

ผลการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในการทำวิจัยในรายวิชาปัญหาพิเศษของนักศึกษาปริญญาตรี

The Effects of Reality Therapy Group Counseling on Adversity Quotient in Research Special Problem Subject of Undergraduate Students

เรือนแก้ว แก้วอารมณ์เหลือง¹ ประชา อินัง² ดลดาว วงศ์ธีระธรณ์³

Ruankaew Kaewarphonluang¹ Pracha Inang² Doldao Wongtheerathorn³

¹นิสิตปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

Student (B.Sc.) Counseling Psychology, Faculty of Education, Burapha University Corresponding author, E-mail: ruankaew.k@hotmail.co.th

²ดร. ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ มหาวิทยาลัยบูรพา

Ph.D., Department of Research and Applied Psychology, Faculty of Education, Burapha University, E-mail: pracha@go.ac.th

³ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ มหาวิทยาลัยบูรพา

Assistant Professor, Ph.D., Department of Research and Applied Psychology, Faculty of Education, Burapha University, E-mail: doldao.p@gmail.com

Received: June 20, 2021; Revised: August 10, 2022; Accepted: September 12, 2022

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ศึกษาผลการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในการทำวิจัยในรายวิชาปัญหาพิเศษของนักศึกษาปริญญาตรี กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยคือ นักศึกษาปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4 สาขาการจัดการโลจิสติกส์ ที่มีคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในการทำวิจัยระดับค่อนข้างต่ำและระดับต่ำ สมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 16 คน สุ่มอย่างง่าย แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน เครื่องมือในการวิจัยประกอบด้วย แบบวัดความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในการทำวิจัย และโปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ใช้เวลาสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 60 - 90 นาที รวมทั้งสิ้น 10 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับคำปรึกษาจากอาจารย์ที่ปรึกษาตามปกติ เก็บข้อมูล 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผลสถิติที่ใช้คือ การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยภายหลังการทดสอบรวมด้วยวิธี LSD ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการปรึกษาและระยะการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 นักศึกษาที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงมีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในการทำวิจัย ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 นักศึกษาที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงมีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในการทำวิจัย ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่า

ระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และนักศึกษากลุ่มควบคุมมีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในการทำวิจัย ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลก็ระยะก่อนการทดลองไม่แตกต่างกัน

คำสำคัญ: การปรึกษากลุ่ม/ ทฤษฎีเผชิญความจริง/ ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรค

Abstract

This research was an experimental research design aimed to study the effects of reality therapy group counseling on adversity quotient in research Special Problem subject of undergraduate students. The samples were 16 fourth year undergraduate students in Logistics Management major, who had very low to low AQ (Adversity Quotient) scores and volunteered to participate in the experiment. The 16 samples were simple randomly divided into 2 groups as experimental group and control group, each of which with 8 people. The instruments used in this study were the AQ test and reality therapy group counseling program. The interventions were administered for 10 sessions, with 60-90 minutes for each session and 2 sessions per week. Students in the control group were consulted by an advisor. The data collection process is divided into three phases: the pre-test, the post-test and the follow-up. The statistics used for data analysis is repeated-measures analysis of variance: one between-subjects variable and one within-subject variable and tested for difference among mean by LSD (Fisher's Least Significant Difference) test of Post Hoc Comparisons. The results revealed there was a statistically significant interaction at .05 levels between the methods and the duration of the experiment. The students in the reality therapy group counseling were found to have the AQ scores in the post-test and the follow-up higher than those in the control group with the statistical significant at .05 levels. The students in the reality therapy group counseling were found to have the AQ scores in the post-test and the follow-up higher than in the pre-test with the statistical significance at .05 levels. The students in the control group were found to have different scores on AQ test at the post-test, follow-up and pre-test at the .05 level, while the results were not statistically significant.

