

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงของนักเรียน อาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) โดยการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎี เกสตัลท์ เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research Design) โดยใช้แบบแผนการวิจัย เชิงทดลองสองตัวประกอบแบบวัดซ้ำหนึ่งตัวประกอบ (Two-Factor Experimental with Repeated Measures on One Factor) (Winner, Brown, & Michels, 1991, p. 509)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษานี้ได้แก่นักเรียนอาชีวศึกษา ระดับประกาศนียบัตร วิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 ที่มีอายุระหว่าง 15-17 ปี โดยคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา และสมัครใจเข้าร่วมการทดลองจำนวน 24 คน ฟูมโดยการจับสลากให้เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 12 คน และเป็นกลุ่มควบคุมจำนวน 12 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองประกอบด้วยแบบวัดทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรง และ โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ โดยให้กลุ่มทดลองได้รับ โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงจำนวน 10 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง 30 นาที และเก็บข้อมูลโดยการ ใช้แบบวัดทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงใน 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล จากนั้นนำข้อมูลมา วิเคราะห์ด้วยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่ม และหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated-Measures Analysis of Variance: One between-Subjects Variable and One within Subjects Variable) (Howell, 2007, pp. 449-460)

สมมติฐานของการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง
2. นักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎี เกสตัลท์มีทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงมากกว่านักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มควบคุมในระยะ หลังการทดลอง
3. นักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎี เกสตัลท์มีทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงมากกว่านักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มควบคุมในระยะ ติดตามผล

4. นักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์มีทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงในระยะหลังการทดลองมากกว่าในระยะก่อนการทดลอง

5. นักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์มีทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงในระยะติดตามผลมากกว่าในระยะก่อนการทดลอง

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. นักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์มีทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงมากกว่านักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. นักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์มีทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงมากกว่านักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. นักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์มีทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงในระยะหลังการทดลองมากกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. นักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์มีทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงในระยะติดตามผลมากกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

ผู้วิจัยอภิปรายผลการศึกษาดังนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กล่าวคือ วิธีการทดลองกับระยะเวลาในการทดลองส่งผลร่วมกัน โดยพบว่าในระยะก่อนการทดลองกลุ่มที่ได้รับกลุ่มที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์และกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงไม่แตกต่างกันมากนักแต่ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล 2 สัปดาห์ พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตในการป้องกัน

ความรุนแรงของกลุ่มทดลองเพิ่มสูงขึ้นจากระยะก่อนการทดลอง ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงลดลงไปจากระยะก่อนการทดลองเนื่องจากกลุ่มทดลองเป็นนักเรียนในระดับอาชีวศึกษาที่ได้รับการพัฒนาและฝึกฝนทักษะชีวิตจากการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ จำนวน 10 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง 30 นาที สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ติดต่อกัน 5 สัปดาห์ ทำให้สมาชิกได้เรียนรู้และฝึกฝนทักษะเกี่ยวกับทักษะชีวิต อันได้แก่ การตระหนักรู้ในตนเอง การเห็นใจผู้อื่น การคิดวิเคราะห์ การจัดการกับอารมณ์ การตัดสินใจและแก้ปัญหา การสื่อสารด้วยเทคนิคต่าง ๆ ของเกสตัลท์ ซึ่งเน้นในเรื่อง “ที่นี่และเดี๋ยวนี้” (Here and Now) ส่งเสริมให้สมาชิกได้มีประสบการณ์จริง เน้นการค้นพบตนเอง และให้ความสำคัญในเรื่องการตระหนักรู้เกิดความกระจ่างถึงความรู้สึกที่แท้จริงของตนเอง สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง และรับผิดชอบต่อการตัดสินใจนั้น การให้คำปรึกษากลุ่มทำให้เกิดโอกาสในการได้สำรวจตนเอง ฝึกการยอมรับตนเอง แสดงความรู้สึกและความคิดเห็น ได้อย่างเปิดเผยกล้าเผชิญปัญหาและได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหา โดยไม่ใช้อารมณ์หรือความรุนแรงเข้าใจและเห็นใจผู้อื่น ยอมรับในความแตกต่างหรือปรับปรุงตนเอง ได้อีกทั้งการกำหนดระยะเวลาและจำนวนครั้งในการให้การปรึกษามีความเหมาะสมจึงแสดงให้เห็นว่าวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง มีปฏิสัมพันธ์กันมีผลต่อการพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรง ซึ่งผลการศึกษารังนี้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ภัทรพงศ์ สุขมาลี (2548) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์เพื่อลดความเครียดของผู้ปกครองที่มีบุตรออทิสติกพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และงานวิจัยของ ธนิตา จุลวนิชย์พงษ์ (2547) ที่ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์ต่อคุณค่าแห่งตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนทุ่งสุลาพิทยาคม (กรุงเทพมหานคร) พบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และ สอดคล้องกับงานวิจัยของ มารยาท สุจริตวรกุล (2545) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบเกสตัลท์ต่อความตระหนักรู้ในตนเองของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจคุ้มครองเด็กพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากข้อมูลข้างต้นสรุปได้ว่า การให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีความสามารถในการพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงได้อย่างเหมาะสมและลดความเสี่ยงในการก่อพฤติกรรมรุนแรงลงได้ทั้งในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ 1 ที่กล่าวว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง

2. สมมติฐานที่ 2 ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลองที่ใช้การให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์มีทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงมากกว่านักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนในกลุ่มทดลองมีความสนใจในการเข้าร่วมกลุ่มการให้คำปรึกษาให้ความร่วมมือและตั้งใจถึงแม้ว่าในตอนแรก ๆ อาจจะยังไม่ค่อยกล้าที่จะเปิดเผยตนเองมากนักแต่นักเรียนส่วนใหญ่ก็สนใจและมีความตั้งใจที่อยากจะเปลี่ยนแปลงตนเองจึงมีความตั้งใจในการร่วมมือในการเข้ากลุ่มเป็นอย่างดี จนสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับตนเองได้ นักเรียนในกลุ่มทดลองแสดงความรู้สึกว่าจากการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มทำให้ตนเองได้เข้าใจตนเองยอมรับตนเองและเข้าใจและยอมรับในความแตกต่างได้มากขึ้น เนื่องจากกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์ (Perls, 1991) มีเป้าหมายเพื่อช่วยให้สมาชิกในกลุ่มมีวุฒิภาวะเติบโตขึ้นรับผิดชอบต่อความรู้สึกและพฤติกรรมของตนเองมีความเป็นตัวตน มีสติรับรู้เป็นพื้นฐานของการเรียนรู้และติดต่อสื่อสารว่ากำลังคิด รู้สึกหรือทำอะไร ในที่นี้และขณะนี้ ช่วยให้สมาชิกได้รู้จักควบคุมและยอมรับความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นว่าเป็นธรรมชาติและเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต ไม่ว่าจะป็นความรู้สึก เศร้า เสียใจ ดีใจ โกรธแค้น หรืออาฆาตมั่งร้าย อยากจะทำร้าย สามารถที่จะรู้จักหลีกเลี่ยง รู้จักการเผชิญหน้าและพยายามปรับตัวต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดความคับข้องใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยไม่ต้องก่อความเดือดร้อนให้กับตนเองหรือการ โยนความผิดหรือก่อความเดือดร้อนให้เกิดขึ้นกับผู้อื่น จะเห็นได้ว่าเป้าหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์มุ่งให้คนค้นพบและเข้าใจตนเองรับรู้ตนเองในประสบการณ์ทุกขณะในสภาวะปัจจุบันเป็นตัวของตัวเองพึ่งตนเองได้สามารถปรับตัวและเผชิญหน้ากับเหตุการณ์ต่าง ๆ อย่างมีสติ ไม่พะวงยึดติดอยู่กับอดีต

ตัวอย่างนักเรียนที่เข้าร่วมการให้การปรึกษากลุ่มได้แสดงความคิดเห็นและความรู้สึกที่กว้าง (นามสมมติ) เขาไม่ชอบครูฝ่ายปกครองเลย มีความรู้สึกไม่ค่อยชอบใจอยู่เสมอ แต่ไ้ผมขยวหนอยก็ว่า แต่งกายผิดระเบียบก็ว่า ครูไม่ยุติธรรม ทีเด็กแผนกอื่นไม่เห็นว่าจะครูจะว่าเลย แต่หลังจากที่ฝึกการรับรู้เกี่ยวกับตนเองไม่โยนความผิดให้กับผู้อื่นการมีสติหรือตระหนักรู้อยู่ตลอดเวลา ทำให้เก่งยอมรับในกฎเกณฑ์กติกาของวิทยาลัยสำรวจตนเองว่าถ้าตนเองทำตน ไม่ผิดระเบียบครูก็จะไม่ลงโทษหรือตำหนิและเมื่อโดนตำหนิก็รู้จักที่จะควบคุมตนเองได้มากขึ้น ทำให้ในตอนหลังเก่ง โคนลงโทษน้อยลงและไม่ค่อยมีความขัดแย้งกับครูปกครองเก่งยอมรับว่าเริ่มมีความรู้สึกที่ดีต่อครูปกครองและเข้าใจครูมากขึ้น

ด้วยเทคนิควิธีการต่าง ๆ ในการให้การปรึกษากลุ่มโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์ เช่น การตระหนักรู้ในตนเองในสภาวะปัจจุบัน การเปลี่ยนบทบาท การแสดงบทบาทสมมติ การจินตนาการ เป็นเทคนิคการฝึกสติให้มีการรับรู้ จัดความรู้สึกที่ค้างค้ำอยู่ในจิตใจ รู้จักควบคุมอารมณ์

เกิดความรู้สึกพึงตนเองและมีบูรณาการในตนเองช่วยให้นักเรียนได้รู้จักการจัดการกับตนเองเมื่อมีความรู้สึกเครียดหรือวิตกกังวล เน้นการฝึกจิตใจให้เกิดความผ่อนคลายในจิตใจ เกิดความผ่อนคลายในจิตใจเกิดความสงบสบายและเกิดการเรียนรู้ทำให้จิตใจสงบและผ่อนคลายได้ในสถานการณ์ต่าง ๆ จึงทำให้นักเรียนในกลุ่มทดลองมีการพัฒนาทักษะชีวิตในด้านต่าง ๆ ที่ดีขึ้นนักเรียนเริ่มมีพฤติกรรมที่ดีขึ้น มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน พ่อแม่และอาจารย์ มีความรับผิดชอบมากขึ้น ฝ่าฝืนกฎระเบียบน้อยลง ไม่ค่อยแสดงกิริยาหรือวาทะที่ก้าวร้าว พุดคุยกับเพื่อนและอาจารย์และบุคคลในครอบครัวมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นพมาศ เล็กวงษ์ (2546) ที่ศึกษาผลของกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดระยอง ผลการวิจัยพบว่าเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และงานวิจัยของปริศนา ชาญวิชัย (2546) ศึกษาการเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ที่มีต่อวิธีการเผชิญความโกรธ กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนจันทร์หุ่นบำเพ็ญ กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2545 พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีวิธีการเผชิญความโกรธดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

3. สมมติฐานที่ 3 ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลองที่เข้าร่วมการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์มีทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงมากกว่านักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่าผลของการให้การปรึกษาสามารถสร้างภูมิคุ้มกัน รวมถึงมีความคงทนของการเรียนรู้แม้เวลาจะผ่านไปแล้ว 2 สัปดาห์ก็ตาม ทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนในกลุ่มทดลองได้เกิดการรับรู้ใหม่ ทั้งต่อตนเองและสิ่งแวดล้อมในสภาวะปัจจุบัน ทำให้เกิดการตระหนักรู้ในตนเองเพิ่มขึ้น เข้าใจและค้นพบตนเองพึ่งตนเองได้ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองและเชื่อในความสามารถของตนเอง มองเห็นว่าตนเองมีคุณค่าสามารถปรับตัวและเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ตามความเป็นจริงอย่างมีสติ ไม่เอาสิ่งที่เป็นเรื่องค้างคาในจิตใจมารบกวนสภาพในการดำเนินชีวิตของตนเองในปัจจุบันกล้าเผชิญกับปัญหาตามความเป็นจริง รู้จักควบคุมและมีความมั่นคงทางอารมณ์ สามารถขจัดความขัดแย้งภายในจิตใจกล้าที่จะตัดสินใจและแสดงออกได้อย่างเหมาะสมกับเหตุการณ์ รวมถึงมีทักษะในการติดต่อสื่อสารการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพและมีความพร้อมที่จะเผชิญต่อสถานการณ์ปัจจุบันได้อย่างเหมาะสมทำให้สามารถหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นปกติสุข ซึ่งมีผลทำให้ในระยะติดตามผลคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงจึงมากกว่ากลุ่มควบคุม

ส่วนค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตของกลุ่มควบคุมทั้งในระหว่างการทดลองและระยะติดตามผลลดลงจากระยะก่อนการทดลองเป็นเพราะนักเรียนในกลุ่มควบคุมอยู่ในกลุ่มเสี่ยงที่ก่อพฤติกรรมรุนแรงอยู่แล้ว เมื่อเวลาผ่านไปจึงเริ่มมีพฤติกรรมที่รุนแรงเพิ่มมากขึ้นจึงมีผลต่อคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตของกลุ่มควบคุมซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ จินตนา สนธิวงศ์เวช (2547) ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลต์ต่อความสุขของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษากลุ่มตัวอย่างได้แก่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนชลบุรี “สุขบท” ปีการศึกษา 2545 ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลต์มีความสุขในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภทรดา รุ่งป่าสัก (2545) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเกสตัลต์ที่มีต่อความเข้มแข็งในการมองโลกของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนมักกะสันพิทยาคม กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเกสตัลต์มีความเข้มแข็งในการมองโลกเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. สมมติฐานที่ 4 ผลการศึกษาพบว่านักเรียนอาชีพศึกษากลุ่มทดลองที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลต์มีทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงในระยะหลังการทดลองมากกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากนักเรียนในกลุ่มทดลองจะได้รับการฝึกเทคนิคต่าง ๆ ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาตามแนวเกสตัลต์เพื่อให้นักเรียนอยู่กับสถานะความเป็นจริงในปัจจุบัน โดยการใช้ประสาทสัมผัสของตนมากกว่าใช้ความคิด ดังที่Perl เสนอแนะไว้ว่า “Lose your mind and come to your sense” (Perl, 1951 cited in Cory, 2001) นั่นคือ ช่วยให้บุคคลได้รับรู้ ทำความเข้าใจตนเอง โดยไม่วิเคราะห์หรือตีความหรือใช้สติปัญญาคาดคะเน ช่วยให้นักเรียนได้รู้และเข้าใจว่า ความรู้สึกหวาดกลัว ท้อแท้ หมดหวัง เป็นเพียงจินตนาการที่บุคคลสร้างขึ้นเมื่อมีความวิตกกังวลโดยบุคคลมักจะจินตนาการว่าจะมีสิ่งเลวร้ายเกิดขึ้นในอนาคต เช่น ถ้าไม่ทำร้ายเขา เขาก็จะทำร้ายเราก่อน นอกจากนั้นการให้คำปรึกษากลุ่มยังมีส่วนช่วยให้นักเรียนได้เข้าใจความรู้สึกของบุคคลอื่นและเห็นใจบุคคลอื่นมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับที่ อดงค์ วิเศษสุวรรณ (2550, หน้า 18) ให้ความหมายการให้คำปรึกษากลุ่มว่าเป็นกระบวนการเชิงจิตวิทยา ใช้ทฤษฎี เทคนิคและวิธีการต่าง ๆ ในการดำเนินการกลุ่ม ให้กับสมาชิกหลายคนในเวลาเดียวกัน สมาชิกเรียนรู้และเข้าใจตนเองและผู้อื่น เข้าใจว่าปัญหาเป็นเรื่องปกติในการดำเนินชีวิต แต่ละคนมีวิธีการจัดการและเลือกวิธีการเผชิญสถานการณ์ได้ด้วยตนเอง มีความพร้อมในการเปลี่ยนแปลงรวมถึงเข้าใจพื้นฐานความเป็นคนว่าทุกคนก็มีความรู้สึกเช่นเดียวกันเมื่อมีความทุกข์หรือมีความสุขหรืออีกหลาย ๆ คนก็มีปัญหาเหมือนกันเพียงแต่ว่าแต่ละคนอาจจะมีปัญหาที่แตกต่างกันไปและเลือกที่จะแก้ไขปัญหาคด้วยวิธีการใดซึ่งถ้านักเรียนจินตนาการหรือคิดไป

ก่อนล่วงหน้าว่าจะมีสิ่งเลวร้ายเกิดขึ้นก็ย่อมทำให้ประสิทธิภาพของการรับรู้และการแก้ปัญหาในสถานการณ์ปัจจุบันสูญเสียไปแต่ถ้านักเรียนกล้าเผชิญกับความวิตกกังวลหรือความคับข้องใจที่มีอยู่ในปัจจุบัน เขาจะเริ่มมองเห็นสิ่งกีดขวางหรืออุปสรรคที่เขาสร้างขึ้นมาและหาหนทางแก้ไขได้ และพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อความรู้สึกและการตัดสินใจซึ่งในบางครั้งก็จะใช้วิธีการทำให้ให้นักเรียนเพื่อเป็นการกระตุ้นให้นักเรียนได้แสดงบทบาทที่ตนเองคิดหรืออยากจะทำออกมาหรือเป็นการกระตุ้นให้เขาได้ฟังตนเองและรับผิดชอบในการกระทำของตนเองมากขึ้นการฝึกการรับรู้ที่อยู่ที่ความรู้สึกของตนเอง การฝึกจินตนาการ การแสดงบทบาทสมมติ การแสดงพฤติกรรมตรงข้าม รวมถึงการฝึกให้เกิดความรู้สึกผ่อนคลายและจิตใจสงบซึ่งเป็นการส่งเสริมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนได้ดีขึ้น อีกทั้งการเน้นการแสดงออกทางอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิดที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติตาม โปรแกรมในแต่ละครั้ง โดยการพูดคุยเชื่อมโยงสถานการณ์ในอดีตของแต่ละคน ความคิดและจินตนาการที่เกิดขึ้นนำไปสู่สถานการณ์ปัญหาของสมาชิกกลุ่มแต่ละคนทำให้สมาชิกกลุ่มได้ระบยาารมณ์ความรู้สึกนึกคิดที่กดดันเกิดการเปรียบเทียบกับสถานการณ์ของผู้อื่นกับตนเอง และเกิดการหยั่งเห็นที่เด่นชัดขึ้นกระบวนการนี้นอกจากนักเรียนจะได้ระบยาารมณ์ความรู้สึกนึกคิดที่กดดันอย่างเต็มที่แล้วยังเป็นการฝึกความกล้าแสดงออก กล้าเปิดเผยความรู้สึกที่แท้จริงให้ผู้อื่นได้รับรู้และยัง ได้แสดงศักยภาพของตนที่ต้องการปรับตัวต่อสังคมรอบข้างซึ่งสอดคล้องกับที่ WHO (2002, p. 9) กล่าวว่า ทักษะชีวิตในการสื่อสารและการรับฟัง จะทำให้บุคคลสามารถสร้างความเข้าใจและความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่นได้และการขาดประสบการณ์การเรียนรู้ทักษะการปรับตัวเมื่อผิดหวัง เมื่อเผชิญภาวะวิกฤติ หรือเมื่อเกิดความขัดแย้ง จะทำให้บุคคลกระทำรุนแรงได้มากกว่าคนอื่นที่ปรับตัวได้คุณลักษณะเหล่านี้ช่วยให้นักเรียนมีการพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงที่ดีขึ้น นักเรียนเข้าใจตนเองและผู้อื่นมากขึ้น เห็นใจผู้อื่นยอมรับในความแตกต่าง รู้จักจัดการกับอารมณ์ของตนเองเมื่อมีความรู้สึกเครียดหรืออยู่ในภาวะกดดันสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างดีและมีความสุขซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กรรณิการ์ กาญจนนุกูล (2540) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบเกสตัลท์ที่มีต่อการปรับตัวทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 โรงพยาบาลรามาริบัติ กรุงเทพมหานคร โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 โรงพยาบาลรามาริบัติ กรุงเทพมหานครจำนวน 16 คนแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 8 คนกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบเกสตัลท์ 10 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง กลุ่มควบคุมได้รับข้อสนเทศรวมทั้งสิ้น 10 ฉบับ ผลการวิจัยพบว่านักศึกษาพยาบาลมีการปรับตัวทางอารมณ์ดีขึ้นหลังจากการได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบเกสตัลท์และมีการปรับตัวทางอารมณ์ดีกว่านักศึกษาพยาบาลที่ได้รับข้อสนเทศอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ทั้งนี้ในระหว่างการดำเนินการในการให้การปรึกษาในครั้งที่ผู้วิจัยเริ่มด้วยการสร้างสัมพันธภาพระหว่างกับนักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพในกลุ่มทดลองพูดถึงข้อตกลงในการทำกลุ่มเพื่อมุ่งหวังให้นักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพในกลุ่มทดลองได้มีความคุ้นเคย และรู้สึกไว้วางใจซึ่งกันและกัน ซึ่งพบว่าในระยะแรกของการเข้าร่วมกลุ่มของนักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพในกลุ่มทดลองยังมีความรู้สึกไม่คุ้นเคยในการเข้าร่วมกลุ่ม ไม่กล้าแสดงความคิดเห็น ไม่เปิดเผยตนเองเท่าที่ควร จึงค่อย ๆ สร้างความคุ้นเคย โดยการให้สมาชิกแนะนำตนเองทีละคนและให้สมาชิกได้มีโอกาสแสดงความรู้สึกในการเข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้และต่อมาได้สร้างความไว้วางใจและความคุ้นเคยเพิ่มมากขึ้นด้วยการเล่นเกมสปีดดาพาคู่กันเพื่อให้สมาชิกได้เกิดความไว้วางใจในกลุ่มและกล้าที่จะเปิดเผยตนเองต่อกลุ่มมากขึ้น

การให้การปรึกษากลุ่มครั้งที่ 2 มีวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกเข้าใจจุดเด่น จุดด้อยของตนเองในด้านต่าง ๆ เข้าใจและยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลตระหนักถึงคุณค่าและความสามารถของตนเอง มีความภูมิใจในความสามารถของตนเอง มีความเชื่อมั่นในการทำสิ่งต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จได้ โดยให้สมาชิกได้กลับมาทำกิจกรรมอันเป็นกรณีพิเศษ และให้สมาชิกจินตนาการเกี่ยวกับบ้านของตนเองพร้อมทั้งให้สมาชิกได้มีโอกาสได้คัดแปลงและแก้ไขบ้างในส่วนที่ตนเองเห็นว่าไม่ดี เปรียบบ้านเหมือนตัวตนของสมาชิกที่มีทั้งข้อดีและข้อด้อย เป็นสิ่งที่ถูกสร้างขึ้นมาสามารถแก้ไขเปลี่ยนแปลงได้

จากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้พบว่า สมาชิกมีความเข้าใจตนเองมากขึ้น เห็นถึงข้อดีและข้อด้อยของตนเอง ยอมรับตนเองมากขึ้น

การให้การปรึกษากลุ่มครั้งที่ 3 มีวัตถุประสงค์เพื่อให้สามารถรับรู้และเข้าใจความต้องการของบุคคลอื่นการมีความรู้สึกที่ดีต่อกันและเห็นในความดีงามของบุคคลอื่นและสิ่งแวดล้อมรอบตัว โดยการให้สมาชิกมองรูปภาพปริศนาที่เกี่ยวกับการรับรู้ของบุคคลว่าแต่ละบุคคลมีมุมมองที่แตกต่างกันขึ้นอยู่กับความรู้ของแต่ละบุคคล การทำกิจกรรมใครถูกใครผิด โดยการแสดงบทบาทสมมติเปิดโอกาสให้สมาชิกได้เข้าใจบุคคลอื่นและเห็นใจ คนอื่นมากขึ้น

จากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้พบสมาชิกเริ่มยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลมากขึ้นเริ่มมองเห็นว่าคนแต่ละคนไม่เหมือนกัน อาจจะมีความคิดและความรู้สึกที่ไม่เหมือนกันได้ แต่ไม่ใช่สิ่งที่ผิดเห็นใจบุคคลอื่นมากขึ้น

การให้การปรึกษากลุ่มครั้งที่ 4 มีวัตถุประสงค์เพื่อสามารถ แยกแยะข้อมูลข่าวสาร โดยผ่านการถกเถียง ประเมินถึงคุณและโทษเพื่อใช้ประกอบการพิจารณาในปัญหาและสถานการณ์ต่าง ๆ รอบตัวได้อย่างสมเหตุสมผล ด้วยมุมมองที่แปลกใหม่และมีความหลากหลาย สามารถนำมาใช้สนับสนุนการตัดสินใจและแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่าง ๆ เพื่อการปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม โดย

จากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้พบว่าสมาชิกได้มีโอกาสได้แสดงความรู้สึกในด้านตรงกันข้ามมากขึ้น เพื่อเป็นข้อพิจารณาในการตัดสินใจในการกระทำพฤติกรรมบางอย่าง สมาชิกบางคนมองว่าการได้มีโอกาสได้แสดงพฤติกรรมตรงข้ามส่งผลทำให้สมาชิกได้มีมุมมองใหม่และเข้าใจว่าบางครั้งในการแก้ไขปัญหาก็ไม่จำเป็นต้องใช้ความรุนแรงเสมอไปและสมาชิกเองก็มีโอกาสได้เห็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาค้าง ๆ ในแง่มุมของเพื่อน

การให้การปรึกษาครั้งที่ 5 และ 6 มีวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกหาทางออกและเลือกปฏิบัติที่เหมาะสมบนพื้นฐานของข้อมูลที่ถูกต้อง โดยผ่านกระบวนการประเมินและกำหนดวิธีการแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสมเมื่อเผชิญสถานการณ์นั้น ๆ โดยมีสถานการสมมติให้สมาชิกได้เลือกตัดสินใจ

จากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้พบว่าสมาชิกมีความกระตือรือร้นมากขึ้นในการได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นของตนเองเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ทดลองและแสดงบทบาทสมมติเพื่อหาทางออกในการแก้ไขปัญหาค้างส่งผลให้สมาชิกเริ่มมีมุมมองที่แปลกใหม่ออกไปและเริ่มยอมรับถึงการตัดสินใจในการแก้ไขปัญหาค้างด้วยวิธีการที่ไม่จำเป็นต้องใช้ความรุนแรงหรือการทะเลาะวิวาทเท่านั้น

การให้การปรึกษาครั้งที่ 7 มีวัตถุประสงค์เพื่อให้สามารถมีปฏิสัมพันธ์โดยคำพูดหรือภาษาท่าทางเพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดและสามารถรับรู้ความรู้สึกนึกคิดของบุคคลอื่นได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ เพื่อสร้างและรักษาสัมพันธภาพที่ดี รวมทั้งสามารถสิ้นสุดสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นที่ไม่พึงประสงค์ได้อย่างเหมาะสมอันจะนำไปสู่การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างปกติสุข

จากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้พบว่าสมาชิกเปิดใจกับเพื่อนในกลุ่มมากขึ้นมีสมาชิกบางคนได้ทดลองที่จะปฏิเสธหรือตอบรับกับคำขอร้องของเพื่อนและยอมรับว่าการที่สมาชิกได้มีโอกาสในการเข้ากลุ่มด้วยการทดลองแสดงบทบาทและพูดแสดงความรู้สึกทำให้สมาชิกเริ่มพูดคุยกับเพื่อนมากขึ้นและบางคนเริ่มที่จะกล้าแสดงความรู้สึกมากยิ่งขึ้น

การให้การปรึกษาครั้งที่ 8 และ 9 มีวัตถุประสงค์เพื่อให้สามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมเมื่อเผชิญกับความคับข้องใจและให้ตระหนักถึงส่วนของความรู้สึกที่ตนมีอยู่อีกส่วนหนึ่งโดยไม่พยายามปฏิเสธหรือเก็บกดไว้และช่วยให้เข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์ ความคับข้องใจ ความโกรธและทนต่อแรงกดดัน ความเครียดในชีวิต ความเป็นอยู่ในปัจจุบัน ด้วยการให้สมาชิกได้ระบายสิ่งที่คับข้องใจและการรู้สึกได้ผ่อนคลายด้วยวิธีการ โยคะ

จากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้พบว่า สมาชิกรู้สึกผ่อนคลาย โลงและโปร่ง สมาชิกบางคนบอกว่ามีความรู้สึกที่สบายใจที่ได้พูดอะไรบางอย่างที่อยู่ภายในจิตใจของตนเองรวมถึงรู้สึกผ่อนคลายมาก ๆ กับวิธีการ โยคะ

การให้การศึกษาครั้งที่ 10 มีวัตถุประสงค์เพื่อ สรุปลง อภิปรายถึงกระบวนการทั้งหมด ที่ทำร่วมกัน นำสิ่งที่ได้จากการเข้ากลุ่ม ไปใช้ในชีวิตประจำวันละเพื่อยุติการให้คำปรึกษา

จากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้พบว่า สมาชิกมีความรู้สึกที่ตนเองเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี มากขึ้น ใจเย็นมากขึ้น มีความรู้สึกสงบ ต่อไปนี้ คือตัวอย่างความรู้สึกบางประการของนักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่ม

กิม (นามสมมติ) กล่าวว่า รู้สึกเสียใจกับเหตุการณ์ในอดีตที่เคยทำร้ายคนอื่นเพียงแต่มีความรู้สึกไม่ชอบหน้าหรือไม่พอใจแต่ต่อไปนี้จะพยายามรักษาและควบคุมอารมณ์ให้มากขึ้น การเข้ากลุ่มในครั้งนี้ทำให้เขารู้สึกดีมีความสุขทำให้เขาเข้าใจและเห็นใจคนอื่นมากขึ้นรวมถึงวิธีผ่อนคลายนเองที่เขาคิดว่าจะนำไปใช้เมื่อตนเองรู้สึกเครียด

กอล์ฟ (นามสมมติ) กล่าวว่า แต่ก่อน ไม่ชอบเลยที่จะต้องมาโรงเรียน เบื่อไปหมดไม่ชอบโรงเรียน ไม่ชอบครู ไม่ชอบเพื่อน แต่ตอนนี้มีความรู้สึกที่เปลี่ยนไป มีความรู้สึกที่ดีต่อโรงเรียน ครูและเพื่อน ตอนนี้เขามีเพื่อนมากขึ้น และเริ่มพูดคุยกับเพื่อนมากขึ้น

แจ๊ค (นามสมมติ) แต่ก่อนปฏิเสธเพื่อนไม่เป็นชวนให้ทำอะไรจะทำตามแต่ตอนนี้เริ่มที่จะพูดคุยและปฏิเสธเพื่อนได้แล้วถ้าตนเองไม่เห็นด้วยหรือไม่อยากไป ซึ่งเพื่อนก็ไม่โกรธ ทำให้ตนเองไม่ต้องฝืนใจทำในเรื่องที่ตนเองไม่เห็นด้วยและมีความสุขที่ยังสามารถคบหาเพื่อนได้เหมือนเดิมและในบางครั้งยังสามารถชักจูงเพื่อนให้ทำดีได้ด้วย

5. สมมติฐานข้อที่ 5 ผลการศึกษาพบว่านักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลองที่เข้าร่วมการให้การศึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์มีทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงในระยะติดตามผลมากกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนได้รับคำปรึกษาแบบเกสตัลท์ได้เกิดการรับรู้ใหม่ทั้งต่อตนเองและสิ่งแวดล้อมในปัจจุบันเป็นตัวของตัวเองสามารถพึ่งตนเองได้สามารถปรับตัวและเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ตามความเป็นจริงอย่างมีสติทำให้สามารถหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพทำให้พัฒนาทักษะชีวิตได้ดีขึ้นซึ่งสังคมภายนอกมักมองว่าเด็กที่เรียนสายอาชีวศึกษาคือเด็กที่เรียนไม่เก่งและมีพฤติกรรมที่ก้าวร้าวรุนแรงสอดคล้องกับงานของ สุจิต สุขะ (2545) ที่ได้ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับความรุนแรงในกลุ่มนักเรียนอาชีวศึกษา สรุปได้ว่า สาเหตุที่เด็กอาชีวะก่อเหตุตักกันบ่อยครั้ง ส่วนหนึ่งเกิดจากสังคมที่ยังมีทัศนคติในด้านลบต่อเด็ก ซึ่งเด็กเหล่านี้มักถูกมองว่าชอบหาเรื่องหรือเรียนไม่เก่ง ไม่สามารถเข้าเรียนที่อื่น ๆ ได้แล้ว จึงมาเรียนสายอาชีวะ เมื่อเด็กถูกมองภาพลบจากสังคมประกอบกับไม่มีกิจกรรมสร้างสรรค์ให้ทำ จึงหาทางระบายหรือสร้างความเด่นให้ตนเองด้วยวิธีการรุนแรง และระดับความรุนแรงของเหตุการณ์นั้นวันจะทวีขึ้นเรื่อย ๆ แต่ถ้านักเรียนได้รับการพัฒนาทักษะชีวิตก็จะทำให้นักเรียนสามารถที่จะปรับตัวและเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างดี

และมีความสุขซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภูมิภัทร ปาลกะวงษ์ ณ อยุธยา (2547) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมแนะแนวกลุ่มต่อการพัฒนาทักษะชีวิตและเปลี่ยนเจตคติต่อพฤติกรรมการทะเลาะวิวาทของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนบ้านมุกดา โดยกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมแนะแนวกลุ่ม จำนวน 15 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง 30 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือโปรแกรมแนะแนวกลุ่ม แบบวัดทักษะชีวิต และแบบวัดเจตคติต่อพฤติกรรมการทะเลาะวิวาท ผลการวิจัยพบว่า เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโปรแกรมแนะแนวกลุ่มมีคะแนนทักษะชีวิตและคะแนนเจตคติต่อพฤติกรรมการทะเลาะวิวาทสูงกว่าก่อนได้รับ โปรแกรมและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และงานวิจัยของ สุพัตรา ทวีกุลกิจชัย (2547) ได้ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมทักษะชีวิตลดพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎ์อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา ที่มีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทม์ที่ 75 ขึ้นไป จำนวน 12 คน ได้มาโดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย แบ่งเป็น 2 กลุ่มเป็นกลุ่มที่ได้รับ โปรแกรมฝึกทักษะชีวิตและกลุ่มควบคุม ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการฝึกทักษะชีวิตมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนมีพฤติกรรมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลลดลงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลลดลงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะด้านการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ด้านผู้ให้การศึกษา เนื่องจากการให้การศึกษาตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ให้ความสำคัญเกี่ยวกับการตระหนักรู้ การมีสติรู้เกี่ยวกับสิ่งที่เกิดขึ้น โดยเฉพาะการกระทำของตนเอง และให้ผู้รับการปรึกษาเรียนรู้ที่จะยอมรับตนเอง มีการแสดงออกทางภาษา ท่าทางและอารมณ์ ดังนั้นผู้ให้การศึกษาจึงต้องเป็นผู้ที่มีประสบการณ์และสัมพันธภาพที่ดีกับผู้รับการปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับการปรึกษาได้มีการแสดงออกทางอารมณ์อย่างเต็มที่นอกจากนั้นผู้ให้การศึกษาควรต้องมีการกระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษาได้แสดงออกหรือแสดงบทบาทภายในกลุ่มได้โดยที่ผู้ให้การศึกษาจะต้องไม่ชี้แนะหรือเป็นผู้บอกแนวทาง กรณีที่มีผู้สนใจจะนำทฤษฎีไปใช้จึงควรเป็นผู้ที่ได้รับการฝึกฝนทักษะการให้การศึกษาเพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ถูกต้องในหน้าที่ของผู้ให้การศึกษาและควรจะศึกษา แนวคิด ทฤษฎีและเทคนิคการให้การศึกษาตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ให้เข้าใจและนำไปฝึกฝนให้ชำนาญเพื่อให้สามารถนำมาใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. ด้านเทคนิคการให้การศึกษา ประกอบไปด้วย การสวมบทบาท การจินตนาการ การแสดงพฤติกรรมตรงข้าม การอยู่กับความรู้สึกนั้น แก้อีว้าง เป็นเทคนิคที่ช่วยให้ผู้รับการปรึกษา

มีประสบการณ์รับรู้เกี่ยวกับตนเอง ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาได้ปลดปล่อยตนเอง เป็นการส่งเสริมให้
 ได้มีโอกาสแสดงและทดลองพฤติกรรมใหม่ ๆ ทำให้เกิดการตระหนักรู้ถึงความขัดแย้งและ
 การเลือกของตนเป็นพลังให้เกิดการบูรณาการบุคลิกภาพของตนเอง จึงจำเป็นที่จะต้องให้
 ความสำคัญกับทุกเทคนิคและนำไปใช้ร่วมกัน ไม่มีการกำหนด โครงสร้างที่แน่นอนในการเลือกใช้
 เทคนิคใดเทคนิคหนึ่งแต่ขึ้นอยู่กับกระบวนการและพลังภายในกลุ่มที่จะเป็นตัวกำหนดในการนำ
 เทคนิคต่าง ๆ รวมกันเข้าไปใช้เพื่อทำให้ผู้รับการปรึกษาได้เกิดการตระหนักรู้

3. ด้านกิจกรรมของการให้การปรึกษา ทุกกิจกรรมล้วนมีแนวคิดพื้นฐานมาจากทฤษฎี
 ซึ่งมีนัยสำคัญเพื่อเป็นการช่วยสนับสนุน และกระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษาได้เปิดเผยความเป็นตัวตน
 ของตนเองอย่างผ่อนคลาย ไม่มีความรู้สึกอึดอัด หวาดระแวงภายในกลุ่ม และสามารถช่วยให้เข้าสู่
 การใช้เทคนิคต่าง ๆ ได้ง่ายขึ้น

4. ด้านจำนวนครั้งในการทำให้การปรึกษา โปรแกรมในการให้การปรึกษา
 ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นนั้นมีเนื้อหาที่ครอบคลุมทักษะชีวิตในด้านต่าง ๆ เพื่อป้องกันความรุนแรง
 ในแต่ละครั้งจึงบรรจุเนื้อหาของแต่ละองค์ประกอบไว้ภายในอย่างครบถ้วน จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้อง
 มีการพัฒนาตามจำนวนครั้งที่ผู้วิจัยกำหนดและมีความต่อเนื่องเพื่อให้ครอบคลุมองค์ประกอบ
 ทั้งหมดของทักษะชีวิตจึงจะสามารถส่งผลให้เกิดการพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงได้

ข้อเสนอแนะด้านการวิจัย

1. ควรนำการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ไปใช้ในการพัฒนานักเรียนใน
 ด้านอื่น เช่น การฝ่าฟันอุปสรรค ความเชื่อมั่น ในตนเอง หรือความภาคภูมิใจ

2. ควรนำการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างอื่น เช่น เด็ก
 ในสถานสงเคราะห์หรือเด็กในสถานพินิจหรือนักเรียนในระดับมัธยมศึกษา