

## บทที่ 5

### สรุปอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่องผลของการใช้กระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลต่อการคิดเชิงบวกของเยาวชนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของกระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลต่อการคิดเชิงบวกของเยาวชนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง

รูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) แบบสองกลุ่ม วัดผลก่อนและหลังการทดลอง (Pretest – Posttest Control Group Design) โดยมีตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยตัวแปรอิสระ (Independent Variable) ได้แก่กระบวนการกลุ่มตามทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล และตัวแปรตาม (Dependent Variable) ได้แก่ความคิดเชิงบวก

กลุ่มตัวอย่างคือเยาวชนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนยุพราชวิทยาลัย ภาคเรียนที่ 2/2554 โดยได้คัดเลือกเยาวชนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างที่มีความสมัครใจ และมีคะแนนความคิดเชิงบวกต่ำ จำนวน 16 คน หลังจากนั้นจึงทำการจับคู่ (Match– Paired Method) คะแนนความคิดเชิงบวกเพื่อแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุมกลุ่มละ 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มี 3 ประเภทคือแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ กระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลและเครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่แบบวัดความคิดเชิงบวกที่ดัดแปลงจาก นิลภา สุอังคะ (2550) จำนวน 25 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดเท่ากับ .81

สิ้นสุดการทดลองผู้วิจัยให้เยาวชนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดความคิดเชิงบวกอีกครั้งหนึ่งเพื่อเก็บคะแนนหลังการทดลอง (Post – Test) และนำคะแนนที่ได้จากการวัดก่อนการทดลอง (Pre – Test) และหลังการทดลอง (Post – Test) ของเยาวชนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มาวิเคราะห์ข้อมูลตามวิธีทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐาน โดยใช้สถิติบรรยาย (Descriptive Statistics) เพื่อดูค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนความคิดเชิงบวกของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมอีกทั้งเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดความคิดเชิงบวกก่อนและหลังการทดลองด้วยการทดสอบค่า  $t$  แบบกลุ่มตัวอย่างไม่เป็นอิสระต่อกัน ( $t$ -test Dependent Sample) และเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดความคิดเชิงบวกระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยการทดสอบค่า  $t$  แบบกลุ่มตัวอย่างที่เป็นอิสระต่อกัน ( $t$ -test Independent Sample)

### สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้สามารถสรุปผลได้ว่า

1. เยาวชนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลมีความคิดเชิงบวกมากกว่าก่อนเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
2. เยาวชนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มการพัฒนาความคิดเชิงบวกตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลมีความคิดเชิงบวกเมื่อวัดผลภายหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่ม มากกว่า เยาวชนที่ไม่ได้เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

### อภิปรายผลการวิจัย

กระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลเป็นกระบวนการกลุ่มที่ทำให้เยาวชนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมีความคิดเชิงบวกสูงขึ้น เพราะกระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลเป็นกระบวนการที่ช่วยให้เกิดความสัมพันธ์กัน เกิดการตระหนักรู้ เรียนรู้ตนเองและ เพื่อนสมาชิก มีการแบ่งปันความรู้ แบ่งปันประสบการณ์ แบ่งปันทัศนคติกันภายในกลุ่ม ซึ่งการได้รับความรู้ พร้อมทั้งการสนทนากันภายในกลุ่มนั้น ทำให้เกิดพลังแห่งการเปลี่ยนแปลงขึ้นทำให้เยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมมีความพร้อมที่จะปรับเปลี่ยนตนเองอย่างแท้จริง และ การนำไปใช้ได้จริงในชีวิต

เยาวชนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างนั้นมักมีอุปสรรคในการสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น วินัดดา ปิยะศิลป์ (2535) ได้ศึกษางานวิจัยเกี่ยวกับเด็กหย่าร้าง พบว่าเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างจะได้รับผลกระทบ โดยตรงมีปัญหาด้านสัมพันธภาพ โดยเฉพาะมักมีปัญหาสัมพันธภาพที่ไม่ดีระหว่างผู้ปกครองกับเด็กซึ่งการสร้างความสัมพันธ์ให้เกิดขึ้นได้อันดับแรกเยาวชนควรมีความคิดในเชิงบวกต่อตนเองและต่อผู้อื่นจึงจะสามารถสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี ซึ่งกระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล เป็นกระบวนการกลุ่มที่วาดด้วยเรื่องของบุคลิกภาพทั้ง 3 สภาวะและการสื่อสารซึ่งเป็นเครื่องมือช่วยทำให้เกิดทัศนคติที่ดีในการมองโลกและพร้อมที่จะสร้างความสัมพันธ์กันภายในกลุ่มกิจกรรม รวมถึงการนำไปใช้ได้ในการสร้างความสัมพันธ์ในชีวิตจริง Tudor (2002) กล่าวว่า กระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล เป็นกระบวนการทางจิตวิทยาที่สามารถสัมผัสได้ช่วยสร้างให้เกิดการติดต่อสัมพันธ์ที่ดีขึ้น

นอกจากนี้กระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล สามารถช่วยให้เกิดการตระหนักรู้ตนเองและเพื่อนพร้อมทั้งสามารถเปลี่ยนทัศนคติและพฤติกรรม ได้ ดวงฉวี จงรักษ์ (2548) กล่าวว่า บุคคลที่ได้รับประสบการณ์จากการถูกตำหนิติเตียน ดูว่าลงโทษ อยู่เสมอจะได้รับการคุกคามทางจิตใจ ไม่ได้รับความรักความอบอุ่นทางจิตใจ อาจมองโลกในแง่ร้าย และ มักเข้าข้างตนเอง เห็นใจตนเอง เกิดทัศนคติว่าตนดี ผู้อื่นไม่ดี เกิดความระแวงและมองผู้อื่นในแง่ร้าย อีกทั้ง บัวทอง สว่างโสภาค (2545) กล่าวว่า ทฤษฎี TA นั้น ถือว่าเป็นบุคลิกภาพที่เป็นผล มาจากการอบรมและเลี้ยงดูของบิดามารดา ถ้าถูกเลี้ยงดูมาอย่างถูกสุขลักษณะ เด็กก็จะเจริญเติบโต มาอย่างมีภาพพจน์ที่ดีเกี่ยวกับตนเองและคนรอบข้าง หากแต่ว่าเด็กเกิดมาในสภาวะที่ไม่พร้อมเด็กก็จะ มองภาพตนเองในทางลบรวมไปถึงมองผู้อื่นในทางลบด้วยเช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับเยาวชนที่มา จากครอบครัวหย่าร้างที่ถูกคุกคามทางจิตใจไม่ว่าจะเป็นการเห็นบิดามารดาทะเลาะกันหรือรุนแรง ถึงขั้นตบตีกันซึ่งเป็นเหตุให้เยาวชนที่มาจากรอบครัวหย่าร้างมีทัศนคติการมองโลกไม่ดั่งงานวิจัย ของ Tanom Intarakumnerd (1976) ได้ศึกษาผลของกระบวนการกลุ่มกิจกรรมกลุ่มตามทฤษฎี สัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Transactional Analysis) ที่มีต่ออัตมโนทัศน์ (Self-Concept) ของ เยาวชนไทยที่สมัครเข้าเรียนใน (Mississippi University) พบว่า กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมมีอัต มโนทัศน์ทางบวก (Positive Self-concept) มากขึ้น กว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งเป็นงานวิจัยที่สนับสนุนให้ ผู้ศึกษามั่นใจว่ากระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลสามารถ พัฒนาความคิดเชิงบวกได้จริง

การเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล เป็น กิจกรรมที่ทำให้สมาชิกมีการปรับเปลี่ยนทัศนคติ ตระหนักรู้ตนเอง และ เข้าใจผู้อื่นและได้ฝึกการ สร้างความสัมพันธ์กันภายในกลุ่มรวมไปถึงการนำไปใช้ได้ในชีวิตจริง ซึ่งช่วงแรกเป็นการทำ กิจกรรมที่ช่วยให้สมาชิกในกลุ่มได้รู้จักกัน ละลายพฤติกรรม (Ice Breaking) เช่น กิจกรรมแนะนำ ตนเอง กิจกรรม“Right Touch”สัญลักษณ์แทนตนเอง เป็นต้น ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ทำให้สมาชิกได้ รู้สึกรู้สึกผ่อนคลาย ได้รู้จักเพื่อสมาชิกมากยิ่งขึ้น ลดความเกร็งต่อเพื่อนสมาชิก อีกทั้งยังได้ตั้งสติ และเตรียมความพร้อมเพื่อการเรียนรู้ในกิจกรรมต่อไป

เริ่มกิจกรรมเพื่อการเรียนรู้ผู้นำกลุ่มได้ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของพฤติกรรมและการ แสดงออก โดยทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (TA ; Transactional Analysis) เป็นทฤษฎีที่ว่า ด้วยเรื่องของ พฤติกรรมและการแสดงออกของบุคคล ผู้นำกลุ่มได้นำกิจกรรมเพื่อการเข้าใจถึง ความสำคัญของทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล เช่น กิจกรรมปิดตาวาดรูป เป็นต้น ซึ่งจะทำได้ เห็นความสำคัญของการสื่อสาร หากการสื่อสารที่ไม่ชัดเจนไม่ครบถ้วนความเข้าใจผิดจะเกิดขึ้นได้ อีกทั้งกิจกรรมนี้สอนให้รู้ว่าความคาดหวังของคนที่อยากให้ผู้อื่นทำตามให้ได้ดังใจตนผลออกมา

ไม่ได้ตั้งใจตนเองเสมอไป เมื่อสมาชิกในกลุ่มได้เกิดความเข้าใจและพร้อมที่จะเรียนรู้พร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองแล้ว ผู้นำกลุ่มจึงให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับบุคลิกภาพและการสื่อสารตามทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล พร้อมทั้งให้ทำกิจกรรมเพื่อให้เข้าใจลักษณะสภาวะทั้ง 3 แบบและการสื่อสารในรูปแบบต่าง ๆ มากขึ้น พร้อมทั้งอภิปรายในกลุ่มเพื่อให้ผู้อื่นภายในกลุ่มรู้จักกันมากยิ่งขึ้น

หลังจากสมาชิกได้รู้จักตนเอง เพื่อนสมาชิกและเข้าใจรูปแบบของการสื่อสารแล้ว ผู้นำกลุ่มได้ให้ความรู้เกี่ยวกับการใส่ใจทั้ง 6 แบบ (การใส่ใจทางบวก การใส่ใจทางลบ การใส่ใจทางบวกแบบมีเงื่อนไข-ไม่มีเงื่อนไข การใส่ใจทางลบแบบมีเงื่อนไข-ไม่มีเงื่อนไข การใส่ใจแบบพิธีการ และการใส่ใจแบบหลอกลวง) การใส่ใจเป็นส่วนหนึ่งของการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล อีกทั้งยังสร้างมิตรภาพให้เกิดขึ้นภายในสังคมได้และไม่ว่าการใส่ใจประเภทใด สมาชิกทุกคนย่อมมีประสบการณ์เคยเป็นผู้กระทำและผู้ถูกกระทำมาไม่มากก็น้อย หลังจากได้เรียนรู้และรู้จักรูปแบบการใส่ใจแล้ว จึงให้สมาชิกทบทวนความเข้าใจ โดยให้แต่ละคนได้แบ่งปันประสบการณ์การใส่ใจของแต่ละคนภายในกลุ่ม เช่นสมาชิกหญิงท่านหนึ่ง ได้กล่าวถึง การที่ตนเองถูกตำหนิ “ฝ้าย... เธออย่าใส่ชุดชั้นในดำแบบนี้สิ มันเห็นนะรู้ไหม เห็นทีไรละขัดหูขัดตา” เป็นการใส่ใจทางลบแบบไม่มีเงื่อนไข ซึ่งผู้นำกลุ่มให้บอกถึงเหตุที่มาของการสนทนาเช่นนี้ ถึงแม้ว่าจะเกิดการขัดแย้งหรือถกเถียงกันถึงเหตุการณ์ที่สมาชิกได้แบ่งปันภายในกลุ่ม เกิดการเล่นเกมส์ภายในกลุ่ม เช่น “Why does this always keep happening to me (ทำไมเหตุการณ์นี้ต้องเกิดขึ้นกับฉันตลอดเลย)” “I was only trying to help (ก็เพียงแค่อยากช่วยเหลือ)” ซึ่งคนเล่นเกมส์ด้วยเหตุผลที่ว่า ต้องการที่จะได้รับความใส่ใจ เล่นเกมส์ เพื่อที่จะหลีกเลี่ยงหรือแทนที่ความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะนั้นเพื่อหลีกเลี่ยงความเจ็บปวด ซึ่งการยุติความขัดแย้งที่เกิดขึ้นผู้นำกลุ่มจึงได้ใช้ทักษะการลำดับเหตุการณ์ “เหตุการณ์นี้เริ่มต้นอย่างไร” “เรามีเครื่องมืออะไรบ้าง” “เราควรหาใครช่วย” “เกิดอะไรขึ้นและจะดำเนินต่อไปอย่างไร” “เราต้องการเลือกเดินทางไหน จะทำอย่างไรต่อไป” ซึ่งผู้นำกลุ่มเห็นว่าภายในกลุ่มยังมีพลังที่สามารถช่วยเหลือได้จึงตั้งเงื่อนไขขึ้นเพื่อการช่วยเหลือเช่น “หากเพื่อน ๆ ทุกท่านเป็นเขาในขณะนี้ ท่านจะทำอย่างไร” พร้อมทั้งให้แรงใจเพื่อสร้างความเข้มแข็งในจิตใจ สร้างความเชื่อมั่นในตนเองและเสนอแนะวิธีคิดโดยการบอกว่า “มั่นใจว่าทำได้ มั่นใจในพลังของท่านสมาชิก”

หลังจากนั้นบรรยากาศภายในกลุ่มดำเนินไปในทางที่ดีขึ้น ผู้นำกลุ่มจึงให้ความรู้เรื่องบทชีวิต (Life-Script) ตำแหน่งชีวิต (Life-Position) แสตมป์สีและ รูปแบบการใช้เวลาซึ่งได้ให้ความรู้เกี่ยวกับช่วงชีวิตทั้ง 2 ช่วง คือ ช่วงที่ยังตระหนักรู้ไม่ได้ซึ่งมีความแตกต่างแบ่งออกให้เห็นได้ 12 ประเภท ซึ่งสามารถส่งผลถึงพฤติกรรมอันไร้เหตุผล เช่น กลัวที่แคบกลัวความมืดเป็นต้นผู้นำกลุ่มจึงเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้แบ่งปันเรื่องของตนถึงสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองอย่างไร้เหตุผล เช่น

สมาชิกบางคนบอกว่า กลัวแมลงสาบบางคนบอกว่าตนเป็นคนเก็บกด น่าจะเป็นเพราะถูกพ่อแม่ห้ามว่าเป็นผู้ชาย ไม่ควรแสดงความรู้สึกเป็นต้นและการตระหนักรู้ในบทชีวิตในช่วงที่สามารถรื้อฟื้นความทรงจำได้ คือ ช่วงที่สามารถตระหนักรู้เองได้ซึ่งจะแสดงออกมาในสภาวะอีโก้ เช่น มีสภาวะความเป็นผู้ใหญ่มาก (A) และการนำมาใช้ในสังคมก็จะทำให้เกิดบทบาทขึ้นในการใช้ชีวิตในสังคมไม่ว่าจะเป็นบทบาทเหนือผู้เหนือกว่าหรือผู้ช่วยเหลือซึ่งผู้นำกลุ่มได้อธิบายให้เข้าใจถึงบทบาททั้งสามพร้อมให้สมาชิกได้ตระหนักรู้ตนเองว่าตนเองมักอยู่ในบทบาทใดสาเหตุใดจึงมักดำรงอยู่ในบทบาทดังกล่าว

การที่กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ทำให้ได้เกิดการเรียนรู้ตนเองและ ประสบการณ์จากเพื่อนในกลุ่ม รวมไปถึงเกิดการยอมรับเงื่อนไขการเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีขึ้น ซึ่งส่งผลให้สามารถปรับทัศนคติ และยอมรับการเปลี่ยนแปลง สามารถนำสิ่งที่ได้ไปปรับตัวในชีวิตจริง รวมไปถึงการเปลี่ยนแปลงทางความคิด สามารถคิดในด้านดี คิดในด้านบวกสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มและเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนความคิดเชิงบวกมากกว่ากลุ่มควบคุมแสดงให้เห็นว่าการที่ได้เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล มีการพัฒนาความคิดเชิงบวกมากกว่ากลุ่มควบคุมซึ่งไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรม

ดังนั้นจากการทดลองและการศึกษาวิจัยที่ช่วยสนับสนุนผลการทดลอง จะพบว่ากระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลสามารถเพิ่มความคิดเชิงบวกของเยาวชนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างได้เป็นอย่างดีและสามารถเป็นเครื่องมือที่ทำให้เกิดการเรียนรู้และ เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดียิ่งขึ้น การยอมรับตนเอง รวมไปถึงการมองชีวิตในด้านบวก (Positive Thinking) นอกจากนี้จะพบว่ากระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลสามารถเพิ่มความคิดเชิงบวกได้แล้วนั้น ยังพบว่ากระบวนการกลุ่มยังช่วยฝึกฝนในด้านมนุษยสัมพันธ์ที่ดี สามารถสื่อสารได้อย่างเหมาะสมและประสบการณ์จากกลุ่มสามารถช่วยให้ยอมรับในสิ่งที่ผิดพลาดของตนเองและสามารถสร้างความสุขให้กับตนเองและผู้อื่นที่อยู่รอบข้างได้ (I'm OK, You are OK)

#### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้

จากการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยพบว่ากระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลมีผลต่อการเพิ่มความคิดเชิงบวกของเยาวชนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างซึ่งผลที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะเพื่อให้เกิดประโยชน์ดังนี้

1. กระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลสามารถใช้เป็นแนวทางสำหรับบุคลากรเจ้าหน้าที่ โดยเฉพาะนักจิตวิทยาเพื่อใช้ในการพัฒนาความคิดเชิงบวกของเยาวชนทั่วไป โดยเฉพาะเยาวชนที่มาจากครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์ เพื่อให้เยาวชนสามารถปรับตัวและ วางตัวในสังคม ได้อย่างเหมาะสม
2. ควรนำกระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ใช้กับเยาวชนที่มีปัญหาชีวิตทุกคนเพื่อให้เกิดการพัฒนาการคิดเชิงบวกและสามารถปรับตัวเพื่อใช้ชีวิตในสังคม ได้อย่างเหมาะสม
3. ควรมีการปรับวิธีสอนและ การตั้งคำถามให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างและดำเนินกิจกรรมอย่างเป็นธรรมชาติไม่ฝืนความเป็นตัวของตัวเอง ให้กิจกรรมดำเนินไปตามสิ่งที่เกิดขึ้นภายในกลุ่ม

#### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

จากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่ากระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล สามารถพัฒนาความคิดเชิงบวก ได้จริงดังนั้นผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะเพื่อเป็นประโยชน์สำหรับผู้สนใจในการทำวิจัยครั้งต่อไปดังนี้

1. ในการทำวิจัยครั้งนี้ได้ทำการศึกษาในกลุ่มเยาวชนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างมีลักษณะเฉพาะของบุคลิกภาพและวิธีคิดอาจมีลักษณะที่ต่างจากกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ ดังนั้นหากอยากทราบว่าผลของกระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาตามแนวทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลต่อการคิดเชิงบวกของเยาวชนจะมีผลต่อกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ ด้วยหรือไม่ก็อาจจะทำการวิจัยในกลุ่มตัวอย่างกลุ่มอื่น ๆ ต่อไปเช่นเยาวชนที่พลัดพรากจากบิดามารดา เยาวชนติดเกมส์หรือเยาวชนติดอบายมุข
2. ในการวิจัยครั้งต่อไปนั้นควรมีการติดตามผล เพื่อสังเกตว่าหลังจากเสร็จสิ้นกระบวนการกลุ่มแล้ว ความคิดเชิงบวกนั้นยังคงหรือไม่ นอกจากนี้อาจศึกษาเพิ่มเติม ว่าเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมนั้นจะสามารถปรับเปลี่ยนทัศนคติและยังคงมีการฝึกฝนและพัฒนาความคิดเชิงบวกเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันของตนเองอย่างสม่ำเสมอหรือไม่