

การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อ ..
การปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ
บ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร

ปริญญานิพนธ์

ของ

กานดา ช่วยเมือง

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

มีนาคม 2542

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบ ได้พิจารณาปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต
วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

.....วันเพ็ญ พงษ์ปิ่น..... ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์วันเพ็ญ พงษ์ปิ่น)

.....ทศพร ทองภักดี..... กรรมการ
(อาจารย์ ทัศนากุศล ทองภักดี)

คณะกรรมการสอบ

.....วันเพ็ญ พงษ์ปิ่น..... ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์วันเพ็ญ พงษ์ปิ่น)

.....ทศพร ทองภักดี..... กรรมการ
(อาจารย์ ทัศนากุศล ทองภักดี)

.....วันเพ็ญ พงษ์ปิ่น..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ดร. นันทา สุริยา)

.....ทศพร ทองภักดี..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พงษ์พันธ์ พงษ์โสภณ)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ

.....ทศพร ทองภักดี..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร. เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

วันที่ 12 เดือน ๓๒๖ ๓๓ พ.ศ. ๒๕๕๒

ประกาศอนุญาต

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงด้วยความเรียบร้อย ด้วยการช่วยเหลือเอาใจใส่ และห่วงใยจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วันเพ็ญ พงศ์ประยูร ประธานที่ปรึกษาและควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ซึ่งให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะ ตลอดจนปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องในการทำปริญญานิพนธ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง และขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ ทศนา ทองภักดี กรรมการที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา ดร.นันทา สุริยงา กรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติม ที่ได้ให้คำแนะนำและข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์อย่างสูงยิ่งแก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา และอาจารย์พรรณพิศ วาณิชการ ที่กรุณาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และให้คำแนะนำที่มีคุณค่ายิ่งแก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ บังอร เสดนันทน์ และรองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร ฉัตรสุกกุล ที่ได้กรุณา แนะนำแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ และมีความเอื้ออาทร ตลอดจนเป็นกำลังใจในการทำปริญญานิพนธ์ด้วยดีตลอดมา

ขอกราบขอบพระคุณ คณะอาจารย์ในภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษาทุกท่าน ที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้แก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณ บิดา มารดา ที่ให้ความรักความเมตตาต่อผู้วิจัย

ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่และสมาชิกทุกท่านของบ้านพิชิตใจ ที่อำนวยความสะดวก และให้ความร่วมมือแก่ผู้วิจัยในการศึกษาค้นคว้าเป็นอย่างดี

ขอขอบคุณน้อง และเพื่อนๆ ที่เป็นกำลังใจและให้คำแนะนำที่ดี

ขอขอบคุณ คุณสุกฤษี ศรีวิเศษ ที่กรุณาพิมพ์ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์

ขอขอบคุณ คุณเกษร ช่วยเมือง และ ค.ช. ชรากานต์ ช่วยเมือง ที่ให้ความช่วยเหลือด้านต่าง ๆ และให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมา

กานดา ช่วยเมือง

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
คำนำ	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	5
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า	5
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	6
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	6
นิยามศัพท์เฉพาะ	7
2 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย	11
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎี	
เผชิญความจริง	11
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม	40
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	51
ประชากร	51
กลุ่มตัวอย่าง	51
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	51
วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ	52
แบบแผนการทดลอง	56
การดำเนินการทดลอง	56
การวิเคราะห์ข้อมูล	57
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	57
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	60
สัญลักษณ์และอักษรย่อในการวิเคราะห์ข้อมูล	60
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	60

บทที่	หน้า
5 บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	64
บทย่อ	64
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	64
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า	64
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	64
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	64
การดำเนินการทดลอง	65
การวิเคราะห์ข้อมูล	65
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	66
อภิปรายผล	66
ข้อเสนอแนะ	71
 บรรณานุกรม	 73
 ภาคผนวก	 82
ภาคผนวก ก	83
ภาคผนวก ข	132
 ประวัติของผู้วิจัย	 149

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงแบบแผนการทดลองแบบ Randomized Two Groups Pretest-Posttest Design	56
2 เปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติด กลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความเป็นจริง	61
3 เปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติด กลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความเป็นจริง	62
4 เปรียบเทียบผลต่างของการปรับตัวทางสังคมก่อนและหลังการทดลองของผู้ติดยาเสพติด กลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และผู้ติดยาเสพติดกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความเป็นจริง	63
5 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามการปรับตัวกับสังคม	144
6 แสดงคะแนนการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติดกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความเป็นจริง	145
7 แสดงคะแนนการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติดกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อน และหลังการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความเป็นจริง	146
8 แสดงผลต่างของคะแนนการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติดกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการให้คำ ปรึกษาเป็นรายบุคคล ก่อนและหลังการทดลอง ...	147

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 ภาพแสดงวงจรการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีความจริงซึ่ง ประยุกต์โดย โรเบิร์ต อี. วับบอสคิง	29

บทที่ 1

บทนำ

คำนำ

ปัญหาสุขภาพจิต เป็นปัญหาที่สำคัญของประเทศมาตั้งแต่อดีตกาล ลักษณะของปัญหามีความเกี่ยวข้องเชื่อมโยงกับสภาพเศรษฐกิจ และสังคมของประเทศ ซึ่งปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงหลายอย่างในสังคมโลก ที่มีผลกระทบต่อสถานการณ์สุขภาพจิตของประเทศ โดยมีความรุนแรงและซับซ้อนมากยิ่งขึ้น ทั้งในด้านตัวสุขภาพจิต กลุ่มประชากรเป้าหมาย รวมไปถึงปัจจัยต่างๆ ที่นำไปสู่การใช้ยาเสพติด ซึ่งก่อให้เกิดความเสียหายอย่างร้ายแรงต่อการบริหารประเทศ นำความสูญเสียอันยิ่งใหญ่มาสู่ระบบครอบครัว สังคม เศรษฐกิจ และความมั่นคงของชาติ แต่ละปีรัฐบาลต้องใช้จ่ายไปในการปราบปราม และบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด เป็นจำนวนเงินมหาศาล เกิดการสูญเสียแรงงานของชาติ เพราะการติดยาเสพติดทำให้คุณภาพของประชากรเสื่อมลง พลเมืองที่ติดยาเสพติดจะไม่สามารถทำประโยชน์ให้กับประเทศอย่างที่ควร (สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย. 2538 : 2)

การแก้ไขปัญหาสุขภาพจิตของรัฐบาล ก็คือการลดปริมาณการใช้ยาเสพติดของบุคคลในประเทศ และมาตรการหนึ่งที่เป็นนโยบายในการแก้ปัญหาก็คือ มาตรการด้านการบำบัดรักษา และฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด (ชาญคณิต ก. สุริยมณี และคณะ. 2529 : 8)

เหตุผลสำคัญที่ผู้ติดยาเสพติด จำเป็นต้องได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพก็เพราะ การเลิกยาเสพติด ไม่ใช่เพียงแค่การรักษาอาการทางกาย หรือแค่การหยุดใช้ยาเท่านั้น หากยังต้องรวมไปถึงการปรับเปลี่ยนลักษณะการดำเนินชีวิตของผู้ที่เคยติดยาเสพติด ให้สามารถเป็นไปตาม กฎ ระเบียบทั่วไปในสังคม ซึ่งเมื่อผู้ติดยาเสพติดเลิกยาเสพติดแล้วจะต้องใช้ชีวิตร่วมกับคนอื่นๆ ในสังคม และจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องปรับตนเองให้เข้ากับสังคมรอบข้างของเขารูปแบบเป็นปกติสุขด้วย เขาจึงจะเลิกยาเสพติดได้ตลอดไป ซึ่งเป็นการป้องกันไม่ให้ผู้ที่เคยติดยาเสพติด และผ่านขั้นตอนการฟื้นฟูสมรรถภาพแล้วหวนกลับไปติดยาเสพติดซ้ำอีก (พรศิริ ชาติยานนท์ และคณะ. 2520 : 98)

ปัจจุบันการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ได้รับการพัฒนาวิธีการมากขึ้น โดยการประยุกต์แนวคิดต่างๆ เพื่อมาใช้ในการปรับเปลี่ยนนิสัยของผู้ติดยาเสพติด ไม่ให้หวนกลับไปติดยาเสพติดอีกได้แก่ แนวคิดทางพุทธศาสนา เช่นสำนักสงฆ์ถ้ำกระบอก จังหวัดสระบุรี แนวคิดทางศาสนาอิสลาม เช่นบ้านอัลกรอม จังหวัดฉะเชิงเทรา แนวคิดทางจิตวิทยา เช่นการใช้วิธีการชุมชนบำบัด (Therapeutic Community) (พรเพ็ญ เพชรสุทธี. 2532 : 52 - 59)

บ้านพิชิตใจ เป็นสถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ที่ใช้วิธีการชุมชนบำบัดในระบบ

สมัครใจ โดยรับผู้ติดยาเสพติดที่ผ่านการรักษาอาการ หรือที่เรียกว่า "ถอนพิษยา" (Detoxification) มาจากคลินิกยาเสพติดต่างๆ ไป เพศชาย อายุระหว่าง 17-35 ปี มีสุขภาพแข็งแรง ไม่เป็นโรคติดต่อ ในระยะร้ายแรง หรือ ไม่มีอาการทางจิตประสาท เมื่อผู้ติดยาเสพติดเหล่านี้ได้ผ่านการสัมภาษณ์ และรับเข้าอยู่ในบ้านพิชิตใจแล้ว เขาจะถูกเรียกว่าเป็น "สมาชิก" ของชุมชนบำบัดแห่งนี้ และเริ่มต้นใช้ชีวิตร่วมกับ "สมาชิก" ชุมชนบำบัดคนอื่นๆ ด้วยอุดมการณ์ที่ตรงกันคือ ไม่ต้องการกลับไปใช้ยาเสพติดอีก สมาชิกจะใช้ชีวิตแบบพักค้าง อยู่ประจำภายในบ้านพิชิตใจ เป็นเวลาประมาณ 1 ปี เมื่อได้รับการพิจารณาจากเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลแล้ว เขาสามารถกลับไปใช้ชีวิตในสังคมเดิมได้ ก็จะอนุญาตให้กลับบ้านได้ โดยถือว่าครบกำหนดการฟื้นฟูสภาพของสมาชิกผู้นั้นแล้ว

การใช้ชีวิตของผู้ติดยาเสพติดในฐานะ สมาชิกของบ้านพิชิตใจจะอยู่ภายใต้กฎใหญ่ 3 ข้อ คือห้ามใช้ยาเสพติดทุกชนิด ห้ามก่อการทะเลาะวิวาท และห้ามมีเพศสัมพันธ์ ในระหว่างการอยู่ร่วมกัน

ในระยะ 2-3 เดือนแรก ผู้ติดยาเสพติดจะต้องปรับตนเองให้เข้ากับ ระเบียบวิถีชีวิตประจำวันของบ้านพิชิตใจ ซึ่งต้องเคร่งครัดกับการทำกิจวัตรทุกอย่างตามตารางเวลา การช่วยตนเองในเรื่องความเป็นอยู่ โดยจะแบ่งหน้าที่รับผิดชอบเหมือนระบบครอบครัวจำลอง เช่น ทีมงานบ้าน ทำความสะอาดอาคารทุกหลัง ทีมงานครัวประกอบอาหารเพื่อให้ทุกคนรับประทาน ทีมงานซักผ้า รีดผ้า ทีมงานเกษตรกรรมปลูกพืชผัก ทีมงานจัดตกแต่งสถานที่และซ่อมแซม โดยถือว่าทุกคนจะต้องทำตนให้มีประโยชน์ต่อชุมชน และต้องช่วยกันเองเพราะผู้ติดยาเสพติด ได้สร้างปัญหาให้เป็นภาระกับผู้อื่นมาเป็นเวลานาน นอกจากการทำงานแล้ว ผู้ติดยาเสพติดต้องเรียนรู้ชีวิตจากรุ่นพี่ที่เลิกยาเสพติดได้แล้ว ในการควบคุมตนเองไม่ให้คิดถึงยาเสพติด หรือการกลับไปใช้ยาเสพติด เพื่อแก้ปัญหาอีก นอกจากนี้ก็จะมีการเรียนรู้ประสบการณ์จากกลุ่มเพื่อน ในเรื่องผลเสียจากการใช้ยาเสพติด โดยมีเจ้าหน้าที่ นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ ให้ความช่วยเหลือแนะนำ และให้กำลังใจ เพื่อให้เขาปรับตัวเข้ากับวิถีชีวิตใหม่ใน บ้านพิชิตใจให้ได้

ประมาณเดือนที่ 3 เป็นต้นไป เมื่อผู้ติดยาเสพติดเคยชินกับนิสัยใหม่ที่เป็นระเบียบแบบแผนของ บ้านพิชิตใจ และควบคุมตนเองไม่ให้คิดถึงการกลับไปใช้ยาเสพติดได้ดีพอสมควรแล้ว ผู้ติดยาเสพติด จะเริ่มได้รับอนุญาตให้ลาไปทำภารกิจค้างข้างนอกได้ เช่นการไปศึกษาต่อบางเวลาซึ่งมีทั้งระดับการศึกษานอกโรงเรียน ปวช. ปวส. และปริญญาตรี ซึ่งเขาพักการเรียนเอาไว้ ในขณะที่เสพยาเสพติดอยู่ หรือลาไปในเรื่องของสุขภาพ เช่นการรักษาโรคผิวหนัง การถอนพิษ การเจ็บป่วยอื่นๆ ที่ไม่เคยดูแลเอาใจใส่ตนเองมาก่อน ตลอดจนได้รับอนุญาตให้ลากลับไปเยี่ยมบ้านได้ทุกเดือนครั้งละ 1 วัน หรือลาไปค้างคืนที่บ้านได้คราวละไม่เกิน 2 คืน แต่ทุกครั้งที่ผู้ติดยาเสพติดขออนุญาตลาออกไปภายนอก เมื่อกลับเข้ามาจะต้องถูกตรวจค้นอย่างละเอียด และเก็บปัสสาวะ เพื่อตรวจว่าไปใช้สารเสพติดมาหรือไม่

ประมาณเดือนที่ 9-12 เมื่อผู้ติดยาเสพติดสามารถสร้างนิสัยใหม่ได้ดีแล้วเขาจะถูกส่งไปฝึกที่ศูนย์ราชดำริ เพื่อเตรียมพร้อมในการหางานทำ ทดลองสมัครงาน หรือฝึกทักษะที่จำเป็นสำหรับสำนักงานต่างๆ อีกเป็นเวลา 3 เดือน จนครบ 1 ปี โดยประมาณก็ถือว่าจบหลักสูตรการฟื้นฟูสมรรถภาพ โดยคาดหวังว่าผู้ติดยาเสพติดสามารถนำเอานิสัยใหม่ที่เปลี่ยนไปตลอด 1 ปี ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เมื่อเขากลับไปอยู่ในครอบครัว เพื่อนฝูง และบุคคลอื่นๆ ได้

การที่ผู้วิจัยทำงานเป็นนักจิตวิทยา และรักษาราชการในตำแหน่งหัวหน้าสถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด บ้านพิชิตใจแห่งนี้ ทำให้ทราบว่าการกลับไปใช้ชีวิตในสังคมเดิม (Social re-integration) ของสมาชิกอีกครั้งหลังจากเขาเลิกยาเสพติดแล้วนั้น ไม่ใช่เรื่องง่าย กลายเป็นวิถีชีวิตใหม่ที่เขาต้องปรับตัวมากในชีวิตประจำวันแต่ละวัน โดยเขาจะต้องเข้าใจตนเอง เข้าใจบุคคลในครอบครัว ชุมชน เพื่อบุคคลในครอบครัว ชุมชนจะได้เข้าใจเขาและให้โอกาส หรือมอบความไว้วางใจให้เขาอีกครั้ง ดังนั้นจึงพบว่าสมาชิกที่ได้รับอนุญาตให้ไปทำภารกิจต่างๆ นอกบ้านพิชิตใจบางเวลา เมื่อกลับเข้ามาสมาชิก จะมาระบายให้เจ้าหน้าที่ฟัง เกี่ยวกับปัญหาการปรับตัวในสังคมอยู่บ่อยๆ

ผู้วิจัยได้สำรวจข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับความคิด ความรู้สึกของสมาชิกเหล่านี้ต่อการกลับออกไปใช้ชีวิตในสังคม จำนวน 67 ราย พบว่าสมาชิกมีปัญหาสังคม ได้แก่ ไม่ค่อยเข้าร่วมกิจกรรม หรือสนิทกับบุคคลในครอบครัว และเพื่อนๆ ที่โรงเรียน แยกตัวอยู่คนเดียวเป็นส่วนใหญ่ ไม่ได้รับการยอมรับ มีปมด้อย เมินเฉยต่อผู้อื่น มักขัดแย้งไม่พอใจกับการแสดงความคิดเห็นของบุคคลอื่นๆ ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นของตนเอง ไม่ค่อยร่วมกิจกรรมกับส่วนรวม

จากข้อมูลดังกล่าว ทำให้ทราบว่าสมาชิก หรือผู้ติดยาเสพติดในระยะฟื้นฟูสมรรถภาพมีปัญหาการปรับตัวทางสังคมต่างๆ ที่เขามีโอกาสไปเผชิญบางเวลา ซึ่งหากเขาต้องไปอยู่จริงๆ ในวันข้างหน้าอันเป็นสิ่งแวดล้อมในชีวิตประจำวันของเขาเอง และถ้าเขาไม่สามารถปรับตัวได้ หรือเขาไม่สามารถอยู่ในสังคมเดิมอย่างมีความสุขได้ อาจทำให้เขาหันไปใช้ยาเสพติดในการแก้ปัญหาอีกไม่รู้จบ ในทางกลับกันหากเขาได้รับการช่วยเหลือ ในการปรับตัวให้เหมาะสมเพิ่มขึ้น เขาก็สามารถดำเนินชีวิตประจำวันในสังคม ได้อย่างมีความเชื่อมั่น มีความสุข เขาก็มีโอกาสเลิกยาเสพติดได้นานที่สุด หรือตลอดไปได้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนาการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดในระยะฟื้นฟูสมรรถภาพให้ดีขึ้น

การช่วยให้บุคคลพัฒนาการปรับตัวทางสังคม สามารถทำได้หลายวิธี เช่นการใช้บทบาทสมมุติ (ทิสนา เขมฉนิ. 2522 : 71) กิจกรรมกลุ่ม (คมเพชร นัตริศกุล. 2530 : 173) การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (พรรณพิศ วาณิชการ. 2528 : 235) การแนะแนวกลุ่ม (ผกา บุญเรือง. 2525 : 77) เป็นต้น ในที่นี้ผู้วิจัยสนใจการให้คำปรึกษาดมทฤษฎีเผชิญความจริง ซึ่งพัฒนาโดย กลาสเซอร์ (Glasser. 1965) มาใช้ในการให้คำปรึกษา เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติด

ในระหว่างการฟื้นฟูสมรรถภาพ เนื่องจากการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงเป็น กระบวนการช่วยเหลือบุคคลในการปรับตัว โดยคำนึงถึงองค์ประกอบที่จะทำให้บุคคลปรับตัวได้ดีคือ ความรับผิดชอบ ความเป็นจริง และการประเมินพฤติกรรม เพื่อที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมให้เป็นพฤติกรรมที่สามารถสนองความต้องการของตนเองได้ในชีวิต การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงนี้ สามารถนำมาพัฒนาการปรับตัวทางสังคมได้ทั้งแบบเป็นกลุ่ม และรายบุคคล

วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้น ครีเคอร์ส (Driekers, 1975 : 363 - 375) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับประสบการณ์จากกลุ่ม และกลุ่มได้ร่วมมือช่วยเหลือก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายใน รู้จักความสามารถของตนเอง บรรยากาศของกลุ่มทำให้สมาชิกรู้สึกปลอดภัย ซึ่งสอดคล้องกับ โรเจอร์ (Roger, 1962 : 314 - 342) ที่ให้ความเห็นเกี่ยวกับกลุ่ม เพื่อพิจารณาหาหรือว่า ความสัมพันธ์ในกลุ่มช่วยให้บุคคลได้มีโอกาสรู้จักกับเพื่อนใหม่ และมีโอกาสรู้จักตนเองตามความเป็นจริงมากขึ้น เมื่อได้มองตนเองด้วยสายตาของผู้อื่น ปฏิกริยาตอบสนองของผู้อื่นจะบอกให้บุคคลทราบว่า เขาอยู่ในขอบเขตการยอมรับของผู้อื่นหรือไม่ เมื่อบุคคลได้รับคำยกย่อง หรือติชมเขาก็จะเกิดพัฒนาความรับผิดชอบต่อตนเองมากยิ่งขึ้น และสร้างทัศนคติเกี่ยวกับตนเองขึ้นมาอย่างไม่รู้ตัว นอกจากนั้น คมเพชร จิตรสุกุล (2522 : 16) ยังให้ข้อคิดเห็นอีกว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีประโยชน์มาก เพราะสมาชิกแต่ละคนจะได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนในกลุ่ม มีการแปลความหมายของพฤติกรรม และทัศนคติของบุคคลในกลุ่มอย่างตรงไปตรงมา เมื่อสมาชิกในกลุ่มคนอื่นกำลังอธิบายปัญหาของตนเองเขาก็จะได้รับประสบการณ์ไปด้วยบางครั้งกลุ่มจะสรุปออกมาว่าควรจะทำอย่างไร ดังนั้นผู้วิจัยจึงคิดว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยนำหลักการ และวิธีการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงมาใช้ เพื่อช่วยพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติด ในระหว่างการฟื้นฟูสมรรถภาพได้

ดังผลการศึกษาของ ลักษณะ โสภ (2537 : 62) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อความรับผิดชอบ ด้านการเรียนของนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบางมด (ตันเปาว์วิทยาคาร) สังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีความรับผิดชอบด้านการเรียนได้ดีขึ้น

ส่วนการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลนั้น เป็นกระบวนการช่วยเหลือ ให้บุคคลเกิดสัมพันธภาพที่ดี กับผู้ให้คำปรึกษา ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเอง เข้าใจสิ่งแวดล้อม โดยให้ตระหนักถึง พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของตนเองตามความเป็นจริงในปัจจุบัน ตลอดจนช่วยให้เรียนรู้วิธีการที่จะปรับพฤติกรรมของตนเอง มีทักษะ และความสามารถในการตัดสินใจแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2529 : 179)

ดังผลการศึกษาของ วชรินทร์ แยมโสภี (2538 : 78) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษา

รายบุคคลแบบเผชิญความจริง ที่มีต่อวินัยในตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนอนุชานุสรณ์ อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา พบว่านักเรียนมีวินัยในตนเองด้านการเรียนรู้สูงขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง

นอกจากนี้ กลาสเซอร์ (1965 : 72 - 90) ยังใช้ทฤษฎีเผชิญความจริง ในการช่วยเหลือบุคคลที่มีเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว ซึ่งไม่สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้ เช่น คนป่วยที่สิ้นหวัง คนเบื่อหน่ายชีวิต คนที่ติดยาเสพติด เด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว การช่วยให้พวกเขาเปลี่ยนแปลง โดยการให้เขายอมรับในส่วนของตนเอง ในการทำสิ่งที่ดีกว่า และเริ่มต้นเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ ที่ช่วยให้เขาสามารถตอบสนองความต้องการของเขาได้ด้วยตนเอง

ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษา การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติด ระยะฟื้นฟูสมรรถภาพบ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติด ระยะฟื้นฟูสมรรถภาพก่อนและหลัง ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
2. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติด ระยะฟื้นฟูสมรรถภาพก่อนและหลัง ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
3. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติด ระยะฟื้นฟูสมรรถภาพที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ ที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. ผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ มีการปรับตัวทางสังคมดีขึ้นหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
2. ผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ มีการปรับตัวทางสังคมดีขึ้นหลังจากได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
3. ผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง และผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ ที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีการปรับตัวทางสังคมแตกต่างกัน

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อบุคลากรที่ทำงานด้าน การบำบัด และฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด และบุคลากรอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องที่มีความรู้ความชำนาญในการ ให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และรวบรวมบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ได้นำเอาวิธีการดังกล่าวไปใช้ในการ พัฒนาการปรับตัวทางสังคมของบุคคลกลุ่มอื่นได้

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร

ประชากรเป็นผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ บ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร เพศชายอายุ 17-35 ปี ที่ได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพเป็นระยะเวลา 3-8 เดือน และ มีการปรับตัวทางสังคมต่ำกว่า เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ลงมา จำนวน 22 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ บ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร ปีพุทธศักราช 2541 เพศชาย อายุ 17-35 ปี ที่ได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพ เป็นระยะเวลา 3-8 เดือน ที่มีการปรับตัวทางสังคมต่ำกว่า เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 ลงมา จำนวน 16 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน

3. ตัวแปรที่ศึกษา

3.1 ตัวแปรอิสระ คือ วิธีการพัฒนาการปรับตัวทางสังคม แบ่งเป็น 2 วิธี ได้แก่

3.1.1 การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง

3.1.2 การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง

3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ การปรับตัวทางสังคม

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง หมายถึงกระบวนการช่วยเหลือแก่ผู้ติดยาเสพติด ซึ่งมีความต้องการที่จะพัฒนาการปรับตัวทางสังคมให้รู้จักตนเอง และผู้อื่นในด้าน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แสดงออกมาในปัจจุบัน เพื่อพิจารณาว่าเหมาะสมหรือไม่ เพื่อที่ผู้ให้

คำปรึกษาจะได้กระตุ้นให้แสวงหาแนวทางเลือกใหม่ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง จนทำให้ผู้ติดยาเสพติดพอใจตนเอง และปรับตนเองให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดีมากขึ้น โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อนำผู้ติดยาเสพติดไปสู่การพัฒนาการปรับตัวทางสังคม ได้ด้วยความสามารถของตนเอง และเป็นไปได้ด้วยพื้นฐานของความเป็นจริง

ในที่นี้ผู้วิจัยได้แบ่งการให้คำปรึกษาออกเป็น 2 วิธี คือ การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และการให้คำปรึกษารายบุคคลดังนี้

✓ 1.1 การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง หมายถึง กระบวนการให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ติดยาเสพติดเป็นกลุ่ม ซึ่งมีความต้องการที่จะปรับตัวทางสังคม มาร่วมปรึกษาหารือกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย ผู้ติดยาเสพติดทุกคนจะได้มีโอกาสแสดงออกถึงความรู้สึกและความคิดเห็นของตน เพื่อช่วยให้ผู้ติดยาเสพติดทุกคนในกลุ่ม ได้สำรวจพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคมของตนเองในปัจจุบันที่เป็นปัญหา พิจารณาเปลี่ยนพฤติกรรมใหม่ที่ทำให้ตนเองบรรลุเป้าหมายได้ดีกว่า ตลอดจนกำหนดแผนการปฏิบัติบนความสามารถของตนเอง และมีความเป็นไปได้ตามสภาพความเป็นจริงในการให้คำปรึกษา เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม ตามทฤษฎีเผชิญความจริงตามขั้นตอนดังนี้คือ

1.1.1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มสร้างสัมพันธภาพ เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติดทุกคนเกิดความรู้สึกปลอดภัย อบอุ่น ไว้วางใจ ระหว่างผู้ติดยาเสพติดทุกคนในกลุ่มกับผู้ให้คำปรึกษา และระหว่างผู้ติดยาเสพติดด้วยกันในกลุ่ม จนเกิดความมั่นใจในการที่จะร่วมพัฒนาการปรับตัวทางสังคม

1.1.2 ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา

1.1.2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ติดยาเสพติดทุกคนในกลุ่ม ได้พิจารณาพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาของตนเองในปัจจุบัน และวิเคราะห์พฤติกรรมที่เป็นสาเหตุต่อการปรับตัวทางสังคมของตนเอง

1.1.2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติดในกลุ่ม ได้พิจารณาผลที่เกิดขึ้นตามมาของความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมนั้น ซึ่งจะทำให้ผู้ติดยาเสพติดรู้สาเหตุตลอดจนการกระทำของตนเองชัดเจนขึ้น และมีความพร้อมที่จะพัฒนา

1.1.2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติดพิจารณาเกี่ยวกับขั้นตอนการพัฒนาพฤติกรรม การปรับตัวทางสังคมด้วยการกำหนดเป้าหมาย และแนวทางปฏิบัติ โดยใช้เทคนิคต่างๆ ได้แก่ การเผชิญหน้า การใช้ตัวแบบทางสังคม การแสดงบทบาทสมมติ

การสอน การให้ข้อมูล การให้แรงเสริม การมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา และการให้การบ้าน เพื่อบรรลุเป้าหมายถ้าไม่สามารถบรรลุเป้าหมายได้ ผู้ให้คำปรึกษาต้องช่วยผู้ติดยาเสพติดยอมรับในศักยภาพของตนเองที่จะทำในสิ่งที่เหมาะสมกว่า โดยการปรับพฤติกรรมของตนเองใหม่

1.1.2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติดทุกคนในกลุ่ม ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม โดยผู้ติดยาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

1.1.2.5 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการให้คำปรึกษา โดยให้สมาชิกในกลุ่มรายงานผลการปฏิบัติภายหลังการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง

1.1.3 ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษา ได้กระจำในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเองได้ ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

วิธีนี้ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 1

1.2 การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง หมายถึงกระบวนการให้ความช่วยเหลือผู้ติดยาเสพติดเป็นรายบุคคล ระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้ติดยาเสพติด เพื่อช่วยให้ผู้ติดยาเสพติด ซึ่งมีความต้องการที่จะปรับตัวทางสังคมได้สำรวจความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตนเองในปัจจุบัน เพื่อพิจารณาเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ ที่ทำให้ตนเองบรรลุเป้าหมายของชีวิตที่ดีกว่า และกำหนดแผนปฏิบัติตามความสามารถของตนเองบนสภาพความเป็นจริง โดยมีขั้นตอนดังนี้ คือ

1.2.1 ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติดเกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ ไร้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้ให้คำปรึกษาจนเกิดความมั่นใจในการที่จะพัฒนาการปรับตัวทางสังคม

1.2.2 ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา

1.2.2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ติดยาเสพติดได้พิจารณา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาในปัจจุบัน และวิเคราะห์ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เป็นสาเหตุต่อการปรับตัวทางสังคมของตนเอง

1.2.2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติดแต่ละคนพิจารณาผลที่เกิดขึ้นตามมาของความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมนั้น ซึ่งจะทำให้ผู้ติดยาเสพติดรู้สาเหตุ

ตลอดจนการกระทำของตนเองชัดเจนขึ้น และมีความพร้อมที่จะพัฒนา

1.2.2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดาเสพติดแต่ละคน พิจารณาเกี่ยวกับขั้นตอนการพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมด้วยการกำหนดเป้าหมาย และแนวทางปฏิบัติ โดยใช้เทคนิคต่างๆ ได้แก่ การเผชิญหน้า การใช้ตัวแบบทางสังคม การแสดงบทบาทสมมติ การสอน การให้ข้อมูล การให้แรงเสริม การให้มีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา และการให้การบ้าน เพื่อให้บรรลุเป้าหมายถ้าไม่สามารถบรรลุเป้าหมายได้ ผู้ให้คำปรึกษา ต้องช่วยผู้ติดาเสพติดยอมรับในศักยภาพของตนเอง ที่จะทำในสิ่งที่เหมาะสมกว่า โดยการปรับความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมของตนเองใหม่

1.2.2.4 ขั้นสร้างสัญญา หรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดาเสพติดแต่ละคนตกลงใจ ที่จะปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ในขั้นที่ 4 ที่ตนเองเป็นผู้กำหนดเพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม โดยผู้ติดาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา

1.2.2.5 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการให้คำปรึกษาโดยให้ผู้ติดาเสพติดแต่ละคน รายงานผลการปฏิบัติตามหลังการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง

1.2.3 ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่า ผู้รับคำปรึกษาได้กระจ่างในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเองได้ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

วิธีการนี้ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 2

✓ **2. การปรับตัวทางสังคม** หมายถึง การที่ผู้ติดาเสพติดสามารถปรับความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเอง ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม เพื่อให้เข้ากับบุคคลในครอบครัว และเพื่อนได้

2.1 ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง หมายถึง การรู้ความต้องการของตนเอง ยอมรับสภาพของตนเองตามความเป็นจริง กล้าเผชิญกับปัญหาและอุปสรรค สามารถจัดความรู้สึกที่ไม่ดีต่อตนเองได้ ตลอดจนปรับกริยาท่าทางการแสดงออกของตนเองให้เหมาะสม

2.2 ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว หมายถึง การรู้จักและเข้าใจความแตกต่างของบุคคลในครอบครัว การรู้จักให้และรับ การรู้จักสนทนา การแสดงความคิดเห็นและรับฟังความคิดเห็น ตลอดจนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของครอบครัวอย่างเหมาะสม

2.3 ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน หมายถึงการรู้จัก และเข้าใจ ความแตกต่างของเพื่อนแต่ละคน การรู้จักให้และรับ การเห็นความสำคัญของเพื่อน การรู้จักสนทนา การแสดงความคิดเห็นและรับฟังความคิดเห็น ตลอดจนการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของกลุ่มเพื่อน อย่างเหมาะสม

การปรับตัวทางสังคมนี้วัดได้โดย แบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม ซึ่งผู้วิจัยได้คิด ขึ้นเอง ✓

3. ผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ หมายถึง สมาชิก ของบ้านพิชิตใจ ซึ่งเคยติดยา เสพติด ปัจจุบันเลิกยาเสพติดแล้ว และกำลังฟื้นฟูสมรรถภาพอยู่ในช่วงเดือนที่ 3-8 มีประสบการณ์ ในการใช้ชีวิตในสังคม เนื่องจากได้รับอนุญาตให้ลากลับไปเยี่ยมครอบครัว และศึกษาต่อในสถาบัน ต่าง ๆ บางเวลา เพศชาย อายุ 17-35 ปี

บทที่ 2

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

ในการศึกษาเกี่ยวกับการเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังต่อไปนี้.

✓ 1. เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา ตามทฤษฎีเผชิญความจริง

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

• 2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม

- 2.1 ความหมายของการปรับตัว
- 2.2 สาเหตุของการปรับตัว
- 2.3 ลักษณะของการปรับตัว
- 2.4 การปรับตัวทางสังคม
- 2.5 ทฤษฎีการปรับตัว
- 2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม

• 1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง

1.1 เอกสารเกี่ยวกับการให้คำปรึกษา

1.1.1 ความหมายของการให้คำปรึกษา

รอกเจอร์ส (ผ่องพรรณ เกศพิทักษ์. 2529 : 124 ; อ้างอิงมาจาก Rogers. 1942) กล่าวว่า การให้คำปรึกษา หมายถึงการติดต่อสัมพันธ์โดยตรงระหว่างบุคคล โดยบุคคลหนึ่งต้องการความช่วยเหลือจากอีกบุคคลหนึ่ง เพื่อเปลี่ยนเจตคติ ความรู้สึก ตลอดจนพฤติกรรมต่างๆ การให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพ จะต้องมีการดำเนินงานที่เอื้อต่อการสร้างสัมพันธ์ เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับรู้ และเข้าใจตนเองยิ่งขึ้น ซึ่งจะเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยเพิ่มความสามารถในการ

ช่วยตนเอง ของผู้รับคำปรึกษาให้มีความรับผิดชอบต่อชีวิตตนเองมากขึ้น

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 124) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการของการช่วยเหลือ ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถ และได้รับการฝึกฝนมา มีความพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือ เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น สามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาต่างๆ ของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความสบายใจขึ้น เกิดการเปลี่ยนแปลงเจตคติ ความรู้สึก ตลอดจนพฤติกรรมต่างๆ มีวิถีทางที่ดีขึ้น และสามารถวางแผนโครงการในอนาคตของตนได้

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2533 : 734) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาคือ กระบวนการช่วยเหลือ ซึ่งเกิดจากความสัมพันธ์ร่วมมือกันเป็นอย่างดีระหว่างบุคคลอย่างน้อย 2 คน ได้แก่ผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งมีคุณสมบัติด้านส่วนตัว และคุณสมบัติด้านวิชาชีพที่เหมาะสม ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษาซึ่งเป็นผู้ที่ประสบปัญหาต้องการพัฒนา และต้องการความช่วยเหลือ เพื่อให้เขามีความเข้าใจตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ สามารถพัฒนาตนเองอย่างเหมาะสม และดำเนินชีวิตด้วยความสุขอันควรแก่สภาพ

อิงลิช และอิงลิช (อาภา จันทรสกุล. 2535 : 1 ; อ้างอิงมาจาก English and English. 1968 : 127) ได้ให้คำจำกัดความของการให้คำปรึกษาว่า เป็นสัมพันธ์ภาพที่ผู้ให้คำปรึกษา ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้มาขอรับบริการ และสามารถแก้ไขปัญหาของตนเองได้

โครว์ และโครว์ (อำพัน ทนสม. 2535 : 21 ; อ้างอิงมาจาก Crow and Crow. 1962 : 164) ที่ได้กล่าวว่าการให้คำปรึกษา หมายถึง การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักและเข้าใจตนเอง ทำให้สามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาได้

จากความหมายของการให้คำปรึกษา สรุปได้ว่าการให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือซึ่งเกิดจากสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป ได้แก่ผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษา โดยผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถ ผ่านการฝึกฝนอบรมในวิชาชีพมา โดยเฉพาะ ตลอดจนมีประสบการณ์ในการช่วยเหลือบุคคล เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักตนเอง ขอมรับตนเองและสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น มีทักษะและความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหาต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และช่วยให้บุคคลพัฒนาตนเองในด้านต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.1.2 ประเภทของการให้คำปรึกษา

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 179) ได้แบ่งการให้คำปรึกษาออกเป็น 2 ประเภท คือการให้คำปรึกษารายบุคคล และการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ซึ่งสอดคล้องกับ รวีวรรณ ชินะตระกูล

(2537 : 194) ซึ่งแบ่งการให้คำปรึกษาเป็น 2 ประเภท ได้แก่การให้คำปรึกษารายบุคคล และการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

ดังนั้น สรุปได้ว่าการให้คำปรึกษาแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือการให้คำปรึกษารายบุคคล และการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

1.2 เอกสารเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม (Group Counseling)

1.2.1 ความหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

โอลเซน (Ohlsen. 1970 : 31) ได้ให้ความหมาย ของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มว่า หมายถึง การให้ความช่วยเหลือบุคคลให้ยอมรับปัญหา และพยายามแก้ไขปัญหของตนเอง ตลอดจนจนช่วยให้ผู้มีปัญหา ได้เรียนรู้ที่จะนำเอาความคิดจากกลุ่มมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

แชนแนวอร์นอร์ และสมิท (Warner and Smith. 1976 : 6) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม คือกระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาสร้างสัมพันธภาพกับสมาชิกในกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้สำรวจตัวเอง และสถานการณ์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับตนเอง แล้วพยายามแก้ไขปรับปรุงทัศนคติ และพฤติกรรมของตนเองให้เป็นไปในทางที่ดีขึ้น วัชร ทรัพย์มี (2525 : 329) ได้ให้ความหมาย ของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มไว้ว่า เป็นกระบวนการที่บุคคลซึ่งมีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงหรือแก้ไขปัญหของตนเองมาปรึกษาหารือซึ่งกันและกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็น ความรู้สึก ได้สำรวจตัวเอง ฝึกการยอมรับตนเอง พร้อมทั้งรับฟังความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น และได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีปัญหาเช่นเดียวกับตน

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 180) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เป็นกระบวนการของกลุ่มบุคคลที่มีปัญหา หรือมีความต้องการคล้ายๆ กัน มาปรึกษาหารือร่วมกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งมีความรู้ความสามารถ และประสบการณ์ทางการให้คำปรึกษาร่วมให้ความช่วยเหลือหรือร่วมให้คำปรึกษา

อาภา จันทรสกุล (2535 : 247 - 248) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มคือ การให้บริการการปรึกษาแก่บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปในเวลาเดียวกัน ซึ่งในกลุ่มจะมีสมาชิก ประมาณ 6 - 12 คน ผู้รับคำปรึกษานอกจากจะมีปฏิสัมพันธ์เชิงจิตวิทยากับผู้ให้คำปรึกษาแล้ว จะต้องมีการปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกในกลุ่มด้วย ฉะนั้นสมาชิกในกลุ่มแต่ละคนจึงเป็นทั้งผู้รับความช่วยเหลือและเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือในแง่มุมต่างๆ กันไป โดยเน้นให้สมาชิกแลกเปลี่ยนเปิดเผยถึงความรู้สึก และประสบการณ์ซึ่งกันและกัน และสมาชิกได้พัฒนาตนเองเต็มขีดความสามารถ

จากความหมายดังกล่าว สรุปได้ว่าการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม หมายถึง กระบวนการให้ความช่วยเหลือบุคคลปกติ ซึ่งมีสมาชิกประมาณ 6 - 12 คน ที่มีความต้องการคล้ายๆ กันมา

ปรึกษาหารือเพื่อแก้ปัญหาร่วมกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถ และประสบการณ์ในการให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกมีโอกาสแสดงความคิดเห็น แลกเปลี่ยนประสบการณ์ มีความเห็นอกเห็นใจกัน มีการพัฒนาความรู้สึกร่วมกัน และพฤติกรรมต่างๆ ซึ่งจะนำไปสู่การแก้ปัญหของสมาชิกแต่ละคน

1.2.2 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

ได้มีผู้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มไว้ ดังนี้.

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

วัชรีย์ ชูระคำ (2523 : 52) กล่าวถึง การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มว่ามีจุดมุ่งหมายเช่นเดียวกับการให้คำปรึกษารายบุคคลคือ เพื่อสำรวจ และประเมินตนเอง ได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง และสังคม สามารถนำสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ไปสู่การปฏิบัติให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

คอเรย์ (Corey. 1981 : 8) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ดังนี้.

1. เพื่อเรียนรู้ไว้วางใจตนเองและผู้อื่น
2. เพื่อรู้จักตนเองและค้นหาเอกลักษณ์แห่งตน
3. เพื่อรับรู้ว่าคุณค่าอื่นก็มีความต้องการ และมีปัญหาคล้ายคลึงกับตน
4. เพื่อรู้จักตนเอง ยอมรับ และมั่นใจในตนเอง อันจะนำไปสู่การมีทัศนคติ

ใหม่ต่อตนเอง

5. เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการแสวงหาแนวทางแก้ไขปัญหา และมองหาวิธีลดความขัดแย้งกับตนเอง

6. เพื่อเพิ่มความสามารถในการนำตนเอง การพึ่งพาตนเอง และความรับผิดชอบต่อตนเอง มากยิ่งขึ้น

7. เพื่อกำหนดแผนสำหรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ต้องการ และรับผิดชอบที่จะปฏิบัติตามแผนที่วางไว้

8. เพื่อเพิ่มความไวในการรับรู้ความรู้สึก และความต้องการของผู้อื่น

9. เพื่อเรียนรู้วิธีการโต้แย้ง หรือเผชิญหน้ากับผู้อื่นอย่างตรงไปตรงมาด้วยท่าทีที่เอื้ออาทร ห่วงใย และจริงใจ

10. เพื่อรับรู้การตัดสินใจเลือกของตนเองและการรู้จักเลือกอย่างฉลาด

11. เพื่อเรียนรู้การดำเนินชีวิตที่เป็นไปตามความมุ่งหวังของตนเอง ไม่ขึ้นอยู่กับความคาดหวังของผู้อื่น

12. เพื่อช่วยให้ค่านิยมที่ตนเองมีอยู่ชัดเจนขึ้นเรียนรู้ที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ของตนเองไปตามครรลองของค่านิยมนั้น

จากจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มดังกล่าวสรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มคือการช่วยให้บุคคลรู้จักและเข้าใจตนเอง รู้จักแสวงหาแนวทางในการแก้ไขปัญหา โดยนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มไปปฏิบัติ เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และช่วยให้บุคคลพัฒนาด้านตนเองในด้านต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.2.3 ข้อดีของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2529 : 418 - 419) กล่าวถึง ข้อดีของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ดังนี้.

1. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา เกิดความเข้าใจใหม่ว่า ไม่เพียงแต่ตนเองผู้เดียวเท่านั้นที่ประสบปัญหา ผู้อื่นก็ประสบปัญหาที่คล้ายคลึงกันด้วย ความรู้สึกโดยเดี่ยว ความสละอาบ และความรู้สึกแปลกประหลาดจะลดลง ความยอมรับในตนเอง และความเข้าใจในตนเองจะเพิ่มขึ้น
2. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกยอมรับ และนับถือตนเองมากขึ้น เพราะการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เปิดโอกาสให้สมาชิกทุกคนในกลุ่ม มีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาของสมาชิกคนอื่นด้วย ดังนั้นสมาชิกแต่ละคนจะเกิดความรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถ มีคุณค่าและมีความสำคัญ เพราะเขาเป็นทั้งผู้ให้ความช่วยเหลือแก่สมาชิกอื่น และในขณะเดียวกันเขาก็เป็นทั้งผู้ได้รับความช่วยเหลือจากสมาชิกในกลุ่มด้วย
3. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ได้รับประสบการณ์ในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิกผู้อื่น มีโอกาสฝึกการเป็นสมาชิกที่ดีของสังคมภายใต้สภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย เป็นอิสระ และสมาชิกทุกคนต่างก็มีความจริงใจที่จะช่วยเหลือ สนับสนุนให้เขาบรรลุเป้าหมาย
4. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับฟังความคิดเห็น และข้อเสนอแนะในการแก้ไขปัญหาของเขาในหลายๆ แง่มุมจากสมาชิกของกลุ่มซึ่งอาจจะเกิดปัญหาชนิดเดียวกันมาแล้ว ซึ่งจะช่วยให้เขามีประสบการณ์ที่กว้างขวางในการเผชิญกับปัญหา และสามารถตัดสินใจเลือกทางแก้ไขได้ถูกต้อง และรอบคอบขึ้น
5. ช่วยแบ่งเบาภารกิจของผู้ปกครอง ครูฝ่ายปกครอง และผู้บริหารเพราะสมาชิกในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม มีความรู้สึกยอมรับในความคิดเห็น และคำแนะนำของเพื่อนวัยเดียวกันกับตน ที่เผชิญปัญหาที่คล้ายคลึงกับตนมากกว่าจะยอมเชื่อผู้ใหญ่ หรือผู้ใหญ่ที่ชอบแสดงอำนาจหรือไม่ให้สิทธิและอิสระแก่เขา มาช่วยเหลือเขา

6. ช่วยให้ผู้ใช้ให้คำปรึกษาสามารถให้ความช่วยเหลือแก่ ผู้รับคำปรึกษาเป็นจำนวนประมาณ 4 - 8 คน ซึ่งเป็นการประหยัดบุคคลากร เวลา และงบประมาณซึ่งมีอยู่จำกัด

1.2.4 ข้อจำกัดของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

เจียรนีย์ ทรงชัยกุล (2529 : 419) ได้กล่าวถึง ข้อจำกัดบางประการของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ดังนี้.

1. การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ที่มีประสิทธิภาพขึ้นอยู่กับความสามารถประสบการณ์ และความสนใจของผู้ให้คำปรึกษาเป็นส่วนใหญ่ เช่นการเลือกสมาชิกของกลุ่มที่เหมาะสม การควบคุมกิจกรรมของกลุ่มให้ดำเนินไปสู่เป้าหมาย
2. การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ให้ความสำคัญกับปัญหาร่วมกันของสมาชิกในกลุ่ม ดังนั้นปัญหาเฉพาะของสมาชิกบางคนซึ่งต้องการวิเคราะห์ และวินิจฉัยอย่างละเอียด จึงมีความสำคัญรองลงไป ด้วยเหตุนี้จึงอาจเป็นสาเหตุให้สมาชิกบางคนขาดกำลังใจ และขาดแรงกระตุ้น เพื่อที่จะแก้ไขปัญหา หรือพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่
3. การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม อาจจะไม่ประสบผลสำเร็จด้วยดี ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้เพราะลักษณะ และวิธีการของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มเป็นอุปสรรคต่อผู้รับคำปรึกษาซึ่งประสบปัญหาจริงๆ แต่ไม่กล้าเปิดเผยตัวเองอย่างเต็มที่ต่อสมาชิกของกลุ่ม เพราะกลัวว่าจะเสียสถานภาพของตนในกลุ่มเพื่อน เป็นต้น

1.2.5 การจัดกลุ่มเพื่อรับคำปรึกษา

โอลเซน (Ohlsen. 1970 : 103 - 109) กล่าวถึง การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่ม เพื่อรับคำปรึกษาว่า สมาชิกที่เหมาะสมที่จะเข้ากลุ่มควรเป็นผู้ที่อาสาสมัคร และมีแรงจูงใจในการเข้ากลุ่มในการสัมภาษณ์สมาชิกครั้งแรก ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องชี้แจงจุดหมาย และลักษณะของกลุ่มตลอดจนกระบวนการที่สมาชิกควรมีบทบาทอย่างไรในกลุ่ม เพื่อให้กลุ่มดำเนินและบรรลุถึงจุดหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คมเพชร นัตริศกุล (2521 : 94) และวัชรวิทย์ ทรัพย์มี (2533 : 272 - 275) กล่าวถึง การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มว่า ผู้ให้คำปรึกษาควรเลือกสมาชิกที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน มีความเต็มใจที่จะเข้ากลุ่ม และต้องการรับคำปรึกษาอย่างแท้จริง เพื่อร่วมมือในการแก้ปัญหา นอกจากนี้สมาชิกในกลุ่มควรมีลักษณะแตกต่างกันบ้าง เช่น มีทั้งคนพูดเก่ง คนสุ่ม คนฐานะดี คนยากจน อดทนกันไป แต่ต้องให้มีความสมดุลระหว่างสมาชิกแต่ละประเภท เพื่อช่วยกันแก้ปัญหาได้หลายลักษณะ

1.2.6 ขนาดของกลุ่ม

เชิร์ตเซอร์ และสโตน (Shertzer and Stone. 1971 : 217) ให้ความเห็นว่าจำนวนสมาชิกที่เหมาะสมที่สุดคือ 6 คน เพราะถ้าจำนวนสมาชิกมากกว่ากำหนดจะทำให้กลุ่มแตกเป็นสองกลุ่มได้ง่าย

วัชร ทรัพย์มี (2520 : 39) มีความเห็นว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มบุคคลที่เข้ากลุ่มจะต้องมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดี ดังนั้นสมาชิกกลุ่มต้องไม่มากเกินไป คือ 6 - 10 คน

1.2.7 เวลาและจำนวนครั้งในการให้คำปรึกษา

แพทเทอร์สัน (Patterson. 1973 : 182) ได้ให้ความเห็นว่า ควรจัดให้มีการให้คำปรึกษา สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ถ้าช่วงเวลาของการให้คำปรึกษาน้อยอาจจัดให้มีการให้คำปรึกษา สัปดาห์ละ 2 - 3 ครั้ง ในแต่ละครั้งที่พบกันถ้าสมาชิกเป็นวัยรุ่น หรือผู้ใหญ่ ควรใช้เวลา 1 ชั่วโมง ถึง 1 ชั่วโมงครึ่ง ถ้าเป็นเคาระดับประถมศึกษา เวลาที่ใช้ในการให้คำปรึกษาไม่ควรนานเกิน 1 ชั่วโมง ประมาณ ครั้งละ 30 - 45 นาที เพราะเด็กอาจเกิดความเบื่อได้

คมเพชร นัตรสุกุล (2521 : 99) เห็นว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ควรจัดให้มี สัปดาห์ละ 2 ครั้ง เวลาอย่างน้อยไม่ต่ำกว่า 1 ชั่วโมง หรือ ไม่ควรเกิน 2 ชั่วโมง และสำหรับจำนวนครั้งในการสิ้นสุดในการให้คำปรึกษาในโรงเรียน และวิทยาลัยควรกำหนดจำนวนครั้งไว้ประมาณ 6 - 7 ครั้ง โดยถือเป็นกลุ่มที่ใช้เวลาระยะสั้น

1.2.8 การสัมภาษณ์ก่อนการเข้ากลุ่ม

การสัมภาษณ์เป็นรายบุคคลก่อนการเข้ากลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องถามความสมัครใจของผู้รับคำปรึกษา และอธิบายเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ทั้งของผู้รับคำปรึกษา และผู้ให้คำปรึกษา พร้อมทั้งบอกประโยชน์ที่ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับจากการเข้ากลุ่ม เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกัน และความร่วมมือที่ดี (คมเพชร นัตรสุกุล. 2521 : 94)

1.2.9 การจัดสถานที่

สถานที่ในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ควรเป็นห้องที่มีลักษณะเป็นสัดส่วน และมีขนาดพอเหมาะ กับจำนวน เก้าอี้ควรมีลักษณะที่นั่งสบาย และจัดเป็นวงกลม เพื่อให้สมาชิกได้มองเห็นอย่างทั่วถึง พื้นห้องควรสะอาด และพร้อมที่จะให้สมาชิกนั่งกับพื้นได้ ถ้าสมาชิกต้องการที่จะเปลี่ยนอิริยาบถบ้าง (Ohisen. 1970 : 29 ; Mahler. 1969 : 58 - 59)

1.2.10 ชนิดของกลุ่ม

ชนิดของกลุ่มควรจัดเป็นกลุ่มแบบปิด ซึ่งหมายถึงว่า จะไม่มีการเปิดรับสมาชิกใหม่อีกในระหว่างการให้คำปรึกษา แม้จะมีสมาชิกลาออกจากกลุ่มไปแล้วก็ตาม เพราะการจัดกลุ่มจะทำให้สมาชิกมีปัญหา ในเรื่องความไว้วางใจและความสนิทสนม (Warner and Smith. 1976 : 366)

1.2.11 พลังในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

คมเพชร นัตรศุภกุล (2521 : 97) กล่าวว่า ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องรู้ และเข้าใจในการนำพลังต่างๆ มาใช้ในการดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ดังนี้.

1. ข้อผูกพัน (Commitment) สมาชิกจะต้องยอมรับว่าต้องการรับคำปรึกษา และเปิดเผยปัญหาของตัวเอง ยอมรับที่จะแก้ไข และเปลี่ยนพฤติกรรม เมื่อรับคำปรึกษาจากกลุ่มไปแล้ว
2. ความรับผิดชอบ (Responsibility) สมาชิกจะต้องรับผิดชอบต่อตนเอง ในการแก้ปัญหา
3. การยอมรับ (Acceptance) เมื่อสมาชิกได้รับการยอมรับ จะเป็นผลให้แต่ละบุคคลเกิดความเคารพนับถือตนเอง และมีการเปลี่ยนแปลงของเขาด้วย
4. ความดึงดูดใจ (Attractiveness) จะทำให้การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม มีอิทธิพลต่อสมาชิกยิ่งขึ้น
5. ความรู้สึกเป็นเจ้าของ (Belonging) เมื่อสมาชิกรู้สึกเป็นเจ้าของจะเป็นผลดีต่อการช่วยเหลือ
6. ความปลอดภัย (Security) เมื่อสมาชิกมีความรู้สึกปลอดภัย ขณะที่อยู่ในกลุ่ม เขาจะมีความเป็นตัวของตัวเอง มีการอภิปรายปัญหาของตัวเอง มีการยอมรับความคิดของสมาชิกอื่นที่แสดงต่อตัวเขา และสามารถแสดงความรู้สึกของตนต่อสมาชิก
7. ความเครียด (Tension) การที่สมาชิกในกลุ่ม มีความเครียด และความไม่พึงพอใจอยู่ในระดับที่พอเหมาะจะเป็นแรงจูงใจที่จะเปลี่ยนพฤติกรรม แต่ถ้ามีความเครียดมากเกินไป จะทำให้บุคคลไม่ได้ใช้ความสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงสิ่งต่างๆ ได้
8. ปทัสถานของกลุ่ม (Group Norm) เมื่อสมาชิกเข้าใจ และยอมรับเงื่อนไขที่จำเป็นในการเข้ารับคำปรึกษา เขาจะไม่ละเลยต่อปทัสถานของกลุ่ม เพราะสมาชิกต้องการได้รับความช่วยเหลือ และเขาไม่ต้องการให้ผู้อื่นมองข้ามเขาไปในแง่ของบุคคลที่แตกต่างจากสมาชิกอื่นๆ ในกลุ่ม

จากเอกสารดังกล่าว การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เป็นกลวิธีหนึ่งที่เน้นความสัมพันธ์ของสมาชิกที่ดีต่อกันตลอดเวลา โดยจะร่วมกันสำรวจปัญหา และความรู้สึกของกันและกันแล้วหาทางแก้ไขปรับปรุงเพื่อพัฒนาตนเอง ผู้วิจัยจึงนำมาใช้เป็นเครื่องมือ ในการพัฒนา

การปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติด

1.3 เอกสารเกี่ยวกับการให้คำปรึกษารายบุคคล (Individual Counseling)

1.3.1 ความหมายของการให้คำปรึกษารายบุคคล

แบล็กแฮม (Blackham. 1977 : 7) กล่าวว่า การให้คำปรึกษารายบุคคล เป็นความสัมพันธ์ที่มีลักษณะเฉพาะตัวที่ให้โอกาสในการเรียนรู้ รู้สึกคิด มีประสบการณ์ และเปลี่ยนแปลงไปในวิถีทางที่นาพึงพอใจ

คอตเทิล และคนอื่นๆ (รพีพรรณ อักษรราชวิวัฒน์. 2539 : 12 ; อ้างอิงมาจาก Cottle and others. 1986 : 107) ให้ความหมาย ของการให้คำปรึกษารายบุคคลว่า เป็นกระบวนการ ที่ผู้ให้บริการปรึกษาช่วยให้ผู้รับบริการได้เผชิญ เข้าใจ และยอมรับข้อมูลเกี่ยวกับตนเอง และการ ปฏิสัมพันธ์เพื่อให้สามารถเลือกตัดสินใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 179) ได้อธิบายความหมาย ของการให้คำปรึกษา รายบุคคล เป็นการให้คำปรึกษาที่ผู้ให้คำปรึกษา ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษา เป็นการส่วน ตัวเฉพาะรายในแต่ละครั้ง เพื่อให้เขาสามารถเข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อม ได้ดีขึ้นสามารถเผชิญ ปัญหาที่กำลังประสบอยู่ได้ และมีทักษะในการแก้ปัญหาด้วยตัวเอง ได้อย่างเหมาะสม สามารถวาง โครงการชีวิตของตนได้อย่างเต็มขีดความสามารถ

จากความหมายของการให้คำปรึกษารายบุคคลดังกล่าว สรุปได้ว่าการให้คำปรึกษา รายบุคคล เป็นกระบวนการช่วยเหลือซึ่งเกิดจากสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับคำ ปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม มีทักษะและความสามารถในการ ตัดสินใจแก้ปัญหาต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ

1.3.2 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษารายบุคคล

อาร์บัคเคิล (Arbuckle. 1970 : 195) กล่าวถึง จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษา รายบุคคลไว้ ดังนี้ .

1. ช่วยแก้ปัญหาของผู้รับบริการ
2. ช่วยให้เกิดความสุขความพอใจ
3. สังคมมีความสุขความพอใจกับผู้รับบริการ
4. ช่วยให้เกิดการตัดสินใจเลือกที่คำนึงถึงแต่เพียง "ความถูกต้อง" เท่านั้น

ศิริบุรณ์ สายโกสุม (2533 : 195) กล่าวถึง จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาราย บุคคล คือการช่วยให้บุคคลตระหนักถึงตนเอง มีความรับผิดชอบต่อตนเองสามารถเผชิญปัญหา

ความยากลำบาก และนำศักยภาพที่มีอยู่มาใช้อย่างเต็มที่ โดยมีความสอดคล้องกับแบบการดำเนินชีวิตของตน ภายในขอบเขตทางจริยธรรมของสังคม

1.3.3 ข้อดีของการให้คำปรึกษารายบุคคล

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2529 : 411) กล่าวถึง ข้อดีของการให้คำปรึกษารายบุคคลไว้ดังนี้.

1. ผู้รับคำปรึกษาได้รับความช่วยเหลือในการแก้ไขปัญหาลเฉพาะของเขา จากผู้ให้คำปรึกษาโดยตรง ด้วยความละเอียด ครอบคลุม และรอบคอบอย่างเพียงพอ
2. ผู้รับคำปรึกษาเป็นจุดสนใจของผู้ให้คำปรึกษาแต่เพียงผู้เดียว ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้งเขาจึงเป็นผู้ควรได้รับประโยชน์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นอย่างเต็มที่
3. ผู้รับคำปรึกษากล้าที่จะเปิดเผยตนเองอย่างอิสระกับผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งจะช่วยให้การวินิจฉัยปัญหา และหาทางแก้ไขปัญหานั้นได้ถูกต้องรวดเร็วขึ้น
4. ผู้รับคำปรึกษาไม่ต้องกังวลถึงความคิดเห็น และความรู้สึก หรือข้อเสนอแนะของผู้อื่น นอกจากของผู้ให้คำปรึกษาเพียงผู้เดียวระหว่างให้การให้คำปรึกษา
5. ผู้รับคำปรึกษาไม่ต้องวิตกกังวลถึงความไม่พร้อมทางด้านทักษะ ในเรื่องมนุษยสัมพันธ์ หรือนุคลิกภาพที่ไม่เหมาะสมของเขาในการแสดงออกกับผู้อื่น เพราะเขาจะมีความสัมพันธ์เฉพาะกับผู้ให้คำปรึกษาเพียงผู้เดียว ในระหว่างการให้คำปรึกษา

1.3.4 ข้อจำกัดในการให้คำปรึกษารายบุคคล

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2529 : 412) กล่าวถึง ข้อจำกัดบางประการของการให้คำปรึกษารายบุคคลไว้ ดังนี้.

1. ผู้รับคำปรึกษาซึ่งอยู่ในวัยรุ่น โดยทั่วไปไม่มีความเชื่อว่า ปัญหาที่ตนประสบนั้นเพื่อนรุ่นเดียวกันจะเข้าใจ และหาทางออกให้ได้ดีกว่าความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่ซึ่งต่างวัย และต่างความคิดจากเขา
2. ผู้รับคำปรึกษาซึ่งอยู่ในวัยรุ่น โดยธรรมชาติไม่ต้องการแสดงตนอย่างเปิดเผยว่าไม่มีความสามารถในการแก้ไขปัญหาด้วยตัวเองให้ผู้ใหญ่ได้รู้ เพราะเกรงจะเสียสถานภาพที่ตนถูกมองว่าเป็นเด็ก
3. ผู้รับคำปรึกษาเสียโอกาสอันดีที่จะเสริมสร้างทักษะ ด้านมนุษยสัมพันธ์ และการปรับตัวด้านต่างๆ กับเพื่อนคนอื่นๆ ในวัยเดียวกันที่เผชิญปัญหาที่คล้ายคลึงกับตน
4. ผู้รับคำปรึกษาอาจจะเกิดความเคยชินที่จะไว้วางใจ และต้องการพึ่งพาความช่วยเหลือเฉพาะจากผู้ให้คำปรึกษาเท่านั้น

5. การให้คำปรึกษารายบุคคล เป็นกิจกรรมที่ต้องใช้เวลา และบุคคลากรที่มีอยู่จำกัด ดังนั้นนักเรียนบางคนที่ต้องการได้รับคำปรึกษาจึงอาจไม่ได้รับบริการโดยทั่วถึง

จากเอกสารดังกล่าวสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษารายบุคคลเป็นกลวิธีหนึ่งที่เน้นในเรื่องสัมพันธภาพในการให้คำปรึกษา ระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อม มีทักษะ และความสามารถในการตัดสินใจแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผู้วิจัยจึงนำมาใช้เป็นเครื่องมือในการพัฒนา การปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติด

1.4 เอกสารเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง (Reality Therapy)

1.4.1 ภูมิหลังของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง

วิลเลียม กลาสเซอร์ (Glasser, 1960) จิตแพทย์ชาวอเมริกัน เป็นผู้ริเริ่มวิธีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง (Reality Approach to Counseling) การให้คำปรึกษาแบบนี้ เป็นการผสมผสานแนวคิดของ เอลลิส (Ellis,) ในเรื่องการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล และอารมณ์ (The Rational Emotive Approach to Counseling) และแนวความคิดของ รอเจอร์ส (Rogers,) ในเรื่องการให้คำปรึกษาแบบผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง (Client- centered Counseling) การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงนี้ เป็นการให้คำปรึกษาที่เน้นที่พฤติกรรมปัจจุบันของผู้รับคำปรึกษา เพื่อที่จะพัฒนาพฤติกรรมที่เป็นอยู่ให้เป็นพฤติกรรมใหม่ที่มีประสิทธิภาพ และตอบสนองความต้องการของผู้รับคำปรึกษา ภายใต้บรรยากาศของความอบอุ่น การยอมรับ และในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้น ผู้รับคำปรึกษาเป็นผู้วางแผน หรือวางโครงการภายหลังจากที่ได้ประเมินพฤติกรรมของตนเองแล้วอย่างมีระบบ และมีเหตุผล

วัชร ทรัพย์มี (2533 : 179 - 180) กล่าวถึง ความเป็นมาของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงว่าเกิดจากที่ กลาสเซอร์ พิจารณาว่า ประสิทธิภาพของวิธีการดั้งเดิมที่นิยมรักษาคณไว้กันอยู่นั้นยังไม่มีประสิทธิภาพพอ จึงเริ่มคิดหาทางพัฒนาวิธีการบำบัดรักษาแบบใหม่ขึ้น และในปี ค.ศ. 1975 เขาได้พัฒนาวิธีการช่วยบรรเทาอาการด้วยวิธีการของเขาเอง โดยเน้นการฝึกให้เด็กมีความรับผิดชอบ ให้เด็กวางโครงการที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง และสัญญาว่าจะดำเนินการตามโครงการนั้น เขาจะไม่ยอมรับข้อแก้ตัวใดๆ ทั้งสิ้นของเด็กถ้าเด็กไม่ปฏิบัติตามสัญญาแต่พยายามหลีกเลี่ยงการลงโทษเด็กผลปรากฏว่าวิธีการนี้ได้ผลดี

ทฤษฎีการเผชิญความจริง มีพื้นฐานมาจากระบบการทำงานของสมอง ซึ่งเดิมเคยเรียกว่าทฤษฎีการควบคุม "Control Theory" ซึ่งต่อมา กลาสเซอร์ (Glasser, 1980 : 1985) ได้ประยุกต์หลักการของการจัดระบบข้อมูล เพื่อให้สมองได้ทำหน้าที่ในการสั่งการ และนำมาใช้

ในการบำบัดรักษาทางจิตโดย กลาสเซอร์ ได้ประยุกต์หลักการบำบัดเข้ากับความต้องการปัจจัยพื้นฐานของมนุษย์ ผลรวมของพฤติกรรมการเรียนรู้ และความต้องการภายใน ซึ่งตามหลักการนี้ กลาสเซอร์ ได้ให้คำอธิบายใหม่ว่า ระบบการทำงานของร่างกายมนุษย์นั้นตอบโต้กับสิ่งเร้าของโลกภายนอก เพื่อแสวงหาความพอใจตามความปรารถนา ที่ถูกซ่อนอยู่ของโลกภายในตัวมนุษย์เอง (Glasser. 1986a, 1986b, 1986c)

1.4.2 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติ และความต้องการพื้นฐานของมนุษย์

วับโบลด์จิง (Wubbolding. 1988) ได้สรุปหลักการของทฤษฎีการควบคุม ซึ่งได้ประยุกต์เป็นส่วนหนึ่งของทฤษฎีการเผชิญความจริงแล้วว่า

1. มนุษย์เกิดมาพร้อมกับความต้องการที่จำเป็น 5 ประการคือ ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ความต้องการอำนาจหรือพลัง (ทั้งนี้รวมถึงความสามารถ ความสำเร็จ ความยอมรับ ตลอดจนความนับถือตนเองด้วย) ความต้องการความเพลิดเพลินบันเทิง และสนุกสนาน ผ่อนคลาย ความต้องการอิสระภาพ (รวมถึงความเป็นตัวของตัวเองด้วย) และความต้องการปัจจัยทางร่างกายอย่างพอเพียง ซึ่งความต้องการทั้ง 5 ประการ ของมนุษย์แต่ละคนนั้น จะให้ลำดับความสำคัญไม่เหมือนกัน ความต้องการ 5 ประการนี้คือ แหล่งที่มาของแรงจูงใจให้มนุษย์เกิดพฤติกรรมขึ้นมาเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง
2. เมื่อใดที่มนุษย์เกิดความต้องการที่มากกว่า หรือมากขึ้นจากสิ่งที่มนุษย์รับรู้ว่าเขาจะได้ไม่เพียงพอ ก็จะเป็นแรงผลักดันให้มนุษย์กระทำพฤติกรรมใดๆ ขึ้นเพื่อสนองความต้องการนั้นทันที
3. พฤติกรรมทุกอย่างของมนุษย์ประกอบด้วย การกระทำ (แสดงอาการกระทำ) การคิด ความรู้สึก และการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่เกิดขึ้นด้วยเหตุนี้คำว่า "พฤติกรรม" (Total behavior) และการใช้คำ "กำลังกระทำ" (Ing) เพื่ออธิบายอาการของความรู้สึกที่กำลังเกิดขึ้นขณะนั้น จึงมีความสำคัญมาก เช่นคำว่ากำลังกังวลใจ (Anxiety-ing) กำลังเศร้าง (Depressing) กำลังรู้สึกผิด (Guilting) เป็นต้น พฤติกรรมเหล่านี้มีจุดมุ่งหมายทั้งสิ้น เพื่อให้มนุษย์รับรู้ว่าเขาได้กระทำเพื่อบรรลุสิ่งที่เขากำลังต้องการแล้วในขณะนั้น
4. พฤติกรรมรวม ถูกกระตุ้นมาจาก ความต้องการภายในร่างกายมากกว่าสิ่งเร้าภายนอก ดังนั้นมนุษย์จึงมีความสำนึกว่า เขาต้องรับผิดชอบต่อพฤติกรรมทั้งหมดของเขาที่เกิดขึ้น จึงกล่าวได้ว่า มนุษย์มีความสามารถในการเปลี่ยนแปลงตัวเองได้ การเปลี่ยนแปลงในความหมายนี้ก็คือ การเลือกที่จะกระทำพฤติกรรมใดก็ได้ ที่ทำให้เกิดประสิทธิภาพต่อความพอใจของตัวเองมากขึ้น
5. มนุษย์เห็นโลกภายนอกตัวเขา โดยการรับรู้จากประสาททั้งหมด ซึ่งทำหน้าที่

เหมือนเลนส์ของกล้องถ่ายรูป ซึ่งในระดับที่น้อยที่สุดก็รับรู้ภาพกว้างๆ ทั่วๆ ไป และในระดับที่การรับรู้สูงมากขึ้น มนุษย์ก็สามารถพิจารณาภาพที่เห็นนั้นในระดับที่นำมาตัดสินได้ว่าดี หรือไม่ดี โดยการประเมินค่าตามการรับรู้ที่ได้มากขึ้นเป็นลำดับ

ความแตกต่างในการตอบสนองความต้องการพื้นฐาน ซึ่งประเมินได้จากความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับแต่ละคนมีต่อคนอื่น เป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลแต่ละคนพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองและกำหนดเอกลักษณ์ของตนเอง (Identity) กลาสเซอร์ ได้อธิบายถึงเอกลักษณ์ของบุคคล โดยแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. เอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ (Success Identity) เป็นลักษณะที่ บุคคลกำหนดหรือมองเห็นว่าตนเองมีความสามารถ ที่จะตอบสนองความต้องการของตัวเอง มีคุณค่า และมีความสำคัญต่อตนเอง และบุคคลอื่น มีพลังในการจัดการต่อสิ่งแวดล้อม มีความรับผิดชอบ และเชื่อมั่นในการดำเนินชีวิตของตนเอง และมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลที่เกี่ยวข้อง

2. เอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว (Failure Identity) บุคคลประเภทนี้ มักจะกำหนดหรือประเมินตนเองไปในทางลบ จากการที่ไม่สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกับผู้อื่น รู้สึกว่าตนเองไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่ต้องการ ไม่มีคุณค่า ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ไม่มีความสามารถที่จะรับผิดชอบตนเอง หรือทำตามข้อกำหนดใดๆ ไม่มีความหวังในการดำเนินชีวิตที่ดีกว่าปล่อยให้สภาพแวดล้อม หรือบุคคลอื่นมีอิทธิพลและควบคุมชีวิต

การที่จะช่วยเหลือบุคคล โดยเฉพาะบุคคลที่มีลักษณะ หรือเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว ซึ่งไม่สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้ เช่นคนป่วยที่สิ้นหวัง คนเบื่อหน่ายชีวิต คนที่ติดยาเสพติด นักเรียนที่ไม่ประสบผลสำเร็จในการเรียน เด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ก็คือการช่วยให้พวกเขาเปลี่ยนแปลงการกำหนดเอกลักษณ์ให้กับตนเองเสียใหม่ โดยสอนให้เขาเข้าใจถึงระบบการควบคุมที่เขาใช้ควบคุมชีวิตตนเอง ให้เขายอมรับในพลังของตนเองที่จะกระทำในสิ่งที่ดีกว่า และเริ่มต้นด้วยการ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ที่จะช่วยให้เขาสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้

กลาสเซอร์ เชื่อว่าบุคคลจะเป็นคนอย่างไรก็ต้องดูที่การกระทำของเขา และการที่เขาทำสิ่งต่างๆ ตามที่เขาตัดสินใจด้วยในกรณีที่การดำเนินชีวิตที่เขาไม่เป็นที่พึงพอใจ เขาย่อมจะสามารถตัดสินใจใหม่ หรือตัดสินใจซึ่งแตกต่างไปจากเดิมได้ เพื่อให้สามารถทำสิ่งต่างๆ ที่จะช่วยให้เกิดความพึงพอใจได้ดีกว่าเดิม

กลาสเซอร์ มีความคิดคล้ายกับ รอเจอร์ (Rogers) ตรงที่ว่า มนุษย์มีความสามารถในการที่จะนำศักยภาพ (Potential) ทั้งหลายออกมาใช้ เพื่อการเรียนรู้ และความเจริญงอกงาม บุคคลแต่ละคนจะมีความสามารถในการตัดสินใจด้วยตัวเอง บุคคลจะทำอะไรก็ตามถ้าเขามองเห็นความสำคัญในการตัดสินใจมากกว่า ความสำคัญของสถานการณ์ที่เขาเข้าไปเกี่ยวข้องเขาจะเป็นผู้ที่ดำรง

ชีวิตอย่างมีความรับผิดชอบ ประสบความสำเร็จ และมีความพึงพอใจในชีวิต

กมลเพชร นัตรศุภกุล (2530 : 153) กล่าวถึง ธรรมชาติของมนุษย์ (View of Human Nature) ตามความเชื่อของ กลาสเซอร์ ที่ว่ามนุษย์มีความต้องการด้านจิตใจเพียงอย่างเดียว ตั้งแต่เกิดจนตาย และไม่ว่าจะเป็นชนชาติใดก็มีความต้องการเหมือนกัน ความต้องการดังกล่าวแล้วคือ ความต้องการมีเอกลักษณ์ (Need of an Identity) ซึ่งเป็นความต้องการของบุคคลที่อยากจะได้รับรู้ว่าตัวเรานั้นมีความแตกต่างจากบุคคลอื่นๆ และแยกออกจากบุคคลอื่นในโลกนี้

วัชร ทรัพย์มี (2533 : 180 - 182) ได้อธิบายการพิจารณามนุษย์ และหลักการของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ดังนี้.

1. พิจารณามนุษย์ในแง่ที่ว่า มีความสามารถในการตัดสินใจแก้ปัญหา และการใช้วิจารณญาณเกี่ยวกับเรื่องต่างๆ เขาไม่เห็นด้วยกับแนวคิดของนักการศึกษาบางคน ที่เปรียบเทียบผู้เรียนเหมือนแจกันว่างเปล่าซึ่งครูจะนำข้อเท็จจริง และแนวความคิดต่างๆ ไปใส่ให้ กลาสเซอร์เชื่อว่า ครู เปรียบเหมือนผู้จัดสภาพแวดล้อม หรือกระตุ้นให้ผู้เรียนได้ใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่ มนุษย์แต่ละคนมีความสามารถที่จะตัดสินใจได้ด้วยตนเอง มากกว่าขึ้นอยู่กับอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม หรือสถานการณ์ต่างๆ มนุษย์มีแรงจูงใจที่จะประสบความสำเร็จ มีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเองและมีสัมพันธภาพอันดีต่อผู้อื่น

2. การที่มนุษย์รู้สึกว่าคุณมีความสามารถที่จะทำสิ่งต่างๆ ได้ หรือความรู้สึกว่าตนประสบความสำเร็จ จะสร้างกำลังใจให้บุคคลกล้าสู้ปัญหา การที่จะทำให้คนให้มีค่าขึ้นอยู่กับภาระกระทำ ของบุคคลนั้นเองว่าทำสิ่งต่างๆ ได้สำเร็จมากน้อยเพียงใด

3. การได้รับความรัก และมีโอกาสให้ความรักแก่ผู้อื่น เป็นความต้องการของมนุษย์ บุคคลที่รักผู้อื่น และได้รับความรักจากผู้อื่นจะรู้สึกว่าตนมีค่า กลาสเซอร์ พิจารณารักจากการกระทำของบุคคลมากกว่าความรู้สึกของบุคคล สำหรับชีวิตในโรงเรียน หรือในวัยเรียน "ความรัก คือความรับผิดชอบต่อสังคม ในอันที่เด็กยินดีช่วยเหลือผู้อื่นที่มีปัญหาด้านสังคม และการเรียน"

ความไว้ใจ เป็นผลมาจากการประสบความสำเร็จ ในการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น การขาดความไว้ใจทำได้โดยที่บุคคลนั้นมีทักษะในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นด้วยความจริงใจ ซึ่งจะก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และลดความคับข้องใจ

4. ปัญหาในการปรับตัวหลายประการเกิดจาก การไร้ความสามารถในการสนองความต้องการ อารมณ์ของการปรับตัวไม่ได้จะหายไปเมื่อ บุคคลสามารถสนองความต้องการของตนเองได้ บุคคลที่ไม่สามารถสนองความต้องการของตนเองได้ มีแนวโน้มที่จะบิดเบือนสภาพความเป็นจริงเขาจะตำหนิผู้อื่น และลืมนึกไปว่าเขามีความรับผิดชอบที่จะแก้ปัญหา โดยพิจารณาจากสภาพความเป็นจริง

5. แม้ว่าอารมณ์จะเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่พ้น แต่เหตุผลเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้พฤติกรรมของบุคคลมีประสิทธิภาพ และทำให้บุคคลประสบความสำเร็จ การปล่อยให้อารมณ์มาครอบงำจะนำไปสู่ความล้มเหลว อารมณ์ส่งผลถึงพฤติกรรม ดังนั้น การจะปรับปรุงพฤติกรรมจึงจำเป็นต้องหลีกเลี่ยงอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม

6. หลักการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง เน้นพฤติกรรมในระดับจิตสำนึก เป็นพฤติกรรมที่ได้มีการวางโครงการ ไม่ได้ปล่อยชีวิตให้ล่องลอย ไม่แน่นอนคิด แต่เน้นปัจจุบัน และอนาคต

7. องค์ประกอบที่จะทำให้คนปรับตัวได้ดี คือ ความรับผิดชอบ ความเป็นจริงและการประเมินพฤติกรรม

1.4.3 จุดประสงค์ของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง

วัชร ทรัพย์มี (2533 : 183 - 184) อธิบายว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงมีวัตถุประสงค์ดังนี้ คือ.

1. ช่วยให้บุคคลรับผิดชอบที่จะแก้ปัญหา และมีทักษะในการคิดแก้ปัญหา โดยการเผชิญความจริง

2. ป้องกันไม่ให้บุคคล ปล่อยชีวิตให้ล่องลอย โดยสนับสนุนให้วางโครงการในอนาคต และมีความมุ่งมั่นที่จะดำเนินการไปตามโครงการที่วางไว้

3. ส่งเสริมให้บุคคลมีวุฒิภาวะ คือเป็นตัวของตัวเอง และสามารถช่วยตัวเองได้

4. ช่วยให้บุคคลรู้จักตนเองว่า เขาเป็นใครเขาต้องการอะไรในชีวิต

5. ช่วยให้บุคคลค้นพบวิธีสนองความต้องการของตนเอง อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น โดยไม่กระทบกระเทือนสิทธิของผู้อื่น

6. ให้บุคคลตระหนักในคุณค่าของตนเอง โดยแนะแนวทางให้บุคคลรู้จักวิธีสร้างสัมพันธภาพอันดีกับบุคคลอื่น ให้ได้รับประสบการณ์เกี่ยวกับความผูกพันทางสังคม การให้และได้รับความรักจากผู้อื่น ซึ่งจะก่อให้เกิดความรู้สึกว่าตนมีค่า

7. ช่วยให้บุคคลรู้จักประเมินค่านิยมรู้จักพิจารณาว่า อะไรถูก อะไรผิด สิ่งใดควรกระทำ หรือควรละเว้น

สุดฤทัย มุขขวงศา (2533 : 15 - 16) กล่าวถึง เป้าหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงว่า มีเป้าหมายในการช่วยบุคคลให้พิจารณา และกำหนดเป้าหมายหรือความต้องการของตนทั้งในปัจจุบัน และในระยะยาวอย่างชัดเจน และช่วยให้เขาได้พิจารณาสิ่งที่เป็นอุปสรรคขัดขวางความก้าวหน้าที่จะนำไปสู่เป้าหมาย หาทางเลือก และรูปแบบของพฤติกรรมใหม่ เพื่อไปสู่เป้าหมาย หรือความต้องการนั้น

พฤติกรรมที่จะทำให้บุคคลสามารถสนองความต้องการของตนเองได้ ซึ่งเป็นเป้าหมายของการให้คำปรึกษาจะต้องประกอบด้วย ความรับผิดชอบ (Responsibility) พิจารณาความเป็นจริง (Reality) และความถูกต้อง (Right) ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ความรับผิดชอบ (Responsibility) เป็นเป้าหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง กลาสเซอร์ (สุดฤทัย มุขยวงศา. 2533 : 15 - 16 ; อ้างอิงมาจาก Glasser. 1965 : 13) ได้นิยามความหมายของความรับผิดชอบไว้ว่า "เป็นความสามารถที่จะตอบสนองความต้องการของตนเองโดยที่ไม่เป็นการไปขัดขวางบุคคลอื่นในการตอบสนองความต้องการของเขา" บุคคลจะเปลี่ยนแปลงได้ก็ต่อเมื่อเขาเรียนรู้ และยอมรับว่าตัวเองเป็นผู้รับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง และไม่มีใครเปลี่ยนแปลงการกระทำนั้นได้นอกจากตัวเขา

ความเป็นจริง (Reality) การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงก็คือ การช่วยเหลือบุคคลให้เผชิญกับความจริงที่เกิดขึ้นในชีวิตของเขา เลิกควบคุมการรับรู้ของตนเอง และช่วยให้เขาเห็นว่า เขาสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้ ถึงแม้ว่าเขาจะต้องเผชิญกับปัญหา หรืออุปสรรคเพียงใดก็ตาม โดยการที่เขาจะต้องพิจารณาพฤติกรรมในปัจจุบัน ที่เป็นอุปสรรคต่อความต้องการของเขาเอง และพัฒนาแผนการที่สามารถเป็นจริงได้ เพื่อพัฒนาพฤติกรรมใหม่ที่มีความรับผิดชอบ ซึ่งสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้

ความถูกต้อง (Right) การประเมินคุณค่าพฤติกรรมปัจจุบันของตนเอง และพิจารณาผลที่ตามมาของพฤติกรรมนั้น จะทำให้บุคคลมองเห็นการกระทำของตนเองชัดเจนขึ้นมา และยินยอมที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม กลาสเซอร์ (Glasser) ได้กล่าวถึงความถูกต้องไว้ว่า เมื่อบุคคลประพฤติในทางที่ทำให้เขาสามารถให้ และรับความรัก และรู้สึกมีคุณค่าต่อตนเอง และผู้อื่น พฤติกรรมของเขาก็เป็นสิ่งที่ถูกต้อง หรือชอบธรรม

คอเรย์ (จันทรรัตน์ ปิรัญศิริ. 2536 : 22 ; อ้างอิงมาจาก Corey. 1991 : 375 - 376) ได้อธิบายถึง จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงก็คือ การช่วยให้บุคคลแต่ละคนได้พบวิถีทางที่มีประสิทธิภาพมากขึ้นในการตอบสนองความต้องการของตนเอง กลาสเซอร์ ได้เน้นว่า การให้คำปรึกษานั้นจะต้องประกอบด้วย การช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาให้เรียนรู้วิถีชีวิตของเขาใหม่อีกครั้งหนึ่ง และช่วยให้เขามีชีวิตอยู่อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น การช่วยเหลือนี้ รวมไปถึงการเผชิญหน้ากับผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้เขาได้พิจารณาในสิ่งที่เขากำลังกระทำ กำลังคิด และกำลังรู้สึก เพื่อที่จะคิดหาวิถีทางที่ดีกว่าสำหรับตนเองที่จะปฏิบัติ

1.4.4 ลักษณะบทบาท และหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง

วัชร ทรัพย์มี (2533 : 184) ได้สรุปลักษณะ และบทบาท ของผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง ดังนี้.

1. เป็นผู้ชอบติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆ สนใจบุคคลอื่นไม่ใช่เก็บตัวอยู่เฉพาะในห้องแนะแนวเท่านั้น
2. เป็นผู้ที่มีความเชื่อว่า การช่วยให้บุคคลเผชิญความจริงเป็นวิธีการช่วยให้บุคคลเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ
3. เป็นผู้ที่เต็มใจจะเปิดเผย และอภิปรายเรื่องต่างๆ กับผู้รับคำปรึกษา ตลอดจนให้ความอบอุ่น เป็นมิตร เปิดเผย มีความจริงใจ และมองโลกในแง่ดี
4. ผู้ให้คำปรึกษา จะต้องเป็นคนที่มีความรับผิดชอบในการสนองความต้องการของตน โดยไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น
5. การให้ความช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาผู้ให้คำปรึกษาจะต้อง สร้างสัมพันธภาพอันใกล้ชิดกับผู้รับคำปรึกษา
6. ผู้ให้คำปรึกษาจะสอนวิธีควรประพฤติปฏิบัติแก่ผู้รับคำปรึกษา ด้วยการสอนโดยตรง ด้วยการเป็นตัวแบบให้ หรือโดยการสนทนากันในเรื่องจิปาละ ตั้งแต่ช่วงสัปดาห์วันชีวิตแต่งงาน ศาสนา และประเด็นที่น่าสนใจต่างๆ
7. ผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา จะช่วยกันวางโครงการ เพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และสนับสนุนให้ผู้รับบริการมีความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติตามโครงการที่วางไว้โดยไม่มีข้อแก้ตัวใดๆ ทั้งสิ้น

คมเพชร นัตร์สุกุล (2530 : 162 - 163) อธิบายถึงหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาว่าผู้ให้คำปรึกษาจะมีลักษณะเป็นครูชกถามสิ่งต่างๆ มากมายเกี่ยวกับพฤติกรรมปัจจุบันของผู้มีปัญหาคำถามเหล่านี้ จะนำไปสู่การรับรู้ถึงพฤติกรรมที่เป็นปัญหา การตัดสินใจคุณค่าของพฤติกรรมของผู้มีปัญหา ตลอดจนการวางแผนชีวิตอย่างมีความรับผิดชอบ การพูดคุยสนทนาของผู้ให้คำปรึกษาจะมีลักษณะของความกระตือรือร้น เขาจะพูดคุยเรื่องต่างๆ แม้จะไม่เกี่ยวข้องกับสิ่งที่ปัญหาบางที่จะใช้อารมณ์ขันเข้ามาแทรก แต่ผู้ให้คำปรึกษาจะไม่ใช้คำพูดที่เยาะเย้ยเสียดสีผู้มีปัญหาในกรณีที่ผู้มีปัญหากระทำอะไร ไม่สำเร็จและพยายามแก้ตัว ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้เทคนิคการเผชิญความจริง เพราะเป็นการไม่ยอมรับข้อแก้ตัว

ในการช่วยให้บุคคลที่มีปัญหาพัฒนาความสามารถ ที่เกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นๆ ได้นั้นผู้ให้คำปรึกษาจะต้องฝึกลักษณะต่างๆ ตามความคิดของ กลาสเซอร์ ดังต่อไปนี้.

1. ผู้ให้คำปรึกษาจะต้อง เป็นผู้รับผิดชอบเป็นผู้มีความอดทน มีความสนใจในสิ่งต่างๆ มีความแตกต่างจากคนอื่นๆ และไวต่อความรู้สึกของผู้มีปัญหา

2. สามารถสนองความต้องการของตนเองได้ มีความเต็มใจในการที่จะแข่งขันหรือต่อสู้กับบุคคลอื่นๆ

3. สามารถสื่อสารความเห็นอกเห็นใจ และการยอมรับให้ผู้มีปัญหาเข้าใจได้ดี โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่มีปัญหาในเรื่องการมีเอกลักษณ์แห่งตนที่ล้มเหลว หรือผู้ที่อยู่อย่างโดดเดี่ยว

4. สิ่งที่สำคัญประการสุดท้ายคือ สามารถเข้าไปเกี่ยวข้องกับอารมณ์กับผู้มีปัญหาได้ แต่จะต้องเป็นไปในลักษณะการช่วยเหลือ ไม่ใช่ทำลาย

คอเรย์ (จันทรรัตน์ ยี่รัฐศิริ. 2536 : 24 ; อ้างอิงมาจาก Corey. 991 : 376)

อธิบายถึงบทบาท และหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงว่า ภาระของผู้ให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงคือ การเข้าไปเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับผู้รับคำปรึกษา และการพัฒนาสัมพันธภาพกับผู้รับคำปรึกษา ซึ่งการกระทำนี้จะเป็นการวางรากฐานไปสู่กระบวนการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษา จะทำหน้าที่ในฐานะครูผู้หนึ่งด้วยการเป็นผู้มีความคล่องแคล่ว ในการให้คำปรึกษาในการช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาให้กำหนดแผนการปฏิบัติ ในการเสนอให้ผู้รับคำปรึกษาปฏิบัติตน ตามทางเลือกอื่นๆ รวมทั้งการสอนให้ผู้รับคำปรึกษาปฏิบัติตามกฎเกณฑ์

ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้คำถามพื้นฐาน ของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงเพื่อถามผู้รับคำปรึกษาค้างนี้ "สิ่งที่คุณกำลังเลือกที่จะกระทำนี้ สามารถทำให้คุณได้รับสิ่งที่คุณต้องการหรือไม่?" ถ้าผู้รับคำปรึกษาพิจารณาว่า สิ่งที่เขา กำลังทำนั้น ไม่สามารถตอบสนองความต้องการของเขาได้ ผู้ให้คำปรึกษาต้องแนะนำทางเลือกอื่นในการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษาอาจจะต้องสอนให้ผู้รับคำปรึกษา เรียนรู้วิธีที่จะสร้างความสำเร็จด้วยการสำนึก และรับผิดชอบในสิ่งที่เขาเองเป็นผู้เลือกด้วย

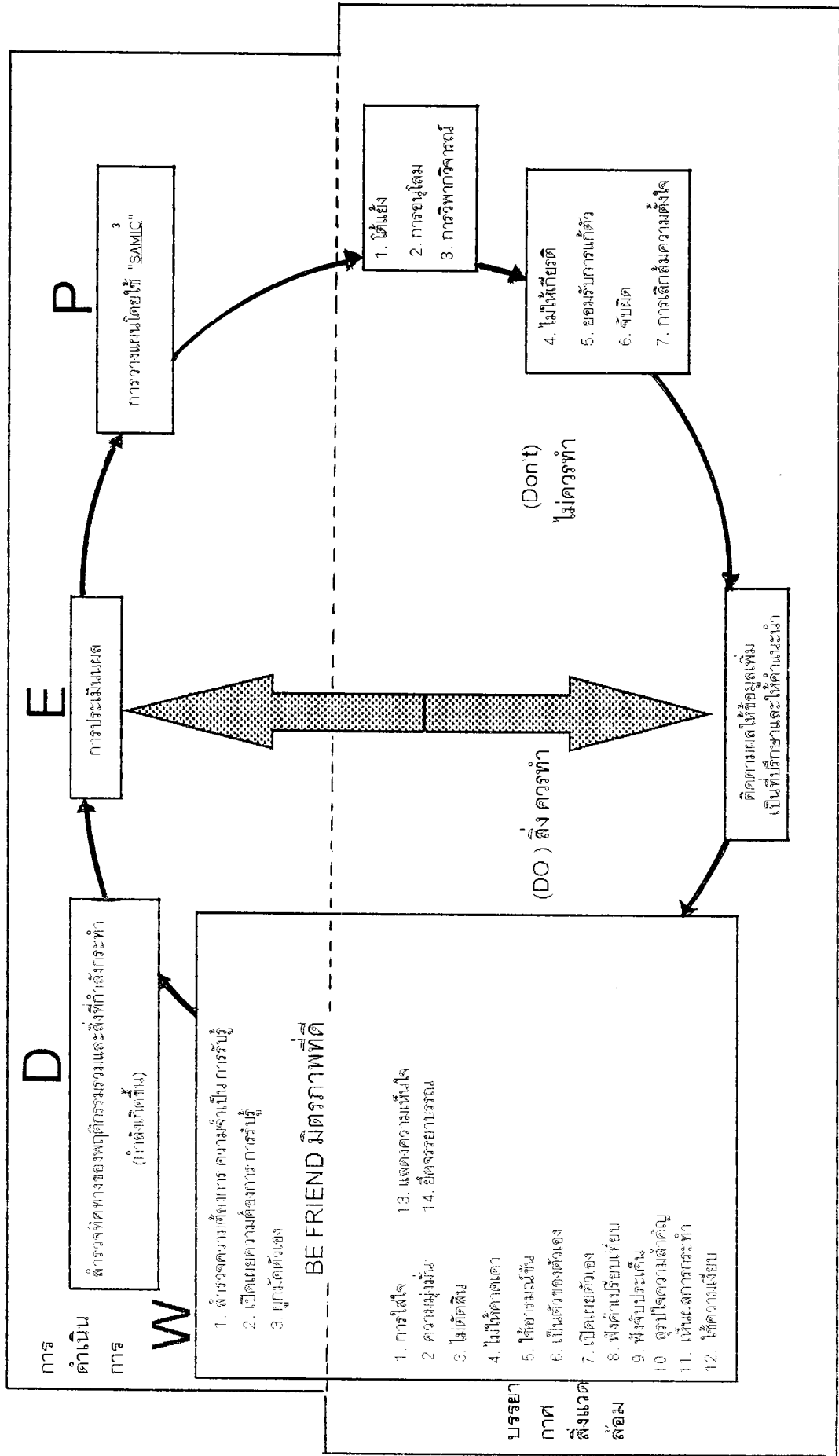
1.4.5 กลวิธี และเทคนิคในการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง

ด้วยเหตุนี้ทฤษฎีการพิจารณาความเป็นจริงจึงนำมาใช้ เพื่อให้มนุษย์พิจารณาสิ่งที่เป็นปัญหา พิจารณาประเมินค่า เพื่อเลือกกระทำอื่นๆ ที่ได้ประโยชน์ให้กับตนเองมากกว่าเป็นวงกลมวนไปมาอย่างนี้ทุกๆ พฤติกรรมมนุษย์สามารถเปลี่ยนแปลงได้จึงเรียกทฤษฎีนี้อีกอย่างว่าเป็นวงจรของการให้คำปรึกษา (Cycle of Counseling) และ ต่อมา วับ โบลดิง (Wubbolding) จึงได้ใช้วงจรของการให้คำปรึกษา นี้มาใช้แทนขั้นตอน 8 ขั้นตอน ซึ่งเขามีความเห็นว่ามันง่ายกว่า และเป็นกระบวนการที่มองเห็นวงจรของการดำเนินการได้ชัดเจนกว่า

การนำวงจรแห่งการให้คำปรึกษามาใช้โดย วับ โบลดิง (Wubbolding) นี้ได้รับการยอมรับ และทำให้ทฤษฎีการพิจารณาความเป็นจริงได้นำมาใช้เป็นรูปแบบธรรมมากขึ้น และนิยมใช้มากในโรงเรียน และการให้คำปรึกษาวัยรุ่นที่มีปัญหา

วงจรแห่งการให้คำปรึกษานี้ได้อธิบายว่า สิ่งสำคัญในการให้คำปรึกษาของทฤษฎี

วงจรการให้คำปรึกษา การตรวจสอบ และแนะนำโดยใช้ทฤษฎีการเผชิญความจริง



ภาพประกอบ 1 แสดงวงจรการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการเผชิญความจริงซึ่งประยุกต์โดย โรเบิร์ต ซี. วับบอลดิ้ง

(ROBERT E. WUBBOLDING EdD) จาก Basic concepts of Reality Therapy Institute for Reality Therapy Los Angeles, 1986

คือความสัมพันธ์ที่ดีเยี่ยมของการจัดสิ่งแวดล้อม หรือบรรยากาศการให้คำปรึกษากับ การดำเนินการให้คำปรึกษาที่สอดคล้องกัน ดังในภาพประกอบแสดงวงจรการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการเผชิญความจริง ซึ่งประยุกต์โดย วับโบลคิง (Wubbolding)

ตามวงจรของภาพ ประกอบ จะเห็นได้ว่าสิ่งแวดล้อม หรือบรรยากาศของการให้คำปรึกษา เป็นรากฐานหลักที่ต้องสร้างให้เกิดขึ้น ก่อนที่การดำเนินการให้คำปรึกษาหลายๆ อย่างจะเกิดขึ้นมาบนรากฐานหลักแรกที่เกิดขึ้นแล้วนั้น ซึ่งมีคำอธิบายรายละเอียดของวงจรดังนี้

สิ่งแวดล้อมหรือบรรยากาศการให้คำปรึกษา (Environment)

บรรยากาศการให้คำปรึกษา เป็นสิ่งแวดล้อมขณะนั้นที่กำหนดให้เกิดขึ้นได้ โดยผู้ให้คำปรึกษาเป็นสำคัญ ซึ่งบรรยากาศที่เหมาะสมที่ทำให้ผู้รับคำปรึกษา เกิดความปลอดภัย อบอุ่นใจ และรู้สึกถูกใจไปโดยความยินยอม ซึ่งหากผู้ให้คำปรึกษาสร้างบรรยากาศเช่นนี้ได้ เพียงนำเอาวิธีการดำเนินการมาใช้ประสิทธิภาพก็จะเกิดขึ้นได้ง่ายเพราะบรรยากาศนี้ ผู้ให้คำปรึกษาดังใจจะให้ผู้รับคำปรึกษา รู้สึกได้ว่า ผู้ให้คำปรึกษานั้นต้องการใช้เวลา และความตั้งใจทั้งหมดในขณะนั้น เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา มุ่งความสนใจทั้งหมดมาที่ตนเอง และพิจารณาเพื่อให้ตนเองเปลี่ยนแปลงไปสู่สิ่งที่ดีกว่าเดิม

สิ่งแวดล้อมหรือบรรยากาศได้แก่

การใส่ใจ (Attending Behaviors)

ไม่ว่าจะใช้รูปแบบใดของการแสดงออกของผู้ให้คำปรึกษาว่า กำลังใส่ใจในเรื่องราว และความเป็นไปของผู้รับคำปรึกษาเท่านั้น ในขณะนั้น ไม่ว่าจะเป็นทำนอง การมองสบตา การฟังอย่างตั้งใจหรืออีกหลายๆ วิธีการก็ได้

การแสดงความมุ่งมั่นแน่วแน่และเสมอต้นเสมอปลาย (AB - CDEF : Always Be Courteous

Calm, Consistent, Determined, Enthusiastic, and Firm)

ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องวางตัวให้ดูน่าเชื่อถือ สงบ มั่นคง และแสดงออกถึงความตั้งใจแน่วแน่ และมุ่งมั่นที่จะช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษา ถึงแม้บางครั้งจะประสบกับความท้อแท้ของผู้รับคำปรึกษา ในทฤษฎีนี้ก็ยังคงอดทนที่จะกระตุ้น หรือโน้มน้าวให้ ผู้รับคำปรึกษาพยายามหาวิธีอื่นอีกต่อไป

ไม่ตัดสิน (Suspend Judgment)

ผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีนี้ จะไม่เอาค่านิยมส่วนตัวของตนเองไปตัดสินพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษาว่า ถูกหรือผิด แต่ใช้การโน้มน้าวให้ผู้รับคำปรึกษาคัดสินใจเองว่า การกระทำของเขาในปัจจุบัน จะทำให้เขาบรรลุความต้องการที่เขาพอใจหรือไม่

ไม่เกิดความคาดเดา (Do the Unexpected)

บางครั้งในกรณีที่ผู้ให้คำปรึกษา สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้รับคำปรึกษาในระดับหนึ่งแล้วนั้น ผู้รับคำปรึกษาอาจคาดเดาผู้ให้คำปรึกษาตามที่ตนรู้จัก และอาจกระทำพฤติกรรมเพื่อให้ถูกใจผู้ให้คำปรึกษา แต่จะ ไม่ได้ผลกับตนเอง ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาจำเป็นต้องเข้าใจ และบางครั้งอาจมีการกระตุ้นหรือการตอบสนองอย่างที่คุณรับคำปรึกษาไม่สามารถคาดเดาได้ เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเรียนรู้ที่จะเป็นตัวของตัวเองให้มากที่สุด

รู้จักใช้อารมณ์ขัน (Use Humor)

การที่ผู้ให้คำปรึกษา รู้จักใช้อารมณ์ขันให้เหมาะสม ทำให้สัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษา เกิดความเป็นกันเอง ได้เร็วและมากขึ้น และหากใช้ให้ถูกกาละเทศะจะทำให้การให้คำปรึกษานั้นเกิดประสิทธิภาพมากขึ้น

เป็นตัวของตัวเอง (Be Yourself)

ผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง ควรเป็นตัวของตัวเองให้มากที่สุด เพราะผู้ที่ต้องรับผิดชอบกิจกรรมทั้งหมดในการเปลี่ยนแปลงตัวเองคือ ผู้รับคำปรึกษาเท่านั้น

แลกเปลี่ยนประสบการณ์บ้าง (Share Yourself)

หากคิดว่ามีประโยชน์ บางครั้งผู้ให้คำปรึกษาอาจเปิดเผยเรื่องราวของตนเอง เพื่อให้เกิดความสะดวกใจ และให้ความไว้วางใจของผู้รับคำปรึกษาเพิ่มมากขึ้น

ฟังคำเปรียบเทียบกับความใน (Listen for Metaphors)

ในบรรยากาศการให้คำปรึกษา หากผู้ให้คำปรึกษาสนใจผู้รับคำปรึกษาอย่างจริงจังจะเกิดความสนใจ และสะกดใจกับคำพูดที่ผู้รับคำปรึกษา มักใช้พูดเปรียบเทียบกับเรื่องราวของตนเองบ่อยๆ เพราะคำพูดลักษณะนั้นอาจเป็นข้อมูลที่สำคัญของปัญหาก็ได้ เช่นผู้รับคำปรึกษาอาจพูดว่า "ผมรู้สึกว้าวุ่น เป็นเพียงเสื้อที่เขาใช้ปูบนพื้นห้อง"

ฟังคำที่อาจเป็นประเด็น หรือความคิดหลัก (Listen for themes)

มีบ่อยครั้งที่ผู้รับคำปรึกษาพูดใจความที่ไม่ประติดประต่อกัน แต่ผู้ให้คำปรึกษาต้องพยายามที่จะรวบรวมใจความ และข้อมูลนั้นให้เป็นหมวดหมู่ เพื่อจัดให้เป็นประเด็นเดียวกัน หรือความคิดที่อยู่ในหลักการเดียวกัน

สรุปใจความสำคัญ (Summarizing and Focus)

ผู้ให้คำปรึกษาต้องหมั่นรวบรวมใจความ ที่ผู้รับคำปรึกษาพูดเป็นระยะๆ เพื่อสรุปให้ผู้รับคำปรึกษาเห็นว่า ผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจตรงกับสิ่งที่เขาต้องการให้เข้าใจ และเพื่อจะได้ดำเนินเรื่องได้ตรงประเด็นตลอดการให้คำปรึกษา

ให้เห็นผลของการกระทำของตนเอง (Allow or Impose Consequences)

ผู้ให้คำปรึกษาบางครั้งต้องปล่อยให้ ผู้รับคำปรึกษาเห็นผลการกระทำของเขาด้วยตัวของเขาเอง เช่นการไม่สนใจกฎระเบียบจนเป็นเหตุให้ต้องตัดชื่อออกจากโรงเรียน ซึ่งทำให้เขาเห็นผลการกระทำที่เป็นจริงของชีวิต ไม่ใช่จากการพยากรณ์ของผู้ให้คำปรึกษาเท่านั้น เพราะผู้รับคำปรึกษาบางคนไม่เชื่อสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น และประมาท ทะนงตนมากกว่าคนอื่น

จรรยาบรรณของผู้ให้คำปรึกษา (Be Ethical)

ผู้ให้คำปรึกษาต้องยึดถือจรรยาบรรณ ในการสร้างสัมพันธภาพตลอดกระบวนการให้คำปรึกษา เพื่อความมั่นใจ และปลอดภัยของผู้รับคำปรึกษา และที่ละเลยไม่ได้คือ การเปิดเผยตัวเองอย่างตรงไปตรงมาถึง ชื่อ สถานะภาพ ความสามารถ สถานที่อยู่ที่ติดต่อได้ งานประจำที่ทำ หรือข้อมูลอื่นๆ ที่จำเป็น เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้รู้จักผู้ให้คำปรึกษาอย่างถูกต้อง และตรวจสอบได้

ไม่ยอมรับข้อแก้ตัว (Don't Accept Excuses)

ตามทฤษฎีเผชิญความจริง การแก้ตัวคือ การไม่ยอมรับความจริง และก่อให้เกิดการปฏิเสธความรับผิดชอบต่อการกระทำที่เกิดขึ้นของตนเอง เช่น เด็กที่สอบตกอ้างว่า “เพราะข้อสอบยาก” หรือ การที่ถูกตำราวจับ “เพราะมีคนแกล้ง” ในลักษณะอย่างนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องใช้ความหนักแน่นชี้แจงให้ผู้รับคำปรึกษาเห็นการกระทำของตนเองที่เกิดขึ้น และนำไปสู่เรื่องราวเหล่านั้นอย่างชัดเจนมากกว่าที่จะสนใจข้อแก้ตัวที่ไม่จบสิ้น

งดการวิพากวิจารณ์หรือโต้แย้ง (Don't Criticize or Argue)

ผู้ให้คำปรึกษาต้องหลีกเลี่ยงการที่ ผู้รับคำปรึกษาพยายามพูดถึงความยุติธรรม หรือ ไม่ยุติธรรม หรือสิ่งที่เขาควรได้รับหรือไม่ ในแง่ของการออกความคิดเห็น เพราะจะกลายเป็นการ วิพากวิจารณ์ และโต้แย้ง ซึ่งไม่สามารถพิสูจน์ความถูกต้องได้ และไม่ใช่สิ่งที่เกี่ยวข้องกับการให้คำ ปรึกษา เพราะหากผู้รับคำปรึกษาต้องการชีวิตที่ดีขึ้น ผู้รับคำปรึกษาจะต้องพิจารณาเองว่าจะเลือก กระทำสิ่งใด โดยเขาต้องรับผิดชอบเอง

ไม่ยอมให้เลิกล้มความตั้งใจ (Don't Give Up Easily)

ผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง ต้องตระหนักว่าการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ของผู้รับคำปรึกษานั้นเกิดขึ้นได้อย่างแน่นอน ดังนั้นการที่ผู้รับคำปรึกษา ท้อแท้ หรือ ไม่อดทน หรือยอมแพ้อย่างง่ายๆ นั้น เป็นอุปสรรคสำคัญของการเปลี่ยนแปลง ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาต้องกระตุ้น และให้ผู้รับคำปรึกษาเพิ่มความมานะพยายามมากขึ้น โดยไม่ยอมให้เขาเลิกล้มความตั้งใจ

การดำเนินการให้คำปรึกษา (Procedures)

หากการสร้างบรรยากาศ หรือสิ่งแวดล้อม (Environment) ที่กล่าวมาข้างต้นเป็นรากฐาน ที่ดีแล้ว การดำเนินการจะเป็นเครื่องมือ หรือวิธีการที่มีประสิทธิภาพในการเปลี่ยนแปลงตนเอง ของผู้รับคำปรึกษาอย่างเหมาะสม (Wubbolding, 1985c) การดำเนินการนั้นไม่เพียงแต่เป็นลำดับ ขั้นตอนของการกระทำไปสู่การเปลี่ยนแปลงเท่านั้น หากแต่เป็นชุดเครือข่ายของการกระทำที่ต่อ เนื่องกันอย่างเป็นระบบ โดยทั่วไปจะเรียกชุดดำเนินการนี้เป็นคำย่อว่า WDEP.

ชุดดำเนินการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการเผชิญความจริง WDEP. นี้มีความยืดหยุ่นใน การนำมาใช้ เพราะสามารถเริ่มตรงประเด็นไหนก่อน หรือหลังก็ได้ แล้วแต่ผู้ให้คำปรึกษาจะ พิจารณาตามลักษณะปัญหาของผู้รับคำปรึกษา เช่น ถ้าเป็นปัญหาเกี่ยวกับการไม่ทำตามระเบียบวินัย ของนักเรียน ผู้ให้คำปรึกษาอาจเริ่มดำเนินการที่ D โดยเริ่มจากประโยคคำถามว่า "หนูทำอะไรที่ผิด ระเบียบ หรือไม่ปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน" เป็นต้น

รายละเอียดของชุดดำเนินการ WDEP. อาจสรุปได้ดังนี้.

สำรวจความต้องการ ความจำเป็น และการรับรู้ W : Wants, Needs, and Perceptions

การสำรวจความต้องการของผู้รับคำปรึกษา เป็นขั้นตอนแรกในการดำเนินการ เพื่อ กระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาเปลี่ยนแปลง เพราะโดยปกติผู้รับคำปรึกษามีปัญหา เพราะไม่ได้คิดเรื่อง ความต้องการของตัวเอง ให้ชัดเจนกระทั่งแจ้งพอที่จะดำเนินชีวิตแต่ละวันให้เป็นไป เพื่อสนอง

ความต้องการนั้นเช่น เมื่อถามเด็กวัยรุ่นสักคนว่าหนูต้องการอะไรในขณะนี้ เขาอาจตอบว่า "ผมต้องการให้แม่เลิกบังคับผม" ซึ่งในคำตอบนี้เป็นเพียงส่วนเล็กๆ ของความต้องการส่วนหนึ่งโดยที่เด็กไม่สามารถบรรลุถึง ความสำเร็จของความต้องการที่แท้จริง

การสำรวจความต้องการจึงต้องทำให้ชัดเจน โดยผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจเป็นรูปธรรมในลักษณะภาพรวม ที่มองเห็นว่าตนเองต้องการอะไร อะไรเป็นสิ่งที่จำเป็นที่เขาไม่ได้ในขณะนี้ และตนเองมีความรับรู้ว่าคุณเองได้รับเพียงพอหรือไม่ หรือพอใจกับความเป็นอยู่ในขณะนี้หรือไม่ ซึ่งประเด็นหลักที่ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาสำรวจก็คือ ความต้องการปัจจัยทั้ง 5 ประการ ของมนุษย์ที่ วับโบลดิง (Wubbolding) กล่าวไว้ตอนต้นนั่นเอง

ในขั้นตอนการสำรวจความต้องการนี้ ผู้ให้คำปรึกษาจะให้ข้อมูลอย่างชัดเจนว่า ผู้ให้คำปรึกษา จะดำเนินการอย่างไร และผู้รับคำปรึกษาจะต้องทำอะไรบ้าง

1. ผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษาร่วมมือกันสำรวจความต้องการ ความจำเป็น และการรับรู้
2. ผู้ให้คำปรึกษาเปิดเผย ความต้องการ และการรับรู้ของตนเองว่าคาดหวังให้ผู้รับคำปรึกษา ปฏิบัติตนอย่างไรบ้าง และผู้ให้คำปรึกษาเองจะช่วยผู้รับคำปรึกษาได้แค่ไหน เพียงใด
3. ผู้รับคำปรึกษา ต้องมีความต้องการเปลี่ยนแปลง และยอมรับผูกมัดตัวเอง ด้วยสัญญาผูกพันที่จะกระทำการดำเนินการให้คำปรึกษาครั้งนี้ทุกประการด้วยตนเอง

สำรวจพฤติกรรมรวม (D : Doing Total Behavior)

พฤติกรรมตามความหมายของทฤษฎี การเผชิญความจริงจะหมายรวมถึง 4 องค์ประกอบ คือการกระทำ ความคิด ความรู้สึก และความเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย (Glasser, 1985) และมักเกิดความเข้าใจผิดเสมอว่า ทฤษฎีการเผชิญความจริงไม่ให้มีการพูดอภิปรายกันในเรื่องที่เกี่ยวกับความรู้สึก และอารมณ์ต่างๆ ของผู้รับคำปรึกษา ซึ่งความเข้าใจผิดนี้อาจเกิดจากเมื่อพูดถึงพฤติกรรม เป็นการกระทำที่มองเห็น ทั้งๆ ที่หลักการของทฤษฎีนี้ไม่เคยแยกคำว่าพฤติกรรม ออกจากกันทั้ง 4 องค์ประกอบเลย

การประเมินพฤติกรรม จะเน้นพฤติกรรมที่กำลังดำเนินอยู่ในปัจจุบันกาลเป็นสำคัญทั้ง 4 องค์ประกอบ โดยผู้ให้คำปรึกษาจะกระตุ้น และโน้มน้าวให้ผู้รับคำปรึกษา ประเมินพฤติกรรมของตนเองใน 2 ลักษณะคือ

1. ทิศทางของพฤติกรรมที่กำลังเกิดขึ้นนั้น สามารถทำให้ตนพอใจในเป้าหมายสุดท้ายหรือไม่ โดยใช้คำถามว่า "ถ้าทำพฤติกรรมนี้ต่อไป อะไรจะเกิดขึ้นต่อจากนี้ หรือสิ้นปีนี้"
2. เน้นการอภิปรายพฤติกรรมที่เป็นปัญหาให้ชัดเจนทั้ง 4 องค์ประกอบ โดยกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษา พูดถึงปัญหาที่มองเห็นได้ง่ายที่สุด จากพฤติกรรมที่ปกติไปสู่พฤติกรรมที่เป็น

ความคิด ความรู้สึก หรือการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่จะเกิดขึ้นต่อเนื่องกัน และโน้มน้าวให้ผู้รับคำปรึกษา ประเมินพฤติกรรมของตนเองว่าจะนำไปสู่เป้าหมายของตนเองอย่างไร อย่างละเอียดที่สุด ซึ่งอาจแบ่งช่วงเวลาให้ละเอียด เพื่อความชัดเจน เช่น วันต่อไป, เมื่อถึงเช้าวันที่..... ฯลฯ

การประเมินพฤติกรรม (E : Evaluation)

การประเมินพฤติกรรม ตามทฤษฎีการเผชิญความจริง จะแตกต่างกับคำว่า "ประเมินผล" หรือหลักการ "ประเมินพฤติกรรม" ตามทฤษฎีอื่นๆ โดยทั่วไป เพราะผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้กระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษา พิจารณาพฤติกรรมของตนเองที่กำลังเป็นอยู่ในปัจจุบันว่ามีประโยชน์ หรือไร้ประโยชน์ต่อตนเองในการที่จะทำให้ตนเองได้รับความพอใจ ในความต้องการที่ตนเองรับรู้ว่าจะต้องบรรลุมากขึ้นเพียงใด ดังนั้นการประเมินพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษาจึงไม่จำเป็นต้องมีมาตรฐานเหมือนกัน หรือต้องใช้หลักการอย่างเดียวกันทุกคน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับค่านิยมของผู้รับคำปรึกษาที่ต้องการมีวิถีชีวิตที่ดีขึ้น อย่างที่ตนต้องการอย่างแท้จริงเท่านั้น

การประเมินพฤติกรรมแบ่งเป็น 7 แบบ ดังนี้.

1. ประเมินทิศทางของพฤติกรรม ผู้รับคำปรึกษาได้รับการกระตุ้นให้ประเมินทิศทางของการดำเนินชีวิตต่อไปเรื่อยๆ ด้าน และพิจารณาพฤติกรรมปัจจุบันว่า ทำให้เขาได้รับสิ่งที่เขาต้องการหรือไม่ คำถามที่ผู้ให้คำปรึกษาถามผู้รับคำปรึกษา เช่น "หากมีวิถีชีวิตอย่างนี้ต่อไปอีก 1 ปี ชีวิตของคุณจะเป็นอย่างไร ?" คุณพอใจหรือไม่ ?
2. ประเมินพฤติกรรม เฉพาะที่กำลังเกิดขึ้นหรือเป็นอยู่ เพื่อดูว่าผลของการกระทำจะนำไปสู่ความพอใจหรือความสำเร็จในขณะนั้นด้วยหรือไม่ เช่นผู้ให้คำปรึกษาถามว่า "การที่คุณตะโกนใส่คนอื่นด้วยความโกรธนั้น ทำให้คุณพอใจหรือไม่หลังจากนั้น ?"
3. ประเมินความต้องการ (Evaluate Wants Picture) ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ได้พิจารณา และตัดสินใจว่ามีความต้องการอะไรบ้าง ที่เขาสามารถทำได้ตามที่ตนหวังจริงๆ เพื่อจะได้ตัดความต้องการที่เพ้อฝัน และเกินจริงออกไป
4. ประเมินความรู้ (Evaluate Perceptions) ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา เปลี่ยนการรับรู้ของตนเองทีละน้อย เมื่อผู้รับคำปรึกษาได้เปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองไปแล้ว ผู้รับคำปรึกษาก็จะรับรู้ผลที่เกิดขึ้น จากการเปลี่ยนพฤติกรรมเหล่านั้นตามไปด้วย
5. ประเมินทิศทางของพฤติกรรมใหม่ (Evaluate the New Direction) ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ซึ่งตัดสินใจที่จะเปลี่ยนพฤติกรรม ใช้ตัดสินใจด้วยค่านิยมอีกครั้งว่าพฤติกรรมใหม่นี้จะทำให้เขาได้สิ่งที่เขาพอใจจริงหรือไม่ ? เช่น ถามว่า "การที่คุณเปลี่ยนพฤติกรรมใหม่ครั้งนี้ จะทำให้คุณได้รับผลคืออย่างไรบ้าง?"

6. ประเมินแผนที่วางไว้ (Evaluate Plans) ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาพิจารณาตัดสินใจว่า แผนที่ผู้รับคำปรึกษาจะทำเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองนั้น เป็นแผนที่ดีและมีประโยชน์ต่อตนเองจริงหรือไม่

7. ประเมินพฤติกรรมตนเอง และความสามารถของตนเอง (Evaluate Own Behavior and Competencies) ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ประเมินว่าความสามารถของตนเอง สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมแต่ละพฤติกรรมได้หรือไม่ จากผลของพฤติกรรมแต่ละพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป

การวางแผน (P : Planing)

ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ให้คำนึงถึงประสิทธิภาพของแผนที่ดี ซึ่งควรประกอบด้วยคุณสมบัติต่างๆ 7 ประการ ซึ่งเป็นการยากที่จะวางแผนแต่ละแผนให้มีคุณสมบัติครบทั้ง 7 ประการ แต่ผู้รับคำปรึกษาก็ควรคำนึงถึงคุณสมบัติของแผนที่ดีให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

คุณสมบัติของแผนที่ดีเรียกว่า SAMIC³

S = Sample	คือ แผนต้องชัดเจนและง่ายๆ ไม่ซับซ้อน
A = Attainable	คือ สามารถทำให้เกิดได้จริงๆ ตามความสามารถ ของผู้รับคำปรึกษาโดยไม่ยาก
M = Measurable	คือ แผนจะต้องตรวจสอบการกระทำได้ด้วยคำถามง่ายๆ เช่น "คุณจะทำเมื่อไร ?" "ที่ไหน" "อย่างไร ?" หรือ "ทำอะไรกับใคร ?" เป็นต้น
I = Immediate	คือ แผนจะต้องทำได้โดยทันทีที่พูดออกมา หรือหลังจากที่จบการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง หรือแม้แต่ผู้ให้คำปรึกษาบอกลองแสดงบทบาทสมมติ ในระหว่างการสนทนา ผู้รับคำปรึกษาก็พร้อมจะทำได้
C = Controlled by the Planner	คือ แผนนั้นจะต้องไม่อยู่ภายใต้เงื่อนไข หรือการช่วยเหลือของผู้อื่น แต่ผู้รับคำปรึกษาต้องทำได้ด้วยตนเองคนเดียว เช่น "ผมจะตั้งนาฬิกาปลุกไว้ 6 โมงเช้า เพื่อตื่นไปโรงเรียนให้ทัน" ไม่ใช่บอกว่า "ผมจะให้พ่อแม่ปลุกตอน 6 โมงเช้า"
C = Committed to	คือ แผนนั้นต้องเกิดจากผู้รับคำปรึกษาต้องการจะทำให้ตนเอง

มีชีวิตที่ดีขึ้นจริง และผูกมัดตนเอง เพื่อให้บรรลุความต้องการ

C = Consistent คือ แผนที่ดีต้องทำซ้ำได้ หรือกลับมาทำอีกได้เมื่อต้องการ โดยที่แผนนั้นยังมีผลที่ดีต่อผู้รับคำปรึกษาเหมือนเดิม

แผนที่มีความสมบัติทั้ง 7 ประการ ไม่ยากที่ทุกคนสามารถทำได้ และทำให้สามารถมองเห็นพฤติกรรมที่จะเปลี่ยนนั้นชัดเจน ไม่ซับซ้อน และไม่เกินความสามารถ

1.5 งานวิจัยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง

1.5.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

สเปน และแวนเดท (Span and Vandett. 1982) ได้ศึกษาพบว่า การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง สามารถช่วยให้นักเรียนมีความรับผิดชอบ และประสบผลสำเร็จในการเรียนสูงขึ้น โดยการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงนี้ จะเน้นขั้นตอน 6 ขั้นตอนคือ.

1. พิจารณาพฤติกรรมในปัจจุบัน
2. ประเมินพฤติกรรมตนเอง
3. วางแผนพฤติกรรมในอนาคต
4. การสร้างข้อผูกพัน
5. การไม่ยอมรับข้อแก้ตัว
6. การไม่ลงโทษ

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

ฮาร์ท (Hart. 1986 : Abstract) ได้ศึกษาผลของการใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ที่มีต่อพฤติกรรมของนักเรียนระดับประถมศึกษา ที่อยู่ในสภาพแวดล้อมทางการเรียนต่างกัน ในการศึกษครั้งนี้ มุ่งที่จะปรับปรุงพฤติกรรม การทำงาน การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน และการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน ของนักเรียนที่เรียนกับครูโดยตรง กับนักเรียนที่ทำงานในห้องทำงานอย่างอิสระ โดยคัดเลือกนักเรียนที่มีพฤติกรรมที่มีปัญหา เช่น คือ ดื้อ ก้าวร้าว ไม่ทำงานตามที่ได้อบรมหมาย หนีเรียน ผลการศึกษาพบว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง สามารถเพิ่มพฤติกรรมการทำงานของนักเรียนทั้งสองกลุ่มได้ ส่วนการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน และการมีปฏิสัมพันธ์กับครูนั้น ไม่ปรากฏว่ามีการเปลี่ยนแปลงอย่างชัดเจน

ฮาร์ริส (Harris. 1992 : Abstract) ได้ศึกษาผลของการบำบัด แบบเผชิญความจริง

เพื่อทำนายพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบ ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งกลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนที่ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย จำนวน 27 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 ใช้วิธีบำบัด แบบเผชิญความจริง กลุ่มที่ 2 ควบคุมโดยใช้วิธีการให้ความรู้ ในการศึกษาวิจัย ผู้วิจัยได้กำหนดตัว ทำนายพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ ได้แก่ ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การควบคุมตนเอง และ การทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการบำบัดแบบเผชิญความจริง สามารถแยกได้ว่าพฤติกรรมใดเป็นพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ และพฤติกรรมใดเป็นพฤติกรรม ที่ขาดความรับผิดชอบ

1.5.2 งานวิจัยในประเทศ

สุดฤทัย มุขขวงศา (2533 : 49) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา แบบกลุ่ม โดยแนวความคิดแบบพิจารณาความเป็นจริงที่มีต่อนิสัย และทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดนวลนรดิศ กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คน แบ่ง เป็นกลุ่มทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ กลุ่ม โดยแนวความคิดแบบพิจารณาความเป็นจริง และกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการปรึกษาใดๆ ผลการ ศึกษาพบว่านักเรียนกลุ่มทดลอง ได้คะแนนจากแบบสำรวจนิสัย และทัศนคติ ในการเรียนเพิ่มขึ้น หลังการทดลอง และสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พรประภา แก้วกล้า (2534 : 79) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา แบบ กลุ่ม ตามแนวพิจารณาความเป็นจริง ต่อการลดการเสพติด และการเพิ่มการเห็นคุณค่าตนเอง ของ ผู้ถูกคุมความประพฤติ ที่อยู่ในระหว่างการคุมความประพฤติ ของฝ่ายคุมประพฤติประจำศาลอาญา สำนักงานคุมประพฤติกลาง กระทรวงยุติธรรม กลุ่มตัวอย่างจำนวน 12 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 6 คนกลุ่มควบคุม 6 คน กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา แบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง และกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการปรึกษาใดๆ ผลการศึกษาพบว่า ผู้ถูกคุมความประพฤติกลุ่ม ทดลองมีพฤติกรรมเสพติดยาน้อยลง และมีการเห็นคุณค่าของตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่าผู้ถูกคุมความ ประพฤติ กลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จันทร์รัตน์ ปิรัญศิริ (2536 : 64) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษา แบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนรัตนานิเบศร์ จังหวัด นนทบุรี กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 8 คน กลุ่ม ทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง และกลุ่มควบคุมได้รับการให้ข้อสนเทศ ผลการ ศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง มีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ลักขณา โสภา (2537 : 62) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษา แบบกลุ่มตามทฤษฎี

เผชิญความจริงที่มีต่อความรับผิดชอบ ด้านการเรียนของนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียน บางมด (ต้นเปาวิทย์คาร) สังกัด กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎี เผชิญความจริง และกลุ่มควบคุมได้รับการสอนแบบปกติ ผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่ได้รับการ ให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีความรับผิดชอบด้านการเรียนที่ดีขึ้น อย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อุษรีย์ ทองสพรรณ (2538 : 67) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่ม แบบ เผชิญความจริง เพื่อลดความวิตกกังวลในการสอบ เพื่อศึกษาต่อของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนนาวิพันธุ์ จังหวัดอุบลราชธานี กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่ม ควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม แบบเผชิญความจริง และกลุ่มควบคุม ได้รับการให้ข้อเสนอแนะผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม แบบเผชิญ ความจริง มีความวิตกกังวลในการสอบ เพื่อศึกษาต่อลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วัชรินทร์ แยมโสภี (2538 : 78) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และ รายบุคคล แบบเผชิญความจริงที่มีต่อวินัยในตนเองด้านการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนอนุบาลสุราษฎร์ธานี อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา กลุ่มตัวอย่าง 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษา แบบเผชิญความจริงเป็นกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงเป็น รายบุคคล ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 มีวินัยด้านการเรียน สูงขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษา แบบเผชิญความจริงเป็นกลุ่ม และรายบุคคล อย่างมีนัย สำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุกัญญา ภูริยะพันธ์ (2540 : 78) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อความมีน้ำใจ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และ กลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษา แบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญ ความจริง และกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ผลการ ศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 มีความมีน้ำใจเพิ่มขึ้น หลังจากได้รับการ ให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงเป็นกลุ่ม และรายบุคคล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลการวิจัยทั้งต่างประเทศ และในประเทศ จะเห็นได้ว่าการให้คำปรึกษาตาม ทฤษฎีเผชิญความจริง สามารถปรับเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคลให้เหมาะสม ได้ ดังผลการศึกษาของ วัชรินทร์ แยมโสภี (2538 : 78) พบว่าการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และ รายบุคคลแบบเผชิญความจริง สามารถพัฒนาวินัยในตนเองด้านการเรียนของนักเรียนได้

2. เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม

2.1 ความหมายของการปรับตัว

คำว่าปรับตัวนี้ผู้เริ่มใช้คนแรกคือ คาร์วิน (Darwin) กล่าวไว้ว่า สิ่งมีชีวิตที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาวะแวดล้อมของโลก ที่เต็มไปด้วยภัยอันตรายต่างๆ ได้เท่านั้นที่จะดำรงอยู่ได้ ต่อมานักจิตวิทยาได้นำคำว่า "adaptation" มาใช้แล้วให้ชื่อใหม่ว่า "adjustment" (นิภา นิธิยาน. 2520:8)

ลาซารัส (Lazarus. 1969 : 17 - 18) กล่าวถึงการปรับตัวของมนุษย์ว่าเป็นไปตามแรงผลักดันสองอย่างคือ

1. แรงผลักดันภายนอก ซึ่งหมายถึงข้อเรียกร้องอันเกิดจากสภาพแวดล้อมและสังคม
2. แรงผลักดันภายใน ซึ่งหมายถึงแรงกระตุ้นอันเกิดจากสภาพทางสรีระภายในร่างกาย

และจากประสบการณ์ทางสังคมที่ได้เรียนรู้ในอดีต

มอสโควิทซ์ และออร์เกิล (Moskowitz and Orgel. 1969 : 305) ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่าหมายถึง การปรับพฤติกรรมของแต่ละบุคคลให้เข้ากับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากความต้องการ แรงจูงใจ และนิสัยของแต่ละบุคคลไปในทางใดทางหนึ่ง นอกจากนี้ความเปลี่ยนแปลงนั้นขึ้นอยู่กับ โอกาส ความต้องการ และข้อจำกัดของสิ่งแวดล้อมด้วย

กิลเมอร์ (Gilmer. 1971 : 73) อธิบายว่าการปรับตัว เป็นกระบวนการที่มนุษย์มีปฏิกิริยาโต้ตอบสิ่งแวดล้อมรอบตัว เป็นการปรับตัวเข้ากับปัญหา รวมถึงการปรับสภาพปัญหาที่เป็นอยู่ให้เข้ากับความต้องการด้วย

โคลแมน และแฮมแมน (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2530 : 69 ; อ้างอิงมาจาก Coleman and Hammen. 1964 : 69) ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่าหมายถึง ผลของความพยายามของบุคคลที่พยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการ หรือด้านอารมณ์ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นสามารถอยู่ได้ในสภาพแวดล้อมนั้นๆ และถ้าบุคคลนั้นปรับตัวแล้ว จนสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้นๆ ได้อย่างมีความสุขแสดงว่าบุคคลนั้นมีสุขภาพจิตดี

กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2524 : 180) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึงกระบวนการที่บุคคลพยายามปรับสภาพที่เกิดขึ้นแก่ตนเองไม่ว่าจะเป็นปัญหาด้านอารมณ์ ปัญหาด้านบุคลิกภาพ และปัญหาด้านความต้องการ ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมจนเป็นสภาพการณ์ที่ตนสามารถทนอยู่ได้ในสังคม หรือสภาพแวดล้อมนั้นๆ

อรทัย ชื่นมณูชัย (ม.ป.ป. : 11) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง ปฏิกิริยาของคนที่มีความต้องการปรับตัวนั้นเอง คนแต่ละคนจะพยายามฝ่าฝืนให้ได้สิ่งที่ต้องการให้สำเร็จถึงจุดหมายแต่ละอย่าง

ที่ตนวางไว้ พยายามให้ความหวังลุล่วงไปสมความปรารถนา แต่ขณะเดียวกันก็จะอยู่ได้อิทธิพล และความกดดันของสิ่งแวดล้อมให้ประพฤติปฏิบัติในแนวใดแนวหนึ่ง แล้วแต่สภาพการณ์ กาลเทศะ หนึ่งๆ ไป ดังนั้นการปรับตัวจะรวมถึงการปรองดอง ไกล่เกลี่ย ความต้องการส่วนตนให้สอดคล้อง กับความต้องการของสิ่งแวดล้อมด้วย

จากคำจำกัดความดังกล่าวสรุปได้ว่า การปรับตัวเป็นกระบวนการที่ บุคคลพยายามปรับ สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง เพื่อให้สามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้นๆ ได้อย่างมีความสุข

2.2 สาเหตุของการปรับตัว

วารินทร์ สายโฮบเอื่อ (2522 : 159 - 160) กล่าวถึง สาเหตุของการปรับตัวว่าอาจเกิดจาก สิ่งต่อไปนี้ .

1. ไม่สามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานของตนได้ ซึ่งอาจเป็นเพราะอุปสรรค เนื่องมาจากตัวเอง หรือผู้อื่นมีผลทำให้บุคคลเกิดความไม่สบายใจ และความคับข้องใจ นักจิตวิทยา ได้แบ่งความต้องการพื้นฐานของบุคคลไว้หลายอย่างด้วยกัน โดยเฉพาะ มาสโลว์ (Maslow) ได้จัด ลำดับความต้องการของมนุษย์ออกเป็นขั้นต่างๆ ดังนี้ .

1.1 ความต้องการด้านร่างกาย

1.2 ความต้องการความปลอดภัย

1.3 ความต้องการความรัก และความเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ เช่นต้องการความรัก ความอบอุ่น การมีส่วนร่วมรับผิดชอบในกิจการต่างๆ ตลอดจนการเข้าร่วมเป็นสมาชิกในหมู่คณะ

1.4 ความต้องการได้รับการยกย่องนับถือเช่น ต้องการชื่อเสียงเกียรติยศ ความร่ำรวย ฐานะทางสังคม การยอมรับนับถือตนเอง และการยอมรับจากสังคม

1.5 ความต้องการสัจการแห่งตน หรือต้องการเข้าใจในตนเองอย่างถ่องแท้เข้าใจ ความเป็นจริงของชีวิตและสรรพสิ่งทั้งหลาย ต้องการใช้พลังความสามารถของตนเอง ให้เต็มที่เพื่อ อุทิศตนให้เป็นประโยชน์แก่วิทยาการ และมวลมนุษย ซึ่งความต้องการที่มีอยู่เหนือความต้องการ เกี่ยวกับชื่อเสียง เกียรติยศ ความร่ำรวย หรือการกระทำเพื่อตนเอง

2. เกิดจากความขัดแย้งความขัดแย้งหมายถึง การที่บุคคลไม่สามารถจะตัดสินใจเลือก กระทำทั้งสองได้ ในขณะที่เดียวกันแต่จะต้องเลือกกระทำเพียงอย่างเดียวมี 3 ลักษณะ คือ.

2.1 ความขัดแย้งในทางบวก เกิดจากการที่จะต้องเลือกเพียงอย่างเดียว ในสิ่งที่ตัวเอง ชอบเท่าๆ กัน ตั้งแต่ 2 - 3 อย่างขึ้นไป ยิ่งชอบมากทุกอย่างยิ่งเลือกยาก กว่าที่จะเลือกได้ก็ต้องใช้เวลา แม้จะเลือกแล้วก็ยังเสียดายสิ่งที่ไม่สามารถเลือก

2.2 ความขัดแย้งในทางลบ เกิดจากการที่บุคคลใดบุคคลหนึ่งต้องเลือก ในสิ่งที่ ไม่ชอบ ตั้งแต่ 2-3 อย่างขึ้นไป จะไม่เลือกก็ได้ เลือกไปแล้วก็ไม่สบายใจเพราะสิ่งต่างๆ เหล่านั้น

ตนเองไม่ชอบเลย แต่ก็ต้องเลือกอย่างใดอย่างหนึ่ง

2.3 ความขัดแย้งในทางบวก และลบ เกิดขึ้นในกรณีสิ่งต่างๆ หรือบุคคลหรือสัตว์ที่ต้องเลือกนั้นมีทั้งถูกใจ และไม่ถูกใจในระดับที่เท่าๆ กันทั้งหมดตั้งแต่ 2 อย่างขึ้นไป แต่ก็ต้องเลือกเพียงอย่างเดียว

2.3 ลักษณะของการปรับตัว

2.3.1 ลักษณะของการปรับตัวที่ดี

ทินคอลล (Tindall, 1959 : 76) กล่าวถึง ลักษณะของการปรับตัวที่ดีโดยทั่วไปไว้ 7 ประการ คือ.

1. รักษาไว้ซึ่งความสมบูรณ์ของ บุคลิกภาพ โดยสามารถผสมผสานความต้องการของตนกับพฤติกรรมที่แสดงออก เพื่อสนองความต้องการนั้น โดยที่พฤติกรรมดังกล่าวต้องเข้ากันได้กับสิ่งแวดล้อม

2. ประพฤติปฏิบัติตามปทัสถานของสังคม

3. ปรับตัวเข้ากับสภาพความเป็นจริง

4. มีความมั่นคง

5. มีวุฒิภาวะ

6. มีอารมณ์ในลักษณะปกติเสมอคือ สามารถควบคุมอารมณ์ไม่ให้พุ่งชนไปกับสิ่งแวดล้อมภายนอก

7. มองสังคมในทัศนะที่ดี และช่วยเหลือสังคมอยู่เสมอ

เฮอร์ล็อก (Hurlock, 1978 : 260 - 261) สรุปไว้ว่าถ้าเด็กมีการปรับตัวดีจะมีลักษณะยอมรับสภาพของตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเองว่าสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้ ความเป็นประชาธิปไตย มีวิธีสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดี และสนใจเพื่อน นอกจากนี้เฮอร์ล็อก ยังให้หลักในการพิจารณาลักษณะของการปรับตัวที่ดีไว้ 4 ประการ

1. การแสดงออก ถ้าหากว่าพฤติกรรมที่แสดงออกมานั้นเหมาะสมกับ ความคิดหวังของกลุ่มอายุ และระดับของพัฒนาการแล้วก็จะเป็นที่ยอมรับของกลุ่ม

2. ความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับบุคคลได้ทุกกลุ่ม เด็กบางคนอาจปรับตัวเข้ากับบุคคลในครอบครัวได้แต่กับบุคคลอื่นไม่กล้า เหนียวอาย เป็นต้น

3. มีทัศนคติที่ดีต่อคนอื่น และบทบาทของตนในสังคม

4. มีความพอใจในตนเองทั้งในการเป็นผู้นำ และผู้ตาม

ประคินันท์ อุปรมย์ (2518 : 52) กล่าวถึง การที่บุคคลสามารถทำตัวให้เข้ากับ

สภาพของความเป็นอยู่ได้อย่างดี และมีความสุข

รัตนา ชัยทิพย์ (2522 : 32 - 33) กล่าวว่า การปรับตัวได้ดีนั้นจะมีการแสดงออก ดังนี้.

1. มีความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง มีความภาคภูมิใจในตนเอง ไม่มีปมด้อย ไม่เกรงกลัวตำแหน่ง หรือความยิ่งใหญ่ ไม่ก้าวร้าว ขณะเดียวกันก็ยอมรับความสามารถ และความสำเร็จของผู้ที่เหนือกว่าตน

2. ยอมรับสภาพความเป็นจริง มีความกล้าที่จะเผชิญกับชีวิต แม้ว่าจะมีเหตุร้าย บางขณะก็ไม่ท้อแท้ กล้าที่จะสู้เต็มกำลังความสามารถ

3. มีทัศนคติที่ดีต่อผู้อื่น เป็นผู้ที่มีมองบุคคลอื่นในแง่ดีปราศจากอคติใดๆ

4. ไม่เป็นปฏิปักษ์ต่อสังคม หมายความว่า ไม่เป็นผู้ที่มีแต่ความเบียดเบียน ไม่มีการทะเลาะวิวาทบ่อยๆ และบุคลิกรวมต่อผู้อื่น

5. ไม่เป็นผู้ที่มีความประพฤติด้อยหน้า เป็นบุคคลที่สามารถนำเหตุการณ์ที่ผ่าน มาแล้ว มาใช้ให้เป็นประโยชน์ ไม่เป็นคนเห็นแก่ตัว

6. สร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดี มีใจกว้างพอที่จะรับฟังความคิดเห็น และข้อโต้แย้งของผู้อื่น

7. ปราศจากนิสัยทางจิตที่กระทบกระเทือนบุคลิกภาพ

8. มีความเข้าใจและยอมรับสภาพของตนเอง รู้จุดเด่นและปมด้อยของตนเอง

9. ปฏิบัติตามกฎหมายระเบียบของสังคมนั่นคือ ทำตนให้สอดคล้องกับมาตรฐานของสังคม

10. มีความรู้สึกเป็นอิสระ รู้สึกว่าตนไม่ถูกบังคับ

มนูญ ตนะวัฒนา (2526 : 141 - 143) ได้กล่าวถึง ลักษณะการปรับตัวที่ดีไว้ดังนี้.

1. มีความรู้เกี่ยวกับตนเอง (Self-Knowledge) ผู้ที่ปรับตัวได้ดีคือผู้ที่รู้ถึงพลังจิต แรงจูงใจ ความปรารถนา ความทะเยอทะยาน ความรู้สึก ความสามารถ และอารมณ์ต่างๆ ของตนเอง นั่นคือ จะต้องเข้าใจทุกสิ่งทุกอย่างเกี่ยวกับตนเองได้หมดทั้งพฤติกรรม และความรู้สึกของตัวเอง

2. ความรู้สึกที่ตนเองเป็นคนมีค่า (Self - esteem) ประกอบด้วย ความรู้สึกที่ดีต่อตัวเอง และสามารถที่จะทำหน้าที่ให้แก่สังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3. ความรู้สึกมั่นคงอบอุ่น (Feeling of Security) คนที่ปรับตัวได้ดีมีความรู้สึกที่ตนได้รับการยกย่องว่า เป็นส่วนหนึ่งของสังคม และที่สำคัญที่สุดคือ มีอิสระในการแสดงออกต่อสถานการณ์ทางสังคมที่แตกต่างกัน

4. ความสามารถในการรับ และให้ความรัก (Ability to Accept and Give Affection) การปรับตัวหมายถึง ความสามารถที่จะสร้างความสัมพันธ์กับคนอื่นๆ ได้อย่างน่าพอใจ

คนที่ปรับตัวได้ดีจะมีความรู้สึกนึกถึงความต้องการ และความรู้สึกของคนอื่นๆ นั่นคือ สามารถล่วงรู้ถึงความรู้สึกของคนอื่นๆ และรักษาความสัมพันธ์ที่มีทั้งการให้ และการรับไว้ได้

5. ความพอใจกับความปรารถนาทางกาย (Satisfaction of Bodily Desires)

คนที่ปรับตัวได้ดี จะมีทัศนคติต่อการทำงานของร่างกายของตนอย่างสมบูรณ์ ไม่หมกมุ่นครุ่นคิดวิตกกังวล

6. ความสามารถที่จะเป็นผู้ผลิต และมีความสุข (Ability of be Productive and Happy) สามารถใช้ความสามารถต่างๆ ในการทำงานหรือความสัมพันธ์กับคนอื่นๆ ได้อย่างดี และกว้างขวาง มีความสนุก และกระตือรือร้น

7. ปราศจากความตึงเครียด และความรู้สึกไวที่เกินขีด (Absence of Tension and Hypersensitivity) คนที่ปรับตัวไม่ได้ จะมีความทุกข์ที่เกิดจากความวิตกกังวล และความตึงเครียด ซึ่งมีผลสะท้อนให้เกิดอาการอื่นๆ ตามมา

โรเจอร์ส (รัตนา ชัยทิพย์, 2522 :19- 20 ; อ้างอิงมาจาก Rogers, 1947)

กล่าวถึง การปรับตัวที่ดีว่า การที่บุคคลมีความเข้าใจตนเอง และบุคคลิกภาพของตนเอง เมื่อบุคคลรู้จักตนเอง รู้จักคุณภาพ ความสามารถ แรงบันดาลใจ และทัศนคติที่ดีต่อตนเอง ตลอดจนเข้าใจสัมพันธ์ภาพที่มีต่อบุคคลอื่น ก็มักจะ ไม่มีความตึงเครียดซึ่งเป็นการปรับตัวที่ดีทางจิตวิทยา

นอกจากนี้ มาลีนิ อยู่โพธิ์ (2525 : 36) กล่าวว่า บุคคลที่สามารถปรับตัวได้ดีมิใช่ผู้ที่ปราศจากปัญหา แต่เป็นผู้กล้าเผชิญปัญหา อุปสรรค และความยุ่งยากในชีวิตอย่างมีสติ และไม่หวาดหวั่น ตลอดจนเป็นผู้พร้อมที่จะเผชิญทั้งความสุข และความทุกข์ในชีวิต บางครั้งแม้จะประสบชะตากรรมที่ยังความผิดหวัง และล้มเหลวแก่ชีวิต ก็มีความกล้าหาญเข้มแข็งพอที่จะดำเนินชีวิตต่อไป โดยไม่ยอมพ่ายแพ้ หรือท้อถอย

เมื่อพิจารณาลักษณะบุคคลที่ปรับตัวได้ดีดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า บุคคลที่ปรับตัวได้ดี จะต้องเป็นบุคคลที่สามารถเข้าใจตนเอง และยอมรับสภาพของตนเอง สร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น ได้ดี มีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น ปฏิบัติตนตามมาตรฐานของสังคม มีอารมณ์มั่นคง และเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของสังคมได้ดี

2.3.2 ลักษณะการปรับตัวที่ไม่ดี

โรเจอร์ (Roger, 1962 : 360 - 361) แบ่งลักษณะของเด็กที่ปรับตัวไม่ดีไว้ 3 พวก คือ.

1. พวกที่ไม่ค่อยโยยโย่ที่จะร่วมอยู่ในกลุ่ม เช่นเด็กที่มีวุฒิภาวะเร็วจะไม่ค่อยสนใจกิจกรรมของเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกัน หรือกิจกรรมอื่นๆ ไม่ค่อยมีความหมายต่อบุคคลเหล่านี้มากนัก บางคนมีความรู้สึกไว และมักจะกลัวความตรงไปตรงมาของเพื่อนๆ จึงทำให้ต้องหลีกเลี่ยง

ไป บางคนรู้สึกว่าคุณได้รับความชิงชังจากเพื่อนๆ เมื่อตอนเป็นเด็กก็คิดว่าจะทำให้เข้ากับเพื่อนได้อย่างไร และมักจดเชยความเปล่าเปลี่ยวโดยหันไปชื่นชมกับสิ่งที่ตนเองกระทำ เด็กเหล่านี้ไม่มีความสุข และมีความทุกข์ในการขาดความเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม

2. พวกที่สังคมเมินเฉย พวกนี้จะขาดแรงกระตุ้น ที่จะเร้าให้มีส่วนร่วมในกลุ่ม การเข้าสังคมอาจเพิ่มขึ้นถ้าได้ทำงานร่วมกับกลุ่มเล็กๆ ให้มีตำแหน่งเล็กๆ น้อยๆ ในการรับผิดชอบงาน เพื่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง ค่อยๆ เพิ่มทักษะทางสังคมจนเพียงพอที่จะเข้ากับสภาพการณ์ได้

3. พวกที่สังคมชิงชัง พวกนี้ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม แต่ก็ถูกขัดขวาง ไม่ทราบวิธีที่จะเกี่ยวข้องกับผู้อื่น เพราะขาดคุณสมบัติที่จำเป็น หรือขาดทักษะในทางสังคมที่จะทำให้ประสบความสำเร็จ

นอกจากนี้ ราศรี ธรรมนิม (2524 : 165) ได้กล่าวถึง นุคลิกภาพที่แสดงออกของเด็กที่ปรับตัวเข้ากับเพื่อนไม่ได้ว่า อาจมีได้ 2 ลักษณะ คือ (1) ก้าวร้าว ขูดไถ้อวดเกี่ยวกับความสามารถของตน (2) ถอยหนี เก็บตัว ไม่พูด ไม่สังคมกับใคร นอกจากนี้ลักษณะอื่นๆ โดยทั่วไปคือ การไม่ได้รับความนิยมนจากเพื่อน จากครู เวลาทำงานบางคนมักชอบเถียงผู้อื่นทั้งๆ ที่ตนเองไม่มีความสามารถช่วยให้งานกลุ่มดำเนินไปได้ดี

จากลักษณะการปรับตัวที่ไม่ดี ดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า นุคลิกที่ปรับตัวไม่ดีเป็นนุคลิกที่ไม่ให้ความร่วมมือกับกลุ่ม เข้ากับกลุ่มเพื่อนไม่ได้ เป็นพวกชอบอวด หรือ ไม่ก็มักไม่ชอบสังคมกับผู้อื่น ขาดทักษะที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น

2.4 การปรับตัวทางสังคม

ทอรัป แลชนูลเลอร์ (สมชาย วรดิเรก. 2527 : 9 ; อ้างอิงมา จาก Thorp and Schmuller. 1965 : unpagged) ได้จำแนกการปรับตัวของของบุคคลออกเป็น 2 ลักษณะ คือการปรับตัวด้านส่วนตัว (Personal Adjustment) ซึ่งหมายถึง ความคิดความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเอง และการปรับตัวด้านสังคม (Social Adjustment) หรือพฤติกรรมของบุคคลที่มีต่อบุคคลอื่น และให้ทัศนะว่าบุคคลที่มีสุขภาพจิตดี คือบุคคลที่สามารถทำให้การปรับตัวด้านส่วนตัว และการปรับตัวทางด้านสังคมอยู่ในลักษณะสมดุลย์กัน นอกจากนี้ เดโซ สวานานท์ (2512 :8) ยังได้กล่าวว่า การปรับตัวนั้นจำแนกได้เป็น 3 ประเภทคือ การปรับตัวทางกาย การปรับตัวทางอารมณ์ และการปรับตัวทางสังคม

การปรับตัวของมนุษย์เป็นไปตามแรงผลักดันสองอย่างคือ

1. แรงผลักดันจากภายนอก (External Demands) เกิดจากมนุษย์เองอยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อม การที่มนุษย์ต้องอยู่ร่วมกัน และต้องผูกพันกับผู้อื่น ดังนั้นจึงต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพ

แวดล้อม และสังคม ซึ่งเริ่มตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยผู้ใหญ่

2. แรงผลักดันจากภายใน (Internal Demands) อันได้แก่ ความต้องการอาหาร น้ำ และความอบอุ่น เพื่อให้สามารถดำรงชีพอยู่ได้ด้วยความสุขสบาย และอีกส่วนหนึ่งเกิดจากสภาวะทางจิต ซึ่งเป็นผลของการเรียนรู้ เช่นความต้องการความอบอุ่นใจ ความต้องการที่เป็นที่ยอมรับของสังคม และความต้องการความสำเร็จ (Lazarus. 1969 : 17 - 18)

พอสรุปได้ว่า การปรับตัวของมนุษย์เป็นไปตามแรงผลักดันจากภายนอก และภายใน ซึ่งจำแนกออกเป็นลักษณะใหญ่ๆ ได้ 2 ประเภทคือ การปรับตัวด้านส่วนตัว และการปรับตัวด้านสังคม

2.5 ทฤษฎีการปรับตัว

ในที่นี้จะกล่าวถึงทฤษฎีการปรับตัวของอิริคสัน และทฤษฎีการปรับตัวของรอย ดันนี.

ทฤษฎีการปรับตัวของอิริคสัน

ทฤษฎีการปรับตัวของอิริคสัน กล่าวว่า สิ่งที่มีความสำคัญที่สุดในการปรับตัวคือ ความสัมพันธ์กับผู้ที่เกี่ยวข้องกับแวดล้อมตนในช่วงนั้นๆ ครอบครัวจึงมีส่วนเกี่ยวข้องกับความสามารถในการปรับตัวของเด็กมาก ครอบครัวมีความสำคัญในการวางพื้นฐานทางจิตใจให้แก่บุคคลตั้งแต่วัยทารกเป็นต้นมา ความจำเป็นที่จะต้องปรับตัวของบุคคล เนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ทางความรู้ ความสามารถ และการเปลี่ยนแปลงสภาพทางสังคม การที่บุคคลจะปรับตัวได้ดีเพียงใด นั้น อยู่ที่ความสัมพันธ์ของบุคคลนั้นที่มีต่อผู้แวดล้อมรอบตน อีกทั้งความสามารถในการปรับตัวได้ดีในขั้นนั้น ก่อนที่จะมีอิทธิพลต่อความสามารถปรับตัวในขั้นต่อไปด้วย นอกจากนั้นทฤษฎีของอิริคสัน กล่าวว่า เด็กต้องปรับตัวเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทาง สรีระ ประกอบกับการอบรม เลี้ยงดูของครอบครัว และพื้นฐานทางจิตใจแต่เดิมของเด็ก ซึ่งจะส่งผลร่วมกันต่อความสามารถในการปรับตัวของบุคคล ในแต่ละช่วงอายุ ระยะเวลาวัยรุ่นบุคคลยังต้องการความอบอุ่น และความเข้าใจจากครอบครัว ฉะนั้น ความสัมพันธ์ทางครอบครัว จึงมีความสำคัญมากต่อสุขภาพจิตของบุคคล

จะเห็นได้ว่า ตามทฤษฎีการปรับตัวของ อิริคสัน นี้ ครอบครัวจึงมีความสำคัญกับการปรับตัวของบุคคลเป็นอย่างยิ่ง เพราะบุคคลยังต้องการความรัก และความเข้าใจจากครอบครัวมาก บุคคลจะปรับตัวได้ดีเพียงใด ขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ของบุคคลนั้นที่มีต่อผู้แวดล้อมรอบตัว ซึ่งจะส่งผลถึงการปรับตัวในข้อต่อไปด้วย

ทฤษฎีการปรับตัวของรอย

รอย (Roy, 1974 : 135 - 138) กล่าวถึงทฤษฎีนี้ว่า พื้นฐานความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ว่าประกอบด้วยร่างกาย จิตใจ และสังคม ซึ่งทำงานผสมผสานเป็นหน่วยเดียวกัน เพื่อความคงภาวะปกติสุข หรือภาวะสุขภาพดี ความเจ็บป่วยหรือสิ่งกระตุ้นอื่นๆ เกิดจากการเปลี่ยนแปลงจากภายนอก หรือภายใน บุคคลที่เข้าสู่ระบบชีวิตจะก่อให้เกิดความกระทบกระเทือน ต่อบุคคล ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ดังนั้นบุคคลจึงต้องมีการปรับตัว เพื่อรักษาความสมดุลของร่างกาย จิตใจ และสังคมของบุคคล บุคคลที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัว จะมีความมั่นคงในชีวิต ซึ่งมีพฤติกรรมที่แสดงออกให้เห็นคือ มีสุขภาพดี ยอมรับความเป็นจริง มีความพึงพอใจในชีวิต เป็นต้น ส่วนผู้ที่ประสบความล้มเหลวในการปรับตัว จะก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพกาย และจิตใจ ไม่ยอมรับความเป็นจริง มีความเศร้าซึม เป็นต้น

การปรับตัวเพื่อคงภาวะสมดุลในบุคคลนั้น รอย ได้รวบรวมพฤติกรรมการปรับตัวของมนุษย์ไว้เป็น 4 ประเด็นคือ.

1. พฤติกรรมการปรับตัว ตามความต้องการทางด้านสรีรวิทยา (Physiological Needs) เพื่อรักษาภาวะของการมีสุขภาพดี

2. พฤติกรรมการปรับตัว ตามมโนทัศน์ของตนเอง (Self Concept) มีพื้นฐานมาจากความต้องการทางด้านจิตใจ เป็นความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเอง หากบุคคลมีความมั่นคงทางจิตใจ มีความเชื่อมั่น และมองเห็นคุณค่าของตนเอง ยอมรับความเป็นจริง ย่อมปรับตัวได้ดีกว่าบุคคลที่มองตนเองไร้ค่าและไม่ยอมรับความเป็นจริง

3. พฤติกรรมการปรับตัว ตามบทบาทหน้าที่ (Role Function) เป็นการตอบสนองความต้องการ เพื่อคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางสังคม ในสถานการณ์ใดก็ตามที่บุคคลไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ตามบทบาทของตนเองได้ บุคคลต้องมีการปรับตัว เพื่อแสดงบทบาทของตนให้เป็นไปตามปกติ แต่จะสำเร็จหรือไม่ขึ้นอยู่กับปรับตัวของบุคคลนั้น

4. พฤติกรรมการปรับตัว ตามความสัมพันธ์ที่เกี่ยวเนื่องกับผู้อื่น (Interdependence Relations) เป็นการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคล เพื่อคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางสังคม ดังนั้นความพอเหมาะระหว่างการพึ่งตนเอง การพึ่งผู้อื่น และการให้ผู้อื่นพึ่งพาตนมีส่วนช่วยให้เกิดความมั่นคงทั้งด้านจิตใจ และสังคม

จะเห็นได้ว่า พฤติกรรมการปรับตัวต่างๆ ที่กล่าวมาแล้วก็คือ การปรับตัวด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม นั่นเอง

2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว

2.6.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

คาแพลน (สุรชัย โกกิจะกุล. 2526 : 36 ; อ้างอิงจาก Kaplan. 1959) ศึกษาสุขภาพจิต ของเด็กมัธยมศึกษา จำนวน 810 คน ในแมรีแลนด์ พบว่า พวกที่ปรับตัว ได้ดีคือพวกที่มีความสุข ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น มีเหตุผลที่เหมาะสมกับอายุ มีจำนวนประมาณร้อยละ 69.6 ส่วนพวกที่ปรับตัว ไม่ได้ปานกลาง คือพวกที่ไม่มีความสุขเท่าที่ควร มีความยุ่งยากที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่น และต่อสู้บางอย่าง มีจำนวนประมาณร้อยละ 24.2 และพวกที่ปรับตัว ไม่ได้อย่างรุนแรง และต้องการความช่วยเหลือ มีประมาณร้อยละ 18

กรอนลันด์ (สุรชัย โกกิจะกุล. 2526 : 32 ; อ้างอิงมาจาก Gronlund. 1959) ศึกษาพบว่า เด็กที่ประสบปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อน และสภาพสิ่งแวดล้อม มีปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ความขัดแย้งในกลุ่ม เป็นเหตุให้การเรียนไม่มีประสิทธิภาพ เกิดความตึงเครียดทางอารมณ์ และไม่มีความสุข

คอฟิลด์ (Caufield. 1970 : 1813 - 1814) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวของนักเรียนเกรด 5 ที่มีสถานภาพทางสังคมต่ำ โดยใช้สังคมมิติ และแบบวัดบุคคลิกภาพทั้งก่อนและหลังการให้คำปรึกษา ผลปรากฏว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการปรับตัวดีขึ้น และมีคะแนนสภาพทางสังคมมิติสูงขึ้น ทั้งนี้เพราะการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม นักเรียนได้รับการยอมรับจากเพื่อนในกลุ่มที่รับฟังปัญหาตนเอง ทำให้เกิดความเชื่อมั่น และความรู้สึกมีคุณค่า จึงทำให้การปรับตัวดีขึ้น และได้รับการยอมรับจากผู้อื่น

จากผลการวิจัยในต่างประเทศดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า วัยรุ่นเป็นช่วงที่ต้องการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนเพศเดียวกัน และเพื่อนต่างเพศ ตลอดจนปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม ถ้าวัยรุ่นสามารถปรับตัวได้ดี และได้รับการยอมรับจากเพื่อนในกลุ่ม ก็จะมีความสุขในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า แต่ถ้าหากปรับตัวไม่ได้ก็จะไม่สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ และมีปัญหาในการสร้างสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ทำให้ไม่สามารถเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความเครียดทางอารมณ์ และไม่มีความสุข ส่วนการมีนัดกับเพื่อนต่างเพศนั้น เมื่อวัยรุ่นเรียนในระดับสูงขึ้น แนวโน้มที่จะมีนัดกับเพื่อนต่างเพศจะเพิ่มมากขึ้น นอกจากนี้วัยรุ่นที่มาจากครอบครัวที่ย่ำแย่ โดยเฉพาะครอบครัวที่ขาดพ่อ ครอบครัวที่ให้ความรู้ และทัศนคติเรื่องเพศที่สับสน มักจะประสบปัญหาในการปรับตัว โดยเฉพาะกับเพื่อนต่างเพศ

2.6.2 งานวิจัยในประเทศ

ดวงมัลย์ เริกสำราญ (2519 : 97 - 116) ได้ศึกษาความสนใจของวัยรุ่นต่อปัญหาสุขภาพจิต โดยศึกษานักเรียนโรงเรียนมัธยมสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยชั้น ม.ศ. 1 ถึง ม.ศ. 3 พบว่า ปัญหาที่นักเรียนสนใจมากที่สุด คือปัญหาด้านการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม และนักเรียนทุกระดับชั้นมีความต้องการทราบเรื่องการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อน

พวงสร้อย วรกุล (2522 : 65 - 67) ศึกษาเปรียบเทียบสภาพปัญหาในด้าน การปรับตัวของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษาปีการศึกษา 2521 จำนวน 678 คน พบว่านักเรียนมีปัญหาด้านการปรับตัวกับบรรยากาศด้าน การเรียน การสอน เพื่อน สภาพภายในครอบครัว และกับครู อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีปัญหาเฉพาะด้านการปรับตัวกับเพื่อน และครูมากกว่า ด้านการปรับตัวกับบรรยากาศด้าน การเรียน การสอน และสภาพภายในครอบครัว

บุญนาค กุ่มภักย์ (2522 : 98) ศึกษาเปรียบเทียบความต้องการทางสังคม ของวัยรุ่นในวิทยาลัยครู วิทยาลัยอาชีวศึกษา และโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในจังหวัดนครราชสีมา พบว่า วัยรุ่นต้องการได้รับการยกย่อง และนับถือจากเพื่อนทั้งเพศเดียวกัน และต่างเพศ ต้องการทำความคุ้นเคยกับเพื่อนต่างเพศ ต้องการมีโอกาสที่เหมาะสมในการพบปะกับเพื่อนต่างเพศ ต้องการมีเสรีภาพในการติดต่อกับเพื่อนต่างเพศ และต้องการทำให้เพื่อนต่างเพศสนใจ

มาลินี อยู่โพธิ์ (2525 : 61) ได้ทำการทดลองศึกษา ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาการปรับตัวทางสังคม ด้านสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัดอินทาราม กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2525 ผลการศึกษาปรากฏว่า ปัญหาการปรับตัวของ กลุ่มทดลองลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เมตตา จินดารักษ์ (2525 : 46) ศึกษาผลของการให้กิจกรรมกลุ่ม ในการพัฒนาความสามารถ ในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสุศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาปรากฏว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกด้วยกิจกรรมกลุ่ม มีความสามารถในการปรับตัวสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบ

บุญศรี จิงธนาเจริญเลิศ (2530 : 46) ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่ม ที่มีต่อการปรับตัวกับเพื่อน ของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนนนทรีวิทยา กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาปรากฏว่า นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม มีการปรับตัวกับเพื่อนสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

รุจิราภา สิทธิปาน (2531 : 65 - 66) ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ที่มีต่อการปรับตัวทางสังคม กับเพื่อนต่างเพศของนักเรียน มัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพิบูลย์วิทยาลัย จังหวัดลพบุรี ผลการศึกษาปรากฏว่า นักเรียนที่ได้รับการคำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการปรับตัวทางสังคมกับเพื่อนต่างเพศดีกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียน

กลุ่มที่ได้รับคำปรึกษาแบบกลุ่ม และกลุ่มที่ได้รับข้อเสนอแนะ มีการปรับตัวทางสังคม กับเพื่อนต่างเพศดีขึ้นทั้งสองกลุ่ม

สุวิทย์ ดวงเวียง (2539 : 54) ได้ทำการทดลองศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่ม ที่มีต่อการปรับตัวกับครอบครัวของผู้ติดยาเสพติด ในสถานพักฟื้นประเวศ เขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มควบคุมได้รับข้อเสนอแนะ ผลการศึกษาพบว่า ผู้ติดยาเสพติดกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีการปรับตัวกับครอบครัวดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากเอกสาร และงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศที่กล่าวมา ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาการเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติด ระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ บ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ ที่เข้ามารับการฟื้นฟูสมรรถภาพที่บ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร ในระยะเวลา 3 - 8 เดือน ที่มีคะแนนการปรับตัวทางสังคมต่ำกว่า เปรอร์เซ็นไทล์ที่ 50 ลงมาจำนวน 22 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ ที่เข้ามารับการฟื้นฟูสมรรถภาพที่บ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร ระยะเวลา 3 - 8 เดือน ที่มีคะแนนการปรับตัวทางสังคมต่ำกว่า เปรอร์เซ็นไทล์ที่ 50 ลงมา จำนวน 16 คน ซึ่งได้จากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร โดยมีขั้นตอนการสุ่มตัวอย่างง่ายดังนี้.

1. ให้ผู้ติดยาเสพติด จำนวนทั้งหมด 44 คน ตอบแบบสอบถาม การปรับตัวทางสังคม
2. นำแบบสอบถามมาตรวจ ให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วนำคะแนนของผู้ติดยาเสพติดทุกคนมาเรียงจากสูงลงมาต่ำ และคัดเลือกเฉพาะผู้ที่มีการปรับตัวทางสังคม ต่ำกว่าเปอร์เซ็นไทล์ที่ 50 ลงมา จำนวน 22 คน
3. สอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลอง แล้วจึงสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้นคว้า จำนวน 16 คน
4. สุ่มอย่างง่ายอีกครั้งจากข้อ 3 เป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สร้างเครื่องมือในการศึกษา และเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้.

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
3. แบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ

✓ 1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีลำดับขั้นตอนการสร้างดังนี้.

1.1 ศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา ตามทฤษฎีเผชิญความจริง การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม การปรับตัวทางสังคม เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมให้คำปรึกษา ให้เหมาะสมกับปัญหาและผู้รับคำปรึกษา

1.2 สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริงแล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน คือ ศาสตราจารย์ ดร. ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พงษ์พันธ์ พงษ์โสภะ และอาจารย์ พรรณพิศ วาณิชการ เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องในเรื่องเนื้อหา ขั้นตอน และวิธีการ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ

1.3 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง มาปรับปรุง และแก้ไขตามข้อ 1.2 แล้วนำไปทดลองใช้กับผู้ติดยาเสพติด บ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 8 คน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข เพื่อความเหมาะสมของเนื้อหา วิธีการ และระยะเวลาที่ใช้ในการทดลองก่อนนำไปใช้จริง

1.4 นำโปรแกรมการปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปใช้กับกลุ่มทดลองที่ 1 ✓

โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงใช้กับกลุ่มทดลองที่ 1 โดยทดลองทั้งสิ้น 12 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง เป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน ในวันพุธ และวันศุกร์ เวลา 09.00 - 10.00 น. ณ ห้องประชุม บ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีลำดับขั้นตอนการสร้าง ดังนี้.

2.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัย ที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษิตามทฤษฎีเผชิญความจริง การให้คำปรึกษารายบุคคล และการปรับตัวทางสังคม เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษา ให้เหมาะสมกับปัญหา และผู้รับคำปรึกษา

2.2 สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง แล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิชุดเดิม เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์โดยพิจารณาความสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ

2.3 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง มาปรับปรุงแก้ไขตามข้อ 2.2 แล้วนำไปทดลองใช้กับผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ บ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 8 คน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อความเหมาะสมของเนื้อหา วิธีการ และระยะเวลาที่ใช้ในการทดลองก่อนนำไปใช้จริง

2.4 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่ปรับปรุง และแก้ไขแล้ว ไปใช้กลุ่มทดลองที่ 2

โปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลทฤษฎีเผชิญความเป็นจริง ใช้เวลาทดลอง 12 ครั้ง ต่อคน คนละ 2 ครั้ง ต่อ 1 สัปดาห์ เป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 7 วัน ตั้งแต่วันจันทร์ ถึง วันอาทิตย์ ครั้งละ 50 นาที ณ ห้องให้คำปรึกษา บ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร

3. แบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม มีลำดับขั้นตอนการสร้าง ดังนี้.

3.1 ศึกษาเอกสาร และงานวิจัย ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม

3.2 สร้างแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม โดยให้สอดคล้องกับความมุ่งหมาย และเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการศึกษานี้ ซึ่งข้อคำถามในแบบสอบถามจะครอบคลุม เนื้อหาเกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคมตามนิยามศัพท์เฉพาะทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ของผู้ติดยาเสพติด ที่มีต่อตนเอง ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว และด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน โดยใช้แบบสอบถาม ที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แต่ละข้อจะมีคำถาม 5 ระดับ จำนวน 45 ข้อ

3.3 นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิชุดเดิม ตรวจสอบเพื่อหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมตามข้อเสนอแนะ

3.4 นำแบบสอบถาม ที่ปรับปรุงแล้วจำนวน 36 ข้อ ไปทดลองใช้กับ ผู้ติดยาเสพติด ระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 28 คน แล้วนำมาตรวจให้คะแนนตามที่กำหนดไว้ เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยใช้เทคนิค 25 % กลุ่มสูง กลุ่มต่ำ และใช้สถิติ t - test เพื่อทำการคัดเลือกเฉพาะข้อที่มีค่า t ที่มีนัยสำคัญทางสถิติอย่างน้อยที่ระดับ .05 มาใช้ในการทดลอง คือมีค่าตั้งแต่ 1.75 ขึ้นไป

3.5 คัดเลือกข้อคำถามในข้อ 3.4 ที่มีค่า t - test ตั้งแต่ 2.07 - 8.18 ขึ้นไปจำนวน 34 ข้อ มาหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ตามวิธีของครอนบาค (Cronbach) เท่ากับ .8572

ตัวอย่างแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม

คำชี้แจงในการทำแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามที่ต้องการทราบ ความรู้สึก และความคิดเห็นบางประการของสมาชิกเกี่ยวกับ การปรับตัวทางสังคมที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อน ซึ่งมีทั้งหมด 34 ข้อ ให้สมาชิกอ่านข้อความทุกข้อ และตอบตามความเป็นจริงของสมาชิกมากที่สุด เพื่อเป็นประโยชน์ในการปรับตัวของตนเอง

2. แบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม ฉบับนี้ แบ่งออกเป็น 3 ด้าน ดังต่อไปนี้.

ก. ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อตนเอง

ข. ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว

ค. ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน

คำชี้แจง กรุณาขีดเครื่องหมาย / ลงในช่องใดช่องหนึ่งทางขวามือ ซึ่งตรงกับ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของสมาชิกมากที่สุด โดยมีเกณฑ์ดังต่อไปนี้.

เป็นจริงมากที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของสมาชิกมากที่สุด

เป็นจริงมาก หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของสมาชิกมาก

เป็นจริงปานกลาง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของสมาชิก ไม่มากไม่น้อย

เป็นจริงน้อย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของสมาชิกน้อย

เป็นจริงน้อยที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของสมาชิกน้อยที่สุด

ข้อความ	เป็น จริง มากที่สุด	เป็น จริง มาก	เป็น จริง ปาน กลาง	เป็น จริง น้อย	เป็น จริง น้อย ที่สุด
0. ข้าพเจ้าคิดว่าข้าพเจ้าต้องการการยอมรับจากผู้อื่น		/			
00. ข้าพเจ้ารู้สึกน้อยใจเมื่อคิดว่า บุคคลในครอบครัวของ ข้าพเจ้าแสดงความไม่ไว้วางใจ			/		
000. ข้าพเจ้าเป็นคนโกรธง่ายเมื่อถูกเพื่อนล้อ	/				

เกณฑ์การตรวจให้คะแนน

แบบสอบถามมี 2 ลักษณะคือ สถานการณ์ทางบวก การให้คะแนนจะเป็น ดังนี้.

เป็นจริงมากที่สุด	ให้คะแนน	5 คะแนน
เป็นจริงมาก	ให้คะแนน	4 คะแนน
เป็นจริงปานกลาง	ให้คะแนน	3 คะแนน
เป็นจริงน้อย	ให้คะแนน	2 คะแนน
เป็นจริงน้อยที่สุด	ให้คะแนน	1 คะแนน

สถานการณ์ทางลบ การให้คะแนนจะเป็น ดังนี้ .

เป็นจริงมากที่สุด	ให้คะแนน	1 คะแนน
เป็นจริงมาก	ให้คะแนน	2 คะแนน
เป็นจริงปานกลาง	ให้คะแนน	3 คะแนน
เป็นจริงน้อย	ให้คะแนน	4 คะแนน
เป็นจริงน้อยที่สุด	ให้คะแนน	5 คะแนน

วิธีการดำเนินการรวบรวมข้อมูล

แบบแผนการทดลองการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยใช้ Randomized Two Groups Pretest- Posttest Design (ฐศรี วงศ์รัตนะ, 2528:78) ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงแบบแผนการทดลองแบบ Randomized Two Groups Pretest-Posttest Design

กลุ่ม	สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
R(E1)	T1 E1	X1	T2 E1
R(E2)	T1 E2	X2	T2 E2

ความหมายของสัญลักษณ์

R(E1)	หมายถึง	กลุ่มตัวอย่างที่ถูกสุ่มเป็นกลุ่มทดลองที่ 1
R(E2)	หมายถึง	กลุ่มตัวอย่างที่ถูกสุ่มเป็นกลุ่มทดลองที่ 2
T1E1	หมายถึง	การสอบก่อนการทดลองในกลุ่มทดลองที่ 1
T1E2	หมายถึง	การสอบก่อนการทดลองในกลุ่มทดลองที่ 2
X1	หมายถึง	การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
X2	หมายถึง	การให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
T2E1	หมายถึง	การสอบหลังการทดลองในกลุ่มทดลองที่ 1
T2E2	หมายถึง	การสอบหลังการทดลองในกลุ่มทดลองที่ 2

วิธีการดำเนินการทดลอง

1. ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยให้ผู้ศึกษาเสกติดทั้งกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม แล้วเก็บไว้เป็นคะแนนก่อนทดสอบ (Pretest)
2. ขณะทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองทั้ง 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ดังนี้.

2.1 กลุ่มทดลองที่ 1 โดยวิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 12 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง ในวันพุธ และ วันศุกร์ เวลา 09.00 - 10.00 น. ณ ห้องประชุม บ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร

2.2 กลุ่มทดลองที่ 2 โดยวิธีการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริงตาม โปรแกรมที่กำหนดไว้ 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 12 ครั้ง ๆ ละ 50 นาที ในวันจันทร์ ถึง วันอาทิตย์ เวลา 09.00 น. - 09.50 น. , 10.30 - 11.20 น. , 13.00 - 13.50 น. , 14.30 - 15.20 น. และ 16.00 - 16.50 น. ณ ห้องให้คำปรึกษา บ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร

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

4. นำข้อมูลที่ได้จากข้อ 1 และข้อ 3 ไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของผู้ศึกษาเสพติด ก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง

2. เปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของผู้ศึกษาเสพติด ก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง

3. เปรียบเทียบความแตกต่าง ของการปรับตัวทางสังคม ของผู้ศึกษาเสพติดที่ได้รับคำปรึกษาเป็นกลุ่ม และรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง

วิธีจัดการกับข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

1.1 ค่ามัธยฐาน (Median) (ชูศรี วงศ์รัตนะ. 2534 : 48)

1.2 ความเบี่ยงเบน ควอไทล์ (Quartile deviation) (ชูศรี วงศ์รัตนะ. 2534 : 65)

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

เมื่อ Q.D. แทน ความเบี่ยงเบน ควอไทล์

Q_3 แทน คะแนนที่ตำแหน่ง ควอไทล์ที่ 3

Q_1 แทน คะแนนที่ตำแหน่ง ควอไทล์ที่ 1

2. สถิติสำหรับวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

2.1 หาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามเป็นรายข้อ โดยใช้ สถิติ t - test
(ลัวัน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2524 : 187)

$$t = \frac{X_H - X_L}{\sqrt{\frac{S_H^2}{n_H} + \frac{S_L^2}{n_L}}}$$

เมื่อ	t	แทน ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถาม
	X_H	แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มสูง
	X_L	แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มต่ำ
	S_H^2	แทน คะแนนความแปรปรวนของกลุ่มสูง
	S_L^2	แทน คะแนนความแปรปรวนของกลุ่มต่ำ
	n_H	แทน จำนวนของกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มสูง
	n_L	แทน จำนวนของกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มต่ำ

2.2 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) (ลัวัน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2531 : 170 - 171)

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

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

3. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

3.1 เปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของผู้ศึกษาเสพติดก่อนและหลังทดลอง ในกลุ่ม ทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 โดยใช้การทดสอบของ วิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed-Ranks Test) (นิภา ศรีไพโรจน์, 2533 : 91 - 97)

3.2 เปรียบเทียบความแตกต่างของการปรับตัวทางสังคมของผู้ศึกษาเสพติดหลัง การทดลองระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 โดยใช้การทดสอบของแมน วิทนี (The Mann-Whitney U- test) (นิภา ศรีไพโรจน์, 2533 : 120 - 128)

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

หรือ

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

เมื่อ n_1 แทน กลุ่มตัวอย่างที่สุ่มมาจากประชากรกลุ่มที่ 1
 n_2 แทน กลุ่มตัวอย่างที่สุ่มมาจากประชากรกลุ่มที่ 2
 ΣR_1 แทน ผลรวมของอันดับของข้อมูลจากกลุ่มทดลองที่ 1
 ΣR_2 แทน ผลรวมของอันดับของข้อมูลจากกลุ่มทดลองที่ 2

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์และอักษรย่อในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลจากการทดลอง และแปลความหมายจากของผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้า ผู้วิจัยกำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้แทนความหมายดังต่อไปนี้.

N	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
Mdn	แทน	ค่ามัธยฐานของการปรับตัวทางสังคม
Q.D.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบน ควอไทล์ของการปรับตัวทางสังคม
Mdn (diff)	แทน	แทนค่าความแตกต่างของค่ามัธยฐานของการปรับตัวทางสังคม
Q.D. (diff)	แทน	ค่าความแตกต่างของส่วนเบี่ยงเบน ควอไทล์ของการปรับตัวทางสังคม
T	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของวิลคอกซันที่ (The Wilcoxon's Matched Pairs Signed-Rank Test)
U	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของแมน-วิทนี (The Mann-Whitney U Test)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้า ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้.

1. เปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดก่อน และหลังได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง
 2. เปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดก่อน และหลังได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง
 3. เปรียบเทียบผลต่างของการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
- ดังแสดงในตาราง 2, 3 และ 4 ตามลำดับ

ตาราง 2 เปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติด กลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง

กลุ่มทดลองที่ 1	N	Mdn	Q.D.	T
ก่อนทดลอง	8	63.0	11.5	0 **
หลังทดลอง	8	71.0	10.3	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 2 ปรากฏว่า ภายหลังการทดลอง ผู้ติดยาเสพติดมีการปรับตัวทางสังคมมากกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าผู้ติดยาเสพติดมีการปรับตัวทางสังคมมากขึ้น หลังจากการได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ข้อ 1

ตาราง 3 เปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคม ของผู้ศึกษาเพศติด กลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง

กลุ่มทดลองที่ 2	N	Mdn	Q.D.	T
ก่อนทดลอง	8	59.5	14	0**
หลังทดลอง	8	76.0	13	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 3 ปรากฏว่า ภายหลังการทดลอง ผู้ศึกษาเพศติดมีการปรับตัวทางสังคมมากกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าผู้ศึกษาเพศติดมีการปรับตัวทางสังคมมากขึ้นหลังจากการได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ข้อ 2

ตาราง 4 เปรียบเทียบผลต่างของการปรับตัวทางสังคม ก่อนและหลัง การทดลองของผู้ศึกษา
 เสพติด กลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และผู้ศึกษาเสพติดกลุ่มที่ 2 ที่ได้
 รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง

กลุ่มตัวอย่าง	N	Mdn (diff)	Q.D.(diff)	U
กลุ่มทดลองที่ 1	8	15.5	2.5	10**
กลุ่มทดลองที่ 2	8	10.5	3.0	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 4 ปรากฏว่า ผู้ศึกษาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีผลต่างของการปรับตัวทางสังคมก่อน และหลังการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าผู้ศึกษาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีการปรับตัวทางสังคมเพิ่มขึ้นแตกต่างจากผู้ศึกษาเสพติด ที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ข้อ 3

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อธิบายผล และข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดก่อน และหลังได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
2. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดก่อน และหลังได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
3. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติด ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. ผู้ติดยาเสพติดมีการปรับตัวทางสังคมมากขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
2. ผู้ติดยาเสพติดมีการปรับตัวทางสังคมมากขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
3. ผู้ติดยาเสพติด ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง และผู้ติดยาเสพติด ที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีการปรับตัวทางสังคมมากขึ้น

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร เป็นผู้ติดยาเสพติด ระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ บ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร เพศชาย อายุ 17 - 35 ปี ที่ได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพ เป็นระยะเวลา 3 - 8 เดือน และมีการปรับตัวทางสังคมต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 50 ลงมา จำนวน 22 คน
2. กลุ่มตัวอย่าง ระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ บ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร เพศชาย อายุ 17 - 35 ปี ที่ได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพ เป็นระยะเวลา 3-8 เดือน ที่มีการปรับตัวทาง

สังคมต่ำกว่าเปอร์เซนไทล์ที่ 50 ลงมา จำนวน 16 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
3. แบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม

การดำเนินการทดลอง

1. ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยให้ผู้ศึกษาเสพติดทั้งกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม แล้วเก็บไว้เป็นคะแนนก่อนทดลอง (Pretest)

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

2.1 กลุ่มทดลองที่ 1 โดยวิธีให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 12 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง ในวันพุธ และ วันศุกร์ เวลา 09.00 - 10.00 น. ตั้งแต่วันที่ 16 ธันวาคม 2541 ถึงวันที่ 22 มกราคม 2542 ณ ห้องประชุม บ้านพิชิตใจ กรุงเทพมหานคร

2.2 กลุ่มทดลองที่ 2 โดยวิธีการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ 6 สัปดาห์ คนละ 2 ครั้งต่อสัปดาห์ รวม 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ในวันจันทร์ ถึงวันอาทิตย์ 09.00-09.50 น. , 10.30-11.20 น. , 13.00-13.50 น. , 14.30-15.20 น. และ 16.00-16.50 น. ตั้งแต่วันที่ 17 ธันวาคม 2541 ถึงวันที่ 19 มกราคม 2542 ณ ห้องให้คำปรึกษา บ้านพิชิตใจ กรุงเทพมหานคร

3. หลังการทดลองผู้วิจัยให้ผู้ศึกษาเสพติดทั้งกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามชุดเดียวกับฉบับที่สอบก่อนการทดลอง แล้วเก็บไว้เป็นคะแนนหลังทดลอง (Posttest)

4. นำข้อมูลที่ได้จากข้อ 1 และข้อ 3 ไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติ ดังต่อไปนี้.

1. เปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของผู้ศึกษาเสพติด ก่อนและหลัง ได้รับการปรึกษา

เป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched Pairs Signed-Rank Test)

2. เปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติด ก่อนและหลัง ได้รับการปรึกษา ราชบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched Pairs Signed-Rank Test)

3. เปรียบเทียบผลต่างของการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติดกลุ่มทดลองที่ 1 และ กลุ่มทดลองที่ 2 ก่อน และหลัง ได้รับการปรึกษาเป็นกลุ่ม และราชบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง โดยใช้การทดสอบของแมน-วิทนี (The Mann-Withney U Test)

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. ผู้ติดยาเสพติดมีการปรับตัวทางสังคมมากขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .01 หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง

2. ผู้ติดยาเสพติดมีการปรับตัวทางสังคมมากขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .01 หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาราชบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง

3. ผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และราชบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีการปรับตัวทางสังคมเพิ่มขึ้นแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยที่ผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีการปรับตัวทางสังคมขึ้น มากกว่า ผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษาราชบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง

อภิปรายผล

จากการศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และราชบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ บ้านพิชิตใจ กรุงเทพมหานคร พบว่า

1. ผู้ติดยาเสพติดมีการปรับตัวทางสังคมมากขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 หลังจาก ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 1 เนื่องจากการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริงของการศึกษาครั้งนี้มีจุดมุ่งหมาย เพื่อที่จะเปลี่ยนแปลง ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ที่เป็นอยู่ในปัจจุบันของผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้ปรับตัวเข้ากับครอบครัว และเพื่อนได้โดยเปิดโอกาสให้ผู้ติดยาเสพติดได้สำรวจ ประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ตลอดจนวางแผนในการพิจารณา

ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม และดำเนินตามแผนที่ตนวางไว้ รวมทั้งรายงานผลการปฏิบัติให้ผู้ให้คำปรึกษาทราบภายหลังการปฏิบัติจริง ซึ่งกระบวนการดังกล่าวนี้ส่งผลให้ผู้ติดยาเสพติดเห็นความสำคัญในการปรับตัวทางสังคม อีกทั้งกระบวนการของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง กระตุ้นให้ผู้ติดยาเสพติดต้องผูกพันกับการร่วมทำกิจกรรมต่างๆ กับเพื่อนในกลุ่ม ทำให้สมาชิกในกลุ่มมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือซึ่งกัน และกัน เป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ซึ่งเป็นไปดังที่ คอเรย์ (Corey, 1981 : 8) ได้กล่าวถึงการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มไว้ว่า ทำให้สมาชิกในกลุ่มรับรู้ ว่า คนอื่นก็มีความต้องการ และมีปัญหาคล้ายคลึงกับตน ได้รับการเรียนรู้วิธีการโต้แย้ง หรือเผชิญหน้ากับผู้อื่นอย่างตรงไปตรงมา ด้วยท่าทีที่เอื้ออาทร ห่วงใย และจริงใจ ตลอดจนช่วยให้ค่านิยมของตนเองที่มีอยู่ชัดเจนขึ้น พอที่จะนำไปปรับพฤติกรรมของตนเองไปตามครรลองของค่านิยมนั้น และทำให้สมาชิกแต่ละคนสามารถเข้าใจปัญหา การปรับตัวทางสังคมของตนเองชัดเจนขึ้น และมีความกระตือรือร้น ที่จะร่วมทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เพราะทำให้ผู้ติดยาเสพติดรู้สึกว่า เขากำลังเปลี่ยนแปลงตนเองให้กระทำในสิ่งที่พึงประสงค์ได้และรู้สึกว่าการเปลี่ยนแปลงตนเองจากที่เคยเป็นอยู่นั้น เป็นสิ่งที่ทำให้ชีวิตมีคุณค่า และมีความหมายมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ วัชร ทรัพย์มี. (2533 : 180-182) ที่กล่าวว่า การที่มนุษย์รู้สึกตนว่าสามารถที่จะทำสิ่งต่างๆ ได้ หรือความรู้สึกว่าตนประสบความสำเร็จ จะสร้างกำลังใจให้บุคคลกล้าสู้ปัญหา ดังนั้นเมื่อผู้ติดยาเสพติดได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง จึงทำให้ผู้ติดยาเสพติดทุกคนในกลุ่มเกิดการเรียนรู้ที่จะพัฒนา การปรับตัวทางสังคมได้ด้วยตนเอง

จากผลของการศึกษาทดลองของผู้วิจัยครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง สามารถพัฒนาการปรับตัวทางสังคมได้ และผลของการทดลองของผู้วิจัย ได้สอดคล้องกับการศึกษาของ ลักขณา โสภ. (2537 : 62) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อการรับผิดชอบ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบางมด (ตันเปาว์วิทยาคาร) สังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีความรับผิดชอบด้านการเรียนดีขึ้น และผลของการศึกษาของ วัชรินทร์ เข้มโสภี. (2538 : 78) ที่ได้ศึกษาผลของการศึกษาเป็นกลุ่ม แบบเผชิญความจริง ที่มีต่อวินัยในตนเองด้านการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนอนุชานุสรณ์ อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา พบว่า นักเรียนมีวินัยในตนเองด้านการเรียนสูงขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม แบบเผชิญความจริง รวมทั้งผลการศึกษาของ สุกัญญา ภูริยะพันธ์. (2540 : 71) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อ ความมีน้ำใจของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนมีความมีน้ำใจเพิ่มขึ้นหลังจากการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎี การเผชิญความจริงเช่นเดียวกัน

จากการสังเกตของผู้วิจัย ซึ่งเป็นผู้ดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความ

จริงกับผู้ติดยาเสพติดในกลุ่มทดลองที่ 1 พบว่า ผู้ติดยาเสพติดมีความสนใจ และให้ความร่วมมือในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มอย่างสม่ำเสมอ ผู้ติดยาเสพติดเข้าร่วมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตรงเวลา ให้ความสนใจ ตั้งใจ และร่วมอภิปรายปัญหากับสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งอาจเกิดจากผู้ติดยาเสพติดทุกคนที่มาเข้ากลุ่ม มีปัญหาการปรับตัวทางสังคมเหมือนกัน ทำให้ผู้ติดยาเสพติดมีความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาการปรับตัวทางสังคมของตนเอง และมองเห็นแนวทางในการแก้ไขปัญหานั้นๆ นอกจากนี้ผู้วิจัยยังพบว่า ทั้งผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษาในกลุ่มต่างก็มีความใกล้ชิดกันเอง และมีบรรยากาศของมิตรภาพที่ดี และการดำเนินการตามขั้นตอนทุกครั้ง จึงส่งผลให้การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มดำเนินไปด้วยดีทุกครั้ง

จากการประเมินในขั้นปัจฉิมนิเทศ ผู้ติดยาเสพติดได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริงว่า ทำให้ผู้ติดยาเสพติดเห็นปัญหา และเห็นวิธีในการปฏิบัติตนได้อย่างชัดเจน ตลอดจนทราบแนวทางในการปฏิบัติตน เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม ทำให้ผู้ติดยาเสพติดรู้สึกกว่าชีวิตตนเองมีคุณค่า มีความหมายมากขึ้น และได้ให้ข้อเสนอแนะว่าจะนำวิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ไปใช้กับผู้ติดยาเสพติดกลุ่มอื่นๆ ด้วย

2. ผู้ติดยาเสพติดมีการปรับตัวทางสังคมมากขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

หลังจากได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 2 เนื่องจากการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ของการศึกษาค้นครั้งนี้มีจุดมุ่งหมาย เพื่อที่จะเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ที่เป็นปัญหาในปัจจุบัน ของผู้รับคำปรึกษาให้เป็น ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์ โดยเปิดโอกาสให้ผู้ติดยาเสพติดได้สำรวจ และประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมของตัวเอง ตลอดจนวางแผนการพัฒนาดำเนินการตามแผนที่ตนเองกำหนดไว้ รวมทั้งรายงานผลการปฏิบัติงานให้ผู้ให้คำปรึกษาทราบภายหลังการปฏิบัติงานจริง ดังนั้นเมื่อผู้ติดยาเสพติดได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง จึงทำให้ผู้ติดยาเสพติดเกิดการเรียนรู้ที่จะพัฒนาการปรับตัวทางสังคมได้ ดังที่ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2529 : 179) ได้กล่าวว่า การให้คำปรึกษารายบุคคลเป็นสัมพันธภาพ เพื่อให้การช่วยเหลือบุคคล ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อมสามารถแก้ไขปัญหที่กำลังเผชิญอยู่ และพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสอดคล้องกับ วัชรวิ ทรัพย์มี. (2533 : 183-184) ที่อธิบายว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง เพื่อช่วยให้บุคคล ค้นพบวิธีสนองความต้องการของตนเอง อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น โดยไม่กระทบกระเทือนสิทธิของผู้อื่น ตลอดจนป้องกันไม่ให้นุคคลปล่อยชีวิตให้ล่องลอย โดยสนับสนุนให้วางโครงการในอนาคต และมีความมุ่งมั่น ที่จะดำเนินการตามโครงการที่วางไว้ด้วยตนเอง

นอกจากนี้ผลการทดลองของผู้วิจัย ยังสอดคล้องกับผลการศึกษาของ วชรินทร์ แยมโสภี. (2538 : 78) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบเผชิญความจริงที่มีต่อวินัยในตนเอง ด้านการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนอนุชานุสรณ์ อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา พบว่านักเรียนมีวินัยในตนเองด้านการเรียนสูงขึ้นหลังจากได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคล แบบเผชิญความจริง และจากผลการศึกษาของ สุกัญญา ภูริยะพันธ์. (2540 : 72) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจ ของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร พบว่าหลังจากการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง นักเรียนมีความมีน้ำใจเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการให้คำปรึกษา

จากการสังเกตของผู้วิจัย ซึ่งเป็นผู้ดำเนินการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบเผชิญความจริง กับผู้ติดยาเสพติดกลุ่มที่ 2 พบว่าผู้ติดยาเสพติดมีความสนใจ และให้ความร่วมมือในการให้คำปรึกษา อย่างสม่ำเสมอ มาตรงเวลา ให้ความสนใจ ตั้งใจ และบอกกล่าวปัญหาการปรับตัวทางสังคมให้ผู้วิจัย ทราบ ทำให้ผู้ติดยาเสพติดมีความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหา การปรับตัวทางสังคมของตนเอง และมองเห็นวิธีแก้ไขปัญหานั้นๆ ซึ่งเป็นไปดังที่ กลาสเซอร์ (Glasser) ได้เน้นว่าการให้คำปรึกษานั้น จะต้องประกอบไปด้วย การช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาให้เรียนรู้วิถีชีวิตของเขาใหม่อีกครั้งหนึ่ง และช่วยให้เขามีชีวิตอยู่อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น การช่วยเหลือนี้ รวมไปถึงการเผชิญหน้ากับผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้เขาได้พิจารณาในสิ่งที่เขากำลังกระทำ กำลังคิด และกำลังรู้สึก เพื่อเขาจะได้ คิดหาวิถีทางที่ดีกว่าสำหรับตนเองต่อไป อีกทั้งผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับการปรึกษามีความเป็นกันเอง และมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน บรรยากาศในการให้คำปรึกษามีความเป็นมิตรภาพ และผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนครบถ้วนทุกครั้ง

จากการประเมินในขั้นปัจเจกนิเทศ ผู้ติดยาเสพติดได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริงว่า ทำให้เขามีเป้าหมาย และมองเห็นวิธีในการปฏิบัติตน ได้อย่างชัดเจน ตลอดทั้งทราบแนวทางในการปฏิบัติตน เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม ทำให้ผู้ติดยาเสพติดรู้สึกว่าชีวิตมีคุณค่า และมีความหมายมากขึ้น และได้ให้ข้อเสนอแนะว่า น่าจะนำวิธีการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ไปใช้กับผู้ติดยาเสพติดกลุ่มอื่นๆ ด้วย

จะเห็นได้ว่าการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง สามารถปรับเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคลให้พัฒนาไปในทางที่เหมาะสมได้

3. ผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง และผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีการปรับตัวทางสังคมเพิ่มขึ้นแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีการปรับตัวทางสังคมเพิ่มมากขึ้นกว่าผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3

จากการวิจัยครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ทำให้ผู้ติดยาเสพติด มีการปรับตัวทางสังคมเพิ่มมากขึ้นกว่า ผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ทั้งนี้อาจมีสาเหตุมาจาก การให้การปรึกษาเป็นกลุ่มช่วยเสริมสร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม สมาชิกของกลุ่มได้เรียนรู้การสร้างสัมพันธ์ไมตรีกับเพื่อนสนิท ผลจากการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมภายในกลุ่ม จะช่วยให้สมาชิกรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย ใฝ่รู้ และเข้าใจตนเองมากขึ้นยอมรับตนเองมากขึ้น ยอมรับความเป็นเพื่อน ความเป็นมนุษย์ของบุคคลอื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งสมาชิกภายในกลุ่ม กล้าแสดงความคิดเห็น และสามารถโอนอ่อนผ่อนตามเพื่อนสนิทอย่างมีเหตุผลที่เหมาะสม ยินดีให้ความช่วยเหลือ และมีความรับผิดชอบสูงขึ้น ซึ่งช่วยให้บรรยากาศภายในกลุ่มมีความเป็นกันเองมากขึ้น ซึ่งการที่สมาชิกในกลุ่มมีความเข้าใจกันเป็นอย่างดีทำให้เกิดปทัสถานของกลุ่ม (Group Norm) ดังที่ คมเพชร นัตรสกุล (2521 : 97) ได้กล่าวว่า ปทัสถานของกลุ่ม จะทำให้สมาชิกยอมรับเงื่อนไขร่วมกันในการเข้ารับการปรึกษา เขาจะไม่ละเลยต่อปทัสถานของกลุ่ม เพราะเขาไม่ต้องการให้ตัวเองถูกมองว่าแตกต่างไปจากสมาชิกคนอื่นๆ

ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ สุกัญญา ภูริยะพันธ์ (2540 : 74) ที่พบว่าการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริงสามารถพัฒนาความมีน้ำใจของนักเรียนได้เพิ่มขึ้นแตกต่างกัน โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง สามารถพัฒนาความมีน้ำใจของนักเรียนเพิ่มขึ้น สูงกว่าการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง

จากการสังเกตของผู้วิจัย ซึ่งเป็นผู้ดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง เห็นว่าผู้ติดยาเสพติดมีการปรับตัวทางสังคมเพิ่มมากขึ้นมากกว่า ผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ทั้งนี้อาจมีสาเหตุมาจาก ข้อดีของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและข้อจำกัดของการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริงดังต่อไปนี้

ข้อดีของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง

1. สมาชิกได้รับบรรยากาศที่อบอุ่น ปลอดภัย มีความพึงพอใจ และเกิดการกระตุ้นซึ่งกันและกัน สร้างพลังของกลุ่ม ทำให้มีกำลังใจในการเผชิญปัญหาซึ่งคล้ายคลึงกัน และหาทางแก้ไขร่วมกัน
2. สมาชิกมีอายุใกล้เคียงกัน มีอิทธิพลในการเป็นตัวอย่างให้แก่กัน และมีส่วนสำคัญในการยึดมั่นข้อสัญญาที่ได้ตกลงกัน ตลอดจนยึดมั่นในปทัสถานของกลุ่ม
3. การที่สมาชิกแต่ละคนสามารถแก้ไขปัญหาการปรับตัวทางสังคมของตน ซึ่งถือเป็นเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลวได้นั้น เป็นสิ่งที่มีความหมาย และกลายเป็นเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จที่เป็นแรงจูงใจให้สมาชิกในกลุ่มคนอื่นๆ เห็นถึงความเป็นไปได้อย่างชัดเจน

ข้อจำกัดของการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง

1. การให้คำปรึกษารายบุคคลมีพลังในการกระตุ้นผู้รับคำปรึกษาน้อยกว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เนื่องจากการให้คำปรึกษาที่เกิดจากสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษา เพียง 2 คน เท่านั้น และผู้ให้คำปรึกษาเอง ไม่ได้มีปัญหาร่วมกันกับผู้รับคำปรึกษา
2. การให้คำปรึกษารายบุคคล ที่ผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้มีอายุน้อยกว่าผู้รับคำปรึกษา ทำให้สัมพันธภาพที่เกิดขึ้นไม่มั่นคงแน่นอนมากพอ อาจทำให้เกิดการเปิดเผยปัญหา และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ได้ไม่ดีเท่ากับ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 ควรใช้การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ไปพัฒนาการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดในระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ ในสถานบำบัดอื่นๆ โดยผู้ที่นำไปใช้ควรจะศึกษาขั้นตอน หลักการ วิธีดำเนินการ และมีประสบการณ์ในการฝึกปฏิบัติ ก่อนนำไปใช้ในการให้คำปรึกษากับ ผู้ติดยาเสพติด

1.2 กระบวนการของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง เหมาะสำหรับผู้ติดยาเสพติดในระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ ทั้งนี้เนื่องจากผู้รับคำปรึกษา จะต้องมีความสามารถในการไตร่ตรอง พิจารณาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองตามความเป็นจริงว่า มีความเหมาะสมหรือไม่ และส่งผลใดต่อตนเองบ้าง เพราะกระบวนการการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง มุ่งที่จะให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักรู้ และแก้ไขพฤติกรรมของตนเองด้วยตนเอง ตลอดจนผู้รับคำปรึกษาจะต้องมีความรับผิดชอบต่อคำมั่นสัญญาที่ให้ไว้กับตนเอง มีความสามารถควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตามแนวทางที่กำหนด จึงจะพัฒนาการปรับตัวทางสังคมได้ จึงไม่เหมาะสมกับผู้ติดยาเสพติดที่อยู่ในระยะที่กำลังถอนพิษยา หรือกำลังเสียนยาอยู่

1.3 การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีความเหมาะสมต่อการใช้พัฒนาทั้งความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคลไปพร้อมๆ กัน โดยไม่มุ่งเน้นในการแก้ไขเรื่องของอารมณ์อย่างเดียวเหมือนทฤษฎีการให้คำปรึกษา แบบผู้รับเป็นศูนย์กลาง และไม่มุ่งเน้นปรับพฤติกรรมอย่างเดียว แต่ละเลขวความรู้สึกอย่างการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

1.4 การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีข้อจำกัดในการใช้ คืออาจไม่เหมาะกับผู้ที่ให้คำปรึกษา ที่ไม่ชำนาญในการให้คำปรึกษามาก่อน เนื่องจากลักษณะการสร้างบรรยากาศแบบมิตรภาพ เป็นสิ่งที่ต้องเกิดขึ้นอย่างเป็นธรรมชาติตลอดเวลา ขณะเดียวกันยังต้องคำนึงถึงขั้น

ตอนการดำเนินการที่ต้องปฏิบัติอย่างชัดเจน แม่นยำ และครบถ้วน หากผู้ให้คำปรึกษาจะนำทฤษฎีนี้ไปใช้จึงต้องฝึกฝนให้กลายเป็นทักษะ และเกิดความมั่นใจเสียก่อน

1.5 การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงเหมาะที่จะนำไปใช้กับกลุ่มนักเรียนและบุคคลที่มีอายุ ตั้งแต่วัยรุ่นตอนต้นขึ้นไป เพราะมีวุฒิภาวะ สามารถใช้การพิจารณา และตัดสินใจเลือกดำเนินตามที่ตนเองต้องการได้อย่างมีความรับผิดชอบ ตรงกับความเป็นจริง และมีความถูกต้องพอสมควร

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป

2.1 ควรติดตามผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติด ภายหลังการทดลองทุกๆ 1 เดือน 3 เดือน หรือ 6 เดือน เพื่อศึกษาความคงทนของการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติด

2.2 ควรนำโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อการปรับตัวทางสังคม ปรับใช้กับผู้ติดยาเสพติดในระยะฟื้นฟูสมรรถภาพในสถานบำบัดอื่น ๆ เช่น โรงพยาบาลจิตเวช และศูนย์แก้ไขใหม่ เป็นต้น

2.3 ควรศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อพัฒนาการปรับตัวด้านอื่น ๆ ของผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ เช่น การปรับตัวกับเพื่อนต่างเพศ การปรับตัวในภาวะวิกฤติ เป็นต้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ. สุขภาพจิตในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2524.
- กองป้องกัน และบำบัดยาเสพติด. คู่มือการบำบัดรักษายาเสพติด. กรุงเทพฯ : เอกสารเผยแพร่ 01/2533 สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร, 2533.
- กองป้องกัน และบำบัดผู้ติดยาเสพติด. 15ปี การป้องกันและบำบัดผู้ติดยาเสพติด. กรุงเทพฯ : ม.ป.ท., 2535.
- กองป้องกัน และบำบัดการติดยาเสพติด. โครงการป้องกันและบำบัดการติดยาเสพติดปีงบประมาณ พ.ศ. 2535 - 2539. กรุงเทพฯ : สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร, 2536.
- กองสารวัตรนักเรียน. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติดในกลุ่มนักเรียนไทย. กรุงเทพฯ : กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2536.
- กิ่งแก้ว เกษโกวิท และคณะ. ปัญหาเสพติดของผู้ต้องโทษในทัณฑสถานบำบัดพิเศษขอนแก่น. จากการรวบรวมผลงานวิจัยทางการศึกษา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา ของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, 2531.
- คณะอนุกรรมการทำงานฝ่ายวิจัย ปปส.ศร. การศึกษาสภาพปัญหาใช้สารเสพติดของนักเรียน นักศึกษาในสถานศึกษาอาชีวศึกษา และอุดมศึกษา สังกัดกระทรวงศึกษาธิการ. รายงานการวิจัย กระทรวงศึกษาธิการ, 2524.
- โครงการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. การศึกษาสภาพการรู้จัก และสภาพการใช้สารเสพติดในสถานศึกษา สังกัดกระทรวงศึกษาธิการ. รายงานการวิจัย กรมการฝึกหัดครู กระทรวงศึกษาธิการ, 2527.
- คมเพชร นัตรสกุล. กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนว และจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2522.
- _____. บริการสนเทศ. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนว และจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2521.
- _____. ทฤษฎีการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนว และจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530.
- จันทร์รัตน์ ยี่ริณศิริ. ผลของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ที่มีต่อพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนรัตนธิเบศร์ จังหวัดนนทบุรี. ปรินญา นิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2536.
- อัครสำเนา.

เจียรนัย ทรงชัยกุล. เอกสารชุดวิชาจิตวิทยาพื้นฐาน เพื่อการแนะแนว หน่วยที่ 9-5. นนทบุรี :

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2533.

จำเนียร ช่างโชติ และคนอื่นๆ. ความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มบุคคล. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย

รามคำแหง, 2528.

ชาญคณิต ก.สุริยมนิ และคณะ. รายงานการวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการติดยาเสพติดซ้ำของ

วัยรุ่น. สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ กรุงเทพฯ : ม.ป.ท. , ม.ป.ป.

ชูเมกเกอร์. มนุษย์คือชีวิตเล็กๆ ที่งดงาม : ความคิดทางจิตศาสตร์. แปลและเรียบเรียงโดย

เฉลิมเกียรติ ผิวนวล. กรุงเทพฯ : เจริญการพิมพ์, 2532.

สุทธิ วงศ์รัตน์. เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสานมิตร, 2534.

_____. แบบแผนการทดลองและสถิติ. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสานมิตร, 2534.

ดวงมัลย์ เริกสำราญ. "ความสนใจของวัยรุ่นต่อปัญหาสุขภาพจิต," สุขภาพจิตศึกษา.

กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มิตรสยาม, 2519

เดโช สนวนานนท์. ปทานุกรมจิตวิทยา. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2517.

ทิสนา แชนนี และเขวพา เศรษฐ์. กลุ่มสัมพันธ์ ทฤษฎีและแนวปฏิบัติเล่ม 1. กรุงเทพฯ :

บุรพาศิลป์, 2522 : 71

ธนาคารกรุงเทพ จำกัด. รายงานการสัมมนาทางวิชาการเรื่อง "แนวทางการพัฒนาเยาวชนใน

ทศวรรษหน้า". กรุงเทพฯ : ฝ่ายประชาสัมพันธ์ ธนาคารกรุงเทพ จำกัด, 2532.

นิพนธ์ คันธเสวี. มนุษย์สัมพันธ์เพื่อการพัฒนาสังคม. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2528.

นิภา ศรีไพโรจน์. สถิติอนุพารามตริก. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ : โอเอสพริ้นติ้งเฮาส์, 2533.

บังอร ชูพงศ์. การศึกษาสภาพปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อปรับตัวของนักเรียนอาชีวศึกษาในกรุงเทพ

มหานคร. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสานมิตร, 2523. อัดสำเนา.

บุญนาค กุ่มภัก. การศึกษาเปรียบเทียบความต้องการทางสังคมของวัยรุ่น ในวิทยาลัยครู วิทยาลัย

อาชีวศึกษา และโรงเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในจังหวัดนครราชสีมา. ปริญญา

นิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2522. อัดสำเนา.

บุญศรี จิงจนาเจริญเลิศ. ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนนนทรีวิทยา กรุงเทพมหานคร. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม.

กรุงเทพ ฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530. อัดสำเนา.

ประติพันธ์ อุปรักษ์. จิตวิทยา. กรุงเทพฯ ฯ : โรงพิมพ์ศรีอนันต์, 2518.

- ประทวน สวัสดิ์ "ลักษณะของคนติดยาเสพติด," ใน คู่มือการบำบัดรักษา และฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด. กรุงเทพฯ : วิสิษฐ์สิน, 2538.
- ผกา บุญเรือง. กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางแสน, 2525.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. การแนะแนวและการให้คำปรึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์บัณฑิตการพิมพ์, 2529.
- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : พัทธอักษร, 2525.
- พรรณพิศ วานิชย์การ. คู่มือแนะแนวการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา, 2528.
- พรรณราย ทรัพย์ประภา. จิตวิทยาอุตสาหกรรม. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2529.
- _____. มนุษยสัมพันธ์ในการบริหาร. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536.
- พรประภา แก้วกล้า. ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงต่อการลดการเสพติด และการเพิ่มความเห็นคุณค่าตนเอง ของผู้ถูกคุมความประพฤติ. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534. อัดสำเนา.
- พรเพ็ญ เพชรสุขสรี. ต่อต้านยาเสพติด. 4 : 52 - 60 ; กรกฎาคม - ธันวาคม 2531
- พรศิริ ชาติยานนท์ และคณะ. รายงานการวิจัยเรื่องภาวะการติดยาเสพติดซ้ำ. คณะสังคมสงเคราะห์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. กรุงเทพฯ : ม.ป.ท., ม.ป.ป.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2538.
- พวงสร้อย วรกุล. การเปรียบเทียบสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในกรุงเทพมหานครและจังหวัดสงขลา. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2522. อัดสำเนา.
- มนูญ ดนะวัฒนา. จิตวิทยาพัฒนาชีวิต. กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์, 2526.
- มาลีนี้ อยู่โพธิ์. การทดลองให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการปรับตัวทางสังคม ด้านสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดเสมียนนารี กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2525. อัดสำเนา.
- เมตตา จินดารักษ์. ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2525. อัดสำเนา.

- รัตนา ชัญทิพย์. ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู พฤติกรรมตอบสนองระหว่างบุคคล และการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2522. อัดสำเนา.
- ราศรี ธรรมนิม. จิตวิทยาพัฒนาการฉบับสมบูรณ์. ม.ป.ท., 2524.
- รุจิราภา สิทธิปาน. ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมกับเพื่อนต่างประเทศ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวินวลวิทยาลัย สบบุรี. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : 2531. อัดสำเนา.
- ลักขณา โสภกา. ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อความรับผิดชอบด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบางมด (ต้นเปาวิทยาลัย) สังกัดกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. 2537 : 62 กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2537. อัดสำเนา.
- ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. หลักการวิจัยทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ทวีติการพิมพ์, 2531.
- วัชรินทร์ ชัยมโสภี. ผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และรายบุคคลแบบเผชิญความจริงที่มีต่อ วินัยในตนเองด้านการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนอนุบาลสุพรรณบุรี อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2538. อัดสำเนา.
- วัชรีย์ ทรัพย์มี. การแนะแนวในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2520.
- _____. ทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533.
- วัชรีย์ ชูระคำ. จิตวิทยาการแนะแนวและการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมการฝึกหัดครู, 2523.
- วารินทร์ สายโอบเอื้อ และสุณีย์ ชีรดากร. จิตวิทยาการศึกษา. นนทบุรี : โรงพิมพ์สถาน สงเคราะห์ปากเกร็ด กรมประชาสัมพันธ์, 2522.
- วิจิตร อาวะกุล. เทคนิคมนุษยสัมพันธ์. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์พิมพ์แอนด์, 2525.
- ศิริบุญธรรม สายโกศล. เอกสารการสอนชุดวิชาเทคนิคการปรึกษาเบื้องต้น หน่วยที่ 1-6. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2533.
- สมิต อาชวนิจกุล. การพัฒนาตนเอง ภาค 2. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ดอกหญ้า, 2535.
- สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย. รายงานการวิจัยเรื่องการประมาณ จำนวนผู้ติดยาเสพติด ในประเทศไทย. กรุงเทพฯ : ม.ป.ท., 2538.

- สมิต อาชนิจกุล. การพัฒนาตนเอง ภาค 2. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ดอกหญ้า, 2535.
- สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย. รายงานการวิจัยเรื่องการประมาณ จำนวนผู้ติดยาเสพติดในประเทศไทย. กรุงเทพฯ : ม.ป.ท., 2538.
- ✓ สุกัญญา ภูริยะพันธ์. การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อความมีน้ำใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2540. อัดสำเนา.
- สุชา จันทร์เอม. จิตวิทยาสังคม. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2529.
- สุดฤทัย मुखงศา. ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยแนวความคิดแบบพิจารณาความเป็นจริงที่มีต่อนิสัย และทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ ก.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533. อัดสำเนา.
- สุพัตรา สุภาพ. สังคมและวัฒนธรรม ค่านิยม : ครอบครัว : ศาสนา : ประเพณี. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, 2534.
- สุรัช โกศิยะกุล. การสร้างแบบทดสอบวัดความสามารถทางการปรับตัวสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในจังหวัดกำแพงเพชร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2526. อัดสำเนา.
- สุวิทย์ ดวงเวียง. ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวกับครอบครัวของผู้ติดยาเสพติดในสถานพักฟื้นประเวศ เขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2538. อัดสำเนา.
- สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. ข้อมูลผู้เข้ารับการบำบัด รักษาปีปฏิทิน 2535 ประเทศไทย. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด, 2535. อัดสำเนา.
- สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. กรอบทิศทางการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ในปัจจุบันประมาณ 2538. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด สำนักงานกฤษฎามนตรี, ม.ป.ป. อัดสำเนา.
- สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด. แนวคิดและแนวทางในการป้องกันยาเสพติด. กรุงเทพฯ : สำนักงานปลัดกระทรวงมหาดไทย กระทรวงมหาดไทย, ม.ป.ป. อัดสำเนา.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติ สำนักงานกฤษฎามนตรี. แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 7 พ.ศ. 2535 - 2539. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ยูไนเต็ดโปรดักชั่น, 2535. อัดสำเนา.

สำนึกวิชัย. พฤติกรรมและทัศนคติเกี่ยวกับยาเสพติดของชนหนุ่มสาวไทย. กรุงเทพฯ : สถาบัน
บัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2530.

อาภา จันทรสกุล. ทฤษฎีและวิธีการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและ
การแนะแนว มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2535.

อุษณีย์ ทองสหธรรม. ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อลดความ
วิตกกังวลในการสอบเพื่อศึกษาต่อของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนนารี
นุกูลจังหวัดอุบลราชธานี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2538. อัดสำเนา.

อรสา ปานขาว. พฤติกรรมการยอมรับสารด้านการป้องกันยาเสพติดทางวิทยุและโทรทัศน์ของ
ประชาชนในเขตชุมชนแออัดคลองเตย. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย, 2527. อัดสำเนา.

อำพัน ทันสม. ผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผลและอารมณ์ที่มี
ต่อทัศนคติในการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเมืองสรวงวิทยา
จังหวัดร้อยเอ็ด. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร, 2535. อัดสำเนา.

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

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

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

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

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

Driekers, R. "Group Psychotherapy from the Point of View of Adlerian Psychology,"
International Journal of Psychology. 7 : 368 - 375; 1957.

Gillmer, B. Von. Haller and others Industrial and Organizational Psychology. New York :
McGraw - Hill Book Company, 1971.

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

- Glasser, W. Control Theory - reality therapy workbook. Los Angeles: Institute for Reality Therapy, 1986a.
- _____. Control Theory in the classroom. NY : Harper Collins, 1986b.
- _____. A Diagram of the brain as a control system. Los Angeles : Institute for Reality Therapy. 1986c.
- Hansen, James C. and others. Group Counseling : Theory and process. Chicago : Rand McNally College Publishing Company, 1976.
- Harris, Margaret and Cannon. "Effect of Reality/Control Theory on Predictors of Responsible Behavior of Junior High School Students in an Adolescent Pregnancy Prevention Program," Dissertation Abstracts International. 54 (04) : 1992 ; October, 1993.
- Lazarus, Richard S. Pattern of adjustment and Human effectiveness. New York : McGraw - Hill, 1969.
- Moskowitz, Merle J. and Arthur R. Orgel. General Psychology. Boston : Houghton Mifflin Company, 1969.
- Hart-Herter, Susan. "The Effect of Reality Therapy Techniques on The Behaviors of Elementary School Students Setting," Dissertation Abstracts International. 48 (10A) : 2599 ; April, 1986.
- Mahler, Clarence A. Group Counseling in The School. New York : Houghton Mifflin Company, 1969.
- Ohlsen, Merle M. Group Counseling. New York : Holt Rinehart and Winston Inc., 1970.
- _____. Group Counseling. 2nd ed. New York : Holt Rinehart and Winston Inc., 1977.
- Patterson, C.H. Theories of Counseling and Psychotherapy. New York : Harper and Row, 1937.
- Roger, Dorothy. The Psychology of Adolescence. New York : Application - Century Crofts Inc., 1962.
- Roy, Sister C. Introduction to Nursing : An Adaptation Model. New Jersey : Prentice - Hall Inc., 1974.
- Sable, Janeth Ruth. "Differences in Need for Affiliation, and The Qualities of Intimacy and Nurturance within Preadolescent Friendship," Dissertation Abstracts International. 49 : 5044 ; November, 1989.

- Shertzer, Bruce and Shelly C. Stone. "Group Counseling," in Fundamentals of Counseling.
New York : Houghton Mifflin Company, 1971.
- Span, Milton. "Reality Counseling : and Approach to Discipline Caring," In Development and Remedial Education. 6-9 ; 1982.
- Thomas, R. Kratochwill and Richard J. Morris. Handbook of Psychotherapy with Children and Adolescents. London : Allyn and Bacon, 1991.
- Tindall, R.H. "Relationships among Measure of Adjustment," Reading in the Psychology of Adjustment. New York, McGraw-Hill, Inc., 1959.
- Wubbolding, R. Using reality therapy. New York. NY : Harper Collins, 1988.
- _____. Understanding reality therapy. New York. NY : Harper Collins, 1991a.
- _____. Cycle of counseling and supervision and coaching using reality therapy. Cincinnati : Real World, 1991c.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

- 1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง**
- 2. โปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง**

**โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง
สำหรับกลุ่มทดลองที่ 1**

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีการ
1	ปฐมนิเทศ และเริ่มต้น การให้คำ ปรึกษา	1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพ ระหว่างผู้ให้คำปรึกษา กับผู้ติดยาเสพติดและ ระหว่างผู้ติดยาเสพติด และสร้างบรรยากาศใน การให้คำปรึกษา เพื่อให้ ผู้ติดยาเสพติดรู้สึก อบอุ่นใจ ไว้วางใจ และ เป็นกันเองกับผู้ให้คำ ปรึกษา 2. เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติด ทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการของการให้ คำปรึกษาเป็นกลุ่มตาม ทฤษฎีเผชิญความจริงที่มี ต่อการปรับตัวทางสังคม บทบาท หน้าที่ของผู้ติดยา เสพติดและผู้ให้คำปรึกษา ตลอดจนช่วงเวลา ระยะ เวลา จำนวนครั้ง และ สถานที่ในการรับคำ ปรึกษา	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับ ทักทาย ผู้ติดยาเสพติด พร้อมทั้งแนะนำตนเอง ให้ผู้ติดยาเสพติดรู้จัก 2. ให้ผู้ติดยาเสพติดแต่ละคนแนะนำ ตนเองต่อกลุ่ม 3. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงให้ผู้ติดยาเสพติด ทราบเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการของ การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎี เผชิญความจริง ที่มีต่อการปรับตัวทาง สังคม บทบาท หน้าที่ของผู้ติดยา เสพติด และผู้ให้คำปรึกษาตลอดจน ช่วงเวลา ระยะเวลาจำนวนครั้ง และ สถานที่ในการรับคำปรึกษา 4. เปิดโอกาสให้ผู้ติดยาเสพติด ชักถาม ในประเด็นที่สงสัยเกี่ยวกับรายละเอียด ต่างๆ ที่ได้ชี้แจงไป 5. ผู้ให้คำปรึกษา และผู้ติดยาเสพติด สรุปสิ่งที่ได้จากการสนทนา เพื่อให้ มีความเข้าใจตรงกัน

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2	ความหมายของการปรับตัวทางสังคม และลักษณะการปรับตัวทางสังคมด้านต่างๆ	1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเข้าใจความหมาย และคุณลักษณะสำคัญของการปรับตัวทางสังคม 2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ตลอดจนเรียนรู้วิธีการพัฒนาการปรับตัวทางสังคม	การให้คำปรึกษาครั้งที่ 2-11 ผู้ให้คำปรึกษา ดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นสำคัญดังนี้ 1. <u>ขั้นสร้างสัมพันธภาพ</u> ผู้ให้คำปรึกษาสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษาและติดตามผลการให้คำปรึกษาครั้งที่ 2-11 2. <u>ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา</u> 2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติดได้สำรวจความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองในปัจจุบัน ทั้งด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึงลักษณะการปรับตัวทางสังคมตนเองในปัจจุบันอย่างชัดเจน
3-5	การปรับตัวทางสังคมด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง	1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง 2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดงความคิดความรู้สึก และพฤติกรรม ที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว ทางสังคมที่เป็นปัญหาของตนเอง	ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติดได้สำรวจความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองในปัจจุบัน ทั้งด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึงลักษณะการปรับตัวทางสังคมตนเองในปัจจุบันอย่างชัดเจน 2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติด

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
6-8	การปรับ ตัวทาง สังคมด้าน ความคิด ความรู้สึก และพฤติ กรรมที่มี ต่อบุคคล ในกรอบ ครัว	1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็น ความสำคัญของการปรับตัว ทาง สังคมด้านความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรม ที่มี ต่อบุคคลในกรอบครัว 2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดง ความคิด ความรู้สึกและ พฤติกรรมที่แท้จริงและ กล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับ การปรับตัวทางสังคมที่มีต่อ บุคคลในกรอบครัว	ได้พิจารณาและประเมิน ความคิด ความ รู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ต่อ บุคคลในกรอบครัว และต่อเพื่อนตาม ความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไร และควรปรับ ปรุงแก้ไขมากน้อยเพียงใด 2.3 ขึ้นวางแผนปฏิบัติผู้ให้คำปรึกษา กระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติดวางแผนปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึกและ พฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลใน กรอบครัว และต่อเพื่อน และการวางแผนการปฏิบัติ นั้นต้องอยู่ภายใต้ขอบ เขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติดซึ่ง ปฏิบัติได้จริงมีความชัดเจนและผู้ศึกษา เสพติดเองก็เต็มใจที่จะปฏิบัติ
9-11	การปรับ ตัวทาง สังคมด้าน ความคิด ความรู้สึก และพฤติ กรรมที่มี ต่อเพื่อน	1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็น ความสำคัญของการปรับตัว ทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มี ต่อเพื่อน 2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดง ความคิด ความรู้สึกและ พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการ ปรับตัวทางสังคมที่เป็น ปัญหา ต่อเพื่อน	2.4 ขึ้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้ คำปรึกษา ให้ผู้ศึกษาเสพติดที่ตกลงใจที่ จะปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และ พฤติกรรม ที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลใน กรอบครัว และต่อเพื่อน โดยผู้ศึกษาเสพ ติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา โดยตัวผู้ศึกษาเสพติดเอง 2.5 ขึ้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติด ยาเสพติดรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้ คำปรึกษาดูติดตามผลการปฏิบัติตามแผน การปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความ รู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ต่อ

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			บุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อน ของผู้ติดยาเสพติด 3. <u>ขั้นตอนการให้คำปรึกษา</u> ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้งเมื่อผู้ ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้ คำปรึกษาแต่ละครั้ง ผู้รับคำปรึกษา ได้กระจ่างในปัญหา และสามารถ แก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเองได้ก็จะ ยุติการให้คำปรึกษานั้น โดย ให้ผู้ติดยาเสพติดช่วยกันสรุปความ ให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง <u>การประเมินผล</u> 1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจาก การเรียนรู้ การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และ พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว ทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดในกลุ่ม 2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่าผู้ติดยาเสพติด มีวิธีการ หรือแนวทางแก้ไข ที่จะนำ ไปสู่การพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการ ปรับตัวทางสังคมอย่างเหมาะสม ด้วยตนเองได้
12	ยุติการให้คำ ปรึกษาและ ปัจฉิมนิเทศ	เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติดสรุปผล การพัฒนาการปรับตัวทาง สังคมของตนเอง หลังจากที่ได้รับ การปรึกษา	<u>วิธีดำเนินการ</u> 1. ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนและติดตามผล เรื่องที่สนทนาในครั้งที่ผ่านมา 2. ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติด เปรียบเทียบพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับ การปรับตัวทางสังคมของตนเองก่อน

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			และหลัง การให้คำปรึกษา 3.ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพ คิด ช่วยกันสรุป ผลของการ ให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตาม ทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อ การปรับตัวทางสังคม และผู้ ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม 4. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอรับ ผู้ศึกษาเสพคิดที่เข้ารับการ ทดลองทุกคน

รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 1

เรื่อง ปฐมนิเทศและเริ่มต้นการให้คำปรึกษา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่าง ผู้ให้คำปรึกษากับผู้ติดยาเสพติด และระหว่างผู้ติดยาเสพติด ด้วยกันเอง เพื่อสร้างบรรยากาศในการให้คำปรึกษา เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติดรู้สึกอบอุ่นใจ ไว้วางใจ และเป็นกันเองกับผู้ให้คำปรึกษา
2. เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติดทราบ และเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อการปรับตัวทางสังคม บทบาทหน้าที่ของผู้ติดยาเสพติดและผู้ให้คำปรึกษา ตลอดจนช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ในการรับคำปรึกษา

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษา กล่าวต้อนรับผู้ติดยาเสพติดพร้อมทั้งแนะนำตัวเอง ให้ผู้ติดยาเสพติดรู้จัก
2. ให้ผู้ติดยาเสพติดแต่ละคนแนะนำตัวเอง
3. ผู้ให้คำปรึกษา ชี้แจงให้ผู้ติดยาเสพติดทราบ วัตถุประสงค์ วิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อการปรับตัวทางสังคม บทบาท หน้าที่ของผู้ติดยาเสพติด และผู้ให้คำปรึกษาตลอดจนช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ในการให้คำปรึกษา
4. เปิดโอกาสให้ผู้ติดยาเสพติดซักถาม ในประเด็นที่สงสัยเกี่ยวกับ รายละเอียดต่างๆ ที่ได้ชี้แจงไป
5. ผู้ให้คำปรึกษา และผู้ติดยาเสพติดร่วมกันสรุป สิ่งที่ได้จากการสนทนา เพื่อให้มีความเข้าใจตรงกัน

การประเมินผล

ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตความสนใจ และการซักถามประเด็นต่างๆ ของผู้ติดยาเสพติด

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 2

เรื่อง ความหมายของการปรับตัวทางสังคม และลักษณะการปรับตัวทางสังคมด้านต่างๆ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเข้าใจความหมายของการปรับตัวทางสังคม และลักษณะการปรับตัวทางสังคมด้านต่างๆ
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ตลอดจนเรียนรู้วิธีพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้ง ตามขั้นตอนสำคัญ ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มดำเนินการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว
2. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา
 - 2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติดได้สำรวจ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม การปรับตัวทางสังคมของตนเองในปัจจุบัน ทั้งด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษาได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึง ลักษณะการปรับตัวทางสังคมของตนเองในปัจจุบันอย่างชัดเจน
 - 2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาเสพติดได้พิจารณา และประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อน ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไร และควรปรับปรุงแก้ไขมากขึ้นเพียงใด
 - 2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติด วางแผนการปฏิบัติในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อน การวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และผู้ศึกษาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ

2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติด ที่ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อน โดยผู้ติดยาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญาโดยตัวของผู้ติดยาเสพติดเอง

2.5 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติด รายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อน ของผู้ติดยาเสพติด

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่า ผู้รับคำปรึกษาได้กระจ่างในปัญหา และสามารถแก้ปัญหาที่ตนเองได้ ก็จะยุติการให้คำปรึกษาโดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อนของผู้ติดยาเสพติด

2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ติดยาเสพติดมีวิธีการ หรือมีแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 3

การปรับเรื่อง ตัวทางสังคมด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาของตนเอง

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว
2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา
 - 2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรม เพื่อให้เข้ากับบุคคลในครอบครัว และเพื่อนในปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติด ได้สำรวจ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึงลักษณะการปรับตัวทางสังคม ของตนเองในปัจจุบันอย่างชัดเจน
 - 2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาเสพติด ได้พิจารณา และประเมิน ความคิดความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่มีต่อตนเอง ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไร และควรปรับปรุงแก้ไขมากขึ้นเพียงใด
 - 2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติด วางแผนการปฏิบัติในการพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง การวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และผู้ศึกษาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ
 - 2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติด ที่ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มี

ต่อตนเอง โดยผู้ศึกษาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา โดยตัวของผู้ศึกษาเสพติดเอง

2.5 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติดรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ของผู้ศึกษาเสพติด

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้ทำงานในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเองได้ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอภิปราย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ของผู้ศึกษาเสพติด

2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ศึกษาเสพติดมีวิธีการหรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ศึกษาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตาม **เรื่อง การปรับตัวทางสังคมด้านความ**

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติดเห็นความ
รู้สึก และพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติดแสดงความคิดเห็น
ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้อง

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษา
ตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศ
ให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษา
2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา
 - 2.1 ขั้นสำรวจความคิดเห็น ความรู้สึก
กับบุคคลในครอบครัว และเพื่อนในปัจจุบัน
คิด ความรู้สึก และพฤติกรรมเกี่ยวกับการ
ปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา
การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การใช้
ลักษณะการปรับตัวทางสังคม ของตนเองใน
 - 2.2 ขั้นประเมินความคิด ความ
สังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ติดยาเสพติด
และพฤติกรรม ที่เกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคม
และควรปรับปรุงแก้ไขมากขึ้นเพียงใด
 - 2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้
ปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และ
จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ติดยาเสพติด
และผู้ติดยาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ
 - 2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน
ปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด

ต่อต้านเอง โดยผู้ศึกษาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา โดยตัวของผู้ศึกษาเสพติดเอง

2.5 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษา ให้ผู้ศึกษาเสพติดรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาติดตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อต้านเอง ของผู้ศึกษาเสพติด

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้กระจำงในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเอง ได้ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอภิปราย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมที่มีต่อต้านเอง ของผู้ศึกษาเสพติด

2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ศึกษาเสพติดมีวิธีการ หรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ศึกษาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 5

เรื่อง การปรับตัวทางสังคมด้านความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาของตนเอง

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว
2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา
 - 2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรม เพื่อให้เข้ากับบุคคลในครอบครัว และเพื่อนในปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติดได้สำรวจ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคม ของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึงลักษณะการปรับตัวทางสังคม ของตนเองในปัจจุบันอย่างชัดเจน
 - 2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาเสพติดได้พิจารณา และประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคมที่มีต่อตนเอง ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไร และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างน้อยเพียงใด
 - 2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติดวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง การวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และผู้ศึกษาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ
 - 2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติดที่ตกลงใจที่จะปฏิบัติ ตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม

ที่มีต่อตนเอง โดยผู้ศึกษาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา โดยตัวของผู้ศึกษาเสพติดเอง

2.5 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติดรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ของผู้ศึกษาเสพติด

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้กระจ่างในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเอง ได้ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ของผู้ศึกษาเสพติด

2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่าผู้ศึกษาเสพติดมีวิธีการ หรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ศึกษาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 6
เรื่อง การปรับตัวทางสังคมด้านความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมที่มีต่อ
บุคคลในครอบครัว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาสภาพจิตเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาสภาพจิตแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาของตนเองต่อบุคคลในครอบครัว

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้ง ตามขั้นตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มดำเนินการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา

2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรม เพื่อให้เข้ากับบุคคลในครอบครัว ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาสภาพจิตได้สำรวจ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม เกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคมของตนเองต่อบุคคลในครอบครัวในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาสภาพจิตกล่าวถึงลักษณะการปรับตัวทางสังคมต่อบุคคลในครอบครัวในปัจจุบันอย่างชัดเจน

2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาสภาพจิตได้พิจารณาและประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไรและควรปรับปรุงแก้ไขมากขึ้นเพียงใด

2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาสภาพจิตวางแผนการปฏิบัติในการพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว การวางแผนการปฏิบัตินั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาสภาพจิต ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และผู้ศึกษาสภาพจิตเต็มใจที่จะปฏิบัติ

2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติดที่ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองเป็นผู้กำหนดเพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว โดยผู้ศึกษาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา โดยตัวของผู้ศึกษาเสพติดเอง

2.5 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติดรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาติดตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว ของผู้ศึกษาเสพติด

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้กระจ่างในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเองได้ ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว ของผู้ศึกษาเสพติด

2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ศึกษาเสพติดมีวิธีการหรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ศึกษาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 7
เรื่อง การปรับตัวทางสังคมด้านความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมที่มีต่อ
บุคคลในครอบครัว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาของตนเองต่อบุคคลในครอบครัว

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้ง ตามขั้นตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว
2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา
 - 2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรม เพื่อให้เข้ากับบุคคลในครอบครัว ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติดได้สำรวจ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมของตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัวในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึงลักษณะการปรับตัวทางสังคมต่อบุคคลในครอบครัว ในปัจจุบันอย่างชัดเจน
 - 2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาเสพติดได้พิจารณา และประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไ และควรปรับปรุงแก้ไขมาน้อยเพียงใด
 - 2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติดวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว การวางแผนการปฏิบัติ นั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และผู้ศึกษาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ

2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติดที่ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว โดยผู้ติดยาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา โดยตัวของผู้ติดยาเสพติดเอง

2.5 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติดรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัวของผู้ติดยาเสพติด

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้ระงับในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเองได้ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว ของผู้ติดยาเสพติด

2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ติดยาเสพติดมีวิธีการหรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 8
เรื่อง การปรับตัวทางสังคมด้านความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมที่มีต่อ
บุคคลในครอบครัว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาของตนเองต่อบุคคลในครอบครัว

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้ง ตามขั้นตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มดำเนินการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว
2. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา
 - 2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรม เพื่อให้เข้ากับบุคคลในครอบครัว ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติดได้สำรวจ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมของตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัวในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึงลักษณะการปรับตัวทางสังคมต่อบุคคลในครอบครัวในปัจจุบันอย่างชัดเจน
 - 2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาเสพติดได้พิจารณา และประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไร และควรปรับปรุงแก้ไขมากขึ้นเพียงใด
 - 2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติด วางแผนการปฏิบัติในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว การวางแผนการปฏิบัตินั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และผู้ศึกษาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ

2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติด ที่ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว โดยผู้ติดยาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา โดยตัวของผู้ติดยาเสพติดเอง

2.5 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติดรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว ของผู้ติดยาเสพติด

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้กระงานในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเองได้ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว ของผู้ติดยาเสพติด

2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ติดยาเสพติดมีวิธีการหรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 9
เรื่อง การปรับตัวทางสังคมด้านความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติด เห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ที่เป็นปัญหาของตนเองที่มีต่อเพื่อน

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้ง ตามขั้นตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว
2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา
 - 2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรม เพื่อให้เข้ากับเพื่อนในปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติดได้สำรวจ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม เกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคมที่มีต่อเพื่อนในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึง ลักษณะการปรับตัวทางสังคมของตนเอง ในปัจจุบันอย่างชัดเจน
 - 2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาเสพติดได้พิจารณา และประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่มีต่อเพื่อน ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไร และควรปรับปรุงแก้ไขมากน้อยเพียงใด
 - 2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติด วางแผนการปฏิบัติในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน การวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และผู้ศึกษาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ
 - 2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติด ที่ตกลงใจที่จะ

ปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อเพื่อน โดยผู้ติดยาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา โดยตัวของผู้ติดยาเสพติดเอง

2.5 ขั้นตอนตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติดรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาติดตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อเพื่อน ของผู้ติดยาเสพติด

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้กระจ่างในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเอง ได้ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน ของผู้ติดยาเสพติด

2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ติดยาเสพติดมีวิธีการหรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติด หรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 10
เรื่อง การปรับตัวทางสังคมด้านความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาของตนเองที่มีต่อเพื่อน

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้ง ตามขั้นตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว
2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา
 - 2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรม เพื่อให้เข้ากับเพื่อนในปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติดได้สำรวจ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่มีต่อเพื่อนในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึง ลักษณะการปรับตัวทางสังคมของตนเองในปัจจุบันอย่างชัดเจน
 - 2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่มีต่อเพื่อน ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาเสพติดได้พิจารณา และประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่มีต่อเพื่อน ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไรและควรปรับปรุงแก้ไขมากน้อยเพียงใด
 - 2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติดวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน การวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริงมีความชัดเจน และผู้ศึกษาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ
 - 2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติดที่ตกลงใจที่จะ

ปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน โดยผู้ศึกษาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา โดยตัวของผู้ศึกษาเสพติดเอง

2.5 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติดรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน ของผู้ศึกษาเสพติด

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษาในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้กระจำงในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเองได้ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน ของผู้ศึกษาเสพติด
2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ศึกษาเสพติดมีวิธีการหรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมของผู้ศึกษาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 11

เรื่อง การปรับตัวทางสังคมด้านความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ที่เป็นปัญหาของตนเองที่มีต่อเพื่อน

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้ง ตามขั้นตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มดำเนินการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว
2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา
 - 2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรม เพื่อให้เข้ากับเพื่อนในปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติดได้สำรวจ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมเกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคมที่มีต่อเพื่อนในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึง ลักษณะการปรับตัวทางสังคมของตนเอง ในปัจจุบันอย่างชัดเจน
 - 2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาเสพติดได้พิจารณา และประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคมที่มีต่อเพื่อน ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไร และควรปรับปรุงแก้ไขมากน้อยเพียงใด
 - 2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติดวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน การวางแผนการปฏิบัติ นั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และผู้ศึกษาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ
 - 2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติด ที่ตกลงใจที่จะ

ปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อเพื่อน โดยผู้ติดยาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา โดยตัวของผู้ติดยาเสพติดเอง

2.5 ขั้นตอนติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสฟติรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาติดตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อเพื่อน ของผู้ติดยาเสฟติ

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณา ผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้กระจำงในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเอง ได้ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน ของผู้ติดยาเสฟติ

2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ติดยาเสฟติมีวิธีการหรือนแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสฟติ หรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 12

เรื่อง ยุติการให้คำปรึกษาและปัจฉินิเทศ

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติดสรุปผลการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมของตนเอง หลังจากที่ได้รับการให้คำปรึกษา

วิธีการดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนและติดตามผลเรื่องที่สนทนาในครั้งที่ผ่านมา
2. ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติด เปรียบเทียบความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมของตนเองก่อน และหลังการให้คำปรึกษา
3. ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติด ช่วยกันสรุปผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อการปรับตัวทางสังคม และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม
4. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอขอบใจผู้ติดยาเสพติดที่เข้ารับการทดลอง และกล่าวปิดการทดลอง

การประเมินผล

ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการสรุป และความสนใจในการร่วมกิจกรรมของผู้ติดยาเสพติด

โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง
สำหรับกลุ่มทดลองที่ 2

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีเนนการ
1	ปฐมนิเทศและ เริ่มต้นการให้ คำปรึกษา	1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพ ระหว่างผู้ให้คำปรึกษา กับผู้ติดยาเสพติด และสร้างบรรยากาศใน การให้คำปรึกษา เพื่อ ให้ผู้ติดยาเสพติดรู้สึก อบอุ่นใจ ไว้วางใจ และเป็นกันเองกับผู้ให้ คำปรึกษา 2. เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติด ทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการของการให้คำปรึกษาเป็น รายบุคคลตามทฤษฎี เผชิญความจริงที่มีต่อ การปรับตัวกับสังคม บทบาท หน้าที่ของผู้ ติดยาเสพติดและผู้ให้ คำปรึกษา ตลอดจน ช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ ในการรับคำปรึกษา	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับ ทักทาย ผู้ติดยาเสพติด พร้อมทั้งแนะนำตนเอง ให้ผู้ติดยาเสพติดรู้จัก 2. ให้ผู้ติดยาเสพติดแต่ละคนแนะนำ ตนเอง 3. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงให้ผู้ติดยาเสพติด ทราบเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการ ของการให้คำปรึกษาเป็นราย บุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อการปรับตัวกับสังคม บทบาท หน้าที่ของผู้ติดยาเสพติด และผู้ให้ คำปรึกษาตลอดจนช่วงเวลา ระยะ เวลาจำนวนครั้ง และสถานที่ใน การรับคำปรึกษา 4. เปิดโอกาสให้ผู้ติดยาเสพติด ชัก ถามในประเด็นที่สงสัยเกี่ยวกับรายละเอียดต่างๆ ที่ได้ชี้แจงไป 5. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้ติดยาเสพติด สรุปสิ่งที่ได้จากการสนทนา เพื่อ ให้มีความเข้าใจตรงกัน

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2	ความหมายของการปรับตัวทางสังคม และลักษณะการปรับตัวทางสังคม การปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ด้านต่างๆ	1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเข้าใจ ความหมาย และคุณลักษณะสำคัญของการปรับตัวทางสังคม 2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็น ความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ตลอดจนเรียนรู้วิธีพัฒนาการปรับตัวทางสังคม	การให้คำปรึกษาครั้งที่ 2-11 ผู้ให้คำปรึกษา ดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ทุกครั้ง ตามขั้นสำคัญดังนี้ 1. <u>ขั้นสร้างสัมพันธภาพ</u> ผู้ให้คำปรึกษาสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา และ ติดตามผลการให้คำปรึกษา ครั้งที่ 2-11 2. <u>ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา</u> 2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติดได้สำรวจความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองในปัจจุบัน ทั้งด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึงลักษณะการปรับตัวทางสังคมตนเองในปัจจุบันอย่างชัดเจน
3-5	การปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง	1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็น ความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อตนเอง 2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดงความคิดความรู้สึก และพฤติกรรม ที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาของตนเอง	ปัจจุบัน ทั้งด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึงลักษณะการปรับตัวทางสังคมตนเองในปัจจุบันอย่างชัดเจน 2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
6-8	การปรับตัวทางสังคมด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว	1. เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคมด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว 2. เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติดแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมของตนเองต่อบุคคลในครอบครัว	ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติดได้พิจารณาและประเมินความคิดความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อนตามความเป็นจริง ว่าเป็นอย่างไร และควรปรับปรุงแก้ไขมากน้อยเพียงใด 2.3 ขั้นวางแผนปฏิบัติผู้รับคำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ติดยาวางแผนปฏิบัติในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อน การวางแผนการปฏิบัตินั้นต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ติดยาเสพติดซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริงมีความชัดเจน และผู้ติดยาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ
9-11	การปรับตัวทางสังคมด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน	1. เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคมด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน 2. เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติดแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาต่อเพื่อน	2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพันผู้ให้คำปรึกษา ให้ผู้ติดยาเสพติดที่ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผน ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อนโดยผู้ติดยาเสพติดเขียนข้อตกลง ในรูปแบบของสัญญาโดยตัวผู้ติดยาเสพติดเอง 2.5 ขั้นติดตามผลผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติดรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการ

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
12	ยุติการให้คำปรึกษาและปัจจัยนิเทศ	เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติดสรุปผลการพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของตนเอง หลังจากที่ได้รับการปรึกษา	ปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติในการพัฒนาความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมที่ตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อนของผู้ติดยาเสพติด 3. <u>ขั้นตอนการให้คำปรึกษา</u> ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้งเมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่า ผู้รับคำปรึกษาได้กระจ่างในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเองได้ก็จะยุติการให้คำปรึกษาครั้งนั้น โดยช่วยสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง <u>การประเมินผล</u> 1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการเรียนรู้ การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติด 2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่าผู้ติดยาเสพติดมีวิธีการ หรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมของตนเองได้อย่างเหมาะสม <u>วิธีดำเนินการ</u> 1. ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนและติดตามผลเรื่องที่สนทนาในครั้งที่ผ่านมา 2. ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติดเปรียบเทียบความคิด ความรู้สึก และ

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมของตนเอง ก่อนและหลังการให้คำปรึกษา 3.ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติด สรุปผลของการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อการปรับตัวทางสังคม และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอใบผู้ศึกษาเสพติดที่เข้ารับการทดลอง

รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง

การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 1

เรื่อง ปฐมนิเทศและเริ่มต้นการให้คำปรึกษา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้ติดยาเสพติด และระหว่างผู้ติดยาเสพติดด้วยกันเองเพื่อสร้างบรรยากาศในการให้คำปรึกษา เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติดรู้สึกอบอุ่นใจ ไว้วางใจและเป็นกันเองกับผู้ให้คำปรึกษา
2. เพื่อให้ผู้ติดยาเสพติดทราบ และเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อการปรับตัวทางสังคม บทบาทหน้าที่ของผู้ติดยาเสพติด และผู้ให้คำปรึกษา ตลอดจนช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ในการรับคำปรึกษา

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับผู้ติดยาเสพติด พร้อมทั้งแนะนำตัวเองให้ผู้ติดยาเสพติดรู้จัก
2. ให้ผู้ติดยาเสพติดแต่ละคนแนะนำตัวเอง
3. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงให้ผู้ติดยาเสพติดทราบ วัตถุประสงค์ และวิธีการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อการปรับตัวทางสังคม บทบาท หน้าที่ของผู้ติดยาเสพติด และผู้ให้คำปรึกษา ตลอดจนช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ในการให้คำปรึกษา
4. เปิดโอกาสให้ผู้ติดยาเสพติด ชักถามในประเด็นที่สงสัยเกี่ยวกับรายละเอียดต่าง ๆ ที่ได้ชี้แจงไป
5. ผู้ให้คำปรึกษา และผู้ติดยาเสพติด ร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการสนทนา เพื่อให้มีความเข้าใจตรงกัน

การประเมินผล

ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตความสนใจ และการซักถามประเด็นต่างๆ ของผู้ติดยาเสพติด

การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 2

เรื่อง ความหมายของการปรับตัวทางสังคม และลักษณะการปรับตัวทางสังคมด้านต่าง ๆ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติด เข้าใจความหมายของการปรับตัวทางสังคม และลักษณะการปรับตัวทางสังคมด้านต่าง ๆ
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ตลอดจนเรียนรู้วิธีพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอนสำคัญ ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มดำเนินการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว
2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา
 - 2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติด ได้สำรวจความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคม ของตนเองในปัจจุบันทั้งด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อน โดยผู้ให้คำปรึกษาให้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึง ลักษณะการปรับตัวทางสังคมของตนเองในปัจจุบันอย่างชัดเจน
 - 2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาเสพติด ได้พิจารณา และประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อนตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไร และควรปรับปรุงแก้ไขมากขึ้นเพียงใด
 - 2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติด วางแผนการปฏิบัติในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อน และวางแผนการปฏิบัตินั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และผู้ศึกษาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ

2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติดที่ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อน โดยผู้ติดยาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา โดยตัวของผู้ติดยาเสพติดเอง

2.5 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติด รายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อน ของผู้ติดยาเสพติด

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่า ผู้รับคำปรึกษาได้กระจำงในปัญหา และสามารถแก้ปัญหานั้นด้วยตนเองได้ ก็จะยุติการให้คำปรึกษาโดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อตนเอง ต่อบุคคลในครอบครัว และต่อเพื่อนของผู้ติดยาเสพติด
2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ติดยาเสพติดมีวิธีการ หรือมีแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 3

เรื่อง การปรับตัวทางสังคมด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาของตนเอง

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว
2. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา
 - 2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรม เพื่อให้เข้ากับบุคคลในครอบครัว และเพื่อนในปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติด ได้สำรวจความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคมของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึง ลักษณะการปรับตัวทางสังคมของตนเอง ในปัจจุบันอย่างชัดเจน
 - 2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาเสพติด ได้พิจารณา และประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่มีต่อตนเอง ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไร และควรปรับปรุงแก้ไขมากน้อยเพียงใด
 - 2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติด วางแผนการปฏิบัติในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง แผนการปฏิบัตินั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และผู้ศึกษาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ
 - 2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติด ที่ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มี

ต่อตนเอง โดยผู้ติดยาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา โดยตัวของผู้ติดยาเสพติดเอง

2.5 ขั้นตอนตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติดรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาติดตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติในการพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อตนเอง ของผู้ติดยาเสพติด

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้กระจำงในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเอง ได้ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง ของผู้ติดยาเสพติด
2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ติดยาเสพติดมีวิธีการหรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 4

เรื่อง การปรับตัวทางสังคมด้านความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาของตนเอง

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว
2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา
 - 2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรม เพื่อให้เข้ากับผู้ศึกษาในครอบครัว และเพื่อนในปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติดได้สำรวจ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึงลักษณะการปรับตัวทางสังคมของตนเองในปัจจุบันอย่างชัดเจน
 - 2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาเสพติดได้พิจารณา และประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ที่มีต่อตนเอง ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไร และควรปรับปรุงแก้ไขมากน้อยเพียงใด
 - 2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติดวางแผนการปฏิบัติในการพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง แผนการปฏิบัตินั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และผู้ศึกษาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ
 - 2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติด ที่ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มี

ต่อต้านเองโดยผู้ติดยาเสพติด เขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา โดยตัวของผู้ติดยาเสพติดเอง

2.5 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติดรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อต้านเอง ของผู้ติดยาเสพติด

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้กระจ่างในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเองได้ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อต้านเองของผู้ติดยาเสพติด

2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่าผู้ติดยาเสพติด มีวิธีการหรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 5

เรื่อง การปรับตัวทางสังคมด้านความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาของตนเอง

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา

2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรม เพื่อให้เข้ากับบุคคลในครอบครัว และเพื่อนในปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติดได้สำรวจ ความคิดความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมของตนเองในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟังการสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึงลักษณะการปรับตัวทางสังคมของตนเองในปัจจุบันอย่างชัดเจน

2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาเสพติดได้พิจารณา และประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่มีต่อตนเอง ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไร และควรปรับปรุงแก้ไขมากขึ้นเพียงใด

2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติด วางแผนการปฏิบัติในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง แผนการปฏิบัตินั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริงมีความชัดเจน และผู้ศึกษาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ

2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติด ที่ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มี

ต่อต้านเอง โดยผู้ติดยาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา โดยตัวของผู้ติดยาเสพติดเอง

2.5 ขั้นตอนติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติด รายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาติดตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อต้านเอง ของผู้ติดยาเสพติด

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้กระจำงในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเองได้ ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อต้านเองของผู้ติดยาเสพติด

2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ติดยาเสพติดมีวิธีการหรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 6
เรื่อง การปรับตัวทางสังคมด้านความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมที่มีต่อ
บุคคลในครอบครัว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาต่อบุคคลในครอบครัว

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว
2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา
 - 2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรมเพื่อให้เข้ากับบุคคลในครอบครัว ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติดได้สำรวจ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมต่อบุคคลในครอบครัวในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึงลักษณะการปรับตัวทางสังคมต่อบุคคลในครอบครัวในปัจจุบันอย่างชัดเจน
 - 2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาเสพติด ได้พิจารณา และประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ที่มีต่อบุคคลในครอบครัว ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไรและควรปรับปรุงแก้ไขมากน้อยเพียงใด
 - 2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติด วางแผนการปฏิบัติในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว แผนการปฏิบัตินั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และผู้ศึกษาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ

2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติด ที่ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว โดยผู้ติดยาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญาโดยตัวของผู้ติดยาเสพติดเอง

2.5 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติด รายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาติดตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว ของผู้ติดยาเสพติด

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้กระงำงในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเองได้ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัวของผู้ติดยาเสพติด

2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ติดยาเสพติดมีวิธีการหรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 7
เรื่อง การปรับตัวทางสังคมด้านความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมที่มีต่อ
บุคคลในครอบครัว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาสภาพคิดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาสภาพแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ที่เป็นปัญหาต่อบุคคลในครอบครัว

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา

2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรม เพื่อให้เข้ากับบุคคลในครอบครัว ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาสภาพคิดได้สำรวจความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมต่อบุคคลในครอบครัวในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาสภาพคิดกล่าวถึงลักษณะการปรับตัวทางสังคมต่อบุคคลในครอบครัวของตนเองในปัจจุบันอย่างชัดเจน

2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาสภาพคิดได้พิจารณา และประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ที่มีต่อบุคคลในครอบครัว ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไร และควรปรับปรุงแก้ไขมาอย่างน้อยเพียงใด

2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาสภาพคิด วางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว แผนการปฏิบัติ นั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาสภาพคิด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริงมีความชัดเจน และผู้ศึกษาสภาพคิดเต็มใจที่จะปฏิบัติ

2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติด ที่ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว โดยผู้ติดยาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา โดยตัวของผู้ติดยาเสพติดเอง

2.5 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพิตรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว ของผู้ติดยาเสพติด

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้กระงานในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเองได้ ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอภิปราย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว ของผู้ติดยาเสพติด
2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ติดยาเสพติดมีวิธีการ หรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 8
เรื่อง การปรับตัวทางสังคมด้านความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมที่มีต่อ
บุคคลในครอบครัว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาต่อบุคคลในครอบครัว

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว
2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา
 - 2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรม เพื่อให้เข้ากับบุคคลในครอบครัว ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติดได้สำรวจ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมต่อบุคคลในครอบครัวในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึงลักษณะการปรับตัวทางสังคมต่อบุคคลในครอบครัวในปัจจุบันอย่างชัดเจน
 - 2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาเสพติดได้พิจารณา และประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ที่มีต่อบุคคลในครอบครัว ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไรและควรปรับปรุงแก้ไขมากน้อยเพียงใด
 - 2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติดวางแผนการปฏิบัติในการพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว แผนการปฏิบัตินั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และผู้ศึกษาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ

2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติดที่ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว โดยผู้ติดยาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา โดยตัวของผู้ติดยาเสพติดเอง

2.5 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติด รายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัวของผู้ติดยาเสพติด

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้กระจำงในปัญหาและสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเองได้ ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว ของผู้ติดยาเสพติด

2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ติดยาเสพติดมีวิธีการหรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 9

เรื่อง การปรับตัวทางสังคมด้านความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาต่อเพื่อน

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา

2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรม เพื่อให้เข้ากับเพื่อนในปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติดได้สำรวจ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคมต่อเพื่อนในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึง ลักษณะการปรับตัวทางสังคมของตนเอง ในปัจจุบันอย่างชัดเจน

2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาเสพติดได้พิจารณา และประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคม ที่มีต่อเพื่อน ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไร และควรปรับปรุงแก้ไขมากน้อยเพียงใด

2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติด วางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน แผนการปฏิบัตินั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และผู้ศึกษาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ

2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติด ที่ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มี

ต่อเพื่อน โดยผู้ศึกษาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญาโดยตัวของผู้ศึกษาเสพติดเอง

2.5 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติด รายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาติดตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อเพื่อนของผู้ศึกษาเสพติด

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้กระจ่างในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเอง ได้ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอภิปราย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน ของผู้ศึกษาเสพติด
2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ศึกษาเสพติดมีวิธีการหรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ศึกษาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 10
เรื่อง การปรับตัวทางสังคมด้านความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาของตนเอง

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มด้วยการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว

2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา

2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรม เพื่อให้เข้ากับเพื่อนในปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติดได้สำรวจ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคมต่อเพื่อนในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึง ลักษณะการปรับตัวทางสังคม ของตนเองในปัจจุบันอย่างชัดเจน

2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาเสพติดได้พิจารณา และประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ที่มีต่อเพื่อน ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไรและควรปรับปรุงแก้ไขมากน้อยเพียงใด

2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติด วางแผนการปฏิบัติในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน แผนการปฏิบัตินั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และผู้ศึกษาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ

2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติด ที่ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มี

ต่อเพื่อน โดยผู้ติดยาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญาโดยตัวของผู้ติดยาเสพติดเอง

2.5 ขั้นตอนติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติดรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาดูตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน ของผู้ติดยาเสพติด

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้กระจำงในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเองได้ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน ของผู้ติดยาเสพติด

2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ติดยาเสพติดมีวิธีการหรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 11

เรื่อง การปรับตัวทางสังคมด้านความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสังคม ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
2. เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่แท้จริง และกล่าวถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหาของตนเอง

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษาคำแนะนำการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริงทุกครั้งตามขั้นตอน ดังนี้.

1. ขั้นสร้างสัมพันธภาพ และบรรยากาศในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มต้นการให้คำปรึกษา และติดตามผลการให้คำปรึกษาในครั้งที่แล้ว
2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา
 - 2.1 ขั้นสำรวจความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรม เพื่อให้เข้ากับบุคคลในครอบครัว และเพื่อนในปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้ศึกษาเสพติดได้สำรวจ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคมต่อเพื่อนในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การให้กำลังใจ และการสรุป เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดกล่าวถึง ลักษณะการปรับตัวทางสังคม ของตนเองในปัจจุบันอย่างชัดเจน
 - 2.2 ขั้นประเมินความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ผู้ให้คำปรึกษาโน้มน้าวให้ผู้ศึกษาเสพติดได้พิจารณา และประเมิน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคม ที่มีต่อเพื่อน ตามความเป็นจริงว่าเป็นอย่างไรและควรปรับปรุงแก้ไขมากน้อยเพียงใด
 - 2.3 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้ศึกษาเสพติดวางแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน แผนการปฏิบัตินั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้ศึกษาเสพติด ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง มีความชัดเจน และผู้ศึกษาเสพติดเต็มใจที่จะปฏิบัติ
 - 2.4 ขั้นสร้างสัญญาหรือข้อผูกพัน ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติด ที่ตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองเป็นผู้กำหนด เพื่อพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มี

ต่อเพื่อน โดยผู้ติดยาเสพติดเขียนข้อตกลงในรูปแบบของสัญญา โดยตัวของผู้ติดยาเสพติดเอง

2.5 ขั้นติดตามผล ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ติดยาเสพติดรายงานผลการปฏิบัติ และผู้ให้คำปรึกษาคิดตามผลการปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ในการพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน ของผู้ติดยาเสพติด

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง เมื่อผู้ให้คำปรึกษาได้พิจารณาผลการให้คำปรึกษาว่าผู้รับคำปรึกษาได้กระจำงในปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหานั้นด้วยตนเอง ได้ก็จะยุติการให้คำปรึกษา โดยช่วยกันสรุปความให้ชัดเจนอีกครั้งหนึ่ง

การประเมินผล

1. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตจากการอธิบาย และจากการเรียนรู้การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน ของผู้ติดยาเสพติด

2. ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตว่า ผู้ติดยาเสพติดมีวิธีการหรือแนวทางแก้ไขที่จะนำไปสู่การพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม ของผู้ติดยาเสพติดหรือไม่ อย่างไร

การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ครั้งที่ 12 เรื่อง ยุติการให้คำปรึกษาและป้องกันโรค

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้ศึกษาเสพติดสรุปผลการพัฒนา ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมของตนเอง หลังจากที่ได้รับ การให้คำปรึกษา

วิธีการดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาทบทวน และติดตามผลเรื่องที่สนทนาในครั้งที่ผ่านมา
2. ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติดเปรียบเทียบ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคมของตนเองก่อน และหลังการให้คำปรึกษา
3. ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้ศึกษาเสพติด สรุปผลของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อการปรับตัวทางสังคม และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม
4. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอขอบใจผู้ศึกษาเสพติดที่เข้ารับการทดลอง และกล่าวปิดการทดลอง

การประเมินผล

ผู้ให้คำปรึกษา สังเกตจากการสรุป และความสนใจในการร่วมกิจกรรมของผู้ศึกษาเสพติด

ภาคผนวก ข

- 1. แบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม**
- 2. ค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม**
- 3. ค่าคะแนนดิบของกลุ่มตัวอย่าง**

แบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม

ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม

คำชี้แจงในการทำแบบสอบถาม

แบบสอบถามนี้ เป็นแบบสอบถามที่ต้องการทราบ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ของสมาชิกในการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ด้านคือ

- * ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อตนเอง
- * ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อบุคคลในครอบครัว
- * ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน

แบบสอบถามนี้มี 34 ข้อ ขอให้สมาชิกอ่านข้อความเหล่านี้ทีละข้อ และพิจารณาเลือกข้อที่ตรงกับ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของสมาชิกตามสภาพความเป็นจริงให้มากที่สุด แล้วเขียนเครื่องหมาย (/) ลงในช่องที่ต้องการ หลังข้อความ ซึ่งกำหนดไว้ 5 ระดับ ได้แก่ ตรงกับความเป็นจริง มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด ดังตัวอย่าง

ข้อความ	เป็น จริง มากที่สุด	เป็น จริง มาก	เป็น จริง ปาน กลาง	เป็น จริง น้อย	เป็น จริง น้อย ที่สุด
1. ข้าพเจ้าคิดว่าข้าพเจ้า ต้องการ การยอมรับจาก ผู้อื่น					
2. ข้าพเจ้ารู้สึกน้อยใจเมื่อคิดว่า บุคคลในครอบ ครัวของ ข้าพเจ้าแสดงความไม่ไว้วางใจ					
3. ข้าพเจ้าเป็นคนโกรธง่ายเมื่อถูกเพื่อนล้อ					
4. ข้าพเจ้ารู้สึกโกรธที่ถูกคนดูถูกหรือแสดง ความรังเกียจ					
5. ข้าพเจ้ารู้สึกผิดหวังเมื่อคิดว่า บุคคลในครอบ ครัวไม่ให้ความสนใจในความเป็นอยู่ของ ข้าพเจ้า					
6. ข้าพเจ้าไม่รู้ว่าจะทักทาย และพูดคุยกับ เพื่อนอย่างไรแต่ละวันจึงทำเฉยๆ เมื่อพบหน้า กัน					
7. ข้าพเจ้าพอใจในความเป็นตัวของข้าพเจ้าใน ปัจจุบัน					
8. ข้าพเจ้าจะเข้าไปหา และพูดคุยปลอบใจ เมื่อ บุคคลในครอบครัวกำลังมีเรื่องไม่สบายใจ...					
9. ข้าพเจ้ากล่าวขอบคุณเพื่อน เมื่อเพื่อนแสดง ความเห็นใจ และเข้าใจในปัญหาของข้าพเจ้า					
10. ข้าพเจ้ารู้สึกท้อแท้ที่ต้องแก้ปัญหามากมาย ในชีวิต					
11. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าวางตัวไม่ถูก เมื่อบุคคลใน ครอบครัวกล่าวชมเชยต่อหน้า					
12. ข้าพเจ้าไม่กล้าแสดงความคิดเห็นเรื่องใดๆ เพราะกลัวจะขัดแย้งกับเพื่อน					

ข้อความ	เป็น จริง มากที่สุด	เป็น จริง มาก	เป็น จริง ปาน กลาง	เป็น จริง น้อย	เป็น จริง น้อย ที่สุด
13. ข้าพเจ้ารู้สึกอับอายเมื่อถูกคนอื่นถามเรื่อง ปัญหาการติดยาเสพติดในอดีต					
14. ข้าพเจ้าไม่รู้ว่าจะทักทาย และพูดคุยกับ บุคคล ใน ครอบครัวว่าอย่างไร จึงมักทำ เฉยๆเมื่อพบหน้ากัน					
15. ข้าพเจ้าจะให้ความร่วมมือ และอุทิศตน อย่างเต็มที่ เมื่อต้องร่วมกลุ่มทำกิจกรรม ใดๆ กับเพื่อนๆทุกครั้ง					
16. ข้าพเจ้าพอใจจะอยู่ตามลำพังโดยไม่มีใคร สนใจ					
17. ข้าพเจ้าไม่กล้าแสดงความคิดเห็นกับบุคคล ใน ครอบครัว เพราะไม่แน่ใจว่าเขาจะ เห็นด้วยหรือไม่					
18. ข้าพเจ้าถือว่าเพื่อนควรเข้าใจในตัวข้าพเจ้า อย่างที่ ข้าพเจ้าต้องการ					
19. ข้าพเจ้าเป็นคนเอาแต่ใจตนเอง					
20. ข้าพเจ้าคิดว่าการทำกิจกรรมร่วมกับบุคคล ในครอบครัวเป็นเรื่องไม่สำคัญ					
21. ข้าพเจ้าจะมีอารมณ์หงุดหงิด เมื่อการกระทำ ของเพื่อนไม่ถูกใจข้าพเจ้า					
22. ข้าพเจ้าคิดว่าข้าพเจ้าควรได้รับคำชมเชย					
23. ข้าพเจ้าชอบทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนบ้านมาก กว่าร่วมทำกิจกรรมกับบุคคลในครอบครัว ของตนเอง					

ข้อความ	เป็น จริง มากที่สุด	เป็น จริง มาก	เป็น จริง ปาน กลาง	เป็น จริง น้อย	เป็น จริง น้อย ที่สุด
24. เมื่อพบเพื่อนและมีโอกาส ข้าพเจ้าจะเข้าไป ทัก ทายกับเพื่อนก่อน					
25. ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดใจหากเป็นฝ่ายเริ่มต้น สนทนากับบุคคลที่ไม่คุ้นเคย					
26. ข้าพเจ้าไม่ชอบพูดคุยกับบุคคลในครอบ ครัว เพราะไม่รู้ว่าเขาคิดอย่างไรกับข้าพเจ้า					
27. เมื่อเห็นเพื่อนๆ มีความทุกข์ข้าพเจ้าจะเข้าไป หา และพูดคุยปลอบใจเพื่อน					
28. ข้าพเจ้ารู้สึกไม่สบายใจที่มีคนวิจารณ์เชิง ตำหนิข้าพเจ้า					
29. ข้าพเจ้าอยากให้นักลในครอบครัวยกย่อง เรื่องการติดยาของข้าพเจ้าในอดีต					
30. ข้าพเจ้าเต็มใจเล่าเรื่องที่ข้าพเจ้าทำผิดพลาด ให้เพื่อน ฟังเพราะคิดว่าเพื่อนเข้าใจ					
31. ข้าพเจ้าชอบทำกิจกรรมเป็นกลุ่มๆกับเพื่อน หลายคน					
32. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าข้าพเจ้ายังอุทิศตนในการทำ งานเพื่อครอบครัวไม่เต็มที่					
33. ข้าพเจ้ารู้สึกรำคาญเมื่อเพื่อนๆ ของข้าพเจ้ามี ความคิดเห็นขัดแย้งกัน					
34. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าไม่ได้รับความยุติธรรมจาก บุคคลในครอบครัว					

รายละเอียดเกี่ยวกับแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม

ลักษณะเกี่ยวกับแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม แบ่งออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้

1. ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อตนเอง มีจำนวน 11 ข้อ ดังนี้
ข้อที่ 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31
2. ด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ที่มีต่อบุคคลในครอบครัว มีจำนวน 12 ข้อ
ดังนี้ ข้อที่ 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29, 32, 34
3. ด้านความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีต่อเพื่อน มีจำนวน 11 ข้อ ดังนี้
ข้อที่ 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30, 33.

ตาราง 5 แสดงค่าอำนาจจำแนก ของแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม

ข้อที่	ค่า t	ข้อที่	ค่า t
1	4.2764	18	2.5859
2	6.4871	19	4.9590
3	2.0703	20	4.4640
4	3.3379	21	3.0960
5	6.3556	22	2.3265
6	3.8123	23	6.2886
7	3.7945	24	2.4390
8	3.5521	25	2.4244
9	2.9794	26	5.8909
10	2.2406	27	2.3927
11	5.1018	28	4.1441
12	4.9660	29	4.2764
13	2.8409	30	2.9794
14	3.5447	31	6.4207
15	2.3265	32	8.1756
16	4.5747	33	6.2897
17	3.4269	34	5.4511

ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ = 0.8572

ตาราง 6 แสดงคะแนนการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติด กลุ่มทดลองที่ 1

ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเผชิญความจริง

คนที่	คะแนนการปรับตัวทางสังคม		ผลต่างของ คะแนน การปรับตัว กับสังคม	อันดับที่ ของความ แตกต่าง	R^+	R^-
	ก่อนการ ทดลอง	หลังการ ทดลอง				
1	74	86	12	2	+2	-
2	66	86	20	8	+8	-
3	76	92	16	5	+5	-
4	46	60	14	3	+3	-
5	56	71	15	4	+4	-
6	44	54	10	1	+1	-
7	62	79	17	6.5	+6.5	-
8	58	75	17	6.5	+6.5	-
					$\Sigma R^+ = 36$	$\Sigma R^- = 0$

$T = 0^{**}$

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 7 แสดงคะแนนการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติด กลุ่มทดลองที่ 2
ก่อนและหลังการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง

คนที่	คะแนนการปรับตัวทางสังคม		ผลต่างของ คะแนน การปรับตัว ทางสังคม	อันดับที่ ของความ แตกต่าง	R^+	R^-
	ก่อนการ ทดลอง	หลังการ ทดลอง				
1	76	87	11	5	+5	-
2	49	65	16	8	+8	-
3	72	86	14	7	+7	-
4	68	78	10	4	+4	-
5	46	58	12	6	+6	-
6	66	74	8	2.5	+2.5	-
7	58	65	7	1	+1	-
8	60	68	8	2.5	+2.5	-
					$\Sigma R^+ = 36$	$\Sigma R^- = 0$

T = 0* *

* * มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 8 แสดงผลต่างของคะแนนการปรับตัวกับสังคมของผู้ศึกษาเพศดึกกลุ่มทดลอง ที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการทดลอง

คนที่	กลุ่มทดลองที่ 1		ผลต่างของคะแนน	อันดับที่ของความแตกต่าง	กลุ่มทดลองที่ 2		ผลต่างของคะแนน	อันดับที่ของความแตกต่าง
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง			ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง		
1	74	86	12	7.5	76	87	11	6
2	66	86	20	16	49	65	16	12.5
3	76	92	16	12.5	72	86	14	9.5
4	46	60	14	9.5	68	78	10	4.5
5	56	71	15	11	46	58	12	7.5
6	44	54	10	4.5	66	74	8	2.5
7	62	79	17	14.5	58	65	7	1
8	58	75	17	14.5	60	68	8	2.5
				$\Sigma R_1 = 90$				$\Sigma R_2 = 46$

$$U1 = 10^{**}$$

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

$$\begin{aligned}
 U_1 &= n_1 n_2 + \frac{n_1(n_1 + 1)}{2} - \sum R_1 \\
 &= 8 \times 8 + 36 - 90 \\
 &= 64 + 36 - 90 \\
 &= 10
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 U_2 &= n_1 n_2 + \frac{n_1(n_2 + 1)}{2} - \sum R_2 \\
 &= 8 \times 8 + 36 - 46 \\
 &= 54
 \end{aligned}$$

$$U = 10 **$$

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ นางกานดา ช่วยเมือง
 เกิดวันที่ 10 กันยายน พุทธศักราช 2499
 สถานที่เกิด อำเภอรัตนพิบูลย์ จังหวัดนครศรีธรรมราช
 สถานที่อยู่ปัจจุบัน บ้านเลขที่ 99/9 ซอยอ่อนนุช 90 ถนนสุขุมวิท เขตประเวศ
 กรุงเทพฯ 10250
 ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน นักจิตวิทยา 6 ว.
 สถานที่ทำงานปัจจุบัน สถานฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ติดยาเสพติด ประเวศ (บ้านพิชิตใจ)
 กองป้องกันและบำบัดการติดยาเสพติด สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2518 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนกัลยาณีศรีธรรมราช อำเภอ เมือง
 จังหวัด นครศรีธรรมราช
 พ.ศ. 2522 ศศ.บ. (จิตวิทยา และการแนะแนว) มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
 อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี
 พ.ศ. 2542 กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
 ประสานมิตร

การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อ
การปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ
บ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
กานดา ช่วยเมือง

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

มีนาคม 2542

การวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของผู้ติดยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพ บ้านพิชิตใจ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร ปีพุทธศักราช 2541 ที่มีการปรับตัวทางสังคม ต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ ที่ 50 ลงมา จำนวน 16 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง และกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง แบบแผนการทดลองคือ Randomized Group Pretest-Posttest Design เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า ได้แก่ แบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง และโปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง ในการวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติของ วิลคอกซัน และแมนวิทนีย์

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีการปรับตัวทางสังคมมากขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. ผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีการปรับตัวทางสังคมมากขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. ผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง และผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีการปรับตัวทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ .01

A COMPARISON OF THE EFFECTS OF REALITY GROUP AND INDIVIDUAL
COUNSELING ON THE SOCIAL ADJUSTMENT OF RECOVERING
DRUG ADDICTS AT BAN PIJTJAI HEALTH DEPARTMENT
BANGKOK METROPOLITAN ADMINISTRATION

AN ABSTRACT
BY
KANDA CHOAYMEUNG

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

March 1999

The purpose of this experimental research was to compare the effects of reality group and individual counseling on the social adjustment of Recovering Drug Addicts at Ban Pijitjai Health Department Bangkok Metropolitan Administration in the academic year 1998.

The sample was randomly selected from recovering drug addicts whose scores of the social adjustment questionnaire were lower than the 50th percentile rank. They were then randomly divided into two experimental groups : each group was consisted of 8 recovering drug addicts. The experimental group I was assigned to participate in reality group counseling and the experimental group II was assigned to participate in reality individual counseling.

The instruments were the reality group counseling program, the reality individual counseling program and the social adjustment questionnaire. The Wilcoxon's Matched Pairs Signed-Rank Test and The Mann-Witney U Test were used to analyze the data.

The results were as follows :

1. The social adjustment of the recovering drug addicts who were assigned to participate in reality group counseling program was significantly higher than before the experiment at .01 level.
2. The social adjustment of the recovering drug addicts who were assigned to participate in reality individual counseling program was significantly higher than before the experiment at .01 level.
3. The social adjustment of the recovering drug addicts who were assigned to participate in reality group counseling program was significantly different from those who were assigned to participate in reality individual program at .01 level