

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย การอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การสังเคราะห์การวิจัยที่เกี่ยวกับผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในประเทศไทย
สรุปได้ดังนี้

5.1 วัตถุประสงค์การวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในประเทศไทย ตั้งแต่ พ.ศ. 2522-2538

5.2 วิธีการดำเนินการวิจัย

5.2.1 ขอบเขตของประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้คืองานวิจัยที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ซึ่งทำการวิจัยในช่วงปี พ.ศ. 2522-2538 โดยใช้งานวิจัยทุกเรื่องในการสังเคราะห์งานวิจัย

5.2.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้คือแบบสรุปรายละเอียดงานวิจัย ซึ่งประกอบด้วยรายละเอียดแต่ละส่วน ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของงานวิจัย

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับเนื้อหาของงานวิจัย

ส่วนที่ 3 ข้อมูลเกี่ยวกับการวิเคราะห์ข้อมูลของงานวิจัย

ส่วนที่ 4 ข้อมูลเกี่ยวกับผลการวิเคราะห์ข้อมูลของงานวิจัย

5.2.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย ผู้วิจัยดำเนินการโดยเริ่มจากสำรวจประชากรของงานวิจัย แล้วจึงเก็บรวบรวมข้อมูลงานวิจัยจากแหล่งผลิตงานวิจัยต่างๆ ลงในแบบสรุปรายละเอียดงานวิจัย ทำการวิเคราะห์รายละเอียดต่างๆ และสังเคราะห์งานวิจัย

5.2.4 การสังเคราะห์ข้อมูล

ในการสังเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยใช้การสังเคราะห์ข้อมูล 2 วิธีคือ การสังเคราะห์เชิงปริมาณและการสังเคราะห์เชิงคุณลักษณะ

5.3 ผลการสังเคราะห์งานวิจัย

5.3.1 ผลการวิเคราะห์ลักษณะทั่วไปของงานวิจัยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

จากการวิเคราะห์ลักษณะทั่วไปพบว่า มีงานวิจัยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มพิมพ์เผยแพร่ในประเทศไทยตั้งแต่ปี พ.ศ.2522 จนถึงปัจจุบัน โดยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตรพิมพ์เผยแพร่มากที่สุด รองลงมาคือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยนเรศวร ตามลำดับ ในการดำเนินการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินการรูปแบบผสมผสานมากที่สุด รองลงมาคือแบบนำทาง และแบบไม่นำทาง ตามลำดับ ให้คำปรึกษาเพื่อเอื้ออำนวยมากที่สุด รองลงมาคือการให้คำปรึกษาเพื่อพัฒนาการ การให้คำปรึกษาในสถานการณ์วิกฤติ และการให้คำปรึกษาเพื่อการป้องกัน ตามลำดับ ใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นมากที่สุด รองลงมาคือระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย และนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ตามลำดับ ในเลือกสมาชิกกลุ่มใช้สมาชิกที่มีอายุใกล้เคียงกันมากกว่าสมาชิกที่อายุแตกต่างกัน ดำเนินการให้คำปรึกษาโดยมีสมาชิกกลุ่ม 8 คนมากที่สุด รองลงมาคือ 10 และ 9 คน ตามลำดับ ใช้ระยะเวลาในการให้คำปรึกษา 61-90 นาทีมากที่สุด รองลงมาคือ 31-60 และ 91-120 นาที ตามลำดับ ใช้ความถี่ 2 ครั้งต่อสัปดาห์มากที่สุด รองลงมาคือ 1 และ 3 ครั้งต่อสัปดาห์ และดำเนินการให้คำปรึกษาทั้งสิ้น 12 ครั้งมากที่สุด รองลงมาคือ 10 และ 8 ครั้ง ตามลำดับ

5.3.2 ผลการสังเคราะห์เกี่ยวกับผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในระยะวิกฤติ

5.3.2.1 ผลการสังเคราะห์เชิงปริมาณงานวิจัยเกี่ยวกับการลดความวิตกกังวล พบว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถลดความวิตกกังวลของผู้รับคำปรึกษาได้มากกว่ากลุ่มควบคุม โดยมีค่าเฉลี่ยของขนาดของผลเท่ากับ -1.68 ความแปรปรวนของขนาดของผลเท่ากับ 1.29

5.3.2.2 ผลการสังเคราะห์เชิงคุณลักษณะพบว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถช่วยผู้รับคำปรึกษาที่มีปัญหาในระยะวิกฤติในเรื่อง ความท้อถอย สุขภาพจิตของผู้คิดฆ่าตัวตาย ความเครียด ความเครียดในขณะปฏิบัติงานของนักศึกษาพยาบาล และอารมณ์เศร้า โดยมี

5.3.5 ผลการสังเคราะห์เกี่ยวกับผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อพัฒนาการ

จากการสังเคราะห์งานวิจัยเชิงคุณลักษณะพบว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถช่วยผู้รับคำปรึกษาเกี่ยวกับการดูแลตนเองในผู้ป่วยมะเร็ง ความรับผิดชอบ ความรับผิดชอบด้านการเรียน ทักษะคิดต่อการพยาบาลผู้ป่วยโรคเอดส์ ทักษะคิดต่อการทะเลาะวิวาท พฤติกรรมก่อนวันขึ้นเรียน พฤติกรรมไม่เหมาะสมกับเพศชาย ความโกรธ บุคลิกภาพด้านคุณธรรม พรหมวิหารสี่ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ พฤติกรรมการเรียน พฤติกรรมหนีเรียน พฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก พฤติกรรมการสูบบุหรี่ ความเจริญส่วนบุคคล พฤติกรรมก้าวร้าว และนิสัย และทัศนคติทางการเรียนได้ โดยมีคะแนนหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดีกว่าก่อนการทดลอง และดีกว่ากลุ่มควบคุมซึ่งไม่ได้รับคำปรึกษาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถช่วยผู้รับคำปรึกษาในเรื่องการพึ่งตนเอง พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความมีวินัยในตนเองได้ โดยมีคะแนนดีกว่าก่อนได้รับคำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

5.3.6 ผลการเปรียบเทียบการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและแบบรายบุคคลโดยวิธีนับคะแนนเสียง

ผลการเปรียบเทียบโดยวิธีนับคะแนนเสียง พบว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลสามารถช่วยผู้รับคำปรึกษาได้โดยไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในปัญหาเกี่ยวกับการปรับตัว ความวิตกกังวล ทักษะคิดต่อการเรียน ความภูมิใจในตนเอง ความมีวินัยในตนเอง อารมณ์เศร้า พฤติกรรมการสูบบุหรี่ และอัตมโนทัศน์ แต่ในเรื่องความเชื่อมั่นในตนเองการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถช่วยผู้รับคำปรึกษาได้ดีกว่าการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

5.4 การอภิปรายผล

ในการอภิปรายผลการวิจัย ผู้วิจัยจะนำเสนอตามลำดับ ดังต่อไปนี้

- 5.4.1 ผลการวิเคราะห์ลักษณะทั่วไปของงานวิจัยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
- 5.4.2 ผลการสังเคราะห์เกี่ยวกับผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในระยะวิกฤติ
- 5.4.3 ผลการสังเคราะห์เกี่ยวกับผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อเอื้ออำนวย
- 5.4.4 ผลการสังเคราะห์เกี่ยวกับผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อการป้องกัน
- 5.4.5 ผลการสังเคราะห์เกี่ยวกับผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อพัฒนาการ
- 5.4.6 ผลการเปรียบเทียบการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและรายบุคคลโดยใช้การนับคะแนนเสียง

5.4.1 ผลการวิเคราะห์ลักษณะทั่วไปของงานวิจัย

ผลการวิเคราะห์ลักษณะทั่วไปของงานวิจัยที่เกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มผู้วิจัยมีประเด็นในการอภิปรายดังต่อไปนี้

ผลการวิเคราะห์ในด้านรูปแบบการให้คำปรึกษา พบว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มได้ดำเนินการให้คำปรึกษาได้ทั้งสามรูปแบบ คือการให้คำปรึกษาแบบไม่นำทาง แบบนำทาง และแบบผสมผสาน โดยงานวิจัยส่วนใหญ่ดำเนินการให้คำปรึกษาในรูปแบบผสมผสาน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะการดำเนินการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้นผู้ให้คำปรึกษาจะต้องนำเทคนิควิธีการต่างๆ หลากวิธีมาใช้เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด และเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถบรรลุจุดประสงค์ของตนในการร่วมกลุ่มการให้คำปรึกษา ซึ่งสอดคล้องกับสถิติ วงศ์สวรรค์ (2531) ศุภวดี บุญญวงศ์ (2531) อุษณีย์ เอ็นสบาย (2533) และรวีวรรณ ชินะตระกูล (2537) ที่กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบผสมผสานมีความยืดหยุ่นในการให้คำปรึกษา ทำให้ผู้ให้คำปรึกษาสามารถเลือกทฤษฎีและเทคนิคต่างๆ หลากๆ วิธีมาใช้ให้เหมาะสมกับแต่ละสถานการณ์ เพื่อช่วยให้บรรลุจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษา

ผลการวิเคราะห์ในด้านชนิดของการให้คำปรึกษา พบว่าได้มีการศึกษาเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นการปรึกษาในสถานการณ์วิกฤติ การปรึกษาเพื่อเอื้ออำนวย การปรึกษาเพื่อการป้องกัน และการปรึกษาเพื่อพัฒนาการ และเมื่อพิจารณาชนิดของการปรึกษาแล้วส่วนใหญ่ของงานวิจัยจะทำการศึกษาการปรึกษาเพื่อเอื้ออำนวย (ร้อยละ 39.13)

สอดคล้องกับ พรรณราย ทวีระประภา (2525) ที่กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเพื่อผู้อ่านวยเป็น การช่วยผู้รับคำปรึกษาให้สามารถทำความเข้าใจปัญหาของตนให้กระจ่าง ทำให้ยอมรับและ เข้าใจตนเอง สามารถวางแผนในการดำเนินการอย่างใดอย่างหนึ่งกับปัญหานั้นได้

ผลการวิเคราะห์ในด้านกลุ่มตัวอย่างที่ทำการวิจัย พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นนักเรียน หรือนักศึกษาที่อยู่ในสถานศึกษา (ร้อยละ 83.48) ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์งานวิจัยของ จันทร์เพ็ญ เชื้อพานิช (2531) ประจักษ์ วิเชียรศรี (2535) และธีรชัย เนตรนอมศักดิ์ (2538) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผู้วิจัยส่วนใหญ่เป็นบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา จึงสนใจใน ปัญหาที่เกี่ยวกับนักเรียนหรือนักศึกษาที่เกี่ยวข้องกับงานของตน และอาจเป็นเพราะความสำคัญ ของเยาวชนที่จะเป็นอนาคตของชาติ จึงทำให้มีผู้สนใจศึกษาประเด็นต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ทั้งนี้ เพื่อให้เยาวชนเหล่านั้นเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่มีประสิทธิภาพ เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนา ประเทศชาติต่อไป

ผลการวิเคราะห์ในด้านเกณฑ์อายุในการเลือกสมาชิกในการให้คำปรึกษา พบว่าผู้ให้คำ ปรึกษาส่วนใหญ่ เลือกสมาชิกที่มีอายุใกล้เคียงกันในการให้คำปรึกษา (ร้อยละ 85.22) ซึ่ง สอดคล้องกับแนวความคิดของ Ohlsen (1983) ดวงใจ กษานติกุลและคณะ (2530) และ ชูชัย สมทิธิกร (2530) ที่ว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มควรเลือกสมาชิกที่มีอายุใกล้เคียงกัน เพราะทำให้เรียนรู้และเข้าใจปัญหาของกันและกันได้ดี แต่ทั้งนี้อาจเป็นเพราะงานวิจัยส่วนใหญ่ เป็นงานวิจัยที่ศึกษาในสถานศึกษาทำให้การเลือกสมาชิกที่อายุใกล้เคียงกันมีความสะดวก และ ปัญหาที่ให้คำปรึกษามีความเหมาะสมกับการที่สมาชิกอายุใกล้เคียงกัน จึงทำให้ผู้ให้คำปรึกษา ส่วนใหญ่เลือกสมาชิกที่มีอายุใกล้เคียงกัน

ผลการวิเคราะห์ในด้านขนาดของกลุ่ม พบว่าผู้ให้คำปรึกษาได้ดำเนินการทดลองกับสมาชิก ที่มีขนาดกลุ่ม 4-12 คน และพบว่ากลุ่มที่ผู้ให้คำปรึกษาส่วนใหญ่เลือกคือกลุ่มที่มีสมาชิก 8 คน (ร้อยละ 53.91) ซึ่งสอดคล้องกับนักจิตวิทยาให้คำปรึกษาส่วนใหญ่ที่ว่า สมาชิกกลุ่มให้คำปรึกษา ควรมีสมาชิกอยู่ระหว่าง 4-10 คนและสามารถเพิ่มเป็น 12 คนได้ และการที่ผู้ให้คำปรึกษา ส่วนใหญ่เลือกกลุ่มที่มีสมาชิก 8 คน อาจเป็นเพราะเป็นกลุ่มที่มีขนาดพอเหมาะที่ผู้ให้คำปรึกษา สามารถดำเนินการได้อย่างสะดวก และสามารถเอาใจใส่แก่สมาชิกได้อย่างทั่วถึง

ผลการวิเคราะห์ในด้านช่วงเวลาในการให้คำปรึกษา พบว่าผู้ให้คำปรึกษาส่วนใหญ่เลือกให้คำปรึกษาแก่สมาชิก 61-90 นาที (ร้อยละ 38.26) ซึ่งสอดคล้องกับ Hansen (1971) Patterson (1971) และดวงใจ กสานติกุลและคณะ (2530) ที่ว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มควรดำเนินการให้คำปรึกษาครั้งละหนึ่งชั่วโมงถึงหนึ่งชั่วโมงครึ่ง เพราะเป็นช่วงเวลาที่ไม่นานจนเกิดความลำบากกับผู้ให้คำปรึกษา และไม่น้อยเกินไปสำหรับสมาชิกที่จะแสดงความคิดเห็นอย่างทั่วถึง

ผลการวิเคราะห์ในด้านความถี่ในการให้คำปรึกษา พบว่าผู้ให้คำปรึกษาส่วนใหญ่เลือกให้คำปรึกษาแก่สมาชิกสองครั้งต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 72.17) ซึ่งสอดคล้องกับ Patterson (1971) ดวงใจ กสานติกุลและคณะ (2530) ชูชัย สมิตธิโกร (2530) และวิลาวัลย์ จตุรธารง (2532) ที่ว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มควรดำเนินการให้คำปรึกษาอย่างน้อยสัปดาห์ละหนึ่งครั้ง แต่ไม่ควรเกินสามครั้ง และการที่ผู้วิจัยส่วนใหญ่เลือกการให้คำปรึกษาสองครั้งต่อสัปดาห์นั้นอาจเป็นเพราะเป็นความถี่ที่เหมาะสมในการดำเนินการเพราะไม่รบกวนเวลาของสมาชิกมากเกินไป ไม่เว้นช่วงห่างเกินไปจนสมาชิกลืมกิจกรรมหรือสิ่งที่ทำ และเปิดโอกาสให้สมาชิกได้มีโอกาสนำข้อสรุปของกลุ่มไปทดลองปฏิบัติจริง สามารถนำปัญหาอุปสรรคต่างๆ จากการปฏิบัติตามปรึกษากับกลุ่มได้อีกในการปรึกษารั้งต่อไป

ผลการวิเคราะห์ในด้านจำนวนครั้งของการให้คำปรึกษา พบว่าผู้ให้คำปรึกษาส่วนใหญ่เลือกให้คำปรึกษาทั้งหมด 12 ครั้ง (ร้อยละ 46.96) ซึ่งสอดคล้องกับนักจิตวิทยาการให้คำปรึกษาที่ว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไม่ควรให้คำปรึกษามากกว่าแปดครั้ง และการที่ผู้ให้คำปรึกษาเลือกให้คำปรึกษา 12 ครั้งอาจเพราะเป็นจำนวนที่ไม่มากจนทำให้สมาชิกเกิดความเบื่อหน่าย และเป็นภาระในการเข้ากลุ่ม และไม่น้อยจนเกินไปที่จะสามารถสรุปผลการให้คำปรึกษาได้

5.4.2 ผลการสังเคราะห์เกี่ยวกับผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในระยะวิกฤติ

ผลการสังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวกับความวิตกกังวล พบว่ากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีค่าเฉลี่ยของขนาดของผลเท่ากับ -1.68 ค่าความแปรปรวนของขนาดของผลเท่ากับ 1.29 แสดงว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถลดความวิตกกังวลของสมาชิกผู้รับ

ค่าปรึกษาของสมาชิกกลุ่มได้ ทั้งนี้เพราะการที่สมาชิกได้มีโอกาสพูดคุยและรับฟังข้อคิดเห็นต่างๆ จากการร่วมกันปรึกษาจึงทำให้สมาชิกสามารถเข้าใจปัญหาและวิธีการแก้ไขปัญหาต่างๆ และลดความวิตกกังวลของตนได้ในที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับ Ohlsen (1983) ชูชัย สมิตธิกร (2527) และ วิษวี ทรัพย์มี (2533) ที่กล่าวว่าการที่สมาชิกกลุ่มได้แสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกของตนเอง เป็นการได้ระบายความขัดแย้งในใจ ได้สำรวจตนเอง กล้าที่จะเผชิญปัญหาและได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหา กับทั้งได้รับฟังความรู้สึก ความคิดเห็นของคนอื่นได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีปัญหา เช่นเดียวกับตน ทำให้สามารถเข้าใจและแก้ปัญหาดนได้ในที่สุด และจากค่าความคลาดเคลื่อนจากการสุ่มซึ่งมีค่าเท่ากับ 0.23 จะเห็นได้ว่ามีความคลาดเคลื่อนจากการสุ่มน้อยมาก จึงทำให้ผลการสังเคราะห์ที่ได้มีความน่าเชื่อถือมาก จากการวิเคราะห์ลักษณะการให้คำปรึกษา จะเห็นได้ว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเกี่ยวกับการลดความวิตกกังวล ผู้ให้คำปรึกษาสามารถดำเนินการให้คำปรึกษาได้หลากหลายรูปแบบ หลายวิธีการตามความเหมาะสมของสถานการณ์นั้นๆ เพราะการดำเนินการในลักษณะต่างๆ ตามผลการวิเคราะห์ลักษณะทั่วไปสามารถลดความวิตกกังวลของผู้รับคำปรึกษาอย่างได้ผล

ผลการสังเคราะห์เชิงคุณลักษณะเกี่ยวกับผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในระยะวิกฤติ พบว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มช่วยผู้รับคำปรึกษาที่มีปัญหาในระยะวิกฤติในเรื่อง ความกังวล สุขภาพจิตของผู้คิดสารระเหย ความเครียด ความเครียดในขณะปฏิบัติงานของนักศึกษาพยาบาล และอารมณ์เศร้า โดยมีคะแนนของตัวแปรตามหลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลอง และดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสามารถช่วยผู้รับคำปรึกษาที่มีความวิตกกังวล โดยมีคะแนนความวิตกกังวลต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เพราะการที่บุคคลกำลังเผชิญกับสถานการณ์ในระยะวิกฤติ จะทำให้เกิดความสับสน ไม่สามารถมองปัญหาต่างๆ ไม่สามารถดำเนินการใดๆ ได้ เมื่อได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มทำให้ได้มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ได้เสนอแนะและได้รับฟังคำแนะนำของสมาชิกคนอื่นๆ ทำให้เข้าใจปัญหาของตน และสามารถเผชิญกับปัญหาต่างๆ ได้ในที่สุด สอดคล้องกับ Ohlsen (1983) ชูชัย สมิตธิกร (2527) และ วิษวี ทรัพย์มี (2533) ที่กล่าวว่าการที่สมาชิกได้แสดงความรู้สึกของตนเอง เป็นการได้ระบายความรู้สึกขัดแย้งภายในใจ ได้ฝึกการยอมรับตนเอง กล้าที่จะเผชิญกับปัญหา และการได้รับฟังปัญหาของสมาชิกในกลุ่ม ทำให้ได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีปัญหา เช่นเดียวกับตน สมาชิกในกลุ่มจะช่วยเหลือและให้กำลังใจซึ่งกันและกันในการจัดการปัญหา จนสามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้

5.4.3 ผลการสังเคราะห์เกี่ยวกับผลของการให้คำปรึกษาเพื่อเอื้ออำนวย

ผลการสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาการปรับตัว พบว่ากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีค่าเฉลี่ยของขนาดของผล 1.64 ความแปรปรวนของขนาดของผลเท่ากับ 0.36 คลาดเคลื่อนจากการสุ่มเท่ากับ 0.21 แสดงว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถทำให้สมาชิกกลุ่มพัฒนาปรับตัวได้ดีขึ้น ทั้งนี้เพราะการได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มทำให้สมาชิกได้รับฟังความคิดเห็นของสมาชิกคนอื่นๆ ทำให้เข้าใจตนเองและผู้อื่นมากขึ้นและสามารถปรับตัวได้ดีขึ้น สอดคล้องกับ Ohlsen (1983) ชูชัย สมิตธิโกร และ ลิขิต กาญจนารักษ์ (2533) ที่กล่าวว่า การสร้างสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ทำให้สมาชิกเกิดความรู้สึกว่าตนเองได้รับการยอมรับ รู้สึกสบายใจเป็นอิสระที่จะสนทนาคความในใจต่างๆ ได้พัฒนาทักษะทางสังคม มีความมั่นใจที่จะแสดงพฤติกรรมใหม่ๆ และสามารถปรับตัวต่อกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างราบรื่น และเมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์ลักษณะทั่วไปของงานวิจัย จะเห็นได้ว่าผู้ให้คำปรึกษาสามารถเลือกใช้รูปแบบและวิธีการในการให้คำปรึกษาได้อย่างหลากหลาย ทั้งนี้เนื่องจากทฤษฎีสามารถช่วยให้ผู้รับการปรึกษาสามารถพัฒนาการปรับตัวได้

ผลการสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับการลดปัญหาการปรับตัว พบว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถลดปัญหาการปรับตัวของผู้รับคำปรึกษาได้โดยมีค่าเฉลี่ยของขนาดของผลเท่ากับ -0.71 ค่าความแปรปรวนของขนาดของผลเท่ากับ 0.75 แสดงว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถลดปัญหาการปรับตัวของสมาชิกผู้รับคำปรึกษาได้ ซึ่งสอดคล้องกับผลการสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาการปรับตัวและสอดคล้องกับ Ohlsen (1983) ชูชัย สมิตธิโกร และ ลิขิต กาญจนารักษ์ (2533) และเมื่อพิจารณาความคลาดเคลื่อนจากการสุ่มซึ่งมีค่าเท่ากับ 0.09 ถือว่ามีความคลาดเคลื่อนจากการสุ่มน้อยมาก ทำให้ผลการสังเคราะห์มีความน่าเชื่อถือมาก เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์ลักษณะทั่วไป พบว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถลดปัญหาการปรับตัวของผู้รับคำปรึกษาได้โดยสามารถดำเนินการได้หลายรูปแบบ ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาสามารถเลือกใช้ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ได้

ผลการสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์ พบว่ากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีค่าเฉลี่ยของขนาดของผลเท่ากับ 2.19 ค่าความแปรปรวนของขนาดของผลเท่ากับ 8.12 แสดงว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถทำให้สมาชิกมีอัตมโนทัศน์ดีขึ้น ทั้งนี้เพราะ

การที่สมาชิกได้แสดงความคิดเห็นของตนและได้รับฟังความคิดเห็นต่างๆ ของสมาชิกคนอื่น ทำให้สามารถเข้าใจตนเองได้มากขึ้น และมีทัศนคติที่ดีขึ้นในที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับ วัชรีย์ ชูระคำ (2524) และ ลิขิต กาญจนารักษ์ (2533) ที่กล่าวว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มช่วยให้บุคคลได้สำรวจและประเมินตนเอง ทำให้เข้าใจตนเอง และสัมพันธ์ภาพระหว่างการรับคำปรึกษาจะทำให้ผู้รับบริการรู้สึกว่าคุณได้รับการยอมรับ ได้รับความไว้วางใจ ทำให้มีทัศนคติที่ดีขึ้น เมื่อพิจารณาความคลาดเคลื่อนจากการสุ่ม ซึ่งมีค่าเท่ากับ 0.38 แสดงว่ามีความคลาดเคลื่อนจากการสุ่มน้อย ทำให้ผลการสังเคราะห์มีความน่าเชื่อถือมาก และเมื่อพิจารณาการวิเคราะห์ลักษณะทั่วไปของงานวิจัย พบว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถช่วยเพิ่มทัศนคติของผู้รับคำปรึกษาได้ โดยดำเนินการในหลายรูปแบบ ทำให้ผู้ให้คำปรึกษาเลือกใช้รูปแบบและวิธีการดำเนินการให้คำปรึกษาได้หลากหลายวิธีทั้งนี้เพราะทุกวิธีสามารถช่วยเพิ่มทัศนคติของผู้รับบริการปรึกษาอย่างได้ผล

ผลการสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง พบว่ากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีค่าเฉลี่ยของขนาดของผลเท่ากับ 1.67 ความแปรปรวนของขนาดของผลเท่ากับ 0.12 แสดงว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเองให้แก่สมาชิกได้ เพราะได้แสดงความคิดเห็นและได้รับฟังความคิดเห็นจากคนอื่นๆ บรรยากาศที่อบอุ่นในการร่วมในกลุ่มทำให้สมาชิกมีความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มขึ้น สอดคล้องกับ Ohlsen (1983) ชูชัย สมิตธิโก (2527) และ ลิขิต กาญจนารักษ์ (2533) ที่กล่าวว่าบรรยากาศที่อบอุ่นในกลุ่ม การยอมรับ การไว้วางใจ ความเข้าใจ จะช่วยให้สมาชิกพัฒนาความรู้สึกกล้าและมีความมั่นใจในตนเองที่จะแสดงพฤติกรรมใหม่ๆ และเมื่อพิจารณาความคลาดเคลื่อนจากการสุ่ม ซึ่งมีค่าเท่ากับ 0.23 ซึ่งมีค่าน้อยมาก ทำให้ผลการสังเคราะห์มีความน่าเชื่อถือมาก และเมื่อพิจารณาการวิเคราะห์ลักษณะทั่วไป พบว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเองของผู้รับคำปรึกษาได้มากกว่าก่อนการทดลองและมากกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษา โดยดำเนินการได้ผลหลายรูปแบบ ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาสามารถเลือกใช้ให้เหมาะสมกับสภาพการณ์ต่างๆ

ผลการสังเคราะห์งานวิจัยเชิงคุณลักษณะเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อเอื้ออำนวย พบว่าได้ว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถช่วยผู้รับคำปรึกษาในเรื่องการยอมรับตนเอง การ

เห็นคุณค่าในตนเอง การสื่อสารและสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลได้ ทั้งนี้เพราะสมาชิกกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาได้มีโอกาสได้แสดงความคิดเห็นและรับฟังความคิดเห็นของคนอื่นในปัญหาที่สมาชิกทุกคนประสบอยู่เช่นเดียวกัน จะทำให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน และพยายามช่วยกันแก้ไขปัญหานั้น จนสมาชิกสามารถเกิดความเข้าใจในปัญหาและดำเนินการอย่างใดอย่างหนึ่งกับปัญหาของตนได้ สอดคล้องกับ Ohlsen (1983) ชูชัย สมิตภิไทร (2527) และ ลิขิต กาญจนารักษ์ (2533) ที่กล่าวว่าบรรยากาศที่อบอุ่นในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ทำให้สมาชิกรู้สึกว่าตนเองได้รับการยอมรับ สามารถพัฒนาตนเองและปรับตัวต่อกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวัน และดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

5.4.4 ผลการสังเคราะห์เกี่ยวกับผลของการให้คำปรึกษาเพื่อการป้องกัน

ผลการสังเคราะห์งานวิจัยเชิงคุณลักษณะเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อการป้องกัน พบว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถช่วยผู้รับคำปรึกษาในเรื่องความพร้อมทางอาชีพ การตระหนักรู้ในอาชีพ การตัดสินใจเลือกอาชีพ และคุณภาพทางอาชีพได้ โดยมีคะแนนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสามารถช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีทัศนคติต่อการประกอบอาชีพอิสระทางพลศึกษาดีกว่าก่อนให้คำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เพราะการที่ผู้รับคำปรึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ทำให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับข้อมูลต่างๆ ที่ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกคนอื่นๆ เสนอแนะได้แลกเปลี่ยนความรู้ซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจและสามารถวางแผนในการดำเนินการต่างๆ ได้ในที่สุด สอดคล้องกับวิลาวลัย จตุรธารง (2532) และลิขิต กาญจนารักษ์ (2533) ที่ว่าการที่ผู้รับคำปรึกษามีโอกาสสำรวจตนเอง ได้แสดงความรู้สึกอย่างเสรี ทำให้มีความเข้าใจและวางแผนในการดำเนินชีวิตของตนเองได้

5.4.5 ผลการสังเคราะห์เกี่ยวกับผลของการให้คำปรึกษาเพื่อพัฒนาการ

ผลการสังเคราะห์งานวิจัยเชิงคุณลักษณะเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อพัฒนาการ พบว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถช่วยผู้รับคำปรึกษาให้บรรลุพัฒนาการส่วนตนในด้านดีงาม เกี่ยวกับการดูแลตนเองในผู้ป่วยมะเร็ง ความรับผิดชอบ ความรับผิดชอบด้านการเรียน ทัศนคติต่อการพยาบาลผู้ป่วยโรคเอดส์ ทัศนคติต่อการทะเลาะวิวาท พฤติกรรมก่อนงานขึ้นเรียน พฤติกรรมไม่เหมาะสมกับเพศชาย ความโกรธ บุคลิกภาพด้านคุณธรรมพรหมวิหารสี่ แรงจูงใจ

ไฟล์สัมฤทธิ์ พฤติกรรมการเรียน พฤติกรรมหนีเรียน พฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก พฤติกรรม การสับสนหวั่น ความเจริญส่วนบุคคล พฤติกรรมก้าวร้าว และนิสัยและทัศนคติทางการเรียนได้ โดยมีคะแนนหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดีกว่าก่อนการทดลอง และดีกว่ากลุ่มควบคุมซึ่งไม่ได้รับ คำปรึกษาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถช่วยผู้รับคำ ปรึกษาในเรื่องการพึ่งตนเอง พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความมี วินัยในตนเองได้ โดยมีคะแนนดีกว่าก่อนได้รับคำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เพราะ การที่สมาชิกกลุ่มได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ทำให้สมาชิกมีโอกาสใน การแสดงออก แสดงความคิดเห็นของตน ได้ทราบว่าคนอื่นก็มีปัญหาเช่นเดียวกับตนทราบว่ามีคน ที่เข้าใจ ได้รับทราบข้อมูลที่ถูกต้อง ทำให้มีกำลังใจจนสามารถพัฒนาตนเองได้ ซึ่งสอดคล้อง กับ Ohlsen (1983) ชูชัย สมิตธิโกร (2527) วัชร ทรัพย์มี (2533) และลิขิต กาญจนารักษ์ (2533) ที่กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะทำให้สมาชิกเกิดพัฒนาการทางด้าน ต่างๆ จากการได้แสดงความรู้สึกนึกคิด การได้รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น การอยู่ในกลุ่มซึ่ง สมาชิกมีความเข้าใจ สอดรับ และให้กำลังใจซึ่งกันและกัน

5.4.6 ผลการเปรียบเทียบการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและรายบุคคลโดยวิธีนับคะแนนเสียง

ผลการสังเคราะห์แบบนับคะแนนเสียงเปรียบเทียบการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้คำ ปรึกษาแบบรายบุคคล พบว่าผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและแบบรายบุคคลไม่มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล สามารถช่วยผู้รับคำปรึกษาได้เช่นเดียวกัน ฉะนั้นผู้ให้คำปรึกษาจึงสามารถนำการให้คำปรึกษา ทั้งสองแบบไปใช้ได้ตามสถานการณ์ที่เหมาะสม เช่น เมื่อผู้รับคำปรึกษามีจำนวนมากก็ควรใช้ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หรือปัญหาบางอย่างผู้รับการปรึกษาอาจต้องการรับฟังความคิดเห็นที่ หลากหลายจากผู้อื่น ก็ควรใช้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นต้น และจากผลการเปรียบเทียบ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและรายบุคคลในเรื่องเกี่ยวกับการเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเองของสมาชิก พบว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถดำเนินการได้ผลดีกว่าการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล ซึ่ง อาจเป็นเพราะการที่สมาชิกได้แสดงความรู้สึก ความคิดเห็นในกลุ่ม และบรรยากาศที่อบอุ่นใน กลุ่ม ทำให้สมาชิกมีความมั่นใจในการแสดงพฤติกรรมของตนเองมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับวัชร ทรัพย์มี (2533) และลิขิต กาญจนารักษ์ (2533) ที่กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะทำให้ สมาชิกเกิดพัฒนาการทางด้านต่างๆ จากการได้แสดงความรู้สึกนึกคิด การได้รับฟังความคิดเห็น

ของผู้อื่น การอยู่ในกลุ่มซึ่งสมาชิกมีความเข้าใจ ซอมรับ และให้กำลังใจซึ่งกันและกัน จะทำให้สมาชิกพัฒนาทักษะทางสังคมใหม่ๆ พัฒนาความรู้สึกล้ำแสดงออกและความมั่นใจในตนเองที่จะแสดงพฤติกรรมใหม่ๆ

จากผลการวิจัยที่กล่าวข้างต้นจะเห็นได้ว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นวิธีการหนึ่งซึ่งสามารถให้ความช่วยเหลือบุคคลต่างๆ ที่มีปัญหาได้อย่างได้ผล โดยการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถดำเนินการให้คำปรึกษาได้ในหลายรูปแบบ เช่น แบบนำทาง ไม่นำทาง แบบผสมผสาน และสามารถดำเนินการได้หลายลักษณะ เช่น ดำเนินการด้วยความถี่ 1, 2, 3 ครั้งต่อสัปดาห์ จำนวนครั้งในการดำเนินการ 8, 9, 10 ครั้ง เป็นต้น ทำให้ผู้ให้คำปรึกษาสามารถเลือกใช้ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ โอกาสและข้อจำกัดต่างๆ ของผู้รับคำปรึกษาดังนั้นจึงควรสนับสนุนให้มีการนำเทคนิควิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไปใช้แก้ปัญหาต่างๆ ให้มากยิ่งขึ้น เพื่อลดปัญหาต่างๆ ที่กำลังเกิดขึ้นในสังคม และเพื่อเป็นการพัฒนาทรัพยากรบุคคล ซึ่งเป็นกำลังในการพัฒนาประเทศชาติได้ต่อไป

5.5 ข้อเสนอแนะทั่วไป

5.5.1 จากการสังเคราะห์งานวิจัย พบว่าการให้คำปรึกษาปัญหาแบบกลุ่มสามารถช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถเข้าใจตนเองและสามารถแก้ไขปัญหาต่างๆ ของตนเองได้ดีขึ้น โดยเฉพาะปัญหาเกี่ยวกับการลดความวิตกกังวล การปรับตัว การเพิ่มอัตมโนทัศน์ และความเชื่อมั่นในตนเอง ดังนั้นจึงสมควรที่จะเผยแพร่เทคนิคและวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มให้มีการใช้อย่างแพร่หลาย เพื่อป้องกันและบรรเทาปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นของสังคมในปัจจุบัน

5.5.2 จากการสังเคราะห์งานวิจัย พบว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและแบบรายบุคคลให้ผลไม่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มซึ่งสามารถดำเนินการได้ครั้งละมากกว่าหนึ่งคน จะทำให้ช่วยผู้ที่มีปัญหาได้จำนวนมาก แต่ทั้งนี้ผู้ให้คำปรึกษาควรได้รับการฝึกทักษะและเทคนิควิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เพื่อให้การดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ และจากการเปรียบเทียบการให้คำปรึกษาในเรื่องความเชื่อมั่นในตนเองของผู้รับคำปรึกษา พบว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถดำเนินการได้ผลว่าการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล ซึ่งทำให้ผู้ให้คำปรึกษาสามารถตัดสินใจในการเลือกใช้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในการเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเองของผู้รับคำปรึกษาได้อย่างมั่นใจยิ่งขึ้น

5.6 ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการวิจัย

5.6.1 ควรสนับสนุนให้มีการวิจัยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มให้มากขึ้น โดยดำเนินการในตัวแปรที่หลากหลาย เช่น ภาวะทางอาชีพ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พฤติกรรมการเรียน วินัยในตนเอง เป็นต้น เพื่อความมั่นใจในการนำผลการวิจัยไปใช้อย่างมั่นใจยิ่งขึ้น

5.6.2 ในการรายงานผลการวิจัย ควรรายงานผลข้อมูลต่างๆ อย่างละเอียดครบถ้วน เช่น ข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะของประชากรและกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือและคุณภาพของเครื่องมือในการวิจัย วิธีการดำเนินการวิจัย สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล เป็นต้น เพื่อประโยชน์ในการศึกษาและนำผลการวิจัยไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อไป

5.6.3 ควรมีการสนับสนุนให้มีการสังเคราะห์เนื้อหาความรู้ในประเด็นต่างๆ อย่างหลากหลาย เช่น สังเคราะห์เกี่ยวกับภาวะทางอาชีพ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พฤติกรรมการเรียน เป็นต้น เพื่อความมั่นใจในการนำผลการสังเคราะห์ไปใช้ในการพัฒนาบุคคลในด้านต่างๆ