่ในทุกชั้น ผู้วิจัยจึงบอกขั้นตอนของหลักอริยสัจสี่และกระบวนการคิดในแต่ละขั้นตอนเพื่อให้นักเรียนกลุ่มทดลองได้คิดตาม

2.1 ขั้นที่ 1 ทุกข์ ซึ่งนักเรียนกลุ่มทดลองเรียกว่า ปัญหา การเริ่มต้นให้นักเรียนตระหนักรู้ปัญหาของตนนั้น ได้เริ่มจากปัจฉิมโอวาทซึ่งทำให้นักเรียนได้รู้ถึงปัญหาของตนในระดับหนึ่งแล้ว ในช่วงนี้ผู้วิจัยจึงให้นักเรียนกลุ่มทดลองระบุปัญหาที่ต้องการแก้ไขให้ชัดเจนมากขึ้น สอดคล้องกับคำกล่าวของ พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต, 2543) ที่ได้กล่าวถึง ขั้นตอนนี้ไว้ว่าเป็นการทำความเข้าใจปัญหา สภาพของสิ่งที่เป็นปัญหา ให้เข้าใจชัดเจนว่าเป็นอะไร เมื่อนักเรียนได้สำรวจปัญหาที่เกิดขึ้น และพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันแล้ว จึงได้ข้อสรุปว่าปัญหาที่ต้องการแก้ไข คือ ปัญหาผลการเรียนที่ไม่ดี ที่ส่งผลถึงการจบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

2.2 ขั้นที่ 2 สมุทัย ในขั้นนี้นักเรียนกลุ่มทดลองได้ทบทวนถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหาผลการเรียนที่ไม่ดี ที่ส่งผลถึงการจบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จากการสำรวจสาเหตุของปัญหาพบว่า มีสาเหตุที่หลากหลาย เช่น ไม่ได้อ่านหนังสือ ชอบเล่นเกมส์มากกว่า ไม่มีเวลาทำการบ้าน ไม่ได้ส่งงาน ไม่ตามแก้วิชาที่สอบตก เป็นต้น เมื่อให้นักเรียนกลุ่มทดลองช่วยกันสรุปถึงสาเหตุที่สำคัญที่ส่งผลโดยตรงต่อปัญหาให้ชัดเจนเพื่อการดำเนินการในขั้นต่อไปได้อย่าง

ถูกต้องและตรงต่อปัญหา ตามคำกล่าวถึงชั้น สมุทัย ของพระธรรมปิฎก (ประยูร ปรยุตโต, 2543) ที่ว่า เป็นการสืบสาวสาเหตุแห่งทุกข์ที่พึงละ คือการวิเคราะห์ ค้นหาต้นตอของปัญหาที่ต้องแก้ไข หรือกำจัด ทำให้หมดสิ้นไป ผลการสรุปของนักเรียนกลุ่มทดลองในชั้นนี้ พบว่า การบริหารเวลาที่ไม่ถูกต้อง และการไม่มีความตั้งใจ ซึ่งระบุ ถึงความตั้งใจในการอ่านหนังสือเพื่อการสอบ และความตั้งใจในการทำบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมายส่ง เพราะความตั้งใจใน 2 เรื่องนี้ส่งผลชัดเจนต่อคะแนนในการสอบกลางภาค ปลายภาค คะแนนเก็บตลอดปีการศึกษา และการสอบแก้ตัววิชาที่ไม่ผ่าน

