

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคลที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคต และการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในจังหวัดเชียงใหม่ เป็นการวิจัยในเชิงทดลอง ซึ่งครอบคลุมเนื้อหาสาระสำคัญ ดังนี้

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลการใช้โปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคลต่อลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวของนักเรียน
2. เปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม
3. เปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวของนักเรียนภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม
4. เปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวของนักเรียนในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผล

สมมติฐานการวิจัย

1. นักเรียนชายภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมมีลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวสูงกว่า ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม
2. นักเรียนชายภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมมีลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวสูงกว่า นักเรียนชายที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม
3. นักเรียนชายภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมมีลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวในระยะติดตามผล สูงกว่าในระยะหลังการทดลอง
4. นักเรียนชายภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมมีลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวในระยะติดตามผล สูงกว่ากลุ่มควบคุม

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชายที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงในการติดยาเสพติด ตามความเห็นของอาจารย์หัวหน้าโครงการโรงเรียนสีขาว โรงเรียนหอพระ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ และเป็นบุคคลที่ไม่มีปัญหาทางการสื่อสาร รวมทั้งพร้อมและยินดีเข้าร่วมในการวิจัย จำนวน 24 คน จากนั้นทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง เพื่อเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 12 คน ด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. โปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคล
2. แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคต
3. แบบวัดการปรับตัว

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. สร้างโปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคล ซึ่งการสร้างโปรแกรมมีแนวคิดมาจากเอกสารอ้างอิงและการค้นคว้าวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัว รวมถึงลักษณะของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนกลุ่มเสี่ยง กิจกรรมในโปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคลนี้ได้รับการแนะนำปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างจากผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้เกี่ยวกับลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัว แล้วนำไปทดลองใช้เพื่อหาข้อบกพร่องและนำมาปรับปรุงอีกครั้ง

2. สร้างแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคต โดยสร้างข้อคำถามให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ และเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างของการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 20 ข้อหาค่าความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม โดยนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาว่าข้อความในแบบสอบถามที่สร้างขึ้นสามารถวัดได้ตรงตามลักษณะต่าง ๆ ตามนิยามศัพท์เฉพาะของการวิจัยครั้งนี้หรือไม่ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสม นำไปคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นได้เท่ากับ 0.74

3. ดัดแปลงแบบวัดการปรับตัว โดยนำมาจากแบบสำรวจการปรับตัวของ อรพินทร์ ชูชม และอัจฉรา สุขารมณ์ (2532) ที่ได้ดัดแปลงจากแบบสำรวจการปรับตัว (Personal

Adjustment Inventory) ของ Heston (1949) และแบบทดสอบวัดบุคลิกภาพด้านการปรับตัว (The California Test of Personality : Intermediate Form) ของ Thorpe (1955) และผู้วิจัยนำไปทดสอบหาค่าความเชื่อมั่นได้เท่ากับ 0.90

4. ดำเนินการทดลองตามขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยรวบรวมรายชื่อของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง จากนั้นทำการทดสอบคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวกับนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง (Pretest) แล้วจึงสุ่มอย่างง่าย เพื่อเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 12 คน

2. ขั้นตอนการทดลอง

จัดให้กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคล สัปดาห์ละ 5 วัน วันละ 1 ชั่วโมง เป็นระยะเวลาติดต่อกัน 12 ครั้ง ตั้งแต่วันที่ 1 พฤศจิกายน พ.ศ. 2544 ถึงวันที่ 16 พฤศจิกายน พ.ศ. 2544 ในช่วงเวลา 7.30 – 8.30 น.

สำหรับกลุ่มควบคุมให้มีการเรียนการสอนตามปกติ

3. ขั้นสิ้นสุดการทดลอง

หลังจากสิ้นสุดการจัดให้กลุ่มทดลองได้รับการสอนโปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคล แล้วทำการทดสอบคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตและคะแนนการปรับตัวของนักเรียนที่เข้าร่วมการวิจัยทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จากนั้นประมาณ 30 วัน หลังการทดลอง จึงทำการทดสอบคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวอีกครั้ง

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลได้ใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) วิธีการทางสถิติที่ใช้มีดังต่อไปนี้

1. ใช้สถิติ t – test (Dependent) ในการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 และ 3
2. ใช้สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (ANCOVA) ในการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 และ 4

