

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้รวบรวมเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องตามหัวข้อดังนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียน
 - 1.1 ความหมายของพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียน
 - 1.2 สาเหตุของพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียน
 - 1.3 การแก้ไขพฤติกรรมก่อนนอน
 - 1.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียน
2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
 - 2.1 ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
 - 2.2 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
3. ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง
 - 3.1 ความเป็นมาและแนวคิดพื้นฐาน
 - 3.2 ความเชื่อเกี่ยวกับความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง
 - 3.3 จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง
 - 3.4 ลักษณะบทบาทและหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง
 - 3.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง
4. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม
 - 4.1 ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม
 - 4.2 จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม
 - 4.3 ประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่ม
 - 4.4 ขนาดของกลุ่มที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม
 - 4.5 ขั้นตอนของกระบวนการกลุ่ม
 - 4.6 เวลาและจำนวนครั้งในการเข้าร่วมกลุ่ม
 - 4.7 กิจกรรมที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม

5. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสังเกต

- 5.1 ความหมายและจุดมุ่งหมายของการสังเกต
- 5.2 หลักในการสังเกตพฤติกรรม
- 5.3 หลักการบันทึกพฤติกรรม
- 5.4 วิธีการเสนอข้อมูลที่ได้จากการบันทึกพฤติกรรม
- 5.5 ประโยชน์ของการสังเกตและการบันทึกพฤติกรรม

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก่อนวัยเรียน

ความหมายของพฤติกรรมก่อนวัยเรียน เฮร์เบิร์ต (Herbert. 1978)

ให้ความหมายของพฤติกรรมก่อนวัยเรียนว่า หมายถึง การที่ได้รบกวน ตะโกน แย่เหยยู่ผู้อื่น พุดผิดกาลเทศะ ลุกออกจากที่นั่ง ไม่เชื่อฟังและต่อต้าน ซึ่งสอดคล้องกับความหมายของ การ์ดเนอร์ (Gardner. 1979) ดังนี้คือ พฤติกรรมออกจากที่นั่งขณะทำงาน หรือลุกออกจากโต๊ะก่อนงานเสร็จ ตีกัน ส่งเสียงดังขณะเรียน แย่เหยยู่เพื่อน

สว่น รอส (Ross. 1981) ให้ความหมายของพฤติกรรมก่อนวัยเรียนไว้ดังนี้คือ

1. การพุดโดยไม่ได้รับอนุญาต
2. การลุกจากที่นั่ง
3. การเดินไปมา
4. การขว้างปาวัตถุสิ่งของ
5. การทำเสียงดัง

เอสสา (Essa. 1990) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมก่อนวัยเรียนว่า

หมายถึงพฤติกรรมที่เด็กพุดหรือกระซิบกับเด็กอื่น หัวเราะ พุดหรือรำพึงคนเดียว ตะโกนในห้องเรียน ดันหรือผลักเพื่อน ๆ เล่นกับเพื่อนเสียงดัง เล่นของเล่นเสียงดัง ลุกเปลี่ยนที่ ลุกขึ้นและเดินรอบ ๆ ห้อง ลุกออกจากห้อง วิ่งรอบ ๆ ห้อง และทิ้งสิ่งของลงบนพื้นทำให้เกิดเสียงดัง

พรชูลี อาชาอำรุง และสงบ ลักษณะ (2519 : 49 – 55) กล่าวว่า ลักษณะของเด็กที่มีพฤติกรรมรบกวนความสงบ ความเป็นระเบียบในห้องเรียน มีดังนี้ พุดตะโกนเสียงดัง ชอบทำเสียงดังโดยการกระแทกของ ทุบโต๊ะ ทำเก้าอี้ลั่น ยกเก้าอี้ทุ่ม เดินออกจากห้องเรียน เดินไปมารอบ ๆ ห้อง รบกวนการทำงานของเพื่อนโดยการแย่เหยยู่ และยื้อยุดคุดมือเพื่อขัดขวางการทำงานของเพื่อน

ผดุง อารยวิญญู (2528 : 14) กล่าวว่า ลักษณะพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนา ได้แก่

ก่อความวุ่นวาย ก่อปัญหา ผันกลางวัน เกียจคร้าน ไม่ทำงานที่ได้รับมอบหมาย มีความวิตกกังวลหวาดกลัว โหดร้าย ก้าวร้าว พุดผิดปกติ ซึ่บ่น เหลวไหล ไม่เอางาน ไม่อยู่นิ่ง เคลื่อนไหวอยู่เสมอ

แสงวี ศุภกิจ (2531) ให้คำจำกัดความของพฤติกรรมก่อกรวนในชั้นเรียน หมายถึง การแสดงพฤติกรรมของนักเรียนดังต่อไปนี้

1. ลุกจากที่นั่ง โดยการยืน วิ่ง และเดินรอบห้องเรียน โดยไม่ได้รับอนุญาต
2. คุยกับเพื่อนในชั้นเรียน
3. แหย่เพื่อนโดยใช้อวัยวะส่วนหนึ่งของร่างกายไปกระทบร่างกายเพื่อน

กระทบโต๊ะเรียน หรือสิ่งของใด ๆ บนโต๊ะของเพื่อนในชั้นเรียน

4. เล่นกับเพื่อน หรือสิ่งอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องกับการเรียน
5. ทำเสียงดังโดยการเปล่งเสียงออกจากลำคอ หรือสิ่งของ หรืออวัยวะส่วนใดส่วน

หนึ่งของร่างกาย เช่น ตะโกน หัวเราะเสียงดัง กระตืบเท้า เป็นต้น

รัชนี ดันติเสวี (2533) ให้ความหมายของพฤติกรรมก่อกรวนในชั้นเรียนไว้ดังนี้คือ

1. การลุกจากที่นั่ง หรือการเดิน หรือการวิ่งไปมารอบ ๆ ห้องเรียน โดยไม่ได้รับอนุญาต
2. คุยกับเพื่อน
3. แหย่หรือรังแกเพื่อนโดยใช้อวัยวะส่วนหนึ่งของร่างกายไปกระทบร่างกายเพื่อน

กระทบโต๊ะเรียน

4. เล่นกับเพื่อน หรือวัตถุสิ่งของที่ไม่เกี่ยวข้องกับการเรียนในชั้นเรียน
5. ทำเสียงดัง โดยการเปล่งเสียงออกจากลำคอ หรือโดยการใช้สิ่งของ หรือส่วนใด

ส่วนหนึ่งของร่างกาย เช่น การตะโกน การทำเสียงดัง การทุบโต๊ะ ผิวปาก เป็นต้น

ประภาพรพรณ นาคข้าพันธุ์ (2537 : 6) ให้ความหมายของพฤติกรรมก่อกรวนในชั้นเรียนไว้ดังนี้

1. พฤติกรรมก่อกรวนในชั้นเรียนขณะที่ครูสอน ได้แก่
 - 1.1 ลุกเดินไปเดินมาโดยไม่ได้รับอนุญาต
 - 1.2 คุยเสียงดัง
 - 1.3 เล่นของเล่น
 - 1.4 เคาะโต๊ะ
 - 1.5 ลากเก้าอี้

2. พฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนขณะที่ครูให้งานทำ ได้แก่

- 2.1 หยิบอุปกรณ์การเรียนของเพื่อนโดยไม่ได้รับอนุญาต
- 2.2 ดัดหรือดึงหูเพื่อน
- 2.3 ปิดมือเพื่อนเวลาทำงาน
- 2.4 ร้องเพลงเสียงดัง

สรุปลักษณะของเด็กที่มีพฤติกรรมก่อนกวน คือ เด็กที่แสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสมในขณะเรียนหนังสือ ในชั้นเรียน ซึ่งได้แก่คุยกับเพื่อนเสียงดัง การพูดแทรกนอกเรื่องที่สอน หยอกล้อและแกล้งเพื่อน ร้องเพลงและเคาะโต๊ะ นั่งโยกเก้าอี้และ ลากเก้าอี้ เสียงดัง หยิบอุปกรณ์การเรียนของเพื่อนโดยไม่ได้รับอนุญาต ดัดหรือดึงหูเพื่อน ปิดมือเพื่อนเวลาทำงาน เตะเพื่อน แหย่หรือรังแกเพื่อน โดยใช้ข้อวิยะส่วนหนึ่งของร่างกายไปกระทบร่างกายเพื่อน กระแทกโต๊ะเรียน พฤติกรรมเหล่านั้นเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และไม่ต้องการของสังคม อันจะสร้างปัญหาให้แก่นตนเองและผู้อื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งจะส่งผลกระทบต่อผลการเรียนของเด็ก ทำให้ผลการเรียนไม่เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการ

สาเหตุของพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียน สมพร สุทัศน์ีย์ (2523 : 45) กล่าวว่า เด็กที่มีพฤติกรรมก่อนกวนนั้นมีสาเหตุมาจาก

1. เรียกร้องความสนใจเพราะขาดความเอาใจใส่จากพ่อแม่ พ่อแม่มีงานมากเกินไป
2. ขาดความรักความอบอุ่น
3. พ่อแม่รักตามใจ และปกครองลูกไม่เป็น
4. พ่อแม่ไม่ค่อยอยู่บ้าน มักปล่อยให้เล่นตามลำพังเสมอ
5. ไม่มีเพื่อนเล่น
6. มีความคับข้องใจเพราะพ่อแม่บังคับมากเกินไป

รุ่งทิพย์ ยอดประดู่ (2537 : บทคัดย่อ) กล่าวถึงสาเหตุที่เด็กเกิดพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียน ดังนี้ พฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนมีสาเหตุจากลักษณะส่วนตัวของเด็กที่พัฒนาบุคลิกภาพไม่เหมาะสมและสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูไม่เหมาะสมและการคบเพื่อนครอบครัวแตกแยก

การแก้ไขพฤติกรรมก่อนกวน สมพร สุทัศน์ีย์ (2523 : 45) ได้เสนอวิธีการแก้ไขพฤติกรรมก่อนกวนของเด็กไว้ดังนี้

1. ครูจะไม่ให้ความสนใจแก่พฤติกรรมที่รบกวนห้องเรียน นอกเสียจากว่าเป็นพฤติกรรม ที่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน

2. เมื่อมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ก็ให้ความสนใจหรือให้สิ่งที่เด็กพอใจ

3. อาจจะฝึกให้นักเรียนควบคุมตนเอง โดยการตั้งเกณฑ์ไว้ว่าควรมีพฤติกรรมก่อ
กวนได้กี่ครั้งในเวลาที่กำหนด

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน

งานวิจัยต่างประเทศ

โบลตาด และจอห์นสัน (Boldstad and Johnson. 1972 : 443-454) ใช้
กระบวนการควบคุมตนเองในการลดพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียนเกรด 1 และ 2
จำนวน 38 คน ที่มีพฤติกรรมก่อกวน อันได้แก่ พูดคุยเสียงดัง การทำเสียงดังโดยไม่ได้รับ
อนุญาต ตีเพื่อนในชั้นเรียน ลูกจากที่นั่งหรือวิ่งเล่นในชั้นเรียน ผล ปรากฏว่า การฝึกกระบวนการ
การควบคุมตนเองมีประสิทธิภาพในการลดพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนมากกว่าการเสริมแรง
จากภายนอก และปีถัดมา แครบแมน , สไปตลิ่ง และโอเลียร์ (Drabman, Spitaling and
O'Leary. 1973 : 10-15) ได้ใช้วิธีสังเกตและประเมินตนเองปรับพฤติกรรมก่อกวนใน
ชั้นเรียนของเด็กชายอายุ 9-10 ปี จำนวน 7 คน ผล ปรากฏว่า พฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน
ลดลง

ดราบแมน และลาเฮย์ (Drabman and Lahey. 1974 : 591-598) ได้ศึกษาผล
ของการใช้ข้อมูลย้อนกลับในการปรับพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียน ผลการศึกษา
พบว่า การให้ข้อมูลย้อนกลับจากกลุ่มเพื่อนและครูทำให้พฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียน
ลดลง

นอกจากนี้ อเล็กซานเดอร์ และแอปเฟิล (Alexander and Apfel. 1976 : 97-99)
ได้ให้ตารางการเสริมแรงประเภทต่าง ๆ เพื่อปรับพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียนอายุ
ระหว่าง 7-13 ปี จำนวน 5 คน ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของ
นักเรียนลดลง และพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนเพิ่มขึ้น ร้อยละ 62 เป็นร้อยละ 92 ของ
เวลาเรียนทั้งหมด

เดอเอสช์ (DeEsch. 1979 : 117-122) ได้ทำการศึกษาวิจัยผลของการปรึกษาเชิง
จิตวิทยาแบบกลุ่มกับนักเรียน กับนักเรียนเกรด 7 ถึงเกรด 10 ทางตะวันออกของรัฐเพนซิล
วาเนีย ซึ่งมีพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนและถูกส่งตัวไปยังห้องปกครองอยู่เสมอ โดยผ่าน
กระบวนการของ การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีการประชุมกลุ่มประมาณ 10 สัปดาห์ ๆ
ละ 1 ครั้งจำนวน 10 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง ซึ่งนักเรียนจะมีโอกาสได้ประสบกับความรู้สึก
รับผิดชอบต่อพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของตน ผลการศึกษาวิจัยพบว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

แบบกลุ่มช่วยให้พฤติกรรมก่อหวดในชั้นเรียนของนักเรียนลดลง และทำให้อัตมโนทัศน์ของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก่อหวดในชั้นเรียนเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 นอกจากนี้ยังพบว่าหลังจากนักเรียนที่มีพฤติกรรมก่อหวดในชั้นเรียนได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแล้วจะมีการถูกส่งตัวไปยังห้องปกครองมีจำนวนลดน้อยลงกว่าได้รับการก่อนได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม และในระยะติดตามผลก็ยังพบว่า การส่งตัวนักเรียนไปยังห้องปกครอง ยังลดน้อยลงไปเรื่อย ๆ

งานวิจัยภายในประเทศ

ประเทือง ภูมิภัทราคม (2529 : บทคัดย่อ) ศึกษาผลของการเสริมแรงทางบวกปรับพฤติกรรมก่อหวดในชั้นเรียน ในห้องเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 การศึกษาในแง่ของการแผ่ขยายข้ามพฤติกรรมสถานการณ์ การคงอยู่ของพฤติกรรมกลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 15 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม ในแต่ละกลุ่มจะมีนักเรียนชาย 3 คน และนักเรียนหญิง 2 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองดีกว่าในกลุ่มควบคุมในเรื่องการแผ่ขยายข้ามพฤติกรรม การแผ่ขยายข้ามพฤติกรรมตามช่วงเวลา การแผ่ขยายข้ามพฤติกรรมสถานการณ์ และการแผ่ขยายข้ามพฤติกรรมสถานการณ์ เวลา ส่วนการแผ่ขยายข้ามสถานการณ์และผลของการคงอยู่ของพฤติกรรมนั้น นักเรียนในกลุ่มควบคุมดีกว่านักเรียนในกลุ่มทดลอง

อรนงค์ วิทยานิพนธ์ (2533 : 48) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบการควบคุมตนเองและการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มที่ดีต่อพฤติกรรมก่อหวดในห้องสมุดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดใหม่ช่องลม กรุงเทพมหานคร จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม ๆ ละ 8 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการควบคุมตนเอง และกลุ่มที่ได้รับการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม ทั้งสองวิธีให้ผลไม่แตกต่างกัน

ธนะ สันติสวัสดิ์ (2535 : 44) ได้ศึกษาผลของการเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกัน เพื่อลดพฤติกรรมก่อหวดในชั้นเรียน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนตั้งวิรุฬหารธรรม กรุงเทพมหานคร โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง 14 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม ๆ ละ 7 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกัน โดยการเสริมแรงแบบเว้นระยะ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองที่ใช้วิธีการเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกันโดยการเสริมแรงแบบเว้นระยะ ทำให้พฤติกรรมก่อหวดในชั้นเรียนของนักเรียนลดลงมากกว่าการใช้วิธีการเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกันโดยการเสริมแรงแบบต่อเนื่อง

รุ่งทิพย์ ยอดประดู่ (2537 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาสาเหตุที่ทำให้นักเรียนที่มีพฤติกรรมก่อวินในชั้นเรียน การป้องกันพฤติกรรมก่อวินในชั้นเรียน และวิธีการดำเนินการช่วยเหลือแก้ไขปัญหาดังกล่าวจนการป้องกันพฤติกรรมก่อวินในชั้นเรียนในเด็กประถมศึกษา โดยใช้การศึกษารายกรณี กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนนาหลวงสังกัดกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2536 จำนวน 5 คน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ การสังเกต การบันทึกการสังเกต การสัมภาษณ์ การเยี่ยมบ้าน อัตชีวประวัติ บันทึกประจำวัน สังคมมิติ แบบสอบถาม ผลปรากฏว่าพฤติกรรมก่อวินในชั้นเรียนมีสาเหตุจากลักษณะส่วนตัวของเด็กที่พัฒนา บุคลิกภายนอกไม่เหมาะสม สิ่งแวดล้อม การอบรมเลี้ยงดูไม่เหมาะสม ครอบครัวแตกแยก การศึกษารายกรณีทำให้เด็กนักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น สามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม

นอกจากนี้ ประภาพรรณ นาคข้าพันธ์ (2537 : 66) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมเพื่อลดพฤติกรรมพฤติกรรมก่อวินในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนศรีประจันต์ จังหวัดสุพรรณบุรี โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง 16 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 8 คน เป็นกลุ่มทดลอง 8 คน กลุ่มควบคุม 8 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม กลุ่มควบคุมใช้การให้ข้อเสนอแนะ ผลการวิจัยพบว่านักเรียนกลุ่มทดลอง ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม มีกรรมพฤติกรรมก่อวินในชั้นเรียนลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกรรมพฤติกรรมก่อวินในชั้นเรียน สรุปได้ว่าวิธีการที่ผู้วิจัยได้นำมาใช้ในการปรับพฤติกรรมกรรมพฤติกรรมก่อวินในชั้นเรียน ได้แก่ การเสริมแรงทางบวก ซึ่งได้ศึกษาในแง่ของการแผ่ขยายข้ามพฤติกรรมสถานการณ์ และการคงอยู่ของพฤติกรรม การควบคุมตนเองและการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม การให้การเสริมแรงพฤติกรรมที่ขัดกัน การศึกษารายกรณี ผู้วิจัยสนใจที่จะใช้เทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงและการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อลดพฤติกรรมก่อวินในชั้นเรียนของนักเรียนโรงเรียนเทศบาล 4 (สิทธิไชยอุปถัมภ์) จังหวัดสมุทรปราการ

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีดังต่อไปนี้ เชอเชอร์ และสโตน (Shertaer and Stone. 1968 : 449) สรุปว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หมายถึง การให้คำปรึกษาที่บุคคลมีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเองในด้านใดด้านหนึ่งหรือต้องการที่จะ

แก้ปัญหาร่วมกัน มาปรึกษาหารือกันเป็นกลุ่มโดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วยโดยใช้กลุ่มเป็นศูนย์กลางแทนการใช้ผู้นำกลุ่มเป็นศูนย์กลาง สมาชิกในกลุ่มจะเปิดโอกาสให้กลุ่มได้แสดงความคิดเห็นของตนเอง กล้าที่จะเผชิญกับปัญหา ได้ใช้ความคิดในการ แก้ปัญหาปรับปรุงตนเอง ทั้งยังได้รับฟังความคิดเห็นและความรู้สึกของผู้อื่น ให้ตระหนักว่าคนอื่นก็มีปัญหาเช่นเดียวกับเรา ไม่ใช่ตนเองมีปัญหาเพียงอย่างเดียว การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนี้ ทำให้สมาชิกทุกคนในกลุ่มเกิดความภาคภูมิใจว่า ตนเอง ก็มีส่วนร่วมและเป็นประโยชน์แก่กลุ่ม

โอไฮเซอร์ (Ohlser. 1970 : 31) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นการช่วยเหลือคนปกติให้ยอมรับปัญหาต่าง ๆ ของตนเอง และแก้ไขปัญหานั้น โดยนำความคิดหรือประสบการณ์ที่ได้จากกลุ่มมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันก่อนที่จะกลายเป็นปัญหาที่ร้ายแรง

เฮเซน และคนอื่น ๆ (Hesen and others. 1976 : 6) ให้ความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มว่า เป็นกระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาสร้างสัมพันธภาพกับผู้รับคำปรึกษาในกลุ่ม เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาในกลุ่มสำรวจตนเองและสำรวจสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับตนเอง พยายามแก้ไขปรับปรุงพฤติกรรมของตนเอง และสำรวจสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับตนเอง พยายามปรับปรุงพฤติกรรมของตนเองให้เป็นไปในทางที่ดีขึ้น

วัชร ทรัพย์มี (2533 : 104) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นกระบวนการที่บุคคลซึ่งมีความ ต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรือต้องการแก้ปัญหาใดปัญหาหนึ่ง ร่วมกันปรึกษาหารือซึ่งกันและกันเป็นกลุ่ม สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสแสดงความคิดเห็นของแต่ละคน ได้ระบายความรู้สึกขัดแย้งในจิตใจ ได้สำรวจตนเอง ฝึกการยอมรับตนเอง กล้าที่จะเผชิญปัญหาได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหา หรือปรับปรุงตนเอง ได้รับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่นและได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีความรู้สึกขัดแย้ง หรือมีความคิดเห็นเช่นเดียวกับตนเอง อย่างน้อยก็ยังมิให้ผู้ให้คำปรึกษาที่ยอมรับและเข้าใจ วิธีการใช้จะเปิดโอกาสให้ผู้รับ คำปรึกษาได้เสนอแนะความคิดเห็นต่าง ๆ ทำให้เขาภูมิใจที่ทำประโยชน์ให้แก่กลุ่มได้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ราตรี พัฒนรังสรรค์ (2522 : 114) ที่ว่า การให้คำปรึกษากลุ่มจะเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ระบายความรู้สึก อารมณ์ ทัศนคติ และปัญหาที่เขาเผชิญอยู่ ทำให้แต่ละคนในกลุ่มเข้าใจตนเองได้ว่าทำไมเขาจึงรู้สึกอย่างนั้น และได้มีโอกาสเรียนรู้ข้อมูล หรือทักษะที่จำเป็นในการแก้ปัญหาจะทำให้คนทุกคนเกิดความรู้สึกที่ดีต่อกัน

นอกจากนี้ วรรณา พรหมบุรมย์ (2521 : 25-26) และวัชร ฐาคำ (2524 : 118-119) สรุปลักษณะสำคัญของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มได้ดังนี้

1. ผู้ให้คำปรึกษามีปัญหาล้ายคลึงกัน ผู้รับคำปรึกษามีปัญหาชนิดเดียวกัน แต่สาเหตุต่างกัน หรือเหมือนกันก็ได้ จำนวน ผู้รับคำปรึกษาไม่ควรเกิน 8 คน
2. ผู้ให้คำปรึกษาทำหน้าที่เสมือนผู้นำกลุ่ม ไม่ใช่ประธานจะนำกลุ่มตามสภาพที่แท้จริงของกลุ่ม มีบทบาทต่าง ๆ กันในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง บาง ครั้งเป็นวิทยากร เป็นผู้ฟัง เป็นผู้ให้กำลังใจ กระตุ้นให้กลุ่มคิด และดำเนินการอภิปราย ตอนสังเกตความเคลื่อนไหวพร้อมที่จะแทรกตนเองเข้าร่วมเมื่อจำเป็น
3. บรรยากาศของกลุ่มต้องดำเนินไปอย่างอิสระ ปลอดภัย ยอมรับซึ่งกันและกัน ไม่ระแวง หลอกลวงกัน มีอิสระที่จะพูดและคิด
4. ทุกคนมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น และได้รับการสนับสนุนให้พูด ผู้รับคำปรึกษาทุกคนถือเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่ม
5. การได้ตอบและการให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ระหว่างผู้รับคำปรึกษาเป็นสิ่งจำเป็น และผู้รับคำปรึกษาทุกคนต้องมีโอกาสจะประเมินความกดดันต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับกลุ่มด้วยตนเอง สามารถตัดสินใจพิจารณาอะไรได้ฉลาดขึ้น ยอมรับผิดชอบ และเริ่มวิถีการดำเนินชีวิตใหม่ ๆ

จากความหมายและลักษณะของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม สรุปได้ว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นการสร้างกระบวนการเพื่อให้เกิดบรรยากาศแห่งการยอมรับ อบอุน และเป็นกันเอง เปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ และความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อกัน

อาภา จันทรสกุล (2533 : 2) กล่าวว่า คือการให้บริการปรึกษาตั้งแต่ 2 คน ขึ้นไปในเวลาเดียวกัน โดยผู้รับบริการปรึกษาจะมีปฏิสัมพันธ์เชิงจิตวิทยากับผู้ให้บริการปรึกษา สมาชิกทุกคนในกลุ่มมีบทบาททั้งเป็นผู้รับความช่วยเหลือ และเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือกลุ่ม ในแง่มุมต่าง ๆ กันไป การให้บริการปรึกษาเป็นกลุ่มโดยทั่ว ๆ ไป มีจุดเน้นที่การป้องกัน (Prevention) ปัญหาและการพัฒนาตนเองให้เต็มกำลังความสามารถมากกว่าการบำบัดแก้ไข และเน้นที่การแลกเปลี่ยนเปิดเผยถึงความรู้สึกต่อประสบการณ์มากกว่าการใช้สติปัญญา เหตุผล เป็นการรับฟังซึ่งกันและกันมากกว่าการชี้แนะสั่งสอน

อุษณีย์ ทองสรรธรรม (2538 : 23) ได้ให้ความหมายไว้ว่าหมายถึงกระบวนการของกลุ่มบุคคลที่มีปัญหา หรือความ ต้องการคล้าย ๆ กัน มาปรึกษานาหรือร่วมกัน ให้ความช่วยเหลือซึ่งกัน และกัน มีความเห็นใจ เข้าใจกัน ทำให้เกิดบรรยากาศแห่งการยอมรับ และเกิดความอบอุ่นใจ ซึ่ง สิ่งเหล่านี้มีผลต่อการแลกเปลี่ยนพฤติกรรมของสมาชิกในกลุ่ม ทำให้เข้าใจตนเอง ยอมรับตนเองและ ผู้อื่นดีขึ้น อันเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเองต่อไป

จากความหมายดังกล่าวสรุปได้ว่า เป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษา มีสมาชิกทั้งหมด 2 คนขึ้นไป มีความต้องการคล้าย ๆ กัน ต้องการจะปรับปรุงตนเองในด้านใดด้านหนึ่ง เข้าร่วมกันเพื่อปรึกษาหารือ และแก้ปัญหาาร่วมกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาซึ่งเป็นผู้มีความรู้ความสามารถ ประสบการณ์ในการให้คำปรึกษา สร้างสัมพันธภาพกับสมาชิกในกลุ่มมีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ปัญหา การแสดงความคิดเห็น การให้ความช่วยเหลือระหว่างสมาชิกในกลุ่ม มีความเห็นอกเห็นใจกัน สมาชิกมีโอกาสสำรวจและประเมินตนเอง สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง และปรับปรุงพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้น

จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม คอเรีย (Corey . 1981 : 8)

กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดังนี้

1. เพื่อเรียนรู้การวางใจตนเอง และผู้อื่น
2. เพื่อรู้จักตนเองและค้นหาเอกลักษณ์แห่งตน
3. เพื่อรับรู้ว่าคุณคนอื่นก็มีความต้องการ และมีปัญหาคคล้ายคลึงกับตน
4. เพื่อรู้จักตนเอง ยอมรับและสนใจในตนเองอันจะนำไปสู่การมีทัศนคติใหม่ต่อ

ตนเอง

5. เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการแสวงหาแนวทางแก้ไขปัญหา และมองหาวิธีลดความขัดแย้งในตนเอง

6. เพื่อเพิ่มความสามารถในการนำตนเอง การพึ่งตนเอง และความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคมที่อยู่

7. เพื่อกำหนดแผนสำหรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ต้องการ และรับผิดชอบที่จะปฏิบัติตามแผนที่วางไว้

8. เพื่อเพิ่มความไว้วางใจในการรับความรู้สึก

9. เพื่อเรียนรู้วิธีการโต้แย้ง หรือเผชิญกับผู้อื่นอย่างตรงไปตรงมาด้วยท่าทีที่เอื้ออาทรห่วงใย และจริงใจ

10. เพื่อผู้รับรู้การตัดสินใจเลือกของตนเอง และการรู้จักเลือกอย่างฉลาด

11. เพื่อการเรียนรู้การดำเนินชีวิตที่เป็นไปตามความมุ่งหวังของตนเอง ไม่ขึ้นอยู่กับความคาดหวังของผู้อื่น

12. เพื่อช่วยให้ค่านิยมที่ตนเองมีอยู่ชัดเจนขึ้น เรียนรู้ที่จะปรับพฤติกรรมของตนเองไปตามครรลองของค่านิยมนั้น

เคลแมน (Kelman. 1963 : 339-432) กล่าวถึง จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ ดังนี้

1. ทำให้สมาชิกแต่ละคนสามารถจัดความรู้สึกที่อยู่อย่างโดดเดี่ยวออกไปได้
2. ส่งเสริมการยกย่องนับถือตนเอง และมีการยอมรับตนเองมากยิ่งขึ้น
3. ช่วยให้ผู้คลุ้รู้จักปรับตัวและพัฒนาตนเอง
4. ช่วยให้สมาชิกแต่ละคนเรียนรู้ว่าจะเป็นตัวของตัวเองและกล้าแสดงความรู้สึกที่แท้จริงของตนเองได้
5. ทำให้เกิดความรับผิดชอบตนเองและแก้ปัญหาของตนเอง
6. ฝึกทักษะในการสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่น
7. ช่วยให้ผู้คลุ้เปลี่ยนเจตคติและพฤติกรรม
8. สามารถนำทักษะและความรู้ ความเข้าใจที่ได้จากกลุ่มไปปรับปรุงตนเองในชีวิตประจำวัน

วัชรีย์ ฐาคำ (2524 : 52) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มุ่งเน้นที่จะช่วยบุคคลในเรื่องต่อไปนี้

1. ให้สำรวจและประเมินตนเอง เป็นการเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองให้มากที่สุด
2. ให้สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง และนำตนเองได้ สามารถรับผิดชอบต่อตนเอง และสังคมได้

3. ให้สามารถนำสิ่งที่เรียนรู้ไปสู่การปฏิบัติ เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
ทิพยวรรณ กิตติพร (ม.ป.ป. : 2) ได้กล่าวถึง จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มพอสรุปได้ ดังนี้

1. เพื่อที่จะเรียนรู้ในการให้ความไว้วางใจแก่ตนเองและผู้อื่น
2. ให้รู้จักตนเองให้ดีขึ้น และพัฒนาความเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง
3. เพื่อให้ทราบถึงความต้องการและปัญหาของสมาชิกอื่น ๆ ที่คล้ายคลึงกัน
4. เพื่อช่วยให้มีการยอมรับตนเอง ความมั่นใจในตนเอง การเคารพตนเอง รู้จักตนเองได้ดีขึ้น
5. เพื่อหาแนวทางในการจัดการกับความขัดแย้งต่าง ๆ และสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้
6. เพื่อให้เข้าใจถึงความรับผิดชอบต่อตนเอง เป็นการให้แนวทางของตนเองที่ถูกต้องและปฏิบัติตนกับผู้อื่น

7. ให้เข้าใจในการเลือกทางของตนเอง และสามารถเลือกได้เป็นอย่างดี
8. เพื่อเรียนรู้ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบางอย่างให้เหมาะสมกับโครงการที่ตั้งไว้
9. เพื่อเรียนรู้ทักษะในการเข้าสังคมอย่างมีประสิทธิภาพ
10. เพื่อเรียนรู้ต่อความต้องการอารมณ์ และความรู้สึกของผู้อื่นได้ดี
11. เรียนรู้ในการเผชิญหน้ากับผู้อื่นด้วยความจริงใจ บริสุทธิ์ใจ และอย่างตรงไปตรงมา

12. หลีกเลียงจากการกระทำตามความคาดหวังของผู้อื่น มาเป็นเรียนรู้ที่จะประพฤติปฏิบัติตามความต้องการ และความคาดหวังของตนเอง

13. สามารถชี้ให้เห็นถึงค่านิยมของตนที่แท้จริง และสามารถบอกได้ว่าค่านิยมนั้น ๆ เหมาะสมกับตนเพียงใด

จากจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่าการให้คำปรึกษา แบบกลุ่มมีจุดมุ่งหมายที่จะช่วยให้บุคคลรู้จักและเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง กล้าเปิดเผยความรู้สึก ของตนเอง และพร้อมที่จะแก้ไขปรับปรุง และพัฒนาตนเองไปในทางที่ดีขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

พลังในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530 : 97) ได้กล่าวว่าในการดำเนินการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องรู้และเข้าใจที่จะนำพลังต่าง ๆ มาใช้ ดังนี้

1. ข้อผูกพัน (commitment) สมาชิกจะต้องยอมรับว่าต้องการที่จะรับคำปรึกษา เปิดเผยปัญหาของตนเอง ยอมรับที่จะแก้ไขและเปลี่ยนพฤติกรรม เมื่อรับคำปรึกษาจากกลุ่มไปแล้ว
2. ความรับผิดชอบ (responsibility) สมาชิกจะต้องรับผิดชอบตนเองในการแก้ปัญหา
3. การยอมรับ (acceptance) เมื่อสมาชิกได้รับการยอมรับจะเป็นผลให้แต่ละบุคคลเกิดความเคารพนับถือตนเอง และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเขาด้วย
4. ความดึงดูดใจ (attractiveness) จะทำให้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีอิทธิพลต่อสมาชิกเพิ่มขึ้น
5. ความรู้สึกเป็นเจ้าของ (belonging) เมื่อสมาชิกมีความรู้สึกเป็นเจ้าของกลุ่มจะเป็นผลดีต่อการช่วยเหลือกลุ่ม

6. ความปลอดภัย (security) เมื่อสมาชิกมีความรู้สึกปลอดภัยขณะที่อยู่ในกลุ่ม เขาจะมีความเป็นตัวของตัวเอง มีการอภิปรายปัญหาของตนเอง มีการยอมรับความคิดของสมาชิกอื่นที่แสดงต่อตัวเอง และสามารถแสดงความรู้สึกของตนต่อสมาชิกอื่น

7. ความเครียด (tension) การที่สมาชิกในกลุ่มมีความเครียด และความไม่พึงพอใจอยู่ในระดับที่พอเหมาะ จะเป็นแรงจูงใจที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม แต่ถ้ามีความเครียดมากเกินไป จะทำให้บุคคลไม่ได้ใช้ความสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ได้

8. ปทัสถานของกลุ่ม (group norm) เมื่อสมาชิกเข้าใจและยอมรับเงื่อนไขที่จำเป็นในการเข้ารับการปรึกษา เขาจะไม่ละเลยต่อปทัสถานของกลุ่ม เพราะสมาชิกต้องการได้รับความช่วยเหลือ และเขาไม่ต้องการให้ผู้อื่นมองข้ามเขาไปในแง่ของบุคคลที่แตกต่างจากสมาชิกอื่น ๆ ในกลุ่ม

ประโยชน์และคุณค่าของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม แกซดา (Gazda. 1967 : 306-307) ได้กล่าวถึงประโยชน์ คุณค่าและเอกลักษณ์ของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ดังนี้

1. สมาชิกในกลุ่มได้พบว่าคนอื่น ๆ ก็มีปัญหาเช่นเดียวกับเขาเหมือนกัน
2. การยอมรับ การสนับสนุนจากสมาชิกภายในกลุ่ม จะกระตุ้นให้สมาชิกในกลุ่มยอมรับในกลุ่มยอมรับที่จะเผชิญกับปัญหาของเขา
3. กลุ่มเป็นตัวแทนของสังคม เป็นที่ซึ่งสมาชิกทุกคนมีโอกาที่จะแสดงและทดลองพฤติกรรมบางอย่าง เช่นการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
4. สมาชิกแสดงพฤติกรรมและความรู้สึกของตน ตลอดจนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนได้จากที่ตระหนักถึงความปลอดภัย ความไว้วางใจสมาชิกอื่นภายในกลุ่ม
5. สมาชิกเรียนรู้ที่จะมีการให้และรับความช่วยเหลือ ตามบทบาทของตนภายในกลุ่ม
6. สมาชิกมีโอกาที่จะเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหาของสมาชิกคนอื่นด้วยการสังเกต
7. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมักจะทำให้สมาชิกในกลุ่มต้องการที่จะได้รับการช่วยเหลือเป็นรายบุคคล
8. บรรยากาศแห่งความเป็นกันเองของกลุ่ม ทำให้สมาชิกเป็นครอบครัวเดียวกัน ทำให้นำไปสู่การเปิดเผยปัญหาทางครอบครัว
9. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มได้ผลมากสำหรับวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่แสวงหาเอกลักษณ์ของตนและต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน
10. การที่ให้คำปรึกษาได้พบปะกับสมาชิกหลายคนในเวลาเดียวกัน ช่วยประหยัดเวลาและเปิดโอกาสแก่ผู้ให้คำปรึกษาได้ใช้เวลาสำหรับบุคคลอื่นได้ทั่วถึงยิ่งขึ้น

ประโยชน์และคุณค่าของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มใช้ได้ผลตั้งแต่ระดับประถมศึกษา จนถึงระดับอุดมศึกษา ซึ่งเป็นวัยที่เหมาะสมแก่การปลูกฝังบุคลิกภาพด้านต่าง ๆ สามารถให้คำปรึกษาได้หลาย ๆ คนในเวลาเดียวกัน เป็นการประหยัดเวลาของผู้ให้คำปรึกษา บรรยาการของกลุ่มจะทำให้สมาชิกรู้สึกปลอดภัย ไร้กังวล

ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง

ความเป็นมา และแนวคิดพื้นฐาน กลาสเซอร์ (Glasser : 1965) จิตแพทย์ชาวอเมริกัน เป็นผู้ริเริ่มการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง (reality approach to counseling) เขาเกิดในปี ค.ศ. 1925 ในสหรัฐอเมริกา จบปริญญาตรีทางวิศวกรรม ปริญญาโททางจิตวิทยาคลินิก และได้รับปริญญาแพทยศาสตรบัณฑิต เขามีประสบการณ์ในการทำงานด้านจิตเวชในโรงพยาบาลแห่งหนึ่งในสหรัฐอเมริกา ซึ่งขณะนั้นนิยมใช้วิธีการทางจิตวิเคราะห์ในการบำบัดรักษาคนไข้ กลาสเซอร์พิจารณาว่า ประสิทธิภาพของวิธีการแบบดั้งเดิมที่นิยมใช้รักษาคอนไซ่อนั้นไม่มีประสิทธิภาพเพียงพอ เขาจึงเริ่มหาทางพัฒนาวิธีการบำบัดแบบใหม่

ใน ค.ศ. 1957 เขาได้รับตำแหน่งหัวหน้าจิตแพทย์ประจำสถาบันยูวอาชญากร ในรัฐแคลิฟอร์เนีย เขาจึงได้พัฒนาวิธีการช่วยเหลือยูวอาชญากรเหล่านั้นด้วยวิธีของเขา โดยให้เด็กเกิดความรับผิดชอบ ให้เด็กวางแผนโครงการที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเขาเอง และสัญญาว่าจะดำเนินการตามโครงการนั้น เขาไม่ยอมรับข้อแก้ตัวใด ๆ ทั้งสิ้นของเด็ก ถ้าเด็กไม่ปฏิบัติตามสัญญา แต่พยายามหลีกเลี่ยงการลงโทษเด็ก ผลปรากฏว่าวิธีการของเขาได้ผลดี อัตราความไม่ซ้ำเติมของเด็กลดลงถึงร้อยละ 20

การให้คำปรึกษาแบบนี้ไม่จำเป็นต้องดำเนินการในห้องแนะแนว แต่ผู้ให้คำปรึกษาอาจจะทำหน้าที่เป็นครูของเด็ก ซึ่งเท่ากับตัวแบบของการเป็นคนที่มีความรับผิดชอบให้เด็กเห็น วิธีการของกลาสเซอร์เป็นวิธีการที่สามารถป้องกันปัญหาพฤติกรรมของเด็กได้เป็นอย่างดี และยังส่งเสริมให้เด็กมีความรับผิดชอบและฝึกทักษะในการหาเหตุผล ซึ่งการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงเป็นการผสมผสานระหว่างการให้คำปรึกษาแบบภวนิยม (existential approach) และการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ (relational emotion therapy) บางครั้งเรียกการให้คำปรึกษาแบบนี้ว่า การให้คำปรึกษาแบบพิจารณาความจริง (reality therapy)

การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง เป็นการให้คำปรึกษาที่เน้นพฤติกรรมปัจจุบันของผู้รับคำปรึกษา เพื่อที่จะพัฒนาพฤติกรรมใหม่ที่มีประสิทธิภาพและตอบสนองความต้องการของผู้รับคำปรึกษา ภายใต้บรรยากาศของความอบอุ่น และการยอมรับ และในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้น ผู้รับคำปรึกษาจะเป็นผู้วางแผนหรือวางโครงการภายหลังที่ได้ประเมินพฤติกรรมของตนเองอย่างมีระบบและมีเหตุผล

วัชร ทรัพย์มี (2533 : 179 – 180) ได้กล่าวถึงความเป็นมาของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงว่า เกิดจากการที่กลาสเซอร์พิจารณาว่า ประสิทธิภาพของวิธีการดั้งเดิมที่นิยมใช้รักษาคณไว้กันอยู่นั้นยังไม่มีประสิทธิภาพพอ จึงเริ่มคิดหาทางพัฒนาวิธีการของเขาเอง โดยการเน้นฝึกให้เด็กมีความรับผิดชอบ ให้เด็กวางโครงการที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง และสัญญาว่าจะดำเนินการตามโครงการนั้น เขาจะไม่ยอมรับข้อแก้ตัวใด ๆ ของเด็ก ถ้าเด็กไม่ปฏิบัติตามสัญญา แต่พยายามหลีกเลี่ยงการลงโทษเด็ก ผลปรากฏว่าวิธีการนี้ใช้ได้ผลดี

ความเชื่อเกี่ยวกับความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง

สุดฤทัย มุขยวงศา (2533 : 11-13) ได้กล่าวถึงความเชื่อเกี่ยวกับความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ไว้ว่า มนุษย์แต่ละคนมีพลังแห่งการพัฒนางอกงาม โดยพื้นฐานแล้วบุคคลต้องการที่จะมีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ ต้องการแสดงพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ และมีความสัมพันธ์ที่มีความหมายกับบุคคลอื่น ๆ ซึ่ง กลาสเซอร์ ได้อธิบายว่าแรงจูงใจที่ทำให้บุคคลกระทำการใด ๆ เป็นสิ่งที่ถูกผลักดันมาจากภายในของบุคคลนั่นเอง ซึ่งจากประสบการณ์ของตนเอง และจากการอภิปรายร่วมกันกับบุคคลอื่น ๆ เขาพบว่าพฤติกรรมต่าง ๆ ของบุคคลถูกผลักดันด้วยความต้องการพื้นฐาน 5 ประการ ได้แก่ ความต้องการอยู่รอดตามธรรมชาติ ความต้องการความรักและความสัมพันธ์กับผู้อื่น ความต้องการอำนาจ ความต้องการเป็นอิสระ และความต้องการความสนุกสนาน การที่บุคคลจะตอบสนองความต้องการเหล่านี้ได้ก็โดยการเข้าไปเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับผู้อื่น ๆ ในสังคม ถึงแม้ว่ามนุษย์มีความต้องการพื้นฐานเหมือน ๆ กัน แต่มนุษย์ก็มีโลกส่วนตัวของเขาเองที่มีการพัฒนารูปแบบของการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของตนเองที่แตกต่างกัน ดังนั้นสิ่งที่สามารถตอบสนองความต้องการของบุคคลหนึ่งได้ อาจจะไม่สามารถตอบสนองความต้องการของอีกคนหนึ่งได้เช่นเดียวกัน

ความแตกต่างในการตอบสนองความต้องการพื้นฐานซึ่งประเมินได้จากความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับแต่ละคนมีต่อคนอื่น เป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลแต่ละคนพัฒนาความเป็นตัวของตัวเองและ

กำหนดเอกลักษณ์ของตนเอง (identity) ซึ่ง กลาสเซอร์ได้อธิบายถึงเอกลักษณ์ของบุคคลโดยแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

1. เอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ (success identity) เป็นเอกลักษณ์ที่บุคคลกำหนดหรือมองเห็นว่าตนเองมีความสามารถที่จะตอบสนองความต้องการของตนเองมีคุณค่าและมีความสำคัญต่อตนเองและผู้อื่น มีพลังในการจัดการต่อสภาพแวดล้อม มีความรับผิดชอบ และเชื่อมั่นในการดำเนินชีวิตของตนเอง และมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลที่เกี่ยวข้อง

2. เอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว (failure identity) บุคคลประเภทนี้มักจะกำหนดหรือประเมินตนเองไปในทางลบ จากการที่ไม่สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกับคนอื่น รู้สึกว่าตนเองไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่ต้องการ ไม่มีคุณค่า ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ ไม่มีความสามารถที่จะรับผิดชอบต่อตนเองหรือทำตามข้อกำหนดใด ๆ ไม่มีความหวังในการดำเนินชีวิตที่ดีกว่า ปล่อยให้สภาพแวดล้อม หรือบุคคลอื่นมีอิทธิพลและควบคุมชีวิต

การที่จะช่วยเหลือบุคคลโดยเฉพาะบุคคลที่มีลักษณะ หรือเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลวซึ่งไม่สามารถตอบสนองต่อความต้องการของตนเองได้ เช่นคนป่วยที่สิ้นหวัง คนที่เบื่อหน่ายชีวิต คนที่ติดยาเสพติด นักเรียนที่ไม่ประสบความสำเร็จในการเรียน เด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวก็คือการช่วยพวกเขาให้เปลี่ยนแปลงการกำหนดเอกลักษณ์ให้กับตนเองเสียใหม่โดยสอนเขาให้เข้าใจถึงระบบการควบคุมที่เขาใช้ควบคุมชีวิตตนเอง ให้เขายอมรับในพลังของตนเองที่จะกระทำในสิ่งที่ดีกว่าและเริ่มต้นด้วยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ที่จะช่วยให้เขาสามารถตอบสนองต่อความต้องการของตนเองได้

คมเพชร จิตรศุภกุล (2530 : 153) ได้กล่าวถึงธรรมชาติของมนุษย์ (view of human nature) ตามความเชื่อของกลาสเซอร์ที่ว่า มนุษย์มีความต้องการด้านจิตใจเพียงอย่างเดียวตั้งแต่เกิดจนตาย และไม่ว่าจะเป็นชนชาติใดก็จะมีความต้องการเหมือนกัน ซึ่งความต้องการดังกล่าวก็คือ ความต้องการมีเอกลักษณ์ (need for and identity) ซึ่งเป็นความต้องการของบุคคลที่อยากจะรับรู้ว่าตัวเรานั้นมีความแตกต่างจากบุคคลอื่น ๆ และแยกออกจากบุคคลอื่นในโลกนี้ กลาสเซอร์ มีความคิดคล้าย โรเจอร์ส (Rogers) ตรงที่ว่ามนุษย์มีความสามารถในการที่จะนำศักยภาพ (potential) ทั้งหมดออกมาใช้เพื่อการเรียนรู้และความเจริญงอกงาม บุคคลแต่ละคนจะมีความสามารถในการตัดสินใจ ด้วยตนเอง บุคคลจะทำอะไรก็ตาม ถ้าเขามองเห็นความสำคัญในการตัดสินใจมากกว่าความสำคัญของสถานการณ์ที่เขาเข้าไปเกี่ยวข้อง เขาก็จะเป็นผู้ดำรงชีวิตตนอย่างมีความรับผิดชอบ ประสบความสำเร็จ และมีความพึงพอใจในชีวิต กลาสเซอร์เชื่อว่า บุคคลจะเป็นอย่างไรต้องดูที่การกระทำของเขาและการที่เขาทำสิ่งต่าง ๆ ตามที่

เขาตัดสินใจด้วย ในกรณีที่การดำเนินชีวิตของเขาไม่เป็นที่พึงพอใจ เขาย่อมจะสามารถตัดสินใจใหม่ หรือตัดสินใจซึ่งแตกต่างไปจากเดิมได้ เพื่อให้สามารถทำสิ่งต่าง ๆ ที่จะช่วยให้เกิดความพึงพอใจได้ดีกว่าเดิม

นอกจากนี้ วัชร ทรัพย์มี (2533 : 180-182) ได้อธิบายการพิจารณามนุษย์และหลักการของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงดังนี้คือ

1. พิจารณามนุษย์ในแง่ดี ว่ามีความสามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและการวิจารณ์ญาณเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ เขาไม่เห็นด้วยกับแนวคิดของนักศึกษาบางคนที่เปรียบผู้เรียนเหมือนแจกันว่างเปล่า ซึ่งครูจะนำข้อเท็จจริงและแนวความคิดต่าง ๆ ไปใส่ให้ กลาสเซอร์เชื่อว่า ครูเปรียบเหมือนผู้จัดสภาพแวดล้อม หรือกระตุ้นให้ผู้เรียนได้ใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่ มนุษย์แต่ละคนมีความสามารถที่จะตัดสินใจด้วยตนเองมากกว่าขึ้นอยู่กับอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมหรือสภาพการณ์ต่าง ๆ มนุษย์มีแรงจูงใจที่จะประสบความสำเร็จ มีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรม ต่อตนเอง และมีสัมพันธภาพอันดีต่อผู้อื่น
2. การที่มนุษย์รู้สึกว่าคุณมีความสามารถที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ได้ หรือความรู้สึกว่าตนเองประสบความสำเร็จ จะสร้างกำลังใจให้บุคคลกล้าสู้ปัญหา การที่จะกระทำตนเองให้มีค่าขึ้นอยู่กับกระทำของบุคคลนั่นเอง ว่าทำสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จมากน้อยเพียงใด
3. การได้รับความรักและมีโอกาสให้ความรักแก่ผู้อื่น เป็นความต้องการของมนุษย์ บุคคลที่รักผู้อื่น และได้รับความรักจากผู้อื่นจะรู้สึกว่าตนมีค่า กลาสเซอร์พิจารณาความรักของบุคคลจากการกระทำมากกว่าความรู้สึก สำหรับชีวิตในโรงเรียนหรือชีวิตในวัยเรียน ความรักคือความรับผิดชอบต่อสังคมในอันที่เด็กยินดีช่วยเหลือผู้อื่นที่มีปัญหาด้านสังคมและการเรียน ความว่าเหว เป็นผลมาจากประสบการณ์ล้มเหลวในการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นด้วยความจริงใจ ซึ่งจะก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองและลดความคับข้องใจ
4. ปัญหาในการปรับตัวหลายประการเกิดจากการไร้ความสามารถในการสนองความต้องการของตนเอง อาการของการปรับตัวไม่ได้จะหายไปเมื่อบุคคลสามารถสนองความต้องการของตนเองได้ บุคคลที่ไม่สามารถสนองความต้องการ มีแนวโน้มที่จะบิดเบือนสภาพความเป็นจริง เขาจะตำหนิผู้อื่น และลืมนึกไปว่าเขามีความรับผิดชอบที่จะแก้ปัญหา โดยพิจารณาจากสภาพความเป็นจริง
5. แม้ว่าอารมณ์จะเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้แต่เหตุผลจะเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้พฤติกรรมของบุคคลมีประสิทธิภาพ และทำให้บุคคลมีประสิทธิภาพ และทำให้บุคคลประสบความสำเร็จ การปล่อยให้อารมณ์มาครอบงำ จะนำไปสู่ความล้มเหลว อารมณ์ส่งผลถึง

161225

372.146
S248
ค.2

พฤติกรรม ดังนั้นการที่จะปรับปรุงพฤติกรรมจึงจำเป็นต้องหลีกเลี่ยงอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม

6. หลักการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง เน้นพฤติกรรมในระดับจิตสำนึกเป็นพฤติกรรมที่ได้มีการวางแผนโครงการ ไม่ได้ปล่อยชีวิตให้ล่องลอย ไม่เน้นอดีต แต่เน้นปัจจุบันและอนาคต

7. องค์ประกอบที่ทำให้คนปรับตัวได้ดีคือ ความรับผิดชอบ ความเป็นจริง และการประเมินพฤติกรรม

จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง วัชร ทรัพย์มี (2533 : 183-184) ได้อธิบายว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงมีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้ถูกรับผิดชอบที่จะแก้ปัญหา และมีทักษะในการคิดแก้ปัญหาโดยเผชิญความจริง
2. ป้องกันไม่ให้ผู้ถูกลบปล่อยชีวิตให้ล่องลอย โดยสนับสนุนให้วางแผนโครงการในอนาคตและความมุ่งมั่นที่จะดำเนินการไปตามโครงการที่วางไว้
3. ส่งเสริมให้ผู้ถูกที่มีวุฒิภาวะ คือเป็นตัวของตัวเองและสามารถช่วยตนเองได้
4. ช่วยให้ผู้ถูกรู้จักตนเองว่าเขาเป็นใคร ต้องการอะไรในชีวิต
5. ช่วยให้ผู้ถูกค้นพบวิธีสนองตอบความต้องการของตนเองอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้นโดยไม่กระทบกระเทือนสิทธิของผู้อื่น
6. ให้บุคคลตระหนักในคุณค่าของตน โดยแนะแนวทางให้รู้จักวิธีสร้างสัมพันธภาพอันดีกับบุคคลอื่น ซึ่งจะก่อให้เกิดความรู้สึกว่าตนมีค่า
7. ช่วยบุคคลให้รู้จักประเมินค่านิยม รู้จักพิจารณาว่าอะไรถูกอะไรผิด สิ่งใดควรกระทำหรือพึงละเว้น

นอกจากนี้ สุดฤทัย มุขยวงศา (2533 : 15-16) ได้กล่าวถึงเป้าหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงว่า มีเป้าหมายในการช่วยบุคคลให้พิจารณา และกำหนดเป้าหมายหรือความต้องการของตนทั้งในปัจจุบันและในระยะยาวอย่างชัดเจน และช่วยให้เขาได้พิจารณาสิ่งที่เป็นอุปสรรคขัดขวางความก้าวหน้าไปสู่เป้าหมาย หาทางเลือกและรูปแบบของพฤติกรรมใหม่ เพื่อไปสู่เป้าหมายหรือความต้องการนั้น

พฤติกรรมที่จะทำให้บุคคลสามารถสนองความต้องการของตนเองได้ซึ่งเป็นเป้าหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงประกอบด้วย ความรับผิดชอบ (responsibility) การพิจารณาความจริง (reality) และความถูกต้อง (right) ความรับผิดชอบ (responsibility)

วัชรีย์ ทรัพย์มี (2533 : 227) กล่าวว่า คือการที่บุคคลสามารถตอบสนองความต้องการของตนซึ่งการกระทำนั้นจะต้องไม่กระทบกระเทือนสิทธิผู้อื่น บุคคลต้องมีความรับผิดชอบในการสนองความต้องการของตนเองโดยไม่มีข้อแก้ตัวถึงอุปสรรคในอดีต ปัจจุบันหรืออุปสรรคที่เกิดจากบุคคลอื่นเป็นผู้กระทำ กลาสเซอร์กล่าวว่าถ้าบุคคลไม่มีความรับผิดชอบก็จะเป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เราต้องสอนเด็กให้มีความรับผิดชอบที่ช่วยตนเองตั้งแต่เล็ก ๆ บุคคลยังมีความรับผิดชอบมากเพียงใดก็ยังมีสุขภาพจิตดีขึ้นเพียงนั้น

ความเป็นจริง (reality) บุคคลจะสามารถแก้ปัญหาของตนเองได้ถ้าเขาเผชิญสภาพความเป็นจริง พิจารณาสถานการณ์ต่าง ๆ ตามที่เป็นจริง และตระหนักถึงความจริง เขามีหน้าที่ต้องหาทางสนองความต้องการของเขาเอง โดยไม่กระทบกระเทือนสิทธิผู้อื่น แม้ว่าหนทางที่จะสนองความต้องการนั้นจะมีอุปสรรคขวางอยู่ก็ตาม

การประเมินพฤติกรรมที่แสดงออกว่าถูกต้องหรือไม่ถูกต้อง (right and wrong) บุคคลจะต้องรู้จักพิจารณาจากสิ่งถูกสิ่งผิด การประเมินพฤติกรรมและเป็นแนวกระตุ้นให้บุคคลเปลี่ยนพฤติกรรมไปสู่แนวทางใหม่ที่ถูกต้อง แม้ว่ากลาสเซอร์จะไม่ได้ตั้งขึ้นมาระบุว่าอะไรถูกอะไรผิดอะไรควรทำอะไรไม่ควรทำก็ตาม แต่เขาเชื่อว่าผู้ให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ควรสนับสนุนเรื่องของศีลธรรมจรรยาที่ยอมรับกันทั่วไป เช่น การคดโกงเป็นสิ่งไม่ควรทำ ความซื่อสัตย์เป็นสิ่งที่ถูกต้อง ในขณะที่เดียวกันผู้ให้คำปรึกษาก็ควรทำตัวอย่างที่ดีแก่ผู้รับบริการ เช่น สนใจห่วงใยทุกข์สุขของผู้อื่น ซื่อสัตย์ มีความมุ่งมั่นในการกระทำตามที่ได้วางโครงการไว้แล้ว

ฮานเซน, วอร์เนอร์ และสมิธ (Hansen, Warner and Smith. 1980 : 227) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงว่า เพื่อช่วยให้บุคคลเรียนรู้วิธีที่จะสนองความต้องการของตนเอง ตระหนักในคุณค่าของตนเองและบุคคลอื่น รู้จักการให้และการรับความรักจากผู้อื่น หัวใจสำคัญของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงก็คือการช่วยให้สมาชิกในกลุ่มมีความรับผิดชอบ และกล้าเผชิญกับความจริง

ลักษณะบทบาทและหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง วัชรีย์ ทรัพย์มี (2533 : 184) ได้สรุปเกี่ยวกับลักษณะและบทบาทของผู้ให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงดังนี้

1. เป็นผู้ติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ สนใจบุคคลอื่น ไม่ใช่เก็บตัวอยู่เฉพาะในห้องแนะแนวเท่านั้น
2. เป็นผู้มีความเชื่อว่า การให้บุคคลเผชิญความจริงเป็นวิธีการช่วยให้บุคคลเรียนรู้วิธีแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3. เป็นผู้ที่มีความตั้งใจจะเปิดเผยและอธิบายเรื่องต่าง ๆ กับผู้รับบริการตลอดจนให้ความอบอุ่น เป็นมิตร เปิดเผย มีความจริงใจ และมองโลกในแง่ดี
4. เป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบในการสนองความต้องการของตนเองโดยไม่ละเมิดสิทธิของบุคคลอื่น
5. ในการให้ความช่วยเหลือผู้รับบริการ ผู้ให้คำปรึกษาต้องสร้างสัมพันธภาพอันใกล้ชิดกับผู้รับบริการ
6. ผู้ให้คำปรึกษาจะสอนวิธีที่ควรประพฤติปฏิบัติแก่ผู้รับบริการ โดยการสอนโดยตรง ด้วยการเป็นตัวแบบให้ หรือโดยการสนทนากันในเรื่องจิปาละ ตั้งแต่ช่วงสดประจำวัน ชีวิตการทำงาน ศาสนา และประเด็นที่น่าสนใจต่าง ๆ
7. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับบริการจะช่วยกันวางโครงการเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง และสนับสนุนให้ผู้รับบริการมีความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติตามโครงการที่วางไว้ โดยไม่มีข้อแก้ตัวใด ๆ ทั้งสิ้น

นอกจากนี้ คมเพชร ชัตรศุภกุล (2530 : 162-163) ได้อธิบายถึงหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาว่า ผู้ให้คำปรึกษาจะมีลักษณะเป็นครูซักถามคำถามต่าง ๆ มากมายเกี่ยวกับพฤติกรรมปัจจุบันของผู้มีปัญหา คำถามเหล่านี้จะนำไปสู่การรับรู้ถึงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาการตัดสินใจของผู้มีปัญหา ตลอดจนการวางแผนชีวิตอย่างมีความรับผิดชอบ การพูดคุยสนทนาของผู้ให้คำปรึกษาจะมีลักษณะของความกระตือรือร้น จะพูดคุยเรื่องต่าง ๆ แม้จะไม่เกี่ยวข้องกับสิ่งที่ปัญหา บางที่จะใช้อารมณ์นั้นมาแทรก แต่ผู้ให้คำปรึกษาจะไม่ใช้คำพูดเยาะเย้ยเสียดสีผู้มีปัญหา ในกรณีที่ผู้มีปัญหะทำอะไรไม่สำเร็จและพยายามแก้ตัว ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้เทคนิคเผชิญความจริง เพราะเป็นการไม่ยอมรับข้อแก้ตัวในการช่วยให้บุคคลที่มีปัญหาพัฒนาความสามารถเกี่ยวกับบุคคลอื่น ๆ ได้นั้นผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีลักษณะต่าง ๆ ตามความคิดของกลาสเซอร์ดังต่อไปนี้

1. ผู้ให้คำปรึกษาต้องเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบ มีความอดทน มีความสนใจในสิ่งต่าง ๆ มีความแตกต่างจากคนอื่น ๆ และไวต่อความรู้สึกของผู้มีปัญหา
2. สามารถสนองความต้องการของตนเองได้ มีความเต็มใจในการที่จะแข่งขันหรือต่อสู้กับบุคคลอื่น ๆ
3. สามารถสื่อสารความเห็นอกเห็นใจ และการยอมรับให้ผู้ที่มีปัญหา เข้าใจได้ดี โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่มีปัญหาในเรื่องการที่เอกลักษณ์แห่งตนที่ล้มเหลว หรือผู้ที่อยู่อย่างโดดเดี่ยว

4. สิ่งที่สำคัญประการสุดท้ายคือ สามารถเข้าไปเกี่ยวข้องกับทางอารมณ์กับผู้ที่มีปัญหาได้ แต่จะต้องเป็นไปในลักษณะการช่วยเหลือไม่ใช่การทำลาย

ในทางตรงกันข้าม การใช้อารมณ์นั้นก่อให้เกิดอันตรายได้ในกรณีที่ไปกระทบกับปัญหาของผู้รับคำปรึกษา ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองภายในจิตใจของผู้รับคำปรึกษาและการกระทำให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกไม่พอใจ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง

งานวิจัยในต่างประเทศ แอบบอทท์ (Abbott. 1983 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของเด็กพิการเกรด 6, 7 และ 8 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนพิการ จำนวน 20 คน ซึ่งรู้สึกมีคุณค่าในตนเองต่ำ โดยแบ่งนักเรียนเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน กลุ่มทดลองใช้วิธีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง โดยใช้เวลารั้งละ 42-45 นาที กลุ่มควบคุมใช้วิธีการสอนในห้องเรียน โดยใช้ระยะเวลาเท่ากันกับกลุ่มทดลองในแต่ละครั้ง หลังจากการทดลองพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลอง รู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูงขึ้น

ฮาร์ท (Hart. 1986 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษา ผลของการใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ที่มีต่อพฤติกรรมของนักเรียนระดับประถมศึกษา ที่อยู่ในสภาพแวดล้อมทางการเรียนต่างกัน ในการศึกษาครั้งนี้มุ่งที่จะปรับปรุงพฤติกรรมการทำงาน การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน และการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียนของนักเรียนที่เรียนกับครูโดยตรงกับนักเรียนที่ทำงานในห้องทำงานอย่างอิสระ โดยคัดเลือกนักเรียนที่มีพฤติกรรมที่มีปัญหา เช่น คือด้าน ก้าวร้าว ไม่ทำงานตามที่มอบหมาย หนีเรียน ผลการศึกษาพบว่า การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง สามารถเพิ่มพฤติกรรมการทำงานของนักเรียนทั้งสองกลุ่มได้ ส่วนการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน และการมีปฏิสัมพันธ์กับครูนั้นไม่ปรากฏว่ามีการเปลี่ยนแปลงให้เห็นอย่างชัดเจน

ฮาร์วิส (Harris. 1992 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการบำบัดแบบเผชิญความจริง เพื่อทำนายพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่ได้มาจากการสุ่มอย่างเดียวยจำนวน 27 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มแรกใช้วิธีการบำบัดแบบเผชิญความจริง กลุ่มที่ 2 ควบคุมโดยใช้วิธีการให้ความรู้ ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดตัวทำนายพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ ได้แก่ความรู้สึกมีคุณค่าใน ตนเอง

การควบคุมตนเอง และการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ หลังการทดลองพบว่านักเรียนที่ได้รับการบำบัดแบบเผชิญความจริงมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น

งานวิจัยในประเทศ สุธฤทัย มุขยวงศา (2533 : 47-49) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยแนวความคิดแบบพิจารณาความเป็นจริงที่มีต่อนิสัยและทัศนคติในการเรียนของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 20 คน ซึ่งได้แบ่งนักเรียนเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน ผลการทดลองพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองได้คะแนนจากแบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียนหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

จันทร์รัตน์ ยี่รัมย์ศิริ (2536 : 4, 64) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนวิชาคณิตศาสตร์ จำนวน 16 คน แบ่งกลุ่มเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน ผลการทดลองพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลดลงมากกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ

พรทิพย์ อินทรโชติ (2536 : 4, 52) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมรังแกเพื่อน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่มีพฤติกรรมรังแกเพื่อน จำนวน 14 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน ผลการทดลองพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงมีพฤติกรรมรังแกเพื่อนลดลงมากกว่าการสอนแบบปกติ

ลักขณา ไสภา (2537 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อความรับผิดชอบด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบางมด สังกัดกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีความรับผิดชอบด้านการเรียนดีขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนมีความรับผิดชอบด้านการเรียนดีขึ้นหลังจากได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริง มีความรับผิดชอบด้านการเรียนดีกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จิราภรณ์ กลิ่นศรีสุข (2537 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบางปะกอกวิทยาคม กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่านักเรียนมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ลดลงหลังจากได้รับ

การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนมีพฤติกรรมสูญบุหรือลดลงหลังจากได้รับการให้ข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง มีพฤติกรรมการสูญบุหรือลดลงมากกว่านักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วุฒิชัย จงคำนึ่งศิลป์ (2538 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคลที่มีต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักเรียนระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพปีที่ 1 โรงเรียนเทคโนโลยีสยาม กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีการปรับตัวด้านการเรียนดีขึ้นหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริง และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลแบบเผชิญความจริง มีการปรับตัวด้านการเรียนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากการศึกษางานวิจัยทั้งในและต่างประเทศ จะเห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบแนวทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง สามารถปรับเปลี่ยน พัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคลให้เหมาะสมได้

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม บุหงา วชิระศักดิ์มงคล (2526 : 35) ได้กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง กิจกรรมใด ๆ ที่สมาชิกกลุ่มได้มีส่วนร่วมในการกระทำการสิ่งใดสิ่งหนึ่งร่วมกันเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง เนื่องจากมีโอกาสวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเองและผู้อื่นตลอดถึงได้วิเคราะห์สถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในกลุ่มโดยการช่วยเหลือ และสนับสนุนจากผู้นำกลุ่มตลอดเวลาที่ร่วมกระทำการกิจกรรมเหล่านั้น และมีผลทำให้บุคคลมีความเจริญงอกงามในทุก ๆ ด้าน จารุลักษณ์ พินพรมราช (2529 : 6) ได้กล่าวในทำนองเดียวกันว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง ประสบการณ์เรียนรู้ซึ่งได้มาจากการที่ผู้เรียนได้มีปฏิสัมพันธ์กัน มีส่วนร่วมมือในการแก้ปัญหาหรือกระทำการสิ่งใด สิ่งหนึ่งร่วมกัน และผู้เรียนแต่ละคนเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง โดยการวิเคราะห์พฤติกรรมของผู้เรียนและผู้เข้าร่วมกลุ่มที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ทำให้เกิดการเรียนรู้ในด้านการทำงานและด้านอื่น ๆ อันเป็นประโยชน์ต่อสมาชิกทุกคน

ผกา บุญเรือง (2525 : 1) กล่าวว่ากิจกรรมกลุ่ม หมายถึง ขบวนการที่เกี่ยวข้องกันของบุคคลภายในกลุ่ม ทั้งในด้านกาย วาจา อารมณ์ กิริยา ท่าทาง และบรรยากาศ ความรู้สึกนึกคิด ซึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลง มีการปรับตัว ปรับความสัมพันธ์ต่อกันที่ต่อเนื่องกันอยู่เสมอ ซึ่ง

ผลจากขบวนการกลุ่มนี้จะนำไปใช้ในการพัฒนาบุคคลในหลายด้าน ทั้งจะเป็นประโยชน์ในการสร้างเสริมความสัมพันธ์และปรับปรุงการทำงานของบุคคล ให้มีประสิทธิภาพ ยิ่งขึ้น

สวศักดิ์ โสฐ (2530 : 10) ได้สรุปว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง การจัดกิจกรรมขึ้นมา แล้วให้ทุกคนมีส่วนร่วมทั้งความคิดและลงมือกระทำภายในสถานการณ์ที่มีการยอมรับซึ่งกันและกัน เคารพกติกาของกลุ่มจนเกิดการพัฒนาความคิด ความเข้าใจ และพฤติกรรมของบุคคลอันเป็นผลต่อตนเองและคนอื่นที่จะอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างเป็นสุข

พัชรินทร์ เปรมสมาน (2538 : 5) ได้ให้ความหมายไว้ว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง กระบวนการจัดประสบการณ์ให้แก่ผู้เรียนได้เรียนรู้ด้วยตนเองโดยมีปฏิสัมพันธ์กันภายในกลุ่ม (group interaction) มีการร่วมมือกันในการกระทำสิ่งใดร่วมกัน อันก่อให้เกิดการลดพฤติกรรมก้าวร้าว โดยใช้เทคนิคต่าง ๆ ได้แก่ การแสดงบทบาทสมมติ การอภิปรายกลุ่ม การใช้กรณีตัวอย่าง การใช้สถานการณ์จำลอง

สำหรับความหมายของกิจกรรมกลุ่มนั้น โอlsen (Ohlsen, 1970 : 6-7) ได้สรุปความหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ 2 ประการ

1. กิจกรรมกลุ่มที่ผู้นำเป็นผู้ให้ข้อมูลรายละเอียดต่าง ๆ แก่สมาชิก หรือผู้นำการอภิปราย เพื่อที่สมาชิกได้บรรลุถึงความมุ่งหมายของกลุ่ม โดยปกติผู้นำในกลุ่มชนิดนี้จะให้ข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษา อาชีพ หรือสังคม และส่งเสริมให้สมาชิกในกลุ่มนำข้อมูลเหล่านั้นมาอภิปรายเพื่อประโยชน์สำหรับตน เช่น การปฐมนิเทศ การปัจฉินิเทศ หรือกิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดในช่วงเวลา เป็นต้น ในการทำกิจกรรมกลุ่มแบบนี้ ครูจะเป็นผู้ดำเนินการวางแผนงานกลุ่มให้สมาชิก
2. กิจกรรมกลุ่มต่าง ๆ ที่สมาชิกเป็นผู้ดำเนินการ คือผู้เรียนได้วางแผนร่วมกันจัดขึ้นเอง เช่น กลุ่มอภิปรายในเรื่องต่าง ๆ ที่ผู้เรียนสนใจหรือกิจกรรมเสริมหลักสูตร เป็นต้น

เรกอน และเชฟเพิร์ด (Ragon and Shepherd, 1971 : 197) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นการศึกษาถึงธรรมชาติของกลุ่ม เมื่อมนุษย์มารวมตัวกันซึ่งมีการศึกษาพฤติกรรมของสมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม โดยใช้วิธีการอภิปรายและประเมินผลร่วมกัน

จากความหมายของกิจกรรมกลุ่มดังกล่าวข้างต้น จึงสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้กับสมาชิกภายในกลุ่มได้ปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน ซึ่งจากการมีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม จะทำให้สมาชิกนำเอาประสบการณ์ที่ได้รับจากกลุ่มไปใช้ในการพัฒนาตนเอง ในด้านต่าง ๆ ตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้

จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม คมเพชร ฉัตรสุกกุล (2530 : 137-140) กล่าวถึงความมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ ดังนี้

1. เพื่อสร้างความเข้าใจตนเอง และอย่างถูกต้อง โดยปกติคนทั่วไปอาจจะคิดว่าตนเองมีความเข้าใจในตัวเอง ไม่จำเป็นต้องให้คนอื่นชี้แจงว่าตนเองเป็นคนอย่างไร ในทางจิตวิทยาแล้วมนุษย์ย่อมเข้าใจตนเอง แต่บางด้านอาจไม่เข้าใจตนเองได้ดีเท่าที่ควร หรือบางครั้งก็เข้าใจตนเองผิดพลาดได้ ทั้งนี้เพราะว่าแต่ละคนมีการปรับตัวกับสิ่งแวดล้อมโดยใช้กลวิธานแตกต่างกันไป ด้วยเหตุนี้กิจกรรมก็อาจช่วยมนุษย์ได้ โดยเป็นกระจกเงาสะท้อนให้เห็นภาพของตนเองทุก ๆ ด้าน

2. เพื่อสร้างความเข้าใจในบุคคลอื่น มนุษย์มีความต้องการที่จะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งคือความเข้าใจในสมาชิกของกลุ่ม ความเข้าใจในบุคคลอื่นจะทำให้เกิดการยอมรับพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมา ดังนั้นในการทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกันของสมาชิก จะเปิดโอกาสให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ลักษณะต่าง ๆ ของแต่ละคนได้เป็นอย่างดี

3. เพื่อสร้างความสามารถในการทำงานร่วมกันระหว่างสมาชิก ซึ่งนอกจากจะอาศัยความรู้ ความสามารถและประสบการณ์ของสมาชิกแต่ละคนแล้ว สิ่งที่สำคัญและมีความหมายต่อความสำเร็จคือความร่วมมือ ซึ่งถ้าขาดความร่วมมือที่ดีจะทำให้การทำงานของกลุ่มไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร ดังนั้นในการทำกิจกรรมกลุ่มจึงมีจุดมุ่งหมายที่จะเสริมสร้างคุณลักษณะที่ดีให้แก่สมาชิกกลุ่มให้มีทักษะที่จำเป็นต่อการทำงานร่วมกับผู้อื่น

เบนเนทท์ (Bennett, 1963 : 8-9) ได้สรุปจุดมุ่งหมายโดยทั่วไปของกิจกรรมกลุ่มไว้ดังนี้

1. เป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกของกลุ่มได้เรียนรู้ทางด้านการศึกษา อาชีพ สังคม และส่วนตัว จากการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางโรงเรียนจัดขึ้น เช่น การปฐมนิเทศ นักเรียนที่เข้าใหม่ การศึกษากลุ่ม เรื่องชีวิตการทำงาน และปัญหาของการปรับตัวต่ออาชีพ การได้มีโอกาสศึกษาปัญหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นกลุ่มจะช่วยให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เป็นที่ยอมรับของสังคมได้

2. ก่อให้เกิดผลทางการบำบัดรักษา จากการที่ได้มีโอกาสปลดปล่อยความตึงเครียดทางอารมณ์ทำให้เข้าใจและได้ข้อคิดในปัญหาต่าง ๆ ของบุคคลมากขึ้น รวมทั้งศึกษาปัญหาที่คล้าย คลึงกันในบรรยากาศที่อบอุ่นผ่อนคลาย และนำมาปรับปรุงบุคลิกภาพและวิถีทางชีวิตของตน กลุ่มเปิดโอกาสให้บุคคลวินิจฉัยตนเองและผู้อื่น

3. ช่วยให้ผู้คลบบรรลุจุดมุ่งหมายของการแนะแนวอย่างประหยัดและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

4. ช่วยให้การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลมีประสิทธิภาพมากขึ้น เพราะกลุ่มช่วยให้เข้าใจภูมิหลังและลักษณะทั่ว ๆ ไปของปัญหา

แทรกซ์เลอร์ และนอร์ท (Traxler and North. 1967 : 320) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม ดังนี้

1. เพื่อให้การศึกษาบรวมแก่บุคคลที่ยังไม่คุ้นกับสิ่งแวดล้อม
2. เพื่อเสริมสร้างประสบการณ์ที่แตกต่างไปจากประสบการณ์ที่พึงได้รับ ได้แก่ การจัด กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียนเพื่อพัฒนาประสิทธิภาพในการศึกษาเล่าเรียน
3. เพื่อเป็นรากฐานในการนำไปสู่การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลและของกลุ่ม
4. เพื่อการปรับตัว การบำบัดรักษา ความเจริญงอกงามของบุคคลและของกลุ่มจากจุดมุ่งหมายข้างต้นสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้บุคคลได้มีโอกาสที่จะปรับปรุงแก้ไขพัฒนาตนเอง ตลอดจนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและความคิดเห็นต่าง ๆ ซึ่งสามารถทำให้บุคคลได้เข้าตนเองและผู้อื่น

ประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่ม เกี่ยวกับประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่มนี้ พนม ลัมอารีย์ (ม.ป.ป. : 56-57) ได้กล่าวถึงประโยชน์อันเกิดจากการเข้าร่วมกลุ่มของสมาชิกไว้ดังนี้ คือ

1. กลุ่มจัดเป็นสนามทดลองสำหรับทดลองความสามารถของสมาชิก เช่น เด็กวัยรุ่นต้องการคบเพื่อนต่างเพศ แต่มีความรู้สึกเคอะเขิน แต่เด็กเหล่านั้นได้เข้ากลุ่มมีการทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน ปฏิกริยาดังกล่าวนั้นก็จะค่อย ๆ หายและเป็นปกติได้ หรือในกรณีที่คนพูดเก่งแต่ไม่มีโอกาสจะพูดที่ไหน ก็อาศัยกลุ่มเป็นที่ทดลองหรือแสดงความสามารถให้คนอื่นเห็น
2. กลุ่มเป็นที่แลกเปลี่ยนประสบการณ์ เจตคติ ความคิดเห็น และช่วยปรับปรุงเจตคติ ตลอดจนนิสัยใจคอของสมาชิก รวมทั้งให้สมาชิกเป็นกำลังใจให้กันและกัน
3. กลุ่มช่วยเสริมสร้างความมีวินัยให้แก่ตนเอง เมื่อสมาชิกเข้ากลุ่มจะต้องมีการปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ร่วมกันซึ่งจะทำให้สมาชิกมีความอดทนด้วย
4. กลุ่มช่วยให้เกิดความรู้สึกปลอดภัย ให้ความอบอุ่น กำลังใจ ความรัก และกลุ่มยังเป็นเครื่องบำรุงขวัญของสมาชิกด้วย การทำให้เด็กมีความรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มเป็นที่รัก และได้รับความยกย่องจากกลุ่ม จะช่วยให้เด็กมีความเข้าใจตนเองดีขึ้น เกิดความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย และเชื่อมั่นในตนเองขึ้น

นอกจากนี้ คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530 : 15-19) ได้กล่าวถึงคุณค่าของกิจกรรมกลุ่ม (values in group activities) ว่านอกเหนือจากความสำเร็จของกิจกรรมที่ทำแล้วกลุ่มยังมีคุณค่าด้านอื่น ๆ อีก ได้แก่

1. คุณค่าในด้านพัฒนาการ (developmental values) เช่นการสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคล การสร้างพัฒนาด้านอารมณ์และสังคม คุณค่าต่อด้านอาชีพ ตลอดจนความเจริญงอกงามด้านความรู้และทักษะ
 2. คุณค่าด้านการวินิจฉัย (diagnostic values) สำหรับผู้นำกลุ่มเมื่อมีการทำกิจกรรมกลุ่มจะทำให้มีโอกาสที่จะสังเกตสมาชิกในกลุ่มแต่ละคน ทำให้ได้รับความเข้าใจเป็นอย่างดีในตัวผู้เรียน
 3. คุณค่าในด้านการบำบัด (therapeutic values) ในการรวมกลุ่มของบุคคลนั้นจะมีค่าต่อการบำบัดให้เป็นอย่างดี ในโรงพยาบาลและคลินิกจะนำวิธีการทางกลุ่มไปใช้ในการรักษาคนไข้โดยทำการบำบัดทางจิตวิทยากับคนไข้เป็นกลุ่ม (group psychotherapy) สำหรับในโรงเรียน ผู้เรียนที่มีปัญหาล้ายคลึงกันอาจได้รับความช่วยเหลือโดยการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (group counseling) แต่สำหรับผู้เรียนที่มีปัญหาเพียงเล็กน้อยจะได้รับประโยชน์จากการร่วมกิจกรรมกลุ่ม เช่นการแก้ปัญหาทางอารมณ์ การพัฒนานิสัยของตนเอง เป็นต้น
 4. คุณค่าต่อโรงเรียนและชุมชน (values to the school and community) การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มจะช่วยให้ผู้เรียนมีโอกาสในการพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ ทำให้เป็นบุคคลที่มีความสามารถมีคุณค่า สร้างประโยชน์ให้แก่โรงเรียนและชุมชนได้ และโรเจอร์ส (Rogers. 1970 : 121-122) ได้กล่าวถึงผลการศึกษาวิจัยของ กิบ (Gibb) ที่พบว่าวิธีการกลุ่มจะให้ผลส่งเสริมสร้างสรรค์ทางด้านจิตวิทยามาก กล่าวคือ จะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านการรับรู้ ทางความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นมากขึ้น ตลอดจนเปิดเผยความรู้สึก มีความจริงใจและเป็นไปอย่างธรรมชาติ มีการเปลี่ยนแปลงทางความสามารถในการควบคุมความรู้สึกต่าง ๆ ของตนเอง มีการแสดงพฤติกรรมที่ตรงกับความรู้สึกของตน มีแนวทางในการสร้างแรงจูงใจหมายถึงการเข้าใจตนเอง (elf - actualization) การรู้จักตัดสินใจด้วยตนเอง มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านเจตคติทั้งต่อตนเองและผู้อื่น หมายความว่าบุคคลจะยอมรับตนเองพัฒนาในเรื่องคุณค่าของตนเอง เข้าใจตนเองและมีความมั่นคงยิ่งขึ้น ในด้านเจตคติที่ดีต่อผู้อื่น ได้แก่ การใช้อำนาจลดน้อยลงมีการยอมรับผู้อื่นมากขึ้น ลดการสั่งสอนและควบคุมผู้อื่น มีส่วนร่วมในกิจกรรมมากขึ้น และมีความรู้สึกพึ่งพากันและกัน (interdependence) เชื่อในความสามารถของบุคคล มีการแก้ปัญหาโดยการทำงานเป็นกลุ่มและเป็นสมาชิกที่ดีของกลุ่ม
- จากประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่มดังกล่าวมาแล้ว ผู้วิจัยเชื่อว่า การทำกิจกรรมกลุ่มสามารถช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนลงได้

ขนาดของกลุ่มที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม สำหรับขนาดกลุ่มที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม อีออตตาเวย์ (Ottaway . 1966 : 7) กล่าวว่ากลุ่มควรมีขนาดเล็ก เพราะจะช่วยให้สมาชิกมีโอกาสแสดงออกอย่างเป็นอิสระโดยทั่วถึงกัน โดยสมาชิกไม่ต้องใช้เสียงดังมากนัก ทุกคนในกลุ่มก็จะได้ยินอย่างทั่วถึง ดังนั้นกลุ่มควรมีขนาดอย่างมากที่สุด 12 คน หรือถ้ามากกว่านั้นก็ไม่ควรเกิน 15 คน เพราะมีฉะนั้นแล้วจะทำให้แบบแผนพฤติกรรมผิดไปจากเดิม ขนาดของกลุ่มที่เหมาะสมที่สุดควรมีสมาชิก 9-10 คน จึงจะทำให้การทำงานบังเกิดผลดีที่สุดในการทำงานเดียวกัน กลุ่มย่อยควรมีขนาดไม่ใหญ่มาก และควรมีจำนวน 5 คน เป็นอย่างน้อย แต่บางทีก็อาจกำหนดให้มีจำนวน 12-15 คน ก็ได้ เพื่อเหตุผลทางเศรษฐกิจ เพราะจะทำให้สิ้นเปลืองน้อยลง แต่ก็ควรมีการแบ่งกลุ่มย่อย 2 กลุ่ม เพื่อให้มีขนาดเหมาะสม ถ้ามีกลุ่มขนาดใหญ่เกินไปโอกาสที่สมาชิกจะมีส่วนร่วมจะลดน้อยลงอาจทำให้กลุ่มแตกแยกกันง่ายขึ้น

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530 : 26) กล่าวว่าขนาดของกลุ่มอาจจะเป็นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่ง ในการพิจารณาธรรมชาติของปฏิสัมพันธ์ของกลุ่ม กลุ่มที่มีขนาดแตกต่างกันจะทำให้กระบวนการปฏิสัมพันธ์แตกต่างกันไปด้วย ในกลุ่มที่มีสมาชิกมากเกินไปความจำเป็น สมาชิกจะต้องทำงานซ้ำซ้อนกัน บางคนคาดหวังว่าจะรับผิดชอบทั้งหมดในขณะที่สมาชิกคนอื่นรู้สึกคับข้องใจที่ไม่มีส่วนทำ ไม่มีโอกาสได้ใช้ทักษะที่ตนเองมีอยู่ ขนาดของกลุ่มไม่ควรเกิน 15 คน จะใหญ่เท่าใดย่อมขึ้นอยู่กับความจำเป็นของสถานการณ์ จุดมุ่งหมายของกลุ่มแหล่งที่จะให้ความช่วยเหลือในกลุ่ม และระดับวุฒิภาวะ ของบุคคลในกลุ่ม

เยาวพา เตชะคุปต์ (2517 : 34) ได้ให้ความเห็นกับขนาดของกลุ่มว่าควรเป็นกลุ่มขนาดเล็ก ขนาดของกลุ่มที่จะช่วยให้การทำงานหรือการเรียนการสอนประสพผลดี ควรเป็นกลุ่มขนาดเล็กประมาณ 5-15 คน และยังสอดคล้องกับความคิดเห็นของ จำเริญรวงโชติ และคนอื่น ๆ (2511 : 5) ที่กล่าวว่าในวงการศึกษา นักจิตวิทยามักจะศึกษากลุ่มขนาดเล็กมีสมาชิกไม่เกิน 15 คน เพราะเห็นความสัมพันธ์ได้อย่างใกล้ชิด และในด้านการเรียนรู้ก็จะมีการเรียนรู้ได้ดีกว่ากลุ่มขนาดใหญ่

ขั้นตอนของกระบวนการกลุ่ม เยาวพา เตชะคุปต์ (2517 : 163-166) ได้จัดลำดับขั้นของการเรียนรู้ตามทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์เป็น 4 ระยะดังนี้คือ

1. ระยะการมีส่วนร่วม ระยะนี้ผู้เรียนจะเข้ามามีส่วนร่วมในฐานะสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่มและเป็นผู้ลงมือปฏิบัติหรือคิดค้นแสวงหาสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง ผลของการเรียนรู้จะเกิดจากผู้เรียนโดยตรง การมีส่วนร่วมของผู้เรียนจะเป็นการมีส่วนร่วมในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1.1 การมีส่วนร่วมทางด้านร่างกาย คือ การเรียนรู้ที่ผู้เรียนลงมือกระทำกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง รวมทั้งการมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองซึ่งต้องอาศัยการแสดงออกทางกาย วาจา ในการสื่อความหมายกับผู้อื่นเพื่อก่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน

1.2 การมีส่วนร่วมทางด้านจิตใจ คือ ความรู้สึก และอารมณ์ต่าง ๆ เกี่ยวกับสิ่งที่กระทำนั้น ความรู้สึกที่เกิดขึ้นจะนำไปสู่การรับรู้แนวคิดและการเรียนรู้ทางด้านเนื้อหาเป็นอย่างดี และช่วยให้ผู้เรียนได้สามารถจดจำเนื้อหาได้นานอีกด้วย

1.3 การมีส่วนร่วมทางด้านปัญญาหรือสมอง คือการที่ผู้เรียนเกิดการเห็นจริงหรือประจักษ์แจ้ง มีการค้นพบสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ และสร้างแนวความคิดจากสิ่งที่ได้รับรู้ นั้น ซึ่งจะ เป็นแนวทางในการพัฒนาแนวคิดและเหตุผลในการพิจารณาไตร่ตรองในการทำงาน การตัดสินใจ และสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ได้ด้วยตนเอง

1.4 การมีส่วนร่วมทางสังคม คือการมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นจะทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์ มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิด ค่านิยม ความเชื่อ ฯลฯ ซึ่งจะช่วยให้เกิดการเรียนรู้เป็นไปอย่างกว้างขวาง และเกิดผลดีอีกด้วย

2. ระยะเวลาวิเคราะห้ เป็นระยะที่ผู้เรียนจะร่วมกันวิเคราะห์ประสบการณ์ การเรียนรู้ทันทีหลังจากที่ลงมือกระทำกิจกรรม จะช่วยให้ผู้เรียนมีความรู้กว้างขวางสามารถประเมินความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม วิธีการเรียน ผลการเรียนรู้ ตลอดจนช่วยให้ผู้เรียนรู้จักตนเองดียิ่งขึ้น

3. ระยะสรุปและประยุกต์หลักการ เป็นระยะที่ผู้เรียนจะรวบรวมแนวคิดที่ตนค้นพบแนวคิดที่ได้จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น แล้วสรุปเป็นหลักการของตนเอง ซึ่งผู้เรียนสามารถนำหลักการนั้นไปประยุกต์ใช้ในอนาคตหรือประยุกต์ใช้เข้ากับตนเองได้ การประยุคต์นั้น จะทำได้ 2 ลักษณะ คือ

3.1 การประยุกต์เพื่อปรับปรุงบุคลิกภาพ หรือการพัฒนาตนเองให้เหมาะสมยิ่งขึ้น รวมทั้งการปรับตัวให้เข้ากับบุคคลอื่น ตลอดจนเสริมสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น

3.2 การประยุกต์เพื่อใช้ในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ในอนาคต และเพื่อใช้ในการปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นกว่าเดิม ตลอดจนช่วยในการคิดค้นและประดิษฐ์สิ่งใหม่ ๆ ขึ้น

4. ระยะประเมินผล โดยผู้เรียนจะเป็นผู้ประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง และของกลุ่ม จากการอภิปรายให้ข้อเสนอแนะและติชม ร่วมกับสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม

นอกจากนี้ คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530 : 23) ได้กล่าวถึงระยะพัฒนาของกลุ่มว่าเมื่อสมาชิกเริ่มเข้ากลุ่ม อาจพบว่า พฤติกรรมที่แสดงออกในกลุ่มนั้นมีความแตกต่างจากที่เข้ากลุ่มได้เป็นเวลานาน ทั้งนี้เพราะว่าการที่จะทำให้กลุ่มเป็นกลุ่มที่สมบูรณ์นั้นจะต้องอาศัยเวลาในการพัฒนา กลุ่ม ซึ่งจะต้องผ่านระยะต่าง ๆ 4 ระยะ คือ

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

เวลาและจำนวนครั้งในการเข้าร่วมกลุ่ม แพทเทอร์สัน (Patterson. 1973 :

105) กล่าวว่า การให้ทำกิจกรรมเป็นกลุ่ม ควรจัดสัปดาห์ละ 2 ครั้ง แต่ถ้าเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมมีน้อย อาจจัดสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ช่วงเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสำหรับเด็กประถมศึกษาควรใช้เวลาไม่เกิน 1 ชั่วโมง เพราะเด็กอาจเกิดความเบื่อหน่ายได้

ซูชัย สมितिกร (2527 : 18-19) ให้ความเห็นพอสรุปได้ว่า ในการกำหนดระยะเวลาและความถี่ของการเข้ากลุ่มนั้น หากจัดทำกับสถานศึกษาจำเป็นต้องพิจารณาถึงการจัดเวลาเรียนของสถานศึกษานั้นด้วย เช่น ในโรงเรียนส่วนมากจะจัดเวลาเป็นคาบละ 50 นาที เป็นต้น ซึ่งจะช่วยให้สามารถกำหนดได้ว่า ควรใช้เวลาในการเข้ากลุ่มนานเท่าใด สำหรับจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่มขึ้นอยู่กับเป้าหมายของกลุ่ม และธรรมชาติของสมาชิกกลุ่ม แต่อย่างน้อยที่สุดควรเข้ากลุ่มไม่ต่ำกว่า 8 ครั้ง ถ้ามากกว่านี้ก็เป็นการดี

กิจกรรมที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม ทิศนา ขวมนิ (2522 : 201-202) ได้กล่าวถึงการจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับหลักทฤษฎีว่า มีอยู่หลายวิธีดังนี้

1. เกม (game) เป็นวิธีการวิธีหนึ่งซึ่งนำมาใช้ในการสอนได้ดีโดยครูผู้สอนสร้างสถานการณ์สมมติขึ้น ให้ผู้เรียนลงเล่นด้วยตนเองและภายใต้ข้อตกลงหรือกติกาบางอย่างตามที่กำหนดไว้ ซึ่งผู้เรียนจะต้องตัดสินใจทำอย่างใดอย่างหนึ่งอันจะมีผลออกมาในรูปของการแพ้ชนะ วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ นอกจากนั้นยังช่วยให้ผู้เรียนเกิดความสนุกสนานในการเรียนด้วย

2. บทบาทสมมติ (role - playing) เป็นวิธีการอีกวิธีหนึ่งที่เริ่มได้รับความนิยมในการนำมาใช้ในการสอน วิธีการนี้ยังมีลักษณะเป็นสถานการณ์สมมติเช่นเดียวกับเกม แต่มีการกำหนดบทบาทของผู้เล่นในสถานการณ์ที่สมมติขึ้นมา แล้วให้ผู้เรียนเข้าสวมบทบาทนั้นและแสดงออกตามธรรมชาติ โดยอาศัยบุคลิกภาพประสบการณ์และความรู้สึกของตนเองเป็นหลัก ดังนั้น

วิธีการนี้จึงมีส่วนช่วยให้ให้ผู้เรียนได้มีโอกาสศึกษาวิเคราะห์ถึงความรู้สึกและพฤติกรรมของตนเองอย่างลึกซึ้งและยังช่วยเสริมสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่น่าสนใจและน่าติดตามอีกด้วย

3. กรณีตัวอย่าง (case) เป็นวิธีการสอนอีกวิธีหนึ่ง ซึ่งใช้กรณีหรือเรื่องราวต่าง ๆ ที่เกิดจริงนำมาดัดแปลง และใช้เป็นตัวอย่างในการให้ผู้เรียนได้ศึกษาวิเคราะห์และอภิปรายกัน เพื่อสร้างความเข้าใจ และฝึกฝนหาทางแก้ไขปัญหานั้น วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้รู้จักคิด และพิจารณาข้อมูลที่ได้รับอย่างถี่ถ้วน และการอภิปรายจะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกัน รวมทั้งนำเอากรณีตัวอย่างต่าง ๆ ซึ่งคล้ายกับชีวิตจริงมาใช้ จะช่วยให้การเรียนรู้มีลักษณะใกล้เคียงกับความจริง ซึ่งมีส่วนทำให้การเรียนรู้มีความหมายสำหรับผู้เรียนยิ่งขึ้น

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

การวิจัยในต่างประเทศ

เบอริต์เฮาเซอร์ (Birkhauser. 1985 : 103) ศึกษาผลของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่ออัตราในทัศนคติของนักเรียนในชั้นเรียนระดับประถมศึกษา โดยเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มนักเรียนเกรด 3, 4, 5 จำนวน 77 คน ซึ่งมีส่วนร่วมอยู่ในชั้นเรียนตามปกติ และนักเรียน 75 คน ซึ่งอยู่ในชั้นเรียนไม่เกิน 6 สัปดาห์ พบว่าทั้ง 2 กลุ่ม มีทัศนคติแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

เดวิส (Davis. 1988 : 2263) ศึกษาผลการใช้ทักษะกระบวนการกลุ่มในการเรียนคณิตศาสตร์หน่วยการแก้ปัญหามีต่อผลสัมฤทธิ์ และทัศนคติในการเรียนวิชาดังกล่าวของนักเรียนเกรด 7 จำนวน 104 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่าผลสัมฤทธิ์ และทัศนคติในการเรียนของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ขณะเดียวกันก็พบว่านักเรียนในกลุ่มทดลองมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันดีกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุม

บอร์ดแมน (Boardman. 1988 : 1952) ศึกษาผลของการนำกระบวนการกลุ่มไปใช้ในโปรแกรมการเลิกสูบบุหรี่ โดยมีอาสาสมัคร 67 คน เข้ารับการฝึกตามโปรแกรมนี้ ผลการศึกษาพบว่า เทคนิคกระบวนการกลุ่มช่วยเพิ่มประสิทธิภาพของโปรแกรมดังกล่าว สังเกตได้จากอัตราผู้งดสูบบุหรี่เพิ่มขึ้นโดยเฉพาะในกลุ่มผู้หญิง

การวิจัยภายในประเทศ

สรศักดิ์ โสฐ (2530 : 56) ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความสำนึกในหน้าที่พลเมืองดีของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนชุมชนบ้านศรีสะอาด จังหวัด

เพชรบูรณ์ จำนวน 24 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 12 คน พบว่ากลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกด้วยกิจกรรมกลุ่มมีความสนใจในหน้าที่พลเมืองสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ทำกิจกรรมตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พวงแก้ว เนตรโสภารักษ์ (2533 : 65-66) ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความร่วมมือในการอภิปรายกลุ่มของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านลานแหลม จังหวัดนครปฐม จำนวน 14 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกโดยใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มมีความร่วมมือในการอภิปรายกลุ่มสูงกว่าก่อนการฝึก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความร่วมมือในการอภิปรายภายหลังการทดลองสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับข้อเสนออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พัชรินทร์ เปรมสมาน (2538 : 73-76) ศึกษาเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดจันทร์ใน สังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม พบว่าผลของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มของกลุ่มทดลองที่ 1 มีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อุดม คชพงษ์ (2538) ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดช่องลม สังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม ผลปรากฏว่านักเรียนกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีพฤติกรรมตั้งใจเรียนเพิ่มขึ้นแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการวิจัยดังกล่าว แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาทัศนคติในการเรียน ความสนใจในหน้าที่ ความร่วมมือ พฤติกรรมตั้งใจเรียน ตลอดจนลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสังเกต

ความหมายและจุดมุ่งหมายของการสังเกต กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2538 : 8) ได้ให้ความหมายของการสังเกตว่า หมายถึง การเฝ้าดูอย่างมีจุดมุ่งหมายและได้แบ่งชนิดของการสังเกตโดยใช้เกณฑ์ต่าง ๆ 3 เกณฑ์ คือ ใช้วิธีการในการสังเกตเป็นเกณฑ์ ใช้ผู้สังเกตเป็นเกณฑ์ และใช้ผู้ถูกสังเกตเป็นเกณฑ์

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 28) กล่าวว่า การสังเกตเป็นเครื่องมือพื้นฐานในการศึกษาพฤติกรรม และตามหลักพฤติกรรม ลักษณะของพฤติกรรมที่จะสังเกตต้องเป็นพฤติกรรมที่แสดงออก กระทำหรือตอบโต้ต่อสิ่งเร้า หรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งในสถานการณ์ใด สถานการณ์หนึ่ง และจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตเห็นได้ นับได้ ได้ยินได้ และวัดได้

จุดมุ่งหมายของการสังเกต ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 28) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการสังเกตนั้นเพื่อรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ประสงค์จะศึกษา แล้วนำข้อมูลที่รวบรวมไว้นั้นไปวิเคราะห์ต่อไปเพื่อจะได้ทราบว่าพฤติกรรมที่ประสงค์จะศึกษานั้นเปลี่ยนแปลงหรือไม่

สมโภชน์ เขียมสุภาสิต (2524 : 32) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการสังเกตนั้น เพื่อทำให้ครูได้ข้อมูลพื้นฐาน (baseline data) ของพฤติกรรมที่ต้องการจะเปลี่ยนแปลง และช่วยให้ครูสามารถตัดสินใจได้อย่างถูกต้องว่าควรเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใด

นอกจากนี้ กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2527 : 32) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการสังเกตที่ใช้ในการแนะแนวไว้ ดังนี้คือ

1. เพื่อให้ได้ข้อมูลหรือข้อเท็จจริงด้วยตนเอง ข้อเท็จจริงนี้อาจได้เป็นครั้งแรก หรืออาจได้เพื่อเพิ่มเติมข้อมูลรายละเอียดซึ่งเคยได้รับคำบอกเล่าจากผู้อื่น
2. เพื่อเข้าใจพฤติกรรมที่แสดงออกของผู้ถูกสังเกตว่ามีลักษณะปกติหรือไม่ เพื่อใช้ประกอบการแนะแนวบุคคลให้เป็นบุคคลที่มีประสิทธิภาพในสังคมต่อไป
3. เพื่อหาสาเหตุบางประการ ซึ่งอาจเป็นปัญหาแต่ไม่มีผู้ใดทราบเพื่อนำมาใช้ในการให้คำปรึกษาและแนะแนวต่อไป
4. เพื่อให้ผู้สังเกตเป็นผู้มีความรอบคอบ และไวต่อการมีปฏิกิริยาโต้ตอบจากสิ่งแวดล้อม จนเป็นผู้ที่ปรับตัวได้ดี และรวดเร็วแต่ละสถานการณ์

จากความหมายและจุดมุ่งหมายของการสังเกตที่กล่าวข้างต้น สามารถสรุปได้ว่าการสังเกตเป็นการเฝ้าดูพฤติกรรมอย่างมีจุดมุ่งหมาย และลักษณะของพฤติกรรมที่จะสังเกตนั้นจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตเห็นได้ นับได้ ได้ยินได้ และวัดได้ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ต่อไปว่าควรเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใดและเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางใด

หลักในการสังเกตพฤติกรรม สมโภชน์ เขียมสุภาสิต (2526 : 264) กล่าวถึงหลักการในการสังเกตพฤติกรรมว่า ผู้สังเกตพฤติกรรมพึงยึดหลักดังต่อไปนี้

1. เลือกและกำหนดพฤติกรรมที่ต้องการสังเกตให้เห็นเด่นชัด พฤติกรรมที่ควรที่จะเลือกกลุ่มควบคุมทำการสังเกตนั้นควรจะเป็นพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนไปจากเกณฑ์มาตรฐานของชั้นเรียน และคิดว่าพฤติกรรมนั้นมีผลกระทบกระเทือนต่อการเรียนการสอนมากที่สุด นอกจากนั้นพฤติกรรมที่สังเกตควรเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นบ่อย ๆ
2. เลือกผู้สังเกตพฤติกรรม ผู้สังเกตสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภทใหญ่ ๆ ด้วยกันคือ

2.1 นักเรียนสังเกตตนเอง คือการให้ผู้ที่จะพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นผู้สังเกตพฤติกรรมของตนเอง

2.2 บุคคลอื่นเป็นผู้สังเกต ซึ่งอาจเป็นครู เพื่อนครู หรือเพื่อนนักเรียนด้วยกัน เป็นผู้สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนที่จะพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม วิธีนี้ค่อนข้างที่จะให้ข้อมูลใกล้เคียงความเป็นจริงมากกว่าวิธีแรก เพราะว่าผู้สังเกตนั้นมีแนวโน้มที่จะลำเอียงน้อยกว่า ผู้ที่จะต้องพัฒนาพฤติกรรมเอง อีกทั้งวิธีนี้สามารถที่จะตรวจสอบความเที่ยงระหว่างผู้สังเกตได้ โดยการใช้ผู้สังเกตมากกว่า 1 คนขึ้นไป สังเกตพฤติกรรมเดียวกันของคน ๆ เดียวกัน ซึ่งผู้สังเกตพฤติกรรมทั้ง 2 คน สังเกตได้ใกล้เคียงกันหรืออย่างน้อยที่สุดเห็นพ้องต้องกันไม่ต่ำกว่าร้อยละ 80 ก็นับได้ว่าข้อมูลที่ได้นั้นมีความเที่ยงตรงสูง

3. เลือกสถานที่ทำการสังเกตพฤติกรรม ในการเลือกสถานที่นั้นขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายของครูว่าต้องการพัฒนา หรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียนในสถานที่ใด อาจจะเป็นห้องเรียนในห้องสมุด หรือบ้านของนักเรียนก็ได้

4. เลือกเวลาที่จะทำการสังเกตพฤติกรรม การเลือกเวลานี้ควรจะใช้เลือกพฤติกรรมที่ต้องการจะสังเกตเกิดขึ้นบ่อยที่สุด และการเลือกเวลานั้นควรจะใช้วิธีการสุ่มเวลา ซึ่งหมายความว่าผู้สังเกตจะไม่ทำการสังเกตพฤติกรรมหนึ่งในเวลาเดียวกัน แต่การสุ่มสังเกตหลาย ๆ เวลาของวันเดียวกันได้ เช่นตอนเช้า ตอนบ่าย และตอนก่อนเลิกเรียน เป็นต้น ช่วงการสังเกตโดยการสุ่มเวลานั้นจะทำให้ได้ข้อมูลที่ใกล้เคียงความจริงมากที่สุด เนื่องจากว่าไม่มีพฤติกรรมใดที่จะเกิดบ่อยในช่วงเวลาเดียวกันตลอดเวลา

5. เลือกแบบบันทึกพฤติกรรมให้เหมาะสม แบบบันทึกพฤติกรรมนั้นผู้ทำการสังเกตจะเป็นผู้สังเกตควรจะเป็นผู้สร้างขึ้นเอง และต้องไม่สับสน โดยมุ่งให้สอดคล้องกับลักษณะของพฤติกรรมที่จะศึกษา

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 31-35) กล่าวถึงการเลือกแบบสังเกต และแบบบันทึกพฤติกรรมไว้ ดังนี้

1. การสังเกตพฤติกรรมแบบสุ่มเหตุการณ์ (event sampling) เป็นการเลือกสังเกตเฉพาะพฤติกรรมที่ต้องการศึกษาในช่วงเวลาหนึ่ง ๆ เท่านั้นโดยเน้นความถี่ หรือจำนวนครั้งของพฤติกรรมที่ประสงค์จะศึกษา ที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาที่สังเกตนั้น ส่วนพฤติกรรมอื่น ๆ ที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาดังกล่าวจะไม่นำมาบันทึก

2. การสังเกตพฤติกรรมแบบสุ่มเวลา (time sampling) เป็นการสังเกตที่ผู้สังเกตแบ่งเวลาออกเป็นช่วง ๆ แล้วนับเฉพาะจำนวนช่วงเวลาที่เกิดพฤติกรรมที่ต้องการจะศึกษา และจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ เช่น การสังเกตพฤติกรรมช่วง 5 นาที ทุก ๆ 6 นาที เป็นเวลา 1 ชั่วโมง เพราะฉะนั้นในเวลา 1 ชั่วโมงจะสังเกตพฤติกรรมได้ 10 ครั้ง ข้อมูลที่ได้จากการสังเกตนี้จะเป็นพฤติกรรมของนักเรียนคนนั้น ๆ ในช่วงเวลานั้น นอกจากนี้การสังเกตแบบสุ่มเวลาสามารถสังเกตได้หลาย ๆ คน โดยการสลับช่วงเวลาละ 1 คน เช่น สังเกตพฤติกรรมไม่ตั้งใจทำแบบฝึกหัดคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 20 คน และใช้เวลาในช่วงการสังเกตช่วงละ 10 วินาที เพราะฉะนั้นในช่วงเวลาที่ 1 จะสังเกตนักเรียนคนที่ 1 ช่วงที่ 2 สังเกตคนที่ 2 จนครบ 20 คน จะใช้เวลาทั้งสิ้น 200 วินาที แล้วกลับมาเริ่มต้นสังเกตคนที่ 1 อีกจนครบ 20 คน ข้อมูลที่ได้จากการสังเกตสามารถ แยกเป็นพฤติกรรมของนักเรียนแต่ละคน หรือรวมเป็นพฤติกรรมของนักเรียนทั้ง 20 คนได้

นอกจากนี้การสังเกตแบบสุ่มเวลาสามารถสังเกตพฤติกรรมได้หลายประเภทพร้อม ๆ กัน โดยจำแนกพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในแต่ละช่วงเวลาเป็นพฤติกรรมใดบ้าง และเพื่อความสะดวกในการบันทึก ควรจะกำหนดรหัสของพฤติกรรมแต่ละประเภทด้วย หากประเภทของพฤติกรรมที่จะสังเกตและบันทึกนั้นมีหลายประเภท

หลักการบันทึกพฤติกรรม สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2524 : 267-273) ได้กล่าวถึงหลักการบันทึกพฤติกรรมไว้ดังนี้คือ

1. บันทึกความถี่ของพฤติกรรม หมายถึง การบันทึกจำนวนครั้งของพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาที่กำหนดไว้ เช่น การบันทึกจำนวนครั้งที่ ด.ช. สมชาย ยกมือขึ้นเพื่อถามคำถาม และตอบคำถามในชั่วโมงวิทยาศาสตร์ พฤติกรรมที่สามารถบันทึกด้วยความถี่ได้นั้นจะต้องเป็นพฤติกรรมที่ไม่ต่อเนื่อง เวลาของการแสดงพฤติกรรมแต่ละครั้งใกล้กันและจะต้องใช้เวลาในการบันทึกในแต่ละวัน การบันทึกพฤติกรรมแบบความถี่นั้นเป็นเพียงแต่ทำรอยคะแนนจำนวนครั้งของพฤติกรรมที่เกิดขึ้นเท่านั้น

2. บันทึกช่วงเวลาของพฤติกรรม หมายถึง การบันทึกพฤติกรรมตามช่วงเวลาที่เกิดขึ้นซึ่งสามารถใช้บันทึกพฤติกรรมได้ทุกชนิดไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมต่อเนื่อง หรือไม่ต่อเนื่องก็ตาม

โดยที่ผู้ทำการบันทึกจะต้องกำหนดเวลาที่จะบันทึกให้แน่นอนก่อน เช่น ต้องการจดบันทึก พฤติกรรมการคุยในระยะเวลา 30 นาที ในวิชาคณิตศาสตร์ ก็ต้องแบ่งเวลา 30 นาที นั้นออกเป็นช่วงเวลานั้น ๆ เท่า ๆ กันอาจจะเป็นช่วงเวลาละ 20 นาที 30 นาที หรือ 1 นาที ก็ได้ตามแต่ต้องการ ส่วนการบันทึกพฤติกรรมก็พิจารณาดูว่าพฤติกรรมที่ต้องการบันทึกเกิดขึ้นในช่วงเวลานั้นหรือไม่ ถ้าไม่เกิดขึ้นให้ใส่ 0 ลงในช่วงเวลานั้น ๆ แต่ถ้าพฤติกรรมที่ต้องการบันทึกนั้นเกิดขึ้น แม้ว่าจะเกิดขึ้นมากกว่า 1 ครั้ง ในช่วงเวลานั้นก็ตามให้นับเวลาเพียง 1 ครั้งเท่านั้น โดยเขียนเลข 1 ลงในช่วงเวลาที่เกิดขึ้นนั้น

3. บันทึกระยะเวลาของพฤติกรรมที่เกิดขึ้น หมายถึง การบันทึกพฤติกรรมตามระยะเวลาของพฤติกรรมที่เกิดขึ้น ส่วนใหญ่จะใช้บันทึกพฤติกรรมที่มีความต่อเนื่องเป็นหลัก วิธีการบันทึกแบบนี้เพียงแต่ใช้นาฬิกาจับเวลา แล้วดูว่าพฤติกรรมนั้นใช้เวลานานเท่าไร ทำเช่นนี้เรื่อยไปจนกระทั่งหมดเวลาที่สังเกตพฤติกรรม

วิธีการเสนอข้อมูลที่ได้จากการบันทึกพฤติกรรม วิธีการเสนอข้อมูลนั้นนิยมเสนอในรูปของกราฟเส้น ซึ่งในกราฟรูปลักษณะนั้นอาจจะเสนอเพียงพฤติกรรมเดียวหรือหลาย ๆ พฤติกรรมของบุคคลคนเดียว หรือของหลาย ๆ บุคคลก็ได้ เพื่อที่จะได้เปรียบเทียบระหว่างพฤติกรรมของหลาย ๆ บุคคลหรือหลาย ๆ พฤติกรรมของบุคคลเดียว ในการสร้างโปรแกรมเพื่อที่จะพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียน เส้นกราฟนี้จะแสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงได้อย่างชัดเจนอีกด้วย การเสนอข้อมูลด้วยกราฟนั้น จะต้องบอกถึงพฤติกรรมที่สังเกต วันเวลาที่สังเกตอีกทั้งบุคคลที่สังเกตด้วย (สมโภชน์ เขี่ยมสุภาสิต . 2526 : 20)

ประโยชน์ของการสังเกตและการบันทึกพฤติกรรม ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2536 : 50) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการสังเกตและการบันทึกพฤติกรรมไว้ ดังนี้

1. จะช่วยให้ผู้สังเกตสามารถสังเกตและการบันทึกพฤติกรรมที่ประสงค์จะศึกษาได้ถูกต้อง
2. จะช่วยให้ผู้สังเกตสามารถเลือกวิธีปรับพฤติกรรมให้สอดคล้องกับพฤติกรรมที่ประสงค์จะปรับและเป้าหมายของการปรับพฤติกรรมชนิดนั้น ๆ
3. จะช่วยให้ทราบถึงทิศทางของพฤติกรรมที่ประสงค์จะปรับนั้นว่าเปลี่ยนแปลงหรือไม่ หรือเปลี่ยนแปลงในทิศทางใด
4. จะช่วยให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมพื้นฐานที่ได้เปลี่ยนแปลงไปภายหลังการปรับแล้ว และสภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้อง

จากเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการสังเกต สรุปได้ว่า การสังเกตเป็นเครื่องมือในการศึกษาพฤติกรรม โดยที่พฤติกรรมที่จะสังเกตนั้นเป็นพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกเพื่อตอบโต้สิ่งเร้าในสถานการณ์หนึ่ง และต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้ นับได้ ได้ยินได้ และวัดได้ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ต้องการจะศึกษาแล้วนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ต่อไป

ในการศึกษาพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการสังเกตเป็นเครื่องมือในการรวบรวมข้อมูล เนื่องจากการสังเกตเป็นวิธีที่เหมาะสมที่สุด และพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนเป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้ นับได้