

372.146

พ 2164

ไ. 3

ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง
โรงเรียนสวัสดีวิทยา กรุงเทพมหานคร

ปริญญานิพนธ์

ของ

พยอม วงษ์พราหม

13 ส.ค. 2537

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

เมษายน 2536

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

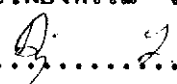
187489

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอก
จิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

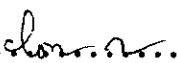
.....  ประธาน

(ศ.ดร.พ้องพรรณ เกิดพิทักษ์)

.....  กรรมการ

(ผศ.ดร.คุชฎี โยเหลา)

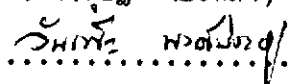
คณะกรรมการสอบ

.....  ประธาน

(ศ.ดร.พ้องพรรณ เกิดพิทักษ์)

.....  กรรมการ

(ผศ.ดร.คุชฎี โยเหลา)

.....  กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผศ.วันเพ็ญ พงศ์ประยูร)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....  คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ศ.ดร.สมพร บัวทอง)

วันที่... ๙ ...เดือน... เมษายน ...พ.ศ. 2536

ประกาศขอบคุณ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความรู้ของศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ
เกิดพิทักษ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศุภชัย โยเหลา ที่ได้ให้คำแนะนำ ข้อเสนอแนะ ตลอดจน
แก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณในความกรุณาของท่านอาจารย์เป็นอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร จิตรสุกุล รองศาสตราจารย์
กมลรัตน์ กรีทอง และอาจารย์พรตพิศ วาณิชการ ที่กรุณาให้คำแนะนำและเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ
ช่วยในการตรวจแก้ไข เครื่องมือสำหรับการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วันเพ็ญ พงศ์ประยูร ที่ได้กรุณาเป็นกรรมการ
สอบปริญญานิพนธ์ ตลอดจนช่วยตรวจแก้ไขข้อบกพร่องและให้ข้อคิดเห็นเป็นอย่างดี

ขอขอบคุณอาจารย์ใหญ่ คณะครู อาจารย์และนักเรียนโรงเรียนส่วสดีวิทยา
กรุงเทพมหานคร และโรงเรียนวัดธาตุทอง ที่ให้ความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้อย่างยิ่ง

ขอขอบคุณ คุณภคินี สุรเบญจพล คุณสายฝน วงษ์พราหมณ์ คุณวิสิษฐ์ พงษ์ศิริและพี่ ๆ
เพื่อน ๆ ทุกคน ที่ให้ความช่วยเหลือและให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยด้วยดีเสมอมา

ท้ายที่สุด ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อประเสริฐ และคุณแม่ทองน้อย วงษ์พราหมณ์ ที่ให้
การส่งเสริมและสนับสนุนด้านการศึกษา ตลอดจนความห่วงใยและให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยมาโดย
ตลอดจนปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์

พยอม วงษ์พราหมณ์

**ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ได้รับทุนสนับสนุนโดย
"ทุนศาสตราจารย์ ดร.สาโรช - ศิริ บัวศรี"**

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
คำนำ	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	4
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	5
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	5
นิยามศัพท์เฉพาะ	6
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	8
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวหย่าร้าง	8
ความหมายของครอบครัวหย่าร้าง	8
สาเหตุของครอบครัวหย่าร้าง	10
ผลกระทบของครอบครัวหย่าร้างที่มีต่อบุตร	13
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผลกระทบของครอบครัวหย่าร้างที่มีต่อบุตร	18
งานวิจัยต่างประเทศ	18
งานวิจัยในประเทศ	19
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางอารมณ์	20
ความหมายของการปรับตัวทางอารมณ์	20
ปัญหาการปรับตัว	22
ลักษณะของการปรับตัวที่ดี	24
องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางอารมณ์	25
การปรับตัวทางอารมณ์ของเด็กประถมศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ..	26

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางอารมณ์ของเด็กที่มาจากครอบครัว	
หย่าร้าง	27
งานวิจัยต่างประเทศ	27
งานวิจัยในประเทศ	28
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม	29
ความหมายและลักษณะสำคัญของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม	29
หลักพื้นฐานในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม	33
การจัดตั้งกลุ่ม	35
พลังในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม	38
บทบาทของผู้นำกลุ่ม	40
บทบาทสมาชิก	42
ขั้นตอนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม	43
ประโยชน์และคุณค่าของการให้คำปรึกษา	44
วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามหลักโรเจอร์ส	45
หลักสำคัญของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ...	46
เทคนิคในการให้คำปรึกษา	48
คุณลักษณะของผู้ให้คำปรึกษา	50
การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแก่นักเรียนในระดับประถมศึกษา	50
คุณสมบัติของผู้ให้คำปรึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา	52
การใช้สื่อการเล่นในการให้คำปรึกษา	54
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแก่นักเรียนระดับประถมศึกษา	
ที่มาจากรอบครัวหย่าร้าง	55
งานวิจัยต่างประเทศ	55
งานวิจัยในประเทศ	57

3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	60
	แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง	60
	วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	60
	เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล	61
	วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ	61
	การดำเนินการทดลอง	65
	วิธีจัดกระทำข้อมูล	66
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า	68
	ข้อตกลงเกี่ยวกับการวิเคราะห์และแปลผล	68
	ผลการศึกษาค้นคว้า	69
5	บทย่อ สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	73
	บทย่อ	73
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	73
	สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า	73
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	73
	เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	74
	การดำเนินการทดลอง	74
	การวิเคราะห์ข้อมูล	75
	สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	75
	อภิปรายผลการศึกษาค้นคว้า	76
	ข้อเสนอแนะ	80

บรรณานุกรม	82
ภาคผนวก	91
ประวัติย่อของผู้วิจัย	181

บัญชีตาราง

ตาราง

หน้า

1	แสดงแบบแผนการทดลองแบบ Randomized Control Goup Pretest Posttest Design	65
2	เปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้ข้อเสนอแนะ	69
3	เปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการให้ คำปรึกษาแบบกลุ่ม	70
4	เปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการให้ ข้อเสนอแนะ	71
5	เปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้ข้อเสนอแนะ	72
6	เปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองก่อนและหลัง การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม	173
7	เปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการให้ คำปรึกษาแบบกลุ่ม	174
8	เปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มควบคุม ก่อนและหลัง การให้ข้อเสนอแนะ	175
9	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง	176
10	แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์	99

คำนำ

ครอบครัวเป็นสถาบันทางสังคมแห่งแรกของชีวิต เป็นแหล่งผลิตประชากรสำหรับสมาชิกของสังคม เป็นเครื่องชี้ความเจริญของสังคมและประเทศชาติ เป็นศูนย์กลางของสังคม เป็นแหล่งปลูกฝังคุณธรรมทั้งมวล และเป็นแหล่งที่ทำให้คนเป็นคนอย่างสมบูรณ์ที่สุด (นิยม บุณมี. 2534 : 138) ครอบครัวมีอิทธิพลทั้งต่อการพัฒนาทางด้านบุคลิกภาพและพฤติกรรมของมนุษย์ในทุก ๆ ด้าน (วันทิพย์ วาสีละสิน. 2526 : 85) และจรรยา สุวรรณทัต (2526 : 66 - 67) ได้กล่าวว่า ในการพัฒนาบุคลิกภาพให้สำเร็จเพียงใดนั้น มีกำเนิดมาจากประสบการณ์ที่เด็กได้รับจากครอบครัว

เนื่องจากสภาพการเปลี่ยนแปลงของภาวะเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรมของสังคมไทย ที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วในปัจจุบัน เป็นมูลเหตุอันสำคัญที่ทำให้โครงสร้างและวิถีการดำเนินของสถาบันไทยเกิดการเปลี่ยนแปลง (กองวิชาการ กรมประชาสงเคราะห์. 2533 : 35) ซึ่งก่อให้เกิดปัญหาสังคมอื่น ๆ ตามมา เช่น ปัญหาขาดความผูกพันรักใคร่ในครอบครัว ปัญหาเด็กแว่นแหวกทอดทิ้ง ปัญหาการหย่าร้าง เป็นต้น (นงลักษณ์ เทพสวัสดิ์. 2533 : 13)

สำหรับปัญหาการหย่าร้างนั้น ปัจจุบันพบว่า สถิติการหย่าร้างที่ประเทศต่าง ๆ เช่น สหราชอาณาจักร สหรัฐอเมริกา ญี่ปุ่น รวมทั้งประเทศไทยต่างก็มีสถิติการหย่าร้างสูงขึ้น โดยเฉพาะคนในเมืองหลวง มีอัตราการหย่าร้างสูงกว่าคนที่อยู่ตามเมืองเล็กหรือตามชนบท (วัลลภ ปิยะมโนธรรม. 2532 : 61) ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ วันทนา กลิ่นงาม (2525 : 26 - 30) ที่ได้ศึกษาภาวะการหย่าร้างของประชากรไทยทั่วราชอาณาจักร พบว่า มีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อย ๆ ตามลำดับ คือจากร้อยละ 5.4 ในปี พ.ศ. 2512 เป็นร้อยละ 7.3 ในปี พ.ศ. 2521 เมื่อศึกษาตามรายภาค พบว่า ในเขตกรุงเทพมหานครมีอัตราส่วนการหย่าร้างสูงสุด คือร้อยละ 10.5 ในปี พ.ศ. 2512 และร้อยละ 16.9 ในปี พ.ศ. 2521 และจาก

จากประมวลสถิติงานการทะเบียน กองการทะเบียน กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย (2533 : 167 - 173) พบว่า อัตราส่วนการหย่าร้างของประชากรไทย จากการจดทะเบียนหย่าร้างในช่วงปี พ.ศ. 2529 - 2533 เป็นดังนี้ ร้อยละ 10.96 ในปี พ.ศ. 2529 ร้อยละ 8.32 ในปีพ.ศ. 2530 ร้อยละ 8.53 ในปี พ.ศ. 2531 ร้อยละ 10.06 ในปีพ.ศ. 2532 และร้อยละ 9.70 ในปีพ.ศ. 2533 ส่วนในรายภาคนั้น ภาคกลาง คือกรุงเทพมหานคร มีอัตราการหย่าร้างสูงสุดคือ ร้อยละ 23.90

จากสถิติการหย่าร้างดังกล่าว ย่อมหมายถึง จำนวนเด็กที่ได้รับผลกระทบจากเหตุการณ์ดังกล่าวด้วย ดังจากผลการศึกษาของ วันทนา กลิ่นงาม (2525 : 49 - 52) พบว่า ในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นตัวแทนของประชากรที่หย่าร้าง ได้ศึกษาภาคอื่น ๆ นั้น พบว่า ผู้หย่าร้างในช่วง 5 ปีแรก (2512 - 2516) เป็นผู้ที่มีบุตรร้อยละ 66.4 และช่วง 5 ปีหลัง (2517 - 2521) เป็นผู้ที่มีบุตรร้อยละ 69.0 จำนวนบุตรโดยเฉลี่ย 2 ช่วง ประมาณอยู่ระหว่าง 1.60 คน - 2.1 คน

ผลกระทบของการหย่าร้างต่อบุตรนั้น วิจิตร วสุวานิช (2524 : 31) กล่าวว่า การหย่าร้างของพ่อแม่เป็นผลร้ายต่อพัฒนาการทางด้านจิตใจของเด็กมากที่สุด เด็กจะเกิดความรู้สึกว่าเหว ไม่มั่นคงตนเอง ไม่อยากอยู่บ้าน บางคนอาจจะเก็บตัวซึมเศร้า และจากการศึกษา ของ คาร์นี อุกัยรัตนกิจ (2533 : 71) พบว่า เด็กประถมศึกษาที่มีปฏิกริยาต่อการหย่าร้างของพ่อแม่ โดยแสดงอาการซึมเศร้า ถอยหนีจากสังคม เศร้าโศก หวาดกลัว ไกรธ สร้างมโนภาพเกี่ยวกับการกลับมาคืนดีกันของพ่อแม่ มีความรู้สึกที่ถูกทอดทิ้ง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ แพนสกาย (Pansky. 1990 : 1343-B) ที่พบว่า การหย่าร้างก่อให้เกิดความแค้นแก่เด็ก ๆ เป็นอย่างมาก และเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างจะมีลักษณะดังนี้คือ มีความวิตกกังวล กัดดัน กลุ้มใจ ก้าวร้าว และมีปัญหาทางการเรียน ส่วนจาก ผลการวิจัยของ มอรั้น (Moran. 1990 : 5347) พบว่า กลุ่มเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง มีปัญหาทางอารมณ์ และมีความรู้สึกถูกพ่อแม่ปฏิเสธ มากกว่ากลุ่มเด็กที่มาจากครอบครัวสมบูรณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ ผลการวิจัยของ ชเนล (Schneil. 1991 : 6118) พบว่า เด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างแสดงออกถึงความยุ่งยากในการปรับตัว มากกว่าเด็ก

กลุ่มที่มาจากครอบครัวไม่หย่าร้าง และยิ่งพ่อแม่มีความขัดแย้งกันสูง เด็กจะมีการปรับตัวต่ำ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ นิลวรรณ ศิริอังกุล (2535 : 76) ที่พบว่า เด็กที่อยู่ในครอบครัวปกติ มีสุขภาพจิตด้านการปรับตัวทางอารมณ์ ดีกว่า เด็กที่อยู่ในครอบครัวแตกแยก และ ศิรางค์ ทับสายทอง (2535 : 101) กล่าวพอสรุปได้ว่า การมีความสามารถในการปรับตัวทางอารมณ์ แสดงให้เห็นว่าเป็นผู้ที่มีความสามารถในการปรับตัวด้วย ซึ่งในเรื่องการปรับตัวนี้ นับว่าเป็นหลักสำคัญของสุขภาพจิต (สุชาติ ไสยมะบุตร. 2527 : 43) และนอกจากนี้ การปรับตัวและบุคลิกภาพ ยังมีสภาพเกี่ยวพันกันอย่างแยกไม่ออกเปรียบได้กับเหรียญอันเดียวกัน ซึ่งมี 2 ด้าน ไม่สามารถแยกออกจากกันได้ (นิภา นิธยานน. 2520 : 34) ดังนั้น จึงอาจกล่าวได้ว่า การพัฒนาให้เด็กมีการปรับตัวที่ดีจะช่วยให้เด็กเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพที่ดี รวมทั้งเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดีด้วย (นิภา นิธยานน. 2530 : 151)

ในต่างประเทศ ได้มีผู้ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการช่วยเหลือเด็กชั้นประถมศึกษาที่ประสบปัญหาครอบครัวหย่าร้าง ไว้หลายท่าน เช่น เอลลิสัน (Elison. 1985 : 3584-A) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มขนาดเล็กที่มีต่อเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โดยศึกษาการปรับตัว และทัศนคติของเด็กที่มีต่อการหย่าร้าง ของบิดา มารดา ผลการวิจัยพบว่า เด็กที่ได้รับคำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการปรับตัว และทัศนคติของเด็กต่อการหย่าร้างของบิดามารดาสูงขึ้น ส่วน เบริแนน (Brennan. 1990 : 413-B) ทำการวิจัยเกี่ยวกับ ผลการใช้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ผลการวิจัยพบว่า เด็กที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีการปรับตัวกับครอบครัวดีขึ้น นอกจากนี้ คลาร์ก (Clark. 1991 : 5569-B) ได้ศึกษาเกี่ยวกับประสิทธิภาพของโปรแกรม เพื่อพัฒนาการปรับตัวของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังการทดลอง การปรับตัวของเด็กดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนพฤติกรรมการเก็บตัว หลีกหนี และก้าวร้าวลดน้อยลง นอกจากนี้ พฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่าง ๆ ของทั้งเด็กชายและเด็กหญิงลดลงอีกด้วย

จากการสำรวจข้อมูลเบื้องต้นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โรงเรียนส่วสดีวิทยา เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2535 พบว่ามีนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง จำนวน 19 คน และนักเรียนเหล่านี้ มีความรู้สึกต่อ

การหย่าร้างของบิดา มารดา ดังนี้ รู้สึกไม่สบายใจร้อยละ 57.89 รู้สึกเสียใจ ร้อยละ 47.37 ต้องการมีชีวิตครอบครัว และทุกสิ่งทุกอย่างเหมือนคนอื่น ร้อยละ 42.10 ต้องการให้ บิดามารดากลับคืนดีกัน ร้อยละ 36.84 รู้สึกขาดความอบอุ่น ร้อยละ 36.84 รู้สึกเหงา สงสารมารดาและร้องไห้ ร้อยละ 15.79 อยากให้ครอบครัวมีความสุขและคิดถึงฝ่ายที่จากไป ร้อยละ 10.53 นอกจากนั้นนักเรียน ร้อยละ 5.26 รู้สึกเป็นลมด้วย สงสารตัวเอง เบื่อขาด การดูแลเอาใจใส่จากฝ่ายที่เด็กอยู่ด้วยและอยากตายอีกทั้ง พบว่า เด็กที่มาจากครอบครัว หย่าร้างได้รับความกระทบกระเทือนทางด้านจิตใจและอารมณ์มาก

จากสภาพปัญหาดังกล่าวข้างต้น จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะนำวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มาใช้ในการช่วยเหลือและพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ มาจากครอบครัวหย่าร้าง โดยคาดหวังว่าวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม จะช่วยให้เด็กได้ระบาย ความไม่สบายใจ ทำความเข้าใจตนเองและยอมรับสภาพความจริงของชีวิตภายใต้บรรยากาศ ปลอดภัย ตลอดจนการมีความรู้สึกร่วมกันและรับรู้ได้ว่ามิใช่เพียงแต่เขาคนเดียวเท่านั้น ที่มีปัญหา การได้รับการสนับสนุน ได้รับการยอมรับจะนำไปสู่การพัฒนา การปรับตัวทางอารมณ์ ของเด็ก ให้ดีขึ้น

ความมุ่งหมายของการค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียน ก่อนและหลังการให้ คำปรึกษาแบบกลุ่ม
2. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียน ก่อนและหลังการได้รับ ข้อเสนอแนะ
3. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษา แบบกลุ่มกับนักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีการปรับตัวทางอารมณ์สูงขึ้นหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
2. นักเรียนมีการปรับตัวทางอารมณ์สูงขึ้นหลังจากได้รับข้อเสนอแนะ
3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีการปรับตัวทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลของการศึกษาจะเป็นแนวทางให้ครู - อาจารย์แนะแนวได้หาวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ไปใช้ในการพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้างในระดับชั้นอื่น ๆ ต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากรเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสวัสดิศึกษา เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2535 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และมีเชาวน์ปัญญา ระหว่าง 92 - 112 จำนวน 18 คน
2. กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสวัสดิศึกษา เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และมีเชาวน์ปัญญา ระหว่าง 92 - 112 จำนวน 14 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบจับคู่ (Randomized Matching) จากประชากรเข้ากลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน
3. ตัวแปรที่ศึกษา
 - 3.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ วิธีการพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนแบ่งเป็น 2 วิธี คือ
 - 3.1.1 การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
 - 3.1.2 การให้ข้อเสนอแนะ
 - 3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ การปรับตัวทางอารมณ์

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หมายถึง กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดขึ้นเพื่อให้ความช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาที่มีสภาพปัญหาและความต้องการคล้าย ๆ กัน ได้ระบายความรู้สึกเกี่ยวกับปัญหาที่เขาเผชิญอยู่อย่างเสรี โดยปราศจากความกดดันต่าง ๆ โดยผู้ให้คำปรึกษาคอยเอื้ออำนวยให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสสำรวจตัวเอง แสดงความรู้สึกนึกคิด แสดงความคิดเห็น กล้าเผชิญปัญหายอมรับความเป็นจริงของชีวิต ภายใต้บรรยากาศแห่งการยอมรับไว้วางใจซึ่งกันและกัน มีความรู้สึกอบอุ่นปลอดภัย ซึ่งจะเป็นผลให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความเข้าใจตนเองดีขึ้นและในที่สุดก็สามารถเห็นแนวทางในการเปลี่ยนแปลงตนเองและแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น การให้คำปรึกษาในครั้งนี้นี้แบ่งเป็น 3 ขั้นตอน คือ ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษาและขั้นยุติการให้คำปรึกษา ดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

1.1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เป็นขั้นของการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกภายในกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์และบทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิก เพื่อให้สมาชิกเกิดความรู้สึกอบอุ่น ค้นเคย มีความรู้สึกว่าตนเองเป็นที่ยอมรับและได้รับการเอาใจใส่ มีความไว้วางใจกันและสามารถแสดงความรู้สึกนึกคิดออกมาอย่างเสรีโดยปราศจากความกดดันต่าง ๆ ผู้ให้คำปรึกษาต้องมีความจริงใจ ยอมรับผู้รับคำปรึกษาโดยปราศจากเงื่อนไขและมีความเข้าใจผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความมั่นใจที่จะเปิดเผยตนเองมากขึ้น

1.2 ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้อำนวยความสะดวกให้สมาชิกในกลุ่มได้แสดงความรู้สึกนึกคิดออกมาที่สุด โดยใช้เทคนิคต่าง ๆ ได้แก่ การฟัง การตั้งคำถาม การสะท้อนความรู้สึก การทำให้กระจ่าง การเงี่ยและการสังเกต ตลอดทั้งการใช้สื่อการเล่นต่าง ๆ ได้แก่ การวาดรูประบายสี การเขียนระบายความรู้สึกลงในแผ่นโปรยตลับ และการปั้นดินน้ำมัน เพื่อช่วยให้สมาชิกทุกคนได้เข้าใจตนเองได้ดีขึ้น เข้าใจปัญหา และสามารถร่วมกันแก้ไขปัญหของกันและกันได้

1.3 ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกสรุปปัญหาต่าง ๆ และแนวทางแก้ไข และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมให้กำลังใจ และช่วยหาแนวทางปฏิบัติต่อไปหลังจากนั้นจะมีการนัดหมายสมาชิกในการพบกัน ครั้งต่อไป

2. การให้ข้อเสนอแนะ หมายถึง วิธีการที่ทำให้นักเรียนได้เรียนรู้ในเรื่องการพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์จากข้อเสนอแนะ โดยการให้นักเรียนอ่านข้อเสนอแนะที่เป็นกรณีตัวอย่างซักถามผู้วิจัยเมื่อมีข้อสงสัย ให้นักเรียนสรุปและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

3. การปรับตัวทางอารมณ์ หมายถึง ความคิดความรู้สึกและแนวโน้มในการแก้ไขปัญหาทางอารมณ์ของนักเรียนอันเป็นผลเนื่องมาจากการหย่าร้างของบิดา มารดา ได้แก่ ความรู้สึกไม่สบายใจ เสียใจ ต้องการมีชีวิตครอบครัว และสิ่งต่าง ๆ เหมือนคนอื่น ต้องการให้บิดามารดาลับมาคืนดีกัน การขาดความอบอุ่น ความเหงา ความรู้สึกสงสารตัวเอง ความคิดถึงบิดามารดาที่แยกกันอยู่และรู้สึกเป็นลมคือ

การปรับตัวทางอารมณ์วัดได้จากแบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

4. ครอบครัวหย่าร้าง หมายถึง สภาพของครอบครัวที่มีการสิ้นสุดของสภาพชีวิตสมรสหรือการแยกทางกันของบิดามารดา

5. นักเรียน หมายถึง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสวัสดิศึกษาเขตคลองเตย จังหวัดกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2535 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และมีเขาวนปัญญาที่ได้จากแบบทดสอบ Standard Progressive Matrices ของ ราเวน (Ravan. 1958) ระหว่าง 92 - 112

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยจัดเรียงลำดับดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวหย่าร้าง
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวหย่าร้าง
 - 1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวหย่าร้าง
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางอารมณ์
 - 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางอารมณ์
 - 2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางอารมณ์ของเด็กที่มาจากครอบครัว

หย่าร้าง

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
 - 3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
 - 3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแก่นักเรียนระดับ

ประถมศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวหย่าร้าง

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวหย่าร้าง

ความหมายของครอบครัวหย่าร้าง

นงลักษณ์ เทพสวัสดิ์ (ม.ป.ป. : 76) ได้กล่าวถึงความหมายของการหย่าร้างไว้ว่า การหย่าร้างหมายถึง การที่คู่สมรสมีเรื่องบาดหมางกันอย่างรุนแรงซึ่งอาจมาจากหลายสาเหตุ และไม่สามารถจะปรับความเข้าใจกันได้ และแน่นอนว่าทั้งคู่จะมีชีวิตสมรสกันต่อไปอีกไม่ได้ ต้องแยกกันอยู่ด้วยความสมัครใจ

สกุภาวดี มิตรสมหวัง (2523 : 110) ได้กล่าวถึงลักษณะของครอบครัวหย่าร้างไว้ว่า ครอบครัวที่เกิดการหย่าร้าง ทำให้องค์ประกอบของครอบครัวไม่ครบถ้วน เมื่อเด็กขาด

ผู้ใหญ่ซึ่งเป็นผู้รับผิดชอบชีวิตของเด็ก ขาดความรัก ความเอาใจใส่ ขาดความสุขและความอบอุ่น เด็กจะรู้สึกไม่ปลอดภัย รู้สึกว่าถูกทอดทิ้ง ทำให้เกิดความว้าวุ่น ต้องหาสิ่งอื่นมาทดแทน

ศรัน ขจรเดชกุล (2528 : 46) กล่าวถึง สภาพครอบครัวหย่าร้างว่า ครอบครัวหย่าร้าง ไม่จำเพาะแต่การเลิกเป็นสามีภรรยากันเท่านั้น ยังหมายรวมถึงการที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งคือสามีหรือภรรยาถูกทอดทิ้งด้วย ได้แก่ สามีภรรยาที่เกิดการขัดแย้งและคิดว่าการแต่งงานอยู่ด้วยกันไร้ผล จึงทอดทิ้ง ไปเลยไม่ได้มีเยื่อใยต่ออีกฝ่ายหนึ่ง

สุชา จันทน์เฒ (2529 : 122) กล่าวถึงสภาพครอบครัวที่บิดามารดาฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งหรือทั้งสองฝ่ายไม่ได้อยู่ด้วยกัน จะเป็นด้วยการหย่าร้างหรือการทอดทิ้งหรือการแยกกันอยู่ก็ตาม จะเป็นผลให้เด็กขาดการเอาใจใส่ดูแล ไม่ได้รับความรักความอบอุ่น ความเห็นอกเห็นใจเท่าที่บิดามารดาอยู่ด้วยกัน มีผลทำให้เด็กมีความรู้สึกว้าวุ่นไม่ปลอดภัยรู้สึกถูกทอดทิ้งให้อยู่คนเดียวขาดคนที่จะเป็นแบบอย่างของเด็ก

ส่วนสุพัตรา สุภาพ (2533 : 33) ให้ความหมายการหย่าร้างว่าการหย่าร้าง คือ การสิ้นสุดชีวิตแต่งงานของคู่สมรส เป็นการแตกแยกของบุคคลที่เคยมีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิด การหย่าร้างในตัวของมันเองเป็นเรื่องเศร้า เป็นการทำลายความรัก ความเชื่อของบุคคลที่เคยผูกพันกันอย่างลึกซึ้ง แต่การหย่าร้างไม่ใช่ความเศร้าที่ถาวร เพราะอาจจะเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความสุขได้เหมือนกัน

นอกจากนี้ ไพโรจน์ กัมพูสิริ (2534 : 55) กล่าวถึงสภาพของครอบครัวหย่าร้างไว้ว่า เป็นสภาพการสิ้นสุดลงของชีวิตการสมรส อันเป็นวิธีการที่กฎหมายอนุญาตให้คู่สมรสแยกทางกัน

จากความหมายดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่าครอบครัวหย่าร้างหมายถึง สภาพของครอบครัวที่มีการสิ้นสุดของสภาพชีวิตสมรสหรือการแยกทางกันของคู่สมรส ทั้งนี้โดยมีการจดทะเบียนหย่าที่ถูกต้องตามกฎหมายหรือไม่ก็ตาม และไม่ว่าจะด้วยสาเหตุใด จากสภาพครอบครัวหย่าร้าง จะส่งผลต่อทั้งคู่หย่าร้างเองและจะส่งผลต่อปัญหาทางด้านสภาพจิตใจ และพฤติกรรมของลูก

สาเหตุของครอบครัวหย่าร้าง

เคปพาร์ท (ขยากรณ์ ชื่นรุ่งโรจน์. 2529 : 109 - 177 ; อ้างอิงมาจาก Kephart. 1954 : 602 - 609) เชื่อว่าสาเหตุที่จะทำให้เกิดการหย่าร้างมีปัจจัย

2 ประการใหญ่ คือ

1. ปัจจัยทางด้านสังคม (Social Factors) ได้แก่

- 1.1 บทบาทและหน้าที่ของครอบครัวที่เปลี่ยนแปลงไป
- 1.2 การประกอบอาชีพของสตรี
- 1.3 สาเหตุของการแต่งงาน
- 1.4 ความเสื่อมของศีลธรรมและศาสนา
- 1.5 ปริ๊ษฐาของความสุข
- 1.6 การเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี

2. ปัจจัยส่วนบุคคล (Individual Factors)

- 2.1 พฤติกรรมของคู่สมรส
- 2.2 การทอดทิ้ง
- 2.3 ฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดมีความสัมพันธ์กับคนอื่นจนมีภรรยา
- 2.4 นิสัยชอบดื่มเหล้าหรือการดื่มเหล้ามากเกินไป
- 2.5 คู่สมรสไม่มีความสามารถในการตอบสนองความต้องการทางเพศของ

อีกฝ่ายหนึ่งได้

- 2.6 ความป่าเถื่อนหยาบคายของคู่สมรส
- 2.7 ปัญหาด้านการเงิน
- 2.8 ปัญหาด้านญาติพี่น้องของคู่สมรส
- 2.9 สาเหตุของการแต่งงานที่มาจากฝ่ายหญิงตั้งครบก
- 2.10 ความแตกต่างทางวัฒนธรรมของคู่สมรส
- 2.11 อายุของคู่สมรส
- 2.12 ระยะเวลาของการแต่งงาน

กานแหง อีรนาถ (2526 : 54 - 57) กล่าวถึงมูลเหตุที่ก่อให้เกิดการหย่าร้างไว้ว่า เกิดจากการมีทัศนคติไม่ตรงกัน ปัญหาภาวะเศรษฐกิจ การขาดความรับผิดชอบในครอบครัว มีความไม่ซื่อสัตย์ต่อกัน มีความโหดร้ายหยาบช้ำทารุณต่อกัน มีการดูถูกดูแคลนคู่สมรส และญาติผู้ใหญ่ปัญหาด้านญาติพี่น้องและเพื่อนฝูงของคู่สมรสและการระแวงหึงหวงต่อกัน

นางลักษณ์ เทพสวัสดิ์ (ม.ป.ป. 81 - 83) กล่าวสรุปสาเหตุของการหย่าร้างว่าเกิดจากปัจจัยที่สำคัญ 2 ประการ คือ

1. ปัจจัยทางสังคม ได้แก่ บทบาทและหน้าที่ของครอบครัวที่เปลี่ยนแปลงไป การประกอบอาชีพของสตรี การเลือกคู่แต่งงาน ความเสื่อมของศีลธรรมและศาสนา ปรัชญาของความสุขและการเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี

2. ปัจจัยทางด้านบุคคล ได้แก่ บุคลิกภาพ ทัศนคติในการมองโลก ความรับผิดชอบของคู่สมรส การดื่มสุราและติดยาเสพติด เป็นต้น

ส่วนอัญชลี วงศ์ทางสวัสดิ์ (2531 : 31 - 32) กล่าวว่าสาเหตุที่นำไปสู่การหย่าร้างอย่างมากในปัจจุบันพอสรุปได้ดังนี้

1. สังคมแบบประชาธิปไตยให้เสรีแก่คนมาก ทำให้สมาชิกในครอบครัวไม่ยอมพึ่งพาอาศัยกัน อันนำไปสู่ความแตกแยก

2. สังคมแบบเมืองมีมาตรฐานการครองชีพสูง รายจ่ายของครอบครัวมีมากทำให้เกิดความตึงเครียดในครอบครัวได้ง่าย

3. หญิงมีงานทำไม่ต้องพึ่งพามีในทางเศรษฐกิจ และอาจจะไม่ค่อยเชื่อฟังสามี

4. ความคิดเก่า ๆ ที่ว่าการหย่าร้างเป็นเรื่องที่น่าอับอาย และเป็นบาปนั้นได้เลือนหายไปจากความนึกคิด

5. การมีการศึกษาสูงขึ้นทำให้มาตรฐานในชีวิตสูงขึ้น ทำให้ยากที่จะอยู่กับคนที่มีการศึกษาดำกว่าตน

6. ความคิดที่ว่าแต่งงานเพื่อความต้องการทางเพศอย่างเดียว ดังนั้นเมื่อเกิดความไม่พอใจในเรื่องเพศ ก็จะหย่ากัน

7. สถานภาพของหญิงเปลี่ยนไป มีอิสระเสรีภาพทัดเทียมชาย ทำให้หญิงมีอิสระในการตัดสินใจปัญหาชีวิตของตนเอง ดังนั้นเมื่อไม่พอใจสามีก็อาจจะหย่าได้

8. สภาพของสังคมและวัฒนธรรม ทำให้คนในปัจจุบันนอกจากบ้านอยู่เสมอมีเวลาอยู่กับครอบครัวลดน้อยลง ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวจึงลดน้อยลงไปด้วยการหย่าร้างจึงเกิดได้ง่าย

9. ความคิดในเรื่องของการหย่าร้างมีมากกว่าแต่ก่อน และยังมีกฎหมายที่ทำให้การหย่าร้างเกิดขึ้นได้ง่าย

สำหรับประเทศไทยมีกฎหมายเกี่ยวกับการหย่า สำหรับเหตุฟ้องหย่าที่กำหนดไว้ในมาตรา 1516 ทั้งหมด 12 ข้อ เหตุนั้นสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ลักษณะใหญ่ คือ เหตุหย่าที่เกิดจากความผิดของคู่สมรสฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง และเหตุหย่าที่ทำให้ชีวิตสมรสสิ้นสุดลงหรือไม่สามารถดำเนินต่อไปได้โดยปกติสุข สรุปได้ดังนี้ (ไพโรจน์ กัมพูสิริ. 2534 : 56 - 64)

เหตุหย่าที่เกิดจากความผิดของคู่สมรส ได้แก่

1. สามีอุปการะเลี้ยงดูหรือยกย่องหญิงอื่น จันภริยาหรือภริยามีชู้
2. สามีหรือภริยาประพฤติชั่ว
3. สามีหรือภริยาทำร้ายหรือทรมานร่างกายหรือจิตใจหรือหมิ่นประมาท

หรือเพี้ยศหยามอีกฝ่ายหนึ่งหรือบุพการีของอีกฝ่ายหนึ่งอย่างร้ายแรง

4. สามีหรือภริยาจงใจละทิ้งร้างอีกฝ่ายหนึ่งไปเกินหนึ่งปีอีกฝ่ายนั้นฟ้องหย่าได้

5. สามีหรือภริยาต้องคำพิพากษาถึงที่สุดให้จำคุก และได้ถูกจำคุกเกินหนึ่งปี

ในความผิดที่อีกฝ่ายหนึ่งมิได้มีส่วนก่อให้เกิดการกระทำความผิดหรือยินยอมหรือรู้เห็นเป็นใจในการกระทำความผิดนั้นด้วย และการเป็นสามีภริยากันต่อไปจะเป็นเหตุให้อีกฝ่าย ได้รับความเสียหายหรือเดือดร้อนเกินควร

6. สามีหรือภริยาไม่ให้ความช่วยเหลืออุปการะเลี้ยงดูอีกฝ่ายตามสมควรหรือทำ การเป็นปฏิปักษ์ต่อการเป็นสามีภริยากันอย่างร้ายแรง

7. สามีหรือภริยาผิดทัณฑ์บนที่ทำให้ไว้เป็นหนังสือในเรื่องความประพฤติ

เหตุที่ทำให้ชีวิตสมรสสิ้นสุดลงหรือไม่สามารถดำเนินต่อไปได้โดยปกติ

1. สามีและภริยาสมัครใจแยกกันอยู่เพราะเหตุที่ไม่อาจอยู่ร่วมกันเป็นสามีภริยาได้โดยปกติ ตลอดมาเกิน 3 ปี หรือแยกกันอยู่ความค้างคานเป็นเวลากว่า 3 ปี
2. สามีหรือภริยาถูกศาลสั่งให้เป็นคนทุพสมรรถ
3. สามีหรือภริยามีภรรยาเกินสามปีและยากที่จะหาย
4. สามีหรือภริยา เป็นโรคติดต่อร้ายแรงอันอาจจะเป็นภัยแก่อีกฝ่ายหนึ่ง
5. สามีหรือภริยามีสภาพร่างกายทำให้ไม่อาจร่วมประเวณีได้ตลอดกาล

นอกจากนี้ สหประชาชาติ (1953 : 31) กล่าวว่า การหย่าร้างมักจะมีสาเหตุหลายประการ เช่น หนึ่ง ประการ หนึ่ง ยากจน สอง ประการ หนึ่ง ความเป็นประจำ สาม ประการ หนึ่ง การขาดความเข้าใจกัน และสี่ ประการ หนึ่ง ฯลฯ

จากสาเหตุต่าง ๆ ที่กล่าวมาข้างต้นย่อมเป็นสิ่งที่แสดงให้เห็นเด่นชัดว่าครอบครัวหย่าร้างนั้นมีสาเหตุหลายประการด้วยกัน ซึ่งพอจะกล่าวสรุปได้สองประการ คือ ปัจจัยทางด้านบุคคล และปัจจัยทางสังคม

ผลกระทบของครอบครัวหย่าร้างที่มีต่อบุตร

เมื่อแต่งงานทุกคนย่อมหวังจะมีชีวิตสมรสที่ราบรื่นผาสุก และไม่ปรารถนาที่จะให้มีการหย่าร้างเกิดขึ้น แต่เมื่อคู่สมรสปรับตัวเข้ากันไม่ได้ ก็อาจต้องหย่ากันจึงนับเป็นวิกฤตการณ์อย่างหนึ่ง การหย่าร้างเป็นทางออกที่คู่สมรสที่ได้รับความทุกข์ แต่เป็นความทุกข์สำหรับบุตร ความทุกข์ของเด็กไม่เกี่ยวกับสภาพทางสังคมเท่าใด แต่เป็นเรื่องของจิตใจมากกว่า เด็กจะรู้สึกขาดที่พึ่ง ปัญหาเด็กคือหาอย่างไรจึงจะทำให้สงบและยอมรับสภาพการที่เกิดขึ้น โดยให้ความไว้วางใจน้อยที่สุด (สมาคมจิตวิทยาแห่งประเทศไทย, 2524 : 345 - 351) ในทัศนะของ อีริคสัน วงศ์ทางสวัสดิ์ (2531 : 31) ได้กล่าวว่าชีวิตในครอบครัวนั้นความทุกข์ของสมาชิกคนใดคนหนึ่งจะมีผลกระทบต่อสมาชิกคนอื่น ๆ ในครอบครัวนั้นด้วย และอังกาบ กอศรีพร (2526 : 24) กล่าวถึงผลกระทบต่าง ๆ ที่ตามมานั้นว่ามีมากมายหลายประการด้วยกัน เพราะช่วงระยะเวลาของการแตกแยก หรือการหย่าขาดจากกันของคู่สมรสนั้นเป็นช่วงระยะเวลาที่ตกอยู่ในลักษณะ "บ้านแตก" อย่างแท้จริงทั้งนี้เพราะเป็นช่วงเวลา

ที่ครอบครัวจะประสบปัญหาต่าง ๆ เช่น การทะเลาะเบาะแว้งกัน การปรับตัวเข้าหากันไม่ได้ คู่สมรสจะเกิดความรักความสามัคคี หุ่นหุ่ย หงุดหงิดและหาทางแก้ไข แต่ในที่สุดก็ไม่อาจแก้ไขได้ จึงต้องแยกทางกันที่สุดในที่สุด ผลกระทบที่ตามมานี้มีผู้กล่าวไว้หลายท่านด้วยกัน

วิจิตรา วสุวานิช (2524 : 31) กล่าวถึงอิทธิพลของครอบครัวหย่าร้างต่อพัฒนาพฤติกรรมเด็กไว้ว่า การหย่าร้างของพ่อแม่มีแนวโน้มว่าเป็นผลร้ายต่อการพัฒนาการทางด้านจิตใจของเด็กมากที่สุด เด็กจะเกิดความรู้สึกว่าเหว ไม่มั่นคงในตนเอง ไม่อยากอยู่บ้าน ชอบไปเล่นกับเพื่อนมากกว่า บางคนอาจจะเก็บตัวซึมเศร้า บางรายอาจจะกลายเป็นเด็กก้าวร้าวชอบรุกรานผู้อื่นที่มี นอกจากนั้นแล้วเด็กจะเป็นคนไม่มั่นคง ไม่รักใคร่จริง และไม่คิดว่าใครจะรักเขาจริงทั้งนี้เพราะเด็กไม่เคยเห็นใครเป็นแบบอย่างที่ดี มาตั้งแต่เล็กนั่นเอง

ตรงศักดิ์ ตะละกัญ (2526 : 46 - 48) ได้กล่าวถึงอิทธิพลของครอบครัวต่อการพัฒนาบุคลิกภาพว่า ครอบครัวที่ไม่ลงรอยกันในชีวิตสมรส และบ้านแตกผู้รับเคราะห์แทนก็คือลูกนั่นเอง ซึ่งผลจากการที่พ่อแม่กระทบกระทั่งกันทุกวัน ๆ ละเล็กละน้อย จะทำรู้อิทธิพลต่อเด็กมากกว่าการทะเลาะครั้งใหญ่ ๆ ปีละ 1 - 2 ครั้ง ส่วนผลจากการหย่าร้างของพ่อแม่พบว่าเด็กมีอาการซึม หงอยเหงา ว้าวุ่น คิดมากและมีปัญหาในการปรับตัว ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ จรรยา สุวรรณทัต (บุษวดี เพชรรัตน์. 2527 : 3 ; อ้างอิงมาจาก จรรยา สุวรรณทัต. 2510 : 19) ที่ชี้ให้เห็นว่า "ผลอันเกิดจากการหย่าร้างในครอบครัวจะกระทบกระเทือนต่อทัศนคติการมองดูโลกและชีวิตของเด็กเป็นอย่างมาก ในระยะแรก ๆ ผลอันนี้คล้ายกับว่าไม่มีความสำคัญแต่อย่างใด แต่ต่อมาภายหลังอาจจะกลายเป็นผลเสียต่อบุคลิกภาพของเด็กหลายอย่างมาก และเด็กที่ประสบปัญหาจากการหย่าร้างของบิดา มารดา มักจะมีปัญหามากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่มีบิดา มารดาอยู่ด้วยกันอย่างปกติสุข" และยังสอดคล้องกับ วันทนี วาสีละสิน (2526 : 123 - 126) ซึ่งกล่าวถึง ผลกระทบของการหย่าร้างของพ่อแม่ที่มีต่อบุตรไว้ว่า การหย่าร้างไม่ว่าจะมาจากสาเหตุใดจะมีผลต่อเด็กในครอบครัวเสมอ โดยเฉพาะสภาวะก่อนการหย่าร้างของครอบครัวและการแต่งงานใหม่ของบิดาหรือมารดา จะมีปัญหาต่อบุคลิกภาพของเด็กมาก

วารณี บิณฑลันต์ (ม.ป.ป. : 95) ได้กล่าวว่า ขณะที่สามีภรรยาผู้ไม่ประสบความราบรื่นในชีวิตแต่งงาน กำลังหาทางหย่าร้างกัน ขณะนั้นแหละจะเป็นความทุกข์ระทม และกระทบกระเทือนลูก ๆ ลูก ๆ จะขาดความสุข ขาดความรัก ขาดการเอาใจใส่หรืออาจจะได้รับการประชดประชั้นของฝ่ายพ่อ แม่ ลูก ๆ จะได้รับการกระทบกระเทือนทางจิตใจและอารมณ์ อยู่มาซึ่งสอดคล้องกับ อัมพร เจนประกายพงศ์ (2527 : 61 - 62) ที่กล่าวว่า เด็กจะมีความรู้สึกต่อการที่พ่อแม่แยกทางกันในระหว่างที่มีการตกลงกันว่า จะแยกทางกันซึ่งใช้เวลานานนับปี ในระยะนี้อาจเกิดเหตุการณ์ต่าง ๆ ซึ่งแสดงถึงการข่มขู่กัน โกรธทะเลาะเบาะแว้ง เคียดแค้นหรือเก็บความรู้สึกต่าง ๆ ไว้ และบางครั้งก็ยอมรับสถานการณ์การหย่าร้างไม่ได้เสียเอง สถานการณ์และความรู้สึกเหล่านี้ จะถ่ายทอดหรือส่งผลกระทบต่อความรู้สึกของเด็กดังนี้คือ (1) เด็กบางคนจะรู้สึกโกรธ จนกระทั่งไม่สามารถจะควบคุมอารมณ์ได้ในระหว่างที่มีการหย่าร้างเกิดขึ้น (2) เด็กหลายคนจะมีความรู้สึกผิดอย่างมาก เพราะเขาคิดว่า เขามีส่วนทำให้พ่อแม่แยกทางกัน (3) การหย่าร้างเป็นสาเหตุที่ทำให้เด็กมีความรู้สึกหงอยเหงา อ้างว้างเพราะพ่อหรือแม่จะทอดทิ้งเขาอยู่บ้านตามลำพัง อาจจะเป็นเพราะเริ่มมีนัดใหม่ เด็กก็จะมีเวลาน้อยลงในการอยู่ร่วมกับพ่อหรือแม่ ส่วนระดับของความเครียดนี้ จะมีผลต่อพฤติกรรมและความสามารถต่าง ๆ พวกเด็กเมื่ออยู่ในห้องเรียนมักจะแสดงพฤติกรรมที่แสดงถึงความรู้สึกเครียด เช่น (1) ใจลอย มักจะชอบมองออกไปนอกห้องอย่างเหม่อลอยหรือหลับหน้าลงกับโต๊ะเรียน เมื่อใดที่เบนความสนใจกลับเข้ามาสู่บทเรียน เด็กจะตามไม่ทัน (2) วิตกกังวลและกระวนกระวายใจ ซึ่งมีผลทำให้เด็กอยู่ไม่เป็นสุข ชอบกัดเล็บ คุดนิ้วมือหรือพูดออกมาเสียงดังโดยไม่ได้รับอนุญาต (3) อ่อนเพลีย จะแสดงออกในลักษณะเซื่องซึม (4) อารมณ์เสีย เด็กมักจะมีอารมณ์และพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงง่าย (5) แยกตัวเอง เด็กที่มีความตึงเครียดมาก ๆ มักจะแยกตัวเองเสมอเพราะกลัวจะได้ยินคำพูดที่สร้างความอับอายหรือรู้สึกว่าครูและเพื่อนไม่เข้าใจในตัวเอง (6) ผลการเรียนต่ำลง ความตึงเครียดทำให้เด็กไม่มีความตั้งใจทำการบ้าน (7) เด็กเหล่านี้จะแสดงออกโดยการอยู่ไม่เป็นสุข ก้าวร้าว และก่อความวุ่นวายในห้องเรียน และ (8) บ่นเรื่องการเจ็บป่วยเป็นประจำ เช่นปวดหัว ปวดตาหรือมีอาการกระตุกบ่อย ๆ ถ้าหากว่าแพทย์ตรวจไม่พบความผิดปกติทางร่างกาย ก็แสดงว่าความเจ็บป่วยเหล่านี้มีสาเหตุเนื่องมาจากจิตใจ

ขยาภรณ์ ชื่นรุ่งโรจน์ (2529 : 122 - 132) กล่าวถึงผลกระทบของการหย่าร้างต่อเด็กหรือบุตรไว้ว่า (1) ลูกซึ่งมีความเคยชินกับสภาพครอบครัวพร้อมหน้าพ่อแม่ มีความรู้สึกอบอุ่นมั่นคง เมื่อความสัมพันธ์แบบนั้นถูกทำลายลง จึงทำให้กระทบกระเทือนไปถึงการพัฒนาบุคลิกภาพของเด็ก (2) การปรับตัวและพฤติกรรมทางเพศของเด็ก มักจะมีปัญหาเพราะขาดรูปแบบที่จะเลียนแบบ (3) เด็กจะเกิดเขินอาย เมื่อออกไปติดต่อกับสังคมภายนอก (4) เด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่หย่าร้างกันเมื่อแต่งงานจะมีแนวโน้มที่จะอย่าร้างด้วยและ (5) เด็กอาจตกอยู่ในสภาพคอยากร้านค้านหากอยู่ในความปกครองของฝ่ายที่มีปัญหาทางเศรษฐกิจ

อัญชลี วงศ์ทางสวัสดิ์ (2531 : 33 - 34) กล่าวถึงการหย่าร้างของพ่อแม่ว่ามีผลกระทบต่อลูกดังนี้

1. ลูกที่เคยชินต่อลักษณะสภาพพ่อแม่ให้ความรักความอบอุ่นและมั่นคงแก่เขา เมื่อพ่อแม่หย่าร้างความสัมพันธ์แบบนั้นก็ต้องถูกทำลายไปด้วย ลูกจะรู้สึกว่าเหงา ขาดความมั่นคงปลอดภัย
2. ในด้านการปรับตัวของเด็ก หลังจากการหย่าร้างของพ่อแม่ลูกมักจะอยู่กับฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง คือพ่อหรือแม่ ซึ่งมีผลกระทบกระเทือนต่อพัฒนาการทางบุคลิกภาพของเด็ก เพราะโดยปกติทั้งพ่อและแม่จะร่วมกันเป็นผู้อบรมเลี้ยงดู เด็กจะเรียนรู้บทบาทจากทั้งพ่อและแม่ เพื่อเป็นแบบฉบับสำหรับชีวิตผู้ใหญ่ในอนาคต ถ้าเหลือพ่อหรือแม่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ก็ไม่สามารถที่จะพัฒนาเป็นตัวแทนของอีกฝ่ายหนึ่งที่เขาขาดไปได้
3. เด็กที่พ่อแม่หย่าร้างกัน เด็กอาจจะรู้สึกว่าพ่อแม่ใจแคบโดยแต่ละฝ่ายพยายามพรากเขาให้ไปอยู่กับอีกฝ่ายหนึ่ง ความรู้สึกแบบนี้จะทำให้ทำลายความมั่นคงทางอารมณ์ของเด็ก โดยทั่วไปเด็กทั้งชายและหญิงมักจะใกล้ชิดกับแม่มากกว่าพ่อ แม่จึงมีอิทธิพลในใจเด็กมากกว่า และในกรณีที่ครอบครัวไม่มีความสุข ลูกสาวและลูกชายมักจะเข้าข้างแม่มากกว่าพ่อ
4. หลังการหย่าร้างของพ่อแม่ ความรู้สึกไม่มั่นคงจะฝังแน่นในจิตใจเด็ก และถ้าปรับตัวไม่ได้ตั้งแต่เด็กอายุน้อย เนื่องจากได้รับความสะเทือนใจอย่างแรงตลอดเวลา พ่อได้ขึ้น เขาก็มีสภาพที่ไม่เป็นระเบียบ

5. ในกรณีที่เด็กเกิดมีพ่อเลี้ยงหรือแม่เลี้ยง ตลอดจนน้องสาวน้องชายต่างมารดา เด็กอาจจะแสดงความไม่พอใจ รู้สึกว่าไม่มีใครรักตัวจริง เด็กอาจจะปรับตัวไม่ได้และความรู้สึกเช่นนี้จะคงอยู่ตลอดไป トラาบเท่าที่เขารู้สึกว่าเขาถูกทอดทิ้ง

6. เด็กอาจยึดเพื่อนเป็นหลัก ถ้าเป็นเด็กวัยรุ่นก็อาจจะหลงใหลไปกับกลุ่มเพื่อน หรืออาจจะยึดใครก็ได้เป็นพ่อแม่ซึ่งเป็นการเสี่ยงมาก

ส่วนนางลักษณ์ เทพสวัสดิ์ (ม.ป.ป. : 84 - 85) กล่าวว่า เมื่อบิดามารดาหย่าร้างกัน บุคคลที่จะได้รับผลกระทบมากที่สุด ได้แก่ ลูก ลูกจะคิดว่าพ่อแม่ไม่ยุติธรรมเห็นแก่ตัว โดยปกติแล้วลูก ๆ จะต้องการทั้งพ่อแม่ เมื่อวัยเด็กระหว่าง 0 - 1 ปี เด็กจะต้องการแม่มาก เพราะแม่จะเป็นผู้ตอบสนองความต้องการ ด้านความรัก และสิ่งอื่น ๆ แต่เมื่อโตขึ้นเช่นวัย 3 - 4 ปี เขาจะเริ่มต้องการทั้งพ่อและแม่ เพื่อที่จะพัฒนาบุคลิกภาพทางเพศ ดังนั้น ในวัยนี้ถ้าพ่อแม่หย่าร้างกัน เด็กจะปวดร้าว ขมขื่นและทุกข์ทรมานที่สุด และเมื่อเด็ก ๆ เติบโตขึ้นจนย่างเข้าสู่วัย 6 - 12 ปีแล้ว เด็กต้องการพ่อแม่ที่เป็นเพศเดียวกันเพื่อเลียนแบบดังนั้น ถ้าพ่อแม่หย่าร้างกัน ในระยะนี้เด็กชายอาจจะขาดตัวอย่างที่ดีคือพ่อของเขาได้ เด็กหญิงจะขาดตัวอย่างที่ดีเช่นแม่เขาไป ถ้ายังเอื้อลูกชายต้องอยู่กับแม่ เพราะพ่อทิ้งเขาไปและเด็กหญิงต้องอยู่กับพ่อ เพราะแม่ไปแต่งงานใหม่ โอกาสที่เด็กจะพัฒนาบุคลิกภาพที่เหมาะสมตามเพศของตนจะไม่มี

นอกจากนี้สุพัตรา สุภาพ (2533 : 34 - 35) กล่าวถึงผลการกระทบของการหย่าร้างต่อเด็กว่า

1. ขาดความรักความอบอุ่น ลูกเคยชินต่อสภาพพ่อแม่ให้ความรักอบอุ่นและมั่นคงแก่เขา แต่ความสัมพันธ์แบบนี้ต้องถูกทำลายไป เป็นการทำลายความสัมพันธ์แบบกลุ่มปฐมนุญ ซึ่งมีผลกระทบต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของบุคคล เช่น เด็กที่เคยยึดพ่อแม่เป็นแบบฉบับให้เรื่องค่านิยม อารมณ์ แบบของความประพฤติที่ช่วยให้เด็กมีบุคลิกภาพที่ดี แต่เมื่อหน่วยของครอบครัวถูกทำลายลง ลูก ๆ บางคนก็ไม่ทราบว่าจะหันหน้าไปพึ่งใครซึ่งอาจจะทำให้เขาผิดหวัง และมีเรื่องที่ทำให้สะเทือนใจ โดยสรุปการหย่าร้างมีผลทำให้เด็กขาดความมั่นคงและปลอดภัย

2. การปรับตัวของเด็ก หลังการหย่าร้าง ลูกมักจะอยู่กับแม่ซึ่งมีผลกระทบกระเทือนต่อบุคลิกภาพของเด็ก

3. ความจงรักภักดี โดยทั่วไปลูกชายมักจะโน้มเอียงเป็นฝ่ายแม่และลูกสาวมักจะเห็นอกเห็นใจพ่อ แต่โดยทั่วไปเด็กทั้งสองจะมีความใกล้ชิดกับแม่มากกว่าพ่อ แม่จึงมีอิทธิพลใ้มนัก้าวจิตใจเด็กมากกว่า และคาร์ธี่ อุทัยรัตนกิจ (2533 : 71) กล่าวว่า การหย่าร้างของพ่อแม่มีผลกระทบระยะยาวต่อพัฒนาการ และการปรับตัวของเด็ก สำหรับเด็กประถมศึกษาที่มีปฏิริยาต่อการหย่าร้างของพ่อแม่ โดยแสดงอาการเศร้าซึม ถอยหนีจากสังคมเศร้าโศก หวาดกลัว สร้างมโนภาพเกี่ยวกับการกลับมาคืนดีกันของพ่อแม่ มีความรู้สึกถูกทอดทิ้ง ต้องการให้พ่อแม่อธิบายว่าทำไมพ่อแม่ต้องแยกกันและเกิดความขัดแย้งในใจว่า เขาจะเลือกรัก เห็นใจใจข้อสัตย์และจงรักภักดีต่อพ่อหรือแม่ โดยสรุปแล้ว เด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่หย่าร้าง มีแนวโน้มต่อการเสี่ยงที่จะมีปัญหาทั้งทางด้านการปรับตัวทางสังคม และด้านการเรียนสูงกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่ลูกอยู่ร่วมกัน นอกจากนั้นเด็กประถมศึกษาตอนต้นมีปฏิริยาในทางลบต่อการหย่าร้างของพ่อแม่น้อยกว่า เด็กประถมศึกษาตอนปลายและสามารถปรับตัวได้ดีกว่าอีกด้วย

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่าการหย่าร้างของพ่อแม่ส่งผลกระทบต่อเพื่อน ต่อบุตรอย่างแน่นอน โดยเฉพาะผลกระทบทางด้านจิตใจและพฤติกรรมซึ่งจะส่งผลกระทบระยะยาวต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของเด็กด้วย และเด็กที่มาจากครอบครัวพ่อแม่หย่าร้างกัน มีแนวโน้มต่อการเสี่ยงที่จะมีปัญหาต่าง ๆ มากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัว พ่อแม่อยู่ด้วยกันอย่างปกติสุข และนอกจากนี้ เด็กประถมศึกษาตอนต้นมีปฏิริยาในทางลบต่อการหย่าร้างของพ่อแม่น้อยกว่า เด็กประถมศึกษาตอนปลายและสามารถปรับตัวได้ดีกว่า

2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผลกระทบของครอบครัวหย่าร้างที่มีต่อบุตร

งานวิจัยต่างประเทศ

ฮอดจ์, เวสเลอร์ และบอลลัน ไค์ (ฮอดจ์ลี วงศ์ทางสวัสดิ์. 2533 : 33 ; อ้างอิงมาจาก Hodges, Weshesler and Ballantine. 1979) ได้ศึกษาพัฒนาการของเด็กก่อนวัยเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง พบว่า เด็กมีปัญหาทางด้านอารมณ์และปัญหาในการตัดสินใจ อีกทั้งการหย่าร้างของพ่อแม่จะมีผลต่อพื้นฐานความมั่นคงทางจิตใจ เด็กจะมีความรู้สึกอับอายและมีปมด้อยมาก

พิกการ์ด (Pickard. 1989 : 2647 - B) ได้ศึกษาความกลัวของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และครอบครัวที่สมรสใหม่ กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กอายุระหว่าง 6 - 11 ปี จำนวน 121 คน ผลการวิจัยพบว่า เด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างซึ่งอยู่ในความดูแลของแม่เพียงคนเดียว มีความกลัวมากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่สมรสใหม่และเด็กที่มาจากครอบครัวสมบูรณ์

ส่วนมัลฮอลแลนด์ (MulHolland. 1990 : 439 - B) ได้ศึกษาสภาพจิตใจของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โดยศึกษากับกลุ่มเด็กวัยรุ่นจากโรงเรียนขนาดกลาง จำนวน 96 โรงเรียน ผลการวิจัยพบว่า สถานการณ์การหย่าร้างของพ่อแม่เป็นวิกฤติการณ์ที่เลวร้ายที่กระทบกระเทือนจิตใจและจะส่งผลกระทบยาวต่อชีวิตของเด็กด้วย

นอกจากนี้แพนสกาย (Pansky. 1990 : 3143 - B) ศึกษาบทบาททางเพศและการปรับตัวของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โดยทำการศึกษากับเด็กเกรด 2 และเกรด 3 จำนวน 139 คน โดยเป็นเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง 56 คน และเด็กที่มาจากครอบครัวสมบูรณ์ 83 คน ผลการวิจัยพบว่า การหย่าร้างก่อให้เกิดความแค้นแก่เด็ก ๆ เป็นอย่างมากซึ่งเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างจะมีลักษณะดังนี้ คือ มีความวิตกกังวล ความกดดัน ความกลัวใจ ความก้าวร้าวและมีปัญหาทางด้านการเรียนมากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวสมบูรณ์

งานวิจัยในประเทศ

นิภา พงศ์วิวัฒน์ (2520 - 52) ได้ศึกษาปัญหาทางสังคมของเด็กวัยรุ่นตอนต้นในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดกรมสามัญศึกษาภาคกลาง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายหญิง อายุระหว่าง 13 - 16 ปี จำนวน 361 คน ผลการศึกษาพบว่าเด็กวัยรุ่นตอนต้นที่รู้สึกว่ ครอบครัวสงบสุขมีปัญหาทางสังคมน้อยกว่าวัยรุ่นตอนต้นที่มาจากครอบครัวไม่สงบสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และธีรวัฒน์ นิลเนตร (2526 : 19) ที่ได้ทำการวิจัยเรื่องลักษณะเชิงจิต - สังคม ในโรงเรียนกับสุขภาพจิตของนักเรียนวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่านักเรียนจากครอบครัวแตกแยกมีอาการซึมเศร้า วิตกกังวลมากกว่านักเรียนที่มาจากครอบครัวปกติ

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวหย่าร้างทั้งในต่างประเทศ และภายในประเทศ ดังได้กล่าวมาแล้วพอสรุปได้ว่า สภาพครอบครัวหย่าร้างไม่ว่าจะด้วยสาเหตุใดก็ตามย่อมส่งผลกระทบต่อบุตรแน่นอน โดยเฉพาะอย่างยิ่งผลกระทบต่อทางจิตใจ เช่น ขาดความมั่นคงทางอารมณ์ รู้สึกปวดร้าวหมั่นใจ ขาดความมั่นคงปลอดภัย ความรู้สึกผิด รู้สึกเศร้าโศก หวาดกลัว วิตกกังวล ว้าวุ่น ขาดความรักความอบอุ่น ถูกทอดทิ้ง ขาดความสุข รู้สึกโกรธ แค้น สร้างมโนภาพเกี่ยวกับการกลับมาคืนดีกันของพ่อแม่ ฯลฯ ส่วนผลทางด้านพฤติกรรม เช่น ก้าวร้าว มีผลการเรียนตกต่ำ และเด็กประถมศึกษาตอนปลายมีปฏิกริยาในทางลบ และมีการปรับตัวไม่ดี ต่อการหย่าร้างของพ่อแม่มากกว่าเด็กประถมศึกษาตอนต้น

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางอารมณ์

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางอารมณ์

ความหมายของการปรับตัวทางอารมณ์

โคลแมน และแฮมเมน (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2530 : 69 ; อ้างอิงมาจาก Coleman and Hammen, 1974 : 535) ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า หมายถึง ผลของความพยายามของบุคคลที่พยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการ หรือด้านอารมณ์ ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมจนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นสามารถอยู่ได้ในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ และถ้าบุคคลนั้นปรับตัวได้แล้ว และสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ ได้อย่างมีความสุข แสดงว่าบุคคลนั้นมีสุขภาพจิตดี

กมลรัตน์ หล้าสงฆ์ (2524 : 180) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง กระบวนการที่บุคคลพยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าจะเป็นปัญหาด้านอารมณ์ ปัญหาด้านบุคลิกภาพ และปัญหาด้านความต้องการ ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมจนเป็นสภาพการณ์ที่ตนสามารถอยู่ได้ให้สังคมหรือในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ

จากความหมายของการปรับตัวดังกล่าวพอสรุปได้ว่า การปรับตัวหมายถึง ผลของความพยายามของบุคคลในการปรับสภาพปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น แก่ตนเอง ไม่ว่าปัญหานั้นจะเป็นด้านบุคลิกภาพ ปัญหาด้านความต้องการ และปัญหาทางอารมณ์ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมจนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นสามารถอยู่ได้ในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ ได้อย่างมีความสุข

ส่วนความหมายของการปรับตัวทางอารมณ์ได้มีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้

แฮมริน (Hamrin. 1969 : 17) กล่าวว่า การปรับตัวทางอารมณ์ (Emotional Adjustment) เป็นกระบวนการของจิตใจเพื่อจะจัดความตึงเครียด ซึ่งเกิดขึ้นจากการที่บุคคลไม่สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้

โปดัสกา (Poduska. 1980 : 418) ได้กล่าวถึงการปรับตัวทางอารมณ์ ไว้ว่า เป็นความสามารถในการแสดงออกทางอารมณ์ของบุคคลอันเกิดจากการเรียนรู้ ซึ่งจะช่วยให้บุคคลนั้นสามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมกับเหตุการณ์ยิ่งขึ้น

สวีนีย์ ดันเคิฟฟานันท์ (2525 : 42) กล่าวว่า การปรับตัวทางอารมณ์ของบุคคล จะเกิดขึ้นได้โดยการทำงานของจิตใจ ซึ่งจะมีกระบวนการควบคุมความสมดุลทางจิตใจและอารมณ์ ใช้เช่นเดียวกับร่างกาย กล่าวคือ เมื่อมีสิ่งรบกวนความสงบสุขของอารมณ์ จะทำให้ความสมดุลของอารมณ์เสียไป ดังนั้น จิตใจจะต้องดำเนินการอย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อลดหรือบรรเทาความไม่สมดุลนั้นด้วยวิธีการใดวิธีการหนึ่งต่อไปนี้ (1) กระบวนการปรับสมดุลทางอารมณ์ ซึ่งเป็นกระบวนการที่ดำเนินการโดยใช้ความพยายามและความตั้งใจในระดับจิตสำนึก และ (2) กลไกทางจิตซึ่งเป็นกระบวนการที่ซับซ้อนเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นโดยบุคคลไม่รู้ตัว เกิดขึ้นในระดับจิตไร้สำนึก กระบวนการทั้งสองนี้จึงมุ่งหมายอย่างเดียวกัน คือ ช่วยรักษาสมดุลของอารมณ์ บรรเทาความรู้สึกกลัว หวาดวิตกไม่สมหวัง ความกัณเียงในใจ เพื่อให้ภาวะของอารมณ์อยู่ในภาวะที่สุขสบายมากที่สุด

นอกจากนี้ ศีรางค์ ทับสายทอง (2535 : 101) กล่าวถึงบุคคลที่มีความสมบูรณ์ทางอารมณ์หรือมีการปรับตัวทางอารมณ์ หมายถึง บุคคลที่ยอมรับการเปลี่ยนแปลงและอยู่ในโลกของความจริง ทำให้สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

จากความหมายของการปรับตัวทางอารมณ์ดังกล่าวสรุปได้ว่า การปรับตัวทางอารมณ์เป็นกระบวนการรักษาความสมดุลทางจิตใจและอารมณ์ เพื่อลดหรือบรรเทาความรู้สึก ความตึงเครียด หวาดวิตก ไม่สมหวัง ตลอดจนสามารถยอมรับการเปลี่ยนแปลงและอยู่ในโลกของความเป็นจริง เพื่อให้ภาวะของจิตใจและอารมณ์อยู่ในภาวะที่สุขสบายที่สุดและสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งเป็นผลจากการเรียนรู้ทั้งในระดับจิตสำนึกและในระดับจิตไร้สำนึก

ปัญหาการปรับตัว

โคลแมน และแฮมเมน (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2530 : 71 - 81 ; อ้างอิงมาจาก Coleman and Hammen, 1974 : 93 - 94) ได้กล่าวว่า ปัญหาต่าง ๆ ของการปรับตัวอาจมีสาเหตุต่าง ๆ แตกต่างกันไป สาเหตุบางประการอาจมีสาเหตุมาจากบุคคลนั้นเอง หรืออาจมีสาเหตุมาจากที่บุคคลต้องเผชิญกับสภาพการณ์ หรือสถานการณ์ที่มีความกดดันหรือสภาพแวดล้อม และเมื่อบุคคลใดบุคคลหนึ่งเผชิญปัญหาไม่ว่าทั้งปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นจากตัวบุคคลเองหรือปัญหาที่เป็นผลจากสภาพแวดล้อมโดยทั่ว ๆ ไป บุคคลนั้นก็จะพยายามปรับตัวต่อสภาพที่เป็นปัญหาที่เขากำลังเผชิญนั้น เพื่อให้สภาวะของความกดดันความเครียด ความวุ่นวายใจ และ/หรือความกังวลใจค่อย ๆ คลี่คลายลงจนกระทั่งหมดไปในที่สุด แต่อย่างไรก็ตามปรากฏว่าบุคคลบางคนนั้นไม่สามารถจะจัดปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นให้หมดสิ้นไปได้ เมื่อเป็นเช่นนี้สภาวะของความวุ่นวายใจ อึดอัดใจหรือไม่เป็นสุขใจจะยังคงมีอยู่ต่อไป สำหรับปัญหาต่าง ๆ ของการปรับตัวนั้น สามารถแบ่งเป็นประเภทใหญ่ ๆ ได้ 3 ประเภทคือ ประเภทที่ 1 ความคับข้องใจ (Frustration) ประเภทที่ 2 ความขัดแย้งในใจ (Conflicts) และประเภทที่ 3 ความกดดัน (Pressure)

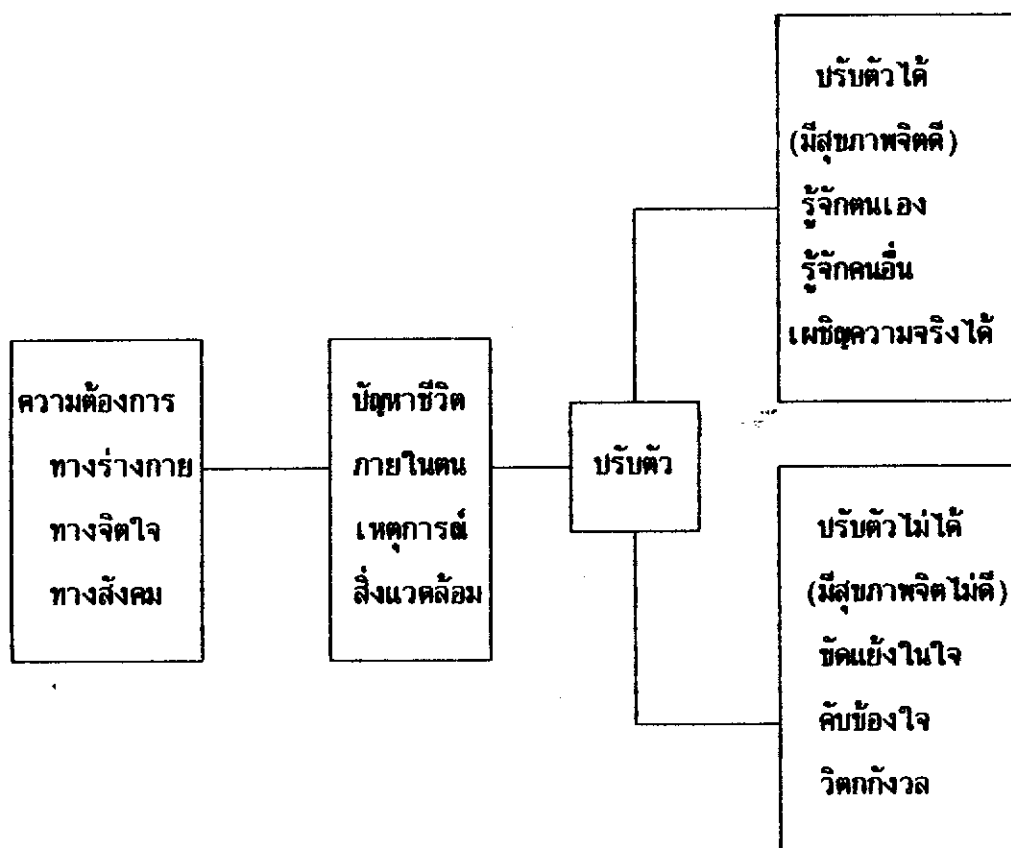
ประเภท 1 ความคับข้องใจ หมายถึง สภาพของจิตใจหรือความรู้สึกที่เป็นผลสืบเนื่องมาจากความปรารถนาที่เรามุ่งหวังหรือสิ่งเราปรารถนาไม่ถูกขัดขวาง ทำให้เราไม่สามารถบรรลุจุดมุ่งหมายหรือเป้าหมายที่เราปรารถนาได้ ซึ่งมีผลทำให้เราได้รับความหงุดหงิด กระวนกระวายใจ กลุ้มใจ

ประเภท 2 ความขัดแย้งในใจ หมายถึง สภาวะการณ์ที่ทำให้บุคคลเกิดความขัดแย้งใจในตนเอง เมื่อต้องเผชิญต่อสภาวะการณ์นั้น ๆ โดยบุคคลนั้นจะเกิดความลำบากใจ หนักใจ หรืออึดอัดใจในการตัดสินใจ ตกลงใจที่จะเลือกละเลาะสิ่งหนึ่งจากสภาวะการณ์ที่เขาเผชิญอยู่นั้น โดยสิ่งต่าง ๆ ในสภาวะการณ์นั้น ๆ เขาอาจจะชอบมากเท่า ๆ กัน หรือชอบน้อยมากทั้งหมด หรือไม่ชอบทั้งหมด

ประเภท 3 ความกดดัน หมายถึง สภาพการณ์บางประการที่ผลักดันหรือเรื้อรังหรือบังคับให้บุคคลจำต้องกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

กันยา สุวรรณแสง (2533 : 65 - 66) สรุปสาเหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัวไว้ 3 ประการ ได้แก่ (1) แรงขับและความต้องการ (2) แรงกระตุ้นทางสังคม (3) เจตคติ ความสนใจ จุดหมายของชีวิตของตัวเองเปลี่ยนแปลงไป

นอกจากนี้ สุชาติ โสมประยูร (2527 : 44 - 45) ได้กล่าวถึงหลักทั่วไปในการปรับตัวไว้ดังนี้



ภาพประกอบ 1 แผนภูมิกระบวนการปรับตัว

จากภาพประกอบข้างบนจะเห็นได้ว่า ตามปกติคนเราย่อมมีความต้องการเบื้องต้นที่สำคัญอยู่ 3 ประการ ได้แก่ ความต้องการทางร่างกาย เช่น ความหิว การขับถ่าย แรงผลักดันทางเพศ ความต้องการทางจิตใจ เช่น ความรัก ความอบอุ่นใจ ความรู้สึกปลอดภัย ความต้อง

การทางสังคม เช่น เกียรติยศชื่อเสียง การยกย่องสรรเสริญ การยอมรับในสังคม ฯลฯ เมื่อใดก็ตามที่คนเราไม่สามารถตอบสนองความต้องการเหล่านี้ได้ ก็จะเกิดปัญหาชีวิตขึ้น โดยปัญหานั้นอาจจะมาจากภายในร่างกายของตัวเอง หรือมาจากเหตุการณ์หรือสิ่งแวดล้อมภายในสังคมก็ได้ เมื่อมีปัญหาระทบกระทบกระเทือนอารมณ์เกิดขึ้น เช่นนี้ คนเราก็จะเริ่มใช้วิธีการปรับตัวต่าง ๆ เข้ามาแก้ปัญหา โดยอาจจะใช้ทั้งกลไกป้องกันตนเอง และวิธีการปรับตัวอื่น ๆ ที่บุคคลได้พิจารณาแล้วว่าเหมาะสม หลังจากนั้น ผลแห่งการปรับตัวที่มีต่อจิตใจและอารมณ์ก็จะเกิดขึ้น ดังนี้ ถ้าปรับตัวได้ปัญหาชีวิตนั้น ๆ จะหมดไป และบุคคลจะมีสุขภาพจิตดีตรงกันข้าม ถ้าปรับตัวไม่ได้ ปัญหาชีวิตนั้น ๆ จะยังคงมีอยู่ต่อไป และบุคคลจะเริ่มมีสุขภาพจิตไม่ดี ผลทางจิตใจเหล่านี้มักได้แก่ ความขัดแย้ง ความคับข้องใจและความวิตกกังวล ผลทางจิตใจหรือความตึงเครียดทางจิตใจเหล่านี้เมื่อมีเพิ่มมากขึ้น ๆ ก็อาจจะเป็นโรคจิต โรคประสาทได้ในที่สุด

จากเอกสารข้างต้นสรุปได้ว่า ปัญหาของการปรับตัวของคนเรานั้น ที่สำคัญมาจากตัวเราเองและสิ่งแวดล้อมในอันที่จะสนองตอบความต้องการเบื้องต้นที่สำคัญ ได้แก่ ความต้องการทางร่างกาย ความต้องการทางจิตใจ และความต้องการทางสังคม

ลักษณะของการปรับตัวที่ดี

โรเจอร์ส (Rogers. 1974 : 358) กล่าวถึงลักษณะการปรับตัวที่ดีไว้ว่า บุคคลมีการปรับตัวได้ดี คือบุคคลที่มีความเข้าใจตนเอง เข้าใจบุคลิกภาพของตนเอง เมื่อบุคคลรู้จักตนเอง รู้จักคุณภาพ ความสามารถ และทัศนคติที่มีต่อตนเอง ตลอดจนเข้าใจสัมพันธภาพที่มีต่อบุคคลอื่น ก็จะไม่มีความตึงเครียด ซึ่งเป็นการปรับตัวที่ดีทางจิตวิทยา

สุชาติ โสภประยูร (2527 : 44 - 45) กล่าวถึง ลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้ว่าเป็นผู้ที่รู้จักตนเอง รู้จักคนอื่นและเผชิญความจริงได้ และผู้ที่ปรับตัวได้ จะทำให้บุคคลนั้นเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดีด้วย สอดคล้องกับคำกล่าวของ นิภา นิธยาน (2530 : 151) ที่ว่าความสำเร็จในการปรับตัวย่อมยังผลให้เกิดสุขภาพจิตที่ดี และมีสภาพชีวิตที่เป็นสุข และศิริวงศ์ ทับสายทอง (2535 : 101) กล่าวว่าบุคคลที่มีการปรับตัวดีจะมีลักษณะที่สำคัญประการหนึ่งคือ มีทักษะที่จำเป็นต่อการปรับตัวทางด้านอารมณ์และสังคมกล่าวคือ ผู้ที่มีความสามารถในการปรับตัวทางอารมณ์

แสดงให้เห็นว่าเป็นผู้ที่มีความสามารถในการปรับตัวด้วย นอกจากนี้ นิภา นิธยาน (2530 : 20) ยังกล่าวเพิ่มเติมอีกว่า บุคคลที่สามารถปรับตัวได้ดีมิใช่ผู้ที่ปราศจากปัญหาแต่เป็นผู้ที่กล้าเผชิญปัญหาอุปสรรคและความยุ่งยากในชีวิตอย่างมีสติ และไม่หวาดหวั่น ตลอดจนเป็นผู้ที่พร้อมที่จะเผชิญทั้งความสุขความทุกข์ในชีวิต บางครั้งแม้จะประสบชะตากรรมที่ยังความผิดหวังและล้มเหลวในชีวิต ก็ยังกล้าหาญเข้มแข็งพอที่จะดำเนินชีวิตต่อไป โดยไม่พ่ายแพ้หรือท้อถอย

จากลักษณะของการปรับตัวที่ดีดังกล่าวสรุปได้ว่า บุคคลที่ปรับตัวได้ดีจะต้องเป็นบุคคลที่รู้จักและเข้าใจตนเอง รู้จักคนอื่น และเป็นผู้ที่กล้าเผชิญอุปสรรคและความยุ่งยากในชีวิตอย่างมีสติและไม่หวาดหวั่น ตลอดจนเป็นผู้ที่พร้อมที่จะเผชิญทั้งความสุขความทุกข์ และนอกจากนี้ผู้ที่มีความสามารถในการปรับตัวทางอารมณ์ แสดงให้เห็นถึงความเป็นผู้มีความสามารถในการปรับตัวด้วย และผู้ที่ปรับตัวได้จะทำให้บุคคลนั้นเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดีด้วยเช่นกัน

องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางอารมณ์

อะกิลเลอร่า และเมสลิก (Aguilera and Messick. 1974 : 63 - 64)

ได้กล่าวถึงองค์ประกอบที่มีส่วนช่วยให้เราสามารถปรับตัวเพื่อคงไว้ซึ่งภาวะสมดุลย์ทางอารมณ์ไว้ดังนี้คือ

1. การรับรู้ต่อเหตุการณ์ ถ้าหากบุคคลรับรู้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้ถูกต้องตรงความเป็นจริง การแก้ปัญหาจะทำได้ตรงจุด แต่ถ้ารับรู้เหตุการณ์ผิดทำให้เข้าใจปัญหาผิดไป การแก้ไขก็ย่อมไม่ประสบความสำเร็จ ความไม่สบายใจ จะยังคงอยู่ต่อไป
2. การได้รับความช่วยเหลือสนับสนุน เมื่อเกิดปัญหานั้นถ้าบุคคลมีที่พึ่งพอจะขอคำปรึกษาหารือ เกี่ยวกับปัญหาที่ตนไม่สามารถแก้ไขได้ ก็อาจช่วยให้บุคคลนั้นเข้าใจปัญหาและหาทางแก้ไขได้ดีขึ้น ในทางตรงกันข้าม ถ้าบุคคลใดไม่มีที่พึ่ง ขาดที่ปรึกษา จะมีความรู้สึกว่าเหว่ มีความเครียดมากขึ้นได้
3. การใช้กลไกในการปรับตัว บุคคลเรียนรู้วิธีการปรับตัวเพื่อเผชิญปัญหาจากประสบการณ์ในชีวิตประจำวัน และจะมีการสะสมประสบการณ์ทำให้สามารถแก้ปัญหาที่ซับซ้อนได้ดีขึ้นเมื่อมีประสบการณ์มากขึ้น

ส่วนวอร์เซล (Worcel. 1989 : 116) กล่าวว่าขั้นตอนสำคัญประการหนึ่งของ การมีการปรับตัวทางอารมณ์ที่ดี คือการรู้ถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์ ซึ่งสำหรับบางคนพบว่าเป็น สิ่งที่ยากที่จะทำเช่นนั้น เนื่องจากเขาอาจจะได้รับความเจ็บปวดและรู้สึกไม่ค่อยพอใจ

จะเห็นได้ว่าองค์ประกอบที่สำคัญที่จะช่วยให้บุคคลมีการปรับตัวทางอารมณ์ที่ดีขึ้นได้แก่ การรับรู้ต่อเหตุการณ์และรู้ถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์ตรงต่อสภาพความเป็นจริง การได้รับความช่วยเหลือสนับสนุนจากบุคคลอื่น ตลอดจนการที่บุคคลเกิดการเรียนรู้ วิธีการปรับตัวเพื่อเผชิญ ปัญหาโดยการใช้กลไกในการปรับตัว

การปรับตัวทางอารมณ์ของเด็กประถมศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง

นักเรียนวัยประถมศึกษาหรืออายุระหว่าง 6 - 11 ปีนั้น บิคมารดาจะมีความสำคัญต่อ จิตใจของเด็กเท่า ๆ กัน แต่เหนือกว่าบุคคลอื่นในชีวิตของเด็ก ลักษณะความสัมพันธ์ระหว่างบิดา มารดาหรือระหว่างบิดามารดากับเด็ก จะเป็นแบบอย่างและเป็นมาตรฐานที่เด็กจะใช้วัดโลก ภายนอกครอบครัวของตน ฉะนั้นถ้าความสัมพันธ์ในบ้านเป็นไปในแง่บวก เด็กจะรู้สึกต่อสังคม ภายนอกในแง่เชื่อถือ ไว้วางใจ อบอุ่น เห็นคนอื่นเป็นมิตร แต่ถ้าความสัมพันธ์ในบ้านเป็นลบ เด็กจะมองโลกภายนอกด้วยความหวาดระแวง (ธนู ชาติธนาภ. 2535 : 5) ดังนั้น ความสัมพันธ์หรือสัมพันธภาพของบุคคลในครอบครัวจึงมีความสำคัญยิ่ง แต่ในบางครั้งปรากฏว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัวกลับทำให้บุคคลในครอบครัวนั้นไม่มีความสุขกายสบายใจ (พ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2530 : 81) อีกทั้งวันเพ็ญ บุตุประกอบ (2535 : 16 - 17) ได้กล่าวว่า ในสังคมปัจจุบันมีครอบครัวที่แตกแยกและการหย่าร้างเพิ่มจำนวนขึ้น อันเป็นเหตุทำให้กระทบ กระเทือนและเป็นผลเสียในการเจริญพัฒนาของเด็กเป็นอย่างมาก เนื่องจากเด็กจะรู้สึกขาดที่พึ่ง รู้สึกสูญเสีย ความกังวล ความเศร้า กังวลว่าใครจะเป็นผู้เลี้ยงดู และมีความรู้สึกว่าคุณทอดทิ้ง ไม่มีใครรักเขาจริงจังและกลัวว่าใครจะมารังแกข่มขู่ต่อไป และมีความลำบากใจในการตัดสินใจ เลือกว่าจะอยู่กับใคร จะเข้าข้างใคร บางคนรู้สึกผิด ว่าเหว่ โดดเดี่ยว ซึ่งเป็นความเครียด อย่างมาก และส่วนใหญ่บิดามารดาไม่ได้ตระเตรียมเด็กมาก่อนและเด็กจะ ไม่ได้รับความช่วยเหลือในสภาพจิตใจ แม้ว่าผลตามมาหลังการหย่าร้าง มีหลายคนที่เติบโตไปได้เป็นปกติ

แต่บางคนที่มีปัญหาในการปรับตัว ผลเสียที่พบจะเกี่ยวข้องกับความรู้สึกผู้อื่น การสร้างสัมพันธ์ใกล้ชิดกับเพื่อนและเพศตรงข้าม โดยเฉพาะเด็กที่มีความเสียใจ และมีความรู้สึกไม่ดีต่อการหย่าร้าง จะมีความกลัว กลัวความผิดหวัง กลัวถูกหลอกหลวงและกลัวถูกทอดทิ้ง ทั้งนี้ภายหลังการหย่าร้างแล้วจะมีเด็กหลายรายที่รู้สึกว่าคุณได้รับการดูแลน้อยลง เช่น พ่อจากไป แม่โศกเศร้า หรือแม่ต้องออกไปทำงานหารายได้เพิ่มเติม ทำให้ทำลายความสัมพันธ์ และความไว้วางใจกับบุคคลต่อไป และเผชิญกับปัญหายากในการปรับตัวในอนาคตได้และ นิภา นิธยาน (2530 : 131) ได้กล่าวถึง ผลของการหย่าร้างต่อการปรับตัวทางอารมณ์ของเด็กไว้ว่า การที่บิดามารดาฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งต้องจากเด็กไปเพราะการหย่าร้าง เด็กย่อมได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจอย่างยิ่ง เพราะต้องสูญเสียบุคคลที่ตนรัก ยิ่งถ้าฝ่ายที่อยู่กับเด็กแสดงความรู้สึกหงุดหงิดหรือแสดงอารมณ์ให้เด็กเห็นอยู่เสมอ จะยิ่งก่อให้เกิดผลร้ายต่อจิตใจเด็ก เพราะเป็นการกระตุ้นเตือนเด็กให้สำนึกอยู่ตลอดเวลาเกี่ยวกับสภาพของครอบครัวตนที่แตกต่างจากเพื่อนฝูง ทั้งในเวลาเรียนที่โรงเรียนหรือเวลาเล่นกับเพื่อนฝูง นอกจากนี้เด็กอาจเกิดความรู้สึกว่าเหวห่างเหิน และรู้สึกขาดความอบอุ่นทางด้านจิตใจ

จากเอกสารข้างต้นสรุปได้ว่า การหย่าร้างของบิดามารดา ส่งผลต่อการปรับตัวทางอารมณ์ของเด็กประถมศึกษาอย่างแน่นอน เพราะเด็กมักจะได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจอย่างมาก เด็กจะรู้สึกสูญเสียบุคคลที่ตนรัก รู้สึกขาดที่พึ่ง รู้สึกกังวล เศร้า ว่าเหว รู้สึกขาดความอบอุ่นทางจิตใจ และมีความรู้สึกว่าคุณเองถูกทอดทิ้ง ไม่มีใครรักจริง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางอารมณ์ของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง

งานวิจัยต่างประเทศ

มอร์น (Moran. 1990 : 5347) ได้ศึกษาองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหา การปรับตัวทางอารมณ์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวัยรุ่นตอนต้นที่มาจากครอบครัวแตกแยก ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหา การปรับตัวทางอารมณ์ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ของวัยรุ่นกลุ่มดังกล่าว ได้แก่ ความรู้สึกว่าคุณเองถูกทอดทิ้งจากบิดามารดา กับเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ต้องเผชิญ อันเนื่องมาจากการแตกแยกของครอบครัว

อีเชนเบอร์เกอร์ (Eichengberger. 1990 : 792) ได้ศึกษาตัวแปรในครอบครัวที่ส่งผลต่อการปรับตัวของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง กลุ่มตัวอย่างเป็นบิดามารดาที่หย่าร้าง แต่ยังไม่ได้แต่งงานใหม่และเป็นผู้ดูแลเด็ก อายุ 5 - 18 ปี จำนวน 111 คน ผลการวิจัยพบว่า ตัวแปรที่ส่งผลต่อการปรับตัวของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ได้แก่ บทบาทและหน้าที่ของบิดามารดา และระดับความขัดแย้งในครอบครัว นอกจากนี้ผลการวิจัยยังชี้ให้เห็นว่า หน้าที่ของบิดามารดาที่หย่าร้างในการหาเลี้ยงครอบครัว ตลอดจนการเอาใจใส่ดูแลสมาชิกในครอบครัว มีความสำคัญยิ่งต่อการปรับตัวของเด็ก

ส่วนโอกลา (Okla. 1991 : 3577) ศึกษาบทบาททางเพศและการปรับตัวของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กเกรด 2 - 5 จากโรงเรียนประถมศึกษา 4 แห่ง จำนวน 55 คน ผลการวิจัยพบว่า ความภาคภูมิใจในตนเองและสภาพจิตใจของมารดา มีผลกระทบต่อการปรับตัวของเด็กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

นอกจากนี้ ชเนล (Schnell. 1991 : 6118) ได้ศึกษาผลของการหย่าร้างที่มีต่อการปรับตัวทางด้านจิตใจของเด็ก โดยศึกษาในกลุ่มเด็กที่มีมาจากครอบครัวหย่าร้าง 70 คน และเด็กที่มาจากครอบครัวไม่หย่าร้างจำนวน 30 คน ผลการวิจัยพบว่า เด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมีความยุ่งยากในการปรับตัวมากกว่าเด็กกลุ่มที่มาจากครอบครัวไม่หย่าร้าง และการปรับตัวของเด็กมีความสัมพันธ์ทางลบกับความขัดแย้งของพ่อแม่กล่าวคือ พ่อแม่ที่มีความขัดแย้งสูงเด็กจะมีการปรับตัวต่ำ

งานวิจัยในประเทศ

นิลวรรณ ศิริอังกุล (2535 : 76) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของนักเรียนในชุมชนแออัด เขตห้วยขวาง กรุงเทพมหานคร โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน ชายหญิง อายุระหว่าง 11 - 16 ปี จำนวน 534 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่อยู่ในครอบครัวปกติ มีสุขภาพจิตด้านการปรับตัวทางอารมณ์ ดีกว่านักเรียนที่อยู่ในครอบครัวแตกแยก

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางอารมณ์ของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างทั้งในประเทศและต่างประเทศสรุปได้ว่า เด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมักจะประสบปัญหาทางอารมณ์ ปัญหาการปรับตัวและปัญหาการปรับตัวทางอารมณ์ อันกระทบกระเทือนต่อสภาวะจิตใจของเด็กอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ และส่วนใหญ่พ่อแม่ไม่ได้เตรียมเด็กมาก่อนและเด็กมักจะไม่ได้รับความช่วยเหลือในด้านจิตใจ

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ความหมายและลักษณะสำคัญของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) ได้ดัดแปลงมาจากจิตบำบัดแบบกลุ่ม (Group Psychotherapy) ซึ่ง แพทท (Pratt) เป็นคนแรกที่นำเทคนิคกลุ่มมาใช้ในการรักษาคนไข้ โรคลจิต บุคคลที่ให้การสนับสนุนจิตบำบัดแบบกลุ่ม ได้แก่ เคลพแมน (Klappman) มาร์ช (Marsh) ลาเซล (Lazell) โมรีโน (Morino) คอร์ซินิ (Corsini) และสปอตนิทซ์ (Spotnitz) การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีลักษณะการแสดงออกทางอารมณ์ในการให้คำปรึกษาน้อยกว่าจิตบำบัด แต่ใช้กระบวนการคิดหาเหตุผลมากกว่า ยิ่งไปกว่านั้นการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มยังมุ่งที่จะให้บุคคลได้แสดงศักยภาพทั้งหมดของตนเองออกมา (ทองเรียน อมรัชกุล. 2520 : 101)

โอลเซน (Ohlsen. 1988 : 1) ได้กล่าวถึงการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มหมายถึง กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดขึ้นในบรรยากาศที่อบอุ่นปลอดภัย เพื่อช่วยเหลือและเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษา ได้มีการพัฒนาและฝึกทักษะที่จำเป็นเพื่อให้เกิดสัมฤทธิ์ผลไปสู่เป้าหมายเดียวกัน

กาซดา คูแกน และมีโดร์ (Gazda. 1989 : 10 ; citing Gazda, Duncan and Meadows. 1967 : 305) ให้คำจำกัดความของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่าเป็นกระบวนการพลวัตซึ่งมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน บุคคลในกลุ่มจะแสดงออกซึ่งความคิดเห็นและพฤติกรรมตามที่ตนรู้สึก เพื่อทำหน้าที่ในการแก้ปัญหาที่บุคคลหรือกลุ่มกำลังเผชิญอยู่ ในการนี้

สมาชิกจะได้ทำตามความสบายใจ มีการประมัตตสนทนาเกี่ยวกับสภาพความเป็นจริง การระบายความในใจ การให้ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน การให้ความอบอุ่น การยอมรับ และการให้ความสนับสนุน

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 180) ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่า เป็นกระบวนการของกลุ่มบุคคลที่มีปัญหาหรือความต้องการคล้าย ๆ กัน มาปรึกษาหารือร่วมกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาซึ่งมีความรู้ความสามารถและประสบการณ์ทางการให้คำปรึกษาร่วมให้ความช่วยเหลือหรือร่วมให้คำปรึกษา

วัชร ทรัพย์มี (2531 : 104) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นกระบวนการที่บุคคลที่มีความต้องการตรงกัน ประสงค์จะปรับปรุงตนเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรือต้องการจะแก้ปัญหาใดปัญหาหนึ่งร่วมกันมาปรึกษาหารือซึ่งกันและกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกในกลุ่มจะมีโอกาสได้แสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของแต่ละคน เป็นการได้ระบายความรู้สึกขัดแย้งในจิตใจ ได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอมรับตนเอง กล้าที่จะเผชิญปัญหา และได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเองกับทั้งได้รับทั้งความรู้และความคิดเห็นของผู้อื่น และได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีความรู้สึกขัดแย้งหรือความคิดเห็น เช่นเดียวกับตน ไม่ใช่เขาคนเดียวที่มีปัญหา และอย่างน้อยมีผู้ให้คำปรึกษาซึ่งเป็นที่ยอมรับและเข้าใจเขา และอีกประการหนึ่งการใช้วิธีนี้จะเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มแต่ละคน ได้เสนอแนะความคิดเห็นต่าง ๆ ซึ่งจะทำให้เขาเกิดความภาคภูมิใจว่าตนเองสามารถให้ข้อคิดอันเป็นประโยชน์แก่กลุ่มได้

จากความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ดังกล่าวข้างต้นพอสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มหมายถึง กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดขึ้นเพื่อช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษาซึ่งมีสภาพปัญหาและความต้องการคล้าย ๆ กัน และมีความต้องการที่จะปรับปรุงตนเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง โดยผู้ให้คำปรึกษาจะคอยเอื้ออำนวย ให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสสำรวจตนเอง แสดงความรู้สึก แสดงความคิดเห็น กล้าเผชิญปัญหา ยอมรับความเป็นจริงของชีวิต และรับรู้ว่ามีไม่ใช่เขาคนเดียวที่มีปัญหา รับฟังความคิดเห็นและความรู้สึกของบุคคลอื่น ภายใต้บรรยากาศแห่งการยอมรับ ไว้วางใจซึ่งกันและกัน มีความรู้สึกอบอุ่นใจ และปลอดภัยเมื่ออยู่ภายในกลุ่ม

จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

เคลแมน (Kelman. 1963 : 399 - 432) ได้แบ่งจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดังนี้

1. ทำให้บุคคลไม่รู้สึกโดดเดี่ยว
2. ทำให้บุคคลรู้จักตนเอง และยอมรับตนเอง
3. ช่วยให้ผู้รู้จักปรับตัว และพัฒนาตนเอง
4. ทำให้เป็นตัวของตัวเอง และกล้าแสดงความรู้สึกที่แท้จริง
5. ทำให้เกิดความรับผิดชอบในตนเองและแก้ปัญหาของตนเอง
6. เป็นการฝึกทักษะในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น
7. ช่วยให้ผู้เปลี่ยนแปลงเจตคติและพฤติกรรม
8. นำทักษะ และแนวคิดที่ได้จากกลุ่ม ไปปรับปรุงตนเอง ในชีวิตประจำวัน

แพทเทอร์สัน (Patterson. 1973 : 174) มีความเห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้น สมาชิกของกลุ่มต่างมีจุดมุ่งหมายทั่วไปคล้ายคลึงกันแต่จุดมุ่งหมายเฉพาะบางด้านอาจต่างกัน อย่างไรก็ตามสมาชิกแต่ละคนของกลุ่มต่างมีจุดมุ่งหมายทั่วไปเหมือนกัน คือเพื่อพัฒนาปรับปรุงตนเอง

แฟรงค์ (คัมเพอร์ จิตรศุภกุล. 2530 : 97 ; อ้างอิงมาจาก Frank. n.d.) ได้เน้นจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ 5 ประการ ดังต่อไปนี้

1. เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มได้ระบายความรู้สึกต่าง ๆ ภายในจิตใจออกมา
2. เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกเกิดการยอมรับนับถือตนเอง
3. เพื่อส่งเสริมให้ผู้มีปัญหาเผชิญกับปัญหาของตนเอง ตลอดจนแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น
4. เพื่อช่วยให้ผู้มีปัญหา ได้ปรับปรุงทักษะในการยอมรับตนเอง และแก้ปัญหาใหม่ทั้งปัญหาความขัดแย้งในตัวเอง และความขัดแย้งระหว่างตนเองกับบุคคลอื่น
5. เพื่อช่วยให้สมาชิกมีความเข้มแข็ง สามารถป้องกันไม่ให้เกิดปัญหานั้นอีกและสามารถรักษาสภาพจิตใจให้เป็นสุขเหมือนกับการอยู่ในกลุ่ม

นอกจากนี้ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 180) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ 7 ประการดังนี้

1. เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่ม แต่ละคนรู้จักและเข้าใจตนเอง
2. เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคนพัฒนาการยอมรับตนเอง และรู้สึกว่าคุณเองมีค่า
3. เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคนพัฒนาวิธีการต่าง ๆ ที่จะช่วยให้งานตามขั้นพัฒนาการของตนเป็นไปอย่างเหมาะสม
4. เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคนพัฒนาแนวทางการแก้ปัญหาของตนเอง และสามารถจะตัดสินใจแก้ปัญหาที่ประสบได้อย่างมีประสิทธิภาพ
5. เพื่อให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคนพัฒนาความเข้าใจเกี่ยวกับความต้องการและความรู้สึกของบุคคลอื่น ตระหนักในบทบาทและความรับผิดชอบของตนเองในการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น และเรียนรู้ที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกภายในกลุ่ม
6. เพื่อเสริมสร้างสัมพันธภาพ ระหว่างมวลสมาชิกให้มีความรักใคร่ปรองดอง
7. เพื่อบริการการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนภายในโรงเรียนโดยทั่วถึงกัน

จากจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดังกล่าวสรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนี้มุ่งช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาให้รู้จักและเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง ได้ระบายความรู้สึกต่าง ๆ ภายในจิตใจ เป็นตัวของตัวเอง กล้าแสดงความรู้สึกที่แท้จริง และกล้าเผชิญความจริง ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว มีความรับผิดชอบในตนเอง ตลอดจนได้เรียนรู้และฝึกทักษะในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น และพัฒนาแนวทางการแก้ปัญหาของตนเอง และสามารถจะตัดสินใจแก้ปัญหาที่ประสบได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ยังช่วยให้บุคคลได้พัฒนาและปรับปรุงตนเอง

หลักพื้นฐานในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

หลักพื้นฐานในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้น Kemp (วิญญู พูลศรี. 2523 :

10 - 11 ; อ้างอิงมาจาก Kemp. 1970 : 136 - 140) ได้กล่าวสรุปไว้ดังนี้

1. บุคคลทุกคนมีสิทธิในความรู้สึกของตนเอง คือรู้สึกอย่างที่คุณเองรู้สึก ผู้ให้คำปรึกษาจะสนับสนุน ให้สมาชิกแสดงความรู้สึกของตนเองออกมา และให้แต่ละคนเคารพในอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่นด้วย
2. แต่ละคนจะต้องตัดสินใจว่าจะพัฒนาอะไรเกี่ยวกับตนเองด้วยตนเอง
3. แต่ละคนมุ่งแก้ปัญหาให้ตนเอง ไม่ใช่มุ่งแก้ปัญหาให้คนอื่น
4. ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสถานการณ์เป็นจุดสำคัญยิ่งกว่าสถานการณ์
5. การเปิดเผยช่วยให้ การปรึกษามีประสิทธิภาพ ถ้าไม่มีการป้องกันตนเอง ก็พร้อมที่จะเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะเกิดขึ้นได้ในบรรยากาศที่มีความไว้วางใจ มีความหวังดีมีความเข้าใจและเปิดเผยตนเองมากเกินไป ก็จะแสดงให้เห็นถึงการช่วยตนเองไม่ได้
6. บุคคลจะต้องมีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเอง ซึ่งจะทำให้พึ่งพาอาศัยคนอื่นน้อยลง
7. การลงมือกระทำเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งจะมีได้ในบรรยากาศของการยอมรับ และความเข้าใจ
8. ในการเผชิญปัญหา แก้ปัญหา มีวิธีเลือกหลายวิธี ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้สมาชิกเห็นแนวทางจากทางเลือกต่าง ๆ
9. สมาชิกจะต้องมีค่านิยมส่วนตัว ในการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ดังนั้น การให้การเสริมแรงถือว่าเป็นสิ่งจำเป็นที่ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องคำนึงถึง
10. สมาชิกนสิ่งที่เรียนรู้ไปปฏิบัติ ในชีวิตประจำวันได้ ประสบการณ์ในกลุ่มจึงเป็นสิ่งสำคัญ
11. การที่คนรู้จักตนเองอย่างลึกซึ้งและยอมรับตนเอง ทำให้มีการป้องกันตนเองน้อยลง ทนได้กับคำวิจารณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับตน
12. บุคคลจะเข้าใจตนเองได้ดีขึ้น มีความรับผิดชอบต่องานตนเองและสามารถควบคุมตนเองได้มากขึ้น

นอกจากนี้ วัชร ธุระคำ (2524 : 118 - 120) กล่าวถึงหลักการของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดังนี้

1. ผู้รับคำปรึกษาทุกคนที่เข้ากลุ่มมีปัญหาชนิดเดียวกัน บางครั้งปัญหาอาจต่างกัน แต่มีสาเหตุเดียวกัน หรือมีลักษณะและสภาพปัญหาคล้ายคลึงกันแต่ต่างกันที่สาเหตุและสภาพจิตใจของเจ้าของปัญหา

2. ปัญหาที่ปรึกษาควรจะเป็นปัญหาที่ปรากฏจริงต่อผู้รับคำปรึกษา ซึ่งจะทำให้มีความหมายสำคัญต่อผู้รับคำปรึกษา การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะประสบผลสำเร็จต่อเมื่อทุกคนมองเห็นปัญหานั้นว่า เป็นปัญหาของตนจริง ๆ

3. ผู้ให้คำปรึกษาจะทำหน้าที่เป็นวิทยากร เป็นผู้ฟัง คอยให้ความกระจ่าง คอยผลักดันให้กลุ่มคิด และต้องคอยสังเกตความเคลื่อนไหวของกลุ่มตลอดเลา พร้อมทั้งจะแทรกตนเองเข้าร่วมเมื่อจำเป็น

4. การมีบรรยากาศที่ยอมรับซึ่งกันและกัน จะทำให้สมาชิกกล้าพูดและกล้าเปิดเผยตนเองมากขึ้น

5. การได้ตอบและช่วยเหลือซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิกในกลุ่มเป็นสิ่งจำเป็น เพราะบุคคลจะเกิดการมองที่ต่างไปจากมุมที่เคยมองอยู่ และทำให้ประพฤตินับถือต่างออกไปด้วย

6. การสำรวจโอกาสและสภาพแวดล้อมต่าง ๆ สำหรับตน จะทำให้สามารถตัดสินใจพิจารณาอะไรได้ชัดเจนขึ้น ยอมรับความรับผิดชอบและริเริ่มวิถีการดำเนินชีวิตใหม่

จากหลักพื้นฐานในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดังกล่าวพอสรุปได้ว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม สมาชิกทุกคนที่เข้ากลุ่มควรมีปัญหาเดียวกัน และปัญหาที่นำมาปรึกษาจะต้องเป็นปัญหาที่ปรากฏขึ้นจริงต่อผู้รับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะทำหน้าที่เอื้ออำนวยให้การให้คำปรึกษาลุล่วงไปด้วยดี ภายใต้บรรยากาศแห่งการยอมรับ อ่อนโยนไว้วางใจซึ่งกันและกัน โดยที่สมาชิกทุกคนตระหนักในสิทธิการแสดงออกซึ่งความรู้สึกนึกคิดที่แท้จริงเปิดเผย รับผิดชอบต่อพฤติกรรม การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหของตนเองด้วยตนเอง มิใช่มุ่งแก้ปัญหาให้คนอื่น ตลอดจนสามารถนำสิ่งที่เรียนรู้จากกลุ่มไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้

การจัดตั้งกลุ่ม

1. การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่ม

คมเพชร จิตรศุภกุล (2530 : 100 - 101) กล่าวว่า "ในการดำเนินการจัดกลุ่มเพื่อเข้ารับคำปรึกษานั้น ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีความเข้าใจที่จะเลือกสมาชิกในกลุ่มให้เหมาะสม เพราะจะเป็นปัจจัยที่สำคัญที่จะทำให้การให้คำปรึกษาได้รับความสำเร็จในกลุ่มให้เหมาะสม" และได้เสนอแนวทางในการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มไว้ 4 ประการ ดังนี้

1. สมาชิกที่จะมารับคำปรึกษาจากกลุ่มเป็นผู้มีปัญหาคล้ายคลึงกัน ทั้งนี้เพื่อจะทำให้แต่ละคนที่มีปัญหาแนวเดียวกันได้พูดและอภิปราย ในประเด็นเดียวกัน และโดยธรรมชาติแล้วคนที่มีปัญหาเดียวกันมักจะพูดกันอย่างเข้าใจตลอดจนสามารถเสนอแนะวิธีการแก้ไข ปัญหาของตนเองซึ่งอาจจะเป็นประโยชน์ต่อผู้อื่นได้
2. สมาชิกที่จะมารับคำปรึกษาแบบกลุ่มควรจะเป็นผู้ที่มีความเต็มใจที่จะช่วยร่วมมือในการแก้ไขปัญหาก ถ้าเป็นไปได้ก็อาจจะต้องใช้วิธีการให้นักเรียนอาสาสมัคร (Volunteers) โดยที่ไม่มีการบังคับเลยว่าจะต้องเข้ากลุ่มเพื่อแก้ไขปัญหาก ในบางครั้งบุคคลที่มองโลกในแง่ร้าย เมื่อเริ่มต้นเข้ากลุ่มอาจจะมีปัญหา แต่ถ้ากลุ่มดำเนินไปด้วยดีจะทำให้เขาเปลี่ยนทัศนคติไปได้และจะเริ่มร่วมมือกับกลุ่มเป็นอย่างดี
3. การจัดกลุ่มจะต้องให้มีสมาชิกที่มีลักษณะแตกต่างกันบ้าง ซึ่งเป็นไปตามธรรมชาติของกลุ่ม เช่นมีทั้งเพศชาย เพศหญิง การที่สมาชิกแต่ละคนมีความแตกต่างกัน จะมีความเห็นหลาย ๆ อย่าง ทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันได้ช่วยแก้ไข ปัญหาได้หลายลักษณะ แต่อย่างไรก็ตามก็อาจจะมีข้อยกเว้นได้บางกรณี เช่น ถ้าจำเป็นจะต้องให้คำปรึกษาเฉพาะสมาชิกเพศชาย ก็สามารถจัดกลุ่มสำหรับเพศชายโดยเฉพาะ แต่อย่างไรก็ตามไม่ควรให้สมาชิกมีความแตกต่างกันมากจนเกินไปจะทำให้เกิดปัญหากได้
4. การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มนั้นจะต้องพิจารณาว่า บุคคลแต่ละคนมีความต้องการรับคำปรึกษาอย่างแท้จริงหรือไม่ และเขาจะให้ประโยชน์อะไรกับกลุ่มได้บ้าง เพราะกลุ่มประเภทนี้เป็นกลุ่มที่จะต้องช่วยเหลือกัน แก้ไขปัญหาบางอย่าง ถ้าสมาชิก ไม่มีความปรารถนาจะเข้ารับคำปรึกษาหรือไม่มีความจำเป็นแล้ว เขาจะไม่ได้รับประโยชน์อะไรจากกลุ่ม ทำให้เขาเสียเวลาและเกิดความเบื่อหน่าย

ส่วน โอลเซน (Ohlsen. 1988 : 39 - 42) กล่าวถึงการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มว่าสมาชิกที่เหมาะสมที่สุดที่จะเข้ารับคำปรึกษาแบบกลุ่มนั้น ควรเป็นผู้ที่อาสาสมัคร และมีแรงจูงใจในการเข้ากลุ่ม และขณะที่ผู้ให้คำปรึกษาสัมภาษณ์สมาชิกครั้งแรก จะต้องชี้แจงจุดมุ่งหมายและลักษณะของกลุ่ม ตลอดจนกระบวนการที่สมาชิกจะต้องทำ ในการจัดสมาชิกโดยให้มีความเป็นเอกพันธ์ (Homogeneous) นั้นจะต้องคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้

1. อายุ ผู้ให้คำปรึกษาส่วนมากจะเลือกนักเรียนตามระดับชั้นเรียน ระดับวุฒิภาวะ และอายุตามปฏิทิน
2. ความสามารถทางสติปัญญา ไม่ควรมีความแตกต่างกันมาก เพื่อจะได้ไม่มีปัญหาในการสื่อความหมาย
3. เพศ จะจัดเพศชาย - หญิง แยกกันหรือรวมกลุ่มกันนั้น ขึ้นอยู่กับวัยและปัญหาบางปัญหาอาจจะเหมาะสมกับกลุ่มที่มีทั้งสองเพศ บางปัญหาอาจจะเหมาะสมกับกลุ่มที่แยกเพศกัน
4. มีปัญหาธรรมชาติคล้ายคลึงกัน ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกรู้สึกว่าเขาเป็นเจ้าของปัญหา และสามารถเข้าใจปัญหาได้ดี ได้ร่วมอภิปราย และช่วยให้แต่ละคนเลือกวิธีการแก้ปัญหของตน

2. ขนาดของกลุ่ม

จำนวนสมาชิกของกลุ่มที่จะเหมาะสมกันมีความคิดเห็นของบุคคลแตกต่างกันไป แต่อย่างไรก็ตามไม่มีการวิจัยที่แสดงให้เห็นว่าจำนวนสูงสุดควรจะเป็นกี่คน จากรายงานการศึกษาโดยทั่วไปพบว่า จำนวนของสมาชิกจะอยู่ระหว่าง 6 - 15 คน ถึงแม้ว่าบางคนอาจจะคิดว่าจำนวนที่ดีที่สุด คือ 6 คน บางคนคิดว่า 8 คน แต่อย่างไรก็ตามไม่มีใครกำหนดจำนวนเกิน 15 คน ถ้าหากจะมีใครก็ตามที่กำหนดจำนวนสมาชิกในกลุ่มเกิน 20 คนขึ้นไป กลุ่มประเภทนี้จะเป็กลุ่มทำงานอย่างอื่นได้สำเร็จ แต่มิได้หมายความว่า จะทำให้การให้คำปรึกษาได้ดี (คมเพชร จิตรศุภกุล. 2530 : 102) ส่วน วัชร ทรัพย์มี (2531 : 105) กล่าวว่าในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้น นักเรียนที่มาเข้ากลุ่มแต่ละคนจะต้องมีความสัมพันธ์ต่อกันเป็นอย่างดี ฉะนั้นจำนวน

สมาชิกในกลุ่มต้องไม่มากเกินไป ควรประมาณ 6 - 10 คน ส่วนเมเยอร์ และเบเคอร์ (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2529 : 182 ; อ้างอิงมาจาก Mayer and Baker. 1967) เสนอว่า จากประสบการณ์ในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแก่เด็กประณววัย จำนวนสมาชิกที่เหมาะสมที่สุดอยู่ระหว่าง 5 - 6 คน แต่อย่างต่ำควรเป็น 3 - 5 คน และจำนวนอย่างสูงประมาณ 10 - 12 คน ส่วนโอลเซน และกาซดา (Ohlsen. 1988 : 250 ; citing Ohlsen and Gazda. 1965) สรุปว่าถ้าจะให้ผลดีกับเด็กประถมศึกษาปีที่ 5 กลุ่มจะต้องมีขนาดเล็กลง คือ 5 หรือ 6 คน นอกจากนี้ กาซดา (Gazda. 1989 : 131) กล่าวว่า ขนาดของกลุ่มสำหรับเด็กอายุ 9 - 13 ปี คือ 5 - 7 คน

3. เวลาและจำนวนครั้งในการให้คำปรึกษา

แพทเทอร์สัน (Patterson. 1973 : 182) ให้ความเห็นว่า ควรจัดให้มีการให้คำปรึกษา สัปดาห์ละ 1 ครั้ง แต่ถ้าเวลาในการให้คำปรึกษามีน้อย อาจจัดให้มีการให้คำปรึกษา สัปดาห์ละ 2 - 3 ครั้ง และในแต่ละครั้งที่พบกันสำหรับเด็กประถมศึกษา ควรใช้เวลาไม่เกิน 1 ชั่วโมง ส่วนสมาชิกวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่ควรใช้เวลา 1 - 1 1/2 ชั่วโมง ส่วนโอลเซน และกาซดา (Ohlsen. 1988 : 250 ; citing Ohlsen and Gazda. 1965) สรุปว่า ถ้าจะให้ผลดีกับเด็กประถมศึกษาปีที่ 5 ระยะเวลาควรสั้นลง คือประมาณ 40 - 45 นาที แทนที่จะเป็น 1 ชั่วโมง และบางที่เด็กนักเรียนในระดับประถมศึกษาตอนปลายควรจัดให้เข้ากลุ่มในช่วงสั้น ๆ คือประมาณ 35 - 40 นาที โดยจัดสัปดาห์ละ 2 ครั้ง นอกจากนั้นคมเพชร จิตรศุภกุล (2530 : 105) มีความเห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มควรจัดให้มีขึ้นสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ระยะเวลาไม่ควรต่ำกว่า 1 ชั่วโมงและไม่ควรเกิน 2 ชั่วโมง

ส่วนจำนวนครั้งที่พบกัน มาห์เลอร์ (Mahler. 1969 : 57) เสนอว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มควรจัดอย่างน้อย 10 ครั้ง และทางที่ดีควรให้สมาชิกในกลุ่มพิจารณากันเองว่าจะให้สิ้นสุดการดำเนินการเมื่อใด ส่วนคมเพชร จิตรศุภกุล (2530 : 105) มีความเห็นว่าการสิ้นสุดการให้คำปรึกษาทั้งในโรงเรียนและวิทยาลัยควรกำหนดจำนวนครั้งไว้ประมาณ 6 - 7 ครั้ง โดยถือว่าเป็นกลุ่มที่ใช้ระยะเวลาสั้น ๆ

จากเอกสารดังกล่าวพบว่า ขนาดของกลุ่มไม่ควรใหญ่มากเพื่อให้สมาชิกได้มีโอกาสสื่อความหมายซึ่งกันและกันได้เต็มที่ ซึ่งผู้ให้คำปรึกษากลุ่มจะต้องพิจารณาลักษณะปัญหา ความสัมพันธ์ระหว่างเด็ก และองค์ประกอบอื่น เช่น อายุ เพศ ประกอบด้วยในการเลือกขนาดของกลุ่มให้เหมาะสม และสำหรับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม แก่เด็กระดับประถมศึกษาขนาดของกลุ่มที่เหมาะสมคือ 5 - 7 คน แต่อย่างต่ำควรเป็น 3 - 5 คน และอย่างสูงประมาณ 10 - 12 คน ส่วนเวลาในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้งไม่ควรเกิน 1 ชั่วโมง เวลาที่เหมาะสมสำหรับเด็กประถมศึกษาปีที่ 5 คือประมาณ 40 - 45 นาที โดยจัดสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ส่วนจำนวนครั้งที่พบกันอย่างน้อย 10 ครั้ง

4. การจัดสถานที่

สถานที่ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ควรเป็นห้องที่มีลักษณะเป็นสัดส่วนปราศจากสิ่งรบกวนและมีขนาดเหมาะสมกับจำนวนสมาชิก เก้าอี้ที่นั่งควรจะมีลักษณะนั่งได้สบาย และจัดเป็นลักษณะวงกลมเพื่อให้สมาชิก ได้มองเห็นกันอย่างทั่วถึงพื้นที่ห้องควรสะอาดและพร้อมที่จะให้สมาชิกนั่งกันพื้นได้ ถ้าหากสมาชิกต้องการเปลี่ยนอิริยาบถบ้างเพื่อความเหมาะสม ขนาดของห้องจำเป็นต้องกว้างขวาง เมื่อมีการใช้สื่อการเล่น ในกระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Ohlsen. 1988 : 42 - 43)

กล่าวโดยสรุป สถานที่ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ควรเป็นห้องที่มีลักษณะเหมาะสม และควรจะมีพื้นที่กว้างขวาง พื้นห้องควรสะอาด เพื่อความสะดวกในการทำกิจกรรมระหว่างการให้คำปรึกษา นอกจากนี้ควรเป็นสถานที่ที่ปราศจากสิ่งรบกวน

พลังในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องรู้ เข้าใจ และยอมรับที่จะนำเอาพลังต่าง ๆ มาใช้ในการดำเนินการให้คำปรึกษาให้สมบูรณ์ ในขณะที่เดียวกันก็ต้องช่วยให้ผู้ปัญหาซึ่งเป็นสมาชิกในกลุ่ม สามารถจะใช้พลังงานเหล่านี้ด้วย ซึ่งคมเพชร จิตรสุกุล (2530 : 103 - 104) กล่าวถึงพลังในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มพอสรุปได้ดังนี้

1. **ข้อผูกพัน (Commitment)** บุคคลที่จะได้รับประโยชน์จากการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะต้องรับรู้และยอมรับว่ามีความต้องการที่จะรับคำปรึกษาและจะพูดถึงปัญหาของตนเองจะแก้ไข และเปลี่ยนพฤติกรรมเมื่อรับคำปรึกษาจากกลุ่มแล้ว
2. **ความรับผิดชอบ (Responsibility)** สมาชิกที่มีปัญหาทั้งหลาย จะต้องพยายามเพิ่มความรับผิดชอบสำหรับตนเอง และเพื่อการแก้ไขปัญหากลุ่ม นอกจากนี้จะต้องเพิ่มโอกาสให้เกิดความเจริญงอกงามภายในกลุ่มที่รับคำปรึกษา
3. **การยอมรับ (Acceptance)** การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะได้ผลดีก็ต่อเมื่อสมาชิกให้การยอมรับตนเอง ซึ่งจะเป็นผลให้แต่ละบุคคลเกิดการเคารพนับถือตนเอง และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเขาด้วย
4. **ความดึงดูดใจ (Attractiveness)** ถ้าหากกลุ่มเป็นที่ดึงดูดใจของสมาชิกในกลุ่มมากเท่าใด ก็ยิ่งจะทำให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีอิทธิพลต่อสมาชิกในกลุ่มเพิ่มขึ้น
5. **ความรู้สึกเป็นเจ้าของ (Belonging)** สมาชิกทั้งประเภทที่จะต้องมีการเปลี่ยนแปลงตนเอง และบุคคลที่จะต้องมีอิทธิพลในกลุ่มเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงนั้น จะต้องมีความรู้สึกอย่างรุนแรงต่อความรู้สึกเป็นเจ้าของกลุ่ม ซึ่งจะทำให้เป็นผลดีต่อการช่วยเหลือกลุ่ม
6. **ความปลอดภัย (Security)** เมื่อสมาชิกมีความรู้สึกปลอดภัยอย่างมีเหตุผลในขณะที่อยู่ในกลุ่ม เขาจะมีความเป็นตัวของตัวเอง มีการอภิปรายปัญหาที่เกิดขึ้นกับตัวเขา มีการยอมรับความคิดของบุคคลอื่นที่แสดงต่อตัวเราและสามารถแสดงความรู้สึกของตนเองต่อบุคคลอื่น
7. **ความเครียด (Tension)** การมีความเครียด และความไม่พึงพอใจที่อยู่ในระดับพอเหมาะจะเป็นแรงจูงใจที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม แต่ถ้าความเครียดมากเกินไป จะทำให้บุคคล ไม่ได้ใช้ความสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างสำเร็จ
8. **ปทัสถานของกลุ่ม (Group Norms)** สมาชิกย่อมต้องการจะได้รับความช่วยเหลือและ ไม่ต้องการจะให้บุคคลอื่นมองเขา ไปในแง่ของบุคคลที่แตกต่างไปจากสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่มที่รับคำปรึกษาด้วยกัน

หลังในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องรู้เข้าใจยอมรับ และต้องพยายามที่นำเอาพลังต่าง ๆ มาใช้ตลอดจนให้สมาชิกภายในกลุ่มใช้พลังงานเหล่านั้นด้วย พอสรุปได้ดังนี้ (1) ข้อผูกพัน (2) ความรับผิดชอบ (3) การยอมรับ (4) ความตั้งใจ (5) ความรู้สึกเป็นเจ้าของ (6) ความปลอดภัย (7) ความเครียด และ (8) บทสถานของกลุ่ม

บทบาทของผู้นำกลุ่ม

ไดเออร์ และเวรนด์ (Dyer and Vriend. 1975 : 142 - 175) กล่าวถึงบทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่มในการให้คำปรึกษา ไว้ดังนี้

1. ผู้นำควรบ่งชี้เกี่ยวกับความรู้สึก ความคิด การกระทำและเนื้อหาสาระที่สมาชิกแต่ละคนได้อภิปรายแล้วสะท้อนกลับให้เจ้าตัวได้เข้าใจ และให้สมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่มได้เข้าใจตรงกัน
2. ผู้นำควรสรุปและทบทวนส่วนสำคัญเพื่อให้เจ้าของปัญหา และสมาชิกคนอื่น ๆ ได้เข้าใจเรื่องราวโดยตลอด รวมทั้งให้ทราบถึงความก้าวหน้าของกลุ่ม การสรุปและทบทวนจะเป็นระยะ ๆ และกระทำในตอนสุดท้ายที่จะยุติการให้คำปรึกษาของสมาชิกคนใดคนหนึ่งด้วย
3. ผู้นำควรตีความหมายพฤติกรรมต่าง ๆ ที่สมาชิกแสดงออกทั้งที่เป็นคำพูดและไม่เป็นคำพูด แต่ต้องระมัดระวังเพราะถ้าสมาชิกยังมีจิตใจไม่พร้อมที่จะฟังอาจทำให้เกิดความรู้สึกไม่ปลอดภัยได้
4. ผู้นำควรให้ข้อมูลที่คิดว่า เป็นประโยชน์แก่กลุ่ม และให้ข้อมูลเมื่อสังเกตว่ากลุ่มรับรู้ข้อเท็จจริงบางอย่างคลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริง แต่ต้องพิจารณาด้วยว่าควรจะให้เวลาใดจึงจะเหมาะสม
5. ผู้นำควรจะเริ่มในการดำเนินงานซึ่งกระทำได้อย่างปลอดภัย กระบวนการของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เช่น อาจเริ่มเพื่อให้สมาชิกพูดเมื่อเงียบ ริเริ่มให้กลุ่มร่วมกันกำหนดเป้าหมายให้สมาชิกบางคนได้แสดงความคิดเห็น และให้กลุ่มได้พูดถึงปัญหาของสมาชิกคนใดคนหนึ่งในกลุ่ม เป็นต้น

6. ผู้นำควรกระตุ้น สนับสนุน และให้ความมั่นใจแก่สมาชิกโดยกระตุ้นให้สมาชิกได้พูดถึงปัญหาของเขา และนอกจากนั้นก็พยายามสนับสนุนให้กำลังใจเพื่อให้สมาชิกเกิดความมั่นใจที่จะพูดถึงปัญหาของเขาต่อไป

7. ผู้นำควรมีวิธีชักชวนกลุ่มอย่างเหมาะสม พฤติกรรมของสมาชิกในกลุ่มที่ควรจะชักชวนคือ

7.1 เมื่อสมาชิกพูดแทนกัน ผู้นำจะชักชวนเพื่อให้เจ้าตัวพูดเอง

7.2 เมื่อมีการพูดเกินถึงบุคคลภายนอกกลุ่ม สถานการณ์ภายนอกกลุ่มหรือเหตุการณ์ในอดีตมากเกินไป

7.3 เมื่อสมาชิกพูดเกริ่นเชิงออกตัว เพื่อเรียกร้องความเห็นใจ จากกลุ่ม

7.4 เมื่อสมาชิกในกลุ่มเจ็บหรือสมาชิกคนใดคนหนึ่งไม่ยอมพูด โดยอ้างว่าการพูดของเขาจะมีผลกระทบกระเทือนต่อเพื่อน

7.5 เพื่อสมาชิกแสดงออกว่าไม่รับผิดชอบที่จะช่วยตนเอง บัดปัญหาเช่นบอกว่า "ไม่เป็นไรหรอกแล้วจะดีเอง"

8. ผู้นำควรให้สมาชิกตั้งเป้าหมายทุกครั้งที่มีเริ่มอภิปรายปัญหาของสมาชิกคนต่อไป ผู้นำจะช่วยสมาชิกที่เป็นเจ้าของปัญหาดังเป้าหมายในการพัฒนาปรับปรุงตนเอง ให้เรียบร้อยก่อน ซึ่งการตั้งเป้าหมายนี้จะมีการระบุว่าจะเริ่มปรับปรุงตนเมื่อไร ที่ไหน และกระทำอย่างไร

9. ผู้นำควรช่วยให้มีการยุติการอภิปรายกลุ่มอย่างเหมาะสมทั้งการยุติเมื่อจบการอภิปรายปัญหาของสมาชิกคนใดคนหนึ่งที่น่าพอใจว่าเขาบรรลุเป้าหมายของเขาแล้ว และการยุติการปิดอภิปรายกลุ่มในแต่ละครั้งด้วย ซึ่งผู้นำจะทำได้โดยสรุปผลของการประชุมให้สมาชิกทราบและกำหนดการนัดหมายครั้งต่อไป

จากเอกสารที่กล่าวมาสรุปได้ว่า ผู้ให้คำปรึกษาในฐานะผู้นำกลุ่มจะมีบทบาทที่สำคัญในการเอื้ออำนวยความสะดวกให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นภายในกลุ่ม เช่น ริเริ่มให้กลุ่มร่วมกันกำหนดเป้าหมาย เป็นผู้ทำความเข้าใจและส่งเสริมความมั่นใจ การมีความหมายพฤติกรรมต่าง ๆ การให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ ตลอดจนเป็นผู้ยุติการให้คำปรึกษาโดยการสรุป เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อจะให้กลุ่มและสมาชิกแต่ละคนได้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้

บทบาทสมาชิก

ผู้นำกลุ่มจะต้องชี้แจงให้สมาชิกได้ทราบถึงบทบาทของตนเอง ดังที่เนลสัน (Nelson. 1973 : 80 - 81) ได้กล่าวสรุปเกี่ยวกับบทบาทของสมาชิกที่เข้ารับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ว่า

1. ฟังอย่างตั้งใจ โดยแสดงออกให้ผู้พูดเห็นว่าสนใจและตั้งใจฟังโดยตลอด ขณะที่ฟังพยายามจับความหมายให้ถูกต้อง และควรให้ความสนใจในน้ำเสียง สำนวนท่าทางของผู้พูดด้วยเพื่อจะได้เข้าใจในความรู้สึกของผู้พูด สมาชิกไม่ควรเตรียมตัว ได้ตอบในขณะที่ฟังเพราะจะทำให้ไม่มีสมาธิในการฟัง
2. ส่งเสริมให้สมาชิกคนอื่น ๆ ได้พูด ได้แสดงออกทุกสิ่งทุกอย่างที่เขาต้องการแสดงออก จะ ไม่มีการตัดสินว่าถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดีอย่างไร แต่จะเน้นว่าการแสดงออกที่มีอะไร เป็นสาเหตุตัวเองพอใจหรือไม่ถ้าไม่พอใจกลุ่มจะช่วยให้ข้อคิดในการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงต่อไป
3. สมาชิกควรให้ความสนใจเมื่อกลุ่มได้พูดถึงปัญหาของสมาชิกคนใดคนหนึ่ง เพื่อจะ ได้ร่วมกันช่วยให้สมาชิกเกิดความเข้าใจตนเอง เข้าใจปัญหาและทวนแนวทางในการแก้ปัญหา
4. ควรให้ความสนใจเป็นพิเศษเกี่ยวกับความรู้สึกในกลุ่ม เพราะบุคคลมักจะไม่เข้าใจตนเอง จนกว่าจะ ได้พูดถึงความรู้สึกของตนเองที่มีต่อปัญหาที่เกิดขึ้นนั้น
5. ควรกล่าวอวยยืนยันให้ผู้ที่มีความขัดแย้งในตัวเอง ได้เข้าใจในตนเองดีขึ้น
6. ควรให้ข้อคิดเห็นแก่ผู้ที่กำลังวางแผนปรับปรุงหรือเปลี่ยนแปลงตนเอง
7. ควรให้ข้อมูลย้อนกลับ เพื่อให้บุคคล ได้ทราบถึงส่วนดี และส่วนที่บกพร่องของตนเองถ้าเป็นการให้ข้อมูลส่วนที่บกพร่องควรจะพิจารณาก่อนว่าส่วนบกพร่องนั้น เขาสามารถปรับปรุงแก้ไขได้ในปัจจุบัน และพิจารณาต่อไปด้วยว่าเขามีจิตใจพร้อมที่จะรับฟังข้อบกพร่องของเขาหรือยัง สำหรับวิธีการในการให้ข้อมูลนั้นควรใช้การสื่อสารที่ช่วยให้เกิดความเข้าใจตรงกันทั้งผู้ให้ข้อมูล และผู้รับข้อมูล

8. ควรรักษาความลับของสมาชิกในกลุ่ม สิ่งใดก็ตามที่ได้อภิปรายกันในกลุ่มให้สมาชิกทุกคนถือว่าเป็นความลับ ไม่สมควรนำไปพูดนอกกลุ่ม

จากเอกสารดังกล่าว จะเห็นได้ว่าสมาชิกมิได้มีบทบาทแต่เพียงการรับคำปรึกษา เพื่อให้เกิดความเข้าใจตนเอง และปัญหาของตนเอง ตลอดจนทราบถึงวิธีแก้ไขและปรับปรุงตนเองเท่านั้น แต่สมาชิกยังมีบทบาทเป็นผู้ให้คำปรึกษาต่อสมาชิกคนอื่นในกลุ่มด้วย กล่าวคือจะต้องรับฟังอย่างตั้งใจ และให้ความสนใจเมื่อกลุ่มพูดถึงปัญหาของสมาชิกคนอื่น สนใจความรู้สึกผู้อื่น และให้ข้อคิดเห็นแก่กันและกัน ส่งเสริมให้สมาชิกคนอื่นได้แสดงออก เพื่อให้เกิดความเข้าใจปัญหา และพบแนวทางในการแก้ปัญหา ตลอดจนบรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

ขั้นตอนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม กระแสกลุ่มมักจะดำเนินเป็นขั้นต่าง ๆ 4 ขั้น (ทองเรียน อมรัชกุล. 2520 : 113 - 120) คือ

1. ขั้นเริ่มการให้คำปรึกษา (The Involvement Stage) ในระยะนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะดำเนินการในเรื่อง การทำความเข้าใจเกี่ยวกับจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ทำความรู้จักกันเคยกัน สร้างความไว้วางใจกันและเริ่มอภิปราย แสดงความรู้สึกนึกคิด สมาชิกจะมองเห็นปัญหาของกลุ่มเป็นเรื่องสำคัญ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่มให้กลุ่มได้พิจารณาถึงความรู้สึก ความคิด และความเชื่อของสมาชิกที่มีต่อสิ่งที่อภิปรายกันมากกว่า เนื้อหาสาระที่เป็นประเด็นของการอภิปรายเทคนิคที่ผู้ให้คำปรึกษา ใช้ในขั้นนี้เริ่มให้คำปรึกษาได้แก่ เทคนิคการเขียนในการ์ด (Card - Writing Techniques) และการให้สมาชิกได้เล่าถึงความรู้สึกที่ตนมีต่อเรื่องใดเรื่องหนึ่ง

2. ขั้นเปลี่ยนแปลง (The Transition Stage) เป็นขั้นที่สมาชิกสร้างความไว้วางใจซึ่งกันและกัน มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ มีความรู้สึกร่วมกันมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน อาจมีความตึงเครียด ความวิตกกังวลเกิดขึ้นในขั้นนี้ ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาควรจะต้องชี้ให้บุคคลในกลุ่มได้เห็นคุณค่าของการเปิดเผยตนเอง และทำให้สมาชิกในกลุ่มรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเอง และทำให้สมาชิกรู้จักตนเองอย่างแท้จริง

3. ขั้นปฏิบัติการ (Working Stage) ขั้นนี้จะเปิดโอกาสให้สมาชิกได้หาทางเลือกต่าง ๆ เพื่อการแก้ปัญหาโดยปกติแล้วเมื่อมาถึงขั้นนี้สมาชิกจะพร้อมที่จะนำเอาปัญหาที่ตนกำลังเผชิญอยู่ มาอภิปรายหรือพูดคุยกัน พร้อมทั้งจะเผชิญกับปัญหาตามความเป็นจริง พร้อมทั้งจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เป็นการกระทำแล้วลงมือปฏิบัติจริง ๆ ผู้ให้คำปรึกษายอมรับและแสดงความเคารพนับถือในแนวความคิด และค่านิยมที่แตกต่างกันจะช่วยให้สมาชิกพิจารณาทางเลือกเกี่ยวกับตนเอง ได้ดีที่สุด

4. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา (The Ending Stage) ขั้นนี้จะเป็นขั้นที่สมาชิกยอมรับตนเอง และแต่ละคนจะมีการป้องกันตนเองน้อยลง ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกจะคิดในสิ่งที่จะนำไปใช้ในชีวิตรประจำวัน โดยผู้ให้คำปรึกษาจะให้การเสริมแรง เพื่อยั่วให้สมาชิกได้เกิดการหยั่งเห็นพฤติกรรมของตนเองในแนวใหม่สนับสนุนให้บุคคลได้ปฏิบัติการในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตน ตัดสินใจที่จะเผชิญปัญหาและทำตนให้เป็นผู้มีคุณค่า และประสิทธิภาพ รวมทั้งการนำเอาประสบการณ์จากกลุ่มไปใช้เพื่อพัฒนาความสัมพันธ์กับคนอื่นด้วย

จากเอกสารดังกล่าวสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะต้องดำเนินการไปตามขั้นตอนโดยลำดับ ขั้นตอนเหล่านี้ถือว่าเป็นพัฒนาการของกลุ่มที่จะดำเนินการไปตามธรรมชาติของกลุ่ม โดยจะเริ่มจากขั้น เริ่มการให้คำปรึกษา ขั้นการเปลี่ยนแปลงขั้นปฏิบัติการ และขั้นยุติการให้คำปรึกษา ซึ่งเป็นขั้นที่สมาชิกทุกคนพอใจและสามารถแก้ปัญหาของตนได้ การยุติกลุ่มจะขึ้นอยู่กับความพอใจของสมาชิกในกลุ่ม

ประโยชน์และคุณค่าของการให้คำปรึกษา

กาซดา (Gazda. 1971 : 44 - 45) ได้กล่าวถึงประโยชน์และคุณค่าของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ดังนี้

1. สมาชิกในกลุ่มได้พบว่า เขามีได้้อยู่อย่างโดดเดี่ยวหรือแปลกไปจากคนอื่น แต่ยังมีบุคคลอื่นที่มีปัญหาคล้ายคลึงกันกับปัญหาของตน
2. ผลจากการที่กลุ่มให้ความยอมรับ ให้รางวัลและให้กำลังใจแก่สมาชิกจะเป็นสิ่งกระตุ้นให้สมาชิก ในกลุ่มยอมรับที่จะ เผชิญหน้ากับปัญหาและแก้ไขปัญหามาของเขา

3. สภาพของกลุ่มเปรียบเสมือนสังคมเล็ก ๆ ของชีวิตจริง เป็นที่ซึ่งทำให้สมาชิกสามารถทดลองพฤติกรรมบางอย่าง เช่น การติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น
4. กลุ่มเป็นสถานที่ปลอดภัย ซึ่งเปิดโอกาสให้สมาชิกได้แสดงพฤติกรรมและความรู้สึกของตน
5. สมาชิกได้เรียนรู้ที่จะมีการให้และการรับความช่วยเหลือตามบทบาทของตนภายในกลุ่ม
6. สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้เรียนรู้จากกันและกัน ด้วยการสังเกตว่าผู้อื่นแก้ไขปัญหาของตนอย่างไร
7. ประสบการณ์ที่ได้จากการเข้ากลุ่มอาจจะทำให้สมาชิกแสวงหาการศึกษาเพิ่มเติมอีกในรูปแบบของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล
8. สภาพของกลุ่มอาจจะเป็นตัวแทนที่แสดงถึงสภาพในครอบครัวของสมาชิกในกลุ่ม ดังนั้นจึงสามารถใช้เป็นสิ่งที่ช่วยแก้ไขปัญหาคือครอบครัวของสมาชิกคนนั้นได้
9. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีคุณค่าสำหรับวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่แสวงหาเอกลักษณ์ของตนเองและต้องการได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน
10. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มช่วยลดเวลาการทำงานของผู้ให้คำปรึกษา เนื่องจากผู้ให้คำปรึกษา ได้พบปะกับสมาชิกหลายคนในเวลาเดียวกัน นอกจากนี้ยังทำให้ผู้รับคำปรึกษามีโอกาส ได้รับคำปรึกษามากขึ้น

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่คุณภาพมากในการช่วยให้บุคคลรู้จักตนเอง เข้าใจผู้อื่น รู้จักแก้ปัญหา ตลอดจนได้ฝึกทักษะในด้านต่าง ๆ ให้กับบุคคล

วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามหลักโรเจอร์ส

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีของโรเจอร์ส การให้คำปรึกษาวิธีนี้ยึดผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ผู้ที่ริเริ่มและพัฒนาวิธีการให้คำปรึกษา คือ โรเจอร์ส (Rogers) โดยยึดหลักว่ามนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตนเอง (วัชร ทรัพย์มี, 2533 : 37) และทฤษฎีของโรเจอร์สนั้น เน้นความจริงของชีวิตที่ว่า ผู้รับ

คำปรึกษาที่มีความสามารถอยู่ในตนเองที่จะเข้าใจถึงองค์ประกอบของชีวิต อันเป็นสาเหตุที่ทำให้ตน
ไม่มีความสุข ผู้รับคำปรึกษาที่มีความสามารถที่จะนำชีวิตของตนเองอีกทั้งยังสามารถปรับปรุง
เปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพของเขา การเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพจะเกิดขึ้นได้ ถ้าผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจ
และสามารถที่จะสร้างสัมพันธภาพในบรรยากาศที่อบอุ่น มีการยอมรับ การเข้าอกเข้าใจในปัญหาที่
ถูกต้อง (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. 2525 : 92)

จากเอกสารดังกล่าวสรุปได้ว่า วิธีการให้คำปรึกษาแบบไรเจอส์ เน้นความจริง
ของชีวิตว่า ผู้รับคำปรึกษาเป็นผู้ที่มีศักยภาพอยู่ในตนเอง และสามารถที่จะพัฒนาตนเองได้ ถ้าผู้ให้
คำปรึกษาเข้าใจในปัญหาถูกต้อง ตลอดจนที่สัมพันธภาพที่ดีต่อผู้รับคำปรึกษา

หลักการสำคัญของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง

ทฤษฎีให้คำปรึกษาแบบผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง มีหลักการสำคัญ พอสรุปได้ดังนี้
(วัชร ทรัพย์มี. 2533 : 40 - 42)

1. การพัฒนาความรู้สึกนึกคิดต่อตนเอง ทฤษฎีนี้เชื่อว่าแกนสำคัญของบุคลิกภาพคือ
อัตมโนคติหรือความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเอง (Self Concept) ซึ่งเกิดจากการที่บุคคล
สังเกตปฏิกิริยาที่ผู้อื่นมีต่อตนเอง และเกิดจากประสบการณ์ที่ได้รับ อันจะก่อให้เกิดการรับรู้ว่าคุณ
เป็นคนดีหรือไม่ มีความสามารถมากน้อยเพียงใดซึ่งนับได้ว่ามีผลต่อความประสบความสำเร็จ
และความล้มเหลวในชีวิตของบุคคล

2. สาเหตุแห่งปัญหาหรือความทุกข์ เกิดจากอารมณ์และความรู้สึกของบุคคล
อันเนื่องมาจากความไม่สอดคล้อง (Incongruence) ระหว่างความรู้สึกที่มีต่อตนเองกับสิ่งที่
ตนประสบ จึงทำให้บุคคลรู้สึกว่าตนได้รับการคุกคาม (Threat) ทางด้านจิตใจ ก่อให้เกิดความ
กังวลใจ ว่าตนไม่ได้มีคุณค่าเท่าที่คาดคิดไว้

3. บุคคลที่ปรับตัวได้ดี คือบุคคลที่ไม่บิดเบือนประสบการณ์ ยอมรับความจริง
ความรู้สึกนึกคิดของบุคคลเปลี่ยนแปลงได้ สิ่งที่คุณให้คำปรึกษาจะต้องตระหนักคือ ช่องว่างระหว่าง
ประสบการณ์กับความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเอง

4. การที่จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ไม่รู้สึกว่าคุณคลุมเครือ และเลื่องลือวิธีป้องกันจิตใจ คือ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องสร้างสัมพันธภาพกับผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาไม่เครียด คลายความรู้สึกที่คุณคลุมเครือด้านจิตใจ กล่าวพิจารณาตนเองและสภาพการณ์ต่าง ๆ อย่างถูกต้องต่อความเป็นจริง เปิดรับประสบการณ์ต่าง ๆ โดยผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีความจริงใจ ยอมรับผู้รับคำปรึกษาโดยปราศจากเงื่อนไข มีเมตตาพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือ ผู้รับคำปรึกษา และให้คำปรึกษาโดยปราศจากเงื่อนไข มีเมตตาพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือ ผู้รับคำปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษาจะต้องพยายามเข้าใจผู้รับคำปรึกษาทั้งเนื้อหาและเส้นทางที่ผู้รับคำปรึกษาแสดงออก

5. ผู้ที่เหมาะสมจะรับการให้คำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลางควรมีลักษณะดังนี้คือ

- ก. มีความเครียดทางอารมณ์
- ข. มีโอกาสพบผู้ให้คำปรึกษาอย่างสม่ำเสมอ
- ค. สามารถระบายความรู้สึกขัดแย้งด้านจิตใจหรือคับข้องใจ ด้วยคำพูด และเส้นทางที่ทาง
- ง. มีระดับสติปัญญาไม่ต่ำกว่าปานกลาง สามารถที่จะใช้ความคิดในการแก้ปัญหา หรือการปรับตัว

จากเอกสารดังกล่าวสรุปได้ว่า ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลางเชื่อว่าอัตมโนคติเป็นแกนสำคัญของบุคลิภาพและสาเหตุของปัญหาเกิดจากความไม่สอดคล้องกันระหว่างความรู้สึกที่มีต่อตนเองกับสิ่งที่ประสบ การที่จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถพัฒนาและปรับปรุงตนเอง ให้ตรงกับความจริงนั้น ผู้ให้คำปรึกษาต้องสร้างสัมพันธภาพที่ดี ได้แก่ การมีความจริงใจ การเข้าใจในปัญหาและการยอมรับ ผู้รับคำปรึกษาโดยไม่มีเงื่อนไข ทฤษฎีนี้เหมาะสำหรับผู้รับคำปรึกษาที่มีปัญหาทางด้านอารมณ์และความรู้สึก

เทคนิคในการให้คำปรึกษา

1. การเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องใช้คำพูดหรือแสดงอาการ ยินดีต้อนรับ เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษามีความรู้สึกสบายใจ มีความรู้สึกเป็นกันเอง และช่วยเปิดโอกาส ให้ผู้รับปรึกษาได้เริ่มต้นปัญหาของตนเอง (ธีรศักดิ์ ศรีพรวิสิฐ. 2520 : 42) และคมเพชร จิตรสกุล (2529 : 101 - 102) กล่าวว่า การเริ่มต้นด้วยการถามในลักษณะที่ทำให้ผู้มาพบ รู้สึกว่า ได้รับความอบอุ่นใจ และเต็มไปด้วยความต้องการที่จะให้ความช่วยเหลือ เช่น "ครูจะช่วยเหลืออะไรเธอได้บ้าง" จะช่วยให้ทั้งผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา ได้เริ่มต้น การสนทนากันได้
2. การตั้งคำถาม เป็นเทคนิคที่จะช่วยให้ผู้ให้คำปรึกษา ได้เข้าใจผู้รับคำปรึกษา ได้ดีขึ้นหรืออาจใช้คำถามเพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความเข้าใจตนเองดีขึ้น การใช้คำถาม จะเป็นการกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษา ได้ระบายความในใจออกมามากที่สุด หรือเป็นคำถามที่มุ่งใจ ให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกกระจ่างขึ้นในปัญหาของเขาอาจเป็นการสะท้อนความรู้สึกให้เขา ได้รับรู้ และยอมรับความเป็นไปทางอารมณ์ที่แฝงอยู่ในปัญหานั้น ๆ ทำให้ผู้รับปรึกษาได้รู้จักเลือก วางโครงการตีความหมายและปรับตัว ได้อย่างดี (สุธีพันธ์ กรลักษณ์. 2518 : 70)
3. การสะท้อนความรู้สึก เป็นการนำข้อความ และคำพูดของผู้รับคำปรึกษามา ตีความและพูดออกมาในเชิงความรู้สึกที่แฝงอยู่ในเนื้อหานั้น โดยผู้ให้คำปรึกษาอาจถอดข้อความ และจัดคำพูดใหม่โดยพยายามเน้นความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษา ซึ่งจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ได้รับรู้ และเข้าใจถึงความรู้สึกที่แท้จริงของตน (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. ม.ป.ป. : 206) ซึ่งผู้ให้ คำปรึกษาจะต้องระวังในเรื่องความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษามากเป็นพิเศษเพราะสภาพอารมณ์ของ บุคคลจะทำให้เราเข้าใจจิตใจส่วนลึกของเขา ได้เป็นอย่างดี ดีกว่าการใช้คำพูดเสียอีก นอกจากนั้นบุคคลที่มาใช้บริการให้คำปรึกษาส่วนมากยังไม่เข้าใจตัวเอง มีความสับสนในเรื่อง ความรู้สึก ความต้องการ การรับรู้ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องพยายามสะท้อนความรู้สึกและอารมณ์ที่ ผู้รับคำปรึกษาแสดงออกมากับคืนไปสู่ผู้รับคำปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเอง ได้ อย่างลึกซึ้งและรอบคอบ (จำเนียร ช่างโชติ และนวลศิริ เปาโรหิตย์. 2524 : 125)

4. การทำให้กระจ่างแจ้ง คือการที่ผู้ให้คำปรึกษากล่าวถึงสิ่งที่คิดว่าผู้รับคำปรึกษาพยายามจะพูดถึงโดยไม่เปลี่ยนเนื้อหาของคำพูดของผู้รับคำปรึกษาใหม่ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเป็นผู้ฟังที่ดีมาโดยตลอด และจะต้องมีความเที่ยงตรง ในการสะท้อนความรู้สึกนึกคิดของผู้รับคำปรึกษาออกมา ซึ่งจะทำให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกว่ามีผู้เข้าใจเขา และเกิดความแจ่มแจ้งในเรื่องที่เข้าใจผิด พิจารณาคำพูดของตนเองในแง่ที่เป็นความจริงขึ้น (สัธธีพันธ์ กรลักษณ์. 2518 : 73)

5. การเงี่ยบและการฟัง กลวิธีนี้ส่งเสริมให้ผู้มารับคำปรึกษา ได้พูดหรือเล่า รวมทั้งแสดงความรู้สึกต่าง ๆ ออกมาอย่างเสรี ถ้าผู้ให้คำปรึกษาขัดจังหวะอาจจะทำให้ความรู้สึกที่ยากเล่านั้นหมดไป นอกจากการเงี่ยบแล้วผู้ให้คำปรึกษาจะต้องพยายามฟังอย่างตั้งใจที่สุด เพื่อที่จะเข้าใจในเรื่องที่พูดถึงเป็นอย่างดี ประโยชน์ของการเงี่ยบอีกประการหนึ่งคือ เปิดโอกาสให้ผู้ให้คำปรึกษาได้ใคร่ครวญถึงการได้ตอบหรือการแก้ปัญหา โดยไม่รีบร้อนจนเกินความจำเป็น ผู้รับคำปรึกษาอาจจะหยุดการสนทนาในบางครั้ง ผู้ให้คำปรึกษาไม่ควรตกใจ และหาวิธีทำลายความเงี่ยบโดยการชวนคุยต่อไป สิ่งไม่ควรกระทำคือ กล่าวถึงสิ่งที่เขาพูดไปแล้ว ก็จะทำให้การให้คำปรึกษาคำนึงต่อไปได้ (คมเพชร จัตรศุภกุล. 2529 : 103)

6. การสังเกต คือการสังเกตขณะที่ผู้รับการปรึกษาเล่าถึงปัญหาของเขาและพฤติกรรมที่เขาแสดงออกจะช่วยให้ผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจผู้รับคำปรึกษามากขึ้น โดยทราบถึงเบื้องหลังของปัญหาที่เขาเล่าให้ฟังว่า เขามีความรู้สึกอะไรแทรกอยู่ สิ่งนี้จะช่วยให้เห็นปัญหาสำคัญที่เป็นปัญหาทางอารมณ์ของผู้รับคำปรึกษา (สัธธีพันธ์ กรลักษณ์. 2518 : 76)

จะเห็นได้ว่าเทคนิคสำคัญที่นำมาใช้ในการให้คำปรึกษาแบบยึดผู้รับคำปรึกษาแบบยึดผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลางนั้น เน้นเรื่องสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษามาก ซึ่งจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ระบายอารมณ์และความรู้สึก ได้อย่างเต็มที่ทั้งคำพูดและท่าทางโดยไม่ได้รับการเอาใจใส่และการยอมรับจากผู้ให้คำปรึกษา

คุณลักษณะของผู้ให้คำปรึกษา

วิธีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เน้นที่ความสัมพันธ์ของบุคคลระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษาทัศนคติของผู้ให้คำปรึกษาเป็นทวีพาทย์มากกว่าความรู้หรือทฤษฎี การให้คำปรึกษาจะมีประสิทธิภาพ ถ้าผู้ให้คำปรึกษาสามารถแสดงออกและสื่อความหมายให้ผู้รับคำปรึกษา ได้ทราบว่าผู้ให้คำปรึกษามีลักษณะดังนี้ (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. 2525 : 94 - 95)

1. เป็นบุคคลที่มีความจริงใจ เป็นผู้ที่ประสานเรื่องราวและความคิดได้และเป็นบุคคลที่น่าเชื่อถือ (Congruence or Genuineness) จะไม่ใช่วิธีการเผชิญหน้าได้เพียงกัน เน้นถึงคุณค่าของสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีความจริงใจไม่แสวงหาผลประโยชน์ส่วนตัว ผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นตัวของตัวเอง มีความมั่นคงสามารถแสดงหรือสะท้อนความรู้สึกตลอดจนคุณสมบัติด้านนี้ ให้ผู้รับคำปรึกษาได้ทราบทั้งในด้านอุดมคติ ค่านิยม ความคิดเห็นและความประพฤติ
2. เป็นผู้ที่ยอมรับทั้งในปัญหาและตัวบุคคลของผู้รับคำปรึกษาอย่างอบอุ่นทั้งทางด้านอารมณ์และความรู้สึก (Unconditional Positive Regard) ได้แก่การให้ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องติดต่อกับผู้รับคำปรึกษาด้วยการเอาใจใส่อย่างแท้จริงและลึกซึ้งในฐานะบุคคลโดยไม่มีเงื่อนไข ไม่ว่าจะเป็นในด้านความรู้สึก ความคิด พฤติกรรมที่ดีหรือไม่ดีของผู้รับคำปรึกษา
3. เป็นผู้ที่ไวต่อความรู้สึกและสามารถรับรู้อย่างถูกต้องตรงตามเรื่องราวที่ผู้รับคำปรึกษาต้องการให้เข้าใจ (Accurate Empathic Understanding) ผู้ให้คำปรึกษาจำเป็นต้องเข้าใจความรู้สึกและประสบการณ์ของผู้รับคำปรึกษาอย่างถูกต้อง ความเข้าใจอย่างถูกต้องจะเร้าให้ผู้รับคำปรึกษายินดีที่จะเปิดเผยตัวเองออกมาให้มากขึ้น

จะเห็นว่าคุณลักษณะของผู้ให้คำปรึกษาที่สำคัญ ได้แก่ การเป็นผู้มีความจริงใจ ยอมรับผู้รับคำปรึกษาอย่าง ไม่มีเงื่อนไขและการเป็นผู้เข้าใจปัญหาของผู้รับคำปรึกษาอย่างถูกต้อง

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแก่นักเรียนในระดับประถมศึกษา

แม้ว่าหลักการพื้นฐานที่สำคัญของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม สามารถนำมาใช้กับเด็กได้ดี เช่นเดียวกับผู้ใหญ่หรือวัยรุ่นก็ตาม ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องปรับวิธีการของตนให้เหมาะสมกับผู้รับ

คำปรึกษาในด้านต่าง ๆ เป็นต้นว่าพัฒนาการทางสังคม อารมณ์ และสติปัญญา ตลอดจนประสบการณ์เดิมในการเข้ากลุ่ม และความสามารถในการสื่อสารสัมพันธ์ทางวาจากับเด็กถึงสิ่งต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม นอกจากนี้การที่ผู้ให้คำปรึกษาได้รับความร่วมมือและการสนับสนุนจากครูและผู้ปกครองของเด็ก จะยิ่งทำให้เด็กให้ความไว้วางใจผู้ให้คำปรึกษาง่ายกว่าเด็กวัยรุ่น (Ohlsen. 1988 : 248) ดังนั้นในการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนประถมศึกษาผู้ให้คำปรึกษา จึงควรได้ศึกษาและทำความเข้าใจเกี่ยวกับหลักการเบื้องต้นในการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนประถมศึกษา ซึ่งเน้นในเรื่องของผู้รับบริการและผู้เกี่ยวข้อง เพื่อทำความเข้าใจพฤติกรรมและช่วยเหลือได้มากขึ้น ซึ่งมีหลักการพอสรุปได้ ดังนี้ (ปราณี รามสูต. 2533 : 206 - 208)

1. เด็กวัยประถมศึกษา แต่ละคนมีลักษณะประจำตัวที่แตกต่างกัน บางคนเปิดเผยมาก พูดเก่ง แสดงความคิดเห็นในใจชัดเจนถูกต้อง บางคนเก็บตัว พูดไม่เป็น อธิบายความในใจได้ไม่ตรงเป้า ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาต้องมีทักษะในการ "ฟังเสียงที่เด็กไม่ได้พูด" ซึ่งเป็นความที่แฝงอยู่ในคำพูดบางคำหรือแฝงอยู่ในท่าทีบางลักษณะ อาจเป็นภาษาท่าทาง การขยับตัว การเคลื่อนไหวของใบหน้า มือ เท้า นิ้ว แววตา ทิศทางการทอดสายตา
2. เด็กวัยประถมศึกษา ยังไม่มีความสามารถในการสื่อความในใจหรือปัญหาของเขากับผู้ให้คำปรึกษา ดังนั้น ในการจับความรู้สึกหรือความในใจของตนออกมา การสื่อความจึงยังอาจสับสน กับยังขาดประสบการณ์ที่จะทำความเข้าใจ กับคำพูดทำความเข้าใจหรือแปลความหมาย ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาต้องประยุกต์วิธีการ ควรใช้คำพูดง่าย ๆ ที่เด็กพอจะเข้าใจได้ อาจเปลี่ยนจากกลวิธีทำความเข้าใจหรือการแปลความหมาย มาเป็นการตั้งสมมติฐาน เพื่อช่วยสื่อความในใจหรือความรู้สึกของเด็ก
3. วัยเด็กประถมศึกษาที่ประสบการณ์น้อยในการใช้ภาษา การใช้คำบางคำในการสื่อความกับผู้ใหญ่จึงเป็นไปตามประสบการณ์ของตน ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาจึงต้องมีทักษะที่จะเข้าใจภาษาของเด็ก กับต้องคอยสังเกตภาษาท่าทางและข้อมูลแวดล้อมตัวเด็กมาประกอบคำหรือข้อความที่เด็กพูดสื่อความออกมา

4. เด็กวัยประถมศึกษา มีความสามารถในการสื่อสารและเข้าใจสิ่งรอบตัวน้อย ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาจะต้องพร้อมต่อการพูด อธิบาย นำเสนอแนะ มีทักษะในการใช้ประโยชน์สลายเปิด หรือการใช้คำถาม เพื่อกระตุ้นการพูดของเด็ก และมีทักษะในการให้การเสริมแรงกับการแสดงออกของเด็กด้วย

5. เด็กวัยประถมเป็นวัยที่สนใจการเล่น ดังนั้นในการให้คำปรึกษาแก่เด็กวัยนี้ ในบางรายต้องให้การเล่นเข้าร่วมในกระบวนการให้คำปรึกษาด้วย ซึ่งจะช่วยกระตุ้นการแสดงออก ระบายความกดดัน และปัญหาที่ซ่อนเร้นอยู่

6. เด็กวัยประถมศึกษาเป็นวัยที่ชีวิตยังขึ้นอยู่กับผู้แวดล้อมอีกมากมาย เช่น ผู้ปกครอง บิดามารดา ครูผู้เกี่ยวข้องอื่น ๆ ดังนั้น ในการให้คำปรึกษาแก่เด็กประถมศึกษา ผู้ให้คำปรึกษาคงต้องทำการติดต่อกับผู้เกี่ยวข้องทุกฝ่าย เพื่อรับทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเด็ก หรือร่วมกันวิเคราะห์วินิจฉัยปัญหา ตลอดจนวางแผนช่วยเหลือและดำเนินการช่วยเหลือร่วมกัน

7. เด็กวัยประถมศึกษา เป็นวัยที่มีความสามารถในการคิดหาเหตุผลมีจำกัด ประสพการณ์ชีวิตก็มีจำกัด

จากเอกสารดังกล่าวสรุปได้ว่า การที่ผู้ให้คำปรึกษารู้จักปรับวิธีการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม ให้สอดคล้องเหมาะสมกับพัฒนาการของเด็ก ในด้านสังคม อารมณ์และสติปัญญา ความต้องการความสนใจการเล่น และความสามารถของผู้ให้คำปรึกษาในการทำความเข้าใจในภาษา ถ้อยคำและภาษาท่าทางของเด็ก ตลอดจนการที่ผู้ให้คำปรึกษาได้รับการสนับสนุนจากผู้ที่เกี่ยวข้อง เด็กเช่นครู และผู้ปกครอง จะทำให้ผู้ให้คำปรึกษาสามารถใช้วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับเด็กได้ผลดี เช่นเดียวกับผู้ใหญ่หรือวัยรุ่น นอกจากนี้วัยเด็กยังมีความไว้วางใจผู้ให้คำปรึกษาง่ายกว่าวัยรุ่น

คุณสมบัติของผู้ให้คำปรึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา

อภิชาติ เศรษฐกิจกิจการ (มาลี วงษ์แก้ว. 2526 : 33 - 34 ; อ้างอิงมาจาก อภิชาติ เศรษฐกิจกิจการ. 2509 : 80 - 81) กล่าวว่า ผู้ให้คำปรึกษาจะทำงานในโรงเรียนประถมศึกษาควรมีคุณสมบัติดังนี้

1. มีความรู้เกี่ยวกับเรื่องความเจริญเติบโตและการพัฒนาการเด็ก ทฤษฎีให้คำปรึกษา กระบวนการกลุ่ม ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล จิตวิทยาการเรียนรู้ บุคลิกภาพและหลักสูตร ประถมศึกษา

2. มีพื้นฐานและความรู้เกี่ยวกับการแนะแนวและการให้คำปรึกษา

3. มีความสามารถพิเศษเกี่ยวกับเรื่องการสังเกตและการแปลความหมายของพฤติกรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการแปลความหมาย เกี่ยวกับภาษาท่าทางและภาษากาย

4. มีความคิดริเริ่มมีความไวต่อความรู้สึกของเด็กและผู้ใหญ่ มีความมั่นคงทางอารมณ์ มีมนุษยสัมพันธ์ มีความสนใจในสิ่งต่าง ๆ อย่างลึกซึ้งและกว้างขวาง

นอกจากนี้ ผู้ให้คำปรึกษาควรจะเป็นผู้มีความสามารถในการฟังเด็กด้วยความเข้าใจอย่างถ่องแท้ ให้ความนับถือเด็ก ๆ มีความอดทนกับเด็ก สื่อความหมายกับเด็กด้วยภาษาของเด็ก โดยไม่แสดงท่าทางเอาใจเด็กมากเกินไป และสามารถควบคุมแนวโน้มที่ผู้ใหญ่จะประเมิเด็ก ๆ ผู้ให้คำปรึกษา ไม่กระตุ้นให้เด็กทบทวนอดีตของตน และจะไม่สงสัยว่าทำไมเด็กจึงแสดงพฤติกรรม เช่นนั้น ในสถานการณ์ต่าง ๆ กัน แทนที่จะช่วยผู้รับคำปรึกษาให้เข้าใจว่าทำไมเขาจึงแสดงพฤติกรรมอย่างที่เขาได้ทำในอดีต ควรพยายามช่วยผู้รับคำปรึกษาเรียนรู้พฤติกรรมใหม่ ๆ ที่เหมาะสม เมื่อเด็กต้องการหรือรู้สึกว่าเขาต้องการอภิปรายประวัติผู้ให้คำปรึกษาจะฟังและพยายามค้นหาวีธีที่จะช่วยเขาค้นพบความเกี่ยวพันในอดีตของเขากับปัญหาต่าง ๆ ในปัจจุบัน และกำหนดเป้าหมายประสงค์เชิงพฤติกรรมที่เฉพาะเจาะจงสำหรับแต่ละปัญหา (พรพรพิศ วาณิชการ, 2528 : 207)

สำหรับเป้าหมายสำคัญของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในระดับประถมศึกษาก็คือ เพื่อให้ให้นักเรียนเข้าใจตนเอง นำส่วนดีในตนเองมาใช้ประโยชน์ ให้รู้จักวางเป้าหมายชีวิตที่เหมาะสมแก่ตนเอง สำหรับรายที่ปัญหา ก็ให้เข้าใจตนเองในสภาพการณ์ที่เกี่ยวข้องกับปัญหาที่ประสบ ตัดสินใจเลือกปัญหาหรือวิธีปรับตนได้โดยเหมาะสม (ปราณี รามสูตร, 2533 : 206)

การใช้สื่อการเล่นในการให้คำปรึกษา

โดยทั่วไปการสนทนา การใช้ภาษามีความสำคัญอย่างยิ่งในการให้คำปรึกษา เพราะช่วยให้ผู้ให้ปรึกษาได้ทราบได้เข้าใจเนื้อหา เรื่องราวและความรู้สึกของผู้รับบริการ และเพื่อหาแนวทางให้ความช่วยเหลืออย่างถูกต้องเหมาะสม สำหรับการให้คำปรึกษาแก่เด็ก ประมวญนั้น ผู้ให้ปรึกษามักจะไม่ประสบปัญหาหากเด็กที่มารับคำปรึกษาเป็นเด็กที่ช่างพูด ช่างคิด สามารถใช้ถ้อยคำและคำศัพท์ต่าง ๆ ได้ แต่ผู้ให้ปรึกษามักจะประสบปัญหากับเด็กที่เงียบเฉย ไม่ยอมสนทนา แม้ว่าผู้ให้ปรึกษาจะพยายามให้ความเป็นกันเอง และความคุ้นเคย กับเด็กเป็นระยะเวลาหนึ่งแล้วก็ตาม กรณีเช่นนี้ผู้ให้ปรึกษาอาจพิจารณาใช้อุปกรณ์การเล่น ในการให้คำปรึกษา (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2529 : 166) และปราณี รามสูตร (2533 : 207) ได้กล่าวว่าโดยธรรมชาติแล้ว เด็กวัยประถมศึกษาเป็นวัยที่ยังเกี่ยวข้องกับตนเองกับการเล่น และยังเป็นวัยที่มีประสบการณ์ และความสามารถในการใช้ภาษาเพื่อสื่อความหมายและความรู้สึก ของตนได้น้อยนอกจากนี้ โอlsen (Ohlsen, 1970 : 225 - 226) กล่าวว่าผู้ให้ปรึกษา จะไม่ใช่วิธีการบังคับหรือเฝ้ามองหรือสอนเพื่อที่จะให้เด็กพูดออกมา ผู้ให้ปรึกษาจะพบความจริง ว่าพวกเด็ก ๆ จะแสดงความรู้สึกนึกคิดของพวกเขาโดยการเล่น ดังนั้น โอlsen (Ohlsen, 1988 : 257) มีความเห็นว่า ผู้ให้ปรึกษาควรใช้สื่อการเล่นเข้าช่วยในการให้คำปรึกษา เพื่อให้เด็กสามารถบอกให้ทราบถึงสิ่งที่มีความต้องการ สิ่งที่ตั้งค้างอยู่ในใจ ความทุกข์ทรมาน การพัฒนาการทำงาน การกระทำที่ล้มเหลวหรือความเจ็บปวดต่าง ๆ ที่เขาได้รับ

โอlsen (Ohlsen, 1988 : 261) กล่าวว่าบุคคลสองคนที่สนับสนุนการใช้ เทคนิคการเล่นกับเด็กมากที่สุด คือ แอ็คซ์ไลน์ (Axline, 1947, 1964) และมูตาคัส (Moustakas, 1974) ซึ่งเทคนิคดังกล่าวสามารถนำมาใช้ได้อย่างดีในการให้คำปรึกษา แบบกลุ่มแก่เด็กปกติ นอกจากนี้ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 166) กล่าวว่าในระหว่าง การเล่น ผู้ให้ปรึกษาสามารถสังเกตพฤติกรรม ความรู้สึกและการแสดงออกต่าง ๆ ของเด็ก เด็กอาจจะระบายอารมณ์ ความกดดัน ความเครียด หรือสนทนาปราศรัยเพิ่มขึ้น ซึ่งจะช่วยให้ผู้ให้ ปรึกษาเข้าใจเด็กดียิ่งขึ้น อีกทั้งเป็นการเสริมสร้างสัมพันธภาพระหว่างเด็กและผู้ให้ปรึกษา และผู้ให้ปรึกษาจะได้พิจารณาหาทางให้ความช่วยเหลือหรือพัฒนาเด็กต่อไป

สำหรับวัตถุประสงค์ในการใช้สื่อการเล่นในการให้คำปรึกษานั้น (ผ่องพรรณ
เกิดพิทักษ์. 2529 : 167) กล่าวไว้ดังนี้

1. เพื่อเป็นสื่อกลางที่จะช่วยผู้ให้คำปรึกษา ได้สังเกต ศึกษาพฤติกรรม ความ
รู้สึก ความคิด การแสดงออก และประสบการณ์ต่าง ๆ ของเด็ก
2. เพื่อช่วยผ่อนคลายอารมณ์ และความรู้สึกต่าง ๆ ของเด็ก
3. เพื่อให้เด็กมีโอกาสดำเนินความคิด การใช้ถ้อยคำ และมนุษยสัมพันธ์
4. เพื่อช่วยเสริมสร้างสัมพันธภาพ ระหว่างเด็ก และผู้ให้คำปรึกษา
5. เพื่อช่วยให้ผู้ให้คำปรึกษาสามารถพิจารณา วิธีที่เหมาะสมที่จะให้ความ
ช่วยเหลือและพัฒนาเด็ก

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นจะเห็นว่านักการศึกษาและนักจิตวิทยาหลายท่าน
สนับสนุนการใช้สื่อการเล่นในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแก่เด็กระดับประถมศึกษา ทั้งนี้เนื่องจาก
การเล่นเป็นธรรมชาติของเด็กวัยนี้ และการเล่นจะช่วยเป็นสื่อกลางให้เด็กสามารถ
บอกให้ทราบถึงสิ่งที่เป็นความต้องการ สิ่งที่ยังค้างอยู่ในใจ ความทุกข์ทรมาน ได้ระบายอารมณ์
ความกดดัน ความเครียด ตลอดจนช่วยให้เด็กพัฒนาความคิด การใช้ถ้อยคำ มนุษย์สัมพันธ์
และเป็นการช่วยสร้างเสริมสัมพันธภาพระหว่างเด็กและผู้ให้คำปรึกษา

2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแก่นักเรียนระดับประถมศึกษาที่มา จากครอบครัวหย่าร้าง

งานวิจัยต่างประเทศ

เอลลิสัน (Elison. 1985 : 3548 - A) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องผลของการให้
คำปรึกษาแบบกลุ่มขนาดเล็กที่มีต่อเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โดยศึกษาทัศนคติของเด็กที่
มาจากครอบครัวหย่าร้าง การปรับตัว และทัศนคติของเด็กที่มีต่อการหย่าร้างของบิดามารดา
ผลการวิจัยพบว่า เด็กที่ได้รับคำปรึกษาแบบกลุ่มมีการปรับตัวกับครอบครัวสูงขึ้นและมีทัศนคติต่อ
การหย่าร้างของบิดามารดาสูงขึ้น

ฟอง - ทอย (Fong - Toy. 1986 : 2565 - A) ได้ศึกษาถึงผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อ ความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และครอบครัวสมบูรณ์ โดยศึกษากับเด็กอายุระหว่าง 10 - 14 ปีที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และครอบครัวที่บิดามารดาอยู่ด้วยกัน จำนวน 107 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่มโดยการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแก่เด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้างจำนวน 47 คน เป็นกลุ่มทดลองและให้เด็กที่มาจากครอบครัวที่บิดามารดาอยู่ด้วยกัน จำนวน 60 คน เรียนในชั้นเรียนปกติ เป็นกลุ่มควบคุม ผลการวิจัย ปรากฏว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความภาคภูมิใจในตนเอง แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่อย่างไรก็ตามภายหลังการทดลองคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กแต่ละกลุ่มสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง

ฟอร์เรอร์ (Forrer. 1986 : 3252 - A) ได้ศึกษาผลของการอภิปรายกลุ่มเกี่ยวกับการหย่าร้าง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยให้เด็กประถมศึกษาได้เข้าใจเกี่ยวกับการหย่าร้าง การติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น และการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ที่จะต้องประสบ ผลการอภิปรายกลุ่มนั้น สมาชิกในกลุ่มเสนอว่า ควรจะจัดชุดการสอน เพื่อให้ข้อมูลแก่นักเรียนเกี่ยวกับการหย่าร้าง ควรจัดกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อพัฒนาทักษะในการอยู่ร่วมกันกับบุคคลอื่น และกิจกรรมต่าง ๆ ที่จะช่วยนักเรียนในการปรับตัวให้เข้ากับครอบครัวหย่าร้าง

ดาร์โก (Drago. 1987 : 834 - A) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เพื่อลดความวิตกกังวลและพัฒนาทัศนคติที่มีต่อครอบครัวและทักษะทางสังคมแก่เด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง อายุระหว่าง 9 - 12 ปี จำนวน 52 คน จาก 4 โรงเรียน ในมลรัฐเพนซิลวาเนีย ผลการศึกษาพบว่า เด็กที่ได้รับคำปรึกษาแบบกลุ่ม มีความวิตกกังวลลดลง มีทัศนคติที่ดีต่อครอบครัวสูงขึ้นและพัฒนาทักษะทางสังคมสูงขึ้น

โดนัลด์สัน (Donaldson. 1989 : 3499 - B) ได้ศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มภายในโบสถ์ แก่เด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ผลการศึกษาพบว่า เด็กที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีความภาคภูมิใจสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เบรนนัน (Brennan. 1990 : 413 - B) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ที่มีต่อการปรับตัวของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายหญิง เกรด 3 - 5 อายุระหว่าง 8 - 11 ปี จำนวน 73 คน จากครอบครัวหย่าร้างจากโรงเรียนระดับประถมศึกษา จำนวน 3 โรงเรียน ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีการปรับตัวกับครอบครัวดีขึ้น

คลาร์ก (Clark. 1991 : 5569 - B) ได้ศึกษาเกี่ยวกับประสิทธิภาพของโปรแกรมเพื่อพัฒนาการปรับตัวของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กระดับประถมศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง จำนวน 29 คน จาก 20 ครอบครัว ผลการศึกษาพบว่าภายหลังการทดลองการปรับตัวของเด็กดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนพฤติกรรมการเก็บตัว หลีกหนีและก้าวร้าวลดน้อยลง นอกจากนี้พฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่าง ๆ ของทั้งเด็กชายและเด็กหญิงลดลงอีกด้วย

งานวิจัยในประเทศ

สำหรับงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแก่เด็กระดับประถมศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ในประเทศไทยยัง ไม่มีผู้ทำการศึกษาวิจัย ไว้ส่วนผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่ได้มีผู้ทำการศึกษา ไว้หลายท่านดังนี้

มาลี วงษ์แก้ว (2526 : 47) ได้ศึกษาทดลองให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์ กรุงเทพมหานครกลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 10 คน กลุ่มทดลองได้รับการเข้าร่วมกลุ่มการให้คำปรึกษา จำนวน 14 ครั้ง ๆ ละ 45 นาที ติดต่อกัน 7 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้งหลังการทดลอง พบว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มช่วยพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนให้สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ต่อมา นพวรรณ สมานสุขุมาล (2529 : 55) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาการยอมรับตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสุราษฎร์ธานี จังหวัดสุราษฎร์ธานี จำนวน 8 คน ซึ่งเป็นกลุ่มทดลอง ให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม จำนวนทั้งสิ้น 13 ครั้ง ครั้งละประมาณ 1 ชั่วโมง ถึง

1 ชั่วโมง 30 นาที ผลการทดลองปรากฏว่าหลังการทดลองให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเกี่ยวกับการยอมรับตนเอง นักเรียนในกลุ่มทดลองมีการยอมรับตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และในปีเดียวกัน สุทธิพร ปุกเกตุ (2529 : 57) ได้ทำการศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการลดอารมณ์เศร้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบางกรวยหนองปรือ ปีการศึกษา 2529 โดยให้กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ผลการวิจัยพบว่าหลังจากการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแล้วนักเรียนมีอารมณ์เศร้าลดลง

นอกจากนี้ ศิริรัตน์ ภูสกลเจริญศักดิ์ (2531 : 72) ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีของโรเจอร์สที่มีต่อทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนพิบูลประชาสรรค์ กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีของโรเจอร์ส มีทัศนคติในการเรียนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ได้รับข้อเสนอแนะ พบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีของโรเจอร์สมีทัศนคติในการเรียนสูงกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มทั้งในประเทศและต่างประเทศ พบว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถนำไปใช้ในการพัฒนาและปรับปรุงและแก้ไขพฤติกรรมต่าง ๆ เช่น การพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง พัฒนาการยอมรับตนเอง ในวัยรุ่น พัฒนาการมองเห็นคุณค่าในตัวเอง พัฒนากทักษะทางสังคม พัฒนากทัศนคติในการเรียน และพัฒนาอัตมโนคติ นอกจากนี้ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มยังสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ เช่น ปัญหาทางอารมณ์ การลดอารมณ์เศร้า ลดความวิตกกังวลและพฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่าง ๆ ตลอดจนกระทั่งปัญหาในการปรับตัว จะเห็นได้ว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีพลังพอที่จะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในสิ่งที่ตั้งงามขึ้น ดังที่ เคมป์ (Kemp. 1970 : 8) ได้เปรียบเทียบการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่าเป็น "ไข่มุกที่มีค่ามหาศาล" (Pearl of the Great Price)

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจึงเลือกใช้วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ตามแนวทฤษฎีของโรเจอร์ส เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ ของเด็กประถมศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ซึ่งผู้วิจัยคาดหมายว่าวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มซึ่งเป็นวิธีที่มีการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี

มีบรรยากาศแห่งการยอมรับซึ่งกันและกัน อบอุ่นปลอดภัย กล้าเปิดเผยความรู้สึกของตนเอง
และผู้อื่น ตลอดจนมีการใช้สื่อการเล่นเข้าร่วมในกระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม น่าจะ
ช่วยพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ของเด็กประถมศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ได้

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียน
สวัสดีวิทยา เขตคลองเตย จังหวัดกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2535 ที่มาจากครอบครัว
หย่าร้าง และมีเชาวน์ปัญญาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 18 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียน
สวัสดีวิทยา เขตคลองเตย จังหวัดกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2535 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และมี
เชาวน์ปัญญาอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 14 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบจับคู่
(Randomized Matching) จากประชากรเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน

วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1. ผู้วิจัยสำรวจรายชื่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ห้อง 5/1 - 5/3 ที่มาจาก
ครอบครัวหย่าร้างจากอาจารย์แนะแนว พบว่ามีนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง จำนวน
18 คน
2. ให้นักเรียนที่ได้รับการสำรวจตามข้อ 1 จำนวน 18 คน ตอบแบบทดสอบเชาวน์
ปัญญา ของ เรเวน (Standard Progressive Matrices. 1958) และผู้วิจัยคัดเลือก
เฉพาะนักเรียนที่มีระดับเชาวน์ปัญญา ระหว่าง 92 - 112 แล้วให้นักเรียนทำแบบสอบถาม
การปรับตัวทางอารมณ์
3. นำแบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์ มาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้
4. ผู้วิจัยสัมภาษณ์นักเรียนจากข้อ 3 เพื่อสอบถามความสนใจในการ
เข้าร่วมการทดลอง และนักเรียนทุกคนสนใจเข้าร่วมการทดลอง

5. ผู้วิจัยเรียงลำดับคะแนนจากแบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์และคะแนนจากแบบทดสอบเขาวนบัตรจากสูงสูดมาหาค่าสุด แล้วจับคู่นักเรียนที่ได้คะแนนใกล้เคียงกันทีละคู่ได้จำนวน 9 คู่ จึงใช้วิธีการสุ่มมา 7 คู่ แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้ง เพื่อจับแยกเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เครื่องมือดังนี้

1. แบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
3. โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ

1. แบบสอบถามด้านการปรับตัวทางอารมณ์

1.1 ศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางอารมณ์และครอบครัวหย่าร้าง

1.2 สืบหาสภาพความรู้สึกรู้สึกของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสวัสดิศึกษา เขตคลองเตย จังหวัดกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2535 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โดยผู้วิจัยใช้คำถามปลายเปิดว่า "นักเรียนรู้สึกอย่างไรที่พ่อแม่ไม่ได้อยู่ด้วยกัน"

1.3 ผู้วิจัยดำเนินการสร้างแบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์เอง โดยการศึกษาจากเอกสารและงานวิจัยตามข้อ 1.1 และคำตอบจากแบบสอบถามปลายเปิดในข้อ 1.2

1.4 นำแบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์ที่สร้างขึ้นไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ โดยมีผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน คือ รองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร จัตุรงค์ รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กริทอง และอาจารย์พรณิศา วาณิชยการ ตรวจสอบเพื่อปรับปรุงและคัดเลือกเลือกข้อความให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วผู้วิจัยนำไปปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอของผู้ทรงคุณวุฒิ

1.5 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วจำนวน 28 ข้อ ไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดธาตุทอง เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร จำนวน 100 คน แล้วนำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (Item Discrimination - t) ของแบบสอบถามโดยใช้เทคนิค 25% แล้วใช้วิธีการทางสถิติแบบที่ (t -test) ในการตรวจสอบและคัดเลือกเฉพาะข้อที่มีค่า t ระหว่าง 1.78 - 6.99 มาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 20 ข้อ

1.6 นำแบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์ ที่หาค่าอำนาจจำแนกแล้วมาคำนวณค่าความเชื่อมั่นต่อไปโดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ของ ครอนบัค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์ เท่ากับ 0.77

ตัวอย่างแบบสอบถามวัดการปรับตัวทางอารมณ์

คำชี้แจง

1. ขอให้นักเรียนอ่านสถานการณ์แต่ละข้อ แล้วเลือกตอบให้ตรงกับความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มที่นักเรียนจะกระทำมากที่สุด โดยเขียนเครื่องหมายกากบาท (X) ทับตัวอักษรที่ต้องการเพียงข้อเดียว

2. คำตอบของนักเรียนจะไม่เป็นผลเสียต่อผลการเรียนของนักเรียนเด็ดขาด และจะรักษาไว้เป็นความลับ จะนำไปใช้เพื่อประโยชน์ต่อตัวนักเรียนเอง

ตัวอย่าง

(0) เวลานั้นนักเรียนรู้สึกไม่สบายใจ เกี่ยวกับเรื่องที่พ่อแม่แยกทางกัน นักเรียนจะทำอย่างไร

ก. ครุ่นคิดถึงเรื่องที่พ่อแม่แยกทางกัน

ข. ไม่ร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ กับเพื่อน เช่น เล่นกีฬา ร้องเพลง เพื่อให้ลืมเรื่องที่พ่อแม่แยกทางกัน

ค. ไปปรึกษาครูว่าควรจะทำอย่างไร

เกณฑ์การตรวจให้คะแนน

การตรวจให้คะแนนแบบสอบถาม กำหนดไว้ดังนี้

- มีความรู้สึกต่อปัญหานั้น ๆ และไม่ได้แก้ไขปัญหานั้น ให้ 1 คะแนน
- แก้ไขปัญหาโดยการให้ความสนใจต่อสิ่งอื่นแทน ให้ 2 คะแนน
- แก้ไขปัญหาโดยกล้าเผชิญความจริง มีเหตุผล ให้ 3 คะแนน

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ดำเนินการสร้างดังนี้

2.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและทฤษฎีการให้คำปรึกษา การปรับตัวทางอารมณ์ และครอบครัวหย่าร้าง เพื่อกำหนดขั้นตอนในการสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มให้เหมาะสมกับลักษณะปัญหาและผู้รับคำปรึกษา

2.2 สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม แล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน คือรองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร จัตรสุกุล รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กริทอง และอาจารย์พรณิศา วาณิชการ ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ โดยดูความสอดคล้องกับคานิยามศัพท์เฉพาะ ผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

2.3 นำโปรแกรมให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ตามข้อ 2.2 มาทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสวัสดิศึกษา เขตคลองเตย จังหวัดกรุงเทพมหานคร ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 7 คน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมอีกครั้งหนึ่ง ก่อนนำไปใช้จริง

โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ผู้วิจัยใช้เวลาทดลอง 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวมทั้งสิ้น 12 ครั้ง ครั้งละ 40 นาที ในวันจันทร์และวันพุธ เวลา 15.30 น. - 16.10 น. ตั้งแต่วันที่ 23 ธันวาคม พ.ศ. 2535 ถึงวันที่ 3 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2536 และวันที่ทำการทดลองวันใดตรงกับวันหยุดราชการ ผู้วิจัยจะทำการทดลองชดเชย (ดังรายละเอียดในภาคผนวก)

3. โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

3.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวหย่าร้างการปรับตัวทางอารมณ์ และการให้ข้อเสนอแนะ เพื่อเป็นแนวทางกำหนดขั้นตอนการสร้างโปรแกรม การให้ข้อเสนอแนะให้เหมาะสมกับลักษณะปัญหาและผู้รับข้อเสนอแนะ

3.2 สร้างโปรแกรมการให้ข้อสนเทศ แล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน คือ รองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร จิตรศุภกุล รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง และ อาจารย์พรพรต วาณิชการ ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ โดยดูความสอดคล้องกับ นิยามศัพท์เฉพาะแล้วผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไข ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

3.3 นำโปรแกรมที่ปรับปรุงแล้วในข้อ 3.2 ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสวัสดิศึกษา เขตคลองเตย จังหวัดกรุงเทพมหานคร ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 7 คน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งหนึ่งก่อนนำไปใช้จริง

โปรแกรมการให้ข้อสนเทศ ผู้วิจัยใช้เวลาทดลอง 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวมทั้งสิ้น 12 ครั้ง ครั้งละ 40 นาที ในวันอังคารและวันพฤหัสบดี ระหว่างเวลา 15.30 น. - 16.10 น. ตั้งแต่วันที่ 24 ธันวาคม พ.ศ. 2535 ถึงวันที่ 4 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2536 และวันที่ ทดลอง วันใดตรงกับวันหยุดราชการ ผู้วิจัยจะทำการทดลองชดเชย (ดังรายละเอียดใน ภาคผนวก)

การดำเนินการทดลอง

แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยใช้การทดลองแบบ Randomized Control Group Pretest - Posttest Design (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2528 : 77) ดังแสดงใน ตาราง 1

ตาราง 1 แสดงแบบแผนการทดลอง Randomized Control Group Pretest - Posttest Design

กลุ่ม	ทดสอบก่อน	ทดลอง	ทดสอบหลัง
R_E	T_{1E}	X_E	T_{2E}
R_C	T_{1C}	X_C	T_{2C}

ความหมายของสัญลักษณ์

- R_E แทน กลุ่มตัวอย่างที่ถูกสุ่มเป็นกลุ่มทดลอง
- R_C แทน กลุ่มตัวอย่างที่ถูกสุ่มเป็นกลุ่มควบคุม
- T_{1E} แทน ทดสอบก่อนในกลุ่มทดลอง
- T_{1C} แทน ทดสอบก่อนในกลุ่มควบคุม
- X_E แทน การให้คาบรักษาแบบกลุ่มซึ่งใช้ในกลุ่มทดลอง
- X_C แทน การให้ข้อสนเทศเป็นกลุ่มซึ่งใช้ในกลุ่มควบคุม
- T_{2E} แทน ทดสอบหลังในกลุ่มทดลอง
- T_{2C} แทน ทดสอบหลังในกลุ่มควบคุม

วิธีดำเนินการทดลอง

1. ก่อนทดลองผู้วิจัยให้นักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์เมื่อวันที่ 22 ธันวาคม พ.ศ. 2535 แล้วเก็บคะแนนเป็นคะแนน Pretest

2. ขยะทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองทั้ง 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 กลุ่มทดลองให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีของโรเจอร์ส ตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ โดยให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 40 นาที คือวันจันทร์และวันพุธ เวลา 15.30 น. - 16.10 น. ตั้งแต่วันที่ 23 ธันวาคม พ.ศ. 2535 ถึงวันที่ 3 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2536

2.2 กลุ่มควบคุมให้ข้อสนเทศเป็นกลุ่มตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ โดยให้ข้อสนเทศ 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 40 นาที คือวันอังคารและวันพฤหัสบดี เวลา 15.30 น. - 16.10 น. ตั้งแต่วันที่ 24 ธันวาคม พ.ศ. 2535 ถึงวันที่ 4 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2536

3. หลังการทดลองผู้วิจัยให้นักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม ตอนแบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์ โดยใช้แบบสอบถามชุดเดียวกับฉบับที่สอบก่อนการทดลอง เมื่อวันที่ 5 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2536 แล้วเก็บคะแนนเป็นคะแนน Posttest

4. นำข้อมูลที่ได้จากข้อ 1 และข้อ 3 ไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

วิธีจัดการกับข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

1.1 ค่ามัธยฐาน (Median)

1.2 ค่าความเบี่ยงเบนควอไทล์ (Quartile Deviation)

2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือ

2.1 หาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์ใช้สูตร

(ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2531 : 185)

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

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

2.2 ทหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์ โดยใช้สูตร

สัมประสิทธิ์แอลฟาของ ครอนบัค (ลัวัน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2531 : 170 - 171)

$$\alpha = \frac{n}{n - 1} \left[1 - \frac{s_i^2}{s_t^2} \right]$$

เมื่อ	α	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่น
	n	แทน	จำนวนข้อของแบบสอบถาม
	s_i^2	แทน	คะแนนความแปรปรวนเป็นรายข้อ
	s_t^2	แทน	คะแนนความแปรปรวนของแบบสอบถามทั้งฉบับ

3. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

3.1 ทดสอบความแตกต่างของการปรับตัวทางอารมณ์ ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed - Ranks Test) (นิภา ศรีไพโรจน์. 2533 : 91 - 97)

3.2 ทดสอบความแตกต่างของการปรับตัวทางอารมณ์ก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้การทดสอบของ วิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed - Ranks Test) (นิภา ศรีไพโรจน์. 2533 : 91 - 97)

บทที่ 4

ผลของการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า

ข้อตกลงเกี่ยวกับการวิเคราะห์และแปลผล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลความผลการวิเคราะห์ข้อมูล จากการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัย ได้กำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้แทนความหมายดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
Mdn	แทน	มัธยฐานของการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียน
Mdn(diff)	แทน	มัธยฐานของความแตกต่างของคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ก่อนและหลังการทดลอง
Qd	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์ของการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียน
Qd(diff)	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์ของความแตกต่างของคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ ก่อนและหลังการทดลอง
T	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของวิลคอกซัน (Wilcoxon Matched - Pairs Signed Ranks Test)

ผลการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1. เปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้ข้อเสนอแนะ ผลการวิเคราะห์ข้อมูล แสดงในตาราง 2

ตาราง 2 เปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้ข้อเสนอแนะ

กลุ่ม	Mdn	Qd	T
กลุ่มทดลอง	31.25	5.25	6
กลุ่มควบคุม	29.00	5.63	

จากตาราง 2 ปรากฏว่า การปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนในกลุ่มทดลองและนักเรียนในกลุ่มควบคุมก่อนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้ข้อเสนอแนะไม่แตกต่างกัน (การวิเคราะห์ข้อมูล ปรากฏในตาราง 6 ในภาคผนวก)

2. เปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงในตาราง 3

ตาราง 3 เปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

การทดสอบ	Mdn	Qd	T
ก่อนการทดลอง	31.25	5.25	0**
หลังการทดลอง	52.63	3.60	

**มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 3 ปรากฏว่า การปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนในกลุ่มทดลองก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถทำให้นักเรียนมีการปรับตัวทางอารมณ์สูงขึ้น (การวิเคราะห์ข้อมูลแสดงในตาราง 7 ในภาคผนวก ก)

3. เปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการให้ข้อเสนอแนะ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงในตาราง 4

ตาราง 4 เปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการให้ข้อเสนอแนะ

การทดสอบ	Mdn	Qd	T
ก่อนการทดลอง	29.00	5.63	0**
หลังการทดลอง	40.25	5.81	

**มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 4 ปรากฏว่า การปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนในกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการให้ข้อเสนอแนะแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าการให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปรับตัวทางอารมณ์ ทำให้นักเรียนมีการปรับตัวทางอารมณ์สูงขึ้น (การวิเคราะห์ข้อมูลแสดงในตาราง 8 ในภาคผนวก)

4. เปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม ภายหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้ข้อเสนอแนะ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงในตาราง 5

ตาราง 5 เปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม ภายหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และการให้ข้อเสนอแนะ

กลุ่ม	$Mdn_{(diff)}$	$Qd_{(diff)}$	T
กลุ่มทดลอง	17.75	5.25	0**
กลุ่มควบคุม	7.13	3.25	

**มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 5 ปรากฏว่า การปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนในกลุ่มทดลองและนักเรียนในกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มทำให้นักเรียนมีการปรับตัวทางอารมณ์ สูงกว่าการให้ข้อเสนอแนะ (การวิเคราะห์ข้อมูล ปรากฏ ในตาราง 9 ในภาคผนวก)

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โรงเรียนสวัสดิศึกษา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2535 โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียน ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
2. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียน ก่อนและหลังการให้ข้อเสนอแนะ
3. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับนักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีการปรับตัวทางอารมณ์สูงขึ้นหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
2. นักเรียนมีการปรับตัวทางอารมณ์สูงขึ้นหลังจากได้รับข้อเสนอแนะ
3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีการปรับตัวทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสวัสดิศึกษา เขตคลองเตย จังหวัดกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2535 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างและมีเชาวน์ปัญญาระหว่าง 92 - 112 จำนวน 18 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสวัสดิศึกษา
เขตคลองเตย จังหวัดกรุงเทพมหานคร ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และมีเชาวนับถือระหว่าง
92 - 112 จำนวน 14 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบจับคู่ (Randomized Matching)
เข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. แบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
3. โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

การดำเนินการทดลอง

1. การทดสอบก่อนการทดลอง

ใช้คะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ จากขั้นตอนในการเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นคะแนน
การปรับตัวทางอารมณ์ก่อนการทดลอง

2. การทดลอง

ดำเนินการทดลองในแต่ละกลุ่ม ดังนี้

2.1 กลุ่มทดลอง ดำเนินการตามโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจำนวน
12 ครั้ง เป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 40 นาที ในวันจันทร์ และวันพุธ
เวลา 15.30 น. - 16.10 น. ตั้งแต่วันที่ 23 ธันวาคม พ.ศ. 2535 ถึงวันที่ 3 กุมภาพันธ์
พ.ศ. 2536

2.2 กลุ่มควบคุม ดำเนินการให้ข้อเสนอแนะตามโปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ จำนวน
12 ครั้ง เป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 40 นาที ในวันอังคารและวันพฤหัสบดี
เวลา 15.30 น. - 16.10 น. ตั้งแต่วันที่ 24 ธันวาคม พ.ศ. 2535 ถึงวันที่ 4 กุมภาพันธ์
พ.ศ. 2536

3. การทดสอบหลังการทดลอง

ทดสอบการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนในกลุ่มทดลองและนักเรียนในกลุ่มควบคุมด้วยแบบสอบถามปรับตัวทางอารมณ์ ชุดเดิม นำคะแนนที่ได้จากข้อ 1 และข้อ 3 ไปวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูล โดยการเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนน การปรับตัวทางอารมณ์ของทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซัน (Wilcoxon matched - Pairs Signed ranks test) โดยแยกวิเคราะห์ดังนี้

1. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ ของนักเรียนกลุ่มทดลอง และนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้ข้อเสนอแนะ
2. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ ของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
3. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ ของนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการให้ข้อเสนอแนะ
4. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ ของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมภายหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้ข้อเสนอแนะ

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

ผลการศึกษาค้นคว้า สรุปได้ดังนี้

1. ก่อนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้ข้อเสนอแนะ นักเรียนในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมมีการปรับตัวทางอารมณ์ ไม่แตกต่างกัน
2. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการปรับตัวทางอารมณ์สูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. นักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ มีการปรับตัวทางอารมณ์สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

4. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการปรับตัวทางอารมณ์ สูงกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผลการศึกษาค้นคว้า

จากการศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โรงเรียนสวัสดิศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า

1. นักเรียนมีการปรับตัวทางอารมณ์สูงขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ข้อ 1 แสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างโรงเรียนสวัสดิศึกษาได้ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับ ผลการศึกษาของ เอลลิสัน (Elison 1985 : 3548 - A) และเบรนนัน (Brennan. 1990 : 413 - B) ที่พบว่า นักเรียนระดับประถมศึกษาที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง มีการปรับตัวกับครอบครัวสูงขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

จากผลการวิจัยครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างให้สูงขึ้น ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งนี้ ผู้วิจัยยึดหลักทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบไรเจอร์สเป็นพื้นฐาน ในระหว่างการให้คำปรึกษาผู้วิจัยเปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละคน ได้พูดระบายปัญหาเกี่ยวกับการปรับตัวทางอารมณ์ของตนเองซึ่งเป็นผลมาจากการหย่าร้างของบิดามารดา ซึ่งได้แก่ความรู้สึกไม่สบายใจ เสียใจ ต้องการมีชีวิตครอบครัวและสิ่งต่าง ๆ เหมือนคนอื่น ต้องการให้บิดามารดากลับมาคืนดีกัน การขาดความอบอุ่น ความเหงา ความรู้สึกสงสารตัวเอง ความคิดถึงบิดามารดาที่แยกกันอยู่และความรู้สึกเป็นบ่มด้อย ภายใต้บรรยากาศที่น่าไว้วางใจ อบอุ่นเป็นกันเอง ปลอดภัยและมีสัมพันธภาพที่ดีของสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งช่วยให้สมาชิกต่างยอมรับกันและกัน เข้าใจกัน ไว้วางใจกันและพร้อมที่จะเปิดเผยความรู้สึกของตนเอง

และรับฟังปัญหาผู้อื่นด้วยความเข้าใจ เห็นอกเห็นใจและให้กำลังใจซึ่งกันและกันและรับรู้ว่ามีใช่
 เขาคนเดียวที่มีปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ วัชร ทรัพย์มี (2531 : 104) ที่กล่าวว่า
 การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้นสมาชิกในกลุ่มจะมีโอกาสได้แสดงออกที่เกี่ยวกับความรู้สึกและความ
 คิดเห็นของแต่ละคน เป็นการระบายความรู้สึกขัดแย้งในจิตใจ ได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอม
 รับตนเอง กล้าที่จะเผชิญปัญหาและได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเอง กับทั้งได้รับ
 ฟังความรู้ความคิดของผู้อื่น และยังสอดคล้องกับ เคลแมน (Kelman. 1963 : 399 - 432)
 ที่กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะทำให้บุคคล ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว รู้จักตนเอง
 และยอมรับตนเอง รู้จักปรับตัวและพัฒนาตนเอง สามารถนำทักษะและแนวคิดที่ได้จากกลุ่มไป
 ปรับปรุงตนเองในชีวิตประจำวัน

นอกจากนี้ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้สื่อการเล่นประกอบการให้
 ปรึกษาด้วยทำให้สมาชิก มีความกระตือรือร้นในการแสดงออกถึงสิ่งที่ค้างคาอยู่ในใจ ความทุกข์
 ทรมาน ได้ระบายอารมณ์ ความกดดัน ตลอดจนปัญหาทางอารมณ์ต่าง ๆ ที่ประสบอันเป็นผลมา
 จากการทำร้ายของบิดามารดา ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับคำกล่าวของ โอลเซน
 (Ohlsen. 1970 : 225 - 226) ที่ว่าพวกเด็ก ๆ จะแสดงความรู้สึกนึกคิดของพวกเขา
 โดยการเล่นและโอลเซน (Ohlsen. 1988 : 257) กล่าวด้วยว่า ผู้ให้คำปรึกษาควรใช้สื่อ
 การเล่นเข้าช่วยในการให้คำปรึกษา เพื่อให้เด็กสามารถบอกให้ทราบถึงสิ่งที่ เป็นความต้องการ
 สิ่งทีค้างคาอยู่ในใจตลอดทั้งความเจ็บปวดต่าง ๆ ที่เขาได้รับ นอกจากนี้ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์
 (2529 : 167) กล่าวว่า การใช้สื่อการเล่นในการให้คำปรึกษาจะช่วยผ่อนคลายอารมณ์
 และความรู้สึกต่าง ๆ ของเด็ก

นอกจากนี้ จากการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มของการวิจัยครั้งนี้พบว่านักเรียนที่ได้รับการให้
 ปรึกษาแบบกลุ่มมีความสนใจ ตั้งใจ และกระตือรือร้นในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
 และจากการสอบถามนักเรียนภายหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มพบว่า นักเรียนทุกคนตอบว่า
 ตนเองได้รับประโยชน์จากการเข้าร่วมกลุ่ม รู้สึกสบายใจขึ้นที่ได้มีโอกาสระบายความรู้สึก
 ได้รับฟังคำแนะนำจากเพื่อน ๆ แล้วนำไปปฏิบัติ ได้รับรู้ปัญหาของเพื่อนคนอื่น และมีโอกาส
 ช่วยเหลือเพื่อน

2. นักเรียนมีการปรับตัวทางอารมณ์สูงขึ้น หลังจากได้รับข้อเสนอ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ข้อ 2 แสดงให้เห็นว่า การให้ข้อเสนอเป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โรงเรียนสวัสดิศึกษาได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุทิพร ปุกเกตุ (2529 : 57) ที่ศึกษาพบว่าการให้ข้อเสนอเกี่ยวกับการลดอารมณ์เศร้าทำให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบางกรวย จังหวัดนนทบุรี มีอารมณ์เศร้าลดลง

จากผลการวิจัยครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า การให้ข้อเสนอเรื่องการปรับตัวทางอารมณ์ สามารถพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างให้สูงขึ้น ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าเอกสารข้อเสนอที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นใช้สถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนโดยตรงและใช้ภาษาที่เหมาะสมกับวัยนักเรียนระดับประถมศึกษา จึงทำให้นักเรียนที่ได้รับข้อเสนอได้รับความรู้จากเรื่องราวกรณีตัวอย่าง ตลอดจนความรู้เกี่ยวกับแนวทางแก้ไขปัญหาก็เกี่ยวกับการปรับตัวทางอารมณ์ด้านต่าง ๆ ซึ่งอาจจะเป็นประโยชน์และนำไปใช้ต่อไปในอนาคต ดังที่ วัชร ทรัพย์มี (2531 : 68) ได้กล่าวถึงการให้ข้อเสนอทางด้านสังคมและการปรับตัวซึ่งเป็นบริการแนะแนวด้านหนึ่งไว้ว่า การให้ข้อเสนอทางด้านสังคมและการปรับตัวเป็นการให้ข้อมูลที่จะช่วยให้เข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ เรียนรู้เกี่ยวกับการปรับปรุงตนเอง และปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องกับ คมเพชร จิตรสุกุล (2521 : 195 - 196) ที่กล่าวว่า การให้ข้อเสนอจะทำให้ผู้รับข้อเสนอรับรู้รายละเอียดที่จำเป็นต่อการปรับปรุงส่วนที่บกพร่องเข้าใจตนเองและช่วยพัฒนาตนเองได้ และนอกจากนี้ คริสต์เทนเซน (คมเพชร จิตรสุกุล. 2521 : 196 ; อ้างอิงมาจาก Christensen. 1949 : 11 - 14) ยังกล่าวถึงประโยชน์ของการให้ข้อเสนอว่าการให้ข้อเสนอจะช่วยให้นักเรียนปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น สามารถปรับปรุงสิ่งต่าง ๆ ได้แทนที่จะปล่อยไว้อย่างมีปัญหาละเลยต่อการดำเนินชีวิต ดังนั้นนักเรียนเมื่อได้รับข้อเสนอแล้วนำความรู้ที่ได้จากข้อเสนอมาแก้ไขปัญหของตนเอง ซึ่งจะช่วยพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนให้สูงขึ้น

นอกจากนี้ ในระหว่างการให้ข้อเสนอแนะผู้วิจัยสังเกตพบว่า นักเรียนมีความสนใจ ตั้งใจและกระตือรือร้นในการอ่านกรณีตัวอย่างและแนวทางแก้ไขปัญหาทางอารมณ์จากข้อเสนอแนะ และสามารถสรุปสาระที่ได้จากการอ่าน ตรงกับที่ผู้วิจัยสรุป ตลอดทั้งมีการซักถามผู้วิจัยเมื่อมีข้อสงสัย

3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีการปรับตัวทางอารมณ์สูงกว่า นักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ข้อ 3 ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุวรรณ ทองบัวงาม (2533 : 94) ที่ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีของโรเจอร์ส เพื่อลดความวิตกกังวลด้านการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พบว่า กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีความวิตกกังวลน้อยกว่ากลุ่มที่ได้รับข้อเสนอแนะ

ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โรงเรียนสวัสดิศึกษาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการปรับตัวทางอารมณ์สูงกว่า นักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ ทั้งนี้อาจจะเป็นเพราะว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นกระบวนการที่บุคคลซึ่งมีปัญหาหรือความต้องการคล้าย ๆ กัน มาปรึกษาหารือร่วมกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้คำปรึกษาคอยเอื้ออำนวยความสะดวกและให้ความช่วยเหลืออีกทั้ง ผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสสำรวจตัวเองแสดงความรู้สึก แสดงความคิดเห็น กล้าเผชิญปัญหา ยอมรับความจริงของชีวิตและรับรู้ว่าจะไม่ใช่เขาคนเดียวที่มีปัญหา รับฟังความคิดเห็นและความรู้สึกของบุคคลอื่น ภายใต้บรรยากาศแห่งการยอมรับ ไว้วางใจ ซึ่งกันและกัน มีความรู้สึกอบอุ่นและปลอดภัยเมื่ออยู่ภายในกลุ่ม ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ วัชร ฐะวะศา (2524 : 118 - 120) ที่ว่า บรรยากาศที่ยอมรับซึ่งกันและกัน จะทำให้สมาชิก กล้าพูดและเปิดเผยตนเองมากขึ้น และผ่อนคลาย เกิดพิทักษ์ (2529 : 180) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะช่วยเสริมสร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม สมาชิกของกลุ่มได้เรียนรู้ปัญหาของเพื่อนสมาชิก ผลจากการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมภายในกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกแต่ละคนได้รู้จักและเข้าใจตนเองมากขึ้น ยอมรับตนเองและยอมรับบุคคลอื่นมากขึ้น อีกทั้งการที่สมาชิกภายในกลุ่มได้มีโอกาสระบายความรู้สึกต่าง ๆ ที่ค้างคั่งอยู่ในใจ โดยการใช้สื่อการเล่นต่าง ๆ ที่ผู้วิจัยจัดขึ้น ซึ่งได้แก่ การวาดรูประบายสี การเขียน

ระบายความรู้สึกและความต้องการลงในแผ่นโปรชชียบัตร และการบันทึกนั้นมันนับว่าเป็นสิ่งหนึ่งที่ช่วยกระตุ้นให้สมาชิกกล้าที่จะแสดงออกยิ่งขึ้น และสามารถพูดถึงสิ่งต่าง ๆ ให้กลุ่มรับรู้ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น และนอกจากนี้ การใช้สื่อการเล่นในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มครั้งนี้ยังเป็นสื่อกลางที่ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาและสมาชิกคนอื่นได้ระบายความรู้สึก ความคิดและได้แสดงออก ตลอดทั้งได้รับประสบการณ์ต่าง ๆ มากขึ้น อีกทั้งผู้ให้คำปรึกษามีโอกาสสะท้อนความรู้สึก ทำให้นักเรียนกระจ่างในปัญหา เกิดการเรียนรู้และนำเอาประสบการณ์ไปใช้ในการแก้ไขปัญหของตน

จากการทดลอง ผู้วิจัยสังเกตพบว่า นักเรียนในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีความกระตือรือร้นที่จะเข้าร่วมกลุ่มและสมาชิกเจ้าของปัญหาแต่ละคนจะเลือกใช้สื่อการเล่นที่ตนเองสนใจ นักเรียนที่วาดรูปหรือบันทึกนั้นมันหรือเขียนระบายความรู้สึกลงในแผ่นโปรชชียบัตร มีความตั้งใจในการวาดรูปหรือบันทึกนั้นมันหรือเขียนระบายความรู้สึกลงในแผ่นโปรชชียบัตร พร้อมทั้งระบายความรู้สึกหรือความต้องการของตนเกี่ยวกับภาพหรือการบันทึกนั้นมันหรือการเขียนลงในแผ่นโปรชชียบัตร ตลอดทั้งซักถามเรื่องราวต่าง ๆ จากผู้วิจัยซึ่งแตกต่างจากนักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ ทั้งนี้เพราะว่านักเรียนได้เรียนรู้การปรับตัวทางอารมณ์จากการอ่านเอกสารซักถามผู้วิจัยเมื่อมีข้อสงสัย ตลอดทั้งจากการสรุปทั้งจากนักเรียน และของผู้วิจัยแต่ไม่มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือเรียนรู้วิธีการแก้ไขปัญหของตนเองและบุคคลอื่นโดยตรง อย่างไรก็ตามนักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปรับตัวทางอารมณ์สามารถนำความรู้ที่ได้จากการอ่านข้อเสนอแนะไปเป็นแนวทางในการพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ได้ แม้ว่าคำแนะนำการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ จะต่ำกว่าคำแนะนำของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

ผู้ที่แนะนำวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไปใช้ในการปรับตัวทางอารมณ์กับนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง จะต้องทำความเข้าใจในทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และจะต้องมีทักษะในการเป็นผู้นำกลุ่มหรือเป็นผู้ให้คำปรึกษาเป็นอย่างดี เพราะนักเรียนที่มาจากครอบครัว

หย่าร้างมักจะได้รับการกระทบกระเทือนทางจิตใจ อันเป็นผลมาจากสภาพของครอบครัว
ซึ่งนักเรียนบางคนอาจมีความอ่อนไหวทางอารมณ์มาก

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัย

2.1 ควรมีการทดลองให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง
และมีปัญหาการปรับตัวทางอารมณ์ ในระดับชั้นอื่น ๆ

2.2 ควรมีการติดตามผลทุก 3 เดือน 6 เดือน และ 1 ปี ภายหลังเสร็จสิ้น
การทดลอง เพื่อติดตามว่าการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนที่ได้รับการพัฒนาไปแล้วยังมีการ
เปลี่ยนแปลงหรือไม่ อย่างไร

2.3 ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับการให้
คำปรึกษาเป็นรายบุคคลที่มีต่อการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง

2.4 ในการคัดเลือกนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างควรคำนึงถึงเพศ ระยะเวลา
ที่บิดามารดาหย่าร้าง ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว สภาพความเป็นอยู่ในปัจจุบันว่านักเรียน
อยู่กับบิดาหรือมารดา

2.5 เวลาที่ใช้ในการทดลองครั้งต่อไปอาจมากกว่า 40 นาที

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ พล้าสว่างซ์. สຸບພາພິຈິຕິນຳໃນຮົງເຮືອນ. ກຸງເທພາ : ປາຄວິຊາການແນະແນວແລະ
ຈິຕວິທຳການຮຶກຮືອນ ຄະຕິຊາສາສຕຣ໌ ມຫາວິທຳລຳຍຳສຣິນຄຣິນທຣວີໂຣທ ປຣະສາມິຕຣ, 2524.
- ການປກຣອງ, ກຣມ. ປຣະມວລສຸຕິຈານການທະເບື້ຍນີ 2533. ກຸງເທພາ : ກອງວິຊາການ
ກຣມການປກຣອງ, 2533.
- 6 ກຳເພງ ອຶຣະນາດ. "ບັດທຳການທຳຮ້າງ," ໃນ ບັດທຳຄຣອບຄຣ໌ວ : ຮາຍງານການສຳມຳນາ.
ເຢັື່ງໃຫມ່ : ບຣິຊັທໂທຍປຣະກັນຊີວິຕ, 2526.
- ກຳຍາ ສຸວຣຣະສະງ. ການພັດທະນາບຸຄລິກພາບແລະການປັບຕົວ. ກຸງເທພາ : ບຳຮຸ່ງສາສິນ, 2533.
- ຄມເພຣ ຈັຕຣສຸກຄຸ. ການແນະແນວເບື້ອ່ງຕົ້ນ. ກຸງເທພາ : ໂທຍວັດທະນາພານິຊ, 2529.
- _____. ກິຈກຣມກຸ່ມໃນຮົງເຮືອນ. ເອກສາຣສາສິນວິຊາແນະແນວ 313 ກິຈກຣມກຸ່ມໃນ
ຮົງເຮືອນ ປາຄວິຊາການແນະແນວແລະຈິຕວິທຳການຮຶກຮືອນ ຄະຕິຊາສາສຕຣ໌ ມຫາວິທຳລຳຍຳ
ສຣິນຄຣິນທຣວີໂຣທ ປຣະສາມິຕຣ, 2530.
- _____. ບຣິການສັນເທສ. ກຸງເທພາ : ປາຄວິຊາການແນະແນວແລະຈິຕວິທຳການຮຶກຮືອນ
ຄະຕິຊາສາສຕຣ໌ ມຫາວິທຳລຳຍຳສຣິນຄຣິນທຣວີໂຣທ ປຣະສາມິຕຣ, 2521.
- ຄທຣຣມສາສຕຣ໌ແຫ່ງປຣະເທສໂທຍ, ສມາຄມ. ຄຣອບຄຣ໌ວສຳມັພັນ. ກຸງເທພາ : ສມາຄມ
ຄທຣຣຊຣຊສາສຕຣ໌ແຫ່ງປຣະເທສໂທຍໃນປຣະບຣມຣາຊິນຸບັຕັມກ໌ ພຸດສິຈິກາຍນ 2524.
- ຈຣຣຈາ ສຸວຣຣະທັຕ. "ການພັດທະນາບຸຄລິກພາບແລະສຸບພາພິຈິຕິ," ໃນ ປຣະມວລທທວາມທາງວິຊາການ
ທີ່ບຣຣາຍໃນໂອກາສຕ່າງ ໆ ກາຍໃນປຣະເທສ ພ.ສ. 2511 - 2526. ກຸງເທພາ :
ສຳບັນວິຊາພຸດທິກຣມສາສຕຣ໌ ມຫາວິທຳລຳຍຳສຣິນຄຣິນທຣວີໂຣທ ປຣະສາມິຕຣ, 2526.
- ຈຳເນີຍຣ ຂ່ວງໄຊຕິ ແລະນວລສິຣິ ເປາໂຣທິຕ໌. ເທຕິນິດການໃຫ້ຄຳປຣິກຊາ. ກຸງເທພາ :
ປາຄວິຈິຕວິທຳ ຄະຕິຊາສາສຕຣ໌ ມຫາວິທຳລຳຍຳຣາມຄຳເພງ, 2524.
- 4 ຫຍາກຣຸຸຸ ຂື້ນຮຸ່ງໂຣຈິນ. ເດັກແລະວິກຸດທການໃນຄຣອບຄຣ໌ວ. ເຢັື່ງໃຫມ່ : ປາຄວິຊາມນຸຊຍ໌ສຳມັພັນ
ຄະຕິມນຸຊຍສາສຕຣ໌ ມຫາວິທຳລຳຍຳເຢັື່ງໃຫມ່, 2529.

- 1 ชีรวัดน์ นิลเนตร. สภาพเชิงจิต - สังคมในโรงเรียนกับสุขภาพจิตของนักเรียนวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ค. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2522. อัดสำเนา.
- ชูศรี วงศ์รัตนะ. แบบแผนการทดลองและสถิติ. กรุงเทพฯ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2528.
- ธรรมศักดิ์ ตะละกัญ. "อิทธิพลของครอบครัวต่อการพัฒนาบุคลิกภาพ," แนะแนว. 17(87) : 32 - 50 ; มิถุนายน - กรกฎาคม 2526.
- คารม อภัยรัตนกิจ. "จิตวิทยากับการแนะแนวในระดับประถมศึกษา," ใน เอกสารการสอนชุดวิชาการแนะแนวในระดับประถมศึกษา. หน่วยที่ 1 - 7. สาขาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2533.
- ทองเรียน อมรัชกุล. กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. พิษณุโลก : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก, 2520.
- ธีระศักดิ์ ศรีพรวิสิฏ. "หลักและทฤษฎีการให้คำปรึกษา," แนะแนว. 11(51) : 42 ; มิถุนายน - กรกฎาคม 2520.
- ธนู ขาคิดนานนท์. "พ่อกับสุขภาพจิตของบุตร" สารสุขภาพจิต. 4(3) : 5 ; มิถุนายน - กันยายน, 2535.
- นางลักขณ์ เทพสวัสดิ์. "ครอบครัวหย่าร้างที่สร้างปัญหาให้กับสังคม," ธรรมศาสตร์. 16(1) : 75 - 88.
_____. ปัญหาสังคมในสังคมไทย. พิมพ์ครั้งที่ 2. คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2533.
- นพวรรณ สมนัสุมาส. ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาการยอมรับตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสุราษฎร์ธานี. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2529. อัดสำเนา.
- นิภา นิธยาน. การปรับตัวและบุคลิกภาพจิตวิทยาเพื่อการศึกษาและชีวิต พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โอเคียนส์ไตร์, 2530.

นิภา นิธยาน. การปรับตัวและบุคลิกภาพ : จิตวิทยาเพื่อการศึกษาและชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ 2.

กรุงเทพฯ : สารศึกษาการพิมพ์, 2520.

นิภา พงศ์วัฒน์. การศึกษาปัญหาทางสังคมของเด็กวัยรุ่นตอนต้นในโรงเรียนมัธยมศึกษา

สังกัดกรมสามัญศึกษาในภาคกลาง. ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย

ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2520. อัดสำเนา.

นิภา ศรีไพโรจน์. สถิติอาหารอเมริกา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โอ เอส

พรินติ้งเฮาส์, 2533.

นิยม บุญ. ครอบครัวสัมพันธ์. พิมพ์ครั้งที่ 4. (ฉบับปรับปรุงแก้ไขเพิ่มเติม)

คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2534.

นิลวรรณ ศิริอังกุล. สุขภาพจิตของนักเรียนในชุมชนแออัด เขตห้วยขวาง กรุงเทพมหานคร.

ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,

2535. ถ่ายเอกสาร.

บุษวิศ เพชรรัตน์. การศึกษาเปรียบเทียบทัศนคติต่อการมีครองของเด็กวัยรุ่นที่มาจาก

ครอบครัวสมบูรณ์ และครอบครัวแตกแยก. ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ :

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2527. อัดสำเนา.

ประสาธน์ เคารวะ, กรม กองวิชาการ. "ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับสภาพปัญหาของสถาบันครอบครัว

และแนวทางแก้ไข," การประสาธน์ เคารวะ. 33(2) : 35 - 40 มีนาคม -

เมษายน 2533.

ปราณี รามสูต. "กลวิธีให้บริการปรึกษาแก่นักเรียนในระดับประถมศึกษา," เอกสารการสอน

ชุดวิชาการแนะแนวในระดับประถมศึกษา. หน่วยที่ 1 - 7. กรุงเทพฯ :

สาขาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2533.

พองพรรณ เกิดพิทักษ์. การแนะแนวและการให้คำปรึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา.

กรุงเทพฯ : บัณฑิตการพิมพ์, 2529.

_____. สุขภาพจิตเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : บัณฑิตการพิมพ์, 2530.

- พงษ์พันธ์ พงษ์ไสภา. การแนะแนวและการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : พัทธอักษร,
ม.ป.ป.
- _____. ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : พัทธอักษร, 2525.
- พรรคพิศ วาณิชการ. การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม. กรุงเทพฯ : กรมวิชาการ ครูสภา,
2528.
- ๑๗ ไพโรจน์ กัมพูสิริ. ย่อหลักกฎหมายครอบครัว. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : นิติธรรม,
2534.
- มาลี วงษ์แก้ว. ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์ กรุงเทพมหานคร. ปรินิพนธ์
กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2526. อัดสำเนา.
- ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. หลักการวิจัยทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2.
กรุงเทพฯ : บริษัทศึกษาพร จำกัด, 2531.
- วารุณี บิณฑลันต์. จิตวิทยาครอบครัวและสวัสดิภาพเด็ก. คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ม.ป.ป.
- วัชร ทรัพย์มี. การแนะแนวในโรงเรียน. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช,
2531.
- _____. ทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : ภาพการพิมพ์, 2533.
- วัชร ฐวะคำ. จิตวิทยาการแนะแนวและการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : จงเจริญการพิมพ์,
2524.
- ๑๘ วันทนา กลิ่นงาม. ภาวะการหย่าร้างของประชากรไทยระหว่างปี พ.ศ. 2512 - 2521 :
ศึกษาจากทะเบียนหย่า. เอกสารทางวิชาการหมายเลข 64 สถาบันวิจัยประชากร
และสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, พุศิจิกายน 2525.
- วันทนี วาสีกะสิน. ปัญหาพฤติกรรมทางเพศของมนุษย์กับงานสังคมสงเคราะห์. กรุงเทพฯ :
คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2526.

- วันเพ็ญ บุญประกอบ. "จิตเวชเด็กและวัยรุ่นกับการหย่าร้างของพ่อแม่" โรงพยาบาล
นิติจิตเวช. 1(2) : 16 - 17 ; พฤษภาคม 2535.
- วัลลภ ปิยะมโนธรรม. "การหย่าร้าง," สยามรัฐสัปดาห์วิจารณ์. 36(3) : 60 - 62 ;
2 กรกฎาคม 2532.
- วิจิตร วสุวานิช. "ครอบครัวกับการพัฒนาพฤติกรรมเด็ก," ใน การพัฒนาพฤติกรรมเด็ก.
เอกสารการสอนชุดวิชาหน่วยที่ 6 - 10 มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2524.
- วิญญู พูลศรี. ผลของการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นกลุ่มต่อสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนและความ
วิตกกังวลในการเรียน นิสัยและทัศนคติทางการเรียนของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตร
วิชาการศึกษาชั้นสูง วิทยาลัยครูเชียงใหม่, วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2523. อัดสำเนา.
- ศรัน ขจรเดชกุล. "พ่อแม่หย่าร้างสร้างปัญหาให้ลูก," แนะแนว. 20 (101) : 45 - 47;
ตุลาคม - พฤศจิกายน 2528.
- ศิริวงศ์ ทับสายทอง. สัปดาห์จิต. กรุงเทพฯ : ภาควิจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย, 2535.
- ศิริรัตน์ ภูสกุลเจริญศักดิ์. ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีของไรเจอร์สที่มีต่อทัศนคติ
ในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเทพลีลาประชาสรรค์
กรุงเทพมหานคร. ปรินุณานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร, 2531. อัดสำเนา.
- สุชา จันทน์เอม. จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2529.
- สุชาติ ไสมประยูร. "การปรับตัวเพื่อสุขภาพจิต" สัปดาห์ศึกษา - พลศึกษา สันทนาการ.
10(2) : 44 - 45 ; กันยายน 2527.
- สุทิพร ปุกเกตุ. ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการลดอารมณ์เศร้าของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบางกรวย นนทบุรี. ปรินุณานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2529. อัดสำเนา.

สุธีรพันธ์ กรลักษ์. "กลวิธีให้คำปรึกษาเฉพาะอย่าง," แนะแนว. 9(39) : 70 - 84 ;

มิถุนายน - กรกฎาคม 2518.

สุพัตรา สุภาพ. ปัญหาสังคม. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2533

สุภาวดี มิตรสัมพันธ์. ปัญหาสังคม. กรุงเทพฯ : ภาควิชาสังคมวิทยา

คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางเขน, 2523.

สุวรรณ ทองบัวงาม. ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีของโรเจอร์ส เพื่อลดความ

วิตกกังวลต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1.

ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,

2533. อุดสาเนา.

สุวินัย ดันดีพัฒนานันท์. การพยาบาลจิตเวช. กรุงเทพฯ อักษรสัมพันธ์, 2522.

อังกาบ กอศรีพร. "ความขัดแย้งระหว่างคู่สมรส : การวิเคราะห์สาเหตุและทางออก,"

ใน ปัญหาครอบครัว : รายงานการสัมมนา. เชียงใหม่ : บริษัทไทยประกันชีวิต,

2526.

อัญชลี วงศ์ทางสวัสดิ์. "ผลกระทบของการหย่าร้างต่อลูก," จิตวิทยาคลินิก. 19(2) :

31 - 36 ; กรกฎาคม - ธันวาคม 2531.

อาพร เจนประภาพงศ์. "ช่วยเด็กเข้าใจเรื่องการหย่า," แนะแนว. 18(90) :

61 - 64 ; ธันวาคม 2526 - มกราคม 2527.

Aguilera, D. and Messick Janice. Crisis Intervention : Theory and Methodolgy. St. Louis, The C.V. Mosby Company, 1974.

Breunan, Donna Joyce. "Effects of Group Counseling and Interactive Bibliotherapy on Children's Adjustment to Separation and Divorce," Dissertation Abstracts International. 5(1) : 413-B ; July, 1990.

Clark, Jeffry Russell. "The Effectiveness of Two Treatments Designed to Facilitate Children's Adaptive Postdivorce Adjustment," Dissertation Abstracts International. 5(11) : 5569-B; May, 1991.

Donaldson, Mary Beth Williams. "Children of Divorce : A Model for Group Counseling in The Church," Dissertation Abstracts International. 49(8) : 3499-B; February, 1989.

Drago, Anthony L. "The Effect of Experiential Developmental and Cognitive Multimodel Group Counseling on Children of Divorce," Dissertation Abstracts International. 48(4) : 834 - 4 ; October, 1987.

- Dyer, Wayne W. and John Vriend. Counseling Techninques That Work : Applications to Individual and Group Counseling. Washington : APGA Press, 1975.
- Elison, Robert John. "Ego - Analytic Small Group Counseling with Children of Divorce," Dissertation Abstracts International. 45(12) Part I : 3548 - A ; June, 1985.
- Eichenberger, Susan Abrams. "The Contribution of Systemic Family Functioning Variables to The Adjustment Level of Children of Divorce as Reported by Custodial Parents," Dissertation Abstracts International. 51(3A) : 792 ; September, 1990.
- Fong - Toy, Angela. "The Effects of A Psychological Guidance Program on The Self - Esteem of Children from Divorced and Intact Families," Dissertation Abstracts International. 46(9) : 2265-A ; March, 1986.
- Forrer, Susan L. "Divorce Discussion Group for Elementary - Age Children : A Curriculumplan," Dissertation Abstracts International. 46(11) : 3252-A ; May, 1986.
- Gawryhs, John Jr. and O. Bruce Brown. Group Guidance and Counseling In The Schools. New York : McGraw - Hill Book Co., 1970.
- Gazda, George Michael. Group Counseling : A Developmental Approach. Boston : Allyn and Bacon, 1971.
- _____. Group Counseling : A Developmental Approach. 4th ed. Boston : Allyn and Bacon, 1989.
- Hamrin, Shirley A and Blanche B. Paulson. Couseling Adolescents. Chicago, Science Research Associates Inc, 1969.
- Kelman, H.C. "The Role of the Group in the Induction of Therapeutic Change," International Journal of Group Psychotherapy. 13 : 399 - 432 ; 1963.
- Kemp, Gratton C. Foundation of Group Counseling. New York : McGraw - Hill, 1970.
- Mahler, Clarence A. Group Counseling in The School. New York : Houghton Mifflin Company, 1969.
- Moran, Patricia Blanche. "Factors Related to Variability in Delinquency Behaviors, Academic Performance, and Emotional Adjustment Among Early Adolescents in Divorce and Intact Families," Dissertation Abstracts International. 50 (11B) : 5347 ; May, 1990.

- MulHolland, Debra Japzon. "Resilient and Vulnerable Children of Divorce," Dissertation Abstracts International. 51(1) : 439-B ; July, 1990.
- Nelson, Richard C. "Organizing for Group Counseling," Group Counseling Theory Research and Practice. Washington, D.C. : APGA Press, 1973.
- Ohlsen, Merle M. Group Counseling. New York : Holt Rinchart, 1970.
- _____. Group Counseling. 3rd ed. New York : Holt Richart and Winston Inc., 1988.
- Okla, Katherine Keefer. "Gender Roles and Adjustment in Children of Divorce" Dissertation Abstracts International. 51(7B) : 3577 ; January 1991.
- Poduska, A. Bernard. Understanding Psychology and Dimensions of Adjustment. New York : Mc - Graw - Hill, 1980.
- Pansky, Jonathan Hugh. "Gender Role and Adjustment in Children of Divorce," Dissertation Abstracts International. 51(6) : 3143-B ; December, 1990.
- Patterson, C.H. Theories of Counseling and Psychotherapy. New York : Harper and Row Publishers, 1966.
- Patterson, C.H. Theories of Counseling and Psychotherapy. New York : Harper and Row Publishers, 1973.
- Pickard, David C. "Childhood Fears and the Impact of Divorce and Remarriage," Dissertation Abstracts International. 50(6) : 2674-B ; December, 1989.
- Rogers, C.R. "The Orgnization of Personality," American Psychologists. 2 : 258 ; 1974.
- Schnell, Mary Mullany "The Effects of Divorce on the Adjustment of Mildly Mentally Handicapped Children" Dissertation Absstracts International. 51(12B) : 6118 ; June, 1991.
- Worchel, Stephen. Adjustment : Pathways to Personal Growth. 2nd ed. New Jersey, Prewtice - Hall, Inc. 1989.
- Yalom, I. The Theory and Practice of Group Psychotherapy. New York : Basic Books, 1970.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

- แบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์
- ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์

แบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์

คำชี้แจง

1. ขอให้นักเรียนอ่านสถานการณ์แต่ละข้อ แล้วเลือกตอบให้ตรงกับความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มที่นักเรียนจะกระทำให้มากที่สุด โดยเขียนเครื่องหมายกากบาท (X) ทับตัวอักษรที่ต้องการเพียงข้อเดียว

2. คำตอบของนักเรียนจะไม่เป็นผลเสียต่อผลการเรียนของนักเรียนเด็กขาด และจะรักษาไว้เป็น ความลับ จะนำไปใช้เพื่อประโยชน์ต่อตัวนักเรียนเอง

1. เวลาที่นักเรียนรู้สึกไม่สบายใจ เกี่ยวกับเรื่องที่พ่อแม่แยกทางกัน นักเรียนจะทำอย่างไร
 - ก. ครุ่นคิดถึงเรื่องที่พ่อแม่แยกทางกัน
 - ข. ไปร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ กับเพื่อน เช่น เล่นกีฬา ร้องเพลง เพื่อให้ลืมเรื่องที่พ่อแม่แยกทางกัน
 - ค. ไปปรึกษาครูว่าควรจะทำอย่างไร
2. นักเรียนรู้สึกอย่างไร เมื่อคุณครูโทรทัศน์ ที่ชีวิตของผู้แสดงละครนั้น ประสบปัญหาพ่อแม่แยกทางกัน
 - ก. รู้สึกสะเทือนใจมากจนไม่อยากทำอะไร
 - ข. รู้สึกเศร้าและคุดอจนจบเพื่อจะได้ทราบว่าผู้แสดงคนนั้น เขาจะแก้ปัญหาที่พ่อแม่แยกทางกันอยู่อย่างไร
 - ค. รู้สึกเศร้าจนต้องเปลี่ยนช่องดูเรื่องอื่นแทน
3. เอ๋กับไอ้เป็นเพื่อนสนิทกัน วันหนึ่งเอ๋วิ่งมาหาไอ้ ด้วยน้ำตานองหน้า และพูดว่าพ่อแม่เขาแยกทางกัน ถ้านักเรียนเป็นเอ๋นักเรียนจะทำอย่างไร
 - ก. ชวนไอ้ไปเล่นที่บ้าน
 - ข. ร้องไห้เหมือนเอ๋
 - ค. ไปปรึกษาครูประจำชั้นว่าควรจะทำอย่างไร
4. เมื่อนิตทราบจากแม่ว่า พ่อและแม่แยกทางกันแล้ว นิตรู้สึกเสียใจมาก ถ้านักเรียนเป็นนิตนักเรียนจะทำอย่างไร
 - ก. ร้องไห้
 - ข. เข้าไปพูดกับแม่ว่านิตรู้สึกเสียใจมากและไม่ทราบว่าต่อไปนี้จะให้ติดอยู่กับใคร
 - ค. จะดูทีวีรายการที่ชอบเพื่อให้ลืมเหตุการณ์ที่ทำให้รู้สึกเสียใจ

5. หลังจากโรงเรียนเลิก แก้วตากลับถึงบ้านเห็นแม่ นั่งกอดน้องสาวร้องไห้ เมื่อแก้วตาเข้าไปถามแม่บอกว่า พ่อกับแม่แยกทางกันแล้ว ถ้านักเรียนเป็นแก้วตา นักเรียนจะทำอย่างไร
 - ก. ร้องไห้ตามแม่
 - ข. ช่วยแม่คิดวางแผนว่าต่อไปนี้พวกเราจะอยู่กันอย่างไร
 - ค. เดินออกไปในที่อื่นสักครู่เพื่อจะได้สบายใจขึ้น
6. หลังจากที่พักแม่แยกทางกันนิคต้องนั่งรถเมล์มาโรงเรียนด้วยตนเอง ส่วนหนึ่งซึ่งเป็นเพื่อนร่วมชั้น เรียนเดียวกันมีทั้งพ่อและแม่ขับรถมาส่งที่โรงเรียนทุกวัน ถ้านักเรียนเป็นนิค นักเรียนรู้สึกอย่างไร
 - ก. อยากให้แม่มาส่งที่โรงเรียนเหมือนหนึ่ง
 - ข. ภูมิใจที่สามารถขึ้นรถเมล์มาโรงเรียนด้วยตนเองได้
 - ค. อยากจะไปเล่นกับเพื่อนโดยไม่สนใจว่าใครมาส่งหนึ่ง
7. ถ้ามีความรู้สึกว่าครอบครัวที่มีความสุขคือครอบครัวที่อยู่กันพร้อมหน้าพ่อแม่และลูก ดังนั้นหลังจากที่พ่อแม่แยกทางกัน นักเรียนจึงมีความรู้สึกต้องการมีชีวิตครอบครัวเหมือนเดิมตลอดเวลา ถ้านักเรียนเป็นนักเรียน นักเรียนจะทำอย่างไร
 - ก. นั่งคิดถึงแต่เรื่องพ่อแม่แยกทางกัน
 - ข. วาดภาพครอบครัวตนเองที่มีทั้งพ่อ แม่ และตัวเอง
 - ค. ยอมรับความจริงว่าคงเป็นไปไม่ได้ที่ครอบครัวตนเองกลับมาอยู่ด้วยกันเหมือนเดิม
8. เวลาต้องมีเรื่องทะเลาะกับเพื่อน ต้องมักจะปรึกษาพ่อแม่เสมอ แต่ตอนนี้ต้องไม่มีพ่ออีกแล้ว เพราะพ่อเพิ่งแยกทางกับแม่เมื่อเดือนที่แล้ว ถ้านักเรียนเป็นต้องนักเรียนจะทำอย่างไร
 - ก. เขาไปพูดกับเพื่อนเพื่อรับความเข้าใจด้วยตนเอง
 - ข. พยายามคิดหาหนทางว่าควรจะทำอย่างไรดี
 - ค. บ่อยๆให้ปัญหาเกิดอยู่อย่างนั้น

9. ขณะที่ตุ้มไปเที่ยวสวนสยามกับแม่เพียง 2 คน ตุ้มเห็นเด็กตัวเท่า ๆ ตุ้มทั้งพ่อและแม่คอยจูงมือ ถ้านักเรียนเป็นตุ้มนักเรียนรู้สึกอย่างไร
- รู้สึกไม่สบายใจ เลยชวนแม่ไปดูโน้ตในสวนสยาม
 - อยากเป็นเหมือนเด็กคนนั้น
 - รู้สึกว่าถึงแม้จะมีแม่เพียงคนเดียวก็มีความสุข
10. หลังจากที่พ่อแม่แยกทางกัน เหว่งกับน้องสาวอยู่กับแม่ เหว่งสังเกตเห็นว่าแม่กลับบ้านมีคำ บางที่เหว่งกับน้องสาวหลับแล้วแม่ถึงมา เหว่งอยากให้แม่ทักเหมือนเดิมกับเหว่งและน้องสาว ถ้านักเรียนเป็นเหว่ง นักเรียนจะทำอย่างไร
- บอกแม่ว่าตนรู้สึกอย่างไร
 - เก็บความรู้สึกต่าง ๆ ไว้คนเดียว
 - คุยกับพี่ที่แม่ยังไม่กลับบ้าน
11. หน้อยรู้สึกอับอายมากเมื่อพ่อแม่ โอบกอดหรือเอามือลูบศีรษะ แต่หลังจากที่พ่อแม่แยกทางกัน หน้อยอยู่กับพ่อ และพ่อไม่เคยโอบกอดหน้อยเลย ถ้านักเรียนเป็นหน้อย นักเรียนจะทำอย่างไร
- หาตุ๊กตาน่ารัก ๆ มากอดแทน
 - นอนร้องไห้ที่พ่อไม่สนใจ เอาใจใส่เหมือนเดิม
 - บอกพ่อว่าต้องการให้พ่อโอบกอดหรือเอามือลูบศีรษะคนเหมือนเดิม
12. นันเป็นเด็กชาย ที่ขยันและตั้งใจเรียนเสมอ แต่หลังจากพ่อแม่ของนันแยกทางกัน นันมักจะคิดว่าตนเองเป็นเด็กที่ขาดความอบอุ่น ไม่มีใครรักและเริ่มไม่ตั้งใจเรียน ถ้านักเรียนพบปัญหาเช่นเดียวกับนัน นักเรียนจะทำอย่างไร
- ตั้งใจเรียนอย่างเดิม
 - นั่งคิดว่าต่อไปจะทำอย่างไรดี
 - ออกไปเล่นกีฬากับเพื่อน ๆ

13. หลังจากทีพ่อและแม่ของนุชแยกทางกัน นุชมักมีความรู้สึกเหงา และว้าเหว่มาก ถ้านักเรียนเป็นนุช นักเรียนจะทำอย่างไร
- เขียนเรียงความและบรรยายถึงความรู้สึกเหงา
 - อ่านหนังสือที่ชอบ
 - ครุ่นคิดถึงเหตุการณ์วันที่พ่อแม่แยกทางกัน
14. หลังจากทีพ่อแม่ของมณีแยกทางกัน มณีมักจะร้องไห้ไม่ทำอะไร ถ้านักเรียนเป็นมณี นักเรียนจะทำอย่างไร
- หาหนังสือที่ชอบมาอ่านจะได้ไม่คิดมาก
 - นั่งร้องไห้เหมือนมณี
 - ทำจิตให้สบายเพราะเป็นเรื่องราวของพ่อกับแม่
15. หลังจากทีพ่อแม่ของสายใจแยกทางกัน พ่อเป็นฝ่ายไปจากบ้าน สายใจอยู่เพียงลำพังกับแม่ สายใจรู้สึกคิดถึงพ่อมาก ถ้านักเรียนเป็นสายใจนักเรียนจะทำอย่างไร
- พูดคุยกับแม่เกี่ยวกับพ่อเพราะจะช่วยให้หายคิดถึงพ่อได้บ้าง
 - เมื่อใดที่คิดถึงพ่อ จะนทาภาพถ่ายของพ่อมาดู
 - นั่งคิดถึงพ่อทุกวัน
16. ตึกตามักจะใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ อยู่กับการนั่งเหม่อลอยคิดถึงพ่อ เนื่องจากพ่อของตึกตาเพิ่งแยกทางกับแม่ ถ้านักเรียนเป็นตึกตา นักเรียนจะทำอย่างไร
- เก็บของต่าง ๆ ที่พ่อเคยใช้ไว้ดูเป็นที่ระลึก
 - นั่งเหม่อลอยคิดถึงพ่อ
 - เขียนจดหมายถึงพ่อ
17. พ่อแม่ของมาลีเพิ่งแยกทางกัน มาลีอยู่กับแม่ มาลีรู้สึกคิดถึงพ่อมากจนบางครั้งก็ครูกำลังสอนอยู่ มาลีมักจะนั่งเหม่อลอย เมื่อถูกครูเรียกชื่อ มาลีจะสะดุ้ง ถ้านักเรียนเป็นมาลี นักเรียนจะทำอย่างไร
- บอกครูว่ากำลังสังเกตต้นไม้
 - เล่าความจริงให้ครูฟัง
 - ร้องไห้ทันทีที่ถูกถาม

18. นิตยาและจรรยาเป็นเพื่อนสนิทกัน นิตยามักจะคุยอวดจรรยา เสมอว่าวันหยุดพ่อแม่พาครอบครัวไปรับประทานอาหารนอกบ้าน ส่วนจรรยารู้สึกอับอายที่พุดถึงครอบครัวตนเอง เนื่องจากครอบครัวของจรรยาพ่อแม่เพ่งแยกทางกัน ถ้านักเรียนเป็นจรรยา นักเรียนจะท้ออย่างไร
- พยายามไม่พุดถึงครอบครัวของตนเอง
 - เวลาเพื่อนพุดถึงเรื่องครอบครัวจะไม่สนใจฟัง
 - เล่าความจริงเกี่ยวกับครอบครัวของตนเองให้นิตยาฟัง
19. งานปิดภาคเรียนปีนี้ โรงเรียนจัดกิจกรรมการแสดงของนักเรียน เมตตาได้รับเลือกให้แสดงละครร่วมกับเพื่อน ๆ เพื่อน ๆ ทุกคนต่างคุยกันว่าพ่อแม่จะมาชมการแสดง ส่วนเมตตาแม่พ่อแม่เพ่งแยกทางกัน เมตตาอยู่กับแม่แต่แม่ก็กำลังเศร้าโศก เสียใจที่แยกทางกับพ่อและแม่ บอกกับเมตตาว่า คงไม่ได้มาดูเมตตาแสดงละคร ถ้านักเรียนเป็นเมตตา นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร
- รู้สึกเสียใจที่ไม่มีใครสนใจ
 - รู้สึกว่าเมื่อได้รับเลือกให้แสดงละครแล้วก็จะแสดงให้ดีที่สุด
 - อยากขออนุญาตครูไปทบทวนที่อื่นแทนการแสดงละคร
20. พ่อกับแม่ของอ้อมแยกทางกัน วันหนึ่งอ้อมไปห้างสรรพสินค้ากับพ่อ อ้อมเห็นเอก ซึ่งเป็นเพื่อนโรงเรียนเดียวกัน มาซื้อของกับพ่อแม่ อ้อมรู้สึกอายที่มากับพ่อคนเดียว และกลัวว่าเอกจะถามถึงแม่ของอ้อม จึงลังเลไม่รู้จะท้ออย่างไรดี ถ้านักเรียนเป็นอ้อมนักเรียนจะท้ออย่างไร
- เดินไปทางอื่นจะได้ไม่ต้องเจอเอก
 - เดินไปกับพ่อตามปกติ ถ้าเอกเห็นก็ทักทาย
 - ทำเป็นมองไม่เห็นเอก

ตาราง 10 แสดงว่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์

ข้อที่	t	ข้อที่	t
1	4.92	11	4.91
2	2.24	12	1.88
3	2.86	13	2.73
4	3.12	14	2.95
5	4.20	15	3.57
6	6.99	16	2.68
7	3.17	17	2.29
8	1.78	18	2.54
9	4.83	19	4.80
10	3.86	20	2.99

ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ = 0.77

ภาคผนวก ข

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสำหรับกลุ่มทดลอง
การให้ข้อเสนอแนะสำหรับกลุ่มควบคุม

โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
1 วันที่ 23 ธ.ค. 2536	ปฐมนิเทศ	1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้ผู้รับคำปรึกษาในกลุ่มเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ คั่นเคียงกัน และพร้อมที่จะเปิดเผยตนเอง 2. เพื่อให้สมาชิกทราบวัตถุประสงค์ กฎระเบียบ ข้อผูกพัน สถานที่ เวลา จำนวน ครั้ง บทบาทและหน้าที่ ทั้งของผู้รับคำปรึกษา และผู้ให้คำปรึกษา	1. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาทุกคนนั่งเป็นวงกลม ผู้ให้คำปรึกษาแนะนำตนเองกับกลุ่มและให้ผู้รับคำปรึกษาแต่ละคนแนะนำตนเอง 2. ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักและคั่นเคียงกันและกัน มีความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจและพร้อมที่จะเปิดเผยตนเอง โดยมีขั้นตอนดังนี้ 2.1 ผู้ให้คำปรึกษา นำกระดาษแข็งสีแดงรูปหัวใจ ขนาดใหญ่พอให้ผู้รับคำปรึกษาทั้งหมดจะยืนรวมกันบนกระดาษรูปหัวใจได้ มาวางไว้กลางห้อง แล้วอธิบายให้ผู้รับคำปรึกษาฟังว่า เมื่อผู้ให้คำปรึกษาเปิดเพลงให้ผู้รับคำปรึกษาทุกคนเดินไปรอบ ๆ	1. แผนภูมิ 2. กระดาษแข็งสีแดง ตัดเป็นรูปหัวใจ ขนาดใหญ่ และขนาดกลาง 3. วิทยุแท็บ และแท็บเพลง

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			รูปหัวใจ แต่ถ้าเพลงหยุด หน้าที่ของผู้รับคำปรึกษาคือ การที่จะต้องพยายามเข้าไป ยืมบนรูปหัวใจให้หมดทุกคน 2.2 ลดขนาดของรูปหัวใจ ลงจนขนาดไม่พอที่จะให้ทุกคน ยืมได้อย่างสบายนอกจากจะ ต้องซ้อนทับกันหรือเกาะแขน กันอย่างแข็งแรง ให้ผู้รับคำ ปรึกษาทั้งหมดอยู่บนรูปหัวใจนั้น เป็นเวลา 2 นาที 2.3 ให้ผู้รับคำปรึกษาแต่ละ คนเล่าความรู้สึกและความ ประทับใจ ตลอดจนแสดงความคิดเห็น ที่ได้จากการเข้าร่วม กิจกรรม 3. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำ ปรึกษาร่วมกันสรุป เกี่ยวกับ ข้อคิดและประสบการณ์ที่ดีที่ได้รับ จากการเข้าร่วมกิจกรรมและผู้ ให้คำปรึกษาสรุปบทวนถึง วัตถุประสงค์ บทบาทและหน้าที่	

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
ครั้งที่ 2 วันที่ 28 ธ.ค. 2535	ความคิดความรู้สึกของ นักเรียนที่มีต่อ ครอบครัว	1. เพื่อให้ผู้รับคำ ปรึกษาได้สำรวจความ คิด ความรู้สึกของ ตนเองที่มีต่อครอบครัว และเปิดโอกาสให้ผู้รับ คำปรึกษาได้ระบาย ความรู้สึกของตนเอง กับกลุ่ม	ของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำ ปรึกษาในการให้คำปรึกษาครั้ง ต่อไปอีกครั้งหนึ่งพร้อมทั้งนัดพบ กันครั้งต่อไป 1. <u>ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา</u> ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายผู้รับ คำทุกคนและให้ผู้รับคำปรึกษา กล่าวทบทวนถึงการพบกันครั้งที่ ผ่านมา 2. <u>ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา</u> 2.1 ให้ผู้รับคำปรึกษา แต่ละคนวาดภาพตามความคิด ความรู้สึกของตนเอง โดยผู้ให้ คำปรึกษากำหนดชื่อภาพว่า "ครอบครัวของข้าพเจ้า" ลงในกระดาษพร้อมทั้งระบายสี 2.2 ให้ผู้รับคำปรึกษาแต่ละ คนอธิบายถึงความคิด ความ รู้สึกของตนเองที่มีต่อครอบครัว จากภาพที่วาด	1. กระดาษขาว สำหรับวาดภาพ จำนวน 7 แผ่น 2. ดินสอสี 4 ชุด 3. ดินสอดำ 7 แท่ง 4. ยางลบ 7 ก้อน

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
3-11 วันที่ 4 ม.ค. 2536 ถึง วันที่ 1 ก.พ. 2536	การปรับตัว ทางอารมณ์	1. เพื่อให้ผู้รับคำ ปรึกษา ได้มีโอกาสดู ถึงปัญหา ความคิด ความรู้สึกและแนวโน้ม ในการแก้ปัญหาทาง อารมณ์ของนักเรียน อันเป็นผลเนื่องมาจาก การหย่าร้างของบิดา มารดา ได้แก่ ความรู้สึกไม่สบายใจ ความเสียใจ ความ ต้องการมีชีวิต ครอบครัว และสิ่ง ต่าง ๆ เหมือนคนอื่น ความต้องการให้	3. <u>ขั้นตอนการให้คำปรึกษา</u> ให้ผู้รับคำปรึกษากิปราย ถึงผลที่ได้รับ จากการวาดภาพ "ครอบครัวของข้าพเจ้า" พร้อมทั้งสรุปเพื่อให้ผู้รับคำ ปรึกษาเข้าใจตนเอง และ ครอบครัวมากยิ่งขึ้น การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ที่มีต่อการปรับตัวทางอารมณ์ ตั้งแต่ครั้งที่ 3 - 11 มีวิธีดำเนินการเช่นเดียวกัน โดยมีการใช้สื่อ และกิจกรรม ต่าง ๆ ประกอบการให้ คำปรึกษาดังนี้ 1. <u>ขั้นเริ่มต้นการให้คำ</u> <u>ปรึกษา</u> ผู้ให้คำปรึกษากล่าว ทักทายผู้รับคำปรึกษา และ กล่าวทบทวนเรื่องที่สนทนา ครั้งที่แล้ว	1. แผ่นโปรชี่ย บัตร 2. กระดาษวาด ภาพ 3. ดินสอ 4. ดินสอสี 5. ดินน้ำมัน 6. ยางลบ

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
		ติดตามราคากับมา คืนดีกัน การขาดความ อบอุ่นความเหงา ความรู้สึกสงสาร ตัวเอง ความคิดถึง บิดามารดาที่แยกกัน อยู่และความรู้สึกเป็น ปมค้อย 2. เพื่อให้ผู้รับคำ ปรึกษาทราบว่าผู้ให้ คำปรึกษาและผู้รับคำ ปรึกษาคนอื่น ๆ ยอม รับเขา เห็นใจและ เข้าใจความรู้สึกของ เขา 3. เพื่อให้ผู้รับคำ ปรึกษารู้จักและเข้าใจ ตนเองดียิ่งขึ้น อีกทั้ง รับรู้ และทำความเข้าใจ เกี่ยวกับความ เปลี่ยนแปลงของชีวิต	2. <u>ขั้นตอนการให้คำปรึกษา</u> 2.1 ให้ผู้รับคำปรึกษา ระบายความคิดความรู้สึกและ แนวโน้มของนักเรียนที่มีต่อ ตนเองในการเรียนรู้ที่จะแก้ไข ปัญหาทางอารมณ์อันเป็นผล เนื่องมาจากการหย่าร้างของ บิดามารดา ได้แก่ ความรู้สึก ไม่สบายใจ ความเสียใจ ความต้องการมีชีวิตครอบครัว และสิ่งต่าง ๆ เหมือนคนอื่น ความต้องการให้บิดามารดา กลับมาคืนดีกัน การขาดความ อบอุ่น ความเหงา ความรู้สึก สงสารตัวเอง ความคิดถึงฝ่าย ที่จากไป และความรู้สึกเป็น ปมค้อย โดยการใช้สื่อต่าง ๆ ได้แก่ แผ่นโปรเจกต์บัตร การวาดภาพระบายสี การปั้นดินน้ำมัน เป็นต้น	

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
		ครอบครัว ตลอดจนสภาพปัญหาการหย่าร้างของพ่อแม่ 4. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษากล้าเผชิญความจริง ยอมรับความจริง และสามารถเลือกแนวทางในการแก้ไขปัญห การปรับตัวทางอารมณ์ที่เหมาะสม สำหรับตนเองได้ ภายใต้อบรมอากาศที่อบอุ่น บลอคภัยไว้วางใจซึ่งกันและกันของกลุ่ม	2.2 ให้ผู้รับคำปรึกษาคนที่สมัครใจได้ระบายความคิด ความรู้สึกและแนวโน้มของนักเรียนที่มีต่อตนเองในการเรียนรู้ที่จะแก้ไขปัญหาดังกล่าว อันเป็นผลเนื่องมาจากการหย่าร้างของบิดามารดา ได้แก่ ความรู้สึก ไม่สบายใจ เสียใจ ความต้องการมีชีวิตครอบครัวและสิ่งต่าง ๆ เหมือนคนอื่น ความต้องการให้บิดามารดากลับมาคืนดีกัน การขาดความอบอุ่น ความเหงา ความรู้สึกสงสารตัวเอง ความคิดถึงบิดามารดาที่แยกกันอยู่และความรู้สึกเป็นห่วงด้วย โดยผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับปรึกษาคณะอื่น ๆ รับฟังอย่างตั้งใจในขณะที่ผู้รับคำปรึกษาแต่ละคนระบายความรู้สึกออกมา ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา	

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			ได้แก่ การฟัง การตั้งคำถาม การสะท้อนความรู้สึก การทำให้กระจ่าง การเงี่ยและ การสังเกต เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษา เกิดสิ่งเหล่านี้ 2.2.1 เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาทราบว่าผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาคนอื่น ๆ ยอมรับเขาเห็นใจและเข้าใจ ความรู้สึกของเขา 2.2.2 เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักและเข้าใจตนเองดียิ่งขึ้นอีกทั้งรับรู้และทำความเข้าใจเกี่ยวกับความเปลี่ยนแปลงของชีวิตครอบครัว ตลอดจนสภาพปัญหาการหย่าร้างของพ่อแม่ 2.2.3 เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาล้ำเหยื่อ ความจริง ยอมรับความจริง และสามารถเลือกแนวทางในการแก้ไขปัญหาการปรับตัวทางอารมณ์	

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			ที่เหมาะสมสำหรับตนเองได้ ภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น ปลอดภัย ไว้วางใจซึ่งกันและ ของกลุ่ม 3. <u>ขั้นตอนการให้คำปรึกษา</u> 3.1 ผู้รับคำปรึกษา สรุป เรื่องราวต่าง ๆ ของตนและ ผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับคำ ปรึกษาคณะอื่น ๆ ช่วยกันสรุป เพิ่มเติมให้กำลังใจและช่วย หาแนวทางปฏิบัติต่อไป 3.2 ผู้รับคำปรึกษา เลือก แนวทางแก้ไขปัญหาคด้วยตนเอง 3.3 ผู้ให้คำปรึกษาค หมายครั้งต่อไป	
12 วันที่ 3 ก.พ. 2536	ปัจฉิมนิเทศ	เพื่อสรุปผลของ การให้คำปรึกษาแบบ กลุ่มเพื่อพัฒนาการ ปรับตัวทางอารมณ์ของ ผู้รับคำปรึกษา	1 ให้ผู้รับคำปรึกษา พิจารณาตนเองว่าตั้งแต่เข้า กลุ่มครั้งแรกจนถึงวันนี้ตนเอง มีความรู้สึกอย่างไร และ ความคิดความรู้สึกและแนวโน้ม	

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			ของผู้รับคำปรึกษาที่มีต่อตนเอง ในการเรียนรู้ที่จะแก้ไขปัญห ทางอารมณ์ อันเป็นผลเนื่องมา จากการหย่าร้างของบิดา มารดา ได้แก่ ความรู้สึก ไม่สบายใจ ความเสียใจ ความต้องการมีชีวิตครอบครัว และสิ่งต่าง ๆ เหมือนคนอื่น ความต้องการให้บิดามารดา กลับมาคืนดีกัน การขาดความ อบอุ่น ความเหงา ความรู้สึก สงสารตัวเอง ความคิดบิดา มารดาที่แยกกันอยู่ ความรู้สึก เป็นปกติดีหรือไม่ 2. ให้ผู้รับคำปรึกษา อภิปรายประ โยชน์และแนวทาง แก้ไขที่ได้รับจากการเข้ากลุ่ม 3. ผู้รับคำปรึกษาสรุป เรื่องที่สนทนาและสรุปแนวทาง	

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			การแก้ไขความคิดความรู้สึก ของผู้รับคำปรึกษาที่มีต่อตนเอง อันเป็นผลเนื่องมาจากการ หย่าร้างของพ่อแม่ และผู้ให้ ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม ให้ กำลังใจ และช่วยหาแนวทาง ในการปฏิบัติตนให้การปรับตัว ทางอารมณ์ที่เหมาะสมในชีวิต จริงต่อไป	

หมายเหตุ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแต่ละครั้งใช้เวลา 40 นาที

ตัวอย่างโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ครั้งที่ 1

เรื่อง การปรุมนิเทศ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้ผู้รับคำปรึกษาในกลุ่มเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ
คุ้นเคยกันและพร้อมที่จะเปิดเผยตนเอง
2. เพื่อให้สมาชิกทราบวัตถุประสงค์ กฎระเบียบ ข้อผูกพัน สถานที่ เวลา จำนวนครั้ง
บทบาทหน้าที่ของผู้รับคำปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษา

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาทุกคนนั่งเป็นวงกลมผู้ให้คำปรึกษาแนะนำตนเอง
กับกลุ่มและให้ผู้รับคำปรึกษาแต่ละคนแนะนำตนเอง
2. ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกและ
คุ้นเคยกันและกัน มีความรู้สึกอบอุ่นไว้วางใจ และพร้อมที่จะเปิดเผยตนเอง โดยมีขั้นตอนดังนี้
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษานำกระดาษแข็งสีแดงรูปหัวใจ ขนาดใหญ่พอให้ผู้รับคำปรึกษา
ทั้งหมดจะยืนรวมกันบนกระดาษรูปหัวใจได้ มาวางไว้กลางห้องแล้วอธิบายให้ผู้รับคำปรึกษาฟังว่า
เมื่อผู้ให้คำปรึกษาเปิดผลให้ผู้รับคำปรึกษาทุกคนเดินไปรอบ ๆ รูปหัวใจ แต่ถ้าเพลงหยุดหน้าที่
ของผู้รับคำปรึกษาคือการที่จะต้องพยายามเข้าไปยืนบนรูปหัวใจให้หมดทุกคน
 - 2.2 ลดขนาดของรูปหัวใจลงจนขนาดไม่พอที่จะให้ทุกคนยืนได้อย่างสบาย
นอกจากจะต้องซ้อนกันหรือเกาะแขนกันอย่างแข็งแรง ให้ผู้รับคำปรึกษาทั้งหมดอยู่บนรูปหัวใจนั้น
เป็นเวลา 2 นาที
 - 2.3 ให้ผู้รับคำปรึกษาแต่ละคนเล่าความรู้สึกและความประทับใจ ตลอดจนแสดง
ความคิดเห็นที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรม

3. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาช่วยกันสรุปเกี่ยวกับข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม และผู้ให้คำปรึกษาสรุปบทวนถึงวัตถุประสงค์ บทบาทและหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษา และของผู้รับคำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาครั้งต่อไปอีกครั้งหนึ่ง พร้อมทั้งนัดพบกันครั้งต่อไป

อุปกรณ์

1. แผนภูมิ
2. กระดาษแข็งสีแดงตัดเป็นรูปหัวใจ ขนาดใหญ่ และขนาดกลาง
3. วิทยุเทป และเทปเพลง

การประเมินผล

สังเกตจากความร่วมมือและการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ในการร่วมกิจกรรม การเล่าความรู้สึก การสรุปข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม ตลอดจนการสรุปวัตถุประสงค์ บทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาและของผู้รับคำปรึกษา

ครั้งที่ 2

เรื่อง ความคิดความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อครอบครัว

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้สำรวจความรู้สึกนึกคิดของตนเองที่มีต่อครอบครัว และเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้ระบายความรู้สึกของตนเองกับกลุ่ม

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา

ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายผู้รับคำปรึกษาทุกคน และให้ผู้รับคำปรึกษากล่าวทบทวนถึงการพบกันครั้งที่ผ่านมา

2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา

2.1 ให้ผู้รับคำปรึกษาแต่ละคนวาดภาพตามความคิด ความรู้สึกของตนเอง โดยให้ผู้ให้คำปรึกษากำหนดชื่อภาพว่า "ครอบครัวของข้าพเจ้า" ลงในกระดาษพร้อมทั้งระบายสี

2.2 ให้ผู้รับคำปรึกษาแต่ละคนอธิบายถึงความคิด ความรู้สึกของตนเองที่มีต่อครอบครัวจากภาพที่วาด

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา

ให้ผู้รับคำปรึกษาอภิปรายถึงผลที่ได้รับจากการวาดภาพ "ครอบครัวของข้าพเจ้า" พร้อมทั้งสรุป เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเองและครอบครัวมากยิ่งขึ้น พร้อมทั้งนัดหมายครั้งต่อไป

อุปกรณ์

1. กระดาษขาวสำหรับวาดภาพ จำนวน 7 แผ่น
2. ดินสอสี 4 ชุด
3. ดินสอดำ จำนวน 7 แท่ง
4. ยางลบ จำนวน 4 ก้อน

การประเมินผล

สังเกตความสนใจและความตั้งใจในการวาดภาพและระบายสี การอธิบายความคิด ความรู้สึกของตนเองที่มีต่อครอบครัว การสรุปผลที่ได้รับจากการวาดภาพ รวมทั้งสังเกตการฟังอย่างตั้งใจของสมาชิกคนอื่น ๆ

ครั้งที่ 3 - 11

เรื่อง การปรับตัวทางอารมณ์

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสพูดถึงปัญหาความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มของนักเรียนที่มีต่อตนเองในการเรียนรู้ที่จะแก้ไขปัญหาทางอารมณ์อันเป็นผลเนื่องมาจากการหย่าร้างของบิดามารดาต่อกลุ่ม ได้แก่ ความรู้สึกไม่สบายใจ ความเสียใจ ความต้องการมีชีวิตครอบครัวและสิ่งต่าง ๆ เหมือนคนอื่น ความต้องการให้บิดามารดากลับมาคืนดีกัน การขาดความอบอุ่น ความเหงา ความรู้สึกสงสารตัวเอง ความคิดถึงบิดามารดาที่แยกกันอยู่ และความรู้สึกเป็นบ่มด้อย
2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาทราบว่าผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาคนอื่น ๆ ยอมรับเขา เห็นใจและเข้าใจความรู้สึกของเขา
3. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักและเข้าใจตนเองดียิ่งขึ้น อีกทั้งรับรู้และทำความเข้าใจเกี่ยวกับความเปลี่ยนแปลงของชีวิตครอบครัว ตลอดจน สภาพปัญหาการหย่าร้างของพ่อแม่
4. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษากล้าเผชิญความจริง ยอมรับความจริงและสามารถเลือกแนวทางในการแก้ไขปัญหาการปรับตัวทางอารมณ์ที่เหมาะสมสำหรับตนเองได้ ภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่นปลอดภัยไว้วางใจซึ่งกันและกันของกลุ่ม

วิธีดำเนินการ

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางอารมณ์ ตั้งแต่ครั้งที่ 3 - 11 มีวิธีดำเนินการเช่นเดียวกัน โดยมีการใช้สื่อและกิจกรรมต่าง ๆ ประกอบการให้คำปรึกษา

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา

ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายผู้รับคำปรึกษาและกล่าวทบทวนถึงเรื่องที่สนทนา

ครั้งที่แล้ว

2. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา

2.1 ให้ผู้รับคำปรึกษาระบายความคิดความรู้สึกและแนวโน้มของนักเรียนที่มีต่อตนเอง ในการเรียนรู้ที่จะแก้ไข ปัญหาทางอารมณ์อันเป็นผลเนื่องมาจากการหย่าร้างของบิดามารดา ได้แก่ ความรู้สึกไม่สบายใจ ความเสียใจ ความต้องการมีชีวิตครอบครัวและสิ่งต่าง ๆ เหมือนคนอื่น ความต้องการให้บิดามารดากลับมาคืนดีกัน การขาดความอบอุ่น ความเหงา ความรู้สึกสงสารตัวเอง ความคิดถึงบิดามารดาที่แยกกันอยู่และความรู้สึกเป็นปมค้อย โดยการใช้สื่อต่าง ๆ ได้แก่ แผ่นโปรยชัยบัตร การวาดภาพระบายสี การปั้นดินน้ำมัน เป็นต้น

2.2 ให้ผู้รับคำปรึกษาคนที่สมัครใจได้ระบายความคิดความรู้สึกและแนวโน้มของนักเรียนที่มีต่อตนเองในการเรียนรู้ที่จะแก้ไข ปัญหาทางอารมณ์อันเป็นผล เนื่องมาจากการหย่าร้างของบิดามารดา ได้แก่ ความรู้สึกไม่สบายใจ ความเสียใจ ความต้องการมีชีวิตครอบครัวและสิ่งต่าง ๆ เหมือนคนอื่น ความต้องการให้บิดามารดากลับมาคืนดีกัน การขาดความอบอุ่น ความเหงา ความรู้สึกสงสารตัวเอง ความคิดถึงบิดามารดาที่แยกกันอยู่ และความรู้สึกเป็นปมค้อยต่อกลุ่ม โดยผู้ให้คำปรึกษาคนอื่น ๆ รับฟังอย่างตั้งใจด้วยการยอมรับในขณะที่ผู้รับคำปรึกษาแต่ละคนระบายความคิดความรู้สึกออกมา ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การฟัง การตั้งคำถาม การสะท้อนความรู้สึก การทำให้กระจ่าง การเงี่ยและการสังเกต เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดสิ่งเหล่านี้

2.2.1 เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาทราบว่าผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาคนอื่น ๆ ยอมรับเขา เห็นใจและเข้าใจความรู้สึกของเขา

2.2.2 เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักและเข้าใจตนเองดียิ่งขึ้น อีกทั้งรับรู้และทำความเข้าใจเกี่ยวกับ ความเปลี่ยนแปลงของชีวิตครอบครัว ตลอดจนสภาพปัญหาการหย่าร้างของพ่อแม่

2.2.3 เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษากล้าเผชิญความจริง ยอมรับความจริงและสามารถเลือกแนวทางในการแก้ไขปัญหการปรับตัวทางอารมณ์ที่เหมาะสมสำหรับตนเองภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่นปลอดภัย ไว้วางใจซึ่งกันและกันของกลุ่ม

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา

- 3.1 ผู้รับคำปรึกษาสรุปเรื่องราวต่าง ๆ ของตนเองและผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาคนอื่น ๆ ช่วยกันสรุปเพิ่มเติม ให้กำลังใจและช่วยหาแนวทางปฏิบัติต่อไป
- 3.2 ผู้รับคำปรึกษาเลือกแนวทางแก้ไขปัญหาคด้วยตนเอง
- 3.3 ผู้ให้คำปรึกษาค้นหาหมายครั้งต่อไป

อุปกรณ์

1. แผ่นโปรชชียบัตร
2. กระดาษวาดภาพ
3. ดินสอดำ
4. ดินสอสี
5. ดินน้ำมัน
6. ยางลบ

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจและความตั้งใจในการระบายความคิดความรู้และแนวโน้มของผู้รับคำปรึกษาที่มีต่อตนเอง ซึ่งเป็นผลกระทบจากการหย่าร้างของพ่อแม่ต่อกลุ่มโดยผ่านสื่อต่าง ๆ เช่น แผ่นโปรชชียบัตร การวาดภาพระบายสี การปั้นดินน้ำมัน รวมทั้งการแสดงออกทางวาจาหรือกริยาท่าทางของผู้รับคำปรึกษาแต่ละคนในการแสดงออกให้ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตได้ว่า ผู้รับคำปรึกษารู้จักและเข้าใจตนเองดียิ่งขึ้น กล้าเผชิญความจริง ยอมรับความจริงเกี่ยวกับสภาพการหย่าร้างของพ่อแม่ ตลอดจนสามารถเลือกแนวทางในการแก้ไขปัญหการปรับตัวทางอารมณ์ที่เหมาะสมสำหรับตนเองได้
2. สังเกตการฟังอย่างตั้งใจของสมาชิกคนอื่น ตลอดจนการให้การช่วยเหลือหรือการสนับสนุนให้กำลังใจซึ่งกันและกันระหว่างผู้รับคำปรึกษากายในกลุ่ม

สรุปผลการให้คำปรึกษา

ครั้งที่ 3

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้ง^{นี้} ผู้รับคำปรึกษาได้เสนอปัญหาโดยการเขียนระบายความรู้สึก ความคิด และความต้องการของตนเองลงในแผ่นโปรชชีนบัตร เกี่ยวกับเหตุการณ์ที่ตนเองและแม่ได้เที่ยวที่เขื่อนตรังในวันปีใหม่และได้เห็นเด็กคนหนึ่งมากับพ่อแม่ท่าทางมีความสุข ทำให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกอิจฉา เมื่อนึกเปรียบเทียบกับตนเอง ซึ่งมากับแม่เพียงสองคนและเมื่อกลับถึงบ้านก็ได้ถ่ายภาพของพ่อกับแม่ที่เคยอยู่รวมกันมาคู่เพราะรู้สึกคิดถึงพ่อ และมีความรู้สึกต้องการให้พ่อแม่กลับมาคืนดีกันมาก ผู้รับคำปรึกษาอยากให้ชีวิตตนเองมีพ่อแม่อยู่พร้อมหน้าเหมือนเด็กที่ตนเองพบที่เขื่อนตรัง นอกจากนี้ผู้รับคำปรึกษายังมีความรู้สึกว่าตนเองไม่มีความสุข รู้สึกเหงา และรู้สึกเสียใจต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เช่น เห็นว่าพ่อทำร้ายแม่ และนอกจากนี้ผู้รับคำปรึกษาแสดงความเสียใจมาก เมื่อพูดถึงปัญหาของตนเองเพิ่มขึ้นไปอีก ปัญหาคือ การที่ผู้รับคำปรึกษารู้ว่าแม่ซึ่งผู้รับคำปรึกษาอาศัยอยู่ด้วยกำลังมีสามีใหม่

จากปัญหาดังกล่าว ผู้รับคำปรึกษาคนอื่น ๆ ได้ซักถามรายละเอียดพูดคุยให้กำลังใจ ตลอดจนให้พยายามพูดคุยกันอย่างชีวิตของตนเองที่พ่อแม่ก็แยกทางกันให้ผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหาฟัง ซึ่งทำให้ผู้รับคำปรึกษาเริ่มรู้สึกว่าไม่ใช่เขาเพียงคนเดียวที่ต้องพบกับปัญหาพ่อแม่แยกทางกัน

ผู้ให้คำปรึกษาได้ใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้กล้าที่จะระบายความรู้สึก ความคิด และปัญหาต่าง ๆ ต่อกลุ่มอย่างเปิดเผย ให้กำลังใจ ยอมรับ รับฟัง และกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาคนอื่นได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

การให้คำปรึกษาครั้ง^{นี้} ผู้รับคำปรึกษายังเลือกแนวทางแก้ไขปัญหสำหรับตนเองยังไม่ได้ แต่ก็รู้สึกว่าสิ่งที่ตนเองได้ระบายความรู้สึกต่าง ๆ ออกมาแล้วทำให้ตนเองรู้สึกสบายใจขึ้น และสามารถรับรู้ได้ว่ามีเพื่อน ๆ รับรู้และเข้าใจตนเอง

สรุปผลการให้คำปรึกษา

ครั้งที่ 4

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งนี้ ผู้รับคำปรึกษาเป็นผู้รับคำปรึกษาคนเดิมจากครั้งที่แล้ว ซึ่งผู้รับคำปรึกษายังคงมีความรู้สึกและความต้องการอยากที่จะให้พ่อแม่กลับมาคืนดีกันเหมือนเดิม และผู้รับคำปรึกษาจะรู้สึกไม่สบายใจ เสียใจ เงา ทุกครั้งที่ตนเองนาชีวิตหรือเหตุการณ์ที่ได้ประสบ ไปเปรียบเทียบกับคนอื่นซึ่งผู้รับคำปรึกษารู้สึกว่าเขามีชีวิตครอบครัวที่เป็นสุขกว่าตน ผู้รับคำปรึกษาได้เคยพยายามพูดกับแม่ตรง ๆ ว่าต้องการให้พ่อแม่กลับมาคืนดีกัน ซึ่งแม่ก็บอกว่าจะคืนดี แต่ความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษารับรู้ว่าแม่พูดเพื่อปลอบใจมากกว่า เพราะไม่เห็นวาทักจะกลับมาหากัน และตอนนั้นแม่ก็กำลังจะมีสามีใหม่ ส่วนพ่อก็มีภรรยาใหม่แล้ว ซึ่งผู้รับคำปรึกษาก็เคยโทรศัพท์ไปหาพ่อ และเคยบอกให้พ่อมารับตนเองไปเที่ยวบ้างในวันอาทิตย์ แต่พ่อก็บอกว่าไม่ว่าง ทำให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกว่าพ่อไม่ต้องการ และไม่รักตนเองแล้ว

ผู้รับคำปรึกษาคนอื่น ๆ ได้ซักถามรายละเอียดและได้ร่วมกันให้ความเห็น เกี่ยวกับพ่อว่า อาจจะมีงานยุ่ง ซึ่งผู้รับคำปรึกษาจะต้องเห็นใจพ่อบ้าง นอกจากนั้นยังช่วยกันพยายามค้นหาสิ่งที่ดี ๆ ที่จะช่วยทำให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกสบายใจขึ้นได้บ้าง เช่น การที่ผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหามีน้ำ ซึ่งคอยพาไปเที่ยว พาไปทานข้าว และนอกจากนี้ถึงอย่างไร แม่ก็ยังรักและเลี้ยงดูมาตลอด ซึ่งผู้รับคำปรึกษาคนอื่นทุกคนก็พยายามช่วยเหลือและให้กำลังใจตลอด และผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหาได้กล่าวเพิ่มเติมว่า การที่ตนเองได้มาพูดคุยระบายความรู้สึกในกลุ่มนี้ มีเพื่อน ๆ สนใจฟัง คอยซักถามปัญหาต่าง ๆ ทำให้ตนเองคลายความคิดเกี่ยวกับเรื่องครอบครัวได้มาก สบายใจขึ้นบ้าง และกลับบ้านก็ไม่คิดมาก สามารถเล่นกับน้องซึ่งเป็นลูกของนาได้

ขณะให้คำปรึกษาแบบกลุ่มผู้ให้คำปรึกษาได้นำเอาเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ได้แก่ การฟังด้วยความสนใจ การตั้งคำถาม การสะท้อนความรู้สึก การทำให้กระจ่าง เพื่อกระตุ้นให้ทั้งผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหา และผู้รับคำปรึกษาคนอื่น ๆ ช่วยกันคิด หาเหตุผล และข้อเสนอแนะ อันจะเป็นประโยชน์ในการแก้ไขปัญหของผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหา และรับรู้อาการเข้าใจเกี่ยวกับสภาพความจริงของชีวิตเกี่ยวกับการกลับมาคืนดีกันของพ่อแม่ได้ นอกจากนี้ผู้ให้คำปรึกษายังสรุปเพิ่มเติมถึงสิ่งที่ทำให้ผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหาเป็นทุกข์ ไม่สบายใจ เสียใจ เงา ว่าสาเหตุประการหนึ่งมาจากการที่ผู้รับคำปรึกษามักจะนาชีวิตตนเองไปเปรียบเทียบกับชีวิตคนอื่น ที่ดีกว่า เสนอแนะว่าไม่ควรกระทำดังกล่าว ผู้รับคำปรึกษาบอกว่าจะนาไปปฏิบัติ

สรุปผลการให้คำปรึกษา

ครั้งที่ 5

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งนี้ ผู้รับคำปรึกษาได้เสนอปัญหาโดยการบันทึกน้ำมันเป็นรูปพ่อแม่ โดยมีลูกนั่งอยู่ตรงกลาง และมีรูปหัวใจสีเหลืองล้อมรอบ ซึ่งผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหากล่าวกับกลุ่มว่าที่ตนเองบันทึกออกมาเพราะตนเองต้องการให้พ่อแม่กลับมาคืนดีกันเหมือนเก่าให้เขาได้รับความสุขอย่างที่เขาคเคยได้รับตอนเด็ก ๆ และพาเขาไปเที่ยวตามสถานที่ต่าง ๆ เหมือนที่เคยไป ไม่อยากมีชีวิตเหมือนเช่นที่เป็นอยู่ทุกวันนี้ เนื่องจากอยู่กับพ่อ ไม่มีแม่ และนอกจากนี้ยังมีพี่สาว 2 คน ปู่ ย่า สำหรับความรู้สึกอีกอันที่สนใจต่าง ๆ ผู้รับคำปรึกษากล่าวว่า ถูกเก็บไว้ตั้งแต่เด็ก ตอนนั้นอายุเพียง 4 ขวบ แต่คิดว่าจำเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ดี

ผู้รับคำปรึกษาคนอื่นช่วยกันซักถาม ความรู้สึกเกี่ยวกับรูปที่บันทึกออกมาว่ารู้สึกอย่างไรถึงได้บันทึกออกมา ซึ่งผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหากล่าวว่า ทนทนความรู้สึกของตนเองที่พ่อแม่แยกทางกัน ตลอดทั้งการที่ได้มีโอกาสพูดคุยให้ทุกคนฟังแล้ว รู้สึกว่าสามารถช่วยระบายความอัดอั้นใจที่ถูกเก็บเอาไว้ได้เมื่อพูดคุยกลุ่มฟัง และนอกจากนี้ยังได้ซักถามรายละเอียดเกี่ยวกับปัญหาอีก เพื่อที่จะได้ช่วยกันหาแนวทางแก้ไขปัญหา ความรู้สึกต้องการให้พ่อแม่กลับมาคืนดีกัน ซึ่งในครั้งนั้นผู้รับคำปรึกษาได้บอกวิธีการของตนเองว่าเคยบอกให้พ่อโทรศัพท์หาแม่ ซึ่งพ่อก็โทรไป และผู้รับคำปรึกษาก็รับทราบความจริงว่าแม่ได้แต่งงานมีสามีใหม่แล้ว ตอนนี้ไม่รู้สึกอะไรมากเพราะรู้ว่าพ่อใหม่เป็นคนดี มีอาชีพสุจริตจึงทำให้รู้สึกสบายใจขึ้นบ้าง และนอกจากนี้บางครั้งเวลาพ่อไม่อยู่แม่ก็ยังมาเยี่ยม แต่ถ้าพ่อและแม่เจอกันผู้รับคำปรึกษาสังเกตเห็นว่ามักจะพูดไม่ดีใส่กัน

ผู้ให้คำปรึกษาได้ใช้เทคนิคต่าง ๆ เพื่อช่วยผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหาได้กล้าที่จะระบายความรู้สึกต่าง ๆ อย่างเสรี อีกทั้งพยายามกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาคนอื่นให้กำลังใจ เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความมั่นใจในการเลือกวิธีการแก้ปัญหาด้วยตนเอง อีกทั้งได้รับรู้สภาพความจริงที่เกิดขึ้นโดยผู้ให้คำปรึกษาคอยช่วยสะท้อนความรู้สึก และทำให้กระจ่างแจ้ง ตลอดทั้งสรุปเรื่องราวต่าง ๆ เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้มองเห็นถึงความเป็นไปได้ในสิ่งที่ตนเองต้องการ

สรุปผลการให้คำปรึกษา

ครั้งที่ 6

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งนี้ ผู้รับคำปรึกษาได้เสนอปัญหาโดยการเลือกสื่อเป็น ไพรชฌนิบัตร โดยเขียนระบายความรู้สึกว่าต้องการให้พ่อแม่กลับมาคืนดีกันอีกครั้ง เพราะชีวิต ช่วงวัยเด็กตอนที่พ่อแม่ยังไม่แยกทางกันนั้นตนรู้สึกเป็นสุขมาก พ่อพาไปเที่ยวสวนสนุก พาไปกินข้าว แต่ตอนนี้รู้สึกเหงา ว้าเหว่ และรู้สึกเสียใจมากที่พ่อแม่ต้องมาแยกทางกัน

ผู้รับคำปรึกษาคนอื่น ๆ ช่วยกันซักถามเรื่องราวต่าง ๆ ตลอดทั้งเหตุการณ์ที่พ่อแม่ แยกทางกัน ผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหาเล่าให้ฟังถึงเหตุการณ์ที่ตนเองประสบอย่างเปิดเผย และแสดงอารมณ์อ่อนไหวมาก โดยการร้องไห้ทันทีเมื่อพูดถึงสิ่งที่ตนเองได้รับรู้ เช่น แม่เคยไปหา พ่อที่บ้าน พ่อก็ปล่อยให้หมากัดแม่ และจากการที่ผู้รับคำปรึกษารู้สึกผิดหวัง เมื่อตนเองเคยเขียน จดหมายไปหาพ่อแล้วพ่อไม่ตอบกลับมา

ผู้ให้คำปรึกษาได้ใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษาเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ให้กำลังใจ และพยายามกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาคนอื่นให้กำลังใจ และพร้อมที่จะช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหายิ่งขึ้น

สรุปผลการให้คำปรึกษา

ครั้งที่ 7

ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มครั้งนี้ ผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหาเป็นคนเดิมต่อจากครั้งที่แล้ว ปัญหาสำคัญก็คือ การที่ผู้รับคำปรึกษามีความรู้สึกต้องการให้บิดามารดากลับมาคืนดีกัน รู้สึกเสียใจ ไม่สบายใจ เหนง ว่าเหว เพราะผู้รับคำปรึกษาเคยได้รับความสุขมาก่อนการที่บิดามารดาจะแยกทางกัน

ผู้รับคำปรึกษาคนอื่นช่วยกันซักถามรายละเอียดและความรู้สึกต่าง ๆ เพิ่มเติมจากครั้งที่แล้ว ผู้ให้คำปรึกษาคนอื่นได้เสนอแนะว่าผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหาควรจะบอกความรู้สึกที่แท้จริงของตนเอง ให้พ่อรับรู้หรือโทรศัพท์ไปคุยโดยตรงบอกให้พ่อมาหา หรือโทรศัพท์นัดพ่อให้แม่แล้วให้คนทั้งสองเจอกัน โดยให้ตนเองอยู่ห่าง ๆ ซึ่งผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหาเองก็บอกว่าตนเองเคยโทรศัพท์คุยกับย่า แล้วย่าก็เรียกพ่อไปคุยแล้ว และกล่าวเพิ่มเติมว่าขณะนี้ตนรู้ว่ามีภรรยาใหม่และเดินทางไปอยู่ได้วันกับภรรยาใหม่แล้ว ดังนั้นตนเองจึงคิดว่าคงจะเป็นไปไม่ได้แล้วที่พ่อและแม่จะกลับมาคืนดีกันแล้ว สำหรับเรื่องความรู้สึกเสียใจ ไม่สบายใจความรู้สึก เหนง ว่าเหว ผู้รับคำปรึกษาคนอื่น ๆ เสนอแนะว่า ควรหาสิ่งต่าง ๆ ทำ หรือไปเที่ยวกับแม่ เพื่อที่จะให้ลืมเหตุการณ์ต่าง ๆ และควรจะทำให้สบายใจขึ้น เช่น ไปดูหนัง เล่นกับเพื่อน ๆ หรือการออกกำลังกาย เช่นการถีบจักรยาน ซึ่งผู้รับคำปรึกษาก็ยอมรับและจะนำไปปฏิบัติ

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งนี้ ผู้ให้คำปรึกษาได้พยายามใช้เทคนิคต่าง ๆ ได้แก่ การสังเกต การฟัง การตั้งคำถาม การสะท้อนความรู้สึก และการทำให้กระจ่างแจ้ง เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหาได้สำรวจความคิด ความรู้สึก อีกทั้งให้กำลังใจและชมเชยต่อผู้เสนอปัญหาและผู้รับคำปรึกษาคนอื่น ที่ช่วยกันร่วมอภิปราย เพื่อหาแนวทางแก้ไขปัญหาสำหรับเจ้าของปัญหาครั้งนี้

สรุปผลการให้คำปรึกษา

ครั้งที่ 8

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มครั้งนี้ ผู้รับคำปรึกษาได้เสนอปัญหาโดยการเขียนระบายความรู้สึกต้องการให้บิดามารดากลับมาคืนดีกัน ลงในแผ่นโปรยชัยบัตร และยังบอกว่าทั้งบิดามารดาต่างก็มีภรรยาและสามีใหม่ทั้งคู่ และเวลาที่ผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหาไปหาแม่ในวันหยุด มักจะเห็นมารดาของตนเองทะเลาะกับสามีใหม่เสมอทุกครั้งจะมีเลือดออก ซึ่งทำให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกเสียใจจึงร้องไห้ นอกจากนี้ยังรู้สึกว่าตนเองไม่ได้รับความอบอุ่นจากบิดามารดา

ผู้รับคำปรึกษาคนอื่นช่วยกันซักถามรายละเอียด เกี่ยวกับเรื่องการหย่าร้างของบิดามารดา และสภาพความเป็นอยู่ในปัจจุบัน ซึ่งในที่สุดก็สามารถช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหาสามารถยอมรับความจริงเกี่ยวกับการกลับมาคืนดีกันของบิดามารดาได้ ตลอดทั้งรู้จักใช้สิ่งต่าง ๆ ทดแทนความรู้สึกคิดถึงบิดาและมารดา โดยการที่เวลารู้สึกคิดถึงจะนำสมุดสะสมแผนที่ที่บิดาสะสมไว้ซึ่งมีอยู่ถึง 7 เล่มมาดู ส่วนเวลาที่คิดถึงมารดาจะนำตุ๊กตาที่แม่ให้ไว้มาดู ส่วนความรู้สึกที่ว่าตนเองขาดความอบอุ่นจากบิดาและมารดานั้น ผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหาตัดสินใจเลือกเองที่จะคิดว่าอาม่าเป็นมารดาและอาทิงเป็นบิดา เพราะรู้สึกว่าทั้งสองคนรักตนมาก และจะพยายามปฏิบัติตนเป็นเด็กดี จะเชื่อฟัง เพื่อให้ทั้งสองคนรักตนยิ่งขึ้น

ผู้ให้คำปรึกษาได้ใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหาเกิดกำลังใจ และสามารถเลือกแนวทางแก้ไขปัญหสำหรับตนเองได้

สรุปผลการให้คำปรึกษา

ครั้งที่ 9

ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งนี้ ผู้รับคำปรึกษาเสนอปัญหา โดยมีได้มีการใช้สื่อ โดยบอกว่าอยากจะพูดโดยตรงมากกว่า สำหรับปัญหาที่น่าเสนอ ได้แก่ ผู้รับคำปรึกษามีความรู้สึกเหงา หลังจากที่บิดามารดาหย่าร้างกัน ผู้รับคำปรึกษาเคยมีความรู้สึกเป็นสุขสมัยตอนที่แม้อยู่ เพราะแม่พาไปเที่ยว ขณะที่บิดามารดาแยกทางกัน ผู้รับคำปรึกษาอายุได้ 5 ปี กำลังเรียนอยู่ชั้นอนุบาล 3 ปัจจุบันอาศัยอยู่กับ พ่อ พี่ชาย 2 คน พี่สาวและอาม่า โดยพ่อและพี่ชายทั้ง 2 คนทำงานอยู่ที่โรงงานซึ่งเป็นสถานที่ชั้นล่างสุดของตึก ส่วนพี่สาวไปเรียนและมักจะกลับบ้านเย็นทุกวัน หลังจาก 18.00 นาฬิกาไปแล้ว ส่วนผู้รับคำปรึกษายู่กับอาม่าบนชั้น 3 ของอาคาร ผู้รับคำปรึกษารู้สึกเหงามาก เมื่อถูกทิ้งให้อยู่กับอาม่าซึ่งแก่มากเพียงลำพัง จะพูดกับอาม่าก็ไม่ค่อยรู้เรื่องเพราะอาม่าพูดภาษาจีน บางครั้งรู้สึกอยากมีน้องสาว เพราะจะได้ไม่เหงาลังคน บางครั้งก็รู้สึกเครียดหรือ ไม่สบายใจ อยู่กับพ่อขอให้พ่อพาไปเที่ยวสวนสัตว์พ่อก็ไม่ค่อยว่าง

ผู้รับคำปรึกษาคนอื่น ได้ซักถามและเสนอแนะแนวทางแก้ไข สรุปได้ว่าให้ผู้รับคำปรึกษาพยายามเล่นกับเพื่อนที่โรงเรียน พยายามหาเพื่อนเล่นซึ่งอาจจะจะเป็นเพื่อนบ้าน แต่กรณีนี้ผู้รับคำปรึกษบอกว่าจะต้องขออนุญาตพ่อก่อน พยายามเล่นกับพี่ ๆ หลังจากเลิกงาน ออกกำลังกาย ดูการ์ตูนเวลาอยู่คนเดียว หรือเล่นเกมส์ ผู้ให้คำเสนอแนะว่ากิจกรรมที่เลือกทำควรให้ประโยชน์แก่ตนเองและอาจจะส่งผลถึงผู้อื่นด้วย ซึ่งผู้รับคำปรึกษาได้เลือกที่จะเล่นกับพี่ ๆ หลังเลิกงานแล้ว และอาจจะไปขออนุญาตพ่อออกไปเล่นกับเพื่อนข้างบ้านบ้างในบางครั้ง

ผู้ให้คำปรึกษาได้ใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาเพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาคนอื่นได้ร่วมแสดงความคิดเห็น รับฟังอย่างตั้งใจ และช่วยหาแนวทางแก้ไขเพื่อนำไปปฏิบัติต่อไป

สรุปผลการให้คำปรึกษา

ครั้งที่ 10

ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มครั้งนี้ ผู้รับคำปรึกษาเสนอปัญหาโดยมิได้มีการใช้สื่อ โดยบอกว่าสามารถพบปัญหาออกมาได้เลย โดยได้กล่าวถึงปัญหาของตนเองว่า มีความรู้สึกเหงา คิดถึงแม่อยากให้แม่ทำงานใกล้ ๆ บ้าน ผู้รับคำปรึกษามีความรู้สึกเหงา เพราะไม่ได้อยู่กับแม่ อาศัยอยู่กับน้ำและตาซึ่งน้ำก็กลับบ้านเด็ก ส่วนตาก็เมาเหล้าทุกวัน ผู้รับคำปรึกษาเล่าว่า แม่เล่าให้ฟังว่าพ่อแม่แยกทางกันตั้งแต่ ผู้รับคำปรึกษาอายุได้ขวบกว่า โดยในปี พ.ศ. 2526 แม่ได้พาพี่และในปี พ.ศ. 2529 พ่อก็มาตามหาแต่แม่ไม่ยอมคืนดีด้วย นอกจากนี้ผู้รับคำปรึกษายังมีความรู้สึกอยากใช้ชีวิตของตนเองเป็นเหมือนคนอื่นบ้าง เช่นเพื่อนคนอื่นมีพ่อแม่ และอีกประการแม่ไม่ค่อยมาหาเลย บางที 2 - 3 เดือนมาหาครั้งหนึ่ง

ผู้รับคำปรึกษาคนอื่น ๆ ช่วยกันซักถามเพิ่มเติมพร้อมทั้งช่วยเสนอแนะวิธีการแก้ไขปัญหา ซึ่งจากการซักถามผู้รับคำปรึกษาพบว่า ผู้รับคำปรึกษาเองเคยคิดช่วยเหลือตัวเองโดยการบอกแม่ถึงความรู้สึกของตนเอง แม่บอกว่าแม่ก็รักแต่ไม่ค่อยมีเวลา เมื่อผู้รับคำปรึกษาได้ยินและรู้วามารถหาเงินมาส่งเสียตนเอง ก็รู้ว่าแม่รักและรู้สึกดีใจ แต่ยังเสียใจว่าแม่ไม่มีเวลาให้สำหรับข้อเสนอนแนะของผู้รับคำปรึกษาคนอื่นนี่เอง วิธีแก้ไขความรู้สึกเหงา และความรู้สึกคิดถึงมารดา ได้แก่ การหาหนังสืออ่านให้หลับ เล่นกับเพื่อน ๆ บอกแม่ว่าให้มาหาบ่อย ๆ โดยให้ผลงานหรือจดหมายแม่ล่วงหน้าเพื่อนมารับไปเที่ยวหรือพักผ่อนร่วมกัน โดยผู้รับคำปรึกษาเลือกวิธีการบอกกับแม่ด้วยตนเอง ถึงความรู้สึกต่าง ๆ ของตัวเองอีกครั้ง แม้ว่าผู้รับคำปรึกษาจะเคยบอกแล้วครั้งหนึ่ง

ผู้ให้คำปรึกษาได้ใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา เพื่อกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และให้ผู้รับคำปรึกษาเจ้าของปัญหาได้สำรวจตัวเองโดยพิจารณาปัญหาของเพื่อน ผู้รับคำปรึกษาคนอื่นที่มีลักษณะคล้าย ๆ กัน ซึ่งการให้คำปรึกษาครั้งนี้ ผู้รับคำปรึกษาสามารถเลือกแนวทางแก้ไขปัญหาสำหรับตนเองได้

สรุปผลการให้คำปรึกษา

ครั้งที่ 11

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งนี้ ผู้รับคำปรึกษาเสนอปัญหาโดยมิได้ใช้ชื่อ โดยได้กล่าวถึงปัญหาของตนเองว่าหลังจากที่บิดามารดาแยกทางกัน ตนเองรู้สึกเสียใจมาก ไม่มีความสุข และมักถูกเพื่อนบ้านล้อว่าลูกไม่มีพ่อ แม่เล่าให้ผู้รับคำปรึกษาฟังว่าเลิกกับพ่อผู้รับคำปรึกษาดังแต่ผู้รับคำปรึกษาอายุ 3 ขวบ เพราะพ่อเป็นคนเจ้าชู้มีหลายบ้าน ซึ่งผู้รับคำปรึกษาก็ไม่ชอบคนเจ้าชู้ อยากให้พ่อแม่กลับมาคืนดีกัน เหมือนกัน แต่ก็ยอมรับเรื่องความเจ้าชู้ของพ่อไม่ได้ และขณะนี้ภรรยาใหม่ของพ่อก็กำลังตั้งท้อง แต่แม่ก็บอกว่าพ่อเป็นคนดี ไม่สูบบุหรี่ ไม่กินเหล้า ขณะนี้ผู้รับคำปรึกษาอาศัยอยู่กับพี่สาวซึ่งแต่งงานแล้ว รู้สึกไม่ค่อยชอบ เพราะพี่สาวก็มีลูกและรักลูกของเขามากกว่าตน ซึ่งแต่ก่อนยังไม่มีลูกรู้สึกว่าจะรักตนมากกว่านี้ ส่วนแม่ทำงานอยู่พระประแดง ตนเองอยู่กับพี่สาวก็เพื่อความสะดวกเรื่องมาโรงเรียนและพี่สาวก็ส่งเสียให้เรียนด้วย และนอกจากนี้บางครั้งก็ถูกพี่เขยดูค่า

ผู้รับคำปรึกษาคนอื่น ๆ ได้ซักถามรายละเอียดเพิ่มเติมและช่วยกันแสดงความคิดเห็น โดยยกตัวอย่าง เพื่อนหลาย ๆ คนในกลุ่มที่ผ่านมาซึ่งมีปัญหาล้ายคลึงกันผู้รับคำปรึกษาทั้งนั้น ทำให้ผู้รับคำปรึกษาคิดว่าจะไม่สนใจอีกถ้าใครมาล้อ สำหรับพี่เขยที่เขาดูอาจเป็นเพราะความปรารถนาอยากให้ตนเองได้ดีก็ได้ สำหรับข้อเสนอแนะต่าง ๆ ได้แก่ ถ้ารู้จักเหงาก็ เล่นกับสุนัข หรือขี่จักรยาน เล่นกับหลาน เพราะจะได้เป็นการช่วยเหลือหลานด้วย ให้สมมติว่าพี่สาวเหมือนแม่คนหนึ่ง และพี่เขยเปรียบเหมือนพ่อคนหนึ่งที่คอยดูแล ซึ่งจากการให้คำปรึกษาครั้งนี้ ผู้รับคำปรึกษากล่าวว่า รู้สึกดีใจที่ทุกคนให้กำลังใจ ให้คำแนะนำ และรู้จักสบายใจขึ้นที่ได้พูดออกมา และคิดว่าจะนำเอาคำแนะนำของเพื่อน ๆ ไปปฏิบัติ

ครั้งที่ 12

เรื่อง ปัจฉิมนิเทศ

วัตถุประสงค์

เพื่อสรุปผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ของผู้รับ

คำปรึกษา

วิธีดำเนินการ

1. ให้ผู้รับคำปรึกษาพิจารณาตนเองว่าตั้งแต่เข้ากลุ่มครั้งแรกจนถึงวันนี้ตนเองมีความรู้สึกอย่างไร และความคิดความรู้สึกและแนวโน้มของผู้รับคำปรึกษาที่มีต่อตนเองในการเรียนรู้ที่จะแก้ไขปัญหาทางอารมณ์ อันเป็นผลเนื่องมาจากการหย่าร้างของบิดามารดา ได้แก่ ความรู้สึกไม่สบายใจ ความเสียใจ ความต้องการมีชีวิตครอบครัวและสิ่งต่าง ๆ เหมือนคนอื่น ความต้องการให้บิดามารดากลับมาคืนดีกัน การขาดความอบอุ่น ความเหงา ความรู้สึกสงสารตัวเอง ความคิดถึงบิดามารดาที่แยกกันอยู่ ความรู้สึกเป็นลมคล้าย ค้างหรือไม่
2. ให้ผู้รับคำปรึกษา อภิปราย ประโยชน์และแนวทางแก้ไขที่ได้รับจากการเข้ากลุ่ม
3. ผู้รับคำปรึกษาสรุป เรื่องที่สนทนาและสรุปแนวทางแก้ไขความคิดความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษาที่มีต่อตนเองอันเป็นผลเนื่องมาจากการหย่าร้างของพ่อแม่ และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมให้กำลังใจและช่วยหาแนวทางในการปฏิบัติตนให้มีการปรับตัวทางอารมณ์ที่เหมาะสมในชีวิตจริงต่อไป

อุปกรณ์

การประเมินผล

สังเกตจากการแสดงออกทั้งทางวาจาและกริยาท่าทางของผู้รับคำปรึกษาแต่ละคน
ซึ่งแสดงออกถึงความเข้าใจและความสามารถในการหาแนวทางแก้ไขปัญหากการปรับตัวทางอารมณ์
ตลอดทั้งความสามารถในการประเมินผลตนเองได้รับจากการเข้ากลุ่ม

โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
1 วันที่ 24 ธ.ค. 2536	ปฐมนิเทศ	1. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ให้นักเรียนรู้สึกอบอุ่น ใจกว้างใจปลอดภัย และเป็นกันเอง 2. เพื่อให้นักเรียนทราบวัตถุประสงค์ของการให้ข้อเสนอแนะเวลาจำนวนครั้ง สถานที่ บทบาทและหน้าที่ของนักเรียนและของผู้วิจัย	1. ผู้วิจัยและนักเรียนทุกคนนั่งเป็นวงกลม ผู้วิจัยแนะนำตนเองกับกลุ่ม และให้นักเรียนแต่ละคนแนะนำตนเอง 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อให้นักเรียนรู้จักและคุ้นเคยกันและกัน มีความรู้สึกอบอุ่นใจกว้างใจและพร้อมที่จะเปิดเผยตนเองโดยมีขั้นตอน ดังนี้ ข้อเสนอแนะ 2.1 ผู้วิจัยนำกระดาษแข็งสีแดงรูปหัวใจ ขนาดใหญ่พอที่นักเรียนทั้งหมดจะยืนรวมกันบนกระดาษรูปหัวใจได้ มาวางไว้กลางห้อง แล้วอธิบายให้นักเรียนฟังว่า เมื่อผู้วิจัยเปิดเพลงให้นักเรียนทุกคนเดินไปรอบ ๆ รูปหัวใจ แต่ถ้าเพลงหยุด หน้าที่ของนักเรียน	1. แผนภูมิ 2. กระดาษแข็งสีแดงตัดเป็นรูปหัวใจขนาดใหญ่และขนาดกลาง 3. วิทยุแท็บและแท็บเพลง

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			คือการทำที่ต้องพยายามเข้าไป ยืนบนรูปหัวใจให้หมดทุกคน 2.2 ลดขนาดของรูปหัวใจ ลง จนขนาดไม่พอที่จะให้ทุก คนยืนได้อย่างสบาย นอกจาก จะต้องซ้อนทับกันหรือเกาะแขน กันอย่างแข็งแรง ให้นักเรียน ทั้งหมดอยู่บนรูปหัวใจนั้นเป็น เวลา 2 นาที 2.3 ให้นักเรียนแต่ละคน เล่าความรู้สึก และความ ประทับใจ ตลอดจนแสดง ความคิดเห็นที่ได้ จากการ เข้าร่วมกิจกรรม 2.4 ผู้วิจัยและนักเรียน ช่วยกันสรุป เกี่ยวกับข้อคิดและ ประสบการณ์ที่ได้รับจากการ เข้าร่วมกิจกรรม	

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			3. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้ข้อเสนอแนะในเรื่องปรับตัวทางอารมณ์รายละเอียดเกี่ยวกับวิธีการ บทบาทและหน้าที่ของผู้วิจัยในฐานะผู้ให้ข้อเสนอแนะ และบทบาทหน้าที่ของนักเรียนในฐานะผู้รับข้อเสนอแนะ 4. ผู้วิจัยแจกโปรแกรมข้อเสนอแนะให้นักเรียนทุกคนอ่าน 5. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามเมื่อมีข้อสงสัย เกี่ยวกับปัญหาต่าง ๆ จากนั้นให้นักเรียนร่วมกับสรุปบทวนเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ บทบาทหน้าที่ของผู้วิจัยและนักเรียนวิธีการและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 6. ผู้วิจัยนัดหมายครั้งต่อไป	

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
2 วันที่ 29 ธ.ค. 2535	สภาพ ครอบครัว	1. เพื่อให้นักเรียน เข้าใจเกี่ยวกับ การหย่าร้างของพ่อแม่ 2. เพื่อให้นักเรียนได้ รู้และเข้าใจเกี่ยวกับ สภาพครอบครัวปัจจุบัน	การให้ข้อสนเทศ ครั้งที่ 2 - 11 มีวิธีดำเนินการ เช่น เดียวกัน ได้แก่ 1. ผู้วิจัยแจกเอกสารกรณี ตัวอย่างให้นักเรียนทั้งกลุ่มอ่าน 2. เปิดโอกาสให้นักเรียน ซักถามผู้วิจัย เมื่อมีข้อสงสัย 3. ให้นักเรียนในกลุ่มช่วยกัน สรุปสาระที่ได้จากการอ่าน 4. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 5. ผู้วิจัยนัดหมายครั้งต่อไป	แผ่นสนเทศ
3 วันที่ 5 ม.ค. 2536	ความรู้สึกไม่ สบายใจที่เป็น ผลจาก การหย่าร้าง ของบิดา มารดาและ แนวทางแก้ไข	เพื่อให้ นักเรียนได้ เข้าใจถึงผลของการ หย่าร้างของบิดา มารดาที่ทำให้ นักเรียน มีความรู้สึกไม่สบายใจ และแนวทางในการ แก้ไข		

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
4 วันที่ 7 ม.ค. 2536	ความรู้สึก เสียใจที่เป็น ผลจากการ หย่าร้างของ บิดามารดา และแนวทาง แก้ไข	เพื่อให้นักเรียนได้ เข้าใจถึงผลของการ หย่าร้างของบิดา มารดา ที่ทำให้นักเรียน มีความรู้สึกเสียใจและ แนวทางในการแก้ไข		
5 วันที่ 12 ม.ค. 2536	ความรู้สึก ต้องการมีชีวิต ครอบครัวและ สิ่งต่าง ๆ เหมือนคน อื่น ๆ ที่เป็น ผลจาก การหย่าร้าง ของบิดา มารดาและ แนวทางแก้ไข	เพื่อให้นักเรียนได้ เข้าใจถึงผลของการ หย่าร้างของบิดา มารดาที่ทำให้นักเรียน มีความรู้สึกต้องการมี ชีวิตครอบครัวและ สิ่งต่าง ๆ เหมือน คนอื่นและแนวทาง แก้ไข		

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
6 วันที่ 14 ม.ค. 2536	ความรู้สึก ต้องการให้ บิดามารดา กลับมาคืนดีกัน ที่เป็นผล จากการ หย่าร้างของ บิดามารดา และแนวทาง แก้ไข	เพื่อให้นักเรียนได้ เข้าใจและยอมรับผล ของการหย่าร้างของ บิดามารดาที่ทำให้ นักเรียนมีความรู้สึก ต้องการให้บิดามารดา กลับมาคืนดีกันและ แนวทางในการแก้ไข		
7 วันที่ 19 ม.ค. 2536	ความรู้สึกขาด ความอบอุ่นที่ เป็นผลจาก การหย่าร้าง ของบิดา มารดาและ แนวทางแก้ไข	เพื่อให้นักเรียนได้ เข้าใจถึงผลของการ หย่าร้างของบิดา มารดาที่ทำให้นักเรียน มีความรู้สึกขาดความ อบอุ่นและแนวทางใน การแก้ไข		

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
8 วันที่ 21 ม.ค. 2536	ความรู้สึก เหงาที่เป็น ผลจากการ หย่าร้างของ บิดามารดา และแนวทาง แก้ไข	เพื่อให้นักเรียนได้ เข้าใจถึงผลของ การหย่าร้างของบิดา มารดา ที่ทำให้นักเรียน มีความรู้สึกเหงาและ แนวทางในการแก้ไข		
9 วันที่ 26 ม.ค. 2536	ความรู้สึก ส่งสารตัวเอง ที่เป็นผล จากการ หย่าร้างของ บิดามารดา และแนวทาง แก้ไข	เพื่อให้นักเรียนเข้าใจ ถึงผลของการหย่าร้าง ของบิดามารดา ที่ทำ ให้นักเรียนมีความรู้สึก ส่งสารตัวเองและ แนวทางในการแก้ไข		
10 วันที่ 28 ม.ค. 2536	ความคิดถึง บิดาหรือ มารดาที่แยก กันอยู่ที่เป็น ผลจาก	เพื่อให้นักเรียนเข้าใจ ถึงผลของการหย่าร้าง ของบิดามารดา ที่ทำ ให้นักเรียน มีความ คิดถึงบิดาหรือมารดา		

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
11	การหย่าร้าง ของบิดา มารดาและ แนวทางใน การแก้ไข	ที่แยกกันอยู่และ แนวทางในการแก้ไข		
วันที่ 2	ความรู้ลึกเป็น บมค้อยที่เป็น ผลจากการ หย่าร้างของ บิดามารดา และแนวทาง แก้ไข	เพื่อให้นักเรียนได้ เข้าใจถึงผลของ การหย่าร้างที่ทำให้ นักเรียนรู้สึกเป็น บมค้อย และแนวทาง ในการแก้ไข		
ก.พ. 2536				
12	ปัจฉิมนิเทศ	1. เพื่อสรุปผลการให้ ข้อเสนอแนะ 2. เพื่อให้นักเรียนนำ ความรู้ที่ได้ไปพัฒนา การปรับตัวทางอารมณ์ ให้ดีขึ้น 3. เพื่อยุติการให้ ข้อเสนอแนะ	1. ให้นักเรียนทุกคนร่วมกัน สรุปผลที่ได้จากข้อเสนอแนะ ทั้งหมดตลอดจนความคิด ความรู้สึกและแนวโน้มของ นักเรียนที่มีต่อตนเองในการ เรียนรู้ที่จะแก้ไขปัญหาทาง อารมณ์ อันเป็นผลเนื่องมาจาก การหย่าร้างของบิดามารดา	
วันที่ 4				
ก.พ. 2536				

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ	อุปกรณ์
			ได้แก่ ความรู้สึกไม่สบายใจ เสียใจ ต้องการมีชีวิต ครอบครัวและสิ่งต่าง ๆ เหมือนคนอื่น ต้องการให้บิดา มารดากลับมาคืนดีกัน การขาด ความอบอุ่น ความเหงา ความ รู้สึกสงสารตัวเอง ความคิดถึง บิดามารดาที่แยกกันอยู่และ ความรู้สึกเป็นหม้ายเพื่อพัฒนา การปรับตัวทางอารมณ์ต่อไป 2. เปิดโอกาสให้นักเรียน ซักถามข้อสงสัย 3. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 4. ผู้วิจัยกล่าวปิดการให้ ข้อเสนอแนะ	

หมายเหตุ การให้ข้อเสนอแนะแต่ละครั้งใช้เวลา 40 นาที

โปรแกรมการใช้ข้อสนทนา

ครั้งที่ 1

เรื่อง ปฐมบท

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ให้นักเรียนรู้สึกอบอุ่นไว้วางใจ ปลดปล่อยและเป็นกันเอง
2. เพื่อให้นักเรียนทราบวัตถุประสงค์ของการใช้ข้อสนทนา เวลา จำนวนครั้ง สถานที่ บทบาทและหน้าที่ของนักเรียนและของผู้วิจัย

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยและนักเรียนทุกคนนั่งเป็นวงกลม ผู้วิจัยแนะนำตนเองกับกลุ่ม และให้นักเรียนแต่ละคนแนะนำตนเอง
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อให้นักเรียนรู้จักและคุ้นเคยกันและกันมีความรู้สึกอบอุ่นไว้วางใจ และพร้อมที่จะเปิดเผยตนเองโดยมีขั้นตอนดังนี้
 - 2.1 ผู้วิจัยนำกระดาษแข็งสีแดงรูปหัวใจขนาดใหญ่พอที่นักเรียนทั้งหมดจะยืนรวมกันบนกระดาษรูปหัวใจได้ มาวางไว้กลางห้อง แล้วอธิบายให้นักเรียนฟังว่า เมื่อผู้วิจัยเปิดเพลง ให้นักเรียนทุกคนเดินไปรอบ ๆ รูปหัวใจ แต่ถ้าเพลงหยุด หน้าที่ของนักเรียน คือการที่จะต้องพยายามเข้าไปยืนบนรูปหัวใจให้หมดทุกคน
 - 2.2 ลดขนาดของรูปหัวใจลง จนขนาดไม่พอที่จะให้ทุกคนยืนได้อย่างสบาย นอกจากจะต้องซ้อนทับกันหรือเกาะแขนกันอย่างแข็งแรง ให้นักเรียนทั้งหมดอยู่บนรูปหัวใจนั้นเป็นเวลา 2 นาที
 - 2.3 ให้นักเรียนแต่ละคนเล่าความรู้สึก และความประทับใจ ตลอดจนแสดงความคิดเห็นที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรม
 - 2.4 ผู้วิจัยและนักเรียนช่วยกันสรุป เกี่ยวกับข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม

3. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้ข้อเสนอแนะ เรื่องการปรับตัวทางอารมณ์ รายละเอียดเกี่ยวกับวิธีการ บทบาทและหน้าที่ของผู้วิจัย ในฐานะผู้ให้ข้อเสนอแนะ และบทบาทหน้าที่ของนักเรียน ในฐานะผู้รับข้อเสนอแนะ
4. ผู้วิจัยแจกโปรแกรมข้อเสนอแนะให้นักเรียนทุกคนอ่าน
5. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามเมื่อมีข้อสงสัยเกี่ยวกับปัญหาต่าง ๆ จากนั้นให้นักเรียนร่วมกันสรุปบทวน เกี่ยวกับวัตถุประสงค์ บทบาทหน้าที่ของผู้วิจัย และนักเรียน วิธีการและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
6. ผู้วิจัยนัดหมายครั้งต่อไป

อุปกรณ์

1. แผนภูมิ
2. กระดาษแข็งสีแดง ตัดเป็นรูปหัวใจขนาดใหญ่ และขนาดกลาง
3. วิทยุเทป และเทปเพลง

การประเมินผล

สังเกตจากความร่วมมือและการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการร่วมกิจกรรม การเล่าความรู้สึก การสรุปข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม ตลอดจนการสรุปวัตถุประสงค์ บทบาทหน้าที่ของผู้วิจัยและของนักเรียนในฐานะผู้ให้ข้อเสนอแนะและผู้รับข้อเสนอแนะ

ครั้งที่ 2

เรื่อง สภาพครอบครัว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจเกี่ยวกับการหย่าร้างของพ่อแม่
2. เพื่อให้นักเรียนได้รู้และเข้าใจเกี่ยวกับสภาพครอบครัวปัจจุบัน

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยแจกเอกสารกรณีตัวอย่างให้นักเรียนอ่าน
2. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามถ้ามีข้อสงสัย
3. ให้นักเรียนในกลุ่มช่วยกันสรุปสาระที่ได้จากการอ่านข้อสนเทศ
4. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
5. ผู้วิจัยนัดหมายครั้งต่อไป

อุปกรณ์

เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง "บ้านของแก้ว"

การประเมินผล

สังเกตจากการสนใจและตั้งใจในการอ่านกรณีตัวอย่างตลอดจนการซักถามผู้วิจัย
เมื่อมีข้อสงสัย

กรณีตัวอย่าง

เรื่อง

"บ้านของแก้ว"

ยาย เคยเล่าให้ฟังว่า พ่อแม่ของแก้วเป็นคนกรุงเทพฯ ก่อนที่พ่อแม่จะแต่งงานกัน พ่อกับแม่ทำงานอยู่ที่เดียวกันมาก่อน ต่อมาพ่อกับแม่เริ่มสนิทสนมกันมากขึ้น พ่อเคยมาส่งแม่ที่บ้านยายบ่อย ๆ และทั้งสองคนก็รักกัน ในที่สุดก็ตัดสินใจแต่งงานกัน เมื่อแต่งงานแม่ก็ออกจากบ้านยายมาอยู่กับพ่อ ต่อมาแม่ก็ได้ลาออกจากงาน เพราะเริ่มตั้งท้องแก้ว จนแม่คลอดแก้วออกมา ชีวิตครอบครัวก็มีความสุขดี อีก 2 ปีต่อมาแก้วก็มีน้องสาวอีก 1 คน ทุก ๆ สิ้นเดือนพ่อจะพาครอบครัวประกอบค้ำย พ่อ แม่ แก้ว และน้องไปเยี่ยมยายเป็นประจำ ต่อมาเมื่อแก้วเรียนหนังสืออยู่ชั้น ป.4 แก้วเริ่มสังเกตเห็นความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายในครอบครัว พ่อกับแม่ชอบทะเลาะกันเป็นประจำ โดยมากจะเป็นเรื่องเงินไม่พอใช้ ส่วนพ่อก็มักจะกลับบ้านดึก ๆ และก็เมาเหล้าเป็นประจำ บางทีก็มีเพื่อนมาส่ง มาถึงก็เอะอะไว้วาย จนแก้วกับน้องตกใจ และพ่อก็จะทะเลาะกับแม่ เนื่องจากแม่ขอร้องพ่อเลิกดื่มเหล้า

ตอนแก้วเรียนอยู่ชั้น ป.5 แล้ว อยู่มาวันหนึ่งหลังจากแก้วกลับจากโรงเรียน แก้วเห็นพ่อหัวกระเป๋าบิใหญ่ แก้วตะโกนเรียกก็ไม่หัน เมื่อแก้วเดินเข้าบ้านเห็นแม่ก้มกอดน้องสาวร้องไห้และไม่ยอมพูดอะไรให้แก้วรับรู้เลย ชีวิตแก้วทุกวันนี้มีอยู่เพียงสามคนคือ แม่ แก้ว และน้อง แม่แก้วขณะนั้นรับจ้างตัดเสื้อผ้าอยู่กับบ้าน แม่ทำงานดึกทุกวัน แก้วเห็นตอนที่ลูกมาเข้าห้องน้ำตอนดึก ทุกวันนี้แก้วคิดเสมอว่า แก้วส่งสารแม่และคิดถึงพ่อด้วย แก้วคิดกับตัวเองเสมอว่า ทำไมนะ! ทำไม! ไม่มีใครยอมพูดอะไรให้แก้วฟังเลย แก้วอยากรู้ว่าอะไรมันเกิดขึ้นกับบ้านของแก้ว

เวลาผ่านไปหลายเดือนแล้ว แก้วก็ไม่เห็นมีแววว่าพ่อจะกลับมาหาแก้ว แม่และน้องเลยแม่ยังคงทำงานหนักเหมือนเดิม และก็ยังไม่ยอมพูดถึงพ่อให้แก้วฟัง นอกจากพูดเพียงสั้น ๆ ว่าเขาจากพวกเราไปแล้ว ยิ่งเพิ่มความสงสัยให้แก้วมากขึ้นว่า คำว่า จากพวกเราไปแล้ว คืออะไร เพราะแก้วเคยได้ยินเพื่อนที่โรงเรียนพูดว่าพ่อจากไปแล้วคือพ่อเขาเสียชีวิต แต่นั่นแก้วรู้ว่าพ่อยังไม่ตาย.....

อยู่มาวันหนึ่งขณะที่แก้วเห็นแม่ นั่งพักผ่อนหลังจากเย็บเสื้อผ้าให้ลูกค้าเสร็จ แก้วนึกในใจว่า อย่างไม่รู้ก็ตามวันนี้ แก้วจะต้องรู้จากแม่ให้ได้ว่า พ่อจากไปไหน แก้วตัดสินใจเข้าไปหาแม่และถามแม่ว่า "แม่คะ! วันนี้แม่เหนื่อยมากไหม! แม่ทานข้าวไหม แล้วเอามือมาลูบศีรษะแก้ว แก้วรู้สึกอบอุ่นใจอย่างประหลาด จากนั้นแก้วก็ถามแม่ต่อว่า แม่คะ! ที่แม่บอกว่าพ่อจากพวกเราไป แก้วอยากรู้ว่าพ่อไปไหน ทำไมไม่มาหาพวกเราบ้าง แม่หันมาถามแก้วว่า "แก้วอยากรู้จริง ๆ หรือลูก" แก้วพยักหน้า แม่จึงพูดต่อไปว่าพ่อกับแม่แยกทางกันแล้วเพราะพ่อของแก้วมีภรรยาอีกคนหนึ่ง จึงทำให้แม่ทนไม่ได้ แก้วนึกในใจว่า อ้อ! อย่างนี้เองพ่อถึงไม่เคยมาหาพวกเราเลย เมื่อแก้วฟังแม่พูดจบ แก้วก็ยังรู้สึกสงสารแม่ และพอจะเข้าใจแล้วว่า ชีวิตครอบครัวของแก้วจะมีแม่ แก้ว และน้องเท่านั้น แก้วนึกในใจว่า แม่ขา แก้วจะพยายามทำตัวให้เป็นลูกที่ดีของแม่ จะช่วยแม่ทุกอย่างเท่าที่แก้วจะทำได้ จะรักน้องให้มาก ๆ และจะตั้งใจเรียน โตขึ้นแก้วนี่แหละ! จะเลี้ยงแม่และน้องเอง

สรุป

จากเรื่องราวของแก้วจะเห็นได้ว่า สภาพครอบครัวของแก้วเริ่มต้นด้วยความรัก ระหว่างพ่อกับแม่ แต่เมื่อระยะเวลาผ่านไป พ่อก็เริ่มเปลี่ยนไป เช่น คิ้มเหล้าทะเลาะกับแม่และครอบครัวก็มีปัญหาเรื่องเงิน ในที่สุดก็แยกทางกัน โดยแก้วและน้องสาวอยู่กับแม่ แก้วรู้สึกสงสารและเห็นใจแม่มาก แล้วให้สัญญากับแม่ว่า จะทำตัวเป็นลูกที่ดีของแม่และจะช่วยรับภาระเลี้ยงแม่และน้องเมื่อแก้วโตขึ้น

ครั้งที่ 3

เรื่อง ความรู้สึกไม่สบายใจที่เป็นผลจากการหย่าร้างของบิดามารดา และแนวทางแก้ไข

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจถึงผลของการหย่าร้างของบิดามารดา ที่ทำให้นักเรียนมีความรู้สึกไม่สบายใจ และแนวทางแก้ไข

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยแจกเอกสารกรณีตัวอย่างให้นักเรียนทั้งกลุ่มอ่าน
2. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามผู้วิจัย เมื่อมีข้อสงสัย
3. ให้นักเรียนในกลุ่มช่วยกันสรุปสาระที่ได้จากการอ่าน
4. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
5. ผู้วิจัยนัดหมายครั้งต่อไป

อุปกรณ์

เอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง "แพรวลูกแม่"

การประเมินผล

สังเกตจากการสนใจและตั้งใจในการอ่านกรณีตัวอย่าง ตลอดจนการซักถามผู้วิจัย เมื่อมีข้อสงสัย

เรื่อง "แพรลูกแม่"

แพรเคยรู้สึกภาคภูมิใจชีวิตของตนเองมา เพราะแพรรู้สึกว่าทั้งพ่อและแม่รักแพรและเป็นที่พึ่งให้แพร เมื่อแพรไม่สามารถแก้ปัญหาของตนเองได้ ทุกครั้งที่แพรทักท้วงว่า พ่อแม่จะรู้ทันที่แพรจะต้องมาปรึกษาปัญหาอะไรสักอย่าง พ่อและแม่จะยิ้มรับอย่างใจดี แล้วก็เริ่มพูดประโยคที่ว่า "อ้าว! มีอะไรเข้ามา"

แต่แล้วทุกอย่างก็เปลี่ยนไป วันหนึ่งหลังจากแพรกลับมาจากบ้านปู่ย่าที่จังหวัดนครปฐม แพร่ได้ยินเสียงพ่อกับแม่พูดกันเสียงดัง แพร่เดินออกมาดู ลักครู่แพรเห็นพ่อรีบวิ่งขึ้นห้อง ส่วนแม่ยังคงนั่งนิ่งที่เก้าอี้ตัวเดิม แต่สิ่งที่แพรไม่เคยคิดก็เกิดขึ้น แพร่เห็นหน้าตาของแม่ แพร่อุทานเบา ๆ "แม่ร้องไห้" แพร่รู้สึกว่าอาจจะมียุทธาอะไรเกิดขึ้น ภาพแม่ร้องไห้ทำให้แพรรู้สึกไม่สบายใจมากที่สุด ทำให้แพรทำอะไรไม่ถูกและรู้สึกกังวล "โอ คงมียุทธาร้ายแรงมากแน่ ๆ เลย" แพร่พูดกับตัวเอง แพร่ไม่รู้จะพูดกับใครดี แพร่วิ่งแจ้นออกจากที่ตรงนั้น ตรงไปที่ห้องตัวเอง แล้วก็เริ่มร้องไห้บ้าง ลักครู่แพรได้ยินเสียงเคาะประตู เสียงเคาะประตูของแม่นั่นเอง แพร่ลุกไปเปิดประตูดูสีหน้าแม่เป็นปกติแล้ว แม่จึงแพร่เข้าไปกอดแล้วถามแพร่ว่าเกิดอะไรขึ้น แม่คงไม่รู้ตัวว่าแพรแอบเห็นแม่ร้องไห้ แพร่เล่าให้แม่ฟังว่าแพรเป็นเหตุการณ์ทั้งหมด แม่มีสีหน้าเปลี่ยนไปลักครู่ แม่ก็เล่าความจริงทั้งหมดให้แพร่ฟัง ว่าพ่อมีความจำเป็นต้องแยกทางกับแม่เพราะพ่อกำลังมีภรรยาคนใหม่ และพ่อก็ต้องย้ายไปทำงานที่ต่างจังหวัด แต่แม่จะอยู่กับแพร จะรักและให้ความอบอุ่นกับแพรเหมือนเดิม สิ่งต่าง ๆ เกี่ยวกับแม่จะไม่เปลี่ยน ส่วนพ่อมีความจำเป็นต้องจากเราไป

เมื่อแพร่ได้ฟังแม่พูด แพร่รู้สึกเข้าใจและเห็นใจทั้งพ่อและแม่ ความรู้สึกไม่สบายใจเริ่มคลายลงได้บ้าง แพร่เคยคิดเสมอว่าไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้นในครอบครัวของแพร แพร่ขอเพียงอย่างเดียว ขอให้ทุกคนอย่าปิดบังแพร ขอให้แพร่ได้มีส่วนรับรู้ความจริงเกี่ยวกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นบ้างเท่านั้น เพราะแพรคิดว่าตนเองโตพอที่จะพยายามทำความเข้าใจยอมรับกับความเปลี่ยนแปลงบางอย่างได้แล้ว แพร่ก็ไม่ใช่ว่าเด็กอย่างที่คนอื่นคิด

สรุป

จากเรื่องราวของแพรว จะเห็นได้ว่าผลจากการหย่าร้างของพ่อแม่ ทำให้แพรวรู้สึกไม่สบายใจเป็นอย่างมาก เพราะสิ่งต่าง ๆ ที่แพรวได้พบ เช่น ภาพแม่ร้องไห้ ภาพพ่อแม่ทะเลาะกันเสียงดัง

แนวทางแก้ไขความรู้สึกไม่สบายใจ

1. การได้รับทราบความจริงเกี่ยวกับปัญหาที่ทำให้แพรวรู้สึกไม่สบายใจ
2. การได้รับทราบว่าจะได้รับความเอาใจใส่จากมารดาทำให้แพรวมั่นใจใน

การดำรงชีวิตต่อไป

3. แพรวอาจจะหาทางที่จะช่วยให้ตนเองรู้สึกสบายใจขึ้น เช่น อาจไปคุยกับเพื่อน หรือปรึกษากับครูถ้ามีโอกาส

ครั้งที่ 4

เรื่อง ความรู้สึกเสียใจที่เป็นผลจากการหย่าร้างของบิดามารดา และแนวทางแก้ไข

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจผลของการหย่าร้างของบิดามารดาที่ทำให้นักเรียนมีความรู้สึกเสียใจ และแนวทางแก้ไข

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยแจกเอกสารกรณีตัวอย่างให้นักเรียนทั้งกลุ่มอ่าน
2. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามผู้วิจัย เมื่อมีข้อสงสัย
3. ให้นักเรียนในกลุ่มช่วยกันสรุปสาระที่ได้จากการอ่าน
4. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
5. ผู้วิจัยนัดหมายครั้งต่อไป

อุปกรณ์

เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง "จุ่มผิหรือเปล่า"

การประเมินผล

สังเกตจากการสนใจและตั้งใจ ในการอ่านกรณีตัวอย่าง ตลอดจนการซักถามผู้วิจัยเมื่อมีข้อสงสัย

เรื่อง "จุ่มผิดหรือเปล่า"

พ่อแม่ของจุ่มหย่ากันในขณะที่จุ่ม มีอายุ 11 ปี จุ่มรู้สึกเหมือนกับว่าการที่พ่อแม่หย่ากันนั้นเป็นเพราะตนเองเป็นต้นเหตุ เพราะบ่อยครั้งที่จุ่มได้ยินพ่อแม่ทะเลาะกัน จุ่มรู้สึกว่าพ่อแม่พูดถึงจุ่มด้วย จุ่มรู้สึกเสียใจมากและรู้สึกว่าพ่อแม่คงจะไม่รักจุ่มแล้ว

วันที่พ่อเดินทางออกจากบ้าน พ่อก็เข้ามาหาจุ่มและพูดว่า "พ่อยังเป็นพ่อของจุ่มเหมือนเดิมนะ และพ่อกับแม่ก็ยังรักจุ่มเหมือนเดิม" พ่อพูดน่าฟัง ยิ่งทำให้จุ่มรู้สึกสงสัยว่าแล้วทำไมทำไม! พ่อจึงต้องแยกทางกับแม่ด้วย จุ่มจึงถามพ่อว่า "พ่อแยกทางกับแม่เพราะจุ่มใช่ไหม?" จุ่มปล่อยโฮทันทีที่พ่อประโยคนี้ออกมา พ่อเอามือลูบศีรษะจุ่มแล้วพูดว่า "มีเหตุผลหลายอย่างที่ทำให้พ่อกับแม่ต้องแยกทางกัน แต่เหตุผลพวกนั้นไม่ใช่เพราะจุ่มเป็นต้นเหตุ และก็ไม่ใช่ความผิดของจุ่มเลย แม่แค่ขี้เดียว" พ่อบอกว่า จุ่มเป็นเด็กดี จุ่มเป็นลูกรักของพ่อและแม่ เพราะฉะนั้นพ่อจึงไม่ได้จากไป เพราะจุ่มแน่นนอน พ่อจะมาหาจุ่มอีกเมื่อไหร่ก็ตามที่พ่อมาได้ ทั้งพ่อพูดอย่างนี้ทำให้จุ่มมีความรู้สึกดีขึ้นมาดั่งเคยะ

สรุป

จากเรื่องราวของจุ่มจะเห็นได้ว่า จุ่มรู้สึกเสียใจมากที่พ่อแม่แยกทางกัน เพราะจุ่มรู้สึกว่าตนเองเป็นต้นเหตุที่ทำให้พ่อแม่แยกทางกัน

แนวทางแก้ไขความรู้สึกเสียใจ

1. การได้รับรู้ความจริงเกี่ยวกับเหตุผล การหย่าร้างที่แท้จริงของพ่อแม่
2. การได้รับรู้ความรู้สึกของพ่อแม่ที่มีต่อตนเอง
3. การร้องไห้ อาจจะมีประโยชน์ เพราะภายหลังการร้องไห้ อารมณ์เศร้าโศก

เสียใจอาจจะค่อย ๆ สงบลงก็ได้

ครั้งที่ 5

เรื่อง ความรู้สึกต้องการมีชีวิตครอบครัว และสิ่งต่าง ๆ เหมือนคนอื่น ๆ อันเนื่องมาจากผลของการหย่าร้างของบิดามารดา และแนวทางแก้ไข

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจถึงผลกระทบของการหย่าร้างของบิดามารดาที่ทำให้นักเรียนมีความรู้สึกต้องการมีชีวิตครอบครัวและสิ่งต่าง ๆ เหมือนคนอื่น ๆ และแนวทางแก้ไข

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยแจกเอกสารกรณีตัวอย่างให้นักเรียนทั้งกลุ่มอ่าน
2. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามผู้วิจัยเมื่อมีข้อสงสัย
3. ให้นักเรียนในกลุ่มช่วยกันสรุปสาระที่ได้จากการอ่าน
4. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
5. ผู้วิจัยนัดหมายครั้งต่อไป

อุปกรณ์

เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง "ความฝันของเตี้ย"

การประเมินผล

สังเกตจากการสนใจและตั้งใจในการอ่านกรณีตัวอย่าง ตลอดจนการซักถามผู้วิจัยเมื่อมีข้อสงสัย

เรื่อง "ความฝันของเตี้ย"

ผมชื่อเตี้ย อายุ 11 ปี ผมอยู่กับแม่สองคน เพราะพ่อแยกทางกับแม่ตั้งแต่ผมยังเล็ก ๆ และพ่อไม่เคยกลับมาหาแม่กับผมเลยสักครั้งเดียว ตอนเช้าผมจะไปโรงเรียนใกล้ ๆ บ้าน และแม่จะไปทำงาน เราสองคนจะเดินออกจากบ้านมาพร้อมกัน แล้วแม่จะแยกไปขึ้นรถที่หน้าหมู่บ้าน แต่ตอนเย็นแม่จะกลับบ้านช้ากว่าผมมาก บางครั้งก็กลับค่ำ ถ้ารถติดมากหรือวันที่แม่ต้องทำงานล่วงเวลา แม่จะฝากผมไว้กับร้านค้าข้างบ้าน ให้ผมซื้อขนมหรือขนมกินก่อนถ้าหิวโดยไม่ต้องจ่ายเงิน เมื่อแม่กลับมาแม่จะเป็นคนไปจ่ายเงินให้เอง วันเสาร์ - อาทิตย์ ส่วนใหญ่แม่จะหยุดอยู่กับบ้าน ทำความสะอาดบ้าน ซักเสื้อผ้า ทำกับข้าวให้ผมกิน พาผมไปซื้อของบ้างบางทีก็ไปหาขาย

ผมเรียนหนังสือไม่เก่ง ผมขี้เกียจอ่านหนังสือ ขี้เกียจทำการบ้าน แม่บ่นผมบ่อย ๆ ผมไม่ค่อยมีเพื่อนเพราะเพื่อน ๆ ชอบแกล้งผม ชอบล้อผม ผมชอบเล่นกับเด็ก ๆ มากกว่าแถวบ้าน ที่ที่ผมชอบไปมาก คือบ้านของพี่หมึกกับพี่แป่ว เขามีลูกชื่อ น้องคู่ เป็นเด็กชายอายุ 4 ขวบ น้องคู่ตัวโตเกือบเท่าผม พูดเก่งเหมือนเด็กโต และมีของเล่นมากมาย วันหยุดตอนสาย ๆ พี่หมึกกับแป่วจะเอาสะพานที่ทำด้วยพลาสติกมากางที่หน้าบ้าน แล้วใส่น้ำจนเต็มสระให้น้องคู่ลงไปเล่น ผมก็ไปเล่นด้วย บางทีก็มีเด็กอื่น ๆ ด้วย และพี่หมึกจะนั่งดูที่วอยอยู่ใกล้ ๆ ส่วนพี่แป่วจะนั่งซักผ้าอยู่แถว ๆ นั้น บางครั้งเขาก็ขับรถพากันไปเที่ยว เคอะมอลล์ไปเล่นน้ำที่สวนน้ำ

ผมอยากให้ครอบครัวของผมอยู่กันพร้อมหน้า พ่อ แม่ ลูก เหมือนกับบ้านน้องคู่และบ้านอื่น ๆ บ้าง จะได้ไม่มีใครมาล้อผมว่าไม่มีพ่ออีก พ่อคงจะช่วยผมทำอะไรได้หลายอย่าง เช่น พาผมไปเล่น หรือช่วยแม่ซ่อมบ้านเวลาหลังคารั่ว ไฟดับ ผมคงจะมีความสุขมาก เวลาที่ผมเห็นคนอื่นเขามีพ่อมารับที่โรงเรียนผมรู้สึกไม่ดีเลย ผมอยากมีพ่อแม่เหมือนคนอื่น แต่ผมไม่รู้ว่าผมจะไปหาพ่อได้ที่ไหน พ่ออาจจะมียูกใหม่แล้วก็ได้ พ่อคงจะลืมว่ามีผมอีกคนหนึ่ง ซึ่งเป็นลูกของพ่ออีกก็ได้

แต่สิ่งที่ผมคิดนี้ผมไม่เคยบอกใครแม้แต่แม่ ผมรู้ว่ามันจะทำให้แม่เสียใจ แม่คงไม่ต้องการพ่ออีกแล้ว และผมก็รู้ว่ามันคงเป็นไปได้ที่จะให้พ่อแม่กลับมาใช้ชีวิตร่วมกันอีก ผมไม่เข้าใจเลย

ว่าทำไมเหตุการณ์ที่เลวร้ายเช่นนี้ ต้องเกิดขึ้นกับผมด้วย ทำไมไม่มีใครนึกถึงจิตใจของผมบ้าง
 เลยว่า ผมก็เป็นเด็กชายธรรมดา ๆ คนหนึ่ง ที่มีความรู้สึกและความต้องการเหมือนเด็กทั่ว ๆ
 ไป คือ ต้องการมีชีวิตครอบครัว และมีสิ่งต่าง ๆ เหมือนกับเด็กทั่ว ๆ ไป

สรุป

จากเรื่องราวของเตี้ย จะให้เห็นได้ว่า ผลจากการที่พ่อแม่หย่าร้างกัน ทำให้เตี้ยถูก
 เพื่อนล้อ ทำให้ไม่อยากคบเพื่อนรุ่นเดียวกัน และเมื่อเตี้ยไปพบกับครอบครัวที่อยู่กันพร้อมหน้า
 พ่อแม่ลูกยิ่งทำให้เตี้ยเกิดการเปรียบเทียบ และยังมีความรู้สึกต้องการมีชีวิตครอบครัวและสิ่ง
 ต่าง ๆ เหมือนเด็ก ๆ ทั่วไปมากยิ่งขึ้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้ เตี้ยไม่เคยบอกใคร

แนวทางแก้ไขความรู้สึกต้องการมีชีวิตครอบครัวและสิ่งต่าง ๆ เหมือนคนอื่น

1. อย่าเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่น ถ้าการเปรียบเทียบนั้นทำให้ตนเองไม่สบายใจ
 มากยิ่งขึ้น
2. กล้าที่จะพูดถึงความรู้สึกหรือความต้องการของตนเองให้คนที่ใกล้ชิดฟัง เช่น แม่
 พ่อ ครู หรือเพื่อนสนิท ซึ่งจะช่วยให้เด็กเรียนรู้ได้ระบายความอัดอั้นใจออกมา และคนอื่นจะรู้ว่า
 เด็กมีความรู้สึกหรือมีความต้องการอะไร

ครึ่ง 6

เรื่อง ความต้องการให้บิดามารดากลับมาคืนดีกัน อันเนื่องมาจากการหย่าร้างของบิดามารดา และแนวทางแก้ไข

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจและยอมรับผลของการหย่าร้างของบิดามารดา ที่ทำให้นักเรียน มีความรู้สึกต้องการให้บิดา มารดากลับมาคืนดีกัน และแนวทางแก้ไข

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยแจกเอกสารกรณีตัวอย่าง ให้นักเรียนทั้งกลุ่มอ่าน
2. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามผู้วิจัย เมื่อมีข้อสงสัย
3. ให้นักเรียนในกลุ่มช่วยกันสรุปสาระที่ได้จากการอ่าน
4. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
5. ผู้วิจัยนัดหมายครั้งต่อไป

อุปกรณ์

เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง "ชีวิตใหม่ของเพชร"

การประเมินผล

สังเกตจากการสนใจและตั้งใจในการอ่านกรณีตัวอย่าง ตลอดจนการซักถาม ผู้วิจัยเมื่อมีข้อสงสัย

เรื่อง "ชีวิตใหม่ของเพชร"

หลังจากที่เพชรทราบข่าวว่าพ่อแม่ของเขาแยกทางกันแล้ว เพชรมีความปรารถนาอย่างยิ่งที่จะให้พ่อและแม่กลับมาอยู่ร่วมกันใหม่อีก แต่ก่อนเพชรเป็นเด็กที่ขี้แง ร่าเริง สุขุม แต่เมื่อพ่อแม่แยกทางกันเพชรก็กลายเป็นเด็กที่ขี้น้อย เงียบขรึม และมีสีหน้าครุ่นคิดตลอดเวลา

แต่เพชรก็ยังช่วยแม่ทำงานบ้านทุกอย่างเท่าที่เพชรพอทำได้หลังจากกลับจากโรงเรียน และวันหยุด เช่น ช่วยแม่รอกน้ำใส่ตู้เย็น ถูบ้าน ซักผ้าของตัวเองและของแม่ หรือทำอาหารง่าย ๆ กินเอง โดยที่แม่ไม่ต้องสั่ง เพชรหวังว่าการประพฤติตัวเช่นนี้ อาจจะทำให้พ่อแม่เปลี่ยนใจกลับมาอยู่ด้วยกันอีก แต่ในที่สุดเพชรก็รู้ว่า ความพยายามของเขาไม่ได้ผล พ่อกับแม่ก็ยังหย่าร้างกัน และไม่มีวันที่พ่อแม่ของเขาจะกลับมาคืนดีกันเหมือนเดิม เพชรรู้สึกผิดหวังและมักครุ่นคิดว่าควรจะทำอย่างไรดีจึงจะทำให้พ่อกับแม่กลับมาคืนดีกัน จนทำให้การเรียนของเพชรแย่งคร่ำครวญถึงสาเหตุเห็นความเปลี่ยนแปลงของเพชร และเรียกเพชร ไปพบที่ห้องพักหลังเลิกเรียน

วันนั้นเป็นวันที่เพชรจะต้องจดจำอีกวันหนึ่ง เพราะเพชรมีความรู้สึกที่เพชรเข้าใจ และเริ่มยอมรับความจริงเกี่ยวกับการหย่าร้างของพ่อกับแม่ได้ เพชรรู้สึกว่าคำพูดของครูคร่ำครวญที่ว่า "ครูเข้าใจความปรารถนาของเธอที่ต้องการให้พ่อกับแม่ของเธอกลับมาอยู่ด้วยกัน เพราะเป็นเรื่องปกติธรรมดา ที่คนส่วนใหญ่ที่พ่อแม่หย่าร้างกันต้องการให้ครอบครัวมีชีวิตอบอุ่นเหมือนเดิม การที่เธอหวังเช่นนั้นก็ทำให้เธอรู้สึกสบายใจขึ้น เธอจะต้องมีชีวิตต่อไป ส่วนการหย่าร้างเป็นเรื่องของพ่อแม่ของเธอ ไม่ใช่ของเธอ เธอควรจะพยายามทำให้สบายและควรควรจะต้องใจเย็นเพื่อนอนาคตของเธอ"

สรุป

จากเรื่องราวของเพชร จะเห็นได้ว่าภายหลังการหย่าร้างของพ่อกับแม่ เพชรมีความต้องการให้พ่อแม่กลับมาคืนดีกัน โดยเพชรหวังว่าการพฤติกรรมตัวเป็นเด็กคือลดจนการช่วยงานบ้านแม่ทุกอย่างที่พอจะทำได้ อาจจะทำให้พ่อแม่เปลี่ยนใจกลับมาอยู่ด้วยกันอีก แต่เพชรก็ต้องผิดหวัง

แนวทางแก้ไขความรู้สึกต้องการให้บิดา

การได้พูดคุยกับคุณครูที่เห็นอกเห็นใจ จะช่วยให้รักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเองดียิ่งขึ้น และพยายามตั้งใจเรียนเพื่ออนาคตของตนเอง

ครั้งที่ 7

เรื่อง ความรู้ลักษณะความอบอุ่นอันเนื่องมาจากการหย่าร้างของบิดามารดาและแนวทางแก้ไข

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจถึงผลของการหย่าร้างของบิดามารดา ที่ทำให้นักเรียนมีความรู้ลักษณะความอบอุ่น และแนวทางในการแก้ไข

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยแจกเอกสารกรณีตัวอย่างให้นักเรียนทั้งกลุ่มอ่าน
2. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามผู้วิจัย เมื่อมีข้อสงสัย
3. ให้นักเรียนในกลุ่มช่วยกันสรุปสาระที่ได้จากการอ่าน
4. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
5. ผู้วิจัยนัดหมายครั้งต่อไป

อุปกรณ์

เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง "ทางออกของเอก"

การประเมินผล

สังเกตจากการสนใจและตั้งใจในการอ่านกรณีตัวอย่าง ตลอดจนการซักถาม ผู้วิจัยเมื่อมีข้อสงสัย

เรื่อง "ทางออกของเอก"

หลังจากที่พ่อแม่ของเอกหย่าร้างกัน เอกอยู่กับแม่ที่กรุงเทพฯ เอกรู้สึกเศร้าใจว่าเหว่ และรู้สึกเหมือนถูกทอดทิ้ง แม้ว่าเอกจะพยายามทำความเข้าใจว่า พ่อของเอกทิ้งแม่ไปเท่านั้น แต่เอกก็ยังรู้สึกว่าตนเองก็ถูกทอดทิ้ง และรู้สึกไม่สบายใจ ส่วนแม่นั้นเอกคิดว่าแม่ก็คงรู้สึกไม่สบายใจไม่น้อย และคงไม่รู้จะทำอย่างไร แม่บอกเอกว่าแม่จะต้องทำงานมากขึ้นและแม่ก็ออกไปทำงานทุกวันแม้แต่วันหยุด เอกอยากให้แม่มีเวลาให้เอกบ้าง ถามเอกบ้างว่า เรียนไปถึงไหนแล้ว เป็นอย่างไรบ้าง อยู่กับเอกบ้าง อย่างน้อยในวันหยุดก็ยังดี สิ่งที่เอกต้องการคือความอบอุ่นจากแม่มากกว่าสิ่งอื่น.... แม่จะให้ทุกอย่างที่เอกอยากได้ และในครั้งนั้นก็เช่นกัน เอกขออนุญาตแม่ไปเข้าค่ายพักแรมกับเพื่อน ๆ ในช่วงปิดเทอมฤดูร้อน แม่ก็จัดเตรียมของใช้ที่จำเป็นพร้อมทั้งขมิ้นให้เอก แล้วยังเผื่อเพื่อน ๆ ด้วย

จากการที่เอกได้ไปเข้าค่ายที่ศรีราชาในครั้งนี้ เอกได้พบเพื่อนใหม่คนหนึ่งชื่อจิม เอกรู้สึกสนิทสนมกับจิมอย่างรวดเร็ว อาจจะเนื่องจากเวลาครูจัดนักเรียนเข้ากลุ่ม เอกมักได้อยู่กลุ่มเดียวกับจิมเสมอ และได้ช่วยเหลือกันตลอด วันหนึ่งช่วงบ่ายครูปล่อยให้นักเรียนช่วยกันไปหาขอนไม้แห้ง ๆ มาไว้จุดเล่นรอบกองไฟตอนกลางคืนเอกกับจิมจับคู่กันออกหาไม้บริเวณรอบ ๆ ค่ายพักแรม ทั้งสองรู้สึกเหนื่อยจึงนั่งพักผ่อนกันและก็พูดคุยกัน จิมเล่าให้เอกฟังว่า พ่อแม่ของจิมก็หย่าร้างกันเหมือนกัน แม่ของจิมพาลูก 3 คน ออกจากบ้านด้วยความสิ้นหวัง และตอนนี้ก็ยังพักอยู่บ้านเช่าแถวชุมชนแออัดแห่งหนึ่ง แม่ของจิมบอกว่าค่าเช่าถูกและจิมจะต้องอยู่บ้านนั้นต่อไป จนกว่าแม่จะได้งานที่รายได้ดีกว่านั้น เอกรู้สึกว่าปัญหาของเอกคล้ายกับปัญหาของจิมแต่อาจจะรุนแรงน้อยกว่า เอกรู้สึกเห็นใจจิมทั้งสองคนจับมือกันและสัญญาว่าจะเป็นเพื่อนที่ดีต่อกัน และคิดว่าจะใช้เวลาในช่วงที่อยู่ค่ายพักแรม โดยเฉพาะงานเล่นรอบกองไฟครั้งนี้ให้มีความสุขและสนุกที่ดี ทั้งสองยิ้มให้แก่กัน ส่วนเอกนั้นรู้สึกอบอุ่นใจอย่างประหลาด และนึกขอบคุณแม่ที่อนุญาตให้เขาได้มาเข้าค่ายในครั้งนี้ จากนั้นทั้งสองก็จุ้มมือกันลุกขึ้นไปหาขอนไม้แห้ง ๆ มาทำฟืนเพื่อจุดคีนี่ต่อไป

สรุป

จากเรื่องราวของเอกจะเห็นได้ว่า หลังจากการหย่าร้างของพ่อแม่ เอกขาดความอบอุ่นจากแม่ เพราะแม่ต้องออกไปทำงานทุกวัน และเมื่อเอกได้พบเพื่อนใหม่ คือจิมซึ่งมาจากครอบครัวที่พ่อแม่หย่าร้างเหมือนกัน ทำให้เอกรู้สึกว่ามีเขาเพียงคนเดียวเท่านั้นที่ต้องเจอปัญหาพ่อกับแม่หย่าร้างกัน

แนวทางแก้ไขความรู้สึกขาดความอบอุ่น

1. การได้พบปะหรือพูดคุยกับเพื่อน ซึ่งมาจากครอบครัวหย่าร้างเหมือนกัน จะทำให้นักเรียนรู้สึกเข้าใจความรู้สึกของกันและกันได้ดียิ่งขึ้น
2. ควรรู้จักใช้เวลาว่างทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ เช่น การเข้าค่ายพักแรมกับเพื่อน ๆ การเล่นกีฬา จะช่วยให้นักเรียนมีความรู้สึกต่อตนเองดีขึ้น

ครั้งที่ 8

เรื่อง ความรู้สึกเหงาที่เป็นผลจากการหย่าร้างของบิดามารดาและแนวทางแก้ไข

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจถึงผลของการหย่าร้างของบิดามารดา ที่ทำให้นักเรียนมีความรู้สึกเหงา และแนวทางแก้ไข

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยแจกเอกสารกรณีตัวอย่างให้นักเรียนทั้งกลุ่มอ่าน
2. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามผู้วิจัย เมื่อมีข้อสงสัย
3. ให้นักเรียนในกลุ่มช่วยกันสรุปสาระที่ได้จากการอ่าน
4. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
5. ผู้วิจัยนัดหมายครั้งต่อไป

อุปกรณ์

เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง "ความเหงาของตุ้ม"

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจและตั้งใจในการอ่านกรณีตัวอย่าง ตลอดจนการซักถามผู้วิจัย
เมื่อมีข้อสงสัย

เรื่อง "ความเหงาของตุ้ม"

แต่ก่อนตุ้มมีความรู้สึกที่บ้านเป็นสถานที่ที่ตุ้มรักที่สุด เพราะที่บ้านมีทั้งพ่อและแม่ที่รัก และห่วงใยตุ้มและน้องชายเสมอ แม้ว่าทั้งพ่อและแม่จะทำงานทั้งคู่ แต่ทุกวันตุ้มและน้องชายก็ยังได้พบหน้าพ่อและแม่ และในวันหยุดครอบครัวของตุ้มมักจะช่วยกันปลูกต้นไม้ แต่ในระยะหลัง พ่อมักไม่ค่อยว่าง โดยจะบอกตุ้มและน้องชายว่า ต้องไปทำงานต่างจังหวัด หลังจากนั้นอีกไม่นาน ก็บอกตุ้มกับน้องชายว่าพ่อจะต้อง ไปอยู่ที่อื่นสักพักและจะเอาน้องชายไปด้วย ตุ้มรู้สึกใจหายวูบ เมื่อพ่อพาน้องชายไปได้ 2 - 3 วัน ตุ้มรู้สึกว่านานแสนนาน ตุ้มอยากรู้ว่าเมื่อไหร่พ่อจะพาน้องชายกลับบ้าน ตุ้มจึงถามแม่ แม่บอกว่าพ่อกับแม่แยกทางกันแล้ว และจะไม่กลับมาอยู่ด้วยกันอีกตลอดไป

หลังจากนั้นชีวิตตุ้มเริ่มเปลี่ยนไป ตุ้มรู้สึกเหงา แต่ก่อนเวลาพ่อแม่ไปทำงาน ตุ้มยังมีน้องอยู่เป็นเพื่อน เล่นเกมส์และนั่งดูการ์ตูนด้วยกัน รอพ่อแม่กลับจากทำงาน แม้ว่าบางครั้งตุ้มกับน้องชายจะทะเลาะกันบ้าง เพราะแย่งเกมส์กันเล่น แต่ตุ้มก็ไม่เคยโกรธน้องชายแต่ขณะนี้น้องชายหลังมีตุ้มเพียงคนเดียวกับทีวี ตุ้มมักจะเปิดทีวีเป็นเพื่อน ดูบ้าง ไม่ดูบ้าง บางครั้งตุ้มก็หลับอยู่หน้าทีวี ก่อนที่แม่จะกลับจากทำงาน

ส่วนมากแม่จะกลับบ้านดึก ตุ้มเคยบอกแม่ว่าตุ้มเหงา แม่บอกว่าแม่เข้าใจแต่แม่ก็มีความจำเป็นที่จะต้องทำงานให้มากขึ้นเพื่อตุ้ม แต่ตุ้มคิดว่าเป็นทางออกของแม่ที่จะพยายามหลีกเลี่ยงความเงียบเหงาเปล่าเปลี่ยวที่ต้องอยู่คนเดียวนั่นเอง เพราะตุ้มเห็นแม่ชอบอยู่เงียบ ๆ คนเดียวน้อย ๆ แต่ตุ้มก็รู้สึกว่าตัวเองเหงามากกว่าแม่อีก เพราะนอกจากพ่อและน้องชายจะจากตุ้มไปแล้ว แม่ก็ไม่ค่อยมีเวลาให้ตุ้มนัก

ตุ้มตัดสินใจพูดกับแม่และบอกแม่ถึงความรู้สึกต้องการของตนเอง แม่จึงตุ้มเข้าไปกอดเอามือลูบศีรษะตุ้มและพูดว่า "แม่ขอโทษ" และแม่ก็รับปากว่าจะกลับบ้านให้เร็วขึ้น พร้อมทั้งอนุญาตให้ตุ้มพาเพื่อนสนิทมาเล่นที่บ้านได้ ส่วนวันหยุดแม่จะพยายามอยู่ให้มากที่สุด

สรุป

จากเรื่องราวของค่อมจะเห็นได้ว่า ค่อมมีความรู้สึกเหงามาก หลังจากที่พ่อแม่หย่าร้างกัน เพราะค่อมเคยชินกับสภาพครอบครัวเดิม ซึ่งมี พ่อ แม่ น้องชายและค่อม แต่ตอนนี้พ่อและน้องชายแยกไปอยู่ที่อื่น ค่อมอยู่กับแม่ ซึ่งแม่ก็ต้องทำงานและกลับบ้านดึก ๆ ทุกวัน

แนวทางแก้ไขความรู้สึกเหงา

1. การที่ค่อมกลัวพูดถึงความรู้สึกและความต้องการของตน ให้แม่รับรู้
2. อย่าทำตัวขบเซาเหงาครุ่นคิดถึงแต่ความผิดหวังที่ผ่านมา จงพยายามลืมความเสียใจให้หมด โดยทำจิตใจให้สดชื่น รื่นเริงเท่าที่จะทำได้ พยายามหางานอดิเรกทำ เช่น สะสมแสตมป์ บล็อกต้นไม้ การวาดภาพ อ่านหนังสือหรือการออกไปเล่นกีฬากับเพื่อน ๆ

ครั้งที่ 9

เรื่อง ความรู้สึกสงสารตัวเองที่เป็นผลจากการหย่าร้างของบิดามารดาและแนวทางแก้ไข

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนเข้าใจถึงผลของการหย่าร้างของบิดามารดา ที่ทำให้นักเรียนมีความรู้สึก
สงสารตัวเอง และแนวทางแก้ไข

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยแจกเอกสารกรณีตัวอย่างให้นักเรียนทั้งกลุ่มอ่าน
2. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามผู้วิจัย เมื่อมีข้อสงสัย
3. ให้นักเรียนในกลุ่มช่วยกันสรุปสาระที่ได้จากการอ่าน
4. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
5. ผู้วิจัยนัดหมายครั้งต่อไป

อุปกรณ์

เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง "คุณครูที่รู้ใจ"

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจและตั้งใจในการอ่านกรณีตัวอย่าง ตลอดจนการซักถามผู้วิจัย
เมื่อมีข้อสงสัย

เรื่อง "คุณครูที่รู้ใจ"

ตอนที่พ่อแม่แยกทางกันนั้น นิ่มอายุ 11 ปี อย่างไรก็ตามนิ่มรู้สึกว่ามีแม่ก็ยังสนใจและห่วงใยนิ่ม แม่จะถามนิ่มตลอดเวลาว่า นิ่มต้องการอะไรหรือจะให้แม่พาไปเที่ยวที่ไหน นิ่มรู้สึกว่าสองสิ่งนี้นั้นคงจะไม่ช่วยลบความรู้สึกทุกข์ใจของเราทั้ง 2 คน ได้ในขณะนี้

อยู่มาวันหนึ่งแม่ก็บอกกับนิ่มว่า จะให้นิ่มย้ายโรงเรียนและให้ไปอยู่กับตา ยาย ที่จังหวัดอ่างทอง นิ่มรู้สึกตกใจนั่งเงิบและไม่พูดอะไร เมื่อไปโรงเรียนแม่ก็โทรศัพท์ถึงครูประจำชั้นของนิ่มและบอกครูว่าจะขอย้ายนิ่มไปเรียนที่ต่างจังหวัด คุณครูประจำชั้นก็ถามนิ่มเรื่องย้ายไปเรียนต่างจังหวัด นิ่มร้องไห้สะอึกสะอื้น ครูประจำชั้นปลอบใจนิ่มอยู่หลายชั่วโมง ในที่สุดนิ่มก็ค่อย ๆ รู้สึกดีขึ้นและสามารถเล่าเรื่องราวทั้งหมดให้ครูประจำชั้นฟังได้ และครูประจำชั้นยังอนุญาตให้นิ่มไปพบที่ห้องได้ ถ้านิ่มไปไม่สบายใจ

นิ่มคิดว่าถ้านิ่มไม่ได้คุยกับครูประจำชั้น นิ่มก็คงจะเข้าใจผิดคิด เพราะตอนนั้นคิดมากและรู้สึกสงสารตัวเองที่พ่อจากไปคนหนึ่งแล้วยัง ไม่พอ นิ่มยังจากแม่อีก

สรุป

จากเรื่องราวของนิ่ม จะเห็นได้ว่า นิ่มรู้สึกสงสารตัวเองมากที่ต้องพบกับปัญหาพ่อกับแม่แยกทางกัน ซึ่งทำให้นิ่มต้องจากพ่อและยังจะต้องจากแม่ เพราะต้องย้ายไปเรียนที่ต่างจังหวัด

แนวทางแก้ไขความรู้สึกสงสารตัวเอง

การพูดคุยกับคุณครูประจำชั้น ซึ่งเป็นคุณครูที่ใกล้ชิดของนักเรียนคนหนึ่ง เป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยทำให้นักเรียนมีความเข้าใจ และยอมรับเรื่องจากที่เกิดขึ้นกับตัวเองได้

ครั้งที่ 10

เรื่อง ความรู้สึกคิดถึงบิดาหรือมารดาที่แยกกันอยู่ที่เป็นผลจากการหย่าร้างของบิดามารดา
และแนวทางแก้ไข

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนเข้าใจถึงผลของการหย่าร้างของบิดามารดา ที่ทำให้นักเรียนมีความรู้สึก
สงสารตัวเอง และแนวทางแก้ไข

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยแจกเอกสารกรณีตัวอย่างให้นักเรียนทั้งกลุ่มอ่าน
2. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามผู้วิจัย เมื่อมีข้อสงสัย
3. ให้นักเรียนในกลุ่มช่วยกันสรุปสาระที่ได้จากการอ่าน
4. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
5. ผู้วิจัยนัดหมายครั้งต่อไป

อุปกรณ์

เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง "คิดถึงแม่"

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจและตั้งใจในการอ่านกรณีตัวอย่าง ตลอดจนการซักถามผู้วิจัย
เมื่อมีข้อสงสัย

เรื่อง "คิดถึงแม่"

ตัวเป็นเด็กหญิงอายุ 11 ปี กำลังเรียนอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ตัวมีน้องสาวคนหนึ่งชื่อ แต้ ตัวเป็นเด็กน่ารัก ร่าเริง แจ่มใส ยิ้มง่าย คุยเก่ง แต่ประมาณ 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ครูวิภาซึ่งเป็นครูประจำชั้นสังเกตเห็นว่าตัวค่อนข้างเศร้า ทำทางหงอยเหงาไม่ร่าเริงเหมือนเคย ไม่ว่าเพื่อน ๆ จะกำลังทำอะไร ตัวจะเฉย ๆ บางครั้งก็นิ่งเหม่อลอย ครูวิภาจึงเรียกเอื้อยซึ่งเป็นเพื่อนสนิทของตัวมาซักถาม จึงทราบว่าพ่อกับแม่ของตัวได้แยกทางกัน โดยที่แม่ได้พาน้องสาวของตัวไปอยู่ด้วย ส่วนตัวต้องอยู่กับพ่อที่บ้านที่อยู่ปัจจุบัน

วันรุ่งขึ้น ครูวิภาจึงเรียกตัวเข้าไปคุย ตัวนั่งก้มหน้านิ่งอยู่ตรงหน้าครูวิภา ครูวิภาเอื้อยถามตัว ด้วยน้ำเสียงปรานีว่า "ตัวหนูมีเรื่องอะไร ไม่สบายใจหรือเปล่าคะ ครูรู้สึกว่าคุณไม่ค่อยร่าเริงเหมือนแต่ก่อน" ตัวเงยหน้าขึ้นมองสบตาครูวิภา แล้วก็ทำตาแดง ๆ "หนูคิดถึงแม่ค่ะ" ครูวิภาพยักหน้าอย่างเข้าใจ "แม่ของคุณไม่อยู่หรือคะ" แม่กับพ่อเลิกกันแล้วค่ะคุณครู" คราวนี้ตัวร้องไห้สะอึกสะอื้นจนครูวิภาต้องเดินไปกอดตัวเอาไว้ ปลอบให้ร้องไห้ไปพักหนึ่งจึงพูดขึ้นว่า "หนูเล่าให้ครูฟังได้ไหมคะ" พ่อกับแม่หย่ากันค่ะ แม่เอน้องไปอยู่ด้วย หนูเหงา หนูไม่รู้จะคุยกับใคร เวลานอนก็นอนไม่หลับ หนูคิดถึงแม่ หนูนอนร้องไห้ทุกคืน" "หนูอยากไปอยู่กับแม่หรือเปล่าคะ" ตัวเงยบโคนิดหนึ่งก่อนจะตอบว่า "อยากค่ะ" แต่หนูก็ส่งสารพ่อ ถ้าหนูไปอีกคนพ่อต้องอยู่คนเดียว "แล้วหนูจะทำอย่างไร" ครูวิภาถามตัวตอบว่า "หนูรู้สึกสับสนไปหมดแล้วค่ะ และก็คิดไม่ออกด้วย"

ถ้าท่านเป็นตัวจะทำอย่างไร

สรุป

จากเหตุการณ์ดังกล่าวข้างต้น จะเห็นว่าภายหลังการหย่าร้างของพ่อแม่ ลูกมักจะอยู่ในความดูแลของฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ซึ่งทำให้ลูกไม่สบายใจเพราะลูกมันจะคิดถึงพ่อหรือแม่ที่แยกกันอยู่ และอาจรวมถึงพี่หรือน้องที่ต้องแยกกันอยู่ด้วย

แนวทางแก้ไขความรู้สึกคิดถึงพ่อหรือแม่ที่แยกกันอยู่ สามารถทำได้ดังนี้

1. ในกรณีที่ไม่สามารถติดต่อกับพ่อหรือแม่ได้ นักเรียนอาจจะเก็บสิ่งของต่าง ๆ ที่พ่อแม่เคยใช้ไว้เป็นที่ระลึก ซึ่งอาจจะเป็นรูปถ่ายของพ่อหรือแม่
2. ในกรณีที่สามารถติดต่อกับพ่อหรือแม่ได้ การโทรศัพท์ติดต่อกับพ่อหรือแม่จะทำให้นักเรียนสามารถวางแผนการใช้เวลาวันหยุดพักผ่อนร่วมกับพ่อหรือแม่ได้ นอกจากนี้การส่งการ์ดหรือจดหมายถึงพ่อแม่ บอกความรู้สึกที่แท้จริงของนักเรียน จะทำให้พ่อแม่รู้สึกดีขึ้น และช่วยให้พ่อแม่ทราบว่าตัวเองมีความสำคัญต่อนักเรียนมากน้อยแค่ไหน

ครั้งที่ 11

เรื่อง ความรู้สึกเป็นนัยคือที่เป็นผลจากการหย่าร้างของบิดามารดาและแนวทางแก้ไข

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนเข้าใจถึงผลของการหย่าร้างของบิดามารดา ที่ทำให้นักเรียนมีความรู้สึก
สงสารตัวเอง และแนวทางแก้ไข

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยแจกเอกสารกรณีตัวอย่างให้นักเรียนทั้งกลุ่มอ่าน
2. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามผู้วิจัย เมื่อมีข้อสงสัย
3. ให้นักเรียนในกลุ่มช่วยกันสรุปสาระที่ได้จากการอ่าน
4. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
5. ผู้วิจัยนัดหมายครั้งต่อไป

อุปกรณ์

เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง "ชัยชนะของอ้อม"

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจและตั้งใจในการอ่านกรณีตัวอย่าง ตลอดจนการซักถามผู้วิจัย
เมื่อมีข้อสงสัย

เรื่อง "ชัยชนะของอ้อม"

แม้ว่าเหตุการณ์วันที่พ่อกับแม่แยกทางกันจะผ่านไป 1 ปี แล้วก็ตามแต่อ้อมก็ยังไม่เคยลืมเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ทำให้พ่อกับแม่ต้องแยกทางกัน อ้อมจำรายละเอียดต่าง ๆ ได้ราวกับว่าเหตุการณ์นั้นเพิ่งเกิดขึ้นเมื่อวานนี้

อ้อมจำได้ว่าวันนั้นเป็นวันที่อ้อมกำลังจะเตรียมตัวไปแสดงละครร่วมกับเพื่อน ๆ ในวันปิดภาคเรียนที่โรงเรียน อ้อมได้ยินเสียงพ่อกับแม่ทะเลาะกัน อ้อมคิดว่าพ่อกับแม่คงจะมีเรื่องเถียงกันเล็ก ๆ น้อย ๆ แต่พออ้อมเดินออกมาดูก็พบว่าพ่อกำลังตะโกนว่าแม่อย่างเกรี้ยวกราด พ่อกระแทกประตูดังปังใหญ่แล้วก็จากไป อ้อมผลึกประศุ วังตามพ่อออกไปพร้อมกับร้องไห้ไปด้วย "พ่อกลับมา อย่าไป" อ้อมเห็นพ่อหันมามองอ้อม พ่อทำตาแดง ๆ แล้วก็เดินต่อไป วันนั้นอ้อมเลยไม่ไปแสดงละคร นอนร้องไห้เสียใจอย่างเดียว

อ้อมไปโรงเรียนในวันเปิดเทอม เพื่อน ๆ และคุณครูต่างก็ถามถึงสาเหตุที่อ้อมไม่มาร่วมแสดงละครกับเพื่อน ๆ อ้อมไม่รู้จะบอกกับทุกคนอย่างไรดีว่าอ้อมรู้สึกเสียใจและอับอายมากที่พ่อกับแม่ของอ้อมแยกทางกัน ดังนั้นอ้อมจึงไม่กล้าเล่าความจริงให้ครูกับเพื่อน ๆ ฟัง อ้อมได้แต่บอกทุกคนสั้น ๆ ว่า อ้อมไม่สบาย

อ้อมรู้สึกไม่มีความสุขที่ชีวิตครอบครัวของตนเองไม่เหมือนเพื่อน ๆ เพราะอ้อมรู้ว่าเพื่อน ๆ ทุกคนที่อ้อมอยากเป็นเพื่อนด้วย ล้วนแต่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่อยู่พร้อมหน้าทั้งสี่คน และเพื่อน ๆ ก็มักจะพูดถึงครอบครัวตนเองอย่างมีความสุขและถามอ้อมเกี่ยวกับครอบครัวเสมอ ซึ่งอ้อมไม่อยากพูดถึงเลย อ้อมคิดว่าเพื่อไม่ให้ใครสนใจถามเรื่องครอบครัวของอ้อมอีก อ้อมมักจะชวนเพื่อนคุยเรื่องอื่นทุกครั้งที่เพื่อนพูดถึงเรื่องครอบครัว นอกจากนี้อ้อมยังพยายามตั้งใจเรียน เวลาครูสอน ทำการบ้านเสร็จทุกครั้งที่คุณครูสั่ง จนคุณครูกล่าวชมเชยและยังสมัครเป็นสมาชิกของกรรมการนักเรียน

อ้อมรู้สึกว่าทั้งเพื่อน ๆ และคุณครูให้ความสนใจอ้อมมากขึ้นกว่าก่อน แต่ไม่ใช่สนใจเรื่องที่อ้อมไม่อยากบอกหรอกนะ แต่สนใจที่อ้อมตั้งใจเรียนและให้ความร่วมมือกับทางโรงเรียน เมื่อหลายวันก่อนอ้อมแอบได้ยินเพื่อน ๆ ร่วมชั้น ป.5 พูดกันว่าปีหน้าเมื่ออ้อมขึ้นชั้น ป.6 ซึ่งเป็น

ชั้นสูงสุดของโรงเรียนเพื่อน ๆ จะเสนอชื่อให้อ้อมสมัครประธานนักเรียน... อ้อมแอบยิ้มให้กับชัยชนะของตนเอง

สรุป

จากเรื่องราวของอ้อม จะเห็นได้ว่า อ้อมรู้สึกเป็นปกติเกี่ยวกับเรื่องที่ครอบครัวของตนเองพอกับแม่หย่าร้างกัน อ้อมรู้สึกอายที่จะเล่าความจริงให้คนอื่นฟัง และอ้อมมักจะเปรียบเทียบครอบครัวตนเองกับเพื่อนคนอื่นที่มีพ่อแม่อยู่กันพร้อมหน้า ทำให้อ้อมรู้สึกไม่สบายใจ

แนวทางแก้ไขความรู้สึกเป็นปกติ

1. ขอให้คิดว่าทุกคนก็มีปกติ ไม่ใช่เฉพาะเราคนเดียวที่เรามองเห็นเขาเก่งมีความสามารถมาก ๆ นั้น อาจจะมาจากอารมณ์ที่ทดแทนปกติในใจของเขาก็ได้ ซึ่งเราสามารถใช้นormalityให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและสังคมส่วนรวมได้ ดังเช่น อ้อม
2. อย่าเปรียบเทียบตัวเองกับบุคคลอื่น ถ้าการเปรียบเทียบนั้นทำให้นักเรียนเกิดความท้อแท้ ความอิจฉาและกลายเป็นความทุกข์ตลอดไป

ครั้งที่ 12

เรื่อง บัณฑิตนิเทศ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสรุปผลการให้ข้อเสนอแนะ
2. เพื่อให้นักเรียนนำความรู้ที่ได้ไปพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ของตนเองให้ดีขึ้น
3. เพื่อยุติการให้ข้อเสนอแนะ

วิธีดำเนินการ

1. ให้นักเรียนทุกคนสรุปผลที่ได้จากข้อเสนอแนะทั้งหมดตลอดจนวิธีการและแนวทางในการแก้ไข ความคิดความรู้สึกต่าง ๆ ที่ได้รับอันเป็นผลเนื่องมาจากการหย่าร้างของบิดามารดา เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ต่อไป
2. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย
3. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
4. ผู้วิจัยกล่าวปิดการให้ข้อเสนอแนะ

อุปกรณ์

แผ่นสนทนา

การประเมินผล

สังเกตจากการให้ความร่วมมือในการช่วยกันสรุปผลที่ได้รับจากข้อเสนอแนะตลอดจนวิธีการและแนวทางในการแก้ไข ความคิดความรู้สึกต่าง ๆ ที่ได้รับอันเป็นผลเนื่องมาจากการหย่าร้างของบิดามารดา ซึ่งจะนำไปใช้ในการพัฒนาการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนแต่ละคน

สรุปแนวทางแก้ไขความคิดความรู้สึกต่าง ๆ ที่ได้รับอันเป็นผลเนื่องมาจากการหย่าร้าง
ของบิดามารดา ได้แก่

แนวทางแก้ไขความรู้สึกไม่สบายใจ

1. การได้รับทราบความจริงเกี่ยวกับปัญหาที่ทำให้รู้สึกไม่สบายใจ
2. การได้รับทราบว่า จะได้รับความเอาใจใส่จากบิดามารดาจะทำให้เด็กเรียนมีความ
มั่นใจในการดำรงชีวิตต่อไป
3. อาจหาทางที่จะช่วยให้ตนเองรู้สึกสบายใจขึ้น เช่น อาจไปคุยกับเพื่อนหรือ
ปรึกษากับครูถ้ามีโอกาส

แนวทางแก้ไขความรู้สึกเสียใจ

1. การได้รับรู้ความจริงเกี่ยวกับเหตุผล การหย่าร้างที่แท้จริงของพ่อแม่
2. การได้รับรู้ความรู้สึกของพ่อแม่ที่มีต่อตนเอง
3. การร้องไห้ อาจจะมีประโยชน์เพราะภายหลังการร้องไห้ อารมณ์เศร้าโศกเสียใจ
อาจจะค่อย ๆ สงบลงก็ได้

แนวทางแก้ไขความรู้สึกต้องการมีชีวิตครอบครัวและสิ่งต่าง ๆ เหมือนคนอื่น

1. อย่าเปรียบเทียบตนเองกับบุคคลอื่น ถ้าการเปรียบเทียบนั้นทำให้ตนเองไม่สบายใจ
มากยิ่งขึ้น
2. ถ้าที่จะพูดถึงความรู้สึกหรือความต้องการของตนเองให้คนที่ใกล้ชิดฟัง เช่น แม่
พ่อ ครู หรือเพื่อนสนิท ซึ่งจะช่วยให้เด็กเรียนได้ระบายความอัดอั้นใจออกมาและคนอื่นจะรู้ว่า
เด็กเรียนมีความรู้สึกหรือมีความต้องการอะไร

แนวทางแก้ไขความรู้สึกต้องการให้บิดามารดากลับมาคืนดีกัน

การได้พูดคุยกับคุณครูที่เห็นอกเห็นใจ จะช่วยให้เด็กเรียนรู้จักและเข้าใจตนเองดียิ่งขึ้น
และพยายามตั้งใจเรียนเพื่ออนาคตของตนเอง

แนวทางแก้ไขความรู้สึกของความอบอุ่น

1. การได้พบปะหรือพูดคุยกับเพื่อน ซึ่งมาจากครอบครัวหย่าร้างเหมือนกัน จะทำให้นักเรียนรู้จักเข้าใจความรู้สึกของกันและกันดียิ่งขึ้น
2. ควรรู้จักใช้เวลาว่างทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ เช่น การเข้าค่ายพักแรมกับเพื่อน ๆ การเล่นกีฬา จะช่วยให้นักเรียนมีความรู้สึกต่อตนเองดีขึ้น

แนวทางแก้ไขความรู้สึกเหงา

1. การที่นักเรียนล้าหลังถึงความรู้สึกและความต้องการของตนให้พ่อหรือแม่รับรู้
2. อย่าท้อแท้ ขบเซาเหงาครุ่นคิดถึงความผิดหวังที่ผ่านมาก จะพยายามลืมความเสียใจให้หมด โดยทำจิตใจให้สดชื่น รื่นเริงเท่าที่จะทำได้ พยายามหางานอดิเรกทำ เช่น สะสมแสตมป์ ปลูกต้นไม้ การวาดภาพ การเรียนเรียงความ อ่านหนังสือหรือการออกไปเล่นกีฬากับเพื่อน ๆ

แนวทางแก้ไขความรู้สึกสงสารตัวเอง

การพูดคุยกับคุณครูประจำชั้น ซึ่งเป็นคุณครูที่ใกล้ชิดของนักเรียนคนหนึ่งเป็นวิธีการหนึ่งเป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยทำให้นักเรียนมีความเข้าใจ และยอมรับเรื่องราวที่เกิดขึ้นกับตัวเองได้

แนวทางแก้ไขความรู้สึกคิดถึงพ่อหรือแม่ที่แยกกันอยู่

1. ในกรณีที่ไม่สามารถติดต่อกับพ่อหรือแม่ได้ นักเรียนอาจจะเก็บสิ่งของต่าง ๆ ที่พ่อแม่เคยใช้ไว้เป็นที่ระลึก ซึ่งอาจจะเป็นรูปถ่ายของพ่อหรือแม่
2. ในกรณีที่สามารถติดต่อกับพ่อหรือแม่ได้ การโทรศัพท์ติดต่อกับพ่อหรือแม่จะทำให้ นักเรียนสามารถวางแผนการใช้เวลาวันหยุดพักผ่อนร่วมกับพ่อหรือแม่ได้ นอกจากนี้การส่งการ์ดหรือจดหมายถึงพ่อหรือแม่ บอกความรู้สึกที่แท้จริงของนักเรียนจะทำให้พ่อหรือแม่รู้สึกดีขึ้น และช่วยให้พ่อหรือแม่ทราบว่าตัวเองมีความสำคัญต่อนักเรียนมากน้อยแค่ไหน

แนวทางแก้ไขความรู้สึกเป็นปมด้อย

1. ขอให้คิดว่าทุกคนก็มีปมด้อย ไม่ใช่เฉพาะคนเดียวที่เรามองเห็นเขาเก่งมีความสามารถมาก ๆ นั้น อาจจะมาจากอารมณ์ที่ตนเองด้อยในใจบอกมาก็ได้ ซึ่งเราสามารถใช้ปมด้อยให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและสังคมส่วนรวมได้ดังเช่น อ้อม
2. อย่าเปรียบเทียบตัวเองกับบุคคลอื่น ถ้าการเปรียบเทียบนั้นทำให้นักเรียนเกิดความท้อแท้ ความอิจฉา และกลายเป็นความทุกข์ตลอดไป

ภาคผนวก ค

- ตารางเปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง
- ตารางเปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
- ตารางเปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการให้ข้อเสนอแนะ
- ตารางเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังทดลอง

ตาราง 6 เปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
ก่อนการทดลอง

คนที่	คะแนนการปรับตัวทางอารมณ์		ผลต่างของคะแนน การปรับตัวทาง อารมณ์	อันดับ	R+	R-
	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม				
1	42	43	-1	-1		-1
2	35	36	-1	-1		-1
3	28	25	3	7	7	
4	20	22	-2	-2		-2
5	31	29	2	2	2	
6	32	34	-2	-2		-2
7	23	22	1	1	1	

T = 6

ตาราง 7 เปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการให้
คำปรึกษาแบบกลุ่ม

คนที่	คะแนนการปรับตัวทางอารมณ์		ผลต่างของคะแนน การปรับตัวทาง อารมณ์	อันดับ	R+	R-
	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง				
1	52	42	10	1	1	
2	51	35	16	3	3	
3	53	28	25	6	6	
4	37	20	17	4	4	
5	53	31	22	5	5	
6	45	32	13	2	2	
7	54	23	31	7	7	

T = 0**

**มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 8 เปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการได้รับ
ข้อเสนอแนะ

คนที่	คะแนนการปรับตัวทางอารมณ์		ผลต่างของคะแนน การปรับตัวทาง อารมณ์	อันดับ	R+	R-
	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง				
1	48	43	5	1.5	1.5	
2	41	36	5	1.5	1.5	
3	32	25	7	4	4	
4	30	22	8	5	5	
5	40	29	11	7	7	
6	43	34	9	6	6	
7	28	22	6	3	3	

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

**มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 9 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการปรับตัวทางอารมณ์ของกลุ่มทดลอง
และกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง

คนที่	กลุ่มทดลอง		ค่าความแตกต่าง	อันดับ	R+	R-	กลุ่มควบคุม		ค่าความแตกต่าง	อันดับ	R+	R-
	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง					หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง				
1	52	42	10	7	7		48	43	5	1.5	1.5	
2	51	35	16	10	10		41	36	5	1.5	1.5	
3	53	28	25	13	13		32	25	7	4	4	
4	37	20	17	11	11		30	22	8	5	5	
5	53	31	22	12	12		40	29	11	8	8	
6	45	32	13	9	9		43	34	9	6	6	
7	54	23	31	14	14		28	22	6	3	3	

T = 0**

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ภาคผนวก ง

- หนังสือขอความร่วมมือจากหน่วยงานต่าง ๆ

(สำเนา)

ที่ ทม 1007/2906

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

26 พฤศจิกายน 2535

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์

เรียน ผู้อำนวยการสำนักการศึกษา กรุงเทพมหานคร

บัณฑิตวิทยาลัย ขอรับรองว่า นางสาวพยอม วงษ์พราหม เป็นนิสิตระดับปริญญาโท
วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

นิสิตผู้นี้มีความประสงค์จะมาติดต่อขอความสะดวกในการศึกษาค้นคว้า เพื่อทำวิทยานิพนธ์
เรื่อง ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษา
ปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โรงเรียนสวัสดีวิทยา กรุงเทพมหานคร

ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความควบคุมดูแลของ

ศ.ดร.พ่องพรรณ เกิดพิทักษ์

ประธาน

ผศ.ดร.ศุภี โยเพลลา

กรรมการ

สิ่งที่นิสิตใคร่ขอความอนุเคราะห์ คือขอหนังสือราชการเพื่ออำนวยความสะดวกในการขอความ
ร่วมมือจากโรงเรียนวัดธาตุทอง โดยให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 100 คน

ตอบแบบสอบถามในระหว่างเดือนธันวาคม 2535 เพื่อเป็นข้อมูลในการทำวิทยานิพนธ์

บัณฑิตวิทยาลัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าท่านจะกรุณาให้ความร่วมมือในครั้งนี้ และขอขอบคุณ
ในความช่วยเหลืออนุเคราะห์ใด ๆ ที่ท่านจะโปรดให้แก่นิสิตผู้นี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์ ดร.สมพร บัวทอง)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 2584119

(สำเนา)

ที่ ทม 1007/2905

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

26 พฤศจิกายน 2535

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์

เรียน ผู้อำนวยการสำนักการศึกษา กรุงเทพมหานคร

บัณฑิตวิทยาลัย ขอรับรองว่า นางสาวพยอม วงษ์พราหม เป็นนิสิตระดับปริญญาโท

วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

นิสิตผู้มีความประสงค์จะมาติดต่อขอความสะดวกในการศึกษาค้นคว้า เพื่อทำวิทยานิพนธ์

เรื่อง ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษา

ปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โรงเรียนสวัสดิศึกษา กรุงเทพมหานคร

ทั้งนี้อยู่ในความควบคุมดูแลของ

ศ.ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์

ประธาน

ผศ.ดร.ศุภฤทัย ไยเหลา

กรรมการ

สิ่งที่นิสิตใคร่ขอความอนุเคราะห์ คือขอให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 19 คน

เป็นกลุ่มตัวอย่าง ในระหว่างเดือนธันวาคม - มกราคม 2536 เพื่อเป็นข้อมูลในการทำ

วิทยานิพนธ์

บัณฑิตวิทยาลัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าท่านจะกรุณาให้ความร่วมมือในครั้งนี้ และขอขอบคุณ
ในความช่วยเหลืออนุเคราะห์ใด ๆ ที่ท่านจะโปรดให้แก่นิสิตผู้นี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์ ดร.สมพร บัวทอง)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 2584119

(สำเนา)

บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักการศึกษา (กองวิชาการ โทร.4372047)

ที่ กท 3004/12556 วันที่ 14 ธันวาคม 2535

เรื่อง ขอความร่วมมือในการทดลองใช้แบบสอบถาม

เรียน ผู้อำนวยการเขตคลองเตย

ด้วย นางสาวพยอม วงษ์พราหม นิสิตชั้นปริญญาโทบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว กำลังดำเนินการวิจัยเพื่อทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างโรงเรียนสวัสดิศึกษา กรุงเทพมหานคร" ซึ่งจะต้องขอทดลองใช้แบบสอบถามกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนวัดธาตุทอง

สำนักการศึกษาใคร่ขอความร่วมมือจากท่าน ในการอนุญาตให้ นางสาวพยอม วงษ์พราหม ได้ทำการทดลองใช้แบบสอบถามดังกล่าวต่อไปด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และกรุณาแจ้งผู้บริหารโรงเรียนวัดธาตุทอง ให้ความร่วมมือในการทดลองใช้แบบสอบถามครั้งนี้ด้วย จักขอบคุณยิ่ง

(นางอุไรวรรณ ธรรมกรบัญญัติ)

รองผู้อำนวยการสำนักการศึกษา

ปฏิบัติราชการแทนผู้อำนวยการสำนักการศึกษา

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ นางสาวพยอม วงษ์พรม

เกิดวันที่ 17 เดือนตุลาคม พุทธศักราช 2507

สถานที่เกิด อำเภอราชสาส์น จังหวัดฉะเชิงเทรา

สถานที่อยู่ปัจจุบัน 47 ถนนวิเศษปรีดา ตำบลบางคล้า
อำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา 24110

ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน อาจารย์ 1 ระดับ 3

สถานที่ทำงานปัจจุบัน สำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดเพชรบูรณ์
ถนนสระบุรี - หล่มสัก
อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบูรณ์ 67000

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2526 มัธยมศึกษาปีที่ 5 (แผนกวิทยาศาสตร์)
จากโรงเรียนเบญจราชรังสฤษฎ์ อำเภอเมือง
จังหวัดฉะเชิงเทรา

พ.ศ. 2530 การศึกษาระดับบัณฑิต (จิตวิทยาการแนะแนว)
จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

พ.ศ. 2536 การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการแนะแนว)
จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

การศึกษาครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โรงเรียนสวัสดิศึกษา กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2535 จำนวน 14 คน ที่ได้มาโดยการสุ่มแบบจับคู่ (Randomized Matching) จากประชากร เข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และกลุ่มควบคุมได้รับการให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปรับตัวทางอารมณ์ เครื่องมือที่ใช้วัดการปรับตัวทางอารมณ์ คือแบบสอบถามการปรับตัวทางอารมณ์ การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้การทดสอบของ วิลคอกซัน (Wilcoxon Matched - Pairs Signed Ranks Test)

ผลการศึกษาสรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนมีการปรับตัวทางอารมณ์สูงขึ้นหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักเรียนมีการปรับตัวทางอารมณ์สูงขึ้นหลังจากได้รับการให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปรับตัวทางอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีการปรับตัวทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปรับตัวทางอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง
โรงเรียนสวัสดิศึกษา กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
พยอม วงษ์พราหม

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

เมษายน 2536

THE EFFECT OF GROUP COUNSELING ON EMOTIONAL ADJUSTMENT
OF PRATHOM SUKSA V STUDENTS FROM DIVORCED FAMILIES
OF SAWATDEEWITTAYA SCHOOL IN BANGKOK

AN ABSTRACT
BY
PAYOM WONGPHARAM

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

April 1993

The purpose of this experimental research was to study the effect of group counseling on emotional adjustment of Prathom Suksa v students from divorced families of Sawatdeewittaya School in Bangkok in the academic year 1992. The subjects of 14 students were selected by randomized matching from the population. Then the subjects were randomly divided into an experimental group and a control group, each group consisted of 7 students. The experimental group was exposed to group counseling while the control group was given the emotional adjustment information. The emotional adjustment questionnaire was used in collecting the data. The data were analyzed by the Wilcoxon Matched - Pairs Signed Ranks Test

The results were as follows :

1. The emotional adjustment of the students significantly increased after being exposed to the group counseling at .01 level.
2. The emotional adjustment of the students significantly increased after being given the emotional adjustment information at .01 level.
3. The emotional adjustment of the students who were exposed to group counseling was significantly higher than those who were given the emotional adjustment information at .01 level.