

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาผลของโปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการต่อการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษาคณะครุศาสตร์และศึกษาผลการใช้โปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการต่อการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษาคณะครุศาสตร์กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี หลักสูตรปริญญาตรี 4 ปี ชั้นปีที่ 1-3 ประจำปีการศึกษา 2564 (ที่มีอายุ 18 ปีขึ้นไป) จำนวน 303 คน โดยนำคะแนนกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษาคณะครุศาสตร์มาจัดลำดับ (Ranking) จากมากไปหาน้อย โดยเลือกคะแนนกรอบความคิดแบบเติบโตตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมาและผู้วิจัยตรวจสอบคุณสมบัติร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษาประจำหมู่เรียนของนักศึกษา รวมถึงสอบถามความสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 16 คน มีการสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน สามารถสรุปผล ได้ดังนี้

สรุปผล

1. ผลการศึกษากรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษา

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยจำนวนความถี่ และร้อยละ โดยนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษารอบความคิดแบบเติบโต 3 ลำดับแรก คือ สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คิดเป็นร้อยละ 26.40 รองลงมาสาขาวิชาพลศึกษา คิดเป็นร้อยละ 13.86 และสาขาวิชาสังคมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 13.20 สำหรับชั้นปีที่ศึกษาส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 35.32 รองลงมาเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 คิดเป็นร้อยละ 33.00 และนักศึกษาชั้นปีที่ 2 คิดเป็นร้อยละ 31.68

2. ผลการพัฒนาโปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการต่อการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษาคณะครุศาสตร์

ผู้วิจัยพัฒนาโปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการต่อการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ โดยมีขั้นตอนการปรึกษาประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือ ขั้นนำขั้นดำเนินการ และขั้นสรุป จำนวน 8 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที ซึ่งผลการพัฒนามีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. **ขั้นนำ** เป็นขั้นตอนของการสร้างและรักษาสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับสมาชิกกลุ่ม และระหว่างสมาชิกด้วยกัน ผู้วิจัยดำเนินการตามแนวทางทฤษฎีการปรึกษากลุ่ม โดยใช้ทักษะการสร้างสัมพันธภาพภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดความผ่อนคลาย สามารถระบาย

ความคิด ความรู้สึกความเชื่อของตนเองได้อย่างอิสระ พร้อมทั้งจะพูดถึงความคิด ความรู้สึกอย่างเต็มใจ นำไปสู่การเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง มีการชี้แจงวัตถุประสงค์บทบาท ข้อตกลงในการเข้ากลุ่ม ระยะเวลา สถานที่ ในการปรึกษา การรักษาความลับ การใช้ทักษะการฟังอย่างตั้งใจการใช้ทักษะการตั้งคำถาม การทวนความ การสร้างความกระจ่างการให้ข้อเสนอแนะการสรุปความ เพื่อนำไปสู่การตระหนัก ในความสำคัญ และเกิดความร่วมมือในการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษา คณะ ครุศาสตร์

2. ขั้นตอนการ เป็นขั้นตอนของการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตด้วยโปรแกรม การปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการต่อการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษา คณะ ครุศาสตร์ โดยทฤษฎีกลุ่มที่นำมาใช้นั้นคือ ทฤษฎีการปรึกษาพฤติกรรมทางปัญญาเป็นทฤษฎีแกนหลักร่วมกับการใช้ กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนาความคิด เพื่อเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตให้กับนักศึกษา รายละเอียด ดังนี้

2.1 การสร้างสัมพันธภาพ โดยทักษะการสร้างสัมพันธภาพ (Relationship skills) ได้แก่ เทคนิคการตั้งเป้าหมาย(Goal setting) เป็นการตั้งเป้าหมายเพื่อให้ผู้วิจัยและผู้รับการปรึกษามี จุดมุ่งหมายเดียวกัน และทำให้เห็นว่าการปรึกษาจะดำเนินไปอย่างไร ทักษะการทักทาย (Greeting) แสดง การต้อนรับด้วยท่าทีที่เป็นมิตร ทักษะการใส่ใจ (Attending) ทักษะการใช้คำถาม (Questioning) ปลายเปิด ปลายปิด ทักษะการสรุปความ เพื่อสร้างสัมพันธภาพในการปรึกษาระหว่าง ผู้วิจัยและสมาชิก กลุ่มภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ ผ่อนคลายและยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditional positive regard and acceptance) เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเป็นตัวของตัวเอง มีความเชื่อมั่นในศักยภาพ มีความพร้อม ในการเปลี่ยนแปลงตนเอง

2.2 การสำรวจกรอบความคิดแบบเติบโต โดยเทคนิคการอธิบายโดยตรง (Direct teaching) เทคนิคการจินตนาการ (Imagery) ตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญา เพื่อให้สมาชิกกลุ่มรู้และ เข้าใจ ถึงลักษณะกรอบความคิดแบบเติบโตและกรอบความคิดยึดติด โดยให้สมาชิกกลุ่มบอกว่าตนเองมี กรอบความคิดแบบไหน และใช้ทักษะการสรุปความตลอดกระบวนการปรึกษากลุ่ม ซึ่งเป็นการถามแบบ ตรงประเด็น เข้าใจง่ายเกี่ยวกับกรอบความคิดแบบเติบโต เพื่อให้สมาชิกกลุ่มประเมินปัญหา ให้ความรู้ และท้าทายต่อความคิดที่ไม่เกิดประโยชน์เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดความเข้าใจในความคิดของตนเองและ ผู้อื่นมากขึ้น โดยกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มได้ตอบคำถาม และค้นพบว่าความคิดเกิดขึ้นจากสมาชิกกลุ่มเป็นผู้ คิดเอง ผู้วิจัยใช้คำถามเพื่อให้สมาชิกกลุ่ม คิดแก้ปัญหาใช้ทักษะการทำให้เกิดความกระจ่าง (Clarification) เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดความเข้าใจในความคิดของตนเองและผู้อื่นมากขึ้นนำไปสู่ การปรับเปลี่ยนและพัฒนาตนเองต่อไป

2.3 การเรียนรู้ลักษณะกรอบความคิดเติบโต ผู้วิจัยใช้เทคนิคการสร้างความคิดที่ถูกต้องใหม่ (Cognitive Restructuring) ด้วยการตั้งคำถามเพื่อทดสอบ ความมีเหตุผลในกระบวนการคิดโดยพยายามให้สมาชิกกลุ่มหาคำตอบด้วยตัวเอง ผู้วิจัยใช้ทักษะการฟังอย่างตั้งใจ (Active listening) การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of feeling) การทำให้เกิดความกระจ่าง (Clarification) ตามทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญา ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรม รวมทั้งเกิดการพัฒนาทักษะต่าง ๆ เช่น ทักษะด้านการคิด ทักษะด้านการวิเคราะห์ทักษะด้านการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา อย่างมีจุดมุ่งหมายแน่นอน อันก่อให้เกิดการพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ เพื่อให้สมาชิกกลุ่มพิจารณาข้อดีข้อเสียของการคงความคิดนั้นโดยใช้ ความพยายาม และให้ทดลองทำตามความคิดใหม่ ซึ่งเป็นเทคนิคการปรับแก้ความคิดเพื่อนำไปสู่การปรับเปลี่ยนและพัฒนาตนเองของสมาชิกกลุ่มต่อไป

2.4 ความพยายาม โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม (Group activities) กิจกรรมความพยายามของฉันท มุ่งเน้น ให้สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้เข้าใจในความพยายามว่าสามารถและพัฒนากรอบความคิดเติบโตของตนเอง ใช้กระบวนการการฝึกทักษะ (Skill acquisition) ด้วยการให้สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้และลงมือทำใช้ทักษะการฟังอย่างตั้งใจ (Active listening) การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of feeling) การทำให้เกิดความกระจ่าง (Clarification) โดยสมาชิกกลุ่ม ต้องสามารถบอกได้ว่าความพยายามของตนเองจะส่งผลให้ตนเองมีกรอบความคิดเติบโตอย่างไร เรียนรู้อะไรจากการฝึกทักษะและข้อคิดที่ได้โดยสิ่งที่คิดนั้นมีผลต่อพฤติกรรมร่างกายและอารมณ์อย่างไรเพื่อนำไปสู่การปรับเปลี่ยนและพัฒนาตนเองในการเป็นบุคคลที่มีกรอบความคิดแบบเติบโตต่อไป

2.5 กล้าคิด กล้าเผชิญปัญหา โดยมุ่งเน้นให้สมาชิกกลุ่มได้ประเมินความคิดของตนเองว่ามีความพยายามที่จะไปสู่เป้าหมายหรือความสำเร็จเท่าใด โดยใช้เทคนิคการประเมินความคิดและการปรับความคิด (Cognitive adaptation) การฝึกสอนตนเอง (Self-instruction training) จากการประเมินความคิดและความเชื่อของตน ด้วยการตั้งคำถามเพื่อทดสอบความมีเหตุผลในกระบวนการคิด โดยพยายามให้สมาชิกกลุ่มหาคำตอบด้วยตัวเอง เพื่อให้ สมาชิกกลุ่มพิจารณาข้อดีข้อเสียของการคงความคิดนั้น และให้ทดลองทำตามความคิดใหม่ ซึ่งเป็นเทคนิคการปรับแก้ความคิด และเทคนิคการเสริมสร้างทักษะการแก้ปัญหา (Problem solving skill training) และการเสริมแรงทางบวก (Positive reinforcement) ของทฤษฎีการปรึกษาพฤติกรรมนิยม เพื่อนำไปสู่การปรับเปลี่ยนและพัฒนาตนเองของสมาชิกกลุ่มต่อไป

2.6 การปรับเปลี่ยนตนเองเพื่อไปสู่เป้าหมาย โดยมุ่งเน้นให้สมาชิกกลุ่มได้ประเมินความคิดของตนเองว่าสามารถพัฒนาฝึกฝนตนเองจนไปสู่เป้าหมายหรือความสำเร็จให้ดีกว่าเดิม เก่งกว่าเดิมได้ โดยใช้เทคนิคการแก้ปัญหา ด้วยการเรียนรู้และลงมือทำและสามารถบอกได้ว่าเรียนรู้อะไรจาก

การหาสถานการณ์ และข้อคิดที่ได้ โดยสิ่งที่คิดนั้นมีผลต่อ พฤติกรรม ร่างกาย และอารมณ์อย่างไร และ เทคนิคการปรับแก้ความคิด เทคนิคการมอบหมายงานให้ทำ (Homework assignment) ร่วมกับทักษะ การใช้คำถาม (Question technique) ทักษะการทวนความ (Paraphrasing) ทักษะการสรุปความ (Summarizing) เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเรียนรู้ความผิดพลาด ที่จะเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้เรารู้จักแก้ไขพัฒนาตนเอง รู้คิด รู้ปรับเปลี่ยนตนเอง เรียนรู้จากความผิดพลาด เพื่อนำไปสู่การปรับเปลี่ยนและพัฒนาตนเอง ของสมาชิกกลุ่มต่อไป

2.7 การไปให้ถึงเป้าหมายโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม (Group activities) มุ่งเน้นให้สมาชิกกลุ่ม ได้เรียนรู้ว่าการฝึกให้สมาชิกกลุ่มได้มองตนเองว่า มีสิ่งใดที่ยังต้องปรับปรุงพัฒนา และสามารถพูดอย่าง จริงใจและรับฟังอย่างไร่อดีได้อย่างเหมาะสม โดยใช้การเสนอตัวแบบ (Modeling) เพื่อสร้างแรงบันดาลใจจากความ สำเร็จของคนอื่น ใช้เทคนิคประเมินความคิดซึ่งเป็นเทคนิคที่ช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้เข้าใจ ความคิดของตนเองอย่างเป็นรูปธรรม ช่วยให้สมาชิกกลุ่มตั้งเป้าหมายในการแก้ปัญหาของตนเองเพื่อให้ เกิดผลลัพธ์และไปสู่เป้าหมายตามที่ต้องการ และสมาชิกกลุ่มจะได้ประเมินตนเอง จากคำวิจารณ์ นำไปสู่ การปรับเปลี่ยนตนเองและการประยุกต์ใช้ต่อไป โดยใช้เทคนิคการอธิบายโดยตรง (Direct teaching) เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีความพยายาม อดทน มุ่งมั่น เพื่อไปให้ถึงเป้าหมาย

2.8 การยุติการปรึกษา มุ่งเน้นให้สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้ในเรื่องของการเปลี่ยนแปลง ที่ตั้ง อยู่บนพื้นฐานความเชื่อของตนเองและเรียนรู้ว่าทุกคนสามารถพัฒนาได้เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้ถึง ความคิดแบบเติบโต เพื่อนำไปสู่การพัฒนาความคิดเติบโตของตนเองและใช้การให้กำลังใจ โดยใช้ทักษะ การยุติกลุ่มการปรึกษานุกรณาการร่วมกับทักษะการสรุปความ (Summarizing) ทักษะการทวนความ (Paraphrasing) ให้สมาชิกกลุ่ม ได้สะท้อนถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองต่อสมาชิก กลุ่มคนอื่น ๆ รวมทั้งต่อผู้วิจัยต่อการให้การปรึกษากลุ่มแบบนุกรณาการเพื่อพัฒนาความคิดเติบโตและทำ แบบประเมิน

3. ขั้นสรุป ก่อนการยุติการปรึกษาแต่ละครั้งผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ได้ พัฒนาจากกระบวนการปรึกษากลุ่ม ประโยชน์ที่ได้รับอภิปรายคุณค่าที่เกิดขึ้นต่อตนเองและระหว่างเพื่อน สมาชิกกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มบอกว่าตนเองได้รับอะไรและได้ให้อะไรแก่สมาชิกกลุ่มบ้างเปิดโอกาสให้ แลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน ซึ่งผู้วิจัยมีการสรุปเพิ่มเติม ตลอดจนเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มแสดงความคิด ซักถามประเด็นปัญหาที่สงสัยหรือไม่ชัดเจน จากนั้นผู้วิจัยทำการนัดหมายวัน เวลาในการปรึกษากลุ่มครั้ง ถัดไป และให้สมาชิกกลุ่มทำการประเมินผล การปรึกษาครั้งแรกและหลังยุติการปรึกษา

3. ผลของโปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการต่อการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษาคณะครุศาสตร์

3.1 คะแนนกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล พบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยกรอบความคิดแบบเติบโตในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลตามลำดับดังนี้ กลุ่มทดลอง คือ คะแนน 70.12, 86.88 และ 86.63 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มควบคุม คะแนนเฉลี่ยกรอบความคิดแบบเติบโตในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล คือ คะแนน 72.50, 70.88 และ 70.38 ตามลำดับ

3.2 ตรวจสอบกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษาระยะก่อนการทดลองเพื่อดูความเท่าเทียมกันในเบื้องต้นของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ค่าเฉลี่ยกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษา ระยะก่อนเข้ารับการศึกษาของทั้งสองกลุ่มแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่ากรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษาไม่แตกต่างกัน แสดงว่านักศึกษาทั้งสองกลุ่มมีกรอบความคิดแบบเติบโตไม่แตกต่างกันและมีความเท่าเทียมกันตั้งแต่เบื้องต้นในการสู่กลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

3.3 เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษาระหว่างกลุ่มที่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มกับกลุ่มที่ไม่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่ม พบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มและกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มมีคะแนนเฉลี่ยกรอบความคิดแบบเติบโตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 41.269, p < 0.05$) เมื่อทำการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม พบว่า ระยะก่อนการทดลองไม่แตกต่างกัน ($t = 0.897, p = 0.385$) ส่วนในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล นักศึกษากลุ่มทดลองมีคะแนนกรอบความคิดแบบเติบโตสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t = 9.656, p = 0.000$ และ $t = 11.402, p = 0.000$ ตามลำดับ) ในขณะที่ตัวแปรเวลาและตัวแปรกลุ่มมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 49.805, p < 0.05$)

3.4 เปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษาภายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($F = 71.503, p = 0.000$) แสดงว่า ในช่วงเวลาทั้ง 3 ช่วงเวลา มีค่าเฉลี่ยกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษาอย่างน้อย 1 คู่ช่วงเวลาที่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 พบว่า ระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลมีค่าเฉลี่ยกรอบความคิดแบบเติบโตสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ในขณะที่กรอบความคิดแบบเติบโตระยะหลังการทดลองกับระยะ

ติดตามผลมีค่าเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน ส่วนนักศึกษาในกลุ่มควบคุมมีคะแนนรอบความคิดแบบเดบิต 3 ระยะ ไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผล

จากการวิจัยเรื่องการพัฒนาโปรแกรมการศึกษากลุ่มแบบบูรณาการต่อการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเดบิตของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ สามารถนำมาอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. เพื่อพัฒนาโปรแกรมการศึกษากลุ่มแบบบูรณาการต่อการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเดบิตของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ ดังนี้

1.1 กระบวนการศึกษาที่มีขั้นตอนการศึกษารอบคลุมการสร้างสัมพันธ์สภาพการศึกษา กระบวนการเปลี่ยนแปลง และการสรุปผล จะช่วยให้แต่ละชั่วโมงการศึกษามีประสิทธิภาพ สามารถเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเดบิต โดยขั้นตอนการศึกษา ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือ ขั้นนำ ขั้นดำเนินการ และขั้นสรุป จำนวน 8 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที การกำหนดขั้นตอนในชั่วโมงการศึกษาและรูปแบบการศึกษา การกำหนดขั้นตอนในชั่วโมงการศึกษากำหนดเป็น 3 ขั้นตอน คือ ขั้นนำ (Initial stage) ขั้นดำเนินการ (Working stage) และขั้นสรุป (Ending stage) อ้างอิงจาก 6 ขั้นตอน การศึกษากลุ่มของ Corey (2012 : 94-141 อ้างถึงใน ดุษฎี เล็บขาว, 2559 หน้า 204)

ขั้นนำ (Initial stage) กำหนดขึ้นเพื่อสร้างสัมพันธ์และรักษาสัมพันธ์ในแต่ละชั่วโมงการศึกษา ให้กลุ่มเกิดบรรยากาศที่ผ่อนคลาย มีความไว้วางใจต่อกันตลอดจนใช้ชี้แจงวัตถุประสงค์การศึกษาแต่ละครั้งเพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้มองเห็นเป้าหมายในการพัฒนาตนเองชัดเจน บางชั่วโมงการศึกษาขั้นนำใช้เพื่อการทำกิจกรรมเล็กน้อยเพื่อนำเข้าสู่กระบวนการศึกษา ทั้งนี้เพราะกลุ่มผู้รับการศึกษายู่ในช่วงวัยรุ่น มีความสนุกสนาน อดทนต่อกิจกรรมที่ใช้เวลานานได้น้อยกว่ากับกระบวนการศึกษาเป็นกระบวนการที่ต้องใช้การเปิดเผยตนเอง เพื่อให้เกิดความงอกงามทางจิตใจอาจสร้างความอึดอัดให้สมาชิกจนเป็นอุปสรรคในการพัฒนากรอบความคิดแบบเดบิตได้จึงต้องมีการใช้กิจกรรมร่วมด้วยเพื่อดึงดูด ความสนใจ สร้างพลังการร่วมมือและสิ่งสำคัญ คือใช้กิจกรรมเป็นประสบการณ์ฝึกหัดให้สมาชิก ตระหนักรู้ในสิ่งที่ต้องการพัฒนาอย่างเป็นรูปธรรม ขั้นนำถือเป็นขั้นตอนที่ทำให้สมาชิกกลุ่มผ่อนคลายมีความไว้วางใจเพิ่มขึ้นซึ่งสังเกตได้จากแต่ละชั่วโมงการศึกษา สมาชิกกล้าที่จะเปิดเผยตนเองมากขึ้นจากที่ละคนกลายเป็นกล้าเปิดเผยทุกคน

ขั้นดำเนินการ (Working stage) เป็นขั้นตอนที่ใช้เพื่อการพัฒนา มีการใช้เทคนิคการศึกษากลุ่มตามแนวคิดทฤษฎีที่วางแผนไว้ในกระบวนการศึกษา เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้มีโอกาสแสดง

ความรู้สึกที่ขัดแย้งในตนเองการสำรวจตนเองได้แบ่งปันในสิ่งที่ตนเองสงสัยกังวลกับเพื่อน ๆ เรียนรู้ การติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคลเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองในความคิดความเชื่อ อารมณ์ ความรู้สึกและ พฤติกรรมไปในทางสร้างสรรค์

ขั้นสรุป (Final stage) เป็นขั้นตอนที่สมาชิกกลุ่มได้สรุปสิ่งที่ได้จากการพัฒนาตนเอง และรับรู้ประโยชน์ที่เพื่อนได้รับ การสรุปมีความสำคัญมากเพราะทำให้สมาชิกได้รับรู้ถึงพัฒนาการในแต่ละด้านของตนเอง นำไปสู่การเริ่มเปลี่ยนแปลงชีวิตตนเองอย่างสร้างสรรค์ และผู้วิจัยสามารถใช้เพื่อ ประเมินว่ากระบวนการปรึกษาประสบความสำเร็จหรือไม่ยังมีจุดใดที่ยังเป็นอุปสรรคขัดขวางการพัฒนา สมาชิกกลุ่ม

สรุปได้ว่ากระบวนการปรึกษาที่มีขั้นตอนการปรึกษารอบคอบการสร้างความสัมพันธ์ภาพ การปรึกษา กระบวนการเปลี่ยนแปลง และการสรุปผลจะช่วยให้แต่ละชั่วโมงการปรึกษามีประสิทธิภาพ สามารถพัฒนากรอบความคิดแบบเติบโตได้ ทั้งนี้ผู้วิจัยสามารถอภิปรายผลใน 2 ด้าน ดังนี้

1) ด้านรูปแบบการปรึกษา การพัฒนาเป็นรูปแบบการปรึกษาเป็นแบบกลุ่มมีความเหมาะสม ต่อการพัฒนาปฏิสัมพันธ์ (Corey, 2012 : 30) ระหว่างบุคคลและกลุ่มคนกระบวนการ ปรึกษากลุ่ม ถือเป็นพื้นที่ในการแสดงออกสิ่งที่เป็นกังวลหรือรับรู้มาในแง่มุมต่าง ๆ พลังกลุ่มจะช่วยให้ สมาชิก ค้นพบหนทางในการเข้าใจตนเองและยอมรับตนเองในที่สุด (Corey, 2012 : 30) การปรึกษากลุ่ม ยังมีความเหมาะสมกับช่วงวัยของผู้รับการปรึกษา (Peers) ที่ต้องการพูดคุยกับเพื่อนวัยเดียวกัน (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2553 : 339) เพราะกระบวนการกลุ่มเปิดโอกาสให้วัยรุ่นได้แสดงความรู้สึกที่ขัดแย้งในตนเอง การสำรวจและค้นหาตนเองที่เกิดขึ้นตามพัฒนาการช่วงวัยช่วยให้เกิดการแบ่งปันในสิ่งที่ตนเองสงสัยกังวล กับเพื่อน ๆ ซึ่งกระบวนการปรึกษามีการตั้งคำถามในสิ่งที่วัยรุ่นให้คุณค่า สนใจ หรือวิตกกังวลเพื่อนำไปสู่ การเปลี่ยนแปลงตนเอง

2) ด้านระยะเวลาการปรึกษาตามโปรแกรม ในการปรึกษาบางครั้งใช้เวลาเกิน 60 นาที แต่ไม่เกิน 90 นาที ซึ่งยังอยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสมของการปรึกษากลุ่ม การกำหนดจำนวนครั้งการปรึกษา 8 ครั้งและการนัดการปรึกษากลุ่มมีการให้การปรึกษากลุ่มสัปดาห์ละ 1 ครั้ง อยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสมของการปรึกษากลุ่มที่นัดสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง ดังที่ อดงค์ วิเศษสุวรรณ (2554 : 137) ได้กล่าวว่า ในแต่ละครั้ง ของการปรึกษา ถ้าสมาชิกวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่ควรใช้เวลา 1 – 1 ½ ชั่วโมง และการกำหนดจำนวนครั้งในการพบส่วนใหญ่พยายามใช้นาน้อย เน้นที่ผลที่สมาชิกจะได้รับจากการเข้ากลุ่ม การนัดสัปดาห์ละครั้งจะ ใช้เวลาไม่เกิน 15 ครั้ง ส่งผลให้สมาชิกทุกคนสามารถเข้าร่วมได้ครบทุกครั้ง เกิดประสิทธิภาพ

1.2 โปรแกรมการปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการต่อการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโต ของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ ซึ่งผู้วิจัยพบว่าควรใช้ทฤษฎีการปรึกษามากกว่าทฤษฎีเดียวและควร

บูรณาการร่วมกับอีกหลายทฤษฎีหรือหลายเทคนิควิธี จะทำให้กระบวนการศึกษาเชิงบูรณาการมีประสิทธิภาพโดยจะช่วยลดข้อจำกัดของทฤษฎีหลักที่อาจจะมีเทคนิควิธีการที่ไม่เพียงพอ โดยบูรณาการเทคนิคการให้การศึกษาให้ สอดคล้องกับตัวแปรตามนิยามศัพท์เฉพาะ และจุดมุ่งหมายของการให้การศึกษาที่ใช้ในแต่ละครั้ง ไม่บังคับหรือฝืนธรรมชาติของผู้รับการศึกษา บรรยากาศในการศึกษามีความผ่อนคลายเกิดความเข้าใจตนเองอย่างแท้จริงและนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง ในส่วนทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญาและกิจกรรมกลุ่มที่นำไปใช้ในการศึกษา มีแนวคิดความเชื่อของทฤษฎีที่ตรงกับคุณลักษณะของตัวแปรที่ต้องการเสริมสร้างได้อย่างมีประสิทธิภาพ ขั้นตอนการมีการศึกษาที่น่าสนใจแปลกใหม่ นักศึกษามีความชื่นชอบ เกิดความร่วมมืออย่างเต็มที่ที่สามารถเข้าร่วมการศึกษาทุกครั้ง บรรยากาศในการศึกษามีความผ่อนคลายเกิดความเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง ซึ่งเทคนิคการค้นหาและปรับเปลี่ยนความคิดอัตโนมัติ (Automatic thoughts) เป็นเทคนิคที่ใช้ได้ผลดีและมีประสิทธิภาพในการช่วยนักศึกษาในเรื่องของการปรับเปลี่ยนความคิด (Cognitive restructuring) เมื่อนักศึกษาเกิดการปรับเปลี่ยนความคิดก็จะส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองไปในทิศทางที่ดีขึ้น

2. ศึกษาผลการใช้โปรแกรมการศึกษากลุ่มแบบบูรณาการต่อการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ ผู้วิจัยนำเสนอการอภิปรายผล ดังนี้

2.1 นักศึกษากลุ่มทดลองกับนักศึกษากลุ่มควบคุม ระยะก่อนการทดลอง มีคะแนนกรอบความคิดแบบเติบโตแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล นักศึกษากลุ่มทดลองกับนักศึกษากลุ่มควบคุม มีคะแนนกรอบความคิดแบบเติบโตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากการพิจารณาคะแนนเฉลี่ยกรอบความคิดแบบเติบโตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล พบว่า คะแนนเฉลี่ยกรอบความคิดแบบเติบโตของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมทั้งสองระยะ สาเหตุที่ทำให้กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยกรอบความคิดแบบเติบโตสูงกว่ากลุ่มควบคุมนั้น อาจเป็นเพราะกระบวนการกลุ่มเชิงบูรณาการ ซึ่งถือเป็นกระบวนการที่ใช้ในการป้องกันหรือบรรเทาปัญหาในกลุ่มคนที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของกอบแก้ว บุญบุตร (2563 : 4) ได้ศึกษาเรื่องการเสริมสร้างชุดความคิดเติบโตของนักเรียนวัยรุ่นด้วยโปรแกรมการศึกษากลุ่มเชิงบูรณาการทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญาร่วมกับกิจกรรมกลุ่มพัฒนาความคิด พบว่า ในระยะหลังการทดลอง หลังจากที่ถูกกลุ่มทดลองได้รับการศึกษากลุ่ม ในขณะที่กลุ่มควบคุมไม่ได้รับการศึกษากลุ่มกราฟของกลุ่มทดลองเพิ่มสูงขึ้นอยู่ที่ 97.30 ซึ่งสูงกว่ากลุ่มควบคุมอยู่ที่ 50.10 และในระยะติดตามผลกราฟของกลุ่มทดลองเพิ่มสูงขึ้นอยู่ที่ 98.40 ซึ่งสูงกว่ากลุ่มควบคุมอยู่ที่ 50.00 โดยได้รับการยืนยันจากหลายงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศ (Goodnough & Lee, 2004 ; Riva & Haub, 2004 cited in Corey, 2012, : 27 อ้างถึงใน ดุษฎี เล็บขาว, 2559 : 218) โดยโปรแกรมการศึกษากลุ่มเชิงบูรณาการทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญามี

การใช้กระบวนการปรึกษาจัดการ 3 ปัจจัย คือ ความคิด (Thinking) ความรู้สึก (Feeling) และการกระทำ (Doing) จึงสามารถช่วยให้สมาชิกได้เกิดการสร้างเสริมกรอบความคิดแบบเติบโต ได้เห็นความเหมือนและความแตกต่างในกรอบความคิดแบบเติบโตของแต่ละคน ทำให้เกิดการตระหนักในการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตของตนเองมากขึ้น เริ่มต้นด้วยการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้วิจัยและนักศึกษา และระหว่างนักศึกษาด้วยกัน ตลอดจนสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเองในการปรึกษากลุ่ม ช่วยให้สมาชิกกลุ่มเกิดความไว้วางใจ มีความกล้าเปิดเผยตนเอง มีการให้นักศึกษาสำรวจวิเคราะห์และทำความเข้าใจกรอบความคิดแบบเติบโตของตนเองความแตกต่างของกรอบแนวคิดแบบเติบโต กรอบแนวคิดแบบยึดติด ทราบระดับกรอบความคิดแบบเติบโตของตนเองและเชื่อมโยงไปสู่การสร้างเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตของตนเองและสมาชิกกลุ่มต่อไป

การปรึกษากลุ่มเชิงบูรณาการทฤษฎีพฤติกรรมทางปัญญา ช่วยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและโครงสร้างทางความคิดอย่างต่อเนื่อง ด้วยการถามคำถามลักษณะต่าง ๆ รวมไปถึงการใช้เทคนิคที่หลากหลาย ประกอบด้วย เทคนิคการอธิบายโดยตรง (Direct teaching) เทคนิคการจินตนาการ (Imagery) เทคนิคการตั้งคำถาม (Question) เทคนิคการฝึกทักษะ (Skill Training) เทคนิคการประเมินความคิดและการปรับความคิด (Cognitive adaptation) เทคนิคการฝึกสอนตนเอง (Self-instruction training) เทคนิคการเสริมสร้างทักษะการแก้ปัญหา (Problem solving skill training) เทคนิคการมอบหมายงานให้ทำ (Homework) และการเสริมแรงทางบวก (Positive reinforcement) นอกจากนี้ยังช่วยให้สมาชิกกลุ่มมองเห็นทางเลือกในการคิดและการแก้ปัญหาในมุมมองใหม่ของตนเองและของสมาชิกกลุ่มที่เป็นประโยชน์เพื่อให้สมาชิกกลุ่มประเมินปัญหาให้ความรู้และท้าทายต่อความคิดที่ไม่เกิดประโยชน์พยายามแก้ปัญหาเพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดความเข้าใจในความคิดของตนเองและผู้อื่นมากขึ้น โดยกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มได้ตอบคำถาม และค้นพบว่าความคิดเกิดขึ้นจากสมาชิกกลุ่มเป็นผู้คิดเอง โดยผู้วิจัยใช้คำถามเพื่อให้สมาชิกกลุ่มคิดแก้ปัญหา ให้สมาชิกกลุ่มเกิดความเข้าใจในความคิดของตนเองและผู้อื่นมากขึ้น ทำให้สมาชิกกลุ่มมีการเปิดเผยตนเองและช่วยให้พัฒนาตนเองไปอย่างรวดเร็ว อันจะช่วยเสริมสร้างให้เกิดกรอบความคิดแบบเติบโตที่เพิ่มขึ้น ส่งผลให้คะแนนเฉลี่ยกรอบความคิดแบบเติบโตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล คะแนนเฉลี่ยกรอบความคิดแบบเติบโตของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมทั้งสองระยะ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของนฤมิตร รอดโสภา (2552 อ้างถึงใน สมร สามารถ, 2560 : 65) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ต่อความเครียดของนิสิตพยาบาลชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ผลการศึกษาพบว่า นิสิตพยาบาลในกลุ่มทดลองมีความเครียดน้อยกว่ากลุ่มควบคุมทั้งในระยะหลังทดลองและระยะติดตามผลอย่างชัดเจน

2.2 นักศึกษากลุ่มทดลองมีคะแนนรอบความคิดแบบเติบโตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และมีคะแนนเฉลี่ยรอบความคิดแบบเติบโตในระยะหลังการทดลองไม่แตกต่างกับระยะติดตามผล ส่วนนักศึกษากลุ่มควบคุมมีคะแนนรอบความคิดแบบเติบโตในทั้ง 3 ระยะ ไม่แตกต่างกัน เนื่องจากการปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการได้นำทฤษฎีการปรึกษากลุ่มพฤติกรรมทางปัญญาเป็นหลัก และมีการให้ความสำคัญกับการสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพกับสมาชิกกลุ่มนั้นมีความสำคัญมากส่งผลให้สมาชิกกลุ่มเข้าร่วมการปรึกษาครบทั้ง 8 ครั้ง ประกอบกับการใช้กระบวนการปรึกษากลุ่ม ซึ่งถือเป็นกระบวนการที่มีประสิทธิภาพ เน้นการมีปฏิสัมพันธ์ในกลุ่มคน นักศึกษาได้ประโยชน์เพราะสามารถฝึกทักษะใหม่ๆ ได้ทั้งในขณะที่อยู่ในกลุ่มและในชีวิตประจำวันอย่างปลอดภัยนอกจากนี้ยังได้ประโยชน์จากการแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นระหว่างตนเอง สมาชิกในกลุ่มและผู้นำกลุ่มที่ร่วมกันเสนอแนะแบ่งปันประสบการณ์เกิดสัมพันธ์ภาพในการปรึกษากลุ่ม สอดคล้องกับแนวคิดของ Corey (2012 : 30 อ้างถึงใน ดุษฎี เล็บขาว, 2559 : 215) ที่ว่ากลุ่มจะเป็นสถานที่ที่ช่วยให้วัยรุ่นได้แสดงออก ความรู้สึกที่สับสนได้สำรวจสิ่งที่สงสัยเกี่ยวกับตนเองได้แลกเปลี่ยนเรื่องราวกับเพื่อน และมีเพื่อนพร้อมที่จะรับฟังกลุ่มจะช่วยให้วัยรุ่นเปิดเผยค่านิยม ความเชื่อและเริ่มปรับเปลี่ยน ค่านิยมบางอย่างที่ขัดขวางจิตใจไม่ให้เติบโต ประเด็นสำคัญคือกลุ่มจะช่วยวัยรุ่นด้านการสื่อสารกับเพื่อนวัยเดียวกันหรือต่างวัยได้ เรียนรู้แบบอย่างจากผู้นำกลุ่ม ได้ทดลองทำสิ่งต่าง ๆ ในบรรยากาศที่ปลอดภัยโดยมีกลุ่มเพื่อนและผู้นำกลุ่มให้การสนับสนุนให้กำลังใจ พร้อมทั้งจะเข้าใจในสิ่งที่วัยรุ่นเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นในกลุ่มจะนำไปสู่การเข้าใจตนเองและการยอมรับตนเอง

อีกทั้งการออกแบบแนวทางปฏิบัติให้นักศึกษาได้สรุปผลการสร้างเสริมกรอบความคิดแบบเติบโตในชั้นสรุปทุกชั่วโมงการปรึกษาผู้วิจัยกระตุ้นให้นักศึกษาฝึกการคิดวิเคราะห์ตนเอง สำรวจตนเอง และประเมินตนเองและให้โอกาสในการสนทนาแลกเปลี่ยนกันภายในกลุ่ม ร่วมกับมีการติดตามผลการเปลี่ยนแปลง 1 เดือนภายหลังการปรึกษากลุ่มเสร็จสิ้น ส่งผลให้ค่าเฉลี่ยรอบความคิดแบบเติบโตในระยะติดตามผลยังสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ด้วยเหตุผลดังกล่าวประกอบกันส่งผลให้นักศึกษาเกิดความคงทนของความคิด อารมณ์ความรู้สึกและพฤติกรรม เห็นได้จาก ผลการศึกษาว่า นักศึกษามีกรอบความคิดแบบเติบโตในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับเป้าหมายการปรึกษาของทฤษฎีที่ต้องการให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิดและพฤติกรรม และเกิดการเปลี่ยนแปลงตนเองใหม่ เป็นไปตามที่คาดหวัง และมีความคงทนของพฤติกรรม

สรุปได้ว่า รูปแบบการปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคให้แต่ละขั้นตอนการปรึกษามีความครอบคลุมการสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพ มีขั้นตอนการพัฒนาการคิดวิเคราะห์ การสำรวจตนเอง โดยใช้หลักการผสมผสานทฤษฎีและเทคนิคการมีขั้นตอนการสรุปผลร่วมกับกำหนดชั่วโมง

และระยะเวลาการศึกษาให้เหมาะสม สามารถช่วยให้นักศึกษาได้เข้าร่วมการปรัษาได้ครบทุกครั้งและเกิดความคงทนของกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษา คณะครุศาสตร์ได้

ข้อเสนอแนะ

จากผลวิจัยสามารถนำผลที่ได้ไปใช้พัฒนาโปรแกรมการปรัษากลุ่มแบบบูรณาการต่อการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษาคณะครุศาสตร์เพิ่มเติมได้ โดยผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. แบบวัดกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ สามารถนำไปใช้กับนักศึกษาที่มีลักษณะคล้ายคลึงกัน
2. โปรแกรมการปรัษากลุ่มแบบบูรณาการต่อการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ ผู้ที่สนใจนำไปใช้ควรมีพื้นฐานความรู้และประสบการณ์ทางด้านการให้การปรัษามาก่อน เช่น นักจิตวิทยา นักวิชาการทางด้านจิตวิทยา แพทย์ พยาบาล ครู นักสังคมสงเคราะห์ เป็นต้น เนื่องจากทักษะและเทคนิคการปรัษาที่นั้นมีความเฉพาะเจาะจง ต้องอาศัยประสบการณ์ทักษะการปรัษาเพื่อให้นักศึกษาได้รับประโยชน์สูงสุด
3. ผู้บริหารคณะครุศาสตร์ ควรตระหนักถึงความสำคัญต่อการให้คำปรัษากลุ่มแบบบูรณาการต่อการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษา เพื่อนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพของบุคลากรทางการศึกษา

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการติดตามผลกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ หลังจากทดลองไปแล้ว ระยะเวลา 3 เดือน 6 เดือน และ 1 ปี เพื่อติดตามผลความคงทนของกรอบความคิดแบบเติบโตของนักศึกษาคณะครุศาสตร์
2. การวิจัยในครั้งนี้เป็นการปรัษากลุ่มเชิงบูรณาการ ควรมีการพัฒนาการปรัษากลุ่มทฤษฎีเน้นทางออกระยะสั้น เนื่องจากเป็นทฤษฎีที่สั้น กระชับและได้ผลรวดเร็วเพื่อพัฒนาเป็นเครื่องมือในการเสริมสร้างกรอบความคิดแบบเติบโตแบบระยะสั้นต่อไป