

บทที่ 4

ผลการวิจัยและการอภิปรายผล

4.1 ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของกลุ่มระดับประคองต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และความเชื่อมั่นในตนเองของมารดาที่ดูแลบุตรตามลำพัง ณ สถานีอนามัยโนนม่วง อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น จำนวน 24 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ 12 คน ซึ่งกลุ่มควบคุมเป็นกลุ่มที่ไม่ได้เข้ากลุ่มระดับประคองและกลุ่มทดลองเป็นกลุ่มที่ได้เข้ากลุ่มระดับประคอง

4.1.1 ลักษณะทั่วไปของตัวอย่าง

ตัวอย่างที่ใช้ในการวิเคราะห์ผลในครั้งนี้คือ มารดาที่ดูแลบุตรตามลำพัง จำนวน 24 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 12 คน กลุ่มทดลอง 12 คน โดยมารดาที่ดูแลบุตรตามลำพังส่วนใหญ่จำนวน 11 คน อยู่ในวัยกลางคน อายุอยู่ระหว่าง 41-49 ปี โดยส่วนมากเป็นหม้าย จำนวน 15 คน และมีระยะเวลาของการเป็นหม้าย หย่าร้าง โดยมากอยู่ในช่วง 1-10 ปี จำนวน 15 คน เป็นช่วงที่กำลังปรับตัวอย่างมากต่อสถานภาพสมรสที่เปลี่ยนแปลงไป ทำให้เหมาะสมต่อการเป็นตัวอย่างในครั้งนี้ มารดาเหล่านี้มีบุตรในความดูแลส่วนมาก 2 คน และอายุบุตรกำลังอยู่ในช่วงวัยเด็กตอนปลายเข้าวัยรุ่นเป็นส่วนมาก จำนวน 14 คน นอกจากนั้นระดับการศึกษาพบว่า ส่วนมากจบเพียงชั้นประถมศึกษา จำนวน 18 คน ซึ่งสตรีในชนบทส่วนมากจะมีระดับการศึกษาต่ำอยู่แล้ว ทำให้ส่งผลต่ออาชีพ โดยส่วนมากจึงประกอบอาชีพรับจ้างถึง 11 คน จึงมีรายได้ไม่สูงนัก ประมาณเดือนละ 2,100-5,000 บาทต่อครอบครัว มีการกระจายของประชากรทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองที่คล้ายคลึงกัน ดังมีรายละเอียดแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนของหน่วยตัวอย่างในกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง จำแนกตามอายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส ระยะเวลาของการเป็นหม้าย หย่า หรือร้าง จำนวนบุตร อายุบุตร และเปรียบเทียบการกระจายของข้อมูลระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วย χ^2

ลักษณะของตัวอย่าง	กลุ่มควบคุม (จำนวน)	กลุ่มทดลอง (จำนวน)	รวม (จำนวน)	χ^2	P-value
อายุ					
20-30 ปี	3	1	4	4.27	0.11
31-40 ปี	6	3	9		
41-49 ปี	3	8	11		
รวม	12	12	24		
ระดับการศึกษา					
ประถมศึกษา	8	10	18	0.89	0.64
มัธยมศึกษา	2	1	3		
ประกาศนียบัตรขึ้นไป	2	1	3		
รวม	12	12	24		
อาชีพ					
ทำนา ทำไร่	4	3	7	1.43	0.69
รับจ้าง	5	6	11		
ค้าขาย	2	3	5		
รับราชการ	1	0	1		
รวม	12	12	24		
รายได้					
1,000-2,000 บาท	2	3	5	1.68	0.79
2,001-3,000 บาท	4	3	7		
3,001-4,000 บาท	1	1	2		
4,001-5,000 บาท	2	5	7		
5,000 บาทขึ้นไป	3	2	5		
รวม	12	12	24		
สถานภาพสมรส					
หม้าย	7	8	15	1.03	0.59
หย่า	3	2	5		
ร้าง	2	2	4		
รวม	12	12	24		

ตารางที่ 1 จำนวนของหน่วยตัวอย่างในกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง จำแนกตามอายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ สถานภาพสมรส ระยะเวลาของการเป็นหม้าย หย่า หรือร้าง จำนวนบุตร อายุบุตร และเปรียบเทียบการกระจายของข้อมูลระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วย χ^2 (ต่อ)

ลักษณะของตัวอย่าง	กลุ่มควบคุม (จำนวน)	กลุ่มทดลอง (จำนวน)	รวม (จำนวน)	χ^2	P-value
ระยะเวลาของการเป็น					
หม้าย หย่า ร้าง					
1 - 10 ปี	11	10	21	0.38	0.53
11 ปีขึ้นไป	1	2	3		
รวม	12	12	24		
จำนวนบุตร					
1 คน	4	2	6	1.67	0.64
2 คน	6	6	12		
3 คน	1	3	4		
4 คน	1	1	2		
รวม	12	12	24		
อายุบุตร					
1 - 5 ปี	6	2	8	6.30	0.90
6 - 10 ปี	2	3	5		
11 - 15 ปี	7	7	14		
16 ปีขึ้นไป	5	15	20		
รวม	20	27	47		

4.1.2 ปัจจัยที่มีผลต่อการบำบัด

จากการดำเนินการทำกลุ่มระดับประคองทั้งหมด 6 ครั้ง พบว่าเกิดปัจจัยที่มีผลต่อการบำบัดขึ้นในกลุ่มระดับประคองทั้งหมด 11 ปัจจัย ปัจจัยที่พบมากที่สุดคือ ความรู้สึกมีความหวัง ความเห็นเหมือนกันของชีวิต ปัจจัยที่พบบรองลงมาคือ พัฒนาเทคนิคการเข้าสังคมและความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (ดังมีรายละเอียดในตารางที่ 2) ปัจจัยที่มีผลต่อการบำบัดเป็นสิ่งสำคัญสิ่งหนึ่งที่แสดงให้เห็นถึงประสิทธิภาพของกลุ่มเป็นสิ่งที่เอื้ออำนวยให้กลุ่มมีพัฒนาการที่ดี ปัจจัยที่มีผลต่อการบำบัดยังเป็นกลไกที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมของสมาชิก ประโยชน์ของแต่ละปัจจัยจะมีผลต่อสมาชิกต่างกัน (Yalom, 1975) (ดังมีรายละเอียดในภาคผนวก ก) แต่ก็นำไปสู่การเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและความเชื่อมั่นในตนเองได้ เช่น ความรู้สึกมีความหวังที่เกิดขึ้นได้เมื่อสมาชิกมาเข้ากลุ่มแล้วรู้ว่ากลุ่มสามารถช่วยเหลือเขาได้ สมาชิกจะมีสีหน้าที่ยิ้มแย้มขึ้น เปิดเผยตัวเองมากขึ้น และพูดถึงการมีความหวังที่จะดำเนินชีวิตต่อไป หรือความเห็นเหมือนกันของชีวิตที่เกิดขึ้นเมื่อมีสมาชิกคนหนึ่งอภิปรายถึงปัญหาที่เผชิญอยู่ คนอื่นๆ มีการยอมรับและเห็นด้วยว่าเป็นปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่เช่นกัน ทำให้สมาชิกรู้สึกว่าตนเองไม่โดดเดี่ยว มองว่าปัญหาของตนเองก็สามารถแก้ไขได้เช่นกัน ทำให้มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองขึ้นมาได้

ตารางที่ 2 จำนวนของปัจจัยที่มีผลต่อการบำบัดและการจัดลำดับที่ของปัจจัยที่มีผลต่อการบำบัดจากการทำกลุ่มระดับประคองทั้ง 6 ครั้ง

ปัจจัยที่มีผลต่อการบำบัด	จำนวน (ครั้ง)	ลำดับที่
1. ความรู้สึกมีความหวัง	6	1
2. ความเห็นเหมือนกันของชีวิต	6	1
3. พัฒนาเทคนิคการเข้าสังคม	5	3
4. ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม	5	3
5. ความรู้สึกเกื้อกูล	4	5
6. ความรู้สึกแบ่งเบา	4	5
7. การเห็นความจริงอันเป็นสัจธรรม	3	7
8. การให้ข้อมูล	2	8
9. การเรียนรู้ที่จะติดต่อและสร้างสัมพันธภาพ	2	8
10. ความรู้สึกเป็นครอบครัว	1	10
11. การเลียนแบบพฤติกรรม	1	10

