

ผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อความพร้อม
ในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรี
ชั้นปีที่ 2 สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม

ปริญญาานิพนธ์

ของ

อังสุรีย์ พุ่มชา

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

กุมภาพันธ์ 2544

ลิขสิทธิ์เป็นของ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อความพร้อม
ในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรี
ชั้นปีที่ 2 สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม

บทคัดย่อ
ของ
อังสุรีย์ พุ่มชา

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

กุมภาพันธ์ 2544

152043 ร.๒

h 215

อังสุรีย์ พุ่มชา. (2543). ผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 2 สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม. ปริญญาโท กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นันทนา วงษ์อินทร์, รองศาสตราจารย์ อัจฉรา สุขารมณ์.

การวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ที่มีต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 2 สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม ปีการศึกษา 2543

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 ที่มีคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมาที่สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 36 คน แล้วใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย เพื่อให้ได้จำนวนนักศึกษา 16 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน ซึ่งกลุ่มทดลองจะได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ส่วนกลุ่มควบคุมจะให้มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง และโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง แบบแผนการทดลองของการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบ Randomized Control Group Pretest – Posttest Design สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ $t - test$ Dependent sample และ $t - test$ Independent sample

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. นักศึกษากลุ่มทดลอง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากรับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง
2. นักศึกษากลุ่มควบคุม มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ไม่แตกต่างกัน หลังจากมีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ
3. นักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่านักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

THE EFFECT OF GROUP COUNSELING BASED ON REALITY THERAPY ON
SELF-DIRECTED LEARNING READINESS OF SECOND YEAR STUDENTS
OF RAJABHAT INSTITUTE PIBULSONGKRAM

AN ABSTRACT
BY
AUNGSUREE PUMCHA

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

February 2001

Aungsuree Pumcha. (2544). *The effect of group counseling based on reality therapy on*

Self- directed learning readiness of second year students of Rajabhat Institute Pibulsongkram. Master thesis, M.Ed (Guidance and Counseling Psychology).

Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee:

Asst. Prof. Dr. Nanthana Wong - In, Assoc. Prof. Ashara Sucaromana.

The purpose of this experimental research was to study the effect of group counseling based on reality therapy on self - directed learning readiness of second year students of Rajabhat institute Pibulsongkram in the academic year 2000.

The sample was randomly selected from second year students whose scores of the self - directed learning readiness were lower than twenty five of percentile rank, thirty - six students voluntary in the experiment. The sixteen students were randomly selected for the two group : each group was consisted of 8 students. The experimental group was assigned to participate in reality group counseling and the control group was given the conventional instruction. The experimental design was Randomized Control Group Pretest - Posttest design. The instruments were the self - directed learning readiness questionnaire and the reality group counseling program. The data was analyzed by t - test dependent sample and t - test independent sample.

The results were as follows:

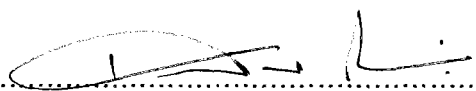
1. The self - directed learning readiness of the students who were assigned to participate in reality group counseling program was significantly increase after the experiment at .01 level.
2. The self - directed learning readiness of the students who were given the conventional instruction was not significantly difference.
3. The - self - directed learning readiness of the students who were assigned to participate in reality group counseling program was significantly increase than others who were given the conventional instruction at .05 level.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

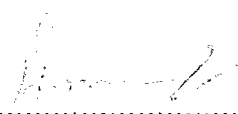
ผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อความพร้อม
ในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาปริญญาตรี
ชั้นปีที่ 2 สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม

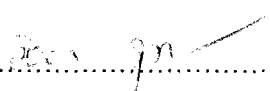
ของ
นางสาวอังสุรีย์ พุ่มชา

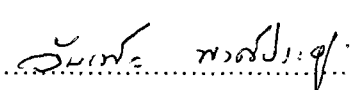
ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

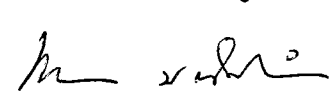

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร. เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)
วันที่ 14 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2544

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์


.....ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)


.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ อัจฉรา สุขารมณ)


.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วันเพ็ญ พงศ์ประยูร)


.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ทศพร มณีศรีขำ)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงไปด้วยความเรียบร้อย ด้วยการช่วยเหลือเอาใจใส่ และห่วงใยจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ ประธานที่ปรึกษาและควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ซึ่งให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะ ตลอดจนปรับปรุงแก้ไขในการทำปริญญานิพนธ์ ผู้วิจัยรู้สึกทราบบ้างในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง และขอกราบขอบคุณอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ อัจฉรา สุขารมณ์ กรรมการที่ปรึกษา ผู้ช่วยศาสตราจารย์วันเพ็ญ พงศ์ประยูร และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ทศพร มณีศรีขำ กรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติม ที่ได้ให้คำแนะนำและข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งแก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร. ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ รองศาสตราจารย์ เมธิรินทร์ ภิญโญชน และผู้ช่วยศาสตราจารย์ พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา ที่กรุณารับเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจแก้ไขเครื่องมือ ที่ใช้ในการวิจัย และให้คำแนะนำที่มีคุณค่ายิ่งแก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. คมเพชร ฉัตรศุภกุล ที่ได้กรุณาจัดหาทุนให้เพื่อใช้ในการวิจัย และเป็นกำลังใจในการทำปริญญานิพนธ์ด้วยดีเสมอมา

ขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร. ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ ที่กรุณาแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ที่เกิดขึ้นในงานวิจัย ตลอดจนมีความเอื้ออาทร และให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์ในภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษาทุกท่าน ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้แก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณ อธิการบดีสถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม คณะบดีคณะครุศาสตร์ และคณาจารย์ทุกท่านในภาควิชาการศึกษาปฐมวัย ตลอดจนขอขอบใจนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 2 วิชาเอกการศึกษาปฐมวัย สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม ที่ให้ความร่วมมือกับผู้วิจัยในการศึกษาค้นคว้าเป็นอย่างดี และอำนวยความสะดวกในการทำวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณ คุณสุเชษ พันธ์แก้ว พนักงานสหกรณ์ สหกรณ์ออมทรัพย์ครูสุโขทัย และครอบครัว ที่คอยห่วงใย คอยให้กำลังใจเสมอมา และให้ความช่วยเหลือในด้านการพิมพ์ปริญญานิพนธ์ จนสำเร็จได้ด้วยดี และขอขอบคุณ คุณพรเทพ เสถียรนพเก้า ที่ให้ความช่วยเหลือในการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

ขอขอบคุณเพื่อนๆ ทุกคนที่ให้ความช่วยเหลือในด้านต่างๆ และคอยให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยด้วยดีเสมอมา

คุณค่าทั้งหมดที่เกิดขึ้นจากการวิจัยในครั้งนี้ ขอมอบให้กับบิดามารดา และคณาจารย์
ทั้งหลาย ที่ได้อบรมสั่งสอน และปลูกฝังคุณความดี ตลอดจนประสิทธิ์ประสาทวิทยาการ ความรู้
ให้กับผู้วิจัยมาตั้งแต่ต้นจนถึงปัจจุบันนี้

อังสุรีย์ พุ่มชา

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ.....	1
	ภูมิหลัง.....	1
	ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	5
	ความสำคัญของการวิจัย.....	5
	ความสำคัญของการวิจัย.....	5
	ข้อจำกัดในการวิจัย	5
	ขอบเขตของการวิจัย.....	6
	การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	6
	ตัวแปรที่ศึกษา.....	6
	นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
	สมมุติฐานของการวิจัย.....	10
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย.....	11
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา.....	12
	ความหมายของการให้คำปรึกษา.....	12
	ปรัชญาของการให้คำปรึกษา.....	14
	วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา.....	15
	หลักการให้คำปรึกษา.....	15
	กระบวนการให้คำปรึกษา.....	16
	ทฤษฎีการให้คำปรึกษา.....	18
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม.....	19
	ความหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม.....	19
	วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา.....	21
	การจัดกลุ่มเพื่อรับคำปรึกษา.....	22
	พลังในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม.....	25
	คุณค่าและลักษณะเฉพาะของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม.....	26
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง.....	27
	ความเป็นมาของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง.....	27
	✓ ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติและความต้องการพื้นฐานของมนุษย์.....	28

สารบัญ (ต่อ)

บทที่		หน้า
2 (ต่อ)	✓ จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง.....	31
	✓ หลักการและเทคนิคการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง.....	33
	บทบาทและหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง.....	40
	✓ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง.....	43
	✓ งานวิจัยในต่างประเทศ.....	43
	✓ งานวิจัยในประเทศ.....	44
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง.....	45
	✓ ความหมายของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง.....	45
	ความสำคัญของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง.....	49
	ความเข้าใจเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง.....	51
	✓ องค์ประกอบของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง.....	52
	ลักษณะของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง.....	53
	✓ หลักการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง.....	56
	✓ ขั้นตอนของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง.....	58
	การส่งเสริมให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง.....	60
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง.....	64
	งานวิจัยในต่างประเทศ.....	64
	งานวิจัยในประเทศ.....	67
3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	70
	การเลือกประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	70
	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	70
	วิธีดำเนินการรวบรวมข้อมูล.....	71
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	79
	สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	79
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	81
	สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	81
	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	82

บัญชีตาราง (ต่อ)

บทที่	หน้า
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	90
สังเขปความมุ่งหมาย สมมุติฐาน และวิธีดำเนินการวิจัย.....	90
สรุปผลการวิจัย.....	93
อภิปรายผล.....	95
ข้อเสนอแนะทั่วไป.....	99
ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในครั้งต่อไป.....	100
บรรณานุกรม.....	101
ภาคผนวก.....	110
ภาคผนวก ก.....	111
1 แบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง.....	112
2 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถามความพร้อม ในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง.....	116
ภาคผนวก ข.....	117
1 โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง.....	118
2 รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง.....	157
3 ตัวอย่างการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง.....	196
4 ข้อตกลงในการเข้าร่วมกิจกรรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม.....	207
5 ตัวอย่างแบบฟอร์มการประเมินตนเองเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียน รู้ด้วยการนำตนเอง.....	208
ภาคผนวก ค.....	209
1 จดหมายขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ.....	201
2 จดหมายขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูล.....	202
3 จดหมายขอความร่วมมือเพื่อการวิจัย.....	203

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
ภาคผนวก ง.....	213
1 แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนการ ทดลอง ของนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็น กลุ่มแบบเผชิญความจริง กับนักศึกษากลุ่มควบคุมที่มีการเรียนรู้ โดยธรรมชาติ.....	214
2 แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลัง การทดลอง ของนักศึกษากลุ่มควบคุม ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็น กลุ่มแบบเผชิญความจริง ตามองค์ประกอบโดยรวม.....	215
3 แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลัง การทดลอง ของนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็น กลุ่มแบบเผชิญความจริง ตามองค์ประกอบรายด้าน.....	216
4 แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลัง การทดลอง ของนักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ตามองค์ประกอบโดยรวม.....	217
5 แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลัง การทดลอง ของนักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ตามองค์ประกอบรายด้าน.....	218
6 ตารางแสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง หลังการ ทดลอง ของนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม แบบเผชิญความจริง กับนักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดย ธรรมชาติ ตามองค์ประกอบโดยรวม.....	219
7 ตารางแสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำ ตนเอง หลังการทดลอง ของนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำ ปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง กับนักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มี การเรียนรู้โดยธรรมชาติ ตามองค์ประกอบรายด้าน.....	220
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	221

บัญชีตาราง

บทที่	หน้า
1 แผนการทดลองแบบ Randomized Control Group Pretest – Posttest Design.....	76
2 ระยะเวลาในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงของกลุ่มทดลอง....	77
3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนการทดลอง ของนักศึกษาในกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็น กลุ่มแบบเผชิญความจริง กับนักศึกษาในกลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดย ธรรมชาติ.....	82
4 เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการ ทดลอง ของนักศึกษาในกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบ เผชิญความจริงตามองค์ประกอบโดยรวม.....	83
5 เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการ ทดลองของนักศึกษาในกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบ เผชิญความจริงตามองค์ประกอบรายข้อ.....	84
6 เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการ ทดลองของนักศึกษาในกลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ตามองค์ ประกอบโดยรวม.....	85
7 เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการ ทดลอง ของนักศึกษาในกลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ตามองค์ ประกอบรายด้าน.....	86
8 เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง หลังการทดลองของ นักศึกษาในกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความ จริง กับนักศึกษาในกลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ตามองค์ ประกอบโดยรวม.....	87
9 เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง หลังการทดลองของ นักศึกษาในกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความ จริง กับนักศึกษาในกลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ตามองค์ ประกอบรายด้าน.....	88
10 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายชื่อของแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ ด้วยการนำตนเอง.....	116

บัญชีตาราง (ต่อ)

บทที่		หน้า
11	แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนการทดลองของนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง กับ นักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ.....	214
12	แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลองของนักศึกษากลุ่มควบคุม ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ตามองค์ประกอบโดยรวม.....	215
13	แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลองของนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ตามองค์ประกอบรายด้าน.....	216
14	แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลองของนักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ตามองค์ประกอบโดยรวม.....	217
15	แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลองของนักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ตามองค์ประกอบรายด้าน.....	218
16	แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองหลังการทดลอง ของนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง กับ นักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ตามองค์ประกอบโดยรวม.....	219
17	แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองหลังการทดลอง ของนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง กับ นักศึกษากลุ่มควบคุม ที่ได้รับการสอนแบบปกติ ตามองค์ประกอบรายด้าน.....	220

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 แบบจำลอง PRO model (Personal Responsibility Orientation Model).....	48

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การพัฒนาประเทศไทยให้เจริญก้าวหน้าทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และการปกครองตลอดจนความมั่นคงของชาตินั้น สิ่งที่ต้องได้รับการพิจารณาเป็นอันดับแรกคือ การวางรากฐานการศึกษาให้แก่เยาวชน เพราะการศึกษาจะเป็นกุญแจสำคัญ ในการผลิตกำลังคนให้กลายเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพ ทั้งทางด้านความรู้ ความคิด และการแก้ปัญหา ดังที่สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ (2535 : 5) ได้กล่าวไว้ว่า “การศึกษา” เป็นกระบวนการที่สำคัญยิ่งในการพัฒนาคนให้มีคุณภาพ และมีความสามารถที่จะปรับตัวได้อย่างรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงต่างๆที่จะมาถึง เมื่อการศึกษามีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาคน ดังนั้น การศึกษาที่เอื้อต่อสภาพของสังคมไทยในอนาคต จึงต้องเป็นการศึกษาที่มุ่งพัฒนาตัวบุคคล ครอบคลุมชุมชน ส่งเสริมให้บุคคลมีความเข้าใจ และมีทักษะเกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้ เพื่อศึกษาและพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต นอกจากนี้ โอกาสและคุณภาพของการเรียนรู้ที่บุคคลจะได้รับนั้น จะส่งผลต่อการพัฒนาศักยภาพในการเรียนรู้ และพัฒนาคุณภาพชีวิตของแต่ละคนโดยเน้นการพัฒนากระบวนการเรียนรู้ให้มีทักษะพื้นฐานในการเรียนรู้ รู้จักคิด วิเคราะห์ พอใจ และใฝ่รู้ (กรมการศึกษานอกโรงเรียน. 2539 : 4) ซึ่งสอดคล้องกับแผนพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 ที่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาคน เพราะเชื่อว่า “คน” เป็นศูนย์กลางของการพัฒนาสังคม และคนเป็นปัจจัยชี้ขาดความสำเร็จของการพัฒนาสังคม และการพัฒนาอื่นๆ การพัฒนาคน หมายถึง การพัฒนาคุณภาพและสมรรถนะของคนให้สามารถมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ที่จะเป็นการเพิ่มขีดความสามารถของชุมชน สังคม และของชาติ (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2538 : 3-7)

ระบบการศึกษาตามแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ ฉบับที่ 8 เป็นระบบการศึกษาที่เปิดโอกาสให้บุคคลได้เรียนรู้ เพื่อพัฒนาตนเองได้เหมาะสมกับวัยและเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต โดยอาศัยรูปแบบต่างๆ ทั้งการศึกษาที่จัดตามแนวระบบโรงเรียน และการศึกษาที่เกิดขึ้นจากกระบวนการเรียนรู้ในวิถีชีวิต (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. 2538 : 11) โดยให้การศึกษาเป็นกระบวนการที่ทำให้ผู้เรียนรู้จักการเรียนรู้วิธีแสวงหาความรู้ได้ด้วยตนเอง ในรูปแบบและวิธีที่หลากหลาย และรักที่จะเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญยิ่งต่อสังคมยุคข้อมูลข่าวสารและสังคมแห่งการเรียนรู้ ดังนั้นการจัดการศึกษาจึงจำเป็นต้องเสริมสร้างผู้เรียนให้มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเองมากขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้ผู้เรียนมีการคิด วิเคราะห์ ตัดสินใจแก้ปัญหาในชีวิตประจำวันได้ ซึ่งถือว่าเป็นรูปแบบการเรียนรู้วิธีหนึ่ง ที่มีความสำคัญ

ในปัจจุบันเพราะเป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่ยอมรับสภาพความแตกต่างของแต่ละบุคคล เป็นการเรียนรู้ที่เคารพในศักยภาพของผู้เรียนและเป็นการเรียนที่สนองต่อความต้องการ ความสำคัญของผู้เรียนโดยที่ยอมรับว่าผู้เรียนทุกคนมีความสามารถที่จะเรียนรู้สิ่งต่างๆด้วยตนเองได้ เพื่อให้ตนเองดำรงชีวิตอยู่ในสังคมที่กำลังเปลี่ยนแปลงได้อย่างมีความสุข ซึ่งมีนักการศึกษาหลายท่านเชื่อว่า การพัฒนาบุคคลให้มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองจะส่งผลให้เกิดการพัฒนาในหลายๆ ด้าน เช่น ความต้องการในการเรียนรู้ ความปรารถนาที่จะเรียนรู้ การคิดหาเหตุผลในการแก้ปัญหาและชี้นำตนเองได้ สิ่งเหล่านี้มีความสัมพันธ์สืบเนื่องมาจากความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของบุคคล ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว

จากสภาพทางสังคมของผู้เรียนในระดับอุดมศึกษาซึ่งเป็นวัยรุ่นที่อยู่ในช่วงอายุ 17-22 ปี กำลังอยู่ในช่วงรอยต่อระหว่างการเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย กับการเรียนในระดับอุดมศึกษา ซึ่งมีรูปแบบและวิธีการเรียนแตกต่างกันอย่างเห็นได้ชัด โดยที่การเรียนในระดับมัธยมศึกษา ผู้เรียนจะได้รับความช่วยเหลือจากครูผู้สอนเป็นส่วนใหญ่ ผู้เรียนจึงอยู่ในฐานะของการเป็นผู้รับแต่เพียงด้านเดียว แต่เมื่อเข้าสู่สถาบันอุดมศึกษารูปแบบและวิธีการเรียนจะเปลี่ยนไปจากเดิมโดยครูผู้สอนจะทำหน้าที่ในการแนะแนว แนะนำให้ข้อคิด ข้อเสนอแนะในเรื่องต่างๆ โดยที่นักศึกษาต้องเป็นผู้ตัดสินใจและศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ และการเรียนรู้จะเกิดขึ้นอย่างกว้างขวางมากน้อยเพียงใดนั้น จำเป็นต้องทราบระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาด้วยว่าอยู่ในระดับใด สมองตอบตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้หรือไม่ ที่ผ่านมามีผู้วิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะของผู้ที่สามารถเรียนรู้ด้วยการนำตนเองหลายคน เช่น กุกลิเอลมิโน (Guglielmino. 1977 : 1-7) ได้ทำการวิจัยเรื่อง Development of The Self-Directed Learning Readiness Scale ซึ่งสามารถชี้ให้เห็นว่าการที่บุคคลจะเรียนรู้ด้วยการนำตนเองได้นั้น ต้องมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง 8 ประการ ได้แก่

1. เปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ (Openness of Learning Opportunities)
2. รักที่จะเรียนรู้ (Love of Learning)
3. มองอนาคตในแง่ดี (Positive Orientation of the Future)
4. พร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง (Informed Acceptance of Responsibility for one' s own Learning)
5. มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ (Self Concept as an Effective Learning)
6. มีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา (Ability to Use Basic Study Skills and Problem-Solving Skills)
7. มีอิสระในการเรียนรู้ (Independent in Learning)
8. มีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ (Initiation and Creativity)

เนื่องจากการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองมีความสำคัญต่อการเรียนของนักศึกษา จึงทำให้สถาบันการศึกษาหลายแห่งมีความต้องการที่จะพัฒนาผู้เรียน ให้มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ซึ่งสถาบันราชภัฏพิบูลสงครามก็เป็นสถาบันหนึ่งที่มีนโยบายที่จะดำเนินการจัดการเรียนการสอนเพื่อสนับสนุนส่งเสริมให้นักศึกษามีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง เพื่อให้นักศึกษาได้ประสบความสำเร็จในการเรียนมากยิ่งขึ้น

จากข้อมูลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงได้สัมภาษณ์อาจารย์ผู้สอน อาจารย์แนะแนวของสถาบันราชภัฏพิบูลสงครามเกี่ยวกับการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2542 พบว่า นักศึกษาไม่ค่อยให้ความสนใจและเอาใจใส่ต่อการเรียนเท่าที่ควร ไม่มีความกระตือรือร้น ขณะที่เรียนก็ไม่ค่อยมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ไม่มีการค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติมจากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ ไม่มีการคิดค้นหาวิธีการใหม่ๆ มาจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นกับการเรียนของตนเองได้

ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้สำรวจข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2542 จำนวน 550 คน โดยใช้แบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของ สุนทร สุทองหล่อ ที่ได้ดัดแปลงมาจากเครื่องมือวัดความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง (Self - Directed Learning Readiness Scale) SDLRS ของลูซี่ แมดเซน กุกลิเอลมีโน (Lucy Madsen Guglielmino. 1977 : 79-82) พบว่ามีนักศึกษาประเมินความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมาจำนวน 138 คน

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงได้สัมภาษณ์ข้อมูลเพิ่มเติมจากนักศึกษาที่อยู่ในกลุ่มเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา ซึ่งได้เลื่อนชั้นเป็นระดับชั้นปีที่ 2 ปีการศึกษา 2543 โดยสัมภาษณ์เกี่ยวกับปัญหาทางการเรียน พบว่า นักศึกษารู้สึกกังวลเกี่ยวกับเรื่องการเรียน เนื่องจากเวลาเรียนจดจำบรรยายไม่ทัน ฟังอาจารย์อธิบายไม่เข้าใจ และไม่กล้าถามเพราะกลัวถูกตำหนิ กลัวถูกเพื่อนเยาะเย้ยเวลามีปัญหาทางการเรียนเกิดขึ้นไม่สามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาด้วยตนเองได้ กลัวว่าตนเองจะไม่ประสบความสำเร็จทางการเรียนและไม่มีความก้าวหน้าในชีวิต

จากการสำรวจข้อมูลดังกล่าวข้างต้น ทำให้ทราบว่านักศึกษาชั้นปีที่ 2 ไม่ให้ความสนใจและเอาใจใส่ต่อการเรียนเท่าที่ควร ไม่ค่อยมีความกระตือรือร้นที่จะเรียนรู้สิ่งต่างๆด้วยตนเอง จะเข้าเรียนเฉพาะในวิชาที่สนใจเรียน แต่ถ้าเป็นเรื่องที่ยากๆ ก็จะพยายามหลีกเลี่ยง และไม่ยากที่จะศึกษาเพิ่มเติมในเรื่องนั้นๆ จากแหล่งข้อมูลต่างๆ ไม่มีการแสวงหาวิธีการเรียนใหม่ๆด้วยตนเอง ขณะที่เรียนก็ไม่ค่อยสนใจฟัง ซักถาม แสดงความคิดเห็น และจดบันทึกเกี่ยวกับเรื่องที่เรียน ไม่สนใจตอบคำถาม เพราะกลัวตอบผิดแล้วจะถูกอาจารย์ตำหนิ กลัวถูกเพื่อนเยาะเย้ยเวลามีปัญหาทางการเรียนเกิดขึ้นก็ไม่สามารถแก้ปัญหาด้วยตนเองได้ ไม่รู้จะปฏิบัติตนอย่างไรเกี่ยวกับเรื่องที่เรียน ทำให้รู้สึกไม่มั่นใจในการเรียน กลัวว่าตนเองจะไม่ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ และไม่มีความก้าวหน้าในชีวิต ซึ่งปัญหาต่างๆเหล่านี้มีความสอดคล้องกับองค์ประกอบของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองทั้ง 8 ด้านของกุกลิเอลมีโน

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์ที่จะพัฒนาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 2 สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม โดยใช้แนวความคิดของกุกลิเอลมีโน มาเป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้า เพื่อให้ นักศึกษามีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ดีขึ้นและประสบผลสำเร็จทางการเรียน

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำหลักการและวิธีการให้คำปรึกษามาใช้ในการพัฒนา ทั้งนี้ เพราะว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือแก่บุคคล ระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา ซึ่งต้องการความช่วยเหลือเพื่อให้เข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่นและเข้าใจสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น มีทักษะในการตัดสินใจ และทักษะในการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถพัฒนาตนเองในทุกด้านได้อย่างเหมาะสม (วัชร ทรัพย์มี. 2533 : 5) จากการที่ผู้วิจัยศึกษา ทฤษฎีการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยมีความเห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง เป็นวิธีหนึ่งที่น่าจะสามารถนำมาใช้ในการพัฒนาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาได้ ซึ่ง กลาสเซอร์ (ประวิณ สุทธิสง่า. 2540 : 3-4,47 ; อ้างอิงจาก Glasser. 1965 : 74-79) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงเป็นกระบวนการช่วยเหลือนักเรียน โดยเน้นให้นักเรียนมีความรับผิดชอบในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก ที่ไม่พึงประสงค์ในปัจจุบัน ตลอดจนช่วยให้นักเรียนได้เรียนรู้วิถีทางที่จะเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเอง ด้วยวิธีการพิจารณาและประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก ตามสภาพความเป็นจริง และวางแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของตนเอง ซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริงโดยใช้กระบวนการที่มีเป้าหมายชัดเจน มีระบบ มีขั้นตอน ทั้งนี้เพื่อให้นักเรียนสามารถสร้างเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จของตนเอง

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำวิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง มาพัฒนาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 2 การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มนี้ คมเพชร จิตรศุภกุล. (2521 : 91) ได้กล่าวว่า บรรยากาศของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะช่วยเอื้ออำนวยต่อการพัฒนาพฤติกรรมของผู้เรียนได้อย่างรวดเร็ว กระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะส่งเสริมให้นักเรียนเผชิญกับปัญหาของตนเอง และแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น นักเรียนมีโอกาสนอภิปรายเกี่ยวกับปัญหา และวิธีการแก้ไขร่วมกัน ซึ่งนอกจากผู้เรียนจะเป็นผู้คิดหาวิธีแก้ ปัญหาของตนเองแล้ว ผู้เรียนสามารถเสนอความคิดเกี่ยวกับการแก้ปัญหาของผู้อื่นด้วย ทำให้ผู้เรียนมีโอกาสแสดงความสามารถต่อกลุ่ม อันจะนำไปสู่ความรู้สึกว่าตนเองมีค่า นอกจากนี้ วัชร ทรัพย์มี (2532 : 178-179) ได้กล่าวว่า วัยรุ่นจะเป็นวัยที่แสวงหาเอกลักษณ์ของตนเอง และต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน เด็กในช่วงนี้ จึงเต็มใจที่จะฟัง พยายามเข้าใจและยอมรับความคิดเห็น ตลอดจนขอเสนอแนะจากเพื่อนรุ่นเดียวกันมากกว่าผู้ใหญ่ และพร้อมที่จะนำแนวคิดนี้ไปปฏิบัติ

จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะนำวิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง มาพัฒนาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 2 สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลองของนักศึกษาในกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง
2. เพื่อเปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลองของนักศึกษาในกลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ
3. เพื่อเปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง หลังการทดลองของนักศึกษาในกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง กับนักศึกษาในกลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ

ความสำคัญของการวิจัย

ผลของการวิจัยครั้งนี้ จะช่วยให้ทราบถึงผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ที่มีต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 2 สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม และผู้วิจัยคาดว่าจะประโยชน์สำหรับครู อาจารย์ และบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษา ในการนำวิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 2 ต่อไป

ข้อจำกัดในการวิจัย

1. ผู้วิจัยกำหนดให้กลุ่มทดลอง เป็นนักศึกษาวิชาเอกการศึกษาปฐมวัย และกลุ่มควบคุม เป็นนักศึกษาวิชาเอกวิทยาศาสตร์ เพราะมีข้อจำกัดในด้านเวลาที่ใช้ในการเข้ากลุ่ม
2. เวลาที่ใช้ในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ผู้วิจัยกำหนดให้อยู่ในช่วงเวลา 13.00 – 14.00 น. และ 14.00 – 15.00 น.
3. หลังจากการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ผู้วิจัยจะมอบหมายให้นักศึกษากลุ่มทดลอง กลับไปบันทึกสิ่งที่ได้จากการเข้ารับคำปรึกษาลงในแบบประเมินตนเอง แล้วนำผลมาอภิปรายให้ผู้วิจัยฟังพร้อมกับสมาชิกคนอื่นๆ ในครั้งต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากร เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 2 ปีการศึกษา 2543 สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม ที่มีคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมาจำนวน 138 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 2 ปีการศึกษา 2543 สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม ที่มีคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมาจำนวน 34 คน ที่ได้มาจากประชากรที่สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรม โดยกำหนดให้กลุ่มทดลอง เป็นนักศึกษาวิชาเอกการศึกษาปฐมวัย และกลุ่มควบคุม เป็นนักศึกษาวิชาเอกวิทยาศาสตร์ แล้วใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย เพื่อให้ได้จำนวนนักศึกษากลุ่มละ 8 คน

3. ตัวแปรที่ศึกษาค้นคว้า

3.1 ตัวแปรอิสระ คือ วิธีการพัฒนาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง โดยแบ่งเป็น 2 วิธี ได้แก่

3.1.1 วิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง

3.1.2 วิธีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ

3.2 ตัวแปรตาม คือ ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ซึ่งแบ่งออกเป็น 8 ด้าน ได้แก่

3.2.1 เปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้

3.2.2 รักที่จะเรียนรู้

3.2.3 มองอนาคตในแง่ดี

3.2.4 พร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง

3.2.5 มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ

3.2.6 มีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา

3.2.7 มีอิสระในการเรียนรู้

3.2.8 มีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง

หมายถึง วิธีการให้ความช่วยเหลือนักศึกษาเป็นกลุ่ม ซึ่งก่อให้เกิดสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษาด้วยกัน โดยให้นักศึกษารับผิดชอบในการสำรวจและประเมินพฤติกรรม ความคิด ความรู้สึกของตนเองในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริง และพิจารณาวางแผนการปฏิบัติที่สามารถปฏิบัติได้ มีขั้นตอนที่ชัดเจน และนำไปปฏิบัติ

เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาให้ดีขึ้น โดยใช้เทคนิคในการให้คำปรึกษาได้แก่ การฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อน ความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความหมาย การให้กำลังใจ และการสรุป การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มในการวิจัยครั้งนี้ ยึดหลักการ และทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ซึ่งมีขั้นตอนในการให้คำปรึกษาดังนี้

1.1 ขั้นเริ่มต้นให้คำปรึกษา เป็นขั้นของการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับนักศึกษา และระหว่างนักศึกษาแต่ละคน โดยการใช้กิจกรรมเพื่อสร้างความคุ้นเคย ความไว้วางใจ เข้าใจ เกิดความอบอุ่น และเป็นกันเอง ยอมรับในตัวของผู้ให้คำปรึกษา และยอมรับซึ่งกันและกัน ตลอดจนมีความมั่นใจ และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการพัฒนาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ในขั้นนี้ผู้วิจัยอธิบายให้นักศึกษาทราบถึงความหมาย ความสำคัญ และวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา ตลอดจนระยะเวลา และสถานที่ในการรับคำปรึกษา

1.2 ขั้นสำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองในปัจจุบัน ในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนในกลุ่มได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองในปัจจุบัน ที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเองและรับรู้สิ่งที่ต้องการปรับเปลี่ยนแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น เสนอความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม

1.3 ขั้นประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองในปัจจุบัน ในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนในกลุ่มได้พิจารณาและประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาตามสภาพความเป็นจริง ที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น ตามที่ได้ระบุไว้ในขั้นที่ 1.2 ว่ามีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนของตนเอง เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนได้มองเห็นความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อน สมาชิกพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น เสนอความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม

1.4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนในกลุ่มได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมาย ว่าต้องการที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองในปัจจุบันอย่างไร เพื่อให้เป็นไปตามเป้าหมายที่

ต้องการ และกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาซึ่งสามารถปฏิบัติได้ และมีความเหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิกพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น เสนอความคิดเห็น ตลอดจนให้กำลังใจเพื่อนสมาชิกในการวางแผนการปฏิบัติ

1.5 ขั้นปฏิบัติตามแผน เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้ยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ต่อจากนั้นจึงนำไปปฏิบัติเพื่อพัฒนาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น และหลังจากการให้คำปรึกษาในแต่ละครั้ง ผู้วิจัยจะมอบหมายให้นักศึกษากลับไปบันทึกสิ่งที่ได้จากการเข้ากลุ่มลงในแบบประเมินตนเอง แล้วนำผลกลับมาอภิปรายให้ผู้วิจัยได้ทราบพร้อมกับสมาชิกคนอื่นๆ ในขั้นตอนต่อไป

1.6 ขั้นติดตามผลของความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ของนักศึกษาในกลุ่ม ในขั้นนี้ผู้วิจัยต้องติดตามผลการให้คำปรึกษา โดยให้นักศึกษาแต่ละคนในกลุ่มรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่เกิดการเปลี่ยนแปลงก็จะให้นักศึกษาทบทวนตนเองแล้วลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ก็จะทำให้ศึกษาค้นหาสาเหตุและวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ โดยผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆ จะคอยให้กำลังใจในการปฏิบัติตามแผน

2. การเรียนรู้โดยธรรมชาติ

หมายถึง การที่นักศึกษามีประสบการณ์การเรียนรู้ โดยอาจารย์ผู้สอนเป็นผู้ถ่ายทอดวิชาความรู้ต่างๆ ตามตารางสอนปกติ

3. ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง (Self - Directed Learning Readiness)

หมายถึง สภาวะหรือสภาพของนักศึกษาที่แสดงให้เห็นว่า นักศึกษามีความสามารถที่จะเรียนรู้ด้วยการนำตนเองโดย เปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ มองอนาคตในแง่ดี พร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ มีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา มีอิสระในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

3.1 เปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ ได้แก่ มีความสนใจที่จะศึกษาหาความรู้จากแหล่งต่างๆ มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น สามารถตัดสินใจเลือกเรียนสิ่งหนึ่งสิ่งใดได้ตามที่ตนเองสนใจ พร้อมทั้งจะยอมรับฟังความคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะของผู้อื่นและนำไปปรับปรุงให้ดีขึ้น

3.2 รักที่จะเรียนรู้ ได้แก่ ชอบที่จะค้นคว้าหาความรู้ มีความรู้สึกยินดีที่ได้เรียนในสิ่งที่ตนเองต้องการ มีความกระตือรือร้นที่จะเรียนรู้สิ่งต่างๆ สามารถที่จะหาเวลาเพื่อที่จะเรียนในสิ่งที่ตนเองสนใจได้

3.3 มองอนาคตในแง่ดี ได้แก่ มีความมั่นใจว่าตนเอง มีความสามารถในการเรียน สามารถนำความรู้ที่ได้เรียนไปใช้ประโยชน์ในอนาคต มั่นใจว่าตนเองจะประสบความสำเร็จในการเรียน และสามารถนำความรู้ที่ได้จากการเรียนไปพัฒนาตนเอง เพื่อให้เป็นคนที่มีคุณภาพมีความก้าวหน้าในอนาคต และคิดว่าไม่มีใครแก่เกินเรียน

3.4 พร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง ได้แก่ สามารถบังคับตนเองให้สนใจการเรียน เข้าเรียนตรงเวลาและสม่ำเสมอ เตรียมอุปกรณ์ต่างๆให้พร้อมก่อนที่จะเข้าเรียน ตั้งใจทำงานที่ได้รับมอบหมาย ทำงานเสร็จตามเวลาที่กำหนด ไม่หลีกเลี่ยงงานที่ได้รับมอบหมาย ตลอดจนสามารถยอมรับทั้งผลดีและผลเสียที่เกิดขึ้นจากการเรียนของตนเองได้

3.5 มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ ตั้งใจเรียนทุกวิชา เอาใจใส่ต่อการเรียน ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต่างๆที่เกี่ยวกับการเรียน อ่านตำราเรียนล่วงหน้าก่อนเข้าเรียน มีการทบทวนสิ่งที่ได้เรียนไปในแต่ละวัน และใส่ใจต่อการเรียนทั้งในชั้นเรียน และนอกชั้นเรียน

3.6 มีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ สามารถใช้ทักษะในการฟัง การอ่าน การพูด การทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียน การคิด การจำ และการมีทักษะในการแก้ปัญหาด้านการเรียน

3.7 อิสระในการเรียนรู้ได้แก่ สามารถเรียนรู้สิ่งต่างๆ ได้ตามที่ตนเองสนใจ ทราบถึงสิ่งที่ตนเองต้องการเรียนและวิธีการเรียนของตนเอง ไม่คล้อยตามความคิดของผู้อื่นโดยปราศจากเหตุผลและการไตร่ตรองอย่างรอบคอบสามารถวางแผนและจัดตารางเวลาเรียนของตนเองได้ และบอกได้ว่าตนเองควรจะเรียนรู้สิ่งใดเพิ่มเติม

3.8 มีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ ได้แก่ สามารถที่จะคิดค้นสิ่งต่างๆ ใหม่ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเรียน และวิธีการเรียนที่หลากหลายที่ไม่เหมือนใครและมีประโยชน์ต่อการเรียน สามารถนำสิ่งที่เรียนไปปฏิบัติให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองได้

สมมุติฐานการวิจัย

1. นักศึกษากลุ่มทดลอง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง
2. นักศึกษากลุ่มควบคุม มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้นหลังจากมีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ
3. นักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้น มากกว่านักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ

บทที่ 2

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา
 - 1.1.1 ความหมายของการให้คำปรึกษา
 - 1.1.2 ปรัชญาของการให้คำปรึกษา
 - 1.1.3 วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา
 - 1.1.4 หลักการให้คำปรึกษา
 - 1.1.5 กระบวนการให้คำปรึกษา
 - 1.1.6 ทฤษฎีการให้คำปรึกษา
 - 1.2 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
 - 1.2.1 ความหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
 - 1.2.2 วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
 - 1.2.3 การจัดกลุ่มเพื่อรับคำปรึกษา
 - 1.2.4 พลังในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
 - 1.2.5 คุณค่าและลักษณะเฉพาะของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง
 - 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง
 - 2.1.1 ความเป็นมาของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง
 - 2.1.2 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์และความต้องการพื้นฐานของมนุษย์
 - 2.1.3 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง
 - 2.1.4 หลักการและเทคนิคการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง
 - 2.1.5 บทบาทและหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง
 - 2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง
 - 2.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง
 - 2.2.2 งานวิจัยในประเทศที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
 - 3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
 - 3.1.1 ความหมายของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
 - 3.1.2 ความสำคัญของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
 - 3.1.3 ความเข้าใจเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
 - 3.1.4 องค์ประกอบของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
 - 3.1.5 ลักษณะการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
 - 3.1.6 หลักการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
 - 3.1.7 ขั้นตอนของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
 - 3.1.8 การส่งเสริมให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
 - 3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
 - 3.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
 - 3.2.2 งานวิจัยในประเทศที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา

1.1.1 ความหมายของการให้คำปรึกษา

ได้มีผู้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาไว้หลายคน ผู้วิจัยรวบรวมได้ดังนี้

โรเจอร์ (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2529 : 124 ; อ้างอิงจาก Rogers. 1942 : 79) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาประกอบด้วย ลำดับขั้นของการติดต่อสัมพันธ์โดยตรงระหว่างบุคคลโดยบุคคลหนึ่งต้องการความช่วยเหลือจากอีกบุคคลหนึ่ง เพื่อเปลี่ยนเจตคติ ความรู้สึก ตลอดจนพฤติกรรมต่าง ๆ การให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพจะต้องมีรูปแบบการดำเนินงานที่เอื้อต่อการเสริมสร้างความสัมพันธ์ เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับความรู้ และความเข้าใจเพิ่มมากขึ้น ซึ่งจะเป็นสิ่งสำคัญในการที่จะช่วยตนเองของผู้รับคำปรึกษา ให้มีความรับผิดชอบต่อชีวิตของตนเองเพิ่มมากขึ้น และสามารถวางโครงการของตนเองในอนาคตได้

สมิทซ์ (Schmidt. 1993 : 108 ; citing Smitt. 1955 : 56) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือของผู้ให้คำปรึกษาที่มีต่อผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้เข้าใจปรากฏการณ์ต่าง ๆ ตามความเป็นจริงเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเอง ตัดสินใจเลือก วางแผน แก้ปัญหาในปัจจุบันของตนได้ และปรับตัวในสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษาต้องการได้ด้วยตนเอง

วัชรวิ ทรัพย์มี (2533 : 5) กล่าวว่า การให้คำปรึกษา เป็นกระบวนการของสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งเป็นนักวิชาชีพที่ได้รับการฝึกอบรม กับผู้รับคำปรึกษาซึ่งต้องการความช่วยเหลือ เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเอง เข้าใจสิ่งแวดล้อมเพิ่มขึ้นได้ ปรับปรุงทักษะในการตัดสินใจและทักษะในการแก้ปัญหา ตลอดจนปรับปรุงความสามารถในการที่จะทำให้ตนเองพัฒนาขึ้น

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530 : 8) ได้อธิบายว่า การให้คำปรึกษา เป็นกระบวนการ ซึ่งอยู่ในรูปแบบของความสัมพันธระหว่างบุคคลสองคน บุคคลหนึ่งเป็นผู้ที่มีปัญหาซึ่งไม่สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาด้วยตนเองได้ ส่วนอีกบุคคลหนึ่งนั้นก็จะเป็นผู้ที่มีวิชาชีพชั้นสูง ซึ่งได้รับการฝึกฝนมาอย่างดี ตลอดจนมีประสบการณ์ที่จะทำให้เขามีความสามารถช่วยเหลือ แก้ไขปัญหาของบุคคลหลายๆประเภท

โรเจอร์ (ธีระ มุลนิธิ. 2530 : 20 ; อ้างอิงจาก Rogers.1942 : 58) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการที่ผู้รับคำปรึกษาได้รับความช่วยเหลือให้รู้จักช่วยตนเอง ในกระบวนการดังกล่าว จะเน้นสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาว่า การให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพนั้น นอกจากจะเน้นในเรื่องสัมพันธภาพแล้วจะต้องเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้รู้จักและเข้าใจตนเอง และสามารถพัฒนาตนเองให้ได้ดีขึ้น

Pepinsky and Pepinsky (1954 : 3) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาหมายถึงการมีสัมพันธภาพกันระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา ภายในสถานที่ที่พิเศษที่จัดขึ้น ภายใต้สถานการณ์ที่มีแบบแผนทางวิชาชีพ (Professional Setting) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษาในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

ทองเรียน อมรัชกุล (2519 : 7) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาหมายถึง การสร้างความสัมพันธระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้มาขอรับคำปรึกษา โดยที่ฝ่ายแรกได้ให้คำแนะนำเพื่อให้อีกฝ่ายหนึ่งได้รับการศึกษา รู้จักตนเอง ในส่วนที่เกี่ยวกับจุดเด่น และจุดด้อยของตนเอง พร้อมทั้งหาทางปรับปรุง โครงสร้างทางความคิดรวบยอดของงาน มีการนำเอาศักยภาพทั้งหมดภายในตัวออกมาใช้อย่างเต็มที่ และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เป็นไปตามแนวทางที่ปรารถนา

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา โดยผู้ให้คำปรึกษาได้รับการฝึกอบรมในวิชาชีพเพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้เข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น เข้าใจสิ่งแวดล้อม สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่ พัฒนาตนเองในทุกด้านได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

1.1.2 ปรัชญาของการให้คำปรึกษา

ในการให้คำปรึกษานั้น มีปรัชญาที่ยึดถือเป็นพื้นฐานดังนี้ (McGowan Schmidt.1962 : 95-96)

1. การให้คำปรึกษา ควรตั้งอยู่บนพื้นฐานที่ยอมรับความมีค่า และศักดิ์ศรีของแต่ละบุคคล และยึดหลักว่า ทุกคนควรได้รับความช่วยเหลือในเรื่องส่วนตัวหากเขาต้องการ
2. การให้คำปรึกษาควรให้ความสนใจในตัวผู้รับคำปรึกษา โดยยึดหลักพัฒนาคนทั้งคนให้เจริญตามศักยภาพของคนๆนั้น ช่วยให้แต่ละคนได้นำพลังความสามารถที่ตนมีอยู่ออกมาใช้ให้เป็นประโยชน์ ทั้งต่อตัวเองและต่อสังคมตามที่แต่ละคนต้องการ
3. การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการต่อเนื่อง ซึ่งมีการติดตามผล จึงดูเหมือนเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการทางการศึกษา
4. การให้คำปรึกษารับผิดชอบทั้งต่อสังคมและต่อบุคคล
5. การให้คำปรึกษา จะยอมรับและเคารพในสิทธิของทุกคน ผู้รับคำปรึกษามีสิทธิที่จะยอมรับหรือปฏิเสธความช่วยเหลือ ที่ผู้ให้คำปรึกษาเสนอให้
6. การให้คำปรึกษาจัดขึ้นด้วยความร่วมมือของผู้ร่วมงานไม่ใช้การบังคับ
7. การให้คำปรึกษา ให้ความช่วยเหลือคน ให้ฉลาดในการตัดสินใจเลือก ในการวางแผนการตีความหมาย และการปรับตัวให้เข้ากับสภาพชีวิต
8. การให้คำปรึกษา มีความจำเป็นต้องศึกษา และเข้าใจสภาพทางวัฒนธรรมของแต่ละบุคคลให้ลึกซึ้ง และควรเข้าใจบุคคลนั้นๆให้ดีเสียก่อนจึงให้ความช่วยเหลือ
9. การให้คำปรึกษา ควรจะอยู่ในความรับผิดชอบ หรือดำเนินงานโดยพวก ที่มีความรักในงานโดยนิสัย กับทั้งได้รับการฝึกและเรียนรู้วิชาการที่สำคัญเกี่ยวกับการแนะแนว
10. การให้คำปรึกษาควรมุ่งจุดสนใจไปที่ การช่วยให้เอกัตบุคคล ตระหนักในความเป็นตัวของตัวเองและเข้าใจตนเองให้มากที่สุด มิใช่จะมุ่งแก้ปัญหาที่เผชิญอยู่
11. การให้คำปรึกษาควรมีการติดตามผล วัดผล ให้ถูกต้องตามหลักวิชาการ เพื่อการปรับปรุงการให้คำปรึกษาให้มีผลดีที่สุดที่พึงเป็นได้

สรุปได้ว่า ปรัชญาของการให้คำปรึกษาควรตั้งอยู่บนพื้นฐานที่ยอมรับความมีค่าและศักดิ์ศรีของแต่ละบุคคล ให้ความสนใจในตัวผู้รับคำปรึกษา เคารพในสิทธิของทุกคน เข้าใจในตัวบุคคล ตลอดจนสภาพทางวัฒนธรรมของแต่ละบุคคล มุ่งช่วยให้บุคคลเข้าใจตนเองมากกว่าที่จะมุ่งแก้ไขปัญหาที่เผชิญอยู่ การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการต่อเนื่อง ควรมีการติดตามผล วัดผล ให้ถูกต้องตามหลักวิชาการ เพื่อปรับปรุงการให้คำปรึกษาให้มีประสิทธิภาพ

1.1.3 วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา

พนม ลิ้มอารี (2533 : 176) ได้กล่าวว่า วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษามีดังต่อไปนี้

1. เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้สำรวจตนเอง รู้จักและเข้าใจตนเองอย่างถูกต้อง เกิดความสำนึกในหน้าที่และความรับผิดชอบ
2. เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ได้ระบายความขุ่นเคือง ความไม่สบายใจ ความอัดอั้นตันใจและความไม่พอใจของตนเองออกมา
3. เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ได้มองเห็นลู่ทางในการแก้ปัญหาและตัดสินใจได้ด้วยตนเอง รับผิดชอบต่อตนเองดีขึ้น
4. เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับ และกล้าเผชิญความจริงที่เกิดขึ้น กับตนเอง สามารถเผชิญกับความยุ่งยากต่างๆในชีวิตของตนเอง สามารถรับรู้ข้อบกพร่องต่างๆของตนเอง
6. เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถปรับตนเอง และจัดข้อบกพร่องต่างๆ ของตนเองได้รู้วิธีปรับปรุงแก้ไขที่เหมาะสมกับสถานการณ์
7. เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีความรู้ ความชำนาญ มีทักษะในการเลือก การตัดสินใจ
8. เพื่อส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษา เกิดเจตคติและอุปนิสัยที่ดี ทั้งทางด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัว และสังคม
9. เพื่อเป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้รับคำปรึกษาให้เกิดความคุ้นเคย เป็นกันเอง มีความไว้วางใจ รู้สึกมีที่พึ่งและมีความอบอุ่นใจ
10. เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา พัฒนาพฤติกรรมและบุคลิกภาพของตน ให้เป็นที่พึงปรารถนาของสังคม
11. เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ใช้วิจารณญาณของตนเอง ในการแก้ปัญหาขัดแย้งระหว่างความต้องการของตนเองกับขอบเขตศีลธรรมจรรยา
12. เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ได้รู้จักวิธีการเลือกอย่างฉลาด อันจะทำให้บรรลุความสำเร็จสูงสุด

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า วัตถุประสงค์ในการให้คำปรึกษามุ่งช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้รู้จักตนเอง เข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม ตระหนักในขอบเขตความสามารถของตนเอง ยอมรับความจริงเกี่ยวกับตนเองพร้อมที่จะรับผิดชอบ และหาทางแก้ไขปัญหาของตนเอง ตลอดจนพัฒนาตนเองให้มีประสิทธิภาพในทุกด้าน

1.1.4 หลักการให้คำปรึกษา

ไทเลอร์ (พนม ลิ้มอารี. 2533 : 177-178 ; อ้างอิงมาจาก Tyler. 1969 : 13-15) ได้กล่าวถึงกระบวนการให้คำปรึกษาว่ามีหลักสำคัญอยู่ 3 ประการ คือ

1. ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเป็นผู้ที่มีความซื่อสัตย์ต่อผู้รับคำปรึกษา และมีความสนใจผู้รับคำปรึกษาด้วยความจริงใจ และยอมรับผู้รับคำปรึกษาตามที่เขาเป็นอยู่ขณะนั้น (as he now is)

2. ผู้รับคำปรึกษา จะต้องสามารถไว้วางใจตัวผู้ให้คำปรึกษาได้ ผู้รับคำปรึกษาจะต้องมีความรู้สึกไว้วางใจตัวผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งลักษณะเช่นนี้เรียกว่า การรักษาความลับ (Confidentiality) ของผู้ให้คำปรึกษาเป็นสิ่งสำคัญเพราะจะทำให้ผู้รับคำปรึกษากล้าพูด กล้าแสดงออก

3. การให้คำปรึกษานั้นจะต้องมีข้อจำกัดบางประการ คือ

3.1 ข้อจำกัดเกี่ยวกับเวลา (Time) นั่นคือ ในการให้คำปรึกษาทุกครั้งจะต้องมีการตกลงเกี่ยวกับเวลาที่ใช้ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้งว่ามีเวลามากน้อยเท่าไรเมื่อหมดเวลาที่ตกลงแล้วผู้ให้คำปรึกษายังไม่ประสบความสำเร็จ ก็ควรจะนัดหมายเป็นครั้งต่อไปจะต้องไม่ปล่อยให้การให้คำปรึกษาเกิดการยืดเยื้อได้

3.2 การให้คำปรึกษาจะต้องเกิดจากการนัดหมาย (Appointment) มิใช่เป็นการนัดพบกันโดยบังเอิญ

3.3 การให้ความช่วยเหลือ จะต้องอยู่ในขอบเขตจำกัด ของการสนทนากันเท่านั้น

3.4 สัมพันธภาพที่เกิดขึ้นระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา จะต้องอยู่ในขอบเขตจำกัดในฐานะผู้ให้ความช่วยเหลือกับผู้ขอความช่วยเหลือเท่านั้น จะต้องไม่มีความสัมพันธ์ฉันท์คู่สาวหรือความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดอื่นๆ เช่น พ่อ-ลูก พี่-น้อง หรือ เพื่อน-เพื่อน เป็นต้น

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า หลักการของการให้คำปรึกษาที่ดีนั้น ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้ คือ ผู้รับคำปรึกษาจะต้องมาด้วยความเต็มใจตลอดจนผู้ให้คำปรึกษาจะต้องรักษาความลับ ยอมรับผู้รับคำปรึกษาในฐานะที่เขาเป็นอยู่ สร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน แต่จะต้องไม่อยู่ในฐานะฉันท์คู่สาว โดยผู้ให้คำปรึกษาไม่ช่วยเหลือให้ผู้รับคำปรึกษาได้สำรวจตนเอง รู้จักตนเอง สิ่งแวดล้อม สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเองและจะช่วยเหลือในขอบเขตความสามารถของตนเองเท่านั้น

1.1.5 กระบวนการให้คำปรึกษา

ในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจำเป็นต้องมีความรู้ และความเข้าใจกระบวนการให้คำปรึกษาซึ่งประกอบด้วย สัมพันธภาพในการให้คำปรึกษา ทักษะในการให้คำปรึกษาและขั้นตอนในการให้คำปรึกษา ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. สัมพันธภาพในการให้คำปรึกษา สัมพันธภาพเป็นหัวใจที่สำคัญในการให้คำปรึกษา (สุรินทร์ รณเกียรติ. 2538 : 14) กล่าวว่า สัมพันธภาพในการให้คำปรึกษา เป็นสัมพันธภาพของการให้ความช่วยเหลือ ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา โดยผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้มีความพร้อมที่จะช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษาด้วยความจริงใจและเข้าใจ พยายามส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษาปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปสู่แนวทางที่พึงปรารถนา ตัดสินใจในการแก้ปัญหาและอุปสรรคต่างๆที่เกิดขึ้นทั้งในปัจจุบันและอนาคตได้ด้วยตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้สัมพันธภาพในการให้คำปรึกษาจะสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ถ้าบรรยากาศและสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษามีความเป็นกันเอง ซึ่งจะทำให้ผู้รับบริการเกิดความอบอุ่นใจ นอกจากนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องแสดงความเห็นอกเห็นใจ สามารถเข้าใจเนื้อหาสาระสำคัญของเรื่องราวและความรู้สึกที่ซ่อนเร้นของผู้รับบริการ ยอมรับนับถือ ให้เกียรติ เชื่อในคุณค่า ความสามารถและศักยภาพของผู้รับบริการ มีความจริงใจ มีความตั้งใจที่จะฟังและสามารถ สื่อความหมายหรือตอบสนองได้ชัดเจนและตรงประเด็น อีกทั้งสามารถรักษาความลับเรื่องราวต่างๆของผู้รับบริการ (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2529 : 149-150)

2. ทักษะในการให้คำปรึกษา เป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างยิ่งในกระบวนการให้คำปรึกษาเพราะนอกจากจะเป็นสิ่งที่ช่วยให้การให้คำปรึกษาบรรลุถึงเป้าหมายแล้ว ยังจะช่วยให้เกิดความเข้าใจทักษะในการให้คำปรึกษา การให้คำปรึกษาเป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างยิ่งในกระบวนการให้คำปรึกษา เพราะจะก่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีต่อกันระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา อันจะมีผลสะท้อนให้กระบวนการให้คำปรึกษาเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งทักษะการให้คำปรึกษาที่สำคัญ ได้แก่ การนำเข้าสู่การสนทนา การฟัง การเรียบ การให้ข้อมูล การสะท้อนความรู้สึก การตีความ การสรุป การเผชิญหน้า การสนับสนุนให้กำลังใจ (สุธีรพันธุ์กรลักษณ์ และคนอื่นๆ. 2527 : 38-42) และการใช้คำถามปลายเปิด การใช้คำถามปลายปิด การทวนคำหรือข้อความ (Brammer. 1979 : 67-68)

3. ขั้นตอนในการให้คำปรึกษา ในการให้คำปรึกษาจะใช้การพูดคุยสนทนาเป็นหลักใหญ่ที่เรียกว่าการสัมภาษณ์เพื่อการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ซึ่งเป็นการสัมภาษณ์ที่มีเทคนิคแตกต่างไปจากการสัมภาษณ์ชนิดอื่นๆ (พรรณราย ทรัพย์ะประภา. 2527 : 217) และเป็นไปอย่างมีระบบตามขั้นตอน โดยแบ่งเป็น 3 ขั้นตอน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

3.1 ขั้นการเริ่มต้น (Initial Phase) ในขั้นตอนนี้เป็นระยะเริ่มแรกของการสร้างสัมพันธภาพ บางครั้งผู้รับคำปรึกษาอาจจะยังไม่พร้อมที่จะเล่าปัญหาของเขาและเบี่ยงเบนไปเรื่องอื่น และยังรู้สึกกลัวผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้แปลกหน้าสำหรับเขา ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาควรช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาผ่อนคลายและสบายใจเท่าที่จะทำได้ โดยขั้นเริ่มต้นการสัมภาษณ์ควรเป็นไปอย่างไม่เป็นทางการ สนทนาเรื่องทั่วไปเพื่อให้หายเคร่งเครียด (จตุรพร เฟิงชัย. 2529 : 30) และขณะพูดผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมองหน้าและสบสายตากับผู้รับคำปรึกษา (Christensen and Kockrow. 1991 : 36)

ในระยะเริ่มแรกของการสร้างสัมพันธภาพ ถ้าผู้ให้คำปรึกษายังไม่เคยพบกับผู้รับคำปรึกษามาก่อน จะมีการแนะนำตัวโดยบอกว่าผู้ให้คำปรึกษาเป็นใคร ชื่ออะไร มีวัตถุประสงค์อะไรในการสนทนา ถามความต้องการของผู้รับคำปรึกษาว่าต้องการให้ช่วยเหลือเรื่องใด แจ้งให้ผู้รับคำปรึกษา เข้าใจถึงบทบาทของผู้ให้คำปรึกษาว่าจะช่วยอะไรได้บ้าง (Christensen and Kockrow. 1991 : 36-37) และสร้างความมั่นใจและความไว้วางใจ โดยบอกผู้รับคำปรึกษาว่าข้อมูลทุกอย่างในการสนทนาจะเป็นความลับ (บุญศรี ปรารณศักดิ์ และศิริพร จิรฉัตรกุล. 2538 : 78) นอกจากนี้ผู้ให้คำปรึกษาควรกำหนดเวลาของการให้คำปรึกษาให้แน่ชัด โดยบอกให้ผู้รับคำปรึกษารับรู้ก่อนว่าจะใช้เวลาเท่าใดในการสนทนา (พิไลรัตน์ ทองอุไร. 2529 : 163) เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้รับคำปรึกษามีอารมณ์ผูกพันต่อผู้ให้คำปรึกษามากเกินไป และการกำหนดเวลาไว้ก่อน จะทำให้ผู้รับคำปรึกษาไม่คิดว่า ผู้ให้คำปรึกษาไม่ต้องการให้ความช่วยเหลือหรือไม่ยอมรับตนเอง (กาญจนา หาสิตะพันธ์. 2521 : 39)

3.2 ขั้นตอนการ (Working Phase) ขั้นตอนนี้จะดำเนินการเมื่อผู้รับคำปรึกษาเริ่มรู้สึกคุ้นเคยกับผู้ให้คำปรึกษา และสบายใจที่จะสนทนากับผู้ให้คำปรึกษา ในขั้นตอนนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องพยายามสร้างสัมพันธภาพให้ต่อเนื่อง โดยมีพฤติกรรมที่มีลักษณะที่ทำให้กำลังใจ เห็นใจ และทำความเข้าใจกับผู้รับคำปรึกษา และช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจปัญหาหรือเรื่องราวต่างๆของตนเองดียิ่งขึ้น และหาทางที่จะแก้ไขปัญหาดังกล่าวที่เกิดขึ้นโดยผู้ให้คำปรึกษาจะใช้ทักษะต่างๆ ในการให้คำปรึกษา (พิไลรัตน์ ทองอุไร. 2529 : 164)

3.3 ขั้นการยุติ (Termination Phase) เป็นขั้นที่ผู้ให้คำปรึกษาสรุปประเด็นสำคัญของเรื่องราวของผู้รับคำปรึกษาก่อนจะยุติให้คำปรึกษา และจะต้องบอกให้ผู้รับคำปรึกษาารู้ล่วงหน้าว่าจะหมดเวลาที่ได้กำหนดไว้แล้ว เพื่อเป็นการเตือนให้ผู้รับคำปรึกษาได้พูดถึงสิ่งสำคัญที่ยังไม่ได้พูดออกมา (จตุพร เพ็งชัย. 2529 : 30) และเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้สรุปในสิ่งต่างๆที่ได้จากการสนทนาในครั้งนี้ โดยผู้ให้คำปรึกษาเพิ่มเติมในประเด็นที่ขาดหายไป (จิน แบรี่. 2537 : 3) และตอบคำถามผู้รับบริการ แต่ถ้าคำถามนั้นไม่สามารถจะตอบหรือสรุปได้ภายในระยะเวลาที่เหลือเพียงเล็กน้อย ก็ต้องนัดผู้รับคำปรึกษาไปสนทนาในครั้งต่อไป

1.1.6 ทฤษฎีการให้คำปรึกษา

วัชร ทรัพย์มี (2525 : 48 - 245) กล่าวว่า ทฤษฎีการให้คำปรึกษาอาจแบ่งตามประเด็นที่เน้นแตกต่างกันได้ 3 กลุ่ม ดังนี้

1. ทฤษฎีการให้คำปรึกษาที่เน้นอารมณ์และความรู้สึก (Affective Approaches to Counseling) ทฤษฎีการให้คำปรึกษาในกลุ่มนี้ จะเน้นอารมณ์และความรู้สึกของผู้รับบริการ โดยพิจารณาความคิดและพฤติกรรมภายนอกเป็นอันดับรองลงมา ทฤษฎีการให้คำปรึกษาที่เน้นอารมณ์และความรู้สึกได้แก่

1.1 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง (Client-Centered Counseling Theory)

1.2 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเกสตัลท์ (Gestalt Therapy)

1.3 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบภวนิยม (Existentialism)

1.4 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบจิตวิเคราะห์ (Psychoanalysis Theory)

2. ทฤษฎีการให้คำปรึกษาที่เน้นความคิดและเหตุผล (Cognitive Approaches to Counseling) ทฤษฎีการให้คำปรึกษาที่เน้นความคิดและเหตุผลจะมุ่งเน้นกระบวนการคิดของผู้รับบริการที่เกี่ยวกับปัญหาของตน ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้วิธีการที่ฉับไว (Active) และการนำทาง (Directive) เพื่อให้ผู้รับบริการเกิดความกระจ่างในสภาพการณ์ต่างๆ เพิ่มขึ้น ซึ่งมีหลักการว่า การเปลี่ยนแปลงความคิดจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยไม่ได้เน้นสัมพันธภาพในการให้คำปรึกษามากนัก ทฤษฎีการให้คำปรึกษาในกลุ่มนี้ ได้แก่

2.1 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ (The Rational Emotive Approaches to Counseling)

2.2 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Transactional Analysis).

2.2 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบวิเคราะห์ลักษณะ และองค์ประกอบของบุคคล (Trait-Factor Theory)

3. ทฤษฎีการให้คำปรึกษาเน้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Behavioral Approaches to Counseling) ทฤษฎีการให้คำปรึกษาในกลุ่มนี้ จะเน้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ที่เฉพาะเจาะจงของผู้รับบริการ โดยใช้การฝึกฝนแบบต่างๆ ซึ่งอาศัยกลวิธีที่ส่งเสริมการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเฉพาะอย่างมากกว่าจะเน้นสัมพันธภาพ ทฤษฎีการให้คำปรึกษาในกลุ่มนี้ ได้แก่

3.1 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม (Behavioral Counseling)

3.2 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาความเป็นจริง (Reality Therapy)

สรุปได้ว่า ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแต่ละทฤษฎีมีประเด็นที่เน้นแตกต่างกัน บางทฤษฎีเน้นอารมณ์และความรู้สึกของผู้รับบริการ บางทฤษฎีเน้นความคิดความเข้าใจ และบางทฤษฎีเน้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้รับบริการ ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาจึงควรศึกษาฝึกฝน และเลือกนำไปใช้ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ของปัญหาและตัวผู้รับบริการ

1.2 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

1.2.1 ความหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

Gawrys and Brown (1970 : 21) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เป็นกระบวนการที่ก่อให้เกิดบรรยากาศแห่งการยอมรับความอบอุ่นและเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มได้ทดสอบ ตรวจสอบ และเลือกวิธีการแก้ปัญหาที่ดีที่สุดสำหรับเขา จุดประสงค์จะถูกสร้างขึ้นจากสมาชิกภายในกลุ่ม การเข้าร่วมกลุ่มของสมาชิกจะไม่มีการบังคับ สมาชิกจะเข้าร่วมกลุ่มด้วยความสมัครใจ มีจุดสนใจร่วมกัน มีปัญหาร่วมกัน

โอลเซน (ทิพย์วรรณ กิตติพร. 2535 : 3 ; อ้างอิงมาจาก Ohlsen.1977 : 29) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เป็นวิธีการที่จะให้ความช่วยเหลือแก่บุคคลที่ปกติ เพื่อให้ยอมรับปัญหาต่างๆ ของตนเองและพยายามแก้ปัญหาเหล่านั้นก่อนที่จะกลายเป็นปัญหารุนแรง นอกจากนี้สมาชิกในกลุ่มยังสามารถนำเอาความคิดที่ได้จากกลุ่มไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มจึงเป็นสัมพันธภาพพิเศษที่สมาชิกจะมีความรู้สึกปลอดภัย จนพร้อมจะอภิปรายในสิ่งที่เขากังวลใจ และไม่สบายใจและสามารถกำหนดพฤติกรรมใหม่ๆ ที่พึงประสงค์ขึ้นตลอดจนฝึกทักษะในการมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นและการลงมือปฏิบัติในพฤติกรรมใหม่

จอร์จและดัตติน (George and Critiani.1995 : citing George and Dudtin.1988 : 5) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มเป็นกระบวนการช่วยเหลือหรือการปฏิบัติต่อกันระหว่างสมาชิกในการเอื้ออำนวยบรรยากาศแห่งการยอมรับ ปลอดภัย อ่อนน้อมจริงใจในการให้สมาชิกแต่ละคนเข้าใจตนเอง และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของสมาชิกแต่ละบุคคลไปในทางที่เหมาะสม

ซูซีย์ สมิทธิไกร (2527 : 1) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เป็นกระบวนการที่นักจิตวิทยาการปรึกษาจัดขึ้น เพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษา ซึ่งมีจำนวนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป ความสัมพันธ์ภายในกลุ่มจะก่อให้เกิดบรรยากาศแห่งความอบอุ่น ความยอมรับความไว้วางใจ และความเข้าใจซึ่งกันและกัน ภายใต้บรรยากาศเช่นนี้จะช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้พูดถึงตนเองและสิ่งที่ทำให้เขารู้สึกกังวลใจ สิ่งที่เขาพบตัวปัญหาของ “กลุ่ม” แต่เป็นปัญหาของ “เขา” เอง สมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่มจะมีบทบาทช่วยเหลือ ให้กำลังใจ และสนับสนุนแก่เขา ในการจัดการกับปัญหาเหล่านั้น เพื่อให้สมาชิกกลุ่มรู้จักตนเอง เข้าใจและยอมรับตนเองอย่างแท้จริง ซึ่งทำให้สามารถเลือกทางออกในการแก้ปัญหาความขัดแย้งภายในจิตใจของตนได้ อันจะนำไปสู่ความงอกงามทางจิตใจและมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ตนปรารถนา

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 180) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มเป็นกระบวนการของกลุ่มบุคคลที่มีปัญหาหรือความต้องการคล้ายๆ กัน มาปรึกษาร่วมกัน โดยมิให้ผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งมีความรู้ความสามารถและประสบการณ์ทางการให้คำปรึกษาร่วมให้ความช่วยเหลือหรือร่วมให้คำปรึกษา

วัชร ทรัพย์มี (2533 : 271 - 272) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มเป็นกระบวนการที่บุคคลซึ่งต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่งหรือต้องการจะแก้ปัญหาใดปัญหาหนึ่งร่วมกันมาปรึกษาร่วมกันและกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกในกลุ่มจะมีโอกาสได้แสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของแต่ละคน เป็นการได้ระบายความรู้สึกขัดแย้งในจิตใจ ได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอมรับตนเอง กล้าที่จะเผชิญปัญหา และได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเอง อีกทั้งได้รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น และได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีความรู้สึกหรือความคิดเห็นเช่นเดียวกับตนเอง ไม่ใช่เขาคนเดียวที่มีปัญหา

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นกระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดขึ้น เพื่อช่วยเหลือบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป โดยสมาชิกในกลุ่มได้มีโอกาสสำรวจตน

เองทั้งความคิด ทักษะ ความรู้สึก ปัญหาที่ตนมีอยู่ โดยการนำปัญหามาอภิปรายแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และความคิดร่วมกัน เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีการรับรู้ เข้าใจและยอมรับตนเองอย่างแท้จริง สามารถเลือกแนวทางในการแก้ปัญหาด้วยบรรยากาศที่อบอุ่น ปลอดภัยและมีความเข้าใจซึ่งกันและกัน.

1.2.2 วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 180) กล่าวว่า วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มไว้ดังต่อไปนี้

1. เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคนรู้จักและเข้าใจตนเอง
2. เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคน พัฒนาการยอมรับตนเอง และความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า
3. เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคน พัฒนาวิธีการต่างๆ ที่จะช่วยให้พัฒนาตนเองเป็นไปอย่างเหมาะสม
4. เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคน สามารถพัฒนาแนวทางการแก้ปัญหาของตนเอง และสามารถจะตัดสินใจแก้ปัญหาที่ประสบได้อย่างมีประสิทธิภาพ
5. เพื่อให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคน สามารถพัฒนาความเข้าใจเกี่ยวกับความต้องการและความรู้สึกของบุคคลอื่น ตระหนักในบทบาทและความรับผิดชอบของตนเอง ในการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นและเรียนรู้ที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกภายในกลุ่ม

6. เพื่อสร้างสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ให้มีความรักใคร่ปรองดอง
 7. เพื่อให้บริการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนภายในโรงเรียนได้อย่างทั่วถึง
- วัชร ทรัพย์ (2533 : 272) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มมีจุดประสงค์ดังต่อไปนี้

1. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเป็นคนเปิดเผย ไม่เก็บกด และไม่เสแสร้ง
2. ส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษามีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น
3. ให้ผู้รับบริการรู้จักตนเอง เกิดการยอมรับตนเอง และไม่ได้มุ่งหวังว่าตนเองจะต้องดีเลิศไปหมดทุกด้าน
4. ไม่เห็นการเข้าสังคม หรือการมีสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น
5. พัฒนาทักษะในการสื่อความหมาย เช่น การตั้งคำถามให้ตรงเป้าหมายอย่างนุ่มนวล
6. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ไม่ด่วนตัดสินใจก่อนการพิจารณาสิ่งต่างๆ อย่างรอบคอบ

7. ให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักว่าผู้อื่นก็ต้องเผชิญปัญหา และหาทางแก้ปัญหาเหมือนกัน
8. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ได้มีโอกาสพิจารณาว่าค่านิยมของตนเองเหมาะสมหรือไม่
9. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถตัดสินใจได้ด้วยความมั่นคงทางจิตใจ แม้จะมีอัตราการเสี่ยงอยู่บ้างก็ตาม
10. ให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักว่าวิธีแก้ปัญหาไม่ได้มีอยู่เพียงวิธีเดียว
11. ให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสสำรวจศักยภาพ ความคิดสร้างสรรค์ ที่แฝงอยู่

12. ให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสรับและให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่น เป็นต้นว่าเกิดความภูมิใจว่าได้แสดงความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น

13. ฝึกให้ผู้รับคำปรึกษาไวต่อความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่น

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มคือ เพื่อช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้รู้จักตนเอง เข้าใจผู้อื่น และเข้าใจสิ่งแวดล้อม รู้จักสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น สามารถนำเอาความคิดและประสบการณ์จากกลุ่มไปพัฒนาตนเอง ตามศักยภาพของตนและพัฒนาแนวทางการแก้ปัญหาของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.2.3 การจัดกลุ่มเพื่อรับคำปรึกษา

ในการดำเนินการจัดกลุ่มเพื่อเข้ารับคำปรึกษานั้น ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีความเข้าใจที่จะเลือกสมาชิกในกลุ่มให้เหมาะสม เพราะเป็นปัจจัยที่สำคัญที่จะทำให้การให้คำปรึกษาประสบความสำเร็จตามที่จุดมุ่งหมายกำหนดไว้ ซึ่งแนวทางในการจัดกลุ่มเพื่อรับคำปรึกษามีดังต่อไปนี้

ลักษณะปัญหาของสมาชิกกลุ่ม (Problem Characteristic)

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2521 : 94) กล่าวว่า สมาชิกที่จะมารับคำปรึกษาจากกลุ่มจะต้องเป็นผู้มีปัญหาคล้ายคลึง เช่น อาจจะเป็นกลุ่มที่มีปัญหาทางการเรียน ทั้งนี้เพื่อจะทำให้แต่ละคนที่มีปัญหาแนวเดียวกันได้พูดและอธิบายในประเด็นเดียวกัน และโดยธรรมชาติแล้วคนที่มีปัญหาเดียวกันจะพูดกันอย่างเข้าใจ ตลอดจนสามารถเสนอแนะวิธีการแก้ปัญหของตนเองซึ่งอาจจะเป็นประโยชน์ต่อผู้อื่นได้

ความสมัครใจของสมาชิกกลุ่ม (Voluntary)

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2521 : 94) กล่าวว่า สมาชิกที่จะมารับคำปรึกษาแบบกลุ่มควรจะเป็นผู้ที่มีความเต็มใจที่จะร่วมมือในการแก้ปัญหา ถ้าเป็นไปได้ก็อาจจะต้องใช้วิธีการให้นักเรียนอาสาสมัคร โดยที่ไม่มีการบังคับเลยว่าจะต้องเข้ากลุ่มเพื่อแก้ปัญหา ทั้งนี้เพื่อที่จะให้การดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มเป็นไปด้วยดี และสมาชิกแต่ละคนเกิดความร่วมมือกับกลุ่มเป็นอย่างดี

กลุ่มแบบเปิดและกลุ่มแบบปิด (Closed VS. Open Groups)

ผู้ให้คำปรึกษาควรจะกำหนดว่า กลุ่มควรจะเป็นแบบเปิดหรือแบบปิดให้แน่นอน กลุ่มแบบปิด หมายถึง กลุ่มที่ประกอบด้วยสมาชิกกลุ่มเดียวกันตั้งแต่เริ่มจนกระทั่งปิดกลุ่ม ส่วนกลุ่มแบบเปิด หมายถึง กลุ่มที่มีสมาชิกบางคนออกไปแล้วรับสมาชิกใหม่เข้ามาแทนที่เป็นระยะๆจนกระทั่งปิดกลุ่ม

ซูซีย์ สมิทไกร (2527 : 19) กล่าวว่า ลักษณะการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มควรจะเป็นลักษณะเป็นกลุ่มปิด เพราะกลุ่มจะมีการพัฒนา และก้าวสู่ช่วงเวลาที่มีการแก้ปัญหา ซึ่งความเคลื่อนไหวเช่นนี้ จำเป็นจะต้องอาศัยเวลาและความรู้สึกผูกพันเป็นหนึ่งเดียว การที่มีสมาชิกใหม่เข้ามาในกลุ่มอาจจะขัดขวางต่อการพัฒนาเช่นนี้ได้

นอกจากนี้ ทิพวรรณ กิตติพร. (2535 : 190) กล่าวว่า การเปลี่ยนสมาชิกกลุ่มที่เข้ามาใหม่ จะมีผลต่อการสร้างสัมพันธภาพ ความเหนียวแน่นและความไว้วางใจในกลุ่ม

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า ในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มนั้น ควรที่จะเป็นกลุ่มแบบปิด เพื่อที่จะทำให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ตลอดจนไม่ขัดขวางการดำเนินงานให้คำปรึกษาของกลุ่ม ในการที่จะพัฒนาและแก้ไขปัญหาของสมาชิกแต่ละคน

ขนาดของกลุ่ม (Size)

Shertzer and Stone (1974 : 217) กล่าวว่า ขนาดของกลุ่มควรมีจำนวนสมาชิก 6 คน จะเหมาะสมที่สุด

ซูซีย์ สมิทไกร (2527 : 18) กล่าวว่า ขนาดของกลุ่มซึ่งประกอบด้วยสมาชิกที่เป็นวัยรุ่น หรือผู้ใหญ่กลุ่มขนาด 6-10 คน และสำหรับกลุ่มซึ่งสมาชิกเป็นเด็กควรมีขนาด 4-6 คน

วัชรีย์ ทรัพย์มี (2533 : 274) กล่าวว่า ขนาดของกลุ่มปกติแล้วควรมีสมาชิก 6-8 คน

ทิพวรรณ กิตติพร (2535 : 193) กล่าวว่า กลุ่มที่มีสมาชิกเป็นผู้ใหญ่และมีผู้นำกลุ่มเพียงคนเดียวควรประกอบด้วยสมาชิกประมาณ 8 คน และกลุ่มที่มีสมาชิกเป็นเด็กควรมีจำนวน 3-4 คน

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า ขนาดของกลุ่มในการให้คำปรึกษานั้นควรประกอบด้วยสมาชิกประมาณ 6-10 คน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับวัยของสมาชิก กล่าวคือ ถ้าสมาชิกอยู่ในวัยเด็กขนาดของกลุ่มควรประกอบด้วยสมาชิก 3-6 คน ถ้าสมาชิกอยู่ในช่วงวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่ขนาดของกลุ่มควรประกอบด้วยสมาชิก 6-10 คน

อายุ (Age)

ซูซีย์ สมิทไกร (2527 : 20) กล่าวว่า ผู้ให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มมักจะจัดให้บุคคลที่มีอายุใกล้เคียงกันอยู่ในกลุ่มเดียวกัน เพราะสมาชิกกลุ่มจะรู้สึกสะดวกสบายใจมากขึ้นเมื่ออยู่ในกลุ่มที่มีอายุใกล้เคียงกัน

วัชรีย์ ทรัพย์มี (2533 : 273) กล่าวว่า ผู้ให้คำปรึกษาควรเลือกผู้รับคำปรึกษาที่มีอายุใกล้เคียงกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งมีความสามารถในการสื่อสารภาษาใกล้เคียงกันจะได้พูดกันรู้เรื่อง

เพศ (Sex)

ทรอตเซอร์ (ซูชัย สมิตธิไกร. 2527 : 20 ; อ้างอิงมาจาก Trotzer.1977) กล่าวว่า การจัดกลุ่มให้สมาชิกทั้งหมดมีเพศเดียวกันเหมาะสมสำหรับผู้รับคำปรึกษาที่เป็นเด็กวัยเข้าโรงเรียน ส่วนการจัดกลุ่มให้มีทั้งสองเพศละกัน เหมาะสมสำหรับผู้รับคำปรึกษาที่เป็นเด็กวัยรุ่นและผู้ใหญ่ ทั้งนี้ เพราะเด็กวัยเข้าโรงเรียนหรือมีอายุประมาณ 6-12 ขวบ เป็นวัยที่กำลังอยู่ในระยะของการเรียนรู้เอกลักษณ์ความเป็นชายและความเป็นหญิง ส่วนการจัดกลุ่มให้ละกันทั้งสองเพศนั้นจะมีสภาพที่คล้ายกับสังคมภายนอกมากกว่า ซึ่งเด็กวัยรุ่นจะมีแนวโน้มที่จะไวต่อการประเมินตัวเขาต่อเพศตรงข้าม และมีความต้องการอย่างมากในการที่จะปรับปรุงตนเอง

ระดับสติปัญญาและการศึกษา (Intellectual and Educational)

เฮนเซน และคนอื่นๆ (ทิพย์วรรณ กิตติพร. 2535 : 199 ; อ้างอิงมาจาก Hansen and others. 1976 : 364) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มควรจัดสมาชิกที่มีระดับสติปัญญาและการศึกษาใกล้เคียงกัน หรือมีความแตกต่างกันน้อยที่สุดเข้ากลุ่มเดียวกัน เพราะสมาชิกสามารถมีปฏิสัมพันธ์และสื่อสารได้ง่าย และเข้าใจกันมากกว่าผู้ที่มีความแตกต่างกันมาก ส่วนกลุ่มที่มีระดับสติปัญญาแตกต่างกันมากจะทำให้ผู้ที่มีการศึกษาดำกว่ารู้สึกว่าเป็นส่วนเกินของกลุ่ม ทำให้ขาดความสนใจและกระตือรือร้นที่จะมีส่วนร่วมในกลุ่ม

ระยะเวลาและจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่ม (Length and Frequency)

Corey (1986 : 70) กล่าวว่า การกำหนดจำนวนครั้งและระยะเวลาในการเข้ากลุ่มสำหรับผู้ใหญ่ควรใช้เวลาประมาณ 2 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ ๑-๒ ครั้ง สำหรับเด็กและวัยรุ่นควรจัดให้พบปะกันมากกว่า 1 ครั้ง ต่อสัปดาห์และลดระยะเวลาในแต่ละครั้งลงส่วนนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาควรใช้เวลาในการเข้ากลุ่มครั้งละ 1 ชั่วโมงถึง 2 ชั่วโมง

คมเพชร จิตรศุภกุล (2521 : 99) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มควรจัดให้มีสัปดาห์ละ 2 ครั้ง เวลาอย่างน้อยไม่ควรต่ำกว่า 1 ชั่วโมงหรือไม่เกิน 2 ชั่วโมง และจำนวนครั้งในการสิ้นสุดการให้คำปรึกษาในโรงเรียนและวิทยาลัย ควรกำหนดจำนวนครั้งไว้ประมาณ 6-7 ครั้ง โดยถือเป็นกลุ่มที่ใช้ระยะสั้น

ซูชัย สมิตธิไกร (2527 : 18) กล่าวว่า ระยะเวลาในการเข้ากลุ่มแต่ละครั้งควรจะใช้เวลา 1 ชั่วโมงครึ่ง ถึง 2 ชั่วโมง แต่สำหรับเด็กระยะเวลาที่ใช้ควรจะสั้นลง กล่าวคือแต่ละครั้งควรใช้เวลาประมาณ 20 นาที ถึง 1 ชั่วโมง ส่วนจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่มนั้นอย่างน้อยควรจะพบกันสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ส่วนจำนวนครั้งที่ใช้ในการเข้ากลุ่มทั้งหมดขึ้นอยู่กับเป้าหมายของกลุ่มและธรรมชาติของกลุ่ม แต่อย่างน้อยที่สุดควรจะเข้ากลุ่มจำนวนไม่ต่ำกว่า 8 ครั้ง

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 184) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มสำหรับเด็กควรจะใช้เวลาประมาณ 45 นาที มิฉะนั้นเด็กจะเหนื่อยหรือเบื่อเพราะช่วงความสนใจของเด็กสั้นมาก

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า ระยะเวลาที่ใช้ในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มนั้นสำหรับกลุ่มที่มีสมาชิกอยู่ในวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่ ควรใช้ระยะเวลาอย่างน้อยไม่ควรต่ำกว่า 1 ชั่วโมงหรือไม่เกิน 2 ชั่วโมง แต่ถ้าอยู่ในวัยเด็กไม่ควรนานเกิน 1 ชั่วโมงประมาณครั้งละ 20-45 นาที มิฉะนั้นเด็กจะเหนื่อยหรือเบื่อเพราะความสนใจของเด็กสั้น จำนวนครั้งในการจัดควรจัดให้มีสัปดาห์ละ 2 ครั้ง สำหรับจำนวนครั้งทั้งหมดในการให้คำปรึกษากลุ่ม ประมาณ 6-8 ครั้ง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับเป้าหมายของกลุ่มและธรรมชาติของกลุ่ม

การจัดสถานที่

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 180-181) กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มควรจัดสถานที่เพื่ออำนวยความสะดวก สถานที่ควรจัดเป็นส่วนที่มีขนาดกว้างพอเพียงที่จะอำนวยความสะดวกในการจัดกิจกรรม ไม่กว้างขวางหรือโล่งโง่งจนเกินไป อากาศถ่ายเทสะดวก สีผนังและเพดานห้องควรจะไม่มืดทึบหรือเข้มจนเกินไป และสามารถเก็บเสียงได้

1.2.4 พลังในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

คมเพชร จิตรศุภกุล (2521 : 97-98) กล่าวว่า ในการให้คำปรึกษาผู้ให้คำปรึกษาจะต้องรู้ เข้าใจ และยอมรับที่จะนำเอาพลังต่างๆ มาใช้ในการดำเนินการให้คำปรึกษาให้สมบูรณ์ ในขณะที่เดียวกันก็ต้องช่วยให้สมาชิกในกลุ่มสามารถใช้พลังงานเหล่านี้ด้วยซึ่งมีดังต่อไปนี้

1. ข้อผูกพัน (Commitment) บุคคลที่จะได้รับประโยชน์จากการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มจะต้องรับรู้และยอมรับว่ามีความต้องการที่จะรับคำปรึกษา และจะพูดถึงปัญหาทั้งหลายของตนเอง จะแก้ไขและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเมื่อรับคำปรึกษาจากกลุ่มแล้ว

2. ความรับผิดชอบ (Responsibility) สมาชิกที่มีปัญหาทั้งหลายจะต้องพยายามเพิ่มความรับผิดชอบสำหรับตนเอง และเพื่อการแก้ไขปัญหากลุ่ม นอกจากนี้จะต้องเพิ่มโอกาสให้เกิดความเจริญงอกงามภายในกลุ่มที่รับคำปรึกษา

3. การยอมรับ (Acceptance) การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มจะได้ผลดีก็ต่อเมื่อสมาชิกให้การยอมรับกันเอง ซึ่งจะเป็นผลให้แต่ละบุคคลเกิดความเคารพนับถือตนเองและมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเขาด้วย

4. การดึงดูด (Attractiveness) ถ้าหากกลุ่มเป็นที่ดึงดูดใจ ของสมาชิกในกลุ่มมากเท่าใด ก็ยิ่งจะทำให้การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มมีอิทธิพลต่อสมาชิกในกลุ่มเพิ่มขึ้น

5. ความรู้สึกเป็นเจ้าของ (Belonging) สมาชิกจะต้องมีการเปลี่ยนแปลงตนเอง และบุคคลที่จะต้องมามีอิทธิพลในกลุ่ม เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงนั้นจะต้องมีความรู้สึกอย่างรุนแรงต่อความรู้สึกเป็นเจ้าของกลุ่ม ซึ่งจะทำให้เป็นผลดีต่อการช่วยกลุ่ม

6. ความปลอดภัย (Security) เมื่อสมาชิกมีความรู้สึกปลอดภัยอย่างมีเหตุผลในขณะที่อยู่ในกลุ่ม เขาจะมีความเป็นตัวของตัวเอง มีการอภิปรายปัญหาที่เกิดขึ้นกับตัวของเขา มีการยอมรับความคิดของบุคคลอื่นที่แสดงต่อตัวเขา และสามารถแสดงความรู้สึกของตนเองต่อบุคคลอื่น ซึ่งนับได้ว่าเป็นประโยชน์ต่อการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นอย่างมาก

7. ความเครียด (Tension) ความเจริญงอกงามของสมาชิกในกลุ่มในขณะที่รับคำปรึกษาเป็นกลุ่มนั้นสมาชิกจะมีความเครียดอยู่บ้าง การมีความเครียดและความไม่พึงพอใจที่อยู่ในระดับพอเหมาะ จะเป็นแรงใจที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม แต่ถ้าความเครียดมากเกินไปจะทำให้บุคคลไม่ได้ใช้ความสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงสิ่งต่างๆ ได้อย่างสำเร็จ

8. ปทัสถานของกลุ่ม (Group Norms) เมื่อผู้มีปัญหามีความเข้าใจ และยอมรับเงื่อนไขที่จำเป็นสำหรับการเข้ารับคำปรึกษาในกลุ่ม เขาจะไม่ละเลยต่อปทัสถานของกลุ่มเพราะสมาชิกย่อมต้องการจะได้รับความช่วยเหลือ และไม่ต้องการจะให้บุคคลอื่นมองเขาไปในแง่ของบุคคลที่แตกต่างไปจากสมาชิกอื่นๆ ในกลุ่มที่รับคำปรึกษาร่วมกัน ดังนั้น อาจจะกล่าวได้ว่าความสำเร็จของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มก็ขึ้นอยู่กับปทัสถานของกลุ่มด้วย

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า ในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีความสามารถในการนำเอาพลังต่างๆ ออกมาใช้ในการดำเนินการให้คำปรึกษา และจะต้องกระตุ้นให้สมาชิกทุกคนในกลุ่มนำเอาพลังต่างๆ เหล่านั้น ออกมาใช้ด้วย

1.2.5 คุณค่าและลักษณะเฉพาะของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

แกซดา (ซูซัน สมิททิไกร. 2527 : 3-4 ; อ้างอิงมาจาก Gazda. 1975) ได้รวบรวมความคิดเห็นของนักจิตวิทยาหลายท่านเกี่ยวกับคุณค่าและลักษณะเฉพาะของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มไว้ดังต่อไปนี้

1. สมาชิกกลุ่มได้พบว่าเขามีได้อย่างโดดเด่นเดี่ยว หรือแปลกไปจากคนอื่น ๆ แต่ยังมีคนอื่น ๆ อีกที่มีปัญหาคล้ายคลึงกับปัญหาของเขา
2. สมาชิกกลุ่มได้รับความสนับสนุนในการแก้ปัญหาของเขาทั้งนี้เป็นผลมาจากการที่กลุ่มให้การยอมรับ ให้รางวัลและกำลังใจแก่เขา
3. สภาพของกลุ่มเป็นเสมือนสังคมเล็ก ๆ ของชีวิตจริง ซึ่งทำให้สมาชิกสามารถทดสอบพฤติกรรมในการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่นได้
4. กลุ่มเป็นสถานที่ๆ ปลอดภัยซึ่งเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ทดลองกระทำพฤติกรรมใหม่
5. สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้การให้และการรับความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน
6. สมาชิกกลุ่มมีโอกาสได้เรียนรู้จากกันและกัน ด้วยการสังเกตว่า ผู้อื่นแก้ปัญหาของตนอย่างไร
7. ประสบการณ์ที่ได้รับจากการเข้ากลุ่ม อาจจะทำให้สมาชิกแสวงหาการมารับคำปรึกษาเพิ่มเติมอีกในรูปของการปรึกษาเป็นรายบุคคล
8. สภาพของกลุ่ม อาจจะเป็นตัวแทนที่แสดงถึงสภาพในครอบครัวของสมาชิกกลุ่ม ดังนั้น จึงสามารถใช้เป็นสื่อที่จะใช้ช่วยแก้ปัญหาครอบครัวของสมาชิกคนนั้นได้
9. เป็นกลุ่มที่มีคุณค่าสำหรับเด็กวัยรุ่น ซึ่งต้องการได้รับความยอมรับอย่างมากจากเพื่อนของเขา

10. การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ช่วยให้เวลาในการทำงานของนักจิตวิทยามีประโยชน์ในปริมาณมากต่อจำนวนคนมากขึ้น

นอกจากนี้ เจียร์นีย์ ทรงชัยกุล (2529 : 419) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มมีข้อจำกัดบางประการดังต่อไปนี้

1. การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม มีประสิทธิภาพขึ้นอยู่กับความสามารถประสบการณ์และความสนใจของผู้ให้คำปรึกษาเป็นส่วนใหญ่ เช่น การเลือกสมาชิกของกลุ่มที่เหมาะสม การควบคุมกิจกรรมของกลุ่มให้ดำเนินไปสู่เป้าหมาย

2. การให้คำปรึกษากลุ่ม ให้ความสำคัญกับปัญหาร่วมกันของสมาชิกในกลุ่ม ดังนั้นปัญหาเฉพาะของสมาชิกบางคน ซึ่งต้องการวิเคราะห์และวินิจฉัยอย่างละเอียด จึงมีความสำคัญเป็นรองลงไป ด้วยเหตุนี้ให้สมาชิกบางคนขาดกำลังใจและขาดแรงกระตุ้นเพื่อที่จะแก้ไขปัญหาของตน

3. การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม อาจจะไม่เกิดผลสำเร็จด้วยดี ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้ เพราะลักษณะและวิธีการของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เป็นอุปสรรคต่อผู้รับคำปรึกษาซึ่งประสบปัญหาจริงๆ แต่ไม่กล้าเปิดเผยตัวเองอย่างเต็มที่ต่อสมาชิกของกลุ่ม เพราะกลัวว่าจะเสียสถานภาพของตนในกลุ่มเพื่อน เป็นต้น

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า ในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม สมาชิกมีโอกาสดำเนินการสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน เกิดการยอมรับซึ่งกันและกัน ให้ความช่วยเหลือกัน และรู้สึกว่าคุณค่าไม่ได้มีคนเดียวในโลก แต่การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มนั้น ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีความเชี่ยวชาญและมีประสบการณ์มากพอ ที่จะทำให้อุปสรรคประสบความสำเร็จ

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง

2.1.1 ความเป็นมาของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง

วิลเลียม กลาสเซอร์ (william Glasser) จิตแพทย์ชาวอเมริกันเป็นผู้เริ่มวิธีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง (Reality Approach To Counseling) เกิดเมื่อ ค.ศ 1925 ที่เมืองเคลฟแลนด์ (Cleveland) รัฐโอไฮโอ (Ohio) จบปริญญาตรีทางวิศวกรรมเคมี ปริญญาโททางจิตวิทยาคลีนิก นอกจากนี้เขายังได้เรียนในสาขาแพทยศาสตร์ สำเร็จการศึกษาแพทยศาสตรบัณฑิต

ปี ค.ศ. 1957 กลาสเซอร์ ได้รับตำแหน่งหัวหน้าจิตแพทย์ประจำสถาบันยูวาชญากร ในรัฐแคลิฟอร์เนีย กลาสเซอร์ ได้พัฒนาวิธีการของเขาโดยเน้นการฝึกให้เด็กมีความรับผิดชอบ ให้อยู่ในโครงการที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง และสัญญาว่าจะดำเนินการตามโครงการ นั้น เขาจะไม่ยอมรับข้อแก้ตัวใดๆ ทั้งสิ้นของเด็กถ้าไม่ปฏิบัติตามสัญญา แต่พยายามหลีกเลี่ยง การลงโทษเด็ก ผลปรากฏว่าวิธีการนี้ได้ผลดี

กลาสเซอร์ ได้เสนอแนวทางของทฤษฎีไว้ในหนังสือที่เขาเขียนขึ้น 2 เล่ม คือ “สุขภาพจิตหรือความเจ็บป่วยของจิต” (Mental Health or Mental Illness) ในปี ค.ศ.1961 และ “การบำบัดด้วยความจริง” (Reality Therapy ; A New Approach to Psychiatry) ปี ค.ศ.1965 ซึ่งหนังสือเล่มนี้เองที่ทำให้ทฤษฎีของเขาเป็นที่ยอมรับ

จิราภรณ์ อารยะรังสฤษฎ์ (2539 : 210) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญ ความจริงได้พัฒนามาจากการที่ กลาสเซอร์ ได้ทำงานกับเด็กวัยรุ่นที่มีปัญหาต่างๆ เขาจึงคิด พัฒนาวิธีการนี้ขึ้นมาเพื่อมุ่งแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหา และรับผิดชอบที่จะช่วยตนเองให้บรรลุ เป้าหมายนั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการช่วยให้วัยรุ่นสามารถค้นพบเอกลักษณ์ของตนเอง หรือช่วย ให้วัยรุ่นมีวุฒิภาวะที่เหมาะสม ช่วยให้ผู้วัยรุ่นรู้จักใช้ความสามารถของตนเองที่มีอยู่อย่างเต็มที่ เชื่อมั่นในการที่จะพึ่งพาตนเอง รับผิดชอบต่อความต้องการของตนเอง รวมทั้งตั้งเป้าหมายที่เป็น ไปได้ในชีวิต ดังนั้น วิธีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงของกลาสเซอร์ จึงสามารถใช้ได้กับ วัยรุ่นที่มีปัญหาได้อย่างดี

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า บุคคลที่เป็นผู้ริเริ่มทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญ ความจริง คือ วิลเลียม กลาสเซอร์ ซึ่งเขาได้พัฒนามาจากการคิดวิธีการแก้ปัญหาพฤติกรรม ต่างๆ ของวัยรุ่น โดยช่วยให้เขารู้จักรับผิดชอบตนเอง สามารถค้นพบเอกลักษณ์ของตนเอง และ รู้จักใช้ความสามารถที่มีอยู่อย่างเต็มที่

2.1.2 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์และความต้องการพื้นฐานของ มนุษย์

กลาสเซอร์ (Glasser. 1995:410-142) กล่าวถึง ธรรมชาติและความต้องการของ มนุษย์ไว้ว่า มนุษย์แต่ละคนมีพลังแห่งการพัฒนาและองกาม โดยพื้นฐานแล้วบุคคลต้องการที่จะ มีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ ต้องการแสดงพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ และมีความสัมพันธ์ที่มี ความหมายกับบุคคลอื่นๆ กลาสเซอร์ได้อธิบายว่าแรงจูงใจที่ทำให้บุคคลกระทำการต่างๆ เป็นสิ่งที่ ถูกผลักดันมาจากภายในของบุคคลนั่นเอง ซึ่งได้จากประสบการณ์ของตัวเองและจากการ อภิปรายร่วมกันกับบุคคลอื่นๆ เขาพบว่าพฤติกรรมต่างๆ ของบุคคล มีความต้องการพื้นฐาน 5 ประการ ได้แก่ ความต้องการอยู่รอด ความต้องการความรัก ความต้องการสัมพันธ์กับผู้อื่น ความ ต้องการอำนาจ ความต้องการเป็นอิสระและความต้องการสนุกสนาน แต่มนุษย์ก็มีโลกส่วนตัวของ เขาเองที่มีการพัฒนารูปแบบของการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของตนที่แตกต่างกัน ดังนั้น

สิ่งที่สามารถตอบสนองความต้องการของบุคคลหนึ่งได้ อาจจะไม่สนองความต้องการของอีกคนหนึ่งได้เช่นกัน

ความแตกต่างในการตอบสนองความต้องการพื้นฐาน ซึ่งประเมินได้จากความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับแต่ละคนมีต่อกัน เป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลแต่ละคนพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองและกำหนดเอกลักษณ์ของตนเอง (Need For an Identity) ซึ่งกลาสเซอร์ได้อธิบายถึงเอกลักษณ์ของบุคคล โดยแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. เอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ (Success Identity) เป็นลักษณะบุคคลกำหนดหรือมองเห็นว่าตนเองมีความสามารถที่จะสนองความต้องการของตนเอง มีคุณค่า มีความสำคัญต่อตนเองและบุคคลอื่นมีพลังในการจัดการต่อสภาพแวดล้อม ความรับผิดชอบเชื่อมั่นในการดำเนินชีวิตของตนเอง และมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลที่เกี่ยวข้อง

2. เอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว (Failure Identity) บุคคลประเภทนี้ มักจะกำหนดหรือประเมิน ตนเองในทางลบ จากการที่ไม่สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกับผู้อื่น รู้สึกว่าตนเองไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่ต้องการ ไม่มีคุณค่า ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ ไม่มีความสามารถที่จะรับผิดชอบตนเอง หรือทำตามข้อกำหนดใดๆ ไม่มีความหวังในการดำเนินชีวิตที่ดีกว่า ปล่อยให้อาณัติแวดล้อมหรือบุคคลมีอิทธิพลและควบคุมชีวิต

กลาสเซอร์ เชื่อว่ามนุษย์จะรู้สึกรักตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีค่า และสามารถรักและเห็นคุณค่าของผู้อื่นได้ก็ต่อเมื่อเขารู้สึกว่าตนเองมีเอกลักษณ์ด้านความสำเร็จในชีวิต ความรักและการยอมรับเป็นองค์ประกอบสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาเอกลักษณ์ของมนุษย์ การเปิดโอกาสให้บุคคลรู้สึกว่าเขาประสบความสำเร็จในการกระทำสิ่งต่างๆ ตามกำลังความสามารถของเขาจะช่วยพัฒนาเอกลักษณ์ด้านความสำเร็จ ช่วยให้บุคคลเชื่อมั่นในตนเอง รับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคในชีวิต รู้จักวางแผนและมีเป้าหมายที่เป็นไปได้ในอนาคต

การที่จะช่วยเหลือบุคคล โดยเฉพาะบุคคลที่มีลักษณะหรือเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว ซึ่งไม่สามารถสนองความต้องการของตนเองได้ เช่น คนป่วยที่สิ้นหวัง คนที่เบื่อหน่ายชีวิต คนที่ติดยาเสพติด นักเรียนที่ไม่ประสบความสำเร็จในการเรียน เด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ก็คือการช่วยพวกเขาให้เปลี่ยนแปลงการกำหนดเอกลักษณ์ให้กับตนเองเสียใหม่ โดยสอนเขาให้เข้าใจถึงระบบการควบคุมที่เขาใช้ควบคุมชีวิตตนเอง ให้เขายอมรับในพลังงานของตนเองที่จะกระทำในสิ่งที่ดีกว่า และเริ่มต้นด้วยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ที่จะช่วยให้เขาสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้

กลาสเซอร์ มีความคิดคล้ายกับโรเจอร์ส (Rogers) ตรงที่ว่ามนุษย์มีความสามารถในการที่จะนำศักยภาพ (Potential) ทั้งหลายออกมาใช้เพื่อการเรียนรู้และความเจริญงอกงาม บุคคลแต่ละคนจะมีความสามารถในการตัดสินใจด้วยตนเอง บุคคลจะทำอะไรก็ตามถ้าเขามองเห็นความสำคัญในการตัดสินใจมากกว่าความสำคัญของสถานการณ์ที่เขาเข้าไปเกี่ยวข้อง เขาจะเป็นผู้ดำรงชีวิตอย่างมีความรับผิดชอบ ประสบความสำเร็จและมีความพึงพอใจในชีวิต และ กลาส

เซอร์เชื่อว่า บุคคลจะเป็นอย่างไรก็ต้องดูที่การกระทำของเขาและการที่เขาทำสิ่งต่างๆ ตามที่เขาตัดสินใจด้วย ในกรณีที่การดำเนินชีวิตของเขาไม่เป็นที่พึงพอใจ เขาย่อมจะสามารถตัดสินใจใหม่หรือตัดสินใจซึ่งแตกต่างไปจากเดิมได้ เพื่อให้สามารถทำสิ่งต่างๆ ที่จะช่วยให้เกิดความพึงพอใจได้ดีกว่าเดิม

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2531 : 153) กล่าวว่า ธรรมชาติของมนุษย์ตามทฤษฎีเผชิญความจริงว่าอยู่บนรากฐานของเหตุผลที่ว่า มนุษย์มีความต้องการด้านจิตใจเพียงอย่างเดียวตั้งแต่เกิดจนตาย ความต้องการดังกล่าวคือ ความต้องการมีเอกลักษณ์ (Need for an Identity) ซึ่งเป็นความต้องการของบุคคลที่อยากจะรับรู้ว่าตัวเรานั้นมีได้แตกต่างจากบุคคลอื่นๆ และแยกออกจากบุคคลอื่นในโลกนี้

นอกจากนี้ วัชร ทรัพย์มี (2533 : 180 - 181) ได้อธิบายการพิจารณามนุษย์และหลักการของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงดังนี้คือ

1. พิจารณามนุษย์ในแง่ดี ว่ามีความสามารถในการตัดสินใจแก้ปัญหา และใช้วิจารณญาณเกี่ยวกับเรื่องต่างๆ เขาไม่เห็นด้วยกับแนวความคิดของนักวิชาการบางคนที่เปรียบผู้เรียนเหมือนแจกันว่างเปล่า ซึ่งครูจะเป็นผู้นำข้อเท็จจริง และแนวความคิดต่างๆ ไปใส่ให้ กลาสเซอร์เชื่อว่า ครูเปรียบเหมือนผู้จัดการสภาพแวดล้อม หรือกระตุ้นให้ผู้เรียนได้ใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่ มนุษย์มีแรงจูงใจที่จะประสบความสำเร็จ มีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเองและมีสัมพันธภาพอันดีต่อผู้อื่น

2. การที่มนุษย์รู้สึกตนว่า มีความสามารถที่จะทำสิ่งต่างๆ ได้ หรือความรู้สึกว่าตนประสบความสำเร็จ จะสร้างกำลังใจให้บุคคลกล้าสู้ปัญหา การที่จะทำตนให้มีค่าขึ้นอยู่กับการกระทำของบุคคลนั่นเองว่าทำสิ่งต่างๆ ได้สำเร็จมากน้อยเพียงใด

3. การได้รับความรักและมีโอกาสให้ความรักแก่ผู้อื่น เป็นความต้องการของมนุษย์ บุคคลที่รักผู้อื่นและได้รับความรักจากผู้อื่นจะรู้สึกว่ามีค่า กลาสเซอร์ พิจารณาความรักจากการกระทำของบุคคลมากกว่าความรู้สึกของบุคคล สำหรับชีวิตในโรงเรียนหรือในวัยเรียนการที่เด็กจะมีความรับผิดชอบต่อสังคม ยินดีช่วยเหลือผู้อื่นที่มีปัญหาด้านสังคมและการเรียน เกิดความว่าเหว เป็นผลมาจากประสบการณ์ล้มเหลวในการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น การขจัดความว่าเหวทำได้โดยการที่บุคคลนั้น ต้องมีทักษะในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นด้วยความจริงใจ ซึ่งก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง

4. ปัญหาในการปรับตัวหลายประการ เกิดจากการไร้ความสามารถในการสนองความต้องการ อาการของการปรับตัวไม่ได้จะหายไป เมื่อบุคคลสามารถสนองความต้องการของบุคคลได้ บุคคลที่ไม่สามารถสนองความต้องการมีแนวโน้มที่จะบิดเบือนสภาพความเป็นจริง เขาจะตำหนิผู้อื่นและลืมนึกไปว่าเขามีความรับผิดชอบที่จะแก้ปัญหาโดยพิจารณาจากสภาพความจริง

5. แม้ว่าอารมณ์จะเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่พ้น แต่เหตุผลเป็นสิ่งที่จะทำให้พฤติกรรมของบุคคลมีประสิทธิภาพ และทำให้บุคคลประสบความสำเร็จ การปล่อยให้อารมณ์มาครอบงำ จะนำไปสู่ความล้มเหลว อารมณ์ส่งผลถึงพฤติกรรม ดังนั้นการจะปรับปรุงพฤติกรรมจึงจำเป็นต้องหลีกเลี่ยงอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม

6. หลักการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง เน้นพฤติกรรมในระดับจิตสำนึกเป็นพฤติกรรมที่ได้มีการวางแผนโครงการ ไม่ได้ปล่อยชีวิตให้ล่องลอย ไม่เน้นอดีตแต่เน้นปัจจุบันและอนาคต

7. องค์ประกอบที่จะทำให้คนปรับตัวได้คือ ความรับผิดชอบ ความเป็นจริง การประเมินพฤติกรรม

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง มีความเชื่อว่ามนุษย์แต่ละคนมีพลังแห่งการพัฒนาและงอกงาม มนุษย์จะมีความต้องการ มีเอกลักษณ์ของตนเอง ซึ่งเอกลักษณ์ของตนเองมี 2 ประเภท คือ เอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ (Success Identity) และเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว (Failure Identity) บุคคลที่มีเอกลักษณ์ของความสำเร็จจะเป็นผู้ที่สามารถสนองความต้องการของตนเองได้ มีความรับผิดชอบ ถ้าบุคคลที่มีเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว ก็จะเป็นผู้ที่ไม่สามารถสนองความต้องการของตนเองได้ ขาดความรับผิดชอบ ดังนั้น ในการช่วยเหลือบุคคลที่มีปัญหาหรือให้มีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จได้นั้น คือการให้เขาได้ประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกในปัจจุบันที่เป็นปัญหาของเขาตามความเป็นจริง และหาแนวทางในการแก้ปัญหาด้วยตนเอง เพื่อให้เขาสามารถสนองความต้องการของตนเองได้ และเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบ

2.1.3 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง

วิธี ทรัพย์มี (2533 : 183) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง มีดังนี้

1. ช่วยให้ผู้ถูกรับผิดชอบที่จะแก้ปัญหา และมีทักษะในการแก้ปัญหา โดยพิจารณาความเป็นจริง
2. ป้องกันไม่ให้ผู้ถูกรับผิดชอบชีวิตให้ล่องลอย โดยสนับสนุนให้วางแผนโครงการในอนาคต และมีความมุ่งมั่นที่จะดำเนินการไปตามโครงการที่วางไว้
3. ส่งเสริมให้ผู้ถูกรับผิดชอบมีวุฒิภาวะ คือ เป็นตัวของตัวเอง และสามารถช่วยตัวเองได้
4. ช่วยให้ผู้ถูกรับผิดชอบรู้จักตัวเองว่าเขาเป็นใคร เขาต้องการอะไรในชีวิต
5. ช่วยให้ผู้ถูกรับผิดชอบวิธีสนองความต้องการของตนเองอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น โดยไม่กระทบกระเทือนสิทธิของผู้อื่น
6. ให้บุคคลตระหนักในคุณค่าของตนเอง โดยแนะแนวทางให้เขาได้รู้จักวิธีการสร้างสัมพันธภาพอันดีกับบุคคลอื่น ให้ได้รับประสบการณ์เกี่ยวกับความผูกพันทางสังคม การให้และการได้รับความรักจากบุคคลอื่น ซึ่งก่อให้เกิดความรู้สึกว่าตนมีค่า

7. ช่วยให้ผู้คลุ้จกประเมินค่านิยม ฐักพิจารณาว่าอะไรถูก อะไรผิด สิ่งใดควรทำหรือพึงละเว้น

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2525 : 166-167) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง มุ่งช่วยให้บุคคลเป็นตัวของตัวเองได้มากที่สุด (Autonomy) สำคัญของการเป็นตัวของตัวเองก็คือมีความรับผิดชอบในตนเอง และสามารถพัฒนาความรับผิดชอบให้สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริง เพื่อให้เกิดความสำเร็จในชีวิต นอกจากนี้ การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง จะช่วยจำกัดเป้าหมายแห่งชีวิตของผู้รับคำปรึกษาให้กระชับขึ้น เพื่อให้เห็นเป้าหมายนั้นเด่นชัดยิ่งขึ้น ยิ่งกว่านั้นยังเป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้กระจ่างในแนวทางที่เขายังคับข้องใจอยู่ ด้วยการชี้แนะ ให้ผู้รับคำปรึกษาได้เรียนรู้พฤติกรรมที่เป็นจริง ซึ่งผู้รับคำปรึกษาต้องรับผิดชอบและพัฒนาลักษณะเฉพาะของตนไปสู่เป้าหมายที่ได้กำหนดไว้ ผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้คอยช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้ค้นพบทางเลือกที่จะไปสู่เป้าหมาย แต่ทั้งนี้จะเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีสิทธิตัดสินใจเลือกเป้าหมายแห่งชีวิตด้วยตัวของเขาเอง

สุดฤทัย มุขยวงศา.2533:15-16 ; อ้างอิงจาก Glasser.1965 :13. ได้กล่าวถึงเป้าหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ว่ามีเป้าหมายในการช่วยเหลือบุคคลให้พิจารณาและกำหนดเป้าหมาย หรือความต้องการของตน ทั้งในปัจจุบันและในระยะยาวอย่าง ชัดเจน และช่วยให้เขาได้พิจารณาสิ่งที่เป็นอุปสรรคขัดขวางความก้าวหน้าไปสู่เป้าหมาย หากทางเลือกรูปแบบพฤติกรรมใหม่ เพื่อไปสู่เป้าหมายหรือพฤติกรรมนั้น

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

1. ความรับผิดชอบ (Responsibility) เป็นเป้าหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ซึ่งหมายถึง “ เป็นความสามารถที่จะสนองความต้องการของตนเอง โดยที่ไม่เป็นการขัดขวางบุคคลอื่นในการตอบสนอง ความต้องการของเขา ” บุคคลจะเปลี่ยนแปลงได้ก็ต่อเมื่อเขาเรียนรู้และยอมรับว่าตัวของเขา เป็นผู้รับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง และไม่มีใครเปลี่ยนแปลงการกระทำนั้นได้นอกจากตัวเขา

2. ความเป็นจริง (Reality) ของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงก็คือ การช่วยเหลือบุคคลให้เผชิญกับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นในชีวิตของเขา เลิกควบคุมการรับรู้ของตนเอง และช่วยให้เขาเข้าใจว่า เขาสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้ ถึงแม้ว่า เขาจะต้องเผชิญกับปัญหาหรืออุปสรรคเพียงใดก็ตาม โดยการที่เขาจะต้องพิจารณาพฤติกรรมในปัจจุบันที่เป็นอุปสรรคต่อความต้องการของเขา และพัฒนาแผนการที่สามารถเป็นจริงได้ เพื่อพัฒนา พฤติกรรมใหม่ที่มีความรับผิดชอบ ซึ่งสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้

3. ความถูกต้อง (Right) เป็นการประเมินคุณค่าพฤติกรรมปัจจุบันของตนเอง และพิจารณาผลที่ตามมาของพฤติกรรมนั้น จะทำให้บุคคลมองเห็นการกระทำของตนเองชัดเจน ขึ้นมาและยินยอมที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม กลาสเซอร์ ได้กล่าวถึง ความถูกต้องไว้ว่าเมื่อ บุคคลประพฤติในทางที่เขาสามารถให้และรับความรัก และรู้สึกมีคุณค่าต่อตนเองและผู้อื่น พฤติกรรมของเขาก็เป็นสิ่งที่ถูกต้องหรือชอบธรรม

นอกจากนี้ กลาสเซอร์ ได้เน้นว่าการให้คำปรึกษานั้น จะต้องประกอบไปด้วย การช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาให้เรียนรู้วิถีชีวิตของเขาใหม่อีกครั้งหนึ่ง และช่วยให้เขามีชีวิตอยู่อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น การช่วยเหลือนี้รวมไปถึงการเผชิญหน้ากับผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้เขาได้พิจารณาในสิ่งที่เขากำลังกระทำ กำลังคิด และกำลังรู้สึก เพื่อที่จะคิดหาวิถีทางที่ดีกว่าสำหรับ ตนเองที่จะปฏิบัติ

การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง จะให้ความสนใจในสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษามีสติรับรู้ และต่อจากนั้นก็ช่วยเขาให้มีระดับความรู้ตัวมากยิ่งขึ้น เช่น ผู้รับคำปรึกษาที่รู้ถึงพฤติกรรมไร้ประสิทธิภาพที่ตนปฏิบัติอยู่ เขาต้องเปิดกว้างมากขึ้นที่จะเรียนรู้ทางเลือกอื่นๆ ในการปฏิบัติการ ให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงนี้ แตกต่างจากการให้คำปรึกษาอื่นๆตรงที่การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงเกี่ยวข้องกับ การสอนให้คนอยู่ในโลกด้วยวิถีทางที่มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น หัวใจของการให้คำปรึกษาคือ การช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาประเมินความต้องการของเขาว่า สามารถเป็นไปได้จริงหรือไม่ และการปฏิบัติของเขาให้เขาสามารถสนองความต้องการของตนได้หรือไม่ ผู้รับคำปรึกษาจะเป็นผู้ตัดสินใจว่า สิ่งที่เขา กำลังกระทำ ทำให้เขาได้รับในสิ่งที่เขาต้องการหรือไม่ และสิ่งไหนที่ควรได้รับการเปลี่ยนแปลง และสิ่งที่ต้องเปลี่ยนแปลงเขาต้องมีความเต็มใจที่จะทำ

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ บุคคลได้พบวิถีทางที่มีประสิทธิภาพในการตอบสนองความต้องการของตนเอง สามารถเข้าใจ ตนเอง และพัฒนาเอกลักษณ์ด้านความสำเร็จของตนเอง มีความรับผิดชอบว่า เขาเป็นใคร มีหน้าที่อะไร กำลังทำอะไร และต้องการอะไรโดยให้บุคคลได้พิจารณาสิ่งต่างๆตามสภาพความเป็นจริง ตลอดจนพิจารณาและประเมินพฤติกรรมความคิด และความรู้สึกในปัจจุบัน และผลที่ตามมา เพื่อให้บุคคลมองเห็นการกระทำของตนเองชัดเจนยิ่งขึ้น และกำหนดเป้าหมายในการเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองให้เหมาะสมและสามารถที่จะพัฒนา แผนการ ซึ่งจะทำให้ เขาได้รับความสำเร็จและสนองความต้องการของตนเองได้

2.1.4 หลักการและเทคนิคการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง

วัชร ทรัพย์มี (2533 : 184 - 188) กล่าวว่า กลาสเซอร์มีหลักการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงว่า เป็นกระบวนการเรียนรู้ ซึ่งเน้นการพูดกันด้วยเหตุผลกับผู้รับคำปรึกษา โดยผู้ให้คำปรึกษาจะสนทนากับผู้รับคำปรึกษาเกี่ยวกับสภาพเหตุการณ์ต่างๆในชีวิตของผู้รับคำ

ปรึกษา เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักในพฤติกรรมของตนเอง สามารถพิจารณาสิ่งถูกสิ่งผิด ตลอดจนสามารถวางโครงการการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คอร์เรย์ (Corey. 1986 : 250 - 254) กล่าวถึง 8 ขั้นตอนที่สำคัญของกลวิธีการให้คำปรึกษา ดังนี้

1. กลวิธีสร้างสัมพันธภาพ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องให้ความเป็นกันเอง และความอบอุ่นแก่ผู้รับคำปรึกษาตั้งแต่นั้น ให้กำลังใจแก่ผู้รับคำปรึกษาว่า เขามีความสามารถและศักยภาพที่จะพัฒนาตนเอง อันจะนำไปสู่ความรับผิดชอบในพฤติกรรมที่ตนเองได้กระทำ

2. การสำรวจพฤติกรรมในปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาจะชักชวนให้ผู้รับคำปรึกษาพิจารณาพฤติกรรมในปัจจุบันที่เป็นสาเหตุ หรือส่งเสริมให้เกิดความรู้สึกที่ไม่ดีต่อตนเอง

3. การให้โอกาสผู้รับคำปรึกษา ประเมินถึงพฤติกรรมของตนเองในปัจจุบัน จุดมุ่งหมาย หลักการของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง เป็นการให้กำลังใจและสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาได้สำรวจและประเมินค่าตัดสินพฤติกรรมของเขาที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยตนเอง

4. การช่วยวางแผนสร้างพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยผู้รับคำปรึกษา สำรวจพฤติกรรมและวางแผนในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลวไปสู่เอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ โดยแผนการที่ดีนั้นจะต้อง

- ง่ายและชัดเจน
- สั้นและสามารถทำเป็นแผนย่อย ๆ ได้
- เป็นสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษาต้องการจะเปลี่ยนแปลง ไม่ใช่เปลี่ยนแปลงตาม

ความต้องการของบุคคลอื่น

- ชัดเจน เจาะจง และสามารถตอบคำถาม อะไร (What) เมื่อไร (When) ที่ไหน (Where) และบ่อยแค่ไหน (How Often)

- สามารถทำได้ในแต่ละวัน
- เห็นผลได้โดยเร็ว

5. การผูกมัดตนเอง หลังจากที่ได้รับคำปรึกษาดัดสินพฤติกรรมการกระทำของตนเองและมีการวางแผนเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมแล้ว ผู้ให้คำปรึกษาจะให้ผู้รับคำปรึกษาทำสัญญาผูกมัดตนเองในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เพราะบุคคลที่มีเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว จะไม่มีความพยายามในการเอาชนะตนเอง ถ้ามีการทำสัญญาหรือข้อผูกพันจะทำให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักว่าตนเองมีหน้าที่รับผิดชอบด้วยของตัวเอง ส่วนตัวผู้ให้คำปรึกษาและบุคคลอื่นๆ เป็นผู้ดูแลเอาใจใส่ สนับสนุนในการทำสัญญา หรือข้อผูกมัดจะทำให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้โดยตรง นอกจากนี้จะต้องคำนึงถึงข้อจำกัดหรือจุดอ่อนของสัญญาที่ไม่สามารถจะดำเนินการได้ตามแผนที่วางไว้ ก็จะทำให้ผู้รับคำปรึกษายังมีความวิตกกังวลและไปเพิ่มเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลวในตนเองมากยิ่งขึ้น

6. การไม่ยอมรับคำแก้ตัว ผู้ให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงจะไม่ยอมรับการแก้ตัวในกรณีที่ผู้รับคำปรึกษาไม่สามารถทำตามข้อตกลงหรือแผนการของตนเองได้ เพราะทำให้ผู้รับคำปรึกษารับรู้ตนเองว่าเป็นผู้ที่ล้มเหลว จะไม่มีการตำหนิ จะแสดงความห่วงใยต่อผู้รับคำปรึกษาอย่างแท้จริง สนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษารับรู้ว่าเขาเท่านั้นที่จะเป็นผู้เปลี่ยนแปลง พฤติกรรมของเขาได้ และช่วยเขาประเมินปรับปรุงแผนการโดยทำข้อตกลงและเริ่มดำเนินการใหม่ตามแผนการ

7. การไม่ใช้การลงโทษ การลงโทษไม่ใช่วิธีที่มีประสิทธิภาพในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ทั้งยังเป็นการส่งเสริมเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลวและทำลายสัมพันธภาพของการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาต้องช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจและยอมรับผลที่ตามมาจากการกระทำของเขา ให้โอกาสเขาในการประเมินตนเองอีกครั้ง เพื่อพิจารณาว่าเขายังต้องการที่จะทำตามข้อตกลงในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เขาไว้วางใจโดยตนเองหรือไม่

8. การไม่ยอมล้มเลิกความตั้งใจ บุคคลที่มีเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลวมักจะคิดว่าคนอื่น ๆ ล้มเหลวในตัวเขา ไม่เชื่อว่าเขามีความสามารถที่จะปรับปรุงตนเอง ผู้ให้คำปรึกษาต้องเป็นตัวอย่างในการไม่ยอมล้มเลิกความตั้งใจ และมุ่งมั่นที่จะช่วยให้ตัวผู้รับคำปรึกษา มีการเปลี่ยนแปลงและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้น ซึ่งจะทำให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกไม่โดดเดี่ยว สามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง ตลอดจนเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้น

จากประสบการณ์ในการทำกลุ่มให้คำปรึกษาของ วับบอลดิง (Corey, 1995 : 419-425 : citing Wubbolding, 1991-1992) ได้ประยุกต์หลักการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงดังนี้ (WDEP System) โดยอักษรแต่ละตัวมีความหมายดังนี้ W (Wants) หมายถึง ความต้องการ, D (Direction and Doing) หมายถึง ทิศทางและการลงมือกระทำ, E (Evaluation) หมายถึง การประเมิน และ P (Planning) หมายถึง การวางแผน

รายละเอียดของแต่ละตัวดังต่อไปนี้

1. สำรวจความต้องการและการรับรู้ของผู้รับคำปรึกษา (Exploring Wants, Needs and Perceptions) ผู้ให้คำปรึกษาใช้ทักษะในการตั้งคำถาม เพื่อกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักถึงความต้องการของตนเอง ตลอดจนวิธีการในการตอบสนองความต้องการนั้น ส่วนหนึ่งของการให้คำปรึกษาจะกำหนดพฤติกรรมของตนเองเพื่อสนองความต้องการของเขา ซึ่งใกล้เคียงกับความเป็นจริง ทักษะของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงก็คือ การไม่วิพากษ์วิจารณ์แต่จะยอมรับผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้เขาได้เปิดเผยโลกส่วนตัวของเขา ทำให้ผู้ให้คำปรึกษามีโอกาสได้สำรวจชีวิตของเขาในทุกๆด้าน รวมทั้งสิ่งที่เขาต้องการจากครอบครัวเพื่อนและงาน ยิ่งไปกว่านั้นคือ เขามีความคาดหวังสิ่งใดจากผู้ให้คำปรึกษาและจากตนเอง

การสำรวจนี้ควรจะทำต่อเนื่องตลอดกระบวนการให้คำปรึกษา เพราะสภาพต่างๆ ในชีวิตของผู้รับคำปรึกษา อาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ คำถามที่เป็นประโยชน์ในการช่วยให้ ผู้รับคำปรึกษาสามารถหาข้อสรุปได้อย่างแน่นอนว่าอะไรคือสิ่งที่เขาต้องการ คือ “ถ้าคุณเป็นคนที่คุณต้องการจะเป็นได้ คุณจะเป็นคนแบบไหน” “ถ้าคุณสามารถมีในสิ่งที่คุณต้องการจะมีคุณอยากจะมีอะไร” “ครอบครัวของคุณเป็นอย่างไรบ้าง ถ้าบังเอิญความต้องการของคุณและเขาเป็นสิ่งที่เดียวกันพอดี” “คุณคิดว่าคุณกำลังทำอะไรอยู่ ถ้าในขณะที่คุณมีชีวิตอยู่บนเส้นทางที่คุณปรารถนา” หลักการสำรวจเสร็จสิ้นแล้วผู้ให้คำปรึกษาพิจารณาพฤติกรรมของเขา เพื่อตัดสินใจว่าสิ่งที่เขากำลังกระทำอยู่นี้จะนำไปสู่ความต้องการของเขาได้หรือไม่

2. การเน้นความสนใจที่พฤติกรรมปัจจุบัน (Focus on Current Behavior) การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงจะเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบัน และสนใจเรื่องราวในอดีตก็เพียงแค่ว่าเฉพาะในแงุ่มที่ส่งผลกระทบมาถึงพฤติกรรมของผู้รับคำปรึกษาในปัจจุบันเท่านั้น การแบ่งความสนใจที่พฤติกรรมปัจจุบันนี้ ทำได้โดยการใช้คำถามที่มักใช้อยู่บ่อยๆ สำหรับผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีนี้ นั่นคือ “คุณกำลังทำอะไร” แม้ว่าปัญหาหลายปัญหามักมีรากฐานมาจากอดีตก็ตาม แต่ผู้รับคำปรึกษาก็มักจำเป็นต้องเรียนรู้วิธีจัดการกับปัญหาเหล่านั้นในปัจจุบัน ด้วยทางเลือกที่ดีกว่าเพื่อที่จะนำเขาไปสู่ความต้องการได้สำเร็จ

กลาสเซอร์ กล่าวว่า ความล้มเหลวในอดีตจะเป็นเช่นไรนั้นไม่สำคัญ เพราะไม่ว่าผู้ให้คำปรึกษาหรือผู้รับคำปรึกษาก็ไม่สามารถจะจัดการอะไรกับสิ่งเหล่านั้นได้ สิ่งที่สามารถทำได้ในปัจจุบันคือ การช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสร้างทางเลือกใหม่ที่น่าพอใจกว่า การนำเอาอดีตมาอภิปรายนั้นสามารถทำได้ในจุดประสงค์ เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้วางแผนสำหรับอนาคตที่ดี ภาระของผู้ให้คำปรึกษา คือการมุ่งหน้าที่ที่จะให้ผู้รับคำปรึกษาจัดการกับสถานการณ์ในปัจจุบันของตนเอง

ในการเริ่มต้นของการให้คำปรึกษา จำเป็นจะต้องพูดคุยกับผู้รับคำปรึกษาให้ครอบคลุมเกี่ยวกับชีวิตของเขา การสำรวจนี้จะเป็นขั้นเริ่มต้นที่จะนำไปสู่การประเมินในขั้นต่อไปว่าสิ่งต่างๆ สามารถที่จะนำไปสู่ทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ โดยผู้ให้คำปรึกษาทำหน้าที่ถือกระจกตรงหน้า ผู้รับคำปรึกษาพร้อมทั้งถามคำถามว่า “คุณมองเห็นอะไรเกี่ยวกับตนเองในปัจจุบันและอนาคตบ้าง” การสะท้อนความรู้สึกนี้จะทำให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความกระจ่างแจ้ง

การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง จะมุ่งความสนใจที่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในปัจจุบัน ไม่เพียงแต่การเปลี่ยนทัศนคติและความรู้สึกเท่านั้น ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นสิ่งที่ทำได้ง่ายกว่าการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และถือว่าเป็นคุณค่าในกระบวนการให้คำปรึกษา แม้ว่าการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง จะมีการกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาอภิปรายถึงความรู้สึกอยู่บ้างก็เพื่อที่จะเน้นให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความกระจ่างในการกระทำสอดคล้องกับความรู้สึก ซึ่งจุดหมายในที่นี้ก็คือ การช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจในความรับผิดชอบต่อความรู้สึกของตนเอง คำถามที่อาจจะนำมาใช้ถามก็คือ “คุณกำลังทำอะไรอยู่” “ในสัปดาห์ที่ผ่านมาคุณต้องการจะ

ทำอะไรเช่นเดียวกับกำลังทำอยู่บ้าง" "อะไรทำให้คุณไม่สามารถทำในสิ่งที่คุณต้องการทำ" "คุณจะทำอะไรในวันพรุ่งนี้บ้าง"

3. ผู้รับคำปรึกษาประเมินพฤติกรรม (Getting Clients to Evaluate Their Behavior) ประเด็นสำคัญของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงก็คือ การใช้คำถามเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ประเมินค่าพฤติกรรมของตนเองเช่นคำถามที่ว่า "พฤติกรรมในปัจจุบันของคุณสมหวังในสิ่งที่คุณต้องการหรือไม่ และพฤติกรรมนี้จะนำไปสู่ทิศทางที่คุณต้องการหรือไม่"

ทักษะในการตั้งคำถามของผู้ให้คำปรึกษา จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาประเมินพฤติกรรมของตนเองได้ เช่น "สิ่งที่คุณทำนี้ทำให้คุณมีความสุขหรือความทุกข์" สิ่งที่คุณกำลังทำอยู่นี้เป็นสิ่งที่คุณต้องการทำหรือไม่" "สิ่งที่คุณกำลังทำอยู่นี้เป็นการขัดต่อระเบียบหรือไม่" "คุณจะให้สัญญาว่าจะปฏิบัติตนอย่างไรในการให้คำปรึกษา และจะปฏิบัติอย่างไรเพื่อที่จะเปลี่ยนแปลงชีวิตของตนเอง" ผู้ให้คำปรึกษาสามารถที่จะกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาดัดสินคุณค่าได้ โดยการถามเขาเกี่ยวกับความต้องการ การรับรู้ และผลของพฤติกรรม ซึ่งเป็นภาระของผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับผลกระทบที่เกิดจากพฤติกรรมของเขาถ้าปราศจากการประเมินพฤติกรรมของตนเองแล้ว ผู้รับคำปรึกษาจะไม่สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองได้

ผู้รับคำปรึกษาบางคนยืนยันว่าเขาไม่มีปัญหา และพฤติกรรมของเขาก็ไม่ได้ทำให้เขาประสบกับปัญหา ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องระลึกว่าเขาประหลาดใจไปตามการรับรู้ของเขา การให้คำปรึกษาจะไม่สามารถยอมรับว่า สิ่งที่คุณรับคำปรึกษารับรู้มันแตกต่างกันโดยสิ้นเชิงจากสิ่งที่ผู้ให้คำปรึกษาและผู้ใกล้ชิดผู้รับคำปรึกษารับรู้ ในกรณีเช่นนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องอาศัยทักษะในการตั้งคำถาม ความอดทนเป็นสิ่งสำคัญ ในกรณีที่พบผู้รับคำปรึกษาที่มีความยุ่งยากต้องอาศัยเวลา ทำให้เขาตระหนักในพฤติกรรมของตนเองว่า ไม่สามารถทำให้เขาได้รับในสิ่งที่เขาต้องการได้ และไม่สามารถนำเขาไปสู่ทิศทางที่เขาต้องการได้

4. การวางแผน การลงมือปฏิบัติ และข้อผูกพัน (Planning Action and Commitment) เมื่อผู้รับคำปรึกษาดัดสินใจได้แล้วว่า อะไรคือสิ่งที่เขาต้องการจะเปลี่ยนแปลงและกำหนดแผนการปฏิบัติหลังจากแผนที่ได้กำหนดลง ภายใต้การร่วมมือระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา แล้วจะต้องทำข้อผูกพันเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้

งานสำคัญสำหรับการให้คำปรึกษา คือ การช่วยให้ผู้รับคำปรึกษากำหนดแนวทางที่จะตอบสนองความต้องการของเขา กระบวนการวางแผน ตลอดจนการดำเนินการตามแผนนั้นคือ วิธีที่ให้ผู้รับคำปรึกษาควบคุมชีวิตของตนเอง วิธีนี้ถือว่าเป็นสิ่งที่ดีที่สุดที่ได้เตรียมให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับข้อมูลใหม่และช่วยให้เขาได้ค้นพบทางเลือกใหม่ที่มีประสิทธิภาพ ที่สามารถสนองความต้องการของเขาได้ จุดมุ่งหมายของการวางแผน คือ การเตรียมการเพื่อประสบการณ์แห่งความสำเร็จ ในระยะนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษานึกถึง ความรับผิดชอบในการเลือกและปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง เพื่อเตือนให้ผู้รับคำปรึกษาระลึกว่าไม่มีผู้ใดในโลก ที่จะทำทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อให้เขามีชีวิตอยู่นอกจากตัวเขา

ลักษณะของการวางแผนมีลักษณะดังนี้

1. แผนนั้นควรอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของผู้รับคำปรึกษาแต่ละคนผู้ให้คำปรึกษาจะต้องช่วยให้แผนนั้นมีความสัมพันธ์กับความต้องการที่จะตอบสนองเขา
2. แผนที่ดีจะต้องเข้าใจง่าย แม้ว่าผู้รับคำปรึกษาจะต้องการแผนที่เฉพาะเจาะจงเห็นชัดเจน ประเมินผลได้ก็ควรที่จะยืดหยุ่นและเปิดโอกาสให้เปลี่ยนแปลงแก้ไข
3. แผนนั้นควรเป็นแผนที่สามารถปฏิบัติจริงได้ ผู้ให้คำปรึกษาสามารถช่วยให้ผู้รับคำปรึกษารู้ว่าแม้จะเป็นแผนเล็กๆ แต่ก็ช่วยให้เขาเปลี่ยนไปตามที่เขาต้องการได้
4. แผนนั้นมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมที่ดี และกำหนดสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษามีความเต็มใจที่จะทำ
5. ผู้ให้คำปรึกษาควรกระตุ้นผู้รับคำปรึกษาตามแผน โดยไม่ต้องขึ้นอยู่กับผู้ใดแผนที่สร้างขึ้นมาโดยขึ้นอยู่กับผู้อื่นเปรียบเหมือนหรืออาจเล่นเองได้ หากต้องอาศัยความเมตตาจากมหาสมุทรนั่นเอง
6. แผนที่มีประสิทธิภาพ คือ แผนที่จะต้องทำขึ้นแล้วมีความเหมาะสมที่จะให้ใช้ปฏิบัติทุกวัน
7. แผนนั้นควรเป็นแผนที่สามารถจะปฏิบัติได้นานเท่าที่ต้องการผู้ให้คำปรึกษาสามารถถามผู้รับคำปรึกษาได้ว่า “วันนี้คุณตั้งใจที่จะทำอะไรเพื่อเป็นการเริ่มต้นในการเปลี่ยนแปลงชีวิตของตน” “คุณบอกว่าคุณอยากหยุดความโศกเศร้าเสียใจแล้วตอนนี้คุณกำลังทำอะไรเพื่อที่บรรลุเป้าหมายนั้น”
8. แผนที่มีประสิทธิภาพ จะต้องเกี่ยวข้องกับกิจกรรม เช่น ผู้รับคำปรึกษาวางแผนต่างๆ ดังนี้ หางาน เขียนจดหมายถึงเพื่อน

ก่อนที่ผู้รับคำปรึกษาจะปฏิบัติตามแผนนี้ ควรให้เขาร่วมประเมินแผนที่เขากำหนดไว้ว่าสามารถปฏิบัติได้จริงหรือไม่ มีความสัมพันธ์กับความต้องการของเขาหรือไม่ ภายหลังการนำแผนไปปฏิบัติจริงแล้ว การนำแผนมาประเมินใหม่อีกครั้ง ผู้ให้คำปรึกษาจำเป็นต้องถามผู้รับคำปรึกษาว่า “แผนของคุณสามารถช่วยคุณได้หรือไม่” ถ้าแผนนั้นใช้ไม่ได้แล้วจะมีการกลับไปประเมินใหม่และพิจารณาทางเลือกใหม่ เพื่อที่จะให้ผู้รับคำปรึกษาผูกพันตนเองกับแผนที่กำหนดไว้ ต้องให้เขาเขียนข้อผูกพันด้วยความตั้งใจที่จะปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ จะไม่มีความหมายถ้าปราศจากข้อผูกพันของผู้รับคำปรึกษาที่จะปฏิบัติตามเทคนิคและวิธีการที่วางไว้

Corey (1995 : 427) ได้อธิบายถึงเทคนิคพิเศษในการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงดังนี้

1. ศิลปะในการตั้งคำถามด้วยความชำนาญ (The Art of Skillful Questioning) เพราะว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง การตั้งคำถามใช้มากกว่าการให้คำปรึกษาแบบอื่นๆ ผู้ให้คำปรึกษาจึงมีความจำเป็นต้องพัฒนาทักษะในการตั้งคำถามให้กว้างขวาง วัตถุประสงค์หลัก 4 ประการของการให้คำปรึกษาคือ เพื่อเข้าสู่โลกส่วนตัวของผู้รับคำปรึกษา เพื่อ

รวบรวมข้อมูล เพื่อให้ข้อมูลและช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถควบคุมวิถีชีวิตของเขาได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

2. เทคนิคการช่วยตนเองในโปรแกรมการพัฒนาตนเอง (Self- Help Procedures For A Personal - Growth Program) โปรแกรมการพัฒนาตนเองเป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้พิจารณาเกี่ยวกับการตอบสนองความต้องการต่างๆ กับการพิจารณาพฤติกรรมที่กำหนดไว้เพื่อที่จะเปลี่ยนแปลง “การเปลี่ยนแปลง” นั้นรวมถึง “การกระทำพฤติกรรม” แทนที่ “การยกเลิกพฤติกรรม” และ “พฤติกรรมที่พึงประสงค์” แทนที่ “พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์”

ในการปฐมนิเทศนั้น ผู้ให้คำปรึกษาสามารถใช้คำถามเหล่านี้ เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ประเมินความต้องการของตนเอง “คุณต้องการที่จะเปลี่ยนแปลงชีวิตของคุณจริงๆ หรือไม่” “ถ้าในตอนนี้นั้นคุณมีสิ่งที่คุณต้องการ คุณลองจินตนาการดูว่าชีวิตคุณจะแตกต่างไปอย่างไร” “อะไรเป็นสิ่งที่คุณต้องการที่ดูเหมือนว่าคุณจะไม่ได้รับสิ่งนั้นจากชีวิตคุณ” “คุณคิดว่าอะไรที่ยับยั้งคุณไม่ให้คุณเปลี่ยนแปลงไปตามที่คุณอยากจะเป็น” และคำถามต่อไปนี้จะช่วยผู้รับคำปรึกษาคิดสิ่งที่เขากำลังกระทำอยู่ “ลองบรรยายถึงช่วงเวลาที่คุณรู้สึกถึงความหมายของความสำเร็จและบอกด้วยว่าช่วงเวลานั้นคุณกำลังทำอะไรอยู่” “ถ้าคุณมีเวลาเหลือเพียงปีเดียวที่จะมีชีวิตอยู่คุณอยากทำอะไรที่แตกต่างไปจากที่เป็นอยู่บ้าง”

คำถามเหล่านี้ จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเพ่งความสนใจไปยังสิ่งที่เขากำลังทำ กำลังคิด กำลังรู้สึก ยุทธวิธีในการตั้งคำถามจะมีประสิทธิภาพในการทำให้ผู้รับคำปรึกษาได้พิจารณาทางเลือกใหม่ ซึ่งจะนำมาแทนที่ความล้มเหลว แทนการยึดติดอยู่กับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ผู้รับคำปรึกษาจะสามารถพัฒนาพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้

3. การใช้อารมณ์ขัน (The Use of Humor) การใช้อารมณ์ขันอย่างมีประสิทธิภาพจะต้องใช้อย่างเหมาะสม และต้องช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถมองพัฒนาการต่างๆ ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น อารมณ์ขันที่ใช้จะต้องไม่เกี่ยวข้องกับความขัดแย้ง การเยาะเย้ยหรือขาดความเคารพในทางตรงกันข้าม การใช้อารมณ์ขันก่อให้เกิดอันตรายได้ในกรณีไปกระทบกับปัญหาของผู้รับคำปรึกษา ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองภายในจิตใจของผู้รับคำปรึกษา และการทำให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกไม่พอใจ อารมณ์ขันที่กระทบความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้รับคำปรึกษา ด้วยการทำให้ ผู้รับคำปรึกษารู้สึกว่าตนเองน่ารังเกียจ และรู้สึกอับอายนั้น เป็นการใช้อย่างไม่เหมาะสม และเป็น การกระทำที่ผิดไปจากจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษา

กลาสเซอร์ ได้เสนอหลักการเพื่อเป็นแนวทางในการให้คำปรึกษา ดังรายละเอียด ต่อไปนี้

1. ความเกี่ยวข้องกับผู้มีปัญหา (Involvement) โดยหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาที่ต้องเข้าไปเกี่ยวข้องกับผู้มีปัญหา และทำการสื่อสารให้รู้ว่าผู้ให้คำปรึกษาเห็นอกเห็นใจ มีความสนใจและเอาใจใส่ต่อผู้มีปัญหานั้น ควรจะสร้างบรรยากาศที่ทำให้ผู้เรียนได้ใช้ชีวิตอยู่ใน

สถานศึกษา อันจะเป็นผลทำให้เกิดความรู้สึกอยากเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่น ดังนั้น ทักษะที่จะเกี่ยวข้องกับผู้มีปัญหาจึงมีความสำคัญมากต่อผู้ให้คำปรึกษา

2. พฤติกรรมในปัจจุบัน (Current Behavior) ไม่มีใครเลยที่จะได้รับความสำเร็จในเรื่องเอกลักษณ์แห่งตน ถ้าหากบุคคลเหล่านั้นไม่ตระหนักรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมของตนเองในปัจจุบัน ดังนั้น ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเข้าไปเกี่ยวข้องกับผู้มีปัญหาแล้วยังช่วยให้บุคคลได้รับรู้พฤติกรรมของตนเองอย่างสม่ำเสมอด้วย เช่น ผู้ให้คำปรึกษาอาจจะใช้คำถามอื่นๆ “ ท่านกำลังทำอะไร ” และจะไม่ถามว่า “ ท่านได้ทำอะไรไปแล้ว ” หรือ “ ท่านเคยทำอะไรบ้าง ”

3. การตัดสินคุณค่า (Value Judgement) ในขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะให้ผู้มีปัญหาได้มีโอกาสพิจารณาพฤติกรรมของตนเอง ตัดสินพฤติกรรมโดยมองในแง่ของจุดมุ่งหมายของพฤติกรรมและความต้องการในโลกที่เป็นจริง ผู้มีปัญหาคงตัดสินว่าพฤติกรรมนั้นมีข้อดีอย่างไรสำหรับตนเอง และบุคคลที่สำคัญในชีวิตของเขา นอกจากนี้จะต้องตัดสินด้วยว่า พฤติกรรมดังกล่าวเป็นที่ยอมรับทางสังคมหรือไม่

4. การวางแผนพฤติกรรม (Planning Responsible Behavior) เมื่อผู้มีปัญหาได้ตัดสินคุณค่าของพฤติกรรมแล้วว่าพฤติกรรมอะไรดีหรือไม่ดี ผู้ให้คำปรึกษาก็จะช่วยต่อไปอีก โดยให้เขาได้มีการวางแผนที่เป็นจริง เพื่อจะดำเนินการในสิ่งที่เขาตัดสินใจไปแล้ว อีกประการหนึ่งคือ จะต้องพิจารณาว่าแผนการนั้น ไม่เกินความสามารถของผู้ที่มีปัญหาที่จะกระทำได้อย่างสำเร็จ และมีความแน่ใจว่า ผู้มีปัญหามีแรงจูงใจที่จะกระทำการต่างๆตามแผนการที่วางไว้ ถ้าหากแผนการนั้นไม่สำเร็จ ควรจะทิ้งไปและสร้างแผนการใหม่ขึ้นมาแทน

5. ข้อผูกพัน (Commitment) ในบางครั้งแม้จะเป็นแผนการที่ดี อย่างไรก็ตาม ก็ไม่อาจกล่าวได้ว่าบุคคลจะประสบผลสำเร็จ ดังนั้นหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ การสร้างข้อผูกพันกับผู้ให้คำปรึกษา แต่ในระยะต่อไปเมื่อผู้มีปัญหาได้รับความรู้สึกว่าเขาเองมีคุณค่า ข้อผูกพันทั้งหลายก็จะเป็นข้อผูกพันกับตนเอง

6. การไม่มีข้อแก้ตัว (No Excuses) เมื่อผู้มีปัญหาจะกระทำตามข้อผูกพันได้อย่างสำเร็จ ผู้มีปัญหาคงจะดำเนินการพิจารณาคุณค่าของพฤติกรรมใหม่อีกครั้ง สิ่งที่มาคือ การสร้างข้อผูกพันใหม่หรืออาจจะไม่ยอมรับข้อผูกพันนั้นก็ได้อีก ในกรณีที่ผู้มีปัญหาปฏิเสธที่จะสร้างแผนใหม่ก็จะทำให้การให้คำปรึกษาสิ้นสุดลง ถ้าผู้มีปัญหายินดีที่จะสร้างข้อมูลใหม่ ผู้ให้คำปรึกษาก็จะช่วยเขาและให้เขายอมรับว่าจะไม่มีข้อแก้ตัวใดๆอีกถ้าหากแผนนั้นล้มเหลวไป

7. ไม่มีการทำโทษ (No Punishment) การทำโทษจะสร้างความเจ็บปวดทั้งทางร่างกายและจิตใจ โดยทั่วไปมนุษย์จะใช้การลงโทษเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม แต่ที่จริงแล้วการทำโทษนั้นจะมีจุดมุ่งหมายที่สำคัญซ่อนเร้นอยู่ด้วยคือ การทำให้ผู้มีปัญหารับรู้ว่าเขามีความผิดจริง ๆ ไม่ว่าการทำโทษจะใช้ในกรณีใดก็ตาม การทำโทษจะทำลายโอกาสที่บุคคลจะมีความเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นๆ

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า ขั้นตอนในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษา ได้สำรวจตนเองและประเมินตนเองว่า ในขณะนั้น เขามีพฤติกรรมเป็นอย่างไรบ้าง และวางแผนการปฏิบัติที่สามารถทำได้จริง เพื่อปรับปรุงพฤติกรรมเหล่านั้นให้ดีขึ้น และลงมือปฏิบัติ

2.1.5 บทบาทและหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง

Corey (1995 : 413-415) ได้กล่าวถึงบทบาทและหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาไว้ดังนี้

1. จัดหาแบบอย่างของพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ และแบบอย่างของชีวิต โดยยึดตามพื้นฐานของความสำเร็จเฉพาะบุคคล
2. สร้างสายสัมพันธ์ที่มีพื้นฐานอยู่บนความเอาใจใส่และความเคารพ
3. สนับสนุนการพิจารณาพฤติกรรมปัจจุบันของผู้รับคำปรึกษา รวมทั้งการห้ามปราม การแก้ตัว สำหรับพฤติกรรมที่ไม่มีความรับผิดชอบ หรือพฤติกรรมที่ไร้ประสิทธิภาพ
4. แนะนำและสนับสนุนกระบวนการประเมินพฤติกรรมตามสภาพความเป็นจริง เพื่อให้บรรลุตามความต้องการ
5. สอนให้ผู้รับคำปรึกษากำหนดแผนการปฏิบัติและดำเนินการตามแผนที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
6. สร้างโครงสร้างและขอบเขตสำหรับการให้คำปรึกษาในแต่ละครั้ง
7. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาพบวิถีทางที่จะตอบสนองความต้องการของตนเอง และปฏิเสธที่จะให้ผู้รับคำปรึกษาล้มเลิกความตั้งใจอย่างง่ายดาย แม้ว่าผู้รับคำปรึกษาจะเกิดความท้อแท้
8. สนับสนุนผู้รับคำปรึกษาในการอภิปรายพฤติกรรมในปัจจุบันของผู้รับคำปรึกษาที่เป็นพฤติกรรมที่แสดงถึงความไม่รับผิดชอบหรือพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์
9. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ประเมินตนเอง และการสนับสนุนผู้รับคำปรึกษาในการประเมินความเป็นไปได้ในสิ่งที่เขาต้องการ
10. ให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักการวางแผน และดำเนินการตามแผนในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และช่วยให้การประเมินระดับข้อผูกพันในแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมซึ่งสามารถปฏิบัติจริงได้
11. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความเข้าใจ และสามารถที่จะสรุปสิ่งที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง และสามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน
12. การสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษาเตรียมตัวในการที่จะเผชิญกับปัญหาในอนาคต
13. การสนับสนุนให้กำลังใจแก่ผู้รับคำปรึกษา ในการที่จะดำเนินการเปลี่ยนแปลงปรับปรุงตนเอง

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2531:162-163) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นการสนทนอย่างมีเหตุผล ระหว่างผู้รับคำปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาจะมีลักษณะเป็นครู ชักถามคำถามต่างๆมากมายเกี่ยวกับพฤติกรรมปัจจุบันของผู้รับคำปรึกษา คำถามเหล่านี้จะนำไปสู่การรับรู้ถึงพฤติกรรมที่เห็นปัญหา การตัดสินใจปัญหาของผู้รับคำปรึกษา ตลอดจนวางแผนการดำเนินชีวิตอย่างรับผิดชอบ การพูดคุยของผู้รับคำปรึกษาจะมีลักษณะของความกระตือรือร้น บางทีจะใช้อารมณ์ขันเข้ามาแทรกแต่ไม่ใช่คำพูดที่เยาะเย้ย เสียดสี ดังนั้นในการช่วยเหลือผู้มีปัญหาตามทฤษฎีเผชิญความจริง ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีลักษณะต่างๆตามความคิดของกลาสเซอร์ดังต่อไปนี้

1. ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเป็นผู้ที่รับผิดชอบ เป็นผู้ที่มีความอดทน มีความสนใจในสิ่งต่างๆ ไวต่อความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษา
2. สามารถสนองความต้องการของตนเองได้ มีความเต็มใจในการที่จะแข่งขันหรือต่อสู้กับบุคคลอื่นๆ
3. สามารถสื่อความเห็นอกเห็นใจ และการยอมรับให้ผู้มีปัญหาเข้าใจได้ดี โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ผู้มีปัญหาในเรื่องการมีเอกลักษณ์แห่งตนที่ล้มเหลวหรือผู้ที่อยู่อย่างโดดเดี่ยว
4. สิ่งที่สำคัญประการสุดท้ายคือ สามารถเข้าไปเกี่ยวข้องกับอารมณ์กับผู้รับคำปรึกษาได้แต่จะต้องเป็นในลักษณะการช่วยเหลือไม่ใช่การทำลาย

วัชร ทรัพย์มี. (2525:184) ได้สรุปลักษณะและบทบาทของผู้ให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ดังนี้

1. เป็นผู้ชอบติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆ สนใจบุคคลอื่น ไม่ใช่เก็บตัวอยู่เฉพาะในห้องแนะแนวเท่านั้น
2. เป็นผู้มีความเชื่อว่าการช่วยให้บุคคลเผชิญความจริง เป็นวิธีการช่วยให้บุคคลได้เรียนรู้วิธีการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ
3. เป็นผู้ที่เต็มใจจะเปิดเผยและอภิปรายเรื่องต่างๆกับผู้รับคำปรึกษา ตลอดจนให้ความอบอุ่น เป็นมิตร เปิดเผย มีความจริงใจและมองโลกในแง่ดี
4. ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเป็นคนที่มีความรับผิดชอบ ในการสนองความต้องการของตน โดยไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น
5. ในการให้ความช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาผู้ให้คำปรึกษาจะต้องสร้างสัมพันธภาพอันใกล้ชิดกับผู้รับคำปรึกษา
6. ผู้ให้คำปรึกษาจะสอนวิธีที่ควรประพฤติปฏิบัติแก่ผู้รับคำปรึกษา ด้วยการสอนโดยตรง ด้วยการเป็นตัวแบบให้ หรือโดยการสนทนากันในเรื่องจิปาละ ตั้งแต่ชาวสวดประจำวัน ชีวิตแต่งงาน ศาสนา และประเด็นที่หน้าสนใจต่างๆ

7. ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยกันวางโครงการ เพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและสนับสนุนให้ผู้รับบริการมีความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติตามโครงการที่วางไว้ โดยไม่มีข้อแก้ตัวใดๆทั้งสิ้น

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า ผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงมีลักษณะเป็นครูจะเป็นผู้นำผู้รับคำปรึกษาที่มีความอ่อนแอไปสู่ความเข้มแข็ง จากการไม่มีความรับผิดชอบไปสู่การมีความรับผิดชอบในชีวิต จากการที่ไม่สามารถสนองความต้องการของตนเองได้ไปสู่การสนองความต้องการชีวิตได้เป็นอย่างดี และจากการมีความเจ็บปวดไปสู่การได้รับความพึงพอใจในชีวิต

2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง

2.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง

Harris (1993 : A ;1992) ได้ศึกษาผลของการบำบัดแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 28 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 14 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับการบำบัดแบบเผชิญความจริง กลุ่มควบคุมได้รับวิธีให้ความรู้ ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดตัวทำนายพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ ได้แก่ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง การควบคุมตนเอง และการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ จากผลการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการบำบัดแบบเผชิญความจริงมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น สามารถแยกแยะได้ว่าพฤติกรรมใดเป็นพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ และพฤติกรรมใดเป็นพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบ

Chang (1995 : A ; 1706) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงและการสอนตามทฤษฎีควบคุม ที่มีต่อพฤติกรรมความรับผิดชอบและการควบคุมตนเอง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยได้หวัน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง และกลุ่มควบคุมได้รับการสอนตามทฤษฎีควบคุม จากผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบและการควบคุมตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น ซึ่งนักศึกษากลุ่มทดลอง มีคะแนนการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมความรับผิดชอบและควบคุมตนเองมากกว่ากลุ่มควบคุม นอกจากนี้ ผลการวิจัยพบว่า การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบและการควบคุมตนเองเกิดขึ้นในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย และคะแนนพฤติกรรมความรับผิดชอบและการควบคุมตนเองในระยะติดตามผลสูงกว่าคะแนนในระยะหลังการทดลอง

Eden (1996 : A ; 149) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลทฤษฎีควบคุมและทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อการลดพฤติกรรมก่ออาชญากรรม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นนักเรียนเกรด 7 จากผลการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีควบคุมและการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีคะแนนพฤติกรรมก่ออาชญากรรมลดลงมากกว่านักเรียนกลุ่ม ควบคุม แต่ในด้านอำนาจการควบคุมตนเองทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน นอกจากนี้ นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงมีการรักษาระเบียบวินัยมากกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม

Cullinane (1996 : 3546 - A) ได้ศึกษารายกรณีเกี่ยวกับอิทธิพลของการใช้ทฤษฎีการควบคุมของกลาสเซอร์ และทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อการพัฒนาครูในโรงเรียนแห่งหนึ่ง ซึ่งได้รับการคัดเลือกว่าเป็นโรงเรียนที่มีคุณภาพดี ผลการศึกษาพบว่า การใช้ทฤษฎีควบคุมของกลาสเซอร์และทฤษฎีเผชิญความจริง ทำให้ครูมีการพัฒนาด้านศักยภาพ มีความมั่นใจ และตระหนักรู้ถึงความต้องการของตนเอง

2.2.2 งานวิจัยในประเทศที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง

จันทร์รัตน์ ยี่ริฐศิริ (2536 : 64) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนรัตนานิเบศร์ จังหวัดนนทบุรี ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลดลงภายหลังได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วัชรินทร์ แยมโสภี (2538 : 76-82) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลแบบเผชิญความจริงที่มีต่อวินัยในตนเองด้านการเรียน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีวินัยในตนเองด้านการเรียนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน จากผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงมีวินัยด้านการเรียนสูงขึ้น และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลแบบเผชิญความจริง มีวินัยในตนเองด้านการเรียนสูงขึ้นเช่นกัน

อุษณีย์ ทองสธรรม (2538 : 67-68) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงเพื่อลดความวิตกกังวลในการสอบเพื่อศึกษาต่อของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่มีคะแนนความวิตกกังวลในการสอบเพื่อศึกษาต่อตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 ขึ้นไป และมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน จากผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลอง ที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง มีพฤติกรรมการเรียนวิชา วิทยาศาสตร์เพิ่มขึ้นเช่นกัน

เอกราช แก้วเขียว (2540 : 71) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อคุณค่าในตนเอง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า เป็นเยาวชนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนผู้ใหญ่วัดแม่สาสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 24 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 12 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบเผชิญความจริง จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที ติดต่อกันเป็นเวลา 6 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุมให้ดำเนินชีวิตตามปกติ จากผลการวิจัยพบว่า เยาวชนกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมการทดลองโดยการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบเผชิญความจริงมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล

จากผลการวิจัยทั้งต่างประเทศและในประเทศจะเห็นว่า การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง สามารถปรับเปลี่ยนพัฒนาพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของบุคคลให้เหมาะสมได้ โดยเฉพาะสามารถนำมาใช้แก้ปัญหาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกี่ยวกับการเรียนได้ ผู้วิจัยคาดว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงสามารถพัฒนาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาได้

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

3.1.1 ความหมายของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง เป็นคำที่ถอดมาจากภาษาอังกฤษว่า “ Self-Directed Learning” ซึ่งมีผู้ให้ความหมายไว้หลายท่านดังนี้

Knowles (1975 : 18) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเป็นกระบวนการในการเรียนรู้ การเลือกและการเสริมแผนการเรียนรู้ การวิเคราะห์ความต้องการการเรียนรู้ การเลือกยุทธศาสตร์การเรียนรู้ที่เหมาะสม รวมถึงการประเมินผลการเรียนรู้ ทั้งนี้อาจได้รับความช่วยเหลือหรือไม่ได้รับความช่วยเหลือจากผู้อื่นก็ตาม

Skager (1978 : 114) กล่าวว่า การนำตนเองเป็นการพัฒนาการเรียนรู้ ประสบการณ์การเรียนรู้ ความสามารถในการวางแผนการปฏิบัติและการประเมินผลกิจกรรมการเรียนรู้ ทั้งในลักษณะเฉพาะบุคคลและในฐานะเป็นสมาชิกของกลุ่มการเรียนรู้ที่ร่วมมือกัน

Griffin (1983 : 153) กล่าวว่า การนำตนเองเป็นการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ของบุคคลใดบุคคลหนึ่ง โดยมีเป้าหมายไปสู่การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของตนเองและความสามารถในการวางแผนปฏิบัติการและประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง

สมบัติ สุวรรณพิทักษ์ (2524 : 6) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง หมายถึง ขบวนการเรียนรู้ที่ผู้เรียนจัดกระบวนการเรียนรู้ด้วยตนเองโดยการรับความช่วยเหลือจากผู้อื่น เช่น เพื่อน ครู โดยมีการวิเคราะห์และกำหนดความต้องการของตนเอง มีการกำหนดจุดมุ่งหมายในการเรียน หาแหล่งวิทยาการ เลือกวิธีและกิจกรรมการเรียนรู้รวมทั้งกำหนดวิธีการประเมินผล การเรียนของตนเอง เป็นองค์ประกอบที่สำคัญ

11. นรินทร์ บุญชู (2532 : 16) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง หมายถึง กระบวนการศึกษาของบุคคล เริ่มจากมีความตั้งใจ มีจุดมุ่งหมาย มีการวางแผนการเรียน มีทักษะในการศึกษาค้นคว้า และมีการวัดและประเมินผลตนเองตลอดเวลา

12. สุวรรณา ยะการ (2533 : 19) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเป็นกระบวนการ ซึ่งผู้เรียนแต่ละคนมีความคิดริเริ่มด้วยตนเอง โดยอาศัยความร่วมมือจากบุคคลอื่น โดยผู้เรียนวิเคราะห์ความต้องการที่จะเรียนรู้ของตนเอง กำหนดเป้าหมายในการเรียนรู้ แยกแยะ แจกแจง แหล่งข้อมูลในการเรียนรู้ ทั้งที่เป็นคนและอุปกรณ์ คัดเลือกวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสม และประเมินผลการเรียนรู้นั้น

13. สิริรัตน์ สัมพันธ์ยุทธ (2539 : 13) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเป็นกระบวนการศึกษาของบุคคลโดยบุคคลนั้น มีความคิดริเริ่มด้วยตนเอง มีความตั้งใจ มีจุดมุ่งหมาย มีการวางแผนการเรียน เลือกแหล่งข้อมูล เลือกวิธีเรียนรู้ที่เหมาะสม รวมทั้งมีการวัดและประเมินผลด้วยตนเอง

14. สุนทร แก้วลาย (2512 : 8) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยการนำตนเองหมายถึง การรู้จักศึกษาค้นคว้าและเลือกเรียนสิ่งต่างๆด้วยตนเอง นอกเหนือไปจากการเรียนด้วยตนเอง

15. สมบูรณ์ ศาลยาชีวิน (2526 : 261) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยการนำตนเองหมายถึง การชวนขยายที่จะศึกษาต่อด้วยตนเอง โดยไม่ต้องมีผู้ใดมาบังคับเป็นการเรียนที่เกิดจากใจรัก ใจชอบ เพื่อความพึงพอใจ ที่เกิดจากกิจกรรมการเรียน เกิดจากแรงจูงใจภายในของบุคคล

16. พิทักษ์ อักษร (2540 : 6) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยการนำตนเองหมายถึง กระบวนการศึกษาและวิธีการเรียนรู้ ซึ่งผู้เรียนแต่ละคนสามารถคิดริเริ่มด้วยตนเอง วิเคราะห์ความต้องการที่จะเรียน กำหนดวิธีการที่จะใช้ในการเรียนรู้ กำหนดเป้าหมายที่ชัดเจนเหมาะสมกับความสามารถรวมทั้งหาเกณฑ์ในการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ในสิ่งเหล่านั้นด้วย โดยอาศัยความช่วยเหลือจากผู้อื่น การเรียนรู้ของบุคคลไม่ได้เกิดจากการจัดการเรียนการสอนในระบบ เท่านั้น หากแต่การเรียนรู้สามารถเกิดได้ในสถานการณ์ต่างๆดังต่อไปนี้

1. การเรียนรู้โดยบังเอิญ (Random or Incidental Learning) เป็นผลพลอยได้จากเหตุการณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งบุคคลได้เข้าไปสัมผัสและรับรู้โดยมิได้เจตนา
2. การเรียนรู้จากกลุ่ม (Collaborative Learning) เป็นการเรียนรู้จากสังคม กลุ่มเพื่อน เช่น การพบปะพูดคุย การถ่ายทอดทางความคิด และประสบการณ์จากกลุ่มเพื่อนที่ได้สัมผัสและถ่ายทอดมา

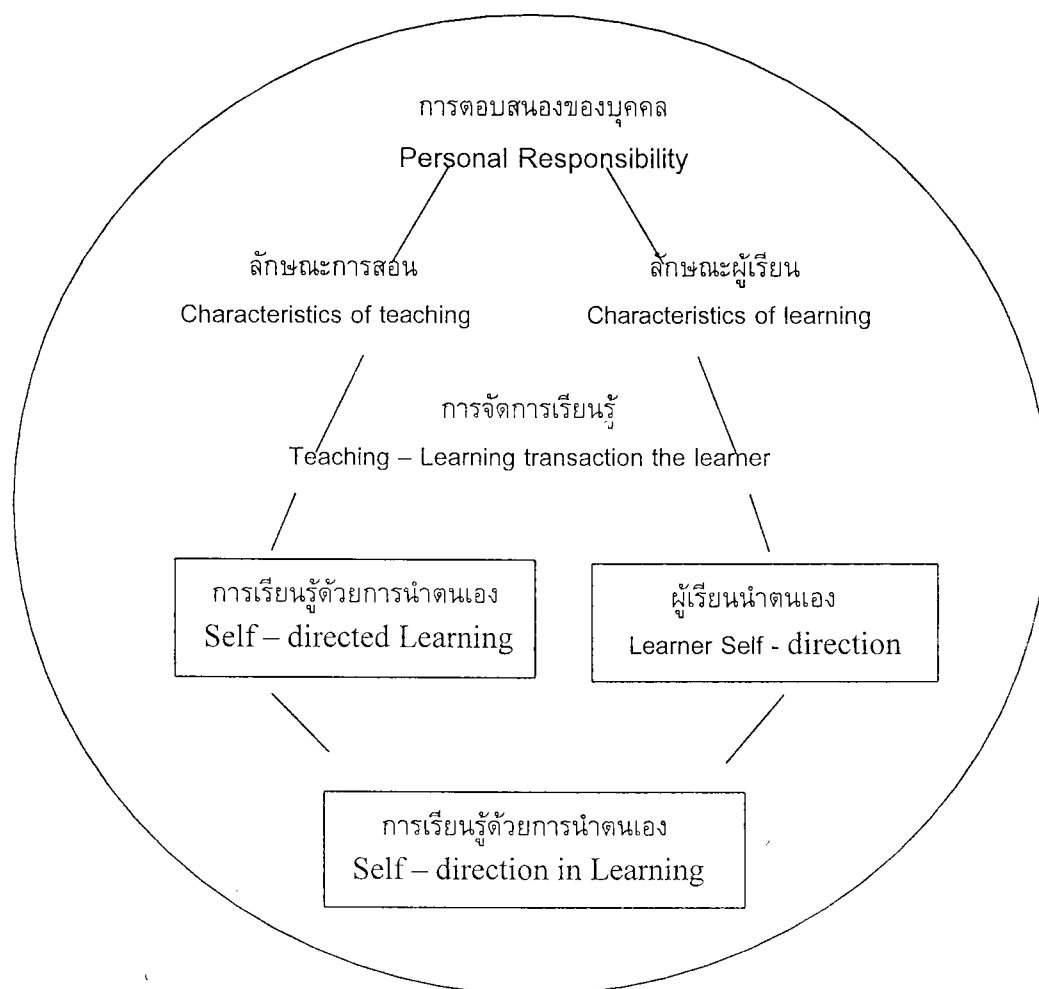
3. การเรียนรู้ตามระบบการจัดการศึกษา (Provider Sponsored) คือการจัดกระบวนการเรียนรู้ในสถานศึกษา ซึ่งมีกลุ่มบุคคลจัดทำกับดูแล มีการประเมินผล และให้การรับรองคุณวุฒิ

4. การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง (Self-Directed Learning) เป็นการเรียนที่เกิดจากการอยากรู้ อยากเรียน ซึ่งผู้เรียนจะวางแผนการเรียนด้วยตนเอง

จากแนวคิดดังกล่าว จะเห็นว่าการเรียนรู้ไม่จำเป็นต้องเกิดขึ้นในสถาบันการศึกษาเสมอไป และอาจเกิดขึ้นจากการเรียนรู้โดยบังเอิญ หรือจากกลุ่ม ซึ่งประกอบขึ้นภายใต้การเรียนรู้ด้วยการนำตนเองอันเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นในอำนาจความนึกคิด (Conscious Act) อันเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคลนั้น (สมคิด อิศระวัฒน์, 2532:74-75)

บรอกเค็ท และ เฮมสตรา (สุนทร สุทองหล่อ, 2542 : 32-33 ; อ้างอิงจาก Brockett and Hiemstra, 1991 : 24-25) ได้นำเสนอ แนวคิดของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองออกเป็น 2 นัย แต่ก็มีคามใกล้เคียงกันทั้ง 2 มิติ คือ มิติแรก การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง (Self-Directed Learning) จะเป็นบุคลิกภาพของบุคคลในการนำตนเอง (Learner Self-Direction) จะเป็นบุคลิกลักษณะของผู้เรียนที่มีการนำตนเอง ทั้งนี้ได้นำเสนอแบบจำลอง PRO model (Personal Responsibility Orientation Model) ดังนี้

The Personal Responsibility Orientation (PRO) Model



Factors within the social context

ภาพประกอบ 1 แสดงแบบจำลอง PRO Model

บรอกเค็ตท์ และ เฮมสตรา (สุนทร สุธองหล่อ. 2542 : 36-38 ; อ้างอิงจาก Brockett and Hiemstra. 1991 : 26-33) ได้อธิบาย PRO Model ไว้ดังนี้

การตอบสนองของบุคคล (Personal Responsibility) หมายถึง ความรับผิดชอบทางด้านความคิด และการกระทำของบุคคล เลือกกระทำอย่างมีเหตุผล บุคคลสามารถเลือกกระทำในวิถีทางที่ตนเองปรารถนา วิถีทางเหล่านี้ คือบริบทของการเรียนรู้ บุคคลมีความยินดีในการควบคุมการเรียนรู้ของเขาส่งได้กำหนดความสามารถในการชี้นำตนเอง ผู้เรียนมีทางเลือกในการชี้นำตนเองในฐานะที่เป็นผู้เรียน และมีความรับผิดชอบสำหรับการยอมรับผลที่จะตามมาจากการกระทำของตนในฐานะที่เป็นผู้เรียน

การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง (Self-Directed Learning) มองในแง่กรรมวิธีการเรียนการสอนเป็นกระบวนการ เป็นศูนย์กลางของกิจกรรมการเรียนรู้ในด้านการวางแผนการนำไปปฏิบัติ และประเมินผล เป็นองค์ประกอบภายนอกของตัวผู้เรียน

บุคลิกในการนำตนเอง (Learner Self-Direction) คือ ผู้เรียนที่มีการนำตนเองเป็นบุคลิกลักษณะของบุคคล เป็นองค์ประกอบภายในของผู้เรียน

ระดับการนำตนเองของบุคคล (Self-Direction in Learning) เป็นการนำตนเองในการเรียนรู้เกิดขึ้นจากองค์ประกอบภายใน และภายนอกตัวผู้เรียนประกอบกันขึ้น ระดับการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของผู้เรียนอาจขยายออกไปได้ถ้าจัดสถานการณ์การเรียนรู้ที่เหมาะสม เช่น มีการจูงใจให้บุคคลมีระดับการนำตนเองสูงขึ้น และได้รับประสบการณ์ที่เอื้อต่อการนำตนเอง ก็จะมีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จได้สูง เช่นเดียวกัน หากผู้เรียนที่มีระดับการนำตนเองต่ำ ถ้าได้รับโอกาสที่เอื้ออำนวยจะประสบความสำเร็จ ดังนั้น ผู้สอนอาจมีบทบาทโดยตรงมากยิ่งขึ้น

ความสัมพันธ์ของสังคม (Social Context) เป็นองค์ประกอบที่ล้อมรอบองค์ประกอบต่าง ๆ อยู่ ซึ่งกิจกรรมการเรียนรู้ไม่สามารถแยกออกไปจากบริบทของสังคมที่ผู้เรียนรู้เกี่ยวข้องได้ สภาพแวดล้อมของสังคมมีผลต่อกิจกรรมต่างๆ บริบทของสังคมจะกำหนดขอบเขตในกิจกรรมการนำตนเองที่แสดงออกมา จากความหมายตามที่นักศึกษาทั้งในประเทศและในต่างประเทศได้นิยามไว้ ซึ่งเป็นความหมายที่เป็นไปในทางเดียวกัน แต่ก็มี ความหมายโดยรายละเอียด แตกต่างกว้างออกไป ซึ่งพอจะสรุปรวมกันได้ว่า การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง คือความคิดสร้างสรรค์ในกระบวนการศึกษาของบุคคล เริ่มจากความตั้งใจที่อยากจะเรียนรู้ อันเกิดจากแรงขับภายในของแต่ละบุคคลในการที่จะกำหนดเป้าหมายของการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับความต้องการของตนเอง อันได้แก่ การกำหนดเป้าหมายวิธีการเรียนรู้ เลือกแหล่งข้อมูลที่จะศึกษารวมทั้งการวัดและประเมินผลด้วยตนเอง

จากความหมายของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง สรุปได้ว่า การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง เป็นการพัฒนาการเรียนรู้ของบุคคลใดบุคคลหนึ่งอย่างเป็นกระบวนการ ทำให้เกิดความคิดริเริ่มในการวิเคราะห์ความต้องการในการเรียนรู้ กำหนดจุดมุ่งหมายในการเรียนรู้ การวางแผนการเรียน การแสวงหาแหล่งวิทยาการและการประเมินผลการเรียนรู้ โดยครูและเพื่อนเป็น ผู้ช่วยหรือที่ปรึกษา (สุนทร สุธองหล่อ. 2542 : 43)

3.1.2 ความสำคัญของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

การเรียนรู้ด้วยการนำตนเองในปัจจุบัน ได้รับความสนใจอย่างกว้างขวาง การปฏิบัติในเรื่องนี้ไม่ใช่ปรากฏการณ์ใหม่ เพราะบุคคลสำคัญในอดีต เช่น โสเครตีส อับราฮัม ลินคอล์น ซึ่งเป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่า เป็นผู้ประสบความสำเร็จมาจากการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองและยังมีบุคคลต่างๆอีกมากมายที่มีลักษณะเช่นนี้ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็เป็นตัวอย่างการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองที่ชาวพุทธทราบดี และคำสอนของพระพุทธองค์ก็เน้นการเรียนด้วย ตนเองหรือการพึ่งตนเองเป็นสำคัญ

การเรียนการสอนเพื่อให้ผู้เรียนเกิดทักษะการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง มีความสำคัญมากยิ่งขึ้นตามลำดับ ทั้งนี้เนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของศิลปวิทยาการแขนงต่างๆ การจัดการศึกษาจึงจำเป็นต้องมุ่งเสริมสร้างให้ผู้เรียนมีความรู้ ความสามารถในการแสวงหาข่าวสารต่างๆ ได้ทันต่อเหตุการณ์ การฝึกฝนให้ผู้เรียนมีนิสัยรักการเรียนรู้ รู้จักแสวงหาความรู้ได้ด้วยตนเอง เพื่อเป็นพื้นฐานสำหรับการศึกษาของตนเองในระดับสูงขึ้นต่อไป แต่มีข้อเท็จจริงที่น่าวิตกคือ นักศึกษาส่วนใหญ่รู้เพียงวิธีที่จะรับการถ่ายทอดความรู้จากครู อาจารย์ มากกว่าที่จะเรียนรู้ด้วยตนเอง ดังนั้น สถาบันการศึกษาจำเป็นต้องเสริมสร้างลักษณะการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้มากยิ่งขึ้น

Knowles (1975 : 15-17) ได้กล่าวถึง ความสำคัญของการเรียนด้วยการนำตนเองไว้ดังนี้

1. คนที่เรียนรู้ด้วยการริเริ่มของตนเอง จะเรียนได้มากกว่าดีกว่าคนที่ เป็นเพียงผู้รับหรือรอให้ครูช่วยทอวิชาความรู้ให้เท่านั้น คนที่เรียนรู้ด้วยการนำตนเอง จะเรียนอย่างตั้งใจ มีจุดมุ่งหมายและมีแรงจูงใจ สามารถใช้ประโยชน์จากการเรียนรู้ได้ดีกว่าและยาวนานกว่าบุคคลที่รอรับคำสอนแต่อย่างเดียว

2. การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง สอดคล้องกับพัฒนาการทางจิตวิทยา และกระบวนการทางธรรมชาติมากกว่าคือ เมื่อตอนยังเด็กเป็นธรรมชาติที่จะต้องพึ่งพาผู้อื่น ต้องการผู้ปกครองปกป้องเลี้ยงดูและตัดสินใจแทนได้ เมื่อเติบโตมีพัฒนาการขึ้นก็ค่อยๆ พัฒนาตนเองไปสู่ความเป็นอิสระไม่ต้องพึ่งพิงผู้ปกครอง ครูและผู้อื่น การพัฒนาเป็นไปตามสภาพที่เพิ่มความเป็นตัวของตัวเอง และชี้หน้าตนเองได้มากขึ้น

3. พัฒนาการใหม่ๆ ทางการศึกษา มีหลักสูตรใหม่ มีห้องเรียนแบบเปิดศูนย์บริการทางวิชาการ การศึกษาอย่างอิสระ โปรแกรมการเรียนที่จัดแก่นักเรียนนอกมหาวิทยาลัยเปิดอื่นๆ อีก รูปแบบของการศึกษาเหล่านี้ ล้วนผลักภาระความรับผิดชอบไปที่ผู้เรียนให้เป็นผู้เรียนด้วยการนำตนเอง

4. การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง เป็นความอยู่รอดของชีวิตในฐานะที่เป็นบุคคลและเผ่าพันธุ์มนุษย์ เนื่องจากโลกปัจจุบันเป็นโลกใหม่ที่แปลกไปกว่าเดิม ซึ่งมีความเปลี่ยนแปลงใหม่ๆ เกิดขึ้นเสมอ และข้อเท็จจริงเช่นนี้ เป็นเหตุผลไปสู่ความจำเป็นทางการศึกษาและการเรียนรู้ การเรียนด้วยการนำตนเองจึงเป็นกระบวนการต่อเนื่องตลอดชีวิต

สมบัติ สุวรรณพิทักษ์ (2524 : 5) ได้กล่าวถึงการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองว่า เป็นกระบวนการเรียนรู้เพื่อความอยู่รอดของชีวิต ทั้งในปัจจุบันและในอนาคต เป็นการเรียนรู้ที่ยอมรับสภาพความแตกต่างของแต่ละบุคคล เป็นการเรียนที่ยอมรับในศักยภาพของผู้เรียน และเป็น การเรียนรู้ที่สนองตอบต่อความต้องการและความสนใจของผู้เรียน ซึ่งสอดคล้องกับ สมบูรณ์ ศาลยาชีวิติน. (2526 : 262) ได้กล่าวถึงการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองว่าเป็นลักษณะการเรียนรู้ที่ นักการศึกษาพึงประสงค์ให้เกิดกับผู้เรียนมากที่สุด เป็นเป้าหมายสำคัญยิ่งของการให้การศึกษา

แก่เด็กหรือผู้ใหญ่ นอกจากนี้แล้วงานวิจัยของ ทอฟ (กรมิวิชาการ. 2531 : 99 ; อ้างอิงจาก Tough. 1979 : 69) พบว่า ผู้เรียนส่วนใหญ่ เป็นผู้ที่นำตนเองในการเรียนรู้ และบุคคลเหล่านี้ จะมีลักษณะเป็นผู้มีความอยากรู้อยากเห็น และมีความเชื่อมั่น กล้าเปิดเผยตนเองอย่างแท้จริง บุคคลเหล่านี้พยายามบรรลุเป้าหมายสำคัญๆ ได้รับแรงกระตุ้นจากอุปสรรค และอุปสรรคจะไม่ใช่สิ่งกีดขวาง ซึ่งตรงกับที่ คลุสมายเออร์ (Klausmeier. 1971 : 7-8) ได้กล่าวไว้ว่า วัตถุประสงค์ของโรงเรียนคือ นักเรียนควรเป็นผู้ที่มีการนำตนเอง ด้านการจัดการการปฏิบัติ และการนำตนเองในเรื่องกิจกรรมการเรียนรู้ ครูจะเป็นผู้สังเกต และประมาณการเกี่ยวกับสถานภาพปัจจุบันของ นักเรียน ให้มีความสัมพันธ์กับวัตถุประสงค์จากนั้นจะวางแผน และดำเนินการวางแผนโปรแกรมการสอนให้เหมาะสมกับนักเรียนแต่ละคน โดยเฉพาะผู้ที่มิได้มีลักษณะการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองในระดับต่ำ และอาจสรุปได้ดังเช่น การ์ดเนอร์ (สมบัติ สุวรรณพิทักษ์. 2524 : 39 ; อ้างอิงจาก Gardner) ได้กล่าวว่า “ ...โลกเรานี้เปรียบได้เสมือนห้องเรียนขนาดใหญ่จุดหมายปลายทางของการศึกษาคือ การฝึกฝนให้บุคคลได้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองได้มากที่สุด ...”

จากข้อความดังกล่าวสรุปได้ว่า ความสำคัญ ของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง จัดเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่สำคัญ และจะทวีความสำคัญมากยิ่งขึ้น ในสังคมยุคปัจจุบัน และในอนาคต ซึ่งมีการพัฒนาเทคโนโลยีการติดต่อสื่อสาร ทำให้เกิดการล้นไหลของข้อมูลข่าวสารอย่างมากมาย ซึ่งผู้ที่สนใจหรือผู้ที่มีคุณลักษณะในการนำตนเองสูงย่อมมีโอกาสในการรับรู้ และเรียนรู้สิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัวได้มาก อีกทั้งเป็นการจำแนกการเรียนรู้ตามความแตกต่างของแต่ละบุคคล เป็นการเรียนรู้ที่เคารพในศักยภาพของผู้เรียน และเป็นการเรียนรู้ที่สนองตอบต่อความต้องการ ความสนใจของผู้เรียน โดยที่ยอมรับว่า ผู้เรียนทุกคนมีความสามารถที่จะเรียนรู้สิ่งต่างๆ ด้วยตนเองได้ เพื่อที่จะให้ตนเอง สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมที่กำลังเปลี่ยนแปลงได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีความสุข

3.1.3 ความเข้าใจเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

Brockett and Hiemstra (1991 : 11-16) ได้เสนอทัศนะเกี่ยวกับความเข้าใจเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง 10 ประการดังนี้

1. การชี้นำตนเองเป็นลักษณะที่มีอยู่ในตัวบุคคลทุกคน และในสถานการณ์การเรียนรู้ทั้งหมด ซึ่งอาจจะมีการชี้นำตนเองในระดับที่มากหรือน้อย
2. ผู้เรียนมีความรับผิดชอบเป็นหลัก และเป็นผู้ตัดสินใจด้านประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้วยตนเองเกี่ยวกับการวางแผน การนำไปปฏิบัติและการประเมินผล ซึ่งอาจเกิดขึ้นได้ตามลำพัง หรือในกลุ่มผู้เรียนกลุ่มใหญ่ หรือกลุ่มเล็ก ที่ผู้เรียนร่วมกันรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของเขาเหล่านั้น
3. การชี้นำตนเองในการเรียนรู้ หรือการเรียนรู้โดยการชี้นำตนเอง จะเน้นถึงความรับผิดชอบของแต่ละบุคคลและเชื่อว่าศักยภาพของมนุษย์จะไม่มีวันหมดลง จะต้องมีอยู่และสามารถพัฒนาได้ต่อไป

4. มีความเชื่อว่าผลของการศึกษาในด้านบวก มาจากการชี้แนะตนเองในการเรียนรู้ เช่น จดจำได้เพิ่มขึ้น สนใจเรียนรู้อย่างต่อเนื่องยิ่งขึ้น มีความสนใจในวิชามากขึ้น และมีทัศนคติที่ดีต่อผู้สอนมากขึ้น

5. กิจกรรมการเรียนรู้ด้วยการชี้แนะตนเองมีหลายรูปแบบ เช่น การอ่าน การอภิปราย การเขียน การสืบสวนโดยการสัมภาษณ์ การเข้าร่วมการศึกษาเป็นกลุ่ม การทัศนศึกษา การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญหรือผู้สอน การใช้คอมพิวเตอร์ หรือแม้กระทั่งวิธีการเรียนด้วยตนเองจากสื่อ

6. ผู้อำนวยการความสะดวกต่อการชี้แนะตนเองในการเรียนรู้ที่ประสบผลสำเร็จ ต้องมีบทบาทที่เกี่ยวข้องกับการปรึกษาหารือตกลง แลกเปลี่ยนความคิดเห็น เป็นแหล่งความรู้ที่จำเป็นและเชื่อถือได้ นอกจากนี้ยังมีความสัมพันธ์อันดีกับผู้เรียน มีส่วนร่วมในการถ่ายโอนการเรียนรู้การสอน และสนับสนุนให้ผู้เรียนมีความคิดแบบวิจารณ์

7. มีความเชื่อว่าการชี้แนะตนเองเป็นสิ่งที่มีความค่า เป็นวิธีที่ผู้เรียนมีอิสระในการแก้ปัญหา

8. กลุ่มคนหลายรูปแบบสามารถที่จะชี้แนะตนเองในการเรียนรู้ได้

9. หากผู้สอนให้ความไว้วางใจแก่ผู้เรียน ผู้เรียนส่วนใหญ่ จะทำงานได้อย่างเต็มที่ และแสวงหาประสบการณ์การเรียนรู้ด้วยคุณภาพสูง

10. การใช้วิธีการเรียนรู้ด้วยการชี้แนะตนเองไม่สามารถแก้ปัญหาการเรียนรู้ทั้งหมดได้

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ผู้เรียนสามารถที่จะเป็นผู้ตัดสินใจเลือกเรียนตามความสนใจของตนเอง สามารถที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเองในทุกๆ เรื่องได้ ให้ความร่วมมือในการเรียน ตั้งใจและเอาใจใส่ต่อการเรียน นอกจากนี้ ยังสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับอาจารย์ผู้สอน และกับผู้เรียนด้วยกันได้

3.1.4 องค์ประกอบของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

การเรียนรู้ด้วยการนำตนเองประกอบด้วยองค์ประกอบที่สำคัญ ดังนี้

1. การเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียน (Openness to Learning Opportunities) ได้แก่ ความสนใจในการเรียนรู้ ชอบศึกษาค้นคว้าจากห้องสมุดยอมรับคำติติงในความผิดพลาดของตนเอง แหล่งความรู้มีความดึงดูดใจ

2. มีความรักที่จะเรียนรู้ (Love of Learning) ได้แก่ มีความพึงพอใจในการศึกษาค้นคว้า มีความต้องการที่จะเรียนและปรารถนาให้มีเวลามากกว่านี้ มีความสนุกสนานในการค้นคว้า

3. การมองอนาคตในแง่ดี (Positive Orientation to the Future) ได้แก่ มีความต้องการที่จะเรียนรู้ตลอดชีวิต ชอบคิดถึงเรื่องอนาคต คิดว่าปัญหาเป็นสิ่งที่ท้าทายไม่ใช่ "สัญญาณ" ให้หยุดทำ

4. มีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง (Informed Acceptance of Responsibility for One's Own Learning) ได้แก่ ยอมรับว่าตนเองเป็นผู้ที่มีความฉลาดพอควร มีความพยายามในการทำความเข้าใจในเรื่องที่ยากๆ วินิจฉัยได้ว่าต้องการจะเรียนเพิ่มในเรื่องใด

5. มีความเชื่อมั่นว่าตนเองเป็นผู้เรียนที่ดี (Self Concept as an Effective Learner) ได้แก่ ความสามารถที่จะเรียนเมื่อต้องการที่จะเรียน สามารถค้นหาความรู้ได้ทั้งในและนอกห้องเรียน เอาใจใส่ต่อการเรียนทุกเรื่อง

6. มีทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา (Ability to Use Basic Study Skills Problem-Solving Skills) ได้แก่ มีทักษะในการอ่าน การเขียน การฟัง การจำ มีความสนุกกับการแก้ปัญหา และคิดว่าปัญหาเป็นสิ่งที่ท้าทาย

7. มีอิสระในการเรียนรู้ (Independent in Learning) ได้แก่ สามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเองโดยไม่มีใครบังคับ คิดค้นหาคำตอบได้หลายคำตอบสำหรับคำถามที่น่าสนใจ สามารถตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องที่เรียนได้ด้วยตนเอง

8. มีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ (Initiation and Creativity) ได้แก่ สามารถหาแนวทางในการเรียนสิ่งใหม่ๆ ได้หลายวิธี สามารถคิดค้นสิ่งต่างๆ ได้มากมายที่ไม่เหมือนใคร และสามารถนำความคิดไปปฏิบัติให้เกิดผลดีได้

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ประกอบด้วยองค์ประกอบที่สำคัญ คือ เปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ มองอนาคตในแง่ดี พร้อมทั้งจะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ มีทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา มีอิสระในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์

3.1.5 ลักษณะการเรียนรู้โดยการนำตนเอง

ทอฟ (สมบุญรณ์ ศาลยาชีรวิน. 2526 : 264-265 อ้างอิงจาก ทัฟ Tough. 1979 : 92-93) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยตนเองนี้เป็นลักษณะที่จะพบได้ทั่วไป แต่สำหรับกลุ่มที่ประสบผลสำเร็จสูงในการเรียนด้วยตนเองจะมีลักษณะพิเศษ ดังนี้

1. ตั้งเป้าหมายของการกระทำไว้ชัดเจน
2. รู้จักเลือกใช้ความรู้ และทักษะที่เหมาะสม
3. วางแผนการเรียนอย่างดี
4. เรียนได้โดยไม่สุดกำลังความสามารถ
5. มีความมุ่งมั่นพยายามที่จะพัฒนาศักยภาพที่ซ่อนเร้นอยู่ของตน และมีความอยากรู้อยากเห็น ขณะเดียวกันคนเหล่านี้ยังชอบที่ตนเองทำอยู่
6. เข้าใจและยอมรับในคุณลักษณะของตนเองและไม่พอใจกับสภาพของตนในปัจจุบัน
7. มีความเชื่อมั่น กล้าหาญ ที่จะเปิดเผยตนเอง
8. มีความสนใจอย่างมีทิศทางแนชัด

9. เป็นผู้เลือกอาชีพและกิจกรรมของตนเอง
10. ไม่ได้ถูกบังคับหรือถูกกดดันจากภายนอก
11. เป็นผู้ที่มีความผูกพันหรือยึดมั่นต่อจุดหมายของชีวิต
12. ต่อบุคคลนั้นเพื่อจะบรรลุเป้าหมายสำคัญบางประการ
13. มีความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคทั้งปวง
14. เป็นผู้ที่มีผลงานและประสบผลสำเร็จ
15. สามารถคบหาสมาคมกับเพื่อน รักใคร่ได้อย่างจริงจังได้อย่างน้อยสองสามคน

Knowles (1975 : 61) ได้สรุปลักษณะของผู้เรียนรู้ด้วยการนำตนเองเป็น 9 ประการ คือ

1. ความเข้าใจในความแตกต่างด้านความคิดเกี่ยวกับผู้เรียนและทักษะที่จำเป็นในการเรียนรู้ นั่นคือรู้ความแตกต่างระหว่างการสอนที่ครูเป็นผู้ชี้แนะกับการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
2. แนวคิดเกี่ยวกับตนเอง ในฐานะที่เป็นบุคคลที่เป็นตัวของตัวเองไม่ขึ้นกับใคร และเป็นคนที่สามารถนำตนเองได้
3. ความสามารถที่จะสัมพันธ์กับเพื่อน ๆ ได้ดี เพื่อที่จะใช้บุคคลเหล่านี้เป็นเสมือนสิ่งสะท้อนให้ทราบถึงความความต้องการในการเรียนรู้ของตนเอง
4. ความสามารถในการวิเคราะห์ความต้องการในการเรียนรู้อย่างสมจริง โดยความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น
5. ความสามารถในการแปลความต้องการการเรียนรู้ออกมาเป็นจุดมุ่งหมายของการเรียนรู้ ในรูปแบบที่อาจจะทำให้การประเมินผลสำเร็จนั้นเป็นไปได้
6. ความสามารถในการโยนโยนความสัมพันธ์กับผู้สอน ใช้ประโยชน์จากผู้สอนในการทำให้เรื่องยากง่ายขึ้น และเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือ
7. ความสามารถในการหาบุคคล และแหล่งวิทยาการที่เหมาะสมกับวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ที่แตกต่างกัน
8. ความสามารถในการเลือกแผนการเรียนที่มีประสิทธิภาพ โดยใช้ประโยชน์จากแหล่งวิทยาการและมีความคิดริเริ่มในการวางแผนนโยบายอย่างมีทักษะความชำนาญ
9. ความสามารถในการเก็บรวบรวมข้อมูล และนำผลของข้อค้นพบต่าง ๆ ไปใช้อย่างเหมาะสม

Skager (1978 : 116-117) กล่าวถึงลักษณะของผู้เรียนที่มีการชี้นำตนเองควรมีลักษณะ 7 ประการ ดังนี้

1. เป็นผู้ที่ยอมรับตนเอง (Self-Acceptance) มีทัศนคติต่อตนเองในด้านการเป็น ผู้เรียน หรือมีทัศนคติในเชิงบวกต่อตนเอง
2. มีความสามารถในการด้านการวางแผน (Planfulness) ในด้านต่อไปนี้
 - 2.1 สามารถวินิจฉัยความต้องการในการเรียนรู้ของตนเอง
 - 2.2 วางจุดมุ่งหมายที่เหมาะสมกับตนเองให้สอดคล้องกับความต้องการที่ตั้งไว้

2.3 มีความสามารถในการใช้กลยุทธ์เพื่อให้บรรลุเป้าหมายการเรียนรู้

3. มีแรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) เป็นผู้ที่มีแรงจูงใจอยู่ภายในต่อกิจกรรมการเรียนรู้โดยปราศจากสิ่งที่ควบคุมจากภายนอก เช่น รางวัลการถูกตำหนิ การลงโทษ และขึ้นชอบการเรียนรู้ที่อยู่ภายนอกสถานการณ์การเรียนรู้ที่มีรูปแบบ และเพื่อที่จะเลื่อนกำหนดหรือดำเนินต่อไปได้หลายรูปแบบทั้งนี้เพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ในการเรียนรู้

4. มีการประเมินตนเอง (Internal Evaluation) ผู้เรียนที่มีการชี้หน้าตนเอง สามารถที่จะประเมินตนเองหรือยอมรับว่าการที่ผู้อื่นประเมินตนเองก็ได้ ซึ่งผู้เรียนจะยอมรับการประเมินภายนอกว่าถูกต้องก็ต่อเมื่อผู้ประเมินมีความคิดอย่างอิสระ และการประเมินสอดคล้องกับสิ่งต่างๆ ที่ปรากฏจริงในขณะนั้น

5. เปิดโอกาสต่อประสบการณ์ (Openess to Experience) ผู้เรียนที่เปิดโอกาสต่อการเปิดประสบการณ์ในกิจกรรมหลายรูปแบบเป็นการสะท้อนให้เห็นการกำหนดการเรียนรู้และการวางแผนเป้าหมาย โดยอาจจะมีเหตุหรือไม่ก็ได้ในการที่จะเข้าร่วมกิจกรรมใหม่ๆ มีความใคร่รู้ มีความอดทนต่อปัญหาที่ยังสงสัย ขึ้นชอบต่อสิ่งที่ซับซ้อน และเป็นการเปิดโอกาสต่อประสบการณ์

6. มีความยืดหยุ่น (Flexibility) มีความยืดหยุ่นในการเรียนรู้มีความยินดีที่จะเปลี่ยนแปลงเป้าหมาย หรือวิธีการเรียน และใช้ระบบเข้าถึงปัญหา ใช้วิธีสำรวจตรวจสอบ ลองผิดลองถูก ซึ่งไม่ได้แสดงให้เห็นถึง การขาดความตั้งใจในการเรียนรู้ความล้มเหลวจะนำมาปรับปรุงไม่ใช้การถอยหนี

7. การเป็นตัวของตัวเอง (Autonomy) ผู้เรียนจะมีความผูกพันกับวิธีการเรียนรูปแบบใดรูปแบบหนึ่งภายใต้บริบทแวดล้อมที่เฉพาะอย่าง ผู้เรียนสามารถจัดการปัญหากับเวลาที่กำหนดโดยจะพิจารณาถึงสิ่งที่ต้องการจะเรียนรู้ว่ามีคุณค่าและยอมรับได้แค่ไหนอย่างไรก็ตาม การเป็นตัวของตัวเองจะกระทำโดยตัวผู้เรียนเป็นการที่สังคมให้การยอมรับได้

ทัฟ และ โนวส์ (Caffarella. 1983 : 7 ; citing Tough and Knowles) กล่าวถึงทักษะพื้นฐานในการเรียนรู้โดยการชี้หน้าตนเองที่จำเป็นจะต้องมี 11 ประการ อันได้แก่

1. มีความสามารถในการตัดสินใจว่าจะเรียนเพื่อรับความรู้หรือทักษะอะไร
2. มีความสามารถในการวินิจฉัยความจำเป็นในการเรียนรู้ตามสภาพที่เป็นจริงอาจโดยความช่วยเหลือจากครูและเพื่อน
3. มีความสามารถในการแปลความจำเป็นของการเรียนรู้ มาเป็นวัตถุประสงค์ของการเรียนรูปแบบที่เป็นไปได้ในการประเมินความสำเร็จ
4. มีความสามารถที่จะเชื่อมโยงกับครู หรือผู้อำนวยการความสะดวก ผู้ช่วยเหลือ หรือที่ปรึกษา และมีความคิดริเริ่มในการใช้ประโยชน์แหล่งความรู้ดังกล่าว
5. มีความสามารถที่จะเชื่อมโยงกับเพื่อนให้เขาช่วยเหลือในฐานะเป็นแหล่งความรู้
6. มีความสามารถในการชี้แจงแหล่งความรู้ที่เป็นบุคคล และวัสดุที่เหมาะสมในแต่ละประเภทของวัตถุประสงค์การเรียนรู้ที่แตกต่างกันออกไป

7. มีความสามารถในการเลือกใช้ทักษะยุทธวิธีอย่างมีประสิทธิภาพ และด้วยความ
คิดริเริ่ม

8. มีความสามารถในการใช้แหล่งความรู้ให้เป็นประโยชน์เพื่อให้ได้รับความรู้

9. มีความสามารถในการประเมินเกี่ยวกับความก้าวหน้าของงานตนเอง และให้ได้
ข้อมูลย้อนกลับแก่คนอื่นได้

10. มีความสามารถในการสืบสวนและรับมือกับอุปสรรคการเรียนรู้

11. มีความสามารถในการสร้างแรงจูงใจขึ้นมาใหม่สำหรับการเรียนรู้ เมื่อขาดแรงจูง
ใจ

วิทกิน (Brookfield. 1986 : 41 ; citing Witkin) ซึ่งได้กล่าวถึงคุณลักษณะของผู้เรียนที่
ความเป็นอิสระในการเรียน เป็นผู้ที่จำแนกแยกแยะได้ มีความเป็นอิสระจากสังคม มีการชี้นำภายใน มีความเป็นตัวของตัวเอง และกระบวนการความรู้สึกรู้คิดในการชี้นำตนเองอย่างแรงกล้า

สมคิด อิศระวัฒน์ (2532 : 76) เสนอเกี่ยวกับการเรียนรู้โดยการนำตนเองควรมีลักษณะ
ต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. สัมผัสใจที่จะเรียนด้วยตนเอง (Voluntarily to Learn) มิได้เกิดจากการบังคับแต่มี
เจตนาที่เรียนด้วยความอยากรู้

2. ตนเองเป็นแหล่งข้อมูลของตัวเอง (Self – Resourceful) ผู้เรียนสามารถบอกได้
ว่าสิ่งที่ตนจะเรียนคืออะไร เป็นผู้จัดการการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ด้วยตนเอง (Manager of
Change)

3. ผู้เรียนต้องรู้ “วิธีการที่จะเรียน” (Know How to Learn) ผู้เรียนควรทราบขั้น
ตอนการเรียนรู้ของตนเอง รู้ว่าเขาจะไปสู่จุดที่ทำให้เกิดการเรียนรู้ได้อย่างไร

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า ลักษณะการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง มีจุดเน้นที่ผู้เรียน
เป็นสำคัญโดยผู้เรียนจะเป็นผู้กำหนดแนวทางการเรียน เริ่มตั้งแต่การวิเคราะห์ความต้องการ
ของตัวเอง การกำหนดจุดมุ่งหมายของการเรียน การแสวงหาแหล่งวิทยาการ การประเมินผล
โดยอาศัยความช่วยเหลือจากครูหรือเพื่อน ตามสมควร

3.1.6 หลักการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

Gibbons (1980 : 41 - 46) ได้ศึกษาชีวประวัติของผู้เชี่ยวชาญที่มีชื่อเสียงทางด้านการ
แสดง นักประดิษฐ์ นักสำรวจ นักอักษรศาสตร์ นักวิทยาศาสตร์ และผู้บริหาร จำนวน 20 คน ซึ่ง
ไม่ได้รับการศึกษาเล่าเรียนตามชั้นเรียนปกติสูงกว่าระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยศึกษา
ลักษณะของการเรียนรู้ด้วยนำตนเองของบุคคลดังกล่าว แล้วนำมาประมวลเป็นหลักการเรียนรู้
ด้วยตนเอง ดังนี้

1. ในการศึกษาด้วยตนเอง ผู้ศึกษาเป็นผู้ควบคุมตนเอง ในขณะที่การศึกษาอย่าง
เป็นทางการ (Formal Education) จุดควบคุมอยู่ที่สถาบันการศึกษา ตัวแทน หรือสิ่งกำกับกับ

สอนเพื่อให้ศึกษาด้วยตนเอง จะช่วยนักศึกษาให้รู้จักควบคุมสิ่งที่อยู่ภายในตัวเอง เพื่อการเรียนรู้ของตนเอง

2. การศึกษาด้วยตนเอง มักจะเป็นความพยายามที่แน่วแน่ในความรู้เฉพาะด้าน อย่างใดอย่างหนึ่ง มากกว่าการศึกษาหลายๆ แขนงวิชา การสอนให้รู้จักศึกษาค้นคว้าตนเอง ช่วยให้นักศึกษาสามารถแยกแยะ และมีความชำนาญในกิจกรรมบางอย่าง หรือหลายที่จำเป็นต่อชีวิต

3. การศึกษาด้วยตนเอง มักจะเป็นการประยุกต์การศึกษา คือการเรียนรู้เพื่อนำไปใช้กับงาน การสอนการเรียนรู้ด้วยตนเอง เกี่ยวข้องกับการศึกษาทางทฤษฎีที่สัมพันธ์กับการฝึกฝนทางเทคนิค และการนำไปดัดแปลงใช้อย่างเหมาะสม เป็นการเรียนรู้เพื่อประโยชน์ปัจจุบัน

4. ผู้ศึกษาด้วยตนเอง เป็นคนที่เรียนรู้ด้วยแรงจูงใจของตนเอง นั่นคือ การผูกพันตนเองกับเนื้อหาวิชาที่ตนเลือก แม้จะพบว่ามีอุปสรรคก็ตาม การศึกษาค้นตนเองช่วยให้ผู้เรียนรู้ตระหนักถึงความต้องการของตน และมีเป้าหมายของตนเอง มากกว่าที่จะให้ผู้อื่นมาวางเป้าหมาย

5. สิ่งจูงใจสำหรับการศึกษาด้วยตนเอง ได้แก่ ความสำเร็จซึ่งเป็นรางวัลที่ประเมินคุณค่าได้โดยตนเอง การสอนเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองจึงเป็นการให้ประสบการณ์เพื่อดำเนินไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ รู้จักวางแผน และการเลือกใช้วิธีการที่มีประสิทธิภาพในการที่จะทำให้งานนั้นสำเร็จ

6. ผู้ศึกษาด้วยตนเอง มักจะตัดสินใจใช้รูปแบบต่างๆ ทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการและวิธีการเฉพาะตน ซึ่งสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างดีที่สุด ซึ่งข้อสรุปอาจจะได้จากการศึกษา การสังเกต ประสบการณ์ การเข้าเรียนในบางวิชา การฝึกอบรม การสนทนา การฝึกหัดการลองผิดลองถูก การฝึกหัดกิจกรรมที่ให้ผลดี การประสานระหว่างกลุ่ม เหตุการณ์และโครงการ

7. การเรียนรู้ด้วยตนเอง เกี่ยวข้องกับการพัฒนาความเชื่อ โดยปกติจะเกี่ยวข้องกับสัมพันธกับบุคลิกลักษณะของคน การประสานสัมพันธ์ ความมีระเบียบวินัยในตนเอง ความบากบั่น ขยันขันแข็ง ไม่เห็นแก่ตัว การรู้สึกเกรงใจผู้อื่น และมีหลักการอย่างเข้มแข็ง

8. ผู้ที่เรียนรู้ด้วยตนเอง จะมีแรงขับ (Drive) ความคิดอิสระ มีสติปัญญาเฉลียวฉลาดการสอนการศึกษาด้วยตนเอง เกี่ยวข้องกับการเสริมแรงขับ ความกระตือรือร้น โดยมีความคิดอิสระไม่ขึ้นกับบุคคลใดบุคคลหนึ่ง ความเป็นผู้ริเริ่มมากกว่าที่จะประพฤติตามผู้อื่น และมักทำอะไรเป็นแบบของตนเองมากกว่าทำตามๆ กัน

9. ผู้ที่เรียนรู้ด้วยตนเอง มักจะใช้การอ่าน และกระบวนการทักษะอื่นๆ ในการเข้าถึงข้อมูลและคำแนะนำที่เขาต้องการเพื่อโครงการเหล่านั้น การสอนเพื่อการศึกษาด้วยตนเอง เกี่ยวข้องกับการฝึกฝนทักษะ เช่น การอ่านและการจำ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเวลาที่นักศึกษามีความต้องการอย่างเต็มที่ที่จะเข้าถึงสารสนเทศ

10. การเรียนรู้ด้วยตนเอง เป็นทางที่ที่เกิดจากประสบการณ์สำคัญหลายประการ ตั้งแต่วัยเด็ก ประสบการณ์และการพัฒนาจนกระทั่งกลายเป็นจุดของการเลือกในชีวิตของคน การสอนเพื่อการศึกษาด้วยตนเองจึงเป็นการช่วยเหลือผู้เรียน ที่จะจำแนกทั่วทั้งแนวทางที่เกิดขึ้นในชีวิตเพื่อกำหนดวิถีทางที่ตนเลือกและสร้างวิถีทางใหม่ที่ตนปรารถนา

11. การเรียนรู้ด้วยตนเอง จะเกิดขึ้นได้ดีที่สุดในสิ่งแวดล้อมของการทำงานที่อบอุ่น มีลักษณะสนับสนุน มีบรรยากาศใกล้ชิด เป็นกันเอง ซึ่งคนมักจะกระตือรือร้น และมีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับบุคคลอย่างน้อย 1 คน การสอนให้เกิดการศึกษาด้วยตนเองนี้จะได้รับการสนับสนุนอย่างอบอุ่นและมีโอกาสหลายด้านที่จะสร้างความสัมพันธ์ในการทำงานที่ใกล้ชิดให้เกิดขึ้น

12. ผู้ที่เรียนรู้ด้วยตนเอง จะชอบผู้อื่น พอๆ กับทำให้ผู้อื่นชอบตน บุคคลเหล่านี้จะมีสุขภาพจิตที่ดี มีเจตคติที่ดีทั้งทางกายและใจ การสอนให้ศึกษาด้วยตนเองจึงสนับสนุนวิธีการเรียนรู้ขั้นตอนการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ผู้เรียนจะต้องเป็นผู้ควบคุมตนเอง มีความกระตือรือร้น ในการค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเอง กำหนดเป้าหมาย วางแผน ตลอดจนนำสิ่งที่ได้เรียนไปประยุกต์ใช้ให้เป็นประโยชน์ในอนาคตได้

3.1.7 ขั้นตอนการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

ไวท์เฮด (Gross. 1977 : 54-56 ; citing Whitehead. n.d) ได้กล่าวถึงขั้นตอนการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองว่าประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือ

1. ขั้นปลุกเร้าความสนใจ (Romance) เป็นการเรียนรู้ในรูปของการรับรู้ต่อความแปลกใหม่ที่ได้พบเห็น ต่อความรู้ต่างๆ ที่น่าสนใจ นำท้าทายสติปัญญา
2. ขั้นเรียนรู้ในรายละเอียด(Precision) เป็นการเรียนรู้ที่มีระบบมีการวิเคราะห์ข้อเท็จจริง พยายามให้ได้มาซึ่งความรู้ ความจริงต่างๆ อย่างมีแบบแผน
3. ขั้นหาข้อสรุป (Generalization) เป็นระยะที่เกิดความรู้ ความเข้าใจ พบข้อสรุปหลักเกณฑ์ต่างๆ แล้วริเริ่มมีความคิดสร้างสรรค์ พร้อมทั้งจะลงมือปฏิบัติได้ด้วยตนเอง

*Tough (1979 : 95-96) ได้กล่าวถึงขั้นตอนการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ไว้ดังนี้

1. การตัดสินใจว่าในกระบวนการเรียนรู้นั้น อะไรเป็นความรู้ ทักษะที่จะเรียนรู้ ผู้เรียนอาจจะมองหาข้อผิดพลาดและจุดบกพร่อง
2. การตัดสินใจที่จะเรียนรู้กิจกรรมเฉพาะอย่างไร วิธีการ แหล่งวิชาการ หรืออุปกรณ์ที่ใช้ประกอบการเรียนมีอะไรบ้าง ในข้อนี้ผู้เรียนควรศึกษาว่า ตนเองมีความต้องการเฉพาะด้านอะไร เกณฑ์ที่ใช้ในการเลือกแหล่งวิชาการการเรียนรู้เฉพาะอย่าง การรวบรวมความรู้ ข้อเท็จจริง ข้อได้เปรียบเสียเปรียบ การเข้าถึงระดับและความเหมาะสมของแหล่งวิชาการ หรือกิจกรรมเฉพาะด้าน ผู้เรียนอาจดูหนังสือ หรือบทความในห้องสมุดหรือร้านขายหนังสือ ก่อนการเลือกสิ่งที่เหมาะสมที่สุด ในกรณีที่เป็นแหล่งวิชาการบุคคล อาจตัดสินใจว่าบุคคล

ประเภทใดที่อาจให้เนื้อหาวิชาที่ต้องการได้ และพยายามหาบุคคลเหล่านั้นซึ่งเลือกสรรแล้วว่าเหมาะสมที่สุด

3. ตัดสินใจว่าจะเรียนที่ใด ผู้เรียนอาจจะเลือกบริเวณที่เงียบสงบ สะดวกสบายและไม่มีผู้ใดมารบกวน หรืออาจจะต้องการสถานที่ ซึ่งมีอุปกรณ์อำนวยความสะดวก หรือแหล่งวิทยาการที่อาจใช้สะดวก

4. วางเป้าหมายหรือกำหนดระยะเวลาการทำงานที่แน่นอน

5. ตัดสินใจว่าจะเริ่มเรียนเรื่องใด เมื่อใด

6. ตัดสินใจว่าช่วงระยะเวลาใด เนื้อหาควรจะทำไปเท่าใด

7. พยายามหาเหตุผลเหตุที่เป็นอุปสรรค ที่จะทำให้การเรียนรู้ไม่ประสบความสำเร็จ หรือหาขั้นตอนส่วนที่ทำให้กระบวนการเรียนรู้ในปัจจุบันไม่มีประสิทธิภาพ

8. การหาเวลาสำหรับการเรียนรู้ ขั้นตอนนี้จะเกี่ยวข้องกับการลดเวลา หรือจัดเวลาให้เหมาะสมกับการทำงาน กิจกรรมในครอบครัว หรือการพักผ่อน โดยอาจจะขอร้องไม่ให้บุคคลอื่นรบกวนในเวลาที่กำลังศึกษา หรือขอร้องให้ผู้อื่นมาทำงานแทนเป็นครั้งคราว

9. คำนวณระดับความรู้และทักษะหรือความก้าวหน้าของตนในด้านความรู้ หรือทักษะที่ต้องการ

10. การเข้าถึงแหล่งวิทยาการที่เหมาะสม หรืออุปกรณ์ที่เหมาะสม ในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งของขั้นตอนนี้ ผู้เรียนอาจหาเวลาว่างไปในสถานที่ต่าง ๆ พยายามหาหนังสือที่เหมาะสมในห้องสมุด ตลอดจนการเข้าพบบุคคลสำคัญที่เอื้อต่อการเรียน

11. การสะสม หรือหาเงินที่จำเป็น สำหรับประโยชน์ในการหาแหล่งวิทยาการ การซื้อหนังสือ การจัดหาอุปกรณ์บางอย่าง ตลอดจนค่าใช้จ่ายในการศึกษา

12. เตรียมสถานที่หรือจัดแปลงห้องเรียนที่เหมาะสมสำหรับการเรียน โดยคำนึงถึงความร้อนหนาว อากาศถ่ายเทและแสงสว่าง

13. เพิ่มขั้นตอนที่จะเพิ่มแรงจูงใจในการเรียนรู้ ผู้เรียนอาจหาวิธีเพิ่มแรงจูงใจเพื่อที่จะเพิ่มความก้าวหน้าในการเรียน หรือเพิ่มความพอใจ พยายามเน้นความสำคัญของการเรียน ซึ่งสิ่งที่จะทำได้มีดังนี้

13.1 หาสาเหตุของการขาดแรงจูงใจ

13.2 พยายามเพิ่มความสุข และความยินดีในการเรียนรู้ หรือเพิ่มความสนใจในกิจกรรมในการเรียนรู้

13.3 จัดการกับการขาดความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองที่จะเรียนรู้ หรือจัดการกับความสงสัยในความสำเร็จของโครงการที่จะเรียนรู้

13.4 การเอาชนะความรู้สึกผิดหวัง ท้อแท้ที่มีสาเหตุมาจากความยากลำบากต่าง ๆ

13.5 บอกกล่าวผู้อื่นถึงความสำเร็จของตน

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง เป็นกระบวนการศึกษาค้นคว้าอย่างมีระบบ ซึ่งผู้เรียนเป็นผู้จัดการระบบการเรียนรู้ของตนเอง ด้วยการจัดการด้านเวลาที่ใช้ในการศึกษา เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ต้องการ และเพิ่มประสิทธิภาพของการเรียนรู้ด้วยการเตรียมความพร้อมให้กับตัวเองในด้านต่างๆ รู้จักวิธีที่จะเรียนรู้ด้วยตนเอง และรู้จักใช้ประโยชน์จากแหล่งวิทยาการต่างๆ เพื่อการศึกษาค้นคว้าต่อไป

3.1.8 การส่งเสริมให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

Mezirow (1981 : 1) เสนอวิธีการที่จะส่งเสริมให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้โดยการนำตนเอง ซึ่งต้องดำเนินการดังนี้

1. ลดการให้ผู้เรียนพึ่งพาผู้สอนหรือผู้อำนวยการความสะดวก
2. ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจถึงการใช้แหล่งวิทยาต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งประสบการณ์จากผู้อื่น รวมทั้งครูหรือผู้อำนวยการความสะดวก ซึ่งต้องใช้ความสัมพันธ์อันดีต่อกัน
3. ช่วยให้ผู้เรียนตระหนักถึง ความจำเป็นในการเรียนรู้เนื่องจากการรับรู้ความต้องการของตนเอง อันเป็นผลมาจากอิทธิพลของวัฒนธรรม สภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป
4. ช่วยให้ผู้เรียนเพิ่มความรับผิดชอบในการหาเป้าหมายของการเรียนรู้ การวางแผนและประเมินผลการเรียนรู้ด้วยตนเอง
5. ช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้จากปัญหาของแต่ละบุคคล
6. ช่วยให้ผู้เรียนตัดสินใจ ในวิชาต่างๆ ที่เสนอให้ผู้เรียนไว้เป็นทางเลือก ในการทำความเข้าใจซึ่งจะเกิดการเรียนรู้ต่อไป
7. กระตุ้นให้ผู้เรียนใช้เกณฑ์หรือบรรทัดฐานในการตัดสินใจ หรือพินิจพิเคราะห์สิ่งต่างๆ ที่เกี่ยวกับตนและประสบการณ์ทั้งหมดที่ผ่านมา
8. ช่วยให้ผู้เรียนเข้าไปสู่การเรียนรู้ ด้วยการมองตนเองอย่างถูกต้อง
9. ชี้ปัญหาและแก้ไขปัญหโดยง่าย ซึ่งต้องตระหนักถึงความสัมพันธ์ของปัญหาล้วนบุคคล และส่วนรวมด้วย
10. เสริมแรงมโนคติของผู้เรียนว่าต้องเป็นทั้งผู้เรียน และผู้จัดการชีวิตของตนเอง โดยจัดบรรยากาศที่น่าสนับสนุน และปฏิบัติตอบกลับของผู้เรียน เพื่อเป็นการกระตุ้นความสามารถของผู้เรียนให้ปรากฏ
11. เน้นการนำประสบการณ์การมีส่วนร่วม และวิธีการสร้างโครงการอย่างเป็นระบบ โดยทำในรูปลักษณะ "สัญญาการเรียน" (Learning Contract)
12. ทำความชัดเจนในเรื่องการช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจทางเลือก หรือการตัดสินใจ ว่าจะเป็นการที่จะปรับคุณภาพของการเลือก และกระตุ้นให้ผู้เรียนเลือกเฟ้นสิ่งที่ดีที่สุด

Brockett and Hiemstra (1991 : 133-142) กล่าวว่าผู้สอนสามารถใช้ความพยายามที่จะช่วยให้ผู้เรียน ได้ตระหนักถึงศักยภาพของเขาเหล่านั้นสำหรับการนำตนเอง ยุทธวิธีที่จะพัฒนาผู้เรียนให้มีการนำตนเองเพิ่มขึ้นอีก 3 ประการ ได้แก่

1. อำนวยความสะดวกในการสะท้อนแบบวิจารณ์(Facilitating Critical Reflection) ยุทธวิธีนี้ ผู้เรียนสามารถพัฒนาความสามารถ ในการสะท้อนอย่างวิจารณ์ จากประสบการณ์ของเขาที่จะช่วยให้เขามีความรู้ที่ได้รับมาใช้ในอนาคต ซึ่งตรงกับแนวคิดของเมธีโรว์ ที่ใช้คำว่า การเรียนรู้โดยการสะท้อนตนเอง (Self – reflective Learning) อธิบายกระบวนการได้รับความเข้าใจตนเองอย่างแจ่มชัด โดยได้แสดงให้เห็นถึงหลักจิตวิทยาของผลผลิต จากการไม่มีอิสระเป็นข้อดกลงเบื้องต้น ของความอยากรู้อยากเห็นชีวิตช่วงแรกๆ ซึ่งจะไม่สามารถใช้ได้ในวัยผู้ใหญ่ สำหรับ บวร์ค ฟิล ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับ การคิดแบบวิจารณ์ (Critical Thinking) ซึ่งรวมถึง ข้อดกลงเบื้องต้นของการชี้แจง และการท้าทายระลึกถึงอิทธิพลของบริบทเกี่ยวกับความคิด และการกระทำ โดยจะพิจารณาถึงทางเลือกที่จะมีวิธีการคิดและการเป็นอยู่ทั้งการสะท้อนแบบวิจารณ์ และการคิดแบบ วิจารณ์นี้เป็นส่วนประกอบที่สำคัญสำหรับผู้เรียน ที่มีการนำตนเอง เพราะทั้งสองนี้เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์และการตัดสินใจปัญหาหรือสถานการณ์ การวิจารณ์เป็นสิ่งที่สามารถเป็นความรับผิดชอบของบุคคลสำหรับความเชื่อ หรือการกระทำของบุคคลมากกว่าที่จะเป็นความรับผิดชอบที่มาจากภายนอกตัวบุคคล ได้เสนอวิธีที่จะช่วยให้ผู้เรียนมีทักษะในการคิด ดังนี้

1. เห็นคุณค่าของผู้คิดแบบวิจารณ์ (Affirm Critical Thinking Self – Worth)
2. ฟังอย่างตั้งใจ ต่อผู้คิดวิจารณ์ (Listen Attentively to Critical Thinkers)
3. แสดงให้เห็นว่าคุณสนับสนุนความพยายามของผู้คิดแบบวิจารณ์ (Show That You Support Critical Thinkers' Efforts)
4. สะท้อน และเป็นกระจกเงาแก่ความคิด และการกระทำของผู้คิดแบบวิจารณ์ (Reflect and Mirror Critical Thinkers' Ideas and Action)
5. จูงใจให้ประชาชนคิดแบบวิจารณ์ (Motivate People to Think Critically)
6. ประเมินความก้าวหน้าอยู่เสมอ (Regularly Evaluate Progress)
7. ช่วยผู้คิดแบบวิจารณ์สร้างเครือข่าย (Help Critical Thinkers Create Networks)
8. จงเป็นครูแบบวิจารณ์ (Be Critical Teachers)
9. จงทำให้ประชาชนคำนึงถึงว่าเขาจะเรียนรู้การคิดแบบวิจารณ์ได้อย่างไร (Make People Aware of How They Learn Critical Thinking)
10. เป็นแบบจำลองการคิดแบบวิจารณ์ (Model Critical Thinking)

เอลเลียส และเมอร์เรียม (Brockett and Hiemstra.1991 : 136-137 ; Citing Elias and Merriam.n.d.) ได้กล่าวถึงการอ่านไม่ว่าจะเป็นหนังสือประเภทวิชาการ หรือหนังสืออ่านเล่น จะสามารถช่วยให้บุคคลเข้าใจโลกได้กว้างไกลยิ่งขึ้น ดังนั้นการที่มีโอกาสได้อ่านมากจะทำให้บุคคลมีทางเลือกเข้าใจสถานการณ์ ที่ได้รับสามารถมองหลายด้าน และการเขียนก็เป็นเครื่องมือที่มีค่าเช่นเดียวกันกับการอ่าน การเขียนที่มีคุณค่ามากที่สุดสำหรับความเข้าใจในบุคคลโดยตลอด

2. สนับสนุนให้คิดอย่างมีเหตุผล (Promoting Rational Thinking) ความรับผิดชอบของบุคคลมีความหมายว่า บุคคลมีบทบาทในการตัดสินใจเกี่ยวกับชีวิตของตนเอง ความรับผิดชอบของบุคคลคือตัวเลือก (Choice) ในสถานการณ์ใดๆ รวมทั้งกระบวนการเรียนรู้ บุคคลสามารถที่จะเลือกที่จะตอบสนองอย่างไรแบบจำลองที่เชื่อว่าจะสนับสนุนให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้โดยการนำตนเองเพิ่มขึ้น คือ การรักษาด้วยอารมณ์อย่างมีเหตุผล (Rational-Emotive Therapy RET) ของ Elias ตามแนวคิดนี้มนุษย์เป็นศูนย์กลางของการกำหนดอารมณ์ของตัวเอง ดังนั้น จึงมีความรับผิดชอบเต็มที่สำหรับการเลือก หรือเลือกที่จะไม่ทำให้ตนเองถูกรบกวนจากตัวเลือก (Choice) นี้ จึงนำมาเป็นส่วนใหญ่ขยายในส่วนที่บุคคล มีความเชื่ออย่างมีเหตุผลหรือไม่มีเหตุผลจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น Elias จึงพิจารณาแบบจำลองที่เรียกว่า The ABC's of RET มี 3 ระดับ ได้แก่

- A เหตุการณ์ที่กระตุ้น (An Activating Event) เกี่ยวกับบุคคลที่ถูกรบกวน
- B ความเชื่อ (Belief) ของบุคคลเกี่ยวกับเหตุการณ์นั้น
- C ลำดับขั้นของอารมณ์ (Emotional Consequence) ของความเชื่อ

จากแบบจำลองเอลเลียส (Elias) สรุปว่า ลำดับขั้นของอารมณ์จะเป็นบวกหรือลบ ผลอาจไม่ได้มาจากเหตุการณ์ที่จัดขึ้น แต่อาจมาจากความเชื่อที่บุคคลประสบกับเหตุการณ์นั้น ซึ่งอาจจะไม่ใช่เป็นการกระทำ อันเนื่องมาจากความรับผิดชอบสำหรับสาเหตุของความรู้สึกที่ถูกรบกวน หรืออาจจะเป็นขั้นของความเชื่ออย่างไม่มีเหตุผลที่บุคคลมีเกี่ยวกับเหตุการณ์ดังกล่าว ความเชื่ออย่างไม่มีเหตุผลนี้ บุคคลจะแสดงให้เห็นจากข้อความที่บุคคลนั้นๆ ได้กล่าวออกมาเอง แบบจำลอง RET เป็นเครื่องมือที่สำคัญ ในการเพิ่มความเชื่อมั่นในตัวเองในตัวผู้เรียน เพราะเป็นสิ่งที่สนับสนุนการเชื่อมโยงระหว่างการนำตนเองและความรับผิดชอบของบุคคล

3. การใช้ทักษะต่างๆ ช่วยในการเพิ่มการนำตนเองในผู้เรียน (Using Helping Skills to Enhance Learner Self – Direction) วิธีนี้เกี่ยวข้องกับการประยุกต์ใช้ทักษะการช่วยเหลือขั้นพื้นฐานต่อความสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียน และผู้อำนวยความสะดวก เช่น ยอมรับนับถือผู้เรียน ผู้อำนวยความสะดวก มีการติดต่อสื่อสารให้ผู้เรียนมีความรู้สึกมั่นใจในตนเอง และรู้สึกสบายใจ ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่มีประโยชน์มากต่อผู้เรียนที่มีการนำตนเอง ไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว ผู้อำนวยความสะดวก ช่วยส่งเสริมให้มีการนำตนเอง เพิ่มมากขึ้นในหมู่ผู้เรียนที่ทำงานร่วมกันจะทำให้มีความสัมพันธ์ต่อกันดีขึ้นในการติดต่อสื่อสาร ผู้อำนวยความสะดวกควรตั้งใจฟังคู่สนทนาแสดงท่าทางในการยอมรับ นั่งตามสบาย ส่งสายตาที่มีความยินดี และควรมีความเข้าใจในการสื่อสารแบบ

สองทาง แบบใช้ภาษาและไม่ใช้ภาษา สำหรับการฟังต้องฟังอย่างไม่นำความรู้สึกส่วนตัวเข้ามาปะปน หากแสดงความรู้สึกเห็นอกเห็นใจจะทำให้การสื่อสารถูกบิดเบือนไป การสอบถามของผู้อำนวยความสะดวก จะช่วยให้ผู้เรียนได้ขยายข้อความหรือสถานการณ์ออกไปได้ การสอบถามยังเป็นการสนับสนุนให้ผู้เรียนพูดอธิบายให้ชัดเจนขึ้น และยังเป็นการฝึกการพูดให้แก่ผู้เรียนอีกด้วย

ชิตชงค์ ส. นันทนาเนตร (2534 : 1) ได้เสนอเกี่ยวกับเครื่องมือที่จะช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้โดยการนำตนเอง ด้วยวิธีการต่อไปนี้

1. สัญญาการเรียน (Learning Contract) เป็นสิ่งที่กำหนดขึ้นระหว่างผู้สอนกับเรียนเป็นการสอนแบบรายบุคคลเพื่อให้ผู้เรียนมีความรับผิดชอบ มีระเบียบวินัยในตนเองเป็นตัวของตัวเองให้มากโดยให้สำรวจและค้นหาความสนใจที่แท้จริงของตนเอง แล้วให้ผู้เรียนเลือกเรียนตามความสนใจ (Personal Interest) “สัญญาการเรียน” จะช่วยให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้โดยการนำตนเองได้มากขึ้น เพราะได้เปิดเผยและพึ่งพาตนเองได้มากที่สุด
2. การเรียนรู้จากกลุ่มเพื่อน (Peer Learning Group) สิ่งที่จะได้จากการเรียนรู้จากกลุ่มเพื่อน คือประสบการณ์ที่ต่างคนต่างนำมาแลกเปลี่ยนกัน ประสบการณ์ของตนเองอาจช่วยชี้นำเพื่อนได้ และในทางตรงกันข้ามประสบการณ์ของเพื่อนก็อาจชี้นำตัวเอง พร้อมกันนี้การเรียนการสอนก็จะเป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความคิดเห็นระหว่างครูผู้สอน หรือผู้อำนวยความสะดวกกับผู้เรียนในกลุ่มด้วย
3. ทักษะเกี่ยวกับเวลา (Time Commitment) การกำหนดระยะเวลาตายตัวกับกิจกรรมต่างๆ จะช่วยให้ผู้เรียนตระหนักถึงคุณค่าของเวลาที่จะเรียนรู้สิ่งต่างๆ และการนำไปใช้ได้ทันทีในชีวิตประจำวัน
4. ประโยชน์ของการเรียนรู้ (Perceived Benefits) ผู้เรียนจะเรียนรู้โดยการนำตนเองได้มากขึ้น หากการเรียนรู้เป็นการแก้ปัญหาโดยใช้การจดจำเนื้อหา การจัดโปรแกรมการเรียนรู้จึงจำเป็นต้องสนองความต้องการของผู้เรียนเป็นการให้ความรู้ ทักษะที่จำเป็น และทันต่อเหตุการณ์สถานการณ์ที่เป็นอยู่
5. ความพร้อมในการเรียนรู้โดยการนำตนเอง (Preparation of Self – Directed Learning) ผู้เรียนต้องมีความสมัครใจ เต็มใจที่จะเรียนด้วยตนเอง เพราะการเรียนรู้โดยการนำตนเองนี้ เป็นเรื่องภายในจิตใจได้สำนึกของผู้เรียน เป็นการเปลี่ยนแปลงที่อยู่ภายใต้ตัวของผู้เรียนมากกว่าการจัดการภายนอก

การส่งเสริมให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้โดยการนำตนเอง เป็นสิ่งที่อาจทำได้แต่อาจต้องใช้ เวลา ความพยายาม และความร่วมมือจากบุคคลหลายฝ่าย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสังคมไทย ทั้งนี้ จากการวิเคราะห์สถานการณ์ก็พบว่า มีองค์ประกอบ 2 ประการ ที่เป็นอุปสรรคต่อการให้ผู้เรียน เป็นผู้รับผิดชอบการเรียนรู้ด้วยตนเอง คือ

1. การอมรมเลี้ยงดูในสังคมไทย
2. การฝึกฝนในระบบการศึกษาไทย

จากข้อมูลดังกล่าวสรุปได้ว่า การที่จะส่งเสริมให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้โดยการนำตนเอง นั้น จำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือจากบุคคลหลายฝ่ายที่เกี่ยวข้อง

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

3.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ ที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

Penix (1977 : 4141 - A) ได้ศึกษาเรื่องอิทธิพลของการเลือกตัวแปรของผลการ ศึกษาของนักเรียนระดับ High School เกี่ยวกับการชี้นำตนเองโดยยึด Holland's Self Directed Search Gutenson ได้ศึกษาเกี่ยวกับการพยากรณ์บุคลิกลักษณะของนักศึกษาในการปฏิบัติตน ให้ประสบผลสำเร็จในการเรียนรู้โดยการนำตนเองพบว่า ความสามารถทางสมอง ประสิทธิภาพ ทางสติปัญญา ลักษณะนิสัยด้านการศึกษา และทัศนคติทางด้านการศึกษาสามารถใช้ทำนายการ ประสบความสำเร็จในกลุ่มที่มีการเรียนรู้โดยการนำตนเองได้

Mourad (1978 : 2002-A) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ของระดับการเรียน เพศ และความคิดริเริ่มด้านความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักเรียนที่มีสติปัญญาเลิศ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 684 คน ซึ่งได้มีการทดสอบด้วย Teaching Bating Scale ได้คะแนนเฉลี่ย 569 คะแนน เครื่องมือที่ใช้ศึกษาคือ SDLRS กับ TTCT (Torrance Tests of Creative Thinking) Verbal From A, Task 1-2

Reynolds (1986 : 3571-A) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพร้อมในการเรียนรู้ โดยการนำตนเอง กับแรงจูงใจในการเข้าศึกษาของนักศึกษาผู้ใหญ่นอกเวลาทำการศึกษาที่วิทยาลัยชุมชน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาจำนวน 96 คน มีอายุเฉลี่ย 37.17 ปี โดยใช้เครื่องมือ SDLRS และ EPS (Education Participation Scale) พบว่ามีความสัมพันธ์ในเชิงบวกระหว่างแรงจูงใจใน ด้านความรู้ทางสติปัญญาและความพร้อมในการเรียนรู้โดยการนำตนเอง โดยประสบการณ์และสิ่ง ปะทะท้าทายต่างๆ ในชีวิตเป็นอิทธิพลที่สำคัญ และระบุว่าความสนใจทางด้านสติปัญญาเป็นเหตุ ผลสำคัญในการเข้าร่วม

Grey (1986 : 1218 - A) ศึกษาการใช้เครื่องมือ SDLRS มีความสัมพันธ์กับการ เลือกการเปลี่ยนแปลงองค์กร โดยใช้เครื่องมือกับผู้จัดการบริษัทโทรศัพท์ฮ่องกง ในเรื่องของ ระดับการจัดการและประเมินการปฏิบัติงานของการจัดการ และความเข้าใจในเรื่องของ ความสามารถในการแก้ปัญหาความคิดริเริ่ม และระดับการเปลี่ยนแปลงความต้องการในการเปลี่ยน งาน คะแนนที่ได้จะนำไปเปรียบเทียบกับกลุ่มการเปลี่ยนแปลงประชากร ผลจากการวิจัยพบว่า

คะแนนของ SDLRS มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับระดับการเข้าร่วมในการจัดการและประเมินการปฏิบัติงานของการจัดการ และความเข้าใจในเรื่องการแก้ปัญหา ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ระดับการเปลี่ยนแปลงงานที่ต้องการกระทำและระดับการศึกษา แต่ไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับ เพศ อายุ หรือเชื้อชาติ

Brockett and Hiemstra (1991 : 55 - 56) กล่าวถึงข้อสงสัยมากมายเกี่ยวกับการเรียนรู้โดยการชี้นำตนเอง เช่น ตัวแปรเกี่ยวกับบุคลิกลักษณะ เช่นเดียวกับ มโนภาพแห่งตน และความคิดสร้างสรรค์ ว่าอาจจะเพิ่มหรือจำกัดในการสนับสนุนการนำตนเองได้หรือไม่ เหมือนกับคำถามที่ยังสงสัยอยู่เกี่ยวกับธรรมชาติและการเพิ่มขึ้นของการชี้นำตนเองสามารถมีอิทธิพลต่อกระบวนการเรียนการสอนที่จัดขึ้นในสถานศึกษาได้หรือไม่ ดังนั้นจึงมีการคิดการวัดการชี้นำตนเองขึ้นมาเช่น Internal – External Scale ของ Rotter หรือ Personal Orientation Inventory ของ Shostrom หรือ Autonomous Learner Index (ALI) ของ Ferrel ต่อมาปี 1977 กลิเอลมิโน (Guglielmino) ได้สร้างแบบวัดระดับความพร้อมในการเรียนรู้โดยการนำตนเอง Self - Directed Learning Readiness Scale (SDLRS) และในปี 1986 ออดดี (Oddi) ก็สร้างเครื่องมือที่เรียกว่า Oddi Continuing Inventory ซึ่งเครื่องมือทั้งสองจะมีบทบาทที่สำคัญในเรื่องเกี่ยวกับการชี้นำตนเองสำหรับงานวิจัยตั้งแต่ปี 1980 เป็นต้นมา

โมแรต (Brockett and Hiemstra. 1991 : 58 ; citing Mourad. 1978 : 2002-A) ในปี 1979 ได้ศึกษาเปรียบเทียบระดับ SDRLS โดยจำแนกตาม ระดับผลการศึกษา เพศ จะมีระดับ SDRLS แตกต่างกันหรือไม่ โดยมีนักเรียนที่มีระดับสติปัญญาดีเลิศที่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษามัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย กลุ่มตัวอย่างจำนวน 684 คน และนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยจอร์เจีย (Georgia) จำนวน 185 คน นักเรียนที่มีสติปัญญาดีเลิศทำ Torrance Tests of Creative Thinking และนักเรียนจำนวน 569 คน มีครูเป็นผู้ให้คะแนน SDRLS โมแรต พบว่าระดับของ SDRLS ไม่สัมพันธ์กับชั้นที่ศึกษาในคณะ หรือทำการวิจัยในระหว่างช่วงเวลา 3 ปี หรือจำนวนที่ได้กล่าวมามากกว่า 2 ปี และเมื่อเปรียบเทียบกับระดับ SDRLS กับนักเรียนที่มีระดับสติปัญญาดีเลิศ พบว่ามีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างกลุ่มนักเรียนที่มีสติปัญญาดีเลิศตามที่ครูเป็นผู้ให้ระดับ SDRLS พบว่า นักเรียนดังกล่าวมีระดับ SDRLS แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อจำแนกตามระดับชั้นที่ศึกษา และจำแนกตามเพศ

Newson (1992 : 15 - 20) ได้ศึกษาแนวคิดของ โนวส์และมอนเตสเซอร์รี่ : ผู้อำนวยการความสะดวกการเรียนรู้ กล่าวว่า แนวคิดของมอนเตสเซอร์รี่ขัดแย้งกับโนวส์ เกี่ยวกับการเรียนรู้ แต่ก็ได้สนับสนุนแนวคิดของโนวส์ในส่วนที่มีความเหมาะสมกับเด็กบางลักษณะ ทั้งนี้ถ้าผู้สอนไม่นำเอาแนวคิดเบื้องต้นเกี่ยวกับเด็กและผู้ใหญ่มาพิจารณาแนวคิดของทั้งสองคน ก็ไม่แตกต่างกันแต่อย่างใด

Bouchard (1994 : Abstract) ได้ศึกษาการเรียนรู้โดยการนำตนเองอย่างมีอาชีพ และการกำหนดทางเลือกรอบการวิเคราะห์ กล่าวว่าการเรียนรู้โดยการนำตนเอง เน้นใครคือผู้ที่เรียนโดยการนำตนเอง พวกเขาเรียนอะไรและเรียนอย่างไร พบว่ามีการเปลี่ยนแปลงความสนใจ ทางด้านการวิจัยจากโครงการการเรียนไปสู่ระดับผู้เรียน และสิ่งแวดล้อมหรือกิจกรรมการเรียน ลักษณะที่สัมพันธ์กับการเรียนรู้โดยการนำตนเองมี 3 อย่าง คือ

1. เกิดจากองค์ประกอบภายนอกที่มาควบคุมความต้องการของบุคคล
2. เกิดจากองค์ประกอบภายใน โดยมีความต้องการทั้งที่เป็นสัญชาตญาณ หรือความต้องการที่กำหนดขึ้นเอง
3. เป็นระบบของการนำเอาประสบการณ์ชีวิตกับกิจกรรมเข้าด้วยกัน

Long and Others (1994 : Abstract) ได้ศึกษาแนวความคิดใหม่เกี่ยวกับการเรียนรู้โดยการนำตนเอง ในรายงานผลการศึกษาวิจัยดังกล่าวมี 16 เรื่อง เพื่อนำเสนอทุกแง่มุมของการเรียนบริการศึกษาโดยการนำตนเอง โดยมีทั้งการประยุกต์ใช้และการค้นคว้าวิจัยเกี่ยวกับการเรียนรู้โดยการนำตนเอง

Straka (1995 : Abstract) ได้ศึกษาปัญหาเกี่ยวกับการวัดค่าของความพร้อมในการเรียนรู้โดยการนำตนเอง โดยได้ศึกษาโครงสร้างและความเที่ยงตรงของค่าความพร้อมการเรียนรู้โดยการนำตนเองตามผลการวิจัยของ Guglielmino ในปี 1970 Mourad และ Torrance ได้ศึกษาความเที่ยงตรงของการวัดระดับความพร้อมของการเรียนรู้โดยการนำตนเอง โดยเลือกนักศึกษา 684 คน จากนักศึกษา 1,500 คน ที่เข้าเรียนตามโครงการเด็กเก่ง เด็กอัจฉริยะ มหาวิทยาลัยจอร์เจีย ในปี 1990 West และ Bentley ได้ศึกษาความเหมาะสมขององค์ประกอบ 8 ด้าน ที่ส่งผลต่อการเรียนรู้โดยการนำตนเอง โดยศึกษาจากครู 439 คน และผู้บริหารจากโรงเรียนประถมศึกษา มัธยมศึกษาตอนต้น มัธยมศึกษาตอนปลาย ในรัฐเทนเนสซี ในปี 1994 Straka ได้ศึกษาวิจัยในเยอรมัน โดยใช้กลุ่มเป้าหมาย 442 คน ที่มหาวิทยาลัยเบรเมน ผลการศึกษาวิจัยทั้ง 3 โครงการแม้จะแยกกันทำ แต่ก็มีส่วนที่เหมือนกันและไปด้วยกันได้ ซึ่งผู้ศึกษาวิจัยต่างๆ ก็ได้อภิปรายเอาไว้มากมายข้อเสนอแนะมีดังนี้

1. ควรวิเคราะห์ความแตกต่างของกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในหลายวัฒนธรรม
2. รูปแบบการศึกษาวิจัยควรแยกแยะให้เห็นอย่างชัดเจน
3. ทฤษฎีที่นำมาอธิบาย ซึ่งจากทฤษฎีการเรียนรู้ทั้งเชิงเดี่ยวและหลากหลายน่าจะเหมาะสมกว่ารูปแบบที่ใช้องค์ประกอบ

Straka and others (1996 : Abstract) ได้ศึกษาเรื่องการพิจารณามาตรส่วนการวัดความพร้อมในการเรียนโดยการนำตนเองซึ่งสร้างโดย กุกลีเอลมิโน (Guglielmino) เพื่อวิเคราะห์ว่าการเรียนโดยการนำตนเองนั้นเกี่ยวข้องกับองค์ประกอบภายใน ภายนอกทางด้านวัฒนธรรมหรือไม่เพียงใด ผู้ทำการวัดค่าหรือประเมินค่ายังยึดองค์ประกอบ 8 ด้านอยู่หรือไม่ หรือว่าผู้วัดว่ายังคงไว้ซึ่งคุณลักษณะเฉพาะทางสำหรับผู้ที่ถือว่าเป็นผู้เรียนรู้โดยการนำตนเอง ใน

การตอบคำถามที่หนึ่ง ผู้ศึกษาได้แปลข้อคำถามจากเดิมเป็นภาษาเยอรมันแล้วนำไปใช้กับกลุ่มเป้าหมายเยอรมัน 460 คน ฉบับแรกที่สุดนั้นผู้ตอบแบบสอบถามเป็นชาวอเมริกัน จำนวน 226 คน ส่วนของ กุกลีเอลมีโน (Guglielmino) นั้นกลุ่มเป้าหมายตอบ 307 คน ส่วนคำถามที่สองนั้น ผู้ตอบคำถามมี 10 คน ที่มีประสบการณ์ด้านการวิจัยเชิงประจักษ์มาแล้ว ส่วนคำถามสุดท้ายตอบโดยกลุ่มเป้าหมาย 20 คน ที่เป็นนักการศึกษาผู้ใหญ่ ผลการศึกษาพบว่าองค์ประกอบที่เอื้อต่อการเรียนโดยการนำตนเองนั้นไม่แน่นอน รวมทั้งในสหรัฐอเมริกา ในจำนวน 21 ข้อ จาก 41 ข้อ เป็นองค์ประกอบที่มีหลากหลายมิติหรือโครงสร้าง มีเพียง 2 ข้อ ใน 41 ข้อ สามารถใช้ได้กับกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดได้ขอให้ผู้วัดค่าความพร้อมในการเรียนโดยการนำตนเอง 10 คน พิจารณานำเอา 41 ข้อ มารวมกับองค์ประกอบ 8 ด้านของ กุกลีเอลมีโน (Guglielmino) ปรากฏว่าทำได้เพียง 11 ข้อ แสดงให้เห็นว่าผู้วัดค่าความพร้อมก็ยังมีปัญหาที่กำหนดความเที่ยงตรงขององค์ประกอบชุดเดิมของการศึกษาวิจัย นักการศึกษา 20 คน สามารถนำองค์ประกอบออกมาจาก 41 ข้อ ได้เพียง 14 ข้อเท่านั้น นอกจากนั้นยังพบว่า 11 คน ยังสามารถรวมองค์ประกอบ 6 ข้อเป็นเพียง 1 ข้อ

จากงานวิจัยของต่างประเทศเกี่ยวกับการเรียนรู้โดยการนำตนเอง พบว่า การเรียนรู้โดยการนำตนเองจะเกิดขึ้นได้ต้องมีองค์ประกอบทั้งภายในและภายนอกมาควบคุมตามความต้องการของบุคคล และเป็นการนำเอาประสบการณ์ชีวิตกับกิจกรรมเข้าด้วยกันในส่วนของการวิจัยเกี่ยวกับการเรียนรู้โดยการนำตนเองมีการระบุชัดเจนว่า เพศไม่มีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้โดยการนำตนเอง

3.2.2 งานวิจัยในประเทศที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

นรินทร์ บุญชู (2532 : บทคัดย่อ) ศึกษาลักษณะการเรียนรู้โดยการนำตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ตามแนวคิดของ Guglielmino และเพื่อเปรียบเทียบลักษณะการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองกับตัวแปรทางด้านเพศ คณะที่ศึกษา เหตุผลในการเข้าศึกษา วิธีการเรียน ผลการศึกษา และการประกอบอาชีพขณะศึกษา ผลจากการศึกษา พบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงมีลักษณะการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองอยู่ในระดับสูงเพียง 2 ด้าน คือเปิดโอกาสต่อการเรียนรู้และการมีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง ระดับกลาง 6 ด้าน การศึกษาตัวแปรที่มีผลต่อการเรียนรู้พบว่า คณะที่ศึกษาและผลการศึกษา ที่ต่างกันจะมีระดับความพร้อมในการเรียนรู้โดยการนำตนเองแตกต่างกัน นักศึกษาเพศชายมีระดับความพร้อมในการเรียนรู้โดยการนำตนเองมากกว่าเพศหญิง ส่วนตัวแปรอื่นๆ อีก 3 ด้าน คือ เหตุผลที่เข้าศึกษา วิธีเรียน และการประกอบอาชีพขณะศึกษา ไม่แตกต่างกัน

สุวรรณา ยะหาร (2533 : บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง ความคิดเห็นของครูสังคมศึกษาและนักศึกษามหาวิทยาลัย เกี่ยวกับการเรียนด้วยการนำตนเองในโรงเรียนผู้ใหญ่ สายสามัญ กรุงเทพมหานคร เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับการเรียนด้วยการนำตนเองของครูสังคมศึกษาและนักศึกษามหาวิทยาลัย ในประเด็นต่างๆ 5 ด้าน โดยสร้างเครื่องมือจากกรอบแนวคิดการเรียนรู้โดยการนำตนเองของ โนวส์ (Knowles) ผลการวิจัยพบว่า เมื่อเปรียบเทียบความคิดเห็น

เห็นของครูและนักศึกษาผู้ใหญ่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เพียงด้านเดียว คือ การวางแผนการเรียนรู้ หรือสรุปได้ว่านักศึกษาผู้ใหญ่มีระดับความคิดเห็นในเรื่องการวางแผนการเรียนรู้ในระดับเห็นด้วยมากกว่าครู

ส่องหล้า เทพเชาว์นะ (2534 : บทคัดย่อ) ศึกษาลักษณะการเรียนรู้โดยการนำตนเองของนักศึกษาทางไกลระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดนครปฐมโดยใช้แนวคิดของ กุกลิเอลมีโน (Guglielmino) และใช้เครื่องมือของ นรินทร์ บุญชู ซึ่งได้ดัดแปลงมาจากเครื่องมือ SDLRS ของ กุกลิเอลมีโน (Guglielmino) ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาทางไกลระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดนครปฐมมีองค์ประกอบรวมลักษณะการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองในระดับสูงและเมื่อวิเคราะห์รายองค์ประกอบมีเพียง 2 ด้านที่อยู่ในระดับสูง คือ การเปิดโอกาสต่อการเรียนรู้และความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง นอกนั้นอยู่ในระดับปานกลาง การศึกษาความสัมพันธ์ ระหว่างลักษณะการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับต่ำ กลางและสูง ปรากฏว่าไม่พบความสัมพันธ์แต่พบว่ามี ความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ระหว่างนักศึกษาที่เริ่มลงทะเบียนเรียนในภาคเรียนที่ 1 และ 2 ปีการศึกษา 2533 ของกลุ่มที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับต่ำทั้งในองค์ประกอบรวม และรายองค์ประกอบ 4 ด้านคือ การเปิดโอกาสต่อการเรียนรู้ มโนคติของตนเองในด้านการเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ ความคิดริเริ่มและอิสระในการเรียนรู้และความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง ส่วนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับกลางและสูงไม่พบความแตกต่าง

ศศิธร กุลสิริสวัสดิ์ (2537 : บทคัดย่อ) ศึกษาระดับความพร้อมในการเรียนรู้โดยการชี้นำตนเองของนักศึกษาวิทยาลัยเกษตรกรรม กรมอาชีวศึกษา การศึกษาวิจัยครั้งนี้เก็บข้อมูลโดยแบบสอบถามที่พัฒนาจากแบบวัด SDLRS กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยนักศึกษา 418 คน จากวิทยาลัยเกษตรกรรมชัยนาท วิทยาลัยเกษตรกรรมชลบุรี และศูนย์ฝึกอบรมวิศวกรรมเกษตรกรรม ผลจากการ ศึกษาพบว่าโดยภาพรวมนักศึกษามีความพร้อมในการเรียนรู้โดยการชี้นำตนเองระดับสูง ($x = 3.518$) เมื่อศึกษาเปรียบเทียบระดับความพร้อมในการเรียนรู้โดยการชี้นำตนเอง จำแนกตาม เพศ อาชีพของผู้ปกครอง อาชีพที่นักศึกษาคาดหวัง ขนาดวิทยาลัย และประเภทสถานศึกษา พบว่ามีระดับความพร้อมในการเรียนรู้โดยการชี้นำตนเองไม่แตกต่างกัน หากจำแนกตาม อายุ หลักสูตร และระดับผลการศึกษา พบว่ามีระดับแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญยิ่งทางสถิติที่ .05, .05 และ .001 ตามลำดับ

พิทักษ์ อักษร (2540 : บทคัดย่อ) ศึกษาลักษณะการเรียนรู้โดยการนำตนเอง ของนิสิตระดับบัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยมหาสารคาม โดยใช้แนวคิดของ กุกลิเอลมีโน (Guglielmino) เพื่อศึกษาลักษณะการเรียนรู้โดยการนำตนเองของนิสิตระดับบัณฑิตศึกษาวิทยาลัยมหาสารคาม ทั้งในภาพรวมและองค์ประกอบรายด้านและเปรียบเทียบลักษณะการเรียนรู้โดยการนำตนเองจำแนกตาม เพศ ระบบการศึกษา และหลักสูตร ผลการวิจัยพบว่า ลักษณะการเรียนรู้โดยการนำตนเองโดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง และในรายด้านอยู่ในระดับสูงทั้ง 8 ด้าน และ

เมื่อเปรียบเทียบลักษณะการเรียนรู้โดยการนำตนเองของนิสิตระดับบัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยมหาสารคาม พบว่า เพศชาย มีลักษณะการเรียนรู้โดยการนำตนเองสูงกว่าเพศหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นิสิตที่เรียนระบบปกติและระบบพิเศษมีลักษณะการเรียนรู้โดยการนำตนเองไม่แตกต่างกัน นิสิตระดับบัณฑิตศึกษาหลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิต มีลักษณะการเรียนรู้โดยการนำตนเองสูงกว่า หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การเลือกประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. วิธีดำเนินการรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

การเลือกประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 ปีการศึกษา 2543 สถาบันราชภัฏพิบูลสงครามที่มีคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมาจำนวน 138 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 ปีการศึกษา 2543 สถาบันราชภัฏพิบูลสงครามที่มีคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 34 คน ที่ได้จากประชากรที่สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรม โดยกำหนดให้นักศึกษา วิชาเอก การศึกษาปฐมวัย เป็นกลุ่มทดลอง และนักศึกษาวิชาเอกวิทยาศาสตร์ เป็นกลุ่มควบคุม แล้วใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เพื่อให้ได้จำนวนนักศึกษากลุ่มละ 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้เครื่องมือ ดังนี้

1. แบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ

1. แบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง มีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

1.1 ผู้วิจัยสำรวจความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2542 สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม (ปัจจุบันได้เลื่อนชั้นเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 2 ปีการศึกษา 2543) โดยใช้แบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของ สุนทร สุทองหล่อ ที่ดัดแปลงมาจากแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของกลุกลีเอลมีโน

1.2 ผู้วิจัยศึกษานิยามศัพท์เฉพาะ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

1.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง โดยผู้วิจัยสร้างข้อคำถามให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะจำนวน 57 ข้อ

1.4 หาค่าความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ได้แก่ ศาสตราจารย์ ดร. ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ รองศาสตราจารย์เมธิรินทร์ ภิญโญชน และผู้ช่วยศาสตราจารย์พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา พิจารณาคำถามในแบบสอบถามที่สร้างขึ้น สามารถวัดได้ตรงตามลักษณะต่างๆตามนิยามศัพท์เฉพาะของการศึกษาวิจัยครั้งนี้หรือไม่ แล้วนำแบบสอบถามทั้ง 57 ข้อ มาปรับปรุงแก้ไขภาษาให้เหมาะสม ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

1.5 หาค่าอำนาจจำแนก (Item Discrimination-t) โดยนำแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองที่ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์แล้วจำนวน 57 ข้อ ไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 ปีการศึกษา 2543 สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 100 คน แล้วนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อโดยใช้เทคนิค 25 เปอร์เซ็นของกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ ด้วยวิธีการทางสถิติแบบ t-test แล้วคัดเลือกเฉพาะข้อที่มีค่า t ระหว่าง 2.43 – 9.61 จำนวน 50 ข้อ มาใช้ในการทดลอง

1.6 หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยนำแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองที่คัดเลือกในข้อ 1.5 มาหาค่าความเชื่อมั่น โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ 0.94

ลักษณะแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

แบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองนี้ ประกอบด้วยองค์ประกอบทั้ง 8 ด้าน ได้แก่ เปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ มองอนาคตในแง่ดี พร้อมทั้งจะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ มีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา มีอิสระในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ โดยข้อคำถามแต่ละข้อประกอบไปด้วยข้อความที่มีความหมายในทางบวกและทางลบ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. เปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ จำนวน 6 ข้อ ประกอบด้วย
 - 1.1 ข้อคำถามทางบวก ได้แก่ข้อ 1,9,23,38
 - 1.2 ข้อคำถามทางลบ ได้แก่ข้อ 18,33
2. รักที่จะเรียนรู้ จำนวน 6 ข้อ ประกอบด้วย
 - 2.1 ข้อคำถามทางบวก ได้แก่ข้อ 2,16,24,31,39
 - 2.2 ข้อคำถามทางลบ ได้แก่ข้อ 10
3. มองอนาคตในแง่ดี จำนวน 6 ข้อ ประกอบด้วย
 - 3.1 ข้อคำถามทางบวก ได้แก่ข้อ 3,11,25,28,35
 - 3.2 ข้อคำถามทางลบ ได้แก่ข้อ 19
4. พร้อมทั้งจะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง จำนวน 7 ข้อ ประกอบด้วย
 - 4.1 ข้อคำถามทางบวก ได้แก่ข้อ 4,12,20,26,41,46
 - 4.2 ข้อคำถามทางลบ ได้แก่ข้อ 40
5. มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพจำนวน 6 ข้อ ประกอบด้วย
 - 5.1 ข้อคำถามทางบวก ได้แก่ข้อ 5,27,32,42,47
 - 5.2 ข้อคำถามทางลบ ได้แก่ข้อ 13
6. มีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา จำนวน 6 ข้อ ประกอบด้วย
 - 6.1 ข้อคำถามทางบวก ได้แก่ข้อ 14,21,48
 - 6.2 ข้อคำถามทางลบ ได้แก่ข้อ 6,34,43
7. มีอิสระในการเรียนรู้ จำนวน 7 ข้อ ประกอบด้วย
 - 7.1 ข้อคำถามทางบวก ได้แก่ข้อ 7,15,22,29,44,50
 - 7.2 ข้อคำถามทางลบ ได้แก่ข้อ 36
8. มีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ จำนวน 6 ข้อ ประกอบด้วย
 - 8.1 ข้อคำถามทางบวก ได้แก่ข้อ 8,17,30,37,45
 - 8.2 ข้อคำถามทางลบ ได้แก่ข้อ 49

ตัวอย่างแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่าข้อความแต่ละข้อเป็นจริงสำหรับตัวนักศึกษา มากน้อยเพียงใด ขอให้นักศึกษาตอบ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับ พฤติกรรม ความคิด ความรู้สึกของนักศึกษามากที่สุด (โปรดตอบทุกข้อ)

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นเป็นจริงมากที่สุดสำหรับนักศึกษา
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นเป็นจริงสำหรับนักศึกษา
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นเป็นจริงบางครั้งสำหรับนักศึกษา
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นเป็นจริงน้อยสำหรับนักศึกษา
ไม่จริงเลย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่เป็นจริงเลยสำหรับนักศึกษา

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	ไม่จริงเลย
0	เปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ เมื่อต้องการศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติม ข้าพเจ้าทราบ ว่าควรจะไปค้นหาข้อมูลนั้นได้จากที่ไหน					
0	รักที่จะเรียนรู้ ข้าพเจ้าชอบค้นคว้าหาความรู้					
0	มองอนาคตในแง่ดี ข้าพเจ้าสามารถนำความรู้ที่ได้จากการเรียนไป ใช้ประโยชน์ในอนาคตได้					
0	พร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง ข้าพเจ้าสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายเสร็จ ตามเวลาที่กำหนด					
0	มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มี ประสิทธิภาพ ข้าพเจ้าสนใจและเอาใจใส่ต่อการเรียนทั้งในและ นอกชั้นเรียน					

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	ไม่จริงเลย
0	มีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ข้าพเจ้าสามารถพูดอธิบายเกี่ยวกับสิ่งที่เรียนให้ผู้อื่นฟังได้เข้าใจ					
0	มีอิสระในการเรียนรู้ ข้าพเจ้าสามารถเรียนรู้สิ่งต่างๆตามที่ตนเองสนใจได้					
0	มีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ ข้าพเจ้าสามารถที่จะคิดค้นหาวิธีการเรียนใหม่ๆได้ด้วยตนเอง					

เกณฑ์การให้คะแนนของแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองกำหนดไว้ดังนี้

ข้อความที่มีความหมายทางบวกให้คะแนน ดังนี้

จริงที่สุด	ให้	5	คะแนน
จริง	ให้	4	คะแนน
จริงบ้าง	ให้	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้	2	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	1	คะแนน

ข้อความที่มีความหมายทางลบให้คะแนน ดังนี้

จริงที่สุด	ให้	1	คะแนน
จริง	ให้	2	คะแนน
จริงบ้าง	ให้	3	คะแนน
จริงน้อย	ให้	4	คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้	5	คะแนน

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง มีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

2.1 ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง และความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองจากตำรา เอกสาร วารสาร บทความ ความตลอดจนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดขั้นตอนที่จะนำมาสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ให้เหมาะสมและสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการวิจัย

2.2 สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการวิจัย

2.3 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ได้แก่ ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ รองศาสตราจารย์เมธิรินทร์ ภิญโญชน ผู้ช่วยศาสตราจารย์พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา พิจารณาความสอดคล้องระหว่างจุดมุ่งหมาย เนื้อหา วิธีการดำเนินงาน และการประเมินผล จากนั้นผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไขภาษาตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

2.4 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่ได้ปรับปรุงแก้ไขภาษาแล้ว ไปทดลองใช้กับนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 คน เพื่อดูความเหมาะสมกับเนื้อหา วิธีการ และเวลาที่ใช้ในการทดลอง และนำมาปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นก่อนที่จะนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป

วิธีดำเนินการรวบรวมข้อมูล

1. แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงทดลองโดยใช้แบบแผนการทดลองแบบ Randomized Control Group Pretest - Posttest Design (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 64-65) ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แบบแผนการทดลองแบบ Randomized Control Group Pretest-Posttest Design

กลุ่ม	สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
RE	T ₁ RE	X ₁	T ₂ RE
RC	T ₁ RC	X ₂	T ₂ RC

ความหมายของสัญลักษณ์

RE	แทน	กลุ่มทดลองที่ได้มาจากการสุ่มตัวอย่าง
RC	แทน	กลุ่มควบคุมที่ได้มาจากการสุ่มตัวอย่าง
X ₁	แทน	การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง
X ₂	แทน	การสอนแบบปกติ
T ₁ RE	แทน	การทดสอบก่อนการทดลอง (Pretest) ของกลุ่มทดลอง
T ₁ RC	แทน	การทดสอบก่อนการทดลอง (Pretest) ของกลุ่มควบคุม
T ₂ RE	แทน	การทดสอบหลังการทดลอง (Posttest) ของกลุ่มทดลอง
T ₂ RC	แทน	การทดสอบหลังการทดลอง (Posttest) ของกลุ่มควบคุม

2. ขั้นตอนการดำเนินการทดลอง

2.1 ขั้นตอนการทดลอง

ผู้วิจัยให้นักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง และเก็บไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest)

2.2 ขั้นตอนการดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

2.2.1 กลุ่มทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ โดยจะให้คำปรึกษาจำนวน 7 สัปดาห์ ละครึ่ง 2 ครั้ง ละครึ่ง 1 ชั่วโมงในวันอังคาร เวลา 13.00-14.00 น. และวันศุกร์ เวลา 14.00-15.00 น. รวมให้คำปรึกษาจำนวนทั้งหมด 14 ครั้ง เริ่มตั้งแต่วันที่ 13 ตุลาคม 2543 ถึงวันที่ 28 พฤศจิกายน 2543 (วันใดตรงกับวันหยุดราชการ ผู้วิจัยทำการให้คำปรึกษาชดเชย) ดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 แสดงระยะเวลาการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงของกลุ่มทดลอง

สัปดาห์ที่	วัน	กลุ่มทดลอง
1	จันทร์	ครั้งที่ 1
เวลา 13.00 – 14.00 น	อังคาร	
	พุธ	
	พฤหัสบดี	ครั้งที่ 2
เวลา 14.00 – 15.00 น	ศุกร์	
2	จันทร์	ครั้งที่ 3
เวลา 13.00 – 14.00 น	อังคาร	
	พุธ	
	พฤหัสบดี	ครั้งที่ 4
เวลา 14.00 – 15.00 น	ศุกร์	
3	จันทร์	ครั้งที่ 5
เวลา 13.00 – 14.00 น	อังคาร	
	พุธ	
	พฤหัสบดี	ครั้งที่ 6
เวลา 14.00 – 15.00 น	ศุกร์	
4	จันทร์	ครั้งที่ 7
เวลา 13.00 – 14.00 น	อังคาร	
	พุธ	
	พฤหัสบดี	ครั้งที่ 8
เวลา 14.00 – 15.00 น	ศุกร์	
5	จันทร์	ครั้งที่ 9
เวลา 13.00 – 14.00 น	อังคาร	
	พุธ	
	พฤหัสบดี	ครั้งที่ 10
เวลา 14.00 – 15.00 น	ศุกร์	

สัปดาห์ที่	วัน	กลุ่มทดลอง
6	จันทร์	ครั้งที่ 11
เวลา 13.00 – 14.00 น	อังคาร	
	พุธ	
	พฤหัสบดี	ครั้งที่ 12
เวลา 14.00 – 15.00 น	ศุกร์	
7	จันทร์	ครั้งที่ 13
เวลา 13.00 – 14.00 น	อังคาร	
	พุธ	
	พฤหัสบดี	ครั้งที่ 14
เวลา 14.00 – 15.00 น	ศุกร์	

หมายเหตุ : การให้คำปรึกษาในแต่ละครั้ง

- ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพ
- ครั้งที่ 2 ด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้
- ครั้งที่ 3 ด้านรักที่จะเรียนรู้
- ครั้งที่ 4 ด้านมองอนาคตในแง่ดี
- ครั้งที่ 5 ด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ ด้านรักที่จะเรียนรู้ และด้านมองอนาคตในแง่ดี
- ครั้งที่ 6 ด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง
- ครั้งที่ 7 ด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ
- ครั้งที่ 8 ด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง และด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ
- ครั้งที่ 9 ด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียน
- ครั้งที่ 10 ด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และทักษะในการแก้ปัญหา
- ครั้งที่ 11 ด้านมีอิสระในการเรียนรู้
- ครั้งที่ 12 ด้านมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์
- ครั้งที่ 13 ด้านมีอิสระในการเรียนรู้ และด้านมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์
- ครั้งที่ 14 ยุติการให้คำปรึกษาและปัจฉิมนิเทศ

2.2.2 กลุ่มควบคุม ผู้วิจัยจัดให้มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ซึ่งมีอาจารย์ผู้สอนเป็นผู้ถ่ายทอดวิชาความรู้ให้ ตามตารางสอนปกติ

2.3 ขั้นหลังการทดลอง

เมื่อเสร็จสิ้นการทดลอง ผู้วิจัยให้นักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ตอบแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ชุดเดียวกับฉบับที่ใช้ก่อนการทดลอง แล้วเก็บไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

2.4 นำข้อมูลที่ได้จากข้อ 2.1 และข้อ 2.3 ไปทำการวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ของนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง

2. เปรียบเทียบคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ของนักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ

3. เปรียบเทียบคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง หลังการทดลอง ของนักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง กับนักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

1.1 ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$)

1.2 ค่าความแปรปรวน (s^2)

2. สถิติสำหรับวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือ ได้แก่

2.1 ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง โดยใช้สูตร t - test แบบเทคนิค 25 เปอร์เซ็น ของกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 130-131)

2.2 ค่าความเชื่อมั่น ของแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของ ครอนบาค (Cronbach) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 126)

3. สถิติสำหรับทดสอบสมมุติฐาน

3.1 เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษา ก่อนและหลังการทดลองภายในกลุ่มทดลอง โดยใช้สูตร t - test แบบกลุ่มตัวอย่างที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน (Dependent Sample) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 161-162)

3.2 เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษา
ก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สูตร t – test แบบกลุ่มตัว
อย่างสองกลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน (Independent Sample) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 162-163)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลความหมายผลการวิเคราะห์ข้อมูล จากการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่างๆ ที่ใช้แทนความหมายดังต่อไปนี้

$\bar{X}$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}_1$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มทดลอง
$\bar{X}_2$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มควบคุม
N	แทน	จำนวนนักศึกษาในกลุ่มตัวอย่าง
N_1	แทน	จำนวนนักศึกษาในกลุ่มทดลอง
N_2	แทน	จำนวนนักศึกษาในกลุ่มควบคุม
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน t – distribution
$\sum D$	แทน	ผลต่างของคะแนนในแต่ละคู่
$\sum D^2$	แทน	ผลต่างของคะแนนในแต่ละคู่ยกกำลัง 2
S_1^2	แทน	คะแนนความแปรปรวนของกลุ่มทดลอง
S_2^2	แทน	คะแนนความแปรปรวนของกลุ่มควบคุม
df	แทน	ระดับชั้นความเป็นอิสระ(Degree of Freedom)
*	แทน	นัยสำคัญที่ระดับ .05
**	แทน	นัยสำคัญที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ดังนี้

1. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนการทดลอง ของนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง กับ นักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 3

ตาราง 3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนการทดลอง ของนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง กับ นักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ

กลุ่มตัวอย่าง	N	$\bar{X}$	s^2	t
กลุ่มทดลอง	8	173.25	173.36	0.15
กลุ่มควบคุม	8	172.25	193.07	

$$t_{(.05 : df 7)} = 1.895$$

จากตาราง 3 ปรากฏว่า ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองก่อนการทดลอง ของนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง กับ นักศึกษา กลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ไม่แตกต่างกัน

2. เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ของนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ตามองค์ประกอบโดยรวม ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 4

ตาราง 4 เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ของ นักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ตามองค์ประกอบ โดยรวม

กลุ่มทดลอง	N	ΣD	ΣD^2	t
ก่อนการทดลอง	8	259	9921	6.18**
หลังการทดลอง	8			

$$t_{(.01 : df 7)} = 2.998$$

จากตาราง 4 ปรากฏว่า นักศึกษากลุ่มทดลองมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง

3. เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ของนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ตามองค์ประกอบรายด้าน ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 5

ตาราง 5 เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ของ นักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ตาม องค์ประกอบรายด้าน

องค์ประกอบของความพร้อมในการเรียนรู้ด้วย การนำตนเอง	$\bar{X}_1$	$\bar{X}_2$	ΣD	ΣD^2	t
1. เปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้	21.38	27.75	51	337	13.86**
2. รักที่จะเรียนรู้	21.75	27.00	42	236	9.98**
3. มองอนาคตในแง่ดี	24.63	28.13	28	148	3.70**
4. พร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง	27.25	30.38	25	121	3.57**
5. มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มี ประสิทธิภาพ	18.38	21.37	24	174	2.22*
6. มีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นใน การเรียนและการแก้ปัญหา	17.13	19.88	22	98	3.36**
7. มีอิสระในการเรียนรู้	23.50	28.25	38	248	4.33**
8. มีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์	19.38	23.50	33	245	2.96*

$$t_{(.05 : df 7)} = 1.895$$

$$t_{(.01 : df 7)} = 2.998$$

จากตาราง 5 ปรากฏว่า หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง แล้ว นักศึกษากลุ่มทดลอง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่องค์ประกอบในด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ ที่ระดับ .01 ได้แก่องค์ประกอบในด้านเปิดใจรับ โอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ มองอนาคตในแง่ดี พร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของ ตนเอง มีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา และมีอิสระในการเรียนรู้

4. เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ของนักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ตามองค์ประกอบโดยรวม ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตารางที่ 6

ตาราง 6 เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ของ นักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ตามองค์ประกอบโดยรวม

กลุ่มควบคุม	N	ΣD	ΣD^2	t
ก่อนการทดลอง	8	79	2389	1.84
หลังการทดลอง	8			

$$t_{(.05 : df 7)} = 1.895$$

จากตาราง 6 ปรากฏว่า นักศึกษากลุ่มควบคุม มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองไม่แตกต่างกัน หลังจากมีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ

5. เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ของนักศึกษาในกลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ตามองค์ประกอบรายด้าน ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 7

ตาราง 7 เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ของ นักศึกษาในกลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนแบบปกติ ตามองค์ประกอบรายด้าน

องค์ประกอบของความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการ นำตนเอง	$\bar{X}_1$	$\bar{X}_2$	ΣD	ΣD^2	t
1. เปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้	21.88	21.00	2	55	0.94
2. รักที่จะเรียนรู้	23.50	22.25	10	128	0.87
3. มองอนาคตในแง่ดี	24.63	23.13	12	68	1.59
4. พร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง	26.63	25.38	10	100	1.00
5. มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประ สิทธิภาพ	20.13	19.13	8	42	1.28
6. มีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการ เรียนและการแก้ปัญหา	21.50	19.75	14	44	2.97*
7. มีอิสระในการเรียนรู้	22.13	21.13	8	20	2.16*
8. มีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์	21.50	20.63	7	23	1.59

$$t_{(.05 : df 7)} = 1.895$$

จากตาราง 7 ปรากฏว่า หลังจากได้รับการสอนแบบปกติแล้ว นักศึกษาในกลุ่มควบคุม มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่องค์ประกอบในด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา และมีอิสระในการเรียนรู้ ส่วนองค์ประกอบในด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ มองอนาคตในแง่ดี พร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ ไม่แตกต่างกัน

6. เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง หลังการทดลองของ นักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง กับนักศึกษากลุ่มควบคุมที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ตามองค์ประกอบโดยรวม ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 8

ตาราง 8 เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง หลังการทดลองของ นักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง กับนักศึกษากลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนแบบปกติ ตามองค์ประกอบโดยรวม

กลุ่มตัวอย่าง	N	$\bar{X}$	s^2	t
กลุ่มทดลอง	8	205.63	505.98	2.26*
กลุ่มควบคุม	8	182.26	358.70	

$$t_{(.05 : df 7)} = 1.895$$

จากตาราง 8 ปรากฏว่า นักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่านักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

7. เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง หลังการทดลองของ นักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง กับนักศึกษากลุ่มควบคุมที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ตามองค์ประกอบรายด้าน ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 9

ตาราง 9 เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง หลังการทดลองของนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง กับนักศึกษากลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนแบบปกติ ตามองค์ประกอบรายด้าน

องค์ประกอบของความพร้อมในการเรียนรู้ ด้วยการนำตนเอง	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t
	$\bar{X}_1$	S_1^2	$\bar{X}_2$	S_2^2	
1. เปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้	27.75	12.50	21.88	16.70	3.07**
2. รักที่จะเรียนรู้	27.00	7.14	23.50	25.43	1.73
3. มองอนาคตในแง่ดี	28.13	10.73	24.63	8.84	2.27*
4. พร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง	30.38	9.41	26.63	17.98	2.03*
5. มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ	21.38	16.27	20.13	1.84	0.83
6. มีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา	19.88	11.55	21.50	18.57	-0.83
7. มีอิสระในการเรียนรู้	28.25	10.79	22.13	7.27	4.08**
8. มีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์	23.50	23.43	21.50	14.29	0.92

$$t_{(.05 : df 7)} = 1.895$$

$$t_{(.01 : df 7)} = 2.998$$

จากตาราง 9 ปรากฏว่า นักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ องค์ประกอบในด้านมองอนาคตในแง่ดี และความพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง ที่ระดับ .01 ได้แก่ องค์ประกอบในด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ และมีอิสระในการเรียนรู้ ส่วนองค์ประกอบใน

ด้านรักที่จะเรียนรู้ มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ มีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ ไม่แตกต่างกัน

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ของนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง
2. เพื่อเปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ของนักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ
3. เพื่อเปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง หลังการทดลองของนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง กับนักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ

สมมติฐานการวิจัย

1. นักศึกษากลุ่มทดลอง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง
2. นักศึกษากลุ่มควบคุม มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้น หลังจากมีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ
3. นักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่านักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 ปีการศึกษา 2543 สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม ที่มีคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมาจนวน 34 คน ที่ได้มาจากประชากรที่สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรม โดยกำหนดกลุ่มทดลอง เป็นให้นักศึกษาวิชาเอกการศึกษาปฐมวัย และกลุ่มควบคุม เป็นนักศึกษาวิชาเอกวิทยาศาสตร์ แล้วใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย เพื่อให้ได้จำนวนนักศึกษากลุ่มละ 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่

1. แบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง

1. แบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตามแบบของ ไลเคิร์ต (Likert) ซึ่งมีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

1.1 ผู้วิจัยสำรวจความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2542 สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม (ปัจจุบันได้เลื่อนชั้นเป็น นักศึกษาชั้นปีที่ 2 ปีการศึกษา 2543) โดยใช้แบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของ สุนทร สุทองหล่อ ที่ดัดแปลงมาจากแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของกลุกลีเอลมีโน

1.2 ผู้วิจัยศึกษานิยามศัพท์เฉพาะ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

1.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง โดยผู้วิจัยสร้างข้อคำถามให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ จำนวน 57 ข้อ

1.4 หาค่าความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน คือ ศาสตราจารย์ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ รองศาสตราจารย์เมธิรินทร์ ภิญโญชน และผู้ช่วยศาสตราจารย์พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา พิจารณาคำถามในแบบสอบถามที่สร้างขึ้นว่าสามารถวัดได้ตรงตามลักษณะต่างๆ ตามนิยามศัพท์เฉพาะของการศึกษาวิจัยครั้งนี้หรือไม่ แล้วนำแบบสอบถามทั้ง 57 ข้อ มาปรับปรุงแก้ไขภาษาให้เหมาะสม ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

1.5 หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (Item Discrimination-t) โดยนำแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองที่ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ จำนวน 57 ข้อ แล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 ปีการศึกษา 2543 สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 100 คน แล้วนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยใช้เทคนิค 25 เปอร์เซนต์ของกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ ด้วยวิธีการทางสถิติแบบ t-test แล้วคัดเลือกเฉพาะข้อที่มีค่า t ระหว่าง 2.43 – 9.61 จำนวน 50 ข้อ มาใช้ในการทดลอง

1.6 หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยนำแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองที่คัดเลือกในข้อ 1.5 มาหาค่าความเชื่อมั่น โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.94

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง มีขั้นตอนในการสร้าง ดังนี้

2.1 ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง และความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองจากตำรา เอกสาร วารสาร บทความ ตลอดจนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดขั้นตอนที่จะนำมาสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ให้เหมาะสมและสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการวิจัย

2.2 สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการวิจัย

2.3 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน คือ ศาสตราจารย์ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ รองศาสตราจารย์เมธิรินทร์ ภิญโญชน และผู้ช่วยศาสตราจารย์พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา พิจารณาความสอดคล้องระหว่างจุดมุ่งหมาย เนื้อหา วิธีการดำเนินงาน และการประเมินผล จากนั้นผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไขภาษาตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

2.4 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่ได้ปรับปรุงแก้ไขภาษาแล้ว ไปทดลองใช้กับนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 คน เพื่อดูความเหมาะสมกับเนื้อหา วิธีการและเวลาที่ใช้ในการทดลอง แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นก่อนที่จะนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป

ขั้นตอนการดำเนินการทดลอง

2.1 ขั้นตอนการทดลอง

ผู้วิจัยให้นักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง และเก็บไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest)

2.2 ขั้นตอนการดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

2.2.1 กลุ่มทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ โดยจะให้คำปรึกษาจำนวน 7 สัปดาห์ ละ 2 ครั้ง ละ 1 ชั่วโมง ในวันอังคาร เวลา 13.00-14.00 น. และวันศุกร์ เวลา 14.00-15.00 น. รวมให้คำปรึกษาจำนวนทั้งหมด 14 ครั้ง เริ่มตั้งแต่วันที่ 13 ตุลาคม 2543 ถึงวันที่ 28 พฤศจิกายน 2543 (วันใดตรงกับวันหยุดราชการ ผู้วิจัยทำการให้คำปรึกษาชดเชย) ดังแสดงในตาราง 2

2.2.2 กลุ่มควบคุม ผู้วิจัยจัดให้มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ซึ่งมีอาจารย์ผู้สอนเป็นผู้ถ่ายทอดวิชาความรู้ให้ ตามตารางสอนปกติ

2.3 ขั้นตอนหลังการทดลอง

เมื่อเสร็จสิ้นการทดลอง ผู้วิจัยให้นักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ตอบแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ชุดเดียวกับฉบับที่ใช้ก่อนการทดลอง แล้วเก็บไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

2.4 นำข้อมูลที่ได้จากข้อ 2.1 และข้อ 2.3 ไปทำการวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล มีดังนี้

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

1.1 ค่าคะแนนเฉลี่ย ($\bar{x}$)

1.2 ค่าความแปรปรวน (s^2)

2. สถิติสำหรับวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือ ได้แก่

2.1 ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการ นำตนเอง โดยใช้สูตร t - test แบบเทคนิค 25 เปอร์เซนต์ ของกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 130-131)

2.2 ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 126)

3. สถิติสำหรับทดสอบสมมุติฐาน

3.1 เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษา ก่อนและหลังการทดลองภายในกลุ่ม โดยใช้สูตร t - test แบบกลุ่มตัวอย่างที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน (Dependent Sample) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 161-162)

3.2 เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษา ก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยใช้สูตร t - test แบบกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน (Independent Sample) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 162-163)

สรุปผลการวิจัย

1. ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ของนักศึกษากลุ่มทดลอง ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1.1 ตามองค์ประกอบโดยรวม หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงแล้ว นักศึกษากลุ่มทดลอง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

1.2 ตามองค์ประกอบรายด้าน หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงแล้ว นักศึกษากลุ่มทดลอง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ได้แก่ องค์ประกอบด้าน เปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ มองอนาคตในแง่ดี พร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง มีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา มีอิสระในการเรียนรู้ และที่ระดับ .05 ได้แก่ องค์

ประกอบด้าน มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์

2. ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ของนักศึกษากลุ่มควบคุม ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

2.1 ตามองค์ประกอบโดยรวม หลังจากมีการเรียนรู้โดยธรรมชาติแล้ว นักศึกษากลุ่มควบคุม มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองไม่แตกต่างกัน

2.2 ตามองค์ประกอบรายด้าน หลังจากมีการเรียนรู้โดยธรรมชาติแล้ว นักศึกษากลุ่มทดลอง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ องค์ประกอบด้าน มีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา และมีอิสระในการเรียนรู้ ส่วนองค์ประกอบด้าน เปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ มองอนาคตในแง่ดี พร้อมทั้งจะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ ไม่แตกต่างกัน

3. เปรียบเทียบความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ของนักศึกษากลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

3.1 ตามองค์ประกอบโดยรวม นักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่านักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.2 ตามองค์ประกอบรายด้าน นักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่านักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ได้แก่ องค์ประกอบด้าน เปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ และมีอิสระในการเรียน และที่ระดับ .05 ได้แก่ องค์ประกอบด้าน มองอนาคตในแง่ดี และพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง ส่วน องค์ประกอบด้าน รักที่จะเรียนรู้ มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ มีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ ไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผล

จากการศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ที่มีต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 2 สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม พบว่า

1. นักศึกษากลุ่มทดลองมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 1 ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1.1 ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของกลุ่มทดลอง เมื่อพิจารณาตามองค์ประกอบโดยรวมแล้ว พบว่า นักศึกษากลุ่มทดลอง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 2 สถาบันราชภัฏพิบูลสงครามให้ดีขึ้นได้ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ลักขณา โสภา (2537 : 62) ที่ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อความรับผิดชอบด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบางมด (ตันเปาวิทยาคาร) พบว่า นักเรียนมีความรับผิดชอบด้านการเรียนดีขึ้น หลังจากได้รับคำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง และสอดคล้องกับผลการวิจัยของ วชรินทร์ แยมโสภี (2538 : 79) ที่ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ที่มีต่อวินัยในตนเอง ด้านการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนอยุธยาวิทยาลัย อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา พบว่า นักเรียนมีวินัยในตนเองด้านการเรียนดีขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง

ผลการวิจัยครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงสามารถพัฒนาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองได้ ทั้งนี้เพราะบรรยากาศในการทดลอง เปิดโอกาสให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของตนเองที่มีต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง และประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของตนเองตามความเป็นจริง ตลอดจนวางแผนเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น และดำเนินการตามแผนที่วางเอาไว้ ภายใต้การยอมรับของตนเองและการรับรู้ของกลุ่ม รวมทั้งรายงานผลการปฏิบัติตามแผนให้ผู้รับคำปรึกษาทราบหลังจากที่ได้นำไปปฏิบัติแล้ว ซึ่งกระบวนการดังกล่าวนี้ ช่วยให้นักศึกษาสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับที่พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2525 : 169) ได้กล่าวไว้ว่า กระบวนการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงมีจุดมุ่งหมายเพื่อที่จะปรับปรุงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกที่เป็นอยู่ในปัจจุบันให้ดีขึ้น

จากการสังเกตของผู้วิจัย และจากการประเมินผลในชั้นปัจฉิมนิเทศ ซึ่งเป็นผู้ดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงกับนักศึกษา พบว่า นักศึกษามีความสนใจและให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษาเป็นกลุ่มอย่างสม่ำเสมอ มาเข้าร่วมรับคำปรึกษาเป็นกลุ่มตรงเวลา ให้ความสนใจ ตั้งใจ และร่วมอภิปรายปัญหาของสมาชิกในกลุ่ม มีการแสดงความคิดเห็น และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ทำให้มีความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาของตนเอง ได้ทบทวนตนเอง ได้รู้จักตนเองตามความเป็นจริงมากขึ้น เกิดการยอมรับตนเองและยอมรับผู้อื่นอย่างจริงจัง และพร้อมที่จะแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ที่เป็นปัญหาและเป็นอุปสรรคในการที่จะเรียนรู้ด้วยตนเองในด้านต่างๆ ซึ่งสอดคล้องกับที่ สุดฤทัย มุขยวงศา (2533 : 23-24) และ วชิร ทรัพย์มี (2533 : 180-182) ได้กล่าวไว้ว่า กระบวนการของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงทำให้สมาชิกมีโอกาสได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์กับเพื่อนในกลุ่ม และมีส่วนร่วมในการให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ทำให้สมาชิกแต่ละคนเข้าใจปัญหาของตนเอง และพร้อมที่จะปรับปรุงพฤติกรรมของตนเอง

1.2 ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ของกลุ่มทดลอง เมื่อพิจารณาตามองค์ประกอบรายด้านแล้ว พบว่า หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงแล้ว นักศึกษากลุ่มทดลอง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ได้แก่ องค์ประกอบในด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ มองอนาคตในแง่ดี พร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง มีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา มีอิสระในการเรียนรู้ และที่ระดับ .05 ได้แก่ องค์ประกอบในด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น จะเห็นได้ว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ทำให้นักศึกษากลุ่มทดลอง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้นในทุกๆ ด้าน ทั้งนี้ เนื่องมาจาก ระบบการศึกษาในสถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม ซึ่งเป็นสถาบันอุดมศึกษาแห่งหนึ่ง ที่มีกระบวนการเรียนการสอน มุ่งที่จะส่งเสริมให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง เปิดโอกาสทางการศึกษาให้กับนักศึกษาอย่างกว้างขวาง ในการตัดสินใจเลือกเรียนสาขาต่างๆ ตามความถนัด และความสนใจของตนเอง ทำให้เขามีความรู้สึกรักเรียน และตั้งใจที่ได้เรียนในสิ่งที่เขาต้องการ และพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเองได้ ดังนั้น เขาจึงสามารถที่จะบังคับตนเองให้ตั้งใจ และเอาใจใส่ต่อการเรียนในทุกๆ เรื่อง ที่เขาสนใจ เต็มใจที่จะให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวกับการเรียน กล้าคิด กล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็น และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับบุคคลอื่นๆ ซึ่งผลการวิจัย มีความสอดคล้องกับที่วชิร ทรัพย์มี (2533 : 180-181) ได้กล่าวไว้ว่า มนุษย์มีความรู้สึกว่าเขาเองมีความสามารถที่จะทำสิ่งต่างๆ ได้ มีความรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง มีความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหาต่างๆ ด้วย ตนเองได้ และมีแรงจูงใจที่จะกระทำสิ่งต่างๆ ให้ประสบความสำเร็จตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งเอาไว้

2. นักศึกษากลุ่มควบคุมมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองไม่แตกต่างกัน หลังจากมีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 2 ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ของกลุ่มควบคุม เมื่อพิจารณาตามองค์ประกอบโดยรวมแล้ว พบว่า การเรียนรู้โดยธรรมชาติ ไม่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 2 สถาบันราชภัฏพิบูลสงครามให้เพิ่มขึ้นได้ ทั้งนี้เพราะวิธีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ซึ่งมีอาจารย์ผู้สอน ทำหน้าที่ในการถ่ายทอดวิชาความรู้ต่างๆ ให้กับนักศึกษา และในขณะเดียวกัน นักศึกษาเองก็มีหน้าที่เป็นผู้รับการถ่ายทอดวิชาความรู้จากอาจารย์ผู้สอน ประกอบกับ นักศึกษาแต่ละห้องมีจำนวนมาก ดังนั้น บรรยากาศของความเป็นกันเอง การมีความรู้สึกปลอดภัย ไว้วางใจ และความรู้สึกคุ้นเคยซึ่งกันและกันนั้น จึงมีค่อนข้างน้อย และต้องใช้ระยะเวลาค่อนข้างมาก เวลามีปัญหาที่เกี่ยวกับการเรียนเกิดขึ้น จึงไม่กล้าปรึกษาอาจารย์ ซึ่งสอดคล้องกับที่ นรินทร์ ชูบุญ (2532 : 121) ได้กล่าวไว้ว่า ปัญหาทางด้านการเรียนของนักศึกษาแต่ละคนนั้นมีลักษณะที่เฉพาะตัว แต่ละคนจะไม่เหมือนกัน จึงทำให้ปัญหาในบางประเด็น อาจารย์ผู้สอนไม่สามารถที่จะเข้าใจ และให้ความช่วยเหลือกับนักศึกษาแต่ละคนได้อย่างละเอียดและทั่วถึงทุกคน ทำให้นักศึกษาไม่กล้าที่จะเปิดเผยพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกที่เป็นปัญหา ให้อาจารย์ผู้สอนทราบโดยง่าย ในขณะเดียวกัน ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ก็มีค่อนข้างน้อย เวลามีปัญหาที่เกี่ยวกับการเรียนเกิดขึ้น ก็ไม่กล้าปรึกษากัน จึงไม่มีโอกาสได้ทราบถึงความคิดเห็นของเพื่อนๆ ไม่มีโอกาสได้แลกเปลี่ยนวิธีการในการปรับเปลี่ยน หรือแก้ไขปัญหาและอุปสรรคในการเรียนซึ่งกันและกัน และไม่ทราบถึงข้อดีหรือข้อบกพร่องเกี่ยวกับวิธีการเรียนของตนเอง ทำให้มองไม่เห็นแนวทางในการแก้ไขปัญหานั้นๆ และไม่สามารถที่จะปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้นได้ ด้วยเหตุนี้ จึงทำให้นักศึกษากลุ่มควบคุม ที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ไม่สามารถพัฒนาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้เพิ่มขึ้นได้

2.2 ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษากลุ่มควบคุม เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านแล้ว พบว่า หลังจากที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติแล้ว นักศึกษามีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ ด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา และด้านมีอิสระในการเรียนที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะว่า บุคคลแต่ละคนมีอิสระที่จะเลือกเรียนตามความสนใจของตนเอง และทราบว่าตนเองมีความถนัดมีความต้องการที่จะเรียนอะไร ซึ่งสอดคล้องกับที่ สุนทร สุทองหล่อ (2542 : 98) ได้กล่าวไว้ว่า ระบบการเรียนการสอนในปัจจุบันนี้ จะเน้นให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ให้ได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเรียนเพิ่มมากขึ้น เปิดโอกาสให้นักศึกษาได้มีการค้นคว้าหาข้อมูลต่างๆ ด้วยตนเอง มีอิสระในการคิด และตัดสินใจที่จะเลือกเรียนตามความพอใจของตนเองได้ และอีกประการหนึ่ง อาจเป็นไปตามที่ พิทักษ์ อักษร (2540 : 57) ได้กล่าวไว้ว่า ในปัจจุบันนี้ เทคโนโลยีต่างๆ มีความเจริญก้าวหน้าเพิ่มมากขึ้น

นักศึกษาจึงจำเป็นต้องมีความสามารถในการใช้ทักษะต่างๆ ที่จำเป็นในการเรียน เช่น ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการจำเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการศึกษาหาความรู้ และการแก้ปัญหาด้วยตนเอง จึงทำให้นักศึกษาสามารถใช้ทักษะต่างๆ ที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหาได้ดีขึ้น เพราะมีโอกาสได้ฝึกใช้บ่อยๆ

3. นักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 3 ดังรายละเอียดต่อไปนี้

3.1 เมื่อพิจารณาตามองค์ประกอบโดยรวมแล้ว พบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องมาจาก บรรยากาศในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง เปิดโอกาสให้นักศึกษาได้สำรวจตนเอง ทบทวนตนเอง และวางแผนเพื่อที่จะพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น นอกจากนี้ ยังได้มีโอกาสแสดงถึงความรู้สึก และความคิดเห็นของตนเอง และได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันกับเพื่อนๆ จึงทำให้สมาชิกทุกคนในกลุ่ม รู้จักตนเองและเพื่อนสมาชิกคนอื่นๆ มากขึ้น และพร้อมที่จะแก้ไขปัญหาของตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับที่ วัชร ทรัพย์มี (2533 : 180-182) ที่กล่าวว่า การที่ได้ระบายความรู้สึกขัดแย้งในใจ ได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอมรับตนเอง กล้าที่จะเผชิญปัญหา และได้ใช้ความคิดของตนเองในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเอง จะทำให้สมาชิกทุกคนในกลุ่มเข้าใจตนเองมากขึ้น และพร้อมที่จะปรับปรุงตนเอง ซึ่งต่างกับบรรยากาศของการเรียนรู้โดยธรรมชาติ ที่อาจารย์ผู้สอนกับนักศึกษา และกับนักศึกษาด้วยกันเองไม่ค่อยมีโอกาสได้สำรวจหรือทบทวนตนเอง เกี่ยวกับปัญหาทางการเรียนที่เกิดขึ้น ไม่มีโอกาสได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ถึงวิธีการที่จะใช้ในการปรับปรุงตนเอง ทำให้ไม่ทราบข้อดีและข้อบกพร่องของตนเอง และมองไม่เห็นแนวทางที่จะแก้ไขตนเองให้ดีขึ้น ด้วย เหตุผลดังกล่าว จึงทำให้นักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่า นักศึกษากลุ่มควบคุมที่มีการเรียนรู้โดยธรรมชาติ

3.2 เมื่อพิจารณาตามองค์ประกอบรายด้านแล้ว พบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ได้แก่ ด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ และด้านการมีอิสระในการเรียน ส่วนที่ระดับ .05 ได้แก่ ด้านมองอนาคตในแง่ดี และด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง

จากผลการวิจัย แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงสามารถทำให้นักศึกษาเปิดใจยอมรับโอกาสที่จะเรียนรู้เพิ่มมากขึ้น มีอิสระในการเลือกเรียน โดยไม่คล้อยตามความคิดของใคร ตัดสินใจด้วยตนเองได้ ให้ความเอาใจใส่ต่อการเรียน ตั้งใจทำงาน

ที่ได้รับมอบหมาย มีความกระตือรือร้นที่จะค้นคว้าหาความรู้จากแหล่งข้อมูลต่างๆ เพื่อให้ตนเองมีความรู้อย่างกว้างขวาง สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในอนาคตได้ ซึ่งสอดคล้องกับที่ Hanser and Warrner (1980 : 67) ที่กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ช่วยให้บุคคลได้เรียนรู้ที่จะสนองความต้องการของตนเอง รับผิดชอบต่อตนเอง และรู้จักยอมรับตนเองและผู้อื่นอย่างจริงใจ นอกจากนี้ บรรยากาศของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ยังเอื้ออำนวยต่อการพัฒนาพฤติกรรมของนักศึกษาได้อย่างรวดเร็ว ส่งเสริมให้นักศึกษาล้าเผชิญกับปัญหา และแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น และยังมีโอกาสได้อภิปรายเกี่ยวกับปัญหาของตนเอง สามารถเสนอความคิดเห็นเกี่ยวกับการแก้ปัญหาของตนเอง และของผู้อื่น

ส่วนด้านความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา นั้น จากผลการทดลอง จะเห็นได้ว่า นักศึกษากลุ่มควบคุมมีเพิ่มมากขึ้นกว่ากลุ่มทดลองเล็กน้อย ถึงแม้ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ก็เป็นที่น่าสังเกตว่า เนื่องจาก นักศึกษากลุ่มควบคุม เป็นนักศึกษาเอกวิทยาศาสตร์ ซึ่ง ปรีชา กล่ำรัมย์ (2539 : 16-17) ได้กล่าวไว้ว่า ลักษณะของการเรียนในรายวิชานี้ จะส่งเสริมให้นักศึกษาได้เรียนรู้ด้วยวิธีการฝึกปฏิบัติ และลงมือทำการทดลองด้วยตนเอง มีอิสระในการคิดค้นหาคำตอบ และฝึกการแก้ปัญหาต่างๆ อย่างมีระบบ เป็นขั้นตอนด้วยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ ด้วยเหตุนี้ จึงทำให้นักศึกษากลุ่มควบคุมมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ดีกว่านักศึกษากลุ่มทดลอง

สรุปผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงสามารถนำมาใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 2 สถาบันราชภัฏพิบูลสงครามให้เพิ่มขึ้นได้มากกว่าการเรียนรู้โดยธรรมชาติ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. การที่จะนำวิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงไปใช้ปฏิบัติจริง ผู้ให้คำปรึกษาควรที่จะต้องศึกษาถึงวิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และศึกษาทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงให้เข้าใจถึงขั้นตอน หลักการ และวิธีดำเนินการให้ชัดเจนถูกต้อง ตลอดจนฝึกการนำทฤษฎีไปใช้จนเกิดความชำนาญเสียก่อนที่จะนำไปใช้ โดยเฉพาะเทคนิค วิธีการ บทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา ข้อดีและข้อเสียของทฤษฎี ตลอดจนจุดที่แตกต่างจากทฤษฎีอื่นๆ เพื่อที่เวลานำไปใช้จะได้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการ

2. ควรใช้วิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงไปใช้ในการพัฒนาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ทั้งนี้เนื่องจากเมื่อเข้าสู่สถาบันอุดมศึกษาแล้ว รูปแบบและวิธีการเรียนจะเปลี่ยนไปจากเดิม โดยที่นักศึกษาจะต้องเป็นผู้ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองเพิ่มมากขึ้น ครูผู้สอนจะทำหน้าที่เป็นเพียงผู้ให้แนะนำ ให้ข้อคิด

ข้อเสนอแนะในเรื่องต่างๆเกี่ยวกับการเรียนเท่านั้น นักศึกษาจึงยังไม่สามารถปรับตนเองให้เข้ากับวิธีการเรียนในระดับอุดมศึกษาได้อย่างเหมาะสม จึงอาจทำให้นักศึกษายังไม่มีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

3. ควรจัดช่วงเวลา หรือระยะเวลาของการทดลองในภาคเรียนที่ 1 ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 เพราะอยู่ในช่วงของการปรับตัว ซึ่งจะทำให้การทดลองได้ผลดียิ่งขึ้น

4. ควรมีการฝึกการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง หรือจัดฝึกอบรมให้กับอาจารย์แนะแนวหรืออาจารย์ที่ปรึกษาในสถาบันราชภัฏ ตลอดจนผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทางการศึกษา เพื่อที่จะได้ดำเนินการให้คำปรึกษากับนักศึกษาที่ต้องการความช่วยเหลือในด้านนี้ต่อไป รวมทั้งในด้านอื่นๆ ด้วย และเพื่อที่จะนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในการพัฒนาพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกทางด้านการเรียนของนักศึกษาให้ดีขึ้นเพื่อเป็นการกระตุ้นให้นักศึกษามีกำลังใจในการเรียนดียิ่งขึ้น

5. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ควรจะเป็นนักศึกษาที่เรียนอยู่ในวิชาเอกเดียวกัน เพื่อจะได้เกิดการเท่าเทียมกันภายในกลุ่ม หรือถ้าจะคละกันหลายๆ วิชาเอก ก็ควรจะทำทั้ง 2 กลุ่ม

6. เวลาที่ใช้ในการทดลอง ควรจะใช้เวลาหลังเลิกเรียน หรือช่วงเวลาที่กลุ่มตัวอย่าง มีเวลาว่างตรงกัน เพราะจะทำให้กลุ่มตัวอย่างมาเข้ารับคำปรึกษาครบทุกคน และมาทุกครั้ง นอกจากนั้นแล้ว ยังทำให้การให้คำปรึกษากลุ่ม ดำเนินไปด้วยความเรียบร้อย และประสบความสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพ

7. ระยะเวลาที่ใช้ในการให้คำปรึกษา ควรกำหนดให้อยู่ในช่วงเวลาประมาณ 1 ชั่วโมง ถึง 1 ชั่วโมงครึ่ง เพื่อที่จะได้สามารถยืดหยุ่นเวลาในการให้คำปรึกษา ให้เกิดความเหมาะสมตามเนื้อหาและระดับอายุของกลุ่มตัวอย่าง

8. แบบประเมินตนเองที่ใช้ประกอบการฝึก ควรนำไปใช้กับทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม เพื่อจะได้ทราบว่า หลังจากการทดลองแล้ว นักศึกษาทั้ง 2 กลุ่ม ได้ประเมินตนเองแตกต่างกันอย่างไรบ้าง เพื่อที่จะได้นำผลที่ได้ ไปเป็นข้อมูลในการให้ความช่วยเหลือกับผู้รับคำปรึกษา ที่มีปัญหาเหมือนกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองครั้งนี้

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในครั้งต่อไป

1. ควรนำวิธีการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงไปพัฒนา ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในสถาบันอื่นๆ เช่น นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในระดับมหาวิทยาลัย หรือในระดับอาชีวศึกษา เพื่อตรวจสอบเปรียบเทียบว่าได้ผลการวิจัยเช่นเดียวกันหรือไม่ เพื่อจะเป็นข้อมูลในการศึกษาถึงแนวทาง และวิธีการที่จะนำไปสู่การดำเนินการพัฒนาความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาโดยรวม ต่อไป

2. ควรมีการติดตามผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงเป็นระยะ เช่น ระยะเวลาหลังการทดลอง 1 เดือน 2 เดือน หรือ 3 เดือน เพื่อดูความคงทนของความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษา

3. ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีความมั่นใจ จริงใจ และมีความตั้งใจจริงที่จะทำการศึกษาทดลอง รวมทั้งมีความอดทนในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง เพราะการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ต้องใช้เวลานาน และต้องมีความต่อเนื่องกันโดยตลอด

4. ในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ผู้ให้คำปรึกษาจำเป็นจะต้องพยายามสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้รับคำปรึกษา และจะต้องทำให้ผู้รับคำปรึกษามีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันด้วย เพื่อให้บรรยากาศภายในกลุ่มมีความอบอุ่นเป็นกันเอง และเกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ซึ่งจะเป็นแนวทางให้สมาชิกในกลุ่มเกิดความร่วมมือและเต็มใจในการให้คำปรึกษา

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กาญจนา หาสิตะพันธ์. (2521,กุมภาพันธ์ - มีนาคม). "การให้คำปรึกษาหารือ," วารสารการ
แนะแนว. 12(55) : 31-42.
- เกษนีย์ สีมหาศาล. (2531). ผลของการให้คำปรึกษาด้านอาชีพเป็นรายบุคคลที่มีต่อทัศนคติใน
การเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนจิระประวัตวิทยาคม จังหวัด
นครสวรรค์. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, สำนักงาน. (2538). ประเด็นและยุทธศาสตร์การพัฒนาการ
ศึกษา ในช่วงแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (2540-2544). กรุงเทพฯ :
สำนักงานคณะกรรมการการ ศึกษาแห่งชาติ.
- _____. (2535). แผนการศึกษาแห่งชาติ 2535. เอกสารเย็บเล่ม.
- คณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, สำนักงาน. (2538). แนวคิดและทิศทางแผน
พัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (2540-2544). กรุงเทพฯ : สำนักงาน
คณะ กรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม.
- คมเพชร จัตรสุกุล. (2521). กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและ
จิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- _____. (2530). ทฤษฎีการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยา
การศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- จตุพร เฟิงชัย. (2529). กลวิธีการให้คำปรึกษาพื้นฐานในการแนะแนว. มหาสารคาม : ภาควิ
ชาการแนะแนวและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- จันทรัตน์ ยี่ริฐศิริ. (2536). ผลของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมไม่
ตั้งใจเรียน. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- จิราภรณ์ อารยรังสฤษฎ์. (2539). จิตวิทยาการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม. เชียงใหม่ : คณะ
มนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- จิน แบรี่. (2537). คู่มือการฝึกทักษะการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เจียรนัย ทรงชัยกุล. (2529). เอกสารการสอนชุดวิชาการแนะแนวในระดับมัธยมศึกษา หน่วยที่
1-7. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

ชิตขงค์ ส. นันทนาเนตร. (2534). เอกสารประกอบวิชาหลักการเรียนรู้และการสอนผู้ใหญ่.

นครปฐม : ภาควิชาการศึกษาคนอกโรงเรียน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร
วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์. ถ่ายเอกสาร.

ชูชัย สมิทธิไกร. (2527). การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม. เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัย
เชียงใหม่.

ทองคำ จิตรามาตย์. (2540). ระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักเรียน
ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนขยายโอกาส สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา
จังหวัด มหาสารคาม. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (มัธยมศึกษา). มหาสารคาม : บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ถ่ายเอกสาร.

ทองเรือน อมรรักษ์กุล. (2519). เทคนิคเบื้องต้นในการให้คำปรึกษา. พิษณุโลก : มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

ทิพวรรณ กิตติกร. (2535). การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม. พิษณุโลก : ภาควิชาการแนะแนวและ
จิตวิทยา มหาวิทยาลัยนเรศวร.

นิภา ศรีไพโรจน์. (2533). สถิตินอนพาราเมติก. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.

นรินทร์ บุญชู. (2532). ลักษณะการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยราม
คำแหง. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศิลปากร. ถ่ายเอกสาร.

บุญศรี ปราบณศักดิ์ และศิริพร จิรวังนารกุล. (2538). การสื่อสารเพื่อคุณภาพ. กรุงเทพฯ :
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ประวีณ สุทธิสง่า. (2540). การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคล
แบบ เฝ้ายูความจริงที่มีต่อพฤติกรรมการเรียนรู้วิชาวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยม
ศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนอัสสัมชัญ อำเภอสรรคบุรี จังหวัดชลบุรี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.
(จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.

ปราณี รามสูตร. (2528). จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : รุ่งวัฒนา.

ปรีชา กล้ารัศมี. (2539). การศึกษาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์ ของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนด้วยวิธีการสอนแบบสืบเสาะหาความรู้ โดยใช้รูป
ภาพ และแผนภูมิกับที่เรียนโดยใช้อุปกรณ์การทดลอง. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (มัธยม
ศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
ถ่ายเอกสาร.

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2529). การแนะแนวและการให้คำปรึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา.
กรุงเทพฯ : บัณฑิตการพิมพ์.

- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. (2525). *ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา*. กรุงเทพฯ : พัทธอักษร.
- พนม ลัมอารี. (2533). *การแนะแนวเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- พรรณาราย ทรัพย์ประภา. (2527). *เทคนิคการสัมภาษณ์ (เพื่อการปรึกษาเชิงจิตวิทยา)*.
กรุงเทพฯ : การพิมพ์พระนคร.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2538). *วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์*. กรุงเทพฯ :
สำนักทดสอบทางวิชาการศึกษา และจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร.
- พิทักษ์ อักษร. (2540). *ลักษณะการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนิสิตระดับบัณฑิตศึกษา*
มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา). มหาสารคาม :
บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ถ่ายเอกสาร.
- ไพโรจน์ ทองอุไร. (2529). *สัมพันธภาพระหว่างบุคคล*. สงขลา : มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- ลักขณา โสภา. (2537). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อ*
ความรับผิดชอบด้านการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนมิตรสัมพันธ์
วิทยา อำเภอลำปลายมาศ จังหวัดบุรีรัมย์. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการ
- แนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
ถ่ายเอกสาร.
- วรายุทธ ทวีลาภ. (2539). *การเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกและการควบคุม*
ตนเองที่มีต่อพฤติกรรมความรับผิดชอบในการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่
6 โรงเรียนชุมชนบ้านห้วยยายจิว อำเภอสทิงพระ จังหวัดสงขลา. ปรินิพนธ์
กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
- ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- วัชรินทร์ แยมโสภี. (2538). *ผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลแบบเผชิญความจริง*
ที่มีต่อวินัยในตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียน
อยุธยาสุรธรรม อำเภอบางบาล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. ปรินิพนธ์ กศ.
- ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
- ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- วัชรีย์ ทรัพย์มี. (2525). *ทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษา*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา
- คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- _____. (2532). *ทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษา*. กรุงเทพฯ : ทบวงมหาวิทยาลัย.
- _____. (2533). *ทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษา*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา
- คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมคิด อิศระวัฒน์. (2532). *ลักษณะการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของคนไทย*. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยมหิดล.

- สมบุญ ศาลายาชีวิน. (2526). จิตวิทยาการเรียนรู้การสอน. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- สมบัติ สุวรรณพิทักษ์. (2542). แบบเรียนด้วยตนเอง. สงขลา : ศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนภาคใต้.
- สิริรัตน์ สัมพันธ์ยุทธ. (2540). ลักษณะการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาในระบบการศึกษาทางไกลมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาผู้ใหญ่). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ส่องหล้า เทพเชาว์นะ. (2534). ลักษณะการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาทางไกลจังหวัดนครปฐม. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร. ถ่ายเอกสาร.
- สุดฤทัย มุขยวงศา. (2533). ผลของการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยแนวความคิดแบบพิจารณาตามความเป็นจริงที่มีต่อนิสัยและทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ✓ สุธีรพันธุ์ กรลักษณ์. (2518, มิถุนายน-กรกฎาคม). "กลวิธีให้คำปรึกษาเฉพาะอย่าง," วารสารการแนะแนว. 9(39) : 70-84.
- ✓ สุนทร แก้วลาย. (2521). การส่งเสริมการอ่านเพื่อปลูกฝังนิสัยการอ่านและการเรียนด้วยตนเองซึ่งอาจารย์บรรณารักษ์จัดให้แก่นักศึกษาในวิทยาลัยครู. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (บรรณารักษ์). กรุงเทพฯ : วิทยาลัยวิชาการ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- สุนทร สุธองหล่อ. (2542). คุณลักษณะการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาสถาบันราชภัฏสวนดุสิต. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- สุรินทร์ รณเกียรติ. (2538). ทักษะและกระบวนการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ✓ สุวรรณ ยะการ. (2533). ความคิดเห็นของครูสังคมศึกษาและนักศึกษาผู้ใหญ่เกี่ยวกับการเรียนด้วยการนำตนเองในโรงเรียนผู้ใหญ่สายสามัญ กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (การศึกษาผู้ใหญ่) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- อมรรวรรณ แก้วผ่อง. (2541). การเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความรับผิดชอบต่อตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดน้อยใน กรุงเทพมหานคร. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.

อุษณีย์ ทองสหธรรม. (2538). ผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงเพื่อลดความวิตกกังวลในการสอบเพื่อศึกษาต่อของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนนารีกุล จังหวัดอุบลราชธานี. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.

เอกราช แก้วเขียว. (2540). ผลการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่ต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.

Bouchard,paul. (1994). *Self Directed Professionals and Autodidactic Choice : A Framework for Analysis*. (ERIC CD-ROM. NO. ED 377298)

Brockett, R.G. and R. Hiemstra. (1991). *Self Direction in Adult Learning*. New York : Chapman and Hall.

Broden, Maria, Nanee R. Hall and Brenda Mitts. (1971). " The effect of Self – Recording on The Classroom Behavior of Two Eight Grade Student," *Journal of Applied Behavior Analysis*. 4(4) : 191-199.

Brookfield, S.D. (1986). *Understanding and facilitating Adult Learning*. San Francisco : Jossey – Bass.

Comier, William H. and Comier, Sherilyn L. (1979). *Interviewing Strategies for Helpers : A Guide for Assessment, Treatment and Evaluation*. California : Brooks/Cole.

Corley, Gerald. (1986). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. 3rd ed. California : Books / cole Publishing Company.

Cross, K.P. (1979). *Accent on Learning*. San Francisco : Jossey – Bass Publishers.

Edens, Robert Manning. (1996,July). " Effects of Teaching Control Theory and Reality Therapy as and Approach to Reducing Disruptive Behaviors in Middle School Physical Education," *Dissertation Abstracts International*. 57(01) : 149.

Gawrys,J.Jr. and Brown.O. (1970). *Group Guidance and Counseling in Schools*. New York : McGraw – Hill Book Company.

George, L. Rickey. And Cristiani, S. Therese. (1995). *Counseling Therapy and Practice*. 4th ed. USA : A Simon and Schuster Company.

Gibbons,Maurice. (1980). " Toward a Theory of Self Directed Learning : a Study of Experts Without Formal Training," *Journal of Humanistic Psychology*. 20 (2) : 41-56, Spring.

- Glynn, E.L. and J.D. Thomas. (1970). " effect of Cueing on Self – Control of Classroom Behavior," *Journal of Applied Behavior Analysis*. 7(51) : 123-132.
- Glasser,W. (1965). *Reality Therapy : A New Approach to Psychiatry* New York : Herper and Row.
- Grey, R.D. (1986, October). " A study of the use of the Self – Directed Learning Readiness Scale as Related Organization Variables," *Dissertation Abstracts International*. 47(4) : 1218 – A.
- Griffin, Colin. (1983). *Curriculum Theory in Adult Lifelong Education*. London : Croom Helm.
- Guglielmino,Lucy Medsen. (1977). *Development of the Self Directed Learning Readiness Scale*. Publish Ed.D. Dissertation of Georgia.
- Kazdin, Alan F. (1984). *Behavior Modification in Applied Settings*. 3rd ed . Homewood, Linois : The Dorse Press.
- Knowles, M.S. (1975). *Self – Directed Learning : A Guide for Learner and teacher*. New York : Association Press.
- Mezirow, Jack. (1981). " A Critical Therapy of Adult Learning and Education," *Adult Education Quarterly*. 32 : 3-24 ; Fall.
- Mourad, Sarah Ahmed. (1978, October.)" Relationship of Grade Level Sex and Creativity to Readiness for Self – Directed Learning Among Intellectually Gifted Student," *Dissertation Abstracts International*. 40(12) : 2002 – A.
- Peninsky, H.B. and P. Pepinsky. (1954). *Counseling Theory and Practice*. New York : Ronald Press.
- Penix, L. (1977, January.) " Influence of Selected Variable on the Prediction of High School Students," *Outcome on Holland ' s Self Directed Search*. *Dissertation Abstracts International* 37 : 4141-A.
- Reynolds, Mark. (1986, June.) " The Self Directedness and Motivational Orientation of Adult Part – Time Student at a Community College," *Dissertation Abstracts International*. 46(3) : 357-A.
- Schmidt, John J. (1993). *Counseling in School : Essential Services and Comprehensive Programs*. USA : Allyn and Bacon.
- Shertzer, bruce and Shelley C. Stone. (1974). *Fundamental of Counseling*. Boston : Houghton Mifflin Company.

- Skager, R. (1978). *Lifelong Education and Evaluation Practice*. Hamburg : Pergamon Press and the UNESCO Institution for Education.
- Skinner, B.F. (1953). *Science and Human Behavior*. New York : Macmillan.
- Smith, G.W. (1980). *A Rational-Emotive Counseling Approach of Assist Junior High School Students with Interpersonal Anxiety* Dissertation Abstracts International 49 : 6157 – A.
- Straka, Gerald A.(1995,July.) " Problems of measuring Self Directed Learning Readiness," *Paper Presented at Asian – Pacific Seminar Korean association of Adult Education convention*. (Eric CD – ROM No ED 392916).
- Thoresen, Carl E. and Michael J. Mahoney. (1974). *Behavior Self Control*. New York : Holt, Rinehart and Winston Inc.
- Tough, Allen. (1979). *The Adult 's Learning Project*. Toronto : The Ontario Institute for Studies in Education.
- Wilson, David L. and Roland G. Tharp. (1972). *Self Directed Behavior Modification for Personal Adjustment*. California : Brooks/Cole Publishing.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

1. แบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
2. ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

แบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่าข้อความแต่ละข้อเป็นจริงสำหรับตัวนักศึกษามากน้อยเพียงใด ขอให้นักศึกษาตอบ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับพฤติกรรม ความคิด ความรู้สึกของนักศึกษามากที่สุด (โปรดตอบทุกข้อ)

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้น เป็นจริงมากที่สุดสำหรับนักศึกษา
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้น เป็นจริงสำหรับนักศึกษา
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้น เป็นจริงบางครั้งสำหรับนักศึกษา
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้น เป็นจริงน้อยสำหรับนักศึกษา
ไม่จริงเลย	หมายถึง	ข้อความนั้น ไม่เป็นจริงเลยสำหรับนักศึกษา

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	ไม่จริงเลย
1.	ข้าพเจ้าสนใจที่จะค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติมในเรื่องที่เรียน					
2.	ข้าพเจ้ามีความกระตือรือร้นที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆอยู่เสมอ					
3.	ข้าพเจ้ามั่นใจว่าตนเองมีความสามารถในการเรียน					
4.	ข้าพเจ้าเข้าเรียนตรงเวลา					
5.	ข้าพเจ้าเอาใจใส่ต่อการเรียน					
6.	ข้าพเจ้ามีปัญหาเกี่ยวกับการอ่านแล้วไม่เข้าใจ					
7.	ข้าพเจ้าสามารถที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆได้ด้วยตนเอง					
8.	ข้าพเจ้าสามารถที่จะคิดค้นหาวิธีการเรียนใหม่ๆได้ด้วยตนเอง					
9.	ข้าพเจ้าพร้อมที่จะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับสิ่งที่เรียนกับผู้อื่น					
10.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าการเรียนรู้เป็นเรื่องที่น่าเบื่อหน่าย					

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	ไม่จริง เลย
11.	ข้าพเจ้าสามารถนำความรู้ที่ได้จากการเรียนไปใช้ประโยชน์ในอนาคตได้					
12.	ข้าพเจ้าเข้าเรียนสม่ำเสมอ					
13.	ข้าพเจ้าตั้งใจเรียนเฉพาะวิชาที่ชอบ					
14.	ข้าพเจ้าสามารถคิดค้นหาวิธีใหม่ๆ มาแก้ปัญหทางการเรียนได้ด้วยตนเอง					
15.	ข้าพเจ้าสามารถเรียนรู้สิ่งต่างๆ ตามที่ตนเองสนใจได้					
16.	ข้าพเจ้าชอบค้นคว้าหาความรู้					
17.	เวลาอยู่ในชั้นเรียน ข้าพเจ้าไม่ต้องการให้อาจารย์มากอยบอกว่าจะต้องทำอะไรบ้าง					
18.	เมื่อต้องการศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมข้าพเจ้าไม่ทราบว่าจะไปค้นหาข้อมูลนั้นได้จากที่ใด					
19.	ข้าพเจ้าไม่ทราบว่าจะทำอย่างไรจึงจะนำความรู้ที่ได้จากการเรียนไปใช้ให้เกิดประโยชน์					
20.	ข้าพเจ้าสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายเสร็จตามเวลาที่กำหนด					
21.	ข้าพเจ้าสามารถฟังอาจารย์อธิบายได้เข้าใจรู้เรื่องในสิ่งที่อาจารย์สอน					
22.	ข้าพเจ้าสามารถเลือกวิธีการเรียนของตนเองได้					
23.	ข้าพเจ้าสามารถตัดสินใจที่จะเลือกเรียนสิ่งใดสิ่งหนึ่งตามที่ตนเองสนใจได้					
24.	ข้าพเจ้ามีความรู้พอใจถ้าได้เรียนในสิ่งที่ตนเองต้องการ					
25.	ข้าพเจ้ามั่นใจว่าตนเองจะประสบความสำเร็จในการเรียน					
26.	ข้าพเจ้าเตรียมอุปกรณ์ต่างๆ ให้พร้อมก่อนเข้าเรียน					

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	ไม่จริง เลย
27.	ข้าพเจ้าคิดว่าไม่มีใครแก่เกินเรียน					
28.	ข้าพเจ้าให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม ต่างๆเกี่ยวกับการเรียน					
29.	ข้าพเจ้าสามารถวางแผนและจัดตารางเรียน ของตนเองได้					
30.	ข้าพเจ้าคิดว่า การมีวิธีการเรียนที่แปลกใหม่ ที่ไม่เหมือนใคร เป็นสิ่งสำคัญที่มีผลทำให้ ข้าพเจ้าเรียนได้ดีขึ้น					
31.	ข้าพเจ้าพร้อมที่จะยอมรับฟังความคิดเห็น หรือข้อเสนอแนะของผู้อื่น					
32.	ข้าพเจ้าอ่านตำราเรียนล่วงหน้าก่อนเข้าชั้น เรียน					
33.	เวลาเรียน ถ้าไม่เข้าใจในสิ่งที่อาจารย์สอน ข้าพเจ้าจะปล่อยเลยตามเลยโดยไม่มีการค้น คว้าเพิ่มเติม					
34.	ข้าพเจ้าจะรู้สึกประหม่าและตื่นเต้นเมื่อออก ไปพูดหน้าชั้นเรียน					
35.	ข้าพเจ้าต้องการจะเรียนรู้ให้มากยิ่งขึ้นเพื่อจะ นำความรู้ไปพัฒนาตนเองให้มีคุณภาพมี ความก้าวหน้าในอนาคต					
36.	ข้าพเจ้าไม่ทราบว่าตนเองต้องการจะเรียนสิ่ง ใดและจะใช้วิธีการอย่างไร					
37.	ข้าพเจ้ามีวิธีการเรียนรู้หลายวิธีที่จะทำให้การ เรียนดีขึ้น					
38.	เมื่อมีใครมาเสนอแนะเกี่ยวกับเรื่องการเรียน ของข้าพเจ้า ข้าพเจ้าก็จะนำไปปรับปรุงให้ ดีขึ้น					
39.	หากข้าพเจ้าสนใจที่จะเรียนรู้สิ่งใดสิ่งหนึ่งแล้ว ข้าพเจ้าสามารถที่จะหาเวลาเพื่อที่จะเรียนสิ่ง นั้นได้					

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	ไม่จริง เลย
40.	เมื่อได้รับมอบหมายงานอะไร ข้าพเจ้าจะขอให้ผู้อื่นช่วยทำให้					
41.	ข้าพเจ้ามีความตั้งใจที่จะทำงานที่ได้รับมอบหมายให้ประสบความสำเร็จ					
42.	หลังจากที่เรียนไปแล้ว ข้าพเจ้าจะกลับมาทบทวนสิ่งที่ได้เรียนไปในแต่ละวัน					
43.	ข้าพเจ้าจำเนื้อหาบทเรียนต่างๆที่อาจารย์สอนไม่ค่อยได้					
44.	เวลาที่จะตอบคำถามของอาจารย์ ข้าพเจ้าสามารถคิดด้วยตนเองได้และไม่คล้อยตามผู้อื่นโดยปราศจากเหตุผลและการไตร่ตรองอย่างรอบคอบ					
45.	ข้าพเจ้าไม่ยึดวิธีการเรียนแบบใดแบบหนึ่งเป็นหลัก แต่จะพยายามทดลองใช้วิธีการใหม่ๆที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียนอีกด้วย					
46.	ข้าพเจ้าสามารถยอมรับทั้งผลดีและผลเสียที่เกิดขึ้นจากการเรียนของตนเองได้					
47.	ข้าพเจ้าสนใจและเอาใจใส่ต่อการเรียนทั้งในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน					
48.	หลังจากที่ได้เรียนไปแล้ว ข้าพเจ้าสามารถทำความเข้าใจในเรื่องที่เรียนได้					
49.	ข้าพเจ้าไม่สามารถนำสิ่งที่เรียนไปปฏิบัติให้เกิดประโยชน์ได้					
50.	ข้าพเจ้าสามารถบอกได้ว่า ตนเองควรจะเรียนรู้สิ่งใดเพิ่มเติม					

ตาราง 10 แสดงค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถามความพร้อมความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

ข้อที่	t	ข้อที่	T	ข้อที่	t	ข้อที่	t	ข้อที่	t
1.	6.18	11.	3.37	21.	7.38	31.	5.36	41.	2.75
2.	4.81	12.	3.93	22.	9.61	32.	5.51	42.	4.83
3.	5.36	13.	4.78	23.	7.85	33.	2.63	43.	3.92
4.	2.43	14.	5.37	24.	4.47	34.	7.64	44.	4.89
5.	5.61	15.	7.69	25.	2.48	35.	5.06	45.	6.55
6.	5.50	16.	3.89	26.	3.45	36.	4.45	46.	5.50
7.	4.34	17.	5.23	27.	6.46	37.	2.51	47.	5.96
8.	3.47	18.	8.03	28.	4.91	38.	6.04	48.	5.15
9.	5.54	19.	6.64	29.	3.76	39.	6.22	49.	2.93
10.	6.21	20.	5.65	30.	5.55	40.	8.07	50.	2.43

ค่าอำนาจจำแนกแต่ละข้อ ตั้งแต่ 2.43 – 9.61

ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ 0.94

ภาคผนวก ข

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง
2. รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง
3. ตัวอย่างการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง
4. ข้อตกลงในการเข้ากลุ่ม
5. ตัวอย่างแบบประเมินตนเองเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการ
นำตนเอง

**โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง
ที่มีต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง**

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1.	ปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพ	1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพ และความคุ้นเคยกันระหว่างผู้วิจัยกับนักศึกษาและนักศึกษาด้วยกัน 2. เพื่อให้นักศึกษาทราบถึงความหมาย ความสำคัญ ประโยชน์ของความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง และมีความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง 3. เพื่อให้นักศึกษาได้ทราบความหมาย ความสำคัญ และวัตถุประสงค์ ของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง บทบาท หน้าที่ของผู้วิจัย และนักศึกษา ตลอดจนระยะเวลา และสถานที่ในการรับคำปรึกษา	1. ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับ และทักทายนักศึกษาพร้อมทั้งแนะนำตนเอง 2. นักศึกษาแต่ละคนแนะนำตนเอง 3. ผู้วิจัยให้นักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรมที่ชื่อว่า “เธอคือใคร” 3.1 ผู้วิจัยแจกกระดาษเปล่าให้นักศึกษาทุกคน แล้วให้พับกระดาษให้ได้ 8 ช่อง 3.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนไปสัมภาษณ์เพื่อนสมาชิกให้ครบทุกคนในช่วงเวลาที่กำหนดให้ คนละ 5 คำถาม 3.3 เมื่อสัมภาษณ์ครบทุกคนแล้วผู้วิจัยจะเรียกชื่อสมาชิกทีละคน แล้วให้เพื่อนสมาชิกคนอื่น ๆ รายงานข้อมูลเกี่ยวกับนักศึกษาคนนั้น 4. ผู้วิจัยอธิบายให้นักศึกษาทราบถึงความหมาย ความสำคัญ ประโยชน์ของความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง และมีความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง 5. ผู้วิจัยอธิบายให้นักศึกษาทราบความหมาย ความสำคัญ และวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง เพื่อปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น และอธิบายบทบาท หน้าที่ของผู้วิจัยและนักศึกษาที่ต้องปฏิบัติในการรับคำปรึกษา ตลอดจนระยะเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ในการรับคำปรึกษา

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			6. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักศึกษาได้ซักถามข้อสงสัยเกี่ยวกับเรื่องราวต่างๆ ที่ได้แจ้งไปแล้ว 7. ผู้วิจัยและนักศึกษาร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้จากการสนทนาเพื่อให้มีความเข้าใจที่ตรงกัน 8. ผู้วิจัยให้นักศึกษาตอบแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง 9. ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ในการรับคำปรึกษาในครั้งต่อไป
2	ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านการเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้	1. เพื่อ สร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่น เป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา 2. ให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านการเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ ในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น และตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้ของตนเอง	การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 2 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ตลอดทั้งอภิปรายร่วมกัน ตามลำดับขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไปและถามถึงการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมาว่าได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง เพื่อให้ นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาถึงวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมความคิดและความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านการเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้นเพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน และนำไปปฏิบัติ 4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษา และให้คำปรึกษาเมื่อพบอุปสรรค	ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรมความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านการเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ ที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้ประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ ในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นที่ระบุไว้ในขั้นที่ 2 ว่ามีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนรู้ของตนเอง แล้วให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับปรุงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก ของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติโดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคน ได้คิด

ครึ่ง ที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			พิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้อย่างไร จึงจะไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ และกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรมความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิกพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนที่ตนได้วางเอาไว้ หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจึงนำไปปฏิบัติเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านการเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ในปัจจุบันให้ดีขึ้น และทำการบันทึกผลที่ได้จากการให้คำปรึกษาลงในแบบประเมินตนเอง แล้วนำมาอภิปรายในครั้งต่อไป ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้า

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			ปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเอง และลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ก็ให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆ จะคอยเป็นกำลังใจให้
3	ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วย4 การนำตนเองด้านรักที่จะเรียนรู้	1. เพื่อ สร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่น เป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา 2. ให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านรักที่จะเรียนรู้ ในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น และตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้ของตนเอง 3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาถึงวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมความคิด และความรู้สึก เกี่ยว	การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 3 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ตลอดทั้งอภิปรายร่วมกัน ตามลำดับขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และถามถึงการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมาว่าได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง เพื่อให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อม

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		กับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านรักที่จะเรียนรู้ และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้นเพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน และนำไปปฏิบัติ 4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษา และให้คำปรึกษาเมื่อพบอุปสรรค	ในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านรักที่จะเรียนรู้ ที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษาสมาชิกในกลุ่ม มีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรมความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้ประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านรักที่จะเรียนรู้ ในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นที่ระบุไว้ในขั้นที่ 2 ว่ามีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนรู้ของตนเอง แล้วให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมินเพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับปรุงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสดำเนินการสะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก ของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติโดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคน ได้พิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านรักที่จะเรียนรู้ได้อย่างไร จึงจะไปสู่

ครึ่ง ที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			เป้าหมายที่ต้องการ และกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และ ความรู้สึกของเพื่อนสมาชิกพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนที่ตนได้วางเอาไว้ หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจึงนำไปปฏิบัติเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านรักที่จะเรียนรู้ในปัจจุบันให้ดีขึ้น และทำการบันทึกผลที่ได้จากการให้คำปรึกษาลงในแบบประเมินตนเอง และนำมาอภิปรายในครั้งต่อไป ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเอง และลองปฏิบัติดูใหม่แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ก็จะให้ศึกษาค้นหา

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			สาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆ จะคอยเป็นกำลังใจให้
4	ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมองอนาคตในแง่ดี	1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่นเป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา 2. ให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมองอนาคตในแง่ดีในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นและตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้ของตนเอง 3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมองอนาคตในแง่ดีในปัจจุบัน และ	การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจและการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งนี้ 4 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ตลอดทั้งอภิปรายร่วมกัน ตามลำดับขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไปและถามถึงการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมามาว่าได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง เพื่อให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมองอนาคตในแง่ดี ที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นัก

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		ตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้นเพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน และนำไปปฏิบัติ 4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษาและให้คำปรึกษาเมื่อพบอุปสรรค	ศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษามาศึกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้ประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านมองอนาคตในแง่ดี ในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นที่ระบุไว้ในขั้นที่ 2 ว่ามีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนรู้ของตนเอง แล้วให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมินเพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับปรุงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก ของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติโดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคน ได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านมองอนาคตในแง่ดีอย่างไร จึงจะไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ และกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัติ นั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			และเหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิกพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนที่ตนได้วางเอาไว้ หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจึงนำไปปฏิบัติเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมองอนาคตในแง่ดีในปัจจุบันให้ดีขึ้น และทำการบันทึกผลที่ได้จากการให้คำปรึกษาลงในแบบประเมินตนเอง และนำมาอภิปรายในครั้งต่อไป ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเองและลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ก็จะทำให้ศึกษาค้นหาสาเหตุและวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆ จะคอยเป็นกำลังใจให้

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
5	ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ และการมองอนาคตในแง่ดี	1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่นเป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา 2. ให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ และการมองอนาคตในแง่ดีในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นและตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้ของตนเอง 3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านเปิดใจรับ	การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 5 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ตลอดทั้งอภิปรายร่วมกัน ตามลำดับขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และถามถึงการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมามาว่าได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง เพื่อให้ นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ และการมองอนาคตในแง่ดีที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง เมื่อ นักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษามาธิกใน

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		โอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ และการมองอนาคตในแง่ดีในปัจจุบัน และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้นเพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน และนำไปปฏิบัติ 4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษาและให้คำปรึกษา เมื่อพบอุปสรรค	กลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้ประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ และการมองอนาคตในแง่ดีในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นที่ระบุไว้ในขั้นที่ 2 ว่ามีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนรู้ของตนเอง แล้วให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับปรุงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้นในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก ของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคน ได้พิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ และการมองอนาคตในแง่ดีอย่างไร จึงจะไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ และกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัติ

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			แผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อน สมาชิกพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนที่ตนได้วางเอาไว้ หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจึงนำไปปฏิบัติเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ และการมองอนาคตในแง่ดีในปัจจุบันให้ดีขึ้น และทำการบันทึกผลที่ได้จากการให้คำปรึกษาลงในแบบประเมินตนเอง และนำมาอภิปรายในครั้งต่อไป ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเอง และลองปฏิบัติดูใหม่แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ก็จะให้ศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ ที่

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆ จะคอยเป็นกำลังใจให้
6	ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง	1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่นเป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา 2. ให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง ในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นและตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้ของตนเอง 3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับ	การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเรียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 6 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ตลอดทั้งอภิปรายร่วมกัน ตามลำดับขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไปและถามถึงการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมามาว่าได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง เพื่อให้ นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง ที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการ

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		ผิชอบต่อการเรียนของตนเองในปัจจุบัน และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้นเพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน และนำไปปฏิบัติ 4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษา และให้คำปรึกษา เมื่อพบอุปสรรค	ปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษาสมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้ประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิชอบต่อการเรียนของตนเอง ในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นที่ระบุไว้ในขั้นที่ 2 ว่ามีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนรู้ของตนเอง แล้วให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับปรุงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษาสมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก ของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคน ได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิชอบต่อการเรียนของตนเองอย่างไร จึงจะไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ และกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้อง

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			อยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิกพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนที่ตนได้วางเอาไว้ หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจึงนำไปปฏิบัติเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเองในปัจจุบันให้ดีขึ้น และทำการบันทึกผลที่ได้จากการให้คำปรึกษาลงในแบบประเมินตนเอง และนำมาอภิปรายในครั้งต่อไป ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเอง และลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ก็ให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถ

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			ปฏิบัติให้ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆ จะคอยเป็นกำลังใจให้
7	ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ	1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่นเป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา 2. ให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรมความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นและตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้ของตนเอง 3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับ	การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 7 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ตลอดทั้งอภิปรายร่วมกัน ตามลำดับขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และถามถึงการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมาว่าได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง เพื่อให้ นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรมความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษา

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพในปัจจุบัน และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้นเพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน และนำไปปฏิบัติ 4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษาและให้คำปรึกษา เมื่อพบอุปสรรค	ต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษาสมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้ประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นที่ระบุไว้ในขั้นที่ 2 ว่ามีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนรู้ของตนเอง แล้วให้เพื่อนสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับปรุงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติโดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคน ได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพอย่างไร จึงจะไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ และกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้น

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของ นักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิกพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนที่ตนได้วางเอาไว้ หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจึงนำไปปฏิบัติเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพในปัจจุบันให้ดีขึ้น และทำการบันทึกผลที่ได้จากการให้คำปรึกษาลงในแบบประเมินตนเอง และนำมาอภิปรายในครั้งต่อไป ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติโดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเอง และลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ก็จะให้ศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถ

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			ปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นจะคอยเป็นกำลังใจให้
8	ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ	1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่นเป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา 2. ให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ ในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นและตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้ของตนเอง 3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับ	การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 8 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ตลอดทั้งอภิปรายร่วมกัน ตามลำดับขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไปและถามถึงการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมาว่าได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง เพื่อให้ นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง เมื่อนักศึกษาแต่

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเองและมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพในปัจจุบันและตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้นเพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน และนำไปปฏิบัติ 4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษาและให้คำปรึกษาเมื่อพบอุปสรรค	ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้วในระหว่างการให้คำปรึกษานักศึกษาในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้ประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นที่ระบุไว้ในขั้นที่ 2 ว่ามีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนรู้ของตนเอง แล้วให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมินเพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับปรุงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก ของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติโดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคน ได้พิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			เรียนที่มีประสิทธิภาพอย่างไร จึงจะไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ และกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัติ นั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิกพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนที่ตนได้วางเอาไว้ หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจึงนำไปปฏิบัติเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพในปัจจุบันให้ดีขึ้น และทำการบันทึกผลที่ได้จากการให้คำปรึกษาลงในแบบประเมินตนเอง และนำมาอภิปรายในครั้งต่อไป ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			นักศึกษาทบทวนตนเอง และลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ก็ให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆ จะคอยเป็นกำลังใจให้
9	ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียน	1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่นเป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา 2. ให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียนในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นและตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการ	การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 9 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ตลอดทั้งอภิปรายร่วมกัน ตามลำดับขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และถามถึงการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมาว่าได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง เพื่อให้ นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านมีความมี

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		เรียนรู้ของตนเอง 3. เพื่อให้ นักศึกษาได้พิจารณาวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียน และการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียนในปัจจุบัน และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้นเพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน และนำไปปฏิบัติ 4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษาและให้คำปรึกษา เมื่อพบอุปสรรค	ความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียนที่นักศึกษา กำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษาสมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้ประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียนในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นที่ระบุไว้ในขั้นที่ 2 ว่ามีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนรู้ของตนเอง แล้วให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับปรุงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก ของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติโดยใน

ครึ่ง ที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			ขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคน ได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียนอย่างไร จึงจะไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ และกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัติ นั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิกพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนที่ตนได้วางเอาไว้ หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจึงนำไปปฏิบัติเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียนในปัจจุบันให้ดีขึ้น และทำการบันทึกผลที่ได้จากการให้คำปรึกษาลงในแบบประเมินตนเอง และนำมา

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			อภิปรายในครั้งต่อไป ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติโดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเอง และลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ก็ให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆ จะคอยเป็นกำลังใจให้
10	ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และการแก้ปัญหา	1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่นเป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา 2. ให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้	การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 10 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ตลอดทั้งอภิปรายร่วมกัน ตามลำดับขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และถามถึงการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมาว่าได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง เพื่อให้

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		ปัญหา ได้แก่ ทักษะ การคิด การจำ และการแก้ปัญหา ในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นและตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้ของตนเอง 3. เพื่อให้ให้นักศึกษาได้พิจารณาวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และการแก้ปัญหา ที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง เมื่อให้นักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษาสมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้ประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และการแก้ปัญหาในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นที่ระบุไว้ในขั้นที่ 2 ว่ามีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนรู้ของตนเอง แล้วให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกัน	นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านมีความมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และการแก้ปัญหา ที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง เมื่อให้นักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษาสมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้ประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และการแก้ปัญหาในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นที่ระบุไว้ในขั้นที่ 2 ว่ามีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนรู้ของตนเอง แล้วให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกัน

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		ไปปฏิบัติ 4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษาและให้คำปรึกษา เมื่อพบอุปสรรค	ประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับปรุงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก ของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติโดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคน ได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และการแก้ปัญหาอย่างไร จึงจะไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ และกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัติ นั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิกพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันทိုင်ความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนที่ตนได้วางเอาไว้ หลังจากที่ได้อ่านกลุ่มแล้วจึงนำไปปฏิบัติเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และการแก้ปัญหาในปัจจุบันให้ดีขึ้น และทำการบันทึกผลที่ได้จากการให้คำปรึกษาลงในแบบประเมินตนเอง และนำมาอภิปรายในครั้งต่อไป ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติโดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเอง และลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ก็ให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆ จะคอยเป็นกำลังใจให้
11	ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้	1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่นเป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา 2. ให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้	การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 11 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ตลอด

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		มีอิสระในการเรียนรู้ ในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นและตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้ของตนเอง 3. เพื่อให้ นักศึกษาได้พิจารณาวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ในปัจจุบัน และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้นเพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน และนำไปปฏิบัติ 4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษาและให้คำปรึกษา เมื่อพบอุปสรรค	ทั้งอภิปรายร่วมกัน ตามลำดับขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไปและถามถึงการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมามาว่าได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง เพื่อให้ นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ใจกว้างใจปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้ นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านมีอิสระในการเรียนรู้ที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง เมื่อ นักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษากำลังต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษาสมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้ นักศึกษาแต่ละคนได้ประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านมีอิสระในการเรียนรู้ในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษากำลังต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นที่ระบุไว้ในขั้นที่ 2 ว่ามีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนรู้ของตนเอง แล้วให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกัน

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			ประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับปรุงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก ของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติโดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคน ได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้อย่างไร จึงจะไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ และกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัติ นั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคน ยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนที่ตนได้วางเอาไว้ หลังจากที่ได้นำเข้ากลุ่มแล้วจึงนำไปปฏิบัติเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำ

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			ตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ในปัจจุบันให้ดีขึ้น และทำการบันทึกผลที่ได้จากการให้คำปรึกษาลงในแบบประเมินตนเอง และนำมาอภิปรายในครั้งต่อไป ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติโดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเอง และลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ก็จะให้ศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆ จะคอยเป็นกำลังใจให้
12	ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์	1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่นเป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา 2. ให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้าน	การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 12 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ตลอดทั้งอภิปรายร่วมกัน ตามลำดับขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศ

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		มีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ ในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นและตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้ของตนเอง 3. เพื่อให้ นักศึกษาได้พิจารณาวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมความคิดและความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ในปัจจุบัน และตระหนักถึงความสำคัญของ การปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้นเพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน และนำไปปฏิบัติ 4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษาและให้คำปรึกษา เมื่อพบอุปสรรค	ในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไปและถามถึงการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมามาว่าได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง เพื่อให้ นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรมความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษาสมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้ประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านมีความริเริ่มและสร้างสรรค์ ในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นที่ระบุไว้ในขั้นที่ 2 ว่ามีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนรู้ของตนเอง แล้วให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคน

ครึ่ง ปี	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			มองเห็นความสำคัญของการปรับปรุงความ พร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมี โอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และ ความรู้สึก ของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดง ความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติโดย ในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคน ได้คิด พิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะต้องปรับเปลี่ยน พฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับ ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์อย่างไร จึงจะไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ และกำหนด เป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการ วางแผนการปฏิบัติ นั้น จะต้องอยู่ภายใต้ ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่ สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละ คน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ใน ระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมี โอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และ ความรู้สึกของเพื่อนสมาชิกพร้อมทั้งแสดง ความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืน ยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตาม แผนที่ตนได้วางเอาไว้ หลังจากที่ได้เข้ากลุ่ม แล้วจึงนำไปปฏิบัติเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความ พร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมี ความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ในปัจจุบันให้ดีขึ้น และทำการบันทึกผลที่ได้จากการให้คำ

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			ปรึกษาลงในแบบประเมินตนเอง และนำมาอภิปรายในครั้งต่อไป ขั้นตอนที่ 6 ขั้นตอนติดตามผลการปฏิบัติโดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเอง และลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ก็ให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆ จะคอยเป็นกำลังใจให้
13	ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์	1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่นเป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา 2. ให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรมความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่ม	การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 13 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ตลอดทั้งอภิปรายร่วมกัน ตามลำดับขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และถามถึงการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		และสร้างสรรค์ใน ปัจจุบันที่นักศึกษา ต้องการปรับเปลี่ยนให้ ดีขึ้นและตระหนักถึง ผลกระทบที่มีต่อการ เรียนรู้ของตนเอง 3. เพื่อให้ นัก ศึกษาได้พิจารณาวิธี การในการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับ ความพร้อมในการ เรียนรู้ด้วยการนำตน เองด้านมีอิสระในการ เรียนรู้ และมีความคิด ริเริ่มและสร้างสรรค์ใน ปัจจุบัน และตระหนัก ถึงความสำคัญของ การปรับเปลี่ยนความ พร้อมในการเรียนรู้ ด้วยการนำตนเองให้ ดีขึ้นเพื่อกำหนดเป็น แผนการปฏิบัติที่มีขั้น ตอนชัดเจน และนำ ไปปฏิบัติ 4. เพื่อติดตามผล การปฏิบัติตามแผน ของนักศึกษาและให้คำ ปรึกษา เมื่อ พบ อุปสรรค	ว่าได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง เพื่อให้ นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ใ่วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจน มีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมใน การเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ โดยในขั้นนี้ ผู้วิจัย จะให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อม ในการเรียนรู้ ด้วยการนำตนเอง ด้านมีอิสระ ในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่มและสร้าง สร้างสรรค์ที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่า เป็นอย่างไรบ้าง เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้ สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษา ต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่าง การให้คำปรึกษาสมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้ สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก ของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน โดยในขั้นนี้ ผู้ วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้ประเมินพฤติ กรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับ ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ด้านมีอิสระในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่ม และสร้างสรรค์ ในปัจจุบันตามสภาพความ เป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ ดีขึ้นที่ระบุไว้ในขั้นที่ 2 ว่ามีผลกระทบอย่างไร ต่อการเรียนรู้ของตนเอง แล้วให้เพื่อนสมาชิก คนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้น ให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญ ของการปรับปรุงความพร้อมในการเรียนรู้ ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้

ครึ่ง ที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก ของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติโดยในขั้นนี้ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคน ได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึก เกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ อย่างไร จึงจะไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ และกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิกพร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนที่ตนได้วางเอาไว้ หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจึงนำไปปฏิบัติเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ ในปัจจุบันให้ดีขึ้น และทำการบันทึกผลที่ได้จากการให้คำ

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			ปรึกษาลงในแบบประเมินตนเอง และนำมาอภิปรายในครั้งต่อไป ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติโดยในขั้นนี้ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเอง และลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ก็จะให้ศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆ จะคอยเป็นกำลังใจให้
14	ปัจจัยนิเทศ และยุติการให้คำปรึกษา	1. เพื่อยุติการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง 2. เพื่อสรุปผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง	1. ผู้วิจัยทบทวน และติดตามผลเรื่องที่สนทนาในครั้งที่ผ่านมา 2. ผู้วิจัยให้นักศึกษาพิจารณาเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษา ก่อนได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง 3. ผู้วิจัยให้นักศึกษาประเมินความเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษา หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง 4. ผู้วิจัย ให้นักศึกษาช่วยกันสรุปผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม 5. ผู้วิจัย ให้นักศึกษาแต่ละคนตอบ

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			แบบสอบถาม ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วย การนำตนเอง 6. ผู้วิจัยกล่าวขอให้นักศึกษาในการให้ ความร่วมมือและกล่าวปิดโปรแกรมการให้คำ ปรึกษา

รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ครั้งที่ 1

เรื่อง ปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพ

เวลาที่ใช้ ประมาณ 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพและความคุ้นเคยกันระหว่างผู้วิจัยกับนักศึกษาและระหว่างนักศึกษาด้วยกันภายในกลุ่ม
2. เพื่อให้นักศึกษาทราบและเข้าใจถึงประโยชน์ ความสำคัญของความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
3. เพื่อให้นักศึกษาทราบความหมาย ความสำคัญ และวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง บทบาทหน้าที่ของผู้วิจัยและนักศึกษา ตลอดจนระยะเวลาและสถานที่ในการรับคำปรึกษา

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับ ทักทายนักศึกษาพร้อมทั้งแนะนำตนเองให้นักศึกษาได้รู้จักและให้นักศึกษาแต่ละคนแนะนำตนเอง
2. ผู้วิจัยให้นักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรม “เธอคือใคร”
 - 2.1 ผู้วิจัยแจกกระดาษเปล่าให้นักศึกษาทุกคน แล้วให้พับกระดาษให้ได้ 8 ช่อง
 - 2.2 ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคน ไปสัมภาษณ์เพื่อนสมาชิกให้ครบทุกคน ในช่วงเวลาที่กำหนดให้คนละ 5 คำถาม
 - 2.3 เมื่อสัมภาษณ์ครบทุกคนแล้ว ผู้วิจัยจะเรียกชื่อสมาชิกทีละคน แล้วให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆ ได้รายงานข้อมูลเกี่ยวกับนักศึกษาคนนั้น
3. ผู้วิจัยอธิบายให้นักศึกษาทราบและเข้าใจถึงประโยชน์ ความสำคัญของความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
4. ผู้วิจัยอธิบายให้นักศึกษาทราบ และเข้าใจความหมาย ความสำคัญ วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง และอธิบายบทบาทหน้าที่ของผู้วิจัยและนักศึกษาที่ต้องปฏิบัติในการเข้ารับคำปรึกษา
5. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักศึกษาซักถามข้อสงสัยที่เกี่ยวกับรายละเอียดต่างๆ ที่ได้แจ้งไปแล้ว

6. ผู้วิจัยและนักศึกษาร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการสนทนา เพื่อให้มีความเข้าใจ
ที่ตรงกัน

7. ผู้วิจัยให้นักศึกษาตอบแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำ
ตนเอง

8. ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลาและสถานที่ในการให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป
การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่นักศึกษาให้ความสนใจ การซักถาม การอภิปราย และการให้
ความร่วมมือในการทำกิจกรรม

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ครั้งที่ 2

เรื่อง ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้

เวลาที่ใช้ ประมาณ 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่น เป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา
2. เพื่อให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ ในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น และตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้
3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาถึงวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น เพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนที่ชัดเจนและนำไปปฏิบัติ
4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษา และให้คำปรึกษาเมื่อพบ

อุปสรรค

วิธีดำเนินการ

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเงียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 2 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ ตลอดจนอภิปรายร่วมกันตามลำดับขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเริ่มต้นของการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และผู้วิจัยติดตามผลของการให้คำปรึกษาครั้งที่ 1 โดยถามว่า “การเข้ากลุ่มให้ปรึกษาในครั้งที่ผ่านมาระดับความรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง” เป็นต้น เพื่อให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง โดยถามว่า “นักศึกษามีพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะ

เรียนรู้อย่างไรบ้าง” เป็นต้น เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกที่เป็นอยู่นั้นมีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนของตนเอง” ผู้วิจัยให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อสมาชิก

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ได้อย่างไรบ้าง เพื่อให้ไปสู่ เป้าหมายที่ต้องการ โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าควรที่จะปฏิบัติตนเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ได้อย่างไร จึงจะทำให้การเรียนของตนเองดีขึ้น” และให้นักศึกษาแต่ละคนกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนได้วางเอาไว้ เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ในปัจจุบันให้ดีขึ้น โดยพูดว่า “ให้นักศึกษายืนยันถึงความตั้งใจจริงว่า หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจะกลับไปปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองวางเอาไว้” และผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนทำการบันทึกผลที่ได้จากการปฏิบัติของตนเอง

ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเองและลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถ

ปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ก็จะให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆจะคอยให้กำลังใจ

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่นักศึกษาให้ความสนใจ ชักถาม ร่วมกันอภิปราย เกิดการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติจนมีการเปลี่ยนแปลงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนั้นจะทำให้การเรียนรู้ของนักศึกษาดีขึ้น

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ครั้งที่ 3

เรื่อง ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านรักที่จะเรียนรู้

เวลาที่ใช้ ประมาณ 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่น เป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา
2. เพื่อให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านรักที่จะเรียนรู้ ในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น และตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้
3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาถึงวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านรักที่จะเรียนรู้ และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น เพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนที่ชัดเจนและนำไปปฏิบัติ
4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษา และให้คำปรึกษาเมื่อพบอุปสรรค

วิธีดำเนินการ

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 3 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ ตลอดทั้งอภิปรายร่วมกันตามลำดับขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเริ่มต้นของการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และผู้วิจัยติดตามผลของการให้คำปรึกษาครั้งที่ 1 โดยถามว่า “การเข้า กลุ่มให้ปรึกษาในครั้งที่ผ่านมาระดับความรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง” เป็นต้น เพื่อให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านรักที่จะเรียนรู้ นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง โดยถามว่า “นักศึกษามีพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านรักที่จะเรียนรู้อย่างไรบ้าง”

เป็นต้น เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านรักที่จะเรียนรู้ในปัจจุบัน ตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกที่เป็นอยู่นั้นมีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนของตนเอง” ผู้วิจัยให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านรักที่จะเรียนรู้อย่างไรบ้าง เพื่อให้ไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าควรที่จะปฏิบัติตนเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านรักที่จะเรียนรู้อย่างไร จึงจะทำให้การเรียนของตนเองดีขึ้น” และให้นักศึกษาแต่ละคนกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนได้วางเอาไว้ เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านรักที่จะเรียนรู้ในปัจจุบันให้ดีขึ้น โดยพูดว่า “ให้นักศึกษายืนยันถึงความตั้งใจจริงว่า หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจะกลับไปปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองวางเอาไว้” และผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนทำการบันทึกผลที่ได้จากการปฏิบัติของตนเอง

ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเองและลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ก็จะให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆจะคอยให้กำลังใจ

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่นักศึกษาให้ความสนใจ ชักถาม ร่วมกันอภิปราย เกิดการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติจนมีการเปลี่ยนแปลงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นด้านรักที่จะเรียนรู้ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนั้นจะทำให้การเรียนรู้ของนักศึกษาดีขึ้น

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ครั้งที่ 4

เรื่อง ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมองอนาคตในแง่ดี

เวลาที่ใช้ ประมาณ 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่น เป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา
2. เพื่อให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมองอนาคตในแง่ดี ในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น และตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้
3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาถึงวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมองอนาคตในแง่ดี และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น เพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนที่ชัดเจนและนำไปปฏิบัติ
4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษา และให้คำปรึกษาเมื่อพบอุปสรรค

วิธีดำเนินการ

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 4 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ ตลอดจนอภิปรายร่วมกันตามลำดับขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเริ่มต้นของการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และผู้วิจัยติดตามผลของการให้คำปรึกษาครั้งที่ 1 โดยถามว่า “การเข้ากลุ่มให้ปรึกษาในครั้งที่ผ่านมาระหว่างเราได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง” เป็นต้น เพื่อให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมองอนาคตในแง่ดี นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง โดยถามว่า “นักศึกษามีพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมองอนาคตในแง่ดีหรือไม่ อย่างไร

บ้าง” เป็นต้น เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมองอนาคตในแง่ดีในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกที่เป็นอยู่นั้นมีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนของตนเอง” ผู้วิจัยให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อสมาชิก

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมองอนาคตในแง่ดีอย่างไรบ้าง เพื่อให้ไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าควรที่จะปฏิบัติตนเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมองอนาคตในแง่ดีอย่างไร จึงจะทำให้การเรียนของตนเองดีขึ้น” และให้นักศึกษาแต่ละคนกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนได้วางเอาไว้ เพื่อปรับเปลี่ยน พฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมองอนาคตในแง่ดีในปัจจุบันให้ดีขึ้น โดยพูดว่า “ให้นักศึกษายืนยันถึงความตั้งใจจริงว่า หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจะกลับไปปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองวางเอาไว้” และผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนทำการบันทึกผลที่ได้จากการปฏิบัติของตนเอง

ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเองและลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ก็จะให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆจะคอยให้กำลังใจ

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่นักศึกษาให้ความสนใจ ชักถาม ร่วมกันอภิปราย เกิดการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติจนมีการเปลี่ยนแปลงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นด้านมองอนาคตในแง่ดี ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนั้นจะทำให้การเรียนรู้ของนักศึกษาดีขึ้น

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ครั้งที่ 5

เรื่อง ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ และมองอนาคตในแง่ดี

เวลาที่ใช้ ประมาณ 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่น เป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา
2. เพื่อให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ และมองอนาคตในแง่ดี ในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น และตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้
3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาถึงวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ และมองอนาคตในแง่ดี และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น เพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนที่ชัดเจน และนำไปปฏิบัติ
4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษา และให้คำปรึกษาเมื่อพบอุปสรรค

วิธีดำเนินการ

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 5 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ ตลอดจนอภิปรายร่วมกันตามลำดับขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเริ่มต้นของการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และผู้วิจัยติดตามผลของการให้คำปรึกษาครั้งที่ 1 โดยถามว่า “การเข้ากลุ่มให้ปรึกษาในครั้งที่ผ่านมามีได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง” เป็นต้น เพื่อให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ และมองอนาคตในแง่ดี นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง โดยถามว่า “นักศึกษามีพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ และมองอนาคตในแง่ดีหรืออย่างไรบ้าง” เป็นต้น เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ และมองอนาคตในแง่ดีในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกที่เป็นอยู่นั้นมีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนของตนเอง” ผู้วิจัยให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่มช่วยกันประเมินเพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อสมาชิก

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ และมองอนาคตในแง่ดีอย่างไรบ้าง เพื่อให้ไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าควรที่จะปฏิบัติตนเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ และมองอนาคตในแง่ดีอย่างไร จึงจะทำให้การเรียนของตนเองดีขึ้น” และให้นักศึกษาแต่ละคนกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนได้วางเอาไว้ เพื่อปรับเปลี่ยน พฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ และมองอนาคตในแง่ดีในปัจจุบันให้ดีขึ้น โดยพูดว่า “ให้นักศึกษายืนยันถึงความตั้งใจจริงว่า หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจะกลับไปปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่

ตนเองวางเอาไว้” และผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนทำการบันทึกผลที่ได้จากการปฏิบัติของตนเอง

ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเองและลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ก็จะให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นจะคอยให้กำลังใจ

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่นักศึกษาให้ความสนใจ ชักถาม ร่วมกันอภิปราย เกิดการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติจนมีการเปลี่ยนแปลงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นด้านเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้ รักที่จะเรียนรู้ และมองอนาคตในแง่ดี ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนั้นจะทำให้การเรียนของนักศึกษาดีขึ้น

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ครั้งที่ 6

เรื่อง ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง

เวลาที่ใช้ ประมาณ 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่น เป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา
2. เพื่อให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเองในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น และตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้
3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาถึงวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเองและตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น เพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนที่ชัดเจนและนำไปปฏิบัติ
4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษา และให้คำปรึกษาเมื่อพบอุปสรรค

อุปสรรค

วิธีดำเนินการ

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 6 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ ตลอดจนอภิปรายร่วมกันตามลำดับขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเริ่มต้นของการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และผู้วิจัยติดตามผลของการให้คำปรึกษาครั้งที่ 1 โดยถามว่า “การเข้ากลุ่มให้ปรึกษาในครั้งที่ผ่านมาระดับความรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง” เป็นต้น เพื่อให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเองที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง โดยถามว่า “นัก

ศึกษามีพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเองอย่างไรบ้าง” เป็นต้น เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเองในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกที่เป็นอยู่นั้นมีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนของตนเอง” ผู้วิจัยให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำ ตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเองอย่างไรบ้าง เพื่อให้ไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าควรที่จะปฏิบัติตนเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเองอย่างไร จึงจะทำให้การเรียนของตนเองดีขึ้น” และให้นักศึกษาแต่ละคนกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนได้วางเอาไว้ เพื่อปรับเปลี่ยน พฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเองในปัจจุบันให้ดีขึ้น โดยพูดว่า “ให้นักศึกษายืนยันถึงความตั้งใจจริงว่า หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจะกลับไปปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองวางเอาไว้” และผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนทำการบันทึกผลที่ได้จากการปฏิบัติของตนเอง

ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเองและลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถ

ปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ก็จะให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆจะคอยให้กำลังใจ

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่นักศึกษาให้ความสนใจ ชักถาม ร่วมกันอภิปราย เกิดการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติจนมีการเปลี่ยนแปลงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนั้นจะทำให้การเรียนของนักศึกษาดีขึ้น

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ครั้งที่ 7

เรื่อง ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ

เวลาที่ใช้ ประมาณ 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่น เป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา
2. เพื่อให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น และตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้ เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาถึงวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น เพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนที่ชัดเจนและนำไปปฏิบัติ

4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษา และให้คำปรึกษาเมื่อพบอุปสรรค

วิธีดำเนินการ

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งนี้ 7 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ ตลอดจนอภิปรายร่วมกันตามลำดับขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเริ่มต้นของการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และผู้วิจัยติดตามผลของการให้คำปรึกษาครั้งที่ 1 โดยถามว่า “การเข้ากลุ่มให้ปรึกษาในครั้งนี้ผ่านมาเราได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง” เป็นต้น เพื่อให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด

และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง โดยถามว่า “นักศึกษามีพฤติกรรม ความคิด และความ รู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพอย่างไรบ้าง” เป็นต้น เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความ รู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนประเมินพฤติกรรม ความคิด และความ รู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าพฤติกรรม ความคิด และความ รู้สึกที่เป็นอยู่นั้นมีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนของตนเอง” ผู้วิจัยให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความ รู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อสมาชิก

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความ รู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพอย่างไรบ้าง เพื่อให้ไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าควรที่จะปฏิบัติตนเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพอย่างไร จึงจะทำให้การเรียนของตนเองดีขึ้น” และให้นักศึกษาแต่ละคนกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความ รู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนได้วางเอาไว้ เพื่อปรับเปลี่ยน พฤติกรรม ความคิด และความ รู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพในปัจจุบันให้ดีขึ้น โดยพูดว่า “ให้นักศึกษายืนยันถึงความตั้งใจจริงว่า หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจะกลับไปปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองวางเอาไว้” และผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนทำการบันทึกผลที่ได้จากการปฏิบัติของตนเอง

ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้

แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเองและลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ก็จะให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นจะคอยให้กำลังใจ

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่นักศึกษาให้ความสนใจ ชักถาม ร่วมกันอภิปราย เกิดการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติจนมีการเปลี่ยนแปลงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นด้านมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนั้นจะทำให้การเรียนรู้ของนักศึกษาดีขึ้น

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ครั้งที่ 8

เรื่อง ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ

เวลาที่ใช้ ประมาณ 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่น เป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา

2. เพื่อให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น และตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้

3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาถึงวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น เพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนที่ชัดเจนและนำไปปฏิบัติ

4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษา และให้คำปรึกษาเมื่อพบอุปสรรค

วิธีดำเนินการ

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 8 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ ตลอดทั้งอภิปรายร่วมกันตามลำดับขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเริ่มต้นของการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และผู้วิจัยติดตามผลของการให้คำปรึกษาครั้งที่ 1 โดยถามว่า “การเข้ากลุ่มให้ปรึกษาในครั้งที่ผ่านมาระดับความรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง” เป็นต้น เพื่อให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ ที่นักศึกษา กำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง โดยถามว่า “นักศึกษามีพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพอย่างไรบ้าง” เป็นต้น เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่า พฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกที่เป็นอยู่นั้นมีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนของตนเอง” ผู้วิจัยให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อสมาชิก

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้พิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพอย่างไรบ้าง เพื่อให้ไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าควรที่จะปฏิบัติตนเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพอย่างไร จึงจะทำให้การเรียนของตนเองดีขึ้น” และให้นักศึกษาแต่ละคนกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนได้วางเอาไว้ เพื่อปรับเปลี่ยน พฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพใน

ปัจจุบันให้ดีขึ้น โดยพูดว่า “ให้นักศึกษายืนยันถึงความตั้งใจจริงว่า หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจะกลับไปปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองวางเอาไว้” และผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนทำการบันทึกผลที่ได้จากการปฏิบัติของตนเอง

ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเองและลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ก็จะให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆ จะคอยให้กำลังใจ

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่นักศึกษาให้ความสนใจ ชักถาม ร่วมกันอภิปราย เกิดการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติจนมีการเปลี่ยนแปลงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นด้านพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนั้นจะทำให้การเรียนของนักศึกษาดีขึ้น

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ครั้งที่ 9

เรื่อง ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียน

เวลาที่ใช้ ประมาณ 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่น เป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา

2. เพื่อให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียนในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น และตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้

3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาถึงวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียน และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น เพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนที่ชัดเจนและนำไปปฏิบัติ

4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษา และให้คำปรึกษาเมื่อพบอุปสรรค

วิธีดำเนินการ

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งนี้ 9 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ ตลอดทั้งอภิปรายร่วมกันตามลำดับขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเริ่มต้นของการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และผู้วิจัยติดตามผลของการให้คำปรึกษาครั้งที่ 1 โดยถามว่า “การเข้ากลุ่มให้ปรึกษาในครั้งนี้ผ่านมาเราได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไร

บ้าง” เป็นต้น เพื่อให้ให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียน ที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง โดยถามว่า “นักศึกษามีพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียนอย่างไรบ้าง” เป็นต้น เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียนในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกที่เป็นอยู่นี้มีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนของตนเอง” ผู้วิจัยให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อสมาชิก

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียนอย่างไรบ้าง เพื่อให้ไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าควรที่จะปฏิบัติตนเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียนอย่างไร จึงจะทำให้การเรียนของตนเองดีขึ้น” และให้นักศึกษาแต่ละคนกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนได้วางเอาไว้ เพื่อปรับเปลี่ยน พฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียนในปัจจุบันให้ดีขึ้น โดยพูดว่า “ให้นักศึกษายืนยันถึงความตั้งใจจริงว่า หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจะกลับไปปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองวางเอาไว้” และผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนทำการบันทึกผลที่ได้จากการปฏิบัติของตนเอง

ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเองและลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ก็จะให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆ จะคอยให้กำลังใจ

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่นักศึกษาให้ความสนใจ ชักถาม ร่วมกันอภิปราย เกิดการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติจนมีการเปลี่ยนแปลงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นด้านด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการฟัง การอ่าน การพูด และการทำความเข้าใจในสิ่งที่เรียน ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนั้นจะทำให้การเรียนของนักศึกษาดีขึ้น

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ครั้งที่ 10

เรื่อง ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และการแก้ปัญหา

เวลาที่ใช้ ประมาณ 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่น เป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา

2. เพื่อให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และการแก้ปัญหาในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น และตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้

3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาถึงวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และการแก้ปัญหา และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น เพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนที่ชัดเจนและนำไปปฏิบัติ

4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษา และให้คำปรึกษาเมื่อพบอุปสรรค

วิธีดำเนินการ

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งนี้ 10 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ ตลอดจนอภิปรายร่วมกันตามลำดับขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเริ่มต้นของการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และผู้วิจัยติดตามผลของการให้คำปรึกษาครั้งที่ 1 โดยถามว่า “การเข้ากลุ่มให้ปรึกษาในครั้งนี้ผ่านมาเราได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง” เป็นต้น เพื่อให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และการแก้ปัญหา ที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง โดยถามว่า “นักศึกษามีพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และการแก้ปัญหา อย่างเป็นอย่างไรบ้าง” เป็นต้น เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และการแก้ปัญหา ในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกที่เป็นอยู่นั้นมีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนของตนเอง” ผู้วิจัยให้เพื่อนสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อสมาชิก

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และการแก้ปัญหา อย่างเป็นอย่างไรบ้าง เพื่อให้ไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าควรที่จะปฏิบัติตนเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และการแก้ปัญหา อย่างเป็นอย่างไร จึงจะทำให้การเรียนของตนเองดีขึ้น” และให้นักศึกษาแต่ละคนกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้นจะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนได้วางเอาไว้ เพื่อปรับเปลี่ยน พฤติ

กรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และการแก้ปัญหาในปัจจุบันให้ดีขึ้น โดยพูดว่า “ให้นักศึกษายืนยันถึงความตั้งใจจริงว่า หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจะกลับไปปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองวางเอาไว้” และผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนทำการบันทึกผลที่ได้จากการปฏิบัติของตนเอง

ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเองและลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ก็จะให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่น ๆ จะคอยให้กำลังใจ

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่นักศึกษาให้ความสนใจ ชักถาม ร่วมกันอภิปราย เกิดการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติจนมีการเปลี่ยนแปลงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นด้านด้านมีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา ได้แก่ ทักษะการคิด การจำ และการแก้ปัญหา ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนั้นจะทำให้การเรียนของนักศึกษาดีขึ้น

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ครั้งที่ 11

เรื่อง ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้

เวลาที่ใช้ ประมาณ 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่น เป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา
2. เพื่อให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น และตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้
3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาถึงวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้นเพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนที่ชัดเจนและนำไปปฏิบัติ
4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษา และให้คำปรึกษาเมื่อพบอุปสรรค

วิธีดำเนินการ

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 11 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ ตลอดทั้งอภิปรายร่วมกันตามลำดับขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเริ่มต้นของการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และผู้วิจัยติดตามผลของการให้คำปรึกษาครั้งที่ 1 โดยถามว่า “การเข้ากลุ่มให้ปรึกษาในครั้งที่ผ่านมาระดับความรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง” เป็นต้น เพื่อให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ ที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง โดยถามว่า “นักศึกษามีพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้หรือไม่

“ไบบ้าง” เป็นต้น เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกที่เป็นอยู่นี้มีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนของตนเอง” ผู้วิจัยให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อสมาชิก

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้อย่างไรบ้าง เพื่อให้ไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าควรที่จะปฏิบัติตนเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้อย่างไร จึงจะทำให้การเรียนของตนเองดีขึ้น” และให้นักศึกษาแต่ละคนกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนได้วางเอาไว้ เพื่อปรับเปลี่ยน พฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ในปัจจุบันให้ดีขึ้น โดยพูดว่า “ให้นักศึกษายืนยันถึงความตั้งใจจริงว่า หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจะกลับไปปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองวางเอาไว้” และผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนทำการบันทึกผลที่ได้จากการปฏิบัติของตนเอง

ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเองและลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ก็จะให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆจะคอยให้กำลังใจ

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่นักศึกษาให้ความสนใจ ชักถาม ร่วมกันอภิปราย เกิดการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติจนมีการเปลี่ยนแปลงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นด้านมีอิสระในการเรียนรู้ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนั้นจะทำให้การเรียนรู้ของนักศึกษาดีขึ้น

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ครั้งที่ 12

เรื่อง ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์

เวลาที่ใช้ ประมาณ 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่น เป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา
2. เพื่อให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น และตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้
3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาถึงวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น เพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนที่ชัดเจนและนำไปปฏิบัติ
4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษา และให้คำปรึกษาเมื่อพบอุปสรรค

วิธีดำเนินการ

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเจียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งนี้ 12 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ ตลอดจนอภิปรายร่วมกันตามลำดับขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเริ่มต้นของการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และผู้วิจัยติดตามผลของการให้คำปรึกษาครั้งที่ 1 โดยถามว่า “การเข้ากลุ่มให้ปรึกษาในครั้งที่ผ่านมาระดับความรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง” เป็นต้น เพื่อให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ ที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง โดยถามว่า “นักศึกษามีพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดริเริ่มและสร้าง

สรรค์อย่างไรบ้าง” เป็นต้น เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกที่เป็นอยู่นั้นมีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนของตนเอง” ผู้วิจัยให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อสมาชิก

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์อย่างไรบ้าง เพื่อให้ไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าควรที่จะปฏิบัติตนเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์อย่างไร จึงจะทำให้การเรียนของตนเองดีขึ้น” และให้นักศึกษาแต่ละคนกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนได้วางเอาไว้ เพื่อปรับเปลี่ยน พฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ในปัจจุบันให้ดีขึ้น โดยพูดว่า “ให้นักศึกษายืนยันถึงความตั้งใจจริงว่า หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจะกลับไปปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองวางเอาไว้” และผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนทำการบันทึกผลที่ได้จากการปฏิบัติของตนเอง

ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเองและลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถ

ปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ก็จะให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆจะคอยให้กำลังใจ

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่นักศึกษาให้ความสนใจ ชักถาม ร่วมกันอภิปราย เกิดการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติจนมีการเปลี่ยนแปลงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นด้านมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนั้นจะทำให้การเรียนของนักศึกษาดีขึ้น

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ครั้งที่ 13

เรื่อง ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์

เวลาที่ใช้ ประมาณ 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกไว้วางใจ รู้สึกอบอุ่น เป็นกันเองกับผู้วิจัย และพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษา
2. เพื่อให้นักศึกษาได้สำรวจพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ ในปัจจุบันที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น และตระหนักถึงผลกระทบที่มีต่อการเรียนรู้
3. เพื่อให้นักศึกษาได้พิจารณาถึงวิธีการในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ และตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น เพื่อกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนที่ชัดเจนและนำไปปฏิบัติ
4. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของนักศึกษา และให้คำปรึกษาเมื่อพบอุปสรรค

วิธีดำเนินการ

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิคการฟัง การใช้ท่าทาง การแสดงสีหน้าและสายตา การเคลื่อนไหว การให้ข้อมูล การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การเผชิญหน้า การเรียบ การตีความ การให้กำลังใจ และการสรุป โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งที่ 13 ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ ตลอดจนอภิปรายร่วมกันตามลำดับขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเริ่มต้นของการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยสร้าง สัมพันธภาพและบรรยากาศในการให้คำปรึกษา โดยถามเรื่องทั่วไป และผู้วิจัยติดตามผลของการให้คำปรึกษาครั้งที่ 1 โดยถามว่า “การเข้ากลุ่มให้ปรึกษาในครั้งที่ผ่านมาระดับความรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง” เป็นต้น เพื่อให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น ไว้วางใจ ปลอดภัย และเป็นกันเองกับผู้วิจัย ตลอดจนมีความมั่นใจที่จะปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ และมีความ

ความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ ที่นักศึกษากำลังปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไรบ้าง โดยถามว่า “นักศึกษามีพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์อย่างไรบ้าง” เป็นต้น เมื่อนักศึกษาแต่ละคนได้สำรวจตนเอง และรับรู้ถึงสิ่งที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้นแล้ว ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นและให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประเมิน ผู้วิจัยให้นักศึกษาแต่ละคนประเมินพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ในปัจจุบันตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกที่เป็นอยู่นั้นมีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนของตนเอง” ผู้วิจัยให้เพื่อนสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่มช่วยกันประเมิน เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาแต่ละคนมองเห็นความสำคัญของการปรับเปลี่ยนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองให้ดีขึ้น ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อสมาชิก

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นวางแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้คิดพิจารณาถึงเป้าหมายว่าควรจะต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์อย่างไรบ้าง เพื่อให้ไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ โดยถามว่า “นักศึกษาคิดว่าควรที่จะปฏิบัติตนเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์อย่างไร จึงจะทำให้การเรียนของตนเองดีขึ้น” และให้นักศึกษาแต่ละคนกำหนดเป็นแผนการปฏิบัติที่มีขั้นตอนชัดเจน ซึ่งการวางแผนการปฏิบัตินั้น จะต้องอยู่ภายใต้ขอบเขตความสามารถของนักศึกษาที่สามารถปฏิบัติได้ เหมาะสมกับนักศึกษาแต่ละคน และนักศึกษาเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสได้สะท้อนถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น และให้กำลังใจเพื่อนสมาชิก

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนยืนยันถึงความตั้งใจและตกลงใจที่จะปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนได้วางเอาไว้ เพื่อปรับเปลี่ยน พฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองด้านมีอิสระในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ในปัจจุบันให้ดีขึ้น โดยพูดว่า “ให้นักศึกษายืนยันถึงความตั้งใจจริงว่า หลังจากที่ได้เข้ากลุ่มแล้วจะกลับไปปฏิบัติตามแผนการปฏิบัติที่ตนเองวางเอาไว้” และผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนทำการบันทึกผลที่ได้จากการปฏิบัติของตนเอง

ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตามผลการปฏิบัติ ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนรายงานผลการปฏิบัติตามแผนที่ตนเองเป็นผู้กำหนดไว้ ถ้านักศึกษาสามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ แล้วมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นก็ให้คำชมเชย ถ้าปฏิบัติแล้วไม่มีการ

เปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็ให้นักศึกษาทบทวนตนเองและลองปฏิบัติดูใหม่ แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ก็จะให้นักศึกษาค้นหาสาเหตุ และวางแผนการปฏิบัติใหม่ที่สามารถปฏิบัติได้ ผู้วิจัยและสมาชิกคนอื่นๆจะคอยให้กำลังใจ

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่นักศึกษาให้ความสนใจ ชักถาม ร่วมกันอภิปราย เกิดการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติจนมีการเปลี่ยนแปลงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้นด้านมีอิสระในการเรียนรู้ และมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนั้นจะทำให้การเรียนรู้ของนักศึกษาดีขึ้น

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงครั้งที่ 14

เรื่อง บัณฑิตนิเทศและยุติการให้คำปรึกษา

เวลาที่ใช้ ประมาณ 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อยุติการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง
2. เพื่อสรุปผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยทบทวนและติดตามผลเรื่องที่สนทนากันในครั้งที่ผ่านมา
2. ผู้วิจัยให้นักศึกษา พิจารณาเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาก่อนได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง โดยพูดว่า “ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาก่อนที่จะเข้ารับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงในครั้งนี้”
3. ผู้วิจัยให้นักศึกษาประเมินการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงโดยพูดว่า “ผู้วิจัยจะให้นักศึกษาแต่ละคนได้พูดถึงสิ่งที่ได้รับหลังจากการเข้าร่วมกลุ่มให้คำปรึกษาในครั้งนี้ รวมทั้งการนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน”
4. ผู้วิจัยให้นักศึกษาร่วมกันสรุปผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
5. ผู้วิจัยให้นักศึกษาตอบแบบสอบถามความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
6. ผู้วิจัยกล่าวขอใจนักศึกษในการให้ความร่วมมือและกล่าวปิดโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง

การประเมินผล

ผู้วิจัยสังเกตจากการที่นักศึกษาให้ความสนใจ ชักถาม เกิดการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติจนมีการเปลี่ยนแปลงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองดีขึ้น

ตัวอย่างการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ครั้งที่ 7

เรื่อง การมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ

วัน เวลา วันศุกร์ที่ 3 พฤศจิกายน พ.ศ. 2543 เวลา 14.00 – 15.00 น.

