

ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ โรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์
กรุงเทพมหานคร

๒๓ ส.ค. ๒๕๒๖

สำนักหอสมุดกลาง มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท ๒๓ พระโขนง กรุงเทพฯ ๑๑ โทร. ๓๙๒๑ ๕๗๕, ๓๙๑ ๕๐๕๘

ปริญญานิพนธ์

ของ

มาลี วงษ์แก้ว

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาค้นคว้าตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต

เมษายน ๒๕๒๖

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

คณะกรรมการที่ปรึกษาประจำตัวนิสิตได้พิจารณาปัญหานี้จนบัดนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาค้นคว้าหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการที่ปรึกษา

คณะกรรมการสอน

พ.บ. น. ๒๗/๖๓๕ ประธาน พ.บ. น. ๒๗/๖๓๕ ประธาน

อ. ศ. ๒๕๖/๖๓๕ กรรมการ อ. ศ. ๒๕๖/๖๓๕ กรรมการ

อ. ศ. ๒๕๖/๖๓๕ กรรมการ

ประกาศคุณูปการ

การศึกษาทดลองครั้งนี้สำเร็จด้วยดีเพราะได้รับความกรุณาจากท่านอาจารย์พรณพิศ
วาณิชการ และอาจารย์วิรัช วรรณรัตน์ ที่ได้ให้ความช่วยเหลือแนะแนวทางในการศึกษา
ทดลอง ตลอดจนให้คำแนะนำต่าง ๆ เป็นอย่างดียิ่งตลอดมา ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณใน
ความกรุณาของท่านอาจารย์ทั้งสองมา ณ ที่นี้ด้วย

ขอกราบขอบพระคุณ ดร. วชิรญา นวัศวิ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ วันเพ็ญ
พงษ์ประยูร ที่ช่วยเหลือให้คำแนะนำ ตลอดจนให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมา

ขอขอบพระคุณ ท่านผู้อำนวยการ คณะครู โรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์ ที่ให้
ความร่วมมือในการทดลองครั้งนี้เป็นอย่างดียิ่ง ตลอดจนขอขอบใจนักเรียนโรงเรียน
ไทยนิยมสงเคราะห์ ที่ให้ความร่วมมือในการทดลองมา ณ ที่นี้ด้วย

ขอขอบคุณ คุณสมหมาย รุจิรอนันท์ คุณพิพิศ ฤทธิจรูญ และเพื่อน ๆ ทุกคน
ที่ได้ให้ความช่วยเหลือ และให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมา

สุดท้ายขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่ออินตะ และคุณแม่พล วงษ์แก้ว ที่ได้ให้
ความช่วยเหลือคอยห่วงใย ตลอดจนให้กำลังใจผู้วิจัยด้วยดีตลอดมา

มาลี วงษ์แก้ว

สารบัญ

บทที่

หน้า

1	บทนำ	1
	ภูมิหลัง	1
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	5
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	5
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	5
	นิยามศัพท์เฉพาะ	6
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า	8
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อนั้นในตนเอง	8
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อนั้นในตนเอง	10
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม	13
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม	36
	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับภาพและการวาดภาพ	42
	สมมติฐานการศึกษาค้นคว้า	46
3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	47
	กลุ่มตัวอย่าง	47
	เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า	47
	สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	54
4	ผลการทดลองและการวิเคราะห์ข้อมูล	56
	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	56

5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	59
ความมุ่งหมายในการศึกษาครั้งนี้	59
กลุ่มตัวอย่าง	59
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	59
วิธีดำเนินการทดลอง	59
การวิเคราะห์ข้อมูล	60
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	60
อภิปรายผล	60
ข้อเสนอแนะทั่วไป	61
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัย	62
บรรณานุกรม	63
ภาคผนวก	69

บัญชีตาราง

ตาราง

หน้า

- 1 คาสติพิณฐานของแบบทดสอบวัดความเชื่อมั่นในตนเองก่อนการทดลอง ... 56
- 2 คาสติพิณฐานของแบบทดสอบวัดความเชื่อมั่นในตนเองหลังการทดลอง ... 57
- 3 การวิเคราะห์ความแปรปรวนรวมของคะแนนจากแบบทดสอบความเชื่อมั่น
ในตนเองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม 57

บทนำ

การพัฒนาชุมชน สังคม และประเทศชาตินั้นจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพัฒนาทางด้านคนเสียก่อน วิธีหนึ่งที่จะพัฒนาทางด้านคน ก็คือ การศึกษาซึ่งการจัดการศึกษาให้กับพลเมืองของประเทศนั้น ย่อมมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาคุณภาพของคนให้เป็นผู้มีความสามารถ ในการดำรงชีวิตในสังคมอย่างเป็นสุข มีโอกาสในการประกอบอาชีพที่ดีเหมาะสมกับตนเอง ตลอดจนพัฒนาความเป็นพลเมืองดี (แผนการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2520 2520 : 1 - 3) นอกจากนี้การศึกษายังมีส่วนสำคัญในการสร้างสรรค์สังคมเป็นอย่างมาก ทั้งที่คณะกรรมการวางแผนพื้นฐาน เพื่อปฏิรูปการศึกษากล่าวว่า การศึกษาที่พึงประสงค์จะต้อง เป็นการศึกษาที่เสริมสร้างความรู้ ความคิด ความชำนาญ ใ้คนไทยทุกคนรู้จักตนเอง รู้จักชีวิต และเข้าใจสังคมรวมทั้งสิ่งแวดล้อม ที่ตนร่วมอยู่เพื่อให้สามารถครองชีวิต และประกอบกิจการงานได้ด้วยความรู้และสามารถแก้ปัญหาได้สร้างสรรค์ชีวิตและสังคมให้ดีขึ้น อย่างผสมกลมกลืนกับธรรมชาติ (สาโรช บัวศรี 2518 : 17) ปรัชญาการศึกษาของ สังคมประชาธิปไตยมุ่งให้โอกาสทุกคนพัฒนาตนเองให้เจริญเต็มถึงขีดความสามารถของตน (วัชร ฐะคำ 2523 : 1) ซึ่งสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายขั้นสูงสุด (Ultimate Objective) ของการแนะแนวคือ มุ่งพัฒนากำหนดการปรับตัวแต่ละบุคคลผู้ซึ่งจะเป็นคน รับผิดชอบและเป็นพลเมืองที่เป็นประชาธิปไตย (คมเพชร ฉัตรสุณกุล 2521 : 7) และฟรือลิก (Freuhlich) ได้กล่าวสรุป ปรัชญาและค่านิยมของการแนะแนวว่าควรมี เพื่อช่วยให้โรงเรียนปรับตัวให้เข้ากับเด็ก และช่วยให้เด็กปรับตัวให้เข้ากับโรงเรียนและ ชีวิตประจำวันซึ่งการปรับตัวนั้นหมายถึง การปรับตัวด้านปัญหาค้นคว้า สังคม และอารมณ์ จึงควรมุ่งจัดบริการให้คำปรึกษาเพื่อช่วยแก้ปัญหาดังกล่าว (วัชร ฐะคำ 2523 : 1)

ช่วงชีวิตของมนุษย์ที่มีการปรับตัวยาก และมีปัญหามากที่สุด คือ ช่วงของวัยรุ่น ทั้งที่ อลิซาเบท บี. เฮิร์ลอค (Elizabeth B. Hurlock, 1964 : 3) ผู้ศึกษาจิตวิทยา ของวัยรุ่นอย่างกว้างขวาง กล่าวถึง วัยรุ่นว่าเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อเป็นวัยแห่งการปรับตัว เป็นวัยแห่งปัญหา และมีความเครียดเครียดทางอารมณ์ซึ่งวัชรีย์ ทรัพย์มี (วัชรีย์ ทรัพย์มี 2518 : 70 - 71) ให้ความเห็นว่า ลักษณะที่ปรากฏชัดในวัยรุ่นตอนต้น (13 - 16 ปี) เด็กจะมีบุคลิกที่ไม่มั่นใจในตนเองท่านบุคลิกนั้นเกี่ยวข้องกับ โดยตรงกับ ความคิดเห็นที่มีต่อตนเอง คือวัยรุ่นเป็นระยะที่เด็กมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อตนเอง ไม่พอใจ รูปร่าง สักส่วนของคนที่ ไม่สมส่วน ที่เกิดจากร่างกายยังพัฒนาไม่เต็มที่ เด็กไม่เข้าใจจะรู้สึกว่าคุณเองผิดปกติ จึงรู้สึกว่าคุณและอายุ ยิ่งมีคณวิจาร์ณจะยิ่งรู้สึกผิดปกติมากขึ้น อีกประการหนึ่งที่เป็น สาเหตุทำให้ เด็กมีทัศนคติไม่ดีต่อตนเองคือ เด็กไม่ประสบความสำเร็จในสิ่งที่กระทำหลายอย่าง เนื่องจากสังคมคาดหวังให้มีความรับผิดชอบเพิ่มขึ้น ทำให้ปรับตัวไม่ทัน เพราะ ประสบการณ์และความสามารถด้านต่าง ๆ ยังมีน้อย แม้ว่าร่างกายจะพัฒนาอย่างรวดเร็ว ผลงานที่ออกมาจึงไม่ดีตามที่ผู้ใหญ่คาดหวังหรืออาจล้มเหลว เมื่อถูกตำหนิเด็กจะไม่พอใจ ตนเองมากยิ่งขึ้น อีกประการหนึ่งคือ เด็กเกิดความสับสนในสถานภาพของตนว่าเป็นเด็ก หรือผู้ใหญ่กันแน่ เนื่องจากปัญหาคงกล่าวจึงทำให้เด็กวัยนี้เกิดบุคลิกภาพที่ไม่เชื่อมั่นในตนเอง ไม่เชื่อในความสามารถของตน และไม่เชื่อว่าผู้อื่นจะยอมรับตนหรือไม่ เนื่องจากความ ไม่เชื่อมั่นนี้ อาจทำให้เด็กแสดงออกมาในรูปการปฏิเสธไม่ยอมรับสิ่งต่าง ๆ ชักค้ำตั้ง หาข้อแก้ตัวเมื่อล้มเหลว ปัญหาเหล่านี้ ถ้าไม่สามารถปรับตัวได้แล้วผลที่ตามมาคือ ความสับสน ขุ่นยากใจ และวิตกกังวล เกิดภาวะเครียดทางจิตใจเป็นผลเสียต่อสุขภาพ ทั้งทางร่างกายและจิตใจได้ในที่สุด (Keneth. 1975 : 20)

จึงเห็นได้ว่า การขาดความเชื่อมั่นในตนเองของบุคคลเป็นสิ่งที่สำคัญที่ควรคำนึงถึง และให้การช่วยเหลืออย่างยิ่ง ดังที่ ส่วนา พรพัฒน์กุล (ส่วนา พรพัฒน์กุล 2520 : 17) ได้กล่าวถึงความสำคัญของความเชื่อมั่นในตนเองคนหนึ่งว่า ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริม ความสำนึกในหน้าที่พลเมืองหรือความสำนึกทางการเมือง อีกประการหนึ่งคือ ความเชื่อมั่น

ในตนเอง ซึ่งเป็นสิ่งที่แสดงว่า บุคคลเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และมีความหมายต่อสังคม ถ้าทุกคนมีความเชื่อมั่นในตนเองแล้ว จะไม่เฉยเมยต่อภาวะการณ์ต่าง ๆ ในสังคมของตน จะไม่ยอมอดทนต่อภาวะกดดันทางการเมือง และกล้าเข้าไปมีส่วนร่วม ตามสิทธิ และหน้าที่ที่ถูกต้อง ดังนั้น ความเชื่อมั่นในตนเองจึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่จะกระตุ้นให้ทุกคนกล้าแสดงออก ซึ่งความคิดเห็นต่อทุก ๆ สิ่งเกี่ยวกับชีวิตตนและความอยู่รอดของสังคม สมาคมการศึกษาเด็กแห่งอเมริกา (Child Study Association of America, 1952 : 185 - 186) แสดงความคิดเห็นไว้ว่า ความเชื่อมั่นในตนเองจะเกิดขึ้นกับเด็กที่ประสบผลสำเร็จในการกระทำสิ่งต่าง ๆ เสมอ บุคคลยิ่งประสบผลสำเร็จมากเท่าไร ย่อมทำให้มีความเชื่อมั่นมากเท่านั้น เมื่อบุคคลมีความเชื่อมั่นในตนเองเขาจะรู้สึกว่าจะไม่ถูกข่มขู่จากคนอื่น ความยุ่งยากใจต่าง ๆ จะลดลงหรือหมดไป อันเป็นผลให้ความสามารถที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้ได้ผลดียิ่งขึ้นสามารถรับฟังความคิดเห็นหรือคำนิยามของผู้อื่นได้โดยลักษณะของบุคคลที่มีฐานะทางอารมณ์แล้ว ผลของการขาดความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กคือ เด็กที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง จะคอยแต่พึ่งผู้อื่นอยู่เสมอ ผลที่ตามมาคือ ขาดความกล้าที่จะเผชิญอุปสรรคหรือทำงานที่ยากลำบากขวางหน้า เมื่อปราศจากบิความรกายแล้ว (ละม้ายมาศ ศรีหัตถ์ และจรรยา สุวรรณทัต 2510 : 96) ผู้ที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ย่อมกระทำการใดสำเร็จโดยยากเพราะ ความเชื่อมั่นในตนเองเป็นองค์ประกอบสำคัญในการไม่หาความสำเร็จในชีวิต (เคโซ ส่วนานนท์ 2510 : 127) ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่า การขาดความเชื่อมั่นในตนเองเป็นอุปสรรคอย่างยิ่งในการพัฒนาบุคคลอันเป็นปัจจัยสำคัญยิ่งที่จะพัฒนาสังคมและประเทศชาติ ด้วยเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยจึงเห็นความจำเป็นในการให้ความช่วยเหลือ บุคคลที่ประสบปัญหาทั้งกล่าว เพื่อให้บุคคลนั้นได้พัฒนาตนตามศักยภาพที่มีอยู่ สามารถดำรงตนได้อย่างมีความสุข เป็นประโยชน์ต่อสังคม ชาคิบ้านเมือง และยังเป็นการป้องกันปัญหาสุขภาพจิตขั้นต้นด้วย

สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งจะมีอายุอยู่ระหว่าง 10 - 13 ปี สุนีย์ ชีรดากร

(คู่มือ ชีวการ 2523 : 153 - 154, 157) กล่าวว่า วัยนี้เป็นระยะวัยเด็ก
ตอนปลาย (Late Childhood) ที่เกี่ยวข้องกับวัยแรกรุ่น (Puberty) และวัยรุ่น
ตอนต้น (Early Adolescence) วัยแรกรุ่นเป็นช่วงสุดท้ายของความเจริญเติบโตของ
วัยเด็ก เด็กจะมีความเจริญเติบโตและมีการเปลี่ยนแปลงหลายอย่างทั้งทางร่างกายและ
จิตใจเพื่อเป็นการปรับตัวให้พร้อมที่จะย่างเข้าสู่วัยรุ่นซึ่งกำลังจะมาถึงภายในอีกไม่กี่ปีข้างหน้า
ในช่วงของวัยแรกรุ่นนี้เด็กคนใดก็มีลักษณะหรือแบบแผน (Pattern) ของความเจริญ
เติบโตที่รวดเร็วที่จะย่างเข้าสู่วัยรุ่นได้เร็ว ในช่วงระหว่างอายุ 9 ปี เด็กจะเจริญ
เติบโตอย่างช้า ๆ อยู่ประมาณ 1 ปี พออายุ 10 ปีเป็นต้นไป เด็กบางคนจะเริ่มเจริญ
เติบโตอย่างมาก และรวดเร็วที่สุดที่เรียกกันว่า "Growth Spurt" โดยเฉพาะอย่างยิ่ง
จะมีน้ำหนักและส่วนสูงเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วซึ่งอาจทำให้เด็กเองรู้สึกตกใจหรือกังวลใจได้
นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงอย่างอื่นก็เกิดขึ้นด้วย เช่น แขนขายาว มือเท้าใหญ่ รวมทั้ง
ลักษณะประจำเพศขั้นที่สอง (Secondary Sex Characteristics) ก็จะมีค่อย ๆ เริ่ม
ปรากฏขึ้นเรื่อย ๆ ความเจริญของอวัยวะส่วนต่าง ๆ ของร่างกายมักจะไม่ใคร่สัมพันธ์กันนัก
ผู้ใหญ่จึงเริ่มสังเกตเห็นว่าเด็กวัยนี้ออกจะเก้งก้าง จะทำอะไรก็งุ่มง่ามหรือสับสนคลุ้ม
คลั่ง ๆ แต่พฤติกรรมเหล่านี้เป็นธรรมชาติของวัยแรกรุ่น ในด้านสังคมนั้น เด็กวัยนี้จะปลีก
ตัวออกจากบุคคลในครอบครัว เขาจะชอบอยู่ในหมู่เพื่อนและมีความเห็นว่าหมู่คณะ เป็น
สิ่งสำคัญสำหรับเขามาก ในการช่วยเหลือกันผู้วิจัยคิดว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
(Group Counseling) เป็นวิธีหนึ่งที่จะช่วยให้บุคคลที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ได้มี
การพัฒนาไปในทางที่ดีขึ้น ดังที่ กรีกอร์ส (Driekurs. 1957 : 363 - 375)
ให้ความเห็นว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มช่วยขจัดความรู้สึกเป็นปมค้อยของผู้รับบริการ
นอกจากนี้ประสบการณ์ที่กลุ่มได้ร่วมมือช่วยเหลือ จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายใน
รู้จักความสามารถของตนเอง เข้าใจตนเอง บรรยากาศของกลุ่มสมาชิกจะรู้สึกปลอดภัย
มีความนับถือตนเอง รู้จักแสวงหาความพึงพอใจและความสุขสมบูรณ์ให้แก่ชีวิต
ซึ่งสอดคล้องกับโรเจอร์ (Dorothy Rogers. 1962 : 341 - 342) ที่ให้ความเห็น

เกี่ยวกับการเข้ากลุ่มเพื่อปรึกษาหารือว่า การที่เด็กมาเข้ากลุ่มเพื่อปรึกษาหารือนั้น เป็นการตอบสนองความต้องการที่จะหนีหนี ความรู้สึกโดดเดี่ยว ความสัมพันธ์ในกลุ่ม จะช่วยให้เด็กได้มีโอกาสรู้จักกับเพื่อนใหม่ และมีโอกาสรู้จักตนเอง ตามความเป็นจริงมากขึ้น เมื่อใดที่ตนเองควยสายตาของผู้อื่น ปฏิกริยาตอบสนองของผู้อื่นจะบอกให้เด็กทราบว่าเขาอยู่ในขอบเขตของการยอมรับของเพื่อนสนิทหรือไม่ เวื่อเด็กได้รับคำยกย่องหรือชื่นชม เขาจะเกิดการพัฒนาความเชื่อมั่น และทัศนคติเกี่ยวกับตนเองขึ้นมาอย่างไม่รู้ตัว และนอกจากนี้ผู้วิจัยเห็นว่าการศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับเด็กในระดับชั้นประถมศึกษาของไทยเรานั้น ยังไม่มีผู้ทำการวิจัยไว้เลย จึงมีความสนใจที่จะศึกษาเป็นอย่างยิ่ง

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อศึกษาลักษณะของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. ทำให้ทราบถึงประสิทธิภาพของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง
2. ผลของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่ทำหน้าที่ให้คำปรึกษาจะได้นำวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ช่วยเหลือกลุ่มนักเรียนระดับประถมศึกษาที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2525 โรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์ เขตบางเขน สังกัดกรุงเทพมหานคร

กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการศึกษารั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มี
ปัญหาด้านขาดความเชื่อมั่นในตนเอง จำนวน 20 คน เลือกมาโดยวิธีสุ่มอย่างง่าย
(Simple Random Sampling) แล้วสุ่มเข้าเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และกลุ่ม
10 คน ควบวิธีเดียวกัน

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้

ตัวแปรต้น ได้แก่ วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ตัวแปรตาม ได้แก่ ความเชื่อมั่นในตนเอง

นิยามศัพท์เฉพาะ

ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง คุณลักษณะในตนเองของบุคคลที่แสดงให้เห็นถึง
ความกล้าในการคิด พูด กระทำ ใจคอมั่นคง ไม่เขินอาย ไม่หวั่นไหว มีความรอบคอบ
มีความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ เป็นผู้นำ และชอบช่วยเหลือผู้อื่น ความเชื่อมั่นในตนเองนี้
วัดออกมาเป็นคะแนนโดยใช้แบบทดสอบความเชื่อมั่นในตนเอง

นักเรียน หมายถึง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2525 ที่มี
ปัญหาด้านการขาดความเชื่อมั่นในตนเองของโรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์ สังกัด
กรุงเทพมหานคร

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม หมายถึง การสร้างกระบวนการเพื่อให้เกิดบรรยากาศ
แห่งการยอมรับ อบอุ่นและเป็นกันเอง เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์
และความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อกัน ได้ระบายความรู้สึกเกี่ยวกับปัญหาที่เขาเผชิญอยู่ เพื่อให้

สมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม เข้าใจตนเอง และผู้อื่นขึ้น อันเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง
ต่อไป

การให้ข้อเสนอแนะ หมายถึง การให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ได้เรียนรู้
ในเรื่อง การพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองจากข้อเสนอแนะที่รวบรวมมาจากหนังสือ และ
บทความต่าง ๆ

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้า

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยแบ่งออกเป็นด้านต่าง ๆ ดังนี้คือ

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเองและงานวิจัย
2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและงานวิจัย
3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับภาพและการวาดภาพ

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง

สมิท (Smith. 1961 : 185) ได้ให้ความหมายของความเชื่อมั่นในตนเองว่าหมายถึง การพึงพอใจในตนเอง ความภูมิใจในตนเอง หรือการยอมรับตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเองจะมีในบุคคลมากน้อยเพียงใดนั้นสามารถพิจารณาได้จากความขัดแย้งระหว่างตน ตามลักษณะกับตน ตามนิชานแห่งตน ถ้าความขัดแย้งเกิดขึ้นมากจะเป็นเหตุทำให้ตนมีความรู้สึกว่ามีค่า ไม่เหมาะสมและไม่พึงพอใจ อันหมายถึงขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เกิดความวิตกกังวล ขาดความอบอุ่นใจ และชอบพึ่งผู้อื่น

บุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะไม่ยอมจำนนต่อสิ่งใดโดยสิ้นเชิงทีเดียว ซึ่งต่างกับคนซึ่งขาด และไม่แน่ใจในตนเองที่ได้แต่เพ้อฝัน ใช้เวลาส่วนใหญ่ไปในทางนึกวาดภาพเอาเองในสิ่งที่ตนต้องการ หรือปรารถนาสิ่งใดก็จะไม่กระทำตามลำดับขั้นแห่งความเป็นจริง เนื่องจากเกิดความหวาดกลัว หวั่นวิตก จึงกลายเป็นคนไม่ทำอะไรเลย ฉะนั้นความเชื่อมั่นในตนเองจึงเกิดขึ้นได้ด้วยองค์ประกอบ 4 อย่างคือ

1. ทราบในสิ่งที่ตนต้องการ
2. คิดในสิ่งที่ตนเห็นว่ากระทำสำเร็จ
3. สามารถตัดสินใจได้
4. ลงมือกระทำจริง ๆ กับสิ่งที่ได้ตัดสินใจแล้ว

ส่วนปัจจัยที่สำคัญซึ่งทำให้คนเราขาดความเชื่อมั่นในตนเองนั้นคือ

1. ขาดความรู้
2. ขาดความกล้าหาญในทางชอบธรรม
3. ความเกียจคร้าน

และนอกจากนี้ยังอาจเนื่องมาจากความสงสัยที่ฝังลึกอยู่ในจิตใจ หรือบางทีก็เป็นผลของความล้มเหลวในอดีต (Symonds. 1964 : 85 - 86, 89)

ในอีกทัศนะหนึ่งความเชื่อมั่นในตนเองมักจะเกิดขึ้นกับเด็กที่ประสบผลสำเร็จในการทำสิ่งต่าง ๆ เสมอ ยิ่งประสบความสำเร็จมากเท่าไรย่อมมีความเชื่อมั่นในตนเองมากเท่านั้น เมื่อเกิดความเชื่อมั่นก็จะรู้สึกว่าคุณค่าตัวเองไม่ถูกข่มขู่หรือดูแคลิจากคนอื่น ทำให้ความมุ่งมั่นใจต่าง ๆ ลดลงหรือหมดไปและเป็นความจริงที่ทุกคนในสังคมย่อมมีความปรารถนาที่จะได้รับความสำเร็จ และประเมินค่าความสำเร็จของตนเองไว้สูง รวมทั้งยังต้องให้คนอื่นยอมรับนับถือในความสำเร็จของตนด้วย ถ้าหากว่าความต้องการเหล่านี้ได้รับการตอบสนองจนพอใจ จะทำให้บุคคลเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีค่า มีความสามารถและมีประโยชน์ต่อสังคมอันเป็นผลให้มีความสามารถที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้ได้ผลดียิ่งขึ้น สามารถรับฟังความคิดเห็นหรือคำนิยามของผู้อื่นได้ด้วยลักษณะของบุคคลที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ (Child Study Association of America. 1952 : 185 - 6)

ผลของการขาดความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กคือ เด็กที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเองจะคอยแสวงหาผู้อื่นอยู่เสมอ ผลที่ตามมาก็คือ ขาดความกล้าที่จะเผชิญต่ออุปสรรคหรืองานที่ยากลำบากข้างหน้าเมื่อปราศจากบิดามารดาแล้ว (ละม้ายมาศ ศรีหัตถ์ และ จรรยา สุวรรณหัตถ์ 2510 : 98) ผู้ที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเองย่อมกระทำการสิ่งใดได้ยาก เพราะความเชื่อมั่นในตนเองเป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการไ้หาความสำเร็จในชีวิต

จากการศึกษาความเชื่อมั่นในตนเองที่ไกล่กลามาแล้ว ผู้วิจัยพอจะมองเห็นได้ว่า ความเชื่อมั่นในตนเองนั้นหมายถึง ความมั่นใจ ความเพียรพยายาม และความกล้าหาญในการที่จะกระทำสิ่งใดให้ประสบผลสัมฤทธิ์ตามจุดหมายที่ตั้งไว้ โดยไม่ท้อถอยหรืออุปสรรคแต่อย่างใด และอาจกล่าวได้ว่า การเป็นผู้ขาดความเชื่อมั่นในตนเองเป็นอุปสรรคสำคัญอย่างยิ่งในการพัฒนาบุคคล อันเป็นปัจจัยสำคัญยิ่งของการพัฒนาสังคมและประเทศชาติในที่สุด

งานวิจัยที่เกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง

มีผู้ศึกษาโดยนำไปสัมพันธ์กับลักษณะบุคลิกภาพด้านอื่น ๆ ของบุคคล เช่นความเป็นผู้นำ และความวิตกกังวล การวิจัยที่น่าสนใจคือ

ปี ค.ศ. 1949 บาร์ช (Baruch. 1949 : 4 - 5) พบว่า ผู้นำจะต้องมีระเบียบวินัย มีความรับผิดชอบและมีความเชื่อมั่นในตนเอง ดังนั้นคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจึงน่าจะเป็นบุคคลที่อยู่ในสังคมได้อย่างสงบสุข

ต่อมาในปี ค.ศ. 1969 นั้น ดักเกอร์ (Dugger. 1969 : 1817 - A) ได้ทำการศึกษาเรื่องความเป็นผู้นำและไม่ใช่ผู้นำ พบว่า ผู้นำจะมีความเชื่อมั่นในตนเองสูง และบุคลิกภาพแสดงตัวซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ สไตร์ส (Stires. 1970 : 3511 -) ที่ว่า ผู้นำเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง ยิ่งมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงมากเท่าไรก็ยิ่งได้รับศรัทธาจากคนอื่นมากเท่านั้น

จากการศึกษาของ สโตรทเธอร์ (Strother) แจ็ค (Jack) และ เพจ (Page) (Breckenridge. 1955 : 80, 249) พบว่าอิทธิพลของครอบครัวและสังคมมีผลต่อจิตใจของเด็ก การได้รับการยอมรับจากสังคมและครอบครัวจะเป็นสาเหตุสำคัญอย่างหนึ่งที่ทำให้เด็กสามารถพัฒนาความคิดเรื่องการนับถือตนเอง และความเชื่อมั่นในตนเอง เด็กที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะมีความสามารถในการควบคุมตนเอง มีความรับผิดชอบและสามารถแสดงความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมด้วย สาเหตุสำคัญอีกประการ

หนึ่งที่ทำให้เด็กเกิดความเชื่อมั่นในตนเองได้แก่ การฝึกฝนเพิ่มเติมเป็นพิเศษอยู่เสมอ ๆ จนมีทักษะและความสามารถสูง ในที่สุดจะทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้น นอกจากนี้ ความเชื่อมั่นในตนเองยังขึ้นอยู่กับระดับอายุ ระดับพัฒนาการ และกลุ่มที่เด็กร่วมเล่นหรือร่วมทำงาน ตลอดจนสถานการณ์ต่าง ๆ ที่กำลังเผชิญอยู่ เด็กที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง คือ เด็กที่ไม่บรรลุเป้าหมายทางอารมณ์ ไม่กระปรี้กระเปร่าในการกระทำสิ่งต่าง ๆ และไม่ยอมต่อสู้กับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเอง

และ เซอร์เลย์ (Sherley อ้างอิงมาจาก สุสินี อินสว่าง 2516 : 18) ได้ศึกษาพบว่าเด็กที่ได้รับการรัก จะมีความรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย ทำให้เด็กมีความเชื่อมั่นในตนเอง เด็กที่ขาดความรักจะไม่สามารถปรับตัวในสังคมได้ ส่วนเด็กที่พ่อแม่ทอดทิ้งหรือชอบใช้อำนาจเหนือเด็ก เด็กจะมีความก้าวร้าวและรู้สึกว่าถูกทอดทิ้งตลอดชีวิต นอกจากนี้ เทียร์ และคณะ (Sear and Others. อ้างอิงมาจาก ประพนท เล็กสาวิศรี 2517 : 11) ได้ศึกษาพบว่าพ่อแม่ที่เข้มงวดกวดขัน มักจะทำให้เด็กมีการพึ่งตนเองน้อยมาก และจะทำให้ขาดความมั่นใจในตนเอง

สำหรับในประเทศไทย วันเพ็ญ อายุการ (วันเพ็ญ อายุการ 2512 : 89 - 90) ได้ทำการศึกษาลักษณะและความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมที่แสดงออกถึงบุคลิกภาพเก็บตัวหรือแสดงการยอมรับตนเอง และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น โรงเรียนรัฐบาลในจังหวัดขอนแก่น กลุ่มตัวอย่างจำนวน 370 คน จากการศึกษาค้นคว้าได้ผลเสนอแนะว่า วัฒนธรรมที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพของเด็กมากโดยเฉพาะการอบรมสั่งสอนของพ่อแม่ ครูอาจารย์ ถ้าหากเข้มงวดกวดขันในเรื่องระเบียบวินัยมาก จะทำให้เด็กไม่กล้าแสดงความคิดเห็นคอยทำตามคำสั่งของผู้ใหญ่เท่านั้น ความคิดริเริ่มความเป็นผู้นำจะไม่มีขาดความเชื่อมั่นในตนเอง

วรณี รักธรรม (วรณี รักธรรม 2515 : 60) ได้ศึกษาเปรียบเทียบความวิตกกังวลกับความต้องการผลสัมฤทธิ์ ความรู้สึกกับนิคชอบของเด็กไทย เชื้อชาติไทย และเด็กไทยเชื้อชาติจีน ใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2514

จำนวน 240 คน เป็นเด็กไทยเชื้อชาติไทย 120 คน เด็กไทยเชื้อชาติจีน 120 คน
สรุปผลจากการศึกษากันพบว่า การอบรมเลี้ยงดูของคนไทยใช้ระบบอาวุโสมากกว่า
หลักการ ทำให้บุตรเก็บกตความไม่สบายใจเอาไว้ อันเป็นสาเหตุหนึ่งของความวิตกกังวล
และขาดความมั่นใจในตนเอง

ฐิติพ อ่อนโลกสูง (ฐิติพ อ่อนโลกสูง 2516 : 88) ได้ศึกษาความสัมพันธ์
ระหว่างบุคลิกภาพ การแสดงตัว ความวิตกกังวล ความเชื่อมั่นในตนเองกับคุณธรรม
พลเมืองดี โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จากโรงเรียนในจังหวัด
นครราชสีมา ชัยภูมิ บุรีรัมย์ สุรินทร์ และศรีสะเกษ ในปี พ.ศ. 2515 พบว่า ความ
เชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์ในทางลบกับความวิตกกังวลซึ่งหมายความว่า ถ้ามีความ
เชื่อมั่นในตนเองสูงจะมีความวิตกกังวลต่ำ ถ้ามีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำ จะมีความวิตก
กังวลสูง

ฐิติพร หลักเพชร (ฐิติพร หลักเพชร 2517 : 96) ได้ศึกษาความสัมพันธ์
ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูกับความเชื่อมั่นในตนเองและคุณธรรมแห่งพลเมืองดีของนักเรียน
ที่สำเร็จชั้นประถมศึกษาตอนต้น ปีการศึกษา 2515 จังหวัดเพชรบุรี จำนวน 350 คน
เป็นชาย 198 คน และหญิง 152 คน ผลการศึกษาพบว่า เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ
ประชาธิปไตยมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่าเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกดขี่
เด็กหญิงและชายจะมีความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกัน เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ
ประชาธิปไตยทั้งชายและหญิงมีความเชื่อมั่นในตนเองไม่แตกต่างกัน

สุรเกียรติ์ สัมเจริญ (สุรเกียรติ์ สัมเจริญ 2523 : 50 - 52) ได้ศึกษา
ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อมั่นในตนเอง ความวิตกกังวลกับระเบียบวินัยในชั้นเรียน
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2523 ของโรงเรียนสังกัดเขตพระนคร
กรุงเทพมหานคร จำนวน 357 คน เป็นชาย 189 คน และหญิง 168 คน ผลการศึกษาพบว่า
ระเบียบวินัยแบบประชาธิปไตยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียน
ซึ่งหมายความว่า ถ้านักเรียนอยู่ในชั้นเรียนซึ่งมีระเบียบวินัยแบบประชาธิปไตยมาก นักเรียน

จะมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงและถ้านักเรียนอยู่ในชั้นเรียนซึ่งมีระเบียบวินัยแบบประชาธิปไตยน้อย จะมีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำ และพบว่าระเบียบวินัยแบบปล่อยปละละเลย มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียน ซึ่งหมายความว่า ถ้านักเรียนอยู่ในชั้นเรียนซึ่งมีระเบียบวินัยปล่อยปละละเลยมาก นักเรียนจะมีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำ และถ้านักเรียนอยู่ในชั้นเรียนซึ่งมีระเบียบแบบปล่อยปละละเลยน้อย นักเรียนจะมีความเชื่อมั่นในตนเองสูง และไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างระเบียบวินัยแบบเข้มงวดกวดขันกับความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนซึ่งแสดงว่า ระเบียบวินัยแบบเข้มงวดกวดขันและความเชื่อมั่นในตนเองไม่เกี่ยวข้องกัน

เอกสารเกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

1. ความเป็นมาและความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) ได้ดัดแปลงมาจากจิตบำบัดแบบกลุ่ม (Group Psychotherapy) ซึ่ง เจ เอช แพรท (J.H. Pratt) เป็นคนแรกที่นำเอาเทคนิคกลุ่มมาใช้ในการรักษาคอนโซโรจิต บุคคลที่ได้รับการสนับสนุนจิตบำบัดเป็นกลุ่มได้แก่ แคลฟแมน (Klapman) มาร์ช (Marsh) ลาเซล (Lazell) โมรีโน (Morino) กอร์ซินิ (Corsini) และ สปอตนิทซ์ (Spotnitz) การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเกิดจากการดัดแปลงเทคนิคและหลักการของจิตบำบัดเป็นกลุ่ม โดยที่มีลักษณะการแสดงออกทางอารมณ์ ในการให้คำปรึกษาน้อยกว่าจิตบำบัด แต่ใช้กระบวนการค้นหาเหตุผลมากกว่า ยิ่งไปกว่านั้น การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มยังมุ่งที่จะให้บุคคลแสดงศักยภาพทั้งหมดของตนออกมา (ทองเรือน อมรชกุล 2520 : 101)

แคปแลน (Caplan. 1957 : 124 - 128) และ โกลด์แมน (Goldman. 1962 : 518 - 522) มีความเห็นสอดคล้องกันว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) เกิดขึ้นเนื่องมาจากการแนะแนวกลุ่ม (Group Guidance) py ซึ่งเป็นกลุ่มที่ให้ข่าวสารและวิธีดำเนินการเป็นกลุ่มจิตบำบัด (Group Psychotherapy)

ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีปัญหาทางอารมณ์ การแนะนำกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเหมือนจิตบำบัดมากกว่า เช่น โอลเซน และ พรอฟ (Ohlsen and Proft. 1960) คิดว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเหมือนจิตบำบัดแบบกลุ่ม แต่การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มใช้กับคนปกติไม่ต้องไขว่คว้า แต่ จีฟสัน และ วอเคอร์ส (Lee and Pulvino. 1973 : 49 citing Lifton and Waters. 1951) มีความเห็นว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่างจากจิตวิทยาบำบัดแบบกลุ่ม เพราะการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มคือการเปลี่ยนแปลงทัศนคติด้วย ไม่ใช่การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างบุคลิกภาพอย่างเดียว

กาซดา คูแกน และมิวโธ (Gazda, Ducan and Meadows. 1967 : 306) ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่าเป็นกระบวนการพลวัตซึ่งความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน (dynamic interpersonal process) บุคคลในกลุ่มจะแสดงออกซึ่งความคิดเห็นและพฤติกรรมที่ตนรู้สึก เพื่อทำหน้าที่ในการแก้ปัญหาที่บุคคลหรือกลุ่มกำลังเผชิญอยู่ ในการนี้สมาชิกได้ทำคามความสบายใจ ในการประนีประนอมทนทาน เกี่ยวกับสภาพความเป็นจริง การระบายความในใจ การให้ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน การให้ความอบอุ่น การยอมรับ และการให้ความสนับสนุน

มาเดอร์ (Mahler. 1969 : 11 - 13) ได้กล่าวสรุปเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ว่า เป็นวิธีการที่ศึกษาค้นคว้าสิ่งที่มีความหมายต่อความเป็นบุคคล เช่น เขาคือใคร พัฒนาความเชื่อมั่นในการรักตนเอง เช่น "ฉันรู้ว่าฉันทำได้ แม้ว่าพ่อแม่ของฉันจะไม่เห็นด้วยก็ตาม" เรียนรู้และเข้าใจผู้อื่นได้เป็นอย่างดี รู้จักรวบรวมและสร้างบูรณาการในทัศนความรู้สึกและความคิดของบุคคล การทำให้เกิดความเข้าใจประสิทธิภาพขึ้นในสังคม การตรวจสอบค่านิยมที่บุคคลมีอยู่ รวมทั้งพยายามที่จะพัฒนาค่านิยมใหม่ การสร้างบรรยากาศ ที่ให้ความปลอดภัยในการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการความรู้สึกและการควบคุมความรู้สึก เรียนรู้และรับผิดชอบเกี่ยวกับความประพฤติของตนเอง ศึกษาความสัมพันธ์ที่ไว้ต่อบุคคลอื่น เช่น ผู้มีอำนาจ บิดา มารดา ญาติ พี่น้อง และเพื่อนฝูง

โคห์น และคนอื่น ๆ (Cohn and others. 1973 : 49) ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่า เป็นขบวนการพลวัติของความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน เกี่ยวข้องกับบุคคลที่มีพิสัย (Range) การปรับตัวในระดับปกติ บุคคลเหล่านี้จะทำงานร่วมกับกลุ่มเพื่อน และผู้ให้คำปรึกษาที่ได้รับการฝึกฝนอย่างเต็มที่คนหนึ่งคน มีจุดมุ่งหมายเพื่อสำรวจปัญหาและความรู้สึกในความพยายามที่จะขยายขอบเขตทัศนคติของพวกเขา เพื่อเขาจะจัดการกับปัญหาได้ดีขึ้น

เชอร์ตเซอร์ และสโตน (Shertzer and Stone. 1968 : 448 - 449) ได้สรุปเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดังนี้ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มหมายถึงการที่บุคคลที่มีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเองในด้านใดด้านหนึ่งหรือต้องการที่จะแก้ปัญหาใดปัญหาหนึ่งร่วมกัน มาปรึกษาร่วมกันเป็นกลุ่มโดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาเปลี่ยนจากเน้นผู้นำเป็นศูนย์กลาง เป็นเน้นกลุ่มเป็นศูนย์กลาง สมาชิกในกลุ่มจะมีโอกาสแสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของตนเอง ก้าวที่จะเผชิญปัญหาได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเอง ทั้งยังได้รับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่น และได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีปัญหาเช่นกัน ไม่ใช่ตนเองมีปัญหาเพียงคนเดียว วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะทำให้สมาชิกแต่ละคนเกิดความภาคภูมิใจว่าตนเองสามารถให้ข้อคิดอันเป็นประโยชน์แก่กลุ่ม

โอลเซน (Ohlsen. 1970 : 31) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นการให้ความช่วยเหลือบุคคลที่ปกติให้การยอมรับปัญหาต่าง ๆ ของตนเอง และพยายามแก้ไขปัญหานั้นก่อนที่จะกลายเป็นปัญหารุนแรง นอกจากนั้นการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มยังจะช่วยให้ผู้ที่ไม่มีปัญหาสามารถเรียนรู้ที่จะนำความคิดทั่วไปจากกลุ่มมาประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวัน

จอห์น กอร์ และบรูซ บราวน์ (John Gawrys, Jr. and Bruce Brown. 1970 : 21) กล่าวว่า เป็นการสร้างกระบวนการเพื่อให้เกิดบรรยากาศแห่งการยอมรับ ความอบอุ่นและเปิดโอกาสให้สมาชิกภายในกลุ่มได้ทดสอบ ตรวจสอบและเลือกวิธีการแก้ปัญหา

ที่ดีที่สุดสำหรับเขา จุดประสงค์จะถูกร่างขึ้นจากสมาชิกภายในกลุ่ม มีจุดสนใจร่วมกัน มีปัญหาาร่วมกัน

แฮนเซน วอร์เนอร์ และสมิธ (Hansen, Warner and Smith. 1976 :

6) ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่า เป็นกระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาสร้างความสัมพันธ์กับสมาชิกในกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้สำรวจตัวเองและสำรวจสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับตน แล้วพยายามแก้ไขปรับปรุงทัศนคติ และพฤติกรรมของตนเองให้เป็นไปในทางดีขึ้น

แฮทช์ และ สเตฟเฟล (Hatch and Steffle. 1965 : 184) ให้ความคิดเห็นว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะต้องประกอบไปด้วยปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาที่ได้รับการฝึกฝนอบรมอย่างดีกับนักเรียนจำนวนประมาณ 5 - 6 คน ขบวนการทั้งหลายที่นำมาใช้จะเป็นการให้คำปรึกษาไม่ใช่แบบการสอน ผู้ให้คำปรึกษาจะสามารถใช้ขบวนการนี้ได้ก็ต่อเมื่อได้รับการฝึกฝนเป็นพิเศษเกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเท่านั้น

นอกจากนี้ วัชรีย์ ชูระคำ (วัชรีย์ ชูระคำ 2523 : 52) ได้รวบรวมความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มคือการทำงานที่ผู้แนะแนวให้ความช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาครั้งละมากกว่า 1 คน ด้วยจุดมุ่งหมายเช่นเดียวกับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล คือมุ่งที่จะช่วยคนดังต่อไปนี้

1. ให้สำรวจประเมินตนเอง เป็นการเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองให้มากที่สุด
2. สามารถตัดสินใจด้วยตนเองและนำตนเองได้ สามารถเจริญและดำรงชีวิตที่รับผิดชอบตนเองและสังคมได้
3. ให้สามารถนำสิ่งที่เรียนรู้ไปสู่การปฏิบัติ เกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรม

ทองเรียน อมรัชกุล (ทองเรียน อมรัชกุล 2520. : 88) กล่าวถึงการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่า หมายถึงขบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาสร้างความสัมพันธ์กับผู้ขอรับคำปรึกษาจำนวนหนึ่ง เพื่อแก้ปัญหาาร่วมกันโดยอาศัยความสัมพันธ์ของบุคคลในกลุ่มเป็นแรงผลักดันที่สำคัญ

ราตรี พัฒนรังสรรค์ (ราตรี พัฒนรังสรรค์ 2522 : 114) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นการเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ระบายความรู้สึก อารมณ์ ทัศนคติ และปัญหาที่เขากำลังเผชิญอยู่ ทำให้แต่ละคนในกลุ่มเข้าใจตนเองได้ว่าทำไมเขา รู้สึกอย่างนั้น และได้มีโอกาสเรียนรู้ข้อมูล หรือทักษะที่จำเป็นในการแก้ปัญหาและทำให้เกิดความรู้สึกยอมรับว่าทุกคนต่างก็มีปัญหา เมื่อช่วยกันคิดหาวิธีแก้ปัญหาก็จะทำให้ทุกคนเกิด ความรู้สึกที่ดีต่อกัน

วัชร ทรัพย์มี (วัชร ทรัพย์มี 2518 : 38) ให้ความเห็นว่าการให้คำ ปรึกษาแบบกลุ่ม หมายถึงการที่บุคคลซึ่งมีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรือต้องการจะแก้ปัญหาคับปัญหาหนึ่งร่วมกัน มาปรึกษาหารือซึ่งกันและกัน เป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกในกลุ่มจะได้มีโอกาสแสดงออกเกี่ยวกับ ความรู้สึกและความคิดเห็นของแต่ละคน เป็นการได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอมรับตนเอง กล้าที่จะเผชิญปัญหา และได้ความคิดในการที่จะแก้ปัญหหรือปรับปรุงตนเอง

คมเพชร ฉัตรสุกกุล (คมเพชร ฉัตรสุกกุล 2521 : 90) สรุปความหมาย ของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่า มีลักษณะที่ควรจะต้องเข้าใจอยู่ 3 ประการคือ

1. การใช้กลุ่มเพื่อแก้ไข้ปัญหา ข้อแตกต่างระหว่างการให้คำปรึกษา เป็นรายบุคคลกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มข้อหนึ่งคือ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้นสมาชิก ทุกคนมีปัญหา นำปัญหามาปรึกษา และมีการแสดงความคิดเห็นร่วมกันด้วยความเห็นอกเห็นใจ กัน แต่การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลนั้นจะไม่ได้รับความคิดอย่างกว้างขวาง ผู้มีปัญหาก็ ต้องคิดมากเพราะจะต้องแก้ไขด้วยตนเอง ดังนั้นอาจจะช่วยให้แก้ปัญหาคายากในบางกรณี
2. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมุ่งช่วยเหลือปัญหาที่ปกติ เช่น การปรับตัว กับเพื่อนเพศตรงข้าม การเรียน การทำกิจกรรม เป็นต้น ความจริงแล้วการให้คำปรึกษา โดยทั่วไปก็เป็นการแก้ไข้ปัญหาปกติอยู่แล้ว และไม่เกี่ยวข้องกับการแก้ไข้ปัญหาโรคประสาท โรคจิต เพราะถือว่าไม่อยู่ในขอบเขตของการให้ความช่วยเหลือได้โดยผู้ให้คำปรึกษา แต่ควรจะเป็นหน้าที่ของผู้อยู่เชี่ยวชาญ

3. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมักจะช่วยเหลือสมาชิกกลุ่มที่มีสภาพปกติ ในที่นี้หมายความว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้นจะไม่ครอบคลุมถึงผู้ที่มีความผิดปกติทาง ค่านจิตใจ (Mental Disorder) ถ้าหากสมาชิกคนใดก็ตามที่มีความผิดปกติเกิดขึ้น ก็ไม่ควรนำมาเป็นสมาชิกในกลุ่มที่จะแก้ไขปัญหาร่วมกันเพราะอาจจะมี การรับรู้ มีความคิด ทั้งหลายผิดปกติไป การสื่อสารในกลุ่มก็จะมีปัญหา เนื่องจากพูดหรืออภิปรายแล้วสมาชิก ไม่สามารถเข้าใจร่วมกันได้

จากการให้ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยนักจิตวิทยาหลายท่าน ที่กล่าวมาแล้ว สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นการสร้างกระบวนการเพื่อให้ เกิดบรรยากาศแห่งการยอมรับ อ่อนน้อมและเป็นกันเองเพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ และความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อกัน นอกจากผู้ให้คำปรึกษาแล้วสมาชิกแต่ละ คนของกลุ่มจะทำหน้าที่ให้คำปรึกษากันและกัน สมาชิกต่างก็ช่วยให้กันและกันได้ แสดง อารมณ์และความรู้สึกของตนออกสู่กลุ่ม ต่างก็ช่วยกันแปลความหมายและช่วยกันอธิบายให้ ทุกคนกระจ่างขึ้นในความรู้สึกที่ซ่อนเร้นอยู่ ให้กำลังใจโดยส่งเสริมความคิดและทัศนคติ ของกันและกัน ซึ่งล้วนแต่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของกลุ่ม สมาชิกจะเข้าใจ ตนเองและผู้อื่นดีขึ้น อันจะเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเองต่อไป

2. จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ดรีเคอร์ส (Dreikurs. 1957 : 363 - 375) มีความเห็นว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะช่วยจัดปมก้อยและความรู้สึกผิดของผู้รับบริการ นอกจากนี้ ประสิทธิภาพของกลุ่มโดยรวมมีผลช่วยเหลือจะทำให้เกิดการ เปลี่ยนแปลงความรู้สึกภายใน รู้จักความสามารถของตนเอง บรรยากาศของกลุ่ม สมาชิกจะรู้สึกปลอดภัย มีความนับถือ ตนเอง รู้จักและแสวงหาความพึงพอใจและความสุขสมบูรณ์ให้แก่ชีวิต

มาเลอร์ (Mahler. 1969 : 101) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการ ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่า เพื่อให้บุคคลรู้จักตนเองเข้าใจตนเองและผู้อื่นดีขึ้น ช่วยให้ บุคคลพัฒนาตนเอง

กอร์วีย์ และ บราวน์ (Gawrys and Brown. 1970) ได้กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นการสร้างขบวนการเพื่อให้เกิดบรรยากาศแห่งการยอมรับ ความอบอุ่น และเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มได้ทดสอบ ตรวจสอบและเลือกวิธีการแก้ปัญหาที่ดีที่สุดสำหรับเขา จุดประสงค์จะถูกสร้างขึ้นจากสมาชิกภายในกลุ่ม การเข้าร่วมกลุ่มของสมาชิกจะไม่ใช่การบังคับ สมาชิกจะเข้าร่วมกลุ่มด้วยความสมัครใจ มีจุดสนใจร่วมกัน มีปัญหาาร่วมกัน

โอลเซน (Ohlsen. 1970 : 41 - 4) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่า การให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพควรมีจุดมุ่งหมายที่แน่นอน แต่การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไม่สามารถกำหนดจุดมุ่งหมายที่แน่นอนก่อนให้คำปรึกษาได้ เพราะระหว่างการให้คำปรึกษานั้น สมาชิกอาจมีจุดมุ่งหมายใหม่เกิดขึ้น

แพทเทอร์สัน (Patterson. 1973 : 174) มีความเห็นว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสมาชิกจะมีจุดมุ่งหมายเฉพาะต่างกันในแต่ละคน แต่จะมีจุดมุ่งหมายรวมเหมือนกันคือเพื่อพัฒนาปรับปรุงตนเอง

แฟรงค์ (J.D.Frank citing Ohlsen. 1970 : 33) เน้นจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ 5 ประการคือ

1. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม จะเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มได้มีการระบายความรู้สึกต่าง ๆ ภายในจิตใจออกมา
2. การใช้คำปรึกษาเป็นการส่งเสริมให้สมาชิกเกิดการยอมรับนับถือตนเอง
3. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นการส่งเสริมให้ผู้มีปัญหาคล้าเผชิญปัญหาของตนเอง และแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น
4. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มช่วยให้สมาชิกที่มีปัญหาได้ปรับปรุงทักษะในการยอมรับตนเอง และแก้ปัญหาด้านความขัดแย้งในตัวเอง รวมทั้งความขัดแย้งที่ตนมีกับผู้อื่น

5. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มช่วยให้สมาชิกมีความเข้มแข็ง สามารถป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาขึ้นอีก และรักษาสภาพจิตใจให้เป็นสุขเหมือนกับการอยู่ในกลุ่มได้ต่อไป

เคลแมน (Kelman. 1963 : 399 - 432) กล่าวถึง การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นข้อ ๆ ดังนี้

1. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะทำให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนสามารถจัดความรู้สึกที่อยู่อย่างโดดเดี่ยวออกไปได้
2. ส่งเสริมการยกย่องนับถือตนเองและมีการยอมรับตนเองมากขึ้น
3. ช่วยให้บุคคลรู้จักปรับตัวและพัฒนาตนเอง
4. ช่วยให้สมาชิกแต่ละคนเรียนรู้ที่จะเป็นตัวของตัวเอง และกล้าแสดงความรู้สึกของตนเองได้
5. ทำให้เกิดความรับผิดชอบในตนเองและแก้ปัญหาของตนเอง
6. เปิดทักษะในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น
7. ช่วยให้บุคคลเปลี่ยนเจตคติและพฤติกรรม
8. สามารถนำทักษะและความรู้ความเข้าใจที่ได้จากกลุ่มไปปรับปรุงตนเองในชีวิตประจำวัน

3. พื้นฐานการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

หลักพื้นฐานการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้น เคมป์ (วินัย พุฒศรี 2523 : 10 - 11 อ้างอิงมาจาก Kemp. 1970) ได้กล่าวสรุปไว้ดังต่อไปนี้

1. บุคคลทุกคนมีสิทธิในความรู้สึกของตนเอง รู้สึกอย่างที่ตนเองรู้สึก ผู้ทำหน้าที่ให้คำปรึกษาจะสนับสนุนให้สมาชิกแสดงความรู้สึกของตนเองออกมาและให้แต่ละคนเคารพในอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่นด้วย
2. แต่ละคนจะต้องตัดสินใจว่าจะพัฒนาอะไรเกี่ยวกับตนด้วยตนเอง
3. บุคคลมุ่งที่จะแก้ปัญหาให้ตนเอง ไม่ใช่มุ่งแก้ปัญหาให้คนอื่น

4. ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสถานการณ์ เป็นจุดที่สำคัญยิ่ง สำคัญกว่าตัวสถานการณ์
 5. การเปิดเผยช่วยให้การปรึกษามีประสิทธิภาพ ถ้าไม่มีการป้องกันตนเองก็พร้อมที่จะรับรู้พร้อมที่จะเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะเกิดขึ้นได้ในบรรยากาศที่มีความไว้วางใจ เชื่อใจ มีความหวังดี มีความเข้าใจ และมีการยอมรับ การเปิดเผยตนเองมากเกินไป แสดงให้เห็นถึงการช่วยตนเองไม่ได้
 6. บุคคลจะเข้าใจตนเองได้มากขึ้น มีความรับผิดชอบต่อตนเอง สามารถควบคุมตัวเองได้มากขึ้น
 7. จะต้องมีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเอง คนจะเรียนรู้ที่จะรับผิดชอบต่อตนเองมากขึ้น ถ้าบรรยากาศภายในบ้าน ในโรงเรียน ไม่คุกคามขู่เข็ญหรือลงโทษมากเกินไป ซึ่งจะทำให้พึ่งพาคนอื่นน้อยลง
 8. การลงมือกระทำเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งจะมีได้ในบรรยากาศของการยอมรับ ความเข้าใจ อาจจะใช้ Role Playing
 9. ในการเผชิญปัญหา แก้ปัญหา มีวิธีเลือกหลายวิธี ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้สมาชิกเห็นหนทางเลือกต่าง ๆ
 10. สมาชิกแต่ละคนจะต้องมีคำมั่นสัญญา (Commitment) กับตนเอง ในการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ การให้การเสริมแรงถือว่าเป็นสิ่งจำเป็น
 11. สามารถนำสิ่งที่เรียนรู้ใหม่ไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้ ประสบการณ์ในกลุ่มจึงเป็นสิ่งสำคัญ
 12. การที่คนรู้จักตนเองอย่างลึกซึ้ง ยอมรับตนเอง ทำให้การป้องกันตนเอง (defend) น้อยลง หนีได้กับคำวิจารณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับตน
- ไดเออร์ และ เวอร์บัน (Dyer and Vriend. 1975 : 132 - 141)
ได้สรุปหลักการสำคัญของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ดังต่อไปนี้

1. ตัวสมาชิกแต่ละบุคคลมีความสำคัญมากกว่าส่วนรวม จะไม่มีกลุ่มย่อย
กลุ่มรวม จะถูกมองในแง่รายบุคคล จะพูดถึงสมาชิกแต่ละคนไปเรื่อย ๆ เพื่อให้เขารู้จัก
ตัวเอง และเปลี่ยนแปลงตัวเอง

2. ผู้นำจะเป็นผู้ให้คำปรึกษาไม่ใช่เป็นสมาชิก จะเป็นผู้ช่วยเหลือกลุ่ม
ไม่ให้กลุ่มช่วยเหลือ

3. เป็นการให้คำปรึกษาแก่สมาชิกทุก ๆ คนให้โอกาสสมาชิกทุก ๆ คน
ให้โอกาสสมาชิกได้เป็นตัวของตัวเองมากที่สุด กลุ่มเป็นที่ทดลองพฤติกรรมใหม่ ๆ ของ
สมาชิกที่เป็นคนปกติไม่ใช่คนไข้ เป็นการพัฒนาไม่ใช่การแก้ไข

4. การให้คำปรึกษาไม่มีเป้าหมายของกลุ่มร่วมกัน แต่ละคนจะมี
เป้าหมายของตัวเอง การบรรลุเป้าหมายจะเกิดจากการคิด ความรู้สึกและการกระทำ

5. การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลในกลุ่มบางครั้งก็จำเป็น อาจจะมี
ตอนใดตอนหนึ่งที่จะต้องให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ซึ่งจะเป็น
ประโยชน์แก่สมาชิกที่มีปัญหาคล้ายคลึงกัน

6. การปฏิสัมพันธ์กันมาก ๆ ในกลุ่มไม่ได้หมายความว่ากลุ่มมีประสิทธิ
ภาพ การปฏิสัมพันธ์ที่เพิ่มขึ้นในกลุ่ม แต่การช่วยเหลือบุคคลในกลุ่มอาจน้อยลง

7. ผู้ให้คำปรึกษาไม่ควรเพิ่มความกดดันขึ้นในกลุ่ม ถ้าเขาไม่พร้อมที่จะ
พูดก็ไม่บังคับให้เขาพูด ถ้าเขาพูดก็ไม่ไปหยุกระงักเขา เขามีสิทธิ์ ผู้ให้คำปรึกษามีหน้าที่
ปกป้องเขา

8. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไม่ใช่การสารภาพบาป ไม่พูดถึงอดีต
เพราะไม่มีประโยชน์ ไม่สามารถจะแก้ไขได้นอกจากความสิ้นหวังและรู้สึกผิด ควรจะเน้น
เฉพาะปัจจุบัน คนเราควรจะอยู่ในโลกปัจจุบัน

9. ไม่กล่าวถึงบุคคลนอกกลุ่ม เพราะเป็นการยากที่จะช่วยเหลือเขา

10. สิ่งที่อยู่กันในกลุ่มต้องเก็บไว้เป็นความลับ ไม่นำเรื่องในกลุ่มไปพูด
นอกกลุ่มให้สมาชิกทุกคนรู้สึกปลอดภัย

11. ตัวเองพูดปัญหาของตัวเอง รับผิดชอบต่อตนเอง ปัญหาของใครก็ของคนนั้นไม่มีการพูดแทนกัน แต่กลุ่มมีหน้าที่ช่วยให้เราบรรลุเป้าหมาย

12. ไม่ควรเน้นความรู้สึกมากกว่าความคิด พูดไปด้วยความคิดและความรู้สึกจะช่วยให้เรารู้สึกทั่วตลอดเวลา จะไม่มีใครพูดเพื่อเจ้อหรือรุนแรง

13. ความกระชับแน่นของกลุ่มไม่ใช่ความมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ความกระชับแน่นของกลุ่มจะให้ประโยชน์แต่ไม่ใช่เป้าหมาย

14. การติดตามผลการให้คำปรึกษาแต่ละครั้งควรจะทำให้เป็นประสบการณ์หนึ่งเดียวก่อนจะเริ่มต้นครั้งใหม่ ควรจะเอ่ยถึงคราวที่แล้วว่าได้ทำอะไรไปบ้าง

15. ในการให้คำปรึกษาแต่ละ session ควรจะมุ่งช่วยเหลือสมาชิกคนหนึ่งหรือสองคนเป็นพิเศษ

16. สภาพการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม สมาชิกมีความไม่สบายใจ มีความวิตกกังวล เพราะได้รับการกระตุ้นให้มีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลง

17. อารมณ์ ความรู้สึกทางลบ ไม่ใช่เป็นสิ่งไม่ดี เป็นสิ่งที่ควรจะระบายออกมา ให้ทุกคนยอมรับ

18. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะไม่มีแบบแผนที่แน่นอน จะมีการยืดหยุ่นตลอดเวลา ผู้นำควรบอกจุดมุ่งหมาย วิธีการขึ้นอยู่กับสมาชิกจะไม่มีรูปแบบตายตัว

19. พฤติกรรม ความคิด เหตุผล ไม่มีการตัดสินผิด ถูก คือ-ไม่ดี ศึกษาว่ามีสาเหตุอะไร จะแก้ไขอย่างไร จะทำอย่างไร

20. ความมีประสิทธิภาพของการปรึกษาแบบกลุ่ม วัดความสำเร็จจากนอกกลุ่ม คอยสังเกตพฤติกรรมของสมาชิก เจ้าตัวอาจจะบันทึกพฤติกรรมของตนเอง ผู้ให้คำปรึกษาต้องเป็นกลาง

4. ปรัชญาการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีปรัชญาในการที่จะช่วยเหลือบุคคลดังต่อไปนี้
(วราภรณ์ ลัมสุวัณ 2522 : 6)

1. การเปิดเผยตนเอง จุดประสงค์ที่สำคัญก็เพื่อที่จะสร้างสายใยแห่งการเชื่อมโยงระหว่างสมาชิกในกลุ่ม การเปิดเผยตนเอง ควรจะได้รับการพัฒนาให้ถึงจุดที่ว่า สมาชิกสามารถจะแบ่งปันถึงสภาพอารมณ์ หรือความคิดที่เกิดขึ้นในขณะนั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในขณะที่ยังสิ่งเหล่านั้นต้องไปเกี่ยวข้องกับสมาชิกอื่นในกลุ่ม จุดรวมที่สำคัญที่สุดคือ "ที่นี่และเกี่ยวกับที่นี่" อดีตจะมาเกี่ยวข้องก็เพียงแต่ในโอกาสที่มันมาสัมพันธ์กับพฤติกรรม ความรู้สึก และความคิดในปัจจุบันเท่านั้น

2. ความซื่อสัตย์ สมาชิกทุกคนจะต้องมีความซื่อสัตย์ต่อการกระทำของเขาในการที่ค่าพฤติกรรม ตลอดจนความรู้สึกนึกคิด

3. ความรับผิดชอบ สมาชิกทุกคนจะต้องมีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเองและของกลุ่ม

4. การเลือก สมาชิกควรจะมีลักษณะของการเลือกส่วนตัวที่พัฒนาขึ้นเรื่อย ๆ

5. การสะท้อนกลับ การสะท้อนกลับของสมาชิกและการประเมินถึงพฤติกรรมของตนเอง จะช่วยให้เกิดความเข้าใจในพฤติกรรมของตนเองและสมาชิกอื่น

6. การตัดสินใจ การตัดสินใจส่วนตัว ก่อให้เกิดคูลู่ทางในการตัดสินใจของกลุ่ม ต้องอาศัยความร่วมมือของสมาชิกทุก ๆ คน

5. วิธีการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่ม

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (คมเพชร ฉัตรศุภกุล 2521 : 94 - 95) ได้เสนอแนวทางเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มไว้ 4 ประการ ซึ่งพอจะสรุปได้ดังนี้

ก. สมาชิกที่จะมารับคำปรึกษาแบบกลุ่มควรจะเป็นผู้มีปัญหาคล้ายคลึงกันเพื่อจะได้อภิปรายในประเด็นเดียวกัน และมีความเข้าใจซึ่งกันและกันดีขึ้น

ข. สมาชิกที่จะมารับคำปรึกษาแบบกลุ่มควร เป็นผู้ที่มีความเต็มใจที่จะแก้ไข้ปัญหา

ค. การจัดกลุ่มควรให้สมาชิกมีลักษณะแตกต่างกันบ้าง ซึ่งก็เป็นไปตามธรรมชาติของกลุ่ม เช่น มีทั้งเพศชาย เพศหญิง แต่อย่างไรก็ตามไม่ควรให้สมาชิกมีความแตกต่างกันมากจนเกินไป จะทำให้เกิดปัญหาได้ เช่น จัดให้บุคคลที่ไม่ค่อยพูดอยู่กับคนที่พูดเก่ง เป็นต้น

ง. การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มต้องพิจารณาว่า แต่ละบุคคลจะได้รับประโยชน์จากกลุ่ม และสามารถให้ความช่วยเหลือผู้อื่นในกลุ่มได้ควย

6. ขนาดของกลุ่ม โดยทั่วไปนิยมจัดกลุ่ม 6 - 8 คน แต่อาจขยายเป็น 10 - 12 คน ไม่ควรให้กลุ่มใหญ่เกินไป เพราะจะทำให้สัมพันธภาพในกลุ่มลดลง สำหรับเด็ก ประถมขนาดของกลุ่มประมาณ 4 - 5 คน มีผู้ให้ความเห็นเกี่ยวกับขนาดของกลุ่มไว้หลายคน เช่น มาเลอร์ (Mahler. 1969 : 45 - 45) เห็นว่าสมาชิกของกลุ่มไม่ควรเกิน 10 คน กลุ่มที่มีสมาชิกมากเกินไป สมาชิกจะไม่สนใจกับเท่าที่ควร โอกาสที่สมาชิกจะหลบเลี่ยงจากกลุ่มมีมาก และผู้ให้คำปรึกษาจะลำบากในการชักจูงให้สมาชิกแต่ละคนสนใจกลุ่ม แต่ถ้ามีสมาชิกเป็นกลุ่มขนาดเล็กสมาชิกจะมีโอกาสสื่อความหมายซึ่งกันและกันอย่างเต็มที่ และ โลเซอร์ (Loeser citing Ohlsen. 1970 : 85) ให้ความเห็นว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มควรมีสมาชิกประมาณ 4 - 8 คน เพราะถ้าสมาชิกมากกว่าที่กำหนดจะทำให้กลุ่มแตกเป็นกลุ่มย่อยได้ง่าย และกลุ่มขนาดใหญ่จะกลายเป็นกลุ่มการเรียนการสอนมากกว่า ส่วน วัชรีย์ ทรัพย์มี (วัชรีย์ ทรัพย์มี 2518 : 39) เห็นว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม บุคคลที่มาเข้ากลุ่มจะต้องมีความสัมพันธ์ต่อกันเป็นอย่างดี ทั้งนี้จำนวนสมาชิกในกลุ่มต้องไม่มากจนเกินไป คือควรประมาณ 6 - 10 คน นอกจากนี้ คมเพชร ฉัตรสุณกุล (คมเพชร ฉัตรสุณกุล 2521 : 95) กล่าวถึงขนาดของกลุ่มว่า จากรายงานการศึกษาทั่วไปพบว่า จำนวนสมาชิกจะอยู่ระหว่าง 6 - 15 คน ถึงแม้ว่าบางคนอาจจะคิดว่าจำนวนที่ดีที่สุดคือ 6 คน บางคนคิดว่า 8 คน แต่อย่างไรก็ตามไม่มีใครกำหนดจำนวนเกิน 15 คน ถ้าหากจะมีใครก็ตามที่กำหนดจำนวนสมาชิกในกลุ่มเกิน 20 คนขึ้นไป กลุ่มประเภทนั้นจะเป็นกลุ่มทำงานอย่างอื่นได้อย่างสำเร็จ แต่มิได้หมายความว่า จะทำให้การให้คำปรึกษาได้ดี

7. พลังในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องรู้ เข้าใจที่จะนำพลังต่าง ๆ มาใช้ในการทำให้การให้คำปรึกษาให้สมบูรณ์ ดังที่ คมเพชร ฉัตรศุภกุล (คมเพชร ฉัตรศุภกุล 2521 : 97) กล่าวไว้ ซึ่งพอสรุปได้ดังนี้

ก. ข้อผูกพัน (Commitment) บุคคลที่จะได้รับประโยชน์จากการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะต้องรับรู้ และยอมรับว่ามีความต้องการที่จะรับคำปรึกษา และจะพูดถึงปัญหาทั้งหลายของตน จะแก้ไขเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเมื่อรับคำปรึกษาจากกลุ่มแล้ว

ข. ความรับผิดชอบ (Responsibility) สมาชิกที่มีปัญหาจะต้องพยายามเพิ่มความรับผิดชอบสำหรับตนเอง และเพื่อการแก้ไขปัญหาในกลุ่ม

ค. การยอมรับ (Acceptance) เมื่อสมาชิกให้การยอมรับตนเอง จะเป็นผลให้แต่ละบุคคลเกิดเคารพนับถือตนเอง และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเขาด้วย

ง. ความดึงดูดใจ (Attractiveness) จะทำให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีอิทธิพลต่อสมาชิกในกลุ่มเพิ่มขึ้น

จ. ความรู้สึกเป็นเจ้าของ (Belonging) สมาชิกทุกคนจะต้องมีความรู้สึกอย่างรุนแรงต่อความรู้สึกเป็นเจ้าของกลุ่ม ซึ่งจะทำให้เป็นผลดีต่อการช่วยกลุ่ม

ฉ. ความปลอดภัย (Security) เมื่อสมาชิกมีความรู้สึกปลอดภัยอย่างมีเหตุผลในขณะที่อยู่ในกลุ่ม เขาจะมีความเป็นตัวของตัวเอง มีการอภิปรายปัญหาที่เกิดขึ้นกับตัวของเขา มีการยอมรับความคิดของบุคคลอื่นที่แสดงต่อตัวเขาและสามารถแสดงความรู้สึกของตนต่อบุคคลอื่น

ช. ความเครียด (Stress) (Tension) การมีความเครียดและความไม่พึงพอใจที่อยู่ในระดับพอเหมาะ จะเป็นแรงจูงใจที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม แต่ถ้าความเครียดมากเกินไปจะทำให้บุคคลไม่ไ้ใช้ความสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างสำเร็จ

ข. ปทัสถานของกลุ่ม (Group Norm) สมาชิกย่อมต้องการจะได้รับความช่วยเหลือและไม่ต้องการจะให้บุคคลอื่นมองข้ามไปในแง่ของบุคคลที่แตกต่างไปจากสมาชิกอื่น ๆ ในกลุ่มที่รับคำปรึกษาค่ายกัน

8. เวลาและจำนวนครั้งในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ซึ่ง แพทเทอร์สัน (Patterson. 1973 : 182) ให้ความคิดเห็นว่าควรจะให้คำปรึกษาสัปดาห์ละ 1 ครั้ง แต่ถ้าเวลาในการให้คำปรึกษามีน้อยอาจจัดให้มีการให้คำปรึกษาสัปดาห์ละ 2 - 3 ครั้ง ช่วงเวลาของการให้คำปรึกษาสำหรับสมาชิกวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่ควรใช้เวลา 1 - 1 $\frac{1}{2}$ ชั่วโมง แต่ถ้าเป็นเด็กระดับประถมศึกษาไม่ควรใช้เวลาเกิน 1 ชั่วโมง เพราะเด็กจะเกิดความเบื่อหน่ายได้ และ คมเพชร ฉัตรศุภกุล (คมเพชร ฉัตรศุภกุล 2521 : 99) ให้ความเห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ควรจัดให้มีขึ้นสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ระยะเวลาไม่ควรต่ำกว่า 1 ชั่วโมง และไม่ควรมากเกิน 2 ชั่วโมง สำหรับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนี้ทั้งในโรงเรียนและวิทยาลัยจะกำหนดเอาไว้ประมาณ 6 - 7 ครั้ง โดยถือว่าเป็นกลุ่มที่ใช้เวลาสั้น

9. การดำเนินการ การดำเนินการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีหลักใหญ่ ๆ ซึ่งพอจะสรุปได้ดังต่อไปนี้

ก. การเริ่ม ผู้ให้คำปรึกษาโดยทั่วไปมักใช้เทคนิคการกระตุ้นให้สมาชิกทุกคนพูดเรื่องราวเกี่ยวกับตนเองว่า ทำไมถึงมาเข้ากลุ่มเขาหวังที่จะได้อะไรจากการเข้ากลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาพยายามกระตุ้นให้สมาชิกแต่ละคนมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกอื่นอย่างดีที่สุด

ข. การสร้างสัมพันธภาพ ถ้าสัมพันธภาพเป็นไปด้วยดี จะทำให้สมาชิกแต่ละคนเป็นกันเอง ให้ความร่วมมือในการให้ข้อคิดเห็น เปิดเผยความรู้สึกของตนเอง เกิดความไว้วางใจ ยอมรับและพร้อมที่จะเข้าใจผู้อื่นซึ่งต้องอาศัยเทคนิคต่าง ๆ

ค. ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องนำทักษะต่าง ๆ จากการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลมาใช้คือ การยอมรับ การให้ความอบอุ่น การเข้าใจซึ่งกันและกัน จะต้องให้ความสนใจทุก ๆ คน ให้แต่ละคนได้แสดงความคิดเห็นตามแต่ละคนต้องการ แสดงให้สมาชิกทุกคนเห็นว่าผู้ให้คำปรึกษาเห็นความสามารถของสมาชิกในการแก้ปัญหาของตนเอง

ง. สมาชิกแต่ละคนจะต้องมีความรับผิดชอบร่วมกันอย่างน้อยคือ การสมัครใจเข้ากลุ่ม มีการยอมรับข้อตกลงร่วมกัน สร้างสัมพันธภาพ มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการแก้ปัญหา

จ. การจบขบวนการให้คำปรึกษาจะกระทำเมื่อสมาชิกส่วนใหญ่ตัดสินใจที่จะเลิก เมื่อรู้สึกว่าได้พบเรื่องที่จะอภิปรายต่อไปแล้ว

ฉ. การประเมินผลการให้คำปรึกษา จะประเมินทุกครั้งที่จบการให้คำปรึกษาแต่ละตอน

10. พฤติกรรมของผู้นำ

ผู้นำมีบทบาทสำคัญต่อกลุ่ม ผู้นำการให้คำปรึกษากลุ่มจะเป็นผู้เชื้ออำนวยการให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในกลุ่มอันจะทำให้กลุ่มบรรลุเป้าหมายได้ นอกจากผู้นำจะต้องมีคุณลักษณะของผู้ให้คำปรึกษาและมีความสามารถในการใช้เทคนิคต่าง ๆ ของการให้คำปรึกษาแล้ว ผู้นำการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มควรมีบทบาทหน้าที่สำคัญอื่น ๆ อีก ดังที่เพาเคอร์เบคเกอร์ และ แฟรงก์ (Powdermaker and Franks. 1953 : 391) ได้ทำการวิจัยพบพฤติกรรมของผู้นำกลุ่มให้คำปรึกษาที่ดี มีลักษณะดังนี้

1. มีการสรุปข้อคิดเห็นทั่วไปที่สมาชิกได้แสดงออก เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาคนอื่นได้เห็นความเกี่ยวข้อง

2. เน้นให้เห็นความเหมือนกันของปัญหาหรือความรู้สึกของสมาชิก

3. ปรับคำพูดของสมาชิกเพื่อให้เกิดความกระจ่างชัดเจนนมากขึ้น

4. กระตุ้นให้มีการเคารพความคิดเห็นของผู้อื่น

5. ย้ำความต่อเนื่อง โดยการทบทวนเหตุการณ์สำคัญจากการให้คำ

ปรึกษาที่ผ่านมา

6. นำเอาความคิดเห็นทั่วไปมาประสานต่อเนื่องกันกับสถานการณ์ที่เผชิญอยู่ในปัจจุบัน

7. กระตุ้นให้สมาชิกได้อภิปรายถึงความสัมพันธ์ที่ได้พัฒนาขึ้นมาในระหว่างสมาชิก

นอกจากนี้ โอลเซน (Ohlsen. 1964 : 171) ได้เสนอแนะถึงพฤติกรรมของผู้นำในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่าควรปฏิบัติดังนี้

1. พยายามให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจว่าตนกำลังจะพยายามเข้าใจเขา
2. เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับชีวิตส่วนตัวของผู้ขอรับคำปรึกษาบ้างในบางกรณี แต่ไม่ใช่การก้าวยชีวิตส่วนตัวของเขาทั้งหมด

3. ช่วยให้ผู้ขอรับคำปรึกษามีความรับผิดชอบที่จะพัฒนาตนเองได้

11. พฤติกรรมของสมาชิก

ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนี้ ผู้นำกลุ่มต้องชี้แจงให้สมาชิกได้ทราบถึงบทบาทของตนเอง ดังที่ วอเตอร์ส (Waters. 1960 : 204 - 206) กล่าวว่า

1. ในบรรยากาศที่มีการให้และรับคำปรึกษา สมาชิกของกลุ่มจะเปลี่ยนแปลงบทบาทจากผู้รับความช่วยเหลือเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือ

2. สร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง สร้างการยอมรับเหมือนกับผู้นำ โดยแสดงความเข้าใจ การยอมรับ โดยการยิ้ม พยักหน้า แสดงออกทางสีหน้า ท่าทาง ตั้งใจฟัง และวิจารณ์สนับสนุน

3. แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและความรู้สึก ซึ่งช่วยให้สมาชิกอื่นรู้สึกวิตกกังวลและป้องกันตัวน้อยลง โดยผ่านการรู้สึกยอมรับและเคารพนับถือ ซึ่งจะทำให้เกิดการตรวจสอบตนเอง และช่วยให้สมาชิกอื่นมีความกล้าและเกิดความเชื่อมั่นในการเลือกตัดสินใจสำหรับตนเอง

4. แสดงความรู้สึกเข้าใจและเห็นใจในความกลัว ความวิตกกังวล และความทุกข์ของสมาชิกคนอื่น

เนลสัน (Nelson. 1973 : 80 - 81) ได้กล่าวสรุปพฤติกรรมของสมาชิกไว้ดังนี้

1. ตั้งอย่างตั้งใจ (Deep Listening) โดยแสดงออกให้ผู้พูดเห็นว่าสนใจและตั้งใจฟังโดยตลอด ขณะที่ฟังได้พยายามจับความหมายให้ถูกต้อง และควรให้ความสนใจกับน้ำเสียง สีหน้า ท่าทางของผู้พูดด้วย เพื่อจะได้เข้าใจในความรู้สึกของผู้พูดสมาชิกไม่ควรเตรียมตัวโต้ตอบในขณะที่ฟัง เพราะจะทำให้ไม่มีสมาธิในการฟัง
2. ส่งเสริมให้สมาชิกคนอื่น ๆ ได้พูดได้แสดงออก (Helping one another talk) ทุกสิ่งทุกอย่างที่สมาชิกแสดงออกในกลุ่มจะไม่มีใครตัดสินว่าถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดีอย่างไร แต่จะเน้นว่าการแสดงออกนั้นมีอะไร เป็นสาเหตุ ตัวเองพอใจหรือไม่ ถ้าไม่พอใจ กลุ่มจะช่วยให้ข้อคิดในการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงต่อไป
3. สมาชิกควรให้ความสนใจเกี่ยวกับกลุ่มอภิปรายปัญหาของผู้ใด เพื่อจะได้ร่วมกันช่วยให้ผู้นั้นเกิดความเข้าใจตัวเอง เข้าใจปัญหาและพบแนวทางในการแก้ไข ปัญหา (Discussing problems or concerns)
4. ควรให้ความสนใจเป็นพิเศษเกี่ยวกับความรู้สึกของบุคคลในกลุ่ม (Discussing feeling) เพราะบุคคลมักจะไม่เข้าใจตนเองจนกว่าจะได้อภิปรายความรู้สึกของตนเองที่มีต่อปัญหาที่เกิดขึ้นนั้น
5. ควรกล่าวอย่างยืนยัน (confronting) ให้ผู้ที่มีความขัดแย้งในตัวเองได้เข้าใจตัวเองดีขึ้น
6. ควรให้ข้อคิดเห็นแก่ผู้ที่กำลังวางแผนปรับปรุงหรือเปลี่ยนแปลงตัวเอง
7. ควรให้ข้อมูลย้อนกลับ เพื่อให้บุคคลได้ทราบถึงส่วนดีและส่วนที่บกพร่องของตนเอง ถ้าเป็นการให้ข้อมูลส่วนที่บกพร่อง ควรพิจารณาก่อนว่าส่วนบกพร่องนั้นเขาสามารถปรับปรุงแก้ไขได้ในปัจจุบัน และพิจารณาต่อไปด้วยว่าเขามีจิตใจพร้อมที่จะรับฟังข้อบกพร่องของเขาเองหรือยัง สำหรับวิธีการในการให้ข้อมูลนั้นควรใช้การ

สื่อสารที่ช่วยให้ได้เข้าใจตรงกันทั้งผู้ให้ข้อมูลและผู้รับข้อมูล (สฤณีย์ คันจิตพัฒนานนท์

2518 : 1 - 4)

8. การรักษาความลับของสมาชิกในกลุ่ม สิ่งใดก็ตามที่ได้อภิปรายกัน
ในกลุ่มให้สมาชิกทุกคนถือเป็นความลับ ไม่สมควรนำไปพูดนอกกลุ่ม

12. ขั้นตอนของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

มาเธอร์ (Mahler. 1969 : 65 - 167) ได้สรุปขั้นตอนของการ
ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ 4 ขั้นตอน คือ

1. ขั้นการก่อตั้งกลุ่ม (The Involvement Stage) เป็นขั้นของ
การชี้แจงวัตถุประสงค์การสร้างกลุ่ม และการสร้างสัมพันธ์ภาพตลอดจนการเริ่มต้น
อภิปรายถึงความรู้สึกและพฤติกรรม มาเธอร์ ให้ข้อสังเกตว่าไม่ว่าจะบอกได้ว่า
วิธีใดที่สุ่มสำหรับการเริ่มต้นดำเนินการของกลุ่มหรือการให้สมาชิกได้มีส่วนร่วมในกลุ่ม
เรื่องนี้ขึ้นอยู่กับความสามารถและประสบการณ์ของผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งในแต่ละกลุ่มจะมี
ลักษณะเฉพาะตัว บางกลุ่มใช้เวลาเพียงเล็กน้อยแต่บางกลุ่มต้องใช้เวลาามาก โดยมาก
ในระยะก่อตั้งกลุ่มนี้สมาชิกในกลุ่มมักมีความรู้สึกว่าผู้ให้คำปรึกษาไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม
และมีแนวโน้มจะคิดทบทวนหรือทำตามที่ผู้ให้คำปรึกษานำ เวลาสำหรับให้สมาชิกในกลุ่ม
คุ้นเคยและไว้วางใจกันก็แตกต่างกันไป เพราะบางกลุ่มสมาชิกได้เคยรู้จักกันมาก่อนแล้ว
ในระยะเริ่มแรกสมาชิกอาจไม่แน่ใจที่จะเปิดเผยเรื่องราวของเขาคู่กลุ่ม สัมพันธภาพ
ยังอยู่ในขั้นผิวเผิน ต้องอาศัยเวลาที่จะพัฒนาความไว้วางใจในหมู่สมาชิก ผู้ให้คำปรึกษา
ไม่สามารถใช้วิธีบังคับหรือเร่งเวลาใดต้องขึ้นกับการพัฒนาการของกลุ่มเอง ขั้นการก่อตั้งนี้
อาจต้องใช้การให้คำปรึกษาหลายครั้งด้วยกัน

2. ขั้นการเปลี่ยนลักษณะของกลุ่ม (The Transition Stage) ในขั้นนี้
ไม่สามารถแบ่งแยกจากขั้นการก่อตั้งกลุ่มได้โดยเด็ดขาด ขั้นนี้เป็นการเปลี่ยนจากกลุ่มสังคม
ธรรมดาเป็นกลุ่มที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อการช่วยเหลือ บอนนีย์ และ ฟอเลย์ Bonney
and Foley. citing Patterson. 2522 : 183) ได้อธิบาย

ถึงขั้นนี้ว่า เมื่อถึงขั้นนี้สมาชิกในกลุ่มจะตระหนักว่าจุดมุ่งหมายของกลุ่มคือ การพัฒนาสถานการณ์ที่จะก่อให้เกิดการต่อต้านและวิกฤตกังวลได้ ผู้ให้คำปรึกษาต้องชี้แจงให้สมาชิกเข้าใจลักษณะของกลุ่มว่าต่างจากกลุ่มสังคมทั่วไป สมาชิกแต่ละคนจะต้องอภิปรายปัญหาส่วนตัวของตนอย่างเปิดเผย ซึ่งจะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ทุกคนในกลุ่ม ขั้นนี้จะสมบูรณ์แบบที่เมื่อสมาชิกในกลุ่มเต็มใจที่จะเปิดเผยเรื่องราวของตนเองในกลุ่ม

3. ขั้นการดำเนินงาน (The Working Stage) ในขั้นนี้สมาชิกจะมีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ทุกคนเต็มใจที่จะอภิปรายต่อกัน แต่อาจเกิดจุดบกพร่องขึ้นได้ ถ้าสมาชิกหันเหการอภิปรายไปสู่ปัญหาทั่วไปหรือปัญหภายนอกแทนการพูดถึงปัญหาส่วนตัว ในขั้นนี้สมาชิกทุกคนควรสนใจอารมณ์ และความรู้สึกของบุคคลมากกว่าการเน้นเนื้อหาของปัญหา สมาชิกอาจช่วยแก้ไขปัญหากลุ่มแต่ไม่จำเป็นที่กลุ่มจะต้องเน้นที่การแก้ปัญหาโดยเฉพาะ จุดมุ่งหมายสำคัญของขั้นนี้คือ ให้สมาชิกได้เข้าใจปัญหาของตนเองอย่างแจ่มชัดและได้เรียนรู้วิธีที่มีประสิทธิภาพในการแก้ปัญหาด้วยตนเองจากกลุ่มเขาจะค้นหาวิธีแก้ปัญหาก็เหมาะสมต่อไป ในขั้นนี้สมาชิกจะได้มีโอกาสสำรวจตนเองและได้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน หน้าที่หลักของผู้ให้คำปรึกษา คือ เป็นผู้สรุปและอำนวยความสะดวกให้กลุ่มดำเนินไปตามเป้าหมาย

4. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา (The Ending Stage) การยุติการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มขึ้นกับสมาชิกในกลุ่มจะพิจารณากันเอง การยุติสัมพันธ์ภาพอันใกล้ชิดนี้เป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกสมาชิกบางคนอาจต้องการให้กลุ่มดำเนินต่อไป

ทองเรือน อมรรักษ์กุล (ทองเรือน อมรรักษ์กุล 2520 : 106) กล่าวว่าปัญหาที่พบในขั้นนี้คือ สมาชิกในกลุ่มเกิดความสัมพันธ์กันอย่างลึกซึ้ง และมักไม่ยอมแยกจากกลุ่มเพราะสมาชิกได้ใช้กลุ่มเป็นระยะระบายความรู้สึกในแง่ความเกลียด ความโกรธ ความไม่พอใจ และอื่น ๆ แต่เพียงไรก็ตามกลุ่มจะต้องมีการสิ้นสุดลงในเวลาใดเวลาหนึ่ง และสมาชิกควรเป็นตัวของตัวเองพอที่จะแยกออกจากกลุ่มได้ และไม่รู้สึกลึกซึ้งที่ยังแก้ปัญหาไม่ได้ ถ้าสมาชิกกลายเป็นบุคคลที่พึ่งผู้อื่นมากเกินไป การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มก็ไม่ได้ประโยชน์

เท่าที่ควร มาเลอร์ (Mahler) ได้ข้อสังเกตว่าจากประสบการณ์ที่สมาชิกได้รับจากการเข้ากลุ่ม สมาชิกจะได้เรียนรู้วิธีการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในช่วงชีวิตของเขาได้ควย

จากที่กล่าวมาแล้วขอจะสรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นการช่วยเหลือปัญหาที่ปกติ และมุ่งที่จะช่วยเหลือสมาชิกกลุ่มที่มีสภาพปกติ ทั้งนี้มุ่งหมายเพื่อช่วยให้ผู้เข้าร่วมกลุ่มรู้จักแยกแยะปัญหา และพยายามแก้ไขปัญหาของแต่ละคน โดยใช้ประสบการณ์ที่กลุ่มได้ร่วมกันทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความรู้สึกภายใน รู้ความสามารถของตน มีการยอมรับนับถือตนเอง การที่กลุ่มจะทำให้สมาชิกกล้าระบายความรู้สึกต่าง ๆ ภายในจิตใจ กล้าเปิดเผยตัวเอง กล้าเผชิญปัญหา แก้ไขปัญหาความขัดแย้งในตนเอง และความขัดแย้งของตนเองต่อผู้อื่น วิธีการและเทคนิคในกลุ่มจะเน้นทั้งตัวบุคคลและกลุ่ม ผู้นำกลุ่มจะต้องสังเกตการพูดของแต่ละคน คอยช่วยให้ผู้อื่นร่วมในการอภิปราย ตลอดจนคอยให้ความอบอุ่น เข้าใจ และยอมรับทุกคน รวมทั้งสมาชิกต้องมีบทบาทที่สำคัญเช่นกัน ดังที่กล่าวมาแล้ว

การให้คำปรึกษาในระดับประถมศึกษา

สำหรับการให้คำปรึกษาในระดับประถมศึกษานั้น หลักการและเทคนิคต่างก็มีความคล้ายคลึงกับการให้คำปรึกษามัธยมศึกษาและอุดมศึกษาเป็นส่วนใหญ่ แต่มีส่วนปลีกย่อยบางอย่างที่แตกต่างออกไปบ้าง ทั้งนี้เพราะเด็กในระดับประถมศึกษานั้นมีวุฒิภาวะทางร่างกาย อารมณ์และสังคมต่างไปจากนักเรียนในระดับอื่น ๆ ดังที่ วัชร ทรัพย์มี (วัชร ทรัพย์มี 2514 : 72 - 73) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาในระดับประถมศึกษานั้นไม่ควรนำหลักการและวิธีการที่ใช้ในระดับมัธยมศึกษาและอุดมศึกษาไปใช้เสียทีเดียว แต่ควรมีเทคนิคบางอย่างที่เหมาะสมกว่า

อภิชาติ เศรษฐวิชัยกิจการ (อภิชาติ เศรษฐวิชัยกิจการ 2509 : 80 - 81) กล่าวว่า ผู้ให้คำปรึกษาจะทำงานในโรงเรียนประถมศึกษาควรมีคุณสมบัติดังนี้

1. มีความรู้อย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับเรื่องความจริงใจโตและพัฒนาการของเด็ก ทฤษฎีการให้คำปรึกษา ขบวนการกลุ่ม ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล จิตวิทยาการเรียนรู้ บุคลิกภาพ หลักสูตรประถมศึกษา

2. มีพื้นฐานและความรู้เกี่ยวกับเรื่องชุมชนและประเพณี โครงการโรงเรียนประถมศึกษา แนวโน้มและการพัฒนาหลักสูตร จุดมุ่งหมายเบื้องต้นของการแนะแนวหน่วยงานบริการนักเรียน ขบวนการและระเบียบการวิจัย โครงการเกี่ยวกับการอ่านโลกกว้างทางอาชีพ

3. มีความสามารถพิเศษเกี่ยวกับเรื่องการสังเกตและการแปลความหมายของพฤติกรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการแปลความหมายในความรู้สึจากพฤติกรรมที่มิได้ใช้คำพูด การให้คำปรึกษาทั้งเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่ม การแปลความหมายให้รู้ว่เด็กต้องการอะไรจากพฤติกรรมซึ่งเด็กแสดงออก การใช้ของเล่น ศิลปะ และสิ่งต่าง ๆ ที่จะป็นสื่อความหมายต่อเด็ก การศึกษาเฉพาะกรณีและการบันทึก สถิติ การวัดผลทางการ การทดสอบทางจิตวิทยา หน่วยงานและการบริหารงานแนะแนว

4. มีคุณสมบัติที่ยอมรับความเปลี่ยนแปลงสภาวะปรเว็นค่าของบุคคล มีความคิดริเริ่ม มีความไวต่อความรู้สึกของเด็กและผู้ใหญ่ในระดับสูง มีความถนัดในด้านวิชาการ มีความมั่นคงทางอารมณ์ มีมนุษยสัมพันธ์ มีความสนใจในสิ่งต่าง ๆ อย่างลึกซึ้งและกว้างขวาง

ความเห็นของ โอลเซน (Ohlsen. 1967 : 227 - 228) เกี่ยวกับ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในระดับประถมศึกษานั้น ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีความรู้ด้าน จิตวิทยาและพัฒนาการเด็กเป็นอย่างดี นอกจากนี้ยังรู้จักที่จะนำเทคนิคต่าง ๆ เขามาใช้ ช่วยในการที่จะติดต่อ สื่อสารและเข้าใจความรู้สึกเด็กมากขึ้น เช่น การใช้เทคนิคการเล่น (Play Technique) การวาดภาพควยนิ้วมือ (Finger paints) การสังเกตภาพ และการปั้นดินน้ำมัน

อิริยาติ เศรษฐกิจกิจการ (อิริยาติ เศรษฐกิจกิจการ 2509 : 80)
 ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มในระดับประถมศึกษา เป็นขบวนการสร้างความสัมพันธ์กับกลุ่มเด็กขนาดเล็ก ๆ ทำให้เด็กสามารถแสดงออกให้ผู้ให้คำปรึกษาและคนอื่น ๆ ได้รู้ว่าพวกเขาต้องการอะไร การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มจะเป็นประโยชน์ต่อความเจริญเติบโตของเด็กทั้งส่วนตัวและส่วนรวม เพราะเด็กมีโอกาสได้แสดงกิริยาและปฏิกิริยาตลอดจนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มจะทำให้มีประสบการณ์เรียนรู้ถึงความสัมพันธ์ของมนุษย์

เป้าหมายของการให้คำปรึกษาหรือในระดับประถมศึกษา คือ การพัฒนา "การรู้จักฟังตัวเอง" ให้เกิดขึ้นแก่เด็ก โดยช่วยฝึกให้เด็กได้เกิดความเข้าใจตัวเอง และเข้าใจปัญหาอย่างทะลุปรุโปร่ง แล้วสามารถแก้ปัญหาของตนเองได้ โดยไม่ต้องขอคำตอบจากผู้อื่น ครูผู้ให้คำปรึกษาอาจใช้วิธีพูดคุยหาบทวนข้อเท็จจริงของปัญหาที่เป็นพื้นฐาน สะท้อนความรู้สึกและทัศนคติของเด็กให้เด็กฟัง หรือช่วยวิเคราะห์ปัญหา ก็อาจจะช่วยให้เด็กเกิดมองเห็นสภาพของตนเองตามที่เป็นจริง แล้วปล่อยให้เด็กได้ตัดสินใจเอง ต่อนายของการสนทนา ควรให้การสรุปสั้น ๆ เกี่ยวกับสิ่งที่ได้สนทนากันไปแล้ว และการนำโครงการปฏิบัติต่อไปให้แน่นอน เด็กควรจบการสนทนาด้วยความรู้สึกสบายใจ พอใจ และแน่ใจว่าครูสนใจตนอย่างจริงจัง วางใจได้ และมีความเข้าใจอกเข้าใจกันก็ (หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมสามัญศึกษา 2514 : 39)

นอกจากนี้ พรอห์ลิต (วัลดิเกา เปาฟิจิตร และคณะ 2507 : 35) อ้างอิงมาจาก Frochlich:nd unpagcd) กล่าวว่า ในการให้คำปรึกษาในระดับประถมศึกษา การใช้คำพูดนั้นไม่ใช่วิธีที่เด็กจะบอกให้ทราบความรู้สึก และปัญหาของตนเองนั้นจึงเสนอแนะให้ใช้การรักษาโดยการให้เล่น (Play Therapy) การรักษาโดยการให้เล่นนั้นมีรากฐานจากความจริงที่ว่า การเล่นเป็นวิถีตามธรรมชาติที่จะแสดงความรู้สึกของผู้เล่น และเปิดโอกาสให้เด็กแสดงความรู้สึก และปัญหาของตนด้วยการเล่น เช่นเดียวกับการรักษาบางแบบของผู้ใหญ่ที่ปล่อยให้ตนเองเล่าความยากลำบากต่าง ๆ ออกมา

สำหรับนักเรียนบางคนการเล่นเป็นทางเดียวเท่านั้นที่จะสื่อความรู้สึกและปัญหาของเขา
ฉะนั้นสำหรับเด็กบางพวก ก็จะต้องใช้การรักษาโดยการให้เล่น แต่สำหรับนักเรียน
ส่วนมาก การพูดกันก็เป็นวิธีที่ได้ผล

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

อาร์บักเคิล และบอย (Arbuckle and Boy. 1961 : 136 - 139)
ได้ทดลองให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแก่นักเรียน 12 คน ซึ่งมารับบริการหลังเลิกเรียนแล้ว
เป็นประจำทุกวัน พบว่า ค่าเฉลี่ยของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคนในอุดมคติ (Ideal
Self) และคนที่แท้จริง (Real Self) นั้นสูงขึ้นกว่าเดิม และจากการประเมินค่า
ของครูต่อกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมพบว่า ทั้งสองกลุ่มมีพัฒนาการที่แตกต่างกันอย่างมี
นัยสำคัญ

ไบรอัน และยังก์เกอร์ (Bryan and Younker. 1962 : 293 - 296)
ได้บริการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแก่นักเรียนหญิงระดับ 8 จำนวน 6 คน ซึ่งมีปัญหา
เกี่ยวกับการหลีกเลี่ยงหน้าที่ พบว่ามีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากเกี่ยวกับการยอมรับใน
ปัญหาและการปรับตัว

คอฟฟีลด์ (Caulfield. 1970 : 1813 - 1814) ได้ศึกษาผลของ
การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นปีที่ 5 ที่มีสถานภาพทาง
สังคมต่ำ โดยใช้ข้อทดลองทางสังคมมิติ และแบบทดสอบบุคลิกภาพแคลิฟอร์เนียทั้งก่อน
และหลังให้คำปรึกษา ผลปรากฏว่ากลุ่มทดลองมีการปรับตัวดีขึ้น และมีคะแนนสถานภาพ
ทางสังคมมิติสูงขึ้นแต่ไม่แตกต่างไปจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ

โอลเซน (Ohlsen. 1973 : 1B - 6B) ได้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
นักเรียนระดับ 9 โดยแบ่งนักเรียนเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม
2 กลุ่ม ในกลุ่มทดลองสมาชิกได้พบกัน 2 ครั้งต่อสัปดาห์ติดต่อกันเป็นเวลา 8 สัปดาห์
ผู้ทดลองเป็นผู้ให้คำปรึกษาทั้งสองกลุ่ม ผลการทดลองพบว่า มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมี
นัยสำคัญสำหรับผู้ที่ได้รับคำปรึกษา คือมีการยอมรับตนเองและยอมรับผู้อื่นมากขึ้น

พฤติกรรมที่บ้านและที่โรงเรียนได้รับการปรับปรุงมากขึ้น และผลของการเปลี่ยนแปลง
อยู่นานกว่า 18 เดือนหลังจากให้คำปรึกษา

เวอนอท (Vernot. 1975 : 3420A) ทำการศึกษาผลของการให้
คำปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้โปรแกรมเกี่ยวกับมนุษยสัมพันธ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชาย
ในเกรด เอ จากโรงเรียนแถบชานเมืองจำนวน 52 คน ใช้เครื่องมือ 2 ชนิดคือ
แบบสอบถามที่สร้างขึ้นเองเพื่อประเมินถึงประสิทธิภาพของการให้คำปรึกษา และแบบสอบถาม
วัดการปรับตัวทางสังคมของบริสตัน (Bristol Social Adjustment guide) เพื่อ
วัดระดับความประพฤติในโรงเรียนและอัตราการมาโรงเรียน และการประเมินผลของครู
ต่อพฤติกรรมของเด็ก โปรแกรมการให้คำปรึกษาได้รวบรวมกิจกรรมต่าง ๆ ที่เสริมสร้าง
ทักษะในการสื่อสาร การแก้ปัญหา การลดความขัดแย้ง และการตัดสินใจ ผลการทดลอง
พบว่า ทั้ง 3 กลุ่มยังคงมีความประพฤติไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่อย่างไร
ก็ตาม ในกลุ่มทดลองพบว่า มีพัฒนาการทางด้านความประพฤติมากกว่ากลุ่มควบคุม

รัทเลจ (Rutledge. 1975 : 1315A) ศึกษาถึงผลการให้คำปรึกษา
แบบกลุ่มในระยะสั้น ในด้านการรับรู้ สัมพันธภาพทางสังคม กับนักเรียนที่เพื่อนชิงชิง
และหยอกถึง โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนในระดับ 4 และ 5 จำนวน 40 คน ที่ได้รับ
คะแนนต่ำและสูงจากแบบสำรวจบรรยากาศในห้องเรียนของ บาร์คลีย์ แล้วแบ่ง
กลุ่มตัวอย่างเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 จะได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและได้รับการ
แจ้งผล กลุ่มที่ 2 จะได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม แต่ไม่ได้รับการแจ้งผล กลุ่มที่ 3
ได้รับการแจ้งผล แต่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษา กลุ่มที่ 4 ไม่ได้รับทั้งการให้คำปรึกษา
และการแจ้งผลเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี

1. แบบสำรวจบรรยากาศในห้องเรียนของ บาร์คลีย์ (Barclay
Classroom Climate Inventory) ซึ่งครูใช้ในการประเมินถึงบุคลิกภาพและ
การปรับตัวของเด็ก

2. เครื่องมือที่ให้เด็กประเมินการรับรู้เกี่ยวกับตน และการปะทะ
สัมพันธ์ภายในกลุ่ม ตลอดจนการเรียนรู้จากประสบการณ์ (Personalized
Affective Learning Segments)

3. เครื่องมือที่ใช้เก็บประเมินทัศนคติของเพียร์ และแอริส

(Pless Harris Children's Self Concept Scale)

ผลการทดลองพบว่า มีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติระหว่าง
กลุ่มทั้ง 4 กลุ่ม

แลกเซอร์ และคนอื่น ๆ (Laxer and Others. 1967 : 454 - 457.

ได้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแก่นักเรียนชายระดับ 9 อายุระหว่าง 13 - 16 ปี ของ
โรงเรียน 3 โรงเรียนคัดเลือกมาโรงเรียนละ 20 คน เฉพาะนักเรียนที่ชอบฝ่าฝืน
ระเบียบของโรงเรียนอย่างร้ายแรง นักจิตวิทยาการศึกษาเป็นผู้เคยร่วมอยู่ในงาน
ด้านแนะแนวของโรงเรียนอย่างน้อย 3 ปี มีประสบการณ์ในการสอนอย่างน้อยคนละ
7 - 19 ปี นักจิตวิทยาการศึกษาจะได้รับการฝึก 4 ครั้ง ซึ่งจะได้รับภาระ
ให้ใช้เทคนิคที่เขาคุ้นเคย โดยพยายามจัดแปลงให้เข้ากับสถานการณ์ในการให้คำปรึกษา
แบบกลุ่มในระยะแรก นักจิตวิทยาการศึกษาจะพยายามให้นักเรียนได้พูดถึงปัญหาต่าง ๆ
ที่ตนอยากจะนำมาพูด เพื่ออภิปรายกัน ซึ่งอยู่ในลักษณะของการให้คำปรึกษาแบบผู้มารับ
บริการเป็นศูนย์กลาง ให้การปรึกษาอาทิตย์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 40 นาที รวมแล้ว
แต่ละกลุ่มจะได้รับการปรึกษาอย่างน้อย 600 นาที ผลการทดลองพบว่า คะแนนเฉลี่ย
ของการเปลี่ยนแปลงของแต่ละตัวแปรได้นำมาคำนวณและวิเคราะห์หาค่าความแปรปรวน
เพื่อใช้ในการทดสอบความมีนัยสำคัญซึ่งมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกันเลย อัตราการลดลง
ของความเครียดทางอารมณ์ของผู้รับบริการเลือกจะมีนัยสำคัญ ($P > 10$) และ
การเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อการให้คำปรึกษาของผู้รับบริการในตามจบเกือบจะมี
นัยสำคัญ ($P > 10$)

เดอราตส์ (Deerats. 1975 : 2625A) ได้ศึกษาถึงผลของการ
ใช้ตัวแบบในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ต่อการพัฒนาการทางการเรียน การปรับตัว
และมโนภาพของเด็กวัยรุ่น ที่อยู่ในสถาบันเลี้ยงเด็ก กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนวัยรุ่น
อายุระหว่าง 11 - 14 ปี จากสถาบันเลี้ยงเด็ก จำนวน 58 คน แบ่งเป็น 3 กลุ่ม

กลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มทดลองที่ 1 แบ่งเป็น 3 กลุ่ม จะได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแบบพัฒนาการผู้ให้คำปรึกษาจะสร้างบรรยากาศแห่งการยอมรับนับถือซึ่งกันและกัน ให้สัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน สร้างบรรยากาศของการตั้งใจฟัง สมาชิกจะได้รับการกระตุ้นให้อภิปรายในหัวข้อที่ตนสนใจ กลุ่มที่ 2 แบ่งเป็นกลุ่มย่อย 3 กลุ่ม จะได้รับการปรึกษาแบบวัฏแบบ มุ่งความสนใจที่การศึกษาเฉพาะราย และทักษะสัมพันธ์ทางสังคม ที่สมาชิกเสนอแนะขึ้นมาขณะนั้น หลังจากนั้น จะมีการอภิปรายถึงการใช้บทบาทสมมติเป็นตัวแทนออคเทปให้นักเรียนฟัง (Audiotape Role Play Model) กลุ่มทดลองจะมีการพบปะกัน สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เป็นเวลาติดต่อกัน 5 เดือน การวัดผล ความสัมฤทธิ์ทางการเรียนใช้เกรดเฉลี่ย (GPA)

1. การปรับตัวใช้แบบมาตราส่วนประมาณค่าการปรับตัวให้เข้ากับโรงเรียน (School Adjustment Rating)
2. มาตราส่วนประมาณค่าของพฤติกรรม (Behavior Rating)
3. แบบทดสอบวัดบุคลิกภาพของแคลิฟอร์เนีย (California Test of Personality)
4. แบบสำรวจวัดความภูมิใจในตนเองและมโนภาพแห่งตน ของ คูเปอร์สมิท (Coopersmith Self Esteem Inventory Measure Self Concept)

เครื่องมือทุกประเภทจะใช้วัดก่อนและหลังการทดลอง พบว่า ในความแตกต่างอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ผู้วิจัยได้เสนอแนะว่า ควรจะยึดเวลาเป็นตลอดปีการศึกษา มีการฝึกทักษะบางประการแก่ผู้ให้คำปรึกษา การคัดเลือกนักเรียนเข้ากลุ่ม การให้การรายงานผลเกี่ยวกับตนเอง และจำกัดตัวแปรให้คง

บาร์นส์ (Barnes. 1977 : 5920 A) ได้ทำการวิจัยถึงผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน ชาวเม็กซิกันและชาวอเมริกันชั้นประถมศึกษา จำนวน 58 คน โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 29 คน ใช้ระยะเวลาในการทดลอง 9 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง

ครั้งละ 30 นาที ผลปรากฏว่า กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีผลการเรียนดีขึ้นกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ซึ่งได้ผลตรงกับโวล ซึ่งใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยม ซึ่งเรียนอ่อน จำนวน 6 คน ทั้ง 6 คนนี้มีสิ่งแวกล้อมทางบ้านไม่ติดมาจากครอบครัวที่ไม่มั่นคง และทัศนคติที่ไม่ดีต่อครู กลุ่มตัวอย่างมาพบผู้ให้คำปรึกษา สัปดาห์ละ 45 นาที รวม 48 สัปดาห์ ผลปรากฏว่า ผลการเรียนของนักเรียนกลุ่มนี้ดีขึ้น แสดงว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มช่วยให้ผลการเรียนดีขึ้น (Wool. 1964 : 661 - 663)

สำหรับในประเทศไทยนั้นได้มีผู้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการใช้กลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อพัฒนาและแก้ปัญหาต่าง ๆ ไว้มาก เช่น

๔. ณรงค์ อ่อนาม (ณรงค์ อ่อนาม 2522 : 51 - 57) ทำการวิจัยการวาดภาพเป็นกลุ่มต่อการเปลี่ยนแปลงทัศนคติของนักเรียนวัยรุ่นที่เข้ากับเพื่อนไม่ได้ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน ม.ศ.1 ปีการศึกษา 2521 โรงเรียนบางกะปิ จำนวน 20 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มละ 10 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา คือ แบบทดสอบสังคมมิติ แบบวัดทัศนภาพแห่งตน แบบสำรวจเพื่อประมาณค่าการปรับตัวทางสังคม วิธีการดำเนินการ ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทั้ง 20 คน ที่คัดมาจากรูปแบบทดสอบสังคมมิติ คอบแบบวัดทัศนคติ และแบบสำรวจ เพื่อประมาณค่าการปรับตัวทางสังคม หลังจากนั้นกลุ่มตัวอย่างในแต่ละกลุ่มทดลองจะได้รับการเข้ากลุ่มการวิจารณ์วาดภาพเป็นกลุ่ม จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละประมาณ 50 นาที เข้ากลุ่มสัปดาห์ละ 2 ครั้งเป็นเวลา 6 สัปดาห์ เมื่อเสร็จสิ้นจำนวนครั้งของการทดลองที่ผู้วิจัยกำหนดไว้ ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่าง 20 คน คอบแบบวัดทัศนคติ และแบบสำรวจการประมาณค่าตัวเองทางสังคม ผลการวิจัยพบว่า ทัศนคติและการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนในกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม ในครั้งทดสอบก่อนและครั้งทดสอบหลังการวิจารณ์ภาพวาดเป็นกลุ่มไม่แตกต่างกัน

ในปี 2522 วราภรณ์ ลิ้มสุวัฒน์ (วราภรณ์ ลิ้มสุวัฒน์ 2522 : 54 - 57) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนที่เพื่อน

จึงยัง ต้องได้รับการฝึกความรู้สึกก่อนเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกความรู้สึก
กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
จำนวน 48 คน แบ่งเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 2 กลุ่ม
กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการฝึกการรับรู้ความรู้สึกก่อนแล้วให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม กลุ่มทดลอง
ที่ 2 ได้รับคำปรึกษาแบบกลุ่มอย่างเดียว ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้มีกิจกรรมใด ๆ ใน
กลุ่มทดลองสมาชิกได้พบกันสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ติดต่อกัน 5 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า

1. นักเรียนที่ได้รับคำปรึกษาแบบกลุ่มและนักเรียนที่ไม่ได้รับคำปรึกษา
แบบกลุ่มมีการปรับตัวทางสังคมไม่แตกต่างกัน

2. นักเรียนที่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มที่มีการฝึกการรับรู้ความรู้สึกก่อน
และนักเรียนที่ได้รับคำปรึกษาแบบกลุ่มที่ไม่ได้มีการฝึกมีการปรับตัวทางสังคมไม่แตกต่างกัน

ส่วนในด้านทัศนคติที่มีต่อการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้น พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่
มีทัศนคติในทางบวกต่อการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

เพียว พูลเจริญ ได้ทดลองให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและแบบรายบุคคล เพื่อ
ช่วยเหลือนักศึกษาพยาบาลที่มีปัญหาการปรับตัวในภาคปฏิบัติ โรงพยาบาลรามารักษ์
จำนวน 16 คน ผลการทดลองพบว่า นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับคำปรึกษาแบบกลุ่มหรือ
แบบรายบุคคล มีการปรับตัวในภาคปฏิบัติดีกว่าก่อนได้รับคำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
ที่ระดับ .01 (เพียว พูลเจริญ 2524 : 49)

เพชรสุดา เพชรใส (เพชรสุดา เพชรใส 2525 : 46) ได้ทดลอง
การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในการปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4
ของโรงเรียนพิบูลวิทยาลัย จังหวัดลพบุรี ปีการศึกษา 2524 จำนวน 16 คน
ผลการศึกษาพบว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนให้
น้อยลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

การณิ วงษ์อ่อนนอย (การณิ วงษ์อ่อนนอย 2525 : 43) ได้ศึกษาการให้
คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 (ม.1)
ของโรงเรียนสายนำผึ้ง จำนวน 16 คน โดยเปรียบเทียบการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับ
กลุ่มทดลองและการให้เอกสารสนเทศแก่กลุ่มทดลอง ผลการศึกษาพบว่า

1. นักเรียนที่ได้รับคำปรึกษาแบบกลุ่ม มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงกว่าก่อนได้รับคำปรึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นักเรียนที่ได้รับเอกสารสนเทศ มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงกว่าก่อนได้รับเอกสารสนเทศ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. นักเรียนที่ได้รับคำปรึกษาแบบกลุ่ม มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงกว่านักเรียนที่ได้รับเอกสารสนเทศ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมดจะเห็นได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้นมีประสิทธิภาพช่วยในการพัฒนาบุคคลด้านต่าง ๆ ได้ดี ผู้วิจัยจึงเห็นว่า ควรจะไต่ถามผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นของนักเรียน เพื่อเป็นแนวทางในการช่วยเหลือนักเรียนต่อไป

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับภาพและการวาดภาพ

การวาดภาพ (Drawing) มีบทบาทในงานทางด้านจิตวิทยาในฐานะที่เป็นวิธีการชนิดหนึ่งเพื่อค้นหาคุณลักษณะทางจิตวิทยาอย่างใดอย่างหนึ่งของคนที่ไม่อาจวัดได้ด้วยเครื่องมือทางจิตวิทยานิคอื่นได้ เป็นวิธีการหนึ่งในจำนวนหลายวิธีการ ที่มีจุดมุ่งหมายถึงกล่าวรวมกันเรียกว่า วิธีสังเกตความในใจ (Projective Technipue) (A.I Rabin. 1968 : 8) มาในระยะหลังได้นักจิตวิทยาจิตแพทย์ ได้มองเห็นความสำคัญของการวาดภาพได้นำเอาวิธีนี้ไปใช้เป็นเครื่องมืออย่างหนึ่งในการรักษาคนไข้ หรือผู้ป่วยทางจิตด้วย เช่น การทำจิตบำบัด ด้วยวิธีที่เรียกว่า จิตบำบัดโดยใช้ศิลปะ และวิธีบำบัดรักษาอย่างหนึ่งในการทำกลุ่มบำบัด โดยผสมผสานกับการวิจารณ์เป็นกลุ่ม เป็นวิธีการที่เรียกว่า การระบายความในใจ (สมโภชน์ สุวธินา และคณะ 2521 : 44) มาถึงปัจจุบันหลังการวาดภาพประสบความสำเร็จในแง่การบำบัดรักษาแล้ว นักจิตวิทยา นักจิตบำบัด ได้นำเอาวิธีการวาดภาพมาใช้ในวงการศึกษา แต่ไม่ใช่ด้วยจุดมุ่งหมายดังที่ได้อธิบายในตอนแรก แต่ด้วยจุดมุ่งหมายในเชิงเสริมสร้างพัฒนาการให้กับนักเรียน เช่น ความคิดของนักจิตบำบัด

ชื่อ โรเบิร์ต ออธท์ (Robert Ault. 1974 : 16) นักจิตวิทยา เคย์ แกรชนิก (Cay Drachnik. 1976) และของเจมส์ เอ็ม เดนนี่ (James M. Denny. 1969 : 116 - 129) ซึ่งได้เสนอวิธีการนำเอาการวาดภาพไปใช้ในกลุ่มหมอบเชิงเสริมสร้างพัฒนาการ โดยผ่านกระบวนการให้คำปรึกษาหารือ เรียกว่า การให้คำปรึกษาหารือโดยใช้ศิลปะ (Art Counseling)

3.1 การวาดภาพกับกลวิธีระบายความในใจ (Projective Technique)

ในวงการจิตวิทยายอมรับว่า กลวิธีล้วงความในใจเป็นวิธีหนึ่งในการรวบรวมข้อมูลของบุคคลในปี 1938 เมอเรย์ (Murray) ได้เขียนไว้ในหนังสือของเขาชื่อ Exploration in Personality อธิบายกลวิธีนี้ว่าเป็นการค้นหาแนวโน้มของคนปกติที่ถูกบีบคั้นซ่อนไว้หรือถูกเก็บกดไว้ โดยการกระตุ้นด้วยกระบวนการต่าง ๆ ให้เขาแสดงความรู้สึก (Expression) ออกมาด้วย คำพูดหรือกริยาอาการ (A.I. Rabin. 1968 : 8) ซึ่งคำจำกัดความดังกล่าวแสดงให้เห็นว่ากลวิธีล้วงความในใจเป็นกลวิธีที่ใช้เพื่อค้นหาคุณลักษณะทางจิตวิทยาบางสิ่งบางอย่างของคน ซึ่งไม่อาจจะวัดได้ตรง ๆ ในปัจจุบัน กลวิธีล้วงความในใจไม่เพียงแต่มีจุดมุ่งหมายเพื่อที่จะศึกษา ค้นหาประเมินหรือวินิจฉัย บุคลิกภาพของคนแต่ได้ขยายจุดมุ่งหมายไปสู่การจิตบำบัด ซึ่งเป็นการบำบัดรักษา และยังมีจุดมุ่งหมายในเรื่อง การปรับพฤติกรรมอีกด้วย (A.I. Rabin. 1968 : 15)

3.2 การวาดภาพกับความรู้สึกนึกคิด

ในการวาดภาพผู้วาดภาพมักแสดงถึงความรู้สึกนึกคิดภายในออกมาเป็นภาพที่วาดด้วยเสมอ ดังที่ โดแนลด์ พี. ออกดอน (Donald P. Ogdon. 1976 : 102) กล่าวว่าโดยปกติในการวาดรูปภาพ นอกจากผู้วาดจะสะท้อนให้เห็นถึงความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง ของเขาออกมาในรูปลักษณ์แล้ว ยังสะท้อนให้เห็นถึงทัศนคติและอารมณ์ของเขอีกด้วย อลิซาเบท เอ็ม คอปพิทซ์ (Elizabeth M. Koppitz. 1963 : 123) ได้อ้างถึงการค้นพบของ เบิร์ด (Burd. 1956) อีเบอร์ (Ebur. 1958) ซิมป์สัน (Simpson. 1958) และของ คลอสสัน

(Clawson, 1959) ว่าเป็นผู้ที่มีปัญหาทางอารมณ์หรือปรับตัวไม่ได้จะหาแบบทดสอบแบบเคอร์ แรกต่างกับผู้ที่ไม่เป็นปัญหาทางอารมณ์อย่างเห็นได้ชัด กลับพิท เองพบว่า การให้นักเรียนทำแบบทดสอบของแบบเคอร์สามารถแยกนักเรียนที่มีปัญหาทางอารมณ์กับนักเรียนที่ไม่เป็นปัญหาทางอารมณ์ออกจากกันได้ และเนื่องจากความสับสนอย่างใกล้ชิดระหว่างการวาดภาพกับความรู้สึกนึกคิดนี้เอง การวาดภาพจึงเข้าไปมีบทบาทในการบำบัดรักษากันใช้ หรือผู้ป่วยทางจิต ในวิธีการรักษาที่เรียกว่า จิตบำบัดด้วยการใช้ศิลปะ

3.3 การวาดภาพกับกลุ่มบำบัด

การวาดภาพนอกจากจะเข้าไปมีบทบาทโดยตรงในการบำบัดรักษาในแง่จิตบำบัดรายบุคคล ในวิธีการที่เรียกว่า จิตบำบัดโดยใช้ศิลปะ แล้วยังได้เข้าไปมีบทบาทในการบำบัดรักษาในแง่จิตบำบัดเป็นกลุ่ม โดยใช้กลุ่มบำบัดอีกด้วย ซึ่งกลุ่มบำบัดนั้นหมายถึง กลุ่มชนที่รวมประชุมกัน โดยมีวัตถุประสงค์ในการรักษา (ยูพา วิสุทธิโกศล 2519 : 1) การบำบัดรักษานี้ มีจุดมุ่งหมายคือ เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยได้สามารถเรียนรู้และพยายามปรับตัวเองให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม เพื่อฝึกฝนให้เกิดความชำนาญในการติดต่อกับบุคคลอื่น กล้วยความเหมาะสมและความเป็นจริง เพื่อเตรียมตัวที่จะกลับสู่สังคมในสภาพที่พร้อม จะเผชิญกับปัญหา รวมทั้งความสามารถที่จะรับผิดชอบตนเอง (สมโภชน์ สุววัฒนา และคณะ 2521 : 446)

ที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ เป็นการชี้ให้เห็นบทบาทของการวาดภาพในแง่ที่เป็นวิธีการในกระบวนการสร้างความเข้าใจในแง่ของการนำมาใช้บำบัดรักษา การทำจิตบำบัดโดยใช้ศิลปะ และกลุ่มบำบัด เกย์ แกรซนิค (Gay Drachnik, 1961 : 16 - 19) ได้อ้างถึง โรเบิร์ต ออลท์ (Robert Ault, 1974) ซึ่งกล่าวถึงบทบาทของศิลปะ ซึ่งรวมทั้ง การวาดภาพด้วยว่า นอกจากจะถูกใช้ในเชิงบำบัดรักษาแล้ว ยังถูกใช้ให้เกิดความเจริญงอกงาม การศึกษาและการรู้ตัว ส่วนบุคคล แกรซนิค เองได้เขียนบทความกล่าวถึง ความจำเป็นที่ครูควรนำหลักการใช้จิตบำบัดโดยใช้ศิลปะมาใช้ในการศึกษานำมาใช้กับเด็กนักเรียน โดยมาวิธีทางศิลปะ ทั้งในปัจจุบันและอนาคต เพื่อช่วยให้เกิดความเจริญงอกงามในตัวเด็กขึ้นอีกทางหนึ่ง

นอกจากนี้ อัมพร ปราบกริ (อัมพร ปราบกริ 2520 : 37 - 42) ได้สรุปและรายงานผลการใช้กลุ่มภาพสะท้อนกับคนไข้โรงพยาบาลสมเด็จพระยาว่า กลุ่มภาพสะท้อน (Projective group) คือ กลุ่มภาพวาดที่สะท้อนออกมาจากความรู้สึกนึกคิดของวาด ซึ่งผลที่ได้จากการวาดภาพคือ

1. คนไข้ได้มีโอกาสแสดงรู้สึกนึกคิดออกด้วยการวาด
2. ผลผลิตที่ได้เป็นสิ่งภูมิใจสำหรับคนไข้
3. นอกจากการวาดภาพแล้ว คนไข้ได้บรรยายและวิจารณ์ ตลอดจนเสนอความคิดเห็น ทำให้คนไข้ได้แสดงความคิดเห็นของตนในเรื่องต่าง ๆ ออกมา
4. ช่วยให้คนไข้รู้จักตัวเองดีขึ้น เกิด insight รู้ตัวว่าตนมีพฤติกรรม การปรับปรุงตนเองต่อไป จากภาพและการวิจารณ์ในกลุ่ม
5. การที่นำภาพผลงานของคนไข้เข้าประชุมปรึกษา โดยคนไข้เอง ทำให้คนไข้รู้สึกมีส่วนร่วมสำคัญในกลุ่ม
6. ทำให้คนไข้ได้ย้อนคิดถึงความเป็นจริงในสังคมที่เขาประสบการณ มาจากภาพที่เขาวาด
7. เกิดความสัมพันธ์กันภายในมี interaction ระหว่างกัน การวิจารณ์ภาพในกลุ่ม ทำให้ทราบแนวความคิดของคนไข้แต่ละราย
8. สัมพันธภาพระหว่างคนไข้กับเจ้าหน้าที่ดีขึ้น
9. ทำให้ได้ข้อมูลและรู้จักคนไข้มากขึ้น

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (ชัยยงค์ พรหมวงศ์ 2520 : 124) กล่าวถึง กิจกรรมศิลปะที่สอนผู้เรียนดังนี้

1. เป็นการเปิดโอกาสให้เด็กแสดงออกถึงความรู้สึกของตนให้เป็นที่มองเห็นได้ไม่ว่าจะเป็นการกระทำ สิ่งที่เห็น รู้สึก หรือกล่าวถึง
2. เปิดโอกาสให้เด็กทดลอง และสำรวจสิ่งใหม่
3. เสริมสร้างความสามารถของเด็กในด้านจินตนาการ การสังเกต การฝึกความไว ทางความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น

4. ฝึกความรับผิดชอบ การตัดสินใจ และความมุ่งมั่นที่จะแสวงหาความสำเร็จให้ตนเอง

5. ช่วยในค่านิจบำบัด ฝึกให้เด็กมีความรู้สึกในอารมณ์ และความอบอุ่นใจ โดยเฉพาะเด็กที่พูดไม่เก่ง ความรู้สึกต่าง ๆ เช่น ความรู้สึกรุนแรงอาจแสดงออกมาได้ทางงานศิลปะ

6. ช่วยให้เกิดการพัฒนาการทางสังคม แสวงหากลุ่มที่มีความสนใจร่วมกัน รู้จักแบ่งปัน เครื่องมือ และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน

7. ช่วยเสริมสร้างพัฒนาการ ทางสติปัญญาของเด็กโดยส่งเสริมให้เด็กคิดค้น ประดิษฐ์สิ่งใหม่ ๆ ขึ้น

8. ส่งเสริมความเจริญงอกงามทางร่างกายของเด็ก โดยเฉพาะอย่างยิ่งการใช้มือ และการแสดงออกต่าง ๆ

จากเอกสารดังกล่าวพอจะสรุปได้ว่า การวาดภาพนั้นเป็นประโยชน์ในการใช้บำบัดรักษาคอนไซโรจิต ซึ่งคนไข้จะได้ระบายความคิด ความรู้สึกของตนความขัดแย้งภายในจิตใจออกมาได้โดยการวาดภาพ ซึ่งเป็นประโยชน์อย่างยิ่งที่จะบำบัดรักษาต่อไปแล้วสำหรับคนปกตินั้นการวาดภาพยังได้ช่วยให้บุคคลได้พัฒนา ความรู้สึก ความคิด การกระทำ โดยแสดงออกมาทางการวาดภาพได้อีกด้วย ดังนั้น ผู้วิจัยจึงนำเทคนิคการวาดภาพเข้ามาใช้ในการให้คำปรึกษากับผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำ ซึ่งคิดว่าน่าจะใช้ได้ผลดี

สมมติฐานการวิจัย

นักเรียนที่ได้รับคำปรึกษาแบบกลุ่มมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับ

ขอเสนอ

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์ ปีการศึกษา 2525 จำนวน 20 คน ซึ่งมีขั้นตอนในการคัดเลือก ดังนี้

1. ให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 160 คน ตอบแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเอง เพื่อคัดเลือกนักเรียนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำ โดยถือว่านักเรียนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำคือ ผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา มีจำนวน 39 คน

2. สัมภาษณ์นักเรียนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำ เพื่อถามความสนใจในการเข้ารับคำปรึกษาแบบกลุ่ม ได้จำนวน 34 คน แล้วสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) มา 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 10 คน กลุ่มทดลอง 10 คน ด้วยการจับฉลากในแต่ละกลุ่มเป็นหญิง 5 คน และชาย 5 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า มีดังนี้

1. แบบทดสอบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง
2. แบบประเมินผลการให้คำปรึกษา

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้แก่ แบบทดสอบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง

แบบทดสอบความเชื่อมั่นในตนเอง

แบบทดสอบความเชื่อมั่นในตนเองนี้ ผู้วิจัยได้ใช้แบบทดสอบที่ปรับปรุงมาจาก
แบบทดสอบความเชื่อมั่นในตนเองของ ชูชีพ อ่อนโคกสูง (ชูชีพ อ่อนโคกสูง 2516 : 90)
ซึ่งสร้างขึ้นโดยยึดลักษณะที่แสดงถึงความเชื่อมั่นในตนเอง 6 ประการ คือ

1. ก้าวในการคิด การพูด การกระทำ
2. ใจค่อนคง ไม่เขินอาย ขี้เขินอาย
3. รอบคอบ ไร้แผนงาน
4. มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์
5. เป็นผู้นำ
6. ชอบช่วยเหลือผู้อื่น

จากเกณฑ์ดังกล่าว ผู้วิจัยได้ปรับปรุงแบบทดสอบขึ้นใหม่ให้เหมาะสมกับนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 40 ข้อ เป็นแบบทดสอบให้เลือกตอบ โดยให้ผู้ตอบเขียน
เครื่องหมายกากบาท (X) ทับตัวอักษรหน้าตัวเลือกที่เป็นจริงตามความรู้สึกของ
นักเรียน

ตัวอย่างแบบสอบถาม

๐) นักเรียนเคยคิดทำของเล่นด้วยตัวของนักเรียนเองบ้างหรือไม่

- ก. เคยบ่อย ๆ
- ข. บางครั้งก็เคย
- ค. ไม่เคยคิดเลย

๐๐) ขณะอยู่ในห้องเรียน นักเรียนปฏิบัติอย่างไร

- ก. ลามครทุกครั้งที่ไม่เข้าใจ
- ข. ไม่คอยกล่าวลามคร
- ค. ไม่กล่าวลามคร

(แบบทดสอบความเชื่อมั่นในตนเอง ดูกจากภาคผนวก หน้า ๕๐)

เกณฑ์การให้คะแนน

แบบสอบถามแต่ละข้อ ให้คะแนนเต็ม 2 คะแนนเท่ากัน คำตอบใน ก, ข และ ค ที่ตรงกับพฤติกรรมตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ให้ 2 คะแนน คำตอบที่ตรงกับพฤติกรรมตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้เพียงบางส่วนให้ 1 คะแนน ถ้าไม่ตรงกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้จะไม่ได้คะแนน

เกณฑ์ในการพิจารณาว่านักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงหรือต่ำ

1. ผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง คือ ผู้ที่ได้คะแนนอยู่ในเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 ขึ้นไป
2. ผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำ คือ ผู้ที่ได้คะแนนอยู่ในเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา

การตรวจคุณภาพเครื่องมือ

การหาค่าอำนาจจำแนก

ผู้วิจัย ได้นำแบบทดสอบ ไปทดสอบกับนักเรียนที่ระดับคะแนนคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง คือ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสหศึกษา ระดับประถมศึกษาของ กรุงเทพมหานคร ทั้งนี้ ผู้วิจัยจึงเลือกโรงเรียนประชาภิบาล ทำการทดสอบนักเรียน จำนวน 100 คน แล้วนำมาตรวจให้คะแนน ตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้เพื่อวิเคราะห์หาอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ รวมคะแนนแต่ละคนแล้วจัดเรียงลำดับคะแนนจากสูงไปต่ำ แล้วแยกนักเรียน จำนวน 25 เปอร์เซนต์ที่ได้คะแนนต่ำ มาหาค่าสถิติพื้นฐานในกลุ่มคะแนนสูงและกลุ่มคะแนนต่ำ แล้วนำค่าเฉลี่ยรายข้อของทั้ง 2 กลุ่ม มาทดสอบนัยสำคัญ เพื่อหาความแตกต่างโดยใช้สูตร $t - test$ (Horowitz, 1974 : 250) คัดเลือกข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกสูงตั้งแต่ 2.00 ขึ้นไป (วิเชียร เกตุสิงห์ 2524 : 168) ได้ทั้งหมดรวม 31 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 2.00 - 10.52 (รายละเอียดแสดงในภาคผนวก หน้า 91)

การหาความเชื่อมั่น

ผู้วิจัยนำแบบทดสอบที่หาค่าอำนาจจำแนกแล้ว มาคำนวณหาความเชื่อมั่นโดยวิธี Alpha Coefficient (Guilford. 1954 : 385) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ .79 แสดงว่าแบบสอบถามฉบับนี้มีความพอที่จะนำมาใช้ในการวิจัยได้

แบบประเมินผลการให้คำปรึกษา

ผู้วิจัยใช้แบบประเมินผลการให้คำปรึกษา ซึ่ง วราภรณ์ อิมสุวัฒน์ แปลและเรียบเรียงจากเอกสารอิตาลีใน Counselor Education Division Northern Illinois University 1975 และได้ทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2521

แบบประเมินผลการให้คำปรึกษา มี 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ให้นักเรียนประมาณลักษณะของผู้ให้คำปรึกษา

ตัวอย่าง

ความเอาใจใส่	_____	ความไม่เอาใจใส่
เคร่งขรึม	_____	ร่าเริง

ตอนที่ 2 ผลจากการเข้ารับการให้คำปรึกษา ข้าพเจ้าได้รายละเอียดหรือเกิดความเข้าใจเกี่ยวกับตัวของข้าพเจ้าเอง ในแง่ต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

ตัวอย่าง

ไม่ได้รับเลย	_____	ได้รับมาก
--------------	-------	-----------

วิธีดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยจัดให้มีการร่วมปรึกษากันสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 45 นาทีติดต่อกัน 7 สัปดาห์ รวมเป็น 14 ครั้ง โดยใช้เวลาหลังเลิกเรียนเป็นช่วงการทดลอง

1. ผู้นำกำหนดแนวทางอภิปราย (Leader Structure) ระยะเวลาผู้นำให้คำปรึกษา
ในฐานะผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดหัวข้อการอภิปรายซึ่งได้กำหนดไว้ 4 ครั้ง ดังนี้คือ

ครั้งที่ 1 ผู้นำได้ชี้แจงจุดมุ่งหมายของกลุ่ม (Orientation) กฎระเบียบ
ทั่วไปของกลุ่มบอกบทบาทสิทธิหน้าที่ของสมาชิกและผู้นำในกลุ่ม รายละเอียดเกี่ยวกับสถานที่
ช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้งที่จะอภิปรายหลังจากนั้นให้สมาชิกแนะนำตัว เปิดให้
การซักถามเพื่อให้เข้าใจในขบวนการจนหายข้องใจ

ครั้งที่ 2 ให้สมาชิกได้เกิดความคุ้นเคยกันโดยให้สมาชิกจับคู่กันเป็น 4 คู่
แล้วให้แต่ละคู่ซักถามรายละเอียดต่าง ๆ ที่ตนอยากรู้เกี่ยวกับคู่ของตนเอง เมื่อ
ซักถามกันเรียบร้อยแล้วให้สมาชิกทุกคนซักถามแนะนำคู่ของตนเองให้กลุ่มรู้จักจนครบทุกคน

ครั้งที่ 3 ผู้นำเตรียมอุปกรณ์การวาดภาพ คือ

1. กินสอสี 2 ก้อน

2. กระดาษวาดเขียน ขนาด 8×10 นิ้ว จำนวน 8 แผ่น แล้วให้
สมาชิกทุกคนวาดรูปโดยจะวาดรูปอะไรก็ได้ คนละ 1 แผ่น เมื่อวาดเสร็จให้สมาชิกทุกคน
แลกเปลี่ยนรูปภาพกันดู ให้สมาชิกแต่ละคนเขียนสิ่งที่ตนชอบ และประทับใจในภาพของเพื่อน
โดยบอกเฉพาะด้านที่ดี และเป็นทางบวกเท่านั้น เมื่อเขียนเสร็จส่งให้เจ้าของภาพอ่าน
พร้อมกับให้การบ้านเพื่อให้สมาชิกทุกคนคิด เชื่อว่าที่เพื่อนเขียนมานั้นตนเองชอบอันไหนมากที่สุด

ครั้งที่ 4 เมื่อสมาชิกพบกันครั้งนี้ ให้พูดถึงสิ่งที่เป็นการบ้านคราวที่แล้วว่าตน
ชอบที่เพื่อนเขียนอันไหนมากที่สุด มาอ่านให้เพื่อนฟังพร้อมทั้งบอกเหตุผลว่าชอบเพราะอะไร

นอกจากนี้ให้สมาชิกได้พูดถึงภาพที่ตนวาด และสิ่งที่ตนเองพอใจมากที่สุดจากภาพ
ที่ตนวาดโดยเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มซักถาม ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกได้ระบายความรู้สึก
ความคิด สำนวณตนเอง และเปิดเผยตนเองให้กลุ่มทราบมากขึ้น

2. กลุ่มกำหนดแนวทางอภิปราย (Group Structure) ได้จัดในครั้งที่ 5 - 14
 ระยะนี้ให้สมาชิกแต่ละคนพูดถึงปัญหาของตนที่ประสบกับการขาดความเชื่อมั่นในตนเองว่าเป็น
 อย่างไร พร้อมทั้งสิ่งที่ตนอยากแก้ไขและอยากให้กลุ่มช่วยเหลือจนกำหนดเป้าหมายใน
 การแก้ปัญหาของตน

หลังจากนั้นสมาชิกในกลุ่มจะร่วมกันรับฟังปัญหาของแต่ละคนและร่วมกันอภิปราย
 ปัญหา เพื่อให้สมาชิกรู้จักและเข้าใจตนเองเกิดความกระจ่างในปัญหานั้น ๆ ว่าเป็ปัญหา
 ของตน สมาชิกจะร่วมกันหาแนวทางในการปฏิบัติเพื่อแก้ปัญหาและนำไปพัฒนาปรับปรุงตนเองต่อไป

สำหรับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มครั้งสุดท้ายก่อนยุติการให้คำปรึกษา ให้สมาชิก
 ร่วมกันอภิปรายถึงประโยชน์ที่ได้รับจากกลุ่มพร้อมทั้งกรอกแบบประเมินผลเกี่ยวกับผู้นำและสมาชิก

กลุ่มควบคุม

ผู้วิจัยดำเนินการโดยใช้วิธีการให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับวิธีปรับปรุงความเชื่อมั่นในตนเอง
 โดยจัดให้รู้จักมุ่งหมายเช่นเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม สัปดาห์ละ 2 ฉบับ เป็นเวลา
 7 สัปดาห์ รวมจำนวนทั้งหมด 14 ฉบับ สำหรับวิธีการนั้นแจกเอกสารให้กับสมาชิกทุกคน
 แล้วขอให้สมาชิกในกลุ่มอาสาสมัครอ่านเอกสารครั้งละ 1 ถึง 2 คน อ่านเอกสารให้สมาชิกฟัง
 สมาชิกคนอื่น ๆ อ่านเอกสารตามไปด้วย โดยใช้เวลาลงเลิกเรียน

ผู้นำได้นัดหมายให้สมาชิกทั้ง 2 กลุ่ม มาพร้อมกันอีกครั้งหนึ่งภายหลังจากที่กลุ่ม
 เสร็จสิ้นสุดลงแล้ว 1 สัปดาห์ เพื่อให้สมาชิกทำแบบทดสอบความเชื่อมั่นในตนเองอีกครั้งหนึ่ง
 เป็นการ Post - test

แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยการให้การทดลองแบบ Pre - test,
 Post - test Control Group Design ดังนี้

ตาราง 1 แบบแผนการทดลอง

กลุ่ม	สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
R E	T_{E1}	X	T_{E2}
R C	T_{C1}	-	T_{C2}

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

1.1 คะแนนเฉลี่ย (Mean) ใช้สูตร (Guildford. 1950 : 44)

ดังนี้

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

1.2 ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ใช้สูตร (Ferguson. 1966 : 67)

ดังนี้

$$S = \sqrt{\frac{N\sum X^2 - (\sum X)^2}{N(N-1)}}$$

2. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มทดลองแต่ละกลุ่มควบคู่กัน

ใช้สถิติ การวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance)

(Linguist. 1956 : 323)

$$F = \frac{MS'_{treat}}{MS'_{error}}$$

F แทน ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน F - distribution

SS_X แทน Sum of Squares ของคะแนน Pretest

SS_Y แทน Sum of Squares ของคะแนน Post-test

SP แทน Sum Squares Products

SS'_Y แทน Adjusted Sum of Square

MS'_Y แทน Adjusted Mean Square

3. หาค่าอำนาจจำแนกของแบบทดสอบเป็นรายข้อ ใช้สถิติ t - test

จากสูตร (ถวน สายยศ และอังคณา สายยศ 2522 : 217)

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(n_1-1)s_1^2 + (n_2-1)s_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left[\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right]}}$$

$$df = n_1 + n_2 - 2$$

t	แทน	ค่าอำนาจจำแนกของแบบทดสอบ
$\bar{X}_1$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มสูง
$\bar{X}_2$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มต่ำ
s_1^2	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนในกลุ่มสูง
s_2^2	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนในกลุ่มต่ำ
n_1	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่มสูง
n_2	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่มต่ำ

4. หาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง ใช้สูตร

Coefficient Alpha (Guilford. 1954 : 385)

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left[1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2} \right]$$

α	แทน	ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบทั้งฉบับ
k	แทน	จำนวนข้อของแบบทดสอบทั้งฉบับ
s_t^2	แทน	ค่าความแปรปรวนของแบบทดสอบทั้งฉบับ
s_i^2	แทน	ค่าความแปรปรวนเป็นรายข้อ

ผลการทดลอง และวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยขอเสนอการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1. คำนวณสถิติพื้นฐานของคะแนน จากแบบทดสอบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง ก่อนการทดลอง
2. คำนวณสถิติพื้นฐานของคะแนนจากแบบทดสอบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง หลังการทดลอง
3. การวิเคราะห์ความแปรปรวนรวมของคะแนนจากแบบทดสอบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตาราง 2 คำนวณสถิติพื้นฐานของแบบทดสอบวัดความเชื่อมั่นในตนเองก่อนการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	N	$\bar{X}$	s^2	s
กลุ่มทดลอง	10	30.4	6.277	2.505
กลุ่มควบคุม	10	31.9	2.322	1.524

จากตาราง 2 พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ได้คะแนนเฉลี่ยที่ได้จากแบบทดสอบเป็น 30.4 และ 31.9 ตามลำดับ ซึ่งไม่แตกต่างกันนัก แต่กลุ่มทดลองมีความเป็นเบี่ยงเบนมาตรฐานสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตาราง 3 ค่าสถิติพื้นฐานของคะแนนจากแบบทดสอบวัดความเชื่อมั่นในตนเองหลังการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	N	$\bar{X}$	s^2	s
กลุ่มทดลอง	10	41.3	11.659	3.414
กลุ่มควบคุม	10	36.0	4.556	2.134

จากตาราง 3 พบว่า หลังจากการทดลองให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแล้ว นักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีคะแนนเฉลี่ย 41.3 และ 36.0 ตามลำดับ ซึ่งแตกต่างกันมากขึ้น โดยกลุ่มทดลองมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุม เมื่อพิจารณาความเบี่ยงเบนมาตรฐาน พบว่า กลุ่มทดลอง มีแนวโน้มเพิ่มมากกว่ากลุ่มควบคุมเช่นกัน

ตาราง 4 การวิเคราะห์ความแปรปรวนรวมของคะแนน จากแบบทดสอบความเชื่อมั่นในตนเองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

Sources	SS_X	SP	SS_Y	SS'_Y	df	MS_Y	F
A	11.2511	373.5147	145.8213	563.9810	1	563.9810	14.8666 *
B	77.3131	878.6005	3536.4112	644.9161	17	37.9362	
Total	88.5642	1252.1152	3682.2325	1208.8971	18		

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จากตาราง 4 พบว่านักเรียนในกลุ่มทดลองมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($F_{.05} = 4.45$) แสดงว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนี้ช่วยให้ความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนสูงขึ้น

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อศึกษามูลค่าของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง
ของนักเรียน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของ
โรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์ สังกัดกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2525 จำนวน 20 คน
ซึ่งผู้วิจัยได้สุ่มมาจากนักเรียนที่ทำแบบทดสอบความเชื่อมั่นในตนเองที่ได้คะแนนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์
ที่ 25 ลงมาทั้งหมด และมีความสมัครใจในการเข้ารับคำปรึกษาแบบกลุ่ม แล้วนำมาสุ่มอย่างง่าย
แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ 10 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. แบบทดสอบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง
2. แบบประเมินผลการให้คำปรึกษา

วิธีดำเนินการทดลอง

1. นำแบบทดสอบวัดความเชื่อมั่นในตนเองไปทดสอบกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
ทั้งหมด 160 คน แล้วคัดเลือกคนที่ได้คะแนนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา เพื่อสัมภาษณ์

ผู้ที่มีความสมัครใจในการรับคำปรึกษาแบบกลุ่ม หลังจากนั้นสุ่มมา 20 คน แบ่งเป็น
กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน

2. ให้กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม 14 ครั้ง ครั้งละ 45 นาที
ติดต่อกัน 7 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุมให้เอกสารสนเทศเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง
จำนวน 14 ฉบับ

3. ให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบทดสอบความเชื่อมั่นในตนเอง และ
แบบประเมินผลการให้คำปรึกษา หลังจากการทดลองเสร็จสิ้นแล้ว 1 สัปดาห์

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะช่วยพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนให้สูงขึ้น
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ปรากฏว่านักเรียนกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่านักเรียนกลุ่มที่ได้รับการเอกสารสนเทศ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
ที่ .05 ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม จะช่วยพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง
ของนักเรียนให้สูงขึ้นได้ สอดคล้องกับผลการวิจัยของ เซอร์เลย์ (Sherley อ้างอิงมาจาก
สุสุณี ชินสว่าง 2516 : 18) ได้ศึกษาพบว่า เด็กที่ได้รับการรักความอบอุ่นจะทำให้
ความรู้สึกปลอดภัย ทำให้เด็กมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ
ผลการวิจัยของ โรเจอร์ส (Rogers. 1902 : 31) โอลเซน (Ohlsen. 1973 :
63) และแซมมูเลวิทซ์ (Sammulewicz. 1975 : 2645 A) ที่ศึกษาพบว่า ผลของ
การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ช่วยให้นักคิดยอมรับปัญหาของตน ยอมรับผู้อื่น ช่วยให้นักเรียน

ที่ปัญหาทางพฤติกรรม สามารถปรับพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ให้เหมาะสมและ
ให้ผลทางสร้างสรรค์ ให้ประสบการณ์ที่มีค่าและความหมายยิ่ง ซึ่งสอดคล้องกับความคิดเห็น
ของแคปแลน (Caplan, 1957 : 128) และวัชร ทรัพย์วิ (วัชร ทรัพย์วิ 2518 :
38) ที่ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะช่วยให้บุคคลได้รู้จักตนเอง สำรวจสถานการณ์ต่าง ๆ
ที่เกี่ยวข้องกับตนได้ เปิดการยอมรับตนเอง ค้นหาปัญหาและได้ความคิดที่จะแก้ปัญหา
ปรับปรุงทั้งทางทัศนคติ และพฤติกรรมของตนให้ดีขึ้น

จากผลการประเมินการให้คำปรึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลอง ปรากฏว่านักเรียน
เกิดความรู้สึกอบอุ่น และเข้าใจตนเองมากขึ้น โดยเฉพาะในเรื่อง "ความสามารถ"
"พฤติกรรม" "ความรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง" "ความสัมพันธ์และความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น"
ตลอดจน "ความเชื่อมั่นในตนเอง" มากขึ้น ฉะนั้นจึงสรุปได้ว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
ในครั้งนี้นอกจากจะช่วยพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองแล้ว ยังช่วยให้นักเรียนมีทักษะสามารถ
นำไปใช้แก้ไขพัฒนาตนเองในกรณีอื่น ๆ ต่อไป

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. การวิจัยครั้งนี้พอจะยืนยันได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถพัฒนา
ความเชื่อมั่นในตนเองได้ จึงควรส่งเสริมการให้คำปรึกษาเพื่อพัฒนาในด้านอื่น ๆ ด้วย
2. ควรจัดการจัดฝึกอบรมผู้ทำงานด้านแนะแนวให้มีความรู้เกี่ยวกับการให้คำปรึกษา
แบบกลุ่ม เพื่อนำไปใช้ในโรงเรียนให้มากขึ้น เพื่อช่วยให้นักเรียนสามารถพัฒนาและปรับปรุง
ตนเองในด้านต่าง ๆ ได้ดีขึ้น เช่น ด้านการเรียน และความประพฤติ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัย

1. ควรเพิ่มจำนวนครั้งการทดลองเป็นสัปดาห์ละ 3 ครั้ง
2. ควรเฝ้าติดตามผลเป็นระยะหลังการทดลอง เช่น 1 เดือน 3 เดือน 6 เดือน เป็นต้น
3. ควรใช้การทดลองใช้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับนักเรียนชั้นอื่น ๆ ที่ต่ำกว่าชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- คมเพชร ฉัตรสุณกุล การแนะแนวเบื้องต้น โรงพิมพ์แสงรุ่งการพิมพ์ 2521, 210 หน้า
- ชูชีพ อ่อนโคกสูง ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแสดงตัว ความวิตกกังวล ความเชื่อมั่นในตนเองกับคุณธรรมพลเมืองดี ปรินิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2516, 104 หน้า อักสำเนา
- ชูศรี หลักเพชร ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู กับความเชื่อมั่นในตนเอง และคุณธรรมแห่งพลเมืองดี ปรินิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2517, 101 หน้า อักสำเนา
- ชัยงค์ พรหมวงศ์ นวัตกรรมการและเทคโนโลยีทางการศึกษากับการสอนระดับอนุบาล ไทวัฒนาพานิช 2520, 181 หน้า
- ๓/ เกโซ สอนานนท์ จิตวิทยาทั่วไป โอเคียนสโตร์ 2510, 258 หน้า
- ๔/ ทองเวียน อมรัชกุล "การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม" กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียนพิเศษโลก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ 2520, 222 หน้า
- ประนต เล็กสาส์ก ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูเด็ก การพึ่งผู้อื่น พฤติกรรม ความความเป็นน้ำ และความรู้สึกรับผิดชอบ ปรินิพนธ์ กศ.ม. วิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร 2517, 117 หน้า อักสำเนา
- พเยาว์ พูลเจริญ เปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับรายบุคคลที่มีต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลโรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี ปรินิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2524, 98 หน้า
- บุพา วิสุทธิโกศล เอกสารอักษณารื่อง Therapeutic Community (โรงพยาบาลศรีธัญญา, 2519), หน้า 1
- ๕/ ภาควิชา พัฒนาสังคม จิตวิทยาแนะแนว คณะครุศาสตร์ วิทยาลัยครูจันทระเกษม 2522, 250 หน้า

ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ สถิติวิทยาทางการศึกษา วัฒนาพานิช 2522, 286 หน้า

ละม้ายมาศ ศรีหัตถ์ อิทธิพลของสังคมต่อการพัฒนาการเด็ก สถาบันระหว่างชาติสำหรับการค้นคว้าเรื่องเด็ก 2510, 184 หน้า

วชิรญา บัณฑิต "การแนะแนวในโรงเรียนประถมศึกษา," วารสารพระนคร 13 : 62
มิถุนายน - พฤษภาคม 2522

วรรณิ ภัทธรรม การศึกษาเปรียบเทียบความวิตกกังวล ความต้องการผลสัมฤทธิ์ และความรู้สึกผิดชอบ ของเด็กไทยเชื้อชาติไทย และเด็กไทยเชื้อชาติจีน ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. วิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร 2515, 70 หน้า อัดสำเนา

วรรณิ ลิ้มสุวัฒน์ ผลของการให้ค่าปรึกษาแบบกลุ่มต่อการปรับตัวด้านสังคมของกลุ่มนักเรียนที่ถูกเพื่อนชิงชัง ซึ่งได้รับการฝึกการรับรู้ความรู้สึกก่อน กับกลุ่มที่ไม่ได้รับ

การฝึก วิทยานิพนธ์ ค.ม. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2522, 105 หน้า อัดสำเนา

วัชร ทรัพย์มี "การให้ค่าปรึกษาเป็นกลุ่มในโรงเรียน" ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการให้ค่าปรึกษาในโรงเรียน ไทยวัฒนาพานิช 2522, 354 หน้า

วัชร ชูระคำ "การให้ค่าปรึกษาเป็นกลุ่ม" จิตวิทยาแนะแนวและให้ค่าปรึกษา หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมการฝึกหัดครู 2523, 113 หน้า

วันเพ็ญ อายุกาญ การศึกษาลักษณะและความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมที่แสดงออกถึงบุคลิกภาพเก็บตัวหรือแสดงตัว กับการยอมรับตนเอง และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ของนักเรียนวัยรุ่นในโรงเรียนรัฐบาลในจังหวัดขอนแก่น ปรินญาณพนธ์ กศ.ม.

วิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร 2512, 163 หน้า อัดสำเนา

วิญญู พูลศรี ผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นกลุ่มต่อสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน ความวิตกกังวลในการเรียน นิสัย และทัศนคติ ในการเรียนของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพการศึกษาระดับสูง วิทยาลัยครูเชียงใหม่ ปรินญาณพนธ์ ศศ.ม. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 2522, 73 หน้า อัดสำเนา

วิบูล ลิ้มสุวรรณ สอนลูกเขียนรูป โรงพิมพ์วิมลประชาชนจำกัด 2520

สมโภชน์ สุวัฒนา และคณะ "นิเวศบำบัด" ในแผนกจิตเวชผู้ใหญ่ในโรงพยาบาล
สมเด็จพระเจ้าพระยา" วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 23 (ธันวาคม
2521) : 440

สวัสดิ์ สุวรรณอักษร "การจัดบริการสำหรับนักเรียนในโรงเรียนประถมศึกษา" วารสาร
แนะแนว 7 : 26 เมษายน - พฤษภาคม 2516

สุรเกียรติ์ ลิ้มเจริญ ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อมั่นในตนเอง ความวิตกกังวล กับ
ระเบียบวินัยในชั้น ปริญญาโท กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
2523, 63 หน้า อักส่าเนา

อุดม สว่างศรีกุล ลักษณะความเป็นผู้นำ ความเกรงกลัว และเชื่อมั่นในตนเอง ของ
วัยรุ่นไทยภาคกลาง ปริญญาโท กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
2519, 72 หน้า อักส่าเนา

Arbuckle D.S. and A.V., Boys. "Client - Centered Therapy in Counseling
Students with Behavior Problems," Journal of Counseling Psychology.
8 : 136 November, 1961.

Breckenridge, Marian Edgar. Child Development. Philadelphia, W.B.
Saunders Company, 1955. 497 p.

Caplan, S.W. "The Effects of Group Counseling on Junior High School
Boys Concept of Themselves in School," Journal of Counseling
Psychology. 4 : 124 - 128, February, 1957.

*Child Study Association of America. Our Children Today. New York,
The Viking Press, 1952. 366 p.

Cohn, Benjamin. Guidelines for Future Research on Group Counseling in
the Public School Setting. Washington, D.C., American Personnel
and Guidance Association, 1967. 46 p.

Desrats, Richard George. "The Effects of Developmental and Modeling
Group Counseling on Adolescent in Child Camp Institution,"
Dissertation Abstracts International. 36(6) : 2628 A, November,
1975.

- Donnell, William Edward O. "The Relative Effectiveness of Transactional Analysis Group Counseling U.S. Gestalt Group Counseling Change in Male Junior High School Truants," Dissertation Abstracts International. 38(11) : 2754 A, May, 1978.
- ✓ Dreikurs, R. "Group Psychotherapy from the Point of View of Adlerian Psychology," International Journal of Psychotherapy. 7 : 363 - 375, 1957.
- ✓ Dugger, Jame A. "A Study of Measurable Personal Factors of Leaders and Non-Leaders Among University Woman," Dissertation Abstracts. 30 : 1817-A, 1969.
- Dyer, Wayne W., and John Vriend. Counseling Techniques That Work. Washington, D.C., A.P.G.A., 1975. 270 p.
- Gazda, G.M., J.A.Duncan and M.E. Measows. "Group Counseling and Group Procedures - Reported of a Survey," Counselor Education and Supervision. 6 : 305 - 310, 1967.
- Hedquist, Francis J. and Barry K. Weinhold. "Behavioral Group Counseling with Socially Anxious and Unassertive College Student," Journal of Counseling Psychology. 17 : 237 - 242, May, 1976.
- ✓ Hurlock, Elizabeth B. Development Psychology. New York, McGraw-Hill Book Company, 1964. 776 p.
- Lee, James L. and Charles J. Pulvino. Group Counseling : Therapy, Research and Practice. Washington, D.C., APGA, 1973. 367 p.
- ✓ Mahler, Clarence A. Group Counseling in Schools. New York, Houghton Mifflin, 1969. 234 p.
- Nikelly, Arthur G. Mental Health for Students. Illinois, Spring Field, 1966. 208 p.
- ✓ Ohlsen, Merle M. Group Counseling. New York, Holt Rinehart, 1970. 303 p.
- Samulewicz, Edward. "The Effects of Critical Thinking and Group Counseling Upon Behavior Problem Students," Dissertation Abstracts International. 36(5) : 2645 A, November, 1973.

- ✓ Smith, Henry C. Personality Adjustment. New York, McGraw Hill Inc., 1961. 616 p.
- ✓ Stiros, Kenneth Loyd. "Leadership Designation and Perciened Ability as Determinanty of Tactical Use of Modesty and Self Enhencement," Dissertation Abstracts. 30: 3551-A, 1970.
- ✓ Symonds Addington F. Teaching Yourself Personality Efficiency. London, The English University Press, 1964. 223 p.
- Woal, Theodore S. "A Project in Group Counseling in Junior High School," The Personnel and Guidance Journal. 43 : 661 - 663, May, 1964.

ภาคผนวก

คำชี้แจงการ ทำแบบทดสอบ

แบบทดสอบนี้ถามความรู้สึกของนักเรียนถึงสถานการณ์หรือเรื่องราวต่าง ๆ ซึ่งอาจจะเกิดขึ้นได้ในชีวิตประจำวันของนักเรียน ถ้านักเรียนประสบกับสถานการณ์หรือเรื่องราวต่าง ๆ เหล่านั้น นักเรียนจะรู้สึกอย่างไรในสถานการณ์นั้น ๆ

วิธีทำแบบทดสอบ

แบบทดสอบจะวัดคำถามเป็นข้อ ๆ แต่ละข้อให้คำตอบให้เลือกหลายคำตอบคือ ก ข และ ค ให้นักเรียนเลือกเอาเพียงข้อเดียวเท่านั้นที่ตรงกับความเป็นจริงที่นักเรียนเคยกระทำ อยู่เสมอ ๆ หรือที่นักเรียนคิดว่าจะกระทำจริง ๆ เมื่อนักเรียนประสบเหตุการณ์นั้น คำตอบ ของนักเรียนจะถูกต้อง หรือผิด เพราะคนเราแต่ละคนย่อมมีความรู้สึกที่แตกต่างกันไป เมื่อ เลือกได้ข้อใดก็นำไปเขียนลงในกระดาษคำตอบที่แจกให้ทางหาก

ตัวอย่าง ๐) เวลาชมภาพยนตร์ เรือถึงท่าเรือ นักเรียนเคยร้องไห้ตามนางเอก หรือไม่ ?

- ก. เคยร้องไห้ตาม
- ข. ถ้าโศกมาก ๆ จึงจะร้องไห้
- ค. ไม่เคย

ถ้านักเรียนเลือก ก คือ ร้องไห้ตาม ก็ขีดเครื่องหมาย X ลงไปข้อ ก ในกระดาษ คำตอบของนักเรียน ดังนี้

ก	ข	ค
X		

ถ้าต้องการเปลี่ยนคำตอบให้เขียน = กับข้อที่ไม่ต้องการ แล้วขีด X ลงในข้อใหม่ หน้าที่ต้องการ คำตอบของนักเรียนไม่ขึ้นผลกระทบกระเทือนถึงการสอบวิชาอื่น และจะไม่นำไปเปิดเผย ในที่ใด ๆ เป็นรายบุคคล จึงขอให้นักเรียนตอบอย่างสบายใจและตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

ขอขอบใจในความร่วมมือของนักเรียนเป็นอย่างยิ่ง

1. นักเรียนเคยคิดทำของเล่นด้วยตัว
ของนักเรียนเองบ้างหรือไม่ ?
ก. เคยบ่อย ๆ
ข. บางครั้งก็เคย
ค. ไม่เคยคิดเลย
2. ขณะทำงานนักเรียนรู้สึกอย่างไร ?
ก. รู้สึกเหนื่อยไม่อยากทำ
ข. บางครั้งก็เหนื่อย
ค. อยากทำต่อไปไม่รู้สึกเหนื่อย
3. ถ้านักเรียนกำลังเจียงนองอยู่แล้ว มีเพื่อน
มาชวนไปเที่ยวเล่น นักเรียนจะทำอย่างไร ?
ก. ไปเที่ยวกับเพื่อน
ข. บางทีอาจจะไป
ค. ไม่ไป
4. ขณะคุยกับเพื่อนหรือกับคนอื่น
นักเรียนมองหน้าเขาหรือไม่ ?
ก. ไม่ถ้ามอง
ข. ไม่อยากมอง
ค. มองด้วยสายตา
5. ถ้าเพื่อนเลือกให้เป็นหัวหน้าชั้น นักเรียน
จะเป็นได้หรือไม่ ?
ก. เป็นไม่ได้
ข. จะพยายามเป็นให้ได้
ค. เป็นได้อย่างดี
6. ถ้านักเรียนพบหมาบ้า นักเรียนจะทำอย่างไร ?
ก. ยืนเฉย ๆ
ข. ร้องให้คนช่วย
ค. วิ่งหนี
7. นักเรียนเคยช่วยเหลือคนอื่นทำงานบ้างหรือไม่ ?
ก. ช่วยทำบ่อย ๆ
ข. ไม่ค่อยได้ช่วย
ค. ไม่ช่วย
8. นักเรียนอยากกลับไปเป็นเด็กเล็ก ๆ อีก
หรือไม่ ?
ก. อยากเป็นเด็กอีก
ข. บางครั้งก็อยาก
ค. ไม่อยากเป็นเด็กอีก
9. เวลาปัญหาเกิดขึ้นกับนักเรียน นักเรียน
คิดแก้ปัญหานั้น ๆ ได้บ้างหรือไม่ ?
ก. เคยคิดได้บ่อย ๆ
ข. คิดได้เป็นบางครั้ง
ค. ไม่เคยคิดได้เลย
10. นักเรียนคิดว่าควรช่วยกันทำความสะอาด
บริเวณโรงเรียนหรือไม่ ?
ก. ควรให้การโรงทำ
ข. นาน ๆ จึงค่อยช่วยสักครั้ง
ค. ช่วยทำทุกครั้งที่มีโอกาส

11. นักเรียนชอบทำงานด้วยตนเอง หรือ ชอบให้คนอื่นทำให้ ?
- ชอบทำเอง
 - บางครั้งก็ให้คนอื่นทำให้
 - ชอบให้คนอื่นทำให้
12. เวล่านักเรียนคุยกับเพื่อน ๆ นักเรียน มีความรู้สึกอย่างไร ?
- ไม่สนุกเลย
 - ถ้าอายุเพื่อนก็ไม่สนุก
 - สนุก
13. เมื่อครูให้การบ้านนักเรียนทำอย่างไร ?
- ทำทันทีเมื่อถึงบ้าน
 - ไว้รอเพื่อนที่โรงเรียน
 - ไม่ต้องทำเลย
14. ขณะเรียนในห้องเรียน นักเรียนปฏิบัติ อย่างเป็นอย่างไร ?
- ถามครูทุกครั้งที่ไม่เข้าใจ
 - ไม่ค่อยถามครู
 - ไม่กล้าถามครู
15. เวลากระทำการสิ่งต่าง ๆ นักเรียนคิดว่า อย่างเป็นอย่างไร ?
- คิดว่าต้องทำให้สำเร็จ
 - บางครั้งคิดว่าจะทำให้เสร็จ
 - ไม่คิดอะไร

16. ความปกตินักเรียนเป็นคนอย่างไร ?
- เปิดเผยไม่ซ่อนความ
 - บางครั้งก็เปิดเผย
 - ไม่ยอมให้ใครรู้ว่าเป็นอย่างไร ?
17. เวลาเล่นกับนักเรียนคิดอย่างไร ?
- คิดแกล้งเพื่อนเพื่อให้อะ
 - อาจจะแกล้งเพื่อนบ้างบางครั้ง
 - ไม่พยายามเอาเปรียบเพื่อน
18. นักเรียนรู้สึกว่าการพอมเพื่อนลง ใจนักเรียน ดีหรือไม่ ?
- รู้สึกว่าเข้าใจดี
 - รู้สึกว่าไม่ค่อยเข้าใจนัก
 - รู้สึกว่าไม่เข้าใจนักเรียนเลย
19. นักเรียนชอบวิ่งแข่งกันหรือไม่ ?
- ชอบ
 - ไม่ค่อยชอบ
 - ไม่ชอบเลย
20. นักเรียนอยากสร้างสิ่งใหม่ ๆ เช่น เครื่องมือ เครื่องใช้ ของเล่น ฯลฯ ขึ้นใช้เพื่อความสะดวกสบายหรือไม่ ?
- ไม่คิดมีอยู่ก็แล้ว
 - บางครั้งก็คิด
 - ก็อยากทำสิ่งใหม่ ๆ ขึ้นใช้

21. ก่อนไปโรงเรียนตอนเช้า นักเรียนเคย
คิดบ้างไหมว่าจะไปอย่างไร ?

- ก. คิด
- ข. บางครั้งก็คิด
- ค. ไม่เคยคิดเพราะไปทุกวัน

22. พวกเพื่อนเพราะเห็นนักเรียนว่า
จริงหรือไม่ ?

- ก. จริง
- ข. ไม่ทราบ
- ค. ไม่จริง

23. นักเรียนเคยลงมือทำตามความคิดเห็น
ของนักเรียนหรือไม่ ?

- ก. ทำตามที่คิดไว้ทุกครั้ง
- ข. บางครั้งก็ทำ
- ค. ไม่ค่อยได้ทำบ่อย ๆ

24. นักเรียนทำของแทนหายบ่อย ๆ หรือไม่ ?

- ก. ไม่ค่อยหาย
- ข. หายเป็นบางครั้ง
- ค. หายบ่อย ๆ

25. เวลาทำการบ้านที่ยาก ๆ นักเรียน
รู้สึกอย่างไร ?

- ก. ไม่อยากทำ
- ข. บางครั้งก็อยากทำ
- ค. อยากทำให้เสร็จ

26. เวลาคุยกับเพื่อนนักเรียนรู้สึกอย่างไร ?

- ก. ถ้าเพื่อนพูดไม่เข้าใจก็ตาม
- ข. บางครั้งก็ถามบางครั้งก็ไม่ถาม
- ค. ไม่ถามกลัวเพื่อนโกรธ

27. นักเรียนชอบนอนคนเดียวหรือไม่ ?

- ก. ไม่ชอบ กลัวผี
- ข. บางครั้งอยากนอนคนเดียว
- ค. ชอบนอนคนเดียว

28. เวลาทำเลขคณิตนักเรียนรู้สึกอย่างไร ?

- ก. ต้องทำใหม่จนท้อใจ
- ข. ต้องทำใหม่อีกครั้งหนึ่ง
- ค. เด็กทำ

29. นักเรียนรู้สึกว่าการตัวเองประสบความสำเร็จ
ในด้านการเรียนบ้างหรือไม่ ?

- ก. ไม่เคยได้รับผลสำเร็จเลย
- ข. เคยได้รับผลสำเร็จมาบ้าง
- ค. ได้รับผลสำเร็จเกือบทุกครั้ง

30. เวลาออกไปพูดหน้าชั้นนักเรียนรู้สึกอย่างไร ?

- ก. ใจสั่น ขาสั่น
- ข. บางทีใจสั่น แต่ไม่ทุกครั้ง
- ค. เฉย ๆ

31. นักเรียนรู้สึกพอใจในผลการเรียนของตนเอง
หรือไม่ ?

- ก. พอใจ
- ข. บางครั้งพอใจถ้าได้คะแนนดี
- ค. ไม่พอใจ

แบบประเมินการให้คำปรึกษา

ตอนที่ 1 ต่อไปนี้เป็นรายละเอียดของมาตรการในการที่จะประเมินผู้ให้คำปรึกษาของนักเรียน สิ่งที่คุณจะต้องทำคือ ให้นักเรียนประเมินว่าผู้ให้คำปรึกษาของนักเรียนใช้สิ่งต่อไปนี้มากน้อยเท่าใด ขอให้เด็กนักเรียนตัดสินใจประเมินไปตามที่นักเรียนรู้สึกเช่นนั้น เช่น

ตัวอย่าง

ความเอาใจใส่		ความไม่เอาใจใส่
เคร่งขรึม		ร่าเริง

ขอให้เด็กนักเรียนกาเพียงคำตอบเดียวในแต่ละข้อ จากประสบการณ์ที่นักเรียน ได้รับในขณะที่เข้ารับบริการให้คำปรึกษาที่นักเรียนรู้สึกว่าคุณให้คำปรึกษาของนักเรียนเป็นเช่นนั้น

ความไวในการรับรู้		ไม่สนใจในการรับรู้
ความต่อเนื่อง		ความไม่ต่อเนื่อง
ความเอาใจใส่		ความไม่เอาใจใส่
รู้สึกไม่สะดวกสบาย		ความสะดวกสบาย
รู้สึกสับสน		สามารถทำให้กระจ่าง
ความสามารถในการเคา		ความเชื่อมั่น
ความพอใจ		ความไม่พอใจ
ความจริงใจ		ความไม่จริงใจ
การรู้สึกเห็นอกเห็นใจ		การไม่เห็นอกเห็นใจ
การเอาอกเอาใจ		การไม่เอาอกเอาใจ
ไม่ประสิทธิทิภาพ		มีประสิทธิภาพ
การยอมรับ		การปฏิเสธ
รู้สึกถึงเครียด		รู้สึกผ่อนคลาย

รู้สึกไม่สนใจ	รู้สึกผ่อนคลาย
เต็มใจด้วยความช่วยเหลือ	ไม่ให้ความช่วยเหลือ
เต็มใจด้วยการยอมรับ	ไม่ยอมรับ
สนใจจริง	แสร้งสนใจ

ตอนที่ 2 ข้างล่างนี้จะให้นักเรียนจัดทำกับสิ่งปฏิกิริยาที่นักเรียนมีต่อคำถามในขณะเข้ารับการให้คำปรึกษา

2.1 ผลจากการได้รับประสบการณ์ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ ข้าพเจ้าได้รับรายละเอียด หรือเกิดความเข้าใจ เกี่ยวกับตัวของข้าพเจ้าเองในแง่ต่าง ๆ ต่อไปนี้คือ

ไม่ได้รับเลย	ได้รับมาก
ความสวกรณ	
ซัดจำกัด	
พฤติกรรม	
ความรู้สึกเกี่ยวกับ "ฉัน"	
ความสนใจ	
เป้าประสงค์	
บุคลิกภาพ	
ทัศนคติ หรือค่านิยม	
การตัดสินใจ	
การเลือกอาชีพ	
ความสัมพันธ์กับผู้อื่น	
เนื้อหาทางวิชาการ	
อื่น ๆ (ระบุ)	

2.2 ผลจากการที่ได้รับประสบการณ์ในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ ข้าพเจ้า
สามารถแก้ไขเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ เกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าเอง คือ

ไม่ได้รับเลย

ได้รับมาก

ความสามารถ	
จิตใจ	
พฤติกรรม	
ความรู้สึกเกี่ยวกับ"ฉัน"	
ความสนใจ	
เป้าหมาย	
บุคลิกภาพ	
ทัศนคติ หรือค่านิยม	
การตัดสินใจ	
การเลือกอาชีพ	
ความสัมพันธ์กับผู้อื่น	
อื่น ๆ (ระบุ)	

2.3 ผลจากการที่ได้รับประสบการณ์ในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ ข้าพเจ้า
สามารถพัฒนาทักษะบางด้านในตัวข้าพเจ้า คือ

ไม่ได้รับเลย

ได้รับมาก

การตัดสินใจ	
ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มใน 14 ครั้ง มีจุดมุ่งหมายและกระบวนการ ดังนี้

ครั้งที่ 1

จุดมุ่งหมาย เพื่อต้องการให้ผู้รับคำปรึกษาคำถามกระจ่างแจ้งเกี่ยวกับจุดมุ่งหมาย วิธีการ
ของกระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ตลอดจนบทบาทหน้าที่ของสมาชิก

กระบวนการในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

- ขั้นแรก ผู้นำในฐานะผู้ให้คำปรึกษาแจ้งจุดมุ่งหมายของกลุ่มและกฎเกณฑ์ต่าง ๆ รวมถึง
บทบาทหน้าที่ของสมาชิกทุกคน
- ขั้นที่สอง เปิดโอกาสให้ทุกคนซักถามจนเป็นที่พอใจ
- ขั้นที่สาม ผู้นำนัดวัน เวลา และกำหนดเวลา การพบกันครั้งต่อไป

ครั้งที่ 2

จุดมุ่งหมาย เพื่อต้องการให้สมาชิกเกิดความคุ้นเคย รู้สึกอบอุ่นและเกิดการยอมรับตนเอง
และผู้อื่น

กระบวนการในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

- ขั้นแรก ผู้นำให้สมาชิกจับคู่พูดคุยซักถามกันและกัน เกี่ยวกับประวัติโดยย่อและสิ่งที่ตนอยากทราบ
เกี่ยวกับคู่ของตน
- ขั้นที่สอง ให้สมาชิกเสนอประวัติของเพื่อนให้สมาชิกในกลุ่มทราบและเปิดโอกาสให้สมาชิก
ในกลุ่มซักถาม

ครั้งที่ 3 - 4

จุดมุ่งหมาย เพื่อให้สมาชิกได้เกิดความคุ้นเคยกันมากยิ่งขึ้น ถกเถียง และได้แสดงความรู้สึกนึกคิด
ของตนเองออกมา กล่าวเปิดเผยตนเอง

- ขั้นแรก ให้สมาชิกวาดภาพอะไรก็ได้ที่ตนอยากวาด

- ขั้นที่สอง ให้สมาชิกแลกเปลี่ยนกันดูภาพแล้วให้บอกสิ่งที่ตนชอบในภาพของเพื่อน
- ขั้นที่สาม เปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละคนพูดถึงภาพที่ตนเองวาดให้เพื่อนฟัง

ครั้งที่ 5

- จุดมุ่งหมาย 1. เพื่อให้สมาชิกได้พูดเปิดเผยตนเองและสิ่งที่ตนอยากแก้ไข
2. เพื่อให้สมาชิกรู้จักตนเอง และเรียนรู้วิธีการที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญห

กระบวนการในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

- ขั้นแรก อาสาสมัครคนแรก พูดถึงพฤติกรรมของตนเองที่อยากแก้ไข ซึ่งสมาชิกได้พูดถึงเรื่อง "การพูดติดอ่าง" ของตนเอง เวลาที่ครูเรียกให้อ่านหนังสือ หรือเวลาที่ตนเองประหม่า ก้าว ตกใจ
- ขั้นที่สอง ผู้นำและสมาชิกคนอื่น ๆ ช่วยกันซักถามปัญหาจนเข้าใจสาเหตุ แล้วช่วยกันเสนอแนวทางแก้ไข โดยการฝึกอ่านหนังสือเอง และอ่านต่อหน้าเพื่อนเพื่อให้มั่นใจก่อนว่าตนสามารถทำได้เหมือนคนอื่น ๆ ให้กลับไปฝึกเป็นการบ้านด้วย

ครั้งที่ 6

- จุดมุ่งหมาย เพื่อให้สมาชิก 2 คน เสนอปัญหาที่อยากแก้ไขให้กลุ่มฟังและได้เรียนรู้วิธีการในการแก้ไขปัญหอย่างถูกต้องเหมาะสม

กระบวนการในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

- ขั้นแรก สมาชิกเสนอปัญหาเรื่อง "ขี้อาย" อยากเป็นคนกล้าพูดและกระทำการเรียนในชั้น และในสังคมภายนอก เพราะถูกเพื่อนล้อว่าเคี้ยวประจำ
- ขั้นที่สอง สมาชิกในกลุ่มซักถาม และเสนอแนวทางแก้ไขปัญห โดยการทำให้สมาชิกเข้าใจตนเองให้ถูกต้อง และใช้วิธีการนิ่งเฉย ไม่สนใจ เมื่อถูกล้อเลียน

ครั้งที่ 7

จุดมุ่งหมาย ให้สมาชิกพูดเปิดเผยสิ่งที่อยากแก้ไข และเรียนรู้วิธีการที่ถูกต้องเหมาะสมในการแก้ไข
จากกลุ่ม

กระบวนการในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

- ขั้นแรก สมาชิกพูดถึงปัญหาการติดโอระเหยของคนที่ตนและอยากจะให้กลุ่มช่วย
- ขั้นที่สอง ให้เพื่อนซักถามพฤติกรรมและสาเหตุของการติด พบว่าเกิดจากสภาพแวดล้อม
และการอยากลอง รวมทั้งใจอ่อนไม่เป็นตัวของตัวเอง
- ขั้นที่สาม สมาชิกให้ข้อเสนอแนะการฝึกกำลังใจ ให้นั่นคง และควรรหาทางออกโดยการ
เล่นกีฬา เล่นดนตรี วาดภาพ

ครั้งที่ 8

จุดมุ่งหมาย ให้สมาชิกพูดเปิดเผยปัญหาในกลุ่ม และเรียนรู้วิธีการในการแก้ไขที่ถูกต้องเหมาะสม
กระบวนการในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

- ขั้นแรก สมาชิกพูดถึงปัญหาของตนเอง เรื่องการคบเพื่อนที่ไม่ดีใครยอมรับและเข้าใจตนเอง
ไม่มีเพื่อน เหงา ไม่อยากมาโรงเรียน
- ขั้นที่สอง ให้สมาชิกช่วยกันซักถามถึงพฤติกรรมที่เพื่อนว่าเป็นอย่างไร ช่วยกันหาสาเหตุ
ของการไม่มีเพื่อน พบว่าสาเหตุคือ เป็นคนชอบเก็บตัว ไม่ชอบเล่นกิจกรรมกับเพื่อน
- ขั้นที่สาม ทำให้สมาชิกเกิดความเข้าใจตนเอง และฝึกการรู้จักให้รู้จักรับ รวมทั้งการเข้าร่วม
กิจกรรมต่าง ๆ กับเพื่อน

ครั้งที่ 9 - 11

จุดมุ่งหมาย เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิก 3 คน ที่มีปัญหาคายคดียังกันพูดให้กลุ่มทราบและช่วย
หาวิธีการปรับปรุงแก้ไข

กระบวนการในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

- ขั้นแรก สมาชิกคนที่ 1 พูดถึงปัญหาเรื่องการหนีเรียนและขาดเรียนบ่อย
 สมาชิกคนที่ 2 พูดถึงการขอมาโรงเรียนสาย ไม่อยากเข้าห้องเรียน
 สมาชิกคนที่ 3 พูดถึงการขาดเรียนบ่อย ผลการเรียนตกต่ำ
- ขั้นที่สอง สมาชิกช่วยกันซักถามและหาสาเหตุพบว่าเกิดจากการกลัวครู และทำโทษ
 ที่ตนทำการบ้านไม่ได้ ชอบประจานเพื่อน รุ้สึกอาย และทำการบ้านไม่ได้
- ขั้นที่สาม สมาชิกช่วยเสนอแนวทาง วิชานหนังสือ ท่องหนังสือ และวิธีที่จะเรียนให้ได้ดี

ครั้งที่ 12 - 13

- จุดมุ่งหมาย เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิก 2 คน ที่มีปัญหาค้นคว้าถึงกันเปิดเผยให้กลุ่มทราบและได้
 เรียนรู้วิธีการปรับปรุงแก้ไขปัญหา

กระบวนการในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

- ขั้นแรก ให้สมาชิกทั้งสองคนพูดถึงปัญหาการรู้สึกท้อถอย และไม่กำลังใจของตนในกลุ่ม
 พบว่าเกิดจาก ความคาดหวังในเรื่องต่าง ๆ สูงเกินไป ชอบเปรียบเทียบตนเอง
 กับผู้อื่น ชอบคิดมากกว่าทำ ต้องการคนสนับสนุน ให้กำลังใจ และชมเชย
- ขั้นที่สอง สมาชิกในกลุ่มช่วยกันเสนอแนะทางแก้ไข โดยทำให้เกิดความเข้าใจและยอมรับ
 ในความภูมิใจในผลงานเพื่อให้เกิดความรู้สึกมีกำลังใจและมั่นใจมากขึ้น

ครั้งที่ 14

- จุดมุ่งหมาย เพื่อทราบความคิดเห็นของสมาชิกเกี่ยวกับสิ่งที่ได้รับจากการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
 ในครั้งนี้

กระบวนการในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ขั้นแรก ให้สมาชิกอธิบายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสิ่งที่ได้รับ จากการเข้ากลุ่ม
ให้คำปรึกษาในครั้งนี้

ขั้นที่สอง ให้สมาชิกทำแบบประเมินผลการให้คำปรึกษาในครั้งนี้

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มครั้งที่ 5

หัวข้อการอภิปราย

ปัญหาเรื่องการพูดติดอ่าง

วันเวลา

24 มกราคม 2526 เวลา 15.30 - 16.15 น.

สถานที่

ห้องโสตทัศนศึกษา

จำนวน

10 คน

ผู้นำ

จากการบ้านครั้งที่ผ่านมามีให้นักเรียนทุกคนตั้งจุดมุ่งหมายและปัญหาที่ตนเองอยาก
จะแก้ไข วันนี้ใครจะเป็นผู้เริ่มก่อนคะ

ชัยยุทธ

ผมขอเริ่มก่อนครับ

ผู้นำ

ชัยยุทธต้องการแก้ไขเรื่องอะไรบางคะ

ชัยยุทธ

เรื่องพูดติดอ่างกับขำครับ

ผู้นำ

ลองเล่าให้เพื่อน ๆ ฟังซิคะ ว่าเป็นอย่างไรบ้าง

ชัยยุทธ

เวลาพูดประโยคยาว ๆ หรืออ่านหนังสือจะติดอ่าง

ผู้นำ

เริ่มมีอาการนี้ตั้งแต่เมื่อไหร่คะ

ชัยยุทธ

ผมบอกว่าเป็นตั้งแต่ 6 ขวบครับ

ผู้นำ

แล้วทราบหรือเปล่าว่าอะไรทำให้พูดติดอ่าง

ชัยยุทธ

ไม่ทราบครับ

จันทร์ฉาย

คิดว่าเป็นลมคอตหรือเปล่า

ชัยยุทธ

บางครั้งก็คิด บางครั้งก็ไม่คิด

บุญเกิด

แล้วทำไมเวลาร้องเพลงจึงไม่ติดอ่าง

ชัยยุทธ

ก็นั่นแหละแล้วตอบว่า ไม่ทราบครับ

ผู้นำ

บุญเกิดลองเล่าให้ฟังซิคะว่าเวลาอยู่ในห้องเรียนกับเวลาเล่นชัยยุทธเป็นอย่างไร

บุญเกิด

เวลาอ่านประโยคยาว ๆ แล้วจะติดอ่างครับ ส่วนเวลาเล่นผมไม่เห็นเขาพูดติดอ่างเลย
พูดต่อเนื่องครับ เวลาร้องเพลงก็เหมือนกัน

ปานทิพย์ ครุฑให้ เขาร้องเพลงกู่กู่คะ
 ชุมนำ ชัยยุทธว่ายังงี้คะ เพื่อนอยากให้ชัยยุทธร้องเพลงให้ฟัง
 ชัยยุทธ ร้องไม่เป็นครับ
 อิกขณา ฉะนั้นให้ลองอ่านหนังสือให้ฟังก็ได้คะ จะได้ว่าเขาคิดอย่างไร
 ชุมนำ ชัยยุทธตกลงไหมคะ
 ชัยยุทธ ตกลงครับ (แล้วชัยยุทธก็อ่านหนังสือให้เพื่อนฟัง 1 หน้า คิดอย่างหลายครั้ง และอ่านซ้ำอีก)
 อิกขณา ชัยยุทธสะกดคำได้หมดหรือเปล่า
 ชัยยุทธ สะกดไม่ค่อยได้ครับ
 ชุมนำ จากที่ชัยยุทธอ่านหนังสือ นักเรียนสังเกตเห็นอะไรบ้างคะ
 ปรีชา เห็นว่าเขาจะคิดอย่างตรงคำที่สะกดไม่ค่อยได้ครับ
 ชุมนำ แล้วมันจะคะ สังเกตเห็นอะไรบ้างไหม
 รัชัน เห็นว่าเขาจะอ่านคิดอย่างตรงคำที่อ่านไม่ได้เรื่อยเลยคะ
 ชุมนำ ชัยยุทธจะคะสังเกตตัวเองไหมว่าคิดอย่างมากเวลาไหน
 ชัยยุทธ คิดมากเวลาอ่านไม่ได้ครับ
 ปานทิพย์ เวลาครูเรียกให้อ่าน รู้สึกยังไงถึงคิดอย่าง
 ชัยยุทธ รู้สึกกลัวครับ
 บุญเกิด เพื่อนชอบล้อเขาคับ และครูก็จะทักด้วย บางครั้งอ่านไม่ได้ก็จะรับเงินด้วยครับ
 ชุมนำ ชัยยุทธกลัวอะไรคะ
 ชัยยุทธ กลัวครูๆ แล้วกลัวเพื่อนล้อด้วยครับ
 ชุมนำ ชัยยุทธกลัวว่าจะอ่านไม่ได้หรือนั่นหรือเปล่า
 ชัยยุทธ ครับ กลัวอ่านไม่ได้

ญูน่า แดวพ้ออ่านจริง ๆ อ่านได้ใหม่
 ชัยยุทธ อ่านได้บางไม่ได้บางครับ
 ญูน่า แล้วเรื่องช่ายร้อหาเหตุจาก การพูดติดอ่างหรือเปล่า
 ชัยยุทธ อาจจะใช่ครับ
 ญูน่า เพื่อน ๆ คิดว่าจะช่วยชัยยุทธอย่างไรละ
 ด็กฉมา หลวาคองให้เขาไปหักอ่านหนังสือทุก ๆ วันจะได้อ่านคงกะ เวลาครูให้อ่าน
 เขาจะได้ไม่ติด
 บุญเกิด ฉว่ให้เขาหักร้องเพลงก็ควาครับ เพราะเวลาร้องเพลงเขาจะไม่ติดอ่าง
 ญูน่า ชัยยุทธอยู่บ้านหลังจากเลิกเรียนแล้วทำอะไรบ้างละ
 ชัยยุทธ กินข้าวแล้วก็นอนครับ
 ญูน่า นอนก่หุ
 ชัยยุทธ ประมาณ 2 หุครับ
 ญูน่า ไรคูนั่งสือหรือคะ
 ชัยยุทธ ไรคอยโค
 ญูน่า ฉาอย่างนั้นชัยยุทธจะต้องทำตามคำแนะนำของเพื่อนคือหักท่องหนังสือทุกวัน
 หักสะกดคำที่อ่านไม่ออก
 บุญเกิด อ่านหนังสือสนุก ๆ ก็ได้ครับ
 ญูน่า ครูเห็นด้วยละ นักเรียนคนอื่นอะไรจะบอกชัยยุทธอีกไหมละ ถ้าไม่ครูขอให้
 ชัยยุทธกลับบ้านแล้วทำการบ้านตามเพื่อนบอก และครูขอเพิ่มเติมอีกคือให้ชัยยุทธ
 หักเป่าลูกโป่งทุกวัน ๆ ละหลาย ๆ ครั้ง เพื่อช่วยให้กล้ามเนื้อในปากแข็งแรง
 และทำงานไคดีขึ้น
 ชัยยุทธ ครับ
 ญูน่า ฉาอย่างนั้นวันนี้อาจไวแคน พบกันในวันจันทร์

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มครั้งที่ 6

หัวข้อการอภิปราย ปัญหาเรื่องช้อย

วัน เวลา วันที่ 26 มกราคม 2526 เวลา 15.30 - 16.15 น.

สถานที่ ห้องโสตทัศนศึกษา

จำนวนสมาชิก 10 คน

ผู้นำ ทบทวนการให้คำปรึกษาครั้งที่ 5 แฉให้ช้อยทอเตถึงการทำกรบ้านที่กลุ่มให้ทำเมื่อคราวที่แล้ว หลังจากนั้นก็เริ่มให้คำปรึกษาโดยถามกลุ่มว่าใครพร้อมที่จะเริ่มเป็นคนต่อไป

ลักษณะ หนูก็โคะ (นักเรียนในกลุ่มพอใจ ช่วยกันปรบมือเสียงดัง)

ผู้นำ ลักษณะของเฝ้าให้เพื่อน ๆ ฟังซิคะว่าสิ่งทอยากจะแก้ไขนั้นเป็นอย่างไรบ้าง

ลักษณะ หนูเป็นคนช้อยคะ

ผู้นำ อายอย่างไรต้องอธิบายให้ละเอียดซิคะ

ลักษณะ อายเวตาพูดหรือทำอะไรก็แฉแฉคะ

ผู้นำ แฉรู้สึ้อย่างไรคะ เวตาทหนูอาย

ลักษณะ ใจสั่น ขาสั่น บางครั้งก็เสียงสั่นด้วย

บุณเกิด อายใครละ อายผู้หญิงหรือผู้ชาย

ลักษณะ อายทั้งผู้หญิงผู้ชาย แฉอาจผู้ชายมากกว่าเพราะชอบตอ

ปรีชา ชอบตออย่างไรครับ

ลักษณะ หนอยอย่างจำไม่ค่อยได้หรอกคะ

ปานทิพย์ มีใครบ้างไหมละ ที่ขอไม่อาย

ลักษณะ พ่อ แม่ พี่ น้อง ใจละ

อัครนิจ กับครูอายหรือเป้ตา

ลักษณะ ไม่ค่อยอาย

บุญเกิด ไม่ค่อยอาย ก็แสดงว่ายังอายอยู่
 บุญนำ ทำไมดิ๊กขมาจึงไม่อาย พ่อ แม่ พี่ น้อง ค่ะ
 ดิ๊กขมา ก็ เขาไม่อายนี่คะ
 บุญนำ แล้ว แยกต่าง กับคนอื่นที่ดิ๊กขมาอายยัง ใจคะ
 ดิ๊กขมา คืออยู่กับบ้านทำอะไรก็ได้ ไม่ใครว่าแะพวกเพื่อนรอบห่อคะ
 บุญนำ ห่อยัง ใจ
 ดิ๊กขมา ห่อว่าอวนคะ บางครั้งก็ชอบถามว่ากินข้าววันละกี่จาน
 บุญนำ แล้ว ดิ๊กขมาก็คิดว่าตัวเองเป็นอย่างไร
 ดิ๊กขมา ไม่ทราบคะ
 บุญนำ เพื่อน ๆ เห็นว่าดิ๊กขมาเป็นอย่างไรบ้างคะ มีเสียงหลายคนบอกว่า ไม่อวนเลยคะ
 บุญนำ ดิ๊กขมาคิดว่าตนเองอวนหรือคะ
 ดิ๊กขมา ยืม ไม่ชอบ
 บุญนำ ครูก็เห็นว่าดิ๊กขมาไม่อวนหรือคะ แล้วนอกจากเพื่อนรอบห่อว่าอวนแล้ว
 ห่ออะไรอีกคะที่ดิ๊กขมาไม่ชอบ
 ดิ๊กขมา ไม่นะ
 บุญนำ เพื่อน ๆ ว่าดิ๊กขมาควรจะทำอย่างไรดีคะ เวลาดูกล้อจึงจะไม่อาย
 จันทร์น่าย คำไปเลย
 บุญนำ ใครขอเสนอที่ดีกว่าคะ
 บุญเกิด เมว่าเขาอิจฉาครับ ไม่ต้องสนใจดีกว่า
 ปานทิพย์ หนูว่าทำเฉย ๆ เสียดีกว่า เคี้ยวเขาก็เลิกดูไปเองแหละคะ
 รัชนี หนูว่าจริงคะ เวลาคาเขาพูดแล้วเห็นเราอาย เขาก็ยิ่งล้อใหญ่เลย
 บุญนำ ดิ๊กขมาว่ายัง ใจคะ
 ดิ๊กขมา ก็อาจจะเป็นไค้คะ

ผู้นำ : แล้วถ้าคนนั้นก็ทำอะไรดีละ

พิภพณา ก็อาจจจะวิ่งอย่างเพื่อนนอกกะ เพราะบางคนเห็นเราอายุก็ สมัยยังน้อยใหญ่กะ
ถ้างั้นทางที่หนูก็คิดว่าต่อไปควร จะอยู่เฉย ๆ จะดีกว่า จนกว่าคนทชอบสอเรา
เขาจะเหนื่อยไปเองซิไหนกะ

ผู้นำ แวดล้อมจะสนใจหรือคะถามคนเราตลอด

กนก ๑
กนก ๒
กนก ๓
กนก ๔
กนก ๕
กนก ๖
กนก ๗
กนก ๘
กนก ๙
กนก ๑๐
กนก ๑๑
กนก ๑๒
กนก ๑๓
กนก ๑๔
กนก ๑๕
กนก ๑๖
กนก ๑๗
กนก ๑๘
กนก ๑๙
กนก ๒๐
กนก ๒๑
กนก ๒๒
กนก ๒๓
กนก ๒๔
กนก ๒๕
กนก ๒๖
กนก ๒๗
กนก ๒๘
กนก ๒๙
กนก ๓๐
กนก ๓๑
กนก ๓๒
กนก ๓๓
กนก ๓๔
กนก ๓๕
กนก ๓๖
กนก ๓๗
กนก ๓๘
กนก ๓๙
กนก ๔๐
กนก ๔๑
กนก ๔๒
กนก ๔๓
กนก ๔๔
กนก ๔๕
กนก ๔๖
กนก ๔๗
กนก ๔๘
กนก ๔๙
กนก ๕๐
กนก ๕๑
กนก ๕๒
กนก ๕๓
กนก ๕๔
กนก ๕๕
กนก ๕๖
กนก ๕๗
กนก ๕๘
กนก ๕๙
กนก ๖๐
กนก ๖๑
กนก ๖๒
กนก ๖๓
กนก ๖๔
กนก ๖๕
กนก ๖๖
กนก ๖๗
กนก ๖๘
กนก ๖๙
กนก ๗๐
กนก ๗๑
กนก ๗๒
กนก ๗๓
กนก ๗๔
กนก ๗๕
กนก ๗๖
กนก ๗๗
กนก ๗๘
กนก ๗๙
กนก ๘๐
กนก ๘๑
กนก ๘๒
กนก ๘๓
กนก ๘๔
กนก ๘๕
กนก ๘๖
กนก ๘๗
กนก ๘๘
กนก ๘๙
กนก ๙๐
กนก ๙๑
กนก ๙๒
กนก ๙๓
กนก ๙๔
กนก ๙๕
กนก ๙๖
กนก ๙๗
กนก ๙๘
กนก ๙๙
กนก ๑๐๐

จนทรนายนาย กายงคนผออกตะ เธอจะทำอย่างไ

ចំណាត់ថ្នាក់ : ទេសប្បវត្តន៍

พูนน้ำ เพื่อนคิดว่ากิจกรรมควรจะทำอย่างไรดีคะ

บุญเกิด : ผมดีกว่าเรียนหนังสือดีกว่า

พัฒนา จริงๆ อาจารย์หนูว่า เหนื่อยต้องทำอะไรเลย เป็นคนที่สุด

ผู้นำ ก็ใครจะเสนอแนะอะไรให้สักคนบ้าง ไหนจะ

ดาไมนวนนรกายทิไวแคน ไวพกันครวหนนระตะ

โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

ครั้งที่	การให้ข้อเสนอแนะ
1	ทักเรทแทจริง หนังสืออ้างอิง เกโซ สนวนนท์ <u>รวมข้อเขียนและบทความจิตวิทยา</u> โรงพิมพ์สุนทรกิจการพิมพ์ 2516, หน้า 120 - 132
2	ทำตัวให้เข้ากับผู้อื่นได้อย่างไร หนังสืออ้างอิง เกโซ สนวนนท์ <u>รวมข้อเขียนและบทความจิตวิทยา</u> โรงพิมพ์สุนทรกิจการพิมพ์ 2516, หน้า 191 - 198 _____ <u>"วิธีการแก้ไขพฤติกรรมของบุคคลที่ไม่พึงประสงค์"</u> รายงานจิตวิทยาการศึกษา 2518, หน้า 1, 20 - 21
3	ศิลปะของการบุกริตร หนังสืออ้างอิง สุชา จันทรโณ และสุรางค์ จันทรโณ <u>จิตวิทยาเพื่อความสุขในการดำรงชีวิต</u> สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช 2520, หน้า 94 - 106
4	หลักในการปรับปรุงบุคลิกภาพ หนังสืออ้างอิง สวณา พรพิณกุล <u>จิตวิทยาทั่วไป</u> สำนักพิมพ์ประสานมิตร 2520, หน้า 167 - 168 ประสม รัตนากกร <u>จิตวิทยานาวุ</u> สำนักพิมพ์รวมสาส์น 2513, หน้า 22 - 30

ครั้งที่	การให้ข้อเสนอแนะ
5	เข้าใจตนเองและผู้อื่น (ใจเขาใจเรา) หนังสืออ้างอิง ประสพ รัตนากกร <u>จิตวิทยานักรู้</u> สำนักพิมพ์รวมสาส์น 2513, หน้า 12 - 21
6	ท่านสำรวจรถเปลี่ยนโลกของท่าน หนังสืออ้างอิง อาภา จิตต์เมตต์ แปลจาก นโปเลียน ฮิลล์ และกับทิว เคลเรนซ์ สโตน <u>คิดแล้วสำเร็จ</u> โรงพิมพ์แพร่พิทยา อินเตอร์เนชั่นแนล, หน้า 35 - 47 สุชา จันทรเอม และสุรางค์ จันทรเอม <u>จิตวิทยาเพื่อความสุขในการดำรงชีวิต</u> สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช 2520, หน้า 124 - 129
7	วิธีเอาชนะความกลัว หนังสืออ้างอิง สุชา จันทรเอม และสุรางค์ จันทรเอม <u>จิตวิทยาเพื่อความสุขในการดำรงชีวิต</u> สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช 2520, หน้า 107 - 116 วิทยา นาควัชร <u>รู้จักชีวิต</u> โรงพิมพ์อักษรไทย 2524, หน้า 144, 253
8	การสร้างเสน่ห์ หนังสืออ้างอิง เดโช สอนานนท์ <u>รวมข้อเขียนและบทความทางจิตวิทยา</u> โรงพิมพ์สุนทรภะการพิมพ์ 2516, หน้า 367, - 373

ครั้งที่	การให้ข้อเสนอแนะ
9	ท่านสามารถตัดสินใจได้แค่เพียงใด สุชา จันทรโอบ และสุรางค์ จันทรโอบ <u>จิตวิทยาเพื่อความสุขในการดำรงชีวิต</u> สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช 2520, หน้า 14 - 17, 27 - 53
10	การสร้างกำลังใจ <u>หนังสืออ้างอิง</u> เคโซ สวานานนท์ <u>รวมข้อเขียนและบทความทางจิตวิทยา</u> โรงพิมพ์สุนทรภักการพิมพ์ 2516, หน้า 362 - 366 ประสม รัตนกร <u>จิตวิทยานานรู้</u> โรงพิมพ์รวมสาส์น 2513, หน้า 281 - 285
11 - 14	การสร้างความสำเร็จในตนเอง <u>หนังสืออ้างอิง</u> ประภาศ กิตตินันท์ <u>วิทยุหนุ่มสาววัยสร้างสรรค์</u> แพรวพิทยา 2520, หน้า 169 นโปเลียน ฮิลล์ และกัมกับจิรา เกตวันต์ สโตน แปลโดย อาษา จิตเมตต์ <u>คิดแล้วสำเร็จ</u> แพรวพิทยา 263 - 266 เคโซ สวานานนท์ <u>รวมข้อเขียนและบทความทางจิตวิทยา</u> โรงพิมพ์โอเคียสส์โคร์ 2520, หน้า 350 - 355

ตารางค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถาม

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	3.58	17	3.79
2	2.13	18	2.00
3	2.01	19	10.50
4	2.32	20	2.75
5	3.64	21	2.78
6	4.00	22	2.35
7	5.65	23	3.33
8	2.00	24	4.00
9	2.05	25	6.40
10	2.29	26	3.20
11	5.59	27	3.30
12	3.45	28	2.80
13	2.91	29	3.08
14	3.27	30	3.46
15	3.30	31	4.57
16	3.25		

ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ โรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์
กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
มาดี วังแก้ว

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาค้นคว้า
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต
เมษายน ๒๕๒๖

การวิจัยครั้งนี้มีกลุ่มหน่วยเพื่อศึกษามองของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการพัฒนา
ความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
โรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์ กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2525 จำนวน 20 คน
กลุ่มทดลอง 10 คน กลุ่มควบคุม 10 คน กลุ่มทดลองได้เข้ารับการให้คำปรึกษา
แบบกลุ่ม สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ติดต่อกัน 7 สัปดาห์ กลุ่มควบคุมได้รับเอกสารสนเทศเกี่ยวกับ
ความเชื่อมั่นในตนเองรวม 14 ฉบับ

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะช่วยพัฒนาความเชื่อมั่น
ในตนเองของนักเรียนให้สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

THE EFFECTS OF GROUP COUNSELING ON DEVELOPING SELF-CONFIDENCE
OF PRATHOM VI STUDENTS AT THAINIYOMSONGKROH SCHOOL,
BANGKOK METROPOLIS

AN ABSTRACT

BY

MALEE VONGKAEW

Presented in Partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education degree
at Srinakharinwirot University

April 1983

The purpose of this research was to study the effects of group counseling on developing self-confidence of the Prathom 6 students who at Thainiyomsongkroh School Bangkok Metropolitan Administration in the year of 1982. The 20 students were evenly divided into two groups : the experiment group and the control group. The control group was given the information on developing self confidence, The experimental group was provided group counseling twice a week for 7 weeks.

The result indicated that the students in the experimental group significantly improved their self confidence at .05 level.