

391.46

ส ๑๘๔๗

ร.๓

การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและรายบุคคล  
ที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มาจาก  
ครอบครัวหย่าร้าง โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคม กรุงเทพมหานคร

ปริญญาโท

ของ

โสภา ชะกัย

24 พ.ย. 2537

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

มีนาคม 2537

ลิขสิทธิ์ เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

191706

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญาบัตรฉบับนี้แล้ว  
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต  
วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

..... ประธาน  
(รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง)  
..... กรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์จิราภรณ์ บุญส่ง)

คณะกรรมการสอบ

..... ประธาน  
(รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง)  
..... กรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์จิราภรณ์ บุญส่ง)  
..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์วันเพ็ญ พงศ์ประยูร)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญาบัตรฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย  
(ดร.ศิริยุภา พูลสุวรรณ)

วันที่ 3 เดือน มีนาคม พ.ศ. 2537

## ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงด้วยความกรุณาของ รองศาสตราจารย์ กมลรัตน์ กรีทอง  
ประธานที่ปรึกษาและควบคุมการวิจัย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ จิราภรณ์ บุญส่ง และผู้ช่วย  
ศาสตราจารย์ วันเพ็ญ พงศ์ประยูร กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติมในการสอบปากเปล่าที่ได้กรุณา  
ให้ข้อคิด ข้อเสนอแนะ ตลอดจนปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องในการทำปริญญานิพนธ์แก่ผู้วิจัย  
ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พงษ์พันธ์ พงษ์โสภณา อาจารย์ พรรณนิศา  
วาณิชย์การ และอาจารย์ ไผ่ศาล อันประเสริฐ ที่กรุณารับเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาเครื่องมือ  
ที่ใช้ในการทำวิจัย

ขอขอบคุณ อาจารย์จันทร์จิรา สุธธิไชยากุล และอาจารย์โรงเรียนเจ้าพระยา  
วิทยาคม ที่กรุณาให้ความช่วยเหลือสนับสนุน และให้กำลังใจในการทำปริญญานิพนธ์จนสำเร็จ  
ขอบคุณนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคม และโรงเรียน  
นันทรีวิทยา ที่ได้ให้ความร่วมมือในการวิจัยเป็นอย่างดี

และที่สำคัญที่สุดคือผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคุณพ่อ คุณแม่ พี่ น้อง ที่ให้กำลังใจในการ  
ทำปริญญานิพนธ์จนสำเร็จ

โสภกา ชนะภักย์

## สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ .....	1
	คำนำ .....	1
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า .....	3
	สมมุติฐานของการศึกษาค้นคว้า .....	3
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า .....	4
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า .....	4
	นิยามศัพท์เฉพาะ .....	5
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	8
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคล เป็นศูนย์กลาง .....	8
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเอง .....	21
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวหย่าร้าง .....	25
3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า .....	28
	แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง .....	28
	เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า .....	29
	การดำเนินการทดลอง .....	34
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า .....	36
	สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ .....	36
	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	36

5 บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	40
บทย่อ .....	40
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า .....	40
สมมุติฐานของการศึกษาค้นคว้า .....	40
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า .....	41
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า .....	41
การดำเนินการทดลอง .....	41
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	42
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า .....	42
อภิปรายผล .....	42
ข้อเสนอแนะ .....	45
 บรรณานุกรม .....	 47
 ภาคผนวก .....	 53
ภาคผนวก ก .....	54
ภาคผนวก ข .....	62
 ประวัติย่อของผู้วิจัย .....	 86

## บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงแบบแผนการทดลองแบบ Rahndomized Control Group Pretest - Posttest design .....	33
2 เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม .....	37
3 เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคล ...	38
4 เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และ กลุ่มทดลองที่ 2 หลังจากได้รับคำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง แบบกลุ่มและรายบุคคล .....	39
5 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง .....	59
6 แสดงคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังการทดลอง .....	60
7 แสดงคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการทดลอง .....	61

## บทที่ 1

### บทนำ

#### คำนำ

ปัจจุบันประเทศไทยกำลังพัฒนาเพื่อก้าวไปสู่การเป็นประเทศอุตสาหกรรมใหม่เป็นสาเหตุให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม มารดาต้องออกไปทำงานนอกบ้าน เพื่อช่วยครอบครัวทางด้านเศรษฐกิจ จึงไม่สามารถดำเนินบทบาทมารดาได้อย่างสมบูรณ์ ทำให้ความสัมพันธ์ในครอบครัวมีลักษณะห่างเหิน ความรักใคร่ในครอบครัวไม่แน่นแฟ้น เมื่อมีปัญหาใด ๆ เกิดขึ้น มักยุติปัญหาด้วยการหย่าร้างซึ่งจะเห็นได้จากสถิติเปรียบเทียบในช่วง 10 ปีพบว่า มีปัญหาการหย่าร้างมีสูงขึ้น ดังนี้

ปี พ.ศ. 2524 หย่าร้าง 27,443 คู่ คิดเป็นร้อยละ 7.3

ปี พ.ศ. 2534 หย่าร้าง 43,080 คู่ คิดเป็นร้อยละ 10.6

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น พบว่าในช่วง 10 ปี มีการหย่าร้างเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 3.3 และการหย่าร้างพบมากที่สุดที่กรุงเทพมหานคร รองลงมาได้แก่ ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคใต้ ภาคตะวันออก ภาคกลาง และภาคตะวันตก ตามลำดับ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2535 : 10)

ปัญหาการหย่าร้างไม่เพียงแต่ส่งผลต่อบิดา มารดาเท่านั้น ยังส่งผลถึงบุตรในด้านต่าง ๆ คือ บุคลิกภาพ อารมณ์ พฤติกรรม การรับรู้ ซึ่งส่วนมากมักจะเป็นผลทางลบ ได้แก่ มีปัญหาพฤติกรรม เช่น ไม่ร่าเริง เกเร รังแกผู้อื่น และมีปัญหาด้านการเรียน เช่น เรียนอ่อน หนีโรงเรียน เบื่อเรียน (ศุภลักษณ์ พฤทธิพงค์สิทธิ์. 2534 : 75) นอกจากนี้เด็กจะรู้สึกมีปมด้อย ขาดความมั่นคง และหวาดหวั่น ปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ได้ยาก เมื่อโตขึ้นจากครอบครัวหย่าร้างจะรู้สึกว่าตนไม่เป็นที่ต้องการ ไม่มีความภาคภูมิใจในตนเอง คิดว่าตนเองไร้ค่า เมื่อต้องพบกับสภาพแวดล้อมที่ไม่สามารถปรับตัวได้ (วัชรารักษ์ อภิวัชรางกูร. 2535 : 169)

จะเห็นได้ว่าปัญหาจากการหย่าร้างมีมากหลายประการ แต่สิ่งหนึ่งที่เด็กทุกคนที่มา จากครอบครัวหย่าร้าง คือมีปมด้อย มีความอายที่มีแต่เพียงบิดา หรือมารดา หรือบางคน ไม่มีทั้งบิดาและมารดาเพราะบิดามารดาไปแต่งงานใหม่ ลูกก็อยู่กับญาติ ซึ่งความอายและความรู้สึกมีปมด้อยเป็นสิ่งที่แก้ไขได้ โดยการสร้างความภาคภูมิใจในตนเองให้สูงขึ้น เพื่อสามารถเผชิญกับอุปสรรคต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต สามารถยอมรับสถานการณ์ที่ทำให้ตนเอง ผิดหวัง และท้อแท้ใจด้วยความเชื่อมั่น ด้วยความหวังและความกล้าหาญ สามารถดำเนินชีวิต ตามที่ตนเองปรารถนาได้เป็นอย่างดี (Qubein. 1983 : 4)

บุคคลทุกคนต้องการมีความภาคภูมิใจในตนเองตามทฤษฎีความต้องการของมาสโลว์ (Maslow. 1954 : 81 - 97) แต่ระดับความภาคภูมิใจจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับวิธีการอบรม เลี้ยงดู สัมพันธภาพระหว่างบิดามารดากับเด็ก และสภาพแวดล้อมของสังคมเช่นเพื่อน ๆ ยอมรับ ก็เกิดความภาคภูมิใจ และเป็นสิ่งที่เรียนรู้และสามารถพัฒนาได้ ฉะนั้นจึงควรส่งเสริมให้เด็กมีความภาคภูมิใจในตนเองซึ่งทำได้หลายวิธี ในที่นี้ผู้วิจัยสนใจการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็น ศูนย์กลาง เพราะการให้คำปรึกษานี้จะทำให้เด็กเข้าใจในเรื่องต่าง ๆ ได้ดี สามารถใช้พลัง ปัญหาและความสามารถของตนในการตัดสินใจ ตกลงใจที่จะเลือกกระทำอย่างใดอย่างหนึ่งใน วิธีทางที่เหมาะสมที่เขารับรอง และในที่สุดเด็กจะสามารถป้องกันปัญหา แก้ปัญหา และพัฒนา ตนเองอย่างเหมาะสมที่สุด (ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2529 : 1) การให้คำปรึกษานี้ทำได้ ทั้งเป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคล ทั้งนี้เพราะเด็กนี้เป็นช่วงเด็กวัยรุ่น มีความต้องการยอมรับจาก บุคคลอื่นโดยเฉพาะเพื่อน ซึ่งจะมีอิทธิพลมาก เขาจะยอมรับความคิดเห็น คำเสนอแนะจาก เพื่อน และเพื่อนยังเป็นผู้มีสภาพเหมือนกัน ย่อมทำให้ยอมรับและช่วยเหลือกันได้ดี จึงคิดว่า การใช้ให้คำปรึกษากลุ่มมาพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง เพราะวิธีการจะตรงกับความต้องการและธรรมชาติของวัยรุ่นหลายประการ นอกจากนี้พลังของกลุ่มยังสามารถเปลี่ยนแปลง ความคิด ความรู้สึก และทำให้กิจกรรมที่ถูกเปลี่ยนแปลงไปนั้นอยู่อย่างถาวร (Kellman. 1963 : 399 - 432)

การให้คำปรึกษารายบุคคลจะทำให้ผู้รับคำปรึกษามีอิสระและปลอดภัยในการแสดงออกซึ่ง ความรู้สึกต่างๆที่ไม่สบายใจ และการได้รับการยอมรับจากผู้ให้คำปรึกษาจะทำให้เกิดความรู้สึก อ่อน และได้รับการยอมรับและไว้วางใจจึงทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้น

ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำวิธีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและรายบุคคลมาพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างในโรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคมระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งมาจากการสำรวจเบื้องต้น ปรากฏว่านักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมากที่สุดคือระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีถึงร้อยละ 18.36 และพบว่าร้อยละ 30 มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำโดยมีความรู้สึกว่าตนเองประสบความสำเร็จน้อย มีความล้มเหลวมาก มีการปฏิเสธตนเอง ไม่ยอมรับตนเอง ฟังตนเองไม่ได้ รู้สึกว่าตนเองไม่มีค่าในสังคมและรู้สึกว่าไม่ได้รับการยอมรับจากบิดา มารดา ครูอาจารย์ ญาติ และเพื่อน

#### ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างก่อนและหลังให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม
2. เพื่อเปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างก่อนและหลังให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคล
3. เพื่อเปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างก่อนและหลังให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและรายบุคคล

#### สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมีความภาคภูมิใจในตนเองมากขึ้นหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม
2. นักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมีความภาคภูมิใจในตนเองมากขึ้นหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคล
3. นักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและรายบุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเองแตกต่างกัน

#### ความสำคัญของการศึกษา

เป็นแนวทางให้ครูแนะแนวและบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนที่มีความรู้และประสบการณ์การให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ในการที่จะเลือกใช้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและ

รายบุคคลมาพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง

### ขอบเขตในการศึกษาค้นคว้า

ประชากร ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคม กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2536 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมาจำนวน 29 คน

กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคม กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2536 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างและมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมาจำนวน 16 คน ที่ได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่มๆละ 8 คน

### ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ คือวิธีการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง โดยการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 วิธี คือ
  - 1.1 การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
  - 1.2 การให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล
2. ตัวแปรตาม คือ ความภาคภูมิใจในตนเอง

### นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การให้ปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางหมายถึง กระบวนการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและนักเรียนซึ่งเป็นผู้รับคำปรึกษา ในบรรยากาศแห่งการยอมรับซึ่งกันและกัน มีความเข้าใจ ไว้วางใจ อบอุ่นและเป็นกันเอง ผู้ให้คำปรึกษามีความจริงใจ มีการยอมรับนักเรียนโดยปราศจากเงื่อนไขใดๆ เพื่อให้นักเรียนได้ระบายความรู้สึกคับข้องใจ เกิดความเข้าใจและยอมรับตนเอง ในที่นี้ผู้วิจัยใช้การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีนี้เป็นสองวิธี คือการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและรายบุคคลดังรายละเอียดต่อไปนี้

1.1 การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หมายถึง กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ความช่วยเหลือแก่นักเรียนที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำเป็นกลุ่ม เพื่อให้ให้นักเรียนในกลุ่มสำรวจตนเอง และสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับตนเอง สามารถตัดสินใจปัญหา และเรียนรู้ที่จะนำความคิดหรือประสบการณ์จากกลุ่มไปปฏิบัติ เพื่อเพิ่มความภาคภูมิใจให้ตนเอง การให้คำปรึกษานี้แบ่งเป็น 3 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ขั้นนี้เริ่มจากการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและนักเรียนในกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์เพื่อให้ให้นักเรียนเกิดความอบอุ่น ค้นเคยไว้วางใจและสามารถแสดงความรู้สึกออกมาอย่างเสรี โดยปราศจากความกดดันต่างๆ ผู้ให้คำปรึกษาต้องมีความจริงใจ มีการยอมรับโดยปราศจากเงื่อนไขใดๆและมีความเข้าใจในตัวนักเรียนทุกคนในกลุ่ม ตลอดทั้งรักษาความลับของนักเรียนในกลุ่ม ทำให้นักเรียนในกลุ่มรู้สึกว่าเป็นที่ยอมรับและมีความมั่นใจที่จะเปิดเผยตนเองมากขึ้น

ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้อำนวยความสะดวกให้นักเรียนในกลุ่มได้แสดงออกมากที่สุด โดยใช้เทคนิคต่างๆได้แก่ การฟัง การเงี่ยบ การยอมรับ การใช้คำถามปลายปิด การใช้คำถามปลายเปิด การสะท้อนความรู้สึก การทบทวนข้อความ การเผชิญหน้า การทำให้เกิดความกระจ่างและสรุป เพื่อให้นักเรียนทุกคนได้สำรวจตนเอง เข้าใจปัญหา และร่วมกันแก้ปัญหาของกันและกันเพื่อพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง

ขั้นที่ 3 ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนในกลุ่มสรุปปัญหาต่างๆเพื่อให้เข้าใจปัญหาอย่างชัดเจน รู้แนวทางพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม และนัดหมายนักเรียนในกลุ่มเพื่อพบกันครั้งต่อไป

#### วิธีนี้ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 1

1.2 การให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลหมายถึงกระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ความช่วยเหลือเป็นรายบุคคลแก่นักเรียนที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ โดยเน้นให้นักเรียนระบายความรู้สึกและความคับข้องใจ เพื่อให้เข้าใจตนเอง และมองเห็นแนวทางในการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง การให้คำปรึกษาในครั้งนั้นแบ่งเป็น 3 ขั้นตอน

ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ขั้นนี้เริ่มจากการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ให้คำปรึกษานักเรียนเป็นรายบุคคล เพื่อให้ให้นักเรียนเกิดความคุ้นเคย ไว้วางใจ และสามารถแสดงความรู้สึก

ออกมาอย่างเสรี โดยปราศจากความกดดันต่างๆ ผู้ให้คำปรึกษาต้องมีความจริงใจ มีการยอมรับนักเรียนโดยปราศจากเงื่อนไขใดๆและมีความเข้าใจในตัวนักเรียน ตลอดทั้งรักษาความลับของนักเรียน ทำให้นักเรียนรู้สึกว่าเป็นที่ยอมรับและมีความมั่นใจที่จะเปิดเผยตนเองมากขึ้น

ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้อำนวยความสะดวกให้นักเรียนในกลุ่มได้แสดงออกมากที่สุด โดยใช้เทคนิคต่างๆ ได้แก่ การฟัง การเงี่ยบ การยอมรับ การใช้คำถามปลายปิด การใช้คำถามปลายเปิด การสะท้อนความรู้สึก การทบทวนข้อความ การเผชิญหน้า การทำให้เกิดความกระฉ่างและสรุป เพื่อให้นักเรียนทุกคนได้สำรวจตนเอง เข้าใจปัญหา และร่วมกันแก้ปัญหาของกันและกันเพื่อพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง

ขั้นที่ 3 ขั้นยุติการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปปัญหาต่างๆและแนวทางแก้ปัญหา เพื่อให้เข้าใจปัญหาอย่างชัดเจน รู้แนวทางพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม และนัดหมายนักเรียนในการพบกันครั้งต่อไป

วิธีนี้ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 2

2. ความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเอง โดยพิจารณาตัดสินค่าของตนเองในด้านต่าง ๆ ได้แก่ ด้านการประสบความสำเร็จ การเข้าใจและยอมรับตนเอง การฟังตนเอง ความรู้สึกมีคุณค่าในสังคม การยอมรับในบิดา มารดา ครู อาจารย์ ญาติและเพื่อน
3. นักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง หมายถึง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งพ่อแม่หย่าร้างทั้งโดยพฤตินัยและนิตินัย โดยนักเรียนอยู่กับพ่อ หรืออยู่กับแม่ ทั้งที่มีพ่อเลี้ยง แม่เลี้ยงหรือไม่มีก็ได้ บางคนไม่อยู่กับพ่อหรือแม่ อยู่กับญาติเช่น ป้า ยาย เป็นต้น

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

1.1 ความหมายของการให้คำปรึกษา

1.2 การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

1.3 การให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล

#### ① 1.4 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

1.4.1 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์

1.4.2 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษา

1.4.3 ขั้นตอนในการให้คำปรึกษา

1.4.4 เทคนิคในการให้คำปรึกษา

1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

#### ② 2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเอง

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเอง

2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเอง

#### ③ 3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับครอบครัวหย่าร้าง

3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวหย่าร้าง

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวหย่าร้าง

#### 1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

1.1 ความหมายของการให้คำปรึกษา

ผ่องพรรณ เกิดนิทัศน์ (2529 : 1) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการ

การที่แสดงถึงมนุษยสัมพันธ์ที่ละเอียดอ่อนระหว่างบุคคล โดยบุคคลหนึ่งทำหน้าที่ให้คำปรึกษา และอีกบุคคลหนึ่งคือผู้มาขอรับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษา หมายถึงบุคคลที่ได้รับการศึกษา มีประสบการณ์ มีความรู้ มีความสามารถในทางการให้คำปรึกษาและทางจิตวิทยา สามารถให้ความช่วยเหลือและให้คำปรึกษาแก่ผู้มาขอรับคำปรึกษา เพื่อให้บุคคลที่มาขอรับคำปรึกษาเข้าใจปัญหาหรือเรื่องราวที่นำมาปรึกษา สามารถใช้พลังปัญญาและความสามารถของตนเองในการตัดสินใจ ตกลงใจที่จะเลือกกระทำอย่างใดอย่างหนึ่งในวิถีทางที่เหมาะสมที่เขาปรารถนา และในที่สุดบุคคลที่มาขอรับคำปรึกษาจะสามารถป้องกันปัญหา แก้ไขปัญหา และพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสม

สุจิตรา พรหมชาติ (2530 : 115) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาได้พูดคุยสนทนากับผู้รับบริการเกี่ยวกับปัญหาของผู้รับบริการคนนั้นทั้งด้านการศึกษา อาชีพและการปรับตัวทั้งด้านส่วนตัวและสังคม ซึ่งจะมีการเก็บวิเคราะห์ข้อมูลตลอดจนแสวงหาลู่ทางในการแก้ปัญหา ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้เชี่ยวชาญทางการให้ความช่วยเหลือ

คมเพชร ฉัตรสกุล (2530 : 9) ได้วิเคราะห์ถึงนิยามของการให้คำปรึกษาเพื่อค้นหาลักษณะสำคัญของเรื่องการให้คำปรึกษาดังนี้

1. สถานการณ์ในการให้คำปรึกษา ประกอบด้วยบุคคล 2 ฝ่าย คือ ผู้มารับคำปรึกษากับผู้ทำหน้าที่ให้คำปรึกษา
2. สถานการณ์ให้การปรึกษาเป็นสถานการณ์ที่บุคคลทั้ง 2 ฝ่ายมีจุดประสงค์ร่วมกันคือการแก้ปัญหาหรืออุปสรรคในชีวิตของผู้มีปัญหา ดังนั้น เมื่อเกิดการปรึกษาขึ้นย่อมอาจจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านความคิดขึ้นได้ แต่จะต้องไม่เกิดจากการบังคับเพราะเป็นการแลกเปลี่ยนในเรื่องความคิดและทัศนคติของแต่ละฝ่าย
3. เมื่อบุคคลได้รับความช่วยเหลือจากการให้คำปรึกษา ย่อมจะทำให้เกิดความเจริญงอกงามในด้านบุคลิกภาพและนำไปสู่ความสามารถที่จะเผชิญปัญหาต่างๆด้วยความมั่นใจว่าจะสามารถแก้ปัญหาได้ดีกว่าอดีต เพราะมีความเข้าใจตนเองดีขึ้น และรู้แนวทางของการตัดสินใจ

4. การให้คำปรึกษาจะต้องเป็นหน้าที่ของผู้ที่มีความรู้ ประสบการณ์และทักษะ เพราะ การให้คำปรึกษาเป็นวิชาชีพชั้นสูงต้องใช้ความรู้และทักษะที่ได้รับการฝึกฝนมาอย่างดี ถ้าใครที่ไม่เคยได้เรียนรู้และรับการฝึกฝนจะไม่สามารถให้คำปรึกษาได้ แต่ถ้าจะกระทำก็อาจจะเป็นระดับของการพูดคุย สนทนา หรือการสัมภาษณ์ เพื่อนำไปสู่การแก้ไขปัญหาเท่านั้น

5. การให้คำปรึกษาไม่สามารถจะกำหนดวิธีการที่แน่นอนลงไปได้ว่าจะใช้ทฤษฎีและเทคนิคอย่างไรในการให้คำปรึกษา เนื่องจากผู้มารับคำปรึกษามีลักษณะแตกต่างกันไป เฉลี่ย ปัญหาไม่เหมือนกัน ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาแต่ละคนจะต้องใช้ความสามารถที่จะพิจารณาว่าใน สถานการณ์ที่ตนกำลังเผชิญอยู่นั้น การใช้วิธีการอย่างไรจึงจะเหมาะสมที่สุด

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นพอสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาหมายถึง กระบวนการที่ แสดงถึงมนุษยสัมพันธ์ที่ละเอียดอ่อนระหว่างบุคคล โดยบุคคลหนึ่ง เป็นผู้ที่มีปัญหามาขอรับคำปรึกษา จากอีกบุคคลหนึ่งซึ่งมีความรู้ ประสบการณ์และทักษะ ในการให้คำปรึกษาและมีจิตวิทยา โดยมีจุด ประสงค์ร่วมกันคือการแก้ปัญหาหรืออุปสรรคในชีวิตของผู้มีปัญหา ซึ่งวิธีการให้คำปรึกษาไม่สามารถ กำหนดแน่นอนลงไปขึ้นกับลักษณะของปัญหาและผู้มารับคำปรึกษาแต่ละคนซึ่งมีความแตกต่างกัน หลังจากให้คำปรึกษาย่อมทำให้เกิดความเจริญงอกงามด้านบุคคลิกภาพ นำไปสู่ความเข้าใจปัญหา สามารถใช้พลังปัญญาและความสามารถของตนเองในการตัดสินใจ ตกลงใจที่จะเลือกกระทำ อย่างใดอย่างหนึ่งที่เป็นวิถีทางที่เหมาะสมและปฎิรูป และ ในที่สุดผู้มารับคำปรึกษาจะสามารถ ป้องกันปัญหา แก้ปัญหา และพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสม

## 1.2 การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 180) ได้ให้ความหมายของคำปรึกษากลุ่มว่า เป็นกระบวนการของกลุ่มบุคคลที่มีปัญหาหรือความต้องการคล้ายๆกันมาปรึกษาหารือร่วมกัน โดยมี ผู้ให้คำปรึกษาซึ่งมีความรู้ความสามารถและประสบการณ์ทางการให้คำปรึกษา ร่วมให้ความช่วยเหลือหรือร่วมให้คำปรึกษา

จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 180) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดังนี้

1. เพื่อให้สมาชิกแต่ละคน ในกลุ่มรู้จักและเข้าใจตนเอง
2. เพื่อช่วยให้สมาชิกแต่ละคนพัฒนาแนวทางการแก้ปัญหาของตนเองและสามารถตัดสินใจแก้ปัญหาที่ประสบได้อย่างมีประสิทธิภาพ
3. เพื่อช่วยให้สมาชิกแต่ละคน ได้พัฒนาวิธีการต่างๆที่จะช่วยทำงานตามขั้นพัฒนาการของตนเอง เป็นไปอย่างเหมาะสม
4. เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนพัฒนาความเข้าใจเกี่ยวกับความต้องการและความรู้สึกของบุคคลอื่น ตระหนักถึงบทบาทและความรับผิดชอบของตนเอง ในการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นและเรียนรู้ที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกภายในกลุ่ม
5. เพื่อเสริมสร้างสัมพันธภาพระหว่างมวลสมาชิกให้มีความรัก ความสามัคคี

โอเซน (Ohlsen. 1970 : 3) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีจุดมุ่งหมายให้บุคคลรู้จักแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น เป็นการป้องกันไม่ให้เกิดเหตุการณ์ร้ายแรงขึ้น ประสบการณ์ที่ได้จากกลุ่มจะทำให้เกิดความรู้ และช่วยพัฒนาตนเองในด้านต่างๆได้แก่ สังคมและสติปัญญา

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นการช่วยให้บุคคลรู้จักและเข้าใจตนเอง ได้ระบายความรู้สึกที่ขัดแย้งกับตนเองและผู้อื่น โดยใช้ประสบการณ์ที่เกิดจากการเรียนรู้ในกลุ่ม ซึ่งนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่ดีขึ้น

#### ✓ ขั้นตอนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนี้มีผู้กล่าวถึงการแบ่งขั้นตอนของกระบวนการไว้หลายท่าน เช่น ทองเวียน อมรัชกุล (2520 : 113-120) และมาร์ทเลอร์ (Mahler. 1965 : 165-167) มีการสรุปตรงกันว่าขั้นตอนสำคัญมี 4 ขั้นตอนดังนี้

- ✓ 1. ขั้นก่อตั้งกลุ่ม (The Involvement Stage) ในขั้นนี้สมาชิกที่เข้ากลุ่มยังไม่กล้าเปิดเผย เพราะยังไม่ไว้วางใจในกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องชี้แจงวัตถุประสงค์และสร้างสัมพันธภาพที่ดีให้เกิดขึ้นในกลุ่มและต้องใช้เวลาแก่สมาชิกพอสมควรอย่าเร่งรีบ
2. ขั้นการเปลี่ยนแปลงลักษณะของกลุ่ม (The Transition Stage) เป็นขั้นต่อจากขั้นแรก กลุ่มเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาขึ้นบ้าง สมาชิกเริ่มรู้สึกไว้วางใจกันแต่ก็ยังมีการวิตกและตรงเครียตอยู่บ้าง ผู้ให้คำปรึกษาต้องพยายามชี้แจงให้สมาชิกกล้าอภิปรายปัญหาของตัวเองอย่างเปิดเผย
3. ขั้นดำเนินงาน (The Working Stage) ขั้นนี้สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกในกลุ่มจะดีขึ้นมาก เปิดเผยตัวเอง อภิปรายปัญหาตามความเป็นจริง ร่วมกันแก้ปัญหาของสมาชิกทุกคนได้สำรวจตนเอง เข้าใจปัญหาและพร้อมจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
4. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา (The Ending Stage) เมื่อสมาชิกเข้าใจปัญหาอย่างกระจ่างแจ้ง รู้วิธีการแก้และรู้วิธีนำไปปฏิบัติด้วยความพอใจ ไม่มีข้อข้องใจตกค้างก็ยุติการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มได้

#### ✓ การจัดกลุ่ม

ในการจัดกลุ่มนักจิตวิทยาหลายท่าน ได้เสนอหลักเกณฑ์ไว้คล้ายคลึงกัน เช่น เซอร์ทเซอร์และสโตน (Shertzer and Stone. 1968 : 457-461) เสนอวิธีจัดกลุ่มไว้ดังนี้

1. การเลือกสมาชิกควรเลือกผู้ที่มีความสนใจหรือปัญหาคคล้ายคลึงกันและประกอบด้วยทั้ง 2 เพศ มีวัยใกล้เคียงกัน เป็นผู้ต้องการความช่วยเหลือและเต็มใจแสดงความคิดเห็น การเลือกจะต้องใช้วิธีสัมภาษณ์ทีละคน บุคคลที่ไม่เหมาะสมเข้ากลุ่มคือ พวกก้าวร้าว เหนียวอาย ปรับตัวยากและไม่ควรจัดญาติหรือเพื่อนสนิทให้อยู่ในกลุ่มเดียวกัน

2. ขนาดของกลุ่มไม่ควรใหญ่เกินไป ประมาณ 6-8 คน เพราะถ้ากลุ่มใหญ่เกินไปจะทำให้สัมพันธภาพลดลง

3. เวลา สำหรับเด็กมัธยมควรพบกันวันละ 1-1.30 ชม. สัปดาห์หนึ่งควรพบกัน 2-3 ครั้ง ควรพบกันอย่างน้อย 10 ครั้ง
4. ชนิดของกลุ่ม ควรเป็นกลุ่มชนิดปิด ไม่ใช่ลักษณะกลุ่มเปิด
5. การจัดนั่ง ควรจัดเป็นวงกลมเพื่อให้กลุ่มมีสัมพันธภาพกันมากขึ้น
6. สมาชิก ต้องรับผิดชอบในการตั้งใจฟังสมาชิก ร่วมอภิปรายปัญหาและความ

รู้สึกของสมาชิกในกลุ่ม

✓ ข้อดีของการให้คำปรึกษากลุ่ม

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2524 : 418 - 419) ได้กล่าวถึงข้อดีของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดังนี้

1. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความเข้าใจใหม่ว่า ไม่เพียงแต่ตนเองเท่านั้นที่ประสบปัญหา ผู้อื่นก็ประสบปัญหาที่คล้ายคลึงกันด้วย ทำให้ความรู้สึกโดดเดี่ยว ความละอาย และความรู้สึกแปลกประหลาดลดลง
2. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกยอมรับ และนับถือตนเองมากขึ้นเพราะการให้คำปรึกษากลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกทุกคนมีส่วนร่วมในการช่วยแก้ปัญหาของสมาชิกในกลุ่ม ดังนั้นสมาชิกแต่ละคนจะเกิดความรู้สึกว่าตนเองมีค่าและมีความสามารถ
3. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับประสบการณ์ในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิกในกลุ่ม
4. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีประสบการณ์ที่กว้างขวางมากขึ้นในการเผชิญปัญหา และสามารถตัดสินใจ เลือกรทางแก้ปัญหาได้ถูกต้องและรอบคอบขึ้น
5. ช่วยแบ่งเบาภาระของผู้ปกครอง ครู เพราะสมาชิกในกลุ่มจะมีความรู้สึกยอมรับในความคิดเห็นและคำแนะนำของเพื่อนสมาชิกที่อยู่ในวัยและเผชิญปัญหาคคล้ายคลึงกับตนมากกว่าผู้อื่น

6. เป็นการประหยัดเวลา บุคลากร และงบประมาณ เพราะสามารถให้คำปรึกษาแก่ผู้ที่มีปัญหาได้ครั้งละหลายคนในเวลาเดียวกัน

### 1.3 การให้คำปรึกษาแบบเป็นรายบุคคล

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2529 : 408) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลว่าเป็นการให้คำปรึกษาที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษา โดยให้การปรึกษาเป็นการส่วนตัวแก่บุคคลเฉพาะรายในแต่ละครั้ง เพื่อให้เขาสามารถเข้าใจในตนเอง และสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น สามารถวางโครงการชีวิตของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองได้อย่างเต็มขีดความสามารถ

วัฒนา พิศราวณิช (2531 : 152) กล่าวถึง การให้คำปรึกษารายบุคคลว่าเป็นการช่วยผู้ประสบปัญหาสามารถแก้ไขได้ด้วยตนเอง เป็นผู้นำแห่งตน เข้าใจตนเอง วางแนวชีวิตในอนาคต สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม และมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษารายบุคคลคือกระบวนการช่วยเหลือบุคคลที่มีปัญหาเป็นการส่วนตัว ระหว่างผู้รับคำปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษาเพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง เข้าใจในตนเอง และสิ่งแวดล้อมดีขึ้น ได้รับการพัฒนาอย่างเต็มที่ตามที่เขาจะพัฒนาได้ ทั้งนี้เพื่อช่วยให้รู้จักตัวเองได้ดีที่สุด สามารถวางแนวชีวิตในอนาคต และมีชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

#### ข้อดีของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลดังนี้

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2529 : 411) ได้กล่าวถึงข้อดีของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลดังนี้

1. ผู้รับคำปรึกษาได้รับความช่วยเหลือในการแก้ปัญหาเฉพาะของเขาจากผู้ให้คำปรึกษาโดยตรง

2. ผู้รับคำปรึกษาเป็นจุดสนใจของผู้ให้คำปรึกษาแต่เพียงผู้เดียวในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง ผู้รับคำปรึกษาจึงได้รับประโยชน์อย่างเต็มที่
3. ผู้รับคำปรึกษากลับที่จะเปิดเผยตนเองอย่างอิสระกับผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งจะช่วยให้การวินิจฉัยปัญหาและหาทางแก้ไขปัญหาได้รวดเร็วขึ้น
4. ผู้รับคำปรึกษาไม่ต้องกังวลถึงความคิดเห็นและความรู้สึกหรือข้อเสนอแนะของผู้อื่น
5. ผู้รับคำปรึกษาไม่ต้องวิตกกังวลถึงความไม่พร้อมทางด้านทักษะในเรื่องมนุษยสัมพันธ์ หรือบุคลิกภาพที่ไม่เหมาะสมของผู้รับคำปรึกษาในการแสดงออกกับผู้อื่น เพราะผู้รับคำปรึกษาจะมีความสัมพันธ์เฉพาะกับผู้ให้คำปรึกษาแต่เพียงผู้เดียวในระหว่างการให้คำปรึกษา

#### 1.4 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

##### 1.4.1 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์

โรเจอร์ส เชื่อว่าโดยพื้นฐานแล้วมนุษย์เป็นผู้มีเหตุผล ได้รับการอบรมสั่งสอนขัดเกลา แล้วมนุษย์มุ่งความก้าวหน้า และกล้าเผชิญความจริง (วัชรีย์ ทรัพย์มี, 2533 : 39 - 40) โรเจอร์สได้สรุปแนวคิดที่สำคัญเกี่ยวกับมนุษย์ไว้ 5 ประการดังนี้

1. มนุษย์เป็นผู้มีความสามารถและมีคุณค่า มนุษย์มีสติปัญญาและมีความสามารถที่จะตัดสินใจได้ด้วยตนเองฉะนั้นทุกคนควรมีเสรีภาพในการแสดงความคิดเห็นและการกระทำนั้น ไม่ก้าวก่ายสิทธิบุคคลอื่น
2. มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเอง มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตนเอง เมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่เหมาะสม มนุษย์พยายามพัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง พยายามช่วยตัวเอง ไม่ต้องการให้ใครมาควบคุม
3. โดยพื้นฐานแล้วมนุษย์เป็นคนดีและน่าเชื่อถือ โรเจอร์สมีความเห็นว่า โดยพื้นฐานแล้วมนุษย์เป็นคนดีและน่าเชื่อถือ แต่การทำไม่เหมาะสม เช่น คดโกง เห็นแก่ตัว โหดร้ายนั้น เนื่องมาจากความไม่สอดคล้องกันระหว่างความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อตนเองกับสภาพความเป็นจริง ซึ่งทำให้บุคคลใช้กลวิธีป้องกันตัวเอง

4. มนุษย์มีการรับรู้เกี่ยวกับตนเองและสิ่งแวดล้อมตามประสบการณ์ของแต่ละบุคคล ดังนั้นการที่จะเข้าใจบุคคลอื่น ผู้ให้คำปรึกษาต้องเข้าใจว่าเขารับรู้สิ่งต่างๆอย่างไร กรอบแห่งการเรียนรู้ของเขาเป็นอย่างไร ต้องเข้าใจความรู้สึกนึกคิด ทศคติและค่านิยมของผู้รับคำปรึกษา

5. มนุษย์ต้องการความรัก ความเอาใจใส่และการยอมรับจากผู้อื่น จะเห็นว่าโรเจอร์ส ให้ความสำคัญในเรื่องเสรีภาพของบุคคลเป็นอย่างมาก เขาเชื่อว่าบุคคลสามารถดำรงชีวิตในสังคมอย่างอิสระ สามารถที่จะเลือกสิ่งต่างๆในชีวิตให้กับตัวเองได้ ถ้ามนุษย์นำเอาความสามารถของตนออกมาใช้ร่วมกันอย่างเสรี ก็จะทำให้การตอบสนองความต้องการของสังคมในการให้คำปรึกษา โรเจอร์สจึงเน้นกระบวนการให้คำปรึกษามากกว่าผลที่จะได้รับ (คมเพชร ฉัตรศุภกุล. 2530 : 63)

#### 1.4.2 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษา

วัชรีย์ ทรัพย์มี (2533 : 43) ได้สรุปจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ดังต่อไปนี้

1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับความจริง พิจารณาตนเอง และสภาพแวดล้อมได้สอดคล้องกับข้อเท็จจริง ไม่บิดเบือน หรือเก็บกดประสบการณ์ของตน ปราศจากความรู้สึกที่ได้รับการคุกคามทางจิตใจ ไม่ใช้กลวิธีป้องกันจิตใจตนเอง เน้นการแก้ปัญหา
2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเปิดรับประสบการณ์ โดยพิจารณาสิ่งต่างๆอย่างกว้างขวางในหลายแง่หลายมุม ในชีวิตจะมีประสบการณ์ โดยพิจารณาสิ่งต่าง ๆ อย่างกว้างขวางในหลายแง่หลายมุม ในชีวิตจะมีประสบการณ์ใหม่ๆ ผ่านเข้ามาเสมอ ดังนั้นบุคคลควรยืดหยุ่นเปิดรับประสบการณ์
3. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษามีความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มขึ้น ลดความรู้สึกหดหู่ ท้อถอย มีกำลังใจต่อสู้ชีวิตใหม่และพร้อมที่จะเลือกดำเนินการกับชีวิตของตนเอง

4. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าเพิ่มขึ้น และพยายาม

พัฒนาตนเอง

5. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถปฏิบัติภารกิจในชีวิตได้อย่างมี

ประสิทธิภาพทั้งด้านส่วนตัว การเรียนและการทำงาน

สรุปได้ว่าการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เน้นจัดความทุกข์  
ทางอารมณ์และลดความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษา ส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษาเป็นตัวของตัวเอง  
สามารถดำเนินชีวิตอยู่ได้อย่างเหมาะสม เป็นบุคคลที่มีประสิทธิภาพ

#### 1.4.3 ขั้นตอนในการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

โรเจอร์ส ได้เสนอขั้นตอนในการให้คำปรึกษาไว้ 12 ประการ ซึ่งขั้นตอน  
ดังกล่าว ควรจะดำเนินไปอย่างครบถ้วน แต่ลำดับขั้นอาจสลับกันได้ ดังนี้ (อาภา จันทรสกุล.  
2531 : 86 - 87)

1. มีบุคคลมาขอรับคำปรึกษา

2. ผู้มาขอรับคำปรึกษาได้รับการชี้แจงให้เข้าใจในสถานการณ์ในการให้  
คำปรึกษา

3. ผู้ให้คำปรึกษาระบายความรู้สึกออกมาอย่างอิสระ โดยเฉพาะความรู้สึกที่  
เกี่ยวข้องกับปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่

4. ผู้ให้คำปรึกษายอมรับ เอาใจใส่และเข้าใจความรู้สึกทางด้านลบของผู้รับ  
คำปรึกษา

5. เมื่อผู้รับคำปรึกษาได้ระบายความรู้สึกทางด้านลบออกมาจนหมดแล้ว  
แรงขับเคลื่อนความรู้สึกในด้านบวกจะตามมา ซึ่งเป็นสัญลักษณ์ของการปรับตัวที่ดี

6. ผู้ให้คำปรึกษาได้ยอมรับ เอาใจใส่ และเข้าใจความรู้สึกทางด้านบวก  
ของผู้รับคำปรึกษา เช่นเดียวกับที่เคยยอมรับและเข้าใจความรู้สึกทางด้านลบ

7. การหยั่งเห็น (Insight) การเข้าใจตนเองและการยอมรับตนเอง เป็นส่วนสำคัญต่อไปของกระบวนการทั้งหมด

8. การประสมประสานไปกับขั้นตอนของการหยั่งเห็นคือกระบวนการทำให้เกิดความกระจำง เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้สำรวจตนเอง เข้าใจตนเอง ทำให้สามารถตัดสินใจเลือกได้

9. พฤติกรรมทางบวกเริ่มปรากฏ เป็นขั้นตอนที่มีนัยสำคัญที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง

10. การหยั่งเห็นพัฒนาต่อไปอย่างลึกซึ้ง ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเองได้ถูกต้องตรงกับความเป็นจริงมากขึ้น เนื่องจากผู้รับคำปรึกษากลับเผชิญและพิจารณาการกระทำของตนเองมากขึ้น

11. ผู้รับคำปรึกษามีพฤติกรรมทางบวกเพิ่มมากขึ้น กลัวต่อการตัดสินใจในเรื่องต่างๆน้อยลง มีความเชื่อมั่นที่จะนำตนเองเพิ่มขึ้น

12. ผู้รับคำปรึกษามีความรู้สึกต้องการความช่วยเหลือลดลง ผู้ให้คำปรึกษารับรู้ถึงความต้องการของผู้รับคำปรึกษา และสัมพันธ์ภาพในการให้คำปรึกษาสิ้นสุดลงในที่สุด

ในทำนองเดียวกัน แพทเทอร์สัน (Patterson, 1966 : 418 - 419) ได้แบ่งกระบวนการของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางออกเป็นระยะดังนี้

ระยะที่ 1 เป็นระยะที่ผู้รับคำปรึกษาไม่เต็มใจที่จะเล่าเรียนเกี่ยวกับตนเอง แต่จะสื่อสารกับผู้ให้คำปรึกษาเฉพาะเรื่องทั่วไปก่อน ไม่มีการรับรู้ต่อความรู้สึกหรือปัญหาของตนเอง ยังไม่มีความต้องการจะเปลี่ยนแปลงตนเอง

ระยะที่ 2 จะเริ่มเข้าสู่ระยะที่ผู้รับคำปรึกษาอยู่ในสภาพที่จะเปลี่ยนแปลง โดยการพูดถึงเรื่องต่างๆ ที่ยังไม่ใช่เรื่องราวของตน ความรู้สึกบางอย่างเริ่มแสดงออกมาแต่เขาจะยังไม่ยอมรับว่าเป็นความรู้สึกหรือปัญหาของเขาเอง ระยะนี้ผู้รับคำปรึกษาเริ่มสมัครใจที่จะสื่อสารกับผู้ให้คำปรึกษา

ระยะที่ 3 ผู้รับคำปรึกษาจะเริ่มแสดงออกอย่างอิสระเกี่ยวกับความรู้สึกและประสบการณ์ในอดีต ซึ่งมักเป็นด้านลบ มีการยอมรับตนเองน้อย ยังไม่สามารถแยกแยะความรู้สึกได้ชัดเจนนัก แต่เริ่มมีการรับรู้ถึงความขัดแย้งของประสบการณ์

ระยะที่ 4 การยอมรับและความรู้สึกเข้าใจของผู้ให้คำปรึกษาที่แสดงออกในระยะที่ 3 จะทำให้ผู้รับคำปรึกษาผ่านระยะที่ 3 มาสู่ระยะที่ 4 ซึ่งจะมีการระบายความรู้สึกและประสบการณ์ในปัจจุบันอย่างเข้มข้น แต่จะมีความรู้สึกไม่แน่ใจ กลัว ลังเลที่จะแสดงออกอยู่บ้าง ระยะนี้เริ่มแยกแยะความรู้สึกของตนเองได้มากขึ้น ยอมรับความรู้สึกของตนเองและเริ่มรับผิดชอบในปัญหาของตนเอง

ระยะที่ 5 ผู้รับคำปรึกษาจะแสดงความรู้สึกต่างๆออกมาอย่างเสรี แต่ยังสงสัยและกลัวอยู่ และแม้ว่าจะกลัวและขาดความชัดเจนเกี่ยวกับตนเองได้มากขึ้น รับผิดชอบต่อประสบการณ์ในปัจจุบันได้ดีขึ้น เผชิญปัญหาของตนเองด้วยความรับผิดชอบ ระยะนี้เป็นระยะที่ผู้รับคำปรึกษา เริ่มเป็นตัวของตัวเอง แยกแยะความรู้สึกและประสบการณ์ได้

ระยะที่ 6 ความรู้สึกและประสบการณ์ต่างๆ จะได้รับการยอมรับอย่าง  
โรงเรียนเซนต์จอร์จ โปลิเทคนิค เดิมที โดยไม่มีการปฏิเสธหรือต่อต้าน ภาวะของความไม่สอดคล้องกัน การแสดงออกทุกอย่างเป็นไปตามธรรมชาติ ระยะนี้สำคัญมากเพราะแสดงว่าความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษาจะไม่กลับไปสู่ภาวะเดิมอีก

ระยะที่ 7 ผู้รับคำปรึกษาจะเป็นตัวของตัวเองอย่างเต็มที่ พร้อมทั้งจะพัฒนาไป โดยสามารถรับรู้ความรู้สึกใหม่ๆ ประสบการณ์ใหม่ๆ ได้อย่างรวดเร็ว รู้จักตนเองและรับรู้ประสบการณ์ที่เป็นจริง สามารถตัดสินใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สรุปขั้นตอนการให้คำปรึกษา แบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางดังนี้ (Rogers and Wallen. 1946 : 5)

1. ผู้รับคำปรึกษาขอความช่วยเหลือจากผู้ให้คำปรึกษา
2. ผู้รับคำปรึกษาระบายความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับอารมณ์ของตนเองอย่างเสรี

ปรุโปร่ง

3. ผู้รับคำปรึกษาเกิดความเข้าใจและมองเห็นปัญหาของตนอย่างทะลุปรุโปร่ง
4. ผู้รับคำปรึกษาวางแนวทางปฏิบัติเพื่อแก้ปัญหา
5. ผู้รับคำปรึกษาเป็นผู้ยุติการติดต่อเอง

#### 1.4.4 เทคนิคการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

เทคนิคที่นิยมใช้ในการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (ราตรี

พัฒนาสังคม. 2522 : 109) ได้แก่

1. การยอมรับ ผู้ให้คำปรึกษาเป็นเพียงผู้รับฟังเรื่องราวที่ผู้รับคำปรึกษาเล่าให้ฟังเท่านั้น โดยไม่แสดงความในใจ ความคิดเห็นหรือปฏิกิริยาของตนออกไป การยอมรับแสดงออกด้วยการพยักหน้าและพูด อ้อ บางทีก็ใช้คำว่า "ใช่" "ฉันเข้าใจ"
2. การฟัง ผู้ให้คำปรึกษาจะฟังอย่างสนใจ พร้อมทั้งหวังให้ผู้รับคำปรึกษาเล่าต่อไปอีกโดยไม่แนะนำ และท้วงติงต่อไปแต่อย่างใด
3. การสะท้อนความรู้สึกคือการนำข้อความและคำพูดของผู้รับคำปรึกษามาตีความหมายและพูดออกมาในเชิงความรู้สึกที่แฝงอยู่ในเนื้อหานั้น โดยผู้ให้คำปรึกษาอาจถอดข้อความและจัดคำพูดนั้นใหม่ โดยพยายามเน้นถึงความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษามากกว่าเนื้อหาของคำพูด ซึ่งจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับความรู้ เข้าใจถึงความรู้สึกที่แท้จริงของตน และสามารถแสดงความรู้สึกของตนออกมาด้วยวาจา โดยปราศจากความวิตกกังวล (สุธีรพันธุ์ กรลักษณ์และคณะ. 2527 : 41)
4. การทำให้เกิดความกระฉ่าง เทคนิคนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะพูดให้คำปรึกษาเข้าใจปัญหาของเขาอย่างชัดเจน เพราะตามปกติผู้รับคำปรึกษาจะสับสน ไม่เข้าใจตนเอง การมองโลกจะบิดเบือนไปจากความจริง เทคนิคนี้จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความกระฉ่างขึ้นในตัวเอง นำไปสู่ความเข้าใจตัวเองที่ละน้อย และค่อยยอมรับในสิ่งที่เคยปฏิเสธว่าไม่ใช่ตัวเอง และสามารถแก้ปัญหาได้ด้วยตัวเอง

## 1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการทำให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

### งานวิจัยในต่างประเทศ

แอนดรูว์ (Andrew. 1971 : 93 - 96) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบโรเจอร์ส กับวิธีสอนคล้ายคลึงกันเนื้อที่มีต่อความวิตกกังวลสูง ผลปรากฏว่าวิธีทั้งสองสามารถลดความวิตกกังวลของนักเรียนลง และทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้นพอกัน

ซีแมน และแรสกิน (วัชร ทรัพย์มี. 2528 : 73; อ้างอิงมาจาก Seeman and Raskin. 1953) วิจัยพบว่าผลจากการให้คำปรึกษาแบบโรเจอร์ส ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาปรับตัวได้ดีขึ้น ทั้งทางด้านการศึกษา การทำงาน คือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และนิสัยในการเรียนดีขึ้น มีนิสัยในการปฏิบัติงานดีขึ้น มีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงานเป็นไปตามเป้าหมายตลอดจนสามารถปรับปรุงสัมพันธภาพกับเพื่อนร่วมงานดีขึ้น

### งานวิจัยในประเทศไทย

วาสนา แฉล้มเขต (2525 : 49) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากับกลุ่มทดลอง จำนวน 8 คน ให้คำปรึกษาคนละ 6 ครั้ง หลังได้รับคำปรึกษาแบบโรเจอร์ส ปัญหาทางอารมณ์ซึมเศร้าของกลุ่มทดลองลดลงต่ำกว่าก่อนได้รับคำปรึกษา

มานิดา ทองทวี (2526 : 72 - 75) ศึกษาเปรียบเทียบการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลและรายกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเอง ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 16 คน ผลปรากฏว่าหลังจากให้คำปรึกษาแก่กลุ่มตัวอย่างทั้งรายบุคคลและแบบกลุ่มแล้ว นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้น

ธีระ มุลชัยะ (2530 : 52) ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบโรเจอร์สที่มีต่อการพัฒนาอัตนัยดีด้านการปรับตัวทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวชิรบำรุง จังหวัดมหาสารคาม พบว่านักเรียนที่ได้รับคำปรึกษาแบบโรเจอร์สมีอัตนัยดีมีการปรับตัวทางอารมณ์สูงขึ้น

จงกล หงส์พันธ์ (2534 : 64) ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบโรเจอร์สที่มีต่อการปรับตัวในครอบครัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนโพธิ์สัมพันธ์พิทยาคม เมืองพญา จังหวัดชลบุรี พบว่า นักเรียนกลุ่มที่ได้รับคำปรึกษาแบบโรเจอร์ส มีการปรับตัวในครอบครัวดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญที่สถิติที่ระดับ .01

สะอาด กัทธาวิวัฒน์ (2536 : 61) ได้เปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบยึดตัวบุคคลเป็นศูนย์กลางเป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคลที่มีความวิตกกังวลในการศึกษาต่อของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนพิษณุโลกพิทยาคม จังหวัดพิษณุโลก พบว่า นักเรียนมีความวิตกกังวลลดลงหลังจากให้คำปรึกษาแบบยึดตัวบุคคลเป็นศูนย์กลาง

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางทั้งต่างประเทศและในประเทศดังกล่าวข้างต้น จะเห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบยึดตัวบุคคลเป็นศูนย์กลาง สามารถช่วยแก้ปัญหาและพัฒนาสิ่งต่างๆ ได้ เช่น ปัญหาทางอารมณ์ ปัญหาการปรับตัว ช่วยพัฒนาสังคมในมิติด้านการปรับตัวทางอารมณ์ พัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

## 2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเอง

### 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเอง

ความภาคภูมิใจในตนเอง (Self - Esteem) เป็นความต้องการ (Need) อย่างหนึ่งของมนุษย์ แล้วเชื่อว่าคนทุกคนในสังคมมีความปรารถนาที่จะได้รับความสำเร็จ และประเมินค่าความสำเร็จไว้สูง ทั้งยังมีความภาคภูมิใจในตนเอง และต้องการให้คนอื่นยอมรับนับถือในความสำเร็จของตนด้วย ถ้าได้รับการตอบสนองจนพอใจ จะทำให้บุคคลนั้นมีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีค่า มีความสามารถ และมีประโยชน์ต่อสังคม แต่ถ้าความต้องการนี้ถูกขัดขวางจะทำให้รู้สึกว่ามีปมด้อยหรือเสียหายหรือเสียความภาคภูมิใจในตนเอง

นอกจากนี้ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นเรื่องหนึ่งของทัศนคติ เป็นทัศนคติของบุคคลที่มีต่อตนเองในเรื่องศักยภาพต่างๆ เช่น การประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย (Poduska. 1980 : 380) เป็นการนิยามตัดสินค่าของตนตามความรู้สึกและทัศนคติที่มีต่อตนเองของบุคคลใน

เรื่องการประสบความสำเร็จ การประสบความสำเร็จ การประสบความสำเร็จ การประสบความสำเร็จ คิดว่าตนเองมีค่าในสังคม ตลอดจนจนการได้รับการยอมรับจากสังคม จากพ่อแม่ จากผู้อาวุโส หรือจากผู้มีอำนาจเหนือกว่า (นิพนธ์ แจ็งเยี่ยม. 2529 : 6 - 7)

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่าความภาคภูมิใจในตนเองหมายถึงการที่บุคคลมีการพิจารณาตัดสินค่าของตนเองตามความรู้สึกที่มีต่อตนเอง ในเรื่องการประสบความสำเร็จ การประสบความสำเร็จ การประสบความสำเร็จ การยอมรับตนเอง การพึ่งตนเอง คิดว่าตนเองมีค่าในสังคม ตลอดจนจนได้รับการยอมรับจากบิดามารดา ครู อาจารย์และเพื่อน

#### ลักษณะของผู้มีความภาคภูมิใจในตนเอง

บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง จะเห็นตนเองมีคุณค่า มีความสำคัญ เป็นบุคคลน่าเชื่อถือ มีวิจรรย์ญาณ ไม่กลัวการเสี่ยง สร้างสิ่งใหม่ๆหรือสิ่งที่ต่างไปจากเดิม จะไม่เป็นทุกข์มากนัก ถ้าสิ่งที่เขาทำไม่เป็นผลดี และมักได้ผลสำเร็จทางวิชาการ (นภาพร พุ่มพฤษ. 2529 : 12 ; อ้างอิงมาจาก Hanacheek. 1978 Mussen and others. 1969)

บุคคลที่มีความภาคภูมิใจต่ำ มีลักษณะไม่เห็นตนมีความสำคัญ หรือสามารถทำอะไรขอไม่ได้ เขาไม่คิดว่าตนเองจะสามารถทำอะไรที่ตนเองต้องการจะทำจริงๆได้ ไม่เชื่อว่าตนเองจะสามารถทำอะไรได้ดีถึงแม้จะได้พยายามแล้วก็ตาม ผู้ที่มีความภาคภูมิใจต่ำจะชอบติดอยู่กับสิ่งที่คุ้นเคยและให้ความปลอดภัยต่อเขา ไม่เชื่อว่าเขาจะสามารถควบคุมวิถีชีวิตของตนเองได้ มักมีความลำบากในด้านการเรียนรู้ ด้านวิชาการ มีโอกาสได้รับทุกซ์ทรมานจากอาการจิต และสรีรแปรปรวน รวมถึงภาวะซึมเศร้าด้วย (นภาพร พุ่มพฤษ. 2529 : 13 ; อ้างอิงมาจาก Hamcheck. 1978 ; Mussen and others. 1969 ; Atwater. 1979 ; Mendels.1970)

#### พัฒนาการความภาคภูมิใจตนเองของบุคคล

พื้นฐานของความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองนั้นพัฒนามาจากความรัก การยอมรับเด็กอย่างแท้จริงของพ่อแม่ สิ่งนี้เป็นรากฐานหลักของความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งจะสร้างเสริมความรู้สึกที่มั่นคงของการรักตนเองและความคาดหวังให้ผู้อื่นรักตน ต่อมาความภาคภูมิใจในตนเองของ

เด็กจะขยายจากความรักความเอาใจใส่ของพ่อแม่ออกมาสู่บุคคลอื่นในครอบครัว และขยายกว้างออกมาสู่เพื่อน ซึ่งช่วงนี้ความภาคภูมิใจในตนเองจะขึ้นกับการได้รับผลสำเร็จตามเป้าหมาย โดยแรกสุดเด็กจะปฏิบัติตนให้พ่อแม่พอใจ และต่อมาเป้าหมายจะค่อย ๆ ขยายมาอยู่บนพื้นฐานของมาตรฐานกลุ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ช่วยวัยเด็กตอนกลางจึงเป็นวัยที่รากฐานความภาคภูมิใจของเด็กพัฒนาขึ้นได้จากสังคมภายนอกครอบครัว (Meneil. 1975 : 106 - 10)

โครงสร้างทางสังคมของวัยเด็กตอนกลางจะครอบคลุมทางด้านต่าง ๆ เช่น กลุ่มเพื่อน สถานะทางสังคม เด็กจะมีความต้องการความภาคภูมิใจในตนเอง โดยวิธีการที่เด็กเรียนรู้ตนเองจะวัดได้จากสิ่งที่เพื่อนติดต่อกับตัวเรา เด็กจะเริ่มพัฒนาสติปัญญา ทักษะทางสังคม และความมั่นใจในตนเองให้สูงขึ้น ถ้าจุดดีเหล่านี้ได้รับการเสริมแรงจากกลุ่มเพื่อนที่เขานิยมชมชอบ ความภาคภูมิใจในตนเองของเขาก็พัฒนาขึ้น ในขณะที่เดียวกันเด็กในกลุ่มอันธพาลอาจพบว่ายิ่งเขาแสดงพฤติกรรมแข็งกร้าวได้เพียงใด กลุ่มจะให้ความสำคัญกับเขามากขึ้น นั่นแสดงว่าภาพเกี่ยวกับตนเองของเด็กจะได้รับการสนับสนุนจากกลุ่มเพื่อน และการไม่สามารถเข้ากับกลุ่มเพื่อนได้ก็เป็นแรงเสริมในประสบการณ์กลุ่มด้วย (Graig. 1986 : 360) ความต้องการความภาคภูมิใจจึงสามารถผลักดันให้เด็กแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมาทั้งทางบวกและลบ ดังนั้นความเอาใจใส่ของทางโรงเรียน การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน สมาชิกในครอบครัวที่ออกมาในรูปแบบกีฬา กิจกรรมพิเศษอื่น ๆ นอกหลักสูตรและงานที่โรงเรียนจึงมีผลต่อความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กได้ (Burnside and others. 1979 : 134)

ในช่วงวัยรุ่นความภาคภูมิใจในตนเองเป็นสิ่งที่จะช่วยให้เขาปรับตัวได้ดี มีความสุข ตามช่วงวัยของเขาได้ โดยการได้รับประสบการณ์ที่จะสร้างผลสำเร็จในสิ่งที่ทำ และนั่นการเปิดโอกาสให้เด็กได้ทำในสิ่งที่เหมาะสมกับระดับความสามารถ ความถนัด ความสนใจของเด็ก ให้การช่วยเหลือ ไม่ตั้งระดับความคาดหวังต่อเด็กเกินกำลังความสามารถ เพื่อให้เด็กประสบความสำเร็จในสิ่งที่ทำ จะทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองได้ (วัชรวิทรัพย์มี. 2528 : 67)

พัฒนาการของความภาคภูมิใจในตนเองนั้นมีความต่อเนื่องมาจากประสบการณ์ตั้งแต่ วัยเด็ก บุคคลและสภาพแวดล้อมจะช่วยให้เด็กมีความภาคภูมิใจเพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ จนถึงวัย กลางคน จึงจะมีความคงที่หรือเสื่อมถอยลง (ภาพร พุ่มพฤษ์. 2529 : 17)

## 2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเอง

ภาพร พุ่มพฤษ์ (2529 : 74) ได้ศึกษาผลการใช้กิจกรรมแบบกลุ่มต่อการ พัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 พบว่านักเรียนที่ได้รับการ ฝึกกิจกรรมกลุ่มมีความภาคภูมิใจในตนเองแตกต่างจากนักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .01 โดยที่นักเรียนที่ได้รับการฝึกกิจกรรมกลุ่มจะมีคะแนนความภาคภูมิใจใน ตนเองสูงกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ

ฉันทนา ยัญญลักษณ์ (2530 : 85) ได้ศึกษาผลการสอนโดยใช้บทเรียน โปรแกรมเป็นคณะกับบทเรียน โปรแกรมเรียนเป็นรายบุคคล ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชา คณิตศาสตร์ ความภาคภูมิใจในตนเอง และความสนใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 2 พบว่า มีความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้บทเรียน โปรแกรม เป็นคณะกับการสอนโดยใช้บทเรียน โปรแกรมเป็นรายบุคคลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญ ทางสถิติ

มยุรี สาสิวงค์ (2535 : 80) ได้ศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ และความภาคภูมิใจในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ได้รับความสนใจใช้กิจกรรมการเรียน แบบ Stad กับกิจกรรมการเรียนตามคู่มือครู สสวท. พบว่าสัมฤทธิ์ผลในการเรียนและความ ภาคภูมิใจในตนเองแตกต่างกันตามระดับความสามารถของนักเรียนที่มีความสามารถสูง ผล การเรียนก็จะสูงกว่ากลุ่มที่มีความสามารถต่ำ

จากเอกสารและงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น จะเห็นได้ว่าคุณภาคภูมิใจในตนเอง

เอง เป็นสิ่งที่พัฒนาขึ้น ได้ด้วยวิธีการต่าง ๆ ได้แก่ กิจกรรมกลุ่ม การสอนโดยใช้บทเรียน โปรแกรมเป็นคณะ

### 3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวหย่าร้าง

คำว่าครอบครัวหย่าร้างมักจะใช้ร่วมกับครอบครัวแตกแยก

#### 3.1 เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวหย่าร้าง

##### ความหมายของครอบครัวหย่าร้าง *//m...c*

จิตรา วสุวานิช (2524 : 31 -32) ได้ให้ความหมายครอบครัวแตกแยกไว้ว่า ครอบครัวที่มีความแตกร้างระหว่างพ่อแม่แล้วส่งผลกระทบต่อลูก ครอบครัวแตกแยกนี้ตามความหมายรวม ไปถึงครอบครัวหย่าร้างกัน ครอบครัวที่พ่อแม่ทะเลาะวิวาทและครอบครัวที่มีบิดา มารดา เพียงฝ่ายเดียว

วันทนา กลิ่นหอม (2521 : 1) ครอบครัวแตกแยก หมายถึง การที่สภาพของครอบครัวที่เกิดขึ้นแล้ว ไม่อาจจะมั่นคงยั่งยืนงตลอดไป มีการสิ้นสุดหรือแตกสลายลงไป ซึ่งการสิ้นสุดของสภาพครอบครัวมี 2 ประการคือ การหย่าร้างจากกัน ทั้งนี้ไม่ว่าจะเกิดขึ้นโดยถูกต้องตามกฎหมายหรือไม่ก็ตาม และการตายจากกัน

##### ผลกระทบต่อบุตร

การหย่าร้างของบิดา มารดา ก่อให้เกิดความเจ็บปวดและปัญหาตามมา คือ ความเจ็บปวดทางอารมณ์ที่ยาวนาน จะมีความอ่อนไหวมากกว่าคนอื่นเมื่อต้องเผชิญกับความกดดันเท่ากัน (Mavis. 1979 : 881) ยังมีผลกระทบต่อสุขภาพกายและปัญหาอื่น ๆ เช่น ปัญหาด้านการเรียน ความประพฤติ (Gudofaldi and Clemenshaw. 1985 : 35 - 41)

ชบาภรณ์ ชื่นรุ่งโรจน์ (2529 : 122 - 132) ได้กล่าวถึงผลกระทบของการหย่าร้างไว้ดังนี้ คือ

1. มีผลกระทบกระเทือนต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของเด็ก
2. การปรับตัวและพฤติกรรมทางเพศของเด็ก มักมีปัญหาเพราะขาดรูปแบบที่จะเลียนแบบ
3. เด็กเกิดปมด้อยเมื่อออกไปติดต่อกับสังคมภายนอก
4. เด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง เมื่อแต่งงานมีแนวโน้มจะหย่าร้างด้วย
5. เด็กอาจตกอยู่ในสภาพอดอยากแร้นแค้นหากอยู่ในความปกครองของคู่สมรสฝ่ายที่มีปัญหาด้านเศรษฐกิจ

จิตรา วสุวานิช (2524 : 31 - 34) ได้กล่าวถึงปัญหาครอบครัวแตกแยกว่ามีอิทธิพลต่อการพัฒนาพฤติกรรมของเด็กดังนี้

1. ครอบครัวที่หย่าร้าง เป็นผลร้ายต่อพัฒนาการด้านจิตใจของเด็กมาก เด็กจะเกิดความรู้สึกหว่าเหว่ ไม่มั่นใจในตนเอง ไม่อยากอยู่บ้าน ชอบไปเล่นกับเพื่อน บางคนอาจจะเก็บตัว ซึมเศร้า บางรายก็อาจจะกลายเป็นเด็กก้าวร้าว ชอบรุกรานผู้อื่นไปก็มี นอกจากนี้เด็กจะเป็นไม่มั่นคง ไม่รักใคร่จริงและไม่คิดว่าใครจะรักเราจริง เพราะไม่เคยเห็นแบบอย่างที่ดีตั้งแต่เล็กนั่นเอง

2. เด็กมีความวิตกกังวลสูง

3. ครอบครัวที่มีพ่อแม่หรือแม่เดี่ยว มีผลทำให้เด็กเจริญเติบโตไม่ได้รับความอบอุ่นเท่าที่ควร

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นพอสรุปได้ว่า การหย่าร้างจะมีผลกระทบกับเด็กมากมายโดยเฉพาะจิตใจ ซึ่งจะผลไปยังทุกสิ่งทุกอย่าง เช่น การเรียน สุขภาพ เป็นต้น

### 3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวกับครอบครัวหย่าร้าง

กำแพง ธีระนาท (2526 : 53 - 57) ได้ศึกษาสาเหตุของการหย่าร้างโดยสำรวจจากคู่สมรสที่แยกทางกัน พบว่า มีสาเหตุจากทัศนคติไม่ตรงกับภาวะเศรษฐกิจ ขาดความรับผิดชอบ ความไม่ซื่อสัตย์ต่อกัน ความหยาบช้ำทารุณ การตู่กดดันแคลนคู่สมรส และญาติผู้ใหญ่ญาติพี่น้องและเพื่อนฝูงของคู่สมรส และการหวาดระแวง หึงหวง

ลินดา วงษ์ทน (2533 : 253) ได้ศึกษาผลกระทบของครอบครัวแตกแยกใน  
 นวนิยายไทยช่วงปี พ.ศ. 2525 - 2531 ผู้เขียนได้เสนอผลกระทบของครอบครัวโดยมุ่งไปที่  
 เด็กจะได้รับผลกระทบ 3 ด้านด้วยกันคือ ด้านบุคลิกภาพและสุขภาพจิต ด้านพฤติกรรม และ  
 ด้านสังคม โดยศึกษาถึงตัวละครแต่ละตัวและชี้ผลกระทบแต่ละด้านที่ตัวละคร

ศุภลักษณ์ พุทธิพงษ์ศิริ (2534 : 2) ได้ศึกษาสุขภาพจิตและพฤติกรรม  
 ทางกรเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ศึกษาเฉพาะกรณี  
 โรงเรียนบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี ผลนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างพบว่ามีปัญหาสุขภาพจิต  
 ผิดปกติร้อยละ 36.7 ปัญหาที่พบในด้าน ย้ำคิด ย้ำทำ และซึมเศร้ามากที่สุด และมีความสนใจ  
 ในการเรียนขณะครูสอนน้อย และขาดเรียนมากกว่า

จากเอกสารและงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่าการหย่าร้างส่งผลกระทบต่อ  
 กับเด็กในหลายด้าน เช่น สุขภาพจิต ความสนใจในการเรียนต่ำ และวิธีการจะหาการป้องกัน  
 การหย่าร้าง ซึ่งส่งผลกระทบต่อเด็กได้ สิ่งหนึ่งคือ การสร้างภาคภูมิใจในตนเอง จะทำให้  
 ผลกระทบต่อเด็กลดลง

## บทที่ 3

## วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่างประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคมน ปีการศึกษา 2536 กรุงเทพมหานคร ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 29 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคมน ปีการศึกษา 2536 กรุงเทพมหานคร ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 16 คน โดยมีขั้นตอนการเลือกกลุ่มตัวอย่างดังนี้

1. สํารวจนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 637 คน พบว่า มาจากครอบครัวหย่าร้าง 117 คน แล้วให้นักเรียน 117 คน นี้ตอบแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง
2. นำแบบสอบถามมาให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดแล้วเรียงคะแนนจากสูงที่สุดไปต่ำสุด และคัดเลือกนักเรียนที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา ซึ่งมีจำนวน 29 คน แล้วสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลอง ปรากฏว่านักเรียนสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง 19 คน เป็นชาย 5 คน หญิง 14 คน
3. สุ่มนักเรียนอย่างง่ายในข้อ 2 มา 16 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

- 1. แบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง
- 2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเป็นกลุ่ม
- 3. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเป็นรายบุคคล

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ

- 1. แบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง

1.1 ศึกษาทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเอง ได้แก่ เปเต แบรคเชอร์ (Pete Bradshaw. 1981) คูเปอร์สมิธ (Coopersmith อ้างอิงจาก Elton B. Meneil. 1974) มาสโลว์ (Maslow. 1970)

1.2 สร้างแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเองโดยอาศัยข้อมูลที่ศึกษาจาก

ข้อ 1.1 และปรับปรุงแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเองของ มยุรี สาลิวศ์ (2535 : 210 - 212) ลักษณะแบบสอบถามเป็นข้อความที่มีมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ครอบคลุมองค์ประกอบความภาคภูมิใจในตนเอง 5 ด้านคือ การประสบความสำเร็จในการ<sup>1</sup>เข้าใจ<sup>2</sup> ยอมรับตนเอง ได้แก่ ผศ.พงษ์พันธ์ พงษ์โรสภา อาจารย์พรพนิต วาณิชยการ และ อาจารย์ไพศาล อัมประเสริฐ

1.3 นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน ได้แก่ ผศ.พงษ์พันธ์ พงษ์โรสภา อาจารย์พรพนิต วาณิชยการ และ อาจารย์ไพศาล อัมประเสริฐ พิจารณาความสอดคล้องตามนิยามศัพท์และจุดมุ่งหมายแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข

1.4 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ ในข้อ 1.3 จำนวน 45 ข้อ ไปทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนนทรีวิทยา กรุงเทพมหานคร ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และมีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำ จำนวน 100 คน เพื่อหาค่าอำนาจจํานนงเป็นรายข้อ โดยใช้เทคนิค 25% และทดสอบด้วย t - test แล้วคัดเลือกข้อที่มีค่า t ที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ขึ้นไป ไว้ใช้ทดลอง ได้จำนวน 37 ข้อ ที่มีค่า t ระหว่าง 1.714 - 7.258

1.5 นำแบบทดสอบที่คัดเลือกแล้วในข้อ 1.4 มาหาความเชื่อมั่น โดยวิธีหาลัมประสิทธิ์แอลฟา ( $\alpha$  - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.8376

ตัวอย่างแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความแต่ละข้อในแบบสอบถาม แล้วขีดเครื่องหมาย  $\checkmark$  ในช่องที่ตรงกับความรู้สึกที่แท้จริงของนักเรียน

จริงมากที่สุด	หมายถึง	ตรงกับความรู้สึกของนักเรียนมากที่สุด
จริงมาก	หมายถึง	ตรงกับความรู้สึกของนักเรียนมาก
มีส่วนจริงครึ่งหนึ่ง	หมายถึง	ตรงกับความรู้สึกของนักเรียนเพียงครึ่งเดียว
จริงน้อย	หมายถึง	ตรงกับความรู้สึกของนักเรียนน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ตรงกับความรู้สึกของนักเรียนน้อยมาก

ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	มีส่วนจริงครึ่งหนึ่ง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
<u>ด้านประสบการณ์สำเร็จ</u>					
1. ฉันมักประสบความล้มเหลวในด้านการเรียน					
<u>ด้านการยอมรับตนเอง</u>					
1. ฉันเป็นคนเชื่อถือได้					
<u>ด้านความรู้สึกมีค่าในสังคม</u>					
1. ฉันรู้สึกว่าตนเองไม่มีค่าอะไรเลย					
<u>ด้านการยอมรับจากบิดา มารดา ครูอาจารย์ และเพื่อน</u>					
1. พ่อหรือแม่ไม่เชื่อสิ่งที่ฉันพูด					
2. ครูอาจารย์ในโรงเรียนเชื่อว่าฉันเป็นคนมีความสามารถ					

ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	มีส่วนจริงครึ่งหนึ่ง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
3.ฉันรู้สึกเหงาและไม่ค่อยมีเพื่อน <u>ด้านการนั่งตนเอง</u> 1.ฉันมักทำอะไรสำเร็จ					

### เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อความที่สร้างขึ้นมา 2 ลักษณะคือ เป็นข้อความทางบวกให้คะแนนดังนี้

จริงมากที่สุด	ให้คะแนน	5
จริงมาก	ให้คะแนน	4
มีส่วนจริงครึ่งหนึ่ง	ให้คะแนน	3
จริงน้อย	ให้คะแนน	2
จริงน้อยที่สุด	ให้คะแนน	1

ถ้าเป็นข้อความทางลบ ให้คะแนนกลับข้อความทางบวก ดังนี้

จริงมากที่สุด	ให้คะแนน	1
จริงมาก	ให้คะแนน	2
มีส่วนจริงครึ่งหนึ่ง	ให้คะแนน	3
จริงน้อย	ให้คะแนน	4
จริงน้อยที่สุด	ให้คะแนน	5

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคล เป็นศูนย์กลาง เป็นกลุ่ม  
ผู้วิจัยดำเนินการสร้างดังนี้

2.1 ศึกษาทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ความภาคภูมิใจในตนเอง เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนประสบการณ์การฝึกปฏิบัติให้คำปรึกษาให้เหมาะสมกับจุดมุ่งหมายในการวิจัย

2.2 สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เป็นกลุ่ม ให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการวิจัยครั้งนี้

2.3 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาที่สร้างขึ้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน พิจารณา ได้แก่ ผศ.พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา อ.พรพนพิศ วานิชย์การ และ อ.ไพศาล อ้นประเสริฐ ตรวจสอบในเรื่องความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์และพฤติกรรมความภาคภูมิใจในตนเอง แล้วผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไขตอบข้อ เสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

2.4 นำโปรแกรมที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โรงเรียนนนทรีวิทยา ที่มีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 8 คน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งหนึ่งก่อนนำไปใช้ในการทดลอง

โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้ให้คำปรึกษากับกลุ่มทดลองที่ 1 โดยใช้เวลา 7 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 1.30 นาที เวลา 15.30 - 17.00 น. (ดังรายละเอียดที่แนบมาในภาคผนวก)

3. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเป็นรายบุคคล ผู้วิจัยดำเนินการสร้างดังนี้

3.1 ผู้วิจัยรวบรวมเนื้อหาต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเองจากหนังสือวารสาร งานวิจัย บทความต่าง ๆ ตลอดจนประสบการณ์การฝึกปฏิบัติให้คำปรึกษา เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดการสร้าง โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เป็นรายบุคคลให้เหมาะสมกับจุดมุ่งหมายในการวิจัย

3.2 สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเป็นรายบุคคลให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการวิจัยครั้งนี้

3.3 นำโปรแกรมนี้ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 คน ได้แก่ ผศ.พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา อ.พรพนพิศ วานิชย์การ อ.ไพศาล อ้นประเสริฐ พิจารณาความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ เนื้อหา วิธีดำเนินการ แล้วผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อ เสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

3.4 นำโปรแกรมที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนนทรีวิทยา ที่มาจากครอบครัวว่างมีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 8 คน แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งหนึ่งก่อนนำไปใช้ในการทดลอง

โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้ให้คำปรึกษากับกลุ่มทดลองที่ 2 โดยใช้เวลา 7 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง เวลา 7.00 - 8.00 น. และ 15.30 -16.30 น. ในวันอังคาร - วันศุกร์ (ดังรายละเอียดที่แนบมาในภาคผนวก)

#### แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยใช้แบบแผนการวิจัยแบบ Randomized two group Pretest Posttest Design (ชูศรี วงศ์รัตนะ. 2533 : 77)

ตาราง 1 แสดงแบบแผนการทดลองแบบ Randomized two group Pretest Posttest Design

กลุ่ม	สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
$R_E$	$T_{1E}$	X	$T_{2E}$
$R_C$	$T_{1C}$	X	$T_{2C}$

#### ความหมายของสัญลักษณ์

$R_E, R_C$  แทน กลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการสุ่ม กำหนดให้เป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2

$T_{1E}, T_{1C}$  แทน การสอบหลังการทดลองของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2

X แทน การให้คำปรึกษากลุ่มเพิ่มเติมความภาคภูมิใจในตนเอง

X แทน การให้คำปรึกษารายบุคคลเพื่อเพิ่มความภาคภูมิใจในตนเอง

### วิธีดำเนินการทดลอง

1. ใช้คะแนนความภาคภูมิใจที่ให้นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง ตอนคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง แล้วเก็บคะแนนไว้เป็นคะแนนก่อนทดลอง (Pretest)

2. ขณะทดลองผู้วิจัยเป็นผู้ทดลองทั้ง 2 กลุ่ม ทั้งกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม โดยให้คำปรึกษา 7 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง 30 นาที ทุกวันจันทร์ เวลา 15.30 - 17.00 น. โดยเริ่มตั้งแต่ 15 พฤศจิกายน 2536 ถึง 27 ธันวาคม 2536

2.2 กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคล โดยให้คำปรึกษา 7 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง เป็นรายบุคคล ครั้งละ 1 ชั่วโมง ใน 1 วันจะทำ 2 ช่วงเวลาคือ 7.00 - 8.00 น. และ 15.30 - 16.30 น. ของวันอังคาร - ศุกร์ โดยเริ่มตั้งแต่ 15 พฤศจิกายน 2536 ถึง 30 ธันวาคม 2536

3. หลังจากการทดลองผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง โดยใช้ชุดเดียวกับฉบับที่สอบก่อนทดลอง แล้วเก็บคะแนนไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

4. นำข้อมูลที่ได้จากข้อ 1 และข้อ 3 ไปวิเคราะห์ตามวิธีทางสถิติ

### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มาจากรอบครัวหย่าร้าง ก่อนและหลังให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม

2. เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มาจากรอบครัวหย่าร้าง ก่อนและหลังให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคล

3. เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มาจากรอบครัวหย่าร้าง ก่อนและหลังให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและรายบุคคล

### สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

#### 1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

##### 1.1 ค่ามัธยฐาน

##### 1.2 ค่าความเบี่ยงเบนควอไทล์

#### 2. สถิติสำหรับวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือ ได้แก่

2.1 ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง โดยใช้  
t - test (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2528 : 185)

2.2 ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเอง โดย  
หาสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha - Coefficient) โดยใช้สูตรของครอนบาค (Cronbach)  
(ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2528 : 170 - 171)

#### 3. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

3.1 ทดสอบความแตกต่างของคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองก่อนการทดลอง  
และหลังการทดลองของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ใช้การทดสอบของ วิลคอกชัน  
(The Wilcoxon Matche Pairs Signed-Rank Test) (นิภา ศรีไพโรจน์. 2533 :  
91 - 97)

3.2 ทดสอบความแตกต่างของคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองของกลุ่มทดลอง  
ที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ใช้การทดสอบของ แมน-วิทนีย์  
(The Mann-Whitney U-test) (นิภา ศรีไพโรจน์. 2533 : 120 - 128)

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

#### สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลความหมายผลการวิเคราะห์ข้อมูล จากการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้แทนความหมายดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
Mdn	แทน	มัธยฐานของความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียน
Q-D	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์ของความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียน
Mdn <sub>(before)</sub>	แทน	มัธยฐานของผลต่างความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียน ก่อนและหลังการทดลอง
Q-D <sub>(before)</sub>	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์ของผลต่างความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียน ก่อนและหลังการทดลอง
T	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของ วิกคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs Signed Ranks Test)
U	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการสอบของแมน-วิทนี (The Mann-Whitney U Test)
p	แทน	ค่าความน่าจะเป็นของค่าสถิติจากตาราง

#### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1. เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม

2. เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษาแบบยัติบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคล

3. เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างที่ ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยัติบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและแบบรายบุคคล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังแสดงในตาราง 2, 3 และ 4 ตามลำดับ ดังนี้

ตาราง 2 เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างก่อน และหลังการให้คำปรึกษาแบบยัติบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม

กลุ่มทดลองที่ 1	N	Mdn	Q.D	T
ก่อนทดลอง	8	113	5.5	0*
หลังทดลอง	8	132	7.5	

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 2 แสดงว่า ภายหลังจากทดลองความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียน สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั่นคือหลังจากได้รับการให้ คำปรึกษาแบบยัติบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม นักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมีความภาคภูมิใจ ในตนเองสูงขึ้น

ตาราง 3 เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนในกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการ  
ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยัติบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคล

กลุ่มทดลองที่ 2	N	Mdn	Q.D	T
ก่อนทดลอง	8	113.5	13.125	
หลังทดลอง	8	128	12	0*

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 3 แสดงว่า ภายหลังจากทดลองความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียน  
สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั่นคือ หลังจากได้รับการให้  
คำปรึกษาแบบยัติบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคลนักเรียนที่มาจากครอบครัวว่างมีความ  
ภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้น

ตาราง 4 เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2

กลุ่มตัวอย่าง	N	Mdn <sub>(d.f.)</sub>	Q-D <sub>(d.f.)</sub>	U	p
กลุ่มทดลองที่ 1	8	21.5	6.25	28.5	0.378
กลุ่มทดลองที่ 2	8	18	15.27		

จากตาราง 4 แสดงว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและรายบุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเองไม่แตกต่างกัน ( $p > .05$ ) นั่นคือ นักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและรายบุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้นไม่แตกต่างกัน

## บทที่ 5

### บทย่อ สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

#### บทย่อ

#### ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อเปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ก่อนและหลังให้คำปรึกษาแบบยัติบุคคล เป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม
2. เพื่อเปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ก่อนและหลังให้คำปรึกษาแบบยัติบุคคล เป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคล
3. เพื่อเปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยัติบุคคล เป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและแบบรายบุคคล

#### สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้นหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบยัติบุคคล เป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม
2. นักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้นหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบยัติบุคคล เป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคล
3. นักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยัติบุคคล เป็นศูนย์กลางและรายบุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเองแตกต่างกัน

### ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยายาคม ปีการศึกษา 2536 กรุงเทพมหานคร ที่มาจากครอบครัวหย่าร้างและมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา จำนวน 29 คน

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยายาคม ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา ที่สมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 16 คน ที่ได้รับการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม ๆ ละ 8 คน โดยกลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง แบบกลุ่มและกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคล

### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. แบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม
3. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคล

### การดำเนินการทดลอง

1. ระยะก่อนทดลอง

เมื่อสุ่มตัวอย่างได้กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 แล้ว ผู้วิจัยวัดความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม ด้วยแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง แล้วเก็บไว้เป็นคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองก่อนทดลอง

2. ระยะทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองทั้ง 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

2.1 กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยิตบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม โดยให้คำปรึกษา 7 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง 30 นาทีทุกวันจันทร์เวลา 15.30 - 17.00 น. โดยเริ่มตั้งแต่วันที่ 15 พฤศจิกายน 2536 ถึง 27 ธันวาคม 2536

2.2 กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยิตบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคล โดยให้คำปรึกษา 7 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมงใน 1 วันจะทำ 2 ช่วงเวลาคือ 7.00 - 8.00 น. และ 15.30 - 16.30 น. ของวันอังคาร ถึงศุกร์ โดยเริ่มตั้งแต่ 15 พฤศจิกายน 2536 ถึง 30 ธันวาคม 2536

### 3. ระยะเวลาหลังการทดลอง

ผู้วิจัยวัดความภาคภูมิใจในตนเองของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ด้วยแบบสอบถามชุดเดิม แล้วนำผลที่ได้จาก ข้อ 1 และข้อ 3 ไปวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐานทางสถิติ

### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มาจากรอบครัวหย่าร้างก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบยิตบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม
2. เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มาจากรอบครัวหย่าร้างก่อนและหลังให้คำปรึกษาแบบยิตบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคล
3. เปรียบเทียบความแตกต่างของความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่มาจากรอบครัวหย่าร้างที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยิตบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและรายบุคคล

### สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนที่มาจากรอบครัวหย่าร้างมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้น หลังจาก

ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยติบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. นักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบยติบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. นักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยติบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและรายบุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้น ไม่แตกต่างกัน

### อภิปรายผล

จากการศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบยติบุคคลเป็นศูนย์กลางที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเอง ของนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคม กรุงเทพมหานคร ปรากฏผลดังนี้

1. นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้นหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบยติบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1 แสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบยติบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม เป็นวิธีการหนึ่งที่ใช้พัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองให้สูงขึ้นได้ เพราะการให้คำปรึกษากลุ่มโดยยึดพื้นฐานของทฤษฎียติบุคคลเป็นศูนย์กลางจะทำให้สมาชิกแต่ละคนพูดถึงปัญหาตนเองภายใต้บรรยากาศอบอุ่นเป็นกันเอง ปลอดภัย และการมีสัมพันธภาพที่ดีของผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้สมาชิกยอมรับตนเอง ดังที่ ชูตินันท์ แจ่มจรัส (2530 : 38) กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเองอย่างถูกต้อง ยอมรับข้อเท็จจริงเกี่ยวกับตนเอง มีความมั่นใจเพิ่มขึ้นและสอดคล้องกับที่ ปราณี เถลิงผล (2520 : 193) กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่ม ทำให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับสภาพความเป็นจริงที่เขาเผชิญอยู่ ปรับตัวเข้ากับบุคคลและสิ่งแวดล้อมได้ดี และทำให้บุคคลไม่รู้สึกโดดเดี่ยว รู้จักตนเอง ยอมรับตนเอง รู้จักการปรับตัวและพัฒนาตนเอง และสอดคล้องกับ จิตรา วสุวานิช (2524 : 34) ที่กล่าวไว้ว่า เด็กที่มีปัญหาครอบครัวหย่าร้างทำให้เด็กกว่าแห้ว ไม่อบอุ่น ไม่มั่นใจในตนเอง ไม่อยากอยู่บ้าน นอกจากนี้ ชบาภรณ์ ชื่นรุ่งโรจน์ (2529 : 122 - 132) ยังกล่าวถึงผลกระทบของการหย่าร้างกับเด็กอีกว่า

เด็กจะมีปัญหาเรื่องการปรับตัว มีผมด้วย เมื่อออกไปติดต่อกับภายนอก ดังนั้นเมื่อได้รับการ  
 ำให้คำปรึกษาแบบยึดตนเองเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มจึงทําให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองเนื่องจาก  
 เหตุผลที่กล่าวมาข้างต้น

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น พอจะสรุปได้ว่าการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง  
 แบบกลุ่ม สามารถพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองได้ ดังเช่นผลของการวิจัยในครั้งนี้

2. นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้นภายหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึด  
 บุคคลเป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐาน  
 ข้อ 2 แสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง แบบรายบุคคลเป็นวิธีการหนึ่ง  
 ที่ใช้พัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองให้สูงขึ้นได้ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ยรรยง ผิวอ่อน  
 (2535 : 66) ที่ศึกษาเรื่องผลการให้คำปรึกษาแบบไม่นามทางที่มีผลต่อการปรับตัวกับเพื่อนของ  
 นิสิตปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร จำนวน 14 คน ผลปรากฏว่า นิสิต  
 มีการปรับตัวกับเพื่อนดีขึ้นหลังจากให้คำปรึกษาแบบไม่นามทางเป็นรายบุคคล สอดคล้องกับผล  
 การวิจัยของ จงกล หงสุรพันธ์ (2535 : 64) ที่ศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบเรเจอร์ มี  
 ต่อการปรับตัวในครอบครัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนโพธิสัมพันธ์พิทยาคาร  
 จังหวัดชลบุรี จำนวน 16 คน ผลปรากฏว่า หลังจากให้คำปรึกษาแบบเรเจอร์เป็นรายบุคคล  
 ทําให้นักเรียนมีการปรับตัวในครอบครัวดีขึ้น การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลเป็นวิธีการที่ผู้รับ  
 ำปรึกษาได้ระบายความรู้สึกไม่สบายใจออกมาจน เกิดความสบายใจขึ้นเพราะมีผู้ให้คำปรึกษา  
 เป็นผู้รับฟังและคอยให้กำลังใจ ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นว่านักเรียนสามารถปรับตัวและได้รับ  
 การยอมรับจากผู้ให้คำปรึกษา (อาภา จันทรสกุล 2531 : 86 - 87) ดังนั้นนักเรียนเกิด  
 ความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้นเมื่อได้รับการยอมรับจากบุคคลใด บุคคลหนึ่งในที่นี้ คือผู้ให้  
 ำปรึกษา ดังนั้นการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเป็นรายบุคคล สามารถพัฒนา  
 ความภาคภูมิใจในตนเองได้ ดังเช่นผลของงานวิจัยในครั้งนี้

3. นักเรียนที่ได้รับคำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและรายบุคคล มี  
 ความภาคภูมิใจในตนเองไม่แตกต่างกัน ไม่สอดคล้องกับสมมุติฐาน ข้อ 3 แสดงว่า การให้  
 ำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและรายบุคคล ทําให้ความภาคภูมิใจในตนเอง  
 สูงขึ้นไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะสาเหตุต่าง ๆ ดังนี้

### 3.1 ตามความต้องการของมนุษย์ทุกคนตามทฤษฎีของ Maslow ชั้นที่ 3

กล่าวว่า ทุกคนต้องการความรัก ความเป็นเจ้าของ ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ต้องการยอมรับจากกลุ่ม ดังนั้นเมื่อให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและรายบุคคลก็จะได้รับจากสมาชิกกลุ่มและให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลก็จะได้รับการยอมรับจากผู้ให้คำปรึกษา จึงทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้น ไม่แตกต่างกัน เพราะการยอมรับเป็นส่วนหนึ่งของความภาคภูมิใจในตนเอง

### 3.2 จุดประสงค์และวิธีดำเนินการทดลองในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและ

รายบุคคลใช้ทฤษฎีเดียวกันคือบุคคลเป็นศูนย์กลาง ซึ่งวัชรีย์ ทรัพย์มี (2533 : 39 - 40) กล่าวว่าทฤษฎีนี้ เชื่อว่ามนุษย์มีความสามารถ มีแนวโน้มที่จะพัฒนาความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่ และเน้นเรื่องการเอาใจใส่ การยอมรับและความเข้าใจของผู้รับคำปรึกษาทำให้ความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้น ไม่แตกต่างกันไม่ว่าจะเป็นการให้คำปรึกษากลุ่มและรายบุคคล

ผลงานวิจัยนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ เพয়ার์ พูลเจริญ (2524 : 52) ที่ศึกษาเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและรายบุคคลที่มีต่อการปรับตัวในภาคปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาล โรงพยาบาลรามารัตน์ จำนวน 16 คน ผลปรากฏว่า นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและรายบุคคลการปรับตัวในภาคปฏิบัติไม่แตกต่างกัน และสอดคล้องกับ สะอาด กันทรวิรัตน์ (2535 : 59) ที่ศึกษาเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลต่อการวิตกกังวลในการศึกษาต่อของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนพิษณุโลกพิทยาคม จำนวน 14 คน ผลปรากฏว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคล มีความวิตกกังวลในการศึกษาต่อลดลงไม่แตกต่างกัน

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 จากผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางทั้งแบบกลุ่มและรายบุคคลไม่มีความแตกต่างกัน ดังนั้นสามารถเลือกใช้ตามความเหมาะสม กล่าวคือ ถ้าครุมีเวลาให้นักเรียนมาก และมีความเชี่ยวชาญในการให้คำปรึกษาตลอดจนนักเรียนต้องการ

รักษาความลับ ครูควรรักษาเป็นรายบุคคล แต่ถ้านักเรียนมีปัญหาหลายคน และต้องการ การยอมรับจากเพื่อน ควรรักษาเป็นกลุ่ม

1.2 ควรมีการฝึกใช้เทคนิคการรักษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางทั้งแบบ กลุ่มและรายบุคคลให้กับครูแนะแนวและครูที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้เกิดความเชี่ยวชาญและสามารถนำ ไปใช้พัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ต่อไปได้

### ข้อเสนอแนะในการทบทวนวิจัย

1. ควรมีการทดลองให้การรักษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเพื่อพัฒนาความภาคภูมิใจ ในตนเองในระดับที่สูงขึ้น เช่น มัธยมศึกษาตอนปลาย หรืออุดมศึกษา
2. ควรมีการทดลองให้การรักษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเพื่อพัฒนาความภาคภูมิใจ ในตนเองในกลุ่มเด็กที่อยู่ตามสถานสงเคราะห์ เช่น บ้านราชวิถี บ้านกึ่งวิถี มูลนิธิมหาราช หรือสถานพินิจคุ้มครองเด็ก เช่น บ้านกรุณา บ้านมุทิตา เป็นต้น
3. ควรมีการทดลองวิธีการอื่นในการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง เช่น การใช้ บทบาทสมมติ เป็นต้น
4. ควรมีการติดตามผลหลังการรักษาให้การรักษาเป็นระยะ เช่น 6 เดือน 1 ปี เป็นต้น เพื่อศึกษาความคงทนของตัวแปรตาม
5. ควรศึกษาเรื่องการปรับตัวในเด็กที่มาจากครอบครัวอย่างร้าย โดยใช้การรักษา แบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและรายบุคคล โดยควบคุมภูมิหลังของครอบครัวให้มี ลักษณะใกล้เคียงกัน เช่น อยู่กับพ่อ หรืออยู่กับญาติ เป็นต้น

บรรณานุกรม

## บรรณานุกรม

- เกษณีย์ สีมหาศาล. ผลของการให้คำปรึกษาด้านอาชีพเป็นรายบุคคลที่มีต่อทัศนคติในด้าน  
การเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนจิระประวัตติวิทยาคม  
จังหวัดนครสวรรค์. ปรินญาณินทร์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ประสานมิตร, 2531. อัดสำเนา.
- ✓ คมเพชร จัตรศุกกุล. ทฤษฎีการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ประสานมิตร, 2530.
- จงกล หงส์พันธุ์. ผลของการให้คำปรึกษาแบบโรเจอร์ที่มีต่อการปรับตัวในครอบครัวของ  
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนโพธิ์สัมพันธ์พิทยาคาร เมืองนันทยา  
จังหวัดชลบุรี. ปรินญาณินทร์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ประสานมิตร, 2534. อัดสำเนา.
- เจียรนัย ทรงชัยกุล. เอกสารการสอนชุดวิชาการแนะแนวในระดับมัธยมศึกษา หน้าที่ 1-7.  
กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2527.
- ศันทนา ยืนกุลเกษม. มจร  
ชุตินันท์ แจ่มจรัส. การให้คำปรึกษาเชิงปฏิบัติการ. ฉะเชิงเทรา : ภาควิชาจิตวิทยา  
และการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ วิทยาลัยครูฉะเชิงเทรา, 2530.
- ๕๒๓๓? ในหนังสือ มจร (ฉบับที่ ๑๓)  
ธีระ มุลธิยะ. ผลการให้คำปรึกษาแบบโรเจอร์ที่มีการพัฒนาอัตโนมัติด้านการปรับตัวทาง  
อารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวชิรวิทย์ จังหวัดมหาสารคาม.  
ปรินญาณินทร์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,  
2530. อัดสำเนา.
- จิตรา วสุวานิช. สุขภาพจิตและการปรับอารมณ์. กรุงเทพฯ : ท.จ.ก.คุณพิมพ์อักษร,  
2528.
- จันทนีย์ กาญจนะโรจน์. ความสัมพันธ์ระหว่างภูมิหลังทางครอบครัวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน  
วิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ :  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530. อัดสำเนา.

- ทองเรียน อมรัชกุล. กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. พิษณุโลก : ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยา  
การศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก, 2520.
- นภาพร พุ่มพฤษ. ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียน  
ชั้น ม.ศ.3 โรงเรียนพระนารายณ์ จังหวัดลพบุรี. ปรินญาณินทร์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2529. อัดสำเนา.
- นิพนธ์ แจ้งเอี่ยม. การศึกษานุคลิกภาพแสดงตัว ความเชื่อมั่นในตัวเอง และความภาคภูมิใจ  
ในตนเองของนักเรียนชั้น ม.ศ.3 ในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดอุดรดิษฐ์.  
ปรินญาณินทร์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,  
2519. อัดสำเนา.
- บุญชาติ แก้วแสนสุข. ผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มเพื่อลดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมกับ  
เพศชายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชบพิช กรุงเทพมหานคร.  
ปรินญาณินทร์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, -  
2532. อัดสำเนา.
- เปศล (เดิม นว + 520 (นวิโรฒ)  
เพยาวี พูลเจริญ. การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับแบบรายบุคคลที่มีต่อ  
การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลรามาศิบัติ. ปรินญาณินทร์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2524. อัดสำเนา.
- พรรณี ชูชัย เจนจิต. จิตวิทยาการเรียนการสอน. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ :  
คณะอักษรศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2528.
- ภัทรกานต์ เผ่าบุญเกิด. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อปรับพฤติกรรมนักเรียนของนักเรียน  
โรงเรียนเซนต์จอห์นอาชีวศึกษา กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณินทร์ กศ.ม.  
กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530. อัดสำเนา.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. การแนะแนวเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ประสานมิตร, 2521.

- มยุรี สาลีวงศ์. การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์และความภาคภูมิใจในตนเอง  
ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ได้รับการสอนโดยใช้กิจกรรมการเรียนรู้แบบ STAD  
กับกิจกรรมการเรียนรู้ตามคู่มือของครู สสวท. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :  
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2533. อัดสำเนา.
- รุจิภา สิทธิปาน. ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมกับเพื่อนต่างเพศ  
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพินุลวิทยาลัย ลพบุรี. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม.  
 กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2531. อัดสำเนา.
- ราตรี พัฒนรังสรรค์. จิตวิทยาแนะแนว. กรุงเทพฯ : วิทยาลัยครูจันทระเกษม, 2522.
- ยรรยง ผิวอ่อน. ผลของการให้คำปรึกษาแบบไม่นำทางที่มีต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนิสิต  
ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม.  
 กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2534. อัดสำเนา.
- วัชรีย์ ทรัพย์มี. ทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : ภาพพิมพ์, 2533.
- วัชรภรณ์ อภิวัชรางกูร. การศึกษารายกรณีของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล  
สุราษฎร์ธานี จังหวัดสุราษฎร์ธานี ที่มีแนวโน้มกระทำอัตวินิบาตกรรม. ปรินญาณิพนธ์  
 กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2529.  
 อัดสำเนา.
- วัฒนา นัชรานิช. หลักการแนะแนว. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ศาสนา, 2531.
- วาสนา แจ่มเขต. ผลของการให้คำปรึกษาแบบโรเจอร์ต่อการลดปัญหาทางอารมณ์.  
 ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,  
 2525. อัดสำเนา.

ศุภลักษณ์ พงษ์พิสิทธิ์. สุขภาพจิตและพฤติกรรมกรเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น  
ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง : ศึกษาเฉพาะกรณีโรงเรียนบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี.  
 วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2534. อัดสำเนา.

สุทิพร บุกเกต. ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีผลต่อการลดอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา  
ปีที่ 3 โรงเรียนบางกรวย จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :  
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2527. อัดสำเนา.

สุธีรพันธุ์ กรลักษณ์ และคนอื่นๆ. การฝึกทักษะการให้คำปรึกษา. สมาคมแนะแนวแห่ง  
 ประเทศไทย, 2527.

สะอาด กันทราวิวัฒน์. การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคล  
ที่มีต่อความวิตกกังวลในการศึกษาต่อของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียน  
พิบูลโลกพิทยาคม จังหวัดพิษณุโลก. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :  
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2535. อัดสำเนา.

สุจิตรา พรมนุชาธิป. หลักการแนะแนวระยะลา. ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว  
 วิทยาลัยครูยะลา, 2530.

ลินดา) วงษ์ทน. การวิเคราะห์ปัญหาครอบครัวแตกแยกในนวนิยายไทย พ.ศ. 2525 - 2531.  
 วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,  
 2533. อัดสำเนา.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ, สำนักนายกรัฐมนตรี. สมุดสถิติรายปี ประเทศไทย ฉบับที่ 6  
 2535.

สุภัตตรา สุภาพ. ปัญหาสังคม. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2529.

อานันท์ สันหวงศ์ 1531 (หน้า 16)

Coopersmith, Stanley, SEI : Self Esteem Inventories. 2nd ed.  
Palo Alto, California : Consulting Psychologists Press, Inc.,  
1984.

*Abraham Harold*

Maslow, A.M. Motivation and Personality. New York : Harper and  
Row Publisher, 1970. 1954

Patterson, C.H. Thesise of Counseling and Psychotherapy. 3rd ed.  
New York : Harper and Publishing, 1980.

Qubein, Nido. Get the Best for Yourself : The Complete System of  
Personal and Professional Development. New Jersey : Prentice-  
Hall, Englewood Cliffs, 1983.

Rogers, Carl R. and John L. Wallen. Counseling with Returned  
Service Man. New York : McGraw-Hill Book Company, 1946.

ภาคผนวก

## ภาคผนวก ก

1. แบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง
2. ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง
3. ค่าคะแนนดิบของกลุ่มตัวอย่าง

### แบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง

#### คำชี้แจง

แบบสอบถามฉบับนี้ประกอบด้วยคำถาม 37 ข้อ ไม่มีการตัดสิน ถูก ผิด เพราะเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตัวนักเรียนเอง ในการตอบแบบสอบถามนี้ นักเรียนต้องปฏิบัติตามคำแนะนำต่อไปนี้

1. ขอให้นักเรียนตอบแบบสอบถามทันที ที่อ่านข้อความสั้น ๆ เสร็จโดยให้ยึดตามความรู้สึกของนักเรียน ที่เกิดขึ้นทันทีในเวลานั้น
2. ในการตอบแบบสอบถามนี้ นักเรียนต้องเป็นตัวของตัวเองโดยไม่ต้องปรึกษาเพื่อนขณะที่กำลังทำ
3. ขอให้นักเรียนตอบตรงตามความเป็นจริง เพราะคำตอบของนักเรียนจะได้รับการเก็บรักษาไว้เป็นความลับ
4. ขอให้นักเรียนอ่านตัวอย่างให้ละเอียดจนเข้าใจจึงลงมือทำ

แบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง

ข้อที่	ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงมาก	มีส่วนจริงครึ่งหนึ่ง	จริงน้อย	ไม่จริงเลย
1.	ข้าพเจ้ารู้สึกท้อแท้สิ้นหวังเมื่อทำอะไรไม่สำเร็จ					
2.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองเรียนหนังสือช้าไม่ทันเพื่อน					
3.	ข้าพเจ้ารู้สึกพอใจที่สามารถทำงานได้สำเร็จ					
4.	ข้าพเจ้ายินดีที่ทำงานเต็มความสามารถเมื่อได้รับมอบหมาย					
5.	ข้าพเจ้าผิดหวังเมื่อคะแนนผลการสอบอยู่ในระดับต่ำ					
6.	ข้าพเจ้ารู้สึกท้อแท้เมื่อประสบความล้มเหลวในการทำงานกับเพื่อน					
7.	ข้าพเจ้าภูมิใจที่สามารถทำงานสำเร็จและได้ผลดี					
8.	ข้าพเจ้าไม่มั่นใจว่าสามารถเรียนได้สำเร็จตามที่หวัง					
9.	ข้าพเจ้าพอใจในรูปร่างของตนเอง					
10.	ข้าพเจ้าพอใจในหน้าตาของตนเอง					
11.	ข้าพเจ้ารู้สึกกลัวไม่กล้าซักถามเมื่อไม่เข้าใจในบทเรียน					

ข้อที่	ข้อความ	จริง มากที่สุด	จริง มาก	มีส่วนจริง ครึ่งหนึ่ง	จริง น้อย	ไม่จริง เลย
12.	ข้าพเจ้าไม่มั่นใจในการแสดงความคิดเห็น					
13.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณเอง เรียนไม่เก่ง					
14.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณเอง เป็นคนไร้ประโยชน์					
15.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณเอง เป็นคนร่าเริง แจ่มใส					
16.	ข้าพเจ้ารู้สึกมีปมด้อย					
17.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณเอง เป็นคนอารมณ์ อ่อนไหว					
18.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณเอง เป็นคนเชื่องช้า					
19.	ข้าพเจ้ารู้สึกไม่สบายใจเมื่อถูกเลือก เป็นคนสุดท้ายในการเข้ากลุ่ม					
20.	ข้าพเจ้ารู้สึกกลัวเพื่อนไม่ยอมรับ					
21.	ข้าพเจ้ารู้สึกน้อยใจที่ทำได้แต่ไม่ได้รับ คำยกย่องชมเชย					
22.	ข้าพเจ้ารู้สึกภูมิใจที่ เป็นคนเด่นในกลุ่มเพื่อน					
23.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเอง ไม่มีค่า					
24.	ข้าพเจ้ารู้สึกภูมิใจที่ เพื่อนส่วนใหญ่ยอมรับ ความคิดเห็นของข้าพเจ้า					
25.	ข้าพเจ้ารู้สึกภูมิใจที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่น					
26.	พ่อแม่ยอมรับความสามารถของข้าพเจ้า					
27.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเพื่อนรังเกียจข้าพเจ้า					

ข้อที่	ข้อความ	จริง มากที่สุด	จริง มาก	มีส่วนจริง ครึ่งหนึ่ง	จริง น้อย	ไม่จริง เลย
28.	ครูไม่ยอมรับฟังความคิดเห็นของข้าพเจ้า					
29.	ข้าพเจ้าเข้ากับเพื่อน ๆ ได้ดี					
30.	พ่อแม่ภูมิใจในตัวข้าพเจ้า					
31.	เพื่อนให้ความเป็นกันเองกับข้าพเจ้า					
32.	ข้าพเจ้าภูมิใจที่สามารถทำงานได้สำเร็จ ด้วยตนเอง					
33.	ข้าพเจ้าต้องการคำแนะนำวิธีการทำงาน จากเพื่อน					
34.	ข้าพเจ้าชอบทำงานคนเดียวมากกว่า ทำงานกลุ่ม					
35.	ข้าพเจ้าไม่กล้าตัดสินใจด้วยตนเอง					
36.	ข้าพเจ้าไม่กล้าไปไหนตามลำพัง					
37.	ข้าพเจ้ารู้สึกไม่มั่นใจในวิธีแก้ปัญหา ของตนเอง					

ตาราง 5 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง

ข้อที่	t	ข้อที่	t
1	3.833	20	6.325
2	3.420	21	4.906
3	2.197	22	2.175
4	1.956	23	5.653
5	4.196	24	2.838
6	2.283	25	2.390
7	2.551	26	2.674
8	3.222	27	7.077
9	2.484	28	4.674
10	2.199	29	3.111
11	5.685	30	2.682
12	5.232	31	1.890
13	6.148	32	2.777
14	7.258	33	1.714
15	3.947	34	2.394
16	6.000	35	5.644
17	2.983	36	2.390
18	4.715	37	3.600
19	3.307		

ค่าความเชื่อมั่น = 0.8376

ตาราง 6 แสดงคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและ  
หลังการทดลอง

คนที่	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง
1	105	137
2	105	127
3	110	136
4	111	132
5	115	132
6	115	162
7	118	120
8	118	113

ตาราง 7 แสดงคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองของกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังการทดลอง

คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1	85	144
2	90	90
3	100	125
4	113	117
5	114	131
6	116	124
7	117	156
8	118	137

## ภาคผนวก ข

1. โปรแกรมที่ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 1
2. โปรแกรมที่ใช้กับกลุ่มทดลองที่ 2
3. ตัวอย่างการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
4. ตัวอย่างการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม สำหรับกลุ่มทดลองที่ 1

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	ปฐมนิเทศและเริ่มต้นให้คำปรึกษา	<p>1. เพื่อให้นักเรียนในกลุ่มเกิดความอบอุ่น ใจกว้างใจและรู้สึกคุ้นเคย ผู้ให้คำปรึกษา</p> <p>2. เพื่อให้นักเรียนในกลุ่มได้ทราบวัตถุประสงค์ วิธีการบทบาท หน้าที่ กฎระเบียบของกลุ่มทั้งของนักเรียนในกลุ่มและผู้ให้คำปรึกษา</p> <p>3. เปิดโอกาสให้นักเรียนในกลุ่มได้ระบายความรู้สึกเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำเนื่องจากครอบครัวหย่าร้าง</p> <p>4. เพื่อให้นักเรียนในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความรู้สึกเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำเนื่องจากครอบครัวหย่าร้าง</p>	<p>1. ผู้ให้คำปรึกษาแนะนำตัวและให้นักเรียนทุกคนแนะนำตนเอง</p> <p>2. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา ตลอดจนอธิบายรายละเอียด วิธีการยึดบทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา</p> <p>3. ผู้ให้คำปรึกษาแจ้ง โปรแกรมทั้งหมดในกระบวนการให้คำปรึกษาให้สมาชิกเข้าใจ</p> <p>4. เปิดโอกาสให้นักเรียนในกลุ่มได้เล่าเกี่ยวกับประวัติของตนเอง โดยผู้ให้คำปรึกษารับฟังและใช้เทคนิคต่าง ๆ ของการให้คำปรึกษา</p> <p>5. เปิดโอกาสให้นักเรียนในกลุ่มซักถามข้อสงสัยในการรับคำปรึกษาและสมาชิกช่วยกันสรุป</p> <p>6. ให้นักเรียนในกลุ่มระบายความรู้สึกเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำเนื่องจากครอบครัวหย่าร้าง</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2-6	ความภาคภูมิใจ ในตนเอง	เพื่อให้ นักเรียน ในกลุ่ม สามารถพัฒนาความ ภาคภูมิใจในตนเองด้าน ต่าง ๆ ได้แก่ การ ยอมรับตนเอง การฟัง ตนเอง รู้สึกว่ามีค่าในสังคม และการได้รับการยอมรับ จากบิดา มารดา ครู อาจารย์ และเพื่อนเมื่ออยู่ ในสภาพครอบครัวหย่าร้าง	7. ให้นักเรียน ในกลุ่มแลกเปลี่ยน ความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ใน เรื่องครอบครัวหย่าร้าง 8. ให้นักเรียน ในกลุ่มสรุปเรื่องที่ สนทนา ตั้งแต่ครั้งที่ 2-6 ผู้ให้คำปรึกษา ดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม โดยมีขั้นตอน 3 ขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 เริ่มต้นการให้คำปรึกษา ขั้นนี้เริ่มจากการสร้างสัมพันธภาพที่ดี ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและนักเรียนใน กลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์เพื่อ ให้นักเรียนเกิดความอบอุ่น คุ้นเคย ไว้วางใจ และสามารถแสดงความ รู้สึกออกมาอย่างเสรี โดยปราศจาก ความกดดันต่าง ๆ ผู้ให้คำปรึกษา ต้องมีความจริงใจ มีการยอมรับโดย ปราศจากเงื่อนไขใด ๆ และมีความ เข้าใจในตัวนักเรียนทุกคนในกลุ่ม ตลอดทั้งรักษาความลับของนักเรียน ในกลุ่ม ทำให้นักเรียน ในกลุ่มรู้สึก ว่าการเป็นที่ยอมรับและมีความมั่นใจ ที่จะเปิดเผยตนเองมากขึ้น

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
7	ยุติการให้ คำปรึกษาและ ปัจฉิมนิเทศ	1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษา กระจำย้ในปัญหาของตนเอง และแก้ไขปัญหาคือเกี่ยวกับ ความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ	<p>ชั้นที่ 2 ดำเนินการให้คำปรึกษา ชั้นนี้ ผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้อำนวยความสะดวก ให้นักเรียนในกลุ่มได้แสดงออกมากที่สุด โดยใช้เทคนิคต่าง ๆ ได้แก่ การฟัง และการเงี่ยบ การยอมรับ การใช้คำ ถามปลายปิด การให้คำถามปลายเปิด การสะท้อนความรู้สึก การทวนข้อความ การเผชิญหน้า การทำให้เกิดความ กระจ่าง และสรุปเพื่อให้นักเรียนทุกคน ได้สำรวจตนเอง เข้าใจปัญหา และ ร่วมกันแก้ปัญหาของกันและกันเพื่อพัฒนา ความภาคภูมิใจในตนเอง</p> <p>ชั้นที่ 3 ยุติให้คำปรึกษา ชั้นนี้ผู้ให้คำ ปรึกษาให้นักเรียนในกลุ่มสรุปปัญหาต่าง ๆ เพื่อให้เข้าใจปัญหาอย่างชัดเจน เป็นตัว ของตัวเอง ตลอดทั้งแนวทางการพัฒนาความ ภาคภูมิใจในตนเอง และผู้ให้คำปรึกษา สรุปเพิ่มเติม และนัดหมายนักเรียนใน กลุ่มเพื่อพบกันครั้งต่อไป</p> <p>1. ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนและติดตาม เรื่องที่สนทนาครั้งที่แล้ว</p> <p>2. นักเรียนพิจารณาตนเองว่ายังมีสิ่งใด ที่ทำให้ความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		2. เพื่อให้นักเรียนประเมินตนเองเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาและรู้วิธีพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง 3. ยุติการให้คำปรึกษา	3. ให้นักเรียนประเมินการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายหลังให้คำปรึกษา 4. ให้นักเรียนสรุปเรื่องที่สนทนาและผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม 5. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอใจนักเรียน และกล่าวปิดการให้คำปรึกษา

หมายเหตุ การทดลองแต่ละครั้งใช้เวลา 1.30 ชั่วโมง

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเป็นรายบุคคล สำหรับกลุ่มทดลองที่ 2

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	ปฐมนิเทศ และเริ่มต้น ให้คำปรึกษา	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้นักเรียนเป็นรายบุคคลเกิดความอบอุ่น ว่างใจ และรู้จักคุ้นเคยผู้ให้คำปรึกษา</li> <li>2. เพื่อให้นักเรียนรายบุคคลได้ทราบวัตถุประสงค์ วิธีการ บทบาท หน้าที่ กฎระเบียบ ของนักเรียนรายบุคคลและ ผู้ให้คำปรึกษา</li> <li>3. เปิดโอกาสให้นักเรียนได้ ระบายความรู้สึกเกี่ยวกับ ความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ เนื่องจากครอบครัวหย่าร้าง</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้ให้คำปรึกษาแนะนำตนเองและ ให้นักเรียนแนะนำตนเอง</li> <li>2. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ ของการให้คำปรึกษา ตลอดจน อธิบายรายละเอียด วิธีการ บทบาท หน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาและรับคำ ปรึกษา</li> <li>3. ผู้ให้คำปรึกษาแจ้ง โปรแกรมรวมทั้งหมดในกระบวนการให้คำปรึกษา ให้นักเรียนเข้าใจ</li> <li>4. เปิดโอกาสให้นักเรียนได้เล่า ประวัติของตนเอง โดยผู้ให้คำปรึกษา รับฟังและใช้เทคนิคต่าง ๆ ของการ ให้คำปรึกษา</li> <li>5. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ข้อสงสัยในการรับคำปรึกษา</li> <li>6. ให้นักเรียนระบายความรู้สึก เกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ เนื่องจากครอบครัวหย่าร้าง</li> <li>7. ให้นักเรียนสรุป เรื่องที่สนทนา</li> </ol>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2-6	ความภาคภูมิใจ ในตนเอง	เพื่อให้นักเรียนสามารถพัฒนา ความภาคภูมิใจในตนเองด้าน ต่าง ๆ ได้แก่ การประสบ ความสำเร็จ การยอมรับ ตนเอง การฟังตนเอง รู้สึก มีค่าในสังคมและการได้รับ การยอมรับจากบิดา มารดา ครู อาจารย์ และเพื่อน เมื่ออยู่ในสภาพครอบครัว หย่าร้าง	ตั้งแต่ครั้งที่ 2-6 ผู้ให้คำปรึกษา ดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล โดยมีขั้นตอน 3 ขั้นตอน ขั้นที่ 1 เริ่มต้นให้คำปรึกษา ขั้นนี้เริ่มจากการสร้างสัมพันธภาพที่ดี ระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับนักเรียน เป็นรายบุคคล เพื่อให้นักเรียนเกิด ความคุ้นเคย ไว้วางใจ และสามารถ แสดงความรู้สึกออกมาได้อย่างเสรี โดยปราศจากความกดดัน ผู้ให้คำ ปรึกษาต้องมีความจริงใจ ยอมรับ นักเรียนโดยปราศจากเงื่อนไขใด ๆ และมีความเข้าใจนักเรียน ตลอดทั้ง รักษาความลับของนักเรียน เพื่อให้ นักเรียนเกิดความมั่นใจและกล้า เปิดเผยตนเองมากขึ้น ขั้นที่ 2 ดำเนินการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ได้แก่ การฟัง และการเงี่ย การยอมรับ การใช้คำถามปลายปิด การใช้คำถามปลายเปิด การเผชิญหน้า การทำให้เกิด ความกระจ่าง และสรุป

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
7	<p>ยุติการให้คำปรึกษาและปัจฉิมนิเทศ</p>	<p>1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษากระจ่างในปัญหาของตนเองและแก้ไขปัญหาลึกเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ</p> <p>2. เพื่อให้นักเรียนประเมินปรึกษาและรู้วิธีพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง</p> <p>3. ยุติการให้คำปรึกษา</p>	<p>เทคนิคต่าง ๆ ที่ใช้ให้คำปรึกษานี้ช่วยให้นักเรียนเข้าใจตนเองได้ดีขึ้น และสามารถพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ</p> <p>ขั้นที่ 3 ยุติการให้คำปรึกษา ขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปปัญหาต่าง ๆ และแนวทางแก้ปัญหา เพื่อพัฒนาแนวทางแก้ปัญหา เพื่อพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม และนัดหมายนักเรียนในการพบกันครั้งต่อไป</p> <p>1. ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนและติดตามเรื่องที่สนทนาครั้งที่แล้ว</p> <p>2. นักเรียนพิจารณาตนเองว่ายังมีสิ่งใดที่ทำให้ความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ</p> <p>3. ให้นักเรียนประเมินการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายหลังให้คำปรึกษา</p> <p>4. ให้นักเรียนสรุปเรื่องที่สนทนาและผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม</p> <p>5. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบใจนักเรียนและกล่าวปิดการให้คำปรึกษา</p>

สรุปการอภิปรายของสมาชิกในการให้คำปรึกษาแบบยัติบุคคล

เป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม

ครั้งที่ 1

วัน เวลา	จันทร์ที่ 15 พฤศจิกายน 2536 เวลา 15.30 - 17.00 น.
สถานที่	ห้องจริยธรรม
ผู้รับคำปรึกษา	นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง จำนวน 8 คน
ผู้ให้คำปรึกษา	น.ส. โสภา ชนะภัย

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อสร้างบรรยากาศให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย เป็นกันเองในการเข้ากลุ่ม และอยากเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มทุกคนได้ทราบถึงจุดมุ่งหมาย กฎระเบียบ ข้อผูกพัน บทบาทและหน้าที่ทั้งของสมาชิกและผู้ให้คำปรึกษา
3. เปิดโอกาสให้นักเรียนในกลุ่มได้ระบายความรู้สึกเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ

วิธีการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาแนะนำตัวก่อน ต่อจากนั้นให้สมาชิกทุกคนแนะนำตนเองให้สมาชิกในกลุ่มรู้จักชื่อจริง ชื่อเล่น นามสกุล สมาชิกซักถามซึ่งกันและกัน พักอยู่กับใครที่ไหน
2. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงให้ทราบถึงจุดมุ่งหมาย กฎระเบียบของกลุ่มและข้อผูกพันต่าง ๆ รวมทั้งบทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่ม
3. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มสำรวจตนเอง และเสนอปัญหาของตน ตลอดจนเสนอความคิดเห็นว่าอะไรเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหา ตนเองคิดว่าจะแก้ปัญหานั้นอย่างไร สมาชิกในกลุ่มซึ่งฟังเรื่องราวโดยการอภิปรายซักถามให้ได้รายละเอียด ให้ข้อเสนอแนะ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ผู้ให้คำปรึกษาจะทำหน้าที่สะท้อนกลับทั้งเนื้อหาและความคิด ความรู้สึก

ทำให้กระจ่างขึ้น และสรุปความคิดเห็นของสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งจะเป็นประโยชน์สำหรับสมาชิกในกลุ่ม

4. นัดหมายกลุ่มในครั้งต่อไป ผู้ให้คำปรึกษาสรุปจุดมุ่งหมายในการพบกันครั้งนี้

### สรุปผล

สมาชิกในกลุ่มไม่ค่อยแสดงความคิดเห็น แต่ตั้งใจรับฟังผู้ให้คำปรึกษาดี เมื่อให้ระบายความรู้สึกสมาชิกจะเกียจกัน แต่เมื่อได้รับหน้าที่เป็นผู้พูดก็พูดอย่างเปิดเผย และยินดีรับฟังสิ่งที่สมาชิกเสนอแนะ

## ครั้งที่ 2

วัน และเวลา	จันทร์ที่ 22 พฤศจิกายน 2536 เวลา 16.30 - 17.00 น.
สถานที่	ห้องจริยธรรม
ผู้รับคำปรึกษา	นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง จำนวน 8 คน
ผู้ให้คำปรึกษา	น.ส. โสภกา ชนะภัย

### จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อสร้างความสำเร็จในการกระทำสิ่งต่าง ๆ
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มกล้าพูด กล้าแสดงออก เปิดเผยความคิด ความรู้สึกอย่างแท้จริง ของตัวเอง ออกมาให้กลุ่มทราบ
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มรู้สึกว่าการเสนอความคิดของตนให้กลุ่มทราบนั้นปลอดภัย มีอิสระ และได้รับการยอมรับ

### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษา ถามสมาชิกกลุ่มถึงสิ่งที่เคยทำแล้วสำเร็จ ความรู้สึกที่ทำอะไร สำเร็จเป็นอย่างไร อะไรเป็นปัจจัยให้สิ่งที่ทำสำเร็จ
2. ผู้ให้คำปรึกษาถามสมาชิกกลุ่มถึงสิ่งที่ทำแล้วไม่สำเร็จ อะไรเป็นสาเหตุ ตนเอง คิดว่าจะแก้ปัญหานั้นหรือไม่ และคาดว่าจะแก้ไขได้หรือไม่ ถ้าต้องการแก้ไขจะมีวิธีอย่างไร สมาชิกในกลุ่มจะรับฟังเรื่องราวที่แต่ละคนเสนอมา และจะทำหน้าที่ผู้ช่วยเหลือ โดยช่วยกันอภิปราย ให้ได้รายละเอียด ปรึกษาหารือให้ข้อเสนอแนะความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ผู้ให้คำปรึกษาทำหน้าที่สะท้อนกลับเนื้อหาและความคิด ความรู้สึกทำให้กระจ่าง สรุปความคิดเห็นของสมาชิกกลุ่ม คอยให้กำลังใจ ให้เสริมแรงกับสมาชิกกลุ่มที่ช่วยกันให้ความเห็นกับกลุ่ม

### สรุปผล

- สมาชิกทุกคนในกลุ่มเกิดความรู้สึกว่า มีความสามารถที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ได้
- จากการสังเกตพบว่า สมาชิกในกลุ่มไม่ค่อยพูดเกี่ยวกับเรื่องของตนเอง แต่กล้าแสดงความคิดเห็นเรื่องของคนอื่น

### ครั้งที่ 3

วัน เวลา      จันทร์ที่ 29 พฤศจิกายน 2536      เวลา 15.30 - 17.00 น.  
 สถานที่      ห้องจริยธรรม  
 ผู้รับคำปรึกษา      นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง จำนวน 8 คน  
 ผู้ให้คำปรึกษา      น.ส. โสภา ชนะภัย

#### จุดมุ่งหมาย

เพื่อให้เกิดความเข้าใจและยอมรับตนเอง

#### วิธีการ

ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกในกลุ่มสำรวจตนเองว่าตนเองเป็นคนอย่างไร มีข้อดีข้อเสีย ต้องปรับปรุงบ้างหรือไม่ และให้สมาชิกกลุ่มเสนอความคิดเห็นว่าสมาชิกแต่ละคนมีข้อดี ข้อเสียอย่างไร ควรแก้ไขปรับปรุงหรือไม่อย่างไร

#### สรุปผล

สมาชิกในกลุ่มเกิดความเข้าใจและยอมรับตนเอง หลังจากที่สมาชิกกลุ่มได้ออกถึงความรู้สึกของตนเองกับสมาชิกแต่ละคน และทุกคนก็ยอมรับความคิดเห็นที่สมาชิกเสนอไว้คิดแก้ไขปรับปรุงต่อไป

#### ครั้งที่ 4

วัน เวลา      จันทร์ที่ 6 พฤศจิกายน 2536 เวลา 15.30 - 17.00 น.  
 สถานที่      ห้องจริยธรรม  
 ผู้รับคำปรึกษา    นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง 8 คน  
 ผู้ให้คำปรึกษา    น.ส. โสภา ชนะภัย

#### จุดมุ่งหมาย

เพื่อให้เกิดความรู้สึกมีคุณค่าในสังคม

#### วิธีการ

ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มเล่าถึงประสบการณ์ที่เคยทำแล้วได้รับคำยกย่องจากใครก็ได้  
 ความรู้สึกที่เกิดขึ้น

#### สรุปผล

สมาชิกกลุ่มต้องใช้เวลาในการคิดถึงสิ่งต่าง ๆ เพราะคิดว่าไม่ค่อยจะเคยได้รับ  
 คำยกย่อง จึงคิดกิจกรรมคนละ 1 อย่างที่จะทำให้ได้รับคำยกย่องก็จะเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจ  
 ในตนเองขึ้น

สมาชิกในกลุ่มยังไม่เกิดความรู้สึกมีคุณค่าในสังคม แต่รู้แนวทางที่จะทำให้เกิดความรู้สึก  
 ดังกล่าวและจะนำไปปฏิบัติต่อไป

### ครั้งที่ 5

วัน เวลา      จันทร์ที่ 13 ธันวาคม 2536 เวลา 15.30 - 17.00 น.

สถานที่      ห้องจริยธรรม

ผู้รับคำปรึกษา    นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง 8 คน

ผู้ให้คำปรึกษา    น.ส. โสภา ชนะภัย

#### จุดมุ่งหมาย

เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับการยอมรับจากบิดา มารดา และญาติ

#### วิธีการ

ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแต่ละคนเล่าถึงบรรยากาศของแต่ละครอบครัว การยอมรับของครอบครัวกับตัวสมาชิกกลุ่มมีปัญหาหรือไม่ ถ้ามีสาเหตุอย่างไร มีวิธีการแก้ไขปรับปรุงได้หรือไม่ อย่างไร สมาชิกช่วยกันเสนอแนะวิธีการต่าง ๆ ให้เกิดการยอมรับจากครอบครัว และญาติ

#### สรุปผล

สมาชิกส่วนใหญ่ได้รับการยอมรับจากบิดา มารดา และญาติ แต่บางคนก็ไม่ได้รับการยอมรับ ซึ่งมักเป็นครอบครัวที่มีพ่อเลี้ยง แม่เลี้ยง และลูกติดมาก่อน ซึ่งสมาชิกในกลุ่มก็ช่วยกันเสนอแนะแนวทางที่ทำให้เกิดการยอมรับ ซึ่งสมาชิกก็รับจะนำไปปฏิบัติต่อไป

### ครั้งที่ 6

วัน เวลา      จันทร์ที่ 20 ธันวาคม 2536 เวลา 15.30 - 17.00 น.  
 สถานที่      ห้องจริยธรรม  
 ผู้รับคำปรึกษา    นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง 8 คน  
 ผู้ให้คำปรึกษา    น.ส. โสภา ชนะภัย

#### จุดมุ่งหมาย

เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับการยอมรับจากเพื่อน

#### วิธีการ

ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มเล่าถึงความสัมพันธ์กับเพื่อน การได้รับการยอมรับจากเพื่อนมีปัจจัยอะไรบ้าง ถ้ามีปัญหาวิธีการแก้ไขอย่างไรบ้าง ให้สมาชิกกลุ่มช่วยคิดแนวทางแก้ไขด้วย

#### สรุปผล

สมาชิกในกลุ่มส่วนใหญ่เป็นที่ยอมรับของเพื่อนอยู่แล้ว มีบางคนเท่านั้นที่เพื่อนไม่ยอมรับและเขาก็ไม่ยอมรับเพื่อนด้วย สมาชิกจึงบอกถึงความรู้สึกในการมีเพื่อนและแนวทางในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน สมาชิกกลุ่มบางคนที่ไม่มีเพื่อนก็ยอมรับฟังและรับปากว่าจะนำไปปฏิบัติตามต่อไป

### ครั้งที่ 7

วัน เวลา      จันทร์ที่ 27 ธันวาคม 2536 เวลา 15.30 - 17.00 น.  
 สถานที่      ห้องจริยธรรม  
 ผู้รับคำปรึกษา    นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง 8 คน  
 ผู้ให้คำปรึกษา    น.ส. โสภา ชนะภัย

#### จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจที่สามารถพึ่งตนเองได้
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกที่ติดต่อกันไป
3. เพื่อให้สมาชิกมีความประทับใจในการเข้ากลุ่ม เห็นคุณค่าของการเข้ากลุ่ม

#### วิธีการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มเล่าถึงสิ่งที่สมาชิกสามารถทำได้เอง และความรู้สึกที่  
 ที่ทำสิ่งต่าง ๆ ได้เอง
2. ให้สมาชิกกลุ่มเขียนถึงความดีของสมาชิกแต่ละคนและความประทับใจในการเข้ากลุ่ม  
 และส่งให้สมาชิกแต่ละคน
3. ให้สมาชิกอภิปรายประโยชน์ที่ได้จากการเข้ากลุ่ม

#### สรุปผล

สมาชิกในกลุ่มเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจที่สามารถพึ่งตนเองได้ และมีความรู้สึกว่าการเข้ากลุ่มแล้วปลอดภัย อบอุ่น และเกิดความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้นกว่าก่อนที่จะมาเข้ากลุ่ม และเกิดความผูกพันที่ดีกับสมาชิกกลุ่มทุกคน

สรุปการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคล

ผู้รับคำปรึกษา ต.ญ.ชวัญใจ สดใส (นามสมมุติ)

ครั้งที่ 1

วัน เวลา พุธที่ 17 พฤศจิกายน 2536 เวลา 7.00 - 8.00 น.

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้เกิดความรู้สึกเป็นกันเอง อ่อนน้อมและปลอดภัย
2. ผู้รับคำปรึกษาทราบถึงจุดมุ่งหมาย กฎระเบียบ บทบาท และหน้าที่ ของผู้รับคำปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษา
3. เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาระบายความรู้สึกเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ

วิธีการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาแนะนำตนเองและให้ผู้รับคำปรึกษาแนะนำตนเอง
2. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีการ บทบาท หน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษา
3. เปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาระบายความรู้สึกเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ

สรุปผล

ผู้รับคำปรึกษาไม่ค่อนพูด แต่รับฟังดี หน้าตาเฉยเมย ไม่ยิ้มแย้ม

## ครั้งที่ 2

วัน เวลา พุธที่ 24 พฤศจิกายน 2536 เวลา 7.00 - 8.00 น.

### จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษากล้าพูด กล้าแสดงออก เปิดเผยความคิด ความรู้สึก อย่างแท้จริง
2. เพื่อให้เกิดความเข้าใจและยอมรับตนเอง

### วิธีการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาให้ความเป็นกันเอง เป็นผู้ฟังที่ดีและให้แรงเสริมกับผู้รับคำปรึกษา เป็นระยะ
2. ผู้ให้คำปรึกษาถามความรู้สึกว่าตนเองเป็นคนอย่างไร ซึ่งตรงกับที่คนอื่น ๆ รอบ ๆ ช่างบอกหรือไม่ ถ้าไม่ตรงเพราะอะไร จะแก้ไขหรือไม่ ถ้าคนอื่น บอกว่าทำไม่ดี ไม่ถูกต้อง

### สรุปผล

ผู้รับคำปรึกษาเริ่มคุ้นเคยขึ้น บอกถึงลักษณะของผู้รับคำปรึกษาว่าไม่ชอบยุ่งกับใคร ไปไหนมาไหนคนเดียว นั่งอยู่โต๊ะเดียวกัน 3 คน แต่ก็ไม่พูดกับใคร นอกจากใครมาถาม รู้สึกเหงาบ้างบางครั้ง ที่บ้านก็ไม่ค่อยพูด ผู้รับคำปรึกษารู้สึกเหงาและต้องการแก้ไขจึงช่วยกัน หาแนวทางที่จะแก้ไข ซึ่งผู้รับคำปรึกษารับว่าจะนำไปปฏิบัติ

### ครั้งที่ 3

วัน เวลา พุธที่ 1 ธันวาคม 2536 เวลา 7.00 - 8.00 น.

#### จุดมุ่งหมาย

เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อประสบความสำเร็จในด้านต่าง ๆ

#### วิธีการ

ผู้ให้คำปรึกษาถามถึงผลที่ได้จากการทำตามคำแนะนำในครั้งที่ 2 ถ้าได้ผลดีก็ทำให้เกิดการยอมรับในตนเอง ถ้ายังไม่ได้ผลดีก็พยายามหาแนวทางใหม่

ผู้ให้คำปรึกษาถามถึงสิ่งที่คุณรับคำปรึกษาทำได้สำเร็จ แล้วมีความรู้สึกอย่างไร ถ้าสิ่งใดที่ทำแล้วไม่สำเร็จ รู้สาเหตุหรือไม่ และหาทางแก้ไขหรือไม่

#### สรุปผล

ผู้รับคำปรึกษาหน้ายิ้มแย้มขึ้น เริ่มเข้าใจและยอมรับตนเอง มีความสามารถที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จ เมื่อทำได้สำเร็จก็รู้สึกพอใจ ซึ่งนำไปสู่ความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อทำอะไรไม่สำเร็จก็จะหาสาเหตุและพยายามแก้ไข

#### ครั้งที่ 4

วัน เวลา พุธที่ 8 ธันวาคม 2536 เวลา 7.00 - 8.00 น.

#### จุดมุ่งหมาย

เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในสังคม

#### วิธีการ

ผู้ให้คำปรึกษาถามถึงสิ่งที่เคยทำให้กับผู้อื่น เช่น จูงคนตาบอดข้ามถนน เป็นต้น แทนไปพูดหน้าชั้น ตอบคำถาม เมื่อทำแล้วน่าจะมีความรู้สึกอย่างไร ถ้าไม่ค่อยทำ ก็ควรพยายามทำ จะทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้น ช่วยกันหาปัจจัยที่จะทำให้คนอื่นเห็นคุณค่าของผู้รับคำปรึกษา

#### สรุปผล

ผู้รับคำปรึกษาไม่เคยทำสิ่งใด ๆ ให้คนอื่นเห็น ซอบอยู่เงียบ ๆ เมื่อผู้ให้คำปรึกษาแนะนำวิธีหนึ่งที่เกิดความภาคภูมิใจ คือทำตัวให้สังคมเห็น ยอมรับ ผู้รับคำปรึกษาก็จะพยายามที่จะปฏิบัติในโอกาสต่อไป

### ครั้งที่ 5

วัน เวลา พุธที่ 15 ธันวาคม 2536 เวลา 7.00 - 8.00 น.

#### จุดมุ่งหมาย

เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับการยอมรับจากบิดา มารดา และญาติ

#### วิธีการ

ผู้ให้คำปรึกษาถามถึงความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษากับผู้ปกครอง และความรู้สึกของผู้ปกครองที่มีต่อผู้รับคำปรึกษา ตรงกันหรือไม่ เพราะเหตุใด และถามถึงการยอมรับจากบิดา มารดา และญาติกับผู้รับคำปรึกษา ถ้าไม่ได้รับการยอมรับก็ช่วยกับผู้ให้คำปรึกษาหาแนวทางที่จะให้ได้รับการยอมรับ

#### สรุปผล

ผู้รับคำปรึกษาอยู่กับมารดา พ่อเลี้ยงและลูกเลี้ยง ของพ่อ ซึ่งไม่ค่อยถูกกันและชอบใช้งานทำให้เกิดความน้อยใจ ผู้รับคำปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษาช่วยกันหาสาเหตุของความน้อยใจ และหาแนวทางที่จะทำให้ เข้ากับพ่อเลี้ยงและลูกติด ซึ่งผู้รับคำปรึกษารับจะนำไปปฏิบัติ

## ครั้งที่ 6

วัน เวลา พุธที่ 22 ธันวาคม 2536 เวลา 7.00 - 8.00 น.

### จุดมุ่งหมาย

เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับการยอมรับจากเพื่อน

### วิธีการ

ผู้ให้คำปรึกษาถามถึงผลที่ได้จากการปฏิบัติตามแนวทางที่จะทำให้พ่อเลี้ยงและลูกยอมรับตนเอง ถ้าไม่ได้ผลก็ต้องพยายามหาแนวทางใหม่

ผู้ให้คำปรึกษาถามถึงเพื่อนมีมากไหม ถามว่าการมีเพื่อนกับไม่มีเพื่อนอย่างไรดีกว่ากัน ถ้าไม่ค่อยมีเพื่อนจะทำอย่างไร

### สรุปผล

ผู้รับคำปรึกษายังไม่ได้รับการยอมรับจากพ่อเลี้ยง และลูก จึงให้หาแนวทางใหม่กับผู้รับคำปรึกษา

ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนมีน้อย ชอบทำสิ่งต่าง ๆ คนเดียว มีความรู้สึกเหงาเป็นบางครั้ง แต่ส่วนใหญ่เฉย ๆ ได้เปรียบเทียบระหว่างการมีเพื่อนและไม่มีเพื่อน อะไรจะดีกว่ากัน ผู้รับคำปรึกษาที่บอกว่ามีเพื่อนดีกว่าจึงร่วมกันหาแนวทางเพื่อให้มีเพื่อนเพิ่มขึ้น ซึ่งจะนำไปปฏิบัติต่อไป

## ครั้งที่ 7

วัน เวลา พุธที่ 29 ธันวาคม 2536 เวลา 7.00 - 8.00 น.

### จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองที่พึ่งตนเองได้
2. เพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้สึกที่ติดลบออกไป

### วิธีการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาถามถึงการสร้างสัมพันธ์กับเพื่อน
2. ผู้ให้คำปรึกษาถามถึงความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษาเพื่อสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้
3. ผู้ให้คำปรึกษาทราบถึงความรู้สึกก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล

### สรุปผล

ผู้รับคำปรึกษาเริ่มมีเพื่อนเดินมาด้วย และผู้รับคำปรึกษาสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้ เช่น ซักผ้า รีดผ้า ทำกับข้าว ซึ่งเดิมไม่รู้ลึกลับคิดว่าเป็นหน้าที่ต้องทำ รู้สึกไม่ค่อยพอใจ แต่หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาก็รู้สึกว่ามีความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้น หน้าตาก็มิ้มแย้มขึ้น และพูดมากขึ้น

## ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ นางสาวโรสกา ชื่อสกุล ชนะภัย

เกิดวันที่ 5 เดือน พฤศจิกายน พุทธศักราช 2495

สถานที่เกิด กรุงเทพมหานคร

สถานที่อยู่ปัจจุบัน 1192 ซอยเบญจมิตร ถนนกรุงเทพฯ - นนทบุรี กทม 10300

ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน อาจารย์ 2 ระดับ 6

สถานที่ทำงานปัจจุบัน โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคม กรุงเทพมหานคร

## ประวัติการศึกษา

- พ.ศ. 2517    อนุปริญญาพยาบาล และพดุงครรภ์ศิริราชพยาบาล
- 2521    ครุศาสตรบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- 2536    กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ประสานมิตร

การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและรายบุคคล  
ที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มาจาก  
ครอบครัวหย่าร้าง โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคม กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ  
ของ  
โสภา ชนะภัย

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

มีนาคม 2537

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและรายบุคคล ที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคม กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2536 ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 25 จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคล เครื่องมือที่ใช้แบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูลคือ การทดสอบของวิลคอกซัน และแมน-วิตนีย์

ผลการวิจัยปรากฏดังนี้

1. นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้นหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบรายบุคคลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแบบกลุ่มและรายบุคคล ทำให้ความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้น ไม่แตกต่างกัน

A COMPARISON OF PERSON-CENTERED GROUP AND INDIVIDUAL COUNSELING  
ON SELF-ESTEEM OF MATHAYOM SUKSA I STUDENTS FROM DIVORCED  
FAMILIES OF CHAO PRAYHA WITAYAKHOM SCHOOL IN BANGKOK

AN ABSTRACT

BY

SOPA CHANAPAI

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

March 1994

The purpose of this experimental research was to compare the effect of Person Centered group and individual counseling towards self-esteem of Mathayom Suka I students from divorced families of Chao Praya Witayakhom School in Bangkok in the academic year 1993. The 16 subjects were randomly selected from students who divorced families whose self-esteem were lower than 25 percentile They were randomly divided into and experimental group I and experimental group II, each group was consisted of 8 students. The experimental group I was exposed to person - centered group counseling and experimental group II was exposed to person - centered individual counseling. The instrument was self- esteem questionnair the data were analyzed by the Wilcox on Matched Pairs Signed - Ranks Test and the Mann - Whitney U test.

The results were follows :

1. The self - esteem of the experimental group I students were significantly increased after group counseling was exposed at .05 level.
2. The self - esteem of the experimental II students were significantly increased after induvidual counseling was exposed at .05 level.
3. There was no significantly increased difference of self-esteem between student that were exposed to person - centered group counseling and those that were exposed to person - centered individual counseling.