

บทที่ 4

ผลการวิจัยและอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi experimental design) เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตและเปรียบเทียบคะแนนทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ ที่เข้าร่วมโปรแกรมและนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

ในการแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูล สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้แทนความหมายดังนี้

MR	แทน	ค่าเฉลี่ยอันดับที่ (Mean Rank)
SR	แทน	ผลบวกของอันดับที่ (Sum of Rank)
PR	แทน	จำนวนของอันดับที่ของผลต่างที่เป็นบวก (Positive Ranks)
NR	แทน	จำนวนของอันดับที่ของผลต่างที่เป็นลบ (Negative Ranks)

จากการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยขอเสนอผลการวิจัยและอภิปรายผล ดังนี้

1. ผลการวิจัย

ผู้วิจัยขอเสนอผลการวิจัยโดยแบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนทักษะชีวิต ก่อนการทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

ตอนที่ 2 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนทักษะชีวิต ก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตอนที่ 3 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนทักษะชีวิต หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตอนที่ 1 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนทักษะชีวิตก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง

เพื่อตรวจสอบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะชีวิตแตกต่างกว่าก่อนการทดลองหรือไม่ จึงทำการเปรียบเทียบความแตกต่าง ดังแสดงในตารางที่ 6

ตารางที่ 6 แสดงผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนทักษะชีวิต ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง โดยใช้สถิติทดสอบ The Wilcoxon Match–Paired Signed–Ranks Test

	MR	SR	Z	P-value
Negative Ranks	0	.00	-2.934*	.003
Positive Ranks	6.50	78.00		

*P < .05

จากตารางที่ 6 แสดงให้เห็นว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะชีวิตสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 2 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนทักษะชีวิตก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนทักษะชีวิตก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม เพื่อตรวจสอบว่าก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนทักษะชีวิตแตกต่างกันหรือไม่ จึงได้ทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนน ดังแสดงไว้ในตารางที่ 7

ตารางที่ 7 แสดงผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนทักษะชีวิต ก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติทดสอบ The Mann-Whitney U-test

กลุ่มตัวอย่าง	MR	SR	Z	P-value
กลุ่มทดลอง	3.50	73.00	-0.946*	.344
กลุ่มควบคุม	3.50	73.00		

*P < .05

จากตารางที่ 7 แสดงให้เห็นว่า เมื่อนำคะแนนทักษะชีวิตก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไปทดสอบความแตกต่างของคะแนน โดยใช้สถิติทดสอบ The Mann-Whitney U-test พบว่า คะแนนทักษะชีวิตก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตอนที่ 3 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนทักษะชีวิตหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

เพื่อตรวจสอบว่าหลังการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนทักษะชีวิตแตกต่างกันหรือไม่ จึงทำการเปรียบเทียบความแตกต่างดังแสดงไว้ในตารางที่ 8

ตารางที่ 8 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนทักษะชีวิต หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติทดสอบ The Mann-Whitney U-test

กลุ่มตัวอย่าง	MR	SR	Z	P-value
กลุ่มทดลอง	0.13	76.50	-2.356*	.018
กลุ่มควบคุม	7.04	0.23		

*P < .05

จากตารางที่ 8 แสดงให้เห็นว่าหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะชีวิต สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. การอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต ของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ ผู้วิจัยขอเสนอการอภิปรายผล ตามสมมุติฐานในการวิจัยดังนี้

สมมุติฐานข้อที่ 1 ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ที่เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต มีคะแนนทักษะชีวิตสูงกว่าก่อนการทดลอง

จากผลการวิจัย พบว่า เป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ คือ นักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ ที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต มีคะแนนทักษะชีวิต สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิต สามารถพัฒนานักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ได้ คือ เมื่อนักเรียนได้เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มและได้สำรวจตนเอง รู้จักการปรับปรุงตนเอง และการเข้าร่วมกิจกรรมในแต่ละครั้งนักเรียนจะได้เรียนรู้จากกระบวนการกลุ่ม ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจริง มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ทำให้สมาชิกในกลุ่มมีความรู้สึกเหมือนเป็นพวกเดียวกัน ได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และจากการนำแนวคิดทฤษฎีปฏิสัมพันธ์ (Interaction Theory) ซึ่งเป็นทฤษฎีที่จะพัฒนานักเรียนให้สามารถปฏิบัติร่วมกันอย่างสอดคล้องทั้งด้านร่างกาย วาจา และจิตใจก่อให้เกิดความรู้สึกมีอารมณ์ร่วมในการทำกิจกรรม เกิดความรู้สึกที่ดี มีความพร้อมที่จะปฏิบัติแก้ไขในทักษะด้านต่าง ๆ นอกจากนี้การรวมกลุ่มแต่ละครั้งจะก่อให้เกิดมี

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ในรูปการกระทำ ความรู้สึก และความคิด สมาชิกในกลุ่มจะมีการปรับตัวเข้าหากันและพยายามช่วยกันทำงาน ซึ่งจะก่อให้เกิดความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน และทำให้เกิดพลังหรือแรงผลักดันในการปรับปรุงตนเองตามสมาชิกกลุ่ม (กรมสุขภาพจิต, 2539) และสอดคล้องกับ กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549) ที่กล่าวว่า ประสบการณ์ที่สมาชิกได้รับจากกลุ่ม จะส่งเสริมให้สมาชิกได้พัฒนาความสามารถ และนำไปใช้ประโยชน์ต่อตนเองและกลุ่มโดยทำให้บุคคลได้พัฒนาตนเอง สามารถจัดการกับพฤติกรรมของตนเองให้แสดงออกอย่างเหมาะสมถูกต้องตามกาลเทศะ

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำองค์ประกอบทักษะชีวิตในด้านทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง ทักษะในการตัดสินใจในการแก้ปัญหา และทักษะในการปฏิเสธชักชวน มาเป็นองค์ประกอบในการจัดโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนานักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนได้รับรู้ศักยภาพของตนเอง เข้าใจจุดดีจุดด้อยของตนเอง และความแตกต่างจากบุคคลอื่น เห็นคุณค่าของการพัฒนาปรับปรุงตนเองให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสมดังจะเห็นได้จากกิจกรรมที่ 3 นี้แหละตัวฉัน นักเรียนได้สำรวจและเปิดเผยตัวเองจากใบกิจกรรมทั้งข้อดี และข้อบกพร่อง กล้าที่จะเปิดเผยให้เพื่อน ๆ ในกลุ่มได้รู้ถึงข้อบกพร่องที่แท้จริง และให้เพื่อน ๆ ในกลุ่มได้ช่วยกันหาแนวทางในการแก้ไขข้อบกพร่องร่วมกัน ในส่วนข้อดีที่ชมเชยและสนับสนุนให้ทำต่อไปเป็นการสร้างกำลังใจซึ่งกันและกัน นอกจากนี้ นักเรียนยังสามารถคิดอย่างมีเหตุผลเพื่อเลือกแนวทางในการปฏิบัติที่ถูกต้องเป็นขั้นตอน แยกแยะผลดี ผลเสีย ที่มีต่อตนเองและผู้อื่นดังจะเห็นได้จากกิจกรรมที่ 9 เมื่อฉันต้องปฏิเสธ และกิจกรรมที่ 10 ปฏิเสธอย่างไร ไม่โกรธกัน พบว่าเมื่อสมาชิกได้ฝึกการปฏิเสธอย่างประนีประนอม และร่วมกันวิเคราะห์ผลดี ผลเสียจากการปฏิเสธ เช่น เมื่อเพื่อนชวนโดดเรียนไปเล่นเกม ก็บอกปฏิเสธว่าไปไม่ได้หรอกเพราะต้องทำรายงานส่งครู ผลดีที่เกิดขึ้นกับตนเอง สมาชิกบอกว่าได้ทำรายงานส่งครู และได้คะแนน ผลดีที่มีต่อผู้อื่นคือ พ่อแม่สบายใจ ไม่ต้องกังวล ส่วนผลเสียที่เกิดขึ้นกับบุคคลอื่น สมาชิกบอกว่า อาจทำให้เพื่อนผิดหวังบ้างนิดหน่อย นอกจากนี้ยังสามารถใช้คำพูด ภาษา ท่าทาง การสื่อสารที่เหมาะสมในการแสดงความต้องการที่จะปฏิเสธ โดยไม่เสียสัมพันธภาพ ดังที่ องค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) ได้กล่าวไว้ว่า ทักษะชีวิต (Life skills) เป็นความสามารถในการปรับตัว ให้มีพฤติกรรมที่ถูกต้อง ทำให้บุคคลสามารถจัดการกับความต้องการ และสิ่งท้าทายต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสมซึ่งเป็นคุณลักษณะหรือความสามารถเชิงสังคมจิตวิทยา (Psychosocial Competence) เป็นทักษะที่ช่วยให้นักเรียนสามารถเผชิญสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่น ทักษะในการคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล ทักษะในการตัดสินใจ และคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ทักษะในการประเมินตน และการควบคุมสถานการณ์ ทักษะในการสื่อสารปฏิเสธชักชวนและโน้มน้าวจิตใจ ทักษะในการปรับตัว

สมมุติฐานข้อที่ 2 นักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ที่เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต มีคะแนนทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

จากผลการวิจัย พบว่า เป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ คือ นักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์มีคะแนนทักษะชีวิตสูงกว่านักเรียนกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อาจเป็นเพราะกิจกรรมทำให้นักเรียนได้เปิดเผยตัวเองอย่างแท้จริง ทำให้บุคคลนั้นสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม อิตารัตน์ พวงงาม (2548) ได้กล่าวว่า กระบวนการกลุ่มเป็นกิจกรรมที่จัดให้สมาชิกได้กระทำร่วมกันเป็นกลุ่มช่วยให้สมาชิกในกลุ่มเสริมสร้างสัมพันธภาพและทำงานร่วมกับผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพ การที่บุคคลรวมกันกลุ่ม ทำกิจกรรมร่วมกันโดยมีจุดมุ่งหมายเดียวกัน ทำให้เกิดพลังหรืออำนาจในการกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดเพื่อบรรลุจุดประสงค์ที่วางไว้ช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านทัศนคติ ค่านิยม และพฤติกรรมของสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งสอดคล้องกับ เกษมณี ชติยะ (2548) ที่กล่าวไว้ว่า กระบวนการกลุ่มจะเน้นการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในกลุ่มเพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ร่วมกันทำกิจกรรมสิ่งใดสิ่งหนึ่งในกลุ่ม โดยกิจกรรมนั้นได้พิจารณาไตร่ตรองแล้วว่าเหมาะสมกับสมาชิกกลุ่ม ก่อให้เกิดการเรียนรู้ และสามารถนำสิ่งที่ได้รับภายในกลุ่มมาแก้ไขประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันให้มีพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสม นอกจากนั้น การรวมกลุ่มเพื่อแก้ไขปัญหาจะส่งผลไปสู่การได้รู้จักตนเอง รู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพอีกด้วย

จากกล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การศึกษาครั้งนี้เป็นไปตามสมมุติฐานทั้ง 2 ข้อ คือ การใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ เป็นกิจกรรมที่มีผลโดยตรงกับผู้เข้าร่วมกิจกรรม ทำให้รู้จักตนเอง เข้าใจตนเอง มีการตัดสินใจในการแก้ไขปัญหาอย่างเป็นระบบ สามารถใช้คำพูด ภาษา ท่าทาง การสื่อสารในการแสดงความต้องการที่จะปฏิเสธได้อย่างเหมาะสม และนอกจากนี้ยังสามารถพัฒนาปรับตัวเข้ากับสังคมและสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างปกติสุข จึงเหมาะที่จะเป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาเด็กติดเกมและพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ในโรงเรียน ให้เป็นผู้ประสบความสำเร็จทั้งในด้านการเรียน และการดำเนินชีวิตต่อไป



