

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัย เรื่อง ผลการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ต่อการลดความเครียดของนักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ช่วงชั้นที่ 3 ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามลำดับ ดังนี้

1. วัตถุประสงค์การวิจัย
2. สมมติฐานการวิจัย
3. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
5. สรุปผลการวิจัย
6. อภิปรายผล
7. ข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ต่อการลดความเครียดของนักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนท่าขอนยางพิทยาคม สังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดมหาสารคาม ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2551
2. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนท่าขอนยางพิทยาคม ที่มีต่อการจัดการเรียนรู้โดยใช้แผนการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

สมมติฐานการวิจัย

1. หลังการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ นักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ช่วงชั้นที่ 3 มีความเครียดลดลง
2. หลังการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ นักเรียนหญิงและนักเรียนชายที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ช่วงชั้นที่ 3 ที่ระดับความเครียดลดลงไม่แตกต่างกัน

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร

ประชากรในการวิจัยในครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนท่าขนอยงพิทยาคม สังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดมหาสารคาม จำนวน 100 คน โดยได้นักเรียนนักเรียนที่มีปัญหาในการเรียนรู้จากการใช้แบบคัดกรองนักเรียนที่มีสมาธิสั้น บกพร่องทางการเรียนรู้ และออทิสซึม KUS-SI Rating Scales : ADHD/LD/Autism (PDDS) และแบบคัดแยกบุคคลที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ที่ใช้ในการสังเกตพฤติกรรมและลักษณะเพื่อให้ได้นักเรียนที่มีปัญหาในการเรียนรู้โดยการนำข้อมูลพื้นฐานนักเรียนที่ได้จากการคัดกรองและคัดแยกไปใช้ในการประเมินความเครียดด้วยแบบประเมินเพื่อวัดความเครียดและวิเคราะห์ความเครียด ด้วยตนเองของกรมสุขภาพจิต เพื่อให้ได้นักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ที่มีความเครียดระดับ สูงกว่าปกติมากอันเป็นกลุ่มทดลองต่อไป

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยในครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ที่มีความเครียดในระดับสูงกว่าปกติมาก ช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนท่าขนอยงพิทยาคม สังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดมหาสารคาม ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2551 จำนวน 80 คน แบ่งเป็นนักเรียนหญิงจำนวน 40 คน นักเรียนชายจำนวน 40 คน ได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบระดับชั้นหรือการสุ่มแบบแบ่งชั้น

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลทางการวิจัยครั้งนี้ได้แก่

1. แผนการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ จำนวน 9 แผน ใช้เวลาสอน แผนละ 1 ชั่วโมง รวม 9 ชั่วโมง
2. แบบประเมินเพื่อวัดความเครียดและวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเอง จากกรมสุขภาพจิต จำนวน 20 ข้อ เป็นคำถามแบบประเมินค่า 4 ระดับ (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2544 หน้า 107)
3. แบบวัดความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดการเรียนการสอน โดยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ จำนวน 10 ข้อ

สรุปผลการวิจัย

1. การจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ของนักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ช่วงชั้นที่ 3 ก่อนจัดกิจกรรม พบว่า นักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้มีระดับคะแนนจากการประเมินและวิเคราะห์ความเครียด โดยรวมระดับคะแนนเท่ากับ 51.19 และหลังจากการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ทำให้นักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้มีระดับคะแนนในการประเมินลดลง โดยรวมเท่ากับ 12.08 ซึ่งแสดงให้เห็นว่านักเรียนมีความเครียดอยู่ในเกณฑ์ปกติ และเมื่อพิจารณาจากระดับคะแนน

2. ความพึงพอใจของนักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ช่วงชั้นที่ 3 ที่มีต่อการจัดการเรียนรู้โดยใช้แผนการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด โดยมีค่าเฉลี่ยรวม 4.71 เมื่อพิจารณา ประกอบแต่ละรายการพบว่า นักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ช่วงชั้นที่ 3 มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุดในทุกรายการ โดยเพื่อนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มให้ความร่วมมือมีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ 4.87 ส่วนจำนวนครั้งในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเหมาะสม มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ 4.57

3. นักเรียนหญิงและนักเรียนชายที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ช่วงชั้นที่ 3 มีระดับความเครียดที่ลดลงไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

การวิจัย เรื่อง ผลการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ต่อการลดความเครียดของนักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ช่วงชั้นที่ 3 สามารถอภิปรายผลในประเด็นสำคัญๆ ได้ดังต่อไปนี้

1. การจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ของนักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ช่วงชั้นที่ 3 ก่อนจัดกิจกรรม พบว่า นักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้มีระดับคะแนนจากการประเมินและวิเคราะห์ความเครียด โดยรวมเท่ากับ 51.19 หลังจากการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ทำให้นักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้มีระดับคะแนนในการประเมินลดลง โดยรวมเท่ากับ 12.08 ซึ่งแสดงให้เห็นว่านักเรียนมีความเครียดอยู่ในเกณฑ์ปกติ และเมื่อพิจารณาจากระดับคะแนน ซึ่งแสดงให้เห็นว่า กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เป็นสื่อที่สามารถช่วยลดความเครียดของนักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ช่วงชั้นที่ 3 ได้อย่างมีประสิทธิภาพ สาเหตุที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะว่า

1.1 กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์จัดไว้อย่างเป็นระบบ โดยเริ่มจากการแบ่งหมวดหมู่ของเนื้อหาและประสบการณ์ออกเป็นหน่วยแต่ละหน่วยจะแบ่งเป็นหัวเรื่องที่ต้องมีความสัมพันธ์กันมีการกำหนดจุดประสงค์การเรียนรู้ กิจกรรมการเรียนการสอน

และการประเมินผลหลังจากนั้นก็ทำการเลือกสื่อการสอนที่เหมาะสมโดยให้สอดคล้องกับหัวเรื่อง จุดประสงค์และกิจกรรมการเรียนการสอน

1.2 กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ มีกิจกรรมการเรียนการสอน สามารถตอบสนองความต้องการของผู้เรียน โดยมุ่งจัดกิจกรรมเพื่อให้ผู้เรียน ได้เรียนรู้ในสิ่งที่ผู้เรียนคุ้นเคย

1.3 กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์พร้อมกับเนื้อหาสาระได้มุ่งส่งเสริมและพัฒนาความสามารถและความถนัดของผู้เรียน โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อส่งเสริมความสามารถเฉพาะตนของแต่ละคน ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของกิตติพร เอื้อวิสุกุล (2547 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาผลการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ของเด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์เด็กบ้านมิตรภาพ ผลการศึกษาพบว่า เด็กกำพร้ามีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมเพิ่มขึ้นอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านนั้น ด้านดีและด้านสุข มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับมากด้านเก่ง อยู่ในระดับปานกลาง หลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 และยังสอดคล้องกับ สมจิตร ไชยผง (2549 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาผลการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ต่อการปรับตัวทางสังคมของนิสิตชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 คณะเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ผลการศึกษาพบว่า นิสิตที่เข้าร่วมใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ในการปรับตัวทางสังคมมีพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคมโดยรวมและทั้ง 2 ด้าน คือ ด้านการรู้จักตนเองและด้านการสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น และกลุ่มทดลองหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มีคะแนนการปรับตัวทางสังคมสูงเพิ่มขึ้น โดยรวมทั้งสองด้าน คือ ด้านการรู้จักตนเอง และด้านการสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ความพึงพอใจของนักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ช่วงชั้นที่ 3 ที่มีต่อการจัดการเรียนรู้โดยใช้แผนการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด โดยมีค่าเฉลี่ยรวม 4.71 เมื่อพิจารณา ประกอบแต่ละรายการพบว่า นักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ช่วงชั้นที่ 3 มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุดในทุกรายการ โดยเพื่อนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มให้ความร่วมมือมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดคือ 4.87 ส่วนจำนวนครั้งในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเหมาะสม มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ 4.57 สาเหตุที่เป็นเช่นนี้อาจเนื่องมาจากกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้นเป็นสื่อ ที่มีเนื้อหากิจกรรมการเรียนรู้ที่ชวนติดตาม มีสาระกิจกรรมที่สร้างแรงจูงใจและเสริมแรงให้ผู้เรียน ได้เรียน ไปตามระดับความรู้ความสามารถและได้รับประสบการณ์แห่งความสำเร็จ ทำให้ผู้เรียนเกิดความสนุกไปกับ

การเรียนรู้ ไม่เมื่อหน่วยประกอบกับกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่สร้างขึ้น ตามทฤษฎีทางจิตวิทยา คือ ทฤษฎีการเรียนรู้ของ ธอร์นไดค์ (Thorndike) ซึ่งประกอบไปด้วยกฎแห่งผล (Law of Effect) กฎนี้ได้กล่าวถึงการเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนองทั้งสองสิ่งที่จะเชื่อมโยงกันได้ถ้าสามารถสร้างสภาพอันน่าพึงพอใจให้แก่ผู้เรียนได้ อาจจะได้จากการเสริมแรง เช่น การรู้ว่าตนเองตอบคำถามได้ถูกต้องหรือการให้รางวัล เป็นต้น กฎแห่งการฝึกหัด (Law of Exercise) การที่ผู้เรียนได้กระทำซ้ำหรือทำบ่อยครั้งจะเป็นการช่วยเสริมสร้างให้เกิดการเรียนรู้ที่มั่นคงขึ้น (บุญเกื้อ ควรหาเวช. 2542 : 30-31 และธีระชัย ปุณณโชติ. 2539 : 7-9) ฉะนั้นการเรียนรู้จะเกิดขึ้นมากหรือน้อยจะขึ้นอยู่กับ การให้ผู้เรียนได้มีโอกาสฝึกหัดในเรื่องที่เรียน นั้นตามความเหมาะสมด้วย และกฎแห่งความพร้อม (Law of Readiness) เมื่อร่างกายพร้อมที่จะกระทำแล้วถ้ามีโอกาสที่จะกระทำย่อมเป็นที่พึงพอใจ แต่ถ้าไม่มีโอกาสที่จะกระทำย่อมไม่เป็นที่พึงพอใจในทางตรงกันข้ามถ้าร่างกายไม่พร้อมที่จะทำงานแต่ถ้าถูกบังคับให้ต้องกระทำก็ จะเกิดความไม่พอใจเช่นกัน จากเหตุผลที่กล่าวมาจึงทำให้นักเรียนเกิดความพึงพอใจต่อการจัด กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

3. นักเรียนหญิงและนักเรียนชายที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ช่วงชั้นที่ 3

มีระดับความเครียดที่ลดลงไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สาเหตุที่เป็น เช่นนี้อาจเนื่องมาจาก กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เป็นกิจกรรมที่แตกต่างจากการเรียนตามปกติ ที่นักเรียนเคยเรียนมาแล้ว ซึ่งกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่สร้างขึ้น ทำให้นักเรียนสามารถศึกษาได้ด้วยตนเองและนักเรียนยังสามารถฝึกทำได้ตามต้องการ จนเกิดความแม่นยำมากขึ้น ซึ่งตรงกับ ทฤษฎีการเรียนรู้ของธอร์นไดค์ และทฤษฎีการเรียนรู้แบบปฏิบัติ (Operant Conditioning) ของสกินเนอร์ที่ว่า การเรียนจะเกิดขึ้นได้โดยนักเรียนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรม คิด ปฏิบัติ ทดลอง และทบทวนความรู้ทุก ๆ ขั้นตอน และนักเรียนสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับ วิทยารณ เหล่าศรีรงค์ (2549 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาผลกรใช้ กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านเชียงยืน อำเภอเชียงยืน จังหวัดมหาสารคาม ผลการศึกษาพบว่า ผลการใช้ กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงโดยรวมและรายด้าน ทั้ง 9 ด้าน ไปในทางที่ดีขึ้น เช่น กล้าแสดงความคิดเห็นในระหว่างการพูดอย่างตรงไปตรงมา แสดงบทบาทสมมุติและ แสดงออกได้เหมาะสม มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ยอมรับการกระทำของ สมาชิก รู้จักใช้วิธีการคิดที่สร้างสรรค์ วางแผนการทำงานเป็นระบบทำให้ใช้เวลาไม่มากใน

การทำงาน ผู้นำกลุ่มมีบทบาทในการวางแผนการทำงาน ร่วมกันหาแนวทาง แก้ไขปัญหา เพื่อให้ทุกคนมีกำลังใจในการพัฒนาตนเอง และมีการเสียสละไม่เอาเปรียบสมาชิกในกลุ่ม เมื่อทำกิจกรรมร่วมกัน นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเอง โดยรวมและรายด้านเพิ่มขึ้น จากก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้

จากผลการศึกษาครั้งนี้ ได้ข้อสังเกตที่สามารถนำไปใช้วางแผนและกำหนดแนวทางในการดูแลสุขภาพจิตของนักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ ที่มีความเครียดในระดับสูงกว่าปกติมากในหลายประเด็น ดังนี้

1.1 ควรมีการนำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ไปใช้เพื่อลดความเครียด ให้กับกลุ่มประชากรที่แตกต่างไป เช่น นักเรียนที่มีความต้องการพิเศษประเภทอื่น ๆ โดยคำนึงถึงความสามารถของแต่ละบุคคล นักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ที่มีความเครียดในระดับสูงกว่าปกติมากทุกสังกัด เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมครบถ้วนและส่งเสริมให้นักเรียนเหล่านั้นได้มีโอกาสเรียนรู้และดำรงชีวิตในสังคมกับคนปกติได้อย่างมีความสุข

1.2 จากผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ มีความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้แผนการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ อยู่ในระดับมากที่สุด อาจเนื่องมาจากการจัดกิจกรรมให้กับนักเรียน ผู้ศึกษาได้ยึดหลักการคำนึงถึงผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยได้กำหนดความเหมาะสมกับอายุ ทักษะความสามารถของแต่ละบุคคล และเน้นบรรยากาศแห่งความสัมพันธ์ที่ดี ความเป็นมิตรและสนุกสนานเป็นสำคัญ ดังนั้นจึงสามารถนำไปใช้บูรณาการสอดแทรกในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนได้กับรายวิชาอื่น ๆ และเมื่อนักเรียนสามารถปรับตัวอีกทั้งมีความพึงพอใจจะทำให้เกิดการตื่นตัวเกิดพลังในการจัดการกับสิ่งเร้าทั้งภายในและภายนอกอันเป็นสาเหตุหลักของความเครียดที่อาจเกิดขึ้นได้ ในระหว่างเรียนและเป็นแนวทางปฏิบัติที่จะลดสถานะเครียดให้กับนักเรียนได้อย่างเหมาะสมและถูกวิธี

1.3 จากผลการศึกษาที่พบว่ากิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์สามารถลดความเครียดจากการเรียนได้ ดังนั้นควรมีการสร้างเครื่องมือที่เกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่หลากหลาย และมีผู้บริการให้คำปรึกษา ให้เทคนิคในการคลายเครียด ด้วยวิธีต่าง ๆ โดยการเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับความเครียดให้กับนักเรียนอย่างทั่วถึง

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาคั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาตัวแปรอื่น ๆ ที่มีผลต่อการลดความเครียดของนักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ เช่น กิจกรรมแนะแนว กิจกรรมการออกกำลังกาย งานอดิเรก เป็นต้น

2.2 ควรขยายขอบเขตในการวิจัยของกลุ่มตัวอย่างทุกระดับชั้น เพื่อนำผลการวิจัยไปใช้อย่างกว้างขวาง

2.3 ควรมีการพัฒนากิจกรรมให้เหมาะสมกับพัฒนาการของนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษแต่ละประเภท โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล

2.4 ควรศึกษาปัญหาสุขภาพจิตด้านอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียนรู้ เช่น ภาวะซึมเศร้า การฆ่าตัวตาย การใช้ความรุนแรงในสังคมและปัญหา ยาเสพติด ฯลฯ เพื่อนำข้อมูลมาเป็นแนวทางในการกำหนดนโยบายการดูแลป้องกันปัญหาเหล่านี้



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY