

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ความรุนแรงเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ก่อให้เกิดอันตรายทั้งทางร่างกายและจิตใจของผู้ถูกกระทำ และผู้กระทำความรุนแรงเกิดขึ้นทุกส่วนในโลกในแต่ละปีพบว่ามีประชากรมากกว่า 1.6 ล้านคนทั่วโลกต้องเสียชีวิตจากความรุนแรง ซึ่งเป็นประชากรที่มีอายุระหว่าง 15-44 ปี เพศชายเสียชีวิตมากที่สุดร้อยละ 14 และเพศหญิงที่เสียชีวิตร้อยละ 7 นอกจากนั้นยังพบว่ามากกว่าร้อยละ 60 ของเหตุการณ์ความรุนแรงเป็นความรุนแรงระหว่างบุคคลและพบมากในช่วงอายุ 15-19 ปี โดยเกิดกับเพศชายมากที่สุด (World Health Organization [WHO], 2002)

ความรุนแรงในวัยรุ่น ไม่ว่าจะเป็นกรณีที่วัยรุ่นเป็นเหยื่อหรือเป็นผู้กระทำก็ตาม กำลังเป็นปัญหาที่ทวีความรุนแรงขึ้นทั่วโลก ความรุนแรงอาจแสดงออกมาในรูปของการทำร้ายผู้อื่น การปล้นทรัพย์ การทำร้ายทางเพศหรือการฆาตกรรม ในกรณีของการตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงนั้น องค์การอนามัยโลกประมาณว่าในปี ค.ศ. 2000 มีวัยรุ่นและคนหนุ่มสาวอายุระหว่าง 10-29 ปี ถูกทำร้ายถึงแก่ชีวิต 199,000 รายทั่วโลก คิดเป็นอัตรา 9.2 ต่อประชากรแสนคน หรือเฉลี่ย 565 คนต่อวัน ส่วนในกรณีวัยรุ่นเป็นผู้กระทำนั้นพบว่า ร้อยละ 30-40 ของวัยรุ่นผู้ชายและร้อยละ 15-30 ของวัยรุ่นผู้หญิงที่มีอายุ 17 ปี เคยกระทำความผิดกฎหมายอย่างรุนแรงอย่างน้อย 1 ครั้งในชีวิต (WHO, 2002)

วัยรุ่นเป็นกลุ่มบุคคลที่สำคัญในสังคมถือได้ว่าเป็นทรัพยากรส่วนหนึ่งที่มีค่ามากและมีความสำคัญต่อการพัฒนาสังคมและประเทศชาติ (กรมสุขภาพจิต, 2549) แต่ชีวิตในช่วงวัยรุ่นนั้นก็นับว่าเป็นช่วงชีวิตที่ปรับตัวได้ยากและมีปัญหามากที่สุดเนื่องจากเป็นวัยที่อยู่ในระยะการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ นอกจากมีการเปลี่ยนแปลงบุคลิกลักษณะและสรีระทางร่างกายแล้ว ยังมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์สังคมและจิตใจจึงมีปัญหาในการปรับตัวทางด้านต่าง ๆ ตามมา ทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมแสดงออกที่ไม่เหมาะสมและมีพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา ลักษณะโดยทั่วไปของวัยรุ่นชอบคบหาสมาคมกับเพื่อนและเห็นว่าเพื่อนเป็นสิ่งจำเป็นจะขาดเสียมิได้ ในการทำอะไรทุกอย่างมักต้องอาศัยเพื่อน ปัญหาจึงปรากฏเสมอว่าถ้าหากไปรวมกับกลุ่มเพื่อนที่ไม่ดีก็อาจทำให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของสังคม เช่น การหนีเรียน ยาเสพติดต่าง ๆ ดื่มสุรา การพนัน การมั่วสุมต่าง ๆ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร และการก่อเหตุทะเลาะวิวาทยกพวกตีกัน เป็นต้น (พิชัย ผลพันธุ์, 2550, หน้า 2)

จากโครงการติดตามสภาวะการณ์เด็กและเยาวชนปี 2551 ได้สำรวจสภาวะการณ์เด็กและเยาวชน พบว่า เด็กและเยาวชนไทยได้ก่อพฤติกรรมรุนแรงเพิ่มมากขึ้น ปี 2551 มีเด็กที่ทำผิดและเข้าสู่สถานพินิจจำนวน 42,102 คนมากกว่า ปี 2550 ถึงกว่า 20,000 คน ส่วนมากเป็น คดีลักทรัพย์ ขาเสพติดและการประทุษร้ายต่อชีวิตและร่างกาย นอกจากนี้ยังพบว่า ในเด็กประณมมีการทำร้ายกันในโรงเรียนค่อนข้างสูง และแนวโน้มต่อไปเด็กประณมจะถูกเด็กอาชีวศึกษาและเด็กมัธยมทำร้ายมากขึ้นเพราะถือว่าอยู่ได้อ่านาหรือได้บังคับ สาเหตุที่เด็กและเยาวชนมีพฤติกรรมรุนแรงมากขึ้นประการหนึ่งมาจากสื่อหรือจากครอบครัวที่มีการกระทำรุนแรง การพบเห็นพ่อแม่ทะเลาะดบดกันก็จะส่งผลให้เด็กเป็นเด็กที่ก้าวร้าวและนำไปปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วย ตลอดจน โรงเรียนและสิ่งแวดล้อมรอบตัวก็ส่งผลกระทบต่อเด็กทั้งสิ้น และจากผลสำรวจของสถาบันรามจิตติปี 2551 เรื่องการรังแกกันของนักเรียนพบว่า นักเรียนร้อยละ 40 เคยถูกรังแกเดือนละ 2-3 ครั้ง ส่วนใหญ่ถูกเพื่อนล้อเลียนเยาะเย้ยชาติเผ่าพันธุ์ ถูกทำร้ายร่างกาย ถูกขโมยเงินและถูกบังคับขู่เข็ญ ตามลำดับ

เด็กนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาและอาชีวศึกษา ทั้งในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) และประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) ต่างก็เป็นกลุ่มวัยรุ่นที่อยู่ในวัฏจักรของความรุนแรงและการใช้กำลังระหว่างเพื่อนนักเรียนด้วยกันเป็นจำนวนมาก ประมาณ 10 % จากจำนวนนักเรียนในระดับมัธยมและอาชีวศึกษา 7 ล้านคน โดยเฉพาะภาคกลางพบว่า มีปัญหาในการใช้ความรุนแรงมากกว่าในภาคอื่น (สถาบันรามจิตติ, 2551) ปัญหาความรุนแรงที่พบมากขึ้นในสถานศึกษา คือ การตั้งแก๊งค์ของนักเรียนการวางตัวเป็นผู้มีอิทธิพลในชั้นเรียน แล้วไปข่มขู่ทำร้ายร่างกายเพื่อนร่วมชั้นเรียนและพบว่ามีนักเรียนนักศึกษาถึงกว่า 600,000 คน ที่เคยถูกทำร้ายในสถานศึกษาจากสื่อต่าง ๆ ทั้งหนังสือพิมพ์วิทยุและโทรทัศน์ได้เสนอข่าวเกี่ยวกับปัญหาของวัยรุ่นมากมาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งเกี่ยวกับนักเรียนอาชีวศึกษาที่มีพฤติกรรมที่ก่อความรุนแรงในสังคมเป็นประจำอาทิเช่น การก่อเหตุทะเลาะวิวาท ขกพวกตีกัน ทำให้บุคคลอื่นได้รับผลกระทบทั้งทางตรงและทางอ้อมทั้งทางร่างกาย จิตใจ เกิดการสูญเสียทั้งชีวิตและทรัพย์สินของผู้ที่ไม่ได้เกี่ยวข้องจากการกระทำดังกล่าวอยู่เป็นประจำ ซึ่งหากเป็นเช่นนี้ต่อไปนักเรียนอาชีวศึกษาเหล่านี้ อาจพัฒนาพฤติกรรมรุนแรงขึ้น จนอาจเป็นการกระทำผิดกฎหมายที่ร้ายแรงขึ้นจนต้องเข้าสู่กระบวนการยุติธรรมและเข้าสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนในที่สุด (คาราณิ พฤกษยาชีวะ, 2548, หน้า 2)

จากการศึกษาในนักศึกษาอาชีวศึกษาพบว่า ทักษะคิดต่อการทะเลาะวิวาทเป็นตัวพยากรณ์ที่สำคัญนักศึกษาที่มีทัศนคติเชิงบวกต่อการทะเลาะวิวาทจะมีพฤติกรรมทะเลาะวิวาทสูง นอกจากนี้ยังพบว่าทัศนคติต่อการทะเลาะวิวาทมีความเกี่ยวข้องกับการคบเพื่อนนักศึกษาที่คบเพื่อนอย่างเหมาะสมจะมีทัศนคติเชิงบวกต่อการทะเลาะวิวาทในระดับต่ำ (ผ่องพรรณ แววิเศษ, 2534)

และนักศึกษาที่มีค่านิยมใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา มีผลต่อการทะเลาะวิวาทมากที่สุด (สุชินทร์ ปริศาสตร์ชัย, 2543) นอกจากนี้ยังพบว่านักศึกษาเองก็เชื่อว่าสาเหตุของการทะเลาะวิวาทที่สำคัญคือ ตัวนักศึกษาเองได้แก่อารมณ์สภาพจิตใจและความตึงเครียดของนักศึกษาซึ่งกำลังอยู่ในวัยรุ่น (วิสิทธิ์ คลังสิน, 2539; เตือนใจ ชาลี, 2539) ซึ่งสอดคล้องกับผลสำรวจของ เอแบคโพลล์ (2546) ที่สำรวจนักเรียนในระดับมัธยมและอาชีวศึกษาพบว่า นักเรียนชายถึงร้อยละ 49.70 ไม่มั่นใจว่า ตนเองจะสามารถควบคุมอารมณ์ได้ ถ้าหากมีความรู้สึกโกรธหรือบันดาลโทสะขึ้นมา จนนำไปสู่ ความขัดแย้งและใช้ความรุนแรง

การป้องกันความรุนแรงที่ดีประการหนึ่งคือ การปรับเปลี่ยนเจตคติและป้องกัน พฤติกรรมที่มีความรุนแรง ซึ่งการปรับเปลี่ยนดังกล่าวจำเป็นต้องอาศัยทฤษฎีและวิธีการต่าง ๆ การพัฒนาทักษะชีวิตเป็นแนวทางหนึ่งซึ่งองค์การอนามัยโลกเสนอไว้ เพื่อเป็น โปรแกรมป้องกัน ความรุนแรง (WHO, 2002) การมีทักษะชีวิตที่ดีจะช่วยให้กระทำสิ่งต่าง ๆ ได้ดี สามารถคิด วิเคราะห์ จัดการกับปัญหา มีทักษะทางสังคมในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น โดยจุดมุ่งหมายพื้นฐานของ ทักษะชีวิตคือ การช่วยให้เด็กและเยาวชนมีความสามารถในด้านต่าง ๆ คือ การป้องกันการถูกรังแก การเอาตัวรอด การส่งเสริมสติปัญญาการเพิ่มความไว้วางใจในตนเองและผู้อื่นตลอดจน มีความภูมิใจในตนเอง (WHO, 2002) สำหรับประเทศไทยมีหลายหน่วยงานที่นำทักษะชีวิตมา ประยุกต์ใช้ทั้งนี้มีจุดเริ่มต้นมาจากการหาแนวทางป้องกันและแก้ไขพฤติกรรมเกี่ยวกับยาเสพติด และพฤติกรรมของเยาวชนในสถานศึกษา (กรมสุขภาพจิต, 2541)

วิทยาลัยสารพัดช่างชลบุรีเป็นสถานศึกษาแห่งหนึ่งที่เปิดสอนในสายอาชีวศึกษาและ จากรายงานของงานปกครอง และงานอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยาลัยสารพัดช่างชลบุรีพบว่า ในรอบ 5 ปี ที่ผ่านมามีการก่อเหตุทะเลาะวิวาทและทำร้ายร่างกายกันเป็นประจำ ซึ่งมักเป็นการทะเลาะวิวาท และมีการชกต่อยหรือมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เช่น การใช้วาจาและกิริยาที่ไม่สุภาพ การข่มขู่ เพื่อน การเล่นการพนัน การลักขโมย แต่ในปีการศึกษาที่ผ่านมาพบว่า การทะเลาะวิวาทของ นักเรียนมีอัตราที่เพิ่มขึ้นและมีความรุนแรงมากขึ้น มีการใช้อาวุธที่อันตรายเช่น มีดหรือปืน รวมถึง มีการชักชวนเพื่อนนอกสถานศึกษาเข้าร่วมก่อเหตุทะเลาะวิวาท ซึ่งเมื่อสอบถามถึงเหตุผลใน การก่อพฤติกรรมต่าง ๆ แล้วพบว่า เกิดจากการมองหน้ากัน การใช้วาจาข่มขู่ เรื่องจีบผู้หญิง ช่วยเหลือ เพื่อนและบางครั้งก็ว่างจากการเรียนไม่ทราบว่าจะทำอะไรและมีบางส่วนที่ตอบว่าไม่ทราบว่าเป็น ความผิดกฎระเบียบของโรงเรียน

การพัฒนาทักษะชีวิตด้วยกระบวนการให้การปรึกษา เป็นวิธีการหนึ่งในการพัฒนา นักเรียน ให้นักเรียนสามารถสร้างทักษะในการจัดการกับปัญหาและการตัดสินใจได้อย่างเหมาะสม โดยเฉพาะกระบวนการให้การปรึกษาดำเนินการตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ จะช่วยให้นักเรียนเกิดสติมีการรับรู้

เพิ่มขึ้น มีความรับผิดชอบ มีทักษะและความสามารถในการตัดสินใจแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้เนื่องจาก การให้การปรึกษาด้านแนวทฤษฎีเกสตัลท์ เป็นการมุ่งเน้นให้ผู้รับการปรึกษาเกิดสติรู้และเข้าใจ ตนเอง มีความรับผิดชอบ รู้จักเลือกอย่างเหมาะสม เพิ่มความภาคภูมิใจ ช่วยพัฒนาตนเองให้ ดำรงชีวิตอย่างประสบความสำเร็จโดยไม่ต้องทำร้ายผู้อื่น (ดวงมณี จงรักษ์, 2549, หน้า 141-142) อีกทั้งการให้การปรึกษากลุ่มเป็นการให้การปรึกษาที่เหมาะสมกับนักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่น เป็นอย่างมาก เนื่องจากการนำวัยรุ่นที่มีปัญหาเหมือนกันมารวมกลุ่มกัน เพื่อช่วยแก้ปัญหา มีการยอมรับ และเข้าใจกัน ทำให้แต่ละคนมีกำลังใจที่จะเผชิญปัญหาและแก้ปัญหา (วัชร ทรัพย์มี, 2550) นอกจากนี้การให้การปรึกษากลุ่มยังเป็นการสร้างบรรยากาศ เพื่อให้เกิดการยอมรับเกิดความอบอุ่น เปิดโอกาสให้บุคคลได้เรียนรู้ ตระหนักถึงตนเองรวมทั้งได้ทดสอบ ตรวจสอบ สามารถเลือกวิธี แก้ปัญหาที่ดีที่สุดสำหรับตนเองและสามารถจัดการกับความยากลำบากอันอาจเกิดขึ้นได้ในอนาคต ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจวิธีการให้การปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ในการพัฒนาทักษะชีวิต ในการป้องกันความรุนแรงกับนักเรียนสายอาชีวศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตร วิชาชีพ (ปวช.) เพื่อให้มีเจตคติที่ดีต่อการไม่ใช้ความรุนแรงและเป็นการช่วยป้องกันหรือลดปัจจัย เสี่ยงในการมีพฤติกรรมที่รุนแรงของนักเรียน และทำให้นักเรียนสามารถเลือกแนวทาง ในการตัดสินใจและแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้อง แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมไม่เป็นอันตรายต่อตนเอง และผู้อื่นสามารถดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงของนักเรียนอาชีวศึกษาระดับ ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยสารพัดช่างชลบุรีด้วยการให้การปรึกษากลุ่มตาม แนวทฤษฎีเกสตัลท์

สมมติฐานของการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง
2. นักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎี เกสตัลท์มีทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงมากกว่านักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มควบคุมในระยะ หลังการทดลอง
3. นักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ มีทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงมากกว่านักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล

4. นักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์มีทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงในระยะหลังการทดลองมากกว่าในระยะก่อนการทดลอง

5. นักเรียนอาชีวศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์มีทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงในระยะติดตามผลมากกว่าในระยะก่อนการทดลอง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงของนักเรียนอาชีวศึกษาและเป็นแนวทางเสนอแนะต่อผู้ให้การศึกษานักจิตวิทยาผู้ที่เกี่ยวข้องด้าน การให้คำปรึกษาของโรงเรียนหรือวิทยาลัยได้นำเอาวิธีการให้การปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ไปใช้ เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2552 วิทยาลัยสารพัดช่างชลบุรี จำนวน 123 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยสารพัดช่างชลบุรีที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 1 อายุระหว่าง 15-17 ปี ปีการศึกษา 2552 ซึ่งทำแบบวัดทักษะชีวิตและมีคะแนนทักษะชีวิตอยู่ในระดับต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 สมัครใจเข้าร่วมในงานวิจัย จำนวน 24 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 12 คน

2. ตัวแปรที่ใช้ในการทดลอง

2.1 ตัวแปรต้น คือ วิธีการพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงและระยะเวลาการทดลอง

2.1.1 วิธีการพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรง ได้แก่

2.1.1.1 การให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์

2.1.1.2 วิธีปกติ

2.1.2 ระยะเวลาการทดลองเป็น 3 ระยะ

2.1.2.1 ระยะก่อนการทดลอง

2.1.2.2 ระยะหลังการทดลอง

2.1.2.3 ระยะติดตามผล

2.2 ตัวแปรตามคือ

2.2.1 ทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถของนักเรียนที่ประกอบด้วย ความรู้ เจตคติและทักษะในการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม รู้จักตนเองและควบคุมตนเองให้มีพฤติกรรมที่ถูกต้อง เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมและมีความสุข
2. ความรุนแรง หมายถึง ความคิด ความรู้สึก คำพูด หรือการกระทำที่เป็นการล่วงละเมิดสิทธิส่วนบุคคลของบุคคลอื่นหรือต่อตนเอง ทั้งทางกายวาจาจิตใจและทางเพศ โดยการใช้กำลังหรืออำนาจทางร่างกายข่มขู่และเป็นผลทำให้เกิดอันตราย หรือความทุกข์ทรมานทั้งทางร่างกายและจิตใจทั้งของตนเองและผู้อื่น
3. ทักษะชีวิตในการป้องกันความรุนแรงของนักเรียนอาชีวศึกษา หมายถึง ความสามารถของนักเรียนอาชีวศึกษาที่ประกอบด้วย ความรู้ เจตคติและทักษะในการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม รู้จักตนเองและควบคุมตนเองให้มีพฤติกรรมที่ถูกต้อง เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมและมีความสุข โดยที่ไม่มีการกระทำที่เป็นการล่วงละเมิดสิทธิส่วนบุคคลของบุคคลอื่นหรือต่อตนเอง ทั้งทางกายวาจาจิตใจและทางเพศ โดยการใช้กำลังหรืออำนาจทางร่างกายข่มขู่และเป็นผลทำให้เกิดอันตรายหรือความทุกข์ทรมานทั้งทางร่างกายและจิตใจทั้งของตนเองและผู้อื่น โดยมีองค์ประกอบ ดังนี้
 - 3.1 การตระหนักรู้ในตนเอง หมายถึง การรู้จักตนเอง เข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง และยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล
 - 3.2 การคิดวิเคราะห์ หมายถึง ความสามารถในการ แยกแยะข้อมูลข่าวสาร โดยผ่านการกลั่นกรอง ประเมินถึงคุณและโทษเพื่อใช้ประกอบการพิจารณาในปัญหาและสถานการณ์ต่าง ๆ รอบตัวได้อย่างสมเหตุสมผล
 - 3.3 การตัดสินใจและแก้ปัญหา หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ปัญหา สาเหตุ ปัญหา ทางเลือกของการแก้ปัญหา การวิเคราะห์ข้อดีและข้อเสียของทางเลือกสามารถตัดสินใจเลือกทางแก้ปัญหาที่เหมาะสม และลงมือแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม
 - 3.4 การสื่อสาร หมายถึง ความสามารถในการใช้คำพูด และท่าทางเพื่อสื่อข้อเท็จจริง ความรู้สึก ความคิดอย่างเหมาะสม กับบุคคล สถานที่ โดยสามารถแสดงความคิดเห็น ความต้องการ การขอความช่วยเหลือ การขอร้อง การเตือนได้อย่างเหมาะสม

3.5 การจัดการกับอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการเข้าใจ รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง มีเทคนิควิธีการควบคุมอารมณ์และจิตใจ รวมทั้งการผ่อนคลายตนเองจากภาวะกดดันของสถานการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ

3.6 การเห็นใจผู้อื่น หมายถึง ความสามารถในการรับรู้และเข้าใจความต้องการของบุคคลอื่น การมีความรู้สึกที่ดีต่อกันและเห็นในความดีงามของบุคคลอื่นและสิ่งแวดล้อมรอบตัว

4. การให้คำปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการเพื่อช่วยเหลือให้แก่ผู้รับคำปรึกษาที่มีปัญหาหรือความต้องการคล้ายคลึงกัน ได้พัฒนาและปรับปรุงตนเองโดยการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันภายใต้บรรยากาศที่ไว้วางใจการยอมรับและความเข้าใจอันนำไปสู่การพัฒนาทางจิตใจและมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและเกิดความรับผิดชอบต่อการกระทำของตน

5. การให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์ หมายถึง การจัดกระบวนการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบเกสตัลท์ ซึ่งผู้วิจัยนำมาใช้ในการให้การปรึกษาแก่กลุ่มทดลอง เพื่อให้นักเรียนได้ค้นพบตัวเองเห็นคุณค่าในตนเอง พึ่งตนเองได้ มีความรับผิดชอบต่อการตัดสินใจและการกระทำของตนเอง สามารถสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นได้ดีสามารถตัดสินใจและแก้ไขปัญหาด้วยความเหมาะสม โดยไม่ต้องใช้ความรุนแรงควบคุมตนเองให้มีพฤติกรรมที่ถูกต้องและเหมาะสม โดยใช้เทคนิคต่าง ๆ ดังนี้ คือ การอยู่กับความรู้สึกนั้น การแสดงพฤติกรรมตรงข้าม บทบาทสมมติ การจินตนาการ การแสดงการกล่าวโทษผู้อื่นรวมถึงการฝึกการอยู่กับความรู้สึกนั้น การฝึกหลักที่หนึ่งและเดี๋ยวนี้ โดยมีกระบวนการ 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้นการให้การปรึกษา เป็นขั้นตอนของการสร้างสัมพันธภาพที่ดี ระหว่างผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษา เพื่อให้ผู้รับการปรึกษา เกิดความรู้สึกอบอุ่นคุ้นเคยมีความรู้สึก ว่าตนเองเป็นที่ยอมรับและได้รับการเอาใจใส่ มีความไว้วางใจ และสามารถแสดงความรู้สึกออกมาอย่างเสรี ผู้ให้การปรึกษาต้องมีความจริงใจ และเข้าใจผู้รับการปรึกษา เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความมั่นใจที่จะเปิดเผยตนเองมากขึ้น

ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินการให้การปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้ให้การปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษา เพื่อช่วยเหลือผู้รับการปรึกษา โดยใช้เทคนิคต่าง ๆ ได้แก่ การอยู่กับความรู้สึกนั้น การแสดงพฤติกรรมตรงข้าม บทบาทสมมติ การฝึกหลักที่หนึ่งและเดี๋ยวนี้ การใช้คำถาม “อะไร” และ “อย่างไร” แทนคำถาม “ทำไม” เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาพัฒนาทักษะชีวิตในด้านต่าง ๆ ได้ดีขึ้น

ขั้นที่ 3 ขั้นยุติการให้การปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้รับการปรึกษาสรุปปัญหาต่าง ๆ และหาแนวทางแก้ไขปัญหาและผู้ให้การปรึกษาจะสรุปเพิ่มเติม ให้กำลังใจ เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาดำเนินการแก้ไขปัญหาต่อไปหลังจากนั้นจะมีการนัดหมายผู้รับการปรึกษาเพื่อพบกันครั้งต่อไป

6. นักเรียนอาชีวศึกษา หมายถึง บุคคลที่กำลังศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยสารพัดช่างชลบุรีที่มีอายุระหว่าง 15-17 ปี

7. กลุ่มทดลอง หมายถึง นักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 ที่ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์

8. กลุ่มควบคุม หมายถึง นักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 ที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์แต่ใช้วิธีปกติตามที่วิทยาลัยจัด

9. วิธีปกติ หมายถึง วิธีการที่ผู้ให้การปรึกษานักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพเข้าเรียน ทำกิจกรรมต่างๆ ของโรงเรียนและดำเนินชีวิตตามปกติ โดยไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์