2.3 ชั้นที่ 3 นิโรธ หมายถึง การวางเป้าหมาย โดยให้นักเรียนกลุ่มทดลองวาง จุดมุ่งหมายในการแก้ไขสาเหตุของปัญหาที่นักเรียนได้กำหนดไว้ในชั้น สมุทัย ซึ่งเริ่มจากการวาง จุดมุ่งหมายในการเรียนให้ชัดเจน จากระยะยาวมาสู่ในระยะสั้นที่สามารถปฏิบัติได้ในปัจจุบัน การวางจุดมุ่งหมายในระยะยาว จะเป็นการระบุถึงการประกอบอาชีพในอนาคต ตามมาด้วย จุดมุ่งหมายในช่วงต่างๆ ยกตัวอย่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่อยากเป็น มัคคุเทศก์ ที่ได้กล่าวไว้ในผลของการเข้าร่วมโปรแกรม เมื่อมีจุดมุ่งหมายในระยะยาว คือ การเป็นมัคคุเทศก์ จุดมุ่งหมายในช่วง ต่อมา คือการเข้าเรียนภาษาในระดับมหาวิทยาลัย การมีทักษะทางด้านภาษาต่างๆ โดยเฉพาะ ภาษาญี่ปุ่น การสอบเข้าเรียนเกี่ยวกับการท่องเที่ยวในโรงเรียนแห่งหนึ่ง และการจบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามลำดับ เมื่อนักเรียนกลุ่มทดลองมีจุดมุ่งหมายในการเรียนที่ชัดเจนแล้ว จึงมีการวางกระบวนการในการไปถึงจุดมุ่งหมายที่ใกล้ตัวมากที่สุด คือ การจบการศึกษา โดยมี เป้าหมายในการแก้ไขจากสาเหตุที่ได้ระบุไว้ในชั้น สมุทัย โดยนักเรียนกลุ่มทดลองมีเป้าหมาย เดียวกัน คือ ต้องการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกรเรียน ได้แก่ การอ่านหนังสือ และการทำบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมาย เพราะพฤติกรรมกรเรียน 2 อย่างนี้ส่งผลโดยตรงต่อผลการเรียน อีกทั้งการวางแผนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดังกล่าวจะทำให้ได้จัดสรรเวลา ซึ่งถือเป็นการฝึกการบริหารเวลา ที่เป็นสาเหตุหนึ่งของปัญหาดังได้ระบุไว้ในชั้นสมุทัยไปพร้อมกัน นักเรียนกลุ่มทดลองแต่ละคนจึงได้วางรายละเอียดต่างๆของการแก้ไขสาเหตุของปัญหา ตามที่ พระธรรมปิฎก (ประยูร ปรยุตโต, 2543) ได้กล่าวไว้ว่า ชั้นนิโรธ เป็นการสร้างความชัดเจนในเป้าหมายและกระบวนการของการ แก้ปัญหา โดยมีการวางรายละเอียดและกลวิธีปลีกย่อยในกระบวนการที่จะทำให้บรรลุจุดมุ่งหมาย โดยในการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองได้วางรายละเอียดต่างๆของ การอ่านหนังสือ และการทำ การบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมาย ตามสิ่งแวดล้อม และสถานการณ์ของแต่ละคน ยกตัวอย่างเช่น บางคนต้องช่วยครอบครัวทำงาน ก็จัดสรรเวลาทำงานและอ่านหนังสือให้เหมาะสมโดยพยายามทำ การบ้านให้เสร็จในเวลาพักที่โรงเรียน เพื่อจะได้ช่วยงานที่บ้านในเวลาที่ย่างไว้ และใช้เวลาว่างที่จัด ไว้ในการอ่านหนังสือทบทวนบทเรียน แทนที่จะใช้ทำการบ้านก่อน เป็นต้น

2.4 ขั้นที่ 4 มรรค เมื่อวางจุดมุ่งหมายที่ชัดเจนพร้อมทั้งลงรายละเอียดปลีกย่อยในขั้น นิโรธ แล้วในขั้นนี้ นักเรียนกลุ่มทดลองจึงได้จัดวางวิธีการ แผนการ และรายการสิ่งที่จะต้องทำพร้อมทั้งกำหนดวัน เวลา สถานที่ ในการทำตามแนวทางที่ได้วางไว้ข้างต้น โดยผู้วิจัยให้คิดถึงอุปสรรคที่อาจจะเกิดขึ้น เมื่อปฏิบัติจริงเพื่อให้แนวทางที่นักเรียนแต่ละคนได้วางไว้ในกาแก้ไขพฤติกรรมกรเรียน คือการอ่านหนังสือและการทำการบ้าน/งานที่ได้รับมอบหมาย มีประสิทธิภาพมากขึ้น

นอกจากนี้ การใช้หลักอริยสังข์แก้ไขพฤติกรรมกรเรียนที่เป็นสาเหตุของปัญหา นักเรียนกลุ่มทดลองยังได้ฝึกใช้วิธีคิดตามหลักอริยสังข์ ในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคที่ขัดขวางดำเนินการตามแนวทางที่วางไว้ ยกตัวอย่างเช่น นักเรียนกลุ่มทดลองคนหนึ่งบอกว่า “ต้องช่วยแม่ทำงานจึงไม่ได้อ่านหนังสือ” เมื่อลองใช้วิธีคิดตามหลักอริยสังข์ พบว่านักเรียนบอกได้ว่า “ความทุกข์คือไม่มีเวลาอ่านหนังสือ กับการกลัวถูกคุณแม่เมื่อไม่ช่วยงาน สมุทัย คือ สาเหตุ...จะว่าไปแล้วสาเหตุอาจจะเป็นเพราะหนูกลัวแต่ดูโทรทัศน์นี่มั้งคะ?” เมื่อให้ระบุช่วงเวลาที่ใช้ดูโทรทัศน์พบว่านักเรียนเปิดโทรทัศน์ตั้งแต่กลับถึงบ้าน และเปิดทิ้งไว้ตลอดเวลาจนกระทั่งเวลานอน นักเรียนตระหนักได้ว่า ปัญหาที่แท้จริงของตนคือการดูโทรทัศน์มากเกินไป ดังนั้นนักเรียนจึงตั้งเป้าหมายว่าจะเปิดโทรทัศน์เฉพาะช่วงเวลาที่น่าสนใจเท่านั้น และจะพยายามปิดโทรทัศน์ทันทีที่ไม่ได้ชมรายการอะไร

การใช้หลักอริยสังข์ ในโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้ปัจฉิมโอวาทและหลักอริยสังข์สี่ พบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำและมีพฤติกรรมกรเรียนที่ไม่เหมาะสม ส่วนใหญ่ไม่มีระบบหรือวิธี ในการคิดเมื่อเผชิญปัญหาหรือการตัดสินใจ มักปล่อยให้ไปไปตามกระแสของกลุ่มเพื่อน หรือค่านิยมของสังคมในขณะนั้น ดังที่นักเรียนกล่าวในช่วงก่อนการทดลองว่า “ไม่ชอบอ่านหนังสือ ก็ไม่เห็นมีใครอ่าน คุณโทรทัศน์ดีกว่า” “แม่ให้ช่วยงานบ้าน หนังสือก็อยากอ่านนะคะ แต่ทำพร้อมกันไม่ได้ ต้องทำงานบ้านก่อนเพื่อไม่ให้แม่ดุแล้วเพื่อนๆก็ไม่ได้อ่านหนังสือหรือทำการบ้านกันอยู่แล้ว ถ้าหนูไม่ทำการบ้านหรือไม่อ่านหนังสือซักคน คงไม่ผิดอะไร” หลักอริยสังข์ทำให้นักเรียนคิดมากขึ้น มองไปในอนาคตมากขึ้น ทบทวนมากขึ้นว่าสิ่งที่ทำจะส่งผลไปสู่อนาคตของตนอย่างไร และตนสามารถเผชิญกับปัญหาเหล่านี้เช่นไร หลังจากที่ฝึกให้นักเรียนกลุ่มควบคุมใช้หลักอริยสังข์สี่ในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นในการดำเนินการตามแนวทางที่วางไว้ นักเรียนกลุ่มควบคุมเริ่มนำหลักอริยสังข์ในชีวิตไปใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น เมื่อมีปัญหากับน้องสาว นักเรียนกลุ่มทดลองคนหนึ่งบอกว่า ตนมักจะเถียงกันไปมาและในบางครั้งจบด้วยการใช้ความรุนแรง แต่ในปัจจุบันตนจะคิดถึงสาเหตุที่ทำให้ต้องถกเถียงกัน ทำให้ไม่ค่อยทะเลาะกัน เมื่อถามถึงประโยชน์

ของการเข้าร่วมโปรแกรม พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่คิดว่าได้ประโยชน์มาก ในเรื่องที่ทำให้หยุดคิดถึงสาเหตุ เมื่อพ่อแม่บ่น หรือดุด่า เพราะเมื่อคิดได้ว่าสาเหตุนั้นมาจากความรักที่พ่อแม่มีต่อตนเอง จึงทำให้ไม่อยากโต้เถียงเหมือนที่ผ่านมา แต่จะรอจังหวะอธิบายเหตุผลให้ฟัง การนำหลักอริยสัจสี่ไปใช้ในชีวิตประจำวัน ของนักเรียนกลุ่มทดลอง สอดคล้องกับคำกล่าวของ วศิน อินทสระ (2544, น. 16) ที่ว่า อริยสัจสี่เป็นเรื่องที่เกี่ยวกับปัญหาชีวิตและการแก้ไขปัญหา เป็นแนวทางแห่งการแก้ปัญหาชีวิตทุกอย่าง

เมื่อนักเรียนกลุ่มทดลอง เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้ปัจฉิมโอวาทและหลักอริยสัจสี่ มีการฝึกกระบวนการคิดถึงจุดมุ่งหมายในการเรียน และแก้ปัญหาพฤติกรรมกรเรียน ตามหลักอริยสัจสี่ พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพิ่มขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของสถาบันการศึกษาในประเทศไทย ที่ใช้หลักอริยสัจสี่ เพื่อเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ดังงานวิจัยของ เกียรติศักดิ์ ชันตะ (2545) อัฒชา ผุงชมเชย (2549) สิงหา จันทน์ขาว (2550) ซึ่งพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองในงานวิจัยดังกล่าว มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพิ่มขึ้น เช่นเดียวกัน

3 กระบวนการกลุ่ม บรรยากาศในกลุ่มที่มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ มีการเปิดเผยเรื่องราวความรู้สึกในขณะที่มีอุปสรรค ช่วยกันค้นหาวิธีแก้ไขและป้องกันเพื่อให้อุปสรรคลดลง รวมทั้งการมีความรู้สึกร่วมภายในกลุ่มที่รับรู้ว่ามีสมาชิกกลุ่มพัฒนามากขึ้น ดังที่ ยาโลม (Yalom) กล่าวไว้ในเรื่องปัจจัยที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลง (therapeutic factors) ที่ต้องการให้เกิดขึ้นในกระบวนการกลุ่ม เพราะยังมีปัจจัยเหล่านี้มากเท่าไร ก็จะแสดงว่ากลุ่มยิ่งประสบความสำเร็จมากเท่านั้น (Tudor, 1999, น.35-37)

นักเรียนกลุ่มทดลอง เมื่อได้กำหนดจุดมุ่งหมายในพฤติกรรมกรเรียนของตนแล้ว มีการพูดคุยแลกเปลี่ยนกันภายในกลุ่มเพื่อวางช่วงเวลา และเตรียมการแก้ไขอุปสรรคที่คิดว่าจะเกิดขึ้น หลังจากนักเรียนได้ทดลองเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกรเรียนของตนเองในครั้งแรกแล้ว มีการพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนถึงอุปสรรคและปัญหาที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งเตรียมการแก้ไข ป้องกัน และทดลองฝึกปฏิบัติเพื่อทดสอบดูว่าตนเองสามารถจัดการอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้อย่างไรบ้าง หากใช้คำพูด คำพูดนั้นเหมาะสมหรือไม่ การกระทำที่เป็นการแสดงออกควรเป็นอย่างไร ดังเช่นตัวอย่างของนักเรียนที่ใช้เวลาดูโทรทัศน์มากเกินไป ที่สมาชิกในกลุ่มช่วยกันแสดงความคิดเห็นเพื่อใช้ในการจำกัดเวลาการดูโทรทัศน์ เป็นต้น ในระหว่างการแลกเปลี่ยนนั้นนอกจากนักเรียนจะได้เรียนรู้การจัดการพฤติกรรมกรเรียนของเพื่อนสมาชิกแล้ว ยังมีการสนับสนุนให้กำลังใจซึ่งกันและกันอีกด้วย ทำให้ในระหว่างการทดลองนักเรียนมีความตั้งใจในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกรเรียนของตนเอง

ภายหลังการทดลอง นักเรียนมีความรู้สึกที่ดีที่ตนเองสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนของตนเองได้อย่างเหมาะสม สามารถจัดการอุปสรรคของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียน และปฏิบัติตามจุดมุ่งหมายในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนที่ได้วางไว้อย่างสม่ำเสมอ และในระยะติดตามผลนักเรียนยังคงมีพฤติกรรมการเรียนที่เหมาะสม

จากการใช้โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้ปัจเจกนิเวศและหลักอริยสัจสี่ ดังกล่าวข้างต้นทำให้มีความเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นกับนักเรียนกลุ่มทดลอง ในด้านพฤติกรรมการเรียน โดยนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมการเรียนที่สูงขึ้น นอกจากนี้นักเรียนกลุ่มทดลองยังมีจุดมุ่งหมายในการเรียนที่ชัดเจนมากขึ้นอีกด้วย ในขณะที่นักเรียนกลุ่มควบคุมยังคงมีพฤติกรรมการเรียน และจุดมุ่งหมายในการเรียนที่ไม่เปลี่ยนแปลงไป ในช่วงก่อนการทดลองนักเรียนกลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการเรียนที่ไม่แตกต่างกัน แต่นักเรียนกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้ปัจเจกนิเวศและหลักอริยสัจสี่ ซึ่งทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองเกิดความตระหนักรู้ในความประมาทของตน เรียนรู้ว่าพฤติกรรมการเรียนของตนในปัจจุบัน จะส่งผลกระทบต่ออนาคต และทบทวนปัญหาด้านการเรียนที่เกิดขึ้น หลังจากนั้นจึงได้ใช้วิธีคิดตามหลักอริยสัจสี่ เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการเรียนที่ไม่เหมาะสมของตนเอง ร่วมกับการใช้กระบวนการของกลุ่มในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นที่ทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองได้เปิดเผยอุปสรรคต่างๆที่ทำให้การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนไม่เป็นไปตามจุดมุ่งหมายที่ได้วางไว้ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง เป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้ให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่เพิ่มสูงขึ้น ในขณะที่นักเรียนกลุ่มควบคุมไม่มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียน รวมทั้งมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทั้งก่อนและหลังการทดลองที่ไม่แตกต่างกัน

สรุปได้ว่า โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้ปัจเจกนิเวศและหลักอริยสัจสี่ มีส่วนช่วยให้ให้นักเรียนมีพฤติกรรมการเรียนที่เปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่เหมาะสม และมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพิ่มขึ้น

ข้อเสนอแนะ

ข้อจำกัดในการวิจัย

1. ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีกลุ่มตัวอย่างจำนวนน้อยคือมีจำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คนและกลุ่มควบคุม 10 คน เนื่องมาจากการวิจัยเชิงทดลองมีข้อจำกัดเรื่องสมาชิกกลุ่ม อันเนื่องมาจากข้อจำกัดทางเวลาและความสามารถของผู้วิจัย ดังนั้นผลการวิจัยจึงไม่สามารถอ้างอิงไปยังกลุ่มประชากรได้

2. กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนที่มีผลการเรียนต่ำกว่า 2.00 ซึ่งเรียกได้ว่าเป็นกลุ่มนักเรียนที่มีพื้นฐานการเรียนอ่อนเป็นส่วนใหญ่ ผลสัมฤทธิ์ที่ดีขึ้นอาจจะไม่ถึงร้อยละ 50 ของคะแนนทั้งหมด

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยต่อไป

1. ควรมีการศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนมากขึ้น ตามความเป็นไปได้ในปัจจัยด้านเวลาและความสามารถของผู้วิจัย เพื่อเพิ่มความน่าเชื่อถือของผลการศึกษาในการอ้างอิงสู่ประชากร

2. ควรมีการสร้างแบบบันทึกพฤติกรรมกรเรียนให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น และมีการบันทึกจากบุคคลรอบข้างของนักเรียนเพิ่มเติมจากการบันทึกของผู้ปกครอง เช่น การบันทึกของเพื่อน การบันทึกของอาจารย์ประจำชั้น หรือการบันทึกของอาจารย์ประจำวิชา เพื่อให้ผลการบันทึกพฤติกรรมกรเรียนมีความน่าเชื่อถือมากยิ่งขึ้น

3. ควรเริ่มทำโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้ปัจฉิมโอวาทและหลักอริยสัจสี่ ตั้งแต่เปิดภาคการศึกษา จะทำให้นักเรียนสามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากโปรแกรมไปประยุกต์ใช้ในการเรียนตลอดภาคการศึกษานั้นได้มากยิ่งขึ้น

4. ควรใช้เวลาในการศึกษาวิจัย และช่วงเวลาติดตามผล เพิ่มมากขึ้น เพื่อการประเมินความคงอยู่ของพฤติกรรมกรเรียนที่เหมาะสม

5. ในการทำวิจัยครั้งต่อไปผู้นำกลุ่มควรให้ความสำคัญและเพิ่มระยะเวลาในการพูดคุยเรื่องความประมาท เพื่อให้ให้นักเรียนมีเวลาทบทวนตนเองมากขึ้น และเกิดความตระหนักถึงการดำเนินชีวิตที่ตั้งอยู่ในความประมาท ที่จะทำให้เกิดแรงจูงใจที่ดีนำไปสู่การเริ่มต้นของการเปลี่ยนแปลงอย่างแท้จริง

6. ควรให้ความสำคัญกับวิธีคิดตามหลักอริยสัจสี่ โดยฝึกใช้ในการแก้ไขปัญหาอื่น ๆ เพื่อให้ นักเรียนมีการพัฒนาระบบคิดในการแก้ไขปัญหาให้เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. อาจารย์ผู้สอนแต่ละวิชา อาจารย์ประจำชั้น ควรมีการพูดคุยทำความเข้าใจกับนักเรียนในการปฐมนิเทศ ชั่วโมงพบอาจารย์ที่ปรึกษา และในชั่วโมงเรียน ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับประโยชน์ของวิชาและสาขาที่ตนเองเรียนในการนำความรู้ไปใช้ให้เป็นประโยชน์ต่ออนาคต
2. อาจารย์ประจำวิชาควรให้ความสำคัญกับนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ และให้กำลังใจเพื่อช่วยให้นักเรียนมีแรงจูงใจในการเรียนวิชานั้นๆ เพิ่มขึ้น
3. โรงเรียนควรมีการสนับสนุนอาจารย์ให้มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องจิตวิทยาวัยรุ่นเพื่อให้สามารถสังเกต ฝ้าระวัง และสามารถให้การปรึกษาเบื้องต้นแก่นักเรียนที่มีปัญหาเรื่องการเรียนหรือปัญหาทางด้านสุขภาพจิตอื่นๆ ก่อนที่จะส่งต่อให้ผู้เชี่ยวชาญหรือนักจิตวิทยาต่อไป
4. นักเรียนไม่มีความเข้าใจในพระพุทธศาสนาอย่างถูกต้อง ไม่สามารถนำหลักคำสอนในพระพุทธศาสนา มาปฏิบัติได้อย่างถูกต้องหรือนำมาเป็นหลักในการดำเนินชีวิตและใช้แก้ไขปัญหาได้ จึงควรมีการสอนให้นักเรียนเข้าใจในหลักของพระพุทธศาสนาในรูปแบบของการนำไปปฏิบัติมากขึ้น
5. จุดมุ่งหมายในการเรียนที่ชัดเจนจะทำให้นักเรียนมีแรงจูงใจในการเรียนเพิ่มขึ้น จึงควรมีการให้ความสำคัญกับจุดมุ่งหมายในการเรียนของนักเรียน