

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สถาบันครอบครัวนับเป็นหน่วยสังคมแรกที่สำคัญยิ่งของมนุษย์ ที่ถูกกำหนดให้เป็นกลไกในการสร้างคนที่มีคุณภาพให้แก่ประเทศชาติ ครอบครัวที่ราบรื่นนั้นย่อมประกอบด้วยความรัก ความอบอุ่น ความสัมพันธ์อันดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว สมาชิกรู้จักและแสดงบทบาทหน้าที่ของตนเองได้อย่างเหมาะสม ครอบครัวที่ดีจึงมีอิทธิพลต่อความสงบสุขของสมาชิกในครอบครัวและความเป็นระเบียบเรียบร้อยของหน่วยสังคมอื่น ๆ ตามมา

ในปัจจุบันประเทศไทยมีการเปลี่ยนแปลงหลายอย่างในสังคมอย่างรวดเร็ว ซึ่งเป็นผลมาจากการพัฒนาเศรษฐกิจและอุตสาหกรรม ความทันสมัยในสังคมทำให้ครอบครัวไทยเปลี่ยนแปลงจากครอบครัวขยายเป็นครอบครัวเค้นมากขึ้น แต่ละครอบครัวจำเป็นต้องดิ้นรนต่อสู้ในชีวิตประจำวัน ทำให้เกิดความเครียดในการดำเนินชีวิต บิดามารดา ต้องช่วยกันประกอบอาชีพเพื่อให้มีรายได้เพียงพอแก่ครอบครัว รวมถึงการมุ่งเน้นความสำคัญในด้านวัตถุนิยมมากกว่าด้านจิตใจ ส่งผลให้ระยะเวลาในการพบปะเพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างสมาชิกในครอบครัวมีแนวโน้มที่ลดลง ความผูกพันรักใคร่ การพึ่งพาต่อกันลดลง ความอดทนต่อกันลดลง และความมีเสรีภาพในการตัดสินใจมีมากขึ้น เมื่อเกิดปัญหาหรือความขัดแย้งระหว่างสามีภรรยา จึงมักใช้วิธีการยุติปัญห ด้วยการหย่าร้าง

ซึ่งการหย่าร้างหรือการแยกทางกันของครอบครัวในประเทศไทยมีอัตราสูงขึ้นทุกปี โดยอัตราการหย่าร้างเพิ่มขึ้นจากจำนวนผู้จดทะเบียนหย่าในปี พ.ศ. 2538 มีจำนวน 53,560 คู่ (กรมการปกครอง, 2538) เพิ่มขึ้นเป็น จำนวน 66,245 คู่ ในปีพ.ศ.2542 (กรมการปกครอง, 2545) ในปี พ.ศ. 2543 มีจำนวนผู้จดทะเบียนหย่าจำนวน 70,816 คู่ และเพิ่มขึ้นเป็น 76,037 คู่ ในปี พ.ศ.2544 (กรมการปกครอง, 2547) แสดงให้เห็นว่าอัตราการหย่าร้างมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นทุกปี สภาพครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์ หรือขาดความรัก ความอบอุ่น ความเข้าใจ ขาดสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว ย่อมก่อให้เกิดปัญหาแก่สมาชิกทุกคนในครอบครัวโดยเฉพาะ เด็กและเยาวชนผู้เป็นกำลังสำคัญของประเทศชาติ ดังนั้นจึงมีเด็กและเยาวชนจำนวนมากที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ อยู่ในสภาพบ้านแตก ขาดความรู้สึกมั่นคง ขาดแบบอย่างที่ดี รวมทั้งขาดที่ปรึกษา ไม่สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข ความผูกพันรักใคร่ในครอบครัวจึงเปรียบเสมือนรากฐานความสุขแห่งชีวิต และเป็นตัวแปรสำคัญในการหล่อหลอมความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองของบุคคล

ซึ่งเป็นความรู้สึกเกี่ยวกับการรับรู้ตนเองตามความคิดความเชื่อ โดยตัดสินจากการประเมินคุณค่าภายในตนเองตามแต่สถานภาพและสัมพันธภาพในครอบครัว

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1981, p. 5) ได้กล่าวไว้ว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นการที่บุคคลพิจารณาประเมินตนเองแล้วแสดงออกในแง่ของการยอมรับหรือไม่ยอมรับตนเอง มีความต้องการได้รับความเชื่อถือ การยอมรับนับถือจากผู้อื่น เพื่อที่จะได้เกิดความภาคภูมิใจและนับถือตนเอง (Sasse, 1978, p. 48) นอกจากนี้ มาสโลว์ (Maslow, 1970, p. 90) ได้กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นความต้องการและความปรารถนาของทุกคนในสังคม เป็นความต้องการที่จะรู้ถึงความสำคัญและคุณค่าที่มีในตนเอง ระดับความภาคภูมิใจในตนเองจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับวิธีการอบรมเลี้ยงดู และสัมพันธภาพระหว่างบิดามารดากับเด็ก (Maslow, 1954, pp. 81-97) โกลเบลและบราวน์ (Goebel & Brown, 1981, pp. 809-915) ได้ศึกษาลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ตามทฤษฎีของมาสโลว์ โดยสำรวจจากกลุ่มบุคคลแต่ละช่วงอายุ พบว่า เด็กในช่วงวัยรุ่นให้ความสำคัญต่อการมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่าวัยอื่น ๆ ทางจิตวิทยาพัฒนาการถือว่าระยะวัยรุ่นเป็นช่วงที่บุคคลพัฒนาเอกลักษณ์ของตนเอง ต้องการได้รับการยอมรับจากเพื่อนและครู ต้องการทราบว่าชีวิตของตนมีคุณค่าภาคภูมิใจเพียงใด โดยประเมินจากบุคคลที่อยู่ใกล้ชิดและสังคมรอบตัว

จงกลณี ดุษฎีเจริญ, ระวีวรรณ แสงฉาย, จรวยพร สุภาพ และสุวัฒน์ ศรีสรณ์ (2541, หน้า 22) ได้กล่าวว่า บิดามารดามีบทบาทสำคัญต่อการปรับตัวของวัยรุ่นเป็นอย่างยิ่ง หากบิดามารดาส่งเสริมการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัว เสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งจะเป็นแรงสนับสนุนทางจิตใจช่วยให้วัยรุ่นตอนต้นสามารถปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม การมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันระหว่างสมาชิกในครอบครัวจึงมีผลสำคัญยิ่งต่อการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคล หากบุคคลขาดความภาคภูมิใจในตนเอง ย่อมเป็นอันตรายกลัว กลัวการเสี่ยง การเปิดเผยตนเองและกลัวอนาคต ความกลัวจะนำไปสู่ความวิตกกังวล ซึ่งเป็นความรู้สึกไร้ความสามารถที่จะช่วยตนเอง คับข้องใจ ไม่มั่นใจในความสามารถของตนและมีอารมณ์เป็นทุกข์ จึงค่อย ๆ ทำลายชีวิตที่มีความสุขและเป็นอุปสรรคต่อการเติบโตไปถึงวุฒิภาวะที่สมบูรณ์ การมีความรู้สึภาคภูมิใจในตนเอง จึงเป็นภูมิคุ้มกันที่สำคัญในการป้องกันการเกิดหรือบรรเทาความรุนแรงของปัญหาทางจิตใจที่เกิดขึ้นได้ (สุวรรณี พุทธิศรี และชัชวาลย์ ศิลปกิจ, 2541, หน้า 358-359)

เด็กวัยรุ่นที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์มักมีแนวโน้มที่จะมีปัญหาทางด้านสภาพจิตใจสูงกว่าเด็กที่พ่อแม่อยู่ร่วมกัน เด็กเหล่านี้มักมีอารมณ์เศร้า ภาพลักษณ์ของตนเองแย่ลง มีพฤติกรรมเกรงและมีพฤติกรรมทางเพศก่อนวัยอันควร นอกจากนี้เด็กยังรู้สึกว่าตนเองมีปมด้อย ขาดความมั่นคง

และหาวห้วน ปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ได้ยาก เมื่อโตขึ้นมาจากครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์ จะรู้สึกว่าคุณเองไม่เป็นที่ต้องการ ไม่มีความภาคภูมิใจในตนเอง คิดว่าคุณเองไร้ค่า เมื่อต้องเผชิญกับสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ที่ไม่สามารถปรับตัวได้ (วัชรภรณ์ อภิวัชรางกูร, 2529)

