

บทที่ 5



สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เพื่อศึกษาการมองโลกในแง่ดีและกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตนักศึกษา
2. เพื่อศึกษาความแตกต่างระหว่างเพศ ระดับสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน ระบบการเรียนของสถานศึกษา : ระบบเปิด-ระบบปิด และสาขาวิชาที่เรียนที่สัมพันธ์กับการมองโลกในแง่ดีและกลวิธีการเผชิญปัญหา

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง คือ นิสิต/นักศึกษาชายและหญิง ที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี ของ 2 สถาบัน ได้แก่ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยรามคำแหงในภาคปลาย ปีการศึกษา 2544 โดยผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยถือเพศและสาขาวิชาที่เรียนได้แก่กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์เป็นเกณฑ์ ได้กลุ่มตัวอย่างเบื้องต้นจำนวน 743 คน หลังจากนั้นคัดเลือกเพื่อนำมาศึกษาวิจัยโดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างตามตัวแปรอิสระตัวแรกคือแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็นผู้มีรูปแบบการอธิบายในลักษณะการมองโลกในแง่ดี และรูปแบบการอธิบายการมองโลกในแง่ร้ายได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างเพื่อการศึกษาวิจัยทั้งสิ้น 411 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งออกเป็น 2 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบ เป็นการสอบถามข้อมูลเบื้องต้นคือ เพศ ระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สถานศึกษา และสาขาวิชาที่ศึกษา เป็นคำถามแบบเติมรายละเอียดข้อมูล

ตอนที่ 2 ประกอบด้วยแบบวัด 2 ฉบับ ได้แก่ แบบสอบถามรูปแบบการอธิบายสาเหตุ และแบบวัดการเผชิญปัญหา

แบบสอบถามรูปแบบการอธิบายสาเหตุ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ข. ส่วนที่ 2) ตามแนวคิดรูปแบบการอธิบายสาเหตุ และทฤษฎีการช่วยตนเองไม่ได้ที่เกิดจากการเรียนรู้ (Learned helplessness Theory) และแบบสอบถามรูปแบบการอธิบายสาเหตุ (Attributional Style Questionnaire : ASQ) ของ Seligman และคณะ (1982) แบบสอบถามรูปแบบการอนุมานสาเหตุ (ASQ) ฉบับภาษาไทย ของ ทิวา มั่งน้อย (2535) แบบสอบถามรูปแบบการอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์เลวร้ายในการเรียน ของ สุภาวดี จันทร์เพ็ญ (2541)

แบบสอบถามรูปแบบการอธิบายที่พัฒนาขึ้น ใช้สำหรับวัดคุณลักษณะนิสัยของผู้ที่มีการมองโลกในแง่ดีจากรูปแบบในการอธิบายเหตุการณ์ต่างๆ ประกอบด้วยสถานการณ์ดีและสถานการณ์ร้ายที่สมมติขึ้น ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับสถานการณ์ประจำวันของชีวิตนักศึกษา รวม 16 สถานการณ์ แบ่งเป็น 8 สถานการณ์ด้านดี และ 8 สถานการณ์ด้านร้าย ในแต่ละสถานการณ์ ประกอบด้วยข้อกระทง 3 ข้อ ที่นำมาใช้รวมคะแนนเพื่อวัดรูปแบบการอธิบายใน 3 มิติ ได้แก่ มิติแห่งแหล่งกำเนิดของสาเหตุ มิติแห่งความสม่ำเสมอ และมิติแห่งความทั่วไป โดยคะแนนที่ได้จากแบบวัดสามารถแบ่งกลุ่มตัวอย่างผู้ที่มีคะแนนทั้ง 3 มิติสูงกว่ามัธยฐานเป็นกลุ่มผู้ที่มีรูปแบบการอธิบายการมองโลกในแง่ดี และผู้ที่มีคะแนนทั้ง 3 มิติต่ำกว่ามัธยฐานเป็นกลุ่มผู้ที่มีรูปแบบการอธิบายการมองโลกในแง่ร้ายเพื่อนำมาใช้ในการศึกษาครั้งนี้

