

บทที่ 3 การดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง(quasi – experimental research) โดยออกแบบการทดลองให้เป็นแบบกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยมีการทดสอบก่อน หลังการทดสอบและติดตามผล

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ

คือ โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเชิงพุทฺธ ตามแนวสังคหวัดฤ 4

ตัวแปรตาม

คือ คะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ใช้ศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นนักศึกษาซึ่งลงทะเบียนเรียนในวิชาสุขภาพจิตที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2551 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต จำนวนทั้งหมด 60 คน

เกณฑ์ที่ใช้กำหนดกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัย จะต้องมีความสมบัติดังต่อไปนี้

1. มีอายุระหว่าง 19-25 ปี
2. มีความสมัครใจที่จะเข้าร่วมโปรแกรมวิจัย
3. สามารถเข้าร่วมได้จนถึงสิ้นสุดโปรแกรม

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาจำนวน 23 คนที่ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (purposive sampling) จากจำนวนนักศึกษาทั้งหมดที่สมัครใจเข้าร่วมโปรแกรม สามารถเข้ากลุ่มได้ครบทั้ง 8 ครั้ง

และได้ทำแบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล โดยจากจำนวน 23 คนนี้ทำการจับฉลากเพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 12 คนและกลุ่มควบคุม 11 คน

กลุ่มทดลอง หมายถึงกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษากลุ่มเชิงพุทฺธ ตามแนวสังคหวัตถุ 4 รวม 8 ครั้งและได้รับการทำแบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพ ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและติดตามผล 4 สัปดาห์

กลุ่มควบคุม หมายถึง กลุ่มที่ไม่ได้ร่วมโปรแกรมการปรึกษากลุ่มเชิงพุทฺธ ตามแนวสังคหวัตถุ 4 และและทำแบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลทั้งก่อนและหลังการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเชิงพุทฺธ ตามแนวสังคหวัตถุ 4
 2. แบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลเชิงพุทฺธ โดยนักศึกษาเป็นผู้ตอบ
 - 3.แบบบันทึกพฤติกรรมการเพิ่มสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล โดยนักศึกษาเป็นผู้ประเมินตนเอง หลังเข้ากลุ่มแต่ละครั้ง
- โดยมีรายละเอียดดังนี้

โปรแกรมการสร้างสัมพันธ์ภาพตามหลักพุทฺธ ตามแนวสังคหวัตถุ 4

ขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรม มีดังนี้

1) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องพฤติกรรมสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และการปรึกษาแบบกลุ่มเชิงพุทฺธ ตามแนวสังคหวัตถุ 4

2) ออกแบบโปรแกรมให้ถูกต้องตามหลักการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทฺธ สอดคล้องกับวัตถุประสงค์และมีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง โดยโปรแกรมที่ออกแบบขึ้น มีเป้าหมายเพื่อให้สมาชิกได้ เรียนรู้และเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ตามกระบวนการให้การปรึกษา ดังนี้

1. สร้างสัมพันธ์ภาพและการตระหนักรู้ในปัญหา
2. รู้จักหลักและแนวปฏิบัติตามแนวสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลเชิงพุทฺธ: สังคหวัตถุ 4
3. ฝึกพัฒนาทัศนคติเรื่อง ความเห็นอกเห็นใจคนอื่น
4. ฝึกฝนแสดงออกพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลในสถานการณ์ต่างๆ
 - ฝึกให้การพูดดีต่อเพื่อน: การทักทายผู้อื่น
 - ฝึกให้ทานแก่เพื่อน: ความรู้สึกของการเป็นผู้ให้และผู้รับ

-ฝึกทำประโยชน์ให้แก่เพื่อน: ค้นหาคุณค่าของตนซึ่งผู้อื่นให้การยอมรับ

-ฝึกทำตนเสมอ ไม่ดูถูกเพื่อน: การไม่พุดขัดเพื่อนหรือเป็นคนช่างวิจารณ์

5.สรุปผลที่ได้รับและยุติกลุ่ม

วิธีการประเมินผล 2 แบบคือ 1) หลังเข้ากลุ่มแต่ละครั้ง ให้กลุ่มทดลองประเมินตนเองในเรื่องการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในเรื่องทัศนคติและพฤติกรรม ผลและสิ่งที่น่าสนใจไปปฏิบัติกับเพื่อนที่ต้องการผูกสัมพันธ์และอุปสรรคที่เกิดขึ้น ในแบบบันทึกพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล 2) หลังเข้ากลุ่ม 8 ครั้ง ให้ประเมินตนเองถึงผลการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นและความสัมพันธ์กับเพื่อนที่ต้องการผูกสัมพันธ์

3) นำโปรแกรมที่ได้ออกแบบไปให้ผู้เชี่ยวชาญ คือ ผศ. สุรินทร์ รณเกียรติ ตรวจสอบความเหมาะสมของรูปแบบและเนื้อหา นำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ

4) ฝึกฝนและพัฒนาทักษะกระบวนการทำกลุ่มการปรึกษา กับผู้เชี่ยวชาญ ผศ. สุรินทร์ รณเกียรติ โดยตั้งประเด็นให้สำรวจและฝึกปฏิบัติพฤติกรรมที่ส่งเสริมสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล รวมถึงวิธีประเมินความเปลี่ยนแปลงของสมาชิกกลุ่ม

5) นำโปรแกรมไปใช้กับนักศึกษาที่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจริง (pilot study) จำนวน 5 คน โดยทำกลุ่มจำนวน 3 ครั้งๆละ 1 ชั่วโมง จัดบันทึกผลการดำเนินการและนำกลับมาปรึกษากับผู้เชี่ยวชาญ เพื่อปรับปรุงกระบวนการปรึกษาให้มีประสิทธิภาพ ตรงกับวัตถุประสงค์โปรแกรมก่อนนำไปใช้จริง

แบบสอบวัดพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล

ผู้วิจัยได้สร้างแบบวัดพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล โดยเป็นแบบวัดฉบับที่นักเรียนเป็นผู้ตอบ ข้อคำถามเป็นเชิงบวก มีลักษณะเป็นมาตราส่วนแบบลิเคิร์ต (Likert Type Scale) ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ระดับ คือ ไม่จริงเลย จริงเพียงเล็กน้อย จริงพอประมาณ จริงมาก จริงมากที่สุด โดยข้อคำถามมีการให้คะแนน 1 2 3 4 และ 5 ตามลำดับ โดยมีข้อคำถามจำนวน 38 ข้อซึ่งคะแนนเต็มของแบบวัดคือ 190 คะแนน คะแนนต่ำสุดคือ 38 คะแนน และคำนวณคะแนนเฉลี่ย โดยแบ่งเนื้อหาออกเป็น 4 ด้านคือ

ด้านที่ 1 ปัญหา: การให้การพุดดีต่อเพื่อน ในข้อ 1-13

ด้านที่ 2 ทาน: การให้ในเรื่องต่างๆแก่เพื่อน ในข้อ 14-23

ด้านที่ 3 อุตถจริยา: การทำประโยชน์ในเรื่องต่างๆให้เพื่อน ในข้อ 24 -32

ด้านที่ 4 สมานัตตา: การทำตนให้เสมอ ให้เกียรติไม่ดูถูกเพื่อน ในข้อ 33- 38

โดยผู้วิจัยได้แบ่งเกณฑ์ค่าระดับคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล ใช้การแบ่งช่วงด้วยวิธีการหาความกว้างของอันตรภาคชั้น ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ระดับ ดังนี้

4.21- 5.00 หมายถึง มีพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธภาพในระดับสูง

3.41- 4.20 หมายถึง มีพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธภาพในระดับค่อนข้างสูง

2.61- 3.40 หมายถึง มีพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธภาพในระดับปานกลาง

1.81- 2.60 หมายถึง มีพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธภาพในระดับค่อนข้างต่ำ

1.00 -1.80 หมายถึง มีพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธภาพในระดับต่ำ

โดยมีขั้นตอนพัฒนาแบบวัดพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธภาพ ดังนี้

1.ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยาการให้การปรึกษากลุ่มเชิงพุทฺธ และพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธภาพเชิงพุทฺธตามแนวสังคหวัตถุ 4

2.สร้างแบบวัดพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ตามแนวสังคหวัตถุ 4 ประการ

3.นำแบบวัดที่สร้างขึ้นไปตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเหมาะสมทางด้านเนื้อหาและภาษาที่ใช้ แล้วนำมาแก้ไขปรับปรุงให้เกิดความเหมาะสม โดยผู้เชี่ยวชาญที่ได้ตรวจสอบแบบวัดได้แก่ ศ.ดร. ศรีเรื่อน แก้วกังวาน และ ผศ. สุรินทร์ วัฒนเกียรติ

4.นำทดสอบพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างบุคคลไปทดลองใช้ (Try out) กับนักศึกษาปริญญาตรีซึ่งไม่ได้สมัครเข้าร่วมโปรแกรมจำนวน 80 คน ซึ่งมีลักษณะที่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจริงในการวิจัย เพื่อหาค่าอำนาจจำแนก และค่าความเชื่อมั่น

5.การหาค่าอำนาจจำแนก โดยดูค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Corrected item–Total Correlation) ที่เปรียบเทียบกับค่าเกณฑ์โดยเปิดตารางสหสัมพันธ์ของเพียร์สันจากการเปิดตาราง $df = n-2 = 80-2 = 78$ ทดสอบทางเดียว ที่ระดับนัยยะสำคัญทางสถิติ .05 จะได้ค่าเกณฑ์โดยประมาณเท่ากับ .224 และจากการนำค่าสถิติในคอลัมน์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เทียบค่าเกณฑ์ พบว่าข้อ 16 และ 32 มีค่าอำนาจจำแนกต่ำกว่าเกณฑ์(ต่ำกว่า.224) ถือว่าข้อดังกล่าวไม่มีอำนาจจำแนกและผู้วิจัยตัดข้อดังกล่าวทิ้งไม่นำไปใช้ในงานวิจัย

6.นำข้อคำถามแต่ละข้อที่ผ่านเกณฑ์ค่าอำนาจจำแนกจำนวน 38 ข้อ มาทดสอบหาความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยการวัดค่าความคงที่ภายใน (Internal Consistency) โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับรวม 38 ข้อเท่ากับ .8851

แบบบันทึกพฤติกรรมการเพิ่มสัมพันธภาพระหว่างบุคคล

ผู้วิจัยได้สร้างแบบบันทึกพฤติกรรมการเพิ่มสัมพันธภาพระหว่างบุคคล โดยให้นักศึกษากลุ่มทดลองประเมินตนเองหลังเข้ากลุ่มทุกครั้ง ข้อคำถามเป็นแบบปลายเปิดซึ่งสอบถามเกี่ยวกับ

- 1) การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นหลังเข้ากลุ่ม 2) พฤติกรรมที่นำไปปฏิบัติกับเพื่อนที่ต้องการผูกสัมพันธ์
- 3) ผลกระทบต่อตนเองและเพื่อนหลังการปฏิบัติ และ 4) อุปสรรคที่เกิดขึ้น

จากข้อมูลดังกล่าว นักศึกษาจะเป็นผู้ประเมินตนเองในเรื่องการฝึกพฤติกรรมตามเป้าหมายการเรียนรู้ของกลุ่มในแต่ละครั้ง ดังนั้น เพื่อถ่ายทอดความเข้าใจ ผู้วิจัยจึงแปลทัศนคติและพฤติกรรมเป็นคะแนน โดยมีวิธีให้คะแนน เป็นระดับ 5, 4, 3, 2 และ 1 ดังนี้

- | | | |
|---------|---------|---|
| 5 คะแนน | หมายถึง | เกิดทัศนคติระดับมากและพฤติกรรมที่พึงประสงค์ระดับมาก |
| 4 คะแนน | หมายถึง | เกิดทัศนคติระดับมากและพฤติกรรมที่พึงประสงค์ระดับปานกลาง |
| 3 คะแนน | หมายถึง | เกิดทัศนคติในระดับมากและพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในระดับน้อย |
| 2 คะแนน | หมายถึง | เกิดความรู้และทัศนคติที่พึงประสงค์ในระดับมากแต่ไม่เกิดพฤติกรรม |
| 1 คะแนน | หมายถึง | เกิดความรู้และทัศนคติที่พึงประสงค์ในระดับน้อยแต่ไม่เกิดพฤติกรรม |

คะแนนทัศนคติและพฤติกรรมข้างต้น มีคะแนนเต็ม 35 คะแนน และคะแนนต่ำสุดคือ 7 คะแนน ซึ่งคะแนนดังกล่าว สามารถแบ่งเกณฑ์ค่าระดับคะแนนเฉลี่ยได้ โดยการแบ่งช่วงด้วยวิธีการหาความกว้างของอันตรภาคชั้น ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ระดับ ดังนี้

- | | | |
|------------|---------|---|
| 4.21- 5.00 | หมายถึง | มีพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพในระดับสูง |
| 3.41- 4.20 | หมายถึง | มีพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพในระดับค่อนข้างสูง |
| 2.61- 3.40 | หมายถึง | มีพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพในระดับปานกลาง |
| 1.81- 2.60 | หมายถึง | มีพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพในระดับค่อนข้างต่ำ |
| 1.00 -1.80 | หมายถึง | มีพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพในระดับต่ำ |

วิธีดำเนินการวิจัย

ขั้นเตรียมการทดลอง

1. ศึกษาเอกสาร แนวคิดเพื่อพัฒนาโปรแกรมการให้การปรึกษาตามแนวพุทธและสร้างแบบวัดพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล

2. ฝึกหัดทดลองใช้โปรแกรมการให้การปรึกษาตามแนวพุทธที่สร้างขึ้น โดยมีการปรึกษาผู้เชี่ยวชาญ เพื่อปรับปรุงโปรแกรมให้เหมาะสม นำไปปฏิบัติได้จริง

3. ขอความร่วมมือจาก อาจารย์ประจำวิชาสุขภาพจิต โดยทำหนังสือราชการเพื่อขออนุญาตเข้าเก็บข้อมูลการวิจัย

4. คัดเลือกนักศึกษา เพื่อทดสอบแบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล เพื่อหาความเชื่อมั่นและค่าอำนาจจำแนกของแบบทดสอบ

5.คัดเลือกนักศึกษาที่มีความสมัครใจจำนวน 5 คน เพื่อร่วมทดลองใช้โปรแกรมและนำโปรแกรมมาปรับปรุง

6.ดำเนินการจัดกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

โดยมีขั้นตอนดังนี้

- 1.ผู้วิจัยนัดพบกลุ่มตัวอย่าง 23 คน ที่สมัครใจเข้าร่วมวิจัยจากประชากร
2. นัดพบกลุ่มตัวอย่างชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับการวิจัยและรายละเอียดการเข้าร่วมโปรแกรม
3. ให้ผู้เข้าร่วมโปรแกรมอ่านใบยินยอมและเซ็นชื่อยินยอมรับข้อตกลงในการเข้าร่วมงานวิจัยและให้เก็บเป็นหลักฐาน 1 ฉบับ
- 4.ให้ทำแบบสอบถามพฤติกรรมสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล และแบ่งนักศึกษาเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 12 คนและกลุ่มควบคุม 11 คน โดยต้องมีค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบสอบถาม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติ

ขั้นตอนการทดลอง

1.ดำเนินการกลุ่มตามโปรแกรมการปรึกษากลุ่มเชิงพุทธร ตามแนวสังคหวัตถุ 4 โดยทำกลุ่มรวม 8 ครั้งๆละ 1- 1.5 ชั่วโมง ใช้เวลาทั้งสิ้นราว 4 สัปดาห์

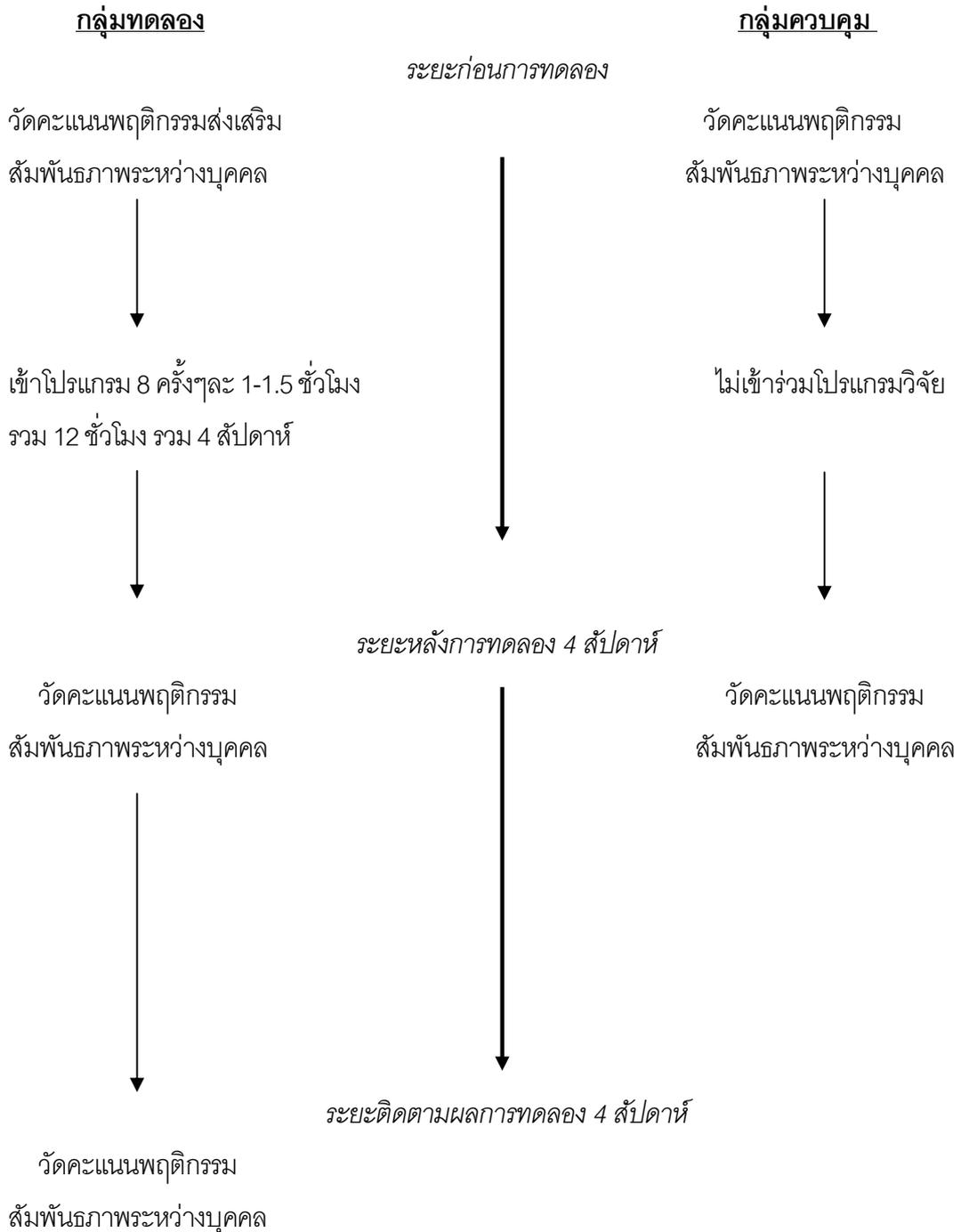
2.ภายหลังการทำกลุ่มแต่ละครั้ง ผู้วิจัยได้จัดบันทึกการทำกลุ่มและนำไปปรึกษากับผู้เชี่ยวชาญ ผศ. สุรินทร์ รณเกียรติ เพื่อตรวจสอบกระบวนการกลุ่มที่ผู้วิจัยดำเนินการเสร็จสิ้นแล้วว่าเป็นไปตามวัตถุประสงค์กลุ่มแต่ละครั้งมากน้อยเพียงใด มีข้อดีและบกพร่องต้องปรับปรุงในส่วนไหน เพื่อพัฒนากระบวนการกลุ่มครั้งต่อไป ให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น รวมถึงรายงานผลสะท้อนกลับและผลการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆของนักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรม

3.เมื่อเสร็จสิ้นการทำกลุ่มครั้งสุดท้าย ให้กลุ่มทดลองและควบคุมทำแบบทดสอบวัดพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล ซึ่งเก็บเป็นคะแนนระยะหลังการทดลอง

4.ภายหลังการเสร็จสิ้นการดำเนินการกลุ่ม เป็นเวลา 4 สัปดาห์ นัดหมายให้กลุ่มทดลองทำแบบทดสอบวัดพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล ซึ่งเก็บเป็นคะแนนในระยะติดตามผล

ภาพ 1

แผนการดำเนินการทดลองโปรแกรมการศึกษากลุ่มเชิงพุทธ ตามแนวสังคหวัตถุ 4



5. การวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลมีดังต่อไปนี้

1. ค่าสถิติพื้นฐานคือ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต (mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนที่ได้จากแบบสอบถามวัดพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ฉบับนักศึกษาเป็นผู้ตอบ
2. ค่าสถิติ t-test (t-test independent) ใช้เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
3. ค่าสถิติ t-test (t-test dependent) ใช้เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดพฤติกรรม ส่งเสริมสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ในระยะก่อนทดลองกับหลังทดลองและในระยะหลังทดลองกับติดตามผลของกลุ่มทดลองหรือกลุ่มควบคุม

ตาราง 1

แสดงค่าสถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานการวิจัย	สถิติที่ใช้
สมมติฐานการวิจัยที่ 1 ก่อนการทดลองกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ระหว่างบุคคลไม่แตกต่างกัน	t-test independent
สมมติฐานการวิจัยที่ 2 กลุ่มทดลองภายหลังการทดลองมีคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเพิ่มขึ้น	t-test dependent
สมมติฐานการวิจัยที่ 3 กลุ่มควบคุมก่อนการทดลองและหลังการทดลองมีคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ระหว่างบุคคลไม่แตกต่างกัน	t-test dependent
สมมติฐานการวิจัยที่ 4 กลุ่มทดลองภายหลังการทดลองมีคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมากกว่ากลุ่มควบคุม	t-test independent
สมมติฐานการวิจัยที่ 5 กลุ่มทดลองภายหลังการทดลองและติดตามผลหลังการทดลอง 4 สัปดาห์ มีคะแนนพฤติกรรมส่งเสริมสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน	t-test dependent