

การศึกษาและพัฒนาารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา
ของนักเรียนวัยรุ่น



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษาดุขฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา
พฤษภาคม 2557

การศึกษาและพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา
ของนักเรียนวัยรุ่น



ปริญญานิพนธ์
ของ
อูรปรีย์ เกิดใหม่มงคล

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษาดุริยางค์บัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา
พฤษภาคม 2557

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การศึกษาและพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา
ของนักเรียนวัยรุ่น



บทคัดย่อ
ของ
อูรปรีย์ เกิดใหม่มงคล

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษาดุขฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา
พฤษภาคม 2557

อุรปริย์ เกิดในมงคล. (2557). การศึกษาและพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น. ปรินญา กศ.ด. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศพร มณีศรีขำ, รองศาสตราจารย์ ดร.สมสรธัญก์ วงษ์อยู่น้อย, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาสนา จุลรัตน์

การวิจัยนี้มีความมุ่งหมาย 1) เพื่อศึกษาลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น 2) เพื่อศึกษาองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น 3) เพื่อพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา 4) เพื่อเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล และ 5) เพื่อเปรียบเทียบระดับความหวังทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2555 ของโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร ซึ่งได้มาจากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน จำนวน 538 คน และกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนสารวิทยา กรุงเทพมหานคร ที่มีคะแนนความหวังทางการศึกษาจากผู้ที่ได้คะแนนน้อยที่สุดขึ้นมาตามลำดับ และสมัครใจเข้ารับการให้คำปรึกษา จำนวน 16 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายโดยวิธีการจับฉลากเป็นคู่ตามคะแนนความหวังทางการศึกษา เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 8 คน โดยกลุ่มทดลอง ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ในขณะที่กลุ่มควบคุมไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา และแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ที่มีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง .27 - .74 และมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .93 ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร มีความหวังทางการศึกษาโดยรวมอยู่ในระดับสูง และเมื่อพิจารณาตามลักษณะของความหวังทางการศึกษาเป็นรายด้าน พบว่า นักเรียนวัยรุ่นมีความหวังทางการศึกษาด้านเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทน ต่อการที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา อยู่ในระดับสูง สำหรับความหวังทางการศึกษาด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา อยู่ในระดับปานกลาง

2. การศึกษาองค์ประกอบความหวังทางการศึกษา พบว่า ความหวังทางการศึกษาประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ ได้แก่ เป้าหมายทางการศึกษา วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และความพยายาม

และอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา โดยองค์ประกอบความหวังทางการศึกษามีความพอดีกับข้อมูลเชิงประจักษ์ มีน้ำหนักองค์ประกอบขององค์ประกอบทั้ง 5 ประกอบอยู่ในเกณฑ์สูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา และขั้นยุติการให้คำปรึกษา โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

4. ผลของการใช้รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผลพบว่า

4.1 การเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

4.1.1 นักเรียนกลุ่มทดลอง มีคะแนนความหวังทางการศึกษาโดยรวม หลังการทดลอง กับก่อนการทดลอง และก่อนการทดลองกับหลังการติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคะแนนความหวังทางการศึกษา หลังการทดลองกับหลังการติดตามผลไม่แตกต่างกัน

4.1.2 นักเรียนกลุ่มทดลอง มีคะแนนความหวังทางการศึกษา ในด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา หลังการทดลองกับก่อนการทดลอง และก่อนการทดลองกับหลังการติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านเป้าหมายทางการศึกษา มีคะแนนเฉลี่ยความหวังทางการศึกษาไม่แตกต่างกัน สำหรับคะแนนความหวังทางการศึกษาในแต่ละองค์ประกอบ หลังการทดลองกับหลังการติดตามผล ไม่แตกต่างกัน

4.2 การเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม และกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

4.2.1 ก่อนการทดลอง ความหวังทางการศึกษา โดยรวมและรายองค์ประกอบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกัน

4.2.2 หลังการทดลอง ความหวังทางการศึกษา โดยรวมของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณารายองค์ประกอบ พบว่ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความหวังทางการศึกษา ด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านเป้าหมายทางการศึกษาและด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ทั้งสองกลุ่มมีความหวังทางการศึกษาไม่แตกต่างกัน

4.2.3 หลังการติดตามผล ความหวังทางการศึกษา โดยรวมของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณารายองค์ประกอบ พบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความหวังทางการศึกษา ด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านเป้าหมายทางการศึกษา ความเชื่อมั่นว่า จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ทั้งสองกลุ่มมีความหวังทางการศึกษาไม่แตกต่างกัน



A STUDY AND DEVELOPMENT OF GROUP COUNSELING MODEL FOR ENHANCING
ACADEMIC HOPE OF ADOLESCENT STUDENTS



Presented in Partial Fulfillment of the Requirement for the
Doctor of Education Degree in Counseling Psychology
at Srinakharinwirot University

May 2014

Urapree Kerdnaimongkol. (2014). *A Study and Development of Group Counseling Model for Enhancing Academic Hope of Adolescent Students*. Dissertation. Ed.D. (Counseling Psychology). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Asst. Prof. Dr.Totsaworn Maneesrikum, Assoc. Prof. Dr.Somson Wongyounoi, Asst. Prof. Dr.Passana Chunlarat.

The purposes of this research were 1) to study the academic hope of adolescent students, 2) to analyze adolescent student's academic hope components, 3) to construct a group counseling model for enhancing academic hope, 4) to compare academic hope in the experimental group, before the experiment, after the experiment, and after the follow up participating in group counseling model for enhancing academic hope. And 5) to compare academic hope between experimental group and control group, before the experiment, after the experiment, and after the follow up participating in group counseling model. They were divided into two groups. The subjects were grade 8 secondary school students from the Office of the Basic Education Commission in Bangkok in the academic year 2013. The first group comprised 538 adolescent students being representative of the academic hope component study. They were multistage randomly selected from the population. The second group included 16 volunteered students of Sarawittaya School with academic hope scores ranked no.1 to no.16 from the bottom of the list. The researcher paired them based on their scores and then randomly assigned each pair member through lots taking into two groups each of which containing of 8 adolescent students. Then, one group was randomly assigned as the experimental group to receive group counseling; the other, the control group did not receive any counseling. The research instruments were group counseling model for enhancing academic hope and academic hope of adolescent students inventory with the discrimination valued ranged from .27 – .74 and reliability coefficient (alpha) of .93. The research results were as follow:

1. The adolescent students have overall academic hope at the high range level. Analyzing by the aspect of academic hope, it showed that the adolescent students have academic hope at the high range level in term of goals, agency and effort and tolerance. However, in term of pathways, and confidence it showed that the adolescent students have academic hope at the middle range level.

2. The confirmatory factor analysis significantly confirmed that the academic hope inventory consisting of 5 components : goals, pathways, agency, confidence, and

effort and tolerance were found congruent with the empirical data. The factor loading of these 5 components were statistically high at .05 level.

3. The group counseling model included three majors stages: the initial counseling stage, the working stage and the summarizing stage. The group counseling theories and techniques were applied to enhance the adolescent students' academic hope.

4. The effectiveness of group counseling model for enhancing academic hope before the experiment, after the experiment, and after the follow up period.

4.1 The effectiveness of group counseling model for enhancing academic hope in the experimental group before the experiment, after the experiment, and after the follow up period revealed as follows :

4.1.1 The overall academic hope in the experimental group after the experiment and before the experiment, before the experiment and after the follow up period were significantly different at the level .05. No significant differences in academic hope were found in the experimental group after the experiment and after the follow up period.

4.1.2 After the experiment and before the experiment, after the experiment and after the follow up period, when considering in each component, it was found that pathways, agency, confidence, and effort and tolerance were significantly different at the level .05 whereas goals were insignificant. No significant differences in 5 components were found in the experimental group after the experiment and after the follow up period.

4.2 The effectiveness of group counseling model for enhancing academic hope between the experimental group and the control group before the experiment, after the experiment, and after the follow up period revealed as follows :

4.2.1 Before the experiment, the overall academic hope between the experimental group and the control group were insignificant. When considering in each component, it was found that goals, pathways, agency, confidence, and effort and tolerance were insignificant.

4.2.2 After the experiment, the overall academic hope between the experimental group and the control group were significantly different at the level .05. When considering in each component, it was found that pathways, agency, and effort and tolerance were significantly different at the level .05 whereas goals and confidence were insignificant.

4.2.3 After the follow up period, the overall academic hope between the experimental group and the control group were significantly different at the level .05. When considering in each component, it was found that pathways, and agency were significantly different at the level .05 whereas goals, confidence, and effort and tolerance were insignificant.





ปริญญาโทฉบับนี้ ได้รับทุนสนับสนุน
จาก
กองกิจการนิสิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
และ
ทุนสนับสนุนการวิจัยงบประมาณแผ่นดิน ระดับปริญญาเอก
ประจำปีการศึกษา 2554

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความสามารถจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศพร มณีศรีขำ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.สมสรณุก์ วงษ์อยู่น้อย และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาสณา จุฬรัตน์ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำ และตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ เพื่อให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของอาจารย์ทั้ง 3 ท่าน จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พันตำรวจโทหญิง ดร.สุชอรุณ วงษ์ทิม และ อาจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง ที่กรุณาเป็นประธานและกรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติมสอบปริญญานิพนธ์ ตลอดจนให้คำแนะนำเพื่อให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่กรุณาเสียสละเวลาในการตรวจสอบเครื่องมือ และให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์สำหรับการวิจัยครั้งนี้ และขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ทุกท่าน ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้อันมีค่ายิ่งแก่ผู้วิจัย ตลอดจนคณาจารย์ ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร ทุกท่าน ที่เป็นกำลังใจ และแสดงความห่วงใยผู้วิจัยด้วยดีเสมอมา

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้อำนวยการและคณาจารย์โรงเรียน ในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร ทั้ง 6 โรงเรียน ทุกท่าน ที่กรุณาให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณ นักวิชาการ ทั้งในและต่างประเทศ ที่ปรากฏนามในปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ แม้ว่าผู้วิจัยจะไม่ได้รับการถ่ายทอดวิชาความรู้จากท่านโดยตรง แต่ก็ได้รับความรู้ที่มีคุณค่ายิ่งจากผลงานวิชาการของท่าน

ขอขอบคุณเพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ รวมทั้งลูกศิษย์ทุกคน ที่เป็นกำลังใจและแสดงความห่วงใยเสมอมา

ขอกราบขอบพระคุณสมาชิกทุกคนในครอบครัว คุณพ่อ คุณแม่ พี่ชาย และ น้องชาย ที่ให้โอกาสในการศึกษาและคอยช่วยเหลือ ห่วงใย ให้กำลังใจตลอดระยะเวลาของการทำวิจัย

ท้ายสุดนี้ คุณความดีและประโยชน์อันเกิดจากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบบูชาคุณ บิดา มารดา และครูอาจารย์ทุกๆ ท่าน ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาและอบรมสั่งสอน จนกระทั่งประสบความสำเร็จในวันนี้

อรปรีย์ เกิดในมงคล

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ	1
	ภูมิหลัง	1
	คำถามการวิจัย	5
	วัตถุประสงค์ของการวิจัย	5
	ความสำคัญของการวิจัย	5
	ขอบเขตของการวิจัย	5
	นิยามศัพท์เฉพาะ	6
	กรอบแนวคิดในการวิจัย	9
	สมมติฐานในการวิจัย	11
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	12
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความหวัง	13
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความหวังและความหวังทางการศึกษา	13
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความหวัง	24
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวัง ทางการศึกษา	27
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่ม	27
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษา	32
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มและทฤษฎีการให้คำปรึกษา	45
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น	47
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น	47
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น	51
3	วิธีดำเนินการวิจัย	54
	การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	54
	ประชากรที่ใช้ในการวิจัย	54
	กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย	54
	การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	56
	การดำเนินการวิจัย	65

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
3 (ต่อ)	
การเก็บรวบรวมข้อมูล	68
การวิเคราะห์ข้อมูล	70
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	72
สัญลักษณ์ในการวิเคราะห์และการแปลผล	72
การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	73
5 สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ	133
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	133
สมมติฐานในการวิจัย	133
ขอบเขตของการวิจัย	133
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	134
การดำเนินการวิจัย	135
การเก็บรวบรวมข้อมูล	136
การวิเคราะห์ข้อมูล	137
สรุปผลการวิจัย	137
การอภิปรายผล	142
ข้อเสนอแนะ	169
บรรณานุกรม	171
ภาคผนวก	179
ภาคผนวก ก	180
ภาคผนวก ข	183
ภาคผนวก ค	188
ภาคผนวก ง	192
ประวัติย่อผู้วิจัย	225

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 สรุปองค์ประกอบของความหวังจากการทบทวนเอกสาร งานวิจัย และการสัมภาษณ์	20
2 จำนวนกลุ่มตัวอย่าง (จำแนกตามเขตพื้นที่การศึกษา เขตการปกครอง และโรงเรียน)	55
3 ตัวอย่างแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น	59
4 แบบแผนการทดลองจากการใช้ Randomized Pretest Posttest Follow-up Design	66
5 ระยะเวลาในการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของ กลุ่มทดลอง	68
6 จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง โดยจำแนกตามเพศ และผลสัมฤทธิ์ทาง การเรียนรู้ (เกรดเฉลี่ยสะสม)	74
7 ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความหวังทางการศึกษา ของนักเรียนวัยรุ่น	75
8 ค่าสถิติของไคเซอร์-เมเยอร์-โอลคิน (KMO) และค่าสถิติของบาร์ทเลทท์ (Bartlett's Test of Sphericity) ของตัวแปรความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น	76
9 จำนวนองค์ประกอบ ค่าไอเกน ค่าร้อยละของความแปรปรวน และค่าร้อยละของ ความแปรปรวนสะสมในแต่ละองค์ประกอบของตัวแปรความหวังทางการศึกษา ของนักเรียนวัยรุ่น	77
10 คำน้้าหนักองค์ประกอบของตัวแปรความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ภายหลังจากการหมุนแกนแบบมุมฉาก (Orthogonal Rotation) ด้วยวิธีแวนิแมกซ์ (Varimax Method)	78
11 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวชี้วัดขององค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของ นักเรียนวัยรุ่น	81
12 ค่าดัชนีทดสอบโมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่สองของ องค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น	85
13 คำน้้าหนักองค์ประกอบ (B) ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (SE) ค่าการทดสอบ นัยสำคัญทางสถิติ (t) และค่าสัมประสิทธิ์พยากรณ์ (R^2) ของตัวชี้วัดของ องค์ประกอบความหวังทางการศึกษา ของนักเรียนวัยรุ่น	86
14 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันในองค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของ นักเรียนวัยรุ่น	89

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
15 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ (B) ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (SE) ค่าการทดสอบ นัยสำคัญทางสถิติ (t) และค่าสัมประสิทธิ์พยากรณ์ (R^2) ขององค์ประกอบ ความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น	90
16 สรุปรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของ นักเรียนวัยรุ่น	120
17 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนแบบสอบถามความหวังทาง การศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นในภาพรวมและรายองค์ประกอบของนักเรียนกลุ่ม ทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา	124
18 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนแบบสอบถามความหวังทาง การศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นในภาพรวมและรายองค์ประกอบของนักเรียนกลุ่ม ควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ของนักเรียนวัยรุ่น	125
19 เปรียบเทียบคะแนนความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองที่ได้รับ การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล	127
20 เปรียบเทียบคะแนนความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นภายในกลุ่มของกลุ่ม ควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล	128
21 เปรียบเทียบคะแนนรวมแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น โดยรวมและรายองค์ประกอบ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อน การทดลองหลังการทดลอง และหลังการติดตามผล	130
22 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของ นักเรียนวัยรุ่น	184
23 ค่าอำนาจจำแนกรายชื่อของแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียน วัยรุ่น	186

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการศึกษาองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น	10
2 กรอบแนวคิดในการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น	11
3 โมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่สองขององค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ก่อนปรับโมเดล	83
4 โมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่สองขององค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น หลังปรับโมเดล	84



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ความหวังเป็นกระบวนการของความคิดที่เกี่ยวข้องกับเป้าหมายของบุคคล โดยมีแรงจูงใจที่จะดำเนินไปเพื่อบรรลุเป้าหมายเหล่านั้น และมีวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายด้วย (Snyder. 1995: 355) ทั้งนี้ผู้ที่มีความหวังจะมีความกระตือรือร้น มีความคิดสร้างสรรค์ที่จะกระทำสิ่งต่างๆ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายของตน ซึ่งตรงกันข้ามกับผู้ที่ขาดความหวัง จะมีความเฉื่อยชา ท้อแท้ (Robert. 1978: 231) มีภาวะของจิตที่เสียสมดุล มีแต่ความทุกข์มีความรู้สึกที่ชีวิตไร้ความหมาย ซึม เบื่อหน่าย และขาดความมั่นใจ (Rawlins. 1993: 124) นอกจากนี้ เบค ยังกล่าวว่า ผู้ที่มีความหวังจะมีความเชื่อมั่นว่า สิ่งที่ดีหวังหรือปรารถนานั้นจะต้องได้มา และชีวิตจะมีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น สุขสบายขึ้น มีความหมายมากขึ้น แต่บุคคลที่ขาดความหวังจะไม่เห็นแนวทางในการเปลี่ยนแปลงชีวิตให้ดีขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความท้อแท้ เบื่อหน่าย (Beck; & Emery. 1985: 78) ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า ผู้ที่มีความหวัง จึงเป็นผู้ที่มีเป้าหมายในชีวิต รวมถึงสามารถหาวิธีการต่างๆ ที่สามารถทำให้ตนเองบรรลุเป้าหมายด้วยความกระตือรือร้นหรือมีพลัง ทั้งนี้ แนวคิดเกี่ยวกับความหวังได้มีการนำไปใช้ในบริบทที่หลากหลาย ทั้งในบริบทของการศึกษา ซึ่งพบว่า ความหวังมีความสัมพันธ์กับการประสบความสำเร็จในการเรียนของผู้เรียน โดยผู้เรียนที่มีความหวังสูง จะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงด้วยเช่นกัน ส่วนในบริบทของการกีฬา พบว่า นักกีฬาที่มีความหวังสูง จะประสบความสำเร็จในการแข่งขันสูงกว่านักกีฬาที่มีความหวังต่ำ และในบริบทของสุขภาพก็พบว่า ผู้ที่มีความหวังสูงจะมีพลัง ในการทำให้ตนเองมีสุขภาพร่างกายที่ดีขึ้น ทั้งในด้านของการป้องกัน รักษา และสร้างเสริมสุขภาพของตน (Snyder; & Lopez. 2002: 263 – 265) นอกจากนี้ยังมีการศึกษาเกี่ยวกับความหวังในบริบทอื่นๆ ด้วย เช่น จากการศึกษาในผู้ถูกคุมขัง พบว่า ความหวังมีส่วนช่วยให้ผู้ถูกคุมขังที่มีความเครียดสูงมีความเครียดที่ลดลง และมีกำลังใจในการดำเนินชีวิตมากขึ้น (Barbara. 2008: 246) นอกจากนี้ยังพบว่าผู้พิการที่มีความหวังสูง จะมีความเชื่อมั่น กล้าที่จะแสดงความสามารถ มองเห็นคุณค่าในตนเอง และอยู่ร่วมในสังคมได้อย่างปกติสุข (Snyder; & Lopez. 2002: 264 – 265)

ก่อนการศึกษาลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานครผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเบื้องต้นเกี่ยวกับการให้ความหมายของความหวัง ลักษณะของความหวัง และความสำคัญของความหวังของนักเรียนวัยรุ่น โดยแบบสอบถามเกี่ยวกับความหวังของวัยรุ่นซึ่งมีลักษณะเป็นคำถามปลายเปิด ทั้งนี้ศึกษากับนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 100 คน ตลอดจนครูผู้สอนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 20 คน โดยเมื่อถามว่านักเรียนมีความหวังในด้านใด นักเรียนส่วนใหญ่กล่าวถึงความหวังทางการศึกษา โดยต้องการได้คะแนนในรายวิชาต่างๆ ที่ดีขึ้น มีเกรดเฉลี่ยที่สูงขึ้น ได้เรียนในสิ่งที่ตนสนใจ ตลอดจนเรียนจบ ได้ศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น มีงานที่ดีทำ

นอกจากนั้น นักเรียนบางส่วนกล่าวถึงการมีความหวังในเรื่องครอบครัว โดยต้องการมีครอบครัวที่อบอุ่น สมาชิกในครอบครัวมีความสุข อยู่กันพร้อมหน้าพร้อมตา ตลอดจน ตนสามารถที่จะดูแลครอบครัวต่อไปได้ อีกทั้งยังมีนักเรียนบางส่วนที่กล่าวถึงความหวังด้านสุขภาพ โดยให้สมาชิกในครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งพ่อแม่ ผู้ปกครอง รวมทั้งตนเองมีสุขภาพที่ดี และจากคำตอบในแบบสอบถามของนักเรียนก็พบว่า มีนักเรียนบางส่วนที่บอกไม่ได้ว่า ตนเองมีความหวังในด้านใด โดยนักเรียนมักกล่าวประโยคที่คล้ายคลึงกันว่า “ยังไม่ได้คิด” หรือ “ไม่แน่ใจ” นอกจากนั้นนักเรียนบางคนที่สามารถบอกได้ว่า ตนมีความหวังในด้านใด แต่ก็แสดงถึงความไม่มั่นใจว่าตนเองจะสามารถไปถึงสิ่งที่หวังได้หรือไม่ โดยกล่าวว่า “มีความหวังในเรื่องการเรียน อยากที่จะได้เกรดสูง แต่ไม่รู้ว่าจะทำให้ได้หรือไม่” ทั้งนี้เมื่อกกล่าวถึงคำว่า ความหวัง (Hope) นักเรียนได้ให้ความหมายไว้อย่างคล้ายคลึงกัน ดังนี้ “การที่เราตั้งเป้าหมายอย่างใดอย่างหนึ่งเอาไว้ และต้องทำให้สำเร็จตามเป้าหมายที่เราตั้งไว้” “สิ่งที่เราฝันอยากจะเป็น อยากจะได้ และวางแผนเพื่อจะให้บรรลุในสิ่งที่ต้องการ” “การที่เราอยากจะไปถึงเป้าหมายที่เราต้องการโดยไม่ว่าความหวังจะยากแค่ไหน มันก็ขึ้นอยู่กับความพยายามและความมุ่งมั่นกับสิ่งนั้นๆ ทั้งนี้ถ้าเรามีความหวังก็เหมือนมีแรงบันดาลใจในชีวิต” “การที่เราตั้งเป้าหมายถึงสิ่งที่เราอยากทำ อยากเป็นในอนาคต และจะต้องพยายามทำสิ่งนั้นให้สำเร็จลุล่วงไปได้” “สิ่งที่เราคาดหวังหรือตั้งเป้าหมายไว้ เพื่อจะทำตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ เหมือนเป็นแรงผลักดันที่จะทำให้เรามีความพยายามที่จะทำให้ความคาดหวังหรือสิ่งที่เราตั้งไว้ประสบความสำเร็จ ซึ่งความหวังเป็นสิ่งที่ทำให้เรากระตือรือร้นที่จะไขว่คว้ามันมา” “สิ่งที่เราตั้งเป้าหมายไว้หรือคาดหวังไว้ว่าต่อไป เราต้องทำให้ได้ตามที่ได้ตั้งเป้าไว้ ให้บรรลุวัตถุประสงค์ตามที่เรายึดเส้นวางแผนไว้ว่าเราต้องทำได้ตามเส้นทางที่เรากำหนดไว้หรือขีดไว้ นั่นเอง” และ “จุดมุ่งหมายที่ต้องการกระทำอย่างใดอย่างหนึ่งให้บรรลุผลสำเร็จ หรือว่ามีความตั้งใจ มีความมุ่งมั่นเพื่อต้องการให้สิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ตนเองปรารถนาเกิดขึ้น” ซึ่งจากการให้ความหมายเกี่ยวกับความหวังของนักเรียน มีความสอดคล้องกับการให้ความหมายของ ซไนเดอร์ (Snyder, 1995: 355) ที่ว่า ความหวังเป็นกระบวนการของความคิดที่เกี่ยวข้องกับเป้าหมายของบุคคล หรือเป็นชุดของความคิดที่รับรู้ถึงความสำเร็จ” ทั้งนี้ประกอบไปด้วย ความตั้งใจ (Agency) ซึ่งเป็นพลังที่มุ่งไปสู่เป้าหมาย และหนทาง (Pathways) ซึ่งเป็นการวางแผนเพื่อไปสู่เป้าหมาย

จากการศึกษาจากเอกสารอ้างอิงต่างๆ สรุปได้ว่า ความหวัง (Hope) หมายถึง ความสามารถในการคิดเกี่ยวกับเป้าหมายของชีวิต (Goal) โดยเป็นเป้าหมายที่สามารถเป็นไปได้สำหรับตน และสามารถหาหนทางต่างๆ (Pathways) ไปยังเป้าหมายที่ตนตั้งไว้ โดยปฏิบัติตามด้วยความตั้งใจ เชื่อมั่น พยายาม และอดทน

เมื่อศึกษาเกี่ยวกับปัญหาของนักเรียน พบว่า ปัญหาที่สำคัญประการหนึ่ง คือ นักเรียนมักขาดความกระตือรือร้นในการเรียน มีความเฉื่อยชา สิ้นหวัง เบื่อหน่ายง่าย และขาดจุดมุ่งหมายในชีวิต โดยเด็กไทยส่วนใหญ่ไม่มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิตที่เด่นชัด ทั้งในเป้าหมายของการอยู่เพื่อประเทศชาติ และเป้าหมายของการอยู่เพื่อตนเอง (เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์, 2552: ออนไลน์) นอกจากนั้นในแง่ของการศึกษา อุทุมพร จามรมาน ได้กล่าวว่า “ปัญหาที่พบมากคือเด็กไม่รู้ว่าอยากเรียนอะไร” ซึ่ง วิพรรณ เรืองพิทยา (ข่าวสดรายวัน, 2552: 28) ก็ได้กล่าวว่า “อยากให้นักเรียน นักศึกษาตั้งเป้าหมายในชีวิตว่าเรียนไปเพื่ออะไร” นอกจากนั้น แพทย์หญิงพรรณพิมล หล่อตระกูล ได้กล่าวไว้ว่า “ในวัยรุ่นการมีเป้าหมาย

ในชีวิตเป็นเรื่องสำคัญ การค้นพบสิ่งที่ตนเองต้องการ และมีความหวังในอนาคต ทำให้เด็กเชื่อมั่น และต้องการเดินทางไปให้ถึงความมุ่งมั่นในเป้าหมายจะทำให้เด็กตั้งใจ ยึดมั่นในความสำเร็จมากกว่าใช้เวลา กับสิ่งที่ยั่วๆ” (สมาคมผู้บริโภคลือสีขาว. 2552: ออนไลน์)

จากการวิจัยพบว่าปัญหาต่างๆ ในวัยรุ่น เช่น การหนีเรียน ก็มีสาเหตุหนึ่งมาจากการที่นิสัย และทัศนคติต่อการเรียนของเด็กไม่ชัดเจน เด็กไม่ทราบว่า ตัวเองชอบอะไร ต้องการประกอบอาชีพอะไรในอนาคต ก่อนข้างเลือนลอย ขาดเป้าหมายและความมุ่งมั่นของการเรียนรู้เพื่ออะไร เด็กจึงสับสนแต่เรียนไปวันๆ ไม่มีชีวิตชีวา (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. 2552: ออนไลน์) ดังนั้น จึงอาจกล่าวได้ว่า การที่นักเรียนขาดความหวังหรือการตั้งเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน อาจเป็นบ่อเกิดของปัญหาอื่นๆ ตามมาได้เช่นกัน

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจศึกษาในกลุ่มของวัยรุ่น ซึ่งเมื่อพิจารณาในแง่ของพัฒนาการทางความคิด พบว่า ในระยะวัยรุ่น เด็กจะมีความเจริญเติบโตทางสมองถึงขีดสูงสุด วัยรุ่นจึงสามารถคิดได้ในทุกๆ แบบของวิธีคิด ซึ่งหากเด็กได้รับการศึกษาอบรมตามขั้นตอนด้วยดี ระยะนี้จึงเป็นระยะที่เด็กจะแสดงความสามารถอย่างชัดเจน ทั้งนี้สอดคล้องกับ เพียเจท์ ที่สรุปผลการศึกษาในเรื่องพัฒนาการของความคิดว่า วัยรุ่นจะสามารถพัฒนาความคิดได้ถึงระดับสูงสุด (ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2553: 347) ดังนั้น ในการศึกษาเรื่องของความหวัง ซึ่งเกี่ยวข้องกับกระบวนการคิดที่มุ่งเป้าหมาย ทั้งในส่วนของ การตั้งเป้าหมาย และการหาหนทางเพื่อไปถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้นั้น จึงเหมาะสมอย่างยิ่งที่จะศึกษาในกลุ่มของวัยรุ่นอันอยู่ในช่วงที่กำลังมีพัฒนาการทางความคิดถึงขีดสุด ทั้งนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาในกลุ่มของวัยรุ่น (Puberty) โดยเฉพาะในช่วงอายุระหว่าง 12 – 15 ปี เพื่อเป็นการเตรียมพร้อมสำหรับการค้นหาเป้าหมายในชีวิตในด้านต่างๆ ได้อย่างทันทั่วถึงต่อไป

จากประเด็นดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยได้ศึกษาหาแนวทางในการพัฒนาวัยรุ่น ให้เป็นผู้ที่มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งคือ เป็นผู้มีความหวังที่สูงขึ้น ซึ่งแนวทางต่างๆ ในการเสริมสร้างความหวังนั้นมีอยู่หลากหลาย เช่น การใช้กิจกรรมกลุ่ม การฝึกอบรมการให้คำปรึกษา เป็นต้น โดยเฉพาะการให้คำปรึกษาจัดเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถเสริมสร้างความหวังของวัยรุ่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังที่ ซไนเดอร์ (Snyder. 2000: 289) ได้กล่าวว่า การที่จะเพิ่มความหวังของบุคคลนั้น สามารถใช้วิธีการของการให้คำปรึกษาได้ ผู้วิจัยจึงพิจารณานำการให้คำปรึกษา โดยใช้กระบวนการของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มในการเสริมสร้างความหวังของวัยรุ่น เนื่องจากบรรยากาศของกลุ่มจะช่วยสร้างความรู้สึกอบอุ่น ความไว้วางใจ รวมทั้งเอื้อให้สมาชิกในกลุ่มได้สำรวจตนเอง เข้าใจตนเอง และสามารถที่จะลงมือปฏิบัติในการแก้ปัญหาของตนเองได้ (Corey. 1985: 7) จากการพิจารณาถึงลักษณะความต้องการของวัยรุ่นแล้ว พบว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ต้องการรวมพวกพ้อง ทั้งนี้เพราะเป็นวิถีทางที่ทำให้ได้รับการตอบสนองในหลายประการ เช่น ความรู้สึกอบอุ่นใจ การได้รับการยกย่อง การมีผู้ที่เข้าใจตน เป็นต้น (ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2553: 360) และเมื่อพิจารณาในแง่ของพัฒนาการทางสังคมของวัยรุ่นแล้ว การที่วัยรุ่นได้เข้ากลุ่ม วัยรุ่นจะยอมรับเอาค่านิยม ความเชื่อ และความสนใจของกลุ่มด้วยความเต็มใจ (ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2553: 338)

จากการศึกษาธรรมชาติของวัยรุ่นเกี่ยวกับการสร้างความหวังกับแนวคิดของการให้คำปรึกษา พบว่า ความหวังในวัยรุ่นสามารถเสริมสร้างได้ด้วยการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้เทคนิคต่างๆ ของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมมารู้คิด (Cognitive-Behavior Counseling) ซึ่งเป็นวิธีการที่ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ระบุมุมมองที่ก่อให้เกิดความรู้สึกทางลบหรือความรู้สึกที่ทุกข์ทรมาน และก่อให้เกิดผลลัพธ์ทางพฤติกรรม หรือปฏิกิริยาที่ปรับตัวไม่ดี โดย เบค ได้ค้นพบว่า สิ่งสำคัญของการช่วยเหลือในเบื้องต้นอยู่ที่ระดับ ความคิดของบุคคลซึ่งถ้าทำให้บุคคลเปลี่ยนแปลงความคิดได้แล้ว การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ และการเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรมก็จะตามมา (Thompson. 2003: 139 – 140) ซึ่งในการศึกษา เรื่องของความหวัง เป็นการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการของความคิดที่มุ่งเป้าหมายโดยตรง (Goal-directed Thinking) ดังนั้นการใช้เทคนิคของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมมารู้คิด จึงเหมาะแก่การพัฒนา หรือเสริมสร้างความหวังของวัยรุ่น ดังที่ ซไนเดอร์ (Snyder. 1994: 36) ได้กล่าวว่า บุคคลจะแสดง พฤติกรรมที่มุ่งเป้าหมายออกมาได้นั้น จะต้องผ่านกระบวนการของความคิดที่มุ่งเป้าหมายหรือความหวัง ก่อน และผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส (Solution-Focused Counseling) ในรูปแบบของการเสริมสร้างความหวังของวัยรุ่น เนื่องจากการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส เป็น วิธีการบำบัดที่มุ่งเป้าหมาย โดยให้ผู้รับคำปรึกษาบอกเล่าถึงเป้าหมายหรือสิ่งที่ต้องการในอนาคต ทั้งนี้ เพื่อมุ่งให้ผู้รับคำปรึกษาได้เปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางบวก โดยพิจารณาว่า “อะไรคือสิ่งที่ทำแล้วเกิดผลดี สำหรับตน” (Corey. 2008: 424) ดังนั้นการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส จึงเป็นอีกวิธีการหนึ่ง ที่เหมาะแก่การเสริมสร้างความหวังหรือการคิดที่มุ่งสู่เป้าหมายของบุคคล นอกจากนั้นผู้วิจัยก็ได้ใช้เทคนิค ของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า (Narrative Counseling) ประกอบด้วย เนื่องจากการให้คำปรึกษา แบบเรื่องเล่ามุ่งเน้นให้ผู้รับคำปรึกษามองชีวิตในมุมมองที่หลากหลาย โดยหาทางเลือกที่เป็นไปได้สำหรับตน เท่าที่จะสามารถหาได้ แทนที่จะมองในแง่ลบเดียว โดยผ่านการเล่าเรื่องที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์และแสดงถึง อัตลักษณ์แห่งตน กล่าวคือ สนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาสำรวจประสบการณ์เชิงอัตนัย ในรูปแบบของ ความหวัง ความต้องการ เป้าหมาย จินตนาการ และแรงบันดาลใจ (Goldenberg & Goldenberg. 2008: 367 – 368) ซึ่งสะท้อนถึงที่มาของพฤติกรรม ดังนั้นการที่เทคนิคการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า มุ่งส่งเสริม และพัฒนาทางเลือกของผู้รับคำปรึกษา โดยเป็นอิสระจากเรื่องราวที่เป็นปัญหาจึงมีความสอดคล้องกับ รูปแบบของการเสริมสร้างความหวังหรือเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถช่วยผู้ให้รับคำปรึกษามีความหวังที่ สูงขึ้นได้

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาในเรื่องของความหวัง โดยมุ่งไปที่การค้นหาวัยรุ่นไทย โดยเฉพาะนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 นั้น มีลักษณะของความหวังในด้านการ ศึกษาเป็นอย่างไร ความหวังในด้านการศึกษาของนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 นั้น ประกอบไปด้วยอะไรบ้าง และการให้คำปรึกษากลุ่มแก่นักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ประกอบกับ เทคนิคต่างๆ ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมมารู้คิด การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า จะมีรูปแบบอย่างไรจึงจะกระตุ้นให้นักเรียนมีความหวังที่สูงขึ้น ซึ่งเป็นการเตรียมความพร้อมในการวางแผนการดำเนินชีวิตโดยเฉพาะทางด้านการศึกษา โดยอาจคาดการณ์

ได้ว่าจะเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิต ตลอดจนเป็นบุคคลที่มีคุณค่าและมีคุณประโยชน์ต่อประเทศชาติต่อไป

คำถามการวิจัย

1. นักเรียนวัยรุนมีความหวังทางการศึกษาอยู่ในระดับใด
2. ความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุนประกอบไปด้วยองค์ประกอบด้านใดบ้าง
3. การให้คำปรึกษากลุ่มสามารถเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุนได้มากน้อยเพียงใด

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุน
2. เพื่อศึกษาองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุน
3. เพื่อพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา
4. เพื่อเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล
5. เพื่อเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

ความสำคัญของการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้ จะทำให้ทราบถึงลักษณะความหวังของวัยรุนไทยว่า นักเรียนวัยรุนไทยนั้นมีความหวังการศึกษาเป็นอย่างไร ความหวังทางการศึกษาประกอบไปด้วยอะไรบ้าง ตลอดจนนำไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาในบริบทของวัยรุนไทย ผลการวิจัยดังกล่าวจึงเป็นประโยชน์ต่อครู อาจารย์ บุคลากรแนะแนว ผู้ให้คำปรึกษา รวมทั้งบุคลากรที่เกี่ยวข้องอื่นๆ ในการนำไปใช้เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาให้กับเด็กกลุ่มดังกล่าว โดยทำให้เด็กมีเป้าหมายในชีวิต และรู้ถึงแนวทางเพื่อไปสู่เป้าหมายเหล่านั้น ทั้งนี้เพื่อส่งเสริมให้เป็นบุคคลที่ประสบความสำเร็จในชีวิต ตลอดจนเป็นทรัพยากรที่มีคุณภาพของสังคมต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ กำหนดขอบเขตการศึกษาเป็น 2 ระยะ ดังนี้

1. การศึกษาองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุน
2. การเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุน

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2555 ของโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เขตพื้นที่ การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร รวมจำนวนทั้งสิ้น 44,359 คน (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษา ขั้นพื้นฐาน. 2555: ออนไลน์)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้สำหรับการศึกษาค้นประกอบของความหวังทางการศึกษา เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2555 ของโรงเรียนสังกัด สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 538 คน ที่ได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage Random Sampling)

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้สำหรับการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของวัยรุ่น โดยการให้ คำปรึกษากลุ่ม เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสารวิทยา ที่มีคะแนน ความหวังทางการศึกษาจากผู้ที่ได้คะแนนน้อยที่สุดขึ้นมา และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 16 คน แล้วสุ่มอย่างง่าย โดยวิธีการจับฉลากเป็นคู่ตามคะแนนความหวังทางการศึกษา เพื่อกำหนดเป็นกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวน 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน ซึ่งกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ในขณะที่ กลุ่มควบคุมไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น แบ่งเป็น

1. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาค้นประกอบของความหวังทางการศึกษา มีดังนี้

- 1.1 เป้าหมายทางการศึกษา
- 1.2 วิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา
- 1.3 ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา
- 1.4 ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา
- 1.5 ความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา

2. ตัวแปรที่ใช้ในการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

2.1 ตัวแปรจัดกระทำ ได้แก่ วิธีการให้คำปรึกษาตามรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความหวังทางการศึกษา

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความหวังทางการศึกษา หมายถึง การคาดหมายว่าจะประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย ในการเรียน โดยมีความตั้งใจ เชื่อมั่น พยายาม และอดทน ในการที่จะทำตามวิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายนั้น ได้ ซึ่งประกอบไปด้วย

1.1 เป้าหมายทางการศึกษา หมายถึง ความสามารถในการคิดวางแผนเป้าหมายในการเรียน ทั้งเป้าหมายระยะสั้นและเป้าหมายระยะยาวที่ชัดเจนและสามารถเป็นไปได้สำหรับตน ได้แก่ การคิดถึง การสอบผ่าน การมีผลการเรียนในรายวิชาต่างๆ และเกรดเฉลี่ยที่ดี และการได้เรียนต่อในระดับที่สูงขึ้น

1.2 วิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา หมายถึง ความสามารถในการรับรู้เพื่อที่จะกำหนดแนวทางในการปฏิบัติ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายทางการเรียนที่พึงประสงค์ ได้แก่ การทบทวนบทเรียนทั้งที่เข้าใจและไม่เข้าใจ การแสวงหาความรู้เพิ่มเติมนอกเหนือจากในชั้นเรียน และการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ส่งเสริมทางด้านการศึกษา

1.3 ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา หมายถึง การรู้จักคิดของนักเรียนว่าจะสามารถเริ่มต้นและดำเนินพฤติกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายทางการเรียน ได้แก่ การมีความมุ่งมั่นในการกำหนดวิธีการเรียนของตน การคิดที่จะปฏิบัติตามแนวทางเพื่อให้การเรียนดีขึ้น การรู้สึกถึงความพร้อมที่จะลงมือปฏิบัติตามแนวทางต่างๆ และการมุ่งมั่นค้นหาความถนัดของตน

1.4 ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา หมายถึง ความมั่นใจของนักเรียนว่าตนมีความสามารถที่จะบรรลุเป้าหมายในการเรียนตามที่ตนตั้งไว้ได้ ได้แก่ การมีความพึงพอใจในผลการเรียนของตน การมีความภาคภูมิใจในการเรียนขณะอยู่ในชั้นเรียน และการมีความภาคภูมิใจในการเรียนของตนเมื่อเทียบกับผู้อื่น

1.5 ความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา หมายถึง การแสดงออกของนักเรียนถึงความมานะบากบั่นในการเรียน เพื่อให้ไปสู่เป้าหมายทางการเรียนที่ตนตั้งไว้ ตลอดจนสามารถยอมรับสภาพความยากลำบากที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในการเรียน โดยไม่ย่อท้อหรือท้อแท้ ได้แก่ ความสามารถในการคิดหาวิธีการอื่นๆ ที่จะทำให้ผลการเรียนของตนดีขึ้น การคิดหาวิธีการอื่น เมื่อวิธีการที่คิดไว้อาจไม่ประสบความสำเร็จ และการไม่ย่อท้อ เมื่อต้องเจอกับอุปสรรคต่างๆ ในการเรียน ซึ่งมีผลต่อเป้าหมายที่ตั้งไว้

2. รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา หมายถึง แบบแผนในการให้คำปรึกษาเพื่อให้ความช่วยเหลือบุคคลเป็นกลุ่ม โดยมุ่งให้นักเรียนในกลุ่มเกิดการเปลี่ยนแปลงทางความคิดตลอดจนพฤติกรรม เกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายทางการศึกษา การหาแนวทางในการไปสู่เป้าหมายตามที่ตนตั้งไว้โดยมุ่งมั่น ตั้งใจ มีความเชื่อมั่น พยายามและอดทน ทั้งนี้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์และช่วยเหลือซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิก ภายใต้การอำนวยความสะดวกของผู้ให้คำปรึกษา โดยมีขั้นตอนดังนี้

2.1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ในการให้คำปรึกษากลุ่ม มีการสร้างบรรยากาศให้นักเรียนเกิดความคุ้นเคย ไว้วางใจ เข้าใจ และยอมรับซึ่งกันและกัน สร้างข้อตกลงร่วมกันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และในขั้นนี้ สมาชิกในกลุ่มจะได้ทำการประเมินตนเอง (Self - Assessment) และสำรวจความคาดหวังในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม

2.2 ขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยในขั้นนี้มีการประยุกต์ทฤษฎีและเทคนิคต่างๆ ของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรฐจิต (Cognitive Behavior Counseling) การให้คำปรึกษาแบบ โซลูชัน-โฟกัส (Solution-Focused Counseling) และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า (Narrative Counseling)

2.2.1 การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรฐจิต มีเป้าหมายหลัก คือ การช่วยให้ผู้รับ คำปรึกษาแสวงหากลวิธีในการเผชิญหรือจัดการกับปัญหา โดยการค้นหาความคิดที่ไม่ถูกต้องหรือไม่ มีเหตุผล แล้วปรับเปลี่ยนความคิดเหล่านั้น โดยใช้เทคนิคที่สำคัญทั้งทางด้านความคิดและพฤติกรรม โดยเทคนิคทางด้านความคิด ได้แก่ การตั้งคำถาม การระบุข้อดีข้อเสีย และการปรับแนวคิดให้อยู่บน ทางสายกลาง ส่วนเทคนิคทางด้านพฤติกรรม ได้แก่ การกำหนดให้มีกิจกรรม การสร้างจินตนาการ การพูดกับตนเองถึงความคิดทางบวก การติดข้อความ/ความคิดทางบวกในตำแหน่งที่ชัดเจน การอ่าน ชีวิตประวัติ และการมอบหมายการบ้านหรือกิจกรรม

2.2.2 การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส มีเป้าหมายหลัก คือ การช่วยเหลือผู้รับ คำปรึกษาเพิ่มหรือพัฒนาระดับของการตระหนักรู้ที่มีต่อตนเอง จากการที่มองความสามารถของตนเอง ในระดับต่ำ ขาดความกระตือรือร้น มาเป็นผู้ที่เล็งเห็นความสามารถและจุดแข็งของตน ภายในระยะเวลา อันสั้น โดยใช้เทคนิคที่สำคัญ คือ การเปลี่ยนแปลงก่อนการบำบัด (Pre-Therapy Change) การตั้ง คำถาม (Question) คำถามข้อยกเว้น (Exception Questions) คำถามมหัศจรรย์ (Miracle Question) คำถามการจัดระดับ การสร้างภารกิจการบำบัดครั้งแรก (Formula First Session Task) และการให้ ข้อมูลย้อนกลับของผู้ให้คำปรึกษากับสมาชิกกลุ่ม (Therapist Feedback to Group Members)

2.2.3 การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า มีเป้าหมายหลัก คือ การสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษา มองชีวิตในมุมมองที่หลากหลาย โดยหาทางเลือกที่เป็นไปได้สำหรับตนเองที่จะสามารถหาได้ แทนที่ จะมองในแง่ลบเดียว ผ่านการเล่าเรื่องที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ของตน โดยใช้เทคนิคที่สำคัญ คือ การใช้คำถามในการบำบัด (Employing Therapeutic Questions) การแสวงหาผลลัพธ์ที่เป็นลักษณะเฉพาะ (Seeking Unique Outcomes) การร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือก (Co-constructing Alternative Stories) และการใช้เทคนิคแบบแผน จดหมาย และมิตรภาพในการบำบัด (Therapeutic Ceremonies Letters and Leagues)

2.3 ขั้นตอนการให้คำปรึกษา เป็นขั้นตอนสุดท้ายของการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม แต่ละครั้ง โดยเป็นการสรุปเนื้อหาสาระของการเข้าร่วมกลุ่มในครั้งนั้นๆ โดยอาจให้ผู้ให้คำปรึกษาหรือ สมาชิกในกลุ่มร่วมกันสรุปก็ได้ ตลอดจนเปิดโอกาสในการซักถามในประเด็นต่างๆ และให้ข้อมูลย้อนกลับ ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่ม และสมาชิกกลุ่มด้วยกัน มีการให้การบ้านหรืองานบางอย่าง ที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

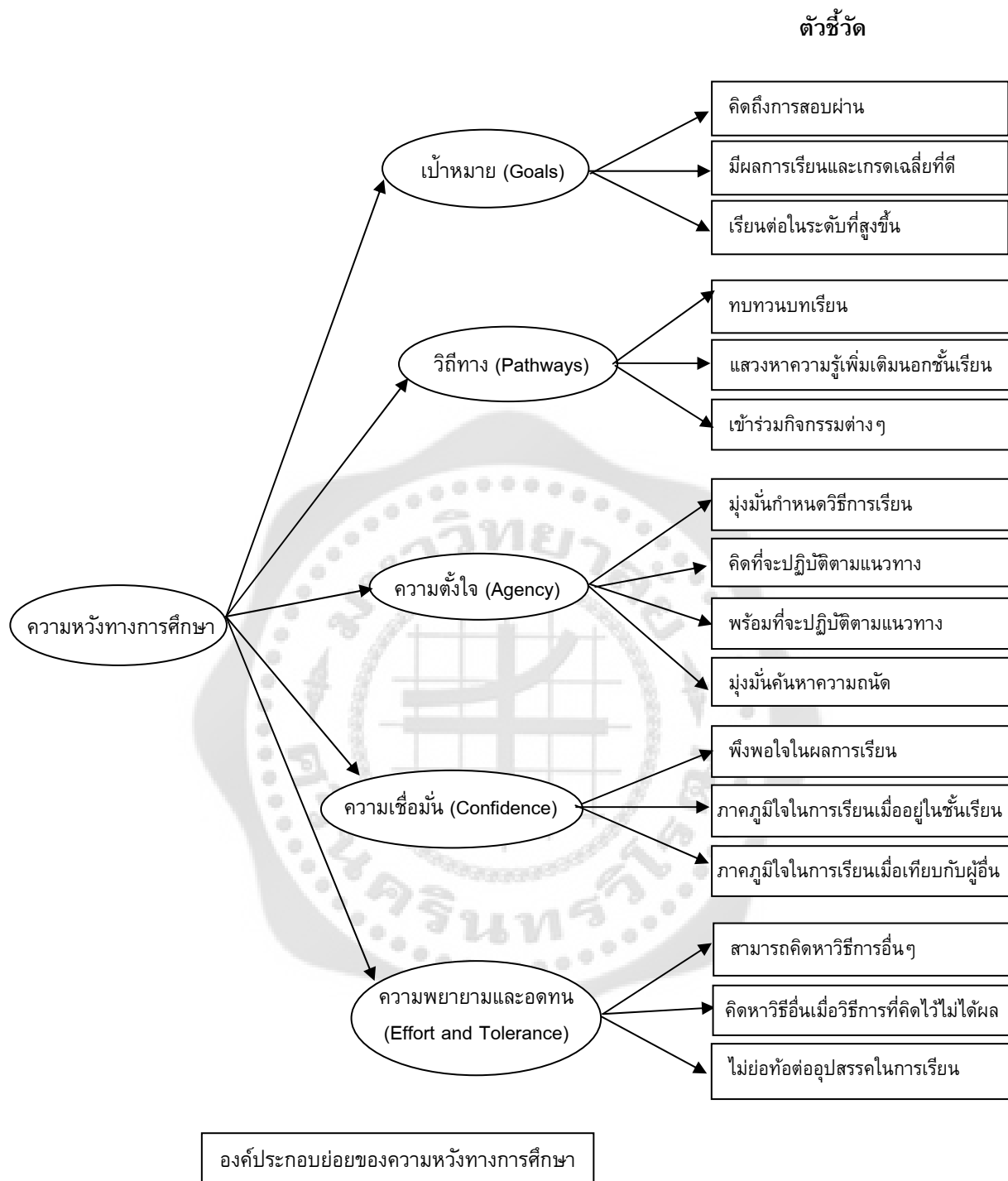
3. นักเรียนวิทยุร่น หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ทั้งเพศชาย และเพศหญิง ของโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา ในกรุงเทพมหานคร

กรอบแนวคิดในการวิจัย

1. กรอบแนวคิดในการศึกษาความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ในการศึกษาองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ผู้วิจัยได้นำแนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับความหวังของนักจิตวิทยาต่างๆ ร่วมกับการสัมภาษณ์ ทั้งจากนักเรียน ครู-อาจารย์ ผู้ปกครอง และนักจิตวิทยา มาเป็นแนวทางในการศึกษาองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของวัยรุ่น ดังนี้

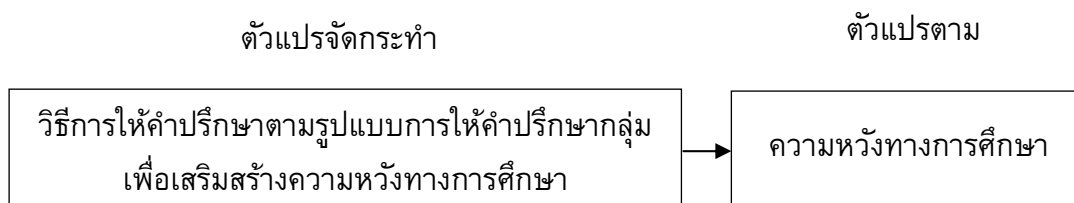




ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการศึกษาองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

2. กรอบแนวคิดในการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ผู้วิจัยได้นำผลการศึกษาค้นคว้าประกอบมาสร้างรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น โดยรูปแบบการให้คำปรึกษาเป็นตัวแปรจัดกระทำ และความหวังทางการศึกษาเป็นตัวแปรตาม



ภาพประกอบ 2 กรอบแนวคิดในการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

สมมติฐานในการวิจัย

1. นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม มีความหวังทางการศึกษาก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล แตกต่างกัน
2. นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม มีความหวังทางการศึกษาหลังการทดลอง และหลังการติดตามผล แตกต่างกัน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความหวัง
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความหวังและความหวังทางการศึกษา
 - 1.1.1 ความหมายของความหวัง
 - 1.1.2 ระดับของความหวัง
 - 1.1.3 แนวคิดเกี่ยวกับความหวัง
 - 1.1.4 องค์ประกอบของความหวัง
 - 1.1.5 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความหวัง
 - 1.1.6 การส่งเสริมความหวัง
 - 1.1.7 ขอบเขตของความหวังในเด็กวัยรุ่น
 - 1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความหวัง
 - 1.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 1.2.2 งานวิจัยในประเทศ
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา
 - 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม
 - 2.1.1 ความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม
 - 2.1.2 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม
 - 2.1.3 คุณค่าและประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม
 - 2.1.4 หลักการให้คำปรึกษากลุ่ม
 - 2.2 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษา
 - 2.2.1 การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมความรู้คิด (Cognitive Behavior Counseling)
 - 2.2.2 การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส (Solution-Focused Counseling)
 - 2.2.3 การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า (Narrative Counseling)
 - 2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มและทฤษฎีการให้คำปรึกษา
 - 2.3.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 2.3.2 งานวิจัยในประเทศ
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น
 - 3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น
 - 3.1.1 ความหมายของวัยรุ่น
 - 3.1.2 การแบ่งช่วงอายุของวัยรุ่น

- 3.1.3 พัฒนาการของวัยรุ่น
- 3.1.4 ความต้องการของวัยรุ่น
- 3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น
 - 3.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 3.2.2 งานวิจัยในประเทศ

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความหวัง

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความหวังและความหวังทางการศึกษา

1.1.1 ความหมายของความหวัง (Hope)

ซไนเดอร์ (Snyder. 2000: 8) ได้ให้ความหมายของความหวัง ไว้ 2 ประการ ดังนี้ (Snyder. 2000: 8; อ้างอิงจาก Snyder. 1991: 287)

1. ความหวัง หมายถึง สภาพของแรงจูงใจทางบวกที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของความรู้สึกประสบความสำเร็จ โดยร่วมกันระหว่าง

1.1 ความตั้งใจ (Agency) – พลังที่มุ่งไปสู่เป้าหมาย (Goal-Directed Energy)

1.2 แนวทาง (Pathways) – การวางแผนเพื่อไปสู่เป้าหมาย (Planning to meet goals)

2. ความหวัง หมายถึง ชุดของความคิดที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานความรู้สึกของความตั้งใจที่จะประสบความสำเร็จ (การมุ่งไปสู่เป้าหมาย) (Goal-Directed Determination) และแนวทางสู่ความสำเร็จ (การวางแผนเพื่อไปสู่เป้าหมาย) (Planning to meet goals)

สโตแลนด์ (Stoland. 1969: 189) กล่าวว่า ความหวัง หมายถึง ความคาดหวังของบุคคลที่จะประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่บุคคลรับรู้ว่าเป็นสิ่งสำคัญที่ตนต้องการ โดยผู้ที่มีความหวังจะมีการรับรู้ความสำคัญและความเป็นไปได้ในการบรรลุเป้าหมายระดับสูง และมีความกระตือรือร้นที่จะดำเนินการใดๆ เพื่อไปสู่เป้าหมาย

ดูฟอลท์ และ มาทอคซิโอ (Dufalt; & Martocchio. 1985: 380) กล่าวว่า ความหวัง เป็นความคาดหวังและเชื่อมั่นว่าจะบรรลุถึงสิ่งที่ดีในอนาคต โดยเกี่ยวข้องกับการมีเป้าหมายที่ดี มีคุณค่า เมื่อบุคคลมีความหวังจะกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมในการเผชิญปัญหาหรืออุปสรรค ตลอดจนเลือกแสดงออกในทางที่จะทำให้ตนสมหวังได้

ลาจ (Lange. 1978: 128) กล่าวว่า ความหวัง เกี่ยวข้องกับความไว้วางใจ เชื่อมั่นในตนเอง ตลอดจนโชคชะตา เมื่อบุคคลมีความหวังจะทำให้เกิดพลังและมีความอดทนที่จะปรับสภาพต่างๆ ของทั้งร่างกายและจิตใจ

จากความหมายดังกล่าว สรุปได้ว่า ความหวัง หมายถึง การคาดหวังว่าจะประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย โดยเมื่อบุคคลมีความหวังจะมีความตั้งใจในการดำเนินการต่างๆ ไปสู่เป้าหมาย ตลอดจนมีความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมาย และเกิดพฤติกรรมในการเผชิญปัญหาหรืออุปสรรคด้วยความอดทน

1.1.2 ระดับของความหวัง

มิลเลอร์ (Miller. 1983: 243) ได้แบ่งระดับของความหวังที่พบในบุคคลทั่วไปออกเป็น 3 ระดับ คือ

ระดับที่ 1 เป็นความหวังในระดับที่พบบ่อย เป็นความปรารถนาของบุคคลที่จะได้รับความสะดวกสบายในชีวิตประจำวันจากอุปกรณ์เครื่องใช้ต่างๆ โดยต้องการให้การดำรงชีวิตประจำวันนั้นราบรื่น ถ้าไม่สมหวังบุคคลจะรู้สึกไม่พอใจเพียงระยะเวลาหนึ่งเท่านั้น ไม่จำเป็นต้องใช้พลังทางจิตในการปรับตัว

ระดับที่ 2 เป็นความหวังของบุคคลเกี่ยวกับการมีสัมพันธภาพที่ดี ต้องการที่จะพัฒนาตนเองไปในทางที่เหมาะสม และประสบความสำเร็จ ซึ่งหากไม่สมหวังบุคคลจะเกิดความวิตกกังวล และต้องใช้พลังทางจิตในการปรับตัวมากกว่าระดับแรก โดยความวิตกกังวลนี้จะบรรเทาลงหรือหมดไปเมื่อบุคคลมีการตั้งความหวังขึ้นมาใหม่

ระดับที่ 3 เป็นความหวังในระดับสูงสุดของบุคคล เป็นความหวังที่จะทำให้บุคคลหลุดพ้นจากความยากลำบาก ความทุกข์ ความรู้สึกขาดอิสรภาพ ความหวังในระดับนี้เป็นพลังที่สำคัญของบุคคลในการปรับตัวต่อความเจ็บป่วยเรื้อรัง และความเจ็บป่วยที่คุกคามชีวิต หากบุคคลไม่สมหวังจะทำให้เกิดความรู้สึกท้อแท้ เหนื่อยหน่าย สิ้นหวัง และจะต้องใช้พลังทางจิตอย่างมากทั้งจากภายนอกและภายในตัวบุคคล เพื่อช่วยในการปรับตัว

1.1.3 แนวคิดเกี่ยวกับความหวัง

1.1.3.1 แนวคิดเกี่ยวกับความหวังของสโตแลนด์ (Stoland)

สโตแลนด์ (Stoland. 1969: 189) ได้อธิบายเกี่ยวกับความหวังไว้ว่า เป็นความคาดหวังของบุคคลที่จะประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่บุคคลรับรู้ว่าเป็นสิ่งสำคัญที่ตนต้องการ แนวคิดเกี่ยวกับความหวังของสโตแลนด์ จึงมี 2 ประการคือ การรับรู้ถึงความเป็นไปได้ในการบรรลุซึ่งเป้าหมายหนึ่งๆ และการรับรู้ถึงความสำคัญของเป้าหมายดังกล่าว ทั้งนี้ที่เต็มไปด้วยความหวังจะมีการรับรู้ถึงความสำคัญและความเป็นไปได้ในการบรรลุเป้าหมายในระดับสูง และมีความกระตือรือร้นที่จะดำเนินการใดๆ เพื่อไปสู่เป้าหมาย มีความรู้สึกสนุกและพึงพอใจ เมื่อใกล้ประสบความสำเร็จ แต่สำหรับผู้ที่มีความหวังต่อเป้าหมายนั้นๆ ในระดับต่ำ จะมีความขัดแย้งที่เกิดจากเป้าหมาย และมีความคิดที่ไม่สามารถไปถึงเป้าหมายได้ ซึ่งจะทำให้บุคคลรู้สึกคับข้องใจและเกิดความวิตกกังวล

1.1.3.2 แนวคิดเกี่ยวกับความหวังของลาจ (Lange)

ความหวังตามแนวคิดของลาจ ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ (Lange. 1978: 128)

1. องค์ประกอบทางด้านอารมณ์ (Affective component) อารมณ์และความรู้สึกของแต่ละบุคคลจะเป็นอย่างไร ขึ้นอยู่กับความไว้วางใจ ความเชื่อมั่นในตนเองและโชคชะตา ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของบุคลิกภาพ และองค์ประกอบเหล่านี้มีบทบาทในการกระตุ้น ชี้นำและสนับสนุนบุคคลให้มีความหวังในระดับที่ต่างกัน

2. โครงสร้างด้านความคิด (Cognitive function) เป็นกระบวนการใช้เหตุผลด้วยปัญญาในการพิจารณาไตร่ตรอง ประเมินสถานการณ์ที่เกิดขึ้น และทำหน้าที่ประสานหรือควบคุมอารมณ์ ความคิดจึงเป็นส่วนที่มีความสำคัญซึ่งมีผลต่อความหวังหรือสิ้นหวัง การที่บุคคลเลือกรับรู้ข้อมูลหรือเหตุการณ์ในทางบวกและมีการปรับความคิด จะส่งเสริมให้บุคคลเกิดความหวัง เกิดพลัง และมีความอดทนที่จะปรับสภาพต่างๆ ทั้งของร่างกายและจิตใจ อันไปสู่การมีสุขภาพที่ดี ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลมีการเลือกรับรู้เหตุการณ์ที่มีแนวโน้มไปในทางลบ บุคคลจะรู้สึกถูกคุกคามจนไม่อาจรับได้ต่อไป กลไกทางจิตเพื่อป้องกันตนเองจะถูกดึงขึ้นมาใช้ทันที

1.1.3.3 แนวคิดเกี่ยวกับความหวังของดูฟอลท์และมาทอชชีโอ Dufalt และ Martocchio

ดูฟอลท์ และ มาทอชชีโอ (Dufalt; & Martocchio. 1985: 380) ได้อธิบายเกี่ยวกับความหวังไว้ว่า เป็นความคาดหวังและความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุถึงสิ่งที่ดีในอนาคตซึ่งสามารถแสดงออกทางด้านอารมณ์และพฤติกรรม อันประกอบไปด้วยหลายมิติ และสามารถจำแนกได้ 2 ด้านคือ

1. ความหวังเฉพาะ (Particularized hope) เป็นความหวังเกี่ยวกับการมีเป้าหมายที่ดี มีคุณค่า และมีลักษณะเป็นนามธรรมสูง ได้แก่ ความหวังในเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่จะทำให้สถานการณ์ในปัจจุบันดีขึ้น หรือหวังในสิ่งที่ตนยังไม่ได้รับแต่คาดว่าจะได้รับในอนาคต ซึ่งเป็นสิ่งที่มีคุณค่ากับตนเองในปัจจุบันและก็ต้องการจะได้รับต่อไปในอนาคต รวมทั้งการไม่อยากพบเหตุการณ์ที่ตนไม่ชอบ ซึ่งความหวังนี้บุคคลสามารถจัดเรียงลำดับความสำคัญก่อนหลังได้ นอกจากนั้นความหวังสามารถเป็นสิ่งที่กระตุ้นและจูงใจให้เกิดพฤติกรรมในการเผชิญปัญหาหรืออุปสรรค รวมถึงการดำเนินชีวิตให้ไปสู่เป้าหมายตามที่หวังด้วย

2. ความหวังทั่วไป (Generalized hope) เป็นความรู้สึกถึงสิ่งที่ดีในอนาคต มีลักษณะเป็นนามธรรมกว่าความหวังเฉพาะ เป็นความหวังที่ยังไม่พัฒนาไปจนถึงที่สุด แต่จะเป็นตัวป้องกันการเกิดความสิ้นหวัง เมื่อบุคคลประสบความล้มเหลวในความหวังเฉพาะ ทั้งยังเป็นตัวช่วยให้เกิดแรงจูงใจในชีวิต เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

ทั้งนี้ความหวังเฉพาะและความหวังทั่วไปมีความสัมพันธ์กัน ซึ่งความหวังทั้ง 2 ด้านนี้ยังประกอบไปด้วย 6 มิติ คือ มิติด้านอารมณ์ ความคิด พฤติกรรม ความผูกพัน เวลา และสถานการณ์ โดยอธิบายได้ ดังนี้

1. มิติด้านอารมณ์ (Affective dimension) เป็นเรื่องของอารมณ์และความรู้สึกองค์ประกอบของความหวังในมิตินี้ ได้แก่ ความรู้สึกเกี่ยวข้องต่อสิ่งที่บุคคลต้องการให้เกิดขึ้น ความรู้สึกของบุคคลที่ให้ความสำคัญกับสิ่งที่ต้องการ ความรู้สึกเชื่อมั่นว่าจะได้ในสิ่งที่ต้องการ ความรู้สึกไม่แน่ใจเป็นบางครั้งว่าจะได้ในสิ่งที่ตนต้องการหรือไม่ ความรู้สึกที่หลากหลายซึ่งเกิดขึ้นขณะที่มีความหวัง บุคคลจะแสดงออกแตกต่างกัน ส่วนใหญ่ผู้ที่มีความหวังจะมีความรู้สึกในทางที่ดี และเชื่อมั่นในสิ่งที่หวัง รู้สึกมั่นใจไว้ว่าใจมีความสุขแม้บางครั้งจะมีความไม่แน่ใจเกิดขึ้นบ้าง แต่ถ้าได้รับการประคับประคองบุคคลก็จะรู้สึกมีชีวิตชีวา มีความสุข และอบอุ่น

2. มิติด้านความคิด (Cognitive dimension) เป็นความต้องการ จินตนาการ รับรู้ คิด จำ เรียนรู้ ประมวลผล แปลความหมาย และตัดสินใจ ซึ่งมีความสัมพันธ์กับความหวัง ประกอบด้วย

ความชัดเจนในสิ่งที่หวัง เช่น ความต้องการในสิ่งดีๆ การตรวจสอบและประเมินความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นจริงกับความหวัง การจำแนกปัจจัยภายในและภายนอกที่มีต่อการส่งเสริมหรือขัดขวางความหวังของตนทั้งโดยตรงและโดยอ้อม การรับรู้ถึงผลที่ตนต้องการและความเป็นไปได้ แม้ว่าในบางครั้งจะไม่แน่ใจ การจินตนาการถึงสิ่งที่ต้องการให้เกิดขึ้นในอนาคต โดยใช้ประสบการณ์ในอดีตและสถานการณ์ในปัจจุบัน จะช่วยสร้างความเชื่อมั่นในสิ่งที่ตนต้องการและมีทางเป็นไปได้ มิติด้านความคิดนี้เชื่อว่า ความหวังต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานของความเป็นจริง ซึ่งขึ้นอยู่กับ การรับรู้ของบุคคลต่อสถานการณ์รอบตัว เวลาที่ใช้ และการประเมินความเป็นไปได้ในสิ่งที่หวัง บุคคลที่มีความหวังในมิตินี้ จะหวังในสิ่งที่เป็นไปได้ตามความเป็นจริงและจะละทิ้งความหวังที่เป็นไปไม่ได้ รวมถึงมีการสร้างความหวังใหม่ขึ้นมาด้วย

3. มิติด้านพฤติกรรม (Behavioral dimension) เป็นการแสดงออกของบุคคลที่สัมพันธ์กับความหวัง กล่าวคือ บุคคลจะเลือกแสดงออกในทางที่จะทำให้ตนสมหวัง โดยแสดงออกได้ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และศาสนา ซึ่งการแสดงออกทางร่างกายจะมีความเฉพาะเจาะจง สังเกตได้เพื่อทำให้บรรลุในสิ่งที่หวัง เช่น หวังให้หายจากความเจ็บป่วยก็จะแสดงออกทางกายด้วยการรับประทานยาตามเวลา ออกกำลังกายและพักผ่อน ส่วนการแสดงออกทางด้านจิตใจ เช่น การจัดระบบความคิด วางแผน ตัดสินใจ การแสดงออกทางสังคมจะมีความเกี่ยวข้องกับผู้อื่น เช่น การขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น และการแสดงออกทางด้านศาสนา จะมีความสัมพันธ์กับความเชื่อในอำนาจที่เหนือธรรมชาติ เช่น การสวดมนต์ เป็นต้น

4. มิติด้านความผูกพัน (Affinitive dimension) เป็นความรู้สึกรู้สึกของบุคคลเกี่ยวกับความสัมพันธ์กับผู้อื่นหรือสิ่งอื่นๆ ซึ่งเป็นที่มาของความหวัง ทั้งนี้ได้แก่ มิติของการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในสังคม ความผูกพันกับสิ่งเหนือธรรมชาติ เช่น พระเจ้า ความผูกพันที่มีต่อสิ่งมีชีวิตอื่นๆ นอกจากบุคคล เช่น สัตว์เลี้ยง เป็นต้น

5. มิติด้านเวลา (Temporal dimension) เป็นความสัมพันธ์กับเวลา คือเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ในอดีต ปัจจุบัน และอนาคตของบุคคล ประสบการณ์ในอดีตมีอิทธิพลต่อความหวังของบุคคลในหลายด้าน โดยบุคคลที่เคยสมหวังในอดีตมักจะต้องการความสมหวังในอนาคต การมีประสบการณ์ในอดีตที่ดีจึงทำให้แน่ใจว่าจะสมหวังต่อไป ส่วนบุคคลที่เคยผิดหวังในอดีตอาจเป็นบทเรียนให้รู้จักปรับตัว และหาวิธีการเผชิญปัญหา และหวังว่าจะไม่เกิดเหตุการณ์เช่นนั้นอีกในอนาคต ความหวังที่ดีในปัจจุบันจะกลายเป็นส่วนหนึ่งของอนาคต หรือความหวังต่อการเปลี่ยนแปลงในปัจจุบันก็นำสู่สิ่งที่ดีในอนาคต ซึ่งอาจจะเป็นความหวังในเวลาอันใกล้หรือไกลก็ได้ ไม่มีการกำหนดเวลาที่ชัดเจน ซึ่งจะช่วยป้องกันความผิดหวังได้ หากยังไม่สามารถบรรลุในสิ่งที่หวังได้ในตอนนี้

6. มิติด้านบริบทแวดล้อม (Contextual dimension) เป็นความสำคัญของบริบทแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อความหวัง ส่วนใหญ่ได้แก่ สถานการณ์ที่บุคคลต้องพบกับความสูญเสียในสิ่งต่อไปนี้ เช่น ชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดี การทำหน้าที่ต่างๆ ความเป็นอิสระ ความคิดสร้างสรรค์ การได้ใช้สติปัญญา ความสามารถที่จะมีบทบาทตามคาดหวัง สัมพันธภาพที่มีความหมาย ความปลอดภัยในทรัพย์สิน และการได้เป็นเจ้าของสิ่งที่มีคุณค่า

1.1.3.4 แนวคิดเกี่ยวกับความหวังของเฮิร์ท (Herth)

เฮิร์ท (Herth. 1992: 116) ได้แบ่งความหวังออกเป็น 3 ด้าน จากการประมวล มติความหวังของ Dufalt และ Martocchio ดังนี้

1. ความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายในชั่วคราวและในอนาคต (Inner sense of temporality and future) โดยรวมมิติด้านความคิดและด้านเวลาเข้าไว้ด้วยกัน ซึ่งเป็นการรับรู้ภายในต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในปัจจุบันและจะเกิดขึ้นในอนาคต โดยเป็นการรับรู้ในทางบวกและสามารถที่จะเป็นไปได้
2. ความพร้อมและความคาดหวังทางบวก (Inner positive readiness and expectancy) โดยรวมมิติด้านอารมณ์และด้านพฤติกรรมเข้าไว้ด้วยกัน ซึ่งเป็นความรู้สึกมั่นใจและคาดหวังทางบวกที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ทำให้บุคคลมีความรู้สึกที่จะดำเนินการ เพื่อให้บรรลุในสิ่งที่ต้องการ
3. ความสัมพันธ์ภายในตนและกับบุคคลอื่น (Interconnectedness with self and others) โดยรวมมิติด้านความผูกพันและด้านบริบทแวดล้อมเข้าไว้ด้วยกัน ซึ่งเป็นการเห็นความสำคัญของการพึ่งพาหารหว่างกัน ความเกี่ยวข้องภายในตนและระหว่างตนกับบุคคลอื่น

1.1.3.5 แนวคิดเกี่ยวกับความหวังของโนวอทนี (Nowotny)

โนวอทนี (Nowotny. 1989: 57 – 61) กล่าวว่า ความหวังเกี่ยวข้องกับอนาคต ซึ่งเกิดขึ้นภายในตัวบุคคล และมีความสัมพันธ์กับความเชื่อมั่นของบุคคลที่มีอยู่ โดยสามารถนำมาใช้ได้เมื่อต้องการ และความหวังยังเกี่ยวข้องกับการกระทำบางอย่าง เช่น การตั้งเป้าหมาย การดูแล การวางแผน การนำพลังมาสร้างและดำเนินงานต่างๆ และผลจากการมีความหวังก็มีความสำคัญต่อการเผชิญความเครียด ทั้งนี้ผู้ที่มีความหวังต่างกันจะมีการประเมินสถานการณ์ต่างกันด้วย

1.1.4 องค์ประกอบของความหวัง

จากการทบทวนเอกสาร งานวิจัย และการสัมภาษณ์ สามารถสรุปองค์ประกอบของความหวังและความหวังทางการศึกษาได้ ดังนี้

1.1.4.1 องค์ประกอบของความหวัง จากการทบทวนเอกสาร งานวิจัยตามแนวคิดของนักจิตวิทยาต่างๆ มี ดังนี้

ไซไนเดอร์และซิมสัน (Snyder; & Sympson. 1996: 74) ได้ให้ความหมายของความหวังไว้ว่า เป็นกระบวนการอย่างต่อเนื่องของกลุ่มความคิด (Cognitive set) ประกอบด้วยพลังแห่งความตั้งใจที่รับรู้ถึงความสำเร็จและพลังแห่งแนวทางที่จะวางแผน เพื่อให้ไปถึงเป้าหมาย โดยแนวคิดของ ไซไนเดอร์จะเน้นที่ความคิดมุ่งสู่เป้าหมาย (Goal-directed thinking)

ไซไนเดอร์ (Snyder. 1994: 53) แบ่งองค์ประกอบของความหวังเป็น 3 ส่วน คือ

1. เป้าหมาย (Goal) ซึ่งเป็นได้ทั้งสิ่งของ ประสบการณ์ หรือความสำเร็จ ที่บุคคลจินตนาการหรือมีความปรารถนา และเป้าหมายยังเป็นสิ่งที่บุคคลต้องการจะได้รับ ซึ่งเป็นได้หลากหลายตามแต่ละบุคคล รวมถึงเป้าหมายที่จะมีความสุข หรือมีความหมายในชีวิต โดยเป้าหมายสามารถแบ่งได้เป็นเป้าหมายระยะสั้นและเป้าหมายระยะยาว ซึ่งถ้ากล่าวถึงความสำเร็จหรือเป้าหมายสูงสุดที่บุคคลส่วนใหญ่มุ่งหวัง ก็คือ ความสำเร็จด้านอาชีพ ความสำเร็จทางการศึกษา การเห็นลูกเติบโต และประสบความสำเร็จ ทั้งนี้เราก็มักจะทำสิ่งต่างๆ เพื่อให้ประสบความสำเร็จไปในทิศทางเดียวกันกับ

เป้าหมายนั้น กล่าวคือ บุคคลที่มีความหวังสูง จะมีทั้งเป้าหมายระยะยาวและเป้าหมายระยะสั้น โดยสามารถแบ่งระดับของเป้าหมายระยะยาวได้เป็นขั้นตอนหรือเป้าหมายที่ไม่ใหญ่หรือยากเกินไปนัก ซึ่งสามารถทำให้ประสบความสำเร็จได้ง่ายหรือสามารถจัดการได้ง่ายกว่า โดยแต่ละช่วงเวลาที่เราสามารถบรรลุเป้าหมายระยะสั้นเหล่านั้นได้ เราจะเกิดการตระหนักได้ว่าแต่ละก้าวๆ ที่เราสำเร็จนั้นจะสามารถนำเราไปสู่ความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่มากขึ้นหรือเป้าหมายระยะยาวที่เราตั้งไว้นั้นเอง (McDermott; & Snyder. 1999: 61)

2. พลังแห่งความตั้งใจ (Agency) เป็นการที่มีความตั้งใจ และรับรู้ถึงความสามารถที่จะริเริ่ม และดำเนินไปให้ถึงเป้าหมาย เช่น การมีความคิดที่ว่า ฉันสามารถ ฉันจะพยายาม ฉันพร้อมที่จะทำ ซึ่งความคิดเหล่านี้ทำให้บุคคลเกิดการรับรู้ว่าคุณสามารถเริ่มและคงไว้ซึ่งการกระทำที่นำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการได้ พลังแห่งความตั้งใจนอกจากจะช่วยผลักดันให้บุคคลไปสู่เป้าหมายแล้ว ยังช่วยให้สามารถเอาชนะอุปสรรคต่อการที่จะไปสู่เป้าหมายได้ด้วย

3. พลังแห่งวิถีทาง (Pathway) เป็นการคิดเพื่อวางแผนหาทางหรือวิธีการที่จะนำบุคคลไปถึงเป้าหมาย บุคคลที่มีพลังแห่งแนวทางสูงจะหาทางในการบรรลุเป้าหมายได้หลายแนวทาง และสามารถเปลี่ยนแนวทางให้เหมาะสมกับเป้าหมายและอุปสรรคที่เผชิญอยู่ได้

ความคิดที่เต็มไปด้วยความหวัง จึงจำเป็นต้องมีทั้งความสามารถในการรับรู้ เพื่อที่จะคาดหวังถึงเส้นทางหรือหนทางที่มีประสิทธิภาพ และพลังที่มุ่งไปสู่เป้าหมายโดยตรง ทั้งนี้ “ความหวัง” จึงเป็น “สภาวะที่เป็นแรงกระตุ้นเชิงบวก ที่อยู่บนพื้นฐานของความรู้สึกที่ว่าประสบความสำเร็จ โดยมีความสัมพันธ์กับ “ความตั้งใจ” (พลังที่เกี่ยวข้องกับเป้าหมายโดยตรง) และ “หนทาง” (การวางแผนไปสู่เป้าหมาย) ซึ่งการคิดถึงหนทางจะช่วยเพิ่มความตั้งใจ และในทางกลับกัน ก็ทำให้เกิดการคิดถึงหนทางมากยิ่งขึ้นได้ ดังนั้นในภาพรวมแล้ว การคิดเกี่ยวกับหนทางและความตั้งใจ จะเน้นที่การทำให้เพิ่มมากขึ้นเพื่อนำไปสู่ผลที่ตามมา ซึ่งเกี่ยวข้องกับเป้าหมายโดยตรง (Snyder; et al. 2000: 258)

ลูธานซ์ (Luthans. 2006: 18) กล่าวว่า ความหวังอยู่บนพื้นฐานของการรับรู้ถึงความสำเร็จ อันประกอบไปด้วยความตั้งใจ (พลังที่ไปสู่เป้าหมาย) และวิถีทาง (การวางแผนเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย)

สโตแลนด์ (Stoland. 1969: 189) กล่าวว่า ผู้ที่มีความหวังจะมีการรับรู้ถึงความสำคัญและความเป็นไปได้ในการบรรลุเป้าหมายในระดับสูง ตลอดจนมีความกระตือรือร้นที่จะกระทำการใดๆ เพื่อไปสู่เป้าหมาย

ลาจ (Lange. 1978: 128) กล่าวว่า ความหวัง เกี่ยวข้องกับความไว้วางใจ ความเชื่อมั่นในตนเอง ตลอดจนโชคชะตา ซึ่งเมื่อบุคคลมีความหวังจะทำให้เกิดพลังและมีความอดทนที่จะปรับสภาพต่างๆ ของทั้งร่างกายและจิตใจ ตลอดจนการเป็นผู้มีสุขภาพที่ดี

ดิวอลท์ และ มาทอคซิโอ (Dufalt; & Martocchio. 1985: 380) กล่าวว่า ความหวังเป็นความคาดหวังและความเชื่อมั่นว่า จะบรรลุถึงสิ่งที่ดีในอนาคต โดยเกี่ยวข้องกับการมีเป้าหมายที่ดีมีคุณค่า ซึ่งเมื่อบุคคลมีความหวังจะเป็นสิ่งกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมในการเผชิญปัญหา หรืออุปสรรค ตลอดจนจะเลือกแสดงออกในทางที่สามารถทำให้ตนสมหวังได้

เฮิร์ท (Herth. 1992: 116) กล่าวว่า ความหวัง เป็นความรู้สึกมั่นใจในทางบวกว่าจะเกิดขึ้นในอนาคต ทำให้เกิดเป็นความรู้สึกว่าจะตั้งใจทำให้บรรลุเป้าหมายที่ตนต้องการ

โนวอทนี (Nowotny. 1989: 57 – 61) กล่าวว่า ความหวัง เกี่ยวข้องกับอนาคตที่เกิดขึ้นภายในบุคคลประกอบกับความไว้วางใจ เชื่อมันที่บุคคลมี และยังเกี่ยวข้องกับการกระทำบางอย่าง เช่น การตั้งเป้าหมาย การวางแผน โดยมีการนำพลังมาสร้างและดำเนินงานต่างๆ โดยผลของความหวังจะทำให้บุคคลมีความสามารถในการเผชิญกับความเครียดด้วย

1.1.4.2 องค์ประกอบของความหวังและความหวังทางการศึกษา จากการสัมภาษณ์ในกลุ่มต่างๆ มีดังนี้

จากการสัมภาษณ์ในกลุ่มนักเรียน สรุปได้ว่า การที่จะมีความหวังทางการศึกษาได้นั้น ต้องอาศัยความมุ่งมั่น ตั้งใจในการเรียน เพื่อให้ตนประสบความสำเร็จทางการศึกษาตามที่ตนตั้งใจไว้ และแม้จะเจอกับอุปสรรคก็ต้องพยายามต่อสู้และเชื่อมั่นว่า ตนจะต้องประสบความสำเร็จให้ได้

จากการสัมภาษณ์ในกลุ่มครู-อาจารย์ สรุปได้ว่า ความหวังทางการศึกษา ประกอบไปด้วย การสร้างเป้าหมายทางการศึกษาที่เหมาะสมสำหรับตน โดยพยายามหาวิธีการต่างๆ ที่จะทำตนให้บรรลุเป้าหมายนั้นๆ ทั้งนี้ต้องมีความบากบั่น พยายามและอดทนต่ออุปสรรคต่างๆ ที่เข้ามา

จากการสัมภาษณ์ในกลุ่มพ่อแม่-ผู้ปกครอง สรุปได้ว่า ความหวังทางการศึกษาประกอบด้วย การมุ่งมั่นตั้งใจในการเรียน ตลอดจนต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆ แม้ว่าจะยากลำบากเพียงใด ตลอดจนพยายามหาแนวทางต่างๆที่จะทำให้ตนประสบความสำเร็จในด้านการเรียน

จากการสัมภาษณ์ในกลุ่มผู้เชี่ยวชาญ นักจิตวิทยา และจิตแพทย์ สรุปได้ว่า ความหวังทางการศึกษาเป็นความรู้สึกถึงความสำเร็จทางการเรียน ซึ่งการที่เราจะมีความหวังทางการศึกษาได้นั้น ต้องรู้จักหาแนวทางๆ ต่างๆที่จะทำให้ตนไปสู่ความสำเร็จเหล่านั้น โดยต้องมีความมุ่งมั่น ตลอดจนสามารถคิดหาวิธีการอื่นๆ เมื่อตนเองพบกับอุปสรรคต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาได้

จากการทบทวนเอกสาร งานวิจัย และการสัมภาษณ์ สรุปได้ว่า ความหวังตลอดจนความหวังทางการศึกษา ประกอบด้วย การตั้งเป้าหมาย การสร้างวิถีทางต่างๆ การมีความตั้งใจ พยายามอดทน และเชื่อมั่นว่า ตนจะบรรลุเป้าหมาย รวมทั้งเป้าหมายทางการศึกษาที่ตั้งใจไว้ได้

สรุปองค์ประกอบของความหวังจากการทบทวนเอกสาร งานวิจัย และการสัมภาษณ์

ตาราง 1 สรุปองค์ประกอบของความหวังจากการทบทวนเอกสาร งานวิจัย และการสัมภาษณ์

องค์ประกอบ	ที่มา	แนวคิด ทฤษฎีของความหวัง					ผลการสัมภาษณ์เกี่ยวกับความหวังทางการศึกษา					
		Snyder (2000)	Luthans (2006)	Stoland (1969)	Lange (1978)	Dufalt; & Martocchio (1985)	Herth (1992)	Nowotny (1989)	นักเรียน	ครู-อาจารย์	ผู้ปกครอง	ผู้เชี่ยวชาญ นักจิตวิทยาจิตแพทย์
เป้าหมาย (Goals)		✓		✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
วิถีทาง (Pathway)		✓	✓			✓		✓	✓	✓	✓	✓
ความตั้งใจ (Agency)		✓	✓	✓			✓		✓	✓	✓	✓
ความเชื่อมั่น (Confidence)					✓	✓	✓		✓			
ความพยายามและอดทน (Effort and Tolerance)					✓	✓		✓	✓	✓		✓

1.1.5 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความหวัง

ซไนเดอร์ (Snyder. 1994: 121 – 122) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่มีผลต่อระดับความหวังของบุคคลไว้ดังนี้

1. ความสามารถทางปัญญา เกี่ยวข้องกับการประเมินสถานการณ์ที่ชัดเจนและการรับรู้ความสามารถหรือศักยภาพของตนในการรับมือกับสถานการณ์นั้น เมื่อเกิดสถานการณ์ที่ไม่ดีหรือชัดเจน บุคคลที่มองว่า มีทางออก มีทางแก้ไข หรือสามารถจัดการกับเหตุการณ์นั้นได้ จะเป็นบุคคลที่มีความหวังอยู่ในระดับสูง
2. แรงสนับสนุนทางสังคม เป็นสิ่งที่บุคคลได้รับจากการที่มีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ทำให้บุคคลได้รับการช่วยเหลือทั้งทางด้านร่างกาย การตอบสนองความต้องการด้านจิตใจ อารมณ์ รวมถึงการยอมรับจากสังคม
3. ภาวะสุขภาพกาย เป็นพื้นฐานในการไปสู่เป้าหมายอื่น ๆ บุคคลที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ย่อมมีพลังใจที่จะคิดหาแนวทางไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ และมีความพร้อมในการกระทำที่ไปสู่เป้าหมายด้วย
4. ประสบการณ์ความสำเร็จในอดีตของตนหรือของผู้อื่น หรือความสามารถเอาชนะอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมายได้ ซึ่งประสบการณ์แห่งความสำเร็จในการไปถึงเป้าหมายเป็นสิ่งสำคัญที่จะผลักดันและส่งเสริมให้บุคคลเกิดความหวัง

แนวคิดเกี่ยวกับความหวังของซไนเดอร์เป็นกระบวนการของความคิดที่มุ่งสู่เป้าหมาย ซึ่งนำไปสู่การแสดงพฤติกรรมที่มีเป้าหมายของบุคคล ทั้งนี้ความหวังเป็นปัจจัยที่สามารถส่งเสริมและพัฒนาได้ การส่งเสริมความหวังจึงเกี่ยวข้องกับการส่งเสริมให้บุคคล มีพฤติกรรมมุ่งเป้าหมาย (Snyder. 1994: 123)

1.1.6 การส่งเสริมความหวัง

ซไนเดอร์ (Snyder. 1996: 194) กล่าวว่า ความหวังสามารถส่งเสริมให้เพิ่มขึ้นได้ในตัวบุคคล ซึ่งควรส่งเสริมใน 3 องค์ประกอบ ต่อไปนี้

1. การส่งเสริมความคิดให้สัมพันธ์กับเป้าหมาย โดยช่วยให้แน่ใจว่า บุคคลตั้งเป้าหมาย ในสิ่งที่เขาต้องการ และต้องเป็นเป้าหมายที่ชัดเจน เพื่อให้มีแรงจูงใจที่จะไปถึงเป้าหมายนั้นได้ นอกจากนั้นส่งเสริมให้บุคคลสนใจเป้าหมายมากยิ่งขึ้น จากการให้ความสำคัญกับเป้าหมายในลำดับน้อยที่สุดไปสู่เป้าหมายในลำดับที่สูงขึ้น เพื่อความชัดเจนของการบรรลุเป้าหมาย เนื่องจาก โดยปกติแล้วคนเราต้องการที่จะตั้งเป้าหมายและบรรลุเป้าหมายในระดับที่สูงขึ้นกว่าเดิม ดังนั้นการให้บุคคลสนใจเป้าหมายอย่างเป็นลำดับ สามารถทำให้รู้สึกมีความสุข พึงพอใจกับความสำเร็จในเป้าหมายย่อยๆก่อน ตลอดจนมีความพยายามที่จะไปสู่เป้าหมายในระดับที่สูงขึ้นต่อไป
2. การส่งเสริมความคิดให้มีพลัง โดยการส่งเสริมให้บุคคลพูดกับตนเองในทางที่ดี โดยเฉพาะในช่วงเวลาที่จิตใจว่าวุ่น ช่วงที่พบกับปัญหาอุปสรรคในการดำเนินการไปสู่เป้าหมาย เพื่อให้บุคคลเตรียมพร้อมโดยตัดสินใจว่า จะเผชิญกับปัญหาเหล่านั้น จากการศึกษาพบว่าบุคคลที่มีความหวังสูงบ่อยครั้งจะปรับความคิดว่าเป้าหมายเหมือนเป็นการท้าทาย หรือการนี้ถึงประสบการณ์ที่ยากลำบาก

จะทำให้บุคคลมีความอดทนและมีกำลังใจที่จะเดินไปถึงเป้าหมาย การส่งเสริมให้สามารถรับมือกับปัญหาอุปสรรคต่อการไปสู่เป้าหมาย จะทำให้บุคคลสามารถผ่านพ้นเหตุการณ์เหล่านั้นไปได้ นอกจากนี้การส่งเสริมให้บุคคลเรียนรู้ที่จะสนุกกับกระบวนการที่จะนำตนไปสู่เป้าหมายหนึ่งๆ โดยหันมาสนใจเฉพาะการบรรลุเป้าหมายเพียงอย่างเดียว โดยเปลี่ยนแปลงเป้าหมายเดิมที่ไม่สามารถไปถึงเป็นเป้าหมายใหม่ ก็มีความสำคัญ เช่น การเรียนรู้ที่จะหลีกเลี่ยงการดื่มสุรา กาแฟ หรือสูบบุหรี่ ก็สามารถช่วยได้ เช่นเดียวกัน การรับประทานอาหารอย่างเหมาะสม การพักผ่อน และการออกกำลังกาย ซึ่งมีผลต่อการเพิ่มความรู้สึกที่มีพลังในการไปสู่เป้าหมาย

3. การส่งเสริมความคิดให้มีความหลากหลาย โดยมีเทคนิคหนึ่งคือ การหยุดเป้าหมายระยะยาวให้มาสู่เป้าหมายในระยะที่สั้นกว่า หรือเป้าหมายย่อยๆ ซึ่งสามารถดำเนินการได้ที่ละขั้น ไปจนถึงเป้าหมาย ทั้งนี้มีประโยชน์ในการวางแผนสำหรับทางเลือกที่จะทำให้ไปถึงเป้าหมายตามที่ต้องการได้ การได้ศึกษาว่า บุคคลอื่นทำอะไรให้ประสบความสำเร็จ เช่น อ่านหนังสือ ดูหนัง ฟังเพลง ก็มีผลช่วยในการเพิ่มแนวทางเพื่อที่จะไปถึงความหวัง นอกจากนี้มีรายงานการศึกษาที่ว่ามิตรภาพหรือเพื่อนเป็นแหล่งที่ทำให้มีพลังในการช่วยชี้แนะแนวทางให้บุคคลดำเนินการเพื่อไปสู่เป้าหมายได้

1.1.7 ขอบเขตของความหวังในเด็กวัยรุ่น

ในขอบเขตความหวังของเด็กวัยรุ่นนั้น ประกอบด้วย ขอบเขตทางการศึกษา ขอบเขตของสัมพันธภาพในครอบครัว ขอบเขตของการพักผ่อนหย่อนใจ ขอบเขตของความปลอดภัย ขอบเขตทางด้านจิตวิญญาณ ขอบเขตทางด้านสุขภาพและการออกกำลังกาย และขอบเขตในเรื่องของความรัก (McDermott; & Snyder. 2000: 55)

1. ขอบเขตทางการศึกษา

ขอบเขตทางด้านวิชาการหรือการศึกษา ประกอบด้วย การได้รับการฝึกฝนอย่างมีระเบียบแบบแผน นับตั้งแต่ระดับอนุบาลไปจนถึงระดับอุดมศึกษาหรือบัณฑิตศึกษา ทั้งนี้รวมถึงหลักสูตรอื่นๆ ที่เคยเข้าร่วม ไม่ว่าจะได้วุฒิการศึกษาหรือไม่ก็ตาม เช่น การสัมมนา การประชุมเชิงปฏิบัติการ หรือการศึกษาค้นคว้าต่อเนื่องอื่นๆ ทั้งนี้ไม่รวมถึงชั่วโมง ที่ให้ความสนุกสนานเพลิดเพลิน เช่น การวาดรูประบายสี การเต้นรำ เป็นต้น ซึ่งในส่วนนี้จะอยู่ในขอบเขตของกิจกรรมยามว่าง

ขณะที่กล่าวถึงขอบเขตทางด้านการศึกษา นั้น จะมีการถามตัวเองว่า ฟังพอใจกับระดับหรือสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาในปัจจุบันหรือไม่ เช่น “ระดับการศึกษาช่วยให้ได้ทำงานตามที่ต้องการหรือไม่” “การมีความรู้ในวิชาที่สนใจหรือไม่” “การมีความต้องการฝึกฝนหรือมีการศึกษาที่เป็นระเบียบแบบแผนมากขึ้นหรือไม่” “หลายคนที่ขาดการศึกษาในระบบ แต่มีความรู้ที่ดี อาจเป็นผู้ที่ศึกษาด้วยตนเองและสนใจที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ อยู่เสมอ ใช่หรือไม่” ทั้งนี้ให้สังเกตว่ามีความขัดแย้งกันระหว่างระดับความสำคัญของการศึกษากับระดับความพึงพอใจในด้านนี้หรือไม่ (McDermott & Snyder. 1999: 62)

2. ขอบเขตของสัมพันธภาพในครอบครัว

ครอบครัวในบริบทนี้ หมายถึง สามีหรือภรรยา หรือคู่ชีวิต ลูก พ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย ญาติห่างๆ รวมทั้งญาติจากการสมรส นอกจากนี้ครอบครัวอาจรวมถึงคนที่อาศัยอยู่ด้วย แต่

ไม่ได้เกี่ยวข้องกัน เช่น ลูกอุปถัมภ์ อีกทั้งในบางครอบครัวที่มีสัมพันธภาพอันดี ยังรวมไปถึงพ่อแม่อุปถัมภ์และเพื่อนสนิทด้วย โดยมักจะเคารพนับถือและอาจเรียกว่าลุง ป้า น้า หรืออา เป็นต้น

สัมพันธภาพครอบครัวมักจะถูกมองข้ามไป โดยเฉพาะเวลาที่สัมพันธภาพนั้นเป็นไปด้วยดี ทั้งนี้ขณะที่กำลังคิดถึงสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัว ให้ลองนึกว่า ได้อุทิศเวลาให้กับสิ่งนี้น้อยเพียงใด สัมพันธภาพในครอบครัวเป็นไปดังที่ คุณปรารถนาหรือไม่ ต้องการการเอาใจใส่จากครอบครัวหรือไม่ มีความขัดแย้งที่เกิดขึ้นที่ควรได้รับการแก้ไข หรือมีสิ่งที่ยากจะบอกกับบุคคลในครอบครัวหรือไม่

ทั้งนี้บางคนอาจจะไม่ได้อยู่กับครอบครัว โดยแยกตัวออกมาอยู่เพียงลำพังหรือดำเนินอาจไม่ใช่สิ่งที่สำคัญอันดับต้นๆ สำหรับบางคนก็ได้ (McDermott; & Snyder. 1999: 62)

3. ขอบเขตของการพักผ่อนหย่อนใจ

ในภาวะปัจจุบันที่ผู้สมรสต้องทำงานนอกบ้านอาจทำให้ขาดการพักผ่อนหย่อนใจ ซึ่งการพักผ่อนหย่อนใจหมายถึงช่วงเวลาที่ไม่มีภาระหรือความรับผิดชอบใดๆ หรือที่เรียกว่าเวลาว่าง ทั้งนี้ หากมีเวลาว่างจะทำอะไรโดยสิ่งที่สนใจอาจหมายถึงการดูโทรทัศน์ ภาพยนตร์ การอ่านหนังสือ การดูหรือเล่นกีฬา การทำสวน การซื้อและตกแต่งเฟอร์นิเจอร์ใหม่ๆ การจับจ่ายซื้อของ หรือการสร้างสรรค์งานศิลปะก็ล้วนเป็นการพักผ่อนหย่อนใจ

ทั้งนี้เมื่อกล่าวถึงเรื่องของเวลาว่างจะสำรวจว่า ต้องการมีเวลาว่างมากขึ้นหรือไม่ ให้ความสำคัญกับเรื่องของเวลาว่างเป็นอันดับต้นๆ หรือไม่ หน้าที่ความรับผิดชอบต่างๆ ทำให้ไม่มีเวลาหรือไม่ มีหนังสือที่อยากจะอ่านแต่ยังไม่มีเวลาอ่านหรือไม่ มีอะไรที่ยังทำไม่สำเร็จ อยากจะทำแล้วยังไม่ได้ทำ เนื่องจากไม่มีเวลาหรือมีหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบหรือไม่ เป็นต้น (McDermott; & Snyder. 1999: 62 – 63)

4. ขอบเขตของความปลอดภัย

ขอบเขตความหวังด้านความมั่นคงปลอดภัย เป็นอีกหนึ่งขอบเขตที่สำคัญสำหรับเด็กและวัยรุ่น โดยกล่าวถึงการมีที่พักอาศัยที่ปลอดภัยรวมถึงการมีความรู้สึกที่ปลอดภัยจากอันตรายในสถานการณ์ต่างๆ ด้วย เช่น การไม่รู้สึกเกรงกลัวต่อสิ่งไม่ดีที่เกิดขึ้นกับตน การทำให้ตนเองรู้สึกปลอดภัยในการดำเนินชีวิตประจำวัน การหาวิธีการแก้ไขสถานการณ์ต่างๆ ที่ทำให้ตนรู้สึกที่ไม่ปลอดภัย เป็นต้น (McDermott; & Snyder. 2000: 43 – 44)

5. ขอบเขตทางด้านจิตวิญญาณ

ด้านจิตวิญญาณ สามารถอธิบายได้ในหลายรูปแบบ อาจนิยามได้ว่า เป็นความเชื่อที่มีต่อสิ่งที่มีพลังอำนาจเหนือกว่า การเชื่อในเรื่องเกี่ยวกับธรรมชาติ หรือแม้แต่เชื่อในความรู้ทางวิทยาศาสตร์ ก็เกี่ยวข้องกับความคิดที่หล่อหลอมทางด้านจิตวิญญาณของบุคคล

ขณะที่กล่าวถึงขอบเขตทางด้านจิตวิญญาณจะสำรวจตนเองว่า ได้มีการครุ่นคิดเกี่ยวกับเรื่องของจิตวิญญาณหรือพยายามค้นหาคำตอบที่ตนยังไม่แน่ใจหรือไม่มีความต้องการที่จะพัฒนาด้านนี้ของตนเองหรือไม่ ด้านนี้มีความสำคัญกับตนหรือไม่ ทั้งนี้คำตอบไม่มีถูกหรือผิด (McDermott; & Snyder. 1999: 64)

6. ขอบเขตทางด้านสุขภาพและการออกกำลังกาย

จากข้อมูลทางสถิติในการออกกำลังกายและอัตราโรคอ้วน พบว่า สุขภาพและการออกกำลังกายมักเป็นด้านที่ถูกละเลย ทั้งนี้ United States Initiative กล่าวใน Healthy People 2000 ว่า น้อยกว่าร้อยละ 30 ที่มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และอีกร้อยละ 55 เป็นผู้ที่น้ำหนักเกินหรือเป็นโรคอ้วน ซึ่งด้านนี้เกี่ยวข้องกับการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ (โดยเฉพาะการออกกำลังกายแบบแอโรบิก) รวมถึงการหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และสูบบุหรี่ ตลอดจนการพักผ่อนให้เพียงพอ

เมื่อกล่าวถึงขอบเขตทางด้านสุขภาพและการออกกำลังกายจะมีการสำรวจว่าพึงพอใจต่อพฤติกรรมและการดูแลสุขภาพของตนเองหรือไม่ ในแต่ละสัปดาห์มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอหรือไม่ มีการรับประทานอาหารจานด่วนมากกว่าอาหารเพื่อสุขภาพหรือไม่ เลิกสูบบุหรี่หรือมีการลดน้ำหนักหรือไม่ (McDermott; & Snyder. 1999: 63)

7. ขอบเขตในเรื่องของความรัก

ความรักเป็นความรู้สึกพิเศษที่มีต่อคนสำคัญในชีวิต ซึ่งความรู้สึกนี้ ไม่ได้เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ทางเพศเสมอไป ความรักในขอบเขตนี้ อาจเกิดขึ้นกับเพศตรงข้าม หรือเพศเดียวกันก็ได้ หรือแม้แต่อาจเกี่ยวข้องกับการแต่งงาน อยู่ด้วยกัน หรืออาจจะแยกกันอยู่ ซึ่งมีหลายองค์ประกอบในการจัดการด้านความรัก ถึงแม้บางคนเลือกที่จะไม่มีสัมพันธภาพทางด้านความรักเลย ก็ให้สำรวจตนเองว่า มีความรู้สึกที่ดีต่อการมีชีวิตคู่หรือไม่ หรือหากรู้สึกดีกับใครพร้อมที่จะสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลนั้นหรือไม่ เป็นต้น (McDermott; & Snyder. 1999: 64)

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาความหวังในขอบเขตทางการศึกษา

1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความหวัง

1.2.1 งานวิจัยต่างประเทศ

ชู-ชิน เยน (Shu-Chin, Yen. 2004: 197 – 198) ได้ทำการศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ของอายุ เพศ และความหวังกับรูปแบบการแก้ปัญหาในวัยรุ่นนั้ได้หวั่น โดยขั้นแรกได้ทำการวิเคราะห์องค์ประกอบของการแก้ปัญหา เพื่อเป็นแนวทางในการทำแบบสอบถามการแก้ปัญหา ซึ่งพบ 6 ประการคือ การกระทำในเชิงบวก การสนับสนุนการค้นหา การจัดการกับตนเอง การคิดอย่างมีความหวัง การมีระยะห่าง และการระบายความรู้สึก ทั้งนี้การกระทำในเชิงบวกและการสนับสนุนการค้นหาเกี่ยวข้องกับกลุ่มการแก้ปัญหาที่เน้นที่ตัวปัญหา ส่วนการจัดการกับตนเอง การคิดอย่างมีความหวัง การมีระยะห่าง และการระบายความรู้สึก อยู่ในกลุ่มของการแก้ปัญหาที่เน้นในเรื่องของอารมณ์ โดยกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นวัยรุ่นนั้ได้หวั่น พบว่า จะใช้การแก้ปัญหาโดยเน้นที่ตัวปัญหามากกว่าเน้นที่อารมณ์ โดยมักใช้การสนับสนุนการค้นหา นอกจากนี้พบว่า อายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการจัดการกับตนเอง ส่วนความแตกต่างในเรื่องเพศ พบว่า ไม่มีความแตกต่างในการแก้ปัญหาที่เน้นที่ตัวปัญหา ในขณะที่เพศชายจะมีการแก้ปัญหาโดยเน้นที่อารมณ์มากกว่าเพศหญิง และประการสุดท้ายพบว่า ความหวังมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับการแก้ปัญหาที่เน้นที่ตัวปัญหา ในขณะที่ไม่มีความสัมพันธ์กับการแก้ปัญหาที่เน้น

ที่อารมณ์

ดอร์สัน (Dawson. 2008: 225 – 227) ได้ศึกษาวิธีการทางจิตเกี่ยวกับความหวังกับการรักษาผู้ปกครองของเด็กที่มีอาการเจ็บป่วยอย่างรุนแรง โดยผู้ปกครองของเด็กที่มีอาการเจ็บป่วยอย่างรุนแรงจะมีความวิตกกังวล กระวนกระวายใจในการจัดการกับอาการที่เปลี่ยนแปลงไปของเด็ก ทั้งนี้ผู้ปกครองได้รับการรักษาผ่านการสวดมนต์ อ่านคำประพันธ์ และการคิดอย่างไตร่ตรอง นอกจากนี้ยังได้นำการให้คำปรึกษาครอบครัว โดยทฤษฎีระบบครอบครัวของ Bowen มาส่งเสริมให้พ่อแม่รักษาสมดุลในเรื่องสัมพันธภาพและการติดต่อกันของสมาชิกในครอบครัว ทั้งนี้พบว่าวิธีการดังกล่าวสามารถสร้างความหวังได้

บาร์บารา (Barbara. 2008: 244 – 246) ได้ทำการศึกษาเรื่อง กลุ่มผู้นับถือศาสนาคริสต์ ซึ่งเกี่ยวข้องกับด้านจิตใจกับฆาตกรรมหญิงกับอิทธิพลของความหวัง โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นฆาตกรรมหญิงซึ่งมักมีความเครียดสูง รู้สึกหมดกำลังใจและสิ้นหวัง ทั้งนี้ให้กลุ่มทดลอง จำนวน 20 คน เข้าร่วมโปรแกรมฟื้นฟู ซึ่งสอดแทรกเรื่องของความหวัง เป็นเวลา 12 สัปดาห์ ครั้งละ 90 นาที ในขณะที่กลุ่มควบคุมจำนวน 19 คน ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม ทั้งนี้หลังการทดลองพบว่าความหวังของฆาตกรรมหญิงเพิ่มขึ้นอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ผู้วิจัยแสดงความคิดเห็นว่า การศึกษานำร่องนี้จะนำไปสู่การศึกษาเกี่ยวกับความหวังที่เข้มข้นขึ้นในผู้หญิงที่ถูกคุมขัง

1.2.2 งานวิจัยในประเทศ

นภาพร วงศ์ใหญ่ (2542: 171 – 173) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ความหวังและพฤติกรรม การดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ จังหวัดพะเยา โดยเป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความหวังกับพฤติกรรมดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่อยู่ในเขตเมืองของจังหวัดพะเยา จำนวน 200 ราย โดยเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล และแบบวัดความหวังของซไนเดอร์และคณะ ซึ่งผลการศึกษาพบว่า ความหวังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตโดยรวมของผู้สูงอายุในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้ผู้วิจัยเสนอให้เห็นผลการวิจัยว่า ผู้สูงอายุที่มีความหวังในระดับสูง มีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตที่ดี ดังนั้นจึงควรมีการตระหนักถึงความสำคัญของความหวังในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตที่ดี

วาริณี คุณธรรมสถาพร (2542: 157 – 158) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ ความหวัง กับการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1 ซึ่งเป็นการศึกษาถึงความสามารถในการเป็นตัวทำนายของความฉลาดทางอารมณ์และความหวังที่มีต่อการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2543 จำนวน 409 ราย จาก 17 คณะ โดยเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ประกอบไปด้วย แบบสอบถามลักษณะทางประชากรของกลุ่มตัวอย่าง แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ แบบวัดความหวัง และแบบวัดการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1 ซึ่งผลการศึกษาพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์และความหวัง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัย

ลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และยังสามารถร่วมกันทำนายการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1 ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ชลธิดา สิมะวงศ์ (2545: 196) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การใช้จิตบำบัดกลุ่มในการส่งเสริมความหวังของผู้ติดเชื้อเอชไอวี โดยเป็นการศึกษากับผู้ป่วยที่ติดเชื้อเอชไอวีที่ไม่มีอาการหรือมีอาการเพียงเล็กน้อย ซึ่งมารับการบริการที่แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลสันป่าตอง จำนวน 10 ราย ทั้งนี้ผู้ที่ติดเชื้อเอชไอวีจะได้รับผลกระทบทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม เนื่องจากจัดเป็นโรคเรื้อรังที่ยังไม่สามารถรักษาให้หายได้ ผู้ป่วยมักเกิดความรู้สึกท้อแท้และสิ้นหวัง โดยการศึกษาครั้งนี้ เครื่องมือที่ใช้ประกอบไปด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ดัชนีวัดความหวัง และแผนจิตบำบัดกลุ่ม ซึ่งผลจากการศึกษาพบว่า ผู้ติดเชื้อเอชไอวี ภายหลังที่ได้เข้าร่วมจิตบำบัดกลุ่มแล้ว มีคะแนนความหวังสูงขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมจิตบำบัดกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 และผู้วิจัยยังได้ให้ข้อเสนอแนะว่า การทำจิตบำบัดกลุ่มเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพในการเพิ่มความหวังของผู้ติดเชื้อเอชไอวีได้

สินี กะลาสัย (2547: 154) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคม ความหวังและความพึงพอใจในการดำรงชีวิตของครอบครัวที่มีบุตรออทิสติก โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นบิดาหรือมารดาที่มีบุตรออทิสติกอายุ 2 – 6 ปี ที่มารับบริการที่สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ศูนย์การศึกษา พิเศษส่วนกลาง (ดินแดง) โรงเรียนอนุบาลจันทยานนท์ และภาควิชากุมารเวชศาสตร์หน่วยการเจริญเติบโต และพัฒนาการโรงพยาบาลสุภาภาชาติไทย จำนวน 80 คน และเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม ความหวัง และความพึงพอใจ ซึ่งผลการศึกษาพบว่า ความหวังโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในการดำเนินชีวิตของครอบครัวที่มีบุตรออทิสติก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ศรวณีย์ อันสะโก (2547: 214 – 215) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อความหวังของผู้พิการ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้พิการจากโรงเรียนอาชีวะพระมหาไถ่พัทยา ปีการศึกษา 2547 ที่มีคะแนนความหวังจากลำดับท้ายสุดขึ้นไปและสมัครใจเข้าร่วมทดลองจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม จำนวน 12 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการให้คำปรึกษาวิธีปกติของทางโรงเรียนอาชีวะพระมหาไถ่พัทยา ทั้งนี้ได้แบ่งการประเมินผลออกเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ซึ่งผลของการศึกษาพบว่า ผู้พิการกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม มีคะแนนความหวังสูงกว่าผู้พิการกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผู้พิการกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม ในระยะหลังการทดลองและติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่ม

2.1.1 ความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม

ชมิทท์ (Schmidt. 2008: 1) กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มเป็นความสัมพันธ์ของการช่วยเหลือกันอย่างไว้วางใจได้ ซึ่งผู้ให้บริการจะสนับสนุนสมาชิกกลุ่ม โดยมีเป้าหมายที่จะพัฒนา ป้องกัน หรือบำบัดประเด็นปัญหาที่เกิดขึ้น กิจกรรมของการบริการปรึกษาจะประกอบไปด้วยการชี้แนะ การให้ข้อมูล และกระบวนการแก้ไขปัญหา

คอเรย์ (Corey. 2004: 5) ให้ความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มว่าเป็นกระบวนการระหว่างบุคคลที่มุ่งเน้นความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ด้วยการตระหนักรู้ เพื่อแก้ไขปัญหาที่สมาชิกกลุ่มเป็นผู้กำหนดประเด็นปัญหาและเป้าหมายด้วยตนเอง เมื่อสมาชิกต้องเผชิญกับสภาวะวิกฤติ ความขัดแย้ง หรือพฤติกรรมพ่ายแพ้ตนเอง ด้วยการค้นหาศักยภาพภายในตัวสมาชิกกลุ่ม เพื่อก่อให้เกิดการพัฒนาความมองงามตลอดชีวิต การให้คำปรึกษากลุ่มมุ่งจัดสรรบรรยากาศของความไว้วางใจ ด้วยความเข้าใจอย่างลึกซึ้งและให้การสนับสนุน เพื่อให้สมาชิกสามารถมีส่วนร่วม สำรวจประเด็นที่เกี่ยวข้อง และสามารถพัฒนาทักษะในการแก้ปัญหาต่างๆ จนสามารถจัดการกับปัญหาชีวิตที่มีความคล้ายคลึงกันต่อไปได้

ชาร์ฟ (Sharf. 2002: 3) ให้ความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มว่า เป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้บำบัดหรือผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษามากกว่า 1 คน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยผู้รับคำปรึกษาที่มีปัญหาที่อาจนำไปสู่ความผิดปกติทางความคิด อารมณ์หรือพฤติกรรม ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาจะใช้ความรู้เกี่ยวกับทฤษฎีทางบุคลิกภาพและจิตบำบัด หรือการให้คำปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีสุขภาพจิตที่ดีขึ้น ทั้งนี้การช่วยเหลือของผู้ให้คำปรึกษาต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานของกฎหมายและจริยธรรม

ทร็อตเซอร์ (Trotzer. 1999: 20 – 23) ให้ความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มว่าเป็นการพัฒนาเครือข่ายระหว่างบุคคล ที่มีความไว้วางใจ การยอมรับ การนับถือ ความอบอุ่น การสื่อสาร และการทำความเข้าใจ โดยผู้ให้คำปรึกษา 1 คน กับผู้รับคำปรึกษาหลายคนมาพบปะกัน เพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการเผชิญกับความไม่พึงพอใจหรือปัญหาในชีวิตของผู้รับคำปรึกษา และค้นหา ทำความเข้าใจ และหาวิธีการในการแก้ไขปัญหาและความไม่พึงพอใจดังกล่าว

วัชรีย์ ทรัพย์มี (2550: 103 – 104) สรุปความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มไว้ว่าเป็นรูปแบบหนึ่งของการปรึกษา เป็นกระบวนการที่ผู้มีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเอง หรือต้องการจะแก้ปัญหาใดปัญหาหนึ่งร่วมกัน มาปรึกษาหารือซึ่งกันและกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้การปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกในกลุ่มจะมีโอกาสได้แสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของแต่ละคน เป็นการได้ระบายความรู้สึกขัดแย้งในจิตใจ ได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอมรับตนเอง กล่าวเผชิญปัญหาและได้ให้ความคิดในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเองกับทั้งได้รับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่น และได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีความรู้สึกขัดแย้งหรือความคิดเห็นเช่นเดียวกับตน ไม่ใช่เขาคคนเดียวที่มีปัญหา

กาญจนา ไชยพันธ์ (2549: 2) กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มหมายถึง กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดขึ้น เพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ให้คำปรึกษาที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน หรือมีความต้องการเหมือนกัน เพื่อมุ่งให้ผู้รับคำปรึกษาได้ปรับปรุงตนเอง โดยผู้ให้คำปรึกษาจะคอยเอื้ออำนวยให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสสำรวจตนเอง แสดงความรู้สึกและความคิดเห็น กล่าวเผชิญความจริง ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ ให้การยอมรับ มีความไว้วางใจกัน และเข้าใจซึ่งกันและกัน

จากความหมายดังกล่าวสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่ม หมายถึง กระบวนการที่ให้ความช่วยเหลือบุคคลที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาเอื้ออำนวยให้สมาชิกได้สำรวจตนเอง ยอมรับตนเอง แก้ปัญหาตลอดจนพัฒนาตนเอง ผ่านการแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกระหว่างกัน ภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น ไว้วางใจ และเข้าใจซึ่งกันและกัน

2.1.2 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม

คอเรย์ (Corey. 2004: 5 – 6) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม ไว้ดังนี้

1. เพื่อเรียนรู้ที่จะไว้วางใจตนเองและให้ความไว้วางใจผู้อื่น
2. เพื่อเพิ่มพูนการตระหนักรู้และความเข้าใจในตนเอง และพัฒนาการรับรู้ถึงเอกลักษณ์ของตนเอง
3. เพื่อยอมรับความต้องการและปัญหาที่คล้ายคลึงกันของสมาชิกกลุ่ม
4. เพื่อเพิ่มพูนการยอมรับตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง การนับถือตนเอง และมุมมองใหม่ที่มีต่อตนเองและผู้อื่น
5. เพื่อใส่ใจและรักใคร่ผู้อื่นมากยิ่งขึ้น
6. เพื่อหาหนทางในการพัฒนาตนเองและการแก้ไขความขัดแย้งกับผู้อื่น
7. เพื่อกำหนดทิศทางตนเอง ฟังพวาอาศัยซึ่งกันและกัน และมีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่นได้มากยิ่งขึ้น
8. เพื่อตระหนักรู้ต่อทางเลือกของตนเอง และตัดสินใจเลือกอย่างเหมาะสม
9. เพื่อกำหนดแผนการในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และรับผิดชอบต่อการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้
10. เพื่อเรียนรู้ทักษะทางสังคมที่มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น
11. เพื่อตอบสนองต่อทั้งความต้องการและความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น
12. เพื่อเรียนรู้วิธีการในการแสดงความคิดเห็นที่หลากหลายกับผู้อื่นด้วยความใส่ใจ ซื่อสัตย์ และตรงไปตรงมา
13. เพื่อสร้างความชัดเจนในค่านิยมของตนเอง และตัดสินใจว่าจะเปลี่ยนแปลงแก้ไขค่านิยมของตนเองหรือไม่และอย่างไร

ทร็อตเซอร์ (Trotzer. 1999: 345 – 347) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่มไว้ดังนี้

1. เพื่อพัฒนาสัมพันธภาพ ตลอดจนช่วยให้สมาชิกได้ค้นพบความต้องการทางด้านจิตใจและพัฒนาการของตน
 2. เพื่อให้สมาชิกค้นหาเอกลักษณ์แห่งตน
 3. เพื่อให้สมาชิกเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์
 4. เพื่อช่วยให้สมาชิกได้พัฒนาทักษะทางสังคมและสามารถแก้ไขปัญหาที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพทางสังคม
 5. เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกเข้าใจ ยอมรับทั้งตนเองและผู้อื่น
 6. เพื่อช่วยให้สมาชิกร่วมกันจัดการกับปัญหาที่มีลักษณะเหมือนกัน รวมทั้งปัญหาที่เกิดขึ้นในกลุ่ม
 7. เพื่อให้สมาชิกพัฒนาความเชื่อมั่นและมีความรับผิดชอบต่อตนเอง ซึ่งส่งผลต่อการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
 8. เพื่อช่วยให้สมาชิกร่วมกันจัดการในสิ่งที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการตัดสินใจทั้งในเรื่องการศึกษาและอาชีพ
 9. เพื่อช่วยให้สมาชิกตรวจสอบความรู้สึก เจตคติ ค่านิยม ความคิด และประสบการณ์ของตนกับโลกภายนอก
 10. เพื่อให้สมาชิกเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ และเกิดพฤติกรรมการปรับตัวในทิศทางที่พึงประสงค์
- จากจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่มช่วยให้สมาชิกกลุ่มเกิดความไว้วางใจตนเองและผู้อื่น มีความเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง เชื่อมั่นและรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่นมากยิ่งขึ้น ตลอดจนร่วมกันจัดการกับปัญหา มีการตัดสินใจเลือกแนวทางที่เหมาะสมกับตนเอง อันนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทิศทางที่พึงประสงค์ต่อไป

2.1.3 คุณค่าและประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม

- แกซดา (Gazda, 1967: 306 – 307) กล่าวถึงคุณค่าและประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่มดังนี้
1. สมาชิกในกลุ่มได้พบว่าสมาชิกคนอื่น ๆ ก็มีปัญหาเช่นเดียวกับตน
 2. การยอมรับ การสนับสนุนจากสมาชิกภายในกลุ่มจะกระตุ้นให้สมาชิกยอมรับที่จะเผชิญปัญหา
 3. สมาชิกมีโอกาสที่จะเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหาของสมาชิกคนอื่นจากการสังเกต
 4. สมาชิกสามารถแสดงพฤติกรรมและความรู้สึกของตน ตลอดจนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้จากการที่ตระหนักถึงความปลอดภัย ไว้วางใจระหว่างสมาชิก
 5. สมาชิกได้เรียนรู้ที่จะให้และรับความช่วยเหลือ ตามบทบาทของตนภายในกลุ่ม
 6. การให้คำปรึกษากลุ่มมักจะทำให้สมาชิกกลุ่มต้องการที่จะได้รับการช่วยเหลือ
- เป็นรายบุคคล
7. บรรยากาศแห่งความเป็นกันเองในกลุ่ม ทำให้สมาชิกเกิดความรู้สึกว่า เป็นครอบครัวเดียวกัน อันนำไปสู่การเปิดเผยปัญหาทางครอบครัว

8. การให้คำปรึกษากลุ่มได้ผลมากสำหรับวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่แสวงหาเอกลักษณ์ของตน และต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน

9. การที่ผู้ให้คำปรึกษาได้ได้พบปะกับสมาชิกหลายคนในเวลาเดียวกัน เป็นการช่วยให้ประหยัดเวลา และเปิดโอกาสให้ผู้ให้คำปรึกษาได้ใช้เวลาสำหรับบุคคลอื่นๆ ด้วย

คอเรย์ (Corey. 2004: 7) กล่าวถึงคุณค่าและประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่มไว้ดังนี้

1. เป็นเครื่องมือในการช่วยเหลือให้บุคคลเปลี่ยนแปลงเจตคติ ความเชื่อ เกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น
2. ผู้รับคำปรึกษาสามารถเปิดเผยรูปแบบความสัมพันธ์ของตนกับผู้อื่น ตลอดจนเรียนรู้ทักษะทางสังคมที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น
3. ผู้รับคำปรึกษาสามารถอภิปรายการรับรู้ของตนที่มีต่อผู้อื่น และได้รับการสะท้อนค่านิยมจากผู้รับคำปรึกษาคนอื่นๆ ด้วย
4. สร้างการมีส่วนร่วม โดยเฉพาะหากผู้รับคำปรึกษาในกลุ่มมีความหลากหลายด้านอายุ ภูมิหลัง ความสนใจ สถานะทางเศรษฐกิจ รวมทั้งปัญหาที่แตกต่างกัน
5. เป็นสังคมจำลอง เนื่องจากกลุ่มเป็นสังคมขนาดเล็ก ดังนั้นจึงเป็นเสมือนตัวอย่างของความเป็นจริงในการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาจัดการกับปัญหาที่สามารถนำไปสู่การปฏิบัติภายนอกกลุ่มได้ ทั้งนี้ได้จากการร่วมกันสะท้อนความคิดของสมาชิกในกลุ่ม
6. ได้รับความเข้าใจ สนับสนุน ตลอดจนกำลังใจจากกลุ่ม ซึ่งสนับสนุนให้สมาชิกแต่ละคนยินดีเปิดเผยเรื่องราวที่เป็นปัญหา
7. เกิดการตอบสนองความรู้สึกเป็นเจ้าของ (Sense of Belonging) ซึ่งความรู้สึกดังกล่าวช่วยพัฒนาการเรียนรู้วิธีการเริ่มต้น ใส่ใจ และทำหาย
8. ผู้รับคำปรึกษาได้ทดลองแสดงพฤติกรรมใหม่ๆ จากบรรยากาศที่ให้การสนับสนุนและกระตุ้นซึ่งกันและกัน
9. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตัดสินใจเลือกในสิ่งที่ตนต้องการ ซึ่งได้จากการเปรียบเทียบมุมมองระหว่างผู้รับคำปรึกษาในกลุ่ม
10. เข้าใจความต้องการของตนมากขึ้น รู้ว่าตนต้องการอะไร และอะไรเป็นสิ่งที่ขัดขวางไม่ให้เป็นไปตามที่ต้องการ

จากคุณค่าและประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่มส่งเสริมให้สมาชิกกลุ่มรับรู้ว่าคุณไม่ได้มีปัญหาคู่เดียว ความเข้าใจ กำลังใจจากสมาชิกภายในกลุ่ม จะสนับสนุนให้สมาชิกเปิดเผยเรื่องราวที่เป็นปัญหา ตลอดจนยอมรับที่จะเผชิญปัญหา โดยการให้คำปรึกษากลุ่มนี้ใช้ได้ผลมากสำหรับวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่แสวงหาเอกลักษณ์ของตน และต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ทั้งนี้การให้คำปรึกษากลุ่มที่มีสมาชิกมาเข้าร่วมพร้อมๆ กันจะช่วยทำให้ประหยัดเวลาด้วย

2.1.4 หลักการให้คำปรึกษากลุ่ม

2.1.4.1 การเลือกสมาชิก

ทร็อตเซอร์ (Trotzer. 1999: 181) ได้เสนอแนวทางในการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มไว้หลายประการ คือ ในบางกลุ่มอาจจัดสมาชิกที่มีลักษณะคล้ายกัน เช่น อายุ ความสนใจ หรือปัญหา ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกกลุ่มไม่รู้สึกโดดเดี่ยว แต่รู้สึกเข้าใจ พร้อมทั้งจะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นความรู้สึกซึ่งกันและกัน เรียนรู้ที่จะแก้ปัญหาที่คล้ายคลึงกับตน นอกจากนั้นกลุ่มที่สมาชิกมีความแตกต่างกัน เช่น ประสบการณ์ที่ต่างกันก็จะเป็นประโยชน์ต่อการแลกเปลี่ยนเจตคติอันนำไปสู่การพัฒนาพฤติกรรมใหม่ๆ ได้ แต่ทั้งนี้ก็ไม่ควรให้สมาชิกมีความแตกต่างกันมากเกินไปจะมีผลต่อการยอมรับซึ่งกันและกัน ดังนั้นการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่ม ผู้นำกลุ่มหรือผู้ให้คำปรึกษาควรพิจารณาให้สมาชิกได้รับประโยชน์มากที่สุด ซึ่งขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม ความเหมาะสมของบุคลิกภาพ และความถนัดของผู้ให้คำปรึกษาคอมเพชร ฉัตรศุภกุล (2543: 91 – 95) ได้เสนอแนวทางในการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มไว้ 4 ประการคือ

1. สมาชิกที่จะมารับคำปรึกษา ควรจะเป็นผู้ที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน เพื่อจะได้อภิปรายในประเด็นเดียวกัน และมีความเข้าใจซึ่งกันและกันดีขึ้น
2. สมาชิกที่จะมารับคำปรึกษากลุ่ม ควรเป็นผู้ที่เต็มใจที่จะแก้ไข้ปัญหา
3. การจัดกลุ่มควรให้สมาชิกมีลักษณะแตกต่างกันบ้าง ซึ่งก็เป็นไปตามธรรมชาติของกลุ่ม เช่น มีทั้งเพศชาย เพศหญิง แต่อย่างไรก็ตามไม่ควรให้สมาชิกมีความแตกต่างกันมากจนเกินไปจะทำให้เกิดปัญหาได้ เช่น จัดให้คนที่ไม่ค่อยพูด อยู่กับคนที่พูดเก่ง เป็นต้น
4. การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่ม ต้องพิจารณาว่าแต่ละบุคคลจะได้รับประโยชน์จากกลุ่มและสามารถให้ความช่วยเหลือผู้อื่นในกลุ่มได้ด้วย

จากหลักการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่ม สรุปได้ว่า สมาชิกควรมีความเต็มใจ สมารถใจที่จะเข้ากลุ่ม โดยควรเป็นผู้ที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน แต่ก็ควรมีความแตกต่างกันบ้าง เช่น มีทั้งเพศหญิงและเพศชาย ในกลุ่มเดียวกัน รวมถึงประสบการณ์ที่แตกต่างกันก็จะช่วยให้สมาชิกเกิดการแลกเปลี่ยนเจตคติอันนำไปสู่การพัฒนาพฤติกรรมใหม่ได้ แต่ทั้งนี้สมาชิกกลุ่มก็ไม่ควรมีความแตกต่างกันมากจนเกินไป จะส่งผลต่อการยอมรับซึ่งกันและกันได้ การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มจึงควรพิจารณาจากวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม ความเหมาะสมด้านบุคลิกภาพ และความถนัดของผู้ให้คำปรึกษาเป็นหลัก

2.1.4.2 ขนาดของกลุ่ม

คอเรย์ (Corey. 2004: 69) ได้กล่าวว่า จำนวนสมาชิกของกลุ่มควรมี 8 คน จะเอื้อต่อประสิทธิภาพในการให้คำปรึกษากลุ่มมากที่สุด

มาห์เลอร์ (Mahler. 1969: 54) ได้กล่าวว่า จำนวนสมาชิกในกลุ่มไม่ควรน้อยกว่า 7 คน และไม่ควรมากเกิน 10 คน

คอมเพชร ฉัตรศุภกุล (2543: 99 – 100) กล่าวว่าไว้ว่า จำนวนสมาชิกควรอยู่ระหว่าง 6 – 15 คน ไม่ควรมากเกิน 15 คน แต่ถ้าจำนวนสมาชิกน้อยกว่า 6 คน จะทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นของสมาชิกที่น้อยเกินไป

วัชรีย์ ทรัพย์มี (2550: 115) กล่าวถึงขนาดของสมาชิกกลุ่มไว้ว่า ควรมีประมาณ 6 – 8 คน แต่ถ้าเป็นเด็กเล็กควรมีสมาชิกน้อยกว่านี้ การมีสมาชิกกลุ่มในกลุ่มมากเกินไป จะทำให้

ผู้รับบริการแต่ละคนไม่มีโอกาสได้สำรวจปัญหาของตนอย่างเพียงพอ และผู้ให้บริการปรึกษาไม่สามารถสังเกตพฤติกรรมและให้ความช่วยเหลือสมาชิกแต่ละคนได้อย่างทั่วถึง

สรุปได้ว่า ขนาดของกลุ่มที่เหมาะสมต่อการให้คำปรึกษากลุ่ม คือ ระหว่าง 6 – 15 คน โดยจำนวนที่เอื้อต่อประสิทธิภาพต่อการให้คำปรึกษากลุ่มมากที่สุด คือ 8 คน ทั้งนี้หากมีจำนวนมากเกินไปจะทำให้สมาชิกไม่สำรวจปัญหาของตนอย่างเพียงพอ ขณะเดียวกันหากในกลุ่มมีสมาชิกน้อยเกินไปก็จะทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างสมาชิกกลุ่มได้น้อย

2.1.4.3 ระยะเวลาและจำนวนครั้งในการให้คำปรึกษา

โอลเซน (Ohlsen. 1970: 6) เสนอแนะว่าจำนวนครั้งในการให้คำปรึกษากลุ่มควรอยู่ที่ 8 – 10 ครั้ง แต่ละครั้งระยะเวลาไม่ควรต่ำกว่า 90 นาที และให้คำปรึกษาสัปดาห์ละ 2 – 3 ครั้ง

แพทเทอร์สัน (Patterson. 1973: 182) เสนอแนะว่าควรจัดให้มีการให้คำปรึกษากลุ่มสัปดาห์ละ 1 ครั้ง แต่ถ้าช่วงเวลาของการให้คำปรึกษากลุ่มน้อย อาจจัดสัปดาห์ละ 2 – 3 ครั้ง ทั้งนี้ระยะเวลาในการให้คำปรึกษากลุ่มแต่ละครั้ง ถ้าสมาชิกเป็นวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่ ควรอยู่ที่ 1 ชั่วโมงถึง 1 ชั่วโมง 30 นาที แต่ถ้าเป็นเด็กในระดับประถมศึกษา เวลาที่ใช้ไม่ควรนานเกิน 1 ชั่วโมง อาจอยู่ในช่วง 30 – 45 นาที

วัชรีย์ ทรัพย์มี (2550: 115) ให้ความเห็นว่าช่วงเวลาของการให้คำปรึกษากลุ่มขึ้นอยู่กับอายุของผู้ที่มาขอรับคำปรึกษา หากเป็นเด็กเล็กช่วงเวลาของความสนใจสั้น ในการให้บริการปรึกษาแต่ละครั้งจึงไม่ควรเกิน 30 นาที และควรจัดให้ถี่ขึ้น เช่น สัปดาห์ละ 2 ครั้ง แต่ถ้าเป็นวัยรุ่น อาจใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมงในแต่ละครั้ง ส่วนกลุ่มสำหรับผู้ใหญ่อาจจะใช้เวลามากกว่านั้นได้

สรุปได้ว่าระยะเวลาในการให้คำปรึกษากลุ่มขึ้นอยู่กับช่วงวัยของสมาชิกเป็นสำคัญ ทั้งนี้หากเป็นเด็กเล็กในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้งไม่ควรเกิน 1 ชั่วโมง แต่ถ้าเป็นวัยรุ่นและผู้ใหญ่ควรใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง ถึง 1 ชั่วโมง 30 นาที ทั้งนี้ควรจัดสัปดาห์ละ 1 – 2 ครั้ง และให้คำปรึกษากลุ่มจำนวน 8 – 10 ครั้ง

2.1.4.4 การจัดสถานที่

มาฮีเลอร์ (Mahler. 1969: 58 – 59) กล่าวเกี่ยวกับการจัดสถานที่ในการให้คำปรึกษากลุ่มไว้ว่า ควรเป็นห้องที่มีลักษณะเป็นสัดส่วนและมีขนาดพอเหมาะกับจำนวนสมาชิก มีการจัดเก้าอี้ในลักษณะเป็นวงกลม สมาชิกสามารถมองเห็นได้ทั่วถึงกัน พื้นห้องสะอาดพร้อมสำหรับการเปลี่ยนอิริยาบถมานั่งกับพื้นได้

คอเรย์ (Corey. 2000: 104) กล่าวว่า สถานที่ที่เหมาะสมในการให้คำปรึกษากลุ่มคือ เป็นที่เฉพาะ มีความมิดชิด เพื่อให้สมาชิกรู้สึกปลอดภัย สามารถพูดคุยกันอย่างเปิดเผย

สรุปได้ว่า ในการจัดสถานที่สำหรับการให้คำปรึกษากลุ่มควรใช้ห้องที่มีลักษณะเป็นสัดส่วน เพื่อให้สมาชิกรู้สึกปลอดภัย สามารถพูดคุยกันอย่างเปิดเผย และขนาดห้องควรเหมาะสมกับจำนวนสมาชิก มีการจัดเก้าอี้เป็นวงกลมหรือพื้นห้องสะอาดสำหรับนั่งกับพื้นก็ได้

2.2 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษา

2.2.1 การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมมารู้คิด (Cognitive Behavior Counseling)

2.2.1.1 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์

ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการณ์การรู้คิดมีความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ที่ไม่แตกต่างจากทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม โดยแนวคิดเรื่องบุคลิกภาพจะมีความใกล้เคียงกัน ซึ่ง คอर्सินี (Corsini. 1977: n.p.) ได้สรุปไว้ดังนี้ (ดวงมณี จงรักษ์. 2549: 231; อ้างอิงจาก Corsini. 1977: n.p.)

1. มนุษย์มีศักยภาพของความมีเหตุผลและไม่มีเหตุผล
2. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะก่อความยุ่งยากให้กับตนเอง
3. พฤติกรรมของบุคคลมีการปฏิบัติหน้าที่ประสานกัน ระหว่างความคิด ความรู้สึก และการกระทำ
4. มนุษย์มีความสามารถที่จะเข้าใจความคิดที่ไร้เหตุผล
5. เมื่อใดที่มนุษย์เปลี่ยนความคิดที่ทำหน้าที่ได้ไม่ดี (Dysfunctional Thinking) อารมณ์และพฤติกรรมจะหวนคืนสู่สภาพการปรับตัวได้เหมาะสมเหมือนเดิม อย่างน้อยก็ช่วงระยะเวลาหนึ่ง
6. มนุษย์มีแนวโน้มสร้างนิสัยที่ทำร้ายตนเอง
7. มนุษย์สามารถเปลี่ยนให้มีการดำรงชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพได้โดยการเปลี่ยนการกระทำไม่ใช่แค่ความคิด

2.2.1.2 เป้าหมายของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการณ์การรู้คิด

การบำบัดโดยทฤษฎีพฤติกรรมการณ์การรู้คิด มีเป้าหมายหลักอยู่ 3 ประการ คือ (Moorey. 1996: 262-263)

1. การช่วยบรรเทาอาการทางจิตที่ผิดปกติ เช่น ความวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้า
2. เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถแสวงหากลวิธีในการเผชิญหรือจัดการกับปัญหา โดยการค้นหาความคิดที่ไม่ถูกต้องหรือไม่มีเหตุผล แล้วปรับเปลี่ยนความคิดเหล่านั้น
3. เพื่อช่วยให้ผู้รับบริการสามารถปรับโครงสร้างทางความคิดที่เป็นที่มาของปัญหา เพื่อป้องกันการกลับเป็นซ้ำของปัญหานั้น

ดวงมณี จงรักษ์ (2549: 237) กล่าวว่า การให้การปรึกษาแบบพฤติกรรมการณ์การรู้คิดเป็นการให้การปรึกษาที่อิงการให้ความรู้หรือการศึกษา ดังนั้นเป้าหมายของการให้คำปรึกษา คือ

1. ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาปรับเปลี่ยนความผิดพลาดของการคิดและสกีมา โดยผู้ให้การปรึกษาช่วยให้ผู้รับการปรึกษา มีสติตระหนักถึงความเชื่อที่ไม่เกิดประโยชน์ ณ ขณะนั้น ตลอดจนเกิดการปรับเปลี่ยนโดยอาศัยเทคนิคพฤติกรรมและการรู้คิด
2. ส่งเสริมให้มีวิธีการเผชิญปัญหาอย่างสร้างสรรค์
3. สนับสนุนให้ผู้รับการปรึกษาสามารถทำหน้าที่เป็นผู้บำบัดตนเอง ผู้ให้การปรึกษาจะสอนผู้รับการปรึกษาให้รู้จักประมวลข้อมูลด้วยตัวเอง รู้จักพัฒนาทัศนคติที่สนับสนุนความคิดที่เหมาะสมตรงตามความจริง เพื่อจัดการกับปัญหาในอนาคตอย่างปราศจากการสนับสนุนของผู้ให้การปรึกษา

ในการพบปะกันครั้งแรก ผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษาจะพูดถึงเป้าหมายที่ผู้รับการปรึกษาต้องการ เป้าหมายมักถูกบันทึกเป็นลายลักษณ์อักษร เพื่อตรวจสอบว่า เป้าหมายนั้น มีความเป็นไปได้มากน้อยเพียงใด ภายในระยะเวลาจำกัดตามที่ได้ตกลงกัน

2.2.1.3 ขั้นตอนการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการณ์การรู้คิด

วิธีการให้คำปรึกษาตามแนวพฤติกรรมการณ์การรู้คิด มีขั้นตอนดังนี้ (Ellis; & Whiteley, 1979: 144)

ขั้นที่ 1 ให้ผู้รับคำปรึกษาเห็นว่า ความคิดของผู้รับคำปรึกษา ซึ่งส่งผลให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่เป็นสุขนั้น เป็นความคิดที่ไม่มีเหตุผล โดยช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจว่า ความคิดที่ไม่มีเหตุผลนั้นเกิดขึ้นได้อย่างไร และเพราะเหตุใดผู้รับคำปรึกษาจึงมีความคิดเช่นนั้น ทั้งนี้แสดงให้เห็นความสัมพันธ์ของความคิดที่ไม่มีเหตุผลจะนำไปสู่อารมณ์ที่ผิดปกติ

ขั้นที่ 2 ให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจว่า การที่อารมณ์ยังผิดปกตินั้น เนื่องจากผู้รับคำปรึกษาที่ยังยึดมั่นทำอย่างไรที่ไม่มีเหตุผล

ขั้นที่ 3 ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถเปลี่ยนความคิดของตนเองและจัดความคิดที่ไม่มีเหตุผลให้หมดสิ้นไป

ขั้นที่ 4 ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีปรัชญาชีวิตที่มีเหตุผล และพัฒนาความคิดที่มีเหตุผลให้มั่นคงต่อไป

การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการณ์การรู้คิด มีการกำหนดกรอบของการพบกันในแต่ละครั้ง ดังต่อไปนี้

1. ถามผู้รับการปรึกษาถึงสภาวะจิตใจในปัจจุบัน (Current Psychological) หรืออีกนัยหนึ่งคือผู้รับคำปรึกษามีความรู้สึกหรืออารมณ์อย่างไร

2. กำหนดสิ่งที่จะทำหรือต้องเน้นในการพบกันครั้งนี้ หรืออะไรคือ สิ่งที่ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาจะต้องกระทำในการพบกันครั้งนี้

3. ทบทวนงานที่มอบหมายให้ผู้รับคำปรึกษาทำ

4. ดำเนินการจัดการกับสิ่งที่กำหนดไว้ตามข้อ 2

5. กำหนดการบ้านที่ผู้รับการปรึกษาต้องนำไปปฏิบัติ การบ้านนี้ต้องสัมพันธ์กับงานที่ตกลงกันในข้อ 2

6. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาร่วมกันทบทวนสิ่งที่เกิดขึ้นในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เพื่อตรวจสอบว่า ผู้รับคำปรึกษามีความเข้าใจในสิ่งที่พูดคุยกันมากน้อยเพียงใด รวมทั้ง มีความกระตือรือร้นในเป้าหมายของการบ้านหรือไม่

สำหรับโครงสร้างเพิ่มเติมของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการณ์การรู้คิด มีดังต่อไปนี้

1. ผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษาทำงานร่วมกันเป็นทีม (Collaborative or Team Approach) ผู้ให้การปรึกษาส่งเสริมให้ผู้รับการปรึกษาสามารถแก้ปัญหาได้ เพราะเป็นสัมพันธภาพแบบเปิดเผย

2. เป้าหมายที่กำหนดร่วมกันมีลักษณะเฉพาะเจาะจง (Specific) วัดได้ (Measurable) สามารถบรรลุได้ (Achievable) ตั้งอยู่บนพื้นฐานของความจริง (Realistic) และกระทำได้สำเร็จภายในระยะเวลาจำกัด (Time-limited) (SMART)

3. การให้การปรึกษาแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 50 นาที ถึง 1 ชั่วโมง

4. การให้การปรึกษาใช้เวลาสั้นๆ ปกติประมาณ 6-20 ครั้ง สำหรับปัญหาที่รุนแรงอาจใช้เวลานานกว่านี้ได้

5. ในระยะแรกของการบำบัด จะให้ความสำคัญกับความคิดอัตโนมัติทางลบและความผิดพลาดของความคิด สำหรับช่วงกลางและช่วงท้ายของการบำบัด จะให้ความสำคัญกับการปรับสกีมา แต่การบำบัดแบบใช้ระยะเวลาอันสั้น (Brief Therapy) อาจไม่มีการตรวจสอบสกีมา

2.2.1.4 เทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการรู้คิด

การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการรู้คิดใช้เทคนิคมากมายทั้งเทคนิคทางความคิดและพฤติกรรม โดยเทคนิคทางความคิดมีจุดมุ่งหมายให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักจำแนก ประเมิน และปรับเปลี่ยนความคิดอัตโนมัติทางลบและสกีมา สำหรับเทคนิคทางพฤติกรรม มีจุดมุ่งหมายให้ผู้รับคำปรึกษาทดสอบความจริงของความคิดทางลบ ทั้งนี้การนำเทคนิคใดมาใช้ขึ้นอยู่กับข้อมูลที่ได้ในการประเมินปัญหา และจากการทำความเข้าใจผู้รับคำปรึกษา (Case Conceptualization) (ดวงมณี จงรักษ์. 2549: 238 – 241)

1. เทคนิคทางความคิด

1.1 การตั้งคำถาม ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้ทักษะการถาม เพื่อทดสอบความมีเหตุผลในความคิดของผู้รับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาควรมีท่าที่เป็นกลางในขณะที่ใช้คำถามหรือให้ผู้รับคำปรึกษาได้คิดด้วยตนเอง ไม่ควรแสดงท่าที่รู้ดีกว่า ควรตระหนักว่าบทบาทของตนคือ การช่วยให้ผู้รับการปรึกษาค้นพบความจริง

1.2 การใช้แบบฟอร์มความคิดอัตโนมัติ แบบฟอร์มนี้แบ่งเป็น 4 ส่วน คือ 1) เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น 2) ความคิดอัตโนมัติทางลบ (Negative Automatic Thoughts : NATs) 3) ผลทางอารมณ์และพฤติกรรม 4) ความรู้สึกและพฤติกรรมที่เป็นการตอบสนอง เพื่อช่วยเหลือตนเอง (Self-helping Response) ผู้รับการปรึกษาจะใช้แบบฟอร์มนี้เพื่อบันทึกเหตุการณ์ ความคิดอัตโนมัติ ผล และการตอบสนองที่เขาใช้เพื่อตอบโต้

1.3 การหันเหความสนใจ แบบฝึกหัดการหันเหความสนใจอาจช่วยลดความคิดทางลบของผู้รับการปรึกษาได้ เช่น การพยายามระลึกถึงเหตุการณ์ที่ให้ความเพลิดเพลินใจโดยใส่ใจกับรายละเอียด

1.4 การระบุข้อดีข้อเสีย เป็นการช่วยเหลือผู้รับการปรึกษาโดยให้ทำรายการที่ระบุถึงข้อดีข้อเสียของการรักษาไว้ซึ่งความคิดทางลบ

1.5 ทำการทดสอบความสมเหตุสมผลของความคิดใหม่ ผู้ให้การปรึกษาจะให้ผู้รับการปรึกษาทดสอบความคิดใหม่โดยทดลองกระทำดู

1.6 ชี้แนะถึงความเป็นไปได้ถึงสาเหตุของปัญหาที่เกิดจากผู้อื่น (หาแนวทางอื่นในการอธิบายสถานการณ์)

1.7 บอกให้เขาปรับแนวคิดให้อยู่บนทางสายกลาง เพื่อลดอิทธิพลของความคิดที่สุดโต่ง

1.8 กำหนดหรือให้ความหมายของปัญหาใหม่ที่มีโอกาสเปลี่ยนแปลง

1.9 พุดให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจว่าเขาไม่ใช่ต้นตอของปัญหา

1.10 ผีกแปลความการรับรู้ใหม่ต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น หากเปลี่ยนมุมมองการรับรู้จะช่วยให้บุคคลมีความคิดเกี่ยวกับตนเองที่เปลี่ยนแปลงไป

2. เทคนิคทางพฤติกรรม

2.1 กำหนดให้มีกิจกรรม โดยทดลองให้มีกิจกรรมใหม่สร้างความตื่นตัว ถึงแม้ว่าในเวลานั้นผู้รับการปรึกษายังมีความรู้สึกเศร้าหรือวิตกกังวล การเรียนรู้สิ่งที่น่าสนใจและรู้สึกสนุกหรือรู้สึกดี สามารถช่วยยกระดับอารมณ์และทำให้ความคิดปลอดโปร่งขึ้น

2.2 สร้างจินตนาการเพื่อกระตุ้นความคิดและความรู้สึกใหม่

2.3 ทดลองแสดงพฤติกรรมใหม่โดยการใช้จินตนาการ แสดงให้เห็นว่าตนควรมีพฤติกรรมใหม่อย่างไร หรือฝึกซ้อมพฤติกรรมใหม่ในจินตนาการ

2.4 หยุดความคิดด้วยการตะโกนออกมาดังๆ หรือตะโกนในใจทุกครั้ง ที่รู้ว่าตัวเองกำลังเกิดความคิดในทางลบ

2.5 พุดกับตนเองหลายครั้งในแต่ละวัน ถึงความคิดทางบวกหรือความคิดที่มีประโยชน์ต่อตนเอง

2.6 ดัดข้อความหรือความคิดทางบวกในตำแหน่งที่เห็นได้ชัดเจน

2.7 ทำสมุดบันทึกเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละวัน มีการบันทึกความคิด ความรู้สึก หรือใช้เป็นแนวทางในการปรับปรุงความก้าวหน้า

2.8 เขียนจดหมาย เพราะการเขียนจดหมายเป็นหนทางสำรวจและเปิดโอกาสให้แสดงความคิด ความรู้สึก ซึ่งจดหมายที่เขียนไม่จำเป็นต้องส่งจริง

2.9 ทดลองแสดงบทบาทใหม่ เพื่อให้บุคคลประจักษ์ในความคิดใหม่ที่สร้างขึ้น

2.10 การทดลองแสดงบทบาทการสนทนาร่วมกับผู้ให้การปรึกษา ทั้งนี้ผู้ให้การปรึกษาพุดหรือสนทนาในสิ่งที่แสดงถึงความคิดและผู้รับการปรึกษาสนทนาในสิ่งที่แสดงถึงอารมณ์

2.11 ทดลองแสดงบทบาทการสนทนาระหว่างความคิดเก่ากับความคิดใหม่ โดยสมมุติให้มือขวาและมือซ้ายเป็นตัวแทนของความคิดทั้งสองแบบ หรืออาจใช้วิธีนั่งสลับระหว่างเก้าอี้ 2 ตัว ที่แทนความคิดเก่าและความคิดใหม่

2.12 ใช้วิธีการฉายสิ่งที่เกิดขึ้นในขณะนี้ไปสู่นาคตอีก 10 ปีข้างหน้า เพื่อลดความสำคัญของปัญหา

2.13 การอ่านชีวประวัติของผู้อื่นที่ประสบความสำเร็จ ในการปรับตัวกับปัญหา หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นคล้ายกับผู้รับการปรึกษา ซึ่งประวัติสามารถช่วยให้ผู้รับการปรึกษาปรับความคิดได้

2.14 มอบหมายการบ้านหรือกิจกรรมให้ทำ โดยเริ่มจากกิจกรรมที่ผู้รับการปรึกษาประสบความสำเร็จได้ง่าย และค่อยๆ เพิ่มความยากของกิจกรรม ผู้รับการปรึกษาจะค่อยๆ เพิ่มความรู้สึกที่ตนสามารถควบคุมได้

2.2.1.5 บทบาทและหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษา

เบรตต์ (Peterson; & Bernard. 1995: 234; อ้างอิงจาก Brady. 1980: 285) กล่าวว่า ผู้ให้คำปรึกษาในทฤษฎีพฤติกรรมการณ์การรู้คิดจะต้องมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้รับคำปรึกษา เพราะเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ผู้ให้คำปรึกษาสามารถแยกแยะปัญหาได้อย่างแท้จริง และทำให้มองเห็นถึงผลจากพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษาและความสัมพันธ์ของโครงสร้างภายใน สิ่งที่สำคัญของผู้ให้คำปรึกษาในขั้นแรกคือ ต้องทราบปัญหาให้ชัดเจนก่อน ซึ่งรวมถึงการเข้าใจผลที่เกิดขึ้นก่อนและผลที่ตามมาจากอิทธิพลของปัญหานั้นๆ โดยอาศัยความร่วมมือของผู้รับคำปรึกษาในการวางแผนกำหนดเป้าหมายของการให้คำปรึกษา และคอยเตือนตนเองให้เกิดความก้าวหน้า ทั้งนี้ผู้ให้คำปรึกษาต้องมีความกระตือรือร้นเป็นผู้นำให้ผู้รับคำปรึกษาทำกิจกรรมและให้แรงเสริมเพื่อให้เกิดพฤติกรรมไปสู่เป้าหมาย นอกจากนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะคอยบอคำถามโดยให้ตอบสั้นๆ และกระตุ้นสมาชิกเสมือนเป็นผู้สังเกตการณ์ เมื่อมีการทำงานกลุ่ม

ดวงมณี จงรักษ์ (2549: 237 – 238) กล่าวถึงหน้าที่ของผู้ให้การปรึกษาตามแนวคิดพฤติกรรมการณ์การรู้คิด ไว้ดังนี้

1. ทำการประเมินปัญหาของผู้รับการปรึกษา ซึ่งมีชื่อเรียกว่า Case Conceptualization or Formulation เพื่อให้มีความเข้าใจอย่างลึกซึ้งต่อปัญหา ผู้ให้การปรึกษาต้องใช้เวลาในระยะแรกประมาณ 1 – 2 ครั้ง เพื่อประเมินปัญหาของผู้รับการปรึกษา โดยอาจใช้แบบสอบถามที่เลือกไว้อย่างเหมาะสมประกอบกับข้อมูลที่เสนอโดยผู้รับการปรึกษา เพื่อให้ได้ภาพของปัญหาในระดับลึก ข้อมูลที่ได้จะเป็นแนวทางให้เกิดความเข้าใจว่าปัญหาเกิดขึ้นได้อย่างไร และยังคงไม่ยุติหรือดำรงอยู่ต่อไปได้อย่างไร เทคนิคอะไรที่ผู้รับการปรึกษามีแนวโน้มจะเลือกใช้เพื่อเอาชนะปัญหา สำหรับการสร้างความเข้าใจ ผู้รับการปรึกษามีหลักเกณฑ์ดังต่อไปนี้

- 1.1 การบรรยายอย่างละเอียดถึงปัญหา โดยระบุถึงลักษณะที่มีความสัมพันธ์ต่อกันระหว่างพฤติกรรม อารมณ์ สรีระ และการรู้คิด

- 1.2 ความเข้าใจถึงปัญหาในแง่ของพัฒนาการและระยะเวลา กล่าวคือ ปัญหาได้เกิดขึ้นอย่างช้าๆ หรือเกิดขึ้นอย่างทันทีทันใด ปัญหานั้นทุเลาเบาบางลงในช่วงเวลาใด และทรุดหนักลงมากในช่วงเวลาใด

- 1.3 กำหนดตัวแปรที่ทำให้ปัญหาแย่ลง

- 1.4 จัดลำดับความสำคัญของปัญหา สำหรับผู้รับการปรึกษาที่มีปัญหา มากกว่า 1 ปัญหา

- 1.5 กำหนดเป้าหมายที่ตั้งอยู่บนความเป็นจริงและสามารถบรรลุได้

- 1.6 คาดคะเนถึงอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น

2. กำหนดและประเมินความคิดของผู้รับการปรึกษา ผู้ให้การปรึกษาขอให้ผู้รับการปรึกษาทำการบันทึกความคิดโดยระบุวันเวลาที่เหตุการณ์เกิดขึ้น ความเชื่อที่บอกกับตนเอง และระดับความเชื่อความรู้สึกที่เกิดขึ้น

3. การประเมินความมีเหตุผลของความคิด โดยขอให้ผู้รับการปรึกษาประเมินความคิดตามกรอบ AFROG ดังนี้ (ดวงมณี จงรักษ์. 2549: 238; อ้างอิงจาก Beck; & Emery. 1985: n.p.)

A (Alive) หมายถึง ความคิดนั้นทำให้บุคคลมีชีวิตชีวาหรือไม่

F (Feel) หมายถึง บุคคลรู้สึกดีขึ้นเพราะคิดเช่นนั้นหรือไม่

R (Reality) หมายถึง ความคิดนั้นตั้งอยู่บนพื้นฐานของความจริงหรือไม่

O (Other) หมายถึง ความคิดนั้นช่วยให้บุคคลมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

หรือไม่

G (Goals) หมายถึง ความคิดนั้นช่วยให้บุคคลบรรลุจุดมุ่งหมายของตน

หรือไม่

4. กำหนดประเภทของความคิดที่บิดเบือนว่าจัดอยู่ในประเภทใด เช่น คิดแบบสุดขั้ว (ขาวหรือดำ ไม่มีเทา) ส่วนสรุป สรุปแบบเหมารวม คาดคะเนแบบหมอดู ให้เหตุผลโดยอิงอารมณ์ การตีตรา หรือขยายเกินจริง เป็นต้น

5. ดำเนินการเปลี่ยนความคิดโดยอาศัยเทคนิคต่างๆ

6. ให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ด้วยตนเอง เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาสามารถจัดการกับปัญหาอื่นๆในอนาคตที่อาจจะเกิดขึ้นได้

2.2.1.6 การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการณ์การรู้คิดกับความหวัง

กระบวนการของการตั้งเป้าหมายเชิงปฏิบัติการที่ชัดเจนของความหวังนั้น เป็นธรรมชาติของการบำบัดแบบพฤติกรรมการณ์การรู้คิด โดยเฉพาะกระบวนการของวิถีทาง (Pathways) ซึ่งจากการวิจัยทางคลินิกพบว่า ช่วยให้ผู้บรรลุเป้าหมายของการบำบัด ทั้งนี้ผู้รับบริการที่รักษาด้วยการบำบัดแบบพฤติกรรมการณ์การรู้คิด จะได้สัมผัสกับแรงกระตุ้น (Agency) และความคิดแบบประมวลผลที่ค่อยๆ เพิ่มขึ้น และในการที่จะทำให้เกิดความหวัง ก็คือ ต้องทำให้เกิดทั้งแรงกระตุ้นและความคิดแบบประมวลผล ซึ่งบางครั้งการที่ผู้รับคำปรึกษารู้ถึงพลังและมีความกระตือรือร้นต่อเป้าหมายของตน แต่ขาดซึ่งการรับรู้ถึงความสามารถที่จะค้นพบเส้นทางเพื่อไปถึงเป้าหมาย หรือในขณะเดียวกันผู้รับคำปรึกษาพร้อมที่จะสร้างเส้นทางเพื่อไปสู่เป้าหมายแต่ขาดซึ่งความคิดที่มีแรงกระตุ้นที่จะทำให้เป้าหมายนั้นประสบความสำเร็จ ก็มีได้หมายความว่าผู้นั้นจะเป็นผู้ที่มีความหวังสูง เนื่องจากขาดองค์ประกอบที่จำเป็นต่อการเกิดความหวัง ทั้งนี้โดยลักษณะของการบำบัดแบบพฤติกรรมการณ์การรู้คิดจึงเป็นสิ่งทีกระตุ้นให้เกิดความหวัง (Snyder. 2000: 112 – 113)

2.2.2 การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส (Solution-Focused Counseling)

2.2.2.1 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์

การบำบัดแบบโซลูชัน-โฟกัส คือ วิธีการบำบัดที่การปรับเปลี่ยนเป้าหมาย และเน้นที่อนาคต วิธีการนี้เปลี่ยนการเน้นการแก้ไขที่ปัญหาไปสู่การเน้นที่คำตอบ โดยได้เกิดขึ้นบนพื้นฐานของการมองโลกในแง่ดีที่ว่า มนุษย์เป็นผู้มีความสามารถหยุดตัว สามารถรับมือสถานการณ์ได้ดี สามารถฟื้นคืนสู่สภาพเดิม และมีความสามารถในการสร้างคำตอบที่สามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตของตนได้ โดยแนวคิดในการให้คำปรึกษาสร้างขึ้นท่ามกลางมิติเชิงบวก เช่น ความเข้มแข็งของบุคคล การได้คำตอบของบุคคลในสถานการณ์อื่นๆ รวมทั้งความสำเร็จในอดีต (Charlesworth; & Jackson. 2004: 316)

2.2.2.2 เป้าหมายของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส

เป้าหมายหลักของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส คือ การช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาเพิ่มหรือพัฒนาระดับของการตระหนักรู้ที่มีต่อตนเอง จากการที่มองความสามารถของตนเองในระดับต่ำ ขาดความกระตือรือร้น มาเป็นผู้ที่สังเกตเห็นความสามารถและจุดแข็งของตน ภายในระยะเวลาอันสั้น ซึ่งเป็นลักษณะของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส ทั้งนี้มุ่งให้ผู้รับคำปรึกษาสังเกตเห็นสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากการบำบัดในแต่ละระยะ (Hoyt. 2003: 247; อ้างอิงจาก Corey. 2001: 288) ส่วนวอลเตอร์ และ เฟลเลอร์ (Walter; & Peller. 1992: 172) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส นั้น ให้ความสำคัญในการช่วยเหลือให้ผู้รับคำปรึกษาระบุเป้าหมายของตนที่ชัดเจน ทั้งนี้ส่งเสริมให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในสถานการณ์ที่ยังคงเป็นปัญหาโดยกระตุ้นพลังของผู้รับคำปรึกษา (O'Hanlon; & Weiner, Devis. 2003: 215; อ้างอิงจาก Corey. 2001: 296) ทั้งนี้ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับกำลังใจในการตระหนักถึงคำตอบมากกว่าปัญหา โดยมองว่า การพูดถึงแต่ปัญหาจะทำให้ปัญหาอยู่อย่างต่อเนื่อง การพูดถึงการเปลี่ยนแปลงก็จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง นอกจากนี้ผู้รับคำปรึกษาก็จะได้รับการส่งเสริมให้เกิดความแข็งแกร่งโดยคำนึงถึงสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษาเคยทำแล้วประสบความสำเร็จ เพื่อเป็นประโยชน์ต่อเป้าหมายต่อไป

2.2.2.3 ขั้นตอนการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส

วอลเตอร์และเฟลเลอร์ (Walter; & Peller. 1992: 216) ได้อธิบายว่า ลักษณะเฉพาะของกระบวนการ SFBT เป็นกระบวนการหนึ่งที่สามารถประยุกต์ใช้ได้กับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยมี 4 ขั้นตอน คือ

1. ระบุในสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษาต้องการมากกว่าการค้นหาในสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษาไม่ต้องการ
2. ไม่มองในแง่ของพยาธิสภาพ แต่มองหาในสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษากำลังทำแล้วได้ผล โดยให้กำลังใจผู้รับคำปรึกษาในการดำเนินการในทิศทางนั้นต่อไป
3. ในทางกลับกัน ถ้าสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษากำลังทำไม่ประสบผลสำเร็จก็จะให้กำลังใจในการทดลองทำในสิ่งที่แตกต่างไปจากเดิม

4. ในแต่ละการบำบัด ไม่ว่าจะเป็นการบำบัดครั้งสุดท้าย หรือเป็นการบำบัดเพียงครั้งเดียว จะยอมรับบุคคลตามที่พวกเขาเป็น เป็นการช่วยเหลือบุคคลในการสร้างคำตอบ ทั้งนี้ทัศนคติของผู้นำกลุ่มเป็นสิ่งสำคัญที่จะนำไปสู่ความสัมฤทธิ์ผลของกลุ่ม

คอเรย์ (Corey. 2008: 429 – 430) ได้สรุปขั้นตอนของการบำบัดกลุ่มแบบ Solution-Focused ดังนี้

1. การตั้งระดับสำหรับกลุ่ม (Setting the tone for the Group) โดยผู้เอื้ออำนวยจะช่วยให้สมาชิกได้จัดการกับอารมณ์ตั้งแต่เริ่มต้นกระบวนการ จะเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้กล่าวถึงปัญหาอย่างกระชับ โดยผู้เอื้ออำนวยจะฟังด้วยความเคารพ ทั้งนี้สมาชิกจะได้มองเห็นปัญหาของตน

2. การเริ่มต้นตั้งเป้าหมาย (Beginning to set Goal) ผู้นำกลุ่มจะร่วมกับสมาชิกในการตั้งเป้าหมายที่เป็นไปได้ โดยมักใช้คำถามว่า “อะไรจะเป็นสิ่งที่แตกต่างไปในชีวิตของคุณเมื่อปัญหาได้รับการแก้ไข” ซึ่งบางครั้งสมาชิกจะกล่าวถึงสิ่งที่สมาชิกคนอื่นจะทำหรือไม่ทำ จนอาจล้มเป้าหมายของตน และสมาชิกจะได้รับการถามต่อว่า “แล้วตัวคุณล่ะ จะทำอะไรที่แตกต่างไปจากสมาชิก” ซึ่งในขั้นนี้จะเป็นกระบวนการของการสร้างสรรค์เป้าหมายของสมาชิกกลุ่ม

3. การค้นหาเพื่อข้อยกเว้นเกี่ยวกับปัญหา (Searching for Exceptions to the Problem) ผู้เอื้ออำนวยจะถามสมาชิกเกี่ยวกับปัญหาที่ไม่ได้รับการแก้ไข หรือปัญหายังมีความรุนแรงน้อย โดยสมาชิกจะได้สำรวจสิ่งเหล่านี้ ทั้งนี้สมาชิกจะได้กล่าวถึงช่วงเวลาก่อนที่ปัญหาจะมีผลต่อการดำเนินชีวิต และอะไรที่ทำให้คุณคงปัญหานั้นไว้

4. สร้างแรงจูงใจ และให้กำลังใจ (Encouraging Motivation) สร้างแรงจูงใจ โดยทำให้เกิดความหวัง ซึ่งเป็นปัจจัยที่สำคัญของการบำบัดกลุ่ม ผู้เอื้ออำนวยอาจตั้งคำถามต่อสมาชิกว่า “เมื่อได้ฟังสมาชิกคนอื่น ๆ แล้ว มีสมาชิกคนใดที่ทำให้เกิดกำลังใจในการที่จะแก้ไขปัญหาของคุณ” “ในการเข้ากลุ่มครั้งนี้ คุณคิดว่าสมาชิกคนใดที่ถูกครอบงำด้วยปัญหาเพียงเล็กน้อย และปัญหานั้นไม่ได้มากไปกว่าผู้อื่น”

5. การช่วยเหลือสมาชิกกลุ่มในการพัฒนาภารกิจ (Assisting Group Members with Task Development) ก่อนสิ้นสุดการเข้ากลุ่มในแต่ละครั้ง ผู้นำกลุ่มจะเสนอให้สมาชิกสรุปความ มีการให้ข้อมูลย้อนกลับ ให้กำลังใจ และให้ข้อเสนอแนะที่สมาชิกต้องสังเกต หรือเพื่อดำเนินการก่อนการบำบัดที่นำไปสู่การแก้ปัญหาในครั้งต่อไป เช่น ผู้นำกลุ่มอาจให้สมาชิกกลับไปพิจารณาว่า ควรจะ ทำอย่างไร เพื่อให้ปัญหาทุเลาลง เป็นต้น นอกจากนั้นก่อน สิ้นสุดการบำบัดในแต่ละครั้ง ผู้นำกลุ่ม และสมาชิกสามารถประเมินความก้าวหน้าในการบำบัด ได้ด้วยการใช้มาตราส่วนประมาณค่า และสมาชิก จะได้รับการถามถึงสิ่งที่จำเป็นต่อการแก้ปัญหาและสิ่งควรเกิดขึ้นในขั้นต่อไปด้วย

6. ระยะเวลาการบำบัดกลุ่มในครั้งต่อไป (The Next Group Session) ในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป ผู้นำอาจเริ่มต้น โดยใช้คำถามว่า “สมาชิกคนใดที่ต้องการเล่าให้สมาชิกฟังว่า จากการเข้ากลุ่ม เมื่อครั้งที่แล้ว คุณดีขึ้นหรือไม่ เพราะอะไร” ถ้าสมาชิกกล่าวถึงสิ่งที่ไม่เกิดผล ผู้เอื้ออำนวยก็จะช่วยเหลือ

ให้สมาชิกรับรู้ถึงสิ่งที่เกิดขึ้น และอาจถามต่อว่า “สิ่งที่คุณต้องการให้เกิดขึ้น ซึ่งแตกต่างออกไปคืออะไร” เป็นต้น

2.2.2.4 เทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส

การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส มีเทคนิคที่สำคัญ ดังต่อไปนี้ (Corey. 2008: 432 – 435)

1. การเปลี่ยนแปลงก่อนการบำบัด (Pre-Therapy Change) ซึ่งกล่าวถึง การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นก่อนการบำบัดครั้งแรก โดยการกำหนดอย่างชัดเจนผ่านคำถามของผู้ให้คำปรึกษาที่ว่า “คุณจะทำอะไรบ้าง เมื่อคุณได้รับการขอร้องให้จัดการกับปัญหาของคุณ” โดยผู้ให้คำปรึกษาอาจขยายความ เพื่อนำเข้าสู่กระบวนการบำบัด โดยการถามเป็นเสมือนการให้กำลังใจผู้รับคำปรึกษาที่อาจยังไม่ไว้วางใจผู้รับคำปรึกษา และยังเป็นการให้ผู้รับคำปรึกษาเองได้รับข้อมูลเกี่ยวกับตนเองมากขึ้นด้วย

2. การตั้งคำถาม (Questioning) ซึ่งเป็นเครื่องมือหลักในการสนทนาและการให้ความช่วยเหลือ ผู้นำกลุ่มแบบโซลูชัน-โฟกัส มักใช้การตั้งคำถาม เพื่อนำไปสู่การสร้างประสบการณ์มากกว่าการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้นำกลุ่มจะไม่ถามคำถามที่ตนคาดว่าจะรู้คำตอบ แต่คำตอบของสมาชิกกลุ่มจะเป็นคำตอบที่กระตุ้นความสนใจของผู้นำกลุ่มให้ไปสู่คำถามอื่นๆ ต่อไป ทั้งนี้สมาชิกกลุ่มจะได้รับการสนับสนุนให้ตอบคำถามและระบุข้อคิดเห็นต่างๆ เกิดการยอมรับความสามารถส่วนตัว ซึ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่สำคัญต่อการเรียนรู้ของสมาชิกเพื่อแก้ไขปัญหาของตน

3. คำถามข้อยกเว้น (Exception Questions) โดยเป็นคำถามที่นำสมาชิกสู่สภาวะที่ไม่มีปัญหาอีกต่อไป ซึ่งนำประสบการณ์ในอดีตของสมาชิกมาพิจารณาว่าเหตุใดปัญหา จึงไม่เกิดขึ้น ทั้งนี้การสำรวจดังกล่าวเป็นการเตือนให้สมาชิกเล็งเห็นว่าปัญหาไม่ใช่ไม่มีทางแก้ ในการถามคำถามผู้ให้คำปรึกษากลุ่มจะกล่าวถึงสิ่งที่เป็นข้อยกเว้นของสมาชิกที่เคยเกิดขึ้น ดังนั้นข้อยกเว้น จึงเป็นสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นได้จริงภายนอกบริบทของปัญหา ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับการสนับสนุนให้เปลี่ยนความเชื่อที่ว่า ตนไม่สามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตได้ โดยผู้ให้คำปรึกษา อาจให้ผู้รับคำปรึกษากล่าวถึงช่วงเวลาที่ดี รู้สึกดี เมื่อสิ่งต่างๆ ดำเนินไปในทางที่ดี เมื่อตนได้สนุกสนานกับครอบครัวและเพื่อนฝูง เมื่อปัญหาต่างๆ ได้คลี่คลาย รวมทั้งวิธีการแก้ปัญหาที่มีความชัดเจนและเป็นไปได้ ทั้งนี้หน้าที่หลักของผู้ให้คำปรึกษาก็คือ การแนะนำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายใต้ทางเลือกของตน ตามแนวทางที่ผู้รับคำปรึกษาเห็นว่าเคยได้ผลมาก่อน

4. คำถามมหัศจรรย์ (Miracle Question) เป็นคำถามที่ผู้ให้คำปรึกษาใช้เพื่อสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มวาดฝันถึงสิ่งที่ตนต้องการ ซึ่งมีความเป็นไปได้ ซึ่งถ้าสมาชิกมีความกล้าที่จะตามความฝัน ก็เป็นไปได้ที่สมาชิกจะพบกับความสำเร็จ ซึ่งคำถามนี้จะเน้นถึงอนาคตที่สมาชิกจะพิจารณาถึงความแตกต่างเมื่อไม่ถูกรบกวนด้วยปัญหา ทั้งนี้ผู้ให้คำปรึกษาอาจใช้คำถามที่ว่า “ถ้าปาฏิหาริย์เกิดขึ้น โดยปัญหาของคุณหมดไป อะไรคือสิ่งที่แตกต่าง และคุณรู้ได้อย่างไรว่าปัญหาได้รับการแก้ไขแล้ว” ซึ่งสมาชิกจะได้แสดงวิสัยทัศน์ถึงสิ่งที่สามารถเกิดขึ้นเมื่อปัญหาหมดไป (Sklare. 2005: 342) ในกระบวนการพิจารณาวิธีการแก้ปัญหา นี้ได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงใน 3 รูปแบบ คือ การเปลี่ยนแปลง

สิ่งที่กำลังกระทำ การเปลี่ยนแปลงการมองสภาพปัญหา และการเปลี่ยนแปลงจากความเข้มแข็งในการหาคำตอบ (O'Hanlon; & Weiner, Davis. 2003: 257)

5. คำถามการจัดระดับ ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส จะใช้คำถามการจัดระดับเมื่อต้องการเปลี่ยนแปลงสิ่งที่ไม่สามารถสังเกตได้โดยง่าย เช่น อารมณ์ ความรู้สึก ยกตัวอย่างเช่น การให้สมาชิกกลุ่มกล่าวถึงความรู้สึกวิตกกังวลของตน ก็อาจถามว่า “ในระดับ 0-10 ถ้า 0 คือระดับความรู้สึกที่คุณเข้ากลุ่มครั้งแรก และ 10 คือ วันที่ปัญหาของคุณหมดไป ระดับความวิตกกังวลของคุณในตอนนี้อยู่ที่เท่าใด ซึ่งถึงแม้ว่า ระดับของสมาชิกจะสูงขึ้นเพียงเล็กน้อย สมาชิกก็จะได้รับการถามว่า “คุณทำได้อย่างไร” “อะไรคือสิ่งที่ควรทำเพื่อให้ไปในระดับที่สูงขึ้น” ทั้งนี้คำถามการจัดระดับจะช่วยให้สมาชิกใส่ใจในสิ่งที่ตนกำลังกระทำ โดยสมาชิกได้ก้าวไปสู่ระดับที่สูงขึ้นได้อย่างไร (Berg. 1944: 102 – 103)

6. การสร้างภารกิจการบำบัดครั้งแรก (Formula First Session Task) เป็นรูปแบบของการบ้านที่ผู้ให้คำปรึกษามอบให้กับสมาชิก ระหว่างการบำบัดครั้งแรกและครั้งที่สอง โดยผู้นำกลุ่มอาจกล่าวว่า “ระหว่างการพบกันครั้งนี้และครั้งต่อไป ให้ทุกคนสังเกตโดยอธิบายว่าได้เกิดสิ่งใดขึ้นกับคุณบ้าง (ในแง่ของครอบครัว ชีวิต และสัมพันธภาพ) ซึ่งคุณก็ต้องการให้เป็นต่อไป” (de ShaZer. 1985: 137) โดยในครั้งที่สองสมาชิกจะถูกถามถึงสิ่งที่ตนสังเกตเห็นและต้องการให้เกิดขึ้นในอนาคต ซึ่ง เดอร์ ชาเซอร์ (de ShaZer. 1985: 138) กล่าวว่า การช่วยเหลือเช่นนี้จะช่วยส่งเสริมการมองโลกในแง่ดีและเกิดความหวังภายใต้สถานการณ์ของตน ซึ่งสมาชิกส่วนใหญ่จะให้ความร่วมมือกับการสร้างภารกิจการบำบัดครั้งแรก โดยรายงานการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตั้งแต่การบำบัดครั้งแรก ซึ่ง เบร์โทธิโน และ โอเฮนลอน (Bertolino; & O'Hanlon. 2002: 341) กล่าวว่า “การรักษาโดยการสร้างภารกิจการบำบัดครั้งแรก จะใช้หลังจากที่ผู้รับคำปรึกษาได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องราว และมุมมองของตน ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่ว่า สมาชิกกลุ่มควรมีความเข้าใจก่อนที่จะเปลี่ยนแปลง

7. ข้อมูลย้อนกลับของผู้ให้คำปรึกษาสำหรับสมาชิกกลุ่ม (Therapist Feedback to Group Members) ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส จะใช้เวลากับการให้ข้อมูลย้อนกลับในการบำบัดแต่ละครั้ง โดยการให้ข้อมูลย้อนกลับจะช่วยให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ โดย เดอชอง และ เบอร์ก (De Jong; & Berg. 2002: 415) ได้อธิบายถึงการให้ข้อมูลย้อนกลับที่เป็นพื้นฐาน คือ การชมเชย การเชื่อมต่อ และการเสนอแนะภารกิจ ซึ่งการชมเชยเป็นการรับรองว่าผู้รับคำปรึกษากำลังดำเนินการเพื่อไปสู่คำตอบที่มีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เป็นเหมือนการสนับสนุนและสร้างความหวังของผู้รับคำปรึกษา ให้สามารถบรรลุเป้าหมายของตนด้วยความเข้มแข็ง ส่วนการเชื่อมต่อ เป็นสิ่งที่นำไปสู่การเสนอแนะภารกิจ ซึ่งเป็นลำดับที่สาม โดยเป็นการให้การบ้าน ที่ผู้รับคำปรึกษาจะได้สังเกตในสิ่งที่แตกต่างกันไป ไม่ว่าจะป็นวิธีคิด รู้สึก รวมทั้งปฏิบัติ ทั้งนี้สมาชิกจะได้รับมอบหมายเมื่อสมาชิกไม่แน่ใจว่า สิ่งที่ตนต้องการแตกต่างกันหรือไม่ ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาเชื่อว่าภารกิจเหล่านี้จะเป็นประโยชน์ต่อผู้รับคำปรึกษาในการสร้างวิธีการแก้ปัญหาต่อไป

2.2.2.5 บทบาทและหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส

ผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดนี้ มีหน้าที่ต่อไปนี้

1. ผู้ให้คำปรึกษากลุ่มแบบโซลูชัน-โฟกัส จะอยู่ในฐานะของ “การใช้ผู้รอบรู้” กล่าวคือ แทนที่ผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้เชี่ยวชาญ ก็ให้ผู้รับคำปรึกษาเป็นผู้เชี่ยวชาญแทน ในฐานะที่

สมาชิกกลุ่มจะเป็นผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับชีวิตและเป็นผู้ที่จะนำไปสู่สิ่งที่ตนต้องการ ทั้งนี้ผู้ให้คำปรึกษามีแนวโน้มที่จะมองตนเองเสมือนนักคุุเทศก์ ที่เป็นผู้ร่วมค้นพบ หรือผู้ร่วมสร้างคำตอบ (Metcalf. 1998: 362)

2. ผู้ให้คำปรึกษากลุ่มแบบโซลูชัน-โฟกัส จะทำหน้าที่สังเกตสมาชิกในกลุ่ม และพยายามนำมุมมอง วิธีการ และลักษณะเฉพาะในเรื่องประสบการณ์ของผู้รับคำปรึกษาออกมา

3. ผู้ให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส จะให้ความร่วมมือ เป็นเสมือนหุ้นส่วน มีความเห็นอกเห็นใจ ซึ่งในกระบวนการบำบัดจะมองว่าเป็นสิ่งที่สำคัญมากกว่าการประเมิน หรือเน้นในเรื่องวิธีการ ทั้งนี้ผู้ให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส จะพยายามหลีกเลี่ยงการใช้ภาษาในลักษณะของการวินิจฉัย ประเมิน และรักษา

2.2.2.6 การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส กับความหวัง

การบำบัดแบบโซลูชัน-โฟกัส กับมุมมองในเรื่องของความหวังนั้น นับว่ามีแนวคิดที่คล้ายคลึงกันมาก โดยแนวคิดหนึ่งที่มีความคล้ายคลึงกันมากที่สุด คือ มุมมองในเรื่องความเข้มแข็ง ทั้งนี้ทฤษฎีทางจิตวิทยาเดิมโดยมากนั้น มักจะมองคนในแง่ของความอ่อนแอและเน้นที่ปัญหาแทนที่จะมองในส่วนของความเข้มแข็งและความสามารถของบุคคล ซึ่งเป็นมุมมองหลักของความหวัง โดยสอดคล้องกับการบำบัดแบบโซลูชัน-โฟกัส ที่มุ่งเน้นไปที่การค้นพบสิ่งที่ผู้รับบริการสามารถกระทำได้และไม่เป็นพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดปัญหา นอกจากนี้การบำบัดแบบโซลูชัน-โฟกัส กับทฤษฎีความหวังนั้น เป็นวิธีการที่คำนึงถึงอนาคต กล่าวคือ การบำบัดแบบโซลูชัน-โฟกัส จะส่งเสริมให้ผู้รับบริการสร้างวิสัยทัศน์ที่ว่าความไม่พึงพอใจที่คงอยู่จะไม่เป็นปัญหาอีกต่อไป โดยก่อนการบำบัดนั้นผู้รับบริการจะได้อบรมรับความจริงที่ว่าตนได้แสดงพฤติกรรมที่ยังทำให้ปัญหาคงอยู่ ทั้งนี้ผู้บำบัดแบบโซลูชัน-โฟกัส จึงส่งเสริมให้ผู้รับบริการเกิดความรู้สึกที่ว่าจะเป็นอย่างไรถ้าตนได้หลุดพ้นจากปัญหาเหล่านั้น ซึ่งผู้รับบริการจะเริ่มมองอนาคตในขณะที่เชื่อว่าสิ่งต่างๆ จะเกิดขึ้น ทั้งนี้จึงเป็นการเริ่มต้นมองเป้าหมายที่ตนปรารถนา กล่าวคือ ผู้รับบริการจะกลายเป็นผู้ที่มีความหวังมากยิ่งขึ้น ซึ่งถ้ายังคงบำบัดต่อไป ผู้รับบริการ ก็อาจจะมีการพัฒนาความรู้สึกที่ตนสามารถแก้ปัญหาต่างๆ ที่เป็นอุปสรรคต่อการไปสู่เป้าหมายได้ ดังนั้นด้วยเทคนิคจากการบำบัดแบบโซลูชัน-โฟกัส ผู้รับบริการก็จะได้เรียนรู้ที่จะสร้างความหวังใหม่ๆ รวมทั้งแสดงพฤติกรรมที่คงไว้ซึ่งความหวังดังกล่าว โดยผู้ที่มีความหวังก็จะมองอนาคตในแง่ดีและมองว่าปัญหาในอนาคตนั้นสามารถแก้ไขได้นั่นเอง (Snyder. 1994: 158 – 162)

ส่วนเป้าหมายแรกเป้าหมายหนึ่งของการบำบัดแบบโซลูชัน-โฟกัส นั่นก็คือ การช่วยให้ผู้รับบริการได้เลือกเป้าหมาย ซึ่งผู้บำบัดก็จะถือว่าการบำบัดจะสิ้นสุดลงก็ต่อเมื่อเป้าหมายนั้นสำเร็จหรือผู้รับบริการเกิดการพัฒนา ทั้งนี้การกำหนดเป้าหมายจัดเป็นองค์ประกอบแรกของกระบวนการของความหวัง ซึ่งถ้าเป้าหมายมีความชัดเจนผู้รับบริการก็จะสามารถไปสู่กระบวนการของการสร้างวิธีการแก้ปัญหา (วิถีทาง) รวมทั้งหาความสัมพันธ์ในเรื่องของพฤติกรรมที่จะนำไปสู่เป้าหมายนั้นได้ ซึ่งในขั้นตอนนี้ ถ้าผู้รับบริการยังมองไม่เห็นถึงความสัมพันธ์ของพฤติกรรมหรือไม่เข้าใจว่า พฤติกรรมใดที่จะทำให้อันนำไปสู่เป้าหมาย ผู้บำบัดก็จะฝึกให้ผู้รับบริการคิดผ่านมุมมองของ “การลงมือทำ” มากกว่า “การแสดงความไม่พอใจ โดยเริ่มจากการทำให้เป้าหมายเล็กๆบรรลุผลก่อน ซึ่งวิธีการนี้จะเป็นการกระตุ้นของผู้รับบริการในแง่ของความสามารถที่จะไปสู่เป้าหมาย ซึ่งก็เรียกว่า “ความรู้สึกของแรงกระตุ้น”

และนั่นก็เป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับความหวัง โดยในมุมมองของความหวังความไม่พึงพอใจข้างต้นก็เหมือนอุปสรรคที่ขัดขวางการดำเนินการไปสู่เป้าหมาย และวิธีการแก้ปัญหาก็เป็นเหมือนวิถีทางหรือทางเลือกที่จะหลบหลีกอุปสรรคเพื่อไปสู่เป้าหมายเหล่านั้นนั่นเอง

กล่าวโดยสรุปคือ ผู้รับบริการจะได้เรียนรู้ถึงวิธีสร้างวิถีทางหรือทางเลือกที่จะไปสู่เป้าหมาย ซึ่งผู้บำบัดแบบโซลูชัน-โฟกัส ก็จะส่งเสริมความหวังใหม่นี้ด้วยการสะท้อนและสนับสนุนความสามารถของผู้รับบริการในการทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและหาวิธีการแก้ปัญหาที่ได้ผล ด้วยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเป็นการสร้างมุมมองที่มีความหวัง โดยตระหนักถึงความสามารถของตนเองที่สามารถแก้ปัญหาและไปสู่เป้าหมายที่ตนปรารถนาได้ (Snyder. 1994: 158 – 162)

2.2.3 การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า (Narrative Counseling)

2.2.3.1 เป้าหมายของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า

การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเรื่องเล่า มีจุดมุ่งหมายเพื่อสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษามองชีวิตในมุมมองที่หลากหลาย โดยหาทางเลือกที่เป็นไปได้สำหรับตนเองที่จะสามารถหาได้ แทนที่จะมองในแง่ลบเดียว ผ่านการเล่าเรื่องราวที่ชอบซึ่งเกี่ยวข้องกับประสบการณ์และแสดงถึงเอกลักษณ์แห่งตน ทั้งนี้เพื่อให้เกิดการสำรวจประสบการณ์ในเชิงอัตนัย กล่าวคือ สำรวจความหวัง ความต้องการเป้าหมาย จินตนาการ และแรงบันดาลใจของตน กล่าวคือ การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเรื่องเล่าหรือแนวทางที่เป็นวิธีการที่มุ่งพัฒนาทางเลือก โดยทำให้ผู้รับคำปรึกษาเป็นอิสระจากเรื่องราวที่เป็นปัญหา

2.2.3.2 เทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า

การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า มีเทคนิคที่สำคัญ ดังต่อไปนี้ (Goldenberg; & Goldenberg. 2006: 371 – 379)

1. การใช้คำถามในการบำบัด (Employing Therapeutic Questions) เป็นการตั้งคำถามอย่างมีเหตุผลและระมัดระวังในการเปิดแนวทางของความคิด แทนที่จะใช้การสังเกตและการตีความหมาย ซึ่งการตั้งคำถามที่สุภาพและมีความต่อเนื่องของผู้ให้คำปรึกษาจะนำไปสู่สิ่งที่ผู้รับคำปรึกษากำลังประสบอยู่ ทั้งนี้ผู้ให้คำปรึกษาอาจร้องขอให้ผู้รับคำปรึกษาบรรยายเกี่ยวกับเรื่องราวที่เป็นปัญหา และพัฒนาถึงทางเลือกที่หลากหลาย ซึ่งบ่อยครั้งที่การตั้งคำถามจะมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกับเรื่องราวใหม่ๆ

2. การแสวงหาผลลัพธ์ที่เป็นลักษณะเฉพาะ (Seeking Unique Outcomes) เป็นการพิจารณาปัญหา โดยผู้ให้คำปรึกษาจะรับฟังผู้รับปรึกษาโดยหาคำอธิบายถึงเหตุการณ์และประสบการณ์ที่ไม่สอดคล้องกับเรื่องราวที่เป็นปัญหา ในฐานะที่เป็นหนทางที่จะเป็นไปได้ ตลอดจนมีส่วนร่วมในบทสนทนาที่เกี่ยวข้องกับเรื่องราวที่สร้างขึ้นใหม่ เพื่อนำไปสู่การพัฒนาทางเลือก อีกรางเลือกหนึ่ง ผู้ให้คำปรึกษาอาจขอให้ผู้รับคำปรึกษาค้นหาผลลัพธ์ที่มีลักษณะเฉพาะ อาจเป็นเหตุการณ์ การกระทำ หรือความคิดที่ขัดกับเรื่องราวที่เป็นปัญหา

3. การร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือก (Co-constructing Alternative Stories) เป็นเทคนิคที่ต่อเนื่องจากการที่ผู้รับคำปรึกษาเรียนรู้ถึงเรื่องราวที่เป็นปัญหาซึ่งมีอิทธิพลต่อตน โดยขณะที่การบรรยายได้ส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตรวจสอบปัญหา ผู้รับคำปรึกษาก็อาจจะเริ่มรับรู้ถึงความเป็นไปได้

อื่นๆ ที่กว้างมากขึ้น ตลอดจนเรื่องราวที่ชอบหรือมีพลัง ซึ่งการกล่าวถึงผลลัพธ์ที่เป็นเอกลักษณ์ อาจทำให้เรื่องราวทางเลือกในอนาคตมีความเข้มข้น ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่าจะสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาเล่าแล้วเล่าอีกในเรื่องราวที่ตนเองชอบ ตลอดจนทำเรื่องราวเหล่านั้นให้ชัดเจนมากขึ้น

4. เทคนิคแบบแผน จดหมาย และมีตราภาพในการบำบัด (Therapeutic Ceremonies Letters and Leagues) เทคนิคแบบแผนเป็นการใช้การสะท้อนของกลุ่ม โดยช่วยเล่าและเล่าซ้ำเรื่องราว เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตรวจสอบเรื่องราวที่ตนพอใจ ส่วนเทคนิคจดหมายเป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้เชื่อมโยงเรื่องราวของทางเลือกที่ตนได้พัฒนาขึ้นมา และมีตราภาพในการบำบัด เป็นการสนับสนุนซึ่งกันและกัน ตลอดจนเสริมสร้างทักษะของกลุ่ม เพื่อที่จะสนับสนุนการเปลี่ยนแปลงการนำเสนอเกี่ยวกับปัญหา

2.2.3.3 บทบาทและหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า

ผู้นำกลุ่มการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า มีหน้าที่หลัก คือ การร่วมมือกับผู้รับคำปรึกษาในการสำรวจทางเลือกหรือแผนการของทางเลือกในการดำรงชีวิต ทั้งนี้สนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาเล่าแล้วเล่าอีกในเรื่องราวที่ตนเองชอบ ตลอดจนทำเรื่องราวเหล่านั้นให้ชัดเจนขึ้น กล่าวคือ ผู้ให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่าไม่ได้ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเปลี่ยนแปลงเรื่องราว จากเรื่องหนึ่งไปสู่อีกเรื่องหนึ่ง แต่ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้มองเห็นชีวิตแบบเรื่องราวที่มีความหลากหลาย

2.2.3.4 การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่ากับความหวัง

เนื่องจากการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า มุ่งเน้นให้ผู้รับคำปรึกษามองชีวิตในมุมมองที่หลากหลาย โดยหาทางเลือกที่เป็นไปได้สำหรับตนเท่าที่จะสามารถหาได้ แทนที่จะมองในแง่ลบเดียว ผ่านการเล่าเรื่องราวที่ชอบซึ่งเกี่ยวข้องกับประสบการณ์และแสดงถึงเอกลักษณ์แห่งตน จึงมีความสอดคล้องกับรูปแบบของความหวัง ซึ่งองค์ประกอบหนึ่งคือการสร้างแนวทางต่างๆ ที่เป็นไปได้สำหรับตน และด้วยการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่าสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาสำรวจประสบการณ์ในเชิงอัตนัย โดยสำรวจความหวัง ความต้องการ และเป้าหมาย จึงทำให้การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่าเป็นวิธีการที่เป็นที่เหมาะสมในการเสริมสร้างความหวังทางด้านการศึกษาของวัยรุ่น

2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มและทฤษฎีการให้คำปรึกษา

2.3.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

ลูทเจนดอฟ (Lutgendorf. 1998: 204 – 214) ได้ศึกษาและพบว่า ภาวะวิตกกังวลและการรบกวนทางอารมณ์ในเพศชายที่ติดเชื่อ เอช ไอ วี ลดลงหลังจากได้เข้ากลุ่มการจัดการความเครียด โดยใช้พฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก 10 สัปดาห์ ทั้งนี้จากโครงสร้างของการทำกลุ่มก็เพื่อ 1) เพิ่มทักษะการจัดการทางด้านการรู้จัก และพฤติกรรมนิยมที่ส่งผลถึงการจัดการกับความทุกข์ที่เกิดจากอาการของโรคเอดส์ และ 2) เพิ่มการสนับสนุนจากสังคมนระหว่างสมาชิกด้วยกัน โดยในการเข้ากลุ่มได้ฝึกสิ่งที่จะช่วยสนับสนุนให้มีการเปลี่ยนแปลงทักษะการจัดการและสนับสนุนทางสังคม เพื่อช่วยลดภาวะวิตกกังวล ทั้งนี้ความทุกข์ที่เกิดจากอาการของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เข้ากลุ่มมีความสามารถในการยอมรับและมีมุมมองทางบวกเพิ่มมากขึ้น เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม ส่วนการสนับสนุน

ทางสังคมจากกลุ่มสมาชิกนั้น พบว่า มีความเอาใจใส่ต่ออารมณ์ผู้อื่นมากขึ้น มีทักษะการพูดที่เหมาะสม ในการช่วยเหลือกัน โดยในกลุ่มควบคุมนั้นไม่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมีนัยสำคัญ

มูฮัมหมัด และรอฮานี (Mohammad; & Rohany. 2009: 334 – 342) ได้ศึกษาถึง ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม (REBT) ในเด็กวัยรุ่นที่มีปัญหาพ่อแม่หย่าร้างกัน โดยวัตถุประสงค์ของการศึกษาค้างนี้ คือ 1) ระบุสาเหตุปัญหา ของวัยรุ่นที่พ่อแม่หย่าร้างกัน 2) เพื่อสำรวจผลของการให้คำปรึกษากลุ่ม และ 3) ระบุผลของการให้ คำปรึกษากลุ่มเพื่อนำไปวางแผนทางด้านอาชีพและการศึกษา โดยในการศึกษาค้างนี้เป็นกลุ่มนักเรียนหญิง จำนวน 10 คน ที่ได้มาจากการสุ่มแบบเจาะจง และผลการศึกษาอธิบายได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่ม สามารถ ตรวจสอบสิ่งที่รบกวนวัยรุ่นนั้นคือความเชื่อที่ไร้เหตุผล และการให้คำปรึกษากลุ่มสามารถเปลี่ยนแปลง ระบบความคิดที่ไม่มีเหตุผลมาเป็นความคิดที่สมเหตุสมผลมากขึ้น นอกจากนี้การให้คำปรึกษากลุ่ม สามารถเสริมสร้างกระบวนการทำงานและวางแผนสำหรับงานด้านการศึกษาและอาชีพต่อไปได้

ซอฮาบิ; มูฮัมหมัด; และ อาดัม (Sohrabi; Mohammadi, & Aghdam. 2013: 1782 – 1784) ได้ศึกษาถึงผลของการให้คำปรึกษากลุ่ม ด้วยวิธีการแก้ปัญหาต่อการพัฒนาศักยภาพทางการศึกษาของ นักเรียนหญิงในระดับมัธยมศึกษา ทั้งนี้ได้ใช้แบบสอบถามศักยภาพแห่งตนทางด้านการศึกษา กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนที่มีระดับคะแนนศักยภาพแห่งตนทางด้านศึกษาน้อยที่สุด จำนวน 40 คน แบ่งเป็น กลุ่มทดลองและควบคุม ซึ่งกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาด้วยวิธีการแก้ปัญหา จำนวน 10 ครั้ง โดย หลังจากให้คำปรึกษากลุ่มผ่านไป 10 สัปดาห์ ให้ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบสอบถามศักยภาพ แห่งตน ทางด้านการศึกษาอีกครั้ง เป็นคะแนนหลังการทดลอง ซึ่งผลแสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษากลุ่ม ด้วยวิธีการแก้ปัญหาสามารถเสริมสร้างศักยภาพแห่งตนทางด้านการศึกษาของนักเรียนได้

2.3.2 งานวิจัยในประเทศ

ศราวดี สุวรรณประเสริฐ (2543: 177 – 179) ได้ศึกษาถึงผลของการให้คำปรึกษากลุ่ม ตามทฤษฎีพฤติกรรมการรู้คิดที่มีต่อความเชื่อด้านสุขภาพในการป้องกันโรคเอดส์ และการเห็นคุณค่า ในตนเองของเด็กนักเรียนวัยรุ่น โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอาชีวศึกษา จำนวน 20 คน ซึ่งมีคะแนน ตามแบบประเมินความเชื่อด้านสุขภาพในการป้องกันโรคเอดส์และคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำกว่า ค่าเฉลี่ย จากนั้นสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 10 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 10 คน ซึ่งกลุ่ม ทดลองได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมการรู้คิด จำนวน 10 ครั้ง เป็นเวลา 5 สัปดาห์ ทั้งนี้พบว่า กลุ่มทดลองมีระดับคะแนนความเชื่อด้านสุขภาพในการป้องกันโรคเอดส์ และ คะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองภายหลังการทดลองและในระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลองและ สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

นงนุช ศรีตระบุตร (2545: 203 – 205) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่ม ตามแนว ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผสม และการฝึกผ่อนคลายต่อการลดความเครียดในผู้ป่วยความดันโลหิตสูง โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยความดันโลหิตสูง แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลศรีเชียงใหม่ จำนวน 16 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทั้งนี้กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ตามแนว ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผสม และฝึกผ่อนคลาย ส่วนกลุ่มทดลองได้รับการฝึกผ่อนคลาย ซึ่งผลการทดลอง

พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยความเครียด ซีพจร การหายใจ ความดันโลหิตตัวบน น้อยกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วีรวรรณ บุญวงศ์ (2546: 225 – 226) ได้ศึกษาถึงผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จักที่มีต่อความเหนื่อยล้าของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 11 จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ที่มีความเหนื่อยล้าตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ขึ้นไป จำนวน 8 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบเจาะจง ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้จัก จำนวน 12 ครั้ง เป็นเวลา 12 สัปดาห์ หลังจากการทดลองพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 มีความเหนื่อยล้าลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น

3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น

3.1.1 ความหมายของวัยรุ่น

เฮอร์ลอค (Heurlock. 1978: n.p.) ได้อธิบายคำว่า วัยรุ่น โดยตรงกับภาษาอังกฤษว่า Adolescent มีรากศัพท์มาจากภาษาละตินว่า Adolescere ซึ่งมีความหมายว่า เจริญเติบโต หรือ เจริญเติบโตไปสู่วุฒิภาวะ (Maturity)

ไรท์ (Write. 1988: 77 – 100) ได้อธิบายความหมายของคำว่า วัยรุ่น ว่าเป็นช่วงเวลา ที่เริ่มเข้าสู่วัยหนุ่มสาว (Puberty) ซึ่งในขณะนี้จะมีการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายอย่างรวดเร็วตลอดจนมีการเปลี่ยนแปลงรูปร่าง ซึ่งจะปรากฏลักษณะแสดงความเป็นเพศชายและเพศหญิงที่ชัดเจน และมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์เกิดขึ้น

สุชา จันท์ธอม (2547: 24) กล่าวว่า วัยรุ่น คือ วัยที่สิ้นสุดความเป็นเด็กเป็นวัยที่เป็นสะพานไปหาผู้ใหญ่ ไม่มีเส้นขีดขั้นที่แน่นอนว่า เริ่มต้นเมื่อใดและสิ้นสุดเมื่อใด แต่กำหนดจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและรูปร่างเป็นสำคัญ

จากความหมายของวัยรุ่นสรุปได้ว่า วัยรุ่น หมายถึง วัยที่สิ้นสุดความเป็นเด็ก และเป็นช่วงเวลา ที่เริ่มเข้าสู่วัยหนุ่มสาว โดยในขณะนี้จะมีการเจริญเติบโตทางด้านร่างกายอย่างรวดเร็ว ตลอดจนมีการเปลี่ยนแปลงรูปร่าง ซึ่งจะปรากฏลักษณะแสดงความเป็นเพศชายและเพศหญิงที่ชัดเจน และมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์เกิดขึ้น

3.1.2 การแบ่งช่วงอายุของวัยรุ่น

ดีวอเรทกี (Dworetzky. 1999: 114) ได้กำหนดช่วงอายุของวัยรุ่นไว้ว่า อยู่ในช่วงอายุ 12 – 18 ปี

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2553: 329) ได้แบ่งช่วงอายุวัยรุ่นเป็น 3 ระยะ โดยใช้เกณฑ์ความเป็นเด็กและผู้ใหญ่ตัดสิน คือ

1. ช่วงวัยแรกรุ่น ช่วงอายุประมาณ 12 – 15 ปี

2. ช่วงวัยรุ่นตอนกลาง ช่วงอายุประมาณ 16 – 17 ปี

3. ช่วงวัยรุ่นตอนปลาย ช่วงอายุประมาณ 18 – 25 ปี

การแบ่งช่วงอายุของวัยรุ่นสรุปได้ว่าแบ่งได้เป็น 3 ระยะ คือ วัยรุ่นตอนต้น วัยรุ่นตอนกลาง และวัยรุ่นตอนปลาย ทั้งนี้อาจแตกต่างกันบ้างเล็กน้อยในช่วงของอายุที่เริ่มต้นและสิ้นสุด

3.1.3 พัฒนาการของวัยรุ่น

“พัฒนาการ” หมายถึง การเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านโครงสร้างและแบบแผนของร่างกาย ทุกๆ ส่วน การเปลี่ยนแปลงนี้จะพัฒนาไปเรื่อยๆ จากระยะหนึ่งไปสู่อีกระยะหนึ่ง อันจะทำให้มีลักษณะและความสามารถใหม่ๆ เกิดขึ้น ซึ่งจะทำให้เกิดความเจริญเติบโตตามลำดับทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา (โสภา ซปีลมันน์. 2543: 112) โดยทั่วไปพัฒนาการที่สำคัญของวัยรุ่นแบ่งออกได้ดังนี้

3.1.3.1 พัฒนาการด้านร่างกาย

พัฒนาการทางกายเป็นไปในแง่ของความงอกงาม เจริญเติบโตถึงขีดสมบูรณ์ เพื่อทำหน้าที่อย่างเต็มที่ ความเจริญเติบโตมีทั้งส่วนภายนอกที่มองเห็นได้ง่าย เช่น ส่วนสูง น้ำหนัก รูปหน้า ส่วนสัดของร่างกาย ลักษณะเส้นผม ฯลฯ และความเจริญส่วนภายใน เช่น การทำงานของต่อมบางชนิด โครงกระดูกแข็งแรงขึ้น การผลิตเซลล์สืบพันธุ์ในเพศชาย การมีประจำเดือนของเพศหญิง ฯลฯ ความเจริญเติบโตทางกายมีช่วงหนึ่ง ซึ่งเป็นระยะพัก ซึ่งเมื่อผ่านพ้นช่วงนี้ไปแล้ว จะมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะเด็กหญิง เด็กที่มีรูปร่างผอมอาจมีรูปร่างอ้วนขึ้นกว่าเดิม ในบางโอกาสจึงเรียกระยะช่วงนี้ว่า ช่วงไขมัน (Fat Period) ระบบการย่อยอาหารและการใช้ประโยชน์จากอาหารทำงานเร็วและมากกว่าเดิม เพราะร่างกายกำลังเจริญเติบโต เด็กจึงกินเก่ง หิวเก่ง กินไม่เลือก ง่วงนอนบ่อย กล่าวได้ว่า เป็นระยะกำลังกินกำลังนอน ในขณะที่เดียวกันกล้ามเนื้อของเด็กชายเจริญมากขึ้น อวัยวะเพศเริ่มทำงาน เสียงของเด็กชายเริ่มแตกและห้าวขึ้น ในตอนต้นของวัยนี้ ร่างกายของเด็กยังไม่ได้สัดส่วน เด็กจะรู้สึกอึดอัด กังวาล และอ่อนไหวง่ายเกี่ยวกับสัดส่วน อวัยวะต่างๆ ของร่างกาย และเนื่องจากการทำงานของกล้ามเนื้อกับประสาทสัมผัสของเด็กยังไม่เข้ารูปเข้ารอย เด็กจึงเล่นกีฬาหรือทำงานที่ต้องใช้ความสามารถของกล้ามเนื้อและประสาทสัมผัสได้ไม่ดี แต่สุขภาพโดยทั่วไปของวัยนี้ก็ดีกว่าวัยที่ผ่านมา และถึงแม้ส่วนต่างๆ ของร่างกายจะเจริญเติบโตในอัตราที่รวดเร็วแตกต่างกัน แต่สมองและศีรษะในช่วงวัยรุ่นนี้จะเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วมาก (เป็นแบบ Spurt) และถึงขีดสุด (100%) เมื่ออายุประมาณ 20 ปี (ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2553: 331)

3.1.3.2 พัฒนาการทางด้านอารมณ์

โรเจอร์ (Roger. 1972: 111) ได้กล่าวถึงลักษณะอารมณ์ของวัยรุ่นไว้ว่า เป็นวัยที่มีอารมณ์รุนแรง เต็มเปี่ยมไปด้วยความเชื่อมั่น ชอบสนุกสนาน การแสดงความรู้สึกเป็นไปอย่างเปิดเผย ตรงไปตรงมา อารมณ์ต่างๆ เกิดขึ้นได้ง่ายและเปลี่ยนแปลงได้ง่าย โดยจะเห็นได้จากการที่วัยรุ่นมักแสดงถึงความชอบและไม่ชอบอย่างรุนแรง นอกจากนั้นมีความต้องการเป็นอิสระ ชอบพึ่งตนเอง จึงมักขัดแย้งกับผู้ใหญ่และฝ่าฝืนกฎที่พ่อแม่วางไว้ วัยรุ่นยังต้องการการตัดสินใจด้วยตัวเอง การยอมรับจากผู้ใหญ่และเพื่อนในกลุ่มเดียวกัน ตลอดจนมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงรูปร่างหน้าตาของตน

ปรีชา คัมภีร์ปรกรณ์ และคนอื่นๆ (2545: 55) ได้กล่าวถึง ลักษณะที่สำคัญทางด้านอารมณ์ของวัยรุ่นไว้ว่า อารมณ์ของวัยรุ่นมักจะเกิดขึ้นได้ง่าย รุนแรง และเปลี่ยนแปลงได้ง่าย นักจิตวิทยาได้เรียกการแสดงออกทางอารมณ์ของวัยรุ่นว่า วยพายุบุแคม (Storm and Stress) ซึ่งหมายถึง อารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงได้ง่าย รุนแรง อ่อนไหว สามารถเปลี่ยนแปลงจากอารมณ์หนึ่งไปเป็นอีกอารมณ์หนึ่งได้ค่อนข้างง่ายและรวดเร็ว

3.1.3.3 พัฒนาการทางด้านสังคม

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2553: 337 – 340) ได้กล่าวเกี่ยวกับพัฒนาการทางด้านสังคมของวัยรุ่นไว้ว่า เด็กจะให้ความสำคัญกับเพื่อนร่วมวัยมากกว่าในระยะเด็กตอนกลาง เด็กสามารถจับกลุ่มกันได้นานและผูกพันกับเพื่อนในกลุ่มมากขึ้น กลุ่มของเด็กไม่มีเฉพาะเพื่อนเพศเดียวกันเท่านั้น แต่มีเพื่อนต่างเพศด้วย เด็กที่สามารถเข้ากลุ่มได้และมีกลุ่มในระยะวัยเด็กตอนกลางจะเข้ากับกลุ่ม และมีชีวิตทางสังคมที่สนุกสนานได้ดีกว่าที่ไม่มีพัฒนาการดังกล่าวในช่วงวัยที่ผ่านมา เด็กเริ่มลดความเอาใจใส่กับบุคคลต่างวัยไม่ว่าจะเป็นผู้ใหญ่หรือเด็กกว่า ระยะนี้จึงเริ่มต้นชีวิตกลุ่มที่แท้จริง (Gang Age) เด็กจะชอบรวมกลุ่มเพราะสามารถร่วมสุขร่วมทุกข์ แก้ไขและเข้าใจปัญหาของกันและกันดีกว่าคนต่างวัย และมีพัฒนาการทางสังคมระหว่างเพศ และการเรียนรู้อุปสรรคทางเพศ โดยสัมพันธ์ภาพระหว่างเด็กหญิงและเด็กชายจะแปลกไปจากวัยเด็กตอนปลาย ความเจริญเติบโตของลักษณะบุคลิกภาพทางเพศเป็นแรงกระตุ้นให้เด็กชายหญิงเริ่มสนใจซึ่งกันและกัน มีความพอใจพบปะสังสรรค์ ร่วมเล่น เรียน ทำงาน พูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น เมื่อเด็กชายหญิงเริ่มสนใจกันและกันแล้ว ทั้งสองฝ่ายก็จะเริ่มให้ความสำคัญต่อการประพฤติปฏิบัติตามบทบาททางเพศของตน (Sex Role)

3.1.3.4 พัฒนาการทางด้านสติปัญญา

ในระยะวัยรุ่นเด็กจะมีความเจริญเติบโตทางสมองถึงขีดเต็มที่ จึงสามารถคิดได้ในทุกๆ แบบของวิธีคิด ทั้งนี้หากเด็กได้รับการศึกษาอบรมมาตามขั้นตอนด้วยดี ระยะนี้จะเป็นระยะที่เด็กจะแสดงความปรารถนาได้อย่างชัดเจน และสามารถเห็นความแตกต่างของเด็กวัยนี้กับวัยอื่นๆ ได้ชัด การเรียนรู้เรื่องยากๆ เรื่องที่เป็นนามธรรมซับซ้อน เด็กก็สามารถที่จะเข้าใจได้ (ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2553: 347) อย่างไรก็ตามแม้ในช่วงวัยรุ่นนี้จะมีระดับสติปัญญาที่พัฒนาเต็มที่ สมองมีความจำดี การมีเหตุผลพัฒนามากขึ้น มีความสนใจทุกสิ่งทุกอย่างรอบตัว อยากรู้ อยากรู้อยากเห็น มีความคิดที่จะแก้ไขปัญหา อีกทั้งคิดได้หลายแง่มุม แต่วัยรุ่นก็ยังเป็นวัยที่พึ่งผ่านพ้นจากวัยเด็ก แม้จะมีสติปัญญาดีแต่ยังขาดประสบการณ์ ขาดความรับผิดชอบ ขาดการไตร่ตรองที่ดี จึงทำให้การแสดงพฤติกรรมบางอย่างของวัยรุ่นไม่เหมาะสมได้ (โสภณ สปีลมันน์. 2543: 115)

สรุปได้ว่า พัฒนาการที่สำคัญของวัยรุ่น แบ่งออกเป็นพัฒนาการทางด้านร่างกาย ซึ่งเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นจะเริ่มเกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายอย่างชัดเจนและรวดเร็ว พัฒนาการทางด้านอารมณ์วัยรุ่นจะเป็นวัยที่มีอารมณ์รุนแรง เต็มไปด้วยความเชื่อมั่น การแสดงความรู้สึกต่างๆ เป็นไปอย่าง ตรงไปตรงมา นอกจากนั้นอารมณ์ต่างๆ ยังเกิดขึ้นได้ง่ายและเปลี่ยนแปลงได้ง่ายเช่นกัน พัฒนาการทางด้านสังคม เป็นระยะที่เริ่มต้นชีวิตอย่างแท้จริง ทั้งนี้เด็กจะชอบรวมกลุ่ม เพราะมองว่าสามารถร่วมทุกข์ร่วมสุข แก้ไขและเข้าใจปัญหาของกันและกันได้ดีกว่าคนต่างวัย ทั้งนี้รวมถึงการมีพัฒนาการทางสังคมระหว่าง

เพศด้วย และพัฒนาการทางด้านสติปัญญา จะเป็นช่วงที่เด็กมีความเจริญเติบโตทางด้านสมองถึงขีดสุด สามารถเรียนรู้ในเรื่องที่ยากและซับซ้อนได้เป็นอย่างดี ซึ่งถ้าหากได้รับการศึกษาอบรมมาอย่างเป็นขั้นบันได เด็กก็จะแสดงความปรารถนาให้เห็นได้อย่างชัดเจน

3.1.4 ความต้องการของวัยรุ่น

ความต้องการของมนุษย์โดยเฉพาะวัยรุ่น มักจะขึ้นอยู่กับค่านิยมที่แต่ละคนยึดถือ และส่วนใหญ่ก็มักจะยึดถือค่านิยมในกลุ่มที่ตนเข้าร่วมด้วย กลุ่มเพื่อนจะมีอิทธิพลมากต่อความต้องการของวัยรุ่น ความต้องการของวัยรุ่นก็คือความต้องการของตนเองบวกกับความต้องการของสังคม หากกล่าวถึง ความต้องการของวัยรุ่นสามารถสรุปได้ดังนี้ (สุพัตรา สุภาพ. 2544: 17 – 18)

1. ความต้องการความรัก ความต้องการด้านความรักของวัยรุ่นนั้น มีหลายแบบ เช่น จากพ่อแม่ พี่ น้อง ครู เพื่อนทั้งเพศเดียวกันและต่างเพศ ความต้องการความรักนี้อาจเป็นเพราะตัวเองคิดว่า มีคนสนใจ และรักตัวเองน้อยลง ซึ่งเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ที่ไม่ค่อยมั่นคง ไม่มั่นใจในคุณค่าของตนเอง คิดว่าคนอื่นมองไม่เห็นสิ่งเหล่านี้ จึงอยากให้เราารักและสนใจตัวเองมากขึ้น

2. ความต้องการอยากรู้และทดลองเกี่ยวกับเรื่องเพศ วัยรุ่นจะมีความสนใจเกี่ยวกับเรื่องเพศและเพื่อนต่างเพศ เป็นวัยที่ต้องการความรู้ ความเข้าใจทางเพศที่ถูกต้อง ถ้าถูกกีดกันจะแสดงออกทางอ้อม โดยการปิดบังหรือโดยการหาความรู้อย่างไม่ถูกต้อง ไม่ถูกวิธี เช่น พูดคุยในกลุ่มเพื่อนเพศเดียวกัน อ่านจากหนังสือเรื่องเพศ นอกจากอยากจะทำเรื่องเพศแล้ว ยังเป็นวัยที่สนใจเพื่อนต่างเพศ ถ้าหากถูกขัดขวาง ทักท้วง อาจจะทำให้จิตใจหดหู่ ซึมเศร้า และอาจขัดขวาง ไม่ยอมทำตามผู้ใหญ่ เพราะเป็นวัยรักแบบหลงใหล เป็นความรักแบบรุนแรงและไม่ค่อยมีเหตุผล

3. ความต้องการอิสรภาพ ความต้องการนี้จะรุนแรงมากในวัยนี้ เพราะเป็นวัยที่อยู่ระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่ จึงอยากจะทำแสดงซึ่งความเป็นตัวของตัวเอง ต้องการตัดสินใจเอง วางแผนวางแผนโครงการของชีวิต และอยากลงมือทำด้วยตนเอง ไม่ชอบให้ใครสอน บางทีทำอะไรโดยที่ผู้ใหญ่ไม่รู้ไม่เห็น

4. ความต้องการเป็นที่ยอมรับในสังคม วัยนี้เป็นวัยที่อยากให้สังคมยอมรับ หรืออยากมีชื่อเสียง อยากเด่น เช่น เป็นนักกีฬาที่เก่ง ขวัญใจของเพื่อน อยากให้ผู้ใหญ่ยอมรับในความสามารถ อยากรับผิดชอบในกิจกรรมบางอย่างที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม

5. ความต้องการรวมกลุ่ม เพื่อนจะมีความสำคัญมาก เป็นวัยที่อยากให้เพื่อนยอมรับเพราะฉะนั้น จึงพยายามทำตามเพื่อน แม้บางครั้งจะขัดกับความรู้สึกส่วนตัวก็ตาม ทั้งนี้เพราะไม่อยากขัดใจเพื่อน

6. ความต้องการประสบการณ์ใหม่ๆ ความต้องการนี้อาจจะรุนแรงมาก และหาทางตอบสนองความพึงพอใจทางใดทางหนึ่ง เช่น แต่งกายตามสมัยนิยม การมีเพื่อนต่างเพศ เป็นต้น

7. ความต้องการมีอนาคตและความสำเร็จ วัยรุ่นเป็นวัยที่เริ่มสนใจด้านอาชีพ อยากที่จะรับผิดชอบ พึ่งตนเอง มีจุดมุ่งหมายในอนาคต มีการวางแผนว่าอยากประกอบอาชีพ หรือเลือกเรียนต่อ เป็นต้น

8. ความต้องการแบบอย่างที่ดี แม่วัยรุ่นในปัจจุบันจะชอบความเป็นอิสระ แต่ก็ยังอยากได้คำแนะนำจากผู้ใหญ่ที่ดี อีกทั้งอยากเลียนแบบผู้ใหญ่

9. ความต้องการสนุกสนานเพลิดเพลิน ซึ่งส่วนมากมักจะออกมาในรูปของกิจกรรมกีฬา หรือความบันเทิงต่าง ๆ

10. ความต้องการในด้านอุดมคติ วัยรุ่นอยู่ในวัยที่เรียนรู้ทางทฤษฎีและยังไม่เคยออกไปประสบกับสภาพความเป็นจริงจึงอาจมองข้ามความเป็นจริงไปบ้าง กล่าวคือ เป็นพวกอุดมคตินิยม (Idealist) มากกว่ามุ่งไปในทางที่ปฏิบัติได้จริง ซึ่งบางครั้งก็อาจตกเป็นเครื่องมือของผู้ที่มีอำนาจ มีอิทธิพล เพราะวัยรุ่นมักเป็นพวกที่มีอุดมคติแรงกล้า มีความกล้าเสี่ยง มีพลังผลักดันสูง เชื่อคนง่าย ซึ่งอาจจะถูกแสวงหาประโยชน์ได้

11. ความต้องการความปลอดภัยที่มั่นคง คือ อยากได้หลักประกันว่าถ้าทำสิ่งใดที่ดีแล้วจะไม่ถูกลงโทษหรือเป็นที่พอใจของผู้ใหญ่ เพราะในสายตาของผู้ใหญ่สิ่งที่วัยรุ่นคิดว่าดีแล้ว อาจไม่ดีในทัศนะของผู้ใหญ่ก็ได้

สรุปได้ว่า ความต้องการของวัยรุ่นมักจะขึ้นอยู่กับค่านิยมที่ตนยึดถือ และก็มีมักยึดถือค่านิยมในกลุ่มที่ตนเข้าร่วมด้วย ทั้งนี้กลุ่มเพื่อนนับว่ามีอิทธิพลมากต่อความต้องการของวัยรุ่น ซึ่งโดยสรุปแล้ววัยรุ่นมีความต้องการความรัก มีความอยากรู้และทดลองในเรื่องเพศ มีความต้องการอิสรภาพ การเป็นที่ยอมรับในสังคม ต้องการการรวมกลุ่ม ต้องการมีแบบอย่างที่ดี ต้องการความสนุกสนานเพลิดเพลิน มีความต้องการในแง่อุดมคติ ต้องการมีประสบการณ์ใหม่ รวมถึงความต้องการมีอนาคต และประสบความสำเร็จ

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น

3.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

ออฟเฟอร์ (Offer, 1971: 40 – 48) ได้ศึกษาพฤติกรรมมารคบเพื่อนต่างเพศของวัยรุ่น โดยเป็นการศึกษาระยะยาวกับนักเรียนมัธยมศึกษา ซึ่งมีอายุระหว่าง 14 – 21 ปี จำนวน 83 คน เป็นชาย 73 คนและหญิง 10 คน ทั้งนี้เริ่มศึกษาตั้งแต่กลุ่มตัวอย่างเริ่มเรียนในชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จนกระทั่งถึงชั้นปีที่ 3 ในมหาวิทยาลัย ซึ่งผลการศึกษาพบว่า ในเรื่องการมีนัดกับเพื่อนต่างเพศนั้น เริ่มต้นเมื่อนักเรียนเรียนชั้นมัธยมศึกษาได้หนึ่งปี ทั้งนี้ร้อยละ 45 ของกลุ่มตัวอย่าง ยังไม่เคยมีนัดกับเพื่อนต่างเพศ แต่การนัดกับเพื่อนต่างเพศมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเรื่อยๆเป็นร้อยละ 77 เมื่อนักเรียนเหล่านี้เรียนอยู่ในชั้นปีที่ 3 ในมหาวิทยาลัย ส่วนการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานนั้น กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 80 เห็นว่าเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ แต่ควรที่จะจบมัธยมศึกษาตอนปลายเสียก่อน และเมื่อจบชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายพบว่า นักเรียนร้อยละ 10 ที่เคยมีเพศสัมพันธ์เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 30 เมื่อเรียนในชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัย และเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 50 เมื่อเรียนอยู่ในชั้นปีที่ 3 ในมหาวิทยาลัย

อับดุล อาซิส (Abdul-Aziz, 1984: 2053 – 2054) ได้ศึกษาปัญหาด้านการเรียนและปัญหาส่วนตัวของนักศึกษาชาวคูเวต ระดับปริญญาตรีและบัณฑิตศึกษา พบว่า ปัญหาการเรียนและปัญหาส่วนตัว มีความสัมพันธ์ทางลบกับระยะเวลาที่อยู่ในสหรัฐอเมริกา ในขณะที่ปัญหาด้านสังคม

มีความสัมพันธ์ทางบวกกับระยะเวลา โดยนักศึกษาที่สอบภาษาอังกฤษได้ดีมีปัญหาด้านการเรียน ด้านส่วนตัว และด้านสังคมมากกว่านิสิตบัณฑิต ส่วนนักศึกษาที่วางแผนจะอยู่ในสหรัฐอเมริกา พบว่า มีปัญหาทั้ง 3 ด้านน้อยกว่านักศึกษาที่จะกลับประเทศคูเวต หลังจากสำเร็จการศึกษา

แอนเดรียส (วีนี ซิตเซตวงค์. 2547: 21; อ้างอิงจาก Andreas. 1989: 162 – C) ศึกษาปัญหาประจำวันของวัยรุ่น สังคม สิ่งแวดล้อมและบทบาทของแอลกอฮอล์ กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นที่มีปัญหาครอบครัวแตกแยกและวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวที่สมบูรณ์ อายุ 15 – 20 ปี เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามและแบบทดสอบ ผลการทดสอบพบว่า วัยรุ่นที่มาจากครอบครัวแตกแยกมีปัจจัยหลายประการที่ทำให้เกิดปัญหาทางการศึกษามากกว่าวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวสมบูรณ์ วัยรุ่นที่มีครอบครัวที่แตกแยกมีสังคมสิ่งแวดล้อมที่ไม่ดีตั้งแต่อายุ 8 – 13 ปี มีเพื่อนเป็นแบบอย่างแทนพ่อแม่ มีความต้องการอิสระมาก มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาและมีการดื่มสุร่าบ่อยมากกว่าวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวที่สมบูรณ์

3.2.2 งานวิจัยในประเทศ

สุภาวดี มั่นจิระ (2546: 98 – 104) ได้ศึกษาทัศนคติของเด็กวัยรุ่นต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาและบทบาทของสถาบันทางสังคมในการแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของวัยรุ่น โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนสหศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 450 คน โดยแยกเป็นนักเรียนชาย 226 คน และนักเรียนหญิง 224 คน ซึ่งผลการศึกษาพบว่า เด็กวัยรุ่นเพศชายและเด็กวัยรุ่นเพศหญิงมีทัศนคติต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยเด็กวัยรุ่นชายมีทัศนคติที่ตีปานกลางต่อพฤติกรรมพฤติกรรมชั่วช้า และพฤติกรรมการเล่นการพนัน และมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ และพฤติกรรมทะเลาะวิวาท ส่วนเด็กวัยรุ่นหญิงมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาทั้งหมด ในขณะที่เด็กวัยรุ่นเพศชายและเด็กวัยรุ่นเพศหญิงมีทัศนคติต่อบทบาทของสถาบันทางสังคมในการแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหาแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยเด็กวัยรุ่นชายมีทัศนคติที่ดีต่อบทบาทของสถาบันครอบครัว และมีทัศนคติที่ดีปานกลางต่อบทบาทของสถาบันการศึกษาและบทบาทของสื่อมวลชน ส่วนเด็กวัยรุ่นหญิงมีทัศนคติที่ดีต่อบทบาทของสถาบันครอบครัวและบทบาทของสื่อมวลชน และมีทัศนคติที่ดีปานกลางต่อบทบาทของสถาบันการศึกษา

อาสา อังสุกราน (2549: 182 – 184) ได้ศึกษาปัญหา ความต้องการ และแนวทางในการตอบสนองความต้องการของนักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนวัยรุ่นเพศชายและเพศหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในช่วงชั้นที่ 3 และช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนสังกัดคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ประเภทสหศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 1,985 คน ซึ่งพบว่า นักเรียนวัยรุ่นมีปัญหาโดยรวมในระดับน้อย ความต้องการโดยรวมอยู่ในระดับมาก และแนวทางในการตอบสนองความต้องการโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้นักเรียนวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษาและสถานภาพของครอบครัวต่างกัน มีปัญหาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักเรียนที่มีเพศผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และฐานะทางเศรษฐกิจต่างกัน มีปัญหาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ในขณะที่นักเรียนวัยรุ่นที่มีเพศ ระดับการศึกษา และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน มี

ความต้องการแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนนักเรียนที่มีสถานภาพของครอบครัว และฐานะทางเศรษฐกิจต่างกัน มีความต้องการไม่แตกต่างกัน และนักเรียนวัยรุ่นที่มีระดับการศึกษา ต่างกัน มีแนวทางในการตอบสนองความต้องการแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในขณะที่นักเรียนที่มีเพศ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน มีแนวทางในการตอบสนองความต้องการแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนที่มีสถานภาพของครอบครัว และฐานะทางเศรษฐกิจ ต่างกัน มีแนวทางในการตอบสนองความต้องการไม่แตกต่างกัน



บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาในนักเรียนวัยรุ่น และสร้างรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามขั้นตอน ดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
 - 2.1 แบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น
 - 2.2 รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา
3. การดำเนินการวิจัย
 - 3.1 ขั้นตอนการศึกษาองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษา
 - 3.2 ขั้นตอนการดำเนินการทดลองใช้รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้าง

ความหวังทางการศึกษา

4. การรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2555 ของโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร รวมจำนวนนักเรียนทั้งสิ้น 44,359 คน (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. 2555: ออนไลน์)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วยกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม คือ

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษา

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาลักษณะและองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษา เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2555 ของโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา ใน กรุงเทพมหานคร จำนวน 538 คน โดยขนาดกลุ่มตัวอย่างประมาณจากตารางการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของ เครชซี และ มอร์แกน (ยูทรี ไกยวรรณ์. 2545: 104; อ้างอิงจาก Krejcie, Robert V.; & Morgan, Earyle W. 1970: 608 – 609) ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage Random Sampling) ดังนี้

1.1 จำแนกเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร เป็น 2 เขตพื้นที่การศึกษา ตามการแบ่งเขตของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดย

1.1.1 เขตพื้นที่การศึกษาที่ 1 ประกอบด้วยเขตการปกครอง เขตพญาไท บางซื่อ ดุสิต สัมพันธวงศ์ ปทุมวัน ราชเทวี พระนคร บ่อมปราบศัตรูพ่าย บางแค บางขุนเทียน บางบอน ทุ่งครุ ราษฎร์บูรณะ จอมทอง คลองสาน ธนบุรี ภาษีเจริญ ดลิ่งชัน ทวีวัฒนา บางพลัด บางกอกน้อย บางกอกใหญ่ และหนองแขม

1.1.2 เขตพื้นที่การศึกษาที่ 2 ประกอบด้วยเขตการปกครอง เขตบางรัก วัฒนา สาทร พระโขนง บางนา คลองเตย บางคอแหลม ยานนาวา ดินแดง ห้วยขวาง จตุจักร ลาดพร้าว บางเขน สายไหม บึงกุ่ม บางกะปิ วังทองหลาง ดอนเมือง หลักสี่ ลาดกระบัง สะพานสูง คันนายาว มีนบุรี คลองสามวา หนองจอก ประเวศ และสวนหลวง

1.2 สุ่มเขตการปกครองในแต่ละเขตพื้นที่การศึกษา (Cluster Random Sampling) เขตพื้นที่การศึกษาระดับ 2 เขตการปกครอง ซึ่งผลการสุ่มในเขตพื้นที่การศึกษาที่ 1 ได้แก่ เขตดุสิต และ ภาษีเจริญ และเขตพื้นที่การศึกษาที่ 2 ได้แก่ เขตจตุจักร และบางกะปิ

1.3 สุ่มโรงเรียนในแต่ละเขตการปกครอง (Simple Random Sampling) เขตการปกครองละ 1 โรงเรียน ผลการสุ่มทำให้ได้โรงเรียนจำนวน 4 โรงเรียน ดังนี้ เขตดุสิต ได้แก่ โรงเรียนวัดน้อยนพคุณ เขตภาษีเจริญ ได้แก่ โรงเรียนจันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม เขตจตุจักร ได้แก่ โรงเรียนสารวิทยา และ เขตบางกะปิ ได้แก่ โรงเรียนบางกะปิ

1.4 สุ่มนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 (Simple Random Sampling) โรงเรียนละ 3 ห้องเรียน ดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 จำนวนกลุ่มตัวอย่าง (จำแนกตามเขตพื้นที่การศึกษา เขตการปกครอง และโรงเรียน)

เขตพื้นที่การศึกษา	เขตการปกครอง	โรงเรียน	จำนวนนักเรียน ชั้น ม. 2
1	ดุสิต	วัดน้อยนพคุณ	133
	ภาษีเจริญ	จันทร์ประดิษฐารามวิทยาคม	131
	รวมจำนวนนักเรียนในเขตพื้นที่การศึกษาที่ 1		264
2	จตุจักร	สารวิทยา	138
	บางกะปิ	บางกะปิ	136
	รวมจำนวนนักเรียนในเขตพื้นที่การศึกษาที่ 2		274
รวมจำนวนนักเรียนทั้งสิ้น		538 คน	

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้สำหรับการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้สำหรับการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของวัยรุ่น โดยการให้คำปรึกษากลุ่ม เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสารวิทยา ที่มีคะแนนความหวังทางการศึกษาจากคะแนนน้อยที่สุดขึ้นมา และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 16 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายโดยวิธีการจับฉลากเป็นคู่ตามคะแนนความหวังทางการศึกษา เพื่อกำหนดเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม จำนวน 2 กลุ่มๆ ละ 8 คน ซึ่งกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ในขณะที่กลุ่มควบคุมไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม

วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นเข้าร่วมกลุ่มทดลอง มีขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนความหวังทางการศึกษา โดยเรียงลำดับจากผู้ที่ได้คะแนนน้อยที่สุดขึ้นมาตามลำดับ จำนวน 16 คน
2. ผู้วิจัยนัดนักเรียนที่มีคะแนนระดับความหวัง จากผู้ที่ได้คะแนนน้อยที่สุดขึ้นมาตามลำดับ จำนวน 16 คน มาสัมภาษณ์ เพื่อสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลอง ทั้งนี้ นักเรียนทุกคนสมัครใจเข้าร่วมการให้คำปรึกษา
3. ผู้วิจัยสุ่มอย่างง่ายโดยวิธีการจับฉลากเป็นคู่ตามคะแนนความหวังทางการศึกษา เพื่อกำหนดเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวน 2 กลุ่มๆ ละ 8 คน ทั้งนี้ใช้เกณฑ์การกำหนดขนาดของสมาชิกในการให้คำปรึกษากลุ่ม ตามแนวคิดของ คอรัเร่ และ คอรัเร่ (Corey; & Corey. 2006: 116 – 117) ที่ว่า ขนาดของกลุ่มที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดควรมีสมาชิกจำนวน 8 คน และมีผู้นำกลุ่ม 1 คน เนื่องจากสมาชิกกลุ่มมีโอกาสที่จะมีส่วนร่วม มีปฏิสัมพันธ์ ตลอดจนก่อให้เกิดความรู้สึกกลมเกลียวภายในกลุ่มได้

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น
2. รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

1. ขั้นตอนการสร้างแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ในการสร้างแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ผู้วิจัยได้ดำเนินการ ดังนี้

1.1 การสัมภาษณ์ (Interview) มีขั้นตอน ดังนี้

ในการสัมภาษณ์ กลุ่มเป้าหมายที่รับการสัมภาษณ์ แบ่งเป็น 4 กลุ่ม คือ กลุ่มนักเรียน กลุ่มครู-อาจารย์ กลุ่มพ่อแม่-ผู้ปกครอง และกลุ่มนักจิตวิทยา โดยในแต่ละกลุ่มมีเป้าหมายในการสัมภาษณ์ ดังนี้

1. ในการสัมภาษณ์นักเรียน มีเป้าหมายเพื่อทราบความคิดเห็น และลักษณะของผู้ที่มีความหวังและความหวังทางการศึกษาจากนักเรียน ตลอดจนการให้ความหมายของความหวังและความหวังทางการศึกษาตามความคิดเห็นของนักเรียน ทั้งนี้ผู้วิจัยสัมภาษณ์นักเรียน จำนวน 15 คน

2. ในการสัมภาษณ์ครู-อาจารย์ มีเป้าหมายเพื่อทราบความคิดเห็น และลักษณะของผู้ที่มีความหวังและความหวังทางการศึกษาจากครูอาจารย์ ตลอดจนการให้ความหมายของความหวังและความหวังทางการศึกษาตามความคิดเห็นของครู-อาจารย์ ทั้งนี้ผู้วิจัยสัมภาษณ์ครู-อาจารย์ จำนวน 8 คน

3. ในการสัมภาษณ์พ่อแม่-ผู้ปกครอง มีเป้าหมายเพื่อทราบความคิดเห็น และลักษณะของผู้ที่มีความหวังและความหวังทางการศึกษาจากพ่อแม่-ผู้ปกครอง ตลอดจนการให้ความหมายของความหวังและความหวังทางการศึกษาตามความคิดเห็นของพ่อแม่-ผู้ปกครอง ทั้งนี้ผู้วิจัยสัมภาษณ์พ่อแม่-ผู้ปกครอง จำนวน 8 คน

4. ในการสัมภาษณ์นักจิตวิทยา มีเป้าหมายเพื่อทราบความคิดเห็น และลักษณะของผู้ที่มีความหวังและความหวังทางการศึกษาจากนักจิตวิทยา ตลอดจนการให้ความหมายของความหวังและความหวังทางการศึกษาตามความคิดเห็นของนักจิตวิทยา ทั้งนี้ผู้วิจัยสัมภาษณ์นักจิตวิทยาที่มีประสบการณ์ในการช่วยเหลือวัยรุ่น จำนวน 5 คน

1.2 แบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น มีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

1.2.1 ศึกษาเอกสาร ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความหวังของนักเรียน และประมวลสาระที่ได้จากการสัมภาษณ์ใน 4 กลุ่มเป้าหมาย คือ นักเรียน กลุ่มครู-อาจารย์ กลุ่มพ่อแม่-ผู้ปกครอง และกลุ่มนักจิตวิทยา มาดำเนินการสรุป แล้วเขียนนิยามศัพท์เฉพาะ

1.2.2 ดำเนินการสร้างแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นตามนิยามศัพท์เฉพาะ ซึ่งแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นแบบวัดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับ คือ จริงที่สุด ส่วนใหญ่จริง จริงปานกลาง จริงเพียงเล็กน้อย และไม่จริงเลย โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบเพียงระดับใดระดับหนึ่งที่ตรงกับผู้ตอบมากที่สุด ซึ่งแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีทั้งหมด 5 ด้าน รวมจำนวน 57 ข้อ

1.2.3 นำแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นที่ผู้วิจัยสร้างเสร็จแล้ว จำนวน 57 ข้อ ไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน ได้แก่ ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ รองศาสตราจารย์ ดร.กาญจนา ไชยพันธุ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิธิวัฒน์ เมฆขจร และ อาจารย์ ดร.นฤมล พระใหญ่ (ภาคผนวก ก) ตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นด้านความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) เพื่อดูความสอดคล้องของข้อความกับนิยามที่กำหนดไว้ จากนั้นคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Item - Objective Congruence : IOC) ที่มีค่าตั้งแต่ .5 ขึ้นไป โดยข้อคำถามทั้งหมดจำนวน 40 ข้อ ผ่านเกณฑ์ ทั้งนี้มีค่าดัชนีความสอดคล้องทั้งหมดนับอยู่ระหว่าง 0.6 – 1.0

แสดงใน (ภาคผนวก ข)

1.2.4 นำแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นที่ผ่านเกณฑ์จำนวน 40 ข้อ ไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2555 ของโรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี จำนวน 100 คน ทั้งนี้เป็นกลุ่มที่ไม่ได้ใช้ในการศึกษาจริง แต่มีความใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษา

1.2.5 นำข้อมูลที่ได้จากการทดลองใช้มาวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกของข้อคำถามเป็นรายข้อ โดยการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item-Total Correlation) และหาค่าความเชื่อมั่น โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ซึ่งผลการวิเคราะห์ข้อมูล เป็นดังนี้

1.2.5.1 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยใช้สูตรสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation) ซึ่งผู้วิจัยคัดเลือกเฉพาะข้อคำถามที่ค่าอำนาจจำแนก มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีค่าตั้งแต่ .2 ซึ่งมีข้อคำถามผ่านเกณฑ์จำนวน 39 ข้อ โดยมีค่าอำนาจจำแนกรายข้อ อยู่ระหว่าง .27 – .74 (ภาคผนวก ข)

1.2.5.2 ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha - Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .93

แบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

แบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น มีทั้งหมด 39 ข้อ แบ่งออกเป็น 5 ด้าน ดังนี้

1. ด้านเป้าหมายทางการศึกษา
2. ด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา
3. ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา
4. ด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา
5. ด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา

ตัวอย่างแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

คำชี้แจง: ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับนักเรียนมากที่สุด เพียงข้อละเครื่องหมายเดียว ซึ่งแบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้

ตาราง 3 ตัวอย่างแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ข้อความ	จริงที่สุด	ส่วนใหญ่จริง	จริงปานกลาง	จริงเพียงเล็กน้อย	ไม่จริงเลย
ด้านเป้าหมายทางการศึกษา					
0 ฉันคาดว่าจะสอบผ่านทุกรายวิชาที่เรียนในเทอมนี้					
00 ฉันต้องการมีผลการเรียนที่ดีขึ้นกว่าเดิม					
000 ฉันคิดว่าฉันจะได้เกรดเฉลี่ยอยู่ในระดับดี					
เมื่อจบการศึกษา					
ด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา					
0 ฉันทบทวนบทเรียนทุกครั้งหลังเลิกเรียน					
00 เมื่อไม่เข้าใจบทเรียน ฉันจะอ่านหนังสือเพิ่มมากขึ้น					
000 ฉันแสวงหาความรู้เพิ่มเติมนอกเหนือบทเรียน					
ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา					
0 ฉันมุ่งมั่นในการเรียนเพื่อความสำเร็จในอนาคต					
00 แม้ว่าบทเรียนจะยากสักเพียงใด ฉันจะตั้งใจทำความเข้าใจให้มากที่สุด					
000 ฉันเตรียมตัวให้พร้อมเพื่อเข้าเรียนในสาขาที่ตัวเองใฝ่ฝัน					
ด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา					
0 ขณะนี้ฉันรู้สึกพึงพอใจในผลการเรียนของตนเอง					
00 ฉันสามารถเรียนได้เป็นอันดับต้นๆ ของห้อง					
000 ในการสอบแข่งขันทางวิชาการ ฉันไม่ด้อยกว่าคนอื่น					
ด้านความพยายามอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา					
0 ฉันไม่รู้ว่าจะมีวิธีการใดที่จะทำให้ฉันเรียนดีขึ้นได้					
00 เมื่อฉันเจอปัญหาในการเรียน ฉันไม่รู้ว่าจะแก้ปัญหานั้นอย่างไร					
000 ฉันรู้สึกกระสับกระส่ายทุกครั้งที่อยู่ในห้องเรียน เพราะอยากให้หมดเวลาเรียนเร็วๆ					

เกณฑ์การให้คะแนน

เกณฑ์การให้คะแนน กำหนดไว้ 2 ลักษณะ คือ ข้อความทางบวก และข้อความทางลบ ดังนี้

ข้อความ	จริงที่สุด	ส่วนใหญ่จริง	จริงปานกลาง	จริงเพียงเล็กน้อย	ไม่จริงเลย
ข้อความทางบวก	5	4	3	2	1
ข้อความทางลบ	1	2	3	4	5

เกณฑ์การแปลผล

เกณฑ์การแปลความหมายคะแนนความหวังทางการศึกษา มีดังนี้ (วิเชียร เกตุสิงห์. 2538: 9)

- 4.50 – 5.00 หมายถึง นักเรียนวัยรุ่นมีความหวังทางการศึกษาในระดับสูงมาก
- 3.50 – 4.49 หมายถึง นักเรียนวัยรุ่นมีความหวังทางการศึกษาในระดับสูง
- 2.50 – 3.49 หมายถึง นักเรียนวัยรุ่นมีความหวังทางการศึกษาในระดับปานกลาง
- 1.50 – 2.49 หมายถึง นักเรียนวัยรุ่นมีความหวังทางการศึกษาในระดับน้อย
- 1.00 – 1.49 หมายถึง นักเรียนวัยรุ่นมีความหวังทางการศึกษาในระดับน้อยมาก

1.2.6 นำแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ไปสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 560 คน เพื่อนำมาใช้แสดงหลักฐานความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง ด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบ

2. ขั้นตอนการสร้างรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

ในการสร้างรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ผู้วิจัยดำเนินการ ดังนี้

1. นำองค์ประกอบที่ได้จากการศึกษามาเป็นกรอบแนวคิดในการสร้างรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา
2. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยวิธีการให้คำปรึกษากลุ่ม
3. ดำเนินการสร้างรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยบูรณาการเทคนิคต่างๆของทฤษฎีการให้คำปรึกษาให้สอดคล้องกับตัวแปรตาม นิยามศัพท์เฉพาะ และจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาที่ใช้ในแต่ละครั้ง โดยมีรายละเอียดดังนี้

3.1 การนำแนวคิด ทฤษฎีต่างๆ ของการให้คำปรึกษามาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ผู้วิจัยนำแนวคิดทฤษฎีของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการรู้คิด การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า มาประยุกต์ใช้โดยสอดคล้องกับการเสริมสร้างความหวัง ดังนี้

3.1.1 การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการรู้คิด

ผู้วิจัยได้ใช้การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการรู้คิด ซึ่งมีรูปแบบที่สอดคล้องกับการเสริมสร้างความหวัง ทั้งนี้กระบวนการของการตั้งเป้าหมายเชิงปฏิบัติการที่ชัดเจนของความหวังนั้นเป็นธรรมชาติของการบำบัดแบบพฤติกรรมการรู้คิด นอกจากนี้ผู้รับบริการที่รักษาด้วยการบำบัดแบบพฤติกรรมการรู้คิด จะได้สัมผัสกับแรงกระตุ้น (agency) และความคิดแบบประมวลผลที่ค่อยๆ เพิ่มขึ้น ซึ่งการที่จะทำให้เกิดความหวังได้นั้น ต้องทำให้เกิดทั้งแรงกระตุ้นและความคิดแบบประมวลผล ลักษณะของการบำบัดแบบพฤติกรรมการรู้คิดจึงสามารถกระตุ้นให้เกิดความหวังได้ (Snyder. 2000: 112 – 113)

3.1.2 การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส

ผู้วิจัยใช้การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส เนื่องจากมีรูปแบบที่มุ่งให้ผู้รับบริการได้เรียนรู้ถึงวิธีสร้างวิถีทางหรือทางเลือกที่จะไปสู่เป้าหมาย ทั้งนี้ผู้บำบัดแบบโซลูชัน-โฟกัส จะส่งเสริมความหวังใหม่ด้วยการสะท้อนและสนับสนุนความสามารถของผู้รับบริการในการทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและหาวิธีการแก้ปัญหาที่ได้ผล ด้วยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเป็นการสร้างมุมมองที่มีความหวัง โดยตระหนักถึงความสามารถของตนเองที่สามารถแก้ปัญหาและไปสู่เป้าหมายที่ตนปรารถนาได้ (Snyder. 1994: 158 – 162)

3.1.3 การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า

ผู้วิจัยใช้การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า เนื่องจากการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า มุ่งเน้นให้ผู้รับคำปรึกษามองชีวิตในมุมมองที่หลากหลาย โดยหาทางเลือกที่เป็นไปได้สำหรับตนเองที่ จะสามารถทำได้ แทนที่จะมองในแง่ลบเดียว ผ่านการเล่าเรื่องราวที่ชอบ ซึ่งเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ และแสดงถึงเอกลักษณ์แห่งตน จึงมีความสอดคล้องกับรูปแบบของความหวัง ซึ่งองค์ประกอบหนึ่งคือ การสร้างแนวทางต่างๆ ที่เป็นไปได้สำหรับตน และด้วยการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า สนับสนุนให้ ผู้รับคำปรึกษาสำรวจประสบการณ์ในเชิงอัตนัย โดยสำรวจความหวัง ความต้องการ และเป้าหมายจึง ทำให้การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า เป็นวิธีการที่เป็นที่เหมาะสมในการเสริมสร้างความหวังทางด้านการศึกษาของวัยรุ่น (Goldenberg; & Goldenberg. 2008: 367 – 368)

3.2 การนำเทคนิคต่างๆของการให้คำปรึกษามาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ผู้วิจัยนำเทคนิคต่างๆ ของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการรู้คิด การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า มาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาในแต่ละองค์ประกอบ ดังนี้

3.2.1 ด้านเป้าหมายทางการศึกษา

เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา

ผู้วิจัยใช้วิธีการฉายสิ่งที่เกิดขึ้นในขณะนี้ไปสู่อนาคตอีก 10 ปีข้างหน้า เพื่อลดความสำคัญของปัญหา ซึ่งเป็นเทคนิคหนึ่งของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมมารู้คิดใช้เทคนิคคำถามหัตถ์จรรยา จากการให้คำปรึกษาแบบโซลูชั่น-โฟกัส และใช้เทคนิคการปรับแนวคิดให้อยู่บนทางสายกลาง เพื่อลดอิทธิพลของความคิดที่เป็นไปไม่ได้ จากการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมมารู้คิด

เป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา

ผู้วิจัยใช้วิธีการสร้างจินตนาการของสมาชิกกลุ่มเพื่อกระตุ้นความคิดและความรู้สึกใหม่ เมื่อเป้าหมายที่ตนต้องการนั้นบรรลุผล และใช้วิธีการติดข้อความหรือความคิดทางบวกในตำแหน่งที่เห็นชัดเจน ตามเทคนิคทางพฤติกรรมของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมมารู้คิด นอกจากนี้ใช้วิธีการให้สมาชิกกลุ่มระบุข้อดีข้อเสียของการเป็นผู้ขาดเป้าหมายหรือไม่มีการตั้งเป้าหมายทางการศึกษา ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เล็งเห็นความสำคัญของการตั้งเป้าหมาย ตามเทคนิคทางความคิดของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมมารู้คิด

3.2.2 ด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา

ผู้วิจัยใช้รูปแบบการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่าเป็นหลัก เนื่องจากการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า มีจุดมุ่งหมายเพื่อสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษามองชีวิตในมุมมองที่หลากหลาย โดยหา ทางเลือกที่เป็นไปได้สำหรับตนเท่าที่จะสามารถหาได้ แทนที่จะมองในแง่ลบเดียว ผ่านการเล่าเรื่องราวที่ชอบ ซึ่งเกี่ยวข้องกับประสบการณ์และแสดงถึงเอกลักษณ์แห่งตน ทั้งนี้การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า จึงเป็นวิธีการที่มุ่งพัฒนาทางเลือก โดยทำให้ผู้รับคำปรึกษาเป็นอิสระจากเรื่องราวที่เป็นปัญหา ทั้งนี้ใช้เทคนิคการแสวงหาผลลัพธ์ที่เป็นลักษณะเฉพาะ ซึ่งเป็นการพิจารณาปัญหา โดยผู้วิจัยจะรับฟังสมาชิกถึงหนทางที่จะเป็นไปได้ ตลอดจนมีส่วนร่วมในบทสนทนาที่เกี่ยวข้องกับเรื่องราวที่สร้างขึ้นใหม่ เพื่อนำไปสู่การพัฒนาทางเลือกอีกทางเลือกหนึ่ง และใช้เทคนิคการร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือก โดยเป็นเทคนิคที่ต่อเนื่องจากการที่สมาชิกรับรู้ถึงเรื่องราวที่เป็นปัญหา ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ส่งเสริมให้สมาชิกกลุ่มได้ตรวจสอบปัญหา สมาชิกกลุ่มก็อาจจะเริ่มรับรู้ถึงความเป็นไปได้อื่นๆ มากขึ้น ทั้งนี้การเล่าเรื่องราวที่ชอบหรือมีพลัง ตลอดจนกล่าวถึงผลลัพธ์ที่เป็นเอกลักษณ์ อาจทำให้เรื่องราวทางเลือกในอนาคตมีความเข้มแข็ง ดังนั้นผู้วิจัยจะสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มเล่าแล้วเล่าอีกในเรื่องราวที่ตนเองชอบ รวมทั้งทำเรื่องราวเหล่านั้นให้ชัดเจนมากขึ้น นอกจากนี้ใช้เทคนิคข้อมูลย้อนกลับของผู้ให้คำปรึกษาสำหรับสมาชิกกลุ่ม ซึ่งการให้ข้อมูลย้อนกลับที่เป็นพื้นฐาน คือ การชมเชย การเชื่อมต่อ และการเสนอแนะภารกิจ โดยการชมเชยเป็นการรับรองว่าสมาชิกกำลังดำเนินการเพื่อไปสู่คำตอบที่มีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เป็นเหมือนการสนับสนุนและสร้างความหวังของสมาชิกให้สามารถบรรลุเป้าหมายของตนด้วยความเข้มแข็ง

3.2.3 ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา

ผู้วิจัยใช้เทคนิคทางพฤติกรรมตามรูปแบบการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมมารู้คิด ซึ่งกำหนดให้มีกิจกรรมที่สร้างความตื่นตัวแก่สมาชิกกลุ่ม เกิดการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ที่น่าสนใจ

รู้สึกสนุก ซึ่งจะช่วยยกระดับอารมณ์และมีความคิดที่ปลอดโปร่งขึ้น เมื่อสมาชิกยังมีความรู้สึกวิตกกังวลอยู่นอกจากนั้นใช้เทคนิคการพูดกับตนเองหลายๆ ครั้งในแต่ละวันถึงความคิดทางบวกหรือความคิดเป็นประโยชน์ต่อตนเอง และใช้การติดข้อความ หรือความคิดทางบวกที่ตนมีในตำแหน่งที่สามารถเห็นได้ชัดเจน โดยข้อความเหล่านั้น เป็นข้อความที่สมาชิกแต่ละคนกำหนดขึ้น ซึ่งแสดงถึงความพร้อมหรือความมุ่งมั่นในการดำเนินการต่างๆ ตามแนวทางที่ตนได้ตั้งไว้

3.2.4 ด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา

ผู้วิจัยใช้เทคนิคคำถามการจัดระดับ เป็นเทคนิคหนึ่งของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคคำถามจัดระดับ เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจอารมณ์ความรู้สึกของตน โดยระดับความรู้สึกในการเข้ากลุ่มครั้งแรกกับปัจจุบัน ถึงแม้ว่าระดับความรู้สึกจะสูงขึ้นเพียงเล็กน้อย แต่ก็เป็นการช่วยให้สมาชิกได้ใส่ใจกับสิ่งที่ตนกำลังกระทำอยู่ รวมทั้งให้สมาชิกได้พิจารณาว่าจะไปสู่ระดับที่สูงขึ้นได้อย่างไร ทั้งนี้เพื่อเป็นการสร้างความเชื่อมั่นต่อการกระทำของตน และใช้เทคนิคคำถามมหัศจรรย์ ซึ่งเป็นเทคนิคของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส เช่นกัน โดยเป็นเทคนิคที่ผู้วิจัยสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มได้จินตนาการถึงความสำเร็จของตนเพื่อให้เกิดความรู้สึกเชื่อมั่นต่อเป้าหมายที่ตนได้ตั้งไว้ ตลอดจนรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงเมื่อตนเองประสบความสำเร็จ ทั้งนี้ผู้วิจัยใช้คำถามว่า “ถ้าหากปาฏิหาริย์เกิดขึ้น โดยคุณสามารถฝ่าฟันปัญหาต่างๆ และคุณประสบความสำเร็จ บรรลุเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ อะไรคือสิ่งที่จะแตกต่างไปจากชีวิตของคุณ และคุณจะรู้สึกอย่างไร” ซึ่งสมาชิกจะได้แสดงวิสัยทัศน์ถึงสิ่งที่สามารถเกิดขึ้นเมื่อปัญหาหมดไป นอกจากนี้ใช้เทคนิคมิตรภาพในการบำบัด ซึ่งเป็นเทคนิคหนึ่งของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้สนับสนุนซึ่งกันและกัน ตลอดจนเสริมสร้างทักษะของกลุ่มในการเปลี่ยนแปลงการนำเสนอเกี่ยวกับปัญหาของตน

3.2.5 ด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา

ในการเสริมสร้างความพยายามที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ผู้วิจัยสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาคาดคะเนถึงปัญหาอุปสรรคที่อาจจะเกิดขึ้นได้ ซึ่งถือเป็นบทบาทหนึ่งของผู้ให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการรู้คิด และใช้เทคนิคการร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือก ซึ่งเป็นเทคนิคหนึ่งของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า โดยเป็นเทคนิคที่ต่อเนื่องจากการที่ผู้รับคำปรึกษาได้รับรู้ถึงเรื่องราวที่เป็นปัญหาซึ่งมีอิทธิพลต่อตน โดยขณะที่การบรรยายได้ส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตรวจสอบปัญหา ผู้รับคำปรึกษาก็อาจจะเริ่มรับรู้ถึงความเป็นไปได้อื่นๆ ที่มากขึ้น รวมทั้งใช้เทคนิคคำถามข้อยกเว้น ซึ่งเป็นเทคนิคหนึ่งของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส โดยเป็นการใช้คำถามที่นำสมาชิกสู่สถานะที่ไม่มีปัญหาอีกต่อไป ทั้งนี้นำประสบการณ์ในอดีตของสมาชิกมาพิจารณาว่าเหตุใดปัญหาจึงไม่เกิดขึ้น ซึ่งการสำรวจดังกล่าวเป็นการเตือนให้สมาชิกเล็งเห็นว่าปัญหาไม่ใช่ไม่มีทางแก้ โดยในการถามคำถาม ผู้ให้คำปรึกษากลุ่มจะกล่าวถึงสิ่งที่เป็นข้อยกเว้นของสมาชิกที่เคยเกิดขึ้น ดังนั้นข้อยกเว้นจึงเป็นสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นได้จริงภายนอกบริบทของปัญหา ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับการสนับสนุนให้เปลี่ยนความเชื่อที่ว่าตนไม่สามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตได้ โดยผู้ให้คำปรึกษาอาจให้ผู้รับคำปรึกษากล่าวถึงช่วงเวลาที่คุณรู้สึกดีเมื่อสิ่งต่างๆ ดำเนินไปในทางที่ดีและเมื่อปัญหาต่างๆ ได้คลี่คลาย รวมทั้งวิธีการแก้ปัญหามีความชัดเจน

และเป็นไปได้สำหรับตน ทั้งนี้หน้าที่หลักของผู้ให้คำปรึกษาคือ การแนะนำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายใต้ทางเลือกของตน ตามแนวทางที่ผู้รับคำปรึกษาระบุว่า เคยได้ผลมาก่อน

สำหรับการเสริมสร้างความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ผู้วิจัยใช้เทคนิคการใช้คำถามในการบำบัด ซึ่งเป็นเทคนิคหนึ่งของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า โดยการตั้งคำถามของผู้ให้คำปรึกษาจะนำไปสู่สิ่งที่สมาชิกกำลังประสบอยู่ ทั้งนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะขอให้สมาชิกบรรยายถึงเรื่องราวที่เป็นปัญหา และบ่อยครั้งที่การตั้งคำถามจะสัมพันธ์เชื่อมโยงสู่เรื่องราวใหม่ๆ และใช้เทคนิคทางพฤติกรรมตามรูปแบบการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรฐจิต โดยใช้การอ่านชีวประวัติของผู้ที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวกับปัญหา ซึ่งเรื่องราวนั้น อาจสอดคล้องกับผู้รับคำปรึกษา ทั้งนี้ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับความคิด นอกจากนั้นใช้เทคนิคแบบแผน จดหมายและมิตรภาพในการบำบัด ซึ่งเป็นเทคนิคหนึ่งของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า ทั้งนี้ในส่วนของเทคนิคมิตรภาพในการบำบัด จะส่งเสริมให้สมาชิกสนับสนุนซึ่งกันและกัน ตลอดจนเสริมสร้างทักษะของกลุ่ม เพื่อที่จะสนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการนำเสนอเกี่ยวกับปัญหา

3.3 ขั้นตอนของการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

การให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น แต่ละครึ่ง ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม มีการสร้างบรรยากาศให้นักเรียนเกิดความคุ้นเคย ไว้วางใจ เข้าใจ และยอมรับซึ่งกันและกัน สร้างข้อตกลงร่วมกันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และในขั้นนี้สมาชิกในกลุ่มจะได้ทำการประเมินตนเอง (Self - Assessment) และสำรวจความคาดหวังในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม

ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่ม เป็นขั้นตอนที่ผู้ให้คำปรึกษาสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาสำรวจเรื่องราวที่เป็นปัญหาของผู้รับคำปรึกษา เพื่อเกิดความเข้าใจในปัญหาของตนตลอดจนสามารถพิจารณาหาแนวทางต่างๆในการแก้ปัญหา และตัดสินใจเลือกแนวทางที่เหมาะสมและวางแผนปฏิบัติเพื่อแก้ปัญหาสำหรับตนได้ ทั้งนี้ในขั้นของการดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่ม มีการประยุกต์ทฤษฎีและเทคนิคต่างๆ ของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรฐจิต การให้คำปรึกษาแบบโซลูชั่น-โฟกัส และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า

ขั้นยุติการให้คำปรึกษา เป็นขั้นตอนสุดท้ายของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม แต่ละครึ่ง โดยเป็นการสรุปเนื้อหาสาระของการเข้าร่วมกลุ่มในครั้งนั้นๆ โดยอาจให้ผู้ให้คำปรึกษา หรือสมาชิกในกลุ่มร่วมกันสรุปก็ได้ ตลอดจนเปิดโอกาสในการซักถามในประเด็นต่างๆ และให้ข้อมูลย้อนกลับระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่ม และสมาชิกกลุ่มด้วยกันมีการให้การบ้านหรืองานบางอย่างที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

4. นำรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาที่สร้างขึ้น ไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 6 ท่าน ได้แก่ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรพิน สติรมน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิธิวัฒน์ เมฆขจร อาจารย์ ดร.ธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน อาจารย์ ดร.นฤมล พระใหญ่ และ อาจารย์ ดร.อาดัม นีละไพจิตร (ภาคผนวก ก) ตรวจสอบและประเมินความชัดเจนของ รูปแบบและกิจกรรมที่ใช้ ตลอดจนประเมินความเหมาะสมตามวัตถุประสงค์ จากนั้นผู้วิจัยนำมาปรับปรุง แก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

5. นำรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาที่ได้แก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนลาดปลาเค้าพิทยาคม ซึ่งมีลักษณะ คล้ายกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 8 คน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมเกี่ยวกับลำดับขั้นตอน ระยะเวลา เนื้อหา ตลอดจนหาข้อบกพร่องที่เกิดขึ้นระหว่างการทดลอง จากนั้นปรับปรุงแก้ไข ก่อนนำไปใช้จริง

6. นำรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาที่ปรับปรุงแก้ไข แล้ว ไปดำเนินการให้คำปรึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 8 คน โดยมีการให้คำปรึกษากลุ่ม สัปดาห์ละ 2 ครั้งๆ ละ 60 นาที รวมทั้งสิ้น 10 ครั้ง เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ซึ่งกลุ่มควบคุมจะไม่ได้รับ การให้คำปรึกษาใดๆ

7. ภายหลังจากเสร็จสิ้นการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม ในครั้งที่ 10 ผู้วิจัยนำแบบสอบถาม ความหวังทางการศึกษาของวัยรุ่นให้นักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ตอบแบบสอบถามความหวัง ทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นอีกครั้ง เพื่อนำมาเป็นข้อมูลหลังการทดลอง

8. ภายหลังจากทดลองเป็นระยะเวลา 1 เดือน ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม ความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นอีกครั้ง เพื่อใช้เป็นข้อมูลในระยะเวลาหลังการติดตามผล

9. นำผลที่ได้จากแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ทั้งก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล มาวิเคราะห์และสรุปผล

การดำเนินการวิจัย

1. การศึกษาความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

1.1 นำแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 39 ข้อ ไปเก็บข้อมูล กับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 560 คน ซึ่งเป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2555 ของโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา ในกรุงเทพมหานคร ทั้งนี้ได้แก่ โรงเรียนวัดน้อยนพคุณ โรงเรียน จันทรประดิษฐารามวิทยาลัย โรงเรียนสารวิทยา และโรงเรียนบางกะปิ

1.2 นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาในข้อที่ 1.1 ไปวิเคราะห์ องค์ประกอบ เพื่อแสดงหลักฐานความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบสอบถามความหวังทางการศึกษา ของนักเรียนวัยรุ่น

2. การดำเนินการทดลองใช้รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

ในการดำเนินการทดลองรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ผู้วิจัยได้ดำเนินการ ดังนี้

2.1 แบบแผนการทดลอง

การทดลองครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลอง โดยใช้แบบแผนการทดลอง แบบ Randomized Pretest Posttest Follow-up Design (Rausch; Maxwell; & Kelly. 2003: 467 – 486) ซึ่งมีแบบแผนการทดลอง ดังแสดงใน ตาราง 4

ตาราง 4 แบบแผนการทดลองจากการใช้ Randomized Pretest Posttest Follow-up Design

กลุ่ม	สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง	ติดตามผล
ER	O ₁	X	O ₂	O ₃
CR	O ₁	-	O ₂	O ₃

ความหมายของสัญลักษณ์ มีดังนี้

- E แทน กลุ่มทดลอง (Experimental Group)
- C แทน กลุ่มควบคุม (Control Group)
- R แทน การกำหนดกลุ่มตัวอย่างแบบสุ่ม (Random Assignment)
- O₁ แทน การสอบก่อนที่จะจัดกระทำทดลอง (Pretest)
- O₂ แทน การสอบหลังจากที่จะจัดกระทำทดลอง (Posttest)
- O₃ แทน การสอบหลังจากจัดกระทำทดลองเป็นเวลา 1 เดือน
- X แทน การจัดกระทำ (Treatment) โดยรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม

แบบแผนการทดลองประยุกต์ใช้ Randomized Pretest Posttest Follow-up Design จัดเป็นแบบแผนการทดลองที่ออกแบบให้มีการวัดทั้งหมด 3 ครั้ง ได้แก่ วัดก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล โดยมีวิธีดำเนินการทดลอง ดังนี้

1. สุ่มอย่างง่ายโดยวิธีการจับฉลากเป็นคู่ตามคะแนนความหวังทางการศึกษา เพื่อกำหนดเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวน 2 กลุ่มๆ ละ 8 คน โดยทั้งสองกลุ่ม มีคะแนนจากแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาน้อยที่สุดขึ้นมา จำนวน 16 คน ซึ่งใช้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง t (Pretest) ทั้งนี้กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาในขณะที่กลุ่มควบคุมไม่ได้รับการให้คำปรึกษาใดๆ

2. หลังการได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 10 ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทำแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาอีกครั้ง เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

3. หลังจากกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 10 เป็นเวลา 1 เดือน ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทำแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาอีกครั้ง เป็นคะแนน หลังการติดตามผล (Follow up)

2.2 วิธีดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษากับนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 ของโรงเรียน สารวิทยา ทั้งนี้ในการดำเนินการทดลองแบ่งเป็น 4 ระยะ คือ

2.2.1 ระยะก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนความหวังทางการศึกษาจากผู้ที่ได้คะแนน น้อยที่สุดขึ้นมา จำนวนทั้งสิ้น 16 คน แล้วสัมภาษณ์เพื่อสอบถามความสมัครใจในการเข้ารับการให้ คำปรึกษากลุ่ม โดยเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 8 คน ในขณะที่กลุ่มควบคุม จำนวน 8 คน ไม่ได้รับการให้ คำปรึกษากลุ่ม

ในช่วงก่อนดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่ม ผู้วิจัยไม่ได้วัดระดับความหวังทางการศึกษา ของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างได้วัดระดับความหวังทางการศึกษาในขั้นตอนของ การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเพื่อมาเข้ากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวัง จึงนำคะแนนจากการวัดดังกล่าวเป็น คะแนนความหวังทางการศึกษาก่อนการทดลอง (Pretest)

2.2.2 ระยะการทดลอง

ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 8 คน โดยใช้การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้น เป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ ในระหว่างวันที่ 10 มกราคม 2556 ถึง 14 กุมภาพันธ์ 2556 ดังแสดงในตาราง 5

ตาราง 5 ระยะเวลาในการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของกลุ่มทดลอง

ครั้งที่	สัปดาห์ที่	วัน เดือน ปี	หัวเรื่องที่เน้น
1	1	10 มกราคม 2556	ปฐมนิเทศ
2	2	14 มกราคม 2556	รูปแบบความหวังทางการศึกษา
3	2	17 มกราคม 2556	เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา
4	3	21 มกราคม 2556	การตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา
5	3	24 มกราคม 2556	วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา
6	4	28 มกราคม 2556	ความตั้งใจที่จะไปสู่เป้าหมาย
7	4	31 มกราคม 2556	ความเชื่อมั่นที่จะไปสู่เป้าหมาย
8	5	4 กุมภาพันธ์ 2556	ความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย
9	5	7 กุมภาพันธ์ 2556	ความอดทนที่จะบรรลุเป้าหมาย
10	6	14 กุมภาพันธ์ 2556	ปัจฉิมนิเทศ

รายละเอียดของรูปแบบการให้คำปรึกษา แสดงใน ภาคผนวก ก และสำหรับกลุ่มควบคุม นั้น ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มใดๆ เพื่อนำมาเปรียบเทียบกับผลที่ได้จากการทดลอง

2.2.3 ระยะเวลาหลังการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการวัดระดับความหวังทางการศึกษาของนักเรียนที่เป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม จำนวน 16 คน อีกครั้งหนึ่ง ภายหลังจากเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มของกลุ่มทดลอง ครบทั้ง 10 ครั้งแล้ว โดยใช้คะแนนจากการวัดดังกล่าวเป็นคะแนนภายหลังการทดลอง (Posttest)

2.2.4 ระยะเวลาหลังการติดตามผล

ภายหลังจากทดลอง 1 เดือน ผู้วิจัยดำเนินการติดตามผลการทดลองจากทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยให้ทั้ง 2 กลุ่ม ตอบแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของวัยรุ่นอีกครั้งหนึ่ง เพื่อเป็นคะแนนหลังการติดตามผล (Follow up)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย การศึกษาและพัฒนา รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การศึกษาความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

1.1 ติดต่อบัณฑิตวิทยาลัย เพื่อทำหนังสือขออนุญาตผู้บริหารโรงเรียนเก็บข้อมูลจากนักเรียน และครู อาจารย์ รวมทั้งขอความร่วมมือเก็บข้อมูลจากพ่อแม่ ผู้ปกครองของนักเรียน

1.2 เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง โดยมีขั้นตอน ดังนี้

1.2.1 สัมภาษณ์นักเรียน ครูอาจารย์ ผู้ปกครอง และนักจิตวิทยา จำนวน 36 คน เพื่อดูลักษณะและองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

1.2.2 นำแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 100 คน เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามรายข้อ และความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ

1.2.3 นำแบบสอบถามลักษณะของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นฉบับสมบูรณ์ ที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพในข้อ 1.2.2 ไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 560 คน ทั้งนี้ได้แบบสอบถามที่สมบูรณ์ จำนวน 538 คน คิดเป็นร้อยละ 96.07 จากนั้นนำมาวิเคราะห์องค์ประกอบ เพื่อแสดงหลักฐานความเชื่อมั่น หลักฐานความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบ สอบถาม โดยผู้วิจัยได้แบ่งตัวอย่างออกเป็นสองส่วนอย่างสุ่ม กลุ่มละร้อยละ 50 โดยกลุ่มแรกใช้ในการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจเพื่อสำรวจองค์ประกอบความหวังทางการศึกษา และกลุ่มที่สองใช้ในการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันเพื่อตรวจสอบความสอดคล้องขององค์ประกอบที่ได้กับข้อมูลเชิงประจักษ์

2. การเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น โดยใช้การให้คำปรึกษากลุ่ม

2.1 ติดต่อบัณฑิตวิทยาลัย เพื่อทำหนังสือขออนุญาตผู้บริหารโรงเรียนเก็บข้อมูล และนัดหมายวัน เวลา

2.2 ผู้วิจัยดำเนินการพิจารณาคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนระดับความหวังทางการศึกษา ที่ได้คะแนนน้อยที่สุดขึ้นมา จำนวน 16 คน ทั้งนี้มีความสมัครใจเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม จากนั้นผู้วิจัยทำการสุ่มอย่างง่ายโดยวิธีการจับฉลากเป็นคู่ตามคะแนนความหวังทางการศึกษา เพื่อกำหนดเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน

2.3 ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยนำรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นไป ใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง ในขณะที่กลุ่มควบคุมไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มใดๆ

2.4 ผู้วิจัยดำเนินการหลังจากยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยให้ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นอีกครั้ง เพื่อนำมาเป็นข้อมูลหลังการทดลอง

2.5 ภายหลังยุติการทดลอง ผู้วิจัยไม่มีการให้คำปรึกษากลุ่มใดๆแก่กลุ่มตัวอย่าง ทั้งที่เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เป็นระยะเวลา 1 เดือน เพื่อติดตามผล จากนั้นผู้วิจัยนัดกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมให้มาตอบแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาอีกครั้ง เพื่อเป็นข้อมูลในระยะหลังการติดตามผล

2.6 วิเคราะห์ระดับความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น หลังจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยเปรียบเทียบผลก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์สถิติพื้นฐาน หาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือวัด และเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล นอกจากนี้ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง เพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความหวังทางการศึกษา

2. วิเคราะห์เพื่อตรวจสอบคุณภาพของแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

2.1 วิเคราะห์ค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของข้อความแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น โดยใช้สูตรคำนวณค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อความกับนิยามศัพท์ (Item-Objective Congruence : IOC) (Rovinelli; & Hambleton. 1976: 1 - 37)

2.2 วิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น โดยใช้สูตรสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation : r_{xy}) (Onwuegbuzie; & Daniel. 1999: 1 - 58)

2.3 วิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น โดยรวมของแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของวัยรุ่น โดยการแสดงความสัมพันธ์ของคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (ที่หักคะแนนข้อนั้นออก) ใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha -Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) (Cronbach. 1951: 297 - 334)

3. วิเคราะห์ค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ดังนี้

3.1 การวิเคราะห์องค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของวัยรุ่น โดยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (An Exploratory Factor Analysis)

3.2 การวิเคราะห์องค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของวัยรุ่น เพื่อตรวจสอบค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง โดยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (A Confirmatory Factor Analysis)

4. วิเคราะห์เปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ดังนี้

4.1 วิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล ของกลุ่มทดลอง

4.2 วิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

การวิเคราะห์ข้อมูลในขั้นนี้ ผู้วิจัยได้ตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การแจกแจงปกติของกลุ่มตัวอย่าง และเนื่องจากการแจกแจงของคะแนนรวมความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นโดยรวมและรายองค์ประกอบ มีการแจกแจงไม่เป็นโค้งปกติ ผู้วิจัยจึงเลือกใช้สถิติ

นอนพารามेटริก (Nonparametric) ในการทดสอบ ซึ่งในการทดสอบความแตกต่างภายในกลุ่ม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล ผู้วิจัยใช้การทดสอบ วิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched-pairs Signed-rank Test) ส่วนการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทั้งโดยรวม และรายองค์ประกอบ ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล ผู้วิจัยใช้การทดสอบ แมน-วิทนี (The Mann-Whitney U Test)



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ในการวิเคราะห์และการแปลผล

การวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลความหมายของผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยกำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

n	แทน	จำนวนนักเรียนวัยรุ่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง
Min	แทน	ค่าต่ำสุด
Max	แทน	ค่าสูงสุด
M	แทน	ค่าเฉลี่ย (Mean)
SD	แทน	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
P	แทน	ค่าความน่าจะเป็นในการทดสอบสมมติฐาน (Probability)
B	แทน	ค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐาน (Factor Loading)
SE	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (Standard Error)
R ²	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์พยากรณ์ (Coefficient of Determination)
χ^2	แทน	ค่าสถิติไค-สแควร์ (Chi-square)
df	แทน	องศาของควมอิสระ
SRMR	แทน	ดัชนีรากของกำลังสองเฉลี่ยของเศษในรูปคะแนนมาตรฐาน (Standardized Root Meansquare Residual)
RMSEA	แทน	ดัชนีรากที่สองของความคลาดเคลื่อนในการประมาณค่า (Root Mean Square Error of Approximation)
CFI	แทน	ดัชนีวัดระดับความเหมาะสมพอดีเชิงเปรียบเทียบ (Comparative Fit Index)
TLI	แทน	ค่าดัชนีของ Tucker-Lewis
GOALS	แทน	เป้าหมายทางการศึกษา
PATHWA	แทน	วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา
AGENCY	แทน	ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา
CONFID	แทน	ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา
EFFTOL	แทน	ความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา
HOPE	แทน	ความหวังทางการศึกษา

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งออกเป็น 4 ตอน ตามลำดับ ดังนี้

ตอนที่ 1 การศึกษาลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

1. จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามความหวังทางการศึกษา จำแนกตามเพศ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (เกรดเฉลี่ยสะสม)
2. ค่าสถิติพื้นฐานของความหวังทางการศึกษาในภาพรวมและรายองค์ประกอบของนักเรียนวัยรุ่น

ตอนที่ 2 การศึกษาองค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

1. การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น
2. การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ตอนที่ 3 ผลของการใช้รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

1. การเสนอผลการสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มทั้งหมด 10 ครั้ง
2. การสรุปทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มที่ใช้ในการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ตอนที่ 4 การเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

ผู้วิจัยนำเสนอ โดยแบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้

1. การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยความหวังทางการศึกษาในภาพรวมและรายองค์ประกอบของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม
2. การเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังติดตามผล
3. การเปรียบเทียบระดับความหวังทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

ตอนที่ 1 การศึกษาลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

1. จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามความหวังทางการศึกษา จำแนกตามเพศ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (เกรดเฉลี่ยสะสม)

ผู้วิจัยนำข้อมูลจากแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิเคราะห์องค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นมาวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละ โดยจำแนกตามเพศ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (เกรดเฉลี่ยสะสม) ดังแสดงใน ตาราง 6

ตาราง 6 จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง โดยจำแนกตามเพศ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (เกรดเฉลี่ยสะสม)

ข้อมูล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	251	46.7
หญิง	287	53.3
รวม	538	100

2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (เกรดเฉลี่ยสะสม)		
3.00 – 4.00	317	58.9
2.00 – 2.99	201	37.4
0.01 – 1.99	20	3.7
รวม	538	100

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 6 พบว่า กลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 2 จำนวน 538 คน เป็นนักเรียนชายจำนวน 251 คน คิดเป็นร้อยละ 46.7 และเป็นนักเรียนหญิงจำนวน 287 คน คิดเป็นร้อยละ 53.3 มีเกรดเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 3.00 – 4.00 จำนวน 317 คน คิดเป็นร้อยละ 58.9 เกรดเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 2.00 – 2.99 จำนวน 201 คน คิดเป็นร้อยละ 37.4 และเกรดเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 0.01 – 1.99 จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 3.7

2. ค่าสถิติพื้นฐานของความหวังทางการศึกษาในภาพรวมและรายด้านของนักเรียนวัยรุ่น
 ผู้วิจัยนำข้อมูลจากแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นมาวิเคราะห์
 ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าต่ำสุด (Min) ค่าสูงสุด (Max) ค่าเฉลี่ย (M) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)
 ดังแสดงใน ตาราง 7

ตาราง 7 ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความหวังทางการศึกษาของ
 นักเรียนวัยรุ่น

องค์ประกอบ	ตัวบ่งชี้	K	Min	Max	M	SD	ระดับความหวัง ทางการศึกษา
GOALS (เป้าหมายทางการศึกษา)		3	1.00	5.00	3.87	0.82	สูง
	goals1	1	1.00	5.00	3.57	0.99	สูง
	goals2	1	1.00	5.00	3.92	0.89	สูง
	goals3	1	1.00	5.00	4.13	1.12	สูง
PATHWA (วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมาย ทางการศึกษา)		8	1.00	5.00	2.90	0.77	ปานกลาง
	pathway1	4	1.00	5.00	2.99	0.75	ปานกลาง
	pathway2	3	1.00	5.00	2.93	0.84	ปานกลาง
	pathway3	1	1.00	5.00	2.79	1.12	ปานกลาง
AGENCY (ความตั้งใจที่จะบรรลุ เป้าหมายทางการศึกษา)		14	1.00	5.00	3.92	0.64	สูง
	agency1	6	1.00	5.00	4.04	0.72	สูง
	agency2	4	1.00	5.00	4.06	0.70	สูง
	agency3	3	1.00	5.00	3.91	0.75	สูง
	agency4	1	1.00	5.00	3.69	1.12	สูง
CONFID (ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุ เป้าหมายทางการศึกษา)		3	1.00	5.00	3.01	0.89	ปานกลาง
	confid	1	1.00	5.00	3.42	1.15	ปานกลาง
	confid	1	1.00	5.00	2.82	1.25	ปานกลาง
	confid	1	1.00	5.00	2.77	1.05	ปานกลาง
EFFTOL (ความพยายามและอดทน ที่จะบรรลุเป้าหมาย ทางการศึกษา)		11	1.00	5.00	3.80	0.76	สูง
	efftol	6	1.00	5.00	4.00	0.77	สูง
	efftol	2	1.00	5.00	3.64	0.97	สูง
	efftol	3	1.00	5.00	3.76	0.88	สูง
HOPE (ความหวังทางการศึกษา)	(n = 538)	39	1.00	5.00	3.50	0.53	สูง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 7 พบว่า คะแนนความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น โดยรวมอยู่ในระดับสูง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.50 และเมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยในรายองค์ประกอบ พบว่า อยู่ในระดับสูง 3 องค์ประกอบ คือ ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($M = 3.92$) เป้าหมายทางการศึกษา ($M = 3.87$) และความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($M = 3.80$) ตามลำดับ และองค์ประกอบที่มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลางมี 2 องค์ประกอบ คือ ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($M = 3.01$) และวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($M = 2.90$) ส่วนคะแนนเฉลี่ยของตัวชี้วัดความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นตามองค์ประกอบย่อยทั้งหมด มีค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 2.77 – 4.13 ซึ่งอยู่ตั้งแต่ระดับปานกลางจนถึงระดับสูง

ตอนที่ 2 การศึกษาองค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

2.1 วิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นว่ามีทั้งหมด กี่องค์ประกอบ อะไรบ้าง และใช้เหตุผลในการอธิบายความหมายขององค์ประกอบ

2.1.1 การตรวจสอบข้อมูลเบื้องต้นก่อนการวิเคราะห์องค์ประกอบ โดยผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบข้อมูลโดยภาพรวม ก่อนที่จะทำการวิเคราะห์องค์ประกอบว่าข้อมูลที่ได้มานั้นมีความสัมพันธ์กันอย่างไร เพียงพอต่อการวิเคราะห์องค์ประกอบหรือไม่ โดยพิจารณาค่าความเหมาะสมของข้อมูล คือ ค่าสถิติของ ไคเซอร์-เมเยอร์-โอลคิน (Kaiser-Meyer-Olkin measure of sampling adequacy : KMO) และ ค่าสถิติของบาร์ทเลทท์ (Bartlett's Test of Sphericity) ดังตาราง 8

ตาราง 8 ค่าสถิติของไคเซอร์-เมเยอร์-โอลคิน (KMO) และค่าสถิติของบาร์ทเลทท์ (Bartlett's Test of Sphericity) ของตัวแปรความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ค่าสถิติของไคเซอร์-เมเยอร์-โอลคิน	ค่าสถิติของบาร์ทเลทท์		
	ค่าสถิติไค-สแควร์ (χ^2)	df	p-value
.865	1986.393	120	.000

จากตาราง 8 พบว่า ค่าสถิติของไคเซอร์-เมเยอร์-โอลคิน (KMO) มีค่าเท่ากับ .865 ซึ่งมีค่ามากกว่า .80 (Kim; & Mueller. 1978) แสดงว่า ข้อมูลทั้งหมดและตัวแปรต่างๆ ที่ศึกษาครั้งนี้มีความสัมพันธ์กันดีมาก สามารถนำมาวิเคราะห์องค์ประกอบได้ และจากค่าสถิติของบาร์ทเลทท์ (Bartlett's Test of Sphericity) พบว่า ค่าสถิติไค-สแควร์ (χ^2) ที่ใช้ในการทดสอบนัยสำคัญเท่ากับ 1986.393 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 แสดงว่า เมตริกซ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรที่นำมาศึกษาครั้งนี้มีความสัมพันธ์กัน ดังนั้น เมตริกซ์สหสัมพันธ์จึงเหมาะสมที่จะใช้ในการวิเคราะห์องค์ประกอบได้ต่อไป

2.1.2 การสกัดองค์ประกอบ ผู้วิจัยได้ทำการสกัดองค์ประกอบ ด้วยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบร่วม (Common Factor Analysis) แบบ Principal Axis Factoring ผู้วิจัยใช้วิธีการหมุนแกนตั้งฉาก (Orthogonal Rotation) ด้วยวิธีแวนิแมกซ์ (Varimax Method) เพื่อให้ได้องค์ประกอบเฉพาะ ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ พบว่า ได้องค์ประกอบทั้งหมด 5 องค์ประกอบ ซึ่งข้อคำถามในแต่ละองค์ประกอบนั้นลงตัวพอดีกับองค์ประกอบทั้ง 5 องค์ประกอบ มีพิสัยของค่าไอเกนอยู่ระหว่าง .891 – 5.801 และมีค่าความแปรปรวนสะสมร้อยละ 69.09 ดังตาราง 9

ตาราง 9 จำนวนองค์ประกอบ ค่าไอเกน ค่าร้อยละของความแปรปรวน และค่าร้อยละของความแปรปรวนสะสมในแต่ละองค์ประกอบของตัวแปรความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

องค์ประกอบ	ค่าไอเกน	ค่าร้อยละของความแปรปรวน	ค่าร้อยละของความแปรปรวนสะสม
1	5.801	36.259	36.259
2	2.233	13.957	50.216
3	1.147	7.166	57.382
4	.983	6.142	63.524
5	.891	5.566	69.090

2.1.3 การหมุนแกนองค์ประกอบ และอธิบายความหมายขององค์ประกอบ ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการหมุนแกนองค์ประกอบ เพื่อให้ตัวแปรแต่ละตัวมีลักษณะที่ชัดเจนมากขึ้น โดยใช้วิธีการการหมุนแกนแบบมุมฉาก (Orthogonal Rotation) ด้วยวิธีแวนิแมกซ์ (Varimax Method) ดังตาราง 10

ตาราง 10 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นน ภายหลังจากการหมุนแกนแบบมุมฉาก (Orthogonal Rotation) ด้วยวิธีเวริแมกซ์ (Varimax Method)

ข้อที่	ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ				
	1	2	3	4	5
goals1	.202	.156	.190	.224	.695
goals2	.393	.113	.212	.197	.469
goals3	.301	.276	.203	.139	.414
pathwa	.305	-.008	.738	.367	.117
pathwa	.292	.077	.735	.168	.260
pathwa	.315	.009	.524	.159	.143
agency1	.813	.102	.331	.150	.143
agency2	.686	.182	.367	.214	.199
agency3	.735	.065	.165	.264	.164
agency4	.244	.047	.098	.096	.112
confid	.173	.068	.041	.518	.072
confid	.134	-.010	.252	.639	.194
confid	.200	-.061	.270	.571	.125
efftol1	.095	.878	-.009	-.044	.085
efftol2	.080	.709	.070	-.069	.207
efftol3	.075	.729	.002	.130	.007

จากตาราง 10 พบว่า ค่าน้ำหนักองค์ประกอบภายหลังจากการหมุนแกนแบบมุมฉาก (Orthogonal Rotation) ด้วยวิธีเวริแมกซ์ (Varimax Method) สามารถอธิบายถึงองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นน ได้ทั้งหมด 5 องค์ประกอบ

เมื่อพิจารณาจากตาราง 9 และตาราง 10 สามารถอธิบายความหมายขององค์ประกอบทั้ง 5 องค์ประกอบ ได้ ดังนี้

องค์ประกอบที่ 1 มี 4 ตัวชี้วัด คือ 1) การมีความมุ่งมั่นในการกำหนดวิธีการเรียนของตน มี 6 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 12, 13, 14, 15, 16 และ 17 2) การคิดที่จะปฏิบัติตามแนวทางเพื่อให้การเรียนดีขึ้น มี 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 18, 19, 20 และ 21 3) การรู้สึกถึงความพร้อมที่จะลงมือปฏิบัติตามแนวทาง

ต่างๆ มี 3 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 22, 23 และ 24 และ 4) การมุ่งมั่นค้นหาความถนัดของตน มี 1 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 25 ซึ่งองค์ประกอบที่ 1 นี้มีค่าไอเกนเท่ากับ 5.801 มีพิสัยของค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .244 – .813 และเมื่อพิจารณาข้อความโดยรวม จะเป็นข้อความที่เกี่ยวกับการมีความมุ่งมั่นในการกำหนดวิธีการเรียน การคิดริเริ่มที่จะปฏิบัติตามแนวทาง และความรู้สึกร่วมที่จะลงมือปฏิบัติตามแนวทางที่ตั้งไว้ จึงเรียกองค์ประกอบนี้ว่า ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา (Agency)

องค์ประกอบที่ 2 มี 3 ตัวชี้วัด คือ 1) ความสามารถในการคิดหาวิธีการอื่นๆ ที่จะทำให้ผลการเรียนของตนดีขึ้น มี 6 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 29, 30, 31, 32, 33 และ 34 2) การคิดหาวิธีการอื่นเมื่อวิธีการที่คิดไว้อาจไม่ประสบความสำเร็จ มี 2 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 35 และ 36 และ 3) การไม่ย่อท้อเมื่อต้องเจอกับอุปสรรคต่างๆ ในการเรียนซึ่งมีผลต่อเป้าหมายที่ตั้งไว้ มี 3 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 37, 38 และ 39 ซึ่งองค์ประกอบที่ 2 นี้ มีค่าไอเกนเท่ากับ 2.233 มีพิสัยของค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .524 – .738 และเมื่อพิจารณาข้อความโดยรวม จะเป็นข้อความที่เกี่ยวกับความสามารถในการคิดหาวิธีการอื่นๆ ที่จะทำให้ผลการเรียนดี และหากวิธีการที่คิดจะไม่สำเร็จ และความไม่ย่อท้อเมื่อเจออุปสรรคต่างๆ ในการเรียน จึงเรียกองค์ประกอบนี้ว่า ความพยายาม และอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา (Effort and Tolerance)

องค์ประกอบที่ 3 มี 3 ตัวชี้วัด คือ 1) การทบทวนบทเรียนทั้งที่เข้าใจและไม่เข้าใจ มี 4 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 4, 5, 6 และ 7 2) การแสวงหาความรู้เพิ่มเติมนอกเหนือจากในชั้นเรียน มี 3 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 8, 9 และ 10 และ 3) การเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ส่งเสริมทางด้านการศึกษา มี 1 ข้อ คือ ข้อที่ 11 ซึ่งองค์ประกอบที่ 3 นี้มีค่าไอเกนเท่ากับ 1.147 มีพิสัยของค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .524 – .738 และเมื่อพิจารณาข้อความโดยรวม จะเป็นข้อความที่เกี่ยวกับการทบทวนบทเรียน การอ่านหนังสือทุกวัน การแสวงหาความรู้เพิ่มเติมนอกเหนือบทเรียน และการคิดว่าจะสอบชิงทุนต่างๆ จึงเรียกองค์ประกอบนี้ว่า วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา (Pathways)

องค์ประกอบที่ 4 มี 3 ตัวชี้วัด คือ 1) ความพึงพอใจในผลเรียนของตน 2) ความภาคภูมิใจในการเรียนขณะอยู่ในชั้นเรียน และ 3) ความภาคภูมิใจในการเรียนของตน เมื่อเทียบกับผู้อื่น โดยที่แต่ละตัวชี้วัดมี 1 ข้อคำถาม คือ ข้อที่ 26, 27 และ 28 ตามลำดับ ซึ่งองค์ประกอบที่ 4 มีค่าไอเกนเท่ากับ .983 มีพิสัยของค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .518 – .639 และเมื่อพิจารณาข้อความโดยรวม จะเป็นข้อความที่เกี่ยวกับความรู้สึกพึงพอใจในผลการเรียนของตน ความสามารถในเรียนและสอบแข่งขันทางวิชาการกับผู้อื่น จึงเรียกองค์ประกอบนี้ว่า ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา (Confidence)

องค์ประกอบที่ 5 มี 3 ตัวชี้วัด คือ 1) การคิดถึงการสอนผ่าน 2) การมีผลการเรียนในรายวิชาต่างๆ และเกรดเฉลี่ยที่ดี และ 3) การได้เรียนต่อในระดับที่สูงขึ้น โดยที่แต่ละตัวชี้วัดมี 1 ข้อคำถาม คือ ข้อที่ 1, 2 และ 3 ตามลำดับ ซึ่งองค์ประกอบที่ 5 มีค่าไอเกนเท่ากับ .891 มีพิสัยของค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .414 – .695 และเมื่อพิจารณาข้อความโดยรวมจะเป็นข้อความที่เกี่ยวกับการคิดการสอนที่ผ่าน การมีผลการเรียนที่ดี และการได้เรียนต่อในระดับที่สูงขึ้น จึงเรียกองค์ประกอบนี้ว่า เป้าหมายทางการศึกษา (Goals)

2.2 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

องค์ประกอบเชิงยืนยัน ผู้วิจัยมีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ ว่าคะแนนความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ โดยทำการวิเคราะห์และแสดงผลการวิเคราะห์ ตามลำดับดังนี้

2.2.1 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร

สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ขององค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น 5 องค์ประกอบ โดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient) ดังตาราง 11

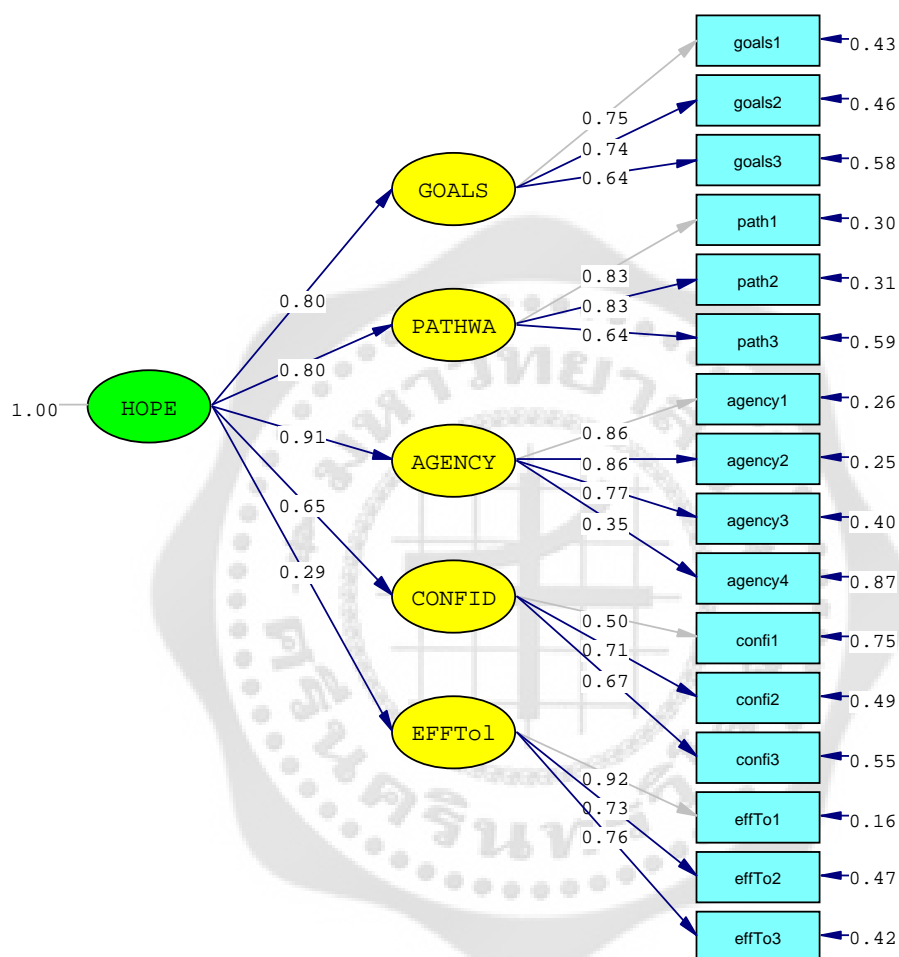


ตาราง 11 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวชี้วัดขององค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ตัวชี้วัด	goals1	goals2	goals3	pathwa1	pathwa2	pathwa3	agency1	agency2	agency3	agency4	confid1	confid2	confid3	efftol1	efftol2	efftol3
goals1																
goals2	.642**															
goals3	.524**	.477**														
pathwa1	.314**	.291**	.256**													
pathwa2	.330**	.300**	.342**	.640**												
pathwa3	.265**	.235**	.255**	.541**	.521**											
agency1	.468**	.455**	.526**	.450**	.519**	.339**										
agency2	.470**	.454**	.471**	.498**	.514**	.289**	.726**									
agency3	.430**	.403**	.476**	.433**	.429**	.290**	.624**	.656**								
agency4	.170**	.128*	.218**	.301**	.321**	.158*	.351**	.316**	.366**							
confid1	.132*	.204**	.116	.252**	.220**	.110	.222**	.341**	.293**	.148*						
confid2	.283**	.265**	.131*	.343**	.263**	.278**	.239**	.199**	.256**	.169**	.374**					
confid3	.301**	.249**	0.096	.416**	.315**	.327**	.267**	.247**	.285**	.197**	.290**	.457**				
efftol1	.245**	.204**	.314**	-.002	.093	.049	.304**	.344**	.203**	.117	.077	-.033	-.115			
efftol2	.327**	.256**	.327**	-.006	.061	.090	.195**	.252**	.175**	.135*	.035	.049	.002	.684**		
efftol3	.191**	.166**	.238**	.087	.084	.041	.299**	.326**	.198**	.044	.069	-.018	-.112	.756**	.573**	1

(RMSEA) และค่าดัชนีเชิงเปรียบเทียบ (NFI) (Sarlis, Satorra; & van der Veld. 2009; Joreskog, G.; & Karl, Sorbom Dag. 1993)

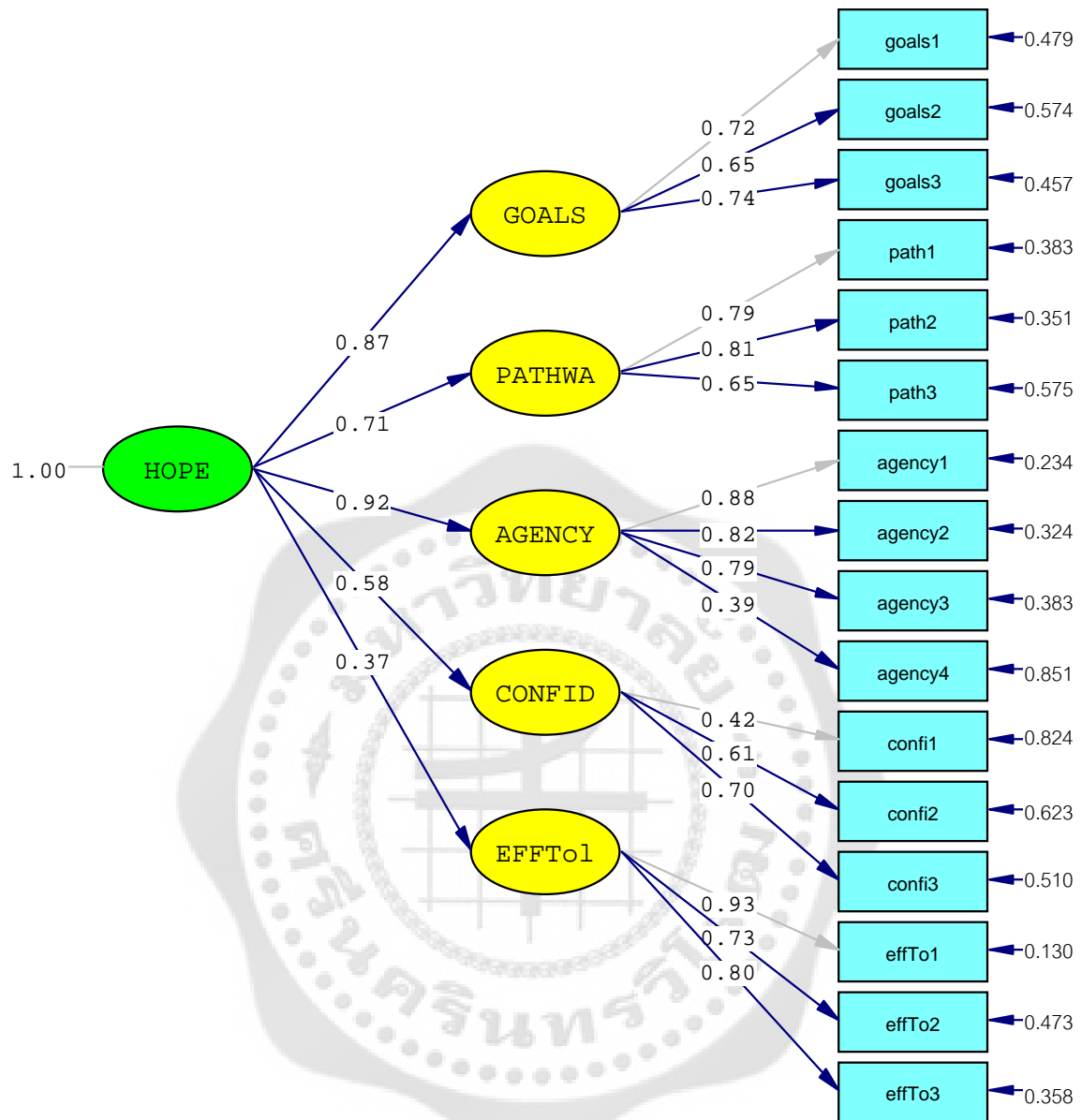
ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่สอง พบว่า การวิเคราะห์ครั้งแรก โมเดล ไม่สอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ค่าไค-สแควร์ (Chi-Square) เท่ากับ 334.58 ค่า $p < .01$ มี องศาของควมอิสระ (df) เท่ากับ 99 และ RMSEA = 0.067 ดังภาพประกอบ 7



Chi-Square=334.58, df=99, P-value=0.00000, RMSEA=0.067

ภาพประกอบ 3 โมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่สองขององค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ก่อนปรับโมเดล

ผู้วิจัยจึงปรับโมเดลตามดัชนีชี้วัด (Modification Indices) และค่าพารามิเตอร์ที่คาดว่า จะเปลี่ยนแปลงทางสถิติ (EPC) (Sarlis, Satorra; & van der Veld. 2009) ทำให้ได้โมเดลที่มีความสอดคล้องกลมกลืน ดังแสดงผลการวิเคราะห์ในตาราง 12



Chi-Square=71.42, df=67, P-value=0.33327, RMSEA=0.016

ภาพประกอบ 4 โมเดลการวิเคราะห์หองค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่สองขององค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น หลังปรับโมเดล

ตาราง 12 ค่าดัชนีทดสอบโมเดลการวิเคราะห์หึ่งค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่สองขององค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ดัชนีบ่งชี้ความเหมาะสมพอดี	ค่าดัชนี	เกณฑ์	ผลบ่งชี้
1. ค่าสถิติไค-สแควร์ (Chi-square)	71.418	*	*
2. ค่าสถิติไค-สแควร์สัมพัทธ์ (Relative Chi-square: Chi-square/DF)	1.066	น้อยกว่า 2	เหมาะสมดี
3. ดัชนีวัดระดับความเหมาะสมพอดีเชิงเปรียบเทียบ (CFI)	0.999	CFI > 0.90	เหมาะสมดี
4. ดัชนี Goodness of Fit Index (GFI)	0.967	GFI > 0.90	เหมาะสมดี
5. ดัชนี Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI)	0.932	AGFI > 0.90	ยอมรับได้
6. ดัชนีรากของกำลังสองเฉลี่ยของความคลาดเคลื่อนเฉลี่ย (RMSEA)	0.016	RMSEA < 0.05	เหมาะสมดี
7. ดัชนีรากของกำลังสองเฉลี่ยของเศษในรูปคะแนนมาตรฐาน (SRMR)	0.045	SRMR < 0.05	เหมาะสมดี

* ใช้ MLR (Robust Maximum Likelihood) ในการประมาณค่าพารามิเตอร์เนื่องจากข้อมูลไม่เป็น multivariate normality ดังนั้น สถิติไค-สแควร์ จึงไม่สามารถใช้ในการตรวจสอบโมเดลได้ และสถิติไค-สแควร์ ไรต์ต่อกลุ่มตัวอย่างขนาดใหญ่

จากตาราง 12 ผลการวิเคราะห์หึ่งค์ประกอบอันดับที่สองได้ที่ปรับโมเดลแล้ว พบว่า ค่าไค-สแควร์ เท่ากับ 71.418 ค่า $p < 0.333$ การพิจารณาความสอดคล้องกลมกลืนจากค่าไค-สแควร์ แสดงถึงโมเดล และข้อมูลเชิงประจักษ์แสดงว่าโมเดลและข้อมูลเชิงประจักษ์ มีความสอดคล้องกลมกลืนกัน (นงลักษณ์ วิรัชชัย, 2542) และเมื่อพิจารณาจากค่าอื่นๆ ร่วมด้วย คือ Chi-square/df ควรมีค่าน้อยกว่า 2 ค่า CFI GFI และ AGFI ควรมีค่ามากกว่า 0.90 ค่า RMSEA ควรมีค่าน้อยกว่า 0.05 ค่า Standardized RMR (SRMR) ควรมีค่าน้อยกว่า 0.05 (Bollen, 1989; Diamantopoulos; & Siguaw, 2000) จากค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดลโดยรวมดังกล่าว แสดงว่า โมเดลองค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์

ตาราง 13 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ (B) ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (SE) ค่าการทดสอบ นัยสำคัญทางสถิติ (t) และค่าสัมประสิทธิ์พหุการณ (R²) ของตัวชี้วัดขององค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

องค์ประกอบ	ตัวชี้วัด	น้ำหนักองค์ประกอบ (B)	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (SE)	ค่าทดสอบนัยสำคัญ (t)	สัมประสิทธิ์พหุการณ (R ²)
1. เป้าหมายทางการศึกษา	goals1	0.722			0.521
	goals2	0.653	0.066	9.908	0.426
	goals3	0.737	0.080	9.271	0.543
2. วิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	pathwa1	0.785			0.617
	pathwa2	0.805	0.069	11.612	0.649
	pathwa3	0.652	0.066	9.869	0.425
3. ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	agency1	0.875			0.766
	agency2	0.822	0.056	14.650	0.676
	agency3	0.785	0.059	13.402	0.617
	agency4	0.386	0.063	6.102	0.149
4. ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	confid1	0.420			0.176
	confid2	0.614	0.112	5.456	0.377
	confid3	0.700	0.161	4.300	0.490
5. ความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	efftol1	0.933			0.870
	efftol2	0.726	0.054	13.213	0.527
	efftol3	0.801	0.055	14.582	0.642

จากตาราง 13 ตัวชี้วัดขององค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 0.386 ถึง 0.933 และแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ทุกตัวชี้วัด เมื่อพิจารณาในแต่ละองค์ประกอบย่อยสามารถอธิบาย ได้ดังนี้

ตัวชี้วัดในองค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 0.653 ถึง 0.737 ตัวชี้วัดที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานมากที่สุดคือ goals3 (การได้เรียนต่อในระดับที่สูงขึ้น) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐาน เท่ากับ 0.737 รองลงมา คือ goals1 (การคิดถึงการสอบผ่าน) และ goals2 (การมีผลการเรียนในรายวิชาต่างๆ และเกรดเฉลี่ยที่ดี) โดยมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.722 และ 0.653 ตามลำดับ

ตัวชี้วัดในองค์ประกอบด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 0.652 ถึง 0.805 ตัวชี้วัดที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานมากที่สุด คือ pathwa2 (การแสวงหาความรู้เพิ่มเติมนอกเหนือ จากในชั้นเรียน) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.805 รองลงมา คือ pathwa1 (การทบทวนบทเรียนทั้งที่เข้าใจและไม่เข้าใจ) และ pathwa3 (การเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ส่งเสริมทางด้านการศึกษา) โดยมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.785 และ 0.652 ตามลำดับ

ตัวชี้วัดในองค์ประกอบด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 0.386 ถึง 0.875 ตัวชี้วัดที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานมากที่สุด คือ agency1 (การมีความมุ่งมั่นในการกำหนดวิธีการเรียนของตน) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.875 รองลงมา คือ agency2 (การคิดที่จะปฏิบัติตามแนวทางเพื่อให้การเรียนดีขึ้น) agency3 (การรู้สึกถึงความพร้อมที่จะลงมือปฏิบัติตามแนวทางต่างๆ) และ agency4 (การมุ่งมั่นค้นหาความถนัดของตน) โดยมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.822, 0.785 และ 0.386 ตามลำดับ

ตัวชี้วัดในองค์ประกอบด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 0.420 ถึง 0.700 ตัวชี้วัดที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานมากที่สุด คือ confid3 (ความภาคภูมิใจในการเรียนของตน เมื่อเทียบกับผู้อื่น) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.700 รองลงมา คือ confid2 (ความภาคภูมิใจในการเรียนขณะอยู่ในชั้นเรียน) และ confid1 (ความพึงพอใจในผลเรียนของตน) โดยมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.614 และ 0.420 ตามลำดับ

ตัวชี้วัดในองค์ประกอบด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 0.726 ถึง 0.933 ตัวชี้วัดที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานมากที่สุด คือ efftol1 (ความสามารถในการคิดหาวิธีการอื่นๆ ที่จะทำให้ผลการเรียนของตนดีขึ้น) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ .933 รองลงมา คือ efftol3 (การไม่ย่อท้อเมื่อต้องเจอกับอุปสรรคต่างๆ ในการเรียนซึ่งมีผลต่อเป้าหมายที่ตั้งไว้) และ efftol2 (การคิดหาวิธีการอื่นเมื่อวิธีการที่คิดไว้อาจไม่ประสบความสำเร็จ) โดยมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.801 และ 0.726 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาความแปรผันของตัวชี้วัดแต่ละองค์ประกอบ พบว่า ตัวชี้วัดในองค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษา ตัวชี้วัด goals3 (การได้เรียนต่อในระดับที่สูงขึ้น) มีความแปรผันร่วมกับองค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษาได้มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 54.3 รองลงมา คือ ตัวชี้วัด goals1 (การคิดถึงการสอบผ่าน) และ goals2 (การมีผลการเรียนในรายวิชาต่างๆ และเกรดเฉลี่ยที่ดี) มีความแปรผันร่วมกับองค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษาคิดเป็นร้อยละ 52.1 และ 42.6 ตามลำดับ

ตัวชี้วัดในองค์ประกอบด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ตัวชี้วัด pathwa2 (การแสวงหาความรู้เพิ่มเติมนอกเหนือจากในชั้นเรียน) มีความแปรผันร่วมกับองค์ประกอบด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาได้มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 64.9 รองลงมา คือ ตัวชี้วัด pathwa1

(การทบทวนบทเรียนทั้งที่เข้าใจและไม่เข้าใจ) และ pathwa3 (การเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ส่งเสริมทางด้านการศึกษา) มีความแปรผันร่วมกับองค์ประกอบด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา คิดเป็นร้อยละ 61.7 และ 42.5 ตามลำดับ

ตัวชี้วัดในองค์ประกอบด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ตัวชี้วัด gency1 (การมีความมุ่งมั่นในการกำหนดวิธีการเรียนของตน) มีความแปรผันร่วมกับองค์ประกอบด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาได้มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 76.6 รองลงมา คือตัวชี้วัด agency2 (การคิดริเริ่มที่จะปฏิบัติตามแนวทางเพื่อให้การเรียนดีขึ้น) agency3 (การรู้สึกถึงความพร้อมที่จะลงมือปฏิบัติตามแนวทางต่างๆ) และ agency4 (การมุ่งมั่นค้นหาความถนัดของตน) มีความแปรผันร่วมกับองค์ประกอบด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา คิดเป็นร้อยละ 67.6, 61.7 และ 14.9 ตามลำดับ

ตัวชี้วัดในองค์ประกอบด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ตัวชี้วัด confid3 (ความภาคภูมิใจในการเรียนของตนเมื่อเทียบกับผู้อื่น) มีความแปรผันร่วมกับองค์ประกอบด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาได้มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 49.6 รองลงมา คือตัวชี้วัด confid2 (ความภาคภูมิใจในการเรียนขณะอยู่ในชั้นเรียน) และ confid1 (ความพึงพอใจในผลเรียนของตน) มีความแปรผันร่วมกับองค์ประกอบด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา คิดเป็นร้อยละ 37.7 และ 17.6 ตามลำดับ

ตัวชี้วัดในองค์ประกอบด้านความพยายาม และอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ตัวชี้วัด efftol1 (ความสามารถในการคิดหาวิธีการอื่นๆที่จะทำให้ผลการเรียนของตนดีขึ้น) มีความแปรผันร่วมกับองค์ประกอบด้านความพยายามที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาได้มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 87.0 รองลงมา คือ ตัวชี้วัด efftol3 (การไม่ย่อท้อเมื่อต้องเจอกับอุปสรรคต่างๆ ในการเรียนซึ่งมีผลต่อเป้าหมายที่ตั้งไว้) และ efftol2 (การคิดหาวิธีการอื่นเมื่อวิธีการที่คิดไว้อาจไม่ประสบความสำเร็จ) มีความแปรผันร่วมกับองค์ประกอบด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา คิดเป็นร้อยละ 64.2 และ 52.7 ตามลำดับ

ตาราง 14 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันในองค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียน
วัยรุ่น

องค์ประกอบ	GOALS PATHWA AGENCY CONFID EFFTOL			
1. เป้าหมายทางการศึกษา				
2. วิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	0. 621			
3. ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	0. 799	0. 654		
4. ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	0. 502	0. 410	0. 528	
5. ความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมาย ทางการศึกษา	0. 326	0. 267	0. 343	0. 215

จากตาราง 14 พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันในองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นในภาพรวมมีค่าอยู่ระหว่าง 0.215 ถึง 0.799 และมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ทุกคู่ โดยพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษากับองค์ประกอบด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าสูงที่สุด คือ 0.799 รองลงมา คือ องค์ประกอบด้านวิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษากับองค์ประกอบด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา เท่ากับ 0.654 องค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษากับวิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา เท่ากับ 0.621 องค์ประกอบด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษากับความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา เท่ากับ 0.528 องค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษากับความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา เท่ากับ 0.502 องค์ประกอบด้านวิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษากับความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา เท่ากับ 0.410 องค์ประกอบด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษากับความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา เท่ากับ 0.343 องค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษากับความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา เท่ากับ 0.326 องค์ประกอบด้านวิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษากับความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา เท่ากับ 0.267 องค์ประกอบด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษากับความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา เท่ากับ 0.215 ตามลำดับ

ตาราง 15 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ (B) ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (SE) ค่าการทดสอบ นัยสำคัญทางสถิติ (t) และค่าสัมประสิทธิ์พยากรณ์ (R^2) ขององค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

องค์ประกอบ	น้ำหนัก องค์ประกอบ (B)	ความคลาดเคลื่อน มาตรฐาน (SE)	ค่าทดสอบ นัยสำคัญ (t)	สัมประสิทธิ์ พยากรณ์ (R^2)
1. เป้าหมายทางการศึกษา	0.872	0.087	10.073	0.760
2. วิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมาย ทางการศึกษา	0.713	0.076	9.427	0.508
3. ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมาย ทางการศึกษา	0.917	0.067	13.714	0.841
4. ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมาย ทางการศึกษา	0.576	0.131	4.388	0.331
5. ความพยายามและอดทนที่จะ บรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	0.374	0.069	5.391	0.140

จากตาราง 15 องค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นในการวิเคราะห์องค์ประกอบอันดับที่สอง พบว่า มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 0.374 ถึง 0.917 โดยพบว่า องค์ประกอบที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานมากที่สุดคือ องค์ประกอบด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐาน เท่ากับ 0.917 รองลงมา คือ องค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษา องค์ประกอบด้านวิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา องค์ประกอบด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และองค์ประกอบด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐาน เท่ากับ 0.872, 0.713, 0.576 และ 0.374 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาความแปรผันร่วมกับองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นพบว่า องค์ประกอบด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีการแปรผันร่วมกับองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นสูงที่สุด คิดเป็นร้อยละ 84.1 รองลงมาคือ องค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษา องค์ประกอบด้านวิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา องค์ประกอบด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และองค์ประกอบด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา คิดเป็นร้อยละ 76.0, 50.8, 33.1 และ 14.0 ตามลำดับ

ตอนที่ 3 ผลของการใช้รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

1. การเสนอผลการสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มทั้งหมด 10 ครั้ง

ในการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ผู้วิจัยสรุปให้เห็นถึงกระบวนการในการให้คำปรึกษากลุ่ม การประยุกต์ใช้แนวคิดทฤษฎีและเทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ทั้งนี้ได้แก่ การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมมารู้คิด การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า ซึ่งมีความสอดคล้องกับการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ประกอบด้วยการให้คำปรึกษากลุ่มทั้งหมด 10 ครั้งๆ ละ 60 นาที ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการให้คำปรึกษาสัปดาห์ละ 2 ครั้ง เป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ โดยขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ประกอบไปด้วย 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา และขั้นยุติการให้คำปรึกษา สำหรับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาในแต่ละครั้งสามารถสรุปและเสนอผลการสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ได้ดังนี้

ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศ

ในการปฐมนิเทศ มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับสมาชิกกลุ่ม และระหว่างสมาชิกกลุ่มด้วยกัน ให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม และความสำคัญของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม รวมทั้งให้สมาชิกทราบถึงบทบาทหน้าที่ของผู้วิจัยและสมาชิกกลุ่ม และระยะเวลาในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ตลอดจนสร้างข้อตกลงในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยให้ความสำคัญกับการรักษาความลับของสมาชิกในกลุ่ม

ในการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ 1 (การปฐมนิเทศ) ก่อนการดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่ม ผู้วิจัยแนะนำตนเองและให้สมาชิกแต่ละคนได้แนะนำตัวเอง ตลอดจนชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาแก่สมาชิกกลุ่ม ได้แก่ วัตถุประสงค์ ความสำคัญของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม บทบาทหน้าที่ของผู้วิจัยและสมาชิกกลุ่ม ระยะเวลาในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม รวมทั้งสร้างข้อตกลงร่วมกันในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม จากนั้นผู้วิจัยสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มเกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกัน โดยให้สมาชิกแต่ละคนได้เล่าถึงเรื่องราวของตนเอง จากนั้นร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้รับจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ทั้งนี้ในกระบวนการของการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยใช้ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษา เช่น การฟัง การถาม การสรุปความ เป็นต้น

ในการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียนทั้ง 8 คน ซึ่งเป็นกลุ่มทดลอง ได้แนะนำตนเอง ซึ่งเป็นนักเรียนชาย 4 คน นักเรียนหญิง 4 คน จากนั้นผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนได้เข้าใจถึงวัตถุประสงค์ ความสำคัญของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม บทบาทหน้าที่ในฐานะสมาชิกกลุ่ม และระยะเวลาในการเข้ารับการให้คำปรึกษา ตลอดจนสนับสนุนให้นักเรียนร่วมกันสร้างข้อตกลงในการเข้ารับการให้คำปรึกษา โดยข้อตกลงที่นักเรียนสร้างร่วมกันคือ การไม่พูดแทรกขณะที่สมาชิกกลุ่มคนอื่นกำลังพูด การไม่พูดคำหยาบ

ขณะเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม การไม่เล่นโทรศัพท์มือถือและปิดเสียงขณะเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ทั้งนี้ นอกจากข้อตกลงที่สมาชิกกลุ่มได้กำหนดแล้ว ผู้วิจัยเน้นย้ำถึงการรักษาความลับของสมาชิกกลุ่มด้วย

จากการสังเกตการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 1 (การปฐมนิเทศ) พบว่า บรรยากาศค่อนข้างผ่อนคลาย เนื่องจากในเมืองต้นนักเรียนรู้จักกัน นอกจากนั้นนักเรียนมีส่วนร่วมตลอดกระบวนการของการให้คำปรึกษากลุ่มและมีทัศนคติที่ดีต่อการเข้ากลุ่ม โดยมีนักเรียนบางคนกล่าวถึงความรู้สึกขณะเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มว่า “รู้สึกดีที่ได้มาเข้ากลุ่ม เจอเพื่อนๆ ไม่เคยได้มาเข้ากลุ่มแบบนี้”

ครั้งที่ 2 รูปแบบความหวังทางการศึกษา

ในการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 2 (รูปแบบความหวังทางการศึกษา) มีวัตถุประสงค์ เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจถึงความหมาย องค์ประกอบของความหวังทางการศึกษา และความสำคัญของการมีความหวังทางการศึกษา รวมทั้งสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มสำรวจและเข้าใจรูปแบบความหวังทางการศึกษาในเมืองต้นของตนเอง

ในช่วงเริ่มต้นการให้คำปรึกษากลุ่ม ผู้วิจัยได้สร้างสัมพันธภาพกับสมาชิกกลุ่มมีการสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย ส่งเสริมให้สมาชิกกลุ่มเกิดความไว้วางใจ โดยการสอบถาม พูดคุยเรื่องราวต่างๆ ไปของสมาชิกกลุ่ม ทั้งนี้ผู้วิจัยสอบถามนักเรียนเกี่ยวกับกิจกรรมต่างๆ ของโรงเรียนที่นักเรียนเข้าร่วม เมื่อบรรยากาศเริ่มผ่อนคลายลง ผู้วิจัยจึงให้สมาชิกกลุ่มลองทบทวนถึงข้อตกลงที่สมาชิกกลุ่มได้ร่วมกันกำหนด และขอให้สมาชิกกลุ่มสรุปถึงการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา (ครั้งที่ 1 การปฐมนิเทศ) เพื่อให้เกิดความต่อเนื่องของกระบวนการให้คำปรึกษา

จากนั้นเข้าสู่ขั้นของการดำเนินการให้คำปรึกษา โดยผู้วิจัยสนับสนุนให้สมาชิกสำรวจความคิดของตนเกี่ยวกับความหวังทางการศึกษา โดยถามนักเรียนซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่มว่า “นักเรียนคิดว่าผู้ที่มีความหวังทางการศึกษาสูงมีลักษณะเป็นอย่างไร” โดยนักเรียนได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับลักษณะของผู้ที่มีความหวังทางการศึกษาโดยนักเรียนส่วนใหญ่กล่าวว่า “ต้องเป็นผู้ที่มีความมุ่งมั่นพยายาม” “มีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน” “มีความอดทนไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคต่างๆ” “มีความเชื่อมั่นที่จะทำสิ่งต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมาย” จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นของนักเรียน ผู้วิจัยจึงสรุปถึงความหมายรวมทั้งองค์ประกอบของผู้ที่มีความหวังทางการศึกษาอีกครั้งว่า การมีความหวังทางการศึกษานั้น เป็นการคาดว่า ตนจะประสบความสำเร็จตามเป้าหมายในการเรียนโดยมีความตั้งใจ พยายามและอดทน ในการที่จะทำตามวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายนั้นได้ ดังนั้นผู้ที่มีความหวังทางการศึกษาควรมีการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาที่ชัดเจน มีการคิดหาวิถีทางต่างๆ ที่จะไปสู่เป้าหมายที่ตนได้ตั้งไว้ โดยต้องมีความตั้งใจมุ่งมั่นที่จะทำตามวิถีทางเหล่านั้น ตลอดจนมีความเชื่อมั่นว่าตนจะไปสู่เป้าหมายได้ และแม้ว่าจะต้องพบกับอุปสรรคต่างๆ ในการไปถึงเป้าหมายก็ต้องมีความพยายาม อดทนต่อความยากลำบาก

หลังจากที่สมาชิกกลุ่มได้เข้าใจถึงความหมายและองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษา ผู้วิจัยให้นักเรียนสำรวจระดับความหวังทางการศึกษาของตน โดยสำรวจว่าจากระดับ 1 ถึง 10 ซึ่ง 1 คือระดับความหวังทางการศึกษาน้อย และ 10 คือ ระดับความหวังทางการศึกษาสูง นักเรียนมีความหวัง

ทางการศึกษาอยู่ในระดับใด จากลักษณะดังกล่าวเป็นการใช้เทคนิคคำถาม การจัดระดับ ตามการให้คำปรึกษาแบบโซลูชั่น-โฟกัส ทั้งนี้นักเรียน ซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่มมีการจัดระดับความหวังทางการศึกษาของตนอย่างหลากหลาย โดยมีนักเรียน 3 คน จัดอยู่ในระดับ 7 และมีนักเรียนอีก 3 คน จัดอยู่ในระดับ 5 และมีหนึ่งคนที่จัดอยู่ในระดับ 6 และอีกหนึ่งคนที่จัดอยู่ในระดับ 2

โดยนักเรียนแต่ละคนได้กล่าวเกี่ยวกับการจัดระดับของความหวังทางการศึกษาของตนไว้ว่า “อยากได้เกรดเฉลี่ยที่ดีขึ้นกว่าเดิม อยากให้เรียนวิชาภาษาอังกฤษดีขึ้น วิชาประวัติศาสตร์ดีขึ้น (นักเรียนที่จัดอยู่ในระดับ 7)” “ไม่ อยากให้เกรดเฉลี่ยแย่ลงกว่าเดิม เรียนวิชาภาษาอังกฤษ คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ และภาษาญี่ปุ่นดีขึ้น (นักเรียนที่จัดอยู่ในระดับ 5)” “อยากได้เกรดเฉลี่ยดีขึ้น โดยเฉพาะวิชาคณิตศาสตร์ (นักเรียนที่จัดอยู่ในระดับ 6)” “ไม่ อยากให้เกรดตกกว่าเดิม ยังขี้เกียจอ่านหนังสืออยู่ อ่านไม่ได้ตามที่คิดไว้ (นักเรียนที่จัดอยู่ในระดับ 2)” จากการใช้เทคนิคคำถามการจัดระดับ ตามการให้คำปรึกษาแบบโซลูชั่น-โฟกัส พบว่า ทำให้นักเรียนได้สำรวจตนเองถึงสิ่งที่สามารถสังเกตเห็นได้ยาก ซึ่งคือ ความหวังทางการศึกษาของตนให้มีความชัดเจนมากยิ่งขึ้น อันนำไปสู่ความเข้าใจสถานการณ์การเรียนของตน ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นลักษณะที่สำคัญของเทคนิคคำถามการจัดระดับ

จากการที่นักเรียนได้จัดระดับความหวังทางการศึกษาของตน เพื่อให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญ ของการเป็นผู้มีความหวังทางการศึกษา ผู้วิจัยได้ถามนักเรียนว่าระดับความหวังทางการศึกษา เป็นสิ่งที่สามารถทำให้เพิ่มขึ้นได้หรือไม่ และหากเรามีความหวังทางการศึกษาในระดับสูง จะทำให้ชีวิตของเราเป็นอย่างไร ทั้งนี้นักเรียนกล่าวว่า เป็นสิ่งที่สามารถเพิ่มขึ้นได้และหากเรามีความหวังทางการศึกษาก็จะสามารถทำให้เราประสบความสำเร็จตามที่ตั้งไว้ได้ จากคำถามเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนรับรู้ เราสามารถเปลี่ยนแปลงระดับความหวังทางการศึกษาให้เพิ่มขึ้นได้ ซึ่งเป็นสิ่งที่กำหนดถึงความสำเร็จของเราต่อไป ทั้งนี้ผู้วิจัยได้กล่าวให้กำลังใจนักเรียนต่อไปว่าความหวังทางการศึกษาเป็นสิ่งที่สามารถเสริมสร้างได้ เพื่อให้นักเรียนมีความมั่นใจที่จะเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของตนต่อไป

ในขั้นยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม ผู้วิจัยสนับสนุนให้นักเรียนร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้พูดคุย ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาครั้งที่ 2 ตลอดจนถึงสิ่งที่นักเรียนได้รับจากการเข้ารับการให้คำปรึกษา ทั้งนี้นักเรียนกล่าวว่า ได้สำรวจถึงระดับความหวังทางการศึกษาของตน โดยมีนักเรียนบางคนกล่าวเพิ่มเติมว่า ไม่เคย ได้คิดมาก่อน ซึ่งทำให้เข้าใจตนเองมากขึ้น หลังจากที่นักเรียนได้สรุปถึงสิ่งที่ได้รับในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 2 แล้ว ก่อนสิ้นสุดการให้คำปรึกษาผู้วิจัยได้มอบหมายการบ้านให้แก่ นักเรียน โดยให้สังเกตถึง สิ่งที่เกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงไปของนักเรียนเมื่อเข้ารับการให้คำปรึกษาในแต่ละครั้ง และมีสิ่งใดบ้างที่นักเรียนก็ยังต้องการให้เกิดขึ้นหรือดำเนินต่อไป ซึ่งเป็นไปตามเทคนิคการสร้างภารกิจการบำบัด ครั้งแรก ของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชั่น-โฟกัส เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนสนใจถึงความเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นกับตนเองต่อไป จากนั้นผู้วิจัยจึงนัดหมายวัน เวลาในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาในครั้งที่ 3 ต่อไป

จากการสังเกตในเบื้องต้น ถึงการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มของนักเรียน พบว่า เมื่อถึงเวลานัดหมายนักเรียนซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่มทุกคนมาอย่างพร้อมเพรียงกัน และแสดงถึงความกระตือรือร้น ในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยนักเรียนช่วยกันจัดเตรียมห้องในการให้คำปรึกษาและจัดที่นั่งอย่างพร้อมเพรียง และสำหรับการดำเนินการให้คำปรึกษาในครั้งที่ 2 (รูปแบบความหวังทางการศึกษา) นี้

ผู้วิจัยพบว่าบรรยากาศภายในกลุ่ม มีความผ่อนคลายลงมาก โดยนักเรียนกล้าที่จะแสดงความคิด ความรู้สึกของตนมากขึ้น และขณะที่นักเรียนคนใดคนหนึ่งกำลังพูด นักเรียนคนอื่น ๆ ก็จะทำให้ความสนใจและตั้งใจฟังในสิ่งที่เพื่อนกำลังบอกเล่า นอกจากนี้พบว่า ในการใช้เทคนิคคำถามการจัตระดับนั้น เป็นเทคนิคที่ทำให้นักเรียนเข้าใจระดับความหวังทางการศึกษาของตนได้เป็นอย่างดีและนำไปสู่การเข้าใจและทบทวนสถานการณ์ทางการเรียนของตน ซึ่งระหว่างที่นักเรียนแต่ละคน กล่าวถึงระดับความหวังทางการศึกษาของตน ผู้วิจัยสังเกตเห็นว่านักเรียนสมาชิกคนอื่น ๆ จะให้ความสนใจเป็นอย่างมาก ซึ่งสิ่งเหล่านี้ เป็นการสนับสนุนให้สมาชิกแต่ละคนรู้สึกได้รับการยอมรับและเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ซึ่งเป็นคุณค่าที่สำคัญของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

ครั้งที่ 3 เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา

ในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 3 (เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา) มีวัตถุประสงค์ เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสามารถตั้งเป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา ตลอดจนพิจารณาความเป็นไปได้ของเป้าหมายทางการศึกษาที่ตนได้กำหนดไว้

ในขั้นเริ่มต้นของกระบวนการให้คำปรึกษาผู้วิจัยได้กล่าวทักทาย พูดคุยเรื่องราวทั่วไปกับสมาชิกกลุ่ม โดยผู้วิจัยถามถึงวิชาที่เรียนในช่วงเช้า ทั้งนี้เพื่อให้เกิดบรรยากาศที่ผ่อนคลาย จากนั้นผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงข้อตกลงที่สมาชิกกำหนดร่วมกันอีกครั้ง และเพื่อให้เกิดความต่อเนื่อง ในการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปถึงการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา (ครั้งที่ 2 รูปแบบความหวังทางการศึกษา) ซึ่งนักเรียนได้กล่าวถึงความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะของผู้ที่มีความหวังทางการศึกษา ได้สำรวจระดับความหวังทางการศึกษาของตน โดยนักเรียนแต่ละคนได้ทบทวนถึงระดับความหวังทางการศึกษาที่ตนได้จัดระดับไว้ นอกจากนี้นักเรียนกล่าวว่าได้ทราบถึงความหวังทางการศึกษาเป็นสิ่งที่สามารถเสริมสร้างได้

สำหรับขั้นตอนการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยให้นักเรียนลองสำรวจว่า ตนเองมีความสามารถหรือความถนัดในสาขาวิชาใด เพื่อนำไปสู่การตั้งเป้าหมายทางการศึกษาที่สอดคล้องกับความสามารถหรือความถนัดของตนต่อไป ตลอดจนเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนได้รับรู้ถึงความเป็นไปได้ในการบรรลุเป้าหมายของตนด้วย ทั้งนี้นักเรียนส่วนใหญ่กล่าวอย่างสอดคล้องกันว่า มีความถนัดในทุกๆ รายวิชา ยกเว้นวิชาภาษาอังกฤษ คณิตศาสตร์ โดยมีนักเรียนบางคนกล่าวถึงวิชาวิทยาศาสตร์ ภาษาญี่ปุ่น และประวัติศาสตร์ด้วย มีนักเรียนเพียง 1 คน ที่รับรู้ว่า ตนถนัดในแทบทุกรายวิชา ซึ่งการรับรู้ถึงความสามารถหรือความถนัดของนักเรียนนั้นพบว่า เกี่ยวข้องกับคะแนนหรือเกรดที่นักเรียนได้รับในการเรียนแต่ละรายวิชา

จากการรับรู้ดังกล่าว ผู้วิจัยขอให้นักเรียนลองจินตนาการถึงอนาคตของตน ในประมาณอีก 10 ปีข้างหน้าว่า นักเรียนอยากประกอบอาชีพอะไร ทั้งนี้พิจารณาถึงความถนัดหรือความสามารถของตนประกอบด้วย เมื่อให้นักเรียนลองเล่าถึงสิ่งที่ตนจินตนาการ พบว่า มีนักเรียน 3 คน ที่อยากเป็นนักเขียน 2 คน อยากเป็นตำรวจ มี 2 คน อยากเป็นแพทย์และจิตแพทย์ และอีก 1 คน อยากเป็นโปรแกรมเมอร์ จากการจินตนาการถึงอนาคตของตน ผู้วิจัยถามนักเรียนต่อไปว่าหากนักเรียนได้ประกอบอาชีพอย่างไร

ที่ตนคาดหวังไว้แล้วจะเป็นอย่างไร ตามเทคนิคคำถามหัตถ์จรรยาในการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส เพื่อเป็นการกระตุ้นให้นักเรียนแต่ละคนเล็งเห็นถึงความสำคัญของอนาคตที่ตนหวังไว้ ทั้งนี้ นักเรียนแต่ละคน กล่าวอย่างสอดคล้องกันว่า “คงจะดีมาก ๆ ได้เป็นอย่างดีที่คิดฝันไว้” “พ่อแม่คงภูมิใจที่เราประสบความสำเร็จ” “คงจะรู้สึกดีมากมีความสุข” จากการใช้เทคนิคคำถามหัตถ์จรรยา สิ่งที่ผู้วิจัยสังเกตได้คือ เมื่อนักเรียนแต่ละคนได้กล่าวถึงความคิด ความรู้สึกเมื่อรับรู้ว่าคุณประสบความสำเร็จได้ประกอบอาชีพอย่างที่คุณคาดหวังไว้ นักเรียนมีสีหน้าที่ยิ้มแย้มเบิกบาน จากขั้นตอนนี้ผู้วิจัยจึงให้กำลังใจนักเรียนต่อไปว่า สิ่งที่คุณเรียนคาดหวังนี้สามารถเป็นไปได้ นอกจากนั้นสนับสนุนให้นักเรียนให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ซึ่งมีนักเรียนกล่าวถึงเพื่อนว่า “เป็นคนเก่งมีความสามารถอยู่แล้ว คงเป็นไปได้ไม่ยาก” จากสิ่งเหล่านี้เป็นการส่งเสริมให้นักเรียนเกิดความมั่นใจที่จะนำตนเองไปสู่สิ่งที่ตนคาดหวังต่อไป จากนั้นผู้วิจัยสรุปให้นักเรียนเข้าใจต่อไปว่าสิ่งที่นักเรียนคาดหวังไว้คือเป้าหมายระยะยาวทางการศึกษาพร้อมกับอธิบายถึงความหมาย

ในช่วงท้ายของขั้นตอนการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยสอบถามถึงการบ้านที่มอบหมายให้นักเรียนไปสังเกตถึงความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง พบว่า นักเรียนรับรู้ถึงความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตน โดยนักเรียนบางคนกล่าวว่า “แต่ก่อนไม่เคยได้มาสำรวจตนเองอย่างจริงจัง การมาเข้ากลุ่มทำให้ตนเองคิดเรื่องอนาคตมากขึ้น” “ได้รู้อะไรมากขึ้นจากมุมมองของเพื่อนๆ ที่ไม่เคยรู้มาก่อน ซึ่งมีประโยชน์ต่อตนเอง” ซึ่งสิ่งเหล่านี้นำไปสู่การเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนผ่านการรับรู้ถึงความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตน

ในขั้นยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม ผู้วิจัยสนับสนุนให้นักเรียนร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้พูดคุยและสิ่งที่ได้รับในการเข้ารับการให้คำปรึกษาครั้งที่ 3 โดยนักเรียนกล่าวถึงการได้สำรวจตนเองถึงความสามารถและความถนัด ได้จินตนาการถึงอนาคตของตนเองว่าอยากประกอบอาชีพอะไร ตลอดจนสำรวจถึงความคิด ความรู้สึกเมื่อตนประสบความสำเร็จ เมื่อนักเรียนสรุปเกี่ยวกับการเข้ารับการให้คำปรึกษาแล้ว ผู้วิจัยจึงนัดหมายวัน เวลาในการเข้ารับการให้คำปรึกษาครั้งที่ 4 ต่อไป

จากการสังเกตการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มของนักเรียนในครั้งที่ 3 นี้ พบว่า นักเรียนมีความผ่อนคลายขึ้นมากจากการเข้าร่วมกลุ่มในครั้งที่ผ่านๆ มา มีการแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกอย่างกระตือรือร้น ทั้งนี้เมื่อนักเรียนได้กล่าวถึงความคิดความรู้สึกหากตนได้ประกอบอาชีพอย่างที่คุณคาดหวัง นักเรียนแต่ละคนหน้ามีสีหน้าที่ยิ้มแย้มมากขึ้นอย่างเห็นได้ชัด ซึ่งจากการสังเกตและพูดคุยในกระบวนการของการให้คำปรึกษากลุ่มตั้งแต่ครั้งแรกจนถึงครั้งที่ 3 นี้ ผู้วิจัยพบว่า นักเรียนเริ่มมีความชัดเจนในอนาคตทางการเรียนของตนมากยิ่งขึ้น โดยนักเรียนได้ทราบถึงระดับความหวังทางการศึกษาของตน ตลอดจนมีการตั้งเป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา

ครั้งที่ 4 การตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา

การให้คำปรึกษาครั้งที่ 4 (การตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา) มีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่เป็นไปได้สำหรับตน โดยเห็นความสำคัญของการตั้งเป้าหมายเหล่านั้น

ในขั้นเริ่มต้นของการให้คำปรึกษาครั้งที่ 4 (การตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา) ผู้วิจัยกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม และพูดคุยถึงเรื่องราวทั่วไป เพื่อส่งเสริมให้เกิดบรรยากาศที่ผ่อนคลาย จากนั้นผู้วิจัยขอให้นักเรียน ซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่มได้ร่วมกันทบทวนถึงสิ่งที่ได้พูดคุยในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 3 (เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษาของตน) ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความต่อเนื่องในการให้คำปรึกษาและนำไปสู่การตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาในการให้คำปรึกษาในครั้งที่ 4 ต่อไป โดยนักเรียนแต่ละคนได้กล่าวถึงเป้าหมายระยะยาวทางการศึกษาซึ่งเกี่ยวข้องกับการประกอบอาชีพของตน จากนั้นผู้วิจัยขอให้สมาชิกทบทวนถึงข้อตกลงที่นักเรียนกำหนดร่วมกันอีกครั้ง

สำหรับขั้นตอนการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยขอให้นักเรียนลองทบทวนถึงสถานการณ์การเรียนของตนเองในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไร เพื่อนำไปสู่การตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา ที่สอดคล้องกับสถานการณ์การเรียนของตน ทั้งนี้พบว่า นักเรียนได้กลับมาทบทวนสถานการณ์การเรียนของตนผ่านเทคนิคคำถามจัดระดับที่นักเรียนได้เข้ารับในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 2 (รูปแบบความหวังทางการศึกษาของตน) โดยนักเรียนกล่าวถึงการได้เกรดเฉลี่ยที่ยังไม่เป็นที่พึงพอใจ คะแนนในวิชาภาษาอังกฤษ คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ ภาษาญี่ปุ่น และประวัติศาสตร์ยังไม่ค่อยดี จากการทบทวนดังกล่าว ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนลองตั้งเป้าหมายทางการศึกษาต่อไป โดยเป็นเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่นักเรียนต้องการให้เกิดขึ้นในระยะเวลาอันใกล้ ทั้งนี้เป้าหมายที่ตั้งไว้ นักเรียนสามารถรับรู้ถึงความเป็นไปได้ที่จะเกิดขึ้นกับตน

ทั้งนี้พบว่า นักเรียนแต่ละคนมีการตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ค่อนข้างคล้ายคลึงกัน คือ “การได้เกรดเฉลี่ยที่ดีขึ้นกว่าเดิม ไม่ต่ำกว่า 3.75” “การได้เกรดเฉลี่ยที่ดีขึ้น ไม่น้อยลงกว่าเดิม” “การเรียนวิชาภาษาอังกฤษได้ดีขึ้น” “การได้คะแนนวิชาคณิตศาสตร์ที่ดีขึ้น” และนอกจากนักเรียนส่วนใหญ่จะกล่าวถึงการเรียนวิชาภาษาอังกฤษและคณิตศาสตร์ได้ดีขึ้นแล้ว นักเรียนบางคนยังกล่าวถึงการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์ ภาษาญี่ปุ่น และประวัติศาสตร์ร่วมด้วย เมื่อนักเรียนแต่ละคนได้ตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาแล้ว ผู้วิจัยขอให้นักเรียนลองจินตนาการต่อไปว่าจะเป็นอย่างไรหากนักเรียนได้บรรลุเป้าหมายตามที่ตนตั้งไว้ ซึ่งเป็นการกระตุ้นความคิดและความรู้สึกใหม่ ตามเทคนิคทางพฤติกรรมของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมมารู้คิด ซึ่งนักเรียนส่วนใหญ่กล่าวอย่างสอดคล้องกันว่า “เกรดเฉลี่ยก็จะดีขึ้น” “ได้เรียนในสิ่งที่ต้องการต่อไป” “เรียนได้อันดับดีขึ้น” “ที่บ้านก็จะไม่ว่า” จากการใช้เทคนิคดังกล่าวพบว่า นักเรียนได้คิดถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นเมื่อตนบรรลุเป้าหมาย ซึ่งนำไปสู่การเกิดความรู้สึกที่ดีต่อเป้าหมายที่ตนได้ตั้งได้ และสามารถผลักดันให้เกิดพฤติกรรมเพื่อไปสู่เป้าหมายต่อไปได้ นอกจากนี้พบว่านักเรียนบางคนรับรู้ได้ว่าการบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา สามารถนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายระยะยาวได้ต่อไป โดยนักเรียนกล่าวว่า “การเป็นนักเรียนนายร้อยตำรวจก็คงไม่ยาก” ซึ่งการที่จะบรรลุเป้าหมายระยะยาวทางการศึกษาได้นั้นเกี่ยวข้องกับการรับรู้ที่ตนได้ประสบความสำเร็จในเบื้องต้น หรือบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาก่อน

เมื่อนักเรียนได้ตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา ผู้วิจัยได้ให้กำลังใจนักเรียนตลอดจนสนับสนุนให้นักเรียนให้กำลังใจซึ่งกันและกัน เพื่อเป็นการให้นักเรียนเกิดความมั่นใจในการที่จะทำสิ่งต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายของตนต่อไป จากการสนับสนุนให้นักเรียนให้กำลังใจซึ่งกันและกันนี้ ผู้วิจัยพบว่า

นักเรียนมีการกล่าวให้กำลังใจกันอย่างเต็มที่ ซึ่งแตกต่างไปจากการเข้าร่วมให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา ที่นักเรียนบางคนยังไม่ค่อยกล้าพูดให้กำลังใจ จากสถานการณ์ดังกล่าวสะท้อนให้เห็นถึงสัมพันธภาพที่ดีขึ้นระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม ตลอดจนการรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ซึ่งสิ่งเหล่านี้ ล้วนส่งผลต่อประสิทธิภาพในการให้คำปรึกษากลุ่มต่อไป

ในช่วงท้ายของขั้นตอนการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยขอให้นักเรียนเขียนเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ตนได้กำหนดไว้ รวมทั้งความรู้สึกเมื่อตนประสบความสำเร็จลงในกระดาษโน้ตที่ผู้วิจัยแจกให้ แล้วนำไปติดในตำแหน่งที่นักเรียนสามารถสังเกตเห็นได้อย่างชัดเจนภายในบ้าน หรือบริเวณใดก็ได้ที่นักเรียนสามารถสังเกตเห็นได้ง่าย

ในขั้นยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้พูดคุยและสิ่งที่ได้รับในการเข้ารับการให้คำปรึกษาครั้งที่ 4 โดยนักเรียนแต่ละคนได้กล่าวถึงเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ตนได้ตั้งไว้ จากขั้นตอนนี้เป็นการให้นักเรียนได้ทบทวนถึงเป้าหมายที่ตนได้ตั้งไว้อีกครั้ง เพื่อให้นักเรียนเกิดความแน่ใจและนำไปสู่การปฏิบัติต่อไป จากนั้นผู้วิจัยจึงนัดหมายวัน เวลาในการเข้ารับการให้คำปรึกษาครั้งที่ 5 ต่อไป

จากการสังเกตการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มของนักเรียนในครั้งที่ 4 ซึ่งเน้นถึงการตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา พบว่า นักเรียนมีการแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกอย่างเต็มที่ นอกจากนั้นพบว่า ขณะที่นักเรียนแต่ละคนกำลังพูดถึงเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ตนได้ตั้งไว้ นักเรียนที่เป็นสมาชิกคนอื่น ๆ ตั้งใจรับฟัง ซึ่งจากบรรยากาศดังกล่าวส่งเสริมให้นักเรียนรู้สึกว่าคุณได้รับการยอมรับจากกลุ่ม ขณะที่ก็ยอมรับเพื่อนสมาชิกคนอื่น ๆ เมื่อแลกเปลี่ยนเรื่องราวของตนด้วย จากสิ่งเหล่านี้นำไปสู่ความรู้สึกรับผิดชอบ เป็นเจ้าของหรือเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ซึ่งเป็นคุณค่าที่สำคัญของการให้คำปรึกษากลุ่ม และทำให้การให้คำปรึกษากลุ่มมีความต่อเนื่องต่อไป

นอกจากนั้นในกระบวนการให้คำปรึกษาครั้งที่ 4 นี้ ผู้วิจัยพบว่า นักเรียนน่าจะมีทัศนคติที่ดีต่อการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม ทั้งนี้ขณะที่นักเรียนได้มีการตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาของตนนั้น นักเรียนบางคนกล่าวว่า “ก่อนหน้านี้ไม่เคยได้ตั้งเป้าหมายแบบนี้มาก่อน” “การตั้งเป้าหมายทำให้รู้ว่าจะต้องทำอะไรต่อไป”

ครั้งที่ 5 วิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา

ในการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 5 (วิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา) มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ให้นักเรียนหาแนวทางต่าง ๆ ที่ทำให้ตนสามารถไปถึงเป้าหมายทางการศึกษาที่ตั้งไว้ได้ ตลอดจนมีการระบุขั้นตอนของแนวทางต่าง ๆ อย่างชัดเจน เพื่อไปสู่เป้าหมายด้วย

สำหรับขั้นเริ่มต้นในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 5 นั้น ผู้วิจัยส่งเสริมให้เกิดบรรยากาศที่ผ่อนคลาย โดยพูดคุยทักทายนักเรียน จากนั้นขอให้นักเรียนร่วมกันทบทวนถึงการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา (ครั้งที่ 4 การตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา) ทั้งนี้นักเรียนแต่ละคนได้กล่าวถึงเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่แต่ละคนได้ตั้งไว้ จากนั้นผู้วิจัยได้ถามนักเรียนต่อไปว่าได้นำกระดาษโน้ตที่เขียนถึงเป้าหมาย ตลอดจนความรู้สึกเมื่อตนได้บรรลุเป้าหมายไปติดไว้ในตำแหน่งใดกันบ้าง ทั้งนี้พบว่า นักเรียนแต่ละคน

นำไปติดไว้ในตำแหน่งต่างๆ ของบ้านหรือในที่ที่สามารถสังเกตเห็นได้อย่างชัดเจน ได้แก่ จอคอมพิวเตอร์ที่ใช้เป็นประจำ ประตูห้องนอน โต๊ะเขียนหนังสือ สมุดโน้ตที่ใช้จัดการบ้าน กระเป๋านักเรียน กล่องใส่อุปกรณ์เครื่องเขียน จากนั้นผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันทบทวนถึงข้อตกลงของกลุ่มต่อไป

ในขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยขอให้นักเรียนนึกถึงเรื่องราวเกี่ยวกับความสำเร็จในการเรียนของตน พร้อมบอกเล่าเรื่องราวเหล่านั้นแก่นักเรียนคนอื่นๆ ในกลุ่มตามรูปแบบการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า ทั้งนี้นักเรียนบางคนกล่าวถึงเรื่องราวที่ตนเองเคยได้รับรางวัลต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับด้านการเรียน โดยนักเรียนกล่าวต่อไปว่า แม้จะเป็นเพียงรางวัลเล็กๆ แต่ก็รู้สึกภาคภูมิใจ นอกจากนี้ก็มีนักเรียนกล่าวถึงการได้เกรดเฉลี่ยที่ดีที่สุดเป็นที่พึงพอใจ การเรียนได้เป็นอันดับต้นๆ ของห้อง ทั้งนี้ผู้วิจัยพบว่า ขณะที่นักเรียนบอกเล่าเรื่องราวความสำเร็จของตน นักเรียนมีสีหน้าที่ยิ้มแย้ม ซึ่งบ่งบอกถึงความรู้สึกภาคภูมิใจ มีความสุขเมื่อตนประสบความสำเร็จ จากสิ่งเหล่านี้ ทำให้นักเรียนได้ระลึกถึงความสำเร็จที่เคยเกิดขึ้นกับตน ซึ่งในการรับรู้ขณะที่ตนปราศจากปัญหานี้ จะนำไปสู่ความสามารถในการคิดหาแนวทางที่เหมาะสมกับตนเองต่อไป

จากประสบการณ์ความสำเร็จที่เกี่ยวข้องกับด้านการเรียนของตน ผู้วิจัยให้นักเรียนทบทวนถึงเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ตั้งไว้ และจากเป้าหมายเหล่านั้นให้นักเรียนลองคิดหาแนวทางต่างๆ ที่จะสามารถทำให้ตนบรรลุเป้าหมายตามที่ตั้งไว้ได้ ตามเทคนิคการแสวงหาผลลัพธ์ที่เป็นลักษณะเฉพาะโดยแนวทางต่างๆ ที่นักเรียนแต่ละคนได้ค้นพบ ซึ่งมีความสอดคล้องกับเป้าหมายของตนนั้น ได้แก่

นักเรียนคนที่ 1 การอ่านหนังสือเพิ่มขึ้น การทำงานหรือการบ้านส่งให้ครบถ้วน โดยเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ตั้งไว้คือ การได้เกรดเฉลี่ยที่ดีขึ้นกว่าเดิม ไม่ต่ำกว่า 3.75

นักเรียนคนที่ 2 การท่องศัพท์ภาษาอังกฤษทุกวัน โดยตั้งเป้าหมายไว้ว่าการได้เกรดที่ดีขึ้น โดยเฉพาะวิชาภาษาอังกฤษ

นักเรียนคนที่ 3 การอ่านหนังสือทบทวนบทเรียน การให้เพื่อนที่เข้าใจ ดิวให้ โดยเป้าหมายที่นักเรียนตั้งไว้คือการเรียนได้เกรดที่ดีขึ้นไม่แยลลงกว่าเดิม

นักเรียนคนที่ 4 การอ่านหนังสือ โดยนักเรียนได้ตั้งเป้าหมายไว้คือการเรียนภาษาอังกฤษได้ดีขึ้นกว่าเดิม

นักเรียนคนที่ 5 การอ่านหนังสือให้ได้ทุกวัน โดยนักเรียนตั้งเป้าหมายไว้ว่า การได้เกรดที่ไม่น้อยลงกว่าเดิม

นักเรียนคนที่ 6 การอ่านหนังสือทบทวนบทเรียน โดยเป้าหมายที่นักเรียนตั้งไว้คือการเรียนวิชาภาษาอังกฤษ คณิตศาสตร์ และโดยเฉพาะวิชาประวัติศาสตร์ได้ดีขึ้น

นักเรียนคนที่ 7 การอ่านหนังสือและท่องศัพท์ภาษาอังกฤษ โดยเป้าหมายที่นักเรียนตั้งไว้คือการได้เกรดวิชาภาษาอังกฤษดีขึ้น

นักเรียนคนที่ 8 การทบทวนบทเรียนวิชาคณิตศาสตร์ การให้เพื่อนช่วยเตือน หากหลับขณะที่ครูกำลังสอน โดยเป้าหมายที่นักเรียนตั้งไว้คือ การเรียนวิชาคณิตศาสตร์ได้ดีขึ้น

หลังจากที่นักเรียนได้รับฟังเพื่อนสมาชิกบอกเล่าถึงแนวทางที่ตนเองได้คิดไว้แล้ว ผู้วิจัยขอให้นักเรียนแต่ละคนทบทวนถึงแนวทางของตนอีกครั้ง ซึ่งเป็นไปได้ว่านักเรียนอาจพบแนวทางที่หลากหลายมากขึ้น จากการที่ได้รับฟังแนวทางของนักเรียนคนอื่น ๆ ซึ่งเป็นไปตามเทคนิคการร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือก จากการใช้เทคนิคดังกล่าวนักเรียนได้ตรวจสอบแนวทางที่ตนคิดไว้อีกครั้งและหากแนวทางที่ตนคิดไว้มีความสอดคล้องกับเป้าหมายของตน เทคนิคนี้จะช่วยให้สิ่งที่ตนคิดไว้มีความเข้มข้นมากยิ่งขึ้น

จากแนวทางต่างๆที่นักเรียนแต่ละคนได้คิดไว้นั้น เพื่อให้แนวทางเหล่านั้นมีความชัดเจนมากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยขอให้นักเรียนระบุขั้นตอนหรือรายละเอียดของแนวทางเหล่านั้น โดยผู้วิจัยยกตัวอย่าง เช่น ในการท่องศัพท์ภาษาอังกฤษนั้นมีการกำหนดว่าจะท่องวันละกี่คำ การอ่านหนังสือทบทวนบทเรียนนั้นจะอ่านวันละกี่หน้า เป็นต้น ซึ่งการระบุดังกล่าวจะมีประโยชน์ต่อการตรวจสอบในแง่ของการปฏิบัติตามแนวทางต่างๆ ต่อไปด้วย โดยรายละเอียดหรือขั้นตอนต่างๆ ตามแนวทางที่นักเรียนแต่ละคนได้กำหนดไว้คือ

นักเรียนคนที่ 1 ในการอ่านหนังสือเพิ่มขึ้น และการทำงานหรือการบ้านส่งให้ครบถ้วนนั้น นักเรียนกำหนดว่าจะการอ่านหนังสือทบทวนบทเรียนที่เรียนในแต่ละวัน และตรวจสอบงานที่ครูมอบหมายอยู่เสมอ เพื่อส่งงานหรือการบ้านได้อย่างครบถ้วน

นักเรียนคนที่ 2 ในการท่องศัพท์ภาษาอังกฤษทุกวันนั้น นักเรียนกำหนดว่าจะท่องศัพท์ภาษาอังกฤษให้ได้วันละ 10 คำ **นักเรียนคนที่ 3** ในการอ่านหนังสือทบทวนบทเรียน และการให้เพื่อนที่เข้าใจดีให้เพื่อน นักเรียนกำหนดว่า จะการอ่านหนังสือให้ได้วันละ 5 หน้า และเมื่อไม่เข้าใจบทเรียนจะสอบถามเพื่อนที่เข้าใจทันที

นักเรียนคนที่ 4 ในการอ่านหนังสือนั้น นักเรียนกำหนดว่า จะอ่านหนังสือทบทวนวิชาภาษาอังกฤษ โดยอ่านให้ได้วันละ 2 หน้า

นักเรียนคนที่ 5 ในการอ่านหนังสือให้ได้ทุกวันนั้น นักเรียนกำหนดว่าจะอ่านหนังสือทบทวนบทเรียนที่เรียนในแต่ละวัน โดยจะพยายามอ่านให้ได้เพิ่มขึ้น

นักเรียนคนที่ 6 ในการอ่านหนังสือทบทวนบทเรียนนั้น นักเรียนกำหนดว่า จะอ่านหนังสือทบทวนในรายวิชาต่างๆ แต่วิชาประวัติศาสตร์จะอ่านทบทวนมากกว่าวิชาอื่นๆ โดยอ่านวันละไม่ต่ำกว่า 2 หน้า

นักเรียนคนที่ 7 ในการอ่านหนังสือและท่องศัพท์ภาษาอังกฤษนั้น นักเรียนจะอ่านหนังสือทบทวนวิชาภาษาอังกฤษ โดยอ่านทุกวัน และจะท่องศัพท์ภาษาอังกฤษให้ได้วันละ 10 คำ

นักเรียนคนที่ 8 ในการทบทวนบทเรียนวิชาคณิตศาสตร์ และการให้เพื่อนช่วยเตือนหากหลับขณะที่ครูกำลังสอนนั้น นักเรียนกำหนดว่าทุกครั้งที่เรียนวิชาคณิตศาสตร์จะต้องกลับมาอ่านทบทวนบทเรียนทุกครั้ง และเมื่อใดที่หลับในเวลาเรียนก็จะให้เพื่อนที่นั่งข้างๆ ปลุกและให้เพื่อนตักเตือนได้

เมื่อนักเรียนได้ค้นหาแนวทางต่างๆ และระบุรายละเอียด ขั้นตอนเพื่อไปสู่เป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ตนตั้งไว้แล้ว ผู้วิจัยสนับสนุนให้นักเรียนลงมือดำเนินการถึงความรู้สึก เมื่อตนได้ดำเนินการ

แนวทางต่าง ๆ และประสบความสำเร็จไปถึงเป้าหมายที่ตนตั้งไว้ ซึ่งนักเรียนกล่าวอย่างคล้ายคลึงกันว่า “คงจะภาคภูมิใจมากที่ตนทำได้” “คงมีความสุขมาก ได้เกรดที่ดีขึ้นกว่าเดิม” “พ่อแม่ก็คงดีใจที่ได้เกรดที่ดีขึ้น” “ดีใจที่เรียนเลข เรียนภาษาอังกฤษได้ดีขึ้นกว่าเดิม” ซึ่งการพูดถึงเรื่องราวที่ดีจะช่วยส่งเสริมให้แนวทางและขั้นตอนที่ได้ระบุไว้ มีความเข้มข้นมากยิ่งขึ้นได้ ตามลักษณะของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า

ในช่วงท้ายของขั้นตอนการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยได้ให้กำลังใจนักเรียนในการดำเนินการตามแนวทางและขั้นตอนต่าง ๆ ที่นักเรียนได้กำหนดไว้ต่อไป โดยกล่าวว่าสิ่งที่นักเรียนได้ตั้งไว้ หากได้มีการดำเนินการอย่างมุ่งมั่นต่อไป ผู้วิจัยเชื่อว่า จะทำให้นักเรียนไปถึงเป้าหมายที่ตนตั้งไว้ได้ ซึ่งสอดคล้องกับการใช้เทคนิคข้อมูลย้อนกลับของผู้ให้คำปรึกษาสำหรับสมาชิกกลุ่ม นอกจากนี้ผู้วิจัยสนับสนุนให้นักเรียนพูดให้กำลังใจซึ่งกันและกันด้วย

ในขั้นยุติการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยขอให้นักเรียนร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้พูดคุยในการให้คำปรึกษา ซึ่งนักเรียนแต่ละคนได้กล่าวถึงแนวทางและขั้นตอนต่าง ๆ ที่ตนได้ค้นพบเพื่อไปสู่เป้าหมายที่ตนตั้งไว้ ทั้งนี้เป็นการให้นักเรียนได้ทบทวนถึงแนวทางและขั้นตอนที่ตนได้ตัดสินใจเลือกกระทำนำไปสู่ความพร้อมในการนำไปปฏิบัติต่อไป

จากการสังเกตการเข้ารับการให้คำปรึกษาในครั้งที่ 5 ซึ่งเน้นถึงการคิดหาแนวทางและขั้นตอนต่าง ๆ ที่จะนำตนเองไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ พบว่า ระหว่างที่ผู้วิจัยให้นักเรียนได้บอกเล่าถึงแนวทางต่าง ๆ นักเรียนได้เกิดการแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน ทั้งนี้เป็นแนวทางที่นักเรียนแต่ละคนเคยดำเนินการและประสบความสำเร็จมาแล้ว ซึ่งแนวทางของเพื่อนนักเรียนในกลุ่มที่ได้แลกเปลี่ยนกันก็อาจสอดคล้องหรือเป็นวิธีการที่นำไปสู่เป้าหมายของตนได้ สิ่งเหล่านี้จัดเป็นคุณค่าหรือลักษณะสำคัญที่เกิดขึ้น ในการให้คำปรึกษากลุ่ม ซึ่งช่วยให้สมาชิกกลุ่มเกิดการแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก อันนำไปสู่การหาแนวทางที่เหมาะสมสำหรับตนเองต่อไป

นอกจากนั้นขณะที่นักเรียนได้ลงจินตนาการถึงความรู้สึกเมื่อตนได้ดำเนินการแนวทางต่าง ๆ และประสบความสำเร็จไปถึงเป้าหมายที่ตนตั้งไว้และบอกเล่าความรู้สึกเหล่านั้น นักเรียนมีสีหน้าที่ยิ้มแย้มและสมาชิกเองก็ตั้งใจรับฟังในสิ่งที่เพื่อนกำลังพูด นอกจากนี้ขณะที่ผู้วิจัยสนับสนุนให้นักเรียน ให้กำลังใจซึ่งกันและกันนั้น นักเรียนแต่ละคนก็ให้กำลังใจเพื่อนกันอย่างเต็มที่ ซึ่งสิ่งเหล่านี้แสดงถึงการมีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างสมาชิกกลุ่ม การรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม การได้รับการยอมรับจากกลุ่ม อันส่งผลต่อประสิทธิภาพในการดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มได้ต่อไป

ครั้งที่ 6 ความตั้งใจที่จะไปสู่เป้าหมาย

การให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 6 (ความตั้งใจที่จะไปสู่เป้าหมาย) มีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนสามารถเริ่มต้นและดำเนินพฤติกรรมเพื่อทำให้บรรลุเป้าหมายทางการเรียน

ในขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษาครั้งที่ 6 นี้ ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนเพื่อส่งเสริมให้เกิดบรรยากาศที่ผ่อนคลาย จากนั้นเพื่อเป็นการทบทวนถึงการเข้ารับการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา ผู้วิจัยขอให้นักเรียนตรวจสอบตนเองว่า มีการเปลี่ยนแปลงใดเกิดขึ้นบ้างจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม

ในครั้งที่ผ่านมา ซึ่งนักเรียนกล่าวว่าหลังจากที่ได้ตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาแล้วได้มีการกำหนดแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ที่จะทำให้ตนได้บรรลุเป้าหมายตามที่ตั้งไว้ จากนั้นผู้วิจัยจึงให้นักเรียนร่วมกันทบทวนถึงข้อตกลงที่ได้กำหนดร่วมกัน

ในขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนทบทวนแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ที่ตนได้กำหนดไว้ และถามนักเรียนต่อไปว่า “จากแนวทางและขั้นตอนที่ตนตั้งไว้นั้น นักเรียนได้เริ่มต้นทำสิ่งใดไปแล้วบ้าง” ซึ่งนักเรียนส่วนใหญ่กล่าวว่า “ได้มีการปฏิบัติตามแนวทางที่ตนได้ตั้งไว้ไปบ้างแล้ว โดยนักเรียนบางคนกล่าวว่า “ได้เริ่มอ่านหนังสือทุกวันๆ ละ 2 หน้าตามที่กำหนด ซึ่งในบางวันก็อ่านเกิน 2 หน้า” นักเรียนบางคนกล่าวว่า “ได้มีการทำสมุดจดงานหรือการบ้านที่ครูมอบหมายและมีการตรวจสอบอยู่เสมอเพื่อให้ส่งงานได้ครบถ้วน” และมีนักเรียนกล่าวว่า “ได้เริ่มท่องศัพท์ภาษาอังกฤษตามที่กำหนดไว้วันละ 10 คำ” เมื่อผู้วิจัยถามนักเรียนต่อไปว่า “อะไรที่ทำให้นักเรียนสามารถเริ่มต้นทำสิ่งเหล่านั้นได้” นักเรียนบางคนกล่าวว่า มีสิ่งที่กำหนดว่าจะต้องทำอะไรบ้างในแต่ละวัน ทำให้ตนทำได้อย่างมีเป้าหมายมากขึ้น บางคนกล่าวว่าอยากให้มีบรรลุเป้าหมายตามที่ได้ตั้งไว้ซึ่งใกล้จะสอบแล้วก็ควรที่จะต้องเริ่มต้นทำ จากสิ่งที่นักเรียนได้บอกเล่านี้ผู้วิจัยพบว่า สามารถเป็นแรงผลักดันให้กับนักเรียนคนอื่นๆ ที่ยังไม่ได้เริ่มต้นดำเนินการตามที่ตนได้กำหนดไว้ ทั้งนี้ตรวจสอบจากสิ่งนักเรียนคนอื่นๆ กล่าวเมื่อได้รับฟังในสิ่งที่เพื่อนบอกเล่า โดยรู้สึกว่ามันยังไม่ได้เริ่มทำในสิ่งที่เพื่อนพูด ดูเพื่อนมีความมุ่งมั่น ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นไปตามลักษณะหรือคุณค่าของการให้คำปรึกษากลุ่มที่สมาชิกกลุ่มสามารถพัฒนาตนเองได้จากการแลกเปลี่ยนหรือบทบาทของสมาชิกกลุ่มที่ช่วยส่งเสริมซึ่งกันและกัน

เพื่อเป็นการตรวจสอบถึงความพร้อมในการเริ่มต้นทำตามแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ของนักเรียนทุกคน ซึ่งเป็นสิ่งที่สามารถสังเกตได้ยากมีความชัดเจนขึ้น ผู้วิจัยให้นักเรียนลองจัดระดับว่าระหว่าง 1 – 10 นักเรียนมีความพร้อมที่จะปฏิบัติตามแนวทางที่ตนได้ตั้งไว้ อยู่ในระดับใด ตามเทคนิคคำถามการจัดระดับ ในรูปแบบการให้คำปรึกษาแบบไซลัสชั้น-โพกัส ทั้งนี้จากการจัดระดับ พบว่า มีนักเรียน 3 คน จัดระดับความพร้อมของตนอยู่ในระดับ 8 นักเรียนอีก 2 คน จัดระดับไว้อยู่ที่ 7 และนักเรียนอีก 2 คน จัดระดับความพร้อมไว้ที่ 5 ส่วนอีก 1 คน จัดระดับความพร้อมของตนไว้ที่ 4 และเพื่อให้นักเรียนรู้สึกถึงความพร้อมที่จะเริ่มต้นปฏิบัติตามแนวทางต่างๆ มากขึ้น ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคทางพฤติกรรมตามรูปแบบการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรคิด โดยให้นักเรียนลองคิดคำพูดที่เป็นประโยคสั้นๆ ที่บ่งบอกถึงความพร้อมที่จะปฏิบัติตามแนวทางต่างๆ ของตน จากนั้นให้นักเรียนได้นำเสนอประโยคที่ตนคิดด้วยน้ำเสียงที่เข้มแข็ง ทั้งนี้ประโยคที่นักเรียนนำเสนอ คือ “จะเริ่มอ่านหนังสือทุกวัน” “จะไม่หลับเวลาเรียน” “จะท่องศัพท์ให้ได้วันละ 10 คำ” “จะต้องกลับไปทำ” “จะอ่านหนังสือให้ได้อย่างที่ตั้งใจไว้” ซึ่งขณะที่นักเรียนแต่ละคนกำลังพูดถึงประโยคที่ตนเองคิดไว้ ผู้วิจัยพบว่า นักเรียนคนอื่นๆ จะปรบมือ ซึ่งสิ่งเหล่านี้แสดงถึงการให้กำลังใจและเป็นการกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติตามที่ตั้งใจไว้

จากประโยคที่แสดงถึงความพร้อมที่จะริเริ่มเหล่านี้ ผู้วิจัยให้นักเรียนเขียนประโยคเหล่านี้ลงในกระดาษโน้ตที่ผู้วิจัยแจกให้ จากนั้นให้นำไปติดในตำแหน่งนักเรียนสามารถสังเกตเห็นได้อย่างชัดเจน ทั้งนี้อาจจะแปะภายในบ้านหรือบริเวณใดก็ได้ที่คิดว่าตนจะสามารถเห็นได้ง่าย และในแต่ละวันขอให้นักเรียนพูดถึงประโยคเหล่านี้อย่างเข้มแข็ง ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นการกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความมุ่งมั่นและมีการปฏิบัติ

ตามแนวทางต่างๆอย่างต่อเนื่องต่อไป และในช่วงท้ายของขั้นดำเนินการให้คำปรึกษาผู้วิจัยได้ให้กำลังใจนักเรียนว่าสิ่งที่นักเรียนกำลังจะทำต่อไปนี้ถือเป็นจุดเริ่มต้นที่ดีของความสำเร็จที่ผู้วิจัยเชื่อว่า หากได้ริเริ่มและทำอย่างต่อเนื่องนักเรียนสามารถที่จะบรรลุเป้าหมายตามที่ตนตั้งใจไว้ได้

ในขั้นยุติการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยขอให้ให้นักเรียนช่วยกันสรุปถึงสิ่งที่ได้พุดคุยจากการเข้ารับการให้คำปรึกษาในครั้งที่ 6 ซึ่งนักเรียนกล่าวว่า ได้ฟังถึงสิ่งที่เพื่อนได้ทำ ได้เข้าใจตนเอง มากขึ้นว่า ตนเองมีความพร้อมอยู่ในระดับใด ซึ่งเป็นที่น่าสนใจว่า มีนักเรียนบางคนก็กล่าวถึงความรู้สึกของตนว่า จากการที่ได้เข้าร่วมกลุ่มรู้สึกตนเองมีความกระตือรือร้นมากยิ่งขึ้น

จากการสังเกตการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 6 นี้ ผู้วิจัยพบว่าสิ่งที่นักเรียนแลกเปลี่ยน โดยเฉพาะนักเรียนที่กล่าวถึงสิ่งที่ตนได้ริเริ่มปฏิบัติไปแล้วนั้น มีผลต่อนักเรียนสมาชิกคนอื่นๆ กล่าวคือสามารถกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความกระตือรือร้น มีความพร้อมที่จะริเริ่มและมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติตามแนวทางของตนต่อไป และจากการที่นักเรียนแต่ละคนได้นำเสนอประโยคที่ตนคิดไว้ ซึ่งแสดงออกถึงความพร้อมในการริเริ่ม พบว่า นักเรียนคนอื่นๆ ตั้งใจรับฟังและปรบมือ ซึ่งแสดงถึงการให้กำลังใจ เป็นการส่งเสริมความคิดที่เหมาะสมของนักเรียนนำไปสู่การเกิดความมั่นใจในการที่จะปฏิบัติต่อไป นอกจากนี้พบว่าสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนสมาชิกกลุ่มและระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียนนั้น ยังคงดำเนินไปด้วยดี จากการที่นักเรียนได้มีการแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกกันอย่างต่อเนื่อง ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนส่งผลต่อประสิทธิภาพในการให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

ครั้งที่ 7 ความเชื่อมั่นที่จะไปสู่เป้าหมาย

ในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 7 (ความเชื่อมั่นที่จะไปสู่เป้าหมาย) มีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนเกิดความมั่นใจว่า ตนมีความสามารถที่จะบรรลุเป้าหมายในการเรียนตามที่ตนตั้งใจไว้ได้

ในขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษาครั้งที่ 7 นี้ ผู้วิจัยเริ่มต้นกล่าวทักทายนักเรียนเพื่อส่งเสริมให้เกิดบรรยากาศที่ผ่อนคลาย จากนั้นผู้วิจัยขอให้นักเรียนร่วมกันทบทวนถึงการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ผ่านมา (ครั้งที่ 6 ความตั้งใจที่จะไปสู่เป้าหมาย) ทั้งนี้นักเรียนกล่าวถึงการเริ่มต้นดำเนินการตามแนวทาง และขั้นตอนต่างๆ ตามที่ตนได้กำหนดไว้ ทั้งนี้ได้รับฟังเรื่องราวของเพื่อนที่ได้ดำเนินการตามแนวทางที่กำหนดไว้ไปบ้างแล้ว ซึ่งนักเรียนกล่าวต่อไปถึงการนำไปสู่ความรู้สึกพร้อมมากขึ้นในการที่จะดำเนินการต่างๆ ตามที่ตนตั้งใจไว้ ทั้งนี้การได้กล่าวถึงประโยคที่บ่งบอกถึงความพร้อม ตลอดจนการได้รับกำลังใจจากเพื่อนก็ทำให้รู้สึกมีความกระตือรือร้นเพิ่มมากขึ้นด้วย จากนั้นผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันทบทวนถึงข้อตกลงที่กำหนดร่วมกันอีกครั้ง

สำหรับขั้นดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ 7 นี้ ผู้วิจัยขอให้นักเรียนแต่ละคนเล่าถึงสิ่งที่ตนได้ดำเนินการเพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตน ซึ่งนักเรียนบางคนได้กล่าวถึงการจัดการบ้านหรืองานที่อาจารย์มอบหมายทุกครั้ง ตลอดจนการทบทวนอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งนักเรียนกล่าวต่อไปว่า ตั้งแต่ทำสมุดจดงานและมีการทบทวนทำให้ตนส่งงานได้อย่างครบถ้วน นอกจากนี้มีนักเรียนบางคนกล่าวถึงการท่องศัพท์ภาษาอังกฤษได้วันละ 10 คำ และสำหรับนักเรียนที่ระบุถึงการอ่านหนังสือทบทวนนั้น นักเรียนบางคนกล่าวถึงการทบทวนในรายวิชาต่างๆ ที่ได้เรียนไปแล้ว โดยอ่านวันละประมาณ 5 หน้า

โดยเมื่อไม่เข้าบทเรียนใดก็จะพยายามรีบสอบถามเพื่อนทันที ไม่ปล่อยให้เนิ่นนานเหมือนที่ผ่านมา ส่วนในการอ่านหนังสือทบทวนในรายวิชาที่นักเรียนกำหนดไว้อย่างชัดเจน เช่น ภาษาอังกฤษนั้น นักเรียนกล่าวว่า สามารถอ่านทบทวนได้วันละ 2 หน้า ซึ่งบางวันก็สามารถอ่านได้มากกว่าที่กำหนดไว้ นักเรียนบางคนกล่าวถึงการอ่านทบทวนวิชาประวัติศาสตร์ ซึ่งเป็นวิชาที่ไม่ถนัดนั้น สามารถอ่านได้วันละ 2 หน้า หรือมากกว่า โดยนักเรียนกล่าวต่อไปว่า ในแต่ละวันจะพยายามอ่านทบทวนวิชาประวัติศาสตร์ให้ได้มากกว่าวิชาอื่นๆ ส่วนนักเรียนที่กล่าวถึงการอ่านหนังสือทบทวนวิชาคณิตศาสตร์นั้น เมื่อมีเรียนวิชาคณิตศาสตร์นักเรียนได้กลับมาทบทวนในสิ่งที่เรียนในครั้งนั้นๆ เพื่อให้มีความเข้าใจมากยิ่งขึ้น และขณะเรียนหากตนเองหลับเพื่อนที่นั่งข้างๆ ก็จะปลุกตามที่ได้ตกลงกับเพื่อนไว้ ทั้งนี้นักเรียนกล่าวต่อไปว่าระยะหลังมานี้ตนหลับน้อยลง เมื่อผู้วิจัยถามต่อไปว่า “อะไรที่ทำให้ตนหลับน้อยลง” นักเรียนได้กล่าวว่า เมื่อได้กลับไปทบทวนบทเรียนที่เรียนในแต่ละครั้ง ซึ่งพบว่า เข้าใจมากขึ้นนั้น ทำให้การเรียนในครั้งต่อไปตนเองสามารถติดตามเนื้อหาที่ครูสอนได้มากขึ้น จึงทำให้ตนเองไม่หลับเนื่องจากเรียนรู้เรื่องมากขึ้น และรู้สึกเกรงใจเพื่อนที่ต้องคอยปลุก

จากนั้นเพื่อเป็นการสนับสนุนให้นักเรียนแต่ละคนเกิดความเชื่อมั่นว่าตนจะสามารถไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาต่อไปได้ ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคคำถามจัดระดับ ตามการให้คำปรึกษาแบบ โซลูชันโฟกัส อีกครั้ง โดยให้นักเรียนตรวจสอบว่า “จากระดับ 1 – 10 นั้น ถ้า 1 เป็นความรู้สึกที่นักเรียนได้เข้ากลุ่มครั้งแรก และ 10 คือ วันที่นักเรียนแต่ละคนบรรลุเป้าหมายระยะทางการศึกษาที่ตั้งไว้ในตอนนี้ นักเรียนคิดว่า ตนกำลังอยู่ในระดับใด” ทั้งนี้พบว่า นักเรียน 2 คน จัดอยู่ในระดับ 8 อีก 2 คน จัดอยู่ในระดับ 7 และอีก 3 คน จัดอยู่ในระดับ 6 ส่วนนักเรียนอีก 1 คน นั้นจัดอยู่ในระดับ 5 ซึ่งจากการจัดระดับที่สะท้อนถึงการรับรู้ของนักเรียนเกี่ยวกับการประสบความสำเร็จทางด้านการศึกษาในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 7 นี้ โดยภาพรวมนักเรียนมีการจัดระดับสูงขึ้นจากการจัดระดับการรับรู้ถึงความสำเร็จทางการศึกษาในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 2 (รูปแบบความหวังทางการศึกษา) จากการเปลี่ยนแปลงของระดับการรับรู้ถึงความสำเร็จของนักเรียนนี้ ผู้วิจัยพบว่า ช่วยให้นักเรียนเกิดความเชื่อมั่นว่าการปฏิบัติตามแนวทางและขั้นตอนต่างๆ สามารถนำไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่ตนตั้งไว้ได้ และตระหนักว่าไม่ใช่เรื่องยากสำหรับตน ซึ่งแม้ว่าระดับการรับรู้จะสูงขึ้นเพียงเล็กน้อย แต่ก็เป็นความช่วยเหลือให้นักเรียนรับรู้ถึงผลของสิ่งที่ตนกำลังกระทำหรือดำเนินการอยู่ ซึ่งเป็นลักษณะที่สำคัญของการใช้เทคนิคคำถามจัดระดับ

เพื่อเป็นการให้นักเรียนเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจที่สามารถปฏิบัติตามแนวทางที่ตนตั้งไว้ได้ พร้อมทั้งมีกำลังใจที่จะดำเนินการต่างๆต่อไปอย่างต่อเนื่อง ผู้วิจัยได้ถามนักเรียนว่า “จากการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น นักเรียนสามารถทำได้อย่างไร” ทั้งนี้มีนักเรียนบางคนกล่าวว่า “ถ้าตั้งใจจริง ก็ทำได้” “ต้องพยายามทำตามสิ่งที่ตั้งไว้ให้ได้” “ต้องทำอย่างเคร่งครัด” นอกจากนี้ ยังมีนักเรียนบางคนกล่าวถึงความรู้สึกของตนเมื่อสามารถทำในสิ่งที่ตนตั้งไว้ได้ ตลอดจนได้รับรู้ถึงความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น โดยนักเรียนกล่าวว่า “รู้สึกดีที่พบว่าตนทำได้ รู้สึกมีความหวังมากขึ้น การทำให้ผลการเรียนดีขึ้นไม่ยากเกินความพยายามของตน”

นอกจากนั้นเพื่อเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนยังคงดำเนินการตามแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ต่อไปเพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตน ผู้วิจัยขอให้นักเรียนแลกเปลี่ยนถึงสิ่งที่นักเรียนจะดำเนินการต่อไปจากนี้ โดยนักเรียนส่วนใหญ่กล่าวถึงการจะพยายามดำเนินการตามแนวทาง และขั้นตอนต่างๆ ของตนเองต่อไปอย่างเคร่งครัด เนื่องจากเชื่อว่าจะสามารถทำให้ตนบรรลุเป้าหมายได้

จากนั้นผู้วิจัยใช้เทคนิคคำถามมหัศจรรย์ ตามการให้คำปรึกษาแบบโซลูชั่น-โฟกัส โดยถามนักเรียนว่า “หากปาฏิหาริย์เกิดขึ้น โดยนักเรียนสามารถฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆ กระทั่งประสบความสำเร็จ บรรลุเป้าหมายทางการศึกษาที่ตนตั้งไว้ อะไรคือสิ่งที่จะแตกต่างหรือเปลี่ยนไปและนักเรียนรู้สึกอย่างไร” ทั้งนี้เป็นการให้นักเรียนจินตนาการถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้น เมื่อตนประสบความสำเร็จหรือบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาของตน โดยนักเรียนก็ได้กล่าวไว้อย่างหลากหลายว่า “ได้มีผลการเรียนที่ดีขึ้น พอแม่ภาคภูมิใจ” “ผลการเรียนโดยเฉพาะวิชาภาษาอังกฤษดีขึ้น รู้สึกดีใจที่ตนสามารถทำได้” “คงมีความสุข ได้ในสิ่งที่หวังไว้” ซึ่งสิ่งเหล่านี้ช่วยส่งเสริมให้นักเรียนเกิดความรู้สึกเชื่อมั่นที่จะดำเนินการต่างๆ ต่อไป ผ่านการรับรู้ถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นหรือเปลี่ยนแปลงไป เมื่อตนประสบความสำเร็จ โดยบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาที่ตนได้ตั้งเอาไว้ ซึ่งเป็นไปตามลักษณะของเทคนิคคำถามมหัศจรรย์ นอกจากนี้จากการใช้เทคนิคดังกล่าว ผู้วิจัยพบว่า นักเรียนรู้สึกดีเมื่อได้จินตนาการถึงสิ่งที่จะเปลี่ยนแปลงไปเมื่อตนประสบความสำเร็จ ทั้งนี้ นักเรียนมีสีหน้าที่ยิ้มแย้มแจ่มใสเมื่อได้แลกเปลี่ยนเรื่องราวของตน ซึ่งสิ่งเหล่านี้สามารถช่วยให้นักเรียนเกิดความมั่นใจและมีกำลังใจที่จะดำเนินการต่างๆ ต่อไปได้ ทั้งนี้เพื่อสนับสนุนให้เกิดความรู้สึกดังกล่าว ผู้วิจัยให้นักเรียนในกลุ่มให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ซึ่งนักเรียนแต่ละคนกล่าวให้กำลังใจโดยเชื่อว่า ความพยายามของเพื่อนนั้น สามารถทำให้บรรลุเป้าหมายที่ตนต้องการได้

ในขั้นยุติการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยขอให้นักเรียนในกลุ่มร่วมกันทบทวนถึงสิ่งที่ได้พูดคุย ในการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 7 ซึ่งนักเรียนกล่าวถึงการได้แลกเปลี่ยนถึงสิ่งที่ตนได้ดำเนินการต่างๆ ตลอดจนการจัดระดับตามการรับรู้ถึงความสำเร็จหรือการบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ซึ่งนักเรียนยังได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงของระดับที่เพิ่มขึ้นจากเดิม นอกจากนี้นักเรียนยังกล่าวถึงการได้จินตนาการถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นเมื่อตนประสบความสำเร็จ จากนั้นผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลาในการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งต่อไป

จากการสังเกตการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 7 ผู้วิจัยพบว่า นักเรียนทุกคนในกลุ่มได้เริ่มดำเนินการตามแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ที่ตนได้กำหนดไว้ ซึ่งเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงไปจากการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ 6 แสดงให้เห็นว่าสมาชิกกลุ่มส่งผลต่อความเปลี่ยนแปลงโดยสนับสนุนให้เกิดความกระตือรือร้น และมุ่งมั่นในการดำเนินการตามแนวทางต่างๆ ของตนเองต่อไป และจากการใช้เทคนิคการจัดระดับที่ส่งเสริมให้นักเรียนสามารถรับรู้ถึงความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้น สามารถทำให้นักเรียนเกิดความเชื่อมั่นว่าตนสามารถบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาที่ตนตั้งไว้ โดยเป็นสิ่งที่ไม่ยากเกินไปสำหรับตน และจากสิ่งที่นักเรียนบอกเล่าที่บ่งบอกถึงความสามารถในการเปลี่ยนแปลงนั้น สะท้อนให้เห็นว่า นักเรียนมีความภาคภูมิใจตลอดจนรับรู้ว่าจะไปสู่เป้าหมายที่ตนตั้งไว้ได้ จากนั้นเมื่อใช้เทคนิคคำถามมหัศจรรย์โดยนักเรียนได้กล่าวถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นเมื่อตนบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาจากการจินตนาการและนักเรียนมีสีหน้าที่ยิ้มแย้มนั้น สะท้อนให้เห็นว่านักเรียนมีความรู้สึกที่ดีต่อการรับรู้

ถึงเป้าหมาย ซึ่งสิ่งเหล่านี้สามารถกระตุ้นให้นักเรียนยังคงดำเนินการตามแนวทางต่างๆ ต่อไปเพื่อไปสู่เป้าหมายบนพื้นฐานของความเป็นไปได้จากการที่นักเรียนได้รับรู้ถึงความเปลี่ยนแปลงในชั้นตอน

ทั้งนี้จากการใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 7 นี้ จึงส่งเสริมให้นักเรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องต่อไป ตลอดจนการสนับสนุนซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิกในกลุ่มนอกจากบ่งบอกถึงสัมพันธภาพที่ดีระหว่างสมาชิกในกลุ่มแล้ว ยังส่งเสริมให้นักเรียนเกิดกำลังใจในการที่จะไปสู่เป้าหมายของตนต่อไป ทั้งนี้ผู้วิจัยพบว่านอกจากนักเรียนจะเกิดความรู้สึกได้รับการยอมรับจากกลุ่ม โดยการรับฟังของเพื่อนแล้ว ยังส่งเสริมให้นักเรียนเกิดความรับผิดชอบต่อกกลุ่มและเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มจากการรู้จักรับฟังและให้กำลังใจเพื่อนคนอื่นด้วย ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นลักษณะที่สำคัญของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มอันมีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนต่อไปได้

ครั้งที่ 8 ความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย

การให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 8 (ความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย) มีวัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักเรียนรับรู้ถึงอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้นได้ระหว่างที่นักเรียนกำลังดำเนินการตามแนวทางหรือขั้นตอนต่างๆ ที่กำหนดไว้ ตลอดจนสามารถคิดหาแนวทางอื่นๆ ที่นอกเหนือจากแนวทางที่ตั้งไว้ เพื่อให้ตนเองสามารถผ่านพ้นอุปสรรคและนำไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่ตนตั้งไว้ได้ต่อไป

ในชั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งนี้ 8 ผู้วิจัยกล่าวต่อนักเรียนตลอดจนกล่าวทักทายเพื่อเป็นการส่งเสริมให้เกิดบรรยากาศที่ผ่อนคลายอันนำไปสู่ขั้นของการดำเนินการให้คำปรึกษาต่อไป จากนั้นผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันทบทวนถึงสิ่งที่ได้พูดคุยในการเข้ารับการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา (ครั้งที่ 7 ความเชื่อมั่นที่จะไปสู่เป้าหมาย) และเพื่อเป็นการตรวจสอบถึงการดำเนินการต่างๆ ของนักเรียน ผู้วิจัยขอให้นักเรียนกล่าวถึงสิ่งตนได้ดำเนินการต่อไปตลอดจนมีการเปลี่ยนแปลงใดเกิดขึ้นบ้าง ซึ่งนักเรียนทุกคนกล่าวถึงแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ที่ตนยังคงดำเนินต่อไป เช่น การอ่านหนังสือทบทวนวันละ 2 หน้า การท่องศัพท์ภาษาอังกฤษวันละ 10 คำ เป็นต้น ทั้งนี้นักเรียนบางคนกล่าวเพิ่มเติมว่าก่อนหน้านี้รู้สึกการเริ่มต้นทำตามแนวทางเป็นสิ่งที่ยาก แต่เมื่อดำเนินการอย่างต่อเนื่อง พบว่า หากมีความพยายามก็สามารถที่จะทำได้ เมื่อนักเรียนได้กล่าวถึงสิ่งที่ตนได้ดำเนินการต่อไปแล้ว ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันทบทวนถึงข้อตกลงที่ได้กำหนดร่วมกันอีกครั้ง

จากการดำเนินการตามแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ตามที่นักเรียนได้กล่าวไว้ ผู้วิจัยถามนักเรียนถึงอุปสรรคที่นักเรียนประสบระหว่างการดำเนินการตามแนวทางต่างๆ ของตน ทั้งนี้หาก ณ ปัจจุบันนักเรียนยังไม่ประสบกับอุปสรรค ผู้วิจัยขอให้นักเรียนลองคาดคะเนถึงอุปสรรคที่อาจจะเกิดขึ้นตามการรับรู้ของตน ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นไปตามลักษณะของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรูติด ทั้งนี้มีนักเรียนบางคนกล่าวถึงอุปสรรคของตน คือ ในการอ่านหนังสือทบทวนบทเรียนของตนนั้น พบว่า ในช่วงที่มีการบ้านมาก ก็ทำให้ตนไม่สามารถอ่านหนังสือได้ครบถ้วนตามที่ได้กำหนดไว้ ซึ่งอุปสรรคเหล่านี้สอดคล้องกับนักเรียนอีก 2 คน ซึ่งกล่าวถึงการไม่มีเวลาในการอ่านหนังสือทบทวน และท่องศัพท์ภาษาอังกฤษได้ครบถ้วนเมื่อมีการบ้านที่ต้องรีบส่งครู และสำหรับนักเรียนที่ยังไม่ประสบกับอุปสรรคในการดำเนินการต่างๆ โดยผู้วิจัยสนับสนุนให้ลองคาดคะเนถึงอุปสรรคที่อาจจะเกิดขึ้นนั้น พบว่า บางส่วนมีความคล้ายคลึงกัน

ในเรื่องของการไม่มีเวลาหากต้องรีบส่งงานหรือมีการบ้านในรายวิชาต่างๆพร้อมกัน ซึ่งเป็นที่น่าสนใจว่านักเรียนต้องทำการบ้านส่งครูเหมือนกันแต่อะไรที่ให้นักเรียนไม่ได้ระบุว่า เป็นอุปสรรคที่เกิดขึ้น ทั้งนี้พบว่า ก่อนหน้านักเรียนมีวิธีการจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นหรือเป็นอุปสรรคกระทั่งสามารถดำเนินการตามแนวทางของตนได้ต่อไป ซึ่งสิ่งเหล่านี้จึงทำให้นักเรียนรับรู้ว่าคุณเองไม่มีอุปสรรคในการที่จะดำเนินการตามแนวทางของตน

เมื่อผู้วิจัยขอให้นักเรียนดังกล่าวเล่าถึงวิธีการจัดการกับอุปสรรคของตน นักเรียนกล่าวว่าหากตนไม่สามารถอ่านหนังสือทบทวนได้วันละ 2 หน้าตามที่ได้กำหนดไว้ ตนจะอ่านหนังสือชดเชยเพิ่มขึ้นในวันถัดไปหรือในบางวันที่มีเวลาจะอ่านมากขึ้นกว่าที่กำหนดไว้ เพื่อให้อ่านได้ครบถ้วนตามที่กำหนด ซึ่งทำให้ในช่วงที่ต้องรีบส่งงานก็สามารถส่งได้ทันตามกำหนดและยังสามารถอ่านหนังสือได้อย่างครบถ้วนตามที่ได้ตั้งใจไว้ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ช่วยให้นักเรียนคนอื่นๆ ในกลุ่มได้รับรู้ถึงความเป็นไปได้อื่นๆ ที่จะทำให้นักเรียนสามารถดำเนินการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายของตนได้ต่อไป แม้จะประสบกับปัญหาหรืออุปสรรคใดๆ ก็ตาม เมื่อนักเรียนได้รับฟังวิธีการจัดการกับอุปสรรคของเพื่อนแล้ว ผู้วิจัยจึงสนับสนุนให้นักเรียนลองคิดถึงวิธีการหรือแนวทางอื่นๆ ที่สามารถเป็นไปได้เมื่อตนพบกับอุปสรรคต่อไป ทั้งนี้นักเรียนบางคนกล่าวถึงการท่องศัพท์มากขึ้นในวันต่อไปหากตน ไม่สามารถท่องศัพท์ที่ได้ครบตามที่กำหนด นักเรียนบางคนกล่าวถึง การสอบถามเพื่อนหรือครูเพิ่มเติมหากไม่เข้าใจบทเรียน และมีนักเรียนบางคนกล่าวถึงการให้เพื่อนช่วยๆ คอยปลุกและตักเตือนหากยังพบว่าตนยังคงนอนหลับขณะที่เรียนวิชาคณิตศาสตร์ นอกจากนี้มีนักเรียนบางคนกล่าวถึงการอ่านหนังสือเพิ่มขึ้น เพื่อชดเชยในวันถัดไปเมื่อตนไม่สามารถอ่านได้ครบถ้วนตามที่กำหนดไว้ ซึ่งจากการที่นักเรียนได้ตรวจสอบถึงปัญหาหรืออุปสรรคที่เกิดขึ้น ตลอดจนจนการได้รับฟังแนวทางอื่นๆ จากเพื่อนนั้น พบว่าสามารถช่วยส่งเสริมให้นักเรียนได้ค้นพบแนวทางอื่นๆ ที่เหมาะสมสำหรับตนในการเผชิญกับอุปสรรคได้ ซึ่งเป็นไปตามเทคนิคการร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือกตามการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า

เพื่อเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนรับรู้ถึงความสามารถในการจัดการกับปัญหาหรืออุปสรรคซึ่งส่งผลต่อการดำเนินการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายต่อไปนั้น ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคคำถามช้อยกเว้น ตามการให้คำปรึกษาแบบไซลูชัน-โฟกัส โดยให้นักเรียนลองนึกถึงเหตุการณ์ในอดีตที่ตนอาจประสบปัญหาในการเรียน และถามนักเรียนต่อไปว่า ตนสามารถผ่านพ้นอุปสรรคเหล่านั้นมาได้อย่างไร ซึ่งนักเรียนบางคนกล่าวถึงการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ซึ่งเมื่อไม่เข้าใจบทเรียนก็จะให้เพื่อนช่วยติว ทำให้เข้าใจมากขึ้นและเรียนได้ดีขึ้นด้วย นอกจากนี้มีนักเรียนบางคนกล่าวถึงการเคยมีผลการเรียนภาษาอังกฤษที่ไม่ค่อยดีนักแต่ได้พี่ติวภาษาอังกฤษให้ จึงทำให้ผลเรียนภาษาอังกฤษดีขึ้นกว่าเดิม จากการที่ให้นักเรียนได้นึกถึงสถานการณ์การเรียนที่เป็นปัญหา โดยสามารถผ่านพ้นมาได้เหล่านี้ จะช่วยทำให้นักเรียนเกิดความเชื่อที่ว่าตนสามารถที่จะเอาชนะอุปสรรค กระทั่งบรรลุเป้าหมาย ได้ผ่านสถานการณ์ของปัญหาที่นักเรียนเคยประสบมาก่อน ทั้งนี้เพื่อเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนยังคงดำเนินการต่างๆ ต่อไป แม้จะพบกับอุปสรรคต่างๆ ผู้วิจัยให้กำลังใจนักเรียนโดยกล่าวว่าจากการที่นักเรียนแต่ละคนสามารถหาวิธีการหรือแนวทางอื่นๆ เมื่อตนพบกับอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย ตลอดจนจนประสบการณ์ที่นักเรียนเคยจัดการกับอุปสรรคต่างๆ มาได้ ผู้วิจัยเชื่อว่า นักเรียนจะสามารถผ่านพ้นอุปสรรคต่างๆ กระทั่งไปสู่เป้าหมายทางการศึกษา

ที่นักเรียนตั้งไว้ได้ และเมื่อสนับสนุนให้นักเรียนให้กำลังใจซึ่งกันและกัน นักเรียนในกลุ่มก็ได้กล่าวถึงความสามารถของเพื่อนว่าเป็นคนเก่ง คงประสบความสำเร็จได้ไม่ยาก ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นการส่งเสริมความเชื่อมั่นในการที่จะดำเนินการต่างๆ ต่อไป แม้ว่า จะพบกับอุปสรรคต่อการไปสู่เป้าหมายก็ตาม

ในขั้นปฏิบัติการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยขอให้นักเรียนร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้พูดคุยกันในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 8 ทั้งนี้ นักเรียนกล่าวถึงการค้นหาวิธีการจัดการกับปัญหาหรืออุปสรรคเมื่อตนประสบขณะดำเนินการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมาย ได้นึกถึงเหตุการณ์ในอดีตที่ตนเคยประสบปัญหาทางด้านการเรียนพร้อมบอกเล่าถึงวิธีการจัดการกับอุปสรรคในครั้งนั้น ซึ่งขณะที่นักเรียนกำลังบอกเล่าถึงแนวทางที่ตนค้นพบผ่านประสบการณ์ในอดีตนั้น มีนักเรียนคนหนึ่งกล่าวว่า ปัญหาเหล่านี้จริงๆ ทุกคนก็เคยผ่านมาได้ ซึ่งถ้าเรามีความพยายามก็คงสามารถผ่านไปได้เช่นกัน ซึ่งสิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นว่า นักเรียนเริ่มมีความเชื่อมั่นตลอดจนมีกำลังใจที่จะดำเนินการตามแนวทางต่างๆ ต่อไป โดยถึงแม้ว่าจะพบกับอุปสรรคต่างๆ ก็ไม่ยากเกินความสามารถของตน

จากการสังเกตการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 8 ผู้วิจัยพบว่า บรรยากาศภายในกลุ่มตั้งแต่ขั้นเริ่มต้น กระทั่งปฏิบัติการให้คำปรึกษากลุ่มเป็นไปอย่างผ่อนคลาย นอกจากนั้นนักเรียนแต่ละคนมีบทบาทในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ต่อกลุ่ม อันมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงความคิดความรู้สึก กระทั่งนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียนคนอื่นๆ ในกลุ่ม ทั้งนี้แตกต่างจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในช่วงแรกที่นักเรียนบางคนยังไม่ค่อยมีบทบาทต่อกลุ่ม ทั้งนี้เห็นได้จากการที่นักเรียน ยังไม่ค่อยแสดงความคิดเห็นมากนัก ซึ่งสิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นว่า นักเรียนรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งและมีความรับผิดชอบต่อกลุ่ม และจากการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ 8 นี้พบว่า มีสมาชิกกลุ่มบางคนมีบทบาทสำคัญในการนำไปสู่การหาแนวทางหรือวิธีการอื่นๆ เมื่อพบกับอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมายของเพื่อนสมาชิก กล่าวคือ เมื่อนักเรียนพบกับอุปสรรคคือ ไม่สามารถอ่านหนังสือทบทวนได้วันละ 2 หน้าตามที่ได้กำหนดไว้ นักเรียนจะอ่านหนังสือชดเชยเพิ่มขึ้นในวันถัดไป หรืออ่านให้ได้มากกว่าวันละ 2 หน้าเมื่อมีเวลา จากสิ่งนี้ที่นักเรียนบอกเล่าจึงเป็นแนวทางให้กับเพื่อนสมาชิกในการหาวิธีการต่างๆ เพื่อจัดการกับอุปสรรคหรือเตรียมพร้อมสำหรับการเผชิญกับอุปสรรคที่อาจจะเกิดขึ้นต่อไปได้ จากสถานการณ์ดังกล่าวสอดคล้องกับลักษณะของการให้คำปรึกษากลุ่มที่สมาชิกในกลุ่มมีบทบาทในการช่วยเหลือเพื่อนสมาชิกกลุ่มจากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่หลากหลายของสมาชิกแต่ละคนสามารถนำไปสู่การค้นพบแนวทางที่เหมาะสมสำหรับตนได้ต่อไป

ครั้งที่ 9 ความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมาย

การให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 9 (ความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมาย) มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ให้นักเรียนไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคต่างๆ ที่จะไปสู่การบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาที่นักเรียนตั้งไว้

ซึ่งในขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษาในครั้งที่ 9 นี้ ผู้วิจัยกล่าวทักทายสมาชิกในกลุ่ม เพื่อส่งเสริมให้เกิดบรรยากาศที่ผ่อนคลาย จากนั้นเพื่อเป็นการทบทวนการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา ผู้วิจัยขอให้นักเรียนช่วยกันสรุปถึงสิ่งที่ได้พูดคุยกันในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 8 (ความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย) ตลอดจนขอให้บอกเล่าถึงสิ่งที่เกิดขึ้นหรือเปลี่ยนแปลงไป

จากการเข้ารับการให้คำปรึกษาจากการรับรู้ของนักเรียน ทั้งนี้ นักเรียนกล่าวถึงการได้ค้นหาวิธีการอื่นๆ ในการเผชิญกับปัญหาหรืออุปสรรคต่างๆ ในการไปสู่เป้าหมาย โดยนักเรียนแต่ละคนทบทวนถึงวิธีการที่ตนได้ค้นพบ นอกจากนั้น มีนักเรียนบางคนกล่าวถึงความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นว่า “ในแต่ละวันมีเป้าหมายชัดเจนมากยิ่งขึ้นว่าต้องทำอะไร” “เมื่อได้ดำเนินการตามที่ตนได้ตั้งไว้อย่างจริงจัง รู้สึกว่าการไปสู่เป้าหมายนั้นไม่ได้เป็นเรื่องที่ยากเกินไป” “เมื่อสามารถดำเนินการตามที่ตนตั้งไว้ในระยะหนึ่ง ก็รู้สึกว่าเป็นสิ่งที่ต้องทำต่อไป” จากสิ่งเหล่านี้สะท้อนให้เห็นว่านักเรียนยังคงดำเนินการตามแนวทางต่างๆ ที่ตนได้ตั้งไว้อย่างต่อเนื่อง อีกทั้งยังรับรู้ได้ถึงความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตน ซึ่งจะส่งผลต่อการมุ่งมั่นที่จะดำเนินการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่ตนได้ตั้งไว้ต่อไป จากนั้นผู้วิจัยจึงให้นักเรียนร่วมกันทบทวนถึงข้อตกลงที่กำหนดในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มอีกครั้งหนึ่ง

ในขั้นดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 9 นี้ ผู้วิจัยเริ่มต้นโดยถามนักเรียนในกลุ่มว่า “ในการดำเนินการตามแนวทางต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่ตนได้ตั้งไว้ นั้น นักเรียนพบกับอุปสรรคบ้างหรือไม่” ทั้งนี้ผู้วิจัยขอให้นักเรียนเล่าถึงวิธีการจัดการกับอุปสรรคดังกล่าว ซึ่งมีนักเรียนกล่าวถึงการใช่วิธีการที่ตนค้นพบหากต้องเผชิญกับอุปสรรคในการดำเนินการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมาย โดยนักเรียนกล่าวว่าในบางวันที่ไม่สามารถอ่านหนังสือทบทวนได้ตามที่กำหนด เนื่องจากมีการบ้านที่ต้องส่งครู ก็จะอ่านหนังสือให้มากขึ้นในวันถัดไป เพื่อเป็นการชดเชย นอกจากนั้น มีนักเรียนบางคนกล่าวเกี่ยวกับการท่องศัพท์ภาษาอังกฤษของตนว่า เมื่อไม่สามารถท่องศัพท์ได้ตามจำนวนที่กำหนดไว้ เนื่องจากต้องทำการบ้านส่งครูเช่นเดียวกัน ก็จะท่องศัพท์ให้มากขึ้น เพื่อเป็นการชดเชยในวันถัดไป ส่วนนักเรียนกล่าวว่าเมื่อเผชิญกับอุปสรรคคือไม่เข้าใจบทเรียนก็จะถามเพื่อนหรือครูเพิ่มเติมนั้น เมื่อเรียนในแต่ละวันและพบว่า ไม่เข้าใจบทเรียนใดจะรีบสอบถามเพื่อนที่เข้าใจทันที และสำหรับนักเรียนที่ยังไม่พบกับอุปสรรคต่างๆ ผู้วิจัยขอให้ทบทวนถึงวิธีการที่ตนได้คิดไว้เพื่อเป็นการเตรียมพร้อมเมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคต่อไป

ทั้งนี้แม้ว่านักเรียนจะพบกับอุปสรรคต่างๆ ในการดำเนินการเพื่อไปสู่เป้าหมายที่ตนตั้งไว้ ซึ่งอุปสรรคเหล่านั้นเป็นไปได้ว่าอาจนำไปสู่ความรู้สึกท้อแท้ หดหวังในการที่จะดำเนินการต่างๆ ต่อไป แต่การที่นักเรียนได้มีการนำวิธีการที่คิดไว้มาใช้เมื่อพบกับอุปสรรคเป็นการช่วยให้นักเรียนสามารถดำเนินการต่างๆ ตามที่คิดไว้ได้ต่อไปแม้จะพบกับความยากลำบากก็ตาม ซึ่งสิ่งเหล่านี้ยังคงทำให้นักเรียนรับรู้ว่าคุณสมบัติของตนเองยังสามารถที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาได้ โดยมีกำลังใจจากการที่พบว่า แม้จะมีปัญหาหรืออุปสรรคแต่ตนก็สามารถที่จะผ่านไปได้อีก ทั้งนี้พบว่า มีนักเรียนกล่าวว่า “เมื่อพบกับอุปสรรคก็ทำให้รู้ว่าควรจะต้องทำอย่างไรต่อไป” “วิธีการที่คิดไว้สามารถที่จะนำมาใช้ได้เมื่อมีอุปสรรค” “หากไม่มีวิธีการที่คิดไว้ล่วงหน้า เมื่อพบกับอุปสรรคก็เป็นไปได้ว่าจะรู้สึกท้อแท้ หรือไม่มีกำลังใจที่จะดำเนินการต่างๆ ต่อไป” วิธีการที่นักเรียนแต่ละคนได้คิดไว้จึงเสมือนเป็นอีกหนทางหนึ่งที่สามารถนำไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่ตนตั้งไว้ได้

จากนั้นผู้วิจัยได้แจกเอกสารเรื่อง “From Homeless to Harvard” ให้นักเรียนได้อ่าน ซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับอัตชีวประวัติของ ดอร์น ลอกกินส์ (Dorn Loggins) ผู้ที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวกับปัญหา โดยเรื่องราวนี้อาจสอดคล้องกับนักเรียน ซึ่งนำไปสู่การปรับเปลี่ยนมุมมองความคิดที่มีต่อ

ปัญหาและมีกำลังใจที่จะดำเนินการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายต่อไปแม้จะพบกับความยากลำบากก็ตาม ซึ่งเป็นไปตามเทคนิคทางพฤติกรรมของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมมารู้คิด จากนั้นผู้วิจัยขอให้นักเรียนบอกเล่าความรู้สึกจากการที่ได้อ่านเรื่อง From Homeless to Harvard ทั้งนี้ นักเรียนในกลุ่มได้กล่าวถึงความรู้สึกที่มีต่อตัวของ ดอว์น ลอกกินส์ ตลอดจนสิ่งที่ได้จากการอ่านเรื่องราวของ ดอว์น ลอกกินส์ ว่า “เห็นถึงความพยายามและอดทนของ ดอว์น ลอกกินส์” “ชีวิตของ ดอว์น ลอกกินส์ ต้องเจอกับอุปสรรคมากมายแต่เขาก็สามารถที่จะประสบความสำเร็จได้” “นายกของชีวิตของ ดอว์น ลอกกินส์ ที่ไม่มีแม้แต่ครอบครัว แต่ก็สามารถประสบความสำเร็จได้” จากสิ่งที่นักเรียนได้กล่าวมานี้ ผู้วิจัยขอให้นักเรียนทบทวนถึงแนวทางต่างๆ ที่นักเรียนได้นำมาใช้เมื่อตนเองพบกับอุปสรรค เพื่อเป็นการสนับสนุนให้นักเรียนสามารถจัดการกับความทุกข์ย่ำแย่ต่อความยากลำบากที่นักเรียนกำลังประสบ หรืออาจจะประสบต่อไป ทั้งนี้ผู้วิจัยพบว่า เมื่อนักเรียนได้ทบทวนถึงแนวทางต่างๆ ของตนเองนักเรียนรู้สึกว่สิ่งที่ตนเองประสบนั้นเป็นเพียงบางส่วนเมื่อเปรียบเทียบกับชีวิตของ ดอว์น ลอกกินส์ โดยนักเรียนกล่าวว่า “ชีวิตของเรายังดีกว่า ดอว์น ลอกกินส์ มาก เรายังไม่ต้องใช้ความพยายามและอดทนมากเท่ากับ ดอว์น ลอกกินส์” ซึ่งสิ่งที่นักเรียนกล่าวมานี้สะท้อนให้เห็นถึงกำลังใจที่จะดำเนินการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายของตนต่อไป

การประสบความสำเร็จของตนนั้นคงเป็นสิ่งที่ไม่ยากเกินไปเมื่อเทียบกับความพยายามและอดทนของ ดอว์น ลอกกินส์

ทั้งนี้เพื่อเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนดำเนินการตามแนวทางของตนอย่างต่อเนื่องต่อไป เพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่นักเรียนแต่ละคนได้ตั้งไว้ในที่สุด ผู้วิจัยได้กล่าวให้กำลังใจนักเรียน โดยแสดงความเชื่อมั่นว่านักเรียนสามารถที่จะฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆ ไปได้ ทั้งนี้จากการรับรู้ถึงประสบการณ์ในอดีตของนักเรียนที่สามารถผ่านพ้นอุปสรรคต่างๆ มาได้ ตลอดจนความสามารถในการหาวิธีการต่างๆ ในการจัดการกับปัญหาหรืออุปสรรคที่ผ่านเข้ามาได้ นอกจากนี้ผู้วิจัยสนับสนุนให้นักเรียนให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ซึ่งมีนักเรียนส่วนใหญ่ได้กล่าวถึงความพยายามของเพื่อนที่เชื่อว่าสามารถนำไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่ต้องการได้

ในขั้นยุติการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยขอให้นักเรียนร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้พูดคุยกันในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 9 ทั้งนี้ นักเรียนกล่าวถึงการดำเนินการต่างตามแนวทางที่ตนได้ตั้งไว้ตลอดจนการใช้วิธีการตามที่ตนได้คิดไว้เมื่อพบกับอุปสรรคต่างๆ นอกจากนั้นนักเรียนได้กล่าวถึงการอ่านชีวประวัติของผู้ที่ประสบความสำเร็จโดยต้องผ่านอุปสรรคต่างๆ มากมาย ซึ่งเห็นถึงความพยายามและอดทนต่อความยากลำบากต่างๆ หลังจากนั้นผู้วิจัยจึงนัดหมายวันเวลาในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

จากการสังเกตการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาในครั้งที่ 9 นี้ ผู้วิจัยพบว่า บรรยากาศภายในกลุ่มยังคงดำเนินการไปอย่างผ่อนคลาย นักเรียนแต่ละคนมีบทบาทในการแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก ตลอดจนประสบการณ์ต่างๆ ของตน นอกจากนั้นในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 9 (ความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมาย) นักเรียนได้เกิดมุมมองเกี่ยวกับการดำเนินการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาของตนว่าต้องอาศัยความพยายามและอดทน โดยเมื่อนักเรียนได้อ่านชีวประวัติของผู้ที่ประสบความสำเร็จ ซึ่งต้องผ่านอุปสรรคต่างๆ มากมายนั้นเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนเกิดกำลังใจใน

การที่จะดำเนินตามแนวทางต่างๆ ต่อไป แม้ว่าจะพบกับความยากลำบากก็ตาม ซึ่งเป็นลักษณะที่สำคัญของเทคนิคทางพฤติกรรมของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรผู้คิด และในช่วงสิ้นสุดการดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่ม ผู้วิจัยได้สนับสนุนให้นักเรียนให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ซึ่งนักเรียนก็ได้กล่าวถึงความพยายามของเพื่อนโดยแสดงความเชื่อมั่นว่า เพื่อนสามารถที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาได้ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นการส่งเสริมให้นักเรียนยังคงดำเนินการต่างๆ ต่อไปได้

ครั้งที่ 10 ปัจฉิมนิเทศ

การให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 10 (ปัจฉิมนิเทศ) มีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนในกลุ่มได้สรุปถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ตลอดจนแนวทางในการนำไปประยุกต์ใช้ต่อไป

ในขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยได้กล่าวทักทายนักเรียนเพื่อส่งเสริมให้เกิดบรรยากาศที่ผ่อนคลาย จากนั้นผู้วิจัยขอให้นักเรียนทบทวนถึงสิ่งที่ได้พูดคุยในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ผ่านมา (ครั้งที่ 9 ความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมาย) ทั้งนี้นักเรียนกล่าวถึงการได้เรียนรู้เรื่องราวของผู้ที่มีความพยายามและอดทนกระทั่งประสบความสำเร็จในสิ่งที่ตนคาดหวัง ทั้งนี้เมื่อผู้วิจัยสอบถามถึงสิ่งที่เกิดขึ้นหรือเปลี่ยนแปลงตามที่ตนรับรู้ นักเรียนได้กล่าวถึงการได้ดำเนินการตามแนวทางต่างๆ ที่ตนได้ตั้งไว้ ซึ่งถึงแม้จะพบกับอุปสรรคต่างๆ นักเรียนก็สามารถที่จะผ่านพ้นมาได้โดยใช้วิธีการที่ตนได้คิดไว้ก่อนหน้า ซึ่งนักเรียนได้กล่าวว่า ทำให้ตนยังคงดำเนินการต่างๆ ต่อไปได้ โดยไม่เกิดความรู้สึกท้อแท้หรือยอมแพ้ต่ออุปสรรคต่างๆ จากนั้นผู้วิจัยจึงขอให้นักเรียนทบทวนถึงข้อตกลงที่นักเรียนได้ร่วมกันกำหนดอีกครั้งหนึ่ง

ในขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา เพื่อเป็นการให้นักเรียนได้ตรวจสอบระดับการรับรู้ถึงความสำเร็จหรือการบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา ผู้วิจัยจึงใช้เทคนิคคำถามการจัดระดับตามการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส โดยถามนักเรียนว่า “หากมีการจัดระดับ 1 – 10 โดย 1 คือ ระดับความรู้สึกที่นักเรียนได้เข้ากลุ่มครั้งแรก และ 10 คือ วันที่นักเรียนได้บรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่นักเรียนได้ตั้งไว้ ณ ปัจจุบันนักเรียนคิดว่าตนเองอยู่ในระดับใด” ทั้งนี้มีนักเรียน 1 คน จัดตนเองอยู่ในระดับ 9 อีก 3 คน จัดตนเองอยู่ในระดับ 8 อีก 3 คน จัดอยู่ในระดับ 7 และอีก 1 คน จัดอยู่ในระดับ 6 ซึ่งเมื่อพิจารณาโดยภาพรวมแล้ว นักเรียนมีระดับของการรับรู้ถึงความสำเร็จที่สูงขึ้นจากเดิม (จากการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ 2 (รูปแบบความหวังทางการศึกษา) และการให้คำปรึกษาในครั้งที่ 7 (ความเชื่อมั่นที่จะไปสู่เป้าหมาย) ซึ่งจากการใช้เทคนิคดังกล่าวผู้วิจัยพบว่าสามารถตรวจสอบระดับการรับรู้ถึงความสำเร็จหรือการบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาของนักเรียนได้เป็นอย่างดี โดยระดับความสำเร็จที่เปลี่ยนแปลงไปซึ่งสูงขึ้นตามที่นักเรียนรับรู้จะช่วยให้นักเรียนเกิดความเชื่อมั่นว่า ตนสามารถที่จะประสบความสำเร็จหรือบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาตามที่ตนตั้งไว้ได้ต่อไป ตลอดจนมีกำลังใจในการที่จะดำเนินการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายแม้ว่าจะพบกับอุปสรรคต่างๆ ก็ตาม การใช้เทคนิคคำถามจัดระดับจึงนับว่ามีประสิทธิภาพมากในการตรวจสอบถึงความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในตัวของสมาชิก ทั้งนี้เพื่อเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจในสิ่งที่ตนเองได้พยายามปฏิบัติเพื่อไปสู่เป้าหมายที่ตนตั้งไว้ ผู้วิจัยได้ขอให้นักเรียน

บอกเล่าถึงความรู้สึกของตนเมื่อได้รับรู้ถึงความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ซึ่งนักเรียนบางคนได้กล่าวว่า “รู้สึกดีที่สามารถทำได้” “จากการที่ได้ทำสิ่งต่างๆ ก็พบว่าหากเรามีความตั้งใจจริงก็คงไม่ยากที่จะได้ในสิ่งที่เราคาดหวัง” “รู้สึกภูมิใจที่สามารถทำในสิ่งที่เราไม่คิดว่าจะสามารถทำได้” จากสิ่งที่นักเรียนได้บอกเล่าผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับของผู้ให้คำปรึกษาสำหรับสมาชิกกลุ่ม ซึ่งเป็นอีกเทคนิคหนึ่งของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชันโฟกัส โดยการให้ข้อมูลย้อนกลับพื้นฐานที่ผู้วิจัยได้นำมาใช้ คือ การชมเชย ทั้งนี้ผู้วิจัยได้กล่าวกับนักเรียนว่าสิ่งที่นักเรียนกำลังดำเนินไปอยู่นั้นต้องอาศัยความพยายามและความอดทน ซึ่งการที่นักเรียนสามารถรับรู้ถึงความสำเร็จได้นั้นเป็นสิ่งที่น่าภาคภูมิใจ และแสดงให้เห็นถึงศักยภาพที่นักเรียนทุกคนมี ผู้วิจัยจึงขอให้นักเรียนดำเนินการตามแนวทางต่างๆ ที่นักเรียนแต่ละคนได้กำหนดไว้อย่างต่อเนื่องต่อไป ซึ่งเชื่อว่า นักเรียนสามารถที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาที่ตั้งไว้ได้ไม่ยากจากการใช้เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับของผู้ให้คำปรึกษาสำหรับสมาชิกกลุ่มนี้เสมือนการสนับสนุนและสร้างความหวังให้กับนักเรียน โดยให้สามารถบรรลุเป้าหมายของตนด้วยความเข้มแข็งต่อไป

จากนั้นผู้วิจัยขอให้นักเรียนแต่ละคนทบทวนถึงสิ่งที่นักเรียนได้ดำเนินการตั้งแต่การเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งแรกจนถึงปัจจุบัน โดยขอให้นักเรียนร่วมกันบอกเล่าถึงสิ่งที่นักเรียนได้รับจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ตลอดจนสิ่งที่นักเรียนจะดำเนินการต่อไป ทั้งนี้นักเรียนในกลุ่มได้กล่าวเกี่ยวกับการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มไว้อย่างหลากหลาย โดยนักเรียนบางคนกล่าวว่า “ได้ตั้งเป้าหมายทั้งระยะยาวและระยะสั้นทางการศึกษาที่ก่อนหน้านี้ไม่เคยได้คิดอย่างจริงจังและได้รู้ว่าจะต้องทำอะไรต่อไป เพื่อให้ตนได้บรรลุเป้าหมายเหล่านั้น” “จากการที่ได้ฟังเรื่องราวของเพื่อนๆ ทำให้ได้แนวทางบางอย่างที่ตนไม่เคยคิดมาก่อน ซึ่งเป็นประโยชน์มาก” “ได้รู้จักเพื่อนมากขึ้น ซึ่งก่อนหน้านี้ไม่เคยรู้จักมาก่อน ทำให้เข้าใจเพื่อนมากขึ้น” “จะพยายามทำในสิ่งที่ตนได้ตั้งไว้ต่อไป ซึ่งเชื่อว่า หากมีความพยายามก็จะสามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้” นอกจากนั้นพบว่า นักเรียนบางคนได้กล่าวถึงความรู้สึกจากการที่ตนได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยนักเรียนกล่าวว่า “รู้สึกดีที่ได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม ซึ่งที่ผ่านมาไม่เคยได้มาเข้ากลุ่มแบบนี้” “รู้สึกเข้าใจเพื่อนมากขึ้นและสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนดีขึ้น” “รู้สึกดีที่ได้กำลังใจจากเพื่อนและทำให้รู้ว่า ตนเองไม่ได้ประสบปัญหาหรือต่อสู้เพียงลำพัง” ซึ่งสิ่งเหล่านี้ สะท้อนให้เห็นถึงลักษณะของการให้คำปรึกษากลุ่มที่สนับสนุนให้สมาชิกมีบทบาทในการช่วยเหลือกลุ่ม จากการรู้สึกที่ตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม เกิดการรับรู้ที่ตนเองไม่ได้เป็นผู้ที่ประสบปัญหาแต่เพียงผู้เดียว ซึ่งการเข้ากลุ่มนั้นยังช่วยให้เราได้ค้นพบแนวทางต่างๆ ที่เหมาะสมสำหรับตน ผ่านประสบการณ์ที่หลากหลายที่สมาชิกแต่ละคนได้แลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน

สำหรับขั้นยุติการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยได้กล่าวชื่นชมนักเรียนที่ได้มีความพยายาม ในการดำเนินการต่างๆ แม้จะประสบกับความยากลำบาก ซึ่งผู้วิจัยยังแสดงความเชื่อมั่นต่อสมาชิกต่อไปว่า จากสิ่งที่นักเรียนได้พยายามผู้วิจัยเชื่อว่านักเรียนสามารถที่จะบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ตนตั้งไว้ได้ต่อไป ทั้งนี้ผู้วิจัยขอให้นักเรียนมีความอดทนต่อการที่จะดำเนินการต่างๆ ต่อไป เพื่อความสำเร็จของตนในที่สุด

เมื่อสิ้นสุดกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ผู้วิจัยให้นักเรียนตอบแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นอีกครั้งหนึ่ง จากนั้นผู้วิจัยนัดหมายวันเวลากับนักเรียนเพื่อขอเก็บรวบรวมข้อมูลในระยะหลังการติดตามผลต่อไป

จากการสังเกตการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ 10 (ปัจฉิมนิเทศ) ซึ่งเป็นครั้งสุดท้ายของรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษานั้น พบว่า นักเรียนมีทัศนคติที่ดีต่อการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยกล่าวถึงสิ่งที่ตนได้รับการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ซึ่งเป็นสิ่งที่นักเรียนไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อน ทั้งนี้สะท้อนให้เห็นถึงประโยชน์หรือคุณค่าของการให้คำปรึกษากลุ่ม นอกจากนี้นักเรียนมีทัศนคติที่ดีต่อเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม จากบรรยากาศที่ผ่อนคลายตลอดจนการแสดงบทบาทในการช่วยเหลือเพื่อน ๆ ในกลุ่มแสดงให้เห็นถึงการมีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างสมาชิก เกิดความไว้วางใจ ตลอดจนรู้สึกถึงการได้รับการยอมรับจากกลุ่ม ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนส่งเสริมให้นักเรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งความคิด ความรู้สึก ตลอดจนนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม นั่นคือการปฏิบัติตามแนวทางที่ตนได้ตั้งไว้ต่อไปในที่สุด

จากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียน ซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่ม ทั้งหมด 10 ครั้ง ผู้วิจัยพบว่า นักเรียนได้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก ตลอดจนนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่สอดคล้องกับการไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาตามที่ตนตั้งไว้อย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้ผู้วิจัยสังเกตจากสิ่งที่เกิดขึ้นในการเข้ารับการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง โดยในช่วงแรกของการให้คำปรึกษาพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ยังไม่ค่อยที่จะบอกเล่าเรื่องราวของตน จะมีนักเรียนเพียง 2 – 3 คน ที่จะมียุทธศาสตร์มากกว่าเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม โดยมักจะเป็นผู้เริ่มต้นบอกเล่าเรื่องราวของตนก่อนเสมอ และมีการแลกเปลี่ยนในสิ่งที่เพื่อนกำลังพูด ทั้งนี้ลักษณะดังกล่าวถือเป็นธรรมชาติของสมาชิกกลุ่มในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษา ซึ่งนอกเหนือจากนักเรียนที่จะเข้ารับการให้คำปรึกษาจะมีลักษณะหรือสถานการณ์ที่คล้ายกันแล้ว ความแตกต่างของสมาชิกกลุ่มแต่ละคน ก็จะทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนทางความคิดที่หลากหลายมากยิ่งขึ้น

เมื่อดำเนินการให้คำปรึกษามาถึงในครั้งที่ 3 ผู้วิจัยพบว่า นักเรียนที่ไม่ค่อยกล้าแสดงความคิดเห็นหรือแลกเปลี่ยนความคิดของตน ได้แสดงความคิดเห็นของตนมากขึ้น ซึ่งแสดงถึงการมีบทบาทต่อเพื่อนสมาชิกกลุ่ม ทั้งนี้เนื่องมาจากนักเรียนมีความคุ้นเคยกับผู้ให้คำปรึกษามากขึ้น จึงทำให้กล้าเปิดเผยความคิด ความรู้สึกของตน นอกจากนี้พบว่านักเรียนมีทัศนคติที่ดีต่อการเข้ารับการให้คำปรึกษา ทั้งนี้เนื่องมาจากการที่นักเรียนบางคนกล่าวถึงความรู้สึกที่ได้มาเข้ารับการให้คำปรึกษา โดยบางคนกล่าวว่าอยากมาเข้าร่วมกลุ่มแบบนี้อีก ได้เจอเพื่อน ๆ ได้ทำในสิ่งที่ไม่เคยทำ ทำให้ตนเองได้คิดเรื่องอนาคตมากขึ้น ซึ่งไม่เคยได้คิดมาก่อน ได้รับรู้เรื่องราวของเพื่อน ๆ ซึ่งบางเรื่องไม่เคยรู้มาก่อน นอกจากนี้พบว่า ทุกครั้งที่มีการนัดหมายให้คำปรึกษากลุ่ม นักเรียนทุกคนมาเข้าร่วมอย่างพร้อมเพรียงและตรงเวลา จึงทำให้เวลาที่ใช้ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาแต่ละครั้งเป็นไปตามที่กำหนด คือ 60 นาที นอกจากนี้พบว่า นักเรียนยังเตรียมตัวโดยจัดห้องที่ใช้ในการให้คำปรึกษาอย่างเรียบร้อย

ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาทั้ง 10 ครั้ง พบว่านักเรียนทั้ง 8 คน ซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่มได้มีการตั้งเป้าหมายระยะยาวและระยะสั้นทางการศึกษา การหา

แนวทางหรือวิธีการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมาย รวมทั้งการหาวิธีการเมื่อตนประสบกับอุปสรรคต่างๆ ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับนักเรียน ซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่มตามรับรู้ของตน และการสังเกตจากผู้วิจัยสามารถสรุปได้ดังรายละเอียดต่อไปนี้

นักเรียนคนที่ 1

เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา : การได้เรียนโรงเรียนนายร้อยตำรวจ การได้เป็นตำรวจ

เป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา : การได้เกรดเฉลี่ยที่ดีขึ้นกว่าเดิม ไม่ต่ำกว่า 3.75 การเรียนวิชาภาษาอังกฤษได้ดีขึ้น

แนวทางและขั้นตอนในการไปสู่เป้าหมาย และวิธีการจัดการกับปัญหาและอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย : การอ่านหนังสือเพิ่มขึ้นและทำงานหรือการบ้านส่งครูให้ครบถ้วน โดยมีการกำหนดว่าจะการอ่านหนังสือทบทวนบทเรียนที่เรียนในแต่ละวัน และตรวจสอบงานที่ครูมอบหมายอยู่เสมอ ทั้งนี้เมื่อไม่สามารถอ่านหนังสือทบทวนบทเรียนที่เรียนในแต่ละวันได้ก็จะพยายามอ่านทบทวนในวันถัดไป

ระดับการรับรู้ถึงการบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา (จากการใช้เทคนิคคำถามจัดระดับ) : นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงโดยมีการรับรู้ว่าตนสามารถบรรลุเป้าหมายในระดับที่สูงขึ้นเรื่อยๆ (จากระดับ 7 ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 2 มาเป็นระดับ 8 และระดับ 9 ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาครั้งที่ 7 และ 10 ตามลำดับ)

ซึ่งจากการสังเกตสมาชิกกลุ่มคนที่ 1 ตลอดการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มทั้ง 10 ครั้ง พบว่า นักเรียนเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญต่อกลุ่ม โดยตั้งแต่ช่วงแรกของให้คำปรึกษากลุ่ม นักเรียนเป็นผู้ที่กล้าแสดงความคิดเห็น ตลอดจนแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกของตนต่อเพื่อนสมาชิกกลุ่ม นอกจากนี้ผู้วิจัยสังเกตว่านักเรียนเป็นผู้ที่มีความมุ่งมั่นและกระตือรือร้นในการดำเนินการต่างๆ ตั้งแต่ครั้งแรกของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม กระทั่งสิ้นสุดการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยนักเรียนได้ให้ความร่วมมือ ตลอดจนตั้งใจรับฟังเพื่อนสมาชิกขณะที่เพื่อนๆ แลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก และประสบการณ์ของตน ทั้งนี้สิ่งที่ทำให้นักเรียนและผู้วิจัยรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญคือ การที่นักเรียนบอกถึงการสามารถส่งงานหรือการบ้านได้อย่างครบถ้วนจากแต่ก่อนที่บางครั้งส่งงานครูได้ไม่ครบ เนื่องมาจากการหลงลืมทำให้ไม่มีคะแนนเก็บ

นักเรียนคนที่ 2

เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา : การได้เป็นนักเขียน

เป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา : การได้เกรดเฉลี่ยที่ดีขึ้น โดยเฉพาะวิชาภาษาอังกฤษ

แนวทางและขั้นตอนในการไปสู่เป้าหมาย และวิธีการจัดการกับปัญหาและอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย : การท่องศัพท์ภาษาอังกฤษทุกวัน โดยกำหนดว่าจะท่องศัพท์ภาษาอังกฤษให้ได้วันละ 10 คำ ทั้งนี้เมื่อไม่สามารถท่องศัพท์ภาษาอังกฤษได้วันละ 10 ก็จะทำศัพท์เพิ่มขึ้นในวันถัดไปเพื่อท่องให้ได้ครบถ้วนตามที่กำหนดไว้

ระดับการรับรู้ถึงการบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา (จากการใช้เทคนิคคำถามจัดระดับ) : นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงโดยมีการรับรู้ว่าคุณสามารถบรรลุเป้าหมายในระดับที่สูงขึ้นเรื่อยๆ (จากระดับ 5 ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 2 มาเป็นระดับ 6 และระดับ 7 ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาครั้งที่ 7 และ 10 ตามลำดับ)

ซึ่งจากการสังเกตสมาชิกกลุ่มคนที่ 2 ตลอดการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ทั้ง 10 ครั้ง พบว่า ในช่วงแรกของการให้คำปรึกษานักเรียนยังไม่ค่อยมั่นใจว่าจะสามารถเรียนภาษาอังกฤษให้ดีขึ้นได้ ทั้งนี้นักเรียนบอกว่าภาษาอังกฤษเป็นวิชาที่ยากสำหรับตนและได้คะแนนไม่ดีมาอย่างต่อเนื่อง แต่เมื่อนักเรียนได้หาวิธีการต่างๆ ในการที่จะทำให้ตนเรียนวิชาภาษาอังกฤษให้ดีขึ้น ซึ่งได้แก่ การท่องศัพท์ภาษาอังกฤษให้ได้วันละ 10 คำ และได้ดำเนินการตามแนวทางที่ตั้งไว้ระยะหนึ่ง พบว่า นักเรียนดูมีความมั่นใจในการเรียนภาษาอังกฤษมากขึ้น ทั้งนี้จากการที่นักเรียนได้กล่าวว่า การรู้ศัพท์ภาษาอังกฤษมากยิ่งขึ้น ทำให้ตนสามารถติดตามในสิ่งที่ครูพูดหรือสื่อสารได้ดีขึ้นกว่าเดิม ซึ่งสิ่งเหล่านี้สะท้อนให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับนักเรียน

นักเรียนคนที่ 3

เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา : การได้เป็นนักเขียน

เป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา : การได้เกรดเฉลี่ยที่ดีขึ้นไม่น้อยลงกว่าเดิม (เกรดเฉลี่ย 3.5) การเรียนวิชาวิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ และภาษาญี่ปุ่นได้ดีขึ้น

แนวทางและขั้นตอนในการไปสู่เป้าหมาย และวิธีการจัดการกับปัญหาและอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย : การอ่านหนังสือทบทวนบทเรียน และให้เพื่อนที่เข้าใจช่วยติวให้ โดยนักเรียนกำหนดว่าจะการอ่านหนังสือให้ได้อ่านวันละ 5 หน้า และเมื่อไม่เข้าใจบทเรียนจะสอบถามเพื่อนที่เข้าใจทันที

ระดับการรับรู้ถึงการบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา (จากการใช้เทคนิคคำถามจัดระดับ) : นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงโดยมีการรับรู้ว่าคุณสามารถบรรลุเป้าหมายในระดับที่สูงขึ้น (จากระดับ 5 ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 2 มาเป็นระดับ 6 และระดับ 6 ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาครั้งที่ 7 และ 10 ตามลำดับ)

ซึ่งจากการสังเกตสมาชิกกลุ่มคนที่ 3 ตลอดการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ทั้ง 10 ครั้ง พบว่า นักเรียนไม่ค่อยมีกำลังใจในการเรียนเนื่องจากที่ผ่านมาผลการเรียนที่ลดลงเรื่อยๆ และนักเรียนได้กล่าวถึงการที่ครอบครัวตำหนิเรื่องผลการเรียน จากสิ่งเหล่านี้เมื่อเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มผู้วิจัยพบว่า นักเรียนค่อนข้างที่จะคิดหาแนวทางตลอดจนขั้นตอนต่างๆ ในการที่จะทำให้ตนบรรลุเป้าหมายได้ค่อนข้างช้ากว่าเพื่อนสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม แต่ผู้วิจัยสังเกตได้ว่าเพื่อนสมาชิกกลุ่มมีบทบาทสำคัญในการช่วยเหลือนักเรียนคนดังกล่าว โดยร่วมกันเสนอถึงวิธีการ ซึ่งมีทั้งเพื่อนที่อาสาจะช่วยติวบทเรียนที่ตนเข้าใจให้ หรือการช่วยคิดหาวิธีการที่เหมาะสมกับเพื่อน ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งที่สำคัญมากของการให้คำปรึกษากลุ่มซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงพลังของกลุ่ม

ทั้งนี้เมื่อนักเรียนสามารถคิดหาแนวทางที่เหมาะสมกับตนได้และพบว่ามีความยากลำบากในการดำเนินการต่างๆ เนื่องมาจากการขาดแรงจูงใจ ผู้วิจัยจึงลองให้นักเรียนกำหนดว่า หาก

ตนสามารถอ่านหนังสือทบทวนได้วันละ 5 หน้า ตามที่ตั้งไว้กระทั่งมีผลการเรียนที่ดีขึ้น นักเรียนจะให้รางวัลอะไรกับตนเอง ซึ่งนักเรียนได้กล่าวถึงการดูคอนเสิร์ตศิลปะป๊อปที่ตนชื่นชอบ ผู้วิจัยพบว่า นักเรียนมีความมุ่งมั่นมากขึ้นในการดำเนินการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายโดยสังเกตว่าเพื่อนสมาชิกกลุ่มก็คอยให้กำลังใจ ซึ่งถึงแม้ระดับของการรับรู้ถึงความสำเร็จจะสูงขึ้นเพียงเล็กน้อยแต่ก็สามารถเป็นแรงผลักดันให้นักเรียนสามารถบรรลุเป้าหมายของตนได้ต่อไป

นักเรียนคนที่ 4

เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา : การได้เป็นนักเขียน

เป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา : การเรียนวิชาภาษาอังกฤษได้ดีขึ้น

แนวทางและขั้นตอนในการไปสู่เป้าหมาย และวิธีการจัดการกับปัญหาและอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย : การอ่านหนังสือทบทวนบทเรียนภาษาอังกฤษ และการให้เพื่อนที่เข้าใจ ดิวให้โดยนักเรียนกำหนดว่าจะการอ่านหนังสือให้ได้วันละ 5 หน้า และเมื่อไม่เข้าใจบทเรียนจะสอบถามเพื่อนที่เข้าใจทันที

ระดับการรับรู้ถึงการบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา (จากการใช้เทคนิคคำถามจัดระดับ) : นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงโดยมีการรับรู้ว่าจะสามารถบรรลุเป้าหมายในระดับที่สูงขึ้นเรื่อยๆ (จากระดับ 5 ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 2 มาเป็นระดับ 6 และระดับ 7 ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาครั้งที่ 7 และ 10 ตามลำดับ)

ซึ่งจากการสังเกตสมาชิกกลุ่มคนที่ 4 ตลอดการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ทั้ง 10 ครั้ง พบว่า โดยรวมนักเรียนค่อนข้างพอใจในเกรดเฉลี่ยของตนแต่ต้องการให้ผลการเรียนวิชาภาษาอังกฤษดีขึ้นกว่าเดิม ทั้งนี้วิธีการที่นักเรียนกำหนดคือการการให้เพื่อนที่เข้าใจดิวให้นั้นเป็นสิ่งที่นักเรียนได้เคยทำมาบ้างแล้ว ซึ่งทำให้ตนเข้าใจบทเรียนได้ดีขึ้น ทั้งนี้วิธีการอ่านหนังสือทบทวนวันละ 5 หน้า เป็นสิ่งที่นักเรียนได้คิดเพิ่มเติมในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ซึ่งเป็นการช่วยให้นักเรียนเกิดความมั่นใจมากขึ้นต่อการไปสู่เป้าหมายคือการเรียนวิชาภาษาอังกฤษได้ดีขึ้นได้ ทั้งนี้นักเรียนได้กล่าวว่า หากอ่านหนังสือทบทวนเพิ่มเติมและสอบถามเพื่อนที่เข้าใจในทันทีก็คงจะทำให้เรียนวิชาภาษาอังกฤษดีขึ้นได้ ซึ่งโดยรวมแล้วผู้วิจัยพบว่านักเรียนไม่ค่อยวิตกกังวลต่อผลการเรียนของตนมากนัก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่านักเรียนได้มีวิธีการที่ได้คิดไว้ตลอดจน มีการดำเนินการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายของตนไว้ล่วงหน้า นอกจากนั้นยังพบว่านักเรียนเป็นผู้ที่มีบทบาทในช่วยเหลือเพื่อนที่ค่อนข้าง มีความวิตกกังวลต่อผลการเรียนของตน โดยอาสาที่จะดิวให้เพื่อน ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นการส่งเสริมให้เกิดความเข้มแข็ง ซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม

นักเรียนคนที่ 5

เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา : การได้เป็นนักเรียนนายร้อยตำรวจ การได้เป็นตำรวจ

เป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา : การได้เกรดเฉลี่ยไม่น้อยลงกว่าเดิม และเรียนวิชาคณิตศาสตร์ได้ดีขึ้น

แนวทางและขั้นตอนในการไปสู่เป้าหมาย และวิธีการจัดการกับปัญหาและอุปสรรค ในการไปสู่เป้าหมาย : การอ่านหนังสือให้ได้ทุกวัน โดยกำหนดว่าจะอ่านหนังสือทบทวนบทเรียนที่เรียนในแต่ละวัน และจะพยายามอ่านให้ได้เพิ่มขึ้น

ระดับการรับรู้ถึงการบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา (จากการใช้เทคนิคคำถามจัดระดับ) : นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงโดยมีการรับรู้ที่ ตนสามารถบรรลุเป้าหมายในระดับที่สูงขึ้นเรื่อยๆ (จากระดับ 2 ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 2 มาเป็นระดับ 5 และระดับ 7 ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาครั้งที่ 7 และ 10 ตามลำดับ)

ซึ่งจากการสังเกตสมาชิกกลุ่มคนที่ 5 ตลอดการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ทั้ง 10 ครั้ง พบว่า นักเรียนค่อนข้างมีเกรดเฉลี่ยที่ดีอยู่แล้ว แต่นักเรียนไม่ต้องการให้เกรดเฉลี่ยน้อยลงกว่าเดิม นอกจากนั้นในการให้คำปรึกษากลุ่ม พบว่า นักเรียนค่อนข้างเป็นผู้ที่มีความมุ่งมั่นและจริงจังในการเรียนของตน โดยนักเรียนเป็นคนที่ได้มีการกำหนดวิธีการต่างๆ ตลอดจนหาแนวทางอื่นๆ เมื่อตนพบกับอุปสรรคในการเรียนของตนไว้ล่วงหน้าและมีการดำเนินการตามแนวทางเหล่านั้นในเบื้องต้นแล้ว ซึ่งเมื่อนักเรียนเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียน จึงเป็นอีกคนหนึ่งที่มีบทบาทในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการดำเนินการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายของตนต่อเพื่อนสมาชิกกลุ่ม ทั้งนี้แม้นักเรียนจะมีการคิดหาวิธีการต่างๆ ไว้ก่อนแล้ว แต่ผู้วิจัยพบว่า การเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มช่วยให้นักเรียนได้ทบทวนวิธีการที่ตนตั้งไว้ตลอดจนเกิดความมุ่งมั่นและจริงจังที่จะดำเนินการต่างๆ ตามแนวทางของตนต่อไป ทั้งนี้เห็นได้จากนักเรียนมีการรับรู้เกี่ยวกับความสำเร็จในการเรียนของตนที่สูงขึ้นจากการให้เทคนิคคำถามจัดระดับ

นักเรียนคนที่ 6

เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา : การได้เป็นโปรแกรมเมอร์

เป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา : การเรียนได้เกรดที่ดีขึ้น โดยเฉพาะวิชาประวัติศาสตร์ ภาษาอังกฤษ และคณิตศาสตร์

แนวทางและขั้นตอนในการไปสู่เป้าหมาย และวิธีการจัดการกับปัญหาและอุปสรรค ในการไปสู่เป้าหมาย : การอ่านหนังสือทบทวนบทเรียน โดยกำหนดว่าจะอ่านหนังสือทบทวนในรายวิชาต่างๆ แต่วิชาประวัติศาสตร์จะอ่านทบทวนมากกว่าวิชาอื่นๆ โดยอ่านวันละไม่ต่ำกว่า 2 หน้า

ระดับการรับรู้ถึงการบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา (จากการใช้เทคนิคคำถามจัดระดับ) : นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงโดยมีการรับรู้ที่ ตนสามารถบรรลุเป้าหมายในระดับที่สูงขึ้น (จากระดับ 7 ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 2 มาเป็นระดับ 8 และระดับ 8 ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาครั้งที่ 7 และ 10 ตามลำดับ)

ซึ่งจากการสังเกตสมาชิกกลุ่มคนที่ 6 ตลอดการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ทั้ง 10 ครั้ง พบว่า นักเรียนค่อนข้างมีความกังวลในการเรียนโดยเฉพาะวิชาประวัติศาสตร์ นอกจากนั้นยังมีวิชาภาษาอังกฤษ และวิชาคณิตศาสตร์ ทั้งนี้ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียนค่อนข้างเป็นผู้ที่มีความมุ่งมั่นในการดำเนินการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายซึ่งสังเกตได้จากเมื่อผู้วิจัยสอบถามถึงการเริ่มต้น

ดำเนินการตามแนวทางต่างๆ ของตน นักเรียนเป็นหนึ่งในผู้ที่ได้เริ่มต้นอ่านหนังสือทบทวนโดยเฉพาะวิชาประวัติศาสตร์อย่างจริงจัง ทั้งนี้เพื่อให้ได้มีผลการเรียนที่ดีขึ้นและได้เป็นโปรแกรมเมอร์ดังที่ตนเองได้คาดหวังไว้ นอกจากนี้ยังพบว่า นักเรียนก็เป็นอีกคนหนึ่งที่มีบทบาทในการแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก ตลอดจนประสบการณ์ของตนตั้งแต่ช่วงแรกของการให้คำปรึกษากระทั่งสิ้นสุดการให้คำปรึกษา

นักเรียนคนที่ 7

เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา : การได้เป็นแพทย์

เป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา : การได้เกรดที่ดีขึ้น โดยเฉพาะวิชาภาษาอังกฤษ

แนวทางและขั้นตอนในการไปสู่เป้าหมาย และวิธีการจัดการกับปัญหาและอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย : การอ่านหนังสือและท่องศัพท์ภาษาอังกฤษ โดยกำหนดว่าจะอ่านหนังสือทบทวนวิชาภาษาอังกฤษทุกวัน และจะท่องศัพท์ภาษาอังกฤษให้ได้วันละ 10 คำ

ระดับการรับรู้ถึงการบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา (จากการใช้เทคนิคคำถามจัดระดับ) : นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงโดยมีการรับรู้ว่าคุณสมบัติบรรลุเป้าหมายในระดับที่สูงขึ้น (จากระดับ 7 ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 2 มาเป็นระดับ 7 และระดับ 8 ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาครั้งที่ 7 และ 10 ตามลำดับ)

ซึ่งจากการสังเกตสมาชิกกลุ่มคนที่ 7 ตลอดการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ทั้ง 10 ครั้ง พบว่า นักเรียนไม่ค่อยมีความวิตกกังวลในผลการเรียนของตนมากนัก เนื่องจากเกรดในวิชาต่างๆ ค่อนข้างเป็นที่น่าพอใจ เช่น วิชาคณิตศาสตร์ แต่ทั้งนี้ก็มีวิชาภาษาอังกฤษที่นักเรียนต้องการให้มีผลการเรียนที่ดีขึ้น ส่วนในภาพรวมของการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม พบว่า นักเรียนค่อนข้างมีความมุ่งมั่นในการดำเนินการตามแนวทางต่างๆ ที่ตนได้ตั้งไว้ กล่าวคือ ในแต่ละวันนักเรียน มีการอ่านหนังสือทบทวนวิชาภาษาอังกฤษตลอดจนสามารถท่องศัพท์ภาษาอังกฤษได้ตามที่กำหนด นอกจากนี้พบว่าการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม แม้นักเรียนจะไม่ค่อยกล้าแสดงความคิดเห็นของตนมากนัก แต่นักเรียนก็มีบทบาทสำคัญในการให้กำลังใจเพื่อนๆ สมาชิกในกลุ่ม

นักเรียนคนที่ 8

เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา : การได้เป็นจิตแพทย์

เป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา : การได้เกรดที่ดีขึ้น โดยเฉพาะวิชาคณิตศาสตร์

แนวทางและขั้นตอนในการไปสู่เป้าหมาย และวิธีการจัดการกับปัญหาและอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย : การทบทวนบทเรียนวิชาคณิตศาสตร์ และการให้เพื่อนช่วยเตือนหากหลับ ขณะที่ครูกำลังสอน โดยกำหนดว่า ทุกครั้งที่เรียนวิชาคณิตศาสตร์จะต้องกลับมาอ่านทบทวนบทเรียนทุกครั้ง และเมื่อใดที่หลับในเวลาเรียนก็จะให้เพื่อนที่นั่งข้างๆ ปลุกและให้เพื่อนตักเตือนได้

ระดับการรับรู้ถึงการบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา (จากการใช้เทคนิคคำถามจัดระดับ) : นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงโดยมีการรับรู้ว่าคุณสมบัติบรรลุเป้าหมายในระดับที่สูงขึ้นเรื่อยๆ (จากระดับ 6 ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 2 มาเป็นระดับ 7 และระดับ 8 ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาครั้งที่ 7 และ 10 ตามลำดับ)

ซึ่งจากการสังเกตสมาชิกกลุ่มคนที่ 8 ตลอดการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ทั้ง 10 ครั้ง พบว่า นักเรียนค่อนข้างมีความวิตกกังวลในการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ เนื่องจากผลการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ไม่ค่อยดี และด้วยเป็นวิชาที่ตนไม่ชอบและรู้สึกยากสำหรับตนจึงทำให้ขณะที่เรียน ก็มักจะหลับเป็นประจำ ซึ่งจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มพบว่านักเรียนพยายามและมีความตั้งใจในการหาวิธีการเพื่อให้ตนเรียนวิชาคณิตศาสตร์ได้ดีขึ้นแม้จะเป็นวิชาที่ตนไม่ชอบ โดยในเบื้องต้นนักเรียนได้คิดหาวิธีการเพื่อแก้ไขการหลับในห้องเรียนโดยให้เพื่อนที่นั่งข้างๆ ช่วยปลุก จากนั้นนักเรียนได้กำหนดว่าทุกครั้งที่เรียนวิชาคณิตศาสตร์จะกลับมาทบทวนบทเรียนอีกครั้ง ซึ่งสิ่งเหล่านี้ผู้วิจัยพบว่า เมื่อนักเรียนได้ดำเนินการตามแนวทางต่างๆ ที่ตนได้ตั้งไว้ นักเรียนค่อนข้างมีกำลังใจในการเรียนวิชาคณิตศาสตร์มากยิ่งขึ้น ทั้งนี้จากการที่นักเรียนได้กล่าวว่า เมื่อกลับมาอ่านหนังสือทบทวนบทเรียนที่ครูสอนอีกครั้งหนึ่งรู้สึกว่ามีความเข้าใจและสามารถติดตามบทเรียนที่ครูสอนได้ทันมากยิ่งขึ้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นผลให้นักเรียนหลับในห้องน้อยลงในที่สุด

จากการสังเกตของผู้วิจัยตลอดการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาในภาพรวมจึงพบว่า นักเรียนซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่มทั้ง 8 คน ได้มีการเปลี่ยนแปลงทางความคิด ความรู้สึก ตลอดจนพฤติกรรมในการเรียนของตน กล่าวคือ มีความมุ่งมั่นในการดำเนินการต่างๆ ตามแนวทางที่ตนได้กำหนดไว้ ตลอดจนมีบทบาทในการช่วยเหลือเพื่อนๆ สมาชิกในกลุ่ม และมีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกัน ซึ่งสิ่งสำคัญที่ผู้วิจัยสามารถรับรู้ถึงความมุ่งมั่นตลอดจนความรับผิดชอบที่มีต่อกลุ่มคือการที่นักเรียนมาเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มอย่างพร้อมเพรียงกันตามวันเวลาที่ผู้วิจัยนัดหมาย รวมทั้งช่วยกันจัดสถานที่สำหรับการให้คำปรึกษากลุ่ม ซึ่งสิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นถึงความสมัครใจในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม ซึ่งนับเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญและนำไปสู่การให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพต่อไป

ทั้งนี้เมื่อสิ้นสุดการติดตามผลที่ผู้วิจัยได้ให้นักเรียนได้ตอบแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นอีกครั้งนั้น ผู้วิจัยได้มีโอกาสสัมภาษณ์นักเรียนและครูในเบื้องต้น พบว่านักเรียนยังคงดำเนินการต่างๆ ตามแนวทางของตนเพื่อไปสู่เป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ตนได้ตั้งไว้ แต่ในช่วงสัปดาห์ที่ผ่านมาเป็นช่วงสอบปลายภาคจึงทำให้นักเรียนบางคนไม่สามารถอ่านหนังสือทบทวนตลอดจนท่องศัพท์ภาษาอังกฤษได้ครบถ้วนตามที่กำหนด เนื่องจากต้องอ่านหนังสือเตรียมสอบสิ่งเหล่านี้ จึงเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติตามแนวทางที่ตนได้ตั้งไว้บ้าง ทั้งนี้ผู้วิจัยพบว่า นักเรียนสามารถคิดหาแนวทางหรือวิธีการที่เหมาะสมสำหรับตนเมื่อพบกับอุปสรรคต่างๆ ได้ต่อไป โดยนักเรียนกล่าวว่าเมื่อสอบเสร็จตนจึงพยายามอ่านหนังสือและท่องศัพท์ภาษาอังกฤษเพิ่มขึ้นเพื่อเป็นการชดเชยในช่วงเวลาที่ตนต้องอ่านหนังสือสอบ จากสิ่งเหล่านี้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาอีกประการหนึ่งคือ การส่งเสริมให้ผู้ขอรับคำปรึกษาหรือสมาชิกกลุ่มพัฒนาตนเองต่อไป ทั้งนี้จากการที่นักเรียนได้รู้จักคิดหาแนวทางต่างๆ ตลอดจนสามารถตัดสินใจเลือกแนวทางที่เหมาะสมสำหรับตนได้ นอกจากนี้ ผู้วิจัยพบว่า ในระยะหลังการติดตามผลนี้ นักเรียนค่อนข้างมีสีหน้าที่ยิ้มแย้มแจ่มใสซึ่งเมื่อสอบถามนักเรียนพบว่า ในภาพรวมนักเรียนสามารถทำข้อสอบได้มากขึ้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นว่านักเรียนมีกำลังใจในการเรียนของตนมากยิ่งขึ้นและสามารถส่งเสริมให้นักเรียนยังคงดำเนินการตามแนวทางที่ตนได้ตั้งไว้เพื่อนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาตลอดจนเป้าหมายระยะยาวที่ตนได้ตั้งไว้ในที่สุด

จากการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาทั้ง 10 ครั้ง ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในสมาชิกกลุ่มแต่ละคนนี้ ผู้วิจัยจึงเห็นว่า การให้คำปรึกษากลุ่มเป็นวิธีการที่สามารถช่วยเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนได้เป็นอย่างดี ทั้งนี้มีความเหมาะสมในประเด็นของช่วงวัยซึ่งกำลังอยู่ในช่วงของวัยรุ่นที่ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน การได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ลักษณะของการให้คำปรึกษากลุ่มจึงเป็นรูปแบบที่สามารถตอบสนองความต้องการเหล่านี้ของวัยรุ่นได้เป็นอย่างดี ตลอดจนการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาโดยใช้เทคนิคต่างๆ ของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรผู้คิด การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า ก่อนข้างมีรูปแบบที่ชัดเจน สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้สอดคล้องกับเรื่องของการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาที่เน้นถึงการปรับเปลี่ยนทางความคิดโดยมีการสร้างเป้าหมาย การคิดหาวิธีการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมาย โดยอาศัยความตั้งใจเชื่อมั่น พยายามและอดทนในการที่จะไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตน

การสรุปทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มที่ใช้ในการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นทั้งหมด 10 ครั้ง มีการนำแนวคิด ทฤษฎี ตลอดจนเทคนิคต่างๆ ของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรผู้คิด การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า โดยมีรายละเอียดดังสรุป ในตาราง 16 ทั้งนี้รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นในแต่ละครั้ง ได้แสดงไว้ใน ภาคผนวก ง

ตาราง 16 สรุปรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	ทฤษฎีที่ใช้ในการให้คำปรึกษา	เทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษา
1	ปฐมนิเทศ	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับสมาชิกกลุ่มและระหว่างสมาชิกกลุ่มด้วยกัน 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มและความสำคัญของการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม 3. เพื่อให้สมาชิกทราบถึงบทบาทหน้าที่ของผู้วิจัยและสมาชิกกลุ่ม และระยะเวลาในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม ตลอดจนสร้างข้อตกลงในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยให้ความสำคัญกับการรักษาความลับของสมาชิกในกลุ่ม 		ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษา
2	รูปแบบความหวังทางการศึกษาของฉันท	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจถึงความหมาย องค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาและความสำคัญของการมีความหวังทางการศึกษา 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสำรวจและเข้าใจรูปแบบความหวังทางการศึกษาในเบื้องต้นของตนเอง 	การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส	<p>การสร้างภารกิจการบำบัดครั้งแรก</p> <p>ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษา</p>
3	เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษาของฉันท	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสามารถตั้งเป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มพิจารณาความเป็นไปได้ของเป้าหมายทางการศึกษาที่สมาชิกได้กำหนดไว้ 	<p>การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรม</p> <p>การรู้คิด</p> <p>การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. การฉายสิ่งที่เกิดขึ้นในขณะนี้ไปสู่อนาคตอีก 10 ปีข้างหน้า 2. การปรับแนวคิดให้อยู่บนทางสายกลาง <p>คำถามมหัศจรรย์</p> <p>ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษา</p>

ตาราง 16 (ต่อ)

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	ทฤษฎีที่ใช้ในการให้คำปรึกษา	เทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษา
4	การตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสามารถระบุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเห็นถึงความสำคัญของการตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา	การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรม การรู้คิด	1. การสร้างจินตนาการเพื่อกระตุ้นความคิดและความรู้สึกใหม่ 2. การติดข้อความหรือความคิดทางบวกในตำแหน่งที่เห็นชัดเจน ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษา
5	วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมาย	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มระบุถึงแนวทางต่างๆ ที่สามารถนำไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่ตนตั้งไว้ได้ 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มระบุถึงขั้นตอนต่างๆ ตามแนวทางที่ตนได้ตั้งไว้เพื่อไปสู่เป้าหมาย	การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า	1. การแสวงหาผลลัพธ์ที่เป็นลักษณะเฉพาะ 2. การร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือก 3. ข้อมูลย้อนกลับของผู้ให้คำปรึกษาสำหรับสมาชิกกลุ่ม ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษา
6	ความตั้งใจที่จะไปสู่เป้าหมาย	เพื่อให้นักเรียนสามารถเริ่มต้นและดำเนินพฤติกรรมเพื่อทำให้บรรลุเป้าหมายทางการเรียน	การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรม การรู้คิด การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส	1. การพูดกับตนเองหลายๆ ครั้งในแต่ละวันถึงความคิดทางบวกหรือความคิดเป็นประโยชน์ต่อตนเอง 2. การติดข้อความหรือความคิดทางบวกที่ตนมีในตำแหน่งที่สามารถเห็นได้ชัดเจน คำถามการจัดระดับ ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษา

ตาราง 16 (ต่อ)

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	ทฤษฎีที่ใช้ในการให้คำปรึกษา	เทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษา
7	ความเชื่อมั่นที่จะไปสู่เป้าหมาย	เพื่อให้นักเรียนเกิดความมั่นใจว่าตนมีความสามารถที่จะบรรลุเป้าหมายในการเรียนตามที่ตนตั้งไว้ได้	การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า	1. คำถามการจัดระดับ 2. คำถามมหัศจรรย์ มิตรภาพในการบำบัด ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษา
8	ความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มรับรู้ถึงอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการดำเนินการตามแนวทางหรือขั้นตอนต่างๆ ที่ตนได้กำหนดไว้ 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสามารถคิดหาแนวทางอื่นๆ นอกเหนือจากแนวทางที่ได้ตั้งไว้ ซึ่งช่วยให้สามารถบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาได้ 3. เพื่อให้สมาชิกมีความสามารถในการค้นหาแนวทางอื่นๆ ที่ช่วยให้ตนผ่านพ้นอุปสรรคในการที่จะไปสู่เป้าหมายที่ตนตั้งไว้ได้	การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส	การร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือก คำถามช้อยกเว้น ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษา

ตาราง 16 (ต่อ)

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	ทฤษฎีที่ใช้ในการให้คำปรึกษา	เทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษา
9	ความอดทนต่อการที่ จะบรรลุเป้าหมาย	เพื่อให้สมาชิกกลุ่มไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคต่างๆ ซึ่งส่งผลต่อ เป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ตนได้ตั้งไว้	การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรม การรู้จัก	1. การใช้คำถามในการบำบัด 2. แบบแผน จดหมายและมิตรภาพ ในการบำบัด การอ่านชีวประวัติของผู้ที่ประสบ ความสำเร็จในการปรับตัวกับปัญหา ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษา
10	ปัจเจกนิเทศ	1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมการให้ คำปรึกษากลุ่ม ตลอดจนแนวทางในการนำไปประยุกต์ใช้ ในชีวิตจริง 2. เพื่อประเมินผลการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวัง ทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น	การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส	1. คำถามการจัดระดับ 2. การให้ข้อมูลย้อนกลับของผู้ให้ คำปรึกษาสำหรับสมาชิกกลุ่ม ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษา

ตอนที่ 4 การเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ของนักเรียนวัยรุ่นของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้

4.1 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นในภาพรวมและรายองค์ประกอบ
ของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม

ผู้วิจัยนำคะแนนแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นรายองค์ประกอบ
และโดยรวม ทั้งก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผลของกลุ่มทดลอง จำนวน 8 คน
และกลุ่มควบคุม จำนวน 8 คน มาหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังแสดงใน ตาราง 17

ตาราง 17 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของ
นักเรียนวัยรุ่นในภาพรวมและรายองค์ประกอบของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษา
กลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

ความหวังทางการศึกษา (HOPE)	กลุ่มทดลอง								
	ก่อนการทดลอง			หลังการทดลอง			หลังการติดตามผล		
	M	SD	แปลผล	M	SD	แปลผล	M	SD	แปลผล
องค์ประกอบ									
เป้าหมายทางการศึกษา	4.04	.518	สูง	4.29	.486	สูง	4.29	.486	สูง
วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทาง การศึกษา	2.38	.390	น้อย	3.13	.458	ปานกลาง	3.20	.482	ปานกลาง
ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทาง การศึกษา	3.62	.393	สูง	4.25	.301	สูง	4.14	.408	สูง
ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมาย ทางการศึกษา	2.25	.556	น้อย	3.17	.666	ปานกลาง	3.17	.504	ปานกลาง
ความพยายามและอดทนที่จะบรรลุ เป้าหมายทางการศึกษา	4.08	.331	สูง	4.44	.309	สูง	4.42	.382	สูง
ความหวังทางการศึกษาโดยรวม (HOPE)	3.42	.141	ปานกลาง	3.99	.327	สูง	3.96	.342	สูง

จากตาราง 17 พบว่า คะแนนความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นโดยรวมก่อนการทดลอง
หลังการทดลอง และหลังการติดตามผลของกลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.42, 3.99 และ 3.96 ซึ่ง

อยู่ในระดับปานกลาง ระดับสูง และระดับสูง ตามลำดับ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .141, .327 และ .342 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาในรายองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษา ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.04, 4.29 และ 4.29 ซึ่งอยู่ในระดับสูงทุกระยะ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .518, .486 และ .486 ตามลำดับ องค์ประกอบด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.38, 3.13 และ 3.20 ซึ่งอยู่ในระดับน้อย ระดับปานกลาง และระดับปานกลาง ตามลำดับ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .390, .458 และ .482 ตามลำดับ องค์ประกอบด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.62, 4.25 และ 4.14 ซึ่งอยู่ในระดับสูงทุกระยะ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .393, .301 และ .408 ตามลำดับ องค์ประกอบด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.25, 3.17 และ 3.17 ซึ่งอยู่ในระดับน้อย ระดับปานกลาง และระดับปานกลาง ตามลำดับ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .556, .666 และ .504 ตามลำดับ ส่วนองค์ประกอบด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.08, 4.44 และ 4.42 ซึ่งอยู่ในระดับสูงทุกระยะ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .331, .309 และ .382 ตามลำดับ

ตาราง 18 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นในภาพรวมและรายองค์ประกอบของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ความหวังทางการศึกษา (HOPE)	กลุ่มทดลอง								
	ก่อนการทดลอง			หลังการทดลอง			หลังการติดตามผล		
องค์ประกอบ	M	SD	แปลผล	M	SD	แปลผล	M	SD	แปลผล
เป้าหมายทางการศึกษา	4.04	.786	สูง	4.08	.427	สูง	4.17	.563	สูง
วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	2.56	.390	ปานกลาง	2.39	.435	น้อย	2.47	.405	น้อย
ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	3.58	.145	สูง	3.63	.337	สูง	3.72	.377	สูง
ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	2.71	.547	ปานกลาง	2.79	.533	ปานกลาง	3.13	.589	ปานกลาง
ความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	3.90	.606	สูง	3.88	.581	สูง	3.92	.784	สูง
ความหวังทางการศึกษาโดยรวม (HOPE)	3.43	.242	ปานกลาง	3.41	.228	ปานกลาง	3.51	.374	สูง

จากตาราง 18 พบว่า คะแนนความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นโดยรวมก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผลของกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.43, 3.41 และ 3.51 ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง ระดับปานกลาง และระดับสูง ตามลำดับ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .242, .228 และ .374 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาในรายองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษา ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.04, 4.08 และ 4.17 ซึ่งอยู่ในระดับสูงทุกระยะ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .786, .427 และ .563 ตามลำดับ องค์ประกอบด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.56, 2.39 และ 2.47 ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง ระดับน้อย และระดับน้อย ตามลำดับ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .390, .435 และ .405 ตามลำดับ องค์ประกอบด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.58, 3.63 และ 3.72 ซึ่งอยู่ในระดับสูงทุกระยะ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .145, .337 และ .377 ตามลำดับ องค์ประกอบด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.71, 2.79 และ 3.13 ซึ่งอยู่ในระดับปานกลางทั้ง 3 ระยะ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .547, .533 และ .589 ตามลำดับ ส่วนองค์ประกอบด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.90, 3.88 และ 3.92 ซึ่งอยู่ในระดับสูงทุกระยะส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .606, .581 และ .784 ตามลำดับ

4.2 การเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษา โดยแบ่งเป็น

4.2.1 การเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา และกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

4.2.2 การเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม และกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

ผู้วิจัยนำคะแนนจากแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นโดยรวม และในแต่ละองค์ประกอบของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทั้งก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล มาเปรียบเทียบความแตกต่าง ทั้งนี้ในการเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนรวมความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล ผู้วิจัยได้ตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การแจกแจงปกติของกลุ่มตัวอย่าง และเนื่องจากการแจกแจงของคะแนนรวมความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นโดยรวมและรายองค์ประกอบมีการแจกแจงไม่เป็นโค้งปกติ ผู้วิจัยจึงเลือกใช้สถิตินอนพารามेटริก (Nonparametric) ในการทดสอบ ซึ่งในการทดสอบความแตกต่างภายในกลุ่ม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล ผู้วิจัยใช้การทดสอบวิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched-pairs Signed-rank Test) ดังแสดงในตาราง 19 และ 20

ตาราง 19 เปรียบเทียบคะแนนความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

องค์ประกอบ	ผลการให้คำปรึกษากลุ่ม ที่นำมาเปรียบเทียบ	Negative Rank	Positive Rank	Ties	Z	P
1. เป้าหมายทางการศึกษา	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	1	3	4	-1.473	0.141
	ก่อนทดลอง-ติดตามผล	5	1	2	-1.730	0.084
	หลังทดลอง-ติดตามผล	2	1	5	0.000	1.000
2. วิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมาย ทางการศึกษา	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	0	7	1	-2.371*	0.018
	ก่อนทดลอง-ติดตามผล	8	0	0	-2.524*	0.012
	หลังทดลอง-ติดตามผล	3	1	4	-1.512	0.131
3. ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมาย ทางการศึกษา	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	1	7	0	-2.246*	0.025
	ก่อนทดลอง-ติดตามผล	6	2	0	-2.103*	0.035
	หลังทดลอง-ติดตามผล	2	5	1	-1.279	0.201
4. ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมาย ทางการศึกษา	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	1	7	0	-2.319*	0.020
	ก่อนทดลอง-ติดตามผล	7	0	1	-2.375*	0.018
	หลังทดลอง-ติดตามผล	2	2	4	0.000	1.000
5. ความพยายามและอดทน ที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	1	6	1	-2.120*	0.034
	ก่อนทดลอง-ติดตามผล	7	1	0	-2.033*	0.042
	หลังทดลอง-ติดตามผล	1	3	4	-0.557	0.577
	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	1	7	0	-2.392*	0.017
	ความหวังทางการศึกษา	ก่อนทดลอง-ติดตามผล	7	1	0	-2.380*
	หลังทดลอง-ติดตามผล	3	4	1	-0.847	0.397

*P < .05

จากการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 19 การเปรียบเทียบคะแนนความหวังทางการศึกษาภายในกลุ่มของกรุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล ได้ผล ดังนี้

คะแนนความหวังทางการศึกษาโดยรวม หลังการทดลองกับก่อนการทดลอง และก่อนการทดลองกับหลังการติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ส่วนคะแนนความหวังทางการศึกษา หลังการทดลองกับหลังการติดตามผล ไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาในรายองค์ประกอบ พบว่า คะแนนความหวังทางการศึกษาหลังการทดลอง กับก่อนการทดลอง ในองค์ประกอบด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -2.371, P = 0.018$) ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -2.246, P = 0.025$) ด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -2.319, P = 0.020$) และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -2.120, P = 0.034$) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ส่วนด้านเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -1.473, P = 0.141$) มีคะแนนเฉลี่ยความหวังทางการศึกษา ไม่แตกต่างกัน

คะแนนความหวังทางการศึกษา ก่อนการทดลองกับหลังการติดตามผล ในองค์ประกอบด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -2.524, P = 0.012$) ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -2.103, P = 0.035$) ด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -2.375, P = 0.018$) และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -2.033, P = 0.042$) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -1.730, P = 0.084$) มีคะแนนเฉลี่ยความหวังทางการศึกษา ไม่แตกต่างกัน

ส่วนคะแนนความหวังทางการศึกษาในแต่ละองค์ประกอบ หลังการทดลองกับหลังการติดตามผล ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 20 เปรียบเทียบคะแนนความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นภายในกลุ่มของกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

องค์ประกอบ	ผลการให้คำปรึกษากลุ่ม ที่นำมาเปรียบเทียบ	Negative Rank	Positive Rank	Ties	Z	P
1. เป้าหมายทางการศึกษา	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	2	5	1	-0.259	0.796
	ก่อนทดลอง-ติดตามผล	5	3	0	-0.712	0.476
	หลังทดลอง-ติดตามผล	3	2	3	-0.552	0.581
2. วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	4	2	2	-1.590	0.112
	ก่อนทดลอง-ติดตามผล	2	5	1	-1.121	0.262
	หลังทดลอง-ติดตามผล	3	2	3	-0.687	0.492
3. ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	2	4	2	-0.420	0.674
	ก่อนทดลอง-ติดตามผล	4	3	1	-0.768	0.443
	หลังทดลอง-ติดตามผล	5	3	0	-1.054	0.292

ตาราง 20 (ต่อ)

องค์ประกอบ	ผลการให้คำปรึกษากลุ่ม ที่นำมาเปรียบเทียบ	Negative Rank	Positive Rank	Ties	Z	P
4. ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุ เป้าหมายทางการศึกษา	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	2	3	3	-0.707	0.480
	ก่อนทดลอง-ติดตามผล	5	0	3	-2.041*	0.041
	หลังทดลอง-ติดตามผล	5	0	3	-2.070*	0.038
5. ความพยายามและอดทน ที่จะบรรลุเป้าหมาย ทางการศึกษา	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	2	4	2	-0.105	0.917
	ก่อนทดลอง-ติดตามผล	6	2	0	-0.492	0.623
	หลังทดลอง-ติดตามผล	4	3	1	-0.256	0.798
ความหวังทางการศึกษา	หลังทดลอง-ก่อนทดลอง	6	2	0	-0.632	0.527
	ก่อนทดลอง-ติดตามผล	4	4	0	-0.561	0.575
	หลังทดลอง-ติดตามผล	4	2	2	-1.367	0.172

*P < .05

จากการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 20 การเปรียบเทียบคะแนนความหวังทางการศึกษาภายในกลุ่มของกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล ได้ผล ดังนี้

คะแนนความหวังทางการศึกษาโดยรวม หลังการทดลองกับก่อนการทดลองก่อนการทดลองกับหลังการติดตามผล และหลังการทดลองกับหลังการติดตามผล ไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาในรายองค์ประกอบ พบว่า คะแนนความหวังทางการศึกษาในแต่ละองค์ประกอบ หลังการทดลองกับก่อนการทดลอง ไม่แตกต่างกัน

คะแนนความหวังทางการศึกษา ก่อนการทดลองกับหลังการติดตามผลในองค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -0.712$, $P = 0.476$) ด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -1.121$, $P = 0.262$) ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -0.768$, $P = 0.443$) และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -0.492$, $P = 0.623$) มีคะแนนเฉลี่ยความหวังทางการศึกษา ไม่แตกต่างกัน ส่วนด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -2.041$, $P = 0.041$) มีคะแนนเฉลี่ยความหวังทางการศึกษา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

สำหรับคะแนนความหวังทางการศึกษา หลังการทดลองกับหลังการติดตามผล ในองค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -0.552$, $P = 0.581$) ด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -0.687$, $P = 0.492$) ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -1.054$, $P = 0.292$)

และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -0.256$, $P = 0.798$) มีคะแนนเฉลี่ยความหวังทางการศึกษา ไม่แตกต่างกัน ส่วนด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($Z = -2.070$, $P = 0.038$) มีคะแนนเฉลี่ยความหวังทางการศึกษา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

สำหรับการทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทั้งโดยรวมและรายองค์ประกอบ ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล ผู้วิจัยใช้การทดสอบ แมน - วิทนี (The Mann-Whitney U Test) ดังแสดงใน ตาราง 21

ตาราง 21 เปรียบเทียบคะแนนรวมแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น โดยรวม และรายองค์ประกอบ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองหลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

องค์ประกอบ	ระยะ	กลุ่ม	Mean Rank	Sum of Rank	Man-Whitney U	Z	P
1. เป้าหมายทางการศึกษา	ก่อนการทดลอง	ทดลอง	8.31	66.50	30.50	-0.159	0.873
		ควบคุม	8.69	69.50			
	หลังการทดลอง	ทดลอง	9.50	76.00	24.00	-0.861	0.389
		ควบคุม	7.50	60.00			
	หลังการติดตามผล	ทดลอง	9.06	72.50	27.50	-0.482	0.630
		ควบคุม	7.94	63.50			
2. วิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	ก่อนการทดลอง	ทดลอง	7.44	59.50	23.50	-0.903	0.366
		ควบคุม	9.56	76.50			
	หลังการทดลอง	ทดลอง	11.63	93.00	7.00	-2.639*	0.008
		ควบคุม	5.38	43.00			
	หลังการติดตามผล	ทดลอง	12.00	96.00	4.00	-2.969*	0.003
		ควบคุม	5.00	40.00			
3. ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	ก่อนการทดลอง	ทดลอง	8.63	69.00	31.00	-0.106	0.916
		ควบคุม	8.38	67.00			
	หลังการทดลอง	ทดลอง	11.75	94.00	6.00	-2.743*	0.006
		ควบคุม	5.25	42.00			
	หลังการติดตามผล	ทดลอง	10.88	87.00	13.00	-2.003*	0.045
		ควบคุม	6.13	49.00			

ตาราง 21 (ต่อ)

องค์ประกอบ	ระยะ	กลุ่ม	Mean Rank	Sum of Rank	Man-Whitney U	Z	P
4. ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	ก่อนการทดลอง	ทดลอง	6.56	52.50	16.50	-1.671	0.095
		ควบคุม	10.44	83.50			
	หลังการทดลอง	ทดลอง	9.75	78.00	22.00	-1.082	0.279
		ควบคุม	7.25	58.00			
	หลังการติดตามผล	ทดลอง	9.13	73.00	27.00	-0.537	0.591
		ควบคุม	7.88	63.00			
5. ความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา	ก่อนการทดลอง	ทดลอง	8.94	71.50	28.50	-0.369	0.712
		ควบคุม	8.06	64.50			
	หลังการทดลอง	ทดลอง	11.75	94.00	6.00	-2.782*	0.005
		ควบคุม	5.25	42.00			
	หลังการติดตามผล	ทดลอง	10.13	81.00	19.00	-1.372	0.170
		ควบคุม	6.88	55.00			
ความหวังทางการศึกษาโดยรวม	ก่อนการทดลอง	ทดลอง	8.31	66.50	30.50	-0.158	0.875
		ควบคุม	8.69	69.50			
	หลังการทดลอง	ทดลอง	11.75	94.00	6.00	-2.735*	0.006
		ควบคุม	5.25	42.00			
	หลังการติดตามผล	ทดลอง	11.13	89.00	11.00	-2.212*	0.027
		ควบคุม	5.88	47.00			

*P < .05

จากการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 21 พบว่า ความหวังทางการศึกษาโดยรวมและรายองค์ประกอบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง ไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณารายองค์ประกอบพบว่า ทุกองค์ประกอบคะแนนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกัน

หลังการทดลอง พบว่า ความหวังทางการศึกษาโดยรวมของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ($Z = -2.735$, $P = 0.006$) และเมื่อพิจารณารายองค์ประกอบ พบว่า ด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีความแตกต่างกัน

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($Z = -2.639, P = 0.008$), ($Z = -2.743, P = 0.006$), ($Z = -2.782, P = 0.005$) ตามลำดับ สำหรับด้านเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีความหวังทางการศึกษาไม่แตกต่างกัน

หลังการติดตามผล พบว่า ความหวังทางการศึกษาโดยรวมของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ($Z = -2.212, P = 0.027$) เมื่อพิจารณารายองค์ประกอบพบว่า ด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ($Z = -2.969, P = 0.003$), ($Z = -2.003, P = 0.045$) ตามลำดับ ส่วนด้านเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีความหวังทางการศึกษา ไม่แตกต่างกัน



บทที่ 5

สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น และพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยมีวัตถุประสงค์ในการวิจัย ดังนี้

1. เพื่อศึกษาลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น
2. เพื่อศึกษาองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น
3. เพื่อพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา
4. เพื่อเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล
5. เพื่อเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

สมมติฐานในการวิจัย

1. นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม มีความหวังทางการศึกษาก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล แตกต่างกัน
2. นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม มีความหวังทางการศึกษาหลังการทดลอง และหลังการติดตามผล แตกต่างกัน

ขอบเขตของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ กำหนดขอบเขตการศึกษาเป็น 2 ระยะ ดังนี้

1. การศึกษาองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น
2. การเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2555 ของโรงเรียน สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร รวมจำนวนทั้งสิ้น 44,359 คน (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. 2555: ออนไลน์)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้สำหรับการศึกษาค่าประกอบของความหวังทางการศึกษา เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2555 ของโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 538 คน ที่ได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage Random Sampling)

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้สำหรับการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของวัยรุ่นโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสารวิทยา ที่มีคะแนนความหวังทางการศึกษาจากผู้ที่ได้คะแนนน้อยที่สุดขึ้นมา และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 16 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายโดยวิธีการจับฉลากเป็นคู่ตามคะแนนความหวังทางการศึกษา เพื่อกำหนดเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวน 2 กลุ่มๆ ละ 8 คน ซึ่งกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ในขณะที่กลุ่มควบคุมไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น แบ่งเป็น

1. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาค่าประกอบของความหวังทางการศึกษา มีดังนี้

- 1.1 เป้าหมายทางการศึกษา
- 1.2 วิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา
- 1.3 ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา
- 1.4 ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา
- 1.5 ความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา

2. ตัวแปรที่ใช้ในการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

2.1 ตัวแปรจัดกระทำ ได้แก่ วิธีการให้คำปรึกษาตามรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความหวังทางการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มีดังนี้

1. แบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น
2. รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

1. แบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

แบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นแบบวัดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับ คือ จริงที่สุด ส่วนใหญ่จริง จริงปานกลาง จริงเพียงเล็กน้อย และไม่จริงเลย โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบเพียงระดับใดระดับหนึ่งที่ตรงกับผู้ตอบมากที่สุด ซึ่งแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีทั้งหมด 5 ด้าน รวมจำนวน

39 ข้อ โดยมีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง .27 – .74 และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ .93

2. รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ได้บูรณาการเทคนิคต่างๆ ของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรผู้คิด การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า โดยเป้าหมายหลักของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรผู้คิด คือ การช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาแสวงหากลวิธีในการเผชิญหรือจัดการกับปัญหา โดยการค้นหาความคิดที่ไม่ถูกต้องหรือไม่เกิดผลแล้วปรับเปลี่ยนความคิดเหล่านั้น ส่วนเป้าหมายหลักของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส คือ การช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาเพิ่มหรือพัฒนาระดับของการตระหนักรู้ที่มีต่อตนเองจากการที่มองความสามารถของตนเองในระดับต่ำ ขาดความกระตือรือร้น มาเป็นผู้ที่เล็งเห็นความสามารถและจุดแข็งของตน ภายในระยะเวลาอันสั้น และเป้าหมายหลักของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า คือ การสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษามองชีวิตในมุมมองที่หลากหลาย โดยหาทางเลือกที่เป็นไปได้สำหรับตนเองที่จะสามารถหาได้ แทนที่จะมองในแง่ลบเดียว ผ่านการเล่าเรื่องที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ของตน ทั้งนี้รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ประกอบไปด้วย การให้คำปรึกษากลุ่มทั้งหมด 10 ครั้ง ได้แก่

ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศ

ครั้งที่ 2 รูปแบบความหวังทางการศึกษา

ครั้งที่ 3 เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา

ครั้งที่ 4 การตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา

ครั้งที่ 5 วิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา

ครั้งที่ 6 ความตั้งใจที่จะไปสู่เป้าหมาย

ครั้งที่ 7 ความเชื่อมั่นที่จะไปสู่เป้าหมาย

ครั้งที่ 8 ความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย

ครั้งที่ 9 ความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมาย

ครั้งที่ 10 ปัจฉินิเทศ

ทั้งนี้รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาได้รับการตรวจสอบประเมินความชัดเจนของรูปแบบและกิจกรรมที่ใช้ รวมทั้งประเมินความเหมาะสมตามวัตถุประสงค์จากผู้เชี่ยวชาญ

การดำเนินการวิจัย

1. การศึกษาความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

1.1 นำแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 39 ข้อ ไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 560 คน ซึ่งเป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้น

มัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2555 ของโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษา
ขั้นพื้นฐานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา ในกรุงเทพมหานคร ทั้งนี้มีแบบสอบถามที่สมบูรณ์ จำนวน
538 คน

1.2 นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาในข้อที่ 1.1 ไปวิเคราะห์องค์ประกอบ
เพื่อแสดงหลักฐานความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียน
วัยรุ่น

2. การดำเนินการทดลองใช้รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวัง ทางการศึกษา

ในการดำเนินการทดลองรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา
ของวัยรุ่น ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลอง โดยประยุกต์ใช้แบบแผนการทดลอง แบบ Randomized Pretest
Posttest Follow-up Design (Rausch; Maxwell; & Kelly. 2003: 467 – 486) จัดเป็นแบบแผนการทดลอง
ที่ออกแบบให้มีการวัดทั้งหมด 3 ครั้ง ได้แก่ วัดก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล
ทั้งนี้ในการดำเนินการทดลองการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียน
วัยรุ่นนั้น ได้แบ่งออกเป็น 4 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะการทดลอง ระยะหลังการทดลอง
และระยะหลังการติดตามผล

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย การศึกษาและพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม
เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

1. การศึกษาความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามลักษณะของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นฉบับสมบูรณ์
ที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 560 คน ซึ่งได้แบบสอบถาม
ที่สมบูรณ์ จำนวน 538 คน และนำมาวิเคราะห์องค์ประกอบ เพื่อแสดงหลักฐานความเชื่อมั่น หลักฐาน
ความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบสอบถาม

2. การเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น โดยใช้การให้คำปรึกษากลุ่ม

ผู้วิจัยดำเนินการพิจารณาคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนระดับความหวังทางการศึกษา จาก
ผู้ที่ได้คะแนนน้อยที่สุดขึ้นมา จำนวน 16 คน ทั้งนี้มีความสมัครใจเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม จากนั้น
ผู้วิจัยทำการสุ่มอย่างง่าย โดยวิธีการจับฉลากเป็นคู่ตามคะแนนความหวังทางการศึกษา เพื่อกำหนด
เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน ทั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยนำรูปแบบการให้
คำปรึกษากลุ่มที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง ในขณะที่กลุ่มควบคุมไม่ได้รับ
การให้คำปรึกษากลุ่มใดๆ จากนั้นผู้วิจัยวิเคราะห์ระดับความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น หลังจาก
การเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยเปรียบเทียบผลก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์สถิติพื้นฐาน หาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือวัด และเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล นอกจากนี้ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง เพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผลการวิจัยสรุปได้ตามลำดับ ดังนี้

1. การศึกษาลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น
2. การศึกษาองค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น
3. ผลของการใช้รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา
4. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

1. การศึกษาลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ในการศึกษาลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น สรุปผลการวิจัยได้ ดังนี้

1.1 จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น จำแนกตามเพศ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีจำนวน 538 คน ส่วนใหญ่เป็นนักเรียนหญิง โดยมีจำนวน 287 คน คิดเป็นร้อยละ 53.3 ส่วนนักเรียนชาย มีจำนวน 251 คน คิดเป็นร้อยละ 46.7

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่มีเกรดเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 3.00 – 4.00 จำนวน 317 คน คิดเป็นร้อยละ 58.9 ส่วนนักเรียนที่มีเกรดเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 2.00 – 2.99 มีจำนวน 201 คน คิดเป็นร้อยละ 37.4 และนักเรียนที่มีเกรดเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 0.01 – 1.99 มีจำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 3.7

1.2 ค่าสถิติพื้นฐานของความหวังทางการศึกษาในภาพรวม และรายองค์ประกอบของนักเรียนวัยรุ่น

คะแนนความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น โดยรวมอยู่ในระดับสูง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.50 และคะแนนเฉลี่ย และเมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยในรายองค์ประกอบ พบว่า อยู่ในระดับสูง 3 องค์ประกอบ คือ ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($M = 3.92$) เป้าหมายทางการศึกษา ($M = 3.87$) และความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($M = 3.80$) ตามลำดับ และองค์ประกอบที่มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลางมี 2 องค์ประกอบ คือ ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($M = 3.01$) และวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ($M = 2.90$) ส่วน

คะแนนเฉลี่ยของตัวชี้วัดความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นตามองค์ประกอบย่อยทั้งหมด มีค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 2.77 – 4.13 ซึ่งอยู่ตั้งแต่ระดับปานกลางจนถึงระดับสูง

2. การศึกษาองค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ในการศึกษาองค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

2.1 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ขององค์ประกอบความหวังทางการศึกษา 5 องค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นในภาพรวมมีค่าอยู่ระหว่าง 0.215 ถึง 0.799 และมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ทุกคู่ โดยพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษากับองค์ประกอบด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าสูงที่สุด คือ 0.799 และองค์ประกอบด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษากับความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบน้อยที่สุด คือ 0.215

2.2 วิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นว่ามีทั้งหมดกี่องค์ประกอบ อะไรบ้าง โดยการสกัดองค์ประกอบด้วยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบร่วม (Common Factor Analysis) แบบ Principal Axis Factoring ซึ่งผู้วิจัยทำการหมุนแกนตั้งฉาก (Orthogonal Rotation) ด้วยวิธีแวนแมกซ์ (Varimax Method) เพื่อให้ได้องค์ประกอบเฉพาะ ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ พบว่า ได้องค์ประกอบทั้งหมด 5 องค์ประกอบ ซึ่งข้อคำถามในแต่ละองค์ประกอบนั้นเข้าพอดีกับองค์ประกอบทั้ง 5 องค์ประกอบ มีพิสัยของค่าไอเกนอยู่ระหว่าง .891 – 5.801 และมีค่าความแปรปรวนสะสมร้อยละ 69.09

2.3 ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

2.3.1 องค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นในการวิเคราะห์องค์ประกอบอันดับที่สอง ประกอบด้วยองค์ประกอบจำนวน 5 ประการ มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 0.374 ถึง 0.917 โดยพบว่า องค์ประกอบที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานมากที่สุดคือ องค์ประกอบด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.917 รองลงมา คือ องค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษา องค์ประกอบด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา องค์ประกอบด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และองค์ประกอบด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบในรูปคะแนนมาตรฐานเท่ากับ 0.872, 0.713, 0.576 และ 0.374 ตามลำดับ

2.3.2 ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (Standard Error : SE) ขององค์ประกอบทั้ง 5 องค์ประกอบ มีค่าตั้งแต่ 0.131 – 0.067

2.3.3 ค่าทดสอบนัยสำคัญทางสถิติ (t-values) ของน้ำหนักองค์ประกอบทั้ง 5 องค์ประกอบ พบว่า มีค่าตั้งแต่ 4.388 – 13.714 และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกองค์ประกอบ

2.3.4 ความแปรผันร่วมกับองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น พบว่า องค์ประกอบด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีการแปรผันร่วมกับองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นสูงที่สุด คิดเป็นร้อยละ 84.1 รองลงมา คือ องค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษา องค์ประกอบด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา องค์ประกอบด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และองค์ประกอบด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา คิดเป็นร้อยละ 76.0, 51.8, 33.1 และ 14.0 ตามลำดับ

2.4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตรวจสอบความตรงตามทฤษฎีหรือความสอดคล้องของโมเดลตัวชี้วัดความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่สอง พบว่า โมเดล มีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ พิจารณาความสอดคล้องกลมกลืนจากค่าไค-สแควร์ แสดงถึงโมเดลและข้อมูลเชิงประจักษ์แสดงว่าโมเดล และข้อมูลเชิงประจักษ์ มีความสอดคล้องกลมกลืนกัน (เนงลักษณะ วิรัชชัย. 2542) และเมื่อพิจารณาจากค่าอื่นๆ ร่วมด้วย คือ Chi-square/df ควรมีค่าน้อยกว่า 2 ค่า CFI GFI และ AGFI ควรมีค่ามากกว่า 0.90 ค่า RMSEA ควรมีค่าน้อยกว่า 0.05 ค่า Standardized RMR (SRMR) ควรมีค่าน้อยกว่า 0.05 (Bollen. 1989; Diamantopoulos; & Sigauw. 2000) จากค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดลโดยรวมดังกล่าว แสดงว่า โมเดลองค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น สอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์

3. ผลการใช้รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

จากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียน ซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่ม ทั้งหมด 10 ครั้ง ผู้วิจัยพบว่า นักเรียนได้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก ตลอดจนนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่สอดคล้องกับการไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาตามที่ตนตั้งไว้อย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้ผู้วิจัยสังเกตจากสิ่งที่เกิดขึ้นในการเข้ารับการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง โดยในช่วงแรกของการให้คำปรึกษา พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ยังไม่ค่อยที่จะบอกเล่าเรื่องราวของตน จะมีนักเรียนเพียง 2 – 3 คน ที่จะมีบทบาทมากกว่าเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม โดยมักจะเป็นผู้เริ่มต้นบอกเล่าเรื่องราวของตนก่อนเสมอ และมีการแลกเปลี่ยนในสิ่งที่เพื่อนกำลังพูด ทั้งนี้ลักษณะดังกล่าวถือเป็นธรรมชาติของสมาชิกกลุ่มในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษา

เมื่อดำเนินการให้คำปรึกษา กระทั่งครั้งที่ 3 ผู้วิจัยพบว่า นักเรียนที่ไม่ค่อยกล้าแสดงความคิดเห็นหรือแลกเปลี่ยนความคิดของตน ได้แสดงความคิดเห็นของตนมากขึ้น ซึ่งแสดงถึงการมีบทบาทต่อเพื่อนสมาชิกกลุ่ม ทั้งนี้เนื่องมาจากนักเรียนมีความคุ้นเคยกับผู้ให้คำปรึกษามากขึ้น จึงทำให้กล้าเปิดเผยความคิด ความรู้สึกของตน นอกจากนั้นพบว่านักเรียนมีทัศนคติที่ดีต่อการเข้ารับการให้คำปรึกษา ทั้งนี้เนื่องมาจากการที่นักเรียนบางคนกล่าวถึง ความรู้สึกที่ได้มาเข้ารับการให้คำปรึกษา โดยบางคนกล่าวว่า อยากมาเข้าร่วมกลุ่มแบบนี้อีก ได้เจอเพื่อนๆ ได้ทำในสิ่งที่ไม่เคยทำ ทำให้ตนเองได้คิดเรื่องอนาคตมากขึ้น ซึ่งไม่เคยได้คิดมาก่อน ได้รับรู้เรื่องราวของเพื่อนๆ ซึ่งบางเรื่องไม่เคยรู้มาก่อน นอกจากนั้นพบว่า ทุกครั้งที่มีการนัดหมายให้คำปรึกษากลุ่ม นักเรียนทุกคนมาเข้าร่วมอย่างพร้อมเพรียงและตรงเวลา

จึงทำให้เวลาที่ใช้ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาแต่ละครั้งเป็นไปตามที่กำหนด คือ 60 นาที นอกจากนี้พบว่า นักเรียนยังเตรียมตัวโดยจัดห้องที่ใช้ในการให้คำปรึกษาอย่างเรียบร้อย

จากการสังเกตของผู้วิจัยตลอดการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาในภาพรวมจึงสรุปได้ว่า นักเรียนซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่มทั้ง 8 คน ได้มีการเปลี่ยนแปลงทางความคิด ความรู้สึก ตลอดจนพฤติกรรมในการเรียนของตน กล่าวคือ มีความมุ่งมั่นในการดำเนินการต่างๆ ตามแนวทางที่ตนได้กำหนดไว้ ตลอดจนมีบทบาทในการช่วยเหลือเพื่อนๆ สมาชิกในกลุ่ม และมีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกัน ซึ่งสิ่งสำคัญที่ผู้วิจัยสามารถรับรู้ถึงความมุ่งมั่นตลอดจนความรับผิดชอบที่มีต่อกลุ่มคือ การที่นักเรียนมาเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มอย่างพร้อมเพรียงกันตามวันเวลาที่ผู้วิจัยนัดหมาย รวมทั้งช่วยกันจัดสถานที่สำหรับการให้คำปรึกษากลุ่ม ซึ่งสิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นถึงความสนใจในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม ซึ่งนับเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญและนำไปสู่การให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพต่อไป

ทั้งนี้เมื่อสิ้นสุดการติดตามผลที่ผู้วิจัยได้ให้นักเรียนได้ตอบแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นอีกครั้งนั้น ผู้วิจัยได้มีโอกาสสัมภาษณ์นักเรียนและครูในเบื้องต้น พบว่านักเรียนยังคงดำเนินการต่างๆ ตามแนวทางของตนเพื่อไปสู่เป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ตนได้ตั้งไว้ แต่ในช่วงสัปดาห์ที่ผ่านมาเป็นช่วงสอบปลายภาคจึงทำให้นักเรียนบางคนไม่สามารถอ่านหนังสือทบทวนตลอดจนท่องศัพท์ภาษาอังกฤษได้ครบถ้วนตามที่กำหนด เนื่องจากต้องอ่านหนังสือเตรียมสอบสิ่งเหล่านี้ จึงเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติตามแนวทางที่ตนได้ตั้งไว้บ้าง ทั้งนี้ผู้วิจัยพบว่า นักเรียนสามารถคิดหาแนวทางหรือวิธีการที่เหมาะสมสำหรับตนเมื่อพบกับอุปสรรคต่างๆ ได้ต่อไป โดยนักเรียนกล่าวว่าเมื่อสอบเสร็จตนจึงพยายามอ่านหนังสือและท่องศัพท์ภาษาอังกฤษเพิ่มขึ้นเพื่อเป็นการชดเชยในช่วงเวลาที่ตนต้องอ่านหนังสือสอบ จากสิ่งเหล่านี้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาอีกประการหนึ่งคือ การส่งเสริมให้ผู้ขอรับคำปรึกษาหรือสมาชิกกลุ่มพัฒนาตนเองต่อไปทั้งนี้จากการที่นักเรียนได้รู้จักคิดหาแนวทางต่างๆ ตลอดจนสามารถตัดสินใจเลือกแนวทางที่เหมาะสมสำหรับตนได้ นอกจากนี้ผู้วิจัยพบว่า ในระยะหลังการติดตามผลนี้ นักเรียนค่อนข้างมีสีหน้าที่ยิ้มแย้มแจ่มใส ซึ่งเมื่อสอบถามนักเรียนพบว่า ในภาพรวมนักเรียนสามารถทำข้อสอบได้มากขึ้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นว่านักเรียนมีกำลังใจในการเรียนของตนมากยิ่งขึ้นและสามารถส่งเสริมให้นักเรียนยังคงดำเนินการตามแนวทางที่ตนได้ตั้งไว้เพื่อนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาตลอดจนเป้าหมายระยะยาวที่ตนได้ตั้งไว้ในที่สุด

จากการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาทั้ง 10 ครั้ง ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในสมาชิกกลุ่มแต่ละคนนี้ ผู้วิจัยจึงเห็นว่า การให้คำปรึกษากลุ่มเป็นวิธีการที่สามารถช่วยเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนได้เป็นอย่างดี ทั้งนี้มีความเหมาะสมในประเด็นของช่วงวัย ซึ่งกำลังอยู่ในช่วงของวัยรุ่นที่ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน การได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มลักษณะของการให้คำปรึกษากลุ่มจึงเป็นรูปแบบที่สามารถตอบสนองความต้องการเหล่านี้ของวัยรุ่นได้เป็นอย่างดี ตลอดจนการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาโดยการใช้เทคนิคต่างๆ ของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรู๊ดคิด การให้คำปรึกษาแบบโซลูชั่น-โฟกัส และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า ค่อนข้าง

มีรูปแบบที่ชัดเจน สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้สอดคล้องกับเรื่องของการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาที่เน้นถึงการปรับเปลี่ยนทางความคิดโดยมีการสร้างเป้าหมาย การคิดหาวิธีการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมาย โดยอาศัยความตั้งใจ เชื้อมั่น พยายามและอดทนในการที่จะไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตน

4. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการเปรียบเทียบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล มีดังนี้

สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1 นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม มีความหวังทางการศึกษาก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล แตกต่างกัน

ผลการศึกษา

กลุ่มทดลอง

คะแนนความหวังทางการศึกษาโดยรวม หลังการทดลองกับก่อนการทดลอง และก่อนการทดลองกับหลังการติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ส่วนคะแนนความหวังทางการศึกษา หลังการทดลองกับหลังการติดตามผล ไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาในรายองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา คะแนนความหวังทางการศึกษา หลังการทดลองกับก่อนการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ส่วนด้านเป้าหมายทางการศึกษา มีคะแนนเฉลี่ยความหวังทางการศึกษา ไม่แตกต่างกัน

สำหรับองค์ประกอบด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา คะแนนความหวังทางการศึกษา ก่อนการทดลองกับหลังการติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ส่วนด้านเป้าหมายทางการศึกษา มีคะแนนเฉลี่ยความหวังทางการศึกษา ไม่แตกต่างกัน

ส่วนคะแนนความหวังทางการศึกษาโดยรวมและในแต่ละองค์ประกอบ หลังการทดลองกับหลังการติดตามผล ไม่แตกต่างกัน

กลุ่มควบคุม

คะแนนความหวังทางการศึกษาโดยรวม หลังการทดลองกับก่อนการทดลอง ก่อนการทดลองกับหลังการติดตามผล และหลังการทดลองกับหลังการติดตามผล ไม่แตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาในรายองค์ประกอบ พบว่า คะแนนความหวังทางการศึกษาในแต่ละองค์ประกอบ หลังการทดลองกับก่อนการทดลอง ไม่แตกต่างกัน

สำหรับองค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษา ด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทนที่

จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีคะแนนเฉลี่ยความหวังทางการศึกษา ก่อนการทดลองกับหลังการติดตามผล ไม่แตกต่างกัน ส่วนด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีคะแนนเฉลี่ยความหวังทางการศึกษา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

ส่วนองค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษา ด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีคะแนนเฉลี่ยความหวังทางการศึกษา หลังการทดลองกับหลังการติดตามผล ไม่แตกต่างกัน ส่วนด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีคะแนนเฉลี่ยความหวังทางการศึกษา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

สมมติฐานการวิจัยข้อที่ 2 นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม มีความหวังทางการศึกษาหลังการทดลอง และหลังการติดตามผล แตกต่างกัน

ผลการศึกษา

ความหวังทางการศึกษาโดยรวม และรายองค์ประกอบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง ไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณารายองค์ประกอบ พบว่า ทุกองค์ประกอบคะแนนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกัน

หลังการทดลอง พบว่า ความหวังทางการศึกษาโดยรวมของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณารายองค์ประกอบ พบว่า ด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 สำหรับด้านเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษามีความหวังทางการศึกษา ไม่แตกต่างกัน

หลังการติดตามผล พบว่า ความหวังทางการศึกษาโดยรวมของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณารายองค์ประกอบ พบว่า ด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ส่วนด้านเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษามีความหวังทางการศึกษาไม่แตกต่างกัน

การอภิปรายผล

การวิจัยเรื่อง การศึกษาและพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ผู้วิจัยอภิปรายผล ดังนี้

1. การศึกษาลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

จากวัตถุประสงค์ของการวิจัยข้อที่ 1 เพื่อศึกษาลักษณะความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนวัยรุ่นมีความหวังทางการศึกษา โดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง แสดงให้เห็นว่านักเรียนวัยรุ่นมีความหวังทางการศึกษาสูง ซึ่งจากการสอบถามและสัมภาษณ์นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในเบื้องต้น พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความหวังในด้านการศึกษา โดยนักเรียนมีความหวังอยากได้คะแนนในรายวิชาต่างๆ ที่ดีขึ้น มีเกรดเฉลี่ยที่สูงขึ้น ได้เรียนในสิ่งที่ตนสนใจ ตลอดจนเรียนจบ ได้ศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น มีงานที่ดีทำ เป็นต้น และมีนักเรียนบางส่วนมีความหวังทางด้านครอบครัวและสุขภาพตามลำดับ นอกจากนี้ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา นักเรียนได้กล่าวเกี่ยวกับความหวังทางการศึกษาของตนไว้ อย่างสอดคล้องกันว่า “อยากได้เกรดเฉลี่ยที่ดีขึ้นกว่าเดิม อยากให้เรียนวิชาภาษาอังกฤษดีขึ้น วิชาประวัติศาสตร์ดีขึ้น” “ไม่ อยากให้เกรดเฉลี่ยแย่งกว่าเดิม เรียนวิชาภาษาอังกฤษ คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ และภาษาญี่ปุ่นดีขึ้น” “อยากได้เกรดเฉลี่ยดีขึ้น โดยเฉพาะวิชาคณิตศาสตร์” จากสิ่งเหล่านี้จึงแสดงให้เห็นถึงความความหวังทางการศึกษาที่นักเรียนต้องการ

ทั้งนี้แมคเดอร์มอทและชไนเดอร์ (McDermott; & Snyder. 2000: 55) ได้กล่าวถึงขอบเขตของความหวังในวัยรุ่นว่าประกอบด้วย ขอบเขตทางการศึกษา ขอบเขตของสัมพันธภาพในครอบครัว ขอบเขตของการพักผ่อนหย่อนใจ ขอบเขตของความปลอดภัย ขอบเขตทางด้านจิตวิญญาณ ขอบเขตทางด้านสุขภาพและการออกกำลังกาย และขอบเขตในเรื่องของความรัก โดยเมื่อกล่าวถึงขอบเขตทางการศึกษาจากงานวิจัยที่มีอยู่ในปัจจุบันกับนักเรียนระดับประถมศึกษา มัธยมศึกษา และนักศึกษามหาวิทยาลัยพบว่า ความหวังมีความสัมพันธ์อย่างมากกับการประสบความสำเร็จทางการศึกษา ทั้งนี้ความหวังเกี่ยวข้องกับการประสบความสำเร็จโดยการมีคะแนนสอบที่สูงขึ้น (Snyder; & Lopez. 2002: 263)

เมื่อพิจารณาในรายองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น พบว่าด้านเป้าหมายทางการศึกษาอยู่ในระดับสูง แสดงให้เห็นว่า นักเรียนวัยรุ่นมีเป้าหมายทางการศึกษาสูง ซึ่งจากการเก็บข้อมูลเบื้องต้น โดยการสอบถามและสัมภาษณ์นักเรียนเกี่ยวกับเป้าหมายในการเรียนของตนนั้น ส่วนใหญ่นักเรียนมีความหวังอยากสอบผ่าน มีผลการเรียนที่ดี เรียนจบตามเวลาที่กำหนด ได้เรียนต่อในระดับที่สูงขึ้น ได้ประกอบอาชีพตามที่ถนัดหรือต้องการ เป้าหมายต่างๆ ตามที่นักเรียนได้กล่าวมานี้ สะท้อนให้เห็นว่า นักเรียนวัยรุ่นมีทั้งเป้าหมายระยะสั้นและเป้าหมาย และระยะยาวทางการศึกษา และจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยเฉพาะในครั้งที่ 3 (เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา) และครั้งที่ 4 (การตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา) พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาทั้งเป้าหมายระยะยาวและเป้าหมายระยะสั้นของตนไว้ก่อนหน้าอย่างค่อนข้างชัดเจน ทั้งนี้สังเกตจากการที่ให้นักเรียน สามารถบอกถึงเป้าหมายระยะยาวและระยะสั้นทางการศึกษาที่ตนเองต้องการได้อย่างมุ่งมั่นและรวดเร็ว โดยสอดคล้องกับสถานการณ์การเรียนของตน ซึ่งสิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นว่านักเรียนได้มีการตั้งหรือกำหนดเป้าหมายทางการศึกษาของตนไว้ในเบื้องต้นบ้างแล้ว ซึ่งเป้าหมายระยะยาวทางการศึกษาที่นักเรียนได้กำหนดไว้ เช่น การได้

เป็นตำรวจ การได้เป็นนักเรียน การได้เป็นแพทย์ เป็นต้น และเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่นักเรียนได้กำหนดไว้ เช่น การได้เกรดเฉลี่ยที่ดีขึ้นกว่าเดิม การเรียนวิชาภาษาอังกฤษ คณิตศาสตร์ ได้ดีขึ้น เป็นต้น

เป้าหมายทางการศึกษา จึงถือเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของการเป็นผู้มีความหวัง ทางการศึกษา ดังที่ แมคเดอร์มอท และ ซไนเดอร์ (McDermott; & Snyder. 1999: 61) ได้กล่าวว่า เป้าหมายสามารถแบ่งได้เป็นเป้าหมายระยะสั้นและเป้าหมายระยะยาว ซึ่งบุคคลที่มีความหวังสูงจะมีทั้งเป้าหมายระยะยาวและเป้าหมายระยะสั้น ทั้งนี้แต่ละช่วงเวลาที่เราสามารถบรรลุเป้าหมายระยะสั้นเหล่านั้นได้ เราจะเกิดการตระหนักได้ว่าแต่ละก้าวๆ ที่เราทำเรานั้นจะสามารถนำเราไปสู่ความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่มากขึ้นหรือเป้าหมายระยะยาวที่เราตั้งไว้นั้นเอง

สำหรับด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาพบว่าอยู่ในระดับปานกลาง แสดงให้เห็นว่านักเรียน มีความหวังทางการศึกษาในด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาปานกลาง ทั้งนี้ก่อนการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถาม โดยได้มีการสอบถามและสัมภาษณ์นักเรียนในเมืองต้นเกี่ยวกับวิธีการหรือแนวทางที่จะทำให้ตนบรรลุเป้าหมายทางการเรียน นักเรียนกล่าวว่า มีการทำงานหรือทำการบ้านที่ได้รับมอบหมายอย่างสม่ำเสมอ เข้าเรียนอย่างต่อเนื่อง และมีนักเรียนบางส่วนที่กล่าวว่า มีการทบทวนบทเรียนหาความรู้เพิ่มเติม และเข้าร่วมกิจกรรมที่ส่งเสริมด้านการเรียนค่อนข้างน้อย นอกจากนี้ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยเฉพาะในครั้งที่ 5 (วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา) จากการสัมภาษณ์เพิ่มเติมในนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ก็พบว่า มีนักเรียนจำนวนหนึ่งกล่าวว่า “ไม่รู้จะทำอย่างไรให้ผลการเรียนของตนดีขึ้น” หรือกล่าวถึงการยังไม่เคยได้คิดหาแนวทางในการไปสู่เป้าหมายไว้อย่างชัดเจนว่า จะต้องทำอย่างไร และจากการสังเกตการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา พบว่า มีนักเรียนเพียงส่วนหนึ่งที่สามารถคิดหาแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ที่จะไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตนได้อย่างรวดเร็วและชัดเจน ซึ่งนักเรียนส่วนใหญ่ค่อนข้างใช้เวลาในการคิดหาแนวทางเพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตน แต่ด้วยลักษณะของการให้คำปรึกษากลุ่มที่สมาชิกในกลุ่มช่วยส่งเสริมเพื่อนสมาชิกด้วยกัน จึงสามารถช่วยให้ค้นหาแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ได้ต่อไป สิ่งเหล่านี้จึงอาจสะท้อนให้เห็นถึงระดับของความหวังทางการศึกษาในด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาได้

ทั้งนี้ วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่สำคัญของการมีความหวังทางการศึกษา ซึ่งมีความสัมพันธ์กับเป้าหมาย ดังที่ซไนเดอร์และคณะ (Snyder; & Lopez. 2002: 258) กล่าวว่า พลังแห่งวิถีทาง (Pathway) เป็นความคิดเพื่อวางแผนหาทางหรือวิธีการที่จะนำบุคคลไปสู่เป้าหมาย บุคคลที่มีพลังแห่งวิถีทางสูงจะหาทางในการบรรลุเป้าหมายได้หลายแนวทางและสอดคล้องกับ โนวอทนี (Nowotny. 1989: 57 – 61) ที่กล่าวว่า ความหวัง เกี่ยวข้องกับอนาคตที่เกิดขึ้นภายในบุคคล โดยมีการกระทำบางอย่าง เช่น การตั้งเป้าหมาย การวางแผน และมีการนำพลังมาสร้างและดำเนินงานต่างๆ ด้วย

ส่วนด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาพบว่าอยู่ในระดับสูงนั้น แสดงให้เห็นว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความคิดริเริ่มหรือจะดำเนินการต่างๆ เพื่อที่จะทำให้ตนบรรลุเป้าหมายทาง

การศึกษา ทั้งนี้ก่อนการได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ก็พบว่า นักเรียน มีความหวังทางการศึกษาในด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาอยู่ในระดับสูง เช่นเดียวกัน โดยในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยเฉพาะในครั้งที่ 6 (ความตั้งใจที่จะไปสู่เป้าหมาย) นักเรียนได้แสดงออกถึงความตั้งใจที่จะดำเนินการต่างๆ ตามแนวทางและขั้นตอนที่ตนได้กำหนดไว้อย่างมุ่งมั่น โดยกล่าวว่า “จะเริ่มอ่านหนังสือทุกวัน” “จะไม่หลับเวลาเรียน” “จะท่องศัพท์ให้ได้วันละ 10 คำ” “จะต้องกลับไปทำ” จากสิ่งเหล่านี้จึงสะท้อนให้เห็นถึงการมีความคิดริเริ่มที่จะดำเนินการต่างๆ ทางด้านการศึกษาของตน

ดังที่ ลูแทนซ์ (Luthans. 2006: 18) ได้กล่าวเกี่ยวกับความหวังไว้ว่า อยู่บนพื้นฐานของการรับรู้ถึงความสำเร็จ อันประกอบไปด้วยความตั้งใจ (พลังที่ไปสู่เป้าหมาย) และวิถีทาง (การวางแผนเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย) และสอดคล้องกับ ซไนเดอร์ และคณะ (Snyder; & et al. 2002: 258) ที่ได้กล่าวเกี่ยวกับการมีพลังแห่งความตั้งใจว่า เป็นการรับรู้ถึงความสามารถที่จะริเริ่มและดำเนินไปให้ถึงเป้าหมาย เช่น มีความคิดที่ว่าฉันสามารถ ฉันจะไม่หยุด ฉันพร้อมที่จะทำ ทั้งนี้หากนักเรียนมีการคิดถึงแนวทางที่จะไปสู่เป้าหมายก็จะช่วยเพิ่มความตั้งใจในทางกลับกันก็จะทำให้เกิดหนทางมากยิ่งขึ้นด้วย จากผลดังกล่าวแม้ว่า ในด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาพบว่าอยู่ในระดับปานกลาง แต่เมื่อด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาอยู่ในระดับสูงก็มีแนวโน้มว่า หากนักเรียนได้รับการส่งเสริมให้ค้นหาแนวทางต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายของตนแล้ว ก็อาจทำให้นักเรียนเป็นผู้มีความหวังทางการศึกษาที่สูงขึ้นได้

ด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษานั้น พบว่า อยู่ในระดับปานกลาง แสดงว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความเชื่อว่าตนเองจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาปานกลาง ทั้งนี้จากการเก็บข้อมูลในเบื้องต้นโดยการสอบถามและสัมภาษณ์นักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 2 พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่แม้จะเชื่อว่า ตนสามารถเรียนต่อไปได้แต่ก็มีนักเรียนบางส่วนที่แสดงถึงความไม่แน่ใจว่า ตนจะสามารถทำให้ผลการเรียนดีหรือดีขึ้นได้

ดังที่มีนักเรียนกล่าวว่า “มีความหวังในเรื่องการเรียน อยากที่จะได้เกรดสูง แต่ไม่รู้ว่าจะทำได้หรือไม่” นอกจากนี้ ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา นักเรียนบางคนแสดงถึงความไม่เชื่อมั่นในการเรียนบางรายวิชา ซึ่งรายวิชาที่มีความสอดคล้องกัน ส่วนใหญ่คือ คณิตศาสตร์และภาษาอังกฤษ จากสิ่งเหล่านี้ จึงอาจมีผลต่อความเชื่อมั่นในการบรรลุเป้าหมายในการเรียนของตน ความเชื่อมั่นว่า จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา จึงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของการมีความหวังทางการศึกษา ดังที่ โนวอทนี (Nowotny. 1989: 57 – 61) กล่าวว่า ความหวัง เกี่ยวข้องกับอนาคตที่เกิดขึ้นภายในบุคคลประกอบกับความไว้วางใจ เชื่อมั่นที่บุคคลมี

สำหรับด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาพบว่าอยู่ในระดับสูงนั้น แสดงให้เห็นว่า นักเรียนมีความพยายามและอดทนในการทำสิ่งต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่ตนตั้งไว้สูง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะเมื่อนักเรียนพบกับอุปสรรคต่างๆ ในการเรียนนักเรียนสามารถหาแนวทางหรือวิธีการในการจัดการกับอุปสรรคตลอดจนไม่ย่อท้อในการที่จะทำให้นักเรียนไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่ตั้งไว้ ดังที่ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา นักเรียน

บางคนได้กล่าวเกี่ยวกับสถานการณ์ทางการเรียนในอดีตว่า “เมื่อไม่เข้าใจบทเรียนก็จะให้เพื่อนดูให้” “เคยมีผลการเรียนภาษาอังกฤษที่ไม่ค่อยดีนักแต่ได้พี่ตีวภาษาอังกฤษให้ จึงทำให้ผลเรียนภาษาอังกฤษดีขึ้นกว่าแต่ก่อน” นอกจากนั้นยังมีนักเรียนบางคนกล่าวถึงผลการสอบของตนในแต่ละครั้งซึ่งยังไม่ค่อยดี แต่ก็ต้องยอมรับและหาทางต่อไป จากสิ่งเหล่านี้ อาจสะท้อนให้เห็นถึงการมีความพยายามและอดทนของนักเรียนในการที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาของตน

การมีความหวังจึงเกี่ยวข้องกับการหาวิธีการอื่นๆ หากวิธีการก่อนหน้าหรือวิธีการที่คิดไว้ไม่ได้ผลอันเนื่องมาจากอุปสรรค ซึ่งเมื่อบุคคลมีความหวังจะกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมในการเผชิญปัญหาหรืออุปสรรค (Dufalt; & Martocchio. 1985: 380) และสอดคล้องกับที่นักเรียนได้กล่าวเกี่ยวกับความหวังว่า “เป็นการที่เรายากจะไปให้ถึงเป้าหมายที่เราต้องการ โดยไม่ว่าความหวังจะยากแค่ไหนก็ขึ้นอยู่กับความพยายามและความมุ่งมั่นกับสิ่งนั้นๆ” ทั้งนี้ในช่วงเวลาที่นักเรียนพบว่า ผลการเรียนของตน ยังไม่เป็นที่พอใจ อาจเกิดภาวะของความเครียดและการที่นักเรียนสามารถเผชิญกับภาวะดังกล่าวได้นั้นสะท้อนให้เห็นว่า นักเรียนเป็นผู้มีความอดทนซึ่งเป็นสิ่งที่มีความสัมพันธ์กับการมีความหวัง ดังที่ โนวอทนี (Nowotny. 1989: 57 – 61) กล่าวเกี่ยวกับผลความหวังว่า จะทำให้บุคคลมีความสามารถในการเผชิญกับความเครียด เกิดพลังและมีความอดทน

2. การวิเคราะห์องค์ประกอบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

จากวัตถุประสงค์ของการวิจัยข้อที่ 2 เพื่อศึกษาองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ผลการศึกษาพบว่า องค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ ได้แก่ เป้าหมายทางการศึกษา วิธีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ความเชื่อมั่นว่า จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา

ทั้งนี้ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจเพื่อศึกษาว่า องค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นมีกี่องค์ประกอบ อะไรบ้าง โดยการสกัดองค์ประกอบด้วยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบร่วม (Common Factor Analysis) แบบ Principal Axis Factoring โดยใช้วิธีการหมุนแกนตั้งฉาก (Orthogonal Rotation) ด้วยวิธีวาริแมกซ์ (Varimax Method) และพบว่า ได้องค์ประกอบทั้งหมด 5 องค์ประกอบ ซึ่งข้อคำถามในแต่ละองค์ประกอบนั้นเข้าพอดีกับองค์ประกอบทั้ง 5 องค์ประกอบ มีพิสัยของค่าไอเกนอยู่ระหว่าง 0.891 – 5.801 และมีค่าความแปรปรวนสะสมร้อยละ 69.09 และเพื่อตรวจสอบความตรงตามทฤษฎีหรือความสอดคล้องของ โมเดลความหวังทางการศึกษากับข้อมูลเชิงประจักษ์ ด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่สอง พบว่า โมเดลมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยองค์ประกอบทั้ง 5 องค์ประกอบมีน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ในระดับมากทุกองค์ประกอบคือ อยู่ระหว่าง 0.374 – 0.917 และพบว่ามีความสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ทุกองค์ประกอบ แสดงว่า องค์ประกอบทั้ง 5 ด้าน เป็นองค์ประกอบที่สำคัญของความหวังทางการศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับสโตแลนด์ (Stoland. 1969: 189) ที่กล่าวถึงลักษณะของผู้ที่มีความหวังไว้ว่า เป็นผู้ที่มีการรับรู้ถึงความสำคัญและความเป็นไปได้ในการบรรลุเป้าหมายในระดับสูง ตลอดจนมีความกระตือรือร้นที่จะกระทำการใดๆ

เพื่อไปสู่เป้าหมาย และสอดคล้องกับการให้ความหมายเกี่ยวกับความหวังของ ลูแทนซ์ (Luthans. 2006: 18) โดยกล่าวว่า ความหวังอยู่บนพื้นฐานของการรับรู้ถึงความสำเร็จ อันประกอบไปด้วยความตั้งใจ (พลังที่ไปสู่เป้าหมาย) และวิถีทาง (การวางแผนเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย) ตลอดจนเกี่ยวข้องกับความไว้วางใจ ความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งเมื่อบุคคลมีความหวังจะทำให้เกิดพลังและมีความอดทนที่จะปรับสภาพต่างๆ ของทั้งร่างกายและจิตใจ (Lange. 1978: 128) รวมทั้งการมีความหวังจะกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมในการเผชิญปัญหาหรืออุปสรรค และเลือกแสดงออกในทางที่จะสามารถทำให้ตนสมหวังได้

นอกจากนั้นจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา นักเรียนได้กล่าวเกี่ยวกับความหมายและลักษณะของผู้ที่มีความหวังทางการศึกษาไว้ว่า “ต้องเป็นผู้ที่มีความมุ่งมั่นพยายาม” “มีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน” “มีความอดทนไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคต่างๆ” “มีความเชื่อมั่นที่จะทำสิ่งต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมาย” และสอดคล้องกับคำสัมภาษณ์ของครูและนักเรียนในเบื้องต้นที่กล่าวว่า ความหวังทางการศึกษาประกอบไปด้วย การสร้างเป้าหมายทางการศึกษาที่เหมาะสมสำหรับตน โดยพยายามหาวิธีการต่างๆ ที่จะทำตนให้บรรลุเป้าหมายนั้นๆ ทั้งนี้ต้องมีความตั้งใจ เชื่อมั่น พยายามและอดทนต่ออุปสรรคต่างๆ ที่เข้ามา ทั้งนี้พบว่า องค์ประกอบด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษามีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมากที่สุด แสดงให้เห็นว่าการที่มีความหวังทางการศึกษานั้นสามารถวัดได้จากความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาเป็นสำคัญ ซึ่งประกอบด้วยตัวชี้วัดสี่ตัว และพบว่าตัวชี้วัดทั้งสี่ตัวมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 แสดงว่าตัวชี้วัดทั้งสี่ตัวเป็นตัวชี้วัดที่สำคัญของโมเดลความหวังทางการศึกษา สอดคล้องกับแนวความคิดของ ซไนเดอร์ (Snyder. 1994: 53) ที่กล่าวว่า พลังแห่งความตั้งใจ (Agency) เป็นองค์ประกอบหนึ่งที่สำคัญของการมีความหวัง ซึ่งเป็นการที่มีความตั้งใจและรับรู้ถึงความสามารถที่จะริเริ่ม และดำเนินไปให้ถึงเป้าหมาย โดยความคิดเหล่านี้ทำให้บุคคลเกิดการรับรู้ว่าคุณสามารถเริ่มและคงไว้ซึ่งการกระทำที่นำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการได้ และสอดคล้องกับแนวคิดของ เฮิร์ท (Herth. 1992: 116) ที่กล่าวว่า ความหวังเป็นความรู้สึกมั่นใจในทางบวกว่าจะเกิดขึ้นในอนาคต ทำให้เกิดเป็นความรู้สึกว่าจะตั้งใจทำให้บรรลุเป้าหมายที่ตนต้องการ

ส่วนองค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษา และวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา พบว่า มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ 0.872 และ 0.713 ตามลำดับ แสดงว่าองค์ประกอบทั้งสองมีบทบาทที่สำคัญใกล้เคียงกันในการวัดความหวังทางการศึกษา และพบว่า ตัวชี้วัดทุกตัวมีน้ำหนักองค์ประกอบที่มีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 แสดงว่าตัวชี้วัดทุกตัวเป็นตัวชี้วัดที่สำคัญของโมเดลความหวังทางการศึกษา สอดคล้องกับแนวคิดของ โนวอทนี (Nowotny. 1989: 92) ที่กล่าวว่า ความหวัง เกี่ยวข้องกับอนาคตที่เกิดขึ้นภายในบุคคลประกอบกับความไว้วางใจ เชื่อมั่นที่บุคคลมี และยังเกี่ยวข้องกับการกระทำบางอย่าง เช่น การตั้งเป้าหมาย การวางแผน โดยมีการนำพลังมาสร้างและดำเนินงานต่างๆ ส่วนองค์ประกอบด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษานั้น พบว่า มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ 0.576 และ 0.374 ตามลำดับ และพบว่า ตัวชี้วัดทุกตัวมีน้ำหนักองค์ประกอบที่มีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ทุกตัว แสดงว่า ตัวชี้วัดทุกตัวเป็นตัวชี้วัดที่สำคัญของโมเดลความคาดหวังทางการศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ดูฟอลท์ และ มาทอคซิโอ (Dufalt; & Martocchio. 1985: 380) ที่กล่าวว่า ความหวังเป็นความคาดหวังและความเชื่อมั่นว่า

จะบรรลุถึงสิ่งที่ดีในอนาคต โดยเมื่อบุคคลมีความหวังจะเป็นสิ่งกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมในการเผชิญปัญหาหรืออุปสรรค ตลอดจนจะเลือกแสดงออกในทางที่จะสามารถทำให้ตนสมหวังได้ นอกจากนี้แล้ว ความหวังยังเกี่ยวข้องกับความไว้วางใจ ความเชื่อมั่นในตนเอง ตลอดจนโชคชะตา (Lange. 1978: 128; Herth. 1992: 116; & Nowotny. 1989: 57 – 61)

3. รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

จากวัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 3 เพื่อพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ผู้วิจัยได้พัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยนำแนวคิด ทฤษฎีและเทคนิคต่างๆ ของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการรู้คิด การให้คำปรึกษาแบบโซลูชันโฟกัส และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า มาประยุกต์ใช้ในการพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม ซึ่งทั้ง 3 ทฤษฎีมีแนวคิดและเทคนิคต่างๆ ที่สอดคล้องกับการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ดังนี้

3.1 การให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการรู้คิด

แนวคิดของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการรู้คิดนั้น มีความสอดคล้องกับการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ดังที่ ซไนเดอร์ (Snyder. 2000: 112 – 113) กล่าวว่า กระบวนการของการตั้งเป้าหมายเชิงปฏิบัติที่ชัดเจนของความหวังนั้นเป็นธรรมชาติของการบำบัดแบบพฤติกรรมการรู้คิด โดยเฉพาะกระบวนการของวิถีทาง (pathways) ซึ่งจากการวิจัยทางคลินิกโดยทั่วไปพบว่า ช่วยให้บรรลุเป้าหมายของการบำบัด ทั้งนี้ผู้รับบริการที่รักษาด้วยการบำบัดแบบพฤติกรรมการรู้คิด จะได้สัมผัสกับแรงกระตุ้นและความคิดแบบประมวลผลที่ค่อยๆ เพิ่มขึ้น และในการที่จะทำให้เกิดความหวัง ก็คือ ต้องทำให้เกิดทั้งแรงกระตุ้นและความคิดแบบประมวลผล ซึ่งบางครั้งการที่ผู้รับคำปรึกษารับรู้ถึงพลังและมีความกระตือรือร้นต่อเป้าหมายของตน แต่ขาดซึ่งการรับรู้ถึงความสามารถที่จะค้นพบเส้นทางเพื่อไปถึงเป้าหมาย หรือในขณะเดียวกันผู้รับคำปรึกษาพร้อมที่จะสร้างเส้นทางเพื่อไปสู่เป้าหมายแต่ขาด ซึ่งความคิดที่มีแรงกระตุ้นที่จะทำให้เป้าหมายนั้นประสบความสำเร็จ ก็มีได้หมายความว่าผู้นั้นจะเป็นผู้ที่มีความหวังสูง เนื่องจากขาดองค์ประกอบที่จำเป็นต่อการเกิดความหวัง ลักษณะของการบำบัดแบบพฤติกรรมการรู้คิดจึงเป็นสิ่งที่กระตุ้นให้เกิดความหวังได้

ทั้งนี้การพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ได้นำเทคนิคต่างๆ ของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการรู้คิดมาประยุกต์ใช้ในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 3 (เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษาของฉันทน์) โดยใช้วิธีการฉายสิ่งที่เกิดขึ้นในขณะนี้ไปสู่อนาคตอีก 10 ปีข้างหน้า เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ทบทวนถึงความสำเร็จหรือเป้าหมายสูงสุดของตน ซึ่งจะนำไปสู่การกำหนดเป้าหมายระยะสั้นต่างๆ ที่สอดคล้องกับเป้าหมายระยะยาวที่ตั้งไว้ ดังที่ แมคเดอร์มอท และ ซไนเดอร์ (McDermott; & Snyder. 1999: 61) กล่าวว่า บุคคลที่มีความหวังสูงจะมีทั้งเป้าหมายระยะยาวและเป้าหมายระยะสั้น โดยสามารถแบ่งระดับของเป้าหมายระยะยาวได้เป็นขั้นตอนหรือเป้าหมายระยะสั้นที่ไม่ยากเกินไป ซึ่งสามารถทำให้ประสบความสำเร็จได้ง่ายหรือสามารถจัดการได้ง่ายกว่า ทั้งนี้แต่ละช่วงเวลาที่เราสามารถบรรลุเป้าหมายระยะสั้นเหล่านั้นได้ เราจะเกิดการตระหนักได้ว่า แต่ละก้าวๆ ที่เราสำเร็จนั้นจะสามารถนำไปสู่ความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่มากขึ้น หรือเป้าหมายระยะยาวที่เราตั้งไว้นั้นเอง

และในการตั้งเป้าหมายระยะยาว เพื่อเป็นการให้สมาชิกกลุ่มรับรู้ถึงความเป็นไปได้ของเป้าหมายเหล่านั้น ได้มีการนำเทคนิคการปรับแนวคิดให้อยู่บนทางสายกลางมาประยุกต์ใช้ในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 3 ด้วย ซึ่งทำให้สมาชิกกลุ่มได้ทบทวนว่า เป้าหมายระยะยาวที่ตนตั้งไว้นั้นว่า ในสภาพความเป็นจริงแล้ว ตนสามารถทำให้เป็นไปได้อหรือไม่ ทั้งนี้หากสมาชิกกลุ่มตั้งเป้าหมายที่ไม่สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริง ก็เป็นไปได้อากที่จะไปสู่เป้าหมายเหล่านั้น

นอกจากนั้นมีการนำวิธีการสร้างจินตนาการเพื่อกระตุ้นความคิดและความรู้สึกใหม่ มาประยุกต์ใช้ในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 4 (การตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา) โดยเป็นการให้สมาชิกกลุ่มนึกถึงสถานการณ์การเรียนของตนในปัจจุบัน และจากสถานการณ์นั้น ก็ให้สมาชิกคิดถึง สิ่งที่ตนเองต้องการซึ่งเกี่ยวข้องกับการเรียนของตน ณ ปัจจุบัน ซึ่งวิธีการดังกล่าวเป็นการให้สมาชิก กำหนดเป้าหมายทางการศึกษา โดยเป็นเป้าหมายระยะสั้นที่ตนเองต้องการในปัจจุบัน จากนั้นให้สมาชิกกลุ่ม ได้จินตนาการถึงความรู้สึกว่าหากตนบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา ดังที่ได้ระบุไว้แล้วจะเป็น อย่างไร ซึ่งเป็นการกระตุ้นความคิดและความรู้สึกใหม่ จากการรับรู้ถึงความเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น ทั้งนี้ สอดคล้องกับแมคเดอร์มอทและซไนเดอร์ (McDermott; & Snyder. 1999: 27) ที่ได้กล่าวไว้ว่า การระบุ หรือการตั้งเป้าหมายเป็นขั้นตอนที่สำคัญขั้นตอนหนึ่งของการสร้างความหวัง ซึ่งสามารถเริ่มได้ตั้งแต่ เป้าหมายเล็กๆ ก่อน กล่าวคือ เป็นเป้าหมายที่ไม่ยากจนเกินไปหรือสามารถบรรลุหรือเป็นไปได้ แต่ก็มี ความสำคัญสำหรับบุคคลนั้นๆ ทั้งนี้ให้คิดหรือตั้งเป้าหมายภายใต้สถานการณ์ในปัจจุบัน นอกจากนี้ เป้าหมายที่ตั้งหรือคาดหวังไว้ บุคคลสามารถรับรู้ถึงระยะเวลาที่จะประสบความสำเร็จตลอดจนรับรู้ถึง ความเปลี่ยนแปลงเมื่อเป้าหมายนั้นๆ บรรลุผล และมีการใช้เทคนิคการติดข้อความหรือความคิด ทางบวก ในตำแหน่งที่สามารถเห็นได้ชัดเจน กล่าวคือ เมื่อสมาชิกรับรู้ถึงความรู้สึกเมื่อเป้าหมายที่ตนตั้งไว้เหล่านั้น สำเร็จแล้ว ก็ให้เขียนความรู้สึกดังกล่าวในกระดาษโน้ตและติดไว้ในตำแหน่งใดก็ได้ที่สมาชิกรู้สึกว่าสามารถ สังเกตเห็นได้อย่างชัดเจน ทั้งนี้เพื่อเป็นการกระตุ้นสมาชิกให้ทำสิ่งต่างๆต่อไปเพื่อไปสู่ความเปลี่ยนแปลง ดังกล่าว

ในการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ครั้งที่ 6 (ความตั้งใจ ที่จะไปสู่เป้าหมาย) ได้มีการนำเทคนิคการพูดกับตนเองหลายๆ ครั้งในแต่ละวันถึงความคิดทางบวก หรือความคิดที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง และการติดข้อความหรือความคิดทางบวกที่ตนมีในตำแหน่งที่ สามารถเห็นได้ชัดเจน โดยเป็นการให้สมาชิกกลุ่มลองคิดคำพูดเป็นประโยคสั้นๆ ที่แสดงถึงการมีความมุ่งมั่น ความคิดริเริ่ม และความพร้อมที่จะลงมือปฏิบัติตามแนวทางต่างๆ ที่ตนได้ตั้งไว้ และนำเสนอประโยค เหล่านี้ด้วยน้ำเสียงที่เข้มแข็ง จากนั้นให้สมาชิกกลุ่มเขียนประโยคดังกล่าวลงในกระดาษโน้ตและนำไปติด ในตำแหน่งที่ตนสามารถเห็นได้ชัดเจนภายในบ้าน พร้อมทั้งในแต่ละวันให้สมาชิกแต่ละคนพูดซ้ำๆ กับ ตนเองถึงข้อความที่ตนได้เขียนไว้ เพื่อเป็นการสนับสนุนและกระตุ้นให้สมาชิกได้ดำเนินตามแนวทาง ที่ตนได้ตั้งไว้อย่างมุ่งมั่นและต่อเนื่องต่อไป ดังที่ ซไนเดอร์ (Snyder. 1994: 53) ได้กล่าวว่า การมีพลัง แห่งความตั้งใจ (Agency) เป็นการรับรู้ถึงความสามารถที่จะริเริ่ม และดำเนินไปให้ถึงเป้าหมาย เช่น มีความคิดที่ว่า ฉันสามารถ ฉันจะพยายาม ฉันพร้อมที่จะทำ ซึ่งความคิดเหล่านี้ทำให้บุคคลเกิดการรับรู้

ว่าตนสามารถเริ่มและคงไว้ซึ่งการกระทำที่นำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการได้ ทั้งนี้การส่งเสริมความคิดให้มีพลัง ทำได้โดยการส่งเสริมให้บุคคลพูดกับตนเองในทางที่ดี

นอกจากนั้นได้นำเทคนิคการอ่านชีวประวัติของผู้ที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวกับปัญหาประยุกต์ใช้ในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 9 (ความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมาย) โดยให้สมาชิกกลุ่มได้อ่านกรณีศึกษาที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับผู้ที่ประสบความสำเร็จทางการเรียน โดยต้องพันฝากับอุปสรรคต่างๆ และต้องอดทนต่อสภาวะของความยากลำบากต่างๆ ซึ่งสมาชิกกลุ่มจะพบว่าเรื่องราวเหล่านั้น อาจมีความสอดคล้องกับสมาชิกกลุ่มหรือสิ่งที่สมาชิกกลุ่มต้องเผชิญ โดยเป็นเพียงส่วนหนึ่งเมื่อเปรียบเทียบกับกรณีศึกษา ทั้งนี้จะค้นพบว่าสามารถประสบความสำเร็จได้หากมีความอดทน ต่อสู้กับความยากลำบากต่างๆ โดย ลาง (Lange. 1978: 128) ยังได้กล่าวว่า เมื่อบุคคลมีความหวังจะมีความอดทนที่จะปรับสภาพต่างๆ ของร่างกายและจิตใจ ตลอดจนมีความสามารถในการเผชิญกับความเครียดต่างๆ ด้วย (Nowotny. 1989: 57 – 61)

จากแนวคิดและเทคนิคต่างๆ ของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมความรู้คิดจึงสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาได้อย่างสอดคล้อง

3.2 การให้คำปรึกษาแบบโซลูชั่น-โฟกัส

แนวคิดของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชั่น-โฟกัสนั้น มีความสอดคล้องกับการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยเป้าหมายหลักของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชั่น-โฟกัส คือ การช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาเพิ่มหรือพัฒนาระดับของการตระหนักรู้ที่มีต่อตนเอง จากการที่มองความสามารถของตนเองในระดับต่ำ ขาดความกระตือรือร้นมาเป็นผู้ที่เล็งเห็นความสามารถและจุดแข็งของตน ภายในระยะเวลาอันสั้น ซึ่งเป้าหมายดังกล่าวนี้มีความสอดคล้องกับการเสริมสร้างความหวังเป็นอย่างมาก โดยสอดคล้องกับที่ ซไนเดอร์ (Snyder. 1994: 158 – 162) ได้กล่าวว่า การบำบัดแบบโซลูชั่น-โฟกัสกับมุมมองในเรื่องของความหวังนั้น นับว่ามีแนวคิดที่คล้ายคลึงกันมาก โดยแนวคิดหนึ่งที่มีความคล้ายคลึงกันมากที่สุด คือ มุมมองในเรื่องของความเข้มแข็ง ทั้งนี้ทฤษฎีทางจิตวิทยาเดิมโดยมากนั้น มักจะมองคนในแง่ของความอ่อนแอ และเน้นที่ปัญหาแทนที่จะมองในส่วนของความเข้มแข็งและความสามารถของบุคคล ซึ่งเป็นมุมมองหลักของความหวัง โดยสอดคล้องกับการบำบัดแบบโซลูชั่น-โฟกัส ที่มุ่งเน้นไปที่การค้นพบสิ่งที่ผู้รับบริการสามารถทำได้และไม่ใช่พฤติกรรมที่ก่อให้เกิดปัญหา นอกจากนี้การบำบัดแบบโซลูชั่น-โฟกัสกับทฤษฎีความหวังนั้น เป็นวิธีการที่คำนึงถึงอนาคต กล่าวคือ การบำบัดแบบโซลูชั่น-โฟกัสจะส่งเสริมให้ผู้รับบริการสร้างวิสัยทัศน์ที่ว่า ความไม่พึงพอใจที่คงอยู่จะไม่ใช่ปัญหาอีกต่อไป โดยก่อนการบำบัดนั้นผู้รับบริการจะได้ยอมรับความจริงที่ว่า ตนได้แสดงพฤติกรรมที่ยังทำให้ปัญหาคงอยู่ ทั้งนี้ผู้บำบัดแบบโซลูชั่น-โฟกัส จึงส่งเสริมให้ผู้รับบริการเกิดความรู้สึกที่ว่าจะเป็นอย่างไร ถ้าตนได้หลุดพ้นจากปัญหาเหล่านั้น ซึ่งผู้รับบริการจะเริ่มมองอนาคตในขณะที่ยังเชื่อว่ามีสิ่งดีๆ จะเกิดขึ้น ทั้งนี้จึงเป็นการเริ่มต้นมองเป้าหมายที่ตนปรารถนา กล่าวคือ ผู้รับบริการจะกลายเป็นผู้ที่มีความหวังมากยิ่งขึ้น ซึ่งถ้ายังคงบำบัดต่อไป ผู้รับบริการก็อาจจะมีพัฒนาความรู้สึกที่ตนสามารถแก้ปัญหาต่างๆ ที่เป็นอุปสรรคต่อการไปสู่เป้าหมายได้ ดังนั้นด้วยเทคนิคจากการบำบัดแบบโซลูชั่น-โฟกัส ผู้รับบริการก็จะ

ได้เรียนรู้ที่จะสร้างความหวังใหม่ ๆ รวมทั้งแสดงพฤติกรรมที่คงไว้ซึ่งความหวังดังกล่าว โดยผู้ที่มีความหวังก็จะมองอนาคตในแง่ดีและมองว่าปัญหาในอนาคตนั้นสามารถแก้ไขได้นั่นเอง

ทั้งนี้การพัฒนา รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ได้นำเทคนิคต่างๆของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส มาประยุกต์ใช้ตั้งแต่การให้คำปรึกษาในครั้งที่ 2 (รูปแบบความหวังทางการศึกษา) โดยก่อนการยุติการให้คำปรึกษาได้ใช้เทคนิคการสร้างภารกิจการบำบัดครั้งแรก ซึ่งเป็นการให้สมาชิกกลุ่มสังเกตว่าในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มตั้งแต่ครั้งนี้และในครั้งต่อไป สมาชิกเกิดความเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง ทั้งนี้เทคนิคดังกล่าวจะสนับสนุนให้สมาชิกได้สังเกตถึงความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตน ซึ่ง เบอร์โทลิโน และ โอเฮนลอน (Bertolino; & O'Hanlon. 2002: 341) ได้กล่าวว่า การรักษาโดยการสร้างภารกิจการบำบัดครั้งแรก จะใช้หลังจากที่ผู้รับคำปรึกษาได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องราวและมุมมองของตน ซึ่งสมาชิกกลุ่มควรที่จะมีความเข้าใจก่อนเกิดความเปลี่ยนแปลง

นอกจากนั้นได้นำเทคนิคคำถามมหัศจรรย์ มาใช้ในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 3 (เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษาของฉัน) ซึ่งหลังจากที่สมาชิกได้ระบุถึงเป้าหมายระยะยาวโดยสอดคล้อง หรือเป็นไปได้สำหรับตนแล้ว ก็ให้สมาชิกสำรวจว่าหากตนบรรลุเป้าหมายเหล่านั้นแล้ว อะไรคือสิ่งที่จะแตกต่างหรือเปลี่ยนไปจากขณะนี้ ทั้งนี้เป็นการกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มเล็งเห็นถึงความสำคัญของอนาคตที่ตนหวังไว้

ในรูปแบบการให้คำปรึกษาเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาครั้งที่ 6 (ความตั้งใจที่จะไปสู่เป้าหมาย) ครั้งที่ 7 (ความเชื่อมั่นที่จะไปสู่เป้าหมาย) และครั้งที่ 10 (ปัจฉิมนิเทศ) ได้มีการนำเทคนิคคำถามการจัดระดับมาประยุกต์ใช้ในการให้คำปรึกษา โดยเทคนิคคำถามการจัดระดับนำมาใช้เมื่อต้องการเปลี่ยนแปลงสิ่งที่ไม่สามารถสังเกตได้โดยได้ง่าย เช่น อารมณ์ ความรู้สึก โดยให้สมาชิกกลุ่มลองจัดระดับตั้งแต่ 1 ถึง 10 ว่าความคิดความรู้สึกต่อเรื่องราวนั้นๆ เป็นเท่าใด ทั้งนี้ในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 6 (ความตั้งใจที่จะไปสู่เป้าหมาย) ได้นำเทคนิคคำถามการจัดระดับมาประยุกต์ใช้โดยให้สมาชิกลองสำรวจตนเองว่าจากระดับ 1 ถึง 10 สมาชิกมีความรู้สึกถึงความพร้อมและมุ่งมั่นในการที่จะดำเนินการตามขั้นตอนต่างๆ ที่ตนได้ตั้งไว้ (จากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาครั้งที่ 5 เรื่องวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมาย) เพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตนอยู่ในระดับใด เพื่อให้สมาชิกได้เข้าใจระดับความพร้อมที่ตนมีต่อการดำเนินการต่างๆ ตามที่ได้ตั้งไว้ และในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 7 (ความเชื่อมั่นที่จะบรรลุเป้าหมาย) ได้ใช้เทคนิคคำถามการจัดระดับเพื่อกระตุ้นให้สมาชิกสำรวจความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนในระหว่างเข้าร่วมรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยสำรวจว่านับจากวันที่สมาชิกได้เข้ากลุ่มในครั้งแรกจนถึงปัจจุบัน สมาชิกรับรู้ว่าคุณสามารถไปสู่เป้าหมายได้ โดยอยู่ในระดับใด ส่วนการปัจฉิมนิเทศในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 10 ซึ่งเป็นครั้งสุดท้ายของรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ได้ใช้เทคนิคคำถามจัดระดับโดยให้สมาชิกกลุ่มสำรวจความรู้สึกว่าจนกระทั่งถึงครั้งสุดท้ายของการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม สมาชิกรับรู้ว่าคุณมีการเปลี่ยนแปลงเพื่อไปสู่เป้าหมายอยู่ในระดับใด ทั้งนี้สมาชิกจะรับรู้ถึงระดับความหวังที่เพิ่มขึ้นของตน

จากแนวคิดและเทคนิคต่างๆ ของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชันโฟกัส จึงสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาได้อย่างสอดคล้อง

3.3 การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า แนวคิดของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่านี้มีความสอดคล้องกับการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา เนื่องจากการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า มุ่งเน้นให้ผู้รับคำปรึกษามองชีวิตในมุมมองที่หลากหลาย โดยหาทางเลือกที่เป็นไปได้สำหรับตนเองที่หาได้ แทนที่จะมองในแง่ลบเดียว ผ่านการเล่าเรื่องราวที่ชอบ ซึ่งเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ และแสดงถึงเอกลักษณ์แห่งตน จึงมีความสอดคล้องกับรูปแบบของความหวัง ซึ่งองค์ประกอบหนึ่งคือการสร้างแนวทางต่างๆ ที่เป็นไปได้สำหรับตน ดังที่ ซไนเดอร์ (Snyder, 1996: 194) ได้กล่าวว่า ความหวังสามารถส่งเสริมให้เพิ่มขึ้นได้ในตัวบุคคล ซึ่งองค์ประกอบหนึ่งคือ การส่งเสริมความคิดให้มีแนวทาง และด้วยการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่าสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาสำรวจประสบการณ์ในเชิงอัตนัย โดยสำรวจความหวัง ความต้องการ และเป้าหมายจึงทำให้การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า เป็นวิธีการที่เป็นที่เหมาะสมในการเสริมสร้างความหวังทางด้านการศึกษาของวัยรุ่น ดังที่ โกลเดนเบิร์กและโกลเดนเบิร์ก (Goldenberg; & Goldenberg, 2008: 367 – 368) ได้กล่าวไว้

ทั้งนี้การพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาได้นำเทคนิคต่างๆ ของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า มาประยุกต์ใช้ตั้งแต่การให้คำปรึกษาในครั้งที่ 5 (วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมาย) โดยใช้เทคนิคการแสวงหาผลลัพธ์ที่เป็นลักษณะเฉพาะ ซึ่งเป็นเทคนิคที่ใช้ในการพิจารณาปัญหา โดยรับฟังผู้รับคำปรึกษาถึงหนทางที่จะเป็นไปได้ ตลอดจนมีส่วนร่วมในบทสนทนาที่เกี่ยวข้องกับเรื่องราวที่สร้างขึ้นใหม่ เพื่อนำไปสู่การพัฒนาทางเลือกอีกทางเลือกหนึ่ง (Goldenberg; & Goldenberg, 2006: 371 – 379) นอกจากนี้ใช้เทคนิคการร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือก โดยเป็นเทคนิคที่ต่อเนื่องจากการที่สมาชิกรับรู้ถึงเรื่องราวที่เป็นปัญหา ทั้งนี้เมื่อสมาชิกกลุ่มได้ตรวจสอบปัญหา ก็อาจจะเริ่มรับรู้ถึงความเป็นไปได้อื่นๆ มากขึ้น ตลอดจนให้สมาชิกได้เล่าเรื่องราวที่ตนเองชอบหรือมีพลัง และกล่าวถึงผลลัพธ์ที่เป็นเอกลักษณ์ ซึ่งอาจทำให้เรื่องราวทางเลือกในอนาคตมีความเข้มแข็งขึ้น จากเทคนิคการร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือก จึงให้สมาชิกกลุ่มนึกถึงเรื่องราวความสำเร็จในอดีตของตน ซึ่งเกี่ยวข้องกับทางด้านการเรียน และถามสมาชิกต่อไปว่าจากความสำเร็จครั้งนั้น ทำให้สมาชิกรู้สึกอย่างไร ทั้งนี้ให้เล่าถึงความรู้สึกดังกล่าว ซึ่งการให้เล่าถึงเรื่องราวที่ชอบ โดยเกี่ยวข้องกับประสบการณ์และแสดงถึงเอกลักษณ์แห่งตน จะนำไปสู่การพัฒนาทางเลือก โดยทำให้สมาชิกเป็นอิสระจากเรื่องราวที่เป็นปัญหาต่อไป และใช้เทคนิคข้อมูลย้อนกลับของผู้ให้คำปรึกษาสำหรับสมาชิกกลุ่ม ซึ่งการให้ข้อมูลย้อนกลับที่เป็นพื้นฐาน คือ การชมเชยการเชื่อมต่อ และการเสนอแนะภารกิจ ซึ่งการชมเชยเป็นการรับรองว่าสมาชิกกำลังดำเนินการเพื่อไปสู่คำตอบที่มีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เป็นเหมือนการสนับสนุนและสร้างความหวังของสมาชิกให้สามารถบรรลุเป้าหมายของตนด้วยความเข้มแข็ง

นอกจากนั้นได้นำเทคนิคมิตรภาพในการบำบัดมาใช้ในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 7 (ความเชื่อมั่นที่จะไปสู่เป้าหมาย) โดยสนับสนุนให้สมาชิกให้กำลังใจซึ่งกันและกัน โดยสร้างความเชื่อมั่นในสิ่งที่สมาชิกแต่ละคนกำลังกระทำและดำเนินต่อไปเพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่แต่ละคนได้ตั้งไว้

ในรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ครั้งที่ 8 (ความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย) ได้นำเทคนิคการร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือกมาประยุกต์ใช้อีกครั้ง ซึ่งเป็นเทคนิคที่ต่อเนื่องจากการที่สมาชิกกลุ่มได้รับรู้เรื่องราวที่เป็นปัญหาของตน โดยระหว่างการเล่าถึงปัญหาหรืออุปสรรคต่างๆ ของตน สมาชิกจะได้ตรวจสอบปัญหา และอาจเริ่มรับรู้ถึงแนวทางอื่นๆ ที่สามารถเป็นไปได้ เพื่อนำไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่ตนได้ตั้งไว้ และในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 9 (ความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมาย) ได้นำเทคนิคการใช้คำถามในการบำบัดมาใช้ในการให้คำปรึกษา โดยการตั้งคำถามของผู้ให้คำปรึกษาจะนำไปสู่สิ่งที่สมาชิกกำลังประสบอยู่ ทั้งนี้จะขอให้สมาชิกบรรยายถึงเรื่องราวที่เป็นปัญหา โดยถามสมาชิกว่าในการดำเนินการตามแนวทางและขั้นตอนต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตนนั้น สมาชิกได้พบกับอุปสรรคหรือความยากลำบากอย่างไรบ้าง ซึ่งบ่อยครั้งที่การตั้งคำถามจะสัมพันธ์เชื่อมโยงสู่เรื่องราวใหม่ๆ นอกจากนั้นใช้เทคนิคแบบแผนจดหมายและมิตรภาพในการบำบัด ทั้งนี้ในส่วนของเทคนิคมิตรภาพในการบำบัด จะส่งเสริมให้สมาชิกสนับสนุนซึ่งกันและกัน ตลอดจนเสริมสร้างทักษะของกลุ่ม เพื่อที่จะสนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการนำเสนอเกี่ยวกับปัญหาต่อไป

จากแนวคิดและเทคนิคต่างๆ ของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า จึงสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาได้อย่างสอดคล้อง

นอกจากการนำแนวคิด ทฤษฎี และเทคนิคต่างๆ ของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรม การรู้คิด การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่ามาประยุกต์ใช้ในการพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มแล้ว ในรูปแบบการให้คำปรึกษาเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ได้ใช้ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษาในการให้คำปรึกษาในแต่ละครั้ง เช่น ทักษะการฟัง การถาม การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจการสรุปความ เป็นต้น

ทั้งนี้ผู้ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษานั้น เป็นนักเรียนที่ระดับความหวังทางการศึกษาต่ำและสมัครใจเข้ารับการให้คำปรึกษา สอดคล้องกับที่ คมเพชร จิตรศุภกุล (2543: 98 – 99) ได้เสนอแนวทางในการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มไว้ว่า สมาชิกที่จะมารับคำปรึกษาควรจะเป็นผู้ที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน เพื่อจะได้อภิปรายในประเด็นเดียวกัน และมีความเข้าใจซึ่งกันและกันดีขึ้น นอกจากนั้นสมาชิกที่จะมารับคำปรึกษาแบบกลุ่ม ควรเป็นผู้ที่เต็มใจที่จะแก้ไขปัญหา โดยจำนวนของผู้เข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น มีทั้งหมด 8 คน ซึ่งเป็นจำนวนที่เหมาะสมต่อการให้คำปรึกษากลุ่ม ดังที่ มารีเลออร์ (Mahler, 1969: 54) ได้กล่าวเกี่ยวกับขนาดของกลุ่มในการให้คำปรึกษากลุ่มไว้ว่า จำนวนสมาชิกในกลุ่ม ไม่ควรน้อยกว่า 7 คน และไม่ควรมากเกิน 10 คน และ คมเพชร จิตรศุภกุล (2543: 99 – 100) กล่าวไว้ว่า จำนวนสมาชิกควรอยู่ระหว่าง 6 – 15 คน โดยไม่ควรเกิน 15 คน และหากจำนวนสมาชิกน้อยกว่า 6 คน จะทำให้การแลกเปลี่ยนความคิดจากกลุ่มสมาชิกมีน้อย และในการให้คำปรึกษากลุ่มได้กำหนดระยะเวลาในการให้คำปรึกษากลุ่มแต่ละครั้ง เป็นเวลา 60 นาที ซึ่งเป็นระยะเวลาที่เหมาะสมต่อการให้คำปรึกษาในกลุ่มของวัยรุ่น ดังที่ แพทเทอร์สัน (Patterson, 1973: 182) ได้เสนอแนะว่า ถ้าสมาชิกในกลุ่มเป็นวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่

ควรใช้ช่วงระยะเวลา 1 ชั่วโมงถึง 1 ชั่วโมง 30 นาที และ วัชรีย์ ทรัพย์มี (2550: 115) ที่ได้ให้ความเห็น ว่าช่วงเวลาของการให้คำปรึกษากลุ่มขึ้นอยู่กับอายุของผู้ที่มาขอรับคำปรึกษา ทั้งนี้ถ้าเป็นวัยรุ่นอาจใช้เวลา 1 ชั่วโมง

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า การพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาตามองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษานั้น ได้มีการนำแนวคิดและเทคนิคต่างๆ ของทฤษฎีการให้คำปรึกษาที่สอดคล้องกับในแต่ละองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษา ตลอดจนมีการกำหนดขั้นตอนของการให้คำปรึกษาในแต่ละครั้งอย่างชัดเจน กำหนดระยะเวลาที่สอดคล้องกับลักษณะของผู้เข้ารับการให้คำปรึกษา จำนวนที่เหมาะสมต่อการแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก และทักษะต่างๆ รวมทั้งในการพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ได้มีการปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญและนำไปทดลองใช้กับกลุ่มที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจริง จึงทำให้อารมณ์แบบการให้คำปรึกษากลุ่มที่พัฒนาขึ้นมีความสอดคล้องกับการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

4. ผลของการใช้รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

จากวัตถุประสงค์ของการวิจัยข้อที่ 4 เพื่อเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล และวัตถุประสงค์ของการวิจัยข้อที่ 5 เพื่อเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล อภิปรายผลได้ ดังนี้

4.1 การเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

นักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มมีความหวังทางการศึกษาโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องมาจากการให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการที่สามารถเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาได้ ดังที่ ซไนเดอร์ (Snyder, 2000: 289) ได้กล่าวว่า การที่จะเพิ่มความหวังของบุคคลนั้นสามารถใช้วิธีการของการให้คำปรึกษา โดยในการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้รูปแบบของการให้คำปรึกษากลุ่ม ซึ่งมีความเหมาะสมกับช่วงวัยของนักเรียน คือ วัยรุ่น ดังที่ แกซดา (Gazda; 1967: 306 – 307) ได้กล่าวถึงคุณค่าและประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่มไว้ว่า ได้ผลมากสำหรับวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่แสวงหาเอกลักษณ์ของตนเองและต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน และสอดคล้องกับ ทิพวรรณ กิตติพร (2536: 41 – 43) ที่ได้กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นกระบวนการช่วยเหลือที่ใช้ได้ผลมากสำหรับวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน นอกจากนั้นลักษณะของการให้คำปรึกษากลุ่ม บรรยากาศของกลุ่มจะทำให้สมาชิกเกิดความรู้สึกปลอดภัย ใ่วางใจสมาชิกอื่นภายในกลุ่ม ส่งเสริมให้สมาชิกมีโอกาสได้แสดงพฤติกรรมและทดลองพฤติกรรมบางอย่าง ตลอดจนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนได้

ทั้งนี้เมื่อพิจารณาจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่ม ทั้งหมด 10 ครั้ง พบว่า นักเรียนได้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้สึก ตลอดจนนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่สอดคล้องกับการไปสู่เป้าหมายทางการศึกษา ตามที่ตนตั้งไว้อย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้สังเกตจากการที่นักเรียนได้เกิดพฤติกรรมต่างๆ ที่แสดงถึงการดำเนินการ เพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตน ตลอดจนการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ได้แก่ การได้คิดถึง เป้าหมายระยะยาวและระยะสั้นทางการศึกษาที่สอดคล้องกับสถานการณ์ทางการเรียนของตน การได้คิดหาแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ที่คาดว่าจะนำไปสู่เป้าหมายที่ตนได้ตั้งไว้ การแสดงถึงความตั้งใจที่จะ ไปสู่เป้าหมาย จากการที่นักเรียนได้เริ่มต้นดำเนินการแนวทางที่ตนได้กำหนด การเปลี่ยนแปลงของระดับ การรับรู้ถึงความสำเร็จของนักเรียนผ่านการใช้เทคนิคต่างๆ โดยเฉพาะเทคนิคคำถามจัดระดับ ตาม การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส ซึ่งพบว่า เพิ่มขึ้นจากการเข้ารับการให้คำปรึกษาในช่วงแรก ทั้งนี้ แสดงถึงการมีความเชื่อมั่นว่าจะสามารถบรรลุเป้าหมายได้ต่อไป รวมถึงการได้คิดหาแนวทางอื่นๆ ที่ สามารถทำให้ตนไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาได้หากแนวทางที่ตั้งไว้เดิมมีอุปสรรค สิ่งเหล่านี้แสดงถึง การที่นักเรียนมีความพยายามในการที่จะสู่เป้าหมาย แม้ต้องพบกับอุปสรรคต่างๆ นอกจากนั้นการบอกเล่า ความรู้สึก ตลอดจนการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นของนักเรียนที่อ่านอัตชีวประวัติของผู้ที่ประสบความสำเร็จ ในการปรับตัวกับปัญหาได้แสดงให้เห็นถึงความเข้าใจต่อการมีความอดทน ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคในการที่จะ ไปสู่เป้าหมาย โดยการแสดงออกถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมต่างๆ เหล่านี้จะได้อภิปรายใน ประเด็นของแต่ละองค์ประกอบต่อไป

แม้ในช่วงแรกของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียนส่วนใหญ่ ยังไม่ค่อยที่จะ บอกเล่าเรื่องราวของตน ซึ่งลักษณะดังกล่าว ถือเป็นธรรมชาติของการเข้ารับการให้คำปรึกษาในช่วงแรก ที่สมาชิกอาจยังไม่รู้สึกไว้วางใจหรือกล้าเปิดเผยความรู้สึกของตน ผู้วิจัยจึงเน้นสร้างสัมพันธภาพเพื่อให้เกิดความคุ้นเคยกันมากขึ้นระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียน และระหว่างนักเรียนสมาชิกกลุ่ม โดยพูดคุยเกี่ยวกับ เรื่องต่างๆ ไป ในชีวิตประจำวัน เช่น เมื่อพบว่า มีนักเรียนในกลุ่มชื่นชอบนักร้องเกาหลีก็จะเปิดโอกาส ให้นักเรียนบอกเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับนักร้องที่ตนชื่นชอบ เป็นต้น จากการสร้างสัมพันธภาพ และเปิดโอกาส ให้นักเรียนรู้จักกันมากขึ้นระหว่างสมาชิกในกลุ่ม พบว่า เมื่อเข้าสู่การให้คำปรึกษาในครั้งที่ 3 นักเรียน ที่ไม่ค่อยกล้าแสดงความคิดเห็นหรือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นของตน ได้แสดงความคิดเห็นของตนมากขึ้น สิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นว่า นักเรียนสมาชิกกลุ่มเริ่มมีความคุ้นเคย ไว้วางใจ ตลอดจนรู้สึกเป็นส่วนหนึ่ง ของกลุ่ม เกิดความรับผิดชอบต่อกันมากขึ้น ซึ่งนับว่า ส่งผลต่อประสิทธิภาพในการดำเนินการให้ คำปรึกษาในครั้งต่อๆ ไปเป็นอย่างมาก ดังที่ วัชร ทรัพย์มี (2550: 32) ได้กล่าวถึงความหมายของ สัมพันธภาพในการให้คำปรึกษา (rapport) ไว้ว่า เป็นความสัมพันธ์ที่ดี ระหว่างผู้ให้การปรึกษากับ ผู้รับบริการ ซึ่งทำให้ผู้รับบริการศรัทธาและไว้วางใจเชื่อใจผู้ให้การปรึกษา สัมพันธภาพระหว่างผู้ให้การปรึกษากับ ผู้รับบริการเป็นสิ่งสำคัญต่อกระบวนการปรึกษา สัมพันธภาพที่ดีจะเป็นตัวกระตุ้นให้ผู้รับบริการสำรวจ ความคิด ความรู้สึก ทัศนคติ ค่านิยม และพฤติกรรมต่างๆ ของตน ซึ่งผลจากการสำรวจนี้ จะนำไปสู่ การพัฒนาและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และสอดคล้องกับ พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา และ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา (2556: 34) ที่กล่าวเกี่ยวกับการสร้างสัมพันธภาพไว้ว่า เป็นสิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งที่จะช่วยให้ผู้รับบริการ

ปรึกษา รู้สึกสะทอนใจที่จะพูดถึงปัญหาของตนเองต่อไป ซึ่งผู้ให้บริการปรึกษาต้องเป็นผู้ฟังที่ดีมีความอดทนในการรับฟัง และพยายามฟังอย่างตั้งใจ

นอกจากนั้นการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มที่นักเรียนมีลักษณะหรือสถานการณ์ที่คล้ายกัน กล่าวคือ มีระดับความหวังทางการศึกษาที่ค่อนข้างใกล้เคียงกัน แต่ก็มีเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับหวังทางการศึกษาที่แตกต่างกันนั้นก็สามารถส่งเสริมให้นักเรียนเกิดการแลกเปลี่ยนทางความคิดที่หลากหลายมากขึ้นอันนำไปสู่การเปลี่ยนระดับความหวังทางการศึกษาของตนเองได้ต่อไป จากลักษณะดังกล่าวสอดคล้องกับความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มที่ว่าเป็นกระบวนการที่บุคคลซึ่งมีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงหรือแก้ไขปัญหาของตนเองมาปรึกษาหารือซึ่งกันและกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้คำปรึกษาอยู่ด้วย ซึ่งสมาชิกจะได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็น ความรู้สึก ได้สำรวจตนเอง ผีการยอมรับตนเอง กล้าที่จะเผชิญกับปัญหา ได้ใช้ความคิดในการปรับปรุงหรือแก้ไขปัญหของตนเอง พร้อมทั้งรับฟังความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น และได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีปัญหาเช่นเดียวกับตน (วัชร ทรัพย์มี. 2550: 103) และสอดคล้องกับที่ โอเฮน (Ohlsen. 1970: 31) ได้กล่าวไว้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นการให้ความช่วยเหลือบุคคลที่ปกติให้ยอมรับปัญหาและพยายามแก้ไขปัญหของตน ตลอดจนช่วยให้ผู้มีปัญหาได้เรียนรู้ที่จะนำเอาความคิดจากกลุ่มมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

นอกจากนั้นรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ได้ประยุกต์ใช้แนวคิด ทฤษฎีและเทคนิคต่างๆ ของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมความรู้คิดการให้คำปรึกษาแบบโซลูชั่น-โฟกัส และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า ซึ่งมีความสอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับความหวัง โดยทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมความรู้คิด มีความสอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับความหวัง ดังที่ ซไนเดอร์ (Snyder. 2000: 112 – 113) กล่าวว่า กระบวนการของการตั้งเป้าหมายเชิงปฏิบัติการที่ชัดเจนของความหวังนั้น เป็นธรรมชาติของการบำบัดแบบพฤติกรรมความรู้คิด โดยเฉพาะกระบวนการของวิถีทาง (pathways) ซึ่งจากการวิจัยทางคลินิกโดยทั่วไป พบว่า ช่วยให้การบรรลุเป้าหมายของการบำบัด ทั้งนี้ผู้รับบริการที่รักษาด้วยการบำบัดแบบพฤติกรรมความรู้คิด จะได้สัมผัสกับแรงกระตุ้นและความคิดแบบประมวลผลที่ค่อยๆ เพิ่มขึ้น และในการที่จะทำให้เกิดความหวัง ก็คือ ต้องทำให้เกิด ทั้งแรงกระตุ้นและความคิดแบบประมวลผล โดยบางครั้งการที่ผู้รับคำปรึกษาบรรลุถึงพลังและมีความกระตือรือร้นต่อเป้าหมายของตน แต่ขาดซึ่งการรับรู้ถึงความสามารถที่จะค้นพบเส้นทางเพื่อไปถึงเป้าหมาย หรือในขณะที่เดียวกันผู้รับคำปรึกษาพร้อมที่จะสร้างเส้นทางเพื่อไปสู่เป้าหมายแต่ขาด ซึ่งความคิดที่มีแรงกระตุ้นที่จะทำให้เป้าหมายนั้นประสบความสำเร็จ ก็มีได้หมายความว่าผู้นั้นจะเป็นผู้ที่มีความหวังสูง เนื่องจากขาดองค์ประกอบที่จำเป็นต่อการเกิดความหวัง ทั้งนี้โดยลักษณะของการบำบัดแบบพฤติกรรมความรู้คิดจึงเป็นสิ่งที่กระตุ้นให้เกิดความหวัง

เมื่อพิจารณาจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา พบว่า เทคนิคการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมความรู้คิด สามารถกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความคิดแบบประมวลผลที่ค่อยๆ เพิ่มขึ้นอันนำไปสู่การเกิดความหวังได้ เช่น ในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาครั้งที่ 4 (การตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา) ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคการกระตุ้นความคิดและความรู้สึกใหม่ โดยหลังจากที่นักเรียนแต่ละคนได้ตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาแล้ว ให้นักเรียนลองจินตนาการต่อไปว่า จะเป็นอย่างไรหากนักเรียนได้บรรลุเป้าหมายตามที่ตนตั้งไว้ โดยนักเรียนส่วนใหญ่กล่าวอย่างสอดคล้องกัน

ว่าเกรดเฉลี่ยก็จะดีขึ้น เรียนได้อันดับดีขึ้น แสดงให้เห็นว่านักเรียนได้คิดถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นเมื่อตนบรรลุเป้าหมาย ซึ่งสิ่งเหล่านี้สามารถนำไปสู่การเกิดความรู้สึกที่ดีต่อเป้าหมายที่ตนได้ตั้งไว้ ตลอดจนสามารถผลักดันให้เกิดพฤติกรรมเพื่อไปสู่เป้าหมายของตนได้ นอกจากนี้ยังพบว่า นักเรียนบางคนรับรู้ได้ว่าการบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา สามารถนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายระยะยาวได้ต่อไป โดยนักเรียนกล่าวว่า การเป็นนักเรียนนายร้อยตำรวจก็คงไม่ยาก ซึ่งการที่จะบรรลุเป้าหมายระยะยาวทางการศึกษาได้นั้น เกี่ยวข้องกับการรับรู้ว่าจะได้ประสบความสำเร็จในเมืองต้น หรือบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาก่อน จากลักษณะดังกล่าวจึงแสดงให้เห็นว่า เทคนิคของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรม การรู้จักสามารถกระตุ้นให้เกิดความคิดแบบประมวลผลที่ค่อยๆ เพิ่มขึ้น อันนำไปสู่การรับรู้ถึงเป้าหมายทางการศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับการมีความหวังทางการศึกษาในที่สุดได้

สำหรับทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัสนั้นมีแนวคิดที่สอดคล้องต่อการเสริมสร้างความหวัง ดังที่ ซไนเดอร์ (Snyder, 1994: 158 – 162) ได้กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส มีรูปแบบที่มุ่งให้ผู้รับบริการได้เรียนรู้ถึงวิธีสร้างวิถีทางหรือทางเลือกที่จะไปสู่เป้าหมาย ทั้งนี้ผู้บำบัดแบบโซลูชัน-โฟกัส จะส่งเสริมความหวังใหม่ด้วยการสะท้อนและสนับสนุนความสามารถของผู้รับบริการ ในการทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและหาวิธีการแก้ปัญหาที่ได้ผล ด้วยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเป็นการสร้างมุมมองที่มีความหวัง โดยตระหนักถึงความสามารถของตนว่าสามารถแก้ปัญหาและไปสู่เป้าหมายที่ตนปรารถนาได้

เมื่อพิจารณาจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา พบว่า เทคนิคของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส สามารถส่งเสริมให้นักเรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงตลอดจนรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงจากความสามารถของตน ซึ่งนำไปสู่การเป็นผู้มีความหวังทางการศึกษาต่อไปได้ เช่น ในการใช้เทคนิคคำถามการจัดระดับ เพื่อเป็นการตรวจสอบระดับความคิดความรู้สึกถึงการรับรู้ว่าจะบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา โดยนำมาใช้ในการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 2 ครั้งที่ 7 และครั้งที่ 10 นั้น พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีการจัดระดับการรับรู้ถึงการบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่สูงขึ้นเรื่อยๆ จากลักษณะดังกล่าวจึงช่วยให้นักเรียนเกิดความเชื่อมั่นว่าตนสามารถที่จะประสบความสำเร็จหรือบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาตามที่ตนตั้งไว้ได้ การใช้เทคนิคตามการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส จึงนับว่า สอดคล้องและมีประสิทธิภาพมากในการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียน

ส่วนทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า นั้น มีแนวคิดที่เหมาะสมต่อการเสริมสร้างความหวัง ดังที่ โกลเดนเบิร์ก และ โกลเดนเบิร์ก (Goldenberg; & Goldenberg, 2006: 371 – 379) กล่าวถึงมุมมองของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่าว่า มุ่งเน้นให้ผู้รับคำปรึกษามองชีวิตในมุมมองที่หลากหลาย โดยหาทางเลือกที่เป็นไปได้สำหรับตนเท่าที่จะสามารถหาได้ แทนที่จะมองในแง่มืดเดียวผ่านการเล่าเรื่องราวที่ชอบ ซึ่งเกี่ยวข้องกับประสบการณ์และแสดงถึงเอกลักษณ์แห่งตน จากมุมมองดังกล่าวจึงมีความสอดคล้องกับรูปแบบของความหวังที่องค์ประกอบหนึ่งคือ การสร้างแนวทางต่างๆ ที่เป็นไปได้สำหรับตน และด้วยการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่าสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาสำรวจประสบการณ์

ในเชิงอัตนัย โดยสำรวจความหวัง ความต้องการ และเป้าหมาย จึงทำให้การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า เป็นวิธีการที่เหมาะสมในการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของวัยรุ่น

เมื่อพิจารณาจากการให้การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา พบว่า เทคนิคของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า สามารถส่งเสริมให้นักเรียนค้นหาทางเลือกที่เป็นไปได้สำหรับตนผ่านการเล่าเรื่องที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ความสำเร็จในการเรียน ทั้งนี้ทำให้นักเรียนสามารถสร้างแนวทางต่างๆในการไปสู่เป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาของตนได้ต่อไป เช่น ในการให้การให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 5 (วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา) โดยมีการใช้เทคนิคของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่าเป็นหลักนั้น นักเรียนได้พูดถึงเรื่องราวความสำเร็จในการเรียนของตน เช่น การได้เกรดเฉลี่ยที่ดีเป็นที่พึงพอใจ การเรียนได้เป็นอันดับต้นๆของห้อง ซึ่งสิ่งเหล่านี้แม้จะเป็นเพียงความสำเร็จที่ไม่ยิ่งใหญ่นัก แต่ก็ทำให้นักเรียนเกิดความรู้สึกที่ดีและเป็นกำลังใจในการสร้างแนวทางเพื่อไปสู่เป้าหมายของตนได้ ดังที่นักเรียนได้กล่าวถึงความรู้สึกภาคภูมิใจจากความสำเร็จในครั้งนั้น นอกจากนั้นนักเรียนบางคนยังมีสีหน้าที่ยิ้มแย้ม เมื่อได้เล่าถึงความสำเร็จของตน จากประสบการณ์ความสำเร็จเมื่อใช้เทคนิคการแสวงหาผลลัพธ์ที่เป็นลักษณะเฉพาะ พบว่า สามารถสนับสนุนให้นักเรียนคิดหาแนวทางต่างๆ ที่สอดคล้องกับเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ตนได้ตั้งไว้ได้อย่างเหมาะสม โดยเป็นแนวทางที่สามารถเป็นไปได้ตามความสามารถของตน เช่น นักเรียนคนที่ 1 จะอ่านหนังสือเพิ่มขึ้น ทำงานหรือการบ้านส่งให้ครบถ้วน ซึ่งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่นักเรียนได้ตั้งไว้คือการได้เกรดเฉลี่ยที่ดีขึ้นกว่าเดิมไม่ต่ำกว่า 3.75 นักเรียนคนที่ 2 จะท่องศัพท์ภาษาอังกฤษทุกวัน โดยนักเรียนได้ตั้งเป้าหมายไว้ว่าการได้เกรดที่ดีขึ้น โดยเฉพาะวิชาภาษาอังกฤษ เป็นต้น จากลักษณะของเทคนิคในการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า จึงนับว่ามีความสอดคล้องกับการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาโดยเฉพาะการส่งเสริมให้เกิดการค้นหาแนวทางที่เป็นไปได้สำหรับตน

ทั้งนี้จากลักษณะของเทคนิคต่างๆของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการรู้คิด การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่าที่มีความสอดคล้องกับการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ตลอดจนจากการสังเกตการให้การให้คำปรึกษากลุ่ม จึงพบว่า รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาที่มีการประยุกต์ใช้เทคนิคต่างๆ ของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการรู้คิด เช่น การปรับแนวคิดให้อยู่บนทางสายกลาง การสร้างจินตนาการ การติดข้อความ/ความคิดทางบวกในตำแหน่งที่ชัดเจน การอ่านชีวประวัติ การให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส เช่น คำถามข้อยกเว้น คำถามมหัศจรรย์ คำถามการจัดระดับ การสร้างภารกิจการบำบัดครั้งแรก และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า เช่น การใช้คำถามในการบำบัด การแสวงหาผลลัพธ์ที่เป็นลักษณะเฉพาะ การร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือกนั้น สามารถเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยสอดคล้องกับการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาในแต่ละองค์ประกอบ

เมื่อพิจารณาในรายองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบด้านวิถีทางที่จะ บรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา นักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังให้การให้คำปรึกษากลุ่ม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเป็น

เพราะรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังในด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ได้สนับสนุนให้นักเรียนซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่มได้ค้นหาแนวทางต่างๆ ที่สอดคล้องกับเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา รวมทั้งทำให้แนวทางเหล่านั้นมีความชัดเจนโดยกำหนดเป็นขั้นตอนและระยะเวลาที่แน่นอน ซึ่งการคิดถึงวิถีทางเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของการมีความหวังทางการศึกษา ดังที่ ซไนเดอร์ (Snyder. 1996: 194) กล่าวว่า พลังแห่งวิถีทาง (Pathway) เป็นการคิดเพื่อวางแผนหาทางหรือวิธีการที่จะนำบุคคลไปถึงเป้าหมาย บุคคลที่มีพลังแห่งวิถีทางสูงจะหาทางในการบรรลุเป้าหมายได้หลายแนวทาง และสามารถเปลี่ยนแนวทางให้เหมาะสมกับเป้าหมายและอุปสรรคที่เผชิญอยู่ได้ โดย ซไนเดอร์ กล่าวว่า ความหวังสามารถส่งเสริมให้เพิ่มขึ้นได้ในตัวบุคคล ทั้งนี้องค์ประกอบหนึ่งคือการส่งเสริมความคิดให้มีแนวทางและการส่งเสริมความคิดให้มีแนวทางมีเทคนิคอย่างหนึ่งคือ การหยุดเป้าหมายระยะยาวให้มาสู่เป้าหมายในระยะที่สั้นกว่าหรือเป้าหมายย่อยๆ ซึ่งสามารถดำเนินตามทางที่ละขั้นไปจนถึงเป้าหมาย โดยมีประโยชน์ในการวางแผนสำหรับทางเลือกที่จะไปถึงเป้าหมาย ตามที่ต้องการได้ นอกจากนั้น แมคเดอร์มอทและซไนเดอร์ (McDermott; & Snyder. 1999: 109) กล่าวว่า การเตรียมพร้อมอย่างเป็นลำดับสู่เป้าหมายมีความสำคัญมาก ผู้ที่คิดถึงวิถีทางและบทบาทหน้าที่ได้ในระดับสูง มักจะมีการทำรายการอย่างละเอียดว่าขั้นตอนที่ต้องทำคืออะไร ตนได้ทำอะไรไปบ้างแล้วและอะไรที่ยังไม่ได้ทำ ซึ่งรายการดังกล่าวจะช่วยสนับสนุนข้อมูลและเตือนถึงสิ่งที่ตนต้องทำหรือให้ความสำคัญ นอกจากนั้นก็เปรียบเสมือนสิ่งเสริมแรงเมื่อสามารถข้ามผ่านแต่ละขั้นตอนไปได้ เพราะฉะนั้นเป้าหมายจึงเกี่ยวข้องกับกับสิ่งต่างๆ ที่เราต้องทำและการเตรียมพร้อมโดยจัดลำดับอย่างเป็นขั้นตอน ก็จะทำให้เราค้นพบว่า สิ่งที่เราควรให้ความสำคัญคืออะไรหรือได้รับการตรวจสอบ ซึ่งในแต่ละช่วงเวลาเราก็จะรู้ว่า เราควรอยู่ในขั้นตอนใดหรือมีการทำอะไรไปบ้างแล้ว

การที่นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา หลังการทดลองมีวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาที่แตกต่างจากก่อนการทดลอง โดยมีวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาที่สูงขึ้น จึงเป็นไปได้ว่า นักเรียนมีโอกาสได้ค้นหาแนวทางที่สอดคล้องกับเป้าหมายระยะสั้นที่ตนเองได้ตั้งไว้ แม้ก่อนการได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษานักเรียนสมาชิกกลุ่ม ส่วนใหญ่จะมีการตั้งเป้าหมายระยะยาวและระยะสั้นทางการศึกษาไว้ในเบื้องต้น แต่ก็ยังไม่ได้มีการกำหนดแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ในการไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตนอย่างชัดเจน จึงไม่รู้ว่าควรจะดำเนินการอย่างไรเพื่อให้ตนไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาตามที่ได้ตั้งไว้

การเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยเฉพาะในครั้งที่ 5 (วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา) นั้น ได้มุ่งส่งเสริมให้นักเรียนแต่ละคนได้ค้นหาแนวทางที่หลากหลายและสอดคล้องกับเป้าหมายของตน ทั้งนี้มีการใช้เทคนิคการแสวงหาผลลัพธ์ที่เป็นลักษณะเฉพาะ ตามการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า ซึ่งใช้ภายหลังที่นักเรียนได้บอกเล่าเรื่องราวความสำเร็จในอดีตของตน โดยการระลึกถึงความสำเร็จที่เคยเกิดขึ้นกับตนนั้นเสมือนเป็นการทำให้เกิดการรับรู้ในขณะที่ตนปราศจากปัญหา อันจะนำไปสู่ความสามารถในการคิดหาแนวทางที่เหมาะสมกับตนได้ต่อไป ทั้งนี้พบว่าแนวทางต่างๆ ที่นักเรียนแต่ละคนได้กำหนดมีความสอดคล้องต่อการไปสู่เป้าหมายระยะสั้น

ทางการศึกษาของตน เช่น ในการตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาของนักเรียนคนที่ 1 คือ การได้เกรดเฉลี่ยที่ดีขึ้นกว่าเดิม ไม่ต่ำกว่า 3.75 นั้น นักเรียนจะอ่านหนังสือเพิ่มขึ้น และมีการทำงานหรือการบ้านส่งให้ครบถ้วน ส่วนนักเรียนคนที่ 2 ซึ่งตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาไว้ว่าต้องการได้เกรดที่ดีขึ้น โดยเฉพาะวิชาภาษาอังกฤษนั้น นักเรียนจะท่องศัพท์ภาษาอังกฤษทุกวัน และนักเรียนคนที่ 3 ที่ได้ตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาไว้ คือ การเรียนได้เกรดที่ดีขึ้นไม่แย่ลงกว่าเดิมนั้น นักเรียนจะอ่านหนังสือทบทวนบทเรียน และให้เพื่อนที่เข้าใจดีไว้ให้ เป็นต้น

นอกจากที่นักเรียนได้กำหนดแนวทางที่สอดคล้องกับเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ตนได้ตั้งไว้ เพื่อเป็นการทำให้แนวทางเหล่านั้นมีความชัดเจนขึ้น และง่ายต่อการตรวจสอบดังที่ได้กล่าวไว้ข้างต้น ได้ให้นักเรียนระบุรายละเอียดหรือขั้นตอนต่างๆ ตามแนวทางที่นักเรียนแต่ละคนได้กำหนดไว้เพิ่มเติม ทั้งนี้ นักเรียนแต่ละคนได้กำหนดรายละเอียดเกี่ยวกับแนวทางของตน เช่น ในการอ่านหนังสือเพิ่มขึ้น และทำงานหรือการบ้าน ส่งให้ครบถ้วนของนักเรียนคนที่ 1 นั้น นักเรียนกำหนดว่าจะการอ่านหนังสือทบทวนบทเรียนที่เรียนในแต่ละวัน และตรวจสอบงานที่ครูมอบหมายอยู่เสมอ เพื่อส่งงานหรือการบ้านได้อย่างครบถ้วน สำหรับนักเรียนคนที่ 2 ที่กำหนดแนวทางของตนไว้ว่าจะท่องศัพท์ภาษาอังกฤษทุกวันนั้น นักเรียนได้กำหนดว่า จะท่องศัพท์ภาษาอังกฤษให้ได้วันละ 10 คำ เป็นต้น จากการกำหนดรายละเอียดหรือขั้นตอนที่ชัดเจนจึงเป็นการช่วยเตือนสิ่งที่นักเรียนต้องทำหรือให้ความสำคัญ และเปรียบเสมือนเป็นสิ่งเสริมแรงเมื่อนักเรียนสามารถผ่านแต่ละขั้นตอนไปได้ ตามลักษณะของผู้ที่สามารถคิดถึงวิถีทางและบทบาทหน้าที่ได้ในระดับสูงก็มักจะมีการทำรายการอย่างละเอียดว่าขั้นตอนที่ตนต้องทำคืออะไร

จากการที่นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยเฉพาะในครั้งที่ 5 (วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา) จึงสามารถทำให้นักเรียนมีความหวังทางการศึกษาในด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาสูงขึ้น โดยแตกต่างจากก่อนการทดลองที่นักเรียนยังไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม

ส่วนในด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ได้สนับสนุนให้นักเรียนสามารถเริ่มต้นและดำเนินการต่างๆ ตามแนวทางและขั้นตอนที่ได้กำหนดไว้ในการไปสู่เป้าหมาย ซึ่งความตั้งใจนี้เป็นองค์ประกอบที่สำคัญของการมีความหวังทางการศึกษา โดยนอกจากจะช่วยผลักดันให้บุคคลไปสู่เป้าหมายแล้ว ยังช่วยให้สามารถเอาชนะอุปสรรคตามทางที่ไปสู่เป้าหมายได้อีกด้วย (Snyder. 1994: 53) โดยการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยเฉพาะในครั้งที่ 6 (ความตั้งใจที่จะไปสู่เป้าหมาย) ได้ให้นักเรียนลองคิดคำพูดที่เป็นประโยคสั้นๆ ที่บ่งบอกถึงความพร้อมที่จะปฏิบัติตามแนวทางต่างๆ ของตน ตามเทคนิคทางพฤติกรรมของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรูกิจิต ดังที่ ซไนเดอร์ (Snyder. 1996: 194) กล่าวว่า การส่งเสริมความคิดให้มีพลัง ทำได้โดยการส่งเสริมให้บุคคลพูดกับตนเองในทางที่ดี โดยเฉพาะช่วงเวลาที่จิตใจว่าวุ่น ช่วงที่พบกับปัญหาอุปสรรคในการดำเนินไปสู่เป้าหมาย เพื่อให้บุคคลเตรียมพร้อมโดยตัดสินใจว่าจะเผชิญกับปัญหานั้น ทั้งนี้ นักเรียนกล่าวถึงการจะเริ่มอ่านหนังสือทุกวัน การไม่หลับเวลาเรียน การท่องศัพท์ให้ได้วันละ 10 คำ จากเทคนิคทางพฤติกรรมของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรูกิจิต เพื่อเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนพูดกับตนเองในทางที่ดีและกระตุ้นให้เกิดความมุ่งมั่นและมีการปฏิบัติตามแนวทาง

ต่าง ๆ อย่างต่อเนื่องต่อไป ได้ให้นักเรียนเขียนประโยคที่ตนคิดไว้ลงในกระดาษโน้ต แล้วนำไปติดในตำแหน่งที่สามารถสังเกตเห็นได้อย่างชัดเจน และพูดประโยคเหล่านี้กับตนเองอย่างเข้มแข็งในแต่ละวันต่อไป

การที่นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยเฉพาะในครั้งที่ 6 (ความตั้งใจที่จะไปสู่เป้าหมาย) จึงสามารถทำให้นักเรียนมีความหวังทางการศึกษาในด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาสูงขึ้น โดยแตกต่างจากก่อนการทดลองที่นักเรียนยังไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม

สำหรับด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา การให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา อาจส่งเสริมให้นักเรียน มีความเชื่อมั่นในการไปถึงเป้าหมายมากยิ่งขึ้นได้ ทั้งนี้ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยเฉพาะในครั้งที่ 7 (ความเชื่อมั่นที่จะไปสู่เป้าหมาย) ได้มีการนำเทคนิคคำถาม จัดระดับตามการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัสมาใช้อีกครั้ง โดยให้นักเรียนตรวจสอบว่าจากระดับ 1 – 10 ถ้า 1 เป็นความรู้สึกที่นักเรียนได้เข้ากลุ่มครั้งแรก และ 10 คือ วันที่นักเรียนแต่ละคนบรรลุเป้าหมายระยะทางการศึกษาที่ตั้งไว้ ขณะนี้คิดว่า ตนเองอยู่ในระดับใด ทั้งนี้พบว่า โดยภาพรวมนักเรียนมีการจัดระดับสูงขึ้นจากการจัดระดับการรับรู้ถึงความสำเร็จทางการศึกษาในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 2 (รูปแบบความหวังทางการศึกษา) จากสิ่งเหล่านี้ช่วยให้นักเรียนเกิดความเชื่อมั่นว่าการปฏิบัติตามแนวทางและขั้นตอนต่างๆ สามารถนำไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่ตนตั้งไว้ได้ และตระหนักว่าไม่ใช่เรื่องยากสำหรับตน แม้ว่าระดับการรับรู้จะสูงขึ้นเพียงเล็กน้อย แต่ก็เป็นการช่วยให้นักเรียนรับรู้ถึงผลของสิ่งที่ตนกำลังกระทำหรือดำเนินการอยู่ ความเชื่อมั่นจึงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญประการหนึ่งของการเป็นผู้ที่มีความหวังทางการศึกษาดังที่ ลาง (Lange. 1978: 128) กล่าวว่า การที่บุคคลจะมีความหวังได้นั้นเกี่ยวข้องกับกรณีความเชื่อมั่นในตนเอง และ เฮิร์ท (Herth. 1992: 116) กล่าวว่า การมีความหวังเป็นความรู้สึกมั่นใจว่า จะมีสิ่งดีเกิดขึ้นในอนาคต และสอดคล้องกับที่ ดูฟอลท์ และ มาทอคซิโอ (Dufalt; & Martocchio. 1985: 380) กล่าวว่า ความหวังเป็นการเชื่อมั่นว่า ตนจะบรรลุถึงสิ่งที่ดีในอนาคต ซึ่งเกี่ยวข้องกับการมีเป้าหมายที่ดีมีคุณค่า

จากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยเฉพาะในครั้งที่ 7 (ความเชื่อมั่นที่จะไปสู่เป้าหมาย) จึงสามารถช่วยทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มมีความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา โดยเป็นองค์ประกอบหนึ่งของการเป็นผู้มีความหวังทางการศึกษาที่สูงขึ้น ซึ่งแตกต่างจากก่อนการทดลองที่นักเรียนยังไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม

สำหรับด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา มีความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายเพิ่มขึ้นได้ อาจเป็นเพราะระหว่างที่นักเรียนดำเนินการตามแนวทางที่ตนได้กำหนดไว้ นักเรียนจะพบกับอุปสรรคหรือปัญหาต่างๆ ซึ่งอาจมีผลต่อการดำเนินการต่างๆ ได้อย่างราบรื่น ในรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยเฉพาะในครั้งที่ 8 (ความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย) จึงได้มีการตรวจสอบว่า ระหว่างที่นักเรียน

ดำเนินการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายเหล่านั้น นักเรียนพบกับปัญหาหรืออุปสรรคใดบ้าง ทั้งนี้หาก ณ ปัจจุบันนักเรียนยังไม่พบกับอุปสรรค ให้นักเรียนลองคาดคะเนถึงอุปสรรคที่อาจจะเกิดขึ้นตามการรับรู้ของตน ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นไปตามลักษณะของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการณ์การรู้คิด โดยอุปสรรคที่นักเรียนได้กล่าวอย่างคล้ายคลึงกันคือการที่ไม่สามารถอ่านหนังสือหรือท่องศัพท์ภาษาอังกฤษได้ครบถ้วนตามที่ได้กำหนดไว้ในช่วงที่มีการบ้านมาก จากการให้คำปรึกษากลุ่ม พบว่า เพื่อนสมาชิกกลุ่มมีบทบาทอย่างมากต่อการเปลี่ยนแปลงความคิดของสมาชิกคนอื่นๆ ภายในกลุ่ม ทั้งนี้ในการบอกเล่าถึงอุปสรรคตลอดจนการคาดคะเนถึงอุปสรรคของตนเอง มีนักเรียนบางคนที่ต้องทำการบ้านส่งเช่นเดียวกัน แต่ไม่ได้กล่าวถึงอุปสรรคของตน ซึ่งเมื่อถามนักเรียนว่าอะไรที่ทำให้ตนไม่พบกับอุปสรรค พบว่า ก่อนหน้านักเรียนมีวิธีการจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นหรือเป็นอุปสรรคกระทั่งสามารถดำเนินการตามแนวทางของตนได้ต่อไป จากสิ่งเหล่านี้จึงทำให้นักเรียนรับรู้ว่าคุณเองไม่มีอุปสรรคในการที่จะดำเนินการตามแนวทางของตน ทั้งนี้วิธีการที่นักเรียนค้นพบ คือ การอ่านหนังสือชดเชยเพิ่มขึ้นในวันถัดไป หรือในบางวันที่มีเวลาก็จะอ่านมากขึ้นกว่าจำนวนที่กำหนดไว้ เพื่อให้อ่านได้ครบถ้วนตามที่กำหนด ทำให้ในช่วงที่ต้องรีบส่งงานก็สามารถส่งได้ทันตามกำหนดและยังสามารถอ่านหนังสือได้อย่างครบถ้วนตามที่ได้ตั้งใจไว้

จากการบอกเล่าของเพื่อนสมาชิกกลุ่มจึงช่วยให้นักเรียนคนอื่นๆ ในกลุ่มได้รับรู้ถึงความเป็นไปได้อื่นๆ ที่จะทำให้นักเรียนสามารถดำเนินการเพื่อไปสู่เป้าหมายได้ต่อไป แม้จะพบกับปัญหาหรืออุปสรรคก็ตาม ทั้งนี้เมื่อนักเรียนได้รับฟังวิธีการจัดการกับอุปสรรคของเพื่อนและให้นักเรียนลองคิดถึงวิธีการหรือแนวทางอื่นๆ ที่สามารถเป็นไปได้เมื่อตนพบกับอุปสรรค นักเรียนบางคนก็ได้กล่าวว่า มีการท่องศัพท์มากขึ้นในวันต่อไป หากตนไม่สามารถท่องศัพท์ได้ครบตามที่กำหนด บางคนกล่าวว่า จะสอบถามเพื่อนหรือครูเพิ่มเติมหากไม่เข้าใจบทเรียน เป็นต้น ซึ่งลักษณะดังกล่าวเป็นไปตามเทคนิคการร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือก ของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า สมาชิกกลุ่ม จึงมีบทบาทสำคัญต่อการเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก ตลอดจนพฤติกรรมของสมาชิกคนอื่นๆ ภายในกลุ่ม โดยเฉพาะวัยรุ่น ซึ่งเป็นช่วงวัยที่เพื่อนมีอิทธิพลสูง ดังที่ คอเรีย (Corey, 2004: 7) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่มไว้ว่า สามารถช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตัดสินใจเลือกในสิ่งที่ตนต้องการ ซึ่งได้จากการเปรียบเทียบมุมมองระหว่างผู้รับคำปรึกษากลุ่ม และสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่มที่ว่า เพื่อให้สมาชิกเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ และเกิดพฤติกรรมปรับเปลี่ยนในทิศทางที่พึงประสงค์ (Trotzer, 1999: 345 – 347) การให้คำปรึกษากลุ่มจึงสามารถช่วยให้นักเรียนค้นพบวิธีการในการเอาชนะอุปสรรค ตลอดจนพฤติกรรมที่นำไปสู่เป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ตนได้ตั้งใจไว้ต่อไป

สำหรับด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา นอกจากรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ในครั้งที่ 8 (ความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย) แล้ว ในครั้งที่ 9 (ความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมาย) ก็ได้มีการส่งเสริมให้นักเรียนไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคต่างๆ ซึ่งอาจส่งผลต่อเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ได้ตั้งใจไว้ ทั้งนี้เป็นไปได้ว่าเมื่อนักเรียนต้องเผชิญกับอุปสรรคต่างๆ ในการไปสู่เป้าหมาย อาจทำให้เกิดความรู้สึกท้อแท้หมดหวัง จึงได้ให้นักเรียนสมาชิกกลุ่มอ่านเรื่องราวชีวประวัติของ ดอว์น ลอกกินส์ (Down Loggins) ผู้ที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวกับปัญหา โดยเรื่องราวนี้ อาจสอดคล้องกับนักเรียน ซึ่งนำไปสู่

การปรับเปลี่ยนมุมมองความคิดที่มีต่อปัญหาและมีกำลังใจที่จะดำเนินการต่าง ๆ ทั้งนี้เป็นไปตามเทคนิคทางพฤติกรรมของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมมารู้คิด ความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาจึงเป็นอีกองค์ประกอบหนึ่งที่สำคัญ ซึ่งสอดคล้องกับลักษณะของผู้ที่มีความหวังทางการศึกษาดังที่ ดูฟอลท์ และ มาทอคซิโอ (Dufalt; & Martocchio. 1985: 380) ได้กล่าวถึงการที่บุคคลมีความหวังไว้ว่า จะเป็นสิ่งกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมในการเผชิญปัญหาหรืออุปสรรค ตลอดจนจะเลือกแสดงออกในทางที่จะสามารถทำให้ตนสมหวังได้ และสอดคล้องกับ ลาง (Lange. 1978: 128) ที่ได้กล่าวถึงบุคคลที่มีความหวังไว้ว่า จะมีความอดทนที่จะปรับสภาพต่าง ๆ ของทั้งร่างกายและจิตใจ

จากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยเฉพาะครั้งที่ 8 (ความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย) และครั้งที่ 9 (ความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมาย) จึงสามารถช่วยให้นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มมีความหวังทางการศึกษาในด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาสูงขึ้น โดยแตกต่างจากก่อนการทดลองที่นักเรียนยังไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม

ส่วนในด้านเป้าหมายทางการศึกษา นักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม มีความหวังทางการศึกษาไม่แตกต่างกันนั้น อาจเป็นเพราะว่าก่อนการทดลองคะแนนในด้านเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองอยู่ในระดับสูง เมื่อเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา คะแนนในด้านเป้าหมายทางการศึกษาจึงไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เมื่อพิจารณาจากการรับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยเฉพาะในครั้งที่ 3 (เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา) ที่ได้ส่งเสริมให้นักเรียนตั้งเป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา โดยพิจารณาถึงความเป็นไปได้ และครั้งที่ 4 (การตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา) ที่สนับสนุนให้นักเรียนระบุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษานั้น ได้พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ได้มีการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาของตนไว้ในเบื้องต้น ทั้งนี้สังเกตจากการที่ผู้วิจัยให้นักเรียนกล่าวถึงเป้าหมายระยะยาวทางการศึกษาโดยพิจารณาพร้อมกับความสามารถตลอดจนความเป็นไปได้ในสถานการณ์การเรียนของตน และการกำหนดเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา นักเรียนได้กล่าวอย่างมุ่งมั่นเกี่ยวกับเป้าหมายทางการศึกษาของตนจะมีเพียงนักเรียนบางคนที่ยังไม่แน่ใจในเป้าหมายทางการศึกษาของตนและค่อนข้างใช้เวลาในการกำหนดเป้าหมายทางการศึกษา แต่ในการให้คำปรึกษากลุ่มพบว่าเมื่อเพื่อนสมาชิกในกลุ่มได้กล่าวถึง หรือมีการกำหนดเป้าหมายของตนอย่างชัดเจนก็สามารถสนับสนุนให้เพื่อนสมาชิกกำหนดเป้าหมายทางการศึกษาของตนได้ ต่อไป

จากการที่นักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาไว้ค่อนข้างชัดเจน ก่อนที่จะเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา จึงทำให้คะแนนความหวังทางการศึกษาด้านเป้าหมายทางการศึกษาก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ไม่แตกต่างกัน

เมื่อเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลองและหลังการติดตามผล พบว่า มีความหวังทางการศึกษาโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะนักเรียนกลุ่มทดลอง แม้จะสิ้นสุดการให้คำปรึกษากลุ่มก็ยังคงมีความหวังทางการศึกษาอันเป็นผลมาจากรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม ซึ่งแตกต่างจากก่อนการทดลองที่นักเรียน

ยังไม่ได้รับการให้คำปรึกษา เมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษามีความหวังทางการศึกษา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะใน ด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา กระบวนการของการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาได้ส่งเสริมให้นักเรียนคิดหาแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ที่สอดคล้องกับเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ตนได้ตั้งไว้ ส่วนในด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ได้สนับสนุนให้นักเรียนรู้สึกถึงความพร้อมที่จะเริ่มต้นปฏิบัติตามแนวทางต่างๆ เหล่านี้ โดยให้นักเรียนลองคิดคำพูดที่เป็นประโยคสั้นๆ ที่บ่งบอกถึงความพร้อมที่จะปฏิบัติตามแนวทางต่างๆ ของตน และพูดประโยคเหล่านั้นด้วยน้ำเสียงที่เข้มแข็งตามเทคนิคทางพฤติกรรมของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการรู้จัก สำหรับด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาได้ส่งเสริมให้นักเรียนเกิดความเชื่อมั่นว่าตนจะสามารถไปสู่เป้าหมายได้มากขึ้น ผ่านการใช้เทคนิคคำถามจัดระดับตามการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส ทั้งนี้พบว่า โดยภาพรวมนักเรียนมีการจัดระดับที่สูงขึ้นจากการจัดระดับการรับรู้ถึงความสำเร็จทางการศึกษาในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 2 (รูปแบบความหวังทางการศึกษา) และในด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษานั้น ระหว่างที่สมาชิกดำเนินการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายนั้นเป็นไปได้ว่าสมาชิกอาจพบกับอุปสรรคหรือปัญหาต่างๆ การให้คำปรึกษากลุ่มจึงได้สนับสนุนให้ค้นหาวิธีการจัดการกับปัญหาเหล่านั้นโดยตระหนักถึงความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่ผ่านมาในอดีต รวมทั้งในการส่งเสริมให้มีความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษานั้น ได้ให้นักเรียนอ่านชีวประวัติของผู้ที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวกับปัญหา โดยเรื่องราวนั้นอาจสอดคล้องกับผู้รับคำปรึกษา ตามเทคนิคทางพฤติกรรมของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการรู้จัก จากเทคนิคดังกล่าวจึงทำให้นักเรียนได้เรียนรู้ถึงการปรับตัวกับปัญหาหรือความยากลำบากที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการดำเนินการเพื่อไปสู่เป้าหมายของตนได้ต่อไป

ส่วนในด้านเป้าหมายทางการศึกษามีคะแนนเฉลี่ยความหวังทางการศึกษาไม่แตกต่างกัน นั้น อาจเป็นเพราะตั้งแต่ก่อนได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนในด้านเป้าหมายทางการศึกษาอยู่ในระดับสูง ทั้งนี้เมื่อได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม กระทั่งระยะหลังการติดตามผล จึงไม่แตกต่างกัน โดยมีคะแนนความหวังทางการศึกษาในด้านเป้าหมายทางการศึกษา อยู่ในระดับสูงเช่นเดียวกับก่อนการทดลอง

เมื่อเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลองและหลังการติดตามผล นักเรียนกลุ่มทดลองมีความหวังทางการศึกษาโดยรวมและในแต่ละองค์ประกอบไม่แตกต่างกันนั้น อาจเป็นเพราะการที่นักเรียนได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มได้เสริมสร้างความหวังทางการศึกษาให้สูงขึ้น ตลอดจนมีความคงทนของผลการให้คำปรึกษากลุ่มกระทั่งระยะหลังการติดตามผล และก่อนการสิ้นสุดการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม พบว่า นักเรียนจะยังคงดำเนินการต่างๆ ตามที่ตนได้กำหนดไว้อย่างต่อเนื่อง เช่น นักเรียนบางคนกล่าวถึง การอ่านหนังสือทุกวันตามที่ได้กำหนดไว้ เป็นต้น จากสิ่งเหล่านี้ จึงอาจส่งผลต่อการมีความหวังทางการศึกษาในระยะหลังการติดตามผลต่อไป

สำหรับกลุ่มควบคุม คะแนนความหวังทางการศึกษา หลังการทดลองกับก่อนการทดลอง ก่อนการทดลองกับหลังการติดตามผล และหลังการทดลองกับหลังการติดตามผล ไม่แตกต่างกันนั้น เนื่องจากนักเรียนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มใดๆ เช่นเดียวกับกลุ่มทดลอง จึงเป็นไปได้ว่า นักเรียนกลุ่มควบคุมจึงมีความหวังทางการศึกษา ไม่แตกต่างกันในทุกๆ และเมื่อพิจารณาในรายองค์ประกอบ พบว่า คะแนนความหวังทางการศึกษาในแต่ละองค์ประกอบ หลังการทดลองกับก่อนการทดลอง ไม่แตกต่างกัน เช่นกัน

ส่วนองค์ประกอบด้านเป้าหมายทางการศึกษา ด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ก่อนการทดลองกับหลังการติดตามผล และหลังการทดลองกับหลังการติดตามผล ไม่แตกต่างกัน ก็อาจเป็นเพราะนักเรียนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาเช่นเดียวกัน และสำหรับองค์ประกอบด้านความเชื่อมั่นที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ก่อนการทดลองกับหลังการติดตามผล และหลังการทดลองกับหลังการติดตามผล มีคะแนนเฉลี่ยความหวังทางการศึกษา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั้น อาจเนื่องมาจากในช่วงระยะหลังการทดลองกระทั่งหลังการติดตามผล เป็นช่วงของการสอบปลายภาค ซึ่งเป็นไปได้ว่า นักเรียนกลุ่มควบคุมอาจมีความมั่นใจในการทำข้อสอบ ตลอดจนรับรู้ว่าคุณสมบัติทำข้อสอบได้มากขึ้น ดังที่ครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวและสอนนักเรียนกลุ่มดังกล่าวได้กล่าวไว้ นอกจากนี้เป็นไปได้ว่า หลังจากที่นักเรียนกลุ่มควบคุมได้ตอบแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ได้ส่งผลต่อคะแนนความหวังทางการศึกษา ในด้านความเชื่อมั่นที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา โดยแตกต่างจากระยะก่อนการทดลอง

4.2 การเปรียบเทียบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

ความหวังทางการศึกษาโดยรวมและรายองค์ประกอบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง ไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณารายองค์ประกอบ พบว่า ทุกองค์ประกอบคะแนนของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เป็นเพราะนักเรียนกลุ่มทดลองยังไม่ได้รับรูปแบบการพัฒนาใดๆ ในที่นี้คือ รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

หลังการทดลอง พบว่า ความหวังทางการศึกษาโดยรวมของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เป็นเพราะรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มสามารถเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาโดยรวมของนักเรียนกลุ่มทดลองได้ ดังที่ ซไนเดอร์ (Snyder, 2000: 289) ได้กล่าวว่า การที่จะเพิ่มความหวังของบุคคลนั้น สามารถใช้วิธีการของการให้คำปรึกษาได้ ตลอดจนกระบวนการของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม มีความเหมาะสมต่อการเสริมสร้างความหวังในวัยรุ่น ดังที่ คอเรีย (Corey, 1985: 7) กล่าวไว้ว่า บรรยากาศของกลุ่มจะช่วยสร้างความรู้สึกอบอุ่น ความไว้วางใจ รวมทั้งเอื้อให้สมาชิกในกลุ่มได้สำรวจตนเองเข้าใจตนเอง และสามารถที่จะลงมือปฏิบัติในการแก้ปัญหาของตนเองได้ นอกจากนี้รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มสามารถช่วยให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีความหวังทางการศึกษาที่สูงขึ้น ได้ผ่านการใช้เทคนิคต่างๆ ของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรผู้คิด การให้

คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า ซึ่งทฤษฎีดังกล่าวมีแนวคิดที่สอดคล้องกับการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาตามที่ได้กล่าวข้างต้น

เมื่อพิจารณาในรายองค์ประกอบ พบว่า คณะแนวความหวังทางการศึกษาด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะในด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยเฉพาะในครั้งที่ 5 (วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา) ได้ค้นหาแนวทางตลอดจนขั้นตอนที่สอดคล้องกับเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาของตน ซึ่งในระหว่างการให้คำปรึกษากลุ่ม พบว่า นักเรียนยังไม่เคยได้คิดแนวทางในการไปสู่เป้าหมายไว้อย่างชัดเจน ภายหลังการทดลองจึงทำให้คณะแนวด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกัน

จากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลอง โดยเฉพาะครั้งที่ 5 (วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา) นี้ จึงสามารถทำให้นักเรียนมีคณะแนวความหวังทางการศึกษาในด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาแตกต่างจากกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม

ส่วนในด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา นักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมแตกต่างกันนั้น อาจเป็นเพราะว่าในระหว่างการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยเฉพาะในครั้งที่ 6 (ความตั้งใจที่จะไปสู่เป้าหมาย) หลังจากที่นักเรียนค้นหาแนวทางต่างๆ ที่สอดคล้องกับเป้าหมายของตนแล้ว ผู้วิจัยสนับสนุนให้นักเรียนลองคิดประโยคสั้นๆ ที่ต้องการจะบอกกับตนเองถึงความพร้อมในการเริ่มต้นหรือริเริ่มดำเนินการตามแนวทางเหล่านั้น โดยในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียนได้กล่าวถึงการจะเริ่มอ่านหนังสือทุกวัน การจะไม่หลับเวลาเรียน การจะท่องศัพท์ให้ได้วันละ 10 คำ เป็นต้น จากวิธีการดังกล่าว จึงเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนเกิดความตั้งใจในการไปสู่เป้าหมายของตนได้ ดังที่ไซไนเดอร์ (Snyder, 1994: 53) กล่าวว่า พลังแห่งความตั้งใจ (Agency) เป็นการทำที่มีความมุ่งมั่นและรับรู้ถึงความสามารถที่จะริเริ่มและดำเนินไปให้ถึงเป้าหมาย เช่น มีความคิดที่ว่า ฉันสามารถ ฉันจะพยายาม ฉันพร้อมที่จะทำ ซึ่งความคิดเหล่านี้ทำให้บุคคลเกิดการรับรู้ว่าคุณสามารถเริ่มและคงไว้ซึ่งการกระทำที่นำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการได้ นอกจากนั้น ไซไนเดอร์ (Snyder, 1996: 194) ก็ได้กล่าวไว้อีกว่า การส่งเสริมความคิดให้มีพลังนั้น ทำได้โดยการส่งเสริมให้บุคคลพูดกับตนเองในทางที่ดี โดยเฉพาะช่วงเวลาที่ดีใจว่าวัน ช่วงที่พบกับปัญหาอุปสรรคในการดำเนินไปสู่เป้าหมาย เพื่อให้บุคคลเตรียมพร้อมโดยตัดสินใจว่าจะเผชิญกับปัญหานั้น จากการศึกษาพบว่าบุคคลที่มีความหวังสูง บ่อยครั้งจะปรับความคิดว่าเป้าหมายเหมือนเป็นการท้าทาย หรือนึกถึงประสบการณ์ที่ยากๆ ซึ่งจะทำให้บุคคลมีความอดทนและมีกำลังใจที่จะเดินไปถึงเป้าหมาย รวมทั้งส่งเสริมให้บุคคลเรียนรู้ที่จะสนุกกับกระบวนการที่จะนำตนไปสู่เป้าหมายหนึ่งๆ นอกจากนั้นในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มผู้วิจัยให้นักเรียนเขียนข้อความเหล่านั้น ลงบนกระดาษโน้ต และนำไปติดในตำแหน่งที่ตนสามารถเห็นได้ชัดเจนภายในบ้าน ซึ่งวิธีการดังกล่าวอาจเป็นการกระตุ้นเตือนให้นักเรียนเริ่มต้นและดำเนินการต่างๆ ตามที่ตนคิดไว้ต่อไป

จากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลอง โดยเฉพาะครั้งที่ 6 (ความตั้งใจที่จะไปสู่เป้าหมาย) นี้ จึงสามารถทำให้นักเรียนมีคะแนนความหวังทางการศึกษาในด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาแตกต่างจากกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มได้

สำหรับด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาแตกต่างจากนักเรียนกลุ่มควบคุมนั้น อาจเป็นเพราะการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มโดยเฉพาะในครั้งที่ 8 (ความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย) ได้ให้นักเรียนลองคิดหาวิธีการจัดการกับอุปสรรคหรือปัญหาต่างๆ ว่าง่วงหน้า ผ่านการแลกเปลี่ยนแนวทางระหว่างสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆ ซึ่งเป็นไปตามลักษณะของเทคนิคการร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือกของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า จากสิ่งเหล่านี้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มที่ว่า ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ร่วมกันจัดการกับปัญหาที่มีลักษณะเหมือนกัน รวมทั้งปัญหาที่เกิดขึ้นในกลุ่ม (Trotzer, 1999: 345 – 347) และสอดคล้องกับที่ คอเรีย (Corey, 2004: 7) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่มไว้ว่า ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตัดสินใจเลือกในสิ่งที่ตนต้องการซึ่งได้จากการเปรียบเทียบมุมมองระหว่างผู้รับคำปรึกษาในกลุ่ม และการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยเฉพาะในครั้งที่ 9 (ความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมาย) นั้น ได้ส่งเสริมให้นักเรียนไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคต่างๆ ซึ่งอาจส่งผลต่อเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ได้ตั้งไว้ โดยอ่านเรื่องราวชีวิตประวัติของ ดอว์น ลอกกินส์ ผู้ที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวกับปัญหา ซึ่งเรื่องราวนี้ อาจสอดคล้องกับสถานการณ์ของนักเรียนที่ต้องเผชิญกับอุปสรรคต่างๆ ในการไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตน อันนำไปสู่ความรู้สึกท้อแท้ หมดหวังในการที่จะดำเนินการต่างๆ ต่อไปได้ ซึ่งจากการแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกจากการอ่านเรื่องราวของ ดอว์น ลอกกินส์ สะท้อนให้เห็นว่านักเรียนรับรู้ถึงความยากลำบากในการที่จะเป็นผู้ประสบความสำเร็จ จากเทคนิคดังกล่าว จึงทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยเฉพาะครั้งที่ 8 (ความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย) และครั้งที่ 9 (ความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมาย) มีคะแนนความหวังทางการศึกษาในด้านความพยายาม และอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาแตกต่างจากกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม

สำหรับด้านเป้าหมายทางการศึกษาและด้านความเชื่อมั่นว่า จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีความหวังทางการศึกษาไม่แตกต่างกันนั้น อาจเป็นเพราะหลัง การทดลองนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มมีคะแนนความหวังทางการศึกษาด้านเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความเชื่อมั่นว่า จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา อยู่ในระดับสูงเช่นเดียวกับก่อนการทดลอง และเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม จึงทำให้คะแนนในด้านเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ไม่แตกต่างกัน

หลังการติดตามผล พบว่า ความหวังทางการศึกษาโดยรวมของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ทั้งนี้เป็นเพราะนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการติดตามผลยังคงมีความหวังทางการศึกษาโดยรวม อันเนื่องมาจากผลของการเข้าร่วมรูปแบบ

การให้คำปรึกษากลุ่ม แสดงให้เห็นว่า การเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มมีความคงทนต่อการมีความหวังทางการศึกษาที่เพิ่มขึ้นของนักเรียนกลุ่มทดลอง เมื่อพิจารณาในรายองค์ประกอบ พบว่า ด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีความหวังทางการศึกษาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั้น อาจเป็นเพราะหลังจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มกระทั่งหลังการติดตามผล นักเรียนกลุ่มทดลองได้มีการดำเนินการตามแนวทางต่างๆ ที่ตนได้ตั้งไว้ต่อไป โดยเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมซึ่งไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม พบว่า หลังการติดตามผลมีคะแนนด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาอยู่ในระดับน้อย หลังการติดตามผลคะแนนด้านวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจึงมีความแตกต่างกัน ส่วนในด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา มีความหวังทางการศึกษาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อาจเป็นเพราะในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มได้สนับสนุนให้นักเรียนเกิดความมุ่งมั่นในการที่จะดำเนินการตามแนวทางของตนอย่างต่อเนื่องต่อไป ซึ่งความรู้สึกพร้อมเหล่านี้ยังส่งผลต่อการปฏิบัติตามแนวทางและขั้นตอนต่างๆ แม้จะเผชิญกับปัญหาหรืออุปสรรคก็ตาม ดังที่ไซไนเดอร์ (Snyder, 1994: 53) กล่าวว่า พลังแห่งความตั้งใจนอกจากจะช่วยผลักดันให้บุคคลไปสู่เป้าหมายแล้วยังช่วยให้สามารถเอาชนะอุปสรรคตามทางที่ไปสู่เป้าหมายได้ด้วย ซึ่งแม้จะเปรียบเทียบกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่หลังการติดตามผลมีคะแนนความหวังทางการศึกษาด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาอยู่ในระดับสูง แต่ก็ทำให้มีคะแนนความหวังทางการศึกษาแตกต่างกัน แสดงให้เห็นว่ารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มสามารถเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนโดยมีความคงทนกระทั่งหลังการติดตามผล

ส่วนด้านเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทนที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษามีความหวังทางการศึกษาไม่แตกต่างกัน นั้น อาจเป็นเพราะคะแนนด้านเป้าหมายทางการศึกษา และด้านความพยายามและอดทนที่บรรลุเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาอยู่ในระดับสูงอยู่แล้ว เมื่อเปรียบเทียบกับคะแนนในด้านดังกล่าวกับกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาจึงไม่แตกต่างกัน สำหรับด้านความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน เมื่อผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ครูที่รับผิดชอบงานแนะแนวและสอนนักเรียนกลุ่มดังกล่าวเพิ่มเติม พบว่า จากการที่ได้พูดคุยกับนักเรียนเป็นไปได้ว่าในระยะเวลาหลังการติดตามผล ซึ่งเป็นช่วงหลังการสอบปลายภาคนั้น นักเรียนกลุ่มควบคุมอาจสามารถหรือรับรู้ว่าการทำข้อสอบได้มากขึ้น และเมื่อพิจารณานักเรียนเป็นรายบุคคลในกลุ่มทดลอง พบว่า นักเรียนบางคนมีความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาลดลงเล็กน้อย ทั้งนี้อาจเป็นผลมาจากความสามารถในการทำข้อสอบของนักเรียนซึ่งรับรู้ว่าการทำได้น้อยลงในบางรายวิชาก็เป็นได้ อย่างไรก็ตามคะแนนความหวังทางการศึกษาโดยรวมของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาและกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาที่แตกต่างกัน แสดงให้เห็นว่า รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มสามารถช่วยเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองได้

จากการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียน โดยการให้คำปรึกษากลุ่ม จึงมีความเหมาะสมในประเด็นของช่วงวัย ซึ่งกำลังอยู่ในช่วงของวัยรุ่นที่ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน และการได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ทั้งนี้ลักษณะของการให้คำปรึกษากลุ่มเป็นรูปแบบที่สามารถตอบสนองความต้องการเหล่านี้ของวัยรุ่นได้เป็นอย่างดี ตลอดจนจำนวนของนักเรียน ซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่ม 8 คนนั้น มีความเหมาะสมต่อการให้คำปรึกษากลุ่ม ระยะเวลาในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแต่ละครั้ง กล่าวคือ 1 ชั่วโมง มีความเหมาะสมสำหรับวัยรุ่น และการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาโดยใช้เทคนิคต่างๆ ของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรมากรู้คิด การให้คำปรึกษาแบบโซลูชั่น-โฟกัส และการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า ค่อนข้างมีรูปแบบที่ชัดเจน สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้อย่างสอดคล้องกับเรื่องของการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาที่เน้นถึงการปรับเปลี่ยนทางความคิดโดยมีการสร้างเป้าหมาย การคิดหาวิธีการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายโดยอาศัยความตั้งใจ เชื้อมั้น พยายามและอดทนในการที่จะไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตน จากลักษณะดังกล่าวจึงสามารถทำให้ หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มมีความหวังทางการศึกษาโดยรวม แตกต่างจากก่อนการทดลอง ตลอดจนแตกต่างจากนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 จากการวิจัยครั้งนี้ ทำให้ได้แบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น ซึ่งในการนำแบบสอบถามไปใช้นั้น ควรที่จะพิจารณาถึง

1.1.1 กลุ่มตัวอย่าง เนื่องจากในการวิจัยครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ในเขตกรุงเทพมหานคร ดังนั้นการนำแบบสอบถามไปใช้เป็นเครื่องมือวัดความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น จึงควรพิจารณาให้มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างดังกล่าว

1.1.2 ผู้ที่ต้องการนำแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่นไปใช้ ควรมีการศึกษาคำชี้แจงในการทำแบบสอบถามอย่างละเอียด เพื่อดำเนินการเก็บข้อมูลได้อย่างถูกต้องต่อไป

1.1.3 แบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น เป็นเพียงข้อบ่งชี้เบื้องต้นเท่านั้น ดังนั้นเพื่อให้การเก็บข้อมูลมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น จึงอาจมีการพิจารณาร่วมกับการสังเกตของครู ผู้ปกครอง หรือจากแบบวัดอื่นๆ ประกอบด้วย

1.2 จากการวิจัยครั้งนี้ ทำให้ได้รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ซึ่งจากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า

1.2.1 การใช้รูปแบบของการให้คำปรึกษากลุ่มนั้นสามารถเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนในภาพรวมได้ ครูหรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนจึงสามารถนำไปเป็นแนวทางหรือ

นำไปประยุกต์ใช้เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนได้ต่อไป ทั้งนี้ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับเรื่องความหวังทางการศึกษาและการให้คำปรึกษากลุ่มด้วย

1.2.2 ความแตกต่างกันของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม เช่น ประสบการณ์ ความคิด สามารถสนับสนุนนักเรียน สมาชิกกลุ่มที่มีระดับความหวังทางการศึกษาน้อยสูงขึ้นได้ เช่น ในด้านเป้าหมายทางการศึกษา พบว่า เมื่อนักเรียนส่วนใหญ่มีการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาสามารถกระตุ้นให้นักเรียนคนอื่นๆ ในกลุ่มตั้งเป้าหมายทางการศึกษาได้อย่างชัดเจนและเหมาะสมกับสถานการณ์การเรียนของตน วิธีการให้คำปรึกษากลุ่มที่มีสมาชิกมีประเด็นที่คล้ายคลึงกัน ในที่นี้คือความหวังทางการศึกษาแต่มีระดับหรือรายละเอียดที่เกี่ยวข้องกับความหวังทางการศึกษาที่แตกต่างกัน จึงสามารถสร้างแรงจูงใจตลอดจนเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนสมาชิกกลุ่มได้

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ในการวิจัยเกี่ยวกับแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

2.1.1 ควรมีการศึกษาความหวังทางการศึกษากับกลุ่มประชากรในเขตพื้นที่อื่นๆ หรือกลุ่มประชากรอื่นๆ เช่น นักเรียนในระดับชั้นอื่นๆ นิสิตนักศึกษา เป็นต้น

2.1.2 ควรมีการศึกษาถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

2.2 ในการวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

2.2.1 ควรมีการศึกษาถึงการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา โดยใช้วิธีการอื่นๆ เช่น การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล กิจกรรมกลุ่ม เป็นต้น เพื่อให้มีวิธีการที่หลากหลายในการเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาต่อไป

2.2.2 ควรมีการติดตามผลเป็นระยะ เช่น ทุก 3 เดือน หรือ 6 เดือน เพื่อศึกษาความคงทนของการมีความหวังทางการศึกษาต่อไป



บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. (2543). *สร้างแรงบันดาลใจให้ลูกใช้ชีวิตอย่างมีค่า*. สืบค้นเมื่อ 14 มกราคม 2553, จาก <http://www.9anant.com/index.php?lay=show&ac=article&id=41613&Ntype=6/>
- คมเพชร ฉัตรศุภกุล. (2543). พลวัตแห่งกลุ่ม. ใน *เอกสารประกอบการสอน*. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ดวงมณี จงรักษ์. (2549). *ทฤษฎีการให้การปรึกษาและจิตบำบัดเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น).
- ชลธิดา สิมะวงศ์. (2545). *การใช้จิตบำบัดกลุ่มในการส่งเสริมความหวังของผู้ติดเชื้อเอชไอวี*. วิทยานิพนธ์ พย.ม. (สุขภาพจิตและพยาบาลจิตเวช). เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- ชูชัย สมितिไกร. (2527). *การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม*. เชียงใหม่: คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ทิพย์วรรณ กิตติพร. (2536). *การให้คำปรึกษากลุ่ม*. พิษณุโลก: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- นงนุช ศรีตระกูล. (2546). *ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผสม และการฝึกผ่อนคลายต่อการลดความเครียดในผู้ป่วยความดันโลหิตสูง*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การแนะแนวและการให้คำปรึกษา). ขอนแก่น: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยขอนแก่น. ถ่ายเอกสาร.
- นงลักษณ์ วิรัชชัย. (2542). *โมเดลลิสม์เรล: สถิติวิเคราะห์สำหรับการวิจัย*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นภาพร วงศ์ใหญ่. (2542). *ความหวังและพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ จังหวัดพะเยา*. วิทยานิพนธ์ พย.ม. (สุขภาพจิตและพยาบาลจิตเวช). เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- บุญเชิด ภิญญอนันตพงษ์. (2545). *ประมวลสาระวิชาการพัฒนาเครื่องมือสำหรับการประเมินผล การศึกษา*. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- ปรีชา คัมภีรปกรณ์; และคนอื่นๆ. (2545). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมนักเรียนวัยรุ่น หน่วยที่ 2*. ใน *เอกสารการสอนชุดวิชาพฤติกรรมวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. (2556). *ทฤษฎีและเทคนิคการให้บริการปรึกษา*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2540). *วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์*. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เจริญผล.
- ยุทธ ไกยวรรณ. (2545). *พื้นฐานการวิจัย = Basic of Research*. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.

- ล้วน สายยศ; และ อังคณา สายยศ. (2536). *เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- . (2543). *เทคนิคการวัดผลการเรียนรู้*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- วัชรินทร์ ทรัพย์มี. (2550). *กระบวนการปรึกษา ขั้นตอน สัมพันธภาพ ทักษะ*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วาริณี คุณธรรมสถาพร. (2542). *ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ ความคาดหวังกับการปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ชั้นปีที่ 1*. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- วิณี ชิดเชิดวงศ์. (2547). *รายงานการวิจัยเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีปัญหาของเด็กวัยรุ่น*. ชลบุรี: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. ถ่ายเอกสาร.
- วิพรรธ์ เรืองพิทยา. (2552, 6 มกราคม). *นร. ม.ปลาย เร่สอบทุกวิชาขาดเป้าหมายในชีวิต*. ข่าวสดรายวัน. หน้า 28.
- วิเชียร เกตุสิงห์. (2538, กุมภาพันธ์ – มีนาคม). *ค่าเฉลี่ยกับการแปลความหมาย: เรื่องง่ายๆ ที่บางครั้งก็พลาดได้*. *ข่าวสารการวิจัยศึกษา*. 18(3): 8 – 11.
- วีรวรรณ บุญวงศ์. (2546). *ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมที่เน้นการรู้คิดที่มีต่อความเหนื่อยล้าของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 11 จังหวัดนครศรีธรรมราช*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สมนึก ภัททิยชนี. (2541). *การวัดผลการศึกษา*. ภาพสีนรุ้: ประสานการพิมพ์.
- สมาคมผู้บริโภคสื่อสีขาว. (2552). *ปัญหาวัยรุ่น ต้นเหตุและทางแก้*. สืบค้นเมื่อ 21 ธันวาคม 2552, จาก <http://www.whitemedia.org/wma/content/view/152/17/>
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2552). *“เด็กหนีเรียน” ใจท้อใหญ่การศึกษาใหญ่*. สืบค้นเมื่อ 25 กันยายน 2552, จาก <http://www.thaihealth.or.th/node/9453/>
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2553). *กลุ่มสารสนเทศ สำนักนโยบายและแผนการศึกษาขั้นพื้นฐาน*. สืบค้นเมื่อ 9 กันยายน 2553, จาก <http://www.bopp-obec.info/>
- สินี กระลาวัลย์. (2547). *ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคม ความหวังและความพึงพอใจในการดำเนินชีวิตของครอบครัวที่มีบุตรออทิสติก*. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (การพยาบาลครอบครัว). ชลบุรี: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา. ถ่ายเอกสาร.
- สุชา จันท์เอม. (2547). *จิตวิทยาห้องเรียน*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สุพัตรา สุภาพ. (2544). *ปัญหาสังคม*. พิมพ์ครั้งที่ 17. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.

- สุภาวดี มั่นจีระ. (2546). การศึกษาทัศนคติของเด็กวัยรุ่นต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาและบทบาทของสถาบันทางสังคมในการแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของวัยรุ่น. ปรินทูนีพจน์ กศ.ม. (จิตวิทยาการพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เสรี ชัดเข้ม. (2538, พฤศจิกายน). โมเดลและการสร้างโมเดล. วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. 9(2): 34 – 56.
- โสภา ชปิลมันน์. (2543, มีนาคม). วัยรุ่นวัยจับ. วารสารราชบัณฑิตยสถาน. 4(25): 110 – 115.
- ศรวณีย์ อันสะโก. (2547). ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อความหวังของผู้พิการ. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). บรูพา: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา. ถ่ายเอกสาร.
- ศรวดี สุวรรณประเสริฐ. (2543). ผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีปัญญาพฤติกรรมที่มีต่อความเชื่อด้านสุขภาพในการป้องกันโรคเอดส์และการเห็นคุณค่าในตนเอง. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ถ่ายเอกสาร.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2553). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- อัสยา อังสุกราน. (2549). การศึกษาปัญหา ความต้องการ และแนวทางในการตอบสนองความต้องการของนักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร. ปรินทูนีพจน์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อุทุมพร จามรมาน. (2541). โมเดล. วารสารวิชาการ. 1(3): 22 – 26.
- Abdul-Aziz, Ghanim. (1984, January). *A Study of the Academic, Personal and Social Problems Perceived by Kuwait Undergraduate and Graduate Students*, Dissertation Abstracts International. (45)3: 2053 – 2054A.
- Andreas, Parrot. (1989). *Pornograph and Sex Laws*. n.p.
- Barbara, Nedderman A. (2008). *A Christian Spirituality Group with Female Offenders: Impacting Hope*. (Psychological and Counseling). Regent University Doctor of Philosophy.
- Beck, A. T.; & Emery, G. (1985). *Anxiety Disorders and Phobias : A Cognitive Perspective*. New York: Basic Books.
- Berg, I. K. (1994). *Family Based Services : A Solution-focused Approach*. New York: Norton.
- Bertolino, B.; & O'Hanlon. (2002). *Collaborative, Competency-based Counseling and Therapy*. Boston: Allyn & Bacon.


- Charlesworth, J.R.; & Jackson, M. (2004). Solution-focused Brief Counseling : An Approach for Professional School Counselors. In B.T. Erford (Ed.), *Professional School Counseling: A Handbook of Theories, Program & Practice*. p.p. 139 – 148. Austin, TX: CAPS Press.
- Corey, Gerald. (1985). *Manual for Theory and Practice of Group Counseling*. 2nd ed. Monterey CA Brooks/cole Publishing.
- . (2000). *Theory & Practice of Group Counseling*. 5th ed. Thomson Brooks/Cole.
- . (2004). *Theory & Practice of Group Counseling*. 5th ed. Thomson Brooks/Cole.
- . (2008). *Theory & Practice of Group Counseling*. Thomson Brooks/Cole.
- Corey, Marianne S.; & Corey, Gerald. (2006). *Group Process and Practice*. Thomson Brooks/Cole.
- Corsini, R. J. (1977). *Current Personality Theories*. Itsaca, IL: Peacock.
- Creswell, John W. (2003). *Research Design : Qualitative Quantitative and Mixed Methods Approaches*. 2nd ed. London: SAGE Publication.
- Cronbach, Lee J. (1951, September). Coefficient Alpha and The Internal Structure of Test. *Psychometrika*. 16(3): 297 – 334.
- De Jong, P.; & Berg, I. K. (2002). *Interviewing for Solutions*. 2nd ed. Pacific Grove, CA: Brooks/cole.
- De Shazer, S. (1985). *Keys to Solutions in Brief Therapy*. New York: Norton.
- Dufault, K.; & Martocchio, B. C. (1985). Hope : Its Spheres and Dimension. *Nursing Clinics of North America*. 20(2). pp. 379 – 391.
- Dworetzky, P. John. (1999). *The Psychology of Adolescence*. 2nd ed. New York: Meridith Corporation.
- Ellis, Albert; & Whiteley, John M. (1979). *Theoretical and Empirical Foundation of Rational-Emotion Therapy*. California: Brooks/Cole.
- Gazda, G. M.; Ducan, J. A.; & Meadows, M. E. (1967). Group Counseling and Group Procedure: Reported of Survey. *Counselor Education and Supervision*. 6: 305 – 310.
- Goldenberg, Herbert; & Goldenberg, Irene. (2008). *Family Therapy An Overview*. 7th ed. Thomson Brooks/Cole.
- Herth, K. (1992). Abbreviated Instrument to Measure Hope : Development and Psychometric Evaluation. *Journal of Advanced Nursing*. 17: 1251 – 1259.
- Heurlock, Elizabeth B. (1978). *Personality Developmental*. New York: McGraw Hill book.
- Hoyt, M. F. (2003). *Brief Psychotherapies*. In A. S. Gurman, & S.B. Messer (Eds.). *Essential Psychotherapy : Theory & Practice*. 2nd ed. pp. 350 – 399. New York: Guilford Press.

- Joreskog, K.G.; & Sorbom, D. (1993). LISREL 8 : Structure Equation Modeling with the Simples Command Language. Chicago: Scientific Software International.
- . (1999). *Lisrel 8 : New Statistical Features*. Chicago: Scientific Software International.
- Julia, Shank Dawson. (2008). *A Spiritual of Hope and Healing for Parents of Seriously Ill Children*. (Pastoral Care and Counseling). Drew University. Doctor of Ministry.
- Keeves, P. John. (1997). *Education Research, Methodology and Measurement : An International Handbook*. 2nd ed. Elsevier Science.
- Lange, S. P. (1978). *Behavioral Concepts and Nursing Intervention*. 2nd ed. Philadelphia: J.B. Lippincott.
- Lutgendort, Susan K.; et al. (1998, March – April). Change in Cognitive Coping Skills and Social Support During Cognitive Behavioral Stress Management in Ventilation and Distress Outcome in Symptomatic HIV Seropositive Gay Men. *American Psychometric Society*. 60(2): 204 – 214.
- Mahler, Clarence A. (1969). *Group Counseling in The School*. New York: Houghton Mifflin.
- Metcalf, L. (1998). *Solution-focused Group Therapy : Ideas for Groups in Private Practice, Schools, Agencies, and Treatment Program*. New York: Free Press.
- McDermott, Diane; & Snyder, C.R. (1999). *Making Hope Happen : A Workbook for Possibilities into Reality*. Oakland: New Harbinger Publication.
- . (2000). *The Great Big Book of Hope : Help Your Children Achieve Their Dream*. Oakland: New Harbinger Publication.
- Miller, J.F. (1983). *Coping with Chronic Illness Overcoming Powerlessness*. Philadelphia: F.A. Davis.
- Mohammad, Nasir Bin Bistamam; & Rohany, Nasir. (2009). An Application of Rational Emotive Behavior Therapy in Group Counseling : A Case Study on Adolescents whose Parents were Divorced. *European Journal of Social Sciences*. 10(2): 334 – 342.
- Moorey, Stirling. (1996). Cognitive Therapy. In *Handbook of Individual Therapy*. Edited by Windy Dryden. pp. 254 – 278. n.p.: SAGE.
- Nowotny, M.L. (1989). Assessment of Hope in Potion with Cancer : Development of an Instrument. *Oncology Nursing Forum*. 16(1). pp. 57 – 61.
- Offer, Danial. (1971, September). Sexual Behavior or a Group or Normal Adolescence. *Medical Aspects of Human Sexuality*. 9(6): 40 – 49.
- Ohlsen, Aerle M. (1970). *Group Counseling*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- O'Hanlon, W.H.; & Weiner-Devis, M. (2003). *In Search of Solutions : A New Direction in Psychotherapy (reved.)*. New York: Norton.

- Onwuegbuzie, Anthony J.; & Daniel, Larry G. (1999, November). *Uses and Misuses of the Correlation Coefficient*. Paper Presented at the Annual Meeting of the Mid-South Education Research Association (Point Clear, Al).
- Patterson, C.H. (1973). *Theories of Counseling and Psychotherapy*. 2nd ed. New York: Harper and Row.
- Peterson, J. Vincent; & Nisenholz, Bernard. (1995). *Orientation to Counseling*. 3rd ed. Boston: A Simon and Sehuseter.
- Rausch, Joseph R.; Maxwell, Scott E.; & Kelley, Ken. (2003). Analytic Methods for Questions Pertaining to a Randomized, Pretest, Posttest, Follow-up Design. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*. 32(3): 467 – 486.
- Rawlins, R. P. (1993). *Mental Health Psychiatric Nursing : A Holistic Life-cycle Approach*. 3rd ed. St. Louis: Mosby Year Book.
- Robert, S.L. (1978). *Behavioral Concepts and Nursing Throughout the Life Span*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Roger, Dorothy. (1972). *The Psychology of Adolescent*. 2nd ed. New York: Meredith Cooperation.
- Rovinelli, Richard J.; & Hambleton, Ronald K. (1976, April). *On the Use of Content Specialists in the Assessment of Criterion-Referenced Test Item Validity*. Paper presented at the Annual Meeting of the American Education Research Association (60th. San Francisco, California).
- Sharf, S. Richard. (2002). *Theories of Psychotherapy & Counseling Concept and Cases*. 2nd ed. United State of America: Brooks/Cole.
- Shu-Chin Yen. (2004). *Relationships of Age, Gender, and Hope with Coping Styles among Taiwanese*. (Psychology and Research in Education) University of Kansas. Doctor of Philosophy.
- Sklare, G.B. (2005). *Brief Counseling that Works : A Solution-focused Approach for School Counselors and Administrators*. 2nd ed. Thousand Oaks, CA: Corwin Press.
- Snyder, C.R. (1994). *Hope and Optimism*. Encyclopedia of Human Behavior. 2: 535 – 542.
- . (1995). Conceptualizing, Measuring and Nurturing Hope. *Journal of Counseling & Development*. 73: 355 – 360.
- . (2000). *Handbook of Hope : Theory, Measures, and Applications*. California: Academic Press.
- Snyder, C.R.; Cheavens, J.; & Simpson, S.C. (1996). Hope : An Individual Motive for Social Commerce. *Group Dynamic : Theory Research and Practice*. 1(2): 107 – 118.

- Snyder, C. R.; & Lopez, Shane J. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Snyder, C.R.; et al. (1991). The Will and the Way : Development and Validation of an Individual-differences Measure of Hope. *Journal of Personality and Social Psychology*. 60(4): 570 – 585.
- Sohrabi, Roghayeh; Mohammadi, Akbar; & Aghdam, Golnaz Adalatzadeh. (2013). Effectiveness of Group Counseling with Problem Solving Approach on Educational Self-Efficacy Improving. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 84(2013): 1782 – 1784.
- Trotzer, James P. (1999). *The Counselor and the Group : Integrating Theory, Training, and Practice*. 3rd ed. Philadelphia: Taylor & Francis.
- Walter, J.L.; & Peller, J.E. (1992). *Becoming Solution-focused in Brief Therapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Willem, E. Saris; Albert, Satorra; & William, M. Van der Veld. (2009). Testing Structural Equation Models or Detection of Misspecifications. *Structural Equation Modeling : A Multidisciplinary Journal*. 16(4): 561 – 582.





ภาคผนวก ก
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญในการตรวจแบบสอบถามความหวังทางการศึกษา
และตรวจสอบรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อความหวังทางการศึกษา

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ
ในการตรวจแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์	ศาสตราจารย์ อาจารย์ประจำหลักสูตรปรัชญา ดุสิตบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต
รองศาสตราจารย์ ดร.กาญจนา ไชยพันธ์ุ์	รองศาสตราจารย์ ข้าราชการบำนาญ
ผู้ศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์	ผู้ศาสตราจารย์ ข้าราชการบำนาญ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิธิวัฒน์ เมฆขจร	ผู้ศาสตราจารย์ อาจารย์ประจำ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
อาจารย์ ดร.นฤมล พระใหญ่	อาจารย์ประจำ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ
ในการตรวจสอบรูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

ผู้ศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์

ผู้ศาสตราจารย์
ข้าราชการบำนาญ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรพิน สติรมน

ผู้ศาสตราจารย์
อาจารย์ประจำ
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิธิวัฒน์ เมฆขจร

ผู้ศาสตราจารย์
อาจารย์ประจำ
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

อาจารย์ ดร.ธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน

อาจารย์ประจำ
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

อาจารย์ ดร.นฤมล พระใหญ่

อาจารย์ประจำ
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อาจารย์ ดร.อาดัม นีละไพจิตร

อาจารย์ประจำ
วิทยาลัยราชสุดา



ภาคผนวก ข

การตรวจสอบคุณภาพแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

- ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น
- ค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น
- ค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาของแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ตาราง 22 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ข้อที่	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ					คะแนนรวม	IOC
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5		
1	1	1	1	1	1	5	1
2	1	1	1	1	1	5	1
3	1	1	1	1	1	5	1
4	1	1	0	1	-1	2	.4
5	1	1	1	1	-1	3	.6
6	1	1	1	1	1	5	1
7	1	1	1	1	1	5	1
8	1	1	1	1	1	5	1
9	1	1	0	0	0	2	.4
10	1	1	1	1	1	5	1
11	1	1	1	1	1	5	1
12	0	1	0	0	1	2	.4
13	1	1	1	1	1	5	1
14	1	1	1	1	1	5	1
15	1	1	1	1	1	5	1
16	1	1	1	-1	0	2	.4
17	1	1	1	1	1	5	1
18	0	1	1	0	0	2	.4
19	1	1	1	1	1	5	1
20	1	1	1	1	1	5	1
21	1	1	1	1	1	5	1
22	1	1	1	1	1	5	1
23	1	1	0	1	-1	2	.4
24	1	1	0	1	1	4	.8
25	1	1	1	1	1	5	1
26	1	1	0	1	-1	2	.4
27	1	1	1	1	1	5	1
28	1	1	1	1	1	5	1
29	1	1	1	1	1	5	1

ตาราง 22 (ต่อ)

ข้อที่	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ					คะแนนรวม	IOC
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5		
30	1	1	-1	0	-1	0	0
31	1	1	1	1	1	5	1
32	1	1	1	1	1	5	1
33	1	1	0	0	0	2	.4
34	1	1	1	1	1	5	1
35	1	1	0	1	-1	2	.4
36	1	1	1	1	1	5	1
37	1	1	1	1	1	5	1
38	1	1	1	1	1	5	1
39	1	1	0	0	0	2	.4
40	1	1	1	1	1	5	1
41	1	1	1	1	1	5	1
42	1	1	-1	1	0	2	.4
43	1	1	1	1	1	5	1
44	1	1	1	1	1	5	1
45	1	1	1	1	1	5	1
46	0	1	0	1	0	2	.4
47	1	1	1	1	0	4	.8
48	1	1	-1	1	-1	1	.2
49	1	1	1	1	1	5	1
50	1	1	1	1	1	5	1
51	1	1	1	1	1	5	1
52	1	1	1	1	1	5	1
53	0	1	0	1	0	2	.4
54	1	1	-1	1	-1	1	.2
55	1	1	1	1	1	5	1
56	0	1	0	1	0	2	.4
57	1	1	1	1	1	5	1

หมายเหตุ : ค่า IOC ที่สามารถนำไปใช้ได้ มีค่าระหว่าง 0.5 – 1.0

ตาราง 23 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	.597
2	.608
3	.534
4	.610
5	.678
6	.435
7	.390
8	.507
9	.523
10	.612
11	.536
12	.565
13	.613
14	.633
15	.743
16	.714
17	.401
18	.725
19	.701
20	.593
21	.617
22	.427
23	.581
24	.613

ตาราง 23 (ต่อ)

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
25	.347
26	.418
27	.358
28	.367
29	.312
30	.385
31	.269
32	.447
33	.525
34	.305
35	.303
36	.421
37	.446
38	.431
39	.274

ค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาของแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียน
ทั้งหมดนี้ = .933



ภาคผนวก ค

แบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

แบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามความหวังทางการศึกษานี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อการศึกษาเท่านั้น ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรการศึกษาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. คำตอบของนักเรียนจะเป็นประโยชน์และมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการศึกษาและการวิจัยต่อไป
3. คำตอบของนักเรียนไม่มีถูกหรือผิด ผู้วิจัยจึงใคร่ขอความกรุณาจากนักเรียนช่วยตอบแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาตามความเป็นจริง และตรงกับความคิดความรู้สึกของนักเรียนมากที่สุด
4. ข้อมูลต่างๆที่นักเรียนตอบ จะถือเป็นความลับและไม่เป็นผลเสียต่อตัวนักเรียนหรือบุคคลใดๆ
5. แบบสอบถามความหวังทางการศึกษามีทั้งหมด 4 หน้า แบ่งออกเป็น 2 ตอน โปรดตอบคำถามให้ครบทุกข้อ

ผู้วิจัยขอขอบคุณนักเรียนทุกท่าน ที่ได้ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม และให้ความช่วยเหลือในการวิจัยครั้งนี้อย่างยิ่งมา ณ โอกาสนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง: โปรดทำเครื่องหมาย ลงใน หน้าข้อที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียน

1. เพศ

ชาย

หญิง

2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (เกรดเฉลี่ยสะสมตั้งแต่เทอมแรกถึงปัจจุบัน)

3.00 – 4.00

2.00 – 2.99

0.01 – 1.99

ตอนที่ 2 ความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น


คำชี้แจง: ให้นักศึกษาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหลังข้อความที่ตรงกับความคิด ความรู้สึก และการแสดงออกที่แท้จริงของนักเรียน

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นสอดคล้องกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวนักเรียนมากที่สุด
ส่วนใหญ่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นสอดคล้องกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวนักเรียนเป็นส่วนใหญ่
จริงปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นสอดคล้องกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวนักเรียนปานกลาง
จริงเพียงเล็กน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นสอดคล้องกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวนักเรียนเพียงเล็กน้อย
ไม่จริงเลย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่สอดคล้องกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวนักเรียนเลย

ข้อความ	จริงที่สุด	ส่วนใหญ่จริง	จริงปานกลาง	จริงเพียงเล็กน้อย	ไม่จริงเลย
1. ฉันคาดว่าจะสอบผ่านทุกรายวิชาที่เรียนในเทอมนี้					
2. ฉันคิดว่าฉันจะได้เกรดเฉลี่ยอยู่ในระดับดี เมื่อจบการศึกษา					
3. เมื่อฉันเรียนจบในระดับมัธยมศึกษา ฉันคิดว่าฉันจะเรียนต่อในระดับอุดมศึกษา					
4. ฉันทบทวนบทเรียนทุกครั้งหลังเลิกเรียน					
5. เมื่อไม่เข้าใจบทเรียน ฉันจะอ่านหนังสือเพิ่มมากขึ้น					
6. ฉันทุ่มเทเวลาให้กับการอ่านหนังสือและทบทวนบทเรียน					
7. ฉันทบทวนบทเรียนก่อนเข้าเรียนในทุกวิชา					
8. ฉันอ่านหนังสือทุกวัน					
9. หากฉันเรียนบางรายวิชาไม่เข้าใจ ฉันมักคิดถึงเรื่องการเรียนพิเศษเพิ่มเติม					
10. ฉันแสวงหาความรู้เพิ่มเติมนอกเหนือบทเรียน					
11. ฉันคิดว่าจะลองสอบชิงทุนต่างๆของทั้งในและนอกสถาบัน					
12. ฉันคิดอยู่เสมอว่าจะทำอย่างไรเพื่อให้ผลการเรียนของฉันดีขึ้น					
13. ฉันคิดหาวิธีการเรียน เพื่อให้ผลการเรียนของฉันดีขึ้น					
14. ฉันตั้งใจแสวงหาวิธีการเรียนเพื่อให้คะแนนดีขึ้น					
15. ฉันพยายามทุกวิถีทางที่ทำให้การเรียนในทุกวิชา มีผลการเรียนที่ดี					
16. ฉันยอมลำบากเพื่อให้ผลการเรียนดีขึ้น					

ข้อความ	จริงที่สุด	ส่วนใหญ่จริง	จริงปานกลาง	จริงเพียงเล็กน้อย	ไม่จริงเลย
17. ฉันมุ่งมั่นหาวิธีการเพื่อให้ได้ประกอบอาชีพตามที่ฉันได้ศึกษา					
18. ฉันมุ่งมั่นในการเรียนเพื่อความสำเร็จในอนาคต					
19. แม้ว่าบทเรียนจะยากสักเพียงใด ฉันจะตั้งใจทำความเข้าใจให้ได้มากที่สุด					
20. ฉันตั้งใจจะไม่ขาดเรียนในทุกๆวิชา เพื่อให้การเรียนต่อเนื่อง					
21. เมื่อฉันไม่เข้าใจบทเรียน ฉันคิดว่าจะสอบถามครูหรือเพื่อนๆ ที่เข้าใจ					
22. ฉันเตรียมตัวให้พร้อมเพื่อเข้าเรียนในสาขาที่ตัวเองใฝ่ฝัน					
23. ฉันพร้อมที่จะดำเนินการต่างๆ เพื่อให้การเรียนดีขึ้น					
24. แม้ฉันจะพบกับอุปสรรคต่างๆในการเรียน แต่ฉันก็พร้อมที่จะทำให้ผ่านไป					
25. ฉันรู้ว่าตนเองมีความถนัดในเรื่องใด					
26. ขณะนี้ ฉันรู้สึกพอใจในผลการเรียนของตนเอง					
27. ฉันสามารถเรียนได้เป็นอันดับต้นๆของห้อง					
28. ในการสอบแข่งขันทางวิชาการ ฉันไม่ด้อยกว่าคนอื่น					
29. ฉันไม่รู้ว่าจะมีวิธีการใดที่จะทำให้ฉันเรียนดีขึ้นได้					
30. ฉันรู้สึกไม่มีกำลังใจในการเรียน					
31. ฉันคิดว่าการแสวงหาความรู้เพิ่มเติมไม่ใช่เรื่องสำคัญ					
32. ฉันไม่เคยคิดจะเอาดีทางด้านการศึกษา					
33. ฉันมาเรียนไปวันๆ เพื่อให้อาจารย์ได้เช็คชื่อเข้าเรียนเท่านั้น					
34. ฉันเรียนไปวันๆเพื่อให้อาจารย์ได้เช็คชื่อเข้าเรียนเท่านั้น					
35. เมื่อฉันเจอปัญหาในการเรียน ฉันไม่รู้ว่าจะแก้ไขปัญหานั้นอย่างไร					
36. จากอุปสรรคที่ฉันพบในการเรียน ฉันไม่รู้จะทำอย่างไรให้เรียนจบได้					
37. ฉันรู้สึกกระสับกระส่ายทุกครั้งที่อยู่ในห้องเรียน เพราะอยากให้หมดเวลาเรียนเร็วๆ					
38. ฉันรู้สึกเบื่อกับการทำการบ้านที่อาจารย์มอบหมาย					
39. เมื่อผลการเรียนของฉันไม่ดี ฉันมักจะโทษสถานการณ์หรือผู้อื่นอยู่เสมอ					

😊ขอบคุณสำหรับความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม😊



ภาคผนวก ง
รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา

การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ครั้งที่ 1

เรื่อง ปฐมนิเทศ

ระยะเวลา 60 นาที

แนวคิดสำคัญ (Key Concepts)

การให้คำปรึกษากลุ่ม คือ กระบวนการระหว่างบุคคล ที่มุ่งเน้นความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ด้วยการตระหนักรู้ เพื่อแก้ไขปัญหาที่สมาชิกกลุ่มเป็นผู้กำหนดประเด็นปัญหาและเป้าหมายด้วยตนเอง เมื่อสมาชิกต้องเผชิญกับสภาวะวิกฤติ ความขัดแย้ง หรือพฤติกรรมพ่ายแพ้ตนเอง ด้วยการค้นหาศักยภาพภายในตัวสมาชิกกลุ่ม เพื่อก่อให้เกิดการพัฒนาความงอกงามตลอดชีวิต การให้คำปรึกษากลุ่มมุ่งจัดสรรบรรยากาศของความไว้วางใจ ด้วยความเข้าใจอย่างลึกซึ้งและให้การสนับสนุน เพื่อให้สมาชิกสามารถมีส่วนร่วม สำรวจประเด็นที่เกี่ยวข้อง และสามารถพัฒนาทักษะในการแก้ปัญหาต่างๆ จนสามารถจัดการกับปัญหาชีวิตที่มีความคล้ายคลึงกันต่อไปได้ (Corey. 2004: 5)

ทั้งนี้ในการปฐมนิเทศในการให้คำปรึกษากลุ่ม เป็นกระบวนการที่ผู้นำกลุ่มช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้ระบุถึงเป้าหมายของตนเองที่เฉพาะเจาะจงและชัดเจน ตลอดจนเป็นการกำหนดโครงสร้างของกลุ่มสร้างความคุ้นเคย และสำรวจความคาดหวังของสมาชิกกลุ่ม โดย คอเรีย เน้นถึงความสำคัญของการสร้างความไว้วางใจที่มีต่อการเกิดปฏิสัมพันธ์และการเปิดเผยตนเอง ทั้งนี้ผู้นำกลุ่มต้องเป็นต้นแบบ (Modeling) ของการเป็นผู้นำ แสดงออกถึงความจริงใจ (Honesty) มีความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) มีความนับถือ (Respect) ใส่ใจและยอมรับทางบวก (Positive Regard and Acceptance) ตลอดจนมีความเป็นธรรมชาติ (Spontaneity) และไวต่อความรู้สึกของสมาชิกกลุ่ม (Corey. 2004: 87 – 93) นอกจากนี้ คอเรีย (Corey. 2004: 60 – 62) ยังให้ความสำคัญกับการรักษาความลับ ซึ่งทั้งผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มไม่ควรนำเรื่องราวที่เกิดขึ้นภายในกลุ่มไปเปิดเผยนอกกลุ่ม โดยผู้นำกลุ่มควรเน้นย้ำทุกครั้งของการเข้าร่วมกลุ่ม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับสมาชิกกลุ่ม และระหว่างสมาชิกกลุ่มด้วยกัน
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม และความสำคัญของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม
3. เพื่อให้สมาชิกทราบถึงบทบาทหน้าที่ของผู้วิจัยและสมาชิกกลุ่ม และระยะเวลาในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ตลอดจนสร้างข้อตกลงในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยให้ความสำคัญกับการรักษาความลับของสมาชิกในกลุ่ม

ขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่ม

ก่อนการดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่ม ผู้วิจัยแนะนำตนเองและให้สมาชิกแต่ละคนได้แนะนำตัวเอง ตลอดจนชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาแก่สมาชิกกลุ่ม ได้แก่ วัตถุประสงค์ ความสำคัญของการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม บทบาทหน้าที่ของผู้วิจัยและสมาชิกกลุ่ม ระยะเวลาในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม รวมทั้งสร้างข้อตกลงร่วมกันในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม จากนั้นผู้วิจัยสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มเกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกัน โดยให้สมาชิกแต่ละคน ได้เล่าถึงเรื่องราวของตน จากนั้นร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม ทั้งนี้ในกระบวนการของการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยใช้ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษา (Micro Counseling) เช่น การฟัง การถาม การสรุปความ เป็นต้น

ขั้นเริ่มต้น

1. ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับสมาชิกกลุ่ม ผู้วิจัยแนะนำตนเอง และขอให้สมาชิกกลุ่มแนะนำตัวเองแก่เพื่อนสมาชิกกลุ่ม
2. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของผู้วิจัยและสมาชิกกลุ่ม ตลอดจนระยะเวลาและสถานที่ในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม
3. ผู้วิจัยสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มสร้างข้อตกลง หรือกฎ กติกาในการเข้ากลุ่มร่วมกัน ทั้งนี้ ผู้วิจัยเน้นถึงความสำคัญของการรักษาความลับของสมาชิกกลุ่ม

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัยสนทนากับสมาชิกกลุ่มเกี่ยวกับความต้องการ และความคาดหวังในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาครั้งนี้
2. ผู้วิจัยสรุปความต้องการและความคาดหวังของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มอีกครั้ง เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกันระหว่างสมาชิกกลุ่มกับผู้วิจัย
3. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกแต่ละคนเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับตนเอง ให้แก่สมาชิกกลุ่มฟัง โดยเรื่องราวที่เล่ามีรายละเอียดเกี่ยวกับงานอดิเรก วิชาที่ชอบ/ไม่ชอบ ความถนัดหรือความสามารถพิเศษ และอาชีพที่อยากจะเป็น เพื่อให้สมาชิกกลุ่มรู้จักกันมากยิ่งขึ้น ตลอดจนมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกัน ทั้งนี้ ผู้วิจัยรับฟังเรื่องราวของสมาชิกกลุ่มอย่างใส่ใจ ซึ่งเป็นข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับสมาชิกกลุ่ม

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มสรุปถึงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม ความต้องการ และความคาดหวัง และประโยชน์ที่สมาชิกกลุ่มจะได้รับ รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของสมาชิกกลุ่มในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม
2. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มซักถามข้อสงสัยเกี่ยวกับรายละเอียดของการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม จากนั้นผู้วิจัยกับสมาชิกกลุ่มร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้สนทนา เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกัน
3. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากการให้ความสนใจ ความร่วมมือในเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม และการซักถามในประเด็นต่างๆ ของสมาชิกกลุ่ม
2. การมีสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับสมาชิกกลุ่ม และระหว่างสมาชิกกลุ่ม ตลอดจนสมาชิกกลุ่มมีความเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ ความสำคัญของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม บทบาทหน้าที่ในฐานะสมาชิกกลุ่ม ระยะเวลาและข้อตกลงในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม



การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ครั้งที่ 2

เรื่อง รูปแบบความหวังทางการศึกษา

ระยะเวลา 60 นาที

แนวคิดสำคัญ (Key Concepts)

ความหวัง หมายถึง ชุดของความคิดที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานความรู้สึกของความตั้งใจที่จะประสบความสำเร็จ (การมุ่งไปสู่เป้าหมาย) (Goal-Directed Determination) และแนวทางสู่ความสำเร็จ (การวางแผนเพื่อไปสู่เป้าหมาย) (Planning to meet goals) (Snyder. 2000: 8) นอกจากนี้ สโตแลนด์ (Stoland. 1969: 189) กล่าวว่า ความหวัง หมายถึง ความคาดหวังของบุคคลที่จะประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่บุคคลรับรู้ว่าเป็นสิ่งสำคัญที่ตนต้องการ โดยผู้ที่มีความหวังจะมีการรับรู้ความสำคัญและความเป็นไปได้ในการบรรลุเป้าหมายในระดับสูง และมีความกระตือรือร้นที่จะดำเนินการใดๆ เพื่อไปสู่เป้าหมาย และดูฟอลท์ และ มาทอคซิโอ (Dufault; & Martocchio. 1985: 380) กล่าวว่า ความหวังเป็นความคาดหวังและความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุถึงสิ่งที่ดีในอนาคต ซึ่งสามารถแสดงออกทางด้านอารมณ์และพฤติกรรม

ทั้งนี้ความหวังทางการศึกษา หมายถึง การคาดหมายว่าจะประสบความสำเร็จตามเป้าหมายในการเรียน โดยมีความตั้งใจ เชื่อมั่น พยายามและอดทน ในการที่จะทำตามวิถีทางที่จะบรรลุ เป้าหมายนั้นได้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจถึงความหมาย องค์ประกอบของความหวังทางการศึกษา และ ความสำคัญของการมีความหวังทางการศึกษา
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสำรวจและเข้าใจรูปแบบความหวังทางการศึกษาในเบื้องต้นของตนเอง

ขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่ม

ผู้วิจัยสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มได้เข้าใจถึงภาพรวมของความหวังทางการศึกษา เช่น ความหมาย องค์ประกอบ ความสำคัญของการมีความหวังทางการศึกษา ตลอดจนให้สมาชิกกลุ่มได้เข้าใจถึงรูปแบบความหวังทางการศึกษาในเบื้องต้นของตน โดยใช้แนวคิดซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนาจาก Progress Checklist ของ Diane McDermott และ C.R. Snyder ซึ่งนำไปสู่การสร้างความหวังทางการศึกษาสำหรับตนเอง ทั้งนี้ผู้วิจัยใช้เทคนิคคำถามการจัตระดับ ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส (Solution-Focused) จะใช้คำถามการจัตระดับเมื่อต้องการ เปลี่ยนแปลงสิ่งที่ไม่สามารถสังเกตเห็นได้ง่าย เช่น อารมณ์ ความรู้สึก

เพื่อให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนสำรวจระดับความหวังทางการศึกษาของตน ในระหว่างดำเนินการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยทำหน้าที่สังเกตสมาชิกในกลุ่ม และพยายามนำมุมมอง วิธีการ และลักษณะเฉพาะในเรื่องประสบการณ์ของสมาชิกออกมา ตามลักษณะและบทบาทของผู้ให้คำปรึกษาแบบไซลูชัน-โฟกัส ตลอดจนให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันสรุปความ มีการให้ข้อมูลย้อนกลับ ให้กำลังใจ และให้ข้อเสนอแนะที่สมาชิกควรสังเกต เพื่อนำไปสู่การดำเนินการแก้ปัญหาในครั้งต่อไป ตามขั้นตอนของการให้คำปรึกษาไซลูชัน-โฟกัส ตลอดจนใช้ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษาในกระบวนการของการให้คำปรึกษา เช่น การฟัง การถาม การให้กำลังใจ การสรุปความ เป็นต้น

ทั้งนี้ก่อนการสิ้นสุดการให้คำปรึกษาครั้งที่ 2 ผู้วิจัยได้มอบหมายการบ้านให้แก่สมาชิกกลุ่ม โดยสังเกตว่า “จากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งนี้และในครั้งต่อไป สมาชิกได้เกิดการเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง และสมาชิกก็ต้องการให้ดำเนินต่อไป” (de ShaZer. 1985: 137) ตามเทคนิคการสร้างภารกิจ การบำบัดครั้งแรก ในการให้คำปรึกษาแบบไซลูชัน-โฟกัส ซึ่งเบอร์โทลิโน และโอเฮนลอน (Bertolino; & O'Hanlon. 2002: 341) ได้กล่าวว่า “การรักษาโดยการสร้างภารกิจการบำบัดครั้งแรก จะใช้หลังจากที่ผู้รับ คำปรึกษาได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องราว และมุมมองของตน ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่ว่า สมาชิกกลุ่มควรมีความเข้าใจก่อนที่จะเปลี่ยนแปลง

ขั้นเริ่มต้น

1. ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับสมาชิกกลุ่มกลับเข้ากลุ่มอีกครั้ง ตลอดจนสร้างบรรยากาศในการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยการทักทาย พูดคุย เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกผ่อนคลาย และคุ้นเคยไว้วางใจผู้วิจัย
2. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มทบทวนถึงข้อตกลง กติกาที่กลุ่มได้สร้างร่วมกัน ตลอดจนเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้มีการปรับเปลี่ยน หรือสร้างกฎ กติกาเพิ่มเติม
3. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันทบทวนถึงสิ่งที่ได้รับจากการเข้ารับการให้ปรึกษากลุ่มในครั้งที่ผ่านมา

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มสำรวจความคิดของตนเอง โดยถามสมาชิกกลุ่มว่า “ในความคิดของตน ผู้ที่มีความหวังทางการศึกษาสูงนั้น มีลักษณะเป็นอย่างไร”
2. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนพูดคุยเรื่องราวความคิดของตนเองให้แก่สมาชิกกลุ่มฟัง และช่วยกันนำความคิดเห็นแต่ละคนมาสรุป เพื่อนำไปสู่องค์ประกอบของความหวังทางการศึกษา
3. ผู้วิจัยสรุปความหมายและองค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น เพื่อความเข้าใจที่ตรงกันของสมาชิกกลุ่ม
4. ผู้วิจัยใช้เทคนิคคำถามการจัดระดับ ตามการให้คำปรึกษาแบบไซลูชัน-โฟกัส โดยให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนสำรวจตนเองว่า “จากระดับ 1 ถึง 10 ซึ่ง 1 คือ ระดับความหวังทางการศึกษาน้อย และ 10 คือ ระดับความหวังทางการศึกษาสูง ตนมีความหวังทางการศึกษาอยู่ในระดับใด”

5. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนพูดถึงตัวเลขที่ตนได้จัดระดับไว้ และอธิบายให้สมาชิกฟังว่าจากระดับดังกล่าวตนเองรู้สึกอย่างไร พร้อมลองเล่าเรื่องราว หรือยกตัวอย่างเหตุการณ์ที่ทำให้ตนรู้สึกว่า ความหวังทางการศึกษาของตนอยู่ในระดับดังกล่าว ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกเข้าใจตนเองมากยิ่งขึ้น โดยรับรู้ความรู้สึกของตนจากระดับความหวังทางการศึกษาที่ตนมี

6. ผู้วิจัยถามความคิดเห็นของสมาชิกกลุ่มว่า จากระดับความหวังทางการศึกษาในปัจจุบัน สมาชิกคิดว่า ระดับความหวังทางการศึกษาสามารถเพิ่มขึ้นได้หรือไม่ และการเป็นผู้มีความหวังทางการศึกษาในระดับสูง จะสามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตของสมาชิกได้อย่างไร ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกเห็นความสำคัญของการเป็นผู้มีความหวังทางการศึกษา

7. ผู้วิจัยถามสมาชิกกลุ่มว่า หลังจากได้ฟังความคิดเห็นของสมาชิกกลุ่มแล้วรู้สึกอย่างไร โดยผู้วิจัยสนับสนุนให้สมาชิกภายในกลุ่มให้กำลังใจซึ่งกัน ทั้งนี้ผู้วิจัยเน้นย้ำว่าความหวังทางการศึกษา เป็นสิ่งที่สามารถเสริมสร้างได้ เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดกำลังใจ เชื่อมมั่น และพร้อมที่จะตั้งเป้าหมาย ทางการศึกษาของตนในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันสรุปถึง สิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษา และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

2. ผู้วิจัยมอบหมายการบ้านให้แก่สมาชิกกลุ่ม โดยให้สังเกตว่า “ระหว่างการพบกันครั้งนี้ และครั้งต่อไป ได้เกิดสิ่งใดขึ้นกับตนบ้างซึ่งก็ต้องการให้ดำเนินต่อไป” ตามเทคนิคการสร้างภารกิจการบำบัด ครั้งแรก ในการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส ทั้งนี้หลังจากที่สมาชิกได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องราว และมุมมองของตน สมาชิกกลุ่มจะเกิดความเข้าใจในตนเองก่อนที่จะเกิดการเปลี่ยนแปลงต่อไป

3. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากการให้ความสนใจ ความร่วมมือในเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม และการซักถามในประเด็นต่างๆของสมาชิกกลุ่ม

2. สมาชิกกลุ่มมีความเข้าใจถึงความหมาย องค์ประกอบของความหวังทางการศึกษาและความสำคัญของการมีความหวังทางการศึกษา ตลอดจนมีเข้าใจรูปแบบความหวังทางการศึกษาในเบื้องต้นของตนเอง

การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ครั้งที่ 3

เรื่อง เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา

ระยะเวลา 60 นาที

แนวคิดสำคัญ (Key Concepts)

เป้าหมายสามารถแบ่งได้เป็นเป้าหมายระยะสั้นและเป้าหมายระยะยาว ซึ่งถ้ากล่าวถึงความสำเร็จหรือเป้าหมายสูงสุดที่บุคคลส่วนใหญ่มุ่งหวัง ก็คือ ความสำเร็จด้านอาชีพ ความสำเร็จทางการศึกษา การเห็นลูกเติบโตและประสบความสำเร็จ ทั้งนี้เราก็มักจะทำสิ่งต่างๆ เพื่อให้ประสบความสำเร็จไปในทิศทางเดียวกันกับเป้าหมายนั้น กล่าวคือ บุคคลที่มีความหวังสูงจะมีทั้งเป้าหมายระยะยาวและเป้าหมายระยะสั้น โดยสามารถแบ่งระดับของเป้าหมายระยะยาวได้เป็นขั้นบันไดหรือเป้าหมายระยะสั้นที่ไม่ยากเกินไป ซึ่งสามารถทำให้ประสบความสำเร็จได้ง่ายหรือสามารถจัดการได้ง่ายกว่า ทั้งนี้แต่ละช่วงเวลาที่เราสามารถบรรลุเป้าหมายระยะสั้นเหล่านั้นได้ เราจะเกิดการตระหนักได้ว่าแต่ละก้าวๆ ที่เราทำสำเร็จนั้นจะสามารถนำไปสู่ความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่มากขึ้นหรือเป้าหมายระยะยาวที่เราตั้งไว้นั่นเอง (McDermott; & Snyder. 1999: 61)

ทั้งนี้เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา เช่น การได้เรียนต่อในระดับที่สูงขึ้น เป็นต้น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสามารถตั้งเป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มพิจารณาความเป็นไปได้ของเป้าหมายทางการศึกษาที่สมาชิกได้กำหนดไว้

ขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่ม

ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้วิธีการฉายสิ่งที่เกิดขึ้นในขณะนี้ไปสู่อนาคตอีก 10 ปีข้างหน้า เพื่อลดความสำคัญของปัญหา ซึ่งเป็นเทคนิคหนึ่งของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรม การรู้คิด ใช้เทคนิคคำถามมหัศจรรย์ จากการให้คำปรึกษาแบบ โซลูชัน-โฟกัส และใช้เทคนิคการปรับแนวคิดให้อยู่บนทางสายกลาง เพื่อลดอิทธิพลของความคิดที่เป็นไปไม่ได้ จากการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรม การรู้คิด ตลอดจนใช้ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษา ในกระบวนการของการให้คำปรึกษา เช่น การฟัง การถาม การให้กำลังใจ การสรุปความ เป็นต้น

ทั้งนี้ก่อนการสิ้นสุดการให้คำปรึกษาครั้งที่ 3 ใช้ผู้วิจัยเทคนิคการสร้างภารกิจ การบำบัดครั้งแรกในการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส ต่อเนื่องจากการให้คำปรึกษากลุ่ม ในครั้งที่ 2 โดยถามสมาชิก

ถึงสิ่งที่ตนสังเกตเห็น หรือความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นและสมาชิก ก็ต้องการให้เกิดขึ้นต่อไปในอนาคต ซึ่ง เดอร์ ชาเซอร์ (de ShaZer. 1985: 138) กล่าวว่า การช่วยเหลือเช่นนี้จะช่วยส่งเสริมการมองโลกในแง่ดีและเกิดความหวังภายใต้สถานการณ์ของตน

ขั้นเริ่มต้น

1. ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับสมาชิกกลุ่มกลับเข้ากลุ่ม พร้อมทั้งสร้างบรรยากาศในการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยทักทาย และพูดคุยเกี่ยวกับผลของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ผ่านมามีสมาชิกกลุ่มมีความคิดและรู้สึกอย่างไร ทั้งนี้เพื่อเป็นการให้สมาชิกได้ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมา

2. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มทบทวนถึงข้อตกลง กติกาที่กลุ่มได้สร้างร่วมกัน ตลอดจนเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้มีการปรับเปลี่ยน หรือสร้างกฎ กติกาเพิ่มเติม

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มสำรวจตนเองว่า มีความถนัดหรือชอบในรายวิชาใดบ้าง พร้อมบอกเล่าเรื่องราวหรือยกตัวอย่างเหตุการณ์ที่ทำให้ตนเกิดการรับรู้เช่นนั้น

2. จากการสำรวจความถนัดหรือความชอบในรายวิชาต่างๆ ของตนนั้น ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มลองคิดว่าตนน่าจะศึกษาต่อในสาขาวิชาใดหรือคิดว่าสาขาวิชาใดจะสอดคล้องกับความสามารถและความต้องการของตน ทั้งนี้หากสมาชิกยังขาดข้อมูลของสาขาวิชาต่างๆ ผู้วิจัยให้ข้อมูลเพิ่มเติมแก่สมาชิก จากนั้นให้สมาชิกแต่ละคนเล่าถึงสาขาวิชาที่ตนเลือกซึ่งสอดคล้องกับความถนัดและความต้องการ

3. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มสำรวจตนเองว่า อยากที่จะประกอบอาชีพอะไร และอธิบายเพิ่มเติมว่าเพราะเหตุใดจึงอยากประกอบอาชีพนั้น เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เข้าใจตนเองโดยการทบทวนความต้องการของตน

4. ผู้วิจัยให้สมาชิกแต่ละคนสำรวจความเป็นไปได้ของสิ่งที่ตนได้คาดหวังไว้ โดยวิเคราะห์ถึงอาชีพที่ตนอยากจะเป็นว่า เท่าที่ตนรับรู้ในสภาพความเป็นจริงแล้วสามารถเป็นไปได้หรือไม่ พร้อมอธิบายว่า เหตุใดจึงคิดเช่นนั้น ทั้งนี้ผู้วิจัยสนับสนุนให้สมาชิกพิจารณาจากความถนัดทางด้านการเรียนของตน (ตามที่สมาชิกได้กล่าวไว้ในข้อ 1 – 2) โดยหากมีสมาชิกกลุ่มรับรู้ว่าจะอาชีพที่คาดหวังไว้ไม่สามารถเป็นจริงได้ ผู้วิจัยสนับสนุนให้สมาชิกตั้งคำถามตรวจสอบถึงอาชีพที่สอดคล้องหรือเป็นไปได้สำหรับตนอีกครั้งหนึ่ง ทั้งนี้เป็นการปรับแนวคิดให้อยู่บนทางสายกลาง เพื่อลดอิทธิพลของความคิดที่เป็นไปไม่ได้หรือเป็นไปได้ยาก ตามการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรฐ์คิด

5. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนบอกถึงความรู้สึกจากการที่ตนได้สำรวจตนเอง และผู้วิจัยถามสมาชิกต่อไปว่า หากตนได้ประกอบอาชีพตามที่ตนได้คาดหวังไว้ อะไรคือสิ่งที่จะแตกต่างหรือเปลี่ยนแปลงจากตอนนี้ เพื่อเป็นการกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนเล็งเห็นถึงความสำคัญของอนาคตที่ตนหวังไว้ ตามเทคนิคคำถามมหัศจรรย์ ในการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส

6. ผู้วิจัยสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ถึงอนาคตที่สมาชิกแต่ละคนได้ตั้งเป้าหมายไว้ เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดความมั่นใจที่จะนำตนเองเพื่อไปสู่เป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา

เหล่านั้นต่อไป

7. ผู้วิจัยสรุปความหมายของเป้าหมายระยะยาวทางการศึกษาตามนิยามศัพท์เฉพาะอีกครั้ง

8. ผู้วิจัยถามสมาชิกกลุ่มว่า จากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มจนถึงครั้งนี้ สมาชิกกลุ่มสังเกตเห็นสิ่งใด เกิดความเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงที่ตนยังคงต้องการให้เกิดขึ้นต่อไปตามเทคนิคการสร้างภารกิจการบำบัดครั้งแรก ในการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส เพื่อส่งเสริมการมองโลกในแง่ดีให้แก่สมาชิกกลุ่มและทำให้เกิดความหวังภายใต้สถานการณ์ของตนได้

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันสรุปถึง สิ่งที่ได้รับจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
2. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ในครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากการให้ความสนใจ ความร่วมมือในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม และการซักถามในประเด็นต่างๆ ของสมาชิกกลุ่ม
2. สมาชิกกลุ่ม สามารถตั้งเป้าหมายระยะยาวทางการศึกษา ตลอดจนสามารถพิจารณาความเป็นไปได้ของเป้าหมายทางการศึกษาที่ตนได้กำหนดไว้

การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ครั้งที่ 4

เรื่อง การตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา

ระยะเวลา 60 นาที

แนวคิดสำคัญ (Key Concepts)

การระบุหรือการตั้งเป้าหมายเป็นขั้นตอนที่สำคัญขั้นตอนหนึ่งของการสร้างความหวัง ซึ่งสามารถเริ่มได้ตั้งแต่เป้าหมายเล็กๆ ก่อน กล่าวคือ เป็นเป้าหมายที่ไม่ยากจนเกินไปหรือสามารถบรรลุ หรือ เป็นไปได้ แต่ก็มีความสำคัญสำหรับบุคคลนั้นๆ ทั้งนี้ให้คิดหรือตั้งเป้าหมายภายใต้สถานการณ์ในปัจจุบัน นอกจากนั้นเป้าหมายที่ตั้งหรือคาดหวังไว้ บุคคลสามารถรับรู้ถึงระยะเวลาที่จะประสบความสำเร็จ ตลอดจนรับรู้ถึงความเปลี่ยนแปลงเมื่อเป้าหมายนั้นๆ บรรลุผล (McDermott; & Snyder. 1999: 27)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสามารถระบุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเห็นถึงความสำคัญของการตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา

อุปกรณ์

กระดาษโน้ต (สำหรับเขียนเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่นักเรียนได้ตั้งไว้)

ขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่ม

ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยใช้วิธีการสร้างจินตนาการของสมาชิกกลุ่ม เพื่อกระตุ้นความคิดและความรู้สึกใหม่ เมื่อเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้บรรลุผล และใช้วิธีการติดต่อความคิด หรือ ความคิดทางบวกในตำแหน่งที่เห็นชัดเจน ตามเทคนิคทางพฤติกรรมของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรม การรู้คิด ตลอดจนใช้ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษาในกระบวนการของการให้คำปรึกษา เช่น การฟัง การถาม การให้กำลังใจ การสรุปความ เป็นต้น

ขั้นเริ่มต้น

1. ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับสมาชิกกลุ่มกลับเข้ากลุ่ม ตลอดจนสร้างบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยการทักทาย และพูดคุยเกี่ยวกับผลของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ผ่านมามี สมาชิกกลุ่มมีความคิดและรู้สึกอย่างไร ทั้งนี้เป็นการให้สมาชิกได้ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมาด้วย

2. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มทบทวนถึงข้อตกลง กติกาที่กลุ่มได้สร้างร่วมกัน ตลอดจนเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้มีการปรับเปลี่ยน หรือสร้างกฎ กติกาเพิ่มเติม

ขั้นตอนการ

1. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มนึกถึงสถานการณ์การเรียนของตนในปัจจุบัน และจากสถานการณ์นั้น ผู้วิจัยลองให้สมาชิกคิดถึงสิ่งที่ตนเองต้องการซึ่งเกี่ยวข้องกับการเรียนของตน ณ ปัจจุบัน ทั้งนี้เป็นเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาของตน โดยผู้วิจัยยกตัวอย่าง เป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา เช่น การสอบผ่าน การมีผลการเรียนที่ดีขึ้น เป็นต้น

2. จากเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาในข้อ 1 ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มสำรวจตนเองว่าเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาใด คือ เป้าหมายที่ตนเองต้องการให้เกิดขึ้นมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับสถานการณ์การเรียนของตนในปัจจุบัน ทั้งนี้ผู้วิจัยอธิบายเพิ่มเติมว่าสิ่งที่ตนคิดหรือต้องการนั้น ไม่จำเป็นต้องเป็นสิ่งที่ยาก กล่าวคือ สมาชิกกลุ่มสามารถรับรู้ถึงความเป็นไปได้ขณะที่ก็เป็นเป้าหมายที่มีความสำคัญสำหรับตน

3. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนพูดถึงเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ตนเองเลือกหรือต้องการมากที่สุดในปัจจุบันให้สมาชิกกลุ่มฟัง เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างสมาชิกในกลุ่ม

4. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มลองกำหนดระยะเวลาที่ตนเองคิดว่าจะสามารถทำให้เป้าหมายที่ตั้งไว้ประสบความสำเร็จได้ เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกกลุ่มรับรู้ถึงความเป็นไปได้ของเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้

5. ผู้วิจัยลองให้สมาชิกกลุ่มจินตนาการถึงความรู้สึกว่า หากตนบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาดังที่ได้ระบุไว้แล้วจะเป็นอย่างไร ทั้งนี้เป็นการกระตุ้นความคิดและความรู้สึกใหม่ ตามเทคนิคทางพฤติกรรมของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรฐ์คิด

6. ผู้วิจัยให้กำลังใจสมาชิกกลุ่ม และขอให้สมาชิกกลุ่มให้กำลังใจซึ่งกันและกัน เพื่อเป็นการสนับสนุนความคิดของสมาชิกกลุ่มต่อการตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา เกิดความมั่นใจในความสามารถของตน และมีพลังในการวางแผนเพื่อไปสู่เป้าหมายต่อไป

7. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มเขียนเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ตนได้เลือกไว้ ตลอดจนข้อความหรือความรู้สึกที่ตนรับรู้ได้เมื่อเป้าหมายเหล่านั้นบรรลุผลลงบนกระดาษโน้ต และนำไปติดในห้องนอนหรือตำแหน่งที่สามารถสังเกตเห็นได้อย่างชัดเจนในบ้านของตน ซึ่งเป็นเทคนิคทางพฤติกรรมของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรฐ์คิด

8. ผู้วิจัยสรุปความหมายของเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาตามนิยามศัพท์เฉพาะอีกครั้ง

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันสรุปถึง สิ่งที่ได้รับจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

2. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากการให้ความสนใจ ความร่วมมือในเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม และการซักถามในประเด็นต่างๆ ของสมาชิกกลุ่ม
2. สมาชิกกลุ่มสามารถระบุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา ตลอดจนเห็นความสำคัญของการตั้งเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษา



การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ครั้งที่ 5

เรื่อง วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา

ระยะเวลา 60 นาที

แนวคิดสำคัญ (Key Concepts)

พลังแห่งวิถีทาง (Pathway) เป็นการคิดเพื่อวางแผนหาทางหรือวิธีการที่จะนำบุคคลไปถึงเป้าหมาย บุคคลที่มีพลังแห่งวิถีทางสูงจะหาทางในการบรรลุเป้าหมายได้หลายแนวทาง และสามารถเปลี่ยนแนวทางให้เหมาะสมกับเป้าหมายและอุปสรรคที่เผชิญอยู่ได้ (Snyder. 1994: 53) โดย ซไนเดอร์ (Snyder. 1996: 194) กล่าวว่า ความหวังสามารถส่งเสริมให้เพิ่มขึ้นได้ในตัวบุคคล ซึ่งองค์ประกอบหนึ่งคือ การส่งเสริมความคิดให้มีแนวทาง

การส่งเสริมความคิดให้มีแนวทาง มีเทคนิคอย่างหนึ่ง คือ การหยุดเป้าหมายระยะยาวให้มาสู่เป้าหมายในระยะที่สั้นกว่า หรือเป้าหมายย่อยๆ ซึ่งสามารถดำเนินตามทางที่ละขั้นไปจนถึงเป้าหมายซึ่งมีประโยชน์ในการวางแผน สำหรับทางเลือกที่จะไปถึงเป้าหมายตามที่ต้องการได้ ทั้งนี้มีรายงานการศึกษาว่ามิตรภาพ หรือเพื่อนเป็นแหล่งที่ทำให้มีพลังในการช่วยชี้แนะทางให้บุคคลดำเนินไปสู่เป้าหมายนั้นได้ (Snyder. 1996: 194) ซึ่งการเตรียมพร้อมอย่างเป็นลำดับสู่เป้าหมาย มีความสำคัญมาก ผู้ที่คิดถึงวิถีทางและบทบาทหน้าที่ได้ในระดับสูงมักจะมีการทำรายการอย่างละเอียดว่าขั้นตอนที่ต้องทำคืออะไร ตนได้ทำอะไรไปบ้างแล้วและอะไรที่ยังไม่ได้ทำ ซึ่งรายการดังกล่าว จะช่วยสนับสนุนข้อมูลและเตือนถึงสิ่งที่ตนต้องทำหรือให้ความสำคัญ นอกจากนั้นก็เปรียบเสมือนสิ่งเสริมแรง เมื่อสามารถข้ามผ่านแต่ละขั้นตอนไปได้ เพราะฉะนั้นเป้าหมายจึงเกี่ยวข้องกับกับสิ่งต่างๆที่เราต้องทำ และการเตรียมพร้อมโดยจัดลำดับอย่างเป็นขั้นตอน ก็จะทำให้เราค้นพบว่า สิ่งที่เราควรให้ความสำคัญคืออะไรหรือถูกตรวจสอบ ซึ่งในแต่ละช่วงเวลาเราก็จะรู้ว่าเราควรอยู่ในขั้นตอนใดหรือมีการทำอะไรไปบ้างแล้ว (McDermott & Snyder. 1999: 109)

ทั้งนี้วิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษานั้นเป็นความสามารถในการรับรู้เพื่อที่จะกำหนดแนวทางในการปฏิบัติ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายทางการเรียนที่พึงประสงค์ เช่น การทบทวนบทเรียน ทั้งที่เข้าใจและไม่เข้าใจ การแสวงหาความรู้เพิ่มเติมนอกเหนือจากในชั้นเรียน และการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ส่งเสริมทางด้านการศึกษา เป็นต้น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มระบุถึงแนวทางต่างๆที่สามารถนำไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่ตนตั้งไว้ได้
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มระบุถึงขั้นตอนต่างๆตามแนวทางที่ตนได้ตั้งไว้เพื่อไปสู่เป้าหมาย

ขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่ม

ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยใช้รูปแบบการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า เป็นหลัก เนื่องจากการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า มีจุดมุ่งหมายเพื่อสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษามองชีวิตในมุมมองที่หลากหลาย โดยหาทางเลือกที่เป็นไปได้สำหรับตนเองที่จะสามารถหาได้ แทนที่จะมองในแง่ลบเดียว ผ่านการเล่าเรื่องราวที่ชอบ ซึ่งเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ และแสดงถึงเอกลักษณ์แห่งตน ทั้งนี้การให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า จึงเป็นวิธีการที่มุ่งพัฒนาทางเลือก โดยทำให้ผู้รับคำปรึกษาเป็นอิสระจากเรื่องราวที่เป็นปัญหา

ทั้งนี้ผู้วิจัยใช้เทคนิคการแสวงหาผลลัพธ์ที่เป็นลักษณะเฉพาะ ซึ่งเป็นการพิจารณาปัญหา โดยผู้วิจัยจะรับฟังสมาชิกถึงหนทางที่จะเป็นไปได้ ตลอดจนมีส่วนร่วมในบทสนทนาที่เกี่ยวข้องกับเรื่องราวที่สร้างขึ้นใหม่ เพื่อนำไปสู่การพัฒนาทางเลือกอีกทางเลือกหนึ่ง และใช้เทคนิคการร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือก โดยเป็นเทคนิคที่ต่อเนื่องจากการที่สมาชิกรับรู้ถึงเรื่องราวที่เป็นปัญหา ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ส่งเสริมให้สมาชิกกลุ่มได้ตรวจสอบปัญหา สมาชิกกลุ่มก็อาจจะเริ่มรับรู้ถึงความเป็นไปได้อื่นๆ ที่กว้างมากขึ้น ทั้งนี้การเล่าเรื่องราวที่ชอบหรือมีพลัง ตลอดจนกล่าวถึงผลลัพธ์ที่เป็นเอกลักษณ์ อาจทำให้เรื่องราวทางเลือกในอนาคตมีความเข้มแข็ง ดังนั้นผู้วิจัยจะสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มเล่าแล้วเล่าอีกในเรื่องราวที่ตนเองชอบ ตลอดจนทำเรื่องราวเหล่านั้นให้ชัดเจนมากขึ้น นอกจากนี้ใช้เทคนิคข้อมูลย้อนกลับของผู้ให้คำปรึกษาสำหรับสมาชิกกลุ่ม ซึ่งการให้ข้อมูลย้อนกลับที่เป็นพื้นฐาน คือ การชมเชย การเชื่อมต่อ และการเสนอแนะภารกิจ ซึ่งการชมเชยเป็นการรับรองว่าสมาชิกำลังดำเนินการ เพื่อไปสู่คำตอบที่มีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เป็นเหมือนการสนับสนุนและสร้างความหวังของสมาชิก ให้สามารถบรรลุเป้าหมายของตนด้วยความเข้มแข็ง ตลอดจนใช้ทักษะเบื้องต้น ในการให้คำปรึกษาในกระบวนการของการให้คำปรึกษา เช่น การฟัง การถาม การให้กำลังใจ การสรุปความ เป็นต้น

ขั้นเริ่มต้น

1. ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับสมาชิกกลุ่มกลับเข้ากลุ่ม ตลอดจนสร้างบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยการทักทาย และพูดคุยเกี่ยวกับผลของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ผ่านมามาว่า สมาชิกกลุ่มมีความคิดและรู้สึกอย่างไร ทั้งนี้เป็นการให้สมาชิกได้ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมามาด้วย
2. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มทบทวนถึงข้อตกลง กติกาที่กลุ่มได้สร้างร่วมกัน ตลอดจนเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้มีการปรับเปลี่ยน หรือสร้างกฎ กติกาเพิ่มเติม

ขั้นตอนการ

1. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มลองนึกถึงเรื่องราวความสำเร็จในอดีตของตน ซึ่งเกี่ยวข้องกับทางการเรียน และเล่าให้สมาชิกกลุ่มฟัง จากนั้นผู้วิจัยถามสมาชิกว่า “จากความสำเร็จในครั้งนั้น ทำให้สมาชิกแต่ละคนรู้สึกอย่างไร” โดยขอให้สมาชิกเล่าถึงความรู้สึกที่เกิดขึ้น ทั้งนี้การเล่าเรื่องราวที่ชอบ ซึ่งเกี่ยวข้องกับประสบการณ์และแสดงถึงเอกลักษณ์แห่งตน จะนำไปสู่การพัฒนาทางเลือก โดยทำให้สมาชิกเป็นอิสระจากเรื่องราวที่เป็นปัญหา ตามรูปแบบการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า
2. ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มทบทวนถึงเป้าหมายทางการศึกษาที่สมาชิกกลุ่มได้ตั้งไว้ ในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา เพื่อนำไปสู่การคิดหาแนวทางต่างๆ ที่สอดคล้องกับเป้าหมายของสมาชิกแต่ละคนต่อไป
3. ผู้วิจัยถามสมาชิกกลุ่มต่อไปว่า “จากเป้าหมายทางการศึกษาที่ได้ตั้งไว้ นักเรียนจะไปสู่เป้าหมายนั้นได้อย่างไร” ทั้งนี้เพื่อสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มพิจารณาถึงแนวทางต่างๆ ที่สามารถทำให้ตนบรรลุเป้าหมายด้วยตนเอง
4. หลังจากที่ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ค้นหาวิธีการเพื่อไปสู่เป้าหมายของตน ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนเล่าถึงสิ่งที่ตนเองได้ค้นพบแก่เพื่อนสมาชิก เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนแนวทางระหว่างกัน ทั้งนี้สมาชิกในกลุ่มเองก็อาจจะเริ่มรับรู้ถึงความเป็นไปได้อื่นๆ หรือแนวทางต่างๆ มากยิ่งขึ้น
5. หลังจากที่ได้รับฟังแนวทางต่างๆ จากสมาชิกกลุ่ม ผู้วิจัยขอให้สมาชิกลองทบทวนถึงแนวทางที่ตนได้คิดไว้อีกครั้ง เพื่อการตัดสินใจหาแนวทางที่เหมาะสมและสามารถนำไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตน และบอกเล่าแนวทางที่ตนได้ตัดสินใจเลือกซึ่งเหมาะสมกับเป้าหมายของตนแก่สมาชิกกลุ่มอีกครั้งหนึ่ง
6. จากแนวทางต่างๆ เหล่านั้น ผู้วิจัยขอให้สมาชิกแต่ละคนลองคิดถึงขั้นตอนคร่าวๆ ที่สอดคล้องกับแนวทางของตน โดยผู้วิจัยยกตัวอย่างการระบุขั้นตอนต่างๆ ตามแนวทางที่ได้ตั้งไว้ ทั้งนี้ผู้ที่คิดถึงวิถีทางและบทบาทหน้าที่ได้ในระดับสูงมักจะมีการทำรายการไว้ว่า ขั้นตอนที่ต้องทำคืออะไร ซึ่งนำไปสู่การตรวจสอบการดำเนินการต่างๆ ของสมาชิกกลุ่มต่อไป และเปรียบเสมือนการเสริมแรงหากสมาชิกได้ดำเนินการสำเร็จไปในแต่ละขั้น และส่งเสริมให้เกิดรับรู้ถึงความสำเร็จหรือเป้าหมายทางการศึกษาของตน
7. เมื่อสมาชิกกลุ่มสามารถค้นหาแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ที่เหมาะสมและสอดคล้องกับสถานการณ์การเรียนของตนในปัจจุบัน ผู้วิจัยขอให้สมาชิกลองจินตนาการถึงผลลัพธ์ เมื่อตนได้ดำเนินการตามแนวทางต่างๆ เหล่านั้น โดยบอกเล่าความรู้สึกที่ตนรับรู้ได้แก่สมาชิกภายในกลุ่ม ทั้งนี้เป็นการทำให้เรื่องราวทางเลือกในอนาคตของตนมีความเข้มแข็งและชัดเจนมากยิ่งขึ้น
8. ผู้วิจัยและสมาชิกกลุ่มช่วยกันสรุปถึงแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ที่สมาชิกกลุ่มแต่ละคนได้คิดไว้ เพื่อเป็นการเน้นย้ำถึงสิ่งที่สมาชิกได้ตัดสินใจเลือก ซึ่งมีความเหมาะสมและสอดคล้องกับตน
9. ผู้วิจัยชมเชยสมาชิกกลุ่ม และสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มชมเชยซึ่งกันและกัน เพื่อเป็นการรับรองว่า สมาชิกกลุ่มแต่ละคนกำลังดำเนินการเพื่อไปสู่คำตอบที่มีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เป็นเหมือน

การสนับสนุนและสร้างความหวังของสมาชิก ให้สามารถบรรลุเป้าหมายของตน ด้วยความเข้มแข็งตามเทคนิคข้อมูลย้อนกลับของผู้ให้คำปรึกษาสำหรับสมาชิกกลุ่ม

10. ผู้วิจัยสรุปความหมายของวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาตามนิยามศัพท์เฉพาะเพิ่มเติม ทั้งนี้หมายถึง ความสามารถในการรับรู้เพื่อที่จะกำหนดแนวทางในการปฏิบัติ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายทางการเรียนที่พึงประสงค์

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้รับจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
2. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากการให้ความสนใจ ความร่วมมือในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม และการซักถามในประเด็นต่างๆ ของสมาชิกกลุ่ม
2. สมาชิกกลุ่มสามารถระบุแนวทางต่างๆ ตลอดจนขั้นตอนตามแนวทางเหล่านั้นเพื่อนำไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่ตนตั้งไว้ได้

การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ครั้งที่ 6

เรื่อง ความตั้งใจที่จะไปสู่เป้าหมาย

ระยะเวลา 60 นาที

แนวคิดสำคัญ (Key Concepts)

พลังแห่งความตั้งใจ (Agency) เป็นการที่มีความตั้งใจ และรับรู้ถึงความสามารถที่จะริเริ่ม และดำเนินไปให้ถึงเป้าหมาย เช่น มีความคิดที่ว่า ฉันสามารถ ฉันจะพยายาม ฉันพร้อมที่จะทำ ซึ่งความคิดเหล่านี้ทำให้บุคคลเกิดการรับรู้ว่าคุณสามารถเริ่มและคงไว้ซึ่งการกระทำที่นำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการได้ พลังแห่งความตั้งใจนอกจากจะช่วยผลักดันให้บุคคลไปสู่เป้าหมายแล้วยังช่วยให้สามารถเอาชนะอุปสรรคตามทางที่ไปสู่เป้าหมายได้ด้วย (Snyder. 1994: 53) การส่งเสริมความคิดให้มีพลัง ทำได้โดยการส่งเสริมให้บุคคลพบกับตนเองในทางที่ดี โดยเฉพาะช่วงเวลาที่จิตใจวุ่น ช่วงที่พบกับปัญหาอุปสรรคในการดำเนินไปสู่เป้าหมาย เพื่อให้บุคคลเตรียมพร้อมโดยตัดสินใจว่าจะเผชิญกับปัญหานั้น จากการศึกษาพบว่าบุคคลที่มีความหวังสูง บ่อยครั้งจะปรับความคิดว่าเป้าหมายเหมือนเป็นการท้าทาย หรือนึกถึงประสบการณ์ที่ยากๆ ซึ่งจะทำให้บุคคลมีความอดทนและมีกำลังใจที่จะเดินไปถึงเป้าหมาย รวมทั้งส่งเสริมให้บุคคลเรียนรู้ที่จะสนุกกับกระบวนการที่จะนำตนไปสู่เป้าหมายหนึ่งๆ (Snyder. 1996: 194)

ทั้งนี้ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา เป็นการรู้จักของนักเรียนว่า จะสามารถเริ่มต้นและดำเนินพฤติกรรมเพื่อทำให้บรรลุเป้าหมายทางการเรียน

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนสามารถเริ่มต้นและดำเนินพฤติกรรมเพื่อทำให้บรรลุเป้าหมายทางการเรียน

อุปกรณ์

กระดาษโน้ต (สำหรับเขียนประโยคสั้นๆ ที่แสดงถึงความตั้งใจที่นักเรียนได้คิดไว้)

ขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่ม

ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยใช้เทคนิคทางพฤติกรรมตามรูปแบบการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการรู้จัก ซึ่งกำหนดให้มีกิจกรรมที่สร้างความตื่นตัวแก่สมาชิกกลุ่ม เกิดการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ที่น่าสนใจ ตลอดจนรู้สึกสนุก ซึ่งจะช่วยยกระดับอารมณ์และมีความคิดที่ปลอดโปร่งขึ้น เมื่อสมาชิกยังมีความรู้สึกวิตกกังวลอยู่ นอกจากนั้นใช้เทคนิคการพบกับตนเองหลายๆ ครั้งในแต่ละวันถึงความคิดทางบวก

หรือความคิดเป็นประโยชน์ต่อตนเอง และใช้การติดต่อความคิดหรือความคิดทางบวกที่ตนมีในตำแหน่งที่สามารถเห็นได้ชัดเจน นอกจากนี้ใช้เทคนิค คำถามการจัดระดับ ตามรูปแบบการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส ทั้งนี้ผู้วิจัยใช้คำถาม การจัดระดับเมื่อต้องการเปลี่ยนแปลงสิ่งที่ไม่สามารถสังเกตได้โดยง่าย เช่น อารมณ์ ความรู้สึกถึงความพร้อมในการเริ่มต้นดำเนินตามขั้นตอนเพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของสมาชิก ตลอดจนใช้ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษาในกระบวนการของการให้คำปรึกษา เช่น การฟัง การถาม การให้กำลังใจ การสรุปความ เป็นต้น

ขั้นเริ่มต้น

1. ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับสมาชิกกลุ่มกลับเข้ากลุ่ม ตลอดจนสร้างบรรยากาศในการให้คำปรึกษาโดยการทักทาย และพูดคุยเกี่ยวกับผลของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ผ่านมามีสมาชิกกลุ่มมีความรู้สึกอย่างไร เกิดการปรับเปลี่ยนอะไร อย่างไรกับตนเองบ้าง ทั้งนี้เป็นการให้สมาชิกได้ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมาด้วย

2. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มทบทวนถึงข้อตกลง กติกาที่กลุ่มได้สร้างร่วมกัน ตลอดจนเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้มีการปรับเปลี่ยน หรือสร้างกฎ กติกาเพิ่มเติม

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มทบทวนถึงแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ที่ตนได้คิดไว้เพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตนอีกครั้งหนึ่ง

2. ผู้วิจัยถามสมาชิกกลุ่มว่า “จากแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ที่ตนคิดไว้นั้น นักเรียนได้เริ่มต้นดำเนินการอย่างไรไปแล้วบ้าง”

3. ผู้วิจัยสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มที่ได้เริ่มต้นดำเนินการตามขั้นตอนไปบ้างแล้ว เล่าถึงรายละเอียดของสิ่งที่ตนเองได้ดำเนินการแก่สมาชิกกลุ่ม

4. ผู้วิจัยถามสมาชิกกลุ่มที่ได้เริ่มต้นดำเนินการตามขั้นตอนของตนไปแล้วว่า นักเรียนสามารถเริ่มต้นทำสิ่งเหล่านั้นได้อย่างไร ทั้งนี้เพื่อเป็นการกระตุ้นให้สมาชิกเกิดความคิดริเริ่มที่จะดำเนินการตามแนวทางของตน ผ่านการบอกเล่าประสบการณ์ของเพื่อนสมาชิก

5. ผู้วิจัยถามความรู้สึกของสมาชิกหลังจากที่ได้ฟังเรื่องราวของเพื่อน และขอให้บอกเล่าความรู้สึกของตนแก่เพื่อนสมาชิก

6. จากความรู้สึกเหล่านั้น ผู้วิจัยขอให้สมาชิกลองสำรวจตนเองว่า จากระดับ 1 ถึง 10 สมาชิกมีความรู้สึกถึงความพร้อมและมุ่งมั่นในการที่จะดำเนินการตามขั้นตอนต่างๆ ที่ตนได้ตั้งไว้เพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตนอยู่ในระดับใด โดยแลกเปลี่ยนระดับความรู้สึกเหล่านั้นกับสมาชิกภายในกลุ่ม

7. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มลองคิดคำพูดเป็นประโยคสั้นๆ ที่แสดงถึงการมีความมุ่งมั่น ความคิดริเริ่ม และความพร้อมที่จะลงมือปฏิบัติตามแนวทางต่างๆ ที่ตนได้ตั้งไว้และนำเสนอประโยคเหล่านั้นแก่เพื่อนสมาชิกด้วยน้ำเสียงที่เข้มแข็ง หลังจากนั้นผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มเขียนประโยคดังกล่าวลงในกระดาษโน้ตและนำไปติดในตำแหน่งที่ตนสามารถเห็นได้ชัดเจนภายในบ้าน พร้อมทั้งในแต่ละวัน

ผู้วิจัยขอให้สมาชิกแต่ละคนพูดซ้ำๆ กับตนเองถึงข้อความที่ตนได้เขียนไว้ ทั้งนี้เพื่อเป็นการสนับสนุนและกระตุ้นให้สมาชิกได้ดำเนินตามแนวทางที่ตนได้ตั้งไว้อย่างมุ่งมั่นและต่อเนื่องต่อไป

8. ผู้วิจัยให้กำลังใจสมาชิกกลุ่ม และสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ทั้งนี้เป็นการสร้างความมั่นใจว่าสมาชิกแต่ละคนมีความพร้อม มีความคิดริเริ่มที่ดีในการที่จะปฏิบัติตามแนวทางต่างๆ ของตน ตลอดจนมีความสามารถที่จะดำเนินการต่างๆ ได้

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้รับจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม และผู้วิจัย
2. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากการให้ความสนใจ ความร่วมมือในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม และการซักถามในประเด็นต่างๆ ของสมาชิกกลุ่ม
2. สมาชิกกลุ่มมีความมุ่งมั่นที่จะเริ่มต้นและดำเนินพฤติกรรมเพื่อทำให้บรรลุเป้าหมายทางการเรียน



การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ครั้งที่ 7

เรื่อง ความเชื่อมั่นที่จะไปสู่เป้าหมาย

ระยะเวลา 60 นาที

แนวคิดสำคัญ (Key Concepts)

ความเชื่อมั่น (Confidence) ความหมายของพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 หมายถึง ความมั่นใจ (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน. 2542: ออนไลน์) โดยการที่บุคคลจะมีความหวังได้นั้นเกี่ยวข้องกับการมีความเชื่อมั่นในตนเอง (Lange. 1978: 128) และการมีความหวังเป็นความรู้สึกมั่นใจว่าจะมีสิ่งดีเกิดขึ้นในอนาคต (Herth. 1992: 116) ซึ่งสอดคล้องกับ ดูฟอลท์ และ มาทอคซิโอ (Dufalt; & Martocchio. 1985: 380) ที่ได้กล่าวไว้ว่า ความหวังเป็นการเชื่อมั่นว่าตนจะบรรลุถึงสิ่งที่ดีในอนาคต ซึ่งเกี่ยวข้องกับการมีเป้าหมายที่ดี มีคุณค่า นอกจากนั้น โนวอทนี (Nowotny. 1989: 57 – 61) ยังกล่าวว่า ความหวังเกี่ยวข้องกับการมีเป้าหมายที่ดีที่เกิดขึ้นภายในบุคคล ซึ่งต้องประกอบกับความไว้วางใจและความเชื่อมั่นที่บุคคลมี และจากการสัมภาษณ์ในกลุ่มนักเรียน ตลอดจนการใช้คำถามปลายเปิดเกี่ยวกับความหวังทางการศึกษาของนักเรียน นักเรียนได้กล่าวว่าการที่บุคคลจะมีความหวังทางการศึกษาได้นั้นต้องอาศัยความมุ่งมั่น ตั้งใจในการเรียน เพื่อให้ตนประสบความสำเร็จทางการศึกษาตามที่ตนตั้งใจไว้ ทั้งนี้ต้องมีความเชื่อมั่นด้วยว่าตนจะต้องประสบความสำเร็จ

ทั้งนี้ความเชื่อมั่นว่า จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา เป็นความมั่นใจของนักเรียนว่า ตนมีความสามารถที่จะบรรลุเป้าหมายในการเรียนตามที่ตนตั้งใจไว้ได้

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนเกิดความมั่นใจว่าตนมีความสามารถที่จะบรรลุเป้าหมายในการเรียนตามที่ตนตั้งใจไว้ได้

ขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่ม

ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยใช้เทคนิคคำถามการจัดระดับ เป็นเทคนิคหนึ่งของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคคำถามการจัดระดับ เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจอารมณ์ความรู้สึกของตน โดยระบุระดับความรู้สึกในการเข้ากลุ่มครั้งแรกกับปัจจุบัน ถึงแม้ว่าระดับความรู้สึกจะสูงขึ้นเพียงเล็กน้อย แต่ก็เป็นความช่วยเหลือให้สมาชิกได้ใส่ใจกับสิ่งที่ตนกำลังกระทำอยู่ ตลอดจนให้สมาชิกได้พิจารณาว่าจะไปสู่ระดับที่สูงขึ้นได้อย่างไร ทั้งนี้เพื่อเป็นการสร้างความเชื่อมั่นต่อ

การกระทำของตน และใช้เทคนิคคำถามมหัศจรรย์ ซึ่งเป็นเทคนิคของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชั่นโฟกัส เช่นกัน โดยเป็นเทคนิคที่ผู้วิจัยสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มได้จินตนาการถึงความสำเร็จของตน เพื่อให้ เกิดความรู้สึกเชื่อมั่นต่อเป้าหมายที่ตนได้ตั้งไว้ ตลอดจนรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงเมื่อตนเองประสบความสำเร็จ ทั้งนี้ผู้วิจัยอาจใช้คำถามที่ว่า “ถ้าปาฏิหาริย์เกิดขึ้น โดยปัญหาของคุณหมดไปอะไรคือสิ่งที่แตกต่าง และคุณรู้อย่างไรว่าปัญหาได้รับการแก้ไขแล้ว” ซึ่งสมาชิกจะได้แสดงวิสัยทัศน์ถึงสิ่งที่สามารถเกิดขึ้น เมื่อปัญหาหมดไป นอกจากนี้ใช้เทคนิคมิตรภาพในการบำบัด ซึ่งเป็นเทคนิคหนึ่งของการให้คำปรึกษา แบบเรื่องเล่า เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้สนับสนุนซึ่งกันและกัน ตลอดจนเสริมสร้างทักษะของกลุ่มในการเปลี่ยนแปลง การนำเสนอเกี่ยวกับปัญหาของตน รวมทั้งใช้ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษาในกระบวนการของการให้คำปรึกษา เช่น การฟัง การถาม การให้กำลังใจ การสรุปความ เป็นต้น

ขั้นเริ่มต้น

1. ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับสมาชิกกลุ่มกลับเข้ากลุ่ม ตลอดจนสร้างบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยการทักทาย และพูดคุยเกี่ยวกับผลของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ผ่านมาว่า สมาชิกกลุ่มมีความรู้สึกอย่างไร และเกิดการปรับเปลี่ยนอะไร อย่างไรบ้าง ทั้งนี้เป็นการให้สมาชิกได้ทบทวน ถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมาด้วย

2. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มทบทวนถึงข้อตกลง กติกาที่กลุ่มได้สร้างร่วมกัน ตลอดจน เปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้มีการปรับเปลี่ยน หรือสร้างกฎ กติกาเพิ่มเติม

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัยถามสมาชิกกลุ่มว่า สมาชิกแต่ละคนได้ดำเนินการตามแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ที่ตนได้ตั้งไว้เพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาอย่างไรบ้าง ทั้งนี้ผู้วิจัยขอให้สมาชิกแต่ละคนเล่าถึงสิ่งที่ตน ได้ดำเนินการไปแล้วแก่เพื่อนสมาชิกในกลุ่ม

2. หลังจากที่สมาชิกแต่ละคนเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับการดำเนินการของตนเพื่อไปสู่เป้าหมาย แล้ว ผู้วิจัยใช้เทคนิคคำถามจัดระดับ เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจอารมณ์ความรู้สึกของตน โดยถาม สมาชิกกลุ่มว่า “จากระดับ 0 – 10 โดย 0 เป็น ความรู้สึกที่สมาชิกได้เข้ากลุ่มในครั้งแรก และ 10 คือ วันที่สมาชิกแต่ละคนบรรลุเป้าหมายระยะทางการศึกษาที่ตนได้ตั้งไว้ ณ ปัจจุบัน ระดับความรู้สึกหรือ รับรู้ว่าตนจะประสบความสำเร็จนั้น อยู่ในระดับใด” โดยขอให้สมาชิกแต่ละคนแลกเปลี่ยนความรู้สึก เหล่านั้น ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ทั้งนี้ความรู้สึกถึงการเปลี่ยนแปลงจะทำให้สมาชิกเกิดความเชื่อมั่นว่า การปฏิบัติตามแนวทางและขั้นตอนต่างๆนั้นสามารถทำให้ตนบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาที่ตนตั้งไว้ได้ และไม่ใช่เรื่องยากสำหรับตน เนื่องจากสามารถดำเนินการตามแนวทางและขั้นตอนต่างๆ ที่ตั้งไว้ไปได้ บ้างแล้ว และถึงแม้ว่าระดับความรู้สึกจะสูงขึ้นเพียงเล็กน้อย แต่ก็เป็นการช่วยให้สมาชิกได้ใส่ใจกับสิ่ง ที่ตนกำลังกระทำอยู่

3. ผู้วิจัยถามสมาชิกกลุ่มต่อไปว่าจากความรู้สึกที่เพิ่มขึ้นนั้นสมาชิกกลุ่มแต่ละคน สามารถ ทำได้อย่างไร ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจจากการที่ตนสามารถปฏิบัติตามแนวทาง และขั้นตอนต่างๆ ได้ ตลอดจนมีกำลังใจที่จะดำเนินการในขั้นตอนต่อไป

4. เพื่อเป็นการสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มดำเนินการตามขั้นตอนต่างๆ ที่ตนได้ตั้งไว้ต่อไป ตลอดจนเกิดความเชื่อมั่นว่าแนวทางและขั้นตอนต่างๆ เหล่านี้ จะสามารถทำให้ตนบรรลุเป้าหมายได้ ผู้วิจัยจึงถามสมาชิกว่า “อะไรคือสิ่งที่สมาชิกแต่ละคนจะทำต่อไป เพื่อให้บรรลุเป้าหมายทางการศึกษาที่ตนได้ตั้งไว้” ทั้งนี้ขอให้สมาชิกแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันภายในกลุ่ม

5. เมื่อสมาชิกกลุ่มแต่ละคนได้สำรวจอารมณ์ความรู้สึกของตนเองในปัจจุบัน ผู้วิจัยใช้เทคนิคคำถามมหัศจรรย์ โดยถามสมาชิกกลุ่มว่า “ถ้าหากปาฏิหาริย์เกิดขึ้น โดยคุณสามารถฝ่าฟันปัญหาต่างๆ และคุณประสบความสำเร็จ บรรลุเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ อะไรคือ สิ่งที่จะแตกต่างไปจากชีวิตของคุณ และคุณจะรู้สึกอย่างไร” ทั้งนี้เป็นการให้สมาชิกแต่ละคนจินตนาการถึงภาพที่ตนประสบความสำเร็จ บรรลุเป้าหมายในสิ่งที่ตนต้องการ เพื่อให้เกิดความรู้สึกเชื่อมั่นต่อเป้าหมายที่ตนตั้งไว้ ตลอดจนรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงเมื่อตนเองประสบความสำเร็จ โดยผู้วิจัยขอให้สมาชิกบอกเล่าความรู้สึกเหล่านั้น แก่เพื่อนสมาชิก

6. ผู้วิจัยสนับสนุนให้สมาชิกในกลุ่มให้กำลังใจซึ่งกันและกัน โดยสร้างความเชื่อมั่นในสิ่งที่สมาชิกแต่ละคนกำลังกระทำและดำเนินต่อไปเพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่แต่ละคนได้ตั้งไว้

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้รับจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
2. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากการให้ความสนใจ ความร่วมมือในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม และการซักถามในประเด็นต่างๆ ของสมาชิกกลุ่ม
2. สมาชิกกลุ่มเกิดความมั่นใจว่าตนมีความสามารถที่จะบรรลุเป้าหมายในการเรียนตามที่ตนตั้งไว้

การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ครั้งที่ 8

เรื่อง ความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคในการไปสู่เป้าหมาย

ระยะเวลา 60 นาที

แนวคิดสำคัญ (Key Concepts)

ความพยายาม (Effort) ตามความหมายของพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 หมายถึง การทำโดยมานะบากบั่น ถึงแม้จะมีอุปสรรค (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน. 2542: ออนไลน์) ซึ่งสอดคล้องกับลักษณะของผู้ที่มีความหวังทางการศึกษาจากการที่ได้สัมภาษณ์บุคคลในกลุ่มต่างๆ ทั้งนี้ กลุ่มของนักเรียนกล่าวว่า บุคคลที่มีความหวังทางการศึกษาแม้จะเจอกับอุปสรรคก็ต้องพยายามต่อสู้จนประสบความสำเร็จให้ได้ และจากการสัมภาษณ์ในกลุ่มครู-อาจารย์ก็พบว่าลักษณะของผู้ที่มีความหวังทางการศึกษาต้องมีความบากบั่น พยายามและอดทนต่ออุปสรรคต่างๆ ที่เข้ามา นอกจากนี้ในการสัมภาษณ์กลุ่มพ่อแม่-ผู้ปกครอง ก็สรุปได้ว่า การที่บุคคลมีความหวังทางการศึกษา ต้องสามารถต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาแม้ว่า จะมีความยากลำบากเพียงใด ตลอดจนถึงต้องพยายามหาแนวทางต่างๆ ที่จะทำให้อันประสบความสำเร็จ

ทั้งนี้ความพยายามที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา เป็นการแสดงออกของนักเรียนถึงความมานะบากบั่นในการเรียน เพื่อให้ไปสู่เป้าหมายทางการเรียนที่ตนตั้งไว้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มรับรู้ถึงอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการดำเนินการตามแนวทางหรือขั้นตอนต่างๆ ที่ตนได้กำหนดไว้
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสามารถคิดหาแนวทางอื่นๆ นอกเหนือจากแนวทางที่ได้ตั้งไว้ ซึ่งช่วยให้สามารถบรรลุเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาได้
3. เพื่อให้สมาชิกมีความสามารถในการค้นหาแนวทางอื่นๆ ที่ช่วยให้ตนผ่านพ้นอุปสรรคในการที่จะไปสู่เป้าหมายที่ตนตั้งไว้ได้

ขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่ม

ผู้วิจัยสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาคาดคะเนถึงปัญหาอุปสรรคที่อาจจะเกิดขึ้นได้ ซึ่งถือเป็นบทบาทหนึ่งของผู้ให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมการรู้จักคิด และใช้เทคนิคการร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือก ซึ่งเป็นเทคนิคหนึ่งของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า โดยเป็นเทคนิคที่ต่อเนื่องจากการที่ผู้รับคำปรึกษา

รับรู้ถึงเรื่องราวที่เป็นปัญหาซึ่งมีอิทธิพลต่อตน โดยขณะที่การบรรยายได้ส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตรวจสอบปัญหา ผู้รับคำปรึกษาก็อาจจะเริ่มรับรู้ถึงความเป็นไปได้อื่นๆ ที่กว้างมากขึ้น รวมทั้งใช้เทคนิคคำถามข้อยกเว้น ซึ่งเป็นเทคนิคหนึ่งของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส โดยเป็นการใช้คำถามที่นำสมาชิกสู่สภาวะที่ไม่มีปัญหาอีกต่อไป ทั้งนี้ นำประสบการณ์ในอดีตของสมาชิมาพิจารณาว่า เหตุใดปัญหาจึงไม่เกิดขึ้นซึ่งการสำรวจดังกล่าวเป็นการเตือนให้สมาชิกสังเกตเห็นว่า ปัญหาไม่ใช่ไม่มีทางแก้ โดยในการถามคำถามผู้ให้คำปรึกษากลุ่มจะกล่าวถึงสิ่งที่เป็นข้อยกเว้นของสมาชิกที่เคยเกิดขึ้น ดังนั้น ข้อยกเว้นจึงเป็นสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นได้จริงภายนอกบริบทของปัญหา ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับการสนับสนุนให้เปลี่ยนความเชื่อที่ว่าตนไม่สามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตได้ โดยผู้ให้คำปรึกษา อาจให้ผู้รับคำปรึกษากล่าวถึงช่วงเวลาที่คุณรู้สึกดี เมื่อสิ่งต่างๆ ดำเนินไปในทางที่ดี และเมื่อปัญหาต่างๆ ได้คลี่คลาย ตลอดจนวิธีการแก้ปัญหาที่มีความชัดเจนและเป็นไปได้สำหรับตน ทั้งนี้หน้าที่หลักของผู้ให้คำปรึกษาก็คือการแนะนำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายใต้ทางเลือกของตนตามแนวทางที่ผู้รับคำปรึกษาจะพบว่าเคยได้ผลมาก่อน

ขั้นเริ่มต้น

1. ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับสมาชิกกลุ่มกลับเข้ากลุ่ม ตลอดจนสร้างบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยการทักทาย และพูดคุยเกี่ยวกับผลของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ผ่านมาว่า สมาชิกกลุ่มมีความรู้สึกอย่างไร และเกิดการปรับเปลี่ยนอะไร อย่างไรบ้าง ทั้งนี้เป็นการให้สมาชิกได้ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมาด้วย

2. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มทบทวนถึงข้อตกลง กติกาที่กลุ่มได้สร้างร่วมกัน ตลอดจนเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้มีการปรับเปลี่ยน หรือสร้างกฎ กติกาเพิ่มเติม

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกเล่าถึงความก้าวหน้าในการดำเนินการตามแนวทางและขั้นตอนต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตนให้แก่เพื่อนสมาชิกกลุ่มฟัง

2. ผู้วิจัยถามสมาชิกกลุ่มต่อไปว่า “ระหว่างการดำเนินการตามแนวทาง และขั้นตอนต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตนนั้น สมาชิกได้พบกับปัญหา หรืออุปสรรคบ้างหรือไม่อย่างไร” โดยผู้วิจัยขอให้สมาชิกเล่าถึงปัญหาหรืออุปสรรคที่ตนเองพบ ทั้งนี้หากสมาชิกยังไม่พบกับปัญหาหรืออุปสรรคในการดำเนินการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมาย ผู้วิจัยขอให้ลองคาดคะเนถึงปัญหาหรืออุปสรรคที่อาจจะเกิดขึ้นกับตนได้ในระหว่างการดำเนินการต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ ทั้งนี้ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มแลกเปลี่ยนถึงสิ่งที่ตนได้คาดคะเนไว้แก่เพื่อนสมาชิกในกลุ่ม

3. ผู้วิจัยถามสมาชิกกลุ่มต่อไปว่า “จากปัญหาหรืออุปสรรคต่างๆ เหล่านั้น สมาชิกคิดว่าจะมีแนวทางหรือวิธีการแก้ไขปัญหานั้นอย่างไร” ผ่านการใช้เทคนิคการร่วมมือสร้างเรื่องราวทางเลือกในการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า ซึ่งเป็นเทคนิคที่ต่อเนื่องจากการที่สมาชิกกลุ่มได้รับรู้เรื่องราวที่เป็นปัญหาของตน โดยระหว่างการเล่าถึงปัญหาหรืออุปสรรคต่างๆ ของตน สมาชิกจะได้ตรวจสอบปัญหา และอาจเริ่มรับรู้ถึงแนวทางอื่นๆ ที่สามารถเป็นไปได้ เพื่อนำไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาที่ตั้งไว้ของตน ทั้งนี้ผู้วิจัยขอให้สมาชิกแลกเปลี่ยนแนวทางที่ตนได้ค้นพบใหม่แก่เพื่อนสมาชิกในกลุ่ม

4. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มลองนึกถึงเหตุการณ์ในอดีตซึ่งเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ทางการเรียนที่ยากลำบาก หรือการพยายามแก้ไขปัญหาลักษณะต่าง ๆ ทางด้านการเรียนที่ตนประสบ และสามารถผ่านพ้นมาได้ ทั้งนี้ผู้วิจัยถามสมาชิกต่อไปว่า “คุณสามารถผ่านเรื่องราวเหตุการณ์นั้น มาได้อย่างไร และคุณรู้สึกอย่างไรหลังจากที่คุณได้พยายามจัดการหรือแก้ไขปัญหานั้นได้” ทั้งนี้ผู้วิจัยขอให้สมาชิกเล่าถึงวิธีการจัดการของตน ตลอดจนความรู้สึกที่เกิดขึ้น ณ ขณะนั้น ซึ่งสอดคล้องกับเทคนิคคำถามข้อยกเว้น ในการให้คำปรึกษาแบบโซลูชัน-โฟกัส โดยเป็นการสนับสนุนให้สมาชิกเปลี่ยนความเชื่อที่ว่า ตนไม่สามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตได้ ภายใต้สภาพการณ์ที่เคยเกิดขึ้นจริงกับตน

5. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกในกลุ่มแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากการที่ได้ฟังเรื่องราวเหตุการณ์ที่สมาชิกกลุ่มแต่ละคนได้พยายามแก้ไขหรือจัดการกับอุปสรรคเหล่านั้น

6. ผู้วิจัยชมเชยสมาชิกกลุ่ม และสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มชมเชยซึ่งกันและกันและกันที่สามารถผ่านปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ มาได้ ตลอดจนให้กำลังใจกันในสิ่งที่สมาชิกได้พยายามเอาชนะปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่คาดว่า จะเกิดขึ้นกับตน ในการไปสู่เป้าหมาย

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้รับจากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
2. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา ในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากการให้ความสนใจ ความร่วมมือในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม และการซักถามในประเด็นต่าง ๆ ของสมาชิกกลุ่ม
2. สมาชิกกลุ่มรับรู้ถึงอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการดำเนินการตามแนวทางหรือขั้นตอนต่าง ๆ ที่ตนได้กำหนดไว้ และสามารถคิดหาแนวทางอื่นๆ นอกเหนือจากแนวทางที่ได้ตั้งไว้ ที่ช่วยให้ตนผ่านพ้นอุปสรรคในการที่จะไปสู่เป้าหมายที่ตนตั้งไว้ได้

การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ครั้งที่ 9

เรื่อง ความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมาย

ระยะเวลา 60 นาที

แนวคิดสำคัญ (Key Concepts)

ความอดทน (Tolerance) ตามความหมายของพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 หมายถึง การยอมรับสภาพความยากลำบาก โดยไม่ย่อท้อ (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน. 2542: ออนไลน์) ซึ่งสอดคล้องกับ ลาง (Lange. 1978: 128) ที่ได้กล่าวเกี่ยวกับเรื่องของความหวังไว้ว่า เมื่อบุคคลมีความหวังจะมีความอดทนที่จะปรับสภาพต่างๆ ของร่างกายและจิตใจ และจากความหวังนี้ก็จะทำให้บุคคลมีความสามารถในการเผชิญกับความเครียดต่างๆ ด้วย (Nowotny. 1989: 57 – 61) ทั้งนี้เมื่อสัมภาษณ์ในกลุ่มครู-อาจารย์ก็พบว่า การที่จะมีความหวังทางการศึกษาได้นั้น ต้องมีการสร้างเป้าหมายทางการศึกษาที่เหมาะสมสำหรับตนเอง ทั้งนี้ต้องมีความบากบั่น และอดทนต่ออุปสรรคต่างๆ ที่จะเข้ามา

ทั้งนี้ความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา เป็นความสามารถของนักเรียนในการยอมรับสภาพความยากลำบากที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในการเรียนโดยไม่ย่อท้อหรือท้อแท้

วัตถุประสงค์

เพื่อให้สมาชิกกลุ่มไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคต่างๆ ซึ่งส่งผลต่อเป้าหมายระยะสั้นทางการศึกษาที่ตนได้ตั้งไว้

อุปกรณ์

เอกสารเรื่อง “From Homeless to Harvard”

ขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่ม

ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้เทคนิคการใช้คำถามในการบำบัด ซึ่งเป็นเทคนิคหนึ่งของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า โดยการตั้งคำถามของผู้ให้คำปรึกษาจะนำไปสู่สิ่งที่สมาชิกกำลังประสบอยู่ ทั้งนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะขอให้สมาชิกบรรยายถึงเรื่องราวที่เป็นปัญหา และบ่อยครั้งที่การตั้งคำถามจะสัมพันธ์เชื่อมโยงสู่เรื่องราวใหม่ๆ และใช้เทคนิคทางพฤติกรรมตามรูปแบบการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรฐคิด โดยใช้การอ่านชีวประวัติของผู้ที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวกับปัญหา ซึ่งอาจเป็น

เรื่องราวที่สอดคล้องกับผู้รับคำปรึกษา ทั้งนี้ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ปรับความคิด นอกจากนั้นใช้เทคนิคแบบแผน จดหมายและมิตรภาพในการบำบัด ซึ่งเป็นเทคนิคหนึ่งของการให้คำปรึกษาแบบเรื่องเล่า ทั้งนี้ในส่วนของเทคนิคมิตรภาพในการบำบัด จะส่งเสริมให้สมาชิกสนับสนุนซึ่งกันและกัน ตลอดจนเสริมสร้างทักษะของกลุ่ม เพื่อที่จะสนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการนำเสนอเกี่ยวกับปัญหา รวมทั้งใช้ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษาในกระบวนการของการให้คำปรึกษา เช่น การฟัง การถามการสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ การสรุปความ เป็นต้น

ขั้นเริ่มต้น

1. ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับสมาชิกกลุ่มกลับเข้ากลุ่ม ตลอดจนสร้างบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยการทักทาย และพูดคุยเกี่ยวกับผลของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ผ่านมามาว่าสมาชิกกลุ่มมีความรู้สึกอย่างไร และเกิดการปรับเปลี่ยนอะไร อย่างไรกับตนเองบ้างในช่วงที่ผ่านมา ทั้งนี้เป็นการให้สมาชิกได้ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมามา

2. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มทบทวนถึงข้อตกลง กติกาที่กลุ่มได้สร้างร่วมกัน ตลอดจนเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้มีการปรับเปลี่ยน หรือสร้างกฎ กติกาเพิ่มเติม

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัยถามสมาชิกกลุ่มว่า “ในการดำเนินการตามแนวทางและขั้นตอนต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายทางการศึกษาของตนนั้น สมาชิกได้พบกับอุปสรรคหรือความยากลำบากบ้างหรือไม่ อย่างไร” โดยผู้วิจัยขอให้เล่าถึงเรื่องราวที่เป็นปัญหาซึ่งตนกำลังประสบอยู่

2. ผู้วิจัยถามสมาชิกต่อไปว่า “จากเรื่องราวเหล่านั้น สมาชิกรู้สึกอย่างไร” เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกได้บอกเล่าความรู้สึกที่เกิดขึ้น เมื่อวิธีการที่ตนได้กำหนดไว้ไม่ราบรื่นหรือมีปัญหา ทั้งนี้หากมีสมาชิกที่ยังไม่พบกับอุปสรรคหรือความยากลำบากในการดำเนินการเพื่อไปสู่เป้าหมายของตน ผู้วิจัยก็ขอให้สมาชิกเหล่านั้นได้ลองจินตนาการดูว่า หากพวกเขาเจอกับอุปสรรคแล้วจะเป็นอย่างไร

3. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกอ่านเอกสารเรื่อง “From Homeless to Harvard” หลังจากอ่านแล้ว ผู้วิจัยพูดคุยกับสมาชิกในกลุ่มในประเด็นต่างๆ ต่อไปนี้

3.1 สมาชิกแต่ละคนรู้สึกอย่างไรกับเรื่องที่ได้อ่าน

3.2 ความรู้สึกที่มีต่อ ดอว์น ลอกกินส์ (Down Loggins)

3.3 สมาชิกได้อะไรจากการอ่านเรื่องราวชีวิตของ ดอว์น ลอกกินส์

ทั้งนี้เป็นการใช้เทคนิคทางพฤติกรรมตามรูปแบบการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมกรรมากรู้คิด โดยใช้การอ่านชีวประวัติของผู้ที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวกับปัญหา ซึ่งอาจเป็นเรื่องราวที่สอดคล้องกับสมาชิก เพื่อช่วยให้สมาชิกได้ปรับความคิด

4. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกลองทบทวนถึงแนวทางแก้ไขและจัดการกับอุปสรรคที่สมาชิกแต่ละคนได้เคยระบุไว้ในกรเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ผ่านมามา และถามสมาชิกกลุ่มถึงความรู้สึกที่ตนสามารถค้นพบแนวทางในการแก้ไขหรือจัดการกับอุปสรรคเหล่านั้น ทั้งนี้เป็นการสนับสนุนให้สมาชิกจัดการกับความทุกข์ย่ำแย่ต่ออุปสรรค โดยเล็งเห็นแนวทางการแก้ปัญหา

5. ผู้วิจัยให้กำลังใจสมาชิกกลุ่มว่าในอดีตแม้สมาชิกจะพบกับปัญหา อุปสรรคทางด้านการเรียน แต่ก็สามารถผ่านพ้นมาได้ ทั้งนี้ในปัจจุบันแม้สมาชิกจะพบกับปัญหา อุปสรรคซึ่งมีผลต่อการบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาที่ตนได้ตั้งไว้ และอาจทำแนวทางต่างๆ ไม่ราบรื่นอย่างที่คิด แต่ผู้วิจัยก็เชื่อว่า สมาชิกทุกคนก็สามารถผ่านพ้นกับอุปสรรคเหล่านั้นไปได้ ทั้งนี้เห็นได้จากแนวทางในการแก้ไข และจัดการกับอุปสรรคที่สมาชิกก็ได้เคยระบุไว้ก่อนหน้านี้ นอกจากนี้ ผู้วิจัยสนับสนุนให้สมาชิกในกลุ่มพูดให้กำลังใจซึ่งกันและกันด้วย

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
2. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากการให้ความสนใจ ความร่วมมือในเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม และการซักถามในประเด็นต่างๆ ของสมาชิกกลุ่ม
2. สมาชิกกลุ่มไม่ย่อท้อ ท้อแท้ต่ออุปสรรคต่างๆ แม้การปฏิบัติตามแนวทางที่ตนได้ตั้งไว้เพื่อไปสู่เป้าหมายจะไม่ราบรื่นอย่างที่คิด

เอกสารเรื่อง “From Homeless to Harvard”

ดอว์น ลอกกินส์ (Down Loggins) เป็นเด็กนักเรียนโรงเรียนเบิร์นไฮสกูล ในเมืองลอนเดล รัฐนอร์ทแคโรไลนา โดยเธอเป็นนักเรียนเกียรตินิยม ได้เกรด A ทุกวิชา เธอรับจ้างดูพื้นที่โรงเรียน ทั้งนี้เมื่อดอว์นไม่มีเรียนเธอต้องดูพื้นที่ทั้งโรงเรียน ไม่เว้นแม้แต่ห้องน้ำ

ย้อนกลับไปดูชีวิตของเธอ พ่อแม่ของเธอติดยาและได้ทอดทิ้งเธอไป ครูและชาวบ้านต้องบริจาคเสื้อผ้าและข้าวของที่จำเป็นให้เธอ ตลอดจนงานภารโรงที่โรงเรียนให้เพื่อหารายได้ ดอว์นดูพื้นที่ ทำความสะอาดโดยไม่เคยบ่น แต่รู้สึกซาบซึ้งที่มีงาน มีรายได้เล็กน้อยๆ พอประทังชีพ

ดอว์นเติบโตมาอย่างยากจนข้นแค้น บ่อยครั้งที่ไม่มีน้ำ ไม่มีไฟทำการบ้านอ่านหนังสือ จนครูในโรงเรียนต้องหาเทียนไขมาให้เธอใช้ด้วยเทียนไขนี้ เธออ่านหนังสือทำการบ้านอย่างไม่ย่อท้อ จนมีผลการเรียนดีเด่น ได้รับเลือกให้เข้าค่ายศึกษาวิทยาศาสตร์ ซึ่งเป็นค่ายสำหรับนักเรียนที่มีผลการเรียนระดับยอดเยี่ยมของรัฐ ซึ่งช่วงที่เธอเข้าค่ายนี้เองเป็นช่วงที่พ่อแม่ทิ้งเธอไป โดยเมื่อเธอกลับมาบ้านก็ไม่พบพ่อกับแม่แล้ว และมีติดประกาศไล่ที่ ทำให้ดอว์นไร้บ้าน ขาดพ่อแม่ในที่สุด และเธอมาทราบข่าวภายหลังว่าพ่อแม่ได้ย้ายหนีไปอยู่อีกรัฐหนึ่งและเสียชีวิตแล้ว เธอกล่าวว่า เธอไม่เคยคิดว่า พ่อกับแม่จะทิ้งเธอไปง่ายๆ แต่เธอก็ไม่โกรธ

หลังจากนั้นมาเธอต้องระแหร่ร้อน ไปนอนตามบ้านเพื่อน ขณะนั้นเธอยังไม่บรรลุนิติภาวะ ทั้งครูและคนในชุมชนต้องรับหน้าที่เป็นผู้ปกครองของเธอ และขอให้คู่สามีภรรยาคนขับรถในโรงเรียนรับเธอไปพักอาศัยด้วย โดยครูช่วยเหลือค่าใช้จ่าย

เมื่อเข้าปีสุดท้ายในการเรียนระดับไฮสกูล เธอตัดสินใจที่จะเรียนต่อในมหาวิทยาลัย โดยเธอกล่าวว่าเธอได้เห็นหนทางที่เลวร้าย ทั้งยาเสพติด สิ่งแย่ๆ เธอจึงตัดสินใจแน่วแน่ว่า เธอจะไม่เดินบนเส้นทางเหล่านั้นเด็ดขาด เธอยังกล่าวว่าเธอรู้ดีว่าการศึกษาคือพาให้เธอพ้นจากความเลวร้ายได้ อาจมีหลายคนโทษสิ่งแวดล้อมรอบตัว แต่เธอใช้สถานการณ์แย่ๆ เหล่านั้น มาเป็นพลังผลักดันให้เธอหลุดพ้นออกมาได้

นอกจากเธอจะตั้งใจเรียนแล้ว เธอยังทำกิจกรรมต่างๆ มากมาย ทั้งเป็นประธานชมรมถ่ายภาพ เป็นผู้ริเริ่มจัดโครงการบริการสังคม เข้าร่วมชมรมดุริยางค์ และยังเป็นสมาชิกสมาชิกชมรมเกียรติยศแห่งชาติด้วย

ในปีสุดท้ายในโรงเรียน เธอได้ส่งใบสมัครเรียนไปยังมหาวิทยาลัย 4 แห่ง ในรัฐแคโรไลนา และมหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด รวมเป็น 5 แห่ง โดยมีครู แลรี การ์ดเนอร์ เป็นคนเขียนจดหมายรับรองให้เธอ โดยมีข้อความว่า “เธอไม่รู้อะไรจะสรรหาคำใดมาบรรยายในจดหมายได้ตั้งใจคิด และไม่เคยเขียนจดหมายรับรองฉบับใดเหมือนฉบับนี้... นักเรียนส่วนมากเมื่อต้องเผชิญกับความยากลำบาก แม้เพียงเศษเสี้ยวของดอว์นก็คงท้อถอยยอมแพ้อย่างไม่เป็นท่า แต่สาวน้อยผู้นี้ที่แม้ต้องผ่านเหตุการณ์แสนสาหัส ต้องพบกับความหวือฮา ระแหร่ร้อนไร้บ้าน และเผชิญกับความยากลำบากอีกนานัปการ เธอก็ลุกขึ้นยืนผงาดเหนืออุปสรรคทั้งปวง... ยืนตระหง่านโดดเด่นเหนือผู้คน”

สุดท้ายเธอได้รับการตอบรับจากมหาวิทยาลัยทั้ง 4 แห่งแรก รวมทั้งฮาร์วาร์ดด้วย ซึ่งนอกจากเธอจะเข้ามหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ดได้แล้ว เธอยังได้รับทุนการศึกษาจากมหาวิทยาลัยอีกด้วย

จากเรื่องราวของเธอได้กลายเป็นข่าว **“From Homeless to Harvard”** และเธอได้ให้สัมภาษณ์กับ WBTV ว่า “เมื่อคุณมีความฝัน คุณสามารถบุกบันให้ฝันเป็นจริงได้ โดยไม่มีข้อแก้ตัวใดๆ ทั้งสิ้น มีแต่ตัวคุณเองเพียงเท่านั้น ที่จะสร้างฝันให้เป็นจริงขึ้นมาได้”

หลังจากข่าวของเธอได้นำเสนอออกไป ผู้คนทั่วโลกได้ให้ความสนใจ และส่งกำลังใจให้เธอ รวมทั้งมีคนส่งเงินมาให้เธออีกด้วย” แต่เธอไม่ได้รับเงินเหล่านั้น โดยเธอกล่าวว่า “เธอได้ทุนเล่าเรียนค่าที่พัก และค่าอาหาร ส่วนค่าใช้จ่ายอื่นๆ เช่น ค่าตำราเรียน เธอมีรายได้จากการทำงานพิเศษ”

นอกจากนั้น ดอว์น ได้ตั้งความหวังไว้ว่า เธอจะจัดตั้งองค์กรการกุศลเพื่อช่วยเหลือเด็กวัยรุ่นที่ประสบอุปสรรคขัดขวางทางการศึกษา จากเงินที่มีผู้บริจาคให้ต่อไป โดยเธอกล่าวว่า “ยังมีเด็กอีกมากมายที่อนาคตยังมีมืดมน และพวกเขาต้องการความช่วยเหลือมากกว่าเธออีก เธออยากให้เด็กเหล่านั้นได้นำเรื่องราวของเธอเป็นแรงจูงใจ และอยากให้ผู้คนทั่วไปได้รับรู้ว่า ยังมีเด็กจรจัดไร้บ้านที่ยังต้องการความช่วยเหลืออีกมาก”

เมื่อวันที่ 27 มิ.ย. 2555 ที่ผ่านมามีพิธีจบการศึกษาของโรงเรียน เมื่อ ดอว์น เดินขึ้นไปรับประกาศนียบัตร เพื่อนักเรียนทั้งโรงเรียนต่างลุกขึ้น ประบมือตังกึกก้องพร้อมเพรียงกัน เพื่อแสดงความชื่นชมและให้เกียรติอย่างสูงแก่สาวน้อย ดอว์น ลอกกินส์... ผู้เด็ดเดี่ยวในการทอฝันให้เป็นจริง

ที่มา: **“From Homeless to Harvard”** <http://edition.cnn.com/2012/06/07/us/from-janitor-to-harvard/index.html>

การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษา ครั้งที่ 10

เรื่อง ปัจฉิมนิเทศ

ระยะเวลา 60 นาที

แนวคิดสำคัญ (Key Concepts)

การให้คำปรึกษากลุ่มในช่วงสุดท้ายหรือการปัจฉิมนิเทศ จะเป็นการทบทวนประสบการณ์กลุ่มรวบรวมการเรียนรู้ต่างๆ ให้และรับข้อมูลย้อนกลับ กล่าวถึงการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปใช้ในชีวิตจริง ตลอดจนกล่าวถึงการพบปะในช่วงการติดตามผลต่อไป (Corey. 2004: 494 – 498; & Corey. 2006: 269 – 277)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ตลอดจนแนวทางในการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริง
2. เพื่อประเมินผลการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่ม

ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้เทคนิคคำถามการจัดระดับ และเทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับของผู้ให้คำปรึกษาสำหรับสมาชิกกลุ่ม ซึ่งเป็นเทคนิคหนึ่งของการให้คำปรึกษาแบบโซลูชันโฟกัส โดยเทคนิคคำถามการจัดระดับ เป็นเทคนิคที่นำมาใช้เมื่อต้องการเปลี่ยนแปลงสิ่งที่ไม่สามารถสังเกตได้โดยง่าย เช่น อารมณ์ความรู้สึก ทั้งนี้ผู้วิจัยของให้สมาชิกกลุ่มกล่าวถึงระดับความวิตกกังวลของตน ในการเข้ากลุ่มครั้งแรกกระทั่งปัจจุบัน ซึ่งถึงแม้ระดับความรู้สึกจะเปลี่ยนแปลงเล็กน้อย ผู้วิจัยก็จะถามสมาชิกต่อไปว่าเขาทำได้อย่างไร และใช้เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับของผู้ให้คำปรึกษาสำหรับสมาชิกกลุ่ม ซึ่งเป็นเทคนิคที่ช่วยให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ โดยการให้ข้อมูลย้อนกลับพื้นฐานที่นำมาใช้ ได้แก่ การชมเชย เพื่อเป็นการรับรองว่า สมาชิกกำลังดำเนินการเพื่อไปสู่คำตอบที่มีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เป็นเหมือนการสนับสนุนและสร้างความหวังให้กับผู้รับคำปรึกษา ให้สามารถบรรลุเป้าหมายของตน ด้วยความเข้มแข็งต่อไป ตลอดจนใช้ทักษะเบื้องต้นในการให้คำปรึกษาในกระบวนการของการให้คำปรึกษา

ขั้นเริ่มต้น

1. ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับสมาชิกกลุ่มกลับเข้ากลุ่ม ตลอดจนสร้างบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยการทักทาย และพูดคุยเกี่ยวกับผลของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ผ่านมามีสมาชิกกลุ่มมีความรู้สึกอย่างไร และเกิดการปรับเปลี่ยนอะไร อย่างไรบ้าง ในช่วงเวลาที่ผ่านมา ทั้งนี้เป็นการให้

สมาชิกได้ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมา

2. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มทบทวนถึงข้อตกลง กติกาที่กลุ่มได้สร้างร่วมกัน ตลอดจนเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้มีการปรับเปลี่ยน หรือสร้างกฎ กติกาเพิ่มเติม

ขั้นตอนการ

1. ผู้วิจัยใช้เทคนิคคำถามการจัดระดับ โดยถามสมาชิกกลุ่มว่า “ถ้ามีการจัดระดับ 0 – 10 โดย 0 หมายถึง ระดับความรู้สึกในวันที่สมาชิกแต่ละคนได้เข้ากลุ่มครั้งแรก และ 10 คือ วันที่สมาชิกแต่ละคนประสบความสำเร็จในสิ่งที่ตนได้ตั้งเป้าหมายไว้ ระดับความรู้สึกหรือการรับรู้ว่าคุณจะประสบความสำเร็จนั้น ณ ปัจจุบัน ความรู้สึกอยู่ในระดับใด” เพื่อเป็นการให้สมาชิกได้สำรวจความรู้สึกและรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนโดยมีระดับความหวังทางการศึกษาเพิ่มขึ้น

2. ผู้วิจัยถามสมาชิกกลุ่มต่อไปว่าจากความรู้สึกที่เพิ่มขึ้นนั้นสมาชิกกลุ่มแต่ละคนสามารถทำได้อย่างไร ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจตลอดจนเชื่อมั่นในสิ่งที่ตนได้ทำ และรับรู้ถึงความสำเร็จที่มากขึ้นต่อไป

3. ผู้วิจัยให้ข้อมูลย้อนกลับแก่สมาชิกกลุ่ม โดยการกล่าวชมเชย ตลอดจนสนับสนุนให้สมาชิกแต่ละคนกล่าวชมเชยซึ่งกันและกัน ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มเกิดความเชื่อมั่น และส่งเสริมให้ดำเนินการตามแนวทางเพื่อไปสู่เป้าหมายที่ตนได้ตั้งไว้อย่างเข้มแข็งต่อไป

4. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนได้ทบทวนถึงสิ่งที่ได้ทำตั้งแต่ครั้งแรกของการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มกระทั่งปัจจุบันอีกครั้ง

5. ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันแสดงความคิดเห็น ถึงสิ่งที่ได้รับการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ตลอดจนแนวทางในการนำไปใช้ในชีวิตต่อไป

6. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนกล่าวถึงความรู้สึกที่ได้เข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยกล่าวชื่นชมสมาชิกกลุ่มในความตั้งใจและกระตือรือร้นตลอดการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ตลอดจนกล่าวให้กำลังใจสมาชิกกลุ่ม ให้ประสบความสำเร็จทางการศึกษาดังที่ตนได้ตั้งเป้าหมายไว้

2. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกกลุ่มตอบแบบสอบถามความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น

3. ผู้วิจัยกล่าวอำลาสมาชิกกลุ่ม และขออนุญาตหมายวัน เวลา เพื่อติดตามผลต่อไป

การประเมินผล

1. ผู้วิจัยสังเกตจากการให้ความสนใจ ความร่วมมือในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม และการซักถามในประเด็นต่างๆ ของสมาชิกกลุ่ม

2. สมาชิกสามารถสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ตลอดจนแนวทางในการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริงได้



ประวัตย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นางสาวอรุปรีย์ เกิดในมงคล
วันเดือนปีเกิด	21 กุมภาพันธ์ 2523
สถานที่เกิด	กรุงเทพมหานคร
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	37/68 หมู่บ้านสุขนทีวิลล่า ซอยลาดปลาเค้า 62 ถนนลาดปลาเค้า แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร 10220
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	มหาวิทยาลัยศิลปากร
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2545	การศึกษาระดับบัณฑิต (กศ.บ.) (เทคโนโลยีสื่อสารการศึกษา) จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
พ.ศ. 2549	การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.) (จิตวิทยาการแนะแนว) จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
พ.ศ. 2557	การศึกษาดุษฎีบัณฑิต (กศ.ด.) (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา) จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