

การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน



ปริญญานิพนธ์
ของ
ปิยะนุช เผื่อนทอง

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์

กรกฎาคม 2560

การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน



ปริญญานิพนธ์
ของ
ปิยะนุช เพื่อนทอง

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์

กรกฎาคม 2560

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน



บทคัดย่อ
ของ
ปิยะนุช เผื่อนทอง

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์

กรกฎาคม 2560

ECLECTIC GROUP COUNSELING TO ENHANCE THE FUTURE ORIENTATION
OF STUDENTS



Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Education Degree in Research and Human Potential Development
at Srinakharinwirot University

July 2017

ปิยะนุช เผื่อนทอง. (2560). การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อาจารย์ที่ปรึกษาปรินญาณิพนธ์: อาจารย์.ดร.ปริญญาพันธ์ เพี้ยชัย อาจารย์.ดร.ครรชิต แสนอุปบล.

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาระดับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ และ 2) เพื่อเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการศึกษาระดับมุ่งอนาคตเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ จำนวน 240 คน และกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 5 คน โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงจากนักเรียนที่มีค่าเฉลี่ยลักษณะมุ่งอนาคตที่มีเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา และสมัครใจในการเข้าร่วมทดลอง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตและการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคต สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล คือ สถิติพื้นฐาน ประกอบด้วย ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยแบบไม่มีอิสระจากกัน

ผลการวิจัยมีดังนี้ 1) การศึกษาระดับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนโรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ พบว่านักเรียนมีลักษณะ มุ่งอนาคตโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าด้านความเพียรพยายาม ต่ำสุดกับอุปสรรคมีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($M=2.94$) รองลงมาคือ ด้านความสามารถในการวางแผนและด้านดำเนินการเพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต ($M=2.93$) ด้านความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้ ($M=2.88$) ส่วนด้านความสามารถในการคาดการณ์ไกลมีค่าเฉลี่ย ต่ำสุด ($M=2.86$) และ 2) การเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษา กลุ่มแบบผสมผสาน พบว่า หลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม แบบผสมผสานนักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

Piyanoot Phuanthong (2017). *Eclectic Group Counseling to Enhance the Future Orientation of Students*. Master's Thesis. M.Ed. (Research and Development on Human Potential). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Dr. Pinyapan Piasai. Dr. Kanchit Saen-ubol.

The purposes of this research is 1) to study the future orientation of students and 2) to compare the future orientation of students before, during and after the eclectic group counseling to enhance future orientation. The future orientation of the target group in this study consisted of two hundred and forty secondary school students at Piboolupphatham School. The subjects in the experimental group were five secondary school students selected by purposive sampling with scores in the twenty-fifth percentile and lower in order to voluntarily participate in the experiment. The research instruments used in this study were 1) a future orientation questionnaire and 2) an eclectic group counseling to enhance future orientation. The statistical analyses employed in this study were descriptive statistics of mean, standard deviation and a t-test for the dependent samples.

The research results were as follows: 1) The study of the future orientation of students at Piboolupphatham School as a whole and in terms to each process of the future orientation in the study were at a high level. The factors in descending order, are as follows: trying to fight against difficulty (M=2.94) planning and goal-setting in future and (M=2.93) can use self control to help planning (M=2.88) the execution of future plans (M=2.86). 2) The comparison of the future orientation of students after eclectic group counseling to enhance future orientation were significantly increased at a level of .01.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง
การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน
ของ
ปิยะนุช เพื่อนทอง

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์จัตตชัย เอกปัญญาสกุล)
วันที่.....เดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2560

อาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

คณะกรรมการสอบปากเปล่า

.....ที่ปรึกษาหลัก
(อาจารย์ ดร.ภิญญาพันธ์ เพี้ยซ้าย)

.....ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นรินทา แสนสา)

.....ที่ปรึกษาร่วม
(อาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุป)

.....กรรมการ
(อาจารย์ ดร.ภิญญาพันธ์ เพี้ยซ้าย)

.....กรรมการ
(อาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุป)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี)

กิตติกรรมประกาศ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความเมตตากรุณาจากประธานกรรมการควบคุม ปริญญานิพนธ์ อาจารย์ ดร.ภิญญาพันธ์ เพี้ยซ้าย และกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ อาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล ที่ได้ให้คำแนะนำที่มีคุณค่ายิ่งพร้อมทั้งแนะแนวทางที่ถูกต้องเหมาะสม ตลอดจนให้กำลังใจและความหวังใจแก่ผู้วิจัยจนสำเร็จได้ด้วยดี ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบ ขอบพระคุณ เป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิ อาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มณฑิรา จารุเพ็ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี อาจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา อาจารย์ สิทธิพร ครามานนท์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประภาส ณ พิกุล ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบ คุณภาพเครื่องมือวิจัย ตลอดจนให้ข้อเสนอแนะอันเป็นประโยชน์ต่อการปรับปรุงและพัฒนาเครื่องมือ วิจัยในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิรนาท แสนสา ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ใน การเป็นกรรมการสอบปากเปล่า พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะอันเป็นประโยชน์ในการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้อำนวยการโรงเรียน คณะครูอาจารย์ และนักเรียน โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ จังหวัดกรุงเทพมหานคร ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลวิจัย ตลอดจนอำนวยความสะดวกใน การเก็บข้อมูลเป็นอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณบิดา มารดา และพี่น้องในครอบครัว ตลอดจนญาติมิตรที่ให้ความรัก และ กำลังใจกันเสมอมา รวมทั้งผลักดันให้ผู้วิจัยอดทนและตั้งใจเพื่อทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ให้สำเร็จและ สนับสนุนในการทำปริญญานิพนธ์นี้ให้ลุล่วงไปได้ด้วยดี

ขอขอบพระคุณเพื่อนร่วมรุ่น สาขาการวิจัยพัฒนาศักยภาพมนุษย์ แขนงจิตวิทยาพัฒนา มนุษย์และการให้คำปรึกษา ตลอดจนรุ่นพี่ทุกๆ คนที่ให้คำแนะนำ ให้ความรู้ คอยชี้แนะสิ่งต่างๆ และ ให้กำลังใจกันเสมอมา

สุดท้ายนี้ คุณประโยชน์ที่เกิดจากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบเป็นกตัญญูแก่เวทิตา แต่บุพการี บุรพจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่านด้วยความเคารพ

ปิยะนุช เผื่อนทอง

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
คำถามการวิจัย	4
ความมุ่งหมายของการวิจัย	4
ความสำคัญของการวิจัย	4
ขอบเขตของการวิจัย	4
ประชากร	4
กลุ่มตัวอย่าง	4
ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย	5
นิยามศัพท์ปฏิบัติการ	5
นิยามศัพท์เฉพาะ	6
กรอบแนวคิดในการวิจัย	6
สมมติฐานในการวิจัย	7
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	8
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต	10
ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคต	10
ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต	11
ปัจจัยที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคต	11
การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต	13
ทฤษฎีลักษณะมุ่งอนาคต	15
การวัดลักษณะมุ่งอนาคต	17
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน	17
การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม	17
ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม	17
จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม	18
ขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่ม	20
การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน	25
แนวคิดเกี่ยวกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน	26

สารบัญ (ต่อ)

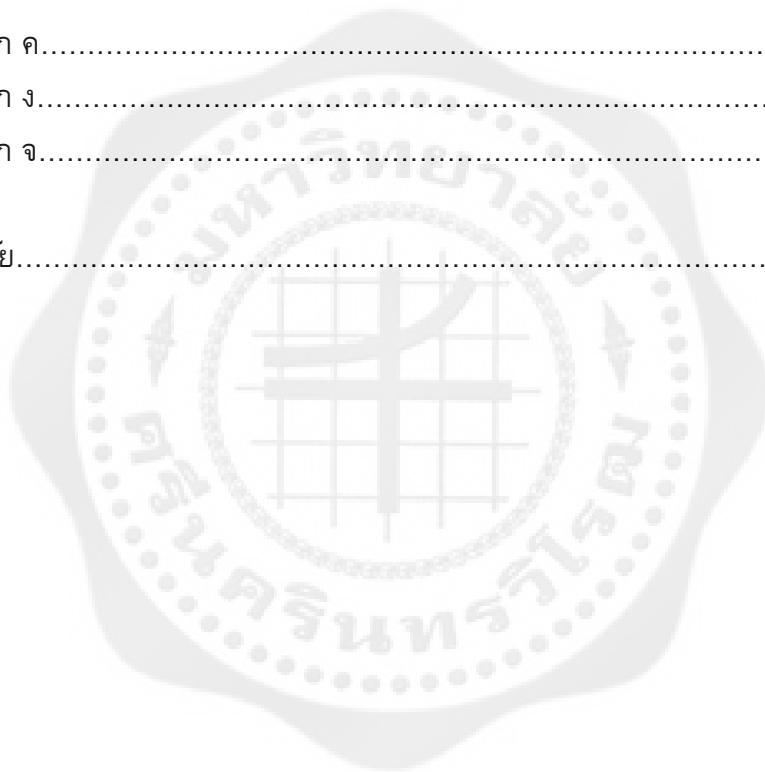
บทที่	หน้า
2 (ต่อ)	
จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน.....	26
ขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน.....	27
เทคนิคในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน.....	27
แนวคิดทฤษฎีที่นำมาใช้ในงานวิจัยนี้.....	28
ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม.....	28
ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์.....	28
เป้าหมายของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม.....	29
บทบาทของผู้ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีภวนิยม.....	30
ขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม.....	31
เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม.....	32
ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง.....	33
ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์.....	33
เป้าหมายของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง....	34
บทบาทของผู้ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง.....	35
ขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง.....	36
เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง	37
ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและ	
องค์ประกอบ	39
ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์.....	39
เป้าหมายของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะ	
บุคคลและองค์ประกอบ.....	40
บทบาทของผู้ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีวิเคราะห์ลักษณะบุคคล	
และองค์ประกอบ	42
ขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและ	
องค์ประกอบ	44
เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและ	
องค์ประกอบ	48
ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม.....	49
ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์.....	49

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
2 (ต่อ)	
เป้าหมายของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม....	50
บทบาทของผู้ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม.....	50
ขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม.....	51
เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม.....	52
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตและการให้คำปรึกษากลุ่ม.....	54
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	58
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	58
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	58
วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ.....	59
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	64
แบบแผนการทดลอง.....	64
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้.....	65
4 การวิเคราะห์ข้อมูล.....	66
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	66
การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	66
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	66
5 สรุป อภิปรายผล ข้อเสนอแนะ.....	72
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	72
สมมติฐานในการวิจัย.....	72
วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ.....	72
การดำเนินการวิจัย.....	73
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้.....	74
สรุปผลการวิจัย.....	74
อภิปรายผล.....	74
ข้อเสนอแนะ.....	78

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
บรรณานุกรม.....	81
ภาคผนวก.....	87
ภาคผนวก ก.....	88
ภาคผนวก ข.....	96
ภาคผนวก ค.....	99
ภาคผนวก ง.....	105
ภาคผนวก จ.....	144
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	163



บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน	62
2 แบบแผนการทดลองแบบ One - Group Pretest – Posttest Design	64
3 จำนวนและร้อยละของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์.....	66
4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	68
5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนก่อน และหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน	69
6 การเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วม การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน.....	70
7 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) ของแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคต.....	100
8 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) ของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน.....	101
9 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อและความเชื่อมั่นของแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคต.....	104
10 ภาพรวมของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้าง ลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน.....	111

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 โมเดลลักษณะมุ่งอนาคต 3 องค์ประกอบ	16
2 ค่าเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วม การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน.....	70



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

วัยรุ่น (Adolescence) มาจากคำในภาษาละตินว่า Adolescence ซึ่งหมายถึง “เติบโตเข้าสู่วุฒิภาวะ” (To grow to maturity) หรือ “เติบโตเป็นผู้ใหญ่” (To grow to adulthood) เมื่อพิจารณาตามความหมายนี้ วัยรุ่นจึงเป็นเสมือนสะพานเชื่อมต่อระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ (ประณต คำนิม. 2549: 1) เป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เนื่องจากเป็นวัยที่เกิดการเปลี่ยนแปลงพัฒนาการในทุกๆ ด้าน (เดมส์ค็อก คทวณิช. 2546: 82) ไม่ว่าจะเป็นทางด้านร่างกาย วัยนี้มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างรวดเร็วทั้งน้ำหนักและส่วนสูง เช่น การขยายของทรวงอก เสียงทุ้มห้าว เป็นต้น (สุวีร์ ศิระแพทย์. 2549: 29) ด้านอารมณ์ วัยนี้อารมณ์ของเด็กจะมีทุกประเภท ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์วิตกกังวล รัก อิจฉา โกรธ เกลียด อาฆาต ดื้อดึง กลัว เบื่อหน่าย หรืออยากรู้ อยากเห็น ลักษณะการแสดงออกของอารมณ์ที่เด่นในวัยนี้คือ อารมณ์ของเด็กจะใจร้อน อ่อนไหว เปลี่ยนแปลงง่าย บางครั้งสับสน ไม่มั่นคง อารมณ์พลุ่งพล่านควบคุมอารมณ์ไม่ค่อยได้ ในขณะที่บางครั้งจะเก็บกด ไม่กล้าแสดงออก เป็นต้น (จิราภรณ์ ตั้งกิตติภาภรณ์. 2556: 61) ด้านสังคม วัยนี้เป็นวัยที่แสวงหาเอกลักษณ์ของตนเองและอยากรู้จักตนเอง เด็กวัยรุ่นจะต้องตอบคำถามให้ได้ว่าตนเป็นใคร ทั้งนี้เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่เปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ ความล้มเหลวของการค้นหาเอกลักษณ์ในตนเองจะทำให้เด็กวัยรุ่นรู้สึกสับสนในบทบาทเอกลักษณ์ของตนเอง (Identity diffusion) (วิไลวรรณ ศรีสงคราม; สุชญญา รัตนสัญญา; โรจน์วี พจน์พัฒนาผล; และพีรพล เทพประสิทธิ์. 2549:67) และด้านสติปัญญา วัยนี้เป็นวัยที่มีพัฒนาการทางสติปัญญาโดยเริ่มมีความคิดแบบผู้ใหญ่ มีพัฒนาการทางด้านความรู้ ความเข้าใจในระดับสูง มีความสามารถที่จะคิดอย่างมีเหตุผลและยืดหยุ่นได้กับปัญหาต่างๆ สามารถแก้ปัญหาอย่างมีระบบระเบียบได้ (ณัฐกร อินทุยศ. 2556:126) วัยรุ่นจึงเป็นวัยที่เสี่ยงต่อการสร้างปัญหา ซึ่งปัญหาของวัยรุ่นมักจะเกิดขึ้นโดยผู้เป็นพ่อแม่ไม่ทันตั้งตัว (สุชา จันทน์เอม. 2545:79) เด็กจึงมักจะใช้วิธีการต่างๆ ที่ไม่เหมาะสมในการแสวงหาความต้องการ (ปรารักษ์สุทิพย์ ทรงวุฒิศิลป์. 2553: 284)

สำหรับวัยรุ่น ความต้องการที่เด่นชัดคือความต้องการมีอิสระ การยอมรับและได้รับการยกย่องเห็นความสำคัญจากกลุ่มเพื่อน เพื่อนจะมีอิทธิพลสูงมาก นอกจากนี้วัยรุ่นยังเป็นระยะของการเริ่มวางแผนการเกี่ยวกับงานอาชีพตามที่สนใจและเลือกเรียนไปตามแนวทางนั้น แม้ว่าวัยรุ่นจะต้องการอิสระเสรี แต่ก็ไม่ต้องการอยู่ในสภาวะที่ถูกปล่อยปละละเลย วัยรุ่นยังคงต้องการความรักความสนใจ การให้คำปรึกษา การแนะแนวทางจากบิดามารดา ครู หรือผู้ใหญ่อื่นๆ ด้วย ความต้องการของวัยรุ่นดังกล่าวนี้ หากบิดามารดาหรือผู้ใหญ่ไม่เข้าใจในวัยนี้ จะทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมต่อต้านได้ (มาลิณี จุโฑปะมา. 2554: 40-41) ถ้าเด็กวัยรุ่นดำเนินชีวิตในช่วงเวลานี้ผ่านไปอย่างราบรื่น มีปัญหาไม่ซับซ้อนมากนัก เด็กวัยรุ่นจะเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ด้วยดี และจัดการกับชีวิตในวัยผู้ใหญ่ได้อย่างราบรื่น แต่ถ้าเป็นในทางตรงกันข้าม วัยนี้จะเป็นวัยที่ประสบความยุ่งยากมาก จนนักวิชาการในหลายทศวรรษที่ผ่านมา

เรียกว่าเป็น “วัยวิกฤต” ดังที่ แอริคสัน (ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2549:329; อ้างอิงจาก Erikson. 1968) แสดงทัศนะว่า “วัยรุ่นเป็นระยะเวลาที่มนุษย์มีความสับสนทางจิตใจมากที่สุดยิ่งกว่าวัยอื่นๆ”

การจะทำให้วัยรุ่นได้ค้นหาตัวเอง พบความสามารถของตน มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน รู้เท่าทันปัญหา และพัฒนาตนเองเพื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพในอนาคตได้นั้น วัยรุ่นจะต้องเข้าใจตนเอง รู้ว่าชอบสิ่งใด มีความสามารถด้านใด มีเป้าหมายในชีวิต และมองเห็นความสำคัญของอนาคต (นฤภัค ฤทธาทิพย์. 2553: 10) ดวงเดือน พันธมนาวิน และเพ็ญแข ประจวบปัจฉิก (สุรางค์ ไคว์ตระกูล. 2552: 406; อ้างอิงจาก ดวงเดือน พันธมนาวินและเพ็ญแข ประจวบปัจฉิก. 2524: 24) ให้ความหมายลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่า เป็นความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคลซึ่งแสดงออกเป็นพฤติกรรมในการอดได้ รอได้ ในสถานการณ์ต่างๆ เช่น การรอร่างวัลที่ใหญ่กว่าในอนาคต แทนรางวัลเล็กน้อย ซึ่งจะได้รับทันที หรือการงดบำบัดความต้องการในปัจจุบันของตน เพราะเล็งเห็นผลร้ายที่จะเกิดตามมา หรือการเพียรพยายามในปัจจุบัน เพื่อจุดมุ่งหมายที่ยิ่งใหญ่ในอนาคต นอกจากนี้ นอร์มี (Mazibuko. 2014: 69-70; อ้างอิงจาก Nurmi. 2005:4) กล่าวถึงลักษณะมุ่งอนาคตว่าเป็นความสามารถของมนุษย์ที่จะคาดการณ์เหตุการณ์ในอนาคตให้พวกเขามีความหมายส่วนบุคคลและดำเนินงานที่เกี่ยวข้องทางจิตใจของพวกเขา

ลักษณะมุ่งอนาคตจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนามนุษย์ โดยเฉพาะต่อวัยรุ่นเพื่อเติบโตขึ้นเป็นคนที่มีความรู้ วัยรุ่นที่มีลักษณะมุ่งอนาคตจะมีความคิดที่เป็นระบบ รู้จักการมองการณ์ไกล และคาดการณ์ล่วงหน้า รู้จักการวางแผนและควบคุมตนเองให้ดำเนินการตามแผนที่วางไว้ รวมทั้งพร้อมที่จะเผชิญกับสถานการณ์ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต อีกทั้งทำให้มีการตัดสินใจได้อย่างมีระบบและมีประสิทธิภาพในการดำเนินชีวิต สามารถปรับตัวต่อการดำรงชีวิตในโลกที่มีการเปลี่ยนแปลงได้อย่างไม่เกิดปัญหาทั้งต่อตนเองและสังคม (สาวิตรี เต็งถนุทธิ์ศิริ. 2547: 8) ลักษณะมุ่งอนาคตจึงมีความสำคัญและเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับวัยรุ่นที่จะทำให้อายุรุ่นตระหนักถึงความหมายและความสำคัญของอนาคต ตลอดจนวางแผนอนาคตเพื่อบรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ ผู้พัฒนาทฤษฎีลักษณะมุ่งอนาคตนี้คือ จาริอิริก นอร์มี (Jari-Erik Nurmi) กล่าวถึงองค์ประกอบลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่าประกอบด้วย 1) การสร้างแรงจูงใจ (Motivation) เป็นส่วนสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต เกี่ยวข้องกับผลประโยชน์ที่บุคคลได้กำหนดเป้าหมายไว้สำหรับตัวเอง 2) การวางแผน (Planning) เกี่ยวข้องกับแผนการและกิจกรรมที่บุคคลตั้งใจจะนำมาปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย และ 3) การประเมินผล (Evaluation) เป็นการประเมินผลเพื่อความสำเร็จที่คาดการณ์ไว้ของบุคคลในสิ่งที่ตั้งเป้าหมายไว้ (Levesque, Roger. 2011: 1191-1192) ฉะนั้น ลักษณะมุ่งอนาคตสามารถพัฒนาและส่งเสริมให้เกิดขึ้นได้ นอร์มี (กุมารี ผลภาณี. 2547:18-19; อ้างอิงจาก Nurmi. 1991: 8) ได้กล่าวถึงลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่า 1) ลักษณะมุ่งอนาคตมีพัฒนาการอยู่ในสิ่งแวดล้อมด้านวัฒนธรรมขนบธรรมเนียมประเพณี เช่น ความคาดหวังต่างๆ ที่เป็นบรรทัดฐาน และความรู้ที่เกี่ยวกับอนาคตซึ่งเป็นพื้นฐานของความสนใจต่อการมุ่งอนาคตและการวางแผน 2) ความสนใจการวางแผนและความเชื่อเกี่ยวกับอนาคตเกิดจากการเรียนรู้ การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นไม่เฉพาะกับพ่อแม่เท่านั้น แต่กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อความคิดของเด็กในเรื่องการวางแผนสำหรับ

อนาคต 3) ลักษณะมุ่งอนาคตจะดีนั้นต้องมีส่วนประกอบจากจิตวิทยาในด้านอื่นๆ ประกอบ เช่น พัฒนาการด้านสติปัญญาและสังคม เป็นต้น

ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลเบื้องต้นด้วยวิธีการสัมภาษณ์จากครูแนะแนวโรงเรียนพินุลอุปถัมภ์ ซึ่งครูได้ให้ความเห็นว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ส่วนหนึ่งมีพฤติกรรมที่ไม่สนใจต่อการเรียน ไม่ตั้งใจเรียน ไม่มีความพากเพียรในการเรียน ไม่ค่อยส่งงาน เข้าห้องเรียนช้า นักเรียนบางคนมาเรียนไปวันๆ นักเรียนบางส่วนก็ไม่ทราบว่าเรียนต่อสาขาอะไร ไม่มีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน เป็นต้น ซึ่งข้อมูลดังกล่าวนี้แสดงให้เห็นถึงคุณลักษณะที่ขาดการควบคุมตนเอง ไม่มีความอดทน ไม่มีเป้าหมายในการเรียน ขาดความรับผิดชอบ ไม่คำนึงถึงอนาคต ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวนี้เป็นลักษณะพฤติกรรมที่ตรงกันข้ามกับการมีลักษณะมุ่งอนาคต ฉะนั้น ถ้าสามารถพัฒนาเยาวชนในโรงเรียนให้เกิดลักษณะมุ่งอนาคตได้ โรงเรียนก็จะเป็นสถานที่ผลิตเยาวชนที่ออกมาเป็นพลเมืองดี เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศต่อไป

ลักษณะมุ่งอนาคตสามารถเสริมสร้างได้ด้วยกระบวนการที่หลากหลาย เช่น โปรแกรมการฝึกตามแนวของ Adler (จุฑารัตน์ เปลวทอง. 2551) โปรแกรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (กุมาริ ผลภาณี (2547) โปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคล (ปองสุข ศรีชัย. 2545) โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต (2540) โปรแกรมการใช้เทคนิคแม่แบบ (สุนันท์ ปรีชาชัยสุรัตน์. 2542) การให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส (ธัญญาภรณ์ ธนพานิช. 2545) การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง (ธิดา ชูอินทร์. 2540) การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม (มยุรา อุดมเลิศปรีชา. 2552) จากที่กล่าวมาจะพบว่า การนำโปรแกรมต่างๆ มาช่วยในการเสริมสร้างลักษณะ มุ่งอนาคตของนักเรียนนั้นสามารถพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนให้สูงขึ้นได้ และหนึ่งในกระบวนการที่สามารถเสริมสร้างได้คือการให้คำปรึกษา ซึ่งรวมถึงการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เชิร์ทเซอร์ และสโตน (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2554: 57-58; อ้างอิงจาก Shertzer; & Stone. 1974: 189-190) กล่าวถึงการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานว่าไม่มีทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่งไม่ว่าจะเป็นทฤษฎีการให้คำปรึกษาหรือการบำบัดรักษาที่สามารถให้คำตอบได้และครอบคลุมทุกแง่มุมของปัญหาต่างๆ ของผู้รับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจึงควรพิจารณาเลือกสรรวิธีการให้คำปรึกษาที่เหมาะสมที่สุดกับประเด็นปัญหาของผู้รับคำปรึกษา โดยนำเทคนิคต่างๆ ของทฤษฎีการให้คำปรึกษาทฤษฎีใดไปประยุกต์ใช้ ทั้งนี้ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องศึกษาประวัติ รายละเอียด ความชัดเจน ความถูกต้อง และความเป็นไปได้ของแต่ละทฤษฎีก่อน เพื่อจะได้กำหนดแนวคิดจากทฤษฎีต่างๆ เหล่านั้น และจะได้พัฒนาวิธีการต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ตลอดจนเลือกใช้วิธีการนั้นๆ ให้เหมาะสมกับปัญหาของผู้รับคำปรึกษาแต่ละบุคคล

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานโดยการนำเอาทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง การให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ และการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยมมาใช้เพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยคาดหวังว่าผลการวิจัย

จะเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่เกี่ยวข้องทั้งอาจารย์ผู้สอน อาจารย์ที่ปรึกษา ฝ่ายแนะแนว ตลอดจนบิดามารดาที่จะนำไปเป็นข้อมูลในการแนะแนวเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุงอนาคตของนักเรียนต่อไป

คำถามการวิจัย

1. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ มีลักษณะมุงอนาคตอยู่ระดับใด
2. หลังการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน นักเรียนมีลักษณะมุงอนาคตสูงกว่าก่อนการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานหรือไม่ อย่างไร

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับลักษณะมุงอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์
2. เพื่อเปรียบเทียบลักษณะมุงอนาคตของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

ความสำคัญของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นประโยชน์และเป็นแนวทางให้ผู้ที่เกี่ยวข้องทั้งผู้บริหารสถานศึกษา อาจารย์ผู้สอน อาจารย์ที่ปรึกษา ฝ่ายแนะแนว พ่อ แม่ ตลอดจนผู้ปกครองได้เข้าใจและเป็นข้อมูลในการแนะแนวอันนำไปสู่การส่งเสริมและพัฒนาลักษณะมุงอนาคตของนักเรียน เพื่อให้นักเรียนประสบความสำเร็จทางด้านการเรียนและการประกอบอาชีพ

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ ปีการศึกษา 2559 ภาคเรียนที่ 2 จำนวน 245 คน

กลุ่มตัวอย่าง

ระยะที่ 1 ในการศึกษาในระดับลักษณะมุงอนาคตเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ ผู้วิจัยได้ศึกษาในประชากรที่เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ ปีการศึกษา 2559 ภาคเรียนที่ 2 ทั้งหมด (แต่ประชากรที่ตอบแบบสอบถามลักษณะมุงอนาคตและใช้ศึกษาได้จำนวน 240 คน)

ระยะที่ 2 กลุ่มตัวอย่างที่เข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ที่ได้มาจากนักเรียนที่มีคะแนนแบบสอบถามลักษณะมุงอนาคตตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา และสมัครใจในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน โดยทำการสุ่มอย่างง่าย (Sample Random Sampling) ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 5 คน

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรต้น คือ การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

ตัวแปรตาม คือ ลักษณะมุ่งอนาคต

นิยามศัพท์เชิงปฏิบัติการ

1. **ลักษณะมุ่งอนาคต** หมายถึง ความสามารถทางปัญญาในการมองอนาคตของนักเรียน การแสวงหาทางเลือกที่ดีที่สุดโดยคาดการณ์ไกลถึงผลดีและผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต การวางแผน การดำเนินการตามเป้าหมาย การรอคอย ตลอดจนการมีความเพียรพยายามในปัจจุบันเพื่อประสบความสำเร็จในอนาคต สามารถวัดได้โดยใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง จำนวน 24 ข้อ และมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ จากเห็นด้วยมากที่สุดไปจนถึงเห็นด้วยน้อยที่สุด และมีการแปลความหมายของคะแนน คือ ผู้ตอบแบบวัดที่ได้คะแนนมากกว่าผู้ตอบที่ได้คะแนนน้อยกว่า หมายความว่า เป็นนักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่าผู้ตอบได้คะแนนน้อยกว่า ซึ่งผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตจะประกอบด้วย

1.1 ความสามารถในการคาดการณ์ไกล หมายถึง การที่นักเรียนสามารถมองเห็นภาพ ตั้งจุดมุ่งหมายและคาดการณ์เกี่ยวกับการศึกษาและการประกอบอาชีพในอนาคตของตนเองได้ และสามารถตัดสินใจเลือกการศึกษาและการประกอบอาชีพในอนาคตได้อย่างเหมาะสม โดยพิจารณาความเป็นไปได้จากสถานการณ์ในปัจจุบัน

1.2 ความสามารถในการวางแผนและดำเนินการเพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต หมายถึง การที่นักเรียนสามารถวางแผนอย่างเป็นระบบเพื่อไปให้ถึงเป้าหมายด้านการศึกษาและการประกอบอาชีพนั้น โดยพิจารณาถึงความสนใจ ความถนัด และความสามารถของนักเรียน และการนำความรู้ที่ได้จากการศึกษาไปประกอบอาชีพที่สุจริต

1.3 ความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้ หมายถึง การที่นักเรียนสามารถควบคุมตนเองให้กระทำหรือละเว้นการกระทำบางอย่าง มีความอดกลั้นต่อความต้องการในปัจจุบัน รู้จักหักห้ามใจตนเอง โดยเล็งเห็นผลเสียที่จะเกิดขึ้นทั้งต่อตนเองและผู้อื่น อันนำไปสู่เป้าหมายด้านการศึกษาและการประกอบอาชีพที่ต้องการในอนาคต

1.4 ความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรค หมายถึง การที่นักเรียนมีความพยายาม มุ่งมั่น ตั้งใจเรียนและเอาชนะอุปสรรคต่างๆ โดยไม่ย่อท้อ เพื่อให้ได้มาและบรรลุซึ่งเป้าหมายด้านการศึกษา และการประกอบอาชีพในอนาคตตามที่ตนเองต้องการ

2. **การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคต** หมายถึง การนำเอาทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบกวนิยม การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง การให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ และการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยมมาผสมผสานใช้ในกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคต แก่นักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ตั้งแต่ 4-6 คนที่มีความต้องการ

ที่จะปรับปรุงและพัฒนาตนเองด้านลักษณะมุ่งอนาคต ขั้นตอนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแบบผสมผสาน มี 3 ขั้นตอนคือ

2.1 ขั้นเริ่มต้น เป็นขั้นตอนสำหรับการสร้างสัมพันธภาพ ผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่มที่ทำหน้าที่ในการเอื้ออำนวยให้บรรยากาศในกลุ่มให้มีความอบอุ่น เป็นกันเอง รู้สึกปลอดภัย ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการดำเนินการกลุ่ม กฎและกติกาของกลุ่ม ระยะเวลาที่ใช้ในการให้คำปรึกษา รวมไปถึงการรักษาความลับ และขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษากลุ่มในแต่ละครั้ง ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มทบทวนการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ผ่านมา และผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

2.2 ขั้นดำเนินการ ผู้วิจัยนำเอาทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบกวนิยมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง การให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ และการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยมมาผสมผสานใช้ในกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มในแต่ละครั้ง โดยเริ่มต้นใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบกวนิยมเพื่อให้สมาชิกกลุ่มให้ความหมายกับชีวิตในอนาคตของตนเอง ผ่านกิจกรรม “จินตนาการแห่งอนาคต” ผู้วิจัยใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบเพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เข้าใจถึงศักยภาพที่มีในตนเอง ให้สมาชิกกลุ่มมองเห็นจุดเด่น – จุดด้อยของตนเอง อันนำไปสู่การตั้งเป้าหมายเพื่อประสบผลสำเร็จในอนาคตต่อไป ผู้วิจัยใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยมเพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเรียนรู้ที่จะสร้างพฤติกรรมที่เหมาะสมขึ้นมาใหม่ ผ่านใบงาน “บันทึกพฤติกรรม” โดยให้สมาชิกกลุ่มกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย พร้อมทั้งสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเอง ตลอดจนการเสริมแรงตนเอง และผู้วิจัยใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง โดยนำเทคนิค WDEP มาใช้เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมองเห็นภาพได้ชัดเจนขึ้นผ่านใบงาน “บันทึกพฤติกรรม” ที่สมาชิกกลุ่มได้ทำเสร็จสิ้นไปแล้ว และผู้วิจัยใช้เทคนิคการใช้ตัวแบบ (Modeling) ผ่านการดูวิดีโอเพื่อเป็นแรงบันดาลใจให้สมาชิกกลุ่มมีพลังและกำลังใจในการทำสิ่งต่างๆ ให้บรรลุผลสำเร็จต่อไป

2.3 ขั้นยุติการให้คำปรึกษา เป็นขั้นตอนสุดท้ายกระบวนการกลุ่ม ผู้วิจัยให้สมาชิกกลุ่มสรุปสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้อะไร และรู้สึกอย่างไรต่อการเข้ากลุ่ม

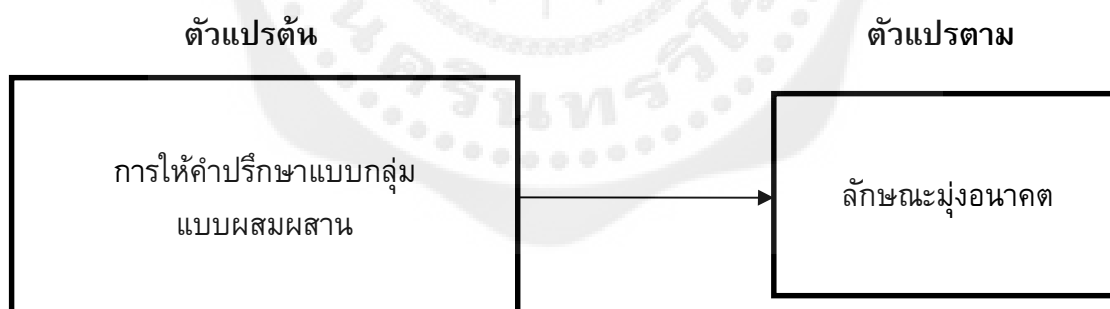
นิยามศัพท์เฉพาะ

นักเรียน หมายถึง ผู้ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2559 ภาคเรียนที่ 2

กรอบแนวคิดการวิจัย

ในการศึกษาครั้งนี้ การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน (Eclectic Counseling) เป็นการนำเอาวิธีการให้คำปรึกษาแบบนำทางและแบบไม่นำทางมาใช้ร่วมกัน เพื่อความเหมาะสมกับตัวบุคคลและสภาพปัญหา สามารถเลือกสรรวิธีที่เหมาะสม มาปรับใช้กับสถานการณ์และบุคคลได้เป็นอย่างดี

(ปรียาพร บุญนาค. 2549: 51) ผู้วิจัยจึงนำทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ และทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยมมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เพื่อพัฒนาให้นักเรียนให้มีลักษณะมุ่งอนาคตที่สูงขึ้น ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยมสามารถพัฒนาให้นักเรียนตระหนักรู้ในความเป็นตัวเอง ค้นพบเอกลักษณ์ของตนเอง ค้นหาความหมายและเป้าหมายในชีวิตตนเองได้ เลือกตัดสินใจได้อย่างอิสระและรับผิดชอบกับสิ่งที่ตนเองเลือกได้ ส่วนทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงให้นักเรียนมีความเป็นตัวของตัวเอง เข้าใจตนเอง มีความรับผิดชอบต่อความต้องการของตน กล้าเผชิญความจริง พิจารณาได้ว่าสิ่งใดถูก-ผิด รวมถึงการตระหนักในคุณค่าของตนโดยรู้จักให้และรับความรักความผูกพันของผู้อื่น เพื่อให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า สามารถเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก นิสัย ทศนคติ และพฤติกรรมของนักเรียนได้ ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบให้นักเรียนได้เข้าใจตนเอง และรู้จักวิธีที่จะจัดการกับชีวิตของตนเอง เข้าใจถึงจุดเด่นจุดด้อย ตลอดจนความสามารถของตนเอง เพื่อหาทางพัฒนาและตัดสินใจเลือกแนวทางของชีวิต โดยใช้ความรู้ความสามารถที่มีอยู่ให้เหมาะสมที่สุด และทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยมให้นักเรียนได้เรียนรู้ที่จะสร้างพฤติกรรมที่เหมาะสมขึ้นมาใหม่ หากนักเรียนสามารถควบคุมสิ่งแวดล้อมได้ นักเรียนก็มีโอกาสที่จะกำหนดพฤติกรรมของตนเองให้เป็นไปตามที่ต้องการได้ ส่วนตัวแปรลักษณะมุ่งอนาคต ผู้วิจัยได้อ้างอิงแนวคิดของดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจวบปัจฉิก (2520) เป็นกรอบแนวคิดในการสร้างแบบวัดและศึกษาลักษณะมุ่งอนาคตและผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคต



สมมติฐานการวิจัย

นักเรียนมีคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานสูงขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่องการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคต
ของนักเรียน ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต
 - 1.1 ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคต
 - 1.2 ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต
 - 1.3 ปัจจัยที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคต
 - 1.4 การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต
 - 1.5 ทฤษฎีลักษณะมุ่งอนาคต
 - 1.6 การวัดลักษณะมุ่งอนาคต
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน
 - 2.1 การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
 - 2.1.1 ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
 - 2.1.2 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
 - 2.1.3 ขั้นตอนในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
 - 2.2 การให้คำปรึกษาแบบผสมผสาน
 - 2.2.1 ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบผสมผสาน
 - 2.2.2 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบผสมผสาน
 - 2.2.3 ขั้นตอนในการให้คำปรึกษาแบบผสมผสาน
 - 2.2.4 เทคนิคในการให้คำปรึกษาแบบผสมผสาน
 - 2.3 แนวคิดทฤษฎีที่นำมาใช้ในงานวิจัยนี้
 - 2.3.1 ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม
 - 2.3.1.1 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์
 - 2.3.1.2 เป้าหมายของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม
 - 2.3.1.3 บทบาทของผู้ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีภวนิยม
 - 2.3.1.4 ขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม
 - 2.3.1.5 เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม
 - 2.3.2 ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง
 - 2.3.2.1 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์
 - 2.3.2.2 เป้าหมายของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง

- 2.3.2.3 บทบาทของผู้ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
- 2.3.2.4 ขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง
- 2.3.2.5 เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง
- 2.3.3 ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ
 - 2.3.3.1 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์
 - 2.3.3.2 เป้าหมายของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ
 - 2.3.3.3 บทบาทของผู้ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ
 - 2.3.3.4 ขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ
 - 2.3.3.5 เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ
- 2.3.4 ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม
 - 2.3.4.1 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์
 - 2.3.4.2 เป้าหมายของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม
 - 2.3.4.3 บทบาทของผู้ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม
 - 2.3.4.4 ขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม
 - 2.3.4.5 เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม
- 2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตและการให้คำปรึกษากลุ่ม

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต

1.1 ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคต

ลักษณะมุ่งอนาคต (Future Orientation) มีความสำคัญต่อการพัฒนาคนเพื่อให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตที่ได้ศึกษาไว้ มีดังต่อไปนี้

ซิกนิเจอร์ และมาฮาจนา (Seginer; & Mahajna. 2004: 124) ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่าหมายถึง การที่บุคคลมีภาพเกี่ยวกับอนาคตของพวกเขา การสร้างตนเองและการแสดงให้เห็นถึงการมีสติ

ลอร์เรนซ์ และคนอื่นๆ (Laurence; et al. 2009: 28-29) ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่าหมายถึง อารมณ์ที่เกี่ยวข้องอย่างอิสระ ทักษะคิด และการสร้างแรงจูงใจ รวมทั้งความสามารถในการจินตนาการถึงสภาพชีวิตในอนาคตหนึ่ง

แมคลอยด์ และคนอื่นๆ (McLoyd; et al. 2011: 115) ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่าหมายถึงแนวความคิด ทักษะคิด และพฤติกรรมที่นำบุคคลไปสู่ความคาดหวังสำหรับอนาคต การกำหนดเป้าหมาย และแรงบันดาลใจ และการให้ความหมายส่วนบุคคลกับเหตุการณ์ในอนาคต

เพอร์เทลล์ และแมคลอยด์ (Purtell; & McLoyd. 2012: 778) ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่าหมายถึงชุดขององค์ความรู้ ทักษะคิด และการสร้างแรงบันดาลใจที่จะนำพาบุคคลไปสู่รูปแบบความคาดหวังสำหรับอนาคต การกำหนดเป้าหมายและแรงบันดาลใจ และการให้ความหมายของแต่ละคนกับเหตุการณ์ในอนาคต

เชน และ วาร์สซอนยี (Chen; & Vazsonyi. 2012: 68; อ้างอิงจาก Seginer. 2009) ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่าหมายถึง การสร้างตนเองอย่างมีสติและเป็นตัวแทนของภาพอนาคตในด้านที่สำคัญของการวางแผนแนวทางในอนาคต

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และ เพ็ญแข ประจักษ์จันท์ (2520: 35) ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่าหมายถึง ความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคล ซึ่งแสดงออกเป็นพฤติกรรมของการอดใจรอได้ ในสถานการณ์ต่างๆ เช่น การรอรับรางวัลที่ใหญ่กว่าในอนาคต แทนรางวัลเล็กน้อย ซึ่งจะได้รับในทันที หรือการงดบำบัดความต้องการในปัจจุบันของตน เพราะเล็งเห็นผลร้ายที่จะเกิดตามมา หรือการเพียรพยายามในปัจจุบัน เพื่อจุดมุ่งหมายที่ยิ่งใหญ่ในอนาคต

เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2547: 28) ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่าหมายถึงความสามารถในการคาดการณ์สิ่งที่อาจจะเกิดขึ้นในอนาคต เพื่อเห็นภาพอนาคตต่างๆ ก่อนที่เราจะตัดสินใจ โดยการพัฒนาทักษะ 2 ด้าน อันได้แก่ ความรู้ใน “หลักคิด” เกี่ยวกับอนาคต และการใช้ “เครื่องมือ” ช่วยคาดการณ์อนาคต อันจะช่วยให้เรามองเห็นภาพอนาคตที่เคยคลุมเครือได้ชัดเจนขึ้น และสามารถนำสิ่งที่คาดการณ์ได้นั้นมาใช้ประโยชน์ตามวัตถุประสงค์

จากความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตหมายถึง การที่บุคคลมองอนาคตข้างหน้าและเห็นความสำคัญของอนาคต คิดถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตอันใกล้และไกลอย่างมีเหตุผล สามารถตัดสินใจเลือกแนวทางที่ดีที่สุดเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติ

และนำมาซึ่งอนาคตที่พึงประสงค์ ตลอดจนมีความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรคเพื่อความเจริญแห่งตนในอนาคต

1.2 ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต

ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นคุณสมบัติที่สำคัญที่ทำให้มนุษย์สามารถดำรงชีวิตอยู่บนโลกที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้ ลักษณะมุ่งอนาคตควรจะมีอยู่ในบุคคลทุกคน ซึ่งจะส่งผลออกมาในรูปพฤติกรรมที่แสดงออกถึงการกระทำ

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และ เพ็ญแข ประจันปัจฉินก (2520: 37) กล่าวถึง ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นลักษณะหนึ่งของความเป็นพลเมืองดี และเป็นลักษณะหนึ่งซึ่งจะทำให้บุคคลมีความเพียรพยายามต่อสู้อุปสรรค เพื่อความเจริญของตนเองและประเทศชาติ ฉะนั้นลักษณะมุ่งอนาคตจึงเป็นลักษณะที่เอื้อต่อการพัฒนาประเทศด้วย

เรเนอร์ (ดวงเดือน พันธุมนาวิน; และคณะ. 2530: 167; อ้างอิงจาก Raynor. 1978) ได้กล่าวถึงความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นลักษณะที่แตกต่างจากจากแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ บุคคลใดที่มีลักษณะทั้งสองประการนี้สูงก็อาจคาดได้ว่าเขาจะมีพลังผลักดันให้กระทำกิจกรรมต่างๆ ในปัจจุบันอย่างขยันขันแข็งที่สุด ถ้าผลงานนี้จะเป็นจุดเริ่มต้นของผลประโยชน์ที่จะได้รับในระยะยาว เช่น ขยันเรียนหนังสือในปัจจุบันเพื่อจะได้งานดีมีชีวิตที่ก้าวหน้าและสุขสบายในอนาคต

จากความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคตที่ได้รวบรวมไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตมีความสำคัญเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเป็นพลเมืองดี คือสามารถปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ มีการวางแผนเป้าหมายในอนาคต ลักษณะมุ่งอนาคตจึงมีความสำคัญในการพัฒนาเยาวชนให้เป็นบุคคลที่มีคุณภาพได้ ให้มีความคิดอย่างเป็นระบบ พร้อมทั้งจะเผชิญเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นในอนาคตและพร้อมที่จะปรับตัวให้เข้ากับอนาคตที่เกิดขึ้นได้

1.3 ปัจจัยที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคต

พรณี ชูทัย (2522: 21-23) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคตดังนี้

1. เด็กต้องได้รับแรงเสริมในทางบวกจากครู คือ ครูจะต้องเป็นผู้ชี้แนะ นำช่องทางให้เด็กรู้จักตั้งเป้าหมายหาแนวทางเลือกสำหรับชีวิตจริง มิใช่เพ้อฝัน
2. ในการเรียนการสอน ครูต้องกระตุ้นให้กำลังใจและส่งเสริมให้เด็กคิดคือ ครูต้องมีกิจกรรม การสอนที่มีลักษณะมุ่งอนาคต เด็กจึงจะมีลักษณะมุ่งอนาคตด้วย
3. เด็กจะต้องได้รับการยอมรับความคิดเห็น คือ ในการแสดงความคิดเห็นในลักษณะมุ่งอนาคต ซึ่งแฝงไว้ด้วยคำนิยาม การประเมินผลของครูจะต้องเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีความมั่นใจในความคิดและแสดงออกในรูปพฤติกรรมให้เป็นที่ยอมรับของเพื่อน สิ่งเหล่านี้เป็นหน้าที่ของครูที่จะต้องเอาใจใส่ดูแล โดยใช้หลักจิตวิทยาเข้ามาเกี่ยวข้อง

4. ครูควรจัดสิ่งแวดล้อมภายในการเรียนการสอนที่ส่งเสริมให้เด็กมีความมั่นใจกล้าตัดสินใจให้เด็กมีโอกาสคิดแก้ปัญหา ทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเองและอยู่ภายในบรรยากาศที่อบอุ่นซึ่งจะเป็นแนวทางที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคตของเด็กได้ดี

เฮอร์ลิออค (กรภัทร วรเชษฐ์. 2548: 21-22; อ้างอิงจาก นันทนา จันทรพันธ์. 2545: 10-11; อ้างอิงจาก Hurlock. 1974: 187-191) ได้สรุปปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความคาดหวังเกี่ยวกับอนาคตไว้ดังนี้

1. วัฒนธรรม (Cultural ideals) วัฒนธรรมที่แตกต่างกันมีมาตรฐานของความคาดหวังต่อสมาชิกต่างกัน มาตรฐานนั้นครอบคลุมถึงระดับความสำเร็จและทัศนคติต่อความสำเร็จ เมื่อเด็กย่างเข้าสู่วัยรุ่นจะรับรู้ความคาดหวังของสังคมที่มีต่อตนเอง และความรับผิดชอบตนเองที่มีต่อสังคม การตั้งความคาดหวังของบุคคลในแต่ละสังคมจึงแตกต่างกันไป

2. ชนิดของสังคม (Kind of family) เด็กที่มาจากครอบครัวที่มั่นคง มีแนวโน้มที่จะมีความคาดหวังในอนาคตสูงกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่ไม่มั่นคง ครอบครัวที่มีการโยกย้ายบ่อยๆ เด็กคาดหวังไม่ได้ว่าอนาคตจะเป็นอย่างไร เด็กที่ไม่ต้องย้ายถิ่นสามารถวางแผนของตนเองได้อย่างชัดเจนคือ มีความคาดหวังที่ชัดเจนและแน่นอน

3. ระดับชั้นทางสังคม (Ordinal position) ครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและฐานะทางเศรษฐกิจดี บิดามารดาจะให้ความหวังและให้โอกาสแก่บุตรคนแรกมากที่สุดโดยเฉพาะถ้าเป็นบุตรชาย ซึ่งตรงข้ามกับครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ ลูกคนสุดท้ายจะต้องได้รับการส่งเสริมจากบิดา มารดา และพี่มากที่สุด เพื่อให้สมาชิกคนหนึ่งในการครอบครัวยับฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมสูงขึ้น

4. การอบรมเลี้ยงดู (Discipline) เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบอัตตาธิปไตย จะตั้งความคาดหวังไม่สอดคล้องกับความเป็นจริง ในทางตรงกันข้ามเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย จะตั้งความคาดหวังสอดคล้องกับความเป็นจริง

5. ฐานะในกลุ่ม (Group status) กลุ่มจะมีอิทธิพลต่อเด็กมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับฐานะของตนในกลุ่ม และความคาดหวังที่กลุ่มมีต่อตน ถ้าฐานะของตนในกลุ่มมั่นคงและไม่มีความจำเป็นที่จะต้องสร้างความประทับใจให้สมาชิกในกลุ่ม ระดับความคาดหวังก็ใกล้เคียงความเป็นจริง สำหรับเด็กที่ไม่มีบทบาทสำคัญในกลุ่มจะต้องการเลื่อนขั้นตนเองเข้าสู่การเป็นผู้นำในกลุ่ม ทำให้การตั้งความหวังหลายๆ อย่างไม่อยู่บนรากฐานความเป็นจริง สำหรับบุคคลที่ชอบแยกตัวเอง ความคาดหวังของกลุ่มจะมีผลต่อเขาเพียงเล็กน้อย

6. การใช้กลไกการหลบหนี (Use of escape mechanisms) กลไกการหลบหนีมีผลต่อการตั้งความคาดหวังมากที่สุด คือ ผั่นกลางวัน เช่น ผั่นอยากเป็นพระเอกหรือนางเอก ก็ตั้งความคาดหวังไว้ว่าจะประสบความสำเร็จและหลีกเลี่ยงความล้มเหลว ซึ่งเป็นการตั้งความคาดหวังที่ไม่อาจอยู่บนรากฐานความเป็นจริง

7. การบอกเล่าความคาดหวัง (Verbalization of aspirations) ความคาดหวังที่เล่าออกมามักจะอยู่บนรากฐานของความเป็นจริงมากกว่าที่เก็บไว้และคิดหวังอยู่คนเดียว อย่างไรก็ตาม

ความคาดหวังที่ได้บอกกับเพื่อนสนิทจะเป็นความใฝ่ฝันที่ไม่ค่อยใกล้เคียงความเป็นจริงเท่ากับที่บอกบิดามารดา ครู หรือคนที่ไม่ค่อยคุ้นเคยกัน เมื่อวัยรุ่นบอกความคาดหวังของตนแก่บุคคลอื่นจะเป็นการทำทนายให้พิสูจน์ตนเอง โดยพยายามทำให้ได้ตามที่พูดไว้ เพราะรู้ว่าหลายคนสนใจสิ่งที่ตนพูดและไม่ต้องการเห็นสายตาที่มองด้วยความผิดหวัง

8. ความล้มเหลวและความสำเร็จในอดีต (Past failures and success) บุคคลที่ประสบความสำเร็จเสมอๆ มีแนวโน้มในการตั้งความคาดหวังว่าจะได้รับความสำเร็จอีกในอนาคตในทางตรงกันข้ามบุคคลที่ผิดหวังซ้ำๆ กันมักคิดว่าจะล้มเหลวอีก ความคิดเช่นนี้จึงมีผลต่อการตั้งความคาดหวังในอนาคตว่าจะตั้งได้เหมาะสมกับสภาพความเป็นจริงหรือไม่

9. เพศ (Sex) ทั้งบรรยากาศของบ้านและโรงเรียนจะส่งเสริมกระตุ้นให้เด็กชายตั้งความคาดหวังมากกว่าเด็กหญิง บิดามารดาจะคาดหวังในตัวบุตรชายมากกว่าบุตรสาว ผู้ชายมักถูกกระตุ้นให้มีความคาดหวังทางกีฬา การงานและการประกอบอาชีพ แต่เด็กหญิงมีความคาดหวังเกี่ยวกับการได้รับการยอมรับจากกลุ่ม การแต่งงาน เด็กหญิงจึงมีแนวโน้มที่จะตั้งความคาดหวังในระยะสั้นมากกว่าเด็กชาย

10. เชาว์ปัญญา (Intelligence) เมื่อเด็กอยู่ในกลุ่มที่มีค่านิยมต่อความสำเร็จสูงจะตั้งความคาดหวังให้ตนประสบความสำเร็จเหมือนเพื่อนๆ ในกลุ่ม ซึ่งอาจไม่อยู่บนรากฐานของความเป็นจริง อย่างไรก็ตามเด็กที่ฉลาดจะตั้งความคาดหวังโดยอาศัยความสนใจและความสามารถของตนมากกว่าทำตามจุดมุ่งหมายที่กลุ่มตั้งไว้ ในทางกลับกันเด็กที่ฉลาดน้อยจะตั้งความคาดหวังตามค่านิยมของกลุ่ม

11. บุคลิกภาพ (Personality) บุคลิกภาพมีอิทธิพลต่อการตั้งความคาดหวัง โดยบุคคลที่มีความมั่นใจในตนเองจะตั้งความคาดหวังสอดคล้องกับความเป็นจริง ในทางตรงกันข้าม บุคคลที่ไม่มีความมั่นใจในตนเอง มักค้นหาจุดมุ่งหมายโดยไม่คำนึงถึงความสามารถของตนเองและไม่เคยพอใจถึงแม้ว่าจะมาถึงจุดสูงสุดแล้วก็ตาม

จากปัจจัยที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคตที่ได้รวบรวมไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมที่เกิดจากการสะสมมาตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน การได้รับแรงเสริมในทางบวก การจัดการเรียนการสอน การอบรมเลี้ยงดูล้วนเป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกันทั้งสิ้น นอกจากนี้ลักษณะมุ่งอนาคตยังมีความสัมพันธ์กับอายุ สุขภาพจิตและต้องอาศัยพื้นฐานการรู้คิดและระดับสติปัญญาด้วยเช่นกัน

1.4 การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นลักษณะที่ควรได้รับการพัฒนาให้เกิดขึ้นโดยเฉพาะเยาวชนซึ่งเป็นทรัพยากรบุคคลที่สำคัญของชาติ การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตมีผู้กล่าวไว้มากมาย ดังต่อไปนี้

นอร์มี (กุมาริ ผลภาษี. 2547: 18-19; อ้างอิงจาก Nurmi. 1991: 8) ได้กล่าวถึงการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตไว้ดังนี้

1. ลักษณะมุ่งอนาคตมีพัฒนาการอยู่ในสิ่งแวดล้อมด้านวัฒนธรรมชนบทธรรมเนียมประเพณี เช่น ความคาดหวังต่างๆ ที่เป็นบรรทัดฐานและความรู้ที่เกี่ยวกับอนาคตซึ่งเป็นพื้นฐานของความสนใจต่อการมุ่งอนาคตและการวางแผน

2. ความสนใจการวางแผนและความเชื่อเกี่ยวกับอนาคตเกิดจากการเรียนรู้ การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นไม่เฉพาะกับพ่อแม่เท่านั้น แต่กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อความคิดของเด็กในเรื่องการวางแผนสำหรับอนาคต

3. ลักษณะมุ่งอนาคตจะดีนั้นต้องมีส่วนประกอบจากจิตวิทยาด้านอื่นๆ ประกอบ เช่น พัฒนาการด้านสติปัญญาและสังคม เป็นต้น

นอกจากนี้ นอร์มี (Nurmi. 1991: 2-10) ได้กล่าวถึงลักษณะมุ่งอนาคตว่าเป็นลักษณะที่ซับซ้อนที่พัฒนาขึ้นในตัวบุคคลอย่างเป็นกระบวนการ ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นแรงจูงใจ ความสนใจ และการตั้งเป้าหมายของการมุ่งอนาคต (Future-oriented motives, interests and goals) ในขั้นแรกบุคคลจะตั้งเป้าหมาย โดยเปรียบเทียบจากแรงจูงใจ ค่านิยม และความคาดหวังในอนาคตของตนเองเป็นพื้นฐานสำหรับการตั้งเป้าหมายในอนาคต

2. ขั้นวางแผนการมุ่งอนาคต (Future-oriented planning) ขั้นวางแผน บุคคลจะกระทำเพื่อให้เป้าหมายนั้นเป็นจริง โดยการวางแผนการทำงาน รวมถึงหาวิธีการแก้ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นและจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้ตนเองบรรลุความสำเร็จในอนาคต

3. ขั้นประเมินผลอนาคต (Evaluation of the future) ขั้นประเมินผล บุคคลจะประเมินผลถึงผลความเป็นไปได้ โดยดูจากผลสัมฤทธิ์ที่เกิดขึ้นว่าบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้หรือไม่ ความสมบูรณ์ของการวางแผนที่บุคคลวางไว้ และตัดสินใจเลือกแนวทางเพื่อความสำเร็จในอนาคตของตน

เพ็ญแข ประจันปัจฉิก (2527: 15-37) เสนอบทบาทในการปลูกฝังลักษณะนิสัยมุ่งอนาคตสำหรับครอบครัวและโรงเรียน โดยสรุป ดังนี้

1. บทบาทครอบครัว บิดา มารดา ต้องทำตนเป็นตัวอย่างที่ดี เช่น การรู้คุณค่าของเวลา เช่น กำหนดว่าควรทำอะไรในวันหยุด และอาจใช้วิธีปลูกฝังวัยรุ่นให้เป็นผู้ที่มุ่งอนาคตโดยใช้วิธีการอบรมเลี้ยงดูที่เหมาะสม ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน แบบใช้เหตุผล และใช้วิธีควบคุมแบบปานกลางอย่างสม่ำเสมอคงเส้นคงวา นอกจากนี้ การฝึกหัดการใช้เหตุผล และการคาดการณ์ควรเริ่มจากสิ่งที่เป็นจริงง่ายๆ จนถึงเรื่องยาก เช่น การกระตุ้นให้วัยรุ่นวางแผนเกี่ยวกับการเรียนต่อหรือวางแผนเกี่ยวกับอาชีพของตนเอง เป็นต้น

2. บทบาทในโรงเรียน ครูสามารถปลูกฝังลักษณะมุ่งอนาคตให้เกิดขึ้นกับนักเรียนได้โดยใช้วิธีสนับสนุนให้นักเรียนริเริ่มในการทำงาน และมีความเพียรพยายามที่จะทำงานให้ลุล่วงไปได้ ยกย่องนักเรียนที่ทำตนเป็นผู้มุ่งอนาคต ใช้วิธีการสอนที่กระตุ้นให้นักเรียนเกิดการค้นหาคำตอบเกี่ยวกับเรื่องต่างๆ ด้วยตนเอง สามารถคาดคะเนผลของเหตุการณ์ได้ นอกจากนี้ครูก็ต้องเป็นแบบอย่างที่ดีในการเป็นผู้มุ่งอนาคตด้วย นั่นคือ ต้องเป็นผู้มีความเพียรพยายาม และมีการวางแผนการกระทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ มีความกระตือรือร้นที่จะศึกษาความจริงในเรื่องต่างๆ เป็นต้น

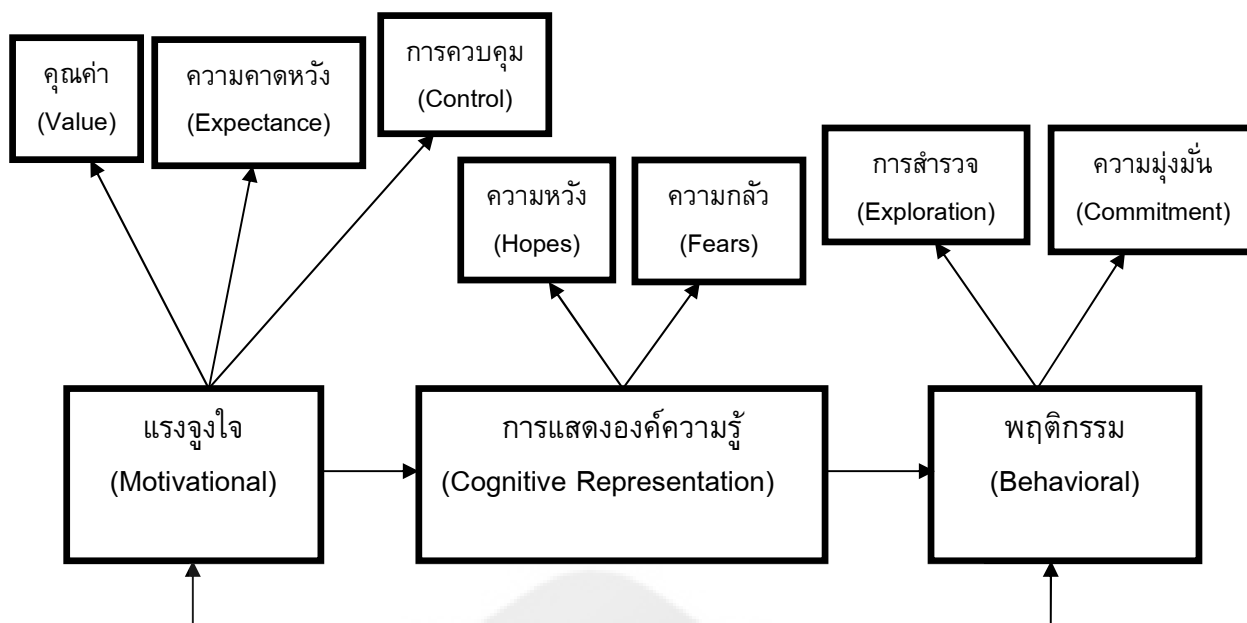
จากการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่ได้รับรวบรวมไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตนั้นสามารถพัฒนาและส่งเสริมให้เกิดขึ้นได้ โดยให้เยาวชนตระหนักถึงความหมายและความสำคัญของอนาคต จากนั้นให้รู้จักคาดการณ์เกี่ยวกับอนาคตโดยใช้เทคนิคต่างๆ ในการช่วยฝึก และรู้จักวางแผนให้กับชีวิต เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ได้กำหนดไว้ รวมไปถึงฝึกให้เขียนเรื่องราวของตนที่เกี่ยวกับปัจจุบันและอนาคต ฉะนั้น การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตนั้นประกอบด้วยองค์ประกอบที่สำคัญคือ บทบาทของครอบครัว และบทบาทของโรงเรียนที่จะช่วยในการปลูกฝังลักษณะนิสัยมุ่งอนาคตให้กับเยาวชน

1.5 ทฤษฎีลักษณะมุ่งอนาคต

ลักษณะมุ่งอนาคตนั้นมีความสำคัญและจำเป็นสำหรับคนทุกคน ซึ่งสามารถพัฒนาให้เกิดขึ้นได้ โดยให้ตระหนักถึงความหมายและความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต ตลอดจนวางแผนอนาคตเพื่อบรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ ซึ่งทฤษฎีลักษณะมุ่งอนาคตนี้ ผู้ที่พัฒนาทฤษฎีลักษณะมุ่งอนาคตและประยุกต์ใช้กับวัยรุ่นคนแรก คือ จาริอิริก นอร์มี (Jari-Erik Nurmi) และเพื่อนร่วมงาน ซิกจินเนอร์ (Seginer, 2009: 14) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของลักษณะมุ่งอนาคตว่าประกอบด้วย 3 องค์ประกอบคือ

1. การสร้างแรงจูงใจ (Motivation) ถือเป็นส่วนที่สำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต การสร้างแรงจูงใจเกี่ยวข้องกับผลประโยชน์ที่แสดงโดยเป้าหมายของบุคคลที่กำหนดไว้สำหรับตัวเอง (อะไรคือสิ่งที่บุคคลมุ่งมั่นที่จะประสบความสำเร็จ)
2. การวางแผน (Planning) การวางแผนเกี่ยวข้องกับแผนการและกิจกรรมของบุคคลที่ตั้งใจจะใช้เพื่อบรรลุเป้าหมายของพวกเขา (พวกเขาวางแผนอย่างไรเพื่อที่จะบรรลุผล)
3. การประเมินผล (Evaluation) การประเมินผลเพื่อความสำเร็จที่คาดการณ์ไว้ของการเป็นรูปเป็นร่างของเป้าหมายที่สะท้อนให้เห็นถึงการอ้างเหตุผลเชิงสาเหตุและผลกระทบ (ขอบเขตที่พวกเขาคาดหวังในแผนการที่ตระหนักไว้ของพวกเขา)

นอกจากนี้ ซิกจินเนอร์ (Seginer, 2009: 15) ได้อธิบายโมเดลลักษณะมุ่งอนาคตที่รวมเอาองค์ประกอบ การสร้างแรงจูงใจ (คุณค่า ความคาดหวัง และการควบคุม) ซึ่งมันป้อนเข้าสู่การแสดงองค์ความรู้ (ความหวัง และความกลัว) และนำไปสู่พฤติกรรม (การสำรวจและความมุ่งมั่น) ดังตารางต่อไปนี้



ภาพประกอบ 1 โมเดลลักษณะมุ่งอนาคต 3 องค์ประกอบ
(The future orientation three-component model)

ที่มา: Seginer & Mahajna. (2004). *How the future orientation of traditional Israeli Palestinian girls links beliefs about women's roles and academic achievement*. p.124.

ดังที่ระบุไว้ข้างต้นนี้ ซิกจินเนอร์ และมหัจนะ (Seginer R.; & Mahajna S. 2004: 124-125) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตประกอบด้วยองค์ประกอบการสร้างแรงจูงใจ องค์ประกอบแสดงองค์ความรู้และองค์ประกอบพฤติกรรม จะเห็นได้ว่าองค์ประกอบพฤติกรรมเชื่อมโยงกับองค์ประกอบการสร้างแรงจูงใจทั้งทางตรงและทางอ้อมผ่านการแสดงองค์ความรู้ ซึ่งแต่ละองค์ประกอบมีรายละเอียดดังนี้

1. องค์ประกอบการสร้างแรงจูงใจ (The motivational component) องค์ประกอบนี้จะเกี่ยวข้องกับคำถามที่ว่าอะไรเป็นสิ่งที่ให้บุคคลคิดเกี่ยวกับอนาคต เช่น การศึกษาที่สูงขึ้นมีความสำคัญกับชีวิตของฉันอย่างไร? การประกอบอาชีพเป็นประโยชน์สำหรับชีวิตในอนาคตของฉันอย่างไร? องค์ประกอบนี้สามารถแบ่งออกไปได้อีก 3 ตัวแปร คือ คุณค่าของผลพฤติกรรมที่คาดหวัง ความคาดหวังของการเป็นตัวเป็นตนของแผนและผลที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์และความรู้สึกภายใน (ความสามารถและความพยายาม) และการควบคุมที่เกี่ยวกับการเป็นตัวเป็นตนที่คาดหวังของแผน

2. องค์ประกอบแสดงองค์ความรู้ (The cognitive representation component) องค์ประกอบนี้เป็นการแสดงองค์ความรู้ของอนาคตโดยภาพและความคิด การแสดงองค์ความรู้ของอนาคตถูกอธิบายในแง่ของสองมิติ คือ ความหวังและความกลัว

3. องค์ประกอบพฤติกรรม (The behavioral component) องค์ประกอบพฤติกรรมประกอบด้วยสองตัวแปร คือหนึ่ง การสำรวจของทางเลือกในอนาคตโดยขอคำแนะนำ การรวบรวม

ข้อมูล และพิสูจน์ความเหมาะสมของพวกเขว่าเป็นลักษณะส่วนบุคคลของแต่ละคนและสถานการณ์ชีวิต และสองการตัดสินใจเกี่ยวกับความมุ่งมั่นที่จะเป็นทางเลือกหนึ่งที่เฉพาะเจาะจง

ความมุ่งมั่นที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจ แสดงให้เห็นว่าพวกเขาได้สร้างขึ้นในใจเกี่ยวกับอาชีพของพวกเขา หรือจะได้แต่งงาน หรือการเตรียมการอย่างจริงจังที่จะเข้าสู่อาชีพหรือไปเรียนที่มหาวิทยาลัย ในโมเดลสองกระบวนการนี้มีแนวคิดและเกิดขึ้นพร้อมกันทางจิตวิทยาและภายใต้องค์ประกอบพฤติกรรม

จากทฤษฎีลักษณะมุ่งอนาคตที่กล่าวกล่าวไว้ข้างต้น สรุปได้ว่าทั้ง นอร์มี (Nurmi) และซิกนิเจอร์ (Seginer) และคณะ ได้พัฒนาโมเดลหลายมิติแบบหลายขั้นตอน โมเดลทั้งคู่เป็นแบบทั่วไป (อาจนำไปใช้กับโดเมนชีวิตในอนาคตต่างๆ) และประกอบด้วยสามองค์ประกอบ องค์ประกอบที่รวมอยู่ในโมเดลของ นอร์มี คือ แรงจูงใจ การวางแผน และการประเมินผล และที่รวมอยู่ในของซิกนิเจอร์และคณะ คือ การสร้างแรงจูงใจ องค์ความรู้ และพฤติกรรม

1.6 การวัดลักษณะมุ่งอนาคต

การวัดลักษณะมุ่งอนาคตมีนักวิจัยที่สร้างขึ้นมาหลายงาน เช่นงานวิจัยของพิทยา อึ้งบุญชู (2538: 126-131) มาลี วิทยารัตน์ (2540: 87-89) ธิดา ชูอินทร์ (2540: 114-117) อำพวรรณ โปร่งจิต (2545: 94-97) จินตนา พึ่งโพธิ์ (2547: 99-100) เสาวนีย์ เพ็ชรนาดี (2548: 127-129) ที่สร้างขึ้นโดยใช้หลักแนวคิดจากการศึกษาแบบวัดของดวงเดือน พันธุมนาวัน และเพ็ญแข ประจักษ์จัน (2520) ลักษณะของแบบวัดทั้งหมดในงานวิจัยทั้งหมดที่กล่าวมาเป็นแบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale)

แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตกับนักเรียนนี้ ผู้วิจัยได้สร้างแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตขึ้นเอง โดยอ้างอิงแนวคิดลักษณะมุ่งอนาคตของดวงเดือน พันธุมนาวัน และศึกษาการสร้างข้อคำถามในแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตในงานวิจัยของพิทยา อึ้งบุญชู (2538: 126-131) มาลี วิทยารัตน์ (2540: 87-89) ธิดา ชูอินทร์ (2540: 114-117) อำพวรรณ โปร่งจิต (2545: 94-97) จินตนา พึ่งโพธิ์ (2547: 99-100) เสาวนีย์ เพ็ชรนาดี (2548: 127-129) ที่สร้างขึ้นโดยใช้หลักแนวคิดจากการศึกษาแบบวัดของดวงเดือน พันธุมนาวัน และเพ็ญแข ประจักษ์จัน (2520) แล้วสร้างข้อคำถามเกี่ยวกับการวัดลักษณะมุ่งอนาคตให้สอดคล้องกับนิยามปฏิบัติการ ได้ข้อคำถาม 24 ข้อ

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

2.1 การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

2.1.1 ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549: 2) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หมายถึง กระบวนการที่ ผู้ให้คำปรึกษาจัดขึ้นเพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษาที่มีปัญหาคลายคลึงกัน หรือความต้องการเหมือนกัน โดยให้บริการปรึกษาตั้งแต่ 4-8 คน ซึ่งมุ่งให้ผู้รับคำปรึกษาได้ปรับปรุง

ตนเอง โดยผู้ให้คำปรึกษาจะคอยเอื้ออำนวยให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสสำรวจตนเอง แสดงความรู้สึก และความคิดเห็น กล้าเผชิญความจริง ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ การยอมรับความไว้วางใจและความเข้าใจซึ่งกันและกัน

วัชร ทรัพย์มี (2550: 103-104) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หมายถึง รูปแบบหนึ่งของการปรึกษาเป็นกระบวนการที่ผู้มีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเองหรือต้องการจะแก้ปัญหาใดปัญหาหนึ่งร่วมกัน มาปรึกษาหารือซึ่งกันและกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้การปรึกษาร่วมอยู่ด้วยสมาชิกในกลุ่มจะมีโอกาสได้แสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของแต่ละคน เป็นการได้ระบายความรู้สึกขัดแย้งในจิตใจ ได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอมรับตนเอง กล้าเผชิญปัญหาและได้ให้ความคิดในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเองกับทั้งได้รับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่น และได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีความรู้สึกขัดแย้งหรือความคิดเห็นเช่นเดียวกับตน ไม่ใช่เขาคนเดียวที่มีปัญหา

สุขอรุณ วงษ์ทิม (2554: 35) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หมายถึง กระบวนการช่วยเหลือผู้รับบริการปรึกษาเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้บริการปรึกษาเป็นผู้สนับสนุน เอื้ออำนวย ชี้แนะ ให้ข้อมูล เปิดโอกาสให้สมาชิกได้ระบายอารมณ์ ความรู้สึก แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ร่วมกันพิจารณาวิธีการแก้ไขปัญหา มีการเปลี่ยนแปลงความคิด อารมณ์และพฤติกรรมภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น ปลอดภัย ไว้วางใจซึ่งกันและกัน

จากความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่ได้รวบรวมไว้ข้างต้น สรุปได้ว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หมายถึง กระบวนการที่ช่วยเหลือบุคคลที่มาขอรับคำปรึกษาตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป ที่มีปัญหาหรือความต้องการคล้ายคลึงกัน โดยมีผู้ให้บริการปรึกษาเป็นผู้สนับสนุน ชี้แนะ และให้บรรยากาศในกลุ่มเป็นไปด้วยความอบอุ่น ปลอดภัย เกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ให้สมาชิกในกลุ่มได้มีโอกาสความรู้สึกและความคิดเห็น แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ตลอดทั้งมีโอกาสสำรวจและประเมินตนเอง

2.1.2 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

นันทนา วงษ์อินทร์ (2547: 1) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีดังนี้

1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ระบายความตึงเครียดทางอารมณ์
2. เพื่อเป็นการให้ข้อมูลบางประการเกี่ยวกับเรื่องราวหรือตัวของผู้อยู่ขอคำปรึกษา
3. เพื่อช่วยให้ผู้อยู่ขอคำปรึกษาเกิดความเข้าใจตนเอง
4. เพื่อช่วยให้ผู้อยู่ขอคำปรึกษาได้วางแผน และตัดสินใจเลือกแนวทางในการปฏิบัติ

ที่มีคุณค่า

วัชร ทรัพย์มี (2550: 105) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีดังต่อไปนี้

1. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเปิดเผย ไม่เก็บกดและไม่เสแสร้ง
2. ส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษามีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น

3. ช่วยให้สมาชิกรู้จักตนเอง เกิดการยอมรับตนเองเพิ่มขึ้นและไม่ได้มุ่งหวังว่าตนจะต้องดีเลิศไปหมดทุกด้าน

4. ช่วยให้สมาชิกรู้จักผู้อื่นเพิ่มขึ้น

5. ช่วยให้สมาชิกมีสัมพันธภาพอันดีกับผู้อื่น ไม่หนีการเข้าสังคม

6. ช่วยให้สมาชิกเข้าสู่โลกของความเป็นจริงเพิ่มขึ้น ลดการใช้กลไกป้องกัน

ตนเอง

7. พัฒนาทักษะในการสื่อความหมายของสมาชิก เช่น ตั้งคำถามได้ตรงเป้าหมาย

นุ่มนวล

8. ช่วยให้สมาชิกไม่ด่วนตัดสินใจก่อนพิจารณาสิ่งต่าง ๆ อย่างรอบคอบ

9. ช่วยให้สมาชิกรับรู้ได้ว่าตนไม่ได้มีปัญหาแต่เพียงลำพังผู้เดียว ตระหนักว่าผู้อื่นก็เผชิญปัญหาและหาทางแก้ปัญหาเหมือนกัน

10. ช่วยให้สมาชิกได้มีโอกาสพิจารณาว่าค่านิยมของตนเหมาะสมหรือไม่

11. ส่งเสริมให้สมาชิกสามารถตัดสินใจได้ด้วยความมั่นคงทางจิตใจแม้จะมีอัตราเสี่ยงอยู่บ้างก็ตาม

12. ช่วยให้สมาชิกตระหนักว่าวิธีแก้ปัญหาไม่ได้มีอยู่วิธีเดียว

13. ช่วยให้สมาชิกรู้สึกว่าเขาเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและมีความจริงใจในการช่วยเหลือกลุ่ม

14. ช่วยให้สมาชิกมีโอกาสสำรวจศักยภาพและความคิดสร้างสรรค์ของตนที่แฝงอยู่

15. ฝึกให้สมาชิกไวต่อความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่น

16. ช่วยให้สมาชิกได้มีโอกาสรับและให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่น เกิดความภูมิใจว่าได้แสดงความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น

คอเรีย (Corey.2008: 5) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีดังนี้

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการพัฒนาทักษะที่มีอยู่ของพวกเขาในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างบุคคล

2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเรียนรู้จากสมาชิกคนอื่นๆ

3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการวางแผนส่วนบุคคล

4. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดความเข้าใจในความต้องการและความรู้สึกของบุคคลอื่น

สุขอรุณ วงษ์ทิม (2554: 37) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีเป้าหมายเพื่อให้สมาชิกได้มีโอกาส สำรวจ รู้จัก ยอมรับตนเอง สามารถเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้น มีการแสดงออก ทางความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมที่เหมาะสม มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ยอมรับผู้อื่น ยอมรับข้อเสนอแนะ มีการแลกเปลี่ยนความคิด ประสบการณ์ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน นำไปสู่วิธีการ

แก้ไขปัญหาดังกล่าวได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเรียนรู้วิธีการปรับตัวเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตได้ในสังคมอย่างปกติสุข

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นการช่วยให้บุคคลรู้จักตนเอง ยอมรับตนเอง และเห็นคุณค่าในตนเอง สามารถเผชิญความจริง และตัดสินใจแก้ปัญหาต่างๆ ได้ด้วยตนเอง เพื่อให้ผู้มาขอรับคำปรึกษาเกิดการวางแผนปฏิบัติในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เป็นไปอย่างเหมาะสม

2.1.3 ขั้นตอนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

วัชร ทรัพย์มี (2550:114-119) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะมีประสิทธิภาพ ก็ต่อเมื่อการดำเนินการให้คำปรึกษามีระบบเป็นขั้นตอน ซึ่งประกอบไปด้วยขั้นเตรียมการจนถึงขั้นประเมินผลการปรึกษา ซึ่งขั้นตอนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีดังต่อไปนี้

1. ขั้นเตรียมการปรึกษาเป็นกลุ่ม

ผู้ให้การปรึกษาจะต้องกำหนดว่าในการจัดกลุ่มแต่ละกลุ่มนั้นจุดประสงค์ของ กลุ่มคืออะไร สมาชิกจะได้รับประโยชน์อะไรจากการเข้ากลุ่ม กระบวนการขั้นตอนในการคัดเลือกสมาชิก เป็นอย่างไร กำหนดให้มีจำนวนสมาชิกกี่คน จะพบกันเมื่อใด ความถี่ในการเข้ากลุ่ม จำนวนครั้งในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มทั้งหมด และระยะเวลาในการดำเนินการให้การปรึกษาแต่ละครั้ง กฎเกณฑ์ของกลุ่มมีอย่างไรบ้าง บทบาทของผู้ให้บริการปรึกษาและสมาชิกในกลุ่มจะเป็นเช่นใด กลวิธีการ ดำเนินกิจกรรมกลุ่ม ตลอดจนการประเมินผลและการติดตามผล เป็นสิ่งที่จะต้องจัดเตรียมให้พร้อม

2. ขั้นการเลือกสรรสมาชิก

2.1 อายุ

อายุมีความสำคัญในการจัดกลุ่ม ผู้ให้การปรึกษาควรเลือกผู้รับบริการที่มีอายุใกล้เคียงกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งมีความสามารถในการสื่อสารภาษาใกล้เคียงกันจะได้พูดกันรู้เรื่อง

2.2 เพศ

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเหมาะสำหรับคนเพศเดียวกันหรือต่างเพศนั้นแล้วแต่ปัญหาหรือเรื่องที่จะอภิปรายกัน เป็นต้นว่าถ้าเป็นหัวเรื่องการปรับตัวกับเพื่อนต่างเพศ สมาชิกในกลุ่มอาจต้องการความคิดเห็นจากสมาชิกต่างเพศเกี่ยวกับการประพฤติปฏิบัติตนของเพื่อหญิงและชาย ดังนั้นจึงควรนำสมาชิกหญิงและชายมาดำเนินการให้การปรึกษาเป็นกลุ่ม

2.3 บุคลิกภาพ

ในการจัดกลุ่มนั้นควรจัดกลุ่มบุคคลที่มีบุคลิกภาพต่างกัน เพราะสมาชิกในกลุ่มจะได้เรียนรู้และมีประสบการณ์กับการสัมพันธ์กับคนต่างบุคลิกภาพ ซึ่งจำลองสภาพการณ์ที่เป็นจริงในสังคม

2.4 ขนาดของกลุ่ม

ปกติแล้วควรมีสมาชิกประมาณ 6-8 คน แต่ถ้าเป็นเด็กเล็กควรมีสมาชิกน้อยกว่านี้ การมีสมาชิกในกลุ่มมากเกินไป จะทำให้ผู้รับบริการแต่ละคนไม่มีโอกาสสำรวจปัญหาของ

ตนอย่างพอเพียง และผู้ให้บริการปรึกษาไม่สามารถสังเกตพฤติกรรมและให้ความช่วยเหลือสมาชิกแต่ละคนได้อย่างทั่วถึง

2.5 ช่วงเวลาและความถี่ในการดำเนินการกลุ่ม

ช่วงเวลาของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มขึ้นอยู่กับอายุของผู้รับบริการ เด็กเล็กมีช่วงแห่งความสนใจสั้นจึงควรใช้เวลาไม่เกิน 30 นาที ในการให้บริการปรึกษาแต่ละครั้งและควรจัดให้ถี่ขึ้น เช่น สัปดาห์ละ 2 ครั้ง แต่ถ้าเป็นวัยรุ่นน่าจะใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมงในแต่ละครั้ง กลุ่มสำหรับผู้ใหญ่อาจจะใช้เวลามากกว่านั้นได้ หรืออาจจัดกลุ่มในวันเสาร์อาทิตย์ต่อเนื่องกัน ส่วนเวลาในการดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มทั้งหมด ไม่ควรนานเกิน 6 เดือน ถ้าจัดในโรงเรียนไม่ควรเกินหนึ่งภาคการศึกษา

3. ขั้นตอนการสัมภาษณ์เป็นรายบุคคลก่อนเข้ากลุ่ม

การที่จะนำผู้รับบริการมาเข้ากลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาควรพบผู้รับบริการเป็นรายบุคคล เพื่ออธิบายให้ผู้รับบริการเข้าใจว่าการปรึกษาเป็นกลุ่มคืออะไร แต่ละคนจะได้รับประโยชน์อะไรจากการเข้ากลุ่มนี้และแต่ละคนมีบทบาทหน้าที่อย่างไร ความแตกต่างระหว่างการปรึกษาเป็นกลุ่มกับการปรึกษากันเองในหมู่เพื่อนฝูงเป็นอย่างไร นอกจากนี้ ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้ผู้รับบริการทราบถึงกระบวนการซึ่งรวมถึงประเด็นเกี่ยวกับการรักษาความลับ ช่วงเวลาของการจัดแต่ละครั้ง จำนวนครั้ง ตลอดจนความสำคัญของการเข้ากลุ่มอย่างสม่ำเสมอ และถามความสมัครใจของผู้รับบริการที่จะเข้าร่วมกลุ่ม

4. ขั้นตอนการเข้ากลุ่มครั้งแรก

การเข้ากลุ่มครั้งแรก จะต้องมีการสร้างความสัมพันธ์อันดีต่อกันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม เพื่อให้เกิดความคุ้นเคยกัน ทำให้เกิดบรรยากาศแห่งการไว้วางใจซึ่งกันและกัน อันจะทำให้สมาชิกกล้าพูดกล้าแสดงความคิดเห็น หรือความรู้สึกของแต่ละคน และผู้ให้คำปรึกษาควรอธิบายให้ผู้รับบริการเข้าใจวัตถุประสงค์และบทบาทของสมาชิกในกลุ่ม

ในขั้นนี้สมาชิกบางคนอาจแสดงความไม่แน่ใจหรือความเครียดเมื่อรู้ถึงบทบาทหน้าที่ของตน ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องใช้เทคนิคของตนอย่างถูกกาลเทศะ คือรู้ว่าจังหวะใดตนควรทำหรือพูดอย่างไร และจะต้องสามารถประเมินบรรยากาศของกลุ่มและสังเกตที่ทำของสมาชิกแต่ละคนได้อย่างแม่นยำ

สมาชิกแต่ละคนจะได้พัฒนาความไว้วางใจและสัมพันธภาพอันดีต่อกัน ผู้รับบริการปรึกษาแต่ละคนจะได้กำหนดจุดมุ่งหมายส่วนตัว และความคาดหวังสิ่งที่จะได้รับจากการให้ปรึกษาอย่างถูกต้องเหมาะสม การให้คำปรึกษาในขั้นนี้ควรเกี่ยวข้องกับการสำรวจแนวความคิดและความรู้สึกแต่ยังไม่ควรเริ่มแก้ปัญหา

5. ขั้นตอนการปรึกษาเป็นกลุ่ม

เป็นขั้นที่สมาชิกจะนำปัญหาและเรื่องราวของตนมาเล่าให้กลุ่มฟัง และเปิดโอกาสให้สมาชิกอื่นแสดงความคิดเห็นหรือช่วยตนแก้ปัญหา ถ้าเป็นกลุ่มที่มีประสิทธิภาพ ในขั้นดำเนินการนี้สมาชิกจะมีขวัญและความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มในระดับสูง ซึ่งจะนำไปสู่การเต็มใจและมุ่งมั่นที่

จะช่วยแก้ปัญหาในกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาจะมีโอกาสเป็นผู้สังเกตการณ์และสนับสนุนให้สมาชิกมีส่วนร่วมกันแก้ปัญหาเพิ่มขึ้น

ขั้นตอนการนี้ จะเริ่มเมื่อสมาชิกสามารถแสดงความรู้สึกและความคิดเห็นได้ โดยเสรี บทบาทของผู้ให้คำปรึกษา คือกระตุ้นให้ผู้รับบริการเปลี่ยนพฤติกรรมเป็นผู้ให้และรับผลป้อนกลับ นำประสบการณ์ที่ได้จากกลุ่มไปใช้ในชีวิตจริง และให้ความช่วยเหลือ ให้กำลังใจสมาชิกคนอื่นๆ

ในขั้นนี้ จะใช้เวลาพบปะกันหลายครั้งจนกว่ากระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนี้จะได้ผล โดยที่ผู้ให้คำปรึกษาจะสามารถทำให้สมาชิกแต่ละคนได้พูดถึงเรื่องราวและความรู้สึกของตนเอง กล้าเผชิญปัญหา ยอมรับความจริง ยอมรับฟังคำวิจารณ์ของผู้อื่นที่มีต่อตน รู้จักตนเองยิ่งขึ้น กับทั้งสามารถเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ตลอดจนรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น เห็นช่องทางในการแก้ปัญหา หรือปรับปรุงตนเอง

6. ขั้นตอนการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

ในขณะที่กลุ่มกำลังใกล้จะยุติการดำเนินการ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเตรียมสมาชิกให้พร้อมกับการยุติกิจกรรมกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาจะสนับสนุนให้สมาชิกประเมินพัฒนาการของตนเองระหว่างประสบการณ์กลุ่มและนำไปใช้ประโยชน์ต่อไปในอนาคต

7. ขั้นตอนผลการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

หลังจากยุติการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแล้ว ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องทำการประเมินผลกิจกรรมนั้นๆ โดยใช้กลวิธีต่างๆ เป็นต้นว่า การสัมภาษณ์ผู้รับบริการเป็นรายบุคคล การสัมภาษณ์ผู้ใกล้ชิดผู้รับบริการ การใช้กลวิธีสังคมมิติ การสังเกตพฤติกรรมผู้รับบริการ หรือการใช้แบบสอบถาม สุขอรุณ วงษ์ทิม (2554: 63-66) กล่าวว่า ขั้นตอนในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมี 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ (The Preparation Stage) เป็นขั้นตอนของการเตรียมกลุ่ม โดยมีการวางแผนงาน กำหนดกลุ่มเป้าหมายที่จะให้บริการปรึกษา กำหนดวัตถุประสงค์ การประกาศรับสมัครสมาชิกกลุ่ม (สมาชิกสมัครใจและไม่สมัครใจ) การคัดเลือกสมาชิกกลุ่ม การเซ็นยินยอมเข้าร่วมกลุ่ม การกำหนดความถี่ในการให้บริการปรึกษา การกำหนดระยะเวลาของการให้บริการปรึกษา ทั้งหมดและการให้บริการปรึกษาในแต่ละครั้ง การกำหนดรูปแบบของกลุ่ม (กลุ่มแบบเปิดหรือปิด) โดยมีรายละเอียดดังนี้

การสมัครใจและไม่สมัครใจ (Voluntary and Involuntary Membership) สมาชิกที่สมัครใจเข้าร่วมกลุ่ม จะมีแรงจูงใจและความเต็มใจในการเข้าร่วมกลุ่มมากกว่าสมาชิกที่ไม่สมัครใจ สำหรับสมาชิกที่ไม่สมัครใจจะมาจากการส่งต่อจากครู ผู้ปกครอง บุคคลอื่นหรือหน่วยงานต่างๆ เป็นต้น

กลุ่มเปิดและกลุ่มปิด (Open and Closed Groups)

กลุ่มเปิด หมายถึง กลุ่มที่มีสมาชิกใหม่เข้ามาแทนที่สมาชิกที่ออกไป ซึ่งอาจทำให้มีปัญหายุ่งยากในการเข้าร่วมกลุ่ม เนื่องจากสมาชิกไม่ได้รับรู้ในสิ่งที่กลุ่มได้อภิปรายกัน ก่อนหน้าที่จะมาเข้าร่วมกลุ่ม และอาจมีผลเสียต่อความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันของกลุ่ม

กลุ่มปิด หมายถึง กลุ่มที่ไม่มีการเปิดรับสมาชิกใหม่ จะทำให้มีความต่อเนื่องและส่งเสริมให้เกิดความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

กลุ่มชนิดที่สมาชิกเหมือนกันและแตกต่างกัน (Homogeneous and Heterogeneous Groups)

กลุ่มที่มีสมาชิกเหมือนกัน หมายถึง กลุ่มที่สมาชิกมีอายุเท่าๆ กัน เช่น กลุ่มเด็ก กลุ่มวัยรุ่น กลุ่มผู้สูงอายุ หรือมีปัญหาที่เหมือนกัน ซึ่งจะทำให้ความสัมพันธ์ของกลุ่มมีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เกิดการร่วมทุกข์ร่วมสุข สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกว่าผู้อื่นก็มีปัญหาเช่นเดียวกับตน และปัญหาที่เหมือนกันของสมาชิกจะเกิดกระตุ้นให้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์และเรียนรู้ซึ่งกันและกัน

กลุ่มที่มีสมาชิกแตกต่างกัน หมายถึง กลุ่มที่สมาชิกมีความแตกต่างกัน ในอายุ เพศ วัฒนธรรม สภาพทางเศรษฐกิจ มีความเหมาะสมสำหรับการให้คำปรึกษากลุ่ม พัฒนาการบุคคล (Personal Growth Groups) กลุ่มติตติสารเสพติดในโรงเรียน และกลุ่มสุขภาพจิตในชุมชน จะช่วยให้ สมาชิกกลุ่มได้รับข้อคิดเห็นย้อนกลับที่หลากหลายแตกต่างจากตน มีโอกาสที่จะทดลองกระทำพฤติกรรมใหม่ๆ และมีการพัฒนาทักษะทางสังคม

สถานที่เข้าร่วมกลุ่ม (Meeting Place) สถานที่สำหรับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ควรมีความเป็นส่วนตัว เงียบสงบ ปราศจากเสียงดังรบกวน ปลอดภัย อากาศถ่ายเทสะดวก มีแสงสว่างเพียงพอ อุณหภูมิที่พอเหมาะ มีขนาดของห้องที่เหมาะสมสำหรับจำนวนสมาชิกกลุ่มโดยไม่แคบหรือกว้างจนเกินไป สมาชิกลุกขึ้นจากเก้าอี้เพื่อลงมานั่งที่พื้นได้อย่างสะดวก เมื่อสมาชิกกลุ่มต้องการหรือสามารถทำกิจกรรมต่างๆ ของกระบวนการให้บริการปรึกษาได้ เช่น การแสดงบทบาทสมมติ หรือสถานการณ์จำลอง เป็นต้น

ขนาดของกลุ่ม (Group Size) กลุ่มควรมีสมาชิกในจำนวนที่มากเพียงพอที่จะมีปฏิสัมพันธ์กัน และเพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ความคิดเห็น และประสบการณ์ซึ่งกันและกันที่หลากหลาย กลุ่มไม่ควรจะมีจำนวนสมาชิกที่มากเกินไป เนื่องจากผู้นำกลุ่มอาจไม่สามารถสังเกตพฤติกรรมและให้การช่วยเหลือสมาชิกแต่ละคนได้อย่างทั่วถึง สมาชิกกลุ่มจะไม่ค่อยมีโอกาสสำรวจปัญหาของตนเองอย่างพอเพียง ไม่มีเวลาเพียงพอสำหรับการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน เนื่องจากมีเวลาในการให้คำปรึกษาในแต่ละครั้งที่จำกัด ทำให้ไม่เกิดความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันโดยอาจมีการตั้งกลุ่มย่อยขึ้นภายในกลุ่ม สำหรับกลุ่มใหญ่ควรมีจำนวนสมาชิกประมาณ 6-8 คน และในกลุ่มเด็กมีสมาชิกเพียง 3-4 คน จะเป็นขนาดที่เหมาะสม

การบันทึกภาพและเสียง (Audio and Video Recording) การบันทึกเสียงจะช่วยให้ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มสามารถทบทวนสิ่งที่เกิดขึ้นในระหว่างการเข้าร่วมกลุ่ม และมีประโยชน์สำหรับการวิพากษ์วิจารณ์ระหว่างสมาชิกกลุ่มในภายหลังการเข้าร่วมกลุ่ม ส่วนการบันทึกภาพมีประโยชน์แก่สมาชิกกลุ่ม ในการรับรู้ถึงการแสดงพฤติกรรมและภาษาท่าทางที่ไม่เหมาะสม มีประโยชน์แก่ผู้ให้บริการปรึกษาในการได้รับข้อคิดเห็นย้อนกลับจากสมาชิกกลุ่ม มีประโยชน์แก่ทุกคนในการรับทราบและได้เรียนรู้จากสถานการณ์ต่างๆ หรือประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในกลุ่ม

ผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม (Co-leader) ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ควรมีผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม ซึ่งเป็นผู้ที่ทำหน้าที่ในการเป็นผู้นำกลุ่มแทนชั่วคราวในกรณีที่ผู้นำกลุ่มป่วยหรือไม่สะดวกด้วยเหตุผลอื่น หรือเป็นผู้ที่อยู่ในระหว่างการฝึกหัดเป็นผู้ให้บริการปรึกษา ผู้ช่วยผู้นำกลุ่มจะช่วยจดบันทึก ข้อมูล บันทึกเทป คอยสังเกต ปฏิกริยาของสมาชิกกลุ่ม ช่วยกระตุ้นสมาชิกให้มีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกอื่น ประคับประคองอารมณ์ความรู้สึกของสมาชิกกลุ่ม ป้องกันความรู้สึกโดดเดี่ยวของสมาชิกกลุ่ม และช่วยอำนวยความสะดวกต่างๆ การมีผู้ช่วยผู้นำกลุ่มนี้จะทำให้สมาชิกกลุ่มได้รับประโยชน์จากการมี ผู้ให้คำปรึกษาจำนวน 2 คน และได้เห็นมุมมองที่แตกต่างกันในกรณีที่ผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม เป็นเพศที่แตกต่างกัน

2. ขั้นเริ่มต้น (The Initial Stage) เป็นขั้นตอนสำหรับการสร้างสัมพันธภาพ ทำความรู้จัก เพื่อให้เกิดความคุ้นเคยกันระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิกกลุ่ม และระหว่างสมาชิกด้วยกันเอง มีการละลายพฤติกรรม การสร้างบรรยากาศให้เกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน การชี้แจงเงื่อนไข ข้อตกลง กฎและกติกา ขั้นตอน วิธีการสำหรับการเข้าร่วมกลุ่ม ชี้แจงบทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่มและ สมาชิกกลุ่ม การรักษาความลับของกลุ่ม การร่วมกันกำหนดเป้าหมายของกลุ่มและแนวทางการแก้ไขปัญหา ซึ่งบรรยากาศของกลุ่มในระยะนี้จะเงียบและเชื่องช้า เนื่องจากสมาชิกยังวิตกกังวลเกี่ยวกับการตัดสินใจเข้าร่วมกลุ่ม กังวลว่าตนจะได้รับการยอมรับหรือถูกปฏิเสธจากกลุ่ม สมาชิกจะยังไม่ไว้วางใจผู้อื่น มีการใช้กลไกการป้องกันตนเอง เก็บความรู้สึกสงสัยและความรู้สึกต่างๆ ไว้ และจะค่อยๆ เรียนรู้กระบวนการกลุ่ม

บทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่มในขั้นตอนนี้ จะต้องเป็นแบบอย่างที่ดีในการเปิดเผย ตนเองอย่างสุจริตใจ มีความเข้าอกเข้าใจ ยอมรับนับถือ และใส่ใจ ตอบสนองต่อสมาชิกทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน เสริมสร้างบรรยากาศของกลุ่มให้เกิดความอบอุ่น ปลอดภัย เป็นมิตร เกิดความไว้วางใจ ซึ่งกันและกันในการที่เปิดเผยข้อมูลส่วนตัวต่างๆ ของตนออกมาให้สมาชิกอื่นรับรู้ ตลอดจนสามารถ แลกเปลี่ยนและแสดงออกของความคิด อารมณ์ ความรู้สึกและพฤติกรรมได้อย่างอิสระ

3. ขั้นดำเนินการ (The Working Stage) เป็นขั้นตอนที่สมาชิกกลุ่มมีการเรียนรู้ ขั้นตอนและกระบวนการกลุ่มมากขึ้น และเกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน สมาชิกกลุ่มได้ค้นพบปัญหา ของตน ร่วมกันหาแนวทางในการแก้ไขปัญหา ดำเนินการแก้ไขปัญหา สมาชิกจะมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน อย่างลึกซึ้งและมีความหมาย สมาชิกกลุ่มกล้าที่จะเปิดเผยอารมณ์ ความรู้สึก และแสดงพฤติกรรมต่างๆ ของตนออกมาอย่างอิสระ มีการสื่อสารกันอย่างเปิดเผย และแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็น อารมณ์ ความรู้สึก ประสพการณ์ และข้อเสนอแนะที่มีประโยชน์ ตลอดจนการทำการบ้านที่ได้รับมอบหมายเพื่อให้เกิด การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์ และการทดลองกระทำในรูปแบบใหม่ นอกจากนี้สมาชิก ยังมีความรู้สึกเป็นเจ้าของกลุ่ม มีส่วนร่วม ใกล้ชิดสนิทสนม เอาใจใส่ซึ่งกันและกันด้วยความจริงใจ เกิดความสามัคคี และเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน จนทำให้มีการพึ่งพาผู้นำกลุ่มน้อยลง

บทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่มในขั้นตอนนี้ ควรใช้เทคนิคและทักษะต่างๆ ตาม ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่เกี่ยวข้องและเหมาะสมกับปัญหาของสมาชิก เพื่อให้เกิดการระบาย อารมณ์ ความรู้สึกออกมาได้อย่างเต็มที่ ภายใต้บรรยากาศของกลุ่มที่มีการร่วมมือร่วมใจกันเพื่อ

ช่วยเหลือ มีความปลอดภัยและไว้วางใจซึ่งกันและกัน และให้การเสริมแรงแก่สมาชิกกลุ่มแต่ละคนเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปสู่พฤติกรรมที่ต้องการ กระตุ้นให้เกิดความร่วมมือร่วมใจกันในการแก้ไขปัญหา โดยพิจารณาจากแนวทางเลือกที่หลากหลาย และยังคงเป็นแบบอย่างที่ดีในการเปิดเผย ใส่ใจในความคิด ทัศนคติ และปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกกลุ่มอย่างจริงจัง

4. ขั้นยุติ (The Termination Stage) เป็นขั้นตอนของการสิ้นสุดของกระบวนการกลุ่ม มีการสรุปถึงสิ่งที่ได้รับและเรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่ม แนวทางการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน การกล่าวคำอำลา และนัดหมายกันเพื่อประเมินและติดตามผล โดยที่สมาชิกกลุ่มอาจมีความรู้สึกเศร้า และวิตกกังวลกับการลาจากกัน มีการแสดงความห่วงใยซึ่งกันและกัน และเตรียมพร้อมสำหรับการเผชิญหน้ากับชีวิตจริงที่ไม่มีการช่วยเหลือจากกลุ่มอีกต่อไป

บทบาทหน้าที่ของผู้ในกลุ่มในขั้นนี้ ควรเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้รวบรวม และกล่าวถึงสิ่งที่ได้รับหรือประสบการณ์จากการเข้าร่วมกลุ่ม มีการเสริมแรงให้สมาชิกกลุ่มนำไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวัน และให้พูดถึงสิ่งที่ยังค้างคาใจต่างๆ ตลอดจนการจัดการกับความรู้สึกที่ต้องแยกจากกัน

5. ขั้นประเมินและติดตามผล (The Evaluation and Follow up Stage) เป็นขั้นตอนของการพบปะกันตามวันเวลาที่ได้นัดหมายกันไว้ในขั้นยุติกลุ่ม จะมีการประเมินผลของการเปลี่ยนแปลงของความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม ผลของการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มไปปฏิบัติจริง ตลอดจนปัญหาอุปสรรคที่พบ ซึ่งผลที่ได้จากการประเมินนี้จะเป็นแนวทางในการปรับปรุงวิธีการให้คำปรึกษาสำหรับผู้ในกลุ่มให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นในอนาคต

จากขั้นตอนในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่ได้รวบรวมไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า ขั้นตอนในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแบ่งออกเป็น 4 ขั้นตอน คือ ขั้นก่อตั้งกลุ่ม ขั้นการเปลี่ยนแปลงลักษณะของสมาชิก ขั้นดำเนินการ และขั้นยุติการให้คำปรึกษา

2.2 การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

เฟรดเดอริก ซี ธอร์น (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2554: 57-58; อ้างอิงจาก Frederick C. Thorne. 1974: 189) เป็นผู้วางรากฐานและเป็นผู้ให้การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน จิตแพทย์ชาวอเมริกัน เขาเป็นผู้ริเริ่มจัดทำวารสารจิตวิทยาคลินิก ธอร์นสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาเอกทางจิตวิทยา จากมหาวิทยาลัยโคลัมเบีย ในปี ค.ศ. 1934 และได้รับปริญญาแพทยศาสตรบัณฑิต จากมหาวิทยาลัยคอร์เนลล์ ในปี ค.ศ. 1938 และในค.ศ.1969 บรอมเมอร์ได้กล่าวยกย่องธอร์นว่า เป็นผู้จุดประกายแนวคิดแบบผสมผสาน (An "Emerging Eclecticism") และแนวคิดผสมผสานนี้เปรียบเสมือนอีกทศวรรษหนึ่งของการให้การปรึกษาที่เหมาะสมกับผู้ที่มีความตั้งใจที่พร้อมจะให้ การช่วยเหลือบุคคลอื่น (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2554: 57)

2.2.1 แนวคิดเกี่ยวกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

แนวคิดสำคัญของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานนั้น เชิร์ทเชอร์ และสโตน (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2554: 57-58; อ้างอิงจาก Shertzer; & Stone. 1974: 189-190) เชื่อว่า

1. ไม่มีทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่ง ไม่ว่าจะเป็นทฤษฎีการให้การศึกษาหรือการบำบัดรักษาที่สามารถจะให้คำตอบได้กว้างขวางและครอบคลุมทุกแง่มุมของปัญหาต่างๆ ของผู้รับการปรึกษาได้ ผู้ให้การศึกษาควรพิจารณาเลือกสรรวิธีการให้การศึกษาที่เหมาะสมที่สุดกับประเด็นปัญหาของผู้รับการปรึกษา คุณลักษณะ และสภาพแวดล้อมของผู้รับการปรึกษา

2. ผู้ให้ศึกษากลุ่มแบบผสมผสานที่แท้จริง (The True Eclectic Counselor) มีปรัชญาและเป้าประสงค์ในการให้การศึกษาที่สอดคล้องกันว่า ก่อนจะนำเทคนิคใดๆ ของทฤษฎีการให้การศึกษาทฤษฎีใดไปประยุกต์ใช้ ผู้ให้การศึกษาจะต้องศึกษาประวัติ รายละเอียด ความชัดเจน ความถูกต้อง และความเป็นไปได้ของแต่ละทฤษฎีทั้งทฤษฎีการให้การศึกษาและการบำบัด เพื่อจะได้นำแนวคิดจากทฤษฎีต่างๆ เหล่านั้น มิใช่เพียงทดลองผิดลองถูกเท่านั้น นอกจากนี้ ผู้ให้การศึกษาจะต้องมีความรู้และประสบการณ์เกี่ยวกับเรื่องการรับรู้ (Perception) พัฒนาการการเรียนรู้และบุคลิกภาพ เพื่อจะได้สามารถพัฒนาวิธีการต่างๆ ในการให้การศึกษา และเลือกใช้วิธีการนั้นๆ ให้เหมาะสมที่สุดกับปัญหาใดปัญหาหนึ่ง โดยเฉพาะของผู้รับการปรึกษาแต่ละคน อีกทั้งผู้ให้การศึกษาจะประสบความสำเร็จในการให้การศึกษา เขาจะต้องรู้จักและเข้าใจเกี่ยวกับบุคลิกลักษณะของตนเอง และมีรูปแบบปฏิสัมพันธ์ที่เอื้อต่อการให้การศึกษา โดยเฉพาะกับผู้รับการปรึกษา

จากแนวคิดเกี่ยวกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานที่ได้รวบรวมไว้ข้างต้นสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานนั้นไม่มีทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่งที่เฉพาะเจาะจงในการให้คำตอบที่ครอบคลุมแก่ผู้มาขอรับคำปรึกษา และการที่ผู้ให้คำปรึกษาจะนำเทคนิคทฤษฎีใดไปใช้จำเป็นต้องศึกษาทฤษฎีนั้นให้ละเอียด ชัดเจน ผู้ให้คำปรึกษาต้องมีความรู้เพื่อจะได้พัฒนาวิธีการต่างๆ หรือเลือกใช้วิธีการนั้นๆ ให้เหมาะสมกับปัญหาของผู้มาขอรับคำปรึกษา

2.2.2 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

เชิร์ทเชอร์ และสโตน (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2554: 59; อ้างอิงจาก Shertzer; & Stone. 1974: 191) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานไว้ดังนี้

1. เพื่อเสริมสร้างและพัฒนาสุขภาพจิตของผู้รับการปรึกษาที่มีปัญหาในการปรับตัว
2. เพื่อช่วยให้ผู้รับบริการคลายความวิตกกังวลและเรียนรู้ขั้นตอนในการลดความวิตกกังวล
3. เพื่อช่วยให้ผู้รับการปรึกษาที่มีความรู้สึกล้มเหลวในชีวิตเรียนรู้ที่จะต่อสู้ชีวิตและมีชีวิตที่ดีขึ้น
4. เพื่อช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเรียนรู้ที่จะเผชิญปัญหาหรือฟันฝ่าอุปสรรคในชีวิต

2.2.3 ขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

เชิร์ทเซอร์ และสโตน (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2554: 59-60; อ้างอิงจาก Shertzer; & Stone. 1974: 192) ได้จำแนกขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพในการให้การศึกษา ในขั้นการสร้างสัมพันธภาพนี้ ผู้ให้การศึกษาต้องใส่ใจ สนใจผู้รับการปรึกษา มีความจริงใจ และเอื้ออาทรต่อผู้รับการปรึกษา
2. ขั้นดำเนินการในขั้นนี้ ธอร์นกล่าวว่า เป็นหน้าที่ที่สำคัญของผู้ให้การศึกษาที่ต้องให้ความสนใจกับสาเหตุต่างๆ เป็นอันดับแรก และอาการต่างๆ ของผู้รับการปรึกษาเป็นอันดับรองลงมา ต่อจากนั้นจึงวางแผนการให้คำปรึกษา โดยกำหนดเป้าหมาย วิธีการให้คำปรึกษา เทคนิคต่างๆ ประเมินผลก่อนและหลังการให้คำปรึกษา ตลอดจนติดตามผลของการให้คำปรึกษา
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ผู้ให้การศึกษาจะยุติการให้คำปรึกษาเมื่อปัญหาต่างๆ ของผู้รับการปรึกษาลดลง ผู้รับการปรึกษารู้จักตัวเองดีขึ้น สามารถรับรู้สภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้องตามความเป็นจริง คิดอย่างสมเหตุสมผล มีเจตคติที่ดีต่อตนเอง มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ สามารถเผชิญปัญหานั้นๆ และปัญหาต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นในชีวิต สามารถควบคุมชีวิตของตนเอง และมีพัฒนาการของการเจริญเติบโตในทิศทางที่พึงประสงค์

จากขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานที่ได้รวบรวมไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า ขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานแบ่งเป็น 3 ขั้นตอน คือ ขั้นสร้างสัมพันธภาพ ขั้นดำเนินการ และขั้นยุติการให้คำปรึกษา

2.2.4 เทคนิคในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

เชิร์ทเซอร์ และสโตน (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2554: 61; อ้างอิงจาก Shertzer; & Stone. 1974: 191) กล่าวว่า ในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานนั้นจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องประเมินภาพรวมของผู้รับการปรึกษา ทั้งประวัติในอดีต สภาพปัจจุบัน และสิ่งที่คาดว่าจะเป็นไปได้ในอนาคต การประเมินนี้จะช่วยให้ผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจ ความคิด อารมณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรมของผู้รับการปรึกษา และจะเป็นข้อมูลประกอบการพิจารณาตัดสินว่า ควรจะคัดเลือกเทคนิคอะไรบ้างจากทฤษฎีการให้คำปรึกษาทฤษฎีใดบ้าง ที่จะช่วยให้คลี่คลายประเด็นปัญหาของผู้รับการปรึกษาและช่วยให้ผู้รับการปรึกษาสามารถดำรงชีวิต อย่างมีคุณภาพ เทคนิคที่นำมาใช้ เช่น เทคนิคการสัมภาษณ์ เทคนิคการสังเกต การแสดงบทบาทสมมติ การเลียนแบบจากตัวแบบ การอธิบาย การให้กำลังใจ การสอน การวิเคราะห์การสื่อสาร การวิเคราะห์ทรงชนะชีวิต การยกตัวอย่างประกอบคำอธิบาย การเชื่อมโยงอย่างเสรี การตีความ การฝึกการกล้าแสดงออก การเสริมแรง การผ่อนคลาย และการบริหารจัดการด้วยตนเอง หรือการควบคุมตนเอง

จากเทคนิคในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานที่ได้รวบรวมไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า เทคนิคในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานนั้นทำให้ทราบถึงขั้นตอนและเทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน ซึ่งจะต้องมีการประเมินผู้มาขอรับคำปรึกษา เพื่อที่จะเป็นข้อมูลในการตัดสินใจเลือกจะใช้เทคนิคอะไร และจะมีวิธีการดำเนินการให้คำปรึกษาอย่างไร

2.3 แนวคิดทฤษฎีที่นำมาใช้ในงานวิจัยนี้

ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศและต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับแนวคิด ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบต่างๆ ผู้วิจัยเห็นว่า แนวคิด ทฤษฎีที่นำมาใช้ในงานวิจัยนี้ที่มีความเหมาะสมในการศึกษาเรื่อง การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ กรุงเทพมหานคร มีดังนี้

2.3.1 ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม

2.3.1.1 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์

ดวงมณี จงรักษ์ (2548: 134) กล่าวถึงความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติมนุษย์ว่า ธรรมชาติของมนุษย์สะท้อนในความเชื่อของการดำรงอยู่ (Existence) หรือการดำเนินชีวิตที่จะไม่มีทางหยุดอยู่กับที่ มนุษย์จะมีการสร้างตนเองอยู่เรื่อยๆ ตามโครงการของตน เป็นผู้เขียนบทชีวิตตนเอง ผู้อื่น และโลกภายนอก ความหมายของชีวิตจะเปลี่ยนไปเรื่อยๆ แต่ไม่เคยหยุดอยู่กับที่ ความหมายของชีวิตอยู่เหนือการใช้ศักยภาพของตนอย่างเต็มที่และปรากฏใน 3 ระดับ คือ 1) ความหมายระดับสูงสุด (Ultimate meanings) 2) ความหมายในขณะปัจจุบัน (Meaning of the moment) 3) ความหมายธรรมดาแต่ละวัน (Common day-to-day meaning) การค้นพบความหมายของชีวิตกระทำได้ 3 วิธีคือ

1. โดยการทำงาน หมายถึงการประสบผลสำเร็จกับการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง
2. โดยการมีประสบการณ์กับสิ่งที่มีคุณค่า เช่น ผลงานของธรรมชาติ วัฒนธรรม และความรัก
3. โดยการประสบกับความทุกข์ หมายถึงการค้นพบทัศนคติที่ถูกต้อง (Proper attitudes) ต่อโชคชะตาที่เปลี่ยนไม่ได้

พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์ (2556: 63-64) กล่าวถึงความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติไว้ว่า

1. มนุษย์มีคุณค่า มีเอกลักษณ์หรือลักษณะเฉพาะตัว มีอิสระ มีเสรีภาพในการเลือกกระทำหรือไม่กระทำ และมีความรับผิดชอบ

2. มนุษย์มีศักยภาพที่จะตระหนักรู้ตนเอง คือรับรู้เกี่ยวกับตนเอง รับรู้ถึงอันตรายและการคุกคามจากภายนอก หรือสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง

3. มนุษย์มีเสรีภาพในการเลือกตัดสินใจชีวิตของตนเอง และรับผิดชอบต่อการกระทำ และสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง

4. มนุษย์แสวงหา ค้นหาความหมายของชีวิต โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค ค้นหา และสร้างเอกลักษณ์เฉพาะตน โดยใช้ความกล้าที่จะเป็น กล้าที่จะมีชีวิตอยู่ด้วยตนเองตามลำพัง สามารถดำรงชีวิตอย่างที่ตนต้องการอย่างแท้จริง และมีความเข้มแข็งในการมองโลก

5. มนุษย์มีลักษณะของความวิตกกังวล โดยมีความรู้สึกว่าจะต้องพยายามต่อต้านสิ่งที่จะมาทำลายการดำรงอยู่ของตน มนุษย์ต้องเรียนรู้ที่จะเผชิญกับความวิตกกังวลหรือความรู้สึกผิด เพราะความวิตกกังวลเปรียบเสมือนเงื่อนไขสำคัญในการดำรงชีวิต

จากที่กล่าวมาข้างต้นสรุปได้ว่า มนุษย์มีคุณค่า มีเอกลักษณ์เฉพาะตน มีเสรีภาพที่จะเลือกและรับผิดชอบต่อผลที่ตามมาในการเลือกของตน มนุษย์แสวงหาความหมายของชีวิต มีความเข้มแข็งในการมองโลก มนุษย์เรียนรู้ที่จะเผชิญกับความวิตกกังวลและความรู้สึกผิดที่เกิดขึ้นในชีวิต

2.3.1.2 เป้าหมายของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม

ดวงมณี จงรักษ์ (2549: 168) กล่าวว่า เป้าหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม เป็นการช่วยเหลือให้บุคคลค้นพบความหมาย ค่านิยมและเป้าหมายในการดำรงชีวิต การช่วยเหลือไม่ใช่เพื่อบรรเทาอาการหรือเปลี่ยนพฤติกรรม แต่เพื่อให้บุคคลมีสติรู้ในวิถีการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน และช่วยให้เขาหลุดพ้นจากบทบาทของการตกเป็นเหยื่อ

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2554: 16) กล่าวว่า เป้าหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม เพื่อช่วยเหลือให้ผู้รับบริการมีความรับผิดชอบต่อตนเอง มีอิสระในการค้นหาและพัฒนาความหมายในชีวิต กล้าเผชิญต่อปรากฏการณ์ที่เป็นจริง ได้ค้นพบเอกลักษณ์ที่แท้จริงของตนเอง สามารถมีชีวิตอยู่กับปัจจุบัน “ที่นี่และขณะนี้” ส่วนอดีตนั้นไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ อนาคตก็เป็นสิ่งที่ยังมาไม่ถึง

พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์ (2556: 71-72) กล่าวว่า เป้าหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มจึงเน้นการช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาให้มีความรับผิดชอบต่อตนเอง และช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาค้นหาและพัฒนาความหมายของชีวิตโดย

1. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษารับรู้ถึงเสรีภาพ (Freedom of choice) สามารถใช้เสรีภาพของตนในการเลือกสิ่งต่างๆ อย่างมีประสิทธิภาพ พร้อมกับมีความรับผิดชอบในสิ่งที่ตนเลือกที่จะส่งผลต่อการดำรงอยู่ของตนอย่างไร
2. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีศักยภาพที่จะตระหนักรู้ในความเป็นตัวเอง (Capacity for Self-awareness)
3. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ค้นหาความหมาย จุดหมาย ค่านิยม และเป้าหมายในชีวิต
4. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาค้นพบเอกลักษณ์ของตนเอง และสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่น
5. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักว่า ความวิตกกังวลเปรียบเสมือนเงื่อนไขในการดำรงชีวิต โดยเห็นว่า ในการดำรงชีวิตนั้นบุคคลเกิดความวิตกกังวลขึ้นได้ ความวิตกกังวลไม่มากเกินไปจะเป็นแรงจูงใจให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลง
6. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถตระหนักถึงความตายและความไม่มีอยู่หรือไม่ดำรงอยู่ (Awareness of death and nonbeing) โดยให้ตระหนักว่า ความตายเป็นสิ่งสำคัญในการค้นหาความหมายและจุดหมายในชีวิต ให้สามารถยอมรับว่า ความตายเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ เมื่อบุคคลใดตระหนักถึงความตายอย่างแท้จริง จะทำให้สามารถดำเนินชีวิตในแต่ละวันอย่างเข้มแข็ง

7. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีชีวิตอยู่กับปัจจุบัน “ที่นี่และขณะนี้” (Here and Now) โดยให้ตระหนักว่า การกระทำที่ผู้รับคำปรึกษาประพฤติและปฏิบัติและความรู้สึกที่ผู้รับคำปรึกษาในปัจจุบันเท่านั้น แสดงถึงการดำรงอยู่ ส่วนในอดีตนั้นไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ อนาคตเป็นสิ่งที่ยังมาไม่ถึง

จากเป้าหมายของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยมที่ได้รวบรวมไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า เพื่อช่วยให้ผู้มาขอรับคำปรึกษาที่มีความรับผิดชอบต่อนตนเอง รู้จักตนเอง ค้นพบเอกลักษณ์ของตน แสวงหาความหมาย จุดเด่น ค่านิยม และเป้าหมายในชีวิต และช่วยให้ผู้มาขอรับคำปรึกษามีชีวิตอยู่กับปัจจุบัน “ที่นี่และขณะนี้” เนื่องจากอดีตนั้นเราไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ และอนาคตก็เป็นสิ่งที่ยังมาไม่ถึง

2.3.1.3 บทบาทของผู้ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีภวนิยม

ดวงมณี จงรักษ์ (2549: 169) กล่าวว่า บทบาทและหน้าที่ของผู้ให้การปรึกษากลุ่มมีดังนี้

1. ผู้ให้การปรึกษาจะต้องสื่อให้ผู้รับการปรึกษารู้ถึงความเคารพในความเป็นเพื่อนมนุษย์ การให้กำลังใจ ความห่วงใย ความจริงแท้ ในขณะที่ทำความเข้าใจผู้รับการปรึกษา โดยถามถึงความหวังและเป้าหมายที่เกิดจากตัวเขาจริง ๆ ความสนใจที่เขามี ความคิดและความรู้สึกในเรื่องที่เกี่ยวกับมิติการดำรงชีวิต
2. สนับสนุนให้ผู้รับการปรึกษาได้มีการเปลี่ยนแปลงค่านิยมของตน ผู้ให้การปรึกษาเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการเปลี่ยนแปลง โดยผู้ให้การปรึกษาต้องมีค่านิยมที่เน้นความมีอิสระในการเลือกและมีความรับผิดชอบต่อทางเลือก
3. สนับสนุนให้ผู้รับการปรึกษากล้าเผชิญกับความกลัว และพร้อมที่จะตัดสินใจเลือกดำเนินชีวิตใหม่ ผู้ให้การปรึกษาต้องแสดงจุดยืนในค่านิยมและความเชื่อ ให้คำแนะนำ เสนอแนะใช้อารมณ์ขัน และการแปลความหมาย โดยที่ผู้รับการปรึกษายังคงมีอิสระที่จะเลือกทำตามหรือไม่ทำตาม
4. ต้องสร้างสัมพันธภาพกับผู้รับการปรึกษาในระดับ ฉันและท่าน (I to Thou) หมายถึง การมีความเคารพระหว่างกัน และมีความรู้สึกสัมพันธ์ต่อกัน สัมพันธภาพเช่นนี้จะทำให้ผู้รับการปรึกษารู้สึกมีพลัง

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2554: 48) กล่าวว่า บทบาทที่สำคัญของผู้ให้การปรึกษาทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม มีดังนี้

1. ผู้ให้การปรึกษาจะใส่ใจและพยายามเข้าใจโลกส่วนตัวของผู้รับบริการ
2. ให้ความสัมพันธ์กับคุณภาพของสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษา
3. ให้ความช่วยเหลือผู้รับการปรึกษาโดยเน้นสภาพปัจจุบันของผู้รับการปรึกษามากกว่าจะสนใจเรื่องราวในอดีต

4. ทำหน้าที่เป็นกระจกสะท้อนให้ผู้รับการปรึกษารับรู้ตระหนักรู้เกี่ยวกับสิ่งต่างๆ รอบตัวที่ส่งผลต่อชีวิตของผู้รับการปรึกษาเอง และให้ผู้รับการปรึกษารับผิดชอบต่อการเปลี่ยนแปลง ชีวิตของตนเองทั้งในปัจจุบันและอนาคต

คอเรย์ (Corey. 1955: 94) กล่าวถึงบทบาทและหน้าที่ของผู้ให้การปรึกษากลุ่ม มีดังนี้

ระยะแรก หน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาคือการให้สมาชิกเผชิญกับการจัดการใน อิสระภาพและความรับผิดชอบ โดยไม่คำนึงถึงข้อจำกัดใดๆ ชีวิตมีทางเลือกอยู่เสมอ ผู้ให้คำปรึกษา จะช่วยให้สมาชิกได้เห็นเส้นทางที่ทำให้พวกเขาดำเนินชีวิตได้ไม่เต็มที่และสร้างบรรยากาศให้เอื้อต่อ การสำรวจตนเอง

ระยะดำเนินการ คือการสร้างสัมพันธภาพในกลุ่ม หน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษา คือ เป็นผู้ดำเนินการทำกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาต้องเข้าใจและยอมรับในโลกส่วนตัวของสมาชิกแต่ละคน รวมทั้ง มีส่วนร่วมในการเปิดเผยตนเองและเป็นแบบอย่างพฤติกรรมอย่างแท้จริง

ระยะสุดท้าย ในตอนท้ายของการทำกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นสมาชิกให้เข้าสู่สังคมโลกด้วยความกระตือรือร้น อีกทั้งช่วยให้สมาชิกผสมผสานและรวบรวมในสิ่งที่พวกเขาได้เรียนรู้ มากที่สุดเท่าที่จะสามารถถ่ายทอดได้ ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการเปิดเผยตรงไปตรงมาตลอดระยะเวลา ที่พบปะสมาชิก และผู้ให้คำปรึกษายังช่วยให้สมาชิกได้มองเห็นการเปลี่ยนแปลงที่พวกเขาสร้างขึ้น

จากบทบาทของผู้ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีภวนิยมที่ได้รวบรวมไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า ผู้ให้การปรึกษาต้องสร้างสัมพันธภาพที่กระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษาค้นหาความหมายและ ตั้งเป้าหมายในชีวิต และช่วยให้ผู้มาขอรับคำปรึกษาสามารถปรับตัวและสร้างสัมพันธภาพกับบุคคล อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.3.1.4 ขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม

ดวงมณี จงรักษ์ (2548: 141-142) กล่าวถึงขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่มไว้ ดังนี้ กระบวนการเปลี่ยนแปลง

การเปลี่ยนแปลงเริ่มต้นจากความเต็มใจของผู้รับการปรึกษาที่จะมีสัมพันธภาพ กับผู้ให้คำปรึกษาโดยการยอมรับและกล้าเผชิญกับความอ้างว้าง กล้าใช้ชีวิตแบบพึ่งพาตนเองสร้างความเข้มแข็งภายใน เพื่อเอาชนะอุปสรรคของชีวิต การมีสัมพันธภาพกับผู้ให้คำปรึกษาอย่างแท้จริง มีผลให้ความวิตกกังวลลดอำนาจลงและหลอมละลายกลายเป็นพลังแห่งความกระตือรือร้น กระบวนการเปลี่ยนแปลงแบ่งออกเป็นขั้นตอน ดังนี้

ระยะแรก เริ่มต้นด้วยการสร้างสัมพันธภาพในระดับเข้มข้นระหว่างผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับการปรึกษา โดยผู้ให้คำปรึกษาพยายามทำความเข้าใจผู้รับการปรึกษา สนับสนุนให้เขาพูดคุย เกี่ยวกับค่านิยม ความเชื่อ ภูมิหลังในอดีต การตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ที่ได้กระทำไปแล้ว รวมทั้งสิ่งที่ ไม่กล้าหรือไม่สามารถตัดสินใจได้ ผู้ให้การปรึกษานับสนับสนุนให้ผู้รับการปรึกษาเล่าถึงความวิตกกังวล ความกลัวที่ซ่อนเร้นอยู่ หรือความรู้สึกอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับมิติของการดำรงชีวิต

ระยะที่สอง ผู้ให้การปรึกษาร่วมกับผู้รับการปรึกษาพิจารณาถึงความเป็นไปได้ของการตัดสินใจเลือกใหม่ การกล้ามีความรับผิดชอบในความหมายใหม่ ผู้ให้คำปรึกษาพยายามช่วยให้ผู้รับการปรึกษาล้ำที่ว่าจะเป็นตัวเองอย่างแท้จริง ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษามองเห็นจุดมุ่งหมาย ศักยภาพที่เขามีแต่เขาปฏิเสธหรือไม่ได้ดึงออกมาใช้

ระยะที่สาม หลังจากผู้รับการปรึกษาตัดสินใจที่จะดำเนินชีวิตใหม่ ผู้ให้คำปรึกษสนับสนุนผู้รับการปรึกษานำแนวทางชีวิตใหม่ไปปฏิบัติ ทั้งนี้ ผู้ให้คำปรึกษาย้ำให้ผู้รับการปรึกษาตระหนักว่าเป็นแนวทางชีวิตใหม่ แม้จะเหมาะสมกับเขามากกว่าเส้นทางเดิม แต่เขายังต้องประสบกับข้อจำกัดและไม่สามารถหลีกเลี่ยงจากความวิตกกังวลได้หมด

พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์ (2556: 73-74) กล่าวถึงขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่มไว้ดังนี้

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ในขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาในการทำความกระจ่างเกี่ยวกับความเชื่อในการมองโลก ค้นหาความหมายของชีวิต หรือความรู้สึกของการมีชีวิตอยู่ในปัจจุบัน โดยให้ผู้รับคำปรึกษาสำรวจค่านิยมและความเชื่อของตนเอง รับรู้ และตระหนักถึงการดำรงอยู่ของตนเอง เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้รู้จักตนเอง ได้ตระหนักถึงความเป็นตัวเอง ได้ค้นหาความหมายและเป้าหมายในชีวิต

2. ระยะตอนกลางของการให้คำปรึกษา ในขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาสำรวจ ค้นหาสิ่งที่มีคุณค่าในตัวเองในปัจจุบัน เพื่อจะได้ทราบว่าขณะนี้ตัวเองเป็นอย่างไร จะตัดสินใจว่าจะดำรงชีวิตอย่างไร จะมีชีวิตในปัจจุบันอย่างมีคุณค่าได้อย่างไร และชีวิตอนาคตจะเป็นอย่างไร เมื่อผู้รับคำปรึกษาสำรวจตนเองแล้ว ให้ผู้รับคำปรึกษาได้กำหนดทางเลือกของตัวเอง ซึ่งนำหน้าระหว่างทางเลือกต่างๆ พิจารณาผลของทางเลือกว่าจะมีผลเกิดตามมาอย่างไรก่อนจะตัดสินใจเลือก ซึ่งกระบวนการนี้นำไปสู่การรับรู้มิติของชีวิต ทำให้มีความเข้าใจลึกซึ้งเกี่ยวกับมิติใหม่ และพร้อมที่จะปรับเปลี่ยนค่านิยมและเจตคติที่มีต่อสิ่งต่างๆ ใหม่ทำให้เข้าใจตนเองมากขึ้น

3. ระยะสุดท้ายของการให้คำปรึกษา ในขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ค้นพบแนวทางที่มีความหมาย และมีคุณค่าสำหรับตัวเขาเอง ให้เขาได้นำสิ่งที่เขาได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเองไปปฏิบัติในการดำเนินชีวิต ซึ่งเป้าหมายของการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมนี้ต้องการให้ผู้รับคำปรึกษาได้เลือกสิ่งที่มีคุณค่าให้แก่ตนเองและรับผิดชอบต่อการดำเนินชีวิตของตนเอง ตลอดทั้งเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้รู้ว่า เขามีศักยภาพและความเข้มแข็งที่จะดำเนินชีวิตอย่างมีจุดหมาย

จากขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยมที่ได้รวบรวมไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า ขั้นตอนในการให้คำปรึกษาแบบภวนิยม แบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน คือ ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา และขั้นยุติการให้คำปรึกษา

2.3.1.5 เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม

คอเรย์ (Corey. 2008: 233) กล่าวว่า แม้ว่าการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยมจะมีอิสระในการรวบรวมเทคนิคจากวิธีการต่างๆ แต่การให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยมนี้จะไม่ยึดติด

กับการใช้เทคนิคเฉพาะใดๆ การให้คำปรึกษากลุ่มแบบกวนนิยมอาจรวบรวมเทคนิคที่หลากหลายมาใช้ในการรักษา

แวน ดูว์เรนธ์ (Corey. 2008: 233-234; อ้างอิงจาก Van Duerzen) กระตุ้นผู้ให้คำปรึกษาให้การแทรกแซงที่จะสะท้อนบุคลิกภาพของตนเองและให้ผู้รับคำปรึกษาอยู่ในความสัมพันธ์ที่มีความยืดหยุ่นกับสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษาต้องการ แวน ดูว์เรนธ์ ชี้ให้เห็นเทคนิคที่นำมาใช้ในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบกวนนิยม ดังนี้

1. ความเจียม ถือเป็นเทคนิคหนึ่งที่สำคัญที่สุด เป็นสิ่งที่มีความต้องการที่จะเป็นพื้นที่หายใจระหว่างการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาต้องเป็นผู้ฟังที่มีทัศนคติเปิดกว้างเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถก้าวไปข้างหน้าในทางเลือกของเขา

2. การตั้งคำถาม สิ่งที่สำคัญที่สุดสำหรับผู้ให้คำปรึกษา คือ การตั้งคำถามปลายเปิดที่มีคำตอบในคำพูดของผู้รับคำปรึกษา

3. การตีความ ถูกนำมาใช้ในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบกวนนิยม เป็นวิธีที่ทำให้เกิดความรู้สึกในเรื่องราวของผู้รับคำปรึกษาแต่ละบุคคลและประสบการณ์ในการเพิ่มความหมาย

2.3.2 ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง

2.3.2.1 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา และวิไลลักษณ์ พงษ์โสภา (2556: 150-151) กล่าวว่า กราชเซอร์ มีความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ว่า ชีวิตของคนเรามีความต้องการทางจิตใจที่สำคัญอยู่ประการหนึ่งคือ ความต้องการที่จะแสวงหาเอกลักษณ์ (identity) ของตนเองให้สำเร็จ ความต้องการดังกล่าวจะเป็นกลไกให้พฤติกรรมต่างๆ ออกมา ซึ่งการสนองความต้องการของคนเราสามารถจำแนกออกได้เป็น 2 ลักษณะใหญ่ๆ คือ

1. ต้องการที่จะรักและได้รับความรัก (need to love and to be loved)
2. ต้องการที่จะเป็นผู้ที่มีคุณค่าทั้งต่อตัวเราเองและผู้อื่น (สังคม) (need to feel worthwhile to ourselves and others)

กราชเซอร์ ยังมีความเชื่ออีกว่า ในธรรมชาติของมนุษย์จะมีพลังแห่งความสามารถอยู่ด้วย พลังดังกล่าวจะเป็นตัวกระตุ้นให้คนเราพยายามต่อสู้ฝ่าฟันอุปสรรคให้ได้ เพื่อให้บรรลุถึงจุดหมายปลายทางของชีวิตที่สุขสบายและร่ำรวยกับความสำเร็จแห่งชีวิตตน แต่มนุษย์มีความสามารถที่จะตอบสนองความต้องการของตนเองได้ไม่เท่ากัน จึงทำให้บางคนต้องมีเอกลักษณ์ที่ไม่ประสบความสำเร็จหรือเป็นเอกลักษณ์ที่ล้มเหลว (failure identity) ซึ่งมีสาเหตุมาจากบุคคลนั้นขาดความรักและขาดการยอมรับมาเป็นพื้นฐานตามธรรมชาติ จึงต้องพยายามหาช่องทางสนองความต้องการของตนเอง บุคคลเหล่านี้จะมีความทรمانที่จะต้องเผชิญกับความจริง จึงหาทางออกอื่นที่คิดว่าจะสนองความต้องการของตนเองได้ แต่เมื่อเขามีพฤติกรรมที่ไม่ตรงกับสภาพความเป็นจริงแล้ว พฤติกรรมที่แสดงออกมาจะมีลักษณะเป็นพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบ (irresponsible behavior) ซึ่งอาจออกมาในลักษณะที่ชอบครุ่นคิด เพื่อฝัน ถ้าร้ายแรงอาจเป็นโรคจิตได้

กลาซเซอร์ (ศิริบูรณ์ สายโกสุม. 2555: 179; อ้างอิงจาก Glasser. 1981) กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง แตกต่างจากการให้คำปรึกษากลุ่มอื่นหลายประการด้วยกัน ดังนี้

1. ปฏิเสธแนวคิดของความเจ็บป่วยทางจิตใจ (Mental illness) เมื่อบุคคลเลือกจะกระทำการสิ่งต่างๆ ในลักษณะของการเป็นโรคจิตหรือโรคประสาท ถือได้ว่าเป็นความพยายามจะควบคุมโลกในระดับหนึ่ง และเพื่อตอบสนองความพึงพอใจของตนเอง พฤติกรรมที่บุคคลสามารถควบคุมได้คือของตนเองเท่านั้น
 2. เน้นปัจจุบันเป็นจุดตัดของชีวิต และเน้นว่าบุคคลสามารถควบคุมสิ่งที่ตนอาศัยอยู่ได้เพียงไร และเลือกพฤติกรรมที่ดีที่สุดสำหรับตน
 3. มีการจัดการกับการถ่ายโอน (Transference) แต่สัมพันธ์กับการรับรู้ของผู้รับคำปรึกษา
 4. ไม่พิจารณาถึงจิตไร้สำนึกหรือความฝัน แต่ให้ความสำคัญกับการตระหนักรู้ถึงปัจจุบัน โดยพัฒนาให้มีการตระหนักรู้มากขึ้น
 5. เน้นว่าบุคคลต้องตัดสินใจพฤติกรรมของตนโดยดูถึงคุณค่าส่วนบุคคลและคุณค่าทางสังคม
 6. พยายามสอนบุคคลในการเติมเต็มความต้องการของตนให้ดีขึ้น และมีความรับผิดชอบต่อตนเอง
- จากความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติที่ได้รวบรวมไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า มนุษย์ต้องการมีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ มีความรับผิดชอบ มีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น ต้องการที่จะพัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง

2.3.2.2 เป้าหมายของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง

กลาซเซอร์ (ศิริบูรณ์ สายโกสุม. 2555: 180; อ้างอิงจาก Glasser. 1981) ได้กล่าวถึงเป้าหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีนี้ไว้ว่า

1. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีจิตใจที่เข้มแข็ง มีเหตุผลและตระหนักว่าตนเองนั้นมีทางเลือก หากเมื่อใดก็ตามที่เป้าหมายบรรลุผล บุคคลก็จะมีชีวิตที่รับผิดชอบจนนำไปสู่การวางรูปแบบชีวิตแห่งความสำเร็จ
2. ผู้รับคำปรึกษาที่มีความเข้าใจและทราบถึงสิ่งที่ตนต้องการจากชีวิต โดยช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาตรวจสอบตนเอง รวมทั้งสิ่งแวดล้อมที่สนับสนุนและยับยั้ง
3. วางรูปแบบการเลือกให้สอดคล้องกับความเป็นจริง ที่ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาบรรลุความต้องการและความปรารถนาได้ โดยการวางแผนและแผนนั้นต้องมีความเป็นรูปธรรมและมีความเฉพาะเจาะจงเท่าที่จะทำได้ เมื่อมีการวางแผนจะต้องมีการตรวจสอบพฤติกรรมที่เป็นทางเลือกการตัดสินใจและผล โดยมักจะมีการเขียนสัญญาและมีจุดเน้นที่จะให้บุคคลมีความรับผิดชอบมากขึ้น

4. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาจะต้องมีความสัมพันธ์ที่มีความหมาย มีพื้นฐานจากความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง การยอมรับและความเต็มใจ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องศรัทธาในความสามารถของผู้รับคำปรึกษาและจะไม่วิจารณ์และไม่ยอมแพ้หากผู้รับคำปรึกษาไม่สามารถทำตามพฤติกรรมที่สมบูรณ์ได้

5. เน้นพฤติกรรมที่เป็นปัจจุบัน กลาสเซอร์เชื่อว่า พฤติกรรม ความรู้สึกและสรีระมีความสัมพันธ์ต่อกัน ดังนั้นจึงต้องเน้นกิจกรรมในปัจจุบันเพราะควบคุมได้โดยผู้รับคำปรึกษา

6. จัดการลงโทษและข้อแก้ตัว โดยการให้มีการวางแผนใหม่หากแผนเดิมไม่ได้ผลจุดเน้นคือการทบทวน วางแผน และประสบความสำเร็จในที่สุดมากกว่าจะพบความพ่ายแพ้ ซึ่งจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีพลังและเสริมสร้างเพิ่มมากขึ้น

จากเป้าหมายของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่ได้รวบรวมไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีความเป็นตัวของตัวเอง รู้จักและเข้าใจตนเอง มีความรับผิดชอบ ตระหนักว่าตนเองนั้นมีทางเลือก ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาบรรลุความต้องการและความปรารถนาได้ โดยการวางแผนและแผนนั้นต้องมีความเป็นรูปธรรม เน้นพฤติกรรมที่เป็นปัจจุบัน จัดการลงโทษและข้อแก้ตัว

2.3.2.3 บทบาทของผู้ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง

พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์ (2554: 144) กล่าวถึง บทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงว่า ผู้ให้คำปรึกษาจะคอยส่งเสริมให้มีการอภิปรายพฤติกรรมปัจจุบันของสมาชิกและไม่ส่งเสริมให้มีการแก้ตัวในพฤติกรรมที่เกิดจากความไม่รับผิดชอบ ช่วยให้ผู้สมาชิกได้มีโอกาสประเมินตนเองอย่างตั้งใจจริง มีการสอนวิธีการต่างๆ จนนำไปสู่การวางแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษา โดยสามารถปรับเปลี่ยนหลักการพื้นฐานและทฤษฎีรวมไปถึงกระบวนการต่างๆ ให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้รับคำปรึกษาที่มาจากหลากหลายวัฒนธรรมพร้อมทั้งให้กำลังใจเพื่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องเมื่อกลุ่มยุติไปแล้ว

คอเรีย (ศิริบุรณ์ สายโกสุม 2555: 184; อ้างอิงจาก Corey. 2004: 424) กล่าวว่า ผู้ให้คำปรึกษาต้องพยายามทำหน้าที่ของตน สิ่งสำคัญอันหนึ่งซึ่งเป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปคือการเป็นแบบอย่างของความรับผิดชอบ สมาชิกมักจะเลียนแบบผู้ให้คำปรึกษาไม่ว่าผู้ให้คำปรึกษาจะปรารถนาหรือไม่ก็ตาม ในการทำสิ่งนี้ผู้ให้คำปรึกษาต้องช่วยให้มีกระบวนการของการประเมินตนเองในตัวสมาชิก โดยเป็นแบบอย่างของการประเมินตนเอง นอกจากนี้ผู้นำวางแผนโครงสร้างและขอบเขตของกลุ่ม ช่วยสมาชิกให้เข้าใจขอบข่ายของกระบวนการกลุ่ม และความจำเป็นในการประยุกต์สิ่งที่เรียนรู้กับชีวิตประจำวัน

จากบทบาทของผู้ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่ได้รวบรวมไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า ต้องสร้างสัมพันธ์ทางอ้อมกับผู้มาขอรับคำปรึกษา แนะนำให้ผู้มาขอรับคำปรึกษาพบวิธีทางในการตอบสนองความต้องการของตน วางแผน และปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ ผู้ให้คำปรึกษาต้องให้กำลังใจผู้มาขอรับคำปรึกษาในการปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงตนเองด้วย

2.3.2.4 ขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง

วับโบลดิง (ศิริบุรณ์ สายโกสุม. 2555: 180-182; อ้างอิงจาก Wubbolding. 1999) เสนอ 8 ขั้นตอนพื้นฐานในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง

1. สร้างความสัมพันธ์ที่มีความหมาย (Make friends / establish a meaningful relationship) ในขั้นตอนแรกพยายามสร้างสัมพันธ์ภาพกับสมาชิกกลุ่มแต่ละคน บุคคลมักเข้ามาเกี่ยวข้องกับในกลุ่มเพราะต้องการจะมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาสามารถตอบสนองความต้องการนี้ในระยะแรกของการทำกลุ่ม กระบวนการนี้จะบรรลุได้โดยการที่ผู้ให้คำปรึกษาคัดเลือกผู้สมัครเข้าร่วมกลุ่ม โดยการให้สนทนาหรือกิจกรรมเมื่อเข้ามาในกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาจะตัดสินใจว่าอะไรที่จะตอบสนองความต้องการพื้นฐานของสมาชิกโดยการให้คำถามและการมีปฏิสัมพันธ์อย่างเชี่ยวชาญ

2. เน้นพฤติกรรมปัจจุบัน / ถาม คุณกำลังทำอะไรขณะนี้ (Emphasize present behavior/ Ask what are you doing now?) ขั้นตอนที่สอง เน้นกระบวนการของการเลือก เน้นความสำคัญในการใช้ความคิดและการกระทำมากกว่าความรู้สึกเพื่อนำมาสู่ความเปลี่ยนแปลง ดังนั้นจึงให้สมาชิกเน้นที่พฤติกรรมที่ตนสามารถควบคุมได้ในปัจจุบัน

3. เน้นการกระทำอะไรที่ช่วยให้ได้ตามที่ต้องการ (Stress whether clients' actions are getting what they want) เน้นให้สมาชิกตัดสินใจพฤติกรรมของตน และเรียนรู้ว่าพฤติกรรมอยู่ในความควบคุมของตน

4. วางแผนทางบวกที่จะทำให้ดีขึ้น (Make positive plan to do better) เป็นขั้นตอนที่สำคัญในกระบวนการกลุ่มเกี่ยวกับการวางแผน แนะนำ ช่วยเหลือ และกระตุ้น มีพื้นฐานอยู่บนการทำ 3 ขั้นตอนแรกได้สำเร็จ แผนการกระทำเป็นของบุคคล แต่สมาชิกกลุ่มและผู้ให้คำปรึกษาสามารถช่วยให้เกิดประสิทธิภาพ โดยการให้ข้อมูลการช่วยให้เกิดประสิทธิภาพโดยการให้ข้อมูลการเสนอแนะ เพื่อให้แผนมีศักยภาพยิ่งขึ้น

5. มุ่งมั่นที่จะทำตามแผนทางบวก (Get a commitment to follow positive plan) สมาชิกต้องทำตามแผน ในการที่จะมุ่งมั่น สมาชิกต้องมีความรับผิดชอบในสมาชิกของตน มีการดำเนินการ

6. ไม่มีข้อแก้ตัว (No excuses) หลายครั้งที่สมาชิกไม่ประสบความสำเร็จตามแผนที่ได้วางไว้ ในกรณีเช่นนี้ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกเพียงรับรู้ว่าคุณล้มเหลว ไม่มีการนำอดีตขึ้นมาพูดรวมทั้งข้อแก้ตัว การยอมรับข้อแก้ตัวทำให้บุคคลในกลุ่มมีความคิดว่าตนเองอ่อนแอ ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงและส่งผลให้ไม่สามารถควบคุมชีวิตตนเองได้ แทนการทำสิ่งนี้ โดยช่วยบุคคลวางแผนอันอื่นต่อไป และให้กำลังใจในการพยายามอีกครั้ง

7. ไม่ลงโทษ (No punishment) การลงโทษทำให้เกิดความเจ็บปวดโดยไม่มีวิธีที่จะลดหรือหยุดความเจ็บปวดได้ ไม่ว่าผู้กระทำผิดจะทำอะไรก็ตาม มันเป็นเรื่องตรงข้ามกับการเลือกและการควบคุม และมักทำให้บุคคลมีการกระทำทางลบหรือยอมแพ้ ดังนั้น การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงเน้นว่าบุคคลที่ไม่ทำตามแผนจะต้องอยู่กับผลที่ติดตลามาจากการกระทำของตน ซึ่ง

หมายถึงบุคคลจะไม่ได้ในสิ่งที่ตนต้องการ การตอบสนองแบบนี้พร้อมกับการกระตุ้นกำลังใจจากกลุ่ม มักจูงใจให้บุคคลพยายามอีกครั้ง

8. อย่ายอมแพ้ (Never give up) การเปลี่ยนแปลงมักต้องใช้เวลา โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าผู้รับคำปรึกษากลุ่มมีประวัติของการล้มเหลวที่ยาวนาน ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกที่เปลี่ยนแปลงอย่างช้าๆ มีความพากเพียร ต่อมาความแน่วแน่เริ่มจะมีในตัวผู้รับคำปรึกษา ทำให้ตระหนักว่าผู้ให้คำปรึกษาเสมือนเพื่อนที่ดี ทำให้ผู้รับคำปรึกษาเต็มใจที่จะพยายามทดลองทำพฤติกรรมใหม่อีกครั้ง และกระบวนการเปลี่ยนแปลงสามารถเริ่มขึ้นได้

จากขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่ได้รวบรวมไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า ขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงแบ่งออกเป็น 8 ขั้นตอน คือ ขั้นสร้างสัมพันธภาพ ขั้นกระบวนการของการเลือก ขั้นตอนตัดสินใจพฤติกรรมของตน ขั้นวางแผน ขั้นทำตามแผน การไม่มีข้อแก้ตัว ไม่ลงโทษ และไม่ล้มเลิกความตั้งใจง่าย ๆ

2.3.2.5 เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง

วับโบลดิง (ศิริบุรณ์ สายโกสุม. 2555: 182-183; อ้างอิงจาก Wubbolding. 1999) เสนอว่ามี 4 เทคนิคพิเศษที่ประยุกต์ใช้ในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง ดังนี้

1. การถามอย่างเชี่ยวชาญ เป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้ให้คำปรึกษาในการถามคำถามปลายเปิดและคำถามเชิงเชื่อเชิญให้พูดเพื่อช่วยสมาชิกในการค้นหา
2. วิธีการช่วยเหลือตนเอง เน้นในด้านบวก พฤติกรรมที่สมาชิกต้องการเปลี่ยนแปลงเป็นเป้าหมาย สมาชิกและกลุ่มมีความพยายามอย่างแท้จริงที่ทำให้เกิดการกระทำ
3. สนับสนุนการใช้อารมณ์ขัน วิธีการนี้ต้องคำนึงถึงจังหวะเวลา และความสำคัญของความไว้วางใจในกระบวนการช่วยเหลือ อารมณ์ขันไม่ควรกดบุคคลให้ต่ำลง แต่ควรใช้เพื่อช่วยให้บุคคลตระหนักถึงสภาพการณ์ที่ไม่สามารถจะบรรลุได้โดยง่ายด้วยแนวทางอื่น
4. การใช้คำพูดตรงข้าม สมาชิกบางคนการเปลี่ยนแปลงทำได้ดีที่สุดโดยทางอ้อมมากกว่าทางตรง ในสภาพการณ์เหล่านี้ พลังของอารมณ์ขันมักมีประสิทธิภาพ แต่ก็อาจเป็นอันตรายทำให้เกิดการเข้าใจผิด ผู้ให้คำปรึกษาอาจใช้คำพูดตรงข้ามเพื่อให้บรรลุผล

คอเรย์ (Corey. 2012: 401-404) กล่าวว่า กระบวนการ WDEP มีดังนี้

1. ความต้องการ (Wants) ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสำรวจความต้องการ ความจำเป็น การรับรู้ ความหวังและความฝันของตนเอง โดยผ่านทักษะการตั้งคำถามของผู้ให้คำปรึกษา ตลอดกระบวนการจะเน้นให้ผู้รับคำปรึกษาได้ประเมินตนเอง เพื่อกำหนดทิศทางของพฤติกรรม
2. สำรวจทิศทางหรือแนวทางและการปฏิบัติ (Doing and Direction) หลังจากที่ได้รับคำปรึกษาได้สำรวจความต้องการของตนเองแล้ว ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาอธิบายถึงพฤติกรรมทั้งหมดของพวกเขา คือ สิ่งที่เขา กำลังคิด ทำ รู้สึก เป็นต้น เพื่อเพิ่มการตระหนักรู้ในตนเอง

โดยเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบัน ซึ่งจะเป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีความรับผิดชอบต่อความรู้สึกของตนเอง และสามารถเปลี่ยนแปลงการดำเนินชีวิตของตนเองได้

3. การประเมิน (Evaluation) คือ การกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีการประเมินพฤติกรรมของตนเอง ซึ่งการประเมินพฤติกรรมตนเองเป็นสิ่งที่มีความสำคัญกับทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง โดยหลังจากที่มีการประเมินแล้วผู้รับคำปรึกษาจะสามารถกำหนดถึงสิ่งที่จะทำให้ตนเองล้มเหลวและนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงไปสู่ความสำเร็จในอนาคตได้

4. การวางแผน (Planning) คือ เป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้กำหนดวิธีการต่างๆ เพื่อเปลี่ยนแปลงตนเองจากความล้มเหลวไปสู่ความสำเร็จ โดยบุคคลจะมีการประเมินพฤติกรรมของตนเองและตัดสินใจไปสู่การเปลี่ยนแปลง ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยเหลือให้ผู้รับคำปรึกษาพัฒนาแผนสำหรับเปลี่ยนพฤติกรรม พร้อมทั้งมีการให้แรงเสริมทางบวกเพื่อให้แผนดำเนินไปอย่างราบรื่นยิ่งขึ้น ซึ่งแผนนั้นจะต้องตรงกับความเป็นจริง มีการรับผิดชอบต่อสัญญากับผู้รับคำปรึกษาคนอื่นๆ ในกลุ่มและผู้ให้คำปรึกษา

สอดคล้องกับ พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์ (2557: 155-157) กล่าวถึงกระบวนการ WDEP (The WDEP System) ว่าเป็นกระบวนการที่ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีการสำรวจประเมินและวางแผนเพื่อพัฒนาตนเองในด้านต่างๆ โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. การสำรวจความต้องการ (Wants) เป็นการสำรวจความต้องการ และความจำเป็นของผู้รับคำปรึกษา โดยผู้ให้คำปรึกษาจะตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาได้คิด และไตร่ตรองถึงสิ่งที่ตนเองปรารถนา รวมทั้งสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษาต้องการจากครอบครัว เพื่อน และงาน

2. สำรวจทิศทางหรือแนวทางและการปฏิบัติ (Doing and Direction) เป็นการสำรวจและวิเคราะห์เพื่อกำหนดเป้าหมายของผู้รับคำปรึกษา การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงนั้นเน้นพฤติกรรม ณ ปัจจุบันของผู้รับคำปรึกษา โดยให้ความสนใจการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของภาพรวมในปัจจุบัน (Current Total Behavior) ไม่ใช่เพียงแค่เปลี่ยนเจตคติและความรู้สึกเท่านั้น เป้าหมายประการหนึ่งของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง คือ ต้องการให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตระหนักรู้ในการกระทำ และพฤติกรรมในภาพรวมของตนเองเพื่อตอบสนองความต้องการ ตลอดจนการพัฒนาภาพพจน์ที่ดีของตนเองต่อไป

3. การประเมิน (Evaluation) เป็นการให้ผู้รับคำปรึกษาประเมินพฤติกรรมปัจจุบันของตนเองว่าสิ่งที่ต้องการมีหวังและความเป็นไปได้หรือไม่ และพฤติกรรมนั้นจะนำไปสู่ทิศทางที่ผู้รับคำปรึกษาต้องการหรือไม่

4. การวางแผน (Planning) ในขั้นนี้เป็นขั้นที่ผู้รับคำปรึกษาดัดสินใจแล้วว่าอะไรคือสิ่งที่ตนเองต้องการจะเปลี่ยนแปลง ทั้งนี้ในขั้นการวางแผนเป้าหมายของผู้เข้ารับคำปรึกษาต้องเกิดขึ้นจากความต้องการและความจำเป็นที่แท้จริง ซึ่งผู้เข้ารับคำปรึกษาต้องเป็นผู้กำหนดเป้าหมายนั้น ด้วยตนเอง หลังจากนั้นผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาทำสัญญาผูกมัดตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อไปสู่เป้าหมาย ถ้าผู้รับคำปรึกษาสามารถทำตามข้อตกลงหรือสัญญาได้ แสดงให้เห็นว่าผู้รับคำปรึกษา มีความสามารถที่จะตอบสนองความต้องการของตนเอง เห็นความสำคัญและคุณค่าของ

ตนเอง มีความรับผิดชอบ และเชื่อมั่นในการกระทำของตนเอง ซึ่งบ่งบอกถึงการมีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ

2.3.3 ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ

2.3.3.1 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์

ปราณี งามสุต (2557: 13-14) กล่าวว่า ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบมีทฤษฎีเรื่องธรรมชาติมนุษย์ ดังนี้

1. มนุษย์แต่ละคนมีลักษณะประจำตัวหรือมีความเป็นปัจเจกบุคคลที่มีแบบแผนคงที่พอสมควร และลักษณะเหล่านี้สามารถวัดได้โดยชัดเจน
2. มนุษย์มีความแตกต่างระหว่างบุคคลไม่ว่าจะมองในแง่ภูมิใด ความแตกต่างที่สำคัญซึ่งมีผลต่องานและอาชีพ ได้แก่ ความถนัด ผลสัมฤทธิ์ บุคลิกภาพ และความสนใจ
3. ลักษณะด้านต่าง ๆ ของบุคคลที่สอดคล้องกันเมื่อมาบูรณาการเข้าด้วยกันเป็นกลุ่มก้อน จะต้องประกอบรวมของผู้นั้น องค์ประกอบเหล่านี้ส่งผลต่อความแตกต่างของการแก้ปัญหาและการปรับตัวของบุคคล ซึ่งใช้ทำนายผลการกระทำของบุคคลได้
4. แม้ลักษณะด้านต่าง ๆ ของบุคคลจะมีความคงที่พอสมควร แต่มนุษย์ก็มีความสามารถที่จะพัฒนาตนให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมและงานอาชีพได้ไม่มากนักน้อย หากมีข้อมูลและความรู้เกี่ยวกับอาชีพอย่างพอเพียงและมีความเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง
5. หากมนุษย์มีลักษณะส่วนตัวที่เหมาะสมสอดคล้องกับงานหรืออาชีพมากเท่าใด มนุษย์ก็มีแนวโน้มจะพอใจงานและทำงานได้ประสิทธิผลเพิ่มขึ้นเท่านั้น
6. บุคคลบางคนแม้มีศักยภาพ ความสามารถ ความฉลาด และความถนัดอยู่ในตัว แต่ก็ยังอาจใช้สิ่งเหล่านั้นให้เป็นประโยชน์ไม่ได้หรือได้ไม่เต็มที่ จึงสมควรให้ผู้มีประสบการณ์มากกว่ามาเสริมสร้างให้เขาพัฒนาตนเองให้เหมาะสมแก่งานและนำความสามารถในตัวมาประยุกต์ใช้ในงานให้มากที่สุด
7. มนุษย์แต่ละคนมีต้นทุนมาต่างกัน อันเป็นผลจากสังคม วัฒนธรรม เชื้อชาติ ครอบครัว สถานะทางเศรษฐกิจและสังคมจึงส่งผลให้พัฒนาต่างกันมากบ้างน้อยบ้างตามลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคล
8. ปัญหาการปรับตัวไม่ได้ของมนุษย์ มักเกิดจากการไม่เข้าใจตน ไม่รู้ความสามารถ ไม่ตระหนักในความถนัด จึงไม่สามารถเลือกเส้นทางชีวิตที่เหมาะสมแก่ตนและไม่รู้ว่าจะนำความสามารถมาใช้ประโยชน์อย่างไร หรือไม่รู้ว่าจะปรับเปลี่ยนพัฒนาตนในเรื่องใด เหตุดังกล่าวนี้ส่งผลให้บุคคลมีปัญหาทางอารมณ์ ขาดเหตุผล คิดเชิงสร้างสรรค์ไม่ได้ ซึ่งส่งผลต่อการเกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาและการกระทำที่ลดประสิทธิภาพลงไปเรื่อย ๆ

วัชร ทรัพย์มี (2554: 168-169) กล่าวว่า ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบมีทฤษฎีเรื่องธรรมชาติมนุษย์ ดังนี้

1. แม้มนุษย์จะมีสติปัญญาและเหตุผล ตลอดจนมีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเองได้ แต่การที่มนุษย์จะพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มที่มีนั้น ต้องอาศัยความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น

2. มนุษย์มีความแตกต่างกันทั้งด้านลักษณะต่างๆ (Traits) เป็นต้นว่า ความสามารถ ความถนัด ความสนใจ สติปัญญา และองค์ประกอบสิ่งแวดล้อมก็ต่างกัน เช่น ฐานะเศรษฐกิจสังคมของ ครอบครัว ถิ่นที่อยู่อาศัย ลำดับที่ในการเกิด

3. ลักษณะหลายประการของบุคคล เช่น ความสามารถและความสนใจไม่ได้ เป็นสิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิด แต่ได้รับอิทธิพลจากประสบการณ์ ฉะนั้นการที่ผู้ให้คำปรึกษาได้รับข้อมูล เกี่ยวกับประสบการณ์ของผู้รับคำปรึกษาจะทำให้เข้าใจลักษณะต่างๆ ของผู้รับคำปรึกษาดีขึ้น และผู้ให้ คำปรึกษาพึงตระหนักว่าลักษณะต่างๆ ของผู้รับคำปรึกษาเป็นสิ่งที่วัดได้ โดยผู้ให้คำปรึกษาจะต้อง ระวังการประเมินลักษณะของผู้รับคำปรึกษา ซึ่งได้จากกลวิธีเก็บข้อมูลต่างๆ ให้ตรงกับข้อเท็จจริง

4. ทฤษฎีนี้เชื่อว่าปัญหาทางอารมณ์ โดยเฉพาะความวิตกกังวลมีพื้นฐานมา จากการที่บุคคลนั้นไม่สามารถตัดสินใจหรือแก้ปัญหา ทฤษฎีนี้ไม่ค่อยเน้นอารมณ์และความรู้สึกของ ผู้รับคำปรึกษา แต่เน้นที่กระบวนการตัดสินใจ โดยเชื่อว่าถ้าบุคคลสามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาได้ ความวิตกกังวลและปัญหาด้านอารมณ์จะหายไปเอง เพราะปัญหาทางอารมณ์เกิดจากความไม่แน่ใจ การตัดสินใจไม่ได้ และการขาดข้อมูล ถ้าสามารถทำให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความไม่แน่ใจว่าเขาจะ แก้ปัญหาหรือวางโครงการในอนาคตของเขาได้ โดยมีข้อมูลอย่างเพียงพอ ปัญหาด้านอารมณ์จะหมดไป

5. หลักการของการให้คำปรึกษาแบบนี้ ไม่เพียงแต่จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา สามารถแก้ปัญหาหรือตัดสินใจได้ด้วยตนเองกับปัญหาหรือเหตุการณ์เฉพาะหน้าเท่านั้น แต่มุ่งส่งเสริม พัฒนาการของทักษะในการตัดสินใจและแก้ปัญหาให้กับผู้รับคำปรึกษาเพื่อนำไปใช้ในอนาคต และ ส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษาเป็นคนมีเหตุผล เป็นตัวของตัวเอง มีกำลังใจที่จะกระทำการต่างๆ โดยไม่ท้อถอย หรือมีกำลังใจที่จะพัฒนาตนเอง

2.3.3.2 เป้าหมายของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคล และองค์ประกอบ

ลินและมากิ (ปราณี งามสุต. 2557: 16-17 อ้างอิงจาก Lynch; & Maki, 1981 cited by Gilliland; & James, 1998: 332) ได้แบ่งเป้าหมายของการให้การปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

1. เป้าหมายระยะสั้น (Short-term Goal) คำว่า เป้าหมายระยะสั้นนี้ เจียร์นัย ทรงชัยกุล (เจียร์นัย ทรงชัยกุล. 2533: 50 อ้างอิงจาก ปราณี งามสุต. 2557) เรียกว่า เป้าหมายเฉพาะหน้า เป้าหมายระยะสั้นหรือเป้าหมายเฉพาะหน้าเป็นเป้าหมายที่มุ่งให้เกิดในช่วงเวลาของการรับบริการ เป้าหมายระยะสั้นของการให้คำปรึกษาแบบวิเคราะห์บุคคลและองค์ประกอบเป็นการมุ่งช่วยให้ผู้รับ การปรึกษาหยุดการคิด ซึ่งจะนำไปสู่การกระทำที่ไร้เหตุผล ไร้ทิศทาง ให้ได้ตระหนักในการลดหรือเลิก พฤติกรรมแบบขาดการควบคุมที่บางที่เจ้าตัวก็ไม่เข้าใจตนเองว่าทำไปเพื่อสิ่งใด จากนั้นให้มาเริ่มต้น ทำความรู้จักความสามารถ ความถนัด และลักษณะเฉพาะตนให้มีทักษะแสวงหาข้อมูลจากสิ่งแวดล้อม

ทั้งด้านการศึกษา อาชีพ และสังคม เข้าทำนอง “คิดใหม่เพื่อกระทำใหม่” และให้ตระหนักได้ว่าเขาจะต้องเริ่มพัฒนาตนด้านทักษะการแก้ปัญหาอย่างสมเหตุสมผลเพื่อการตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพ แล้วเรียนรู้และฝึกฝนตนเพื่อการตัดสินใจหรือแก้ปัญหาแบบวิทยาศาสตร์ กล่าวได้ว่า เป้าหมายระยะสั้นของการให้คำปรึกษาแบบลักษณะบุคคลและองค์ประกอบมุ่งพัฒนาคนด้านทักษะการคิด การตัดสินใจ และการแก้ปัญหาโดยใช้เหตุใช้ผลในระยะเวลาของการรับการศึกษา

2. เป้าหมายระยะยาว (Long-term Goal) เป็นเป้าหมายที่มุ่งให้ผู้รับบริการพัฒนาตนด้านการทำงานได้ตลอดช่วงชีวิต เป็นเป้าหมายระยะยาวของการให้การศึกษาแบบลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ จะเน้นที่การพัฒนาผู้รับการศึกษาให้มีความสามารถในการแก้ปัญหาและการมีชีวิตที่มีประสิทธิภาพในสังคมแบบในโลกของงานอาชีพตลอดไปโดยบูรณาการทักษะประสบการณ์จากการเรียนรู้ทั้งมวลมาสู่การดำรงตนตลอดช่วงชีวิต ทฤษฎีนี้เปรียบการให้การศึกษาเหมือนสถานีเติมพลังบนเส้นทางชีวิต เพื่อก้าวสู่การพัฒนาที่สมบูรณ์และยั่งยืน จากเป้าหมายระยะยาวของทฤษฎีสะท้อนให้เห็นได้ว่าใกล้เคียงกับจุดประสงค์หรือเป้าหมายการให้การศึกษาแบบไม่นำทางที่มุ่งพัฒนาผู้รับการศึกษาให้เจริญเติบโตและแก้ปัญหาเองได้ในอนาคต

วัชร ทรัพย์มี (2554:169-170) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายหลักของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ คือการให้ผู้รับคำปรึกษาเปลี่ยนพฤติกรรมจากการเรียนรู้โดยช่วยให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักและตระหนักในลักษณะบุคคลและองค์ประกอบของตนเอง และรู้จักแสวงหาข้อมูลจากสิ่งแวดล้อม เป็นต้นว่าข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษา อาชีพ สังคม และช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้เรียนรู้ว่ากระบวนการตัดสินใจ เป็นขั้นตอนที่มีระบบ และกระบวนการคิดตัดสินใจแก้ปัญหา หรือวางแผนโครงการในอนาคตนั้น ควรดำเนินการอย่างไร จึงจะเป็นการคิดวางแผนอย่างมีประสิทธิภาพ

จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษา ไม่ได้มุ่งให้ผู้รับคำปรึกษาอยู่ได้ตามลำพังโดยไม่ต้องเกี่ยวข้องกับใครเลย (Complete Autonomy) ซึ่งถือว่าผิดธรรมชาติของมนุษย์ แต่ต้องการให้ผู้รับคำปรึกษามีพัฒนาการที่จะจัดระบบชีวิตของตนเองได้ (Self Managed Development) จากการให้คำปรึกษา ผู้รับคำปรึกษาจะได้รู้จักวิธีที่จะทำความรู้จักตนเอง รู้จักวิธีตั้งจุดหมายในชีวิต เท่ากับการให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้พัฒนาตนเอง

ผู้ให้คำปรึกษาควรช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักว่า สิ่งต่างๆ เกี่ยวกับตัวเขาและสิ่งแวดล้อมนั้นเปลี่ยนแปลงได้ เพื่อจะได้ไม่ยึดมั่นถือมั่นและสามารถวางแผนโครงการในอนาคตได้อย่างยืดหยุ่น ตลอดจนช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมที่เต็มไปด้วยความขัดแย้งได้อย่างมีความสุข และยังสามารถรักษาเสรีภาพของตนเองไว้ได้ ผู้ให้คำปรึกษาจะสนับสนุนผู้รับคำปรึกษาใช้ความคิดอย่างมีเหตุผลในการพิจารณาสิ่งต่างๆ โดยการรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องมาคิดวิเคราะห์อย่างถี่ถ้วนปราศจากอคติ

นอกจากนั้น ผู้ให้คำปรึกษาควรปรึกษาหารือกับผู้ที่เกี่ยวข้องกับผู้รับคำปรึกษา เช่น พ่อแม่ ครู ของผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับผู้รับคำปรึกษาที่ตรงขึ้น และเพื่อช่วยคิดหาทางช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาให้มีประสิทธิภาพขึ้น

2.3.3.3 บทบาทของผู้ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีวิเคราะห์ลักษณะบุคคล และองค์ประกอบ

ปราณี งามสุด (2557: 18) กล่าวว่า บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาในทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ มีดังนี้

1. ผู้ให้การปรึกษามีบทบาทเหมือนผู้สอน ผู้ชี้แนะ ผู้ให้ข้อมูล ผู้ควบคุมดูแล ผู้รู้ผู้มีประสบการณ์และความสามารถ ผู้พัฒนาทักษะการตัดสินใจ ซึ่งทฤษฎีนี้เชื่อว่าบทบาทดังกล่าวจะช่วยสร้างความน่าเชื่อถือและพลังในตัวที่จะช่วยให้ผู้รับการปรึกษาให้คล้อยตามในสิ่งที่ผู้ให้การปรึกษาเห็นว่าเหมาะสม

2. ผู้ให้การปรึกษามีบทบาทที่มากกว่าการช่วยแก้ไขหรือช่วยแก้ไขคือ ต้องมีบทบาทเป็นผู้สนับสนุนให้ผู้รับการปรึกษาปรับการดำเนินชีวิตให้อยู่ได้อย่างเป็นสุขในสภาพแวดล้อมหรืองานของตนตลอดทุกช่วงชีวิตด้วย ซึ่งปัจจุบันจะเน้นบทบาทการสนับสนุนนี้มาก

3. นอกจากสนับสนุนให้ผู้รับการปรึกษาดำเนินชีวิตได้โดยราบรื่นตลอดช่วงชีวิตแล้วผู้ให้การปรึกษาแบบลักษณะบุคคลและองค์ประกอบควรสามารถทำหน้าที่ฟื้นฟูสภาพจิตใจให้แก่ผู้รับการปรึกษาได้ด้วย โดยคอยติดตามประเมินผู้รับการปรึกษาในการนำแนวคิดจากการรับบริการปรึกษาไปสู่การปฏิบัติ และพร้อมต่อการช่วยเหลือในทุกช่วงเวลาที่ผู้รับการปรึกษานำแผนไปสู่การปฏิบัติดังกล่าว

4. ลักษณะที่จำเป็นของผู้ให้การปรึกษาตามทฤษฎีลักษณะบุคคลและองค์ประกอบประการหนึ่งคือ จะต้องรอบรู้เรื่องอาชีพและสังคม เนื่องจากต้องให้ข้อมูลและความรู้เหล่านี้แก่ผู้รับการปรึกษา ขณะเดียวกันต้องมีความรู้และทักษะด้านการใช้แบบทดสอบทางจิตวิทยาเพื่อประเมินลักษณะของบุคคลและชี้แนะได้ถึงตัวเลือกทางอาชีพที่มีแนวโน้มเหมาะสมต่อบุคคลหรือผู้รับการปรึกษาแต่ละราย

5. ผู้ให้การปรึกษาตามทฤษฎีลักษณะบุคคลและองค์ประกอบต้องมีทักษะในการสื่อสารเพื่อเข้าถึงจิตใจและความต้องการของผู้รับการปรึกษา และมีทักษะในการจูงใจผู้รับการปรึกษาให้คิดด้วยเหตุด้วยผลในการพิจารณาตนเองเปรียบเทียบกับความเป็นจริงในสังคม คือ ต้องสามารถช่วยให้ผู้รับการปรึกษามองตนเองและมองโลกด้วยสายตาที่เป็นจริง

6. ผู้ให้การปรึกษาตามทฤษฎีลักษณะบุคคลและองค์ประกอบยุคใหม่ต้องมุ่งให้ความสำคัญกับบทบาทท้าทายผู้รับการปรึกษาให้ทำสำเร็จให้ได้ในการพัฒนาตนเองตามเกณฑ์มาตรฐานของงาน โดยใช้กระบวนการเสริมสร้างการคิด ขณะเดียวกันก็มีบทบาทบริหารจัดการสิ่งแวดล้อม เพื่อกระตุ้นปฏิกิริยาตอบสนองจากผู้รับการปรึกษาอันจะนำไปสู่การปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเองอย่างเหมาะสม

7. ในการช่วยการตัดสินใจของผู้รับการปรึกษา ผู้ให้การปรึกษาแบบลักษณะบุคคลและองค์ประกอบยุคเดิมจะเน้นบทบาทในการ “ให้ข้อมูล” แต่ปัจจุบันจะเน้นส่งเสริมผู้รับการปรึกษาให้สืบค้นข้อมูลและฝึกทักษะการหาเหตุผลจากข้อมูลเพื่อนำไปสู่การตัดสินใจอย่างเหมาะสม

วัชร ทรัพย์มี (2554: 173-175) กล่าวว่า ผู้ให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบมีบทบาทดังต่อไปนี้

1. รับฟังอย่างตั้งใจ
2. สนทนากับผู้รับคำปรึกษาถึงเรื่องราวต่างๆ ที่ผู้รับคำปรึกษากล่าวถึง
3. ให้ข้อเสนอแนะโดยทั่วๆ ไป และเฉพาะเจาะจงแก่ผู้รับคำปรึกษา
4. ผู้ให้คำปรึกษาอาจตั้งคำถามเพื่อให้เข้าใจผู้รับคำปรึกษายิ่งขึ้น และเป็น การกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาสำรวจตนเอง ไม่ควรใช้คำถามมากนักในตอนต้นๆ เพราะจะทำให้ผู้รับคำปรึกษา เข้าใจผิดว่าการให้คำปรึกษาคือการถามตอบ

5. ผู้ให้คำปรึกษาจะให้ข้อมูลแก่ผู้รับคำปรึกษา หรือช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา แสวงหาข้อมูลเกี่ยวกับตนเองและสิ่งแวดล้อม ซึ่งข้อมูลเหล่านั้นผู้รับคำปรึกษาไม่ได้ตระหนัก เช่น ให้ข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับความรู้สึก ทศนคติ และค่านิยมของผู้รับคำปรึกษา ข้อมูลที่ให้แก่ผู้รับคำปรึกษา นอกจากจะเป็นข้อมูลใหม่ หรือข้อมูลเกี่ยวกับตนเองซึ่งผู้รับคำปรึกษายังไม่ตระหนักแล้วยังเป็น การรวบรวมและจัดระบบข้อมูล ซึ่งได้จากการสัมภาษณ์และเทคนิคต่างๆ มาป้อนกลับให้ผู้รับคำปรึกษา ได้เกิดความกระจ่างขึ้น เป็นการช่วยสรุปประเด็น และตีความหมายข้อมูลเกี่ยวกับตัวผู้รับคำปรึกษา ให้ผู้รับคำปรึกษาฟัง ซึ่งผู้รับคำปรึกษาอาจมีปฏิกิริยาต่างๆ เช่น รับฟัง ต่อต้าน หรือมีอาการวิตกกังวล สิ่งเหล่านี้ควรอยู่ในความสังเกตของผู้ให้คำปรึกษา นอกจากนั้นผู้ให้คำปรึกษาจะต้องสนับสนุนผู้รับ คำปรึกษา ได้ข้อมูลเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม เช่น ข้อมูลด้านอาชีพ การศึกษา วิธีปรับตัว

6. ผู้ให้คำปรึกษาควรใช้เวลาส่วนใหญ่ในการอธิบายพฤติกรรมของมนุษย์ให้ ผู้รับคำปรึกษาฟัง เหมือนกับการสอนวิชาจิตวิทยาแบบย่อแก่ผู้รับคำปรึกษา เช่น ให้ผู้รับคำปรึกษา รู้จักคำว่า บุคลิกลักษณะ ให้รู้จักความแตกต่างระหว่างความสามารถและความสนใจ รู้จักความหมาย ของสติปัญญา ความสามารถทางวิชาการ ความถนัด ความขัดแย้งทางจิตใจ ซึ่งจากความรู้ในเรื่อง เหล่านี้จะทำให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจสาเหตุของพฤติกรรมได้ดีขึ้น จะได้หาทางแก้ไขได้ตรงประเด็น การให้ข้อมูลทางจิตวิทยานี้จะต้องให้เหมาะสมกับกาลเทศะ โดยผสมผสานเข้าไปกับเรื่องราวของผู้รับ คำปรึกษา

7. ผู้ให้คำปรึกษาควรชี้แจงผู้รับคำปรึกษาเข้าใจถึงวิธีการตัดสินใจว่าเป็น กระบวนการขั้นตอน ซึ่งไม่ย้อนกลับ มีแต่จะก้าวไปข้างหน้า ซึ่งการตัดสินใจนั้นจะมีการทบทวน ประเมินหลายครั้งก่อนถึงการตัดสินใจครั้งสุดท้าย

8. ผู้ให้คำปรึกษาอาจให้ข้อเสนอแนะบางประการแก่ผู้รับคำปรึกษา เช่น ถ้าเห็นว่า ผู้รับคำปรึกษายังไม่ควรตัดสินใจในขณะนี้ เขาอาจเสนอแนะให้ผู้รับคำปรึกษาหาข้อมูลเพิ่มเติม กระตุ้น ให้พิจารณาสิ่งต่างๆ ก่อนการตัดสินใจขั้นสุดท้าย

9. ในกระบวนการให้คำปรึกษา นอกจากผู้ให้คำปรึกษาจะสนทนากับผู้รับ คำปรึกษา เขาอาจสนทนากับผู้อื่น เช่น พ่อแม่ ครู เพื่อน นายจ้าง เพื่อให้ข้อมูลเพิ่มเติมให้แม่นยำ หรือช่วยเหลือให้ผู้รับคำปรึกษาเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น พูดกับพ่อแม่หรือครูของผู้รับคำปรึกษาเกี่ยวกับ วิธีปฏิบัติต่อผู้รับคำปรึกษา

2.3.3.4 ขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ

ปราณี รามสูตร (2557: 23-26) กล่าวว่า ขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบมีทั้งหมด 7 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ (Establishing Rapport) ซึ่งเป็นขั้นตอนเริ่มต้นของการให้คำปรึกษาเป็นการสร้างบรรยากาศของความรู้สึกคุ้นเคย ยอมรับ ไว้วางใจ ศรัทธา เชื่อถือไปพร้อมๆ กับการทำความเข้าใจในเหตุผลที่ผู้รับคำปรึกษามารับบริการหรือการรับทราบปัญหาของผู้รับคำปรึกษา ซึ่งการสร้างสัมพันธภาพน่าจะจำเป็นมากสำหรับทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ เพื่อนำไปสู่การสอน สั่ง ชี้แนะ และเสนอข้อปฏิบัติให้ผู้รับคำปรึกษาดำเนินตามในขั้นตอนต่อไป

2. ขั้นช่วยการเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม การช่วยผู้รับคำปรึกษาให้ทำความเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม (Helping to self-understand within the boundaries of the environment) ภายหลังจากที่ได้รับทราบปัญหาของผู้รับคำปรึกษาแล้วนี้ สำหรับการให้คำปรึกษาแบบลักษณะบุคคลและองค์ประกอบจะมีกระบวนการที่มากกว่าการพบพูดคุยกันระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา เพราะต้องมีเรื่องของ “ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ” เข้ามาเกี่ยวข้องด้วยมาก จึงจำเป็นต้องมีข้อมูลเพื่อให้ได้ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบดังกล่าว โดยมีการดำเนินการเป็นลำดับย่อยๆ ดังนี้

2.1 การรวบรวมข้อมูล (Collecting the Data) ตามทฤษฎีนี้ วิลเลียมสัน (Williamson. 1972: 292) ได้ระบุไว้ว่า อาจใช้เครื่องมือได้ 6 ลักษณะด้วยกันคือ

2.1.1 ระเบียนสะสมหรือแฟ้มข้อมูลส่วนตัว (The Cumulative Record, Case, or Personal File) จะช่วยให้ได้ข้อมูลเรื่องการเรียน สภาพจิตใจ สภาพร่างกาย และผลงานด้านต่างๆ ซึ่งอาจเป็นข้อมูลในรูปของเกรด เกียรติบัตร กิจกรรมที่อาจเกี่ยวข้องกับทางกฎหมาย ศิลธรรม การต่อต้านเรียกร้องสิทธิในสัณฐานในการทำงาน การใช้เวลาว่าง คະแผนการสอบด้านต่างๆ ที่ผ่านมา คະแผนความตั้งใจในการเรียนและกิจกรรม ประวัติสุขภาพกายสุขภาพจิต ฯลฯ ข้อมูลเหล่านี้จัดเป็นข้อมูลระยะยาว (Longitudinal Record) ที่เป็นตัวแทนบ่งชี้ตัวบุคคลกับสิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นแนวทางให้ครู ผู้เชี่ยวชาญ นักจิตบำบัด และผู้ให้คำปรึกษาเกิดภาพพจน์ในใจเกี่ยวกับตัวผู้รับคำปรึกษาในสิ่งแวดล้อมที่ผ่านมา ซึ่งอาจช่วยให้เข้าใจปัญหาในปัจจุบันของผู้รับคำปรึกษาได้มากขึ้น และข้อมูลเหล่านี้จะเป็นประเด็นสำคัญของการสัมภาษณ์พูดคุยกันต่อไป

2.1.2 บันทึกกิจวัตรและการใช้เวลา (The Behavior Baseline and Time Distribution Form) การรวบรวมข้อมูลวิธีนี้จะใช้มากในการให้คำปรึกษาแก่ผู้ทำงานองค์การธุรกิจและอุตสาหกรรม เพื่อช่วยให้พนักงานผู้มีปัญหาได้เห็นว่าเขาใช้เวลาได้เหมาะสมหรือไม่เหมาะสมอย่างไร และช่วยให้เห็นว่าเขามีการกระทำที่สอดคล้องกับเวลา สถานที่ และสถานการณ์หรือไม่ กับทั้งยังช่วยบ่งชี้พฤติกรรมที่สมควรปรับปรุงเปลี่ยนแปลงด้วย

2.1.3 อัตชีวประวัติ (Autobiography) ข้อมูลจากอัตชีวประวัติจะสะท้อนให้เห็นเหตุการณ์ชีวิตบางตอน ซึ่งอาจเป็นปัญหาของผู้รับคำปรึกษาที่เด่นชัดขึ้นจากการให้เจ้าตัวเขียนอัตชีวประวัติของตนเองหรือจากที่เขาเขียนไว้แล้วนำมาประกอบเป็นข้อมูลในการทำ ความเข้าใจผู้รับคำปรึกษา จะช่วยได้มากสำหรับผู้รับคำปรึกษาที่ขาดความเชื่อมั่น มองตนว่ามีค่าต่ำ และไม่ชอบการเผชิญหน้าหรือพบพูดคุยกับผู้ให้คำปรึกษาแบบใกล้ชิด ทฤษฎีนี้เชื่อว่าการให้เขียน ช่วยให้เจ้าตัวบรรยายความในใจและปัญหาได้มากขึ้นและช่วยลดความกดดันทางอารมณ์ลงได้มาก ความเชื่อนี้สอดคล้องกับแนวคิดของ โรเจอร์ส (Carl R. Rogers) และนักวิชาการยุคใหม่ที่เห็นว่าคน มีปัญหาส่วนหนึ่งชอบเขียนมากกว่าชอบพูด การศึกษาข้อมูลจากสิ่งที่เขาเขียนไว้จะช่วยสะท้อนความคิด ในใจตนและเป็นช่องทางแก่ผู้ให้คำปรึกษาที่จะช่วยเหลือเขาได้มากขึ้น

2.1.4 ระเบียบเหตุการณ์ (Anecdotal Records) ข้อมูลจากระเบียน พกเหตุการณ์จะช่วยให้เห็นพฤติกรรมเล็กๆ น้อยๆ ในช่วงสั้น แต่น่าสนใจบางส่วนในชีวิตของผู้รับคำปรึกษา ซึ่งผู้บันทึกอาจเป็นสมาชิกครอบครัว ครู หรือผู้ดูแลงานบุคลากรในองค์กร ทฤษฎีนี้จะให้ความสำคัญ กับระเบียบเหตุการณ์ค่อนข้างมากและมักพบบ่อยๆ ว่าพฤติกรรมปัญหาหลายอย่างของผู้รับคำปรึกษา ที่ค้นไม่พบด้วยแบบทดสอบจำนวนมาก แต่กลับพบจากข้อมูลในระเบียบเหตุการณ์ นอกจากนั้น ทฤษฎีนี้ยังใช้ประโยชน์จากระเบียนเหตุการณ์โดยนำเหตุการณ์จากระเบียนเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับ ปัญหาของผู้รับคำปรึกษาไปสร้างสถานการณ์สมมติในขั้นตอนวางแผนแก้ปัญหาสำหรับบางรายด้วย

2.1.5 การทดสอบทางจิตวิทยา (Psychological Tests) ข้อมูลจาก การทดสอบทางจิตวิทยาจัดว่าเป็นจุดเน้นที่สำคัญมากที่สุดนับแต่อดีตถึงปัจจุบันของทฤษฎีลักษณะ บุคคลและองค์ประกอบ ซึ่ง วิลเลียมสัน ได้ให้ความเห็นไว้ว่า การทดสอบช่วยให้การวิเคราะห์บุคคล มีความเป็นรูปธรรม น่าเชื่อถือ ดีกว่าการลงความเห็นจากการสนทนาพูดคุยเท่านั้น แม้บางครั้งผลที่ ได้จากการทดสอบอาจไม่ชัดเจนและต้องอาศัยข้อมูลจากแหล่งอื่นประกอบ แต่การนำผลจากแบบทดสอบ มาร่วมวิเคราะห์บุคคลยังเป็นเรื่องจำเป็น และมอร์แลนด์ ได้ระบุเพิ่มเติมจากแนวคิดของวิลเลียมสันว่า เพื่อให้การวิเคราะห์บุคคลมีความสมบูรณ์ตามเป้าประสงค์ของทฤษฎีควรใช้แบบทดสอบมากกว่า 1 ชุด เพื่อลดข้อผิดพลาดในการพยากรณ์แนวโน้ม

2.1.6 การสัมภาษณ์ (Interview) ทฤษฎีนี้เชื่อว่า การสัมภาษณ์จะ ช่วยให้เข้าใจการรับรู้ตนของผู้รับคำปรึกษา และช่วยให้เห็นได้ว่าผู้รับคำปรึกษาคิดว่าคนอื่นมองเขา อย่างไร เมื่อผู้ให้คำปรึกษานำมาพิจารณาร่วมกับข้อมูลอื่นๆ ที่ได้มาผนวกกับการใช้แบบทดสอบทาง จิตวิทยาเพื่อวัดลักษณะเฉพาะบางประการที่เกี่ยวข้องกับปัญหา ก็จะช่วยให้เข้าใจปัญหาของผู้รับ คำปรึกษาได้ชัดเจนขึ้น

2.2 การวิเคราะห์ข้อมูล (Data Analysis) เป็นการระบุบ่งลักษณะของผู้รับ คำปรึกษาเป็นด้านๆ จากข้อมูลแต่ละแหล่ง ซึ่งตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบลักษณะบุคคลและ องค์ประกอบจะเน้นวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากเครื่องมือรวบรวมข้อมูล 6 ลักษณะที่กล่าวผ่านมา โดยแหล่ง ข้อมูลที่ขาดไม่ได้คือ ผลการทดสอบทางจิตวิทยา

2.3 การสังเคราะห์ข้อมูล (Data Syntheses) เป็นการนำผลการวิเคราะห์ลักษณะของผู้รับคำปรึกษาแต่ละด้าน แต่ละส่วนมาผนวกเข้าด้วยกันเป็นกลุ่มก้อน (Unified Structure) เพื่อบ่งบอกลักษณะรวมของผู้นั้นเป็นกลุ่มลักษณะเด่น กลุ่มลักษณะด้อย อันเป็นลักษณะที่มีอิทธิพลต่อการดำรงตนในสิ่งแวดล้อมของผู้รับคำปรึกษา ซึ่งวิธีการดังกล่าวนี้ กิลล์แลนด์และเจมส์ (Gilliland; & James. 1988: 339) เรียกว่า การบูรณาการข้อมูล (Integrate Data)

3. ขั้นวินิจฉัย การวินิจฉัย (Diagnosis) เป็นขั้นตอนต่อจากขั้นช่วยการเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม โดยเมื่อผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเองและเข้าใจสิ่งแวดล้อมของเขาแล้ว ก็จะช่วยให้เขาค้นหาเหตุผลว่าตนเองไม่เหมาะสมกับสิ่งแวดล้อมในจุดใด ส่งผลสู่การระบุหรือวินิจฉัยได้ถึงที่มาของปัญหา

4. ขั้นวางแผนปฏิบัติ การวางแผนปฏิบัติ (Proposing a Program of Action) เป็นการคิดทางเลือกหลายแนวทางเพื่อแก้ปัญหาหรือจัดสาเหตุของปัญหาที่ค้นพบในขั้นวินิจฉัย โดยมีการทำนายแนวโน้ม (Prognoses) ผลการกระทำจากทางเลือกต่างๆ ที่คิดไว้ แล้ววางแผนดำเนินการตามทางเลือกที่พอใจและคาดว่าจะเหมาะสม

5. ขั้นปฏิบัติตามแผน การปฏิบัติตามแผน (Apply Learning Gained in Counseling to Problem Situations) เป็นขั้นตอนการช่วยเหลือที่มุ่งให้ผู้รับคำปรึกษานำแผนแก้ปัญหาที่เลือกไว้สู่การปฏิบัติจริง ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาควรมุ่งพัฒนาผู้รับคำปรึกษาให้มีทักษะการคิด การหาเหตุผล และการกระทำที่ต้องปรับเปลี่ยนให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมที่อาจปรับเปลี่ยนเรื่อยไป ซึ่งควรใช้เทคนิควิธีหลากหลายที่คาดว่าจะได้ผลในการนำไปสู่การแก้ปัญหาของผู้รับคำปรึกษา และเทคนิควิธีหนึ่งที่ทฤษฎีนี้เน้นย้ำว่าน่าจะเหมาะสมใช้ได้ดี คือ การสอนใหม่ ให้ความรู้ใหม่ (Reeducation) โดยมีเป้าหมายเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้เจริญเติบโตตลอดช่วงอายุในทุกสถานการณ์ของชีวิต

6. ขั้นส่งต่อเพื่อรับการช่วยเหลือเฉพาะทาง การส่งต่อผู้รับคำปรึกษา (Client Referral) มักใช้ในกรณีที่ค้นพบว่า ผู้รับคำปรึกษามีปัญหาบางประการที่ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางหรือบุคลากรอื่นจะช่วยให้เหมาะสมกว่า ซึ่งอาจจะเป็นนักกฎหมาย นักจิตบำบัด นักจิตวิทยาคลินิก จิตแพทย์ นักพูด เมื่อได้สอบถามความสมัครใจของผู้รับคำปรึกษาและประสานงานกับบุคลากรที่จะช่วยเหลือเรียบร้อยแล้วก็ส่งต่อผู้รับคำปรึกษาสู่บุคลากรอื่นที่ช่วยได้เหมาะสมกว่า จะส่งผลให้งานบริการปรึกษามีความสมบูรณ์ขึ้น

7. ขั้นประเมินติดตามผล (Follow - up) ในกระบวนการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีลักษณะบุคคลและองค์ประกอบเป็นกระบวนการภายหลังการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ของผู้รับคำปรึกษา โดยผู้ให้คำปรึกษาจะติดตามให้แรงเสริม ประเมินพฤติกรรม ตรวจสอบพัฒนาการของผู้รับคำปรึกษาหลังจากนำสิ่งที่เรียนรู้สู่การปฏิบัติในสถานการณ์จริงและในชีวิตประจำวัน จากการติดตามผลนอกจากเป็นแนวทางช่วยเหลือผู้รับการปรึกษาต่อไป หรือช่วยให้ยุติการให้คำปรึกษาในรายที่ให้ผลน่าพอใจแล้ว ยังเป็นแนวทางสู่การพัฒนางานให้การปรึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไปด้วย

วัชร ทรัพย์มี (2554: 171-173) กล่าวว่า ขั้นตอนการให้คำปรึกษาแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบมีดังนี้

1. การสร้างสัมพันธภาพ ผู้ให้คำปรึกษาจะสร้างความคุ้นเคยเป็นกันเองกับ ผู้รับคำปรึกษา ให้เกียรติผู้รับคำปรึกษา รักษาความลับของข้อมูล ทำความเข้าใจผู้รับคำปรึกษา ซึ่ง สิ่งต่างๆ เหล่านี้เป็นองค์ประกอบสำคัญในการสร้างสัมพันธภาพ

2. การสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม โดยการ

2.1 การรวบรวมข้อมูล ผู้ให้คำปรึกษาจะเก็บรวบรวมข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับ ผู้รับคำปรึกษา โดยใช้กลวิธีทั้งที่ใช้แบบทดสอบและไม่ใช้แบบทดสอบ ดังนั้นก่อนดำเนินการให้คำปรึกษา จะให้ผู้รับคำปรึกษากรอกข้อมูลลงในแบบสอบถาม เพื่อเก็บข้อมูลทั่วไปของผู้รับคำปรึกษาเสีย ขั้นหนึ่งก่อน ผู้ให้คำปรึกษาจะให้ความสนใจข้อมูลทั้งในส่วนที่เป็นข้อเท็จจริง และความรู้สึกของผู้รับ คำปรึกษา โดยเฉพาะทัศนคติของผู้รับคำปรึกษาที่มีต่อปัญหาของตนเป็นเรื่องสำคัญที่ควรนำมาวิเคราะห์

2.2 การสังเคราะห์ข้อมูล จะเป็นการสรุปข้อมูลที่รวบรวมได้จากแหล่งต่างๆ ว่าปัญหาของผู้รับคำปรึกษาเป็นไปในลักษณะใด

3. การวินิจฉัย การรวบรวมและการสังเคราะห์ข้อมูลจะนำไปสู่การวินิจฉัย เพื่อหา สาเหตุของปัญหา การวินิจฉัยประกอบด้วยขั้นตอน 3 ประการ ดังต่อไปนี้

3.1 การระบุตัวปัญหา ขั้นนี้เป็นขั้นระบุว่าตัวปัญหาคืออะไร แบ่งปัญหา ออกเป็น 6 ประเภท คือ

3.1.1 ไม่เป็นตัวของตัวเอง

3.1.2 ขาดข้อมูล

3.1.3 เกิดความขัดแย้งด้านจิตใจ

3.1.4 เกิดความวิตกกังวลหรือไม่มั่นใจในสิ่งที่ได้ตัดสินใจไปแล้ว

3.1.5 ไม่ตระหนักว่าตนมีปัญหา

3.1.6 ขาดทักษะ

3.2 การหาสาเหตุ คือการหาความสัมพันธ์ระหว่างอดีตกับปัจจุบัน เพื่อหา สาเหตุ เช่น เรียนไม่ดี เพราะแบ่งเวลาไม่เหมาะสม

3.3 การคาดคะเน คือการคาดคะเนอนาคตว่าถ้าตัดสินใจเช่นนั้นเช่นนั้นแล้ว จะเกิดอะไรขึ้นในอนาคต เช่น เด็กคนหนึ่งอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ผลการเรียนด้านวิทยาศาสตร์และ คำนวณไม่ดีมาตลอดตั้งแต่อยู่ชั้นประถมปลายจนถึงปัจจุบัน และคะแนนเฉลี่ยผลการเรียนทุกหมวด อยู่ในขั้นต่ำ เป็นที่คาดคะเนได้ว่าถ้าเด็กคนนี้ยืนยันจะเรียนแพทย์ เขามีแนวโน้มจะประสบความล้มเหลว

4. การให้ข้อเสนอแนะและช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาในการแก้ปัญหาและวางโครงการ อนาคต ขั้นนี้เป็นขั้นของการเสนอแนะหรือช่วยผู้รับคำปรึกษาวางโครงการในอนาคตหรือวางโครงการ แก้ปัญหา ซึ่งกระทำได้ด้วยวิธีต่างๆ ดังนี้

4.1 การให้คำแนะนำโดยตรงตามความคิดเห็นของผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งจะใช้ ต่อเมื่อผู้รับคำปรึกษายืนยันที่จะขอคำแนะนำ หรือผู้ให้คำปรึกษาเชื่อว่าการตัดสินใจของผู้รับคำปรึกษา จะนำไปสู่ความล้มเหลว

4.2 การอธิบายรายละเอียดเพื่อให้เห็นแนวทางการแก้ปัญหาหรือตัดสินใจ โดยผู้ให้คำปรึกษาจะชี้แจงการวินิจฉัยข้อมูลที่ได้รับ และให้เหตุผลเกี่ยวกับผลได้ผลเสียของการที่จะตัดสินใจในแง่มุมต่างๆ เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้รับคำปรึกษาเลือกตัดสินใจได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด

การให้ข้อเสนอแนะและช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาในการวางแผนโครงการ เป็นกระบวนการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาตัดสินใจหรือปรับตัวได้ตามวัตถุประสงค์ โดยช่วยให้เขาตระหนักถึงสิ่งต่างๆ ดังต่อไปนี้

- ก. องค์ประกอบใดเป็นสาเหตุแห่งพฤติกรรมของเขา
- ข. ถ้าเหตุการณ์ยังเป็นเช่นนี้จะเกิดอะไรขึ้นบ้างในอนาคต
- ค. จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนได้อย่างไร

5. การช่วยเหลือให้ผู้รับคำปรึกษาได้ดำเนินการตามโครงการที่วางไว้ ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาให้ดำเนินการตามโครงการที่วางไว้ เช่น ให้ได้เข้ากลุ่มเพื่อรับการสอนสอนเสริม หรือช่วยให้ได้ลงทะเบียนเรียนวิชาที่ได้ตัดสินใจเลือกแล้ว

6. การส่งตัวผู้รับคำปรึกษาไปรับความช่วยเหลือจากบุคคลากรอื่น ถ้าผู้ให้คำปรึกษาพิจารณาแล้วว่า ปัญหาของผู้รับคำปรึกษาอยู่นอกเหนือขอบข่ายความช่วยเหลือของการให้คำปรึกษา จะส่งตัวผู้รับคำปรึกษาไปรับความช่วยเหลือจากบุคคลากรอื่น เป็นต้นว่า แพทย์ จิตแพทย์ นักกฎหมาย โดยชี้แจงและขอความยินยอมจากผู้รับคำปรึกษาและผู้ปกครองของเขาก่อน

7. การติดตามผล หลังจากให้คำปรึกษาแล้ว ผู้ให้คำปรึกษาจะติดตามผลเพื่อจะได้ทราบว่าที่ดำเนินการให้ความช่วยเหลือไปแล้วนั้นสมดังจุดมุ่งหมายหรือไม่เพียงใด มีปัญหาใดแทรกซ้อนหรือไม่ เพื่อจะได้หาทางช่วยเหลือต่อไป

2.3.3.5 เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ

ปราณี รามสูต (2557: 29-31) กล่าวว่า เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ มีดังต่อไปนี้

1. การวิเคราะห์ (Analysis) เป็นการบ่งชี้ลักษณะของผู้รับคำปรึกษาจากข้อมูลที่ได้มา โดยการทดสอบหรือการรวบรวมข้อมูลอื่นๆ
2. การสังเคราะห์ (Synthesis) เป็นการนำผลการวิเคราะห์ลักษณะของผู้รับคำปรึกษาแต่ละส่วนมาผนวกเข้าด้วยกัน จัดเป็นกลุ่มลักษณะแล้วทำให้ผู้รับคำปรึกษารับรู้หรือเข้าใจกลุ่มลักษณะดังกล่าวของตัวเอง
3. การวินิจฉัย (Diagnosis) เป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเห็นปัญหาและที่มาของปัญหาหรือพฤติกรรมบางประการของผู้รับคำปรึกษา คือ ช่วย使他เข้าใจตัวเองในอดีตและปัจจุบัน (Diagnosis Relates to Past and Present)

4. การทำนายแนวโน้ม (Prognosis) เป็นการพยากรณ์ล่วงหน้าถึงผลอันอาจเกิดขึ้นจากการกระทำตามทางเลือกที่คิดไว้ (Prediction of The Future)
5. การแนะนำ (Advising) เป็นการสื่อความคิดของผู้ให้คำปรึกษาสู่ผู้รับคำปรึกษาว่าต้องการให้เขาทำอย่างไรต่อไป โดยมักใช้ความรู้และประสบการณ์ของผู้ให้คำปรึกษาเป็นเกณฑ์
6. การเสนอแนะ (Suggestion) เป็นการเสนอทางปฏิบัติหลายๆ ทางแก่ผู้รับคำปรึกษา โดยไม่ระบุว่าเขาควรเลือกทางใด เพื่อช่วยการคิดให้รอบคอบก่อนตัดสินใจ
7. การประเมิน (Evaluation) เป็นการประเมินทางเลือกที่คิดว่ามีข้อดีและข้อเสียอย่างไรเพื่อนำไปสู่การตัดสินใจ เลือกปฏิบัติทางที่ให้ผลดีมากที่สุด ให้ผลเสียน้อย กับอีกประการหนึ่งเป็นการประเมินความก้าวหน้าภายหลังปฏิบัติตามทางเลือกนั้นๆ แล้ว
8. การเสริมกำลังใจ (Assurance) เป็นการคลายความกังวลหรือลดความไม่สบายใจของผู้รับคำปรึกษาด้วยการสื่อสารเชิงบวกและให้กำลังใจ
9. เทคนิคการกระตุ้นเร้าให้ปฏิบัติ (Challenging) เป็นการท้าทายหรือสนับสนุนการปฏิบัติเพื่อแก้ปัญหา โดยอาจใช้คำพูดท้าทายให้มุ่งมั่นจะทำให้ได้ หรืออาจส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษากระตุ้นเร้าตนเอง (Self-motivation) ในการพยายามกระทำให้สำเร็จ
10. เทคนิคการให้แรงเสริม (Reinforcement) เป็นการสนับสนุนการปฏิบัติที่ดีของผู้รับคำปรึกษา อาจด้วยการกล่าวชมหรือแสดงสีหน้าบ่งบอกความพอใจเพื่อมุ่งให้ผู้รับคำปรึกษาปฏิบัติได้ดีต่อไป

2.3.4 ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม

2.3.4.1 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์

ปรีชา วิหคโต (2554: 26) กล่าวว่า ธรรมชาติของมนุษย์ตามแนวคิดของทฤษฎีพฤติกรรมนิยม มี 4 ประการ ดังนี้

1. มนุษย์เกิดมาไม่ดีหรือไม่เลย แต่จะเริ่มต้นชีวิตในลักษณะว่างเปล่า
2. มนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่สามารถตอบสนองสิ่งเร้าต่างๆ ในสิ่งแวดล้อมแบบแผน พฤติกรรมมนุษย์จะเรียนรู้จากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม หรือจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม
3. พฤติกรรมของมนุษย์เกิดจากการเรียนรู้ และจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม การเรียนรู้นี้ทำให้เกิดขึ้นได้โดยการจัดสิ่งแวดล้อมภายใต้เงื่อนไขต่างๆ ส่วนการเรียนรู้เดิมสามารถทำให้หมดไปได้และทำนองเดียวกันสามารถทำให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ได้
4. มนุษย์สามารถควบคุมและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองได้ แม้ว่าจะตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมก็ตาม

นอกจากนี้ ศิริบุรณ สายโกสุม (2554: 89) ยังมีแนวคิดที่ว่าบุคคลมีสิทธิที่จะแสดงความรู้สึก ความคิด ความเชื่อและเจตคติของตนเองเพื่อให้คนเรามีทางเลือกที่จะแสดงออกมากขึ้น และการแสดงออกนั้นก็ควรจะเป็นการแสดงออกทางบวก แสดงให้เห็นถึงความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง

กล้าที่จะยืนหยัดเพื่อตนเอง แต่ในขณะเดียวกันก็มีการรับฟังความคิดและความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อตนเองด้วย

2.3.4.2 เป้าหมายของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม

พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์ (2556: 111-112) กล่าวว่า เป้าหมายของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม มีดังนี้

1. เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้เรียนรู้พฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์ โดยปรับเปลี่ยนแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ หรือพฤติกรรมที่เป็นปัญหาให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์
2. เพื่อสร้างสภาพการณ์เรียนรู้ใหม่ที่จะช่วยปรับเปลี่ยนแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของผู้รับคำปรึกษาให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยมีการตกลงร่วมกันระหว่างผู้รับคำปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษา ว่าต้องการปรับหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอะไร จะกำหนดเป้าหมายพฤติกรรมที่พึงประสงค์อย่างไร และจะดำเนินการอย่างไรจึงจะบรรลุเป้าหมายนั้นๆ โดยผู้รับคำปรึกษาจะต้องรับผิดชอบที่จะปฏิบัติตามข้อตกลงหรือเงื่อนไขที่กำหนด เพื่อให้บรรลุเป้าหมายในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนั้น
3. เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้เรียนรู้วิธีการใหม่ที่เหมาะสมอย่างยั่งยืน ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองในการดำรงชีวิต และสามารถนำวิธีการเหล่านั้นไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ และมีคุณค่าต่อตนเองในอนาคต

ปรีชา วิหคโต (2554: 29) กล่าวว่า เป้าหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม มีดังนี้

1. เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้เรียนรู้พฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์ โดยปรับเปลี่ยนแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ หรือพฤติกรรมที่เป็นปัญหาให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์
2. เพื่อสร้างสภาพการณ์เรียนรู้ใหม่ที่จะเปลี่ยนแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของผู้รับคำปรึกษาให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยมีการตกลงร่วมกันระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาว่าต้องการจะปรับหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอะไร จะกำหนดเป้าหมายพฤติกรรมที่พึงประสงค์อย่างไร และจะดำเนินการอย่างไรจึงจะบรรลุเป้าหมายนั้นๆ โดยผู้รับคำปรึกษาต้องรับผิดชอบที่จะปฏิบัติตามข้อตกลงหรือเงื่อนไขที่กำหนดเพื่อให้บรรลุเป้าหมายในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนั้น
3. เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้เรียนรู้วิธีการใหม่ๆ ที่เหมาะสมยิ่งขึ้นในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองในการดำรงชีวิต และสามารถนำวิธีการเหล่านั้นไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์และมีคุณค่าต่อตนเองในอนาคต

2.3.4.3 บทบาทของผู้ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

คอเรย์ (Corey. 2012: 349-350) กล่าวถึง บทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมมีดังต่อไปนี้

1. ผู้ให้คำปรึกษาจะคอยควบคุมการพูดคุยเรื่องราวต่างๆ ภายในกลุ่มของสมาชิก รวมทั้งการสัมภาษณ์ข้อมูล การประเมินข้อมูลเบื้องต้นของผู้รับคำปรึกษา

2. ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้เทคนิคต่างๆ หลากหลาย เพื่อช่วยสมาชิกสามารถดำเนินการไปสู่เป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ได้

3. หน้าที่หลักของผู้ให้คำปรึกษา คือ การส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดรูปแบบทางพฤติกรรมที่พึงประสงค์ รวมถึงผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเตรียมและสอนสมาชิกให้เลียนแบบตัวแบบโดยใช้บทบาทสมมุติ โดยให้สมาชิกทราบว่าสามารถตอบสนองต่อพฤติกรรมต่างๆ อย่างเหมาะสมอย่างไร

4. ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องให้การเสริมแรงกับสมาชิกเมื่อสมาชิกเกิดการพัฒนาตนเองไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์

5. ผู้ให้คำปรึกษาจะสอนให้สมาชิกกลุ่มรู้จักรับผิดชอบที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเมื่ออยู่ทั้งภายในและภายนอกกลุ่ม โดยกระตุ้นให้สมาชิกได้ทดลองทำและฝึกปฏิบัติในกลุ่ม

6. ผู้ให้คำปรึกษาจะเน้นการวางแผนเพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง และจะพยายามช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจว่าแค่คำพูดและความเข้าใจเพียงอย่างเดียวไม่สามารถนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงได้

7. ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้สมาชิกกลุ่มเตรียมพร้อมที่จะยุติการให้คำปรึกษาโดยจะมีเวลาเพียงพอที่จะเปิดโอกาสให้สมาชิกได้อภิปราย รวมถึงให้สมาชิกได้แบ่งปันว่าแต่ละคนได้เรียนรู้อะไรจากกลุ่มบ้าง และฝึกฝนทักษะใหม่ๆ เพื่อให้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ในชีวิตประจำวัน

2.3.4.4 ขั้นตอนในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม

พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์ (2556: 112-113) กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม ผู้ให้คำปรึกษาจะสร้างสัมพันธภาพกับผู้รับคำปรึกษาเป็นลำดับแรก พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความอุ่นใจ ไว้วางใจผู้ให้คำปรึกษาและพร้อมที่จะให้ความร่วมมือ ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเอง ต่อจากนั้นผู้ให้คำปรึกษาจะดำเนินการขั้นตอนดังนี้

1. การสำรวจปัญหาและระบุพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ผู้ให้คำปรึกษาจะสำรวจปัญหาด้วยการเก็บรวบรวมข้อมูลให้ได้ครอบคลุมและมีประสิทธิภาพมากที่สุด ซึ่งส่วนใหญ่จะได้จากการสัมภาษณ์และการสังเกตพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษา ข้อมูลที่ได้มานี้อาจมีปัญหามากมาย แต่จะให้ผู้รับคำปรึกษาเลือกว่าปัญหาใดเป็นปัญหาที่สำคัญที่สุดเป็นอันดับแรกที่ต้องการแก้ไข ส่วนปัญหาอื่นๆ ที่มีความสำคัญรองลงมานั้นจะหาทางแก้ไขในโอกาสต่อไป

2. เมื่อผู้รับบริการระบุพฤติกรรมที่เป็นปัญหาได้แล้ว ผู้ให้คำปรึกษาจะให้ผู้รับคำปรึกษาวิเคราะห์ปัญหา โดยนำปัญหานั้นมาวิเคราะห์ในประเด็นต่างๆ ดังต่อไปนี้

2.1 ปัญหานั้นๆ มีสาเหตุทางกายหรือจิตใจหรือสาเหตุจากสภาพแวดล้อม และผลที่เกิดจากปัญหานั้นๆ เป็นอย่างไร

2.2 ทำการตรวจสอบความเข้าใจในระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาที่ต้องการแก้ไข และสาเหตุต่างๆ ถ้าเข้าใจตรงกันแล้วก็จะดำเนินการกำหนดเป้าหมาย

ในการให้คำปรึกษาต่อไป โดยเป้าหมายนั้นจะต้องสอดคล้องกับความต้องการของผู้รับคำปรึกษาอย่างแท้จริง จะต้องชัดเจน เป็นรูปธรรม ไม่สลับซับซ้อน และสามารถประเมินได้

3. เพื่อให้บรรลุเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด ผู้ให้คำปรึกษาจะพิจารณาเลือกเทคนิคที่เหมาะสมกับปัญหาของผู้รับคำปรึกษา อธิบายให้ผู้รับคำปรึกษาทราบถึงลำดับขั้นตอน เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาจะได้ปฏิบัติได้ถูก

4. ภายหลังการดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคต่างๆ แล้ว ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องประเมินผลการให้คำปรึกษา โดยประเมินผลเป็นระยะๆ เพื่อดูการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษา มีการเก็บข้อมูลพื้นฐานของผู้รับคำปรึกษา ซึ่งเป็นข้อมูลหรือพฤติกรรมที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติก่อนจะนำวิธีการหรือเทคนิคใดๆ มาปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษา นอกจากนี้ยังรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษาทั้งระหว่างและภายหลังการใช้เทคนิคเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนั้นๆ เพื่อจะได้ตรวจสอบว่า พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของผู้รับคำปรึกษาเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางใด หากเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่พึงประสงค์ และบรรลุเป้าหมายของการให้คำปรึกษาแล้ว การให้คำปรึกษาก็จะสิ้นสุดลง แต่หากการเปลี่ยนแปลงยังไม่บรรลุเป้าหมายของการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องพิจารณาว่าควรปรับปรุง แก้ไขขั้นตอนใดและควรดำเนินการต่อไปอย่างไร

5. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา เมื่อการให้คำปรึกษาบรรลุเป้าหมายและเป็นที่พอใจของผู้รับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องอธิบายให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจถึงการสิ้นสุดของการให้คำปรึกษา พร้อมทั้งช่วยเตรียมให้ผู้รับคำปรึกษานำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการให้คำปรึกษาไปใช้ในสถานการณ์อื่นๆ ในชีวิตประจำวัน

2.3.4.5 เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม

พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์ (2556: 113-115) กล่าวว่า เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยมมีดังนี้

1. การผ่อนคลาย (Muscle Relaxation) เป็นวิธีการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาลดความเครียด ลดความวิตกกังวล คับข้องใจ ที่ปรากฏออกมาทางกาย เช่น มีอาการมินิศีรษะ ปวดเมื่อย ต้นคอ จุกแน่นหน้าอก อ่อนเพลีย ประหม่า นอนไม่หลับ

วิธีการฝึกผ่อนคลาย เป็นวิธีทำให้กล้ามเนื้อหย่อนหรือคลายความตึง การผ่อนคลายเช่นนี้จะทำให้เกิดความไม่สงบไม่เกิดอารมณ์เครียด มีหลักการสำคัญ 2 ประการ ได้แก่

ขั้นที่ 1 เกร็งและคลายกล้ามเนื้อของร่างกายทีละส่วน โดยขั้นแรกเกร็งกล้ามเนื้อจนเครียดและเกร็งไว้สักครู่ จนรู้สึกถึงความเครียด ต่อมาจึงคลายกล้ามเนื้อจนถึงจุดที่รู้สึกว่ากล้ามเนื้อผ่อนคลายอย่างเต็มที่ การเกร็งสลับกับการคลายนี้จะทำให้กล้ามเนื้อผ่อนคลายได้เต็มที่

ขั้นที่ 2 เกิดการเรียนรู้ด้วยการแยกแยะความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อเกร็งและคลายกล้ามเนื้อผ่อนคลายอย่างเต็มที่ การเกร็งสลับกับการคลายนี้จะทำให้กล้ามเนื้อผ่อนคลายได้เต็มที่

2. การลดความรู้สึกลึกอย่างเป็นระบบ (Systematic Desensitization) เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาลดความวิตกกังวล ได้แก่ ความกระวนกระวาย หวาดหวั่นง่าย หงุดหงิดง่าย ขาดสมาธิ กังวล จนเฉียว ไม่กล้าเผชิญความจริง

วิธีการฝึกการผ่อนคลายอย่างเป็นระบบ การลดความรู้สึกลึกอย่างเป็นระบบจะเริ่มจากการฝึกการผ่อนคลายหรือให้หนึ่งสบายๆ ผ่อนคลายกล้ามเนื้อจนรู้สึกสบาย ต่อจากนั้นจึงให้นึกถึงสิ่งที่ทำให้เกิดความกลัวหรือความวิตกกังวลอย่างอ่อนๆ ก่อน แล้วค่อยๆ ขยับไปสู่สิ่งที่กลัวหรือวิตกกังวลมากขึ้น หากนึกแล้วทำให้เกิดความกลัวหรือวิตกกังวลก็ให้หยุดนึก จากนั้นค่อยฝึกการผ่อนคลายต่อเมื่อผ่อนคลายได้แล้วจึงค่อยนึกใหม่ ทำแบบนี้ไปเรื่อยๆ จนในที่สุดจะหายความวิตกกังวลได้

3. การฝึกพฤติกรรมแสดงออกอย่างเหมาะสม (Assertive Training) เพื่อให้ผู้รับการให้คำปรึกษากล้าแสดงออกทั้งทางอารมณ์และความรู้สึกต่างๆ ต่อผู้อื่นอย่างเหมาะสม โดยไม่เกิดความวิตกกังวล โดยให้ความสำคัญกับความวิตกกังวลที่ได้แสดงออกหรือไม่ได้แสดงออกเป็นสำคัญ บางคนไม่กล้าแสดงออกเพราะกลัวถูกต่อว่า บางคนแสดงออกไปแล้วก็กลัวเขาจะต่อว่า จึงเกิดความวิตกกังวล ดังนั้นการฝึกการกล้าแสดงออกที่เหมาะสม จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อให้แสดงออกต่อพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งอย่างเหมาะสมทั้งภาษาท่าทางและภาษาถ้อยคำ

วิธีการฝึกพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสม

1. การใช้ตัวแบบ ด้วยการให้นึกถึงตัวแบบ แล้วสังเกตพฤติกรรมของตัวแบบเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ต้องการฝึก
2. การแสดงบทบาทสมมติ ให้แสดงบทบาทตามสถานการณ์ต่างๆ ที่กำหนด โดยไม่มีการฝึกซ้อมมาก่อน
3. การให้คำแนะนำ เป็นการอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับพฤติกรรมที่แสดงหรือให้ข้อเสนอแนะ
4. การฝึกซ้อมพฤติกรรม ด้วยการให้ไปฝึกซ้อมที่เหมาะสมทั้งทางด้านภาษากายและภาษาท่าทางก่อนที่จะไปเผชิญกับสถานการณ์จริง
5. การเสริมแรงทางบวก ได้แก่ ให้คำชมเชยหรือให้กำลังใจเมื่อถูกต้องเพื่อเป็นกำลังใจและมีแรงจูงใจในการเปลี่ยนพฤติกรรมให้เหมาะสม
6. การให้การบ้าน ด้วยการให้ผู้รับคำปรึกษาไปฝึกเพิ่มเติมด้วยตนเอง

4. การเสริมแรง (Reinforcement) เป็นการแสดงออก 2 ลักษณะต่อไปนี้ คือ การเสริมแรงที่แสดงออกด้วยคำพูด เช่น คำชม คำยกย่อง และการเสริมแรงด้วยท่าทาง เช่น การสัมผัส การกอด การมองตามด้วยความชื่นชม พยักหน้ายอมรับ

วิธีการการเสริมแรง มีดังต่อไปนี้

1. ต้องชมต่อหน้า
2. ต้องชมทันที
3. บอกพฤติกรรมที่ชม ด้วยคำชม
4. บอกผลของพฤติกรรมนั้นจะมีผลดีต่อผู้รับคำปรึกษาอย่างไร

5. เมื่อบอกแล้ว ให้หยุดชั่วขณะหนึ่ง แล้วแสดงสีหน้าแสดงความรู้สึกว่า รู้สึกชื่นชมด้วยความจริงใจ

6. บอกให้ทำพฤติกรรมนั้นๆ ต่อไป และทำเพิ่มมากขึ้น

7. สุดท้าย หากเตะตัวหรือสัมผัสเบาๆ ให้เขามีความรู้สึกว่าเราให้กำลังใจเขา

5. ตัวแบบ หรือการเรียนรู้จากตัวแบบ (Modeling Technique) เป็นพื้นฐานหลักในการบำบัดของบันดูรา โดยพื้นฐานแล้วตัวแบบเป็นเทคนิคหนึ่งเกิดขึ้นเมื่อผู้รับคำปรึกษาสังเกตพฤติกรรมของบุคคลอื่น และใช้ประโยชน์จากการสังเกตนั้น การเรียนรู้ว่าตัวแบบกระทำพฤติกรรมอย่างไร และอะไรที่เกิดขึ้นกับตัวแบบโดยที่ผลของการเรียนรู้จากพฤติกรรมซึ่งทั้ง 2 ส่วนนั้นเป็นผลของการเรียนรู้จากตัวแบบ

5.1 ตัวแบบที่มีชีวิต (Live Modeling) หมายถึงการดูจากตัวแบบ บางครั้งตัวแบบอาจจะเป็นตัวผู้ให้คำปรึกษา โดยให้แสดงพฤติกรรมเฉพาะ บ่อยครั้งที่ตัวแบบจะถูกทำซ้ำๆ หลายๆ ครั้ง และหลังจากได้มีการสังเกตตัวแบบ ผู้รับคำปรึกษาจะสังเกตพฤติกรรมซ้ำๆ กันเป็นเวลาหลายๆ ครั้ง

5.2 ตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ (Symbolic Modeling) เป็นการใช้สัญลักษณ์สื่อต่างๆ ได้แก่ ภาพยนตร์ หรือ วิดีโอเทป ของการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม

5.3 แสดงบทบาทสมมติ (Role Playing) เป็นวิธีการที่สะดวกวิธีการหนึ่งของการเรียนรู้จากตัวแบบ คือ การที่ผู้ให้คำปรึกษาได้แสดงบทบาทสมมติในสถานการณ์ต่างๆ กับผู้รับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาอาจจะแสดงเป็นบทบาทของผู้มารับคำปรึกษา หรือเป็นใครซักคนในชีวิตของตัวผู้มารับคำปรึกษา บ่อยครั้งที่วิธีการนี้ใช้เป็นวิธีการที่ช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาให้มีปฏิสัมพันธ์อย่างมีทักษะเพิ่มขึ้นกับบุคคลอื่นๆ และกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมที่จะช่วยเพิ่มความสำเร็จให้ดีขึ้น

5.4 การเสนอตัวแบบภายใน (Covert Modeling) บางครั้งเมื่อตัวแบบไม่สามารถใช้ในการสังเกตได้ Covert Modeling อาจจะเป็นประโยชน์ที่จะให้ผู้รับคำปรึกษาจินตนาการพฤติกรรมที่เป็นตัวแบบ

5.5 ตัวแบบที่ผู้สังเกตมีส่วนร่วม (Participant Modeling) บางครั้ง Participant Modeling จะเป็นประโยชน์อย่างมากสำหรับผู้ให้คำปรึกษาที่จะเป็นตัวแบบพฤติกรรมให้ผู้รับคำปรึกษา และจากนั้นอาจช่วยแนะแนวทางผู้รับคำปรึกษาในการแสดงพฤติกรรม เช่น ถ้าผู้รับคำปรึกษากลัวที่จะปีนบันได ผู้ให้คำปรึกษาสามารถเป็นตัวแบบพฤติกรรมโดยเริ่มปีนบันไดให้ผู้รับคำปรึกษาดู และต่อจากนั้นก็อยู่ใกล้ๆ กับผู้รับคำปรึกษาในขณะที่ปีนบันได โดยผู้ให้คำปรึกษาสามารถช่วยผู้รับคำปรึกษาในการปีนบันได เป็นต้น

2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

เพิ่มสุข บินสะอาด (2546: 70-73) ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีวิเคราะห์คุณลักษณะและองค์ประกอบที่มีต่อการวางแผนการศึกษาต่อของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียน

ปทุมคงคา กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนปทุมคงคา โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีวิเคราะห์คุณลักษณะและองค์ประกอบมีการวางแผนการศึกษาต่อเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อพิจารณาการวางแผนการศึกษาต่อรายด้าน พบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีวิเคราะห์คุณลักษณะและองค์ประกอบมีการวางแผนการศึกษาต่อด้านความรู้จักและเข้าใจตนเอง ด้านความรู้และความเข้าใจข้อมูลการศึกษาต่อ ด้านกระบวนการตัดสินใจเลือกทางเลือกในการศึกษาต่อ และด้านการดำเนินการวางแผนการศึกษาต่ออยู่ในระดับมากและเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พระมหาประยูร สัตย์ซ้ำ (2547: 63-65) ศึกษาลักษณะมุ่งอนาคตและความเชื่ออำนาจภายในตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อำเภอกุมภวาปี จังหวัดอุดรธานี กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อำเภอกุมภวาปี จังหวัดอุดรธานี สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษอุดรธานี เขต 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2546 จำนวน 318 คน โดยวิธีสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตอยู่ในระดับสูง และความเชื่ออำนาจภายในตนอยู่ในระดับปานกลาง โดยที่นักเรียนหญิงมีลักษณะมุ่งอนาคตและความเชื่ออำนาจภายในตนสูงกว่านักเรียนชาย และนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงจะมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ นอกจากนี้นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน มีความเชื่ออำนาจภายในตนไม่แตกต่างกัน และนักเรียนที่มีอาชีพผู้ปกครองต่างกันจะมีลักษณะมุ่งอนาคตและความเชื่ออำนาจภายในตนไม่แตกต่างกัน

อัจฉรินทร์ ทินกระโทก (2547: 73-75) ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงด้วยวิธี WDEP ต่อความรับผิดชอบด้านการศึกษาเล่าเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเทศบาลวัดกลาง จังหวัดขอนแก่น จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน ผลการศึกษาพบว่า หลังสิ้นสุดการทดลอง 1 สัปดาห์ กลุ่มทดลองมีความรับผิดชอบด้านการศึกษาเล่าเรียนเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หลังสิ้นสุดการทดลอง 1 สัปดาห์ กลุ่มทดลองมีความรับผิดชอบด้านการศึกษาเล่าเรียนเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และหลังสิ้นสุดการทดลอง 3 สัปดาห์ กลุ่มทดลองมีความรับผิดชอบด้านการศึกษาเล่าเรียนไม่แตกต่างจากหลังสิ้นสุด การทดลอง 1 สัปดาห์

พรณี สมศักดิ์ (2549: 34) ศึกษาลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนระดับช่วงชั้นที่ 3 ที่เรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์จันทบุรี กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่เรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรมในโรงเรียนศึกษาสงเคราะห์จันทบุรี จังหวัดจันทบุรี ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2549 จำนวน 90 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตโดยรวมอยู่ในระดับสูงทั้งด้านการศึกษา ด้านการนำความรู้ไปประกอบอาชีพ ด้านการปฏิบัติตนในสังคม และด้านการสร้างครอบครัว

มยุรา อุดมเลิศปรีชา (2552: 87-88) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยมต่อลักษณะมุ่งอนาคต ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนเบญจมราชูทิศ จังหวัดจันทบุรี ที่กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2551 จำนวน 100 คน ทำการสุ่มอย่างง่าย จำนวน 16 คน ที่มีความสนใจเข้าร่วมการวิจัย แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเพื่อเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยมมีลักษณะมุ่งอนาคตระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวนิยมมีลักษณะมุ่งอนาคตระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง

นาถยา คงขาว (2559: 69-70) ศึกษาผลการปรึกษากลุ่มแบบอัตถิภาวนิยมต่อการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีคะแนนจากการตอบแบบวัดการตระหนักรู้ในตนเองอยู่ในระดับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมาสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 20 คน ดำเนินการสุ่มอย่างง่าย แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง 10 คนและกลุ่มควบคุม 10 คน ผลการศึกษาพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการ ทดลอง และระยะการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ซิกนิเจอร์ และมหจนะ (Seginer; & Mahajna) (2004: 126-133) ศึกษาวิธีการลักษณะมุ่งอนาคตของประเพณีหญิงชาวปาเลสไตน์อิสราเอลที่เชื่อมโยงความเชื่อเกี่ยวกับบทบาทของผู้หญิงและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้หญิงชาวปาเลสไตน์อิสราเอล จำนวน 295 คน มาจากหญิงชาวมุสลิมทั้งหมดในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการศึกษาพบว่า ความเชื่อการรับรู้ของบิดาถูกเชื่อมโยงโดยตรงกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและลักษณะมุ่งอนาคตเป็นความสัมพันธ์สื่อกลางบางส่วนระหว่างความเชื่อของผู้หญิงเกี่ยวกับบทบาทของสตรีและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน นอกจากนี้ความเชื่อของผู้หญิงถูกเชื่อมโยงทางลบกับลักษณะมุ่งอนาคตทางการศึกษาและถูกเชื่อมโยงทางบวกกับลักษณะมุ่งอนาคตทางครอบครัว และรูปแบบการศึกษาอธิบายร้อยละขนาดใหญ่ของความแปรปรวนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่น้อยไปกว่ารูปแบบของครอบครัว

ซิกนิเจอร์ นอยด์แมน และมิเชล (Seginer; Noyman; & Michal) (2005: 24-33) ศึกษาลักษณะมุ่งอนาคต เอกลักษณะเฉพาะตนและความใกล้ชิด ความสัมพันธ์ของพวกเขาในวัยที่เกิดใหม่ กลุ่มตัวอย่างเป็นชาวยิว อิสราเอล จำนวน 145 คน ที่มีอายุ 24 ปี ยังไม่แต่งงานและยังไม่มีลูก ผลการศึกษาพบว่า ทั้งอาชีพและตัวแปรลักษณะมุ่งอนาคตทางครอบครัวเกี่ยวข้องกับเอกลักษณะเฉพาะตนและความใกล้ชิด มีความแตกต่าง มากขึ้นระหว่างการสำรวจและการเชื่อมโยงความมุ่งมั่นในความเป็นเอกลักษณะเฉพาะตนและความใกล้ชิดกว่าในหมู่ตัวแปรสร้างแรงบันดาลใจที่เชื่อมโยงกับเอกลักษณะเฉพาะตนและความใกล้ชิด

คาร์บิรา อูซแลนด์เดอร์ และพอลการ์ (Cabrera; Auslander; & Polgar) (2009: 273-281) ศึกษาลักษณะมุ่งอนาคตของวัยรุ่นในการดูแลอุปถัมภ์ ความสัมพันธ์กับการบาดเจ็บ สุขภาพจิต และพฤติกรรมเสี่ยงการติดเชื้อเอชไอวี กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นที่มีอายุ 15-18 ปี จำนวน 343 คน ที่ได้รับให้อยู่ในความดูแลอุปถัมภ์โดยบริการสวัสดิการเด็กของพื้นที่มหานครแถบมิดเวสต์ และมีส่วนร่วมในโปรแกรมทักษะชีวิตที่ถูกออกแบบมาเพื่อช่วยให้มีการเปลี่ยนแปลงของพวกเขาไปสู่ชีวิตที่เป็นอิสระ ผลการศึกษาพบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างประชากร สุขภาพจิต การบาดเจ็บและลักษณะมุ่งอนาคตมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญ และความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะมุ่งอนาคต ทักษะชีวิตต่อการป้องกันเอชไอวีและพฤติกรรมมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญ

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตทั้งในประเทศและต่างประเทศ ข้างต้น สรุปได้ว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อลักษณะมุ่งอนาคตมีหลายปัจจัย เช่น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความมุ่งมั่น บุคลิกภาพ ความคาดหวังของผู้ปกครอง สิ่งแวดล้อมในการเรียน เพศ พฤติกรรมดูแล สุขภาพ การอบรมเลี้ยงดู เป็นต้น และมีการใช้โปรแกรมและกิจกรรมต่างๆ เพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต โดยเฉพาะผู้ที่กำลังอยู่ในวัยเรียน และจากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่ม ทั้งการให้คำปรึกษากลุ่มแบบกวนิยมและการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงข้างต้น สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบกวนิยมจะช่วยให้บุคคลรับรู้และตระหนักถึงความสามารถของตนเอง ค้นพบความหมายในการแสวงหาเป้าหมายในชีวิต สามารถตัดสินใจเลือกสิ่งที่มีคุณค่าต่อตนเองและรับผิดชอบต่อการตัดสินใจที่ตนเลือก ส่วนการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงมีผลต่อการลดความวิตกกังวล ลดความเครียด สามารถเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก ทักษะ และพฤติกรรมของบุคคล ในด้านการเรียนและการทำงานได้ ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบให้นักเรียนได้เข้าใจตนเอง และรู้จักวิธีที่จะจัดการกับชีวิตของตนเอง เข้าใจถึงจุดเด่นจุดด้อย ตลอดจนความสามารถของตนเอง เพื่อหาทางพัฒนาและตัดสินใจเลือกแนวทางของชีวิต โดยใช้ความรู้ความสามารถที่มีอยู่ให้เหมาะสมที่สุด และทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยมให้นักเรียนได้เรียนรู้ที่จะสร้างพฤติกรรมที่เหมาะสมขึ้นมาใหม่ หากนักเรียนสามารถควบคุมสิ่งแวดล้อมได้ นักเรียนก็มีโอกาสที่จะกำหนดพฤติกรรมของตนเองให้เป็นไปตามที่ต้องการได้ ผู้วิจัยจึงมีแนวคิดว่าการให้คำปรึกษากลุ่มแบบกวนิยม การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง การให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ และการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยมสามารถพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนได้

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนต่อไปนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ ปีการศึกษา 2559 ภาคเรียนที่ 2 จำนวน 245 คน

กลุ่มตัวอย่าง

ระยะที่ 1 ในการศึกษาระดับลักษณะมุ่งอนาคตเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ ผู้วิจัยได้ศึกษาในประชากรที่เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ ปีการศึกษา 2559 ภาคเรียนที่ 2 ทั้งหมด (แต่ประชากรที่ตอบแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตและใช้ศึกษาได้จำนวน 240 คน)

ระยะที่ 2 กลุ่มตัวอย่างที่เข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน ผู้วิจัยดำเนินการสุ่มกลุ่มตัวอย่างดังนี้

2.1 ผู้วิจัยเลือกนักเรียนที่มีคะแนนแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา ซึ่งมีจำนวน 62 คน

2.2 ผู้วิจัยสอบถามความสมัครใจจากนักเรียนที่มีคะแนนแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 จำนวน 62 คน เพื่อเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน ซึ่งมีนักเรียนสมัครใจ จำนวน 24 คน

2.3 ผู้วิจัยจึงเลือกนักเรียนเพื่อมาเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Sample Random Sampling) จำนวน 5 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคต
2. การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ

1. แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคต เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยมีลำดับขั้นตอนในการสร้างดังนี้

1.1 ศึกษาทฤษฎีและเอกสารที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตของดวงเดือน พันธมนาวิน และศึกษาการสร้างข้อคำถามในแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตในงานวิจัยของพิทยา อึ้งบุญชู (2538: 126-131) มาลี วิทยาภรณ์ (2540: 87-89) ธิดา ชูอินทร์ (2540: 114-117) อำพวรรณ โปร่งจิต (2545: 94-97) จินตนา พึ่งโพธิ์ (2547: 99-100) เสาวนีย์ เพ็ชรนาดี (2548: 127-129) ที่สร้างขึ้นโดยใช้หลักแนวคิดจากการศึกษาแบบวัดของดวงเดือน พันธมนาวิน และเพ็ญแข ประจณปัจจันิก (2520) เพื่อนำมาใช้เป็นแนวทางในการสร้างข้อคำถาม

1.2 เขียนนิยามศัพท์เฉพาะของตัวแปรลักษณะมุ่งอนาคต แล้วสร้างข้อคำถามในแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ แบบ (Rating Scale) คือ เห็นด้วยมากที่สุด เห็นด้วยมาก เห็นด้วยน้อย และเห็นด้วยน้อยที่สุด (บุญชม ศรีสะอาด. 2546: 162) ให้สอดคล้องกับความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้าและให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างของการศึกษาในครั้งนี้

1.3 ผู้วิจัยนำแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตเสนอกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์เพื่อตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ

1.4 นำแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี อาจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประภาส ฤณ พิกุล ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาและผู้เชี่ยวชาญทางด้านสถิติและการวิจัย ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือเบื้องต้นด้านความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขภายใต้คำแนะนำจากผู้ทรงคุณวุฒิ

1.5 นำแบบวัดที่ผ่านการปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) ในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างแต่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 50 คน แล้วนำมาตรวจวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อโดยใช้เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 บนและล่าง โดยการแบ่งกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ และใช้สถิติค่า t-test ในการทดสอบ โดยคัดเลือกข้อที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งการทดสอบค่าอำนาจจำแนกรายข้อมีค่า t อยู่ระหว่าง 1.85 ถึง 8.56 จำนวน 24 ข้อ จากนั้นผู้วิจัยนำแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคต มาหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบทดสอบ โดยใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดทั้งฉบับเท่ากับ 0.74

1.6 จัดพิมพ์แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้ในการเก็บข้อมูล

ตัวอย่างแบบวัด

แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตนี้ ประกอบไปด้วยรายละเอียดที่เกี่ยวกับการคาดการณ์ไกล การวางแผนและดำเนินการเพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต การควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้ ความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรค โดยเป็นแบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ คือ เห็นด้วยมากที่สุด เห็นด้วยมาก เห็นด้วยน้อย และเห็นด้วยน้อยที่สุด

คำชี้แจง

ให้นักเรียนอ่านข้อความในแบบสอบถามแต่ละข้อ แล้วตอบตามความเป็นจริงที่ตรงกับตัวนักเรียนมากที่สุด โดยให้นักเรียนขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่นักเรียนเลือก การเลือกตอบให้ถือเกณฑ์ดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด. 2546: 162)

- | | |
|-----------|--------------------|
| 4 หมายถึง | เห็นด้วยมากที่สุด |
| 3 หมายถึง | เห็นด้วยมาก |
| 2 หมายถึง | เห็นด้วยน้อย |
| 1 หมายถึง | เห็นด้วยน้อยที่สุด |

ข้อที่	ข้อความถาม	4	3	2	1
สามารถคาดการณ์ไกล					
1	ฉันยังไม่ได้คิดถึงการศึกษาต่อและการประกอบอาชีพในอนาคต เพราะเป็นสิ่งที่ ยังมาไม่ถึง				
สามารถวางแผนและดำเนินการเพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต					
2	ฉันคิดว่าการวางแผนหรือการตั้งเป้าหมายเกี่ยวกับการเรียนหรือการประกอบอาชีพล่วงหน้านั้นไม่มีประโยชน์				
สามารถควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้					
3	หากเพื่อนชวนไปเที่ยวในขณะที่กำลังทำงาน ฉันจะเลือกไปเที่ยวกับเพื่อน				
สามารถเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรค					
4	แม้ว่าฉันเรียนไม่เก่ง ฉันก็จะพยายามทำให้มากที่สุดเพื่อเป้าหมายการเรียนต่อและอาชีพในอนาคตของฉัน				

เกณฑ์การให้คะแนนลักษณะมุ่งอนาคต

ข้อคำถามทางบวก	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยมาก	เห็นด้วยน้อย	เห็นด้วยน้อยที่สุด
	4	3	2	1
ข้อคำถามทางลบ	เห็นด้วยน้อยที่สุด	เห็นด้วยน้อย	เห็นด้วยมาก	เห็นด้วยมากที่สุด
	1	2	3	4

เกณฑ์การแปลความหมายค่าเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคต ดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด. 2546: 162-163)

3.50 - 4.00	หมายถึง	นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตมากที่สุด
2.50 - 3.49	หมายถึง	นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตมาก
1.50 - 2.49	หมายถึง	นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตน้อย
1.00 - 1.49	หมายถึง	นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตน้อยที่สุด

2. การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน ผู้วิจัยสร้างตามขั้นตอนดังนี้

2.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคต

2.2 สร้างการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานให้สอดคล้องกับความมุ่งหมายของการวิจัยในครั้งนี้

2.3 ผู้วิจัยนำการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานที่สร้างขึ้นเสนออนุมัติการควบคุมวิทยานิพนธ์ตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไข

2.4 ผู้วิจัยนำการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานที่ได้ปรับปรุงแล้วเสนอผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประภาส ณ พิกุล และอาจารย์สิทธิพร ครามานนท์ ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) แล้วแก้ไขปรับปรุงโปรแกรมตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

2.5 ผู้วิจัยนำการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานที่ผ่านการแก้ไขไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 5 คน สถานที่ทดลองคือห้องวิทยาศาสตร์ โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ โดยทำการทดลองจำนวน 8 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เป็นเวลา 3 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน คือวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ ระหว่างวันที่ 9-27 มกราคม 2560 ซึ่งเมื่อได้ทำการทดลองใช้ทำให้ผู้วิจัยมองเห็นปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นในการดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เช่น สภาพแวดล้อมไม่เอื้ออำนวย เสียงตามสายของโรงเรียนดังรบกวนระหว่างดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เป็นต้น

2.6 ผู้วิจัยนำการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานที่ทดลองใช้แล้วมาปรับปรุงแก้ไข นำเสนอกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ตรวจสอบอีกครั้งก่อนนำไปใช้ในกลุ่มตัวอย่างต่อไป

ตาราง 1 การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	ทฤษฎีและเทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษากลุ่ม
1	การวางโครงสร้างการให้คำปรึกษากลุ่ม	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม และข้อตกลงต่างๆ ภายในกลุ่ม เช่น บทบาทของผู้ให้คำปรึกษา บทบาทของสมาชิกกลุ่ม ระยะเวลาในการเข้าร่วมกลุ่ม สถานที่ รวมถึงการรักษาความลับระหว่างกัน 2. เพื่อสร้างความคุ้นเคยและสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกกลุ่ม 3. เพื่อสร้างบรรยากาศให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกอบอุ่น เป็นกันเอง ปลอดภัย ไว้วางใจ และเข้าอกเข้าใจซึ่งกันและกัน	- เทคนิคการฟัง - เทคนิคการทวนความ - เทคนิคการตั้งคำถาม
2	จินตนาการแห่งอนาคต	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสามารถมองเห็นภาพอนาคตของตนเองได้ 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสามารถให้ความหมายอนาคตของตนเองได้	ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีภวนิยม - เทคนิคการจินตนาการแบบนำทาง
3	วางแผนกันเถาะ	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสำรวจความถนัดและความสามารถของตนเอง 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมองเห็นศักยภาพของตนเอง 3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มกำหนดเป้าหมายเพื่อไปสู่สิ่งที่ต้องการในอนาคต	ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ - เทคนิคการเขียนจุดเด่น-จุดด้อย - เทคนิคการให้แรงเสริม

ตาราง 1 (ต่อ)

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	ทฤษฎีและเทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษากลุ่ม
4	พฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มฝึกการสังเกตพฤติกรรม 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป้าหมายของตน 3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเสริมแรงตนเอง	ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม - เทคนิคการเสริมแรง - เทคนิคการฟัง
5	พฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มฝึกการสังเกตพฤติกรรม 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป้าหมายของตน 3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเสริมแรงตนเอง	ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม - เทคนิคการสะท้อนความรู้สึก - เทคนิคการฟัง - เทคนิคการให้กำลังใจ
6	พฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มฝึกการสังเกตพฤติกรรม 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป้าหมายของตน 3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเสริมแรงตนเอง	ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม - เทคนิคการให้กำลังใจ - เทคนิคการตั้งคำถาม
7	มาเอาชนะอุปสรรคกันเถอะ	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มกล้าเผชิญกับความเป็นจริง 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ	ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง - เทคนิค WDEP - เทคนิคการฟัง - เทคนิคการใช้ตัวแบบ - เทคนิคการตั้งคำถาม
8	กล่าวอำลา	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ข้อคิดจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม 2. เพื่อเสริมสร้างขวัญและกำลังใจให้สมาชิกกลุ่มได้ดำเนินชีวิตต่อไป	- เทคนิคการให้กำลังใจ - เทคนิคการฟัง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองตามขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยขอใบรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ซึ่งได้ใบรับรองโครงการวิจัยเลขที่ SWUEC/E-161/2559 จากนั้นนำหนังสือขออนุญาตในการทำวิจัยจากงานบัณฑิตศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒไปยังผู้อำนวยการโรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์เพื่อขออนุญาตและขอความร่วมมือในการวิจัย รวมถึงผู้วิจัย

2. ขั้นตอนการวิจัย แบ่งออกเป็น 2 ระยะคือ

2.1 ระยะที่ 1 ศึกษาระดับลักษณะมุงอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ปีการศึกษา 2559 ภาคเรียนที่ 2 จำนวน 245 คน ทำแบบวัดลักษณะมุงอนาคต ซึ่งได้รับแบบวัดกลับมาจำนวน 240 คน จากนั้นผู้วิจัยนำมาวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อศึกษาระดับลักษณะมุงอนาคต

2.2 ระยะที่ 2 ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุงอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ด้วยรูปแบบกึ่งการทดลอง เริ่มต้นผู้วิจัยเลือกแบบเจาะจง นักเรียนที่ได้คะแนนลักษณะมุงอนาคตตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมาจากการศึกษาในระยะที่ 1 จากนั้นสอบถามความสมัครใจของนักเรียนในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน ปรากฏว่าได้นักเรียนตามเกณฑ์ดังกล่าวจำนวน 24 คน ผู้วิจัยจึงสุ่มอย่างง่าย (Sample Random Sampling) นักเรียนจำนวน 5 คนเพื่อมาเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน จากนั้นผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามขั้นตอนของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน สถานที่ทดลอง คือห้องวิทยาศาสตร์ โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ โดยทำการทดลอง เป็นกลุ่ม สัปดาห์ละ 3 วัน คือวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ จำนวน 3 สัปดาห์ รวมเป็น 8 ครั้ง (ครั้งละ 50 นาที) ระหว่างวันที่ 1-13 มีนาคม 2560 เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดลักษณะมุงอนาคตอีกครั้งหนึ่งและนำคะแนนที่ได้เก็บไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (posttest) จากนั้นนำข้อมูลมาตรวจสอบความถูกต้องให้ครบถ้วนเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง โดยใช้แบบแผนการทดลองแบบ One – Group Pretest - Posttest Design ดังแสดงในตาราง

ตาราง 2 แบบแผนการทดลองแบบ One – Group Pretest - Posttest Design

การวัดก่อน	การจัดกระทำ	การวัดหลัง
O_1	X	O_2

สัญลักษณ์ที่ใช้ในแบบแผนการทดลอง

O_1 แทนการวัดลักษณะมุงอนาคตก่อนได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

X แทนการจัดกระทำด้วยการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

O_2 แทน การวัดลักษณะมุงอนาคตหลังได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลเลือกใช้สถิติวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพเครื่องมือ

2.1 หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยใช้ t-test for independent samples

2.2 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดลักษณะมุงอนาคต โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา

(Alpha - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)

3. สถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐานเพื่อเปรียบเทียบลักษณะมุงอนาคตของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม คือ t - test for dependent samples

บทที่ 4

การวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลความหมายของผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

N	แทน	จำนวนคนในกลุ่มประชากร
n	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
M	แทน	ค่าเฉลี่ย
S.D.	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
MD	แทน	ผลต่างของค่าเฉลี่ย
t	แทน	ค่าสถิติที่
p	แทน	ระดับนัยสำคัญทางสถิติ

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล เป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์

ตอนที่ 2 การศึกษาระดับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์

ตอนที่ 3 การเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์

ผู้วิจัยขอเสนอข้อมูลจำนวนและร้อยละของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ แสดงในตาราง 3

ตาราง 3 จำนวนและร้อยละของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ (n=240)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	138	57.50

ตาราง 3 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
หญิง	102	42.50
รวม	240	100.00
2. สถานภาพของบิดามารดา		
อยู่ร่วมกัน	149	62.10
หย่าร้างหรือแยกกันอยู่	71	29.60
บิดาถึงแก่กรรม	9	3.80
มารดาถึงแก่กรรม	4	1.70
บิดาและมารดาถึงแก่กรรม	1	0.40
ไม่ทราบ	6	2.40
รวม	240	100.00
3. อาชีพของผู้ปกครอง		
รับจ้าง	148	61.70
ประมง	1	0.40
เกษตรกรรม	15	6.30
รับราชการหรือพนักงานรัฐวิสาหกิจ	51	21.30
ค้าขายหรือทำธุรกิจส่วนตัว	20	8.30
อื่นๆ	5	2.00
รวม	240	100.00

จากตาราง 3 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ พบว่านักเรียนส่วนใหญ่เป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 57.50 และเป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 42.50

นักเรียนส่วนใหญ่มีสถานภาพของบิดามารดาอยู่ร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 62.10 รองลงมาคือ หย่าร้างหรือแยกกันอยู่ คิดเป็นร้อยละ 29.60 บิดาถึงแก่กรรม คิดเป็นร้อยละ 3.80 ไม่ทราบ คิดเป็นร้อยละ 2.40 มารดาถึงแก่กรรมคิดเป็นร้อยละ 1.70 และบิดาและมารดาถึงแก่กรรม คิดเป็นร้อยละ 0.40

ผู้ปกครองของนักเรียนส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้าง คิดเป็นร้อยละ 61.70 รองลงมาคือรับราชการหรือพนักงานรัฐวิสาหกิจ คิดเป็นร้อยละ 21.30 ค้าขายหรือทำธุรกิจส่วนตัว คิดเป็นร้อยละ 8.30 อาชีพเกษตรกรรม คิดเป็นร้อยละ 6.30 อาชีพอื่นๆ คิดเป็นร้อยละ 2.00 และอาชีพประมง คิดเป็นร้อยละ 0.40 ตามลำดับ

ตอนที่ 2 การศึกษาระดับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์

การศึกษาระดับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ ผู้วิจัยใช้ค่าสถิติพื้นฐาน (Descriptive Statistics) ประกอบด้วย ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ดังตาราง 4

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ (n=240)

ลักษณะมุ่งอนาคต	M	S.D.	ระดับ
ความสามารถในการคาดการณ์ไกล	2.86	0.50	มาก
ความสามารถในการวางแผนและดำเนินการเพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต	2.93	0.53	มาก
ความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้	2.88	0.46	มาก
ความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรค	2.94	0.53	มาก
เฉลี่ยรวม	2.90	0.51	มาก

จากตาราง 4 การศึกษาระดับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ พบว่า นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตโดยรวมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.90 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.51 อยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรค มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 2.94 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.53 รองลงมาคือด้านความสามารถในการวางแผนและดำเนินการเพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.93 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.53 ด้านความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.88 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.46 ส่วนด้านความสามารถในการคาดการณ์ไกล มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดเท่ากับ 2.86 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.50 ซึ่งลักษณะมุ่งอนาคตทุกด้านอยู่ในระดับมาก

ตอนที่ 3 การเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

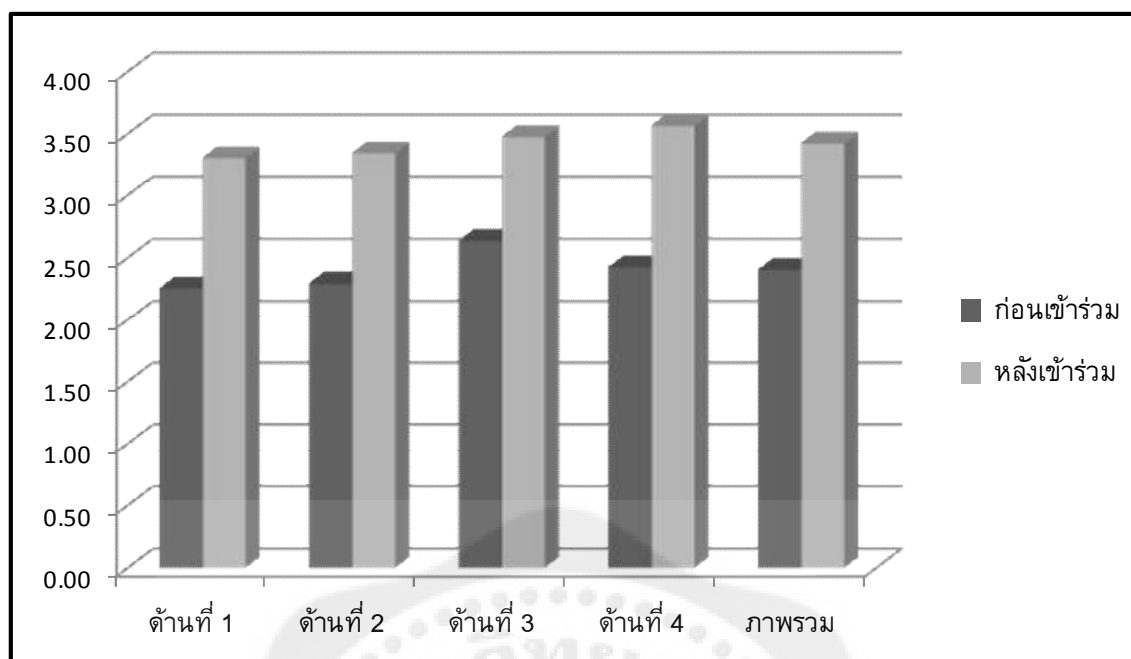
การเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน ผู้วิจัยตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นด้วยการวิเคราะห์การแจกแจงเป็นโค้งปกติ (Normality Test) ด้วยสถิติ Shapiro-Wilk ซึ่งได้ค่า p อยู่ระหว่าง .06 - .68 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ย

ของลักษณะมุ่งอนาคต มีการแจกแจงเป็นโค้งปกติ จึงสามารถวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยในกลุ่มที่ไม่เป็นอิสระจากกัน (t-test for Dependent Samples) ดังตาราง 5

ตาราง 5 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน (n=5)

ลักษณะมุ่งอนาคต	การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน					
	ก่อนเข้าร่วม			หลังเข้าร่วม		
	M	S.D.	ระดับ	M	S.D.	ระดับ
ความสามารถในการคาดการณ์ไกล	2.26	0.61	ปานกลาง	3.31	0.43	มาก
ความสามารถในการวางแผนและดำเนินการเพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต	2.30	0.33	ปานกลาง	3.35	0.38	มาก
ความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้	2.64	0.48	มาก	3.48	0.36	มาก
ความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรค	2.43	0.67	ปานกลาง	3.57	0.38	มาก
เฉลี่ยรวม	2.41	0.16	ปานกลาง	3.43	0.28	มาก

จากตาราง 5 พบว่า ก่อนเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน นักเรียนมีค่าเฉลี่ยลักษณะมุ่งอนาคตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.41$, $S.D.=0.16$) ส่วนหลังการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($M=3.43$, $S.D.=0.28$) เมื่อจำแนกเป็นรายด้านพบว่า ก่อนการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน ด้านความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้ นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตอยู่ในระดับมาก ($M=2.64$, $S.D.=0.48$) ด้านความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรค ด้านความสามารถในการวางแผนและดำเนินการเพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต และด้านความสามารถในการคาดการณ์ไกลอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.43$, $S.D.=0.67$), ($M=2.30$, $S.D.=0.33$), ($M=2.26$, $S.D.=0.61$) ตามลำดับ ส่วนหลังการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน ด้านความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรค ด้านความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้ ด้านความสามารถในการวางแผนและดำเนินการเพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต และด้านความสามารถคาดการณ์ไกล นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตอยู่ในระดับมาก ($M=3.57$, $S.D.=0.38$), ($M=3.48$, $S.D.=0.36$), ($M=3.35$, $S.D.=0.38$), ($M=3.31$, $S.D.=0.43$) ตามลำดับ



ภาพประกอบ 2 ค่าเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

ตาราง 6 การเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน (n=5)

ลักษณะมุ่งอนาคต	การให้คำปรึกษากลุ่มแบบ				MD	t	P (1-tailed)
	ผสมผสาน						
	ก่อนเข้าร่วม		หลังเข้าร่วม				
	M	S.D.	M	S.D.			
ความสามารถในการคาดการณ์ไกล	2.26	0.61	3.31	0.43	1.05	6.26**	.000
ความสามารถในการวางแผนและดำเนินการเพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต	2.30	0.33	3.35	0.38	1.05	6.33**	.000
ความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้	2.64	0.48	3.48	0.36	0.84	5.72**	.000
ความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรค	2.43	0.67	3.57	0.38	1.14	4.27**	.005
เฉลี่ยรวม	2.41	0.16	3.43	0.28	1.02	7.77**	.000

**p<.01

จากตาราง 6 พบว่า หลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานนักเรียนมีค่าเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตโดยรวมและทุกด้าน ประกอบด้วย ด้านความสามารถในการคาดการณ์ไกล ด้านความสามารถในการวางแผนและดำเนินการเพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต ด้านความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้ และด้านความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรคเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01



บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล ข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่องการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน ผู้วิจัยสรุปผลดังต่อไปนี้

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์
2. เพื่อเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน

สมมติฐานในการวิจัย

หลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน นักเรียนมีคะแนนลักษณะมุ่งอนาคตสูงขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วม

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือและการหาคุณภาพเครื่องมือ

1. แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคต เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากหลักแนวคิดของดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจวบจันทน์ (2520) ที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ แบบ (Rating Scale) คือ เห็นด้วยมากที่สุด เห็นด้วยมาก เห็นด้วยน้อย และเห็นด้วยน้อยที่สุด (บุญชม ศรีสะอาด. 2546: 162) โดยการศึกษานิยาม ทฤษฎีและเอกสารที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต จากนั้นเขียนนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วสร้างข้อคำถามให้สอดคล้องกับความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า และให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างของการศึกษาในครั้งนี้ จากนั้นนำเสนอกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ เพื่อตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือเบื้องต้นด้านความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ด้วยผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาและผู้เชี่ยวชาญทางด้านสถิติและการวิจัยจำนวน 3 ท่านแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข จากนั้นนำไปทดลองใช้ (Try Out) ในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างแต่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 50 คนแล้วนำมาตรวจวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อโดยใช้เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 บนและล่าง โดยการแบ่งกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ และใช้สถิติค่า t-test ในการทดสอบ โดยคัดเลือกข้อที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งได้ค่าอำนาจจำแนกรายข้อมีค่า t อยู่ระหว่าง 1.85 ถึง 8.56 จำนวน 24 ข้อ จากนั้นนำไปหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบทดสอบ โดยใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ซึ่งได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งของแบบวัดทั้งฉบับเท่ากับ 0.74 แล้วจัดพิมพ์แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้ในการเก็บข้อมูล

2. การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน ผู้วิจัยดำเนินการสร้างโดยการศึกษเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง การให้คำปรึกษากลุ่มแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ และการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม จากนั้นสร้างการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานให้สอดคล้องกับความมุ่งหมายของการวิจัย นำเสนอกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไข ก่อนนำเสนอผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) แล้วแก้ไขปรับปรุงโปรแกรมตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ จากนั้นนำไปทดลองใช้ (try out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 5 คน สถานที่ทดลองคือห้องวิทยาศาสตร์ โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ โดยทำการทดลองจำนวน 8 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เป็นเวลา 3 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน คือวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ ระหว่างวันที่ 9-27 มกราคม 2560 เพื่อศึกษาและตรวจสอบสภาพปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นในการดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เช่น สภาพแวดล้อมไม่เอื้ออำนวย เสียงตามสายของโรงเรียนดังรบกวนระหว่างดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน เป็นต้น จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อใช้ในการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างต่อไป

การดำเนินการวิจัย

เริ่มต้น ผู้วิจัยขอใบรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ซึ่งได้ใบรับรองโครงการวิจัยเลขที่ SWUEC/E-161/2559 จากนั้นนำหนังสือขออนุญาตในการทำวิจัยจากงานบัณฑิตศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒไปยังผู้อำนวยการโรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์เพื่อขออนุญาตและขอความร่วมมือในการวิจัย จากนั้นดำเนินการวิจัยโดยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ปีการศึกษา 2559 ภาคเรียนที่ 2 จำนวน 245 คน ทำแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคต ซึ่งได้รับแบบวัดกลับมาจำนวน 240 คน ส่วนในระยของการศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยใช้รูปแบบการวิจัยกึ่งทดลอง แบบ One – Group Pretest - Posttest Design โดยเลือกแบบเจาะจงนักเรียนที่ได้คะแนนลักษณะมุ่งอนาคตตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมาจากการศึกษาในระยที่ 1 จากนั้นสอบถามความสมัครใจของนักเรียนในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน ปรากฏว่าได้นักเรียนตามเกณฑ์ดังกล่าวจำนวน 24 คน ผู้วิจัยจึงสุ่มอย่างง่าย (Sample Random Sampling) นักเรียนจำนวน 5 คนเพื่อมาเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน จากนั้นดำเนินการทดลองตามขั้นตอนของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน สถานที่ทดลอง คือห้องวิทยาศาสตร์ โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ โดยทำการทดลอง เป็นกลุ่ม สัปดาห์ละ 3 วัน คือวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ จำนวน 3 สัปดาห์ รวมเป็น 8 ครั้ง (ครั้งละ 50 นาที) ระหว่างวันที่ 1-13 มีนาคม 2560 เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตอีกครั้งหนึ่งและนำคะแนนที่ได้เก็บไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (posttest) จากนั้นนำข้อมูลมาตรวจสอบความถูกต้องให้ครบถ้วนเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลในการศึกษาระดับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ด้วยสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน หาคุนภาพของแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตด้วยการหาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อโดยใช้ t-test หาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) วิเคราะห์ข้อมูลทดสอบสมมติฐานเพื่อเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มด้วยสถิติ t - test for dependent samples

สรุปผลการวิจัย

1. การศึกษาระดับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์พบว่า นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตโดยรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านความสามารถในการคาดการณ์ไกลอยู่ในระดับมาก ด้านความสามารถในการวางแผนและดำเนินการเพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคตอยู่ในระดับมาก ด้านความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้อยู่ในระดับมาก และด้านความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรคอยู่ในระดับมาก

2. การเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน พบว่า หลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานนักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตโดยรวมและรายด้านซึ่งประกอบด้วยด้านความสามารถในการคาดการณ์ไกล ด้านความสามารถในการวางแผนและดำเนินการเพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต ด้านความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้ และด้านความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรคเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผล

1. การศึกษาระดับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์จากผลการวิจัยที่พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาแต่ละองค์ประกอบ พบว่า ด้านความสามารถในการคาดการณ์ไกล ด้านความสามารถในการวางแผนและดำเนินการเพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต ด้านความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้และด้านความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรค มีลักษณะมุ่งอนาคตทุกด้านอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากโรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์เน้นการให้บริการด้านการจัดการศึกษาและพัฒนาผู้เรียนสู่ความเป็นสากล นักเรียนทุกคนได้รับการพัฒนาคุณธรรมนำความรู้ตามศักยภาพของตนเองที่มีอยู่ และเป็นโรงเรียนที่เน้นให้นักเรียนทุกคนทำกิจกรรมเป็นหลัก มีโครงการที่ส่งเสริมให้นักเรียนรักการเรียนรู้และพัฒนาตนเอง (โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์. 2560: ออนไลน์) เป็นการส่งเสริมให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ได้พัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตของ

นักเรียนในด้านความสามารถในการคาดการณ์ไกล ด้านความสามารถในการวางแผนและดำเนินการ เพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต ด้านความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้ และด้านความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรค สอดคล้องกับ นาตยา บิลันธนาพันธ์ (2526:108-109) ที่กล่าวว่า โรงเรียนมีบทบาทในการให้การศึกษาแก่เยาวชน ควรจัดการศึกษาในแนวทางใหม่คือควรมีการศึกษาในสิ่งที่ผสมผสานเอาอดีต ปัจจุบัน และอนาคตเข้าไว้ด้วยกัน ทั้งนี้เพื่อเป็นการจัดเตรียมแนวทาง ความมุ่งหมาย และความสำคัญของสิ่งที่จะศึกษา และอีกประการหนึ่งคือ ควรมีการสอนเรื่องอนาคต เพื่อช่วยให้ผู้เรียนได้พัฒนาทักษะและความสามารถที่จะเผชิญกับปัญหา และสังคมอันซับซ้อน

2. การเปรียบเทียบผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานที่มีต่อการเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน

หลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน นักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคตโดยรวมและรายด้านซึ่งประกอบด้วย ด้านความสามารถในการคาดการณ์ไกล ด้านความสามารถในการวางแผนและดำเนินการเพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต ด้านความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้ และด้านความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรคเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สะท้อนให้เห็นว่าการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานสามารถพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตได้ ทั้งนี้รายละเอียดของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน มีดังต่อไปนี้

2.1 ความสามารถในการคาดการณ์ไกล ผู้ให้คำปรึกษาเลือกใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม (Existential Group Counseling Theory) โดยใช้เทคนิคการจินตนาการแบบนำทาง เพื่อให้สมาชิกได้มองเห็นภาพในอนาคตของตนเอง ได้ให้ความหมายชีวิตในอนาคต ของตน มีอิสระในการตัดสินใจเลือกการกระทำและการดำเนินชีวิตของตนในอนาคต ภายหลังจากการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน สมาชิกกลุ่มสามารถเรียนรู้ถึงเป้าหมายของตนเองที่ต้องการในอนาคตและรู้จักจินตนาการถึงภาพแห่งความสำเร็จในอนาคตของตนเองได้ ทำให้สมาชิกกลุ่มมองเห็นเป้าหมายที่ต้องการอย่างชัดเจน มีความเข้าใจตนเองมากขึ้น และรู้จักตนเองมากขึ้น มองเห็นคุณค่าในตนเอง เข้าใจชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นาตยา คงขาว (2559: 47-70) ที่ศึกษา พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มทดลองมีคะแนนการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ขณะเดียวกันนักเรียนกลุ่มทดลองยังสามารถค้นหาสิ่งที่มีคุณค่าและความหมายในชีวิตของตนเองได้ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ มยุรา อุดมเลิศปรีชา (2552: 70-88) ที่ศึกษาพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีลักษณะมุ่งอนาคตระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมมีลักษณะมุ่งอนาคตระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง

2.2 ความสามารถในการวางแผนและดำเนินการเพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคต ผู้ให้คำปรึกษาเลือกใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบลักษณะ-องค์ประกอบ (Trait-Factor Group Counseling Theory) โดยให้สมาชิกกลุ่มเขียนจุดเด่น-จุดด้อยของตนเอง เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจตนเอง และพยายามที่จะค้นหาเพื่อให้รู้จักสมรรถภาพของตนเอง ภายหลังจากการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน สมาชิกกลุ่มได้พยายามค้นหาศักยภาพของตนเอง ได้ตระหนักถึงศักยภาพของตนเอง ได้รู้ว่าตนเองมีจุดเด่นหรือจุดด้อยอย่างไร รู้ว่าตนเองมีความสามารถและมีความถนัดในด้านใด อีกทั้งสมาชิกกลุ่มเกิดการวางแผนและปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ โดยเป้าหมายที่สมาชิกกลุ่มตั้งไว้นั้นจะต้องไม่ตั้งไว้สูงจนเกินไป เพราะเมื่อถ้าเราทำไม่ได้ก็จะทำให้เรารู้สึกผิดหวัง ท้อแท้ และไม่ตั้งไว้ต่ำเกินไป เพราะจะทำให้ไม่มีความกระตือรือร้นและไม่มีโอกาสได้พัฒนาตนเองอย่างเต็มที่ ต้องเป็นเป้าหมายที่ไม่ยากเกินความสามารถของตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เฟ่มสุข บินสะอาด (2546: 57-73) ที่ศึกษาพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีวิเคราะห์คุณลักษณะและองค์ประกอบมีการวางแผนการศึกษาต่อเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อพิจารณาการวางแผนการศึกษาต่อรายด้าน พบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีวิเคราะห์คุณลักษณะและองค์ประกอบมีการวางแผนการศึกษาต่อด้านการรู้จักและเข้าใจตนเอง ด้านความรู้และความเข้าใจข้อมูลการศึกษาต่อ ด้านกระบวนการตัดสินใจเลือกทางเลือกในการศึกษาต่อ และด้านการดำเนินการวางแผนการศึกษาต่ออยู่ในระดับมากและเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังใช้เทคนิคการเสริมแรง (Reinforcement) โดยการกล่าวชมสมาชิกกลุ่มที่สามารถรู้จุดเด่น-จุดด้อยและเป้าหมายที่แท้จริงของตนเอง ตลอดถึงความต้องการที่จะสำเร็จในอนาคต ขณะเดียวกัน ผู้วิจัยยังใช้เทคนิคการให้กำลังใจ (Assurance) แก่สมาชิกกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีแรงกระตุ้นและพลังที่จะทำในสิ่งที่พวกเขาได้ตั้งเป้าหมายไว้ให้บรรลุผลสำเร็จ

2.3 ความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้ ผู้ให้คำปรึกษาเลือกใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม (Behavioral Group Counseling Theory) เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้ที่จะสร้างพฤติกรรมที่เหมาะสมขึ้นมาใหม่ ผู้ให้คำปรึกษาจึงให้สมาชิกกลุ่มเรียนรู้พฤติกรรมของตนเองผ่านใบงาน “พฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ” ซึ่งเป็นกิจกรรมที่มีความมุ่งหวังหลักที่ให้ผู้ให้คำปรึกษากลุ่มวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเอง กำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย พร้อมทั้งสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเอง ตลอดจนการเสริมแรงตนเอง (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2556: 333) ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการฟัง (Listening) เพื่อรับฟังในสิ่งที่สมาชิกกลุ่มได้พูดออกมาจากการปฏิบัติตามเป้าหมายที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ใบงานกลับไปทำที่บ้าน โดยผู้ให้คำปรึกษาฟังอย่างตั้งใจ รับรู้ทั้งเนื้อหา และความรู้สึกของสมาชิกกลุ่ม ซึ่งสังเกตได้จากสายตา ท่าทาง สีหน้าของสมาชิกกลุ่ม และผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการสะท้อนความรู้สึก (Reflection of Feeling) เพื่อรับรู้ความรู้สึกที่ผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจถึงความคิด ความรู้สึกของสมาชิกกลุ่ม และได้บอกสิ่งที่ผู้ให้คำปรึกษาได้รับนั้นกลับไป เพื่อเป็นการทบทวนว่าทั้งผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกกลุ่มเข้าใจตรงกัน อีกทั้งยังใช้เทคนิคการเสริมแรง (Reinforcement) โดยการกล่าวคำชมแก่สมาชิกกลุ่ม ทั้งคนที่ทำได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้และคนที่ยังไม่สามารถทำได้ เพื่อเป็นกำลังใจให้แก่สมาชิกกลุ่มในการที่จะทำตามความต้องการของตนเองนั้นให้สำเร็จ

นอกจากผู้ให้คำปรึกษาจะกล่าวคำชมแล้ว ยังเสริมแรงด้วยการสัมผัสเบาๆ เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีความรู้สึกว่าคุณให้คำปรึกษาให้กำลังใจเขาอยู่ ใช้เทคนิคการให้กำลังใจ (Assurance) แก่สมาชิกกลุ่มเพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีแรงกระตุ้นและมีพลังที่จะทำในสิ่งที่พวกเขาได้ตั้งเป้าหมายไว้ให้บรรลุผลสำเร็จต่อไป ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาเชื่อว่าสมาชิกกลุ่มแต่ละคนทำได้ และประสบผลสำเร็จ สังเกตได้จากแววตาและสีหน้าของสมาชิกกลุ่มได้ว่า มีความมุ่งมั่นที่จะทำตามเป้าหมายของตนอย่างชัดเจน นอกจากนี้ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการตั้งคำถาม (Questioning) ถามสมาชิกกลุ่มเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปและความรู้สึกภายหลังจากการทำไปงาน “บันทึกพฤติกรรม” เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้พูดหรืออธิบายในสิ่งที่สมาชิกกลุ่มได้สังเกตการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนและความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้นๆ เป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มตอบคำถามได้อย่างอิสระ ภายหลังจากการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน สมาชิกกลุ่มเกิดการควบคุมตนเองเป็นไปในทางที่ดีขึ้น สมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่สามารถจัดการกับอุปสรรคที่เกิดขึ้นกับตนเองได้ในระหว่างการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายของตน อาทิ ถ้าอ่านหนังสือไม่ครบครึ่งชั่วโมงห้ามเล่นเกมส์ เป็นต้น สมาชิกกลุ่มเกิดการเรียนรู้ถึงวิธีการที่จะทำให้เป้าหมายของตนประสบผลสำเร็จ โดยมีขั้นตอนและกระบวนการที่สมาชิกกลุ่มได้วางแผนไว้ และเมื่อทำสำเร็จก็จะมีเสริมแรงหรือให้รางวัลตนเอง เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีกำลังใจทำในสิ่งที่ตนได้ตั้งเป้าหมายไว้ให้ประสบผลสำเร็จต่อไป รวมถึงสมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้วิธีการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นด้วยตนเอง สามารถจัดการกับปัญหาได้ มองถึงสาเหตุ และค้นหาทางออก และเลือกทางออกที่ดีที่สุดกับตนและลองลงมือทำตามขั้นตอนที่ได้วางแผนไว้ ดังที่ประภาพรคนชื่อ (2552: 10) กล่าวว่า การควบคุมตนเองเป็นความสามารถของบุคคลที่จะละเว้นการกระทำที่ไม่ดี หรือความสามารถที่จะกระทำเพื่อให้เกิดผลดีตามที่ต้องการด้วยเหตุผลและความอดทน หรือหลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่ดีที่อาจเกิดขึ้น และสามารถยับยั้งหรือควบคุมอารมณ์ เมื่อต้องเผชิญกับปัญหาและอุปสรรค หรืออยู่ในภาวะความขัดแย้งในจิตใจ รวมทั้งรู้จักแสวงหาแนวทางในการแก้ปัญหาเพื่อเป้าหมายในอนาคต ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วลัยกร สังฆบุตร (2555: 51-71) ที่ศึกษาพบว่า การควบคุมตนเองของนักเรียนวัยรุ่นมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนวัยรุ่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ พิไลลักษณ์ อ่อนละมูล (2546: 41-64) ที่ศึกษาพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนคุรุราษฎร์รังสฤษดิ์ ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมมียุทธวิธีในการเรียนสูงกว่าก่อนการให้คำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ สนิทนาฏ สุทิน (2548: 41-59) ที่ศึกษาพบว่า พฤติกรรมการเรียนคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนศรีวิกรม์ กรุงเทพมหานคร ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.4 ความเพียรพยายามต่อสู้กับอุปสรรค ผู้ให้คำปรึกษาเลือกใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง (Reality Group Counseling Theory) เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ เนื่องจากทฤษฎีนี้เชื่อว่าการเปลี่ยนทัศนคติ ค่านิยม และเอกลักษณ์ขึ้นอยู่กับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม หมายความว่าถ้าพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงแล้ว ต่อไปทัศนคติก็จะเปลี่ยนตาม (พงษ์พันธ์

พงษ์โสภา; และ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. 2556: 151-155) โดยใช้เทคนิค WDEP ซึ่งเทคนิคนี้ได้แทรกอยู่ในกิจกรรมใบงาน “บันทึกพฤติกรรม” และสมาชิกกลุ่มได้ปฏิบัติและประสบผลสำเร็จไปเรียบร้อยแล้ว นอกจากนี้ ผู้ให้คำปรึกษายังใช้เทคนิคการใช้ตัวแบบ (Modeling) ผ่านการดูวิดีโอ ซึ่งตัวแบบเป็นบุคคลที่มีความบกพร่องทางร่างกาย แต่ยังสามารถใช้ชีวิตได้อย่างปกติ โดยการใช้ตัวแบบนี้จะช่วยให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเรียนรู้ได้ดีขึ้น เกิดการเปลี่ยนทัศนคติ เปลี่ยนมุมมองของตนเอง มีแรงบันดาลใจที่จะ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม มีพลังและกำลังใจในการดำเนินชีวิตต่อไปให้บรรลุผลสำเร็จ ผู้ให้คำปรึกษายังใช้เทคนิคการฟัง (Listening) โดยผู้ให้คำปรึกษาฟังอย่างตั้งใจ รับรู้ทั้งเนื้อหา และความรู้สึกของสมาชิกกลุ่ม ซึ่งสังเกตได้จากสายตา ท่าทาง สีหน้าของสมาชิกกลุ่ม และใช้เทคนิคการตั้งคำถาม (Questioning) ถามสมาชิกกลุ่มเกี่ยวกับความรู้สึกหลังจากที่ดูวิดีโอของน้องธัญจบลง เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้พูดหรืออธิบายในสิ่งที่สมาชิกกลุ่มได้รับรู้เกี่ยวกับวิดีโอดังกล่าวนี้ เป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มตอบคำถามได้อย่างอิสระ ภายหลังจากการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสาน สมาชิกกลุ่มสามารถแก้ปัญหาของตนได้ กล้าที่จะเผชิญกับสภาพความเป็นจริง และมีความรับผิดชอบในการสนองความต้องการของตน เมื่อผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มดูวิดีโอเพื่อเป็นตัวอย่าง สมาชิกกลุ่มเกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และมีแรงบันดาลใจในการทำสิ่งต่างๆ เพื่อให้บรรลุผลสำเร็จต่อไป ทั้งนี้ ผู้ให้คำปรึกษาเห็นถึงความพยายาม ความกระตือรือร้น ความตั้งใจทำหน้าที่ของสมาชิกกลุ่มเพื่อที่จะทำให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อัจฉรินทร์ ทินกระโทก (2547: 32-75) ที่ศึกษาพบว่า หลังสิ้นสุดการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงด้วยวิธี WDEP 1 สัปดาห์ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กลุ่มทดลองมีความรับผิดชอบด้านการศึกษาลำบากเรียนเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หลังสิ้นสุดการทดลอง 1 สัปดาห์ กลุ่มทดลองมีความรับผิดชอบด้านการศึกษาลำบากเรียนเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ดังนั้นผลการวิจัยครั้งนี้จึงสามารถสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานสามารถนำไปใช้เสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนได้ ส่งผลให้นักเรียนมองเห็นความสำคัญของอนาคต และเกิดการวางแผนเพื่อไปสู่เป้าหมายที่ตนต้องการในอนาคตได้

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. จากผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองนักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตที่สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง แสดงว่าการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานสามารถพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตได้ จึงควรส่งเสริมให้นำการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานนี้ไปประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตแก่นักเรียนต่อไป และควรมีการเผยแพร่การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานนี้ให้อาจารย์และบุคลากรที่เกี่ยวข้องในฝ่ายแนะแนว เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนต่อไป

2. ควรมีการจัดอบรมก่อนการนำไปใช้แก่ผู้สนใจที่จะนำการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานนี้ไปใช้พัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน เพื่อให้เกิดความรู้และความเข้าใจในเนื้อหาที่ตรงกัน

3. ครูหรือบุคลากรที่เกี่ยวข้องควรเตรียมความพร้อมเกี่ยวกับความรู้ด้านลักษณะมุ่งอนาคตนี้ เพื่อที่จะสามารถให้คำแนะนำกับนักเรียนในการปฏิบัติ ทั้งนี้ในการปฏิบัตินั้นครูจะต้องให้การดูแลอย่างทั่วถึง เพราะในระหว่างการปฏิบัตินักเรียนอาจพบเจออุปสรรคต่างๆ และต้องการความช่วยเหลือจากครู

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการวัดและประเมินผลในระยะยาว โดยเฉพาะการติดตามผลเฉพาะรายบุคคล
2. ควรศึกษาลักษณะมุ่งอนาคตในนักเรียนกลุ่มอื่นๆ ต่อไป เช่น นักเรียนในชุมชนแออัด นักเรียนในโรงเรียนตามต่างจังหวัด เพื่อพัฒนาเด็กให้เกิดลักษณะมุ่งอนาคตที่สูงขึ้น
3. จากผลการวิจัยในครั้งนี้ นักเรียนค่อนข้างจะไม่ค่อยมีส่วนร่วมกับการกิจกรรมภายในบ้าน หรือมีปฏิสัมพันธ์กับคนในครอบครัว ในการศึกษาครั้งต่อไป ควรให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการกิจกรรม เช่น จัดการให้คำปรึกษากลุ่มที่ให้นักเรียนทำกิจกรรมร่วมกับพ่อแม่ มีปฏิสัมพันธ์กับพ่อแม่ หรือควรทำแบบวัดความพึงพอใจเพื่อให้รู้ถึงกิจกรรมไหนดีที่สุดและนำมาใช้ประโยชน์ในครั้งต่อไป



บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กาญจนา ไชยพันธุ์. (2549). การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- กุมารี ผลภาสี. (2547). ผลของโปรแกรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อการพัฒนาทักษะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเมืองนครนายก จังหวัดนครนายก. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- กรภัทร วรเชษฐ์. (2548). การศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดบุรีรัมย์. วิทยานิพนธ์ (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. (2547). การคิดเชิงอนาคต. กรุงเทพฯ: ชัคเชสมิเดีย.
- จิราภรณ์ ตั้งกิตติภรณ์. (2556). จิตวิทยาทั่วไป (*General Psychology*). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จินตนา พึ่งโพธิ์. (2547). ผลการสร้างความตระหนักในเรื่องเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรที่มีต่อทัศนคติทางเพศในการรักษาวงสวณตัวของวัยรุ่นหญิงที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเองและวัฒนธรรมในด้านความสัมพันธ์ทางเพศแตกต่างกัน. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จุฑามาศ ชื่นจิตร. (2550). ปัจจัยที่ส่งผลต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนิสิตระดับปริญญาตรี สาขาวิชานันทนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จุฑารัตน์ เปลวทอง. (2551). ผลของโปรแกรมการฝึกตามแนว Adler ที่มีต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและลักษณะมุ่งอนาคตของเด็กด้อยโอกาส. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- ชูศรี เลิศรัตน์เดชากุล. (2554). แนวคิดทางการแนะแนวและทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยา. ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 1 หน่วยที่ 8-15. สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ณัฐกร อินทุยศ. (2556). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2530). ชุดฝึกอบรม การเสริมสร้างคุณลักษณะของข้าราชการพลเรือน. กรุงเทพฯ: สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน; และเพ็ญแข ประจณปัจฉินึก (2520). จริยธรรมของเยาวชนไทย. รายงานการวิจัยฉบับที่ 21. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- ดวงมณี จงรักษ์. (2548). *ทฤษฎีการให้คำปรึกษาและจิตบำบัดเบื้องต้น*. ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- . (2549). *ทฤษฎีการให้คำปรึกษาและจิตบำบัดเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย - ญี่ปุ่น).
- เติมศักดิ์ ทวณิช. (2546). *จิตวิทยาทั่วไป (General Psychology)*. กรุงเทพฯ: ซีเอ็ดดูเคชั่น.
- ธัญญาภรณ์ ธนพานิช. (2545). *ผลการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อลักษณะมุ่งอนาคตของเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน*. ปรินญานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). ชลบุรี: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา. ถ่ายเอกสาร.
- ธิดา ชูอินทร์. (2540). *ผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคมน กรุงเทพมหานคร*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นิตยา ปิลันธนาพันธ์. (2526). *อนาคตศาสตร์*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- นิตยา คงขาว. (2559). *ผลการปรึกษากลุ่มแบบอัตถิภาวนิยมต่อการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น*. ปรินญานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). ชลบุรี: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา. ถ่ายเอกสาร.
- นฤภัค ฤชาทิพย์. (2553). *เข้าใจวัยซ่า รู้ปัญหาวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: มติชน.
- นันทนา วงษ์อินทร์. (2547). *ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการให้คำปรึกษา*. (เอกสารประกอบคำสอน). กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสารมิตร. อัดสำเนา
- บุญชม ศรีสะอาด. (2546). *การวิจัยสำหรับครู*. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- ประณต คำนิม. (2549). *จิตวิทยาวัยรุ่น*. ภาควิชาจิตวิทยา. คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ประภาพร คนชื่อ. (2552). *การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความสามารถในการควบคุมตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตพื้นที่การศึกษาลพบุรี เขต 2*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ปรีชา วิหคโต. (2554). *หน่วยที่ 11 ทฤษฎีและแนวปฏิบัติในการให้การปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมประมวลสาระชุดวิชาแนวคิดทางการแนะแนวและทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยา*. พิมพ์ครั้งที่ 1. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ปรียาพร บุณนาค. (2549). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบผสมผสานเพื่อลดความวิตกกังวลของหญิงตั้งครรภ์วัยรุ่น*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ปรารค์สุทิพย์ ทรงวุฒิศีล. (2553). *จิตวิทยาเด็กและวัยรุ่น (Psychology of Child and*

- Adolescence). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ปองสุข ศรีชัย. (2545). ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะส่วนบุคคลที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตและการปรับตัวของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในจังหวัดเชียงใหม่. ปรินูณานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2554). แนวคิดทางการแนะแนวและทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยา = *Concepts of guidance and theories in psychological counseling*. ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 1 หน่วยที่ 8-15. สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- พระมหาประยูร สัตย์ซ้ำ. (2547). ลักษณะมุ่งอนาคตและความเชื่ออำนาจภายในตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อำเภอกุมภวาปี จังหวัดอุดรธานี. ปรินูณานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). มหาสารคาม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ถ่ายเอกสาร.
- พรณี ชูทัย. (2522). จิตวิทยาการสอน. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- พรณี สมศักดิ์. (2549). ลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนระดับช่วงชั้นที่ 3 ที่เรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์จันทบุรี. ปรินูณานิพนธ์ ศษ.บ. (การสอนสังคมศึกษา). เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และวิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. (2556). ทฤษฎีและเทคนิคการให้บริการปรึกษา. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พิทยา อึ้งบุญชู. (2538). การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนวิชาสังคมศึกษาด้วยการสอนแบบแก้ปัญหาโดยใช้เทคนิคการพัฒนาแบบยั่งยืน. ปรินูณานิพนธ์ กศ.ม. (การมัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พิไลลักษณ์ อ่อนละมูล. (2546). การศึกษาและพัฒนายุทธวิธีในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม. ปรินูณานิพนธ์ (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เพิ่มสุข บินสะอาด. (2546). ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีวิเคราะห์คุณลักษณะและองค์ประกอบที่มีต่อการวางแผนการศึกษาต่อของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนปทุมคงคา กรุงเทพมหานคร. ปรินูณานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เพ็ญแข ประจณปัจฉนิก. (2527). ลักษณะมุ่งอนาคตในเอกสารการสอนชุดวิชาพัฒนาการวัยรุ่นและการอบรม หน่วยที่ 9-15. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์. (2556). ทฤษฎีการให้คำปรึกษา (*Counseling Theory*). เอกสารประกอบการสอนรายวิชา PDC 611 ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- (2554). *การให้คำปรึกษากลุ่มเบื้องต้น*. เอกสารประกอบการสอนรายวิชา GU 422
การให้คำปรึกษากลุ่มเบื้องต้น: คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- (2557). *“การให้คำปรึกษากลุ่มเบื้องต้น”* เอกสารประกอบการสอนรายวิชา นน 422.
กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- มยุรา อุดมเลิศปรีชา. (2552). *ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อลักษณะ
มุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4*. ปรินญานิพนธ์วท.ม. (จิตวิทยาการให้
คำปรึกษา). ชลบุรี: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา. ถ่ายเอกสาร.
- มาลี วิทยาธรรมรัตน์. (2540). *ผลของการฝึกการมุ่งอนาคตแก่เด็กในสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านบาง
ละมุง จังหวัดชลบุรี*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ: บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- มาลินี จุฑาปะมา. (2554). *จิตวิทยาการศึกษา (Educational Psychology)*. บุรีรัมย์: เรวัตการพิมพ์.
ลัดดา ทวี. (2540). *ผลของการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต ทักษะคิด และพฤติกรรมการ
รักษาความสะอาดร่างกายในนักเรียนชาวเขาระดับประถมศึกษา*. ปรินญานิพนธ์ วท.ม.
(จิตวิทยาโรงเรียน) เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- วัชร ทรัพย์มี. (2554). *ทฤษฎีและแนวปฏิบัติในการให้การปรึกษา*. สาขาวิชาศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- (2550). *กระบวนการปรึกษา ขั้นตอน สัมพันธภาพ ทักษะ*. คณะจิตวิทยา. โรงพิมพ์
แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิไลวรรณ ศรีสงคราม; และคนอื่นๆ. (2549). *จิตวิทยาทั่วไป (General Psychology)*. กรุงเทพฯ:
ทริปเพิ้ลกรุ๊ป จำกัด.
- วลัยกร สังฆบุตร. (2555). *การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างต้นทุนชีวิต การควบคุมตน และลักษณะ
มุ่งอนาคตของนักเรียนวัยรุ่นในจังหวัดจันทบุรี*. ปรินญานิพนธ์วท.ม. (จิตวิทยา
พัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ถ่ายเอกสาร
- ศิริบุรณ์ สายโกสม. (2554). *การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัย
รามคำแหง.
- (2555). *การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2549). *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย*. กรุงเทพฯ:
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2556). *ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่ง
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สาวตรี เต็งถนุศิริ. (2547).). *ลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขต
อำเภอเมือง จังหวัดน่าน*. ปรินญานิพนธ์ วท.ม. (สุขภาพจิต). คณะแพทยศาสตร์
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

- สินีนาน สุทิน. (2548). การให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนศรีวิกรม์ กรุงเทพมหานคร. ปรินิพนธ์ (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุนันท์ ปรินิพนธ์. (2542). การใช้เทคนิคแม่แบบในการพัฒนาพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมของนักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตแตกต่างกัน. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุขอรุณ วงษ์ทิม. (2554). แนวคิดทางการแนะแนวและทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยา = *Concepts of guidance and theories in psychological counseling*. ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 1 หน้าที่ 8-15. สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สุวีร์ ศิวะแพทย์. (2549). จิตวิทยาทั่วไป (*General Psychology*). กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- สุชา จันทน์เอม. (2545). จิตวิทยาเด็กเกเร (*Psychology of Juvenile Delinquency*). กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- สุรางค์ ไคว้ตระกูล. (2552). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เสาวนีย์ เพ็ชรนาดี. (2548). พฤติกรรมการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีสไตล์การคิดอัตโนมัติ และลักษณะมุ่งอนาคตแตกต่างกัน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาอุดรธานี. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). มหาสารคาม: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ถ่ายเอกสาร.
- อัมพันธ์ ทินกระโทก. (2547). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงด้วยวิธี WDEP ต่อความรับผิดชอบด้านการศึกษาเล่าเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. ปรินิพนธ์ ศษ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). ขอนแก่น: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยขอนแก่น. ถ่ายเอกสาร.
- อำพรพรรณ โปร่งจิต. (2545). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดศรีสะเกษ. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). มหาสารคาม: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ถ่ายเอกสาร.
- งานโสตและเทคโน. (2558). โครงการ. สืบค้น 15 พฤษภาคม 2560, จาก <http://www.pibool.ac.th/index.php/2017-03-21-18-22-34>
- Cabrera, P.; Auslander, W.; & Polgar, M. (2009). *Future Orientation of Adolescents in Foster Care: Relationship to Trauma, Mental Health, and HIV Risk Behaviors*. Journal of Child & Adolescent Trauma, Washington University.
- Chen, P.; & Vazsonyi, A.T. (2012). *Future Orientation, School Contexts, and Problem Behaviors: A Multilevel Study*. Springer Science+Business Media.

- Corey, Gerald. (1996). *Student Manual for Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Thomson Books/Cole.
- . (2008). *Theory and Practice of Group Counseling*. Thomson Books/Cole.
- . (2012). *Theory and practice of group counseling*. 8th ed. Canada: Brook/Cole Cengage learning
- . (1955). *Student Manual For Theory And Practice of Group Counseling*. 4th ed. California: Cengage Learning.
- Laurence, S.; et al. (2009). *Age Differences in Future Orientation and Delay Discounting*. JournalCompilation. Society for Research in Child Development, Inc.
- Levesque, Roger J.R. (2011). *Encyclopedia of Adolescence*. Indiana University.
- Mazibuko, M.E. (2014). *Adolescents' Positive Future Orientation as a Remedy for Substance Abuse: An Ecosystemic View*. University of South Africa.
- McLoyd, V.C.; et al. (2011). *Assessing the Effects of a Work-Based Antipoverty Program for Parents on Youth's Future Orientation and Employment Experiences*. Child Development. Society for Research in Child Development, Inc.
- Purtell K.M.; & McLoyd, V.C. (2012). *Parents' Participation in a Work-Based Anti-Poverty Program Can Enhance Their Children's Future Orientation: Understanding Pathways of Influence*. Springer Science+Business Media.
- Seginer, R. (2009). *Future Orientation: Developmental and Ecological Perspective*. University of Haifa, Israel
- Seginer, R.; & Mahajna S. (2004). *How the future orientation of traditional Israeli Palestinian girls links beliefs about women's roles and academic achievement*. University of Haifa, Israel
- Seginer, R.; & Noyman, Michal S. (2005). *Future orientation, identity and intimacy: Their relations in emerging adulthood*. Journal of development psychology. University of Haifa, Israel



ภาคผนวก



ภาคผนวก ก
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
และหนังสือเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคต

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี

อาจารย์ประจำภาคแนะแนวและ
จิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อาจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา

อาจารย์ประจำภาควิชาการวัดผลและวิจัย
การศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประภาส ณ พิกุล

อาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย

2. ผู้เชี่ยวชาญตรวจการให้คำปรึกษากลุ่ม

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี

อาจารย์ประจำภาคแนะแนวและ
จิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อาจารย์สิทธิพร ครามานนท์

อาจารย์ประจำสถาบันวิจัย
พฤติกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประภาส ณ พิกุล

อาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย งานบริหารและธุรการ โทร. 15664

ที่ ศธ 0519.12/ 1446

วันที่ 8 เมษายน 2559

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวปิยะนุช เฟื่อนทอง นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนา ศักยภาพมนุษย์ (จิตวิทยาพัฒนามนุษย์และการให้คำปรึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน” โดยมี อาจารย์ ดร.ภิญญาพันธ์ เพี้ยซ้าย และ อาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์ ในกรณีนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม ทั้งนี้ สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 097 945 5156

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวปิยะนุช เฟื่อนทอง และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.ดุขุฎิ โยเหลา)

ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย งานบริหารและธุรการ โทร. 15664

ที่ ศธ 0519.12/ 1464

วันที่ 8 เมษายน 2559

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวปิยะนุช เพื่อนทอง นิติระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนา ศักยภาพมนุษย์ (จิตวิทยาพัฒนามนุษย์และการให้คำปรึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญาโท เรื่อง “การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน” โดยมี อาจารย์ ดร.ภิญญาพันธ์ เพี้ยซ้าย และ อาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์ ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม ทั้งนี้ สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 097 945 5156

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวปิยะนุช เพื่อนทอง และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.ชูฐิติ โยเหลา)

ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ที่ ศธ 0519.12/ 1๙๖๕



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๙ เมษายน 2559

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประภาส ณพิบูล

เนื่องด้วย นางสาวปิยะนุช เผื่อนทอง นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนา
ศักยภาพมนุษย์ (จิตวิทยาพัฒนามนุษย์และการให้คำปรึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้
ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน”
โดยมี อาจารย์ ดร.กัญญาพันธ์ เพี้ยซ้าย และ อาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์
ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแบบสอบถาม

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวปิยะนุช เผื่อนทอง และ
ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ดุจฎิ โยเหลา)
ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์
รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 097 945 5156



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 15664

ที่ ศธ 0519.12/ ๖๑๖๕ วันที่ ๒๔ พฤศจิกายน 2559

เรื่อง ขอเรียนเชิญบุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณะบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวปิยะนุช เผื่อนทอง นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนา ศักยภาพมนุษย์ (จิตวิทยาพัฒนามนุษย์และการให้คำปรึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน” โดยมี อาจารย์ ดร.ภิญญาพันธ์ เพี้ยซ้าย และ อาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจโปรแกรมกลุ่ม ทั้งนี้ สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 097 945 5156

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวปิยะนุช เผื่อนทอง และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 15644

ที่ ศธ 0519.12/ 4046

วันที่ 16 กรกฎาคม 2559

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวปิยะนุช เผื่อนทอง นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนา ศักยภาพมนุษย์ (จิตวิทยาพัฒนามนุษย์และการให้คำปรึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน” โดยมี อาจารย์ ดร.ภิญญาพันธ์ เพี้ยชัย และ อาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์สิทธิพร ครามานนท์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบโปรแกรมให้คำปรึกษากลุ่ม ทั้งนี้ สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 097 945 5156

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวปิยะนุช เผื่อนทอง และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.ปรินทร์ ชัยวิสุทธางกูร)

คณบดีคณะวัฒนธรรมสิ่งแวดล้อมและการท่องเที่ยวเชิงนิเวศ

รักษาการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ที่ ศธ 0519.12/ ๒๕๕๙



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒๕ เมษายน 2559

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประภาส ฌพิกุล

เนื่องด้วย นางสาวปิยะนุช เผื่อนทอง นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนา
ศักยภาพมนุษย์ (จิตวิทยาพัฒนามนุษย์และการให้คำปรึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้
ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน”
โดยมี อาจารย์ ดร.ปริญญาพันธ์ เพี้ยชัย และ อาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์
ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวปิยะนุช เผื่อนทอง และ
ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ดุจณี โยเหลา)
ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์
รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 097 945 5156



ภาคผนวก ข

หนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูล
เอกสารการขอจริยธรรมสำหรับการวิจัยที่ทำในมนุษย์

ที่ ศธ 0519.12/ 5185



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

15 กันยายน 2559

เรื่อง ขอมูลความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์

เนื่องด้วย นางสาวปิยะนุช เผื่อนทอง นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนา ศักยภาพมนุษย์ (จิตวิทยาพัฒนามนุษย์และการให้คำปรึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญาานิพนธ์ เรื่อง “การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน” โดยมี อาจารย์ ดร.ภิญญาพันธ์ เพี้ยซ้าย และ อาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาานิพนธ์

ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยใช้แบบสอบถาม และโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม กับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และขอใช้สถานที่ในโรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์ เพื่อใช้สำหรับการเข้าร่วมกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่ม ในระหว่างเดือนสิงหาคม 2559 ถึงเดือนมีนาคม 2560 ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

พิชญะ ๒.

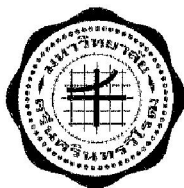
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2649-5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 097 945 5156



MF4Version1:15/7/2556

ใบรับรองจริยธรรมการวิจัยของข้อเสนอการวิจัย
เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยและยินยอม

หมายเลขข้อเสนอการวิจัย SWUEC- 093/59E

ข้อเสนอการวิจัยนี้และเอกสารประกอบของข้อเสนอการวิจัยตามรายการแสดงด้านล่าง ได้รับการพิจารณาจาก คณะกรรมการสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒแล้ว คณะกรรมการฯ มีความเห็นว่าข้อเสนอการวิจัยที่จะดำเนินการมีความสอดคล้องกับหลักจริยธรรมสากล ตลอดจนกฎหมาย ข้อบังคับและ ข้อกำหนดภายในประเทศ จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยตามข้อเสนอการวิจัยนี้ได้

ชื่อโครงการวิจัยเรื่อง: การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน

ชื่อผู้วิจัยหลัก: นางสาวปิยะนุช เผื่อนทอง

สังกัด: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

เอกสารที่รับรอง:

1. แบบเสนอโครงการวิจัย
2. โครงร่างการวิจัย
3. เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย
4. หนังสือให้ความยินยอมเข้าร่วมในโครงการวิจัย

เอกสารที่พิจารณาทบทวน

- | | |
|---|---------------------------------------|
| 1. แบบเสนอโครงการวิจัย | ฉบับที่ 1 วันที่เดือน/ปี 1 เม.ย. 2559 |
| 2. โครงร่างการวิจัย | ฉบับที่ 1 วันที่เดือน/ปี 1 เม.ย. 2559 |
| 3. เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย | ฉบับที่ 1 วันที่เดือน/ปี 1 เม.ย. 2559 |
| 4. หนังสือให้ความยินยอมเข้าร่วมในโครงการวิจัย | ฉบับที่ 1 วันที่เดือน/ปี 1 เม.ย. 2559 |

(ลงชื่อ).....

(อาจารย์ แพทย์หญิงจันทร์ทรา ดนันทย์ทรงวงศ์)

เลขานุการคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

(ลงชื่อ).....

(แพทย์หญิงสุรีพร ภัทรสุวรรณ)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

หมายเลขรับรอง : SWUEC/E-161/2559

วันที่ให้การรับรอง : 01/07/2559

วันหมดอายุใบรับรอง : 01/07/2560

ภาคผนวก ค

ค่าดัชนีความสอดคล้องของแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและ
ค่าดัชนีความสอดคล้องของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม
ค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดลักษณะมุ่งอนาคต

ตาราง 7 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) ของแบบวัด
ลักษณะมุ่งอนาคต

ข้อ	ผู้เชี่ยวชาญ			ผลรวม	IOC	การพิจารณา	การนำไปใช้
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3				
1	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
2	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
3	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
4	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
5	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
6	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
7	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
8	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
9	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
10	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
11	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
12	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
13	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
14	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
15	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
16	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
17	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
18	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
19	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
20	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
21	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
22	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
23	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
24	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้

ตาราง 8 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) ของโปรแกรมการ
ให้คำปรึกษากลุ่ม

ครั้งที่	หัวข้อที่ประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ			ผลรวม	IOC	การพิจารณา	การนำไปใช้
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3				
1	ทฤษฎีที่ใช้	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ความสอดคล้องระหว่าง ทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ความสอดคล้องระหว่าง กิจกรรมกับทฤษฎีที่ใช้	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	วัตถุประสงค์	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ขั้นตอนดำเนินการ	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	อุปกรณ์	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	การประเมินผล	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
2	ทฤษฎีที่ใช้	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ความสอดคล้องระหว่าง ทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ความสอดคล้องระหว่าง กิจกรรมกับทฤษฎีที่ใช้	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	วัตถุประสงค์	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ขั้นตอนดำเนินการ	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	อุปกรณ์	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	การประเมินผล	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
3	ทฤษฎีที่ใช้	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ความสอดคล้องระหว่าง ทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ความสอดคล้องระหว่าง กิจกรรมกับทฤษฎีที่ใช้	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	วัตถุประสงค์	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	วัตถุประสงค์	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้

ตาราง 8 (ต่อ)

ครั้งที่	หัวข้อที่ประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ			ผลรวม	IOC	การพิจารณา	การนำไปใช้
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3				
3	ขั้นตอนดำเนินการ	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	อุปกรณ์	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	การประเมินผล	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
4	ทฤษฎีที่ใช้	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ความสอดคล้องระหว่างทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับทฤษฎีที่ใช้	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	วัตถุประสงค์	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ขั้นตอนดำเนินการ	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	อุปกรณ์	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	การประเมินผล	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ทฤษฎีที่ใช้	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ความสอดคล้องระหว่างทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
5	ทฤษฎีที่ใช้	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ความสอดคล้องระหว่างทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับทฤษฎีที่ใช้	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	วัตถุประสงค์	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ขั้นตอนดำเนินการ	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	อุปกรณ์	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	การประเมินผล	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ทฤษฎีที่ใช้	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
6	ทฤษฎีที่ใช้	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ความสอดคล้องระหว่างทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับทฤษฎีที่ใช้	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	วัตถุประสงค์	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้

ตาราง 8 (ต่อ)

ครั้งที่	หัวข้อที่ประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญ			ผลรวม	IOC	การพิจารณา	การนำไปใช้
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3				
6	วัตถุประสงค์	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ขั้นตอนดำเนินการ	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	อุปกรณ์	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	การประเมินผล	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
7	ทฤษฎีที่ใช้	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ความสอดคล้องระหว่างทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับทฤษฎีที่ใช้	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	วัตถุประสงค์	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ขั้นตอนดำเนินการ	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	อุปกรณ์	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	การประเมินผล	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ทฤษฎีที่ใช้	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ความสอดคล้องระหว่างทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
8	ความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับทฤษฎีที่ใช้	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	วัตถุประสงค์	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ขั้นตอนดำเนินการ	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	อุปกรณ์	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	การประเมินผล	1	1	1	3	1.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ทฤษฎีที่ใช้	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	ความสอดคล้องระหว่างทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
	กิจกรรมกับทฤษฎีที่ใช้	0	1	1	2	0.67	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้

ตาราง 9 ค่าอำนาจจำแนกรายข้อโดยใช้สถิติค่า t-test ในการทดสอบ และความเชื่อมั่นของแบบวัด
ลักษณะมุ่งอนาคตโดยใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha
Coefficient)

ข้อ	ค่า T-test	ค่า P-value	การพิจารณา	คัดเลือกนำไปใช้
1	3.64	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
2	2.24	0.02	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
3	5.19	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
4	7.21	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
5	3.46	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
6	7.03	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
7	7.74	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
8	8.56	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
9	5.83	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
10	1.85	0.06	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
11	4.54	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
12	5.85	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
13	5.88	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
14	3.88	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
15	4.1	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
16	5.18	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
17	4.48	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
18	7.86	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
19	6.68	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
20	6.97	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
21	6.34	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
22	8.01	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
23	5.52	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
24	3.47	0.00	ผ่านเกณฑ์	นำไปใช้
ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดทั้งฉบับเท่ากับ 0.74				

ภาคผนวก ง
แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคต
การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน

ข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง

ให้นักเรียนกรอกข้อความตามสภาพที่เป็นจริงเกี่ยวกับตัวนักเรียนลงในช่องว่าง

1. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง
2. อายุ ปี
3. สถานศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....
4. สถานภาพสมรสของบิดา มารดา

☐ 1. อยู่ร่วมกัน	☐ 2. หย่าร้างหรือแยกกันอยู่
☐ 3. บิดาถึงแก่กรรม	☐ 4. มารดาถึงแก่กรรม
☐ 5. บิดาและมารดาถึงแก่กรรม	☐ 6. ไม่ทราบ
6. อาชีพของผู้ปกครอง

☐ 1. รับจ้าง	☐ 2. ประมง
☐ 3. เกษตรกรรม	☐ 4. รับราชการหรือพนักงานรัฐวิสาหกิจ
☐ 5. ค้าขายหรือทำธุรกิจส่วนตัว	☐ 6. อื่นๆ

แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคต

คำชี้แจง

ให้นักเรียนอ่านข้อความในแบบสอบถามแต่ละข้อ แล้วตอบตามความเป็นจริงที่ตรงกับตัวนักเรียนมากที่สุด โดยให้นักเรียนขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่นักเรียนเลือก การเลือกตอบให้ถือเกณฑ์ดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด. 2546: 162)

- | | |
|-----------|--------------------|
| 4 หมายถึง | เห็นด้วยมากที่สุด |
| 3 หมายถึง | เห็นด้วยมาก |
| 2 หมายถึง | เห็นด้วยน้อย |
| 1 หมายถึง | เห็นด้วยน้อยที่สุด |



ข้อที่	ข้อความถาม	4	3	2	1
1	ฉันยังไม่คิดถึงการศึกษาคืออะไรและการประกอบอาชีพในอนาคต เพราะเป็นสิ่งที่ยังมาไม่ถึง				
2	ฉันมองว่าอาชีพในอนาคตยังเป็นเรื่องไกลตัว				
3	ฉันไม่ได้กำหนดอาชีพในอนาคตเพราะคิดว่าฉันจะประกอบอาชีพอะไรก็ได้				
4	ฉันไม่รู้ว่าจะอนาคตจะทำอะไร นอกจากการเรียนไปวันๆ ให้ผ่านไป				
5	ฉันยังไม่เห็นภาพว่าสิ่งที่เรียนในปัจจุบันมันสอดคล้องกับอาชีพในอนาคตของฉันยัง				
6	ฉันมองไว้แล้วว่าเมื่อเรียนจบแล้วจะเรียนต่อสาขาอะไรและประกอบอาชีพอะไร				
7	จากการมองสถานการณ์ในปัจจุบัน ทำให้ฉันตัดสินใจได้ว่าเรียนต่อสายอะไรและประกอบอาชีพอะไรในอนาคต				
8	ฉันตัดสินใจเลือกศึกษาต่อในสาขาที่สอดคล้องกับอาชีพที่ฉันสนใจ				
9	ฉันตัดสินใจเลือกศึกษาต่อในสาขาที่ฉันชอบและมีความถนัด				
10	ฉันคิดว่าการวางแผนหรือการตั้งเป้าหมายเกี่ยวกับการเรียนหรือการประกอบอาชีพล่วงหน้าไม่มีประโยชน์				
11	ฉันไม่ชอบการวางแผนการเรียนหรืออาชีพล่วงหน้า เพราะฉันมักจะทำตามแผนที่วางไว้ไม่ได้				
12	ฉันไม่เตรียมตัวสอบล่วงหน้าเพราะไม่รู้ว่าฉันต้องเตรียมอย่างไร				

ข้อที่	ข้อความถาม	4	3	2	1
13	ฉันจัดตารางอ่านหนังสือก่อนสอบทุกครั้งเพื่อให้เป็นไปตามเป้าหมายที่วางไว้				
14	เมื่อฉันง่วงนอนในเวลาเรียน ฉันจะพยายามไม่ให้ตนเองหลับในห้องเรียน				
15	ขณะที่ฉันอยากคุยกับเพื่อนในเวลาเรียน ฉันจะหักห้ามใจทันทีเพื่อรอเวลาเลิกเรียน				
16	ฉันแอบทำงานอื่นขึ้นมาทำในขณะที่เรียนอีกวิชาหนึ่ง				
17	หากเพื่อนชวนไปเที่ยวในขณะที่กำลังทำงาน ฉันจะเลือกไปเที่ยวกับเพื่อน				
18	ฉันยอมลำบากในวันนี้ เพื่อที่จะประสบความสำเร็จด้านการศึกษาและการประกอบอาชีพในอนาคต				
19	แม้ว่าฉันเรียนไม่เก่ง ฉันก็จะพยายามให้มากที่สุดเพื่อเป้าหมายการเรียนต่อและอาชีพในอนาคตของฉัน				
20	หากจบมัธยมศึกษาปีที่ 3 แล้วพ่อแม่ไม่ส่งฉันเรียนต่อ ฉันก็จะพยายามหาทางเรียนให้ได้ เพื่อให้สามารถประกอบอาชีพหรือการเรียนตามที่ตนเองต้องการ				
21	เมื่อฉันไม่ชอบวิชาใด ฉันจะใช้ความพยายามเป็น 2 เท่า เพื่อทำคะแนนในวิชานั้นให้ได้มากที่สุด				
22	ฉันรู้ว่าการเรียนนั้นยาก แต่ฉันจะไม่ย่อท้อเพื่อให้ถึงเป้าหมายด้านการเรียนและอาชีพที่เลือกไว้				

ข้อที่	ข้อความถาม	4	3	2	1
23	แม้ว่าผลการเรียนไม่ดีในบางวิชา ฉันก็พยายามตั้งใจทำคะแนนออกมาให้ดีที่สุด				
24	แม้ว่าฉันไม่มีเงินเรียน ไม่ได้ทุนเรียนต่อ ฉันก็จะเรียนต่อในการศึกษานอกโรงเรียน (กศน.) แทนเพื่ออาชีพที่ฉันเลือกไว้				



ตาราง 10 ภาพรวมของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	ทฤษฎีและเทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษากลุ่ม
1	การวางโครงสร้างการให้คำปรึกษากลุ่ม	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม และข้อตกลงต่าง ๆ ภายในกลุ่ม เช่น บทบาทของผู้ให้คำปรึกษา บทบาทของสมาชิกกลุ่ม ระยะเวลาในการเข้าร่วมกลุ่ม สถานที่ รวมถึงการรักษาความลับระหว่างกัน 2. เพื่อสร้างความคุ้นเคยและสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกกลุ่ม 3. เพื่อสร้างบรรยากาศให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกอบอุ่น เป็นกันเอง ปลอดภัย ไว้วางใจ และเข้าอกเข้าใจซึ่งกันและกัน	- เทคนิคการฟัง - เทคนิคการทวนความ - เทคนิคการตั้งคำถาม
2	จินตนาการแห่งอนาคต	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสามารถมองเห็นภาพอนาคตของตนเองได้ 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสามารถให้ความหมายอนาคตของตนเองได้	ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีภวนิยม - เทคนิคการจินตนาการแบบนำทาง
3	วางแผนกันเถอะ	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสำรวจความถนัดและความสามารถของตนเอง 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมองเห็นศักยภาพของตนเอง 3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มกำหนดเป้าหมายเพื่อไปสู่สิ่งที่ต้องการในอนาคต	ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบลักษณะ-องค์ประกอบ - เทคนิคการเขียนจุดเด่น-จุดด้อย - เทคนิคการให้แรงเสริม
4	พฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มฝึกการสังเกตพฤติกรรม 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป้าหมายของตน	ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม - เทคนิคการเสริมแรง - เทคนิคการฟัง

ตาราง 10 (ต่อ)

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	ทฤษฎีและเทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษากลุ่ม
4		3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเสริมแรงตนเอง	
5	พฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มฝึกการสังเกตพฤติกรรม 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป้าหมายของตน 3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเสริมแรงตนเอง	ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม - เทคนิคการสะท้อนความรู้สึก - เทคนิคการฟัง - เทคนิคการให้กำลังใจ
6	พฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มฝึกการสังเกตพฤติกรรม 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป้าหมายของตน 3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเสริมแรงตนเอง	ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม - เทคนิคการให้กำลังใจ - เทคนิคการตั้งคำถาม
7	มาเอาชนะอุปสรรคกันเถอะ	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มกล้าเผชิญกับความเป็นจริง 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ	ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง - เทคนิค WDEP - เทคนิคการฟัง - เทคนิคการใช้ตัวแบบ - เทคนิคการตั้งคำถาม
8	กล่าวอำลา	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ข้อคิดจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม 2. เพื่อเสริมสร้างขวัญและกำลังใจให้สมาชิกกลุ่มได้ดำเนินชีวิตต่อไป	- เทคนิคการให้กำลังใจ - เทคนิคการฟัง

การให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน

ครั้งที่ 1

เรื่อง การวางโครงสร้างการให้คำปรึกษากลุ่ม

ทฤษฎีที่ใช้

การให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) เป็นการป้องกันหรือแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาของบุคคล และเสริมสร้างพฤติกรรมที่ต้องการให้เกิดขึ้น เพราะการที่สมาชิกกลุ่มซึ่งอยู่ในวัยใกล้เคียงกัน มีปัญหาคล้ายคลึงกัน ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและความรู้สึกแก่กันจะมีคุณค่าและความสำคัญแก่สมาชิกกลุ่มมากกว่าการสะท้อนกลับจากผู้ให้คำปรึกษาเพียงคนเดียว อีกทั้งการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนี้ ทำให้สมาชิกรู้สึกมั่นคงปลอดภัยเมื่ออยู่ในกลุ่มมากกว่าเผชิญหน้ากับผู้ให้คำปรึกษาตัวต่อตัว (ครรชิต แสนอุบล. 2556: 2)

ความสอดคล้องระหว่างทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม

เนื่องจากว่าครั้งที่ 1 นี้ เป็นการสร้างสัมพันธภาพเพื่อให้สมาชิกกลุ่มรู้สึกผ่อนคลายและทำความรู้จักกันและกัน โดยการรู้จักชื่อและแลกเปลี่ยนข้อมูลส่วนตัว ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของความไว้วางใจซึ่งกันและกันในการเปิดเผยข้อมูลเพื่อใช้ในการดำเนินการเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนต่อไป

ความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับทฤษฎีที่ใช้

กิจกรรม “โยนบอล” นี้ เป็นกิจกรรมเพื่อสร้างสัมพันธภาพกันภายในกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกกลุ่มกับผู้วิจัยเกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน กล้าที่จะเปิดเผยตนเองมากขึ้น ให้กระบวนการกลุ่มดำเนินไปได้อย่างอบอุ่นและรู้สึกปลอดภัย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม และข้อตกลงต่าง ๆ ภายในกลุ่ม เช่น บทบาทของผู้ให้คำปรึกษา บทบาทของสมาชิกกลุ่ม ระยะเวลาในการเข้าร่วมกลุ่ม สถานที่ รวมถึงการรักษาความลับระหว่างกัน
2. เพื่อสร้างความคุ้นเคยและสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกกลุ่ม
3. เพื่อสร้างบรรยากาศให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกอบอุ่น เป็นกันเอง ปลอดภัย ไว้วางใจ และเข้าอกเข้าใจซึ่งกันและกัน

เวลาที่ใช้ 50 นาที

ขั้นตอนดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้น: ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับและทักทายสมาชิกกลุ่ม พร้อมทั้งแนะนำตนเอง ให้สมาชิกกลุ่มรู้จัก เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดความใกล้ชิดและคุ้นเคย และเกิดการยอมรับผู้ให้คำปรึกษา ในเบื้องต้น จากนั้นผู้ให้คำปรึกษาแจกกระดาษ My Profile ให้สมาชิกกลุ่ม พร้อมอธิบายกิจกรรมนี้ให้ สมาชิกกลุ่มทราบ โดยให้กรอกข้อมูลลงในกระดาษที่ผู้ให้คำปรึกษาแจกให้ โดยใช้เวลา 5 นาที จากนั้น ผู้ให้คำปรึกษาแจกกระดาษให้สมาชิกกลุ่มคนละ 1 แผ่น ให้สมาชิกกลุ่มเขียนคำถามหรือคำสั่งคนละ 1 ข้อ ลงในกระดาษ ขยำกระดาษเป็นวงกลมซ้อนๆ กันจนได้ลูกบอลกระดาษ ให้สมาชิกหนึ่งเป็นวงกลม โยนบอลให้เพื่อนคนใดคนหนึ่ง เมื่อเพื่อนได้รับลูกบอลก็ให้เปิดกระดาษขึ้นแรกอ่าน แล้วทำตามคำถาม หรือคำสั่ง จากนั้นแนะนำตัวเองผ่านกระดาษ My Profile โยนบอลต่อให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆ จนครบ ทุกคน ผู้ให้คำปรึกษาสรุปสิ่งที่ได้จากกระดาษ My Profile นี้ว่า “กระดาษ My Profile นี้แสดงให้เห็นถึงตัวตนของเรา ทำให้เราทุกคนรู้จักและเข้าใจตัวเองมากยิ่งขึ้น รวมถึงได้รู้จักตัวตนของเพื่อนสมาชิกกลุ่มมากขึ้นอีกด้วย และในวันนี้การที่เราได้มาอยู่ร่วมกัน พยายามจะทำให้ที่ตรงนี้เปรียบเสมือนบ้านของพวกเรา เราอยู่ในบ้านหลังเดียวกัน พยายามจะให้เราทุกคนเปิดใจยอมรับซึ่งกันและกัน ไว้ว่างใจกัน เราทุกคนที่อยู่ในบ้านหลังนี้มีทั้งความเหมือนและความแตกต่างกัน เมื่อเรามาอยู่รวมกันตลอดระยะเวลาให้คำปรึกษา กลุ่มทั้งหมด 8 ครั้งนี้ พยายามให้ทุกคนพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันได้อย่างเปิดเผย เพื่อที่เราจะได้เรียนรู้สิ่งต่างๆ ของเพื่อนสมาชิกกลุ่มร่วมกัน”

2. ขั้นดำเนินการ: ผู้ให้คำปรึกษาสอบถามสมาชิกกลุ่มเกี่ยวกับการให้คำปรึกษากลุ่มว่า “ในนี้มีใครบ้างไหมที่เคยเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มมาก่อน” จากนั้นผู้ให้คำปรึกษาอธิบายความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มว่า “การให้คำปรึกษากลุ่มเป็นการป้องกันหรือแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนา ของบุคคลและเสริมสร้างพฤติกรรมที่ต้องการให้เกิดขึ้น เพราะการที่สมาชิกกลุ่มซึ่งอยู่ในวัยใกล้เคียงกัน มีปัญหาคล้ายคลึงกัน ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและความรู้สึกแก่กันจะมีคุณค่าและความสำคัญแก่ สมาชิกกลุ่มมากกว่าการสะท้อนกลับจากผู้ให้คำปรึกษาเพียงคนเดียว อีกทั้งการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนี้ ทำให้สมาชิกรู้สึกมั่นคงปลอดภัยเมื่ออยู่ในกลุ่มมากกว่าเผชิญหน้ากับผู้ให้คำปรึกษาตัวต่อตัว” (ครรชิต แสนอุปบล. 2556: 2) ถัดมาผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม สถานที่ การรักษา ความลับระหว่างกัน รวมถึงชี้แจงระยะเวลาในการเข้าร่วมกลุ่มในครั้งนี้ว่า “หลังจากที่เราได้ทำความรู้จักกันผ่านกระดาษ My Profile และทำกิจกรรมโยนบอล พื้จะขอชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับการให้ คำปรึกษากลุ่มนะคะ ซึ่งในการให้คำปรึกษากลุ่มจะมีด้วยกันทั้งหมด 8 ครั้ง แต่แต่ละครั้งจะใช้ระยะเวลา 1 คาบเรียน คือ 50 นาที สำหรับวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่มมีดังนี้ 1) เพื่อสร้างความคุ้นเคย และสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกกลุ่ม 2) เพื่อสร้างบรรยากาศให้สมาชิกกลุ่ม เกิดความรู้สึกอบอุ่น เป็นกันเอง ปลอดภัย ไว้ว่างใจ และเข้าอกเข้าใจซึ่งกันและกัน 3) เพื่อให้สมาชิก กลุ่มทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม และข้อตกลงต่างๆ ภายในกลุ่ม” จากนั้นผู้ให้คำปรึกษา แจกเอกสารประกอบการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันอ่านข้อปฏิบัติของกลุ่ม บทบาท ของผู้ให้คำปรึกษาและบทบาทของสมาชิกกลุ่ม

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา: ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มสรุปสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มว่า “การเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งนี้ สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้อะไร และรู้สึกอย่างไรต่อการเข้ากลุ่ม” จากนั้นผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมและนัดหมายการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

อุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง 1 อัน
2. ลูกบอล 1 ลูก
3. กระดาษ My Profile
4. กระดาษ A4 9 แผ่น
5. ปากกาสีน้ำเงิน 9 ด้าม

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและความร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรม
2. สังเกตจากความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมกลุ่ม
3. สังเกตพฤติกรรมในการเข้าร่วมกลุ่ม

My Profile

ฉันชื่อ.....

ทุกคนเรียกฉันว่า.....

สิ่งที่ฉันชอบทำ.....

เรื่องประทับใจที่ฉันไม่เคยลืม.....

วิชาที่ฉันชอบเรียน.....

วิชาที่ฉันไม่ชอบเรียน.....

สิ่งที่ดีของฉัน.....

สิ่งที่ฉันอยากปรับปรุง.....

บุคคลที่ฉันชื่นชอบ/เป็นแบบอย่าง.....

อาชีพที่ฉันใฝ่ฝัน.....

คติประจำใจ.....



เอกสารประกอบการให้คำปรึกษากลุ่ม

ข้อปฏิบัติของกลุ่ม

1. การรักษาความลับ
2. ตั้งใจฟังเพื่อนในกลุ่มและผู้ให้คำปรึกษา ไม่ซุบซิบกันเพียงสองคนหรือเป็นกลุ่มย่อยในขณะที่กลุ่มกำลังดำเนินการอยู่
3. ไม่บีบบังคับให้เพื่อนในกลุ่มคนใดคนหนึ่งพูด เมื่อเขาไม่ต้องการหรือไม่พร้อมที่จะพูด
4. เคารพให้เกียรติซึ่งกันและกัน
5. ไม่รบกวนสมาธิของเพื่อนในกลุ่ม เช่น ไม่คุยโทรศัพท์ ไม่เล่นโทรศัพท์ ไม่พูดแทรกขึ้นมาในระหว่างที่เพื่อนกำลังแสดงความคิดเห็น
6. ต้องไม่หายไปในช่วงที่มีการนัดหมายและต้องมาให้ตรงตามการนัดหมายที่ผู้ให้คำปรึกษาแจ้งไว้ทุกครั้ง

บทบาทของผู้ให้คำปรึกษา

1. สนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มได้เปิดเผยตนเอง
2. ส่งเสริมให้มีปฏิสัมพันธ์ในกลุ่ม โดยเน้นให้สมาชิกกลุ่มได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน
3. รับผิดชอบให้กลุ่มดำเนินไปด้วยดีและสร้างบรรยากาศแห่งความไว้วางใจซึ่งกันและกัน
4. ดูแลและให้ความช่วยเหลือสมาชิกกลุ่ม เพื่อให้สามารถแก้ไขปัญหาของตนเองได้

บทบาทของสมาชิกกลุ่ม

1. เปิดเผยความคิดของตนเองให้กลุ่มทราบ
2. ถามคำถามที่สงสัยหรืออยากทราบเพิ่มเติม
3. ไม่ใช้เวลาในการแสดงความคิดเห็นของตนเองมากเกินไป
4. ให้กำลังใจเพื่อนในกลุ่ม
5. ฟังผู้อื่นด้วยความตั้งใจ
6. ร่วมกันแสดงความคิดเห็นหรือให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ต่อเพื่อนในกลุ่ม
7. เปิดใจและยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนในกลุ่ม
8. เปิดเผยความคิดและความรู้สึกของตนเองอย่างเหมาะสม

ครั้งที่ 2

จินตนาการแห่งอนาคต

ทฤษฎีที่ใช้

การให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) ครั้งที่ 2 นี้ ผู้วิจัยเลือกใช้ทฤษฎีภวนิยม (Existential Theory) เพราะทฤษฎีนี้เชื่อว่ามนุษย์มีอิสรภาพ (Freedom) ที่จะแสวงหากำหนดกฎเกณฑ์และความหมายให้กับชีวิตของตนเอง (Meaning of life) มีจุดเน้นที่ความมีอิสระในการแสวงหา (Freedom of will) การแสวงหาความหมาย (Will to meaning) และความหมายแห่งชีวิต (Meaning of life) (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และวิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. 2556: 128)

ความสอดคล้องระหว่างทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม

ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) ตามแนวทฤษฎีภวนิยม (Existential Theory) มีความมุ่งหวังหลักที่ให้ผู้สมาชิกกลุ่มมีความรับผิดชอบต่อตนเอง มีอิสระในการค้นหาและพัฒนาความหมายในชีวิต ได้ค้นพบเอกลักษณ์ที่แท้จริงของตนเอง (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2554: 16) ซึ่งความมุ่งหวังหลักดังกล่าวนี้สอดคล้องกับองค์ประกอบด้านความสามารถในการคาดการณ์ไกลของลักษณะมุ่งอนาคต เนื่องจากความสามารถในการคาดการณ์ไกลคือการที่นักเรียนสามารถมองเห็นภาพตั้งจุดมุ่งหมายและคาดการณ์เกี่ยวกับการศึกษาและการประกอบอาชีพในอนาคตของตนเองได้

ความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับทฤษฎีที่ใช้

กิจกรรม “จินตนาการแห่งอนาคต” เป็นกิจกรรมที่มีความมุ่งหวังหลักที่ให้ผู้สมาชิกได้มองเห็นภาพในอนาคตของตนเอง ได้ให้ความหมายชีวิตในอนาคตของตน มีอิสระในการตัดสินใจเลือกการกระทำและการดำเนินชีวิตของตนในอนาคต ซึ่งความมุ่งหวังหลักดังกล่าวนี้สอดคล้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีภวนิยม (Existential Theory) เนื่องจากทฤษฎีนี้เชื่อว่าแต่ละคนเกิดมามีความหมายของชีวิตที่แตกต่างกันออกไป หรือบางคนอาจมองไม่เห็นคุณค่าของการมีชีวิต ถ้าคนเรามีเป้าหมายของชีวิตอยู่ตลอดเวลาแล้วจะไม่รู้สึกเบื่อหน่ายหรือเซ็งต่อชีวิต พวกที่เกิดความเบื่อหน่ายในชีวิตมักจะเป็นผู้ที่ขาดเป้าหมายแห่งชีวิต (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และวิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. 2556: 128) ดังนั้นจึงใช้กิจกรรม “จินตนาการแห่งอนาคต” มาเป็นกิจกรรมเพื่อให้ผู้สมาชิกกลุ่มได้มองเห็นภาพในอนาคตของตนจากการจินตนาการ ให้ความหมายชีวิตในอนาคตของตนเอง

วัตถุประสงค์ของกิจกรรม

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสามารถมองเห็นภาพอนาคตของตนเองได้
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสามารถให้ความหมายอนาคตของตนเองได้

เวลาที่ใช้ 50 นาที

ขั้นตอนดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้น: ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับทักทายสมาชิกกลุ่มและให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันทบทวนการให้คำปรึกษา ครั้งที่ 1 ในเรื่องการสร้างสัมพันธภาพ และผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 2

2. ขั้นดำเนินการ: ผู้ให้คำปรึกษาใช้ทฤษฎีภูวนิยมเพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจความต้องการของตน เข้าใจตนเอง และมีความรับผิดชอบที่จะตอบสนองความต้องการของตนเอง โดยชวนให้สมาชิกกลุ่มดูความต้องการของตนผ่านการใช้เทคนิคการจินตนาการ ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นดำเนินการในครั้งนี้อย่าง “การเข้ากลุ่มครั้งที่แล้ว เป็นการสร้างสัมพันธภาพ ให้เรารู้จักกันมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นเพื่อนในกลุ่มด้วยกันเองหรือตัวผู้ให้คำปรึกษา อีกทั้งยังช่วยให้เราเข้าใจตนเองมากขึ้นจากการทำกิจกรรมผ่านกระดาษ My Profile และในวันนี้เราจะมากำหนดชีวิตในอนาคตของตัวเองกันนะคะ ว่าเรามองภาพอนาคตของตัวเองไว้อย่างไรกันบ้าง เริ่มจากให้ห้องๆ ทุกคนหลับตา แล้วลองจินตนาการนึกถึงเรื่องราวของตนเองกันดูนะคะ” จากนั้นผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ดำเนินเรื่องไปเรื่อยๆ และถามสมาชิกกลุ่ม ในประเด็นดังต่อไปนี้

- ในกระท่อมหลังนั้นเป็นเสียงของใคร

- พวกเขากำลังชื่นชมเรากับความสำเร็จเรื่องเรียน ช่วยขยายความให้พี่หน่อยได้ไหมว่ามันเป็นยังไง เรื่องเรียนนั้นมันคือเรื่องอะไร

- แล้วพวกเขาชื่นชมเราว่าอย่างไร

จากนั้นผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มลืมนตาแล้วเล่าถึงสิ่งที่ตนเองได้จินตนาการเกี่ยวกับอนาคตของตนเองเป็นอย่างไร โดยให้สมาชิกกลุ่มได้มีส่วนร่วมในการอภิปรายและแสดงความคิดเห็นกันภายในกลุ่ม พร้อมทั้งผู้ให้คำปรึกษาสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่ม

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา: ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มสรุปสิ่งที่ได้รับการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มว่า “การเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งนี้ สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้อะไร และรู้สึกอย่างไรต่อการเข้ากลุ่ม” จากนั้นผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมว่า “การที่เราได้ทำความรู้จักกับตัวเราเอง เข้าใจตนเอง รู้ว่าตนเองเป็นอย่างไร รู้สึกอย่างไร รวมถึงการมองอนาคตของตนเองว่าเราต้องการอะไร หรือเราอยากประสบความสำเร็จอะไรในอนาคตนั้นถือเป็นสิ่งที่สำคัญอันนำไปสู่การตั้งเป้าหมายการวางแผนเพื่อให้บรรลุเป้าหมายเป็นลำดับต่อไป ซึ่งเราก็จะทำงานในสัปดาห์หน้านะคะ” จากนั้นผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

อุปกรณ์ที่ใช้

เครื่องบันทึกเสียง 1 อัน

การประเมินผล

1. สังเกตจากการตอบคำถามและปฏิกิริยาโต้ตอบ
2. สังเกตจากการให้ข้อมูลย้อนกลับ และการเสนอแนะร่วมกัน



จินตนาการแห่งอนาคต

“กิจกรรมต่อไปจะเป็นการทำความเข้าใจกับตนเองมากยิ่งขึ้น คือให้เราได้รู้จักตนเองมากขึ้น เข้าใจตนเองมากขึ้น พี่ขอให้น้องๆ สมาชิกกลุ่มทุกคนค่อยๆ หลับตา สูดหายใจเข้าลึกๆ ให้รู้สึก ว่าเราผ่อนคลาย ให้ใจอยู่กับตัวเราเอง นึกถึงตัวเราเอง สูดให้เต็มปอด ทำใจให้สบาย ผ่อนคลาย ให้น้องๆ ลองนึกถึงว่าตอนนี้เรากำลังยืนมองทุ่งหญ้าอันกว้างใหญ่ ทางข้างหน้าเห็นเป็นภูเขายูงไกลๆ ท้องฟ้าปลอดโปร่ง มีแสงแดดอ่อนๆ เราก็นึกถึงอากาศบริสุทธิ์เข้าไปลึกๆ สูดให้เต็มปอด สดชื่นจัง... จากนั้น เราก็นึกถึงทุ่งหญ้า เดินผ่านช้าๆ ด้วยความเบิกบานใจ เดินไปก็มองทางซ้าย มองทางขวาด้วยความสดชื่นของธรรมชาติ ทันใดนั้นขณะที่เรากำลังเพลิดเพลินกับธรรมชาติอยู่นั้น สายตาเราก็ไปสะดุดที่กระท่อมหลังหนึ่ง เราเห็นกระท่อมเล็กๆ หลังหนึ่งอยู่ทางด้านขวา เราหยุดมอง และกำลังคิดว่าในกระท่อมเล็กๆ หลังนี้มีคนอยู่มั๊ยนะ? ด้วยความอยากรู้ เราจึงค่อยๆ เดินเข้าไปยังกระท่อมหลังนี้ เมื่อเดินเข้าไปใกล้ๆ เราได้ยินเสียงคนคุยกันในห้อง เสียงๆ นั้นมันเป็นเสียงที่เราคุ้นหูมากๆ แต่เรายังนึกไม่ออกว่าเสียงนั้นคือเสียงใคร และเราก็ได้ยินไม่ชัดเลยว่าเขากำลังคุยเรื่องอะไรกันอยู่ เราจึงตัดสินใจเดินเข้าไปใกล้ขึ้นอีก และเสียงนั้นก็ชัดขึ้นๆ จนเรามั่นใจได้ว่าเสียงนั้นเป็นเสียงของใคร ซึ่งมันก็เป็นเสียงคนที่เรารู้จักเป็นอย่างดี และเป็นเสียงของคนที่เราสนิทมากที่สุดด้วย ทันใดนั้นเราก็ไม่รอช้า เราจึงเอาหูแนบผนังกระท่อมแอบฟังว่าคนที่เรารู้จักเป็นอย่างดีนั้นกำลังคุยเรื่องอะไรกันอยู่ ซึ่งนั่น!! เขากำลังพูดคุยเกี่ยวกับเราอยู่นะ... เขากำลังพูดถึงเราอยู่... เขากำลังชื่นชมเราอยู่หิ เขาชมเราเรื่องเรียนด้วย... ดีใจจัง... เขาภูมิใจที่เราประสบความสำเร็จ ทำมันสำเร็จ เมื่อเราได้ยินเช่นนี้ เราก็นึกหน้าบาน และค่อยๆ เดินออกจากกระท่อมหลังนั้นมา ผ่านทุ่งหญ้าอันเขียวขจีที่เราเพิ่งเดินผ่านมาสักครู่ เราก็นึกห้อยยิ้มใหญ่ กระโดดโลดเต้นตลอดทางเพราะความดีใจที่คนที่เรานสนิทที่สุด รักที่สุด ชื่นชมเรา และมันก็เป็นวันที่เรามีความสุขที่สุดเลย...”

เมื่อน้องๆ ลืมตาขึ้นมา ถามน้องๆ ในประเด็นดังต่อไปนี้

1. ในกระท่อมหลังนั้นเป็นเสียงของใคร
2. พวกเขา กำลังชื่นชมเรากับความสำเร็จเรื่องเรียน ช่วยขยายความให้พี่หน่อยได้ไหมว่า มันเป็นอย่างไ เรื่องเรียนนั้นมันคือเรื่องอะไร
3. แล้วพวกเขาชื่นชมเราว่าอย่างไร

ครั้งที่ 3

วางแผนกันเถอะ

ทฤษฎีที่ใช้

การให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) ครั้งที่ 3 นี้ ผู้วิจัยเลือกใช้ทฤษฎีวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ (Trait-Factor Theory) เพราะทฤษฎีนี้เชื่อว่ามนุษย์เป็นผู้มีเหตุผล มีความสามารถในการเข้าใจตนเอง และพยายามที่จะค้นหาเพื่อให้รู้จักสมรรถภาพของตนเอง เพื่อจะได้พัฒนาความสามารถและสมรรถภาพที่มีอยู่ มีจุดเน้นที่มนุษย์แต่ละคนมีลักษณะของพฤติกรรมที่เป็นแบบแผนของตนเอง ความสามารถและสมรรถภาพของแต่ละคนจะแตกต่างกันออกไป และมนุษย์มีความพยายามที่จะดำเนินชีวิตเพื่อให้พบกับความสำเร็จโดยใช้ความสามารถพิเศษของตนที่มีอยู่อย่างเต็มที่ (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และวิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. 2556: 83)

ความสอดคล้องระหว่างทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม

ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) ตามแนวทฤษฎีวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ (Trait-Factor Theory) มีความมุ่งหวังหลักที่ช่วยให้บุคคลได้เข้าใจตนเอง และรู้จักวิธีที่จะจัดการกับชีวิตของตนเอง ซึ่งความมุ่งหวังหลักดังกล่าวนี้สอดคล้องกับองค์ประกอบด้านความสามารถในการวางแผนและดำเนินการเพื่อเป้าหมายที่ต้องการในอนาคตของลักษณะมุ่งอนาคต เนื่องจากเด็กหรือวัยรุ่นบางคนยังไม่ทราบความสนใจและความถนัดของตนดีพอก่อนที่จะตั้งเป้าหมายเกี่ยวกับอนาคต จึงจำเป็นต้องให้ความช่วยเหลือแก่บุคคลเหล่านี้เพื่อให้เขารู้จักและเข้าใจตนเองได้ดีขึ้น (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และวิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. 2556: 83)

ความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับทฤษฎีที่ใช้

กิจกรรม “วางแผนกันเถอะ” เป็นกิจกรรมที่มีความมุ่งหวังหลักที่ช่วยให้บุคคลได้เข้าใจถึงศักยภาพที่มีในตนเอง และพร้อมที่จะนำศักยภาพเหล่านั้นมาใช้ให้เป็นประโยชน์ ซึ่งความมุ่งหวังหลักดังกล่าวนี้สอดคล้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ (Trait-Factor Theory) เนื่องจากทฤษฎีเชื่อว่า พฤติกรรมจะเปลี่ยนแปลงก็ต่อเมื่อสมาชิกกลุ่มได้รับความรู้ใหม่ๆ ที่เหมาะสมกับตัวเขาโดยเฉพาะข้อเท็จจริงเกี่ยวกับตนเอง ซึ่งความรู้ต่างๆ เหล่านี้จะ เป็นสิ่งที่ช่วยนำทางให้กับพฤติกรรม ดังนั้นจึงใช้กิจกรรม “วางแผนกันเถอะ” มาเป็นกิจกรรมเพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เข้าใจถึงจุดเด่นจุดด้อย ตลอดจนความสามารถของตนเอง เพื่อหาทางพัฒนาและตัดสินใจเลือกแนวทางของชีวิต โดยใช้ความรู้ความสามารถที่มีอยู่ให้เหมาะสมที่สุด (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และวิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. 2556: 82-83)

วัตถุประสงค์ของกิจกรรม

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสำรวจความถนัดและความสามารถของตนเอง
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมองเห็นศักยภาพของตนเอง
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มกำหนดเป้าหมายเพื่อไปสู่สิ่งที่ต้องการในอนาคต

เวลาที่ใช้ 50 นาที

ขั้นตอนดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้น: ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับทักทายสมาชิกกลุ่มและให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันทบทวนการให้คำปรึกษา ครั้งที่ 2 ในเรื่องจินตนาการแห่งอนาคต และผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 3

2. ขั้นตอนดำเนินการ: ผู้ให้คำปรึกษาใช้ทฤษฎีวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบเพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจความสนใจ ความถนัด ความสามารถของตนเองในครั้งนี้ว่า “เมื่อเราเข้าใจตนเองอย่างถ่องแท้แล้วจากการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมามีความต้องการอะไร มองอนาคตของตัวเองอย่างไร เพื่อที่เราจะได้วางแผน กำหนดเป้าหมายเพื่อไปให้ถึงจุดหมายที่เราต้องการ แต่ทั้งนี้ทั้งนั้น ก่อนที่น้องๆ จะตั้งเป้าหมาย พี่อยากให้น้องๆ รู้ถึงจุดเด่น – จุดด้อยของตนเอง กันก่อนนะคะ เพราะถ้าเราทราบถึงจุดเด่น – จุดด้อยของตนเองแล้ว เราจะได้วางแผนได้ถูกทาง ไม่ตั้งเป้าหมายเกินความสามารถของเราจนเกินไปค่ะ” ผู้ให้คำปรึกษาจึงให้สมาชิกกลุ่มได้ค้นหาศักยภาพที่ตนเองมีอยู่ โดยให้สมาชิกกลุ่มทำใบงาน “วางแผนกันเถอะ” ในประเด็นดังต่อไปนี้

- จุดเด่นของตนเอง เช่น ถนัดทางด้านงานพูดสุนทรพจน์
- จุดด้อยของตนเอง เช่น ไม่ถนัดทางด้านตัวเลข
- เป้าหมายที่ตนเองต้องการทำเพื่อให้ประสบความสำเร็จ โดยจะต้องกำหนดให้ชัดเจนและ

เหมาะสมกับตัวเอง คือ ไม่ตั้งไวสูงจนเกินไป เพราะเมื่อถ้าเราทำไม่ได้ก็จะทำให้เรารู้สึกผิดหวัง ท้อแท้ และไม่ตั้งไวต่ำเกินไป เพราะจะทำให้เราไม่มีความกระตือรือร้นและไม่มีโอกาสได้พัฒนาตนเองอย่างเต็มที่ ต้องเป็นเป้าหมายที่ไม่ยากเกินความสามารถของตนเอง เช่น ทำคะแนนสอบปลายภาคในวิชาคณิตได้ในระดับดี

ให้สมาชิกกลุ่มนำเสนอใบงานของตนและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน ผู้ให้คำปรึกษาให้การเสริมแรงโดยกล่าวคำชมเชย อาทิ “เก่งมากๆ เลยค่ะที่สามารถรู้ว่าเราต้องการอะไร” จากนั้นผู้ให้คำปรึกษาแจกใบงาน “บันทึกพฤติกรรม” โดยให้สมาชิกกลุ่มเขียนเป้าหมายที่ตนต้องการประสบความสำเร็จในระยะเวลาสัปดาห์กว่าๆ ลงในใบงาน โดยเป้าหมายนั้นมาจากเป้าหมายที่สมาชิกกลุ่มได้เขียนไว้ในใบงาน “วางแผนกันเถอะ” พร้อมช่วยกันวางแผนว่าจะต้องทำอะไรเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ แล้วให้สมาชิกกลุ่มนำใบงาน “บันทึกพฤติกรรม” กลับไปทำที่บ้านเพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้สังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเองและมารายงานผลในสัปดาห์หน้า

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา: ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มสรุปสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มว่า “การเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งนี้ สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้อะไร และรู้สึกอย่างไรต่อการเข้ากลุ่ม” จากนั้นผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมว่า “เมื่อเราเข้าใจถึงจุดเด่นจุดด้อย ตลอดจนความสามารถของตนเองแล้ว ทำให้เราตัดสินใจเลือกแนวทางของชีวิตตนเองได้ง่ายขึ้น โดยใช้ความรู้ความสามารถที่มีอยู่ให้เหมาะสมที่สุด” จากนั้นผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

อุปกรณ์ที่ใช้

1. เครื่องบันทึกเสียง 1 อัน
2. ใบงาน “วางแผนกันเถอะ”
3. ใบงาน “บันทึกพฤติกรรม”

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจในการทำกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตจากการอภิปรายของนักเรียน
3. สังเกตจากการตอบคำถามและปฏิบัติกิจวัตร

ใบงาน “วางแผนกันเถอะ”

จุดเด่นของตนเอง

.....

จุดด้อยของตนเอง

.....

เป้าหมายที่ตนต้องการ

- 1.....
- 2.....
- 3.....



ใบงาน “บันทึกพฤติกรรม”

ของ.....

เป้าหมาย:.....

ข้อตกลง:.....

.....

.....

ว/ด/ป	เวลา	พฤติกรรม	การเสริมแรง

ครั้งที่ 4

พฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ

ทฤษฎีที่ใช้

การให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) ครั้งที่ 4 นี้ ผู้วิจัยเลือกใช้ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม (Behavioral Theory) เพราะทฤษฎีนี้เชื่อว่ามนุษย์ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมของมนุษย์ที่แสดงออกมาเป็นผลผลิตจากการที่มนุษย์มีปฏิกิริยาตอบโต้กับสิ่งแวดล้อม มีจุดเน้นที่บุคคลใดสามารถควบคุมสิ่งแวดล้อมได้ บุคคลนั้นก็มีโอกาสที่จะกำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ให้เป็นไปตามที่ต้องการได้ (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. 2556: 114)

ความสอดคล้องระหว่างทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม

ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) ตามแนวทฤษฎีพฤติกรรมนิยม (Behavioral Theory) มีความมุ่งหวังหลักที่ช่วยให้บุคคลได้เรียนรู้ที่จะสร้างพฤติกรรมที่เหมาะสมขึ้นมาใหม่ ซึ่งความมุ่งหวังหลักดังกล่าวนี้สอดคล้องกับองค์ประกอบด้านความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามที่วางแผนไว้ของลักษณะมุ่งอนาคต เนื่องจากทฤษฎีนี้เชื่อว่ามนุษย์ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมของมนุษย์ที่แสดงออกมาเป็นผลผลิตจากการที่มนุษย์มีปฏิกิริยาตอบโต้กับสิ่งแวดล้อม ถ้าบุคคลใดสามารถควบคุมสิ่งแวดล้อมได้ บุคคลนั้นก็มีโอกาสที่จะกำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ให้เป็นไปตามที่ต้องการได้ (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. 2556: 114)

ความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับทฤษฎีที่ใช้

กิจกรรม “พฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ” เป็นกิจกรรมที่มีความมุ่งหวังหลักที่ให้ผู้สมาชิกกลุ่มวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเอง กำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย พร้อมทั้งสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเอง ตลอดจนการเสริมแรงตนเอง (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2556: 333) ซึ่งความมุ่งหวังหลักดังกล่าวนี้สอดคล้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพฤติกรรมนิยม (Behavioral Theory) เนื่องจากทฤษฎีนี้เชื่อว่ามนุษย์ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมของมนุษย์ที่แสดงออกมาเป็นผลผลิตจากการที่มนุษย์มีปฏิกิริยาตอบโต้กับสิ่งแวดล้อม ดังนั้นบุคลิกภาพของมนุษย์จึงเป็นสิ่งที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้โดยวิธีการวางเงื่อนไขด้วยการให้รางวัล หรือการลงโทษ และพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงได้โดยอาศัยการเรียนรู้ (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. 2556: 114)

วัตถุประสงค์ของกิจกรรม

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มฝึกการสังเกตพฤติกรรม
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป้าหมายของตน
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเสริมแรงตนเอง

เวลาที่ใช้ 50 นาที

ขั้นตอนดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้น: ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับทักทายสมาชิกกลุ่มและให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันทบทวนการให้คำปรึกษา ครั้งที่ 3 ในเรื่องวางแผนกันเถอะ ถึงจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง และเป้าหมายที่ตนต้องการประสบความสำเร็จ และผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 4
2. ขั้นดำเนินการ: ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มรายงานผลจากใบงาน “บันทึกพฤติกรรม” นำเอาข้อมูลที่ได้จากการบันทึกพฤติกรรมมาเปรียบเทียบกับเป้าหมายที่ตั้งไว้ว่าสามารถทำได้ตามแผนที่ตั้งไว้หรือไม่ ในกรณีที่สมาชิกกลุ่มยังทำไม่ได้ ผู้ให้คำปรึกษาให้กำลังใจ อาทิ “น้องเก่งแล้ว ที่มีความพยายาม ให้พยายามต่อไปนะคะ พี่เชื่อว่าหนูทำได้แน่นอน” และให้เพื่อนสมาชิกกลุ่มช่วยกันให้ข้อเสนอแนะเพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนช่วยเหลือซึ่งกันและกัน จากนั้นผู้ให้คำปรึกษาให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมอีกครั้ง แต่ในกรณีที่สมาชิกกลุ่มสามารถทำได้ตามแผนที่วางไว้ ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มเล่าถึงวิธีการที่ทำให้ตนทำสิ่งนั้นได้สำเร็จ และผู้ให้คำปรึกษากล่าวชมเชยสมาชิก อาทิ “น้องเก่งมาก ๆ ค่ะ ที่สามารถทำตามเป้าหมายที่วางไว้ได้” และจากใบงาน “บันทึกพฤติกรรม” นี้ผู้ให้คำปรึกษาซักถามสมาชิกในกลุ่มว่า “เมื่อเราทำสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้หรือทำไม่สำเร็จตามเป้าหมายนั้น น้อง ๆ มีวิธีการเสริมแรงตนเองอย่างไรกันบ้างคะ”
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา: ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มสรุปสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มว่า “การเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งนี้ สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้อะไร และรู้สึกอย่างไรต่อการเข้ากลุ่ม” จากนั้นผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมว่า “น้อง ๆ ก็ได้รู้แล้วนะคะว่าเราต้องทำอะไรบ้างเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่เราตั้งไว้หรือวางแผนไว้ พี่ก็อยากให้น้อง ๆ กลับไปปฏิบัติต่อเนะคะ และอย่าลืมบันทึกลงในใบงานที่พี่ให้ไว้ด้วยนะคะ ครั้งหน้าก็อย่าลืมนำใบงานนี้กลับมาด้วยนะคะ เพื่อดูผลการเปลี่ยนแปลงของน้อง ๆ เราจะประสบความสำเร็จไปด้วยกันนะคะ” จากนั้นผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

อุปกรณ์ที่ใช้

1. เครื่องบันทึกเสียง 1 อัน
2. ใบงาน “บันทึกพฤติกรรม”

การประเมินผล

1. สังเกตจากการอภิปรายของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
3. สังเกตจากการให้ข้อมูลย้อนกลับ และการเสนอแนะร่วมกัน



ครั้งที่ 5

พฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ

ทฤษฎีที่ใช้

การให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) ครั้งที่ 5 นี้ ผู้วิจัยเลือกใช้ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม (Behavioral Theory) เพราะทฤษฎีนี้เชื่อว่ามนุษย์ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมของมนุษย์ที่แสดงออกมาเป็นผลผลิตจากการที่มนุษย์มีปฏิกิริยาตอบโต้กับสิ่งแวดล้อม มีจุดเน้นที่บุคคลใดสามารถควบคุมสิ่งแวดล้อมได้ บุคคลนั้นก็มีโอกาสที่จะกำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ให้เป็นไปตามที่ต้องการได้ (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. 2556: 114)

ความสอดคล้องระหว่างทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม

ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) ตามแนวทฤษฎีพฤติกรรมนิยม (Behavioral Theory) มีความมุ่งหวังหลักที่ช่วยให้บุคคลได้เรียนรู้ที่จะสร้างพฤติกรรมที่เหมาะสมขึ้นมาใหม่ ซึ่งความมุ่งหวังหลักดังกล่าวนี้สอดคล้องกับองค์ประกอบด้านความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามที่วางแผนไว้ของลักษณะมุ่งอนาคต เนื่องจากทฤษฎีนี้เชื่อว่ามนุษย์ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมของมนุษย์ที่แสดงออกมาเป็นผลผลิตจากการที่มนุษย์มีปฏิกิริยาตอบโต้กับสิ่งแวดล้อม ถ้าบุคคลใดสามารถควบคุมสิ่งแวดล้อมได้ บุคคลนั้นก็มีโอกาสที่จะกำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ให้เป็นไปตามที่ต้องการได้ (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. 2556: 114)

ความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับทฤษฎีที่ใช้

กิจกรรม “พฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ” เป็นกิจกรรมที่มีความมุ่งหวังหลักที่ให้ผู้สมาชิกกลุ่มวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเอง กำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย พร้อมทั้งสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเอง ตลอดจนการเสริมแรงตนเอง (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2556: 333) ซึ่งความมุ่งหวังหลักดังกล่าวนี้สอดคล้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพฤติกรรมนิยม (Behavioral Theory) เนื่องจากทฤษฎีนี้เชื่อว่ามนุษย์ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมของมนุษย์ที่แสดงออกมาเป็นผลผลิตจากการที่มนุษย์มีปฏิกิริยาตอบโต้กับสิ่งแวดล้อม ดังนั้นบุคลิกภาพของมนุษย์จึงเป็นสิ่งที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้โดยวิธีการวางเงื่อนไขด้วยการให้รางวัล หรือการลงโทษ และพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงได้โดยอาศัยการเรียนรู้ (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. 2556: 114)

วัตถุประสงค์ของกิจกรรม

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มฝึกการสังเกตพฤติกรรม
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป้าหมายของตน

3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเสริมแรงตนเอง

เวลาที่ใช้ 50 นาที

ขั้นตอนดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้น: ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับทักทายสมาชิกกลุ่มและให้สมาชิกกลุ่มช่วยกัน ทบทวนการให้คำปรึกษา ครั้งที่ 4 ในเรื่องพฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ และผู้ให้คำปรึกษาชี้แจง วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 5

2. ขั้นดำเนินการ: ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มรายงานผลจากใบงาน “บันทึกพฤติกรรม” นำเอาข้อมูลที่ได้จากการบันทึกพฤติกรรมมาเปรียบเทียบกับเป้าหมายที่ตั้งไว้ว่าสามารถทำได้ตาม แผนที่ตั้งไว้หรือไม่ ในกรณีที่สมาชิกกลุ่มยังทำไม่ได้ ผู้ให้คำปรึกษาให้กำลังใจ อาทิ “น้องเก่งแล้ว ที่ มีความพยายาม ให้พยายามต่อไปนะคะ พี่เชื่อว่าหนูทำได้แน่นอน” และให้เพื่อนสมาชิกกลุ่มช่วยกัน ให้ข้อเสนอแนะเพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนช่วยเหลือซึ่งกันและกัน จากนั้นผู้ให้คำปรึกษาให้ข้อเสนอแนะ เพิ่มเติมอีกครั้ง แต่ในกรณีที่สมาชิกกลุ่มสามารถทำได้ตามแผนที่วางไว้ ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่ม เล่าถึงวิธีการที่ทำให้ตนทำสิ่งนั้นได้สำเร็จ และผู้ให้คำปรึกษากล่าวชมเชยสมาชิก อาทิ “น้องเก่งมาก ๆ ค่ะที่สามารถทำตามเป้าหมายที่วางไว้ได้” และจากใบงาน “บันทึกพฤติกรรม” นี้ผู้ให้คำปรึกษาซักถาม สมาชิกในกลุ่มว่า “เมื่อเราทำสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้หรือไม่สำเร็จตามเป้าหมายนั้น น้องๆ มีวิธีการเสริมแรงตนเองอย่างไรกันบ้างคะ”

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา: ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มสรุปสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วม การให้คำปรึกษากลุ่มว่า “การเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งนี้ สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้อะไร และ รู้สึกอย่างไรต่อการเข้ากลุ่ม” จากนั้นผู้ให้คำปรึกษากล่าวเพิ่มเติมว่า “พี่อยากให้น้องๆ กลับไปปฏิบัติ ต่อหน้าคะ และอย่าลืมบันทึกลงในใบงานที่พี่ให้ไว้ด้วยนะคะ ครั้งหน้าก็อย่าลืมนำใบงานนี้กลับมาด้วย นะคะเพื่อดูผลการเปลี่ยนแปลงของน้องๆ เราจะประสบความสำเร็จไปด้วยกันนะคะ” จากนั้นผู้ให้ คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

อุปกรณ์ที่ใช้

1. เครื่องบันทึกเสียง 1 อัน
2. ใบงาน “บันทึกพฤติกรรม”

การประเมินผล

1. สังเกตจากการอภิปรายของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
3. สังเกตจากการให้ข้อมูลย้อนกลับ และการเสนอแนะร่วมกัน

ใบงาน “บันทึกพฤติกรรม”

ของ.....

เป้าหมาย:.....

ข้อตกลง:.....

.....

.....

ว/ด/ป	เวลา	พฤติกรรม	การเสริมแรง

ครั้งที่ 6

พฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ

ทฤษฎีที่ใช้

การให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) ครั้งที่ 6 นี้ ผู้วิจัยเลือกใช้ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม (Behavioral Theory) เพราะทฤษฎีนี้เชื่อว่ามนุษย์ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมของมนุษย์ที่แสดงออกมาเป็นผลผลิตจากการที่มนุษย์มีปฏิกิริยาตอบโต้กับสิ่งแวดล้อม มีจุดเน้นที่บุคคลใดสามารถควบคุมสิ่งแวดล้อมได้ บุคคลนั้นก็มีโอกาสที่จะกำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ให้เป็นไปตามที่ต้องการได้ (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. 2556: 114)

ความสอดคล้องระหว่างทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม

ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) ตามแนวทฤษฎีพฤติกรรมนิยม (Behavioral Theory) มีความมุ่งหวังหลักที่ช่วยให้บุคคลได้เรียนรู้ที่จะสร้างพฤติกรรมที่เหมาะสมขึ้นมาใหม่ ซึ่งความมุ่งหวังหลักดังกล่าวนี้สอดคล้องกับองค์ประกอบด้านความสามารถในการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามที่วางแผนไว้ของลักษณะมุ่งอนาคต เนื่องจากทฤษฎีนี้เชื่อว่ามนุษย์ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมของมนุษย์ที่แสดงออกมาเป็นผลผลิตจากการที่มนุษย์มีปฏิกิริยาตอบโต้กับสิ่งแวดล้อม ถ้าบุคคลใดสามารถควบคุมสิ่งแวดล้อมได้ บุคคลนั้นก็มีโอกาสที่จะกำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ให้เป็นไปตามที่ต้องการได้ (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. 2556: 114)

ความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับทฤษฎีที่ใช้

กิจกรรม “พฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ” เป็นกิจกรรมที่มีความมุ่งหวังหลักที่ให้ผู้สมาชิกกลุ่มวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเอง กำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย พร้อมทั้งสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเอง ตลอดจนการเสริมแรงตนเอง (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2556: 333) ซึ่งความมุ่งหวังหลักดังกล่าวนี้สอดคล้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพฤติกรรมนิยม (Behavioral Theory) เนื่องจากทฤษฎีนี้เชื่อว่ามนุษย์ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมของมนุษย์ที่แสดงออกมาเป็นผลผลิตจากการที่มนุษย์มีปฏิกิริยาตอบโต้กับสิ่งแวดล้อม ดังนั้นบุคลิกภาพของมนุษย์จึงเป็นสิ่งที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้โดยวิธีการวางเงื่อนไขด้วยการให้รางวัล หรือการลงโทษ และพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงได้โดยอาศัยการเรียนรู้ (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. ทฤษฎีและเทคนิคการให้บริการปรึกษา. 2556: 114)

วัตถุประสงค์ของกิจกรรม

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มฝึกการสังเกตพฤติกรรม
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป้าหมายของตน
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเสริมแรงตนเอง

เวลาที่ใช้ 50 นาที

ขั้นตอนดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้น: ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับทักทายสมาชิกกลุ่มและให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันทบทวนการให้คำปรึกษา ครั้งที่ 5 เรื่องพฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ และผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 6

2. ขั้นดำเนินการ: ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มรายงานผลจากใบงาน “บันทึกพฤติกรรม” ที่ผ่านมามีความสามารถทำได้ตามแผนที่ตั้งไว้หรือไม่ โดยให้สมาชิกกลุ่มเขียนผลของการกระทำที่เกิดขึ้นต่อตนเองลงในท้ายใบงาน “บันทึกพฤติกรรม” พร้อมทั้งนำเสนอเรื่องราวของตนเองให้สมาชิกกลุ่ม จากนั้นผู้ให้คำปรึกษาถามสมาชิกกลุ่มถึงความรู้สึกเป็นต้นว่า “น้องๆ รู้สึกอย่างไรบ้างคะหลังจากที่บันทึกมาได้สัปดาห์กว่าๆ มีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปอย่างไร” ผู้ให้คำปรึกษาจะให้การเสริมแรงโดยให้กำลังใจและกล่าวคำชมเชยอีกครั้ง อาทิ “น้องๆ ทุกคนเก่งมากแล้วที่มีความพยายาม ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค ไม่ว่าใครจะบรรลุเป้าหมายหรือไม่ก็บรรลุเป้าหมาย พี่เชื่อว่าน้องๆ ทำเต็มที่แล้วนะคะ พี่ขอให้น้องๆ ทำต่อไปนะคะ พี่เชื่อว่าน้องๆ ทุกคนจะประสบความสำเร็จแน่นอนไม่ว่าน้องตั้งใจจะทำอะไรก็ตาม พี่เป็นกำลังใจให้ค่ะ”

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา: ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มสรุปสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มว่า “การเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งนี้ สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้อะไร และรู้สึกอย่างไรต่อการเข้ากลุ่ม” จากนั้นผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมว่า “น้องๆ ก็ได้รู้แล้วนะคะว่าเวลาเราจะทำสิ่งใดนั้น หากเรามีการวางแผน ตั้งเป้าหมาย และทำตามแผนที่เราวางไว้ เราก็จะประสบความสำเร็จได้ไม่ว่าสิ่งนั้นจะเห็นผลมากหรือน้อยก็ตาม ถือได้ว่าเรามีการมองการณ์ไกล มองอนาคตของเราไว้ว่าเราต้องการอะไร พี่เชื่อว่าน้องๆ ทุกคนทำได้ และก็ทำมันได้ดีด้วย” จากนั้นผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

อุปกรณ์ที่ใช้

1. เครื่องบันทึกเสียง 1 อัน
2. ใบงาน “บันทึกพฤติกรรม”

การประเมินผล

1. สังเกตจากการอภิปรายของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
3. สังเกตจากการให้ข้อมูลย้อนกลับ และการเสนอแนะร่วมกัน



ใบงาน “บันทึกพฤติกรรม”

ของ.....

เป้าหมาย:.....

ข้อตกลง:.....

.....

.....

ว/ด/ป	เวลา	พฤติกรรม	การเสริมแรง

ครั้งที่ 7

มาเอาชนะอุปสรรคกันเถอะ

ทฤษฎีที่ใช้

การให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) ครั้งที่ 7 นี้ ผู้วิจัยเลือกใช้ทฤษฎีเผชิญความจริง (Reality Theory) เพราะทฤษฎีนี้เชื่อว่าการเปลี่ยนทัศนคติ ค่านิยม และเอกลักษณ์ขึ้นอยู่กับ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม หมายความว่าถ้าพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงแล้ว ต่อไปทัศนคติก็จะเปลี่ยนตาม มีจุดเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบัน (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และวิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. 2556: 150-151)

ความสอดคล้องระหว่างทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม

ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) ตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง (Reality Theory) มีความมุ่งหวังหลักที่ให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถแก้ปัญหาของตนเองได้ถ้ามีความกล้าที่จะเผชิญกับสภาพความเป็นจริง บุคคลต้องมีความรับผิดชอบในการสนองความต้องการของตน และสามารถพิจารณา ได้ถึงสิ่งที่ถูกและสิ่งที่ผิด ซึ่งความมุ่งหวังหลักดังกล่าวนี้สอดคล้องกับองค์ประกอบด้านความเพียรพยายาม ต่อสู้กับอุปสรรคของลักษณะมุ่งอนาคต เนื่องจากทฤษฎีนี้เชื่อว่าการเปลี่ยนทัศนคติ ค่านิยม และเอกลักษณ์ขึ้นอยู่กับ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม หมายความว่าถ้าพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงแล้ว ต่อไป ทัศนคติก็จะเปลี่ยนตาม (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และวิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. 2556: 151-155)

ความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับทฤษฎีที่ใช้

กิจกรรม “มาเอาชนะอุปสรรคกันเถอะ” เป็นกิจกรรมที่มีความมุ่งหวังหลักที่ให้ผู้รับคำปรึกษากลุ่ม กล้าเผชิญกับความจริงที่เกิดขึ้นในชีวิต โดยไม่ย่อท้อ ไม่สิ้นหวัง และมีกำลังใจที่จะก้าวเดินต่อไป ซึ่ง ความมุ่งหวังหลักดังกล่าวนี้สอดคล้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง (Reality Theory) เนื่องจากทฤษฎีนี้เชื่อว่าการเปลี่ยนทัศนคติ ค่านิยม และเอกลักษณ์ขึ้นอยู่กับ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม หมายความว่าถ้าพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงแล้ว ต่อไปทัศนคติก็จะเปลี่ยนตาม ดังนั้นจึงใช้กิจกรรม “มาเอาชนะอุปสรรคกันเถอะ” มาเป็นกิจกรรมเพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เห็นตัวแบบและ มีกำลังใจในการดำเนินชีวิตต่อไป (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา; และวิไลลักษณ์ พงษ์โสภา. 2556: 150-151)

วัตถุประสงค์ของกิจกรรม

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มกล้าเผชิญกับความเป็นจริง
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ

เวลาที่ใช้ 50 นาที

ขั้นตอนดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้น: ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับทักทายสมาชิกกลุ่มและให้สมาชิกกลุ่มช่วยกัน ทบทวนการให้คำปรึกษา ครั้งที่ 6 ในเรื่องพฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ และผู้ให้คำปรึกษาชี้แจง วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 7

2. ขั้นดำเนินการ: ผู้ให้คำปรึกษาใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง โดยใช้เทคนิค WDEP ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาได้อธิบายให้สมาชิกกลุ่มฟังในเบื้องต้นว่า เทคนิค WDEP นี้ได้ แทรกอยู่ในกิจกรรมใบงาน “บันทึกพฤติกรรม” ซึ่งสมาชิกกลุ่มได้ปฏิบัติและประสบผลสำเร็จไป เรียบร้อยแล้ว ซึ่งกระบวนการ WDEP มีความหมายดังนี้

W (Wants)	หมายถึง การสำรวจความต้องการ
D (Direction and Doing)	หมายถึง สรรวจทิศทางหรือแนวทางและการปฏิบัติ
E (Evaluation)	หมายถึง การประเมินพฤติกรรมโดยตนเอง
P (Planning)	หมายถึง การวางแผน

ผู้ให้คำปรึกษาได้ให้สมาชิกกลุ่มลองอธิบายผลจากใบงาน “บันทึกพฤติกรรม” โดยใช้เทคนิค WDEP ซึ่งเป็นเทคนิคหนึ่งของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง

จากนั้น ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มดูวิดีโอของน้องธัญญ์ เรื่องเจาะข่าวเด่นสรยุทธ-เปิดใจ น้องธัญญ์ ซึ่งประสบอุบัติเหตุรถไฟฟ้าทับจนได้รับบาดเจ็บสาหัสที่บริเวณขาทั้ง 2 ข้าง จนต้องตัดขา ทั้ง โดยใช้เวลาประมาณ 3 นาที จากนั้นผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันแสดงความคิดเห็นจาก วิดีโอดังกล่าวว่า “เมื่อน้องๆ ได้ดูวิดีโอแล้ว น้องๆ รู้สึกอย่างไรกันบ้างคะ และถ้าหากน้องๆ เจอ เหตุการณ์แบบในวิดีโอดังกล่าวนี้ น้องๆ จะทำอย่างไร”

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา: ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มสรุปสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วม การให้คำปรึกษากลุ่มว่า “การเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งนี้ สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้อะไร และ รู้สึกอย่างไรต่อการเข้ากลุ่ม” จากนั้นผู้ให้คำปรึกษากล่าวเพิ่มเติมว่า “ใบงาน “บันทึกพฤติกรรม” น้องๆ ยังไม่ลืมกันใช่ไหมคะ พยายามให้น้องๆ กลับไปปฏิบัติต่อเนะคะ ให้วิดีโอที่เราดูกันในวันนี้เป็นแรงบันดาลใจ ให้น้องๆ มีกำลังใจกำลังกายในการทำสิ่งต่างๆ ให้บรรลุผลสำเร็จนะคะ” จากนั้นผู้ให้คำปรึกษานัดหมาย การให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

อุปกรณ์ที่ใช้

1. เครื่องบันทึกเสียง 1 อัน
2. วิดีโอ

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจในการทำกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการตอบคำถามของนักเรียน

ครั้งที่ 8 กล่าวอำลา

ทฤษฎีที่ใช้

การให้คำปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) ครั้งที่ 8 นี้ เป็นการยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม ซึ่งเป็นขั้นสุดท้ายที่สมาชิกกลุ่มจะแลกเปลี่ยนสิ่งที่ได้เรียนรู้ว่ามีการเปลี่ยนแปลงอย่างไรและวางแผนกับสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้มาอย่างไร

ความสอดคล้องระหว่างทฤษฎีที่ใช้กับองค์ประกอบของตัวแปรตาม

เนื่องจากว่าครั้งที่ 8 นี้ เป็นการยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม เป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้แสดงความรู้สึกของตนเองต่อการเข้ากลุ่มตั้งแต่ครั้งแรกจนถึงครั้งสุดท้าย อีกทั้งแลกเปลี่ยนสิ่งที่ได้เรียนรู้ว่ามีการเปลี่ยนแปลงอย่างไรและวางแผนกับสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้มาอย่างไร

ความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับทฤษฎีที่ใช้

กิจกรรม “กล่าวอำลา” เป็นกิจกรรมของการยุติการให้คำปรึกษาเพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ร่วมกันอภิปรายสิ่งที่ได้รับจากการเข้ากลุ่มตั้งแต่ครั้งแรกจนถึงครั้งสุดท้าย

วัตถุประสงค์ของกิจกรรม

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ข้อคิดจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม
2. เพื่อเสริมสร้างขวัญและกำลังใจให้สมาชิกกลุ่มได้ดำเนินชีวิตต่อไป

เวลาที่ใช้ 50 นาที

ขั้นตอนดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้น: ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับทักทายสมาชิกกลุ่ม และให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันทบทวนการให้คำปรึกษาตั้งแต่ครั้งที่ 1 จนถึงครั้งที่ 7 และผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 8
2. ขั้นดำเนินการ: ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มตั้งแต่การเข้ากลุ่มครั้งแรกจนถึงครั้งสุดท้ายนี้มีอะไรเปลี่ยนแปลงไปบ้างในเรื่องของความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเอง และต่อจากนี้ไปสมาชิกกลุ่มมีความตั้งใจที่จะทำสิ่งใดต่อไป โดยเขียนลงในใบงานเรื่อง สิ่งที่ได้เรียนรู้ จากนั้นให้สมาชิกกลุ่มนำเสนอใบงานของตน

ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มแสดงความรู้สึกของตนที่มีต่อการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยเขียนใส่ในใบงานเรื่อง ความรู้สึกที่ฉันมีต่อเธอ ในช่องความรู้สึกที่มีต่อเพื่อนสมาชิกกลุ่มแต่ละคน และความรู้สึกที่มีต่อผู้ให้คำปรึกษา

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา: ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่มว่า “ตั้งแต่วันแรกจนถึงวันสุดท้ายของการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม น้องๆ น่ารักกันมาก ให้ความร่วมมือและมีความตั้งใจ ทำกิจกรรมกลุ่มกันเป็นอย่างดี พี่ขอขอบคุณน้องๆ ทุกคนนะคะ พี่เห็นถึงพัฒนาการการเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรม ความคิดของน้องๆ ทำให้พี่รู้สึกดีที่น้องๆ ทำได้ และทำทุกๆ อย่างออกมาได้ดี ขอขอบคุณที่อยู่ด้วยกันมาจนจบ ขอขอบคุณที่มาเป็นส่วนหนึ่งของกันนะคะ” และให้กำลังใจสมาชิกกลุ่มเป็นขั้นตอนสุดท้ายของการปิดการให้คำปรึกษากลุ่มว่า “ต่อจากนี้ไปไม่ว่าน้องๆ ทุกคนจะทำอะไร อย่าลืมนึกถึงสิ่งที่น้องๆ ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มนะคะ น้องต้องมีเป้าหมาย ต้องมีการวางแผน ลงมือทำเป็นขั้นตอนตามแผนที่น้องๆ วางไว้ แล้วทำตามแผนที่นั้น และให้นึกถึงวิดีโอที่น้องๆ ดูเมื่อน้องๆ เกิดความท้อ ก็ให้วิดีโอนี้เป็นแรงผลักดันให้น้องๆ มีแรงก้าวเดินต่อไปนะคะ สู้ๆ ค่ะ น้องๆ ทุกคน พี่เป็นกำลังใจให้ในทุกๆ เรื่องนะคะ”

อุปกรณ์ที่ใช้

1. เครื่องบันทึกเสียง 1 อัน
2. ใบงานเรื่อง สิ่งที่ฉันได้เรียนรู้
3. ใบงานเรื่อง ความรู้สึกที่ฉันมีต่อเธอ

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจในการทำกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตจากการอภิปรายของนักเรียน

ใบงานเรื่อง สิ่งที่เราได้เรียนรู้

สิ่งที่ได้จากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม.....

.....

.....

.....

การเข้ากลุ่มครั้งแรกจนถึงครั้งสุดท้ายนี้มีอะไรเปลี่ยนแปลงไปบ้าง

ความคิด.....

.....

.....

ความรู้สึก.....

.....

.....

พฤติกรรม.....

.....

.....

ต่อจากนี้ไปฉันตั้งใจว่า.....

.....

.....

.....



ใบงานเรื่อง ความรู้สึกที่ฉันมีต่อเธอ

ความรู้สึกที่มีต่อเพื่อนสมาชิกกลุ่ม

- 1.....
.....
.....
- 2.....
.....
.....
- 3.....
.....
.....
- 4.....
.....
.....

ความรู้สึกที่มีต่อผู้ให้คำปรึกษา

.....
.....
.....
.....
.....

ข้อเสนอแนะ.....
.....



ภาคผนวก จ

สรุปผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานเพื่อเสริมสร้าง
ลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน

สรุปผลการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 1

เรื่อง การวางแผนโครงสร้างการให้คำปรึกษากลุ่ม
วัน / เวลา วันพุธ ที่ 1 มีนาคม 2560 เวลา 9.00 – 9.50 นาฬิกา
สถานที่ ห้องวิทยาศาสตร์ โรงเรียนพินุลอุปถัมภ์

ผลการดำเนินงาน

1. ขั้นเริ่มต้น

สมาชิกกลุ่มมีความกระตือรือร้นและให้ความสนใจในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม สมาชิกกลุ่มร่วมกันแสดงความคิดเห็น บรรยากาศการเข้ากลุ่มมีความเป็นกันเอง มีความเป็นพี่เป็นน้อง เปรียบเสมือนที่ตรงนี้ตั้งบ้านของพวกเรา มีความวางใจกัน สนุกสนาน และสมาชิกกลุ่มอนุญาตให้มีการบันทึกเสียงขณะเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม

2. ขั้นดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มแนะนำตนเองผ่านกระดาน My Profile ให้เพื่อนสมาชิกกลุ่ม ได้รู้จักและเข้าใจตัวตนของเรามากยิ่งขึ้น ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการฟัง (Active Listening) ด้วยการตั้งใจฟังสิ่งที่สมาชิกกลุ่มบอกเล่าเรื่องราวของตนเองผ่านกระดาน My Profile รวมถึงการใส่ใจใน คำพูดของสมาชิกกลุ่มและการแสดงออกทางสีหน้า ท่าทาง แววตา และน้ำเสียงของสมาชิกกลุ่ม นอกจากนี้ผู้ให้คำปรึกษายังใช้เทคนิคการทวนความ (Paraphrasing) โดยพูดทวนในสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษา เล่าเรื่องของตนเอง ซึ่งข้อความนั้นเป็นข้อความที่น่าสนใจ หรือเป็นการทวนใจความสำคัญ ซึ่งตัวอย่าง การแนะนำตนเองผ่านกระดาน My Profile

เอ: “ผมชอบเรียนวิชาคอมพิวเตอร์ แต่ไม่ชอบเรียนวิชาภาษาไทย และสิ่งที่ผมอยาก ปรับปรุงคือเรื่องการเรียนรู้”

เอส: “หนูชอบเรียนวิชาสังคมและภาษาจีน ไม่ชอบเรียนวิชาภาษาอังกฤษ และสิ่งที่หนู อยากปรับปรุงคือเรื่องการเรียนรู้”

ซี: “หนูชอบเรียนวิชาคณิตศาสตร์และวิทยาศาสตร์ ส่วนวิชาที่ไม่ชอบเรียนคือวิชาภาษาไทย สิ่งที่ยากปรับปรุงคือเรื่องการเรียนรู้”

ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการตั้งคำถาม (Questioning) ถามสมาชิกกลุ่มเกี่ยวกับการให้ คำปรึกษากลุ่ม เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้พูดหรืออธิบายในสิ่งที่สมาชิกกลุ่มเข้าใจเกี่ยวกับการให้ คำปรึกษากลุ่ม เป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มตอบคำถามได้อย่างอิสระ “ในนี้มีใครบ้างไหมที่เคย เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มมาก่อน น้องๆ คิดว่าการให้คำปรึกษากลุ่มคืออะไร”

เอ: “ผมคิดว่าการให้คำปรึกษากลุ่มคือ การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ทุกคนจะมาแลกเปลี่ยน ความคิดเห็นกัน แลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน”

จี: “เอาคนที่มีความรู้เข้ามาเข้ากลุ่มให้คำปรึกษากันละ ช่วยกันหาทางแก้ไขปัญหานั้นละ”

ผู้ให้คำปรึกษาสรุปอธิบายความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มว่า “การให้คำปรึกษากลุ่มเป็นการป้องกันหรือแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาของบุคคล และเสริมสร้างพฤติกรรมที่ต้องการให้เกิดขึ้น การให้คำปรึกษากลุ่มคือมีสมาชิกมากกว่า 2 คนขึ้นไป อยู่ในวัยใกล้เคียงกัน มีปัญหาคล้ายคลึงกัน ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและความรู้สึกแก่กันจะมีคุณค่าและความสำคัญแก่สมาชิกกลุ่มมากกว่า การสะท้อนกลับจากผู้ให้คำปรึกษาเพียงคนเดียว อีกทั้งการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนี้ ทำให้สมาชิกรู้สึกมั่นคงปลอดภัยเมื่ออยู่ในกลุ่มมากกว่าเผชิญหน้ากับผู้ให้คำปรึกษาตัวต่อตัว”

สุดท้ายผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงระยะเวลาในการเข้าร่วมกลุ่ม สถานที่ ข้อปฏิบัติของกลุ่ม รวมถึงการรักษาความลับระหว่างกัน

3. ขั้นสรุป

ผลที่ได้รับจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 1 มีดังนี้

3.1 สมาชิกกลุ่มได้สร้างความคุ้นเคยและเรียนรู้เกี่ยวกับการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกกลุ่ม

3.2 สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้ความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม รวมถึงได้เรียนรู้ข้อตกลงต่างๆ ภายในกลุ่ม

3.3 สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกอบอุ่น เป็นกันเอง เกิดความรู้สึกไว้วางใจ ปลอดภัย และเข้าอกเข้าใจซึ่งกันและกัน

4. การประเมินผลการให้คำปรึกษากลุ่ม

จากการสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่มพบว่า สมาชิกกลุ่มมีความกระตือรือร้นในการเข้ากลุ่มร่วมกันแสดงความคิดเห็น บรรยายการเข้ากลุ่มเต็มไปด้วยเสียงหัวเราะและความสนุกสนาน เป็นกันเอง จึงทำให้สมาชิกกลุ่มกล้าที่จะเปิดเผยตนเองและยอมรับในตัวของผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของการให้คำปรึกษาที่ดี แต่มีบางช่วงที่สมาชิกกลุ่มบางคนมีท่าทีเขินอายในการแสดงความคิดเห็นไม่ค่อยกล้าแสดงความคิดเห็น แต่โดยภาพรวมแล้วสมาชิกกลุ่มให้ความร่วมมือและสนใจในการทำกิจกรรมกลุ่มในครั้งนี้เป็นอย่างดี

สรุปผลการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 2

เรื่อง จินตนาการแห่งอนาคต
วัน / เวลา วันพุธ ที่ 1 มีนาคม 2560 เวลา 10.10 – 11.00 นาฬิกา
สถานที่ ห้องวิทยาศาสตร์ โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์

ผลการดำเนินงาน

1. ขั้นเริ่มต้น

สมาชิกกลุ่มร่วมกันทบทวนข้อตกลงของกลุ่มและช่วยกันทบทวนการให้คำปรึกษาในครั้งที่ 1 เรื่องการวางแผนโครงสร้างการให้คำปรึกษากลุ่ม บรรยายภาคมีความเป็นกันเองมากขึ้น มีความผ่อนคลาย

2. ขั้นดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นดำเนินการในครั้งนี้อย่าง “การเข้ากลุ่มครั้งที่แล้ว เป็นการสร้างสัมพันธภาพให้เรารู้จักกันมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นเพื่อนในกลุ่มด้วยกันเองหรือตัวผู้ให้คำปรึกษา อีกทั้งยังช่วยให้เราเข้าใจตนเองมากขึ้นจากการทำกิจกรรมผ่านกระดาษ My Profile และในวันนี้เราจะมากำหนดชีวิตในอนาคตของตัวเองกันนะคะ ว่าเรามองภาพอนาคตของตัวเองไว้อย่างไรกันบ้าง เริ่มจากให้ห้องๆ ทุกคนหลับตา แล้วลองจินตนาการนึกถึงเรื่องราวของตนเองกันดูนะคะ”

ผู้ให้คำปรึกษาใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบภวนิยม โดยใช้เทคนิคการจินตนาการแบบนำทาง ให้สมาชิกกลุ่มหลับตาแล้วจินตนาการภาพจากการเล่าเรื่องของผู้ให้คำปรึกษากลุ่มที่เกี่ยวข้องกับการประสบความสำเร็จในเรื่องการเรียน โดยให้สมาชิกกลุ่มรู้สึกถึงความสำเร็จนั้น แล้วให้สมาชิกกลุ่มเล่าเรื่องราวจากการจินตนาการแห่งอนาคตของตนให้กับเพื่อนๆ สมาชิกในกลุ่มฟัง เรื่องราวมีดังต่อไปนี้

“กิจกรรมต่อไปจะเป็นการทำความเข้าใจกับตนเองมากยิ่งขึ้น คือให้เราได้รู้จักตนเองมากขึ้น เข้าใจตนเองมากขึ้น พี่ขอให้ห้องๆ สมาชิกกลุ่มทุกคนค่อยๆ หลับตา สูดหายใจเข้าลึกๆ ให้รู้สึกว่าเราผ่อนคลาย ให้ใจอยู่กับตัวเอง นึกถึงตัวเอง สูดให้เต็มปอด ทำให้สบาย ผ่อนคลายให้ห้องๆ ลองนึกถึงว่าตอนนี้เรากำลังยืนมองทุ่งหญ้าอันกว้างใหญ่ ทางข้างหน้าเห็นเป็นภูเขาอยู่ไกลๆ ท้องฟ้าปลอดโปร่ง มีแสงแดดอ่อนๆ เราก็นึกถึงอากาศบริสุทธิ์เข้าไปลึกๆ สูดให้เต็มปอด สดชื่นจัง... จากนั้น เราก็นึกถึง เดินผ่านทุ่งหญ้า เดินผ่านช้าๆ ด้วยความเบิกบานใจ เดินไปก็มองทางซ้าย มองทางขวาด้วยความสดชื่นของธรรมชาติ ทันใดนั้นขณะที่เรากำลังเพลิดเพลินกับธรรมชาติอยู่นั้น สายตาเราก็นึกถึงที่กระท่อมหลังหนึ่ง เราเห็นกระท่อมเล็กๆ หลังหนึ่งอยู่ทางด้านขวา เราหยุดมอง และกำลังคิดว่าในกระท่อมเล็กหลังนี้มีคนอยู่มั้ยนะ? ด้วยความอยากรู้เราก็นึกถึง เดินเข้าไปยังกระท่อมหลังนี้ เมื่อเดินเข้าไปใกล้ๆ เราได้ยินเสียงคนคุยกันในห้อง เสียงๆ นั้นมันเป็นเสียงที่เราคุ้นหูมากๆ แต่เรายังนึกไม่ออกว่าเสียงนั้นคือเสียงใคร และเราก็นึกไม่ชัดเลยว่าเขากำลังคุยเรื่องอะไรกันอยู่ เราก็นึกตัดสินใจเดินเข้าไปใกล้ขึ้นอีก และเสียงนั้นก็ชัดขึ้นๆ จนเรารู้ใจได้ว่าเสียงนั้นเป็นเสียงของใคร

ซึ่งมันก็เป็นเสียงคนที่เราคุ่นเคยเป็นอย่างดี และเป็นเสียงของคนที่เราสนิทมากที่สุดด้วย ทันใดนั้นเราก็ไม่รอช้า เราจึงเอาหูแนบผนังกระท่อมแอบฟังว่าคนที่เราคุ่นเคยเป็นอย่างดีนั้นกำลังคุยเรื่องอะไรกันอยู่ ซึ่งนั่น!! เขากำลังพูดคุยเกี่ยวกับเราอยู่นี่นา...เขากำลังพูดถึงเราอยู่... เขากำลังชื่นชมเราอยู่ เขาชมเราเรื่องเรียนด้วย...ดีใจจัง...เขาภูมิใจที่เราประสบความสำเร็จ ทำมันสำเร็จ เมื่อเราได้ยินเช่นนี้ เราก็ยิ้มหน้าบาน และค่อยๆ เดินออกจากกระท่อมหลังนั้นมา ผ่านทุ่งหญ้าอันเขียวขจีที่เราเพิ่งเดินผ่านมาสักครู่นี้ เราก็ยิ้มห้อยยิ้มใหญ่ กระโดดโลดเต้นตลอดทางเพราะความดีใจที่คนที่เราสนิทที่สุด รักที่สุด ชื่นชมเรา และมันก็เป็นวันที่เรามีความสุขที่สุดเลย...” ผู้ให้คำปรึกษาให้น้องๆ ทบทวนตนเองประมาณ 1 นาที แล้วค่อยๆ ลืมตา

ผู้ให้คำปรึกษาถามคำถามว่า “จากการจินตนาการแห่งอนาคตเมื่อสักครู่นี้ ภาพที่น้องๆ จินตนาการนั้นเป็นเสียงของใคร และพวกเขาชื่นชมเราเกี่ยวกับการประสบความสำเร็จในเรื่องเรียนนั้นคือเรื่องอะไร และชื่นชมเราว่าอย่างไร” สมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่เล่าถึงภาพการจินตนาการแห่งอนาคตได้ดี ผู้ให้คำปรึกษารับรู้ได้ผ่านทางน้ำเสียง แววตา และสีหน้าของสมาชิกกลุ่มว่าพวกเขารู้สึกภาคภูมิใจมาก หากภาพที่เขาจินตนาการไว้สามารถประสบผลสำเร็จได้

จี: “กระท่อมหลังนั้นเป็นเสียงของพ่อกับแม่ ชื่นชมเรื่องที่หนูเรียนจบปริญญาตรี ได้ไล่ชุดรับปริญญา พ่อแม่ชมหนูว่าหนูทำได้ หนูเก่ง หนูทำให้พ่อแม่ภาคภูมิใจ ไม่ทำให้พวกเขาผิดหวัง เขาดีใจที่หนูประสบความสำเร็จค่ะ”

บี: “เป็นเสียงของพ่อครับ ชื่นชมเกี่ยวกับเรื่องเรียนคือสอบผ่านวิชาภาษาอังกฤษ พ่อดีใจที่ผมสอบผ่านแล้ว ไม่ต้องมาสอบซ่อมหรือมาสอบแก้แบบทุกครั้ง เพราะผมตกวิชาภาษาอังกฤษมาตลอดครั้งนี้ผมสอบผ่าน ผมทำได้ พ่อก็ชมผมว่าผมเก่งขึ้น แล้วก็อวยพรให้ผมประสบความสำเร็จเรียนหนังสือเก่งๆ ครับ”

ซี: “เสียงของพ่อค่ะ เขาชื่นชมหนูเพราะหนูสอบวิชาภาษาไทยได้ หนูเรียนไม่เก่งในวิชาภาษาไทย พอหนูสอบได้เขาก็ดีใจใหญ่เลย เขาชมว่าหนูทำได้แล้ว หนูเก่ง และพ่อก็บอกว่าถ้าหนูตั้งใจทำอะไรแล้วยังไงหนูก็ทำมันสำเร็จค่ะ”

ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมว่า “การที่เราได้ทำความรู้จักกับตัวเราเอง เข้าใจตนเอง รู้ว่าตนเองเป็นอย่างไร รู้สึกอย่างไร รวมถึงการมองอนาคตของตนเองว่าเราต้องการอะไร หรือเราอยากประสบความสำเร็จอะไรในอนาคตนั้นถือเป็นสิ่งที่สำคัญอันนำไปสู่การตั้งเป้าหมาย การวางแผนเพื่อให้บรรลุเป้าหมายเป็นลำดับต่อไป ซึ่งเราก็จะทำงานในสัปดาห์หน้าค่ะ”

3. ขั้นสรุป

ผลที่ได้รับจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 2 มีดังนี้

3.1 สมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่สามารถมองเห็นภาพของความสำเร็จในอนาคตของตนเองได้ ทำให้เขาารู้สึกมีพลังและกำลังใจมากขึ้นในการทำสิ่งที่ตนต้องการนั้นให้สำเร็จ

3.2 สมาชิกกลุ่มเมื่อได้ฟังเรื่องราวจินตนาการแห่งอนาคตของเพื่อนๆ แล้ว ก็ให้กำลังใจกัน เช่น สมาชิกกลุ่มคนหนึ่งบอกกับเพื่อนว่า “สู้ๆ ทำได้อยู่แล้ว” ทำให้เพื่อนสมาชิกเกิดความรู้สึกดีและมีกำลังใจเพิ่มมากขึ้น

4. การประเมินผลการให้คำปรึกษากลุ่ม

จากการสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่มพบว่า การเข้ากลุ่มในครั้งนี้สมาชิกกลุ่มให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี และมีความสนใจ กระตือรือร้นในการทำกิจกรรมกลุ่ม ช่วงที่ให้สมาชิกกลุ่มหลับตาจินตนาการภาพแห่งความสำเร็จในอนาคตนั้น สมาชิกแต่ละคนมีความตั้งใจทำกิจกรรมในครั้งนี้น่ามาก แม้จะมีเสียงรบกวนในบางครั้งระหว่างการให้คำปรึกษากลุ่ม แต่ทุกคนก็ให้ความร่วมมือกันดี บรรยายการเข้ากลุ่มในครั้งนี้จึงเต็มไปด้วยความอบอุ่น ความไว้วางใจ และความสนุกสนาน



สรุปผลการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 3

เรื่อง วางแผนกันเถอะ
วัน / เวลา วันศุกร์ ที่ 3 มีนาคม 2560 เวลา 9.00 – 9.50 นาฬิกา
สถานที่ ห้องวิทยาศาสตร์ โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์

ผลการดำเนินงาน

1. ขั้นเริ่มต้น

สมาชิกกลุ่มร่วมกันทบทวนการให้คำปรึกษาในครั้งที่ 2 เรื่องจินตนาการแห่งอนาคตและทบทวนเรื่องราวเกี่ยวกับภาพแห่งจินตนาการในอนาคตของสมาชิกกลุ่มแต่ละคน สมาชิกกลุ่มมีความเป็นกันเองมากขึ้น มีการหยอกล้อกันกันระหว่างเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม

2. ขั้นดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบลักษณะ-องค์ประกอบ เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจความสนใจ ความถนัด ความสามารถของตนเองผ่านกิจกรรม “วางแผนกันเถอะ” ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มเขียนจุดเด่น-จุดด้อยในด้านการเรียนของตนเอง และอภิปรายให้เพื่อนสมาชิกฟังเพื่อนำไปสู่ขั้นตอนการตั้งเป้าหมายให้บรรลุผลสำเร็จต่อไป

“เมื่อเราเข้าใจตนเองอย่างถ่องแท้แล้วจากการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมามีเราต้องการอะไร มองอนาคตของตัวเองอย่างไร เพื่อที่เราจะได้วางแผน กำหนดเป้าหมายเพื่อไปให้ถึงจุดหมายที่เราต้องการ แต่ทั้งนี้ทั้งนั้น ก่อนที่น้องๆ จะตั้งเป้าหมาย พี่อยากให้น้องๆ รู้ถึงจุดเด่น – จุดด้อยของตนเอง กันก่อนนะค่ะ เพราะถ้าเราทราบถึงจุดเด่น – จุดด้อยของตนเองแล้ว เราจะได้วางแผนได้ถูกทาง ไม่ตั้งเป้าหมายเกินความสามารถของเราจนเกินไปค่ะ”

เอ: “จุดเด่นของผมคือ ผมชอบเล่นกีฬา และกีฬาที่ชอบมากที่สุดคือเล่นบาสเก็ตบอล ผมเล่นกีฬาทุกวันเลยครับ กับรุ่นพี่ บางทีปิดเทอมก็จะนัดกันมาเล่นที่โรงเรียน อย่างวันนี้ก็นัดกับรุ่นพี่ มาเล่นบาสกันด้วย จุดเด่นอีกอย่างของผมคือชอบวางแผนก่อนทำอะไรเสมอ แต่จุดด้อยของผม ผมเป็นคนเรียนไม่เก่ง และอยากจะปรับปรุงเรื่องการเรียนของตัวเองครับ”

เอส: “จุดเด่นของหนูคือหนูถนัดในเรื่องคอมพิวเตอร์ค่ะ และก็ชอบเล่นกีฬากับพี่ กีฬาก็เล่นได้หมดค่ะ แต่จุดด้อยของหนูคือ หนูเรียนไม่ค่อยเก่ง ไม่ค่อยฟังในสิ่งที่ครูสอนค่ะ ก็อยากจะปรับปรุงในเรื่องการเรียนเหมือนกันค่ะ อยากจะประสบความสำเร็จด้านการเรียน”

ซี: “จุดเด่นของหนู ชอบเล่นกีฬาคือกระโดดเชือกค่ะ และก็ชอบร้องเพลง แต่จุดด้อย หนูไม่ค่อยตั้งใจเรียนหนังสือ และก็เรียนไม่เก่งในวิชาภาษาอังกฤษค่ะ”

ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการเสริมแรง (Reinforcement) โดยการกล่าวชมสมาชิกกลุ่มว่า “เก่งมาก ๆ เลยค่ะที่น้องๆ รู้ว่าแท้จริงแล้วเรามีจุดเด่น-จุดด้อยอะไร และรู้ว่าเป้าหมายที่แท้จริงของเรานั้น เราต้องการอะไรเพื่อความสำเร็จในอนาคต”

ก่อนที่ผู้ให้คำปรึกษาจะให้สมาชิกกลุ่มบันทึกไปงานพฤติกรรมในครั้งต่อไป ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันตั้งเป้าหมายที่เราต้องการให้บรรลุผลสำเร็จภายใน 2 สัปดาห์ โดยผู้ให้คำปรึกษาแจ้งสมาชิกกลุ่มว่า “การกำหนดเป้าหมายนั้นจะต้องกำหนดให้ชัดเจนและเหมาะสมกับตัวเราเอง คือไม่ตั้งไว้สูงจนเกินไป เพราะหากว่าเราทำไม่ได้หรือเกินความสามารถของเรานั้นจะทำให้เรารู้สึกผิดหวัง ท้อแท้ และไม่ตั้งไว้ต่ำเกินไป เพราะจะทำให้เราไม่มีความกระตือรือร้นและไม่มีโอกาสที่จะพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มที่ ต้องเป็นเป้าหมายที่ไม่ยากเกินความสามารถของตนเอง”

บี: “เป้าหมายที่ผมตั้งไว้คือ ผมจะอ่านหนังสือวิชาวิทยาศาสตร์ทุกวันๆ ละ 30 นาที ปกติผมไม่อ่านหนังสือเลย เวลาสอบก็ไม่อ่านหนังสือ ครั้นนี้ผมตั้งใจว่าจะลองอ่านหนังสือ เริ่มจากวันละ 30 นาทีก่อนครับ”

ซี: “เป้าหมายที่ผมตั้งไว้ว่าอยากจะทำมันสำเร็จคือ ผมจะตั้งใจอ่านหนังสือวิชาภาษาอังกฤษวันละ 1 ชั่วโมงค่ะ เพราะหนูเรียนไม่เก่งในวิชาภาษาอังกฤษ หนูเลยอยากจะทบทวนภาษาอังกฤษวันละ 1 ชั่วโมง เพื่อเปิดเทอมมาหนูอาจจะเก่งภาษาอังกฤษขึ้นค่ะ”

ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมว่า “เมื่อเราเข้าใจถึงจุดเด่นจุดด้อย ตลอดจนความสามารถของตนเองแล้ว ทำให้เราตัดสินใจเลือกแนวทางของชีวิตตนเองได้ง่ายขึ้น โดยใช้ความรู้ความสามารถที่มีอยู่ให้เหมาะสมที่สุด”

3. ขั้นสรุป

สมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่สามารถเข้าใจตนเองแล้วว่าตนเองนั้นมีความถนัดและความสามารถในด้านใด และพร้อมที่จะปฏิบัติตามเป้าหมายที่ได้วางแผนเพื่อให้บรรลุผลสำเร็จ

4. การประเมินผลการให้คำปรึกษากลุ่ม

จากการสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่มพบว่า การเข้ากลุ่มในครั้งนี้สมาชิกกลุ่มให้ความสนใจและให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี ซึ่งโดยภาพรวมแล้ว สมาชิกกลุ่มสามารถเข้าใจตนเองได้มากขึ้น พยายามที่จะค้นหาศักยภาพของตนเอง จุดเด่น-จุดด้อยของตน และพร้อมที่จะปฏิบัติตามเป้าหมายที่ตนเองได้วางไว้ แต่ก็ยังมีสมาชิกกลุ่มบางคนยังไม่มั่นใจในการที่จะปฏิบัติตามเป้าหมายที่ตนวางไว้ เพราะกลัวจะทำได้อย่างที่หวัง แต่กระนั้นเพื่อนสมาชิกก็ให้กำลังใจ ผู้ให้คำปรึกษาจึงเห็นว่าการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ส่งผลให้เพื่อนสมาชิกกลุ่มเกิดความรัก ความสามัคคีกันมากขึ้น มีความห่วงใยและใส่ใจกันและกันมากขึ้น

สรุปผลการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 4

เรื่อง พฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ (1)
วัน / เวลา วันจันทร์ ที่ 6 มีนาคม 2560 เวลา 9.00 – 9.50 นาฬิกา
สถานที่ ห้องวิทยาศาสตร์ โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์

ผลการดำเนินงาน

1. ขั้นเริ่มต้น

สมาชิกกลุ่มร่วมกันทบทวนการให้คำปรึกษาในครั้งที่ 3 เรื่องวางแผนกันเถอะ และทบทวนจุดเด่น-จุดด้อยของสมาชิกกลุ่มแต่ละคน รวมถึงเป้าหมายที่สมาชิกกลุ่มแต่ละคนตั้งไว้เพื่อปฏิบัติให้บรรลุผลสำเร็จ สมาชิกกลุ่มมีความสดใส ยิ้มแย้ม

2. ขั้นดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้ที่จะสร้างพฤติกรรมที่เหมาะสมขึ้นมาใหม่ โดยให้สมาชิกกลุ่มรายงานผลจากการวิเคราะห์พฤติกรรมของตนที่ได้กำหนดเป้าหมายไว้ผ่านใบงาน “วางแผนกันเถอะ” ในสัปดาห์ที่ผ่านมา ตลอดจนสิ่งที่สมาชิกกลุ่มได้สังเกตและบันทึกพฤติกรรมของตนเองรวมถึงการให้การเสริมแรง

บี: “เป้าหมายของคนที่ตั้งไว้ก็คือ อ่านหนังสือวิชาวิทยาศาสตร์วันละ 30 นาที คือเสาร์อาทิตย์ที่ผ่านมานี้ ผมตื่นตอน 10 โมงครึ่ง ก็มาล้างหน้าแปรงฟัน แล้วก็เล่นเกมถึงเที่ยงครึ่ง แล้วก็ดูทีวี ดูการ์ตูนจนถึงบ่ายสอง แล้วก็มาเล่นเกมต่อจนถึง 5 โมงครึ่ง พอ 6 โมงผมก็อาบน้ำ กินข้าว แล้วผมก็ขึ้นห้องมาอ่านหนังสือตอน 2 ทุ่มครึ่ง ผลที่ได้ก็คือว่า ยังทำไม่ได้ถึง 30 นาทีครับ เพราะยังจดจ่ออยู่กับการเล่นเกม ยังอยากจะเล่นเกมต่อไป”

ซี: “หนูตื่น 6 โมงครึ่งทุกวันค่ะ ก็มาล้างหน้า แปรงฟัน อาบน้ำ 8 โมงครึ่งก็กินข้าวเข้าค่ะ ตอนเวลา 9 โมง ถึง 10 โมง หนูก็มาอ่านหนังสือภาษาอังกฤษ ช่วงบ่ายโมงมานั่งดูการ์ตูน 4 โมงเย็นหนูก็ออกไปเล่นหน้าบ้าน กลับเข้าบ้านตอน 6 โมงก็มาอาบน้ำ กินข้าว เข้านอนตอน 3 ทุ่มครึ่งค่ะ 2 วันที่ได้ทำใบงานนี้ก็รู้สึกว่าคุณต้องทำให้ได้ มีพลังด้วยตัวเอง การอ่านของหนูเริ่มจากจดสิ่งที่สำคัญๆ ไว้ในสมุดค่ะ แล้วก็มาทบทวน”

ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการเสริมแรง (Reinforcement) โดยการกล่าวคำชมแก่สมาชิกกลุ่มทุกคนที่ทำได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้และคนที่ยังไม่สามารถทำได้ เพื่อเป็นกำลังใจให้แก่สมาชิกกลุ่มในการที่จะทำตามความต้องการของตนนั้นให้สำเร็จ นอกจากผู้ให้คำปรึกษาจะกล่าวคำชมแล้ว ยังเสริมแรงด้วยการสัมผัสเบาๆ เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีความรู้สึกว่าคุณให้คำปรึกษาให้กำลังใจเขาอยู่

“น้องๆ ทุกคนเก่งแล้วที่มีความพยายาม ขอให้พยายามกันต่อไปนะคะ พี่เชื่อว่าหนูทำได้แน่นอน”

นอกจากนี้ ผู้ให้คำปรึกษายังใช้เทคนิคการฟัง (Listening) รับฟังในสิ่งที่สมาชิกกลุ่มได้พูดออกมาจากการปฏิบัติตามเป้าหมายที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ไปงานกลับไปทำที่บ้าน โดยผู้ให้คำปรึกษาฟังอย่างตั้งใจ รับรู้ทั้งเนื้อหา และความรู้สึกของสมาชิกกลุ่ม ซึ่งสังเกตได้จากสายตา ท่าทาง สีหน้าของสมาชิกกลุ่ม

ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมว่า “น้องๆ ก็ได้รู้แล้วนะคะว่าเราต้องทำอะไรบ้างเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่เราตั้งไว้หรือวางแผนไว้ พี่ก็อยากให้น้องๆ กลับไปปฏิบัติต่อเนะคะ และอย่าลืมบันทึกลงในใบงานที่พี่ให้ไว้ด้วยนะคะ ครั้งหน้าก็อย่าลืมนำใบงานนี้กลับมาด้วยนะคะเพื่อดูผลการเปลี่ยนแปลงของน้องๆ เราจะประสบความสำเร็จไปด้วยกันนะคะ”

3. ขั้นสรุป

ผลที่ได้รับจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 4 มีดังนี้

3.1 สมาชิกกลุ่มได้ฝึกการสังเกตพฤติกรรมของตนเองจากการบันทึกใบงาน “บันทึกพฤติกรรม”

3.2 สมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองได้ จากการตั้งเป้าหมายพฤติกรรม

4. การประเมินผลการให้คำปรึกษากลุ่ม

จากการสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่มพบว่า การเข้ากลุ่มในครั้งนี้สมาชิกกลุ่มให้ความร่วมมือในการทำการบ้านจากใบงาน “บันทึกพฤติกรรม” เป็นอย่างดี ผลจากการบันทึกของสมาชิกกลุ่มโดยรวมแล้วถือว่าค่อนข้างดี สมาชิกส่วนใหญ่ทำตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้สำเร็จ และมีสมาชิกบางคนที่ยังไม่สามารถทำตามเป้าหมายนั้นได้ แต่ผู้ให้คำปรึกษาได้กล่าวคำชมสมาชิกกลุ่มที่มีความพยายามตั้งใจเพื่อให้ถึงเป้าหมายนั้นๆ แม้ว่าจะสำเร็จหรือไม่สำเร็จก็ตาม แต่ถือได้ว่าสมาชิกกลุ่มได้พยายามอย่างเต็มที่ที่สุดความสามารถแล้ว นั่นถือได้ว่าประสบความสำเร็จไปก้าวหนึ่ง

สรุปผลการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 5

เรื่อง พฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ (2)
วัน / เวลา วันพุธ ที่ 8 มีนาคม 2560 เวลา 9.00 – 9.50 นาฬิกา
สถานที่ ห้องวิทยาศาสตร์ โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์

ผลการดำเนินงาน

1. ขั้นเริ่มต้น

สมาชิกกลุ่มร่วมกันทบทวนการให้คำปรึกษาในครั้งที่ 4 เรื่องพฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ ในวันนี้สมาชิกกลุ่มดูยิ้มแย้ม สนทนาสนทนากันมากขึ้น มีความผ่อนคลาย

2. ขั้นดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม โดยให้สมาชิกกลุ่มรายงานผลไปงาน “วางแผนกันเถอะ” จากการที่สมาชิกกลุ่มได้ทำการบันทึกต่อหลังสัปดาห์ที่ผ่านมา

เอส: “ของหนูเมื่อวันจันทร์ครึ่งเช้าไม่ได้บันทึกเพราะมาเข้ากลุ่มให้คำปรึกษา พอกลับบ้านไปก็ดูทีวีอะ มาอ่านหนังสือภาษาอังกฤษตอน 4 โมง ถึง 5 โมงอะ ก็อ่านวนไปวนมาในเรื่องเดิมๆ ทำความเข้าใจนานพอสมควรอะ หนูอ่านทุกบรรทัด มันเลยช้า แต่พอมานึกถึงวิธีการของซีที่จัดสาระสำคัญออกมา หนูก็เลยลองทำบ้างอะ เลยมาเริ่มวิธีการอ่านใหม่ น่าจะได้ผลกว่าเดิมอะ น่าจะทำให้หนูเข้าใจภาษาอังกฤษได้ง่ายขึ้นอะ เย็นนี้กลับไปหนูก็จะกลับไปทบทวนสิ่งที่จดไปเมื่อวานอะ”

บี: “ผม กิจกรรมแต่ละวันก็เหมือนๆ เดิมครับ ผมตื่นสายเหมือนเดิม 10 โมงครึ่ง ตื่นมาก็มาเล่นเกมส่ต่อ ดูทีวี แต่มีสิ่งที่เปลี่ยนแปลงไปจากสัปดาห์ก่อนคือ ผมอ่านหนังสือวิทยุได้วันละ 30 นาทีได้แล้ว เพราะผมให้ปฏิญานกับตนเองว่า ถ้าอ่านไม่ถึง 30 นาที ผมจะไม่ได้เล่นเกมส่หลัง 2 ชั่วโมง แต่ก็ยังแอบว่าอ่านไปดูนาฬิกาไปครับว่ามันจะครบครึ่งชั่วโมงหรือยัง”

ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการสะท้อนความรู้สึก (Reflection of Feeling) เพื่อรับรู้ให้ผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจถึงความคิด ความรู้สึกของสมาชิกกลุ่ม และได้บอกสิ่งที่ผู้ให้คำปรึกษารับรู้นั้นกลับไปเพื่อเป็นการทบทวนว่าทั้งผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกกลุ่มเข้าใจตรงกัน

“หนูรู้สึกดีใจที่หนูทำมันสำเร็จ”

“หนูรู้สึกภูมิใจที่หนูสามารถทำตามสิ่งที่หนูปฏิญานตนได้สำเร็จ”

ผู้ให้คำปรึกษายังใช้เทคนิคการฟัง (Listening) โดยผู้ให้คำปรึกษาฟังอย่างตั้งใจ รับรู้ทั้งเนื้อหาและความรู้สึกของสมาชิกกลุ่ม ซึ่งสังเกตได้จากสายตา ท่าทาง สีหน้าของสมาชิกกลุ่ม รวมถึงการโต้ตอบในการสนทนาของสมาชิกกลุ่ม

นอกจากนี้ ผู้ให้คำปรึกษายังใช้เทคนิคการให้กำลังใจ (Assurance) แก่สมาชิกกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีแรงกระตุ้นและมีพลังที่จะทำในสิ่งที่พวกเขาได้ตั้งเป้าหมายไว้ให้บรรลุผลสำเร็จต่อไป

ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาเชื่อว่าสมาชิกกลุ่มแต่ละคนทำได้ และประสบผลสำเร็จ สังเกตได้จากแววตาและสีหน้าของสมาชิกกลุ่มได้ว่า มีความมุ่งมั่นที่จะทำตามเป้าหมายของตนอย่างชัดเจน

“พี่เห็นถึงความตั้งใจของน้องๆ ทุกคน หนูเก่งกันมากๆ นะคะที่มุ่งมั่นทำในสิ่งที่ต้องการให้บรรลุผลสำเร็จ บางคนอาจทำได้ถึงเป้าหมายแล้วหรือบางคนอาจจะยังไม่ถึงเป้าหมาย แต่ทุกคนก็ไม่ย่อท้อ พี่ขอชื่นชมนะคะ”

ผู้ให้คำปรึกษากล่าวเพิ่มเติมว่า “พี่อยากให้น้องๆ กลับไปปฏิบัติต่อหน้าและอย่าลืมบันทึกลงในใบงานที่พี่ให้ไว้ด้วยนะคะ ครึ่งหน้าก็อย่าลืมนำใบงานนี้กลับมาด้วยนะคะเพื่อดูผลการเปลี่ยนแปลงของน้องๆ เราจะประสบความสำเร็จไปด้วยกันนะคะ”

3. ขั้นสรุป

ผลที่ได้รับจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 5 มีดังนี้

3.1 สมาชิกกลุ่มได้ฝึกการสังเกตพฤติกรรมของตนเองจากการบันทึกใบงาน “บันทึกพฤติกรรม”

3.2 สมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองได้มากขึ้นจากการตั้งเป้าหมายพฤติกรรม

3.3 สมาชิกกลุ่มเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยการสังเกตจากตัวแบบ นั่นคือเพื่อนสมาชิกกลุ่มด้วยกันเอง และสามารถประสบความสำเร็จอีกขั้นหนึ่งจากการเห็นแบบอย่างของเพื่อนสมาชิกด้วยกันเอง

4. การประเมินผลการให้คำปรึกษากลุ่ม

จากการสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่มพบว่า การเข้ากลุ่มในครั้งนี้สมาชิกกลุ่มได้ให้กำลังใจเพื่อน เป็นผลให้สมาชิกกลุ่มมีกำลังใจเพิ่มมากขึ้น โดยผู้ให้คำปรึกษาสังเกตได้จากแววตา และสีหน้าของสมาชิกกลุ่มถึงความพร้อมที่จะปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายต่อไป และสมาชิกกลุ่มบางคนที่ยังไม่ประสบผลสำเร็จในช่วงแรกก็เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบรรลุผลสำเร็จได้มากขึ้น ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความสำเร็จของสมาชิกกลุ่มเป็นไปในทางที่ดี นอกจากนี้ ผู้ให้คำปรึกษายังเห็นว่าการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ส่งผลให้เพื่อนสมาชิกกลุ่มเกิดความรัก ความสามัคคีกันมากขึ้น มีความห่วงใยและใส่ใจกันและกันมากขึ้นอีกด้วย

สรุปผลการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 6

เรื่อง พฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ (3)
 วัน / เวลา วันศุกร์ ที่ 10 มีนาคม 2560 เวลา 9.00 – 9.50 นาฬิกา
 สถานที่ ห้องวิทยาศาสตร์ โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์

ผลการดำเนินงาน

1. ขั้นเริ่มต้น

สมาชิกกลุ่มร่วมกันทบทวนการให้คำปรึกษาในครั้งที่ 5 เรื่องพฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ บรรยายากว่าวันนี้สมาชิกกลุ่มรู้สึกดีเป็นพิเศษ สนุกกันมากขึ้น โดยสังเกตจากการพูดคุยกันภายในกลุ่ม มีการแก้งกัน หยอกล้อกัน

2. ขั้นดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพฤติกรรมนิยม โดยให้สมาชิกกลุ่มรายงานผลไปงาน “วางแผนกันเถอะ” จากการที่สมาชิกกลุ่มได้ทำการบันทึกต่อหลังจากการให้คำปรึกษากลุ่มในครั้งที่ผ่านมา

เอส: “เย็นวันพุธ หนูก็กลับมาทบทวนสิ่งที่จดไปค่ะ และก็สรุปสาระสำคัญในเรื่องต่อไป ส่วนเมื่อวานนี้หนูตื่นมาตอน 9 โมงครึ่ง ก็มาดูทีวี ช่วงบ่ายหนูก็ทำงานบ้านค่ะ กวาดบ้าน ถูบ้าน 4 โมงเย็น หนูก็มาอ่านภาษาอังกฤษจนถึง 5 โมง ก็ทำเหมือนเดิมค่ะ ทบทวนเรื่องเดิมแล้วก็สรุปสาระสำคัญของเรื่องใหม่ค่ะ”

เอ: “ผมก็เหมือนเดิมเลยครับ ครึ่งวันเช้าเล่นเกมเหมือนเดิม พอถึงบ่าย 3 ผมก็ออกไปเล่นบาสกับพี่ๆ ที่เลียบทางด่วนรามอินทรา ถึงบ้านตอน 6 โมง ก็มาอาบน้ำ กินข้าว ประมาณ 2 ทุ่ม ผมก็อ่านการ์ตูน 3 ทุ่มผมอ่านภาษาอังกฤษครับ แต่ก็ยังไม่ครบ 1 ชั่วโมงตามที่ตั้งเป้าไว้ เมื่อวานได้ประมาณ 40 นาที อ่านต่อไม่ได้แล้วครับ สมอมนั้นไม่รับแล้ว แต่ผมจะพยายามครับ ต้องทำให้ได้ เพราะผมอ่านได้มากขึ้นจากช่วงแรกๆ ที่อ่านได้แค่ 20 นาที พอมาเมื่อวานนี้อ่านได้ 40 นาทีเลย”

ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการตั้งคำถาม (Questioning) ถามสมาชิกกลุ่มเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปและความรู้สึกภายหลังจากการทำไปงาน “บันทึกพฤติกรรม” เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้พูดหรืออธิบายในสิ่งที่สมาชิกกลุ่มได้สังเกตการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนและความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้นๆ เป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มตอบคำถามได้อย่างอิสระ

“หลังจากที่ทำไปงาน “บันทึกพฤติกรรม” มาได้สัปดาห์กว่าๆ น้องๆ รู้สึกอย่างไรกันบ้าง หรือพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปอย่างไรกันบ้างคะ”

เอส: “หนูรู้สึกที่หนูเริ่มชอบภาษาอังกฤษแล้วค่ะ หนูว่าการทบทวนวันละนิดก็ดีเหมือนกัน ทำให้เราไม่ลืมสิ่งที่เราเรียนไป ตอนเปิดเทอมหนูจะต้องทำคะแนนภาษาอังกฤษได้ดีกว่าเดิมแน่ๆ ค่ะ แล้วอีกอย่าง การที่หนูเปลี่ยนวิธีการอ่านและทบทวนภาษาอังกฤษ มันก็ดีกว่าเดิมเยอะเลยล่ะ”

ซี: “หนูก็จัดและทบทวนทุกวันค่ะ หนูคิดว่าการสรุปใจความสำคัญในแต่ละวันมันเข้าใจง่ายกว่าการอ่านทุกหน้า ทุกตัวอักษร และหนูก็จะนำวิธีนี้ไปใช้กับวิชาอื่นๆ ด้วย หนูรู้สึกภูมิใจที่หนูทำสำเร็จ หนูจะทำมันต่อไปค่ะ จะไม่หยุด ถ้าหนูเจอพี่เร็วกว่านี้หนูคงได้พัฒนาตัวเองได้ไวกว่านี้ แค่นี้หนูก็ดีใจมากๆ แล้วค่ะ”

บี: “ผมสามารถอ่านวิทย์ได้วันละ 30 นาที จากแรกๆ ที่อ่านไม่ถึง ตอนนี้อย่างไรก็ได้แล้ว แต่ช่วงแรกที่ทำได้อ่านดูนาฬิกาไปด้วยว่าครบ 30 นาทีหรือยัง พอมาตอนนี้ผมสามารถอ่านวิทย์ได้โดยไม่ต้องคำนึงถึงเรื่องเวลาเลย บางวันอ่านเกิน 30 นาทีก็มีครับ อย่างเมื่อวานอ่านไปเกือบ 50 นาทีเลย ก็ดีใจครับว่าตัวเองทำได้ เพราะผมเป็นคนขี้เกียจมากๆ เล่นแต่เกมส์ พอตัวเองทำได้ตามที่หวังก็ภูมิใจครับ ต้องขอบคุณพี่ด้วย”

ผู้ให้คำปรึกษายังใช้เทคนิคการให้กำลังใจ (Assurance) แก่สมาชิกกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีแรงกระตุ้นและมีพลังที่จะทำในสิ่งที่พวกเขาได้ตั้งเป้าหมายไว้ให้บรรลุผลสำเร็จต่อไป ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาเชื่อว่าสมาชิกกลุ่มแต่ละคนทำได้ และประสบผลสำเร็จ สังเกตได้จากแววตาและสีหน้าของสมาชิกกลุ่มได้มีความมุ่งมั่นที่จะทำตามเป้าหมายของตนอย่างชัดเจน

“น้องๆ ทุกคนเก่งมากแล้วที่มีความพยายาม ความมุ่งมั่น ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค ไม่ว่าใครจะบรรลุเป้าหมายหรือไม่บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ พี่เชื่อว่าน้องๆ ทุกคนทำเต็มที่แล้ว พี่ขอให้น้องๆ ทำต่อไปนะคะ พี่เชื่อว่าน้องๆ ทุกคนจะประสบความสำเร็จแน่นอนไม่ว่าน้องจะตั้งใจทำอะไรก็ตาม พี่เป็นกำลังใจให้ค่ะ”

ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมว่า “น้องๆ ก็ได้รู้แล้วนะคะว่าเวลาเราจะทำอะไรได้นั้น หากเรามีการวางแผน ตั้งเป้าหมาย และทำตามแผนที่เราวางไว้ เราก็จะประสบความสำเร็จได้ไม่ว่าสิ่งนั้นจะเห็นผลมากหรือน้อยก็ตาม ถือได้ว่าเรามีการมองการณ์ไกล มองอนาคตของเราไว้ว่าเราต้องการอะไร พี่เชื่อว่าน้องๆ ทุกคนทำได้ และก็ทำมันได้ดีด้วย”

3. ขั้นสรุป

3.1 สมาชิกกลุ่มได้ฝึกการสังเกตพฤติกรรมของตนเองจากการบันทึกไปงาน “บันทึกพฤติกรรม”

3.2 สมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองได้มากขึ้นจากการตั้งเป้าหมายพฤติกรรม

4. การประเมินผลการให้คำปรึกษา

จากการสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่มพบว่า การเข้ากลุ่มในครั้งนี้สมาชิกกลุ่มค่อนข้างประสบผลสำเร็จในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามที่คาดหวังไว้ โดยส่วนใหญ่แล้วทำได้ตามที่ตั้งเป้าหมาย ผู้ให้คำปรึกษาเห็นความพยายาม ความมุ่งมั่น ความตั้งใจของสมาชิกกลุ่ม สมาชิกกลุ่มทุกคนมีพลังมากในการปฏิบัติและมุ่งมั่นที่จะทำสิ่งที่ตนคาดหวังให้สำเร็จ แม้ว่าสมาชิกบางคนจะยังไม่สำเร็จ

แต่ก็มีความพยายาม และตั้งใจที่จะทำต่อไป นอกจากนี้ สมาชิกกลุ่มยังให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี และมีความสนใจ กระตือรือร้นในการทำกิจกรรมกลุ่ม



สรุปผลการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 7

เรื่อง มาเอาชนะอุปสรรคกันเถาะ
วัน / เวลา วันจันทร์ ที่ 13 มีนาคม 2560 เวลา 9.00 – 9.50 นาฬิกา
สถานที่ ห้องวิทยาศาสตร์ โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์

ผลการดำเนินงาน

1. ขั้นเริ่มต้น

สมาชิกกลุ่มร่วมกันทบทวนการให้คำปรึกษาในครั้งที่ 6 เรื่องพฤติกรรมเป็นอย่างไรกันบ้างนะ สมาชิกกลุ่มมีความกระตือรือร้นในการทำกิจกรรม มีการซักถามถึงสิ่งที่จะทำต่อไปในวันนี้

2. ขั้นดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง โดยใช้เทคนิค WDEP ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาได้อธิบายให้สมาชิกกลุ่มฟังในเบื้องต้นว่า เทคนิค WDEP นี้ได้แทรกอยู่ในกิจกรรมใบงาน “บันทึกพฤติกรรม” ซึ่งสมาชิกกลุ่มได้ปฏิบัติและประสบผลสำเร็จไปเรียบร้อยแล้ว ซึ่งกระบวนการ WDEP มีความหมายดังนี้

W (Wants)	หมายถึง การสำรวจความต้องการ
D (Direction and Doing)	หมายถึง สรรวจทิศทางหรือแนวทางและการปฏิบัติ
E (Evaluation)	หมายถึง การประเมินพฤติกรรมโดยตนเอง
P (Planning)	หมายถึง การวางแผน

ผู้ให้คำปรึกษาได้ให้สมาชิกกลุ่มลองอธิบายผลจากใบงาน “บันทึกพฤติกรรม” โดยใช้เทคนิค WDEP ซึ่งเป็นเทคนิคหนึ่งของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง

ซี: “ความต้องการคือ ทำวิชาภาษาอังกฤษให้ได้คะแนนดี ๆ แนวทางการปฏิบัติก็คือ อ่านหนังสือภาษาอังกฤษ โดยการจดสาระสำคัญลงสมุดแล้วก็ทบทวนในทุก ๆ วัน วันต่อไปก็จดสาระสำคัญเรื่องใหม่และก็อ่านทบทวนของวันก่อน ๆ ด้วยค่ะ ผลที่ได้คือ ตัวเราเริ่มชอบวิชาภาษาอังกฤษมากขึ้น และก็เห็นว่าการสรุปเนื้อหาสำคัญ ๆ ลงสมุด และอ่านทบทวนสม่ำเสมอเป็นสิ่งที่ดี นอกจากทำให้เราไม่ลืมเนื้อหาแล้ว ยังช่วยให้เราได้ความรู้เยอะขึ้น ส่วนการวางแผน หนูก็อ่านหนังสือวิชาภาษาอังกฤษทุกวัน วันละ 1 ชั่วโมง อ่านเวลา 9 โมง ถึง 10 โมงค่ะ”

บี: “ความต้องการของผมคือ อ่านหนังสือวิทยาศาสตร์ การปฏิบัติคือ อ่านวิชาวิทยาศาสตร์ วันละ 30 นาที การประเมินพฤติกรรมของตัวเองคือ 2-3 วันแรกผมอ่านได้ไม่ถึง 30 นาที เพราะมัวแต่เล่นเกมส์ และจิตใจก็อยู่กับเกมส์ มีความขี้เกียจ ไม่อยากอ่านหนังสือ หลังจากนั้นก็เหมือนมีพลังในตัวเอง ก็ได้ไปสัญญากับตัวเองว่าถ้าอ่านไม่ถึง 30 นาที ห้ามเล่นเกมส์ ผมก็ทำได้แต่ยังทำแบบอ่านไปดูนาฬิกาไป และสุดท้ายผมก็สามารถอ่านวิชาวิทยาศาสตร์ได้โดยไม่ต้องคอยดูนาฬิกาอีกเลย จนทุกวันนี้

สามารถอ่านเกินเวลาที่ตั้งไว้คือ 30 นาทีด้วยครับ การวางแผนคือ การวิชาชีวิตวันละ 30 นาที เวลาที่อ่านคือ 2 หุ่

เอส: “ความต้องการของหนูคือ อ่านภาษาอังกฤษ การปฏิบัติคือหนูอ่านมันทุกหน้าทุกตัวอักษรในช่วงแรกๆ นะคะ และพอได้มาฟังเพื่อน ซี เล่าถึงสิ่งที่ได้ทำมา หนูเลยนำวิธีการของบ๊วยมาใช้บ้างค่ะ โดยกลับมาสรุปสาระสำคัญในแต่ละเรื่องค่ะ แล้วก็ทบทวน อ่านและสรุปและทบทวนแบบนี้ทุกวันๆ ค่ะ ผลที่ได้คือหนูเข้าใจภาษาอังกฤษมากขึ้น และก็รู้สึกชอบภาษาอังกฤษมากขึ้นด้วยค่ะ ที่หนูวางแผนไว้คือ อ่านภาษาอังกฤษวันละ 1 ชั่วโมง ตอน 4 โมง ถึง 5 โมงเย็นค่ะ”

ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการฟัง (Listening) โดยผู้ให้คำปรึกษาฟังอย่างตั้งใจ รับรู้ทั้งเนื้อหาและความรู้สึกของสมาชิกกลุ่ม ซึ่งสังเกตได้จากสายตา ท่าทาง สีหน้าของสมาชิกกลุ่ม

นอกจากนี้ ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการใช้ตัวแบบ (Modeling) ผ่านวิดีโอของน้องธัญญ์ เพื่อเป็นแรงบันดาลใจให้สมาชิกกลุ่มมีพลังและกำลังใจในการทำสิ่งต่างๆ ให้บรรลุผลสำเร็จ สมาชิกกลุ่มให้ความสนใจและตั้งใจดูวิดีโอเป็นอย่างมาก

ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการตั้งคำถาม (Questioning) ถามสมาชิกกลุ่มเกี่ยวกับความรู้สึกหลังจากที่ดูวิดีโอของน้องธัญญ์จบลง เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้พูดหรืออธิบายในสิ่งที่สมาชิกกลุ่มได้รับรู้เกี่ยวกับวิดีโอดังกล่าวนี้ เป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มตอบคำถามได้อย่างอิสระ

“เมื่อน้องๆ ได้ดูวิดีโอนี้ น้องๆ รู้สึกอย่างไรกันบ้างคะ และหากน้องๆ เจอเหตุการณ์แบบในวิดีโอดังกล่าวนี้ น้องๆ จะทำอย่างไร”

จี: “ดูแล้วรู้สึกกลัว ถ้าเป็นตัวเราเองเจอแบบนี้คงสลับไปเลย คงแย่น่าดู”

ซี: “รู้สึกกลัว หนูกลัว นึกภาพออกเลย ถ้าโดนเองคงร้องไห้ คงเจ็บมาก ยอมตายเลยดีกว่า และคงเสียใจมากที่จากที่เดินได้แล้วมาเดินไม่ได้ คงไม่มีกำลังใจทำอะไรต่อไปค่ะ”

ผู้ให้คำปรึกษากล่าวเพิ่มเติมว่า “ไปงาน “บันทึกพฤติกรรม” น้องๆ ยังไม่ลืมกันใช่ไหมคะ พี่อยากให้น้องๆ กลับไปปฏิบัติต่อหน้าคะ ให้วิดีโอที่เราดูกันในวันนี้เป็นแรงบันดาลใจให้น้องๆ มีกำลังใจกำลังกายในการทำสิ่งต่างๆ ให้บรรลุผลสำเร็จต่อไปนะคะ”

3. ขั้นสรุป

สมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่เกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติของตนเอง กล้าที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างเหมาะสมและถูกต้อง จากที่สมาชิกกลุ่มได้ดูวิดีโอของน้องธัญญ์จบลงแล้ว สมาชิกกลุ่มต่างได้แรงผลักดันจากวิดีโอดังกล่าว เพื่อเป็นกำลังใจให้ตัวเราเอง และพร้อมที่จะทำตามความต้องการของตนให้บรรลุผลสำเร็จต่อไป

4. การประเมินผลการให้คำปรึกษากลุ่ม

จากการสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่มพบว่า การเข้ากลุ่มในครั้งนี้สมาชิกกลุ่มมีความกระตือรือร้นและให้ความสนใจในกิจกรรมกลุ่มครั้งนี้เป็นอย่างมาก ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตได้ว่าสมาชิกกลุ่มมีพลังในการดำเนินชีวิตต่อไปมากขึ้นภายหลังจากได้ดูวิดีโอดังกล่าว สังเกตได้จากแววตาของสมาชิกกลุ่ม และสีหน้าท่าทางที่ดูมีความมุ่งมั่นเป็นอย่างมาก การเข้ากลุ่มในครั้งนี้สมาชิกกลุ่มเกิดความรัก ความสามัคคีกันมากขึ้น มีความห่วงใยและใส่ใจกันและกันมากขึ้นอีกด้วย

สรุปผลการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 8

เรื่อง กล่าวอำลา
วัน / เวลา วันจันทร์ ที่ 13 มีนาคม 2560 เวลา 10.10 – 11.00 นาฬิกา
สถานที่ ห้องวิทยาศาสตร์ โรงเรียนพิบูลอุปถัมภ์

ผลการดำเนินงาน

1. ขั้นเริ่มต้น

สมาชิกกลุ่มร่วมกันทบทวนการให้คำปรึกษาในครั้งที่ 7 เรื่องมาเอาชนะอุปสรรคกันเถอะ โดยสมาชิกกลุ่มทบทวนเทคนิค WDEP และวิดีโอห้องชั้นยี่ สมาชิกกลุ่มให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี แม้จะมีท่าทางเหนื่อยล้าจากชั่วโมงที่แล้วก็ตาม แต่ก็ยังสนุกสนาน ยิ้มแย้ม

2. ขั้นดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มทำใบงานเรื่อง “สิ่งที่ฉันได้เรียนรู้” และใบงานเรื่อง “ความรู้สึกที่ฉันมีต่อเธอ” และถามสมาชิกกลุ่มว่า สิ่งที่สมาชิกกลุ่มได้จากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มคืออะไร

เอ: “ได้ความรู้เกี่ยวกับการที่เราได้อยู่กันแบบเป็นกลุ่มโดยที่ให้คำปรึกษากันและกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นโดยอีกฝ่ายจะแสดงความคิดเห็น และยังรู้จักการวางแผนในชีวิตประจำวันมากยิ่งขึ้น ได้ความสนุกไปในตัวและยังได้รู้เกี่ยวกับการให้กำลังใจตนเองมากยิ่งขึ้น”

จี: “ได้ความรู้ ได้ความคิด ได้ความสนุกสนาน ความสามัคคีในกลุ่ม”

ซี: “ได้ความสามัคคี การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน”

ผู้ให้คำปรึกษาถามสมาชิกกลุ่มต่อว่า “การเข้ากลุ่มครั้งแรกจนถึงวันสุดท้ายมีอะไรเปลี่ยนแปลงไปบ้าง ในเรื่องของความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม”

เอส: “ในเรื่องความคิด ได้ตั้งเป้าหมายในสิ่งที่ตัวเองไม่เคยทำ รู้สึกว่ามีแรงบันดาลใจขึ้นมา พฤติกรรมก็ปรับตัวเข้ากับกลุ่มได้ดี และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอ่านหนังสือของตัวเองด้วย”

จี: “ความคิดได้เรียนรู้ว่า ทุกงานจะต้องมีการวางแผนในการทำงานทุกครั้ง ได้ความสนุกสนาน มีความสุข ได้นำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน อาจจะทำได้หรือไม่ได้อยู่ที่ตัวเราเอง ซึ่งเราตั้งใจมากกว่าเดิม”

เอ: “ได้ความรู้เกี่ยวกับเพื่อนมากขึ้น รู้จักเพื่อนมากขึ้น รู้สึกสนุกและความเพลิดเพลิน สนุกสนานกับกิจกรรม พฤติกรรมที่เปลี่ยนไปคือเวลาที่ทำงานจะมีความตั้งใจและพยายามมากกว่าเดิม จากที่เอาแต่เล่น”

นอกจากนี้ ผู้ให้คำปรึกษาถามสมาชิกกลุ่มเพิ่มเติมว่า ต่อจากนี้สมาชิกกลุ่มตั้งใจไว้ว่าอย่างไร

บี: “ผมจะอ่านหนังสือให้มากกว่าครึ่งชั่วโมงครับ ไม่ก็ให้ได้หนึ่งชั่วโมงไปเลย”

เอส: “หนูจะมุ่งมั่นตั้งใจทำให้ประสบความสำเร็จที่ตนเองได้ตั้งใจไว้ค่ะ”

ซี: “หนูจะตั้งใจเรียนวิชาภาษาอังกฤษ และตั้งใจเรียนในวิชาอื่นๆ ด้วย”

ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการฟัง (Listening) โดยผู้ให้คำปรึกษาฟังอย่างตั้งใจ รับรู้ทั้งเนื้อหาและความรู้สึก ความคิดของสมาชิกกลุ่มที่ได้เรียนรู้หลังจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม รวมถึงรับฟังสมาชิกกลุ่มถึงพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตได้จากสายตา ท่าทาง สีหน้าของสมาชิกกลุ่ม

ผู้ให้คำปรึกษายังใช้เทคนิคการให้กำลังใจ (Assurance) แก่สมาชิกกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีพลังและแรงบันดาลใจที่จะทำในสิ่งที่พวกเขาได้ตั้งเป้าหมายไว้ให้บรรลุผลสำเร็จต่อไป

“ต่อจากนี้ไปไม่ว่าน้องๆ ทุกคนจะทำอะไร อย่าลืมนึกถึงสิ่งที่เราได้เรียนรู้จากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ น้องต้องมีเป้าหมาย ต้องมีการวางแผน และลงมือปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามที่ได้วางแผนไว้แล้วทำตามแผนนั้น และให้นึกถึงวิดีโอที่น้องได้ดูในวันนี้ เมื่อน้องเกิดความท้อ ให้วิดีโอนี้เป็นแรงผลักดันให้น้องๆ มีแรงก้าวเดินต่อไปนะคะ พี่เป็นกำลังใจให้ในทุกๆ เรื่องค่ะ”

ผู้ให้คำปรึกษาขอบคุณสมาชิกกลุ่ม “ตั้งแต่วันแรกจนถึงวันสุดท้ายของการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม น้องๆ น่ารักกันมาก ให้ความร่วมมือและตั้งใจทำกิจกรรมกลุ่มกันเป็นอย่างดี พี่ขอขอบคุณน้องๆ ทุกคนนะคะ พี่เห็นถึงพัฒนาการการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรม ความคิดของน้องๆ ทำให้พี่รู้สึกดีในสิ่งที่น้องๆ ทำได้และทำทุกอย่างออกมาได้ดี ขอขอบคุณที่อยู่ด้วยกันมาจนจบ ขอขอบคุณที่มาเป็นส่วนหนึ่งของกันนะคะ”

3. ขั้นสรุป

สมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่ได้ข้อคิดจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม ได้ความสนุกสนานในการเข้าร่วมกิจกรรมการให้คำปรึกษากลุ่ม มีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น และมีกำลังใจในการดำเนินชีวิตต่อไป

4. การประเมินผลการให้คำปรึกษากลุ่ม

จากการสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่มพบว่า การเข้ากลุ่มในครั้งนี้สมาชิกกลุ่มมีความสนใจในกิจกรรมเป็นอย่างดี อบอุ่น สนุกสนาน และผ่อนคลาย สมาชิกกลุ่มเกิดความรัก ความสามัคคีกันมากขึ้น ใส่ใจกันและกันมากขึ้น



ประวัติย่อผู้ทำวิจัย

ประวัติย่อผู้ทำวิจัย

ชื่อ สกุล	นางสาวปิยะนุช เพื่อนทอง
วันเดือนปีเกิด	9 ตุลาคม 2533
สถานที่เกิด	อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	25/2 ซอย 1 (จามร) ถนนสุขุมวิท ตำบลปากน้ำ อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ 10270

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2552	มัธยมศึกษาตอนปลาย (ศิลป์-ภาษาญี่ปุ่น) จากโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา จังหวัดกรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2556	ศิลปศาสตรบัณฑิต (ศศ.บ.) คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ สาขาวิชาศาสนาและปรัชญา (เกียรตินิยมอันดับ 1) จากมหาวิทยาลัยบูรพา จังหวัดชลบุรี
พ.ศ. 2560	การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.) สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์ แขนงวิชาจิตวิทยาพัฒนามนุษย์และการให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จังหวัดกรุงเทพมหานคร