

343.14044

ค ๓๓๓

๑ 3

การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง
ที่มีต่อความมีน้ำใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร

15 ต.ค. 2540

ปริญญาพันธ์
ของ
สุกัญญา ภูริยะพันธ์

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว
เมษายน 2540
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

68482

การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง
ที่มีต่อความมีน้ำใจของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3
โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
สุกัญญา ภูริยะพันธ์

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว
เมษายน 2540

การวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2539 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีความมีน้ำใจต่ำกว่าเบอร์เซนโทส์ที่ 25 ลงมา จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล คือ โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง โปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง และแบบสอบถามความมีน้ำใจ แบบแผนการทดลองของการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบ Randomized Pretest-Posttest Design สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed-Rank Test) และการทดสอบของแมน-วิทนี (The Mann-Whitney U Test)

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนมีความมีน้ำใจมากขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
2. นักเรียนมีความมีน้ำใจมากขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีความมีน้ำใจเพิ่มขึ้นแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยที่นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีความมีน้ำใจเพิ่มขึ้นมากกว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง

A COMPARISON OF THE EFFECTS OF REALITY GROUP AND INDIVIDUAL
COUNSELING ON THE NURTURANCE OF MATHAYOM SUKSA III
STUDENTS OF SRIAYUTHAYA SCHOOL IN BANGKOK

AN ABSTRACT

BY

SUKANYA POURIYAPHAN

Presented in partial fulfillment of the requirements for the Master
of Education degree in Guidance and Counseling Psychology
at Srinakharinwirot University

April 1997

The purpose of this experimental research was to compare the effects of reality group and individual counseling on the nurturance of Mathayom Suksa III students of Sriyuthaya School in Bangkok in the academic year 1996.

The sample was randomly assigned from Mathayom Suksa III students whose scores of the nurturance questionnaire were lower than the 25th percentile rank. They were then randomly assigned for the two experimental groups ; each group was consisted of 8 students. The experimental group I was assigned to participate in reality group counseling and the experimental group II was assigned to participate in reality individual counseling.

The instruments were the reality group counseling program, the reality individual counseling program and the nurturance questionnaire. The Wilcoxon Matched Pairs Signed-Rank Test and The Mann-Whitney U Test were used to analyze the data.

The results were as follows :

1. The nurturance of the students who were assigned to participate in reality group counseling program was significantly higher than before the experiment at .01 level.
2. The nurturance of the students who were assigned to participate in reality individual counseling program was significantly higher than before the experiment at .01 level.
3. The nurturance of the students who were assigned to participate in reality group counseling program was significantly higher than that of those who were assigned to participate in reality individual counseling program at .01 level.

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต
วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

.....*ว.น.น. ฝ.ฝ.*.....*ว.น. ฝ.ฝ.*.....ประธาน
(อาจารย์พรณิศา วาณิชการ)

.....*ดร. สมสร*.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.สมสรร วงษ์อยู่น้อย)

คณะกรรมการสอบ

.....*ว.น.น. ฝ.ฝ.*.....*ว.น. ฝ.ฝ.*.....ประธาน
(อาจารย์พรณิศา วาณิชการ)

.....*ดร. สมสร*.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.สมสรร วงษ์อยู่น้อย)

.....*ดร. สมสร*.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง)

.....*ดร. สมสร*.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(อาจารย์ทศพร มณีศรีชา)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....*ดร. ศิริยุภา พูลสุวรรณ*.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ดร.ศิริยุภา พูลสุวรรณ)

วันที่...30...เดือน...เมษายน.... พ.ศ....2540...

ประกาศศุภณูการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงด้วยความเรียบร้อย ด้วยการช่วยเหลือเอาใจใส่ และห่วงใยจากอาจารย์พรหมพิศ วาณิชย์การ ประธานที่ปรึกษาและควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ซึ่งให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะ ตลอดจนปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องในการทำปริญญานิพนธ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง และขอกราบขอบคุณอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.สมสรร วงษ์อยู่น้อย กรรมการที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง และอาจารย์ทศพร มณีศรีขำ กรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติม ที่ได้ให้คำแนะนำและข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งแก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร จัตรสุภกุล รองศาสตราจารย์ กมลรัตน์ กรีทอง และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เมธิรินทร์ ภิณฺฑชน ที่กรุณาได้รับผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบแก้ไขเครื่องมือ ที่ใช้ในการวิจัย และให้คำแนะนำที่มีคุณค่ายิ่งแก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ และรองศาสตราจารย์ กมลรัตน์ กรีทอง ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ มีความเอื้ออาทร ตลอดจนเป็นกำลังใจในการทำปริญญานิพนธ์ด้วยดีตลอดมา

ขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์ในภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษาทุกท่าน ที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้แก่ผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียนศรีอยุธยา และคณาจารย์ทุกท่าน ตลอดจนขอขอบใจนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศรีอยุธยา ที่อำนวยความสะดวก และให้ความร่วมมือแก่ผู้วิจัยในการศึกษาค้นคว้าเป็นอย่างดี ขอขอบคุณอาจารย์แนะแนว โรงเรียนสายปัญญา ทุกท่านที่ให้ความร่วมมือ และอำนวยความสะดวกในการทำวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณ คุณสุนันท์ บุญอ่ำ และครอบครัว ผู้เป็นทั้งหัวหน้างานและพี่ที่คอยห่วงใย ให้กำลังใจในด้านการศึกษา และให้ความช่วยเหลือในด้านการพิมพ์ปริญญานิพนธ์ จนสำเร็จได้ด้วยดี และขอขอบคุณ คุณทองอยู่ สาระ ที่ให้ความช่วยเหลือในการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

ขอขอบคุณเพื่อน ๆ ทุกคน ที่ให้ความช่วยเหลือด้านต่าง ๆ และให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมา

ท้ายที่สุดนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ สมาชิกทุกคนในครอบครัว
คุณประวุฒิ ภูริยะพันธ์ และเด็กชายฉัตรภัทร ภูริยะพันธ์ ที่ได้ให้การสนับสนุนและเป็นกำลังใจ
อันยิ่งใหญ่แก่ผู้วิจัย จนกระทั่งประสบความสำเร็จในการศึกษา

สุกัญญา ภูริยะพันธ์

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
คำนำ.....	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	5
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	5
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	6
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
2 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย.....	11
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการทำให้คาบปรักษาตามทฤษฎี	
เผชิญความจริง.....	11
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมีน้ำใจ.....	56
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	60
ประชากร.....	60
กลุ่มตัวอย่าง.....	60
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	60
วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ.....	61
แบบแผนการทดลอง.....	65
การดำเนินการทดลอง.....	66
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	67
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	67

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	70
สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	70
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	70
5 บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	75
บทย่อ.....	75
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	75
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	75
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	76
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	76
การดำเนินการทดลอง.....	76
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	77
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	77
อภิปรายผล.....	78
ข้อเสนอแนะ.....	82
บรรณานุกรม.....	84
ภาคผนวก.....	94
ภาคผนวก ก.....	95
1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎี	
เผชิญความจริง.....	96
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎี	
เผชิญความจริง.....	118

บทที่	หน้า
ภาคผนวก ข.....	139
1. แบบสอบถามความมีน้ำใจ.....	140
2. เฉลยคำตอบแบบสอบถามความมีน้ำใจ.....	150
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	158

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงแบบแผนการทดลองแบบ Randomized Pretest-Posttest Design.....	65
2 เปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง...	71
3 เปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังได้รับ การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง.....	72
4 เปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังได้รับ การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง.....	73
5 เปรียบเทียบผลต่างของความมีน้ำใจ ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่ม ทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง.....	74
6 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความมีน้ำใจ.....	152
7 แสดงคะแนนความมีน้ำใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม (กลุ่มทดลองที่ 1) และรายบุคคล (กลุ่มทดลองที่ 2) ตามทฤษฎีเผชิญความจริง.....	153
8 แสดงคะแนนความมีน้ำใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลัง การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง.....	154
9 แสดงคะแนนความมีน้ำใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลัง การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง.....	155
10 แสดงผลต่างของคะแนนความมีน้ำใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่ม ทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการทดลอง.....	156

บทที่ 1

บทนำ

บทนำ

ปัจจุบันสังคมและวัฒนธรรมไทยมีการเปลี่ยนแปลงมากขึ้น สืบเนื่องจากการขยายตัวของอุตสาหกรรม ความเจริญทางด้านเศรษฐกิจ ความเจริญทางด้านเทคโนโลยี วัฒนธรรมตะวันตก และด้านอื่น ๆ จึงมีผลทำให้อัตราส่วนของความเจริญทางด้านวัตถุกับด้านจิตใจไม่สัมพันธ์กัน ทำให้วิถีชีวิตของผู้คนเปลี่ยนแปลงไป ก่อให้เกิดปัญหาความเสื่อมทรามทางศีลธรรม ทำให้คุณธรรมที่ดีในสังคมแต่เดิมลดลง ดังจะเห็นได้ว่า มีการแข่งขันกันมากขึ้นเอาใจเอาเปรียบ เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตนมากกว่าส่วนรวม ขาดความมีน้ำใจ ก่อให้เกิดปัญหาอาชญากรรม ปัญหาการคดโกงทรัพย์สิน ซึ่งปรากฏเป็นข่าวทางสื่อมวลชนต่าง ๆ อยู่เสมอ (นฤมล ที่ประภาต. 2534 : 4-5)

จากสภาพสังคมดังกล่าวข้างต้น สะท้อนให้เห็นถึงภาวะวิกฤตของสังคมไทยปัจจุบัน ที่กฎเกณฑ์ทางศีลธรรม และคุณธรรมไม่มีผลในทางปฏิบัติจริง และกำลังถูกกลืนหายในการปฏิบัติ ทำให้เด็กและเยาวชนเกิดความสับสนในเรื่องความดีงาม และความถูกต้อง ประกอบกับการมีสิ่งยั่วยุใจ เช่น สถานเริงรมย์ และแหล่งอบายมุขต่าง ๆ เกิดขึ้นมากมาย ซึ่งส่งผลให้เด็กและเยาวชนมีพฤติกรรมเชิงจริยธรรมที่ไม่เหมาะสม สร้างความเดือดร้อน ความวุ่นวายให้กับสังคมเป็นอันมาก (กัญญา คงคานนท์. 2534 : 5)

การปลูกฝังคุณธรรมให้กับบุคคลในสังคม จึงเป็นเรื่องที่สำคัญยิ่ง เพราะคุณธรรมมีความสำคัญต่อการพัฒนาสังคมหรือประเทศชาติ สังคมใดที่ประกอบด้วยบุคคลที่มีคุณลักษณะอันเอื้อต่อการพัฒนา เช่น มีระเบียบวินัย มีความรับผิดชอบ เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตน และมีน้ำใจ สังคมนั้นก็จะพัฒนาไปได้อย่างรวดเร็ว (สนธยา จัตรมาส. 2532 : 4) แผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ ฉบับที่ 7 (พ.ศ. 2535-2539) (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. 2535 : 9) ระบุว่า การศึกษาจะต้องมีส่วนเข้ามามีบทบาท ในการพัฒนาพลเมือง ซึ่งเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าของประเทศไทย ทั้งทางด้านความคิด จิตใจ และพฤติกรรม ที่พึงประสงค์ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า จุดหมายปลายทางของการศึกษามีได้มุ่งเพียงให้คนอ่านออกเขียนได้ มีความรู้ในเนื้อหาเท่านั้น แต่มุ่งหวังเพื่อให้นำไปใช้ในการดำรงชีวิต และการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อม

ได้อย่างปกติสุข ซึ่งทันต่อกระแสการเปลี่ยนแปลงของสังคม รวมทั้งการเข้าใจลักษณะของการอยู่ร่วมกัน ควรมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันเมื่อยามมีภัย ซึ่งสอดคล้องกับแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540-2544) (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. 2540 : 24) ระบุว่า การพัฒนาสังคมไทย ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เพื่อให้สังคมไทยสามารถก้าวไปข้างหน้าได้อย่างมั่นคง แข่งขันกับนานาประเทศได้ โดยที่ประชาชนมีความสุข ครอบคลุม ชุมชนและสังคมมีสันติ การพัฒนาคุณภาพคนจึงเป็นสิ่งสำคัญที่สุด จากลักษณะดังกล่าวเป็นการแสดงถึงคุณลักษณะของผู้มีน้ำใจ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีความเสียสละ ไม่เห็นแก่ตัว (สุชาติ รัตนดิษฐ์. 2533 : 90) ซึ่งสอดคล้องกับวัฒนธรรม และอุปนิสัยของคนไทยที่มีลักษณะรักความอิสระ เป็นตัวของตัวเอง ไม่ชอบความร้ออา รักความสงบ เคารพเชื่อฟังผู้อาวุโสกว่า มีความกตัญญู มีความเมตตา กรุณา และเป็นผู้มีน้ำใจ (อุทัย ทองพูน. 2528 : 69-70)

ปัจจุบันวัฒนธรรมตะวันตก เป็นอีกประการหนึ่งที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมของสังคมไทย ซึ่งชักนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และการดำเนินชีวิตของคนทั่ว ๆ ไป (เอนก และคนอื่น ๆ. 2524 : 51 ; อ้างอิงมาจาก สุชา จันทน์เอน. 2524 : 26) คือ เปลี่ยนแปลงจากสังคมที่เป็นแบบชนบท มีประชากรน้อย มีกลไกไม่ซับซ้อน มาเป็นสังคมจักรกล หรือสังคมอุตสาหกรรมมีประชากรเพิ่มขึ้น มีกลไกซับซ้อนขึ้น และมีความเป็นอยู่แบบตัวใครตัวมันมากขึ้น (น้อย พงษ์สนิท. 2520 : 6) จนเกิดเป็นวัฒนธรรมของสังคมไทยในปัจจุบัน ที่มีลักษณะนิยมวัตถุมากขึ้นอย่างรวดเร็ว เพราะมีเทคโนโลยีและสิ่งประดิษฐ์ต่าง ๆ ใหม่ ๆ เข้ามา ซึ่งมีผลต่อวิถีชีวิต วิถีคิด ความรู้สึก ความเชื่อ และค่านิยม (เอนก และคนอื่น ๆ. 2524 : 51) จากสภาพดังกล่าว พบว่า ปัญหาของประชาชนชาวไทยในปัจจุบัน คือ ขาดความมีน้ำใจ (อุทัย ทองพูน. 2528 : 80-82)

การเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมที่มีผลให้คนไทย ขาดความมีน้ำใจได้ส่งผลกระทบต่อแนวคิดในการดำเนินชีวิตของเยาวชน ซึ่งเป็นนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นได้เปลี่ยนไป มีสังคมในลักษณะต่างคนต่างอยู่ ต่างคนต่างจวนโอกาส ต่อสู้เพื่อชีวิตที่ดีกว่าของตนเองเท่านั้น ให้ความสำคัญกับวัตถุมากกว่าจิตใจ อัจฉริยยา และเห็นแก่ตัวอย่างไม่หยุดหย่อน (ธนาคารกรุงเทพ จำกัด. 2532 : 37)

ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์อาจารย์แนะแนว และอาจารย์ที่ปรึกษาโรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร

มหานคร ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2539 เกี่ยวกับคุณลักษณะของนักเรียน ที่ควรจะได้รับ การปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมยิ่งขึ้น ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 85 คน พบว่า สิ่งที่ได้รับจากการแก้ไข ได้แก่ การไม่เห็นแก่ตัว ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และการให้ความช่วยเหลือผู้อื่น นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้ให้นักเรียนตอบแบบสอบถามปลายเปิด โดยถามว่า นักเรียนต้องการปรับปรุง หรือแก้ไขพฤติกรรมของตนเองในเรื่องใดบ้าง ผลการ สำนวนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 จำนวน 262, 234 และ 252 คน ตามลำดับ พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ร้อยละ 30.53 , 34.26 และ 57.94 ต้องการปรับปรุง ตนเองเกี่ยวกับการไม่เห็นแก่ตัว ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และการให้ความช่วยเหลือผู้อื่น

จากการที่นักเรียนตอบแบบสอบถามปลายเปิดเกี่ยวกับสิ่งที่ตนเองควรที่จะปรับปรุง และ ขณะเดียวกันผู้วิจัยได้ให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 560 คน ตอบแบบสอบถาม ปลายเปิด โดยถามว่า มีสิ่งใดบ้างที่นักเรียนต้องการให้เพื่อนปรับปรุงแก้ไข พบว่า นักเรียน ต้องการให้เพื่อนปรับปรุงตนเอง ในด้านความไม่มีน้ำใจ ร้อยละ 56 ด้านการเรียน ร้อยละ 22 ด้านการพูด ร้อยละ 15 และด้านการแต่งกาย ร้อยละ 7 นอกจากนี้นักเรียนมีความ เห็นว่าคุณลักษณะที่สำคัญของความมีน้ำใจ ได้แก่ ไม่ละเลยหน้าที่ของตนในการทำงานกับเพื่อน คำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตน ไม่แย่งที่คนอื่นในการเข้าแถวซื้ออาหาร บริจาคเงินหรือสิ่งของส่วนตัว ให้แก่งานของห้องหรือเพื่อนที่มีความจำเป็น เมื่อเพื่อนป่วยควร ไปเยี่ยม หรือถามอาการเจ็บป่วย เพื่อนทำผิดพลาดไม่ควรหัวเราะเยาะ เพื่อนสอบไม่ได้ดี ช่วยปลอบใจไม่ซ้ำเติม ตั้งใจฟังเมื่อเพื่อนเล่าปัญหาส่วนตัวให้ฟัง เมื่อเพื่อนมีความทุกข์จะช่วย ปลอบใจ และให้กำลังใจ ให้เพื่อนยิ้มหรือสนุกสนาน ช่วยอธิบายเนื้อหาบางวิชาที่เพื่อน ไม่เข้าใจ ช่วยเพื่อนถือของ และช่วยเหลือเมื่อเพื่อนได้รับความลำบากต่าง ๆ เช่น เพื่อน เจ็บป่วย

จากผลสัมภาษณ์อาจารย์แนะแนว อาจารย์ที่ปรึกษา และจากแบบสอบถามปลายเปิด เมื่อพิจารณาแล้ว พบว่า นักเรียนควรปรับปรุงในเรื่องดังต่อไปนี้ ไม่ละเลยหน้าที่ของตนในการทำงานกับเพื่อน คำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตน ไม่แย่งที่คนอื่นในการ เข้าแถวซื้ออาหาร บริจาคเงินหรือสิ่งของส่วนตัวให้แก่งานของห้อง หรือเพื่อนที่มีความจำเป็น เมื่อเพื่อนป่วยควรไปเยี่ยม หรือถามอาการเจ็บป่วย เพื่อนทำผิดพลาดไม่ควรหัวเราะเยาะ เพื่อนสอบไม่ได้ดีช่วยปลอบใจไม่ซ้ำเติม ตั้งใจฟังเมื่อเพื่อนเล่าปัญหาส่วนตัวให้ฟัง เมื่อเพื่อน

มีความทุกข์จะช่วยบโลบใจและให้กำลังใจ ให้เพื่อนยืมของหรือสมุดจดงาน ช่วยอธิบายเนื้อหา บางวิชาที่เพื่อนไม่เข้าใจ ช่วยเพื่อนถือของ และช่วยเหลือเมื่อเพื่อนได้รับความลำบากต่าง ๆ เช่น เพื่อนเจ็บป่วย ซึ่งคุณลักษณะเหล่านี้จะเกี่ยวข้องกับควมมีน้ำใจ จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะ พัฒนาความมีน้ำใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

การพัฒนาความมีน้ำใจ สามารถทำได้หลายวิธี เช่น กลุ่มสัมพันธ์ (ทิสนา แชนมณี และเยาวพา เตชะคุปต์. 2522) กิจกรรมกลุ่ม (คมเพชร จัตรสุภกุล. 2522) การ เข้ากลุ่มฝึกความรู้สึกร่วม (เอษณีย์ จัตรวิทยานนท์. 2537; อ้างอิงมาจาก Good. 1973 : 619) เป็นต้น ในที่นี้ ผู้วิจัยสนใจการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง ซึ่งพัฒนาโดย กลาสเซอร์ (Glasser. 1965) มาใช้ในการให้คำปรึกษา เพื่อพัฒนาความมีน้ำใจของนักเรียน เนื่องจากการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง เป็นกระบวนการช่วยเหลือนักเรียน โดย เน้นให้นักเรียนมีความรับผิดชอบตนเอง ให้เขายอมรับในพลังของตนเอง ในการที่จะปรับปรุง หรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ ที่จะช่วยให้เขาสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้

อย่างไรก็ตาม การส่งเสริมให้นักเรียนเผชิญกับปัญหาของตนเอง และแก้ไขปัญหาก็ เกิดขึ้น นักเรียนมีโอกาสอธิบายเกี่ยวกับปัญหา และวิธีการแก้ไขร่วมกัน ซึ่งนอกจากนักเรียน จะเป็นผู้คิดแก้ไขปัญหของตนเองแล้ว นักเรียนสามารถเสนอความคิดเกี่ยวกับการแก้ไขปัญหของ ผู้อื่นด้วย วิธีการนี้ทำให้นักเรียนแต่ละคนแสดงความสามารถต่อกลุ่ม อันจะนำความรู้สึกรว่า ตนเองมีคุณค่ามาสู่นักเรียนทุกคน (คมเพชร จัตรสุภกุล. 2521 : 91) อาจส่งผลดีแก่การ ให้คำปรึกษาได้

ดังผลการศึกษาของ ลักขณา ใสภา (2537 : 62) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษา แบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อความรับผิดชอบด้านการเรียน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบางมด (ตันเปาว์วิทยาคาร) สังกัดกรุงเทพมหานครพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีความรับผิดชอบด้านการเรียนดีขึ้น

อีกวิธีหนึ่ง คือ การให้คำปรึกษารายบุคคล เพราะเป็นกระบวนการช่วยเหลือ ซึ่ง เกิดจากสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจ ตนเอง และสิ่งแวดล้อม มีทักษะและความสามารถในการตัดสินใจแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้อย่าง เหมาะสม ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2529 : 179)

ดังผลการศึกษาของ วัชรินทร์ แยมโรสลี (2538 : 78) ที่ได้ศึกษาผลของการทำให้คำปรึกษารายบุคคลแบบเผชิญความจริง ที่มีต่อวินัยในตนเองด้านการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนอยุธยาอนุสรณ์ อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา พบว่านักเรียนมีวินัยในตนเองด้านการเรียนสูงขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบเผชิญความจริง

ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาการเปรียบเทียบผลของการขอให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียนก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
2. เพื่อเปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียนก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
3. เพื่อเปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีความมีน้ำใจมากขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
2. นักเรียนมีความมีน้ำใจมากขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีความมีน้ำใจแตกต่างกัน

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อครูแนะแนว และผู้ที่เกี่ยวข้อง ที่มีความรู้ความชำนาญ ในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ได้นำเอาวิธีการดังกล่าวไปใช้ในการพัฒนาความมั่นใจ ของนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 3

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร

ประชากรเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร ที่มีความมั่นใจต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2539 ที่มีความมั่นใจต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา จำนวน 16 คน ซึ่งได้มา โดยการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน

3. ตัวแปรที่ศึกษา

3.1 ตัวแปรอิสระ คือ วิธีการพัฒนาความมั่นใจ แบ่งเป็น 2 วิธี ได้แก่

3.1.1 การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง

3.1.2 การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง

3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความมั่นใจ

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง หมายถึง กระบวนการให้ความช่วยเหลือแก่นักเรียน ซึ่งมีความต้องการที่จะพัฒนาความมั่นใจ ให้เข้าใจตนเอง ยอมรับตนเองว่ามีความสามารถ มีคุณค่า และมีความเชื่อมั่นในความสามารถ ที่จะปรับหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองได้ มีความสามารถในการตัดสินใจ และมีความรับผิดชอบต่อการกระทำของตน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนได้ตระหนักถึงพฤติกรรมของตนเองในปัจจุบัน สืบสวนและพิจารณาพฤติกรรมของตนเอง ตลอดจนกำหนดแผนการปฏิบัติ หรือแนวทางในการปรับปรุงพฤติกรรมของตน ไปสู่การพัฒนาพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ซึ่งวางอยู่บนพื้นฐานของความเป็นจริง และเป็นไปได้

ในที่นี้ ผู้วิจัยแบ่งการให้คำปรึกษาออกเป็น 2 วิธี คือ การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและการให้ปรึกษารายบุคคล ดังนี้

1.1 การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง หมายถึง กระบวนการให้ความช่วยเหลือแก่นักเรียนเป็นกลุ่ม ซึ่งมีความต้องการที่จะพัฒนาความมั่นใจ มาปรึกษาหารือซึ่งกันและกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย นักเรียนทุกคนในกลุ่มจะได้มีโอกาสแสดงออกถึงความรู้สึก และความคิดเห็นของตน เพื่อช่วยให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มได้ตระหนักถึงพฤติกรรมของตนเองในปัจจุบัน ได้สำรวจ และพิจารณาพฤติกรรมของตนตามความเป็นจริง ตลอดจนกำหนดแผนการปฏิบัติ หรือแนวทางไปสู่เป้าหมาย ซึ่งวางอยู่บนพื้นฐานของความเป็นจริงและเป็นไปได้ ในการที่จะพัฒนาความมั่นใจ ซึ่งมีขั้นตอนการ 6 ขั้น คือ

ขั้นที่ 1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เพื่อให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มเกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้ให้คำปรึกษา และผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการให้คำปรึกษาดังแต่ครั้งที่ 2-8

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้นักเรียนทุกคนในกลุ่ม ได้พิจารณาพฤติกรรมความมั่นใจของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ

ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การให้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนทุกคนในกลุ่ม ได้สำรวจพฤติกรรมความมีน้ำใจของตนเองในปัจจุบัน

ขั้นที่ 3 ขั้นประเมินพฤติกรรม ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มได้พิจารณา และประเมินพฤติกรรมความมีน้ำใจของตนเอง ตามความเป็นจริงว่ามีมากน้อยเพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มวางแผนการปฏิบัติในการพัฒนาความมีน้ำใจ และการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และนักเรียนเต็มใจที่จะปฏิบัติ

ขั้นที่ 5 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมีน้ำใจโดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

ขั้นที่ 6 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูติดตามผลการปฏิบัติตน ตามแผนการปฏิบัติในการพัฒนาความมีน้ำใจของนักเรียน

วิธีการนี้ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 1

1.2 การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพริศความจริง หมายถึง กระบวนการให้ความช่วยเหลือแก่นักเรียนรายบุคคล ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและนักเรียน เพื่อช่วยให้นักเรียนเข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อม และตระหนักถึงพฤติกรรมของตนเองในปัจจุบัน ได้สำรวจ และพิจารณาพฤติกรรมของตน ตามความเป็นจริง ตลอดจนกำหนดแผนการปฏิบัติ หรือแนวทางไปสู่เป้าหมาย ซึ่งวางอยู่บนพื้นฐานของความเป็นจริงและเป็นไปได้ ในการที่จะพัฒนาความมีน้ำใจ ซึ่งมีขั้นตอนการ 6 ขั้น คือ

ขั้นที่ 1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เพื่อให้นักเรียนรายบุคคลเกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้ให้คำปรึกษา และผู้ให้คำปรึกษาดูติดตามผลการให้คำปรึกษาตั้งแต่ครั้งที่ 2-8

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้นักเรียนรายบุคคลได้พิจารณาพฤติกรรมความมีน้ำใจของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนได้สำรวจพฤติกรรมความมีน้ำใจของตนเองในปัจจุบัน

ขั้นที่ 3 ขั้นประเมินพฤติกรรม ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายบุคคลได้พิจารณาและประเมินพฤติกรรมความมีน้ำใจของตนเองตามความเป็นจริงว่า มีมากน้อยเพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายบุคคลได้วางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ และการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจนและนักเรียนเต็มใจที่จะปฏิบัติ

ขั้นที่ 5 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายบุคคล ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมีน้ำใจ โดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

ขั้นที่ 6 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายบุคคล รายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูติดตามผลการปฏิบัติตน ตามแผนการปฏิบัติในการพัฒนาความมีน้ำใจของนักเรียน

วิธีการนี้ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 2

2. ความมีน้ำใจ หมายถึง การแสดงออกของนักเรียนในการให้ความช่วยเหลือเพื่อนด้วยความเต็มใจและเหมาะสม ซึ่งประกอบด้วยคุณลักษณะต่าง ๆ ดังนี้

2.1 การไม่เห็นแก่ตัว หมายถึง การกระทำที่ไม่เห็นแก่ความสุขส่วนตัว แต่คำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวม รู้จักให้และรับอย่างเหมาะสม ได้แก่ ไม่ละเลยหน้าที่ของตนเองในการทำงานกับเพื่อน คำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตน ไม่แย่งที่คนอื่นในการเข้าแถวซื้ออาหาร และบริจาคเงินหรือสิ่งของส่วนตัวให้แก่งานของห้องหรือเพื่อน ที่มีความจำเป็น

2.2 ความเห็นอกเห็นใจเพื่อน หมายถึง ความรู้สึกที่บุคคลมีต่อเพื่อน ในลักษณะเห็นใจ เข้าใจ เอาใจเขามาใส่ใจเรา ในการอยู่ร่วมกัน ไม่ทำให้เพื่อนเดือดร้อน ได้แก่ เมื่อเพื่อนป่วย ควรไปเยี่ยมหรือถามอาการเจ็บป่วย เพื่อนทำผิดพลาดไม่ควรหัวเราะเยาะ เพื่อนสอบไม่ได้ไม่ควรช่วยปลอมใจไม่ซ้ำเติม ตั้งใจฟังเมื่อเพื่อนเล่าปัญหาส่วนตัวให้ฟัง และเมื่อเพื่อนมีความทุกข์ จะช่วยปลอบใจและให้กำลังใจ

2.3 การให้ความช่วยเหลือเพื่อน หมายถึง ความต้องการช่วยเหลือเพื่อนด้วยความจริงใจ เต็มใจ โดยช่วยเหลือในสิ่งที่ถูกต้อง และทำตามความสามารถที่มี ได้แก่ ให้ความช่วยเหลือหรือสมัครงาน ช่วยอธิบายเนื้อหาบางวิชาที่เพื่อนไม่เข้าใจ ช่วยเพื่อนถือของ และช่วยเหลือเมื่อเพื่อนได้รับความลำบากต่าง ๆ เช่น เพื่อนเจ็บป่วย

บทที่ 2

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

ในการศึกษาเกี่ยวกับการเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อความมั่นใจของนักเรียน ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง

- 1.1 เอกสารเกี่ยวกับการให้คำปรึกษา
- 1.2 เอกสารเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
- 1.3 เอกสารเกี่ยวกับการให้คำปรึกษารายบุคคล
- 1.4 เอกสารเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง
- 1.5 งานวิจัยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมั่นใจ

- 2.1 ความหมายของความมั่นใจ
- 2.2 แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับความมั่นใจ
- 2.3 องค์ประกอบของความมั่นใจ
- 2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมั่นใจ

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง

1.1 เอกสารเกี่ยวกับการให้คำปรึกษา

1.1.1 ความหมายของการให้คำปรึกษา

รอเจอร์ส (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2529 : 124 ; อ้างอิงมาจาก Rogers. 1942) กล่าวว่า การให้คำปรึกษา หมายถึง การติดต่อสัมพันธ์โดยตรง ระหว่างบุคคล โดยบุคคลหนึ่งต้องการความช่วยเหลือ จากอีกบุคคลหนึ่ง เพื่อเปลี่ยนเจตคติ ความรู้สึก ตลอดจนพฤติกรรมต่าง ๆ การให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพ จะต้องมีการดำเนินงาน

ที่เอื้อต่อการเสริมสร้างความสัมพันธ์ เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับความรู้ และเข้าใจตนเอง ยิ่งขึ้น ซึ่งจะเป็นสิ่งสำคัญ ที่จะช่วยเพิ่มความสามารถ ในการช่วยตนเอง ของผู้รับคำปรึกษา ให้ความรับผิดชอบต่อชีวิตตนเองมากขึ้น

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 124) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็น กระบวนการของการช่วยเหลือ ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะเป็น ผู้ที่มีความรู้ ความสามารถ และได้รับการฝึกฝนมา และพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือ เพื่อให้ ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น สามารถตัดสินใจ และแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความสบายใจขึ้น เกิดการเปลี่ยนแปลงเจตคติ ความรู้สึก ตลอดจนพฤติกรรมต่าง ๆ ในวิถีทางที่ดีขึ้น และสามารถวางโครงการในอนาคตของตนได้

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2533 : 734) กล่าวว่า การให้คำปรึกษา คือ กระบวนการช่วยเหลือ ซึ่งเกิดจากความสัมพันธ์ร่วมมือกันเป็นอย่างดี ระหว่างบุคคลอย่างน้อย 2 คน ได้แก่ ผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งมีคุณสมบัติด้านส่วนตัว และคุณสมบัติด้านวิชาชีพที่เหมาะสม ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษา ซึ่งเป็นผู้ที่ประสบปัญหา ต้องการพัฒนา และต้องการความช่วยเหลือ เพื่อให้เขามีความเข้าใจตนเอง อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถพัฒนาตนเองอย่าง เหมาะสม และดำเนินชีวิตด้วยความสุข อันควรแก่อัตภาพ

อิงลิช และอิงลิช (อาภา จันทรสกุล. 2535 : 1 ; อ้างอิงมาจาก English and English. 1968 : 127) ได้ให้คำจำกัดความของการให้คำปรึกษาว่า เป็นสัมพันธภาพ ที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ความช่วยเหลือแก่ผู้มาขอรับบริการ และสามารถแก้ไข ปัญหาของตนเองได้

โครว์ และโครว์ (อาพันธ์ ทันสม. 2535 : 21 ; อ้างอิงมาจาก Crow and Crow. 1962 : 164) ที่ได้กล่าวว่า การให้คำปรึกษา หมายถึง การสร้างความสัมพันธ์ ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา รู้จักและเข้าใจ ตนเอง ทำให้สามารถตัดสินใจ และแก้ปัญหาได้

จากความหมายของการให้คำปรึกษา สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาเป็น กระบวนการให้ความช่วยเหลือ ซึ่งเกิดจากสัมพันธภาพ ระหว่างบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป ได้แก่

ผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษา โดยผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ที่มีความรู้ ความสามารถ ผ่านการฝึกฝนอบรมในวิชาชีพมาโดยเฉพาะ ตลอดจนมีประสบการณ์ ในการช่วยเหลือบุคคล เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษารู้จัก เข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง และสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น มีทักษะและความสามารถในการตัดสินใจ และแก้ปัญหาต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และช่วยให้บุคคลพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.1.2 ประเภทของการให้คำปรึกษา

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 179) ได้แบ่งการให้คำปรึกษา เป็น 2 ประเภท คือ 1) การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล 2) การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ซึ่งสอดคล้องกับ รวีวรรณ ชินะตระกูล (2537 : 194) ซึ่งแบ่งการให้คำปรึกษา เป็น 2 ประเภท ได้แก่ การให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ดังนั้น สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และการให้คำปรึกษารายบุคคล

1.2 เอกสารเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม (Group Counseling)

1.2.1 ความหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

โอลเซน (Ohlsen. 1970 : 31) ได้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มว่า หมายถึง การให้ความช่วยเหลือบุคคลที่บกพร่อง ให้ยอมรับปัญหา และพยายามแก้ไข ปัญหาของตนเอง ตลอดจนช่วยให้ผู้มีปัญหาได้เรียนรู้ ที่จะนำเอาความคิดจากกลุ่มมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

แฮนเซน วอร์เนอร์ และสมิท (Hansen, Warner and Smith. 1976 : 6) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม คือ กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษา สร้างสัมพันธภาพ กับสมาชิกในกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้สำรวจตัวเอง และสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับตน แล้วพยายามแก้ไข ปรับปรุง ทักษะและพฤติกรรมของตนเอง ให้เป็นไปในทางที่ดีขึ้น

วัชรีย์ ทรัพย์มี (2525 : 329) ได้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบ

กลุ่มไว้ว่า เป็นกระบวนการที่บุคคล ซึ่งมีความต้องการตรงกัน ที่จะปรับปรุงหรือแก้ปัญห ของตนเอง มาปรึกษาหารือซึ่งกันและกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิก ได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็น ความรู้สึก ได้สำรวจตนเอง ฝึกการยอมรับตนเอง ถ้าที่จะ เผชิญกับปัญหา ได้ใช้ความคิดในการปรับปรุง หรือแก้ปัญห ของตนเอง พร้อมทั้งรับฟังความ รู้สึกนึกคิดของผู้อื่น และได้ตระหนักว่า ผู้อื่นก็มีปัญหาเช่นเดียวกับตน

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 180) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เป็นกระบวนการของกลุ่มบุคคล ที่มีปัญหาหรือมีความต้องการคล้าย ๆ กัน มาปรึกษาหารือ ร่วมกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งมีความรู้ความสามารถ และประสบการณ์ทางการให้คำปรึกษา ร่วมให้ความช่วยเหลือหรือร่วมให้คำปรึกษา

อาภา จันทรสกุล (2535 : 247-248) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม คือ การให้บริการการศึกษา แก่บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป ในเวลาเดียวกัน ซึ่งในกลุ่มจะมี สมาชิกประมาณ 6-12 คน ผู้รับคำปรึกษา นอกจากจะมีปฏิสัมพันธ์เชิงจิตวิทยากับผู้ให้คำปรึกษา แล้ว จะต้องมิปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกในกลุ่มด้วย ฉะนั้น สมาชิกในกลุ่มแต่ละคน จึงเป็นทั้งผู้รับ ความช่วยเหลือ และเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือในแง่ต่าง ๆ กันไป โดยเน้นให้สมาชิกได้แลกเปลี่ยน เปิดเผยถึงความรู้สึกต่อประสบการณ์ ซึ่งกันและกัน และให้สมาชิกได้พัฒนาตนเอง เต็มขีดความสามารถ

จากความหมายดังกล่าว สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม หมายถึง กระบวนการให้ความช่วยเหลือบุคคลปกติ ซึ่งมีสมาชิกประมาณ 6-12 คน ที่มีความต้องการ คล้าย ๆ กัน มาปรึกษาหารือ เพื่อแก้ปัญหาร่วมกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์ในการให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกมีโอกาสแสดงความคิดเห็นแลกเปลี่ยนประสบการณ์ มีความเห็นอกเห็นใจกัน มีการพัฒนาด้านความรู้สึกนึกคิด และพฤติกรรมต่าง ๆ ซึ่งจะนำไปสู่การแก้ปัญห ของสมาชิกแต่ละคน

1.2.2 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

ได้มีผู้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มไว้ ดังนี้

โอลเซน (Ohlsen. 1970 : 31) ได้ให้ความเห็นว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เพื่อกำหนดพฤติกรรมที่เป็นเป้าหมาย และประเมินผลความก้าวหน้าของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และบุคลิกภาพของสมาชิกในกลุ่ม สมาชิกแต่ละคนได้เรียนรู้ที่จะรู้จักตนเอง รู้จักสิ่งแวดล้อม ตลอดจนการปรับตัวที่ดี

วัชรีย์ ชูระศา (2523 : 52) กล่าวถึง การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม มีจุดมุ่งหมายเช่นเดียวกับการให้คำปรึกษารายบุคคล คือ เพื่อสำรวจและประเมินตนเอง ได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเองและสังคม และสามารถนำสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ ไปสู่การปฏิบัติให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

คอเรย์ (Corey. 1981 : 8) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ดังนี้

1. เพื่อเรียนรู้การไว้วางใจตนเองและผู้อื่น
 2. เพื่อรู้จักตนเองและค้นหาเอกลักษณ์แห่งตน
 3. เพื่อรับรู้ว่า คนอื่นก็มีความต้องการ และมีปัญหาคล้ายคลึงกับตน
 4. เพื่อรู้จักตนเอง ยอมรับ และมั่นใจในตนเอง อันจะนำไปสู่การมี
- ทรงสนะใหม่ต่อตนเอง
5. เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการแสวงหาแนวทางแก้ไขปัญห และมองหาวิธีลดความขัดแย้งในตนเอง
 6. เพื่อเพิ่มความสามารถในการนำตนเอง การพึ่งพาตนเอง และความรับผิดชอบต่อตนเอง และสังคมที่อยู่
 7. เพื่อกำหนดแผนสำหรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ต้องการ และรับผิดชอบที่จะปฏิบัติตามแผนที่วางไว้
 8. เพื่อเพิ่มความไวในการรับรู้ความรู้สึก และความต้องการของผู้อื่น
 9. เพื่อเรียนรู้วิธีการโต้แย้ง หรือเผชิญหน้ากับผู้อื่นอย่างตรงไปตรงมา ด้วยท่าทีที่เอื้ออาทรห่วงใยและจริงใจ
 10. เพื่อรับรู้การตัดสินใจเลือกของตนเอง และการรู้จักเลือกอย่างฉลาด
 11. เพื่อเรียนรู้การดำเนินชีวิต ที่เป็นไปตามความมุ่งหวังของตนเอง ไม่ขึ้นอยู่กับความคาดหวังของผู้อื่น

12. เพื่อช่วยให้คำนิยามที่ตนเองมีอยู่ชัดเจนขึ้น เรียนรู้ที่จะปรับพฤติกรรมของตนเอง ไปตามครรลองของคำนิยามนั้น

จากจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มดังกล่าว สรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม คือ การช่วยให้บุคคลรู้จักและเข้าใจตนเอง รู้จักแสวงหาแนวทางในการแก้ไขปัญหา โดยนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มไปปฏิบัติ เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และช่วยให้บุคคลพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.2.3 ข้อดีของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

เจียร์นีย์ ทรงชัยกุล (2529 : 418-419) กล่าวถึงข้อดีของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา เกิดความเข้าใจใหม่ว่า ไม่เพียงแต่ตนผู้เดียวเท่านั้นที่ประสบปัญหา ผู้อื่นก็ประสบปัญหาที่คล้ายคลึงกันด้วย ความรู้สึกโดดเดี่ยว ความล้าชวย และความรู้สึกแปลกประหลาดจะลดลง ความยอมรับในตนเอง และความเข้าใจในตนเองจะเพิ่มขึ้น

2. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา เกิดความรู้สึกยอมรับ และนับถือตนเองมากขึ้น เพราะการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เปิดโอกาสให้สมาชิกทุกคนในกลุ่ม มีส่วนร่วมในการช่วยแก้ไขปัญหาของสมาชิกอื่น ดังนั้นสมาชิกแต่ละคน จะเกิดความรู้สึกว่า ตนเองมีความสามารถ มีคุณค่า และมีความสำคัญ เพราะเขาเป็นทั้งผู้ให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิกผู้อื่น และในขณะที่เดียวกัน เขาก็เป็นทั้งผู้ได้รับความช่วยเหลือจากสมาชิกในกลุ่มด้วย

3. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ได้รับประสบการณ์ในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิกผู้อื่น มีโอกาสฝึกการเป็นสมาชิกที่ดีของสังคม ภายใต้อาณัติที่ปลอดภัย เป็นอิสระ และสมาชิกทุกคนต่างก็มีความจริงใจ ที่จะช่วยเหลือสนับสนุนให้เขาบรรลุเป้าหมาย

4. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ได้รับฟังความคิดเห็น และข้อเสนอแนะในการแก้ไขปัญหาของเขาในหลาย ๆ แง่มุม จากสมาชิกของกลุ่ม ซึ่งอาจจะเคยประสบปัญหาชนิดเดียวกันมาแล้ว ซึ่งจะช่วยให้เขามีประสบการณ์ที่กว้างขวาง ในการเผชิญกับปัญหาและสามารถตัดสินใจเลือกทางแก้ไขได้ถูกต้อง และรอบคอบขึ้น

5. ช่วยแบ่งเบาภารกิจของผู้ปกครอง ครูฝ่ายปกครอง และผู้บริหาร เพราะสมาชิกในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม มีความรู้สึกรับในความคิดเห็น และคำแนะนำของเพื่อนวัยเดียวกันกับตน ที่เผชิญปัญหาที่คล้ายคลึงกับตนมากกว่าจะยอมเชื่อผู้ใหญ่ หรือผู้ใหญ่ที่ชอบแสดงอำนาจ หรือไม่ให้สิทธิ และอิสระแก่เขามาช่วยเหลือเขา

6. ช่วยให้ผู้ให้คำปรึกษา สามารถให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษา เป็นจำนวนประมาณ 4-8 คน ซึ่งเป็นการประหยัดบุคลากร เวลา และงบประมาณ ซึ่งมีอยู่จำกัด

1.2.4 ข้อจำกัดของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

เจียร์นีย์ ทรงชัยกุล (2529 : 419) ได้กล่าวถึงข้อจำกัดบางประการของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ดังนี้

1. การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ที่มีประสิทธิภาพ ขึ้นอยู่กับความสามารถ ประสิทธิภาพ และความสนใจของผู้ให้คำปรึกษาเป็นส่วนใหญ่ เช่น การเลือกสมาชิกของกลุ่มที่เหมาะสม การควบคุมกิจกรรมของกลุ่มให้ดำเนินไปสู่เป้าหมาย
2. การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ให้ความสำคัญกับปัญหาร่วมกันของสมาชิกในกลุ่ม ดังนั้น ปัญหาเฉพาะของสมาชิกบางคน ซึ่งต้องการวิเคราะห์ และวินิจฉัยอย่างละเอียด จึงมีความสำคัญเป็นรองลงไป ด้วยเหตุนี้ จึงอาจเป็นสาเหตุให้สมาชิกบางคนขาดกำลังใจ และขาดแรงกระตุ้น เพื่อที่จะแก้ไขปัญหา หรือพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่
3. การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม อาจจะไม่บังเกิดผลสำเร็จด้วยดี ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้ เพราะลักษณะและวิธีการของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เป็นอุปสรรคต่อผู้รับคำปรึกษา ซึ่งประสบปัญหาจริง ๆ แต่ไม่กล้าเปิดเผยตัวเองอย่างเต็มที่ต่อสมาชิกของกลุ่ม เพราะกลัวว่าจะเสียสถานภาพของตนในกลุ่มเพื่อน เป็นต้น

1.2.5 การจัดกลุ่มเพื่อรับคำปรึกษา

โอลเซน (Ohlsen. 1970 : 103-109) กล่าวถึงการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่ม เพื่อรับคำปรึกษาว่า สมาชิกที่เหมาะสมที่จะเข้ากลุ่ม ควรเป็นผู้ที่อาสาสมัคร และมีแรงจูงใจในการเข้ากลุ่ม ในการสัมภาษณ์สมาชิกครั้งแรก ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องชี้แจงจุดมุ่งหมาย

และลักษณะของกลุ่ม ตลอดจนกระบวนการที่สมาชิกควรมีบทบาทอย่างไรในกลุ่ม เพื่อให้กลุ่มดำเนินและบรรลุถึงจุดมุ่งหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คมเพชร จัตรสุภกุล (2521 : 94) และวัชรีย์ ทรัพย์มี (2533 : 272-275) กล่าวถึงการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มว่า ผู้ให้คำปรึกษาควรเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มที่เหมาะสม โดยเลือกสมาชิกที่มีปัญหาล้ายคลึงกัน เต็มใจที่จะเข้ากลุ่ม และต้องการรับคำปรึกษาอย่างแท้จริง เพื่อร่วมมือในการแก้ปัญหา นอกจากนี้สมาชิกในกลุ่มควรมีลักษณะแตกต่างกันบ้าง เช่น มีทั้งคนที่พูดเก่ง พูดไม่เก่ง คนสุ่ม คนฐานะดี คนยากจน คละกันไป แต่ต้องให้มีความสมดุลระหว่างสมาชิกแต่ละประเภท เพื่อช่วยกันแก้ปัญหาได้หลายลักษณะ

1.2.5.1 ขนาดของกลุ่ม

เชิร์ตเซอร์ และสโตน (Shertzer and Stone. 1971 : 217) ให้ความเห็นว่า จำนวนสมาชิกที่เหมาะสมที่สุดคือ 6 คน เพราะถ้าจำนวนสมาชิกมากกว่ากำหนด จะทำให้กลุ่มแตกเป็นสองกลุ่มได้ง่าย

วัชรีย์ ทรัพย์มี (2520 : 39) มีความเห็นว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม บุคคลที่เข้ากลุ่มจะต้องมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดี ดังนั้นสมาชิกกลุ่มต้องไม่มากเกินไป คือ 6-10 คน

1.2.5.2 เวลาและจำนวนครั้งในการให้คำปรึกษา

แพทเทอร์สัน (Patterson. 1973 : 182) ได้ให้ความเห็นว่า ควรจัดให้มีการให้คำปรึกษา สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ถ้าช่วงเวลาของการให้คำปรึกษาน้อย อาจจัดให้มีการให้คำปรึกษา สัปดาห์ละ 2 - 3 ครั้ง ในแต่ละครั้งที่พบกัน ถ้าสมาชิกเป็นวัยรุ่น หรือผู้ใหญ่ ควรใช้เวลา 1 ชั่วโมง ถึง 1 ชั่วโมงครึ่ง ถ้าเป็นเด็กระดับประถมศึกษา เวลาที่ใช้ในการให้คำปรึกษาไม่ควรนานเกิน 1 ชั่วโมง ประมาณครึ่งละ 30 - 45 นาที เพราะเด็กอาจเกิดความเบื่อได้

คมเพชร จัตรสุภกุล (2521 : 99) เห็นว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มควรจัดให้มีสัปดาห์ละ 2 ครั้ง เวลาอย่างน้อยไม่ควรต่ำกว่า 1 ชั่วโมง หรือไม่ควรร

เกิน 2 ชั่วโมง และสำหรับจำนวนครั้งในการสิ้นสุดการให้คำปรึกษา ในโรงเรียนและวิทยาลัย ควรกำหนดจำนวนครั้งไว้ประมาณ 6 - 7 ครั้ง โดยถือเป็นกลุ่มที่ใช้เวลาระยะสั้น

1.2.5.3 การสัมภาษณ์ก่อนการเข้ากลุ่ม

การสัมภาษณ์เป็นรายบุคคลก่อนเข้ากลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องถาม ความสมัครใจ ของผู้รับคำปรึกษา และอธิบายเกี่ยวกับบทบาท หน้าที่ ทั้งของผู้รับคำปรึกษา และผู้ให้คำปรึกษา พร้อมทั้งบอกประโยชน์ที่ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับ จากการเข้ากลุ่ม เพื่อให้ เกิดความเข้าใจที่ตรงกัน และความร่วมมือที่ดี (คมเพชร จัตรสุภกุล. 2521 : 94)

1.2.5.4 การจัดสถานที่

สถานที่ในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ควรเป็นห้องที่มีลักษณะเป็น สี่เหลี่ยม และมีขนาดพอเหมาะกับจำนวน แก้วอี้ควรมีลักษณะที่นั่งได้สบาย และจัดเป็นวงกลม เพื่อให้สมาชิกได้มองเห็นอย่างทั่วถึง พื้นห้องควรสะอาด และพร้อมที่จะให้สมาชิกนั่งกับพื้นได้ ถ้าสมาชิกต้องการที่จะเปลี่ยนอิริยาบถบ้าง (Ohlsen. 1970 : 29 ; Mahler. 1969 : 58-59)

1.2.5.5 ชนิดของกลุ่ม

ชนิดของกลุ่มควรจัดเป็นกลุ่มแบบปิด ซึ่งหมายถึงว่า จะไม่มีการ เปิดรับสมาชิกใหม่อีก ในระหว่างการให้คำปรึกษา แม้จะมีสมาชิกลาออกจากกลุ่มไปแล้วก็ตาม เพราะการจัดกลุ่มจะทำให้สมาชิกมีปัญหา ในเรื่องความไว้วางใจและความสนิทสนม (Hansen, Warner and Smith. 1976 : 366)

1.2.6 พลังในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

คมเพชร จัตรสุภกุล (2521 : 97) กล่าวว่า ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องรู้ และ เข้าใจในการนำพลังต่าง ๆ มาใช้ในการดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เพื่อให้เกิดการ เปลี่ยนแปลง ดังนี้

1. ข้อผูกพัน (Commitment) สมาชิกจะต้องยอมรับว่า ต้องการที่จะรับคำปรึกษา เปิดเผยปัญหาของตนเอง ยอมรับที่จะแก้ไขและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เมื่อรับคำปรึกษาจากกลุ่มไปแล้ว
2. ความรับผิดชอบ (Responsibility) สมาชิกจะต้องรับผิดชอบตนเองในการแก้ปัญหา
3. การยอมรับ (Acceptance) เมื่อสมาชิกได้รับการยอมรับ จะเป็นผลให้แต่ละบุคคลเกิดความเคารพนับถือตนเอง และมีการเปลี่ยนแปลงของเขาด้วย
4. ความดึงดูดใจ (Attractiveness) จะทำให้การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มมีอิทธิพลต่อสมาชิกเพิ่มขึ้น
5. ความรู้สึกเป็นเจ้าของ (Belonging) เมื่อสมาชิกมีความรู้สึกเป็นเจ้าของ จะเป็นผลดีต่อการช่วยเหลือ
6. ความปลอดภัย (Security) เมื่อสมาชิกมีความรู้สึกปลอดภัยขณะที่อยู่ในกลุ่ม เขาจะมีความเป็นตัวของตัวเอง มีการอภิปรายปัญหาของตนเอง มีการยอมรับความคิดของสมาชิกอื่นที่แสดงต่อตัวเขา และสามารถแสดงความรู้สึกของตนต่อสมาชิก
7. ความเครียด (Tension) การที่สมาชิกในกลุ่มมีความเครียดและความไม่พึงพอใจอยู่ในระดับที่พอเหมาะ จะเป็นแรงจูงใจที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม แต่ถ้ามีความเครียดมากเกินไป จะทำให้บุคคลไม่สามารถที่จะเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ได้
8. บรรทัดฐานของกลุ่ม (Group Norm) เมื่อสมาชิกเข้าใจ และยอมรับเงื่อนไขที่จำเป็นในการเข้ารับคำปรึกษา เขาจะไม่ละเลยต่อบรรทัดฐานของกลุ่ม เพราะสมาชิกต้องการได้รับความช่วยเหลือ และเขาไม่ต้องการให้ผู้อื่นมองข้ามเขาไป ในแง่ของบุคคลที่แตกต่างจากสมาชิกอื่น ๆ ในกลุ่ม

จากเอกสารดังกล่าว การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เป็นกลวิธีหนึ่งที่เน้นความสัมพันธ์ของสมาชิกที่ดีต่อกันตลอดเวลา โดยจะร่วมกันสำรวจปัญหา และความรู้สึกของกันและกัน แล้วหาทางแก้ไขปรับปรุงเพื่อพัฒนาตนเอง ผู้วิจัยจึงนำมาใช้เป็นเครื่องมือ ในการพัฒนาความมีน้ำใจของนักเรียน

1.3 เอกสารเกี่ยวกับการให้คำปรึกษารายบุคคล (Individual Counseling)

1.3.1 ความหมายของการให้คำปรึกษารายบุคคล

แบล็คแฮม (Blackham. 1977 : 7) กล่าวว่า การให้คำปรึกษารายบุคคล เป็นความสัมพันธ์ที่มีลักษณะเฉพาะตัว ที่ให้โอกาสการเรียนรู้ รู้ลึกคิด มีประสบการณ์ และเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่น่าพึงพอใจ

คอตเทิล และคนอื่น ๆ (รพีพรรณ อักษรวัตวิวัฒน์. 2539 : 12 ; อ้างอิงมาจาก Cottle and others. 1986 : 107) ให้ความหมาย ของการให้คำปรึกษารายบุคคลว่า เป็นกระบวนการที่ผู้ให้บริการปรึกษาช่วยให้ผู้รับบริการได้เผชิญ เข้าใจ และยอมรับ ข้อมูลเกี่ยวกับตนเอง และการปฏิบัติสัมพันธ์ เพื่อที่สามารถเลือกตัดสินใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 179) ได้อธิบายความหมายของการให้คำปรึกษารายบุคคล เป็นการให้คำปรึกษาที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษา เป็น การส่วนตัวเฉพาะราย ในแต่ละครั้ง เพื่อให้เขาสามารถเข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น สามารถเผชิญปัญหาที่กำลังประสบอยู่ได้ และมีทักษะในการแก้ปัญหาด้วยตนเองได้อย่างเหมาะสม สามารถวางโครงการชีวิตของตนได้ อย่างเต็มขีดความสามารถ

จากความหมายของการให้คำปรึกษารายบุคคล ดังกล่าว สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษารายบุคคล เป็นกระบวนการช่วยเหลือ ซึ่งเกิดจากสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อม มีทักษะและความสามารถในการตัดสินใจแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ

1.3.2 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษารายบุคคล

ได้มีผู้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายการให้คำปรึกษารายบุคคล เช่น

อาร์บัคเคิล (Arbuckle. 1970 : 195) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษารายบุคคลไว้ ดังนี้

1. ช่วยแก้ปัญหาของผู้รับบริการ

2. ช่วยให้เกิดความสุขความพอใจ
3. สังคมมีความสุขความพอใจกับผู้รับบริการ
4. ช่วยให้เลือกเส้นการตัดสินใจเลือกที่คำนึงถึงแต่เพียง"ความถูกต้อง"เท่านั้น

ศิริบูรณ์ สายโรสุม (2533 : 195) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษารายบุคคล คือ การช่วยให้บุคคลตระหนักถึงตนเอง มีความรับผิดชอบต่อตนเอง สามารถเผชิญปัญหาความยากลำบาก และนำศักยภาพที่มีอยู่มาใช้ได้อย่างเต็มที่ โดยมีความสอดคล้องกับแบบการดำเนินชีวิตของตน ภายในขอบเขตทางจริยธรรมของสังคม

1.3.3 ข้อดีของการให้คำปรึกษารายบุคคล

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2529 : 411) ได้กล่าวถึงข้อดีของการให้คำปรึกษารายบุคคลไว้ ดังนี้

1. ผู้รับคำปรึกษา ได้รับความช่วยเหลือในการแก้ไขปัญหา เฉพาะของเขา จากผู้ให้คำปรึกษาโดยตรง ด้วยความละเอียด ครอบคลุม และรอบคอบอย่างเพียงพอ
2. ผู้รับคำปรึกษา เป็นจุดสนใจของผู้ให้คำปรึกษาแต่เพียงผู้เดียว ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เขาจึงเป็นผู้ควรได้รับประโยชน์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นอย่างเต็มที่
3. ผู้รับคำปรึกษา กล้าที่เปิดเผยตนเองอย่างอิสระกับผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งจะช่วยให้การวินิจฉัยปัญหา และหาทางแก้ไขปัญหามีถูกต้องรวดเร็วขึ้น
4. ผู้รับคำปรึกษา ไม่ต้องกังวลถึงความคิดเห็น และความรู้สึก หรือข้อเสนอแนะของผู้อื่น นอกจากของผู้ให้คำปรึกษาเพียงผู้เดียว ระหว่างการให้คำปรึกษา
5. ผู้รับคำปรึกษา ไม่ต้องวิตกกังวลถึงความไม่พร้อมทางด้านทักษะ ในเรื่องมนุษยสัมพันธ์ หรือบุคลิกภาพที่ไม่เหมาะสมของเขา ในการแสดงออกกับผู้อื่น เพราะเขาจะมีความสัมพันธ์เฉพาะกับผู้ให้คำปรึกษาเพียงผู้เดียว ในระหว่างการให้คำปรึกษา

1.3.4 ข้อจำกัดของการให้คำปรึกษารายบุคคล

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2529 : 412) ได้กล่าวถึงข้อจำกัดบางประการของการให้คำปรึกษารายบุคคลไว้ ดังนี้

1. ผู้รับคำปรึกษาซึ่งอยู่ในวัยรุ่น โดยทั่วไปมีความเชื่อว่า ปัญหาที่ตนประสบนั้น เพื่อนรุ่นเดียวกันจะเข้าใจ และหาทางออกให้ได้ดีกว่า ความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่ต่างวัย และต่างความคิดจากเขา
2. ผู้รับคำปรึกษา ซึ่งอยู่ในวัยรุ่น โดยธรรมชาติไม่ต้องการแสดงตนอย่างเปิดเผยว่า ไม่มีความสามารถในการแก้ไขปัญหาด้วยตนเองให้ผู้ใหญ่ได้รู้ เพราะเกรงจะเสียสถานภาพที่ตนจะถูกมองว่าเป็นเด็ก
3. ผู้รับคำปรึกษาเสียโอกาสอันดี ที่จะเสริมสร้างทักษะด้านมนุษยสัมพันธ์และการปรับตัวด้านต่าง ๆ กับเพื่อนคนอื่น ๆ ในวัยเดียวกัน ที่เผชิญปัญหาที่คล้ายคลึงกับตน
4. ผู้รับคำปรึกษา อาจเกิดความเคยชินที่จะไว้วางใจ และต้องการพึ่งพาความช่วยเหลือเฉพาะจากผู้ให้คำปรึกษาเท่านั้น
5. การให้คำปรึกษารายบุคคล เป็นกิจกรรมที่ต้องใช้เวลา และบุคลากรที่มีอยู่จำกัด ดังนั้น นักเรียนบางคนที่ต้องการได้รับการปรึกษา จึงอาจไม่ได้รับการบริการโดยทั่วถึง

จากเอกสารดังกล่าว สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษารายบุคคล เป็นกลวิธีหนึ่ง ที่เน้นในเรื่องของสัมพันธภาพในการให้คำปรึกษา ระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อม มีทักษะและความสามารถในการตัดสินใจ แก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผู้วิจัยจึงนำมาใช้เป็นเครื่องมือ ในการพัฒนาความมีน้ำใจของนักเรียน

1.4 เอกสารเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเพชฌุความจริง (Reality Therapy)

1.4.1 ภูมิหลังของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเพชฌุความจริง

วิลเลียม กลาสเซอร์ (William Glasser) จิตแพทย์ชาวอเมริกันเป็นผู้ริเริ่มวิธีการให้คำปรึกษาแบบเพชฌุความจริง (Reality Approach to Counseling) การให้คำปรึกษาแบบนี้ เป็นการผสมผสานแนวคิดของ เอลลิส (Ellis) ในเรื่องการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ (The Rational Emotive Approach to Counseling) และแนวความคิดของโรเจอร์ส (Rogers) ในเรื่องการให้คำปรึกษาแบบ

ผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง (Client Centered Counseling) การให้คำปรึกษาแบบเพชฌัญญุความจริงนี้ เป็นการให้คำปรึกษา ที่เน้นที่พฤติกรรมปัจจุบันของผู้รับคำปรึกษา เพื่อที่จะพัฒนาพฤติกรรมที่เป็นอยู่ ให้เป็นพฤติกรรมใหม่ ที่มีประสิทธิภาพ และตอบสนองความต้องการของผู้รับคำปรึกษา ภายใต้อารมณ์ของความอบอุ่นและการยอมรับ และในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้น ผู้รับคำปรึกษาจะเป็นผู้วางแผน หรือวางโครงการ ภายหลังจากที่ได้ประเมินพฤติกรรมของตนเองแล้ว อย่างมีระบบและมีเหตุผล

วัชร ทรัพย์มี (2533 : 179-180) ได้กล่าวถึง ความเป็นมาของการให้คำปรึกษาแบบเพชฌัญญุความจริงว่า เกิดจากที่กลาสเซอร์พิจารณาว่า ประสิทธิภาพของวิธีการดั้งเดิม ที่นิยมาใช้รักษาคณเฑาะ์กันอยู่นั้น ยังไม่มีประสิทธิภาพพอ จึงเริ่มคิดหาทางพัฒนาวิธีการบำบัดรักษาแบบใหม่ขึ้น และในปี ค.ศ. 1957 เขาได้พัฒนาวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วยอาชญากรด้วยวิธีการของเขาเอง โดยเน้นการฝึกให้เด็กมีความรับผิดชอบ ให้เด็กวางโครงการที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง และสัญญาว่าจะดำเนินการตามโครงการนั้น เขาจะไม่ยอมรับข้อแก้ตัวใด ๆ ทั้งสิ้นของเด็ก ถ้าเด็กไม่ปฏิบัติตามสัญญา แต่พยายามหลีกเลี่ยงการลงโทษเด็ก ผลปรากฏว่า วิธีการนี้ได้ผลดี

การให้คำปรึกษาแบบนี้ ไม่จำเป็นต้องดำเนินการในห้องแนะแนว แต่ผู้ให้คำปรึกษาอาจจะออกไปเล่นกับเด็ก เป็นตัวแบบของการเป็นคนที่มีความรับผิดชอบ ให้เด็กเห็นวิธีการของกลาสเซอร์ เป็นวิธีการที่สามารถป้องกันปัญหาพฤติกรรมของเด็กได้เป็นอย่างดี และยังส่งเสริมให้เด็กมีความรับผิดชอบ และฝึกทักษะในการคิดหาเหตุผล

1.4.2 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์และความต้องการพื้นฐานของมนุษย์

สุดฤทัย มุขยวงศา (2533 : 11-12) ได้ศึกษามโนทัศน์พื้นฐาน (Basic Concept) เกี่ยวกับธรรมชาติและความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ ดังนี้

กลาสเซอร์ และจูนิน (Glasser and Zunin. 1965 : 295-298) ได้กล่าวว่า มนุษย์แต่ละคน มีพลังแห่งการพัฒนาและงอกงาม โดยพื้นฐานแล้วบุคคลต้องการที่จะมีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ ต้องการแสดงพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ และมีความสัมพันธ์ที่มีความหมายกับบุคคลอื่น ๆ กลาสเซอร์ ได้อธิบายว่า แรงจูงใจที่ทำให้บุคคลกระทำสิ่งต่าง ๆ

เป็นสิ่งที่ถูกผลักดันมาจากภายในของบุคคลนั่นเอง ซึ่งจากประสบการณ์ของเขาเอง และจากการอภิปรายร่วมกับบุคคลอื่น ๆ เขาพบว่า พฤติกรรมต่าง ๆ ของบุคคลถูกผลักดันด้วยความต้องการพื้นฐาน 5 ประการ ได้แก่ ความต้องการการอยู่รอดตามธรรมชาติ ความต้องการความรักและความสัมพันธ์กับผู้อื่น ความต้องการอำนาจ ความต้องการเป็นอิสระ และความต้องการความสนุกสนาน การที่บุคคลจะตอบสนองความต้องการเหล่านี้ได้ ก็โดยการเข้าไปเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ในสังคม ถึงแม้ว่ามนุษย์ จะมีความต้องการพื้นฐานเหมือน ๆ กัน แต่มนุษย์ก็มีโลกส่วนตัวของเขาเอง ที่มีการพัฒนารูปแบบของการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของตนเองที่แตกต่างกัน ดังนั้น สิ่งที่สามารถตอบสนองความต้องการของบุคคลหนึ่งได้ อาจจะไม่สามารถตอบสนองความต้องการของอีกคนหนึ่งได้เช่นเดียวกัน

ความแตกต่างในการตอบสนองความต้องการพื้นฐาน ซึ่งประเมินได้จากความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับแต่ละคนมีต่อคนอื่น เป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลแต่ละคน พัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง และกำหนดเอกลักษณ์ของตนเอง (Identity) ซึ่งกลาสเซอร์ได้อธิบายถึงเอกลักษณ์ของบุคคลโดยแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. **เอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ (Success Identity)** เป็นลักษณะที่บุคคลกำหนดหรือมองเห็นว่า ตนเองมีความสามารถ ที่จะตอบสนองความต้องการของตนเอง มีคุณค่า และมีความสำคัญต่อตนเองและบุคคลอื่น มีพลังในการจัดการต่อสภาพแวดล้อม มีความรับผิดชอบ และเชื่อมั่นในการดำเนินชีวิตของตนเอง และมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลที่เกี่ยวข้อง

2. **เอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว (Failure Identity)** บุคคลประเภทนี้มักจะกำหนด หรือประเมินตนเองไปในทางลบ จากการที่ไม่สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกับผู้อื่น รู้สึกว่าตนเองไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่ต้องการ ไม่มีคุณค่า ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ไม่มีความสามารถที่จะรับผิดชอบตนเอง หรือทำตามข้อกำหนดใด ๆ ไม่มีความหวังในการดำเนินชีวิตที่ดีกว่า ปลดปล่อยให้สภาพแวดล้อม หรือบุคคลอื่นมีอิทธิพลและควบคุมชีวิต

การที่จะช่วยเหลือบุคคล โดยเฉพาะบุคคลที่มีลักษณะหรือเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว ซึ่งไม่สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้ เช่น คนป่วยที่สิ้นหวัง คนเปื้อนหนายชีวิต คนที่ติดยาเสพติด นักเรียนที่ไม่ประสบความสำเร็จในการเรียน เด็กที่มีพฤติกรรม

ก้าวร้าว ก็คือ การช่วยพวกเขาให้เปลี่ยนแปลงการกำหนดเอกลักษณ์ให้กับตนเองเสียใหม่ โดยสอนให้เขาเข้าใจถึงระบบการควบคุม ที่เขาใช้ควบคุมชีวิตตนเอง ำให้เขายอมรับในพลังของตนเอง ที่จะกระทำในสิ่งที่ดีกว่า และเริ่มต้นด้วยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ ที่จะช่วยำให้เขาสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้

กลาสเซอร์ เชื่อว่า บุคคลจะเป็นคนอย่างไร ก็ต้องดูที่การกระทำของเขา และการที่เขาทำสิ่งต่าง ๆ ตามที่เขาตัดสินใจด้วย ในกรณีที่ การดำเนินชีวิตของเขาไม่เป็นที่พึงพอใจ เขาย่อมจะสามารถตัดสินใจใหม่ หรือตัดสินใจซึ่งแตกต่างไปจากเดิมได้ เพื่อำให้สามารถทำสิ่งต่าง ๆ ที่จะช่วยำให้เกิดความพึงพอใจได้ดีกว่าเดิม

กลาสเซอร์มีความคิดคล้ายกับร็อบเจอร์ส (Rogers) ตรงที่ว่า มนุษย์นั้นมีความสามารถในการที่จะนำศักยภาพ (Potential) ทั้งหลายออกมาใช้ เพื่อการเรียนรู้และความเจริญงอกงาม บุคคลแต่ละคน จะมีความสามารถในการตัดสินใจด้วยตนเอง บุคคลจะทำอะไรก็ตาม ถ้าเขามองเห็นความสำคัญ ในการตัดสินใจมากกว่าความสำคัญของสถานการณ์ที่เขาเข้าไปเกี่ยวข้อง เขาก็จะเป็นผู้ที่ดำรงชีวิตอย่างมีความรับผิดชอบ ประสบความสำเร็จ และมีความพึงพอใจในชีวิต

คมเพชร จิตรสุภกุล (2530 : 153) ได้กล่าวถึง ธรรมชาติของมนุษย์ (View of Human Nature) ตามความเชื่อของกลาสเซอร์ที่ว่า มนุษย์มีความต้องการด้านจิตใจเพียงอย่างเดียว ตั้งแต่เกิดจนตาย และไม่ว่าจะเป็นชนชาติใด ก็จะมีความต้องการเหมือนกัน ความต้องการดังกล่าวแล้ว คือ ความต้องการมีเอกลักษณ์ (Need of an Identity) ซึ่งเป็นความต้องการของบุคคลที่อยากจะรับรู้ว่ำ ตัวเรานั้นมีความแตกต่างจากบุคคลอื่น ๆ และแยกออกจากบุคคลอื่นในโลกนี้

วัชรวิ ทรัพย์มี (2533 : 180-182) ได้อธิบายการพิจารณามนุษย์ และหลักการของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ดังนี้

1. พิจารณามนุษย์ในแง่ดี ว่ำมีความสามารถในการตัดสินใจแก้ปัญหา และการใช้วิจารณญาณเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ เขาไม่เห็นด้วยกับแนวคิดของนักการศึกษาบางคน ที่เปรียบเทียบผู้เรียนเหมือนแจกันว่างเปล่า ซึ่งครูจะนำข้อเท็จจริงและแนวความคิดต่าง ๆ ไปใส่ให้ กลาสเซอร์เชื่อว่า ครูเปรียบเหมือนผู้จัดสภาพแวดล้อม หรือกระตุ้นให้ผู้เรียนได้ใช้

ศักยภาพอย่างเต็มที่ที่ มนุษย์แต่ละคนมีความสามารถที่จะตัดสินใจได้ด้วยตนเองมากกว่าขึ้นอยู่กับอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม หรือสภาพการณ์ต่าง ๆ มนุษย์มีแรงจูงใจที่จะประสบความสำเร็จ มีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเอง และมีสัมพันธภาพอันดีต่อผู้อื่น

2. การที่มนุษย์รู้สึกว่าคุณมีความสามารถที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ได้ หรือความรู้สึกว่าคุณประสบความสำเร็จ จะสร้างกำลังใจให้คุณคลั่งใคล้ปัญหา การที่จะทำตนให้มีค่าขึ้นอยู่กับการกระทำของคุณคนนั้นเองว่า ทำสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จมากน้อยเพียงใด

3. การได้รับความรัก และมีโอกาสให้ความรักแก่ผู้อื่น เป็นความต้องการของมนุษย์ บุคคลที่รักผู้อื่นและได้รับความรักจากผู้อื่น จะรู้สึกว่าตนมีค่า กลาสเซอร์พิจารณาความรักจากการกระทำของคุณมากกว่าความรู้สึกของคุณ สำหรับชีวิตในโรงเรียนหรือในวัยเรียน "ความรัก คือ ความรับผิดชอบต่อสังคม ในอันที่เด็กยินดีช่วยเหลือผู้อื่น ที่มีปัญหาด้านสังคม และการเรียน"

ความว้าเหว่ เป็นผลมาจากการประสบความล้มเหลว ในการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น การจัดการความว้าเหว่ทำได้ โดยการที่คุณคนนั้น มีทักษะในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นด้วยความจริงใจ ซึ่งจะก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และลดความคับข้องใจ

4. ปัญหาในการปรับตัวหลายประการ เกิดจากการไร้ความสามารถในการสนองความต้องการ อาการของการปรับตัวไม่ได้จะหายไป เมื่อบุคคลสามารถสนองความต้องการของตนเองได้ บุคคลที่ไม่สามารถสนองความต้องการ มีแนวโน้มที่จะบิดเบือนสภาพความเป็นจริง เขาจะตำหนิผู้อื่น และลืมไปว่า เขามีความรับผิดชอบต่อสิ่งที่แก้ปัญหา โดยพิจารณาจากสภาพความเป็นจริง

5. แม้ว่าอารมณ์จะเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่พ้น แต่เหตุผลเป็นสิ่งสำคัญ ที่จะทำให้พฤติกรรมของคุณคนนั้นมีประสิทธิภาพ และทำให้บุคคลประสบความสำเร็จ การปล่อยให้อารมณ์มาครอบงำ จะนำไปสู่ความล้มเหลว อารมณ์ส่งผลถึงพฤติกรรม ดังนั้นการจะปรับปรุงพฤติกรรม จึงจำเป็นต้องหลีกเลี่ยงอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม

6. หลักการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง เน้นพฤติกรรมในระดับจิตสำนึก เป็นพฤติกรรมที่ได้มีการวางแผนโครงการ ไม่ได้ปล่อยชีวิตให้ล่องลอย ไม่แน่นอน แต่เน้นปัจจุบันและอนาคต

7. องค์ประกอบที่จะทำให้เกิดปรับตัวได้ดี คือ ความรับผิดชอบ ความเป็นจริง และการประนีประนอมพฤติกรรม

1.4.3 จุดประสงค์ของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเพชฌิความจริง

วัชร ทรัพย์มี (2533 : 183-184) ได้อธิบายว่า การให้คำปรึกษาแบบเพชฌิความจริง มีวัตถุประสงค์ ดังนี้ คือ

1. ช่วยให้ผู้ถูกรับผิดชอบที่จะแก้ปัญหา และมีทักษะในการคิดแก้ปัญหา โดยเพชฌิความจริง
2. ป้องกันไม่ให้ผู้ถูกรับผิดชอบชีวิตให้ล่องลอย โดยสนับสนุนให้วางโครงการในอนาคต และมีความมุ่งมั่นที่จะดำเนินการ ไปตามโครงการที่วางไว้
3. ส่งเสริมให้ผู้ถูกรับผิดชอบมีวุฒิภาวะ คือ เป็นตัวของตัวเอง และสามารถช่วยตัวเองได้
4. ช่วยให้ผู้ถูกรับผิดชอบรู้จักตนเองว่า เขาเป็นใคร เขาต้องการอะไรในชีวิต
5. ช่วยให้ผู้ถูกรับผิดชอบพบวิธีสนองความต้องการของตนเอง อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น โดยไม่กระทบกระเทือนสิทธิของผู้อื่น
6. ให้ผู้ถูกรับผิดชอบตระหนักในคุณค่าของตน โดยแนะแนวทางให้รู้จักวิธีสร้างสัมพันธภาพอันดีกับบุคคลอื่น ให้ได้รับประสบการณ์เกี่ยวกับความผูกพันทางสังคม การให้และได้รับความรักจากผู้อื่น ซึ่งจะก่อให้เกิดความรู้สึกว่าตนมีค่า
7. ช่วยให้ผู้ถูกรับผิดชอบประเมินค่านิยม รู้จักพิจารณาว่า อะไรถูก อะไรผิด สิ่งใดควรกระทำหรือพึงละเว้น

สุดฤทัย มุขยวงศา (2533 : 15-16) ได้กล่าวถึงเป้าหมายของการให้คำปรึกษาแบบเพชฌิความจริงว่า มีเป้าหมายในการช่วยบุคคล ให้พิจารณาและกำหนดเป้าหมายหรือความต้องการของตน ทั้งในปัจจุบัน และในระยะยาวอย่างชัดเจน และช่วยให้เขาได้พิจารณาสิ่งที่เป็นอุปสรรค ขัดขวางความก้าวหน้า ไปสู่เป้าหมาย หาทางเลือกและรูปแบบของพฤติกรรมใหม่ เพื่อไปสู่เป้าหมาย หรือความต้องการนั้น

พฤติกรรมที่จะทำให้ผู้ถูกรับผิดชอบ สามารถสนองความต้องการของตนเองได้ ซึ่งเป็นเป้าหมายของการให้คำปรึกษา จะต้องประกอบด้วย ความรับผิดชอบ (Responsibility)

พิจารณาความเป็นจริง (Reality) และความถูกต้อง (Right) ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ความรับผิดชอบ (Responsibility) เป็นเป้าหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง กลาสเซอร์ (สุดฤทัย มุขยวงศา. 2533 : 15-16 ; อ้างอิงมาจาก Glasser. 1965 : 13) ได้นิยามความหมายของ ความรับผิดชอบไว้ว่า "เป็นความสามารถที่จะตอบสนองความต้องการของตนเอง โดยที่ไม่เป็นการไปขัดขวางบุคคลอื่น ในการตอบสนองความต้องการของเขา" บุคคลจะเปลี่ยนแปลงได้ก็ต่อเมื่อ เขาเรียนรู้และยอมรับว่า ตัวเขาเองเป็นผู้รับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง และไม่มีใครเปลี่ยนแปลงการกระทำนั้นได้ นอกจากตัวเขา

ความเป็นจริง (Reality) การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ก็คือ การช่วยเหลือบุคคล ให้เผชิญกับความจริง ที่เกิดขึ้นในชีวิตของเขา เลิกควบคุมการรับรู้ของตนเอง และช่วยให้เขาให้เข้าใจว่า เขาสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้ ถึงแม้ว่าเขาจะต้องเผชิญกับปัญหา หรืออุปสรรคเพียงใดก็ตาม โดยการที่เขาจะต้องพิจารณาพฤติกรรมในปัจจุบันที่เป็นอุปสรรคต่อความต้องการของเขาเอง และพัฒนาแผนการที่สามารถเป็นจริงได้ เพื่อพัฒนาพฤติกรรมใหม่ที่มีความรับผิดชอบ ซึ่งสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้

ความถูกต้อง (Right) การประเมินคุณค่าพฤติกรรมปัจจุบันของตนเอง และพิจารณาผลที่ตามมาของพฤติกรรมนั้น จะทำให้บุคคลมองเห็นการกระทำของตนเองชัดเจนขึ้นมา และยินยอมที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม กลาสเซอร์ (Glasser) ได้กล่าวถึง ความถูกต้องไว้ว่า เมื่อบุคคลประพฤติในทางที่ทำให้เขาสามารถให้และรับความรัก และรู้สึกมีคุณค่าต่อตนเอง และผู้อื่น พฤติกรรมของเขาก็เป็นสิ่งที่ถูกต้องหรือชอบธรรม

คอเรย์ (จันทรรัตน์ ยี่รัชฉิริ. 2536 : 22 ; อ้างอิงมาจาก Corey. 1991 : 375-376) ได้อธิบายถึง จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ก็คือ การช่วยให้บุคคลแต่ละคน ได้พบวิธีการที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น ในการตอบสนองความต้องการของตนเอง กลาสเซอร์ได้เน้นว่า การให้คำปรึกษานั้น จะต้องประกอบไปด้วย การช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาให้เรียนรู้วิถีชีวิตของเขาใหม่อีกครั้งหนึ่ง และช่วยเหลือให้เขามีชีวิตอยู่อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น การช่วยเหลือนี้ รวมไปถึงการเผชิญหน้ากับผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้เขาได้พิจารณาในสิ่งที่เขากำลังกระทำ กำลังคิด และกำลังรู้สึก เพื่อที่จะคิดหาวิธีการที่ดีกว่า สำหรับตนเองที่จะปฏิบัติ

การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง จะให้ความสนใจในสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษามีสติรับรู้ และต่อจากนั้นก็ช่วยเขา ให้มีระดับความรู้ตัวมากยิ่งขึ้น เช่น ผู้รับคำปรึกษาที่รู้ถึงพฤติกรรมที่ไร้ประสิทธิภาพ ที่ตนปฏิบัติอยู่ เขาต้องเปิดกว้างมากขึ้นที่จะเรียนรู้ทางเลือกอื่น ๆ ในการปฏิบัติ การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงนี้ แตกต่างจากการให้คำปรึกษาอื่น ๆ ตรงที่ การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง เกี่ยวข้องกับการสอนให้คนอยู่ในโลกด้วยวิถีทางที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น หัวใจของการให้คำปรึกษา ก็คือ การช่วยผู้รับคำปรึกษาได้ประเมินความต้องการของเขาว่า สามารถเป็นไปได้จริงหรือไม่ และการปฏิบัติของเขา สามารถทำให้เขาสามารถสนองตอบความต้องการของตนได้หรือไม่ ผู้รับคำปรึกษาจะเป็นผู้ตัดสินใจว่า สิ่งที่เขากำลังกระทำอยู่นั้น ทำให้เขาได้รับในสิ่งที่เขาต้องการหรือไม่ และสิ่งไหนที่สมควรได้รับการเปลี่ยนแปลง ถ้ามีสิ่งที่จะต้องเปลี่ยนแปลง เขาต้องมีความเต็มใจที่จะทำ

1.4.4 ลักษณะบทบาทและหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง

วัชร ทรัพย์มี (2533 : 184) ได้สรุปลักษณะและบทบาทของผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง ดังนี้

1. เป็นผู้ชอบติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ สนใจบุคคลอื่น ไม่ใช่เก็บตัวอยู่เฉพาะในห้องแนะแนวเท่านั้น
2. เป็นผู้ที่มีความเชื่อว่า การช่วยให้บุคคลเผชิญความจริง เป็นวิธีการช่วยให้บุคคลเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ
3. เป็นผู้ที่มีความเต็มใจจะเปิดเผย และอภิปรายเรื่องต่าง ๆ กับผู้รับคำปรึกษา ตลอดจนให้ความอบอุ่น เป็นมิตร เปิดเผย มีความจริงใจ และมองโลกในแง่ดี
4. ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเป็นคนที่มีความรับผิดชอบในการสนองความต้องการของตน โดยไม่ละเมิดสิทธิของบุคคลอื่น
5. ในการให้ความช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องสร้างสัมพันธภาพอันใกล้ชิดกับผู้รับคำปรึกษา
6. ผู้ให้คำปรึกษาจะสอนวิธีที่ควรประพฤติปฏิบัติแก่ผู้รับคำปรึกษา ด้วยการสอนโดยตรง ด้วยการเป็นตัวแบบให้ หรือโดยการสนทนากันในเรื่องจิภาละ ตั้งแต่ข่าวสดประจำวัน ชีวิตแต่งงาน ศาสนา และประเด็นที่น่าสนใจต่าง ๆ

7. ผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษาจะช่วยกันวางโครงการ เพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และสนับสนุนให้ผู้รับบริการ มีความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติตามโครงการที่วางไว้ โดยไม่มีข้อแก้ตัวใด ๆ ทั้งสิ้น

คมเพชร จิตรสุภกุล (2530 : 162-163) ได้อธิบายถึงหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาว่า ผู้ให้คำปรึกษาจะมีลักษณะเป็นครูซักถามสิ่งต่างๆ มากมาย เกี่ยวกับพฤติกรรมปัจจุบันของผู้มีปัญหา คำถามเหล่านี้ จะนำไปสู่การรับรู้ถึงพฤติกรรมที่เป็นปัญหา การตัดสินใจคุณค่าของพฤติกรรมของผู้มีปัญหา ตลอดจนการวางแผนชีวิตอย่างมีความรับผิดชอบ การพูดคุยสนทนาของผู้ให้คำปรึกษา จะมีลักษณะของความกระตือรือร้น เขาจะพูดคุยเรื่องต่าง ๆ แม้จะไม่เกี่ยวข้องกับสิ่งที่ปัญหา บางทีจะใช้อารมณ์ขันเข้ามาแทรก แต่ผู้ให้คำปรึกษาจะไม่ใช้คำพูดที่เยาะเย้ยเสียดสีผู้มีปัญหา ในกรณีที่ผู้มีความทุกข์ทำอะไรไม่สำเร็จและพยายามแก้ตัว ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้เทคนิคการเผชิญความจริง เพราะเป็นการไม่ยอมรับข้อแก้ตัว

ในการช่วยให้บุคคลที่มีปัญหาพัฒนาความสามารถ ที่เกี่ยวข้องกับบุคคลอื่น ๆ ได้ นั้น ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีลักษณะต่าง ๆ ตามความคิดของ กลาสเซอร์ ดังต่อไปนี้

1. ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเป็นผู้ที่รับผิดชอบ เป็นผู้มีความอดทน มีความสนใจในสิ่งต่าง ๆ มีความแตกต่างจากคนอื่น ๆ และไวต่อความรู้สึกของผู้มีปัญหา
2. สามารถสนองความต้องการของตนเองได้ มีความเต็มใจ ในการที่จะแข่งขัน หรือต่อสู้กับบุคคลอื่น ๆ
3. สามารถสื่อสารความเห็นอกเห็นใจ และการยอมรับให้ผู้มีปัญหาเข้าใจได้ดี โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ผู้ที่มีปัญหาในเรื่องของการมีเอกลักษณ์แห่งตนที่ล้มเหลว หรือผู้ที่อยู่อย่างโดดเดี่ยว
4. สิ่งที่สำคัญประการสุดท้าย คือ สามารถเข้าไปเกี่ยวข้องกับทางอารมณ์กับผู้มีปัญหาได้ แต่จะต้องเป็นไปในลักษณะการช่วยเหลือ ไม่เข้าทำลาย

คอเรีย (จันทรรัตน์ ยี่ริญศิริ. 2536: 24 ; อ้างอิงมาจาก Corey. 1991 : 376) ได้อธิบายถึง บทบาทและหน้าที่ ของผู้ให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงว่า ภาระของผู้ให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง คือ การเข้าไปเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับผู้รับคำปรึกษา

และการพัฒนาสัมพันธภาพกับผู้รับคำปรึกษา ซึ่งการกระทำนี้ จะเป็นการวางรากฐานไปสู่กระบวนการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะทำหน้าที่ในฐานะครูผู้หนึ่ง ด้วยการเป็นผู้มีความคล่องแคล่วในการให้คำปรึกษา ในการช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษา ให้กำหนดแผนการปฏิบัติ ในการเสนอให้ผู้รับคำปรึกษาปฏิบัติตน ตามทางเลือกอื่น ๆ รวมทั้งการเสนอให้ผู้รับคำปรึกษาปฏิบัติตามกฎเกณฑ์

ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้คำถามพื้นฐาน ของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง เพื่อถามผู้รับคำปรึกษา ดังนี้ "สิ่งที่คุณกำลังเลือกที่จะกระทำนี้ สามารถทำให้คุณได้รับสิ่งที่คุณต้องการหรือไม่ ?" ถ้าผู้รับคำปรึกษาพิจารณาว่า สิ่งที่เขากำลังทำนั้น ไม่สามารถตอบสนองความต้องการของเขาได้ ผู้ให้คำปรึกษาต้องแนะนำทางเลือกอื่นในการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษาอาจจะต้องเสนอให้ผู้รับคำปรึกษา เรียนรู้วิธีที่จะสร้างความสำเร็จ ด้วยการสานึกและรับผิดชอบในสิ่งที่เขาเองเป็นผู้เลือกด้วย

บทบาทและหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษา

1. จัดหาแบบอย่างของพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ และแบบอย่างของชีวิต โดยยึดตามพื้นฐานของความสำนึกเฉพาะตน
2. สร้างสายสัมพันธ์ ซึ่งมีพื้นฐานอยู่บนความเอาใจใส่ และความเคารพ
3. สนใจในกำลังและศักยภาพของแต่ละบุคคล ซึ่งจะนำไปสู่ความสำเร็จ
4. สนับสนุนการพิจารณาพฤติกรรมปัจจุบันของผู้รับคำปรึกษา รวมทั้งการห้ามปรามการแก้ตัว สำหรับพฤติกรรมที่ไม่มีความรับผิดชอบ หรือพฤติกรรมที่ไร้ประสิทธิภาพ
5. แนะนำและสนับสนุนกระบวนการประเมินพฤติกรรมตามสภาพความเป็นจริง เพื่อให้บรรลุตามความต้องการ
6. เสนอให้ผู้รับคำปรึกษา กำหนดแผนการปฏิบัติ และดำเนินการตามแผนที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
7. สร้างโครงร่าง และขอบเขตสำหรับการให้คำปรึกษา
8. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา พบวิถีทางที่จะสนองความต้องการของตนเอง และปฏิเสธที่จะให้ผู้รับคำปรึกษาล้มเลิกความตั้งใจอย่างง่ายดาย แม้ว่าผู้รับคำปรึกษาจะเกิดความรู้สึกท้อใจ

1.4.5 กลวิธีและเทคนิคในการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเพชฌิความจริง

กลาสเซอร์ได้พัฒนาเทคนิค และวิธีการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเพชฌิความจริงของเขา จากประสบการณ์ในการบำบัดเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์อื่น ๆ เช่น การให้คำปรึกษา การเรียนการสอน และใช้ในชีวิตประจำวันของคนทั่วไป โดยมีหลักการสำคัญ 8 ประการ ที่มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และจะต้องปฏิบัติรวมกันไปตลอดกระบวนการ

สุดฤทัย มุขยวงศา (2533 : 16-19) ได้อธิบายถึงหลักการ 8 ประการ ดังนี้

1. การสร้างสัมพันธภาพของการให้คำปรึกษา ด้วยความสัมพันธ์ที่เป็นส่วนตัว ความอบอุ่น เข้าใจ ใส่ใจ ยอมรับ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องสร้างความเชื่อถือของเขาให้ผู้รับคำปรึกษาเห็น โดยการแสดงความผูกพันอย่างจริงจัง และห่วงใยต่อเขา มองเขาในทัศนะที่เขาไม่เคยมองตนเองมาก่อนว่า เขาสามารถเปลี่ยนแปลงเป็นบุคคลที่ประสบความสำเร็จ และมีความรับผิดชอบ
2. การเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาจะชักชวนผู้รับคำปรึกษาพิจารณาพฤติกรรมที่เป็นสาเหตุ หรือส่งเสริมความรู้สึกที่ไม่ดี ช่วยให้เราเรียนรู้ว่า เรามีความสามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตของตนเองให้ดีขึ้นได้ ด้วยการควบคุมพฤติกรรมของตนเอง สามารถตัดสินใจเลือกด้วยตนเอง การรับรู้ต่อพฤติกรรมที่ตนเองกำลังทำอยู่ เป็นวิธีการที่บุคคลจะพัฒนาภาพพจน์ที่ดีของตนเอง ดังนั้นการเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบัน จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาพัฒนาทางเลือกใหม่ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง และมีพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบต่อตนเองมากขึ้น
3. การประเมินพฤติกรรม เมื่อผู้รับคำปรึกษาได้พิจารณาถึงพฤติกรรม ที่เขากระทำอยู่ และผลของพฤติกรรมนั้นแล้ว ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยทำให้เขาประเมินว่า พฤติกรรมนั้น กำลังนำไปสู่ความสำเร็จ หรือความล้มเหลว สิ่งสำคัญก็คือ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องไม่เป็นผู้ตัดสินพฤติกรรม หรือแสดงทัศนคติในเชิงวิพากษ์วิจารณ์ ในการประเมินพฤติกรรมจะต้องเน้นที่การวิจารณ์เฉพาะพฤติกรรมเท่านั้น ซึ่งเป็นสิ่งที่แก้ไขปรับปรุงได้
4. การพัฒนาแผนการเพื่อเปลี่ยนแปลง หลังจากผู้รับคำปรึกษาได้ประเมินพฤติกรรมของตนเอง และตัดสินใจที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้น ๆ ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยเขา

ในการพิจารณาทางเลือกอื่น ๆ เพื่อหาพฤติกรรมที่สามารถสนองความต้องการของตนเองได้ และช่วยเขาในการวางแผนการเพื่อการเปลี่ยนแปลง โดยการกำหนดเป้าหมายระยะสั้น ที่สามารถปฏิบัติได้ และมีโอกาสที่จะสำเร็จ การวางแผนปฏิบัติจะต้องมีลักษณะเฉพาะเจาะจง ชัดเจน วัดได้ และต้องยืดหยุ่น สามารถปรับได้ตามความเหมาะสม

5. ข้อผูกมัด แผนการที่กำหนดไว้เพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม จะดำเนินไปได้ ก็ต่อเมื่อผู้รับคำปรึกษาเต็มใจที่จะลงมือปฏิบัติ ในการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเพชฌัญญ์ความจริง จึงมีการผูกมัดตนเอง ที่จะทำตามแผนการ โดยให้ผู้รับคำปรึกษาเขียนเป็นรูปสัญญา เพื่อช่วยให้ตนเองปฏิบัติตามแผนการนั้น ถ้าหากผู้รับคำปรึกษาหลีกเลี่ยง หรือไม่ยินยอมผูกมัดตนเอง ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องไม่รีบบังคับให้เขาเปลี่ยนใจ แต่จะต้องให้เขาค้นหาว่า อะไรที่เป็นอุปสรรคขัดขวางเขา ผู้รับคำปรึกษาบางคนคิดว่า ตนเองไม่สามารถเปลี่ยนแปลง ไม่สามารถทำตามที่ได้ตัดสินใจ และยินยอมเป็นคนล้มเหลว ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องช่วยให้เขาพิจารณาผลของการไม่ยอมเปลี่ยนแปลง และแนะนำเขาให้วางแผนการช่วงสั้น ที่สามารถปฏิบัติได้ง่าย ๆ สิ่งที่ต้องคำนึงถึง คือ แผนการที่ผู้รับคำปรึกษาผูกมัดตนเองที่จะทำตาม จะต้องเป็นเหตุเป็นผลและมีความเป็นไปได้ เพราะถ้าไม่สามารถทำตามข้อผูกมัดนั้นได้ เขาจะเพิ่มความสับสนและความรู้สึกล้มเหลวมากขึ้น

6. การไม่ยอมรับข้อแก้ตัว กลาสเซอร์ และจูนิน (Glasser and Zunin) เห็นว่า การแก้ตัวเป็นการหลอกลวงตนเอง ในกรณีที่ผู้รับคำปรึกษา ไม่สามารถทำตามข้อผูกมัดของตนเองได้ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องไม่รับฟังข้อแก้ตัว หรือเหตุผลในความล้มเหลว ไม่มีการตำหนิ หรือค้นหาข้อผิดพลาด แต่จะต้องแสดงความห่วงใยต่อผู้รับคำปรึกษาอย่างแท้จริง ช่วยเขาให้เห็นความจริงที่ว่า เขาเท่านั้นที่จะเป็นผู้รับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง ให้กำลังใจ ช่วยเขาประเมิน และปรับปรุงแผนการของเขาให้เหมาะสมมากขึ้น

7. ไม่ใช้การลงโทษ เมื่อผู้รับคำปรึกษาไม่สามารถทำตามข้อผูกมัดของตนเอง ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องกระตุ้นให้เขาประเมินตนเองอีกครั้ง เพื่อพิจารณาว่า เขายังต้องการที่จะทำตามข้อผูกมัดนั้นหรือไม่

8. การไม่ยอมล้มเลิกความตั้งใจ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเชื่อมั่นในตัวผู้รับคำปรึกษาว่า เขาสามารถเปลี่ยนแปลงและพัฒนาพฤติกรรมใหม่ได้ แม้ว่าบางคนอาจจะต้องใช้

เวลานานมาก เพราะบุคคลที่มีเอกลักษณ์ของความล้มเหลว มักจะคิดว่าคนอื่น ๆ ล้มเหลวในตัวของเขา และไม่เชื่อว่าพวกเขามีความสามารถที่จะปรับปรุงตนเองได้ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเป็นตัวอย่างของการไม่ยอมล้มเลิกความตั้งใจ และผูกพันตนเองที่จะช่วยเหลือเขา และกระตุ้นความรู้สึกมั่นใจในตนเอง เมื่อผู้รับคำปรึกษาเชื่อมั่นว่า ผู้ให้คำปรึกษาไม่รู้สึกสิ้นหวังในตัวเขาแล้ว เขาจะไม่รู้สึกโดดเดี่ยว สามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง และรู้ว่าเขามีความสามารถที่จะแก้ไขปัญหา และเปลี่ยนแปลงสิ่งที่เขาคิด รู้สึก และกระทำได้

คอเรย์ (จันทร์รัตน์ ยี่ริทธิ์ศิริ, 2537:28-34 ; อ้างอิงมาจาก Corey, 1991 : 379-383) ได้กล่าวถึงหลักการในการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง ดังนี้

1. สำรวจความต้องการ และการรับรู้ของผู้รับคำปรึกษา (Exploring wants, needs and perceptions) ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้ทักษะในการตั้งคำถาม เพื่อกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตระหนักถึงความต้องการของตนเอง ตลอดจนวิธีการในการตอบสนองความต้องการ ส่วนหนึ่งของการให้คำปรึกษา จะประกอบไปด้วย การสำรวจสภาพต่าง ๆ ของผู้รับคำปรึกษา รวมทั้งการกำหนดพฤติกรรมของตนเอง เพื่อให้ความต้องการของเขาใกล้เคียงกับความเป็นจริง ทักษะของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง คือการไม่วิพากษ์วิจารณ์ แต่จะยอมรับผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้เขาได้เปิดเผยโลกส่วนตัวของเขา ทำให้ผู้รับคำปรึกษามีโอกาสได้สำรวจชีวิตของเขา ในทุก ๆ ด้าน รวมทั้งสิ่งที่เขาต้องการจากครอบครัว เพื่อนและงาน ยิ่งไปกว่านั้นก็คือ เขามีความคาดหวัง และต้องการสิ่งใดจากผู้ให้คำปรึกษาและจากตนเอง

การสำรวจนี้ ควรจะกระทำอย่างต่อเนื่อง ตลอดกระบวนการให้คำปรึกษา เพราะสภาพต่าง ๆ ในชีวิตของผู้รับคำปรึกษา อาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ คำถามที่มีประโยชน์ในการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา สามารถหาข้อสรุปได้อย่างแน่นอนว่า อะไรคือสิ่งที่เขาต้องการก็คือ "ถ้าคุณเป็นคนที่ต้องการจะเป็นได้ คุณจะเป็นคนแบบไหน" "ถ้าคุณสามารถมีในสิ่งที่คุณต้องการจะมีได้ คุณอยากมีอะไร" "ครอบครัวของคุณจะเป็นอย่างไร ถ้ายังเอื้อความต้องการของคุณและของเขาเป็นสิ่งที่เดียวกันพอดี" "คุณคิดว่าคุณกำลังทำอะไรอยู่ ถ้าในขณะที่คุณกำลังมีชีวิตอยู่บนเส้นทางที่คุณปรารถนา" ภายหลังการสำรวจเสร็จสิ้นแล้ว ให้ผู้รับคำปรึกษาพิจารณาพฤติกรรมของเขา เพื่อตัดสินใจว่าสิ่งที่เขากำลังกระทำอยู่นี้ จะนำเขาไปสู่ความต้องการของเขาได้หรือไม่

2. เฟ่งความสนใจที่พฤติกรรมปัจจุบัน (Focus on current behavior)

การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง จะเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบัน และจะสนใจเรื่องราวในอดีต ก็เพียงแต่เฉพาะในแง่มุม ที่ส่งผลกระทบมาถึงพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษาในปัจจุบันเท่านั้น การเฟ่งความสนใจที่พฤติกรรมปัจจุบันนี้ ทาได้โดยการใช้คำถามที่มีกาข้ออยู่บ่อย ๆ สำหรับผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีนี้ คือ "คุณกำลังทำอะไร" แม้ว่าปัญหาหลายปัญหาอาจมีรากฐานมาจากอดีตก็ตาม แต่ผู้รับคำปรึกษาจำเป็นต้องเรียนรู้วิธีที่จัดการกับปัญหาเหล่านั้น ในปัจจุบันด้วย ทางเลือกที่ดีกว่า เพื่อที่จะนำเขาไปสู่ความต้องการได้สำเร็จ กลาสเซอร์ (Glasser. 1989 : 263-265) กล่าวว่า ความล้มเหลวในอดีต จะเป็นเช่นนั้น ไม่สำคัญ เพราะไม่ว่าผู้ให้คำปรึกษาหรือผู้รับคำปรึกษา ก็ไม่สามารถจะจัดการอะไรกับสิ่งเหล่านั้นได้ สิ่งที่สามารถทำได้ในปัจจุบัน ก็คือ การช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสร้างทางเลือกใหม่ที่น่าพอใจกว่า การในอดีตมาอธิบายนั้น สามารถทำได้ในจุดประสงค์ เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้วางแผนสำหรับอนาคตที่ดีขึ้น ภาระของผู้ให้คำปรึกษา ก็คือ การมุ่งหน้า ที่จะให้ผู้รับคำปรึกษาจัดการกับสถานการณ์ในปัจจุบันของตนเอง

ในตอนเริ่มต้นของการให้คำปรึกษานั้น จำเป็นจะต้องพูดคุยกับผู้รับคำปรึกษาให้ครอบคลุมเกี่ยวกับชีวิตของเขา การสำรวจนี้จะเป็นขั้นเริ่มต้น ที่จะนำไปสู่การประเมินในขั้นต่อไปว่า สิ่งต่าง ๆ นี้ นำเขาไปสู่ทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ ผู้ให้คำปรึกษาทำหน้าที่โดยการถือกระจกตรงหน้าผู้รับคำปรึกษา พร้อมทั้งถามว่า "คุณมองเห็นอะไรเกี่ยวกับตนเองในปัจจุบันและอนาคตบ้าง" การสะท้อนความรู้สึกนี้ จะทำให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความกระจ่างแจ้ง

การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง จะเฟ่งความสนใจที่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในปัจจุบัน ไม่เพียงแต่การเปลี่ยนทัศนคติและความรู้สึกเท่านั้น แต่ไม่ได้หมายความว่า ทัศนคติไม่มีความสำคัญ แต่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เป็นสิ่งที่ทำได้ง่ายกว่าการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และถือว่าเป็นคุณค่า ในกระบวนการให้คำปรึกษา แม้ว่าการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง จะมีการกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาอธิบายถึงความรู้สึกอยู่บ้าง ก็เพื่อที่จะเน้นให้ผู้รับคำปรึกษา เกิดความกระจ่างแจ้งในการกระทำ และผลที่ได้รับจากการกระทำนั้น ผู้ให้คำปรึกษาจะสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษามีความคิด และการกระทำที่สอดคล้องกับความรู้สึก จุดมุ่งหมาย ก็คือ การช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา เข้าใจในความรับผิดชอบต่อความรู้สึกของตนเอง

คำถามที่อาจจะนำมาใช้ถามก็คือ "คุณกำลังทำอะไรอยู่" "ในสัปดาห์ที่ผ่านมา คุณได้ทำอะไร เช่นเดียวกับที่กำลังทำอยู่บ้าง" "อะไรทำให้คุณไม่สามารถทำในสิ่งที่คุณต้องการทำ" "คุณจะทำอะไรในวันพรุ่งนี้บ้าง"

การรับฟังผู้รับคำปรึกษาเข้าถึงความรู้สึกสามารถทำได้ ในกรณีที่ความรู้สึกนั้นเกี่ยวข้องกับสิ่งที่เขากำลังทำอยู่ เมื่อผู้รับคำปรึกษาพูดถึงความรู้สึกที่เป็นปัญหา ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องสนใจมากกว่า ที่จะกระตุ้นให้เขาเปลี่ยนสิ่งที่เขากำลังทำหรือกำลังคิด การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง มุ่งที่จะให้ผู้รับคำปรึกษา เกิดความตระหนักรู้เกี่ยวกับผลของพฤติกรรมในปัจจุบัน เพราะกระบวนการช่วยเหลือนี้ เป็นการช่วยให้บุคคลได้รับในสิ่งที่เขาต้องการ และเป็นการพัฒนาภาพพจน์ของตนเองให้ดีขึ้นด้วย

3. ให้ผู้รับคำปรึกษาประเมินพฤติกรรม (Getting clients to evaluate their behavior) ประเด็นสำคัญ ของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง ก็คือ การใช้คำถาม เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ประเมินค่าพฤติกรรมของตนเองว่า "พฤติกรรมในปัจจุบันของคุณ ทำให้คุณสมหวังในสิ่งที่ต้องการหรือไม่ และพฤติกรรมนี้จะนำคุณไปสู่ทิศทางที่ต้องการหรือไม่"

ทักษะในการตั้งคำถามของผู้ให้คำปรึกษา จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาประเมินพฤติกรรมของตนเองได้ เช่น "สิ่งที่คุณกำลังทำอยู่นี้ ทำให้คุณมีความสุขหรือมีความทุกข์" "สิ่งที่คุณกำลังทำอยู่นี้ เป็นสิ่งที่คุณต้องการจะทำหรือไม่" "สิ่งที่คุณกำลังทำอยู่นี้ เป็นการขัดต่อระเบียบหรือไม่" "คุณจะให้สัญญาว่าจะปฏิบัติตนอย่างไร ในกระบวนการให้คำปรึกษา และจะปฏิบัติตนอย่างไร เพื่อที่จะเปลี่ยนแปลงชีวิตของตนเอง" ผู้ให้คำปรึกษาสามารถที่จะกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาดัดสินคุณค่าได้ โดยการถามเขาเกี่ยวกับความต้องการ การรับรู้และผลของพฤติกรรม เป็นภาระของผู้ให้คำปรึกษา ที่จะเผชิญหน้ากับผู้รับคำปรึกษา เกี่ยวกับผลกระทบที่เกิดจากพฤติกรรมของเขา และทำให้เขาดัดสินคุณค่าพฤติกรรมของเขา ถ้าปราศจากการประเมินตนเองนี้ ผู้รับคำปรึกษาจะไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้

การที่ผู้ให้คำปรึกษาประเมินผล อันเกิดจากพฤติกรรมของเขาแต่ละพฤติกรรม เป็นงานหลัก ในการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง กระบวนการประเมินการกระทำ ความคิด ความรู้สึก และผลของการกระทำแต่ละพฤติกรรม จะต้องอยู่ภายในขอบข่ายความ

รับผิดชอบของผู้รับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาที่ตรงระวัง ที่จะไม่รับเป็นความรับผิดชอบของตน ต่อคำตอบเหล่านั้นของผู้รับคำปรึกษา

ในตอนเริ่มต้นการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงนั้น ผู้ให้คำปรึกษาสามารถที่จะแนะนำทางผู้รับคำปรึกษาได้บ้าง เพื่อช่วยให้เขาได้ตระหนักถึงพฤติกรรมต่าง ๆ ที่ไม่มีประสิทธิภาพ และในการทำงานร่วมกับผู้รับคำปรึกษา ที่อยู่ในภาวะวิกฤติ ในบางครั้งก็มีความจำเป็นที่จะต้องแนะนำโดยตรงว่า สิ่งใดควรทำสิ่งใดไม่ควรทำ

ผู้รับคำปรึกษาบางคนยืนยันว่า เขาไม่มีปัญหา และพฤติกรรมของเขาก็ไม่ได้ทำให้เขาประสบกับปัญหา ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องระลึกไว้ว่า เขาประพติดตนไปตามการรับรู้ของเขา การให้คำปรึกษาจะไม่สามารถประสบความสำเร็จได้ นอกเสียจากผู้ให้คำปรึกษาจะสามารถยอมรับว่า สิ่งที่ผู้รับคำปรึกษาได้รับรู้ นั้น แตกต่างกันโดยสิ้นเชิงจากสิ่งที่ผู้ให้คำปรึกษาและผู้ใกล้ชิดผู้รับคำปรึกษาได้รับรู้ ในกรณีเช่นนี้ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องอาศัยทักษะในการตั้งคำถาม ความอดทนเป็นสิ่งสำคัญ ในกรณีที่พบผู้รับคำปรึกษาที่มีความยุ่งยาก ต้องอาศัยเวลาในการทำ ให้เขาตระหนักในพฤติกรรมของตนเองว่า ไม่สามารถทำให้เขาได้รับในสิ่งที่เขาต้องการได้ และไม่สามารถนำเขาไปสู่ทิศทางที่เขาต้องการได้

4. การวางแผนและข้อผูกพัน (Planning and commitment) เมื่อผู้รับคำปรึกษาตัดสินใจได้แล้วว่า อะไรคือสิ่งที่เขาต้องการจะเปลี่ยนแปลง เขาจะต้องเตรียมพร้อมที่จะสำรวจพฤติกรรมทางบวกอื่น ๆ และกำหนดแผนการปฏิบัติ ภายหลังจากแผนได้ถูกกำหนดลงภายใต้ความร่วมมือ ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา แล้วจะต้องทำข้อผูกพันเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้

งานที่สำคัญ สำหรับการให้คำปรึกษา ก็คือ การช่วยให้ผู้รับคำปรึกษากำหนดแนวทางที่จะตอบสนองความต้องการของตนเอง กระบวนการของการวางแผน ตลอดจนการดำเนินการตามแผนการนั้น คือ วิธีที่ผู้รับคำปรึกษาควบคุมชีวิตของตนเอง วิธีนี้ถือว่าเป็นสิ่งที่ดีที่สุด ที่ได้เตรียมการให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับข้อมูลใหม่ และช่วยให้เขาได้ค้นพบทางเลือกใหม่ที่มีประสิทธิภาพ ที่สามารถตอบสนองความต้องการของเขาได้ จุดมุ่งหมายของการวางแผน คือ การเตรียมการเพื่อประสบการณ์แห่งความสำเร็จ ในระยะนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษานึกถึงความรับผิดชอบในการเลือก และการปฏิบัติของตนเองอย่างต่อเนื่อง เพื่อเตือน

าให้ผู้รับคำปรึกษาทราบว่า ไม่มีผู้ใดในโลกที่จะทำทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อเขา หรือมีชีวิตอยู่เพื่อเขา

ลักษณะของการวางแผนมีลักษณะ ดังนี้

1. แผนนั้นควรจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตของความสามารถของผู้รับคำปรึกษาแต่ละคน ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องช่วยชี้แนะให้แผนนั้น มีความสัมพันธ์กับความต้องการที่จะตอบสนองของเขา
2. แผนที่ดีจะต้องเข้าใจง่าย แม้ว่าผู้รับคำปรึกษา จะต้องการแผนที่มีความเฉพาะเจาะจง เห็นได้ชัดเจน ประเมินผลได้ ก็ควรที่จะมีการยืดหยุ่น และเปิดโอกาสให้เปลี่ยนแปลงแก้ไขได้
3. แผนนั้นควรเป็นแผนที่สามารถปฏิบัติได้จริง ผู้ให้คำปรึกษาสามารถช่วยาให้ผู้รับคำปรึกษาเห็นว่า แม้จะเป็นเพียงแผนเล็ก ๆ แต่ก็ช่วยาให้เขาเปลี่ยนแปลงไปตามที่ ต้องการได้อย่างมีขั้นตอน
4. แผนนั้นควรจะต้องมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมที่ดี และกำหนดสิ่งให้ผู้รับคำปรึกษา มีความเต็มใจที่จะทำ
5. ผู้ให้คำปรึกษาควรจะต้องกระตุ้นผู้รับคำปรึกษาให้ปฏิบัติตามแผน โดยไม่ต้อง ขึ้นอยู่กับผู้ใด แผนที่สร้างขึ้นมา โดยขึ้นอยู่กับผู้อื่น เปรียบเหมือนเรือที่เ็นอาจแล่นได้เอง หาก ต้องอาศัยความเมตตาจากมหาสมุทรนั่นเอง
6. แผนที่มีประสิทธิภาพ คือ แผนที่ต้องทำซ้ำได้เหมาะสมที่จะใช้ปฏิบัติได้ทุกวัน
7. แผนนั้นควรเป็นแผนที่สามารถจะปฏิบัติได้นานเท่าที่ต้องการ ผู้ให้คำ ปรึกษาสามารถถามผู้รับคำปรึกษาได้ว่า "วันนี้คุณตั้งใจที่จะทำอะไร เพื่อเป็นการเริ่มต้น ในการเปลี่ยนแปลงชีวิตของคุณ" "คุณพูดว่า คุณอยากจะหยุดความเศร้าโศกเสียใจ แล้ว ตอนนี้คุณกำลังทำอะไร เพื่อที่จะให้บรรลุเป้าหมายนั้น"
8. แผนที่มีประสิทธิภาพ จะต้องเกี่ยวข้องกับกิจกรรม เช่น ผู้รับคำปรึกษา วางแผนต่าง ๆ ดังนี้ ทำงาน เขียนจดหมายถึงเพื่อน ผักโยคะ สละเวลาสัปดาห์ละ 2 ชั่วโมง เพื่อทำงานอาสาสมัคร ฯลฯ
9. ก่อนที่ผู้รับคำปรึกษาจะปฏิบัติตามแผนนั้น ควราให้เขาประเมินแผนนี้ กำหนดไว้ว่า สามารถปฏิบัติได้จริงหรือไม่ มีความสัมพันธ์กับความต้องการของเขาหรือไม่

และภายหลังจากการนำเสนอแบบปฏิบัติจริงแล้ว การนำเสนอมาประเมินใหม่อีกครั้งหนึ่ง ก็ยังคงเป็นประโยชน์ ผู้ให้คำปรึกษาจำเป็นต้องถามผู้รับคำปรึกษาว่า "แผนของคุณสามารถช่วยคุณได้หรือไม่" ถ้าหากแผนนั้นนำเข้ามาได้แล้ว จะต้องมีการกลับไปประเมินใหม่ และพิจารณาทางเลือกใหม่

10. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาผูกพันตนเองกับแผนที่ตนเองกำหนดไว้ จะต้องให้เขาเขียนข้อผูกพันด้วยความตั้งใจ ที่จะปฏิบัติตามแผน และแผนที่วางไว้จะไม่มีผลความหมาย ถ้าหากปราศจากข้อผูกพันของผู้รับคำปรึกษาที่จะปฏิบัติตาม

กลวิธีและเทคนิคการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ที่กล่าวมาข้างต้นนั้น มีจุดมุ่งหมายหลัก เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถนำตนเองได้ มีความรับผิดชอบและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เป็นไปในทางที่เหมาะสม สอดคล้องกับความต้องการของตนเอง

เทคนิคพิเศษในการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง

คอเรีย (Corey. 1991 : 383-385) ได้อธิบายถึงเทคนิคพิเศษในการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ดังนี้

1. ศิลปะในการตั้งคำถามด้วยความชำนาญ

เพราะเหตุว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ใช้การตั้งคำถามมากกว่าการให้คำปรึกษาอื่น ๆ ผู้ให้คำปรึกษาจึงมีความจำเป็นต้องพัฒนาทักษะในการตั้งคำถาม ให้กว้างขวาง วัตถุประสงค์หลัก 4 ประการของการใช้คำถาม ก็คือ เพื่อเข้าไปสู่โลกส่วนตัวของผู้รับคำปรึกษา เพื่อรวบรวมข้อมูล เพื่อให้ข้อมูล และเพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา สามารถควบคุมวิถีชีวิตของเขาได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

มักพบว่า ผู้ให้คำปรึกษานำการตั้งคำถามไปใช้อย่างไม่ถูกต้อง โดยเฉพาะผู้ให้คำปรึกษาที่ขาดประสบการณ์ คำถามบิดถูกนำมาใช้มากเกินไป และมักส่งผลให้เกิดการใช้กลไกป้องกันตนเอง ส่วนคำถามเปิดที่ใช้อย่างถูกต้องจังหวะ จะสามารถทำให้ผู้รับคำปรึกษาได้คิดทบทวนเกี่ยวกับสิ่งที่เขาต้องการ และได้ประเมินพฤติกรรมของตนเองว่า สามารถนำเขาไปสู่ทิศทางที่ต้องการหรือไม่

2. เทคนิคการช่วยตนเองในโปรแกรมการพัฒนาตนเอง

โปรแกรมการพัฒนาตนเองนี้ เป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ได้พิจารณาเกี่ยวกับการตอบสนองความต้องการ เปรียบเทียบกับการพิจารณาพฤติกรรมที่กำหนดไว้ เพื่อที่จะเปลี่ยนแปลง "การเปลี่ยนแปลง" นั้น รวมถึง "การกระทำพฤติกรรม" แทนที่ "การยกเลิกพฤติกรรม" และ "พฤติกรรมที่พึงประสงค์" แทนที่ "พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์"

ในการปฐมนิเทศนั้น ผู้ให้คำปรึกษาสามารถใช้คำถามเหล่านี้ เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ได้ประเมินความต้องการของตนเอง "คุณต้องการที่จะเปลี่ยนแปลงชีวิตของคุณจริง ๆ หรือไม่ ?" "ถ้าในตอนนี้นั้นคุณมีในสิ่งที่ต้องการ คุณลองจินตนาการดูว่า ชีวิตของคุณจะแตกต่างไปอย่างไร ?" "อะไรคือสิ่งที่ต้องการ ที่ดูเหมือนว่าคุณจะไม่ได้รับสิ่งนั้นจากชีวิตของคุณ ?" "คุณคิดว่าอะไร ที่ยับยั้งมาให้คุณเปลี่ยนแปลงไปตามที่คุณอยากจะเป็น ?" และคำถามต่อไปนี้จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาคิดเกี่ยวกับสิ่งที่เขากำลังกระทำอยู่ "ลองบรรยายถึงช่วงเวลาที่คุณรู้สึกถึงความหมายของความสำเร็จ และบอกด้วยว่า ช่วงเวลานั้นคุณกำลังทำอะไรอยู่" "ถ้าคุณมีเวลาเหลืออีกเพียงปีเดียวที่จะมีชีวิตอยู่ คุณอยากที่จะทำอะไร ที่แตกต่างไปจากที่เป็นอยู่บ้าง ?"

คำถามเหล่านี้ จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาฟังความสนใจ ไปยังสิ่งที่เขากำลังทำ กำลังคิด และกำลังรู้สึก ยุทธวิธีในการตั้งคำถาม จะมีประสิทธิภาพในการทำให้ผู้รับคำปรึกษา ได้พิจารณาทางเลือกใหม่ ซึ่งจะนำมาแทนที่ความล้มเหลว แทนการยึดติดอยู่กับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ผู้รับคำปรึกษาจะสามารถพัฒนาพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้

3. การใช้อารมณ์ขัน

การใช้อารมณ์ขันอย่างมีประสิทธิภาพ จะต้องใช้อย่างเหมาะสม ถูกจังหวะ อารมณ์ขันในกระบวนการให้คำปรึกษานั้น จะต้องใช้ด้วยคำที่เหมาะสม และต้องช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถมองสถานการณ์ต่างๆ ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น อารมณ์ขันที่ใช้จะต้องไม่เกี่ยวข้องกับ ความขัดแย้ง การเยาะเย้ย หรือขาดความเคารพ ในทางตรงกันข้ามการใช้อารมณ์ขันก่อให้เกิดอันตรายได้ ในกรณีที่ไปกระทบกับปัญหาของผู้รับคำปรึกษา ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ภายใตจิตใจของผู้รับคำปรึกษา และการกระทำให้ผู้รับคำปรึกษา รู้สึกไม่พอใจ อารมณ์ขันที่กระทบกับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้รับคำปรึกษา ด้วยการทำให้ผู้รับคำปรึกษา รู้สึกว่าตนเองน่ารังเกียจ และรู้สึกอับอายนั้น เป็นการใช้อย่างไม่เหมาะสม และเป็นการกระทำที่ผิด

ไปจากจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษา

1.5 งานวิจัยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเพชฌุความจริง

1.5.1 งานวิจัยในประเทศ

สแปน และ แวนเดท (Span and Vandett. 1982) ได้ศึกษา พบว่า การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเพชฌุความจริง สามารถช่วยให้นักเรียนมีความรับผิดชอบ และ ประสบผลสำเร็จในการเรียนสูงขึ้น โดยการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเพชฌุความจริงนี้ จะเน้น ขั้นตอน 6 ขั้นตอน คือ พิจารณาพฤติกรรมในปัจจุบัน ประเมินพฤติกรรมตนเอง วางแผน พฤติกรรมในอนาคต การสร้างข้อผูกพัน การไม่ยอมรับข้อแก้ตัว และการไม่ลงโทษ

แอบบอทท์ (Abbott. 1983 : Abstract) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบเพชฌุความจริงต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ของเด็กพิการเกรด 6,7 และ 8 ซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองต่ำ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูงขึ้น

ฮาร์ท (Hart. 1986 : Abstract) ได้ศึกษาผลของการใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาแบบเพชฌุความจริง ที่มีต่อพฤติกรรมของนักเรียนระดับประถมศึกษา ที่อยู่ในสภาพแวดล้อมทางการเรียนต่างกัน ในการศึกษาครั้งนี้ มุ่งที่จะปรับปรุงพฤติกรรมการทำงาน การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน และการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียนของนักเรียนที่เรียนกับครูโดยตรงกับนักเรียนที่ทำงานในห้องทำงานอย่างอิสระ โดยคัดเลือกนักเรียนที่มีพฤติกรรมที่มีปัญหา เช่น ดื้อด้าน ก้าวร้าว ไม่ทำงานตามที่มอบหมาย หนีเรียน ผลการศึกษาพบว่า การให้คำปรึกษาแบบเพชฌุความจริง สามารถเพิ่มพฤติกรรมการทำงานของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มได้ ส่วนการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน และการมีปฏิสัมพันธ์กับครูนั้น ไม่ปรากฏว่ามีการเปลี่ยนแปลงให้เห็นอย่างชัดเจน

ฮาร์ริส (Harris. 1992 : Abstract) ได้ศึกษาผลของการบำบัดแบบเพชฌุความจริง เพื่อทำนายพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบ ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย จำนวน 27 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม

คือ กลุ่มที่ 1 ใช้วิธีบำบัดแบบเผชิญความจริง กลุ่มที่ 2 ควบคุมโดยใช้วิธีการให้ความรู้ ใน การศึกษาวิจัย ผู้วิจัยได้กำหนดตัวทำนายพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ ได้แก่ ความรู้สึกรู้สึกค่า ในตนเอง การควบคุมตนเอง และการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียน ที่ได้รับการบำบัดแบบเผชิญความจริง สามารถแยกได้ว่า พฤติกรรมใดเป็นพฤติกรรมที่มีความ รับผิดชอบ และพฤติกรรมใดเป็นพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบ

1.5.2 งานวิจัยในประเทศ

สุดฤทัย มุขยวงศา (2533 : 49) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา แบบกลุ่ม โดยแนวความคิดแบบพิจารณาความเป็นจริง ที่มีต่อนิสัยและทัศนคติในการเรียนของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดนวลนรดิศ กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษา เชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยแนวความคิดแบบพิจารณาความเป็นจริง และกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการ ปรึกษาใด ๆ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลอง ได้คะแนนจากแบบสำรวจนิสัยและ ทัศนคติในการเรียนเพิ่มขึ้นหลังการทดลอง และสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05

พรประภา แก้วกล้า (2534 : 79) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิง จิตวิทยาแบบกลุ่ม ตามแนวพิจารณาความเป็นจริง ต่อการลดการเสพติดและการเพิ่มการเห็น ค่าตนเอง ของผู้ถูกคุมความประพฤติ ที่อยู่ในระหว่างการคุมความประพฤติ ของฝ่ายคุม ประพฤติประจำศาลอาญา สำนักงานคุมประพฤติกลาง กระทรวงยุติธรรม กลุ่มตัวอย่างจำนวน 12 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 6 คน กลุ่มควบคุม 6 คน กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษาเชิง จิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง และกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการปรึกษาใด ๆ ผล การศึกษาพบว่า ผู้ถูกคุมความประพฤติกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการเสพติดช้าน้อยลง และมีการ เห็นคุณค่าของตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่าผู้ถูกคุมความประพฤติกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01

จันทร์รัตน์ ปิรัญศิริ (2536 : 64) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบ เผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนรัตนา ธิเบศร์ จังหวัดนนทบุรี กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง และกลุ่มควบคุมได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง มีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ลักขณา โรสกา (2537 : 62) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อความรับผิดชอบด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบางมด (ตันเปาว์วิทยาคาร) สังกัดกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง และกลุ่มควบคุมได้รับการสอนแบบปกติ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีความรับผิดชอบด้านการเรียนดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อุษณีย์ ทองสธรรม (2538 : 67) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง เพื่อลดความวิตกกังวลในการสอบเพื่อศึกษาต่อ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนนารีนุกูล จังหวัดอุบลราชธานี กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง และกลุ่มควบคุมได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มีความวิตกกังวลในการสอบเพื่อศึกษาต่อลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วัชรินทร์ แยมโรสสี (2538 : 78) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลแบบเผชิญความจริงที่มีต่อวินัยในตนเองด้านการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนอยุธยาอนุสรณ์ อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงเป็นรายบุคคล ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 มีวินัยในตนเองด้านการเรียนสูงขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงเป็นกลุ่มและรายบุคคล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลการวิจัยทั้งต่างประเทศและในประเทศไทย จะเห็นได้ว่า การให้คำปรึกษา

ตามทฤษฎีเผชิญความจริงสามารถปรับเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคล ให้เหมาะสมได้ ดังผลการศึกษาของวัชรินทร์ แยมโรสลีย์ (2538 : 78) พบว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลแบบเผชิญความจริง สามารถพัฒนาวิสัยทัศน์ตนเองด้านการเรียนของนักเรียนได้ อย่างไรก็ตามไม่ปรากฏว่ามีผู้ใดศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาความมั่นใจ โดยใช้วิธีการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาวิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริงมาใช้เพื่อพัฒนาความมั่นใจของนักเรียนได้เพียงใด

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมั่นใจ

2.1 ความหมายของความมั่นใจ

ความมั่นใจ เป็นคุณลักษณะสำคัญที่ฝังในตัวบุคคล และเป็นคุณธรรมที่สำคัญประการหนึ่งสำหรับคนไทย ซึ่งได้มีผู้ให้ความหมายของความมั่นใจไว้ ดังนี้

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พุทธศักราช 2525 ได้ให้ความหมายว่า "มั่นใจ" คือ จิตใจ ใจจริง เช่น เห็นมั่นใจ เห็นนิสัยใจคอ เช่น มั่นใจพ่อ มั่นใจแม่ มั่นใจชาย มั่นใจหญิง

พจนานุกรมฉบับหลวง (ม.ป.ป. : 373) "มั่นใจ" หมายถึง จิตใจที่แสดงออกหรือปฏิบัติตอบสนองต่องานที่ตนกระทำอย่างดี เช่น ผู้ที่เป็นครูมีจิตใจรักชอบ อยากรักงานของครูเจริญก้าวหน้า ครูก็ทำงานเต็มความสามารถ และรู้สึกสนุกไปกับงานนั้น หรือการที่ผู้บังคับบัญชาแสดงความรอบอ้อมอารี ช่วยเหลือเมื่อทุกข์ร้อน และชมเชยเมื่อปฏิบัติงานดี ก็ถือว่า เป็นมั่นใจหรือขวัญเช่นกัน

ประดัย เรืองมาลัย (2519 : 56) กล่าวว่า ความมั่นใจ (Nurturance) คือ ความต้องการช่วยเหลือเพื่อนเวลาเขาเดือดร้อน มักยกโทษให้แก่เพื่อน ๆ ชอบทำอะไรเล็ก ๆ น้อย ๆ ให้ผู้อื่น ชอบมีน้ำใจต่อผู้อื่น ชอบเห็นใจเวลาผู้อื่นได้รับอันตราย หรือเจ็บป่วย ชอบแสดงความรักใคร่ชอบพอสู่ผู้อื่น ชอบทำให้ผู้อื่นเล่าเรื่องปัญหาส่วนตัวให้ฟัง

พรรณราย ทรัพย์ประภา (2529 : 184) กล่าวว่า ความมั่นใจ คือ ส่วนที่มีเมตตา

กรุณา ขอบช่วยเหลือผู้อื่น ปกป้องคุ้มครองผู้อื่น หรือมีความเห็นอกเห็นใจ มีน้ำใจดีต่อผู้อื่น เช่นเดียวกับที่พ่อแม่แสดงต่อลูก ผู้บังคับบัญชาที่มีลักษณะเช่นนี้เด่นชัด ก็จะมีความเมตตาปราณีต่อลูกน้อง ผู้ให้บริการถ้ามีลักษณะเช่นนี้เด่นชัด ก็จะเต็มใจที่จะให้บริการอย่างเต็มที่ เพื่อช่วยเหลือผู้มารับบริการ

เพด็จ ทัดตชีโว (2531 : 59-61) ได้ให้ความหมายของความมีน้ำใจใน 2 ลักษณะ คือ ในทางโลกและในทางธรรม ในทางโลก ความมีน้ำใจ หมายถึง พยายามช่วยเหลือใครก็ได้ ที่ช่วยไปเถอะ อย่าหวังแรง ธรรมชาติของคนนั้นแปลก ยิ่งออกแรงก็ยิ่งได้แรง ถ้าไม่อย่างนั้นแล้ว นักกีฬาเขาจะวิ่งกันไปทำไม รถหนักรถบรรทุกก็เกิดรถติดไหม้ขึ้นมาแทน และมีความสูงกว่าเดิมด้วย ถ้าเราเลี้ยงน้ำใจ หวังแรง กลัวเหนื่อย กลัวเหงื่อออก ระวังเถอะ ถ้าเหงื่อไม่ออกแล้วมันจะตกใน วันดีคืนดีก็จะทะลักออกมาเอง แต่ออกมาทางตากลายเป็นน้ำตา เพราะว่าถึงคราวที่เราต้องการความช่วยเหลือจากคนอื่น ก็ไม่มีใครเขาให้ความช่วยเหลือ ถ้าสามารถช่วยได้ก็ช่วยไป ไม่ว่าจะช่วยด้านร่างกาย แรงใจ หรือแรงทรัพย์ของเรา แต่อย่าช่วยเสียจนกระทั่งตัวเองต้องพลอยเดือดร้อนไปด้วย ในทางธรรม ความมีน้ำใจ หมายถึง เป็นผู้มีความกตัญญูรู้คุณคน ใครมีอุปการะก็ต้องหาทางไปตอบแทนพระคุณท่าน นอกจากตอบแทนผู้มีพระคุณแล้ว ก็บำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคมในโอกาสอันควร อย่างนี้จึงเรียกว่า เป็นผู้ไม่เลี้ยงน้ำใจต่อศาสนาและสังคม

กนก จันทร์ขจร (2533 : 728) ได้ให้ความหมายของ "น้ำใจ" ว่า คือ อุปนิสัยใจคอแท้ ๆ ของคนที่รู้จัก ระลึกนึกถึงผู้อื่น เรียกว่า มีน้ำใจ ส่วนผู้ที่มุ่งคิดเฉพาะแต่ตนเองเป็นที่ตั้ง ไม่รู้จักระลึกถึงผู้อื่นบ้าง เรียกว่าไม่มีน้ำใจหรือขาดน้ำใจ ผู้ที่มีน้ำใจนั้น เป็นผู้ที่ไม่เห็นอกเห็นใจผู้อื่น เห็นผู้อื่นได้รับความทุกข์ ความเดือดร้อน ต้องการความช่วยเหลือก็รับเป็นภาระให้โดยไม่หวังผลตอบแทน เช่น ลูกให้ที่นั่งแก่เด็ก สตรี คนชราบนรถประจำทาง เป็นต้น ตามชนบท ชาวบ้านจะช่วยงานกันที่เรียกว่า "ลงแขก" เป็นบ่อเกิดของความรัก สมัครสมานสามัคคีกัน คนมีน้ำใจย่อมมีคุณธรรม มีจิตสำนึกในความเมตตากรุณาเป็นพื้นฐานที่จะช่วยเหลือเกื้อกูลโดยไม่หวังผลตอบแทน

วุฒิสวัสดิ์ สวัสดิวัฒน์ (2534 : 38) ได้กล่าวว่า ผู้มีน้ำใจคือ ผู้ที่พร้อมจะเอื้ออารีต่อผู้อื่น โดยไม่ต้องรอให้เขาออกปาก เป็นผู้ที่เกี่ยวข้องปัญหา ความปรารถนา ความขาดแคลน

ความทุกข์ระทมขมขื่นของผู้อื่น และการช่วยเหลือจะเป็นไปด้วยเหตุผล แต่ก็มีใจเต็มใจ เต็มไปด้วยความปรารถนาดี รวมทั้งการให้กำลังใจ ให้แรงบันดาลใจและโมติจิตรภาพ

สรุปจากความหมายข้างต้น ความมีน้ำใจ หมายถึง การแสดงออกทางอารมณ์และความรู้สึก หรือปฏิกิริยาตอบสนองที่มีต่อผู้อื่น อันเป็นลักษณะทางจิตใจ ในด้านการให้ความช่วยเหลือผู้อื่น ในเวลาที่เมื่อเรื่องเดือดร้อน มีเมตตา กรุณาแก่ผู้ที่คอยโอกาส ยกย่องให้เมื่อทำผิด และการกระทำนี้จะ เป็นไปด้วยความปรารถนาดี รวมทั้งการให้กำลังใจ และโมติจิตรภาพ ที่ไม่หวังผลตอบแทน

2.2 แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับความมีน้ำใจ

วิจิตร อาวะกุล (2525 : 140) กล่าวถึงการแสดงน้ำใจว่า เป็นธรรมเนียมไทยมาแต่โบราณ หมายถึง ความมีใจกว้าง เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่เอาเปรียบ ไม่คอยแต่เอาของผู้อื่นแต่ฝ่ายเดียว เป็นการเห็นแก่ตัว และเอาเปรียบผู้อื่น และการมีน้ำใจเป็นการช่วยเหลือเต็มใจช่วยเหลือ ช่วยด้วยกำลังกาย กำลังความคิด กำลังเงิน ในลักษณะเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และมีความกรุณา รอบอ้อมอารีแก่ผู้ที่ได้รับความทุกข์ยาก ภาวะปราชัยแก่คนทั่วไป และช่วยเหลือผู้อื่นไม่หวังผลตอบแทน

วันเพ็ญ บุญประกอบ (2526 : 41) กล่าวถึง การแสดงความมีน้ำใจ แสดงออกได้หลายโอกาส ทั้งทางกาย วาจา และใจ เช่น เพื่อนสอบไม่ได้ดี เราช่วยปลอบ ให้กำลังใจ ไม่ซ้ำเติม หรือตักเตือนเพื่อน เมื่อเพื่อนต้องการความรู้ ถ้าเรารู้ช่วยอธิบายให้ เมื่อถึงคราวทำงานก็ช่วยกัน เช่น ถูของ ยกของ เป็นต้น การแสดงน้ำใจ และความช่วยเหลือนั้น เป็นคุณสมบัติที่ดีเลิศของผู้กระทำ แม้ไม่มีใครชม แต่ผู้กระทำก็ควรภูมิใจในสิ่งที่ตนกระทำนั้น จะต้องดีเสมอ เราขอเป็นคนอื่นพูดดี กระทำดีต่อเรา เราก็ควรพูดดี กระทำดีต่อผู้อื่นด้วย

นิพนธ์ คันธเสวี (2528 : 55) กล่าวถึง ความมีน้ำใจว่า เป็นคนมีความเพียรพยายามสามารถช่วยผู้อื่น ช่วยหุงต้มให้ทำงานสำเร็จ อย่างน้อยก็เป็นกำลังใจแก่ผู้อื่น แต่ ถ้าเราเป็นคนที่มีความรู้ ความสามารถ ที่เขาต้องการ ซึ่งจะทำให้ความเพียรพยายามมีความหมาย มีคุณค่ามากขึ้น แม้แต่สิ่งเล็กๆ น้อย ๆ เช่น ถ้าเขาทำอะไรเราก็เข้าไปช่วย เขาก็เห็นว่าเรามีน้ำใจ ถ้าเขาเห็นว่าไม่จำเป็นที่เราจะช่วย เขาอาจบอกว่าไม่ต้อง แต่เราก็นำ

จะสบายใจ ที่เราได้แสดงน้ำใจของเรา อันเนื่องมาจากธรรมเนียมไทย หรือเด็กถ้าเห็น ผู้ใหญ่ทำงานก็เข้าไปช่วย เช่น ถ้าเห็นครูอาจารย์ยกของ หอบหิ้วสิ่งของหรือทำอะไรก็ควรจะช่วย ไม่ควรนิ่งดูเฉย รับอาสาเข้าไปแบ่งเบาภาระตามแต่กรณี ไม่จำเป็นต้องให้ท่านออกปากขอเรื่อง

ณรงค์ศักดิ์ ตะละกัญ (2529 : 98) กล่าวว่า เรื่องของความมีน้ำใจเมตตาริเริ่มขึ้นอยู่กับ ลักษณะนิสัย ที่ได้รับการถ่ายทอดมาจากการเลี้ยงดู และแบบอย่างที่ได้รับ มีความเข้าใจ แต่ละคนว่าไม่เหมือนกัน รู้จักหยิบบกความสามารถดีเด่น มองคนในแง่ดี มีความรับผิดชอบในภารกิจที่ได้รับมอบหมาย มีความเป็นระเบียบแบบแผน แบ่งเวลาได้ถูกต้อง เป็นคนที่คล่องแคล่ว กระฉับกระเฉง มองทุกอย่างรอบข้างอย่างฉับไว มีความตื่นตัวอยู่ตลอดเวลา พร้อมทั้งจะรับ และเรียนรู้สิ่งแปลกๆ ใหม่ ๆ ที่เกิดขึ้นรอบตัวในสังคมอันกว้างใหญ่

เอ็ม ชไนเดอร์ (เอชบี จัตุรวิทยานนท์. 2537 : 48 ; อ้างอิงมาจาก Corey M. Schneider. 1989 : 100-120) ได้กล่าวถึงความเห็นแก่ตัวและความมีน้ำใจสรุปได้ ดังนี้ ความมีน้ำใจ เป็นผู้มีลักษณะเมตตา เอื้อเฟื้อ เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ไม่เห็นแก่ตัว ไม่ยึดตนเองเป็นใหญ่ มีความกรุณา มีความรักต่อเพื่อนมนุษย์ หรือเป็นคนใจบุญที่ไม่ต้องการสิ่งตอบแทน มีความเสียสละ มีความเข้าใจซึ่งกันและกัน ให้ความร่วมมือกับทุกคน มีความอ่อนหวาน มีการให้อภัย มองโลกในแง่ดี มีความใจดี อุทิศเวลาให้ความช่วยเหลือผู้อื่นและ ถ้ามีการลง ความเห็นว่า ความเจริญของจิตใจด้านไหนสำคัญกว่าด้านอื่น ๆ ซึ่งได้ยกรายการที่มีความสำคัญ มาประมาณ 4 ชนิด ดังต่อไปนี้คือ

1. พยายามลดความเห็นแก่ตัวลง และเพิ่มความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
2. ต้องพยายามแก้ปัญหา หรือทำอะไรสักอย่างหนึ่งให้ได้ และได้อย่างดีที่สุดด้วย
3. ต้องมีความเชื่อมั่นในตนเอง
4. ต้องมีความกระฉับกระเฉงอย่างง่ายเข้าใจง่าย

หลายคนลงความเห็นว่าเป็นข้อ 1 เป็นข้อที่สำคัญที่สุด เพราะความไม่เห็นแก่ตัวเอง ทำให้คบกันได้ด้วยดี ซึ่งเป็นลักษณะของคนมีน้ำใจ เป็นคุณสมบัติธรรมชาติ เช่นเดียวกับความเห็นแก่ตัว เป็นการตัดมิตร และเป็นการเพิ่มศัตรู ธรรมชาติในกรณีนี้ หมายถึง สิ่งแวดล้อม และการอบรมอุปนิสัยในวัยปฐมวัยของเด็ก

สุพัทธรา สุภาพ (2534 : 11) กล่าวถึง การแสดงน้ำใจเมตตาริหรือความเอื้ออาทร

ต่อผู้อื่น ไม่เห็นแก่ตัวเป็นใหญ่ เช่น จักรเมธเศรษฐลูกพี่เด็ก คนชรา คนมีครรภ์ นั้ (ถ้า นักเรียนมีที่นั่งอยู่) หรือญาติพี่น้องคนที่ทุกข์ร้อน เราก็ควรช่วยเหลือเกื้อกูลตามควร หรือเพื่อน จดงานไม่ทัน เราก็ให้เพื่อนไปจดบ้าง เป็นต้น โดยเฉพาะคนในชนบท จะมีน้ำใจไมตรีหรือ มีความเอื้ออาทร เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ แม้แต่กับคนแปลกหน้าที่ไม่รู้จักก็ตาม ชาวชนบทจะให้การ เลี้ยงดู เพื่อเป็นการแสดงน้ำใจ แม้บางคนจะยากจนก็ยังมิจิตใจเอื้อเฟื้อ โดยเฉพาะการ ตักบาตรทานบุญทานแก่ศาสนา ชาวชนบทจะทักกันมาก ซึ่งคำนิยมนี้มีมาแต่เดิม เนื่องจากมี อาชีพในการเกษตรกรรม ตลอดจนถึงดินในสมัยก่อนอุดมสมบูรณ์ ในนี้มีปลาในนา มีข้าว การ ทานาก็ช่วยกันทำ เช่น การลงแขกเกี่ยวข้าว ระนองจวบจนาค ระหว่างที่ช่วยแรงกันก็มี การเลี้ยงกัน ถือคติที่ว่า "ตาเขา ตาเรา" "เราช่วยเขา เขาเลี้ยงเรา พอตาเรามีกงาน อะไรเขาก็มาช่วยเรา เราก็ต้องเลี้ยงเขา" เพราะชาวนาอยู่กันแบบใกล้ชิดสนิทสนม ทุกคน รู้จักกันหมด การพึ่งพาอาศัยกันจึงมีมาก

กนกกร ชาดิกุล (2534 : 27-32) ได้เขียนบทความเรื่อง "เก่งกาจแต่ขาดน้ำใจ.. ก็ไปไม่รอด" ได้กล่าวถึงความมีน้ำใจว่า เป็นคุณสมบัติหนึ่งที่มีคุณวิเศษ สามารถทำให้สังคม หรือมนุษยชาติร่มเย็นเป็นสุขได้ ถ้ามีน้ำใจต่อกัน โดยเฉพาะคนไทย เรานับถือกันนักเชียวว่า เรื่องของน้ำใจเป็นเรื่องสำคัญ ถึงได้มีการกล่าวเปรียบเปรย มีคตินิยม มีนิทาน ตำนาน ขานเล่ากันมากมาย ในเรื่องของการมีน้ำใจ ใ่ว่างพรรณาได้ไม่หมดทีเดียว โบราณกล่าว ใ่ว่เกี่ยวกับหญิงงาม ต้องมีเรือนสาม น้ำสี่ ในน้ำสี่ จะมีน้ำใจเป็นหนึ่งในสี่ และมีการ สอนให้ศึกษาน้ำใจกันว่า ใจคนนั้นลึกไม่มีใครรู้ง่าย ๆ ดังสุนทรภู่กล่าวไว้ว่า

"แล้วสอนว่าอย่าใ่ว่ใจมนุษย์ มันแสนสุดลึกล้ำเหลือกำหนด

ถึงเถาวัลย์พันเกี่ยวที่เลี้ยวลด ก็ไม่คดเหมือนหนึ่งในน้ำใจคน"

ตนเองเดียวกับที่ว่า "จิตมนุษย์นี้ไซ้รู้ ยากแท้หยั่งถึง" หรือ "ปากปราศรัยน้ำใจเชือดคอ" พังดูแล้วน่ากลัว แต่ก็มีอย่างนี้จริง ๆ โลกจึงได้უნวายอยู่ทุกวัน ดังนั้น การมีน้ำใจจึงเป็น สิ่งสำคัญ ที่ทุกคนเรียกร้องให้สร้างบรรยากาศของการมีน้ำใจ ใ่ว่แก่กันและกัน เพื่อความ ร่มเย็นเป็นสุข โทษของการใ่ว่น้ำใจ หาได้เกิดเฉพาะสังคมรอบข้างเท่านั้น ในบางรายถึงกับ ทำลายตนเอง ทำลายอนาคตชื่อเสียง หรือแม้แต่ชีวิตที่ต้องสิ้นไป เพราะการขาดน้ำใจก็มี

ำให้เห็นอยู่ คนที่แล้งน้ำใจ มีจิตใจคับแคบ แม้ว่าจะเป็นคนเก่ง คนดี มีวิชาอย่างไรก็จะอยู่ร่วมกับสังคมได้ยาก ผู้ที่มีจิตใจริษยาเร่าร้อนอยู่ในจิตใจ เพลิงแห่งโลภะ โทสะ และโมหะ ย่อมจะเผาผลาญความรู้สึกรู้สึกนึกคิด ำให้กลายเป็นคนไร้ปัญญา ไม่สามารถเอาตัวรอดได้

วุฒิสวัสดิ์ สวัสดิวัฒน์ (2534 : 38) กล่าวว่า "คุณธรรม" ประการหนึ่งที่ผู้บริหารหรือนักธุรกิจ รวมทั้งมนุษย์ทุกคน จะต้องระลึกถึงเสมอ คือ ความมีน้ำใจ ผู้ที่มีน้ำใจจะก่อให้เกิดความเบิกบาน และอบอุ่นใจแก่ผู้รับ ผู้มีน้ำใจนั้น แม้บางครั้งจะมีภาระมาก มีเวลาน้อย แต่ก็ยังเจียดเวลาที่จะรับฟังปัญหาของผู้อื่น และเต็มใจที่จะให้ความอนุเคราะห์ ความช่วยเหลือเท่าที่ตนเองจะให้ได้ รวมทั้งการให้ข้อคิดด้วยความปรารถนาดี ผู้มีน้ำใจอยากช่วยผู้อื่นด้วยความตั้งใจ มีความสุขกับการที่เป็นผู้ให้ และเป็นผู้ที่ทำให้บุคคลอื่นมีความสุข ผู้มีน้ำใจทำให้โลกนี้น่าอยู่ เพราะเป็นผู้ให้ความรัก ความเมตตา ความกรุณา และไมตรีจิตจากหัวใจ ดังนั้น ไม่ว่าเราจะอยู่ในฐานะใด ประกอบอาชีพใด จะเป็นนักธุรกิจหรือไม่ก็ตาม พื้นฐานความเป็นมนุษย์ คือ น้ำใจ จะต้องเป็นหลักการสำคัญในการดำรงชีวิต และการประกอบ การงาน การสอนตนเอง และฝึกตนเองให้มีน้ำใจ จึงเป็นสิ่งดีงาม น่ารัก น่านิยม เพราะผู้มีน้ำใจย่อมไม่ขาดแคลน ไม่อับจน ตรงกันข้าม เป็นผู้ที่จะพบกับหนทางของความสุข ความเจริญทุก ๆ ด้าน

สมิต อาชนิจกุล (2535 : 135) กล่าวถึงความมีน้ำใจว่า เป็นเรื่องที่ไม่จำเป็นต้องใช้จ่ายเงินทองอะไรมากมาย เราอาจแสดงออก ซึ่งความมีเมตตา และกรุณาต่อเพื่อนร่วมโลก โดยการช่วยเหลือเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็เป็นการแสดงน้ำใจได้ อาทิ การขึ้นรถโดยสารประจำทาง วัฒนธรรมไทยดั้งเดิม จะสอนให้สุภาพบุรุษ ต้องสละที่นั่งให้แก่สตรี เด็กและคนชรา นี่ก็นับว่าเป็นการแสดงน้ำใจ หากเราได้ไปเที่ยวในชนบท แถบภาคเหนือหรือภาคอีสาน จะพบว่า ชาวบ้านมีน้ำใจเอื้อเฟื้อ เชื้อเชิญ ำให้เราได้รับประทานอาหาร เมื่อถึงเวลาอาหารในแต่ละมื้อ หรือเมื่อเขาทำอาหารได้มาก ก็จะแบ่งำให้บ้านอื่น ๆ ในหมู่บ้านนั้น เป็นการแสดงความมีน้ำใจต่อกัน การแสดงความมีน้ำใจจึงไม่ใช่วัดกันได้ด้วยควมมีเงิน บางคนมีเงินมาก แต่อาจแล้งน้ำใจก็ได้ บางคนเป็นเศรษฐีแต่ตระหนี่ถี่เหนียว ไม่ยอมสละเงิน โดยไม่ได้รับผลประโยชน์ตอบแทน

ความมีน้ำใจนั้น ตรงกันข้ามกับความอิจฉาริษยา คนที่คิดอิจฉาริษยาคนอื่นย่อมปรารถนา

จะทำให้ผู้ที่ได้ศึกษาเรา เกิดความวิบัติด้วยประการต่าง ๆ แต่คนที่มีความมั่นใจนั้น เมื่อเห็นคนอื่นได้ดีกว่า จะมีมุทิตาจิต แสดงความยินดีด้วยความจริงใจ ความมั่นใจ ซึ่งตรงกันข้ามกับความเห็นแก่ตัว ผู้ที่มีความมั่นใจจะนึกถึงผู้อื่น และจะพยายามช่วยผู้อื่นที่ต่ำกว่าตนกว่าตัวเอง ขณะที่คนเห็นแก่ตัว มักจะคิดแต่ประโยชน์ส่วนตัวมาก่อน กล่าวกันว่า ท่านมหาตมะ คานธี ผู้นำชาวอินเดียใช้น้ำใช้ เวลาไปในการแสดงความมั่นใจ โดยการไปช่วยชาวบ้านที่ยากจน สร้างบ้านโดยลงมือด้วยตนเอง จนมีหลายคนที่ไม่เข้าใจ คิดว่า คานธีใช้เวลาสิ้นเปลืองไป โดยได้รับประโยชน์ไม่คุ้มค่า เขาไม่เข้าใจว่า นั่นเป็นการแสดงความมั่นใจของผู้นำประเทศ ที่มีต่อราษฎรผู้ยากไร้ ซึ่งผลสะท้อนมาให้เห็นทันทีว่า ชาวอินเดียทุกหมู่เหล่า ให้ความรักและศรัทธาต่อคานธีประหนึ่งเป็นเทพเจ้าจุติลงมาเกิดในโลกนี้ มนุษย์ผู้ที่ประสบความสำเร็จในการดำรงชีวิต ถ้าหากแล้งน้ำใจ เสียเพียงอย่างเดียว เขาย่อมเป็นคนที่ขาดคุณค่าต่อสังคมที่เขาอยู่นั้น

การฝึกตนเองให้เป็นคนมีความมั่นใจ กระทำได้ดังนี้

1. คิดถึงหัวอกคนอื่น และแสดงต่อผู้อื่น เหมือนที่เราต้องการให้ผู้อื่นแสดงต่อเรา จงทำดีต่อคนอื่น โดยไม่หวังผลตอบแทน ไม่ว่าความดีนั้น จะเป็นเพียงเล็กน้อย หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ก็ตาม
2. จงคิดถึงการให้มากกว่าการได้รับ
3. เมื่อไปเที่ยวในที่ไกลหรือใกล้ก็ตาม ควรมีของฝากมาถึงคนที่เรารู้จัก และญาติมิตรของเรา อันเป็นการแสดงความมั่นใจต่อกัน โดยไม่จำเป็นต้องใช้เงินมากมาย
4. จงเสียสละกำลังทรัพย์ สติปัญญา กำลังกาย และเวลาให้แก่ผู้ที่เดือดร้อน ที่ต้องการพึ่งพาอาศัยเรา โดยเป็นการกระทำที่ไม่หวังผลตอบแทน
5. จงมีนิสัยเอื้อเฟื้อต่อเพื่อนบ้าน เช่น ไปร่วมงานพิธีต่าง ๆ ไปงานแต่งงาน ไปงานศพหรืองานอื่น ๆ
6. จงให้ความรักแก่คนอื่น ๆ และช่วยเหลือเขาเมื่อเขาขอร้อง หรือเราเห็นว่า เขากำลังต้องการความช่วยเหลือจากเรา

พรรณราย ทรัพย์ะประภา (2536 : 57) กล่าวถึง การแสดงความมั่นใจ และความเอาใจใส่เล็กน้อย ๆ ต่อผู้ได้บังคับบัญชา นี่แหละมีความสำคัญยิ่งยวด ซึ่งไม่น่าจะมองข้าม

ถ้าผู้ได้บังคับบัญชาของเราหายหน้าหายตาไป เพราะเจ็บป่วย เมื่อเขากลับมาแล้วก็ควรสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพของเขาบ้าง ถ้าเขาขอลาไปเพื่อเยี่ยมภรรยาที่เจ็บป่วย ก็ควรให้ความสำคัญในการลาของเขา และสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพของเธอด้วย หรือส่งดอกไม้ ผลไม้ ไปเยี่ยมการถามนั้น กินเวลาไม่นานนัก แต่ทว่า เป็นการแสดงความมีน้ำใจของเราเองที่มีต่อเขา ซึ่งมีความหมายอย่างยิ่งต่อจิตใจของเขาผู้นั้น

อมรากล อินโรซานนท์ (2534 : 9-10) ได้กล่าวถึง เรื่องน้ำใจในรถเมล์ว่า การโดยสารรถประจำทาง แทบจะเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตชาวกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่ ที่ไม่มีรถยนต์ขับ เพราะแต่ละวัน ต้องใช้เวลาอยู่บนรถประจำทาง วันละไม่น้อยทีเดียวสำหรับการเดินทางไปไหนมาไหน และภาพผู้โดยสาร ที่หอบของพะรุงพะรังด้วยมือข้างหนึ่ง ส่วนอีกข้างหนึ่งเกาะราวรถไว้แน่น ก็เป็นภาพที่เจตา และพบเห็นได้บ่อย ๆ ซึ่งคาดว่า หลายคนอยากให้ผู้ร่วมทางที่ได้นั่งออกปากช่วยเหลือของให้ แต่บางครั้งความหวังก็ไม่เป็นผลเอาเสียเลย ซึ่งสาเหตุที่คนบนรถประจำทาง ไม่ค่อยช่วยเหลือกัน อาจเป็นเพราะ (จะกล่าวเฉพาะในกรณีการช่วยเหลือของให้แก่กันเท่านั้น ไม่นับการเอื้อเฟื้อเพื่อนั่งให้กัน)

1. กลัวการถูกปฏิเสธ ซึ่งอาจจะเคยมีประสบการณ์มาก่อน หรือเคยเห็นตัวอย่างมาก่อน เช่น ออกปากช่วยเหลือของ แต่ได้รับการสั่นหน้าปฏิเสธ โดยไม่บอกเหตุผลสักคำ ทำให้เกิดความรู้สึกแค้นและเงินอาย มีความรู้สึกที่ไม่ได้รับความไว้วางใจ จึงไม่อยากเอ่ยปากเอื้อเฟื้อให้ใครอีก

2. เพศ หากเป็นเพศตรงข้าม มักไม่ค่อยกล้าช่วยเหลือกัน เช่น เด็กนักเรียนชาย หรือนักศึกษาชาย ไม่ค่อยช่วยเหลือเด็กกระเป๋านักเรียน หรือหอบหนังสือให้กับเด็กผู้หญิง หญิงสาว ไม่ค่อยออกปากช่วยเหลือของให้ชายหนุ่ม ที่เป็นเช่นนี้ สาเหตุหลัก คือ ไม่แน่ใจว่าจะถูกปฏิเสธหรือไม่ ซึ่งจะทําให้รู้สึกอายมากกว่าการถูกปฏิเสธจากเพศเดียวกัน หรือจากคนต่างวัย และเหตุผลอีกอย่าง คือ เกรงว่าจะถูกแปลเจตนาผิด ๆ ไป โดยเฉพาะเด็กวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่เริ่มสนใจเพศตรงข้าม แต่ความคิดอ่านยังไม่กว้างไกล เช่น มักจะสนใจแต่เพียงรูปร่างหน้าตาภายนอกเท่านั้น

3. วัย เด็กโดยเฉพาะนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา มักไม่ค่อยให้ความช่วยเหลือผู้ใหญ่ แต่จะช่วยเหลือกันเองมากกว่า ซึ่งอาจจะเป็นเพราะ ไม่กล้า หรือคิดว่าไม่จำเป็นต้องช่วย เพราะผู้ใหญ่ก็แข็งแรง และสามารถช่วยตัวเองได้

4. คิดเอาเองว่า ไม่จำเป็นต้องช่วยเหลือ หรือมีเหตุผลที่ไม่ควรช่วย เช่น มักจะนึกว่า ไม่จำเป็นต้องช่วยเหลือของข้าพเจ้า ที่มีร่างกายแข็งแรง และมีความอดทน หรือไม่ควรช่วยเหลือกระเปาะเอกสาร เพราะอาจบรรจุเอกสารสำคัญๆ ที่เจ้าของไม่อยากจะให้ใครช่วยเหลือ

5. ไม่อยากจะช่วยเหลือ โดยเฉพาะคนในอาชีพผู้ใช้แรงงาน มักจะไม่ค่อยมีคนช่วยเหลือ กระเปาะเสื้อผ้าสัมภาระให้ ซึ่งอาจเป็นเพราะสภาพกระเปาะสัมภาระ หรือการแต่งกายของเจ้าของไม่ค่อยสะอาดนัก ทำให้ไม่เกิดความเต็มใจที่จะช่วย ทั้งๆ ที่เขาก็มีความเมื่อยล้า ต้องการความช่วยเหลือเช่นเดียวกับคนอื่น ๆ เหมือนกัน หรือผู้ที่ไม่ค่อยได้รับความช่วยเหลือ ก็มักจะไม่คิดอยากช่วยเหลือใคร หรืออยู่ในสภาพอารมณ์หงุดหงิด ขุ่นมัว ก็ไม่อยากจะช่วยเหลือใครเช่นกัน

6. ไม่ได้สนใจสิ่งรอบตัว เช่น นั่งหลับ หรือมองออกไปนอกหน้าต่าง (อาจจ้องใจหรือไม่ก็ตาม) ทำให้ไม่เห็นว่ คนที่ยืนใกล้ ๆ ถือของหนักเพียงไร

7. เกรงว่าจะต้องรับผิดชอบของ ๆ คนอื่น ในกรณีที่รถแน่นมาก ๆ ก็อาจจะลำบากต่อการขึ้นของข้าพเจ้าของ ซึ่งถูกเบียดเบียนอยู่ในบริเวณคของรถก็ไม่ทราบ ทำให้เกิดความลังเลใจว่า จะช่วยเหลือของดีหรือไม่ดี เมื่อจะล่อเวลาการออกไปช่วยเหลือ นานเข้ากับส่วยเลยตามเลย

จากข้อความดังกล่าวข้างต้น อาจเป็นสาเหตุประกอบ ที่ทำให้ไม่เกิดการช่วยเหลือเอื้อเฟื้อกันบนรถประจำทาง แล้วเราจะช่วยทำให้เกิดพฤติกรรมการช่วยเหลืออย่างไรดี

การก่อให้เกิดพฤติกรรมการช่วยเหลือ บนรถประจำทางขึ้นได้นั้น ก็อาจแบ่งเป็น 2 ประการใหญ่ ๆ คือ

1. องค์การทางสังคม เช่น ใช้สื่อมวลชนช่วยชี้แนะแนวทาง หรือรณรงค์ให้ประชาชนให้ความสำคัญกับพฤติกรรมนี้ทาง ชสมก. สามารถสร้างสภาพบรรยากาศ ให้ผู้โดยสารมีความสบายใจขึ้น ด้วยการเปิดเพลงเพราะ ๆ สนุกสนาน ด้วยเคยมีผู้วิจัยไว้แล้ว พบว่า ผู้ที่ได้ฟังเพลงเศร้า ๆ จะไม่ค่อยเกิดพฤติกรรมการช่วยเหลือ ในทางตรงข้าม หากได้ฟังเพลงที่ร่าเริงแจ่มใส คนจะเกิดพฤติกรรมการช่วยเหลือมากกว่า

2. คนในสังคม ด้านผู้โดยสารเอง ต้องแสดงความมีน้ำใจต่อกันเพิ่มขึ้นอีกหน่อย (ทั้งๆ

ที่จริงก็มีอยู่แล้ว) การที่คนในสังคมมีน้ำใจต่อกันและกันได้ ก็ต้องอาศัยการเรียนรู้ และการได้เห็นตัวอย่าง ลูกเรียนรู้จากพ่อแม่ ศิษย์เรียนรู้จากครู เด็กเรียนรู้จากผู้ใหญ่ แต่คนที่ไม่ได้รับการช่วยเหลือจากคนอื่น ก็มักจะไม่ช่วยเหลือใครตอบแทน แต่คนที่ได้รับน้ำใจก็ย่อมอยากที่จะแบ่งปันน้ำใจให้ผู้อื่น เป็นการตอบแทนเช่นเดียวกัน ดังนั้นควรที่เราจะรู้จัก "ให้ความรัก รู้จักแบ่งปัน รู้ช่วยเหลือกัน สร้างสรรค์จิตใจ" ตามคำขวัญสุภาพจิตที่ว่าไว้ ขอให้ช่วยกัน น้ำใจต่อน้ำใจ จากคนหนึ่งไปสู่อีกคนหนึ่ง ให้เหมือนกับลูกโซ่ที่คล้องเกี่ยวกัน แล้วเราจะได้สายโซ่ที่ยาวอย่างไม่มีที่สิ้นสุด

2.3 องค์ประกอบของความมีน้ำใจ

สารัช บัณฑิต (2515 : 11) กล่าวถึงลักษณะของครูที่ดี จะต้องมีความรู้ ทักษะ เจตคติ หรือน้ำใจอันดีงาม ประกอบด้วย

1. การยกย่องให้เกียรติ และนับถือซึ่งกันและกันอย่างจริงจัง
2. การช่วยเหลือแบ่งปันร่วมมือซึ่งกันและกันอย่างจริงจัง
3. การเข้าใจที่จะใช้ปัญญา ในการร่วมมือช่วยเหลือกันแก้ไขปัญหาทันที ไม่ใช้

ความโกรธ ความโลภ และความหลงผิด เข้าปฏิบัติต่อกัน

โยธิน ศันสนยุทธ และจุมพล พูลทรัพย์วิน (2529 : 66) กล่าวถึง พฤติกรรม การมีน้ำใจประกอบด้วย พฤติกรรมให้ความเอาใจใส่ทั้งหลาย ได้แก่ พฤติกรรมการให้ความช่วยเหลือ การให้ความสนใจ และการให้ความรัก

เพ็ญ ทัดตชีโว (2531 : 31) กล่าวว่า คุณสมบัติของคนดีที่คนทั้งโลกต้องการ สามารถจัดคุณลักษณะได้หลายกลุ่ม ดังนี้

กลุ่มที่ 1 คือ ความมีน้ำใจ จะประกอบด้วยลักษณะของความเสียสละ โอบอ้อมอารี มีแต่ให้ เห็นแก่ส่วนรวม มีความสามัคคี เห็นอกเห็นใจกัน ใจกว้าง มีเมตตากรุณา รักผู้อื่น

กลุ่มที่ 2 คือ ความฉลาด ประกอบด้วยความคิดดี ๆ ใจจริง รู้ผิดรู้ถูก มีเหตุผล มองโลกในแง่ดี

กลุ่มที่ 3 คือ ไม่เป็นพิษภัยต่อผู้อื่น ประกอบด้วย การไม่เบียดเบียนใคร ไม่ก้าวร้าว รุนแรง ไม่เกะกะเกราะ จริงใจ ซื่อสัตย์

และกลุ่มสุดท้าย คือ มีความอดทน มีความบากบั่น ซึ่งจะเป็นลักษณะหลัก ที่จะแฝงในทุกหนทุกแห่ง เหมือนความชื้นที่แฝงอยู่ในทุกที่แม้ในก้อนหิน

คอกซ์ และไฮน์เบริน (เอชบี จักรวิทยานนท์, 2537 : 56 ; อ้างอิงมาจาก Gough and Heilbrun, 1983 : 59) ได้กล่าวถึงควมมีน้ำใจ (Nurturance) ว่า ประกอบด้วย 24 คุณลักษณะ ดังนี้ ความรู้สึกรักใคร่ไม่ทอดทิ้งกัน (Affectionate) ความรู้สึกสำนึกในบุญคุณ (Appreciative) เกรงใจ (Considerate) ร่วมมือ (Cooperative) วางใจได้ (Dependable) ให้อภัยไม่ผูกพยาบาท (Forgiving) มีความเป็นมิตร (Friendly) ใจกว้าง (Generous) สุภาพอ่อนโยน (Gentle) ใจดี (Good-natured) ชอบช่วยเหลือผู้อื่น (Helpful) กรุณา (Kind) พร้อมที่จะเข้าสังคม (Outgoing) ชอบความสงบสุข (Peaceable) มีความรู้สึกร่ำลึกถึง (Sentimental) สังคมดี (Socialable) ใจอ่อน (Soft-hearted) เห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Sympathetic) รอบคอบ (Thoughtful) อดทน (Tolerant) ไว้วางใจได้ (Trusting) เข้าใจผู้อื่น (Understanding) ไม่เห็นแก่ตัว (Unselfish) และอบอุ่น (Warm)

ในทางตรงกันข้าม บุคคลที่ไม่มีน้ำใจ ประกอบด้วย 22 คุณลักษณะ ดังนี้ ก้าวร้าว (Aggressive) ตีตัวห่างจากวงสังคม (Aloof) หยิ่งยะโส (Arrogant) เพด็จการ ครอบงำจิตใจไม่ได้ (Autocratic) ขมขื่น (Bitter) ชอบเยาะเย้ยถากถางคนอื่น (Cynical) ชอบสงสัย (Distrustful) ชอบโอ้อวด (Egotistical) คอยจับผิดชอบวิพากษ์วิจารณ์ (Fault-finding) ใจแข็งปราศจากความเมตตา (Hard-hearted) วางตัวเป็นศัตรู (Hostile) ใจร้อนไม่อดทน (Impatient) คนไม่ดี ค่อนข้างเฉย (Indifferent) ไม่ยอมผ่อนปรน (Intolerant) พยาบาท (Rude) เยาะเย้ย (Sarcastic) มุ่งแต่ตนเอง (Self-centered) หาประโยชน์ใส่ตน (Self-seeking) เห็นแก่ตัว (Selfish) หัวสูง บ้าเฟอ (Snobbish) จี๋เหนียว (Stingy) และใจร้าย (Unkind)

เอ็ดเวิร์ด (Edwards, 1959) จากแบบทดสอบบุคลิกภาพ Edward Personal Preference Schedule ของ University of Washington ได้อธิบายถึงควมมีน้ำใจว่า เป็นลักษณะบุคลิกภาพ อันเป็นลักษณะความต้องการทางใจ ได้แก่ ความต้องการช่วยเหลือเพื่อนเวลาเขาเดือดร้อน ชอบช่วยเหลือคนที่ด้อยกว่า ชอบปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยควมมีน้ำใจ และ

รู้สึกเห็นอกเห็นใจ มักยกโทษให้แก่เพื่อน ๆ ชอบทำอะไรเล็ก ๆ น้อย ๆ ให้แก่คนอื่น ชอบมีน้ำใจต่อคนอื่น ชอบเห็นใจเวลาคนอื่นได้รับอันตรายหรือเจ็บป่วย แสดงความรักใคร่ต่อคนอื่น และชอบให้คนอื่นเล่าปัญหาส่วนตัวให้ฟัง

กนก จันทร์ขจร (2533 : 278) กล่าวถึงคุณลักษณะของคนมีน้ำใจ คือ มีมนุษยสัมพันธ์ รู้จักกาลเทศะและโอกาส ไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตนมากกว่าประโยชน์ส่วนรวม รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา ไม่นิ่งดูตาย รู้จักให้อุปการะและปฏิบัติต่อผู้อื่น ตามแต่โอกาสและไม่หวังผลตอบแทน

สรุปจากข้อความข้างต้น แสดงให้เห็นว่า "ความมีน้ำใจ" ประกอบด้วยคุณลักษณะต่างๆ ได้แก่ การไม่เห็นแก่ตัว ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การให้ความช่วยเหลือผู้อื่น ไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตนมากกว่าประโยชน์ส่วนรวม การรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา เห็นใจเวลาคนอื่นได้รับอันตรายหรือเจ็บป่วย ร่วมมือซึ่งกันและกันอย่างจริงจัง และการกระทำเหล่านี้ ผู้กระทำไม่หวังผลตอบแทน

2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมีน้ำใจ

2.4.1 งานวิจัยในประเทศ

จัสติส (Justice. 1989 : 3603) ได้ศึกษา ความต้องการการให้ผู้อื่นเอื้ออาทร และความมีน้ำใจของวัยรุ่นที่มีครรภ์ กลุ่มตัวอย่างคือ วัยรุ่นอายุ 12-17 ปี ที่ไม่ได้แต่งงาน แบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 เป็นวัยรุ่นที่มีครรภ์ จาก Florence Crittenton Home ซึ่งอยู่ประจำ กลุ่มที่ 2 เป็นวัยรุ่นที่มีครรภ์แต่ไม่ได้อยู่ประจำ และกลุ่มที่ 3 เป็นวัยรุ่นที่ไม่ได้ตั้งครรภ์ เครื่องมือที่ใช้ คือ Different Personality Questionnaire ผลการศึกษา พบว่า วัยรุ่นที่มีครรภ์ อยู่ประจำ และวัยรุ่นที่มีครรภ์ ที่ไม่ได้อยู่ประจำ มีความต้องการให้ผู้อื่นเอื้ออาทรมากกว่าวัยรุ่น ที่ไม่ได้ตั้งครรภ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ วัยรุ่นที่มีครรภ์ ไม่ได้อยู่ประจำ และวัยรุ่นที่ไม่ได้ตั้งครรภ์ มีความมีน้ำใจสูงกว่าวัยรุ่นที่มีครรภ์และอยู่ประจำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ซาเบิล (Sable. 1989 : 5044) ได้ทำการศึกษาลักษณะของการมีมิตรสัมพันธ์ ความสนิทสนม และความมีน้ำใจ ภายในขอบเขตความเป็นเพื่อนของเด็กก่อนวัยรุ่น

30 คน กลุ่มตัวอย่าง คือ เด็กที่มีอายุ 9-12 ปี ชาย 15 คน หญิง 15 คน เครื่องมือที่ใช้ คือ Thematic Apperception (TAT) และ Network of Relationship Inventory (NRI) ผลการศึกษาพบว่า เพศชายและเพศหญิง มีความแตกต่างกันด้านความมีมิตรสัมพันธ์ ความสนิทสนม และความมีน้ำใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เด็กชายและเด็กหญิง มีความแตกต่างกันด้านความสนิทสนม และความมีน้ำใจ อย่างไม่มีนัยสำคัญ

แลงก์ (Lange. 1989 : 3676) ได้ศึกษาตัวแปร 2 ตัวแปร ที่พยากรณ์ ความพึงพอใจของผู้หญิง และข้อผูกมัดในสัมพันธภาพที่ใกล้ชิดกับความสำคัญเฉพาะบทบาทที่เกี่ยวกับอำนาจ ความมีน้ำใจ และความไว้วางใจ กลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่ม 1 เป็นหญิงที่มีคู่เป็นหญิง และอีกกลุ่มหนึ่งมีคู่เป็นชาย ผลการศึกษาพบว่า เพศชายรายงานว่า ความมีน้ำใจ เป็นสิ่งที่พยากรณ์ถึงความพึงพอใจและข้อผูกมัด ส่วนเพศหญิงรายงานว่า ความมีน้ำใจเป็นสิ่งที่พยากรณ์ทางลบกับความพึงพอใจ

โจนส์ (Jones. 1990 : 1064) ได้ศึกษา ผลของความไม่สบายใจในความโกรธ เพศ และความมีน้ำใจ ของผู้ให้คำปรึกษาที่มีต่อปฏิกิริยาต่อต้านพฤติกรรมของผู้ขอรับคำปรึกษาที่แสดงความโกรธ กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้ให้คำปรึกษา 46 คน ผลการศึกษาพบว่า ความมีน้ำใจสามารถพยากรณ์ความโกรธของผู้ให้คำปรึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติคือ ผู้ให้คำปรึกษาที่รู้สึกกังวลต่อความโกรธของผู้ขอรับคำปรึกษาให้มีความมีน้ำใจสูงขึ้น อายุของผู้ให้คำปรึกษามีความสัมพันธ์กับความมีน้ำใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ ผู้ให้คำปรึกษาที่อายุน้อย มีความมีน้ำใจมากกว่า

กรีแนค (Gryvnak. 1991 : 2810) ได้ศึกษาการรับรู้ของวัยรุ่นชายและวัยรุ่นหญิงที่มีต่อการยอมรับอุปนิสัยส่วนตัวของทั้ง 2 เพศ 5 ลักษณะ คือ ความก้าวร้าว ความมีอำนาจ ความมีน้ำใจ ความเป็นอิสระ และความมีมิตรสัมพันธ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นอาสาสมัครวัยรุ่นชายและหญิง จากรัฐแคลิฟอร์เนียตอนใต้ เครื่องมือที่ใช้ คือ The Adjective Check List (ACL) ผลการศึกษาพบว่า วัยรุ่นชาย มีการยอมรับอุปนิสัยส่วนตัวของทั้ง 2 เพศ ไม่แตกต่างกัน และมีคะแนนใกล้เคียงกับเกณฑ์ วัยรุ่นหญิงมีการยอมรับอุปนิสัยส่วนตัวของเพศหญิง ไม่พบความแตกต่าง และมีคะแนนใกล้เคียงกับเกณฑ์ ส่วนการยอมรับที่มีต่ออุปนิสัยของเพศชาย มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และแสดงว่าการรับรู้ของเพศหญิงที่มีต่อเพศชายมีลักษณะในทางลบและไม่พอใจ

2.4.2 งานวิจัยในประเทศ

จิตรนาถ กิรติเสวี (2516 : 72) ได้ศึกษาความสัมพันธ์และความแตกต่างระหว่างนักเรียนชายและหญิงในด้านความมีน้ำใจของครู ความรู้สึกประทับใจ ชอบ พดติกรรมความเป็นผู้นำ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และการฝึกสอน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนหญิง มีความรู้สึกประทับใจ ชอบ และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มากกว่านักเรียนชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนความมีน้ำใจของครู พดติกรรมความเป็นผู้นำ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และการฝึกสอน ระหว่างนักเรียนชายและหญิง แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ความมีน้ำใจของครู ความรู้สึกประทับใจ ชอบ พดติกรรมผู้นำ และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ตัวแปรต่าง ๆ ดังกล่าวข้างต้น ต่างก็มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และการฝึกสอน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และการฝึกสอน มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ความสัมพันธ์ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หรือผลสัมฤทธิ์ทางการฝึกสอน มากที่สุดคือ ความรับผิดชอบ

วันทนี บุพพชาติ (2517 : 56) ได้ศึกษาเพื่อสร้างเครื่องมือวัดบุคลิกภาพด้านความอยากรู้อยากเห็น และเพชบาย และวิเคราะห์บุคลิกภาพด้านความอยากรู้อยากเห็น ทศนคติเชิงวิทยาศาสตร์ น้ำใจของการเป็นครู และเพชบาย ผลการศึกษาพบว่า ความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความอยากรู้อยากเห็น มีค่า .9299 และความเชื่อมั่นของแบบสอบถามวัดเพชบาย มีค่า .7721 และนักศึกษาปีที่ 1-4 มีแนวโน้มจะมีความอยากรู้อยากเห็นสูงขึ้นตามลำดับชั้น แต่มีทศนคติเชิงวิทยาศาสตร์ไม่แตกต่างกัน และในด้านความมีน้ำใจของการเป็นครู นักศึกษาปีที่ 2 มีน้ำใจของการเป็นครูสูงที่สุด สำหรับลักษณะเพชบาย พบว่า นักศึกษาปีที่ 1-4 มีแนวโน้มลดลงตามลำดับชั้น

นิภา บุญศรีสวัสดิ์ (2517 : 67) ได้ศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างความมีน้ำใจของครู ความอยากรู้อยากเห็น ความเอื้อเฟื้อ และเพชบาย และศึกษาความแตกต่างของบุคลิกภาพทั้ง 4 ด้าน โดยเปรียบเทียบตามเพศ และระดับชั้น ผลการศึกษาพบว่า ความมีน้ำใจของครู ความเอื้อเฟื้อมีความสัมพันธ์กัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และความมีน้ำใจของครู ความเอื้อเฟื้อมีความสัมพันธ์ทางลบกับเพชบาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เอษณีย์ จัตรวิทยานนท์ (2537 : 83) ได้ศึกษาผลของการเข้ากลุ่มฝึกความรู้สึกลึกซึ้งที่มีต่อความมั่นใจ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนศรีพฤฒา กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน กลุ่มทดลองได้รับการเข้ากลุ่มฝึกความรู้สึกลึกซึ้ง กลุ่มควบคุมได้รับการให้ข้อเสนอแนะ ผลการศึกษา พบว่า นักเรียนที่เข้ากลุ่มฝึกความรู้สึกลึกซึ้ง มีความมั่นใจสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ชรียนาท จิตต์บรรเทา (2538 : 67) ได้ศึกษาผลของการใช้สถานการณ์จำลองและกรณีตัวอย่างที่มีต่อความมั่นใจ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดบ่อ (นันทวิทยา) อำเภอบางเกริง จังหวัดนนทบุรี กลุ่มตัวอย่างจำนวน 24 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 12 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการใช้สถานการณ์จำลอง และกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการใช้สถานการณ์จำลอง และการใช้กรณีตัวอย่าง มีความมั่นใจเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลการวิจัย ทั้งต่างประเทศและในประเทศ ดังกล่าวข้างต้น แสดงให้เห็นถึงคุณลักษณะที่สำคัญของความมั่นใจ ที่แสดงถึงความรู้สึกลึกซึ้งที่ต้องการช่วยเหลือผู้อื่น ซึ่งสามารถจะพัฒนาได้ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีแนวคิดที่จะนำหลักการของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง มากำหนดเป็นโปรแกรม โดยใช้เวลาต่อเนื่องมาพัฒนาความมั่นใจของนักเรียน ซึ่งคาดว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริงสามารถพัฒนาความมั่นใจของนักเรียนได้

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร ที่มีความมึนน้ำใจต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2539 ที่มีความมึนน้ำใจต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 16 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร โดยมีขั้นตอนการสุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. ให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวนทั้งหมด 560 คน ตอบแบบสอบถามความมึนน้ำใจ
2. นำแบบสอบถามมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วนำคะแนนของนักเรียนทุกคนมาเรียงจากสูงลงมาต่ำ และคัดเลือกเฉพาะผู้ที่มีความมึนน้ำใจต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 140 คน
3. จึงสุ่มอย่างง่าย เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้นคว้า จำนวน 16 คน สอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลอง ปรากฏว่านักเรียนสมัครใจทุกคน
4. สุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งจากข้อ 3 เป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สร้างเครื่องมือในการศึกษา และเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
3. แบบสอบถามความมั่นใจ 39

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความเป็นจริง มีลำดับขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

1.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และความมั่นใจ เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษา ให้เหมาะสมกับปัญหาและผู้รับคำปรึกษา

1.2 สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง แล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน คือ รองศาสตราจารย์ ดร. คมเพชร จัตรสุกุล รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เมธิรินทร์ ภิญโญ เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาความสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ

1.3 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง มาปรับปรุงแก้ไขตามข้อ 1.2 แล้วนำบททดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร ที่ไม่ชักกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 8 คน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อดูความเหมาะสมของเนื้อหา วิธีการ และระยะเวลาที่ใช้ในการทดลองก่อนนำไปใช้จริง

1.4 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปใช้กับกลุ่มทดลองที่ 1

โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ใช้เวลาทดลอง 9 ครั้ง สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 1.30 ชั่วโมง เป็นเวลา 3 สัปดาห์ ในวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ เวลา 15.10-16.40 น. ตั้งแต่วันที่ 20 มกราคม 2540 ถึงวันที่ 10 กุมภาพันธ์ 2540 ณ ห้องแนะแนว โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีลำดับขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

2.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัย ที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง การให้คำปรึกษารายบุคคล และความมีน้ำใจ เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษา ให้เหมาะสมกับปัญหา และผู้รับคำปรึกษา

2.2 สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง แล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน คือ รองศาสตราจารย์ ดร. คมเพชร จัตรสุภกุล รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เมธิรินทร์ ภิญโญ เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาความสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ

2.3 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง มาปรับปรุงแก้ไขตามข้อ 2.2 แล้วนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร ที่มีในกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 8 คน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข เพื่อความเหมาะสมของเนื้อหา วิธีการ และระยะเวลาที่ใช้ในการทดลองก่อนนำไปใช้จริง

2.4 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปใช้กับกลุ่มทดลองที่ 2

โปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความเป็นจริง ใช้เวลาทดลอง 5 สัปดาห์ คนละ 2 ครั้งต่อสัปดาห์ รวม 9 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ในวันจันทร์ถึงวันศุกร์ เวลา 07.00-07.50 น., 12.30-13.20 น., 15.10-16.00 น. และ ~~16.00-16.50 น.~~ ตั้งแต่วันที่ 13 มกราคม 2540 ถึงวันที่ 14 กุมภาพันธ์ 2540 ณ ห้องแนะแนว โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร

3. แบบสอบถามความมีน้ำใจ มีลำดับขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

3.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัย ที่เกี่ยวข้องกับความมีน้ำใจ

3.2 สร้างแบบสอบถามความมีน้ำใจ จำนวน 41 ข้อ โดยปรับปรุงจากแบบสอบถามความมีน้ำใจของเอชฉี๊ จัตรวิทยานนท์ (2537 : 99-110) และชรีย์นัท จิตต์บรรเทา (2538 : 83-90)

3.3 นำนแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน คือ รองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร จัตรสุกุล รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เมธิรินทร์ ภิญโญ เพื่อตรวจสอบแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข

3.4 นำนแบบสอบถาม จำนวน 40 ข้อที่ปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้กับนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสายปัญญา กรุงเทพมหานคร ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 100 คน แล้วนำมาตรวจหาคะแนนตามที่กำหนดไว้ เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยใช้เทคนิค 25 เปอร์เซนต์ กลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ โดยใช้ t -test แล้วทำการเลือกเฉพาะ ข้อที่มีค่า t ระหว่าง 2.01 ถึง 7.75 ที่มีระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 จำนวน 39 ข้อ มาใช้ในการทดลอง

3.5 นำนแบบสอบถาม จำนวน 39 ข้อ ที่คัดเลือกแล้วในข้อ 3.4 มาหาค่าความเชื่อมั่น โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.90

ตัวอย่างแบบสอบถามความมีน้ำใจ

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามชุดนี้ มีวัตถุประสงค์ที่จะสอบถามสภาพการปฏิบัติตามความรู้สึกนึกคิดของ นักเรียนในสภาพการณ์ต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ซึ่งไม่มีคำตอบถูกหรือผิด คำตอบที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด เป็นคำตอบที่ต้องการ แบบสอบถามจะมีคำตอบเป็นข้อ ๆ แต่ละข้อมีคำตอบ คือ ก, ข และ ค ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุดเพียงข้อเดียว และทำเครื่องหมาย X ลงในกระดาษคำตอบที่แจกให้ต่างหาก โปรดทำทุกข้อ

การไม่เห็นแก่ตัว

- (0) อาจารย์ที่ปรึกษาให้นักเรียนทุกคน ช่วยกันเก็บเศษกระดาษบริเวณรอบ ๆ อาคารเรียน วิไล เห็นว่ามีเพื่อน ๆ หลายคนกำลังเก็บเศษกระดาษ ถ้านักเรียนเป็นวิไล นักเรียนจะทำอย่างไร
- (1) ก. ช่วยเก็บเศษกระดาษบ้าง
- (0) ข. ท้าที่เป็นช่วยเก็บเศษกระดาษ
- (2) ค. ช่วยเก็บเศษกระดาษจนเรียบร้อย

ความเห็นอกเห็นใจเพื่อน

- (00) อารีกำลังหัดฟันดาบ (ไม้) กับสุดา อารีฟันดาบพลาดโดนหน้าผากของสุดา ทำให้หน้าผากของสุดาบวมทันที มาลีเห็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ถ้านักเรียนเป็นมาลี นักเรียนจะทำอย่างไร
- (0) ก. เจยไม่สนใจ
- (2) ข. รีบเข้าไปช่วยและพาไปหาอาจารย์พยาบาล
- (1) ค. บอกสุดาให้ไปหาอาจารย์พยาบาลเอง

การให้ความช่วยเหลือเพื่อน

- (000) อาชีพและนฤมล เป็นเพื่อนห้องเดียวกัน อาชีพมีความจำเป็นต้องไปต่างจังหวัดหลายวัน จึงไม่ได้ไปโรงเรียน ทำให้จดงานไม่ทัน ซึ่งระยะนั้นเป็นช่วงใกล้สอบ นฤมลจำเป็นต้องอ่านเช่นกัน ถ้านักเรียนเป็นนฤมล นักเรียนจะทำอย่างไร
- (2) ก. ให้อาชีพยืมสมุดจดงาน
- (1) ข. ถ้าอาชีพมาขอยืมสมุดจดงานก็จะให้ยืม
- (0) ค. บอกให้อาชีพไปยืมสมุดเพื่อนคนที่เรียนเก่ง

การตรวจให้คะแนน

การตรวจให้คะแนนในแต่ละสถานการณ์ ได้กำหนดคะแนนของตัวเลือก
ในแต่ละตัวเลือก ดังนี้

- 2 คะแนน สำหรับตัวเลือกที่แสดงให้เห็นว่า นักเรียนมีความมั่นใจ
- 1 คะแนน สำหรับตัวเลือกที่แสดงให้เห็นว่า นักเรียนมีความมั่นใจบ้าง
- 0 คะแนน สำหรับตัวเลือกที่แสดงให้เห็นว่า นักเรียนไม่มีความมั่นใจ

แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยใช้แบบ Randomized Pretest-
Posttest Design (ชูศรี วงศ์รัตนะ. 2528 : 78) ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงแบบแผนการทดลองแบบ Randomized Pretest-Posttest Design

กลุ่ม	สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
R(E ₁)	T ₁ E ₁	X ₁	T ₂ E ₁
R(E ₂)	T ₁ E ₂	X ₂	T ₂ E ₂

- R(E₁) หมายถึง กลุ่มตัวอย่างที่ถูกสุ่มเป็นกลุ่มทดลองที่ 1
- R(E₂) หมายถึง กลุ่มตัวอย่างที่ถูกสุ่มเป็นกลุ่มทดลองที่ 2

T ₁ E ₁	หมายถึง	การสอบก่อนการทดลองในกลุ่มทดลองที่ 1
T ₁ E ₂	หมายถึง	การสอบก่อนการทดลองในกลุ่มทดลองที่ 2
X ₁	หมายถึง	การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
X ₂	หมายถึง	การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
T ₂ E ₁	หมายถึง	การสอบหลังการทดลองในกลุ่มทดลองที่ 1
T ₂ E ₂	หมายถึง	การสอบหลังการทดลองในกลุ่มทดลองที่ 2

การดำเนินการทดลอง

1. ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนทั้งกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามความมั่นใจ แล้วเก็บไว้เป็นคะแนนก่อนทดลอง (Pretest)

2. ขณะทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองทั้ง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ดังนี้

2.1 กลุ่มทดลองที่ 1 โดยวิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ 3 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 ครั้ง รวม 9 ครั้ง ครั้งละ 1.30 ชั่วโมง ในวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ เวลา 15.10-16.40 น. ตั้งแต่วันที่ 20 มกราคม 2540 ถึงวันที่ 10 กุมภาพันธ์ 2540 ณ ห้องแนะแนว โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร

2.2 กลุ่มทดลองที่ 2 โดยวิธีการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริงตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ 5 สัปดาห์ คนละ 2 ครั้งต่อสัปดาห์ รวม 9 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ในวันจันทร์ถึงวันศุกร์ เวลา 07.00-07.50 น., 12.30-13.20 น., 15.10-16.00 น. และ 16.00-16.50 น. ตั้งแต่วันที่ 13 มกราคม 2540 ถึงวันที่ 14 กุมภาพันธ์ 2540 ณ ห้องแนะแนว โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร

3. หลังการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนทั้งกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามชุดเดียวกับฉบับที่สอบก่อนการทดลอง แล้วเก็บไว้เป็นคะแนนหลังทดลอง (Posttest)

4. นำข้อมูลที่ได้จากข้อ 1 และข้อ 3 ไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียนก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
2. เปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียนก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
3. เปรียบเทียบผลต่างของความมีน้ำใจของนักเรียนที่ได้รับการปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่
 - 1.1 ค่ามัธยฐาน (Median) (ชูศรี วงศ์รัตนะ. 2534 : 48)
 - 1.2 ความเบี่ยงเบนควอไทล์ (Quartile Deviation) (ชูศรี วงศ์รัตนะ. 2534 : 65)

$$Q.D. = \frac{Q_3 - Q_1}{2}$$

เมื่อ Q.D. แทน ความเบี่ยงเบนควอไทล์
 Q_3 แทน คะแนนที่ตำแหน่งควอไทล์ที่ 3
 Q_1 แทน คะแนนที่ตำแหน่งควอไทล์ที่ 1

2. สถิติสำหรับวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ
 - 2.1 หาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถาม โดยใช้ t-test เทคนิค 25 เปอร์เซนต์กลุ่มสูง - กลุ่มต่ำ (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2531 : 185-186)

$$t = \frac{\bar{X}_H - \bar{X}_L}{\sqrt{\frac{S_H^2}{n_H} + \frac{S_L^2}{n_L}}}$$

เมื่อ	t	แทน	ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถาม
	$\bar{X}_H$	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มสูง
	$\bar{X}_L$	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มต่ำ
	S_H^2	แทน	คะแนนความแปรปรวนของกลุ่มสูง
	S_L^2	แทน	คะแนนความแปรปรวนของกลุ่มต่ำ
	n_H	แทน	จำนวนของกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มสูง
	n_L	แทน	จำนวนของกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มต่ำ

2.2 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) ของครอนบัท (Cronbach) (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2531 : 170-171)

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left\{ 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right\}$$

เมื่อ	α	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่น
	n	แทน	จำนวนข้อของแบบสอบถาม
	$\sum S_i^2$	แทน	คะแนนความแปรปรวนของแบบสอบถามแต่ละข้อ
	S_t^2	แทน	คะแนนความแปรปรวนของแบบสอบถามทั้งฉบับ

3. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

3.1 เปรียบเทียบความมั่นใจของนักเรียนก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed-Rank Test) (นิภา ศรีโพธิ์รัตน์. 2533 : 91-97)

3.2 เปรียบเทียบผลต่างของความมั่นใจก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 โดยใช้การทดสอบของแมน-วิทนี (The Mann-Whitney U Test) (นิภา ศรีโพธิ์รัตน์. 2533 : 120-128)

$$U_1 = n_1 n_2 + \frac{n_1(n_1 + 1)}{2} - \sum R_1$$

$$\text{หรือ } U_2 = n_1 n_2 + \frac{n_2(n_2 + 1)}{2} - \sum R_2$$

เมื่อ n_1 แทน กลุ่มตัวอย่างที่สุ่มมาจากประชากรกลุ่มที่ 1
 n_2 แทน กลุ่มตัวอย่างที่สุ่มมาจากประชากรกลุ่มที่ 2
 $\sum R_1$ แทน ผลรวมของอันดับของข้อมูลจากกลุ่มทดลองที่ 1
 $\sum R_2$ แทน ผลรวมของอันดับของข้อมูลจากกลุ่มทดลองที่ 2

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลจากการทดลอง และแปลความหมายของผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้า ผู้วิจัยกำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้แทนความหมายดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
Mdn	แทน	ค่ามัธยฐานของความมีน้ำใจ
Q.D.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนควอไทล์ของความมีน้ำใจ
Mdn(diff)	แทน	ค่ามัธยฐานของความมีน้ำใจที่มากขึ้น
Q.D. (diff)	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนควอไทล์ของความมีน้ำใจที่มากขึ้น
T	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed-Rank Test)
U	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของแมน-วิทนี (The Mann-Whitney U Test)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้า ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. เปรียบเทียบผลต่างของความมีน้ำใจของนักเรียนก่อนได้รับการให้คำปรึกษา เป็นกลุ่ม และรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
2. เปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียนก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษา เป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง
3. เปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียนก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง

4. เปรียบเทียบผลต่างของความมีน้ำใจของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง

ดังแสดงในตาราง 2, 3, 4 และ 5 ตามลำดับ

ตาราง 2 เปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียน กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อน ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง

กลุ่มตัวอย่าง	N	Mdn	Q.D.	U
กลุ่มทดลองที่ 1	8	54.5	5.5	25**
กลุ่มทดลองที่ 2	8	56.5	2.6	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 2 พบว่า ก่อนการทดลองนักเรียนมีความมีน้ำใจแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า ก่อนได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและ รายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง นักเรียนมีความมีน้ำใจแตกต่างกัน

ตาราง 3 เปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียน กลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังได้รับการให้
คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง

กลุ่มทดลองที่ 1	N	Mdn	Q.D.	T
ก่อนการทดลอง	8	54.5	5.5	0**
หลังการทดลอง	8	71.0	3.5	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 3 บ่งชี้ว่า ภายหลังจากการทดลอง นักเรียนมีความมีน้ำใจมากกว่า
ก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า นักเรียนมีความมีน้ำใจมากขึ้น
หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน
ที่ตั้งไว้ข้อ 1

ตาราง 4 เปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียน กลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังได้รับการให้
คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง

กลุ่มทดลองที่ 2	N	Mdn	Q.D.	T
ก่อนการทดลอง	8	56.5	2.6	0**
หลังการทดลอง	8	69.5	2.1	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 4 ปรากฏว่า ภายหลังจากทดลอง นักเรียนมีความมีน้ำใจมากกว่า
ก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า นักเรียนมีความมีน้ำใจมากขึ้น
หลังจากได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน
ที่ตั้งไว้ข้อ 2

ตาราง 5 เปรียบเทียบผลต่างของควมมีน้ำใจก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลอง
ที่ 1 ที่ได้รับการทำให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการทำให้คำปรึกษา
รายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุญความจริง

กลุ่มตัวอย่าง	N	Mdn(diff)	Q.D. (diff)	U
กลุ่มทดลองที่ 1	8	18.0	3.3	16.5**
กลุ่มทดลองที่ 2	8	12.5	4.0	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 5 บรากฏว่า นักเรียนที่ได้รับการทำให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และ
รายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุญความจริง มีผลต่างของควมมีน้ำใจก่อนและหลังการทดลองแตกต่าง
กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า นักเรียนที่ได้รับการทำให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตาม
ทฤษฎีเพชฌุญความจริง มีความมีน้ำใจเพิ่มขึ้นแตกต่างจากนักเรียนที่ได้รับการทำให้คำปรึกษาราย
บุคคลตามทฤษฎีเพชฌุญความจริง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ข้อ 3

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียนก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
2. เพื่อเปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียนก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
3. เพื่อเปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีความมีน้ำใจมากขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
2. นักเรียนมีความมีน้ำใจมากขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีความมีน้ำใจแตกต่างกัน

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร ที่มีความมั่นใจต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา
2. กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2539 ที่มีความมั่นใจต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา จำนวน 16 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
3. แบบสอบถามความมั่นใจ

การดำเนินการทดลอง

1. ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนทั้งกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามความมั่นใจ แล้วเก็บไว้เป็นคะแนนก่อนทดลอง (Pretest)
2. ขณะทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองทั้ง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ดังนี้
 - 2.1 กลุ่มทดลองที่ 1 โดยวิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ 3 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 ครั้ง รวม 9 ครั้ง ครั้งละ 1.30 ชั่วโมง ในวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ เวลา 15.10-16.40 น. ตั้งแต่วันที่ 20 มกราคม 2540 ถึงวันที่ 10 กุมภาพันธ์ 2540 ณ ห้องแนะแนว โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร
 - 2.2 กลุ่มทดลองที่ 2 โดยวิธีการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง

ตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ 5 สัปดาห์ คนละ 2 ครั้งต่อสัปดาห์ รวม 9 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ในวันจันทร์ถึงวันศุกร์ เวลา 07.00–07.50 น., 12.30–13.20 น., 15.10–16.00 น. และ 16.00–16.50 น. ตั้งแต่วันที่ 13 มกราคม 2540 ถึง วันที่ 14 กุมภาพันธ์ 2540 ณ ห้องแนะแนว โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร

3. หลังการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนทั้งกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามชุดเดียวกับฉบับที่สอบก่อนการทดลอง แล้วเก็บไว้เป็นคะแนนหลังทดลอง (Posttest)

4. นำข้อมูลที่ได้จากข้อ 1 และข้อ 3 ไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติ ดังต่อไปนี้

1. เปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียนก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเพชฌุความจริง โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซ์ (The Wilcoxon Matched Pairs Signed-Rank Test)

2. เปรียบเทียบความมีน้ำใจของนักเรียนก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซ์ (The Wilcoxon Matched Pairs Signed-Rank Test)

3. เปรียบเทียบผลต่างของความมีน้ำใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง โดยใช้การทดสอบของแมน-วิทนี (The Mann-Whitney U Test)

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีความมีน้ำใจมากขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเพชฌุความจริง

2. นักเรียนมีความมั่นใจมากขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌัญญุตาความจริง

3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌัญญุตาความจริง มีความมั่นใจเพิ่มขึ้นแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยที่นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเพชฌัญญุตาความจริง มีความมั่นใจเพิ่มขึ้นมากกว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌัญญุตาความจริง

อภิปรายผล

จากการศึกษาการเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌัญญุตาความจริงที่มีต่อความมั่นใจ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร พบว่า

1. นักเรียนมีความมั่นใจมากขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเพชฌัญญุตาความจริง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 เนื่องจากการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเพชฌัญญุตาความจริงของการศึกษาคั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ที่เป็นอยู่ในปัจจุบันของผู้รับคำปรึกษาให้เป็นพฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนได้สำรวจ และประเมินพฤติกรรมความมั่นใจของตนเอง ตลอดจนวางแผนในการพัฒนาความมั่นใจ และดำเนินการตามแผนที่ตนเองกำหนดไว้ รวมทั้งรายงานผลการปฏิบัติให้ผู้ให้คำปรึกษาทราบ ภายหลังการปฏิบัติตน เพื่อพัฒนาความมั่นใจ ซึ่งกระบวนการดังกล่าวนี้ ส่งผลให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการพัฒนาความมั่นใจ อีกทั้งกระบวนการของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเพชฌัญญุตาความจริง กระตุ้นให้นักเรียนต้องผูกพันกับการทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่มีความต่อเนื่องกันในแต่ละขั้นตอน ทำให้สมาชิกทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และทำให้สมาชิกแต่ละคนสามารถเข้าใจปัญหาความมั่นใจของตนเองชัดเจนขึ้น และมีความกระตือรือร้นที่จะร่วมทำกิจกรรม โดยเฉพาะขึ้นวางแผนและขึ้นสร้างสัญญา เพราะเป็นขั้นที่ทำให้นักเรียนมีความรู้สึกว่าเขา

สามารถควบคุมชีวิตตนเองให้กระทำในสิ่งที่พึงประสงค์ได้ และรู้สึกว่าการเปลี่ยนแปลงตนเองจากที่เคยเป็นอยู่นั้น เป็นสิ่งที่ทำให้ชีวิตมีคุณค่าและมีความหมายมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ วัชรินทร์พีมี (2533 : 180-182) ที่กล่าวว่า การที่มนุษย์รู้สึกตนว่ามีความสามารถที่จะทำสิ่งต่างๆ ได้ หรือความรู้สึกว่าตนประสบความสำเร็จ จะสร้างกำลังใจให้บุคคลกล้าสู้ปัญหา ดังนั้นเมื่อนักเรียนได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง จึงทำให้สมาชิกทุกคนในกลุ่มเกิดการเรียนรู้ที่จะพัฒนาความมั่นใจได้

นอกจากนี้ ผลการทดลองของผู้วิจัย ยังสอดคล้องกับผลการศึกษาของลักขณา รัสภา (2537 : 62) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อความรับผิดชอบด้านการเรียน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบางมด (ตันเปาว์วิทยาคาร) สังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีความรับผิดชอบด้านการเรียนดีขึ้น และผลการศึกษาของวัชรินทร์ ภัยมรสกี (2538 : 78) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ที่มีต่อวินัยในตนเองด้านการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนอยุธยาสุรธรรมา อำเภोधระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา พบว่า นักเรียนมีวินัยในตนเองด้านการเรียนสูงขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง

จากการสังเกตของผู้วิจัย ซึ่งเป็นผู้ดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงกับนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 พบว่า นักเรียนมีความสนใจและให้ความร่วมมือในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มอย่างสม่ำเสมอ นักเรียนมาเข้าร่วมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตรงเวลา นักเรียนให้ความสนใจ ตั้งใจ และร่วมอภิปรายปัญหาของสมาชิกในกลุ่ม ทำให้นักเรียนมีความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาของตนเอง และมองเห็นแนวทางแก้ไขปัญหานั้น ๆ นอกจากนี้ผู้วิจัยพบว่า ทั้งผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษากลุ่ม ต่างก็มีความเป็นกันเอง และมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน จึงส่งผลให้บรรยากาศในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มดำเนินไปด้วยดีทุกครั้ง

จากการประเมินในขั้นปัจฉิมนิเทศ นักเรียนได้แสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงว่า ทำให้นักเรียนมีเป้าหมาย และมองเห็นแนวทางในการปฏิบัติตนได้อย่างชัดเจน ตลอดทั้งทราบแนวทางในการปฏิบัติตน เพื่อพัฒนาความมั่นใจ ทำให้นักเรียนรู้สึกว่ ชีวิตของตนเองมีคุณค่าและมีความหมายมากขึ้น และได้

เสนอแนะว่า ควรนำวิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ไปใช้กับนักเรียนระดับชั้นอื่น ๆ ด้วย

2. นักเรียนมีความมั่นใจมากขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 เนื่องจากการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ของการศึกษาคั้งนี้ มี จุดมุ่งหมายเพื่อที่จะ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน ของผู้รับคำปรึกษาให้เป็นพฤติกรรมใหม่ที่ดีประสงค์ โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนได้สำรวจ และประเมินพฤติกรรมความมั่นใจของตนเอง ตลอดจนวางแผนในการพัฒนาความมั่นใจ และดำเนินการตามแผนที่ตนเองกำหนดไว้ รวมทั้งรายงานผลการปฏิบัติให้ผู้ให้คำปรึกษาทราบ ภายหลังการปฏิบัติตน เพื่อพัฒนาความมั่นใจ ดังนั้นเมื่อนักเรียนได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง จึงทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ที่จะพัฒนาความมั่นใจได้ ดังที่ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 179) ได้กล่าวว่า การให้คำปรึกษารายบุคคลเป็นสัมพันธภาพของการช่วยเหลือบุคคล ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อม สามารถแก้ปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่ และพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

นอกจากนี้ ผลการทดลองของผู้วิจัย ยังสอดคล้องกับผลการศึกษาของวิชรินทร์ แยมโรสกี (2538 : 78) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบเพชฌุความจริง ที่มีต่อวิทยานิพนธ์ตนเองด้านการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนอนุบาลสุพรรณบุรี อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา พบว่า นักเรียนมีวิทยานิพนธ์ตนเองด้านการเรียนสูงขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบเพชฌุความจริง

จากการสังเกตของผู้วิจัย ซึ่งเป็นผู้ดำเนินการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง กับนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 พบว่า นักเรียนมีความสนใจ และให้ความร่วมมือในการให้คำปรึกษาอย่างสม่ำเสมอ นักเรียนมาตรงเวลา นักเรียนให้ความสนใจ ตั้งใจ และเล่าปัญหาความไม่มั่นใจให้ผู้วิจัยทราบ ทำให้นักเรียนมีความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาความไม่มั่นใจของตนเอง และมองเห็นแนวทางแก้ไขปัญหานั้น ๆ นอกจากนี้ ผู้วิจัยพบว่า ผู้ให้คำปรึกษาและ

ผู้รับคำปรึกษามีความเป็นกันเอง และมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน จึงส่งผลให้บรรยากาศในการให้คำปรึกษาดำเนินไปด้วยดีทุกครั้ง

จากการประเมินผลในชั้นปัจฉิมนิเทศ นักเรียนได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริงว่า ทำให้นักเรียนมีเป้าหมาย และมองเห็นแนวทางในการปฏิบัติตนได้อย่างชัดเจน ตลอดทั้งทราบแนวทางการปฏิบัติตนเพื่อพัฒนาความมีน้ำใจ ทำให้นักเรียนรู้สึกว่าการชีวิตมีคุณค่าและความหมายมากขึ้น และได้เสนอแนะว่า ควรนำวิธีการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ไปใช้กับนักเรียนระดับชั้นอื่น ๆ ด้วย

จะเห็นได้ว่าการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง สามารถปรับเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคลให้เหมาะสมได้

3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีความมีน้ำใจเพิ่มขึ้นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยที่นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงมีความมีน้ำใจเพิ่มขึ้นมากกว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3

จากการวิจัยครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ทำให้นักเรียนมีความมีน้ำใจเพิ่มขึ้นมากกว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ทั้งนี้อาจมีสาเหตุมาจาก การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มช่วยเสริมสร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม สมาชิกของกลุ่มได้เรียนรู้การสร้างสัมพันธ์มิตรกับเพื่อนสนิท ผลจากการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมภายในกลุ่ม จะช่วยให้สมาชิกแต่ละคนได้รู้จักและเข้าใจตนเองมากขึ้น ยอมรับตนเองมากขึ้น ยอมรับความเป็นเพื่อน ความเป็นมนุษย์ของบุคคลอื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งของสมาชิกภายในกลุ่ม กล้าแสดงความคิดเห็น และสามารถเอนอ่อนผ่อนตามเพื่อนสนิทอย่างมีเหตุผลที่เหมาะสม ยินดีให้ความช่วยเหลือและมีความรับผิดชอบสูงขึ้น ซึ่งช่วยให้บรรยากาศภายในกลุ่มมีความเป็นกันเองมากขึ้น และผลสืบเนื่องจากการมีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม จะช่วยให้เด็กสามารถติดต่อประสานงาน และมีมนุษยสัมพันธ์กับบุคคลภายนอกกลุ่ม ทั้งที่โรงเรียน บ้าน ชุมชนต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2529 : 180-181)

ดังผลการศึกษาของ วัชรินทร์ แยมโรสกี (2538 : 78) พบว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลแบบเผชิญความจริง สามารถพัฒนาวิสัยทัศน์ตนเองด้านการเรียนของนักเรียนได้ ผู้วิจัยจึงใช้การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริงพัฒนาความมีน้ำใจของนักเรียน

จากการสังเกตของผู้วิจัย ซึ่งเป็นผู้ดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง พบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีความมีน้ำใจเพิ่มขึ้นมากกว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ทั้งนี้เพราะการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มทำให้สมาชิกแต่ละคน มีโอกาสเป็นทั้งผู้รับและผู้ให้ความช่วยเหลือ มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ทำให้สมาชิกแต่ละคนได้พัฒนาตนเองอย่างเต็มขีดความสามารถ ด้วยเหตุผลดังกล่าว จึงทำให้นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง สามารถพัฒนาความมีน้ำใจเพิ่มขึ้นมากกว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ซึ่งอาจมีสาเหตุเนื่องมาจากการให้คำปรึกษารายบุคคลมีข้อจำกัดบางประการ กล่าวคือ การให้คำปรึกษารายบุคคลทำให้ผู้รับคำปรึกษา ซึ่งกำลังอยู่ในวัยรุ่น โดยทั่วไปมีความเชื่อว่า ปัญหาที่ตนประสบนั้นเพื่อนรุ่นเดียวกันจะเข้าใจ และหาทางออกให้ได้ดีกว่าความช่วยเหลือจากผู้ให้คำปรึกษาซึ่งเป็นผู้ใหญ่ต่างวัย และต่างความคิดจากเขา และนอกจากนี้การให้คำปรึกษารายบุคคลทำให้ผู้รับคำปรึกษา—เสียโอกาสอันดีที่จะเสริมสร้างทักษะทางมนุษยสัมพันธ์ และการปรับตัวด้านต่าง ๆ กับเพื่อนคนอื่น ๆ ในวัยเดียวกัน ที่เผชิญปัญหาคล้ายคลึงกับตน (เจียรนัย ทรงชัยกุล. 2529 : 412)

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 ควรใช้การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ไปพัฒนาความมีน้ำใจ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยผู้ที่จะนำมาใช้ควรจะศึกษาขั้นตอนหลักการ วิธีดำเนินการ และมีประสบการณ์ในการฝึกปฏิบัติก่อนนำมาใช้ในการให้คำปรึกษากับนักเรียน

1.2 กระบวนการของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเพชฌุความจริง เหมาะสำหรับผู้รับคำปรึกษาที่อยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นขึ้นไป ทั้งนี้เนื่องจากผู้รับคำปรึกษาจำเป็นต้องมีความสามารถในการไตร่ตรอง พิจารณาพฤติกรรมของตนเองตามความจริงว่า มีความเหมาะสมหรือไม่และส่งผลใดต่อตนเองบ้าง เพราะกระบวนการการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเพชฌุความจริงมุ่งที่จะให้ผู้รับคำปรึกษาเกิด ความตระหนักรู้ และแก้ไขพฤติกรรมของตนเองด้วยตนเอง ตลอดจนผู้รับคำปรึกษาจะต้องมีความรับผิดชอบต่อค่านิยมที่ตัวเองทำไว้กับตนเอง มีความสามารถควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตามแนวทางที่กำหนด เพื่อพัฒนาความมีน้ำใจได้ จึงไม่เหมาะสมกับผู้รับคำปรึกษาที่อายุน้อย

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป

2.1 ควรติดตามผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจของนักเรียน ภายหลังการทดลอง ทุก ๆ 1 เดือน, 3 เดือน หรือ 6 เดือน เพื่อศึกษาความคงทนของความมีน้ำใจของนักเรียน

2.2 ควรนำโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจไปดัดแปลง เพื่อปรับใช้กับนักเรียนในระดับชั้นอื่น ๆ บ้าง เช่น ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เป็นต้น

2.3 ควรศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง เพื่อพัฒนาพฤติกรรมที่พึงประสงค์อื่น ๆ ของนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษา อาทิ เช่น ความประหยัด ความซื่อสัตย์ ความมีระเบียบวินัยด้านการแต่งกาย เป็นต้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กนก จันทร์ขจร. คู่มือการอบรมความรู้และจริยธรรมเพื่อชีวิต ตอนที่ 2. กรุงเทพฯ ฯ : ม.ป.ท., 2533.
- กัญญา คงคานนท์. "การปลูกฝังคุณธรรมในเด็กเล็ก," การศึกษา ก.ท.ม. 14 (5) : 6 - 9 ; กุมภาพันธ์, 2534.
- กรมวิชาการ, กระทรวงศึกษาธิการ. หนังสือสังคมศึกษา ส 306 ประเทศของเรา 4 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533). 2536.
- คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, สำนักงาน, สำนักนายกรัฐมนตรี. แผนการศึกษาแห่งชาติ ฉบับที่ 7 พุทธศักราช 2535-2539. 2535.
- _____. แผนการศึกษาแห่งชาติฉบับที่ 8 พุทธศักราช 2540-2544. 2540.
- คมเพชร นัตรสุภกุล. กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. กรุงเทพฯ ฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2522.
- _____. บริการสนเทศ. กรุงเทพฯ ฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2521.
- _____. ทฤษฎีการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ ฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530.
- จันทรรัตน์ ยี่ริ้วศิริ. ผลของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนรัตนนาคีเบสร์ จังหวัดนนทบุรี. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ ฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2536. อัดสำเนา.
- จิตรนาถ กิรติเสวี. ความสัมพันธ์ระหว่างความมีน้ำใจของครู ความรับผิดชอบ พฤติกรรม ความเป็นผู้นำ แรงจูงใจผลสัมฤทธิ์ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และการฝึกสอนของ นักเรียน ระดับชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยครูสงขลา. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ ฯ : วิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร, 2516. อัดสำเนา.
- เจียรนัย ทรงชัยกุล. เอกสารชุดวิชาการแนะแนวในระดับมัธยมศึกษา หน่วยที่ 1 - 7. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2529.

เจียรนัย ทรงชัยกุล. เอกสารชุดวิชาจิตวิทยาพื้นฐานเพื่อการแนะแนว หน่วยที่ 9 - 15.

นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2533.

ชรัยีนาท จิตต์บรรเทา. การเปรียบเทียบผลของการใช้สถานการณ์จำลองและกรณีตัวอย่าง
ที่มีต่อความมีน้ำใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดบ่อ (นนทวิทยา)

อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ ฯ : มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2538. อัดสำเนา.

ชูเมกเกอร์. มนุษย์คือชีวิตเล็ก ๆ หึ่งดงาม : ความคิดทางจริยศาสตร์. แปลและเรียบเรียง
โดย เฉลิมเกียรติ ผิวนวล. กรุงเทพฯ ฯ : เจริญการพิมพ์, 2532.

ชูศรี วงศ์รัตนะ. เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. กรุงเทพฯ ฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทร
วิโรฒ ประสานมิตร, 2534.

—————. แบบแผนการทดลองและสถิติ. กรุงเทพฯ ฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร, 2528.

ณรงค์ศักดิ์ ทะละวัณ. "อิทธิพลของครูและโรงเรียนที่มีต่อเด็ก," ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต :
จริยธรรมกับสุขภาพจิต. กรุงเทพฯ ฯ : ศิวพร, 2529.

ทินกร ชาติกุล. "เก่งกาจแต่ขาดน้ำใจ...ก็ไปไม่รอด," วารสารก้านผู้ใหญ่นบ้าน.
(2) : 27 - 32 ; กุมภาพันธ์ 2534.

ทิสนา แฉมมณี และเยาวพา เตชะคุปต์. กลุ่มสัมพันธ์ ทฤษฎีและแนวปฏิบัติเล่ม 1.
กรุงเทพฯ ฯ : บุรพาศิลป์, 2522.

ธนาคารกรุงเทพ จำกัด. รายงานการสัมมนาทางวิชาการ เรื่อง "แนวทางการพัฒนาเยาวชน
ในทศวรรษหน้า". กรุงเทพฯ ฯ : ฝ่ายประชาสัมพันธ์ ธนาคารกรุงเทพ จำกัด, 2532.

นฤมล ทิประภาต. "หาความเป็นธรรมบนเส้นทางสู่นิส," สังคมพัฒนา. 19 (1 - 2) :
4 - 5 ; มกราคม - ตุลาคม, 2534.

นิพนธ์ คันทเสวี. มนุษย์สัมพันธ์เพื่อการพัฒนาสังคม. กรุงเทพฯ ฯ : รุ่งเดียนสตร์, 2528.

นิภา บุญศรีสวัสดิ์. การศึกษาความมีน้ำใจของครู ความอยากรู้ อยากเห็น ความเอื้อเฟื้อ
และเพทุบายของนักศึกษาปีที่ 1-4 วิทยาลัยครูนครปฐม. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม.
กรุงเทพฯ ฯ : วิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร, 2517. อัดสำเนา.

นิภา ศรีพรจรรย์. สถิตินอนพาราเมตริก. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ ฯ :

โอเอสพริ้นติ้งเฮาส์, 2533.

น้อย พงษ์สนิท. ตำราประกอบการเรียนการสอนจริยศาสตร์ เล่ม 1. เชียงใหม่ :

โรงพิมพ์สวนปรง, 2520.

ประดับ เรืองมาลัย. จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ ฯ : โรงพิมพ์วัฒนาพานิช, 2519.

เผด็จ ทัดตชีโว. ที่ระลึกวันคล้ายวันเกิดครบ 5 รอบ : คนดีที่โลกต้องการ. กรุงเทพฯ ฯ :

อักษรบัณฑิต, 2531.

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. การแนะแนวและการให้คำปรึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา.

กรุงเทพฯ ฯ : โรงพิมพ์บัณฑิตการพิมพ์, 2529.

พรรณราย ทรัพย์ะประภา. จิตวิทยาอุตสาหกรรม. กรุงเทพฯ ฯ : โอเดียนสโตร์, 2529.

_____. มนุษยสัมพันธ์ในการบริหาร. กรุงเทพฯ ฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536.

พรประภา แก้วกล้า. ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงต่อการลดการเสพติด และการเพิ่มความเห็นคุณค่าตนเองของผู้ถูกคุมความประพฤติ.

วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ ฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534. อัดสำเนา.

โยธิน สันสนยุทธ์ และจุมพล พูลภัทรชีวิน. จิตวิทยาสังคม. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ ฯ :

ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ, 2529.

รพีพรรณ อักษราวิวัฒน์. การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษารายบุคคลและเป็นกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมที่มีต่อการประหยัดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก กรุงเทพมหานคร. ปริญาานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ ฯ : มหาวิทยาลัย

ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2538. อัดสำเนา.

รวีวรรณ ชินะตระกูล. หลักการแนะแนว. กรุงเทพฯ ฯ : คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม สถาบัน

เทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง, 2537.

ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525. พิมพ์ครั้งที่ 3.

กรุงเทพฯ ฯ : อักษรเจริญทัศน์, 2530.

- ลักขณา ใสภา. ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเพชฌิความจริงที่มีต่อความรับผิดชอบ
ด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบางมด (ต้นเปาวิทยาการ)
สังกัดกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณินท์ กศ.ม. กรุงเทพฯ ๑ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทร
วิโรฒ ประสานมิตร, 2537. อัดสำเนา.
- ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. หลักการวิจัยทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2.
กรุงเทพฯ ๑ : ทวีกิจการพิมพ์, 2531.
- วัชรินทร์ แยมวิภา. ผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลแบบเพชฌิความจริงที่มีต่อ
วินัยตนเองด้านการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนอยุธยา
อาเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. ปรินญาณินท์ กศ.ม.
กรุงเทพฯ ๑ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2538. อัดสำเนา.
- วัชรวิ ทรัพย์มี. การแนะแนวในโรงเรียน. กรุงเทพฯ ๑ : ไทยวัฒนาพานิช, 2520.
———. ทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ ๑ : ภาควิชาจิตวิทยา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525.
———. ทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ ๑ : ภาควิชาจิตวิทยา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533.
- วัชรวิ ชูวะคำ. จิตวิทยาการแนะแนวและการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ ๑ : หน่วยศึกษานิเทศก์
กรมการฝึกหัดครู, 2523.
- วันทีย์ บุพพัฒนาดี. การศึกษาเปรียบเทียบความอยากรู้อยากเห็น ทักษะคิดเชิงวิทยาศาสตร์
น้ำใจของการเป็นครู และเพทุบาย ของนักศึกษาปีที่ 1-4 วิทยาลัยครูนครราชสีมา.
ปรินญาณินท์ กศ.ม. กรุงเทพฯ ๑ : วิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร, 2517.
อัดสำเนา.
- วันเพ็ญ บุญประกอบ. "สังสรร สรสมสร," วารสารแนะแนว. 17 (85) : 41 ;
กุมภาพันธ์ - มีนาคม, 2526.
- วิจิตร อวาทะกุล. เทคนิคมนุษยสัมพันธ์. กรุงเทพฯ ๑ : โรงพิมพ์พิมพ์เนส, 2525.
———. เทคนิคมนุษยสัมพันธ์. กรุงเทพฯ ๑ : รอเอส พรินติ้งเฮาส์, 2528.
- วุฒิสวัสดิ์ สวัสดิ์วัฒน์, ม.ร.ว. สุกฤษธรรม. กรุงเทพฯ ๑ : บริษัทเอเชียเพรส จำกัด, 2534.

- ศิริบุรณ์ สายโกสุม. เอกสารการสอนชุดวิชาเทคนิคการปฏึกษาเบื้องต้น หน่วยที่ 1 - 6.
 นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2533.
- สมิต อาชวณิจกุล. การพัฒนาตนเอง ภาค 2. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ ฯ : ดอกหญ้า,
 2535.
- สาโรช บัวศรี. มาตรฐานบางประการสำหรับการสร้างครูที่ดี. กรุงเทพฯ ฯ : โรงพิมพ์
 อรุณสภา, 2515.
- สุชา จันทน์เอม. จิตวิทยาสังคม. กรุงเทพฯ ฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2529.
- สุชาดา รัตนดิษฐ์กุล. "การวิเคราะห์หลักการคบมิตรในนิทานชาดก," วารสารวิจัยมหาวิทยาลัย
รามคำแหง. (1) : 80-92 ; มกราคม - เมษายน 2533.
- สุดฤทัย มุขยวงศา. ผลของการปฏึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยแนวความคิดแบบพิจารณา
ความเป็นจริง ที่มีต่อนิสัยและทัศนคติในการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.
 วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ ฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533. อัดสำเนา.
- สุพัทธา สุภาพ. สังคมและวัฒนธรรม ค่านิยม : ครอบครัว: ศาสนา : ประเพณี.
 กรุงเทพฯ ฯ : ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, 2534.
- สนธยา จัตรมาศ. "จริยธรรมในระดับประถมศึกษา : พฤติกรรมที่ต้องการและการปลูกฝัง,"
ประชากรศึกษา. 39 (1) : 27 - 29 ; มิถุนายน 2532.
- เอนก และคนอื่น ๆ. หนังสือเรียน ส 401 สังคมศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. กรุงเทพฯ ฯ :
 ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, 2524.
- อภา จันทรสกุล. ทฤษฎีและวิธีการให้คำปฏึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ ฯ : ภาควิชา
 จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2535.
- อุทัย ทองพูน. "จริยศึกษา," โครงการตำราและเอกสารวิชาการ. นครศรีธรรมราช :
 วิทยาลัยครูนครศรีธรรมราช, 2528.
- อุษณีย์ ทองสหธรรม. ผลของการให้คำปฏึกษากลุ่มแบบทฤษฎีเพื่อยุติความจริงเพื่อลดความวิตก
กังวลในการสอบเพื่อศึกษาต่อ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนนารีนุกูล
จังหวัดอุบลราชธานี. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ ฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทร
 วิโรฒ ประสานมิตร, 2538. อัดสำเนา.

เอษณีย์ จัตรวิทยานนท์. ผลของการเข้ากลุ่มฝึกความรู้สึกไวที่มีต่อความมีน้ำใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนศรีพดดา กรุงเทพมหานคร. ปรินิพนธ์ กศ.ม.

กรุงเทพ ฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2537. อัดสำเนา.

อมรากล อินโรชานนท์. "น้ำใจในรถเมล์," ใน บทความสุขภาพจิตเผยแพร่ทางวิทยุ เล่ม 2.

กรุงเทพ ฯ : เกษมการพิมพ์, 2534.

อัทน หันสม. ผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผลและอารมณ์ที่มีต่อทัศนคติในการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเมืองสรวงวิทยา จังหวัดร้อยเอ็ด. ปรินิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพ ฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2535. อัดสำเนา.

Abbott, William J. "The Effect of Reality Therapy-Based on Group Counseling on The self-Esteem of Learning Disabled Sixth, Seventh, and Eighth Graders," Dissertation Abstracts International. 45 (7A) : 1989 ; January, 1983.

Arbuckle, D.S. Counseling Philosophy : Theory and Practice. 2nd ed. Boston : Allyn and Bacon, 1970.

Blackham, G.S. Counseling : Theory Process and Practice. Belmont California : Wadsworth, 1977.

* Corey, Gerald. Theory and Practice of Group Counseling. California : Brooks/Cole Publishing Company, 1981.

———. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. Pacific Grove, California : Brooks/Cole Publishing Company, 1991.

Cottle and others. Counseling and Guidance. 2nd ed. New York :
McMillan, 1986.

Glasser, W. Reality Therapy : A New Approach to Psychiatry.
New York : Harper and Row, 1965.

Gryvnak, Patrique Ann. "A Study of Five Personal Characteristics
as Perceived by Males and Females (Aggressive, Dominance,
Nurturance, Autonomy, Affiliation)," Dissertation Abstracts
International. 52 : 2810 ; May, 1991.

Hansen, James C. and others. Group Counseling : Theory and Process.
Chicago : Rand McNally College Publishing Company, 1976.

Harris, Margaret and Cannon. "Effect of Reality/Control Theory on
Predictors of Responsible Behavior of Junior High School
Students in an Adolescent Pregnancy Prevention Program,"
Dissertation Abstracts International. 54 (04) : 1992 ;
October, 1993.

Hart-Herter, Susan. "The Effect of Reality Therapy Techniques on
The Behaviors of Elementary School Students Across Setting,"
Dissertation Abstracts International. 48 (10A) : 2599 ;
April, 1986.

Jones, Alissa Sue. "The Effect of Counselor Anger Discomfort, and Need for Nurturance on Countertransference Reactions to An Angry Client," Dissertation Abstracts International. 52 : 1064 ; February, 1990.

Justice, Susan Brown. "Need for Succorance and Nurturance in Pregnant Teenagers," Dissertation Abstracts International. 51 : 3603 ; July, 1989.

Lange, Shirley Jo. "Satisfaction and Commitment in Lesbian and Heterosexual Relationship : The Roles of Power, Nurturance, and Trust," Dissertation Abstracts International. 50 : 3676 ; August, 1989.

Mahler, Clarence A. Group Counseling in The School. New York : Houghton Mifflin Company, 1969.

• Ohlsen, Merle M. Group Counseling. New York : Holt Rinehart and Winston, Inc., 1970.

———. Group Counseling. 2nd ed. New York : Holt Rinehart and Winston, Inc., 1977.

Patterson, C.H. Theories of Counseling and Psychotherapy. New York : Harper and Row, 1973.

Sable, Janeth Ruth. "Differences in Need for Affiliation, and The Qualities of Intimacy and Nurturance within Preadolescent Friendship," Dissertation Abstracts International. 49 : 5044 ; November, 1989.

Shertzer, Bruce and Shelly C. Stone. "Group Counseling," in Fundamentals of Counseling. New York : Houghton Mifflin Company, 1971.

Span, Milton. "Reality Counseling : and Approach to Discipline Caring," in Development and Remedial Education. p. 6-9. 1982.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก .

- 1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเพชฌุความจริง**
- 2. โปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง**

โปรแกรมการให้คำปรึกษา เป็นกลุ่มตามทฤษฎีเพชฌิความจริง

สำหรับกลุ่มทดลองที่ 1

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	ปฐมนิเทศและ เริ่มต้นการให้ คำปรึกษา	1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพ ระหว่างผู้ให้คำปรึกษา กับนักเรียน และ ระหว่างนักเรียนด้วยกัน และสร้างบรรยากาศใน การให้คำปรึกษา เพื่อ ให้นักเรียนรู้สึกอบอุ่นใจ ไว้วางใจ และเป็น กันเองกับผู้ให้คำปรึกษา 2. เพื่อให้นักเรียนทราบ และเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการของการให้คำ ปรึกษาเป็นกลุ่มตาม ทฤษฎีเพชฌิความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจ บทบาท หน้าที่ของ นักเรียนและผู้ให้คำ ปรึกษา ตลอดจนช่วง เวลา ระยะเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ ในการรับคำปรึกษา	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับ ทักทาย นักเรียน พร้อมทั้งแนะนำตนเอง ให้นักเรียนรู้จัก 2. ให้นักเรียนแต่ละคนแนะนำตนเอง 3. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงให้นักเรียนทราบ เข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการของ การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎี เพชฌิความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจ บทบาท หน้าที่ของนักเรียน และผู้ให้คำ ปรึกษาตลอดจนช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ในการรับคำ ปรึกษา 4. เปิดโอกาสให้นักเรียน ชักถามใน ประเด็นที่สงสัยเกี่ยวกับรายละเอียด ต่างๆ ที่ได้ชี้แจงไป 5. ผู้ให้คำปรึกษาและนักเรียนร่วมกัน สรุปสิ่งที่ได้จากการสนทนา เพื่อ ให้นักเรียนมีความเข้าใจตรงกัน

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2	ความหมาย ของความมี น้ำใจ และ คุณลักษณะ สำคัญของ ความมีน้ำใจ	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจ ความหมาย และ คุณลักษณะสำคัญของ ความมีน้ำใจ 2. เพื่อให้นักเรียนเห็น ความสำคัญของความมี น้ำใจ ตลอดจนเรียนรู้ วิธีพัฒนาความมีน้ำใจ	การให้คำปรึกษาครั้งที่ 2-8 ผู้ให้คำ ปรึกษา ดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้ง ตามขั้น ดำเนินการ 6 ขั้น ดังนี้ <u>ขั้นที่ 1</u> ขั้นสร้างสัมพันธภาพ ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาครั้งที่ 2-8 <u>ขั้นที่ 2</u> ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้นักเรียนได้สำรวจ พฤติกรรมความมีน้ำใจของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการ ให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป <u>เพื่อให้</u> <u>นักเรียนกล่าวถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจของ</u> <u>ตนเองในปัจจุบัน</u> <u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นประเมินพฤติกรรม ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนได้พิจารณา และประเมินพฤติกรรมความมีน้ำใจของ ตนเองตามความเป็นจริง ว่ามี<u>มากน้อย</u> เพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			<u>ขั้นที่ 4</u> <u>ขั้นวางแผนการปฏิบัติ</u> ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ และการวางแผนการปฏิบัติ^๕ นั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และนักเรียนเต็มใจที่จะปฏิบัติ <u>ขั้นที่ 5</u> <u>ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน</u> ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ^๕ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมีน้ำใจ โดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา <u>ขั้นที่ 6</u> <u>ขั้นติดตามผล</u> ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูติดตามผลการปฏิบัติตน ตามแผนการปฏิบัติในการพัฒนาความมีน้ำใจของนักเรียน

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีการดำเนินการ
3-4	ความมีน้ำใจ ด้านการ ไม่เห็นแก่ตัว	1. เพื่อให้นักเรียนเห็น ความสำคัญของความมี น้ำใจด้านการไม่เห็น แก่ตัว 2. เพื่อให้นักเรียนแสดง ความรู้สึกที่แท้จริงและ กล่าวถึงปัญหาความมี น้ำใจด้านการไม่เห็น แก่ตัว	
5-6	ความมีน้ำใจ ด้านความ เห็นอกเห็นใจ เพื่อน	1. เพื่อให้นักเรียนเห็น ความสำคัญของความมี น้ำใจด้านความเห็นอก เห็นใจเพื่อน 2. เพื่อให้นักเรียนแสดง ความรู้สึกที่แท้จริงและ กล่าวถึงปัญหาความมี น้ำใจ ด้านความเห็นอก เห็นใจเพื่อน	
7-8	ความมีน้ำใจ ด้านการทำให้ ความช่วยเหลือ เพื่อน	1. เพื่อให้นักเรียนเห็น ความสำคัญของความมี มีน้ำใจ ด้านการทำให้ ความช่วยเหลือเพื่อน	

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่แท้จริงและกล่าวถึงปัญหาความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน	
9	ยุติการให้คำปรึกษา และปัจฉิมนิเทศ	เพื่อให้นักเรียนสรุปผลการพัฒนาความมีน้ำใจของตนเองหลังจากที่ได้รับการให้คำปรึกษา	1. ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนและติดตามผลเรื่องที่สนทนาในครั้งที่ผ่านมา 2. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนเปรียบเทียบพฤติกรรมความมีน้ำใจของตนเองก่อนและหลังการให้คำปรึกษา 3. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจ และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม 4. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบใจนักเรียนที่เข้ารับการทดลองและกล่าวปิดการทดลอง

หมายเหตุ การให้คำปรึกษาแต่ละครั้งใช้เวลา 1.30 ชั่วโมง

รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 1

เรื่อง ปฐมนิเทศและเริ่มต้นการให้คำปรึกษา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับนักเรียน และระหว่างนักเรียนด้วยกัน เพื่อสร้างบรรยากาศในการให้คำปรึกษา เพื่อให้นักเรียนรู้สึกอบอุ่นใจ ใจกว้างใจและเป็นกันเองกับผู้ให้คำปรึกษา
2. เพื่อให้นักเรียนทราบ และเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจ บทบาท หน้าที่ของนักเรียนและผู้ให้คำปรึกษา ตลอดจนช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ในการรับคำปรึกษา

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับ ทักทายนักเรียน พร้อมทั้งแนะนำตนเองให้นักเรียนรู้จัก
2. ให้นักเรียนแต่ละคนแนะนำตนเอง
3. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงให้นักเรียนทราบ เข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจ บทบาท หน้าที่ของนักเรียน และผู้ให้คำปรึกษาตลอดจนช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ในการรับคำปรึกษา
4. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามในประเด็นที่สงสัย เกี่ยวกับรายละเอียดต่างๆ ที่ได้ชี้แจงไป
5. ผู้ให้คำปรึกษาและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการสนทนา เพื่อให้มีความเข้าใจตรงกัน

การประเมินผล

ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตความสนใจ และการซักถามประเด็นปัญหาต่าง ๆ ของ
นักเรียน

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเพชฌิความจริง ครั้งที่ 2

เรื่อง ความหมายของความมีน้ำใจและคุณลักษณะสำคัญของความมีน้ำใจ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจความหมายของความมีน้ำใจ และคุณลักษณะสำคัญของความมีน้ำใจ
2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของความมีน้ำใจ ตลอดจนเรียนรู้วิธีพัฒนาความมีน้ำใจ

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเพชฌิความจริงทุกครั้งตามขั้นตอนการ 6 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ

ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน

ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้นักเรียนได้สำรวจ พฤติกรรมความมีน้ำใจของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้นักเรียนกล่าวถึง พฤติกรรมความมีน้ำใจของตนเองในปัจจุบัน

ขั้นที่ 3 ขั้นประเมินพฤติกรรม

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนได้พิจารณา และประเมินพฤติกรรมความมีน้ำใจของตนเองตามความเป็นจริงว่ามีมากน้อยเพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ และการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และนักเรียนเต็มใจที่จะปฏิบัติ

ขั้นที่ 5 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมั่นใจ โดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

ขั้นที่ 6 ขั้นติดตามผล

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการปฏิบัติตนตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมั่นใจของนักเรียน

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบายของนักเรียน
2. ผู้ให้คำปรึกษาประเมินว่า นักเรียนมีพฤติกรรมอะไรที่แสดงออกถึงความมี

น้ำใจเปลี่ยนแปลงไปจากก่อนจะเริ่มการให้คำปรึกษาบ้าง

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 3

เรื่อง ความมีน้ำใจด้านการไม่เห็นแก่ตัว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของความมีน้ำใจด้านการไม่เห็นแก่ตัว
2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่แท้จริง และกล่าวถึงปัญหาความมีน้ำใจ

ด้านการไม่เห็นแก่ตัว

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้ง ตามขั้นตอนการ 6 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ

ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน

ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้นักเรียนได้สำรวจ พฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัว ของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ นักเรียนกล่าวถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวของตนเองในปัจจุบัน

ขั้นที่ 3 ขั้นประเมินพฤติกรรม

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนได้พิจารณา และประเมินพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัว ของตนเองตามความเป็นจริงว่า มีมากน้อยเพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัว และการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และนักเรียนเต็มใจที่จะปฏิบัติ

ขั้นที่ 5 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมั่นใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัว โดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

ขั้นที่ 6 ขั้นติดตามผล

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมั่นใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวของนักเรียน

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความมั่นใจด้านการไม่เห็นแก่ตัวของนักเรียน
2. ให้สมาชิกในกลุ่มยกตัวอย่างประสบการณ์ที่ได้รับ ได้เห็นผู้อื่นหรือตนเอง แสดงออกถึงพฤติกรรมความมั่นใจด้านการไม่เห็นแก่ตัวของนักเรียน

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 4

เรื่อง ความมีน้ำใจด้านการไม่เห็นแก่ตัว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของความมีน้ำใจด้านการไม่เห็นแก่ตัว
2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่แท้จริง และกล่าวถึงปัญหาความมีน้ำใจ

ด้านการไม่เห็นแก่ตัว

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอนการ 6 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ

ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน

ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้นักเรียนได้สำรวจ พฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ นักเรียนกล่าวถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวของตนเองในปัจจุบัน

ขั้นที่ 3 ขั้นประเมินพฤติกรรม

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนได้พิจารณา และประเมินพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวของตนเอง ตามความเป็นจริงว่ามีมากน้อยเพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ ด้าน

การไม่เห็นแก่ตัว และการวางแผนการปฏิบัตินั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และนักเรียนเต็มใจที่จะปฏิบัติ

ขั้นที่ 5 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนตกลงใจ ที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัว โดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

ขั้นที่ 6 ขั้นติดตามผล

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวของนักเรียน

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอภิปราย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความมีน้ำใจด้านการไม่เห็นแก่ตัวของนักเรียน
2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า นักเรียนมีวิธีการแก้ไขปัญหาคือความมีน้ำใจด้านการไม่เห็นแก่ตัวอย่างไร มีแนวทางแก้ไขที่กลุ่มเสนอมา จะนำไปสู่การพัฒนาความมีน้ำใจด้านการไม่เห็นแก่ตัวของนักเรียนหรือไม่

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 5

เรื่อง ความมีน้ำใจด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน
2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่แท้จริง และกล่าวถึงปัญหาความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอนการ 6 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ

ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน

ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้นักเรียนได้สำรวจ พฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้นักเรียนกล่าวถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของตนเองในปัจจุบัน

ขั้นที่ 3 ขั้นประเมินพฤติกรรม

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนได้พิจารณา และประเมินพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของตนเองตามความเป็นจริงว่า มีมากน้อยเพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ ด้าน

ความเห็นอกเห็นใจเพื่อน และการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และนักเรียนเต็มใจที่จะปฏิบัติ

ขั้นที่ 5 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมีน้ำใจด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน โดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

ขั้นที่ 6 ขั้นติดตามผล

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูติดตามผลการปฏิบัติตนตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านเห็นอกเห็นใจเพื่อนของนักเรียน

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของนักเรียน
2. ให้สมาชิกในกลุ่มยกตัวอย่างประสบการณ์ที่ได้รับ ได้เห็นผู้อื่นหรือตนเองแสดงออกถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของนักเรียน

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 6

เรื่อง ความมีน้ำใจด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน
2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่แท้จริง และกล่าวถึงปัญหาความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอนการ 6 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ

ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน

ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้นักเรียนได้สำรวจ พฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้นักเรียนกล่าวถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของตนเองในปัจจุบัน

ขั้นที่ 3 ขั้นประเมินพฤติกรรม

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนได้พิจารณา และประเมินพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของตนเอง ตามความเป็นจริงว่า มีมากน้อยเพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน และการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความ

สามารถของนักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และนักเรียนเต็มใจที่จะปฏิบัติ

ขั้นที่ 5 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนตกลงใจที่จะปฏิบัติ ตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน โดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

ขั้นที่ 6 ขั้นติดตามผล

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูติดตามผลการปฏิบัติตนตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านเห็นอกเห็นใจเพื่อนของนักเรียน

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอภิปราย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของนักเรียน
2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า นักเรียนมีวิธีการแก้ไขปัญหาคความมีน้ำใจด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนอย่างไร มีแนวทางแก้ไขที่กลุ่มเสนอมา จะนำไปสู่การพัฒนาความมีน้ำใจด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของนักเรียนหรือไม่

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 7

เรื่อง ความมีน้ำใจด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน
2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่แท้จริง และกล่าวถึงปัญหาความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอนการ 6 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ

ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน

ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้นักเรียนได้สำรวจ พฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้นักเรียนกล่าวถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของตนเองในปัจจุบัน

ขั้นที่ 3 ขั้นประเมินพฤติกรรม

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนได้พิจารณา และประเมินพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของตนเองตามความเป็นจริงว่า มีมากน้อยเพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน และการวางแผนการปฏิบัตินั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถ

ของนักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และนักเรียนเต็มใจที่จะปฏิบัติ

ขั้นที่ 5 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมั่นใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน โดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

ขั้นที่ 6 ขั้นติดตามผล

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูติดตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมั่นใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของนักเรียน

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความมั่นใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของนักเรียน
2. ให้สมาชิกในกลุ่มยกตัวอย่างประสบการณ์ที่ได้รับ ได้เห็นผู้อื่นหรือตนเอง แสดงออกถึงพฤติกรรมความมั่นใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของนักเรียน

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ครั้งที่ 8

เรื่อง ความมีน้ำใจด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน
2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่แท้จริง และกล่าวถึงปัญหาความมีน้ำใจด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเพชฌุความจริงทุกครั้งตามขั้นตอนการ 6 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ

ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน

ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้นักเรียนได้สำรวจ พฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้นักเรียนกล่าวถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของตนเองในปัจจุบัน

ขั้นที่ 3 ขั้นประเมินพฤติกรรม

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนได้พิจารณา และประเมินพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของตนเอง ตามความเป็นจริงว่า มีมากน้อยเพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจด้านการ

ให้ความช่วยเหลือเพื่อน และการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และนักเรียนเต็มใจที่จะปฏิบัติ

ขั้นที่ 5 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมั่นใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน โดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

ขั้นที่ 6 ขั้นติดตามผล

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูติดตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมั่นใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของนักเรียน

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความมั่นใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของนักเรียน
2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า นักเรียนมีวิธีการแก้ไขปัญหาความมั่นใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนอย่างไร มีแนวทางแก้ไขที่กลุ่มเสนอมา จะนำไปสู่การพัฒนาความมั่นใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของนักเรียนหรือไม่

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ครั้งที่ 9

เรื่อง ยุติการให้คำปรึกษาและปัจฉิมนิเทศ

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนสรุปผลการพัฒนาความมีน้ำใจของตนเอง หลังจากที่ได้รับ การให้คำปรึกษา

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนและติดตามผล เรื่องที่สนทนาในครั้งที่ผ่านมา
2. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนเปรียบเทียบพฤติกรรมความมีน้ำใจของตนเองก่อน และหลังการให้คำปรึกษา
3. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจ และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม
4. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอชื่นชมนักเรียนที่เข้ารับการทดลองและกล่าวปิดการทดลอง

การประเมินผล

ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการสรุป และความสนใจในการร่วมกิจกรรมของนักเรียน

โปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง

สำหรับกลุ่มทดลองที่ 2

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	ปฐมนิเทศและ เริ่มต้นการให้ คำปรึกษา	1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพ ระหว่างผู้ให้คำปรึกษา กับนักเรียน และสร้าง บรรยากาศในการให้ คำปรึกษา เพื่อให้ นักเรียนรู้สึกอบอุ่นใจ ไว้วางใจ และเป็น กันเองกับผู้ให้คำปรึกษา 2. เพื่อให้นักเรียนทราบ และเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการของการให้คำ ปรึกษารายบุคคลตาม ทฤษฎีเพชฌุความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจ บทบาท หน้าที่ของ นักเรียนและผู้ให้คำ ปรึกษา ตลอดจนช่วง เวลา ระยะเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ ในการรับคำปรึกษา	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับ ทักทาย นักเรียน พร้อมทั้งแนะนำตนเอง ให้นักเรียนรู้จัก 2. ให้นักเรียนแนะนำตนเอง 3. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงให้นักเรียนทราบ เข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการของ การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎี เพชฌุความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจ บทบาท หน้าที่ของนักเรียน และผู้ให้คำ ปรึกษาดำเนินจนช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ในการรับคำ ปรึกษา 4. เปิดโอกาสให้นักเรียน ชักถามใน ประเด็นที่สงสัยเกี่ยวกับรายละเอียด ต่าง ๆ ที่ได้ชี้แจงไป 5. ผู้ให้คำปรึกษาและนักเรียนร่วมกัน สรุปสิ่งที่ได้จากการสนทนา เพื่อ ให้เกิดความเข้าใจตรงกัน

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2	ความหมายของควมมีน้ำใจ และคุณลักษณะสำคัญของควมมีน้ำใจ	1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจความหมาย และคุณลักษณะสำคัญของควมมีน้ำใจ 2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของควมมีน้ำใจ ตลอดจนเรียนรู้วิธีพัฒนาควมมีน้ำใจ	การให้คาบปรึกษาครั้งที่ 2-8 ผู้ให้คาบปรึกษา ดำเนินการให้คาบปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้ง ตามขั้นตอนดำเนินการ 6 ขั้นตอน ดังนี้ <u>ขั้นที่ 1</u> ขั้นสร้างสัมพันธภาพ ผู้ให้คาบปรึกษาเริ่มต้นการให้คาบปรึกษาและติดตามผลการให้คาบปรึกษาครั้งที่ 2-8 <u>ขั้นที่ 2</u> ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน ผู้ให้คาบปรึกษาช่วยให้นักเรียนได้สำรวจพฤติกรรมควมมีน้ำใจของตนเองในปัจจุบันโดยผู้ให้คาบปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คาบปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้นักเรียนกล่าวถึงพฤติกรรมควมมีน้ำใจของตนเองในปัจจุบัน <u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นประเมินพฤติกรรม ผู้ให้คาบปรึกษาให้นักเรียนได้พิจารณาและประเมินพฤติกรรมควมมีน้ำใจของตนเองตามความเป็นจริง ว่ามีมากน้อยเพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ครั้งที่

วิธีดำเนินการ

ขั้นที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ และการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และนักเรียนเต็มใจที่จะปฏิบัติ

ขั้นที่ 5 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมีน้ำใจ โดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

ขั้นที่ 6 ขั้นติดตามผล

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการปฏิบัติตน ตามแผนการปฏิบัติในการพัฒนาความมีน้ำใจของนักเรียน

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
3-4	ความมีน้ำใจ ด้านการ ไม่เห็นแก่ตัว	1. เพื่อให้นักเรียนเห็น ความสำคัญของความมี น้ำใจด้านการไม่เห็น แก่ตัว 2. เพื่อให้นักเรียนแสดง ความรู้สึกที่แท้จริงและ กล่าวถึงปัญหาความมี น้ำใจด้านการไม่เห็น แก่ตัว	
5-6	ความมีน้ำใจ ด้านความ เห็นอกเห็นใจ เพื่อน	1. เพื่อให้นักเรียนเห็น ความสำคัญของความมี น้ำใจด้านความเห็นอก เห็นใจเพื่อน 2. เพื่อให้นักเรียนแสดง ความรู้สึกที่แท้จริงและ กล่าวถึงปัญหาความมี น้ำใจ ด้านความเห็นอก เห็นใจเพื่อน	
7-8	ความมีน้ำใจ ด้านการทำให้ ความช่วยเหลือ เพื่อน	1. เพื่อให้นักเรียนเห็น ความสำคัญของความมี มีน้ำใจ ด้านการทำให้ ความช่วยเหลือเพื่อน	

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		2. เพื่อให้นักเรียนแสดง ความรู้สึกที่แท้จริงและ กล่าวถึงปัญหาความมี น้ำใจ ด้านการให้ความ ช่วยเหลือเพื่อน	
9	ยุติการให้คำ ปรึกษา และ ปัจฉิมนิเทศ	เพื่อให้นักเรียนสรุปผล การพัฒนาความมีน้ำใจของ ตนเองหลังจากที่ได้รับการ ให้คำปรึกษา	1. ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนและติดตามผล เรื่องที่สนทนากันครั้งที่ผ่านมา 2. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนเปรียบเทียบ พฤติกรรมความมีน้ำใจของตนเอง ก่อนและหลังการให้คำปรึกษา 3. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปผลของ การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎี เผชิญความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจ และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม 4. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบใจนักเรียน ที่เข้ารับการทดลองและกล่าวปิด การทดลอง

หมายเหตุ การให้คำปรึกษาแต่ละครั้งใช้เวลา 50 นาที

รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง

การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ครั้งที่ 1

เรื่อง ปฐมนิเทศและเริ่มต้นการให้คำปรึกษา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับนักเรียน และสร้างบรรยากาศในการให้คำปรึกษา เพื่อให้เด็กเรียนรู้สื่อบุคคลใจ ไว้วางใจ และเป็นกันเองกับผู้ให้คำปรึกษา
2. เพื่อให้เด็กเรียนทราบ และเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการของการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจ บทบาท หน้าที่ของนักเรียนและผู้ให้คำปรึกษา ตลอดจนช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ในการรับคำปรึกษา

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับ ทักทายนักเรียน พร้อมทั้งแนะนำตนเองให้นักเรียนรู้จัก
2. ให้นักเรียนแนะนำตนเอง
3. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงให้นักเรียนทราบ เข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการของการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจ บทบาท หน้าที่ของนักเรียน และผู้ให้คำปรึกษาตลอดจนช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ในการรับคำปรึกษา
4. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ในประเด็นที่สงสัยเกี่ยวกับรายละเอียดต่าง ๆ ที่ได้ชี้แจงไป
5. ผู้ให้คำปรึกษาและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการสนทนา เพื่อให้มีความเข้าใจตรงกัน

การประเมินผล

ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตความสนใจ และการซักถามประเด็นปัญหาต่าง ๆ ของนักเรียน

การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ครั้งที่ 2

เรื่อง ความหมายของความมีน้ำใจและคุณลักษณะสำคัญของความมีน้ำใจ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจความหมายของความมีน้ำใจ และคุณลักษณะสำคัญของความมีน้ำใจ
2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของความมีน้ำใจ ตลอดจนเรียนรู้วิธีพัฒนาความมีน้ำใจ

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริงทุกครั้งตามขั้นตอนการ 6 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ

ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน

ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้นักเรียนได้สำรวจ พฤติกรรมความมีน้ำใจของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ นักเรียนกล่าวถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจของตนเองในปัจจุบัน

ขั้นที่ 3 ขั้นประเมินพฤติกรรม

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนได้พิจารณา และประเมินพฤติกรรมความมีน้ำใจของตนเองตามความเป็นจริงว่ามีมากน้อยเพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ และการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และนักเรียนตั้งใจที่จะปฏิบัติ

ขั้นที่ 5 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมีน้ำใจ โดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

ขั้นที่ 6 ขั้นติดตามผล

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาติดตามผล การปฏิบัติตนตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจของนักเรียน

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบายของนักเรียน
2. ผู้ให้คำปรึกษาประเมินว่า นักเรียนมีพฤติกรรมอะไรที่แสดงออกถึงความมีน้ำใจเปลี่ยนแปลงไปจากก่อนจะเริ่มการให้คำปรึกษาบ้าง

การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 3

เรื่อง ความมีน้ำใจด้านการไม่เห็นแก่ตัว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัว
2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่แท้จริง และกล่าวถึงปัญหาความมีน้ำใจ

ด้านการไม่เห็นแก่ตัว

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอนการ 6 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ

ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน

ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้นักเรียนได้สำรวจ พฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้นักเรียนกล่าวถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวของตนเองในปัจจุบัน

ขั้นที่ 3 ขั้นประเมินพฤติกรรม

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนได้พิจารณา และประเมินพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวของตนเอง ตามความเป็นจริงว่า มีมากน้อยเพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ ด้าน

การไม่เห็นแก่ตัว และการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถ
ของนักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และนักเรียนเต็มใจที่จะปฏิบัติ

ขั้นที่ 5 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัว โดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

ขั้นที่ 6 ขั้นติดตามผล

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูติดตามผล
การปฏิบัติตนตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวของนักเรียน

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอภิปราย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวของนักเรียน
2. ให้นักเรียนยกตัวอย่างประสบการณ์ที่ได้รับ ที่แสดงออกถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวของนักเรียน

การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 4

เรื่อง ความมีน้ำใจด้านการไม่เห็นแก่ตัว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัว
2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่แท้จริง และกล่าวถึงปัญหาความมีน้ำใจ

ด้านการไม่เห็นแก่ตัว

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอนการ 6 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ

ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน

ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้นักเรียนได้สำรวจ พฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้นักเรียนกล่าวถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวของตนเองในปัจจุบัน

ขั้นที่ 3 ขั้นประเมินพฤติกรรม

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนได้พิจารณา และประเมินพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวของตนเองตามความเป็นจริงว่า มีมากน้อยเพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัว และการวางแผนการปฏิบัตินั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของ

นักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และนักเรียนเต็มใจที่จะปฏิบัติ

ขั้นที่ 5 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมั่นใจด้านการไม่เห็นแก่ตัว โดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

ขั้นที่ 6 ขั้นติดตามผล

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาติดตามผลการปฏิบัติตนตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมั่นใจด้านการไม่เห็นแก่ตัวของนักเรียน

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอภิปราย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความมั่นใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวของนักเรียน
2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า นักเรียนมีวิธีการแก้ไขปัญหาคความมั่นใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวอย่างไร มีแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความมั่นใจ ด้านการไม่เห็นแก่ตัวของนักเรียนหรือไม่

การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ครั้งที่ 5

เรื่อง ความมีน้ำใจด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน
2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่แท้จริง และกล่าวถึงปัญหาความมีน้ำใจด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริงทุกครั้งตามขั้นตอนการ 6 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ

ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน

ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้นักเรียนได้สำรวจ พฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้เด็กเรียนกล่าวถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของตนเองในปัจจุบัน

ขั้นที่ 3 ขั้นประเมินพฤติกรรม

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนได้พิจารณา และประเมินพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของตนเองตามความเป็นจริงว่า มีมากน้อยเพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ ด้าน

ความเห็นอกเห็นใจเพื่อน และการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และนักเรียนเต็มใจที่จะปฏิบัติ

ขั้นที่ 5 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน โดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

ขั้นที่ 6 ขั้นติดตามผล

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูติดตามผลการปฏิบัติตนตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านเห็นอกเห็นใจเพื่อนของนักเรียน

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของนักเรียน
2. ให้นักเรียนยกตัวอย่างประสบการณ์ที่ได้รับ ที่แสดงออกถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของนักเรียน

การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ครั้งที่ 6

เรื่อง ความมีน้ำใจด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน
2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่แท้จริง และกล่าวถึงปัญหาความมีน้ำใจด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริงทุกครั้งตามขั้นตอนการ 6 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ

ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน

ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้นักเรียนได้สำรวจ พฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้นักเรียนกล่าวถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของตนเองในปัจจุบัน

ขั้นที่ 3 ขั้นประเมินพฤติกรรม

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนได้พิจารณา และประเมินพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของตนเอง ตามความเป็นจริงว่า มีมากน้อยเพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวางแผนการปฏิบัติ ใน

การพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน และการวางแผนการปฏิบัตินั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และนักเรียนเต็มใจที่จะปฏิบัติ

ขั้นที่ 5 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมีน้ำใจด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน โดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

ขั้นที่ 6 ขั้นติดตามผล

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูติดตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านเห็นอกเห็นใจเพื่อนของนักเรียน

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของนักเรียน
2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า นักเรียนมีวิธีการแก้ไขปัญหาคือความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนอย่างไร มีแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อนของนักเรียนหรือไม่

การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ครั้งที่ 7

เรื่อง ความมีน้ำใจด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน
2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่แท้จริง และกล่าวถึงปัญหาความมีน้ำใจด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริงทุกครั้งตามขั้นตอนการ 6 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ

ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน

ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้นักเรียนได้สำรวจ พฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้นักเรียนกล่าวถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของตนเองในปัจจุบัน

ขั้นที่ 3 ขั้นประเมินพฤติกรรม

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนได้พิจารณา และประเมินพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของตนเองตามความเป็นจริงว่า มีมากน้อยเพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านการ

ให้ความช่วยเหลือเพื่อน และการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และนักเรียนเต็มใจที่จะปฏิบัติ

ขั้นที่ 5 ขึ้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน โดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

ขั้นที่ 6 ขึ้นติดตามผล

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูติดตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของนักเรียน

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของนักเรียน
2. ให้นักเรียนยกตัวอย่างประสบการณ์ที่ได้รับ ที่แสดงออกถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของนักเรียน

การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ครั้งที่ 8

เรื่อง ความมีน้ำใจด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน
2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่แท้จริง และกล่าวถึงปัญหาความมีน้ำใจด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริงทุกครั้งตามขั้นตอนการ 6 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ

ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน

ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้นักเรียนได้สำรวจ พฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้นักเรียนกล่าวถึงพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของตนเองในปัจจุบัน

ขั้นที่ 3 ขั้นประเมินพฤติกรรม

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนได้พิจารณา และประเมินพฤติกรรมความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของตนเอง ตามความเป็นจริงว่า มีมากน้อยเพียงใด และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

ขั้นที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ ด้าน

การให้ความช่วยเหลือเพื่อน และการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักเรียน ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และนักเรียนเต็มใจที่จะปฏิบัติ

ขั้นที่ 5 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนตกลงใจที่จะปฏิบัติ ตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความมีน้ำใจด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน โดยนักเรียนเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

ขั้นที่ 6 ขั้นติดตามผล

ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูติดตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของนักเรียน

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอภิปราย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของนักเรียน
2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า นักเรียนมีวิธีการแก้ไขปัญหาคือความมีน้ำใจด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนอย่างไร มีแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความมีน้ำใจ ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อนของนักเรียนหรือไม่

การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง ครั้งที่ 9

เรื่อง บุติการให้คำปรึกษาและปัจฉิมนิเทศ

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนสรุปผลการพัฒนาความมีน้ำใจของตนเอง หลังจากที่ได้รับ
การให้คำปรึกษา

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนและติดตามผลเรื่องที่สนทนากันครั้งที่ผ่านมา
2. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนเปรียบเทียบพฤติกรรมความมีน้ำใจของตนเองก่อน
และหลังการให้คำปรึกษา
3. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปผลของการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎี
เพชฌุความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจ และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม
4. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอจบใจนักเรียนที่เข้ารับการทดลองและกล่าวปิดการทดลอง

การประเมินผล

ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการสรุป และความสนใจในการร่วมกิจกรรมของนักเรียน

ภาคผนวก ข .

1. แบบสอบถามความมั่นใจ
2. เฉลยคำตอบแบบสอบถามความมั่นใจ
3. ตาราง 6 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความมั่นใจ
4. ตาราง 7 แสดงคะแนนความมั่นใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม (กลุ่มทดลองที่ 1) และรายบุคคล (กลุ่มทดลองที่ 2) ตามทฤษฎีเผชิญความจริง
5. ตาราง 8 แสดงคะแนนความมั่นใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
6. ตาราง 9 แสดงคะแนนความมั่นใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
7. ตาราง 10 แสดงผลต่างของคะแนนความมั่นใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการทดลอง

แบบสอบถามความมีน้ำใจ

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามชุดนี้ มีวัตถุประสงค์ที่จะสอบถามสภาพการปฏิบัติตามความรู้สึกนึกคิดของนักเรียนในสภาพการณ์ต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ซึ่งไม่มีคำตอบถูกหรือผิด คำตอบที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด เป็นคำตอบที่ต้องการ แบบสอบถามจะมีคำตอบเป็นข้อ ๆ แต่ละข้อมีคำตอบ คือ ก, ข และ ค ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุดเพียงข้อเดียว และทำเครื่องหมาย X ลงในกระดาษคำตอบที่แจกให้ต่างหาก โปรดทำทุกข้อ

1. บานใจกับปราณีเป็นเพื่อนห้องเรียนเดียวกัน วันหนึ่งหลังเลิกเรียนอาจารย์สั่งให้ปราณีไปจัดอุปกรณ์วิทยาศาสตร์ในห้องปฏิบัติการวิทยาศาสตร์ ซึ่งบานใจเป็นเวรทำความสะอาดห้องและมีหน้าที่ปิดประตูห้องด้วย เมื่อบานใจทำเวรเสร็จแล้วหันไปพบว่า ปราณียังจัดอุปกรณ์วิทยาศาสตร์ไม่เสร็จ ถ้านักเรียนเป็นบานใจ นักเรียนจะทำอย่างไร
 - ก. ช่วยจัดบ้างและบอกให้ปราณีมาจัดอุปกรณ์คอนเข้า
 - ข. ก้าวเข้าไปหาปราณีปิดประตูห้องปฏิบัติการวิทยาศาสตร์ให้ด้วย
 - ค. ช่วยปราณีจัดอุปกรณ์จนเสร็จเพื่อตอนเช้าจะได้ไม่ยุ่ง
2. ✓ อรชร อัจฉรา และพิมพ์ใจเป็นเพื่อนสนิทกัน อรชรบอกอัจฉราว่าพิมพ์ใจถูกรถเฉี่ยวได้รับบาดเจ็บที่ขา จึงหยุดเรียนหลายวัน ถ้านักเรียนเป็นอัจฉรา นักเรียนจะทำอย่างไร
 - ก. ถ้าอรชรชวนไปเยี่ยมก็จะไป
 - ข. บอกกับอรชรว่า จะไปเยี่ยมพิมพ์ใจเย็นนี้ จะไปด้วยกันหรือไม่
 - ค. พูดกับอรชรว่าพิมพ์ใจคงไม่เป็นอะไรมาก

3. อาจารย์ขอให้นักเรียนบริจาคแบบเรียนของชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ให้กับโรงเรียนน้องพัฒนาพรยังมีหนังสือเหลืออยู่ครบชุด แต่บ้านอยู่ไกลจากโรงเรียนมาก ถ้านักเรียนเป็นพัฒนาพร นักเรียนจะทำอย่างไร
 - ก. นำหนังสือที่เป็นวิชาบังคับเรียนเพียงบางเล่มมาบริจาค
 - ข. การเดินทางลำบาก จึงไม่นำหนังสือมาบริจาค
 - ค. พยายามนำหนังสือมาบริจาคทั้งหมด
4. อรสาเสียใจที่ทะเลาะกับเพื่อนสนิทจึงร้องไห้ และมารับทุกข์กับญาติมาศ ถ้านักเรียนเป็นญาติมาศ นักเรียนจะทำอย่างไร
 - ก. ฟังด้วยความเข้าใจไม่สนใจ
 - ข. ปลอบใจและเห็นใจอรสา
 - ค. หันไปคุยกับเพื่อนคนอื่น
5. สุดสวาทขาดต้องเข้ามัสักยันไปโรงเรียน เมื่อหมดคาบเรียนต้องเดินไปเรียนอาคารอื่น จึงถือกระเป๋าให้นักเรียนไม่ได้ มยุรีเป็นเพื่อนห้องเดียวกับสุดสวาท ถ้านักเรียนเป็นมยุรี นักเรียนจะทำอย่างไร
 - ก. ถ้าสุดสวาทขอเรื่องจะถือกระเป๋าให้
 - ข. รีบเดินผ่านไปเพราะมีเพื่อนคนอื่น ๆ ช่วยเหลืออยู่แล้ว
 - ค. ช่วยถือกระเป๋าให้สุดสวาท
6. กาญจนากับเสาวนีย์ไปฟังผลการสอบเข้าโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา เสาวนีย์สอบไม่ได้ ส่วนกาญจนาสอบได้ ถ้านักเรียนเป็นกาญจนา นักเรียนจะทำอย่างไร
 - ก. ปลอบใจเสาวนีย์ด้วยความเห็นใจ
 - ข. บอกกับเสาวนีย์ว่าไปเรียนที่โรงเรียนอื่นก็ได้
 - ค. ชวนเสาวนีย์กลับบ้าน

7. อาจารย์ให้นักเรียนจัดบอร์ดเรื่องยาเสพติดให้เสร็จภายในวันจันทร์ที่จะถึงนี้ วิไลจึงนึกให้เพื่อน ๆ มาช่วยกันจัดบอร์ดในวันเสาร์ สุภาณีเป็นเพื่อนกลุ่มเดียวกับวิไล และต้องมาจัดบอร์ดด้วย แต่วิไลต้องการไปเที่ยวศูนย์การค้าเปิดใหม่กับพี่สาวในวันเสาร์ ถ้านักเรียนเป็นวิไล นักเรียนจะทําอย่างไร
- ก. โทรศัพทไปขอโทษเพื่อนบอกว่ามีนัดกับพี่สาว
 - ข. ไปจัดบอร์ดกับเพื่อน ๆ แล้วขอลาก่อน
 - ค. จัดบอร์ดจนเสร็จ แล้วจึงไปเที่ยวศูนย์การค้ากับพี่สาว
8. บ้านของนิตยาอยู่ใกล้โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี ซึ่งขายใบสมัครสอบเทียบ สาวิตรีและเพื่อน ๆ เป็นนักเรียนอยู่คนละห้องกับนิตยา ต้องการซื้อใบสมัครสอบเทียบ ถ้านักเรียนเป็นนิตยา นักเรียนจะทําอย่างไร
- ก. ถ้าสาวิตรีและเพื่อน ๆ ขอร้องก็จะไปซื้อให้
 - ข. บอกกับสาวิตรีและเพื่อน ๆ ว่า บ้านอยู่ใกล้โรงเรียนผากเราซื้อก็ได้
 - ค. ไม่สนใจเพราะเป็นเพื่อนคนละห้อง
9. อาจารย์ให้นักเรียนช่วยกันตกแต่งสวนวรรณคดีให้สวยงาม บริดา กำลังตัดกระดาษจัดบอร์ด เห็นเพื่อน ๆ หลายคนกำลังช่วยกันยกกระถางต้นไม้กันอยู่ ถ้านักเรียนเป็นบริดา นักเรียนจะทําอย่างไร
- ก. บอกเพื่อนว่าจัดบอร์ดแล้วจะรีบไปช่วย
 - ข. รีบตัดกระดาษให้เสร็จแล้วช่วยยกกระถางต้นไม้
 - ค. มีเพื่อน ๆ ช่วยกันหลายคนแล้ว บริดาจึงเฉย ๆ
10. ขณะที่จินตนา กำลังนั่งทํากาบ้านวิชาวิทยาศาสตร์อยู่นั้น ประภาพร มาขอปรึกษาปัญหาส่วนตัว ถ้านักเรียนเป็นจินตนา นักเรียนจะทําอย่างไร
- ก. บอกประภาพรว่าไม่ว่างกำลังทํากาบ้าน
 - ข. บอกกับประภาพรว่าพูดธุระของตนให้เสร็จเร็ว ๆ
 - ค. นั่งฟังด้วยความเห็นใจและปลอบใจประภาพร

11. โรงเรียนศรีอยุธยา มีการสอบแข่งขันวิชาคณิตศาสตร์ เพื่อคัดเลือกนักเรียนที่ได้คะแนนยอดเยี่ยม โมตรีและสุธีรา ผลัดกันได้คะแนนเป็นอันดับที่ 1 และ 2 เสมอ ๆ การสอบครั้งนี้ก็เช่นเดียวกัน ในการทำข้อสอบต้องใช้เวลาสอบ 2 ปี โมตรีลืมมาดินสอ 2 ปีมา แต่สุธีราก็มีดินสอมาเพียงแท่งเดียวเท่านั้น ถ้านักเรียนเป็นสุธีรา นักเรียนจะทำอย่างไร
ก. เจย ๆ ทาที่เป็นสนิมข้อสอบ
ข. แนะนำให้โมตรีไปยืมเพื่อนคนอื่น
ค. ใช้คัทเตอร์ตัดดินสอแบ่งให้โมตรี
12. เวลาพักกลางวัน อุบลนัดเพื่อนเอารายงานไปส่งตามที่อาจารย์สั่ง เพราะจะหมดเขตบ่ายวันนี้ ขณะที่รีบเดินลงบันไดมาพบว่าสภาพเส้นเหล็กติดกับบันได ถ้านักเรียนเป็นอุบล นักเรียนจะทำอย่างไร
ก. รีบนำสภาพส่งห้องพยาบาล
ข. เดินเลี่ยงไปทางอื่น
ค. บอกให้นั่งคอยที่นี่เดี๋ยวจะไปตามเพื่อนคนอื่นมาช่วย
13. ในคาบเรียนวิชาศิลปะศึกษา เมื่อหมดเวลาเรียน อาจารย์ให้นักเรียนช่วยกันยกเก้าอี้วางบนโต๊ะ แต่เนื่องจากคาบเรียนต่อไปนักเรียนต้องสอบสนทนากล้าภาษาอังกฤษ ซึ่งเป็นการสอบที่ละคนเรียงตามเลขที่ สุรณีย์มีเลขที่อยู่ท้าย ๆ เห็นเพื่อน 2-3 คนช่วยกันยกเก้าอี้ ส่วนคนอื่น ๆ รีบไปห้องสอบ ถ้านักเรียนเป็นสุรณีย์ นักเรียนจะทำอย่างไร
ก. รีบเข้าไปช่วยยกเก้าอี้จนเสร็จ
ข. ยกเก้าอี้เฉพาะที่ตนนั่งเท่านั้น
ค. รีบไปเตรียมตัวสอบ
14. สายชลหยุดเรียน 2 วัน เนื่องจากไปร่วมงานศพบิดาที่ต่างจังหวัด เมื่อสายชลมาโรงเรียน ก็ยังคงมีความรักเศร้าอยู่ พัชราเป็นเพื่อนห้องเดียวกับสายชล ถ้านักเรียนเป็นพัชรา นักเรียนจะทำอย่างไร
ก. เข้าไปหักทลายตามปกติ
ข. เดินเลี่ยงผ่านไป
ค. แสดงความเสียใจและพุดลอบใจสายชล

17

15. ที่โรงอาหารของโรงเรียนมีเก้าอี้จำนวนจำกัด วันหนึ่งที่โรงเรียนมีงานดักบาตรวันปีใหม่วิ่งยกเก้าอี้ที่โรงอาหารไปใช้บริเวณสนามหน้าโรงเรียน ทักให้เก้าอี้ในโรงอาหารมีไม่พอใช้ เมื่อถึงเวลาพักกลางวัน สมจิตกับกลุ่มเพื่อนกำลังนั่งกินข้าวอยู่ เห็นพิกุลยืนถือจานข้าวแต่ไม่มีที่นั่ง ถ้านักเรียนเป็นสมจิต นักเรียนจะทําอย่างไร
- บอกให้เพื่อน ๆ นั่งชิดกันเพื่อแบ่งที่นั่งให้พิกุล
 - บอกพิกุลว่าให้รอ 10 นาที
 - ถ้าพิกุลขอร้องก็จะแบ่งที่นั่งให้
16. สุนัขไปผาดตได้ตั้งที่โรงพยาบาลแห่งหนึ่ง จึงหยุดเรียนไปหลายวัน สมหญิงเป็นเพื่อนห้องเดียวกับสุนัข ถ้านักเรียนเป็นสมหญิง นักเรียนจะทําอย่างไร
- รอให้สุนัขกลับมาแล้วจะถามอาการ
 - ชวนเพื่อน ๆ ไปเยี่ยมสุนัขที่โรงพยาบาล
 - ถามอาการของสุนัขจากเพื่อนคนอื่น
17. จารุณีไม่ได้นํารายงานวิชาดนตรีไทยมาส่งอาจารย์ จึงถูกทักท้วงให้ทําความสะอาดเครื่องดนตรีหลังเลิกเรียน เสาวลักษณ์กำลังรอผู้ปกครองมารับกลับบ้าน เห็นจารุณีกำลังทําความสะอาดเครื่องดนตรีอยู่ ถ้านักเรียนเป็นเสาวลักษณ์ นักเรียนจะทําอย่างไร
- อาสาเข้าไปช่วย
 - บอกให้เพื่อนคนอื่นมาดู
 - ถามจารุณีว่าจะให้ช่วยไหม
18. ในเวลาพักกลางวัน นักเรียนทุกคนต้องเข้าแถวซื้ออาหารที่โรงอาหาร มีแถวยาวมาก วันวิสาข์รู้สึกหิวมาก เพราะอาจารย์ที่สอนปล่อยช้า วันวิสาข์จึงต้องอยู่ท้ายแถวคนอื่น ๆ ซึ่งจะทักให้ซื้ออาหารช้า และต้องรีบไปสอบซ่อมวิชาอังกฤษ ถ้านักเรียนเป็นวันวิสาข์ นักเรียนจะทําอย่างไร
- รีบแทรกตัวเข้าไประหว่างแถวคนอื่น ๆ
 - ฝากเพื่อนคนที่อยู่ต้นแถวช่วยซื้อให้
 - ไปเข้าคิวต่อแถวคนอื่น ๆ ตามลำดับก่อน-หลัง

19. อาจารย์ให้นักเรียนไปจดข้อมูลจากบอร์ดที่สนามหน้าโรงเรียน กรรมการเห็นสรีระหน้าตาซีดเขียว ทาทาจะเป็นลม ถ้านักเรียนเป็นกรรมการ นักเรียนจะทําอย่างไร
- รับพามา นั่งพักแล้วให้ดมยาตาม
 - รีบจดงานของตนให้เสร็จ
 - ถ้าสรีระขอความช่วยเหลือก็จะช่วย
20. สุรีย์เป็นคณะกรรมการจัดงานปีใหม่ของโรงเรียน เป็นวันนี้จะมีการประชุมคณะกรรมการเป็นครั้งแรก แต่วันนี้สุรีย์มีนัดไปทํารายงานกับเพื่อน ๆ ถ้านักเรียนเป็นสุรีย์ นักเรียนจะทําอย่างไร
- เข้าร่วมประชุมแล้วรีบขอตัวออกก่อน
 - ขอเลื่อนการประชุม
 - เข้าร่วมการประชุมจนเสร็จ
21. ชุติมาเข้าห้องเรียนช้า อาจารย์ทําทะธาให้ชุติมากระโดดกบ 20 ครั้ง มารศรีเป็นเพื่อนห้องเดียวกับชุติมา และอยู่ในเหตุการณ์ด้วย ถ้านักเรียนเป็นมารศรี นักเรียนจะทําอย่างไร
- หัวเราะด้วยความขบขัน
 - ทาที่เป็นมองไม่เห็น เพราะเกรงว่าชุติมาจะอาย
 - แตะไหล่เพื่อนพร้อมกับพูดปลอบใจ
22. หลังจากเรียนวิชาพลศึกษาแล้ว อาจารย์สั่งนักเรียนให้ช่วยกันเก็บอุปกรณ์กีฬา นารีต้องรีบไปเรียนวิชาอื่น และเห็นว่ามิเพื่อน 2-3 คนเก็บอุปกรณ์กีฬาอยู่แล้ว ถ้านักเรียนเป็นนารี นักเรียนจะทําอย่างไร
- รีบเดินผ่านไป
 - ไปช่วยเก็บอุปกรณ์บ้าง
 - ช่วยเก็บอุปกรณ์กีฬาจนเสร็จ
23. สุดาจะเดินกลับบ้าน มองเห็นเพื่อนหลายคนกำลังช่วยกันยกป้ายเชียร์กีฬาสิ ซึ่งอยู่คนละสีกับสุดา ถ้านักเรียนเป็นสุดา นักเรียนจะทําอย่างไร
- รีบเดินกลับบ้าน
 - แวะเข้าไปทักทาย
 - รีบเข้าไปช่วยยก

24. ขณะที่ถูกขโมยกล้องวีดิทัศน์วิชาภาษาอังกฤษในห้องแนะแนว เพื่อน ๆ ส่วนใหญ่ในห้องต้องการดูวีดิทัศน์วิชาวิทยาศาสตร์ตามที่อาจารย์สั่ง ถ้านักเรียนเป็นกฤษฎา นักเรียนจะทําอย่างไร
- ยอมมาให้เพื่อน ๆ ดูวิชาวิทยาศาสตร์
 - พูดโน้มน้าวให้เพื่อน ๆ ดูวิชาภาษาอังกฤษ
 - ไม่ได้ยินที่เพื่อนพูด
25. พวงพิศได้รับมอบหมายให้เป็นพิธีกรในงานต่าง ๆ ของโรงเรียนเสมอ พวงพิศจึงชอบพูดล้อวอดกับเพื่อน ๆ จนเพื่อน ๆ หมั่นไส้ เข้าวันหนึ่งอาจารย์ให้พวงพิศเป็นพิธีกรงานแข่งขันตอบปัญหาวิชาภาษาอังกฤษ ที่หอประชุมโรงเรียน ขณะที่พวงพิศกำลังรีบเดินขึ้นเวทีนั้น เกิดสั่นหกล้ม ลาวัลย์เป็นเพื่อนกับพวงพิศและนั่งอยู่ใกล้เวทีเห็นเหตุการณ์ตลอด ถ้านักเรียนเป็นลาวัลย์ นักเรียนจะทําอย่างไร
- หัวเราะด้วยความขบขัน
 - รีบเข้าไปช่วยพยุงพวงพิศให้ลุกขึ้น
 - หลังจากเลิกงานแล้วจึงเข้าไปถามอาการ
26. ลิณีกับราณีเป็นเพื่อนกัน วันหนึ่งลิณีเล่าให้ราณีฟังว่า ตนไม่สบายใจมาก เพราะมีเรื่องทะเลาะกับพี่สาวที่บ้าน แม่เข้าข้างพี่สาวและตำหนิติเตียนลิณี และเมื่อเข้านี้ก็ทะเลาะกับพี่สาว ก็ถูกแม่ดุอีก ถ้านักเรียนเป็นราณี นักเรียนจะทําอย่างไร
- เฉย ๆ เพราะเป็นเรื่องภายในครอบครัว
 - รับฟังปัญหาแล้วอธิบายว่าการทะเลาะกันระหว่างพี่น้องเป็นเรื่องธรรมดา
 - ช่วยพูดปลอบใจและแสดงความเห็นใจ
27. ขณะที่ขึ้นจิตเดินอยู่ใกล้ ๆ บริเวณก่อสร้างอาคาร ไม่ได้ระมัดระวังตัวจึงเดินสะดุดล้ม หกล้มได้รับบาดเจ็บที่ข้อเท้า ไม่สามารถเดินต่อไปได้ ขณะนั้นพรทิวาเป็นเวรรดน้ำต้นไม้ที่เรือนเพาะชำ เห็นเหตุการณ์เข้าพอดี ถ้านักเรียนเป็นพรทิวา นักเรียนจะทําอย่างไร
- ถามขึ้นจิตว่าเจ็บมากไหม
 - รีบให้ความช่วยเหลือ
 - ทำทีเป็นมองไม่เห็นรีบรดน้ำต้นไม้ให้เสร็จ

28. ในคาบเรียนวิชาคหกรรม อาจารย์สั่งให้นักเรียนเตรียมน้ำมันพืชมาปรุงอาหาร เพื่อเป็นการสอบเก็บคะแนนภาคปฏิบัติ อรทัยลืมเอาน้ำมันพืชมา แต่ครูสตีมืออยู่ 1 ขวด ซึ่งคงใช้ไม่หมด ถ้านักเรียนเป็นครูสตี นักเรียนจะทำอย่างไร
- ทำเป็นเฉย ๆ
 - ถ้าอรรถมาขอก็จะแบ่งให้
 - นำน้ำมันพืชส่วนที่เหลือให้อรรถ
29. นิอุบลกับเดือนใจเป็นนักกีฬาเทควันโดของโรงเรียน ทั้งสองคนเป็นคู่แข่งกันเสมอ ๆ ในการแข่งขันกีฬาของกลุ่มโรงเรียน นิอุบลได้รับคัดเลือกเป็นตัวแทนของโรงเรียนไปร่วมแข่งขันด้วย แต่การแข่งขันครั้งนี้นิอุบลมาได้เหรียญทอง เดือนใจได้ไปชมการแข่งขันด้วย ถ้านักเรียนเป็นเดือนใจ นักเรียนจะทำอย่างไร
- ช่วยพูดปลอบใจว่าเธอทำได้ดีที่สุดแล้ว
 - รู้สึกเสียใจจึงเฉย ๆ
 - พูดขึ้นแฉว่า การแข่งขันกีฬาถ้าไม่แพ้ก็ชนะ
30. หลังจากหมดคาบเรียน อาจารย์สั่งให้นักเรียนช่วยกันปิดไฟปิดพัดลมให้เรียบร้อย นักเรียนทุกคน ต้องรีบไปเข้าแถวซื้ออาหาร ขณะที่จุลิกำลังเก็บของใส่กระเป๋ เพื่อจะรีบไปเข้าแถวซื้ออาหารเช่นเดียวกัน ก็เห็นเพื่อน 2-3 คนกำลังช่วยกันปิดไฟปิดพัดลม ถ้านักเรียนเป็นจุลี นักเรียนจะทำอย่างไร
- รีบเดินไปโรงอาหาร
 - ถามว่าจะให้ช่วยหรือไม่
 - ช่วยปิดไฟพัดลมจนเสร็จเรียบร้อย
31. บรรณานุกรมจากมาบ่นาห์บาร์จัดรฟังว่า ตนเองอยากเรียนชั้น ม. 4 กลุ่มวิชาภาษาอังกฤษ-ฝรั่งเศส แต่พ่ออยากให้เรียนกลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์-คณิตศาสตร์ เพราะอยากให้เป็นหมอ จึงทะเลาะกับพ่อ และพ่อยืนยันว่าถ้าไม่เรียนตามที่พ่อบอกก็ให้ลาออก ถ้านักเรียนเป็นบาร์จัดร นักเรียนจะทำอย่างไร
- เป็นเรื่องในครอบครัวช่วยอะไรไม่ได้
 - บอกบรรณานาว่า รู้สึกเห็นใจและเข้าใจเพื่อน และปัญหาไม่มีทางแก้ไขได้
 - อธิบายว่า ผู้ใหญ่คนละวัยกับเรามีความเห็นไม่เหมือนกัน

32. ในการเรียนวิชาสังคม อาจารย์ให้นักเรียนแข่งขันจัดบอร์ดวันพ่อ กลุ่มของจรรพพรไม่ได้
 ปรากฏภาพมาจัดบอร์ด แต่กลุ่มของนันทาทุกคนช่วยกันนำภาพมามากมาย ซึ่งวันนี้เป็นวัน
 สุดท้ายที่จะต้องจัดบอร์ดให้เสร็จ ถ้านักเรียนเป็นนันทา นักเรียนจะทำอย่างไร
- บอกกับจรรพพรว่ามาแบ่งที่เราก็ได้
 - แบ่งรูปภาพบางส่วนให้
 - รีบเก็บใส่ในถุงไม่ให้ใครเห็น
33. มณีกับชวนพิศเป็นเพื่อนห้องเดียวกัน มณิจะเดินไปเข้าห้องเรียนเดินผ่านห้องพักครู
 ได้ยินเสียงอาจารย์กำลังดุชวนพิศเพราะท่องศีลแปดไม่ได้ เมื่อชวนพิศเดินกลับห้องเรียน
 มณิเห็นชวนพิศเดินน้ำตาคลอเข้ามาในห้อง ถ้านักเรียนเป็นมณิ นักเรียนจะทำอย่างไร
- ถามชวนพิศว่าซื้อไหนจายาก
 - แกล้งทำเป็นไม่รู้ไม่ชี้กลัวว่าชวนพิศจะอาย
 - จูมมือชวนพิศเข้ามานั่งแล้วพูดปลอบใจ
34. วัชรินทร์เป็นเพื่อนกับวิณา แต่วิณามีปัญหาทางบ้านมาก แม่ขายเสื้อผ้าที่แผงลอยประตูหน้า
 พ่อชอบดื่มเหล้าเมาแล้วทะเลาะกับแม่ บางครั้งถึงกับลงมือลงไม้กัน ทำให้วิณากลุ้มใจมาก
 วิณามักจะหมกมุ่นครุ่นคิดอยู่กับเรื่องของพ่อแม่เสมอ ๆ และทำให้มีผลกระทบต่อการเรียน
 ของวิณาด้วย ถ้านักเรียนเป็นวัชรินทร์ นักเรียนจะทำอย่างไร
- เลิกคบกับวิณาเพราะเป็นคนเจ้าปัญหามีแต่เรื่องน่าเบื่อ
 - ปลอบใจและเป็นที่ยปรึกษาให้กับวิณา
 - ไม่เข้าไปกวนใจวิณาปล่อยให้ใช้ความคิดคนเดียวเงียบ ๆ
35. จัตรุ่งเป็นนักเรียนเรียนดีแต่ฐานะยากจน เพื่อน ๆ พากันไปสมัครสอบ พรี ม. ต้น
 (Pre-ม.ต้น) จัตรุ่งมีเงินไม่พอค่าสมัครสอบ 100 บาท ดารารัตน์มีเงินเหลือ
 เพราะแม่ให้เงินมาเกิน แต่ก็ต้องนำเงินไปคืนแม่ ถ้านักเรียนเป็นดารารัตน์ นักเรียน
 จะทำอย่างไร
- ให้จัตรุ่งยืมเงินแล้วกลับไปอธิบายให้แม่ฟังที่บ้าน
 - แนะนำให้จัตรุ่งไปยืมเงินเพื่อนคนอื่น
 - เฉย ๆ เพราะจัตรุ่งคงยืมเพื่อนคนอื่นได้

36. ขณะที่สมพิศกำลังดูวิดีโอที่สนัทรายการดนตรีของโคม ซึ่งเป็นนักร้องที่สมพิศชื่นชมมาก ลัดดาเป็นเพื่อนกับสมพิศมาชวนให้ช่วยทำรายงานซึ่งอยู่คนละกลุ่ม และลัดดาต้องรีบส่งให้ทันในวันรุ่งขึ้น ถ้านักเรียนเป็นสมพิศ นักเรียนจะหาอย่างไร
- บอกลัดดาว่าตนขอดูดนตรีจบก่อนแล้วจะช่วยทำ
 - แนะนำให้ลัดดาไปขอความช่วยเหลือจากเพื่อนคนอื่น
 - ไปช่วยทำรายงานทันที
37. สุนิสา เป็นนักเรียนที่ได้รับรางวัลคะแนนยอดเยี่ยมวิชาวิทยาศาสตร์ทุกภาคเรียน เมื่อถึงเวลาใกล้สอบ เพื่อน ๆ ขอร้องสุนิสาให้ช่วยติววิชาวิทยาศาสตร์ให้ เพราะเรียนไม่ค่อยเข้าใจ แต่สุนิสาต้องดูหนังสือเตรียมตัวสอบเช่นเดียวกัน ถ้านักเรียนเป็นสุนิสา นักเรียนจะหาอย่างไร
- ช่วยติวให้เพื่อนบ้าง
 - เตรียมอ่านหนังสือและแบ่งเวลาเพื่อมาติวให้เพื่อน
 - แนะนำให้ไปหาเพื่อนคนอื่นมาช่วยติว
38. ประเสริฐขอบริจาคเงินจากเพื่อน ๆ ในห้องเรียน เพื่อช่วยเหลือแก้วใจที่บ้านถูกไฟไหม้ อรชฎีกำลังรวบรวมเงินเพื่อจะซื้อกระเป๋า ซึ่งเป็นที่นิยมของวัยรุ่นอยู่ในขณะนี้ ถ้าอรชฎีบริจาคเงินครั้งนี้ ก็จะต้องเก็บเงินอีกหลายวันจึงจะซื้อกระเป๋าได้ ถ้านักเรียนเป็นอรชฎี นักเรียนจะหาอย่างไร
- บริจาคเงินบางส่วนเพื่อช่วยเหลือเพื่อนที่เดือดร้อน
 - ดูว่ามีเพื่อนบริจาคหรือไม่ ถ้าเพื่อนส่วนมากบริจาคก็จะร่วมบริจาคด้วย
 - ไม่บริจาคเพราะเงินจะไม่พอซื้อกระเป๋า
39. นวพรได้รับคัดเลือกเป็นตัวแทนถือธงในการแข่งขันกีฬาสีของโรงเรียน และโรงเรียนกำหนดให้ใส่สูท แต่นวพรไม่มีเสื้อขาวแขนยาวที่จะใส่กับเสื้อสูท ซึ่งสมานันต์เป็นเพื่อนเรียนหนังสือห้องเดียวกับนวพร และมีเสื้อสีขาวแขนยาวที่เพิ่งซื้อ ถ้านักเรียนเป็นสมานันต์ นักเรียนจะหาอย่างไร
- บอกนวพรว่าใส่เสื้อของเราก็ได้
 - เฉย ๆ คิดว่านวพรคงยืมเพื่อนคนอื่นได้
 - แนะนำให้ไปยืมเพื่อนคนอื่น

เฉลยคำตอบแบบสอบถามความพึงพอใจ

ข้อ	ก	ข	ค
1	1	0	2
2	1	2	0
3	1	0	2
4	1	2	0
5	1	0	2
6	2	1	0
7	0	1	2
8	1	2	0
9	1	2	0
10	0	1	2
11	0	1	2
12	2	0	1
13	2	1	0
14	1	0	2
15	2	1	0
16	1	2	0
17	2	0	1
18	0	1	2
19	2	0	1
20	1	0	2

ข้อ	ก	ข	ค
21	0	1	2
22	0	1	2
23	0	1	2
24	2	1	0
25	0	2	1
26	0	1	2
27	1	2	0
28	0	1	2
29	2	0	1
30	0	1	2
31	0	2	1
32	2	1	0
33	1	0	2
34	0	2	1
35	2	1	0
36	1	0	2
37	1	2	0
38	2	1	0
39	2	0	1

รายละเอียดเกี่ยวกับแบบสอบถามความมีน้ำใจ

ลักษณะแบบสอบถามความมีน้ำใจ แบ่งออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้

1. ด้านการไม่เห็นแก่ตัว มี 16 ข้อ
ข้อที่ 1, 3, 7, 9, 13, 15, 18, 20, 22, 24, 28, 30, 32, 36, 37
และ 38
2. ด้านความเห็นอกเห็นใจเพื่อน มี 12 ข้อ
ข้อที่ 2, 4, 6, 10, 14, 16, 21, 26, 29, 31, 33 และ 34
3. ด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อน มี 11 ข้อ
ข้อที่ 5, 8, 11, 12, 17, 19, 23, 25, 27, 35 และ 39

ตาราง 6 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความมีน้ำใจ

ข้อที่	ค่า t	ข้อที่	ค่า t
1	2.37	21	5.79
2	3.38	22	7.02
3	3.11	23	4.42
4	2.01	24	3.96
5	4.30	25	2.58
6	2.84	26	2.03
7	3.70	27	4.18
8	2.37	28	4.80
9	3.47	29	4.91
10	5.98	30	6.28
11	5.56	31	4.73
12	5.34	32	2.47
13	4.57	33	5.98
14	3.77	34	5.17
15	4.57	35	6.36
16	4.88	36	5.03
17	4.57	37	2.89
18	5.62	38	7.75
19	7.17	39	5.28
20	3.67		

ค่าอำนาจจำแนกทั้งฉบับ ตั้งแต่ 2.01 ถึง 7.75

ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ 0.90

ตาราง 7 แสดงคะแนนความมั่นใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม (กลุ่มทดลองที่ 1) และรายบุคคล (กลุ่มทดลองที่ 2) ตามทฤษฎีเผชิญความจริง

คนที่	คะแนนความมั่นใจ		อันดับที่ของคะแนน กลุ่มทดลองที่ 1	อันดับที่ของคะแนน กลุ่มทดลองที่ 2
	กลุ่มทดลองที่ 1	กลุ่มทดลองที่ 2		
1	57	58	10.5	13.5
2	60	58	16	13.5
3	55	56	7.5	9
4	58	57	13.5	10.5
5	43	58	1	13.5
6	45	49	2	3
7	52	52	4.5	4.5
8	54	55	6	7.5
			$\sum R_1 = 61$	$\sum R_2 = 75$

$$U = 25^{**}$$

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 8 แสดงคะแนนความมั่นใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษา
เป็นกลุ่มตามทฤษฎีเพชฌัญญุตาความจริง

คนที่	คะแนนความมั่นใจ		ผลต่างของ คะแนน ความมั่นใจ	อันดับที่ ของความ แตกต่าง	R^+	R^-
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง				
1	57	67	10	1	+ 1	-
2	60	74	14	2	+ 2	-
3	55	70	15	3	+ 3	-
4	58	77	19	5	+ 5	-
5	43	70	27	8	+ 8	-
6	45	62	17	4	+ 4	-
7	52	72	20	6	+ 6	-
8	54	75	21	7	+ 7	-
					$\sum R^+ = 36$	$\sum R^- = 0$

$$T = 0^{**}$$

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 9 แสดงคะแนนความมั่นใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษา
รายบุคคลตามทฤษฎีเพชฌุความจริง

คนที่	คะแนนความมั่นใจ		ผลต่างของ คะแนน ของความ มั่นใจ	อันดับที่ ของความ แตกต่าง	R^+	R^-
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง				
1	58	67	9	1.5	+ 1.5	-
2	58	69	11	4	+ 4	-
3	56	70	14	5	+ 5	-
4	57	72	15	6	+ 6	-
5	58	68	10	3	+ 3	-
6	49	75	26	8	+ 8	-
7	52	70	18	7	+ 7	-
8	55	64	9	1.5	+ 1.5	-
					$\sum R^+ = 36$	$\sum R^- = 0$

$$T = 0^{**}$$

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 10 แสดงผลต่างของคะแนนความมั่นใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการทดลอง

คนที่	กลุ่มทดลองที่ 1		ค่าความแตกต่าง	อันดับที่ของ ความแตกต่าง	กลุ่มทดลองที่ 2		ค่าความแตกต่าง	อันดับที่ของ ความแตกต่าง
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง			ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง		
1	57	67	10	3.5	58	67	9	1.5
2	60	74	14	6.5	58	69	11	5
3	55	70	15	8.5	56	70	14	6.5
4	58	77	19	12	57	72	15	8.5
5	43	70	27	16	58	68	10	3.5
6	45	62	17	10	49	75	26	15
7	52	72	20	13	52	70	18	11
8	54	75	21	14	55	64	9	1.5
				$\sum R_1 = 83.5$				$\sum R_2 = 52.5$

$$U_1 = 16.5^{**}$$

$$U_2 = 47.5$$

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

$$\begin{aligned}
 U_1 &= n_1 n_2 + \frac{n_1(n_1 + 1)}{2} - \sum R_1 \\
 &= (8)(8) + \frac{8(8 + 1)}{2} - 83.5 \\
 &= 16.5
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 U_2 &= n_1 n_2 + \frac{n_2(n_2 + 1)}{2} - \sum R_2 \\
 &= (8)(8) + \frac{8(8 + 1)}{2} - 52.5 \\
 &= 47.5
 \end{aligned}$$

$$U = 16.5^{**}$$

**** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01**

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ - สกุล	นางสุกัญญา ภูริยะพันธ์
วัน เดือน ปี เกิด	29 กันยายน 2498
สถานที่เกิด	อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	39/81 ซอยโชคชัย 4 ถนนลาดพร้าว เขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร
ประวัติการทำงาน	
พ.ศ. 2524 - ปัจจุบัน	อาจารย์ 2 ระดับ 6 โรงเรียนศรีอยุธยา เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2517	ประกาศนียบัตรมัธยมศึกษาตอนปลาย แผนกศิลปภาษา โรงเรียนสายปัญญา กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2521	ครุศาสตรบัณฑิต สาขาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
พ.ศ. 2540	การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการแนะแนว) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร