

ผลการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อการกำหนดตนเองของ
นิสิตปริญญาโท ระหว่างการทำวิทยานิพนธ์
*The Effects Of Existential Group Counseling For Students To
Develop The Self Determination
On The Master Thesis*

นฤมล เนตรวิเชียร*
naruemol@buu.ac.th
วรากร ทรัพย์วิระปกรณ**
Warakorn13@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการกำหนดตนเองของนิสิตปริญญาโท ที่อยู่ระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ โดยเปรียบเทียบผลการปรึกษาระหว่างระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นนิสิตปริญญาโท จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน โดยแบ่งระยะการเก็บข้อมูลแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยการกำหนดตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยการกำหนดตนเองในระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่า ระยะก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : การกำหนดตนเอง/ การปรึกษากลุ่ม/ ทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม

Abstract

The purposes of this research were to study the self determination of master degree students on their master thesis and to compare the results of the consultation period; pre-trial, post-trial and follow up. The sample used in this research were 16 master degree students who were working on their thesis for academic year 2553. They had self-determination score of from high to low. They were randomly assigned into two groups of eight; experimental group

*นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
**ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา กรรมการร่วมปรึกษาวิทยานิพนธ์

and controlled group. The research tools were self-determination scale and counseling program based on existentialism. The experimental group received 60-to-90-minute counseling twice a week for 6 consecutive weeks (12 times in total) while the controlled group did not. The data collection was divided into three phrases; pre-trial, post-trial and follow up. The data were analyzed with repeated measures of variance; one variable between groups and one variable within group. When the difference was detected, it was tested with Bonferroni procedures.

The research result shown that the self determination of the master degree students who received counseling based on existentialism was higher than the control group in post-trial and follow up period at .05 significance level. Moreover, the self determination of the students who received the counseling in post-trial and follow up period was higher than the pre-trial period at .05 significant level.

Keywords : Self determination/ Group Counseling/ Existential Theory.

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การศึกษาเป็นกระบวนการสำคัญในการพัฒนาคนให้มีคุณภาพและเป็นปัจจัยที่จะช่วยส่งเสริมการพัฒนาประเทศให้มีความก้าวหน้า โดยเฉพาะการศึกษาในระดับสูงกว่าปริญญาตรี คือการศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา การศึกษาในระดับบัณฑิตศึกษามุ่งให้ผู้เรียนมีความสามารถในการสร้างองค์ความรู้ได้ด้วยตนเองและนำเสนอกระบวนการเรียนรู้ในรูปแบบของการทำวิจัยหรือวิทยานิพนธ์ ดังนั้นความสำเร็จของการจัดการศึกษาในระดับนั้นนอกจากจะวัดจากความรู้ความสามารถของมหาบัณฑิตแล้ว ยังวัดจากคุณภาพวิทยานิพนธ์ ของมหาบัณฑิตอีกด้วย เพราะงานวิจัยเหล่านี้ นับเป็นจุดเริ่มต้นอันสำคัญในการสร้างนักวิจัยของประเทศ และสามารถนำไปใช้เป็นเอกสารอ้างอิงได้อย่างกว้างขวาง ดังนั้น นิสิต นักศึกษาจึงต้องมีความรู้ในการประเมินปัญหาที่จะทำวิจัย ต้องมีระบบที่ดีในการคิด การทำงาน มีความรู้ ความสามารถ จะช่วยให้วิทยานิพนธ์ มีคุณภาพ ส่งผลให้สำเร็จตามระยะเวลาของหลักสูตรกำหนดไว้ด้วย อย่างไรก็ตาม ในปัจจุบันบางสาขาวิชา ในหลายมหาวิทยาลัยกำลัง

ประสบปัญหาการทำวิทยานิพนธ์โดยนิสิตไม่สามารถทำวิทยานิพนธ์ได้สำเร็จ ตามระยะเวลาที่มหาวิทยาลัยกำหนด ซึ่งการที่นักศึกษาใช้ระยะเวลาในการศึกษาเกินกว่าระยะเวลาที่หลักสูตรกำหนดก่อให้เกิดผลกระทบหลายประการ อาทิ เช่น สาขาวิชาไม่สามารถรับนักศึกษาได้ตามแผน เนื่องจากมีนักศึกษาที่ยังไม่สำเร็จการศึกษา ขาดแคลนอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพราะอาจารย์มีภาระต้องดูแลนักศึกษาที่ยังไม่สำเร็จการศึกษา เกิดการสูญเสียทางการศึกษาทั้งในส่วนตัวและสังคมส่วนรวม และยังมีผล ต่อคุณภาพวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาอีกด้วย กล่าวคือ นักศึกษาบางคน เลิกหรือยุติ การทำวิทยานิพนธ์ไป แต่เมื่อจะหมดระยะเวลาการศึกษาก็มาขอขยายเวลา เพื่อจะทำวิทยานิพนธ์ต่อ ซึ่งอาจเป็นช่วงระยะเวลาเพียง 1 ภาคการศึกษา ทำให้คุณภาพของวิทยานิพนธ์ด้อยลง (ดัชนีชี้วัดหลัก (KPI) ประจำปีงบประมาณ 2547 และแผนการดำเนินงานตามดัชนีชี้วัดหลัก (รายงานประจำปี (KPI) ประจำปีงบประมาณ 2548-2550 ของคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อ้างถึงในสมจิตร แก้วมณี, 2551)

การกำหนดตนเอง (Self determination) เป็นการเสริมสร้างให้บุคคลรู้สึกเป็นอิสระ จากแรงกดดันต่าง ๆ และเป็นพฤติกรรมความต้องการจากภายในของตัวบุคคล ซึ่งการกำหนดตนเองนี้ เป็นทฤษฎีย่อย ของทฤษฎีแรงจูงใจ อันจะประกอบด้วย องค์ประกอบ 2 องค์ประกอบ คือ 1) การกำหนดตนเอง และ 2) การสร้างแรงจูงใจ ซึ่งในงานวิจัยเล่มนี้มุ่งที่จะพัฒนาองค์ประกอบด้านการเสริมสร้างการกำหนดตนเอง เพื่อจะเป็นอีกวิธีหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมทำให้นิสิตระดับบัณฑิตศึกษามีการพัฒนาการทำวิทยานิพนธ์ในทางที่ดีขึ้น เกิดความมุ่งมั่นและเกิดแรงจูงใจในการที่จะประสบความสำเร็จทางด้านการศึกษา ซึ่งมีความสอดคล้องกับการปรึกษาตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม เพราะทฤษฎีนี้มีแนวคิด ว่ามนุษย์แต่ละคนมีความแตกต่างกัน นอกจากแตกต่างทางชีวภาพแล้ว ประสบการณ์ชีวิตที่ต่างกัน ก็ทำให้มนุษย์แตกต่างกันด้วย แต่ละคนมีวิถีที่ไม่ซ้ำแบบกัน และสามารถเป็นผู้กำหนดโชคชะตา ทุกข์ สุข ความสำเร็จ ความล้มเหลวของตนเอง นอกจากนั้นแล้ว มนุษย์มีเสรีภาพที่จะเลือกอยู่ได้ หรืออยู่เหนืออิทธิพลของสิ่งเหล่านั้น ซึ่งเสรีภาพและความรับผิดชอบเป็นของคู่กัน มนุษย์จึงต้องมีความรับผิดชอบต่อตนเอง มนุษย์สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง เรามีอิสระที่จะเลือก และรับผิดชอบทางเลือกในการดำเนินชีวิตและเป้าหมายในชีวิต คนเราจะมีชีวิตแบบใด จะเป็นคนแบบใดนั้น ขึ้นอยู่กับการตัดสินใจของเราเอง ปกติมนุษย์จะมีความรับผิดชอบต่อสูง และรู้จักเลือก ในสิ่งที่ดีที่สุด บุคคลที่มีภาวะสูงสุด คือบุคคลที่อยู่กับปัจจุบัน สามารถจัดการกับชีวิตในปัจจุบันได้อย่างเหมาะสม ดังนั้น การให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม ในการกำหนดตนเอง จึงเน้นให้บุคคลมีอิสระในการแสดงออกซึ่งศักยภาพ ความสามารถในการสร้างทางเลือกที่จะปฏิบัติตนเอง และสามารถกำหนดตนเองให้บรรลุเป้าหมายได้ (อนงค์ วิเศษสุวรรณ, 2554)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนาการกำหนดตนเองของนิสิตปริญญาโทระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ และศึกษาว่านิสิตที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมจะมีผลต่อการพัฒนาการกำหนดตนเองเพิ่มขึ้นหรือไม่ รวมทั้งศึกษาว่านิสิตเหล่านั้นรับรู้ถึงการพัฒนาการกำหนดตนเองให้ดีขึ้นได้อย่างไร เพื่อเป็นการเสริมสร้างแรงจูงใจในการพัฒนาการทำวิทยานิพนธ์และการทำงานร่วมกับผู้อื่นให้ดียิ่งขึ้นไป และเพื่อให้บรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมายอย่างราบรื่น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อการกำหนดตนเองของนิสิตปริญญาโท ที่อยู่ระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ โดยเปรียบเทียบผลการปรึกษาระหว่างระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

สมมติฐานของการวิจัย

1. นิสิตปริญญาโทที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม มีการกำหนดตนเองสูงกว่า กลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง
2. นิสิตปริญญาโทที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม มีการกำหนดตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผลการทดลอง
3. นิสิตปริญญาโทที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม มีการกำหนดตนเอง ในระยะหลังทดลอง และติดตามผลสูงกว่าก่อนทดลอง

ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตที่ใช้ในการศึกษาวิจัยดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย
- กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ นิสิตปริญญาโท แบบแผน ก ภาคปกติและภาคพิเศษ

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปีการศึกษา 2553 จำนวน 16 คน โดยมีขั้นตอนการสุ่มตัวอย่างดังนี้

1.1 นำแบบสอบถามการวัดการกำหนดตนเอง ไปให้นิสิตปริญญาโท แผน ก ภาคปกติ และภาคพิเศษ ที่สมัครใจเข้าร่วมการทดลองทำ

1.2 เลือกนิสิตที่มีคะแนนต่ำสุดขึ้นไป 16 คน

1.3 ใช้การแบ่งกลุ่มตัวอย่างแบบอย่างง่าย เป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง 8 คน กลุ่มควบคุม 8 คน

2. ตัวแปรของการวิจัย

ตัวแปรของการวิจัยประกอบด้วย

2.1 ตัวแปรต้น ได้แก่

2.1.1 วิธีการศึกษา

2.1.1.1 การได้รับการศึกษา
กลุ่มตามแนวทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม

2.1.1.2 การได้รับการศึกษา
กลุ่มแบบปกติ

2.1.2 ระยะเวลาการทดลอง

2.1.2.1 ก่อนการทดลอง

2.1.2.2 หลังการทดลอง

2.1.2.3 ติดตามผลการทดลอง

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ การกำหนดตนเอง

นิยามศัพท์เฉพาะ

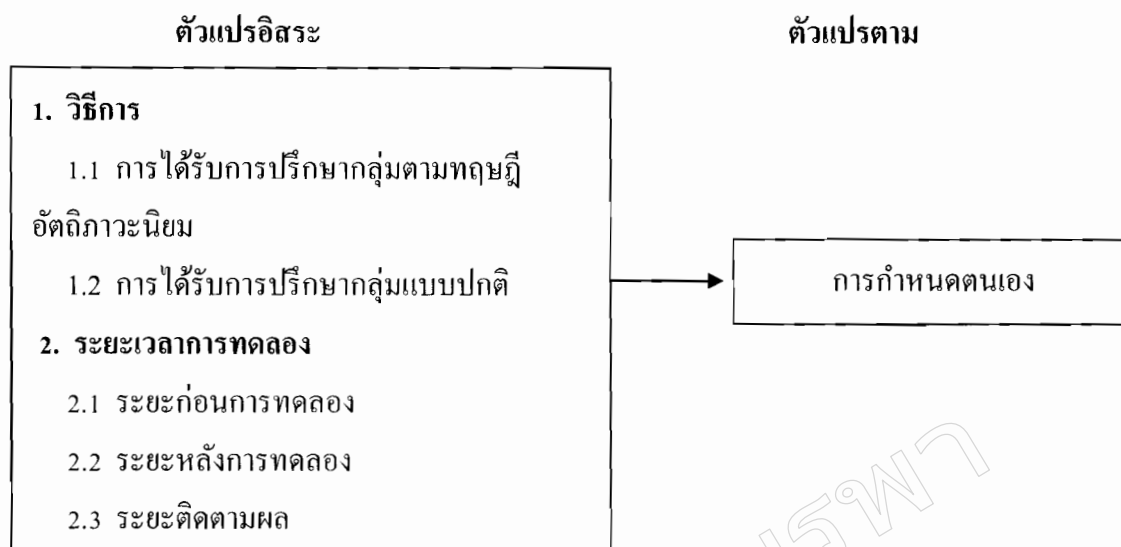
1. การกำหนดตนเอง (Self determination)

หมายถึง ความต้องการพื้นฐานของบุคคลในการที่จะมีอิสระ ทั้งในความคิด การตัดสินใจ หรือการกระทำใด ๆ โดยมีความรู้สึกเป็นอิสระจากแรงกดดันต่าง ๆ ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบคือ 1) การเสริมสร้างการกำหนดตนเอง 2) การสร้างแรงจูงใจ สามารถพิจารณาการกำหนดตนเองได้โดยการพิจารณาความสัมพันธ์ของบุคลิกภาพและลักษณะของบุคคล ซึ่งสะท้อนออกมา ได้ 2 ลักษณะคือ 1) การระมัดระวังอารมณ์และประสาทสัมผัสของตนเอง 2) ทางเลือกที่เลือกกับความเป็นตัวของตัวเอง

2. การศึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม

หมายถึง กระบวนการให้การการศึกษาที่ผู้ให้การศึกษารับผิดชอบของผู้รับการการศึกษา โดยให้เสรีภาพ และเป็นความหมายของชีวิต และการตระหนักรู้ตนเอง สามารถยอมรับเสรีภาพและความรับผิดชอบต่อชีวิตตนเอง ในสภาพปัจจุบันตลอดจนการวางแผนจัดการ และเลือกดำเนินชีวิตของตนเองอย่างอิสระและมีคุณค่ามีเป้าหมายในการดำเนินชีวิตและอยู่ร่วมกับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม โดยมีลำดับขั้นของการศึกษากลุ่ม ดังนี้ 1) ขั้นที่ 1 ขั้นก่อตั้งกลุ่ม 2) ขั้นการเปลี่ยนแปลงลักษณะของสมาชิก 3) ขั้นดำเนินการ และ 4) ขั้นยุติการศึกษา

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษานี้ ได้แก่ แบบสอบถามที่ผู้วิจัยศึกษาแนวทางมาจากผู้วิจัยหลายคน เพื่อนำมาประยุกต์ใช้ในการศึกษานี้ แบ่งออกเป็น 2 แบบ

1. แบบสอบถามการกำหนดตนเองซึ่งพัฒนาโดย เดซี และไรอัน (Deci & Ryan, 2000) แบบสอบถามมีทั้งหมด 10 ข้อ โดยแต่ละข้อให้เลือกตอบตามความรู้สึก มี 5 ระดับ ตั้งแต่ ระดับ 1 ถึง ระดับ 5

2. โปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมประกอบด้วยการปรึกษากลุ่ม 12 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวมเป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์

วิธีดำเนินการวิจัย

การทดลองแบ่งออกเป็น 3 ระยะ ดังนี้

1. ระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยให้นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา แบบแผน ก ภาคปกติ และภาคพิเศษ

คณะศึกษาศาสตร์ ปีการศึกษา 2553 ทำแบบทดสอบการกำหนดตนเอง แล้วนำคะแนนมาเรียงจากต่ำสุดไปถึงต่ำสุด จากนั้นคัดเลือกผู้ที่มีคะแนนต่ำสุดจำนวน 16 คน ที่มีความสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง แล้วสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย เพื่อจำแนกออกเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มควบคุม จำนวน 8 คน และกลุ่มทดลองจำนวน 8 คน (Random Sampling Assignment) ซึ่งคะแนนที่ได้จากการทดสอบการกำหนดตนเองในกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้จะเป็นคะแนนของระยะก่อนการทดลอง จากนั้นนัดวัน เวลา และสถานที่กับนิสิต ระดับปริญญาโท ในการทดลอง และอภิปรายกลุ่ม

2. ระยะหลังการทดลองเมื่อสิ้นสุดกระบวนการปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมแล้ว ให้กลุ่มตัวอย่างทำการทดสอบการกำหนดตนเอง เพื่อเป็นคะแนนหลังการทดลอง

3. ระยะติดตามผล หลังจากทำการทดสอบหลังการทดลองแล้วอีก 2 สัปดาห์ ให้กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทำแบบทดสอบอีกครั้ง เพื่อเป็นการติดตามผล

สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสามารถสรุปและอภิปรายผลแยกเป็น 3 ประเด็นได้ดังนี้

1. นิสิตปริญญาโทกลุ่มที่ได้รับการศึกษาแนวอัตถิภาวะนิยม มีระดับการกำหนดตนเอง ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อธิบายได้ว่า ระยะก่อนการทดลองทั้งสองกลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม มี

คะแนนเฉลี่ยการกำหนดตนเองไม่แตกต่างกัน แต่เมื่อระยะเวลาผ่านไปถึงระยะหลังการทดลอง พบว่า กลุ่มที่ได้รับการศึกษาตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีคะแนนเฉลี่ยการกำหนดตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อเว้นระยะไว้ 2 สัปดาห์ทำการติดตามผลอีกครั้ง พบว่า กลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมทางนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสามารถอธิบายได้ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลองหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

Source of Variation	df	SS	MS	F
ระยะก่อนการทดลอง				
Between Groups	1	10.5625	10.5625	2.2002
Within Groups	42	201.625	4.8005	
ระยะหลังการทดลอง				
Between Groups	1	138.0625	138.0625	28.75945*
Within Groups	42	201.625	4.8005	
ระยะติดตามผล				
Between Groups	1	473.0625	473.0625	98.5425*
Within Groups	42	201.625	4.8005	

$F(1,35) = 4.12$ ปรับค่า df ด้วยวิธีการของ Welch- Satterwaite (Howell, 1977, p. 470) ได้ค่า $df = 35$

จากผลการทดลองนิสิตที่ได้รับการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม ในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล สูงกว่าก่อนการทดลอง ทั้งนี้เนื่องจากการศึกษาตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมสามารถสร้างกระบวนการการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิกกลุ่ม และสมาชิกภายในกลุ่มด้วยกัน ก่อให้เกิดสัมพันธ์ภาพอันดีต่อกัน ส่งผลให้สมาชิกกลุ่มกล้าที่จะเปิดเผยเรื่องราวความรู้สึกนึกคิดของตนเองออกมา จนเกิดการตระหนักรู้สภาวะของตนเองและแสวงหาเป้าหมายของชีวิต ได้ค้นพบตนเอง มีความสามารถในการเผชิญกับปัญหาและเลือกตัดสินใจในชีวิตได้ดี

สามารถจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตได้เป็นอย่างดี และมีความชัดเจนในการวางแผนชีวิตและสามารถนำแผนไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้ จึงทำให้กลุ่มทดลองที่ได้รับการศึกษาตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม ในระยะหลังการทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการกำหนดตนเองสูงขึ้น และยังมีการสอดแทรกการสร้างแรงจูงใจให้นิสิตมองเห็นเป้าหมาย และสามารถกำหนดตนเอง ได้เป็นอย่างดี สอดคล้องกับ เมธี ธรรมวัฒนา (2555) ที่ศึกษากลยุทธ์การสร้างแรงจูงใจที่มีประสิทธิภาพในชั้นเรียน: กรณีศึกษานิสิตปฏิบัติการสอนในสถานศึกษาของคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา พบว่าการ

สร้างแรงจูงใจเป็นสิ่งสำคัญของการจัดการเรียนการสอน เพราะว่าแรงจูงใจเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียน ซึ่งถ้าครูสร้างแรงจูงใจนี้ควบคู่กับทักษะวิธีสอนที่มีประสิทธิภาพแล้ว ย่อมทำให้ผู้เรียนบรรลุวัตถุประสงค์การเรียนรู้ได้ดังที่ครูคาดหวังไว้ แต่อย่างไรก็ตาม บุคคลต่างก็มีความแตกต่างในเรื่องของปริมาณแรงจูงใจที่ไม่เท่ากัน รวมไปถึงการกำหนดตนเองให้เกิดแรงจูงใจด้วย ซึ่งจะเกี่ยวข้องกับการกำหนดเจตคติที่ชัดเจนและการกำหนดเป้าหมายของการกระทำ ดังนั้นปริมาณแรงจูงใจกับการกำหนดตนเองจึงมีผลกับความคิด ความรู้สึก และการแสดงพฤติกรรมอันเกี่ยวข้องกับการเกิดแรงจูงใจของบุคคล (วรากรทรัพย์วิระปรกรณ์ และทรงวุฒิ อยู่เอี่ยม, 2551) ดังนั้นสมาชิกในกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมการศึกษาตามแนวอรรถิภาวะนิยมนั้น พบว่า คะแนนเฉลี่ยการกำหนดตนเองมีระดับเท่าเดิม ไม่แตกต่างจากระยะก่อนการทดลอง และเนื่องด้วยนิสิตกลุ่มที่ได้รับการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีอรรถิภาวะนิยมได้รับการเสริมสร้างการกำหนดตนเอง ผ่านกระบวนการการยอมรับและการสะท้อนความรู้สึก และเจตคติการมองโลกในแง่บวก ดังนั้นในระหว่างขั้นตอนการศึกษากลุ่ม สมาชิกภายในกลุ่มจึงเริ่มมองเห็นเป้าหมายที่ชัดเจน และสามารถกำหนดแบบแผนการดำเนินการและวางแผนสำหรับเป้าหมายได้อย่างชัดเจนมากยิ่งขึ้น ส่งผลให้นิสิตที่ได้รับการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีอรรถิภาวะนิยมมีทักษะทางชีวิต และแนวทางในการปฏิบัติที่ชัดเจน เพราะในโปรแกรมการศึกษามุ่งเน้นให้สมาชิกได้มองเห็นเป้าหมายของตนเองอย่างชัดเจน สามารถปรับตัวและสร้างความรับผิดชอบของตนเองให้กับสิ่งแวดล้อมที่เป็นอยู่ได้อย่างดี ส่วนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแนวอรรถิภาวะนิยม พบว่า ค่าคะแนนการกำหนดตนเองในระยะติดตามผลไม่แตกต่างกับระยะก่อนการทดลอง เป็นเพราะว่า ในการวิจัย กลุ่ม

ควบคุมไม่ได้รับการปรึกษา จึงไม่ได้รับแนวทางและการวางแผนพัฒนาการกำหนดตนเอง รวมทั้งการสร้างกำลังใจ และแรงจูงใจในการดำเนินชีวิตอย่างมีสติ และการตัดสินใจในทางที่เหมาะสม สอดคล้องกับ สรวณีย์ อันสะโก (2548, หน้า 94) ที่ศึกษาผลของการให้การศึกษาแก่กลุ่มตามทฤษฎีอรรถิภาวะนิยมที่มีต่อความหวังของผู้พิการจากโรงเรียนอาชีวะพระมหาไถ่ พทยา ผลการศึกษาพบว่า ผู้พิการที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอรรถิภาวะนิยมมีคะแนนความหวังสูงกว่าผู้พิการกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ นันทิยา เอกอริคมกิจ (2542) ซึ่งได้เปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมเป็นรายบุคคล และเป็นกลุ่มเพื่อพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกของเยาวชนหญิง ช่วงอายุ 13-18 ปี ในสถานฝึกอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปราณี กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า ในระยะหลังการทดลอง เยาวชนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกวนิยม (อรรถิภาวะนิยม) แบบรายบุคคลมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่า เยาวชนที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเยาวชนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกวนิยม (อรรถิภาวะนิยม) แบบเป็นกลุ่มมีความเข้มแข็งในการมองโลกไม่แตกต่างกับเยาวชนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล

2. จากผลการวิจัยพบว่า นิสิตปริญญาโทที่ได้รับการศึกษาตามแนวอรรถิภาวะนิยมมีคะแนนเฉลี่ยการกำหนดตนเองในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสูงกว่าระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการกำหนดตนเองของนิสิตปริญญาโท ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลด้วยวิธีทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีของบอนเฟอรินี (Bonferroni)

คะแนนเฉลี่ย	ระยะก่อนการทดลอง 24.375	ระยะหลังการทดลอง 31.875	ระยะติดตามผล 37
ระยะก่อนการทดลอง (24.375)	-	7.5*	12.625*
ระยะหลังการทดลอง (31.875)	-	-	5.125*
ระยะติดตามผล (37)	-	-	-

*p < .05

ทั้งนี้เนื่องจากการปรึกษาตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยม เป็นการปรึกษาภายใต้บรรยากาศที่เป็นกันเอง และเริ่มจากการมีสัมพันธภาพที่ดี ทำให้สมาชิกกลุ่มรู้สึกผ่อนคลายและเป็นกันเอง เกิดความไว้วางใจกันจึงกล้าที่จะเปิดเผยประสบการณ์และความรู้สึกของตัวเองระหว่างสมาชิกกลุ่ม และผู้นำกลุ่ม อีกทั้งในกระบวนการปรึกษายังได้เปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มทำความเข้าใจกับตนเอง และกระจ่างในแต่ละทางเลือกของตนเอง ผู้นำกลุ่มจะกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มพิจารณา และจินตนาการโดยใช้การตัดสินใจที่จะสร้างทางเลือกของตนเองอย่างมีเหตุผล และกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยม ได้รับการปรึกษาตามโปรแกรมอย่างต่อเนื่องเป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวมเป็น 12 ครั้ง ครั้งละ 60 – 90 นาที จึงส่งผลให้แม้ภายหลังการทดลอง 2 สัปดาห์ ซึ่งเป็นระยะติดตามผล กลุ่มทดลองยังคงปฏิบัติตามแผนการเสริมสร้างการกำหนดตนเอง และใช้ประสบการณ์ที่ได้รับจากระยะการทดลองไปใช้เพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายของตนเองที่ติดอยู่ จึงทำให้คะแนนเฉลี่ยในระยะติดตามผลมากกว่าระยะก่อนการทดลอง และมากกว่าระยะหลังการทดลอง ส่วนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการปรึกษาตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยม มีคะแนนเฉลี่ยการกำหนดตนเองไม่แตกต่างกัน ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตาม

ผล ทั้งนี้เนื่องจากการกลุ่มควบคุม ไม่ได้รับการปรึกษาดำเนินการตามแนวอัตถิภาวนิยม จึงขาดทักษะในการวางแผนและการพิจารณาอย่างมีเหตุผล รวมทั้งการรับรู้ทางเลือกอย่างมีประสิทธิภาพรวมทั้งความสามารถในการเลือกที่จะมีชีวิตอยู่กับปัจจุบัน และสามารถปรับตัวและสร้างความรับผิดชอบให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาผลการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยมต่อการกำหนดตนเองของกลุ่มคนอื่น ๆ เช่น ข้าราชการครู บุคลากรทางการศึกษานักเรียน เป็นต้น
2. ควรศึกษาผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีอัตถิภาวนิยมต่อตัวแปรอื่น ๆ เช่น การกำกับตนเอง การตั้งเป้าหมายในชีวิต การค้นหาความหมายในชีวิตในกลุ่มที่ประสบปัญหา เช่น ผู้ที่ล้มเหลวในชีวิต ผู้ที่สิ้นหวังท้อแท้ เป็นต้น

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. ควรให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง หรือบุคลากรทางการศึกษาที่ต้องดูแลนิสิตในระดับต่าง ๆ นำโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยม

ไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานด้านการศึกษา และการวางแผนการเรียน เพื่อช่วยเหลือนิสิตต่อไป

2. ควรมีการนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้กับการให้คำปรึกษาของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ต่อไป

3. ควรมีการนำไปใช้ในการพัฒนานิสิตบัณฑิตศึกษาในระดับต่าง ๆ เพื่อให้เกิดการกำหนดตนเอง ให้มีประสิทธิภาพต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- ทองสง่า ผ่องแผ้ว. (2550). การทำวิทยานิพนธ์ให้ประสบความสำเร็จ. เข้าถึงได้จาก <http://www.oknation.net/blog/print.php?id=109983>.
- นันทิยา เอกอริคมกิจ. (2542). การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกวนนิยมนเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่มเพื่อพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกของเยาวชนหญิงในสถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปราณี กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- เมธี ธรรมวัฒนา. (2555). กลยุทธ์การสร้างแรงจูงใจที่มีประสิทธิภาพในชั้นเรียน: กรณีศึกษานิสิตปฏิบัติการสอนในสถานศึกษาของคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. วารสารศึกษาศาสตร์, 23(3), 17-26.
- วารการ ทรัพย์วิระปกรณ และทรงวุฒิ อยู่เอี่ยม. (2551). แรงจูงใจในงานที่มีผลต่อความผูกพันในงานของอาสาสมัครสาธารณสุข. วารสารศึกษาศาสตร์, 19 (2), 59-74.
- สมจิตร แก้วมณี. (2551). ปัญหาในการทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาระดับมหาบัณฑิตคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. วารสารวิชาการคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 4(1), 133-158.
- ศรวณีย์ อันสะโก. (2548). ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อความหวังของผู้พิการ. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- อนงค์ วิเศษสุวรรณ. (2554). การปรึกษากลุ่ม. (พิมพ์ครั้งที่ 3). ชลบุรี: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*.
- _____. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.