4.1.3 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วย t-test

จากผลการวิเคราะห์ตัวอย่างที่ได้กล่าวมาจากรายที่ 1 พบว่า ตัวอย่างมีการกระจายอย่างทั่วถึง ทั้งในกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง และยังเห็นได้จากผลการวิเคราะห์ ดังในตารางที่ 3 นี้ที่พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองไม่มีความแตกต่างกัน

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วย t-test

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง				t-value
	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		
	$\bar{X}$	S.E.	$\bar{X}$	S.E.	
ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง	95.3333	6.35	100.4167	2.86	0.73
ความเชื่อมั่นในตนเอง	99.3333	4.36	102.5833	4.17	0.54

$P > 0.01$

นอกจากนั้น กลุ่มระดับประคองที่ให้นี้ในครั้งนี้มีผลต่อความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งผลการวิเคราะห์พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองหลังการทดลองของกลุ่มทดลองมากกว่ากลุ่มควบคุม ด้วยความเชื่อมั่น 99% ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนหลังการทดลองระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วย t-test

ตัวแปร	หลังการทดลอง				t-value
	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง		
	$\bar{X}$	S.E.	$\bar{X}$	S.E.	
ความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง	92.1667	5.24	113.6667	2.01	3.83**
ความเชื่อมั่นในตนเอง	98.1667	3.68	114.0000	2.39	3.61**

$P < 0.01^{**}$

4.2 การอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของกลุ่มระดับประคองต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และความเชื่อมั่นในตนเองของมารดาที่ดูแลบุตรตามลำพัง ผู้วิจัยได้อภิปรายผลตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ดังนี้คือ

สมมติฐานข้อที่ 1 มารดาที่ดูแลบุตรตามลำพังที่ได้เข้ากลุ่มระดับประคองจะมีคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูงกว่ามารดาที่ดูแลบุตรตามลำพังที่ไม่ได้เข้ากลุ่มระดับประคอง

ผลการวิจัยครั้งนี้สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้กล่าวคือ มารดาที่ดูแลบุตรตามลำพังที่ได้เข้ากลุ่มระดับประคองมีคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูงกว่ามารดาที่ดูแลบุตรตามลำพังที่ไม่ได้เข้ากลุ่มระดับประคองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 แสดงให้เห็นว่ามารดาที่ดูแลบุตรตามลำพังนั้น มีปัญหาการขาดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง มารดาเหล่านี้ประสบกับปัญหาการขาดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองจากภาวะของการสูญเสียคู่สมรส หรือการล้มเหลวในชีวิตแต่งงาน ดังเช่น Stuart and Sundeen (1979) กล่าวว่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองต่ำได้จากปัญหาที่เฉพาะเจาะจง เช่น การสูญเสียคู่สมรส การล้มเหลวในชีวิตแต่งงาน นอกจากนั้น Burke (1983) และ Butcher and Gaffney (1995) ยังได้กล่าวไว้ว่า การถูกตีตราจากสังคมทำให้บุคคลรู้สึกไร้คุณค่าได้ เช่นเดียวกับมารดาเหล่านี้ที่สังคมมักตีตราว่าเป็นหญิงหม้ายหรือสามีทิ้ง หรือมีปัญหาคือต้องหย่ากับสามี เหล่านี้ทำให้เขาเกิดปัญหาขาดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองทั้งสิ้น ถ้าปล่อยให้มารดาที่ดูแลบุตรตามลำพังมีการเผชิญกับปัญหาเหล่านี้โดยลำพังหรือไม่ถูกต้อง ก็จะเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาทางจิตตามมาได้ เมื่อได้มาเข้ากลุ่มระดับประคองที่จัดขึ้นอย่างเป็นลำดับขั้นตอนทั้ง 3 ระยะคือ ระยะสร้างสัมพันธภาพ ระยะดำเนินการและระยะสิ้นสุดการทำกลุ่ม โดยระยะสร้างสัมพันธภาพผู้นำชี้ให้เห็นความเหมือนกันของปัญหา เมื่อสมาชิกได้รู้ว่ามีปัญหาการขาดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองเหมือนคนอื่น ๆ ทำให้ไว้วางใจ เปิดเผย และยอมรับการช่วยเหลือจากคนอื่น ดังที่ Marram (1978) กล่าวว่า เมื่อสมาชิกรับรู้ว่าจะต้องต่อสู้กับปัญหาหรืออุปสรรคที่เหมือนกัน เป็นการสร้างพื้นฐานให้มีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน เมื่อไว้วางใจแล้วทำให้สมาชิกเต็มใจที่จะเปิดเผย มั่นใจในการให้และยอมรับความช่วยเหลือจากผู้อื่น ในระยะดำเนินการ สมาชิกร่วมกันแก้ไขปัญหา แลกเปลี่ยนประสบการณ์การขาดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ผู้นำสร้างบรรยากาศอบอุ่น เป็นมิตร เป็นกันเอง ทำให้สมาชิกมีความพึงพอใจและอยากร่วมกันทำงานในกลุ่ม ทำให้กลุ่มมีพัฒนาการที่ดี (Wilson, 1988) สมาชิกจึงมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองขึ้นมาได้จากการที่สามารถเลือกวิธีแก้ไขปัญหาและสามารถช่วยให้ผู้อื่นเข้าใจและแก้ไขปัญหาได้ (Marram, 1978) และระยะสิ้นสุดการทำกลุ่มผู้นำให้สมาชิกบอกถึงความประทับใจที่มีต่อกัน ทำให้สมาชิกมีความหวัง มีกำลังใจในการดำเนินชีวิต มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองได้ ดังที่ Trotzer (1977) กล่าวว่า กระบวนการกลุ่มสามารถพัฒนาบรรยากาศที่เอื้อให้สมาชิกกลุ่มยอมรับกันและกัน สนับสนุน ให้กำลังใจกัน เมื่อสมาชิกกลุ่มได้รับการยอมรับอย่างจริงใจจากสมาชิกคนอื่น ๆ เขาจะเห็นคุณค่าในตนเองได้ จากการดำเนินกลุ่มมาทั้ง 3 ระยะ ก่อให้เกิดปัจจัยที่มีผลต่อการบำบัด ซึ่งปัจจัยที่มีผล

ต่อการบำบัดสามารถช่วยให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้และการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ดี โดยปัจจัยที่มีผลต่อการบำบัดจะเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา มีกระบวนการที่ซับซ้อน มีความต่อเนื่อง และเกี่ยวพัน อาจเกิดปัจจัยใดปัจจัยหนึ่งก่อนหรือหลังมากหรือน้อยต่างกันในแต่ละกลุ่ม (Yalom, 1975) ในกลุ่มประคับประคองครั้งนี้ปัจจัยที่พบว่า เกิดมากที่สุดเป็นอันดับ 1 และทำให้เกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองขึ้นมาได้คือ ความรู้สึกมีความหวังและความเห็นเหมือนกันของชีวิต ปัจจัยที่พบเป็นอันดับ 2 คือ ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและพัฒนาเทคนิคการเข้าสังคม (ดังแสดงในตารางที่ 2) ความรู้สึกมีความหวังเกิดได้ตั้งแต่สมาชิกมาเข้ากลุ่มครั้งแรก เกิดความคาดหวังว่ากลุ่มจะช่วยในการแก้ไขปัญหา โดยเฉพาะกลุ่มที่สมาชิกมีความหวังต่อกลุ่มสูงในช่วงแรก จะมีส่วนช่วยให้กลุ่มมีประสิทธิภาพดี (Yalom, 1975) ในระยะต่อมาเมื่อสมาชิกได้เรียนรู้ถึงวิธีแก้ไขปัญหาของคนอื่น ได้แนวทางในการที่จะนำไปแก้ไขปัญหาของตนเอง ทำให้สมาชิกมีความหวัง มีกำลังใจในการดำเนินชีวิตและรู้สึกว่าตนเองยังมีคุณค่าอยู่ เห็นได้จากการที่สมาชิกมีความกระตือรือร้นในการมาเข้ากลุ่ม มีการให้กำลังใจกันในการเผชิญปัญหามากขึ้น สำหรับความเห็นเหมือนกันของชีวิตเกิดจากการที่สมาชิกกลุ่มได้รับรู้ว่าตนเองมีปัญหาเช่นเดียวกับคนอื่น ๆ ความคิดเช่นนี้ทำให้สมาชิกรู้สึกสบายใจขึ้น รับรู้ว่าปัญหานี้เกิดขึ้นกับทุกคน ไม่ได้เกิดเฉพาะกับคนใดคนหนึ่งเท่านั้น เมื่อสมาชิกได้รู้และเข้าใจจะช่วยให้สมาชิกสามารถบรรเทาความรู้สึกเจ็บปวดต่อปัญหาได้น้อยลง (ปิยาภรณ์ ชุตังกร, 2535) รับรู้ว่ามิเพื่อนร่วมทุกข์มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ หาแนวทางแก้ไขปัญหาร่วมกันอย่างกว้างขวาง และมองว่าปัญหาของตนเองเป็นเรื่องที่สามารถแก้ไขได้ ทำให้มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองขึ้นมาได้ เห็นได้จากการที่สมาชิกมีการทักทาย พูดคุยกันขณะพบกันนอกกลุ่มเพราะรู้สึกว่าเป็นพวกเดียวกัน

เมื่อสมาชิกได้มองเห็นความเห็นเหมือนกันของชีวิต รู้ว่าตนเองมีปัญหาเช่นเดียวกับคนอื่น ๆ จึงช่วยเหลือกันแก้ไขปัญหา สนับสนุน ประคับประคองกัน เมื่อสมาชิกได้รับการยอมรับจากคนอื่น ได้รับความเข้าใจ ประทับใจ ก่อให้เกิดความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มขึ้น ปัจจัยนี้ทำให้สมาชิกมีความพึงพอใจในกลุ่มและอยากร่วมกันทำงานในกลุ่ม ทำให้กลุ่มมีพัฒนาการที่ดี (Wilson, 1988) เป็นปัจจัยที่สำคัญและเป็นประโยชน์ต่อกลุ่มมาก เป็นปัจจัยที่เสริมสร้างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของสมาชิก (Beeber and Schmitt, 1986) รู้สึกว่าตนเองยังเป็นบุคคลที่มีคุณค่า เป็นที่ต้องการอยู่ เห็นได้จากการที่สมาชิกบางคนที่เคยดื่มเหล้า เลิกดื่มเหล้าได้เพราะรู้สึกว่าตนเองยังมีค่า ยังเป็นที่ต้องการของเพื่อน ๆ ลูก ๆ อยากจะมีชีวิตอยู่ดูโลกไปนาน ๆ และจากที่สมาชิกได้มาเข้ากลุ่มร่วมกัน เกิดการพัฒนาเทคนิคการเข้าสังคมมากขึ้น เพราะสมาชิกเกิดการเรียนรู้ เลียนแบบ การปฏิบัติตัวในขณะที่เข้ากลุ่ม นำไปสู่การวางตัวในสังคมต่อไป ซึ่งสมาชิกรู้สึกได้ว่าตนเองมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นในการเข้าสังคม ทำให้เกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองขึ้นมาได้ เห็นได้จากการที่สมาชิกมีการยืมทักทายกันก่อนและหลังเข้ากลุ่มมากขึ้น มีการให้ข้อเสนอแนะในกลุ่มมากขึ้น สมาชิกกล้าที่จะไปร่วมงานสังคมโดยไม่กังวลต่อคำนิทา ยังมีปัจจัยที่มีผลต่อการบำบัดที่พบในอันดับ 3 อันก่อให้เกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองคือ ความรู้สึกเกื้อกูล

(ดังแสดงในตารางที่ 2) โดยปัจจัยนี้เกิดจากผู้บำบัดได้ให้โอกาสสมาชิกในการแสดงความคิดเห็น ให้แสดงความรู้สึกและความเป็นเพื่อนต่อสมาชิกด้วยกัน สมาชิกจะรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าจากการมีเพื่อน มีคนที่ห่วงใย และมีคนให้แนวทางแก้ไขปัญหาก็ได้ เห็นได้จากการที่สมาชิกมีการบอกถึงความรู้สึกห่วงใย ให้กำลังใจกันและกัน สมาชิกมีการนัดหมายพบกันหลังปิดกลุ่มเพื่อช่วยกันแก้ไขปัญหาคือ

จะเห็นได้ว่าความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองจากการประเมินพฤติกรรมของสมาชิกที่เข้ามาในกลุ่ม สอดคล้องกับลักษณะของผู้ที่มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูง ตามที่ Coopersmith (1984) กล่าวไว้คือ มีความกระตือรือร้น เป็นตัวของตัวเอง ไม่หวั่นไหวต่อคำวิพากษ์วิจารณ์ มีความคิดสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดี สามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้ มีความพึงพอใจ เคารพและประทับใจในตนเอง และตระหนักถึงความรับผิดชอบ ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประคับประคองในครั้งนี้มีผลต่อการส่งเสริมให้เกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองขึ้นมาได้

สมมติฐานข้อที่ 2 มารดาที่ดูแลบุตรตามลำพังที่ได้เข้ากลุ่มประคับประคอง จะมีคะแนนพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่ามารดาที่ดูแลบุตรตามลำพังที่ไม่ได้เข้ากลุ่มประคับประคอง

ผลการวิจัยครั้งนี้สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้กล่าวคือ มารดาที่ดูแลบุตรตามลำพังภายหลังที่ได้เข้ากลุ่มประคับประคองมีคะแนนพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่ามารดาที่ดูแลบุตรตามลำพังที่ไม่ได้เข้ากลุ่มประคับประคองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 สำหรับความเชื่อมั่นในตนเองของมารดาเหล่านี้ ปรากฏว่า กล้าเผชิญ (2537) ได้กล่าวถึงว่าบุคคลจะขาดความเชื่อมั่นในตนเองได้เมื่อเกิดการหย่าหรือมีภาวะสูญเสีย เนื่องจากว่าการที่จะสนิทสนมคุ้นเคยกับใครเหมือนเมื่อในอดีตนั้นไม่สามารถทำได้อย่างปกติ สิ่งเหล่านี้ทำให้บุคคลรู้สึกเดียวดายและความเชื่อมั่นก็จะหายไป ทำให้มีการแยกตัวจากสังคม มองว่าตนเองต่ำต้อย ไร้ค่า มีการเปลี่ยนแปลงวิธีการดำเนินชีวิตอันเนื่องมาจากการเป็นหม้าย หย่าหรือร้าง ถ้าให้มารดาเหล่านี้แยกตัวจากสังคมไปเรื่อย ๆ เพราะการขาดความเชื่อมั่นในตนเอง จะทำให้เกิดปัญหาทางจิตตามมาได้ เมื่อมารดาเหล่านี้ได้มาเข้ากลุ่มประคับประคองที่จัดเป็นขั้นตอนไว้ 3 ระยะคือ ระยะสร้างสัมพันธภาพ ระยะดำเนินการ และระยะสิ้นสุดการทำกลุ่ม ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาได้ ดังนี้ ระยะสร้างสัมพันธภาพ เมื่อผู้นำได้สะท้อนให้สมาชิกได้ทราบว่าปัญหาการขาดความเชื่อมั่นในตนเองเหมือนกัน สมาชิกจึงไว้วางใจ เปิดเผยและยอมรับการช่วยเหลือจากคนอื่น ๆ ในกลุ่ม ดังที่ Marram (1978) กล่าวว่า เมื่อสมาชิกรับรู้ว่ามีปัญหาเหมือนคนอื่น ๆ เป็นการสร้างพื้นฐานให้มีความไว้วางใจกัน เมื่อไว้วางใจแล้วทำให้เต็มใจที่จะเปิดเผย มั่นใจในการให้และการยอมรับความช่วยเหลือจากผู้อื่น ในระยะดำเนินการกลุ่ม สมาชิกร่วมกันแก้ไขปัญหาและแลกเปลี่ยนประสบการณ์การขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ผู้นำให้ความอบอุ่น เป็นมิตร ส่งผลให้สมาชิกมีความพึงพอใจในกลุ่ม อยากร่วมกันทำงาน กลุ่มจึงมีพัฒนาการที่ดี (Wilson, 1988) สมาชิกจะมีความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาจากที่ได้แนวทางมาใช้ในการปรับปรุงแก้ไขปัญหของตนเอง และระยะสิ้นสุด

สุดการทำกลุ่ม ผู้นำและสมาชิกได้ร่วมให้กำลังใจซึ่งกันและกัน บอกถึงความประทับใจที่มีต่อกัน ทำให้สมาชิกมีกำลังใจในการดำเนินชีวิต มั่นใจตนเองขึ้น เพราะเขาจะเชื่อมั่นว่าสามารถนำสิ่งที่ได้จากกลุ่มไปใช้ในชีวิตได้ต่อไป ดังที่ Trotzer (1977) กล่าวว่า กระบวนการกลุ่มสามารถพัฒนาบรรยากาศที่เอื้อให้สมาชิกยอมรับกันและกัน โดยมีผู้นำเป็นผู้เอื้ออำนวยให้พัฒนาการกลุ่มดำเนินไปเป็นระยะ สมาชิกมีการช่วยเหลือ สนับสนุน ให้กำลังใจกัน บรรยากาศภายในกลุ่มจึงอบอุ่น มีการไว้วางใจ เข้าใจ และยอมรับ เมื่อสมาชิกกลุ่มได้รับการยอมรับอย่างจริงจังจากสมาชิกกลุ่มอื่น ๆ เขาจะเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าเผชิญหน้ากับปัญหาต่าง ๆ ได้

นอกจากนี้ ปัจจัยที่มีผลต่อการบำบัดเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาได้ ปัจจัยที่พบมากที่สุดเป็นอันดับ 1 คือ ความรู้สึกมีความหวังและความเห็นเหมือนกันของชีวิต ปัจจัยที่พบรองลงมาเป็นอันดับที่ 2 คือ พัฒนาเทคนิคการเข้าสังคมและความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (ดังแสดงในตารางที่ 2) ความรู้สึกมีความหวังเกิดจากเมื่อสมาชิกมาเข้ากลุ่ม แล้วคาดหวังว่ากลุ่มสามารถช่วยแก้ไขปัญหามาได้ และจากที่สมาชิกได้แบบอย่างการดำเนินชีวิตแบบอย่างการเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองจากกลุ่มที่มีปัญหาเดียวกัน และตัวแบบนั้นสามารถเผชิญปัญหาและมีพัฒนาการไปในทางที่ดี ย่อมก่อให้เกิดความหวัง ช่วยให้สมาชิกเชื่อมั่นในตนเองที่จะเผชิญกับปัญหาต่อไปตามความสามารถที่ตนเองมีอยู่ ซึ่งในช่วงการวิจัย 6 สัปดาห์ ผู้วิจัยพบว่าสมาชิกมีการเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีขึ้น มั่นใจในการเข้าสังคมมากขึ้น เห็นได้จากการที่ไปร่วมงานต่าง ๆ ของหมู่บ้าน พูดคุยกับคนอื่นโดยเฉพาะผู้ชายได้มากขึ้น สำหรับความเห็นเหมือนกันของชีวิต เกิดจากการที่ได้รับทราบว่าผู้อื่นก็มีปัญหาเช่นเดียวกัน เมื่อรับรู้ว่ามีเพียงตนเองคนเดียวที่มีปัญหาทำให้สบายใจขึ้น ความทุกข์ทรมานจากการรับรู้ปัญหาจึงลดลง (Yalom, 1975) เกิดการยอมรับปัญหาและร่วมกันแก้ไขปัญหารู้สึกว่าตนเองมีเพื่อน ทำให้ไม่คิดท้อแท้หรือแยกตัวจากสังคม จะเห็นได้จากการที่สมาชิกที่ไม่เคยไปงานสังคมเลย มีการไปงานสังคมมากขึ้น ขณะที่ไปนั้นสมาชิกยังกล้าที่จะเสนอตัวช่วยเหลือและพูดคุยกับคนแปลกหน้า ในการเข้ากลุ่มสมาชิกยังเกิดการพัฒนาเทคนิคการเข้าสังคม ซึ่งเป็นการส่งเสริมให้สมาชิกมีสัมพันธภาพที่ดีในทางสังคม จากการที่ได้เรียนรู้ เลียนแบบสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม รวมทั้งการที่ผู้วิจัยได้สร้างสถานการณ์ที่ทำให้สมาชิกขาดความเชื่อมั่นในตนเอง แล้วให้สมาชิกเผชิญกับสถานการณ์นั้น หาแนวทางแก้ไขปัญหาร่วมกัน เป็นการฝึกเทคนิคการเข้าสังคม ทำให้สมาชิกมีความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาได้ เห็นได้จากการที่สมาชิกที่พูดน้อยขณะเริ่มต้นกลุ่ม มีการกล้าพูด กล้าเสนอแนะมากขึ้น จากการที่สมาชิกได้เสนอแนวทางแก้ไขปัญหามาให้กลุ่ม ให้ข้อเสนอแนะที่ดีต่อกลุ่ม ทำให้คนอื่นได้แนวทางไปปฏิบัตินั้นก่อให้เกิดความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาได้ เพราะสมาชิกจะรู้สึกว่าตนเองยังเป็นที่ยอมรับ เป็นที่ต้องการ เชื่อมั่นว่าตนเองสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข จากการได้รับการยอมรับจากกลุ่มเป็นพื้นฐาน ดังเห็นได้จากสมาชิกมีการพบปะติดต่อกันหลังปิดกลุ่ม ขณะมาเข้ากลุ่มมีการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ไปรับไปส่งกัน นอกจากนั้นแล้วปัจจัยที่พบรองลงมาเป็นอันดับ 3 แต่เป็นปัจจัย

สำคัญที่ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาได้คือ ความรู้สึกเกื้อกูล (ดังแสดงในตารางที่ 2) เพราะเมื่อสมาชิกได้แสดงความคิดเห็น ได้บอกความรู้สึก ได้ให้ความเป็นเพื่อนแก่สมาชิกคนอื่น ๆ ทำให้เขาเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาในฐานะของผู้ให้ (Yalom, 1975) เห็นได้จากที่สมาชิกมีสีหน้าพอใจ ยิ้มแย้มเมื่อได้ทราบว่าคนอื่น ๆ ได้นำแนวทางการปฏิบัติตัวของตนไปปฏิบัติแล้ว เป็นผลสำเร็จ สามารถมีความเชื่อมั่นขึ้นมาได้

จะเห็นได้ว่า จากการประเมินพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของสมาชิกสอดคล้องกับลักษณะของผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง ตามแนวคิดของ Yoder and Proctor (1988) คือ กล้าแสดงออก ยึดมั่นในความเชื่อของตนเอง สร้างเพื่อนใหม่ได้โดยง่าย ยึดมั่นกับงานที่ทำอยู่ ไม่ยอมแพ้ต่ออุปสรรค ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี แสดงบทบาทผู้นำได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ และคาดหวังว่าจะเป็นผู้นำได้ในบางโอกาส แสดงให้เห็นถึงกลุ่มระดับประคองในครั้งนี มีผลต่อการส่งเสริมให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาได้

แม้จะพบว่าในบางครั้งกลุ่มระดับประคองที่จัดขึ้นในลักษณะของกลุ่มปิด และสมาชิกไม่สามารถเข้าร่วมกลุ่มได้ครบทุกครั้ง ซึ่งเป็นธรรมชาติของการทำกลุ่มแบบปิด แต่ก็พบว่าสมาชิกกลุ่มสามารถเกิดปัจจัยที่มีผลต่อการบำบัดได้ มีผลต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและความเชื่อมั่นในตนเอง ทำให้คะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและคะแนนพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองที่เกิดขึ้นกับกลุ่มทดลองก็ยังคงเพิ่มขึ้น

จากเหตุผลที่กล่าวมาทั้งหมดจะเห็นได้ว่า กลุ่มระดับประคองช่วยให้มารดาที่ดูแลบุตรตามลำพังเกิดการเรียนรู้ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน สนับสนุนระดับประคองกันในการร่วมกันแก้ไขปัญหา ทำให้คะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและคะแนนพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองในกลุ่มทดลองมากกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งผลการศึกษาครั้งนี้ได้สอดคล้องกับการศึกษาเกี่ยวกับกลุ่มระดับประคองของ Knive-Ingraham (1985) ที่ศึกษาเรื่องผลกระทบของโปรแกรมกลุ่มให้คำปรึกษาต่อการรับรู้หน้าที่ครอบครัวของมารดาที่ดูแลบุตรตามลำพัง ผลการศึกษาพบว่า มารดาที่ดูแลบุตรตามลำพังมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 เช่นเดียวกับที่ Sochner et al. (1988) ได้ทำการศึกษาเรื่องโปรแกรมการป้องกันสำหรับครอบครัวที่มีผู้เลี้ยงดูบุตรเพียงคนเดียวโดยใช้ชุมชนเป็นพื้นฐาน ผลการศึกษาพบว่า ผู้เลี้ยงดูบุตรเพียงคนเดียวนั้นมีการปรับตัวที่ดีขึ้น เช่นเดียวกับที่ Beinstock and Videka-Sherman (1989) ได้ทำการศึกษาเรื่องการวิเคราะห์กระบวนการของกลุ่มระดับประคองสำหรับมารดาที่ดูแลบุตรตามลำพัง ผลการศึกษาพบว่า มารดาเหล่านั้นมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น มีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ ในชุมชนและครอบครัวดีขึ้น