สรุปผลการวิจัย

1. นักเรียนชายภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคลมีลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นักเรียนชายภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมมีลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวสูงกว่านักเรียนชายที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. นักเรียนชายภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมมีลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะหลังการทดลองอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
4. นักเรียนชายภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมมีลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผล

จากการศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคลที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในจังหวัดเชียงใหม่ มีทั้งส่วนที่เป็นไปตามสมมติฐาน และไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ดังนี้

สมมติฐานที่ 1 นักเรียนชายภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมมีลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ และสอดคล้องกับงานวิจัยของมนทกานต์ ทรัพย์แก้ว (2543) ที่พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมโครงการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตนั้น มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงขึ้น กนกวรรณ อุ่นใจ (2535) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการใช้เทคนิคพยากรณ์ที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตกับการใช้ข้อสนเทศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสามร้อยยอดวิทยาคม จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ผลพบว่า นักเรียนที่ได้รับการพัฒนาโดยใช้เทคนิคพยากรณ์มีลักษณะมุ่งอนาคตเพิ่มขึ้นมากกว่านักเรียนที่ได้รับข้อสนเทศ ลัดดา ทวี (2540) ศึกษาผลของการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต ทักษะคิด และพฤติกรรมการรักษาความสะอาดร่างกายในนักเรียนชาวเขา ระดับประถมศึกษา พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกเพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต นักเรียนที่ได้รับการฝึกเพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตควบคู่กับการอภิปราย และนักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึก มีพฤติกรรมการรักษาความสะอาดร่างกายและลักษณะมุ่งอนาคตแตกต่างกัน จากผลการวิจัยในครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคลนี้เป็นวิธีการหนึ่งที่ช่วยให้ลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวสูงขึ้น ซึ่งหากดูในรายละเอียดของกิจกรรมเห็นได้ว่า โปรแกรมนี้ช่วย

เสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม การสร้างความเห็นคุณค่าในตัวเอง รู้จักและเห็นความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย การตระหนักถึงความสำคัญและแนวทางการพัฒนาเป็นผู้มีลักษณะมุ่งอนาคต การรู้จักควบคุมตนเองเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนด มีการตัดสินใจได้อย่างเหมาะสม ทำให้ผู้เรียนสามารถพิจารณาแนวทางต่าง ๆ ของแต่ละคน ซึ่งล้วนมีอิทธิพลต่อการกระทำที่แนวทางเหล่านั้นก้าวไปสู่อนาคตได้ ผู้เรียนได้รับความเข้าใจว่าอนาคตมีปรากฏอยู่ในปัจจุบัน สิ่งที่กำลังทำอยู่ในวันนี้มีอิทธิพลต่อการสร้างอนาคตในวันพรุ่งนี้ มีการเรียนรู้ถึงความพยายามเพื่อไปถึงยังจุดหมาย และให้ได้ลองแสดงบทบาทความเป็นผู้มีลักษณะมุ่งอนาคตจากการเขียนบทละครด้วยตัวเอง ซึ่งเป็นการฝึกให้นักเรียนมีการวางแผนร่วมกัน อีกทั้งได้มีโอกาสทดลองลงมือกระทำจริงในการเป็นผู้มีลักษณะมุ่งอนาคต และจากการสังเกตยังพบว่านักเรียนมีความสนใจในการฟัง ในการร่วมกันอภิปรายมีการถามและตอบคำถามมากขึ้น เนื่องมาจากผู้วิจัยคอยกระตุ้นและให้กำลังใจอยู่ตลอดเวลา

นอกจากนั้นการเข้าร่วมโปรแกรมครั้งนี้ ทำให้นักเรียนได้ทำความรู้จักกับเพื่อนกลุ่มใหม่ หรือห้องใหม่เพิ่มขึ้น ทั้งบรรยากาศขณะเข้าร่วมมีการรับฟัง การยอมรับซึ่งกันและกันในกลุ่ม ฝึกการทำงานและการอยู่ร่วมกัน ทำให้เด็กเกิดความเชื่อมั่นและกล้าแสดงออก สอดคล้องกับคำกล่าวของ Gronlund (1959 อ้างใน กรรณิการ์ ภูประเสริฐ, 2538) ที่ว่า เด็กที่อยู่ร่วมกับเพื่อนได้จะทำให้เขารู้สึกอบอุ่น มั่นใจในตนเอง มีแนวโน้มสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นอย่างมีความสุขเพิ่มขึ้น และมีทัศนคติที่ดีต่อคนอื่น ขณะเดียวกันก็จะพัฒนาไปสู่วัยผู้ใหญ่ที่สุขภาพจิตดี ไม่มีปัญหาพฤติกรรมต่อไป นอกจากนี้เด็กวัยรุ่นที่ชอบคบเพื่อนฝูง ชอบสังคม และมีความผูกพันกับบุคคลทั่วไป มักปรากฏว่าเป็นผู้ที่สามารถปรับตัวได้ดีกว่าเด็กที่วางตัวห่างเหินจากเพื่อน หรือไม่มีการคบเพื่อนเลย เช่นเดียวกับที่ Bandura (1977 อ้างใน นงนุช โรจนเลิศ, 2533) เชื่อว่า พฤติกรรมของบุคคลเป็นผลมาจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ความเข้าใจ พฤติกรรม และสิ่งแวดล้อมภายนอก ไม่ได้เกิดจากองค์ประกอบอย่างใดอย่างหนึ่งเพียงอย่างเดียว พฤติกรรมเกิดขึ้นเนื่องจากบุคคลได้ตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมภายหลังที่ได้ประเมินถึงผลที่ได้รับจากการตอบสนองนั้น และส่วนหนึ่งของการประเมินตนเองเป็นผลมาจากการที่บุคคลกระทำพฤติกรรมแล้วได้รับปฏิกิริยาจากผู้อื่น เช่น พ่อแม่ ผู้ใหญ่ และกลุ่มเพื่อน ทำให้นักเรียนรู้ที่จะควบคุมพฤติกรรมของตนเองด้วยการตั้งมาตรฐานการประพฤติ ปฏิบัติ ซึ่งมาตรฐานต่าง ๆ นี้เด็กได้รับรู้และปรุงแต่งข้อมูลจากสังคมและจากปฏิกิริยาทางสังคมที่ประเมินพฤติกรรมของบุคคลในสังคมนั้น ๆ ดังนั้นการรับรู้ของนักเรียนวัยรุ่นในด้านการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นเป็นสิ่งที่จำเป็น

และมีอิทธิพลต่อการเรียนรู้กฎเกณฑ์ เงื่อนไข และมาตรฐานทางสังคม เพื่อดำรงตนอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข สามารถปรับตัวและมีบทบาทที่ถูกต้องเหมาะสมตามความคาดหวังของสังคม

สมมติฐานที่ 2 นักเรียนชายภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมมีลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวสูงกว่านักเรียนชายที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อได้ควบคุมอิทธิพลของตัวแปรร่วมซึ่งก็คือ คะแนนลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวก่อนการทดลอง ทั้งนี้หมายความว่า เมื่อไม่ได้นำเอาคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวก่อนการทดลองมาร่วมพิจารณาแล้ว คะแนนลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้และสอดคล้องกับสมมติฐานที่ 1 ทั้งนี้เป็นเพราะนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคล มีโอกาสรับการฝึกเป็นผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและมีการปรับตัวที่ดี ได้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ความคิดเห็นกับเพื่อนในกลุ่ม รู้จักและมีโอกาสตั้งเป้าหมายด้วยตนเอง เพื่อเริ่มต้นเป็นผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคต ดังที่ สรุศักดิ์ หลาบมาลา (2527) กล่าวว่า การสอนเด็กเพื่อให้นำความรู้ไปใช้ในอนาคต ต้องเริ่มด้วยการคาดการณ์ว่า ในอนาคตจะมีอะไรที่สำคัญและแตกต่างไปจากปัจจุบันอย่างไรบ้าง เด็กควรมีโอกาสในการวางแผนการเรียนรู้ในอนาคตของตนเอง และพัฒนาการคิดวิเคราะห์ให้มากขึ้น การมองเห็นความสัมพันธ์ระหว่างอดีต ปัจจุบัน และอนาคตจะช่วยให้การวางแผนเป็นไปอย่างรอบคอบ สมเหตุสมผล ส่วนกลุ่มควบคุมนั้นไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมและให้เรียนตามปกติ ผลที่ได้สอดคล้องกับงานวิจัยของมาลี วิทยารัตน์ (2540) ได้ทำการทดลองผลของการฝึกการมุ่งอนาคตแก่เด็กในสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี ผลการวิจัยพบว่า เด็กกลุ่มที่ได้รับการฝึกมุ่งอนาคตมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึก และในการศึกษาของ จักรวาล ภูวนันท์ (2537) ถึงผลของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนสถานสงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถี กรุงเทพมหานคร พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ รัตนา ประเสริฐสม (2526) ได้ทำการศึกษาการเสริมสร้างจิตลักษณะเพื่อพัฒนาพฤติกรรมอนามัยของนักเรียนประถมศึกษา โดยใช้วิธีการฝึกรับรู้ผลของความพยายามและฝึกการอดได้รอได้ พบว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกให้อดได้รอได้มีคะแนนการแสดงพฤติกรรมอนามัยที่เหมาะสมสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึก

สมมติฐานที่ 3 นักเรียนชายภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมมีลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวในระยะติดตามผลลดลงกว่าระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคลแล้ว ไม่ได้รับการ

ฝึกอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นวัยรุ่นนี้มีความสนใจอยากรู้อยากลองในเรื่องต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ให้ความสนใจกับกลุ่มเพื่อนมากกว่าอย่างอื่น กระทำตนและเลียนแบบพฤติกรรมที่กลุ่มเพื่อนนิยม เพราะการได้เป็นสมาชิกของกลุ่มเพื่อนที่มีอายุรุ่นเดียวกันเป็นสัญลักษณ์ของการยอมรับของเพื่อน การเรียนรู้จึงเกิดขึ้นระหว่างการคบหาสมาคมในกลุ่มที่มีความใกล้ชิดสนิทสนม ถ้าหากวัยรุ่นมีโอกาสเข้าไปอยู่ในกลุ่มเพื่อนที่มีความประพฤติดี เพื่อนในกลุ่มก็จะชักจูงไปในทางที่ดี แต่ถ้าเข้าไปอยู่ในกลุ่มเพื่อนที่มีความประพฤติไม่ดี ก็มีโอกาที่จะถูกชักจูงไปในทางที่ไม่ดีได้มากกว่า (Sutherland & Cressey, 1966 อ้างใน อรรถยุภาณี เชื้อไทย, 2541; สุรางค์ โค้วตระกูล, 2541) สอดคล้องกับที่ Nurmi (1991 อ้างใน พรทิพย์ เจนจริยานนท์, 2542) กล่าวว่ากลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อความคิดของเด็กในเรื่องการวางแผนสำหรับอนาคตด้วย นอกจากนั้นการไม่ได้รับการฝึกและปฏิบัติทักษะอย่างสม่ำเสมอก็อาจทำให้การเรียนรู้ใหม่นั้นลดลงได้ เช่นเดียวกับการศึกษาของอรรถยุภาณี เชื้อไทย (2541) ซึ่งศึกษาผลของการใช้ทักษะชีวิตในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการป้องกันการติดยาสูบของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ พบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีพฤติกรรมเสี่ยงจะมีคะแนนเฉลี่ยของทักษะการปฏิเสธต่อรองหลังการทดลอง 4 สัปดาห์กับก่อนการทดลอง หลังการทดลอง 4 สัปดาห์กับหลังการทดลอง 2 สัปดาห์ และหลังการทดลอง 2 สัปดาห์กับก่อนการทดลองไม่แตกต่างกัน

สมมติฐานที่ 4 นักเรียนชายภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมมีลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวในระยะติดตามผลไม่แตกต่างกันกับกลุ่มควบคุม สอดคล้องกับสมมติฐานที่ 3 นอกจากนั้นยังเป็นเพราะว่ากลุ่มทดลองนั้นหลังจากที่ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ก็เกิดความกระตือรือร้นที่จะเรียนรู้ แต่เมื่อเวลาผ่านไปจึงทำให้ความตื่นเต้นลดลงรวมทั้งไม่ได้รับการฝึกอย่างต่อเนื่อง ทำให้มีคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวลดลง ผลที่ได้จึงไม่แตกต่างกับกลุ่มควบคุม ดังที่ De Cecco (1968 อ้างใน กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ, 2528) กล่าวว่าในการสอนทักษะนั้นควรมีการปรับปรุงแก้ไขตลอดเวลาที่ฝึก เพื่อให้เกิดความคล่องแคล่วและเหมาะสมกับสภาพของผู้เรียนแต่ละคน ดังนั้น การฝึกให้เด็กเกิดทักษะใด ๆ ควรมีการจัดกระทำอย่างจริงจังและต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดผลที่คงอยู่อย่างมีประสิทธิภาพ

จากสมมติฐานทั้ง 4 ข้อ สรุปผลการวิจัยได้ว่า นักเรียนชายภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคลมีลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง กล่าวได้ว่าโปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคลสามารถช่วยส่งเสริมให้นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวสูงขึ้นได้ ดังที่ Mischel and other (1966; 1974 อ้างใน ดวงเดือน พันธุมนาวิน และ เพ็ญแข ประจันปัจฉนิก, 2520) พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตนี้มีความสัมพันธ์กับลักษณะอื่น ๆ

ของบุคคลอีกมาก เช่น ความรับผิดชอบทางสังคม การมุ่งสัมฤทธิ์ผล การปรับตัว ความฉลาด
 สถานะทางสังคม วัฒนธรรมและครอบครัว เนื่องจากเมื่อบุคคลได้มีการคิดถึงเรื่องที่จะเกิดขึ้น
 ในอนาคต มีการตั้งเป้าหมายและวางแผนเพื่อให้ไปถึงยังเป้าหมายนั้น บุคคลจะหาวิธีการปฏิบัติ
 ตนให้สอดคล้องกับเป้าหมายโดยการรู้จักควบคุมความต้องการของตนเองให้อดได้รอได้เพื่อผล
 ที่ดีกว่าในอนาคต และเมื่อพบกับอุปสรรคการเรียนรู้เรื่องความเพียรพยายามทำให้บุคคลนั้น
 แสวงหาวิธีการใหม่ ๆ มาปรับใช้ให้เหมาะสมกับตนเอง ดังที่ เชียร์สรี วิวิธสิริ (2534) ได้กล่าวว่า
 เมื่อบุคคลเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ จะมีการเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหาเหล่านั้นเพื่อให้ได้รับสถานะ
 ที่พึงพอใจ วิธีการแก้ปัญหาต่าง ๆ นี้ นับเป็นเรื่องของการปรับตัวทั้งสิ้น สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นลักษณะ
 ของผู้ที่มีมุงอนาคตและแสดงให้เห็นถึงการปรับตัวที่ดี สอดคล้องกับที่ Haber & Runyon (1984)
 ได้กล่าวว่า การปรับตัวอย่างมีประสิทธิภาพนั้นวัดได้จากว่าบุคคลมีการจัดการกับสถานการณ์ที่
 เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดได้ดีเพียงใด และหลักที่สำคัญที่สุดของการปรับตัวที่มีประสิทธิภาพคือ
 การตั้งเป้าหมายที่เป็นจริงได้และความพยายามที่จะไปให้ถึงเป้าหมายนั้น และจากการศึกษา
 ของ Klineberg (1967 อ้างใน มนทกานต์ ทรัพย์แก้ว, 2543) ได้ศึกษาลักษณะมุงอนาคตในเด็ก
 ชาวฝรั่งเศส 90 คน ซึ่งแบ่งเป็นเด็กปกติและเด็กปรับตัวได้ไม่ดี กลุ่มอายุ 10.5 – 12.5 ปี กับ
 กลุ่มอายุ 13.5 – 16.5 ปี รวม 4 กลุ่ม โดยใช้แบบสัมภาษณ์รายบุคคล พบว่า ระดับการมุงอนาคต
 เพิ่มขึ้นจากวัยเด็กถึงวัยรุ่นในเด็กปกติ แต่ลดลงในเด็กที่ปรับตัวได้ไม่ดี และเด็กที่ปรับตัวได้ไม่ดี
 มีการมุงอนาคตได้ไม่กว้างไกลเท่าเด็กปกติ ผลการศึกษานี้แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่าง
 ลักษณะมุงอนาคตและการปรับตัว

แต่อย่างไรก็ตามลักษณะมุงอนาคตและการปรับตัวที่เพิ่มขึ้นนี้ พบว่าผลที่ได้ไม่คงอยู่
 นานหลังจากที่ระยะเวลาผ่านไป 30 วัน มีลักษณะมุงอนาคตและการปรับตัวลดลง อาจ
 เนื่องจากจำนวนและระยะเวลาในการฝึก ซึ่งการฝึกครั้งนี้ใช้เวลาประมาณ 2 อาทิตย์ จำนวน
 12 ครั้ง อาจยังไม่เพียงพอต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ถาวรของบุคคลได้ ดังที่ ชูชัย สมितिไกร
 (2540) กล่าวว่า การฝึกอบรมที่ต้องการให้ผู้รับการอบรมมีการเปลี่ยนแปลงทักษะหรือทัศนคติ
 จะใช้ระยะเวลายาวนานกว่าการฝึกอบรมที่ต้องการให้เกิดความรู้ความเข้าใจ นอกจากนั้นแล้ว
 ในระหว่างการทดลองการที่บางครั้งจำนวนสมาชิกที่เข้าร่วมไม่ครบอย่างสม่ำเสมอก็อาจส่งผล
 กระทบกับความตั้งใจและความสนใจของสมาชิกที่เหลืออยู่ หรือสมาชิกที่เข้าร่วมโปรแกรมทุกครั้ง
 การเรียนรู้จึงเกิดขึ้นได้ไม่เต็มที่ นอกจากนั้นเมื่อพิจารณาข้อคำถามของแบบวัดการปรับตัวแล้ว
 พบว่า มีข้อความที่จะทำให้เกิดตัวแปรแทรกซ้อนต่อการปรับตัวได้ เช่น ความสัมพันธ์ในครอบครัว

ความมั่นคงทางอารมณ์ เป็นต้น เหล่านี้อาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้คะแนนลักษณะมุ่งอนาคต และการปรับตัวลดลงได้ในระยะติดตามผลหลังการทดลอง

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. จากผลการศึกษาพบว่า การใช้โปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคลสามารถพัฒนา ลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวได้ แต่เมื่อเวลาผ่านไป 30 วัน ลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวมีแนวโน้มลดลง จึงควรมีการจัดโปรแกรมพัฒนาทักษะเหล่านี้อย่างต่อเนื่อง และเพิ่มระยะเวลาให้มากขึ้น
2. จำนวนกลุ่มตัวอย่าง การวิจัยครั้งนี้มีกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมการทดลอง 6 คน เนื่องจากบางครั้งนักเรียนมีกิจกรรมเสริม เช่น การเข้าค่าย หรือขาดโรงเรียน มาโรงเรียนสาย ทำให้มาร่วมกิจกรรมได้ไม่ครบทุกครั้งจึงไม่ได้นับเข้าเป็นสมาชิก ดังนั้น ก่อนที่จะเริ่มทำกิจกรรมในแต่ละชั่วโมงผู้สอนจึงควรทบทวนบทเรียนโดยสรุปให้แก่สมาชิก

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาหรือพัฒนาผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคลนี้เพื่อเพิ่มตัวแปรจิตลักษณะอื่น ๆ เช่น การเห็นคุณค่าในตัวเอง ความหวัง เป็นต้น
2. ควรทดลองใช้โปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคลกับกลุ่มอื่น ๆ เช่น กลุ่มนักเรียนที่เป็นเพศหญิง เยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็ก เยาวชนในสถานสงเคราะห์ที่อยู่ในกลุ่มวัยรุ่น เพื่อเปรียบเทียบว่าจะได้ผลเหมือนหรือต่างกันอย่างไร และเป็นการขยายผลการวิจัยไปสู่กลุ่มตัวอย่างที่แตกต่างกัน
3. ควรทดลองใช้กิจกรรมประเภทอื่น ๆ เช่น การให้คำปรึกษา กิจกรรมกลุ่ม เกมต่าง ๆ เพื่อเปรียบเทียบผลว่าเหมือนหรือแตกต่างกันอย่างไร และวิธีการใดเป็นวิธีการที่ดีที่สุดในการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัว
4. กิจกรรมเสริมที่ส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้ เช่น การเข้าค่าย หรือการขาดโรงเรียน เหล่านี้ มีอิทธิพลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิกทำให้เกิดการเรียนรู้ได้อย่างไม่เต็มที่ เพื่อแก้ไขข้อจำกัดในเรื่องนี้ จึงอาจจัดให้มีโปรแกรมในช่วงวันหยุดหรือปิดเทอม