

## บทที่ 6

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาถึงผลของกลุ่มโยนิโสมนสิการที่มีต่อปัญญา และศึกษาปัญญาหลังการเข้ากลุ่มโยนิโสมนสิการ

#### สมมติฐานการวิจัย

1. หลังการทดลอง กลุ่มโยนิโสมนสิการ จะมีค่าคะแนนปัญญาสูงกว่าก่อนการทดลอง
2. หลังการทดลอง กลุ่มโยนิโสมนสิการ จะมีค่าของคะแนนปัญญาสูงกว่ากลุ่มควบคุม
3. หลังการทดลอง กลุ่มโยนิโสมนสิการ จะมีค่าของคะแนนปัญญาสูงกว่ากลุ่มแนวทรอดเซอร์

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่

##### 1. กลุ่มตัวอย่างในชั้นสร้างเครื่องมือ

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการสร้างแบบวัดปัญญา จากนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี จำนวน 433 คน

##### 2. กลุ่มตัวอย่างจริงในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาจริง คือ

นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา จำนวน 72 คน มาจาก 2 คณะคือ

- คณะครุศาสตร์ 3 สาขา คือ สาขาปฐมวัย/ การศึกษาพิเศษและคณิตศาสตร์
- คณะบริหารและการจัดการ สาขาการจัดการทั่วไป

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย

1. แบบวัดปัญญา ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง โดยจัดแบ่งเป็น 2 ชุด คือ ชุด A และ ชุด B ทั้งสองชุดมีข้อกระทงเหมือนกันทุกประการ แต่จัดให้มีการสลับที่กัน
2. การตรวจสอบการดำเนินการกลุ่ม (Manipulation Check) ในงานวิจัยนี้อาศัยแบบประเมินการรับรู้ของสมาชิกและบันทึกประจำวัน โดยผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็น 2 ส่วน ได้แก่
  - 2.1 บันทึกประจำวันถึงการดำเนินการกลุ่มเพื่อเห็นโครงสร้างทั้งในกลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทรอดเซอร์ และกลุ่มควบคุม
  - 2.2 แบบประเมินการรับรู้ของสมาชิก โดยเป็นแบบประเมินตอบเป็นอันดับในประเด็นบรรยากาศกลุ่ม, ผู้นำกลุ่ม, กระบวนการ และประโยชน์
3. กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโยนิโสมนสิการ ซึ่งผู้วิจัยคิดค้นมาจากการศึกษาพุทธธรรมและประสบการณ์การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธ และผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญก่อนดำเนินการทดลอง

## ขั้นตอนการทดลองและเก็บข้อมูล

### ระยะก่อนการทดลอง

นักศึกษาที่ค่าคะแนนปัญญาต่ำกว่าค่าเฉลี่ย ได้รับการคัดเลือก โดยแสดงความยินยอมและสมัครใจเข้าร่วมในแต่ละรุ่น ผู้วิจัยดำเนินการให้ตอบแบบวัดปัญญาชุด A ก่อนการเดินทาง (Pre-test)

### ระยะทดลองในกลุ่มทดลอง

1. ผู้วิจัยดำเนินการกลุ่มโยนิโสมนสิการให้กับนักศึกษาในกลุ่มทดลองที่ 1 และขอให้สมาชิกบันทึกประจำวันหลังการดำเนินการกลุ่มสิ้นสุดลงในแต่ละวัน
2. ผู้ช่วยวิจัยคนที่ 1 ดำเนินกลุ่มแนวทรอดเซอร์ให้กับนักศึกษาในกลุ่มทดลองที่ 2 และขอให้สมาชิกบันทึกประจำวันหลังการดำเนินการกลุ่มสิ้นสุดลงในแต่ละวัน
3. ผู้ช่วยวิจัยคนที่ 2 ดำเนินกลุ่มกิจกรรมให้กับนักศึกษาในกลุ่มควบคุมและขอให้สมาชิกบันทึกประจำวันหลังการดำเนินการกลุ่มสิ้นสุดลงในแต่ละวัน

### ระยะหลังการทดลอง

1. ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบวัดปัญญาชุดB (post-test) แบบประเมินการรับรู้ของสมาชิก
2. ผู้ช่วยวิจัยขอสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) นักศึกษาที่ได้รับคะแนนปัญญาสูงสุดและคะแนนรองในแต่ละกลุ่ม จำนวน 13 คน

### การวิเคราะห์ข้อมูล

#### การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

1. ผู้วิจัยคำนวณค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนแบบวัดปัญญาของกลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทรอดเซอร์และกลุ่มควบคุม
2. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ด้วยสถิติที่แบบกลุ่มที่ไม่เป็นอิสระจากกัน (*t-test*, dependent group)
3. ผู้วิจัยคำนวณหาความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาของกลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทรอดเซอร์และกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวน (ANOVA) และการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง (Two-way-ANOVA)

#### การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

- 1 นำเทปการสัมภาษณ์เชิงลึกมาอ่านละเอียดทุกคำ โดยผู้ช่วยวิจัยจำนวน 3 คน (ข้อมูลส่วนที่1)
- 2 นำบันทึกประจำวันและแบบประเมินการรับรู้ของสมาชิกของกลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทรอดเซอร์ และกลุ่มควบคุมมาอ่านละเอียดทุกคำ โดยผู้ช่วยวิจัยจำนวน 2 คน (ข้อมูลส่วนที่2)
- 3 ผู้ช่วยวิจัยอ่านเนื้อหาทั้งหมดซ้ำเพื่อสำรวจและถอดรหัสออกมาเป็นกลุ่ม (coding) วิเคราะห์จัดกลุ่ม (categorize) ของรหัสข้อความนั้นออกมาเป็นประเด็น (Theme) นำข้อความหรือประโยคที่สำคัญมากำหนดเป็นความหมาย/ประเด็น

## สรุปผลการวิจัย

### ผลการวิจัยเชิงปริมาณ

1. สำหรับสมมุติฐานข้อที่ 1 ผลการวิจัยเป็นไปตามสมมุติฐานคือหลังการทดลองกลุ่มโยนิโสมนสิการมีคะแนนปัญญาสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง
2. สำหรับสมมุติฐานข้อที่ 2 ผลการวิจัยเป็นไปตามสมมุติฐานคือหลังการทดลองกลุ่มโยนิโสมนสิการมีคะแนนปัญญาสูงขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. สำหรับสมมุติฐานข้อที่ 3 พบว่า หลังการทดลองกลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าคะแนนปัญญาไม่แตกต่างจากกลุ่มแนวทรอดเซอร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. การวิเคราะห์เพิ่มเติม
  - 4.1 สำหรับการนำคะแนนปัญญาโดยแยกตามองค์ประกอบมาวิเคราะห์ พบว่า
    - กลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาด้าน A1 (ด้านความเข้าใจว่าชีวิตคือความพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ และมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม) แตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
    - กลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาด้าน A2 (ด้านภาวะจิตใจที่เกิดขึ้นเมื่อเข้าใจความสัมพันธ์เชื่อมโยง คือ ความสำนึกขอบคุณ ความกตัญญูกับเหตุปัจจัยต่างๆในที่เอื้อเพื่อเกื้อกูลชีวิต) แตกต่างจากกลุ่มแนวทรอดเซอร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และแตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
    - และกลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาด้าน B1 (ด้านการยอมรับความเปลี่ยนแปลง แม้ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจะไม่น่าปรารถนาก็มองและพิจารณาตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้น ไม่มองตามความปรารถนา ความต้องการของตน) แตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
  - 4.2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาหลังการทดลองเมื่อจำแนกตามกลุ่มและรุ่น
    - จากการวิเคราะห์ปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรกลุ่มและรุ่นที่มีผลต่อคะแนนปัญญาหลังการทดลองไม่พบว่า ตัวแปรกลุ่มกับรุ่นมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

- สำหรับการวิเคราะห์อิทธิพลของกลุ่มที่มีต่อคะแนนปัญหาหลังการทดลอง พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เข้ากลุ่มต่างกันอย่างน้อย 1 กลุ่มมีคะแนนปัญหาหลังการทดลองแตกต่างจากกลุ่มอื่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
- จากการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีของ Bonferroni พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญหาในกลุ่มโยนิโสมนสิการแตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
- จากการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีของ Bonferroni พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญหาในรุ่นที่ 1 แตกต่างจาก รุ่นที่ 3 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

### ผลการวิจัยเชิงคุณภาพ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพพบว่า หลังการเข้าร่วมการทดลอง สมาชิกกลุ่มโยนิโสมนสิการจะมีจะมีเนื้อหาประสบการณ์ถึง 18 ประเด็น กลุ่มแนวทออตเซอร์มีทั้งหมด 14 ประเด็น และกลุ่มควบคุมมีทั้งหมด 10 ประเด็น

เมื่อพิจารณาความแตกต่างกันเชิงคุณภาพ พบว่า สมาชิกกลุ่มโยนิโสมนสิการได้สัมผัสกับเนื้อหาที่ประสบการณ์ภายในใจมากกว่าอีกสองกลุ่ม ถึง 4 ประเด็นที่น่าสนใจคือ

1. ประเด็นเนื้อหาของการเห็นคุณค่าของสรรพสิ่งที่เกี่ยวข้องกับชีวิตตนเอง
2. ประเด็นเนื้อหาของความสำนึก ขอบคุณ กตัญญูต่อครอบครัว
3. ประเด็นเนื้อหาของความสามารถเผชิญกับความเปลี่ยนแปลง และ
4. ประเด็นเนื้อหาของการนำหลักธรรม ความเข้าใจชีวิตไปปฏิบัติหลังการเข้ากลุ่ม

เนื้อหาประสบการณ์ของทั้ง 4 ประเด็นเมื่อพิจารณาแล้วสอดคล้องกับหลักธรรมที่ได้แทรกอยู่ในกระบวนการในกลุ่มโยนิโสมนสิการ คือ หลักอหิงสาและหลักไตรลักษณ์

## ข้อจำกัดของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ พบว่ามีข้อจำกัดดังต่อไปนี้

1. ผู้วิจัยไม่สามารถสุ่มแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็นกลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทรอดเทอร์ และกลุ่มควบคุมได้ เนื่องจากความไม่สะดวกด้านเวลาของกลุ่มตัวอย่าง และผู้วิจัยได้ใช้วิธีการทางสถิติเพื่อแก้ไขข้อจำกัดนี้ โดยการทดสอบค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาก่อนการทดลอง พบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาของกลุ่มทดลองที่สองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน เพื่อยืนยันในเรื่องความไม่เท่าเทียมกันของคะแนนปัญญาที่มีมาก่อนของกลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทรอดเทอร์และกลุ่มควบคุม
2. ในการทดลองรุ่นที่ 1 มีกลุ่มตัวอย่างในการทดลองเป็นนักศึกษาจาก 2 สาขา จึงอาจมีผลต่อความเท่าเทียมกันของกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการทางสถิติ โดยได้ทดสอบค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาก่อนการทดลองในรุ่นที่ 1 เพื่อตรวจสอบ พบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาของกลุ่มตัวอย่างในรุ่นที่ 1 ไม่แตกต่างกัน เพื่อยืนยันในเรื่องความไม่เท่าเทียมกันของคะแนนปัญญาในแต่ละสาขาวิชา
3. ผู้วิจัยพิจารณาว่าจากการวิจัยครั้งนี้ น่าจะมีข้อจำกัดอยู่ที่การใช้เฉพาะนักศึกษาเป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งในการสร้างแบบวัดและในการทดลอง และนักศึกษาที่เข้าร่วมการวิจัยโดยเฉลี่ยแล้วเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 การเป็นนักศึกษาก็มีข้อจำกัดในแง่ประสบการณ์ที่กว้างและลึกและสมรรถภาพในการมองความลึกความกว้างของชีวิต ด้วยประสบการณ์ของผู้วิจัยเห็นว่า หากกลุ่มตัวอย่างมีประสบการณ์ในการทำงานหรือชีวิตมากกว่านี้ หรือเป็นกลุ่มประสบวิกฤติในชีวิต ความไวต่อการเรียนรู้ น่าจะมีมากขึ้น การพิจารณาชีวิต ความคมในการสังเกตน่าจะมีมากขึ้น ทำให้"ตัวแปรต้น" หรือ Treatment น่าจะมีกำลังมากขึ้นและมีประสิทธิผลมากขึ้น

**ข้อเสนอแนะ**

1. ในแง่การวิจัย น่าจะมีการทำการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างหลากหลายประเภทมากขึ้น เพราะสภาพของกลุ่มตัวอย่างที่ต่างกัน น่าจะช่วยให้เห็นภาพของกำลังหรือประสิทธิภาพของกลุ่มได้ชัดเจนขึ้น
2. ในแง่การประยุกต์ใช้ หลักสูตรที่เปิดสอนจิตวิทยาการปริญญาน่าจะให้ความสนใจที่จะนำกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่อาศัยหลักพุทธธรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มโยนิโสมนสิการไปใช้ในการฝึกอบรมนักจิตวิทยาการปรึกษาในหลักสูตร เพราะกลุ่มดังกล่าว น่าจะให้บริการที่เหมาะสมกับบริบทของสังคมไทย ซึ่งมีหลักพุทธธรรมเป็นพื้นฐาน
3. แบบวัดปัญญานี้ได้รับการพัฒนาขึ้นเป็นครั้งแรก ผู้วิจัยเห็นว่าน่าจะได้มีการนำแบบวัดนี้ไปใช้ในกลุ่มตัวอย่างที่หลากหลาย เพื่อหาแนวทางมาตรฐานที่จะนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์กว้างขวางมากขึ้น
4. แบบวัดปัญญาน่าจะมีการทำวิจัยเพิ่มเติมเพื่อสร้างให้เป็นแบบวัดปัญญามาตรฐาน