Keywords: Group Counseling/ Reality Therapy/ Adversity Quotient

บทนำ

การศึกษาระดับปริญญาตรี ถือเป็นช่วงเวลาสำคัญช่วงหนึ่งของนักศึกษาก่อนที่จะก้าวไปสู่โลกของการประกอบอาชีพ บนช่วงเวลาอันสำคัญนี้ นักศึกษารวมทั้งครอบครัวมีความคาดหวังที่ว่า “เรียนจบแล้วจะมีงานทำ” ซึ่งความคาดหวังนี้ส่งผลให้แทบทุกสถาบันการศึกษาต้องพัฒนานักศึกษาของตนให้มีคุณลักษณะที่ประสบความสำเร็จในการเรียน เพื่อเป็นตัวเลือกอันดับต้นในการคัดเลือกเข้าทำงาน จึงถือเป็นดัชนีชี้วัดคุณภาพที่สำคัญของระบบการศึกษาไทยในยุคปัจจุบัน โดยทั่วไปหลักสูตรระดับปริญญาตรีใช้ระยะเวลาศึกษา 4 ปีการศึกษา ยกเว้นบางคณะบางสาขาวิชาที่ใช้เวลา 5 - 6 ปีการศึกษา นอกจากนี้ในบางหลักสูตรกำหนดให้มีการทำงานวิจัย (Research) เป็นปริญญานิพนธ์ในปีการศึกษาสุดท้ายเช่นเดียวกับการศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา มีชื่อเรียกหลากหลายว่า ปัญหาพิเศษ (Special Problem) การศึกษาอิสระ (Independent Study) หรือโครงการ (Project) ถือเป็นประมวผลความรู้ความสามารถที่มีมาทั้งหมดของตัว

ผู้เรียนเอง นักศึกษาที่มีการทำวิจัยจึงต้องเผชิญสถานการณ์ที่แตกต่างไปจากนักศึกษาหลักสูตรทั่วไป ปัจจุบันพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 4 ไม่สำเร็จการศึกษาตามระยะเวลาที่กำหนด เนื่องจากนักศึกษาสอบไม่ผ่านและส่งรายงานวิจัยไม่ทันตามกำหนด โดยสาเหตุส่วนใหญ่มาจากการขาดความมุ่งมั่นตั้งใจและความสนใจต่อการทำวิจัย (สุภาวดี โกยกุล และ เจษฎา อีสหะ, 2560)

นอกจากนี้พบปัญหาในการทำวิจัยของนักศึกษา เช่น การขาดประสบการณ์และความรู้ในการทำวิจัย ขาดการวางแผนที่ดี มีปัญหาในการเลือกหัวข้อ การค้นคว้าเอกสารตำรา ระยะเวลาการทำวิจัย การเขียนที่มาและความสำคัญ ความพร้อมด้านอุปกรณ์ และอาจารย์ที่ปรึกษา (ราตรี เอี่ยมประดิษฐ์ และสุมาลี บุญนุช, 2557) จากที่กล่าวมาข้างต้น แสดงให้เห็นว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 4 ต้องแบกรับภาระมากมาย เปรียบการทำปัญหาพิเศษเสมือนตัวชีวิตความสำเร็จที่สำคัญอย่างหนึ่งของนักศึกษาที่ถือเป็นสถานการณ์ที่มีความท้าทายอย่างยิ่งในชีวิตของวัยรุ่นที่กำลังจะก้าวเข้าสู่ผู้ใหญ่ ซึ่งความท้าทาย (Challenge) ไม่ได้เป็นสิ่งที่ทุกคนยินดีที่จะเผชิญ

ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรค (Adversity Quotient หรือ AQ) เป็นความสามารถของบุคคลในการเผชิญอุปสรรคหรือความยากลำบากด้วยความเข้มแข็ง มองความยากลำบากเป็นเรื่องท้าทายและเป็นโอกาสที่จะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง (Stoltz, 1997) ซึ่งการเสริมสร้าง AQ เป็นการช่วยบุคคลให้มีจิตใจที่มุ่งมั่นและอดทนมากขึ้น พร้อมเผชิญกับปัญหาหรืออุปสรรคที่เข้ามาในชีวิต เรียนรู้วิธีการออกจากสถานการณ์ที่ยากลำบากด้วยตนเอง ซึ่งหากนักศึกษาปริญญาตรีที่กำลังเผชิญปัญหาในการทำวิจัยได้รับการส่งเสริมให้มี AQ ในระดับที่เพิ่มสูงขึ้น จะทำให้มีสภาพจิตใจที่เข้มแข็ง มีความมุ่งมั่นในการทำปัญหาพิเศษและอดทนในการแก้ไขปัญหาพิเศษจนสามารถสอบผ่านและส่งรายงานวิจัยได้ตามระยะเวลากำหนดได้ เนื่องด้วยนักศึกษาเป็นช่วงวัยที่บุคคลมีพัฒนาการมากมาย เป็นกลุ่มที่มีประสบการณ์ชีวิตหลากหลาย การปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) จึงถูกออกแบบมาเพื่อช่วยในการพัฒนาตนเองให้กับนักศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Corey, 2012)

การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง (Reality Therapy Group Counseling) เป็นการให้การช่วยเหลือที่มุ่งเน้นการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ช่วยให้เกิดการเรียนรู้จากการแบ่งปันประสบการณ์ในการค้นหาวิธีการตอบสนองความต้องการของบุคคล มีกระบวนการสำคัญที่ส่งเสริมการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล เรียกว่า ระบบ WDEP (WDEP System) ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่ 1) W: Wants (การสำรวจความต้องการ) 2) D: Direction & Doing (การสำรวจพฤติกรรม) 3) E: Evaluation (การประเมินตนเอง) และ 4) P: Planning (การวางแผน) โดยมีเป้าหมายให้บุคคลมีความรับผิดชอบ (Responsibility) ในการตอบสนองความต้องการของตนโดยไม่กระทบต่อสิทธิของผู้อื่น เผชิญหน้าและพิจารณาสิ่งเกิดขึ้นในชีวิตตามความเป็นจริง (Reality) และตอบสนองความต้องการด้วยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปสู่แนวทางที่ถูกต้อง (Right) (วัชร ทรัพย์มี, 2556)

ด้วยเหตุผลที่กล่าวมา ผู้วิจัยจึงสนใจให้การช่วยเหลือนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่มีแนวโน้มว่าไม่สามารถจัดการกับอุปสรรคในการทำวิจัยในรายวิชาปัญหาพิเศษของตนเองได้ โดยการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคด้วยการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อให้ นักศึกษาสามารถทำวิจัยในรายวิชาปัญหาพิเศษได้ตามที่ต้องการ และเป็นวิธีการสนับสนุนให้นักศึกษาพัฒนาตนเองไปสู่การมีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ (Success Identity) รับรู้ถึงความสามารถและคุณค่าในตนเอง

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาผลการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในการทำวิจัยในรายวิชาปัญหาพิเศษของนักศึกษาระดับปริญญาตรีโดยมีวัตถุประสงค์ย่อย ดังนี้

1. เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบผลการศึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรคในการทำวิจัยในรายวิชาปัญหาพิเศษของนักศึกษาปริญญาตรีระหว่างนักศึกษากลุ่มที่ได้รับการศึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงกับนักศึกษากลุ่มที่ได้รับการศึกษาจากอาจารย์ที่ปรึกษาแบบปกติ

2. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรคในการทำวิจัยในรายวิชาปัญหาพิเศษของนักศึกษาปริญญาตรีที่ได้รับการศึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผล

สมมติฐานของการวิจัย

1. ปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการศึกษาและระยะการทดลอง มีอิทธิพลต่อความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรคในการทำวิจัยของนักศึกษา

2. นักศึกษาที่ได้รับการศึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรคในการทำวิจัยระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม

3. นักศึกษาที่ได้รับการศึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรคในการทำวิจัยระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

4. นักศึกษากลุ่มควบคุมมีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรคในการทำวิจัยระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากร คือ นักศึกษาปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4 สาขาการจัดการโลจิสติกส์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก ที่ลงทะเบียนในรายวิชาปัญหาพิเศษด้านการจัดการโลจิสติกส์ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาที่มีคะแนนความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรคในการทำวิจัยระดับค่อนข้างต่ำถึงระดับต่ำ ที่สมัครใจเข้าร่วมจำนวน 16 คน จับสลาก แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน และสุ่มอย่างง่าย (Random Assignment) ด้วยการจับสลาก เพื่อคัดเลือกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตัวแปรอิสระ ได้แก่ 1) วิธีการให้การปรึกษา แบ่งเป็น 2 วิธี คือ 1.1) การศึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง และ 1.2) การศึกษาจากอาจารย์ที่ปรึกษาตามปกติ และ 2) ระยะเวลาในการทดลอง แบ่งเป็น 3 ระยะ ได้แก่ 2.1) ระยะก่อนการทดลอง 2.2) ระยะหลังการทดลอง 2.3) ระยะติดตามผล

ตัวแปรตาม ได้แก่ ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรคในการทำวิจัย ประกอบด้วย 1) ด้านการควบคุมตนเอง 2) ด้านความรับผิดชอบต่อปัญหา 3) ด้านการรับรู้ปัญหา และ 4) ด้านความอดทนต่อปัญหา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวัดความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรคในการทำวิจัย ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟูอุปสรรค (The Adversity Response Profile หรือ ARP QuickTake) ของสตอลทซ์ (Stoltz, 2000) จำนวน 20 ข้อ ลักษณะเป็นมาตราจำแนกความหมาย (Semantic Differentials) หรือมาตราวัดแบบออสกู๊ด (Osgood's Scale) เพื่อวัดเจตคติ ประกอบด้วยคำที่มีความหมายตรงกันข้าม 2 คำ ในส่วนต้นและปลาย และแบ่งเป็น 5 ช่วง เพื่อให้คะแนน 1 2 3 4 5 ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้เชี่ยวชาญ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (Item-Objective Congruence: IOC) อยู่ระหว่าง 0.6 - 1.00 และหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา

(Cronbach's Alpha Coefficient) มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.76 ซึ่งอยู่ในระดับที่ยอมรับได้สำหรับเครื่องมือวัดเจตคติ (บุญใจ ศรีสถิตยัณรากร, 2555)

2. โปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น จำนวน 10 ครั้ง เข้าร่วมครั้งละ 60 - 90 นาที

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยให้นักศึกษาปริญญาตรี ชั้นปีที่ 4 สาขาการจัดการโลจิสติกส์ ที่ลงทะเบียนรายวิชาปัญหาพิเศษด้านการจัดการโลจิสติกส์ ในปีการศึกษา 2561 จำนวน 103 คน ทำแบบวัด คัดเลือกที่มีคะแนนระดับค่อนข้างต่ำถึงระดับต่ำและสมัครใจเข้าร่วมการทดลองจำนวน 16 คน สุ่มอย่างง่ายแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน ใช้คะแนนที่ได้จากการทำแบบวัดเป็นคะแนนในระยะก่อนการทดลอง (Pre-test) จากนั้นผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงกับกลุ่มทดลอง สัปดาห์ละ 2 วัน ได้แก่ วันอังคาร และวันพฤหัสบดี วันละ 1 ครั้ง เวลา 10.00 - 11.30 น. ครั้งละ 60 - 90 นาที รวมทั้งสิ้น 10 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับคำปรึกษาจากอาจารย์ที่ปรึกษาปัญหาพิเศษตามปกติ

2. ระยะหลังการทดลอง เมื่อสิ้นสุดการดำเนินโปรแกรมการปรึกษากลุ่มกับกลุ่มทดลองในครั้งที่ 10 ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดอีกครั้ง เพื่อใช้เป็นคะแนนระยะหลังการทดลอง (Post-test)

3. ระยะติดตามผล หลังจากสิ้นสุดการทดลองแล้ว 4 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดอีกครั้ง เพื่อใช้เป็นคะแนนระยะติดตามผล (Follow-up)

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรค ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผล

2. วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรค ในการทำวิจัย ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผล ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (One Between Subjects Variable and One Within Subjects Variable) (Howell, 2007) และเมื่อพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทำการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยภายหลังการทดสอบรวม (Post Hoc Comparisons) ด้วยวิธี LSD (Fisher's Least Significant Difference)

ผลการวิจัย

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของคะแนนความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในการทำวิจัยระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผล

กลุ่มทดลอง				กลุ่มควบคุม			
คนที่	ระยะก่อนการ	ระยะหลังการ	ระยะติดตาม	คนที่	ระยะก่อนการ	ระยะหลังการ	ระยะติดตาม
	ทดลอง	ทดลอง	ผล		ทดลอง	ทดลอง	ผล
1	100	128	140	1	128	98	92
2	120	152	156	2	124	106	118
3	100	128	144	3	96	116	128
4	124	152	162	4	120	110	122
5	120	154	166	5	102	90	118
6	102	140	165	6	114	126	122
7	112	146	162	7	110	104	122
8	124	172	178	8	120	122	140
รวม	902	1,172	1,273	รวม	914	872	962
$\bar{X}$	112.75	146.50	159.13	$\bar{X}$	114.25	109	120.25
SD	10.69	14.61	12.30	SD	11.03	12.09	13.46

จากตารางที่ 1 พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผลเท่ากับ 112.75, 146.50 และ 159.13 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผลเท่ากับ 114.25, 109 และ 120.25 ตามลำดับ

กลุ่มทดลองมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผลเท่ากับ 10.69, 14.61 และ 12.30 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มควบคุมมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และติดตามผลเท่ากับ 11.03, 12.09 และ 13.46 ตามลำดับ

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในการทำวิจัยระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง

Source of variation	df	SS	MS	F	p
Between subjects	15	11680.979			
Group (G)	1	7475.021	7475.021	24.881*	.000
SS w/in Group	14	4205.958	300.426		
Within subjects	32	11994.001			
Interval (I)	2	5500.542	2750.271	33.636*	.000
I x G	2	4204.042	2102.021	25.708*	.000
I x SS w/in Group	28	2289.417	81.765		
Total	47	23674.980			

*p < .05

จากตารางที่ 2 พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง ($I \times G$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนอกจากนี้ยังพบว่า วิธีการที่แตกต่างกัน (Method) และ ระยะเวลาที่แตกต่างกัน (Interval) มีผลต่อคะแนนเฉลี่ยของความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรคในการทำวิจัยที่เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 3 ผลการทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

Source of variation	df	SS	MS	F	p
ระยะก่อนการทดลอง					
Between Group	1	9.000	9.000	.076	.786
Within Group	14	1651.000	117.929		
ระยะหลังการทดลอง					
Between Group	1	5625.000	5625.000	31.275*	.000
Within Group	14	2518.000	179.857		
ระยะติดตามผล					
Between Group	1	6045.063	6045.063	36.379*	.000
Within Group	14	2326.375	166.170		

* $p < .05$

จากตารางที่ 3 พบว่า ในระยะก่อนการทดลอง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรคในการทำวิจัยไม่แตกต่างกัน ในระยะหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรคในการทำวิจัยสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และในระยะติดตามผล กลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟูอุปสรรคในการทำวิจัยสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 4 ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาการทดลองของกลุ่มทดลอง

Source of variation	df	SS	MS	F	p
กลุ่มทดลอง					
Between Subjects	7	2953.292	421.899		
Interval	2	9197.583	4598.792	161.327*	.000
Error	14	399.083	28.506		
Total	23	12549.958			

* $p < .05$

จากตารางที่ 4 พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผู้วิจัยจึงทำการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยภายหลังการทดสอบรวม (Post Hoc Comparisons) ด้วยวิธี LSD (Fisher's Least Significant Difference) กับกลุ่มทดลองดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยภายหลังการทดสอบรวมของกลุ่มทดลองด้วยวิธี LSD

(I) ระยะเวลาทดลอง	(J) ระยะเวลาทดลอง	Mean Difference (I-J)	Std. Error	p
ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	-33.750	2.403*	.000
	ติดตามผล	-46.365	3.196*	.000
หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	33.750	2.403*	.000
	ติดตามผล	-12.625	2.322*	.001
ติดตามผล	ก่อนการทดลอง	46.375	3.196*	.000
	หลังการทดลอง	12.625	2.322*	.001

*p < .05

จากตารางที่ 5 พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 3 คู่ คือ 1) คะแนนเฉลี่ยระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) คะแนนเฉลี่ยระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 3) คะแนนเฉลี่ยระยะติดตามผลสูงกว่าระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 6 ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาการทดลองของกลุ่มควบคุม

Source of variation	df	SS	MS	F	p
กลุ่มควบคุม					
Between Subjects	7	1252.667	178.952		
Interval	2	507.000	253.500	1.877	.190
Error	14	1890.333	135.024		
Total	23	3650			

*p < .05

จากตารางที่ 6 พบว่า กลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผล

1. การทดสอบปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการศึกษาและระยะเวลาการทดลอง ผลวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการศึกษาและระยะเวลาการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 อภิปรายได้ว่า ในระยะก่อนการทดลอง นักศึกษาที่ได้รับการศึกษากลุ่มและนักศึกษากลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยใกล้เคียงกัน เนื่องจากการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำและระดับต่ำจากการทำแบบวัด และสุ่มอย่างง่ายเพื่อแบ่งกลุ่มเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมอย่างเป็นธรรม แต่ในระยะหลังการทดลองและในระยะติดตามผล นักศึกษาที่ได้รับการศึกษากลุ่มมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุม เนื่องจากนักศึกษาที่ได้รับการศึกษากลุ่มได้ดำเนินการตามระบบ WDEP ได้แก่ 1) สำรวจความต้องการ (W: Want) และกำหนดความต้องการในการทำวิจัยของตนเอง 2) สำรวจพฤติกรรม (D: Direction & Doing) เพื่อให้เข้าใจถึงความรับผิดชอบที่ตนเองต้องมี 3) ประเมินตนเอง (E: Evaluation) เพื่อพิจารณาทางเลือก และ 4) วางแผน (P: Planning) เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติ และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่มีผลต่อการทำวิจัยของตนเองได้ ทำให้ปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการศึกษาและระยะเวลาการทดลอง มีอิทธิพลต่อความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในการทำวิจัยของนักศึกษา สอดคล้องกับงานวิจัยของ อาทิตย์ พานิชอัตรา (2561) ที่ศึกษาผลการปรึกษา

กลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการยับยั้งชั่งใจในการดื่มแอลกอฮอล์ของนิสิตปริญญาตรี พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และงานวิจัยของ นพพร ปานขาว, เพ็ญภา กุลนภาดล และดลดาว ปุณณานนท์ (2561) ศึกษาผลการปรึกษาทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการยอมรับของภรรยาผู้ป่วยมะเร็งระยะลุกลาม พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองและระยะเวลาทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. การทดสอบย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ผลวิจัยพบว่า นักศึกษาที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงมีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในทวิวิจัย ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 อภิปรายได้ว่า โปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง มีเป้าหมายในการให้บุคคลมีความรับผิดชอบ (Responsibility) ในการตอบสนองความต้องการของตนเอง บุคคลจึงเต็มใจที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยพิจารณาปัญหาที่เผชิญและพฤติกรรมในปัจจุบันตามความเป็นจริง (Reality) และหาวิธีการตอบสนองความต้องการในแนวทางที่ถูกต้อง (Right) และเหมาะสมกับตน ทำให้ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล คะแนนความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในทวิวิจัยของนักศึกษาที่ได้รับการปรึกษากลุ่มสูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุม สอดคล้องกับงานวิจัยของ อภิญา ปิตินิตยน์รินทร์, เพ็ญภา กุลนภาดล และดลดาว ปุณณานนท์ (2560) ศึกษาผลการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงต่อพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟนของนิสิตปริญญาตรี พบว่าในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟนต่างจากกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาการทดลองของกลุ่มทดลอง และผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยภายหลังการทดสอบรวม ด้วยวิธี LSD (Fisher's Least Significant Difference) ผลวิจัยพบว่า นักศึกษาที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในการทำวิจัย ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และคะแนนเฉลี่ยระยะติดตามผลสูงกว่าระยะหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อภิปรายได้ว่า ขั้นตอนของการปรึกษากลุ่มมุ่งเน้นให้สมาชิกเผชิญกับความท้าทายในการดำเนินชีวิตประจำวันภายนอก ด้วยสิ่งได้เรียนรู้ภายในกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกในการจัดการปัญหาต่อไปในอนาคต และทฤษฎีเผชิญความจริงมีกระบวนการเฉพาะที่มีประสิทธิภาพ ช่วยเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในการทำวิจัยได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ พิระญาณ์ อัครวงศ์กรณ์ (2559) ที่ศึกษาผลการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการปรับตัวทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่านักศึกษาที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง มีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางเพศ ในระยะหลังการทดลองและติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาการทดลองของกลุ่มควบคุม ผลวิจัยพบว่า นักศึกษากลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ย ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน ไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 ที่ตั้งไว้เพื่อตรวจสอบว่า ในการทวิวิจัยของนักศึกษาปริญญาตรีที่มีกระบวนการวิจัยเป็นตัวกำหนด และการได้รับคำปรึกษาจากอาจารย์ที่ปรึกษาสามารถเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในการทำวิจัยได้

จากการวิจัยสรุปได้ว่า การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงสามารถเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในการทำวิจัยในรายวิชาปัญหาพิเศษของนักศึกษาปริญญาตรีได้อย่างมีประสิทธิภาพ จึงควรส่งเสริมการสร้างความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคให้นักศึกษา สอดคล้องกับงานวิจัยของ กัลยารัตน์ อนนทร์รัตน์ และจกกรม ทองจันทร์ (2561) ที่ศึกษาการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของนักศึกษาพยาบาล พบว่าควรส่งเสริมการพัฒนาด้วยการสร้างหลักสูตร จัดโครงการ หรือกิจกรรมพัฒนา และงานวิจัยของ

วันปิยะ เลิศปิยะวรรณ (2560) ที่ศึกษาความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรค : แนวทางการพัฒนาเครื่องมือวัดประเมิน พบว่า ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรค ช่วยให้บุคคลเกิดประสิทธิภาพในการเรียนการทำงาน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ผู้ที่นำโปรแกรมการฝึกตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงไปใช้ ควรศึกษาและทำความเข้าใจแนวคิดขั้นตอนการฝึกกลุ่ม หลักการฝึก และกระบวนการของทฤษฎี
2. แบบวัดที่พัฒนาขึ้น เป็นแบบวัดสำหรับนักศึกษาระดับปริญญาตรี หากต้องการนำไปใช้กับช่วงระดับการศึกษาอื่น หรือช่วงวัยอื่น ควรมีการปรับข้อคำถามให้มีความเหมาะสมกับวัยยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการศึกษาผลการฝึกกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาปริญญาตรีในสาขาต่าง ๆ เช่น สาขาวิศวกรรม สาขาวิจัย เพื่อปรับปรุงพัฒนาโปรแกรมการฝึกเพื่อให้สามารถช่วยเหลือนักศึกษาได้หลากหลายขึ้น
2. ควรมีการศึกษาวิจัยในองค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่ออธิบายถึงประสิทธิภาพในการเสริมสร้างได้ละเอียดมากขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- กัลยารัตน์ อนนทร์รัตน์ และจกกรม ทองจันทร์. (2561). การเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของนักศึกษาพยาบาล. *วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี กรุงเทพมหานคร*, 34(2), 154-163.
- นพพร ปานขาว, เพ็ญภา กุลนาค และดลดา ปุณณานนท์. (2561). ผลการฝึกทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการยอมรับของภรรยาผู้ป่วยมะเร็งระยะลุกลาม. *วารสารการวัดผลการศึกษา*. 35(98), 81-91.
- บุญใจ ศรีสถิตย่นรากูร. (2555). *การพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย: คุณสมบัติการวัดเชิงจิตวิทยา*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พระญาณ อัครวงศ์กรรม. (2559). *ผลการฝึกกลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการปรับตัวทางเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ราตรี เอี่ยมประดิษฐ์ และสุมาลี บุญนุช. (2557). *ปัจจัยความสำเร็จในการทำปริญญานิพนธ์ของนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจและเทคโนโลยีสารสนเทศ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ*. รายงานวิจัย, สาขาวิชาเทคโนโลยีสารสนเทศธุรกิจ, มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ.
- วัชร ทรัพย์มี. (2556). *ทฤษฎีการให้ปรึกษา*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วันปิยะ เลิศปิยะวรรณ. (2560). ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรค: แนวทางการพัฒนาเครื่องมือวัดประเมิน. *วารสารการวัดผลการศึกษา*. 34(95), 15-28.
- สุภาวดี โกยกุล และเจษฎา อิสหาะ. (2560). *การแก้ไขปัญหาค้นหาการเรียนรู้ไม่สมบูรณ์ในรายวิชาปัญหาพิเศษของนักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์การประมง มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ*. รายงานวิจัย, สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การประมง, มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ.

อภิญญา ปิตินิตย์นรินทร์, เพ็ญนภา กุลนภาตล และดลดาว ปุณณานนท์. (2560). ผลการปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงต่อพฤติกรรมการติดสมาร์ทโฟนของนิสิตปริญญาตรี. *วารสารการวัดผลการศึกษา*. 35(98), 92-106.

อาทิตย์ พานิชอัตรา. (2561). ผลการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการการยับยั้งชั่งใจในการดื่มแอลกอฮอล์ของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 2 คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์ มหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา, คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยบูรพา.

Corey, G. (2012). *Theory & Practice of Group Counseling* (8th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.

Howell, D. C. (2007). *Statistical methods for psychology* (6th ed.). Belmont, CA: Wadsworth.

Stoltz, P. G. (1997). *Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities*. Milton Keynes: John Wiley & Sons.