

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจัยที่สำคัญที่สุดสำหรับการพัฒนาประเทศคือ การพัฒนาคน โดยเฉพาะเด็ก ซึ่งเป็นบุคคลที่มีความสำคัญที่สุด การสร้างคนให้มีคุณภาพต้องดำเนินการอย่างถูกต้อง เป็นระบบ เหมาะสม และต่อเนื่องในแต่ละวัย เนื่องจากเด็กเป็นทรัพยากรที่มีค่ามากที่สุด สังคมจึงคาดหวังให้เด็กมีการเจริญเติบโตในครอบครัวที่อบอุ่น มีพัฒนาการตามวัยที่เหมาะสม ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา โรงเรียนและครอบครัวจึงมีบทบาทสำคัญในการดูแลแนะนำ สั่งสอน และให้การช่วยเหลือเมื่อเด็กมีปัญหา เนื่องจากเด็กแต่ละคนมีความแตกต่างกัน ทั้งในส่วนของ พื้นฐานครอบครัว สติปัญญา และสิ่งแวดล้อม

ในปัจจุบันพบว่าเด็กมีความอดทน อึดกล้าน้อย แต่มีความก้าวร้าวสูงขึ้น กล้าแสดงออกทางเพศมากขึ้น ความเกรงกลัวและละอายต่อบาปลดลงไปมาก ความไม่สงบสุข เหตุการณ์วุ่นวาย ลับสน การข่มเหง เบียดเบียน แข่งขัน ประทุษร้ายต่อกัน พบเห็นได้ในภาพและเหตุการณ์ต่าง ๆ เป็นที่ประจักษ์กันโดยทั่วไป อีกทั้งพ่อแม่ไม่มีเวลาดูแล อบรม สั่งสอนลูก เด็กถูกละทิ้งตามลำพัง บ้าง ให้อยู่กับผู้อื่นบ้าง หรือแม้อยู่ร่วมกัน แต่ขาดปฏิสัมพันธ์ทางบวกต่อกัน หรือมีไม่เพียงพอ หรือแทบจะไม่มีเลย หรือให้ความสำคัญต่อการเลี้ยงดูน้อย ซึ่งเป็นผลกระทบโดยตรงต่อการเจริญพัฒนาบุคลิกภาพของเด็กที่กำลังเติบโตขึ้นมา (วันเพ็ญ บุญประกอบ, 2544, หน้า 56)

ในปี พ.ศ. 2540 จำนวนประชากรเด็กและเยาวชน จากการคาดคะเนประมาณของ สภาพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ มีจำนวน 27.9 ล้านคน หรือร้อยละ 46.0 ของประชากร ทั้งประเทศ การสำรวจในปี พ.ศ.2538 พบว่า มีครอบครัวร้อยละ 16.8 ซึ่ง พ่อ แม่ ลูก ไม่ได้อยู่ด้วยกัน เป็นเวลาอย่างน้อย 3 เดือน ครอบครัวไม่อบอุ่นร้อยละ 4.9 มีเด็กกำพร้า 1 คนในทุก ๆ หรือ 18 ครอบครัว เด็กถูกทอดทิ้ง 1 คนในทุก ๆ 55.7 ครอบครัว และอย่างน้อยมีครอบครัว ร้อยละ 5.2 ที่มีเด็กหนีออกจากบ้าน อีกทั้งจำนวนครอบครัวร้อยละ 41.1 ที่มีรายได้ไม่พอกับรายจ่าย จากข้อมูลดังกล่าวจึงอาจประมาณการได้ว่า เด็กและเยาวชนเกือบครึ่งหนึ่งอยู่ในครอบครัวเสี่ยง ซึ่งพ่อแม่ไม่สามารถทำหน้าที่ดูแลได้ดี นอกจากนี้ส่วนใหญ่เป็นครอบครัวเดี่ยว จึงขาดการเกื้อหนุนดูแลจาก ปู่ ย่า ตา ยาย ทำให้เด็กกลุ่มนี้อยู่ในสภาพที่เสี่ยงหรือวิกฤติที่อาจต้องการการดูแลช่วยเหลือเป็นพิเศษ แม้ว่านโยบายของรัฐจะเน้นการกระจาย และเปิดโอกาสให้เด็กทุกคนได้รับการศึกษาเท่าเทียมกัน แต่ในเชิงคุณภาพแล้ว เป็นที่ยอมรับกันในวงการศึกษาว่า คุณภาพของโรงเรียนยังไม่เท่าเทียมกัน

คุณภาพของการเรียน การสอน การบริหารจัดการ และการประเมินผลไม่เท่าเทียมกัน การที่เด็กเข้าเรียนในระดับประถมศึกษาได้ ผลเบื้องต้นคือ การอ่านออก เขียนได้ ส่วนทักษะการดำเนินชีวิต การตัดสินใจ และการประกอบอาชีพนั้น นับว่ายังด้อยอยู่มาก (จันทร์เพ็ญ ชูประภาวรรณ และคณะ, 2541)

กรมสุขภาพจิต (2540) ได้ศึกษาถึงสาเหตุของปัญหาทางพฤติกรรมของวัยรุ่น ที่เกี่ยวเนื่องมาจาก การเลี้ยงดูบุตรของคนไทยในปัจจุบันพบว่า ในสมัยก่อนพ่อแม่เลี้ยงดูเด็ก ด้วยจิตใจ ภูมิปัญญา และประสบการณ์ของตัวเอง ที่มีความตั้งใจเลี้ยงดูให้เป็นคนดีเป็นหลักสำคัญ ถ้ามีข้อขัดข้องสงสัย ปู่ ย่า ตา ยาย พี่ ป้า น้า อา ผู้มีประสบการณ์ใกล้ชิดจะเป็นผู้ให้คำแนะนำ และช่วยเหลือ เด็ก ๆ เจริญเติบโตมาเป็นผู้ใหญ่สร้างความเจริญให้ประเทศชาติ และสังคมโลกมาตลอด แต่ในปัจจุบันความต้องการ ประราณา และทัศนคติของพ่อแม่ได้เปลี่ยนแปลงไป พ่อแม่ต้องการให้ลูกเก่ง มีความเป็นเลิศจึงทำให้มีการแข่งขันกันสูง มีการผลักดันด้านการเรียน การศึกษา และวิชาการกันมาก ไม่ได้มุ่งการสอนหรืออาจจะถึงกับละเลยการอบรมปลูกฝังคุณงามความดี และจริยธรรม กิริยามรรยาท การศึกษา แต่ก็มีส่วนหนึ่งที่พ่อแม่ดูแลใกล้ชิดดี เด็กจึงฉลาด มีพัฒนาการไว เรียนรู้เร็ว กล้าแสดงออก เรียนเก่ง แต่โดยภาพรวมของสังคม เด็ก และวัยรุ่นกลับพบว่า ปัญหาต่าง ๆ มีเพิ่มมากขึ้นและรุนแรงสูงกว่าเดิม เช่น ปัญหาการเรียนไม่ดี เด็กสมาธิสั้น ปัญหาความประพฤติเเกเร ตลอดจนการกระทำผิดทางเพศ สำนอน ดิตยาเสพติด โรคติดก๊งวล และโรคซึมเศร้า การฆ่าตัวตาย การทำร้ายคนอื่น ปัญหาการปรับตัว บุคลิกภาพแปรปรวน เป็นต้น ภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นและเด็กพบมากกว่าแต่ก่อน และพบอาการเริ่มต้นในอายุน้อยลงไปทุกที ทั้งหมดนี้สะท้อนให้เห็นถึงปัญหาของครอบครัว การเลี้ยงดูเด็ก สังคม และโลกในทุกวันนี้ สภาพโลกาภิวัตน์ ทำให้เห็นความวุ่นวาย ลับสน เตือดร้อนกระจายอยู่ทั่วโลก เหตุการณ์รุนแรงทั้งในประเทศและต่างประเทศล้าย ๆ กัน เช่น เด็กยิงเพื่อนนักเรียนและครู เด็กทำร้ายพ่อ แม่ ครู ละเมิดกฎต่าง ๆ ล่วงเกินทางเพศ ทำผิดกฎหมาย และบางครั้งด้วยสาเหตุเพียงเล็กน้อย เช่น เด็กอายุ 12 ปี ฆ่าเด็กอายุ 9 ปี เพียงเพราะอยากได้จักรยานมาขี่เล่น การทะเลาะกันระหว่างพี่น้องเป็นเรื่องเกิดขึ้นได้ปกติซึ่งแต่เดิมไม่รุนแรง แต่ปัจจุบันพบว่าการอิจฉาริษยาในบางครอบครัวมีสูงมาก จนถึงขั้นทำร้ายกลายเป็นศัตรูกัน ในโรงเรียนตั้งแต่อนุบาลจนถึงประถมพบว่ามีเด็กทำร้าย ข่มขู่เพื่อน เป็นต้น จากสภาพเศรษฐกิจและสังคมในปัจจุบันสร้างแรงกดดันในการดำรงชีวิตของบุคคล ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นโดยเฉพาะปัญหาครอบครัวแตกแยก การหย่าร้าง ความยากจน ส่งผลต่อเด็กอย่างต่อเนื่อง ทำให้เด็กต้องเผชิญกับปัญหาด้านสุขภาพจิต เด็กมักขาดความไว้วางใจผู้อื่น ขาดความเชื่อมั่นในตัวเอง มองว่าตนเองไม่มีคุณค่า มีความกดดัน และขาดทักษะทางสังคมในการสร้างสัมพันธภาพกับ

ผู้อื่น ปัจจุบันปัญหาหาสาเหตุติด โสเภณีเด็ก เกิดขึ้นมากมาย หลายปัญหาเกิดจากการที่เด็กไม่มีทักษะในการแก้ปัญหา การกล้ายืนยันทัวเอง และขาดความรู้สึกลึกซึ้งภายในตนเอง ไม่กล้าที่จะปฏิเสธสิ่งไม่ดีที่ผู้อื่นหยิบยื่นให้ ซึ่งสาเหตุของสิ่งเหล่านี้มาจากการเลี้ยงดูของครอบครัว สัมพันธภาพภายในครอบครัวและการจัดการเรียนการสอน เพื่อให้เด็กเกิดการเรียนรู้ที่จะแก้ไขปัญหา สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้ เป็นการป้องกันการเกิดปัญหา ซึ่งง่ายกว่าการตามแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น

คุณค่าแห่งตน (Self-Esteem) หมายถึง การประเมินตนเองตามความรู้สึกของตนเอง เป็นคนที่มีคุณค่า มีความสามารถ มีความสำคัญ มีการประสบผลสำเร็จในการทำงาน รวมทั้งการยอมรับ การเห็นคุณค่าจากคนในสังคมที่มีต่อตน ตลอดจนการมีเจตคติที่ดีต่อตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งบุคคลที่เห็นคุณค่าแห่งตนเอง มองตนเองในแง่ดี ก็จะทำให้เกิดความรู้สึกกับบุคคลอื่นในแง่ดีด้วย (กรมสุขภาพจิต, 2546)

จากการศึกษาของ อนุพงษ์ สุขธรรมนิรันดร์ และคณะ (2544) พบว่าในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาที่เสพยาบ้า ซึ่งเป็นวัยที่มีอัตราการใช้จ่ายเสพติดค่อนข้างสูงและเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อ มีภาวะคุณค่าแห่งตนต่ำและมีภาวะซึมเศร้าสูง จึงควรนำปัจจัยด้านคุณค่าแห่งตนเข้ามาเป็นแกนหลักในการวางแผนป้องกันและรักษาวัยรุ่นให้ห่างไกลยาบ้า ทั้งนี้จะต้องเริ่มต้นตั้งแต่วัยเด็ก โดยเริ่มที่ครอบครัว และโรงเรียน คุณค่าแห่งตนนับว่ามีความสำคัญอย่างยิ่งในการปรับตัวทางอารมณ์ สังคม และการเรียนรู้สำหรับเด็ก เพราะเป็นพื้นฐานของการมองชีวิต ความสามารถทางด้านอารมณ์ และสังคม เกิดจากความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตน บุคคลที่มีคุณค่าแห่งตนสูงจะสามารถเผชิญกับอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้ สามารถยอมรับเหตุการณ์ที่ทำให้ตนเองรู้สึกผิดหวัง ท้อแท้ใจ ความเชื่อมั่นในตนเอง มีความหวังและมีความกล้าหาญ จะทำให้เป็นคนที่มีประสบผลสำเร็จ มีความสุข สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขตามที่ตนปรารถนา ความรู้สึกที่บุคคลต้องการได้รับการตอบสนองทางจิตใจ ทำให้บุคคลนั้นรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง แต่ถ้าบุคคลนั้นเกิดความรู้สึกที่ไม่พึงพอใจในตนเอง เกิดความรู้สึกที่ไม่ดีในตนเอง ก็จะทำให้มีปัญหาทางสุขภาพจิต รวมทั้งบุคคลที่ล้มเหลวทางด้านการศึกษาและด้านสังคม บุคคลที่เป็นอาชญากรหรือพวกที่มักก่อความผิด พวกอันธพาลทั้งหลายก็เป็นผลเนื่องมาจากการขาดความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนเช่นกัน บุคคลที่มีคุณค่าแห่งตน รู้ว่าตนเองมีค่า มักจะมีการประเมินตนเองในด้านดี แต่ถ้าบุคคลใดที่มีความรู้สึกว่ามีใครสนใจ ไม่ได้รับการยอมรับหรือทำอะไรแล้วไม่ประสบความสำเร็จ จะทำให้บุคคลนั้นรู้สึกว่าตนเองไร้คุณค่า เมื่อเกิดความรู้สึกเช่นนี้ขึ้น ก็จะทำให้บุคคลนั้นขาดความเชื่อมั่นในตนเอง

ดังนั้นคุณค่าแห่งตนที่แตกต่างกันจึงมีผลต่อความรู้สึก หรือพฤติกรรมที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคล (Newman, 1986, pp. 281-286) คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1981, p. 5) กล่าวว่า คุณค่าแห่งตนเป็นความรู้สึกที่เกิดจากการรับรู้ว่าคุณค่าของตัวเองมีความสำคัญ มีความสามารถ มีคุณค่าเป็นการตัดสินคุณค่าของตนเองที่แสดงออกมาเป็นคำพูดและการกระทำต่าง ๆ ที่แสดงถึงการยอมรับและไม่ยอมรับตนเอง นอกจากนี้ยังเป็นส่วนหนึ่งของอัตมโนคติ ซึ่งได้จากการเรียนรู้จากผู้อื่นว่า ผู้อื่นยอมรับเราอย่างไร

วัยรุ่นเป็นช่วงพัฒนาการของชีวิตอีกขั้นหนึ่ง พัฒนาการในช่วงวัยรุ่นนี้มีความวุ่นวาย สับสนเพียงใด จะผ่านพ้นไปได้อย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับตัววัยรุ่นเองและสังคมรอบข้าง ถ้าวัยรุ่นได้ทำความเข้าใจในตัวเอง เข้าใจการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ตลอดจนอิทธิพลของสิ่งต่าง ๆ ที่มีต่อการเปลี่ยนแปลง ได้รับการสนับสนุน ส่งเสริมให้ก้าวไปอย่างมั่นคงและถูกทางจากผู้ใหญ่ เป็นต้นว่า พ่อ แม่ ครูหรือผู้อื่นที่ใกล้ชิด เช่น เพื่อน ๆ ย่อมทำให้วัยรุ่นไม่เกิดความสับสนในชีวิต ในช่วงวัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์บ่อยมาก เพราะจะมีความขัดแย้งทางอารมณ์ของตนเอง ทั้งนี้เนื่องจากเด็กวัยรุ่นจะพยายามควบคุมอารมณ์มากขึ้นด้วยรู้ว่าตนไม่ใช่เด็กแล้วและจะมีลักษณะที่เห็นอกเห็นใจผู้อื่นมากขึ้น แต่ในขณะเดียวกันก็ยังไม่ทิ้งนิสัยอารมณ์แบบเด็ก ๆ จึงก่อให้เกิดภาวะขัดแย้งกัน ทำให้มีอารมณ์หุนหันพลันแล่นและวู่วาม คุณค่าแห่งตนนั้นมีความสำคัญต่อทุกช่วงชีวิตของเด็ก มีความสำคัญต่อการอบรมเลี้ยงดูในช่วงวัยเด็ก ทำให้เด็กเกิดความเข้าใจและตระหนักถึงคุณค่าแห่งตนว่าคุณค่าของตัวเองมีความสำคัญ ซึ่งจะมีผลต่อการวางรากฐานบุคลิกภาพและเพื่อเป็นการหลีกเลี่ยงปัญหาต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นกับเด็กได้ การรับรู้คุณค่าแห่งตนเป็นการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีให้กับตนเอง ทำให้คนเรามีความเป็นตัวของตัวเองสูง ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง ทำให้เป็นคนที่มีความมุ่งมั่น มีความพยายามในการทำงานให้ประสบผลสำเร็จ ทำให้เป็นคนที่มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง และผู้อื่นในด้านดี ไม่เหยียบย่ำความรู้สึกของผู้อื่นให้ตกต่ำลง เป็นคนที่มีบุคลิกลักษณะดี มีสุขภาพจิตดี เป็นคนที่มีเพื่อนมาก ในทางตรงกันข้ามถ้าบุคคลใดที่ขาดความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนก็จะทำให้เป็นคนที่ชอบโยนความผิดของตัวเองไปให้คนอื่น เป็นคนที่ชอบหาความผิดพลาดของผู้อื่น ต้องการความเอาใจใส่และต้องการได้รับการยอมรับจากผู้อื่นสูง เป็นคนที่ไม่ค่อยมีเพื่อนโดยเฉพาะเพื่อนสนิท เป็นคนที่ชอบเอาชนะและตนเองต้องเป็นฝ่ายถูกต้องอยู่เสมอ บุคคลประเภทนี้มักจะใช้ทุกวิถีทางและใช้ความรุนแรงเพื่อที่จะทำให้ตนเองชนะ เป็นคนที่คิดสิ่งเสียดสี เป็นคนที่ซึมเศร้า สิ้นหวังในชีวิต เป็นคนเห็นแก่ตัวและมีความต้องการทางวัตถุสูง ขาดการตัดสินใจที่ดี ชอบปลัดขานประกันพรุ่ง เป็นคนที่ชอบฟังผู้อื่นอยู่เสมอ เป็นคนที่ชอบคุยโอ้อวดเกินจริงและที่ย่ำแย่ไปกว่านั้น คนที่ขาดความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนยังเป็นคนที่พยายามฆ่าตัวตายเนื่องจากเห็นว่าตนเองเป็นคนไร้ค่า เมื่อเกิดปัญหาอะไรขึ้นมักจะลงโทษตนเอง และรู้สึกเจ็บปวดกับปัญหาที่เกิดขึ้น

อย่างมากมาย บุคคลเหล่านี้จึงมักพยายามฆ่าตัวตายเพื่อหลีกเลี่ยงสังคม ดังจะเห็นได้จากทางหน้าหนังสือพิมพ์ วิทยุ หรือโทรทัศน์ เป็นต้น

สรุปได้ว่า คุณค่าแห่งตนเป็นสิ่งที่ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัว โดยการต่อสู้กับสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ที่มีผลกระทบทำให้บุคคลต้องใช้ความสามารถที่ตนมีอยู่ ปรับปรุงเปลี่ยนแปลงความรู้สึกนึกคิด และความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกลมกลืนกับสถานการณ์และสิ่งแวดล้อม สังคมทุกวันนี้เป็นสังคมทุนนิยม อุปโภคบริโภคนิยม ที่คอยกระตุ้นยั่วยุให้ต้องมีต้องเป็น ต้องทำในสิ่งที่วัยรุ่นไม่จำเป็นต้องเป็น ไม่จำเป็นต้องมี ไม่จำเป็นต้องทำซึ่งเป็นสิ่งสำคัญมาก หากวัยรุ่นรู้จักใช้โอกาสเรียนรู้สิ่งเหล่านี้ สถานภาพของเขาก็จะไม่มีปัญหา ไม่วุ่นวาย ไม่เดือดร้อนใคร ๆ แต่ถ้าเขาใช้ไม่เป็นเขาก็จะต้องเสาะแสวงหาไม่รู้จบ หรือไม่สมดุลในบุคลิกภาพของตัวเอง แต่ไปพัฒนาเฉพาะส่วนใด ส่วนหนึ่งเพียงด้านเดียว เช่น ใช้อารมณ์มากเกินไปก็จะเอาแต่ใจตัวเอง แล้วถ้าเอาแต่ใจกำลังมากเกินไปก็อาจกลายเป็นคนที่หยาบกระด้าง ใจแข็งเกินไป เพราะฉะนั้น เป็นสิ่งที่สำคัญมากที่วัยรุ่นในยุคนี้ต้องรู้จักคำว่า เป็นตัวของตัวเอง เรียนรู้ตัวเองว่าตัวเองเป็นอะไร เป็นใคร และต้องการอะไรอย่างแท้จริงของชีวิตนี้ คุณค่าแห่งตนในวัยรุ่นเป็นสิ่งที่ช่วยให้วัยรุ่นสามารถปรับตัวได้อย่างมีความสุขตามวัยของเขา โดยเปิดโอกาสให้เขาได้มีประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จในสิ่งที่ได้กระทำ ฉะนั้นผู้จึงควรเปิดโอกาสให้เขาได้แสดงหรือได้กระทำในสิ่งที่เหมาะสมกับระดับความสามารถ ความถนัดและความสนใจของเขา พร้อมทั้งให้ความช่วยเหลือเขาโดยไม่ตั้งความหวังจากตัวเขามากจนเกินความสามารถ เพื่อให้เขาได้ประสบความสำเร็จและเกิดความภาคภูมิใจในตนเองบ้าง (กรมสุขภาพจิต, 2540)

ผู้วิจัยตระหนักถึงความสำคัญของคุณค่าแห่งตนในวัยรุ่นตอนต้น (อายุ 12-14 ปี) ซึ่งเป็นช่วงต่อระหว่างวัยเด็กและวัยรุ่น จัดเป็นวัยวิกฤติที่มีภาวะอารมณ์แปรปรวนสูง วุฒิภาวะทางอารมณ์ยังไม่สมบูรณ์ มีความสับสนในการวางบทบาทของตัวเองในสังคม ขาดทักษะและประสบการณ์ในการเผชิญปัญหา จึงเหมาะสำหรับการพัฒนาคุณค่าแห่งตนโดยกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์ ซึ่งมีจุดมุ่งหมายในการให้คำปรึกษาคือ ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีวุฒิภาวะ(Maturity) และเจริญงอกงามขึ้น พึ่งตนเองมากกว่าพึ่งสังคม รับรู้ตนเองตามที่เป็นอยู่ (วัชรทรัพย์มี, 2533) ซึ่งเน้นให้บุคคลได้มีโอกาสแสดงออก เรียนรู้พฤติกรรม ประสบการณ์ในอดีตที่บุคคลไม่ยอมรับ โดยเพิลส์ (Perls, 1969, p. 15) เน้นหลักการของสติ (Principle of Awareness) คิดทำอะไร ในที่นี้ และขณะนี้อยู่ในโลกแห่งความจริง (Here and Now) ช่วยให้สมาชิกในกลุ่มแต่ละคนได้มีการบูรณาการแห่งชีวิต โดยการนำสถานการณ์ต่าง ๆ มาผสมผสาน เพื่อใช้ในการตัดสินใจ เพื่อให้มองเห็นคุณค่าแห่งตนเอง มีความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง สามารถดำเนินชีวิตต่อไปในช่วงวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยแห่งการแสวงหาเอกลักษณ์ของตนเองได้อย่างมั่นใจ สามารถที่จะตอบรับในสิ่งที่ถูก

ที่ควรจากเพื่อนและผู้อื่น สามารถที่จะกล่าวปฏิเสธ ไม่ยอมรับในสิ่งที่เห็นว่าไม่ถูกต้อง โดยใช้การตัดสินใจอย่างมีเหตุผลและมีกลวิธีในการแก้ไขปัญหาอย่างเหมาะสมตามวัยของตนเอง มีการตระหนักรู้ในตนเอง มีการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง ช่วยให้ได้พัฒนาความมั่นคงทางจิตใจ มีชีวิตที่เป็นสุขสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีคุณค่า เพื่อที่จะได้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณค่า สามารถช่วยเหลือสังคมได้ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์ต่อคุณค่าแห่งตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

สมมติฐานของการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง
2. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์ มีคะแนนคุณค่าแห่งตนสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง
3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์ มีคะแนนคุณค่าแห่งตนสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล
4. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์ มีคะแนนคุณค่าแห่งตนในระยะหลังการทดลองสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง
5. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์ มีคะแนนคุณค่าแห่งตนในระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง
6. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์ มีคะแนนคุณค่าแห่งตนไม่แตกต่างกันในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย

1. ช่วยให้ทราบผลของการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์ต่อคุณค่าแห่งตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
2. เป็นแนวทางเสนอแนะต่อผู้ให้คำปรึกษา นักจิตวิทยา ผู้ที่เกี่ยวข้องด้านการให้คำปรึกษาของโรงเรียนได้นำเอาวิธีการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์ ไปใช้เพื่อการพัฒนาคุณค่าแห่งตนของนักเรียนได้ต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากร ที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนทุ่งศุขลาพิทยาคม ปีการศึกษา 2546 อำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรี ที่ได้จากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) มีระดับคะแนนคุณค่าแห่งตนที่ระดับต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จากนักเรียนทั้งหมดที่ได้ทำแบบสำรวจคุณค่าแห่งตน และอาสาสมัครเข้าร่วมในการวิจัย สุ่มตัวอย่าง อย่างง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยการจับฉลาก เพื่อจำแนกออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน

ตัวแปร ที่ใช้ในการศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ วิธีการให้คำปรึกษาและระยะเวลาในการทดลอง ดังนี้

1.1 วิธีการให้คำปรึกษา แบ่งออกเป็น 2 วิธี ได้แก่

1.1.1 การให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์ เป็นวิธีการที่ผู้วิจัยนำมาใช้ในการให้คำปรึกษาแก่กลุ่มทดลอง

1.1.2 การให้คำปรึกษาแบบปกติ

1.2 ระยะเวลาในการทดลอง จำแนกเป็น 3 ระยะ ได้แก่

1.2.1 ระยะก่อนการทดลอง

1.2.2 ระยะหลังการทดลอง

1.2.3 ระยะติดตามผล

2. ตัวแปรตาม คือ คุณค่าแห่งตน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **การให้คำปรึกษากลุ่ม** เป็นกระบวนการให้คำปรึกษาแก่ผู้มาปรึกษาดังแต่ 2 คนขึ้นไปในเวลาเดียวกัน ซึ่งสมาชิกทุกคนในกลุ่มจะต้องมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน มีวัตถุประสงค์ร่วมกันในการช่วยเหลือให้สมาชิกมีโอกาสสำรวจ เข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อม ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน โดยการจัดสถานการณ์ให้สมาชิกกลุ่มเกิดความพยายามที่จะปรับเปลี่ยนทัศนคติ สามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองได้อย่างเต็มขีดความสามารถ อันจะนำไปสู่การตั้งเป้าหมายของชีวิต สร้างความงอกงามทางจิตใจ และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ปรารถนา

2. **ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเกสตัลท์** หมายถึง ทฤษฎีที่ใช้วิธีการให้คำปรึกษา โดยที่ผู้ให้คำปรึกษาจะมีบทบาทหน้าที่เกี่ยวกับการจัดบรรยากาศให้ผู้มารับการให้คำปรึกษาได้มีโอกาส

ค้นพบความต้องการของตนเอง ต้องค้นหาสภาพชีวิต และการรับรู้เกี่ยวกับตนเองของผู้เข้ารับการให้คำปรึกษาโดยใช้ประสบการณ์ในการบำบัด และหาแนวทางแก้ไขปัญหาดifferent ด้วยการมองชีวิตในภาพรวมทั้งหมด ไม่ได้รับรู้เฉพาะเพียงส่วนใดส่วนหนึ่ง รับรู้ความรู้สึกที่ค้างคาที่ตนเองมีอยู่แล้ว ให้ได้ระบายออกมา ทำให้ผู้เข้ารับการให้คำปรึกษาไม่ต้องสูญเสียพลังไปกับความรู้สึกที่ค้างค่านั้นอีก

3. **การให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์** หมายถึง การจัดกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทางทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเกสตัลท์ ซึ่งผู้วิจัยนำมาใช้ในการให้คำปรึกษาแก่กลุ่มทดลอง เพื่อให้บุคคลค้นพบตัวเอง รับรู้ตัวเอง (Self-Awareness) ในประสบการณ์ทุกขณะในสถานะ “ปัจจุบัน” เป็นตัวของตัวเองและพึ่งตนเองได้ มีความรับผิดชอบต่อการตัดสินใจและการกระทำของตนเอง สามารถสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นได้ดี โดยใช้เทคนิคต่าง ๆ ตามแนวทางทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเกสตัลท์ เช่น หลักการของปัจจุบัน (Principle of the Now) การอยู่กับความรู้สึกนั้น (The Use of the Awareness Continuum) การใช้สรรพนามแทนตัวเองตรง ๆ (The I and Thou) เก้าอี้ว่างเปล่า (The Empty Chair) การฝึกหลัก “ที่นี่” และ “เดี๋ยวนี้” (Here and Now) การใช้คำถาม “อะไร” และ “อย่างไร” แทนคำถาม “ทำไม” (Asking “How” and “What” instead of “Why”) ความรู้สึกที่ค้างคา (Unfinished Business) เป็นต้น

4. **การให้คำปรึกษาแบบปกติ** หมายถึง การจัดกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มตามที่โรงเรียนจัด

5. **คุณค่าแห่งตน** หมายถึง ทศนคติที่เกิดขึ้นจากการที่บุคคลรับรู้และให้ความหมายต่อตนเองในเรื่องคุณค่า ความสามารถ พลังอำนาจ การได้รับการยอมรับและปฏิบัติจากบุคคลที่มีความสำคัญต่อชีวิตและบุคคลในสังคม และการประสบความสำเร็จ รวมทั้งรูปร่าง หน้าตาของตนเอง คุณค่าแห่งตนแบ่งเป็น 4 ด้านคือ

5.1 **ด้านทั่วไป** เป็นคุณค่าแห่งตนจากการมองโลกในแง่ดี มีความกล้าแสดงออก มีวิตกกังวลต่ำ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ สามารถเป็นที่พึ่งของตนเองและผู้อื่นได้ มีความรับผิดชอบ และมีความพึงพอใจในสภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน

5.2 **ด้านสังคมและเพื่อน** เป็นคุณค่าแห่งตนที่เกิดจากความรู้สึกพอใจจากการมีความสามารถทำให้คนอื่นรัก มีความสำคัญต่อคนรอบข้าง การได้รับการยอมรับจากสังคมและอยากให้ผู้อื่นยอมรับตน

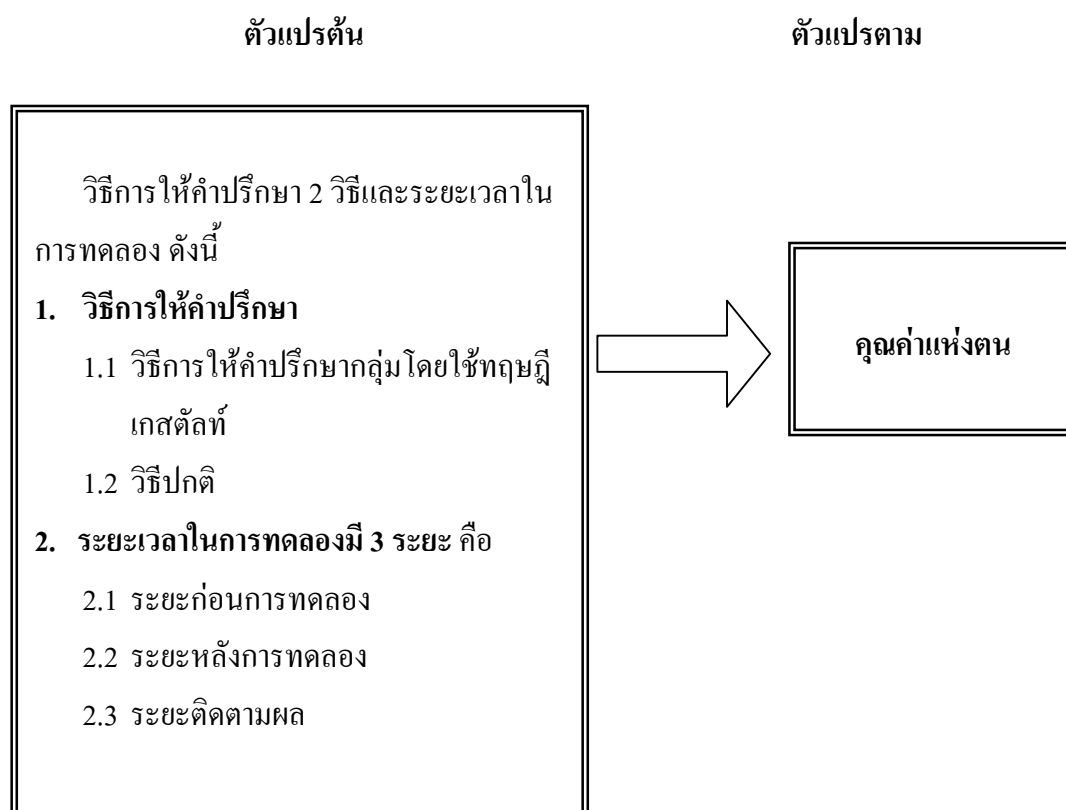
5.3 **ด้านครอบครัว** เป็นคุณค่าแห่งตนจากการได้รับความรัก การยอมรับและความภาคภูมิใจจากพ่อแม่ การทำตามความปรารถนาของพ่อแม่และความพึงพอใจกับบรรยากาศภายในครอบครัว

5.4 ด้านโรงเรียน เป็นคุณค่าแห่งตนจากการประสบความสำเร็จและความพึงพอใจในผลการเรียน การได้รับการยอมรับจากเพื่อน ๆ และครู ความมั่นคงปลอดภัยขณะเมื่ออยู่ในห้องเรียนและโรงเรียน

คุณค่าแห่งตนนี้วัดได้มาจากแบบสำรวจคุณค่าแห่งตนของ คูเปอร์สมิธ สำหรับนักเรียน (Coopersmith, 1981) ฉบับแปลและปรับปรุงโดยจุฑามาศ แหนจอ (2544)

6. **กลุ่มทดลอง** หมายถึง กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์
7. **กลุ่มควบคุม** หมายถึง กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบปกติ

กรอบแนวความคิด



ภาพที่ 1 กรอบแนวความคิดของการวิจัย