จากรายการโทรทัศน์เรื่อง "หลุมดำ" ทางสถานีโทรทัศน์ช่อง 9 ในวันเสาร์ที่ 4 และ 11 มิถุนายน 2548 เวลา 23.00 น. ได้ถ่ายทอดเรื่องราวของเด็กสาววัยรุ่นที่ได้ใช้สื่ออินเทอร์เน็ตในการเปิดเผยสรีระของตนเองให้ผู้ที่อยู่ในห้องสนทนาเดียวกันชมผ่านหน้าจอคอมพิวเตอร์ จากการเฝ้าติดตามสังเกตพฤติกรรมและการสัมภาษณ์เด็กวัยรุ่นเหล่านั้นพบว่า เด็กสาววัยรุ่นเหล่านั้น กระทำลงไปเพราะความเหงา ความต้องการความรัก ความเอาใจใส่ พยายามแสวงหาการยอมรับ คุณค่าและความหมายให้ชีวิต อันเนื่องมาจากสภาพครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์ ความสัมพันธ์ของครอบครัวเป็นไปในลักษณะห่างเหินต่อกัน บิดามารดาไม่มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ไม่มีเวลามากพอในการเอาใจใส่ดูแลบุตร เนื่องจากภาระการงานและการเห็นคุณค่าทางวัตถุสำคัญกว่าจิตใจ ทำให้เด็กสาววัยรุ่นเหล่านั้นรู้สึกเหงา ยอมรับว่าบางวันขณะที่อยู่บ้านไม่ได้พูดคุยกับใครเลยจึงแสดงพฤติกรรมดังกล่าวเพื่อให้มีผู้คนหันมาสนใจ ชื่นชม ยอมรับและเห็นความสำคัญเพื่อให้ตนเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง จากตัวอย่างของวัยรุ่นที่กล่าวมาข้างต้นแสดงให้เห็นถึงปัญหาหนึ่งของสังคมไทยอย่างชัดเจน ในด้านมิติของสังคมที่กระแสโลกาภิวัตน์ได้เข้ามาครอบคลุมสังคม การมองเห็นคุณค่าสำคัญกว่าจิตใจ ครอบครัวที่ต่างสนใจแสวงหาเงินและวัตถุมากขึ้น จนขาดการตอบสนองทางด้านจิตใจของสมาชิกในครอบครัว และระบบครอบครัวที่ล้มเหลวเหล่านี้ ได้ส่งผลกระทบต่อให้วัยรุ่นรู้สึกว่าคุณค่าความภาคภูมิใจในตน เหงา และต้องการคนที่มองเห็นคุณค่า เห็นความสำคัญ ต้องการแสวงหาการยอมรับนับถือในตนจากผู้อื่น เพื่อการยอมรับนับถือในตนเอง จึงทุ่มเทความสนใจไปในสิ่งที่ไม่เกิดประโยชน์แก่ตน สนองความต้องการของผู้อื่น เพื่อหวังให้ผู้อื่นยอมรับ เห็นคุณค่าและความสำคัญเท่านั้น

การพัฒนาจิตใจของเด็กและเยาวชนในชาติให้เจริญพร้อมทัดเทียมกับการพัฒนา ด้านเศรษฐกิจและอุตสาหกรรมจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง เด็กที่มาจากครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์ส่วนใหญ่ เป็นเด็กที่ต้องการความรัก ความอบอุ่น การดูแลเอาใจใส่อย่างมาก อันเนื่องมาจากปมด้อยในด้าน ครอบครัว ส่งผลให้เด็กขาดความภาคภูมิใจในตนเอง ขาดความเป็นเอกลักษณ์แห่งตน เพื่อที่จะพัฒนาภาพพจน์แห่งตน ซึ่งประกอบด้วย ความภาคภูมิใจในตนเอง การมองเห็นความงาม ความมีเสน่ห์ของตน ความมั่นคงในจิตใจอันเนื่องมาจากรู้ความต้องการของตนเอง รู้นิสัยใจคอ ข้อดี ข้อบกพร่องของตน มีค่านิยมที่เป็นไปตามครรลองของสังคม รู้บทบาททางเพศและการมีเป้าหมายในชีวิตค่อนข้างแน่นอน และเพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการและธรรมชาติของวัยรุ่น จึงได้นำวิธีการให้คำปรึกษากลุ่มมาใช้ เพราะช่วงวัยรุ่นจะมีความต้องการการยอมรับจากบุคคลอื่น

โดยเฉพาะเพื่อนซึ่งเป็นผู้มีอิทธิพลอย่างมาก วัยรุ่นจะยอมรับความคิดเห็น คำเสนอแนะจากเพื่อน และเพื่อนเองยังเป็นผู้ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกันยอมทำให้เกิดการยอมรับ และช่วยเหลือซึ่งกันและกันได้เป็นอย่างดี พลังของกลุ่มยังสามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก ทำให้กิจกรรมที่ถูกเปลี่ยนแปลงไปนั้นคงอยู่อย่างถาวร (Kellman, 1969, pp. 399-432) และการให้คำปรึกษาจากกลุ่มจะทำให้วัยรุ่นสามารถค้นพบเอกลักษณ์ของตนเองช่วยให้วัยรุ่นมีวุฒิภาวะที่เหมาะสม ใช้ความสามารถของตนเองที่มีอย่างเต็มที่ มีความเชื่อมั่นในการที่จะพึ่งพาตนเอง

ซึ่งการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมนั้น เป็นกระบวนการที่ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาทราบว่า อารมณ์และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของตนนั้นเกิดจากความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล และผู้รับคำปรึกษาสามารถปรับเปลี่ยนความคิดให้เป็นความคิดที่สมเหตุสมผลได้ โดยผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ใช้สติปัญญาของตนเองมากที่สุดในการคิดพิจารณาสิ่งต่าง ๆ การเปลี่ยนแปลงความคิดและค่านิยมอันไม่สมเหตุสมผลของตนได้ ซึ่งจะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ ทำให้อารมณ์ที่ไม่เหมาะสม เช่น เศร้า ท้อแท้ สิ้นหวัง ลดลงหรือหายไป และเมื่ออารมณ์เปลี่ยนก็จะทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนไปด้วย กล่าวคือ บุคคลจะมีอารมณ์หรือแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ได้อย่างสมเหตุสมผลมากขึ้น (วัชร ทรัพย์มี, 2533, หน้า 112) จึงเหมาะสมที่จะนำการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ซึ่งเป็นวิธีการใช้สติปัญญาในการคิดพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ทั้งเป็นการฝึกฝนให้เด็กรู้จักคิดได้หลายแง่หลายมุม รู้จักแยกแยะความคิดที่สมเหตุสมผลกับความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล ซึ่งจะช่วยให้เด็กมีการปรับเปลี่ยนอารมณ์ มีอารมณ์ที่เหมาะสมมากยิ่งขึ้น ไม่ยึดติดอยู่กับอารมณ์ที่ไม่สมเหตุสมผล ย่อมส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอารมณ์และพฤติกรรม ทำให้มีความสุขมากขึ้น การที่จะพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองนั้น ทำได้โดยการช่วยเหลือให้เด็กเกิดความรู้สึภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้น มองเห็นว่าตนเองเป็นบุคคลที่มีคุณค่า มีความสามารถ มีศักยภาพในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ได้ ซึ่งการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมนั้นย่อมเป็นอีกกระบวนการหนึ่งในการพัฒนาคนให้เป็นทรัพยากรบุคคลที่มีความคิดความเชื่อที่สมเหตุสมผล มีความภาคภูมิใจในตนเองตามความเป็นจริง และมีความสุขตามอัตภาพ เป็นบุคคลที่มีคุณภาพต่อไปในอนาคต

จากปัญหาและเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมมาพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ เพื่อประคับประคองเยาวชนของชาติให้เติบโตเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไป

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมต่อความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์

## สมมติฐานในการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง
2. นักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง
3. นักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล
4. นักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม มีความภาคภูมิใจในตนเอง ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง
5. นักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีความภาคภูมิใจในตนเอง ในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง
6. นักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มีความภาคภูมิใจในตนเอง ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

## ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้บริหาร อาจารย์แนะแนวและบุคลากรที่เกี่ยวข้องได้ตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง รวมทั้งมีความรู้ความเข้าใจในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมในการนำมาพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง เสริมสร้างพลังให้นักเรียนมีจิตใจที่เข้มแข็งและมีความคิดในเชิงบวกต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม หากนักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์มีความรู้สึภาคภูมิใจในตนเอง ย่อมทำให้นักเรียนสามารถพัฒนาตนตามศักยภาพที่มีอย่างเต็มกำลังความสามารถต่อไป

## ขอบเขตของการวิจัย

### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

**1.1 ประชากร** เป็นนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดกรมสามัญศึกษา โรงเรียนพุทธรังสีพิบูล ตำบลลาดขวาง อำเภอบ้านโพธิ์ จังหวัดฉะเชิงเทรา ปีการศึกษา 2549 ที่มาจากการรอบครัวไม่สมบูรณ์

**1.2 กลุ่มตัวอย่าง** เป็นนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดกรมสามัญศึกษา โรงเรียนพุทธรังสีพิบูล ตำบลลาดขวาง อำเภอบ้านโพธิ์ จังหวัดฉะเชิงเทรา ปีการศึกษา 2549 ที่มาจากการรอบครัวไม่สมบูรณ์ และมีคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 โดยวัดจากแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเองที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จากนั้นทำการสุ่มตัวอย่างแบบง่ายด้วยวิธีการจับสลาก เป็นจำนวน 16 คน หลังจากนั้นทำการสุ่มตัวอย่างแบบง่ายด้วยวิธีการจับสลากอีกครั้ง แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน

### 2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

#### 2.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) ได้แก่

2.1.1 วิธีการแบ่งเป็น 2 วิธี ได้แก่ วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม และวิธีปกติ

2.1.2 ระยะเวลาแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล

#### 2.2 ตัวแปรตาม (Dependent Variable) ได้แก่

2.2.1 ความภาคภูมิใจในตนเอง

### นิยามศัพท์เฉพาะ

**1. วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Therapy in Group Counseling)** หมายถึง กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาลักษณะกลุ่ม โดยที่ผู้วิจัยสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดแบบ ABCD ของเอลลิส (Albert Ellis) สำหรับผู้ที่มีความต้องการตรงกันหรือคล้ายกันในเรื่องของความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง จุดมุ่งหมายของการใช้ทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักว่า ความคิดที่มีต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา

ได้เปลี่ยนความคิดที่มีต่อเหตุการณ์ที่ทำให้เขาเกิดอารมณ์และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม โดยให้ผู้รับคำปรึกษาใช้สติปัญญารับรู้เหตุการณ์นั้นในแนวความคิดใหม่ ผู้ให้คำปรึกษามีนบทบาทคอยชี้แนะ ชักจูง ให้ผู้รับคำปรึกษาใช้ทักษะการคิดอย่างมีระบบในการมองเหตุการณ์ต่าง ๆ ซึ่งจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเป็นคนที่มีความคิดความเชื่อที่สมเหตุสมผล และส่งผลให้ผู้รับคำปรึกษามีอารมณ์และพฤติกรรมที่เหมาะสมได้ โดยมีขั้นตอนการให้คำปรึกษาดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักว่า ความคิดของผู้รับคำปรึกษา เป็นความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลอย่างไร และทำไมจึงคิดเช่นนั้น ตลอดจนชี้ให้เห็นความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลเช่นนั้นทำให้เกิดปัญหาอารมณ์ได้อย่างไร ผู้ให้คำปรึกษาจะพยายามช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเรียนรู้ที่จะแยกแยะความเชื่อที่สมเหตุสมผลออกจากความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล

ขั้นที่ 2 ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักว่า เขาจะต้องรับผิดชอบต่อ ปัญหาของตัวเอง อันเนื่องมาจากการที่เขาเฝ้าคิดอย่างไม่สมเหตุสมผล

ขั้นที่ 3 ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเปลี่ยนความคิด ให้จัดความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลออกไปเสีย โดยใช้กลวิธีแบบนทาง ชักชวน ชี้แจงเหตุผล

ขั้นที่ 4 ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีความคิดที่สมเหตุสมผลในเรื่องทั่ว ๆ ไป ซึ่งไม่เกี่ยวกับปัญหาในปัจจุบันของตน เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีปรัชญาชีวิตอันเต็มไปด้วยเหตุผล เพื่อจะได้ไม่ตกเป็นเหยื่อของความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลอีกต่อไปในอนาคต

2. วิธีปกติ หมายถึง วิธีการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนที่มาจากครอบครัวไม่สมบูรณ์ ที่ทางโรงเรียนพุทธรังสิพิบูล ได้จัดให้นักเรียนตามปกติ

3. ความภาคภูมิใจในตนเอง (Self – Esteem) หมายถึง ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเองโดยพิจารณาตัดสินค่าของตนเองในด้านต่าง ๆ 5 ด้าน ได้แก่

3.1 ด้านมุมมองรวม (Global) เป็นความรู้สึกเกี่ยวกับตนเองโดยทั่ว ๆ ไป ได้แก่ ความรู้สึกเป็นคนสำคัญ เป็นคนที่น่าสนใจ เป็นคนดี ความรู้สึกพึงพอใจเกี่ยวกับตนเอง

3.2 ด้านการศึกษา (Academic) เป็นความรู้สึกเกี่ยวกับตนเองในฐานะนักเรียน ความพึงพอใจในผลการเรียนของตนเอง ซึ่งอาจถูกกำหนดมาตรฐาน โดยพ่อแม่ ครูและเพื่อน

3.3 ด้านภาพลักษณ์ (Body Image) เป็นความรู้สึกเกี่ยวกับการมองรูปร่างหน้าตา บุคลิกลักษณะของตนเองว่า สูง เตี้ย อ้วน ผอม หรือกำลังดี สวยงามหรือไม่สวยงาม

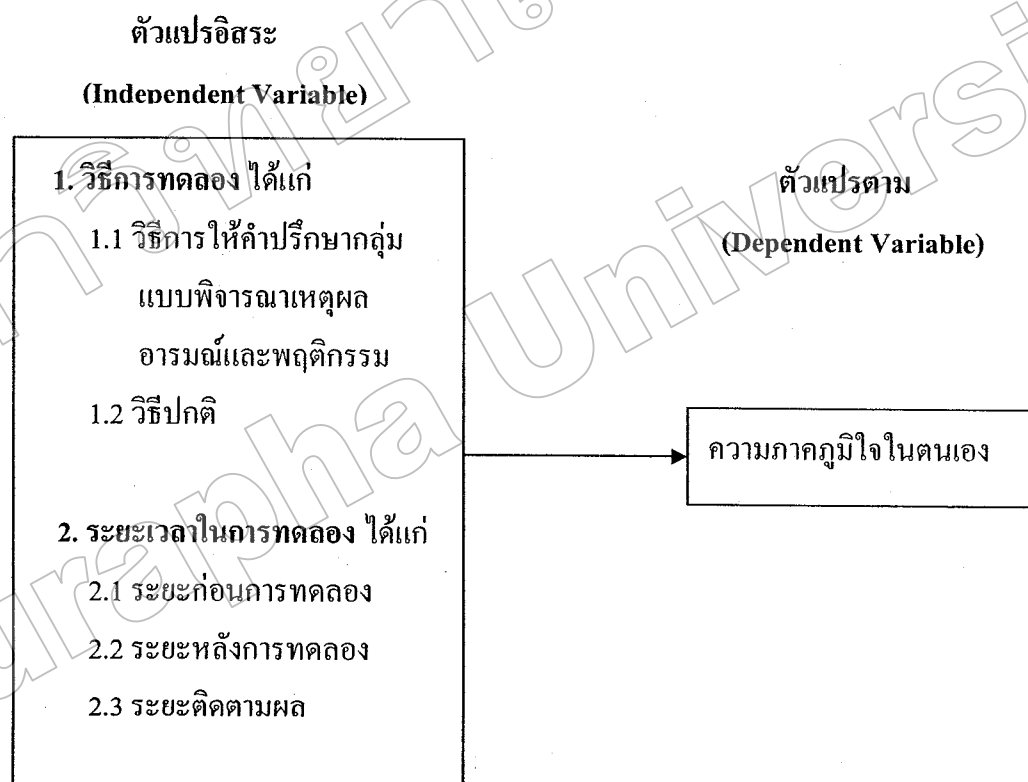
3.4 ด้านครอบครัว (Family) เป็นความรู้สึกรับรู้ตนเองในฐานะสมาชิกคนหนึ่งของครอบครัว ความเป็นที่รักและเป็นที่ภาคภูมิใจของครอบครัว

3.5 ด้านสังคม (Social) เป็นความรู้สึกถึงการยอมรับจากผู้อื่น ความสามารถในการผูกมิตรกับผู้อื่นของตนเอง

4. **ครอบครัวไม่สมบูรณ์** หมายถึง สภาพของครอบครัวที่มีการสิ้นสุดของสภาพชีวิตสมรสหรือแยกทางกันของกลุ่มสมรส ทั้งนี้ โดยมีการจดทะเบียนหย่าที่ถูกต้องตามกฎหมายหรือไม่ก็ตาม โดยบุตรอาจจะอยู่กับพ่อหรืออยู่กับแม่ ทั้งที่มีพ่อเลี้ยงแม่เลี้ยงหรือไม่มีก็ได้ บางคนไม่อยู่กับพ่อหรือแม่ โดยอยู่กับญาติ เช่น ป้า ยาย เป็นต้น

5. **นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น** หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 สังกัดกรมสามัญศึกษา โรงเรียนพุทธรังสีพิบูล อำเภอบ้านโพธิ์ จังหวัดฉะเชิงเทรา ปีการศึกษา 2549

### กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย