

การเปรียบเทียบผลการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อ
การพึ่งตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนราชวินิต
สำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร

ปริญญาโท

ของ

เฉลิมชัย หาญกล้า

๒๙ พ.ธ. ๒๕๓๗

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

มีนาคม ๒๕๓๗

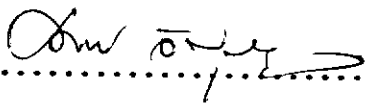
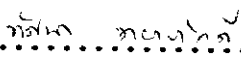
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๑๗/๑๘๗

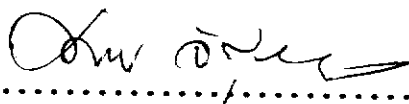
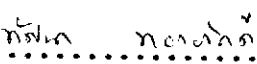
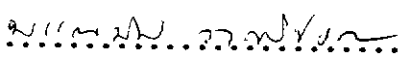
191793

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปฏิญานีพนธ์ฉบับนี้แล้วเห็นสมควร
รับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

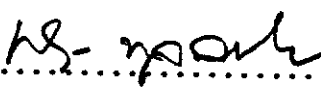
คณะกรรมการควบคุม

..........ประธาน
(รองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร นิตร์สุกุล)
..........กรรมการ
(อาจารย์ที่ศนา ทองนาคดี)

คณะกรรมการสอบ

..........ประธาน
(รองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร นิตร์สุกุล)
..........กรรมการ
(อาจารย์ที่ศนา ทองนาคดี)
..........กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(อาจารย์พรพนิต วาณิชการ)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปฏิญานีพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
การศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..........คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ดร.ศิริยุภา พูลสุวรรณ)
วันที่ ...... เดือน พ.ศ. 2537

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาอย่างสูงจากระองศาสตราจารย์ ดร.

คมเพชร นัตรศุกกุล ประธานกรรมการที่ปรึกษา อาจารย์ที่ศนา ทองักดี กรรมการที่ปรึกษา และอาจารย์พรพนิต วณิชยการ กรรมการสอบ ที่ได้ให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะต่าง ๆ ตลอดจนตรวจแก้ไขข้อบกพร่อง อันเป็นประโยชน์ในการทำปริญญานิพนธ์ครั้งนี้ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณา จึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ รองศาสตราจารย์ กมลรัตน์ กริทอง และอาจารย์พรพนิต วณิชยการ ที่กรุณาให้ความรู้ คำแนะนำ และเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์ในภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษาทุกท่าน ที่กรุณาเป็นผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้แก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์ และขอขอบคุณนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลวัดปรินายก ที่ให้ความร่วมมือในการสร้างเครื่องมือสำหรับการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์โรงเรียนราชวินิต ที่ได้ให้ความร่วมมือ และอำนวยความสะดวก ตลอดระยะเวลาที่ทดลองและขอขอบใจนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการทดลองเป็นอย่างดี

ขอขอบคุณ คุณพรพิมล หาญกล้า คุณบุญลักษณ์ อึ้งชัยพงษ์ และเพื่อน ๆ ทุกคน ที่ได้ให้ความช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ และให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมา

และท้ายสุดนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ และสมาชิกทุกคนในครอบครัว ที่ให้ความรักและเป็นกำลังใจอันสำคัญยิ่ง จนทำให้สามารถทำงานวิจัยครั้งนี้ได้สำเร็จ

เฉลิมชัย หาญกล้า

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
คำนำ.....	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	4
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	5
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	5
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	9
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม.....	9
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม.....	9
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม.....	20
งานวิจัยในประเทศ.....	20
งานวิจัยในประเทศ.....	21
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม.....	22
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม.....	22
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม.....	36
งานวิจัยในประเทศ.....	36
งานวิจัยในประเทศ.....	37
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง.....	39
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง.....	39
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง.....	46

บทที่	หน้า
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	68
อภิปรายผล.....	68
ข้อเสนอแนะ.....	73
บรรณานุกรม.....	75
ภาคผนวก.....	86
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	192

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	แบบแผนการทดลอง	55
2	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการฟังตนเองของนักเรียน ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ก่อนการทดลอง	61
3	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการฟังตนเองของนักเรียน ในกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม.....	62
4	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการฟังตนเองของนักเรียน ในกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม.....	63
5	เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการฟังตนเองของนักเรียน ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ก่อนและหลังการทดลอง.....	64
6	แสดงคะแนนการฟังตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ก่อนการทดลอง	187
7	แสดงคะแนนการฟังตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม.....	188
8	แสดงคะแนนการฟังตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม.....	189
9	แสดงคะแนนการฟังตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและนักเรียน ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ก่อนและหลังการทดลอง.....	190
10	แสดงคำอธิบายจำแนกของแบบสอบถามการฟังตนเอง.....	191

คำนำ

การศึกษาเป็นกระบวนการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ เป็นการถ่ายทอดวัฒนธรรม และเป็นการสร้างภูมิปัญญาให้แก่สังคม การศึกษาจึงเป็นรากฐานและเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาการเมือง เศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรมของประเทศ การที่จะพัฒนาเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และการเมืองการปกครองของประเทศให้บรรลุผลสำเร็จและเจริญรุ่งเรืองก้าวหน้าตามที่พึงประสงค์ได้ จำเป็นที่จะต้องพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ของประเทศให้มีคุณภาพ (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. 2531 : 1) ดังนั้นในการเตรียมคนเพื่อให้เป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าของประเทศจึงต้องปลูกฝังคุณลักษณะ ค่านิยม ทักษะคติต่าง ๆ อันจำเป็นต่อการดำรงชีวิต ไว้ตั้งแต่เยาว์วัย ซึ่งในการกำหนดค่านิยมที่เอื้อต่อการพัฒนาตนเองและสังคม ที่รัฐได้พยายามปลูกฝังให้เกิดขึ้นนั้นมีอยู่หลายประการ ในจำนวนค่านิยมดังกล่าวนั้น มีอยู่ประการหนึ่งคือ การพึ่งตนเอง (ทองคูณ หงษ์พันธุ์. 2533: 51) ด้วยเหตุที่ว่าในอนาคตผู้เรียนจะต้องออกไปเผชิญชีวิตด้วยตนเอง และต้องสามารถพึ่งตนเองได้ ฉะนั้นผู้ให้การศึกษาทั้งหลายจึงควรให้โอกาสแก่ผู้เรียนในการฝึกฝนตนเอง ให้เป็นตัวของตัวเอง สามารถพึ่งตนเองได้ (กรมวิชาการ. 2534 : 27)

สัญญา สัญญาวิวัฒน์ (2515 : 56 - 59) กล่าวว่า การพึ่งตนเองเป็นคุณสมบัติพื้นฐานประการหนึ่งของประชากรที่มีคุณภาพ ซึ่งสอดคล้องกับทวิวิธน์ ธนาคม (2518 : 85 - 88) ซึ่งกล่าวถึงคุณภาพของบุคคลในระบอบประชาธิปไตย จะต้องรู้จักการพึ่งตนเองได้ นอกจากนี้ วัตถุประสงค์ของแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ ฉบับที่ 7 (2535 -2539) ยังได้กล่าวว่า จะมุ่งจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพของพลเมือง โดยเน้นให้มีคุณธรรม จริยธรรม ปัญญา และมีสุขภาพพลานามัยสมบูรณ์ ตลอดจนทั้งมีความรู้และทักษะในการประกอบอาชีพ สามารถพึ่งตนเอง และดำรงชีวิตได้อย่างเป็นสุข (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. 2535 : 31)

จากข้อความที่ได้กล่าวมาจะเห็นได้ว่า การพึ่งตนเองเป็นคุณลักษณะที่สำคัญ และจำเป็นอย่างยิ่งต่อการปลูกฝังให้เกิดขึ้นกับประชากรในประเทศเป็นอย่างยิ่ง เพราะผู้ที่มีลักษณะพึ่งตนเอง

จะมีความสามารถในการปรับตัว กล้าคิดตัดสินใจด้วยตนเอง กล้าเผชิญความจริง มีแรงจูงใจ
 ใฝ่สัมฤทธิ์ มีความเชื่อมั่นในตนเอง และยอมรับตนเอง (กาญจนา เลิศธีระวิวัฒน์. 2532 :
 32) ดังนั้นการพัฒนาเพื่อพึ่งตนเองจึงจำเป็นจะต้องนำมาใช้ในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับบุคคล
 ชุมชน ตลอดจนประเทศชาติ (ประเวศ วะสี. 2535 : 167) โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการ
 เริ่มต้นพัฒนา ควรเริ่มต้นที่บุคคลที่อยู่ในวัยที่เหมาะสมในการปลูกฝังลักษณะนิสัยต่าง ๆ ได้ง่าย
 ซึ่งได้แก่ เด็กในระดับประถมศึกษา เพราะการส่งเสริมให้เกิดค่านิยมที่เหมาะสมตัวเด็กใน
 วัยนี้ จะมีความสำคัญต่อการวางรากฐาน เพื่อการมีค่านิยมที่ถูกต้องในวัยต่อไป (ปรีชา
 คร้ามพักตร์. 2526 : 122) ซึ่งในความเป็นจริงแล้วการที่เราจะสร้างลักษณะที่พึงประสงค์
 ให้กับเด็ก ควรดำเนินไปพร้อม ๆ กันทั้งที่บ้านและทางโรงเรียน แต่ในสภาพปัจจุบันพบว่า
 การอบรมเลี้ยงดูเด็กขาดการปลูกฝังในเรื่องการให้เด็กได้รู้จักการพึ่งตนเอง เพราะพ่อแม่
 มักจะสงสาร และมีความเป็นห่วงเด็กมากเกินไป และมักจะทำอะไรให้ทุกอย่าง แม้ว่าเด็กจะ
 โตพอที่จะพึ่งตนเองได้แล้ว (กาญจนา เลิศธีระวิวัฒน์. 2532 : 2 ; อ้างอิงมาจาก
 ไพศาล ไกรสิทธิ์. 2524 : 65) และพื้นฐานการเลี้ยงดูแบบสังคมไทย ไม่เน้นการฝึกให้พึ่ง
 ตนเอง มักจะเน้นการพึ่งพิงผู้ใหญ่ จึงมีส่วนทำให้เยาวชนไทยขาดคุณสมบัติดังกล่าว (วิรุพ
 วิเชียรขัติ. 2516 : 11) นอกจากนี้รายงานของยูเนสโกกล่าวว่า ลักษณะนิสัยสำคัญของ
 คนไทยอย่างหนึ่งก็คือ การเคารพเชื่อฟังผู้ใหญ่โดยถือว่าผู้ใหญ่ผ่านโลกมาก่อน ย่อมรู้อะไรดีกว่า
 ทำให้การอบรมเลี้ยงดูส่วนใหญ่อยู่ยบยิ่งการพึ่งตนเอง (วารี อินทริวิชา. 2514 : 51)

ผู้วิจัยได้ทำการสำรวจสภาพปัญหาของนักเรียนโรงเรียนราชวินิต สังกัดสำนักงาน
 การประถมศึกษากรุงเทพมหานคร โดยการให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 200 คน
 ตอบแบบสอบถามปัญหา ซึ่งมีลักษณะเป็นแบบสอบถามปลายเปิด พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษา
 ปีที่ 6 ร้อยละ 73 ขาดคุณลักษณะด้านการพึ่งตนเอง และจากการตอบแบบสอบถามปัญหาการ
 พึ่งตนเองของนักเรียน โดยครูที่ทำการสอนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 20 คน ครูร้อยละ
 75 มีความเห็นว่านักเรียนมีปัญหายุ่งยากเกี่ยวกับการพึ่งตนเองด้านการเรียน ได้แก่ การซักถาม
 บทเรียนที่ไม่เข้าใจด้วยตนเอง การทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จตรงเวลาด้วยตนเอง

การหาการบ้านด้วยตนเอง การทบทวนบทเรียนด้วยตนเอง การอ่านหนังสือค้นคว้าเพิ่มเติม จากบทเรียนด้วยตนเอง การทำข้อสอบด้วยตนเอง การจัดเตรียมอุปกรณ์การเรียนด้วยตนเอง การขอความช่วยเหลือเรื่องการเรียนรู้จากบุคคลอื่น เมื่อมีความจำเป็น และครูร้อยละ 70 มีความเห็นว่า นักเรียนมีปัญหาเกี่ยวกับการพึ่งตนเองด้านการกิจส่วนตัว ได้แก่ การแต่งกาย ด้วยตนเอง การช่วยเหลือตนเองในเรื่องอาหาร การสะสมเงินเพื่อใช้จ่ายในสิ่งที่ต้องการ ด้วยตนเอง การขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นเมื่อมีความจำเป็น และจากการสัมภาษณ์ ครูประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ร้อยละ 80 มาจาก ครอบครัวที่มีฐานะดี ติดตามดาจึงมักเลี้ยงดูด้วยความห่วงใย ไม่ปล่อยให้เด็กพยายามช่วยเหลือ ตนเองเท่าที่ควร จึงเป็นเหตุให้เด็กไม่พยายามใช้ความรู้ความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่ ในการเรียนและการดูแลตนเองเกี่ยวกับการกิจในชีวิตประจำวัน ซึ่งเป็นคุณสมบัติของผู้ที่สามารถพึ่งตนเองได้ ผู้วิจัยมีความเห็นว่า ควรจะได้มีการพัฒนาคุณลักษณะด้านการพึ่งตนเองให้กับ นักเรียน เพราะเป็นสิ่งสำคัญ นอกจากจะเป็นผลดีในแง่การพัฒนาตนเองของนักเรียนแล้ว ยังเป็น ผลดีต่อสังคมและประเทศชาติในที่สุด

ในการพัฒนาการพึ่งตนเองนั้น สามารถใช้วิธีการได้หลายวิธี วิธีการหนึ่งที่สามารถ นำมาใช้ได้ คือ กิจกรรมกลุ่ม (Group Work) เพราะจะเป็นการให้ผู้เรียนแต่ละคนสามารถ เรียนรู้ผลการกระทำของตนเอง จากการปะทะสังสรรค์กับสมาชิกภายในกลุ่ม ในการทำ กิจกรรมร่วมกัน ทำให้เกิดการพัฒนาค้นคิด ค่านิยมและพฤติกรรมในแต่ละบุคคล และการ เรียนรู้โดยกิจกรรมกลุ่ม ส่งเสริมให้ผู้เรียนเคารพในสิทธิหน้าที่ซึ่งกันและกัน มีระเบียบวินัย มีความสามารถในการทำงานร่วมกับผู้อื่น ตลอดจนพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ได้ (เรวดี วงศ์พรหมเมธ. 2521 : 33) นอกจากนี้ การใช้กิจกรรมกลุ่ม เป็นวิธีการที่เหมาะสมที่จะนำไปพัฒนาตัวบุคคล แม้ว่าจะเป็นการสร้างสถานการณ์จำลองก็ตาม ก็ยังสามารถช่วยให้ผู้เข้าร่วม กิจกรรมมีความซาบซึ้ง และพอใจที่จะเปลี่ยนแปลงและปรับปรุงตนเองต่อไป (คมเพชร ฉัตรศุภกุล. 2522 : 96)

นอกจากการใช้กิจกรรมกลุ่ม การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) ก็เป็นอีกวิธีหนึ่งที่สามารถนำมาพัฒนาคุณลักษณะด้านการพึ่งตนเองให้กับนักเรียนได้ เพราะเป็นการสร้างกระบวนการเพื่อให้เกิดการยอมรับ ความอบอุ่น และเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่ม แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ทดสอบ ตรวจสอบ และเลือกวิธีแก้ปัญหาที่ดีที่สุดสำหรับเขา นอกจากนี้ บรรยากาศในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีการยอมรับซึ่งกันและกัน จะทำให้เด็กกล้าแสดงความรู้สึกและความคิดเห็น (รัชสี ทรัพย์นิ. 2518 : 41) และการได้ระบายความรู้สึก อารมณ์ หัสนคติ และปัญหาที่เขาประสบอยู่ ทำให้แต่ละคนได้เข้าใจตนเอง และมีโอกาสเรียนรู้ข้อมูล ที่จำเป็นในการแก้ปัญหา (ราตรี พัฒนรังสรรค์. 2522 : 114)

จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำกิจกรรมกลุ่ม และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มาใช้เพื่อพัฒนาการพึ่งตนเอง ให้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนราชวินิต สังกัด สำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร ซึ่งกำลังอยู่ในวัยที่เหมาะสมในการปลูกฝังลักษณะนิสัยเป็นอย่างดี ทั้งนี้วิธีการทั้ง 2 วิธี เป็นวิธีการที่มีประโยชน์ สามารถนำมาใช้พัฒนาบุคคลได้ แต่อาจมีลักษณะที่แตกต่างกัน กล่าวคือ ในการใช้กิจกรรมกลุ่ม ผู้เรียนจะเกิดการเรียนรู้ จากประสบการณ์ที่ผู้ในกลุ่มจัดไว้ในรูปของกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งจะต้องมีการร่วมกันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ในการคิด วิเคราะห์ปัญหาต่าง ๆ ส่วนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้น จะเน้นในเรื่องการระบายความรู้สึกหรืออารมณ์ ในสภาพที่เป็นปัญหาของสมาชิกกลุ่ม ภายใต้บรรยากาศการยอมรับซึ่งกันและกัน สมาชิกแต่ละคนมีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ทำให้มองเห็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง ซึ่งจากวิธีการที่แตกต่างกันนี้เอง ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาว่า จะส่งผลต่อการเรียนรู้แตกต่างกันหรือไม่ และวิธีการใดจะเป็นวิธีการที่เหมาะสมที่จะนำมาใช้ในการพัฒนาการพึ่งตนเองสำหรับนักเรียนต่อไป

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบการพึ่งตนเองของนักเรียน ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. เพื่อเปรียบเทียบการพึ่งตนเองของนักเรียน ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

3. เพื่อเปรียบเทียบการพึงตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มกับนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีการพึงตนเองสูงขึ้น หลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. นักเรียนมีการพึงตนเองสูงขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
3. นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการพึงตนเองแตกต่างกัน

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อเป็นแนวทางและเป็นประโยชน์ต่อบุคลากรแนะแนว ที่มีความรู้ความชำนาญเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม จะได้หาวิธีการดังกล่าวไปใช้ในการพัฒนาการพึงตนเองให้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนราชวินิต สังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2536 ซึ่งมีคะแนนจากแบบสอบถามการพึงตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 123 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนราชวินิต สังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2536 ที่มีคะแนนพึงตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 20 คน ที่ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร แล้วทำการสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเพื่อแยกเป็นกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม กลุ่มละ 10 คน

3. ตัวแปรที่ศึกษา

3.1 ตัวแปรต้น ได้แก่ วิธีพัฒนาการพึ่งตนเอง แบ่งเป็น 2 วิธี ได้แก่

3.1.1 การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

3.1.2 การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ การพึ่งตนเอง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม หมายถึง การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้แก่นักเรียน โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนแต่ละคน ได้มีส่วนร่วมในการปฏิบัติกิจกรรมกับนักเรียนอื่น วัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มก็เพื่อที่จะพัฒนาพฤติกรรมของนักเรียน ทั้งนี้นักเรียนแต่ละคนจะได้เรียนรู้ผลการกระทำของตนเอง และผู้อื่น จากข้อมูลย้อนกลับจากนักเรียนคนอื่น ๆ ในกลุ่ม ซึ่งจะช่วยให้เด็กเรียนสามารถนำเอาประสบการณ์ที่ได้รับไปพัฒนาการพึ่งตนเองให้สูงขึ้น กิจกรรมต่าง ๆ ที่ใช้ในการเข้าร่วมกิจกรรม ได้แก่ เกม การอภิปรายกลุ่ม กรณีตัวอย่าง และบทบาทสมมติ โดยมีลำดับขั้นตอน ดังนี้

1.1 ขั้นการมีส่วนร่วม โดยให้นักเรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมทางการเรียนรู้ด้วยตนเอง นักเรียนมีส่วนร่วมและมีบทบาทในการกระทำกิจกรรมการเรียนรู้ในฐานะสมาชิกของกลุ่ม

1.2 ขั้นวิเคราะห์ โดยให้นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ประสบการณ์จากการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมการเรียนรู้ ซึ่งช่วยให้นักเรียนมีความรู้กว้างขวาง สามารถประเมินความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนในกลุ่ม วิธีการเรียน ผลการเรียนรู้ ตลอดจนช่วยให้นักเรียนรู้จักตนเองดีขึ้นด้วย

1.3 ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ โดยให้นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับนักเรียนคนอื่น มาสรุปเป็นหลักการของตนเอง แล้วนำหลักการนั้นมาประยุกต์ใช้ปรับปรุงบุคลิกภาพของตนเอง และใช้ในการแก้ปัญหาต่าง ๆ

1.4 ขึ้นประเมินผล โดยให้นักเรียนร่วมกันประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง และของกลุ่ม ด้วยการแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็น และให้ข้อเสนอแนะร่วมกัน

วิธีการนี้ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 1

2. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หมายถึง การสร้างกระบวนการเพื่อให้เกิดบรรยากาศ แห่งการยอมรับ อบอุ่น และเป็นกันเอง โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนในกลุ่มได้แลกเปลี่ยน ประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อกัน และได้ระบายความรู้สึกเกี่ยวกับปัญหาที่เขาเผชิญอยู่ ทำให้นักเรียนในกลุ่มได้เข้าใจตนเองและได้ใช้ความคิดในการที่จะแก้ปัญหามา เพื่อพัฒนาการพึ่งตนเอง ของนักเรียนให้สูงขึ้น การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนี้ แบ่งเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

2.1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ในการ ให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการสร้างบรรยากาศให้นักเรียนคุ้นเคยกัน ไว้วางใจ เข้าใจ และ ยอมรับซึ่งกันและกัน นักเรียนแต่ละคนเริ่มอภิปรายถึงความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมของตนเอง

2.2 ขั้นให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่นักเรียนแต่ละคน มีความคุ้นเคยกัน ไว้วางใจกัน ดีแล้ว นักเรียนแต่ละคน สามารถพูดถึงความคิด ความรู้สึกต่อปัญหาของเขาอย่างเปิดเผย จุด มุ่งหมายสำคัญของขั้นตอนนี้ คือให้นักเรียนเข้าใจปัญหาของตนเองอย่างแจ่มชัด และเรียนรู้วิธี แก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพด้วยตนเองจากกลุ่ม นักเรียนมีโอกาสสำรวจตนเอง และช่วยเหลือ ซึ่งกันและกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้นำเทคนิคการให้คำปรึกษา ได้แก่ การฟัง การเรียบ การถามคำถามปลายเปิด การถามคำถามปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ การให้ความ กระจ่าง การทวนซ้ำและการสรุป มาใช้ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ เพื่อให้กระบวนการ กลุ่มสามารถดำเนินไปตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

2.3 ขั้นยุติการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่นักเรียนในกลุ่มได้เรียนรู้แนวทางแก้ปัญหามา โดยสามารถสรุปประเด็นสำคัญของปัญหาและวิธีการแก้ปัญหามาที่เข้ากับตนเอง เพื่อนำไปใช้ ในการพัฒนาการพึ่งตนเองให้เหมาะสมและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น โดยผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม และนัดหมายการให้คำปรึกษารั้งต่อไป

วิธีการนี้ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 2

3. การพึ่งตนเอง หมายถึง พฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกถึงความพยายามที่จะใช้ความรู้ความสามารถของตนเอง ในการกระทำกิจกรรมต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จตามจุดมุ่งหมาย ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ ได้จำกัดขอบข่ายของการพึ่งตนเอง ออกเป็น 2 ด้าน ดังต่อไปนี้

3.1 การพึ่งตนเองด้านการเรียน หมายถึง การที่นักเรียนพยายามใช้ความรู้ความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่ในการเรียน ทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน ได้แก่ การซักถามบทเรียนที่ไม่เข้าใจด้วยตนเอง การทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จตรงเวลาด้วยตนเอง การทำการบ้านด้วยตนเอง การทบทวนบทเรียนด้วยตนเอง การอ่านหนังสือต้นคว้าเพิ่มเติมจากบทเรียนด้วยตนเอง การทำข้อสอบด้วยตนเอง การจัดเตรียมอุปกรณ์การเรียนด้วยตนเอง และการขอความช่วยเหลือเรื่องการเรียนรู้จากบุคคลอื่นเมื่อมีความจำเป็น

3.2 การพึ่งตนเองด้านภารกิจส่วนตัว หมายถึง การที่นักเรียนพยายามใช้ความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่ในการดูแลตนเอง โดยไม่เป็นการรบกวนบุคคลอื่น ได้แก่ การแต่งกายด้วยตนเอง การช่วยเหลือตนเองในเรื่องอาหาร การสะสมเงินเพื่อใช้จ่ายในสิ่งที่ต้องการด้วยตนเอง และการขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นเมื่อมีความจำเป็น

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และการพึ่งตนเอง โดยแบ่งเป็นหัวข้อต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม
 - 1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
 - 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
 - 2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง
 - 3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง
 - 3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม

จากการที่มนุษย์ต้องอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม กลุ่มจึงมีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์เป็นอย่างยิ่ง ปัจจุบันได้มีการศึกษาจากบุคคลในหลาย ๆ วงการ ในการที่จะนำเอาพลังกลุ่มไปใช้ในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ซึ่งในการเกิดกลุ่มนั้น ทองเรียนอมรัชกุล (2520 : 4 - 5) กล่าวว่า กลุ่มจะต้องประกอบด้วยบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปรวมกันอยู่ โดยวัตถุประสงค์ในการกระทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน ซึ่งสมาชิกแต่ละคนจะมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน อันก่อให้เกิดประโยชน์แก่สมาชิกและสังคมต่อไป ส่วนวิธีการที่นำกลุ่มไปใช้จะมีองค์ประกอบและกระบวนการที่แตกต่างกันออกไป เช่น กลุ่มเผชิญหน้า (Encounter Group) กลุ่มฝึกอบรม (T - Group) และกลุ่มฝึกความรู้สึก (Sensitivity Group) ดังนี้

เพื่อให้ความหมายของกลุ่มต่าง ๆ ที่ใช้ในการแนะแนวและการบริการไม่เกิดความสับสน
แทรกซ์เลอร์ และนอร์ท (Traxler and North) จึงได้เสนอให้มีการใช้คำว่า กิจกรรมกลุ่ม
(Group Work) ขึ้น

ทีศนา แชมมณี (2522 : 1) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมกลุ่มว่า เป็นวิทยาการ
ที่ว่าด้วยเรื่องความสัมพันธ์ของกลุ่มคน และกระบวนการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ โดยพยายาม
ศึกษาเพื่อให้ได้มาซึ่งความรู้ที่จะนำไปใช้ในการปรับปรุงหรือเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และพฤติกรรม
ของคน ซึ่งสอดคล้องกับเรกอน และเชฟเพิร์ด (Ragon and Shepherd. 1971 : 197)
ที่กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นการศึกษาถึงธรรมชาติของกลุ่ม เมื่อมนุษย์มารวมตัวกัน ซึ่งมีการศึกษา
พฤติกรรมของสมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม โดยใช่วิธีการอภิปรายและประเมินผลร่วมกัน

สำหรับ แฮโรลด์ (Harrold. 1952 : 492 - 504) ได้กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม
เป็นกระบวนการที่ทำให้ทุกคนมีโอกาสรวมกันเป็นกลุ่มเพื่อแก้ปัญหา หรือกระทำอย่างใดอย่างหนึ่ง
โดยมีจุดมุ่งหมายที่แน่นอน ส่วน คาร์ทไรท์ และ แซนเดอร์ (Cartwright and Zander.
1960 : 3) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม เป็นการนำเอาวิธีการต่าง ๆ เช่น บทบาทสมมติ
สถานการณ์จำลอง เกม การอภิปราย การสังเกตและการให้ข้อวิจารณ์ซึ่งกันและกัน เพื่อช่วย
ในการตัดสินใจร่วมกัน

นอกจากนี้ คมเพชร ฉัตรสุกกุล (2522 : 14) กล่าวถึงกิจกรรมกลุ่มว่า หมายถึง
การนำเอาประสบการณ์มาวางแผนแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่
ต้องการในสมาชิกแต่ละคนและการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มโดยส่วนรวม มีการปฏิสัมพันธ์ระหว่าง
สมาชิกภายในกลุ่ม ประสบการณ์ในกลุ่มจะทำให้เกิดพัฒนาการในตัวบุคคลทุกคน

ศุภาวดี บุญวงศ์ (2527 : 2) ยังได้กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง การร่วมกัน
วางแผน การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างสมาชิกต่อสมาชิกภายในกลุ่ม หรือสมาชิกต่อกลุ่ม
หรือกลุ่มต่อสมาชิก โดยมีผู้นำกลุ่มซึ่งได้รับการฝึกฝนมาเป็นอย่างดี ช่วยส่งเสริมสนับสนุนให้สมาชิก
มีปฏิสัมพันธ์ และมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้สมาชิกได้พัฒนาบุคลิกภาพที่เป็นประโยชน์ต่อการทำงานกลุ่ม
ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการทำงานกลุ่ม และประสบผลสำเร็จในการทำงานครั้งนั้นด้วย

จากความหมายของกิจกรรมกลุ่มดังกล่าวข้างต้น จึงสรุปได้ว่ากิจกรรมกลุ่ม หมายถึง การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ให้กับสมาชิกภายในกลุ่ม ได้ปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน ซึ่งจากการมีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม จะทำให้สมาชิกนำเอาประสบการณ์ที่ได้รับจากกลุ่มไปใช้ในการพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ ตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้

จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม

เบนเนท (Bennett. 1963 : 5 - 9) ได้สรุปจุดมุ่งหมายโดยทั่วไปของกิจกรรมกลุ่มไว้ดังนี้

1. เป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกของกลุ่มได้เรียนรู้ทางด้านการศึกษา อาชีพ สังคมและส่วนตัว จากการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่โรงเรียนจัดขึ้น เช่น
 - 1.1 การปฐมนิเทศนักเรียนที่เข้าใหม่ เพื่อให้เขาได้ประโยชน์จากทางโรงเรียนมากที่สุด
 - 1.2 การได้มีโอกาสศึกษาถึงปัญหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นกลุ่ม และช่วยให้เด็กได้รับประสบการณ์กลุ่มในชีวิตที่โรงเรียนของเขา อาจทำให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เป็นที่ยอมรับของสังคมได้
 - 1.3 การศึกษากลุ่มในเรื่องปัญหาของการเจริญเติบโต เพื่อรู้จักปรับตัวให้สมกับวัยอย่างมีเหตุผล
 - 1.4 การศึกษากลุ่ม เพื่อให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อตนเอง พัฒนาความสนใจ ความสามารถ บุคลิกภาพ ลักษณะเด่นของตนเอง และการปรับตัวทางสังคมและส่วนตัว
 - 1.5 การศึกษากลุ่ม เพื่อหาวิธีการที่มีประสิทธิภาพที่จะส่งเสริมการเรียนรู้
 - 1.6 การศึกษากลุ่ม ถึงเรื่องชีวิตการทำงานและปัญหาของการปรับตัวต่ออาชีพ ความก้าวหน้าทางด้านอาชีพ
 - 1.7 ช่วยกลุ่มให้เรียนรู้วิธีการที่จะสร้างโครงการและวางแผนอาชีพในระยะยาวที่เหมาะสม

1.8 ช่วยกลุ่มให้เรียนรู้วิธีที่จะสร้างโครงการและวางแผนการศึกษาในระยะเวลาที่เหมาะสม

1.9 ช่วยพัฒนามาตรฐาน ค่านิยมของบุคคล อันจะช่วยให้เขาสามารถเลือกประสบการณ์ในด้านต่าง ๆ ของชีวิต และพัฒนาปรัชญาของตนเองได้

2. กิจกรรมกลุ่มก่อให้เกิดผลทางการบำบัดรักษา จากการที่ได้มีโอกาสปลดปล่อยความตึงเครียดทางอารมณ์ ได้มีความเข้าใจ และได้ข้อคิดในปัญหาต่าง ๆ ของบุคคลมากขึ้น รวมทั้งศึกษาปัญหาของคนเรานี้ที่คล้ายคลึงกัน ในบรรยากาศที่อ่อนโยน ผ่อนคลาย และนำมาแก้ไขปรับปรุงบุคลิกภาพ และวิถีทางชีวิตของเรา กลุ่มเปิดโอกาสให้เราได้วินิจฉัยตนเองและผู้อื่น

3. ช่วยให้ผู้บุคคลถึงจุดมุ่งหมายของการแนะแนวอย่างประหยัด และมีประสิทธิภาพมากกว่าวิธีการเป็นรายบุคคล

4. ช่วยให้การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลมีประสิทธิภาพมากขึ้น เพราะกลุ่มช่วยให้เข้าใจภูมิหลังและลักษณะทั่วไปของปัญหาต่าง ๆ

สำหรับ แทรกซ์เลอร์ และนอร์ท (Traxler and North. 1967 : 320) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ดังนี้ คือ

1. เพื่อให้การศึกษาอบรมแก่บุคคลที่ยังไม่คุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในมหาวิทยาลัย หรือในโรงเรียน โดยการจัดโครงการปฐมนิเทศนักเรียนใหม่ หรือนำไปจัดในรูปแบบของการแนะแนวได้ตลอดทั้งปี

2. เพื่อเสริมสร้างประสบการณ์ที่แตกต่างไปจากประสบการณ์ที่ได้รับในหลักสูตร โดยเฉพาะอย่างยิ่งการจัดกิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน เพื่อพัฒนาประสิทธิภาพในการศึกษาเล่าเรียน การใช้ห้องสมุด การศึกษาในโอกาสต่าง ๆ หรือเรื่องส่วนตัวต่าง ๆ ที่อยู่ในความสนใจของนักเรียน

3. เพื่อเป็นรากฐานที่จะนำไปสู่การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล เพราะทำให้นักเรียนคุ้นเคยกับครูในกรณีที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

4. เพื่อการปรับตัว บำบัดรักษา และความเจริญงอกงามของบุคคล ของกลุ่ม

นอกจากนี้ คมเพชร นัตถกุล (2522 : 96 - 98) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของ กิจกรรมกลุ่ม เพื่อนำไปใช้พัฒนาบุคคลแต่ละกลุ่มนั้นพอสรุปได้ดังนี้

1. เพื่อสร้างความเข้าใจในตนเองอย่างถูกต้อง
2. เพื่อสร้างความเข้าใจในบุคคลอื่น
3. เพื่อสร้างความสามารถในการทำงานร่วมกันได้ดีขึ้น

จากจุดมุ่งหมายข้างต้น สรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้บุคคลได้มีโอกาสที่จะปรับปรุงแก้ไขพัฒนาตนเอง ตลอดจนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและความคิดเห็นต่าง ๆ ซึ่งสามารถทำให้บุคคลได้เข้าใจตนเองและผู้อื่น

ประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่ม

โรเจอร์ (Rogers. 1970 : 121 - 122) ได้กล่าวถึงผลการศึกษาวิจัยของ กิบ (Gibb) ที่พบว่า วิธีการกลุ่ม จะให้ผลส่งเสริมสร้างสรรคทางด้านจิตวิทยามาก กล่าวคือ จะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านการรับรู้ ทางด้านความรู้สึก มีการตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นมากขึ้น ตลอดจนเปิดเผยความรู้สึก มีความจริงใจ และเป็นไปอย่างธรรมชาติ มีการเปลี่ยนแปลงทางความสามารถในการควบคุมความรู้สึกต่าง ๆ ของตนเอง มีการแสดงพฤติกรรมที่ตรงกับความรู้สึกของตน มีแนวทางในการสร้างแรงจูงใจ หมายถึง การเข้าใจตนเอง (Self - Actualization) การรู้จักตัดสินใจด้วยตนเอง มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านเจตคติ ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น หมายความว่า บุคคลจะยอมรับตนเอง พัฒนาในเรื่อคุณค่าของตนเอง เข้าใจตนเอง และมีความมั่นคงยิ่งขึ้น ในด้านเจตคติที่ดีต่อผู้อื่น ได้แก่ การใช้อำนาจลดน้อยลง มีการยอมรับผู้อื่นมากขึ้น ลดการสั่งสอนและควบคุมผู้อื่นมีส่วนร่วมในกิจกรรมมากขึ้น และมีความรู้สึกพึ่งพา กันและกัน เชื่อในความสามารถของบุคคล มีการแก้ปัญหาโดยการทางานเป็นกลุ่ม และเป็นสมาชิกที่ดีของกลุ่ม ด้วยเหตุนี้การเรียนรู้โดยกระบวนการกลุ่มจึงช่วยฝึกทักษะที่จำเป็นในหลาย ๆ ด้านดังที่ วิลเวอร์น สันถะโกล (2522 : 20) กล่าวไว้ ดังต่อไปนี้

1. ทักษะทางสังคม (Social Skill) เป็นทักษะที่ช่วยให้อยู่ร่วมกัน และทำงานกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น เช่น ทักษะการเป็นผู้ให้และผู้รับ การยอมรับความสามารถของตนเองและผู้อื่น ฯลฯ

2. ทักษะในการศึกษาค้นคว้า (Study Skill) เป็นทักษะในการค้นคว้าหาความรู้ ทักษะในการเก็บรวบรวมข้อมูล การพูด การฟัง การอ่าน และการรายงาน

3. ทักษะทางปัญญา (Intellectual Skill) ได้แก่ ทักษะในการแก้ปัญหา เฉพาะหน้า การวิพากษ์วิจารณ์ การคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และการคิดอย่างมีเหตุผล

4. ทักษะในการทำงานกลุ่ม (Group Work Skill) เป็นทักษะในการทำงานร่วมกับผู้อื่น เช่น ทักษะในการวางแผนงาน การยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น

สำหรับ เยาวพา เดชะคุปต์ (2522 : 229 - 230) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่มว่า การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจากกลุ่มจะเป็นประสบการณ์ที่มีคุณค่าและมีความหมายต่อผู้เรียนมากขึ้น การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ในฐานะเป็นสมาชิกของกลุ่ม ได้ลงมือปฏิบัติ ได้แสดงความคิดเห็น มีความรู้สึกและอารมณ์ร่วมในสิ่งที่ได้กระทำ จะทำให้เกิดแนวคิด และสามารถจดจำเนื้อหาได้นาน นอกจากนี้การมีส่วนร่วมในกลุ่มจะทำให้เกิดการมีปฏิสัมพันธ์ ช่วยให้การเรียนรู้เป็นไปอย่างกว้างขวางและได้ผลดี สามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

นอกจากนี้ คมเพชร นัตรสุกุล (2530 : 15 - 19) ได้กล่าวถึงคุณค่าของกิจกรรมกลุ่มว่า นอกเหนือจากความสำเร็จของกิจกรรมที่ทำแล้ว กิจกรรมกลุ่มยังมีคุณค่าด้านอื่น ๆ อีก ได้แก่

1. คุณค่าในด้านการพัฒนาการ (Developmental Values) เช่น การสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคล การสร้างพัฒนาการด้านอารมณ์และสังคม การพัฒนาการด้านทัศนคติ ความสามารถ และปกติวิสัยทางสังคม คุณค่าด้านอาชีพ ตลอดจนความเจริญงอกงามด้านความรู้ และทักษะ

2. คุณค่าในด้านการวินิจฉัย (Diagnostic Values) สำหรับผู้ในกลุ่มเมื่อมีการทำกิจกรรมกลุ่ม จะทำให้มีโอกาสดูสังเกตสมาชิกในกลุ่มแต่ละคน ทำให้ได้รับความเข้าใจเป็น อย่างดีในตัวผู้เรียน

3. คุณค่าในด้านการบำบัด (Therapeutic Values) ในการรวมกลุ่มของบุคคลนั้น จะมีค่าต่อการบำบัดได้เป็นอย่างดี ในโรงพยาบาล คลินิก จะนำวิธีการทางกลุ่มไปใช้ในการรักษาคนไข้ โดยการบำบัดทางจิตวิทยากับคนไข้เป็นกลุ่ม (Group Psychotherapy) สำหรับในโรงเรียน ผู้เรียนที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน อาจได้รับความช่วยเหลือโดยการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) แต่สำหรับผู้เรียนที่มีปัญหาเพียงเล็กน้อย จะได้รับประโยชน์จากการร่วมกิจกรรมกลุ่ม เช่น การแก้ปัญหาด้านอารมณ์ การพัฒนานิสัยของตนเอง เป็นต้น

4. คุณค่าต่อโรงเรียนและชุมชน (Values to the School and Community) การเข้าร่วมกลุ่มจะช่วยให้ผู้เรียนมีโอกาสนำมาพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ ทำให้เป็นบุคคลที่มีความสามารถ มีคุณค่า สร้างประโยชน์ให้แก่โรงเรียนและชุมชนได้

ยิ่งไปกว่านั้น คมเพชร นัตรศุภกุล (2530 : 10) ยังได้กล่าวอีกว่าการทำกิจกรรมกลุ่มมีคุณค่าสำหรับสมาชิกภายในกลุ่มมากมาย เพราะในขณะที่ดำเนินกิจกรรมกลุ่มนั้น สมาชิกจะได้รับการตอบสนองทั้งทางร่างกาย และจิตใจอย่างสมดุล มีโอกาสเรียนรู้เรื่องการปฏิบัติตนในสังคม และในขณะที่เดียวกันเขาก็จะได้เรียนรู้เรื่องการควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ด้วย นอกจากนี้สมาชิกในกลุ่มยังเกิดความจริงใจอกงามทางด้านความรู้ ความสามารถ และทักษะบางประการ เช่นการทำงานร่วมกันเป็นหมู่คณะ การเป็นสมาชิกที่ดี เป็นต้น

จึงอาจกล่าวได้ว่า ในการทำกิจกรรมกลุ่มนั้นสมาชิกในกลุ่มจะมีความงอกงามในด้านต่าง ๆ เพิ่มความมั่นใจให้กับตนเอง มีการค้นพบตนเอง เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า และพร้อมที่จะใช้ความรู้ความสามารถที่ตนเองมีอยู่มาพัฒนาคุณลักษณะบางประการที่ตนเองต้องการได้เป็นอย่างดี

ขนาดของกลุ่มที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม

สำหรับขนาดของกลุ่มที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม พบว่ามีอิทธิพลต่อปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มเป็นอย่างมาก ถ้าจำนวนสมาชิกภายในกลุ่มมีมากจะทำให้เกิดความคิดที่หลากหลาย แต่อาจมีผลเสียในด้านการควบคุม การจูงใจ สมาชิกจะมีส่วนร่วมกิจกรรมน้อย และอาจก่อให้เกิดกลุ่มย่อย

แต่ถ้ามีสมาชิกภายในกลุ่มน้อยเกินไปจะทำให้สมาชิกรู้สึกอึดอัด วิตกกังวล (Margo. 1985 : 65) ดังนั้นขนาดของกลุ่มที่เหมาะสมในการทำกิจกรรมกลุ่มนั้น อ็อตตาเวย์ (Ottaway. 1966 : 7) กล่าวว่า กลุ่มควรมีขนาดเล็ก เพราะจะช่วยให้สมาชิกมีโอกาสแสดงออกอย่างเป็นอิสระโดยทั่วถึงกัน โดยสมาชิกไม่ต้องใช้เสียงดังมากนัก ทุกคนในกลุ่มก็จะได้ยินอย่างทั่วถึง ดังนั้นกลุ่มควรมีขนาดอย่างมากที่สุด 12 คน หรือถ้ามากกว่านั้นก็ไม่ควรเกิน 15 คน เพราะมีฉะนั้นแล้วจะทำให้แบบแผนพฤติกรรมผิดไปจากเดิม ขนาดของกลุ่มที่เหมาะสมที่สุดควรมีจำนวนสมาชิก 9 - 10 คน จึงจะทำให้การทำงานบังเกิดผลดีที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับความคิดเห็นของ ไรตสัน แลแฮร์ (Deighton. 1971 : 225 ; citing Watson and Hare. n.d.) ที่กล่าวว่า กลุ่มย่อยควรมีขนาดไม่ใหญ่เกินไปและควรมีจำนวน 5 คนเป็นอย่างน้อย แต่บางทีก็อาจกำหนดให้มีจำนวน 12 - 15 คนก็ได้ เพื่อเหตุผลทางเศรษฐกิจเพราะจะทำให้สิ้นเปลืองน้อยลง แต่ก็ควรมีการแบ่งออกเป็นกลุ่มย่อย 2 กลุ่ม เพื่อให้มีขนาดเหมาะสม ถ้ากลุ่มมีขนาดใหญ่เกินไป โอกาสที่สมาชิกจะมีส่วนร่วมจะลดน้อยลง อาจทำให้กลุ่มแตกแยกกันง่ายขึ้น

เยาเวพา เดชะคุปต์ (2517 : 34) ได้ให้ความเห็นเกี่ยวกับขนาดของกลุ่มว่าควรเป็นกลุ่มขนาดเล็ก มีประมาณ 5 - 15 คน เพราะจะช่วยให้การทำงานหรือการเรียนการสอน ประสพผลดี ซึ่งสอดคล้องกับ คมเพชร นัตรศุกกุล (2530 : 26) ซึ่งกล่าวว่าขนาดของกลุ่ม อาจจะเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่ง ในการพิจารณาธรรมชาติของปฏิสัมพันธ์ของกลุ่ม กลุ่มที่มีขนาดแตกต่างกัน จะทำให้กระบวนการปฏิสัมพันธ์แตกต่างกันไปด้วย ในกลุ่มที่มีสมาชิกมากเกินไป ความจำเป็น สมาชิกจะต้องทำงานซ้ำซ้อนกัน บางคนคาดหวังว่าจะรับผิดชอบทั้งหมด ในขณะที่สมาชิกคนอื่นรู้สึกคับข้องใจที่ไม่มีงานทำ ไม่มีโอกาสได้ใช้ทักษะที่ตนเองมีอยู่ ขนาดของกลุ่มจึงไม่ควรเกิน 15 คนจะใหญ่เกินไป ย่อมขึ้นอยู่กับความจำเป็นของสถานการณ์ จุดมุ่งหมายของกลุ่ม แหล่งที่จะให้ความช่วยเหลือในกลุ่ม และระดับวุฒิภาวะของบุคคลในกลุ่ม

ลำดับขั้นการพัฒนาของกระบวนการกลุ่ม

เยาพา เดชะคุปต์ (2517 : 163 - 166) ได้จัดลำดับขั้นของการเรียนรู้ตาม ทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์เป็น 4 ระยะดังนี้ คือ

1. ระยะการมีส่วนร่วม ระยะนี้ผู้เรียนจะเข้ามามีส่วนร่วมในฐานะสมาชิกคนหนึ่ง ของกลุ่มและเป็นผู้ลงมือปฏิบัติ หรือคิดค้นแสวงหาสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง ผลของการ เรียนรู้จะเกิดจากผู้เรียนโดยตรง การมีส่วนร่วมของผู้เรียน จะเป็นการมีส่วนร่วมในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1.1 การมีส่วนร่วมทางด้านร่างกาย คือ การเรียนรู้ที่ผู้เรียนลงมือกระทำ กิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง รวมทั้งการมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น การแลกเปลี่ยน ความคิดเห็น และเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง ซึ่งต้องอาศัยการแสดงออกทางกาย วาจา ในการสื่อความหมายกับผู้อื่น เพื่อก่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน

1.2 การมีส่วนร่วมทางด้านจิตใจ คือ ความรู้สึก และอารมณ์ต่าง ๆ เกี่ยวกับ สิ่งที่กำลังทำนั้น ความรู้สึกที่เกิดขึ้นจะนำไปสู่การรับรู้ แนวคิด และการเรียนรู้ทางด้านเนื้อหา เป็นอย่างดี และช่วยให้ผู้เรียนได้สามารถจดจำเนื้อหาได้นานอีกด้วย

1.3 การมีส่วนร่วมทางด้านปัญญาหรือสมอง คือ การที่ผู้เรียนเกิดการเห็นจริง หรือประจักษ์แจ้ง มีการค้นพบสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ และสร้างแนวความคิดจากสิ่งที่ได้รับรู้ขึ้น ซึ่ง จะเป็นแนวทางในการพัฒนาแนวความคิดและเหตุผลในการพิจารณาไตร่ตรองในการทำงาน การตัดสินใจ และสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ขึ้นด้วยตนเอง

1.4 การมีส่วนร่วมทางสังคม คือ การมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น จะทำให้เกิด ปฏิสัมพันธ์ มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิด ค่านิยม ความเชื่อ ฯลฯ ซึ่งจะช่วย ให้เกิดการเรียนรู้เป็นไปอย่างกว้างขวาง และเกิดผลดีอีกด้วย

2. ระยะวิเคราห์ เป็นระยะที่ผู้เรียนจะร่วมกันวิเคราะห์ประสบการณ์การเรียนรู้ ห้เห็นหลังจากที่ลงมือกระทำกิจกรรม จะช่วยให้ผู้เรียนมีความรู้กว้างขวาง สามารถประเมิน ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม วิธีการเรียน ผลการเรียนรู้ ตลอดจนช่วยให้ผู้เรียนรู้จัก ตนเองดียิ่งขึ้น

3. ระยะสรุปและประยุกต์หลักการ เป็นระยะที่ผู้เรียนจะรวบรวมแนวคิดที่ตนค้นพบ แนวคิดที่ได้จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น แล้วสรุปเป็นหลักการของตนเอง ซึ่งผู้เรียน สามารถนำหลักการนั้นไปประยุกต์ใช้ในอนาคต หรือประยุกต์ให้เข้ากับตนเองได้ การประยุกต์นั้น จะทำได้ 2 ลักษณะ คือ

3.1 การประยุกต์เพื่อปรับปรุงบุคลิกภาพ หรือการพัฒนาตนเองให้เหมาะสมยิ่งขึ้น รวมทั้งการปรับตัวให้เข้ากับบุคคลอื่น ตลอดจนเสริมสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น

3.2 การประยุกต์เพื่อใช้ในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ในอนาคตและเพื่อใช้ในการปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นกว่าเดิม ตลอดจนช่วยในการคิดค้น และประดิษฐ์สิ่งใหม่ ๆ ขึ้น

4. ระยะประเมิณผล โดยผู้เรียนจะเป็นผู้ประเมิณผลการเรียนรู้ของตนเองและของกลุ่ม จากการอภิปรายให้ข้อเสนอแนะและติชม ร่วมกับสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม

นอกจากนี้ คมเพชร นัตรสุกุล (2522 : 23) ได้กล่าวถึง ระยะพัฒนาของกลุ่มว่า เมื่อสมาชิกเริ่มเข้ากลุ่ม อาจพบว่า พฤติกรรมที่แสดงออกในกลุ่มนั้นมีความแตกต่างจากที่เข้ากลุ่มได้เป็นเวลานาน ทั้งนี้เพราะว่าการที่จะทำให้กลุ่มเป็นกลุ่มที่สมบูรณ์นั้นจะต้องอาศัยเวลา ในการพัฒนา กลุ่ม ซึ่งจะต้องผ่านระยะต่าง ๆ 4 ระยะคือ

1. ระยะที่บุคคลแต่ละคนมีการแข่งขัน และมีศูนย์กลางอยู่ที่ตนเอง
2. ระยะของความขัดแย้ง และความคับข้องใจ
3. ระยะที่กลุ่มมีความสามัคคี
4. ระยะที่มีผลงานและยึดกลุ่มเป็นศูนย์กลาง

กิจกรรมที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม

กิจกรรมที่นำมาใช้ในการทำกิจกรรมกลุ่มมีหลายวิธี ซึ่งพิศนา แชนมณี (2522 : 201 - 202) ได้กล่าวถึงการจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับหลักทฤษฎีว่า สามารถใช้วิธีการต่าง ๆ ได้ดังนี้

1. เกม (Game) เป็นวิธีการหนึ่งซึ่งนำมาใช้ในการสอนได้ดี โดยครูผู้สอนสร้างสถานการณ์สมมติขึ้น ให้ผู้เรียนลงเล่นด้วยตนเองภายใต้ข้อตกลงหรือกติกาบางอย่างตามที่กำหนดไว้ ซึ่งผู้เรียนจะต้องตัดสินใจทำอย่างใดอย่างหนึ่งอันจะมีผลออกมาในรูปของการแพ้ชนะ วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ความรู้สึกรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ นอกจากนี้ยังช่วยให้ผู้เรียนเกิดความสนุกสนานในการเรียนด้วย

2. บทบาทสมมติ (Role - Play) เป็นวิธีการอีกวิธีหนึ่งที่เริ่มได้รับความนิยมในการนำมาใช้ในการสอน วิธีการนี้ยังมีลักษณะเป็นสถานการณ์สมมติเช่นเดียวกับเกม แต่มีการกำหนดบทบาทของผู้เล่นในสถานการณ์ที่สมมติขึ้นนั้นแล้วให้ผู้เรียนเข้าสวมบทบาทนั้น และแสดงออกตามธรรมชาติ โดยอาศัยบุคลิกภาพ ประสบการณ์ และความรู้สึกรู้สึกนึกคิดของตนเป็นหลัก ดังนั้นวิธีการนี้จึงมีส่วนช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสศึกษาวิเคราะห์ถึงความรู้สึกรู้สึกและพฤติกรรมของตนอย่างลึกซึ้งและยังช่วยเสริมสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ให้น่าสนใจและน่าติดตามอีกด้วย

3. กรณีตัวอย่าง (Case) เป็นวิธีการสอนอีกวิธีหนึ่ง ซึ่งใช้กรณีหรือเรื่องราวต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจริงนำมาดัดแปลงและใช้เป็นตัวอย่างในการให้ผู้เรียนได้ศึกษา วิเคราะห์ และอภิปรายกันเพื่อสร้างความเข้าใจ และฝึกฝนหาทางแก้ไขปัญหานั้น วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้รู้จักคิดและพิจารณาข้อมูลที่ได้รับอย่างถี่ถ้วนและการอภิปรายจะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกันรวมทั้งหาเอากรณีต่าง ๆ ซึ่งคล้ายกับชีวิตจริงมาใช้ จะช่วยให้การเรียนรู้มีลักษณะใกล้เคียงกับความเป็นจริง ซึ่งมีส่วนทำให้การเรียนรู้มีความหมายสำหรับผู้เรียนมากยิ่งขึ้น

4. สถานการณ์จำลอง (Simulation) คือ การจำลองสถานการณ์จริง หรือ สร้างสถานการณ์ให้ใกล้เคียงกับความเป็นจริง แล้วให้ผู้เรียนลงไปอยู่ในสถานการณ์นั้น และมีปฏิกริยาโต้ตอบกัน วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสทดลองพฤติกรรมต่าง ๆ ซึ่งในสถานการณ์จริง ผู้เรียนอาจจะไม่กล้าแสดงออกเพราะอาจเป็นการเสี่ยงต่อผลที่จะได้รับจนเกินไป

5. **ละคร (Acting or Dramatization)** คือ วิธีการที่ให้ผู้เรียนได้ทดลองแสดงบทบาทตามบทที่เรียนหรือกำหนดไว้ให้ โดยผู้แสดงจะต้องพยายามแสดงให้สมตามที่กำหนดไว้ โดยไม่นำเอาบุคลิกภาพและความรู้สึกนึกคิดของตนเข้าไปมีส่วนเกี่ยวข้อง อันจะมีส่วนทำให้เกิดผลเสียต่อการแสดงบทบาทนั้น ๆ วิธีการนี้จะเป็นวิธีการที่ช่วยให้ผู้เรียนได้มีประสบการณ์ในกรณีจะเข้าใจในความรู้สึก เหตุผลและพฤติกรรมของผู้อื่น ซึ่งความเข้าใจนี้มีส่วนเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจกัน นอกจากนี้การที่ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงละครร่วมกันจะช่วยฝึกให้ผู้เรียนเกิดความรับผิดชอบในการเรียนร่วมกัน และได้ฝึกการทำงานร่วมกันด้วย

6. **กลุ่มย่อย (Small Group)** วิธีการใช้กลุ่มย่อยในการสอนนี้เป็นวิธีการที่ใช้กันมานานแล้ว อาจจะเป็นเพราะสังเกตเห็นแล้วว่าเป็นประโยชน์ในการเรียนของผู้เรียน กลุ่มย่อยเปิดโอกาสให้ผู้เรียนทุกคนได้มีส่วนในการแสดงออก และช่วยให้ผู้เรียนได้ข้อมูลเพิ่มเติมมากขึ้น

ส่วนเทคนิควิธีการ และสื่อต่าง ๆ ที่นำมาใช้ในกลุ่มนั้น นภาพร พุ่มพุกษ์ (2529 : 38 - 39) ได้สรุปว่า มีการพัฒนาสื่อใหม่ ๆ มาใช้มากมาย เช่น เครื่องไมโครคอมพิวเตอร์ ภาพยนตร์ สไลด์ เทป หนังสือพิมพ์ หนังสือพิมพ์ หุ่นเชิดมือ ภาพวาด การสะท้อนบทบาท การเดินรำ ดนตรี การเคลื่อนไหวต่าง ๆ สื่อท้องถิ่น บทกวี นวัตกรรม ความคิดใหม่ ๆ เป็นต้น ซึ่งจากการพัฒนาเทคนิคสื่อ วิทยาการความก้าวหน้าทางจิตวิทยา และกิจกรรมแปลกใหม่เข้ามาใช้ในกิจกรรมกลุ่มนี้ จะเป็นแนวทางในการพัฒนากิจกรรมกลุ่มให้สามารถกำหนดโครงสร้างกิจกรรมให้บรรลุจุดประสงค์ของการทำกิจกรรมกลุ่มได้

1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

งานวิจัยในต่างประเทศ

เล็กซ์ (Lex. 1973 : 6093 - A) ได้ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทัศนคติของนักศึกษา ชั้นปีที่ 1 ในมลรัฐอินเดียนา ผู้วิจัยแบ่งนักศึกษาออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุมใช้วิธีสอนแบบเก่ากับกลุ่มทดลองใช้วิธีการสอนโดยกิจกรรมกลุ่ม ผลการศึกษาปรากฏว่า การพัฒนาจิตใจของผู้เรียนทั้ง 2 กลุ่ม ในระหว่างการทดสอบก่อนสอน และทดสอบ

หลังสอนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่จากการรายงานของกลุ่มทดลอง พบว่า นักศึกษาพอใจในประสบการณ์ที่ได้รับ เพราะได้รับแรงกระตุ้นให้อภิปรายได้อย่างอิสระในเรื่อง คำนิยม และทุกคนยินดีที่จะร่วมกิจกรรมกลุ่มอีกต่อไป

เดวิส (Davis. 1988 : 3263) ได้ทำการศึกษาวิจัยผลการใช้ทักษะกระบวนการ กลุ่มในการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ หน่วยการแก้ปัญหามีต่อผลสัมฤทธิ์และทัศนคติในการเรียน วิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนเกรด 7 จำนวน 104 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า ผลสัมฤทธิ์และทัศนคติในการเรียนของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ในขณะเดียวกันพบว่านักเรียนในกลุ่มทดลองมีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มดีกว่า นักเรียนในกลุ่มควบคุม

เดอร์ชมิทท์ (Durschmidt. 1977 : 3953 - A) ได้ทำการศึกษาผลของการใช้ กระบวนการกลุ่ม เพื่อพัฒนาความเข้าใจในตนเองของนักศึกษาในกลุ่มทดลอง จำนวน 38 คน โดยการให้เข้าร่วมกลุ่มการสัมมนาที่เปิดโอกาสให้แต่ละบุคคลได้แสดงศักยภาพที่แท้จริงของตนเอง ส่วนกลุ่มควบคุม จำนวน 63 คนใช้วิธีการเรียนตามปกติ ปรากฏว่าเมื่อเปรียบเทียบ ทั้ง 2 กลุ่มแล้ว กลุ่มทดลองมีการยอมรับตนเองดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

งานวิจัยในประเทศ

สัตดาวรรณ ณ ระนอง (2525 : 52) ได้ทำการทดลองใช้กิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนา ความมีวิสัยทัศน์ในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนทุ่งมหาเมฆ กรุงเทพมหานคร โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 14 คน พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกโดย กิจกรรมกลุ่มมีพัฒนาการด้านความมีวิสัยทัศน์ในตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีพัฒนาการด้านความมีวิสัยทัศน์ในตนเองสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

สรศักดิ์ รสชู (2530 : 56) ได้ทำการศึกษาวิจัยผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อ ความสนใจในหน้าที่พลเมืองดีของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนชุมชนบ้านศรีสะอาด

จังหวัดเพชรบูรณ์ จำนวน 24 คน โดยแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 12 คน พบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกกิจกรรมกลุ่มมีความสันทัดในหน้าที่พลเมืองดีสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พวงแก้ว เนตรโสภารักษ์ (2533 : 65 - 66) ได้ทำการศึกษาผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความร่วมมือในการอภิปรายกลุ่มของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านลานแหลม จังหวัดนครปฐม จำนวน 14 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน ผลการวิจัยปรากฏว่ากลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกกิจกรรมกลุ่มมีความร่วมมือในการอภิปรายกลุ่มสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และกลุ่มทดลองมีความร่วมมือในการอภิปรายกลุ่มสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สาริณี พงษ์เจริญไทย (2534 : 102) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ของนักเรียนชาย ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย กรุงเทพมหานคร จำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน ผลการวิจัย พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลการวิจัยดังกล่าวข้างต้น แสดงให้เห็นว่าการใช้กิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาคุณลักษณะต่าง ๆ ที่พึงประสงค์ ได้แก่ ความมีวินัยในตนเอง ความสันทัดในหน้าที่ของพลเมืองดี และยังนำไปใช้พัฒนาความร่วมมือในการอภิปรายกลุ่ม อีกทั้งยังช่วยให้ทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายลดลง จึงเป็นแนวทางชี้ให้เห็นว่า ควรจะนำกิจกรรมกลุ่มมาใช้ในการพัฒนาการพึ่งตนเองของนักเรียนได้ด้วย

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ความหมายและลักษณะสำคัญของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) ได้ดัดแปลงมาจากจิตบำบัดแบบกลุ่ม (Group Psychotherapy) ซึ่ง เจ. เอช. แพท (J.H.Pratt) เป็นคนแรกที่นำเอาเทคนิคกลุ่มมาใช้รักษาคนไข้โรคจิต การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีลักษณะการแสดงออกทางอารมณ์น้อยกว่าจิตบำบัด แต่ใช้กระบวนการค้นหาเหตุผลมากกว่า ยิ่งไปกว่านั้นการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ยังมุ่งที่จะให้ผู้คลแสดงศักยภาพทั้งหมดของตนออกมา (ทองเรือน อมรชกุล. 2520 : 101)

เชอร์ทเชอร์ และสโตน (Shertzer and Stone. 1968 : 448 - 449) ได้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่า หมายถึงการที่บุคคลมีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเองในด้านใดด้านหนึ่ง หรือต้องการที่จะแก้ปัญหาด้านใดด้านหนึ่งร่วมกัน มาปรึกษาหารือกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย เห็นกลุ่มเป็นศูนย์กลาง สมาชิกในกลุ่มจะมีโอกาสแสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของตนเอง กล้าที่จะเผชิญปัญหา ได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหาระดับปรับปรุงตนเอง ทั้งยังได้รับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่น และได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีปัญหาเช่นกัน วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะทำให้สมาชิกแต่ละคนเกิดความภาคภูมิใจว่าตนเองสามารถให้ข้อคิดอันเป็นประโยชน์แก่กลุ่ม

โอลเซน (Ohlsen. 1970 : 10 - 11) ให้ความหมายว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นการช่วยเหลือบุคคลให้พัฒนาความเข้าใจในตนเองเพิ่มขีดความสามารถของตนโดยอาศัยกระบวนการกลุ่ม ซึ่งเป็นการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องเพื่อให้บุคคลได้ทดลองพฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสม กลุ่มจะเป็นเสมือนสถานที่ให้บุคคลในกลุ่มได้ทดลองปฏิบัติตนเองในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือทัศนคติก่อนที่บุคคลจะต้องเผชิญกับสถานการณ์จริง ๆ ของชีวิตซึ่งสอดคล้องกับความเห็นของ แฮนเซน วอร์เนอร์ และสมิธ (Hansen, Warner and Smith. 1976 : 6) ที่กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มคือกระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาสร้างสัมพันธภาพกับสมาชิกในกลุ่มเพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้สำรวจตนเอง สำรวจสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับตน แล้วพยายามแก้ไขปรับปรุงทัศนคติและพฤติกรรมของตนเองให้เป็นไปในทางที่ดีขึ้น

รัชรี ทรัพย์มี (2520 : 80) กล่าวถึง การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่าเป็นกระบวนการ ที่กลุ่มบุคคลซึ่งมีความคิดที่จะปรับปรุงตนเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง มาปรึกษาหารือซึ่งกันและกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษารวมอยู่ด้วย สมาชิกในกลุ่มจะมีโอกาสแสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของแต่ละคน เป็นการระบายความรู้สึกขัดแย้งในจิตใจ ได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอมรับตนเอง กล่าวที่จะเผชิญปัญหาและได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหา หรือปรับปรุงตนเอง อีกทั้งยังได้รับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่น ทำให้ตระหนักว่าคนอื่นก็มีปัญหาเช่นเดียวกันกับตน และอีกประการหนึ่ง การใช้วิธีการนี้จะเป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้เสนอความคิดเห็นต่าง ๆ ซึ่งจะทำให้เกิดความภาคภูมิใจว่า ตนเองสามารถให้ข้อคิดอันเป็นประโยชน์ต่อกลุ่มได้ และวรรณ พรมบุรณย์ (2523 : 25 - 26) ได้กล่าวว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม สมาชิกทุกคนมีปัญหาล้ายคลึงกัน ปัญหาที่มีความหมายต่อตัวสมาชิกเกิดขึ้นจริงกับสมาชิก ผู้ให้คำปรึกษาทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่มและเป็นสมาชิกคนหนึ่งในกลุ่ม บางครั้งจะต้องเป็นผู้ให้รายละเอียด กระตุ้นให้เกิดการพูด ทำให้กลุ่มตื่นตัวและพร้อมที่จะแทรกเข้าไปในตอนใดตอนหนึ่ง เพื่อให้กลุ่มดำเนินไปได้ โดยบรรยากาศในกลุ่มอบอุ่นและปลอดภัย ทำให้สมาชิกได้แสดงความคิดเห็นอย่างจริงจัง และสมาชิกทุกคนคือผู้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 180) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นกระบวนการของกลุ่มบุคคลที่มีปัญหา หรือมีความต้องการคล้าย ๆ กันมาปรึกษาหารือร่วมกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาซึ่งมีความรู้ความสามารถและประสบการณ์ทางการให้คำปรึกษา คอยให้ความช่วยเหลือหรือร่วมให้คำปรึกษา

นอกจากนี้ คมเพชร ฉัตรสุกกุล (2521 : 90) ได้สรุปความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ว่ามีลักษณะ 3 ประการคือ

1. การใช้กลุ่มเพื่อแก้ไข้ปัญหา ข้อแตกต่างระหว่างการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มประการหนึ่งคือ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้น สมาชิกทุกคนที่มีปัญหานำปัญหามาอภิปราย และแสดงความคิดเห็นร่วมกันด้วยความเห็นอกเห็นใจกัน แต่การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลนั้นจะไม่ได้ได้รับความคิดอย่างกว้างขวาง ผู้มีปัญหาก็ต้องใช้ความคิดมากในการแก้ไข้ปัญหาด้วยตนเอง ดังนั้นอาจจะช่วยให้แก้ปัญหได้ยากในบางกรณี

2. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมุ่งช่วยเหลือปัญหาที่ปกติ เช่น การปรับตัวกับเพื่อน เพศตรงข้าม การเรียน การทำกิจกรรม เป็นต้น ความจริงแล้วการให้คำปรึกษาโดยทั่วไปก็เป็นการแก้ไขปัญหาคืออยู่แล้ว และไม่เกี่ยวข้องกับการแก้ไขปัญหาโรคประสาท โรคจิต เพราะถือว่าไม่อยู่ในขอบเขตของการให้ความช่วยเหลือได้โดยผู้ให้คำปรึกษา แต่ควรจะเป็นหน้าที่ของผู้เชี่ยวชาญ

3. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมุ่งจะช่วยเหลือสมาชิกกลุ่มที่มีสภาพปกติในทึ่หมายความว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้นจะไม่ครอบคลุมถึงผู้ที่มีความผิดปกติทางด้านจิตใจ (Mental Disorder) ถ้าหากสมาชิกคนใดก็ตามมีความผิดปกติเกิดขึ้น ก็ไม่ควรนำมาเป็นสมาชิกในกลุ่มที่จะแก้ไขปัญหาร่วมกัน เพราะอาจจะมี การรับรู้ มีความคิดทั้งหลายที่ผิดปกติไป การสื่อสารในกลุ่มก็จะมีปัญหา เนื่องจากพูดหรืออธิบายแล้ว สมาชิกไม่สามารถเข้าใจร่วมกันได้

จากความหมายและลักษณะของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่ได้กล่าวมาแล้ว สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นกระบวนการช่วยเหลือกลุ่มบุคคลที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ทำหน้าที่คอยเอื้ออำนวย สมาชิกมีหน้าที่เป็นผู้ช่วยเหลือ สนับสนุนและให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ภายใต้บรรยากาศแห่งการยอมรับ อ่อนน้อม และไว้วางใจซึ่งจะทำให้สมาชิกในกลุ่มได้มีโอกาสสำรวจตนเอง เข้าใจตนเอง และได้ใช้ความคิดในการที่จะพัฒนาตนเอง จากการได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อกัน อันจะเป็นแนวทางให้สมาชิกเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนได้

จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

เคลแมน (Kelman. 1963 : 399 - 432) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ดังนี้

1. ทำให้บุคคลไม่รู้สึกรอคอย
2. ทำให้บุคคลรู้จักตนเองและยอมรับตนเอง
3. ทำให้บุคคลรู้จักปรับตัวและพัฒนาตนเอง

4. ทำให้เป็นตัวของตัวเอง และกล้าแสดงความรู้สึกที่แท้จริง
5. ทำให้เกิดความรับผิดชอบในตนเอง และแก้ปัญหาของตนเองได้
6. เป็นการศึกษาทักษะในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น
7. ช่วยให้บุคคลเปลี่ยนเจตคติและพฤติกรรม
8. นำทักษะและแนวคิดที่ได้จากกลุ่มไปปรับปรุงตนเองในชีวิตประจำวัน

โอลเซน (Ohlsen. 1970 : 31) ได้กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีจุดมุ่งหมายให้บุคคลรู้จักแก้ไข้ปัญหาที่เกิดขึ้น เป็นการป้องกันไม่ให้เกิดเหตุการณ์ร้ายแรงขึ้น ประสบการณ์ที่ได้จากกลุ่มจะทำให้เกิดความรู้และช่วยพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ คือ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

นอกจากนี้ รัชสี ธวัชดา (2523 : 52) ยังกล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีจุดมุ่งหมายให้สมาชิกได้สำรวจและประเมินตนเอง ได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง ตัดสินใจด้วยตนเอง สามารถดำรงชีวิตที่รับผิดชอบต่อตนเองและสังคมได้ นำสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ไปสู่การปฏิบัติให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งสอดคล้องกับสุวรรณา อนุสันติ (2535 : 13) ที่กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่า เป็นการช่วยเหลือให้บุคคลเข้าใจตนเอง ในด้านความคิด ความรู้สึก และการกระทำ โดยใช้ประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้ในกลุ่มไปใช้เปลี่ยนแปลงทัศนคติและพฤติกรรมให้ดีขึ้น

จากจุดมุ่งหมายดังกล่าวข้างต้น พอสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้บุคคลได้รู้จัก เข้าใจตนเอง เรียนรู้สิ่งต่าง ๆ เกี่ยวกับตนเอง สามารถหาเอาประสบการณ์ที่ได้รับจากกลุ่มไปใช้ในการแก้ปัญหา และพัฒนาพฤติกรรมของตนเองให้ดีขึ้น

ปรัชญาการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีปรัชญาในการช่วยเหลือบุคคล ดังนี้ (วรภรณ์ สิมสุวัฒน์. 2522 : 7)

1. การเปิดเผยตนเอง (Self Disclosure) จุดประสงค์ที่สำคัญก็เพื่อสร้างสายใยแห่งความเชื่อมโยงระหว่างสมาชิกในกลุ่ม การเปิดเผยตนเองควรจะได้รับพัฒนาให้ถึงจุดที่ว่า สมาชิกสามารถแบ่งปันถึงสภาพอารมณ์และความคิดที่เกิดขึ้นในขณะนั้นได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกรณีที่สิ่งเหล่านั้นต้องไปโยงกับสมาชิกคนอื่นในกลุ่ม จุดรวมที่สำคัญคือที่นี้และเดี๋ยวนี้ อดีตจะมาเกี่ยวข้องก็เพียงแต่ในโอกาสที่มาสัมพันธ์กับพฤติกรรม ความรู้สึกและความคิดในปัจจุบันเท่านั้น
2. ความซื่อสัตย์ (Honesty) สมาชิกแต่ละคนจะต้องมีความซื่อสัตย์ต่อการกระทำของเขา ความคิด ความรู้สึก และการกระทำที่มีผลต่อพฤติกรรมของเขา เขาจะพิจารณาถึงสิ่งที่เหมาะสมในชีวิตและวิถีชีวิตที่พึงประสงค์ ผู้ให้คำปรึกษาควรให้โอกาสแก่สมาชิกทุกคนในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับวิถีชีวิตของเขา
3. ความรับผิดชอบ (Responsibility) สมาชิกทุกคนจะมีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเองต่อกลุ่ม
4. การเลือก (Choice) สมาชิกควรมีสิทธิในการเลือกวิธีการแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง และพัฒนาขึ้นเรื่อย ๆ
5. การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) การให้ข้อมูลย้อนกลับของสมาชิกและการประเมินพฤติกรรมของตนเอง จะช่วยให้เกิดความเข้าใจพฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น
6. การตัดสินใจ (Decision) การตัดสินใจส่วนตัว ก่อให้เกิดสู่ทางในการตัดสินใจของกลุ่ม ต้องอาศัยความร่วมมือของสมาชิกทุกคน

หลักพื้นฐานในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

หลักพื้นฐานในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้น เดมพ์ (วิบูลย์ พูลศรี. 2523 : 10 - 11 ; อ้างอิงมาจาก Kemp. 1970) ได้กล่าวสรุปไว้ดังนี้

1. บุคคลทุกคนมีสิทธิในความรู้สึกของตนเอง รู้สึกอย่างที่ท่านเองรู้สึก ผู้ให้คำปรึกษาจะสนับสนุนให้สมาชิกแสดงความรู้สึกของตนออกมา และมีการยอมรับในอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่นด้วย

2. แต่ละคนต้องตัดสินใจว่า จะพัฒนาอะไรเกี่ยวกับตนเอง
3. บุคคลมุ่งที่จะแก้ปัญหาให้ตนเองไม่ใช่แก้ปัญหาให้ผู้อื่น
4. ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสถานการณ์ เป็นจุดสำคัญยิ่งกว่าตัวสถานการณ์
5. การเปิดเผยช่วยให้การปรึกษามีประสิทธิภาพ ถ้าไม่มีการป้องกันตนเองก็พร้อมที่จะรับรู้ พร้อมที่จะเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะเกิดขึ้นในบรรยากาศที่มีความไวเหนือเชื่อใจ มีความหวังดี มีความเข้าใจและมีการยอมรับ การเปิดเผยตนเองมากเกินไป แสดงถึงการช่วยเหลือตนเองได้
6. บุคคลจะเข้าใจตนเองได้ดีขึ้น มีความรับผิดชอบต่อตนเอง
7. จะต้องมีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเอง จะเรียนรู้ที่จะรับผิดชอบต่อตนเองมากขึ้น ถ้าบรรยากาศภายในบ้าน ในโรงเรียนไม่คุกคาม ชูเชิญหรือลงโทษมากเกินไป ซึ่งจะทำให้ทั้งพาดนอื่นน้อยลง
8. การลงมือกระทำเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งจะมีได้ในบรรยากาศแห่งการยอมรับ ความเข้าใจ อาจใช้บทบาทสมมติ
9. ในการเปิดเผยปัญหา การแก้ปัญหา มีวิธีการเลือกหลายวิธี ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้สมาชิกเห็นหนทางจากการเลือกวิธีต่าง ๆ
10. สมาชิกแต่ละคนต้องมีคำมั่นสัญญา (Commitment) กับตนเองในการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ อีกทั้งการเสริมแรงถือว่าเป็นสิ่งจำเป็น
11. สามารถหาสิ่งที่เรียนรู้ใหม่ไปปฏิบัติงานชีวิตประจำวันได้ ประสบการณ์ในกลุ่มจึงเป็นสิ่งสำคัญ
12. การที่คนรู้จักตนเองอย่างลึกซึ้ง ยอมรับตนเอง ทำให้การป้องกันตนเองน้อยลง หนีได้กับคำวิจารณ์ของผู้อื่น

การจัดตั้งกลุ่ม

นักจิตวิทยาหลายท่านได้เสนอแนวทางเกี่ยวกับการจัดกลุ่มไว้ดังนี้

1. การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่ม

คมเพชร นัตรศุกกุล (2521 : 94 - 95) ได้กล่าวถึงแนวทางในการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มไว้ 4 ประการดังนี้

1. สมาชิกที่จะมารับคำปรึกษาแบบกลุ่ม ควรจะเป็นผู้ที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน เพื่อจะได้อภิปรายในประเด็นเดียวกัน และมีความเข้าใจซึ่งกันและกัน
2. สมาชิกที่จะมารับคำปรึกษาแบบกลุ่ม ควรเป็นผู้ที่มีความเต็มใจที่จะแก้ปัญหา
3. การจัดกลุ่ม ควรให้สมาชิกมีลักษณะแตกต่างกันบ้าง ซึ่งก็เป็นไปตามธรรมชาติของกลุ่ม เช่น มีทั้งเพศชาย เพศหญิง แต่อย่างไรก็ตาม ไม่ควรให้สมาชิกมีความแตกต่างกันมากเกินไป เช่น การจัดให้ผู้คนที่ไม่ค่อยพูดอยู่กับคนที่พูดมาก เป็นต้น จะทำให้เกิดปัญหาได้
4. การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มต้องพิจารณาว่า แต่ละบุคคลจะได้รับประโยชน์จากกลุ่ม และสามารถให้ความช่วยเหลือผู้อื่นในกลุ่มได้ด้วย

นอกจากนี้ เซอร์ทเซอร์ และ สโตน (Shertzer and Stone. 1971 : 457 - 471) ยังได้กล่าวถึงบุคคลที่ไม่ควรนำเข้ากลุ่ม ดังนี้

1. ก้าวร้าวมาก
2. เหนียวอายมากเกินไป
3. มีปัญหาการปรับตัวมาก
4. ไม่ควรจัดคนที่เป็ญาติ หรือเพื่อนสนิทไว้กลุ่มเดียวกัน เพราะต่างคนต่างรู้ปัญหาของอีกฝ่ายหนึ่งอยู่แล้ว อาจทำให้ไม่สามารถเปิดเผยความรู้สึกที่แท้จริงออกมาได้

2. ขนาดของกลุ่ม

โดยทั่วไปนิยมจัดกลุ่ม 6 - 8 คน แต่อาจขยายเป็น 10 - 12 คนไม่ควรให้กลุ่มใหญ่เกินไป เพราะจะทำให้โอกาสในการสื่อความหมายซึ่งกันและกันมีน้อยลง ซึ่งสอดคล้องกับความเห็นของ มาร์ทเลอร์ (Mahler. 1969 : 54 - 55) ที่กล่าวว่า สมาชิกของกลุ่มไม่ควรเกิน 10 คน เพราะสมาชิกจะไม่สนใจเท่าที่ควร โอกาสที่สมาชิกจะหลบเลี่ยงจากกลุ่มมีมาก และ

ผู้ให้คำปรึกษาจะลำบากในการโน้มน้าวให้สมาชิกแต่ละคนสนใจกลุ่ม ส่วน รัชชรี ทรัพย์มี
(2518 : 39) มีความเห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม บุคคลที่จะเข้ากลุ่มจะต้องมีความ
สัมพันธ์ต่อกันอย่างดี ดังนั้นจำนวนสมาชิกต้องไม่มากเกินไปคือ 6 - 10 คน

3. เวลาและจำนวนครั้งในการให้คำปรึกษา

แพทเทอร์สัน (Patterson. 1973 : 182) ให้ความเห็นว่าการจัดให้มีการให้
คำปรึกษาสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ถ้าช่วงเวลาของการให้คำปรึกษามีน้อยก็อาจจัดให้มีการให้
คำปรึกษาสัปดาห์ละ 2 - 3 ครั้ง ในแต่ละครั้งที่พบกัน ช่วงเวลาการให้คำปรึกษาควรประมาณ
1 ชั่วโมง ถึง 1 ชั่วโมงครึ่ง สำหรับสมาชิกที่เป็นวัยรุ่น หรือผู้ใหญ่ แต่ถ้าเป็นเด็กระดับ
ประถมศึกษา ไม่ควรเกิน 1 ชั่วโมง เพราะเด็กอาจเกิดความเบื่อได้ และคมเพชร นัตรสุกุล
(2521 : 99) เห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มควรจัดให้มีสัปดาห์ละ 2 ครั้ง เวลาอย่างน้อย
ไม่ควรต่ำกว่า 1 ชั่วโมง หรือไม่ควรเกิน 2 ชั่วโมง สำหรับจำนวนครั้งที่พบกัน มาห์เลอร์
(Mahler. 1969 : 57) ให้ความเห็นว่าการจัดอย่างน้อย 10 ครั้ง และควรให้สมาชิก
ในกลุ่มพิจารณาตนเองว่า จะสิ้นสุดการดำเนินการเมื่อใด

4. การจัดสถานที่

สถานที่ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ควรเป็นห้องที่มีลักษณะเป็นสัดส่วน และมีขนาด
พอเหมาะกับจำนวน เก้าอี้หนึ่งควรจะมีลักษณะที่นั่งได้สบาย และจัดเป็นวงกลม เพื่อให้สมาชิกได้
มองเห็นอย่างทั่วถึง พื้นห้องควรสะอาด และพร้อมที่จะให้สมาชิกนั่งพื้นได้ ถ้าสมาชิกต้องการที่
จะเปลี่ยนอิริยาบถบ้าง (Ohlsen. 1970 : 29 ; citing Mahler. 1969 : 58 -
59)

5. ชนิดของกลุ่ม

ชนิดของกลุ่ม ควรจัดเป็นกลุ่มแบบปิด ซึ่งหมายถึงว่าจะไม่มีการเปิดรับสมาชิกใหม่อีก
ในระหว่างการให้คำปรึกษา แม้จะมีสมาชิกลาออกจากกลุ่มไปแล้วก็ตาม เพราะการจัดกลุ่มเปิด

จะทำให้สมาชิกมีปัญหาในเรื่องความไว้วางใจ และความสนิทสนม (Hansen, Warner and Smith. 1976 : 366)

พลังในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ผู้ให้คำปรึกษาต้องรู้และเข้าใจที่จะนำเอาพลังต่าง ๆ มาใช้ในการดำเนินการให้คำปรึกษาให้มีความสมบูรณ์ ซึ่ง คมเพชร ธีตรศุกุล (2521 : 97) กล่าวไว้พอสรุปได้ ดังนี้

1. **ข้อผูกพัน (Commitment)** บุคคลจะได้รับประโยชน์จากการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม จะต้องรับรู้และยอมรับว่ามีความต้องการที่จะรับคำปรึกษา จะต้องพูดถึงปัญหาทั้งหลายของตน จะแก้ไขและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ได้รับคำปรึกษาจากกลุ่ม
2. **ความรับผิดชอบ (Responsibility)** สมาชิกที่มีปัญหาจะต้องพยายามเพิ่มความรับผิดชอบสำหรับตนเอง และเพื่อการแก้ปัญหากลุ่ม
3. **การยอมรับ (Acceptance)** เมื่อสมาชิกให้การยอมรับตนเอง จะเป็นผลให้บุคคลเกิดความเคารพในตัวเอง และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเขาด้วย
4. **ความดึงดูดใจ (Attractiveness)** จะทำให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีอิทธิพลต่อสมาชิกในกลุ่มเพิ่มขึ้น
5. **ความปลอดภัย (Security)** เมื่อสมาชิกมีความรู้สึกปลอดภัยในขณะที่อยู่ในกลุ่ม เขาจะมีความเป็นตัวของตัวเอง มีการอภิปรายปัญหาที่เกิดขึ้นกับตัวเขา มีการยอมรับความคิดของบุคคลที่แสดงต่อตัวเขา และสามารถแสดงความรู้สึกของตนต่อบุคคลอื่น
6. **ความรู้สึกเป็นเจ้าของ (Belonging)** สมาชิกทุกคนจะต้องมีความรู้สึกอย่างรุนแรงต่อความรู้สึกเป็นเจ้าของกลุ่ม ซึ่งจะเป็นผลดีต่อการช่วยกลุ่ม
7. **ความเครียด (Tension)** การมีความเครียดและไม่พึงพอใจอยู่ในระดับพอเหมาะ จะเป็นแรงจูงใจที่จะเปลี่ยนพฤติกรรม แต่ถ้าความเครียดมากเกินไป จะทำให้บุคคลไม่ได้อาศัยความสามารถที่จะเปลี่ยนสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จ

8. บทสภาวะของกลุ่ม (Group Norms) สมาชิกย่อมต้องการได้รับการช่วยเหลือ และไม่ต้องการจะให้คนอื่นมองข้ามไปในแง่ของบุคคลที่แตกต่างไปจากสมาชิกอื่น ๆ ในกลุ่มที่มารับ คาบปรึกษาด้วยกัน

บทบาทของผู้ในกลุ่ม

การให้คาบปรึกษาแบบกลุ่มจะดำเนินไปสู่เป้าหมายได้สำเร็จนั้น ผู้นำกลุ่มต้องพยายามให้ สมาชิกมีการปฏิสัมพันธ์กัน โดยผู้นำกลุ่มหรือผู้ให้คาบปรึกษาจะเป็นผู้เอื้ออำนวยให้เกิดการ เปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ภายในกลุ่ม ซึ่งบทบาทของผู้นำกลุ่มหรือผู้ให้คาบปรึกษานั้น อาภรณ์ มหาคำ (2525 : 28 - 35) ได้สรุปจากความคิดของนักจิตวิทยาหลายคนไว้ ดังนี้

1. การเริ่มต้น ผู้นำจะต้องเตรียมวิธีการต่าง ๆ สำหรับกลุ่มเพื่อให้กลุ่มมีปฏิสัมพันธ์กัน เช่น ผู้นำอาจนำด้วยคำถามปลายเปิด สำหรับผู้มีประสบการณ์น้อย อาจเริ่มต้นในการให้ปรึกษา ครั้งแรกด้วยการแนะนำตัวซึ่งกันและกัน และถามกลุ่มให้กลุ่มพิจารณาข้อมูลที่สมาชิกแต่ละคนเสนอ เพื่อฝึกให้สมาชิกได้พัฒนาความรู้สึกรับผิดชอบต่อกัน
2. การกำหนดกฎเกณฑ์ ระเบียบทั่วไปเกี่ยวกับพฤติกรรมและบทบาทหน้าที่ ซึ่งเป็น บทบาทหน้าที่ของแต่ละคนของผู้นำด้วย
3. มีความสามารถและทักษะ เข้าใจในสิ่งที่สมาชิกพูด และเข้าใจความรู้สึกของ สมาชิกให้การยอมรับ และให้กำลังใจ ซึ่งเป็นพื้นฐานของการสร้างสัมพันธภาพ
4. สร้างบรรยากาศภายในกลุ่ม ให้สมาชิกรู้สึกปลอดภัย มีความไว้วางใจกัน ให้ความเคารพ ความคิดเห็นของกันและกัน อดทนต่อความแตกต่างระหว่างบุคคล ให้สมาชิก รู้สึกว่าตนมีความสำคัญและเป็นเจ้าของกลุ่ม
5. ช่วยตั้งเป้าหมายให้สมาชิก สมาชิกจะตั้งเป้าหมายของตนเองเมื่อเขาเห็น ประโยชน์ จุดมุ่งหมายของกลุ่ม คือ ช่วยให้ผู้สมาชิกเข้าใจตนเอง และเข้าใจผู้อื่น ให้เขา เปลี่ยนแปลงความรู้สึก หัดตัดสินใจต่าง ๆ และพฤติกรรมที่จำเป็น

6. ย้ำถึงความติดต่อเนื่อง และสรุปบทวนเหตุการณ์สำคัญในการให้คำปรึกษาที่ผ่านมาก่อนที่จะทำครั้งใหม่ เพื่อทำให้เกิดเป็นประสบการณ์ครั้งเดียวกัน

7. ให้ข้อมูลย้อนกลับ การสะท้อนความรู้สึกทั้งคำพูดและการแสดงออก รวมทั้งการแปลความหมายและการทำความเข้าใจ ซึ่งผู้นำต้องกระตุ้นให้สมาชิกคนอื่น ๆ ให้กรอกด้วย เพื่อให้สมาชิกได้ตรวจสอบพิจารณาสิ่งที่เขาพูด ชี้ให้เห็นว่ามีความขัดแย้งหรือสอดคล้องกันอย่างไร ซึ่งช่วยให้สมาชิกรู้จักตนเองดีขึ้น

8. การลดความตึงเครียด ผ่อนคลายความขัดแย้ง ความกลัว ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นภายในกลุ่ม และรับผิดชอบในการกำจัดพฤติกรรมบางอย่างที่จะเป็นอันตรายกับสมาชิก ผู้นำจะต้องเข้าไปสอดแทรกขัดขวางในบางกรณี เช่น สมาชิกพูดแทนกัน ขัดแย้งไม่ลงรอยกัน พูดทวนซ้ำสับสน หรือกล่าวโทษคนอื่น หรือสถานการณ์อื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง หรือแยกกลุ่มกันโดยไม่สนใจกลุ่ม

9. ให้ข้อมูลเพิ่มเติมตามที่เห็นสมควร ผู้นำกลุ่มควรแสดงความรู้สึกส่วนตัว ประสบการณ์ คำนิยมของตนเอง เมื่อเห็นว่าจะจะเป็นประโยชน์ต่อสมาชิก นอกจากนี้ ผู้นำควรเป็นแบบอย่างที่ดีให้สมาชิกดูเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสม หรือวิธีการต่าง ๆ ที่ใช้แก้ปัญหาของสมาชิกได้

10. ผู้นำต้องคอยสังเกตและประเมินพฤติกรรมของสมาชิกแต่ละคน รวมทั้งการมีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มว่าจะเกิดอะไรขึ้นบ้างในกลุ่ม อาจทำได้โดยการถาม เช่น มีอะไรเกิดขึ้นขณะนี้

บทบาทของสมาชิก

โรสรีช โพธิ์แก้ว (2523 : 9 - 10) กล่าวถึงบทบาทของสมาชิกในกลุ่มที่จะทำการให้คำปรึกษากลุ่มมีประสิทธิภาพ ดังนี้

1. ไม่พูดเรื่องนอกกลุ่ม สมาชิกควรพูดถึงเฉพาะบุคคลที่อยู่ในกลุ่ม สิ่งที่ถูกในกลุ่มจะเก็บไว้เป็นความลับ ไม่พาไปพูดนอกกลุ่ม

2. การฟัง สมาชิกจะได้รับการกระตุ้นให้สนใจรับฟังสมาชิกอื่นพูด ทั้งเนื้อหาและความรู้สึก ถ้ามีความยากลำบากในการฟังควรจะรีบบอกผู้พูด ไม่ควรจะปล่อยผ่านไป
3. การวิพากษ์วิจารณ์ สมาชิกควรพูดถึงสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ทันที เดี่ยวนี้ อย่างไร
4. การใช้สติปัญญาด้วยเหตุผล สมาชิกย่อมได้รับการกระตุ้นให้แสดงการร่วมความคิดและความรู้สึกซึ่งเป็นส่วนตัว จะพลัดเปลี่ยนกันไปถึงเรื่องราวต่าง ๆ ของสังคมและสนใจเรื่องราวเป็นรายบุคคลไป
5. การตั้งคำถาม การถามควรถามในลักษณะของคำอธิบายเพิ่มเติม ขอความคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะ
6. การเจาะระดับความรู้สึก จะเป็นประโยชน์ต่อสมาชิก เพื่อให้เขารู้ว่าเขาคือใคร และรู้สึกอย่างไร อย่างแท้จริง
7. ความรู้สึกและความคิดเห็น สมาชิกจะได้รับการกระตุ้นให้เข้าใจว่า สิ่งที่คิดและรู้สึกเป็นสิ่งที่แยกออกจากกัน

ขั้นตอนของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ทองเรือน อมรัชกุล (2520: 113 - 120) กล่าวถึงการแบ่งขั้นตอน ของกระบวนการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ซึ่งมีขั้นตอนที่สำคัญ 4 ขั้นตอนคือ

1. ขั้นก่อตั้งกลุ่ม (The Involvement Stage) ในขั้นนี้สมาชิกที่เข้ากลุ่ม ยังไม่กล้าเปิดเผย เพราะยังไม่ไว้วางใจในกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องชี้แจง วัตถุประสงค์และสร้างสัมพันธภาพที่ดีให้เกิดขึ้นในกลุ่มและต้องใช้เวลาแก่สมาชิกพอสมควรอย่ารีบเร่ง
2. ขั้นการเปลี่ยนแปลงลักษณะของกลุ่ม (The Transition Stage) เป็นขั้นต่อจากขั้นแรก กลุ่มเริ่มมีการเปลี่ยนแปลง และพัฒนาการขึ้นบ้าง สมาชิกเริ่มรู้สึกไว้วางใจกันแต่ก็ยังคงมีความวิตกและตึงเครียดอยู่บ้าง ผู้ให้คำปรึกษาต้องพยายามชี้แจงให้สมาชิกกล้าอภิปรายปัญหาของตัวเองอย่างเปิดเผย

3. ขั้นตอนการ (The Working Stage) ขั้นนี้สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกในกลุ่มจะดีขึ้นมาก เปิดเผยตัวเอง อภิปรายปัญหาตามความจริง ร่วมแก้ไขปัญหของสมาชิกทุกคน ได้สำรวจตัวเอง เข้าใจปัญหาและพร้อมที่จะเปลี่ยนพฤติกรรม

4. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา (The Ending Stage) เมื่อสมาชิกเข้าใจปัญหาอย่างกระจ่างแจ้ง รู้วิธีแก้และวิธีนำไปปฏิบัติด้วยความพอใจ ไม่มีข้อข้องใจตกค้าง ก็ยุติการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มได้

ประโยชน์และคุณค่าของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

แกซดา (Gazda. 1967 : 306 - 310) ได้รวบรวมประโยชน์ คุณค่าและเอกลักษณ์ของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ดังนี้

1. สมาชิกในกลุ่มได้พบว่า คนอื่น ๆ ก็มีปัญหาเช่นเดียวกับเขาเหมือนกัน
2. การยอมรับ การสนับสนุนจากสมาชิกภายในกลุ่มจะกระตุ้นให้สมาชิกในกลุ่มยอมรับที่จะเผชิญกับปัญหาของเขา
3. กลุ่มเป็นตัวแทนของสังคมจริง ๆ เป็นที่ซึ่งสมาชิกทุกคนมีโอกาสดูแลและทดลองพฤติกรรมบางอย่าง เช่น การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
4. สมาชิกสามารถแสดงพฤติกรรมและความรู้สึกของตน ตลอดจนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนได้จากการที่ตระหนักถึงความปลอดภัย ความไว้วางใจจากสมาชิกอื่นภายในกลุ่ม
5. สมาชิกเรียนรู้ที่จะมีการให้และรับความช่วยเหลือตามบทบาทของตนภายในกลุ่ม
6. สมาชิกมีโอกาสดูแลเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหของสมาชิกคนอื่นด้วยการสังเกต
7. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมักจะทำให้สมาชิกในกลุ่มต้องการที่จะได้รับการช่วยเหลือเป็นรายบุคคล
8. บรรยากาศแห่งความเป็นกันเองของกลุ่ม ทำให้สมาชิกรู้สึกเป็นครอบครัวเดียวกัน ทำให้นำไปสู่การเปิดเผยปัญหาทางครอบครัว

9. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มได้ผลมากสำหรับวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่แสวงหาเอกลักษณ์ของตน และต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน

10. การฝึกจิตวิทยาการศึกษา ได้พบปะกับสมาชิกหลายคนในเวลาเดียวกัน ช่วยประหยัดเวลาและเปิดโอกาสให้ฝึกจิตวิทยาการศึกษาใช้เวลาสำหรับบุคคลอื่น ๆ ได้ทั่วถึงยิ่งขึ้น

2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

งานวิจัยในต่างประเทศ

แซมมวลวิช (Samualewicz. 1975 : 2645 - A) ได้ทำการศึกษาวิจัยโดยการทดลองให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแก่นักเรียนที่มีปัญหาด้านการปรับตัว พบว่า ความสามารถในการวิเคราะห์วิจารณ์สภาพแห่งตน และการปรับพฤติกรรมของนักเรียนกลุ่มทดลองมีความแตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

บาร์นส (Barnes. 1977 : 5920 - A) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ชาวเม็กซิกัน และชาวอเมริกัน จำนวน 58 คน โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 29 คน ผลปรากฏว่า กลุ่มทดลองซึ่งได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีผลการเรียนดีขึ้นกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของวอล (Wool. 1964 : 661 - 663) ที่ใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยม ซึ่งผลการเรียนอ่อน จำนวน 6 คน และทั้ง 6 คนนี้มาจากสภาพครอบครัวที่ไม่มั่นคง สิ่งแวดล้อมทางบ้านไม่ดี และมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อครู นำมาเข้ารับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นเวลา 48 สัปดาห์ ปรากฏว่า ผลการเรียนของนักเรียนกลุ่มนี้ดีขึ้น

นอกจากนั้น โรสเวิร์ด และ ซิมเฟอร์ (สุปรียา อิศรางกูร ณ อยุธยา. 2523 : 17 ; อ้างอิงมาจาก Howard and Zimpfer. n.d.) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษา พบว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มช่วยพัฒนาให้มีการเรียนรู้เรื่องอารมณ์ ความรู้สึก ช่วยเพิ่มพูนการปรับตัวทางสังคมและเปลี่ยนทัศนคติต่อโรงเรียนให้ดีขึ้น

งานวิจัยในประเทศ

มาลี วงษ์แก้ว (2526 : 35) ได้ทำการศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์ กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2525 จำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน ผลการศึกษาพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองซึ่งได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุภาพร จันทร์ศิริโยธิน (2526 : 127) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ที่มีต่อการพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบางกอบปี ปีการศึกษา 2526 จำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน ผลการทดลอง ปรากฏว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีวินัยในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ศิริรัตน์ ภูสกลเจริญศักดิ์ (2531 : 70 - 72) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีของโรเจอร์สที่มีต่อทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนพิบูลย์ประชาสรรค์ กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2530 จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง ซึ่งได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และกลุ่มควบคุม ซึ่งได้รับการให้ข้อเสนอแนะ กลุ่มละ 8 คน ผลการทดลองพบว่า นักเรียนทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมมีทัศนคติในการเรียนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนกลุ่มทดลอง มีทัศนคติในการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นอกจากนี้ สุวรรณ อนุสนธิ (2535 : 87 - 88) ได้ทำการศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อทัศนคติต่อการพยาบาลผู้ป่วยโรคเอดส์ของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 2 คณะพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยมิชชั่น กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2534 จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน ผลการศึกษา ปรากฏว่า หลังการทดลอง นักศึกษาทั้ง 2 กลุ่ม มีทัศนคติต่อการพยาบาลผู้ป่วยโรคเอดส์สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักศึกษาที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีทัศนคติต่อการพยาบาลผู้ป่วยโรคเอดส์สูงกว่านักศึกษาที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิจัยดังกล่าว พอสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นวิธีการในการ
ช่วยให้นักเรียนมีการพัฒนาในด้านต่าง ๆ อย่างได้ผล เช่น ความเชื่อมั่นในตนเอง ความมีวินัย
ในตนเอง ทักษะคิดในการเรียน ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงทัศนคติและพฤติกรรมที่พึงประสงค์

ผู้วิจัยจึงมีความเห็นว่า ควรจะนำวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมาใช้ในการพัฒนาการ
พึงตนเองให้กับนักเรียนต่อไป

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง

3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง

ความหมายของการพึ่งตนเอง

ทอร์ป คลาร์ค และ ทีเกส (Thorpe, Clark and Tieges. 1953 : 3) ได้ให้ความหมายของการพึ่งตนเอง ว่า หมายถึง ความมีอิสระในการกระทำไม่ขึ้นต่อใคร มีอารมณ์ มั่นคง และมีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเอง

มานิต มานิตเจริญ (2514 : 961) กล่าวว่า การพึ่งตนเอง หมายถึง การช่วยเหลือตนเอง อาศัยตนเอง

ฉัจฉรา เปรมเปื่องเวส (2527 : 7) กล่าวว่า การพึ่งตนเองคือ การใช้ความสามารถที่มีอยู่ของตนเอง แก้ไข อุปสรรค หรือสถานการณ์นั้น ๆ ไปได้อย่างมั่นใจ สามารถที่จะตัดสินใจด้วยตนเอง

กรมการศาสนา (รัตนากัทรธัญญา. 2535 : 22 ; อ้างอิงมาจาก กรมศาสนา. 2523 : 102 - 104) ให้ความหมายของการพึ่งตนเองว่า หมายถึง การรู้จักรับผิดชอบตนเอง รู้จักสร้างตนเองให้มีความสามารถและเข้มแข็ง ไม่ทำตัวให้เป็นปัญหา หรือภาระของสังคม คนที่พึ่งตนเองได้นั้นย่อมเป็นที่พักพิงของคนอื่นด้วย

กษิมา วิริย (2526 : 6) กล่าวถึงการพึ่งตนเองว่า หมายถึง การยอมรับ และเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองที่กระทำการใด ๆ ได้อย่างถูกต้อง และสำเร็จด้วยตนเอง ไม่เป็นการขอหรือปัญหาแก่ผู้อื่น

กาญจนา เลิศธีระวิวัฒน์ (2532 : 25) กล่าวว่า การพึ่งตนเองหมายถึง การที่บุคคลช่วยเหลือตนเอง โดยใช้ความสามารถที่มีอยู่แก้ไขอุปสรรคหรือการกระทำการใด ๆ ให้สำเร็จด้วยตนเองอย่างมั่นใจทั้งด้านการศึกษาเล่าเรียน การปฏิบัติภารกิจส่วนตัวในชีวิตประจำวัน และทางด้านเศรษฐกิจ

สำหรับหน่วยศึกษานิเทศก์ กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ (2529 : 2 - 72) ได้ให้ความหมายของการพึ่งตนเองว่า หมายถึงการเคารพตนเอง เชื่อมั่นในความสามารถที่จะกระทำการใด ๆ ให้สำเร็จด้วยตนเองและไม่ทำตัวให้เป็นปัญหา หรือเป็นภาระแก่ผู้อื่น หรือหมู่คณะ และยังได้กำหนดขอบข่ายของการพึ่งตนเองไว้ 3 ด้าน คือ

1. การพึ่งตนเองด้านการศึกษาศึกษาเล่าเรียน หมายถึง การที่นักเรียนพยายามใช้ความรู้ความสามารถของตนอย่างเต็มที่ ก่อนที่จะขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น เมื่อมีปัญหาด้านการเรียนสามารถแก้ไขปัญหานั้นได้ด้วยวิธีที่ถูกต้องและสุจริต ไม่ลอกผลงานของผู้อื่นหรือให้ผู้อื่นทำให้ หรือเอาผลงานของผู้อื่นมาส่งอาจารย์เพื่อเอาคะแนน
2. การพึ่งตนเองด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น หมายถึงการที่นักเรียนพยายามใช้ความรู้ความสามารถของตนอย่างเต็มที่ในการทำงานร่วมกับผู้อื่น ไม่สร้างปัญหาหรือภาระให้แก่กลุ่ม สร้างบรรยากาศในการทำงานของกลุ่มให้ดำเนินไปอย่างราบรื่น ช่วยเหลือซึ่งกันและกันด้วยเหตุผลและเต็มใจ ไม่คิดถึงความได้เปรียบเสียเปรียบในระหว่างเพื่อนสมาชิกด้วยกัน
3. การพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจ หมายถึง การที่นักเรียนพยายามใช้ความรู้ความสามารถอย่างเต็มที่ในด้านเงินทอง รู้จักหารรายได้ทางสุจริต สำหรับใช้จ่ายส่วนตัว เพื่อแบ่งเบาภาระของพ่อแม่ ผู้ปกครอง โดยไม่กระหนาบกระเทือนต่อการศึกษาศึกษาเล่าเรียน เช่น ใช้เวลาว่างหลังเลิกเรียนรับจ้างส่งขนม ปลุกผักสวนครัว ตลอดจนรู้จักใช้เครื่องอุปโภคด้วยคุณค่าอย่างแท้จริง เช่น พยายามซ่อมแซมเสื้อผ้าให้ใช้ประโยชน์ได้อยู่เสมอ เลือกซื้ออาหารให้พอเหมาะไม่เหลือทิ้ง วางแผนการใช้เงินและการเก็บออมไว้อย่างมีสัดส่วน

นอกจากนี้ คณะอนุกรรมการจัดทำคู่มือการปลูกฝังค่านิยม กลุ่มนักวิชาการ (2525 : 65 - 82) กล่าวว่า การพึ่งตนเองหมายถึง การเคารพตนเอง เชื่อมั่นในความสามารถที่จะกระทำการใด ๆ ให้สำเร็จได้ด้วยตนเอง และไม่ทำตัวให้เป็นปัญหา หรือเป็นภาระแก่ผู้อื่น หรือหมู่คณะ และได้กำหนดขอบข่ายของการพึ่งตนเองไว้ 3 ด้านคือ

1. การพึ่งตนเองด้านการปฏิบัติภารกิจต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน หมายถึง ความสามารถในการปฏิบัติภารกิจต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันของตนให้สำเร็จได้ด้วยตนเอง

ไม่ทำตัวให้เป็นปัญหาหรือเป็นภาระแก่ผู้อื่น เช่น สามารถอาบน้ำแต่งตัวเองได้ อยู่ตามลำพัง และช่วยเหลือตนเองเมื่อพ่อแม่ไม่อยู่ รู้จักบริการตัวเองในการรับประทานอาหาร สามารถซ่อมแซมเครื่องใช้ของตนที่ชำรุดเสียหายได้ด้วยตนเอง เป็นต้น

2. การพึ่งตนเองด้านการศึกษาเล่าเรียน หมายถึง ความสามารถในการศึกษาเล่าเรียนให้สำเร็จลงได้ด้วยตนเอง ยอมรับและเคารพในตนเอง มีความคิดอุดมการณ์และความเชื่อมั่น รู้จักใช้ความรู้ความสามารถของตนที่มีอยู่เพื่อการศึกษา ค้นคว้า และทำงานให้สำเร็จตามความประสงค์ รวมทั้งพยายามเพิ่มพูนความรู้ความสามารถของตนยิ่งขึ้น

3. การพึ่งตนเองในทางเศรษฐกิจ หมายถึง ความสามารถในการช่วยเหลือตนเองในด้านเงินทอง รู้จักหารายได้ในทางสุจริตสำหรับใช้จ่าย ตลอดจนรู้จักเลือกและใช้เครื่องอุปโภคบริโภคด้วยคุณค่าอย่างแท้จริง

จากความหมายของการพึ่งตนเองที่ได้กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การพึ่งตนเอง หมายถึง การที่บุคคลได้แสดงออกถึงความพยายามที่จะช่วยเหลือตนเอง โดยใช้ความรู้ความสามารถที่ตนเองมีอยู่ กระทำกิจกรรมต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จด้วยตนเองอย่างมั่นใจทั้งในด้านการเรียน ด้านการปฏิบัติการกิจประจำวันและด้านเศรษฐกิจ ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตของการพึ่งตนเองไว้ 2 ด้านคือ การพึ่งตนเองด้านการเรียน และการพึ่งตนเองด้านการกิจส่วนตัว

พัฒนาการของบุคลิกภาพในเชิงความเป็นตัวของตัวเอง

ซัลลิแวน (Sullivan) และอีริกสัน (Erickson) กล่าวถึงการพึ่งตนเองว่าเป็นแรงขับพื้นฐาน (Basic Drive) ที่มีส่วนพัฒนาบุคลิกภาพของคนเรามาก เมื่อเป็นทารกและเด็กเล็กมีความจำเป็นต้องพึ่งผู้อื่นโดยเฉพาแม่ แต่เมื่อวุฒิภาวะเพิ่มขึ้นตามอายุ เด็กกลับต้องเรียนรู้ที่จะพึ่งตนเอง พฤติกรรมการพึ่งผู้อื่นที่เคยแสดงครั้งยังเด็กจะต้องเปลี่ยนแปลงไปตามอายุที่เพิ่มขึ้น การที่พ่อแม่จะเปลี่ยนแปลงเด็กจากภาวะที่เคยเรียนรู้ที่จะพึ่งตนเองให้เป็นระยะ

หัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญที่พ่อแม่จะต้องระมัดระวังไม่เปลี่ยนแปลงโดยหันเหหันเห (มาลา
วิรุณานนท์. 2515 : 12)

พัฒนาการของบุคลิกภาพในเชิงความเป็นตัวของตัวเอง อยู่ในช่วงอายุประมาณ
2 - 3 ปี ในระยะนี้จะเป็นระยะที่เด็กกำลังเติบโตขึ้นมา เด็กจะค้นพบว่า เขาสามารถทำ
สิ่งต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง ซึ่งถือว่าเป็นการค้นพบความรู้สึกเป็นตัวของตัวเอง ในขณะเดียวกัน
ก็ยังมีความรู้สึกสับสน ไม่แน่ใจในความสามารถและอิสระของเขา ความไม่แน่ใจนี้จะมีผลต่อ
การจะเป็นตัวของตัวเอง และทำให้ต้องคอยพึ่งพาอาศัยผู้อื่นเสมอ ทำให้เกิดความขัดแย้งขึ้น
ในตัวเด็กในการค้นหาถึงสิทธิและความสามารถของตนเอง เด็กต้องการคำแนะนำ ความเห็นใจ
ความเข้าใจจากผู้ใหญ่เพื่อการค้นหาตัวเอง ระยะนี้ตรงกับพัฒนาการของการฝึกขับถ่าย (Anal
Phase) ของ Freud (หวลละอ สุกาผล. 2527 : 81)

ส่วนสมาร์ท และสมาร์ท (Smart and Smart. 1967 : 537) ศึกษาพบว่า
ความเป็นตัวของตัวเองเป็นลักษณะหนึ่งที่พบในวัยแรกของชีวิตและจะเป็นลักษณะที่มีอยู่ตลอด
ไปตั้งแต่วัยเด็กไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ โดยเฉพาะจะมีในผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย ผู้ที่ศึกษาการพึ่งตนเอง
(Self - Reliance) กล่าวว่ายตรงข้ามกับการพึ่งผู้อื่น (Dependent) ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่
ไม่มีปฏิกิริยาตอบ เมื่อถูกขัดขวางหรือได้รับความกดดันต่าง ๆ ต้องการความช่วยเหลือ ต้องการ
ความรักความเห็นใจจากเพศตรงข้าม และมักต้องการความช่วยเหลือในโน้มน้าวเฉพาะอย่างทั้ง
การพึ่งผู้อื่นและการพึ่งตนเอง ซึ่งเป็นผลมาจากสังคมประชิด (Socialization) จากการ
ศึกษาที่สอดคล้องกับการศึกษาของวัตสัน (Watson. 1959 : 538) ซึ่งพบว่าความต้องการ
เป็นตัวของตัวเองหรือความต้องการเป็นอิสระ (Independent) เป็นสิ่งที่ทุกคนต้องการ โดย
เริ่มมาจากวัยเด็กไปจนถึงวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ เดิมเกิดมาจากการต้องการเป็นอิสระจาก
ครอบครัว เมื่อเด็กถึงวัยมีเพื่อนเล่นก็จะแสวงหาความเป็นอิสระ แรก ๆ ก็เรียกร้องเอาจาก
พ่อแม่ว่าเขาพร้อมที่จะเป็นตัวของตัวเองแล้ว และก็พลสับสนไปสู่อำนาจความต้องการเป็นอิสระใน
หมู่เพื่อนฝูง และไปยังบุคคลอื่น ๆ ในสังคม

จะเห็นได้ว่า พัฒนาการของบุคลิกภาพในเชิงความเป็นตัวของตัวของตัวเองนั้น จะเริ่มต้นตั้งแต่วัยเด็ก ซึ่งจะต้องอาศัยการอบรมเลี้ยงดูที่ถูกต้อง เปิดโอกาสให้เด็กได้กระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองแล้วประสบความสำเร็จ จะทำให้เด็กมองเห็นความสำคัญของการพึ่งตนเองและมีพัฒนาการที่เหมาะสมเมื่อโตไปเป็นวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ต่อไป นอกจากนี้ จากการศึกษายังพบอีกว่าสิ่งที่ทำให้เด็กวัยก่อนเรียนมีความก้าวร้าว คือ การเลี้ยงดูแบบปกป้องมากเกินไป (Overprotection) ซึ่งมีความสัมพันธ์กับการพึ่งพาอาศัยผู้อื่นและการยอมตามของเด็ก พ่อแม่จะพยายามควบคุมเด็กให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ไม่ยอมบปล่อยให้เป็นอิสระ ขอบำให้ทำตามความต้องการของพ่อแม่อยู่เสมอ เด็กที่ถูกปกครองโดยเช่นนี้มาโดยตลอด เมื่อมีโอกาสจะแสดงพฤติกรรมโต้แย้งต่อต้าน ไม่เห็นด้วย ไม่เชื่อฟัง และกลายเป็นคนก้าวร้าวในที่สุด

องค์ประกอบสำคัญของการสร้างความเป็นตัวของตัวเอง

การพัฒนาลักษณะความเป็นตัวของตัวเองขึ้นอยู่กับองค์ประกอบต่อไปนี้ คือ (นวลละออง สุภาพล. 2527 : 81 - 84)

1. การควบคุมร่างกายและการควบคุมตนเองในวัยนี้ เด็กสามารถควบคุมกล้ามเนื้อโดยเฉพาะกล้ามเนื้อที่ทวารหนักและกระเพาะปัสสาวะ ซึ่งในวัยนี้การฝึกการขับถ่ายเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งต่อความรู้สึกเป็นตัวของตัวเองของเด็ก เพราะเป็นพฤติกรรมที่เด็กเกิดการเรียนรู้ว่าเขาสามารถทำตามคำสั่งความต้องการหรือคาดหวังไว้ได้หรือไม่ การฝึกการขับถ่ายที่มั่นคง ค่อยเป็นค่อยไปจะช่วยให้เด็กมีความรู้สึกควบคุมตนเอง โดยไม่เสียศักดิ์ศรีแห่งตน และจะกลายเป็นผู้ใหญ่ที่เข้มแข็งและมีอิสระในตนเองที่สังคมยอมรับ (ดวงเดือน ศาสตราภรณ์. 2526 : 176)

2. การเล่น ถือว่าเป็นสิ่งสำคัญในพัฒนาการขั้นนี้ เด็กจะต้องรู้ขอบเขตความสามารถของตนเอง ต้องยอมรับ และปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของการเล่นนั้นด้วย เวลาเล่นอารมณ์ของเด็กจะเปลี่ยนแปลงโดยง่ายและรวดเร็ว ซึ่งมีผลต่อการพัฒนาความรู้สึกที่ต้องการอิสระและการเป็นตัวของตัวเอง แต่ถ้าเด็กได้รับการเอาใจใส่จากพ่อแม่มากเกินไป เด็กจะกลายเป็นคนที่ไม่มีความมั่นใจในตนเอง ไม่กล้าที่จะทำอะไรด้วยตนเอง

3. การช่วยเหลือตนเอง เด็กในวัยนี้มีความต้องการความช่วยเหลือจากแม่ลดน้อยลง เด็กพยายามที่จะช่วยเหลือตนเอง ทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง เช่น รับประทานอาหาร แต่งตัว หยิบจับสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง ความรู้สึกต้องการเป็นตัวของตัวเองนี้จะพัฒนาได้มั่นคงหรือไม่ขึ้นอยู่กับว่าเขาสามารถแสดงความสามารถของเขาออกมาได้มากน้อยแค่ไหน และเป็นที่ยอมรับจากพ่อแม่และบุคคลรอบข้างหรือไม่ การรู้จักให้และรับระหว่าง พ่อ แม่ ลูก จะช่วยให้เด็กรู้จักพึ่งพาตัวเองได้ และที่สำคัญคือ พ่อแม่ควรรู้ขอบเขตของการให้แก่ลูก เด็กจะเชื่อฟังก็ต่อเมื่อเขาเข้าใจจนขอบเขตว่าสิ่งใดที่เขาสามารถทำได้ ในทางตรงกันข้ามถ้าเขาไม่รู้ว่าเขาสามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้เพียงไร ถ้าทำลงไปแล้วถูกขัดขวางจะยิ่งทำให้เด็กเกิดความสับสนไม่แน่ใจยิ่งขึ้น ซึ่งจะทำให้เด็กเกิดความไม่แน่ใจในความสามารถว่าเขาจะช่วยเหลือตัวเองได้หรือไม่

การฝึกการพึ่งตนเอง

การพึ่งตนเอง (Dependency) เป็นแรงขับพื้นฐาน (Basic Drive) ซึ่งในวัยทารก การพึ่งพ่อแม่เป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากสภาพทารกยังไม่พร้อมที่จะตอบสนองความต้องการของตนเองได้ ดังนั้นเด็กจึงเรียนรู้ด้วยการพึ่งผู้อื่น เมื่อเด็กมีปฏิภาวะและอายุเพิ่มมากขึ้น เด็กจะค่อย ๆ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองจากการพึ่งพาอาศัยผู้อื่นมาเป็นการพึ่งตนเองมากขึ้น ซึ่งจะเริ่มเมื่ออายุ 2 - 3 ปี และช่วงการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนี้นับว่าเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญยิ่ง ซึ่งพ่อแม่จะต้องระมัดระวังและไม่เปลี่ยนแปลงโดยทันทีทันใด การที่พ่อแม่จะฝึกให้ลูกรู้จักพึ่งตนเองมากขึ้นนี้ จำต้องกระทำด้วยความนุ่มนวลและค่อยเป็นค่อยไป เพื่อไม่ให้เกิดปัญหาด้านความรู้สึกว่าขาดความรัก ความอบอุ่น (พีรพงศ์ สิริวัฒนาภรณ์. 2520 : 10 ; อ้างอิงมาจาก McCandless. 1963 : 326 - 329)

แมคแคนด์เลส (มาลา วิรุณานนท์. 2515 : 12 ; อ้างอิงมาจาก McCandless. 1963 : 326 - 329) ได้เสนอแนะแนวทางที่ควรเปลี่ยนแปลงในการอบรมเลี้ยงดู เป็นแนวปฏิบัติ 4 ประการ ดังต่อไปนี้คือ

1. เพื่อให้ลูกได้พึ่งตนเองมากขึ้น พ่อแม่ควรฝึกลูกด้วยการลดรางวัลแบบที่เคยให้กับลูกขณะที่ลูกยังเล็ก ๆ ให้น้อยลง

2. พ่อแม่ต้องพยายามหาหนทางให้ลูกได้พึ่งพาตัวเอง
3. พ่อแม่ ควรเปลี่ยนวิธีการให้รางวัลจากการที่พ่อแม่ลูกลมาขอพึ่งไปเป็นการให้รางวัลเมื่อลูกแสดงให้เห็นว่าสามารถพึ่งตนเองได้ อย่างไรก็ตาม การกระทำเช่นนี้จะต้องกระทำด้วยความนุ่มนวลและค่อยเป็นค่อยไป

4. พ่อแม่ต้องคอยฝึกฝนและเปิดโอกาสให้ลูกได้เรียนรู้ที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จด้วยตนเอง ตลอดจนชี้ให้ลูกมองเห็นความไม่สะดวกสบายต่าง ๆ ในการที่คอยพึ่งผู้อื่น

เซียร์ส (มอร์ส วีระกาแหง. 2515 : 8 ; อ้างอิงมาจาก Sears. 1957 : 172 - 174) กล่าวว่า การฝึกให้เด็กรู้จักพึ่งตนเอง ควรใช้วิธีพ่อนพ่ให้เด็กทำในสิ่งที่ต้องการจะทำและพอทำเองได้ การให้รางวัลและการทำโทษควรทำให้เหมาะสม การขัดขวางไม่ให้เด็กกระทำอะไรด้วยตนเองเป็นการบั่นทอนการช่วยเหลือตนเองของเด็ก การปล่อยให้เด็กกระทำอะไรด้วยตนเองและยอมรับการกระทำของเด็ก จะทำให้เด็กเริ่มมีการพึ่งตนเอง

ในการฝึกให้พึ่งตนเอง แม่สามารถฝึกได้ตั้งแต่เด็ก โดยควรฝึกให้เด็กมีความเป็นตัวของตัวเอง มีอิสรภาพในการแสดงความคิดเห็น และมีอิสรภาพทางเศรษฐกิจ เช่น รู้จักหารายได้ด้วยตนเอง รู้จักสะสมเงิน เพื่อใช้จ่ายในสิ่งที่ต้องการ อีริคสัน ให้ข้อคิดเห็นเพิ่มเติมว่า พ่อแม่ที่ตามใจเด็กอย่างมีเหตุผลให้มีอิสรภาพในการค้นคว้าเพื่อสนองความอยากรู้อยากเห็นของตนเองของเด็ก และปล่อยให้เด็กมีโอกาสอยู่คนเดียวตามลำพังบ้าง จะพัฒนาความรู้สึกเป็นตัวของตัวเองของเด็กด้วย (มอร์ส วีระกาแหง. 2515 : 8 - 9 ; อ้างอิงมาจาก Mahler. 1962 : 57)

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า การที่จะฝึกฝนให้เด็กมีพัฒนาการในด้าน การพึ่งตนเอง จะต้องเกิดจากการได้รับประสบการณ์การเลี้ยงดูที่ได้รับการยอมรับในการกระทำของตนเองจากผู้ใหญ่ มีการเสริมแรงเมื่อเด็กกระทำสิ่งต่าง ๆ เอง จะส่งผลให้เด็กเติบโตไปเป็นบุคคลที่สามารถพึ่งตนเองได้มากขึ้น

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง

งานวิจัยในต่างประเทศ

จากการศึกษาของ เอเยอร์ และเบิร์นรูเทอร์ (เบญจรัตน์ จารุรัตน์จามร. 2527 : 42 ; อ้างอิงมาจาก Ayer and Bernrueter. 1937 : 163) พบว่า บุคคลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบฝึกหัดให้พึ่งตนเองจะเป็นคนที่รู้จักตัดสินใจด้วยตัวเอง มีความกล้าที่จะเผชิญความจริง และจากการศึกษาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของแมคเคลแลนด์ (อัฉรา เปรมเบื่องเวส. 2517 : 24 ; อ้างอิงมาจาก ละม้ายมาศ ตรีหัตถ์. 2508 : 637) พบว่า การที่บิดามารดาฝึกหัดให้เด็กพึ่งตนเองโดยไม่มีการบังคับ หรือเข้มงวดจนเกินไป ช่วยให้เด็กวางมาตรฐานการกระทำของตนเองให้เหมาะสมกับความสามารถของเขา และการให้กำลังใจ ให้ความอบอุ่น ตลอดจนการแสดงความชื่นชมเมื่อบุตรทำงานสำเร็จด้วยตนเอง จะทำให้เด็กเป็นผู้มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง แต่ถ้าบิดามารดาใช้อำนาจบังคับให้บุตรอยู่ในโอวาทหรือคาดหวังผลสำเร็จจากเด็กก่อนที่จะสามารถทำสิ่งนั้นได้ หรือตามใจบุตรมากเกินไปจะทำให้บุตรเป็นคนพึ่งพาผู้อื่น

นอกจากนี้ ลอร์ธอน (Lawhon. 1990 : 97) ได้ทำการศึกษาวิธีการในการสร้างพื้นฐานการพึ่งตนเองให้กับเด็กตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 3 ขวบ พบว่า เด็กต้องการการกระตุ้นจากผู้ใหญ่ เพื่อสร้างความรู้สึกรู้สึกพื้นฐานในการพึ่งตนเอง ผู้ใหญ่จึงต้องมีหน้าที่ในการสร้างสรรค์สิ่งแวดล้อมที่ดีทั้งภายในบ้านและภายนอกบ้านให้กับเด็ก เพื่อกระตุ้นให้เด็กมีพัฒนาการทางพฤติกรรมด้านการพึ่งพาตนเองเป็นพื้นฐานต่อไป

งานวิจัยในประเทศ

มาลา วิรุณานนท์ (2515 : 66) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์แบบการรับรู้ และการเลี้ยงดูลูกในด้านการฝึกให้พึ่งตนเองกับในด้านการยับยั้งการพึ่งตนเอง เปรียบเทียบระหว่างเด็กในนครหลวงกับเด็กต่างจังหวัด กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 79 คน รวมทั้งแม่ของเด็กเหล่านั้นด้วย พบว่า แม่ในนครหลวงมีพฤติกรรมการฝึกให้ลูกพึ่งตนเองมากกว่าแม่ในต่างจังหวัด

กษิมา วิริยะ (2526 : 115 - 118) ได้ทำการศึกษาความคิดรวบยอดเกี่ยวกับ
 ด่านพื้นฐานเรื่องการฟังตนเอง ความขยันหมั่นเพียร ความรับผิดชอบของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
 ปีที่ 3 จังหวัดเชียงใหม่ ผลการศึกษาปรากฏว่า นักเรียนมีความคิดรวบยอดอยู่ในระดับที่ฟัง
 ประสงค์ แต่ยังมีความคิดบางอย่างอยู่ในระดับที่ไม่ฟังประสงค์ ได้แก่ การทำงานโดยไม่เลือกงาน

สมพงษ์ พานิชสกุล (2533 : 61 - 62) ได้ทำการศึกษาความนิยมในการฟังตนเอง
 ของนักศึกษาชั้นมัธยมศึกษาในจังหวัดนนทบุรี ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์
 ทางเรียนและเพศต่างกัน มีความนิยมในการฟังตนเองแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
 แต่การที่นักศึกษามีสภาพแวดล้อมทางครอบครัวแตกต่างกัน ทำให้นักศึกษามีความนิยมในการฟังตนเอง
 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

กาญจนา เลิศธีระวิวัฒน์ (2532 : 62) ได้ทำการทดลองใช้บทบาทสมมติ เพื่อพัฒนา
 การฟังตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนเทศบาลสวนสนุก จังหวัดขอนแก่น ปีการ
 ศึกษา 2532 จำนวน 16 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน พบว่า
 นักเรียนกลุ่มทดลองมีการฟังตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่นักเรียน
 กลุ่มทดลองมีการฟังตนเองสูงขึ้นหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

รัตนา กัทรธัญญา (2535 : 48 - 49) ได้ทำการศึกษาผลของการใช้เทคนิค
 แม่แบบที่มีต่อการฟังตนเองด้านการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียน
 หุ่่งทรายวิทยา จังหวัดกำแพงเพชร ปีการศึกษา 2535 จำนวน 16 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง
 ซึ่งใช้การสอนโดยเทคนิคแม่แบบ และกลุ่มควบคุมซึ่งใช้การสอนแบบปกติ กลุ่มละ 8 คน ผลการ
 ทดลองปรากฏว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีการฟังตนเองด้านการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัย
 สำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และหลังการทดลอง นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยการำใช้เทคนิค
 แม่แบบมีการฟังตนเองด้านการเรียนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01

จากงานวิจัยดังกล่าว สรุปได้ว่า การฟังตนเองเป็นคุณลักษณะที่สามารถฝึกให้เกิดขึ้น
 ได้กับเด็ก โดยการจัดประสบการณ์ การเลี้ยงดู และการอบรมสั่งสอนที่เหมาะสม และถือว่า
 เป็นคุณสมบัติที่จำเป็นที่ควรปลูกฝังและเสริมสร้างให้กับเด็กที่กำลังเติบโตเป็นอนาคตของ

ชาติ และจากเอกสารและงานวิจัยข้างต้น พบว่ามีผู้ทำการวิจัยเพื่อพัฒนาการพึ่งตนเอง โดย
 นำเทคนิคแม่แบบและบทบาทสมมติมาใช้ในการพัฒนาแล้ว แต่ยังไม่มีการวิจัยคนใดใช้การเข้าร่วม
 กิจกรรมกลุ่ม และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมาใช้ ผู้วิจัยเห็นว่าทั้ง 2 วิธีดังกล่าว เป็นวิธีการ
 ที่สามารถพัฒนาคุณลักษณะต่าง ๆ ได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาว่าการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
 และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม จะสามารถพัฒนาการพึ่งตนเองของนักเรียนได้ดีมากน้อยเพียงใด
 ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะเปรียบเทียบผลการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการ
 พึ่งตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนราชวินิต สังกัดสำนักงานการศึกษา
 กรุงเทพมหานคร

วิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนราชวินิต สังกัดสำนักงาน การประถมศึกษากรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2536 ซึ่งมีคะแนนจากแบบสอบถามการพึงตนเอง ต่ำกว่า เปอร์เซนต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 123 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนราชวินิต สังกัด สำนักงานการศึกษากรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2536 ซึ่งมีการพึงตนเองต่ำกว่า เปอร์เซนต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 20 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากประชากร โดยมีขั้นตอนการสุ่มตัวอย่างดังนี้

1) ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 492 คน ทำแบบสอบถาม การพึงตนเอง

2) ผู้วิจัยตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วนำคะแนนของนักเรียนทุกคน มาเรียงลำดับจากสูงลงมาต่ำ และคัดเลือกเฉพาะผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่าเปอร์เซนต์ไทล์ที่ 25 จำนวน 123 คน แล้วสอบถามความสมัครใจในการเข้ารับการทดลอง

3) สุ่มนักเรียนที่คัดเลือกแล้วในข้อ 2 จำนวน 20 คน เพื่อเป็นกลุ่มตัวอย่าง แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลองที่ 1 เพื่อเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มทดลอง ที่ 2 เพื่อเข้ารับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม กลุ่มละ 10 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้ ประกอบด้วย

1. โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
3. แบบสอบถามการพึงตนเอง

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ

1. โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีลำดับขั้นตอนการสร้างดังต่อไปนี้

1.1 ผู้วิจัยศึกษาทฤษฎีเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม ตลอดจนจากประสบการณ์ในการเป็นผู้ช่วยดำเนินการในการฝึกอบรมโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม มาเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนาการพึ่งตนเองให้กับนักเรียน

1.2 ผู้วิจัยศึกษารายละเอียด ขอบเขต และคำจำกัดความของการพึ่งตนเอง จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรม โดยสอดคล้องกับลักษณะการพึ่งตนเอง ดังนี้

1.2.1 การพึ่งตนเองด้านการเรียน

1.2.2 การพึ่งตนเองด้านการกิจส่วนตัว

1.3 นำโปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่สร้างขึ้น ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน ได้แก่ ศ.ดร.พงษ์พรรณ เกิตพิทักษ์ รศ.กมลรัตน์ กรีทอง และอ.พรพนิต วณิชยการ ตรวจสอบความสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะและความมุ่งหมายของการวิจัย แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข

1.4 นำโปรแกรมที่สร้างขึ้นไปทดลองใช้กับนักเรียนโรงเรียนราชวินิต ที่ไม่ใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 คน เพื่อหาข้อบกพร่อง แล้วจึงนำมาแก้ไขปรับปรุงให้เหมาะสม เพื่อนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป

โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ใช้เวลาทดลอง 14 ครั้ง ๆ ละ 50 นาที เป็นเวลา 7 สัปดาห์ ๆ ละ 2 วัน คือ วันจันทร์ และวันพุธ เวลา 15.10 - 16.00 น.
(ดังรายละเอียดในภาคผนวก)

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีลำดับขั้นตอนการสร้างดังต่อไปนี้

2.1 ผู้วิจัยศึกษาทฤษฎีการให้คำปรึกษา ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ตลอดจนประสบการณ์จากการเข้ากลุ่ม การให้คำปรึกษาและการปฏิบัติการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มาเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เพื่อพัฒนาการพึ่งตนเองให้กับนักเรียน

2.2 ผู้วิจัยศึกษารายละเอียด ขอบเขต และคำจำกัดความของการพึ่งตนเอง จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรม โดยให้สอดคล้อง กับลักษณะการพึ่งตนเอง ดังนี้

2.2.1 การพึ่งตนเองด้านการเรียน

2.2.2 การพึ่งตนเองด้านการกิจส่วนตัว

2.3 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่สร้างขึ้น ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน ได้แก่ ศ.ดร.พองพรรณ เกิดพิทักษ์ รศ.กมลรัตน์ กรีทอง และอ.พรหมพิศ วาณิชการ ตรวจสอบความสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะและความมุ่งหมายของการวิจัย แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข

2.4 นำโปรแกรมที่สร้างขึ้นไปทดลองใช้กับนักเรียนโรงเรียนราชวินิต ที่ไม่ใช่ กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 คน เพื่อหาข้อบกพร่อง แล้วจึงนำมาแก้ไขปรับปรุงให้เหมาะสมเพื่อนำ ไปใช้ในการวิจัยต่อไป

โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ใช้เวลาทดลอง 14 ครั้ง ๆ ละ 50 นาที เป็น เวลา 7 สัปดาห์ ๆ ละ 2 วัน คือ วันอังคาร และวันพฤหัสบดี เวลา 15.10 - 16.00 น. (ตั้งรายละเอียดในภาคผนวก)

3. แบบสอบถามการพึ่งตนเอง ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างตามลำดับ ดังนี้

3.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง

3.2 กำหนดลักษณะของการพึ่งตนเอง ดังนี้

3.2.1 การพึ่งตนเองด้านการเรียน

3.2.2 การพึ่งตนเองด้านการกิจส่วนตัว

3.3 สร้างแบบสอบถามการพึ่งตนเอง โดยปรับปรุงและดัดแปลงจากแบบสอบถาม การพึ่งตนเองของ เบนจาร์ตัน จาร์จันจามร (2527 : 160 - 174) กาญจนา เลิศธีระวิวัฒน์ (2532 : 83 - 87) และรัตนา กัทรธัญญา (2535 : 66 - 67) โดยปรับปรุงภาษาให้ เหมาะสมกับวัยและสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ

3.4 นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 คน ได้แก่ ศ.ดร.พ่วงพรรณ เกิดพิทักษ์ รศ.กมลรัตน์ กรีทอง และอ.พรรณพิศ วณิชยการ ตรวจสอบความสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ และความมุ่งหมายของการวิจัย แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข

3.5 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลวัดปริณายก ซึ่งเป็นโรงเรียนในกลุ่มโรงเรียนเดียวกันและมีลักษณะใกล้เคียงกับโรงเรียนราชวินิต จำนวน 100 คน แล้วนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ แล้ววิเคราะห์คุณภาพของแบบสอบถามดังนี้

3.5.1 วิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยนำคะแนนของผู้ตอบแต่ละคนมาเรียงกันจากต่ำสุด ถึงคะแนนสูงที่สุด แล้วแบ่งเป็นกลุ่มที่ได้คะแนนสูง 25 คน และกลุ่มที่ได้คะแนนต่ำ 25 คน แล้วจึงทำการวิเคราะห์รายข้อโดยใช้ t-test แล้วคัดเลือกเฉพาะข้อที่มีค่า t ที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ไว้ใช้ในการวิจัย ได้จำนวน 34 ข้อ ซึ่งมีค่าตั้งแต่ 2.18 - 9.69

3.5.2 นำแบบสอบถามที่คัดเลือกแล้วในข้อ 3.5.1 มาหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่น .9263

ลักษณะและวิธีการตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามการพึงตนเองมีลักษณะเป็นสถานการณ์ มีตัวเลือก 3 ระดับ โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถาม อ่านข้อความแล้วตอบตามความเป็นจริงของตนเอง โดยเขียนเครื่องหมาย X ลงบนตัวอักษรหน้าคำตอบที่ต้องการ

ตัวอย่างแบบสอบถาม

คำชี้แจง

ให้นักเรียนอ่านสถานการณ์ที่กำหนดให้ต่อไปนี้ แล้วตอบคำถามให้ตรงตามความเป็นจริงของท่านให้มากที่สุด โดยเขียนเครื่องหมาย X ลงบนตัวอักษรหน้าคำตอบที่นักเรียนต้องการ คำตอบที่นักเรียนตอบจะไม่มีข้อใดถูกหรือผิดและจะไม่กระทบกระเทือนต่อผลการเรียนของนักเรียนแต่อย่างใด

ตัวอย่าง

การพึ่งตนเองด้านการเรียน

0 ในชั่วโมงคณิตศาสตร์ หลังจากที่ครูสอนวิธีการหาเศษส่วนเสร็จแล้ว แต่จักรวาลและเพื่อนหลาย ๆ คนในห้องยังไม่เข้าใจ จึงไม่สามารถทำงานที่ครูสั่งได้ นักเรียนคิดว่าจักรวาลควรทำอย่างไร

- ก. อยู่เฉย ๆ รอให้เพื่อนคนอื่นถามครู
- ข. ถามครูและขอให้ครูอธิบายอีกครั้ง
- ค. ขอร้องเพื่อนให้ถามครู และตัวเองถามเพิ่มเติมข้อสงสัย

00 ครูสมศรีให้นักเรียนแต่ละคนปลูกไม้ประดับลงในกระถางของตนเองให้เสร็จภายในเวลา 1 ชั่วโมง เมื่อใกล้หมดเวลา ปรากฏว่าประภาสยังทำไม่เสร็จ เนื่องจากเขาทำงานช้า นักเรียนคิดว่า ประภาสควรทำอย่างไร

- ก. ห้าไปเรื่อย ๆ ถ้าไม่เสร็จค่อยมาทบทวนพัก
- ข. บอกให้เพื่อนที่ทำได้เสร็จแล้วมาช่วยทำ
- ค. พยายามทำให้เร็วขึ้น เพื่อให้เสร็จทันเวลา

การพึ่งตนเองด้านการกิจส่วนตัว

0 วันรุ่งขึ้น มานะจะต้องไปเข้าค่ายพักแรมลูกเสือที่ศรีราชา ซึ่งทางโรงเรียนได้ส่งให้นักเรียนทุกคนเตรียมสิ่งต่าง ๆ ให้พร้อม เพราะไม่สามารถหาซื้อได้ในค่ายลูกเสือ นักเรียนคิดว่า มานะควรทำอย่างไร

- ก. บอกคุณแม่ให้มาช่วยตนเองในการจัดกระเป๋า
- ข. จัดกระเป๋าเสื้อผ้าด้วยตนเอง จะได้ไม่ลืมสิ่งของ
- ค. อยู่เฉย ๆ เดี๋ยวคุณแม่ก็จะมาช่วยจัดให้เอง

00 วันนี้คุณพ่อคุณแม่ของมานะไปธุระข้างนอกบ้านแต่เช้า จึงไม่ได้เตรียมอาหารเช้าไว้ให้เขา ขณะนี้สายมากแล้ว ทำให้มานะรู้สึกหิว นักเรียนคิดว่ามานะควรทำอย่างไร

- ก. ทนหิวและรอให้คุณแม่กลับมาก่อน แล้วค่อยทานพร้อมคุณแม่
- ข. ทอดไข่ทานกับข้าว เพราะหาได้ง่ายไม่ยุ่งยาก
- ค. ทานขนมรองท้องไปก่อน จะได้ไม่หิว

การตรวจให้คะแนน

การตรวจให้คะแนนในแต่ละสถานการณ์ได้กำหนดน้ำหนักของตัวเลือกในแต่ละระดับ ดังนี้

- ให้ 2 คะแนน สำหรับคำตอบที่แสดงให้เห็นว่านักเรียนพึ่งตนเอง
- ให้ 1 คะแนน สำหรับคำตอบที่แสดงให้เห็นว่านักเรียนพึ่งตนเองบ้าง
- ให้ 0 คะแนน สำหรับคำตอบที่แสดงให้เห็นว่านักเรียนไม่พึ่งตนเอง

แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยใช้แบบแผนการทดลอง ที่เรียกว่า

Randomized Two Group Pretest - Posttest Design (ชูศรี วงศ์รัตนะ,

2528 : 77) ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แบบแผนการทดลอง

กลุ่ม	ทดสอบก่อน	ทดลอง	ทดสอบหลัง
R _{E1}	T _{1E1}	X _{E1}	T _{2E1}
R _{E2}	T _{1E2}	X _{E2}	T _{2E2}

ความหมายของสัญลักษณ์

R _{E1}	แทน	กลุ่มตัวอย่างที่ถูกสุ่มเป็นกลุ่มทดลองที่ 1
R _{E2}	แทน	กลุ่มตัวอย่างที่ถูกสุ่มเป็นกลุ่มทดลองที่ 2
T _{1E1}	แทน	ทดสอบก่อนในกลุ่มทดลองที่ 1
T _{1E2}	แทน	ทดสอบก่อนในกลุ่มทดลองที่ 2
X _{E1}	แทน	การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มซึ่งใช้ในกลุ่มทดลองที่ 1
X _{E2}	แทน	การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มซึ่งใช้ในกลุ่มทดลองที่ 2
T _{2E1}	แทน	ทดสอบหลังในกลุ่มทดลองที่ 1
T _{2E2}	แทน	ทดสอบหลังในกลุ่มทดลองที่ 2

วิธีดำเนินการรวบรวมข้อมูล

1. ขั้นก่อนทดลอง ทำการสอบก่อนการทดลอง (Pretest) โดยการให้กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ทำแบบสอบถามการพึงตนเอง
2. ขั้นทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองดังนี้
 - 2.1 กลุ่มทดลองที่ 1 ผู้วิจัยใช้การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มตามโปรแกรมที่สร้างขึ้นทั้งหมด 14 ครั้ง ๆ ละ 50 นาที เป็นเวลา 7 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ในวันจันทร์ และวันพุธ เวลา 15.10 - 16.00 น.

2.2 กลุ่มทดลองที่ 2 ผู้วิจัยใช้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามโปรแกรมที่สร้างขึ้นทั้งหมด 14 ครั้ง ๆ ละ 50 นาที เป็นเวลา 7 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ในวันอังคาร และวันพฤหัสบดี เวลา 15.10 - 16.00 น.

3. ขึ้นหลังการทดลอง เมื่อสิ้นสุดการทดลองให้นักเรียนทั้ง 2 กลุ่มทำแบบสอบถามการพึงตนเองอีกครั้งหนึ่ง

4. นำคะแนนการพึงตนเองก่อนและหลังการทดลองมาวิเคราะห์หาค่าสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ก่อนการทดลอง
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
4. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ก่อนและหลังการทดลอง

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่
 - 1.1 ค่ามัธยฐาน (Median) (ลัวัน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2531 : 57)
 - 1.2 ค่าความเบี่ยงเบนควอไทล์ (Quartile Deviation) (ชาญวิทย์ เทียมบุญประเสริฐ. 2529 : 50)

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

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

2. สถิติสำหรับวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือ

2.1 หาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามการพึงตนเอง โดยวิธีสูตร

(ลัวัน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2524 : 187)

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

เมื่อ	t	แทน	ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถาม
	$\bar{X}_H$	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มสูง
	$\bar{X}_L$	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มต่ำ
	s^2_H	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนกลุ่มสูง
	s^2_L	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนกลุ่มต่ำ
	n_H	แทน	จำนวนของกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มสูง
	n_L	แทน	จำนวนของกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มต่ำ

2.2 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการพึงตนเอง โดยใช้สูตร

(ส่วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2531 : 170 - 171)

$$\infty = \frac{n}{n-1} \left\{ 1 - \frac{s^2_i}{s^2_t} \right\}$$

เมื่อ	∞	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่น
	n	แทน	จำนวนข้อของแบบสอบถาม
	s^2_i	แทน	คะแนนความแปรปรวนของแบบสอบถาม ของแต่ละข้อ
	s^2_t	แทน	คะแนนความแปรปรวนของแบบสอบถาม ทั้งฉบับ

3. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

3.1 ทดสอบความแตกต่างของคะแนนการพึงตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ในกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซ์ (The Wilcoxon Matched Pairs Signed - Ranks Test) (นิภา ศรีโพธิ์. 2533 : 91 - 97)

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

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

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

เมื่อ	n_1	แทน	กลุ่มตัวอย่างที่สุ่มมาจากประชากรกลุ่มที่ 1
	n_2	แทน	กลุ่มตัวอย่างที่สุ่มมาจากประชากรกลุ่มที่ 2
	ΣR_1	แทน	ผลรวมของอันดับของข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มที่ 1
	ΣR_2	แทน	ผลรวมของอันดับของข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มที่ 2

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า

ข้อตกลงเกี่ยวกับการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลผล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลความหมายของการวิเคราะห์ข้อมูล จากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้แทนความหมาย ดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
Mdn	แทน	ค่ามัธยฐานของกลุ่มตัวอย่าง
Qd	แทน	ค่าส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์ของกลุ่มตัวอย่าง
R ⁺	แทน	การจัดอันดับค่าผลต่างของคะแนนการพึงตนเองที่มีค่าเป็นบวก
R ⁻	แทน	การจัดอันดับค่าผลต่างของคะแนนการพึงตนเองที่มีค่าเป็นลบ
ΣR_{E1}	แทน	ผลรวมของตำแหน่งที่ได้จากกลุ่มทดลองที่ 1
ΣR_{E2}	แทน	ผลรวมของตำแหน่งที่ได้จากกลุ่มทดลองที่ 2
T	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed - Ranks Test)
U	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของแมนน์-วิทนี (The Mann - Whitney U Test)

ผลการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการศึกษาค้นคว้าตามลำดับดังนี้

1. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ก่อนการทดลอง
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

4. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ก่อนและหลังการทดลอง

ตาราง 2 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ก่อนการทดลอง

กลุ่ม	N	Mdn	Qd	U
กลุ่มทดลองที่ 1	10	37.50	4.25	45.5
กลุ่มทดลองที่ 2	10	35.50	4.50	

จากตาราง 2 ปรากฏว่า ก่อนการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการพึงตนเองแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ นั่นคือ นักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม มีการพึงตนเองไม่แตกต่างกัน (ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏในตาราง 6 ในภาคผนวก)

ตาราง 3 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนในกลุ่ม ทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

การทดลอง	N	Mdn	Qd	T
ก่อนการทดลอง	10	37.50	4.25	0**
หลังการทดลอง	10	62.50	2.25	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 3 ปรากฏว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีการพึงตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1 (ผลการวิเคราะห์ปรากฏในตาราง 7 ในภาคผนวก)

ตาราง 4 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการพึ่งตนเองของนักเรียนในกลุ่ม ทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

การทดลอง	N	Mdn	Qd	T
ก่อนการทดลอง	10	35.50	4.50	0**
หลังการทดลอง	10	61.50	3.00	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 4 ปรากฏว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีการพึ่งตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2 (ผลการวิเคราะห์ปรากฏในตาราง 8 ในภาคผนวก)

ตาราง 5 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ก่อนและหลังการทดลอง

กลุ่ม	N	Mdn(diff)	Qd(diff)	U
กลุ่มทดลองที่ 1	10	25.00	1.75	49
กลุ่มทดลองที่ 2	10	25.50	1.75	

จากตาราง 5 ปรากฏว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการพึงตนเองแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ นั่นคือ นักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม มีการพึงตนเองไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 (ผลการวิเคราะห์ปรากฏในตาราง 9 ในภาคผนวก)

บทย่อ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อศึกษาผลการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพึ่งตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนราชวินิต สำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. เปรียบเทียบการพึ่งตนเองของนักเรียน ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. เปรียบเทียบการพึ่งตนเองของนักเรียน ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
3. เปรียบเทียบการพึ่งตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม กับนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีการพึ่งตนเองสูงขึ้น หลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. นักเรียนมีการพึ่งตนเองสูงขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
3. นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการพึ่งตนเองแตกต่างกัน

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนราชวินิต สังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2536 ที่มีคะแนนการพึ่งตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา จำนวน 123 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษานี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนราชวินิต สังกัดสำนักงานการศึกษากรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2536 ที่มีคะแนนการพึ่งตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 20 คน ที่ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร แล้วทำการสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เพื่อแยกเป็นกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม กลุ่มละ 10 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
3. แบบสอบถามการพึ่งตนเอง

วิธีดำเนินการทดลอง

1. ระยะก่อนการทดลอง

1.1 เตรียมสถานที่ คือ ห้องจริยศึกษา โรงเรียนราชวินิต ใช้เป็นสถานที่ดำเนินการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

1.2 ดำเนินการทดสอบ โดยให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทั้งหมดจำนวน 492 คน ตอบแบบสอบถามการพึ่งตนเอง แล้วคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนการพึ่งตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 123 คน สอบถามความสมัครใจแล้วสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คน จากนั้นผู้วิจัยสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม กลุ่มละ 10 คน และเก็บคะแนนไว้เป็นคะแนนการทดสอบครั้งแรก

2. ระยะดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองดังนี้

2.1 กลุ่มทดลองที่ 1 ผู้วิจัยใช้การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มตามโปรแกรมที่สร้างขึ้น ทั้งหมด 14 ครั้ง ๆ ละ 50 นาที เป็นเวลา 7 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง คือ ในวันจันทร์ และวันพุธ เวลา 15.10 น. - 16.00 น. เริ่มทดลองตั้งแต่วันที่ 22 พฤศจิกายน 2536 ถึง 5 มกราคม 2537

2.2 กลุ่มทดลองที่ 2 ผู้วิจัยใช้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามโปรแกรมที่สร้างขึ้น ทั้งหมด 14 ครั้ง ๆ ละ 50 นาที เป็นเวลา 7 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง คือ ในวันอังคาร และวันพฤหัสบดี เวลา 15.10 - 16.00 น. เริ่มทดลองตั้งแต่วันที่ 23 พฤศจิกายน 2536 ถึง 6 มกราคม 2537

3. ระยะหลังการทดลอง

3.1 การทดสอบหลังการทดลอง ให้นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามการพึงตนเองอีกครั้งหนึ่ง หลังจากให้นักเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแล้ว

3.2 นำคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามการพึงตนเองทั้งก่อนและหลังการทดลองมาวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูล โดยเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ดังนี้

1. เปรียบเทียบคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซ์ (The Wilcoxon Matched Pairs Signed - Ranks Test)
2. เปรียบเทียบคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซ์ (The Wilcoxon Matched Pairs Signed - Ranks Test)

3. เปรียบเทียบคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยใช้การทดสอบของ แมน วิทนี (The Mann - Whitney U Test)

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการทดลอง สรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีการพึงตนเองสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการพึงตนเองสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการพึงตนเองแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพึงตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนราชวินิต สำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2536 ผลการวิจัยปรากฏดังนี้

1. นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีการพึงตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่กล่าวว่า "นักเรียนมีการพึงตนเองสูงขึ้นหลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม" ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาการพึงตนเองของนักเรียนได้ กล่าวคือ สามารถพัฒนาให้ผู้เรียนมีโอกาสรู้พฤติกรรมที่พึงประสงค์จากการมีส่วนร่วมในการกระทำกิจกรรมกลุ่ม ส่งผลให้มีการพึงตนเองสูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดของ ทิศนา แคมภนี (2522 : 7) ที่กล่าวว่า ประสพการณ์ที่ได้จากการเข้ากลุ่มจะทำให้ผู้เรียนมีโอกาสรู้จากการมีส่วนร่วมกระทำกิจกรรมที่ส่งเสริมการ

วิเคราะห์ความรู้สึก ความต้องการ ตลอดจนพฤติกรรมและความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งช่วยให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาบุคลิกภาพของตนได้เป็นอย่างดี และนอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ คมเพชร นัตรศุกกุล (2530 : 10) ที่กล่าวว่า การทำกิจกรรมกลุ่มมีคุณค่าสำหรับสมาชิกมาก เพราะในขณะที่ดำเนินกิจกรรมกลุ่มนั้น สมาชิกจะได้รับการตอบสนองทั้งร่างกายและจิตใจอย่าง สมดุล มีโอกาสเรียนรู้เรื่องการปฏิบัติตนในสังคม ในขณะที่เดียวกันก็จะได้เรียนรู้เรื่องการควบคุม การแสดงออกทางอารมณ์ด้วยและยังเกิดความเจริญงอกงามด้านความรู้และทักษะบางประการ สำหรับผลจากการศึกษาในครั้งนี้ สอดคล้องกับผลการศึกษาของ พวงแก้ว เนตรโอภารักษ์ (2533 : 66) ที่ได้ทำการศึกษาผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความร่วมมือในการอภิปรายกลุ่ม ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านลานแหลม จังหวัดนครปฐม พบว่า นักเรียน ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความร่วมมือในการอภิปรายกลุ่มสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .01 และยังสอดคล้องกับผลการศึกษาของสารินี พงษ์เจริญไทย (2534 : 102) ที่ได้ทำการศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีทัศนคติ ต่อการสูบบุหรี่ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นอกจากนี้ อติศักดิ์ ภูมิรัตน์ (2535 : 91) ได้ทำการศึกษาผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อเจตคติเชิงจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์ของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านหนองงา จังหวัดพิษณุโลก พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วม กิจกรรมกลุ่มมีเจตคติเชิงจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลจากการศึกษาครั้งนี้และผลจากการศึกษาที่สอดคล้องกันดังกล่าว แสดงให้เห็นว่า การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเป็นวิธีการหนึ่งที่ช่วยพัฒนาการพึ่งตนเองของนักเรียนให้สูงขึ้นกว่าเดิมได้ ทั้งนี้เพราะ การเรียนรู้โดยการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเป็นการเรียนรู้โดยการกระทำกิจกรรม ร่วมกันระหว่างผู้เรียน ทำให้ได้รับประสบการณ์ตรงจากการวิเคราะห์ปัญหาต่าง ๆ และจากการ ปฏิบัติจริงด้วยตนเอง นอกจากนี้การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างผู้เรียน ยังส่งผลให้ผู้เรียน สามารถรวบรวมแนวคิดที่เป็นประโยชน์สำหรับตนเอง ซึ่งมีผลทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีการ พัฒนาการพึ่งตนเองสูงขึ้น

ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ผู้วิจัยได้สังเกตนักเรียนในกลุ่มพบว่า นักเรียนให้ความสนใจ และมีความกระตือรือร้นในการทำกิจกรรมตลอดเวลา ทำให้บรรยากาศของกลุ่มเต็มไปด้วยความ สนุกสนาน และในช่วงปัจฉิมนิเทศ ผู้วิจัยได้ให้นักเรียนร่วมกันสรุปถึงสิ่งที่ได้จากการเข้าร่วม กิจกรรมกลุ่ม นักเรียนต่างมีความเห็นว่า นอกจากความสนุกสนานที่ได้จากกิจกรรมแล้ว สิ่งที่ นักเรียนได้รับและมีคุณค่าอย่างยิ่งต่อนักเรียนคือ ประสบการณ์ที่เป็นประโยชน์ ซึ่งสามารถนำไปพัฒนาตนเองให้มีการพึ่งตนเองสูงขึ้นได้ นอกจากนี้นักเรียนยังแสดงความต้องการที่จะให้มีการ จัดกิจกรรมลักษณะเช่นนี้ต่อไป

2. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการพึ่งตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่กล่าวว่า "นักเรียนมีการพึ่งตนเองสูงขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม" แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถพัฒนา การพึ่งตนเองของนักเรียนได้ กล่าวคือ สามารถพัฒนาให้ผู้เรียนมีการพัฒนาการพึ่งตนเอง จากการ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ทำให้นักเรียนรู้ขอบพระองค์ต่าง ๆ ของตนเอง มีการสำรวจ พฤติกรรมของตนเอง เกิดการยอมรับตนเอง และพร้อมที่จะหาทางแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ของ ตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับข้อคิดของโอลเซน (Ohlsen. 1970 : 31 - 33) ที่กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะช่วยให้บุคคลกล้าเผชิญปัญหาและรู้จักวิธีแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น เป็นการ ป้องกันไม่ให้เกิดเหตุร้ายแรงขึ้น ทำให้เกิดการเรียนรู้ ตลอดจนสามารถหาสิ่งที่เรียนรู้ไปปฏิบัติ จริง เพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงเจตคติ และพฤติกรรมของตนเองให้เป็นไปในทางที่ดีขึ้น และ สอดคล้องกับ เคลแมน (Kelman. 1963 : 399 - 432) ที่กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ทำให้นักเรียนไม่โดดเดี่ยว ได้รู้จักตนเอง สามารถปรับตัวได้ มีการพัฒนาตนเอง เป็นตัวของตัวเอง กล้าแสดงความรู้สึกที่แท้จริง เกิดการยอมรับและพร้อมที่จะรับผิดชอบในการแก้ปัญหของตนเอง และผลจากการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ สอดคล้องกับผลการศึกษาของมาลี วงษ์แก้ว (2526 : 60) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถม ศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์ กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้ คำปรึกษาแบบกลุ่มมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และยัง

สอดคล้องกับผลการศึกษาของ เณลิม ค้าแก้ว (2530 : 59) ที่ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ที่มีต่อความรับผิดชอบของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านห้วยก้างราษฎร์สามัคคี อำเภอพญาเม็งราย จังหวัดเชียงราย พบว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีความรับผิดชอบ สูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นอกจากนี้ หนี้รัตน์ เนียมหอม (2535 : 52) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรม การเรียนของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านเข็กน้อย อำเภอเขาค้อ จังหวัดเพชรบูรณ์ พบว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีพฤติกรรมการเรียนสูงกว่า นักเรียนที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลจากการศึกษาค้นคว้า และผลจากการศึกษาที่สอดคล้องกันดังกล่าวแล้ว แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นวิธีการหนึ่งซึ่งช่วยพัฒนาการพึ่งตนเองของนักเรียนให้สูงขึ้นกว่าเดิมได้ ทั้งนี้เพราะ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ช่วยให้นักเรียนเกิดการยอมรับตนเอง มีความมั่นใจ กล้าที่จะเปิดเผย พร้อมทั้งยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองและกลุ่ม มีการร่วมกันแก้ปัญหาต่าง ๆ ระหว่างนักเรียนภายในกลุ่ม ทำให้เกิดการเรียนรู้และหาเอาประสบการณ์จากกลุ่มไปใช้ในการ แก้ไขปัญหาของตน ซึ่งมีผลทำให้เด็กที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีการพัฒนาการพึ่งตนเอง สูงขึ้น

ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ผู้วิจัยได้สังเกตนักเรียนในกลุ่มพบว่า นักเรียนมีความ กระตือรือร้นในการ เข้ากลุ่มอย่างสม่ำเสมอ เข้าใจในบทบาทของตนเองในฐานะสมาชิกของกลุ่ม เป็นอย่างดี มีความตั้งใจในการร่วมกันแก้ปัญหาของตนและของนักเรียนในกลุ่มอย่างเต็มที่ ทำให้ บรรยากาศของการ เข้ากลุ่มเต็มไปด้วยความร่วมมือนะร่วมใจแต่อย่างไรก็ตามในครั้งแรก ๆ ยังมี นักเรียนบางคนที่ยังไม่ค่อยกล้าแสดงความคิดเห็น แต่เมื่อได้รับการกระตุ้นจากผู้วิจัยและนักเรียน คนอื่น ๆ ในกลุ่มก็สามารถหาหน้าที่ของตนได้ดีขึ้น และในช่วงของการปัจฉิมนิเทศ นักเรียนได้ ร่วมสรุปถึงประโยชน์ของการ เข้ากลุ่มในครั้งนี้ สรุปได้ว่า นักเรียนได้รับประโยชน์จากการ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ทำให้มีแนวทางในการนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง และนอกจากนี้นักเรียนที่ เข้ากลุ่มยังเกิดความรู้สึกรู้สึกผูกพันและมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันมากยิ่งขึ้นอีกด้วย

3. ภายหลังการทดลองเมื่อเปรียบเทียบผลการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาตนเองของนักเรียน พบว่า แตกต่างกันอย่างไม่มีความสำคัญทางสถิติ นั่นคือ นักเรียนทั้งสองกลุ่มมีการพัฒนาตนเองไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 ซึ่งอาจพิจารณาองค์ประกอบต่าง ๆ ที่สำคัญได้ดังนี้

3.1 โปรแกรมการทดลอง

การทดลองครั้งนี้ผู้วิจัยได้สร้างโปรแกรมการทดลองสองโปรแกรมคือ กิจกรรมกลุ่ม และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ซึ่งทั้งสองโปรแกรมนี้มุ่งที่จะพัฒนาการพัฒนาตนเองของนักเรียน โดยยึดนิยามปฏิบัติการเป็นสำคัญ จึงทำให้โปรแกรมทั้งสองมีเนื้อหาสาระต่าง ๆ ที่สำคัญเหมือนกัน ดังนั้นกลุ่มทดลองสองกลุ่มก็จะได้รับเนื้อหาต่าง ๆ ไม่แตกต่างกัน แต่อย่างไรก็ตามวิธีการสอนวิธีนั้นก็มีจุดมุ่งหมายเช่นเดียวกันคือ การช่วยเหลือนักเรียนให้พัฒนาตนเอง และแต่ละวิธีก็มีความเป็นเอกลักษณ์ มีจุดเด่นแตกต่างกันไป อาทิเช่น กิจกรรมกลุ่มเรียนรู้จากกิจกรรมทั้งหลายที่นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติ และสุดท้ายก็จะได้ข้อสรุปที่สำคัญ ๆ ที่มีผลต่อการพัฒนาเด็กนักเรียน และในขณะเดียวกัน การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มก็จะเห็นไปถึงการเปิดเผยตนเองอย่างลึกซึ้ง และร่วมกันขจัดปัญหา และพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ทั้งนี้โดยมีสมาชิกคอยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

ดังนั้นผู้วิจัยคิดว่าวิธีการทั้งสองที่นำมาใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ต่างก็มีความเหมาะสมในการพัฒนาเด็กทั้งสิ้น จึงมีผลทำให้ผลการทดลองครั้งนี้ไม่มีความแตกต่างกันเมื่อเปรียบเทียบระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

3.2 นักเรียนที่เข้ากลุ่ม

นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีลักษณะบางประการที่คล้ายคลึงกัน กล่าวคือ มีอายุใกล้เคียงกันคือ 11 - 12 ปี และนักเรียนเหล่านี้ก็ยังเป็นนักเรียนที่มีปัญหาด้านการพัฒนาตนเองด้วย โดยมีคะแนนการพัฒนาตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ 25 และประการสุดท้ายผู้วิจัยสังเกตเห็นว่านักเรียนทั้งสองกลุ่มมีความร่วมมือในการทดลองเป็นอย่างดี กล่าวคือมีความกระตือรือร้นที่จะเข้าร่วมกิจกรรมและมีความกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นต่าง ๆ

รับฟังซึ่งกันและกันเป็นอย่างดี หรืออาจจะกล่าวได้ว่ามีบรรยากาศที่ดีมาก จึงมีผลทำให้เด็กเรียน ทั้งสองกลุ่มมีการพัฒนาเรื่องการฟังตนเองไม่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

ผู้ที่จะหาวิธีการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไปใช้พัฒนาการ ฟังตนเอง ควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับการฟังตนเอง ตลอดจนหลักการและวิธีการในการเข้าร่วม กิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ดังนี้

1.1 ผู้ที่จะทำหน้าที่เป็นผู้ดำเนินการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และผู้ที่จะทำหน้าที่เป็น ผู้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ควรเป็นผู้ได้รับการศึกษาทางด้านจิตวิทยา โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิชาที่ เกี่ยวข้องกับกระบวนการกลุ่มมาเป็นอย่างดี

1.2 ผู้ที่จะหาเอาวิธีการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มาใช้ในการเปรียบเทียบกัน ควรมีทักษะและมีประสบการณ์ในการเป็นผู้ในกลุ่มทั้งสองวิธี รวมทั้ง ต้องมีความตั้งใจที่จะให้ความช่วยเหลือแก่เรียนที่มีปัญหาและมีความจริงจังที่จะให้กับสมาชิก ทุกคนด้วย

1.3 สถานที่ที่ใช้ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ควรมีความเป็นเอกเทศ สะดวก มีบรรยากาศที่ดีและเอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้ของสมาชิก เพื่อให้สามารถแสดงพฤติกรรมและเปิดเผยความรู้สึกได้อย่างอิสระ

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบผลการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มหรือการให้คำปรึกษา แบบกลุ่ม กับเทคนิคอื่น ๆ

2.2 ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบผลการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษา แบบกลุ่ม ที่มีต่อการฟังตนเองของนักเรียนในระดับชั้นอื่น ๆ

2.3 ควรมีการติดตามผลระยะยาว หลังจากเสร็จสิ้นการทดลองไปแล้ว เช่น 1 เดือน หรือ 3 เดือน เพื่อดูว่า การพึ่งตนเองของนักเรียนที่พัฒนาขึ้นนั้น มีการเปลี่ยนแปลงหรือไม่

บรรณาธิการ

บรรณานุกรม

- กษิมา วีริยะ. การศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับค่านิยมพื้นฐานเรื่อง การพึ่งตนเอง ความซื่อสัตย์สุจริต และความรับผิดชอบของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เขตการศึกษา 8. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2526. อุดสาเนา.
- กาญจนา เลิศธีระวัฒน์. ผลของการใช้บทบาทสมมติที่มีต่อการพึ่งตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนเทศบาลสวนสนุก จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2532. อุดสาเนา.
- คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, สำนักงาน. ผลการพัฒนาการศึกษาและแนวทางพัฒนาการศึกษาในอนาคต. กรุงเทพฯ : 2531
- _____. แผนการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2535. กรุงเทพฯ : พันนี้ พับลิชชิ่ง, 2535.
- คณะอนุกรรมการจัดทำคู่มือ, นักวิชาการ. คู่มือการปลูกฝังและสร้างเสริมค่านิยมที่พึงประสงค์. สิ่งพิมพ์รัฐบาล, 2525.
- คมเพชร นัตถกุล. กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2521.
- _____. กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : แสงรุ่งการพิมพ์, 2522.
- _____. กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530.
- เฉลิม คำแก้ว. ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อความรับผิดชอบของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านห้วยก้างราษฎร์สามัคคี อำเภอกงหรา จังหวัดยะลา. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. พิษณุโลก : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก, 2530. อุดสาเนา.

ชาญวิทย์ เทียมบุญประเสริฐ. วิธีการทางสถิติสำหรับการวิจัย. กรุงเทพฯ : สำนักทดสอบ

ทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2529.

ชูศรี วงศ์รัตน์. แบบแผนการทดลองและสถิติ. กรุงเทพฯ : คณะศึกษาศาสตร์

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2528.

ดวงเดือน ศาสตร์ภัทร์. การเปรียบเทียบทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการเด็ก. กรุงเทพฯ :

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2526.

ทวีรัฐ ธานี. ตำราครอบครัวสัมพันธ์. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์วิบูลย์กิจ, 2518.

ทองคุณ หงส์พันธุ์. วิธีทางแห่งจิต การครองตน ครองคน และครองงาน. กรุงเทพฯ :

โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2533.

ทองเรือน อมรัชกุล. กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. พิษณุโลก : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

พิษณุโลก, 2520.

ทีศนา แคมมณี และคนอื่น ๆ. กลุ่มสัมพันธ์ ทฤษฎี และแนวปฏิบัติเล่มที่ 1. กรุงเทพฯ :

บุรพาติลป์การพิมพ์, 2522.

ภาพร พุ่มพุกษ์. ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของ

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนพระนารายณ์ สพบุรี. วิทยานิพนธ์

กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2529.

อัสสาเนา.

นวลละอ อสุภาพ. ทฤษฎีบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสานมิตร, 2527.

นิภา ศิริโพธิ์. สถิติอนุพาราเมตริก. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2533.

เบญจรัตน์ จารุรัตน์จามร. การสร้างแบบทดสอบวัดค่านิยมพื้นฐานเรื่องการพึ่งตนเอง

สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในจังหวัดพิษณุโลก. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.

กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2527. อัสสาเนา.

ประเวศ วะสี. พุทธธรรมกับสังคม. กรุงเทพฯ : เอส.เอ็น.การพิมพ์, 2535.

ปรีชา ครามพักตร์. จิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพฯ : เอกสารประกอบการสอนวิชา
ศึกษา 121, 2526.

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. การแนะแนวและการให้คำปรึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา.
กรุงเทพฯ : ตำราอุดมศึกษา โครงการส่งเสริมการแต่งตำรา ทบวงมหาวิทยาลัย,
2529.

พวงแก้ว เนตรโอภาสรัศ. ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความร่วมมือในการอภิปรายกลุ่ม
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านลานแหลม จังหวัดนครปฐม.

ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2533. อัดสำเนา.

พิรพงค์ สิริวัฒนากร. การเปรียบเทียบพฤติกรรมตอบสนองระหว่างบุคคลของนักเรียนที่
ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบฝึกหัดพึ่งตนเอง กับแบบยับยั้งการพึ่งตนเอง ชั้นมัธยม
ศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนรัฐบาล จังหวัดชลบุรี. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2520. อัดสำเนา.

มนิรัตน์ เนียมหอม. ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมการเรียนของนักเรียน
ชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านเข็กน้อย อำเภอเขาค้อ จังหวัดเพชรบูรณ์.
ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. พิษณุโลก : มหาวิทยาลัยนเรศวร, 2535. อัดสำเนา.

มธุรส วีระกาแหง. ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจ การคิดแบบไม่ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง
การอบรมเลี้ยงดูในการฝึกหัดพึ่งตนเอง และในการยับยั้งการพึ่งตนเองของเด็กไทย
เชื้อชาติไทย และเด็กไทยเชื้อชาติจีนในระดับอนุบาล. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม.
กรุงเทพฯ : วิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร, 2515. อัดสำเนา.

มานิต มานิตเจริญ. พจนานุกรมไทย. กรุงเทพฯ : เอกศิลป์การพิมพ์, 2514.

มาลา วิรุณานนท์. ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์แบบการรับรู้และการเลี้ยงดู
ลูกในการฝึกหัดพึ่งตนเองกับในด้านกำกับการยับยั้งการพึ่งตนเองเปรียบเทียบเด็กใน
นครหลวงกับเด็กในต่างจังหวัด ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1. ปริญญานิพนธ์
กศ.ม. กรุงเทพฯ : วิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร, 2515. อัดสำเนา.

- มาลี วงษ์แก้ว. ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของ
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์ กรุงเทพมหานคร.
ปริญญาโท ค.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2526. อัดสำเนา.
- เยาวพา เดชะคุปต์. ทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์สำหรับการสอนในระดับประถมศึกษา.
วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2517. อัดสำเนา.
- _____. "ภาวะความเป็นผู้นำ," กลุ่มสัมพันธ์ ทฤษฎี และแนวปฏิบัติ. กรุงเทพฯ :
โครงการเผยแพร่การสอนกลุ่มสัมพันธ์, 2522.
- รัตนา ภักธัญญา. ผลของการใช้เทคนิคแม่แบบที่มีต่อการพึ่งตนเองด้านการเรียนของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนทุ่งทรายวิทยา อำเภอคลองขลุง
จังหวัดกำแพงเพชร. ปริญญาโท ค.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2535. อัดสำเนา.
- ราตรี พัฒนรังสรรค์. จิตวิทยาการแนะแนว. กรุงเทพฯ : คณะศึกษาศาสตร์
วิทยาลัยครูจันทระเกษม, 2522.
- เรวดี วงศ์พรหมเมธ. กระบวนการกลุ่ม. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัดการพิมพ์ชัยวัฒน์,
2521.
- ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. หลักการวิจัยทางการศึกษา. กรุงเทพฯ :
ทวีกิจการพิมพ์, 2524.
- _____. หลักการวิจัยทางการศึกษา. กรุงเทพฯ : ศึกษาพร, 2531.
- ละม้ายมาศ ศรีหัตถ์. การศึกษาพัฒนาการจากจิตวิทยา (พลังจูงใจในทางเศรษฐกิจ)
ทฤษฎีและแนวคิดในการพัฒนาประเทศ. กรุงเทพฯ : คณะรัฐประศาสนศาสตร์
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2508.
- สัตตาวรรณ ณ ระนอง. การทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความมั่นใจในตนเอง.
ปริญญาโท ค.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2525. อัดสำเนา.

- วรรณมา พรหมบุรณย์. "วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม," วารสารแนะแนว. 56 : 25 - 26 ; เมษายน - พฤษภาคม 2523.
- วราภรณ์ สัมสุวัฒน์. ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการปรับตัวด้านสังคมของกลุ่มนักเรียนที่ถูกเพื่อนชิงชิง ซึ่งได้รับการฝึกการรับความรู้สึกก่อนกับกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึก. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2522. อัดสำเนา.
- รัชสี ทรัพย์มี. การแนะแนวในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2520.
- _____. "การให้คำปรึกษาหาหรือเป็นกลุ่มแก้วุ่น," วารสารแนะแนว. 8(36) : 38 - 43 ; ธันวาคม 2517 - มกราคม 2518.
- รัชสี ธวัชคำ. จิตวิทยาการแนะแนวและให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมการฝึกหัดครู, 2523.
- วารี อินทริวิชา. "การเชื่อฟังผู้ใหญ่ในลักษณะสังคมไทย," วารสารสภาการศึกษาแห่งชาติ. 1(6) : 51 ; 8 - 9 กรกฎาคม 2514.
- วิชากร, กรม. คู่มือหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง 2533). กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา, 2534.
- วิญญู พูลศรี. ผลของการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นกลุ่มต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความวิตกกังวลในการเรียน นิสัย และทัศนคติทางการเรียนของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาชั้นสูง วิทยาลัยครูเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2523. อัดสำเนา.
- วิไลวรรณ สันถะวงมณ. การเปรียบเทียบการสอนวิชาวรรณคดีไทย "เรื่อง ลิลิตตะเลงพ่าย" โดยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์และกระบวนการสอนแบบครูเป็นศูนย์กลางในชั้นประกาศนียบัตรวิชาการศึกษา. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2522. อัดสำเนา.
- วิรุณธ วิเชียรโชติ. ทฤษฎีสังคมโมดรีสัมพันธ์. กรุงเทพฯ : วิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร, 2516.

- ศิริรัตน์ ภูสกลเจริญศักดิ์. ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีของโรเจอร์สที่มีต่อทัศนคติในการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนพิบูลย์ประชาสรรค์. ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2531. อัดสำเนา.
- ศุภาวดี บุญวงศ์. กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. สงขลา : ภาควิชาการแนะแนว และจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สงขลา, 2527.
- สมพงษ์ พานิชสกุล. ค่านิยมในการพึ่งตนเองของนักศึกษาผู้ใหญ่ ระดับมัธยมศึกษา ในจังหวัดนนทบุรี. ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2533. อัดสำเนา.
- สรศักดิ์ รัชชู. ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความสนใจในหน้าที่พลเมืองดีของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. ปริญญาโท กศ.ม. พิษณุโลก : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก, 2530. อัดสำเนา.
- สัญญา สัญญาวิวัฒน์. การพัฒนาชุมชน. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2515.
- สำนึกศึกษา, กรม. คู่มือการปลูกฝังและเสริมสร้างค่านิยมพื้นฐานเรื่องการพึ่งตนเอง. กรุงเทพฯ : หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2529.
- สาริณี พงษ์เจริญไทย. ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อทัศนคติต่อการสละหรือของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย กรุงเทพมหานคร. ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2534. อัดสำเนา.
- สุปรียา อิศรางกูร ณ อยุธยา. การเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มในเรื่องความเข้าใจตนเองระหว่างแบบที่ผู้นำกลุ่มกำหนดแนวทางกับแนวที่สมาชิกกำหนดแนวทาง. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2523. อัดสำเนา.

สุภาพร จันทร์ศิริโยธิน. ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความมีวินัยในตนเอง
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบางกะปิ กรุงเทพมหานคร.

ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2526. อัดสำเนา.

สุวรรณ อนุสนธิ. ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อทัศนคติต่อการพยาบาลผู้ป่วยโรค
เอดส์ของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยมิชชั่น กรุงเทพมหานคร.

ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2535. อัดสำเนา.

โสรัจ โทธิ์แก้ว. "การปรึกษาเชิงจิตวิทยา," เอกสารประกอบการสอนวิชาการปรึกษา
เชิงจิตวิทยา. ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
2523.

อติศักดิ์ ภูมิรัตน์. ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อเจตคติเชิงจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. ปริญญาโท กศ.ม. พิษณุโลก :
มหาวิทยาลัยนเรศวร, 2535. อัดสำเนา.

อัจจรา เปรมเป็เรืองเวส. ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแสดงตัว - เก็บตัว ความเกรงใจ
และการพึ่งตนเอง. ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ : วิทยาลัยวิชาการศึกษา
ประสานมิตร, 2517. อัดสำเนา.

อาภรณ์ มหาคำ. ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการปรับพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก.
ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2525. อัดสำเนา.

Barnes, Leona Walters. "The Effect of Group Counseling on the
Self Concept and Achievement of Primary Grade Mexican
American Pupils," Dissertation Abstracts International.
38 : 5920 - A ; April, 1977.

- Bennett, Margaret E. Guidance and Counseling in Groups. 2nd ed.
New York : McGraw - Hill Book Company, 1963.
- Cartwright, Dorwin and Alwin Zander. Group Dynamics : Research and Theory. 3rd ed. New York : Harper & Row, 1968.
- Davis, Robert Gene. "A Study of the Effects of Students' Use of Selected Group Process Skills on Student Achievement and Attitude during A Seventh Grade Cooperation Learning Mathematics Problem Solving Unit," Dissertation Abstracts International. 49(11) : 3263 ; 1988.
- Deighton, Lee C. "Small Group Instruction," in The Encyclopedia of Education. New York : The Macmillan Company and Free Press, 1971.
- Durschmidt, Barbara J. "Self - Actualization and the Human Potential Group Process in a Community College," Dissertation Abstracts International. 38(3) : 3953 - A ; January, 1977.
- Gazda, G.M. "Group Counseling and Group Procedures Reported of a Survey," Counselor Education and Supervision. 6(1) : 5 - 310 ; July 1967.
- Hansen, Jame C., Richard W. Warner and Elsie M. Smith. Group Counseling : Theory and Process. Chicago : Rand McNally College Publishing Company, 1976.
- Harrold, Kenenth F. "Evaluation and Research in Group Dynamic," Educational and Psychological Measurement. p 492 - 504.
Englewood Cliffs, New Jersey : Prentice - Hall, 1952.

Kelman, H.C. "The Role of the Group in the Induction of Therapeutic Change International," Journal of Group Psychotherapy. 13 : 399 - 432 ; 1963.

✓ Lawhon, Tommie. "Techniques for Nurturing the Rudiments of Self - Reliance in Children from Birth to Age Three," Resources in Education (ERIC). 25 : 97 ; November, 1990.

Lex, James Joseph. "Attitude Change to Seminary Students Associated with a Course in Group Dynamics," Dissertation Abstracts International. 33 (12) : 6093 - A ; May, 1973.

Mahler, Clarence A. Group Counseling in School. Boston : Houghton Mifflin Company, 1969.

Margo, W. Group Theory : Process to Nursing Practice. Maryland : Prentice - Hall, 1985.

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

Ottaway, A.K.C. Learning Through Group Experiences. London : Routhledge and Kegan Paul, 1966.

Patterson, C.H. Humanistic Education. Englewood Cliffs, New Jersey : Prentice - Hall, 1973

Ragon, William B. and Gene D. Shepherd. Modern Elementary Curriculum. 4th.ed. New York : Holt Rinehart and Winston Inc., 1971.

Roger, Carl R. Encounter Group. New York : Harper and Row, 1970.

- Samualewicz, Edward. "The Effects of Critical Thinking and Group Counseling upon Behavior Problem Students," Dissertation Abstracts International. 36(5) : 2645 - A ; November, 1975.
- Shertzer, Bruce and Shelley C. Stone. Fundamentals of Counseling. New York : Houghton Mifflin Company, 1968.
- _____. Fundamentals of Guidance. 2nd ed. Boston : Houghton Mifflin Company, 1971.
- Smart, M.S. and R.C. Smart. Children Development and Relationship. New York : The Macmillan Company, 1967.
- Thorp, Louis P., Willis W. Clark and Ernest W. Tieges. Manual of California Test of Personality. New York : McGraw - Hill Inc., 1953.
- Traxler, A.E. and R.D. North. Techniques of Guidance. New York : Harper and Row, 1967.
- Watson, R.I., Psychology of The Child. New York : John Wiley & Sons, Inc., 1959.
- Woal, Theodore S. "A Project in Group Counseling in Junior High School," The Personnel and Guidance Journal. 43 : 661 - 663 ; May, 1964.

ภาคผนวก

1. โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนาการฟังตนเอง
(สำหรับกลุ่มทดลองที่ 1)
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เพื่อพัฒนาการฟังตนเอง
(สำหรับกลุ่มทดลองที่ 2)
3. แบบสอบถามการฟังตนเอง

โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการพึ่งตนเอง สำหรับกลุ่มทดลองที่ 1

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	ปฐมนิเทศและ สร้างความสัมพันธ์	เกม "สัตว์โลก ผู้น่ารัก"	1. เพื่อสร้างความ คุ้นเคยให้กับ นักเรียนที่เข้าร่วม กิจกรรมกลุ่ม 2. เพื่อสร้างบรรยากาศ ที่ดีและเป็นกันเอง ภายในกลุ่ม 3. เพื่อให้เด็กเรียนรู้ได้ เข้าใจจุดมุ่งหมาย วิธีการและกฎ ระเบียบในการเข้า ร่วมกิจกรรมกลุ่ม	1. ผู้วิจัยแนะนำตนเองและ ให้นักเรียนแต่ละคน แนะนำซึ่งกันและกัน โดย ใช้กิจกรรม "สัตว์โลก ผู้น่ารัก" ซึ่งมีขั้นตอน ดังนี้ 1.1 ให้นักเรียนหนึ่ง เก้าอี้เป็นวงกลม 1.2 ผู้วิจัยแจกฉลากให้ นักเรียนแต่ละคน 1.3 เมื่อผู้วิจัยให้สัญญาณ เริ่ม ให้นักเรียน ทุกคน เปิดฉลากของ ตนเอง ซึ่งเป็นชื่อ ของสัตว์ชนิดต่าง ๆ แล้วทำตามทางของ สัตว์ชนิดนั้น พร้อม ทั้งส่งเสียงร้อง

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				แล้วรีบไปหาคุณ ของตน 1.4 เมื่อนักเรียนแต่ละ คนได้ดูของตนแล้ว ให้แต่ละคู่ซักถาม กันให้หัวข้อต่อไปนี้ 1.4.1 ชื่อ - นามสกุล ชื่อเล่น 1.4.2 ชอบอะไร ไม่ชอบอะไร 1.4.3 วิชาที่ชอบ เรียน 1.4.4 นึกเรียน ชอบทำอะไร ในเวลาว่าง 1.4.5 อนาคตอยาก เป็นอะไร 1.5 ให้แต่ละคู่ออกมา รายงานผล

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				1.6 ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นจากกิจกรรม 2. ผู้วิจัยสรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรมว่า เพื่อให้ นักเรียนที่ไม่รู้จักกันมาก่อนได้ทำความรู้จักกัน 3. ผู้วิจัยชี้แจงจุดมุ่งหมายวิธีการและกฎระเบียบในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม 4. เปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามจนเข้าใจ 5. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปวัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม 6. ผู้วิจัยแจกตารางการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มให้กับนักเรียน พร้อมทั้งนัดหมายครั้งต่อไป

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2	การพึ่งตนเองด้าน การเรียนรู้	เกม "เขียน แผนที่"	เพื่อให้เด็กเรียนรู้จัก ศึกษามบทเรียนที่ไม่ เข้าใจด้วยตนเอง	ครั้งที่ 2 - 13 ผู้วิจัย ดำเนินการเข้าร่วมกิจกรรม กลุ่มเป็นขั้นตอน ดังนี้ 1. ขั้นการมีส่วนร่วม ให้เด็กเรียนรู้ลงมือปฏิบัติ
3	การพึ่งตนเองด้าน การเรียนรู้	เกม "แข่งกับ เวลา"	เพื่อให้เด็กเรียนรู้จัก ทำงานที่ได้รับมอบหมาย ให้สำเร็จตรงเวลาด้วย ตนเอง	กิจกรรมด้วยตนเอง นักเรียน แต่ละคนมีส่วนร่วมและมีบทบาท ในการกระทำกิจกรรมในฐานะ สมาชิกของกลุ่ม โดยผู้วิจัยคอย แนะนำและสร้างบรรยากาศ
4	การพึ่งตนเองด้าน การเรียนรู้	อภิปรายกลุ่ม เรื่อง "ผลดี ผลเสีย"	เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักทำ การบ้านด้วยตนเอง	2. ขั้นวิเคราะห์ นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ และสรุปจากกิจกรรมที่ได้ปฏิบัติ ร่วมกันและอภิปรายร่วมกันเพื่อ ให้เด็กเรียนรู้มีความรู้กว้างขวาง ขึ้น รวมทั้งเพื่อให้เด็กเรียนรู้จัก ตนเองดีขึ้น
5	การพึ่งตนเองด้าน การเรียนรู้	กรณีตัวอย่าง เรื่อง "อย่า ประมาท"	เพื่อให้เด็กเรียนรู้จัก บทบทเรียนด้วย ตนเอง	

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
6	การฟังตนเองด้าน การเรียนรู้	เกม "ภาพ ปริศนา"	เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักอ่าน หนังสือค้นคว้าเพิ่มเติม จากบทเรียนด้วยตนเอง	3. ขึ้นสรุปและประยุกต์ หลักการ นักเรียนรวบรวมแนวคิด ที่ได้จากการแลกเปลี่ยนความ คิดเห็นในกลุ่ม มาสรุปเป็น หลักการของตนเอง และ สามารถนำหลักการนั้นมาใช้ ให้เหมาะสมกับตนเอง
7	การฟังตนเองด้าน การเรียนรู้	อภิปรายกลุ่ม เรื่อง "ไม่หน้า เลย"	เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักทำ ข้อสอบด้วยตนเอง	4. ขึ้นประเมินผล นักเรียนร่วมกันประเมิน ผลการเรียนรู้ของตนเอง ของกลุ่ม โดยการร่วมกัน แลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นและให้ ข้อเสนอแนะร่วมกันและผู้วิจัย ประเมินผลการเข้าร่วม กิจกรรมกลุ่ม โดยการสังเกต จากความร่วมมือในการปฏิบัติ
8	การฟังตนเองด้าน การเรียนรู้	เกม "จัดของ"	เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักจัด เตรียมอุปกรณ์การเรียนรู้ ด้วยตนเอง	
9	การฟังตนเองด้าน การเรียนรู้	เกม "มังกร ล่อฟ้า"	เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักขอ ความช่วยเหลือเรื่อง การเรียนรู้จากบุคคลอื่น เมื่อมีความจำเป็น	
10	การฟังตนเองด้าน การกิจส่วนตัว	กรณีตัวอย่าง เรื่อง "จง เตรียมพร้อม"	เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักการ แต่งกายด้วยตนเอง	กิจกรรม

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
11	การฟังตนเองด้าน ภารกิจส่วนตัว	บทบาทสมมติ เรื่อง "แม่ครัว น้อย"	เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักช่วยเหลือตนเองในเรื่อง อาหาร	
12	การฟังตนเองด้าน ภารกิจส่วนตัว	กรณีตัวอย่าง เรื่อง "ท่าแบบ นี้ดีหรือไม่"	เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักการ สะสมเงินเพื่อใช้จ่ายใน สิ่งที่ต้องการด้วยตนเอง	
13	การฟังตนเองด้าน ภารกิจส่วนตัว	เกม "บอกฉัน ที"	เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักขอ ความช่วยเหลือเหลือจาก บุคคลอื่นเมื่อมีความ จำเป็น	
14	ปัจฉิมนิเทศ		1. เพื่อให้เด็กเรียนรู้ได้ ร่วมกันอภิปราย เกี่ยวกับการฟัง ตนเอง 2. เพื่อให้เด็กเรียนรู้ได้ แสดงความรู้สึก เกี่ยวกับการเข้า ร่วมกิจกรรมกลุ่ม	1. ผู้วิจัยและนักเรียนหนึ่ง เป็นวงกลมหันหน้า เข้าหากัน 2. ผู้วิจัยและนักเรียนอภิปราย และสรุปร่วมกันถึงประโยชน์ ที่ได้รับจากการเข้าร่วม กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการพัฒนา การฟังตนเอง

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
				3. ผู้วิจัยสอบถามความรู้สึก ของนักเรียนหลังจากได้ เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม 4. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณ และ กล่าวปิดโปรแกรมการ เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

หมายเหตุ : การทดลองแต่ละครั้งใช้เวลา 50 นาที

โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการพึ่งตนเอง

ครั้งที่ 1

การปฐมนิเทศ และ สร้างความสัมพันธ์

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างความคุ้นเคยให้กับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. เพื่อสร้างบรรยากาศที่ดีและเป็นกันเองภายในกลุ่ม
3. เพื่อให้ให้นักเรียนได้เข้าใจจุดมุ่งหมาย วิธีการ และกฎระเบียบในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยแนะนำตนเอง และให้นักเรียนแต่ละคนแนะนำซึ่งกันและกัน โดยใช้กิจกรรม "สัตว์โลกผู้น่ารัก" ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้
 - 1.1 ให้นักเรียนนั่งเก้าอี้เป็นวงกลม
 - 1.2 ผู้วิจัยแจกฉลากให้นักเรียนแต่ละคน
 - 1.3 เมื่อผู้วิจัยให้สัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนทุกคนเปิดฉลากของตนเอง ซึ่งเป็นชื่อของสัตว์ชนิดต่าง ๆ แล้วทำท่าทางของสัตว์ชนิดนั้น พร้อมทั้งส่งเสียงร้อง แล้วรีบไปหาคู่ของตน
 - 1.4 เมื่อนักเรียนแต่ละคนได้คู่ของตนแล้ว ให้แต่ละคู่ซักถามกันในหัวข้อต่อไปนี้
 - 1.4.1 ชื่อ - นามสกุล, ชื่อเล่น
 - 1.4.2 ชอบอะไร, ไม่ชอบอะไร
 - 1.4.3 วิชาที่ชอบเรียน

1.4.4 นักเรียนชอบทำอะไรในเวลาว่าง

1.4.5 อนาคตอยากเป็นอะไร

1.5 ให้นำแต่ละคู่ออกมารายงานผล

1.6 ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นจากกิจกรรม

2. ผู้วิจัยสรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรมว่า เพื่อให้ให้นักเรียนที่ไม่รู้จักกันมาก่อนได้ทำความรู้จักกัน
3. ผู้วิจัยชี้แจง จุดมุ่งหมาย วิธีการ และกฎระเบียบในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
4. เปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามจนเข้าใจ
5. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปวัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
6. ผู้วิจัยแจกตารางการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มให้กับนักเรียนพร้อมทั้งนัดหมายครั้งต่อไป

อุปกรณ์

1. ฉลากชื่อสัตว์ชนิดต่าง ๆ
2. พกหวีด
3. ตารางการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและความร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

ครั้งที่ 2

เกม "เขียนแผนที่"

วัตถุประสงค์ เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักการซักถามบทเรียนที่ไม่เข้าใจด้วยตนเอง

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ1. ขั้นการมีส่วนร่วม

- 1.1 ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 5 คน
- 1.2 ผู้วิจัยแจกกระดาษ ไม้บรรทัด และดินสอให้นักเรียนแต่ละคน
- 1.3 ผู้วิจัยแจกข้อความเรื่อง "การเดินทางของเด็กชายจิ๋ม" ให้นักเรียนแต่ละคน
- 1.4 ให้นักเรียนอ่านข้อความที่แจกให้ แล้ววาดแผนที่การเดินทางของเด็กชายจิ๋ม โดยใช้เวลา 15 นาที และมีเงื่อนไขดังนี้
 - 1.4.1 นักเรียนกลุ่มที่ 1 ต่างคนต่างทำ โดยไม่ปรึกษากัน และไม่มีการสอบถามผู้วิจัย
 - 1.4.2 นักเรียนกลุ่มที่ 2 ต่างคนต่างทำ โดยไม่ปรึกษากัน แต่สามารถสอบถามผู้วิจัยได้ หากมีข้อสงสัย
- 1.5 แข่งขันกันเป็นรายบุคคล เพื่อดูว่าใครจะวาดแผนที่การเดินทางของเด็กชายจิ๋ม ได้สมบูรณ์ที่สุด

2. ขั้นวิเคราะห์

- 2.1 นักเรียนในแต่ละกลุ่ม อภิปรายร่วมกันในหัวข้อต่อไปนี้
 - 2.1.1 ผลการเขียนแผนที่ของสมาชิกในกลุ่มของตนส่วนใหญ่เป็นอย่างไร

- 2.1.2 เพราะเหตุใดจึงเป็นเช่นนั้น
- 2.1.3 การซักถามมีประโยชน์อย่างไร
- 2.1.4 เราควรซักถามเมื่อใด
- 2.2 ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมารายงานผลการอภิปราย
- 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ซักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ
- 3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ
 - 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับกิจกรรม และประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
 - 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดจากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
 - 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการซักถามบทเรียนที่ไม่เข้าใจด้วยตนเอง และสรุปถึงวิธีการนำไปปฏิบัติ
- 4. ขั้นประเมินผล
 - 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
 - 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

อุปกรณ์

- 1. กระดาษ
- 2. ดินสอ
- 3. ไม้บรรทัด
- 4. นกหวีด
- 5. ข้อความ "การเดินทางของเด็กชายจืด"

การประเมินผล

1. สืบเนื่องจากการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สืบเนื่องจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

เนื้อเรื่อง "การเดินทางของเด็กชายจืด"

ในวันปิดภาคเรียนวันหนึ่ง เด็กชายจืดออกเดินจากบ้านของเขาซึ่งอยู่ในตลาด เพื่อเดินทางไปหาเพื่อนชื่อจ๊อบที่บ้าน โดยเขาเริ่มเดินจากบ้านไปทางทิศเหนือเป็นระยะทาง 2 กิโลเมตร ก็พบสถานีรถไฟอยู่ทางขวามือของเขา จากนั้นจืดเดินต่อไปทางทิศตะวันตกอีก 1 กิโลเมตร 500 เมตร ก็ถึงโรงเรียนพอดี เขาจึงเดินต่อไปทางทิศตะวันตกเฉียงใต้ เป็นระยะทาง 3 กิโลเมตร จืดนึกได้ว่าทางที่เขากำลังเดินอยู่นี้อยู่ใกล้กับบ้านของแจ้ว เขาจึงเดินไปทางทิศตะวันออกเป็นระยะทาง 1 กิโลเมตร แต่ปรากฏว่าจืดไม่สามารถจะเดินต่อไปยังบ้านของแจ้วได้ เนื่องจากมีบ่อน้ำใหญ่รูปสี่เหลี่ยมจัตุรัส ขนาดพื้นที่ 250,000 ตารางเมตร ขวางทางอยู่พอดี เขาจึงตัดสินใจเดินไปทางทิศใต้ 1 กิโลเมตร ก็พบสถานีตำรวจอยู่ด้านซ้ายมือ เขาจึงรีบเข้าไปถามตำรวจ เพื่อถามทางที่จะไปบ้านของจ๊อบ เมื่อตำรวจบอกทางแก่จืดแล้ว เขามุ่งหน้าเดินต่อไปทางทิศตะวันตกอีก 2 กิโลเมตร ก็ถึงบ้านของจ๊อบพอดี วันนั้นจืดสนุกกับการเดินทางและเหนื่อยเต็มที่ คืนนั้นเขาจึงนอนค้างที่บ้านของจ๊อบ

จากเนื้อเรื่องดังกล่าว จงเขียนแผนผังการเดินทางของเด็กชายจืดอย่างละเอียด โดย
ใช้มาตราส่วน 2 เซนติเมตร ต่อ ระยะทาง 1 กิโลเมตร

ครั้งที่ 3

เกม "แข่งกับเวลา"

วัตถุประสงค์ เพื่อให้นักเรียนรู้จักทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จตรงเวลาด้วยตนเอง

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ1. ขั้นการมีส่วนร่วม

- 1.1 ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนและอธิบายกิจกรรมที่จะร่วมกันปฏิบัติในครั้งนี้
- 1.2 ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 5 คน และให้แต่ละกลุ่มแต่งตั้งหัวหน้ากลุ่ม
- 1.3 ผู้วิจัยแจกกระดาษและดินสอให้นักเรียนแต่ละคน
- 1.4 ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนตอบคำถามในแต่ละข้อ โดยมีคำสั่งดังนี้
 - 1.4.1 แต่ละข้อจะต้องหาคำตอบให้ได้ 5 คำตอบ
 - 1.4.2 แต่ละข้อใช้เวลา 30 วินาที
 - 1.4.3 นักเรียนแต่ละคนต่างคนต่างทำ
 - 1.4.4 เมื่อหมดเวลาต้องหยุดทำทันที แล้วให้หัวหน้ากลุ่มรวบรวมมาส่งผู้วิจัย
- 1.5 ผู้วิจัยทำการตรวจให้คะแนน โดยใช้เกณฑ์ดังนี้
 - 1.5.1 ถ้านักเรียนตอบคำถามเสร็จสมบูรณ์ได้ 10 คะแนน
 - 1.5.2 ถ้าแต่ละคำตอบถูกต้องได้คะแนนเพิ่มอีกคำตอบละ 2 คะแนน

- 1.6 ปฏิบัติเช่นนี้ จนครบ 5 ข้อ (ตั้งแต่ 1.4 - 1.5)
- 1.7 ให้แต่ละกลุ่มรวมคะแนนของแต่ละคนในการตอบคำถามทุกข้อเป็นคะแนนของกลุ่ม

2. ขั้นวิเคราะห์

- 2.1 ให้นักเรียนในแต่ละกลุ่ม อภิปรายร่วมกันในหัวข้อต่อไปนี้
 - 2.1.1 ผลงานของกลุ่มเป็นอย่างไร
 - 2.1.2 เพราะเหตุใดจึงเป็นเช่นนั้น
 - 2.1.3 การทำงานได้สำเร็จทันเวลามีประโยชน์อย่างไร
 - 2.1.4 ถ้าหากทำงานไม่เสร็จตามเวลาที่กำหนดมีผลเสียอย่างไร
- 2.2 ให้หัวหน้ากลุ่มออกมารายงานผลการอภิปราย
- 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

- 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับกิจกรรม และประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
- 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดจากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
- 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จตรงเวลาด้วยตนเอง และสรุปถึงวิธีการนำไปปฏิบัติ

4. ขั้นประเมินผล

- 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
- 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะ ชี้กันและกันในการทำกิจกรรม

อุปกรณ์

1. กระดาษ สำหรับแจกนักเรียน คนละ 5 แผ่น
2. ดินสอ
3. พกหวีด
4. คำถามที่ใช้ในการทำกิจกรรม

การประเมินผล

1. สังเกตจากการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

คำถามที่ใช้ในการทำกิจกรรม

ให้นักเรียนหาคำตอบจากคำถามต่อไปนี้ ข้อละ 5 คำตอบ

1. จงบอกชื่อจังหวัดในภาคเหนือของประเทศไทย
2. จงบอกชื่อนายกรัฐมนตรีของไทย
3. จงบอกชื่อประเทศในทวีปเอเชีย
4. จงบอกชื่อนักร้องที่กำลังได้รับความนิยม
5. จงบอกชื่อดอกไม้ที่มีสีขาว

ครั้งที่ 4

อภิปรายกลุ่ม เรื่อง "ผลดีผลเสีย"

วัตถุประสงค์ เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักทำการบ้านด้วยตนเอง

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ1. ขั้นการมีส่วนร่วม

- 1.1 ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และอธิบายถึงกิจกรรมที่จะร่วมกันปฏิบัติในครั้งนี้
- 1.2 แบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 5 คน
- 1.3 ผู้วิจัยเล่าเรื่อง "ผลดีผลเสีย" ให้นักเรียนฟัง
- 1.4 เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม

2. ขั้นวิเคราะห์

- 2.1 นักเรียนในแต่ละกลุ่ม อภิปรายร่วมกันในหัวข้อต่อไปนี้
 - 2.1.1 เด็กชายณพพร เป็นคนอย่างไร
 - 2.1.2 นักเรียนคิดว่าควรเอาอย่างไร ในเรื่อง " เพราะเหตุใด"
 - 2.1.3 ผลดีของการทำการบ้านด้วยตนเอง และผลเสียของการไม่ทำการบ้านด้วยตนเอง
- 2.2 ตัวแทนของแต่ละกลุ่ม ออกมารายงานผลการอภิปราย
- 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ซักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

- 3.1 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
- 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดจากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
- 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการทำการบินด้วยตนเอง และสรุปถึงวิธีการนำไปปฏิบัติ

4. ขั้นประเมินผล

- 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
- 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

อุปกรณ์ -

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจในการร่วมอภิปรายของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

อภิปรายกลุ่ม เรื่อง "ผลดีผลเสีย"

ในการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ หลังจากที่คุณสมพงษ์อธิบายเรื่องการแก้สมการ พร้อมทั้งยกตัวอย่างประกอบ ครูได้เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามจนเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ครูจึงส่งให้นักเรียนทำการบ้านมาส่งในวันรุ่งขึ้น

เมื่อครูสมพงษ์เดินออกจากห้องไปแล้ว นักเรียนหลายคนก็เริ่มจับกลุ่มพูดคุยกัน นพพรกับศรียืนยันว่ามีการบ้านหลายวิชาคงทำไม่ทันแน่ ๆ รจนาจึงเสนอความคิดว่า เธอจะนำการบ้านไปให้พี่ชายทำแล้วเอามาให้เพื่อนลอกในตอนเช้า โดยสั่งให้ทุกคนรีบมาแต่เช้า เพราะวันพรุ่งนี้มีเรียนคณิตศาสตร์ชั่วโมงแรก นพพรดีใจมากพร้อมกับตอบตกลงทันที แต่ศรียืนยันกลับพูดว่าถึงอย่างไรก็ตาม เธอจะพยายามทำการบ้านมาเอง เพราะกลัวครูจับได้แล้วจะถูกทำโทษ หักดาวกล่าวสนับสนุนความคิดของศรียืนยันว่าเป็นสิ่งที่ถูกต้อง นพพรกับรจนาบอกว่า ถ้าหากอยากจะทำเองก็ตามใจ ถึงอย่างไรครูก็ไม่มีทางรู้อย่างแน่นอน

ศรียืนยันกลับถึงบ้านจึงรีบลงมือทำการบ้านด้วยความตั้งใจ ถึงแม้ว่าจะมีหลายวิชา แต่เธอก็ทำจนเสร็จ

รุ่งเช้า นพพรมาโรงเรียนแต่เช้า เพื่อมาลอกการบ้านของรจนา เขานั่งลอกไปจนกระทั่งโรงเรียนเข้าแถวตอนเช้า จึงทำเสร็จพอดี

วันนั้นในชั่วโมงคณิตศาสตร์ ครูถามนักเรียนในห้องว่ามีใครยังทำการบ้านไม่เสร็จบ้างปรากฏว่าไม่มีใครยกมือ ครูกล่าวชมเชยนักเรียนทุกคนว่าเป็นเด็กดีที่ยื่นทำการบ้าน จากนั้นครูให้ศรียืนยันออกมาแสดงวิธีทำการบ้านข้อ 1 ให้เพื่อนดูบนกระดานเพื่อเป็นการเฉลย โดยไม่ต้องหน้าสมุดออกมา ศรียืนยันทำได้ถูกต้อง ครูชมเชยแล้วเรียกให้นพพรทำข้อ 2 ปรากฏว่า นพพรทำไม่ได้ ครูจึงสอบถามได้ความว่า นพพรและรจนาไม่ได้ทำการบ้านด้วยตนเอง จึงถูกครูตำหนิ และกล่าวคาดโทษว่า ถ้าหากทำเช่นนี้อีกจะต้องถูกทำโทษ

ครั้งที่ 5

กรณีตัวอย่าง เรื่อง "อย่าประมาท"

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ฝึกเรียนรู้กำหนดทบทวนบทเรียนด้วยตนเอง

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ1. ขั้นการมีส่วนร่วม

- 1.1 ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และอธิบายถึงกิจกรรมที่จะร่วมกันปฏิบัติในครั้งนี้
- 1.2 ผู้วิจัยแจกเอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง "อย่าประมาท" เพื่อให้นักเรียนร่วมกันศึกษาและแสดงความคิดเห็น
- 1.3 เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม

2. ขั้นวิเคราะห์

- 2.1 นักเรียนทุกคนร่วมกันอภิปรายในหัวข้อต่อไปนี้
 - 2.1.1 นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร หลังจากอ่าน กรณีตัวอย่าง เรื่อง "อย่าประมาท" แล้ว
 - 2.1.2 ในเรื่องดังกล่าวนักเรียนคิดว่าใครประมาท
 - 2.1.3 ทำอย่างไรจึงจะเรียกได้ว่าไม่ประมาท
- 2.2 ตัวแทนออกมาแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสิ่งที่ร่วมกันอภิปราย
- 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ซักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

- 3.1 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
- 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดจากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
- 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการทบทวนบทเรียนด้วยตนเอง และสรุปถึงวิธีการนำไปปฏิบัติ

4. ขั้นประเมินผล

- 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
- 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

อุปกรณ์

เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง "อย่าประมาท"

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจในการศึกษากรณีตัวอย่างของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

กรณีตัวอย่าง เรื่อง "อย่าประมาท"

วัชรระเป็นนักกีฬาของโรงเรียน ทุกวันหลังเลิกเรียนเขาจะต้องไปซ้อมกีฬากับเพื่อนเสมอ วันหนึ่งหลังจากซ้อมกีฬาเสร็จเรียบร้อยแล้ว สมภพก็พูดขึ้นว่า "เออเน่ ... พวกเรา อีก 3 อาทิตย์ ก็ถึงเวลาสอบแล้วนะ เริ่มอ่านหนังสือกันหรือยัง" ประกาศตอบว่า "โธ้ย จะเอา เวลาตรงไหนไปอ่าน กว่ากลับถึงบ้านก็มืดแล้ว "วัชรระกล่าวสนับสนุนคำพูดของประกาศว่า "จริง ๆ ด้วย เดี่ยวนี้รกติดจะแย่ออยู่แล้ว กว่าถึงบ้านก็เหนื่อยเต็มที ไม่ต้องไปอ่านมันหรอกนะ ถึงเวลาก็ทำข้อสอบได้เองนั่นแหละ"

สมภพรู้สึกว่ามีใครสนใจในความหวังดีของตน จึงบอกกับเพื่อนทั้งสองว่า "ตามใจ พวกนายก็แล้วกัน เรากลัวสอบตก เราต้องเริ่มอ่านหนังสือบทวนตั้งแต่วันนี้เลย" จากนั้นทั้งสามคนก็แยกย้ายกันกลับบ้าน

จนกระทั่งถึงวันสอบ พวกเด็ก ๆ นั่งคุยกันก่อนเข้าห้องสอบ เมื่อสัญญาณระดังดังขึ้น ทุกคนต่างก็อวยพรให้กันและกัน ขอให้ทำข้อสอบได้

ขณะนั่งทำข้อสอบ สมภพไม่รู้สีกังวลเพราะเขาได้เตรียมตัวมาอย่างดี ส่วนประกาศกับวัชรระ ดูมีสีหน้าไม่ค่อยสบายใจนัก หลังจากสอบเสร็จวัชรระบอกว่าทำข้อสอบไม่ค่อยได้ทั้ง ๆ ที่เรียนมาแล้ว ประกาศก็พูดว่าสงสัยจะสอบตกวิชาแน่ ๆ รู้อย่างนี้อ่านบทวนมาดีกว่า สมภพปลอบใจเพื่อนว่า "ไม่เป็นไรหรอกนะ คราวต่อไปเตรียมตัวให้มาก ๆ ก็แล้วกัน"

ครั้งที่ 6

เกม "ภาพปริศนา"

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนรู้จักอ่านหนังสือค้นคว้าเพิ่มเติมจากบทเรียนด้วยตนเอง

เวลา

50 นาที

วิธีดำเนินการ1. ขั้นการมีส่วนร่วม

- 1.1 ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนและอธิบายถึงกิจกรรมที่จะร่วมกันปฏิบัติในครั้งนี้
- 1.2 ผู้วิจัยแจกกระดาษ ดินสอ และข้อความบรรยายภาพปริศนา
- 1.3 ให้นักเรียน
ค้นหาข้อความที่นักเรียนต้องการทราบได้จากหนังสือชนิดต่าง ๆ ที่ผู้วิจัยเตรียมไว้ให้ โดยใช้เวลา 10 นาที
- 1.4 หลังจากหมดเวลาที่กำหนด นักเรียนแต่ละคนนำภาพของตนไปติดไว้ที่บอร์ด
- 1.5 นักเรียนแต่ละคนเดินดูผลงานซึ่งกันและกัน
- 1.6 ผู้วิจัยเฉลยภาพปริศนา

2. ขั้นวิเคราะห์

- 2.1 นักเรียนทุกคนในกลุ่ม อภิปรายร่วมกันในหัวข้อต่อไปนี้
 - 2.1.1 ผลงานของใครดีที่สุด เพราะเหตุใด
 - 2.1.2 การที่ผลงานออกมาผิดพลาดเพราะอะไร

- 2.1.3 นักเรียนคิดว่าทำอย่างไรผลงานจึงจะดียิ่งขึ้น
- 2.1.4 การแสวงหาความรู้เพิ่มเติมมีประโยชน์หรือไม่
- 2.2 ตัวแทนออกมารายงานผลการอภิปราย
- 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ
- 3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ
 - 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับกิจกรรมและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
 - 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดจากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
 - 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการอ่านหนังสือ ดังนี้ว่า
เพิ่มเติมจากบทเรียนด้วยตนเอง และสรุปถึงวิธีการนำไปปฏิบัติ
- 4. ขั้นประเมินผล
 - 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
 - 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

อุปกรณ์

- 1. กระดาษ
- 2. ดินสอ
- 3. ข้อความบรรยายภาพปริศนา
- 4. นกหวีด
- 5. หนังสือชนิดต่าง ๆ

การประเมินผล

- 1. สังเกตจากการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
- 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

ข้อความบรรยายภาพปริศนา

กาลครั้งหนึ่ง	มีหนานแสนนาน
มีเรื่องเล่าขาน	ว่ามีราชา
ได้ขึ้นครองราชย์	ประหลาดหนักหนา
เจ้าของพารา	เป็นชายวิกล
พระพักตร์สีเหลี่ยม	ดูเหี้ยมเหลือทน
พระเนตรขอบกล	อยู่ได้นานสา
พระโสดแสนแปลก	ดูเหมือนคนชา
แกมยังมิงา	สองข้างได้คาง
พระขนงกลับมี	อยู่ที่สองปราง
พระโอษฐ์แสนกว้าง	อยู่ชิดติดงา
พระองค์ดุกลม	เหมือนส้มหนักหนา
เส้นพระเกศา	ยุ่งเหยิงสิ้นดี
ทิ้งหัตถ์บาหา	ในบรรดามี
ปกติดี	อย่างคนหัวไป
ช่วยเขียนรูปร่าง	ให้หายสงสัย
ว่าเป็นอย่างไร	วาดให้ดูที

ครั้งที่ 7

อภิปรายกลุ่มเรื่อง "ไม่พาลเลย"

วัตถุประสงค์ เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักหาข้อสอบด้วยตนเอง

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นการมีส่วนร่วม
 - 1.1 ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนและอธิบายถึงกิจกรรมที่จะร่วมกันปฏิบัติในครั้งนี้
 - 1.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนดูสไลด์เรื่อง "ไม่พาลเลย"
 - 1.3 เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม
2. ขั้นวิเคราะห์
 - 2.1 นักเรียนทุกคนในกลุ่มอภิปรายร่วมกันในหัวข้อต่อไปนี้
 - 2.1.1 การกระทำของเด็กชายสั่นั้น แสดงถึงอะไร
 - 2.1.2 การกระทำเช่นนั้น มีผลเสียหรือไม่
 - 2.1.3 ถ้าเป็นนักเรียน คิดว่าควรทำอย่างไร
 - 2.2 ตัวแทนออกมารายงานผลการอภิปราย
 - 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ซักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ
3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ
 - 3.1 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
 - 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดจากการอภิปรายร่วมกันและจากการสรุปของผู้วิจัย
 - 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการหาข้อสอบด้วยตนเอง และสรุปถึงวิธีการนำไปปฏิบัติ

4. ขั้นประเมินผล

- 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
- 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

อุปกรณ์

1. เครื่องฉายสไลด์
2. สไลด์เรื่อง "ไม่ห่าเลย"

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจในการร่วมอภิปรายของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

อภิปรายกลุ่ม เรื่อง "ไม่น่าเลย"

สนั่นและประสิทธิ์เป็นเพื่อนสนิทกัน เพราะนอกจากจะเรียนหนังสือห้องเดียวกันแล้วยังอยู่บ้านใกล้เคียงกันอีก ประสิทธิ์เป็นเด็กที่ตั้งใจเรียนอย่างสม่ำเสมอ ส่วนสนั่นไม่ค่อยสนใจการเรียนเท่าที่ควร โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิชาคณิตศาสตร์ สนั่นมักจะบ่นให้ประสิทธิ์ฟังเสมอว่าเขาเรียนไม่รู้เรื่อง

เข้าวันหนึ่งทั้งสองมีโอกาสดูกันก่อนเข้าเรียน สนั่นบอกประสิทธิ์ว่า เหลืออีก 3 วันก็จะถึงเวลาสอบวิชาคณิตศาสตร์แล้ว เขากลับสอบตกวิชาที่มาก ไม่รู้ว่าจะทำอย่างไรดี ประสิทธิ์แนะนำให้สนั่นอ่านหนังสือ พร้อมทั้งบอกวิธีอ่านหนังสือที่ดีให้ แล้วพรุ่งนี้เขาจะเป็นคนช่วยติวให้ สนั่นบอกประสิทธิ์ว่า ในวันพรุ่งนี้เขาไม่ว่าง เพราะต้องไปธุระกับคุณแม่หลังจากโรงเรียนเลิกกว่าจะกลับถึงบ้านก็คงจะค่ำแล้ว ประสิทธิ์เป็นห่วงว่าสนั่นจะอ่านหนังสือไม่ทัน สนั่นพูดขบขันประสิทธิ์ที่เป็นห่วง พร้อมกับบอกประสิทธิ์ว่าให้คอยช่วยเหลือในเวลาสอบ

ในห้องสอบนักเรียนทุกคนตั้งใจทำข้อสอบ ยกเว้นสนั่นที่พึ่งกระสับกระส่ายอยู่ตลอดเวลา เมื่อครูเดินไปนั่งที่โต๊ะ สนั่นเรียกประสิทธิ์ซึ่งนั่งอยู่ด้านข้างเพื่อขอดูคำตอบ ประสิทธิ์ไม่ค่อยพอใจ แต่ก็ยอมขยับกระดาษคำตอบให้สนั่นลอก มีเสียงครูกระแอมเบา ๆ ทำให้ทั้งสองคนตกใจ ประสิทธิ์รีบดึงกระดาษคำตอบกลับที่เดิม สนั่นจึงหมดโอกาสลอกประสิทธิ์

เมื่อครูเฉลยอีกครึ่งหนึ่งสนั่นก็หันไปขอลอกจากวิชชดา ซึ่งนั่งอยู่อีกด้านหนึ่ง ขณะที่กำลังลอกโดยไม่ได้ระวังตัว พอดีครูเหลียวมามองเห็น ครูจึงเดินมาที่สนั่นแล้วบอกว่า เขาทำผิดระเบียบในการสอบ จะต้องถูกลงโทษ โดยการปรับให้สอบตก สนั่นยอมรับสารภาพในสิ่งที่กระทำลงไป ครูเห็นว่าเป็นความผิดครั้งแรก จึงยกโทษให้สนั่น และดักเตือนไม่ให้สนั่นทำเช่นนี้อีก

ครั้งที่ 8

เกม "จัดของ"

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักจัดเตรียมอุปกรณ์การเรียนด้วยตนเอง

เวลา

50 นาที

วิธีดำเนินการ1. ขั้นการมีส่วนร่วม

- 1.1 ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนและอธิบายกิจกรรมที่จะร่วมกันปฏิบัติในครั้งนี้
- 1.2 ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 5 คน
- 1.3 ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันคิดว่า
"ถ้านักเรียนจะไปเที่ยวป่า ต้องเตรียมอะไรบ้าง"
- 1.4 แข่งขันกันระหว่างกลุ่มว่ากลุ่มใดจะเตรียมสิ่งของได้มากกว่ากัน โดยเขียนลงในกระดาษ ให้มากที่สุด
- 1.5 เมื่อหมดเวลา ให้ตัวแทนของแต่ละกลุ่มออกมารายงานผลการทำงาน

2. ขั้นวิเคราะห์

- 2.1 นักเรียนแต่ละกลุ่ม อภิปรายร่วมกันในหัวข้อต่อไปนี้
 - 2.1.1 นักเรียนเคยเตรียมสิ่งของในการทำอะไรบ้าง
 - 2.1.2 การเตรียมสิ่งของมีประโยชน์อย่างไร
- 2.2 ตัวแทนกลุ่มรายงานผลการอภิปราย
- 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

- 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับกิจกรรม และประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
- 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดจากการอภิปรายร่วมกันและจากการสรุปของผู้วิจัย
- 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการรู้จักจัดเตรียมอุปกรณ์การเรียนด้วยตนเองและสรุปถึงวิธีการนำไปปฏิบัติ

4. ขั้นประเมินผล

- 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทํากิจกรรม
- 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทํากิจกรรม

อุปกรณ์

1. กระดาษ
2. ดินสอ
3. พกหวีด

การประเมินผล

1. สังเกตจากการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

ครั้งที่ 9

เกม "มังกรลอดถ้ำ"

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนรู้จักขอความช่วยเหลือเรื่องการเรียนรู้จากบุคคลอื่น
เมื่อมีความจำเป็น

เวลา

50

นาที

วิธีดำเนินการ1. ขั้นการมีส่วนร่วม

- 1.1 ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนและอธิบายกิจกรรมที่จะร่วมกันปฏิบัติในครั้งนี้
- 1.2 แบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 5 คน
- 1.3 ผู้วิจัยแจกอุปกรณ์ในการทำกิจกรรมให้นักเรียนแต่ละคน ได้แก่ เช็มเย็บผ้า คนละ 5 เส้น และด้ายคนละ 5 เส้น
- 1.4 ให้นักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม แข่งขันกันร้อยด้ายเข้าเช็ม โดยแต่ละคนในกลุ่มจะต้องพยายามร้อยด้ายของตนเองให้เสร็จเร็วร้อย นักเรียนคนใดที่ยังไม่เสร็จ สามารถขอความช่วยเหลือจากเพื่อนในกลุ่มของตนเองได้
- 1.5 แข่งขันกันระหว่างกลุ่ม กลุ่มใดเสร็จร้อยเร็วก่อนเป็นฝ่ายชนะ

2. ขั้นวิเคราะห์

- 2.1 นักเรียนในแต่ละกลุ่ม อภิปรายร่วมกันในหัวข้อต่อไปนี้
 - 2.1.1 การทำงานในกลุ่มของตนเป็นอย่างไร
 - 2.1.2 การที่สมาชิกบางคนในกลุ่มทำงานไม่สำเร็จเป็นเพราะอะไร
เมื่อพบกับอุปสรรคควรทำอย่างไร
- 2.2 ตัวแทนแต่ละกลุ่ม ออกมารายงานผลการอภิปราย
- 2.3 ผู้วิจัย คอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

- 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับกิจกรรม และประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
- 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดจากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
- 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการขอความช่วยเหลือเรื่อง
การเรียนรู้จากบุคคลอื่นเมื่อมีความจำเป็น และสรุปถึงวิธีการนำไปปฏิบัติ

4. ขั้นประเมินผล

- 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
- 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

อุปกรณ์

1. เข็มเย็บผ้า 50 เล่ม
2. ด้าย 50 เส้น

การประเมินผล

1. สังเกตจากการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

ครั้งที่ 10

กรณีตัวอย่างเรื่อง "จงเตรียมพร้อม"

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนรู้จักการแต่งกายด้วยตนเอง

เวลา

50 นาที

วิธีดำเนินการ1. ขั้นการมีส่วนร่วม

- 1.1 ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนและอธิบายถึงกิจกรรมที่จะร่วมกันปฏิบัติในครั้งนี้
- 1.2 แบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 5 คน
- 1.3 ผู้วิจัยแจกเอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง "จงเตรียมพร้อม" เพื่อให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันศึกษา และแสดงความความคิดเห็น
- 1.4 เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม

2. ขั้นวิเคราะห์

- 2.1 นักเรียนแต่ละกลุ่ม อภิปรายร่วมกันในหัวข้อต่อไปนี้
 - 2.1.1 นักเรียนคิดว่าปิติเป็นคนอย่างไร
 - 2.1.2 การกระทำของปิติทำให้เกิดผลเสียอย่างไร
 - 2.1.3 ถ้านักเรียนเป็นปิติ นักเรียนจะทำอย่างไร
- 2.2 ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมารายงานผลการอภิปราย
- 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ซักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

- 3.1 ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

- 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดจากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
- 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการแต่งกายด้วยตนเอง และสรุปถึงวิธีการนำไปปฏิบัติ

4. ขั้นประเมินผล

- 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทากิจกรรม
- 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทากิจกรรม

อุปกรณ์

เอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง "จงเตรียมพร้อม"

การประเมินผล

- 1. สังเกตจากความสนใจในการศึกษากรณีตัวอย่าง ของนักเรียน
- 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

กรณีตัวอย่าง เรื่อง "จงเตรียมพร้อม"

บิตีเป็นลูกชายคนเดียวของครอบครัว จึงมักเอาแต่ใจตัวเอง เพราะรู้ว่าทุกคนในบ้านจะต้องคอยช่วยเหลือและตามใจเขาเสมอ ตลอดเวลาที่อยู่ที่บ้าน ไม่ว่าจะมีความหิว ใด ๆ เกิดขึ้น เขาจะไม่เคยแก้ปัญหาด้วยตัวเองเลย ทุก ๆ วันก่อนไปโรงเรียนพ่อแม่ของเขาจะต้องเตรียมทุกสิ่งทุกอย่างมาให้ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอุปกรณ์การเรียน ตลอดจนเสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย บิตีไม่เคยเตรียมด้วยตัวเอง

วันหนึ่งทางโรงเรียนสั่งให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทุกคน เตรียมชุดกีฬาเพื่อทำกิจกรรมพัฒนาโรงเรียนร่วมกันในวันรุ่งขึ้น ซึ่งโดยปกติ แม่จะเป็นคนเตรียมเสื้อผ้าให้บิตี แต่ปรากฏว่าเย็นวันนั้น คุณแม่กับคุณพ่อไปงานเลี้ยงนอกบ้าน บิตีซึ่งอยู่บ้านแต่ก็ไม่ได้เตรียมอุปกรณ์ไว้ คงรอให้คุณแม่ทำใหเหมือนเช่นเคย แต่เป็นเพราะว่าคุณแม่กลับมามีเรื่อง จึงลืมเตรียมเสื้อผ้าให้บิตี พอรุ่งเช้าบิตีรีบออกจากบ้านพร้อมกับคุณพ่อ หลังจากที่คุณพ่อส่งเขาที่โรงเรียนแล้ว คุณพ่อก็ไปทำงาน เมื่อบิตีเดินเข้ามาในโรงเรียนจึงรู้ตัวว่าตนเองไม่ได้นำชุดกีฬามาด้วย วันนั้นทั้งวันบิตีรู้สึกไม่สบายใจที่ตนเองไม่ได้เตรียมชุดมาทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน เมื่อครูประจำชั้นมาสอบถาม บิตีจึงเล่าความจริงให้ครูฟัง ครูจึงตักเตือนและสอนบิตีว่า ต่อไปนี้อะไรที่เป็นภารกิจส่วนตัว เราจะต้องดูแลตัวเองให้พร้อมอยู่เสมอ

ครั้งที่ 11

บทบาทสมมติเรื่อง "แม่ครัวน้อย"

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ฝึกเรียนรู้จักช่วยเหลือตนเองในเรื่องอาหาร

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ1. ขั้นการมีส่วนร่วม

- 1.1 ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนและอธิบายกิจกรรมที่จะร่วมกันปฏิบัติในครั้งนี้
- 1.2 ผู้วิจัยเลือกผู้แสดงโดยขออาสาสมัคร
- 1.3 ผู้วิจัยแจกเอกสารบทบาทสมมติให้ผู้แสดงแต่ละคนอ่าน และเตรียมตัวแสดง
- 1.4 จัดสถานที่ให้เหมาะสมกับเนื้อเรื่อง
- 1.5 ให้นักเรียนที่ไม่ได้แสดงเป็นผู้สังเกตการณ์ โดยสังเกตและวิเคราะห์เหตุการณ์ในเรื่องที่แสดง
- 1.6 เมื่อผู้แสดงพร้อม จึงเริ่มแสดงบทบาทสมมติ ตามบทบาทของแต่ละคน

2. ขั้นวิเคราะห์

- 2.1 ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่ม อภิปรายร่วมกันในหัวข้อต่อไปนี้
 - 2.1.1 หลังจากแสดงบทบาทสมมติเรื่อง "แม่ครัวน้อย" แล้ว นักเรียนรู้สึกอย่างไร
 - 2.1.2 การกระทำของนักเรียนในเรื่องแสดงถึงอะไร

2.1.3 เมื่อนักเรียนสามารถช่วยเหลือตนเองในเรื่องดังกล่าวได้
จะมีผลอย่างไร

2.1.4 ให้นักเรียนช่วยกันคิดถึงสิ่งที่ตนได้เคยกระทำในเรื่องของ
การช่วยเหลือตนเองในเรื่องอาหาร

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

- 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับกิจกรรมจากบทบาทสมมติ และประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับ
- 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดจากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
- 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการช่วยเหลือตนเองใน
เรื่องอาหาร และสรุปถึงวิธีการนำไปปฏิบัติ

4. ขั้นประเมินผล

- 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
- 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

อุปกรณ์

เอกสารบทบาทสมมติเรื่อง "แม่ครัวน้อย"

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและความร่วมมือในการแสดงบทบาทสมมติของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปของนักเรียน

บทบาทสมมติ เรื่อง "แม่ครัวน้อย"

จิตราใจกับหงษ์ เป็นเพื่อนที่รักกันมาก เขามักหาเวลามาคุยกันและเล่นกันเป็นประจำ วันนี้เป็นอีกวันหนึ่งที่ทั้งสองคนมานั่งคุยกันที่บ้านของจิตราใจ จิตราใจถามหงษ์ว่า "นี่หงษ์ เวลาที่เธออยู่บ้าน เธอช่วยพ่อแม่เธอทำงานบ้านบ้างหรือเปล่า" หงษ์ตอบว่า "อ้อ ... งานบ้านนะหรือ เราทำตั้งหลายอย่าง" จิตราใจถามต่อว่า "อะไรบ้างล่ะ" "ก็อยู่บ้าน ล้างจาน อะไรทำนองนี้แหละ" หงษ์ตอบ และพูดต่ออีกว่า "แต่ก็มีบางอย่างเหมือนกันที่เราไม่ชอบทำ ทุกครั้งที่แม่เราทำกับข้าว เราไม่อยากช่วยเลย" จิตราใจทำหน้างง แล้วพูดว่า "อ้าว ... ทำไมล่ะ" หงษ์ตอบว่า "เอ ... ไม่รู้ซินะ เราคิดว่าย่างงี้ ๆ แม่ก็ต้องทำให้เราทานอยู่แล้ว เราก็เลยไม่รู้ว่าจะหัดทำไปทำไม" จิตราใจพูดตัดคำหงษ์ว่า "แล้วถ้าหากคุณแม่ของเธอไม่อยู่ล่ะ เธอจะทำยังไง" หงษ์พยักหน้าเห็นด้วยแล้วกล่าวว่า "จริงซินะ"

ขณะที่ทั้งสองกำลังคุยกันอยู่นั้น อมรซึ่งเป็นน้องชายของจิตราใจก็เดินเข้ามาพร้อมทั้งพูดว่า "พี่จิตราใจ หิวข้าวแล้ว วันนี้คุณพ่อคุณแม่ไปธุระที่ต่างจังหวัดนะ แล้วสั่งว่าให้ทำกับข้าวทานกันเอง" จิตราใจถามว่า "จริงเหรอ แล้วเธอรู้ได้ยังไงล่ะ" "อ้อ ... พอดีเมื่อเช้านอนที่พี่อาบน้ำอยู่ พ่อมาบอกผมเอาไว้" อมรตอบพร้อมกับสั่งว่า "เร็ว ๆ นะ หิวจริง ๆ" จิตราใจยิ้มและพูดว่า "ดีเหมือนกัน วันนี้จะได้แสดงฝีมือทำกับข้าวให้หงษ์ดูซะเลย" หงษ์กล่าวสนับสนุนว่า "เอาเลย เราจะได้จำวิธีการเอาไว้ เผื่อว่าวันหลังเราจะได้ไปหัดทำเองบ้าง" ทั้งหงษ์และจิตราใจมองหน้ากัน และพูดออกมาพร้อม ๆ กันว่า "ไปทำกับข้าวกันดีกว่า" พูดเสร็จทั้งสองต่างหัวเราะอย่างสนุกสนาน

บทบาทของผู้แสดง

บทบาทของจิตรใจ

สมมติให้ฉันชื่อจิตรใจ เป็นเด็กผู้หญิงอายุประมาณ 12 ปี เด็กที่มีความรับผิดชอบ ช่วยเหลืองานบ้านเสมอ ฉันเป็นเพื่อนสนิทกับหงษ์ มีน้องชายชื่อ อมร ทุกครั้งที่พ่อแม่ไม่อยู่บ้าน ฉันจะรับภาระในการทำงานบ้านโดยเฉพาะอย่างยิ่งต้องทำอาหารทานเอง วันนี้ฉันนั่งคุยกับหงษ์ ถึงเรื่องภารกิจภายในบ้าน ฉันคิดว่ามีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องหัดทำอาหาร เพราะเวลาที่ผู้ปกครองไม่อยู่บ้าน จะได้ช่วยเหลือตนเองในเรื่องดังกล่าวได้ ฉันจึงอธิบายให้หงษ์เห็นถึงความสำคัญ

บทบาทของหงษ์

สมมติให้ฉันชื่อหงษ์ เป็นเด็กผู้หญิงอายุประมาณ 11 ปี เป็นเพื่อนบ้านของจิตรใจ เป็นเด็กที่ชอบช่วยเหลือผู้ปกครองทำงานบ้าน ยกเว้นการทำอาหาร เพราะฉันคิดว่าไม่จำเป็นต้องหัดทำ แต่เมื่อได้พูดคุยกับจิตรใจ ฉันจึงเข้าใจว่า การที่เราสามารถทำอาหารทานด้วยตนเองได้จะเป็นประโยชน์ต่อตนเองเมื่อเราจำเป็น

บทบาทของอมร

สมมติให้ฉันชื่ออมร เป็นเด็กผู้ชายอายุประมาณ 9 ปี เป็นน้องชายของจิตรใจ ทำทางขึ้นเล่น ชอบสนุก ขณะที่พี่สาวของฉันกำลังนั่งคุยอยู่กับเพื่อนของเธอ ฉันเดินเข้ามา บอกพี่สาวว่าฉันหิวข้าว พร้อมกับบอกว่าคุณพ่อสั่งให้ทำอาหารให้ทาน เพราะพ่อแม่ไม่อยู่ไปธุระข้างนอกบ้าน

ครั้งที่ 12

กรณีตัวอย่างเรื่อง "ทำแบบนี้ดีหรือไม่"

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักการสะสมเงินเพื่อใช้จ่ายในสิ่งที่ต้องการด้วยตนเอง

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ1. ขั้นการมีส่วนร่วม

- 1.1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนและอธิบายถึงกิจกรรมที่จะร่วมกันปฏิบัติในครั้งนี้
- 1.2. ผู้วิจัยแจกเอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง "ทำแบบนี้ดีหรือไม่" เพื่อให้นักเรียนร่วมกันศึกษาและแสดงความคิดเห็น
- 1.3. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม

2. ขั้นวิเคราะห์

- 2.1. นักเรียนทุกคนร่วมกันอภิปรายในหัวข้อต่อไปนี้
 - 2.1.1. นักเรียนคิดว่าการกระทำของสรรชัยเป็นอย่างไร
 - 2.1.2. ถ้านักเรียนเป็นสรรชัย นักเรียนจะทำเช่นนี้หรือไม่ เพราะเหตุใด
- 2.2. ตัวแทนออกมารายงานผลการอภิปราย
- 2.3. ผู้วิจัยคอยสรุป ซักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

- 3.1. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
- 3.2. นักเรียนรวบรวมแนวคิดจากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
- 3.3. นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการสะสมเงินเพื่อใช้จ่ายในสิ่งที่ต้องการด้วยตนเองและสรุปถึงวิธีการนำไปปฏิบัติ

4. ขั้นประเมินผล

- 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
- 4.2 นักเรียนนำเสนอข้อเสนอนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

อุปกรณ์

เอกสารกรณีตัวอย่างเรื่อง "ทำแบบนี้ดีหรือไม่"

การประเมินผล

- 1. สังเกตจากความสนใจในการศึกษากรณีตัวอย่างของนักเรียน
- 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

กรณีตัวอย่าง เรื่อง "ทำแบบนี้ได้หรือไม่"

สรรัชช์เป็นเด็กขยัน เขามักจะช่วยเหลืองานพ่อแม่เสมอ ที่บ้านของสรรัชช์มีอาชีพค้าขาย เล็ก ๆ น้อย ๆ ทุก ๆ วันหลังกลับจากโรงเรียน สรรัชช์จะรีบทำการบ้านจนเสร็จแล้วจะมาช่วยขายของ จนกว่าจะปิดร้านก็เกือบสองทุ่มทุกวัน

เมื่อสัปดาห์ที่ผ่านมา สรรัชช์มีโอกาสไปเดินเที่ยวห้างสรรพสินค้ากับญาติซึ่งเป็นลูกพี่ลูกน้อง เขาอยากได้ไม้ปิงปองมาก เพราะเขามีความสนใจในกีฬาประเภทนี้ สรรัชช์จึงพยายามเริ่มเก็บเงินซื้อด้วยตนเอง ทั้ง ๆ ที่เขาสามารถขอเงินจากพ่อแม่ได้ แต่เขาคิดว่าถ้าหากสามารถเก็บเงินซื้อเองได้ จะทำให้เขารู้สึกว่า สิ่งของที่ได้มานั้นมีคุณค่าอย่างยิ่งสำหรับเขา

ครั้งที่ 13

เกม "บอกฉันที"

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนรู้จักขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นเมื่อมีความจำเป็น

เวลา

50

นาที

วิธีดำเนินการ1. ขั้นมีส่วนร่วม

- 1.1 ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนและอธิบายกิจกรรมที่จะร่วมกันปฏิบัติในครั้งนี้
- 1.2 ผู้วิจัยติดสติ๊กเกอร์ชื่อสัตว์ ไว้ด้านหลังของนักเรียนแต่ละคน โดยมีให้เห็นว่า สติ๊กเกอร์ด้านหลังของตนคืออะไร
- 1.3 ให้นักเรียนแต่ละคนพยายามหาว่าชื่อสัตว์ที่ติดอยู่ด้านหลังของตนคือสัตว์ชนิดใด โดยต้องปฏิบัติตามคำสั่งอย่างเคร่งครัดคือ
 - 1.3.1 นักเรียนสามารถถามคำถามจากเพื่อนได้คนละ 1 คำถาม
 - 1.3.2 คนตอบคำถามสามารถตอบได้เพียง "ใช่" หรือ "ไม่ใช่" เท่านั้น
- 1.4 เมื่อหมดเวลา ให้แต่ละคนตอบว่า คิดว่าชื่อสัตว์ที่ติดอยู่ด้านหลังของตนเองคืออะไร
- 1.5 ผู้วิจัยเฉลยคำตอบที่ถูกต้อง

2. ขั้นวิเคราะห์

- 2.1 นักเรียนทุกคนในกลุ่มอภิปรายร่วมกันในหัวข้อต่อไปนี้
 - 2.1.1 ผลงานของแต่ละคนเป็นอย่างไร

- 2.1.2 เพราะเหตุใดจึงเป็นเช่นนั้น
- 2.1.3 การที่ทำงานได้สำเร็จเป็นเพราะอะไร
- 2.2 ตัวแทนออกมารายงานผลการอภิปราย
- 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ
- 3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ
 - 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับกิจกรรมและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
 - 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดจากการอภิปรายร่วมกันและจากการสรุปของผู้วิจัย
 - 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการรู้จักขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นเมื่อมีความจำเป็น และสรุปถึงวิธีการหาใบปฏิบัติ
- 4. ขั้นประเมินผล
 - 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็น
 - 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

อุปกรณ์

- 1. สติกเกอร์ ชื่อสัตว์ต่าง ๆ
- 2. นกหวีด

การประเมินผล

- 1. สังเกตจากการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
- 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

ครั้งที่ 14
ปัจฉิมนิเทศ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กเรียนได้ร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับการฟังตนเอง
2. เพื่อให้เด็กเรียนได้แสดงความรู้สึกเกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยและนักเรียนหนึ่งเป็นวงกลมหันหน้าเข้าหากัน
2. ผู้วิจัยและนักเรียนอภิปรายและสรุปร่วมกันถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาการฟังตนเอง
3. ผู้วิจัยสอบถามความรู้สึกของนักเรียน หลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
4. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณ และกล่าวปิดโปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

อุปกรณ์ -

การประเมินผล

สังเกตจากการร่วมอภิปราย และการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อพัฒนาการพึ่งตนเอง สำหรับกลุ่มทดลองที่ 2

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	ปฐมนิเทศ	1. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักและคุ้นเคยกัน และสร้างบรรยากาศให้นักเรียนพร้อมที่จะเปิดเผยตนเอง 2. เพื่อให้ผู้เรียนทุกคนทราบจุดมุ่งหมาย กฎระเบียบ ข้อผูกพัน บทบาทหน้าที่ของผู้เรียนและผู้ให้คำปรึกษาในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม	1. ผู้ให้คำปรึกษาแนะนำตนเองและให้นักเรียนแต่ละคนแนะนำซึ่งกันและกัน โดยใช้กิจกรรม "ตามหาคู่" ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้ 1.1 ให้นักเรียนนั่งเก้าอี้เป็นวงกลม 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาแจกฉลากให้นักเรียนแต่ละคน 1.3 เมื่อผู้ให้คำปรึกษาให้สัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนทุกคนเปิดฉลากของตนเอง แล้วรีบไปหาคู่ของตน เช่น รองเท้า คู่กับ ถุงเท้า ตวงจันทร์ คู่กับ กลางคืน ฯลฯ 1.4 เมื่อผู้เรียนแต่ละคนได้คู่ของตนแล้ว ให้นำแต่ละคู่ซักถามกันในหัวข้อต่อไปนี้ 1.4.1 ชื่อ - นามสกุล ชื่อเล่น 1.4.2 ชอบอะไร ไม่ชอบอะไร

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			1.4.3 วิชาที่ชอบเรียน 1.4.4 นักเรียนชอบทำอะไร ในเวลาว่าง 1.4.5 อนาคตอยากเป็นอะไร 1.5 ให้แต่ละคู่ออกมารายงานผล 1.6 ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นจาก กิจกรรม 2. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปวัตถุประสงค์ของ กิจกรรมว่า เพื่อให้นักเรียนที่ไม่รู้จัก มาก่อน ได้ทำความรู้จักกัน 3. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงจุดมุ่งหมาย กฎ ระเบียบ ข้อผูกพัน บทบาท หน้าที่ • ของนักเรียน และผู้ให้คำปรึกษาใน การให้ปรึกษาแบบกลุ่ม 4. ผู้ให้คำปรึกษาและนักเรียนร่วมกัน สรุป วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาแบบ กลุ่ม และความร่วมมือของนักเรียนทุกคน 5. ผู้วิจัยแจกตารางการให้คำปรึกษาแบบ กลุ่มให้กับนักเรียน พร้อมทั้งนัดหมายต่อไป

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2	การฟังตนเอง	เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักคำถามบทเรียนที่ไม่เข้าใจด้วยตนเอง	ครั้งที่ 2 - 13 ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นขั้นตอนดังนี้ 1. ขึ้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการสร้างบรรยากาศให้นักเรียนคุ้นเคยกัน ไว้วางใจ เข้าใจ และยอมรับซึ่งกันและกัน
3	การฟังตนเองด้านการเรียน	เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จตรงเวลาด้วยตนเอง	2. ขึ้นให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มให้นักเรียนแต่ละคนสำรวจตนเอง และพูดถึงปัญหาของตนเองอย่างเปิดเผย นักเรียน อื่น ๆ จะรับฟัง และร่วมมือกัน เสนอแนะแนวทางเพื่อแก้ไข
4	การฟังตนเองด้านการเรียน	เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักทำการบ้านด้วยตนเอง	ปัญหา โดยผู้ให้คำปรึกษาหาเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้เพื่อให้ดำเนินไปสู่จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ได้แก่ การฟัง
5	การฟังตนเองด้านการเรียน	เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักบทบทวนบทเรียนด้วยตนเอง	การจับ การถามคำถามปลายเปิด การถามคำถามปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจ การให้ความกระจ่าง การทวนซ้ำ และการสรุป
6	การฟังตนเองด้านการเรียน	เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักอ่านหนังสือค้นคว้าเพิ่มเติมจากบทเรียนด้วยตนเอง	

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
7	การฟังตนเอง ด้านการเรียน	เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักทำข้อสอบ ด้วยตนเอง	3. ชื่นยุดิการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มให้นักเรียนแต่ละ คนในกลุ่มเรียนรู้แนวทางในการแก้ปัญหา
8	การฟังตนเอง ด้านการเรียน	เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักจัดเตรียม อุปกรณ์การเรียนด้วยตนเอง	โดยสามารถสรุปประเด็นสำคัญของปัญหา และวิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมกับตนเอง เพื่อนำไปใช้ในการพัฒนาการฟังตนเอง
9	การฟังตนเอง ด้านการเรียน	เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักขอความ ช่วยเหลือเรื่องการเรียนรู้จาก บุคคลอื่น เมื่อมีความจำเป็น	เหมาะสมและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น โดยผู้ให้ คำปรึกษาเป็นผู้คอยสรุปเพิ่มเติมและนัด หมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป
10	การฟังตนเอง ด้านภารกิจ ส่วนตัว	เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักการ แต่งกายด้วยตนเอง	
11	การฟังตนเอง ด้านภารกิจ ส่วนตัว	เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักช่วยเหลือ ตนเองในเรื่องอาหาร	

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
12	การพึ่งตนเอง ด้านภารกิจ ส่วนตัว	เพื่อให้นักเรียนรู้จักการสะสม เงิน เพื่อใช้จ่ายในสิ่งที่ ต้องการด้วยตนเอง	
13	การพึ่งตนเอง ด้านภารกิจ ส่วนตัว	เพื่อให้นักเรียนรู้จักขอความ ช่วยเหลือจากบุคคลอื่นเพื่อมี ความจำเป็น	
14	ปัจฉิมนิเทศ	1. เพื่อให้นักเรียนสรุปผล การเรียนรู้ จากการ เข้าร่วมโปรแกรมการ ให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เพื่อพัฒนาการพึ่งตนเอง 2. เพื่อให้นักเรียนสรุป แนวทางการพัฒนาการ พึ่งตนเองที่ได้จากการ เข้าร่วมการให้คำปรึกษา แบบกลุ่ม	1. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปและทบทวน เกี่ยวกับลักษณะการพึ่งตนเองทั้งหมด แล้ว สรุปเพิ่มเติม 2. ให้นักเรียนแต่ละคน กล่าวถึงสิ่งที่ได้รับ จากการเข้ากลุ่ม ข้อเสนอแนะของกลุ่ม ตลอดจนแนวทางที่จะนำประสบการณ์ที่ ได้รับไปพัฒนาการพึ่งตนเอง ได้อย่าง เหมาะสมต่อไป 3. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบคุณ และกล่าว ปิดโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

หมายเหตุ : การทดลองแต่ละครั้งใช้เวลา 50 นาที

โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อพัฒนาการพึ่งตนเอง

ครั้งที่ 1

การปฐมนิเทศ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักและคุ้นเคยกัน และสร้างบรรยากาศให้นักเรียนพร้อมที่จะเปิดเผยตนเอง
2. เพื่อให้ให้นักเรียนทุกคนทราบจุดมุ่งหมาย กฎระเบียบ ข้อผูกพัน บทบาทหน้าที่ของนักเรียน และผู้ให้คำปรึกษาในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาแนะนำตนเองและให้นักเรียนแต่ละคนแนะนำซึ่งกันและกัน โดยใช้กิจกรรม "ตามหาคู่" ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้
 - 1.1 ให้นักเรียนนั่งเก้าอี้เป็นวงกลม
 - 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาแจกฉลากให้นักเรียนแต่ละคน
 - 1.3 เมื่อผู้ให้คำปรึกษาให้สัญญาณเริ่ม ให้นักเรียนทุกคนเปิดฉลากของตนเอง แล้ววิ่งไปหาคู่ของตนเอง เช่น รองเท้า คู่กับ ถุงเท้า ดวงจันทร์ คู่กับ กลางคืน
 - 1.4 เมื่อนักเรียนแต่ละคนได้คู่ของตนแล้ว ให้แต่ละคู่ซักถามกันในหัวข้อต่อไปนี้
 - 1.4.1 ชื่อ นามสกุล, ชื่อเล่น
 - 1.4.2 ชอบอะไร, ไม่ชอบอะไร

- 1.4.3 วิชาที่ชอบเรียน
- 1.4.4 นักเรียนชอบทำอะไรในเวลาว่าง
- 1.4.5 อนาคตอยากเป็นอะไร
- 1.5 ให้แต่ละคู่ออกมารายงานผล
- 1.6 ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นจากกิจกรรม
2. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรมว่า เพื่อให้ให้นักเรียนที่ไม่รู้จักกันมาก่อน ได้ทำความรู้จักกัน
3. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงจุดมุ่งหมาย กฎระเบียบ ข้อผูกพันบทบาทหน้าที่ของนักเรียน และ ผู้ให้คำปรึกษาในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
4. ผู้ให้คำปรึกษาและนักเรียนร่วมกันสรุปวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และ ความร่วมมือของนักเรียนทุกคน
5. ผู้วิจัยแจกตารางการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มให้กับนักเรียน พร้อมทั้งนัดหมายครั้งต่อไป

อุปกรณ์

1. ฉลากชื่อสิ่งต่าง ๆ ที่คู่กัน
2. นกหวีด
3. ตารางการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและความร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

ครั้งที่ 2

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักคำถามบทเรียนที่ไม่เข้าใจด้วยตนเอง

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษาสร้างบรรยากาศให้นักเรียนคุ้นเคยกัน ไว้วางใจ เข้าใจ และยอมรับซึ่งกันและกันมากขึ้น โดยใช้กิจกรรม "เปลี่ยนที่นั่ง" ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้
 - 1.1.1 ให้นักเรียนนั่งเก้าอี้เป็นวงกลม
 - 1.1.2 เมื่อผู้ให้คำปรึกษานับ "1" ให้นักเรียนทุกคนลุกขึ้นไปนั่งเก้าอี้ตัวถัดไปทางด้านซ้าย นับ "2" ให้นักเรียนทุกคนลุกขึ้นไปนั่งเก้าอี้ตัวถัดไปทางด้านขวา นับ "3" ทุกคนวิ่งเปลี่ยนที่นั่งไปยังตรงกันข้าม
 - 1.1.3 ทำเช่นนี้ประมาณ 5 นาที
 - 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองที่เป็นปัญหา ด้านการฟังตนเอง
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสำรวจตนเองและพูดถึงปัญหาของตนเกี่ยวกับการซักถามบทเรียนที่ไม่เข้าใจด้วยตนเอง
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทางเพื่อการแก้ไขปัญา
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษานำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา

- 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้แนวทางแก้ปัญหาในการซักถามบทเรียนที่ไม่เข้าใจด้วยตนเอง
- 3.2 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม และนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 3

วัตถุประสงค์ เพื่อให้พนักงานเรียนรู้การทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จตรงเวลาด้วยตนเอง

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายพนักงาน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้าสู่การให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้พนักงานพูดถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองที่เป็นปัญหาด้านการพึ่งตนเอง
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้พนักงานสำรวจตนเองและพูดถึงปัญหาของตนเกี่ยวกับการทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จตรงเวลาด้วยตนเอง
 - 2.2 พนักงานคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทางเพื่อการแก้ไขปัญหา
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษานำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 พนักงานแต่ละคนได้เรียนรู้แนวทางในการทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จตรงเวลาด้วยตนเอง

3.2 ผู้ให้คำปรึกษา สรุปเพิ่มเติม และนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 4

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักทำการบ้านด้วยตนเอง

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษา เริ่มให้นักเรียนพูดถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองที่เป็นปัญหาด้านการฟังตนเอง
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสำรวจตนเอง และพูดถึงปัญหาของตนเองเกี่ยวกับการทำการบ้านด้วยตนเอง
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทางเพื่อการแก้ไขปัญา
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษาหาเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้แนวทางในการทำการบ้านด้วยตนเอง

3.2 ผู้ให้คำปรึกษา สรุปเพิ่มเติม และนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 5

วัตถุประสงค์ เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักทบทวนบทเรียนด้วยตนเอง

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองที่เป็นปัญหาด้านการฟังตนเอง
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสำรวจตนเองและพูดถึงปัญหาของตนเองเกี่ยวกับการทบทวนบทเรียนด้วยตนเอง
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทางเพื่อการแก้ไขปัญา
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษา นำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้แนวทางในการทบทวนบทเรียนด้วยตนเอง
 - 3.2 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม และนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 6

วัตถุประสงค์ เพื่อให้นักเรียนรู้จักอ่านหนังสือค้นคว้าเพิ่มเติมจากบทเรียนด้วยตนเอง

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้าสู่การให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองที่เป็นปัญหาด้านการฟังตนเอง
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษา ให้นักเรียนสำรวจตนเองและพูดถึงปัญหาของตนเกี่ยวกับการอ่านหนังสือค้นคว้าเพิ่มเติมจากบทเรียนด้วยตนเอง
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทางเพื่อการแก้ไขปัญหา
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษานำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้แนวทางในการอ่านหนังสือค้นคว้าเพิ่มเติมจากบทเรียนด้วยตนเอง

3.2 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม และนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 7

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักทำข้อสอบด้วยตนเอง

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้าสู่การให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองที่เป็นปัญหาด้านการฟังตนเอง
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษา ให้นักเรียนสำรวจตนเองและพูดถึงปัญหาของตนเกี่ยวกับการทำข้อสอบด้วยตนเอง
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทางเพื่อการแก้ไขปัญหา
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษานำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้แนวทางในการทำข้อสอบด้วยตนเอง
 - 3.2 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม และนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 8

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักจัดเตรียมอุปกรณ์การเรียนด้วยตนเอง

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองที่เป็นปัญหาด้านการฟังตนเอง
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสำรวจตนเองและพูดถึงปัญหาของตนเองเกี่ยวกับการจัดเตรียมอุปกรณ์การเรียนด้วยตนเอง
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทางเพื่อการแก้ไขปัญห
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษานำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้แนวทางในการจัดเตรียมอุปกรณ์การเรียนด้วยตนเอง

3.2 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม และพัฒนาการให้คำปรึกษาต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 9

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักขอความช่วยเหลือเรื่องการเรียนจากบุคคลอื่น
เมื่อมีความจำเป็น

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา

- 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
- 1.2 ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
- 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม
ของตนเองที่เป็นปัญหาด้านการพึ่งตนเอง

2. ขั้นให้คำปรึกษา

- 2.1 ผู้ให้คำปรึกษา ให้นักเรียนสำรวจตนเองและพูดถึงปัญหาของตนเกี่ยวกับการ
ขอความช่วยเหลือเรื่องการเรียนจากบุคคลอื่น เมื่อมีความจำเป็น
- 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทางเพื่อการแก้ไขปัญหา
- 2.3 ผู้ให้คำปรึกษานำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษา
แบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา

- 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้แนวทางในการขอความช่วยเหลือเรื่องการเรียน
จากบุคคลอื่น เมื่อมีความจำเป็น

3.2 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม และนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความดีใจเห็น

ครั้งที่ 10

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักการแต่งกายด้วยตนเอง

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองที่เป็นปัญหาด้านการพึ่งตนเอง
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษา ให้นักเรียนสำรวจตนเองและพูดถึงปัญหาของตนเกี่ยวกับการแต่งกายด้วยตนเอง
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทางเพื่อการแก้ไขปัญหา
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษามาเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้แนวทางในการแต่งกายด้วยตนเอง
 - 3.2 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม และนัดหมายการให้คำปรึกษารั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 11

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักช่วยเหลือตนเองในเรื่องอาหาร

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองที่เป็นปัญหาด้านการพึ่งตนเอง
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษา ให้นักเรียนสำรวจตนเองและพูดถึงปัญหาของตนเกี่ยวกับการช่วยเหลือตนเองในเรื่องอาหาร
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทางเพื่อการแก้ไขปัญหา
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษานำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้แนวทางในการช่วยเหลือตนเองในเรื่องอาหาร

3.2 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม และนัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 12

วัตถุประสงค์ เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักการสะสมเงินเพื่อใช้จ่ายในสิ่งที่ต้องการด้วยตนเอง

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการเรียนรู้
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้าสู่การเรียนรู้ในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองที่เป็นปัญหาด้านการพึ่งตนเอง
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษา ให้นักเรียนสำรวจตนเองและพูดถึงปัญหาของตนเองเกี่ยวกับการสะสมเงินเพื่อใช้จ่ายในสิ่งที่ต้องการด้วยตนเอง
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทางเพื่อการแก้ไขปัญห
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษาหาเทคนิคการเรียนรู้ให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การเรียนรู้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการเรียนรู้
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้แนวทางในการสะสมเงินเพื่อใช้จ่ายในสิ่งที่ต้องการด้วยตนเอง

3.2 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม และให้คำแนะนำการให้คำปรึกษาต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 13

วัตถุประสงค์ เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น เมื่อมีความจำเป็น

เวลา 50 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้าสู่การให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองที่เป็นปัญหาด้านการพึ่งตนเอง
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษา ให้นักเรียนสำรวจตนเองและพูดถึงปัญหาของตนเกี่ยวกับการขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น เมื่อมีความจำเป็น
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทางเพื่อการแก้ไขปัญา
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษาหาเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้แนวทางในการขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นเมื่อมีความจำเป็น

3.2 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม และให้คำแนะนำการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความดีใจเห็น

ครั้งที่ 14

ปัจฉิมนิเทศ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสรุปผลการเรียนรู้ จากการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เพื่อพัฒนาการพึ่งตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนสรุปแนวทางการพัฒนาการพึ่งตนเองที่ได้จากการเข้ารับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

เวลา 50 นาทีวิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปและทบทวน เกี่ยวกับลักษณะการพึ่งตนเองทั้งหมด แล้วสรุปเพิ่มเติม
2. ให้นักเรียนแต่ละคน กล่าวถึงสิ่งที่ได้รับจากการเข้ากลุ่ม ข้อเสนอแนะของกลุ่ม ตลอดจนแนวทางที่นำไปสู่ประสบการณ์ที่ได้รับไปพัฒนาการพึ่งตนเอง ได้อย่างเหมาะสมต่อไป
3. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบคุณ และกล่าวปิดโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

การประเมินผล

สังเกตจากการร่วมสรุป และแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

ตัวอย่างบทสนทนาการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ครั้งที่ 2

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนรู้จักถามบทเรียนที่ไม่เข้าใจด้วยตนเอง

วิธีดำเนินการ

ผู้ให้คำปรึกษา : สวัสดีครับทุกคน ขอต้อนรับเข้าสู่การเข้ากลุ่ม ก่อนอื่นขอทบทวนถึงการหน้าที่ของเราคือ ต่อไปในที่ทุกคนจะต้องพยายามพูดเรื่องของตัวเองออกมา และในกรณีที่คนหนึ่งพูด ทุกคนจะต้องเป็นผู้ฟังที่ดี และคอยช่วยเหลือเพื่อนในการแสดงความคิดเห็นและที่สำคัญ ต้องให้ความเข้าใจและแสดงการยอมรับความรู้สึกของเพื่อน เพื่อเป็นแนวทางให้แต่ละคนสามารถได้รับประโยชน์จากพูดคุยกัน ทุกคนพร้อมหรือยังครับ

สมาชิกทุกคน : พร้อมครับ

ผู้ให้คำปรึกษา : เอาล่ะนะ วันนี้เราจะเริ่มพูดคุยกัน เรื่องใกล้ตัวของนักเรียนมากที่สุด นั่นคือเรื่องการเรียน นักเรียนคนใดที่มองเห็นข้อบกพร่องของตนเองที่ทำให้เป็นอุปสรรคเกี่ยวกับการเรียน อยากจะเริ่มต้นพูดก่อนก็เชิญเลยนะครับ

สมชาย : ผมขอเริ่มก่อนนะครับ

ผู้ให้คำปรึกษา : เชิญครับ

สมชาย : คือ ผมรู้สึกว่า เรียนวิชาภาษาอังกฤษได้ไม่ค่อยดี เพราะอ่านไม่ค่อยออก แล้วเขียนก็ไม่ค่อยจะได้

สมศักดิ์ : ใจครับ ผมเองก็เหมือนกับสมชาย และนอกจากวิชานี้แล้ววิชาคณิตศาสตร์ผมก็เรียนไม่ค่อยทันเพื่อน บางทีครูก็สอนเร็ว จนจดไม่ทัน

ผู้ให้คำปรึกษา : สมชายละครับ ว่าอย่างไร

สมชาย : อืม ...

- ผู้ให้คำปรึกษา : โทณลงเล่าให้เพื่อนฟังสิครับ
- สมชาย : ครับ เวลาเรียนภาษาอังกฤษ ครูจะถามคำถามในบทเรียน แล้วผมมักจะตอบไม่ค่อยได้เป็นประจำเลยครับ
- ผู้ให้คำปรึกษา : สมชายตอบคำถามวิชาภาษาอังกฤษในเวลาเรียนไม่ค่อยได้
- สมชาย : คือว่า บางครั้งเราก็รู้สึกอายเพื่อน แต่ความจริงผมเองก็อยากที่จะตอบคำถามได้ แต่บางครั้งเวลาไม่เข้าใจก็ไม่กล้าถามครู
- ผู้ให้คำปรึกษา : สมชายรู้สึกอายเพื่อนเวลาตอบคำถามไม่ได้
- สมชาย : ใช่ครับ
- ผู้ให้คำปรึกษา : มีสิ่งหนึ่งที่สมชายพูดถึงเมื่อสักครู่นี้ ที่น่าสนใจก็คือไม่กล้าถามครู ใครจะแสดงความคิดเห็นบ้าง
- สมภพ : จริงครับ ที่ผมเรียนไม่รู้เรื่อง ก็เป็นเพราะว่าเวลาที่ผมไม่เข้าใจ ผมก็ไม่กล้าถามครู
- สมเกียรติ : ผมเห็นด้วยครับ
- ผู้ให้คำปรึกษา : สมเกียรติลองเล่าให้เพื่อนฟังสิว่า เป็นอย่างไร
- สมเกียรติ : เวลาครูอธิบาย บางทีเราก็ไม่เข้าใจ แล้วไม่ค่อยกล้าถามครู เพราะบางทีเวลาที่เรากลัวถามก็จะถูกครูดุ
- สมชาย : ใช่ครับ ครูชอบดุเป็นประจำ
- สมภพ : บางทีครูไม่ดุ แต่เราก็รู้สึกอายเพื่อน กลัวเพื่อนหาว่าเราโง่
- ผู้ให้คำปรึกษา : สมเกียรติ กับสมชาย บอกว่า ที่ไม่กล้าถามเพราะครูดุ สำหรับสมภพบอกว่า อายเพื่อน สมชายลองเล่าต่อไปสิครับ
- สมชาย : บางทีครูก็ตวาด แล้วก็บอกว่า นอกไปแล้ว ทำไมชอบถามซ้ำแล้วซ้ำอีก ตั้งใจเรียนหน่อยได้ไหม
- สมเดช : ใช่ ใช่ ผมก็เคยถูกตวาดเหมือนกัน

- ผู้ให้คำปรึกษา : ขณะนี้เรากำลังพูดถึงสาเหตุของการที่ไม่กล้าถามครู เท่าที่ฟังดูก็คือกลัวถูกครูดุ แล้วเราจะวิธีแก้ยังไงดีล่ะ
- สมควร : ทำใจให้กล้ามากขึ้น
- ผู้ให้คำปรึกษา : ไหนๆยังงั้น ลองบอกเพื่อนซิ
- สมควร : ก็พยายามเพิ่มความมั่นใจให้กับตัวเอง กล้าที่จะเข้าไปถามครู กล้าบอกครูว่า เราไม่รู้เรื่องตรงไหน คิดว่าครูก็คงจะบอกเรา
- สมคะเน : ผมว่าถ้าหากเราพูดกับครูดี ๆ ครูก็คงไม่ดุเรานะ
- สมโภชน์ : ผมใช้วิธีการถามเพื่อน หรือบางทีก็กลับไปถามคุณแม่ที่บ้าน
- ผู้ให้คำปรึกษา : แล้วคนอื่นล่ะทำอย่างไรอีก
- สมคิด : ผมคิดว่า บางครั้งถ้าหากเราไม่กล้าถามเวลาอยู่ในห้องเรียน ก็รอให้ครูออกจากห้องไปก่อน แล้วค่อยไปถามก็ได้
- ผู้ให้คำปรึกษา : สมาชิกของเราหลายคนได้เสนอความคิดว่า น่าจะหาใจให้กล้ามากขึ้น แล้วถามครู หรือถ้าหากว่าไม่กล้าถามตอนที่ครูอยู่ในห้องก็รอให้ครูออกจากห้องไปก่อน และควรจะใช้คำพูดที่ไพเราะ หรืออาจใช้วิธีการถามเพื่อนหรือถามคุณแม่ที่บ้านก็ได้ แล้วสมชายล่ะ คิดอย่างไรกับเรื่องนี้
- สมชาย : ผมว่าจะลองอ่านบทพูดตัวเอง เพราะจะได้ไม่ทำให้เพื่อนรำคาญ แล้วก็สบายใจที่ไม่ต้องถามครู
- ผู้ให้คำปรึกษา : สมชายบอกว่าถ้าหากต้องถามครู จะรู้สึกไม่สบายใจ
- สมชาย : ouch ครับ เป็นบางคน
- ผู้ให้คำปรึกษา : แสดงว่ายังมีครูบางคนที่สมชายกล้าถาม แล้วเวลาที่ถามคำถามครูท่านนั้น รู้สึกอย่างไร
- สมชาย : ก็ไม่เป็นไรครับ จริง ๆ แล้วถ้าหากครูไม่ดุ ผมก็กล้าถาม
- ผู้ให้คำปรึกษา : พวกเราคิดว่า การซักถามครูเมื่อเวลาที่เราไม่เข้าใจมีประโยชน์อย่างไรบ้าง
- สมควร : ผมคิดว่าการถามครูดีกว่าถามเพื่อน เพราะครูเป็นผู้สอนจะต้องรู้เรื่องมากกว่าการถามเพื่อน

- สมคะเน : ผมก็มีความคิดเห็นเหมือนกับสมควรครับว่า ยิ่งไงก็ตามครูก็คงจะรู้เรื่องที่พวกเราเรียนดีกว่าคนอื่นอย่างแน่นอน
- สมเกียรติ : ที่สมควรพูดมา เราว่าถูกต้องแล้วนะ ความจริงถ้าหากเราแสดงความสนใจเวลาเรียน เมื่อถามคำถามก็คงไม่ถูกครูดุ
- ผู้ให้คำปรึกษา : ไร้ ถูกแล้ว สมเกียรติ
- สมคิด : ผมว่า การถามครูจะทำให้เราได้รายละเอียดมากกว่าถามคนอื่น
- ผู้ให้คำปรึกษา : ถึงตรงนี้ สมชายติดอย่างไรบ้างเกี่ยวกับการซักถามครู
- สมชาย : ความจริงแล้ว การถามครูมีประโยชน์มาก ผมก็เห็นด้วยกับเพื่อน ๆ แต่บางครั้งก็ไม่ชอบถ้าหากครูดุ
- ผู้ให้คำปรึกษา : สมชายถามคำถามลักษณะไหน จึงถูกครูดุหรือตวาดกลับมา
- สมชาย : ผมจะถามว่า อาจารย์ครับ ชื่อนี้ทำยังไง
- ผู้ให้คำปรึกษา : แค่นี้หรือครับ
- สมชาย : ครับ
- สมคะเน : ผมว่าถ้าหากสมชายพูดแบบใช้น้ำเสียงนุ่มนวลมากขึ้น รับรองว่าจะต้องไม่ถูกดุหรือทรมาน
- สมเดช : เราก็คิดว่า น่าจะเป็นอย่างนั้น เพราะความจริงครูทุกคนก็ไม่ได้เกลียดพวกเราอยู่แล้ว ครูก็อยากให้เราศึกษาระบบความสำเร็จอีกด้วย
- สมควร : สมชายน่าจะลองทำตามที่สมคะเนบอกนะ เพราะไม่เช่นนั้น เวลาที่ไม่เข้าใจบทเรียนก็จะไม่ยอมซักถามครู แล้วผลเสียก็จะอยู่กับตัวเอง
- สมคิด : จริงด้วย ถ้าไม่รู้ซักซักถามครู เวลาสอบจะทำข้อสอบได้ยังไง
- ผู้ให้คำปรึกษา : ที่เพื่อนหลายคนพูดมา ทำให้เห็นว่าการซักถามครูจะเป็นประโยชน์ต่อตัวนักเรียนเอง เพราะสุดท้ายแล้วการที่เราไม่รู้ซักถามบทเรียนที่ไม่เข้าใจด้วยตนเอง ใครจะเป็นคนได้รับประโยชน์ครับ

- สมาชิกทุกคน : ตัวเราเอง ครับ
- ผู้ให้คำปรึกษา : ถึงตอนนี้อย่างไร สมชายรู้สึกอย่างไร
- สมชาย : ก็สบายใจขึ้นครับ ได้คำแนะนำดี ๆ จากเพื่อนหลายอย่าง
- ผู้ให้คำปรึกษา : ใครมีอะไรเพิ่มเติมอีกไหม
- สมบัติ : เราควรหมั่นซักถามครูด้วยตัวเองเวลาที่ไม่มีเขาใจ จงทำให้เรามีความรู้มากขึ้น
- ผู้ให้คำปรึกษา : ต่อไปนี้ พวกเราทุกคนก็จะคอยเป็นกำลังใจให้สมชาย คิดว่า ถ้าหาก สมชายลองนำเอาข้อคิดที่ได้จากการพูดคุยกันในวันนี้ไปปฏิบัติ ก็คงจะทำให้ การเรียนวิชาภาษาอังกฤษที่ไม่ค่อยดีนัก ประสบความสำเร็จมากขึ้น สำหรับ คนอื่นที่พบอุปสรรคเช่นเดียวกับสมชาย ก็ขอให้มีความพยายามด้วย สมชาย ลองบอกเพื่อนสิว่า ต่อไปนี้ควรทำอย่างไร
- สมชาย : จะต้องเริ่มต้นปฏิบัติทันที ก็คงจะลองดูหลาย ๆ วิธีตามที่เพื่อน ๆ ได้ให้ ข้อคิด
- ผู้ให้คำปรึกษา : ดีมาก ใช่ว่าแล้วจะต้องเริ่มลงมือทันที เพราะการที่เรา รู้จักซักถามบทเรียน จากครูด้วยตัวเอง จงทำให้เราเกิดความเข้าใจที่ดีขึ้น เมื่อเรามีความเข้าใจ ก็จะทำให้เรามีความตั้งใจเรียนมากยิ่งขึ้น ซึ่งจะส่งผลดีต่อตัวนักเรียนเอง ใครมีอะไรจะให้ข้อเสนอแนะอีกไหมครับ
- สมาชิกทุกคน : ไม่มีแล้วครับ
- ผู้ให้คำปรึกษา : ถ้าอย่างนั้น เราจะพบกันคราวต่อไปในวันพฤหัสบดี นะครับ สำหรับวันนี้เรา พอดีนี้ก่อน
- สมาชิกทุกคน : สวัสดีครับ

สรุปผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ครั้งที่ 3

บทวนถึงการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งที่ 2

ในครั้งนี้นักศึกษาคนหนึ่งเสนอปัญหาว่าตนเองมักจะทำงานที่ครูมอบหมายเสร็จไม่ค่อยทันเวลา หรือบางครั้งก็ให้คนอื่นทำงานให้แทน เมื่อสมาชิกในกลุ่มซักถามพบว่าสาเหตุที่มักทำงานไม่ทัน เป็นเพราะว่าบางครั้งครูสั่งงานมากเกินไปและบางครั้งก็เป็นเพราะว่าตนเองเกียจคร้าน จึงทำให้ไม่คิดช่วยเหลือตนเองนอกจากนั้นสมาชิกที่เสนอปัญหามีคนคอยช่วยทำงานเสมอ จึงทำให้ไม่คิดช่วยเหลือตนเอง สมาชิกในกลุ่มเสนอแนะว่า ควรพยายามทำงานตามที่ครูมอบหมายด้วยตนเอง เพราะงานบางอย่างอาจจะต้องมีการสอบปฏิบัติ ถ้าหากไม่คิดทำเองเวลาสอบก็อาจทำไม่ได้ และควรจะทำงานส่งให้ทันเวลา เพราะไม่เช่นนั้น อาจถูกครูหักคะแนน ซึ่งจะทำให้เกิดผลเสียต่อการเรียนได้

ครั้งที่ 4

บทวนถึงการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งที่ 3

สมาชิกอีกคนหนึ่งเสนอปัญหาของตนเองว่า ตนเองไม่ชอบทำการบ้าน เพราะบางครั้งครูให้การบ้านมาก และการบ้านก็มีความยาก จึงทำไม่ค่อยได้ บางครั้งจึงใช้วิธีขอดูจากเพื่อน แล้วทำการบ้านส่งครู สมาชิกในกลุ่มให้ข้อคิดว่าการฝึกทำการบ้านด้วยตนเองบ่อย ๆ จะทำให้เราสามารถเข้าใจจนถึงสิ่งที่เรียนไปแล้วดียิ่งขึ้น และยังเป็น การตรวจสอบตนเองด้วยว่าเรามีความรู้แค่ไหน นอกจากนั้นสมาชิกในกลุ่มยังได้ให้กำลังใจว่า บางครั้งการบ้านอาจจะยาก แต่ถ้าหากเราทำด้วยตนเองบ่อยครั้งเข้า เรื่องยากก็จะกลายเป็นง่าย ขอให้ตั้งใจมากขึ้น

ครั้งที่ 5

บททวนถึงการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งที่ 4

สมาชิกคนหนึ่งเสนอปัญหาว่า ตนเองไม่ค่อยชอบอ่านหนังสือบททวนสาเหตุพบว่า สมาชิกคนดังกล่าวไม่มีเวลาอ่านหนังสือ เพราะบ้านอยู่ไกลจากโรงเรียน กว่าจะกลับถึงบ้านก็แทบจะไม่มีเวลา และยังต้องตื่นแต่เช้าเพื่อที่จะมาโรงเรียนให้ทัน สมาชิกในกลุ่มให้ข้อเสนอแนะว่าการทบทวนบทเรียนไม่จำเป็นต้องใช้เวลาตอนเย็น ควรหาช่วงเวลาของตนเองว่าง จะเป็นตอนไหนก็ได้ และการที่เราทบทวนบทเรียนอย่างสม่ำเสมอ เมื่อใกล้เวลาสอบเราจะได้ไม่ต้องเร่งเร่งเครียดกับการอ่านหนังสือมากเกินไป

ครั้งที่ 6

บททวนถึงการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งที่ 5

สมาชิกคนหนึ่งเสนอปัญหาว่า ตนเองมักจะไม่ค่อยมีความรู้รอบตัวเท่ากับเพื่อน ๆ ทั้ง ๆ ที่พยายามให้เพื่อนเล่าสิ่งต่าง ๆ ให้ฟังอยู่เสมอ ชักถามพบสาเหตุว่า ไม่ค่อยชอบอ่านหนังสือ สมาชิกในกลุ่มเสนอแนะว่า ควรหาเวลาไปอ่านหนังสือในห้องสมุดบ้าง เพราะความรู้บางอย่างเราไม่สามารถหาได้จากหนังสือแบบเรียน หากฝึกนิสัยในการรักอ่านจะทำให้เป็นคนที่มีความรู้กว้างขวาง

ครั้งที่ 7

บททวนถึงการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งที่ 6

สมาชิกคนหนึ่งเสนอปัญหาว่า ในการสอบบางครั้งชอบอาศัยเพื่อนโดยการขอดู ชักถามพบว่า การดูข้อสอบจากเพื่อนที่เก่งกว่าจะทำให้เกิดความมั่นใจมากยิ่งขึ้น ไม่ต้องกลัวว่าจะสอบตก อีกทั้งไม่ต้องเสียเวลาในการเตรียมตัวสอบมากด้วย จากการพูดคุยกันสมาชิก

ในกลุ่มได้ให้ข้อเสนอแนะว่า การทำข้อสอบด้วยตนเองเป็นสิ่งที่ดี เพราะนอกจากเป็นการทดสอบความรู้ความสามารถของตนเองแล้ว ยังแสดงให้เห็นว่าเป็นคนซื่อสัตย์ และการที่เราคอยให้คนอื่นช่วยเหลืออยู่เสมอ จะทำให้เราขาดความมั่นใจ ต่อไปในอนาคตเราก็จะต้องพึ่งพาคนอื่นอยู่เรื่อยไป และเราจะไม่สอบตกอย่างแน่นอน ถ้าหากมีการเตรียมตัวที่ดี อ่านหนังสือทบทวนบ่อย ๆ

ครั้งที่ 8

บททบทวนถึงการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งที่ 7

ในครั้งนี้นักศึกษาคนหนึ่งได้เสนอปัญหาของตนเองว่าบางครั้ง ตนเองจะเตรียมอุปกรณ์การเรียนไปไม่ครบจนทำให้ถูกครูตำหนิ จากการซักถามพบว่า สาเหตุก็คือ ส่วนมากเขาจะให้แม่เป็นคนจัดเตรียมอุปกรณ์ต่าง ๆ ให้ และบางครั้งเมื่อแม่มีภารกิจมากก็จะเตรียมอุปกรณ์ให้ไม่ได้ไม่ครบบ้าง หรืออาจจะลืมบ้าง สมาชิกในกลุ่มได้เสนอแนะว่า ต่อไปในครั้งจะเตรียมอุปกรณ์ต่าง ๆ ด้วยตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสิ่งที่เกี่ยวข้องกับเรื่องการเรียนรู้ เราจะสามารถเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ได้ดีกว่าคนอื่นบ้าน เพราะเราเป็นคนรับคำสั่งจากครูมาโดยตรง ดังนั้นเราจะต้องทำหน้าที่นี้ด้วยตนเอง และนอกจากนั้นจะเป็นการสร้างควมรับผิดชอบให้กับตนเองอีกด้วย

ครั้งที่ 9

บททบทวนถึงการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งที่ 8

สมาชิกคนหนึ่งเสนอปัญหาว่า ตนเองไม่รู้ว่าเมื่อไหร่ควรจะให้ใครช่วยเหลืออะไร สอบถามพบว่า บางครั้งการทำงานบางอย่างที่ตนเองทำไม่ได้ ก็จะไม่ให้ใครมาช่วยเลย ทำให้งานนั้นไม่สามารถกระทำได้สำเร็จ และบางทีก็รู้สึกว่ายากให้ทุกคนเข้ามาช่วยเหลือตนเองในทุก ๆ เรื่อง จะได้ไม่ต้องทำด้วยตนเอง โดยเฉพาะเรื่องการเรียนรู้หากมีคนอื่นคอย

ช่วยเหลือตลอดเวลา ก็จะสามารถเรียนได้อย่างสบาย ๆ จากการพูดคุยในกลุ่มสมาชิกได้ให้ข้อเสนอแนะว่า คนเราทุกคนจำเป็นต้องพึ่งพาอาศัยกันอยู่แล้ว แต่ควรแยกแยะให้ได้ว่าสิ่งใดควรกระทำด้วยตนเอง เพราะบางอย่างหากเราไม่ทำเองผลเสียก็จะตกอยู่ที่ตัวเราเอง แต่บางอย่างถ้าหากขาดคนช่วยเหลือเราอาจจะไม่ประสบความสำเร็จ หรืออาจกระทบกระเทือนในส่วนอื่น ๆ ก็ควรหาคนช่วยเหลือ ทั้งนี้เราจะต้องพิจารณาว่าสิ่งที่เราขอความช่วยเหลือจากคนอื่นนั้น มีความจำเป็นสมเหตุสมผลหรือไม่ เพราะคนเราต้องพึ่งตัวเอง ก่อนที่จะขอความช่วยเหลือจากคนอื่น

ครั้งที่ 10

บททบทวนถึงการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งที่ 9

สมาชิกคนหนึ่งเสนอปัญหาว่า ตนเองไม่ชอบเตรียมเสื้อผ้าเครื่องแต่งกายด้วยตนเอง จากการสอบถามว่า คุณแม่จะเป็นคนเตรียมให้ทุกสิ่งทุกอย่าง ซึ่งตนเองก็รู้สึกสบายดี ไม่ต้องทำอะไร แต่บางครั้งเวลาที่คุณแม่ไม่อยู่ก็เกิดปัญหาเหมือนกันเพราะไม่รู้ว่าควรทำอะไรบ้างเกี่ยวกับเรื่องเครื่องแต่งกาย ซักผ้า รีดผ้าก็ไม่เคยทำทั้งนั้น สมาชิกในกลุ่มเสนอแนะว่า ควรจะหัดซักผ้า รีดผ้า หรือเตรียมเครื่องแต่งกายต่าง ๆ ด้วยตนเอง เพราะในบางครั้งเราอาจต้องช่วยเหลือตนเองและการที่เราสามารถจัดการเรื่องการแต่งกายได้ด้วยตนเอง ก็จะทำให้ไม่เป็นภาระของคนอื่น นอกจากนั้นสมาชิกในกลุ่มยังได้ให้กำลังใจอีกว่า ขอให้เริ่มต้นตั้งแต่บัดนี้ในระยะแรก ๆ อาจรู้สึกว่าเป็นเรื่องยาก แต่ถ้าหากเราได้ฝึกให้ช่วยเหลือตัวเองบ่อย ๆ ก็จะเป็นการแบ่งเบาภาระของคนในบ้าน ซึ่งจะทำให้เราเป็นสมาชิกที่ดีคนหนึ่งในบ้าน

ครั้งที่ 11

บททบทวนถึงการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งที่ 10

ในครั้งที่สมาชิกคนหนึ่งได้เสนอปัญหาของตนเองว่า ตนเองมักจะต้องขอความช่วยเหลือจากคนอื่นในเรื่องอาหารเสมอ ไม่ว่าจะเป็นการซื้ออาหาร การเตรียมอาหาร หรือการปรุงอาหาร ทั้งนี้เพราะเวลาอยู่ในบ้านตนเองไม่ต้องปฏิบัติสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ด้วยตนเองเลย จะมีคนคอยทำให้ตลอดเวลา ทำให้ตนเองเริ่มรู้สึกว่าเป็นสิ่งที่ไม่ดีนัก สมาชิกในกลุ่มได้ให้ข้อคิดว่าการที่เราสามารถดูแลตนเองในเรื่องอาหารได้ ถือว่าเป็นการจัดการในส่วนที่เป็นเรื่องส่วนตัวของเราได้ โดยไม่เป็นการรบกวนผู้อื่น ดังนั้นจึงควรเริ่มต้นที่จะเอาใจใส่ในเรื่องดังกล่าวให้มากขึ้น โดยการพยายามหาโอกาสที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตัวเอง เช่น ซื้อกับข้าว เตรียมอาหาร หรือปรุงอาหารง่าย ๆ ด้วยตนเอง และถ้าหากต้องการเปลี่ยนแปลงตัวเองอย่างแท้จริง ก็ต้องอาศัยความตั้งใจมาก จึงจะประสบความสำเร็จ

ครั้งที่ 12

บททบทวนถึงการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งที่ 11

สมาชิกในกลุ่มคนหนึ่งได้พูดถึงปัญหาของตนเองเกี่ยวกับการใช้จ่ายเงินว่ารู้สึกที่ตนเองไม่ค่อยรู้จักค่าของเงิน ทั้งนี้จากการซักถามพบว่าสาเหตุที่สมาชิกคนดังกล่าวไม่รู้จักค่าของเงิน เป็นเพราะตนเองไม่ได้รู้สึกว่าการใช้จ่ายนั้นกว่าจะได้มาต้องใช้ความพยายาม เนื่องจากทุกครั้งที่ยากได้อะไร พ่อแม่ก็จะคอยซื้อหามาให้ตลอดเวลา ทำให้ตนเองไม่เคยจะรู้จักสะสมเงินเพื่อซื้อของอะไรด้วยตัวเอง เพราะคิดว่าเมื่อต้องการได้อะไรก็ได้ตามความต้องการอย่างง่าย ๆ สมาชิกในกลุ่มได้ให้ข้อเสนอแนะว่า การที่สมาชิกผู้ให้เสนอปัญหา เริ่มรู้สึกว่าตนเองควรปรับปรุงในเรื่องดังกล่าวเป็นสิ่งที่ดี ที่จะทำให้สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้รวดเร็วขึ้น และได้ให้ข้อคิดเพิ่มเติมว่า การที่เรารู้จักสะสมเงินเพื่อทำอะไรด้วยตนเองจะทำให้เราเกิดความภาคภูมิใจ และจะทำให้เรารู้สึกว่าสิ่งนั้นมีค่าสำหรับเรามาก

ครั้งที่ 13

บททบทวนถึงการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งที่ 12

ในครั้งที่สมาชิกคนหนึ่ง ได้เสนอปัญหาว่าตนเองมักต้องการความช่วยเหลือจากคนอื่น อยู่เสมอไม่ว่าจะเป็นเรื่องอะไร เพราะรู้สึกว่เนื่องจากมีคนช่วยเหลือจะเกิดความสุขใจ จากการซักถามพบว่าตั้งแต่ได้งานโตไม่ค่อยได้ทำอะไรด้วยตนเอง เพราะพ่อแม่จะคอยจัดการ ให้เสมอ

สมาชิกในกลุ่มได้ให้กำลังใจว่า การจะเริ่มทำอะไรด้วยตัวเอง สามารถทำได้ หากมีความตั้งใจ ขอให้กำลังใจที่จะปรับปรุงตนเอง และยังได้ให้ข้อคิดอีกว่า บางครั้ง เราก็จำเป็นต้องขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นเช่นกัน แต่ที่นี้ต้องพิจารณาว่า เรื่องดังกล่าว เราไม่สามารถทำได้จริง ๆ แต่ถ้าพอจะทำได้ด้วยตนเองจะต้องอาศัยความพยายามมากขึ้น

หมายเหตุ

ครั้งที่ 1 ปทุมธานี เขต

ครั้งที่ 14 ปทุมธานี เขต

แบบสอบถามการพึ่งตนเอง

คำชี้แจง

ให้นักเรียนอ่านสถานการณ์ที่กำหนดให้ต่อไปนี้ แล้วตอบคำถามให้ตรงตามความเป็นจริงของท่านให้มากที่สุด โดยเขียนเครื่องหมาย x ลงบนตัวอักษรหน้าคำตอบที่นักเรียนต้องการ คำตอบที่นักเรียนตอบ จะไม่มีข้อใดถูกหรือผิด และจะไม่กระทบกระเทือนต่อผลการเรียนของนักเรียนแต่อย่างใด

1. ในช่วงครึ่งคืนศาสตร์ หลังจากที่ได้ครูสอนวิธีการหาเศษส่วนเสร็จแล้ว แต่จักรวาล และเพื่อนหลาย ๆ คนในห้องยังไม่เข้าใจ จึงไม่สามารถทำงานที่ครูสั่งได้
นักเรียนคิดว่า จักรวาล ควรทำอย่างไร
 - ก. อยู่เฉย ๆ รอให้เพื่อนคนอื่นถามครู
 - ข. ถามครูและขอให้ครูอธิบายอีกครั้ง
 - ค. ขอร้องเพื่อนให้ถามครู และตัวเองถามเพิ่มเติมข้อสงสัย
2. ครูสมศรีให้นักเรียนแต่ละคนปลูกไม้ประดับลงในกระถางของตนเองให้เสร็จภายในเวลา 1 ชั่วโมง เมื่อใกล้หมดเวลา ปรากฏว่าประกาศยังทำไม่เสร็จ เนื่องจากเขาทำงานช้า
นักเรียนคิดว่า ประกาศ ควรทำอย่างไร
 - ก. ทำไปเรื่อย ๆ ถ้าไม่เสร็จค่อยมาหาตอนพัก
 - ข. บอกให้เพื่อนที่ทำเสร็จแล้วมาช่วยทำ
 - ค. พยายามทำให้เร็วขึ้น เพื่อให้เสร็จทันเวลา
3. ขณะที่โรสากำลังทำการบ้านซึ่งจะต้องส่งในวันรุ่งขึ้น เหลืออีก 5 ข้อ สุนัขก็มาชวนไปซื้อขนมที่ตลาด พร้อมกับบอกว่า "กินขนมเสร็จแล้ว เราจะไปตีเบตด้วยกัน"
นักเรียนคิดว่า โรส ควรทำอย่างไร
 - ก. ทำการบ้านให้เสร็จ แล้วค่อยออกไปกับสุนัข
 - ข. บอกให้สุนัขมาช่วยคิด จะได้เสร็จเร็ว ๆ
 - ค. ออกไปตลาดกับสุนัข ส่วนการบ้านค่อยไปขอดูจากเพื่อนที่โรงเรียนก็ได้

4. เกษมเป็นเด็กที่มีผลการเรียนไม่ดีนัก แต่เกษมก็มีความตั้งใจที่จะเรียนต่อ ม.1 ที่โรงเรียนสวนกุหลาบให้ได้ เพราะเป็นโรงเรียนที่มีชื่อเสียง และพ่อของเขา สัญญาว่าจะช่วยให้เข้าเรียนในโรงเรียนแห่งนี้ได้
- นักเรียนคิดว่า เกษม ควรทำอย่างไร
- ก. ดูหนังสือ ทบทวนบทเรียนทุกวัน
 - ข. ไปหาที่เรียนพิเศษที่ดี ๆ
 - ค. ไม่ต้องทำอะไร เพราะอย่างไรก็ตามพ่อของเขาต้องช่วยได้แน่ ๆ
5. ในเวลาว่าง ทราายทองมักจะเข้าไปอ่านหนังสือในห้องสมุดเป็นประจำ จนทำให้เพื่อน ๆ ล้อว่า ถ้าอ่านหนังสือมาก ๆ จะทำให้เป็นเด็กหัวโตน ตัวลึบ
- นักเรียนคิดว่า ทราายทอง ควรทำอย่างไร
- ก. อ่านหนังสือให้น้อยลง คุยกับเพื่อนให้มากขึ้น
 - ข. เลิกอ่านหนังสือ จะได้ไม่ถูกเพื่อนล้อเลียน
 - ค. พยายามบอกให้เพื่อนเห็นประโยชน์ของการอ่านหนังสือ แล้วชวนเพื่อนไปห้องสมุดด้วยกัน
6. ในการสอบเก็บคะแนนวิชาภาษาอังกฤษ ครูออกข้อสอบให้นักเรียนแปลความหมายของประโยค จีรวรรณทำข้อสอบไม่ได้ เพราะลืมความหมายของคำบางคำ ขณะที่เธอกำลังคิดอยู่นั้น ประภาพรทนก็นหันมาพอดี
- นักเรียนคิดว่า จีรวรรณ ควรทำอย่างไร
- ก. ถามความหมายของคำนั้น จากประภาพรทน
 - ข. ลองทำไปเรื่อย ๆ เพราะอาจโชคดีทำถูก
 - ค. พยายามนึกบททวน และเขียนแปลความหมายตามที่ตนเองคิดว่าน่าจะถูกต้อง

7. ในวันรุ่งขึ้น ครูสั่งให้นักเรียนทุกคนเตรียมอุปกรณ์สำหรับทำการประดิษฐ์ตุ๊กตา เพื่อเป็นการสอบเก็บคะแนน วิชาวยังไม่ได้เตรียมของดังกล่าว ก็พอดีคุณป้ามารับไปดูแลรถ การกุศลรอบคำ ที่โรงละครแห่งชาติ ซึ่งวิชาวยากดูแลตุ๊กตาเรื่องนี้มาก
นักเรียนคิดว่า วิชาวย ควรทำอย่างไร
- ขอร้องคุณแม่ ให้นำมาช่วยจัดอุปกรณ์ให้
 - บอกให้คุณป้ารอสักครู่ แล้วไปเตรียมอุปกรณ์ให้เสร็จเรียบร้อยก่อน
 - รีบจัดเอาไว้บางส่วนก่อน ที่เหลือขอให้คุณแม่ช่วยจัดให้
8. วันนี้ ครูสั่งให้ทำการบ้านวิชาคณิตศาสตร์ โดยดูโจทย์จากหนังสือแบบฝึกหัด แล้วนำมาส่งในวันรุ่งขึ้น แต่ปรากฏว่า วันชัยลืมหนังสือไว้ที่โรงเรียน
นักเรียนคิดว่า วันชัย ควรทำอย่างไร
- ไม่ต้องทำ แล้วบอกความจริงกับคุณครูว่า ลืมเอาหนังสือกลับบ้าน
 - รีบไปโรงเรียนแต่เช้า เพื่อไปขอยืมการบ้านของเพื่อนมาดูเป็นตัวอย่าง จะได้ทำเสร็จทันเวลา
 - ไปยืมหนังสือแบบฝึกหัดจากเพื่อนที่อยู่ใกล้ ๆ บ้านมาดูเพื่อจะได้ทำการบ้าน
9. วันรุ่งขึ้น มานะจะต้องไปเข้าค่ายพักแรมลูกเสือที่ศรีราชา ซึ่งทางโรงเรียนได้สั่งให้นักเรียนทุกคนเตรียมสิ่งต่าง ๆ ให้พร้อม เพราะไม่สามารถหาซื้อได้ในค่ายลูกเสือ
นักเรียนคิดว่า มานะ ควรทำอย่างไร
- บอกให้คุณแม่มาช่วยตนเองในการจัดกระเป๋า
 - จัดกระเป๋าเสื้อผ้าด้วยตนเอง จะได้ไม่ลืมสิ่งของ
 - อยู่เฉย ๆ ได้ยืมคุณแม่ก็จะมาช่วยจัดให้เอง

10. วันนี้คุณพ่อคุณแม่ของมณู ไปธุระข้างนอกบ้านแต่เช้า จึงไม่ได้เตรียมอาหารเช้าไว้ให้เขา ขณะนี้สายมากแล้ว ทำให้มณูรู้สึกหิว
นักเรียนคิดว่า มณู ควรทำอย่างไร
- ทนหิวและรอให้คุณแม่กลับมาก่อน แล้วค่อยทานพร้อมคุณแม่
 - หอดโซ่ทานกับข้าว เพราะหาได้ง่ายไม่ยุ่งยาก
 - ทานขนมรองท้องไปก่อน จะได้ไม่หิว
11. สัมพันธ์ไปเที่ยวห้างสรรพสินค้ากับญาติเมื่อสัปดาห์ก่อน เขาเห็นกล่องดินสอชนิดใหม่ รูปร่างสวยงาม ทำให้เขารู้สึกอยากได้มาก แต่เนื่องจากราคาแพง เขาจึงมีเงินไม่พอ
นักเรียนคิดว่า สัมพันธ์ ควรทำอย่างไร
- กลับไปบอกคุณพ่อ เพื่อให้คุณพ่อซื้อให้เป็นของขวัญ
 - เก็บเงินเองบางส่วน ถ้าไม่พอก็ขอจากคุณแม่
 - พยายามเก็บเงินซื้อให้ได้ ถึงแม้ว่าจะช้าหน่อยก็ไม่เป็นไร
12. หลังจากที่คุณครูสอนเรื่องระบบสุริยจักรวาลแล้ว ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามข้อสงสัย เพราะจะทำการสอบเรื่องดังกล่าวในสัปดาห์หน้า แต่ลักษณะไม่เข้าใจ
นักเรียนคิดว่า ลักษณะ ควรทำอย่างไร
- รีบซักถามคุณครูทันทีเพื่อจะได้เข้าใจ
 - ตั้งใจว่าก่อนวันสอบ จะไปถามเพื่อน
 - ถามเพื่อน ตอนสอบ

13. วันนี้คุณครูชูชาติไม่มาสอน เพราะติดประชุม จึงสั่งให้นักเรียนหาแบบฝึกหัดวิชาคณิตศาสตร์ 10 ข้อ โดยสั่งว่าหมดชั่วโมงแล้ว ให้หัวหน้าห้องรวบรวมไปส่งเมื่อใกล้หมดเวลา ประกอบยังหาแบบฝึกหัดไม่เสร็จ

นักเรียนคิดว่า ประกอบ ควรทำอย่างไร

- ก. พยายามทำให้เสร็จเร็วขึ้น จะได้ส่งทันเวลา
- ข. ให้เพื่อนที่สนิทช่วยคิดในข้อที่ยังไม่ได้ทำ
- ค. ทำไปเรื่อย ๆ ด้วยตนเอง ถึงแม้ว่าจะส่งช้าก็ยังดีกว่าถามคนอื่น

14. วันนี้หลังจากเรียนวิชาภาษาอังกฤษแล้ว ครูปรีชาสั่งให้นักเรียนทำการบ้านมาส่งปรากฏว่าวิชัยทำการบ้านไม่ได้ ทั้ง ๆ ที่ เขาพยายามดูจากตัวอย่างที่ครูอธิบายในสมุดแล้วก็ตาม และเขาจะต้องส่งการบ้านในวันรุ่งขึ้น

นักเรียนคิดว่า วิชัย ควรทำอย่างไร

- ก. ไม่ต้องทำ เพราะคิดว่าคนอื่นก็คงทำไม่ได้เหมือนกัน
- ข. ทำเฉพาะข้อที่ทำได้ ส่วนข้อที่เหลือจะไปขอดูจากเพื่อนในตอนเช้า
- ค. พยายามทำให้เสร็จ ถึงแม้ว่าจะไม่แน่ใจว่าทำถูกหรือเปล่า

15. เหลือเวลาอีก 2 สัปดาห์ จะถึงเวลาสอบวิชาคณิตศาสตร์ แต่ยังมีเนื้อหาบางเรื่องที่ ธนบดียังไม่เข้าใจ

นักเรียนคิดว่า ธนบดี ควรทำอย่างไร

- ก. พยายามทบทวนในสิ่งที่ไม่เข้าใจให้มากขึ้น
- ข. อยู่เฉย ๆ ไม่จำเป็นต้องกังวลใจ เพราะสิ่งที่ไม่เข้าใจเป็นเพียงบางส่วนเท่านั้น
- ค. ลองทบทวนอีกสัก 2 - 3 ครั้ง ถ้าไม่รู้เรื่องจึงค่อยถามเพื่อน

16. ในการเรียนวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต สมปองสังเกตเห็นว่าดารณีมีความรู้รอบตัวในเรื่องต่าง ๆ มาก เพราะทุกครั้งที่คุณตั้งคำถาม ดารณีจะตอบคำถามได้เสมอที่เป็นเช่นนี้เพราะดารณีมักจะหาเวลาไปอ่านหนังสือในห้องสมุดเป็นประจำ สมปองจึงอยากมีความรู้แบบดารณีบ้าง

นักเรียนคิดว่า สมปอง ควรทำอย่างไร

- ก. ขอร้องให้ ดารณี เล่าสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นความรู้ให้ฟัง
- ข. หาเวลาไปอ่านหนังสือในห้องสมุดอยู่เสมอ
- ค. ตามดารณีไปห้องสมุดบ่อย ๆ

17. สุเทพเป็นนักเรียนที่เอาใจใส่การเรียนอย่างสม่ำเสมอ ก่อนสอบ 3 วัน เขาป่วยเป็นไข้หวัด ทำให้ไม่สามารถอ่านหนังสือได้อย่างเต็มที่ เขารู้สึกกังวลว่าตัวเองจะหาข้อสอบไม่ได้

นักเรียนคิดว่า สุเทพควรทำอย่างไร

- ก. พยายามทำข้อสอบอย่างเต็มที่
- ข. บอกเพื่อนสนิทให้ช่วยเหลือเวลาสอบ
- ค. ทำข้อสอบไปเรื่อย ๆ ข้อใดยากก็คงต้องเดา

18. ครูอุษามอบหมายให้นักเรียนทุกคนประดิษฐ์ของใช้จากเศษวัสดุ มาส่งคนละ 1 ชิ้น สมใจไม่ถนัดในการประดิษฐ์ แต่พี่สาวของเธอเก่งในเรื่องนี้มาก

นักเรียนคิดว่า สมใจ ควรทำอย่างไร

- ก. ขอให้พี่สาวทำให้
- ข. ขอให้พี่สาวช่วยสอนให้
- ค. ขอให้พี่สาวช่วยทำให้บางส่วน

19. ทางโรงเรียน จัดให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ไปทัศนศึกษาที่สวนสยาม โดยอนุญาตให้ทุกคนแต่งกายตามสบาย มาลีนัดกับเพื่อน ๆ ในห้องว่าทุกคนจะต้องแต่งตัวสวย ๆ จะได้ถ่ายรูปไว้เป็นที่ระลึกก่อนจากกัน

นักเรียนคิดว่า มาลี ควรทำอย่างไร

- ก. ขอให้คุณแม่เตรียมเสื้อผ้าให้ เพราะตนเองไม่รู้ว่าจะแต่งชุดไหนดี
- ข. เลือกเสื้อผ้าที่ตนเองชอบที่สุดมาใส่
- ค. เอาเสื้อผ้ามาหลาย ๆ ชุด แล้วให้คุณแม่ และพี่สาวช่วยเลือกให้

20. หลังจากการเล่นกีฬาทุกครั้ง คุณแม่จะบอกให้ทรงชัยรับประทานอาหารที่มีคุณค่า เพื่อเสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรงเสมอ และในวันนี้เมื่อเขาเล่นเทนนิสเสร็จเขารู้สึกอยากดื่มไอวอลล์ตินเย็น ๆ สักแก้วหนึ่ง

นักเรียนคิดว่า ทรงชัย ควรทำอย่างไร

- ก. บอกให้คุณแม่เตรียมน้ำแข็งให้ ส่วนตัวเขาจะไปซิงไอวอลล์ตินเอง
- ข. ขอให้คุณแม่ทำไอวอลล์ตินเย็นให้สักหนึ่งแก้ว
- ค. เข้าห้องครัว เพื่อทำไอวอลล์ตินเย็น

21. บิตเทอมคราวนี้ นางเยาว์นัดกับเพื่อน ๆ ว่าจะไปเที่ยวจังหวัดกาญจนบุรี เธอจึงตั้งใจว่าจะซื้อชุดใหม่สักหนึ่งชุด สานรับาสไปเที่ยวครั้งนี้ แต่เธอยังมีเงินไม่พอ

นักเรียนคิดว่า นางเยาว์ ควรทำอย่างไร

- ก. ขอเงินคุณแม่เพื่อไปซื้อเสื้อผ้าชุดใหม่
- ข. พยายามเก็บเงินให้มากขึ้น เพื่อซื้อเสื้อผ้าเอง
- ค. ขอเงินจากคุณพ่อส่วนหนึ่งเพิ่มเติมจากเงินที่เก็บเอง

22. วิชิตไปซื้อขนมที่ตลาด เมื่อจะจ่ายเงินให้แม่ค้า ปรากฏว่าเขาลืมหยิบเงินมาจากบ้าน บังเอิญสมสุข เพื่อนบ้านของเขาเดินผ่านมาพอดี
นึกเรียนคิดว่า วิชิต ควรทำอย่างไร

- ก. บอกกับแม่ค้าว่าเดี๋ยวจะนำเงินมาให้ โดยให้สมสุขเป็นพยาน
- ข. ขอยืมเงินจากสมสุข พร้อมกับบอกเหตุผลในการขอยืมเงินครั้งนี้
- ค. รอให้สมสุขเดินเลยไปก่อน แล้วบอกกับแม่ค้าว่า ลืมเอาเงินมา จะกลับไปบ้านก่อน เดี่ยวจะมาซื้อใหม่

23. ดันสนีย์ขาดเรียนไป 2 วัน เพราะป่วยเป็นไข้หวัด เมื่อมาโรงเรียนตามปกติ เธอพยายามทำความเข้าใจบทเรียนที่ไม่ได้เรียน แต่ก็ยังไม่รู้เรื่อง
นึกเรียนคิดว่า ดันสนีย์ ควรทำอย่างไร

- ก. ปลอมไว้ก่อน ใกล้เคียงแล้วค่อยซักถามคนที่รู้เรื่อง
- ข. ไม่ต้องทำอะไร ฟังฟังเรื่องอื่นต่อไปก็จะเข้าใจเรื่องเดิมได้
- ค. รีบหาเวลาไปถามครูให้เข้าใจ

24. ครูสมชายสั่งให้นักเรียนวาดภาพหัวข้อเรื่อง "วันแม่" มาส่งในวันรุ่งขึ้น โดยบอกว่า จะมีการประกวดและให้รางวัลสำหรับภาพที่วาดและระบายสีได้สวยที่สุด สมภพต้องการจะได้รางวัล

นึกเรียนคิดว่า สมภพ ควรทำอย่างไร

- ก. ขอให้พี่ชายช่วยวาดภาพและระบายสีให้
- ข. วาดภาพด้วยตนเอง แล้วให้พี่ระบายสีให้
- ค. พยายามวาดภาพและระบายสีด้วยตนเอง ถ้าไม่ได้รางวัลก็ไม่เป็นไร

25. ดวงดาวเป็นนักเรียนที่ตั้งใจเรียนมาก แต่ทุกครั้งที่ครูสั่งการบ้าน ดวงดาวมักจะทำการบ้านผิดอยู่เสมอ จนบางครั้งถูกครูตำหนิ ซึ่งเธอไม่อยากถูกครูตำหนิ เพราะรู้สึกอายเพื่อน

นักเรียนคิดว่า ดวงดาว ควรทำอย่างไร

- ก. ให้คุณแม่ช่วยสอนการบ้านให้
- ข. ขอดูตัวอย่างการบ้านจากเพื่อนที่เรียนเก่ง ๆ จะได้ไม่ผิด
- ค. ถามคุณครูให้เข้าใจว่าผิดอย่างไร แล้วลองทำใหม่ด้วยตนเอง

26. รัชรินทร์เรียนวิชาภาษาอังกฤษไม่รู้เรื่อง เพราะไม่ค่อยรู้ความหมายของคำศัพท์ เหลือเวลาอีกไม่นานก็จะสอบปลายภาคเรียนแล้ว เขาไม่ต้องการสอบตกในวิชานี้

นักเรียนคิดว่า รัชรินทร์ ควรทำอย่างไร

- ก. คอยซักถามคุณพ่อ เวลาที่แปลความหมายของคำศัพท์ไม่ได้
- ข. ตั้งใจอ่านหนังสือทุกวัน และพยายามท่องจำความหมายของคำศัพท์ให้ได้
- ค. บอกครูที่สอน อย่างตรงไปตรงมา เพื่อให้ครูรับทราบว่าตนเองไม่ถนัดใน การท่องคำศัพท์ ครูจะได้เข้าใจ

27. หลังจากเรียนวิชาภาษาไทยแล้ว ครูมอบหมายให้ทุกคนรวบรวมคำราชาศัพท์มาส่งงาน สัปดาห์หน้า ถ้าใครสามารถหาได้มากที่สุดจะมีรางวัลให้ ทำให้นักเรียนทุกคนกระตือรือร้น อย่างมาก สุพจน์ก็เป็นคนหนึ่งที่ยอยากได้รางวัล

นักเรียนคิดว่า สุพจน์ ควรทำอย่างไร

- ก. ให้พี่สาวซึ่งเก่งภาษาไทย ช่วยทำให้เพิ่มเติมจากที่ตนเองทำไว้แล้ว
- ข. หาหนังสือเกี่ยวกับคำราชาศัพท์มาค้นคว้าเพิ่มเติมให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้
- ค. ขอดูจากเพื่อนบ้างและให้คุณแม่ช่วยทำอีกบางส่วน ก็น่าจะมีโอกาสได้รางวัล

28. ในการสอบปลายภาคครั้งนี้ ประสิทธิ์เตรียมตัวในการสอบไม่พร้อมเท่าที่ควร เนื่องจากเขาเป็นนักกีฬาของโรงเรียน ทำให้ต้องใช้เวลาบางส่วนในการซ้อม แต่พ่อของประสิทธิ์เคยบอกกับเขาว่า ถ้าหากสอบได้คะแนนดี จะมีรางวัลให้ ประสิทธิ์จึงอยากได้รางวัลมากนักเรียนคิดว่า ประสิทธิ์ ควรทำอย่างไร

- ก. ทำข้อสอบเฉพาะข้อที่แน่ใจอย่างเต็มที่เสียก่อน ส่วนข้อที่เหลือลองเดาดู
- ข. พยายามนั่งใกล้เพื่อนที่เรียนเก่งและขอให้ช่วยเวลาสอบ
- ค. ตั้งใจทำข้อสอบให้ดีที่สุด ถึงแม้จะได้คะแนนน้อยก็ไม่เสียใจ

29. ดวงใจได้รับมอบหมายจากครู ให้ทำหน้าที่รายงานข่าวจากหนังสือพิมพ์ให้เพื่อนฟังในวันพรุ่งนี้ แต่ดวงใจยังทำการบ้านวิชาอื่นไม่เสร็จ จึงไม่ได้เตรียมข่าวที่ครูสั่งนักเรียนคิดว่า ดวงใจ ควรทำอย่างไร

- ก. รับทำการบ้านให้เสร็จ จะได้ไปเตรียมหาข่าว
- ข. ให้พี่ชายช่วยตัดข่าวจากหนังสือพิมพ์มาให้
- ค. บอกให้คนในบ้าน เตรียมหาหนังสือพิมพ์มาไว้ให้

30. ครูให้นักเรียนทุกคน แต่งกลอนมาส่งคนละ 2 บท พิเชษฐ์ไม่ถนัดในเรื่องการแต่งกลอน แต่ต้องการส่งให้ทันเวลา

นักเรียนคิดว่า พิเชษฐ์ ควรทำอย่างไร

- ก. ขอให้คุณพ่อสอนวิธีการแต่งกลอน
- ข. ขอให้คุณพ่อช่วยแต่งกลอนให้ จะได้ส่งทันเวลา
- ค. ขอดูตัวอย่างจากของเพื่อน แล้วดัดแปลงถ้อยคำบางคำ เพื่อไม่ให้เหมือนกัน

31. วันนี้ คุณป้าของสุพรจะมารับไปเที่ยวสวนสนุกแดนเนรมิต สุพรตั้งใจว่าจะสวมชุดสีฟ้าที่ตนเองชอบมาก แต่เมื่อไปเปิดตู้ในตู้ ปรากฏว่าชุดยังไม่ได้รีด แต่อย่างไรก็ตามเธอก็ยังต้องการที่จะใส่ชุดนี้
- นักเรียนคิดว่า สุพร ควรทำอะไร
- รับจัดการไปรีดชุดให้เรียบร้อย
 - บอกให้คุณแม่ช่วยรีดให้ เพราะกลัวว่าตัวเองจะรีดไม่เรียบ
 - รีดกระโปรงด้วยตนเอง เพราะรีดง่ายกว่า ส่วนเสื้อขอให้คุณแม่ช่วยรีดให้
32. สมเกียรติ อยากทานข้าวขาหมูที่ตลาดใกล้บ้านมาก เพราะร้านนี้ทำอร่อย แต่วันนี้เขาไม่อยากเดินออกไปที่ตลาดเท่าไรนัก เนื่องจากเมื่อคืนดูโทรทัศน์จนดึก ทำให้รู้สึกง่วง
- นักเรียนคิดว่า สมเกียรติ ควรทำอะไร
- ทานกับข้าวอย่างอื่นที่มีอยู่ในบ้านแทน จะได้ไม่ต้องเดิน
 - ขอร้องพี่สาวให้ช่วยเดินไปซื้อให้หน่อย
 - เดินไปซื้อด้วยตนเอง
33. เปิดเทอมใหม่ทุกครั้ง วิทยาลัยจะต้องมีของใหม่ ๆ มาอวดเพื่อนเสมอครั้งนั้นก็เช่นกันเขาตั้งใจจะซื้อปากกาสวย ๆ สักหนึ่งด้ามมาใช้
- นักเรียนคิดว่า วิทยาลัย ควรทำอะไร
- เอาเงินในกระปุกออมสินออกมาซื้อ
 - บอกคุณแม่ตรง ๆ ว่า ตนเองอยากได้ปากกาด้ามใหม่
 - ขอเงินจากคุณยาย มาสมทบกับของตนเอง เพื่อซื้อปากกาใหม่

34. คุณแม่บอกให้ หลินี่ ช่วยยกของลงจากท้ายรถให้หมด เพื่อทำความสะอาด เขา
กระตือรือร้นที่จะช่วยคุณแม่อย่างเต็มที่ แต่ปรากฏว่า หลินี่ ไม่สามารถยกแม่แรง
ลงจากรถได้ เพราะมีน้ำหนักมาก

นักเรียนคิดว่า หลินี่ ควรทำอย่างไร

- ก. บอกให้น้องชาย ซึ่งตัวโตกว่า มาช่วยกันยกแม่แรงลงจากรถ
- ข. รับปากคุณแม่ แต่ดูแล้วเห็นว่ายกไม่ไหว เลยไม่ยก
- ค. บอกคุณแม่ว่ายกไม่ไหว ให้คุณแม่บอกน้องชาย มาช่วยตนยกด้วย

ค่าเฉลี่ยแบบสอบถามการพึงตนเอง

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

ข้อ	ก	ข	ค
20	1	0	2
21	0	2	1
22	1	2	0
23	1	0	2
24	0	1	2
25	1	0	2
26	1	2	0
27	1	2	0
28	1	0	2
29	2	0	1
30	2	0	1
31	2	0	1
32	1	0	2
33	2	0	1
34	2	0	1

ตาราง 6 แสดงคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและนักเรียน
ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ก่อนการทดลอง

คนที่	กิจกรรมกลุ่ม	อันดับ	การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม	อันดับ
1	25	2	24	1
2	30	3.5	30	3.5
3	33	6.5	31	5
4	35	8.5	33	6.5
5	36	10.5	35	8.5
6	39	12.5	36	10.5
7	40	15	39	12.5
8	40	15	40	15
9	41	17	42	19
10	42	19	42	19
RE_1		109.5	RE_2	100.5

$$U_1 = 45.5$$

$$U_2 = 54.5$$

$$U = 45.5$$

ตาราง 7 แสดงคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คนที่	คะแนนการพึงตนเอง		ผลต่างของคะแนนการพึงตนเอง	อันดับ	R ⁺	R ⁻
	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง				
1	25	53	+28	8.5	+8.5	
2	30	59	+29	10	+10	
3	33	59	+26	7	+7	
4	35	63	+28	8.5	+8.5	
5	36	61	+25	5.5	+5.5	
6	39	62	+23	1.5	+1.5	
7	40	63	+23	1.5	+1.5	
8	40	64	+24	3.5	+3.5	
9	41	66	+25	5.5	+5.5	
10	42	66	+24	3.5	+3.5	
				ผลรวม	55	0

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

** ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

ตาราง 8 แสดงคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลัง
การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

คนที่	คะแนนการพึงตนเอง		ผลต่างของคะแนน การพึงตนเอง	อันดับ	R ⁺	R ⁻
	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง				
1	24	53	+29	10	+10	
2	30	57	+27	7.5	+7.5	
3	31	58	+27	7.5	+7.5	
4	33	61	+28	9	+9	
5	35	60	+25	5	+5	
6	36	62	+26	6	+6	
7	39	63	+24	3.5	+3.5	
8	40	64	+24	3.5	+3.5	
9	42	65	+23	1.5	+1.5	
10	42	65	+23	1.5	+1.5	
				ผลรวม	55	0

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

** ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

ตาราง 9 แสดงคะแนนการพึงตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ก่อนและหลังการทดลอง

คนที่	กิจกรรมกลุ่ม	อันดับ	การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม	อันดับ
1	28	17	29	19.5
2	29	19.5	27	14.5
3	26	12.5	27	14.5
4	28	17	28	17
5	25	10	25	10
6	23	2.5	26	12.5
7	23	2.5	24	6.5
8	24	6.5	24	6.5
9	25	10	23	2.5
10	24	6.5	23	2.5
RE_1		104	RE_2	106

$$U_1 = 51$$

$$U_2 = 49$$

$$U = 49$$

ตาราง 10 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามการพึ่งตนเอง

ข้อที่	ค่า t	ข้อที่	ค่า t
1	7.77	18	7.21
2	3.99	19	3.49
3	7.10	20	9.69
4	4.98	21	6.05
5	4.16	22	2.37
6	5.98	23	7.89
7	5.71	24	6.08
8	4.78	25	7.37
9	7.79	26	4.24
10	3.09	27	5.05
11	4.71	28	4.58
12	3.55	29	8.43
13	4.20	30	6.37
14	6.22	31	6.98
15	5.56	32	7.91
16	4.85	33	5.65
17	4.75	34	2.18

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ นามสกุล	ชื่อสกุล หาญกล้า
เกิดวันที่	27 มิถุนายน พุทธศักราช 2508
สถานที่เกิด	อำเภอบางเกร็ด จังหวัดนนทบุรี
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	ร.1/70 ถนนเดชะมิชย์ แขวงถนนนครไชยศรี เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	อาจารย์ 1 ระดับ 4
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	โรงเรียนบ้านวังตาอินทร์ อำเภอดอกเจริญ จังหวัดลพบุรี
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2526	ประกาศนียบัตรมัธยมศึกษาตอนปลาย จาก โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2530	การศึกษานิเทศ (วิชาเอกภาษาอังกฤษ วิชาเทคโนโลยีทางการศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางเขน
พ.ศ. 2537	การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการแนะแนว) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

การเปรียบเทียบผลการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อ
 การพึ่งตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนราชวินิต
 สำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ

ของ

เฉลิมชัย หาญกล้า

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
 ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

มีนาคม 2537

การวิจัยครั้งนี้ มีความมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบผลการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพึ่งตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนราชวินิต สำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2536 ที่มีคะแนนการพึ่งตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 จำนวน 20 คน แล้วนำมาสุ่มอย่างง่ายเพื่อแบ่งเป็นกลุ่มที่ได้รับการทดลองโดยใช้การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มที่ได้รับการทดลองโดยใช้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม กลุ่มละ 10 คน

ผลการวิจัยปรากฏว่า

1. นักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีการพึ่งตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการพึ่งตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการพึ่งตนเอง ไม่แตกต่างกันภายหลังการทดลอง

A COMPARISON OF THE EFFECTS OF GROUP WORK AND GROUP
COUNSELING ON SELF - RELIANCE OF PRATHOM SUKSA VI
STUDENTS OF RAJAVINIT SCHOOL UNDER THE OFFICE
OF BANGKOK PRIMARY EDUCATION

AN ABSTRACT

BY

CHALERMCHAI HANKLA

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

March 1994

The purpose of this experimental research was to compare the effects of group work and group counseling on self - reliance of prathom sukka VI students of Rajavinit School under the Office of Bangkok Primary Education in the academic year 1993. The 20 subjects were selected from prathom sukka VI students whose self - reliance scores were lower than the percentile rank of 25. The subjects were then randomly selected for the group work treatment and the group counseling treatment ; each group consisted of 10 persons.

The results were as follows :

1. The self - reliance of the students in the group work was significantly higher than before the experiment at .01 level.
2. The self - reliance of the students in the group counseling was significantly higher than before the experiment at .01 level.
3. After the experiment the self - reliance of the students in the group work was not significantly different from that of the students in the group counseling.