

บทที่ 4 ผลการวิจัยและอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษา เพื่อเปรียบเทียบผลการพัฒนาศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และเพื่อนิเทศและติดตามผลความสามารถในการให้คำปรึกษาของกลุ่มทดลอง

ในการแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูล สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้แทนความหมายดังนี้

| | | |
|-----------|-----|---|
| n | แทน | จำนวนคนในกลุ่มเป้าหมาย |
| \bar{X} | แทน | ค่าเฉลี่ย |
| MR | แทน | ค่าเฉลี่ยอันดับที่ (Mean Rank) |
| SR | แทน | ผลบวกของอันดับที่ (Sum of Rank) |
| PR | แทน | จำนวนของอันดับที่ของผลต่างที่เป็นบวก (Positive Ranks) |
| NR | แทน | จำนวนของอันดับที่ของผลต่างที่เป็นลบ (Negative Ranks) |
| S.D. | แทน | ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน |

จากการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยขอเสนอผลการวิจัยและอภิปรายผล ดังนี้

1. ผลการวิจัย

ผู้วิจัยขอเสนอผลการวิจัยโดยแบ่งเป็น 7 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มเป้าหมายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนบ้านหนองกุงวิทยาคาร ตำบลศิลา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

ตอนที่ 2 แสดงผลคะแนนค่ามัธยฐาน และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนแบบวัดศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษา

ตอนที่ 3 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษา ก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตอนที่ 4 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษา หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตอนที่ 5 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษา ก่อนการทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

ตอนที่ 6 แสดงผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความสามารถในการใช้ทักษะการให้คำปรึกษาจากการติดตามผลครั้งที่ 1 และการติดตามผลครั้งที่ 2 ของกลุ่มทดลอง

ตอนที่ 7 สรุปผลการสัมภาษณ์เพื่อนผู้รับคำปรึกษารายบุคคล จากการนิเทศ และติดตามผลครั้งที่ 1 เพื่อประเมินความสามารถในการใช้ทักษะการให้คำปรึกษาของกลุ่มทดลอง

ตอนที่ 8 สรุปผลการสัมภาษณ์เพื่อนผู้รับคำปรึกษารายบุคคล จากการนิเทศ และติดตามผลครั้งที่ 2 เพื่อประเมินความสามารถในการใช้ทักษะการให้คำปรึกษาของกลุ่มทดลอง

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มเป้าหมายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนบ้านหนองกุงวิทยาคาร ตำบลศิลา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น ดังตารางที่ 8

ตารางที่ 8 แสดงข้อมูลพื้นฐานกลุ่มเป้าหมายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนบ้านหนองกุงวิทยาคาร ตำบลศิลา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

| ระดับการศึกษา | กลุ่มทดลอง | | | กลุ่มควบคุม | | |
|-------------------|------------|------|----------|-------------|------|----------|
| | ชาย | หญิง | รวม (คน) | ชาย | หญิง | รวม (คน) |
| มัธยมศึกษาปีที่ 1 | - | 6 | 6 | 1 | 5 | 6 |
| มัธยมศึกษาปีที่ 2 | - | 4 | 4 | - | 5 | 5 |
| มัธยมศึกษาปีที่ 3 | 1 | 1 | 2 | - | 1 | 1 |
| รวม (คน) | 1 | 11 | 12 | 1 | 11 | 12 |

ตอนที่ 2 ผลคะแนนค่ามัธยฐาน และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน แบบวัดศักยภาพ
เพื่อนที่ปรึกษา ดังตารางที่ 9

ตารางที่ 9 แสดงผลคะแนนค่ามัธยฐาน และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนแบบวัด
ศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
(n =12 คน)

| คนที่ | กลุ่มทดลอง | | | กลุ่มควบคุม | | |
|--------|------------------|------------------|--------|------------------|------------------|--------|
| | ก่อนการ ทดลอง | หลังการ ทดลอง | ผลต่าง | ก่อนการ ทดลอง | หลังการ ทดลอง | ผลต่าง |
| 1 | 34 | 69 | +35 | 32 | 30 | -2 |
| 2 | 38 | 68 | +30 | 39 | 40 | +1 |
| 3 | 41 | 73 | +32 | 42 | 45 | +3 |
| 4 | 42 | 70 | +28 | 43 | 43 | 0 |
| 5 | 43 | 71 | +28 | 43 | 45 | +2 |
| 6 | 44 | 71 | +27 | 44 | 46 | +2 |
| 7 | 45 | 70 | +25 | 46 | 45 | -1 |
| 8 | 45 | 72 | +27 | 46 | 48 | +2 |
| 9 | 46 | 74 | +28 | 44 | 49 | +5 |
| 10 | 50 | 76 | +26 | 50 | 55 | +4 |
| 11 | 53 | 75 | +22 | 53 | 57 | +4 |
| 12 | 54 | 78 | +24 | 56 | 58 | +2 |
| Median | 44.5 | 44.5 | | 44 | 45.5 | |
| S.D. | 5.79 | 3.01 | | 6.29 | 7.72 | |

จากตารางที่ 8 แสดงให้เห็นว่าคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาของกลุ่มทดลอง ก่อนการ
ทดลองมีค่ามัธยฐาน (Median = 44.5) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D. = 5.79) หลังการทดลองมี
ค่ามัธยฐาน (Median = 44.5) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D. = 3.01) ส่วนคะแนนศักยภาพเพื่อน
ที่ปรึกษาของกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองมีค่ามัธยฐาน (Median = 44) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
(S.D. = 6.29) หลังการทดลองมีค่ามัธยฐาน (= 45.5) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.= 7.72)

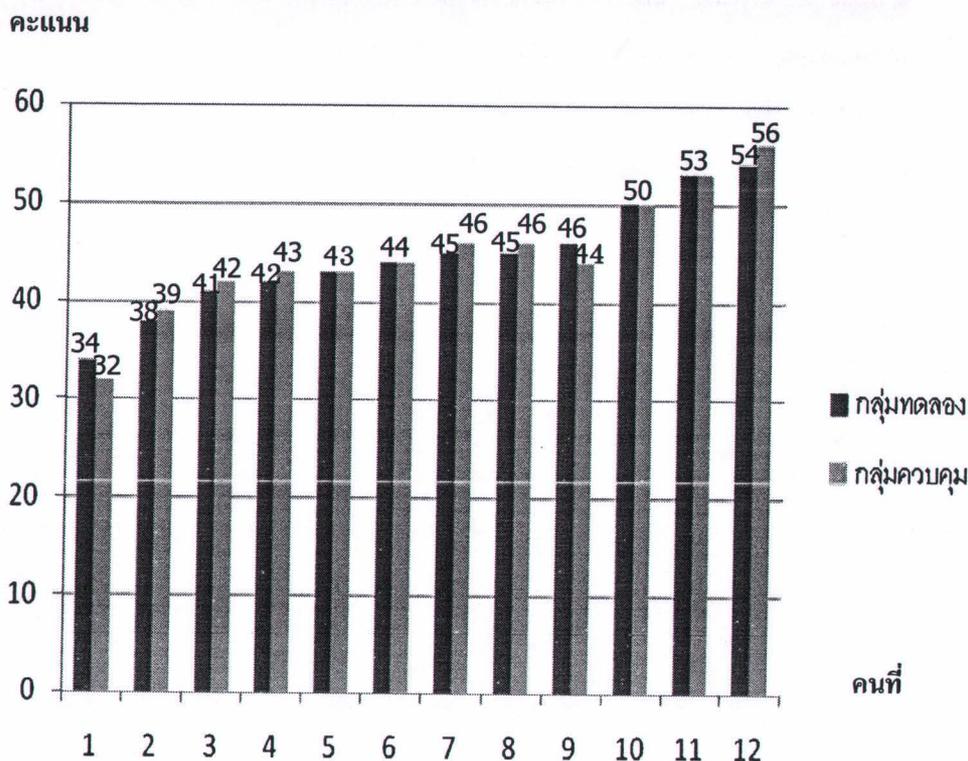
ตอนที่ 3 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันหรือไม่ด้วยการวิเคราะห์สถิติ The Mann-Whitney U-test ดังแสดงไว้ใน ตารางที่ 10

ตารางที่ 10 แสดงผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษา ก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติทดสอบ The Mann-Whitney U-test

| กลุ่มเป้าหมาย | MR | SR | Z | P-value |
|---------------|-------|--------|--------|---------|
| กลุ่มทดลอง | 12.29 | 147.50 | -0.145 | .887 |
| กลุ่มควบคุม | 12.71 | 152.50 | | |

จากตารางที่ 10 แสดงให้เห็นว่าเมื่อนำคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไปทดสอบความแตกต่างของคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาโดยใช้สถิติทดสอบ The Mann-Whitney U-test พบว่า คะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษา ก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ



ภาพที่ 3 กราฟแสดงคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาด้วยเทคนิคกิจกรรมกลุ่มของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม (n=12) (ข้อมูลจากตารางที่ 9)

ตอนที่ 4 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

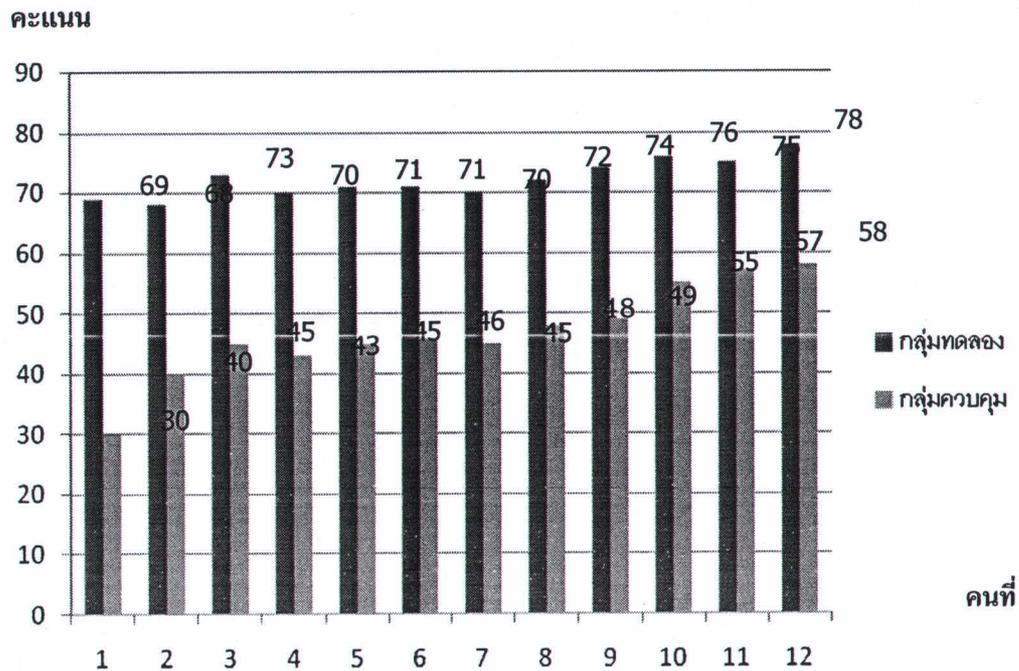
เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมแตกต่างกันหรือไม่ ด้วยการวิเคราะห์สถิติ The Mann-Whitney U-test ดังแสดงไว้ในตารางที่ 11

ตารางที่ 11 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษา หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติทดสอบ The Mann-Whitney U-test

| กลุ่มเป้าหมาย | MR | SR | Z | P-value |
|---------------|-------|--------|---------|---------|
| กลุ่มทดลอง | 18.50 | 222.00 | -4.162* | .000 |
| กลุ่มควบคุม | 6.50 | 78.00 | | |

*P < .05

จากตารางที่ 11 แสดงให้เห็นว่าหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



ภาพที่ 4 กราฟแสดงคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาด้วยเทคนิคกิจกรรมกลุ่มของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม (n=12) (ข้อมูลจากตารางที่ 9)

ตอนที่ 5 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาก่อนการทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

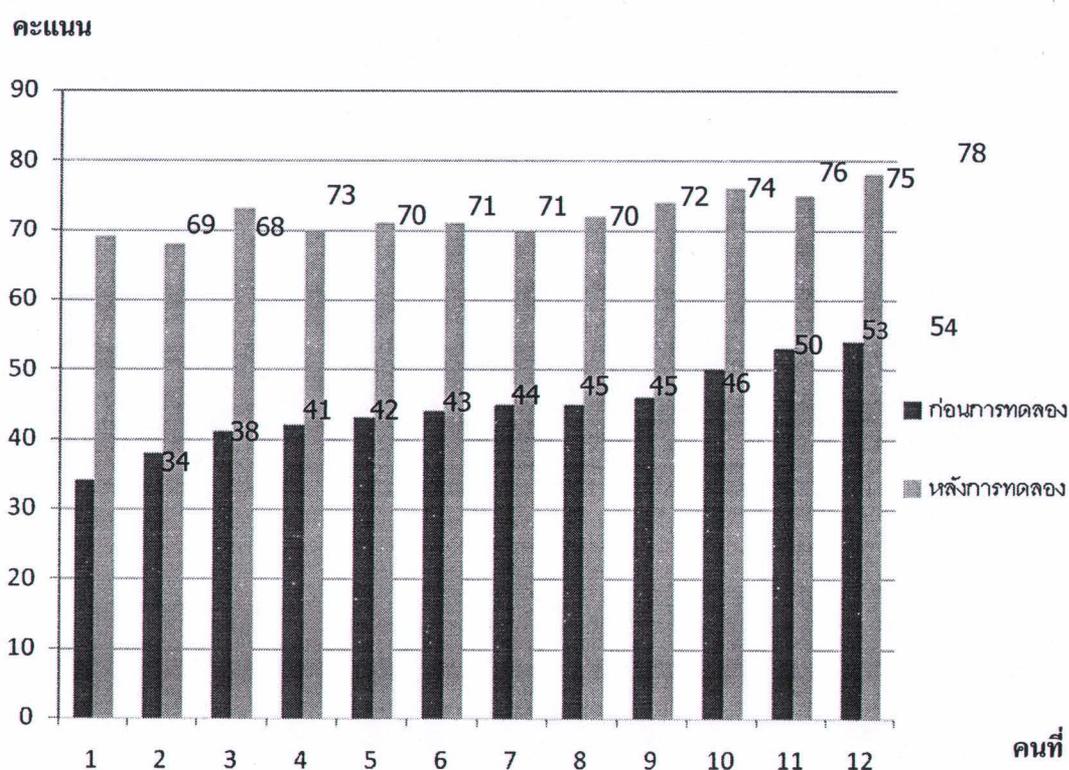
เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาก่อนการทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองแตกต่างกันหรือไม่ ด้วยการวิเคราะห์สถิติ The Wilcoxon Match-Paired Signed-Ranks Test ดังแสดงในตารางที่ 12

ตารางที่ 12 แสดงผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง โดยใช้สถิติทดสอบ The Wilcoxon Match-Paired Signed-Ranks Test

| | MR | SR | Z | P-value |
|----------------|------|-------|---------|---------|
| Negative Ranks | .00 | .00 | | |
| Positive Ranks | 6.50 | 78.00 | -3.065* | .002 |

*P < .05

จากตารางที่ 12 แสดงให้เห็นว่าหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



ภาพที่ 5 กราฟแสดงคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาด้วยเทคนิคกิจกรรมกลุ่มของกลุ่มทดลอง (n=12) (ข้อมูลจากตารางที่ 9)

ตอนที่ 6 แสดงผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความสามารถในการใช้ทักษะการให้คำปรึกษาจากการติดตามผลครั้งที่ 1 และการติดตามผลครั้งที่ 2 ของกลุ่มทดลอง ดังแสดงไว้ในตารางที่ 13

หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาด้วยเทคนิคกิจกรรมกลุ่มจำนวน 15 ครั้ง ะละ 1 ชั่วโมง ถึง 1 ชั่วโมง 30 นาที ซึ่งเพื่อนที่ปรึกษา 1 คน จะต้องไปให้คำปรึกษาเพื่อนจำนวน 2 คน ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการนิเทศและติดตามผล จำนวน 2 ครั้ง และหลังจากการยุติให้คำปรึกษาเพื่อนผู้รับคำปรึกษาจะเป็นผู้ประเมินความสามารถในการใช้ทักษะการให้คำปรึกษาของเพื่อนที่ปรึกษา โดยการใช้แบบประเมินทักษะการให้คำปรึกษา สำหรับเพื่อนผู้รับคำปรึกษา

ตารางที่ 13 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของแบบประเมินทักษะการให้คำปรึกษาสำหรับเพื่อนผู้รับคำปรึกษา จากการติดตามผลครั้งที่ 1 และครั้งที่ 2 ของกลุ่มทดลอง (n =12 คน)

| คนที่ | การติดตามผล ครั้งที่ 1 | | การติดตามผล ครั้งที่ 2 | | ผลต่าง | เพิ่มขึ้น คิดเป็นร้อยละ |
|-----------|------------------------|--------------|------------------------|-------|--------|----------------------------|
| | คะแนนการปฏิบัติ | แปลผล | คะแนนการปฏิบัติ | แปลผล | | |
| 1 | 24 | ดี | 29 | ดี | +5 | 11.36 |
| 2 | 20 | พอใช้ | 39 | ดีมาก | +19 | 43.18 |
| 3 | 17 | พอใช้ | 31 | ดีมาก | +14 | 31.82 |
| 4 | 20 | พอใช้ | 41 | ดีมาก | +21 | 47.73 |
| 5 | 30 | ดี | 38 | ดีมาก | +8 | 18.18 |
| 6 | 31 | ดีมาก | 33 | ดีมาก | +2 | 4.54 |
| 7 | 11 | พอใช้ | 23 | ดี | +12 | 27.27 |
| 8 | 42 | ดีมาก | 43 | ดีมาก | +1 | 2.27 |
| 9 | 25 | ดี | 37 | ดีมาก | +12 | 27.27 |
| 10 | 10 | ต้องปรับปรุง | 28 | ดี | +18 | 40.91 |
| 11 | 30 | ดี | 38 | ดีมาก | +8 | 18.18 |
| 12 | 40 | ดีมาก | 43 | ดีมาก | +3 | 6.82 |
| \bar{X} | 25 | ดี | 35.25 | ดีมาก | +10.25 | 23.30 |
| S.D. | 10.16 | | 6.39 | | | |

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตารางที่ 12 พบว่า การติดตามผลครั้งที่ 1 เพื่อนที่ปรึกษา กลุ่มทดลองมีทักษะการให้คำปรึกษาเฉลี่ยอยู่ในเกณฑ์ดี ($\bar{X} = 25$) และจากการติดตามผลครั้งที่ 2 เพื่อนที่ปรึกษากลุ่มทดลองมีทักษะการให้คำปรึกษาเฉลี่ยอยู่ในเกณฑ์ดีมาก ($\bar{X} = 35.25$)

ตอนที่ 7 สรุปผลการสัมภาษณ์เพื่อนผู้รับคำปรึกษารายบุคคล จากการนิเทศ และติดตามผลครั้งที่ 1 เพื่อประเมินความสามารถในการใช้ทักษะการให้คำปรึกษาของกลุ่มทดลอง

จากการสัมภาษณ์เพื่อนผู้รับคำปรึกษาพบว่า กระบวนการให้คำปรึกษาในชั้นสร้างสัมพันธภาพ เมื่อเพื่อนผู้รับคำปรึกษามารับบริการให้คำปรึกษาเพื่อนที่ปรึกษาจะแสดงท่าทางในการต้อนรับโดยการยิ้ม ซึ่งมีเพื่อนผู้รับคำปรึกษากล่าวว่า “เมื่อ YC ยิ้มแล้วทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นใจว่าเขาจะช่วยเหลือเราแก้ไขปัญหาค่ะ” อีกทั้งยังพบว่าคำพูดที่แสดงให้เห็นว่าเพื่อนที่ปรึกษามีความจริงใจและยินดีที่จะช่วยเหลือ เช่น “เป็นยังไงบ้าง” “วันนี้มีอะไรมาเล่าให้ฟัง” แต่จากการสรุปผลการสัมภาษณ์พบว่า โดยส่วนใหญ่แล้วเพื่อนที่ปรึกษาไม่ได้ใช้ขั้นตอนในการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนผู้รับคำปรึกษา เนื่องจากเพื่อนที่ปรึกษากับเพื่อนผู้รับคำปรึกษานิทกกันอยู่แล้ว จึงไม่มีความจำเป็นในการสร้างสัมพันธภาพ

ขั้นสำรวจและเข้าใจปัญหานั้นคำพูดของเพื่อนที่ปรึกษาที่เปิดโอกาสให้เพื่อนผู้รับคำปรึกษาได้เล่าระบายความไม่สบายใจคือ “ความรักแบบโหดเหี้ยม” นอกจากนั้นยังพบว่าในขณะที่เพื่อนผู้รับคำปรึกษากำลังเล่าระบายความรู้สึก เพื่อนที่ปรึกษาได้แสดงท่าทางใส่ใจ โดยเพื่อนผู้รับคำปรึกษากล่าวว่า “เพื่อนเขามองหน้าหนูคะในช่วงที่หนูกำลังเล่าถึงปัญหาให้ฟัง แล้วมีการพยักหน้าบ้างเป็นบางครั้ง” ส่วนค้นหาแนวทางแก้ไขปัญหานั้นพบว่า เพื่อนที่ปรึกษาโดยส่วนใหญ่ไม่ได้เปิดโอกาสให้เพื่อนผู้รับคำปรึกษาได้คิดหาแนวทางแก้ไขปัญหาเอง แต่เพื่อนที่ปรึกษาเป็นผู้แนะนำ เช่น “น้องลองไปคุยกับแฟนดูนะ” และ “เธอก็ไปคุยกับแฟนว่าเขาจะเลือกใคร และถ้าเขาเลือกผู้หญิงคนนั้นเธอควรจะทำยังไง” สำหรับขั้นวางแผนเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติ เมื่อเพื่อนผู้รับคำปรึกษาได้แนวทางแก้ปัญหานั้นเหมาะสมแล้ว เพื่อนที่ปรึกษาได้ชักชวนให้ปฏิบัติตามแผนโดยใช้คำพูดดังนี้คือ “แล้วเธอจะเริ่มทำเมื่อไหร่ล่ะ” และขั้นยุติปัญหา พบว่า โดยส่วนใหญ่แล้วเพื่อนที่ปรึกษาจะให้กำลังใจเพื่อนผู้รับคำปรึกษาโดยกล่าวว่า “เป็นกำลังใจให้นะ” “สู้ ๆ นะ” และแสดงความยินดีที่จะช่วยเหลือ เช่น “ได้เรื่องยังไงแล้วกลับมาเล่าให้ฟังบ้างนะ”

ผู้วิจัยได้สรุปจากการสัมภาษณ์พบว่าทักษะที่เพื่อนที่ปรึกษาใช้มากที่สุดคือ ทักษะการฟัง ซึ่งเพื่อนที่ปรึกษาแสดงท่าทางใส่ใจโดยการพยักหน้า ตอบรับสั้น ๆ สบตาเมื่อเพื่อนผู้รับคำปรึกษากำลังเล่าหรือระบายความไม่สบายใจ อีกทั้งเพื่อนที่ปรึกษายังใช้น้ำเสียงที่นุ่มนวลในระหว่างที่ให้คำปรึกษา ซึ่งส่งผลให้เพื่อนผู้รับคำปรึกษาเกิดความอบอุ่นใจ ดังคำพูดของเพื่อนผู้รับคำปรึกษาที่ได้กล่าวว่า “น้ำเสียงของเพื่อนฟังแล้วรู้สึกว่าเขาใจเรา และพร้อมที่จะให้กำลังใจค่ะ” นอกจากนั้นทักษะที่ใช้รองลงมาคือทักษะการถาม โดยเพื่อนผู้รับคำปรึกษากล่าวว่าเพื่อนที่ปรึกษาเปิดโอกาสให้

ได้เล่าระบายความรู้สึกโดยใช้คำพูดว่า “เรื่องเป็นยังไงพอจะเล่าให้ฟังได้ไหม” แต่ทักษะที่ไม่ได้ใช้ในการให้คำปรึกษาคือ ทักษะการสรุปความ

ตอนที่ 8 สรุปผลการสัมภาษณ์เพื่อนผู้รับคำปรึกษารายบุคคล จากการนิเทศและติดตามผลครั้งที่ 2 เพื่อประเมินความสามารถในการใช้ทักษะการให้คำปรึกษาของกลุ่มทดลอง

จากการสัมภาษณ์เพื่อนผู้รับคำปรึกษาพบว่า กระบวนการให้คำปรึกษาในชั้นสร้างสัมพันธภาพ เมื่อเพื่อนผู้รับคำปรึกษามารับบริการให้คำปรึกษาเพื่อนที่ปรึกษาจะแสดงท่าทางในการต้อนรับโดยการยิ้ม และชวนพูดคุยในเรื่องทั่วไป ซึ่งเพื่อนผู้รับคำปรึกษากล่าวว่า “เพื่อนพูดว่า สวัสดี วันนี้มีอะไรมาเล่าให้ฟัง” “กินข้าวมารึยัง” และ “สบายดีไหม”

ขั้นสำรวจและเข้าใจปัญหานั้นคำพูดของเพื่อนที่ปรึกษาที่เปิดโอกาสให้เพื่อนผู้รับคำปรึกษาได้เล่าระบายความไม่สบายใจคือ “พอจะเล่าให้เราฟังได้ไหม” นอกจากนั้นยังพบว่าในขณะที่เพื่อนผู้รับคำปรึกษากำลังเล่าระบายความรู้สึก เพื่อนที่ปรึกษาได้แสดงท่าทางใส่ใจ โดยเพื่อนผู้รับคำปรึกษากล่าวว่า “เพื่อนพยักหน้าเวลาที่หนูกำลังพูด” “เพื่อนมองหน้าเราครับ” ส่วนค้นหาแนวทางแก้ไขปัญหา พบว่า เพื่อนที่ปรึกษาโดยส่วนใหญ่ได้เปิดโอกาสให้เพื่อนผู้รับคำปรึกษาได้คิดหาแนวทางแก้ไขปัญหาเอง เช่น “แล้วเธอจะทำยังไงต่อไป” “เธออยากให้เป็นแบบไหนเธอ” เป็นต้น สำหรับขั้นวางแผนเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติ เมื่อเพื่อนผู้รับคำปรึกษาได้แนวทางแก้ปัญหาก็เหมาะสมแล้ว เพื่อนที่ปรึกษาได้ชักชวนให้ปฏิบัติตามแผนโดยใช้คำพูดดังนี้คือ “แล้วจะอ่านวันไหนล่ะ” และขั้นยุติปัญหา จากการสัมภาษณ์พบว่า โดยส่วนใหญ่แล้วเพื่อนที่ปรึกษาจะให้กำลังใจเพื่อนผู้รับคำปรึกษาโดยกล่าวว่า “เธอต้องทำได้เราเชื่อ” “สู้ ๆ นะ” และแสดงความยินดีที่จะช่วยเหลือ เช่น “มีอะไรไม่สบายใจมาปรึกษาเราได้นะ” และ “เธอมาหาเราได้เสมอ เรายินดีช่วย”

ผู้วิจัยได้สรุปจากการสัมภาษณ์พบว่า ทักษะที่เพื่อนที่ปรึกษาใช้มากที่สุดคือ ทักษะการฟัง ซึ่งเพื่อนที่ปรึกษาแสดงท่าทางใส่ใจโดยการพยักหน้า ตอบรับสั้น ๆ สบตา น้ำเสียงที่นุ่มนวลอบอุ่น เมื่อเพื่อนผู้รับคำปรึกษากำลังเล่าหรือระบายความไม่สบายใจ นอกจากนั้นทักษะที่ใช้รองลงมาคือ ทักษะทวนความ ทักษะการถาม ทักษะการชี้ผลที่ตามมา ทักษะการสะท้อนกลับ และทักษะการสรุปความ ซึ่งสรุปจากการนิเทศและติดตามผลครั้งที่ 2 พบว่าเพื่อนที่ปรึกษาโดยส่วนใหญ่ใช้กระบวนการให้คำปรึกษาครบทุกขั้นตอน รวมถึงการใช้ทักษะการให้คำปรึกษาที่หลากหลายและครบทุกทักษะ



2. การอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้ เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาด้วยเทคนิคกิจกรรมกลุ่ม ผู้วิจัยขอเสนอการอภิปรายผลตามสมมุติฐานในการวิจัยดังนี้

สมมุติฐานข้อที่ 1 ภายหลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาด้วยเทคนิคกิจกรรมกลุ่มมีคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาสูงกว่าก่อนการทดลอง

จากผลการวิจัย พบว่า เป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้คือ นักเรียนที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาด้วยเทคนิคกิจกรรมกลุ่ม มีคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาด้วยเทคนิคกิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาในด้านทักษะชีวิต และความสามารถในการให้คำปรึกษา กล่าวคือ เมื่อนักเรียนได้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาด้วยเทคนิคกิจกรรมกลุ่มและได้สำรวจตนเอง รู้จักการปรับปรุงตนเอง และการเข้าร่วมกิจกรรมในแต่ละครั้งนักเรียนจะได้เรียนรู้ จากประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจริง มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ทำให้สมาชิกในกลุ่มมีความรู้สึกเหมือนเป็นพวกเดียวกันได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ซึ่งสอดคล้องกับ กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549) ที่กล่าวว่า ประสบการณ์ที่สมาชิกได้รับจากกลุ่มจะส่งเสริมให้สมาชิกได้พัฒนาความสามารถ และนำไปใช้ประโยชน์ต่อตนเองและกลุ่มโดยทำให้บุคคลได้พัฒนาตนเอง สามารถจัดการกับพฤติกรรมของตนเองให้แสดงออกอย่างเหมาะสมถูกต้องตามกาลเทศะ อีกทั้งการจัดกิจกรรมพัฒนาศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาด้วยเทคนิคกิจกรรมกลุ่มมีเทคนิคและวิธีการที่หลากหลายและเน้นให้นักเรียนเป็นผู้ลงมือปฏิบัติจริงด้วยตนเอง ดังที่ ทิศนา แชมมณี (2545) กล่าวว่า การนำกิจกรรมกลุ่มมาใช้ในการเรียนการสอนเป็นการเรียนรู้แบบยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ซึ่งการที่ผู้เรียนมีบทบาทเป็นผู้กระทำ รับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความกระตือรือร้นที่จะเรียนและมีชีวิตชีวา ซึ่งสอดคล้องกับ คมเพชร ฉัตรสุกกุล (2546) ที่กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นวิธีการที่ดี เพราะเป็นการเรียนรู้โดยวิธีการปฏิบัติจริงสามารถช่วยให้ผู้เรียนเกิดความซาบซึ้งและพอใจที่จะเปลี่ยนแปลงปรับปรุงตนเอง นอกจากนั้น นิรมิต ขาวระนอง (2540) ยังได้กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มจะเน้นการนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน โดยผู้เรียนมีโอกาสคิดหาแนวทางที่จะนำความรู้ความเข้าใจไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำองค์ประกอบทักษะชีวิตในด้านการตระหนักรู้ในตนเอง การจัดการกับอารมณ์และความเครียด การตัดสินใจ และการปฏิเสธมาเป็นองค์ประกอบในการจัดกิจกรรมเพื่อกระตุ้นให้นักเรียนได้รับรู้ศักยภาพของตนเอง เข้าใจจุดดีจุดด้อยของตนเอง และความแตกต่างระหว่างบุคคล รวมถึงการวิเคราะห์ผลดีผลเสียจากการตัดสินใจ และปฏิเสธการชักชวนของเพื่อนโดยที่ไม่ทำให้เพื่อนเสียใจ ซึ่งส่งผลให้นักเรียนเห็นคุณค่าของการพัฒนาปรับปรุงตนเองให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสม และสามารถนำมาปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ ดังที่ องค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) ได้กล่าวว่า ทักษะชีวิต (Life skills) เป็นความสามารถ

ในการปรับตัวให้มีพฤติกรรมที่ถูกต้อง ทำให้บุคคลสามารถจัดการกับความต้องการและสิ่งท้าทายต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสมซึ่งเป็นคุณลักษณะหรือความสามารถเชิงสังคมจิตวิทยา (Psychosocial Competence) เป็นทักษะที่ช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่น ทักษะในการคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล ทักษะในการตัดสินใจ และคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ทักษะในการประมาณตน และการควบคุมสถานการณ์ ทักษะในการสื่อสารปฏิเสธชักชวนและโน้มน้าวจิตใจ ทักษะในการปรับตัว นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้นำองค์ประกอบของการให้คำปรึกษามาพัฒนาในครั้งนี้ ซึ่งมีเทคนิคและวิธีการที่หลากหลายซึ่งเหมาะสมกับวัยของผู้เรียน และมีการเน้นให้ผู้เรียนได้ฝึกฝนและลงมือปฏิบัติจริง ดังที่ Ivey and Authier (1978) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการฝึกทักษะในการให้คำปรึกษาว่า ทำให้ผู้เรียนมีโอกาสฝึกปฏิบัติจริงแทนที่จะเรียนรู้แค่ทฤษฎีเท่านั้น ซึ่งจากโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาด้วยเทคนิคกิจกรรมกลุ่ม กิจกรรมครั้งที่ 14 ลองฝึกทำดู (1) และกิจกรรมครั้งที่ 15 ลองฝึกทำดู (2) นักเรียนได้มีโอกาสนำความรู้ในเรื่องการให้คำปรึกษาไปใช้ในการฝึกปฏิบัติจริง ซึ่งทำให้เกิดความมั่นใจ และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปให้คำปรึกษาเพื่อนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สมมุติฐานข้อที่ 2 กลุ่มทดลองมีคะแนนศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาหลังการทดลองเพิ่มสูงขึ้นกว่ากลุ่มควบคุม

จากผลการวิจัย พบว่า เป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ คือ นักเรียนมีคะแนนเพื่อนที่ปรึกษาสูงกว่านักเรียนกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาด้วยเทคนิคกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภัสราพร กินจะโปะ (2547) ได้ทำการศึกษาการพัฒนาความสามารถในการให้คำปรึกษาแก่นำนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลอง คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่ผ่านการอบรมหลักสูตรค่ายแก่นนำมุมเพื่อนใจวัยรุ่น พ.ศ. 2546 และมีระดับคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ปกติ จำนวน 10 คน ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาความสามารถในการให้คำปรึกษากลุ่มทดลองมีความสามารถในการให้คำปรึกษาทั้งทางด้านความรู้ และทักษะในการให้คำปรึกษาเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับ พรรณี วิญญูกุล (2544) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาที่มีต่อความสามารถในการให้คำปรึกษาของพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลอินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี พบว่า พยาบาลวิชาชีพที่ยังไม่เคยผ่านการอบรมการให้คำปรึกษามีความสามารถในการให้คำปรึกษาเพิ่มสูงขึ้นหลังจากได้รับการฝึกการให้คำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังนั้น แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาที่มีผลต่อการพัฒนาความรู้และความสามารถในการใช้ทักษะการให้คำปรึกษา

อย่างไรก็ตาม จากการประเมินความสามารถในการให้คำปรึกษาเพื่อน และการนิเทศและติดตามผล ครั้งที่ 1 พบว่า กลุ่มทดลองโดยส่วนใหญ่ไม่ได้ใช้กระบวนการให้คำปรึกษาในขั้นสร้างสัมพันธภาพ ซึ่งจากข้อมูลการนิเทศกลุ่มตัวอย่างทำให้ทราบว่าโดยส่วนใหญ่แล้วเพื่อนผู้รับ

คำปรึกษากับกลุ่มทดลองเป็นเพื่อนที่สนิทกันอยู่แล้ว จึงทำให้ไม่มีความจำเป็นในการสร้างสัมพันธภาพ และยิ่งกว่านั้นยังพบอีกว่า ทักษะการให้คำปรึกษาที่กลุ่มทดลองใช้มากที่สุดคือทักษะการฟัง ซึ่งแสดงท่าทาง โดยการพยักหน้า การสบตา แต่ทักษะที่ใช้้น้อยที่สุดในการให้คำปรึกษาคือ ทักษะการสรุปความ นอกจากนี้ ขั้นตอนการหาแนวทางแก้ไขปัญหาคือ กลุ่มทดลองจะชอบแนะนำ โดยที่ไม่ได้ให้เพื่อนผู้รับคำปรึกษาเป็นผู้ตัดสินใจแก้ไขปัญหด้วยตนเอง และจากการนิเทศและติดตามผลครั้งที่ 2 พบว่ากลุ่มทดลองโดยส่วนใหญ่ได้ใช้กระบวนการให้คำปรึกษาครบทุกขั้นตอน รวมทั้งใช้ทักษะการให้คำปรึกษาเกือบครบทุกขั้นตอน และจากการวิเคราะห์ผลการใช้ทักษะการให้คำปรึกษาพบว่าอยู่ในระดับดีมาก ซึ่งจากข้อมูลดังกล่าวนี้แสดงให้เห็นว่าเพื่อนที่ปรึกษาได้มีการพัฒนาความสามารถในการให้คำปรึกษา และสามารถนำไปปรับใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจะเห็นได้ว่ากลุ่มเพื่อนที่มีความสำคัญต่อนักเรียนในวัยนี้เป็นอย่างยิ่งซึ่งสอดคล้องกับ Tindall and Gray (1989) ได้กล่าวว่าการให้คำปรึกษาโดยเพื่อนจะประสบความสำเร็จมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับผู้ให้คำปรึกษา เพราะจะต้องเป็นบุคคลที่มีความสามารถที่จะแลกเปลี่ยนค่านิยม ประสบการณ์และวิถีชีวิตของกันและกันได้ และที่สำคัญคือเป็นแบบอย่างให้แก่เพื่อนอีกด้วย ซึ่งสอดคล้องกับ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2545) ที่กล่าวว่า กลุ่มเพื่อนที่มีอายุรุ่นราวคราวเดียวกันมักจะมีความคิดเห็นที่คล้ายคลึงกัน หรือเพื่อนที่อยู่ในกลุ่มเดียวกันย่อมมีความเข้าใจซึ่งกันและกัน

ดังนั้น การพัฒนาศักยภาพเพื่อนที่ปรึกษาจึงเป็นแนวทางในการพัฒนาเยาวชนให้มีความรู้และความสามารถในการให้คำปรึกษาอย่างถูกวิธี และสามารถที่จะนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในการให้คำปรึกษาเพื่อนที่มีความไม่สบายใจ อีกทั้งยังเป็นการช่วยป้องกันปัญหาทางสังคมที่จะเกิดขึ้นตามมาอีกด้วย