แบบวัดการเผชิญปัญหา (Coping Scale) แบบวัดการเผชิญปัญหาเป็นแบบวัดที่ให้ผู้ตอบรายงานตนเอง (self-report) ถึงกลวิธีโดยทั่วไปที่ใช้เมื่อประสบปัญหาหรือมีความเครียด มีลักษณะเป็นมาตรประมาณค่าแบบ Likert scale 5 ระดับ ตั้งแต่ทำบ่อยมาก (5) ไปจนถึงไม่ทำเลย (1) ประกอบด้วยข้อกระทง จำนวน 55 ข้อ วัดรูปแบบการเผชิญปัญหา (Coping Styles) 3 แบบ ประกอบด้วย มาตรย่อย (Subscales) วัดกลวิธีการเผชิญปัญหา (Coping Strategies) 17 ด้านย่อย แบ่งออกเป็นกลวิธีการเผชิญปัญหา 3 รูปแบบ ได้แก่ กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และแบบหลีกเลี่ยงปัญหา (รายละเอียดดูในภาคผนวก ข.)

ขั้นตอนการดำเนินงานวิจัย

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยได้ทำหนังสือติดต่อขออนุญาตเก็บข้อมูลไปยังมหาวิทยาลัยรามคำแหง และ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. ผู้วิจัยจัดดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้วิธีแจกแบบวัดและเก็บรวบรวมข้อมูล ด้วยตนเอง

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล ได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการทางสถิติ ดังนี้

1. ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่าง วิเคราะห์ด้วยการแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละจำแนกตามเพศ ระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชาที่เรียน และระบบของสถานศึกษา
2. แบ่งกลุ่มผู้ที่มีรูปแบบการอธิบายการมองโลกในแง่ดีและการมองโลกในแง่ร้ายเพื่อใช้เป็นตัวแปรอิสระตัวแรก ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้
3. หาค่าคะแนนเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของตัวแปร กลวิธีการเผชิญปัญหาทั้ง 3 รูปแบบได้แก่กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา แบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม และแบบหลีกเลี่ยงปัญหา
4. วิเคราะห์ความแปรปรวนของกลวิธีการเผชิญปัญหา จำแนกตามรูปแบบการอธิบายการมองโลกและตัวแปรอิสระอื่นๆ ได้แก่ ความแตกต่างด้านเพศ ระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชาที่เรียน ระบบของสถานศึกษาคือระบบเปิด-ระบบปิด ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง
 - 4.1 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหาจำแนกตาม
 - 4.1.1 รูปแบบการอธิบายการมองโลก เพศ และระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
 - 4.1.2 รูปแบบการอธิบายการมองโลก สาขาวิชาที่เรียน และระบบของสถานศึกษา
 - 4.1.3 รูปแบบการอธิบายการมองโลก เพศ และสาขาวิชาที่เรียน
 - 4.2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมจำแนกตาม
 - 4.2.1 รูปแบบการอธิบายการมองโลก เพศ และระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
 - 4.2.2 รูปแบบการอธิบายการมองโลก สาขาวิชาที่เรียน และระบบของสถานศึกษา

4.2.3 รูปแบบการอธิบายการมองโลก เพศ และสาขาวิชาที่เรียน

4.3 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางของกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้จำแนกตาม

4.3.1 รูปแบบการอธิบายการมองโลก เพศ และระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

4.3.2 รูปแบบการอธิบายการมองโลก สาขาวิชาที่เรียน และระบบของสถานศึกษา

4.3.3 รูปแบบการอธิบายการมองโลก เพศ และสาขาวิชาที่เรียน

สรุปผลการวิจัย

1. นิสิตนักศึกษา ใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหา และแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมาก และใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้น้อย

2. ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทางพบผลหลักของรูปแบบการมองโลก เพศ สาขาวิชาที่เรียน ระบบการเรียนของสถานศึกษามีนัยสำคัญ และปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรบางตัวแปรมีนัยสำคัญ ดังนี้

2.1 นิสิตนักศึกษาที่มองโลกในแง่ดีใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า และใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมและแบบหลีกเลี่ยงนี้น้อยกว่านิสิตนักศึกษาที่มองโลกในแง่ร้าย

2.2 นิสิตนักศึกษาที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน ใช้การเผชิญปัญหาทั้ง 3 แบบ ไม่แตกต่างกัน

2.3 นิสิตนักศึกษาหญิงใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมมากกว่านิสิตนักศึกษาชาย และนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยระบบปิดใช้การเผชิญปัญหาดังกล่าวมากกว่านิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยระบบเปิด ส่วนการเผชิญปัญหาอีก 2 แบบ กลุ่มดังกล่าวใช้ไม่แตกต่างกัน

2.4 นิสิตนักศึกษาสาขาวิชามนุษยศาสตร์ใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้นี้นอกจากนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ แต่ไม่แตกต่างจากนิสิตนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์

2.5 นิสิตนักศึกษาที่มองโลกในแง่ร้ายสาขาวิชามนุษยศาสตร์ใช้การเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงนี้มากกว่า นิสิตนักศึกษาที่มองโลกในแง่ดีสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ และนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยปิดพบว่ากลุ่มที่มองโลกในแง่ร้ายใช้วิธีการดังกล่าวมากกว่ากลุ่มที่มองโลกในแง่ดี และกลุ่มที่อยู่ในสาขาวิชามนุษยศาสตร์ ใช้วิธีการดังกล่าวมากกว่ากลุ่มที่อยู่ในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์

ข้อเสนอแนะ

1. เนื่องจากผลการวิจัยพบว่ารูปแบบการอธิบายการมองโลกในแง่ดีทำให้บุคคลมีแนวทางการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ คือการมุ่งจัดการกับปัญหา ดังนั้นงานวิจัยเชิงทดลองด้วยการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแก่ผู้ที่มีรูปแบบการอธิบายการมองโลกในแง่ร้าย อาจแสดงให้เห็นภาพที่ชัดเจนขึ้นว่า รูปแบบการอธิบายการมองโลกในแง่ดีสามารถเพิ่มศักยภาพให้แก่บุคคลได้จริงหรือไม่ และสามารถสร้างเสริมบุคลิกภาพที่ส่งเสริมการเผชิญปัญหาได้ เนื่องด้วยในด้ำนงานการปรึกษาทางจิตวิทยาที่ผ่านมานั้นมีผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมกระบวนการกลุ่มและพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ผ่านกระบวนการให้การปรึกษาแบบกลุ่มนั้นมีแนวโน้มที่จะใช้กลวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพและเป็นที่น่าสนใจว่าจะส่งผลต่อตัวแปรรูปแบบการอธิบายการมองโลกในแง่ดีไปพร้อมกันด้วยหรือไม่

2. ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวเนื่องจากผลงานวิจัยนี้ โดยพิจารณาจากผลที่ตัวแปรอิสระมีอิทธิพลกับกลวิธีการเผชิญปัญหาแต่ละรูปแบบ การวิจัยในรูปแบบอื่นอาจขยายมุมมองที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้นจากการศึกษาจากสภาพการณ์ที่เป็นปัจจุบัน เช่น งานวิจัยภาคสนามเพื่อศึกษารูปแบบการอธิบายที่สัมพันธ์กับกลวิธีการเผชิญปัญหา เพื่อให้เห็นในแง่มุมมองความสัมพันธ์ที่ชัดเจนอันเกิดจากถ้อยคำ คำพูดที่จะได้รับผลป้อนกลับ จากการออกแบบงานวิจัยโดยการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยอาจใช้เครื่องมือวัดของรูปแบบการอธิบาย แบบ CAVE ที่เป็นเครื่องมือที่เหมาะสมสำหรับการวิเคราะห์ประโยค ข้อความ เพื่อศึกษารูปแบบการอธิบายการมองโลกของกลุ่มตัวอย่าง

3. เนื่องจากงานวิจัยเกี่ยวกับการมองโลกในประเทศไทยยังมีจำนวนไม่มากนัก น่าจะมีการศึกษาวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ นอกจากนิสิตนักศึกษา เช่น กลุ่มคนทำงาน หรือ กลุ่มที่อยู่ในภาวะวิกฤต เช่น หญิงที่ถูกล่วงเกินทางเพศ ผู้ป่วยโลกเฮดส์ เป็นต้น

4. จากผลการวิจัยที่ได้ จึงน่าจะมีการนำกระบวนการปรึกษาทางจิตวิทยาไปประยุกต์ใช้เพื่อการพัฒนาารูปแบบการอธิบายการมองโลกของกลุ่มผู้ที่มีแนวโน้มของรูปแบบการอธิบายการมองโลกในแง่ร้าย เพื่อส่งเสริมให้กลุ่มดังกล่าวได้พัฒนารูปแบบการอธิบายการมองโลกในแง่ดีที่ส่งเสริมให้เป็นผู้มีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ อันจะทำให้บุคคลเหล่านั้นสามารถมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความผาสุกในชีวิตมากขึ้น