

ผลการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการเรียนรู้ด้วยการนำตน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

ชัญญา ภาคอุทัย และ วรากร ทรัพย์วิระปกรณ์
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการเรียนรู้ด้วยการนำตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอัสสัมชัญศรีราชา ที่มีคะแนนจากแบบวัดการเรียนรู้ด้วยการนำตนต่ำ จำนวน 16 คน แบ่งออกเป็นสองกลุ่มคือ กลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการเรียนรู้ด้วยการนำตน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการวัดผล 3 ระยะ ได้แก่ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม

ผลการวิจัยปรากฏว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนการเรียนรู้ด้วยการนำตน ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และกลุ่มทดลองมีคะแนนการเรียนรู้ด้วยการนำตนระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าขนาดอิทธิพลอยู่ในระดับมากคือเท่ากับ .96

คำสำคัญ: การเรียนรู้ด้วยการนำตน, การปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง

Effects of Reality Group Counseling on Self-Directed Learning of Grade Twelve Students

Chanya Pakutai and Warakorn Subwiraprakorn
Faculty of Education, Burapha University, Thailand

Abstract

The purpose of this research was to study the effects of reality group counseling on self-directed learning of grade twelve students. The sample used in this study comprised 16 students from Assumption College in Sriracha who had low scores on self-directed learning test. These students were pair matched on their test scores into an experiment and a control group. The experimental group received reality group counseling on self-directed learning. The data were collected at three moments; pre-test, post-test and follow up. The data were analyzed using a repeated measures analysis of variance comprising one between subjects variable and one within subjects variable.

The results showed that the post-test and follow up test scores for self-directed learning of the students who received reality group counseling were higher than those of the control group ($p < .05$). Moreover, the self-directed learning scores of the experimental group on the post-test and follow up test were higher than on the pre-test ($p < .05$). The effect size was at the high level ($ES = .96$).

Keywords: self-directed learning, reality group counseling

ความนำ

การศึกษาเป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาทรัพยากรบุคคลของชาติ การพัฒนาประเทศจึงต้องมีการพัฒนาคุณภาพของบุคลากรเป็นสำคัญ แต่ในสภาพความจริงปัญหาที่พบในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาคือ การศึกษาในระดับนี้ไม่ได้ผลตามเป้าหมายในลักษณะที่ต้องการ เนื่องจากผู้เรียนขาดการเรียนรู้ด้วยการนำตน กล่าวคือไม่สามารถระบุว่าการต้องการอะไรจากการเรียนจึงไม่สามารถกำหนดเป้าหมายหรือกิจกรรมในการเรียนว่าควรจะเป็นอย่างไร ซึ่งมีผลต่อการสร้างกลวิธีที่จะบรรลุวัตถุประสงค์ของตนเอง ทำให้ขาดแรงจูงใจในการเรียน มีความสนใจด้านการเรียนน้อย ขาดความกระตือรือร้นในการแสวงหาความรู้ ขาดทักษะการแสวงหาแหล่งข้อมูลที่น่ามาสู่ความรู้ ไม่สามารถเลือกสรรวิธีการเรียนที่เหมาะสมกับตนได้ ขาดทักษะในการแก้ปัญหาและพัฒนาศักยภาพเท่าที่ควรจะเป็น ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงเห็นว่าการส่งเสริมให้การเรียนรู้แบบนำตนเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้นักเรียนสามารถระบุว่าการต้องการอะไรจากการเรียน รู้จักการวางเป้าหมาย ตลอดจนเลือกวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตนเอง แสวงหาแหล่งที่มาซึ่งความรู้และสามารถประเมินผลการเรียนได้ โดยอาศัยกระบวนการทางจิตวิทยา

จิตวิทยาการปรึกษา (Counseling psychology) เป็นกระบวนการที่มุ่งให้ผู้รับการปรึกษาได้ทำความเข้าใจกับปัญหาของตน และมองเห็นแนวทางในการแก้ปัญหาได้ด้วยตัวเอง สามารถวางแนวทางการดำเนินชีวิตตนเองได้อย่างเหมาะสม และสามารถจัดการปัญหาของตนได้อย่างสอดคล้องและเหมาะสมกับความเป็นจริง ยังช่วยให้ค้นพบศักยภาพได้อย่างเต็มที่ในการพัฒนาตนเองไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตนเองในทางที่ดี ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดของ William Glasser ผู้ริเริ่มทฤษฎีเผชิญความจริงที่กล่าวถึงธรรมชาติของมนุษย์ว่ามนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่มีเหตุผล และมีความรับผิดชอบในชีวิตของตน สามารถที่จะตัดสินใจด้วยตัวเองมากกว่าขึ้นกับอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม หรือสภาพการณ์ต่าง ๆ มีแรงจูงใจที่จะประสบความสำเร็จ และมีการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น นอกจากนี้ Glasser (1984 อ้างถึงในดวงมณี จงรักษ์, 2549) กล่าวว่ามนุษย์มีการเรียนรู้ตลอดชีวิต มีการเปลี่ยนแปลงเอกลักษณ์และพฤติกรรมซึ่งขึ้นอยู่กับทางเลือกตัดสินใจของมนุษย์ซึ่งมีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้แบบนำตน การที่จะสร้างเสริมการนำตนนั้นผู้เรียนจะต้องริเริ่มแสวงหาองค์ประกอบของการเรียนรู้ด้วยการนำตน Williamson (2007) ได้แบ่งองค์ประกอบของการเรียนรู้ด้วยการนำตนออกเป็น 5 ด้าน ประกอบด้วย การตระหนักรู้ตนเอง (Awareness) การสร้างกลยุทธ์ในการเรียนรู้ (Learning strategies) การกำหนดกิจกรรมการเรียนรู้ (Learning activities) การประเมินผลการเรียนรู้ (Evaluation) และทักษะการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Inter-personal skills)

ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำหลักการและวิธีการทฤษฎีเผชิญความจริง (Reality therapy) ของ Glasser มาใช้ในการสร้างโปรแกรมการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนาการเรียนรู้แบบนำตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 เนื่องจากเป้าหมายของทฤษฎีการปรึกษาเผชิญความจริง เน้นเรื่องการสร้างเป้าหมายทางการเรียนอย่างชัดเจน ส่งผลให้นักเรียนเกิดคุณลักษณะของผู้ที่เรียนรู้ด้วยการนำตน และนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบการเรียนรู้แบบนำตนของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างกลุ่มที่ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงกับวิธีการปกติ ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล
2. เพื่อเปรียบเทียบการเรียนรู้แบบนำตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง ในระยะก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง ก็ระยะติดตามผล

สมมติฐานของการวิจัย

1. นักเรียนที่ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง มีคะแนนการเรียนรู้ด้วยการนำตนระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม

2. นักเรียนที่ได้รับการศึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง มีคะแนนการเรียนรู้ด้วยการนำตนระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

วิธีดำเนินการ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการศึกษาเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอัสสัมชัญศรีราชา อำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรี ที่มีคะแนนการเรียนรู้ด้วยการนำตนอยู่ในระดับต่ำ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน ทำการสุ่มโดยการจับคู่คะแนนเท่ากันแบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ได้รับวิธีการศึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง จำนวน 8 คน และกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับวิธีการศึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง จำนวน 8 คน

ตัวแปรในการวิจัย

1. วิธีการให้การศึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง ได้แก่
 - 1.1 การได้รับการศึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง
 - 1.2 การไม่ได้รับการศึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง
2. ระยะเวลาในการทดลอง
 - 2.1 ระยะก่อนทดลอง
 - 2.2 ระยะหลังทดลอง
 - 2.3 ระยะติดตามผล
3. ตัวแปรตาม คือ การเรียนรู้ด้วยการนำตน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวัดการเรียนรู้ด้วยการนำตน แปลและสร้างข้อคำถามตามองค์ประกอบและแนวคิดทฤษฎีของ Williamson จำนวน 65 ข้อ ลักษณะเป็นแบบมาตรวัดประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับจากน้อยที่สุดถึงมากที่สุด แบบวัดมีองค์ประกอบ 5 ด้าน คือ ตระหนักถึงความต้องการในการเรียนรู้ กลยุทธ์การเรียนรู้ กิจกรรมการเรียนรู้ การประเมินผลการเรียนรู้ และทักษะสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีค่าอำนาจจำแนกโดยการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมตั้งแต่ .20 ถึง .72 และค่าความเชื่อมั่น (Cronbach alpha) เท่ากับ .95

2. โปรแกรมการศึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง ผู้วิจัยศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงของ William Glasser และการเรียนรู้ด้วยการนำตน นำไปปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญและใช้ทดลองกับกลุ่มนักเรียนที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มประชากร เพื่อหาข้อบกพร่องและปรับปรุงแก้ไขให้ดียิ่งขึ้นก่อนนำไปใช้ในกลุ่มทดลอง

การทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล แบ่งออกเป็น 4 ระยะ ดังนี้

ระยะก่อนการทดลอง ดำเนินการเลือกกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมการทดลอง โดยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอัสสัมชัญศรีราชา อำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรี จำนวน 30 คนทำแบบวัดการเรียนรู้ด้วยการนำตน คัดเลือกนักเรียนที่ได้คะแนนจากแบบวัดการเรียนรู้ด้วยการนำตนในระดับต่ำ โดยเรียงจากผู้ที่มิคะแนนการเรียนรู้ด้วยการนำตนต่ำที่สุดขึ้นไป 16 คน และทำการสุ่มโดยการจับคู่ (Match Pair) แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน คะแนนที่ได้จากการวัดของกลุ่มตัวอย่างในขั้นนี้ ถือเป็นคะแนนระยะก่อนทดลอง

ระยะทดลอง การดำเนินการทดลองโดยผู้วิจัยให้การปรึกษากลุ่มตามโปรแกรมการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงกับกลุ่มทดลองในวันพุธและวันอาทิตย์ เวลา 18.00 – 19.30 น. โปรแกรมการปรึกษาแบ่งออกเป็น 12 ครั้ง รวมระยะเวลาการปรึกษาเป็นเวลา 6 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง สถานที่คือห้องประชุมตึกเทโอพาน โรงเรียนอัสสัมชัญ ศรีราชา ส่วนกลุ่มควบคุมใช้วิธีการปกติคือไม่ได้รับการปรึกษา

ระยะหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบวัดการเรียนรู้ด้วยการนำตนหลังจากทดลองในครั้งที่ 12 ซึ่งเป็นขั้นยุติการปรึกษาและปัจฉิมนิเทศ จากนั้นตรวจให้คะแนนและเก็บผลเป็นคะแนนหลังการทดสอบ

ระยะติดตามผล หลังทดลองเสร็จเป็นเวลา 2 สัปดาห์ นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบวัดการเรียนรู้ด้วยการนำตน ตรวจให้คะแนนและเก็บผลเป็นคะแนนในระยะติดตามผล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ใช้วิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ แบบหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated measures analysis of variance: one between – subjects variable and one within – subjects variable) (Howell, 1997) และทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธี Bonferroni

ผลการวิจัย

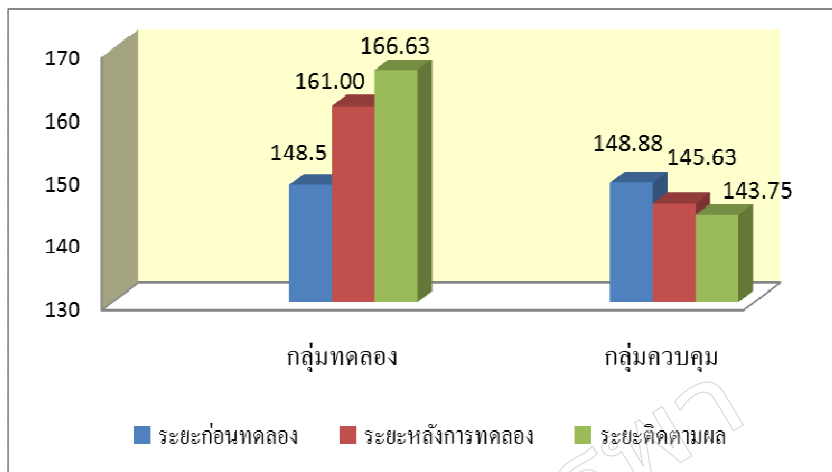
ผลการวิเคราะห์คะแนนการเรียนรู้ด้วยการนำตนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงและกลุ่มควบคุม แสดงดังตารางที่ 1

จากตารางที่ 1 จะเห็นได้ว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการเรียนรู้ด้วยการนำตนสูงขึ้นในระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมกลับมีคะแนนเฉลี่ยการเรียนรู้ด้วยการนำตนลดลง

ตารางที่ 1 คะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการเรียนรู้ด้วยการนำตนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กลุ่ม	ระยะการทดลอง	Mean	SD	n
กลุ่มทดลอง	ก่อนทดลอง	148.50	9.73	9
	หลังทดลอง	161.00	8.96	9
	ติดตามผล	166.63	9.46	9
กลุ่มควบคุม	ก่อนทดลอง	148.88	8.85	9
	หลังทดลอง	145.63	8.02	9
	ติดตามผล	143.75	8.65	9

เมื่อนำคะแนนเฉลี่ยการเรียนรู้ด้วยการนำตนมานำเสนอเป็นแผนภูมิเพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยในระยะก่อนทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผลของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แสดงผลดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการเรียนรู้ด้วยการนำตนตามระยะเวลาการทดลองระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลอง

จากการวิเคราะห์ปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง ($I \times G$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองส่งผลร่วมกันต่อคะแนนการเรียนรู้ด้วยการนำตน นอกจากนี้ยังพบว่าวิธีการทดลองที่แตกต่างกัน และระยะเวลาการทดลองที่แตกต่างกันมีผลต่อคะแนนเฉลี่ยการเรียนรู้ด้วยการนำตน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนการการเรียนรู้ด้วยการนำตนระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง

Source of variation	df	SS	MS	F	p	ES
Between subject	15	6332.15				
Group (G)	1	1912.69	1912.69	6.059*	.027	.302
SS w/in groups	14	4419.46	315.68			
Within subjects	32	1589.33				
Interval	2	358.17	179.08	47.908*	.000	.774
I x G	2	1126.5	563.25	150.678*	.000	.915
I x SS w/in groups	28	104.67	3.74			
Total	47	7921.479				

* $p < .05$

จากการวิเคราะห์ผลย่อยระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม พบว่า ในระยะก่อนการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองแตกต่างกัน ขณะที่ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

Source of Variation	df	SS	MS	F
ระยะก่อนการทดลอง				
Between group	1	0.56	0.56	0.005
Within group	42	4524.13	107.72	
ระยะหลังการทดลอง				
Between group	1	945.56	945.56	8.778*
Within group	42	4524.13	107.72	
ระยะติดตามผล				
Between group	1	2093.06	2093.06	19.431*
Within group	42	4524.13	107.72	

* $p < .05$ ปรับค่า df ได้ค่า $F_{05}(1,15) = 4.54$ ด้วยวิธีการของ Welch- Satterwaite (Howell, 1997)

จากการวิเคราะห์ผลการทดสอบผลย่อยของระยะเวลาในการทดลอง ของกลุ่มทดลอง พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ผลการทดสอบผลย่อยของระยะเวลาในกลุ่มทดลอง

Source of variation	df	SS	MS	F	p	ES
Between subject	7	2244.96				
Interval	2	1377.08	688.54	175.531*	.000	.962
Error	14	54.97	3.92			
Total	23	3676.96				

* $p < .05$

เมื่อพบความแตกต่างในการทดสอบผลย่อย จึงทำการทดสอบภายหลังด้วยวิธีของ Bonferroni ปรากฏว่า นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 3 คู่ คือ (1) คะแนนเฉลี่ยในระยะหลังทดลองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (2) คะแนนเฉลี่ยในระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ (3) คะแนนเฉลี่ยในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะหลังทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ 0.5 ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ผลการเปรียบเทียบคะแนนความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีของ Bonferroni

เปรียบเทียบรายคู่	Mean Difference	Std. Error	p
หลังทดลอง – ก่อนทดลอง	12.500*	1.134	.000
ติดตามผล – ก่อนทดลอง	18.125*	1.060	.000
ติดตามผล – หลังทดลอง	5.625*	.730	.000

* $p < .05$

จากผลการวิจัยข้างต้นแสดงให้เห็นว่าวิธีการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงส่งผลให้นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง มีคะแนนการเรียนรู้ด้วยการนำตนในระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองและยังคงอยู่จนถึงระยะติดตามผล

อภิปรายผล

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง คือ ระยะก่อนการทดลองนักเรียนที่ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงกับนักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยการเรียนรู้ด้วยการนำตนไม่แตกต่างกัน แต่เมื่อระยะเวลาผ่านไปจนถึงช่วงระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลปรากฏว่า นักเรียนที่ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง มีคะแนนเฉลี่ยการเรียนรู้ด้วยการนำตนสูงกว่ากลุ่มควบคุมทั้งในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล แสดงให้เห็นว่าวิธีการทดลองและระยะเวลาการทดลองส่งผลร่วมกันต่อคะแนนเฉลี่ยการเรียนรู้ด้วยการนำตน ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ ปารีชาติ วงษ์แก้ว (2552) ที่ศึกษาผลการพัฒนาความสุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างโดยการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาทดลอง ส่งผลให้นักเรียนมีการเรียนรู้ด้วยการนำตนแตกต่างกัน

2. ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าในระยะหลังการทดลองคะแนนเฉลี่ยการเรียนรู้ด้วยการนำตนของนักเรียนที่ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงสูงกว่ากลุ่มควบคุม อภิปรายได้ว่า โปรแกรมการศึกษาทฤษฎีเผชิญความจริงเป็นโปรแกรมที่มีจุดมุ่งหมายในการช่วยให้สมาชิกสามารถระบุความต้องการในการเรียนรู้ของตน และมุ่งมั่นที่จะเปลี่ยนพฤติกรรมในการเรียนรู้ให้มีการเรียนรู้ในลักษณะการนำตน คือการเป็นผู้ที่เฝ้าหาความรู้อย่างต่อเนื่องโดยเริ่มจากผู้เรียนสำรวจความต้องการในการเรียนรู้ที่แท้จริงของตน เพื่อกำหนดจุดมุ่งหมายในการเรียนรู้ที่ชัดเจนและเหมาะสมนำไปสู่การวางแผน การเรียนรู้เลือกใช้กลยุทธ์ในการเรียนที่เหมาะสม แสวงหาแหล่งวิทยาการและสามารถประเมินผลการเรียนได้ด้วยตนเอง และสามารถวิเคราะห์ข้อดีและข้อบกพร่องเพื่อนำไปปรับปรุงแก้ไข ตลอดจนมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยการนำตนของตนเอง

นอกจากนี้ การปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงมีขั้นตอนที่เป็นลำดับขั้นตอนชัดเจน เน้นพฤติกรรมที่แสดงออกในปัจจุบันไม่คำนึงถึงเรื่องราวในอดีต ซึ่งจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ง่ายขึ้น สอดคล้องกับ พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2543) ได้กล่าวถึงลักษณะของการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงว่าเน้นที่ปัญหาปัจจุบันไม่คำนึงถึงเรื่องราวในอดีต เพราะอดีตของบุคคลเป็นสิ่งที่ผ่านไปแล้วไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ สิ่งที่จะเปลี่ยนแปลงได้คือปัจจุบันและอนาคตเท่านั้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ วัชรวรรณ พานิชเจริญ (2552) ที่ทำการศึกษผลการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการเผชิญปัญหาของวัยรุ่นในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน พบว่ามีคะแนนเฉลี่ยการเผชิญปัญหาสูงกว่ากลุ่มควบคุม เป็นเหตุผลให้นักเรียนที่ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงมีการเรียนรู้ด้วยการนำตนระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการปรึกษา

3. ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงมีคะแนนเฉลี่ยการเรียนรู้ด้วยการนำตนในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม ทั้งนี้เนื่องจากภายหลังการยุติการปรึกษาไปแล้ว 2 สัปดาห์พบว่านักเรียนที่ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงมีคะแนนเฉลี่ยการเรียนรู้ด้วยการนำตนสูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งอภิปรายได้ว่าเนื่องจากกลุ่มควบคุมยังคงไม่ได้รับปรึกษาใด ๆ มีรูปแบบการเรียนรู้ที่เหมือนเดิม ซึ่งไม่สามารถก่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยการนำตน จึงทำให้คะแนนการเรียนรู้ด้วยการนำตนแตกต่างจากนักเรียนกลุ่มทดลอง แม้ว่าจะสิ้นสุดการทดลองไปแล้วอยู่ในระยะติดตามผล แต่การที่นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการเรียนรู้ด้วยการนำตนต่อเนื่องกันเป็นเวลา 6 สัปดาห์ ทำให้นักเรียนในกลุ่มทดลองเกิดการเรียนรู้ด้วยการนำตนโดยการพัฒนาและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการเรียนรู้อย่างเป็นลำดับขั้น สามารถนำแนวทางการเรียนรู้ด้วยการนำตนไปพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง ทำให้มีการเรียนรู้ที่ดีขึ้นเกิด ความภาคภูมิใจในตนเอง สอดคล้องกับ พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา ได้กล่าวถึงลักษณะของการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงว่าทัศนคติจะเปลี่ยนตามพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป หากผู้รับการปรึกษาเห็นคุณค่าของพฤติกรรมตระหนักได้ว่า พฤติกรรมที่เขาแสดงออกมานั้นเป็นการทำเพื่อตนเองแล้วเขาจะมีความรับผิดชอบและจะมีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น สอดคล้องกับผลการวิจัยของ นิชิซึมา ทนศิริ (2551) ที่ทำการศึกษาคผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนวัยรุ่น ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่านักเรียนวัยรุ่นที่เข้าโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง มีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม

4. ผลการวิจัยปรากฏว่านักเรียนที่ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงมีการเรียนรู้ด้วยการนำตนระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง สามารถอธิบายได้ว่าโปรแกรมการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงนั้นเป็นกระบวนการปรึกษาที่มีประสิทธิภาพ โดยกระบวนการปรึกษามีจุดมุ่งหมายในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมปัจจุบันของผู้รับการปรึกษาเพื่อที่จะพัฒนาพฤติกรรมที่เป็นอยู่ให้เป็นพฤติกรรมใหม่ที่มีประสิทธิภาพและตอบสนองความต้องการของผู้รับการปรึกษา โดยในการปรึกษากลุ่มทดลองมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการเรียนรู้ของตนจากเดิมก่อนได้รับการปรึกษามีพฤติกรรมไม่ใส่ใจการเรียนขาดความกระตือรือร้น ขาดเป้าหมายในการเรียน แต่เมื่อได้รับการปรึกษาก็ได้เริ่มทำการสำรวจความต้องการในการเรียนรู้ของตนเองจนสามารถกำหนดเป้าหมายพิจารณาพฤติกรรมกรรมการเรียนรู้ในปัจจุบันของตน นำไปสู่การประเมินตัวเองซึ่งส่งผลให้เกิดการวางแผนการเรียนรู้และแสวงหาวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสม รู้จักการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ของตนไปสู่เป้าหมายได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ อุษณี แคว้นน้อย (2545) ที่ศึกษาผลของการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีผลต่อพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผลการศึกษาพบว่าหลังการได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงนักเรียนในกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลดลงกว่าก่อนได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง

5. ผลการวิจัยปรากฏว่านักเรียนที่ได้รับการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงมีการเรียนรู้ด้วยการนำตนในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง เนื่องจากหลังจากทำการยุติการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงไปแล้ว 2 สัปดาห์ นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการเรียนรู้ด้วยการนำตน เพิ่มขึ้นกว่าก่อนได้รับการปรึกษา ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับมุมมองการพิจารณามนุษย์ทฤษฎีเผชิญความจริงเกี่ยวกับความต้องการพื้นฐานของมนุษย์โดย Corey (2009) กล่าวว่ามนุษย์แต่ละคนมีพลังแห่งการพัฒนางอกงาม มีคุณค่า เป็นคนที่มีความสามารถตอบสนองความต้องการของตนเอง มีความรับผิดชอบและเชื่อมั่นในการดำเนินชีวิตของตน และมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลที่เกี่ยวข้อง เห็นได้จากการปรึกษาครั้งที่ 12 ซึ่งเป็นการปรึกษารั้งสุดท้ายสมาชิกได้ร่วมกันแบ่งปันประสบการณ์ในการปฏิบัติตนตามแผนการที่ตนเองตั้งไว้ ตลอดจนแลกเปลี่ยนวิธีการแก้ปัญหาและอุปสรรคที่ขัดต่อความสำเร็จของตน สามารถลดพฤติกรรมทางลบที่เป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้และสร้างนิสัยเสพติดทางบวกในการเรียนรู้ด้วยการนำตน ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกรรมการเรียนรู้ของตนเอง มีความรับผิดชอบในการกระทำตลอดจนมีความรู้สึกภาคภูมิใจในความสำเร็จของตน

เกิดกำลังใจที่จะพัฒนาตนเองโดยการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองอย่างไม่หยุดยั้ง สอดคล้องกับงานวิจัยของ วิรัช ธัญวิรัช (2555) ได้ทำการศึกษาผลการศึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ ผลการวิจัยปรากฏว่า ในระยะติดตามผล พยาบาลวิชาชีพที่ได้รับการศึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงมีการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพดีขึ้นกว่าระยะหลังการทดลอง

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการศึกษามีแนวโน้มคะแนนการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองต่ำกว่า จึงควรมีการให้ความช่วยเหลือโดยใช้กระบวนการศึกษาเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองต่อไป

2. ผลการวิจัยแสดงว่าโปรแกรมการศึกษาทฤษฎีเผชิญความจริง สามารถกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองได้ โดยการช่วยให้สมาชิกสามารถระบุความต้องการในการเรียนรู้ของตนเองและมุ่งมั่นที่จะเปลี่ยนพฤติกรรมในการเรียนให้มีการเรียนรู้ส่งผลให้การเรียนรู้ที่ดีขึ้น ซึ่งเป็นประโยชน์อย่างยิ่งที่ทางโรงเรียน หรือองค์กรทางการศึกษาอื่น ๆ จะนำไปโปรแกรมการศึกษากลุ่มไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาผู้เรียนในด้านอื่น ๆ ต่อไป

ข้อเสนอแนะในการวิจัยต่อไป

1. โปรแกรมการศึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงสามารถพัฒนาการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ได้จึงควรนำไปทดลองใช้ศึกษากับการเรียนรู้ของผู้เรียนในระดับชั้นอื่น ๆ เช่น ในระดับอุดมศึกษา หรือในกลุ่มการศึกษาออกโรงเรียน หรือนำไปใช้กับกลุ่มนักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่เข้าชั้นเรียนทำให้หมดสิทธิ์สอบ

2. จากการวิจัยนี้พบว่า เทคนิคการศึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงเป็นเทคนิคที่มีลำดับขั้นตอนในการปฏิบัติอย่างชัดเจน โดยมีเป้าหมายที่จะสนับสนุนให้นักเรียนรู้จักตนเอง พิจารณาสถานการณ์ต่าง ๆ ตามสภาพความเป็นจริงสำรวจความต้องการทางการของตนเอง รู้จักสำรวจพฤติกรรมของตนเองในปัจจุบันเพื่อเป็นการประเมินพฤติกรรมของตนเองที่มีต่อเป้าหมาย นำไปสู่การวางแผนเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเอง จึงควรมีการศึกษาการใช้เทคนิคนี้กับตัวแปรอื่น เช่น การมุ่งอนาคต และการหาเป้าหมายในชีวิต

เอกสารอ้างอิง

- ดวงมณี จงรักษ์. (2549). *ทฤษฎีการให้การปรึกษาและจิตบำบัดเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น).
- นิชชีมา ทนศิริ. (2551). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนวัยรุ่น*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภณ. (2543). *ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา*. กรุงเทพฯ: พัฒนาศึกษา.
- ปาริชาติ วงษ์แก้ว. (2552). *การพัฒนาความสุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างโดยการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาให้คำปรึกษา, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- วัชรวรรณ พานิชเจริญ. (2552). *ผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการเผชิญปัญหาของวัยรุ่นในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาให้คำปรึกษา, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- วิรัช ธัญวิรัช และคณะ. (2555). *ผลการศึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์*. วารสารแพทย์ทหารบก, 65(2).

- อุษณี แคว้นน้อย. (2545). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแนวทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีผลต่อพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนกัลยาณวัตร อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาการแนะแนวและให้คำปรึกษา, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- Corey, G. (2009). *Theory and Practice of counseling and psychotherapy* (8th ed). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Williamson, S. N. (2007). *The self-rating scale of self-directed learning*. London: Faculty of Health and Human Sciences.

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University