

การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษากลุ่มและกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความมุ่งมั่นในชีวิตของ
นักเรียนวัยรุ่น ศูนย์เมอร์ซี่ กรุงเทพมหานคร

ปริญญาณิพนธ์
ของ
กสิณา บุญแสง

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

พฤษภาคม 2544

ลิขสิทธิ์เป็นของ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษากลุ่มและกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความมุ่งมั่นในชีวิตของ
นักเรียนวัยรุ่น ศูนย์เมอร์ซี กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
กสิณา บุญแสง

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว
พฤษภาคม 2544

กสิณา บุญแสง. (2544). การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษากลุ่มและกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความ
 มุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น ศูนย์เมอร์ซี กรุงเทพมหานคร. ปริญญาโท กศ.ม.
 (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
 คณะกรรมการควบคุม: ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, รองศาสตราจารย์
 ดร.สมสรร วงษ์อยู่น้อย

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษากลุ่มกับกิจกรรมกลุ่ม ที่
 มีต่อความมุ่งหวังในชีวิต ของนักเรียนวัยรุ่น ศูนย์เมอร์ซี กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตต่ำ จำนวน 16 คน ที่ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย
 จากประชากร และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน
 กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม ส่วนกลุ่มทดลองที่ 2 ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม แบบ
 แผนการทดลองครั้งนี้เป็นแบบ Randomized Control Group Pretest - Posttest Design เครื่องมือที่
 ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ แบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิต สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การ
 ทดสอบของ วิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed-Ranks Test) และ แมนนิตนีย์
 (The Mann-Whitney U Test)

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนมีความมุ่งหวังในชีวิตดีขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม อย่างมีนัย
 สำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักเรียนมีความมุ่งหวังในชีวิตดีขึ้น หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทาง
 สถิติที่ระดับ .01
3. นักเรียนที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มกับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีความมุ่งหวังในชีวิต
 ดีขึ้นไม่แตกต่างกัน

3

A COMPARISON OF THE EFFECTS OF GROUP COUNSELING AND GROUP
WORK ON PURPOSE IN LIFE OF ADOLESCENT STUDENTS AT MERCY CENTER
IN BANGKOK

AN ABSTRACT
BY
KASINA BOONSAENG

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

May 2001

Kasina Boonsaeng. (2001). *A comparison of the Effects of Group Counseling and Group Work on Purpose in Life of Adolescent students at Mercy Center in Bangkok*. Master Thesis, M.Ed. (Guidance and Counseling Psychology). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Prof. Dr. Pongpan Kirdpitak, Assoc. Dr.somson Wongyounoi.

The purpose of this experimental research was to compare the effects of group counseling and group work on purpose in life of adolescent students at Mercy Center in Bangkok. The subjects of sixteen students were randomly selected from Mathayom Suka III students whose purpose in life scores were low. The subjects were then divided into two experimental groups, each group consisted of eight students. The experimental group I participated in the group counseling program while the experimental group II participated in the group work program. The experimental design was Randomized Control Group Pretest – Posttest design. The research instrument was the purpose in life questionnaire. The data were analyzed by the Wilcoxon's Matched – Pairs Signed-Ranks Test and the Mann Whitney U test.

The research results were as follows :

1. The purpose in life of the students participated in the group counseling program significantly increased at .01 level.
2. The purpose in life of the students participated in the group work program significantly increased at .01 level.
3. No significant difference in purpose in life of both group was found.

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษากลุ่มและกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความมุ่งมั่นในชีวิตของ
นักเรียนวัยรุ่น ศูนย์เมอร์ซี คลองเตย กรุงเทพมหานคร

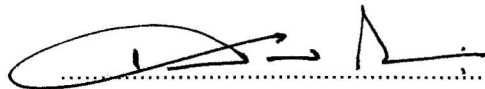
ของ

นางสาว กสิณา บุญแสง

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

วันที่ 11 เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2544

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์

..... ประธาน

(ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์)

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมสร วงษ์อยู่น้อย)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(อาจารย์ ดร.นันทา สุรักษา)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ เพราะได้รับความกรุณาช่วยเหลือจากบุคคลหลายท่านโดยเฉพาะอย่างยิ่งด้วยความกรุณาอย่างสูงจาก ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ ประธานควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.สมสรร วงษ์อยู่น้อย กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ซึ่งให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาที่ได้รับเป็นอย่างยิ่ง จึงกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ และ อาจารย์ ดร.นันทา สุรักษา ที่กรุณาเป็นกรรมการสอบปริญญานิพนธ์ ที่ได้ให้คำแนะนำและข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งแก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ และอาจารย์มณฑิรา จารุเพ็ง ที่กรุณาให้คำแนะนำและเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจแก้ไขเครื่องมือ ที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์วันเพ็ญ พงศ์ประยูร อาจารย์ที่ปรึกษาและคณาจารย์ในภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษาทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้แก่ผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณเจ้าหน้าที่ทุกท่านของศูนย์เมอร์ซี คลองเตยและขอขอบใจนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ศูนย์เมอร์ซี คลองเตย ที่ให้ความร่วมมือและความสะดวกแก่ผู้วิจัยในการศึกษาค้นคว้าเป็นอย่างดี

ขอขอบคุณ คุณสาธิต ฤทธิ์เลิศชัย ที่ให้ความช่วยเหลือ คอยห่วงใย และเป็นกำลังใจที่ดีเสมอมาตลอดจนการสนับสนุนด้านกำลังทรัพย์ และขอขอบใจ คุณอัครวิทย์ ฤทธิ์เลิศชัยผู้เป็นทั้งกำลังใจและดวงใจอันสำคัญยิ่ง

ขอโน้มระลึกถึงพระคุณบิดา มารดา ผู้ให้ความรัก ความห่วงใย และชีวิตต่อผู้วิจัย และขอเอาคุณความดีของปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ทดแทนคุณท่านทั้งสอง

ขอขอบคุณบุคคลในครอบครัวและผู้ที่มีได้กล่าวนามในที่นี้อีกหลายท่านที่กรุณาให้ความช่วยเหลือ จนปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

กสิณา บุญแสง

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ.....	1
	ภูมิหลัง	1
	ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	3
	ความสำคัญของการวิจัย	3
	ขอบเขตของการวิจัย.....	4
	ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย	4
	ตัวแปรที่ศึกษา.....	4
	นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
	กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	7
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	8
	เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา.....	8
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา.....	8
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่ม.....	12
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่ม.....	24
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบทวิภาค.....	26
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบทวิภาค.....	44
	เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม.....	44
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม.....	44
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม.....	56
	เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมุ่งหวังในชีวิต.....	59
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความมุ่งหวังในชีวิต.....	59
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมุ่งหวังในชีวิต.....	60
	งานวิจัยในประเทศ.....	60
	งานวิจัยในต่างประเทศ.....	61
3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	63
	การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	63
	การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	63
	การเก็บรวบรวมข้อมูล	68
	การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	69

สารบัญ(ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า.....	71
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์และแปลผล.....	71
ผลการศึกษาค้นคว้า.....	72
5 บทย่อ อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	78
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	78
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	78
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	78
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	79
การดำเนินการทดลอง.....	79
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	79
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	80
อภิปรายผล.....	80
ข้อเสนอแนะ.....	83
บรรณานุกรม.....	84
ภาคผนวก.....	92
ภาคผนวก ข.....	158
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	166

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	แบบแผนการทดลอง Randomized Group Pretest - Posttest Design.....	68
2	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตในแต่ละด้านของกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนให้คำปรึกษา และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม.....	72
3	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตในแต่ละด้านของกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนให้คำปรึกษา และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม.....	73
4	เปรียบเทียบความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนการให้คำปรึกษากลุ่ม กับกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม.....	74
5	เปรียบเทียบความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม.....	75
6	เปรียบเทียบความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม.....	76
7	เปรียบเทียบความแตกต่างของความมุ่งหวังในชีวิตหลังการทดลอง ของนักเรียน กลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม กับกลุ่มทดลองที่ 2 ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม.....	77
8	แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิต.....	159
9	แสดงคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม กับนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนได้รับ การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม.....	160
10	แสดงคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม.....	161
11	แสดงคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม.....	162
12	แสดงความแตกต่างของคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม กับนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม.....	163
13	แสดงคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตในแต่ละด้านของกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนให้คำปรึกษากลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม.....	164
14	แสดงคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตในแต่ละด้านของกลุ่มทดลองที่ 1 หลังให้คำปรึกษากลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 หลังเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม.....	165

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

คุณลักษณะสำคัญประการหนึ่งที่แสดงว่าบุคคลมีคุณภาพในการดำรงชีวิต คือการมีความมุ่งมั่นใน ชีวิตหรือการมีความหมาย ซึ่งเป็นคำที่ใช้ในทางจิตวิทยาการบำบัดที่มีความหมายเหมือนกัน (Jeffris.1995) โดยหมายถึง ตัวบ่งชี้คุณภาพชีวิตด้านที่เป็นปัจจัยภายในตัวบุคคล (subjective quality of life) ที่ให้ความสำคัญแก่การรับรู้เกี่ยวกับการดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความหมายและมีความพึงพอใจ โดยเน้นที่การแสวงหาเป้าหมายของการดำรงชีวิตอย่างรู้สึกยินดี มีความพึงพอใจในสถานการณ์ที่ตนเองเป็นอยู่ตลอดจนการรับรู้ถึง โอกาสและทางเลือกในชีวิตของบุคคล ซึ่งเป็นการตัดสินใจของเขาเอง (อรัญญา ดุ้ยคำภีร์. 2536 : 50) สิ่ง เหล่านี้จะเป็นตัวยึดเหนี่ยวให้บุคคลมีชีวิตอยู่ หรือเป็นแรงจูงใจให้บุคคลดำเนินชีวิตต่อไปได้ เมื่อบุคคลขาด ความมุ่งมั่นในชีวิต เขาจะแยกตัวออกจากโลก เป็นภาวะที่เรียกว่าแปลกแยก (alienated) (อรัญญา ดุ้ยคำภีร์. 2536 : 1) นอกจากนี้ยังปรากฏในรูปของความรู้สึกเบื่อหน่ายสิ่งรอบตัว หรือมีความรู้สึกด้อยค่า ท้อแท้ใจในสภาพความเป็นอยู่ของตน เป็นความรู้สึกหมดหวัง สับสน มีดমনในชีวิต บุคคลที่อยู่ในภาวะเช่นนี้ มักจะหลีกเลี่ยงการเป็นเจ้าของชีวิตตนเอง ไม่รับผิดชอบตนเอง ด้วยการปล่อยชีวิตไปตามยถากรรม หรือไม่ ยินยอมให้สิ่งแวดล้อมหรือบุคคลอื่นเป็นผู้รับผิดชอบชีวิตตนเอง และในที่สุดอาจฆ่าตัวตายหรือเป็นโรคจิตและ โรคประสาท (อรัญญา ดุ้ยคำภีร์. 2536 : 1)

แม้ว่าความมุ่งมั่นในชีวิตเกิดขึ้นได้ในทุกช่วงชีวิตของบุคคล ไม่ขึ้นกับอายุ เพศ เชื้อชาติ หรือสถาน ภาพทางเศรษฐกิจและสังคม (Jeffris.1995) แต่ทว่าวัยหนึ่งที่น่าสนใจศึกษาเป็นอย่างยิ่งคือวัยรุ่น เพราะวัย รุ่นเป็นช่วงเวลาของการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กสู่ผู้ใหญ่ และเป็นช่วงเวลาหัวเลี้ยวหัวต่อที่ซับซ้อนที่สุดใน ช่วงหนึ่งของชีวิต เหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในช่วงวัยรุ่นจะส่งผลต่อตัวบุคคลในระยะยาวของชีวิต (นันทิยา เอก อธิคมกิจ. 2542 : 1) ดังนั้นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในช่วงชีวิตวัยรุ่น จึงถือว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญ อย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นในช่วงชีวิตของบุคคล (นันทิยา เอกอธิคมกิจ. 2542 : 1)

วัยรุ่นที่เติบโตมาในครอบครัว ที่มีความรักความอบอุ่นย่อมจะไม่สร้างปัญหาต่างๆ ให้สังคม เพราะได้ รับความรักความเอาใจใส่จากบิดา มารดาหรือผู้ปกครอง แต่ในอีกด้านหนึ่งมีเด็กจำนวนไม่น้อยที่ด้อยโอกาส เช่นเด็กกำพร้า อนาคตา เร่ร่อน จรจัด พลัดหลง ครอบครัวแตกแยก มีฐานะยากจน ประพฤติตนไม่สมควร แก้วัย ซึ่งมักเป็นเด็กที่ขาดการเอาใจใส่ หรือขาดตัวแบบที่ดีในครอบครัว ที่อาจเป็นสาเหตุทำให้เด็กโตขึ้น แบบมีปัญห และสร้างภาระแก่สังคมได้ ซึ่งเด็กด้อยโอกาสเหล่านี้ จากสถิติการให้ความช่วยเหลือของประชา สงเคราะห์จังหวัดในภาคต่างๆทั่วประเทศ ยกเว้นกรุงเทพมหานคร เมื่อเดือนพฤศจิกายน 2526 รายงานว่ามี จำนวน 119,951 คน โดยกรมประชาสงเคราะห์สามารถดำเนินการช่วยเหลือได้เพียง 8,103 คน หรือร้อยละ 6.75 เท่านั้น (กรมประชาสงเคราะห์. 2530 : 44-45) และในรอบปี 2532 มีเด็กได้รับการอุปการะโดยอยู่ใน สถานสงเคราะห์จำนวน 6,830 คน (กระทรวงมหาดไทย. 2533 : 123) ซึ่งสภาพการอบรมเลี้ยงดูภายใน สถานสงเคราะห์นั้น ถึงแม้จะมีความพยายามในการเอาใจใส่อบรมเลี้ยงดูอย่างไร ก็ไม่อาจสร้างความอบอุ่น

ทางจิตใจ หรือบรรยากาศแบบครอบครัวที่แท้จริงได้เช่นเดียวกับเด็กที่เติบโตในครอบครัวปกติ ซึ่งได้รับการเอาใจใส่ การกระตุ้นส่งเสริมในด้านต่างๆตลอดจนการขัดเกลานิสัยอย่างใกล้ชิดและอบอุ่นกว่า การเติบโตในสิ่งแวดล้อมที่ไม่ใช่ครอบครัวปกติ (มาลี วิทยารัตน์. 2540 : 2)

จากการสำรวจข้อมูลเบื้องต้นโดยการสัมภาษณ์ผู้ดูแลสถานสงเคราะห์เด็กที่ศูนย์เมอร์ซี่ ตั้งอยู่เลขที่ 100/11 ถนนดำรงรัฐพัฒนา แขวงคลองเตย เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร 10100 มีวัตถุประสงค์ในการดำเนินงานดังนี้

1. ให้ความช่วยเหลือดูแลในเรื่องต่างๆแก่เด็กเร่ร่อนจรจัด เด็กที่ประพฤติดนไม่สมกับวัย เด็กที่ถูกทอดทิ้ง เด็กถูกทารุณกรรมจากครอบครัว เด็กที่ติดสารเสพติด ในด้านต่างๆ เช่น ให้ที่พักอาศัย ให้การบำบัดรักษา ให้การศึกษาและการฝึกอบรม

2. ให้ความช่วยเหลือและพัฒนาชุมชนแออัดคลองเตย เช่น ศูนย์มีโรงเรียนอนุบาลสำหรับเด็กในชุมชนแออัดคลองเตย

3. ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ที่ติดเชื้อเอชไอวี ส่วนใหญ่ผู้ป่วยมักอยู่ในระยะสุดท้าย ซึ่งต้องการรักษาดูแลอย่างใกล้ชิด ทั้งเพศชายเพศหญิง รวมทั้งเด็กที่ติดเชื้อจากมารดาหรือบิดา

ลักษณะการทำงานของศูนย์นี้คล้ายกับสถานสงเคราะห์อื่นๆ แต่มีความหลากหลายกว่าเนื่องเป็นองค์กรของเอกชนดำเนินการมาประมาณ 30 ปี โดยได้รับเงินอุดหนุนจากองค์กรทางศาสนาจากต่างประเทศ ปัจจุบันมีเด็กในความดูแล 120 คน เด็กในศูนย์ส่วนใหญ่มาจากชุมชนแออัดคลองเตย เมื่อได้ทำการสัมภาษณ์พบว่า ปัญหาส่วนใหญ่ของนักเรียนในศูนย์ส่วนใหญ่เป็นปัญหาครอบครัว ทำให้สับสนในชีวิต บางคนมีความรู้สึกด้อยค่า ท้อแท้ใจในสภาพความเป็นอยู่ของตน หมดหวัง มีดมมในชีวิต เบื่อหน่ายสภาพชีวิตของตนเองอยากมีชีวิตที่ดีกว่านี้ อยากมีคนรักคนเอาใจใส่ อยากให้ผู้อื่นเห็นคุณค่าของตนไม่รับผิดชอบตนเอง แยกตัว ไม่มีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อเพื่อนๆ เมื่อกลับไปสู่ครอบครัวแล้วมักจะกลับไปมีพฤติกรรมแบบเดิม เช่น เร่ร่อนจรจัด ใช้สารเสพติดหรือคำ ทำให้ศูนย์ต้องรับตัวกลับ ซึ่งส่วนใหญ่เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 39 คน

✧ จากการสังเกตพฤติกรรมของเด็กในศูนย์ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 39 คน ของผู้วิจัยพบว่า นักเรียนเหล่านี้ไม่ค่อยมีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน แยกตัว ขาดความรับผิดชอบต่อตนเอง มีความสับสนในชีวิต ท้อแท้เบื่อหน่ายต่อชีวิต รู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า ผู้วิจัยจึงได้ให้นักเรียนตอบแบบวัดความมุ่งหวังในชีวิตของอรัญญา ดุ้ยคำภีร์ (2536 : ภาคผนวก ข) พบว่านักเรียนร้อยละ 80.07 มีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตต่ำ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนาความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนในศูนย์เมอร์ซี่

วิธีการพัฒนาคุณลักษณะต่างๆของนักเรียนนั้นมีหลายวิธี เช่น การให้คำปรึกษา กิจกรรมกลุ่ม การแนะแนวเป็นกลุ่ม สำหรับการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยประสงค์จะใช้วิธีการให้คำปรึกษาและกิจกรรมกลุ่ม ซึ่งแต่ละวิธีมีรายละเอียดดังนี้

การให้คำปรึกษานั้นประกอบด้วยทฤษฎีต่างๆ แต่ละทฤษฎีจะมีจุดมุ่งหมายแตกต่างกันไป การเลือกใช้ทฤษฎีใดนั้นควรให้สอดคล้องกับลักษณะปัญหาของผู้รับคำปรึกษา สำหรับการให้คำปรึกษาแบบภวนิยม (Existential Counseling) ของวิกเตอร์ แฟรงคิล (Victor Frankl) นั้นแนวคิดพื้นฐานของทฤษฎีจะเกี่ยวข้องกับการหาความหมายในชีวิต เสรีภาพ ความรับผิดชอบต่อช่วยเหลือบุคคลที่ประสบภาวะวิกฤตในชีวิต เช่น รู้สึกว่าตนถูกคุกคาม ไม่มีเสรีภาพ ไม่มีอนาคต รู้สึกถูกจำกัดจากสิ่งแวดล้อมและบุคคลอื่น ขาดการตระหนักในคุณค่าของตนเองและการดำรงอยู่ (Exist) ของตน หลีกเลี่ยงความรับผิดชอบ ดำเนินชีวิตอย่างไร้จุดหมาย สิ้นหวังท้อแท้ ไม่เห็นคุณค่าของการดำรงอยู่ มีชีวิตอยู่อย่างไร

ความหมายหรือไม่มีความมุ่งหวังในชีวิต ส่วนกระบวนการการให้คำปรึกษาของทฤษฎีนี้จะช่วยให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการแสวงหาความมุ่งหวังในชีวิต แม้ว่าตนเองจะประสบปัญหามากมายเพียงใดก็ตาม ไม่ยึดติดกับการพึ่งพิง มีความพึงพอใจในชีวิตทั้งที่ตัวเองถูกทอดทิ้ง ไม่เป็นที่ยึดต้องการของบุคคลอื่น สามารถที่จะเผชิญกับอุปสรรคที่เกิดขึ้น เพื่อให้เขารู้ว่าเขาคือใคร เขามีชีวิตอยู่ได้อย่างไร และจะดำเนินชีวิตอยู่อย่างไร และมีความมุ่งหวังในชีวิตต่อไป

ส่วนกิจกรรมกลุ่มนั้นทศนา แคมมณี (2522 : 9) กล่าวว่า เป็นวิธีที่สามารถจะพัฒนาคุณลักษณะต่างๆ ของนักเรียนได้ ทั้งนี้เพราะว่ากิจกรรมกลุ่มเป็นวิธีที่ให้นักเรียนเรียนรู้สิ่งต่างๆ นักเรียนเป็นผู้เข้าร่วมกิจกรรมด้วยตนเองจึงเกิดการเรียนรู้ และใช้วิธีวิเคราะห์พฤติกรรมของนักเรียนในขณะทำกิจกรรมกลุ่ม

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยมีความประสงค์จะพัฒนาความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยศึกษาเปรียบเทียบวิธีการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีภูวนิยม และการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของศูนย์เมอร์ซี กรุงเทพมหานคร

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
2. เพื่อเปรียบเทียบความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. เพื่อเปรียบเทียบความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มกับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีความมุ่งหวังในชีวิตดีขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม
2. นักเรียนมีความมุ่งหวังในชีวิตดีขึ้น หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มกับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความมุ่งหวังในชีวิตแตกต่างกัน

ความสำคัญของการวิจัย

ผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ จะช่วยให้ทราบถึงการเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษากลุ่มกับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความมุ่งหวังในชีวิต ของนักเรียนวัยรุ่นในศูนย์เมอร์ซี และผู้วิจัยคาดว่าจะจะเป็นแนวทางสำหรับเจ้าหน้าที่ หรืออาสาสมัครที่มีความชำนาญในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและมีความชำนาญด้านกิจกรรมกลุ่ม นำไปพัฒนาความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนวัยรุ่นในศูนย์เมอร์ซีต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของศูนย์เมอร์ซี กรุงเทพมหานคร จำนวน 39 คน ที่มีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตต่ำ

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของศูนย์เมอร์ซี กรุงเทพมหานคร ที่มีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตต่ำ จำนวน 16 คน ที่ได้มาจากการคัดเลือกจากประชากรที่สมัครใจเข้าร่วมทดลอง แล้วสุ่มอย่างง่าย(Simple Random Sampling) เป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรอิสระ ได้แก่ วิธีการพัฒนาความมุ่งหวังในชีวิต แบ่งเป็น 2 วิธี

- (1) การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
- (2) กิจกรรมกลุ่ม

ตัวแปรตาม ได้แก่ ความมุ่งหวังในชีวิต

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม หมายถึง วิธีการที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ความช่วยเหลือแก่นักเรียนเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีภูวนิยม เพื่อพัฒนาความมุ่งหวังในชีวิต โดยมีลำดับขั้นตอนในการให้คำปรึกษาดังนี้

1.1 ขั้นเริ่มต้นให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่มและสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับนักเรียน เพื่อให้นักเรียนเกิดความคุ้นเคย ไว้วางใจ เข้าใจ ยอมรับผู้ให้คำปรึกษา และยอมรับซึ่งกันและกัน นักเรียนแต่ละคนพร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการพัฒนาความมุ่งหวังในชีวิต

1.2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคในการให้คำปรึกษา เพื่อช่วยเหลือนักเรียนในกลุ่ม ในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ตลอดจนอภิปรายร่วมกันเพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการพัฒนาความมุ่งหวังในชีวิต โดย

1.2.1 ทำความเข้าใจกับประสบการณ์ของนักเรียนในกลุ่ม โดยการสัมภาษณ์ประวัติของนักเรียน

1.2.2 ช่วยให้นักเรียนในกลุ่มได้รับรู้และตระหนักถึงความมีอยู่ของตน

1.2.3 ช่วยให้นักเรียนในกลุ่มค้นหาความหมายในการมีอยู่ แสวงหาเป้าหมายในชีวิต

1.2.4 ช่วยให้นักเรียนในกลุ่มได้รับรู้และให้เสรีภาพของตนอย่างเต็มที่

1.2.5 ช่วยให้นักเรียนในกลุ่มสามารถตัดสินใจเลือกสิ่งที่มีคุณค่าต่อตน

1.2.6 ช่วยให้นักเรียนในกลุ่มมีความรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเลือกและต่อการกระทำของตนเอง

1.2.7 ช่วยให้นักเรียนในกลุ่มมีความเชื่อมั่นในการตัดสินใจและมุ่งมั่นที่จะนำตนเองสู่จุดมุ่งหมายที่ตนเลือก

1.3 ขั้นตอนการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่นักเรียนในกลุ่มได้เรียนรู้ เกี่ยวกับการพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิต ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนแต่ละคนสรุปผลของการให้คำปรึกษา และเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม หลังจากนั้นผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม

วิธีการนี้ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 1

2. กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง กิจกรรมที่นักเรียนมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน เพื่อเรียนรู้สิ่งต่างๆ ด้วยกัน ร่วมกันแก้ไขปัญหาและป้องกันปัญหาที่ประสบในกลุ่ม ตลอดจนแสดงความคิดเห็นร่วมกันและสรุปถึงประโยชน์ที่ได้รับจากกิจกรรมนั้นเพื่อนำไปพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิต สำหรับเนื้อหาของกิจกรรมกลุ่มนั้นเป็นเนื้อหาเกี่ยวกับความมุ่งมั่นในชีวิต และใช้เทคนิคต่างๆ ได้แก่ เกม บทบาทสมมติ กรณีตัวอย่าง ซึ่งผู้วิจัยเลือกใช้เทคนิคใดเทคนิคหนึ่งหรือหลายๆ เทคนิคให้เหมาะสมกับกิจกรรมแต่ละครั้ง ซึ่งประกอบด้วย 4 ขั้นตอนดังนี้

2.1 ขั้นมีส่วนร่วม ให้นักเรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมที่จะพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิต โดยให้นักเรียนเข้ามามีส่วนร่วม มีบทบาทในกิจกรรมในฐานะสมาชิกของกลุ่ม

2.2 ขั้นวิเคราะห์ ให้นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ประสบการณ์จากการมีส่วนร่วมในการเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อให้นักเรียนมีความรู้อย่างกว้างขวาง และสามารถประเมินความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ตลอดจนช่วยให้นักเรียนรู้จักตนเองดีขึ้น สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง

2.3 ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ ให้นักเรียนรวบรวมแนวความคิดที่ได้จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับสมาชิกกลุ่มมาสรุปเป็นหลักการของตนเอง แล้วนำหลักการนั้นไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิต

2.4 ขั้นประเมินผล ให้นักเรียนร่วมกันประเมินผลจากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม โดยการอภิปรายและให้ข้อเสนอแนะ

วิธีการนี้ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 2

3. ความมุ่งมั่นในชีวิต (Purpose in Life) หมายถึง ความคิดความรู้สึกของนักเรียนที่ตั้งใจว่าจะประสบสิ่งที่คาดหวังไว้ในชีวิต ความมุ่งมั่นในชีวิตครอบคลุมเรื่องต่างๆ ต่อไปนี้

3.1 ความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง (Capacity of self – awareness) หมายถึง ความสามารถที่จะเข้าใจความรู้สึกของตนเองและสิ่งแวดล้อม ตามสภาพเป็นอยู่ในปัจจุบัน

3.2 การมีเสรีภาพและความรับผิดชอบ (Freedom and responsibility) หมายถึง การมีเสรีที่จะเลือกและตัดสินใจต่อสถานการณ์ต่างๆ และพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการกระทำและผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง

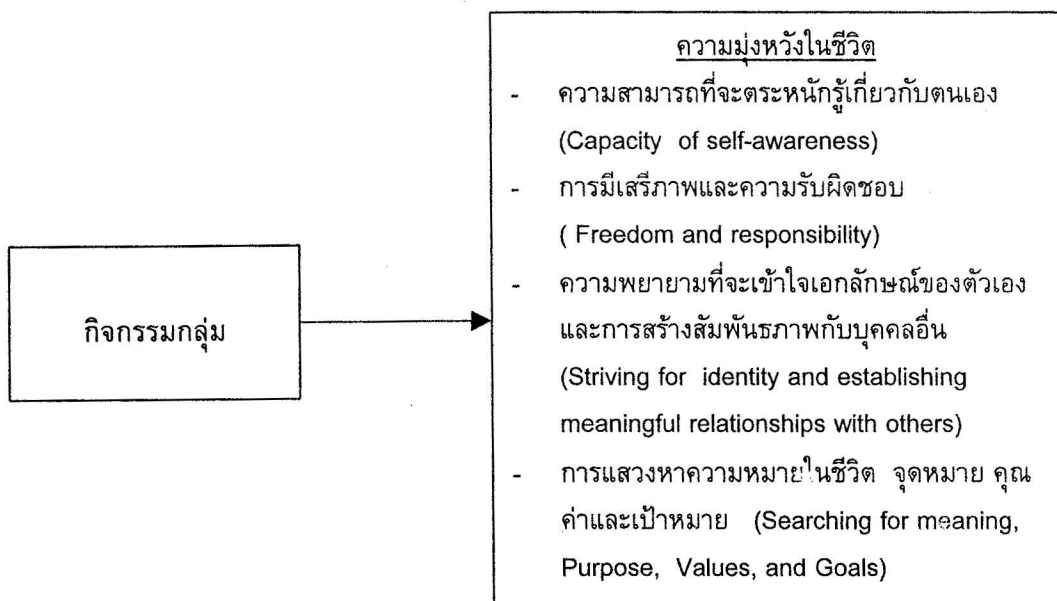
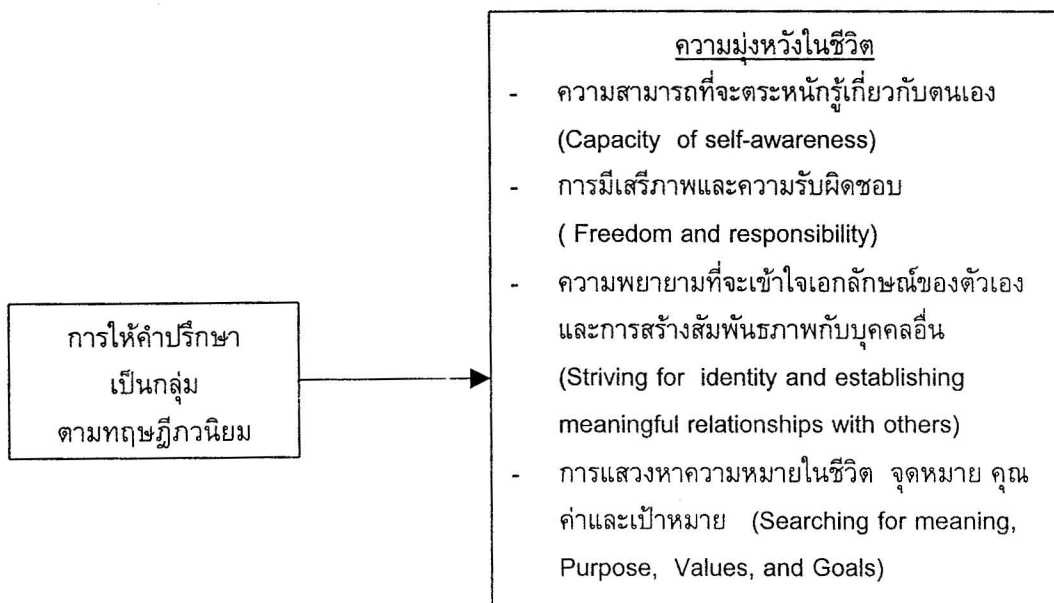
3.3 ความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตัวเองและการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น

(Striving for identity and establishing meaningful relationships with others) หมายถึง ความคิดความรู้สึกที่จะเข้าใจความเป็นตัวของตัวเอง ดำรงชีวิตตามความรู้สึกของตนเอง ไม่ดำรงชีวิตตามความคาดหวังของบุคคลอื่น และสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น

3.4 การแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย (Searching for meaning, Purpose, Values, and Goals) หมายถึง ความคิดความรู้สึกที่จะค้นหาความหมายในชีวิต มีจุดมุ่งหมายในชีวิต เห็นคุณค่าการกระทำของตนเอง และมีเป้าหมายในชีวิตของตนเอง

4. นักเรียนวัยรุ่น หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของศูนย์ เมอร์ซี่ กรุงเทพมหานคร

กรอบแนวคิดในการวิจัย



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาและความมุ่งหวังในชีวิต ดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา
 - 1.2 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่ม
 - 1.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่ม
 - 1.4 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบทวินิยม
 - 1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบทวินิยม
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม
 - 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม
 - 2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมุ่งหวังในชีวิต
 - 3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความมุ่งหวังในชีวิต
 - 3.1.1 ความหมายของความมุ่งหวังในชีวิต
 - 3.1.2 ความสำคัญของความมุ่งหวังในชีวิต
 - 3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมุ่งหวังในชีวิต
 - 3.2.1 งานวิจัยในประเทศ
 - 3.2.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา

1.1.1 ความหมายของการให้คำปรึกษา

โรเจอร์ (Rogers. 1942 : 3) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการที่มีการติดต่อสัมพันธ์กันระหว่างบุคคล โดยบุคคลหนึ่งได้รับการช่วยเหลือจากอีกบุคคลหนึ่งเพื่อเปลี่ยนเจตคติ และพฤติกรรมต่างๆของเขา

วิลเลียมสัน (Williamson. 1949 : 192) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นการพบกันระหว่างบุคคลสองคน โดยบุคคลหนึ่งได้รับการฝึกฝนทักษะหรือความเชื่อมั่นความไว้วางใจที่พึงมอบให้กับอีกบุคคลหนึ่ง ซึ่งต้องการความช่วยเหลือ บุคคลแรกจะช่วยให้บุคคลที่สองสามารถเผชิญ รับรู้ เกิดความรู้สึกกระจ่างในการแก้ไข และตัดสินใจในปัญหาการปรับตัว

โครว์ และโครว์ (Crow and Crow. 1962 : 164) กล่าวว่า การให้คำปรึกษา หมายถึง การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักและเข้าใจตนเอง ทำให้สมาชิกตัดสินใจและแก้ปัญหาของตนเองได้

อัมพา โชติเสถียร (2514 : 16) ได้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาไว้ว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการโต้ตอบกันระหว่างบุคคลสองคน ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลสองคนที่เกิดจากปฏิกริยาโต้ตอบกันนี้จะช่วยให้บุคคลที่มีความยุ่งยากทางจิตใจเกิดความเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อมอย่างแจ่มแจ้งจนทำให้เขาสามารถเลือกและตัดสินใจดำเนินการตามเป้าหมายของเขาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

จำเนียร ช่วงโชติ และ นวลศิริ เปาโรหิตย์ (2521 : 15-16) ได้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาไว้ว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการที่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันระหว่างบุคคล คือ ผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษา โดยผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ที่ได้รับการฝึกฝนมาโดยเฉพาะ สัมพันธภาพที่มีขึ้นเป็นสัมพันธภาพของความช่วยเหลือ มีความร่วมมือเข้าใจกัน มีการยกย่องนับถือกัน ทั้งนี้เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้รู้จักตนเอง ยอมรับตนเองและรับรู้โลกถูกต้องยิ่งขึ้น จนสามารถนำไปสู่การเลือกและการตัดสินใจอย่างฉลาด และนำไปสู่การพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 1) ได้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาไว้ว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการที่แสดงถึงมนุษยสัมพันธ์ที่ละเอียดอ่อนระหว่างบุคคล โดยที่บุคคลหนึ่งทำหน้าที่ให้คำปรึกษาแก่อีกบุคคลหนึ่ง คือ ผู้มาขอรับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ที่ได้รับการศึกษา มีประสบการณ์ ความรู้ความสามารถในทางการให้คำปรึกษาและทางจิตวิทยา สามารถให้ความช่วยเหลือและให้คำปรึกษาแก่ผู้มาขอรับคำปรึกษา เพื่อให้บุคคลที่มาขอรับคำปรึกษาเข้าใจปัญหาหรือเรื่องราวที่มาปรึกษา สามารถใช้พลังปัญหาและความสามารถของตนเองในการตัดสินใจที่จะเลือกกระทำอย่างใดอย่างหนึ่ง ในวิถีทางที่เหมาะสมที่เขาปรารถนา และในที่สุดบุคคลที่มาขอรับคำปรึกษาจะสามารถป้องกันปัญหา แก้ปัญหาและพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสมที่สุด

วัฒนา พัทธวนิช (2531 : 152) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาหมายถึง กระบวนการสำคัญที่จะช่วยให้ผู้ประสบปัญหาสามารถแก้ไขปัญหได้ด้วยตนเอง รู้จักและเข้าใจตนเองเป็นอย่างดีสามารถเป็นผู้นำแห่งตนได้ และสามารถวางแนวทางชีวิตในอนาคตได้ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

ไวยัย (วัชร ทรัพย์มี. 2533 : 6) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการของการให้ความช่วยเหลือบุคคลปกติ ให้สามารถบรรลุวัตถุประสงค์หรือสามารถปฏิบัติตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

วัชร ทรัพย์มี (2533 : 5) ได้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาไว้ว่า เป็นกระบวนการของสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาซึ่งเป็นนักวิชาชีพที่ได้รับการฝึกอบรมกับผู้รับคำปรึกษาซึ่งต้องการความช่วยเหลือเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น และเข้าใจสิ่งแวดล้อมเพิ่มขึ้น ได้ปรับปรุงทักษะในการตัดสินใจและทักษะในการแก้ปัญหา ตลอดทั้งปรับปรุงความสามารถในการที่จะทำใหตนเองพัฒนาขึ้น

ทิพวรรณ กิตติพร (2536 : 2) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการช่วยเหลือของผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งเป็นผู้มีคุณลักษณะและบุคลิกภาพ ตลอดจนมีเจตคติและค่านิยมที่เหมาะสม นอกจากนี้ ยังเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถในเชิงวิชาชีพ และสามารถให้ความช่วยเหลือแก่คนปกติที่มีปัญหาความคับข้องใจ ความขัดแย้ง ความไม่สบายใจได้ในการให้คำปรึกษานั้นผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสำรวจตนเองเพื่อจักได้เข้าใจตนเองมากขึ้น และสามารถแก้ไขปัญหาดัง ๑ ของตนเอง รวมทั้งจัดการกับความคับข้องใจ

ความขัดแย้ง ความไม่สบายใจ ฯลฯ จนกระทั่งเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงปรารถนาอันจะนำไปสู่การเจริญงอกงามส่วนบุคคล สามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ

จากความหมายของการให้คำปรึกษาดังกล่าวสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการของความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา โดยผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถในเชิงวิชาชีพ มีประสบการณ์ สามารถให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษาเพื่อให้เขาเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม สามารถตัดสินใจและแก้ปัญหา ตลอดจนสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสม

1.1.2 ปรัชญาของการให้คำปรึกษา

ในการให้คำปรึกษานั้นมีปรัชญาที่ยึดถือเป็นพื้นฐานดังนี้ (MacGowan and Schmidt. 1962 : 95-96)

1. การให้คำปรึกษาควรตั้งอยู่บนพื้นฐานที่ยอมรับความมีค่าและศักดิ์ศรีของแต่ละบุคคลและยึดหลักว่าทุกคนควรได้รับความช่วยเหลือในเรื่องส่วนตัวหากเขาต้องการ
2. การให้คำปรึกษาควรให้ความสนใจในตัวผู้รับคำปรึกษา โดยยึดหลักพัฒนาคนให้เจริญถึงขั้นสูงสุดของศักยภาพของคน ๆ นั้น ช่วยให้แต่ละคนได้นำพลังความสามารถที่ตนมีอยู่ออกมาใช้ให้เป็นประโยชน์ทั้งต่อตนเองและต่อสังคมตามที่แต่ละคนต้องการ
3. การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการต่อเนื่อง เป็นกระบวนการทางการศึกษา ฉะนั้นจึงเสมือนส่วนหนึ่งที่สำคัญในการบริหารการศึกษา
4. การให้คำปรึกษารับผิดชอบทั้งต่อสังคมและส่วนบุคคล
5. การให้คำปรึกษายอมรับและเคารพในสิทธิของทุกคน ในการที่จะยอมรับหรือปฏิเสธความช่วยเหลือที่บริการแนะนำเสนอให้
6. การให้คำปรึกษาจัดขึ้นด้วยความร่วมมือของผู้ร่วมงานไม่ใช่การบังคับ
7. การให้คำปรึกษาให้ความช่วยเหลือคนให้ฉลาด การตัดสินใจเลือกในการวางแผนการตีความหมายและปรับตัวให้เข้ากับสภาพชีวิต
8. การให้คำปรึกษา มีความจำเป็นต้องศึกษาและเข้าใจสภาพทางวัฒนธรรมของแต่ละบุคคลให้ลึกซึ้ง และควรเข้าใจบุคคลนั้น ๆ ให้ดีเสียก่อนจึงให้ความช่วยเหลือ
9. การให้คำปรึกษา ควรจะอยู่ในความรับผิดชอบ หรือดำเนินงานโดยบุคคลที่รักการทำงาน กับทั้งได้รับการฝึกและเรียนรู้วิชาการที่สำคัญเกี่ยวกับการแนะแนวและการให้คำปรึกษา
10. การให้คำปรึกษา ควรมุ่งจุดสนใจไปที่การช่วยให้เอ็กต์บุคคลตระหนักในความเป็นตัวของตัวเอง และเข้าใจตนเองให้มากที่สุด มิใช่มุ่งที่จะแก้ไขปัญหาก็เผชิญอยู่
11. การให้คำปรึกษา ควรมีการติดตามผล วัตถุประสงค์ตามวิชาการเพื่อการปรับปรุงการให้คำปรึกษาให้มีผลดีที่สุดที่พึงเป็นไปได้

1.1.3 ขอบข่ายการบริการให้คำปรึกษา

ทองเรียน อมรัชกุล (2524 : 19) ได้จำแนกขอบข่ายการให้คำปรึกษาออกเป็น 3 ประเภทที่สำคัญคือ

1. บริการให้คำปรึกษาด้านการศึกษา
2. บริการให้คำปรึกษาด้านอาชีพ
3. บริการให้คำปรึกษาด้านส่วนตัวและสังคม

1.1.4 เทคนิคในการให้คำปรึกษา

ผู้ที่ให้คำปรึกษาจะต้องเรียนรู้เทคนิคในการให้คำปรึกษาเพื่อที่จะนำไปใช้เป็นหลักในกระบวนการให้คำปรึกษานักคิดที่มาขอรับคำปรึกษาซึ่งการเรียนรู้เทคนิคต่าง ๆ นั้นจะช่วยในกระบวนการให้คำปรึกษาดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ แต่อย่างไรก็ตามเทคนิคของการให้คำปรึกษาแต่ละเทคนิคก็จะมีขอบเขตที่จะนำไปใช้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมว่าจะใช้ได้อย่างไรบ้างซึ่งเทคนิคที่สำคัญมีดังนี้คือ (สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย. 2527 : 27-34)

1. การนำเข้าสู่การสนทนา

1.1 การเริ่มต้นให้คำปรึกษา การเริ่มต้นให้คำปรึกษาจำเป็นต้องอาศัยทักษะในการนำหรือการเริ่มสนทนา ซึ่งบรรยากาศเริ่มต้นควรมีความอบอุ่นและเป็นกันเอง

1.2 การนำให้เข้าสู่การสนทนาโดยตรง เป็นการกระตุ้นให้การสนทนาดำเนินต่อไปและช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ขยายความเรื่องราวที่กำลังสนทนาให้ชัดเจนขึ้นเพื่อการเข้าใจเรื่องถึงเรื่องที่กำลังพูดอยู่

1.3 การนำการสนทนาให้เข้าประเด็น เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาทราบประเด็นที่กำลังคุยกันได้แน่ชัด และมองปัญหานั้นเจาะจงไปอีกด้วย

1.4 การตั้งคำถาม เพื่อให้ข้อมูลในด้านต่าง ๆ เพิ่มเติมและเป็นการช่วยให้ผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจปัญหาและตัวผู้รับคำปรึกษาได้ดียิ่งขึ้น

2. การฟัง

2.1 การแสดงความเอาใจใส่ ผู้ให้คำปรึกษาแสดงความเอาใจใส่ต่อผู้รับคำปรึกษาโดยการสบตา พยักหน้าเล็กน้อยในขณะที่ฟังหรือพูดเสริมขึ้นภายหลังจากที่ผู้รับคำปรึกษา พูดจบและมีลักษณะท่าทางในการนั่งที่โน้มตัวไปข้างหน้าพอสมควร

2.2 การเงี่ยบ จะใช้ภายหลังจากที่ผู้ให้คำปรึกษาป้อนคำถามให้ผู้รับคำปรึกษากำลังคิดว่าจะตอบปัญหาหรือไม่ หรือจะตอบปัญหาอย่างไร

2.3 การทบทวนประโยค เป็นการพูดซ้ำประโยคที่ผู้รับคำปรึกษาพูดมา แต่ใช้ถ้อยคำนอกลองขณะเดียวกันก็ยังคงความหมายเดิมอยู่ ทั้งนี้เพื่อบอกให้ผู้รับคำปรึกษาทราบว่าผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจเรื่องราวที่ผู้รับคำปรึกษาพูดมา และยังติดตามรับฟังอยู่

2.4 การทำความเข้าใจกระจางชัด เป็นการพูดถึงสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษาพูดโดยไม่เปลี่ยนเนื้อหาของคำพูดนั้น เพื่อให้ผู้รับฟังคำปรึกษามีโอกาสเห็นว่าผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจและทำให้เกิดความรู้สึกแจ่มแจ้งในเรื่องที่กำลังพูดกันอยู่

2.5 การสอบซัก ใช้เฉพาะกรณีที่ผู้รับคำปรึกษาพยายามเลี่ยงที่จะกล่าวถึงจุดสำคัญของปัญหาอยู่ตลอดเวลา โดยใช้คำถามป้อนต่าง ๆ เพื่อดึงเอาคำตอบออกมา

3. การให้ข้อมูล

3.1 การแนะนำ เป็นการเสนอความคิดหรือแก้ไขปัญหามาแบบอ้อม ๆ เพื่อจูงใจให้ผู้รับคำปรึกษาคิดแก้ไขปัญหา

3.2 การให้ข้อมูล เป็นการให้ข้อมูลรายละเอียดที่เป็นจริงและเชื่อถือได้

4. การสะท้อนความรู้สึก เป็นการเอาข้อความและนำเอาข้อความและคำพูดของผู้รับคำปรึกษามาตีความหมายและพูดออกมาในเชิงความรู้สึกที่แฝงอยู่ในเนื้อหานั้น

5. การตีความ เพื่อช่วยให้เกิดความเข้าใจแจ่มแจ้งขึ้นในสิ่งที่กล่าวไป

6. การสรุป เป็นการรวบรวมสิ่งที่พูดกันระหว่างให้คำปรึกษาให้เป็นประโยคเดียวโดยครอบคลุมเรื่องต่าง ๆ

7. การเผชิญหน้า เป็นการที่ผู้ให้คำปรึกษาจะบอกถึงความรู้สึกและความคิดเห็นของตนเองต่อผู้รับคำปรึกษาอย่างตรงไปตรงมา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจความรู้สึกตลอดจนพฤติกรรมของตนเองให้ถูกต้องตามความเป็นจริงมากขึ้น

8. การสนับสนุนให้กำลังใจ

8.1 การแสดงความเห็นชอบ โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้คำพูดหรือกิริยาท่าทางที่จะแสดงให้ผู้รับคำปรึกษารู้ว่าเห็นชอบด้วยกับวิธีการของผู้รับคำปรึกษา ซึ่งเป็นการให้กำลังใจ

8.2 การให้ความมั่นใจ เมื่อผู้รับคำปรึกษาแสดงทัศนะหรือโครงการที่ถูกต้องต่อผู้ให้คำปรึกษา

9. การตกลงใจร่วมกันและการยืนยันในข้อตกลง ถึงแผนการและรูปแบบที่จะปฏิบัติร่วมกันเพื่อการรับผิดชอบในข้อตกลงนั้น

10. การท้าทาย เพื่อกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาใช้ความตั้งใจมากขึ้นในการแก้ปัญหาซึ่งจะใช้เป็นบางครั้ง

11. การไม่ยอมรับ ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้การไม่ยอมรับต่อเมื่อเห็นว่าผู้รับคำปรึกษาแสดงความคิดเห็นที่ผิดไปจากความเป็นจริงหรือเพ้อฝันมากเกินไป ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาจะแสดงความไม่ยอมรับ เพื่อดึงให้ผู้รับคำปรึกษาเปลี่ยนแปลงแนวความคิดใหม่ให้เหมาะสมขึ้น

นอกจากเทคนิคดังกล่าวแล้ว ในการให้คำปรึกษาเพื่อให้ความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาดำเนินไปด้วยดีนั้น ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องใช้เทคนิคการสังเกตเพื่อสังเกตพฤติกรรมที่แสดงออกของผู้รับคำปรึกษา เพราะจากการสังเกตผู้รับคำปรึกษานั้นจะทำให้ทราบถึงเบื้องหลังปัญหาที่ผู้รับคำปรึกษาเล่าให้ฟังนั้น มีอารมณ์และความรู้สึกอย่างไร ดังนั้นการสังเกตจึงเป็นเทคนิคในการให้คำปรึกษาอย่างหนึ่ง (สุธีรพันธ์ กรลักษณ์. 2518 : 76)

1.2 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่ม

1.2.1 ความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม

มาห์เลอร์ (Mahler. 1969 : 9-10) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นวิธีการให้คำปรึกษาที่เน้นความสัมพันธ์ของสมาชิกที่มีต่อกันตลอดเวลา โดยที่สมาชิกในกลุ่มจะทำงานร่วมกับผู้ให้คำปรึกษาที่ได้รับการฝึกฝนมาแล้ว โดยการร่วมกันสำรวจปัญหาความรู้สึก และความคิดเห็นของกันและกันเพื่อหาทางแก้ไขปรับปรุงในการพัฒนาตนเอง

กอร์ส และบราวน์ (Gawrys and Brown. 1970 : 21) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นการสร้างกระบวนการเพื่อให้เกิดบรรยากาศแห่งการยอมรับความอบอุ่น ความไว้วางใจ และเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มได้ทดลอง ตรวจสอบและเลือก

เชอร์ทเซอร์ และสโตน (Shertzer and Stone. 1971 : 448-449) ได้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่า หมายถึง การที่บุคคลที่มีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเองในด้านใดด้านหนึ่งหรือต้องการที่จะแก้ไขปัญหาร่วมกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วยสมาชิกในกลุ่มจะมีโอกาสแสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของตนเองทั้งยังได้รับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่นและได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีปัญหาเช่นกัน

แฮยเซน วอร์เนอร์ และสมิธ (Hansen, Warner and smith. 1976 : 6) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม คือ กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาสร้างสัมพันธภาพกับสมาชิกในกลุ่มเพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้สำรวจตนเองและสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับตน แล้วพยายามแก้ไขปรับปรุงทัศนคติ และพฤติกรรมของตนเองให้เป็นไปในทางที่ดีขึ้น

โฮลเซน (Ohlsen. 1977 : 30-31) ได้กล่าวถึงการให้คำปรึกษากลุ่มไว้ว่า เป็นวิธีการที่จะให้ความช่วยเหลือแก่บุคคลที่ปกติเพื่อให้ยอมรับปัญหาต่าง ๆ ของตนเองและพยายามแก้ไขปัญหานั้นก่อนที่จะกลายเป็นปัญหารุนแรง นอกจากนี้ สมาชิกในกลุ่มยังสามารถนำเอาความคิดที่ได้จากกลุ่มไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ การให้คำปรึกษากลุ่มจึงเป็นสัมพันธภาพพิเศษที่สมาชิกกลุ่มจะมีความรู้สึกปลอดภัยจนพร้อมจะอภิปรายในสิ่งที่เขากังวลใจและไม่สบายใจ และกำหนดพฤติกรรมใหม่ ๆ ที่พึงประสงค์ ตลอดจนฝึกทักษะในการมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นและการลงมือปฏิบัติในพฤติกรรมใหม่ ๆ

ทิพวรรณ กิตติพร (2535 : 5) ได้อธิบายถึงการให้คำปรึกษากลุ่มว่า มีจุดมุ่งหมายทั้งการป้องกันและการบำบัดรักษา และโดยทั่วไปจะเกี่ยวข้องกับการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม นอกจากนี้ ยังเป็นกระบวนการระหว่างบุคคลที่เน้นในเรื่องความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกิดขึ้น ซึ่งมักจะเป็นปัญหาของสมาชิกที่มีความปกติโดยไม่จำเป็นต้องเปลี่ยนโครงสร้างของบุคลิกภาพใหม่ แต่จะเป็นการพัฒนาตนเองจากการพยายามค้นหาศักยภาพและจุดเด่นที่มีอยู่ในตนเอง อย่างไรก็ตามสมาชิกอาจจะประสบปัญหาวิกฤตหรือความขัดแย้งและความสับสน ตลอดจนความพยายามที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาของตนเอง โดยที่กลุ่มจะแสดงความเห็นอกเห็นใจและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เป็นการสร้างบรรยากาศแห่งความไว้วางใจอันจะนำไปสู่การเปิดเผยถึงเรื่องราวและปัญหาต่าง ๆ ตลอดจนมีการสำรวจปัญหาร่วมกัน

วัชร ทรัพย์มี (2520 : 193) ได้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่า เป็นกระบวนการที่บุคคลซึ่งมีความต้องการตรงกัน ที่จะปรับปรุงตนเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรือต้องการจะแก้ไขปัญหาร่วมกัน มาปรึกษาหารือร่วมกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกในกลุ่มจะมีการแสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของแต่ละบุคคลเป็นการได้ระบายความรู้สึกขัดแย้งในใจ ได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอมรับ

ปราณี เถลิพล (2520 : 193) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มทำให้ผู้รับคำปรึกษามีความเจริญทางวุฒิภาวะสมบูรณ์ ยอมรับสภาพความเป็นจริงที่เขาเผชิญอยู่ปรับตัวให้เข้ากับบุคคลและสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดี ประสพการณ์ที่ได้จะทำให้เข้าใจตนเองและผู้อื่นดีขึ้น ทำให้เกิดการเรียนรู้ปฏิบัติ เพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทัศนคติและพฤติกรรมของตนเองที่ดีขึ้น

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2521 : 90) ได้สรุปความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มว่ามีลักษณะ 3 ประการ คือ

1. การใช้กลุ่มเพื่อแก้ไขปัญหา ข้อแตกต่างระหว่างการให้คำปรึกษารายบุคคลกับการให้คำปรึกษากลุ่มประการหนึ่ง คือ การให้คำปรึกษากลุ่มนั้นสมาชิกทุกคนที่มีปัญหานำปัญหามาอภิปราย และแสดงความคิดเห็นร่วมกันด้วยความเห็นอกเห็นใจกัน แต่การให้คำปรึกษารายบุคคลนั้นจะไม่ได้รับความคิดอย่างกว้างขวางผู้ที่มีปัญหาจะต้องใช้ความคิดมากในการแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง ดังนั้น อาจจะช่วยให้แก้ปัญหาได้ยากในบางกรณี

2. การให้คำปรึกษากลุ่มมุ่งช่วยเหลือปัญหาที่ปกติ เช่น การปรับตัวกับเพื่อน เพศตรงข้าม การเรียน การทำกิจกรรม เป็นต้น ความจริงแล้วการให้คำปรึกษาโดยทั่วไปก็เป็นการแก้ไขปัญหาคืออยู่แล้ว

และไม่เกี่ยวข้องกับการแก้ไขปัญหาโรคประสาท โรคจิต เพราะถือว่าไม่อยู่ในขอบเขตการให้ความช่วยเหลือได้โดยผู้ให้คำปรึกษา แต่ควรจะเป็นหน้าที่ของผู้เชี่ยวชาญ

3. การให้คำปรึกษากลุ่ม มุ่งจะช่วยเหลือสมาชิกที่มีสภาพปกติในที่นี้ หมายความว่า การให้คำปรึกษากลุ่มนี้จะไม่ครอบคลุมถึงผู้ที่มีความผิดปกติทางด้านจิตใจ (Mental Disorder) ถ้าหากสมาชิกคนใดก็ตามมีความผิดปกติเกิดขึ้น ก็ไม่ควรนำมาเป็นสมาชิกในกลุ่มที่จะแก้ไขปัญหาาร่วมกันเพราะอาจจะมี การรับรู้ มีความคิดทั้งหลายที่ผิดปกติไป การสื่อสารในกลุ่มก็จะมีปัญหา เนื่องจากพูดหรืออธิบายแล้วสมาชิกไม่สามารถเข้าใจร่วมกันได้

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 180) ได้กล่าวถึงความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มว่าเป็นกระบวนการของกลุ่มบุคคลที่มีปัญหาหรือมีความต้องการคล้าย ๆ กันมาปรึกษาหารือร่วมกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาซึ่งมีความสามารถ ประสิทธิภาพทางการให้คำปรึกษาคอยให้ความช่วยเหลือหรือร่วมให้คำปรึกษา

ชุดินันท์ แจ่มจรัส (2530 : 54) กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มเป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีความเจริญทางวุฒิภาวะ สามารถยอมรับสภาพความเป็นจริงที่เผชิญอยู่สามารถปรับตัวให้เข้ากับบุคคลและสภาพแวดล้อมรอบตัว และมีความรับผิดชอบในตนเอง

วัชร ทรัพย์มี (2533 : 271-272) ได้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มว่าเป็นกระบวนการที่บุคคลซึ่งมีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่งหรือต้องการจะแก้ปัญหาใดปัญหาหนึ่งร่วมกันมาปรึกษาหารือร่วมกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกในกลุ่มจะได้มีโอกาสแสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของแต่ละบุคคล ได้ระบายความคิด ความรู้สึกของตนเอง ได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอมรับตนเอง กล้าที่จะเผชิญปัญหา และได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเอง อีกทั้งเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มได้เสนอความคิดเห็นต่าง ๆ ซึ่งจะทำให้สมาชิกเกิดความภาคภูมิใจว่าตนเองสามารถให้ข้อคิดเห็นอันเป็นประโยชน์แก่กลุ่มได้

วรรณ พรมบุญ (2533 : 25-26) กล่าวถึง ลักษณะการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่า สมาชิกทุกคนมีปัญหาคล้ายคลึงกัน ปัญหานั้นมีความหมายต่อตัวสมาชิกเกิดขึ้นจริงกับสมาชิก ผู้ให้คำปรึกษาทำหน้าที่เป็นสมาชิกคนหนึ่งในกลุ่ม บางครั้งจะต้องเป็นผู้ให้รายละเอียด กระตุ้นให้เกิดการพูด ทำให้กลุ่มตื่นตัวและพร้อมที่จะแทรกเข้าไปตอนใดตอนหนึ่งเพื่อให้กลุ่มดำเนินไปได้ โดยบรรยากาศในกลุ่มอบอุ่นและปลอดภัย ทำให้สมาชิกได้แสดงความคิดเห็นอย่างจริงใจ และสมาชิกทุกคนคือผู้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

1.2.2 หลักการพื้นฐานการให้คำปรึกษากลุ่ม

วิญญู พูลศรี (2531 : 380-381) ได้กล่าวถึงหลักการพื้นฐานการให้คำปรึกษากลุ่ม ดังนี้

1. บุคคลทุกคนมีสิทธิในความรู้สึกของตนเอง คือ รู้สึกอย่างที่ตนเองรู้สึก ผู้ให้คำปรึกษาจะสนับสนุนให้สมาชิกแสดงความรู้สึกของตนเอง และช่วยให้แต่ละคนมีความเคารพในอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น และจะช่วยให้สมาชิกแต่ละคนรู้จักการแยกแยะระหว่างความรู้สึกที่ต้องการจะช่วยเหลือความรู้สึกที่ต้องการจะควบคุมพฤติกรรมของผู้อื่น

2. แต่ละคนจะต้องตัดสินใจว่าจะพัฒนาอะไรเกี่ยวกับตนด้วยตนเอง

3. บุคคลมุ่งที่จะแก้ปัญหาให้ตนเอง ไม่ใช่มุ่งแก้ปัญหาให้คนอื่น

4. การเปิดเผยตนเองช่วยให้การให้คำปรึกษามีประสิทธิภาพ ถ้าบุคคลใดไม่ป้องกันตนเองบุคคลนั้นก็พร้อมที่จะรับรู้ พร้อมที่จะเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะเกิดขึ้นได้ในบรรยากาศที่มีความไว้วางใจ มีความหวังดี มีความเข้าใจ และมีการยอมรับ แต่การเปิดเผยตนเองมากเกินไปก็จะแสดงให้เห็นถึง การช่วยตนเองไม่ได้

5. ในบรรยากาศของกลุ่มที่มีการยอมรับ มีความเข้าในต่อกันและกันจะเป็นแนวทางทำให้สมาชิก กล้าลงมือกระทำสิ่งต่างๆ ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ ๆ ของสมาชิกกลุ่มให้เกิดขึ้น

6. ในการเผชิญปัญหานั้น เมื่อถึงขั้นการแก้ปัญหาต้องมีวิธีเลือกทางแก้ไขปัญหาคำปรึกษาจะช่วยให้สมาชิกกลุ่มเห็นหนทางที่จะเลือกทางแบบต่าง ๆ เพื่อแก้ไขปัญหานั้น

7. ผู้ให้คำปรึกษาจะเชิญชวนให้สมาชิกแต่ละคนมีคำมั่นสัญญากับตนเองในการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ พร้อมกันนี้การให้การเสริมแรงจะถือว่าเป็นสิ่งจำเป็น

8. สมาชิกกลุ่มทุกคนต้องตระหนักว่า ประสบการณ์ทุกอย่างภายในกลุ่มเป็นสิ่งสำคัญมาก ที่จะก่อให้เกิดความสามารถในการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ใหม่ จากกลุ่มไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

1.2.3 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม

เคลแมน (Kelman. 1963 : 399-432) กล่าวถึง จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มดังนี้

1. ทำให้บุคคลไม่รู้สึกโดดเดี่ยว
2. ทำให้บุคคลรู้จักตนเองและยอมรับตนเอง
3. ช่วยให้ผู้คลุ้รู้จักปรับตัวและพัฒนาตนเอง
4. ทำให้เป็นตัวของตัวเองและกล้าแสดงความรู้สึกที่แท้จริง
5. ทำให้เกิดความรับผิดชอบในตนเอง และแก้ปัญหาของตนเอง
6. เป็นการฝึกทักษะในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น
7. ช่วยให้ผู้คลุ้เปลี่ยนเจตคติและพฤติกรรม
8. นำทักษะและแนวคิดที่ได้จากกลุ่มไปปรับปรุงตนเองในชีวิตประจำวัน

คอเรีย (Corey. 1985 :7) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม ดังนี้

1. เพื่อเรียนรู้ในการให้ความไว้วางใจต่อตนเองและผู้อื่น
2. เพื่อให้รู้จักตนเองได้ดีขึ้นและพัฒนาเอกลักษณ์ของตนเอง
3. เพื่อทราบถึงความต้องการและปัญหาของสมาชิกอื่น ๆ ที่คล้ายกัน
4. เพื่อเพิ่มพูนการยอมรับตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง การเคารพตนเองในการที่จะพัฒนาการรู้จักตนเองในแง่มุมใหม่ ๆ

5. เพื่อค้นหาทางเลือกต่าง ๆ ที่จะจัดการกับปัญหา เพื่อให้เกิดการพัฒนาตนเองและการแก้ไขความขัดแย้งที่เกิดขึ้น

6. เพื่อเพิ่มพูนความสามารถในการนำตนเอง ความเป็นตัวของตัวเอง และความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น

7. เพื่อเพิ่มการตระหนักรู้ในการเลือกต่าง ๆ ของตน และสามารถเลือกได้อย่างฉลาด
8. วางแผนอย่างเฉพาะเจาะจงที่จะลงมือปฏิบัติเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบางอย่างให้เหมาะสม และกำหนดข้อตกลงกับตนเองที่จะดำเนินการตามแผนนั้น ๆ ให้บรรลุวัตถุประสงค์
9. เพื่อเรียนรู้ทักษะในการเข้าสังคมให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น
10. เพื่อพัฒนาความไวในการรับรู้ต่อความต้องการและความรู้สึกของผู้อื่นมากขึ้น
11. เพื่อเรียนรู้ที่จะเผชิญหน้ากับผู้อื่นด้วยความเอาใจใส่ ความสนใจ ความบริสุทธิ์ใจ และความตรงไปตรงมา

12. เพื่อหลีกเลี่ยงจากการกระทำตามความคาดหวังของผู้อื่น และเรียนรู้ที่จะดำเนินชีวิตอยู่โดยการปฏิบัติตามความคาดหวังของตนเองมากยิ่งขึ้น

13. เพื่อสร้างความชัดเจนในค่านิยมของตนเอง และสามารถตัดสินใจได้ว่าค่านิยมนั้น ๆ เหมาะสมกับตนเองอย่างไร

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 180) ได้อธิบายถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม ดังนี้

1. เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคนรู้จักและเข้าใจตนเอง
2. เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคนพัฒนาการยอมรับตนเองและความรู้สึกที่ตนเองมีค่า
3. เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคนพัฒนาวิธีการต่าง ๆ ที่จะช่วยให้งานตามขั้นพัฒนาการของตนเองเป็นไปอย่างเหมาะสม

4. เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคนพัฒนาแนวทางการแก้ไขปัญหาของตนเองและสามารถจะตัดสินใจแก้ปัญหาที่ประสบได้อย่างมีประสิทธิภาพ

5. เพื่อให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคนพัฒนาความเข้าใจเกี่ยวกับความต้องการและความรู้สึกของบุคคลอื่น ตระหนักในบทบาทและความรับผิดชอบของตนเองในการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น และเรียนรู้ที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกภายในกลุ่ม

6. เพื่อเสริมสร้างสัมพันธภาพระหว่างมวลสมาชิกให้มีความรักใคร่ปรองดอง

จากจุดมุ่งหมายดังกล่าวข้างต้นพอสรุปได้ว่า เป็นการช่วยให้บุคคลรู้จักและเข้าใจตนเองมีสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น เรียนรู้ที่จะนำประสบการณ์ที่ได้จากกลุ่มไปเป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาและพัฒนาตนเอง ตลอดจนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงปรารถนาต่อตนเองและสังคม

1.2.4 ขั้นตอนของการให้คำปรึกษากลุ่ม

สุวรรณ ทองบัวงาม (2533 : 20) สรุปขั้นตอนให้คำปรึกษาไว้ 4 ขั้นตอน คือ

1. ขั้นการก่อตั้งกลุ่ม (The Involvement Stage) เป็นขั้นตอนของการชี้แจงวัตถุประสงค์ สร้างความคุ้นเคย การสร้างสัมพันธภาพ ตลอดจนการเริ่มต้นอภิปรายถึงความรู้สึกและพฤติกรรม มาห์เลอร์ ให้ข้อสังเกตว่า ไม่สามารถจะบอกได้ว่า วิธีใดดีที่สุด สำหรับการเริ่มดำเนินการของกลุ่ม หรือการให้สมาชิกได้มีส่วนร่วมในกลุ่ม เรื่องนี้ขึ้นอยู่กับความสามารถและประสบการณ์ของผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งในแต่ละกลุ่มจะมีลักษณะเฉพาะตัวบางกลุ่มใช้เวลาเพียงเล็กน้อย แต่บางกลุ่มต้องใช้เวลามาก โดยมากในระยะก่อตั้งกลุ่มนี้ สมาชิกในกลุ่มมักมีความรู้สึก ว่า ผู้ให้คำปรึกษาไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและมีแนวโน้มจะติดตามหรือทำตามที่ผู้ให้คำปรึกษาแนะนำ เวลาสำหรับให้สมาชิกในกลุ่มคุ้นเคยและไว้วางใจกันแตกต่างกันไป เพราะบางกลุ่มสมาชิกได้เคยรู้จักกันมาก่อนแล้ว ในระยะเริ่มแรกสมาชิกอาจไม่แน่ใจที่จะเปิดเผยตัวของเขาต่อกลุ่ม สัมพันธภาพยังอยู่ในขั้นผิวเผิน ต้องอาศัยเวลาที่จะพัฒนาความไว้วางใจในหมู่สมาชิก ผู้ให้คำปรึกษาไม่สามารถใช้วิธีบังคับหรือเร่งเวลาได้ต้องขึ้นอยู่กับพัฒนาการของกลุ่มเอง ขั้นการก่อตั้งนี้อาจต้องใช้เวลาให้คำปรึกษาหลายครั้งด้วยกัน

2. ขั้นการเปลี่ยนลักษณะของกลุ่ม (The Transition Stage) ในขั้นนี้ไม่สามารถแบ่งแยกจากขั้นการก่อตั้งกลุ่มได้โดยเด็ดขาด ขั้นนี้เป็นการเปลี่ยนจากกลุ่มสังคมธรรมดาเป็นกลุ่มที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อการช่วยเหลือ ในขั้นนี้สมาชิกในกลุ่มจะตระหนักว่า จุดมุ่งหมายของกลุ่ม คือ การพัฒนาสถานการณ์ที่จะก่อให้เกิดการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ไม่ใช่การพูดคุยกันแบบกลุ่มสังคมธรรมดา ในขั้นนี้สมาชิกในกลุ่มอาจเกิดการต่อต้านและวิตกกังวลได้ ผู้ให้คำปรึกษาต้องชี้แจงให้สมาชิกเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะของกลุ่มว่า แตกต่างจากกลุ่มสังคมทั่วไปอย่างไรจึงจะทำให้สมาชิกแต่ละคนกล้าที่จะอภิปรายปัญหาส่วนตัวของตนเองอย่างเปิดเผย ซึ่ง

จะก่อให้เกิดประโยชน์แก่สมาชิกทุกคนในกลุ่ม ดังนั้นขั้นนี้จะสมบูรณ์ก็ต่อเมื่อสมาชิกในกลุ่มเต็มใจที่จะเปิดเผยเรื่องราวของตนเองในกลุ่ม

3. ขั้นการดำเนินงาน (The Working Stage) ในขั้นนี้สมาชิกจะมีความเห็นเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ทุกคนเต็มใจที่จะร่วมกันอภิปราย แต่อาจเกิดจุดบกพร่องขึ้นได้ ถ้าสมาชิกเห็นการอภิปรายไปสู่ปัญหาทั่วไป หรือปัญหามายนอกแทนการพูดถึงปัญหาส่วนตัว ในขั้นนี้สมาชิกทุกคนควรสนใจอารมณ์และความรู้สึกของบุคคลมากกว่าการเน้นเนื้อหาของปัญหา สมาชิกอาจช่วยแก้ไขปัญหากลุ่ม คือ ให้สมาชิกได้เข้าใจปัญหาของตนเองอย่างแจ่มชัด และได้เรียนรู้วิธีที่มีประสิทธิภาพในการแก้ปัญหาด้วยตนเองจากกลุ่ม เพื่อจะได้หาวิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมต่อไป ในขั้นนี้สมาชิกจะได้มีโอกาสสำรวจตนเองและได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน หน้าที่หลักของผู้ให้คำปรึกษา คือ เป็นผู้สรุปและอำนวยความสะดวกให้กลุ่มดำเนินไปตามเป้าหมาย

4. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา (The Ending Stage) การยุติการให้คำปรึกษากลุ่มขึ้นอยู่กับสมาชิกในกลุ่มพิจารณากันเอง การยุติสัมพันธภาพอันใกล้ชิดนี้เป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึก สมาชิกบางคนอาจต้องการให้กลุ่มดำเนินต่อไป

ทองเรียน อมรัชกุล (2520 : 106) กล่าวว่า ปัญหาที่พบในขั้นยุติการให้คำปรึกษา คือ สมาชิกในกลุ่มเกิดความสัมพันธ์กันอย่างลึกซึ้ง และมักไม่ยอมแยกจากกลุ่ม เพราะสมาชิกได้ใช้เป็นที่จะบายความรู้สึกในแง่ ความเกลียด ความโกรธ ความไม่แน่ใจและอื่น ๆ แต่อย่างไรก็ตามกลุ่มจะต้องมีการสิ้นสุดลงในเวลาใดเวลาหนึ่ง และสมาชิกควรเป็นตัวของตัวเองพอที่จะแยกออกจากกลุ่มได้ และไม่รู้สึกลึกซึ้งที่ยังแก้ปัญหาไม่ได้ ถ้าสมาชิกกลายเป็นบุคคลที่พึ่งผู้อื่นมากเกินไป การให้คำปรึกษากลุ่มก็ไม่ได้ประโยชน์เท่าที่ควร นอกจากนี้ มาร์เลอร์ (Mahler. N.d.) ให้ข้อสังเกตว่า จากประสบการณ์ที่สมาชิกได้รับจากกลุ่ม สมาชิกได้เรียนรู้วิธีการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลต่าง ๆ ที่ผ่านมาในช่วงชีวิตของเขาด้วย

ทองเรียน อมรัชกุล (2520 : 113-120) ได้กล่าวถึงขั้นตอนของการให้คำปรึกษากลุ่มไว้ 4 ขั้นตอน คือ

1. ขั้นริเริ่มการให้คำปรึกษา (The Involvement Stage) ในขั้นนี้สมาชิกที่เข้ากลุ่มยังไม่กล้าเปิดเผย เพราะยังไม่ไว้วางใจในกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องชี้แจงวัตถุประสงค์และสร้างสัมพันธภาพที่ดีให้เกิดขึ้นในกลุ่ม ซึ่งจะต้องให้เวลาแก่สมาชิกพอสมควร ในขั้นนี้อาจจะต้องใช้การให้คำปรึกษาหลายครั้งด้วยกัน

2. ขั้นหัวเลี้ยวหัวต่อ (The Transition Stage) ในขั้นนี้เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาขึ้นบ้าง สมาชิกเริ่มรู้สึกไว้วางใจกันแต่ก็ยังมีความตึงเครียด วิตกกังวล และเกิดการต่อต้าน ผู้ให้คำปรึกษาต้องพยายามชี้แจงให้สมาชิกได้กล้าที่จะอภิปรายปัญหาของตนเองอย่างเปิดเผย

3. ขั้นปฏิบัติการ (The Working Stage) ในขั้นนี้สมาชิกในกลุ่มจะมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน เต็มใจเปิดเผยเรื่องราวของตนเอง อภิปรายปัญหาตามความจริงร่วมกันแก้ไขปัญห และพร้อมจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

4. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา (The Ending Stage) เมื่อสมาชิกเข้าใจปัญหาอย่างชัดเจนเป็นตัวของตัวเอง รู้จักวิธีแก้ปัญหาและนำความคิดและประสบการณ์ไปใช้ในชีวิต

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 184-186) กล่าวว่า ขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่มนั้นผู้ให้คำปรึกษาควรจะดำเนินการตามขั้นตอนต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ชี้แจงวัตถุประสงค์และบรรยากาศของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มอีกครั้งหนึ่งโดยกล่าวสั้น ๆ ทั้งนี้เพราะว่า สมาชิกจะทราบเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษามาแล้วตั้งแต่การคัดเลือกสมาชิกเข้ากลุ่ม

ขั้นที่ 2 หากจำนวนสมาชิกของกลุ่ม มีประมาณ 5-6 คน ผู้ให้คำปรึกษาขอให้สมาชิกแนะนำตัว เพื่อให้รู้จักกันดีขึ้น แม้ว่าบางคนจะรู้จักกันมาแล้วก็ตาม หากจำนวนสมาชิกมีมากเกินไป 10 คน ผู้ให้คำปรึกษาแบ่งสมาชิกของกลุ่มเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละประมาณ 3 คน ให้สมาชิกของกลุ่มย่อยแนะนำตนเองและทำความรู้จักกันภายหลังนั้นจึงประชุมรวมกลุ่มย่อยทั้งหมด แล้วให้สมาชิกในกลุ่มย่อยเปลี่ยนกันแนะนำเพื่อนสมาชิกในกลุ่มย่อยให้สมาชิกทั้งหมดทราบ

ขั้นที่ 3 แจกให้กลุ่มทราบระยะเวลาในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เช่น 45 นาที

ขั้นที่ 4 ชี้แจงขอบเขตและอิสระเสรีภาพที่สมาชิกแต่ละคนพึงมีในระหว่างการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และการเคารพและรักษาความลับของเรื่องราวของเพื่อนสมาชิกและกลุ่ม

ขั้นที่ 5 ชี้แจงวัตถุประสงค์ในการปรากฏตัวของผู้ให้คำปรึกษา โดยชี้แจงให้ทราบว่าผู้ให้คำปรึกษา มาอยู่ ณ ที่นี้ ก็เพื่อจะให้ความช่วยเหลือสมาชิก มิได้ประสงค์ขมาบอกสั่งให้สมาชิกทำตามหรือปฏิบัติตาม แต่ต้องการให้สมาชิกพิจารณาหาหนทาง เพื่อให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน หากสมาชิกต้องการความช่วยเหลือประการใด ผู้ให้คำปรึกษาก็พยายามให้ความช่วยเหลือ แต่ต้องมีให้กระทบกระเทือนสิทธิเสรีภาพของบุคคลอื่นใด หรือทำลายทรัพย์สินของบุคคลอื่นหรือของโรงเรียน และหากจะเปรียบเทียบกับ การไปซื้อของตามร้านขายของ ผู้ให้คำปรึกษาก็เปรียบเสมือนคนขายของในร้านที่คอยบริการให้ความช่วยเหลือตามที่ผู้ซื้อประสงค์ และจนกว่าผู้ซื้อจะพอใจ สำหรับสมาชิกนั้น ก็เปรียบเสมือนผู้ซื้อของจะมองไปรอบ ๆ เพื่อหาของที่ต้องการ อาจจะถามคนขายเป็นบางครั้ง จนในที่สุดสมาชิกสามารถซื้อของได้ตามที่ต้องการ การให้บริการก็ยุติลง

ขั้นที่ 6 อธิบายข้อควรระวังระหว่างการปรึกษาหารือกับเพื่อนสมาชิก เช่น

(1) เราจะต้องทำงานร่วมกัน ช่วยเหลือกันและกัน สมาชิกแต่ละคนจะต้องให้ความช่วยเหลือเพื่อให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ในการแก้ปัญหาของเพื่อนและของตนเอง

(2) ในการจะให้ความช่วยเหลือเพื่อนสมาชิกนั้น เราจะต้องมีความซื่อสัตย์และมีความจริงใจ เราจะต้องไม่เสแสร้งหรือแกล้งทำ

(3) เราจะต้องพยายามตั้งใจฟังและตระหนักในความรู้สึกของคนอื่น ๆ ว่าเราเข้าใจความรู้สึกของคนอื่น ๆ นั้นเพียงใด พยายามเอาใจเขามาใส่ใจเรา ความคิด ความรู้สึกและความจริงใจของเราในเรื่องหรือความรู้สึกนั้น ๆ

(4) เราควรจะพูดในเรื่องใดเรื่องหนึ่งให้จบเรื่องเสียก่อน พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้เพื่อนสมาชิกแสดงความคิดเห็นให้ถ้วนทั่วทุกคน ก่อนที่เราจะนำเรื่องอื่น ๆ มาถกเถียงหรือวิเคราะห์พิจารณาต่อไป

(5) เราทุกคนควรจะพูด ไม่ควรกลัว ไม่ต้องประหม่า ถึงแม้ว่าเราจะไม่ค่อยแน่ใจมากนักก็ตาม แต่ควรจะพูดด้วยความจริงใจ และไม่ทำลายน้ำใจเพื่อสมาชิก

(6) เราจะต้องกลัวว่า สิ่งที่เรากล่าวนั้นจะขัดแย้งหรือสอดคล้องกับความคิด ความรู้สึก ความต้องการของเพื่อนสมาชิก เราต้องมีการพิจารณาของตัวเราเองจะต้องไม่มีใครมาบังคับเราให้คิดให้เหมือนเพื่อน ๆ ขอให้เราคิดด้วยตัวเราเอง พยายามใช้ความสามารถของตัวเองให้เป็นประโยชน์ในการแก้ปัญหาหรือเรื่องราวใด ๆ พร้อมทั้งสามารถที่จะรับฟังบุคคลอื่น

(7) หากเรามีความไว้วางใจเพื่อนสมาชิกของเราแล้ว จะช่วยให้เราสามารถเข้ากับเพื่อน ๆ สมาชิกได้อย่างดียิ่ง แต่หากว่าเราทำตัวเป็นตัวตลก ไม่มีความจริงใจต่อเพื่อนและเพื่อนสมาชิกเขาทราบหรือจับได้ ความไว้วางใจที่เรารับได้จากเพื่อนสมาชิกก็จะลดน้อยลงที่สุดในที่สุด

ขั้นที่ 7 เปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มปรึกษาหารือหรือพิจารณาหาทางแก้ปัญหา หรือความต้องการที่เป็นปัญหาของกลุ่ม หรือปัญหาของเพื่อนสมาชิก โดยใช้เวลาประมาณ 45 นาที

ขั้นที่ 8 ขั้นตอนการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

ภายหลังที่กลุ่มได้ดำเนินมาประมาณ 40 นาที ควรจะยุติการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มดังนั้น ประมาณ 5 นาที ก่อนจะถึงเวลาที่กำหนดที่จะยุติการให้คำปรึกษา เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้เตรียมจิตใจที่จะยุติการอภิปรายหรือการปรึกษา สมาชิกของกลุ่มหรือผู้ให้คำปรึกษาควรสรุปเนื้อหาของการอภิปรายในช่วงเวลาที่ผ่านมา ทั้งนี้เพราะว่า การสรุปเนื้อหาหรือข้อความต่าง ๆ จะช่วยให้กลุ่มเข้าใจสิ่งที่เขาได้อภิปรายหรือหาวิธีทางช่วยเหลือกันได้ดีขึ้น การจบหรือยุตินี้จะช่วยให้กลุ่มหรือสมาชิกแต่ละคนทราบแนวทางออกที่จะนำไปคิดหรือหาหนทางจัดการและปฏิบัติต่อไปในบางครั้ง ผู้ให้คำปรึกษาอาจจะให้การบ้านซึ่งเป็นข้อเสนอแนะ หรือเป็นการแนะนำให้ไปพบกับบุคคลอื่น ๆ ที่สามารถให้ความช่วยเหลือต่อไป ภายหลังการสรุปเนื้อหาหรือข้อความการอภิปรายนั้น ๆ แล้ว ผู้ให้คำปรึกษาอาจกล่าวถึงเวลาที่จะจัดให้มีการปรึกษาเป็นกลุ่มครั้งต่อไป อย่างไรก็ตาม ผู้ให้คำปรึกษาหรือผู้นำกลุ่มจะต้องรักษาเวลา เพื่อว่าในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มครั้งต่อไป สมาชิกของกลุ่มจะได้ตระหนักว่าควรจะอภิปรายหรือปรึกษากันให้เข้าสู่เรื่องปัญหาที่สำคัญ ๆ เพื่อมิให้เวลาผ่านไปโดยไร้ประโยชน์

ภายหลังที่เลิกการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และเมื่อสมาชิกของกลุ่มกลับไปแล้ว ผู้ให้คำปรึกษาควรจะบันทึกและเก็บใส่แฟ้มประวัติหรือระเบียบสะสมของสมาชิก เพื่อนำมาพิจารณาเสนอแนะบุคคลากรที่เกี่ยวข้องต่อไป เพื่อจะได้ช่วยพัฒนาเด็กแต่ละคนให้เจริญก้าวหน้าอย่างเหมาะสม

1.2.5 การจัดกลุ่มเพื่อรับคำปรึกษา

1. การเลือกสมาชิก

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2521 : 94-95) ได้เสนอเกี่ยวกับการเลือกสมาชิกไว้ 4 ประการ คือ

1. สมาชิกที่จะมารับคำปรึกษาควรจะเป็นผู้ที่มีปัญหาล้ำยคลึงกันเพื่อจะได้ อภิปรายในประเด็นเดียวกัน และมีความเข้าใจซึ่งกันและกันดีขึ้น
2. สมาชิกที่จะมารับคำปรึกษาแบบกลุ่มควรเป็นผู้ที่เต็มใจจะแก้ไขปัญหา
3. การจัดกลุ่มควรให้สมาชิกมีลักษณะแตกต่างกันบ้าง ซึ่งเป็นธรรมชาติของกลุ่มเช่นมีทั้งเพศหญิงและเพศชาย แต่อย่างไรก็ตามไม่ควรให้สมาชิกมีความแตกต่างกันมากเกินไปจะทำให้เกิดปัญหาได้ เช่น จัดให้บุคคลพูดเก่งอยู่กับคนไม่ค่อยพูด เป็นต้น
4. การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มต้องพิจารณาว่า แต่ละบุคคลจะได้รับประโยชน์จากกลุ่ม และสามารถให้ความช่วยเหลือผู้อื่นในกลุ่มได้ด้วย

เชอร์ทเซอร์ และสโตน (Shertzer and Stone, 1971 : 457-461) กล่าวว่า บุคคลที่ไม่เหมาะสมที่จะเข้ากลุ่มมีลักษณะดังนี้

1. ก้าวร้าวมาก
2. เหนื่อยมามากเกินไป
3. มีปัญหาการปรับตัวมากเกินไปไม่เหมาะสมกับกลุ่มของปกติ
5. ไม่ควรจัดที่เป็นญาติหรือเพื่อนสนิทไว้ในกลุ่มเดียวกัน เพราะต่างรู้ปัญหาของอีกฝ่ายหนึ่งอยู่แล้ว ทำให้ไม่ได้ความรู้สึกที่แท้จริงของการเปิดเผยตนเองต่อหน้าผู้อื่น

2. ขนาดกลุ่ม

ขนาดของกลุ่มโดยทั่วไปนิยมจัดกลุ่ม 6-8 คน แต่อาจขยายเป็น 10-12 คน ไม่ควรให้กลุ่มใหญ่เกินไป เพราะจะทำให้โอกาสของการสื่อความหมายซึ่งกันและกันมีน้อยลง ซึ่งสอดคล้องกับ เซอร์ทเซอร์ และสโตน (Shertzer and Stone. 1971 : 217) ที่กล่าวว่า จำนวนสมาชิกที่เหมาะสมที่สุดคือ 6 คน เพราะถ้าจำนวนสมาชิกมากกว่ากำหนดจะทำให้กลุ่มแต่เป็น 2 กลุ่มได้ง่าย ส่วน วัชร ทรัพย์มี (2520 : 39) มีความเห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม บุคคลที่เข้ากลุ่ม จะต้องมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดี ดังนั้น สมาชิกกลุ่มต้องไม่มากเกินไปคือ 6-10 คน

3. เวลาและจำนวนครั้งในการให้คำปรึกษา

วัชร ทรัพย์มี (2520 : 182) ให้ความเห็นว่า เวลาที่ใช้ในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม โดยปกติแล้วสำหรับกลุ่มวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง หรือ 1 ชั่วโมงครึ่ง แต่ถ้าเป็นกลุ่มเด็กประถมศึกษาใช้เวลาที่ใช้ไม่ควรเกิน 1 ชั่วโมง จำนวนครั้งในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มจะให้คำปรึกษาสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ถ้าช่วงเวลาในการให้คำปรึกษาทั้งหมดมีน้อยอาจจัดสัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง เวลาไม่ควรต่ำกว่า 1 ชั่วโมง หรือไม่ควรเกิน 2 ชั่วโมง สำหรับจำนวนครั้งที่จะพบกันควรกำหนดไว้ประมาณ 6-7 ครั้ง โดยถือเป็นกลุ่มที่ใช้ระยะเวลานาน ๆ

4. การจัดสถานที่

สถานที่ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ควรเป็นห้องที่มีลักษณะเป็นสัดส่วนและมีขนาดพอเหมาะกับจำนวน เก้าอี้ควรมีลักษณะที่นั่งได้สบายและจัดเป็นวงกลมเพื่อให้สมาชิกได้มองเห็นอย่างทั่วถึง พื้นห้องควรสะอาด และพร้อมที่จะให้สมาชิกนั่งกับพื้นได้ถ้าสมาชิกต้องการที่จะเปลี่ยนอิริยาบถบ้าง (Ohlsen. 1970 : 29 ; Mahler. 1969 : 58-89)

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (ม.ป.ป. : 235) ได้กล่าวถึงสถานที่ที่เหมาะสมต่อการทำกลุ่มว่า ห้องที่เหมาะสมสำหรับการให้คำปรึกษากลุ่มควรเป็นห้องที่เล็กกระทัดรัด เหมาะกับจำนวนสมาชิกในกลุ่มเพื่อให้สมาชิกรู้สึกอิสระ และมีให้มีสิ่งภายนอกมารบกวนหรือป้องกันมิให้สมาชิกหันไปสนใจกับสิ่งภายนอก สมาชิกในกลุ่มจะรู้สึกสบายใจเมื่อได้นั่งเป็นวงกลมล้อมรอบโต๊ะ หรือมีโต๊ะตรงกลางวงมากกว่าที่จะเป็นวงกลมเฉย ๆ ห้องสำหรับการให้คำปรึกษาในบางแห่งจะติดตั้งเครื่องบันทึกเสียงไว้ด้วย

5. ชนิดของกลุ่ม

ราว (Rao. 1981 : 177) มีความเห็นว่า ขนาดของกลุ่มควรเป็นกลุ่มปิด คือ ไม่มีการรับสมาชิกใหม่อีกในระหว่างให้คำปรึกษา แม้จะมีสมาชิกลาออกไปแล้วก็ตามเพราะการจัดเป็นกลุ่มเปิด จะทำให้สมาชิกมีปัญหาในเรื่องความไว้วางใจ และความสนิทสนม

วัชร ทรัพย์มี (2533 : 273) ได้ให้ความเห็นว่า ควรจะมีการแยกเพศในการให้คำปรึกษากลุ่ม เพราะปัญหาของผู้หญิงและชายต่างกัน สมาชิกอาจเกิดความอึดอัดหรือกระดากอายที่จะพูดถึงหรือระบายความรู้สึกบางประการต่อหน้าเพศตรงข้าม ซึ่งถ้าเป็นสมาชิกเพศเดียวกันจะเข้าใจกันได้ดีกว่า

นอกจากนี้ คมเพชร ฉัตรสุกกุล (2521 : 94) และ วัชร ทรัพย์มี (2533 : 272-275) กล่าวถึงแนวทางการจัดกลุ่มเพื่อรับคำปรึกษา ดังนี้

1. การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาควรเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มให้เหมาะสมโดยเลือกสมาชิกที่มีปัญหาลักษณะคล้ายกัน เต็มใจที่จะเข้ากลุ่ม และต้องการรับคำปรึกษาอย่างแท้จริง เพื่อร่วมมือในการแก้ไขปัญหา นอกจากนี้สมาชิกในกลุ่มควรมีลักษณะแตกต่างกันบ้างเช่น มีทั้งคนที่พูดเก่ง พูดไม่เก่ง คนใจร้อน คน

สุขุม คนฐานะดี คนยากจนคละก้นไป แต่ต้องให้มีความสมดุลระหว่างสมาชิกแต่ละประเภท เพื่อช่วยกันแก้ปัญหาได้หลายลักษณะ

2. ขนาดของกลุ่ม จำนวนสมาชิกที่เหมาะสม ควรมีจำนวนประมาณ 6-12 คน

3. การสัมภาษณ์เป็นรายบุคคลก่อนเข้ากลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องถามความสมัครใจของผู้รับคำปรึกษา และอธิบายเกี่ยวกับบทบาท หน้าที่ ทั้งของผู้รับคำปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษาพร้อมทั้งบอกประโยชน์ที่ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับจากการเข้ากลุ่ม เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกันและความร่วมมือที่ดี

4. ช่วงเวลาและความถี่ในการให้คำปรึกษากลุ่ม ขึ้นอยู่กับอายุของผู้รับคำปรึกษาและความจำกัดของสถานที่ ถ้าจัดในโรงเรียนควรจะเป็นช่วงเวลาหนึ่งภาคเรียนสำหรับจำนวนเวลาที่ใช้แต่ละครั้ง จะขึ้นอยู่กับความถี่ของการให้คำปรึกษา ถ้าหากใช้เวลา 90 นาที ถึง 2 ชั่วโมง ควรจะพบกัน 1 ครั้งต่อสัปดาห์ แต่ถ้าใช้เวลา 1 ชั่วโมง ก็ควรจะพบกัน 2 ครั้งต่อสัปดาห์

1.2.6 พลังในการให้คำปรึกษากลุ่ม

ผู้ให้คำปรึกษาต้องรู้และเข้าใจในการนำพลังงานต่าง ๆ มาใช้ในการดำเนินการให้คำปรึกษาให้สมบูรณ์ซึ่ง คมเพชร จิตรสุภกุล (2521 : 97) กล่าวถึงพลังในการให้คำปรึกษากลุ่ม ดังนี้

1. ข้อผูกพัน (Commitment) บุคคลจะได้รับประโยชน์จากการให้คำปรึกษากลุ่มจะต้องรับรู้และยอมรับว่า มีความต้องการที่จะรับคำปรึกษา จะต้องพูดถึงปัญหาทั้งหลายของตน จะแก้ไขและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ได้รับคำปรึกษาจากกลุ่ม

2. ความรับผิดชอบ (Responsibility) สมาชิกให้การยอมรับตัวเองจะเป็นผลให้บุคคลเกิดความเคารพนับถือตนเอง และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเขาด้วย

3. การยอมรับ (Acceptance) เมื่อสมาชิกให้การยอมรับตัวเอง จะเป็นผลให้บุคคลเกิดความเคารพนับถือตนเอง และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเขาด้วย

4. ความดึงดูดใจ (Attractiveness) จะทำให้คำปรึกษากลุ่มมีอิทธิพลต่อสมาชิกในกลุ่มเพิ่มขึ้น

5. ความปลอดภัย (Security) เมื่อสมาชิกมีความรู้สึกปลอดภัยในขณะที่อยู่ในกลุ่มเขาจะมีความเป็นตัวของตัวเอง มีการอภิปรายปัญหาที่เกิดขึ้นกับตัวเขา มีการยอมรับความคิดเห็นของบุคคลที่แสดงต่อเขา และสามารถแสดงความรู้สึกของตนต่อบุคคลอื่น

6. ความรู้สึกเป็นเจ้าของ (Belonging) สมาชิกทุกคนจะต้องมีความรู้สึกอย่างรุนแรงต่อความรู้สึกเป็นเจ้าของกลุ่ม ซึ่งเป็นผลดีต่อการช่วยกลุ่ม

7. ความเครียด (Tension) การมีความเครียดและไม่พึงพอใจอยู่ในระดับพอเหมาะจะเป็นแรงจูงใจที่จะเปลี่ยนพฤติกรรม แต่ถ้าความเครียดมากเกินไปจะทำให้บุคคลไม่ได้ใช้ความสามารถที่จะเปลี่ยนสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จ

8. ปทัสถานของกลุ่ม (Group Norms) สมาชิกย่อมต้องการได้รับความช่วยเหลือและไม่ต้องการจะให้คนอื่นมองข้ามในแง่ของบุคคลที่แตกต่างไปจากสมาชิกอื่น ๆ ในกลุ่มรับคำปรึกษาร่วมกัน

1.2.7 คุณค่าและประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม

แกซดา (Gazda. 1967 : 306-310) ได้กล่าวถึงคุณค่าและประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่มดังนี้

1. สมาชิกในกลุ่มได้พบว่า คนอื่น ๆ ก็มีปัญหาเช่นเดียวกับเขาเหมือนกัน

2. การยอมรับการสนับสนุนจากสมาชิกภายในกลุ่ม จะกระตุ้นให้สมาชิกในกลุ่มยอมรับที่จะเผชิญกับปัญหาของเขา

3. กลุ่มเป็นตัวแทนของสังคมจริง ๆ เป็นที่ซึ่งสมาชิกทุกคนมีโอกาสที่จะแสดงและทดลองพฤติกรรมบางอย่าง เช่น การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

4. สมาชิกสามารถแสดงพฤติกรรมและความรู้สึกของตน ตลอดจนเปลี่ยนพฤติกรรมของตนได้จากการที่ตระหนักถึงความปลอดภัย ความไว้วางใจสมาชิกอื่นภายในกลุ่ม

6. สมาชิกเรียนรู้ที่จะมีการให้และรับความช่วยเหลือตามบทบาทของตนภายในกลุ่ม

7. สมาชิกมีโอกาสที่จะเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหาของสมาชิกคนอื่นด้วยการสังเกต

8. ภายหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม สมาชิกบางคนอาจจะต้องการที่จะได้รับการช่วยเหลือเป็นรายบุคคล

9. บรรยากาศแห่งความเป็นกันเองของกลุ่ม ทำให้สมาชิกรู้สึกเป็นครอบครัวเดียวกันทำให้นำไปสู่การเปิดเผยปัญหาทางครอบครัว

10. การให้คำปรึกษากลุ่มได้ผลมากสำหรับวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่แสวงหาเอกลักษณ์ของตนและต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน

10. การที่นักจิตวิทยาได้พบปะกับสมาชิกหลายคนในเวลาเดียวกัน ช่วยประหยัดเวลาและเปิดโอกาสให้นักจิตวิทยาการศึกษาใช้เวลาสำหรับบุคคลอื่น ๆ ได้ทั่วถึงยิ่งขึ้น

นอกจากนี้ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 192-193) กล่าวว่า ประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา

1. เกิดความรู้สึกว่า ตนเป็นสมาชิกของกลุ่มและเป็นบุคคลที่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มนี้ การยอมรับเป็นองค์ประกอบที่สำคัญยิ่ง เพราะการยอมรับจะสัมพันธ์กับการเคารพในความเป็นมนุษย์ของแต่ละบุคคล การยอมรับจะช่วยพัฒนาความรู้ของการอยู่ร่วมกันหรืออยู่รวมกันเป็นกลุ่ม ทำให้ไม่เกิดความรู้สึกอ้างว้างโดดเดี่ยว และเปิดโอกาสให้มวลสมาชิกได้ให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และรู้จักที่จะให้มากกว่าที่จะรับด้วยความจริงใจและเต็มใจ

2. เห็นความสำคัญของสัมพันธภาพของการช่วยเหลือ ดังนั้น เมื่อสมาชิกอยู่ในกลุ่มสมาชิกเกิดการเรียนรู้ที่จะให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน อีกทั้งได้เรียนรู้เกี่ยวกับเจตคติ ความรู้สึก และจุดมุ่งหมายในการกระทำหรือการแสดงออกทั้งของตนและเพื่อนสมาชิก เรียนรู้ที่จะเสนอแนะหรือแสดงความคิดเห็น ทั้งเพื่อพัฒนาเพื่อนสมาชิกและตนเองให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสม

3. เรียนรู้ที่จะมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับเพื่อนสมาชิกในกลุ่มและกับบุคคลอื่น เรียนรู้ที่จะมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น การอภิปราย การแสดงออกต่าง ๆ ตลอดทั้งการพูดและกิริยาท่าทาง ผลของปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นภายในกลุ่ม จะช่วยให้สมาชิกของกลุ่มพัฒนาและปรับปรุงตนเองได้อย่างเหมาะสมยิ่งขึ้น

4. ผู้ให้คำปรึกษา จะมีโอกาสได้สังเกตพฤติกรรม การแสดงออก และปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกในกลุ่ม ได้ประเมินผลการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มในครั้งนั้น ๆ ว่าประสบความสำเร็จหรือมีข้อบกพร่อง หรือก่อให้เกิดปัญหาประการใด ได้ทราบถึงข้อดีและข้อที่ควรปรับปรุงแก้ไขในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ฯลฯ ทำให้ผู้ให้คำปรึกษาพยายามศึกษาหาวิธีการที่จะให้ความช่วยเหลือ หรือพัฒนาเด็กที่ต้องการหรือควรจะได้รับความช่วยเหลือ เช่น ให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลต่อไป หรือพยายามศึกษาหาวิธีต่าง ๆ ที่จะพัฒนากลุ่มและบริการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มให้เหมาะสมและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

1.2.8 บทบาทของผู้นำกลุ่ม

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะดำเนินไปสู่เป้าหมายได้สำเร็จนั้น ผู้นำกลุ่มต้องพยายามให้สมาชิกมีการปฏิสัมพันธ์กัน โดยผู้นำกลุ่มหรือผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้เอื้ออำนวยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ภายในกลุ่ม ซึ่งบทบาทของผู้นำกลุ่มหรือผู้ให้คำปรึกษานั้นมีดังนี้ (Hansen and others. 1976 : 229-309)

1. ในการเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ผู้นำจำเป็นต้องเตรียมวิธีการต่าง ๆ สำหรับกลุ่มเพื่อให้กลุ่มมีปฏิสัมพันธ์กัน เช่น ผู้นำอาจนำด้วยคำถามปลายเปิด สำหรับผู้มีประสบการณ์น้อย อาจเริ่มต้นในการให้คำปรึกษาครั้งแรกด้วยการแนะนำตัวซึ่งกันและกันและถามกลุ่มให้กลุ่มพิจารณาข้อมูลที่สมาชิกแต่ละคนเสนอ เพื่อฝึกให้สมาชิกได้พัฒนาความรู้สึกกับมิตรชอต่อกลุ่ม

2. ผู้นำจะต้องกำหนดกฎเกณฑ์ ระเบียบทั่วไปเกี่ยวกับพฤติกรรมและบทบาทหน้าที่ของสมาชิกแต่ละคนและของผู้นำด้วย

3. ผู้นำจะต้องมีความสามารถและทักษะ เข้าใจในสิ่งที่สมาชิกพูด และเข้าใจความรู้สึกของสมาชิกให้การยอมรับ และให้กำลังใจ ซึ่งเป็นพื้นฐานของการสร้างสัมพันธภาพ

4. ผู้นำจะต้องสร้างบรรยากาศภายในกลุ่ม ให้สมาชิกรู้สึกปลอดภัย มีความไว้วางใจ ให้ความเคารพความคิดเห็นของกันและกัน อดทนต่อความแตกต่างระหว่างบุคคล ให้สมาชิก รู้สึกว่าตนมีความสำคัญเป็นเจ้าของกลุ่ม

5. ผู้นำจะต้องคำนึงถึงเป้าหมายให้สมาชิก จุดมุ่งหมายและประโยชน์ของกลุ่ม เพื่อช่วยให้สมาชิกเข้าใจตนเอง และเข้าใจผู้อื่นให้เขาเปลี่ยนแปลงความรู้สึกทัศนคติต่าง ๆ และพฤติกรรมที่จำเป็น

6. การย้าถึงความคิดต่อเนื่อง และสรุปบทบทวนเหตุการณ์สำคัญในการให้คำปรึกษาที่ผ่านมาก่อนที่จะทำครั้งใหม่ เพื่อทำให้เกิดเป็นประสบการณ์ครั้งเดียวกัน

7. การให้ข้อมูลย้อนกลับ การสะท้อนความรู้สึกทั้งคำพูดและการแสดงออก รวมทั้งการแปลความหมายและการทำความเข้าใจ ซึ่งผู้นำต้องกระตุ้นให้สมาชิกคนอื่น ๆ ให้กระทำด้วยเพื่อให้สมาชิกได้ตรวจสอบพิจารณาสิ่งที่เขาพูด ซึ่งให้เห็นว่ามีความขัดแย้งหรือสอดคล้องกันอย่างไรซึ่งช่วยให้สมาชิกรู้จักตนเองดีขึ้น

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

9. การให้ข้อมูลเพิ่มเติมที่เห็นสมควร ผู้นำกลุ่มควรแสดงความรู้สึกส่วนตัวประสบการณ์ค่านิยมของตนเอง เมื่อเห็นว่าจะเป็นประโยชน์ต่อสมาชิก นอกจากนี้ผู้นำควรเป็นแบบอย่างสาธิตให้สมาชิกดูเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสม หรือวิธีการต่าง ๆ ที่ใช้แก้ไขปัญหของสมาชิก

10. ผู้นำต้องคอยสังเกตและประเมินพฤติกรรมของสมาชิกแต่ละคน รวมทั้งการมีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม อาจทำได้โดยการถามเช่น มีอะไรเกิดขึ้นขณะนี้

1.2.9 บทบาทของสมาชิก

โลรีซ์ โพร้แกว (2536 : 9-10) กล่าวถึงบทบาทของสมาชิกในกลุ่มที่จะทำให้การให้คำปรึกษากลุ่มมีประสิทธิภาพดังนี้

1. ไม่พูดเรื่องนอกกลุ่ม สมาชิกควรพูดถึงเฉพาะบุคคลที่อยู่ในกลุ่ม สิ่งที่พูดในกลุ่มจะเก็บไว้เป็นความลับ ไม่นำไปพูดนอกกลุ่ม

2. การฟัง สมาชิกจะได้รับการกระตุ้นให้สนใจรับฟังสมาชิกอื่นพูดทั้งเนื้อหา และความรู้สึก ถ้ามีความยากลำบากในการฟังควรจะรีบบอกผู้พูดไม่ควรปล่อยผ่านไป
3. การวิพากษ์วิจารณ์ สมาชิกควรพูดถึงสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ที่นี่ เดี๋ยวนี้อย่างไร
4. การใช้สติปัญญาด้วยเหตุผล สมาชิกย่อมได้รับการกระตุ้นให้ร่วมแสดงความคิดและความรู้สึกซึ่งเป็นส่วนตัว จะผลัดเปลี่ยนกันไปถึงเรื่องราวต่าง ๆ ของสังคมและสนใจเรื่องราวเป็นรายบุคคลไป
5. การตั้งคำถาม การถามควรถามในลักษณะของคนอธิบายเพิ่มเติมขอความคิดเห็น หรือข้อเสนอแนะ
6. การเจาะระดับความรู้สึก จะเป็นประโยชน์ต่อสมาชิก เพื่อให้เขารู้ว่าเขาคือใครและรู้สึกอย่างไรอย่างแท้จริง
7. ความรู้สึกและความคิดเห็น สมาชิกจะได้รับการกระตุ้นให้เข้าใจว่าสิ่งที่คิด และรู้สึกเป็นสิ่งที่แยกออกจากกัน

1.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่ม

1.5.1 งานวิจัยต่างประเทศ

เฮดควิสท์ และ เรนโฮลด์ (Hedquist and Weinhold. 1970 : 237-242) ได้ศึกษาพบว่าการให้คำปรึกษากลุ่ม สามารถลดความวิตกกังวลและความไม่กล้าแสดงออกทางสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

คอฟิลด์ (Caufield. 1970 : 1913-1914) ได้ศึกษาพบว่าการให้คำปรึกษากลุ่มสามารถทำให้นักเรียนเกรด 5 ที่สถานภาพทางสังคมต่ำ มีการปรับตัวดีขึ้น

แซมมวอลริช (Samudlewiese. 1975 : 2645-A) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแก่นักเรียนที่มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาลดลง

บาร์นส์ (Barnes. 1977 : 5920-A) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มที่มีต่ออัตมโนทัศน์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนต้นชาวเม็กซิกันและชาวอเมริกันจำนวน 58 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 29 คน ผลการศึกษาปรากฏว่ากลุ่มทดลองซึ่งได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มมีอัตมโนทัศน์ และมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้นกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ

วอล (Woal. 1964 : 661-994) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแก่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ และมาจากสภาพครอบครัวที่ไม่มั่นคง สิ่งแวดล้อมทางบ้านไม่ดี และมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อครู ผลการศึกษาปรากฏว่า ภายหลังการให้คำปรึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มนี้สูงขึ้น

1.5.2 งานวิจัยในประเทศ

วิญญู พูลศรี (2523 : 35 - 39) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความวิตกกังวลในการเรียน นิสัยและทัศนคติทางการเรียนของนักศึกษาปีที่ 1 ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพการศึกษาระดับสูง วิทยาลัยครูเชียงใหม่ ผลการศึกษาปรากฏว่า ภายหลังการให้คำ

ปรึกษาแบบกลุ่มแล้ว กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้น และมีนิสัยและทัศนคติทางการเรียนดีขึ้น และมีความวิตกกังวลในการเรียนลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พเยาว์ พูลเจริญ (2524 : 50) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับรายบุคคลที่มีต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล โรงพยาบาลรามาริบัติพบว่า หลังจากการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับรายบุคคลที่มีต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลโรงพยาบาลรามาริบัติ พบว่า หลังจากการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนักศึกษาพยาบาลมีการปรับตัวในภาคปฏิบัติดีขึ้นกว่าก่อนการให้คำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุภาพร จันทร์ศิริโยธิน (2526 : 127) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบางกะปิ ปีการศึกษา 2526 จำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน ผลการทดลองปรากฏว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีวินัยในตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

มาลี วงษ์แก้ว (2526 : 35) ได้ทำการศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์ กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2525 จำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน พบว่า หลังการทดลองกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คณิงิจ เนติประวดี (2535 : 97) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาจิตวิทยาทางอาชีพแบบกลุ่มตามแนวคิดแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคล และองค์ประกอบสิ่งแวดล้อมต่อวุฒิภาวะทางอาชีพ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนอ่างทองปัทมโรจน์วิทยาคม จังหวัดอ่างทอง ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาทางอาชีพแบบกลุ่มตามแนวคิดแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบสิ่งแวดล้อม มีคะแนนวุฒิภาวะทางอาชีพเพิ่มขึ้นและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ศิริรัตน์ ภูสกลเจริญศักดิ์ (2531 : 70-72) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีของโรเจอร์ส ที่มีต่อทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนพิบูลประชาสรรค์ กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2530 ผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มมีทัศนคติในการเรียนดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นอกจากนี้ สุวรรณ ทองบัวงาม (2523 : 93) ได้ศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีของโรเจอร์สมีความวิตกกังวลด้านการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายลดลงกว่าเดิมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

1.4 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบภวนิยม

1.4.1 ความเป็นมา

การให้คำปรึกษาแบบภวนิยม (Existential Counseling) พัฒนามาจากแนวปรัชญาภวนิยม (Existentialism) นักปรัชญา 2 ท่านที่ถือว่าเป็นจุดเริ่มต้นของแนวปรัชญาภวนิยม เซเร็น คีร์เคการ์ด (Seren Kierkegaard 1813-1855) และนิทเช (Nietzsche) โดยคีร์เคการ์ดถือได้ว่าเป็นบิดาของปรัชญาภวนิยม (Warnock, 1977 : 6,12,22) เมื่อคีร์เคการ์ดได้ริเริ่มปรัชญาภวนิยมในระยะแรกนั้น แนวปรัชญานี้ไม่ได้เป็นที่รู้จักอย่างแพร่หลาย แนวปรัชญาภวนิยมได้ถูกนำมาใช้และพัฒนาขึ้นภายหลังที่คีร์เคการ์ดได้เสียชีวิตไปแล้วถึง 70 กว่าปี โดยแนวปรัชญาภวนิยมนั้นถูกพัฒนาอย่างเด่นชัดในยุโรปภายหลังสงครามโลกครั้งที่ 2 (Gazda, 1989 : 352)

การที่แนวปรัชญาภวนิยมถูกพัฒนาและการแพร่หลายอย่างรวดเร็วในช่วงหลังสงครามโลกครั้งที่ 2 เนื่องจาก บุคคลในยุคนั้นตระหนักถึงความเลวร้ายในช่วงสงคราม ความรู้สึกผู้พ่ายแพ้ ครอบครัวยุติการสงคราม นำไปสู่ความรู้สึกสูญเสียและหมดหวัง (Capuzzi and Gross. 1995 : 209) นอกจากนี้ ความเชื่อที่ว่าจะต้องอุทิศตนเพื่อผลประโยชน์ของประเทศชาติ ทำให้ประชาชนรู้สึกว่าถูกทำลายความเป็นบุคคลลงไป เกิดความทุกข์ทรมานจากความรู้สึกสูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง และเกิดความรู้สึกว่าตนไม่ได้เป็นเจ้าของชีวิตของตนเอง (Vondracek and Cornel. 1995 : 195) ซึ่งผลมาจากการเปลี่ยนแปลงในสังคมอุตสาหกรรมที่ให้ความสำคัญแก่รัฐและเทคโนโลยีนั้น มีผลต่อรูปแบบการดำรงชีวิต และความคิดของบุคคลในช่วงนั้น โดยทำให้บุคคลมีความรู้สึกว่าตนถูกละเลยคุณภาพของมนุษย์ ทำให้บุคคลแต่ละคนมีความรู้สึกว่าตนเป็นเสมือนวัตถุหรือเครื่องจักร (Sriruen Keawkungwal.n.d. : 47)

ดังนั้น บุคคลที่มาขอความช่วยเหลือจากนักจิตวิทยาในยุคนั้นมักมาด้วยปัญหาว่าตนเกิดความรู้สึกโดดเดี่ยว (Isolation) แปรกแยก (Alienation) ว้าเหว่ (Loneliness) และมีความรู้สึกไร้ความหมายในการดำเนินชีวิตของตน ซึ่งนักจิตวิทยาทั้ง 2 กลุ่มในยุคนั้น (กลุ่มพฤติกรรมนิยม, กลุ่มจิตวิเคราะห์) ล้มเหลวในการที่จะทำความเข้าใจกับประสบการณ์และความรู้สึกที่นำมาสู่ปัญหาของผู้ที่มาขอความช่วยเหลือเหล่านี้ (Vondracek and Cornel. 1995 : 195-196)

นักจิตวิทยาในยุคนั้นได้พยายามแสวงหาแนวความคิดที่เกี่ยวข้องกับคุณค่าของบุคคล และคุณค่าของความเป็นมนุษย์ จึงได้เกิดแนวความคิดทางจิตวิทยากลุ่มที่ 3 คือ กลุ่มมนุษยนิยม (Humanism) ขึ้นมาเพื่อตอบสนองข้อจำกัดของนักจิตวิทยาทั้ง 2 กลุ่มข้างต้น และแนวปรัชญาภวนิยมได้ถูกพัฒนาผ่านกลุ่มของนักจิตวิทยาแนวมนุษยนิยม โดยได้สร้างหลักการเพิ่มในด้านของแนวความคิด ประสบการณ์ของการตระหนักในตนเอง และความรับผิดชอบ (Capuzzi and Gross. 1995 : 210-211)

จะเห็นว่า แนวปรัชญาภวนิยมนั้นพัฒนาขึ้นจากการพยายามที่จะช่วยเหลือบุคคลที่ประสบปัญหาในการดำรงชีวิต ที่มีความรู้สึกโดดเดี่ยว แปรกแยก และรู้สึกว่าตนไร้ความหมาย ซึ่งในระยะแรกนั้นนักปรัชญาภวนิยมจะเน้นที่การทำความเข้าใจอย่างลึกซึ้งในประสบการณ์ในการดำรงชีวิตของชีวิตของแต่ละคน มากกว่าที่จะพยายามพัฒนาหลักสำหรับบำบัด (Corey. 1996 : 170)

ในเวลาต่อมา มีการนำแนวปรัชญาภวนิยมไปใช้ในงานบำบัดของนักจิตวิทยา โดยพัฒนาเป็นรูปแบบและวิธีการเฉพาะของแต่ละคน และในกระบวนการบำบัดนั้นยึดตามแนวปรัชญาหรือความเชื่อของนักภวนิยม ซึ่งจะกล่าวไว้พอสังเขป ดังนี้

แนวจิตวิทยาภวนิยมมีจุดเริ่มต้นที่สำคัญในสวีตเซอร์แลนด์ ระหว่างปี ค.ศ.1930 โดยพัฒนาผ่านงานของนักจิตวิเคราะห์ 2 ท่าน คือ ลูควิก บินแวนเกอร์ (Ludwing Binswanger 1881-1966) และเมดตาร์ด

บอส (Medard Boss 1963) แนวความคิดแบบภวนิยมของท่านทั้งสองได้รับอิทธิพลจากผลงานของนักภวนิยมที่ชื่อไฮด์การ์ต (Heideggard) (Shaffer and Galinsky. 1989 : 82) โดยบินแวนเกอร์เป็นผู้บำบัดคนแรกที่จะประยุกต์นำแนวความคิดของนักภวนิยมไปใช้ในงานบำบัดของเขา หลังจากที่บินแวนเกอร์ได้อ่านผลงานที่ไฮด์การ์ตเขียนในหนังสือที่ชื่อ Being and Time เขาได้พัฒนาผลงานบำบัดแบบภวนิยมของเขา (Binswanger Existential Analysis) และในเวลาต่อมาบอสเป็นนักจิตวิทยาอีกท่านหนึ่งที่ประสานแนวความคิดแบบภวนิยมของไฮด์การ์ตเข้ากับวิธีการบำบัดของเขา (Prochaka. 1979 : 69)

นอกจากบินแวนเกอร์ และบอส แล้วยังมีนักจิตวิทยาท่านอื่น ๆ ที่นำแนวปรัชญาภวนิยมเข้าสู่ระบบบำบัดของท่าน และมีอิทธิพลต่อการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมในเวลาต่อมา (Corey. 1996 : 171-172) อาทิ เช่น

วิตเตอร์ แฟรงเคิล (Victor Frank) เป็นนักภวนิยมที่นำปรัชญาแนวภวนิยมในด้านที่เกี่ยวกับอิสระ ความรับผิดชอบ ความหมาย และการค้นหาคุณค่า แฟรงเคิลได้พัฒนาระบบบำบัดของเขาที่เรียกว่าการบำบัดแบบโลโก้ (Logotherapy) ถึงแม้ว่าการบำบัดแบบโลโก้จะพัฒนามาจากแนวปรัชญาภวนิยม แต่การบำบัดแบบโลโก้แตกต่างจากแนวบำบัดแบบภวนิยมทั่วไปตรงที่การบำบัดแบบโลโก้มีระบบและเทคนิคในการบำบัดของตนเอง (Gazda. 1989 : 253)

ในสหรัฐอเมริกา เมย์ (May) เป็นนักภวนิยมที่มีความสำคัญ โดยเป็นผู้นำแนวปรัชญาภวนิยมจากยุโรปไปสู่อเมริกา เมย์ได้สร้างระบบตามแนวภวนิยมในอเมริกา ซึ่งสามารถศึกษาผลงานของเขาได้จากหนังสือ Existential : A New Dimenion in Psychiatry and Psychology

นอกจากเมย์แล้ว ยังมี เจมส์ บูเกนดอล (James Bugental) ซึ่งเป็นนักบำบัดแนวภวนิยมอีกผู้หนึ่งในอเมริกา ผลงานของบูเกนดอล คือ The Art of The Psychotherapist (1987) ยุโรปและอเมริกา โดยพัฒนาแนวความคิดแบบภวนิยมและการนำไปใช้ รวมทั้งนำแนวความคิดแบบภวนิยมเข้าสู่การบำบัดของเขา โดยสามารถศึกษาผลงานของเขาได้จากหนังสือ Existential Psychotherapy (1980)

นอกจากนักภวนิยมที่นำแนวความคิดแบบภวนิยมเข้าสู่ระบบบำบัดดังกล่าวข้างต้น ยังมีนักภวนิยมที่เป็นที่รู้จัก และความคิดของท่านมีอิทธิพลต่อนักภวนิยมและต่อการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมในเวลาต่อมา อาทิเช่น จิน พอล ซาร์ต (Jean Paul Sartre) กาเบรียล มาเซล (Gabriel Marcel) อัลเบิร์ต คาร์มัส (Albert Carmus) คาร์ล แจสเปอร์ (Karl Jaspers) มาร์ติน บูเบอร์ (Martin Buber)

จะเห็นว่า การให้คำปรึกษาแบบภวนิยมพัฒนามาจากแนวความคิดของนักปรัชญาภวนิยมหลายท่าน โดยแนวความคิดของนักภวนิยมนั้นไม่ได้รวมกันเป็นทฤษฎีเพียงทฤษฎีเดียว หรือนำมาจากนักภวนิยมคนใดคนหนึ่ง และนักภวนิยมแต่ละท่านก็มีแนวความคิดและการบำบัดที่แตกต่างกัน ชัดแจ้ง และสอดคล้องกัน อย่างไรก็ตาม ในการให้คำปรึกษาแบบภวนิยม นักภวนิยมแต่ละท่านจะให้ความสำคัญกับศักดิ์ศรีและคุณค่าของมนุษย์ เสรีภาพ การเลือก และความรับผิดชอบของแต่ละบุคคล

1.4.2 ธรรมชาติของมนุษย์

นักภวนิยม (Existentialist) เป็นกลุ่มนักจิตวิทยาที่มีแนวคิดเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์อยู่ในกลุ่มเดียวกับนักมนุษยนิยม (Humanism) (Blackam. 1977 : 65) นักภวนิยมไม่เห็นด้วยกับการมองธรรมชาติของมนุษย์ ตามแบบกลุ่มจิตวิเคราะห์ โดยที่กลุ่มนี้จะมองว่าเสรีภาพของมนุษย์ถูกจำกัดหรือกำหนดโดยอิทธิพลของจิตใต้สำนึก แรงผลักดันตามธรรมชาติ และเหตุการณ์ในอดีต นอกจากนี้นักภวนิยมยังไม่เห็นด้วยกับ

กลุ่มพฤติกรรมนิยม ที่มองว่าเสรีภาพของมนุษย์ถูกจำกัดหรือกำหนดโดยเงื่อนไขต่าง ๆ ทางสังคม (Corey. 1996 : 170) การที่กลุ่มจิตวิเคราะห์ กลุ่มพฤติกรรมนิยม นักสังคมจิตวิทยาทั่วไประบุว่าบุคคลเป็นไปตามกรรมพันธุ์ ความกดดันของสิ่งแวดล้อม ลักษณะทางชีววิทยา สังคมและเศรษฐกิจ จิตสำนึก และจิตไร้สำนึก ชาร์ต นักทฤษฎีนิยามท่านหนึ่งกล่าวว่า การระบุดังกล่าวเป็นการพยายามที่จะลดความเป็นบุคคลของมนุษย์ (Barnes. 1968 : 57)

นักทฤษฎีนิยามจะให้ความสำคัญกับศักยภาพและคุณค่าของมนุษย์ โดยกล่าวว่ามนุษย์ไม่ใช่วัตถุหรือเครื่องจักร หรือผลผลิตของกระบวนการใด ๆ มนุษย์แต่ละคนมีลักษณะเฉพาะของตน ดำรงชีวิตอยู่อย่างมีศักดิ์ศรี และมีเกียรติยศ มนุษย์อาจต้องยอมรับอิทธิพลต่าง ๆ ภายนอกหรือข้อจำกัดในชีวิต แต่สิ่งเหล่านี้ นักทฤษฎีนิยามเห็นว่าเป็นเพียงข้อจำกัดที่มนุษย์ต้องรับรู้ แต่ไม่ใช่สิ่งที่กำหนดความเป็นไปของมนุษย์ (Siruen Keawkungwal.n.d. : 49-50)

ทัศน บัญทอง (2525 : 27-28) ซึ่งเป็นนักทฤษฎีนิยามชาวฝรั่งเศส ได้กล่าวถึงธรรมชาติของมนุษย์ว่า องค์ประกอบสำคัญของมนุษย์ มี 2 ประการด้วยกัน คือเสรีภาพ การตัดสินใจ หรือการเลือก และความรับผิดชอบ โดยชาร์ต กล่าวว่า

1. เสรีภาพ เป็นธาตุแท้ของมนุษย์ หรือมนุษย์คือเสรีภาพ เพราะมนุษย์กับเสรีภาพแยกจากกันไม่ได้ มนุษย์เกิดมาพร้อมความว่างเปล่าปราศจากพันธนาการ ไม่มีวิถีใด ๆ มากำหนดมนุษย์ มนุษย์จะเป็นในสิ่งที่เขาทำ มนุษย์สามารถตั้งต้นชีวิตได้เอง ไม่มีเกณฑ์ใด ๆ จะตัดสินว่าอะไรคือความดี ความชั่ว อะไรถูก อะไรผิด อะไรควรทำ อะไรไม่ควรทำ เพราะสิ่งต่าง ๆ มนุษย์เป็นผู้ให้ความหมายแก่สิ่งเหล่านี้

2. มนุษย์ มีเสรีภาพในการเลือกการกระทำของตนเองและการลงมือกระทำจะเป็นจุดเริ่มต้นไปสู่พันธะ พันธะคือการนำตัวเราเข้าไปผูกพันกับสิ่งที่เราเลือก โดยเชื่อเอาว่าเป็นสิ่งที่ถูกต้องสำหรับเรา

3. พันธะที่เกิดขึ้นจากเสรีภาพและการเลือกนั้น ก็คือความรับผิดชอบ นั่นคือเสรีภาพทำให้เกิดความรับผิดชอบ เมื่อมนุษย์มีเสรีภาพเต็มที่ในการเลือก มนุษย์จะต้องมีความรับผิดชอบอย่างเต็มที่ด้วยในทุกสิ่งที่ได้เลือกกระทำลงไป

ริกกี และ เรอริส (Rickey and Therese. 1995 : 74-75) กล่าวถึงลักษณะ 6 ประการ ที่เป็นธรรมชาติของมนุษย์ ตามแนวคิดของนักทฤษฎีนิยาม ดังนี้

1. มนุษย์ ให้ความสำคัญสำหรับตัวของพวกเขาเอง อากาทางประสาทเป็นวิธีหนึ่งที่บุคคลใช้ป้องกันความสำคัญหรือความคงอยู่ของตนเอง

2. มนุษย์ มีลักษณะเฉพาะของตนเองหรือความต้องการที่จะรักษาความสำคัญของพวกเขาเอง และการรักษาความสำคัญของตัวมนุษย์เองจะต้องมีอยู่ตลอด

3. มนุษย์ ต้องมีความรับผิดชอบในการที่จะปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ซึ่งการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นจะนำไปสู่ความรู้สึกไม่แน่นอน

4. มนุษย์ มีความสามารถในการที่จะเป็นผู้กระทำหรือเป็นเพียงผู้สังเกต เมื่อมนุษย์จะต้องติดต่อกับสัมพันธ์กับบุคคลอื่น

5. มนุษย์ มีลักษณะเฉพาะของการรับรู้ (Self-Consciousness) การรับรู้นี้หมายถึงการที่รับรู้ถึงอันตรายและการคุกคามจากภายนอก และการที่มีความสามารถรับรู้ได้นี้จะทำให้บุคคลได้รับประสบการณ์ในฐานะที่เป็นผู้กระทำ

6. มนุษย์ มีลักษณะของความวิตกกังวล หมายถึง ความรู้สึกว่าจะต้องพยายามต่อต้านสิ่งที่จะมาทำลายความดำรงอยู่ของตนเอง

สำหรับธรรมชาติของมนุษย์ตามแนวทฤษฎี แฟรงเคิล (Rickey and Therese. 1995 : 75; citing Frankl. 1959) ได้กล่าวเพิ่มเติมจากแนวความคิดของเมย์อีก 1 ลักษณะคือ แรงผลักดันอันดับแรกของชีวิตมนุษย์ คือ การค้นหาความหมายของบุคคล ซึ่งบุคคลแต่ละบุคคลจะต้องมีลักษณะเฉพาะตนและแสวงหาความหมายในชีวิต

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 133) กล่าวถึงธรรมชาติของมนุษย์ตามแนวทฤษฎี ดังนี้

1. มนุษย์มีค่า มีเอกลักษณ์ส่วนตัว รับรู้ถึงภาวะที่มีอยู่ สามารถติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้ มนุษย์จะเป็นอย่างไรนั้นขึ้นกับการที่เขากำหนดตัวของเขาเอง อีกทั้งสามารถรู้และรับผิดชอบต่อความมีอยู่ของเขา

2. มนุษย์มีใช้ตัวตนที่ แต่อยู่ในสภาวะที่เปลี่ยนแปลงเคลื่อนย้าย และมีวิวัฒนาการอยู่ตลอดเวลา

3. มนุษย์จะแสวงหาความหมายของชีวิต

กล่าวโดยสรุป นักทฤษฎีเห็นว่ามนุษย์แต่ละคนมีลักษณะเฉพาะของตนเอง แต่ละคนมีคุณค่า มีศักยภาพในการดำรงอยู่ของตนเอง สามารถค้นหาความหมายให้กับชีวิตของตนเองได้ โดยมนุษย์มีเสรีภาพในการเลือกที่จะเป็น หรือ ไม่เป็น ทำหรือไม่ทำสิ่งต่าง ๆ ในสภาพแวดล้อมหนึ่ง ๆ ดังนั้น มนุษย์จะต้องมีความรับผิดชอบต่อการตัดสินใจ การเลือก และต่อการดำรงชีวิตของตน

และเพราะว่า มนุษย์มีลักษณะเฉพาะเป็นของตนเอง ดังนั้น การที่จะทำความเข้าใจกับมนุษย์ต้องทำความเข้าใจกับสิ่งที่มนุษย์แต่ละคนรับรู้ และแปลความหมาย นักทฤษฎีกล่าวว่า การดำรงชีวิตของบุคคลจะมีความสัมพันธ์กันของโลกทั้ง 3 ระดับ พร้อม ๆ กัน คือ โลกชีวะ (Umwelt) ซึ่งเป็นส่วนที่บุคคลปราศจากการรับรู้ โลกสังคม (Mitwelt) ซึ่งหมายถึง การที่บุคคลมีความสัมพันธ์กับคนอื่น และโลกตน (Eigenwelt) ซึ่งหมายถึง การมีเอกลักษณ์แห่งตน (โลรีช โพธิแก้ว. 2536 : 79) และสามารถอธิบายความสัมพันธ์ของโลกทั้ง 3 ระดับเพิ่มเติม ดังนี้ (Prochaska. 1979 : 71)

1. โลกชีวะ (Umwelt) หมายถึง ตัวเรา ซึ่งสัมพันธ์กับความต้องการด้านร่างกาย เรียกว่า เป็นความสัมพันธ์กับธรรมชาติ (Being in Nature) ความสัมพันธ์ในระดับนี้จะรวมถึง ความสัมพันธ์กับแรงผลักดันตามธรรมชาติ ลักษณะทางชีววิทยา และสิ่งต่าง ๆ ที่มีอยู่ในธรรมชาติ โดยในสถานการณ์เช่นเดียวกัน หรือในสิ่งเดียวกัน บุคคลแต่ละคนจะรับรู้และแปลความหมายแตกต่างกันได้ เช่น เมื่อให้บุคคลนึกถึงหาดทรายและทะเล บุคคลหนึ่งอาจจะรู้สึกกลัวเพราะนึกไปว่าอาจจะมียาฉลามรออยู่ และพร้อมที่จะเข้าทำร้ายตน ในขณะที่บุคคลอีกผู้หนึ่งอาจจะรู้สึกสดชื่นและอยากที่จะไปว่ายน้ำเล่น นักทฤษฎีเชื่อว่าบุคคลจะมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อธรรมชาติ ตามขอบเขตการรับรู้ของตนเอง โดยเฉพาะไม่เกี่ยวกับจิตสำนึกและประสบการณ์ในอดีต (ทัศน บุญทอง. 2525 : 30)

2. โลกสังคม (Mitwelt) คือโลกของบุคคล ซึ่งเกี่ยวข้องกับโลกของสังคม เป็นความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น (Being with Others) ในระดับความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น บุคคลแต่ละคนก็จะรับรู้และแปลความหมายได้แตกต่างกัน เช่น ในการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น บุคคลอาจจะคาดการณ์ล่วงหน้าว่า บุคคลอื่น ๆ จะคิด รู้สึก ประเมิน หรือมองตัวเราอย่างไร ผลของการคาดการณ์นี้ก็จะส่งผลต่อการตอบสนองของบุคคลแตกต่างกัน โดยบุคคลอาจจะรู้สึกกังวล กลัว จนทำให้ต้องแยกตัวออกมาจากบุคคลอื่น ๆ หรือความวิตกกังวลจากการคาดการณ์นี้อาจจะทำให้บุคคลเพียงเพิ่มความระมัดระวังในการกระทำของตนเองเท่านั้น อย่างไรก็ตาม ในความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น อาจจะมีในเฉพาะบางเวลา กับเฉพาะบุคคลที่เราสามารถที่จะกระทำและเป็น และเป็นอย่างที่เราเป็น ไม่ว่าจะเหมาะสมหรือไม่ โดยไม่ได้คำนึงว่าบุคคลที่เราสัมพันธ์ด้วยจะรู้สึกอย่างไร

3. โลกตน (Eigenwelt) หมายถึง โลกของตนเอง (Own-World) หรือเป็นโลกของความคิด (thought world) (Vondracek and Sherry. 1995 : 200 ; citing Binswanger. 1963) เป็นส่วนที่บุคคลรับรู้โลก และนำมาประเมิน ตัดสินการดำรงอยู่ของตนเอง ซึ่งจะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล เช่น การที่บุคคลรับรู้ชีวิตตนเองมีแต่ความเจ็บปวดตลอดเวลา บางคนอาจจะเลือกที่จะไม่คิดถึงความรู้สึกเหล่านี้ หรือบางคนอาจจะคิดเฉพาะเวลาที่ไม่สามารถควบคุมตนเองได้ เช่น เวลาดื่มสุรา ในขณะที่บางคนอาจจะเลือกที่จะหมกมุ่นอยู่กับความรู้สึกเจ็บปวดนั้นตลอดเวลา ซึ่งทำให้ยากที่จะมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นและกับธรรมชาติได้

นักทฤษฎีกล่าวว่า ความสัมพันธ์กันของโลกทั้ง 3 ระดับนี้ ทั้งหมดจะถูกรวบรวมประเมิน ตัดสิน และสะท้อนออกมากลายเป็นตัวตนของเขาเอง (Being-For-One-Self) ซึ่งจะมีผลต่อวิธีการดำเนินชีวิตของเขา

1.4.3 สาเหตุของปัญหาของมนุษย์

จากธรรมชาติและความสัมพันธ์กับโลกทั้ง 3 ระดับของมนุษย์ จะเห็นว่าถึงแม้โดยทั่วไปมนุษย์จะมีธรรมชาติที่เหมือนกัน (ตามแนวความคิดของนักทฤษฎี) แต่บุคคลจะมีความสัมพันธ์กับสถานการณ์และสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิต ตามการรับรู้และแปลความหมายของเฉพาะแต่ละคน การตอบสนองหรือวิธีการดำเนินชีวิตก็จะเป็นไปตามบุคคลรับรู้และแปลความหมายมัน

ในการดำรงชีวิตนั้น นักทฤษฎีให้ความสำคัญกับการดำรงชีวิตที่เป็นตนเองอย่างแท้จริง (Authentic Existence) การดำรงชีวิตอย่างแท้จริงคือ การที่บุคคลมีปฏิกิริยาและการแสดงออกตามแบบที่บุคคลนั้นเป็น อย่างซื่อสัตย์ต่อธรรมชาติ ผู้อื่น และต่อตนเอง โดยบุคคลจะไม่ปิดบังตนเองและไม่หลีกเลี่ยงการตัดสินใจในแต่ละสถานการณ์ และมีความรับผิดชอบต่อการตัดสินใจของตนเอง นอกจากนี้ บุคคลจะรับรู้และสามารถรับข้อจำกัดต่าง ๆ ของเขา โดยดำเนินชีวิตตามการประเมินของตนเอง ว่าอะไรที่มีคุณค่าสำหรับตน (Prochaska. 1979 : 72 ; Shaffer and Galinsky. 1989 : 93; Corey. 1996 : 174)

กล่าวโดยสรุป ปัญหาของมนุษย์เกิดขึ้นจากการที่มนุษย์ขาดการตระหนักในตนเอง รู้สึกว่าตนขาดเสรีภาพในการที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ตามความต้องการ เนื่องจากตนถูกจำกัดจากสภาพของสิ่งแวดล้อมและบุคคลอื่น เป็นผลให้มนุษย์ดำเนินชีวิตแบบอยู่ไปวันวัน ไร้จุดหมายในชีวิต รู้สึกไม่มีความหมายในการดำรงอยู่ ขาดความรับผิดชอบต่อชีวิตของตนเอง รู้สึกว่าล้มเหลวขาดความมั่นคงในชีวิต นำไปสู่การไม่สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับตนเอง กับผู้อื่น และสิ่งแวดล้อม ตลอดจนไม่สามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพ

1.4.4 ทัศนคติที่นำเข้าสู่การให้คำปรึกษา

จะเห็นว่า นักทฤษฎีมองว่าปัญหาของมนุษย์เกิดจากการที่มนุษย์ไม่สามารถใช้เสรีภาพที่ตนมีอยู่อย่างเต็มที่ ไม่ตระหนักในคุณค่าและการมีอยู่ของตนเอง รวมทั้งหลีกเลี่ยงการรับผิดชอบต่อตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้นกับตน ปัญหาเหล่านี้ทำให้มนุษย์ดำเนินชีวิตด้วยความรู้สึกสิ้นหวัง ท้อแท้ และไม่เห็นคุณค่าในตนเอง ดังนั้น การช่วยเหลือในการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีจึงเป็นการช่วยเหลือให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักถึงคุณค่า และการมีอยู่ของตนเองในปัจจุบัน สามารถใช้เสรีภาพและความรับผิดชอบของตนอย่างเต็มที่ ทำให้ผู้รับคำปรึกษาได้พัฒนาศักยภาพที่มีอยู่ของตน

ในกระบวนการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีนั้น มิลอน (Milon, 1967 : 245) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีไม่มีระบบของการบำบัด และกลุ่มของเทคนิคใหม่ แต่เป็นการให้คำปรึกษาที่เกี่ยวข้องกับการทำความเข้าใจกับการดำรงอยู่ และประสบการณ์ของมนุษย์ และเป็นการนำทัศนคติไปสู่การให้คำปรึกษา

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาแบบทฤษฎี พบว่าทัศนคติหลักที่นำเข้าสู่การให้คำปรึกษา คือ การทำให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับความเข้าใจ เกี่ยวกับเงื่อนไขในการดำรงอยู่ของมนุษย์ 6 ด้าน ดังนี้ (Corey : 1986 : 78)

1. ศักยภาพที่จะตระหนักในตนเอง (Capacity for Self Awareness)
2. อิสระและความรับผิดชอบ (Freedom and Responsibility)
3. การค้นพบเอกลักษณ์ของตนและการสร้างสัมพันธ์ภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่น (Discovering One's Identity and Establishing Meaningful Relationships with Others)
4. การค้นหาความหมาย จุดหมาย ค่านิยมและเป้าหมาย (The Search for Meaning, Purpose, Values and Goals)
5. ความวิตกกังวลซึ่งเหมือนเงื่อนไขการดำรงชีวิต (Anxiety as a Condition of Living)
6. การตระหนักถึงความตายและความไม่มีอยู่ (Awareness of Death and Nonbeing)

1.4.4.1 ศักยภาพที่จะตระหนักในตนเอง (Capacity for Self Awareness)

นักทฤษฎี จะเน้นถึงความสำคัญของการตระหนักในตนเอง (Self Awareness) เพราะศักยภาพในการตระหนักในตนเองของมนุษย์ เป็นสิ่งที่ทำให้มนุษย์แตกต่างจากสิ่งมีชีวิตอื่น และเมื่อมนุษย์มีความสามารถในการตระหนักในตนเอง มนุษย์จึงต้องรับผิดชอบต่อชีวิตตน (Patterson, 1966 : 445) โดยนักทฤษฎีเชื่อว่า ถึงแม้ว่าบุคคลจะถูกจำกัดจากอิทธิพลต่าง ๆ ของเงื่อนไขทางสังคม และถูกจำกัดด้วยปัจจัยทางพันธุกรรม บุคคลยังคงสามารถหาสิ่งที่ดีที่สุดให้กับตนเอง ภายใต้ปัจจัยต่าง ๆ ที่จำกัดเหล่านั้น โดยใช้ศักยภาพที่จะตระหนักในตนเองของบุคคล (Corey, 1995 : 238)

การตระหนักในตนเอง คือ การรับรู้เกี่ยวกับตนเองหรือสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง โดยคอเรย์ (Corey, 1996 : 173) กล่าวว่า การเพิ่มศักยภาพในการตระหนักในตนเอง หมายถึง การเพิ่มการรับรู้ในทางเลือกต่าง ๆ แรงจูงใจ และปัจจัยที่มีอิทธิพลของแต่ละบุคคล รวมทั้งเป้าหมายของบุคคล การเพิ่มศักยภาพในการตระหนักในตนเองนั้น จะทำให้บุคคลสามารถตอบโต้และสร้างทางเลือกได้อย่างอิสระ นำไปสู่การดำรงชีวิตอย่างสมบูรณ์ ในการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีจะมุ่งให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความตระหนักในสิ่งเหล่านี้

1. บุคคลจะตระหนักว่า เมื่อบุคคลเลือกเพื่อตัวเอง เขาอาจจะเกิดความรู้สึกวิตกกังวลและอาจจะเกิดความรู้สึกที่ไม่มั่นคงได้

2. บุคคลจะตระหนักว่าหากพวกเขายึดเหนี่ยวในเอกลักษณ์ที่กำหนดจากคนอื่น นั่นคือ บุคคลกำลังพยายามค้นหาการยอมรับและยืนยันการดำรงอยู่ของตนจากคนอื่น หรือสิ่งอื่นแทนที่จะให้เป็นตัวของเขาเองที่จะยืนยันในการดำรงอยู่ของตน

3. บุคคลจะตระหนักว่าการรับรู้และการตัดสินใจในอดีตของเขาเองมีผลให้เกิดเหตุการณ์ที่ทำให้เขารู้สึกว่า เขาเป็นเหมือนนักโทษ ในการให้คำปรึกษาบุคคลจะรับรู้ว่าเขาเป็นบุคคลที่มีเสรีภาพและสามารถตัดสินใจใหม่ได้

4. บุคคลจะตระหนักว่า ถึงแม้ว่าเขาจะไม่สามารถเปลี่ยนแปลงเหตุการณ์บางอย่างในชีวิตของเขาได้ แต่เขาสามารถเปลี่ยนการมอง การรับรู้ และการตอบสนองต่อเหตุการณ์เหล่านั้นได้

5. บุคคลจะได้เรียนรู้ว่าพวกเขาจะไม่ถูกดำเนินในอนาคตกาลอดีต ถ้าพวกเขาสามารถเรียนรู้จากอดีตของเขา และปรับปรุงอนาคตใหม่

- 6. บุคคลจะตระหนักว่า เพราะว่าพวกเขาหมกมุ่นอยู่กับการสิ้นหวัง ทำให้พวกเขาขาดโอกาสที่จะชื่นชมการมีชีวิตของพวกเขาเอง

7. บุคคลจะยอมรับข้อจำกัดของตนเองและยังคงมีความรู้สึกมีคุณค่า โดยตระหนักว่าพวกเขาไม่จำเป็นต้องสมบูรณ์แบบจึงจะรู้สึกว่ามีคุณค่า

8. บุคคลจะสามารถรู้ว่าพวกเขาล้มเหลวในการมีชีวิตในปัจจุบันนี้ เพราะว่าพวกเขาหมกมุ่นอยู่กับอดีตและวางแผนในอนาคตหรือพยายามทำสิ่งต่าง ๆ ที่มากเกินไปในเวลาเดียวกัน

จะเห็นว่าทัศนคตินี้ของนักทฤษฎี มองว่าบุคคลมีความสามารถที่จะรับรู้เกี่ยวกับตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง ดังนั้น บุคคลจึงสามารถกระทำสิ่งต่าง ๆ ตามที่ตนต้องการภายใต้เงื่อนไขที่มีอยู่ การช่วยให้บุคคลเกิดการตระหนักในตนเองเป็นการเพิ่มความสามารถในการรับรู้ของบุคคล ทำให้บุคคลมีความเข้าใจในตนเองและสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเพิ่มขึ้น สามารถจัดการกับปัญหาของตนได้ดีขึ้น และนำไปสู่การเห็นคุณค่าของตนเองและการกระทำของตน ซึ่งก็คือการเพิ่มองค์ประกอบของความเข้มแข็งในการมองโลกนั่นเอง

ในกระบวนการให้คำปรึกษา การช่วยให้นักเรียนเกิดความตระหนักในตนเอง คือ การช่วยให้นักเรียนได้รู้จักและทำความเข้าใจกับตนเองอย่างที่เป็นอยู่ในขณะนี้อย่างแท้จริง การเพิ่มการตระหนักในตนเองจะนำไปสู่การยอมรับตนเอง เข้าใจความต้องการของตนเอง สามารถเลือกวิถีหรือแนวทางต่าง ๆ สำหรับการดำรงชีวิตของตนเองได้อย่างเต็มที่เท่าที่ตนต้องการ นักเรียนจะได้พัฒนาศักยภาพของตนเองอย่างสูงสุดในขอบเขตของการเป็นไปได้โดยไม่จำกัด

1.4.4.2 เสรีภาพและความรับผิดชอบ (Freedom and Responsibility)

นักทฤษฎี จะให้ความสำคัญกับเสรีภาพในการเลือกของมนุษย์ แฟรงเคิล (Frankl, 1967 : 60) กล่าวว่า ถึงแม้บุคคลจะไม่สามารถเป็นอิสระอย่างสมบูรณ์จากเงื่อนไขต่าง ๆ ที่ผูกมัด ทั้งปัจจัยทางชีวภาพ ปัจจัยทางด้านจิตใจ และปัจจัยทางสังคม เช่น สิ่งแวดล้อมทางสังคมต่าง ๆ กรรมพันธุ์ หรือแรงขับตามสัญชาตญาณ ปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้อาจจำกัดขอบเขตเสรีภาพของบุคคล แต่ไม่สามารถลดศักยภาพของความเป็นมนุษย์ลงได้ แฟรงเคิลเชื่อว่า บุคคลยังคงมีเสรีภาพในการตัดสินใจเลือกในทุก ๆ สถานการณ์ จากคำกล่าวของแฟรงเคิล ที่ว่า “เงื่อนไขต่าง ๆ ที่มีไม่ได้กำหนดเรา แต่เราเป็นผู้กำหนดเองว่า เราจะยอมจำนนหรือว่าจะอดทนต่อสู้กับเงื่อนไขต่าง ๆ ที่มีอยู่”

ดังนั้น บุคคลที่หลีกเลี่ยงความจริงของตนเอง โดยกล่าวหาว่าสิ่งแวดล้อมนักภวนิยมเห็นว่า เป็นความเชื่อที่ผิด (Bad Faith) ชาร์ต กล่าวว่าเป็นการไม่ยอมรับผิดชอบชีวิตของเขา การกระทำ และความผิดพลาดจากการกระทำของตนเอง โดยเขายอมอนุญาตให้บุคคลอื่นมากำหนดหรือเลือกสิ่งต่าง ๆ ให้เขา หรือยอมให้ชีวิตของเขาเป็นไปตามแรงผลักดันภายนอก ซึ่งเป็นการดำรงชีวิตที่ไม่แท้จริง (Inauthentic Existence) (Corey. 1996 : 174) นักภวนิยมมองว่า สิ่งที่อยู่รอบตัวของบุคคลเป็นเพียงสิ่งแวดล้อม ซึ่งบุคคลมีเสรีภาพที่จะเลือกกระทำสิ่งต่าง ๆ ต่อสิ่งแวดล้อมด้วยเหตุผลของตนเองได้ และเหตุผลในการเลือกของบุคคลคือ เลือกในสิ่งที่บุคคลเห็นว่ามีความสำคัญสำหรับเขา (Warnock. 1977 : 1-2)

โปรชาร์ตกา (Prochaska. 1979 : 72) กล่าวว่า ทางเลือกที่ดีที่สุดในแนวความคิดของนักภวนิยมไม่จำเป็นจะต้องเลือกจากสิ่งที่ให้แรงเสริมสูงสุด และลงโทษน้อยที่สุดตามแนวความคิดของนักพฤติกรรมนิยม หรือไม่จำเป็นจะต้องเลือกจากการปรับตัวตามสัญชาตญาณภายในความต้องการ ดังเช่นแนวความคิดของกลุ่มจิตวิเคราะห์ แต่การเลือกที่ดีที่สุดในแนวความคิดของนักภวนิยม คือ การเลือกที่เป็นตามแบบของตนเองอย่างแท้จริง (Be Authentic) เพราะเป็นการดำรงชีวิตของบุคคลตัดสินใจที่จะมองโลกตามที่เป็นจริง ไม่หลีกเลี่ยงหรือปิดบังตนเองจากสิ่งแวดล้อม นำมาสู่การเปิดเผยตนต่อธรรมชาติ ต่อบุคคลอื่น และต่อตนเอง

อย่างไรก็ตาม ถึงแม้ว่าบุคคลจะมีเสรีภาพในการเลือก แต่การตัดสินใจนั้นจะต้องดำรงคุณค่า และมีความเหมาะสม บุคคลจะต้องตระหนักต่อความรับผิดชอบของตน โดยเสรีภาพและความรับผิดชอบจะต้องมีขึ้นพร้อม ๆ กัน เพราะเสรีภาพนั้นเป็นเงาของความรับผิดชอบ (Capuzzi and Gross. 1995 : 218) และเนื่องจาก บุคคลมีเสรีภาพที่จะเลือกกระหว่างสิ่งต่าง ๆ ดังนั้น บุคคลจึงเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญต่อการดำรงชีวิตของเขาเอง โดยรัชเชล นักภวนิยมท่านหนึ่งกล่าวว่า บุคคลเปรียบเสมือนผู้ประพันธ์บทชีวิตของตัวเอง เป็นทั้งผู้สร้างชีวิต และปัญหาของตัวเอง (Corey. 1996 : 175)

ในกระบวนการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้นักเรียนได้ตระหนักถึงเสรีภาพของตัวเอง ในการที่จะเลือกกระทำเพื่อตัวเองภายใต้ข้อจำกัดของตนเอง โดยการเลือกนั้นจะเน้นที่การเลือกโดยผ่านการไตร่ตรองถึงผลที่จะตามมา ในการให้คำปรึกษานักเรียนจะต้องเผชิญกับการตัดสินใจว่าเขาต้องการอะไร เขาจะเป็นอะไร ข้อจำกัดของเขาคืออะไร และเขาจะอย่างไรกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับเขา ให้นักเรียนพิจารณาทางเลือกที่ต้องการ และผลที่จะตามมาจากการเลือกนั้น ๆ โดยผู้ให้คำปรึกษาจะต้องทำความเข้าใจทุก ๆ การเลือกของนักเรียนเพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจ และมองเห็นผลที่เกิดจากการเลือกพร้อมที่จะเผชิญและรับผิดชอบต่อผลนั้น ๆ

1.4.4.3 การค้นพบเอกลักษณ์ของตนเองและการสร้างสัมพันธ์ภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่น

(Discovering One's Identity and Establishing Meaningful Relationships with Others)

ทัศนคตินี้ กล่าวถึง ความสัมพันธ์ระหว่างเอกลักษณ์ของตนเองและการสร้างสัมพันธ์ภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่น โดยในการสร้างสัมพันธ์ภาพที่คุณค่ากับบุคคลอื่นนั้น นักภวนิยมเห็นว่า บุคคลจะต้องรู้จักตนเอง และให้ความสำคัญกับตนเองเท่า ๆ กับให้ความสำคัญในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่น การที่บุคคลจะรู้จักตนเองนั้น บุคคลจะต้องค้นหาและสร้างเอกลักษณ์เฉพาะตนขึ้น ซึ่งกระบวนการในการค้นหานี้ไม่ได้เกิดขึ้นได้เอง บุคคลจะต้องใช้ความกล้าที่จะเป็น (Courage to Be) พอล ทิลลิค (Paul Tillich) กล่าวว่า ความกล้าที่จะเป็น คือการที่บุคคลกล้าที่จะดำรงชีวิตจากความคิดและความรู้สึกภายในตนเอง หากบุคคลมีความกล้าที่จะเป็นจะทำให้บุคคลสามารถอยู่เพียงลำพังได้ เมื่อบุคคลรู้สึกตนเองว่าตนต้องอยู่คนเดียว บุคคลจะต้องเรียนรู้การอยู่ด้วยตนเอง สามารถตัดสินใจได้ว่าเขาจะอยู่อย่างไร นักภวนิยม เชื่อว่า ก่อนที่จะสามารถสร้างสัมพันธ์

ภาพที่มีคุณค่าและมั่นคงกับบุคคลอื่นได้นั้น บุคคลจะต้องเรียนรู้ที่จะรู้จักตนเอง และสามารถมีชีวิตอยู่ด้วยตนเองเพียงลำพังได้ (Corey. 1996 : 175-176)

การที่บุคคลรู้สึกสูญเสียความเป็นตัวเองหรือรู้สึกว่าตนเป็นคนแปลกหน้าสำหรับตัวเอง เนื่องจากบุคคลเหล่านี้ไม่ได้ดำรงชีวิตด้วยการใช้ความรู้สึกภายในตนเอง โดยบุคคลดำรงชีวิตอยู่ตามความคาดหวังของผู้อื่นหรือดำรงชีวิตตามที่ผู้อื่นกำหนดให้ นอกจากนี้ บุคคลเหล่านี้พยายามค้นหาคำตอบ ค่านิยมและความเชื่อจากผู้ที่เขาคิดว่าสำคัญในโลกของเขา มากกว่าที่จะศรัทธาในตัวเอง และค้นหาคำตอบเกี่ยวกับความขัดแย้งในชีวิตจากรู้สึกภายในตัวเอง เป็นผลให้บุคคลรู้สึกว่าตนพยายามสร้างความพอใจให้บุคคลอื่น และให้บุคคลอื่นยอมรับ สุดท้ายบุคคลเหล่านี้จะไม่สามารถดำรงชีวิตอย่างที่ตนเองต้องการอย่างแท้จริง (Inauthentic Existence) กลายเป็นการดำเนินชีวิตตามที่ผู้อื่นคาดหวังให้เป็น (Corey. 1986 : 79, 89)

จะเห็นว่า การที่นักเรียนรับรู้ภาพของตนเองอย่างชัดเจนตามความเป็นจริง จะเป็นสิ่งช่วยเสริมให้นักเรียนมีความมุ่งมั่นหวังในชีวิตเพิ่มขึ้น ดังนั้น ในกระบวนการให้คำปรึกษาผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้นักเรียนได้พิจารณาเอกลักษณ์ของตน ความเชื่อ ค่านิยม ทศนคติ และความคาดหวังที่มีต่อตนเองเพื่อให้นักเรียนสามารถกำหนดแนวทางการดำเนินชีวิตในทางที่เหมาะสมกับนักเรียนอย่างแท้จริง เป็นการเพิ่มความสามารถในการเลือกอย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีความสุข

1.4.4.4 การค้นหาความหมาย (Search for Meaning)

แฟรงเคิล นักภวนิยม เน้นว่า โลกของมนุษย์คือ โลกของความหมาย แรงจูงใจ อันดับแรกขอมนุษย์ไม่ใช่ต้องการความพอใจ หรือต้องการพลังอำนาจ แต่เป็นการต้องการความหมาย การต้องการความหมายนั้น เป็นการแสดงให้เห็นถึงความเป็นมนุษย์อย่างที่สุด เพราะสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ ไม่เคยวิตกกังวลเกี่ยวกับความหมายของการดำรงอยู่ แฟรงเคิล เน้นว่ามนุษย์พร้อมที่จะเผชิญกับความยากลำบากต่าง ๆ トラบเท่าที่มนุษย์มองเห็นความหมายในสิ่งนั้น (Sriruen Kaewkangwai .n.d. : 54) โดย แฟรงเคิล กล่าวว่า ในการเผชิญกับความยากลำบากต่าง ๆ เหล่านี้ การมีความรู้สึกว่าจะทำอย่างไรและความรู้สึกว่าจะยังคงมีความหวังเป็นสิ่งที่แสดงถึงชัยชนะของมนุษย์ (Corey. 1986 : 81)

เพราะฉะนั้น เมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่ยากลำบาก นักภวนิยมจะมองเห็นความสวยงาม โอกาสและทางเลือก (Ivey. 1987 : 269) ในทางตรงกันข้าม บุคคลที่มีความรู้สึกว่าจะตนไร้ความหมาย (Meaninglessness) มักถามตนเองว่าอะไรคือความหมายของชีวิต ฉันสามารถทำอะไรที่แตกต่างไปจากนี้ อะไรคือจุดประสงค์ของการดำรงอยู่ (Capuzzi and Gross. 1995 : 217) ความรู้สึกไร้ความหมายในชีวิต จะนำไปสู่ภาวะที่แฟรงเคิล (Frankl. 1967 : 19) เรียกว่า ความรู้สึกว่างเปล่าในการดำรงชีวิต (Existential Vacuum) บุคคลที่อยู่ในภาวะเช่นนี้ จะรู้สึกว่าตนเองมีแต่ความว่างเปล่า ไม่มีแก่นสารในชีวิต สูญเสียความสนใจและขาดความคิดริเริ่มในการหาทางช่วยเหลือตนเอง

กล่าวโดยสรุป นักภวนิยม เชื่อว่าชีวิตมนุษย์นั้นต้องการมีความรู้สึกว่าจะมีความหมายในตนเอง ถึงแม้ในสถานการณ์ที่เป็นทุกข์ หากมนุษย์ค้นพบความหมายในตนเองและในสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ก็จะทำให้มนุษย์สามารถเผชิญกับความทุกข์ที่เกิดขึ้นได้ จะเห็นว่าทัศนคติการค้นหาความหมายนี้เป็นแรงจูงใจให้บุคคลเผชิญกับปัญหา โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคง่าย ๆ เนื่องจากบุคคลจะเห็นคุณค่าในการกระทำของตนเอง และรับรู้ว่าอุปสรรคนั้นเป็นสิ่งที่มีความค่าที่จะเผชิญ (Post-White and others. 1996 : 1572)

ในกระบวนการให้คำปรึกษาจะช่วยให้นักเรียนรู้สึกถึงความหมายในชีวิต โดยให้นักเรียนถามตนเองเกี่ยวกับสิ่งที่มีคุณค่าในชีวิตของตนเกี่ยวกับเป้าหมายที่ต้องการในชีวิตของตนเอง ตระหนักถึงความสำคัญของการกระทำของตนเองในขณะนี้ มีความกระตือรือร้นในการดำรงชีวิต สร้างกำลังใจ คิดและมองสิ่งที่เกิดขึ้นในแง่บวก

1.4.4.5 ความวิตกกังวล เป็นเสมือนเงื่อนไขในการดำรงชีวิต (Anxiety as a Condition of Living)

นักทฤษฎีเห็นว่า ในการดำรงชีวิตนั้น บุคคลย่อมเกิดความวิตกกังวลขึ้นได้ในทัศนะของนักทฤษฎี ความวิตกกังวลตามปกติ (Normal or Existential Anxiety) เป็นการตอบสนองของบุคคลต่อสิ่งที่บุคคลไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ในการดำรงชีวิต หรือเกิดขึ้นเมื่อบุคคลต้องตัดสินใจโดยไม่มีแนวทางที่ชัดเจน และไม่รู้จักผลลัพธ์ที่แน่นอน (Shaffer and Gqlinsky. 1989 : 92)

นักทฤษฎีให้ความสำคัญกับความวิตกกังวลตามปกติ (Normal Anxiety) โดยเห็นว่า ความวิตกกังวลที่ไม่มากเกินไปจะเป็นแรงจูงใจให้บุคคลเกิดความเปลี่ยนแปลงในทางตรงกันข้าม ความวิตกกังวลที่มีมากเกินไป จะทำให้บุคคลรู้สึกเหนื่อยหน่าย (Vondracek and Corneal. 1995 : 202) คอร์เรย์ (Corey. 1995 : 224) เชื่อว่า ความวิตกกังวลมีอิทธิพลต่อความเจริญงอกงามของมนุษย์ และเห็นว่าบุคคลมากมายมีความคิดสร้างสรรค์แต่ถูกปิดกั้นด้วยความวิตกกังวลที่เกิดขึ้น ก่อนที่บุคคลนั้นจะรู้สึกถึงความคิดสร้างสรรค์ของตนเอง ดังนั้น เมื่อบุคคลเกิดความวิตกกังวล บุคคลจะต้องใช้เสรีภาพที่ตนมีอยู่ค้นหาในสิ่งที่ตนยังไม่ได้รู้ได้ เพราะการที่บุคคลได้ทำในสิ่งที่ตนคาดการณ์ผลได้ จะทำให้ความวิตกกังวลของบุคคลนั้นลดลง

การเลือกและการตัดสินใจที่เป็นปัญหาของบุคคล ก่อให้เกิดความวิตกกังวลขึ้นได้ เช่น การที่บุคคลไม่ยอมรับทางเลือก และความเป็นไปได้ในทางอื่น ๆ ลักษณะเช่นนี้ นักทฤษฎีถือเป็นความล้มเหลวของการตัดสินใจในการที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ของบุคคล (Ivey. and others. 1987 : 270) เมื่อบุคคลพยายามหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญกับสิ่งที่บุคคลรู้สึกว่าคุกคามตนเอง เช่น หลีกเลี่ยงที่จะตัดสินใจเลือกอย่างเต็มที่ เป็นการหลีกเลี่ยงความวิตกกังวลตามปกติ การตอบสนองเช่นนี้เป็นผลให้เกิดความวิตกกังวลที่ไม่ปกติ (Neurotic Anxiety) นักทฤษฎีกล่าวว่า ความวิตกกังวลตามปกติ คือ การตอบสนองอย่างแท้จริงต่อภาวะคุกคาม (Honest Response to Nonbeing) ในขณะที่ ความวิตกกังวลที่ไม่ปกติ คือ การตอบสนองอย่างไม่เต็มที่ต่อการดำรงของมนุษย์ (Inauthentic Response to Being) และก่อให้เกิดพยาธิสภาพทางจิตใจได้ (Psychopathology) (Prochaska. 1979 : 76) ผลของความวิตกกังวลที่ไม่ปกติอาจเกิดได้หลายแบบ แต่ในที่สุด คิน กล่าวไว้ว่า ผลของมันจะนำไปสู่การทำให้ความรู้สึกของความเป็นบุคคล (Subject) ลดลง และเพิ่มความรู้สึกของการเป็นผู้ถูกกระทำ (Object) (Shaffet and Galinsky. 1989 : 92)

ความรู้สึกที่สามารถเกิดขึ้นได้ในชีวิตของบุคคล คล้ายกับความวิตกกังวล ก็คือ ความรู้สึกผิด (Guilt Feeling) ความรู้สึกผิดตามปกติ (Existential Guilt) เกิดจากการที่บุคคลตระหนักว่าตนไม่ได้ใช้ศักยภาพที่มีอยู่ของตนอย่างแท้จริง เมื่อเกิดความรู้สึกผิด หากบุคคลพยายามหลีกเลี่ยงไม่เผชิญกับมัน ความรู้สึกผิดนี้จะกลายเป็นความรู้สึกผิดที่ไม่ปกติ บุคคลจะตำหนิตนเองสำหรับความล้มเหลวและนำไปสู่บทบาทของการเป็นผู้ถูกกระทำ เช่นเดียวกับความวิตกกังวล ซึ่งประสบการณ์ที่บุคคลรู้สึกว่าเป็นผู้ถูกกระทำ ทำให้บุคคลไม่สามารถวางแผนสร้างสิ่งที่มีคุณค่าให้กับตนเอง บุคคลจะรู้สึกว่าตนไม่สามารถจัดระบบให้ตนเองได้ รู้สึกว่าถูกลดความเป็นบุคคลของตน และรู้สึกว่าตนไร้ความหมายในที่สุด (Shaffer and Galinsky. 1989 : 92-93)

จะเห็นว่า ในทัศนะของนักภวนิยม ความวิตกกังวลหรือความรู้สึกผิดเป็นความรู้สึกที่สามารถเกิดขึ้นได้ในการดำรงชีวิต และไม่ใช่ความรู้สึกที่ต้องหลีกเลี่ยง แต่บุคคลต้องใช้เสรีภาพที่ตนมีอยู่ตัดสินใจเลือกสิ่งที่มีคุณค่าของตนเอง ศรีเรือน แก้วกังวาล (Siruen Kawkungwal.n.d.) เห็นว่าบุคคลจะต้องเรียนรู้ที่จะเผชิญกับความวิตกกังวล หรือความรู้สึกผิดตามปกติ โดยยอมรับว่ามันเป็นส่วนหนึ่งของการดำรงชีวิต ทัศนคตินี้จึงช่วยให้บุคคลปรับตัวและเผชิญกับความรู้สึกในทางลบที่เกิดขึ้นกับตนได้ดีขึ้น และช่วยให้บุคคลยอมรับสถานการณ์ตามความเป็นจริง ไม่หลีกเลี่ยงปัญหา ใช้วิธีแก้ปัญหาแบบเผชิญหน้าและสามารถเผชิญกับความกดดันต่าง ๆ ได้ดี

ในกระบวนการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้นักเรียนได้เรียนรู้และเข้าใจตนเองเพิ่มมากขึ้น เพื่อให้นักเรียนมองเห็นแนวทางในการเลือกชัดเจนขึ้น สามารถคาดการณ์ผลที่จะเกิดขึ้นจากการเลือกได้ เพิ่มประสิทธิภาพในการตัดสินใจ นักเรียนจะยอมรับว่าการตัดสินใจในสิ่งที่ยังไม่เห็นผล นักเรียนย่อมเกิดความวิตกกังวลได้ ผู้ให้คำปรึกษาจะทำให้กำลังใจให้นักเรียนเผชิญกับความวิตกกังวลของตน เพื่อการเปลี่ยนแปลงที่ตนต้องการ พร้อมทั้งผู้ให้คำปรึกษาจะให้นักเรียนตระหนักถึงการมีชีวิตอยู่กับเวลาปัจจุบันอย่างเต็มที่ เพราะอดีตไม่สามารถแก้ไขได้ และอนาคตที่นักเรียนต้องการก็จะเป็นผลจากการกระทำของนักเรียนในขณะนี้

1.4.4.6 การตระหนักถึงความตายและความไร้ความหมาย (Awareness of Death and Nonbeing)

คาปุซซี และ กรอส (Capuzzi and Gross. 1995 : 213) กล่าวว่า การเผชิญกับความตายด้วยการวิเคราะห์พิจารณาจะนำมาสู่การมีชีวิต บุคคลต้องยอมรับว่าความตายเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ เมื่อบุคคลตระหนักถึงความตายอย่างแท้จริง จะทำให้บุคคลสามารถดำเนินชีวิตในแต่ละวันของเขาอย่างเข้มแข็ง และมีกำลังใจอย่างเต็มที่เท่าที่จะเป็นไปได้โดยตัดสินใจต่าง ๆ ที่ไม่มีความสำคัญออกไป การปฏิเสธความตายเป็นการแสดงว่าบุคคลนั้นรับผิดชอบต่อชีวิตของตนเองเพียงเล็กน้อย ดำเนินชีวิตอย่างว่างเปล่า ไม่มีจุดหมายในชีวิต

ไฮด์การ์ด์และยาลอม (Corey. 1995 : 246; citing Heideggard. 1962, Yolom. 1980) กล่าวว่า นักภวนิยมเห็นว่าความตายเป็นสิ่งสำคัญในการค้นหาความหมาย และจุดหมายในชีวิต เนื่องจากการดำเนินชีวิตนั้นย่อมมีจุดสิ้นสุด แต่ถ้าหากบุคคลยืนยันที่จะดำรงชีวิตและพยายามที่จะใช้ชีวิตในปัจจุบันให้เต็มที่เท่าที่จะเป็นไปได้ บุคคลนั้นก็จะไม่สนใจต่อวันสิ้นสุดของชีวิต (Corey. 1986 : 83)

ในการให้คำปรึกษาแนวภวนิยมนั้น จะเน้นให้ผู้รับคำปรึกษาคำนึงถึงการดำรงชีวิตอย่างเต็มที่มากกว่าที่จะมีชีวิตเพียงผ่านไปวัน ๆ เท่านั้น ผู้ให้คำปรึกษาอาจให้ผู้รับคำปรึกษาถามตัวเองอย่างซื่อสัตย์ว่า “พวกเขาารู้สึกอย่างไรเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของพวกเขา” และถามต่อไปอีกว่า “ถ้าพวกเขารู้ว่าพวกเขากำลังจะตาย” จากนั้นผู้ให้คำปรึกษาจะให้ผู้รับคำปรึกษาพิจารณาว่าคำตอบที่ตอบมาทั้ง 2 ครั้งนั้นแตกต่างกันอย่างไร ผู้ให้คำปรึกษาอาจถามว่า “การตัดสินใจอะไรที่ยังไม่ได้ทำ” หรือ “พวกเขาได้เคยละทิ้งโอกาสที่จะเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตหรือไม่” ซึ่งการให้คำถามในลักษณะเช่นนี้ อาจมีผลให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักได้ว่าพวกเขาไม่ได้กำลังดำเนินชีวิตตามแบบที่ตนอยากเป็น และอาจจะบอกได้ว่าอะไรที่ทำให้ชีวิตของเขาไม่เป็นที่น่าพอใจ (Corey. 1995 : 247)

ดังนั้น การมีชีวิตอยู่ตามแนวความคิดของนักภวนิยม ไม่ได้ขึ้นอยู่กับว่า บุคคลนั้นจะดำรงชีวิตได้ยาวนานเพียงไร แต่ขึ้นอยู่กับว่าบุคคลนั้นสามารถกำหนดคุณภาพและความหมายให้กับชีวิตของพวกเขาได้มากน้อยเพียงใดและอย่างไร นั่นคือ กระบวนการให้คำปรึกษาจะให้นักเรียนตระหนักว่าพวกเขาจะต้องตั้งใจทำ

สิ่งต่าง ๆ อย่างเต็มที่ เพื่อให้ได้ในเรื่องที่เขาต้องการ โดยตระหนักว่าเวลาในปัจจุบันนี้เท่านั้นที่เป็นเวลาที่สำคัญ ที่ตนจะทำการสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างแท้จริง ซึ่งจะทำให้นักเรียนสามารถดำเนินชีวิตของตนได้อย่างเต็มศักยภาพภายใต้ข้อกำหนดที่มีอยู่

1.4.5 กระบวนการให้คำปรึกษาแบบนวนิยาย

จุดมุ่งหมาย

การให้คำปรึกษาแบบนวนิยายนั้น ไม่ได้มีจุดมุ่งหมายที่จะรักษาตัวบุคคล เพราะไม่ได้มองว่าบุคคลนั้นป่วย แต่จะมองว่าผู้รับคำปรึกษานั้นบกพร่องในการดำเนินบทบาทของตน หรือรู้สึกว่าจะไม่มีความกระตือรือร้นในชีวิต (Corey, 1995 : 237)

ริกกี และ เธอร์ส (Rickey and Therese, 1995 : 76) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาเน้นที่การช่วยเหลือให้ผู้รับคำปรึกษาที่มีความรับผิดชอบสำหรับตัวเอง และช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาค้นหาและพัฒนาความหมายในชีวิตได้ โดยจุดมุ่งหมายนั้นแบ่งได้เป็น 2 ชั้น ดังนี้

ชั้นที่ 1 เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเรียนรู้ถึงเสรีภาพในการเลือก (Freedom of Choice) ของเขารับรู้ถึงการเลือกทั้งในเรื่องที่ต้องการและการเลือกในสิ่งที่ไม่ต้องการ รวมทั้งรับรู้สิ่งที่เป็นการจำกัดเสรีภาพทางความคิดของเขา เช่น การยึดมั่นในการได้รับการยอมรับจากบุคคลหนึ่ง ๆ ในชั้นนี้ ผู้รับคำปรึกษาจะได้ตระหนักถึงเสรีภาพในการเลือกของพวกเขาเอง และต้องยอมรับผลที่เกิดจากการเลือกของเขา

ชั้นที่ 2 เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสร้างความรับผิดชอบต่อสิ่งที่เขาตัดสินใจ โดยพิจารณาถึงผลการเลือกของเขาว่าจะส่งผลต่อการดำรงอยู่ของเขาอย่างไร

ศรีเรือน แก้วกังวาล (Sriruen Kawkungwal.n.d. : 57-60) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบนวนิยาย ว่า

1. เพื่อช่วยให้บุคคลมีความเข้มแข็งที่จะเผชิญกับด้านที่ร้ายในชีวิตได้ โดยสามารถปรับตัวและเผชิญกับความรู้สึกผิดและความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นในชีวิต หลังจากการให้คำปรึกษาบุคคลจะยอมรับได้ทั้งทางด้านที่สดใสและด้านที่มีดของชีวิต

2. ช่วยให้ผู้บุคคลได้ทำความเข้าใจและใช้เสรีภาพที่มีอยู่ของเขา ผลจากการให้คำปรึกษาจะทำให้บุคคลสามารถใช้เสรีภาพของตนเลือกสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพพร้อมกับมีความรับผิดชอบในสิ่งที่ตนเลือก

3. ช่วยให้ผู้บุคคลดำรงไว้และสร้างเสรีภาพทางจิตใจไม่ว่าจะอยู่ในสถานการณ์เช่นใด นักนวนิยายเชื่อว่า ถึงแม้ว่าจะรู้สึกทุกข์ทรมานและเจ็บปวด แต่ความรู้สึกเหล่านี้ไม่สามารถลดเสรีภาพในจิตใจของมนุษย์ได้

4. ช่วยให้ผู้บุคคลได้ค้นหาและพบความหมายของการดำรงอยู่ของเขา

5. ช่วยให้ผู้บุคคลค้นพบความหมายที่อยู่เบื้องหลังความทุกข์ยาก การช่วยให้บุคคลค้นหาความหมายไม่ได้หมายความว่าช่วยให้บุคคลหาทางหนีจากความทุกข์เหล่านั้น แต่ในการให้คำปรึกษาจะช่วยให้บุคคลมีความอดทนในการค้นหาความหมาย ทั้งของตนเองและในการกระทำของตนเอง แม้ว่าจะอยู่ภายใต้ความยากลำบาก นักนวนิยายเห็นว่าบุคคลจะรู้สึกว่าเป็นทุกข์เมื่อบุคคลยอมอยู่ใต้ผลของมันเท่านั้น

6. ช่วยให้ผู้บุคคลรับรู้และตระหนักในความเป็นตัวบุคคล ซึ่งเป็นสิ่งที่เป็นลักษณะเฉพาะของตนเอง นักนวนิยายเห็นว่าการสูญเสียความเป็นบุคคล เป็นผลจากการสูญเสียไม่รู้เอกลักษณ์เฉพาะตัวของตนเอง

7. ช่วยให้ผู้บุคคลสามารถมีชีวิตอยู่กับปัจจัยของเขา โดยให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักว่าการกระทำและความรู้สึกที่มีอยู่ที่นี่ และเดี๋ยวนี้เท่านั้นที่แสดงถึงการดำรงอยู่ อดีตไม่สามารถเปลี่ยนแปลง และอนาคตเป็นสิ่งที่ยังมาไม่ถึง

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 134) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายในการบำบัดเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถรู้สำนึกภาวะชีวิตของเขาให้ได้อย่างสมบูรณ์ และรู้สำนึกว่าภาวะชีวิตของเขาเป็นจริง

นันทิกา แยมสรวล (2523 : 114) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบภวนิยมช่วยให้บุคคลมีชีวิตอยู่แท้จริง โดย

1. ให้ผู้รับคำปรึกษาอยู่อย่างมีความสุขสำนึกตัวอย่างเต็มที่ในเวลาปัจจุบัน
2. ให้ผู้รับคำปรึกษาเลือกที่จะมีชีวิตอยู่อย่างไรในปัจจุบัน
3. ให้ผู้รับคำปรึกษารับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเองได้เลือกและสามารถเผชิญกับความวิตกกังวลในการเลือกเพื่อตนเอง

สรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบภวนิยม จะช่วยให้นักเรียนได้รู้จักเข้าใจตนเอง สามารถค้นหาแนวทาง ในการที่จะพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่ รับรู้ข้อจำกัดเท่า ๆ กับรับรู้โอกาสของตนตามความเป็นจริง กล่าวที่จะเผชิญกับความจริง แม้ว่าจะเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดความทุกข์ เช่น ความวิตกกังวล ความรู้สึกผิด และความผิดหวัง โดยนักเรียนจะตระหนักถึงคุณค่าของตนและคุณค่าในการกระทำของตน ซึ่งจะนำไปสู่ความมุ่งมั่นและกำลังใจ ที่จะดำเนินชีวิตไปตามแนวทางที่ตนเลือก

1.4.6 บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาแบบภวนิยม

คอเรีย (Corey. 1995 : 236) กล่าวว่า งานพื้นฐานของผู้ให้คำปรึกษา คือ กระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาพิจารณาว่าอะไรเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดที่จะทำให้ผู้รับคำปรึกษาดำเนินชีวิตไปตามที่ตนต้องการ ผู้ให้คำปรึกษาจะเชื่อในศักยภาพของมนุษย์ว่าจะเลือกสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับชีวิตของตนเองเสมอ

อาภา จันทรสกุล (2535 : 70) กล่าวว่า หน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาในการบำบัดโดยทั่วไป มี 3 ประการคือ

1. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาค้นหาความหมายในการมีอยู่ของตนเอง
2. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษากล้าเผชิญกับปัญหาและสามารถตัดสินใจเลือกได้
3. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถปรับตัวและสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

บลอคเกอร์ (Blocker. 1987 : 211) กล่าวว่า ถึงแม้ว่าการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมจะมีลักษณะที่คล้ายคลึงกับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง แต่บทบาทของผู้ให้คำปรึกษานั้นจะเพิ่มจากการที่เป็นผู้คอยรับฟัง (Passive) สะท้อนความรู้สึก และเป็นดังกระจกสะท้อนมาเป็นบทบาทแบบผู้ดำเนินกระบวนการมากขึ้น (Active) มีการเคลื่อนไหวมากขึ้น และบางครั้งแสดงการตอบสนองด้วยท่าทางอย่างตรง ๆ (Confrontation Posture) ผู้ให้คำปรึกษาจะเน้นความสำคัญในการสนทนากับผู้รับการบำบัดด้วยความซื่อสัตย์อย่างแท้จริง (Deeply Honest) เท่า ๆ กับการใส่ใจและความเห็นใจ

บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาแบบภวนิยม ที่สำคัญคือการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา โดยเห็นว่าเป็นสิ่งที่จำเป็นและสำคัญที่สุด และสัมพันธภาพที่สร้างนั้นจะเป็นแบบบุคคลต่อ

บุคคล เป็นสัมพันธภาพที่ก่อให้เกิดความผูกพันเชิงบำบัด (Therapeutic Alliance) การสร้างสัมพันธภาพมีหลายลักษณะ แต่สัมพันธภาพในเชิงบำบัด (Therapeutic relationship) ในการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมจะเน้นการสร้างระดับสัมพันธภาพแบบ I-thou ของบูเบอร์ (Buber) สัมพันธภาพเช่นนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะให้ความเคารพผู้รับคำปรึกษา และเป็นเสมือนผู้ร่วมเดินทางไปพร้อม ๆ กับผู้รับคำปรึกษา แต่ในบางครั้งอาจเป็นผู้นำทางเพียงเล็กน้อย (Capuzzi and Gross. 1995 : 221-222) โดยอธิบายสัมพันธภาพแบบ I-tho เพิ่มเติมได้ดังนี้

สัมพันธภาพแบบ I-tho เกิดขึ้นเมื่อผู้สนทนา (I) มีการตอบสนองอย่างเต็มที่ เช่น การใส่ใจ การรับรู้ถึงปฏิกิริยาของกลุ่มสนทนาทั้งที่มองเห็น และมองไม่เห็น ตลอดเวลาของการสนทนาการตอบสนองอย่างเต็มที่ ยกตัวอย่างเช่น ในขณะที่อ่านหนังสือ หากผู้อ่านนึกถึงเรื่องอื่น รู้สึกรำคาญ มีสิ่งรบกวนให้เขาเบนความสนใจไปจากเรื่องที่อ่าน หรือขณะที่อ่านหนังสือรู้สึกง่วงนอน ความสัมพันธ์เช่นนี้ไม่ถือว่าเป็นการตอบสนองอย่างเต็มที่ ตามแนวความคิดของบูเบอร์ สัมพันธภาพแบบ I-thou ไม่จำเป็นจะต้องเป็นระเบียบแบบแผน หรือเป็นทางการ แต่เกิดจากการเต็มไปด้วยความใส่ใจ และเคารพตลอดเวลาต่อบุคคลที่เราสัมพันธ์ด้วย เช่น ในการสนทนา ผู้สนทนา (I) ต้องพยายามที่จะเข้าใจ และพยายามทำให้ตนเองเข้าใจ นอกจากนี้ ต้องพยายามที่จะเชื่อไม่ฝืนตนเอง การสนทนาจะดีที่สุดในตัวมันเอง ถ้าในการสนทนา กลุ่มสนทนามีปฏิกริยาต่อกันอย่างซื่อสัตย์ และเปิดเผยใจกันอย่างเต็มที่ ไม่มีการเก็บและปิดบังความคิดเห็นที่แท้จริงของตนเอง หรือพยายามที่จะปฏิเสธและเอาชนะผู้ที่เราสนทนาด้วย (Roubiczek. 1964 : 141-142)

นักภวนิยม เชื่อว่าการเปลี่ยนแปลงของผู้รับคำปรึกษาจะมาจากสัมพันธภาพที่เกิดขึ้น (Corey. 1995 : 253) และเชื่อว่าสัมพันธภาพที่มีคุณค่าระหว่างผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษา จะก่อให้เกิดความเจริญงอกงามและมีการเปลี่ยนแปลงพัฒนาไปพร้อมกัน ทั้งผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา (Blocker. 1987 : 211)

ดังนั้น ในการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาจะแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่มีคุณค่าต่อกันภายใต้สัมพันธภาพที่มีการยอมรับ ความเข้าใจ อบอุ่น ปลอดภัย มากกว่าที่จะเน้นถึงความสำคัญของเทคนิค (อาภา จันทรสกุล. 2535 : 71)

อย่างไรก็ตาม ริคกี และ เธอร์ส (Rickey and Therses. 1995 : 75) กล่าวว่า เทคนิคของการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาสามารถนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์ในกระบวนการให้คำปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้ให้คำปรึกษาเกิดความเข้าใจในตัวผู้รับคำปรึกษาอย่างแท้จริง และช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้สำรวจและเข้าใจในตนเองมากที่สุด

กล่าวโดยสรุป บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาแบบภวนิยมเริ่มต้นโดยการสร้างสัมพันธภาพที่ลึกซึ้ง มีคุณค่า และน่าไว้วางใจให้เกิดขึ้นในระหว่างกระบวนการให้คำปรึกษา และดำรงสัมพันธภาพที่มีอยู่นี้ให้คงอยู่ตลอด การนำเทคนิคต่าง ๆ มาใช้เพื่อให้ผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจประสบการณ์ของผู้รับคำปรึกษาอย่างเพียงพอ และเพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถพัฒนาตนเองของผู้รับคำปรึกษาได้อย่างเต็มศักยภาพ ผู้ให้คำปรึกษาจะเคารพในการความเป็นบุคคลของผู้รับคำปรึกษาภายใต้สัมพันธภาพเชิงบำบัด

1.4.7 เทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษา

ในการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมนั้น ผู้ให้คำปรึกษาจะเคลื่อนไหวไปตามผู้รับคำปรึกษา วิธีการต่าง ๆ ที่จะนำมาใช้ในการให้คำปรึกษาจะมาจากการเต็มไปด้วยความเคารพ (Respectful) ในความคิดและความเข้าใจของตัวผู้รับคำปรึกษา (Capuzzi and Gross. 1995 : 224) นั่นคือผู้ให้คำปรึกษาจะไม่มองว่าผู้รับ

คำปรึกษาเป็นเพียงผู้คอยรับและการกระทำที่ผู้ให้คำปรึกษาจะให้ทำอะไรก็ได้ ในทัศนะของนักทฤษฎีเห็นว่า เทคนิคเปรียบเทียบเสมือนเทคโนโลยีที่นำไปสู่การทำให้ผู้รับคำปรึกษาเป็นเพียงผู้คอยรับ (Object) และผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้กระทำ (Subject) โดยเป็นผู้ที่พยายามเลือกสิ่งที่ดีที่สุดให้

ดังนั้น ในกระบวนการให้คำปรึกษา นักทฤษฎีจะเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาทำความเข้าใจในแต่ละทางเลือกของตน ผู้ให้คำปรึกษาจะกระตุ้น ให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักว่าเขาเป็นบุคคลที่มีอิสระ และมีบทบาทเป็นผู้เลือกในทุกครั้ง ๆ ในการเลือกนั้นผู้รับคำปรึกษาจะต้องใช้สติ การจินตนาการ สติปัญญา และการตัดสินใจที่จะสร้างการเลือกที่มีเหตุผล โดยการให้คำปรึกษานั้นจะเป็นการเผชิญหน้ากันอย่างซื่อสัตย์และจริงใจ ระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา (Prochaska. 1979 : 80-85) โดยแสดงตัวอย่างการสนทนาได้ดังนี้

ผู้รับคำปรึกษา : ฉันไม่รู้ว่าจะมาที่นี่ทำไม ฉันต้องเล่าเรื่องเดิม ๆ ให้คุณฟังทุกครั้ง โดยไม่มีอะไรดีขึ้น (ผู้รับคำปรึกษาดำเนินบทว่าผู้ให้คำปรึกษาไม่ได้รักษาเธอ : แสดงให้เห็นว่า (ผู้รับคำปรึกษาดำเนินบทบาทเป็นผู้ที่คอยรับ และผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้กระทำ)

ผู้ให้คำปรึกษา : ฉันก็รู้สึกเหนื่อยที่ต้องมาฟังเรื่องเดิมซ้ำกันทุกครั้ง (ผู้ให้คำปรึกษาปฏิเสธที่จะทำตามความคาดหวังของผู้รับคำปรึกษาว่าจะต้องรักษาเธอ ; นั่นคือผู้ให้คำปรึกษาปฏิเสธการที่ผู้รับคำปรึกษาจะมีบทบาทเป็นผู้ที่คอยรับ)

ผู้รับคำปรึกษา : ฉันคงไม่มีที่นี้อีก (ผู้รับคำปรึกษาเริ่มคุกคาม ต่อสู้ และยังคงแสดงบทบาทที่จะเป็นผู้ที่คอยรับจากผู้ให้คำปรึกษา)

ผู้ให้คำปรึกษา : นั่นเป็นการเลือกของคุณ (ผู้ให้คำปรึกษาปฏิเสธคำคุกคาม ; และกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาเป็นผู้รับผิดชอบต่อการเลือกของตนเอง)

ผู้รับคำปรึกษา : คุณคิดว่าฉันควรจะทำอะไร (พยายามที่จะเกลี้ยกล่อมผู้ให้คำปรึกษาดำเนินบทบาทเป็นผู้กระทำและตนเองเป็นผู้ที่รับการกระทำ)

ผู้ให้คำปรึกษา : คุณต้องการที่จะทำอะไร (พยายามกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาเป็นผู้เลือก)

ผู้รับคำปรึกษา : ฉันต้องการดีขึ้นกว่านี้ (ขอร้องผู้ให้คำปรึกษาให้รักษา)

ผู้ให้คำปรึกษา : ฉันไม่ได้ตำหนิคุณ (ปฏิเสธบทบาทที่จะเป็นผู้กระทำและให้กำลังใจผู้รับคำปรึกษาที่เริ่มตัดสินใจเพื่อตนเอง)

ในการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีนั้น นักทฤษฎีเห็นว่า การสร้างสัมพันธภาพที่จริงใจและซื่อสัตย์อย่างแท้จริงระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาเป็นสิ่งสำคัญที่สุด ในการใช้เทคนิคนั้น เมื่อผู้ให้คำปรึกษาเกิดความเข้าใจในตัวผู้รับคำปรึกษาแล้ว จึงจะเลือกใช้เทคนิคตามมา (Millon. 1967 : 245)

1.4.8 ขั้นตอนการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎี

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับแนวความคิดของนักทฤษฎีและการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีพบว่า ระบบและเทคนิคในการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีสามารถยืดหยุ่นไปตามเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นระหว่างการให้คำปรึกษา และเน้นประสบการณ์ที่ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาจะได้รับ ระหว่างการให้คำปรึกษา อย่างไรก็ตาม กระบวนการให้คำปรึกษาจะตั้งอยู่บนพื้นฐานของทัศนคติและแนวความคิดแบบทฤษฎีของผู้ให้คำปรึกษา โดยแสดงได้ดังตัวอย่างต่อไปนี้

คอเรีย (Corey. 1996 : 186-190) กล่าวว่า กระบวนการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมจะดำเนินไปบนพื้นฐานของความคิดแบบภวนิยม สัมพันธภาพของการให้คำปรึกษา คือ การเคารพ ซึ่งเป็นการแสดงออกของผู้ให้คำปรึกษาที่เชื่อในศักยภาพและความสามารถของผู้รับคำปรึกษาในการที่จะเผชิญกับปัญหาและค้นหาทางที่เหมาะสมกับตัวเอง ซึ่งจะนำไปสู่การทำให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับและพบว่าตัวเองสามารถเลือกและรับผิดชอบต่อตัวเองได้ กระบวนการให้คำปรึกษามีขั้นตอนดังนี้

1. ผู้ให้คำปรึกษาจะสำรวจความคิด ความรู้สึกและทำความเข้าใจกับสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษารับรู้ทั้งในด้านค่านิยม ความเชื่อ และความคิดที่กำหนดการดำเนินชีวิตของผู้รับคำปรึกษา ในขั้นตอนนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามองเห็นปัจจัยหรือวิธีการดำรงชีวิตของเขาในอดีตที่มีส่วนปิดกั้นโอกาสในปัจจุบันของตัวเอง

2. กระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาสำรวจแหล่งช่วยเหลือ ค้นหาสิ่งที่มีคุณค่าสำหรับตนเองในปัจจุบัน ผู้รับคำปรึกษาต้องตัดสินใจว่า เขาจะดำรงชีวิตอย่างไร ขณะนี้ตัวเขาเป็นอย่างไร และชีวิตในอนาคตเช่นใดที่เขาต้องการ ชั่งน้ำหนักระหว่างทางเลือกต่าง ๆ ของตนเอง และสำรวจผลการกระทำที่มีต่อตนเอง ซึ่งกระบวนการนี้จะนำไปสู่การรับรู้ในมิติใหม่ (New Insight) ปรับโครงสร้าง ค่านิยม และทัศนคติ ของผู้รับคำปรึกษาเอง ซึ่งในที่สุดผู้รับคำปรึกษาจะรับรู้ว่าเขาสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ด้วยตัวเอง

3. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาค้นพบแนวทางที่มีเป้าหมาย และมีคุณค่าสำหรับตัวเองได้ชัดเจนขึ้น และช่วยให้ผู้รับคำปรึกษานำสิ่งที่เขาได้เรียนรู้เกี่ยวกับตัวเองไปใช้ในการดำเนินชีวิต ในที่สุดผู้รับคำปรึกษาจะรับรู้ว่าเขามีศักยภาพ และความเข้มแข็งในตนเองที่จะดำเนินชีวิตอย่างมีจุดมุ่งหมาย

โปรชาร์ตกา (Prochaska. 1979 : 80-85) กล่าวว่า กระบวนการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมเน้นที่การเพิ่มการตระหนักในตนเอง ความสามารถในการเลือก และการตัดสินใจของผู้รับคำปรึกษา ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นระหว่างการให้คำปรึกษา ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับรู้ถึงวิธีการที่เขาดำรงชีวิตที่ผ่านมา และต้องเผชิญกับการเลือกและการตัดสินใจตลอดเวลาของการให้คำปรึกษาทำให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับประสบการณ์ ของการเป็นผู้กระทำ (Subjective) ในที่สุดผู้รับคำปรึกษาจะรับรู้ว่าเขาสามารถเลือกและรับผิดชอบต่อการดำเนินชีวิตของตนเองได้ กระบวนการดังกล่าวนี้จะเกิดขึ้นภายใต้สัมพันธภาพของการให้คำปรึกษาและการแสดงออกที่เปิดเผย ไม่ปิดบังเป็นตัวเองอย่างแท้จริง (Be Authentic) ทั้งผู้ให้และผู้รับคำปรึกษา การให้คำปรึกษาจะเน้นให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับประสบการณ์เหล่านี้

1. ผู้ให้คำปรึกษาจะให้ผู้รับคำปรึกษา ได้แสดงถึงประสบการณ์ของตนเองอย่างอิสระและซื่อสัตย์ต่อตนเอง ซึ่งจะเน้นถึงการรับรู้ในปัจจุบันของผู้รับคำปรึกษาที่มีต่อประสบการณ์ของตน

2. ผู้ให้คำปรึกษาจะทำความเข้าใจกับประสบการณ์ของผู้รับคำปรึกษาพร้อมกับให้ผู้รับคำปรึกษาได้มองเห็นรูปแบบการดำเนินชีวิตที่ผ่านมา โดยผู้ให้คำปรึกษาจะใช้คำถาม ให้ข้อมูลย้อนกลับ ทำความกระจ่าง การเผชิญหน้าทั้งทางภาษาและท่าทาง การวิเคราะห์ การแปลความหมาย การจินตนาการ เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้เข้าใจและมองเห็นผลของการดำเนินชีวิตของตนเองได้อย่างชัดเจนมากที่สุด นำไปสู่การเปิดโอกาสใหม่ให้กับชีวิตของผู้รับคำปรึกษา

3. ทุกครั้งของการให้คำปรึกษา ผู้รับคำปรึกษาจะต้องเผชิญกับการตัดสินใจและเลือก เช่น ผู้รับคำปรึกษาต้องตัดสินใจว่า เขาจะพูดอะไร จะทำตัวอย่างไร หรือเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์หรือความรู้สึกต่าง ๆ (เช่น ความวิตกกังวล ความรู้สึกผิด และความโดดเดี่ยว) ผู้รับคำปรึกษาจะต้องตัดสินใจว่าเขาจะอย่างไรกับสิ่งที่เกิดขึ้น นอกจากนี้ ผู้ให้คำปรึกษาจะกระตุ้นและช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาค้นหาและเลือกแนวทางชีวิต

ใหม่ตามที่เขาต้องการ และมีคุณค่าสำหรับตัวเขาเอง ประสบการณ์จากกระบวนการนี้ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับความสามารถในการเลือกของเขา และคุณค่าในตัวเอง ซึ่งจะนำไปสู่ทางเลือกใหม่ของชีวิตที่แตกต่างจากอดีต

ศรีเรือน แก้วกังวาล (Srisuen Keawkunwal.n.d.60-65) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบภวนิยมเป็นกระบวนการเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ เป้าหมาย สัมพันธภาพที่นำมาสู่วิธีและเทคนิคในการช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาผ่านแนวความคิดแบบภวนิยม โดยวิธีการของการให้คำปรึกษานี้มีลักษณะเฉพาะบุคคลและยืดหยุ่นได้ กระบวนการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมเน้นถึงความสำคัญของผู้ให้คำปรึกษาและสัมพันธภาพในการให้คำปรึกษา โดยกล่าวว่า ผู้ให้คำปรึกษาแบบภวนิยมถือเป็นปัจจัยสำคัญของการให้คำปรึกษาโดยผู้ให้คำปรึกษาต้องซึมซับความคิดของภวนิยมอยู่ในตัวเองทั้งในการมองมนุษย์ ในวิถีการดำเนินชีวิตของเขาทั้งความคิด ความรู้สึก การกระทำ และการเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่น ซึ่งลักษณะความคิดแบบภวนิยมของผู้ให้คำปรึกษาจะก่อให้เกิดสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้และผู้รับคำปรึกษา ซึ่งสัมพันธภาพที่เกิดขึ้นนี้ถือว่าเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดในการทำความเข้าใจกับโลกของผู้รับคำปรึกษา และนำมาสู่การเลือกใช้ชีวิตและเทคนิคในการให้คำปรึกษา อาจกล่าวได้ว่า ผู้ให้คำปรึกษาและสัมพันธภาพในการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมเป็นสิ่งที่สำคัญที่จะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้รับคำปรึกษา กระบวนการให้คำปรึกษาจะประกอบไปด้วยขั้นตอนดังนี้

1. พยายามทำความเข้าใจกับผู้รับปรึกษาตามแบบที่เขาเป็น ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาจะทำความเข้าใจในกรอบความคิดแบบภวนิยมของผู้ให้คำปรึกษา
2. ผู้ให้คำปรึกษาจะลดภาวะไม่สมดุลในจิตใจของผู้รับคำปรึกษา โดยกระตุ้นให้เขาได้ใช้เสรีภาพทางเลือก ความรับผิดชอบและความรู้สึกของความเป็นบุคคลของตัวเองอย่างเต็มที่ ซึ่งจะเกิดขึ้นภายใต้สัมพันธภาพของการให้คำปรึกษา
3. เน้นถึงการรับรู้ของเหตุการณ์ในปัจจุบัน (Here and Now) ในการให้คำปรึกษา ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับรู้ว่าเหตุการณ์ในอดีตที่ผ่านมาเป็นส่วนที่เขาไม่สามารถจะตัดสินใจได้ หรือไม่มีความจำเป็นต้องไปแก้ไข ปรับปรุงเปลี่ยนแปลง เหตุการณ์และการรับรู้ในปัจจุบันเท่านั้นที่ผู้รับคำปรึกษามีเสรีภาพที่จะสามารถกำหนดและอธิบายได้ ดังนั้น ผู้ให้คำปรึกษาจะกระตุ้นและช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับรู้และเผชิญกับสถานการณ์ในปัจจุบันของเขาอย่างเต็มที่ ซึ่งจะนำไปสู่การปรับเปลี่ยนวิถีการดำรงชีวิตในโลกของเขาใหม่

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมนี้ อาจสรุปขั้นตอนของการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมโดยทั่วไปได้ดังนี้

1. ขั้นเริ่มต้นในการให้คำปรึกษา เป็นขั้นตอนของการสัมพันธภาพที่เต็มไปด้วยความเคารพ โดยเน้นการสร้างสัมพันธภาพ I-thou และการแสดงออกที่เป็นตนเองอย่างแท้จริงระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา
2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา การดำเนินการให้คำปรึกษาจะดำเนินไปบนพื้นฐานของแนวความคิดแบบภวนิยม และเน้นการรับรู้ในปัจจุบัน (Here and Now) โดยมีขั้นตอนทั่วไปในการให้คำปรึกษาดังนี้
 1. ทำความเข้าใจกับประสบการณ์ของผู้รับคำปรึกษา
 2. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับรู้และตระหนักถึงความรู้สึกของตัวเอง
 3. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาค้นหาความหมายในการมีอยู่ แสวงหาเป้าหมายในชีวิต
 4. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับรู้และให้เสรีภาพของตนเองอย่างเต็มที่
 5. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถตัดสินใจเลือกสิ่งที่มีคุณค่าต่อตน

6. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีความรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเลือกและการกระทำของตนเอง

7. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีความเชื่อมั่นในการตัดสินใจและมุ่งมั่นที่จะนำตนเองสู่จุดมุ่งหมายที่ตนเลือก

แต่อย่างไรก็ตาม ต้องตระหนักว่าขั้นตอนการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมนั้นไม่ได้มีขั้นตอนที่เป็นระบบเฉพาะเจาะจง ผู้ให้คำปรึกษาสามารถยืดหยุ่นและปรับเปลี่ยนได้เพื่อช่วยเหลือให้ผู้รับคำปรึกษาแต่ละคนได้บรรลุวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้ทบทวนสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษาได้จากการให้คำปรึกษา เพื่อดูว่าบรรลุวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาหรือไม่ และผู้ให้คำปรึกษาอาจให้ข้อมูลย้อนกลับเพิ่มเติมภายใต้ทัศนคติแบบภวนิยม เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ประโยชน์จากกระบวนการให้คำปรึกษามากที่สุด

ข้อจำกัดของการให้คำปรึกษาแบบภวนิยม

คอเรย์ (Corey, 1996 : 191) กล่าวว่า เนื่องจากในการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมผู้รับคำปรึกษาจะต้องเรียนรู้ ตัดสินใจ และเลือกสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษาเห็นว่ามีความสำคัญต่อตนด้วยตนเอง โดยผู้ให้คำปรึกษาเป็นเพียงผู้ที่พยายามทำความเข้าใจกับประสบการณ์ของผู้รับคำปรึกษา และสะท้อนให้ผู้รับคำปรึกษามองเห็นการดำเนินชีวิตของตนอย่างชัดเจน ดังนั้น การให้คำปรึกษาแบบภวนิยมอาจไม่เหมาะกับผู้รับคำปรึกษาที่ประสบปัญหาอย่างรุนแรง หรือผู้รับคำปรึกษาที่ต้องการคำตอบที่ชัดเจนโดยตรงเกี่ยวกับปัญหาหรือวิธีการเปลี่ยนแปลงชีวิตของตนเอง

นอกจากนี้ การเปลี่ยนแปลงในการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมเน้นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากความรู้สึกในตัวของผู้รับคำปรึกษาและนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ รอบ ๆ ตัว จึงอาจมีข้อจำกัดสำหรับบุคคลที่มีความรู้สึกว่าเขาไม่มีทางเลือกเพียงเล็กน้อย และมีความรู้สึกว่าการเปลี่ยนแปลงนอกจำกัดความสามารถและมีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิตของเขา ซึ่งถึงแม้ว่าผู้รับคำปรึกษาจะเปลี่ยนแปลงความรู้สึกภายในได้แต่อาจรู้สึกว่าเขาไม่มีความหวังเพียงเล็กน้อยและรู้สึกว่าตนไม่มีพลังเพียงพอที่จะเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ของตนเอง และอาจทำให้ผู้รับคำปรึกษาที่มีความรู้สึกหนักใจในการเปลี่ยนแปลง และเกิดความคับข้องใจได้

ข้อวิจารณ์เกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบภวนิยม

อาภา จันทรสกุล (2535 : 71-72) ได้วิจารณ์เกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมโดยมี ทั้งข้อสนับสนุนและข้อบกพร่องดังนี้

ข้อสนับสนุน

1. เป็นทฤษฎีและวิธีการบำบัดที่พัฒนามาจากรากฐานความคิดทางปรัชญาที่อธิบายให้เห็นถึงคุณค่าความสำคัญของความมีอยู่ของบุคคล การแสวงหาความหมายของการมีอยู่ของตนเอง ขยายไปสู่สัมพันธภาพในการให้ความช่วยเหลือทางจิต เป็นทฤษฎีและวิธีการบำบัดทางจิตที่ให้ความสำคัญต่อความแตกต่างระหว่างบุคคล ส่งเสริมให้บุคคลได้สำรวจรู้สึกนึกคิดของตนเอง รับรู้ เข้าใจ ตลอดจนรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเอง

2. เป็นทฤษฎีและวิธีการบำบัดที่ริเริ่มวิธีการศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ แบบอัตนัย (subjective) เน้นที่ความรู้สึกนึกคิด และประสบการณ์เฉพาะของบุคคล

3. เป็นทฤษฎีและวิธีบำบัดที่ให้ความสำคัญต่อทัศนคติ ความเชื่อ และบุคลิกภาพของผู้ให้คำปรึกษามากกว่าเทคนิคที่ใช้

ข้อบกพร่อง

1. นิยามต่างๆและภาษาที่ใช้ในทฤษฎีเข้าใจยาก
2. ไม่ได้ระบุเทคนิคและวิธีการที่แน่นอนไว้ ยากต่อการนำไปใช้และประเมิน

1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกวนนิยม

1.5.1 งานวิจัยต่างประเทศ

ดีไวน์ และคนอื่น ๆ (De-Vries and others. 1997 : 129-137) ได้ทำการศึกษาค้นคว้าผลของการให้คำปรึกษาทางจิตวิทยาโดยให้คำปรึกษาแบบกวนนิยม ในผู้ป่วยที่มีการเจ็บโตของมะเร็ง 96 คน ซึ่งรักษาด้วยยาตามปกติมาเป็นเวลาไม่นาน ผลการศึกษาพบว่า จากการประเมินผู้ป่วย 35 คน ก่อนเนื้อที่กำลังเจ็บโตมีขนาดคงที่ ในระหว่างหรือทันทีที่ได้เข้ารับการบำบัด โดยในผู้ป่วย 4 คน ก่อนเนื้อมีขนาดคงที่ นาน 3-9 เดือน และในผู้ป่วย 1 คน ก่อนเนื้อมีขนาดคงที่ นาน 2 ปี แต่ในด้านการรายงานเรื่อง ความว่าเหว่ ความซึมเศร้า จุดประสงค์ในชีวิต พบว่าก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษาไม่แตกต่างกัน

1.5.2 งานวิจัยในประเทศ

งานวิจัยในประเทศไทยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกวนนิยม มีผู้สนใจทำการวิจัยไว้น้อยมาก ดังนี้

นันทิยา เอกอริคมกิจ (2542 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบการให้คำปรึกษาแบบกวนนิยมเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่มเพื่อพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกของเยาวชนหญิง ในสถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปราณี กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่าเยาวชนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกวนนิยม แบบรายบุคคล มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่าเยาวชนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกวนนิยมแบบเป็นกลุ่ม มีความเข้มแข็งในการ มองโลกไม่แตกต่างกับเยาวชนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล และไม่แตกต่างกับเยาวชนที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษา

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

2.1.1 ความหมายของกลุ่ม

จากการศึกษาค้นคว้าพบว่ามีความหมายเกี่ยวกับกลุ่ม (Group) หลายท่านดังนี้

เคมปี (Kemp. 1964 : 24-25) กล่าวถึงความหมายของกลุ่มว่า

1. กลุ่มประกอบไปด้วยคนสองคนขึ้นไปรวมกันในที่แห่งใดแห่งหนึ่ง โดยมีวัตถุประสงค์ร่วมกัน
2. กลุ่มไม่จำเป็นจะต้องอยู่ที่ใดที่หนึ่งโดยเฉพาะด้วยกัน แต่มีอะไรสักอย่างที่แสดงว่าเป็นพวกเดียวกัน

เดียวกัน

3. กลุ่มประกอบไปด้วยบุคคลสองคนขึ้นไปมารวมกันอยู่ที่แห่งใดแห่งหนึ่งร่วมกันมีปฏิสัมพันธ์กัน ทั้งใช้และไม่ใช้ภาษา (Verbal and NonVerbal) มีผู้นำและสมาชิกหรืออาจไม่มีผู้นำก็ได้ มีการพึ่งพาอาศัย

ซึ่งกันและกัน มีผลประโยชน์ร่วมกัน มีความพอใจมีการยอมรับและให้ความเคารพในความคิดเห็นซึ่งกันและกัน มีความรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม มีความปลอดภัยเมื่ออยู่ในกลุ่ม

กัลลี (Gulley. 1963 : 62) กล่าวว่า กลุ่มมีความหมายลึกซึ้งกว่าการที่บุคคลมาอยู่รวมกันเฉยๆ เท่านั้น แต่กลุ่มจะต้องประกอบด้วยลักษณะสำคัญ 3 ประการคือ

1. มีวัตถุประสงค์ร่วมกันและวัตถุประสงค์นั้นจะต้องสนองความต้องการของสมาชิกแต่ละคนด้วย
1. ผลของการทำงานจะเกิดจากร่วมมือของสมาชิกทุกคนในกลุ่ม
2. มีการสื่อสารทางวาจาหรือมีความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกโดยวิธีใดวิธีหนึ่ง

บาร์เกอร์ และคนอื่นๆ (Barker and others. 1987 : 8, 14) กล่าวว่า กลุ่ม หมายถึง กลุ่มย่อยที่มีสมาชิกตั้งแต่ 3 – 15 คน มารวมกันเพื่อการเผชิญหน้ากันมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันตลอดชั่วระยะเวลาหนึ่งซึ่งเป็นโครงสร้างของความเคลื่อนไหว (Dynamics) ที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงอย่างไม่จบสิ้น

ศรไกร รุ่งรอด (2533 : 10) กล่าวว่า กลุ่ม หมายถึง บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป มีปฏิสัมพันธ์กันโดยมีเป้าหมายร่วมกันอย่างเห็นได้ชัด โดยทั่วไปกลุ่มมีความหมายนอกเหนือจากการที่คนเราอยู่ร่วมกันอย่างธรรมดา

โลเซอร์ (Loeser. 1957 : 5 –19) ได้กล่าวถึงลักษณะของกลุ่มดังนี้

1. สมาชิกภายในกลุ่มมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน
2. มีจุดมุ่งหมายร่วมกัน
3. ขนาดของกลุ่มจะมีความสัมพันธ์กับหน้าที่ของสมาชิกในกลุ่ม
4. บรรยากาศภายในกลุ่มจะอยู่ในลักษณะของการยอมรับ มีความพึงพอใจซึ่งกันและกัน
5. สมาชิกจะได้ใช้ความสามารถในแนวทางที่เหมาะสมของตนเอง

สำหรับศุภาวดี บุญญวงศ์ (2527 : 6) ได้ให้ความหมายของกลุ่มไว้ว่า

1. จะต้องประกอบด้วยสมาชิกตั้งแต่สองคนขึ้นไป
2. สมาชิกภายในกลุ่มจะต้องมีปฏิสัมพันธ์กัน พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน และมีความสัมพันธ์กัน

ทางด้านจิตใจ

ส่วนจำเนียร ช่างโชติ และคนอื่นๆ (2521 : 4-6) ได้ให้ความหมายของกลุ่มพอสรุปได้ดังนี้

1. กลุ่มจะต้องเกิดจากบุคคลอย่างน้อยที่สุด 2 คนมาประกอบกัน
2. กลุ่มจะต้องมีปฏิสัมพันธ์กัน หมายความว่า ทั้งกลุ่มและบุคคลจะแยกจากกันไม่ได้ จะต้องเกี่ยวข้องสัมพันธ์ มีปฏิกริยาตอบโต้กันทั้งทางด้านความคิด กิริยาท่าทางการกระทำ หรือคำพูด
3. มีความสนใจร่วมกันเพื่อสมาชิกจะได้รับผลประโยชน์ร่วมกัน
4. มีความปฏิบัติต่อกัน เพื่อให้กลุ่มบรรลุจุดมุ่งหมาย จึงต้องมีการกำหนดหน้าที่แบ่งความรับผิดชอบ และระเบียบกฎเกณฑ์ต่างๆ เป็นแนวทางให้สมาชิกปฏิบัติ

และพนม ลิ้มอารีย์ (2252 : 11) ก็ได้สรุปความหมายของกลุ่มจากผลการศึกษาค้นคว้าทางจิตวิทยา สังคม ศึกษาวิทยาและมนุษยวิทยา ว่า กลุ่มหมายถึง บุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปทำงานร่วมกันด้วยจุดประสงค์อย่างเดียวกัน และช่วยกันสร้างสรรค์บูรณาการแห่งบุคลิกภาพแต่ละบุคคล ยอมรับฟังความคิดเห็นของกันและกัน และมีความควบคุมตนเอง

นอกจากนี้ ฉลอง ภิมยรัตน์ (2521 : 1-3) ได้ให้ความหมายของกลุ่มไว้ว่า กลุ่ม หมายถึงการที่บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปมารวมกัน สนใจประพฤติปฏิบัติในสิ่งที่เป็นปทัสถานและจุดมุ่งหมายร่วมกัน โดยต่างก็มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องด้วยลักษณะร่วมกันของการรวมกลุ่ม 3 ประการ คือ

1. มีเป้าหมายร่วมกัน (Common Goal)
2. ปฏิสัมพันธ์กัน (Interaction)
3. มีการปฏิบัติบทบาทร่วมกัน (Common Role)

ดังนั้น ถ้าการรวมกลุ่มของบุคคลมีลักษณะดังกล่าวข้างต้นครบถ้วนทั้งสองประการแล้วก็ถือว่าเป็นการรวมกลุ่มตามลักษณะของจิตวิทยาสังคมด้วย

2.1.2 ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม

เฮอร์โรลด์ (Herrold. 1952 : 492 - 504) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ว่า เป็นกระบวนการที่ทำให้บุคคลมีโอกาสร่วมกันเป็นกลุ่ม เพื่อแก้ปัญหา หรือ กระทำอย่างใดอย่างหนึ่งโดยมีจุดมุ่งหมายที่แน่นอน

คมเพชร จิตรสุภกุล (2521 : 14) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง การนำเอาประสบการณ์มาวางแผนเปลี่ยนแปลงซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการในสมาชิกแต่ละคน และการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มโดยรวม การปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่มโดยวิธีการดังกล่าวนี้ประสบการณ์ในกลุ่มจะทำให้เกิดการพัฒนาในตัวบุคคลทุกคน

ทองเรียน อมรัชกุล (2520 : 4 - 5) กล่าวว่า ปัจจุบันเรื่องราวของกลุ่มได้รับความสนใจจากบุคคลในวงการต่างๆ เป็นอย่างมาก ได้มีผู้นำเอาพลังกลุ่มเป็นเครื่องมือในการทำงานและดำเนินการต่างๆ ในรูปแบบที่แตกต่างกันออกไป เช่น นำไปใช้ในการศึกษาการพัฒนาบุคคล การพัฒนาองค์กร การพัฒนาชุมชน การพัฒนากลุ่มทางธุรกิจ และกลุ่มทางการเมือง เป็นต้น โดยมีองค์ประกอบและกระบวนการที่ไม่เหมือนกัน พร้อมทั้งเรียกชื่อต่างๆ กันออกไป เช่น กลุ่มเผชิญหน้า (Encounter Group) กลุ่มฝึกอบรม (Training Group) และกลุ่มรับความรู้สึก (Sensitivity Group) และเพื่อหลีกเลี่ยงความสับสนและวุ่นวายในเรื่องความหมายของชื่อกลุ่ม จึงได้มีการเสนอให้ใช้คำว่า กิจกรรมกลุ่ม (Group Work) ขึ้น เพื่อให้มีความหมายครอบคลุมกลุ่มต่างๆ ที่นำมาใช้ในการแนะแนว และการบริหาร

ศุภาวดี บุญญวงศ์ (2522 : 2) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ว่ากิจกรรมกลุ่ม หมายถึงการร่วมกันวางแผน การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างสมาชิกต่อสมาชิกภายในกลุ่มหรือสมาชิกต่อกลุ่มหรือกลุ่มต่อสมาชิก โดยมีผู้นำกลุ่มซึ่งได้รับการฝึกฝนมาเป็นอย่างดี ช่วยส่งเสริมสนับสนุนให้สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์ และมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้สมาชิกได้พัฒนาบุคลิกภาพที่เป็นประโยชน์ต่อการทำงานกลุ่ม ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการทำงานกลุ่ม และประสบผลสำเร็จในการทำงาน ในครั้งนั้นด้วย

บุหงา วิชิระศักดิ์มงคล (2526 : 35) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึงกิจกรรมใดๆ ที่ให้สมาชิกได้มีส่วนร่วมในการกระทำได้สิ่งหนึ่งร่วมกัน เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตัวเอง เนื่องจากมีโอกาสวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเองและผู้อื่นตลอด

สรศักดิ์ โสขุ (2530 : 10) ได้กล่าวไว้ว่า กิจกรรมกลุ่มหมายถึง การจัดกิจกรรมขึ้นมาแล้วให้ทุกคนมีส่วนร่วมทั้งความคิดและลงมือกระทำภายในสถานการณ์ที่มีการยอมรับซึ่งกันและกัน เคารพในกติกาของกลุ่ม จนเกิดการพัฒนาความคิด ความเข้าใจและพฤติกรรมของบุคคล อันเป็นผลต่อตนเองและคนอื่นที่จะอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างเป็นสุข

และประนอม เดชชัย (2531 : 100 - 101) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง กิจกรรมต่างๆ ที่ดำเนินการโดยกลุ่ม ทำเป็นกลุ่ม กิจกรรมประเภทนี้จะช่วยฝึกประสบการณ์ต่างๆ ของผู้เรียนให้พัฒนาขึ้น

ช่วยให้ผู้เรียนมีทักษะในการทำงานร่วมกับผู้อื่น ฝึกทักษะทางสังคม ฝึกให้ผู้เรียนยอมรับมติของกลุ่มเพื่อพัฒนาความเป็นประชาธิปไตยของผู้เรียน

จากความหมายดังกล่าวสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง การที่บุคคลมารวมกันโดยนำประสบการณ์ในด้านต่างๆ ของแต่ละคนมารวมกันในการวางแผนการทำงานซึ่งจะทำให้เกิดความร่วมมือในการทำงานเพื่อแก้ปัญหาต่างๆ ตามจุดประสงค์ที่วางไว้และจะส่งผลต่อการพัฒนาของบุคคลในด้านต่างๆ

2.1.3 จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม

เบนเนท (Bennet. 1963 : 5 – 9) ได้สรุปจุดมุ่งหมายโดยทั่วไปของกิจกรรมกลุ่ม ไว้ดังนี้

1. กิจกรรมกลุ่มได้เปิดโอกาสให้สมาชิกของกลุ่มได้เรียนรู้ทางด้านการศึกษา อาชีพ สังคม และส่วนตัว จากการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ทางโรงเรียนจัดขึ้น เช่น

1.1 การปฐมนิเทศนักเรียนที่เข้าใหม่ เพื่อให้เขาได้รับประโยชน์จากโรงเรียนมากที่สุด

1.2 การได้มีโอกาสศึกษาถึงปัญหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นกลุ่มและช่วยให้ได้รับประสบการณ์กลุ่มในชีวิตที่โรงเรียนของเขา อันจะช่วยให้พฤติกรรมของบุคคลและกลุ่มเป็นไปในแนวทางที่สังคมยอมรับ

1.3 การศึกษากลุ่มถึงเรื่องปัญหาของการเจริญเติบโต เพื่อรู้จักปรับตัวให้สมกับวัยอย่างมีเหตุผล

1.4 การศึกษากลุ่มเพื่อให้เกิดเจตคติที่ดีต่อตนเอง พัฒนาความสนใจ ความสามารถ บุคลิกภาพ ลักษณะเด่นของตนเอง และการปรับตัวทางสังคมและส่วนตัว

1.5 การศึกษากลุ่ม เพื่อหาวิธีการที่มีประสิทธิภาพ ที่จะส่งเสริมการเรียนรู้

1.6 การศึกษากลุ่มถึงเรื่องชีวิตการทำงาน และการปรับตัวต่ออาชีพความก้าวหน้าทางด้านอาชีพ

1.7 ช่วยกลุ่มให้เรียนรู้ที่จะสร้างโครงการและวางแผนอาชีพ ในระยะยาวที่เหมาะสม

1.8 ช่วยกลุ่มให้เรียนรู้ที่จะสร้างโครงสร้างและวางแผนการศึกษาในระยะยาวที่เหมาะสม

1.9 ช่วยพัฒนามาตรฐาน ค่านิยมของบุคคล อันจะช่วยให้เขาสามารถเลือกประสบการณ์ในด้านต่างๆ ของชีวิต และพัฒนาปรัชญาของตนเองได้

2. กิจกรรมของกลุ่มก่อให้เกิดผลทางการบำบัดรักษา จากการที่ได้ปลดปล่อยความตึงเครียดทางอารมณ์ ได้มีความเข้าใจ และได้ข้อคิดจากปัญหาต่างๆ ของบุคคลมากขึ้นทั้งศึกษาปัญหาของบุคคลที่คล้ายคลึงกัน ในบรรยากาศที่อ่อนโยน และนำมาแก้ไข ปรับปรุงบุคลิกภาพ และวิถีชีวิต กิจกรรมกลุ่มเปิดโอกาสให้บุคคลได้วินิจฉัยตนเองและผู้อื่น

3. กิจกรรมกลุ่มช่วยให้บุคคลบรรลุจุดมุ่งหมายของการแนะแนว อย่างมีประสิทธิภาพ

4. กิจกรรมกลุ่มช่วยให้การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลมีประสิทธิภาพมากขึ้นเพราะกลุ่มช่วยให้เข้าใจภูมิหลังและลักษณะทั่วไปของปัญหาต่างๆ

ทองเรียน อมรัชกุล (2520 : 5 – 6) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมได้ดังนี้

1. เพื่อให้การศึกษาบรมแก่บุคคลที่ยังไม่คุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในมหาวิทยาลัย หรือในโรงเรียน โดยการจัดโครงการ เช่น ปฐมนิเทศนักเรียนใหม่หรือนำไปจัดในรูปแบบของการแนะแนวได้ตลอดทั้งปี

2. เพื่อเป็นรากฐานที่จะนำไปสู่การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล เพราะทำให้นักเรียนคุ้นเคยกับครูแนะแนวในขณะที่เข้าร่วมกิจกรรม

3. เพื่อการปรับตัว การบำบัดรักษา และความเจริญงอกงามของบุคคลในกลุ่มนอกจากนี้กิจกรรมกลุ่มยังสามารถนำมาเป็นเครื่องช่วยในการแก้ไขเรื่องส่วนตัวได้ เช่น การปรับปรุงบุคลิกภาพ การพัฒนาทักษะด้านมนุษยสัมพันธ์ เป็นต้น

บัทตัน (Button. 1974 : 1 – 2) ยังกล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นสิ่งที่จัดขึ้นโดยมีจุดมุ่งหมายที่จะช่วยส่งเสริมให้มนุษย์ได้เติบโตและพัฒนา โดยเฉพาะทักษะด้านสังคมและด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ดังนั้นการจัดกิจกรรมกลุ่มจึงเป็นการสร้างโอกาสให้มนุษย์ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการติดต่อสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ในบรรยากาศที่ส่งเสริมซึ่งกันและกัน ผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มจะพยายามช่วยกลุ่มและช่วยบุคคลแต่ละคนเพื่อทำงานไปสู่จุดหมาย

วินิจ เกตุขำ และคมเพชร ฉัตรศุภกุล (2521 : 170 – 172) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มว่า เพื่อพัฒนาบุคคลโดยอาศัยผู้จัดกิจกรรมกลุ่มที่มีความสามารถตลอดจนรู้กระบวนการของการจัดกิจกรรมกลุ่มเป็นอย่างดี จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มอาจแบ่งได้ต่อไปนี้

1. เพื่อให้เกิดความเข้าใจในตัวเอง การอยู่ร่วมกันสมาชิกอื่นในกลุ่มจะมีส่วนช่วยให้บุคคลเกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองได้ดีขึ้น เช่น รู้ความสามารถบางประการของตนเอง รู้จักข้อบกพร่องบางประการ ทั้งนี้เพราะกลุ่มจะมีปฏิกิริยาให้เห็นข้อเท็จจริงได้

2. เพื่อให้เข้าใจบุคคลอื่น เมื่อสมาชิกในกลุ่มได้ทำกิจกรรมร่วมกัน ก็ย่อมจะทำให้เกิดการเรียนรู้จักซึ่งกันและกันได้ดีขึ้น

3. เพื่อให้บุคคลสามารถทำงานร่วมกันได้ดีขึ้น

นอกจากนี้ ประนอม เดชชัย (2531 : 101 – 102) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ดังนี้

1. เพื่อให้ผู้เรียนได้เข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ คือ ความเข้าใจตัวเองและเข้าใจบุคคลอื่นในกลุ่ม ซึ่งจะทำให้บุคคลรับตัวเองเข้ากับบุคคลในกลุ่มได้ เกิดการเรียนรู้เรื่องของตนได้ดีขึ้น เช่น รู้ข้อบกพร่องของตนเอง หรือรู้ว่าตนเป็นคนอย่างไร เมื่อเทียบกับบุคคลในกลุ่ม เกิดความเข้าใจบุคคลอื่นในกลุ่ม โดยที่สมาชิกในกลุ่มได้ทำกิจกรรมร่วมกันย่อมทำให้เกิดการเรียนรู้จักซึ่งกันและกันได้ดี ทราบถึงข้อดีและข้อเสีย ข้อบกพร่องทั้งของตนเองและคนอื่น อันจะเป็นแนวทางให้เกิดความรู้สึกเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน คิดช่วยเหลือกัน ตลอดจนการปรับตัวเข้าหากันด้วย

2. เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจกระบวนการทำงานหรือแก้ปัญหาต่างๆ ร่วมกันประสบการณ์ที่จัดในกิจกรรมกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกได้เรียนรู้วิธีการทำงานร่วมกัน เพราะไม่มีมนุษย์คนใดอยู่คนเดียวได้โดยไม่ต้องพึ่งพาอาศัยกัน ฉะนั้นการฝึกกิจกรรมกลุ่มในการเรียนการสอน จะช่วยฝึกให้บุคคลเข้าใจเกี่ยวกับกระบวนการทำงานและร่วมมือกันแก้ปัญหา

3. เพื่อให้ผู้เรียนฝึกความรู้สึกทางด้านคุณธรรมและจริยธรรม ในระหว่างร่วมกิจกรรมกลุ่ม เช่น ฝึกความรู้สึกอดทน ฝึกการยอมรับความคิดเห็นของส่วนรวม เป็นต้น สิ่งที่ได้มาจากกิจกรรมกลุ่มเหล่านี้จะไปช่วยพัฒนาตัวบุคคลและสังคมต่อไป

4. จากจุดมุ่งหมายดังกล่าวสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้บุคคลได้เรียนรู้และพัฒนาตนเองในด้านต่างๆ ทำให้ความเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง และสามารถแก้ปัญหาที่ประสบร่วมกัน รวมถึงความสามารถในการปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

2.1.4 ขนาดของกลุ่ม

ขนาดของกลุ่มนั้นได้มีผู้ได้ให้ความเห็นไว้หลายท่าน และแตกต่างกันออกไปดังนี้

ชอร์ (shaw . 1981 : 3) กล่าวว่า กลุ่มย่อยควรมีสมาชิก 10คน เป็นอย่างมากถ้าจำนวนสมาชิก 30คนขึ้นไป ก็จะจัดเป็นกลุ่มใหญ่ แต่ก็อาจจะแบ่งเป็นกลุ่มย่อยได้และมีความเห็นว่าจำนวนสมาชิกมิใช่ปัญหาสำคัญ และการร่วมมือในการทำงานของสมาชิก จะมีความสำคัญต่อการทำงานของกลุ่มมากกว่า

อ็อตตาเวย์ (Ottaway. 1966 : 7) กล่าวว่า กลุ่มควรมีขนาดเล็ก เพราะจะช่วยให้สมาชิกมีโอกาสแสดงออกได้อย่างเป็นอิสระทั่วถึงกัน โดยสมาชิกไม่ต้องใช้เสียงดังมากนักทุกคนในกลุ่มก็ได้ยินอย่างทั่วถึง ดังนั้นกลุ่มควรมีขนาดอย่างมากที่สุด 12 คน หรือ ถ้ามากกว่านั้นไม่ควรเกิน 15 คน ส่วนขนาดของกลุ่มที่มีขนาดเหมาะสมมากที่สุดนั้น ควรมีจำนวนสมาชิก 9 – 10 คน จึงจะทำให้การทำงานบังเกิดผลดีที่สุด

เดงตัน (Dieghton. 1971 : 225) มีความเห็นว่าสมาชิกของกลุ่มควรมีขนาดประมาณ 12 – 15 คน กลุ่มไม่ควรเล็กกว่านี้ เพราะจะทำให้สิ้นเปลือง แต่ถ้าใหญ่กว่านี้ก็ไม่เหมาะ เพราะจะทำให้สมาชิกขาดโอกาสมีส่วนร่วมอย่างทั่วถึง

สุวกิจ ศรีปัดดา (2528: 61 – 61) ได้ศึกษาพบว่า กลุ่มจะทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้นควรประกอบด้วยสมาชิก 5 คน

จำเนียร ช่วงโชติ (2521 : 5) กล่าวว่า ในวงการศึกษานักจิตวิทยา มักจะศึกษากลุ่มขนาดเล็กซึ่งมีสมาชิกไม่เกิน 15 คน เพราะจะทำให้สมาชิกของกลุ่มมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด และในด้านการเรียนรู้ก็จะมีผลดีกว่ากลุ่มขนาดใหญ่

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2521 : 26) ก็ได้กล่าวว่าขนาดของกลุ่ม อาจจะเป็นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่ง ในการพิจารณาธรรมชาติของปฏิสัมพันธ์ของกลุ่ม กลุ่มที่มีขนาดแตกต่างกันจะทำให้รูปแบบปฏิสัมพันธ์แตกต่างกันไปด้วย ในกลุ่มที่มีสมาชิกมากเกิดความจำเอน สมาชิกจะต้องทำงานซ้ำซ้อนกัน บางคนคาดหวังว่าจะได้รับผิดชอบทั้งหมด ในขณะที่คนอื่นรู้สึกคับข้องใจที่ไม่มีการทำ ไม่มีโอกาสได้ใช้ทักษะที่ตนเองมีอยู่ ขนาดของกลุ่มไม่ควรเกิน 15 คน จะใหญ่เท่าใดย่อมขึ้นอยู่กับความจำเอนของสถานการณ์ จุดมุ่งหมายของกลุ่มแหล่งที่จะให้ความช่วยเหลือในกลุ่มและระดับบุคลิกภาวะของบุคคลในกลุ่ม

นอกจากนี้ เยาวพา เตชะคุปต์ (2517 : 34) ซึ่งกล่าวว่า ขนาดของกลุ่มที่จะช่วยให้การทำงานหรือการเรียนการสอนประสบผลดี ควรเป็นกลุ่มขนาดเล็กประมาณ 5 – 15 คน ซึ่งสอดคล้องกับจำเนียร ช่วงโชติ และ คนอื่นๆ (2521 : 5) ซึ่งกล่าวว่าในการศึกษา นักจิตวิทยามักจะศึกษากลุ่มขนาดเล็กมีสมาชิกไม่เกิน 15 คน เพราะเห็นความสัมพันธ์ได้อย่างใกล้ชิด และในด้านการเรียนรู้ก็ได้ผลดีกว่ากลุ่มขนาดใหญ่

2.1.5 ประเภทของกลุ่ม

นิภา วิจิตรศิริ (2525 :18 – 20) ได้กล่าวถึงประเภทของกลุ่มไว้ดังนี้

1. กลุ่มฝึกอบรม (T- Group or Training Group) เป็นการช่วยให้บุคคลที่เข้ามาอยู่ได้เพิ่มการตระหนักรู้เกี่ยวกับความรู้สึกที่เป็นอยู่และการสร้างทักษะในการเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

นอกจากนี้แล้วยังเป็นการทำความเข้าใจเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่ม เช่น การเข้าใจแนวโน้มต่างๆ การสื่อความหมาย บทบาท รวมทั้งผลของการดำเนินบทบาทอย่างมีประสิทธิภาพ

2. กลุ่มฝึกอบรมความไวในการรับรู้ (Sensitivity Training Group) เป็นการฝึกหรือการพัฒนาทักษะในการเรียนรู้และรับรู้สิ่งต่างๆ เช่น การรับรู้ความรู้สึก ความนึกคิด เหตุผล และประสบการณ์ทั้งของตนเองและของผู้อื่น การฝึกการรับรู้จะเป็นเครื่องส่งเสริมให้บุคคลเกิดความเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง เห็นความสำคัญของการพัฒนา ปรับปรุงตนเอง รวมทั้งเกิดความเข้าใจความรู้สึกและพฤติกรรมของผู้อื่น

3. กลุ่มฝึกอบรมทักษะพื้นฐาน (BST – Group or Basic Skill Training Group) บางครั้งเรียกว่ากลุ่มฝึกอบรมเพื่อนมนุษย์สัมพันธ์ (Training Human Relations Laboratory) เป็นการสร้างให้สมาชิกในกลุ่มได้มีทักษะเบื้องต้นในด้านมนุษยสัมพันธ์และการพัฒนาทักษะเพื่อการนำไปใช้

4. กลุ่มฝึกฝนทดลอง (Laboratory Training Group) เป็นโครงการที่มุ่งให้เกิดประสบการณ์เพิ่มพูนความเข้าใจและทักษะของการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์และเพิ่มความสามารถในการวิเคราะห์พฤติกรรมของบุคคลและกลุ่ม

5. กลุ่มเผชิญหน้า (Encounter Group) เป็นกลุ่มที่เน้นความเจริญงอกงามส่วนบุคคล มุ่งให้บุคคลรู้จักตัวเอง รู้จักสภาพความเป็นจริงของตนเอง อันจะช่วยให้เขาได้เกี่ยวข้องกับคนอื่นอย่างเปิดเผย และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

6. กลุ่มทนทาน (Marathon Group) เป็นกลุ่มที่พบกันหลายช่วงเวลาติดต่อกันไป โดยใช้เวลามากกว่า 12 ชั่วโมง ในแต่ละครั้ง จากการพบปะติดต่อกันหลายๆ ครั้งนี้ จะทำให้สมาชิกในกลุ่ม ได้ค้นพบและศึกษาความคิดของตนเองและของผู้อื่น ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ดำเนินตามแบบแผนในการปฏิสัมพันธ์กัน ความขัดแย้งกัน มีอคติต่อกันและความกลมเกลียวสามัคคีกัน

7. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) เป็นการให้ความช่วยเหลือบุคคลปกติให้มีการยอมรับปัญหาต่างๆ ของตนและพยายามแก้ไขปัญหานั้นก่อนที่จะกลายเป็นปัญหารุนแรง การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มยังจะช่วยให้ผู้ที่มีปัญหาได้เรียนรู้และนำความคิดทั่วไปจากกลุ่มมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

8. กลุ่มจิตบำบัดรักษา (Group Psychotherapy) เป็นรูปหนึ่งของการแก้ไขโดยการพบปะกันในกลุ่มเล็กๆ ระหว่างคนไข้ และผู้ให้การรักษาติดต่อกันไปเป็นระยะเวลาอันยาวนาน โดยมีความมุ่งหมายที่จะทำให้สมาชิกในกลุ่มเกิดการหยั่งเห็นและเข้าใจสาเหตุของปัญหา ทางสังคม อารมณ์ และจิตใจ รวมทั้งมีความสามารถที่จะลดหรือแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้

9. กิจกรรมกลุ่ม (Group Work) เป็นการนำเอาประสบการณ์มาวางแผนและแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการในสมาชิกแต่ละคน และการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มโดยรวม ประสบการณ์ในกลุ่มจะทำให้เกิดการพัฒนาการให้ตัวบุคคลทุกคน และกลุ่มก็จะดำเนินไปด้วยความสำเร็จตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งเอาไว้ นอกจากนี้ การทำกิจกรรมกลุ่มนั้นจะเกี่ยวข้องกับการรับรู้เรื่องความต้องการของบุคคลอื่นและทักษะในการแสดงออกถึงความเข้าใจดังกล่าว ในการสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น การจัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อให้เกิดการพัฒนาทางด้านใดว่า ต้องการจะให้เกิดการเรียนรู้ในด้านใด ก็จัดให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายนั้น

นอกจากนี้ยังมีกลุ่มแบบต่างๆ อีก ที่มีชื่อแตกต่างกันไป แม้จะแตกต่างกันบ้างในเรื่องจุดมุ่งหมาย รายละเอียดของเนื้อหา และวิธีการปฏิบัติแต่โดยทั่วไปแล้วล้วนมุ่งที่จะพัฒนาสติปัญญา และพฤติกรรมของบุคคลด้วยวิธีการกลุ่มทั้งนั้น

2.1.6 คุณค่าของกิจกรรมกลุ่ม

คมเพชร จิตรศุภกุล (2521 : 15 – 19) ได้กล่าวถึงคุณค่าของกิจกรรมกลุ่มว่านอกเหนือจากความสำเร็จของกิจกรรมที่ทำแล้ว กิจกรรมกลุ่มยังมียุทธศาสตร์ด้านอื่นๆ อีก ได้แก่

1. คุณค่าในด้านพัฒนาการ (Development Values) เช่น การสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคล การสร้างพัฒนาการด้านอารมณ์และสังคม การพัฒนาด้านทัศนคติ ความสนใจ ความสามารถ ตลอดจนความเจริญงอกงามทางด้านความรู้และทักษะ

2. คุณค่าด้านการวินิจฉัย (Diagnostic Values) สำหรับผู้นำกลุ่ม เมื่อมีการทำกิจกรรมกลุ่มจะทำให้มีโอกาสที่จะสังเกตสมาชิกในกลุ่มแต่ละคน ทำให้เกิดความเข้าใจเป็นอย่างดีในตัวสมาชิกของกลุ่ม

3. คุณค่าด้านการบำบัด (Therapeutic Values) ในการรวมกลุ่มของบุคคลจะมีค่าต่อการบำบัดเป็นอย่างดี โรงพยาบาล และ คลินิก จะนำวิธีการทางกลุ่มไปใช้รักษาคนไข้ โดยการบำบัดทางจิตวิทยา กับคนไข้เป็นกลุ่ม (Group Psychotherapy) สำหรับในโรงเรียน ผู้เรียนที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน อาจได้รับความช่วยเหลือโดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม (Group Counseling) แต่สำหรับผู้เรียนที่มีปัญหาเพียงเล็กน้อย จะได้รับประโยชน์จากการร่วมกิจกรรมกลุ่ม เช่น การพัฒนานิสัยของตนเอง เป็นต้น

4. คุณค่าต่อโรงเรียนและชุมชน (Values to the School and Community) การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มจะช่วยให้ผู้เรียนมีโอกาสพัฒนาด้านตนเองในด้านต่างๆ ทำให้เป็นบุคคลที่มีความสามารถ มีคุณค่าสร้างประโยชน์ให้แก่โรงเรียนและชุมชนได้

นอกจากนี้ สุภาวดี บุญญาวงค์ (2527 :3 – 4) ได้กล่าวถึงคุณค่าของกิจกรรมกลุ่มไว้ดังนี้

1. คุณค่าด้านการพัฒนา

- 1.1 กิจกรรมกลุ่มสามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานของนักเรียนได้ซึ่งความต้องการเหล่านี้ ได้แก่ ต้องการให้ผู้เรียนยอมรับ ยกย่องเคารพในศักดิ์ศรี และคุณค่าของตน ต้องการความอบอุ่น มั่นคงและปลอดภัย ถ้าหากกิจกรรมกลุ่มมีประสิทธิภาพก็จะส่งผลให้นักเรียนมีความรู้สึกว่าคุณค่าตนประสบความสำเร็จ เคารพในคุณค่าของตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเองและให้ความร่วมมือในกิจกรรมกลุ่มอย่างเต็มที่

- 1.2 พัฒนาทางด้านสังคมและอารมณ์ของนักเรียน ช่วยให้เกิดความเห็นอกเห็นใจ เข้าใจยอมรับผู้อื่น เรียนรู้กระบวนการให้และการรับ ซึ่งเป็นพื้นฐานความเข้าใจเบื้องต้นของการอยู่ร่วมกันในสังคม รู้จักวิธีการควบคุมอารมณ์ของตน มีความอดทน มองโลกในแง่ดี มีน้ำใจเป็นนักกีฬา และสามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้

- 1.3 พัฒนาความเข้าใจเกี่ยวกับค่านิยม ทัศนคติ และปทัสฐานของสังคมจากการปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มนักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับความคาดหวังของกลุ่มที่มีต่อคนทั้งพฤติกรรมและทัศนคติ เพื่อเป็นแนวทางประสพการณ์ตัดสินใจเลือกสิ่งที่ดีและเหมาะสมที่สุด เกี่ยวกับการตั้งกฎเกณฑ์ต่างๆของกลุ่ม ควรเปิดโอกาสให้นักเรียนร่วมพิจารณาแสดงความคิดเห็นด้วย

- 1.4 พัฒนาค่านิยมเกี่ยวกับอาชีพ การที่นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม จะช่วยให้ทราบข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับอาชีพ มีการเตรียมวางแผนเกี่ยวกับอาชีพของตนในอนาคต ได้เรียนรู้ความแตกต่าง

ระหว่างบุคคลด้านความสามารถ ความสนใจฐานะทางเศรษฐกิจซึ่งมีส่วนสัมพันธ์กับการตัดสินใจเลือกอาชีพที่แตกต่างกันของบุคคล

1.5 พัฒนาความสามารถและทักษะต่างๆ ซึ่งนักเรียนได้ใช้และฝึกความสามารถ ตลอดจนทักษะต่างๆ อย่างเต็มที่ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เช่น การพูดในที่สาธารณะ การอภิปรายกลุ่ม และการวางแผนงาน

2. คุณค่าด้านการวิจัย ผู้นำกิจกรรมสามารถสังเกตพฤติกรรมต่างๆ ของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มทำให้นักเรียนเข้าใจได้ลึกซึ้งยิ่งขึ้น ทราบถึง พฤติกรรมที่เป็นอุปสรรคในการเข้าร่วมกลุ่ม เพื่อหาได้วิธีปรับปรุง แก้ไข และให้ความช่วยเหลือต่อไป สำหรับนักเรียนเองก็ได้มีโอกาสศึกษาตนเองจากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ทำให้ทราบขอบเขตความสามารถของตนเพื่อจะได้เข้าใจและยอมรับตนเองอย่างใกล้ชิด ความจริงมากยิ่งขึ้น

3. คุณค่าด้านการบำบัด การจัดกิจกรรมกลุ่มเป็นวิธีบำบัดอย่างหนึ่ง เพื่อช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาเป็นกรณีพิเศษ และต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดติดตัวอย่าง นักเรียนที่มีปัญหาทางด้านอารมณ์ ก็เข้าร่วมกิจกรรมค่ายพักแรมภาคฤดูร้อน มีโอกาสทำงานร่วมกับผู้อื่น เผชิญหน้ากับสถานการณ์ต่างๆ ซึ่งช่วยให้เขาเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่นเพิ่มขึ้น และปรับปรุงลักษณะนิสัยของคนที่เสียใหม่

4. คุณค่าต่อสถานศึกษาและชุมชน เมื่อนักเรียนพัฒนาด้านต่างๆ จากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ย่อมส่งผลให้การทำงานกลุ่มในสถานศึกษามีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ลดปัญหาต่างๆ ได้มากนักเรียนก็จะเป็นสมาชิกที่มีคุณภาพของสถานศึกษา และนั่นคือย่อมเป็นสมาชิกที่ดีของชุมชนด้วย

2.1.7 ลำดับขั้นของกระบวนการกลุ่ม

เยาวยา เตชะคุปต์ (2517 : 163 – 166) ได้แบ่งลำดับขั้นการเรียนรู้ตามทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ไว้เป็น 4 ระยะคือ

1. ระยะการมีส่วนร่วม เป็นระยะที่ผู้เรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรม หรือคิดค้นแสวงหาสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง ผลจากการเรียนรู้จะเกิดจากตัวผู้เรียนโดยตรง การมีส่วนร่วมของผู้เรียนในการทำกิจกรรมจะเป็นการมีส่วนร่วมในทุกๆ ด้าน คือ

1.1 การมีส่วนร่วมทางด้านร่างกาย ได้แก่การที่ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมเรียนรู้ด้วยตนเอง รวมทั้งมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น หรือการค้นคว้าสืบสวนสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งจะต้องแสดงออกทางกายและวาจาในการสื่อความหมายกับผู้อื่น เพื่อก่อให้เกิดการเรียนรู้

1.2 การมีส่วนร่วมทางด้านจิตใจ คือ ความรู้สึกและอารมณ์ต่างๆ เกี่ยวกับสิ่งที่กระทำนั้น ความรู้สึกที่เกิดขึ้นจะนำไปสู่การเรียนรู้ แนวคิด และการเรียนรู้ในทางด้านเนื้อหาเป็นอย่างดี และช่วยให้ผู้เรียนสามารถจดจำเนื้อหาได้นานอีกด้วย

1.3 การมีส่วนร่วมทางด้านปัญญาหรือสมอง คือ การที่ผู้เรียนได้เห็นจริงหรือประจักษ์แจ้ง มีการค้นพบสิ่งที่ต้องการเรียนรู้และการสร้างแนวความคิดจากสิ่งที่เรียนรู้นั้น ซึ่งจะเป็นแนวทางในการพัฒนาความคิด และเหตุผลในการพิจารณาไตร่ตรองในการทำงาน การตัดสินใจ การวิเคราะห์และสรุปสิ่งที่เรียนรู้ได้ด้วยตนเอง

1.4 การมีส่วนร่วมในทางสังคม คือ การมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น จะทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์ มีการเปลี่ยนแปลงประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิด ค่านิยม ความเชื่อ ฯลฯ ซึ่งจะช่วยให้การเรียนรู้เป็นไปอย่างกว้างขวางและเกิดผลดีอีกด้วย

2. ระยะวิเคราะห์ เป็นระยะที่ผู้เรียนจะร่วมกันวิเคราะห์ประสบการณ์และเรียนรู้ทันทีหลังจากที่ลงมือกระทำกิจกรรม จะช่วยให้ผู้เรียนมีความรู้กว้างขวาง สามารถประเมินความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม วิธีการเรียนผลการเรียนรู้ ตลอดจนช่วยผู้เรียนให้รู้จักตนเองดียิ่งขึ้น

3. ระยะสรุปและประยุกต์หลักการ เป็นระยะที่ผู้เรียนจะรวบรวมแนวคิดที่ตนค้นพบ แนวคิดที่ได้จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นผู้อื่น และสรุปหลักการของตนเอง ซึ่งผู้เรียนสามารถนำหลักการนั้นไปประยุกต์ใช้ได้ในอนาคต หรือประยุกต์ให้เข้ากับตนเองได้ การประยุกต์นั้นจะทำได้สองลักษณะ คือ

3.1 การประยุกต์เพื่อปรับปรุงบุคลิกภาพหรือ การพัฒนาตนเองให้เหมาะสมยิ่งขึ้น รวมทั้งการปรับตัวให้เข้ากับบุคคลอื่น ตลอดจนเสริมสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น

3.2 การประยุกต์เพื่อใช้แก้ปัญหาต่างๆ ในอนาคต และเพื่อใช้ในการปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นกว่าเดิม ตลอดจนช่วยในการคิดค้นและประดิษฐ์สิ่งใหม่ๆ

4. ระยะประเมินผล โดยผู้เรียนจะเป็นผู้ประเมินผลการเรียนรู้ของตนเองและของกลุ่มจากการอภิปราย ให้ข้อเสนอแนะและติชมร่วมกับสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่ม

และคมเพชร ฉัตรศุภกุล (2521 : 23 – 24) กล่าวถึง ระยะการพัฒนาของกลุ่ม (Developmental Phase of Group) ว่า การที่จะทำให้กลุ่มเป็นกลุ่มที่สมบูรณ์นั้นกลุ่มจะต้องผ่านระยะต่างๆ 4 ระยะคือ

1. ระยะที่บุคคลแต่ละคนมีการแข่งขันและมีศูนย์กลางอยู่ที่ตนเอง
2. ระยะของความขัดแย้งและความคับข้องใจ
3. ระยะที่กลุ่มมีความสามัคคี
4. ระยะที่มีผลงานและยึดกลุ่มเป็นศูนย์กลาง

นอกจากนี้ วิชา วโรตมะวิชญ์ (2530 : 252 –253) กล่าวถึงลำดับขั้นของการเรียนการสอนโดยวิธีการกลุ่มสัมพันธ์ ไว้ดังนี้

1. ขั้นลงมือปฏิบัติ (Participation) เป็นขั้นที่สมาชิกทุกคนมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
2. ขั้นค้นพบ (Discovery) เมื่อนักเรียนได้มีส่วนร่วมโดยมีการลงมือปฏิบัติด้วยตนเองแล้ว จะเกิดความรู้สึก และเกิดความเข้าใจตนเองอันจะนำไปสู่การค้นพบสิ่งที่เรียนรู้ด้วยตนเอง
3. ขั้นวิเคราะห์ (Analysis) ขั้นที่สำคัญที่สุดคือ การที่ให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ถึงสิ่งที่ได้กระทำลงไป โดยครูจะตั้งคำถามว่า อะไร ทำไม และอย่างไร เพื่อให้ผู้เรียนสามารถรวบรวมสิ่งต่างๆ ทั้งด้านความรู้ และการมีส่วนร่วมทางอารมณ์ให้รวมกันเป็นจุดเดียว
4. ขั้นนำไปใช้หรือประยุกต์ใช้กับตนเองและผู้อื่น (Application) เป็นขั้นที่ผู้เรียนได้ก้าวหน้าไปอีกขั้นหนึ่ง คือ สามารถเชื่อมโยงการเรียนรู้กับตนเองและผู้อื่นได้

ส่วน เฉลิม วรวิทย์ และสมคิด แก้วสนธิ (ประนอม เดชชัย . 2531 : 103 ; อ้างอิงมาจาก เฉลิม วรวิทย์ และสมคิด แก้วสนธิ . 2520 : ไม่มีเลขหน้า) ได้กล่าวถึงการดำเนินการของกลุ่มว่า ไม่ว่ากลุ่มจะเป็นลักษณะใด จะมีกระบวนการดำเนินงานเป็นขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นรวมกลุ่ม (Forming Stage) หรือ (Group Involvement) เป็นขั้นแรกที่สมาชิกของกลุ่มมารวมกัน ถ้ายังไม่รู้จักกันดีพอ ทุกคนจะสงวนท่าทีไม่ค่อยแสดงออกในระยะนี้ จึงเป็นหน้าที่ของผู้สอนที่จะต้องประสานงานให้สมาชิกในกลุ่มรู้จักและคุ้นเคยกันมาก่อน เช่น อาจมีการแนะนำตัวเป็นต้น

2. ขั้นกำหนดจุดมุ่งหมายของกลุ่ม (Norming Stage) เมื่อสมาชิกในกลุ่มรู้จักกันดีพอแล้ว กลุ่มจะเริ่มคิดถึงเป้าหมายของกลุ่มและภารกิจของกลุ่มที่ต้องรับผิดชอบ ในขั้นนี้ผู้สอนจะมีบทบาทร่วมกับผู้เรียนในการกำหนดเป้าหมายในการเรียนรู้ และกิจกรรมต่างๆ ที่สมาชิกและกลุ่มต้องทำงานร่วมกัน

3. ขั้นระดมความคิด (Storming Stage) เป็นขั้นที่บรรยากาศของการทำงานจริงจังมากขึ้น สมาชิกภายในกลุ่มพยายามกำหนดร่างกฎเกณฑ์ และระเบียบของกลุ่ม ในขั้นนี้ผู้สอนอาจมีบทบาท 2 ประการ คือ ปลดปล่อยให้ผู้เรียนดำเนินการไปโดยลำพัง หรือเข้าร่วมในฐานะสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่ม

4. ขั้นกระชับความสัมพันธ์ (Reforming Stage) เป็นขั้นที่กลุ่มรู้จักคุ้นเคย และเข้าใจบทบาทของตนเป็นอย่างดี จึงทำให้การดำเนินงานของกลุ่มเป็นไปด้วยดี

5. ขั้นสลายตัว (Disbanding Stage) เป็นขั้นสุดท้ายที่สมาชิกของกลุ่มได้ร่วมมือกันดำเนินงานตามภารกิจที่ได้รับมอบหมายจนบรรลุเป้าหมายแล้ว ภารกิจของกลุ่มเริ่มลดลงไปด้วยทำให้กลุ่มเริ่มสลายตัว ในขั้นนี้ผู้สอนจะมีบทบาท ทบทวนการดำเนินงานของกลุ่มที่ผ่านมาเพื่อทำการสรุปผล และเสนอแนะแนวทางในการนำผลไปใช้ หรือนำไปศึกษาค้นคว้าต่อไป

2.1.8 เวลาและจำนวนครั้งในการเข้าร่วมกลุ่ม

แพทเทอร์สัน (Patterson . 1973 : 105) กล่าวว่า การให้ทำกิจกรรมเป็นกลุ่มควรจัดสัปดาห์ละ 2 ครั้ง แต่ถ้าเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมมีน้อย อาจจัดสัปดาห์ละ.....ครั้ง ช่วงเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสำหรับเด็กประถมศึกษา ควรใช้เวลาไม่เกิน.....ชั่วโมง เพราะเด็กอาจเกิดความเบื่อหน่ายได้

ซูซัน สมิตีไกร (2527 : 18 – 19) ให้ความเห็นพอสรุปได้ว่า ในการกำหนดระยะเวลาและความถี่ของการเข้ากลุ่มนั้น หากจัดทำกับสถานศึกษาจำเป็นต้องพิจารณาถึงการจداولเวลาเรียนของสถานศึกษานั้นด้วย เช่น ในโรงเรียนส่วนมากจะจداولเวลาเรียนเป็นคาบๆละ 50 นาที เป็นต้น ซึ่งจะช่วยให้สามารถกำหนดได้ว่า ควรใช้เวลาในการเข้ากลุ่มนานเท่าใด สำหรับจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่มขึ้นอยู่กับเป้าหมายของกลุ่ม และธรรมชาติของสมาชิกกลุ่ม แต่อย่างน้อยที่สุด ควรจะเข้ากลุ่มไม่ต่ำกว่า 8 ครั้ง ถ้ามากกว่านี้ได้ยิ่งเป็นการดี

2.1.9 ผลของการที่สมาชิกได้เข้าร่วมกลุ่ม

โรเจอร์ (Rogers . 1970 : 121 – 122) ได้กล่าวถึงผลการศึกษาวิจัยของกิบป์ (Gibb) ที่พบว่า การเข้าร่วมกลุ่มจะให้ผลส่งเสริมทางด้านจิตวิทยา กล่าวคือ จะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านการรับรู้ทางความรู้สึก มีการตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นมากขึ้นตลอดจนเปิดเผยความรู้สึก มีความจริงใจ และเป็นอย่างธรรมชาติ มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านความสามารถในการควบคุมความรู้สึกต่างๆของตนเอง มีการแสดงพฤติกรรมที่ตรงกับความรู้สึกของตนมีแนวทางในการสร้างแรงจูงใจ หมายถึง การเข้าใจตนเอง การรู้จักตัดสินใจด้วยตนเองมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านทัศนคติทั้งต่อตนเองและผู้อื่นหมายความว่า บุคคลยอมรับตนเอง พัฒนาในเรื่องคุณค่าของตนเอง เข้าใจตนเองและมีความมั่นใจยิ่งขึ้นในด้านทัศนคติที่ดีต่อผู้อื่น ได้แก่ การใช้อำนาจน้อยลง มีการยอมรับผู้อื่นมากขึ้น ลดการสั่งสอนและควบคุมผู้อื่น มีส่วนร่วมในกิจกรรมมากขึ้นและมีความรู้สึกพึงพากันและกัน เชื่อในความสามารถของบุคคล มีการแก้ปัญหาโดยการทำงานเป็นกลุ่ม และเป็นสมาชิกที่ดีของกลุ่ม

พัชนี วรกวิน (2522 : 149 – 150) ได้กล่าวถึงผลของการจัดกลุ่มหรือกิจกรรมกลุ่มไว้หลายด้าน และสอดคล้องกับผลการศึกษาของกิบป์ (Gibb) คือผลในด้านทัศนคติต่อตนเองการได้เข้าร่วมกลุ่มนั้นเป็น

การแสดงถึง การยอมรับของกลุ่ม ทำให้เกิดความภาคภูมิใจ ความอบอุ่นและรู้สึกว่าตนเองนั้นมีคุณค่า ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และในการเข้าร่วมกลุ่มนั้น จะต้องมีส่วนร่วมซึ่งกันและกัน มีการกระทำร่วมกันซึ่งเป็นโอกาสให้ได้ทำความเข้าใจตนเองและสมาชิกอื่นในกลุ่มพยายามแก้ไขข้อบกพร่องของตน ทำให้มีภาพแห่งตนดีขึ้นและยังผลต่อทัศนคติต่อผู้อื่นยอมรับเหตุผล ความคิดเห็น เคารพสิทธิและหน้าที่ซึ่งกันและกัน ซึ่งจะมีผลต่อการให้ความร่วมมือในการทำงานกลุ่ม หากได้รับการยอมรับจากสมาชิก รู้สึกว่าสมาชิกในกลุ่มหวังดีต่อตน สมาชิกแต่ละคนมีทัศนคติที่ดีต่อกัน ก็จะเกิดความสามัคคีกันขึ้น และเมื่อลงมือทำงานก็จะได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดี

พนม ลิ้มอารีย์ (ม.ป.ป. : 56 - 57) กล่าวถึงผลพลอยได้อื่นๆ อันเกิดจากการรวมกลุ่มดังนี้

1. กลุ่มจัดเป็นสนามสำหรับทดสอบความสามารถของสมาชิก เช่น ในกรณีที่ คนเก่งแต่ไม่มีโอกาสที่จะพูดที่ไหน ก็จะอาศัยกลุ่มเป็นที่ทดลองหรือแสดงความสามารถให้คนอื่นเห็น
2. กลุ่มเป็นที่แลกเปลี่ยนประสบการณ์ เจตคติ ความคิดเห็น ช่วยปรับปรุงเจตคติและนิสัยใจคอของสมาชิก และให้สมาชิกเป็นกำลังใจให้กันและกัน
3. กลุ่มร่วมเสริมสร้างควมมีวินัยให้แก่ตนเอง เมื่อสมาชิกเข้าร่วมกลุ่มจะต้องมีการปฏิบัติตามกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอ ปฏิบัติตามกฎหมายเกณฑ์ร่วมกัน ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกมีความอดทนด้วย
4. กลุ่มช่วยให้เกิดความรู้สึกปลอดภัย ให้ความอบอุ่น ให้กำลังใจ ให้ความรัก และกลุ่มยังเป็นเครื่องบำรุงขวัญสมาชิก ด้วยการทำให้สมาชิก เกิดความรู้สึกว่าเขาเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม เป็นที่รักและได้รับการยกย่องจากกลุ่ม จะช่วยให้สมาชิกมีความเข้าใจตนเองดีขึ้น เกิดความรู้สึกปลอดภัยและเชื่อมั่นในตนเอง

2.1.10 กิจกรรมที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม

ทศนา แชมมณี (2522 : 201 – 202) กล่าวถึงกิจกรรมที่ใช้ในการเรียนการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ไว้ในทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์ในการสอนว่า การสอนที่ยึดหลักทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์ เป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอน จะมีลักษณะเป็นกิจกรรมกลุ่มที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้โดยทั่วถึงกัน และในขณะเดียวกันก็ช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ความคิด ความรู้สึก ปฏิกริยา และพฤติกรรมของผู้อื่น และเรียนรู้การวิเคราะห์ข้อมูลต่างๆ ด้วยตนเองจากกิจกรรมการเรียนรู้และพยายามกระตุ้นให้ผู้เรียนได้นำความรู้ความเข้าใจนั้นไปใช้อยู่เสมอ ซึ่งจะสามารถช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ที่มีความหมายและเป็นประโยชน์ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้สอดคล้อง กับ ทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์ในการสอน สามารถกระทำได้หลายวิธีดังต่อไปนี้

1. เกม (Game) เป็นวิธีหนึ่งซึ่งสามารถนำมาใช้ในการสอนได้ดี โดยครูผู้สอนสร้างสถานการณ์สมมติขึ้น ให้ผู้เรียนลงเล่นด้วยตนเองภายใต้ข้อตกลง หรือกติกาบางอย่าง ที่กำหนดไว้ ซึ่งผู้เรียนจะต้องตัดสินใจทำอย่างใดอย่างหนึ่งอันจะมีผลออกมาในรูปของการแพ้ การชนะ วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ นอกจากนั้นยังช่วยให้ผู้เรียนเกิดความสุขสนุกสนานในการเรียนด้วย

2. บทบาทสมมติ (Role – Play) เป็นวิธีการอีกวิธีหนึ่งที่เริ่มได้รับความนิยมในการนำมาใช้ในการสอน วิธีการนี้มีลักษณะเป็นสถานการณ์สมมติเช่นเดียวกับเกม แต่มีการกำหนดบทบาทของผู้เล่นในสถานการณ์ที่เกิดขึ้นมานั้น แล้วให้ผู้เรียนเข้าสวมบทบาทนั้น และแสดงออกตามธรรมชาติโดยอาศัยบุคลิกภาพ ประสบการณ์และความรู้สึกนึกคิดของตนเป็นหลัก ดังนั้นวิธีการนี้จึงมีส่วนช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสศึกษา

วิเคราะห์ถึงความรู้สึกและพฤติกรรมของตนอย่างลึกซึ้ง และ ยังช่วยเสริมสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ให้น่าสนใจและน่าติดตามอีกด้วย

3. กรณีตัวอย่าง (case) เป็นวิธีการสอนอีกวิธีหนึ่งซึ่งใช้กรณีหรือเรื่องราวต่างๆ ที่เกิดขึ้นจริง ๆ นำมาดัดแปลงและใช้เป็นตัวอย่างในการให้ผู้เรียนได้ศึกษาวิเคราะห์และอภิปรายกัน เพื่อสร้างความเข้าใจและฝึกฝนแก้ไขปัญหาที่นั้น วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้รู้จักคิดและพิจารณาข้อมูลที่ตนได้รับอย่างถี่ถ้วน และการอภิปรายจะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกัน รวมทั้งการนำเอากรณีต่างๆ ซึ่งคล้ายคลึงกับชีวิตจริงมาใช้จะช่วยให้การเรียนรู้มีลักษณะใกล้เคียงกับความเป็นจริงซึ่งมีส่วนทำให้การเรียนรู้มีความหมายสำหรับผู้เรียนมากยิ่งขึ้น

4. สถานการณ์จำลอง (Simulation) คือการจำลองสถานการณ์จริง หรือ สร้างสถานการณ์ให้ใกล้เคียงกับความเป็นจริงแล้วให้ผู้เรียนลงไปอยู่ในสถานการณ์นั้น และมีปฏิริยาโต้ตอบกัน วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสทดลองแสดงพฤติกรรมต่างๆ ซึ่งในสถานการณ์จริงผู้เรียนอาจจะไม่กล้าแสดง เพราะเป็นการเสี่ยงต่อผลที่ได้รับเกินไป

5. ละคร (Acting or Dramatization) คือวิธีการที่ให้ผู้เรียนได้ทดลองแสดงบทบาทตามบทที่เขียนหรือกำหนดไว้ให้ โดยผู้แสดงจะต้องพยายามแสดงให้สมตามบทที่กำหนดไว้ โดยไม่นำเอาบุคลิกภาพและความรู้สึกนึกคิดของตนเข้าไปมีส่วนเกี่ยวข้อง อันจะมีผลให้เกิดผลเสียต่อการแสดงบทบาทนั้นๆ วิธีการนี้เป็นวิธีที่ช่วยให้ผู้เรียนได้มีประสบการณ์ในการที่จะเข้าใจในความรู้สึก เหตุผลและพฤติกรรมของผู้อื่น ซึ่งความเข้าใจนี้มีส่วนช่วยเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจกัน นอกจากนี้การที่ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงละครร่วมกัน จะช่วยฝึกให้ผู้เรียนเกิดความรับผิดชอบในการเรียนรู้ร่วมกันและได้ฝึกการทำงานร่วมกันด้วย

6. กลุ่มย่อย (Small group) วิธีการใช้กลุ่มย่อยในการสอนนี้เป็นวิธีการที่ใช้กันมานานแล้ว อาจจะเป็นเพราะเล็งเห็นแล้วว่าเป็นประโยชน์ ในการเรียนของผู้เรียน

2.2 .งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

2.2.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

เทรปปา และไฟรด์ (Treppa and Frike. 1972. 466 – 468) ได้ฝึกกิจกรรมกลุ่ม กับกลุ่มทดลอง จำนวน 11 คน และกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการฝึกเลย จำนวน 11 คน พบว่า กลุ่มที่ได้รับการฝึกกิจกรรมกลุ่ม มีการเปลี่ยนแปลงความเข้าใจในตนเองไปในทางที่ดีขึ้น ในด้านความสามารถในการควบคุมตัวเอง คุณค่าของการมีชีวิตอยู่ การนับถือตนเอง การยอมรับตนเองและความเข้าใจในความเป็นมนุษย์ ความสามารถในการสร้างมนุษย์ และความคิดเกี่ยวกับตนในอุดมคติ

เบิร์คเฮาเซอร์ (Birkhauser. 1985 : 103) ศึกษาผลของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่ออัตมโนทัศน์ของนักเรียนในชั้นเรียนระดับประถมศึกษา โดยเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มนักเรียนเกรด 3 , 4 , 5 จำนวน 77 คน ซึ่งมีส่วนร่วมอยู่ในชั้นเรียนตามปกติและนักเรียน 75 คน ซึ่งอยู่ในชั้นเรียนไม่เกิน 6 สัปดาห์ พบว่าทั้ง 2 กลุ่ม มีอัตมโนทัศน์แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

เดวิส (Davis. 1988 : 3263) ศึกษาผลการใช้ทักษะกระบวนการกลุ่มในการเรียนคณิตศาสตร์ หน่วยการแก้ปัญห ที่มิต่อผลสัมฤทธิ์และทัศนคติในการเรียนวิชาดังกล่าวของนักเรียนเกรด 7 จำนวน 104 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่าผลสัมฤทธิ์และทัศนคติในการเรียนของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ในขณะเดียวกันก็พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันดีกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุม

บอร์ตแมน (Boardman. 1988 : 1952) ศึกษาผลของการนำกระบวนการกลุ่มไปใช้ในโปรแกรมการเลิกสูบบุหรี่ โดยมีอาสาสมัคร 67 คน เข้ารับการฝึกตามโปรแกรมนี้ ผลการศึกษาพบว่าเทคนิคกระบวนการกลุ่มช่วยเพิ่มประสิทธิภาพของโปรแกรมหดลงกล่าว สังเกตได้จากอัตราผู้งดสูบบุหรี่เพิ่มขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มผู้หญิง

วาสิณี ชูสงค์ (2525 : 29) ได้ทดลองสอนเรื่องความภาษาอังกฤษชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และ 2 โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มทดลองสอนโดยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ กลุ่มควบคุมสอนด้วยวิธีสอนแบบเก่า ผลปรากฏว่า กลุ่มทดลองมีทัศนคติที่ดีต่อการเรียน และเรียนเนื้อหาได้มากกว่ากลุ่มควบคุม

2.2.2 งานวิจัยในประเทศไทย

บุญศรี จิงธนาเจริญ (2530 : 48) ได้ศึกษาเรื่องผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนนนทรีวิทยา กรุงเทพมหานคร โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 14 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้กิจกรรมกลุ่มมีการปรับตัวกับเพื่อนสูงกว่านักเรียนกลุ่มที่ได้รับการสอนแบบปกติโดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และเยาวภา กันทรวิชัยกุล (2530 : 40) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียน ปาโมกข์วิทยาคม จังหวัดอ่างทอง โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 7 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลอง ซึ่งใช้กิจกรรมกลุ่มมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนในห้องเรียนลดลงกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สาลิ จบศรี (2531 : 48) ได้ทำการวิจัยเรื่องผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความเป็นผู้นำแบบประชาธิปไตยของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียน คลองสิบสาม “ ผิวศรีราษฎร์บำรุง ” จังหวัดปทุมธานี ซึ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีความเป็นผู้นำแบบประชาธิปไตยต่ำ จำนวน 16 คน แล้วนำมาสุ่มเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 8 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการสอนโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม มีความเป็นผู้นำแบบประชาธิปไตยสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนนฤมล วรณกุล (2531 : 37 – 38) ได้ทำการเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องหนังสืออ้างอิงของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนราชินีบูรณะ จังหวัดนครปฐม ผลการศึกษพบว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่เรียนโดยใช้กิจกรรมกลุ่มมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่สอนโดยใช้สไลด์เทปอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จรินทร์ อินทวิศาลกุล (2533 : 46 – 48) ได้ทำการศึกษาเรื่องการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการคิดของผู้เข้ารับการอบรมในศูนย์สงเคราะห์และฝึกอาชีพสตรีภาคกลางกรมประชาสงเคราะห์ ซึ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้เข้ารับการฝึกอบรมเพศหญิง ซึ่งมีอายุในช่วง 16 – 18 ปี ในศูนย์สงเคราะห์ และฝึกอาชีพสตรีภาคกลางกรมประชาสงเคราะห์ รุ่นที่ 3 โดยคัดเลือกจากกลุ่มประชากรที่มีคะแนนเชาว์ปัญญาในช่วง 80 – 89 มาทั้งหมด แล้วจึงนำมาสุ่มเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 15 คน ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังการทดลองกลุ่มทดลอง ซึ่งเป็นสมาชิกที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความสามารถในการคิดสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บุษบงค์ รักเรียน (2533 : 108 – 113) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและพฤติกรรมผู้นำด้านมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดน้อยนพคุณ กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่เรียนวิชาสังคมศึกษาด้วยวิธีการกลุ่มสัมพันธ์มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและพฤติกรรมผู้นำด้านมนุษยสัมพันธ์แตกต่างจากกลุ่มควบคุมที่เรียนวิชาสังคมศึกษาตามคู่มือครูอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และพบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมผู้นำด้านมนุษยสัมพันธ์ หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สรศักดิ์ โสฐ (2530 : 56) ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความสำนึกในหน้าที่พลเมืองดีของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนชุมชนบ้านศรีสะอาด จังหวัดเพชรบูรณ์ จำนวน 24 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 12 คน พบว่ากลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกด้วยกิจกรรมกลุ่มมีความสำนึกในหน้าที่พลเมืองดีสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ทำกิจกรรมตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

นอกจากนี้ พวงแก้ว เนตรโอภารักษ์ (2533 : 65 – 66) ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความร่วมมือในการอภิปรายกลุ่มของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านลานแหลม จังหวัดนครปฐม จำนวน 14 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกโดยใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มมีความร่วมมือในการอภิปรายกลุ่มภายหลังการทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับข้อเสนออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

และहरषा แดงภักดี (2536 : 58) ได้ทำการศึกษาการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อคุณธรรมความมีน้ำใจนักกีฬาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดโสธรวรารามวรวิหาร จังหวัดฉะเชิงเทรา ซึ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 30 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 15 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่มมีคุณธรรม ความมีน้ำใจนักกีฬาโดยรวมและแต่ละด้านสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่มดังกล่าว สรุปได้ว่ากิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนา นักเรียนในด้านต่าง ๆ ได้ จึงน่าจะสามารถพัฒนาความมุ่งมั่นหวังในชีวิตของนักเรียนได้

3 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมุ่งหวังในชีวิต

3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความมุ่งหวังในชีวิต

3.1.1 ความหมายของความมุ่งหวังในชีวิต

ความมุ่งหวังในชีวิต เป็นดัชนีทางจิตวิทยาที่แสดงระดับของความรู้สึกว่าตนไร้ความหมาย โดยมีหลักเกณฑ์ว่าบุคคลที่มีความมุ่งหวังในชีวิตสูงจะกำหนดคุณค่าแก่ชีวิตและพอใจในชีวิตที่เป็นอยู่มากกว่าบุคคลที่มีความมุ่งหวังในชีวิตต่ำ (อรัญญา ต๋วยคำภีร์. 2536 : 3)

ความมุ่งหวังในชีวิต หมายถึง การรับรู้ของบุคคลด้านการดำรงชีวิตอย่างมีจุดมุ่งหมายและพบว่ากิจกรรมต่างๆ ในชีวิตได้ให้ความหมายอย่างลึกซึ้งแก่ตนเอง โดยเน้นที่การแสวงหาจุดมุ่งหมายและการดำรงชีวิต ความรู้สึกยินดี พึงพอใจ ในสถานการณ์ที่ตนเองเป็นอยู่ การรู้จักโอกาสและทางเลือกในชีวิตของแต่ละคน ซึ่งเป็นการตัดสินใจของเขาเอง (อรัญญา ต๋วยคำภีร์. 2536 : 57)

ความมุ่งหวังในชีวิต และความหมาย เป็นคำที่ใช้ในทางจิตวิทยาการบำบัด ที่มีความหมายเหมือนกัน โดยหมายถึง สิ่งสำคัญด้านความรู้เกี่ยวกับชีวิต เป็นปรากฏการณ์สากลที่พบเห็นกันทั่วไปในช่วงชีวิตของมนุษย์ หากไม่พิจารณาในด้านอายุ เพศ เชื้อชาติ หรือสถานภาพทางเศรษฐกิจสังคม จะมีลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคลไป เป็นการสะท้อนการต่อสู้เพื่อความหมายที่แท้จริงของการมีชีวิต ถ้าไม่มีการต่อสู้เพื่อการมีชีวิตอยู่ที่แท้จริง ก็คือการขาดความมุ่งหวังในชีวิต จะทำให้เกิดสภาวะที่เรียกว่า ความว่างเปล่าของการดำรงอยู่ สภาพเช่นนี้จะปรากฏออกมาในรูปแบบของความเบื่อหน่าย และ/หรือ พฤติกรรมก้าวร้าว (Jeffries.1995)

สรุปความมุ่งหวังของชีวิต หมายถึง การตระหนักรู้ในการดำเนินชีวิตอย่างมีความหมายหรือเห็นคุณค่าของกิจกรรมต่างๆ ในชีวิต ไม่สับสน ท้อแท้และรู้สึกเป็นสุข

3.1.2 ความสำคัญของความมุ่งหวังในชีวิต

วิกเตอร์ แฟรงเคิล (Victor Frankl) (อรัญญา ต๋วยคำภีร์. 2536 : 17-20) กล่าวถึงความสำคัญของความมุ่งหวังในชีวิตไว้ว่า ความมุ่งหวังของชีวิต หรือ ความหมาย มีความสำคัญต่อบุคคลและไม่สามารถเข้าใจได้โดยตรง ด้วยการใช้กระบวนการเชิงเหตุผล หรือด้วยความคิดใดๆ บุคคลจะเข้าถึงความหมายของชีวิตได้ เขาต้องลงมือกระทำบางสิ่งอย่างมุ่งมั่น ในแต่ละสถานการณ์ชีวิต หรือมีการกระทำมุ่งสู่เป้าหมายบางประการในแต่ละขณะ กล่าวว่าการเข้าถึงความหมายของชีวิตนั้น บุคคลต้องเชื่อในการมีอยู่ หรือการปรากฏอยู่ของเขา โดยยึดถือว่าการมีอยู่หรือปรากฏอยู่นี้เป็นสิ่งที่มีความหมายในตัวของมันเอง บุคคลเพียงแต่เป็นผู้ค้นพบความหมายไม่ใช่ผู้สร้าง

บุคคลจะค้นพบความหมายของชีวิตในประสบการณ์แต่ละขณะ ในรูปของคุณค่าต่างๆ 3 แนวทางคือ

1. คุณค่าเชิงสร้างสรรค์ (creative value)

ความหมายของชีวิตในแนวนี้นี้เป็นการให้คุณค่าแก่การทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยการพยายามทำสิ่งนั้นให้ดีขึ้นกว่าเดิม หรือด้วยการทำงานในหน้าที่ด้วยความกระตือรือร้น หรือการสร้างผลงานต่างๆ ที่มาจากความปรารถนาหรือความต้องการภายในของตนเอง คุณค่าเชิงสร้างสรรค์เกิดจากการทำให้ศักยภาพออกมาเป็นผลงานรูปธรรม

2. คุณค่าเชิงประสบการณ์ (experience value)

ความหมายของชีวิตในแนวนี้นี้เป็นการให้คุณค่าแก่การดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่น และโลกรอบๆ ตัวในรูปของมนุษย์สัมพันธ์ ในรูปความรู้สึกดีในคุณค่าในคุณความดี ในรูปความรู้สึกต่อตนเองในฐานะมนุษย์ผู้มีจิตใจสูง ดังอย่างเช่น การมีส่วนร่วมรับความรู้สึกในความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การให้ความช่วยเหลือผู้อื่น ความรู้สึกปิติยินดีในประสบการณ์ของความเป็นหนึ่งเดียวในขณะที่ฟังดนตรีหรือขณะทำสมาธิ

3. คุณค่าเชิงทัศนคติ (attitude value)

ความหมายของชีวิตในแนวนี้นี้เป็นการให้คุณค่าทัศนคติต่อโชคชะตา ต่อสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ในการดำรงชีวิต เช่น ความวิตกกังวล ความรู้สึกผิด ความตายและต่อสภาพชีวิตที่ทุกข์ทรมาน เช่น จากความเจ็บป่วยที่รักษาไม่หาย คุณค่าทัศนคติเป็นการเลือกท่าทีความนึกคิด ปฏิกริยาของตนเองต่อสภาพชีวิตด้วยความรู้สึกที่มั่นคง อดทนและยืนหยัด คุณค่าทัศนคติเป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลค้นพบความหมายในชีวิตที่ลึกซึ้ง

คุณค่าเชิงทัศนคติ เป็นคุณค่าที่เกิดจากการที่บุคคลเผชิญกับสถานการณ์ที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ สถานการณ์ของความสิ้นหวัง มีความรู้สึกว่าเป็นเหยื่อหรือผู้ถูกกระทำแล้วเขาสามารถปรับตัวทัศนคติต่อชีวิต หรือค้นพบความหมายบางอย่าง ที่ทำให้เขาก้าวพ้นจากสถานการณ์ที่หมดหวังได้ เขาสามารถเผชิญกับสถานการณ์นั้นด้วยทัศนะที่แสดงถึงการยอมรับและอยู่กับมันได้อย่างไม่รู้สึกแปลกแยก

เซย์ลีส (Sayles, 1994) กล่าวว่า ความมุ่งหวังในชีวิต เป็นเครื่องมือช่วยให้ทราบว่า นักเรียนวัยรุ่นคนใดมีแนวโน้มที่จะเข้าไปเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยง เช่น การดื่ม การสูบบุหรี่และกัญชา การดื่มแล้วขับรถ การติดยาเสพติด

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นพอสรุปได้ว่า ความมุ่งหวังในชีวิต หรือในเอกสารใช้คำว่า ความหมาย มีความสำคัญกับบุคคลต่างๆ ในการสร้างสรรค์ผลงาน การมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น การเผชิญกับสถานการณ์ของความสิ้นหวัง โดยเฉพาะวัยรุ่น ความมุ่งหวังในชีวิตยังช่วยให้ทราบถึงผู้ที่มีแนวโน้มที่จะเข้าไปเกี่ยวข้องกับกับพฤติกรรมเสี่ยง เพื่อจะได้หาทางป้องกันหรือแก้ไข

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมุ่งหวังในชีวิต

3.2.1 งานวิจัยในประเทศไทย

งานวิจัยในประเทศไทยเกี่ยวกับความมุ่งหวังในชีวิต มีผู้สนใจทำการวิจัยไว้น้อยมาก

ดังนี้

อัญญา ตัญคำภีร์ (2536 : 6,82) ได้ศึกษาถึงผลของกลุ่มจิตบำบัดแบบโลกอส ต่อการเพิ่มความมุ่งหวังในชีวิตของหญิงในสถานสงเคราะห์บ้านเกร็ดตระการ ที่มีพฤติกรรมความเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อเอชไอวี ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบโลกอสมีความมุ่งหวังในชีวิตสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบโลกอส ซึ่งจิตบำบัดแบบโลกอส (Logotherapy) นี้มีพื้นฐานจากแนวความคิดปรัชญาภวนิยม ซึ่งถูกพัฒนาโดยวิกเตอร์ แฟรงเคิล (Victor Frankl) ในระหว่างปี ค.ศ.1928-1938)

3.2.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

เซย์ลีส (Sayles. 1994) ได้ศึกษาความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในความสัมพันธ์ระหว่างความมุ่งหวังในชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยง ของวัยรุ่นภายใต้สภาพเงื่อนไขต่าง ๆ ได้แก่ ด้านเพศ ระดับการยึดตัวเป็นศูนย์กลาง และเชื้อชาติ (เชื้อสายอาฟริกัน อังกฤษ และฮิสปานิก) กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนมัธยมศึกษา จำนวน 582 คน จากภาคตะวันตกเฉียงใต้ของสหรัฐที่มีความหลากหลายด้านเชื้อชาติ ตัวแปรอิสระของการวิจัย ครั้งนี้ประกอบด้วย ความมุ่งหวังในชีวิต ซึ่งวัดด้วยแบบทดสอบความมุ่งหวังในชีวิต การยึดตนเป็นศูนย์กลางของวัยรุ่น และเชื้อชาติของวัยรุ่น ส่วนตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นซึ่งวัดด้วยแบบสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น

ผลการวิจัย ปรากฏว่า นักเรียนที่มีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตต่ำจะมีพฤติกรรมเสี่ยงสูง อย่างมีนัยสำคัญ (พฤติกรรมเสี่ยงได้แก่ การดื่ม การสูบบุหรี่ และกัญชา การดื่มแล้วขับรถ และการติดยาเสพติด) ความสัมพันธ์ในลักษณะดังกล่าวนี้ ปรากฏเป็นจริงทั้งในวัยรุ่นชาย-หญิง และวัยรุ่นเชื้อชาติต่าง ๆ นักเรียนที่มีคะแนนการยึดตนเป็นศูนย์กลางต่ำ จะมีระดับการเข้าร่วมมีพฤติกรรมเสี่ยงสูง ซึ่งจะตรงกันข้ามกับความคาดหวัง ในส่วนที่เกี่ยวข้อง กับเชื้อชาติที่ต่าง ๆ กันนั้น ปรากฏว่าวัยรุ่นเชื้อสายอัฟริกัน-อเมริกัน จะมีระดับความมุ่งหวังในชีวิตสูงกว่าวัยรุ่นเชื้อสาย ฮิสปานิก อเมริกัน หรือ อังกฤษ-อเมริกัน นักเรียนเชื้อสายอังกฤษอเมริกัน มีความผูกพันกับการมีพฤติกรรมเสี่ยงมากกว่าเพื่อนนักเรียนที่เป็นเชื้อชาติส่วนน้อย การปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรความมุ่งหวังในชีวิต ลักษณะทางเชื้อชาติ และพฤติกรรมเสี่ยง มีผลในระดับปานกลางซึ่งมีผลทำให้ความสัมพันธ์ของวัยรุ่นเชื้อสายอัฟริกัน-อเมริกัน และ อังกฤษ อเมริกัน อ่อนแอลง

ผลการวิจัย ครั้งนี้ ชี้ให้เห็นว่า แบบทดสอบความมุ่งหวังในชีวิต อาจใช้เป็นเครื่องมือช่วยทำให้ทราบว่า นักเรียนวัยรุ่นคนใดมีแนวโน้มที่จะเข้าไปเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยง อาจมีการใช้ยุทธศาสตร์การให้คำปรึกษาที่เหมาะสม เพื่อช่วยนักเรียนวัยรุ่นเหล่านี้ ให้รู้จักสร้าง ความมุ่งหวังในชีวิต ทั้งในระยะสั้นและระยะยาวได้ และยังช่วยลดจำนวนเด็กที่สูญเสียชีวิตไปเนื่องจาก การเมาแล้วขับรถ หรือ เสพยาเสพติดได้ด้วย

เกอร์วูด (Gerwood. 1995) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความมุ่งหวังในชีวิต โดยเปรียบเทียบสถานภาพการทำงาน สภาพจิตใจ และอารมณ์ของผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุในศูนย์พลเมืองสูงอายุ ที่ฟอร์ซ เวส เทน โอไฮโอ 3 แห่ง เหตุผลที่ทำการวิจัยกับผู้สูงอายุนั้น เพราะผู้วิจัยเห็นว่า วัยสูงอายุเป็นวัยที่เริ่มเสื่อมถอยชีวิตจึงมีความหมายมากจนถึงวาระสุดท้าย การวิจัยครั้งนี้ ใช้แบบทดสอบเกี่ยวกับความมุ่งหวังในชีวิต แล้วทำกับผู้สูงอายุจำนวน 130 คน เพื่อค้นหาว่า คะแนนของการทดสอบมีความสัมพันธ์กับสถานภาพ อยู่คนเดียว หรือกับบุคคลอื่น ของผู้สูงอายุหรือไม่ ผู้สูงอายุเป็นคนทำงาน หรือ เป็นอาสาสมัครหรืออยู่ระหว่างการเกษียณอายุ มีสภาพทางด้านจิตใจเป็นอย่างไร

ผลการวิจัยปรากฏว่าสถานภาพความเป็นอยู่และการทำงานของสูงอายุ มิได้เป็นตัวแปรเชิงพยากรณ์ที่มีนัยสำคัญ ต่อคะแนนในแบบทดสอบความมุ่งหวังในชีวิต ส่วนสภาพจิตใจและความกดดัน ในผู้

สูงอายุ ยังคงเป็นตัวพยากรณ์คะแนนแบบทดสอบอย่างเท่าเทียมกัน ตอนท้ายมีข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยในอนาคตด้วย

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมุ่งหวังในชีวิต สรุปได้ว่าความมุ่งหวังในชีวิตมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยง ได้แก่ การดื่ม การสูบบุหรี่และกัญชา การดื่มแล้วขับรถ และการติดยาเสพติด โดยผู้ที่มีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตต่ำจะมีพฤติกรรมเสี่ยงสูง นอกจากนี้ความมุ่งหวังในชีวิตยังมีความสัมพันธ์กับสภาพจิตใจและความกดดันของผู้สูงอายุในศูนย์ผู้สูงอายุ

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของศูนย์เมอร์ซี กรุงเทพมหานคร ที่มีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตต่ำ

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของศูนย์เมอร์ซี กรุงเทพมหานคร ที่มีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตต่ำจำนวน 16 คน ซึ่งได้มาจากการคัดเลือก จากประชากร โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของศูนย์เมอร์ซี กรุงเทพมหานคร จำนวน 39 คน ตอบแบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิต
2. นำแบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิตที่นักเรียนตอบในข้อ 1 มาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่ผู้วิจัยกำหนด
3. นำคะแนนของนักเรียนทุกคนมาเรียงจากสูงไปต่ำ แล้วคัดเลือกผู้ที่มีความมุ่งหวังในชีวิตต่ำได้นักเรียนจำนวน 31 คน
4. ผู้วิจัยสัมภาษณ์นักเรียนในข้อ 3 เพื่อสอบถามความสนใจในการเข้าร่วมการทดลอง ได้จำนวนนักเรียนที่สมัครใจจำนวน 31 คน
5. สุ่มนักเรียนที่สมัครใจเข้าร่วมการทดลองจากข้อ 4 โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) มาจำนวน 16 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้ามี่ดังนี้

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม
2. โปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม
3. แบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิต

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม

ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มโดยมีขั้นตอนดังนี้

1.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาตาม ทฤษฎีทวนิยม การให้คำปรึกษากลุ่ม และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนประสบการณ์การฝึกปฏิบัติให้คำปรึกษา เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม ให้เหมาะสมกับจุดมุ่งหมายในการวิจัย

1.2 สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีทวนิยม ให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการทำวิจัยครั้งนี้

1.3 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มที่สร้างขึ้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน ได้แก่ รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กริทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ อาจารย์มณฑิรา จารุเพ็ง ตรวจพิจารณาความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ เนื้อหาวิธีดำเนินการ แล้วผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

1.4 นำโปรแกรมที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วจากข้อ 1.3 ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของศูนย์เมอร์ซี กรุงเทพมหานคร ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 คน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขเกี่ยวกับภาษาและเวลาที่ใช้ให้เหมาะสมอีกครั้งหนึ่งก่อนนำไปใช้จริง

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม ผู้วิจัยใช้เวลาทดลอง 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที

2. โปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม

ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม โดยมีขั้นตอนดังนี้

2.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่ม และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตลอดจนประสบการณ์การฝึกปฏิบัติการทำกิจกรรมกลุ่ม เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษา รายบุคคล ให้เหมาะสมกับจุดมุ่งหมายในการวิจัย

2.2 สร้างโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม ให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการทำวิจัยครั้งนี้

2.3 นำโปรแกรมร่วมกิจกรรมกลุ่ม ที่สร้างขึ้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน ได้แก่ รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กริทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ อาจารย์มณฑิรา จารุเพ็ง ตรวจพิจารณาความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ เนื้อหา วิธีดำเนินการ แล้วผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

2.4 นำโปรแกรมที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วจากข้อ 2.3 ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของศูนย์เมอร์ซี กรุงเทพมหานคร ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 8 คน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขเกี่ยวกับภาษาและเวลาที่ใช้ให้เหมาะสมอีกครั้งหนึ่งก่อนนำไปใช้จริง

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม ผู้วิจัยใช้เวลาทดลอง 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที

3. แบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิต

แบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิต เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยมีลำดับขั้นตอนในการสร้างดังนี้

3.1 ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับความมุ่งหวังในชีวิต

3.2 ศึกษาแบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิต ของเจมส์ ซี ครัมบรอท และ ลีโอนาร์

ที่ มาฮอลลิค (James C. Crumbaugh and Leonard T. Maholick) และของอริญญา ตัญค์มกีร์(2536 : ภาคผนวก ข)แล้วสร้างแบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิตจำนวน 60 ข้อที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ และให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างของการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้

3.3 หาค่าความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์โดยนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน ได้แก่

รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กริทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรหมธิดา แสนคำเครือ อาจารย์มณฑิรา จารุเพ็ง ตรวจสอบให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ

3.4 นำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบเที่ยงตรงเชิงประจักษ์แล้วมาแก้ไข และนำไปทดสอบกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของสถานแรกรับภูมิเวท สถานสงเคราะห์บ้านปากเกร็ด ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 100 คน แล้วนำแบบสอบถามมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยใช้การวิเคราะห์ค่าที (t-test) เทคนิค 25 เปอร์เซนต์ กลุ่มสูง - ต่ำ คัดเลือกเฉพาะข้อที่มีค่าที่ระหว่าง 1.75 – 4.49 ได้แบบสอบถามจำนวน 60 ข้อ

3.4.1 เรียงคะแนนที่ได้จากแบบสอบถามจากสูงไปต่ำ แล้งแบ่งกลุ่มสูงต่ำ โดยใช้สัดส่วนเป็น 25 %

3.4.2 หาจำนวนคนที่ตอบถูกของแต่ละกลุ่มในข้อเดียวกัน แล้วนำไปแทนค่าในสูตรเพื่อหาค่าอำนาจจำแนก

3.4.3 คัดเลือกเฉพาะข้อที่มีค่าที (t-test) มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.5 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับโดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha – Coefficient) ของ ครอนบัค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.70

ลักษณะของแบบสอบถาม

ความมุ่งหวังในชีวิต (Purpose in Life) หมายถึง ความคิดความรู้สึกของนักเรียนที่ตั้งใจว่าจะประสบสิ่งใดที่คาดหวังไว้ในชีวิต ความมุ่งหวังในชีวิตครอบคลุมเรื่องต่างๆต่อไปนี้

1. ความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง (Capacity of self – awareness) หมายถึง ความสามารถที่จะเข้าใจความรู้สึกของตนเองและสิ่งแวดล้อม ตามสภาพเป็นอยู่ในปัจจุบัน

2. การมีเสรีภาพและความรับผิดชอบ (Freedom and responsibility) หมายถึง ความมีเสรีที่จะเลือกและตัดสินใจต่อสถานการณ์ต่างๆ และพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการกระทำและผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง

3. ความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตนเองและการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น

(Striving for identity and establishing meaningful relationships with others) หมายถึง ความคิดความรู้สึกที่จะเข้าใจความเป็นตัวของตัวเอง ดำรงชีวิตตามความรู้สึกของตนเอง ไม่ดำรงชีวิตตามความคาดหวังของบุคคลอื่น และสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น

4. การแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย (Searching for meaning, Purpose, Values, and Goals) หมายถึง ความคิดความรู้สึกที่จะค้นหาความหมายในชีวิต มีจุดหมายในชีวิต เห็นคุณค่าการกระทำของตนเอง และมีเป้าหมายในชีวิตของตนเอง

แบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิตนี้ ประกอบด้วยรายละเอียดที่เกี่ยวกับ ความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง (Capacity of self – awareness) การมีเสรีภาพและความรับผิดชอบ (Freedom and responsibility) ความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตัวเองและการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น (Striving for identity and establishing meaningful relationships with others) การแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย (Searching for meaning, Purpose, Values, and Goals) โดยข้อคำถามแต่ละข้อประกอบไปด้วยข้อความที่มีความหมายในทางบวกและลบ แบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

การตอบแบบสอบถาม มีดังนี้

ให้นักเรียนอ่านข้อความในแบบสอบถามแต่ละข้อแล้วพิจารณาตอบตามสภาพที่เป็นจริงของนักเรียนให้มากที่สุด โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในวงเล็บหน้าตัวเลือกที่กำหนดไว้ให้ 4 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

เกณฑ์การให้คะแนน กำหนดไว้ดังนี้ คือ

ถ้าข้อความนั้นมีความหมายทางบวก การให้คะแนนจะเป็นดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่งให้คะแนน	4	คะแนน
เห็นด้วยให้คะแนน	3	คะแนน
ไม่เห็นด้วยให้คะแนน	2	คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งให้คะแนน	1	คะแนน

ถ้าข้อความนั้นมีความหมายทางลบ การให้คะแนนจะเป็นดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่งให้คะแนน	1	คะแนน
เห็นด้วยให้คะแนน	2	คะแนน
ไม่เห็นด้วยให้คะแนน	3	คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งให้คะแนน	4	คะแนน

ตัวอย่างแบบสอบถามความมุ่งมั่นในชีวิต

1. ความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง

(0) ฉันตั้งใจจะแก้ไขข้อบกพร่องของตนเองเพื่อความสำเร็จในชีวิต

() เห็นด้วยอย่างยิ่ง () เห็นด้วย () ไม่เห็นด้วย () ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

(00) ฉันรู้สึกสับสน

() เห็นด้วยอย่างยิ่ง () เห็นด้วย () ไม่เห็นด้วย () ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

2. การมีเสรีภาพและความรับผิดชอบ

(0) ฉันพร้อมที่จะรับผิดชอบในสิ่งที่ฉันกระทำ

() เห็นด้วยอย่างยิ่ง () เห็นด้วย () ไม่เห็นด้วย () ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

(00) คนทั่วไปเห็นว่าฉันมีความรับผิดชอบ

() เห็นด้วยอย่างยิ่ง () เห็นด้วย () ไม่เห็นด้วย () ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

3. ความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตัวเองและการสร้างสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่น

(0) บ่อยครั้งที่ผู้อื่นกำหนดชีวิตฉัน

() เห็นด้วยอย่างยิ่ง () เห็นด้วย () ไม่เห็นด้วย () ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

(00) ฉันเข้ากับผู้อื่นได้ดี

() เห็นด้วยอย่างยิ่ง () เห็นด้วย () ไม่เห็นด้วย () ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

4. การแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย

(0) ฉันเห็นว่าการตั้งเป้าหมายเป็นเรื่องที่ยุ่งยาก

() เห็นด้วยอย่างยิ่ง () เห็นด้วย () ไม่เห็นด้วย () ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

(00) ฉันไม่มีความสุขในชีวิตเลย

() เห็นด้วยอย่างยิ่ง () เห็นด้วย () ไม่เห็นด้วย () ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยใช้แบบ Randomized Control Group Pretest-Posttest Design (ชูศรี วงศ์รัตน์, 2528 : 78) ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงแบบแผนการทดลองแบบ Randomized Control Group Pretest-Posttest Design

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	การให้คำปรึกษากลุ่มซึ่งใช้เป็นกลุ่มทดลองที่ 1
X_{E2}	แทน	การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มซึ่งใช้เป็นกลุ่มทดลองที่ 2
T_{2E1}	แทน	ทดลองหลังในกลุ่มทดลองที่ 1
T_{2E2}	แทน	ทดลองหลังในกลุ่มทดลองที่ 2

วิธีการดำเนินการทดลอง

1. ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิต แล้วเก็บผลการตอบแบบสอบถามดังกล่าวไว้เป็นคะแนน Pretest
2. การดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลองทั้ง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 กลุ่มทดลองที่ 1 ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีภวนิยมตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ โดยให้คำปรึกษากลุ่มกำหนด 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1.30 ชั่วโมง ในวันจันทร์เวลา 17.30 – 19.00 น. และวันพฤหัสบดีเวลา 17.30 – 19.00 น. ตั้งแต่วันจันทร์ที่ 5 กุมภาพันธ์ 2544 ถึงวันพฤหัสบดีที่ 15 มีนาคม 2544

2.2 กลุ่มทดลองที่ 2 การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ โดยให้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มกำหนด 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1.30 ชั่วโมง ในวันอังคารเวลา 17.30 – 19.00 น. และวันศุกร์เวลา 17.30 – 19.00 น. ตั้งแต่วันอังคารที่ 6 กุมภาพันธ์ 2544 ถึงวันศุกร์ที่ 16 มีนาคม 2544

3. หลังการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามชุดเดียวกับฉบับที่สอบก่อนการทดลอง แล้วเก็บผลการทดสอบแบบสอบถามดังกล่าวไว้เป็นคะแนน Posttest

4. นำข้อมูลที่ได้จากข้อ 1 และข้อ 3 ไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียน ก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม
2. เปรียบเทียบความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียน ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. เปรียบเทียบความแตกต่างของความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม กับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่
 - 1.1 คะแนนเฉลี่ย (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2531 : 59)
 - 1.2 ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2531 : 64)
 - 1.3 ค่ามัธยฐาน (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2531 : 57)
 - 1.4 ค่าส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์ (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2528 : 64)
2. สถิติสำหรับวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือ
 - 2.1 หาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิตเป็นรายข้อ โดยใช้วิธีทางสถิติแบบที (t-test) เทคนิค 25 เปอร์เซ็น กลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2531 : 185)
 - 2.2 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิต โดยใช้สถิติสูตร สัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) ของ ครอนบัค (Cronbach) (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2531 : 170-171)
3. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน
 - 3.1 เปรียบเทียบคะแนนความมุ่งหวังในชีวิต ก่อนและหลังการทดลองภายในกลุ่ม โดยใช้การทดสอบของ วิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed-Ranks Test) (นิภา ศรีไพโรจน์. 2533 : 91-97)

3.2 ความวิตกกังวล

3.2 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่ม โดยใช้การทดสอบของ แมน วิทนี (The Mann-Whitney U Test) (นิภา ศรีไพโรจน์. 2533 : 120-128)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลผล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลผลข้อมูลจากการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้แทนความหมายดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	คะแนนเฉลี่ย
SD	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
Mdn	แทน	ค่ามัธยฐานของความมุ่งหวังในชีวิต
Q.D.	แทน	ค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ของความมุ่งหวังในชีวิต
U	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของ แมน-วิทนี (The Mann-Whitney U Test)
T	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของ วิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed-Rank Test)
**	แทน	นัยสำคัญที่ระดับ .01

ผลการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังต่อไปนี้

1. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความมุ่งมั่นในชีวิตในแต่ละด้าน ของกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนให้คำปรึกษากลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ดังแสดงผลการวิเคราะห์ในตาราง 2

ตาราง 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความมุ่งมั่นในชีวิตในแต่ละด้าน ของกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนให้คำปรึกษากลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ความมุ่งมั่นในชีวิต	กลุ่มทดลองที่ 1		กลุ่มทดลองที่ 2	
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD
1. ด้านความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง	35.63	3.16	36.5	5.15
2. ด้านการมีเสรีภาพและความรับผิดชอบ	47.75	6.06	46.38	5.75
3. ด้านความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตัวเองและการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น	41.38	8.06	41.5	4.54
4. ด้านการแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่า และเป้าหมาย	33.13	4.82	35.75	3.15

จากตาราง 2 พบว่า ก่อนการทดลอง นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 มีคะแนนเฉลี่ยความมุ่งมั่นในชีวิตด้านการมีเสรีภาพและความรับผิดชอบสูงกว่านักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 2 และมีคะแนนเฉลี่ยความมุ่งมั่นในชีวิตด้านความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง ด้านความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตัวเองและการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น และด้านการแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมายต่ำกว่านักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 2

2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความมุ่งมั่นในชีวิตในแต่ละด้าน ของกลุ่มทดลองที่ 1 หลังให้คำปรึกษากลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 หลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ดังแสดงผลการวิเคราะห์ในตาราง 3

ตาราง 3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความมุ่งมั่นในชีวิตในแต่ละด้าน ของกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ความมุ่งมั่นในชีวิต	กลุ่มทดลองที่ 1		กลุ่มทดลองที่ 2	
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD
1. ด้านความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง	45.5	11.62	36.25	13.18
2. ด้านการมีเสรีภาพและความรับผิดชอบ	53.88	8.34	56.5	7.03
3. ด้านความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตัวเองและการสร้างสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่น	50.25	7.93	53.13	3.48
4. ด้านการแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่า และเป้าหมาย	49.0	8.75	47.13	1.73

จากตาราง 3 พบว่า ภายหลังจากทดลองนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มมีคะแนนเฉลี่ยความมุ่งมั่นในชีวิตด้านความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง และด้านการแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย สูงกว่านักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และมีคะแนนเฉลี่ยความมุ่งมั่นในชีวิตในด้านการมีเสรีภาพและความรับผิดชอบ ด้านความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตัวเองและการสร้างสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่น ต่ำกว่านักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 2

3. เปรียบเทียบความมุ่งมั่นในชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนการให้คำปรึกษากลุ่ม กับนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 4

ตาราง 4 เปรียบเทียบความมุ่งมั่นในชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนการให้คำปรึกษากลุ่ม กับนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

กลุ่มตัวอย่าง	N	Mdn	Q.D	U
กลุ่มทดลองที่ 1	8	158	8.5	27
กลุ่มทดลองที่ 2	8	161	6.0	

จากตาราง 4 พบว่า ก่อนทดลอง ความมุ่งมั่นในชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนการให้คำปรึกษากลุ่ม กับนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

4. เปรียบเทียบความมุ่งมั่นในชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 5

ตาราง 5 เปรียบเทียบความมุ่งมั่นในชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม

การทดลอง	N	Mdn	Q.D	T
ก่อนการทดลอง	8	158	8.5	0**
หลังการทดลอง	8	203	6.0	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 4 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มมีความมุ่งมั่นในชีวิตดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า การให้คำปรึกษากลุ่มทำให้นักเรียนมีความมุ่งมั่นในชีวิตดีขึ้น

5. เปรียบเทียบความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 6

ตาราง 6 เปรียบเทียบความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

การทดลอง	N	Mdn	Q.D	T
ก่อนการทดลอง	8	161	6.0	0**
หลังการทดลอง	8	202.5	4.0	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 6 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความมุ่งหวังในชีวิตดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มทำให้นักเรียนมีความมุ่งหวังในชีวิตดีขึ้น

6. เปรียบเทียบความแตกต่างของความมุ่งมั่นในชีวิต หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม กับนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 7

ตาราง 7 เปรียบเทียบความแตกต่างของความมุ่งมั่นในชีวิต หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม กับนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

กลุ่มตัวอย่าง	N	Mdn	Q.D.	U
กลุ่มทดลองที่ 1	8	203	6.0	23.5
กลุ่มทดลองที่ 2	8	202.5	4.0	

จากตาราง 7 พบว่า ภายหลังจากทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม กับนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีความมุ่งมั่นในชีวิตแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การให้คำปรึกษากลุ่มกับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม สามารถทำให้นักเรียนมีความมุ่งมั่นในชีวิตดีขึ้นไม่แตกต่างกัน

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษากลุ่มกับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีต่อความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของศูนย์เมอร์ซี คลองเตย กรุงเทพมหานคร โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. เพื่อเปรียบเทียบความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียน ก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม
2. เพื่อเปรียบเทียบความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียน ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. เพื่อเปรียบเทียบความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มกับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

สมมติฐานการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีความมุ่งหวังในชีวิตดีขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม
2. นักเรียนมีความมุ่งหวังในชีวิตดีขึ้น หลังจากได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มกับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความมุ่งหวังในชีวิตแตกต่างกัน

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของศูนย์เมอร์ซี คลองเตย กรุงเทพมหานคร ที่มีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตต่ำ จำนวน 39 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของ ศูนย์เมอร์ซี คลองเตย กรุงเทพมหานคร ที่มีความมุ่งหวังในชีวิตต่ำจำนวน 16 คน ซึ่งได้มาจากการคัดเลือกจากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม
2. โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. แบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิต

การดำเนินการทดลอง

1. ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของศูนย์เมอร์ซี คลองเตย กรุงเทพมหานคร ตอบแบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิต แล้วเก็บคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามในช่วงของการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest)

2. การดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลองทั้ง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่ 1 และ กลุ่มทดลองที่ 2 ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 กลุ่มทดลองที่ 1 ให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีภูวนิยมตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ โดยให้คำปรึกษากลุ่มกำหนด 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที ในวันจันทร์ เวลา 17.30 – 19.00 น. และวันพฤหัสบดี เวลา 17.30 – 19.00 น. ตั้งแต่วันจันทร์ที่ 5 กุมภาพันธ์ 2544 ถึงวันพฤหัสบดีที่ 15 มีนาคม 2544

2.2 กลุ่มทดลองที่ 2 ให้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ โดยให้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มกำหนด 6 สัปดาห์คนละ 2 ครั้งต่อสัปดาห์ ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที ดังนี้ ในวันอังคารเวลา 17.30 – 19.00 น. และวันศุกร์ เวลา 17.30 – 19.00 น. ตั้งแต่วันอังคารที่ 6 กุมภาพันธ์ 2544 ถึงวันศุกร์ที่ 16 มีนาคม 2544

3. หลังการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิต ชุดเดียวกับที่ให้นักเรียนตอบก่อนการทดลองแล้วเก็บไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

4. นำข้อมูลที่ได้จากข้อ 1 และ ข้อ 3 ไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนกลุ่มที่ 1 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed – Ranks Test)

2. เปรียบเทียบความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนกลุ่มที่ 2 ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม โดยใช้การทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed – Ranks Test)

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของความมุ่งหวังในชีวิต ก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม กับนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม โดยใช้การทดสอบของแมน-วิทนี (The Mann – Whitney U Test)

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาค้นคว้าสรุปผลได้ดังนี้

1. นักเรียนมีความมุ่งมั่นหวังในชีวิตดีขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักเรียนมีความมุ่งมั่นหวังในชีวิตดีขึ้น หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักเรียนที่ได้รับการปรึกษากลุ่มกับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมี ความมุ่งมั่นหวังในชีวิตดีขึ้นไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผล

จากการศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษากลุ่มกับรายบุคคลที่มีต่อการเตรียมตัว เพื่อศึกษาต่อสายอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ของศูนย์เมอร์ซี่ คลองเตย กรุงเทพมหานคร พบว่า

1. นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 มีความมุ่งมั่นหวังในชีวิตดีขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มดังรายละเอียดต่อไปนี้

1.1 เมื่อพิจารณาของคะแนนความมุ่งมั่นหวังในชีวิตในแต่ละด้าน พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีทวินาม มีคะแนนความมุ่งมั่นหวังในชีวิตในด้านความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง ด้านการมีเสรีภาพและความรับผิดชอบ ด้านความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตัวเองและการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น และด้านการแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย เพิ่มขึ้น * แสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีทวินามนั้นสามารถที่จะพัฒนาองค์ประกอบด้านต่างๆ ของความมุ่งมั่นหวังในชีวิตได้ เพราะจากการทดลองผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคและขั้นตอนของการให้คำปรึกษา ที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้สำรวจปัญหาของตนเอง รวมทั้งความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมซึ่งแต่ละคนจะแตกต่างกันไป ซึ่งนักเรียนได้ให้ความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น เล่าถึงปัญหาและประสบการณ์ของตนเอง ทำให้เกิดการประเมินพฤติกรรม ตลอดจนการวางแผนในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิดและความรู้สึกของตนเอง ภายใต้การยอมรับของตนเองและการรับรู้ของกลุ่ม

1.2 เมื่อพิจารณาคะแนนความมุ่งมั่นหวังในชีวิตโดยรวม พบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทวินามมีคะแนนความมุ่งมั่นหวังในชีวิตดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1 แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษากลุ่มเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถนำมาใช้พัฒนามีความมุ่งมั่นหวังในชีวิตของนักเรียนได้ * ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าการให้คำปรึกษากลุ่ม เป็นวิธีการที่ช่วยเปิดโอกาสให้นักเรียนในกลุ่มได้ระบายความคิดความรู้สึกที่มีต่อตนเองออกมาอย่างเสรี ภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่นไว้วางใจ และสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ให้คำปรึกษา และสมาชิกในกลุ่ม จะช่วยให้สมาชิกเกิดความรู้สึกยอมรับซึ่งกันและกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ให้ความสะดวก ให้นักเรียนในกลุ่มได้สำรวจตนเองและสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับตนเอง เข้าใจปัญหา สามารถตัดสินใจร่วมกัน แก้ไขปัญหา เห็นคุณค่าและความหมายของตนเอง ยอมรับและตระหนักในความเป็นอยู่ของตนเองเพื่อช่วยให้นักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเองมากขึ้นนอกจากนี้ นักเรียนยังได้เรียนรู้ที่จะนำข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่าง ๆ ไปพัฒนาความมุ่งมั่นหวังในชีวิต อีกทั้งในการวิจัยนี้ได้ให้การ

ปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีภวนิยม ซึ่งมีความสอดคล้องกับลักษณะปัญหาของนักเรียนที่ขาดการตระหนักรู้เกี่ยวกับคุณค่าในชีวิตของตนเอง ขาดเสรีภาพความรับผิดชอบ และเป้าหมายในชีวิต

จากการสังเกตของผู้วิจัยตลอดการทดลอง และจากการปัจฉิมนิเทศ พบว่านักเรียนมีความสนใจและให้ความร่วมมือในการรับคำปรึกษากลุ่มอย่างสม่ำเสมอ มาเข้าร่วมรับคำปรึกษาเป็นกลุ่มตรงเวลา ขณะให้คำปรึกษาก็มีความสนใจ ตั้งใจในการรับฟังปัญหาของผู้อื่น และร่วมอภิปรายปัญหาของสมาชิกในกลุ่ม มีการแสดงความคิดเห็น และแลกเปลี่ยนความเห็นซึ่งกันและกัน ทำให้เข้าใจปัญหาของตนเอง รวมทั้งได้ร่วมรับรู้ถึงปัญหาของผู้อื่น เกิดการยอมรับตนเองและผู้อื่นอย่างจริงจัง ตลอดจนพร้อมที่จะแก้ไขข้อบกพร่องของตนเองที่เป็นปัญหาเพื่อพัฒนาความมุ่งหวังในชีวิต

✧ ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของอรัญญา ดุ้ยคัมภีร์ (2536 : บทคัดย่อ) ที่ศึกษาพบว่าหญิงในสถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อเอชไอวี มีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตสูงขึ้นหลังจากได้เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดตามทฤษฎีของโลกอส ซึ่งมีพื้นฐานแนวคิดคล้ายคลึงกับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีภวนิยม

2. นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 มีความมุ่งหวังในชีวิตดีขึ้น หลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 เมื่อพิจารณาคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตในแต่ละด้าน พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตในด้านความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง ด้านการมีเสรีภาพและความรับผิดชอบ ด้านความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตนเองและการสร้างสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่น ด้านการแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย เพิ่มขึ้น แสดงให้เห็นว่าการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสามารถที่จะพัฒนาองค์ประกอบด้านต่างๆของความมุ่งหวังในชีวิตได้ เพราะจากการทดลองผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคและขั้นตอนของทำกิจกรรมกลุ่ม โดยให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมด้วยตนเอง นักเรียนเกิดประสบการณ์การเรียนรู้ จากกิจกรรมที่มีเนื้อหาที่เกี่ยวกับความมุ่งหวังในชีวิต ได้วิเคราะห์ สรุป และประยุกต์หลักการจากสมาชิกในกลุ่มและของตนเองในการนำไปใช้แก้ปัญหาของตนเอง

2.2 เมื่อพิจารณาคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตโดยรวมของนักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2 แสดงให้เห็นว่าการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถนำมาใช้พัฒนามีความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนได้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มนั้นเป็นการจัดให้นักเรียนได้มีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน ได้ร่วมมือกันทำให้ได้เรียนรู้สิ่งต่างๆ ด้วยตนเอง วิเคราะห์พฤติกรรมของสมาชิกในกลุ่ม ได้รับประสบการณ์ตรงและเกิดการเรียนรู้พฤติกรรมที่พึงประสงค์จากการมีส่วนร่วมในกลุ่ม ส่งผลให้คะแนนความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนสูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ คมเพชร นิตระสุภกุล (2522 : 24) ที่กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มนั้นเป็นการนำเอาประสบการณ์มาวางแผนและแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการในสมาชิกแต่ละคน และการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มโดยรวมมีการปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม ด้วยวิธีการดังกล่าวประสบการณ์ที่ได้จากกลุ่ม จะทำให้เกิดพัฒนาการในตัวบุคคลแต่ละคน

จากการสังเกตของผู้วิจัยตลอดการทดลอง พบว่านักเรียนให้ความสนใจและมีความกระตือรือร้น ในการทำกิจกรรมตลอดเวลา ทำให้บรรยากาศของกลุ่มเต็มไปด้วยความสนุกสนาน คู่กันเคยเป็นกันเอง ในช่วงวิเคราะห์ สรุปและประยุกต์หลักการ ในครั้งปัจฉิมนักเรียนร่วมกันสรุป ต่างมีความเห็นว่าสิ่งที่มีคุณค่านอกจากความสนุกสนานแล้วคือ ประสบการณ์ที่จะนำไปพัฒนาความมุ่งหวังในชีวิตของแต่ละคน

3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มกับนักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความมุ่งมั่นในชีวิตดีขึ้นไม่แตกต่างกัน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

3.1 เมื่อพิจารณาคะแนนความมุ่งมั่นในชีวิตในแต่ละด้าน พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบกวนนิยม มีคะแนนความมุ่งมั่นในชีวิตในด้านความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง และด้านการแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย เพิ่มขึ้นกว่ากลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม * แสดงว่าการให้คำปรึกษากลุ่มสามารถนำไปใช้พัฒนาองค์ประกอบด้านความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง และด้านการแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย ได้ดีกว่ากิจกรรมกลุ่ม ทั้งนี้อาจเป็นเพราะองค์ประกอบทั้งสองด้านเป็นองค์ประกอบทางด้านทัศนคติที่ต้องอาศัยการเปิดเผยตนเองที่ชัดเจน ขบวนการให้คำปรึกษากลุ่มจะช่วยให้สมาชิกได้พูดและระบายถึงสิ่งที่ปัญหาหรือสิ่งที่สมาชิกต้องการ สมาชิกจึงเห็นปัญหาได้ชัดเจนมากขึ้น รู้จักตนเองดีขึ้น ทำให้พัฒนาหรือแก้ไขปัญหาก็ได้มากขึ้น ต่างกิจกรรมกลุ่มที่นักเรียนต้องประยุกต์หลักการนำไปใช้อีกทีหนึ่ง

นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีคะแนนความมุ่งมั่นในชีวิตด้านการมีเสรีภาพและความรับผิดชอบ ด้านความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตนเองและการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น เพิ่มขึ้นน้อยกว่ากลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบกวนนิยม แสดงว่ากิจกรรมกลุ่มสามารถนำไปใช้พัฒนาองค์ประกอบด้านการมีเสรีภาพและความรับผิดชอบ ด้านความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตนเอง และการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ได้ดีกว่าการให้คำปรึกษากลุ่ม ทั้งนี้อาจเป็นเพราะกิจกรรมกลุ่มเป็นตัวกระตุ้นสัมพันธภาพที่ดี อันเนื่องมาจากเทคนิค เช่น เกม กรณีตัวอย่าง องค์ประกอบทั้งสองด้านของความมุ่งมั่นในชีวิตจึงพัฒนาได้ดี

3.2 เมื่อพิจารณาคะแนนความมุ่งมั่นในชีวิตโดยรวมนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบกวนนิยมกับนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีคะแนนความมุ่งมั่นในชีวิตดีขึ้นไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 3 แสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิตให้สูงขึ้นได้ไม่แตกต่างกัน * แม้ว่าทั้งสองวิธีจะมีเทคนิคและขั้นตอนที่แตกต่างกัน แต่นิยามปฏิบัติการเป็นสำคัญที่ทำให้วิธีทั้งสองมีเนื้อหาสาระต่าง ๆ ที่สำคัญเหมือนกัน มีจุดมุ่งหมายหลักเดียวกัน คือ พัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิต

อย่างไรก็ตามวิธีสองวิธีนี้มีจุดเด่นแตกต่างกัน เช่น การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้นจะเน้นการเปิดเผยตนเองอย่างลึกซึ้ง ร่วมกันแก้ปัญหาและพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ สมาชิกในกลุ่มจะคอยให้กำลังใจช่วยเหลือซึ่งกันและกันภายใต้การดูแลของผู้นำให้คำปรึกษา โดยใช้เทคนิคต่างๆของการให้คำปรึกษาเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมาย ส่วนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มนั้นสมาชิกเกิดการเรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติ มีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้น สมาชิกในกลุ่มจะเกิดการเรียนรู้ทางด้านเนื้อหาเป็นอย่างดี และสุดท้ายก็จะได้ข้อสรุปที่สำคัญในการนำไปพัฒนาสิ่งที่ตั้งเป้าหมายไว้ จึงทำให้ผลการวิจัยครั้งนี้ไม่มีความแตกต่างกัน

จากการสังเกตของผู้วิจัย พบว่าแม้การให้คำปรึกษากลุ่มและกิจกรรมกลุ่มจะสามารถนำมาพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิตได้ไม่แตกต่างกัน แต่พฤติกรรมของนักเรียนกลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มจะแตกต่างกัน คือ กลุ่มทดลองที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มจะมีการพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิตในแต่ละด้านขององค์ประกอบ

อย่างต่อเนื่อง พบได้จากการรายงานหรือการให้พูดถึงการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านๆมา นักเรียนจะสามารถอธิบายถึงการการแก้ไขปัญหของตนเองในด้านต่างๆได้ดี ต่างจากกลุ่มทดลองที่ 2 ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มในระยะแรกๆ นักเรียนยังคงมุ่งเน้นที่ความสนุกสนานของกิจกรรม และการชนะในเกม แม้จะสามารถสรุปและประยุกต์ได้แต่อาจจะไม่นำไปปฏิบัติ ต้องใช้เวลาในการทำกิจกรรมกลุ่มไปสักระยะหนึ่งประมาณครั้งที่6 นักเรียนจึงจะเกิดการเรียนรู้ในการพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิต ซึ่งนักเรียนได้แสดงความคิดเห็นเมื่อครั้งปัจฉิมนิเทศ

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีความมั่นใจ จริงใจ และตั้งใจที่จำทำการศึกษาทดลอง รวมทั้งต้องมีความชำนาญ ความสามารถในการให้คำปรึกษากลุ่ม ทั้งด้านกระบวนการและเทคนิค ที่สำคัญที่สุดคือการมีสัมพันธภาพที่อบอุ่นจริงใจ เพื่อให้เกิดความไว้วางใจผู้รับคำปรึกษาพร้อมที่จะเปิดเผยและพัฒนาตนเอง ดังนั้นจึงควรฝึกอบรมเจ้าหน้าที่ อาสาสมัครที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนให้มีความสามารถในการใช้เทคนิคและขั้นตอนต่าง ๆ ของการให้คำปรึกษากลุ่มและกิจกรรมกลุ่ม เพื่อจะได้นำไปใช้ในการพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิตของนักเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ

1.2 ในการพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิตให้แก่ นักเรียน เจ้าหน้าที่ อาสาสมัครที่มีความชำนาญในการให้คำปรึกษา อาจเลือกใช้การให้คำปรึกษากลุ่มหรือกิจกรรมกลุ่ม ทั้งนี้เพราะว่าจากผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่าการให้คำปรึกษากลุ่มและกิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิตได้ไม่แตกต่างกัน

3. ข้อเสนอแนะในการวิจัย

2.1 ควรมีการติดตามผลของการให้คำปรึกษากลุ่มและกิจกรรมกลุ่มเป็นระยะ เช่น ระยะเวลาหลังการทดลอง 1 เดือน 2 เดือน 3 เดือน เพื่อดูความคงทนของความมุ่งมั่นในชีวิต

2.2 ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษากลุ่มกับกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความมุ่งมั่นในชีวิต กับนักเรียนในสถานแรกรับ หรือ ศูนย์ต่าง ๆ ที่ทำงานเกี่ยวกับการช่วยเหลือเด็ก ทั้งภาครัฐและเอกชน เพราะเด็กเหล่านี้มักจะมีปัญหาทางจิตใจและพฤติกรรมที่หลากหลาย

2.3 ควรมีการศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มและกิจกรรมกลุ่ม กับเทคนิคอื่น ๆ เพื่อพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิต เนื่องจากความมุ่งมั่นในชีวิตเป็นตัวแปรที่จะส่งผลต่อพฤติกรรมการเป็นพลเมืองดีของนักเรียน ดังนั้นจึงอาจพิจารณาหาวิธีการอื่นๆ เพื่อพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิตของนักเรียนต่อไป

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมประชาสัมพันธ์. (2530). *แผนประชาสัมพันธ์แม่บท ฉบับที่ 2 (พ.ศ.2530-2534)*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์สถานสงเคราะห์หญิงปากเกร็ด กรมประชาสัมพันธ์.
- กระทรวงมหาดไทย. กรมประชาสัมพันธ์. (2533). *50 ปี กรมประชาสัมพันธ์ เอกสารวิชาการ ลำดับที่ 223 เล่มที่ 8/2533*. กรุงเทพฯ : กองวิชาการ กรมประชาสัมพันธ์ กระทรวง.
- คมเพชร ฉัตรศุภกุล. (2521). *การแนะแนวเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ : แสงรุ่งการพิมพ์.
- _____. (2521). *กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- คณิงนิจ เนติประวัติ. (2535). *ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาทางอาชีพแบบกลุ่มตามแนวคิดแบบวิเคราะห์ ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบสิ่งแวดล้อมต่อวุฒิภาวะทางอาชีพ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนอ่าวทองปัทมโรจน์วิทยาคม จังหวัดอ่างทอง*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- จรินทร์พร อินทุติสกุล. (2533). *การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการคิดของผู้เข้ารับการฝึกอบรมในศูนย์สงเคราะห์และฝึกอาชีพสตรีภาคกลางกรมประชาสัมพันธ์*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2533 ถ่ายเอกสาร.
- จำเนียร ช่างโชติ และคนอื่น. (2521). *ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล*. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- จำเนียร ช่างโชติ และนวลศิริ เปาโรหิตย์. (2521). *เทคนิคการให้คำปรึกษา*. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- เจียรนัย ทรงชัยกุล. (2529). *เอกสารการสอนชุดวิชาการแนะแนวในระดับมัธยมศึกษา หน่วยที่ 1-7*. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- ฉลอง ภิรมย์รัตน์. (2521). *กระบวนการกลุ่ม คู่มือประกอบการเรียนวิชา 325 หลักสูตรสภาการศึกษา พุทธศักราช 2519*. กรุงเทพฯ : ม.ป.ท.
- ชุดินันท์ แจ่มจรัส. (2530). *การให้คำปรึกษาเชิงปฏิบัติการ*. ฉะเชิงเทรา : ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะวิทยาศาสตร์ วิทยาลัยครูฉะเชิงเทรา.
- ชูชัย สมิทธิไกร. (2527). *สรุปคำบรรยายวิชาการฝึกงานด้านการให้คำปรึกษา*. เชียงใหม่ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ทองเรียน อมรัชกุล. (2520). *กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน*. พิษณุโลก : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก.
- ทองเรียน อมรัชกุล. (2524). *เทคนิคเบื้องต้นในการให้คำปรึกษา*. กรุงเทพฯ : อักษรไทย.
- ทิพวรรณ กิตติพร. (2536). *การให้คำปรึกษาเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- ทิพวรรณ กิตติพร. (2535). *คู่มือการสอนอาชีพศึกษาเบื้องต้น*. พิษณุโลก : ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก.
- ทิตนา ขัมมณี และเยาวพา เดชะคุปต์. (2522). *กลุ่มสัมพันธ์ ทฤษฎีและแนวปฏิบัติ เล่ม 1*. กรุงเทพฯ :

บุรพาศิลป์.

- ทัศนาศิลป์. (2525). "การพยาบาลตามแนวปรัชญา Existentialism," ใน *ประมวลรายงานการประชุมวิชาการ พยาบาลจิตเวช ครั้งที่ 3*, ม.ป.ท.
- นิภา วิจิตรศิริ. (2525). *ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความรับผิดชอบของนักเรียนชั้น ม.ศ.1 โรงเรียนหนองแค "สรงกัปปิยา" จังหวัดสระบุรี*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร
- นิภา ศรีไพโรจน์. (2533). *สถิตินอนพาราเมตริก*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โอเอพรีนติ้งเฮาส์.
- นันทิกา แยมสรวล. (2523). *ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษาแนะแนว*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยาการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- นันทิยา เอกอริคมกิจ. (2542). *การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมเป็นรายบุคคล และเป็นกลุ่มเพื่อพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกของเยาวชนหญิง ในสถานฝึกอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี กรุงเทพมหานคร*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- บุหงา วชิระศักดิ์มงคล. (2526). *กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน*. พิษณุโลก : แผนกเอกสารและการพิมพ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก.
- บุษบงค์ รักเรียน. (2533). *การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและพฤติกรรมผู้นำด้านมนุษยสัมพันธ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนด้วยวิธีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ และวิธีสอนตามคู่มือครู*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ประนอม เดชชัย. (2531). *แนวกรรมการเรียนการสอนและแนวปฏิบัติสังคมศึกษา*. เชียงใหม่ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ประยูรศรี สุธะนันทน์. (2521). *จิตวิทยาพัฒนาการ*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยาการแนะแนว คณะครุศาสตร์ วิทยาลัยครูจันทระเกษม.
- ประหยัด ลักษณะงาม. (2524). *จิตวิทยาแนะแนว*. มหาสารคาม : วิทยาลัยครูมหาสารคาม.
- ปรานี เกลิงพล. 2520. *การแนะแนวและการให้คำปรึกษา*. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2529). *การแนะแนวและการให้คำปรึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา*. กรุงเทพฯ : บัณฑิตการพิมพ์.
- _____. (2529). *เอกสารประกอบการสอนแนะแนว 515 ทฤษฎีพัฒนาการทางอาชีพ*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. ม.ป.ป. *การแนะแนวและการให้คำปรึกษา*. กรุงเทพฯ : พิทักษ์อักษร.
- พนม ลิ้มอารีย์. ม.ป.ป. *กลุ่มสัมพันธ์*. มหาสารคาม : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม.
- พรรณพิศ วาณิชการ. (2528). *การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม*. กรุงเทพฯ : กรมวิชาการ กรุงเทพฯ.
- พวงแก้ว เนตรโอภารักษ์. (2533). *ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความร่วมมือในการอภิปรายกลุ่มของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านลานแหลม จังหวัดนครปฐม*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิต

- วิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
ถ่ายเอกสาร.
- พเยาว์ พูลเจริญ. (2524). การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับรายบุคคลที่มีต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลโรงพยาบาลรามารับดี. ปรินุณานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- พัชนี วรกวิน. (2522). จิตวิทยาสังคม. นนทบุรี : โรงพิมพ์สถานสงเคราะห์ปากเกร็ด.
- มาลี วงษ์แก้ว. (2526). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์ กรุงเทพมหานคร. ปรินุณานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- เยาวพา เดชะคุปต์. (2517). ทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์สำหรับการสอนในระดับประถมศึกษา. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. (2528). หลักการวิจัยทางการศึกษา. กรุงเทพฯ : บริษัทศึกษาพร จำกัด.
- _____. (2531). หลักการวิจัยทางการศึกษา. กรุงเทพฯ : บริษัทศึกษาพร จำกัด.
- วรรณ พรหมบุรุษย์. (2523). "วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม," แนว. 56(3) : 25 – 26 ; เมษายน – พฤษภาคม.
- วราภรณ์ ลิ้มสุวัฒน์. (2522). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการปรับตัวด้านสังคมของกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึก. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- วาสนี ชูสงค์. (2525). การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและเจตคติต่อวิชาหลักสูตรภาษาเพื่อการสื่อสาร ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่เรียนโดยวิธีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์. ปรินุณานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- วิญญู พูลศรี. (2523). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน ความวิตกกังวลในการเรียน นิสัย และทัศนคติทางการเรียนของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง วิทยาลัยครูเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- _____. (2531). เทคนิค : จิตวิทยาการศึกษา. เชียงใหม่ : คณะวิชาครุศาสตร์ วิทยาลัยครูเชียงใหม่ สหวิทยาลัยล้านนา.
- วินิจ เกตุขำ และ คมเพชร จิตรศุภกุล. (2522). กระบวนการกลุ่ม. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- วีณา วโรตมะวิชัย. (2530). กลวิธีการเรียนและการสอนในโรงเรียนประถมศึกษา. เชียงใหม่ : ภาควิชาประถมศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วัชร ทรัพย์มี. (2520). การแนะแนวในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- _____. (2533). ทฤษฎีและกระบวนการการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วัฒนา พัชรานิช. (2531). หลักการแนะแนว. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ศาสนา.
- ศรไกร รุ่งรอด. (2533). การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ และการให้ความร่วมมือของ

- กลุ่มของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ได้รับการสอนโดยใช้กิจกรรมเรียนแบบ STAD กับกิจกรรมการเรียนรู้ตามคู่มือของ สสวท. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ศิริรัตน์ ภูสกลเจริญศักดิ์. (2524). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีของโรเจอร์สที่มีต่อทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนพิบูลประชาสรรค์. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- สรศักดิ์ โสขุ. (2530). ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความสำนึกในหน้าที่พลเมืองดีของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. พิษณุโลก : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก. ถ่ายเอกสาร.
- สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย, สมาคม. (2527). การฝึกทักษะในการให้บริการศึกษา. กรุงเทพฯ : โอเอพริ้นติ้งเฮาส์.
- สาลี จปศรี. (2531). ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความเป็นผู้นำแบบประชาธิปไตยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนคลองสิบสาม “ผิวดร้าวราษฎร์บำรุง ” จังหวัดปทุมธานี. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- สุนทร ธนาสนะ. (2516). การศึกษาเด็กที่เพื่อนชิงชัง และผลของการให้คำปรึกษาที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของเด็กเหล่านั้น. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- สุวรรณ ทองบัวงาม. (2523). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มทฤษฎีของโรเจอร์ส เพื่อลดความวิตกกังวลต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- สุภาพร จันทร์ศิริโยธิน. (2526). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบางกะปิ กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- สุธีรพันธ์ กรลักษ์ณ. (2518, มิถุนายน – กรกฎาคม). “กลวิธีให้คำปรึกษาเฉพาะอย่าง,” แนว. 9(39) : 70-84.
- โสรัช โพธิ์แก้ว. (2536). เอกสารคำสอนวิชา 417,742 การปรึกษาเชิงจิตวิทยาวินิต. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พรรษา แดงภักดี. (2536). ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อคุณธรรม ความมีน้ำใจนักกีฬาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนโสธรวรารามวิหาร จังหวัดฉะเชิงเทรา. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- อาภา จันทร์สกุล. (2535). ทฤษฎีและวิธีการให้คำปรึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการศึกษาและการแนะแนวคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- อัมพา โชติกเสถียร. (2514). คู่มือการเสริมสร้างทักษะในการให้คำปรึกษา. ม.ป.ท.
- อรัญญา ตัญคำภีร์. (2536). ผลของจิตบำบัดแบบโลกต่อการเพิ่มความมุ่งมั่นในชีวิตของหญิงใน

สถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อเอชไอวี.
วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

- Barnes, Hazel E. (1968). *Existential Ethics*. New York : Alfred a. Knopf. Inc.
- Barnes, Leona Walters. (1977, April) "The Effect of Group Counseling on the Self Concept and Achievement of Primary Grade Mexican American Pupils," *Dissertaion Abstracts International*. 38 : 5920-A.
- Bennett, Larry L. and others. (1987). *An Introduction to Small Group Communication*. 3rd ed. Englewood Cliffs, New Jersey : Pretice – Hall, Inc.
- Birkhauser, John Charles. (1985). " The Effects of Group Dynamics on Self Concept in The Elementary School Classroom, " *Dissertation Abstracts International*. 46(1) : 103 – A.
- Blackham, C.J. (1977). *Counseling Theory Process and Practice*. California : Wadsworth Publishing Company Inc.
- Blocker, D.H. (1987). *The Professional Counselor*. New York : Macmillan Publishing Company.
- Boardman, Jean Alexander. (1988). " The Effectiveness of Structured Group Internationa to Enhance Group Process in A smoking Cessation Program, " *Dissertation Abstracts Internation*. 50(7) : 1952 – A.
- Button, Leslie. (1974). *Development Group Work with Adolescents*. London : University of London Press Ltd.
- Caufield, Thomas James. (1970, November). "The Effects of Using Video Taped Social Model in Elementary School Group Counseling with Low Sociometric Status," *Journal of Counseling Psychology*. 30 (5) : 1814.
- Capuzzi, D. and D.R. Gross. (1995). *Counseling and Psychotherepy Theories and Interventions*. Prentice-Hall.
- Corey, Gerald. (1985). *Theory and Practice of Counseling and Psychological Therapy*. California : Brooks/Cole Publishing company.
- _____. (1986). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. 3rd ed. California : Brooks/Cole Publishing Company.
- _____. (1995). *Theory and Practice of Group Counseling*. 4th ed. California : Brooks/Cole Publishing Company.
- _____. (1996). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. 5th ed. California : Brooks/Cole Publishing Company.
- Crow, Alice and Lester D. Crow. (1962). *An Introduction to Guidance : Principles and Practices*. New York : American Book Company.
- Davis, Robert Gene. (1988). " A Study on Effects of Students' Use of Selected Group Process Skills on Student's Achievement and Attitude During A Seventh Grade Coopretion Learning Mathematics Problem Solving Unit, " *Dissertation Abstracts Internatinal*. 49 (11) : 2263 –

A.

- De-Vries, M.J. and others. (1997, June). "Study of Psychotherapeutic Intervention in Advanced Cancer," *Psychology* 6 : 129-137.
- Frankl, Victor E. (1967). *Psychotherapy and Existentialism*. New York : Washington Square Press, Inc.
- Gawrys, John Jr. and Bruce O. Brown. (1970). *Group Guidance and Counseling in Schools*. New York : McGraw-Hill Book company.
- Gazda, G.M. (1989). *Group Counseling : A Development Approach*. 4th ed. Boston : Allyn and Bacon.
- Gazda, G.M., J.A. Duncan and M.E. Meadows. (1967). "Group Counseling and Group Procedures : Reported of a Survey," *Counselor Education and Supervision*. 6 : 305-310.
- Gerwood, Joseph Barry. (1995). "The Purpose –in-Life Test : A Comparison in Elderly people by Relational Status, Work, Spirituality, and Mood," *Dissertation Abstracts International*. (CD-ROM).
- Gulley, Halbert E. (1963). *Discussion, Conference and group Process*. New York : Holt, Rinehart and Winston.
- Hanson, James C., Richard Warner and Elsie M. Smith. (1976). *Group Counseling : Theory and Process*. Chicago : Rand McNally College Publishing Company.
- Hedquist, Francis J. and Berry K. Weinhold. (1970, May). "Behavior Group Counseling. With Socially Anxious and Unassertive College Students," *Journal of Counseling Psychology*. 17 : 237-242.
- Herrol, Kenneth F. "Evaluation and research in group Dynamics," *Educational and Psychological Measurement*. P.462 – 504. Englewood Cliffs, New Jersey : Prentice Hall.
- Ivey, Allen E. (1980). *Counseling and Psychotherapy : Skills, Theories, and Practice*. New Jersey : Prentice-Hall, Inc.
- Ivey, Allen E. and others. (1987). *Counseling and Psychotherapy : Integrating Skills Theory and Practice*. 2nd ed. New Jersey : Prentice-Hall Inc.
- Ivey, Allen E. and others. (1993). *Counseling and Psychotherapy : A Multicultural Perspective*. 3rd ed. Boston : Allyn and Bacon.
- Jeffries, Laura Lea. (1996). "Adolescence and Meaning in Life (Purpose, Existence)," *Dissertation Abstracts International*. (CD-ROM).
- Kelman, H.C. (1963). "The Role of the Group in the Induction of Therapeutic Change," *International Journal of Group Psychology*. 13 : 399-432.
- Kemp, Gratton G. (1964). *Perspectives on the Group Process*. Boston : Houghton Mifflin.
- Loeser, L.H. (1957). "Some Aspects of Group Dynamics," *International Journal of Group Psychology*. 54(3) : 317 – 326.

- Mahler, Clarence A. (1969). *Group Counseling in the School*. New York : Houghton Mifflin Company.
- McGowan, John F. and Lyle D. Schmidt. (1962). *Counseling Reading in Theory and Practice*. New York : Holt Rinehart and Winston Inc.
- Millon, T. (1967). *Theories of Psychopathology essays and Critiques*. Philadelphia : W.B. Saunders Company.
- Ohlsen, Merle M. (1970). *Group Counseling*. New York : Holt Rinehart and Winston Inc.
- _____. (1977). *Group Counseling*. 2nd ed. New York : Holt Rinehart and Winston Inc.
- Ottaway, A.K.G. (1966). *Learning Through Group Experiences*. London : Routledge and Kegan Paul.
- Patterson, C.H. (1966). *Theories of Counseling and Psychotherapy*. New York : Harper and Row Publishers.
- Patterson, C.H. (1973). *Theories of Counseling and Psychotherapy*. 2nd ed. New York : Harper & Row.
- Post-White, J. and others. (1996, March). "Hope, Spirituality, Sense of Coherence and Quality of life in Patients with Cancer," *ONF Journal*. 23 : 1571-1579.
- Prochaska, James. O. (1979). *Systems of Psychotherapy Transtheoretical Analysis* Illinois : The Dorsey Press Home.
- Rao, Narayans S. (1981). *Counseling Psychology*. New Delhi : Tata McGraw-Hill.
- Rickey, L.G. and S.C. Therese. (1995). *Counseling Theory and Practice*. 4th ed. Boston : Allyn and Bacon.
- Rogers, Carl F. (1970). *Encounter Groups*. New York : Harper and Row.
- Rogers, Carl R. (1942). *Counseling and Psychotherapy : Newer Concepts in Practices*. Cambridge, Massachusetts : Houghton Mifflin.
- Roubiczed. Paul. (1964). *Existential for and Against*. London : Cambridge University Press.
- Samudlewieze, Edward. (1975, November). "The Effects of Critical Thinking and Group Counseling upon Behavior Problem Students," *Dissertation Abstracts International*. 36(5) : 2645-A.
- Sayles, Martha L. (1994). "Adolescents' Purpose in Life and Engagement in Risky behaviors : Differences by Gender and Ethnicity," *Dissertation Abstracts International*. (CD-ROM).
- Schmitz, J.M. and others. (1995). "Relapse Prevention Treatment for Cocaine Dependence. Group vs. Individual Format," *Drug Abuse Current Research on Alcohol and Drug Dependence*. The Swedish Council for Information on Alcohol and other Drugs (CAN) V.2. p.119. Stockholm : Information and documentation Center.
- Shaffer, John and M. David Galinsky. (1989). *Models of Group Therapy*. 2nd ed. New Jersey :

Prentice Hall.

- Shaw, Marvin E. (1981). *Group Dynamic : The Psychology of Small Group Behavior*. 3rd ed. New York : McGraw – Hill Book Company.
- Shertzer, Bruce and Shelly C. Stone. (1971). "Group Counseling," in *Fundamentals of Counseling*. New York : Houghton Mifflin Company.
- Sriruen Keawkungwal. *Therapeutic Approach in Theravada Buddhism and Existentialism : A Comparison*. Chiangmai : Department of psychology Chiangmai University, n.d.
- Treppa, Jerry A. and Lawrence Frike. (1972, September). " Effect of Marathon Group Experience, " *Journal of Counseling Psyseling*. 19 : 466 – 468.
- Vondracek, F.W. and S. Corneal. (1995). *Strategies for Resolving Individual and Family Problem*. California : Brook/Cole Publishing Company.
- Warnock, Mary. (1977). *Existentialism*. 2nd ed. London : Butler & Tanner Ltd.
- Williamson, E.G. and J.D. Roley. (1949). *Counseling and Discipline*. New York : McGraw-Hill Company Inc.
- Woal, Theodore S. (1964, May). "A Project in Group Counseling in Jonior High School," *The Personnel and Guidance Journal*. 43 : 661-663.

ภาคผนวก ก

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม
2. โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. แบบวัดความมุ่งหวังในชีวิต

**โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบกวนิยม
สำหรับกลุ่มทดลองที่ 1**

เงื่อนไขในการทดลอง

1. การให้คำปรึกษาแต่ละครั้งใช้เวลา 1.30 ชั่วโมง
2. การสร้างสัมพันธภาพต้องสร้างตลอดกระบวนการให้คำปรึกษา โดยผู้ให้คำปรึกษามีความจริงใจ ให้การยอมรับโดยปราศจากเงื่อนไข มีความเข้าใจและแสดงความสนใจต่อสมาชิกในกลุ่ม รักษาความลับของสมาชิกในกลุ่ม ทำให้สมาชิกในกลุ่มรู้สึกว่าเป็นที่ยอมรับเกิดความมั่นใจ ที่จะเปิดเผยตนเอง อันจะมีผลให้สมาชิกในกลุ่มแสดงความรู้สึกและความคิดเห็นอย่างเสรี
3. เทคนิคต่าง ๆ ที่ใช้ในกระบวนการให้คำปรึกษา ได้แก่ การฟัง การใช้คำถามปลายเปิด และปลายปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนซ้ำ การตีความหมาย การทำให้เกิดความกระจำง การเจียบ การให้กำลังใจ และการสรุปความ ซึ่งในการใช้เทคนิคใดก่อนหลังมากน้อยเพียงใดในช่วงจังหวะใด หรือขั้นตอนใด ย่อมขึ้นอยู่กับเรื่องราวต่าง ๆ ของนักเรียนในกลุ่ม

ครั้งที่ 1

หัวข้อ

ปฐมนิเทศ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เกิดความคุ้นเคยระหว่างนักเรียนในกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษากับนักเรียนในกลุ่มและเกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน พร้อมทั้งจะเปิดเผยตนเอง
2. เพื่อให้ให้นักเรียนในกลุ่มเข้าใจวัตถุประสงค์และวิธีดำเนินการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิต
3. เพื่อให้ให้นักเรียนในกลุ่มได้เข้าใจ กฎระเบียบ ข้อผูกพัน บทบาทหน้าที่ของนักเรียน ตลอดจนช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ที่ใช้ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

อุปกรณ์

1. ป้ายชื่อนักเรียนทุกคน
2. ตารางการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
3. เครื่องบันทึกเสียง
4. แถบบันทึกเสียง

วิธีดำเนินการ

1. ใช้กิจกรรม “พบกันครั้งแรก” เป็นสื่อในการสร้างความคุ้นเคยกัน โดยมีขั้นตอนดังนี้
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับนักเรียนในกลุ่ม พร้อมกับแนะนำตนเอง
 - 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาแจกป้ายชื่อให้นักเรียนแต่ละคน โดยนักเรียนจะไม่ได้รับป้ายชื่อของตน แต่จะได้รับป้ายชื่อของผู้อื่น
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายวิธีการและขั้นตอนของกิจกรรมว่า ภายในเวลา 5 นาที ให้นักเรียนทุกคนหาเพื่อนที่มีชื่อตรงกับป้ายชื่อที่ตนได้รับ แล้วติดป้ายชื่อนั้นให้เพื่อน จากนั้นให้นักเรียนคุยกันระหว่างสองคนเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของแต่ละฝ่าย พยายามจำข้อมูลให้แม่นยำและให้ได้มากที่สุด
 - 1.4 ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามวิธีการและขั้นตอนของกิจกรรมจนเข้าใจ จากนั้นเริ่มดำเนินการ
 - 1.5 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนแต่ละคนแนะนำเพื่อนที่ตนพูดคุยด้วยให้ได้ข้อมูลให้มากที่สุด ภายในเวลาคนละ 1 นาที
 - 1.6 ผู้ให้คำปรึกษาสนทนากับนักเรียนในกลุ่ม เพื่อให้เกิดความเป็นกันเองมากขึ้น
2. เมื่อบรรยากาศในกลุ่มมีความอบอุ่นเป็นกันเอง และรู้จักกันดีแล้ว ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม กฎระเบียบ ข้อผูกพัน บทบาท หน้าที่ของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม ตลอดจนช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ที่ใช้ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

3. ผู้ให้คำปรึกษาแจกตารางการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มให้นักเรียน

ประเมินผล

1. สังเกตจากความตั้งใจ ความกระตือรือร้น และความร่วมมือในการร่วมกิจกรรม

หัวข้อ

การสร้างควมคุ้นเคยและบรรยากาศที่ดี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนทุกคนเกิดความรู้สึกเป็นกันเอง คุ้นเคยและเกิดความพร้อมที่จะเรียนรู้ พฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น จากการเข้ารับการให้คำปรึกษา
2. เพื่อให้นักเรียนได้แนวทาง ในการสร้างบรรยากาศที่ดีในกลุ่ม

กิจกรรมที่ 1 : วังสลับที่วิธีดำเนินการ

1. ให้นักเรียนนั่งเป็นรูปวงกลม
2. ขออาสาสมัครออกมาอยู่กลางวง 1 คน และยกเก้าอี้ของผู้นั้นออกไป
3. ให้นักเรียนที่ยืนอยู่กลางวงกลม เรียกชื่อเพื่อนที่นั่งอยู่ในวง 2 คน (ที่นั่งตรงข้ามกัน หรือห่างกันพอสมควร) เมื่อเรียกชื่อแล้วนักเรียนทั้ง 2 คน จะต้องวิ่งเปลี่ยนที่นั่งกัน รวมทั้งคนที่ยืนอยู่กลางวงด้วย ใครวิ่งไปแย่งที่นั่งไม่ทัน ต้องยืนอยู่กลางวงกลมเพื่อเรียกเพื่อนคนต่อไป
4. เมื่อเล่นไปได้ประมาณ 3-4 รอบ ผู้วิจัยเปลี่ยนคำสั่งใหม่ว่า เมื่อเรียกชื่อนักเรียน 2 คน แล้วไม่ต้องวิ่ง แต่ให้นักเรียนที่อยู่ด้านซ้ายมือวิ่งสลับที่กันแทน
5. เมื่อเล่นไปได้ประมาณ 3-4 รอบ ให้สั่งเหมือนข้อ 4 แต่เปลี่ยนเป็นคนขวามือวิ่งแทน
6. เมื่อเล่นไปได้ประมาณ 3-4 รอบ ผู้วิจัยเปลี่ยนคำสั่งใหม่ว่า "ทั้งหมด" แล้วให้นักเรียนทุกคนวิ่งสลับที่กันทั้งหมด

กิจกรรมที่ 2 : หัวใจสัมพันธ์ฉันท์เพื่อน

อุปกรณ์

1. กระดาษรูปหัวใจผ่าครึ่ง 4 ดวง (8 ชิ้น)

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยแจกชิ้นส่วนกระดาษรูปหัวใจผ่าครึ่งให้นักเรียนคนละ 1 ชิ้น
2. ให้นักเรียนทุกคนออกไปหาชิ้นส่วนหัวใจอีกชิ้นหนึ่ง ซึ่งเมื่อต่อกันแล้วต้องได้เป็นรูปหัวใจที่ถูกต้อง ภายในเวลา 1 นาที
3. เมื่อพบคู่หัวใจแล้ว ให้นักเรียนนั่งเป็นคู่ ๆ แล้วสัมภาษณ์ซึ่งกันและกันคนละ 5 นาที ตามหัวข้อต่อไปนี้
 - 3.1 ชื่อจริง นามสกุล ชื่อเล่น
 - 3.2 ความรู้สึกที่มีต่อตนเอง
 - เมื่อตอนที่ได้รับหัวใจชิ้นเดียว
 - เมื่อตอนที่ได้รับหัวใจทั้งดวง
 - 3.3 ความรู้สึกที่มีต่อเพื่อนคู่หัวใจ
 - 3.4 ความรู้สึกที่มีต่อการเข้ากลุ่มในครั้งนี้
4. ให้นักเรียนทุกคนนั่งเป็นวงกลม แล้วให้นักเรียนแต่ละคนแนะนำคู่หัวใจของตนตามรายการในข้อ 3
5. ให้นักเรียนทุกคนช่วยกันแสดงความคิดเห็นและร่วมกันอภิปรายถึงการสร้างบรรยากาศที่ดีในการเข้ากลุ่ม แล้วช่วยกันสรุปประเด็นสำคัญ
6. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม และนัดหมาย วัน เวลา สถานที่ ในการเข้ารับคำปรึกษาแบบกลุ่มครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตจากความตั้งใจ ความกระตือรือร้น และความร่วมมือในการร่วมกิจกรรม
2. ประเมินผลจากการแสดงความคิดเห็น และการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 2

หัวข้อ

สามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง รู้จัก เข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม
2. เพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้สึกพึงพอใจในตนเอง ยอมรับในการเป็นตัวของตัวเอง

อุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. แถบบันทึกเสียง

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียน พูดถึงตนเองในด้านต่างๆทั้งความคิด ความรู้สึก การแสดงออกของตน และสิ่งแวดล้อมรวมทั้งสภาพที่นักเรียนเป็นอยู่
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสำรวจตนเองและพูดถึงตนเองในด้านต่างๆทั้งความคิด ความรู้สึก การแสดงออกของตน และพฤติกรรมของตนเอง
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทาง เพื่อการแก้ไขปัญหา
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษานำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเองในด้านความคิด ความรู้สึก พฤติกรรมของตนเองและสิ่งแวดล้อม พึงพอใจและยอมรับตนเองตามสภาพเป็นอยู่ในปัจจุบัน
 - 3.2 นักเรียนแต่ละคนช่วยกันสรุปประเด็นสำคัญที่ได้รับ
 - 3.3 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมและนัดหมายการให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น
2. ประเมินผลจากการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 3

หัวข้อ

ความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง (ต่อ)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง รู้จัก เข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม
2. เพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้สึกพึงพอใจในตนเอง ยอมรับในการเป็นตัวของตัวเอง

อุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. แถบบันทึกเสียง

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียน พูดถึงตนเองในด้านต่างๆทั้งความคิด ความรู้สึก การแสดงออกของตน และสิ่งแวดล้อมรวมทั้งสภาพที่นักเรียนเป็นอยู่
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสำรวจตนเองและพูดถึงตนเองในด้านต่างๆทั้งความคิด ความรู้สึก การแสดงออกของตน และพฤติกรรมของตนเอง
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทาง เพื่อการแก้ไขปัญหา
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษานำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเองในด้านความคิด ความรู้สึก พฤติกรรมของตนเองและสิ่งแวดล้อม พึงพอใจและยอมรับตนเองตามสภาพเป็นอยู่ในปัจจุบัน
 - 3.2 นักเรียนแต่ละคนช่วยกันสรุปประเด็นสำคัญที่ได้รับ
 - 3.3 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมและนัดหมายการให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น
2. ประเมินผลจากการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 4

หัวข้อ

มีเสรีภาพและความรับผิดชอบ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้ถึงการมีเสรีภาพในการตัดสินใจเลือกในสถานการณ์ต่างๆ และรับผิดชอบต่อการกระทำและผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง

อุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. แถบบันทึกเสียง

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงเสรีภาพในการตัดสินใจเลือกในสถานการณ์ต่างๆ และรับผิดชอบต่อการกระทำและผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสำรวจตนเองและพูดถึงปัญหาของตนเองเกี่ยวกับเสรีภาพในการตัดสินใจเลือกในสถานการณ์ต่างๆ และรับผิดชอบต่อการกระทำและผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทาง เพื่อการแก้ไขปัญหา
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษานำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้แนวทางในการแก้ปัญหาเกี่ยวกับเสรีภาพในการตัดสินใจเลือกในสถานการณ์ต่างๆ และรับผิดชอบต่อการกระทำและผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง
 - 3.2 นักเรียนแต่ละคนช่วยกันสรุปประเด็นสำคัญที่ได้รับ
 - 3.3 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมและนัดหมายการให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น
2. ประเมินผลจากการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 5

หัวข้อ มีเสรีภาพและความรับผิดชอบ (ต่อ)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้ถึงการมีเสรีภาพในการตัดสินใจเลือกในสถานการณ์ต่างๆ และรับผิดชอบต่อการกระทำและผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง

อุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. แถบบันทึกเสียง

วิธีดำเนินการ

1. เริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงเสรีภาพในการตัดสินใจเลือกในสถานการณ์ต่างๆ และรับผิดชอบต่อการกระทำและผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสำรวจตนเองและพูดถึงปัญหาของตนเกี่ยวกับเสรีภาพในการตัดสินใจเลือกในสถานการณ์ต่างๆ และรับผิดชอบต่อการกระทำและผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทาง เพื่อการแก้ไขปัญหา
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษานำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้แนวทางในการแก้ปัญหาเกี่ยวกับเสรีภาพในการตัดสินใจเลือกในสถานการณ์ต่างๆ และรับผิดชอบต่อการกระทำและผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง
 - 3.2 นักเรียนแต่ละคนช่วยกันสรุปประเด็นสำคัญที่ได้รับ
 - 3.3 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมและนัดหมายการให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น
2. ประเมินผลจากการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 6

หัวข้อ

พยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตนเองและการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้ถึงความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตนเอง ดำรงชีวิตตามความรู้สึกของตนเอง ไม่ดำรงชีวิตตามความคาดหวังของบุคคลอื่น และสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น

อุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. แถบบันทึกเสียง

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงความเป็นตัวของตัวเองและการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นในสังคม
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนพูดถึงความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตนเอง และการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นในสังคม
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทาง เพื่อการแก้ไขปัญหา
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษานำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้ถึงการพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตนเอง และการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นในสังคม
 - 3.2 นักเรียนแต่ละคนช่วยกันสรุปประเด็นสำคัญที่ได้รับ
 - 3.3 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมและนัดหมายการให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น
2. ประเมินผลจากการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 7

หัวข้อ

พยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตัวเองและการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น (ต่อ)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้ถึงความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตนเอง ดำรงชีวิตตามความรู้สึกของตนเอง ไม่ดำรงชีวิตตามความคาดหวังของบุคคลอื่น และสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น

อุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. แถบบันทึกเสียง

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงความเป็นตัวของตัวเองและการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นในสังคม
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนพูดถึงความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตนเอง และการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นในสังคม
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทาง เพื่อการแก้ไขปัญหา
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษานำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้ถึงการพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตนเอง และการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นในสังคม
 - 3.2 นักเรียนแต่ละคนช่วยกันสรุปประเด็นสำคัญที่ได้รับ
 - 3.3 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมและนัดหมายการให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น
2. ประเมินผลจากการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 8

หัวข้อ

แสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้การแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย

อุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. แถบบันทึกเสียง

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงการแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนพูดถึงการแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทาง ให้บรรลุจุดมุ่งหมายในชีวิตของแต่ละคน
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษานำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้ถึงการแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย
 - 3.2 นักเรียนแต่ละคนช่วยกันสรุปประเด็นสำคัญที่ได้รับ
 - 3.3 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมและนัดหมายการให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น
2. ประเมินผลจากการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 9

หัวข้อ

แสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย (ต่อ)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้การแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย

อุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. แถบบันทึกเสียง

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงการแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนพูดถึงการแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทาง ให้บรรลุจุดมุ่งหมายในชีวิตของแต่ละคน
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษานำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้ถึงการแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย
 - 3.2 นักเรียนแต่ละคนช่วยกันสรุปประเด็นสำคัญที่ได้รับ
 - 3.3 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมและนัดหมายการให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น
2. ประเมินผลจากการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 10

หัวข้อ

ความมุ่งมั่นในชีวิต

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถสรุปแนวคิดที่ได้รับ จากการเข้ารับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิตของตนเองให้สูงขึ้น

อุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. แถบบันทึกเสียง

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเอง เกี่ยวกับปัญหาของความมุ่งมั่นในชีวิต
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสำรวจตนเองและพูดถึงปัญหาของตนเองเกี่ยวกับความมุ่งมั่นในชีวิต
 - 2.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทางพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิต
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษานำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้แนวทางในการพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิต
 - 3.2 นักเรียนแต่ละคนช่วยกันสรุปประเด็นสำคัญที่ได้รับ
 - 3.3 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมและนัดหมายการให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น
2. ประเมินผลจากการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 11

หัวข้อ

ความมุ่งมั่นในชีวิต (ต่อ)

วัตถุประสงค์

2. เพื่อให้นักเรียนสามารถสรุปแนวคิดที่ได้รับ จากการเข้ารับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิตของตนเองให้สูงขึ้น

อุปกรณ์

3. เครื่องบันทึกเสียง
4. แถบบันทึกเสียง

วิธีดำเนินการ

4. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 4.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 4.2 ทบทวนถึงการเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 4.3 ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้นักเรียนพูดถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเอง เกี่ยวกับปัญหาของความมุ่งมั่นในชีวิต
5. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 5.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสำรวจตนเองและพูดถึงปัญหาของตนเองเกี่ยวกับความมุ่งมั่นในชีวิต
 - 5.2 นักเรียนคนอื่น ๆ รับฟัง และร่วมมือกันเสนอแนวทางพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิต
 - 5.3 ผู้ให้คำปรึกษานำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดำเนินไปตามวัตถุประสงค์
6. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 6.1 นักเรียนแต่ละคนได้เรียนรู้แนวทางในการพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิต
 - 6.2 นักเรียนแต่ละคนช่วยกันสรุปประเด็นสำคัญที่ได้รับ
 - 6.3 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมและนัดหมายการให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น
2. ประเมินผลจากการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 12

หัวข้อ

ยุติการให้คำปรึกษาและปัจฉิมนิเทศ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนในกลุ่มได้ประเมินตนเองถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเปรียบเทียบกับระยะก่อนการได้รับคำปรึกษาและรู้จักวิธีพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิตตนเองให้สูงขึ้น
2. เพื่อให้นักเรียนในกลุ่มเกิดความรู้สึกที่ดีต่อเพื่อนนักเรียนในกลุ่มและประทับใจในการเข้ากลุ่ม มองเห็นประโยชน์และคุณค่าของการเข้ากลุ่ม
3. เพื่อยุติการให้คำปรึกษา

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนทบทวนและสรุปการให้คำปรึกษา ตั้งแต่ครั้งที่ 1-11 แล้วสรุปเพิ่มเติม
2. ให้นักเรียนแต่ละคนกล่าวถึงสิ่งที่ได้รับจากการเข้ากลุ่ม ข้อเสนอแนะของกลุ่มและประเมินตนเองถึงการเปลี่ยนแปลงของความมุ่งมั่นในชีวิตที่เกิดขึ้นภายหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
3. ให้นักเรียนในกลุ่มแต่ละคนแสดงความรู้สึกที่ดีที่มีต่อเพื่อนนักเรียนในกลุ่มและความประทับใจที่เกิดขึ้นจากการเข้ากลุ่ม
4. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบคุณนักเรียนและกล่าวปิดการให้คำปรึกษา

ประเมินผล

1. สังเกตจากการร่วมสรุป การแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกของนักเรียน

โปรแกรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม สำหรับกลุ่มทดลองที่ 2

กฎระเบียบทั่วไปของกิจกรรมกลุ่ม

1. นักเรียนต้องเก็บเรื่องราว การกระทำ การแสดงความรู้สึกต่าง ๆ ของนักเรียนภายในกลุ่มไว้เป็นความลับ
2. นักเรียนต้องมีความจริงใจในการพูด การแสดงออก การกระทำต่าง ๆ
3. การให้ข้อมูลย้อนกลับหรือการวิจารณ์ การกระทำของนักเรียนให้เป็นไปในทางสร้างสรรค์

บทบาทของผู้ดำเนินการ

1. ผู้ดำเนินการเป็นผู้สร้างสถานการณ์ที่เอื้อให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้
2. ผู้ดำเนินการเสนอแนะคำนิยมใหม่ ๆ ให้นักเรียนเข้าร่วมตัดสินใจโดยผู้ดำเนินการจะไม่ใช้อิทธิพลในการตัดสินใจของนักเรียน
3. ผู้ดำเนินการเป็นผู้ประสานการสื่อสารภายในกลุ่มให้ชัดเจนยิ่งขึ้น

บทบาทของนักเรียน

1. นักเรียนเป็นผู้มีส่วนร่วมในการรับผิดชอบต่อบรรยากาศของกลุ่ม
2. นักเรียนจะต้องยอมรับว่าตนเองและเพื่อนในกลุ่มที่อยู่ในสถานการณ์เดียวกัน
3. ตระหนักและยอมรับสภาพความแตกต่างของเพื่อนนักเรียนในกลุ่ม
4. พร้อมทั้งจะช่วยเหลือกันอย่างเต็มที่

ครั้งที่ 1

หัวข้อ

ปฐมนิเทศ

เวลา

40 นาที

กิจกรรม

สำรวจความรู้สึกและเกม빙โก

เวลา

40 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างบรรยากาศและความสัมพันธ์ที่ดี ในการเริ่มต้นการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ซึ่งจะทำให้นักเรียนเกิดความคุ้นเคย ไว้วางใจ พร้อมทั้งจะเรียนรู้พฤติกรรมและความรู้สึกที่เกิดจากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบวัตถุประสงค์ กฎ ระเบียบทั่วไปและบทบาท หน้าที่ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

อุปกรณ์

1. ตาราง빙โก
2. ตารางการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. ปากกา
4. ดอกไม้
5. เทปเพลงดอกไม้ให้คุณ

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับนักเรียนในกลุ่มและแนะนำตนเอง
2. ให้นักเรียนนั่งเป็นรูปครึ่งวงกลม แล้วผู้วิจัยสร้างบรรยากาศให้นักเรียนเกิดสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน ด้วยกิจกรรม "สำรวจความรู้สึก" ดังนี้
 - 2.1 ให้นักเรียนนั่งในท่าที่สบายที่สุด แล้วหลับตาอยู่ในความเงียบ
 - 2.2 เปิดเพลง "ดอกไม้ให้คุณ" เบา ๆ แล้วผู้วิจัยนำดอกไม้ไปวางไว้ในมือของนักเรียนทุกคน โดยห้ามนักเรียนลืมตา จนกว่าเพลงจะจบ
 - 2.3 ให้นักเรียนนำดอกไม้ที่อยู่ในมือของตนเองไปมอบให้นักเรียนคนอื่น ๆ พร้อมทั้งทักทาย ชักถาม พูดคุยกัน
3. เมื่อบรรยากาศในกลุ่มเริ่มคุ้นเคย เป็นกันเองแล้ว ผู้วิจัยแจกตารางการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม แล้วชี้แจงให้นักเรียนทราบถึง วัตถุประสงค์ กฎ ระเบียบทั่วไป และบทบาท หน้าที่ของนักเรียน ตลอดจนข้อตกลงต่าง ๆ ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

4. ให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรม “เกมบิงโก” ดังนี้
 - 4.1 แจกตารางบิงโกให้ครบทุกคน
 - 4.2 ใช้เวลาตามความเหมาะสม
 - 4.3 เมื่อหมดเวลาหาผู้ชนะเลิศ
 - 4.4 ให้เจ้าของตารางบิงโก ออกมาหน้าชั้นอ่านคุณสมบัติของเพื่อนนักเรียนแล้ว ให้เจ้าตัวยืนยันว่า จริง/ไม่จริง และอาจสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนตัวอื่น ๆ เพิ่มเติม
 - 4.5 เมื่อสมควรแก่เวลา ให้นักเรียนช่วยกันสรุปถึงประโยชน์ที่ได้ในการร่วมกิจกรรมกลุ่มครั้งนี้ แล้วผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม
 - 4.6 ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา สถานที่การทำกิจกรรมครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. สังเกตจากการให้ความร่วมมือ ความกระตือรือร้น ในการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

แบบฟอร์ม "บิงโก"

ร้องเพลงเพราะ	ตลกที่สุด	หน้าเหมือนดารา	จอมขี้เซา
เรียนเก่ง	ยิ้มหวานที่สุด	เข้าห้องน้านาน	ใจยังกับทะเล
รูปร่างนามเพราะ	เจียบสนิท	ทานจุที่สุด	เล่นดนตรีเก่ง
เล่นฟุตบอลเก่ง	หัวเราะเสียงดัง	กลัวผีมาก	เซยที่สุด

หัวข้อ การสร้างความคุ้นเคยและบรรยากาศที่ดี

เวลา 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนทุกคนเกิดความรู้สึกเป็นกันเอง คุ้นเคยและเกิดความพร้อมที่จะเรียนรู้พฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น จากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. เพื่อให้นักเรียนได้แนวทางในการสร้างบรรยากาศที่ดีในกลุ่ม

กิจกรรมที่ 1 : วิ่งสลับที่

เวลา 30 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ให้นักเรียนนั่งเป็นรูปวงกลม
2. ขออาสาสมัครออกมาอยู่กลางวง 1 คน และยกเก้าอี้ของผู้ที่นั่งออกไป
3. ให้นักเรียนที่ยืนอยู่กลางวงกลม เรียกชื่อเพื่อนที่นั่งอยู่ในวง 2 คน (ที่นั่งตรงข้ามกันหรือห่างกันพอสมควร) เมื่อเรียกชื่อแล้วนักเรียนทั้ง 2 คน จะต้องวิ่งเปลี่ยนที่นั่งกัน รวมทั้งคนที่ยืนอยู่กลางวงด้วย ใครวิ่งไปแย่งที่นั่งไม่ทัน ต้องยืนอยู่กลางวงกลมเพื่อเรียกเพื่อนคนต่อไป
4. เมื่อเล่นไปได้ประมาณ 3-4 รอบ ผู้วิจัยเปลี่ยนคำสั่งใหม่ว่า เมื่อเรียกชื่อนักเรียน 2 คนแล้วไม่ต้องวิ่ง แต่ให้นักเรียนที่อยู่ด้านซ้ายมือวิ่งสลับที่กันแทน
5. เมื่อเล่นไปได้ประมาณ 3-4 รอบ ให้สั่งเหมือนข้อ 4 แต่เปลี่ยนเป็นคนขวามือวิ่งแทน
6. เมื่อเล่นไปได้ประมาณ 3-4 รอบ ผู้วิจัยเปลี่ยนคำสั่งใหม่ว่า "ทั้งหมด" แล้วให้นักเรียนทุกคนวิ่งสลับที่กันทั้งหมด

กิจกรรมที่ 2 : หัวใจสัมพันธ์ฉันท์เพื่อน

เวลา 20 นาที

อุปกรณ์

1. กระดาษรูปหัวใจผ่าครึ่ง 4 ดวง (8 ชิ้น)

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยแจกชิ้นส่วนกระดาษรูปหัวใจผ่าครึ่งให้นักเรียนคนละ 1 ชิ้น
2. ให้นักเรียนทุกคนออกไปหาชิ้นส่วนหัวใจอีกชิ้นหนึ่ง ซึ่งเมื่อต่อกันแล้วต้องได้เป็นรูปหัวใจที่ถูกต้อง ภายในเวลา 1 นาที
3. เมื่อพบคู่หัวใจแล้ว ให้นักเรียนนั่งเป็นคู่ ๆ แล้วสัมภาษณ์ซึ่งกันและกันคนละ 5 นาที ตามหัวข้อต่อไปนี้
 - 3.1 ชื่อจริง นามสกุล ชื่อเล่น
 - 3.2 ความรู้สึกที่มีต่อตนเอง
 - 3.2.1 เมื่อตอนที่ได้รับหัวใจซีกเดียว
 - 3.2.2 เมื่อตอนที่ได้รับหัวใจทั้งดวง
 - 3.3 ความรู้สึกที่มีต่อเพื่อนคู่หัวใจ
 - 3.4 ความรู้สึกที่มีต่อการเข้ากลุ่มในครั้งนี้
4. ให้นักเรียนทุกคนนั่งเป็นวงกลม แล้วให้นักเรียนแต่ละคนแนะนำคู่หัวใจของตนตามรายการในข้อ 3
5. ให้นักเรียนทุกคนช่วยกันแสดงความคิดเห็นและร่วมกันอภิปรายถึงการสร้างบรรยากาศที่ดีในการเข้ากลุ่ม แล้วช่วยกันสรุปประเด็นสำคัญ
6. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม และนัดหมาย วัน เวลา สถานที่ ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตจากความตั้งใจ ความกระตือรือร้น และความร่วมมือ ในการร่วมกิจกรรม
2. ประเมินผลจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 2

หัวข้อ สามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง

กิจกรรม ถูกมหาสมบัติและตาบอด ขาเสีย

เวลา 1.30 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง รู้จัก เข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม
2. เพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้สึกพึงพอใจในตนเอง ยอมรับในการเป็นตัวของตัวเอง

กิจกรรมที่ 1 : ถูกมหาสมบัติ

เวลา 60 นาที

อุปกรณ์

1. ถาดใส่ของขนาดใหญ่
2. ถูพลาสติกขนาดใหญ่ ภายในบรรจุของกระจุกกระจิกเล็ก ๆ น้อย ๆ เช่น ยางลบ ปากกา แก้วกาแฟ หวี ของชำร่วย ฯลฯ จำนวน 8 ชิ้น

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นการมีส่วนร่วม
 - 1.1 ให้นักเรียนนั่งเป็นรูปครึ่งวงกลม
 - 1.2 ผู้วิจัยเทสิ่งของออกจากถูพลาสติกลงบนถาด พร้อมชี้แจงว่า ผู้วิจัยมีของที่จะแจกให้กับนักเรียนทุกคน ๆ ละ 1 ชิ้น เป็นของที่ระลึกขอให้นักเรียนทายเอาไว้
 - 1.3 ผู้วิจัยบอกให้นักเรียนหยิบของได้คนละ 1 ชิ้น ในขณะที่เดินถือถาดวนไปอย่างรวดเร็ว
 - 1.4 เมื่อทุกคนได้ของคนละ 1 ชิ้น แล้วถามว่า
 - 1.4.1 มีใครบ้างที่ได้ของที่ตนเองถูกใจ พึงพอใจขอให้ยกมือขึ้น
 - 1.4.2 มีใครบ้างที่ไม่ได้ของที่ตนเองต้องการหรือไม่พอใจในของที่ตนเองหยิบได้ยกมือขึ้น
 - 1.5 ถามเหตุผลของคนที่ได้ของที่ถูกใจว่าเป็นเพราะเหตุใด และถามเหตุผลของคนที่ได้ของไม่ถูกใจว่าเป็นเพราะเหตุใดและจริง ๆ แล้วอยากได้อะไร
 - 1.6 ให้แต่ละคนพิจารณาของ ๆ ตนเองอีกครั้ง พร้อมทั้งถามว่ามีใครยังอยากได้ของชิ้นอื่นที่อยู่กับเพื่อนอีกหรือไม่ ถ้าเขาให้แลกจะเอาไหม

- 1.7 ถามคนที่มิชอบชั้นที่เพื่อนต้องการว่าจะยอมให้แลกไหม ถ้ายอมให้แลกกันเลย แล้วให้กลุ่มปรบมือให้
 - 1.8 ให้แต่ละคนพูดถึงประโยชน์และคุณค่าของสิ่งของที่อยู่ในมือตนเองคนละ 1 นาที
 - 1.9 ให้แต่ละคนชูของที่มีอยู่ในระดับหน้าอก ให้ทุกคนในวงเห็นได้ชัดเจนและใช้เวลา 2 นาที ให้จับคู่ของกับคนที่มิชอบที่คิดว่าน่าจะเข้ากับของที่ตนเองมีอยู่ได้ดีที่สุด แล้วนั่งติดกันเป็นคู่ ๆ ไว้ แล้วถามเหตุผลว่าทำไมของสองสิ่งจึงเข้าคู่เป็นพวกเดียวกันได้
 - 1.10 ให้จับกลุ่มกันอีกครั้ง แต่คราวนี้ให้เป็นสิ่งของ 4 อย่าง พร้อมให้แต่ละกลุ่มอธิบาย เหตุผลที่สามารถรวมกันได้
 - 1.11 ให้จับกลุ่มครั้งสุดท้ายเป็นกลุ่มเดียวกัน ทั้ง 8 ชั้น โดยบรรจุลงในถุงพลาสติก ขนาดใหญ่
2. ขั้นวิเคราะห์
- 2.1 นักเรียนทุกคนในกลุ่มอภิปรายร่วมกันในหัวข้อต่อไปนี้
 - 2.1.1 นักเรียนรู้สึกอย่างไรกับสิ่งของที่ตนเองจับได้
 - 2.1.2 มีนักเรียนท่านใดที่แลกของกับเพื่อน เพราะเหตุใด จึงอยากแลกและเพราะเหตุใดจึงยอมให้แลก
 - 2.1.3 เมื่อแลกของกันแล้วรู้สึกอย่างไรกับสิ่งของที่ได้มาใหม่
 - 2.1.4 นักเรียนมีความคิดเห็นและรู้สึกอย่างไรในการจับคู่ 2 อย่างรวมของ 4 อย่าง และรวมของ 8 อย่าง
 - 2.1.5 ผู้วิจัยคอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ
3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ
- 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับแนวคิดและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
 - 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
 - 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้ในเรื่องของความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเองและสรุปถึงวิธีการนำไปปฏิบัติ
4. ขั้นประเมินผล
- 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
 - 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

กิจกรรมที่ 2 : ตามอด ขาเสีย

เวลา 30 นาที

อุปกรณ์

1. ผ้ายึดสำหรับปิดตา 4 ผืน
2. เชือกยาว 1 เมตร 4 เส้น
1. ลูกอม 30 เม็ด

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ขั้นการมีส่วนร่วม
 - 1.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนจับคู่กัน แล้วแจกผ้ายึด 1 ผืนและเชือก 1 เส้นให้แต่ละคู่
 - 1.2 ให้นักเรียนแต่ละคู่ตกลงกันว่าใครจะเป็นคนถูกปิดตาและใครจะเป็นคนถูกมัดตา (มัดตาข้างเดียว โดยพับขาข้างนั้นผูกไว้ข้างหลัง) แล้วดำเนินการปิดตาและมัดตาของแต่ละคน
 - 1.3 ผู้วิจัยวางลูกอมไว้ตามจุดต่าง ๆ 3 จุด ๆ ละ 10 เม็ด ซึ่งระยะห่างกันพอสมควร ให้นักเรียนแต่ละคนทั้งที่ถูกปิดตาและมัดตาเดินไปหยิบลูกอม ทั้ง 3 จุด ๆ ละ 1 เม็ด
 - 1.4 ให้นักเรียนจับคู่เดินกันอีกครั้ง แล้วทั้งสองคนช่วยเหลือกันในการเดินไปหยิบลูกอมตามจุดต่าง ๆ ทั้ง 3 จุด
2. ขั้นวิเคราะห์
 - 2.1 ให้นักเรียนทุกคนร่วมกันอภิปราย ผู้วิจัยนำการอภิปรายด้วยการซักถามต่าง ๆ เช่น
 - 2.1.1 นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรเมื่อถูกปิดตาและถูกมัดตา
 - 2.1.2 นักเรียนที่ถูกปิดตามีความรู้สึกอย่างไรเมื่อเดินไปตามจุดต่าง ๆ
 - 2.1.3 นักเรียนที่ถูกมัดตามีความรู้สึกอย่างไรเมื่อเดินไปตามจุดต่าง ๆ
 - 2.1.4 นักเรียนเมื่อจับคู่กันแล้วมีความรู้สึกอย่างไรเมื่อเดินไปตามจุดต่าง ๆ
 - 2.2 นักเรียนได้แนวคิดอะไรบ้างจากกิจกรรมนี้
 - 2.3 ผู้วิจัยคอย สรุป ซักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ
3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ
 - 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับแนวคิดและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
 - 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
 - 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้ในเรื่องของความสามารถที่จะตระหนักถึงเกี่ยวกับตนเอง และสรุปถึงวิธีการนำไปปฏิบัติ
4. ขั้นประเมินผล
 - 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
 - 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

การประเมินผล

1. สังเกตจากการให้ความร่วมมือและความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 3

หัวข้อ สามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง (ต่อ)

กิจกรรม แก่เชือกและนำสียังใส่ได้

เวลา 1.30 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง รู้จัก เข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม
2. เพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้สึกพึงพอใจในตนเอง ยอมรับในการเป็นตัวของตัวเอง

กิจกรรมที่ 1 : แก่เชือก

เวลา 60 นาที

อุปกรณ์

1. เชือกยาว 2 เมตร จำนวน 8 เส้น

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นการมีส่วนร่วม
 - 1.1 ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม ผู้วิจัยแจกเชือกให้นักเรียนคนละ 1 เส้น
 - 1.2 ให้นักเรียนนับ 1-2 รอบวง แล้วให้คนที่นับ 1 จับคู่กับคนที่นับ 2 ได้จำนวน 4 คู่
 - 1.3 ให้แต่ละคู่นำเชือกที่แจกให้มัดที่ข้อมือทั้ง 2 ข้าง โดยทั้งคู่ให้เชือกคล้องติดกัน
 - 1.4 ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคู่ หาวิธีทำให้เชือกที่คล้องติดกันหลุดออกจากกันให้ได้ โดยไม่ให้แกะเชือกออกจากข้อมือ ไม่ให้ทำเชือกขาดหรือไม่ให้รู้ดเชือกออกจากข้อมือ
 - 1.5 คู่ใดสามารถทำเชือกหลุดออกจากกันได้คู่แรกจะได้รับรางวัล ให้เวลา 15 นาที เมื่อหมดเวลาผู้วิจัยให้คู่ที่ได้รับรางวัลมาเฉลยวิธีการเอาเชือกออกจากกัน ถ้าไม่มีคู่ใดทำได้ผู้วิจัยเป็นผู้เฉลย
2. ขั้นวิเคราะห์
 - 2.1 ให้นักเรียนทุกคนร่วมกันอภิปราย ผู้วิจัยนำการอภิปรายด้วยการซักถามต่าง ๆ เช่น
 - 2.1.1 นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร เมื่อถูกผูกข้อมือและคล้องติดกับผู้อื่น
 - 2.1.2 นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร เมื่อไม่สามารถเอาเชือกออกได้
 - 2.1.3 นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรเมื่อสามารถเอาเชือกออกจากกันได้ และมีวิธีการอย่างไร

- 2.1.4 เชือกที่มัดติดข้อมือและคล้องติดกันนั้นเปรียบเสมือนปัญหา หรือความทุกข์ที่เกิดขึ้นกับตัวเรา ซึ่งเรากำลังพยายามแก้ไขหรือจัดออกไป นักเรียนแต่ละคนมีวิธีแก้ไขปัญหาคือความทุกข์ของตนเองอย่างไร
- 2.2 นักเรียนได้แนวคิดอะไรบ้างจากกิจกรรมนี้
- 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ
3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ
 - 2.2 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับแนวคิดและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
 - 2.3 นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
 - 2.4 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้ในเรื่องของความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง และสรุปวิธีการนำไปปฏิบัติ
4. ขั้นประเมินผล
 - 2.5 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
 - 2.6 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

กิจกรรมที่ 2 : น้ำสียังใสได้

เวลา 30 นาที

อุปกรณ์

1. แก้วน้ำใส ใบใหญ่ 1 ใบ
2. แก้วน้ำใส ใบเล็ก 2 ใบ
3. กระดาษสี 1 แผ่น
4. กระดาษขาว 1 แผ่น
5. น้ำสะอาด

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ขั้นการมีส่วนร่วม
 - 1.1 ให้นักเรียนนั่งเป็นครึ่งวงกลม
 - 1.2 ผู้วิจัยเทน้ำสะอาดลงในแก้วใบเล็ก 2 ใบ แล้วจุ่มกระดาษสีลงในแก้วใบที่ 1 จุ่มกระดาษขาวลงในแก้วใบที่ 2 ให้นักเรียนสังเกตการเปลี่ยนแปลง
 - 1.3 เทน้ำสะอาดลงในแก้วใบใหญ่ 1/6 ของแก้ว แล้วเทน้ำสะอาดจากแก้วใบที่ 2 ลงในแก้วใบใหญ่ สังเกตการเปลี่ยนแปลง
 - 1.4 เทน้ำสีจากแก้วใบที่ 1 ลงในแก้วใบใหญ่ แล้วสังเกตการเปลี่ยนแปลง
 - 1.5 ให้นักเรียนช่วยกันเทน้ำสะอาดลงในแก้วใบใหญ่เรื่อย ๆ จนเต็มแก้วแล้วให้นักเรียนตอบถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นว่าเป็นอย่างไร
2. ขั้นวิเคราะห์
 - 2.1 ผู้วิจัยซักถามนักเรียนดังต่อไปนี้

- 2.1.1 น้ำสีในแก้วใบที่ 1 เปรียบได้กับพฤติกรรมของคนเราอย่างไร
- 2.1.2 น้ำสะอาดในแก้วใบที่ 2 เปรียบได้กับพฤติกรรมของคนเราอย่างไร
- 2.1.3 น้ำที่เทจากแก้วน้ำ 2 ใบ ในแก้วใบใหญ่เปรียบได้กับอะไร
- 2.2 ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้
- 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ
- 3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ
 - 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับแนวคิดและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
 - 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
 - 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้ในเรื่องความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง และสรุปวิธีการนำไปปฏิบัติ
- 4. ขั้นประเมินผล
 - 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
 - 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

การประเมินผล

- 1. สังเกตจากการให้ความร่วมมือและความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
- 2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 4

หัวข้อ มีเสรีภาพและความรับผิดชอบ

กิจกรรม แม่น้ำจระเข้และลูกดิ่งเจ้าปัญหา

เวลา 1.30 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้ถึงการมีเสรีภาพในการตัดสินใจเลือกในสถานการณ์ต่าง ๆ และรับผิดชอบต่อการกระทำและผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง

กิจกรรมที่ 1 : แม่น้ำจระเข้

เวลา 60 นาที

อุปกรณ์

1. กระดาษตารางอันดับความดี 8 แผ่น

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นการมีส่วนร่วม
 - 1.1 ผู้วิจัยเล่าเรื่อง “แม่น้ำจระเข้” ให้นักเรียนในกลุ่มฟัง
 - 1.2 เมื่อเล่าจบให้นักเรียนแต่ละคนพิจารณาจัดอันดับตัวละคร โดยให้เรียงลำดับความดีจากมากไปน้อย คือ อันดับ 1 หมายถึงคนที่ดีที่สุดอันดับ 2 – 3 – 4 – 5 หมายถึง คนที่ดึรลงไปเรื่อย ๆ โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 4 คน ช่วยกันพิจารณาจัดอันดับตัวละคร
 - 1.3 ให้นักเรียนแต่ละคนเขียนผลการจัดอันดับลงในตารางที่แจกให้ เสร็จแล้วให้นักเรียนแต่ละคนร่วมกันอภิปรายในกลุ่ม และสรุปผลลงในตาราง
2. ขั้นวิเคราะห์
 - 2.1 ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมารายงานถึงผลและวิธีในการทำงานของกลุ่ม
 - 2.2 ผู้วิจัยนำการอภิปรายในกลุ่ม โดยใช้คำถามต่าง ๆ เช่น
 - 2.1.1 ท่านคิดว่าคำตอบของกลุ่มใดถูกต้องที่สุด เพราะเหตุใด
 - 2.1.2 เพราะเหตุใดถึงตัดสินใจว่าใครถูกต้องที่สุดไม่ได้
 - 2.1.3 นักเรียนคนใดเปลี่ยนความคิดหลังจากฟังนักเรียนคนอื่นพูด และทำไมจึงเปลี่ยนใจ
 - 2.1.4 นักเรียนมีวิธีการเลือกหรือตัดสินใจในการจัดอันดับความดีอย่างไร

- 2.1.5 นักเรียนคนใดคิดว่าตัวเองคิดหรือตัดสินใจผิดเกี่ยวกับการจัดอันดับความดี
- 2.1.6 อะไรที่ช่วยให้กลุ่มทำงานสำเร็จลงได้
- 2.2 ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้
- 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ
- 3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ
 - 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับแนวคิดและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
 - 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดจากการอภิปรายร่วมกันและจากการสรุปของผู้วิจัย
 - 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้เกี่ยวกับเสรีภาพและความรับผิดชอบ และสรุปถึงวิธีการนำไปปฏิบัติ
- 4. ขั้นประเมินผล
 - 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
 - 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

นิทาน “แม่น้ำจะเซ้”

มีหมู่บ้านอยู่ 2 หมู่บ้าน ตั้งอยู่ใกล้กัน โดยอยู่กันคนละฟากแม่น้ำ ติดต่อกันมาหาสู่กันทางสะพานซึ่งมีอยู่เพียงแห่งเดียว มีหนุ่มสาวอยู่คู่หนึ่ง จาก 2 หมู่บ้านนี้ รักกันมาก ถึงกับได้มีการหมั้นหมายเพื่อจะแต่งงานกันในไม่ช้า

คืนวันหนึ่งเกิดพายุแรงพัดสะพานข้ามแม่น้ำพังลง ผู้คนทั้งสองฝั่งจึงไม่สามารถไปมาหาสู่กันได้ หญิงสาวเป็นห่วงและคิดถึงชายหนุ่มมาก เพราะก่อนหน้านี้จะเกิดเหตุขึ้น ชายหนุ่มได้ประสบอุบัติเหตุถึงขาหัก หญิงสาวกระวนกระวายใจมาก จะรอให้สร้างสะพานข้ามแม่น้ำใหม่ก็ใช้เวลานานหลายเดือน เธอจึงเดินทางไปติดต่อชายเจ้าของเรือแจว ซึ่งเหลืออยู่ลำเดียวในแถบนั้นเพราะเรือลำอื่น ๆ ถูกพายุพัดทำลายหมด จึงขอร้องชายเจ้าของเรือ ให้ช่วยพาเธอข้ามฟากไปหาคู่หมั้น โดยยินดีจะจ่ายค่าเช่าให้ตามที่เรียกร้องสำหรับชายเจ้าของเรือลำนี้ ความจริงก็ไม่ใช่ใครอื่น เขาเป็นชายหนุ่มคนหนึ่งหลงรักในตัวของเธอมานานแล้ว เมื่อหญิงสาวมาขอร้องเช่นนี้ เขาเห็นว่าเป็นโอกาสที่อาจจะช่วยให้เขาสมหวังได้ ประกอบกับการพาหญิงสาว ข้ามแม่น้ำไปนั้น นับว่าเป็นการเสี่ยงอันตรายมาก เพราะในแม่น้ำนี้มีกระชังชุม ชาวบ้านทั้ง 2 หมู่บ้าน จึงมักไม่ใช่เรือเป็นพาหนะในการไปมาติดต่อ ชายเจ้าของเรือ จึงยื่นข้อเสนอว่า “ถ้าคุณอยากไปจริง ๆ ผมก็จะพยายามฝ่าอันตรายไป เรื่องเงินทองนั้นผมไม่คิด ขอเพียงแต่ให้คุณมาอยู่กับผมสักคืนเดียวเท่านั้น ผมก็พอใจแล้ว” หญิงสาวได้ยินดังนั้นก็โกรธมากและผลจากไปนอนคิดอยู่หลายวันก็ยังตัดสินใจไม่ได้ จึงไปหาเพื่อนหญิง เพื่อขอคำแนะนำ เมื่อเพื่อนหญิงได้ฟังเรื่องราวแล้ว เห็นว่าตนเองอาจจะเดือดร้อนถ้านำตัวเองไปพัวพันในเรื่องนี้ จึงบอกปัดไปว่า “ฉันไม่รู้จะแนะนำอย่างไร เธอไปคิดเอาเองก็แล้วกัน” หญิงสาวรู้สึกผิดหวังที่เพื่อนหญิงไม่ได้ช่วยเหลืออะไรเธอเลย ในที่สุดด้วยความรักและห่วงใยในชายหนุ่มคู่หมั้น เธอจึงตัดสินใจไปหาชายเจ้าของเรือ และตกลงตามข้อเสนอวันรุ่งขึ้นชายเจ้าของเรือ จึงพาหญิงสาวเดินทางข้ามฟากไปด้วยความปลอดภัย เมื่อถึงฝั่งแล้ว คู่หมั้นทั้งสองดีใจมากที่ได้พบกัน ชายหนุ่มคู่หมั้นได้ถามว่าทำอะไรหญิงสาวถึงข้ามมาได้ หญิงสาวจึงได้เล่าเรื่องทั้งหมดให้ฟัง ชายหนุ่มคู่หมั้นโกรธมาก ได้ต่อว่าหญิงสาวและประกาศตัดสัมพันธ์กับเธอ หญิงสาวเสียใจมาก ขณะที่กำลังนั่งร้องไห้อยู่ มีเพื่อนชายคนหนึ่ง ซึ่งเป็นญาติห่าง ๆ ของหญิงสาวผ่านมาพบพอดี จึงเข้ามาปลอบและถามไถ่เรื่องราวที่เกิดขึ้น หญิงสาวจึงได้เล่าเรื่องให้ฟังทั้งหมด เพื่อนชายคนนั้น รู้สึกเห็นใจหญิงสาวและโกรธชายหนุ่มคู่หมั้น มากที่กระทำเช่นนั้น จึงเข้าไปเจรจาหวังจะให้ทั้งคู่คืนดีกัน แต่ชายหนุ่มคู่หมั้นก็ไม่ยอม เพื่อนชายจึงเกิดบันดาลโทสะ เข้าไปชกต่อยชายหนุ่มคู่หมั้นจนล้มลงสิ้นสติไป

จากเรื่องนี้มีตัวละครอยู่ 5 คน คือ

1. หญิงสาว
2. ชายหนุ่มคู่หมั้น
3. ชายเจ้าของเรือ
4. เพื่อนหญิง
5. เพื่อนชาย

ตารางจัดอันดับความดี

อันดับที่	ตัวละคร
1	
2	
3	
4	
5	

กิจกรรมที่ 2 : ลูกดิ่งเจ้าปัญหา

เวลา 30 นาที

อุปกรณ์

1. เอกสารประกอบเรื่อง “ลูกดิ่งเจ้าปัญหา” จำนวน 8 แผ่น
2. กระดาษขาว (A4) 2 แผ่น
3. ดินสอ 2 แท่ง

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ขั้นการมีส่วนร่วม
 - 1.1 ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม โดยวิธีนับ 1 - 2 แล้วแจกกระดาษขาวและดินสอให้ทั้ง 2 กลุ่ม
 - 1.2 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง “ลูกดิ่งเจ้าปัญหา” คนละ 1 แผ่น แล้วผู้วิจัยอ่านให้ฟังถึงกรณีตัวอย่างในเรื่อง ให้นักเรียนคิดคำตอบโดยใช้เวลา 3 นาที เก็บคำตอบไว้ในใจไม่บอกใครและห้ามเปลี่ยน
 - 1.3 ผู้วิจัยให้นักเรียนในกลุ่มปรึกษาหาคำตอบ
 - 1.4 ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มเฉลยคำตอบ พร้อมแสดงเหตุผล
 - 1.5 นักเรียนคนไหนมีคำตอบไม่เหมือนที่กลุ่มเฉลย ให้บอกคำตอบของตนเอง และแสดงเหตุผล
2. ขั้นวิเคราะห์
 - 2.1 ให้นักเรียนทุกคนบอกคำตอบของแต่ละคน
 - 2.2 ให้นักเรียนในกลุ่มบอกคำตอบของกลุ่ม
 - 2.3 มีใครเปลี่ยนแปลงคำตอบบ้าง หลังจากฟังเหตุผลของผู้อื่น
 - 2.4 ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้
 - 2.5 ผู้วิจัยคอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ
3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ
 - 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับแนวคิดและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
 - 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
 - 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้เกี่ยวกับเสรีภาพและความรับผิดชอบ และสรุปวิธีการนำไปปฏิบัติ
4. ขั้นประเมินผล
 - 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
 - 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

การประเมินผล

1. สังเกตจากการให้ความร่วมมือและความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ลูกดิ่งเจ้าปัญหา

แม่ให้เงินเป็นของขวัญวันเกิดแก่มานะ 40 บาท ให้มานะไปหาซื้อของที่ถูกต้อง มานะรับนำเงินไปซื้อลูกดิ่งที่อยากได้มานานแล้ว ลูกดิ่งอันนี้เป็นลูกดิ่งที่มีลักษณะพิเศษที่มานะชอบมาก เป็นลูกดิ่งของเพื่อนชื่อสมชาย สมชายขายลูกดิ่งให้มานะไปในราคา 20 บาท มานะได้ลูกดิ่งก็ดีใจมาก นำกลับไปเล่นที่บ้าน เพื่อนสนิทของมานะอีกคนหนึ่งชื่อสมศักดิ์ก็มาขอซื้อลูกดิ่งต่อ โดยมานะขายให้ในราคา 30 บาท ต่อมามานะไปหาซื้อลูกดิ่งอีกก็ไม่มีอันไหนที่ถูกต้อง จึงมาขอซื้อลูกดิ่งคืนจากสมศักดิ์ สมศักดิ์จึงขายคืนให้ในราคา 40 บาท แต่มานะเล่นลูกดิ่งได้ไม่นาน ก็มีเพื่อนมาขอซื้ออีก มานะตัดสินใจขายไปอีกครั้งในราคา 50 บาท จากเหตุการณ์ทั้งหมดนี้ มานะได้กำไรหรือขาดทุนเท่าไร หรือว่าเสมอตัว

อธิบายเป็นโจทย์ได้ดังนี้

มานะซื้อลูกดิ่ง	ราคา =	20 บาท
มานะขายลูกดิ่ง	ราคา =	30 บาท
มานะซื้อลูกดิ่งคืน	ราคา =	40 บาท
มานะขายลูกดิ่งคืน	ราคา =	50 บาท
มานะได้กำไรเท่าไร หรือ		
มานะขาดทุนเท่าไร หรือ		
มานะเสมอตัว	=	? บาท

ครั้งที่ 5

หัวข้อ มีเสรีภาพและความรับผิดชอบ

กิจกรรม ประกวดเทพีและเรือมหาภัย

เวลา 1.30 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้ถึงการมีเสรีภาพในการตัดสินใจเลือกในสถานการณ์ต่างๆ และรับผิดชอบต่อการกระทำและผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง

กิจกรรมที่ 1 : ประกวดเทพี

เวลา 45 นาที

อุปกรณ์

1. ภาพผู้เข้าประกวดเทพี 8 แผ่น
2. ตารางการตัดสินของกรรมการ 8 แผ่น

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นการมีส่วนร่วม
 - 1.1 ผู้วิจัยแจกภาพเทพีให้นักเรียนคนละ 1 แผ่น
 - 1.2 ผู้วิจัยอธิบายให้นักเรียนทำหน้าที่เป็นกรรมการตัดสินความงามของเทพี ตามลำดับและระบุเหตุผลประกอบด้วย
 - 1.3 นักเรียนสามารถปรึกษากันได้
2. ขั้นวิเคราะห์
 - 2.1 ผู้วิจัยถามคำถาม เช่น
 - 2.1.1 การตัดสินเทพีนักเรียนปรึกษาใครหรือไม่
 - 2.1.2 นักเรียนคนใดไม่ปรึกษาผู้อื่นเลยในการตัดสินเทพี
 - 2.1.3 นักเรียนคนใดฟังความเห็นของคนอื่น แต่การตัดสินใจครั้งสุดท้ายเป็นของตนเอง
 - 2.1.4 นักเรียนคนใดฟังความเห็นของคนอื่นแล้วเชื่อตามความคิดของผู้อื่น
 - 2.1.5 ผู้ใดตัดสินโดยไม่ระบุเหตุผล เพราะเหตุใด
 - 2.2 ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้

2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

- 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับแนวคิดและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
- 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
- 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้เกี่ยวกับเสรีภาพและความรับผิดชอบ และสรุปวิธีการนำไปปฏิบัติ

4. ขั้นประเมินผล

- 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
- 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

การประเมินผล

1. สังเกตจากการให้ความร่วมมือและความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ตารางการตัดสินของกรรมการ

ชื่อกรรมการ

ชื่อนางงาม	อันดับที่ได้	เหตุผล
นางสาวดวงใจ		
นางสาวพรสวรรค์		
นางสาวสุตา		
นางสาวสมพร		
นางสาวใจดี		
นางสาววาสนา		

ภาพสาวงาม

ใบหน้ายิ้มแย้ม
ผมยาว
ตัวเตี้ย

ภาพนางสาวดวงใจ

ใบหน้าเฉยเมย
ไวผมสั้น
รูปร่างดี

ภาพนางสาวพรสวรรค์

ใบหน้ายิ้มแย้ม
ผิวลำ
หน้ารูปไข่

ภาพนางสาวสุตา

ใบหน้าดู
ผมยาว
ผิวขาว หุ่นดี

ภาพนางสาวสมพร

ใบหน้าหวาน
อวบอ้วน
ขาวสวย

ภาพนางสาวใจดี

หน้าไทยๆ
พริ้มสวย
หุ่นดี

ภาพนางสาววาสนา

กิจกรรมที่ 2 : เรือมหาภัย

เวลา 45 นาที

อุปกรณ์

1. เอกสารเรื่องเรือมหาภัย 8 แผ่น

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นการมีส่วนร่วม

- 1.1 ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่องเรือมหาภัยให้นักเรียนคนละ 1 แผ่น
- 1.2 นักเรียนอ่านเรื่องในเอกสารแล้วพิจารณาเลือกว่าใครสมควรจะได้กลับบ้าน
- 1.3 ห้ามนักเรียนปรึกษากัน แล้วเฉลยคำตอบทุกคนพร้อมเหตุผล
- 1.4 ผู้วิจัยให้นักเรียนแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ให้กลุ่มปรึกษาหาคำตอบ ส่งตัวแทนออกมาเฉลยคำตอบพร้อมเหตุผล

2. ขั้นวิเคราะห์

- 2.1 ผู้วิจัยถามคำถาม เช่น
 - 2.1.1 รู้สึกอย่างไรที่ต้องเลือกเมื่อสถานการณ์จำเป็นอย่างนี้
 - 2.1.2 ในชีวิตของคนเราต้องมีการเลือกอยู่เสมอหรือไม่ นักเรียนเคยตัดสินใจเลือกอะไรบ้าง แล้วรับผิดชอบต่อการตัดสินใจนั้นอย่างไร
 - 2.1.3 นักเรียนคนใดฟังความเห็นของคนอื่น แล้วมีการเปลี่ยนการตัดสินใจ
- 2.2 ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้
- 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

- 4.3 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับแนวคิดและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
- 4.4 นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
- 4.5 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้เกี่ยวกับเสรีภาพและความรับผิดชอบ และสรุปวิธีการนำไปปฏิบัติ

5. ขั้นประเมินผล

- 5.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
- 5.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

การประเมินผล

1. สังเกตจากการให้ความร่วมมือและความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

เรือมหาภัย

ในช่วงฤดูหนาวอันเยือกเย็น คำคีนี่เรือเดินสมุทรไททานิคกำลังมุ่งหน้าสู่ทวีปอเมริกา โดยบรรทุกผู้โดยสารไว้ราว 1,500 คน ทุกคนกำลังนอนหลับอย่างมีความสุข โดยหารู้ไม่ว่าภัยอันตรายกำลัง คืบคลานเข้ามาหา

กัปตันเรือได้สั่งให้เรือเดินหน้าเต็มที ลูกเรือทุกคนได้ทำตามคำสั่ง เมื่อเรือเดินหน้าไปได้ ระยะหนึ่งก็มีเสียงการกระทบกันของวัตถุตั้งสนั่นหวั่นไหว ไซ้แล้วเรือไททานิคได้ชนกับภูเขาน้ำแข็งอันมหึมา เรือได้รับความเสียหายมาก กัปตันเรือสั่งให้ลูกเรือและผู้โดยสารทุกคนอยู่ในความสงบ

กัปตันเรือได้เรียกประชุมเจ้าหน้าที่ประจำเรือ วิศวกร ลูกเรือ แล้วได้ข้อสรุปว่าความเสียหายที่เรือได้รับไม่สามารถซ่อมแซมได้ เรือจะต้องจมลงในราว 1 – 2 ชั่วโมง กัปตันจึงได้พยายามวิญญูติดต่อ เรือลำอื่นๆที่อยู่ใกล้เคียงในน่านน้ำเดียวกันเพื่อขอความช่วยเหลือ แต่ทว่าไม่มีเรือลำใดติดต่อกลับมายังเรือไททานิคเลย

เวลาผ่านไป 1 ชั่วโมงเรือได้เอียงลงในมหาสมุทรประมาณ 30 องศา ทุกคนอยู่ในอาการ หวาดวิตก เวลาผ่านไปอย่างรวดเร็ว ในที่สุดวาระสุดท้ายของเรือได้มาถึงเมื่อเวลาผ่านไปครบ 2 ชั่วโมง เรือไททานิคเอียงมาขึ้นและจมลงอย่างรวดเร็ว

ทุกสิ่งทุกอย่างจมลงอยู่ใต้มหาสมุทร คนที่ว่ายน้ำได้ก็พยายามช่วยเหลือตนเอง คนที่ว่ายน้ำไม่ได้ก็จมสู่ก้นบึ้งของทะเล ต่อมาความหนาวเหน็บของอากาศได้ทำให้คนที่ว่ายน้ำเป็นเกิดอาการเหน็บชา และจมน้ำในที่สุดทีละคน จนหมด

ยัง ยัง ยังไม่หมด มีผู้โดยสารอยู่ 6 คน ที่ยังมีชีวิตอยู่เพราะได้อาศัยเกาะชิ้นส่วนของเรือ รุ่งเช้า เรือประมงผ่านมาเห็นคนทั้ง 6 คน ลอยคออยู่ในน้ำจึงได้ตรงเข้าไปช่วยเหลือ แต่เกิดปัญหาว่า เรือประมงนั้นเป็นเรือของชาวบ้านที่สามารถบรรทุกคนได้เพียง 2 คน ซึ่งตอนนี้เจ้าของเรือได้นั่งอยู่ก่อนแล้วจึงมีที่ว่างอีกเพียงหนึ่งที่นั่งสำหรับผู้โชคดี ใครคือผู้ที่สมควรจะได้ขึ้นเรือประมง

- คนทั้ง 6 ได้แก่
1. เด็ก
 2. หญิงตั้งครรภ์
 3. ชายชรา
 4. ชายหนุ่มผู้แข็งแรง
 5. เจ้าหน้าที่ของทางการที่กุมความลับไว้และจำเป็นต้องนำความลับนั้นไปยังจุดหมาย
 6. หญิงตาบอดซึ่งเป็นโรคที่ต้องการการรักษาอย่างเร่งด่วน

ช่วยเลือกหน่อย

ครั้งที่ 6

หัวข้อ พยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตัวเองและการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น

กิจกรรม รวมใจเป็นหนึ่งเดียวและกระรอกเข้าโพรง

เวลา 1.30 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้ถึงความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตัวเอง ดำรงชีวิตตามความรู้สึกของตนเอง ไม่ดำรงชีวิตตามความคาดหวังของบุคคลอื่น และสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น

กิจกรรมที่ 1 : รวมใจเป็นหนึ่งเดียว

เวลา 60 นาที

อุปกรณ์

1. ดินสอ 8 แท่ง
2. กระดาษขาว (A4) 8 แผ่น

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นการมีส่วนร่วม
 - 1.1 ให้นักเรียนนั่งเป็นรูปครึ่งวงกลม ผู้วิจัยแจกกระดาษขาวและดินสอให้นักเรียนทุกคน
 - 1.2 ให้นักเรียนทุกคน ดำเนินการดังต่อไปนี้คือ
 - 1.2.1 เขียนชื่อ นามสกุล ลงบนหัวกระดาษ
 - 1.2.2 เขียนคติพจน์ ประจำตัว ลงไปได้ชื่อ
 - 1.2.3 วาดรูปสัญลักษณ์ของตนเอง
 - 1.2.4 เขียนข้อดีและข้อเสียของตนเองอย่างละ 3 ข้อ
 - 1.3 ให้นักเรียนแต่ละคนออกมาแนะนำตนเองได้แก่ ชื่อ นามสกุล คติพจน์ สัญลักษณ์ และข้อดี – ข้อเสีย ของตนเองจนครบทุกคน
 - 1.4 ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 4 คน ให้นักเรียนช่วยกันดำเนินการดังต่อไปนี้
 - 1.4.1 แต่งกลอน 8 จำนวน 1 บท โดยต้องให้มีชื่อของนักเรียนทั้ง 4 คน

อยู่ในบทกลอนนั้น

- 1.4.2 สร้างสัญลักษณ์ของกลุ่มขึ้นมา โดยต้องมีสัญลักษณ์ของทั้ง 4 คน รวมอยู่ด้วย
- 1.4.3 รวมคติพจน์ของนักเรียนทั้ง 4 คน มาเป็นของกลุ่ม
- 1.4.4 เขียนข้อดีและข้อเสียของกลุ่ม อย่างละ 3 ข้อ

2. ขั้นวิเคราะห์

- 2.1 ให้นักเรียนทุกคนร่วมกันอภิปราย ผู้วิจัยนำการอภิปราย ด้วยการซักถาม เช่น
 - 2.1.1 นักเรียนมีความรู้สึกหรือมีความคิดเห็นอย่างไรกับคติพจน์ สัญลักษณ์ ข้อดีและข้อเสียของตนเอง
 - 2.1.2 นักเรียนมีความรู้สึกหรือมีความคิดเห็นอย่างไรกับคติพจน์ สัญลักษณ์ ข้อดีและข้อเสียของกลุ่ม
 - 2.1.3 ทั้ง ๆ ที่แต่ละคนล้วนแตกต่างกัน เพราะอะไรจึงทำให้สามารถรวมเป็นกลุ่มเดียวกันได้
- 2.2 นักเรียนได้แนวคิดอะไรบ้างจากกิจกรรมนี้
- 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ซักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

- 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับแนวคิด และประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
- 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
- 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้ในเรื่องการต่อสู้เพื่อ ความเป็นตัวของตัวเองและสามารถสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น และสรุปวิธีการนำไปปฏิบัติ

4. ขั้นประเมินผล

- 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
- 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

กิจกรรมที่ 2 : กระรอกเข้าโพรง

เวลา 30 นาที

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ขั้นการมีส่วนร่วม

- 1.1 ให้นักเรียนนั่งเป็นรูปวงกลม ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนทราบว่า มีบทบาทให้นักเรียนเลือก 2 บทบาท คือ “กระรอก” และ “โพรง”
- 1.2 ผู้วิจัยออกคำสั่ง ให้นักเรียนจับกลุ่มตามจำนวนที่ต้องการ เช่น “โพรง 2 กระรอก 1” นักเรียนจะต้องรีบตัดสินใจว่าตนเองจะเป็นโพรงหรือกระรอก ถ้าเป็นโพรง จะต้องรีบไปจับคู่กับผู้ที่โพรงด้วยกัน และผู้ที่เป็นกระรอกจะต้องรีบเข้าไปอยู่ในโพรงตามจำนวนที่สั่ง
- 1.3 นักเรียนที่ไม่สามารถเป็นได้ทั้งโพรงและกระรอก จะถูกคัดออก
- 1.4 เปลี่ยนคำสั่งใหม่ไปเรื่อย ๆ ประมาณ 5 – 6 ครั้ง ครึ่งสุดท้ายผู้วิจัยออกคำสั่ง “โพรง 4 กระรอก 4” โดยใช้นักเรียนทั้งหมดรวมทั้งคนที่ถูกคัดออก

2. ขั้นวิเคราะห์

- 2.1 ให้นักเรียนทุกคนร่วมกันอภิปราย โดยผู้วิจัยนำการอภิปรายด้วยการซักถามต่าง ๆ เช่น
 - 2.1.1 นักเรียนที่ถูกคัดออกมีความรู้สึกอย่างไร
 - 2.1.2 เพราะอะไรจึงถูกคัดออก
 - 2.1.3 นักเรียนที่ถูกคัดออกเมื่อได้กลับเข้ามาเล่นใหม่มีความรู้สึกอย่างไร
 - 2.1.4 นักเรียนที่สามารถเล่นได้ตลอดโดยไม่ถูกคัดออก นั้นมีวิธีอย่างไร
- 2.2 ให้นักเรียนทุกคนร่วมกันอภิปรายถึงข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้
- 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ซักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

- 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับแนวคิดและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
- 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
- 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้ในเรื่องการต่อสู้เพื่อความเป็นตัวของตัวเองและสามารถสร้างสัมพันธ์กับบุคคลอื่น และสรุปวิธีการนำไปปฏิบัติ

4. ขั้นประเมินผล

- 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
- 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

การประเมินผล

1. สังเกตจากการให้ความร่วมมือและความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
1. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 7

หัวข้อ พยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตัวเองและการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น (ต่อ)

กิจกรรม ไครเอ่ย์และไฟทายใจ

เวลา 1.30 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้ถึงความเป็นตัวของตัวเอง ดำรงชีวิตตามความรู้สึกภายในของตนเองไม่ดำรงชีวิตตามความคาดหวังของบุคคลอื่น และสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น

กิจกรรมที่ 1 : ไครเอ่ย์

เวลา 30 นาที

อุปกรณ์

1. กระดาษขาว ขนาด 3" x 6" จำนวน 8 แผ่น
2. ดินสอ จำนวน 8 แท่ง

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นการมีส่วนร่วม
 - 1.1 ให้นักเรียนในกลุ่มนั่งเป็นรูปครึ่งวงกลม ผู้วิจัยแจกกระดาษและดินสอให้กับนักเรียนแต่ละคน
 - 1.2 ให้นักเรียนแต่ละคนเขียนชื่อของตนเองที่บนมุมขวาของกระดาษ จากนั้นให้ทุกคนเขียนลักษณะเด่นของตนเองลงไปบนกระดาษ โดยเน้นว่าขอให้เป็นลักษณะที่ผู้อื่นเห็นแล้วทราบทันทีว่าเป็นตัวเรา ให้เวลา 2 นาที เสร็จแล้วให้ม้วนกระดาษเป็นสลาก
 - 1.3 ผู้วิจัยเก็บม้วนสลากของทุกคนมารวมกัน แล้วแจ้งให้นักเรียนทราบว่าต่อไป จะอ่านลักษณะเด่นจากม้วนสลากโดยเจ้าของสลากอยู่เฉย ๆ แต่ให้นักเรียนคนอื่น ๆ ทายว่าเป็นลักษณะของผู้ใด
 - 1.4 ในกรณีที่ทายไม่ถูกให้เจ้าของสลากแสดงตัวเอง ปฏิบัติเช่นนี้ไปเรื่อย ๆ จนครบทุกคน
2. ขั้นวิเคราะห์
 - 2.1 ให้นักเรียนทุกคนร่วมกันอภิปราย โดยผู้วิจัยนำการอภิปรายด้วยการซักถามต่าง ๆ เช่น

- 2.1.1 นักเรียนรู้สึกอย่างไรที่เพื่อนทนายชื่อตนเองได้ถูกต้อง
- 2.1.2 นักเรียนรู้สึกอย่างไรที่เพื่อนทนายชื่อตนเองไม่ถูก
- 2.1.3 เพราะอะไรจึงทำให้เพื่อนทนายชื่อตนเองได้ถูกต้อง
- 2.1.4 เพราะอะไรจึงทำให้เพื่อนทนายชื่อตนเองไม่ถูก
- 2.2 ให้นักเรียนทุกคนร่วมกันอภิปรายถึงข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้
- 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ
3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ
 - 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับแนวคิดและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
 - 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
 - 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้ในเรื่องการต่อสู้เพื่อความเป็นตัวของตัวเองและสามารถสร้างสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่น และสรุปวิธีการนำไปปฏิบัติ
4. ขั้นประเมินผล
 - 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
 - 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

กิจกรรมที่ 2 : ไฟท้ายใจ

เวลา 60 นาที

อุปกรณ์

1. ไฟ 2 สำหรับ
2. ลูกอม 100 เม็ด

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ขั้นการมีส่วนร่วม
 - 1.1 แบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 4 คน
 - 1.2 แจกไฟให้กลุ่มละ 1 สำหรับ และแจกลูกอมให้คนละ 10 เม็ด
 - 1.3 ผู้วิจัยอธิบายวิธีการเล่น โดยให้นักเรียนแต่ละกลุ่มนั่งเป็นวงกลม แล้วแจกไฟให้นักเรียนคนละ 1 ใบ โดยคำว่าไฟไว้ ห้ามนักเรียนดูไฟของตนเองและของคนอื่น แล้วให้นักเรียนหยิบไฟติดไว้ที่หน้าผากของตนเอง จะทำให้นักเรียนเห็น คะแนนของคนอื่น ๆ แต่จะไม่เห็นของตนเอง ห้ามนักเรียนบอกคะแนนซึ่งกันและกันนักเรียนคนใดที่คิดว่าตนมีคะแนนมากที่สุดให้วางประก้นด้วยลูกอมที่แจกให้ จะวางประก้นกี่เม็ดก็ได้ถ้านักเรียนคนอื่นคิดว่าตนเองมีคะแนนมากกว่าก็สามารถวางประก้นซ้อนลงไปได้อีกแต่ต้องวางไม่น้อยกว่าที่คนแรกได้วางไว้ ส่วนนักเรียนที่คิดว่าตนเองมีคะแนนน้อยกว่าคนอื่นและไม่คิดสู้แล้วให้วางไฟคว่าหน้าลงและถือว่าหมดสิทธิ์ในการแข่งขันในรอบนั้น นักเรียนที่ได้วางประก้นให้หงายไฟดู ใครที่มีคะแนนสูงสุดจะเป็นผู้ชนะและได้รับลูกอมที่วางประก้นในรอบนั้นไปทั้งหมด
 - 1.4 ในแต่ละกลุ่มให้เล่นเกมในข้อ 1.3 จำนวน 2 รอบ จากนั้นให้เล่นเกมต่อไป ซึ่งมีลักษณะคล้ายกับเกมในข้อ 1.3 แต่นักเรียนจะถือไฟไว้ในมือของตนนักเรียนคนอื่น ๆ จะมองไม่เห็นคะแนนของตนให้เล่นเกมที่ 2 จำนวน 2 รอบเช่นกัน
 - 1.5 ให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย
 - 1.6 ให้นักเรียนเล่นเกมเมื่อจบเกม (ประมาณ 30 นาที) ให้นักเรียนนับลูกอมที่เหลืออยู่ ใครเหลือมากที่สุดเป็นผู้ชนะ
 - 1.7 ปรบมือเป็นรางวัลแก่ผู้ชนะ
2. ขั้นวิเคราะห์
 - 2.1 นักเรียนทุกคนในกลุ่ม อภิปรายร่วมกันในหัวข้อต่อไปนี้
 - 2.1.1 นักเรียนพูดถึงความมั่นใจในการเล่นเกม ความกังวลใจในการตัดสินใจ
 - 2.1.2 ให้ผู้ชนะในแต่ละกลุ่มพูดถึงว่า ทำอย่างไรจึงได้ชนะในเกม
 - 2.1.3 ผู้วิจัยอภิปรายต่อว่ากิจกรรมที่ผ่านไบนั้นเป็นเพียงเกมการเล่น ซึ่งต้องมีกฎเกณฑ์ว่า ห้ามเปิดเผยคะแนนของตนเองหรือห้ามบอกคะแนนให้เจ้าตัวรู้ ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายเป็นกลุ่มว่า

2.1.3.1 การเล่นเกมที่เราไม่รู้แต้มหรือคะแนนของตนเองเปรียบเสมือนอะไร

2.1.3.2 ถ้าเหตุการณ์นี้เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจริงในชีวิตคนจะมีผลเสียอย่างไรบ้าง

2.1.3.3 ถ้าเกมนี้ปราศจากกฎเกณฑ์ใด ๆ ทำอย่างไรนักเรียนจึงจะรู้คะแนนของตนเอง

2.1.4 ผู้วิจัยคอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับแนวคิดและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม

3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย

3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้ในเรื่องการต่อสู้เพื่อความเป็นตัวของตัวเองและสามารถสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น และสรุปถึงวิธีการนำไปปฏิบัติ

4. ขั้นประเมินผล

4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม

4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

การประเมินผล

1. สังเกตจากการให้ความร่วมมือและความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปประเด็นสำคัญ

ครั้งที่ 8

หัวข้อ แสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย

กิจกรรม โฆษณาพาเพลินและของความคิด

เวลา 1.30 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้การแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย

กิจกรรมที่ 1 : โฆษณาพาเพลิน

เวลา 30 นาที

อุปกรณ์

1. กระดาษขาว (A4) 8 แผ่น
2. ดินสอ 8 แท่ง

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นการมีส่วนร่วม
 - 1.1 ให้นักเรียนนั่งเป็นรูปครึ่งวงกลม แล้วแจกกระดาษและดินสอให้กับนักเรียนทุกคน
 - 1.2 ผู้วิจัยถามนักเรียนว่า “โฆษณาที่ดินนั้นเป็นอย่างไร เช่น ดึงดูดความสนใจ บอกคุณภาพที่ดีของสินค้า มีความสวยงาม ฯลฯ” แล้วให้นักเรียนทุกคนเขียนโฆษณาให้แก่ตนเอง โดยเน้นให้คนอื่นเห็นว่า ตนเองมีจุดดี จุดเด่นอะไรบ้าง (ถ้าเป็นสินค้าก็ให้คนอื่นอยากซื้อ ถ้าเป็นสิ่งของก็ให้คนอื่นอยากได้)
 - 1.3 ให้เวลา 5 นาที เสร็จแล้วผู้วิจัยเก็บรวบรวมและอ่านประกาศให้นักเรียนในกลุ่มฟังจนครบทุกคน
2. ขั้นวิเคราะห์
 - 2.1 ผู้วิจัยถามความรู้สึกของนักเรียน ดังนี้
 - 2.1.1 มีความรู้สึกอย่างไรขณะที่เขียนโฆษณาตนเอง
 - 2.1.2 มีความรู้สึกอย่างไรขณะที่ได้ฟังประกาศโฆษณาตนเอง
 - 2.1.3 ท่านคิดว่าข้อความในแผ่นโฆษณานี้ตรงกับตัวจริงของท่านหรือไม่อย่างไร

- 2.1.4 ท่านเคยบอกถึงข้อดีต่าง ๆ เหล่านี้ ให้ผู้อื่นทราบบ้างหรือไม่ อย่างไร
- 2.2 ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้
- 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ
3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ
 - 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับแนวคิดและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
 - 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
 - 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้การแสวงหาความหมายในชีวิต จุดมุ่งหมาย คุณค่าและเป้าหมาย และสรุปวิธีการนำไปปฏิบัติ
4. ขั้นประเมินผล
 - 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
 - 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

กิจกรรมที่ 2 : ของความดี

เวลา 60 นาที

อุปกรณ์

1. ของจดหมาย 8 ซอง
2. กระดาษขาว ขนาด 3" x 4" จำนวน 80 แผ่น
3. ดินสอ 8 แท่ง

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ขั้นการมีส่วนร่วม
 - 2.1 ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม แล้วแจกดินสอและซองจดหมายให้นักเรียนแต่ละคน ภายในซองจะมีกระดาษขาวขนาด 3" x 4" จำนวน 8 แผ่น
 - 2.2 ให้นักเรียนเขียนชื่อตนเอง ให้ชัดเจนบนหน้าซองจดหมายและเขียนข้อดีต่าง ๆ ของตนเอง 3 ข้อ ลงบนกระดาษแผ่นที่ 1 จากนั้นเก็บกระดาษที่เขียนข้อดี ของตนเองไว้ในกระเป๋าเสื้อ
 - 2.3 ให้นักเรียนทุกคนส่งซองจดหมายที่มีชื่อตนเอง ไปให้เพื่อนนักเรียนทางขวามือ เมื่อนักเรียนทุกคน ได้รับซองจดหมายจากเพื่อนแล้วให้เขียนข้อดีของเพื่อนที่เป็นเจ้าของซองจดหมาย ลงไปในกระดาษขาวที่อยู่ในซองคนละ 1 แผ่น ๆ ละ 1 ข้อ เมื่อได้ยินสัญญาณจากผู้วิจัย ก็ให้พับใส่ซองให้เรียบร้อย แล้วส่งซองนั้นไปยังเพื่อนนักเรียน ที่อยู่ขวามือและรับซองจากทางซ้ายมือ มาเขียนความดีของเพื่อนนักเรียนที่มีชื่อบนซอง เมื่อหมดเวลาก็ส่งต่อไปทางขวามือของตนเองอีกยังเพื่อนนักเรียน ที่อยู่ขวามือและรับซองจากทางซ้ายมือ มาเขียนความดีของเพื่อนนักเรียนที่มีชื่อบนซอง เมื่อหมดเวลาก็ส่งต่อไปทางขวามือของตนเองอีกทำแบบนี้ไปจนครบทุกคน

- 2.4 เมื่อนักเรียนแต่ละคนในกลุ่มได้รับซองของตัวเองคืนมาแล้ว ให้เปิดอ่านแล้ว
เปรียบเทียบข้อความที่ได้รับจากเพื่อน กับข้อความที่ตนเองเขียนไว้
3. ขั้นวิเคราะห์
- 3.1 ผู้วิจัยถามความรู้สึกของนักเรียน จากการอ่านข้อดีที่เพื่อนนักเรียนเขียนให้
- 3.2 ให้นักเรียนเปรียบเทียบข้อดีที่ตนเองเขียนไว้กับที่เพื่อนเขียนมาให้ แล้วร่วมกัน
อภิปรายในกลุ่ม ผู้วิจัยใช้คำถามต่าง ๆ ในการอภิปราย ดังนี้
- 3.2.1 ข้อดีที่เพื่อนนักเรียนเขียนกับที่ตนเองเขียน แตกต่างกันหรือไม่ อย่างไร
- 3.2.2 นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร เมื่อได้อ่านข้อดีของตนเองที่เพื่อนนักเรียน
เขียนมาให้
- 3.2.3 นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร ในขณะที่เขียนข้อดีของตนเอง
- 3.2.4 นักเรียนเคยคิดถึงข้อดีเหล่านี้ของตนเองหรือไม่ อย่างไร
- 3.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ
4. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ
- 4.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับแนวคิดและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
- 4.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
- 4.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้การแสวงหาความ
หมายในชีวิต จุดมุ่งหมาย คุณค่าและเป้าหมาย และสรุปวิธีการนำไปปฏิบัติ
5. ขั้นประเมินผล
- 5.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
- 5.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

การประเมินผล

- สังเกตจากการให้ความร่วมมือและความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
- สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 9

หัวข้อ แสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย

กิจกรรม สร้างบ้านและรวมเงิน

เวลา 1.30 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้การแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย

กิจกรรมที่ 1 : สร้างบ้าน

เวลา 45 นาที

อุปกรณ์

1. กระดาษชิ้นส่วนของบ้าน

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นการมีส่วนร่วม
 - 1.1 ให้นักเรียนนั่งเป็นรูปครึ่งวงกลม อธิบายว่าผู้วิจัยมีภาพบ้านอยู่ 2 ภาพ ซึ่งแตกต่างกันและได้แยกภาพบ้านเป็นชิ้นส่วนแล้วภาพละ 12 ชิ้น
 - 1.2 ผู้วิจัยจะแจกกระดาษชิ้นส่วนของบ้านให้นักเรียนคนละ 3 ชิ้น แต่ละชิ้นเป็นชิ้นส่วนของภาพบ้านภาพเดียวกัน
 - 1.3 ผู้วิจัยออกคำสั่งว่า “ให้ทุกคนรวมกันเพื่อต่อชิ้นส่วนบ้านให้ครบ โดยห้ามแลกเปลี่ยนชิ้นส่วนกับคนอื่น”
 - 1.4 กลุ่มที่สามารถรวมตัวกันแล้วต่อกระดาษเป็นรูปบ้านเสร็จให้ยกมือขึ้น
2. ขั้นวิเคราะห์
 - 2.1 ผู้วิจัยถามคำถาม เช่น
 - 2.1.1 ทำไมทุกคนจึงมีการรวมตัวกัน
 - 2.1.2 การที่จะต่อบ้านให้สำเร็จต้องประกอบด้วยอะไรบ้าง
 - 2.1.3 ชิ้นส่วนกระดาษของบ้านชิ้นใดสำคัญที่สุด
 - 2.2 ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้
 - 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ
3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ
 - 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับแนวคิดและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม

- 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
- 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้การแสวงหาความหมายในชีวิต จุดมุ่งหมาย คุณค่าและเป้าหมาย และสรุปวิธีการนำไปปฏิบัติ
4. ขั้นประเมินผล
 - 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม
 - 4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

กิจกรรมที่ 2 : รวมเงิน

เวลา 45 นาที

อุปกรณ์

1. บัตรที่ระบุค่าจำนวนเงิน

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นการมีส่วนร่วม
 - 1.1 ให้นักเรียนนั่งเป็นรูปครึ่งวงกลม
 - 1.2 ผู้วิจัยให้นักเรียนบอกค่าบัตรที่ตนเองต้องการ 10 ใบ จะซ้ำหรือไม่ซ้ำก็ได้ (ค่ากระดาษที่มี ได้แก่ 1,000 บาท, 500 บาท, 50 บาท, 20 บาท, 10 บาท, 5 บาท, 2 บาท, 1 บาท, 75 สตางค์, 50 สตางค์และ 25 สตางค์)
 - 1.3 ผู้วิจัยสั่งให้นักเรียนที่ถือบัตรรวมตัวกันตามจำนวนเงินที่ผู้วิจัยต้องการ เช่น รวมกันให้ได้ 30 บาท, 1 บาท 50 สตางค์, 2,500 บาท ,รวมเงินให้ได้ค่ามากที่สุดโดยรวมกันไม่เกิน 3 คน, 5คน รวมกันให้ได้เงินน้อยที่สุด เป็นต้น
2. ขั้นวิเคราะห์
 - 2.1 ผู้วิจัยถามคำถาม เช่น
 - 2.1.1 การที่ทุกคนมีค่าบัตรแตกต่างกันทำให้เกิดผลอย่างไร
 - 2.1.2 รู้สึกอย่างไรเมื่อบางคนไม่สามารถรวมกับผู้อื่นได้
 - 2.1.3 รู้สึกอย่างไรเมื่อรวมจำนวนเงินได้ตรงตามคำสั่ง
 - 2.2 ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้
 - 2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ชักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ
3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ
 - 3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับแนวคิดและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม
 - 3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย
 - 3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้การแสวงหาความหมายในชีวิต จุดมุ่งหมาย คุณค่าและเป้าหมาย และสรุปวิธีการนำไปปฏิบัติ
4. ขั้นประเมินผล
 - 4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม

4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

การประเมินผล

1. สังเกตจากการให้ความร่วมมือและความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 10 - 11หัวข้อ

ความมั่งหวังในชีวิต

กิจกรรม

คุณค่าของการดำรงชีวิต

เวลา

1.30 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถสรุปแนวคิดที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาความมั่งหวังในชีวิตของตนเอง

อุปกรณ์

1. กระดาษขาว (A4) จำนวน 8 แผ่น
2. ดินสอ จำนวน 8 แท่ง

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นการมีส่วนร่วม
 - 1.1 ให้นักเรียนนั่งเป็นรูปครึ่งวงกลม
 - 1.2 ผู้วิจัยแจกกระดาษและดินสอให้นักเรียนทุกคน
 - 1.3 ให้นักเรียนแต่ละคน เขียนคำตอบต่อไปนี้ลงไปบนกระดาษ
 - 1.3.1 ชื่อ นามสกุล
 - 1.3.2 อยากให้ชีวิตของตนเองเป็นอย่างไร ขณะนี้เหมือนที่คิดหวังไว้หรือไม่ เพราะเหตุใดจึงเป็นเช่นนั้น แล้วท่านทำอย่างไรกับชีวิตของท่านในขณะนี้
 - 1.3.3 เมื่อมีปัญหา สับสน ท้อแท้ในชีวิต แก้ไขปัญหาเหล่านั้นอย่างไร
 - 1.3.4 ใครมีความสำคัญสำหรับท่านที่สุดในชีวิต
 - 1.3.5 ท่านคิดว่าใครรักท่านมากที่สุด เรียงตามลำดับ 1 ถึง 3
 - 1.3.6 บอกข้อดีของท่าน 3 ข้อ , ในรอบ 3 เดือนที่ผ่านมาท่านทำความดีอะไรบ้าง, รู้สึกอย่างไรเมื่อทำความดีนั้น
 - 1.3.7 มีเป้าหมายในชีวิตอย่างไร
 - 1.3.8 ถ้าสมมติว่าท่านสามารถมีชีวิตอยู่ได้ภายใน 7 วัน ช่วงชีวิตที่เหลือ 7 วัน นี้ท่านจะทำอะไรบ้าง (บอกตามลำดับความสำคัญก่อนหลัง) 3 ข้อ
 - 1.3.9 ในกลุ่มนี้นักเรียนคิดว่าชีวิตใครมีความสุขที่สุด เพราะเหตุใด
 - 1.4 เมื่อเขียนเสร็จแล้ว ผู้วิจัยสัมภาษณ์ทีละคนตามหัวข้อ 1.3.1 ถึง 1.3.9 จนครบทุกคน

2. ขั้นวิเคราะห์

2.1 ให้นักเรียนทุกคนร่วมกันอภิปราย ผู้วิจัยนำการอภิปรายด้วยการซักถามต่าง ๆ เช่น

2.1.1 นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรขณะที่เขียนคำตอบ

2.1.2 นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร เมื่อถูกสัมภาษณ์

2.1.3 นักเรียนท่านใดที่ตอบคำถามตามความจริงทุกข้อและท่านใดที่ไม่ได้ตอบคำถามตามความจริงทุกข้อ เพราะเหตุใด

2.1.4 ถามผู้ที่เป็นคำตอบในข้อ 1.3.9 ว่าชีวิตมีความสุขจริงตามที่เพื่อนตอบหรือไม่ ความเป็นจริงแล้วเป็นอย่างไร

2.2 นักเรียนได้แนวคิดอะไรบ้างจากกิจกรรมนี้

2.3 ผู้วิจัยคอยสรุป ซักถาม และเชื่อมโยงเรื่องราวต่าง ๆ

3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

3.1 ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับแนวคิดและประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับจากกิจกรรม

3.2 นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการอภิปรายร่วมกัน และจากการสรุปของผู้วิจัย

3.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้ในเรื่องความมุ่งมั่นหวังในชีวิต และสรุปวิธีการนำไปปฏิบัติ

4. ขั้นประเมินผล

4.1 นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นถึงการทำกิจกรรม

4.2 นักเรียนให้ข้อเสนอแนะซึ่งกันและกันในการทำกิจกรรม

การประเมินผล

1. สังเกตจากการให้ความร่วมมือและความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการสรุปประเด็นสำคัญของนักเรียน

ครั้งที่ 12หัวข้อ

ปัจฉิมนิเทศ

กิจกรรม

แสดงความรู้สึกและอำลา

เวลา

1.30 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนแสดงความรู้สึกและความคิดเห็นต้องการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. เพื่อให้นักเรียนในกลุ่ม สรุปผลที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนในกลุ่มนำเอาประสบการณ์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มไปพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิตของตนเองให้ดีขึ้นต่อไป

อุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. แถบบันทึกเสียง “เพลงคำสัญญา”

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ผู้วิจัยและนักเรียนนั่งเป็นวงกลมหันหน้าเข้าหากัน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทุกคนแสดงความรู้สึกและความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
3. ให้นักเรียนทุกคนแสดงความรู้สึกและความคิดเห็นที่มีต่อเพื่อนนักเรียนแต่ละคน
4. ให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลการเรียนรู้และการนำประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มไปใช้ในการพัฒนาความมุ่งมั่นในชีวิตของตนเอง
5. ผู้วิจัยสรุปผลการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
6. ผู้วิจัยให้นักเรียนทุกคนยืนจับมือกันเป็นวงกลมแล้วเปิดเพลง “คำสัญญา”
7. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณนักเรียนและกล่าวปิดการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

การประเมินผล

1. สังเกตจากการร่วมสรุป การแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกของนักเรียน

แบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิต

คำชี้แจง

แบบวัดนี้ต้องการให้นักเรียนประเมินความคิด ความรู้สึก เกี่ยวกับชีวิตของนักเรียนในปัจจุบัน แต่ละข้อไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด แล้วให้นักเรียนขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของนักเรียนมากที่สุด

คำอธิบาย

1	เท่ากับ	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิด ความรู้สึกของนักเรียนมากที่สุด
2	เท่ากับ	ไม่เห็นด้วย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิด ความรู้สึกของนักเรียน
3	เท่ากับ	เห็นด้วย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิด ความรู้สึกของนักเรียน
4	เท่ากับ	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิด ความรู้สึกของนักเรียนมากที่สุด

ข้อความ	1	2	3	4
1. ฉันตั้งใจแก้ไขข้อบกพร่องของตนเองเพื่อความสำเร็จในชีวิต				
2. คนทั่วไปเห็นว่าฉันมีความรับผิดชอบ				
3. ฉันขาดความมั่นใจเมื่อต้องเลือกบางสิ่งบางอย่าง				
4. ถ้าเลือกได้ฉันอยากเปลี่ยนแปลงชีวิตใหม่				
5. ฉันไม่ค่อยมีเพื่อน				
6. ฉันรู้สึกว่าการชีวิตน่าเบื่อ				
7. ฉันรู้สึกว่าชีวิตเป็นสิ่งมีค่า				
8. ฉันรู้ว่าตนเองต้องการสิ่งใด				
9. บ่อยครั้งที่ฉันทำอะไรไม่สำเร็จตามกำหนด				

ข้อความ	1	2	3	4
10. ฉันไม่เคยสนใจว่าตัวเองต้องการทำอะไรบ้าง				
11. ฉันชอบมีเพื่อน				
12. ฉันพยายามทำสิ่งต่างๆที่มีประโยชน์ต่อชีวิตเสมอ				
13. ฉันมีเป้าหมายในชีวิต				
14. ฉันไม่มีความสำคัญต่อใครเลย				
15. ฉันมักปล่อยให้สิ่งแวดล้อมกำหนดชีวิตฉัน				
16. ฉันไม่ชอบทำตามความคาดหวังของคนอื่น				
17. ฉันตัดสินใจและทำอะไรด้วยตนเอง				
18. ฉันจะโยนความผิดพลาดที่เกิดขึ้นให้ผู้อื่นเสมอ				
19. ฉันพร้อมที่จะรับผิดชอบในสิ่งที่ฉันกระทำ				
20. ฉันพยายามทำสิ่งที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จ				
21. ฉันถูกชักจูงยาก เพราะฉันเป็นตัวของตัวเอง				
22. ฉันภาคภูมิใจกับความสำเร็จแม้ว่าจะเป็นเรื่องเล็กน้อยๆ				
23. ฉันไม่ค่อยมีความสุขในชีวิตเลย				
24. ฉันรู้สึกว่าคุณไม่เคยสมหวังในชีวิต				
25. ฉันไม่กลัวอุปสรรค				
26. ฉันเชื่อว่าสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวฉันเป็นผลมาจากการกระทำของฉัน				

ข้อความ	1	2	3	4
27. ฉันรู้สึกสับสน				
28. ฉันพอใจกับชีวิตของฉันในปัจจุบัน				
29. ฉันเห็นว่าสิ่งต่างๆ รอบตัวเป็นสิ่งที่มีความหมาย				
30. แม้ฉันจะรู้สึกแตกต่างจากคนอื่น แต่ฉันก็พอใจในชีวิตของฉัน				
31. ฉันพยายามที่จะทำให้ชีวิตของฉันดีขึ้นกว่าเดิม				
32. การตัดสินใจเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน				
33. หากมีสิ่งใดที่ผิดพลาดเกิดขึ้นฉันไม่ยอมรับความผิดพลาดนั้น				
34. ถ้าต้องการเลือกทำอะไรฉันขอเลือกเป็นคนสุดท้าย				
35. ฉันไม่เสียใจหากมีความผิดพลาดเกิดขึ้นในสิ่งที่ฉันได้เลือกแล้ว				
36. ฉันเห็นด้วยว่าคนเราต้องรู้ว่าทำอะไรเพื่ออนาคต				
37. เมื่อนึกถึงอนาคตฉันรู้สึกท้อแท้				
38. เมื่อนึกถึงสิ่งที่ทำเพื่อคนอื่น ฉันรู้สึกเป็นสุข				
39. ฉันเชื่อว่าชีวิตของเราจะเป็นอย่างไรนั้นขึ้นอยู่กับตัวเราเอง				
40. เมื่อต้องตัดสินใจฉันต้องฟังความคิดเห็นของผู้อื่นเสมอ				
41. ฉันชอบอยู่คนเดียว				
42. บ่อยครั้งที่ผู้อื่นกำหนดชีวิตฉัน				
43. บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกว่าฉันเข้ากับใครไม่ค่อยได้				

ข้อความ	1	2	3	4
44. ฉันเข้ากับผู้อื่นได้ดี				
45. ไม่มีใครกำหนดชีวิตฉันได้				
46. ฉันไม่ลอกเลียนแบบใคร				
47. พ่อแม่เป็นผู้กำหนดชีวิตของฉัน				
48. ฉันเห็นว่าชีวิตเป็นสิ่งที่น่าภูมิใจ				
49. ฉันเห็นว่าการตั้งเป้าหมายชีวิตเป็นเรื่องยาก				
50. บ่อยครั้งที่ฉันไม่เข้าใจตนเอง				
51. เมื่อนึกถึงสิ่งแวดล้อมรอบตัวฉัน ฉันรู้สึกเบื่อหน่าย				
52. ฉันเบื่อหน่ายงานที่ทำอยู่ แม้ว่าจะเป็นงานที่ชอบ				
53. ฉันรู้สึกน้อยใจในโชคชะตาที่ฉันไม่เหมือนคนอื่น				
54. เป็นเรื่องยากที่ฉันจะยอมรับตัวเองได้				
55. ฉันให้ความสนใจสิ่งต่าง ๆ รอบตัวฉัน				
56. ฉันรู้จักตัวฉันดี				
57. ฉันรู้สึกสนุกกับงานที่ทำเสมอ				
58. ฉันรู้สึกว่ายังมีคนที่เอาใจใส่ดูแลฉัน				
59. อุปสรรคและปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตทำให้ฉันหมดกำลังใจ				
60. ฉันไม่เคยทำอะไรได้ดี และมีคุณค่าต่อคนอื่น				

ความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง

ด้านบวก มี 8 ข้อ

1. ฉันตั้งใจแก้ไขข้อบกพร่องของตนเองเพื่อความสำเร็จในชีวิต
8. ฉันรู้ว่าตนเองต้องการทำอะไร
26. ฉันเชื่อว่าสิ่งเกิดขึ้นกับตัวฉันเป็นผลมาจากการกระทำของฉัน
28. ฉันพอใจกับชีวิตของฉันในปัจจุบัน
29. ฉันเห็นว่าสิ่งต่าง ๆ รอบตัว เป็นบทเรียนที่มีค่า
30. แม้จะรู้สึกตัวแตกต่างจากคนอื่น แต่ฉันก็พอใจในชีวิตของฉัน
55. ฉันมักให้ความสนใจสิ่งต่าง ๆ รอบ ๆ ตัวฉัน
56. ฉันรู้จักตัวฉันดี

ด้านลบ มี 8 ข้อ

4. ถ้าเลือกได้ฉันอยากเปลี่ยนแปลงชีวิตใหม่
10. ฉันไม่เคยสนใจว่าตัวเองต้องการทำอะไรบ้าง
27. ฉันรู้สึกสับสน
50. บ่อยครั้งที่ฉันไม่เข้าใจตัวเอง
51. เมื่อนึกถึงสิ่งแวดล้อมรอบตัวฉัน ฉันรู้สึกเบื่อหน่าย
52. ฉันเบื่อหน่ายงานที่ทำอยู่ แม้ว่าจะเป็นงานที่ชอบ
53. ฉันรู้สึกน้อยใจในโชคชะตา ที่ฉันไม่เหมือนคนอื่น
54. เป็นเรื่องยากที่ฉันจะยอมรับตัวเองได้

การมีเสรีภาพและความรับผิดชอบ

ด้านบวก มี 6 ข้อ

2. คนทั่วไปเห็นว่าฉันมีความรับผิดชอบ
17. ฉันตัดสินใจและทำอะไรด้วยตนเอง
19. ฉันพร้อมที่จะรับผิดชอบในสิ่งฉันกระทำ
20. ฉันจะพยายามทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จ
31. ฉันพยายามที่จะทำให้ชีวิตของฉันดีขึ้นกว่าเดิม
35. ฉันไม่เสียใจหากมีความผิดพลาดเกิดขึ้นในสิ่งที่ฉันได้เลือกแล้ว

ด้านลบ มี 6 ข้อ

3. ฉันขาดความมั่นใจเมื่อต้องเลือกบางสิ่งบางอย่าง
9. บ่อยครั้งที่ฉันทำอะไรไม่สำเร็จตามกำหนด
18. ฉันจะโยนความผิดพลาดที่เกิดขึ้นให้ผู้อื่นเสมอ
32. การตัดสินใจเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน
33. หากมีสิ่งใดที่ผิดพลาดเกิดขึ้นฉันไม่ยอมรับความผิดพลาดนั้น
34. ถ้าต้องเลือกทำอะไรฉันขอเลือกเป็นคนสุดท้าย

ความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตัวเองและการสร้างสัมพันธภาพ

ด้านบวก มี 7 ข้อ

- 11. ฉันชอบมีเพื่อน
- 16. ฉันไม่ชอบทำตามความคาดหวังของคนอื่น
- 21. ฉันถูกชักจูงยากเพราะฉันเป็นตัวของตัวเอง
- 39. ฉันเชื่อว่าชีวิตของเราจะเป็นอย่างไรนั้นขึ้นอยู่กับตัวเราเอง
- 44. ฉันเข้ากับผู้อื่นได้ดี
- 45. ไม่มีใครกำหนดชีวิตฉันได้
- 46. ฉันไม่ลอกเลียนแบบใคร

ด้านลบ มี 7 ข้อ

- 5. ฉันไม่ค่อยมีเพื่อน
- 15. ฉันมักปล่อยให้สิ่งแวดล้อมกำหนดชีวิตฉัน
- 40. เมื่อต้องตัดสินใจ ฉันต้องฟังความคิดเห็นของผู้อื่นเสมอ
- 41. ฉันชอบอยู่คนเดียว
- 42. บ่อยครั้งผู้อื่นกำหนดชีวิตฉัน
- 43. บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกว่าฉันเข้ากับใครไม่ค่อยได้
- 47. พ่อแม่เป็นผู้กำหนดชีวิตของฉัน

การแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย

ด้านบวก มี 10 ข้อ

7. ฉันรู้สึกว่าคุณค่าชีวิตเป็นสิ่งมีค่า
12. ฉันพยายามทำสิ่งต่างๆที่มีประโยชน์ต่อชีวิตเสมอ
13. ฉันมีเป้าหมายในชีวิต
22. ฉันภาคภูมิใจกับความสำเร็จ แม้ว่าจะเป็นเรื่องเล็กน้อยๆ
25. ฉันไม่กลัวอุปสรรค
36. ฉันเห็นด้วยว่าคนเราต้องรู้ว่าทำอะไรเพื่ออนาคต
38. เมื่อนึกถึงสิ่งที่ฉันทำเพื่อคนอื่น ฉันรู้สึกเป็นสุข
48. ฉันเห็นว่าชีวิตเป็นสิ่งที่น่าภูมิใจ
57. ฉันรู้สึกสนุกกับงานที่ทำเสมอ
58. ฉันรู้สึกว่ายังมีคนที่คอยเอาใจใส่ดูแลฉัน

ด้านลบ มี 8 ข้อ

6. ฉันรู้สึกว่าชีวิตน่าเบื่อ
14. ฉันไม่มีความสำคัญต่อใคร
23. ฉันไม่มีความสุขในชีวิตเลย
24. ฉันรู้สึกว่าฉันไม่เคยสมหวังในชีวิต
37. เมื่อนึกถึงอนาคตฉันรู้สึกท้อแท้
49. ฉันเห็นว่าการตั้งเป้าหมายชีวิตเป็นเรื่องยุ่งยาก
59. อุปสรรคและปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตทำให้ฉันหมดกำลังใจ
60. ฉันไม่เคยทำอะไรได้ดีและมีคุณค่าต่อคนอื่น

ภาคผนวก ข

1. ค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของ
แบบสอบถามความมั่งหวังในชีวิต
2. ค่าคะแนนดิบของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 8 แสดงค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความมุ่งหวังในชีวิต

ข้อที่	ค่า t	ข้อที่	ค่า t	ข้อที่	ค่า t
1	2.66	21	2.66	41	1.96
2	3.00	22	3.86	42	3.61
3	2.18	23	1.80	43	4.49
4	3.68	24	1.93	44	3.04
5	2.66	25	3.50	45	2.06
6	3.81	26	4.00	46	1.96
7	2.42	27	1.85	47	3.11
8	2.91	28	4.26	48	1.98
9	3.82	29	3.29	49	3.99
10	3.56	30	4.07	50	4.02
11	2.13	31	3.61	51	2.76
12	3.65	32	2.66	52	3.81
13	4.26	33	3.63	53	3.29
14	2.16	34	2.91	54	1.75
15	2.18	35	3.76	55	3.26
16	2.40	36	3.99	56	2.84
17	3.50	37	2.71	57	1.85
18	3.82	38	2.90	58	3.64
19	2.13	39	3.39	59	3.63
20	2.62	40	1.85	60	3.29

ค่าอำนาจจำแนกทั้งฉบับ ตั้งแต่ 1.75 – 4.49

ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ 0.70

ตาราง 9 แสดงคะแนนความมุ่งมั่นในชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนการให้คำปรึกษากลุ่ม
กับนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

นักเรียนคนที่	กลุ่มทดลองที่ 1	อันดับ	กลุ่มทดลองที่ 2	อันดับ
1	148	2	144	1
2	150	3.5	155	5.5
3	150	3.5	157	7
4	155	5.5	160	8
5	161	9	162	10
6	163	11	166	12
7	167	13.5	167	13.5
8	169	15	172	16

$$R_1 = 63$$

$$R_2 = 73$$

$$U = 37$$

ตาราง 10 แสดงคะแนนความมุ่งมั่นในชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม

นักเรียน คนที่	หลังการ ทดลอง	ก่อนการ ทดลอง	ผลต่างของคะแนนความ มุ่งมั่นในชีวิต	อันดับ	R^+	R^-
1	202	148	54	4	+4	-
2	198	150	48	2	+2	-
3	200	150	50	3	+3	-
4	210	155	55	7	+7	-
5	195	161	34	1	+1	-
6	214	163	51	8	+8	-
7	204	167	37	5	+5	-
8	209	169	40	6	+6	-
รวม					36	0

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

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 11 แสดงคะแนนความมุ่งหวังในชีวิตนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

นักเรียน คนที่	หลังการ ทดลอง	ก่อนการ ทดลอง	ผลต่างของคะแนนความ มุ่งหวังในชีวิต	อันดับ	R ⁺	R ⁻
1	208	144	64	8	+8	-
2	200	155	45	6.5	+6.5	-
3	198	157	41	3	+3	-
4	203	160	43	4	+4	-
5	206	162	44	5	+5	-
6	211	166	45	6.5	+6.5	-
7	201	167	34	2	+2	-
8	202	172	30	1	+1	-
รวม					36	0

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

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 12 แสดงความแตกต่างของคะแนนความมุ่งหวังในชีวิต ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มที่ 1 ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม กับนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 2 ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

นักเรียนคนที่	กลุ่มทดลองที่ 1	อันดับ	กลุ่มทดลองที่ 2	อันดับ
1	54	14	64	16
2	48	11	45	9.5
3	50	12	41	6
4	55	15	43	7
5	34	2.5	44	8
6	51	13	45	9.5
7	37	4	34	2.5
8	40	5	30	1

$$R_1 = 76.5$$

$$R_2 = 59.5$$

$$U = 23.5$$

ตาราง 13 แสดงคะแนนความมุ่งมั่นในชีวิตในแต่ละด้านของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนได้รับการให้คำปรึกษาและกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

กลุ่มทดลองที่	คนที่	คะแนนความมุ่งมั่นในชีวิต			
		ด้านความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง	ด้านการมีเสรีภาพและความรับผิดชอบ	ด้านความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตัวเองและการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น	ด้านการแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย
1	1	38	40	47	23
	2	34	46	32	38
	3	32	54	33	31
	4	41	44	36	34
	5	38	40	51	32
	6	35	52	39	37
	7	35	55	40	37
	8	32	51	53	33
2	1	34	40	37	33
	2	39	45	36	35
	3	38	46	38	35
	4	35	46	40	39
	5	30	56	42	32
	6	43	42	48	33
	7	30	54	44	39
	8	43	42	47	40

ตาราง 14 แสดงคะแนนความมุ่งมั่นในชีวิตในแต่ละด้านของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ภายใต้การให้คำปรึกษาและกลุ่มทดลองที่ 2 หลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

กลุ่มทดลองที่	คนที่	คะแนนความมุ่งมั่นในชีวิต			
		ด้านความสามารถที่จะตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง	ด้านการมีเสรีภาพและความรับผิดชอบ	ด้านความพยายามที่จะเข้าใจเอกลักษณ์ของตัวเองและการสร้างสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่น	ด้านการแสวงหาความหมายในชีวิต จุดหมาย คุณค่าและเป้าหมาย
1	1	42	49	60	51
	2	46	60	43	49
	3	62	56	36	46
	4	55	37	50	68
	5	41	50	52	52
	6	69	56	49	40
	7	47	61	53	43
	8	45	62	59	43
2	1	50	53	56	49
	2	52	54	50	44
	3	45	53	51	49
	4	49	58	50	46
	5	39	71	50	46
	6	54	56	53	48
	7	35	60	59	47
	8	51	47	56	48

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นางสาวกสิณา บุญแสง
วันเดือนปีเกิด	22 กันยายน 2509
สถานที่เกิด	อำเภอหนองเสือ จังหวัดสระบุรี
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	108/651 หมู่บ้านคงไทย หมู่ 7 ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ บางเขน กรุงเทพมหานคร 10220
ตำแหน่งหน้าที่การงานในปัจจุบัน	นักวิชาการศึกษา 6
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	คณะศิลปกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปทุมวัน กรุงเทพมหานคร 10330
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2527	มัธยมศึกษาตอนปลาย (แผนกวิทยาศาสตร์ – คณิตศาสตร์) โรงเรียนสายน้ำผึ้ง กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2531	ปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต (คหกรรมศาสตร์) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2535	ปริญญาศิลปศาสตรบัณฑิต (สารนิเทศศาสตร์) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช จังหวัดนนทบุรี
พ.ศ. 2543	ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการแนะแนว) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร กรุงเทพมหานคร