สถานที่ ห้องประชุมคณะครุศาสตร์

ผู้รับคำปรึกษา จำนวน 8 คน

ผู้ให้คำปรึกษา : สวัสดิ์ค่ะ

ผู้รับคำปรึกษา : สวัสดิ์ครับ สวัสดิ์ค่ะ

ผู้ให้คำปรึกษา : เป็นอย่างไรบ้างคะ วันนี้

ผู้รับคำปรึกษา : สบายดีครับ สบายดีค่ะ

ผู้ให้คำปรึกษา : ทานข้าวกลางวันกับอะไรกันคะ

ผู้รับคำปรึกษา : ทานก๋วยเตี๋ยวค่ะ กะเพราปลาหมึกค่ะ กะเพรารวมมิตรครับ

ผู้ให้คำปรึกษา : อร่อยไหมคะ

ผู้รับคำปรึกษา : อร่อยครับ อร่อยค่ะ

ผู้ให้คำปรึกษา : ครั้งที่แล้วจำได้ไหมคะว่าเราได้คุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง ไหนลองเล่าให้ฟังหน่อยซิค่ะ

สุพรรณษา : ความรับผิดชอบที่จะเรียน

พิชิต : การเข้าเรียนตรงต่อเวลา

ชุลีกร : การเตรียมอุปกรณ์ให้พร้อมก่อนที่จะเข้าเรียน

อสุณี : การทำงานให้เสร็จตามกำหนด

ภัทราวุธ : การยอมรับทั้งผลดีและผลเสียที่เกิดขึ้นจากการเรียนของตนเองได้

ผู้ให้คำปรึกษา : ค่ะ แล้วหลังจากที่ได้กลับไปทำตามแผนที่ตนเองได้วางเอาไว้ ได้ผลเป็นอย่างไรบ้างคะ ไหนลองเล่าให้ฟังหน่อยซิค่ะ

แหวน : รู้สึกว่าตนเองมีความรับผิดชอบต่อการเรียนเพิ่มมากขึ้น

สุพรรณษา : เข้าเรียนตรงเวลาขึ้น

สายรุ้ง : มีการเตรียมอุปกรณ์ในการเรียนพร้อมมากขึ้นก่อนที่จะเข้าเรียน

ชุลีกร : ไม่ตื่นสายแล้วค่ะ มาเข้าเรียนทันเวลา

ผู้ให้คำปรึกษา : พิชิตล่ะคะ ได้ผลเป็นอย่างไรบ้างคะ

พิชิต : มาเข้าเรียนตรงเวลามากขึ้นครับ และก็มาก่อนที่อาจารย์จะเข้าห้อง

ภัทราวุธ : ก่อนเข้าเรียนมีการเตรียมอุปกรณ์ต่างๆที่จะใช้ในการเรียนพร้อมมากขึ้น

รัตนเทพ : ไม่ขี้ลืมเหมือนแต่ก่อนแล้วครับ

- อสุณี : และก็ไม่ต้องขอยืมลิลิตวิดเปเปอร์ของเพื่อนแล้ว
- ผู้ให้คำปรึกษา : ก็ขอชื่นชมนะค่ะ กับสิ่งต่างๆที่นักศึกษาสามารถทำได้สำเร็จตามที่ได้วางแผนเอาไว้ และก็ขอให้พยายามทำต่อไป เพราะสิ่งเหล่านี้จะช่วยให้นักศึกษามีความรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเองเพิ่มมากขึ้น ผู้วิจัยขอเป็นกำลังใจให้ค่ะ
- ผู้รับคำปรึกษา : ค่ะ , ครับ ผมจะพยายามทำต่อไป
- ผู้ให้คำปรึกษา : สำหรับวันนี้เราจะมาคุยกันในหัวข้อเรื่อง การมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่า เป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ ในส่วนของการตั้งใจเรียนและการเอาใจใส่ต่อการเรียนทั้งในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน การอ่านตำราเรียนล่วงหน้าก่อนเข้าชั้นเรียน และการทบทวนสิ่งที่ได้เรียนไปแล้วในแต่ละวัน นักศึกษาลองสำรวจตนเองดูซิค่ะว่า ตามสภาพความเป็นจริงที่นักศึกษาเป็นอยู่ในขณะนี้ นักศึกษามีพฤติกรรม มีความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับการตั้งใจเรียนและการเอาใจใส่ต่อการเรียนทั้งในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียนเป็นอย่างไรบ้าง ไหนเล่าให้ฟังหน่อยซิค่ะ
- ชุลีกร : ตอนเรียนในห้องก็ตั้งใจนะค่ะ แต่พอออกมานอกห้องเรียนแล้วก็ทิ้งไปเลย
- แหวน : จำเนื้อหาที่เรียนไม่ค่อยได้ จำสับสน จำสลับไปสลับมา ุงค่ะ
- ผู้ให้คำปรึกษา : สาเหตุที่ทำให้แหวนจำเนื้อหาที่เรียนไม่ค่อยได้ มีสาเหตุมาจากอะไรค่ะ
- แหวน : ไม่ตั้งใจเรียน บางทีก็ฟังไม่เข้าใจ ทำให้ไม่อยากเรียน ไม่อยากจำอะไรเลย
- รัตนเทพ : ก็เหมือนกับเพื่อนครับ เวลาเรียนก็ไม่ค่อยตั้งใจ รู้เรื่องบ้าง ไม่รู้เรื่องบ้าง พอเลิกเรียนก็ไม่ได้เอาใจใส่กับมัน เลยทำให้จำเนื้อหาที่เรียนไม่ค่อยได้ครับ
- พิชิต : ผมก็เหมือนกับเพื่อนๆ ครับ ตอนเรียนอยู่ในห้องพอจำได้บ้าง แต่พอออกมานอกห้องก็ลืม จำได้เฉพาะจุดที่เราฟังแล้วเข้าใจ ตรงไหนที่ไม่เข้าใจก็ลืมไปเลยในจุดนั้น
- สายรุ้ง : ส่วนของหนูนะค่ะก็เวลาเรียนในห้องก็ไม่ค่อยตั้งใจเรียนเท่าไร จะตามเพื่อนไม่ค่อยทัน ส่วนใหญ่จะง่วงนอน
- อสุณี : ใช่ค่ะ ส่วนมากเวลาเรียนจะง่วงนอนถ้าเรื่องไหนไม่น่าสนใจก็จะหลับ และก็เรียนไม่รู้เรื่อง จำไม่ได้เลย
- ผู้ให้คำปรึกษา : สุพรรณษาละค่ะ
- สุพรรณษา : ก็ได้แคในห้องเรียนเท่านั้น พอออกมานอกห้องแล้วก็ลืมและเวลาเรียนจะตั้งใจฟังเฉพาะเรื่องที่เรานสนใจ เรื่องไหนไม่สนใจก็จะไม่ฟัง ก็จะแอบคุยกับเพื่อนมากกว่า
- ภัทรารุช : พออาจารย์เห็น ก็โดนว่า

- ผู้ให้คำปรึกษา : เอาละค่ะ ที่นี้นักศึกษาลองมาประเมินดูซิค่ะว่า สิ่งนี้นักศึกษาเป็นอยู่ในขณะนี้ มันมีผลกระทบต่อการเรียนของเราอย่างไรบ้าง ช่วยเล่าให้ฟังได้ไหมค่ะ
- รัตนเทพ : ก็ทำให้เราเรียนไม่ทันเพื่อนครับ การเรียนก็แย่งลงครับ พอกลับไปบ้านก็อ่านไม่รู้เรื่อง ไม่เข้าใจ
- พิชิต : ทำให้การเรียนตกต่ำ คือตอนเรียนอยู่ในห้องถ้าเราไม่ตั้งใจ เราก็จะไม่รู้เรื่องในสิ่งที่อาจารย์สอน
- แหวน : เวลาสอบก็ทำข้อสอบไม่ได้ ค่ะแน่นอนออกมา也不好
- ชุลีกร : ถ้าเกิดเราไม่ตั้งใจเรียนในห้องแล้ว เวลาออกมานอกห้องเรียนก็ไม่เข้าใจ ก็เหมือนกับที่เพื่อนๆ บอกคือ เวลาสอบในจุดที่เรายังไม่เข้าใจ เราก็ทำไม่ได้ ค่ะแน่นอนออกมา也不好 เกรดก็ตก
- ผู้ให้คำปรึกษา : แล้วขณะนี้รู้สึกอย่างไรค่ะ
- ชุลีกร : ก็เสียใจเหมือนกันค่ะ
- ผู้ให้คำปรึกษา : ภัทราวุธละค่ะ คิดว่าสิ่งที่เราเป็นอยู่ในขณะนี้ จะมีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนของเราค่ะ
- ภัทราวุธ : ถ้าเราไม่ตั้งใจเรียน มัวแต่คุยกับเพื่อน ไม่ฟังอาจารย์สอนเราก็จะไม่สามารถความรู้จากอาจารย์ ถ้าเราไปหาอ่านเองก็คงจะไม่ดีเท่ากับที่อาจารย์สอน
- สายรุ้ง : ก็เหมือนกับที่เพื่อนๆ ได้พูดมา คือถ้าเราไม่ตั้งใจ ไม่เอาใจใส่การเรียนของเรา ก็จะทำให้เรียนไม่รู้เรื่อง เกรดตก ทำให้สุขภาพจิตของเราไม่ค่อยดีด้วยค่ะ
- ผู้ให้คำปรึกษา : อสุณีละค่ะคิดว่าสิ่งที่เราเป็นอยู่ในปัจจุบันนี้ มีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนของเรา
- อสุณี : ก็คล้ายๆ กับเพื่อนๆ คือ ถ้าเราเรียนไม่เข้าใจ ก็จะนำความรู้ที่ได้เรียนไปใช้ประโยชน์ในอนาคตไม่ได้
- ผู้ให้คำปรึกษา : สุพรรณษาละค่ะ
- สุพรรณษา : ก็เหมือนกับเพื่อนๆ ค่ะ ถ้าเวลาเรียนแล้วเรารู้ ในขณะที่เรารู้ อาจารย์เขาอาจจะบอกแนวข้อสอบก็ได้ ทำให้เราไม่ทราบ ไม่รู้ แล้วทำให้เราไม่เข้าใจตรงจุดนั้น เกรดก็อาจจะตก การเรียนก็ไม่ดีขึ้น
- ผู้ให้คำปรึกษา : สาเหตุที่ทำให้เราพูดคุยกันในห้อง นักศึกษาพอจะบอกได้ไหมค่ะว่ามีสาเหตุมาจากอะไร
- สุพรรณษา : มันเรียนไม่ค่อยรู้เรื่องไม่อยากเรียน ก็เลยทำให้คุยกัน แต่ก็อยากมีความรู้ในเรื่องนั้นนะค่ะ ก็พยายามถามเพื่อนเอา

- ผู้ให้คำปรึกษา : เมื่อสักครู่นี้สุพรรณณาบอกว่าสาเหตุที่ทำให้นักศึกษาคุยกันเป็นเพราะว่าเรียนไม่ค่อยรู้เรื่อง ไม่อยากเรียน และก็อยากมีความรู้ในเรื่องนั้นด้วย จึงใช้วิธีการถามเพื่อนเอา
- รัตนเทพ : แต่การถามเพื่อนในขณะที่เรียนก็ทำให้เพื่อนไม่มีสมาธิที่จะเรียน และเป็น การรบกวนเพื่อนด้วย
- ผู้ให้คำปรึกษา : เอาละค่ะ จากสิ่งที่นักศึกษาได้พูดมานี้เนะค่ะ จะเห็นได้ว่า การที่เราไม่ตั้งใจเรียน มัวแต่คุยกันในเวลาเรียน จึงทำให้ไม่เข้าใจเนื้อหาต่างๆที่อาจารย์สอน เมื่อออกจากห้องเรียนไปแล้วถ้าไม่เอาใจใส่ต่อสิ่งที่ได้เรียนไป ก็จะทำให้จำเนื้อหาต่างๆ ไม่ค่อยได้ เวลาสอบคะแนนออกมาก็ไม่ดี เกรตก็ตก ทีนี้นักศึกษาลองวางแผนดูซิค่ะว่า จะทำอย่างไร จึงจะสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกในส่วนของการตั้งใจเรียนและการเอาใจใส่ต่อการเรียนทั้งในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียนของนักศึกษาให้เพิ่มขึ้นได้
- พิชิต : นักศึกษาจะมีวิธีการวางแผนอย่างไรคะ ไหนลองอธิบายให้ฟังหน่อยซิค่ะ
- พิชิต : เราต้องบังคับตนเองให้ตั้งใจฟังในขณะที่อาจารย์บรรยาย แล้วพยายามทำความเข้าใจในสิ่งที่อาจารย์สอน เพื่อที่เราจะได้จำได้ ถ้าไม่เข้าใจตรงไหนก็ให้ยกมือถามอาจารย์ และหลังจากที่ออกจากห้องเรียนไปแล้วให้เพื่อนช่วยอธิบายให้ฟังอีกครั้งหนึ่ง หรือไปค้นคว้าเพิ่มเติมหาอ่านจากเอกสารตำราต่างๆ ในห้องสมุดก็ได้
- ผู้ให้คำปรึกษา : เป็นความคิดที่ดีเนะค่ะ คนอื่นละคะมีวิธีการอย่างไรบ้าง
- สุพรรณณา : ก็ถ้าจะคุยกัน น่าจะคุยกันให้เสร็จข้างนอกห้องก่อนที่จะเข้าไปเรียน เวลาเรียนจะได้ตั้งใจฟังอาจารย์สอน
- ผู้ให้คำปรึกษา : ก็ก็เป็นสิ่งที่ดีเนะค่ะ เพราะว่าเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่จะช่วยให้เราไม่พูดคุยกันในห้องเรียน คนอื่นละคะ สายรุ้งมีวิธีการวางแผนอย่างไรบ้างคะ
- สายรุ้ง : ก็ตั้งใจเรียนให้ดีที่สุด อ่านหนังสือมาก่อนที่จะเข้าเรียนและก็ถือคติว่า ดาตูลูฟัง มือจด จิตใจคิดตามไป หัวสมองจ่อจำ คตินี้พอเลยคะ
- ผู้ให้คำปรึกษา : ชุติกรละคะ มีวิธีการวางแผนอย่างไรบ้าง
- ชุติกร : ก็ถ้าเรารู้สึกง่วงหรือว่าไม่มีสมาธิแล้ว ให้ขออนุญาตอาจารย์ออกไปข้างนอกไปทำสมาธิสักพัก แล้วเข้ามาใหม่ แล้วก็เหมือนกับที่ภัทราวุธบอกคือ ถ้าไม่เข้าใจภายในห้องเรียนก็ให้ยกมือปรึกษาอาจารย์ เมื่อออกมาจากห้องเรียนแล้ว ก็ออกไปศึกษาตามแหล่งความรู้ต่างๆ
- ผู้ให้คำปรึกษา : มีใครอยากจะบอกอะไรกับชุติกรไหมคะ
- สายรุ้ง : ช่วงที่ออกไปทำสมาธิเนี่ย อาจจะไม่ได้รับข้อที่สำคัญๆ ที่อาจารย์บอกในขณะนั้น ดังนั้นเราจึงควรทำสมาธิตั้งแต่ก่อนที่จะเริ่มเรียนดีกว่าไหมคะ

- ซุสึกร : แต่ถ้าสุดท้าย ถ้าเราจริง ๆ เราก็ควรจะยอมเสียส่วนน้อยดีกว่าเสียส่วนมากกว่านะค่ะ
- แหวน : หรืออีกวิธีหนึ่งก็คือ นอนพักผ่อนให้เพียงพอ เวลาเรียนจะได้ไม่หลับในห้องและรู้สึกสดชื่นด้วย
- ภัทรารุช : ควรจะมีการออกกำลังกายในตอนเช้าด้วย พยายามทำร่างกายให้สดชื่นกระปี้กระเป่า
- ผู้ให้คำปรึกษา : อสุณีละค่ะ มีวิธีการอย่างไรที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของตนเองให้ดีขึ้นในเรื่องของการตั้งใจเรียนและการเอาใจใส่ต่อการเรียนทั้งในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน ไหนลองเล่าให้ฟังหน่อยซิค่ะ
- อสุณี : ก็เหมือนกับซุสึกรค่ะ คือถ้าว่างก็ออกไปล้างหน้าล้างตา ยืดเส้นยืดสายให้มันหายง่วงแล้วจึงค่อยเข้ามาเรียนต่อ ตอนที่เรากลับไปเราไม่รู้ว่ามีอาจารย์สอนเรื่องอะไรก็ให้ออกไปถามเพื่อนข้างนอกห้องหลังจากที่เลิกเรียนแล้ว หรืออาจจะไปปรึกษาอาจารย์อีกครั้งก็ได้
- รัตนเทพ : หรือไม่ก็ไปอ่านเพิ่มเติมจากหนังสือในห้องสมุด และกลับไปทบทวนอีกที่บ้าน
- สุพรรณษา : แต่วิธีที่ดีที่สุด เราควรจะพยายามทำความเข้าใจเนื้อหาที่เรียนเวลาที่อยู่ในห้องเรียนให้ได้มากที่สุด ถ้าไม่เข้าใจยังงี้ ก็ให้ยกมือถามอาจารย์ในขณะนั้น เวลาหมดคาบก็อาจจะตามไปปรึกษากับอาจารย์ข้างนอกห้องอีกครั้งหนึ่งก็ได้ เพื่อที่เราจะได้เข้าใจเพิ่มมากขึ้น
- ผู้ให้คำปรึกษา : เอาละค่ะ จากสิ่งที่นักศึกษาแต่ละคนได้วางแผนเอาไว้ นักศึกษาคิดว่าจะสามารถทำตามแผนได้ไหมค่ะ
- ผู้รับคำปรึกษา : ได้ครับ ได้ค่ะ
- ผู้ให้คำปรึกษา : ผู้วิจัยอยากให้นักศึกษายืนยันถึงความตั้งใจจริงอีกครั้งหนึ่งว่า หลังจากที่ได้รับคำปรึกษาไปแล้ว นักศึกษาจะปฏิบัติตามแผนที่ตนเองได้วางแผนเอาไว้
- ผู้รับคำปรึกษา : ค่ะ , ครับ ผมจะทำตามแผนที่วางแผนเอาไว้ให้ได้
- ผู้ให้คำปรึกษา : ค่ะ ผู้วิจัยจะคอยเป็นกำลังใจให้ค่ะ ต่อไปเราจะมาคุยกันในเรื่องของการอ่านตำราเรียนล่วงหน้าก่อนที่จะเข้าชั้นเรียน นักศึกษาลองสำรวจตนเองดูซิค่ะว่าในปัจจุบันนี้นักศึกษามีพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเป็นอย่างไรบ้างเกี่ยวกับการอ่านตำราเรียนล่วงหน้าก่อนที่จะเข้าชั้นเรียน ช่วยเล่าให้ฟังหน่อยซิค่ะ
- แหวน : ก็ไม่ค่อยได้อ่านมาล่วงหน้า จะมีก็ส่วนน้อยเวลาที่จะสอบเท่านั้น
- ผู้ให้คำปรึกษา : จะมีก็ส่วนน้อย เวลาที่จะสอบเท่านั้น
- อสุณี : เป็นบางครั้ง บางครั้งถ้าเกิดมีเวลาก็จะทำ

- สายรุ้ง : แต่ส่วนใหญ่จะใช้เวลาว่างดูทีวี ฟังเพลงเสียมากกว่า
- ผู้ให้คำปรึกษา : พิชิตละคะ เป็นอย่างไรบ้าง
- พิชิต : ไม่ค่อยได้อ่านครับ ผมอ่านช้า เวลาจับหนังสือขึ้นมาอ่าน ก็อ่านได้แป๊บเดียว เดียวก็หลับ
- ผู้ให้คำปรึกษา : ภัทรารุณละคะ เป็นอย่างไรบ้าง
- ภัทรารุณ : ก็ช่วงนี้ไม่ได้อ่านเลยครับ ฟังเพลง ดูทีวี ไม่มีเวลาด้วยครับ
- ผู้ให้คำปรึกษา : ไม่มีเวลา แล้วเวลาส่วนใหญ่ใช้ทำอะไรคะ
- ภัทรารุณ : ส่วนใหญ่ก็คุยกับเพื่อน เล่นกับเพื่อนครับ
- รัตนเทพ : แต่ผมส่วนมากจะออกไปเล่นกีฬาครับเพราะว่าชอบ
- ผู้ให้คำปรึกษา : ชุติกรละคะ เป็นอย่างไรบ้างตอนนี้
- ชุติกร : ไม่ค่อยได้ทำคะ เพราะว่าตอนเย็นจะกินข้าวเยอะ จะง่วงนอน อ่านได้แค่สอง หน้าก็สุด ๆ แล้วนะจะง่วงนอนมาก แต่ถ้าพยายามก็ทำได้
- ผู้ให้คำปรึกษา : เมื่อสักครู่นี้ ชุติกรบอกว่า ตอนเย็นจะกินข้าวเยอะ จะง่วงนอน อ่านได้เต็มที แค่ประมาณสองหน้า และถ้าพยายามก็ทำได้ เอาละคะ สิ่งนี้นักศึกษาได้พูด มาทั้งหมดนี้นักศึกษาคิดว่ามันมีผลกระทบอย่างไรต่อการเรียนของนักศึกษา คะ ไหนลองเล่าให้ฟังหน่อยซิคะ
- แหวน : เรียนไม่เข้าใจ บางครั้งต้องทำการบ้านหนักกว่าคนอื่นเขา
- รัตนเทพ : เวลาอาจารย์เขาพูดเรื่องอะไรออกมา เราไม่รู้เรื่องเพราะไม่ได้อ่านมาก่อน
- พิชิต : ก็เหมือนที่แหวนกับรัตนเทพบอก คือ ฟังอาจารย์ไม่เข้าใจ เวลาเรียนในคาบ ต่อไปยิ่งทำให้ไม่รู้เรื่องเข้าไปใหญ่ ทำให้รู้สึกเบื่อ และก็โทษตัวเองว่าเรียน ไม่รู้เรื่อง ซ้ำกว่าเพื่อนคนอื่น ๆ
- ผู้ให้คำปรึกษา : ขณะนี้พิชิตรู้สึกอย่างไรคะ
- พิชิต : รู้สึกไม่อยากเรียน เรียนไปก็ไม่รู้เรื่อง แต่อยากเรียนเองนี่
- ผู้ให้คำปรึกษา : พิชิตบอกว่ารู้สึกไม่อยากเรียน เรียนไปก็ไม่รู้เรื่อง และอยากเรียนเองนี่ คะ คนอื่นๆ ละคะ คิดว่าพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกที่เกี่ยวกับการอ่าน ตำราเรียนล่วงหน้าก่อนเข้าชั้นเรียนในขณะนี้ มีผลกระทบอย่างไรต่อการ เรียนของเราคะ
- สายรุ้ง : มีผลมากเลยคะ ถ้าไม่อ่านมาก่อน ความเข้าใจก็จะไม่เกิด ยิ่งถ้ามาเรียนก็ยัง ไม่เข้าใจกันไปใหญ่ และคำถามที่อาจารย์ถามมาก็ตอบไม่ได้
- สุพรรณษา : ใช่คะ ถ้าไม่มีการอ่านมาล่วงหน้า เวลาเข้าเรียนก็จะทำให้ไม่เข้าใจ ไม่รู้ เรื่อง
- อสุณี : บางครั้งอาจารย์จะมีทดสอบย่อยก่อนเรียน เราก็จะทำไม่ได้เลย ค่ะเนนก็จะ ไม่ดี

- ผู้ให้คำปรึกษา : เอาละคะจากที่นักศึกษาได้พูดมาจะเห็นได้ว่า การที่เราไม่ได้มีการอ่านตำราเรียนมาล่วงหน้าก่อนที่จะเข้าชั้นเรียน จะทำให้เราเรียนไม่รู้เรื่อง ตามอาจารย์ไม่ทัน ไม่เข้าใจในสิ่งที่อาจารย์สอน และถ้ามีการทดสอบย่อยก่อนที่จะเรียนก็จะทำข้อสอบไม่ได้ ดังนั้นนักศึกษาจะมีวิธีการวางแผนอย่างไรคะ เพื่อที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับการอ่านตำราเรียนมาล่วงหน้าก่อนที่จะเข้าเรียนให้ดีขึ้น นักศึกษาจะวางแผนกันอย่างไรคะ อธิบายให้ฟังหน่อยซิคะ
- รัตนเทพ : ก็อ่านหนังสือทีละหน้า ทีละเล็กทีละน้อย และก็ค่อยๆ เพิ่มขึ้นทีละหน้าเดียว เราก็อ่านไปเอง และก็พยายามจดเนื้อหาหลักๆ ที่เป็นหัวข้อสำคัญๆ ไว้ในสมุดโน้ตย่อและก็อ่านบ่อยๆ เป็นการฝึกการอ่านไปในตัวด้วยครับ
- ผู้ให้คำปรึกษา : ก็เป็นความคิดที่ดีทีเดียว
- พิชิต : ผมเห็นด้วยกับรัตนเทพครับ แต่ขอเสริมตรงที่ว่าเมื่อเราอ่านแล้วควรพยายามทำความเข้าใจกับมัน แล้วไปจดเพิ่มเติมในขณะที่อาจารย์สอนก็จะทำให้เราเข้าใจมากยิ่งขึ้น และทำให้เราจำได้
- ผู้ให้คำปรึกษา : เป็นสิ่งที่ดีนะคะที่คิดได้เช่นนั้น และถ้าพิชิตทำได้ก็จะช่วยให้พิชิตเรียนได้ เข้าใจมากยิ่งขึ้นและมีความกระตือรือร้นที่จะเรียนผู้วิจัยขอเป็นกำลังใจให้ นะคะ คนอื่นละคะ มีวิธีการวางแผนอย่างไรบ้าง
- ชุลีกร : ค่ะ ก่อนอื่นเราต้องดูตารางเรียนก่อนนะคะ ว่าพรุ่งนี้เราจะเรียนอะไร เมื่อเรารู้ตัวว่าถ้าอ่านหนังสือดีๆ แล้วเราจะหลับ เราก็คงจะเริ่มอ่านตั้งแต่ตอนหัวค่ำ อ่านไปเรื่อยๆ อย่าไปเคร่งเครียดนัก เพราะถ้าเราเครียดจะจำอะไรไม่ได้เลย
- อสุณี : ค่ะ เห็นด้วยกับชุลีกรนะคะ เราควรจะต้องดูก่อนว่าคาบต่อไปเราจะเรียนอะไร แล้วก็เอาวิชานั้นมาอ่าน อาจจะอ่านไปพร้อมกับเพื่อนๆ เผื่อว่าเราไม่เข้าใจตรงไหนจะได้ปรึกษากันได้ เวลาคุยกับเพื่อนหรือปรึกษาเพื่อนก็จะช่วยให้เราไม่ง่วงนอนด้วยคะ
- สุพรรณษา : ค่ะ เห็นด้วยกับชุลีกรและอสุณีที่ได้พูดไปเมื่อสักครู่นี้ที่ว่า เราควรจะต้องดูก่อนว่าเราจะเรียนเรื่องอะไรต่อไป แล้วจึงหยิบหนังสือเกี่ยวกับเรื่องนั้นขึ้นมาอ่าน หรือมาติวกับเพื่อนก็ได้ จะได้ช่วยกันอ่าน ช่วยกันจำ
- ผู้ให้คำปรึกษา : ภัทรารุณละคะ มีวิธีการวางแผนอย่างไร เล่าให้ฟังหน่อยซิคะ
- ภัทรารุณ : ก็อ่านหนังสือล่วงหน้าโดยการจดข้อความที่สำคัญๆ เป็นเรื่องๆ ไป แล้วก็มาอ่านอีกครั้งหนึ่ง เวลาอาจารย์ถามก็สามารถที่จะตอบได้ครับ

- ผู้ให้คำปรึกษา : ค่ะ สำหรับวิธีการต่าง ๆ ที่นักศึกษาแต่ละคนได้วางแผนเอาไว้แล้ว ล้วนแต่เป็นความคิดที่ดีนะคะ แล้วนักศึกษาคิดว่าจะทำตามแผนที่ตนเองวางแผนเอาไว้ได้ไหมคะ
- ผู้รับคำปรึกษา : ทำได้ครับ ทำได้ค่ะ
- ผู้ให้คำปรึกษา : ผู้วิจัยอยากจะขอให้นักศึกษาแต่ละคนได้ยืนยันถึงความตั้งใจจริงอีกครั้งหนึ่งว่า หลังจากที่ได้รับคำปรึกษาไปแล้ว นักศึกษาจะกลับไปทำตามแผนที่ตนเองวางแผนเอาไว้
- ผู้รับคำปรึกษา : ค่ะ , ครับ ผมจะกลับไปปฏิบัติตามแผนที่ตนเองได้วางแผนเอาไว้
- ผู้ให้คำปรึกษา : ค่ะ ผู้วิจัยก็ขออวยพรให้นักศึกษาสามารถกลับไปทำตามแผนที่ตนเองได้วางแผนเอาไว้ให้สำเร็จ เชื่อว่าทุกคนทำได้ ผู้วิจัยจะขอเป็นกำลังใจให้ค่ะ ต่อไปเราจะมาคุยกันในเรื่องของการทบทวนสิ่งที่ได้เรียนไปแล้วในแต่ละวัน นักศึกษาลองสำรวจตนเองดูซิค่ะว่า ในปัจจุบันนี้นักศึกษามีพฤติกรรม มีความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับการทบทวนสิ่งที่ได้เรียนไปในแต่ละวันเป็นอย่างไรบ้าง ไหนลองเล่าให้ฟังหน่อยซิค่ะ
- แหวน : มีบ้างเหมือนกัน แต่จะเป็นช่วงเวลาก่อนเข้านอน เพราะเป็นช่วงเวลาที่ว่างของเรา ถ้าเกิดเป็นเวลาช่วงหัวค่ำ ก็คือ บ้านที่อยู่จะเป็นบ้านเปิดจะมีเพื่อนเข้ามาเยาะและจะคุยจะเล่นกันไม่ค่อยมีเวลาส่วนตัว นอกจากในห้องนอนของตนเอง แต่ก็ไม่ค่อยได้ทบทวน เพราะจะหลับก่อน
- ผู้ให้คำปรึกษา : คนอื่นละค่ะ ตอนนี้เป็นอย่างไรบ้าง
- พิชิต : ก็ไม่ค่อยได้ทำครับ ส่วนมากจะคุยเล่นกับเพื่อนๆ มากกว่า ก็เลยไม่ค่อยได้ทบทวน
- รัตนเทพ : ส่วนผมจะดูทีวีไปและก็อ่านทบทวนไปด้วยครับ อ่านได้ไม่มาก ที่ละหน้าสองหน้าเองครับ แต่ก็ไม่ค่อยรู้เรื่องเพราะจะสนใจดูทีวีมากกว่า
- ผู้ให้คำปรึกษา : อสุณีละค่ะ เป็นอย่างไรบ้าง
- อสุณี : ก็ไม่ค่อยได้ทบทวนค่ะ แต่คอยจะหวังว่าต่อไปจะเรียนอะไร ก็จะเตรียมพร้อมที่จะเรียนในวันต่อไปมากกว่า
- สายรุ้ง : ใช่ค่ะ ส่วนใหญ่ไม่ค่อยได้ทบทวน เพราะแต่ละวิชาอาจมีงานหรือว่ารายงานให้ทำค่อนข้างมาก ทำไม่ค่อยทัน
- ชุลีกร : ใช่ค่ะ แทบจะเรียกได้ว่าไม่ได้ทบทวนเลย จะดูอีกทีก็ตอนที่สอบ
- สุพรรณษา : ส่วนมากจะหวังเล่นกับเพื่อนๆ ด้วยค่ะ เลยไม่ค่อยได้ทบทวนสิ่งที่ได้เรียนไปแล้ว

- ภทราวุธ : แล้วอีกอย่างก็คือ เวลาเรียนถ้าเรื่องไหนเรียนไม่รู้เรื่องก็ไม่อยากที่จะกลับมาอ่านบททวนอีก เพราะคิดว่าอ่านไปก็ไม่รู้เรื่อง แต่เวลาจะสอบก็จะติดกับเพื่อน ๆ ก็พอเข้าใจบ้าง
- ผู้ให้คำปรึกษา : ค่ะ แล้วสิ่งที่นักศึกษาเป็นอยู่ในขณะนี้ นักศึกษาคิดว่ามันมีผลอย่างไรต่อการเรียนของนักศึกษาคะ ไหนลองอธิบายให้ฟังหน่อยซิคะ
- สุพรรณษา : มันไม่ปะติดปะต่อค่ะ เพราะว่าในขณะที่เรียนในห้องเรายังไม่เข้าใจแล้วกลับไปเรายังไม่มีการทบทวนอีก เราก็จะยังไม่เข้าใจ และถ้าเกิดอาทิตย์หน้าอาจารย์ถาม เราก็จะตอบไม่ได้ แล้วถ้าเรียนเรื่องใหม่อีกมันก็จะไม่ปะติดปะต่อกัน ทำให้เราเรียนไม่รู้เรื่อง
- ชุลีกร : ที่สุพรรณษาพูดมาก็ถูกนะค่ะ และทำให้เราสับสนด้วย ทั้งเรื่องเก่าที่เรายังไม่เข้าใจ พอเรียนเรื่องใหม่ซึ่งเป็นเรื่องที่เรายังไม่เคยรู้มาก่อนเลย เมื่อเราไม่มีการกลับไปทบทวน ก็จะทำให้เราไม่รู้เรื่องในสิ่งที่เรียน
- สายรุ้ง : ใช่ค่ะ ถ้าเราไม่มีการทบทวนในสิ่งที่ได้เรียนไปในแต่ละวัน ก็เหมือนกับดินพอกหางหมู เวลาจะสอบก็ต้องมานั่งอ่านทำความเข้าใจเนื้อหาหลายๆ เราจะจำไม่ได้ และก็อ่านไม่ทัน ทำให้เครียดด้วยค่ะ
- ผู้ให้คำปรึกษา : พิษิตละค่ะ คิดว่าพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกของเราเกี่ยวกับเรื่องของการทบทวนสิ่งที่ได้เรียนไปในแต่ละวันในขณะนี้ มีผลอย่างไรต่อการเรียนของเราคะ ช่วยเล่าให้ฟังหน่อยซิคะ
- พิษิต : มีผลมากครับ ทำให้การเรียนของเราแย่ลง คือวันนี้เราเรียนยังไม่เข้าใจ แล้วยังไม่กลับไปทบทวนอีก การเรียนในวันนั้นเหมือนกับเราไม่ได้ความรู้อะไรเลย พอมาเรียนในวันต่อไปก็ยังทำให้ไม่เข้าใจในเรื่องนั้นเพิ่มมากขึ้น
- แหวน : และส่งผลให้เกรดที่ออกมาไม่ค่อยดีด้วยค่ะ เพราะเมื่อเราเรียนไม่รู้เรื่อง จึงทำให้ทำข้อสอบไม่ได้ คะแนนออกมาก็ไม่ดี
- ผู้ให้คำปรึกษา : อสุณีละค่ะ คิดว่ามีผลอย่างไรต่อการเรียนของเรา
- อสุณี : ถ้าเราไม่มีการทบทวนในสิ่งที่ได้เรียนไปในแต่ละวัน ก็จะทำให้เรียนไม่ค่อยรู้เรื่อง เป็นดินพอกหางหมู เวลาใกล้สอบทำให้เราต้องอ่านหนังสือมากขึ้น และแต่ละวิชาก็มีความสำคัญทั้งนั้น ซึ่งเวลาสอบเราจะต้องสอบพร้อมๆ กัน หลายวิชาทำให้เราอ่านไม่ทัน ก็คล้ายๆ กับที่สายรุ้งบอก เกรดออกมาก็ไม่ดี
- ภทราวุธ : เห็นด้วยกับที่อสุณีได้พูดไป คือถ้าเราไม่มีการทบทวนเราก็จะลืม พอเรียนเรื่องใหม่ไม่ทบทวนอีกก็จะลืมอีก เวลาสอบก็ทำข้อสอบไม่ค่อยได้ คะแนนก็ไม่ดี เกรดก็ตก
- รัตนเทพ : ถ้าไม่มีการทบทวนในแต่ละวิชา ในแต่ละวัน เวลาสอบพร้อมๆ กัน จะทำให้เกิดความสับสน เพราะต้องอ่านหลายวิชา และหลายเรื่อง

- ผู้ให้คำปรึกษา : ค่ะ จากที่นักศึกษาแต่ละคนได้พูดมา จะเห็นได้ว่าถ้านักศึกษาไม่มีการทบทวนสิ่งที่ได้เรียนไปในแต่ละวัน จะส่งผลให้นักศึกษาจำเนื้อหาต่างๆ ที่เรียนไปไม่ได้เวลาอาจารย์ถามก็ไม่รู้เรื่อง เมื่อถึงเวลาสอบต้องมาอ่านทำความเข้าใจใหม่อีกครั้งที่ละหลายๆ วิชาทำให้เกิดความสับสน และอ่านหนังสือไม่ทันคะแนนก็ออกมาไม่ดี เกรดก็ตก ดังนั้น นักศึกษาลองมาวางแผนดูซิค่ะว่าจะทำอย่างไรจึงจะสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับการทบทวนสิ่งที่ได้เรียนไปในแต่ละวันของตัวเองให้ดีขึ้น จะวางแผนอย่างไรดีค่ะ ไหนลองอธิบายให้ฟังหน่อยซิค่ะ
- แหวน : หลังจากที่ได้กลับไปแล้ว ก็รีบทำธุระส่วนตัวให้เสร็จ เราก็จะมีเวลาได้อ่านทบทวนบทเรียนต่างๆ เพิ่มมากขึ้น
- ชุลีกร : เมื่อเราไม่เข้าใจเรื่องที่เรียนไปในวันนั้น หลังจากที่ได้เลิกเรียนไปแล้วก็ไปยืมหนังสือที่ห้องสมุดเอากลับไปอ่านที่บ้าน พอถึงเวลาที่เรจะต้องอ่านหนังสือ ก็ทำโน่นนี่นั่นเกะกะเอาไว้ เมื่อเวลาที่เราจะกลับมาทบทวนจะได้เข้าใจง่ายขึ้นและใช้เวลาน้อยลง เพื่อที่จะได้เอาเวลาไปอ่านทบทวนในวิชาอื่นต่อไป
- สายรุ้ง : คือถ้าเราตั้งใจไว้ว่า กลับมาบ้านเราต้องอ่านทบทวนสิ่งที่เราได้เรียนไปในวันนี้ เราจะต้องทำให้ได้ เมื่อเราทบทวนแล้วยังไม่ค่อยเข้าใจเข้ามาเราก็มาคุยปรึกษากับเพื่อนๆ หรือไปถามอาจารย์ และถ้าจะให้เข้าใจมากยิ่งขึ้น อาจไปค้นคว้าเพิ่มเติมในห้องสมุดก็ได้
- อสุณี : เห็นด้วยกับสายรุ้งค่ะ ถ้าเราตั้งใจว่าจะอ่าน เราต้องทำให้ได้ ถ้าไม่เข้าใจก็ถามเพื่อน แต่ถ้าไม่เข้าใจจริงๆ ก็ไปหาหนังสือมาอ่านเพิ่มเติม
- สุพรรณษา : อีกวิธีหนึ่งที่ทำได้อีกก็คือ เวลาอ่านแล้วก็จดโน้ตย่อใส่แผ่นกระดาษเล็กๆ หลายๆ แผ่น แล้วนำไปติดตามสถานที่ต่างๆ ที่เราต้องใช้เวลาอยู่ตรงนั้นนานๆ เพื่อที่เราจะได้อ่านผ่านตาบ่อยๆ จะทำให้เราจำได้
- รัตนเทพ : แล้วเวลาที่เรียนในห้อง ถ้าเราสามารถจดเฉพาะเนื้อหาสำคัญๆ ที่ควรจะรู้ได้ เราก็สามารถนำตรงนั้นมาอ่านทบทวนได้เลย หรืออาจจะมีการค้นคว้าเพิ่มเติมบ้างก็จะดี เพราะจะทำให้เรามีความรู้ในเรื่องนั้นๆ เพิ่มมากขึ้น
- ผู้ให้คำปรึกษา : มีใครจะเพิ่มเติมตรงนี้บ้างไหมค่ะ ถ้าไม่มี นักศึกษาคิดว่าสิ่งที่นักศึกษาแต่ละคนได้ทำการวางแผนเอาไว้ จะสามารถทำได้ไหมค่ะ
- ผู้รับคำปรึกษา : ทำได้ครับ ทำได้ค่ะ
- ผู้ให้คำปรึกษา : ถ้านักศึกษาคิดว่าทำได้ ผู้วิจัยอยากให้นักศึกษาแต่ละคนได้ยืนยันถึงความตั้งใจจริงอีกครั้งหนึ่งว่า หลังจากที่ได้รับมาให้คำปรึกษาไปแล้วนักศึกษาจะกลับไปปฏิบัติตามแผนที่ตนเองได้วางเอาไว้
- ผู้รับคำปรึกษา : ค่ะ , ครับ ผมจะกลับไปทำตามแผนที่วางเอาไว้

- ผู้ให้คำปรึกษา : ค่ะ ผู้วิจัยก็ขอเป็นกำลังใจให้นะคะ ขอให้นักศึกษาแต่ละคนสามารถปฏิบัติตาม
 ติดตามแผนที่ตนเองวางเอาไว้ได้สำเร็จ เอาละค่ะ ที่นี้อยากให้นักศึกษาทุกคน
 ช่วยกันสรุปชื่อกันว่า ในวันนี้ เราได้พูดคุยกันเกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง
- สุพรรณษา : วันนี้เราได้คุยกันถึงเรื่องของการมีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มี
 ประสิทธิภาพ คือคนที่คิดว่าตนเองเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพนั้นจะต้องตั้ง
 ใจเรียนและเอาใจใส่ต่อการเรียนทั้งในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน
- รัตนเทพ : ใช่ครับและจะต้องมีการอ่านตำราเรียนมาล่วงหน้าทุกครั้งก่อนที่จะเข้าเรียน
- ชุลีกร : ต้องมีการทบทวนสิ่งที่ได้เรียนไปในแต่ละวัน เพื่อที่จะได้จำเนื้อหาที่เรียนไป
 ได้
- พิชิต : และจะต้องทบทวนในทุกวิชาที่ได้เรียนไป
- ผู้ให้คำปรึกษา : ค่ะสุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอให้นักศึกษาทุกคนลองกลับไปทำตามแผนที่ตนเองได้
 วางเอาไว้ ได้ผลเป็นอย่างไรนั้น เดี่ยวคราวหน้าเรามาคุยกันต่อนะคะ สำหรับ
 วันนี้เวลาของเราก็หมดลงแล้ว พบกันใหม่ในวันอังคารหน้า เวลาเดิม ที่ห้อง
 ประชุมแห่งนี้ค่ะ สำหรับวันนี้ สวัสดีค่ะ
-

ข้อตกลงในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม

ข้าพเจ้า นาย/นางสาว.....อนุญาตให้มีการ
บันทึกเทป และถ่ายรูป ขณะเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มได้ เพื่อนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในการ
ศึกษาวิจัย ซึ่งจัดขึ้นระหว่างวันที่ 13 ตุลาคม – 28 พฤศจิกายน 2543 นี้ โดยมีนางสาว
อังสุรีย์ พุ่มชา เป็นผู้ให้คำปรึกษา

ลงชื่อ.....ผู้รับคำปรึกษา

ลงชื่อ.....พยาน

ลงชื่อ.....ผู้ให้คำปรึกษา

...../...../.....

ชื่อ..... นามสกุล วัน/เดือน/ปี.....

ตัวอย่างแบบประเมินตนเองเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำ
ตนเอง ครั้งที่

1. พฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ที่
ข้าพเจ้าต้องการปรับเปลี่ยน คือ
ด้านการเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้.....
.....
.....
.....
2. พฤติกรรม ความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ที่
ข้าพเจ้าต้องการจะเป็น คือ
ด้านการเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้.....
.....
.....
.....
3. วิธีการที่ใช้ในการปฏิบัติเพื่อปรับปรุงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของข้าพเจ้า
คือ
ด้านการเปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้.....
.....
.....
.....

ภาคผนวก ค

1. จดหมายขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ
2. จดหมายขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูล
3. จดหมายขอความร่วมมือเพื่อการวิจัย



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มศว โทร. ๕๑๒๖, ๕๖๔๖

ที่ ทม ๑๐๑๒/ ๓๕๓๘ วันที่ ๘ ตุลาคม ๒๕๕๓

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

เนื่องด้วย นางสาวอังสุรีย์ พุ่มชา นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ ๒ สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ และ รองศาสตราจารย์ อัจฉรา สุขารมณ์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ รองศาสตราจารย์เมธินันท์ ภินญูชน และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ ๒ สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน ได้โปรดพิจารณาให้ข้าราชการในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาวอังสุรีย์ พุ่มชา ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



ที่ ทม ๑๐๑๒/๓๕๘๗

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท ๒๓ กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐

๒๖ ตุลาคม ๒๕๕๓

เรื่อง ขอความร่วมมือเพื่อการวิจัย

เรียน อธิการบดีสถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวอังสุรีย์ พุ่มชา นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์เรื่อง “ผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ ๒ สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ และ รองศาสตราจารย์ อัจฉรา สุขารมณ์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย โดยขออนุญาตใช้สถานที่ และขอให้ นักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ ๒ สาขาวิชาคณิตศาสตร์ ภาษาไทย และวิทยาศาสตร์ทั่วไป จำนวน ๑๐๐ คน เป็นกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามผลของการให้คำปรึกษา เป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ ๒ สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม ในระหว่างเดือนพฤศจิกายน ๒๕๕๓

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอังสุรีย์ พุ่มชา ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. ๖๖๔-๑๐๐๐ ต่อ ๕๗๒๖, ๕๖๔๔ โทรสาร. ๒๕๘-๔๑๑๕



ที่ ทม ๑๐๑๒/ ๓๖๐๕

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท ๒๓ กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐

๑๙ ตุลาคม ๒๕๕๓

เรื่อง ขอความร่วมมือเพื่อการวิจัย

เรียน อธิการบดีสถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวอังสุรีย์ พุ่มชา นิสิตระดับปริญญาโท วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำปริญญานิพนธ์เรื่อง “ผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ ๒ สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ และ รองศาสตราจารย์ อัจฉรา สุขารมณ์ เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขออนุญาตใช้สถานที่ และขอให้ นักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ ๒ สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย จำนวน ๑๖ คน คอบแบบสอบถามผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ ๒ สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม ในระหว่างเดือนตุลาคม - พฤศจิกายน ๒๕๕๓

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอังสุรีย์ พุ่มชา ได้เก็บข้อมูลในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. ๖๖๔-๑๐๐๐ ต่อ ๕๗๒๖, ๕๖๔๔

โทรสาร. ๒๕๘-๔๑๑๕

ภาคผนวก ง

1. ตารางแสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองก่อนการทดลองของ นักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงกับนักศึกษากลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนแบบปกติ
2. ตารางแสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองก่อนและหลังการทดลองของนักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ตามองค์ประกอบโดยรวม
3. ตารางแสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองก่อนและหลังการทดลองของนักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ตามองค์ประกอบรายด้าน
4. ตารางแสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองก่อนและหลังการทดลองของนักศึกษากลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนแบบปกติ ตามองค์ประกอบโดยรวม
5. ตารางแสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองก่อนและหลังการทดลองของนักศึกษากลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนแบบปกติ ตามองค์ประกอบรายด้าน
6. ตารางแสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองหลังการทดลองของ นักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงกับนักศึกษากลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนแบบปกติ ตามองค์ประกอบโดยรวม
7. ตารางแสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองหลังการทดลองของ นักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงกับนักศึกษากลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนแบบปกติ ตามองค์ประกอบรายด้าน

ตาราง 11 แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองก่อนการทดลองของนักศึกษา
กลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงกับนักศึกษากลุ่มควบคุมที่
ได้รับการสอนแบบปกติ

คนที่	คะแนน	
	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม
1	157	155
2	158	157
3	172	173
4	165	162
5	179	172
6	195	195
7	185	184
8	179	180
	$\bar{X} = 173.25$	$\bar{X} = 172.25$
	$S^2 = 173.26$	$S^2 = 193.07$

ตาราง 12 แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองก่อนและหลังการทดลองของ นักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ตามองค์ประกอบ โดยรวม

คนที่	คะแนน		D	D ²
	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง		
1	189	157	32	1024
2	169	158	11	121
3	226	172	54	2916
4	191	165	26	676
5	195	175	20	400
6	223	195	28	784
7	221	185	36	1296
8	231	179	52	2704
	$\bar{X} = 205.63$	$\bar{X} = 173.25$	$\sum D = 259$	$\sum D^2 = 9921$

ตาราง 13 แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองก่อนและหลังการทดลองของ
 นักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง ตามองค์ประกอบ
 รายด้าน

องค์ประกอบของความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง	หลังการทดลอง		ก่อนการทดลอง		D	D ²
	คะแนน	$\bar{X}$	คะแนน	$\bar{X}$		
1. เปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้	222	27.75	171	21.38	51	337
2. รักที่จะเรียนรู้	216	27.00	174	21.75	42	236
3. มองอนาคตในแง่ดี	225	28.13	197	24.63	28	148
4. พร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียน ของตนเอง	243	30.38	216	27.25	25	121
5. มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้ เรียนที่มีประสิทธิภาพ	171	21.37	147	18.38	24	174
6. มีความสามารถในการใช้ทักษะที่ จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา	159	19.88	137	17.13	22	98
7. มีอิสระในการเรียน	226	28.25	188	23.50	38	248
8. มีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์	188	23.50	155	19.38	33	245

ตาราง 14 แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองก่อนและหลังการทดลองของ
นักศึกษากลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนแบบปกติ ตามองค์ประกอบโดยรวม

คนที่	คะแนน		D	D ²
	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง		
1	170	155	15	225
2	157	157	0	0
3	170	173	-3	9
4	177	162	15	225
5	184	172	12	144
6	184	195	-11	121
7	196	184	12	144
8	219	180	39	1521
	$\bar{X} = 182.26$	$\bar{X} = 172.25$	$\sum D = 79$	$\sum D^2 = 2389$

ตาราง 15 แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองก่อนและหลังการทดลองของ นักศึกษากลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนแบบปกติ ตามองค์ประกอบรายด้าน

องค์ประกอบของความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง	หลังการทดลอง		ก่อนการทดลอง		D	D ²
	คะแนน	$\bar{X}$	คะแนน	$\bar{X}$		
1. เปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้	175	21.88	168	21.00	7	52
2. รักที่จะเรียนรู้	188	23.50	178	22.25	10	128
3. มองอนาคตในแง่ดี	197	24.63	185	23.13	12	68
4. พร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการเรียนของตนเอง	213	26.63	203	25.38	10	29
5. มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ	161	20.13	153	19.13	8	42
6. มีความสามารถในการใช้ทักษะที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ปัญหา	172	21.50	158	19.75	14	44
7. มีอิสระในการเรียน	177	22.13	169	21.13	8	20
8. มีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์	172	25.50	165	20.63	7	23

ตาราง 16 แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองหลังการทดลองของนักศึกษา
 กลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงกับนักศึกษาในกลุ่มควบคุมที่
 ได้รับการสอนแบบปกติ ตามองค์ประกอบโดยรวม

คนที่	คะแนน	
	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม
1	189	170
2	169	157
3	226	170
4	191	177
5	195	184
6	223	184
7	221	196
8	231	219
	$\bar{X} = 20.63$	$\bar{X} = 182.26$
	$S^2 = 505.98$	$S^2 = 358.70$

ตาราง 17 แสดงคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองหลังการทดลองของนักศึกษา
กลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงกับนักศึกษากลุ่มควบคุมที่
ได้รับการสอนแบบปกติ ตามองค์ประกอบรายด้าน

องค์ประกอบของความพร้อมในการ เรียนรู้ด้วยการนำตนเอง	กลุ่มการทดลอง			กลุ่มควบคุม		
	คะแนน	$\bar{X}$	S^2	คะแนน	$\bar{X}$	S^2
1. เปิดใจรับโอกาสที่จะเรียนรู้	222	27.75	12.50	175	21.88	16.70
2. รักที่จะเรียนรู้	216	27.00	7.14	188	23.50	25.43
3. มองอนาคตในแง่ดี	225	28.13	10.73	197	24.63	8.84
4. พร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการ เรียนของตนเอง	243	30.38	9.41	213	26.63	17.98
5. มีความคิดเกี่ยวกับตนเองว่า เป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ	171	21.38	16.27	161	20.13	1.84
6. มีความสามารถในการใช้ทักษะ ที่จำเป็นในการเรียนและการแก้ ปัญหา	159	19.88	11.55	172	21.50	18.57
7. มีอิสระในการเรียน	226	28.25	10.79	177	22.13	7.27
8. มีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์	188	23.50	23.43	172	21.50	14.29

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ	นางสาวอังสุรีย์ พุ่มชา
วัน เดือน ปี เกิด	24 กรกฎาคม 2518
สถานที่เกิด	อำเภอศรีสำโรง จังหวัดสุโขทัย
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	14 หมู่ 6 ตำบลเกาะตาเลี้ยง อำเภอศรีสำโรง จังหวัดสุโขทัย 64120
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2536	มัธยมศึกษาปีที่ 6 (แผนกวิทยาศาสตร์ - คณิตศาสตร์) จากโรงเรียนศรีสำโรงชนูปถัมภ์
พ.ศ. 2540	คบ. (การศึกษาปฐมวัย) จากสถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม พิษณุโลก
พ.ศ. 2543	กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) จากมหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร