

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาพัฒนาทักษะทางสังคมของเด็กกำพร้าด้วยการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ของเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาในกลุ่มทดลอง เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research Design) โดยใช้แบบแผนการวิจัยเชิงทดลองสองตัวประกอบแบบวัดซ้ำหนึ่งตัวประกอบ (Two-Factor Experimental with Repeated Measures on One Factor)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษานี้ ได้แก่ เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยา ในช่วงวัยรุ่นตอนต้นอายุระหว่าง 12-15 ปี ที่ได้รับการคัดเลือกวัยรุ่นในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยา ที่มีคะแนนทักษะทางสังคมต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา และสมัครใจเข้าร่วมการทดลองจำนวน 28 คน สุ่มเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 14 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองประกอบด้วยแบบวัดทักษะทางสังคม และการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ดำเนินการทดลองโดยให้กลุ่มทดลองได้รับการให้การปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะทางสังคมที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น จำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที และเก็บข้อมูลโดยใช้แบบวัดทักษะทางสังคมใน 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ในระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้จากการคัดเลือกลูกกลุ่มตัวอย่าง ไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (pre-test) และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิเคราะห์ ความแปรปรวนสองทางแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated Measure Analysis of variance: One Between – Subject Variable and One Within - Subjects Variable) (Winer, Brown, & Michels, 1991, p. 509)

สมมติฐานของการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาในการทดลอง
2. เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีทักษะทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง
3. เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีทักษะทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล
4. เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับ

พฤติกรรมทางปัญญา มีทักษะทางสังคม ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

5. เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีทักษะทางสังคม ในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาในการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้กรปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีทักษะทางสังคม ในระยะหลังทดลองสูงกว่าเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีทักษะทางสังคม ในระยะติดตามผลสูงกว่าเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีทักษะทางสังคม ในระยะหลังทดลองสูงกว่าในระยะก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีทักษะทางสังคม ในระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

ผู้วิจัยอภิปรายผลการศึกษาดตามสมมติฐาน ดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองและระยะเวลาในการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กล่าวคือ วิธีการทดลองกับระยะเวลาในการทดลองส่งผลร่วมกัน โดยพบว่าในระยะก่อนการทดลองเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาและเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาในกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยทักษะทางสังคมที่ใกล้เคียงกันเนื่องจากการคัดเลือก เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่มีคะแนนทักษะทางสังคม ต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา แต่ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลพบว่า เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีคะแนนเฉลี่ยทักษะทางสังคมสูง

กว่ากลุ่มควบคุม และในระยะติดตามผล เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีคะแนนเฉลี่ยทักษะทางสังคมของเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาสูงกว่ากลุ่มควบคุมเช่นกัน ทั้งนี้เนื่องจากการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีจุดมุ่งหมายในการบำบัดรักษาที่ชัดเจน การบำบัดนี้พัฒนามาจากความเชื่อที่ว่าพฤติกรรมที่เป็นปัญหาสามารถปรับเปลี่ยนได้ด้วยการเปลี่ยนความคิด หรือความเชื่อของบุคคลนั้น เป้าหมายของการบำบัด คือการเปลี่ยนวิธีคิดที่ไม่สมเหตุผล เป็นระบบ โดยใช้ความคิดอัตโนมัติที่เกิดขึ้นที่มีสิ่งมากระตุ้น นำไปสู่การตอบสนองอารมณ์เพื่อให้เข้าใจถึงแบบแผนความคิดที่ผ่านมาและใส่ความคิดใหม่ลงไป เพื่อเปลี่ยนโครงสร้างความคิด ให้เกิดอารมณ์และพฤติกรรมที่เหมาะสม ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล 2 สัปดาห์ พบว่า ค่าเฉลี่ยทักษะทางสังคมของเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพิ่มสูงขึ้น จากระยะก่อนการทดลอง ในขณะที่เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาในกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยทักษะทางสังคมไม่แตกต่างไปจากระยะก่อนการทดลอง ดังตารางที่ 3 เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างทั้งสองได้รับกิจกรรมที่แตกต่างกัน กล่าวคือ กลุ่มทดลองเป็นเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการพัฒนาและฝึกฝนทักษะทางสังคม ด้วยการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา จำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที สัปดาห์ละสองครั้ง ติดต่อกัน 5 สัปดาห์ ทำให้สมาชิกได้เรียนรู้และฝึกฝนเกี่ยวกับทักษะทางสังคม ซึ่งเป็นทักษะที่เกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตร่วมกัน การทำงานร่วมกัน การสร้างมนุษยสัมพันธ์อันดี รวมทั้งความสามารถในการแสดงออกทั้งทางด้านภาษาท่าทางที่เหมาะสม มีการเรียนรู้และการฝึกฝนจากประสบการณ์ต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความชำนาญ และปฏิบัติที่ถูกต้อง ความคิดสร้างสรรค์ ความภาคภูมิใจในตนเอง การสร้างสัมพันธ์ภาพและการสื่อสาร การตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหา ด้วยเทคนิคต่าง ๆ ของทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาในการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างความคิด ความเชื่อ เพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

ผลจากการพัฒนาทักษะทักษะทางสังคมทั้ง 6 ด้านของเด็กกำพร้าโดยใช้การให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา พบว่า หลังจากที่ถูกทดลองได้เข้าร่วมการให้การปรึกษา มีคะแนนทักษะทางสังคมเพิ่มขึ้น ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ประยุกต์โดยนำทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา โดยมีรายละเอียดดังนี้

ด้านการแสดงออกทางอารมณ์ เพื่อฝึกการสื่อสารกับผู้อื่น โดยไม่ใช่อ้อยคำ เป็นการสื่อความหมายทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม โดยผู้วิจัยใช้เทคนิคการเสนอตัวแบบ (Modeling) การมอบหมายงานให้ทำ (Homework Assignment) โดยให้สมาชิกเรียนรู้จากวีดิทัศน์ ถึงลักษณะการแสดงออกของอารมณ์ผ่านทางสีหน้า แววตา ท่าทาง น้ำเสียง และเห็นถึงลักษณะที่เหมาะสม

ของการแสดงออกทำอารมณ์ ถึงผลจากการเข้ากลุ่มทำให้สมาชิกได้ปรับเปลี่ยนความคิดจากครั้งแรกที่ไม่คิดว่าการแสดงออกทางอารมณ์ของตนเองจะมีผลต่อตนเองและผู้อื่น

ด้านความไวในการรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น เพื่อฝึกการตีความหมายการแสดงออกทางอารมณ์ของบุคคลอื่นได้ โดยบุคคลนั้นไม่ต้องใช้ถ้อยคำ โดยเทคนิคการฝึกทักษะ (Skill Training) การมอบหมายงานให้ทำ (Homework Assignment) โดยสมาชิกได้ฝึกการสังเกตและบอกอารมณ์ของผู้อื่นได้ และสามารถบอกความหมายของการแสดงออกทางอารมณ์ของผู้อื่นได้ว่า เพื่อนอยู่ในอารมณ์อะไร และต้องการอะไร จากความสนุกสนานในการเข้ากลุ่มที่สมาชิกมีความผ่อนคลายแล้ว สมาชิกยังได้เรียนรู้ที่จะเอาใจใส่เพื่อนรอบข้างว่ารู้สึกอะไร และต้องการความช่วยเหลืออะไร

ด้านการควบคุมอารมณ์ของตนเอง เพื่อฝึกการจัดการและปรับอารมณ์ของตนเอง โดยใช้เทคนิคการฝึกทักษะ (Skill Training) การมอบหมายงานให้ทำ (Homework Assignment) การอธิบายโดยตรง (Direct Teaching) จากกิจกรรมนั้นทำได้ จากการรื้อยลูปปิด ซึ่งจากการเข้ากลุ่มนี้สมาชิกได้ประทับใจกับวิธีการแสดงพฤติกรรมของตนเองด้านการควบคุมอารมณ์ ทำให้สมาชิกเกิดความตระหนักในการควบคุมอารมณ์ว่า การแสดงออกของอารมณ์ที่ไม่มีการควบคุมนั้นมีความสำคัญมากต่อคนอื่นรอบข้าง ทำให้สมาชิกเริ่มเปลี่ยนความคิด แม้ว่าจะเน้นเปลี่ยนด้านการควบคุมอารมณ์ของกลุ่มทดลองในระยะติดตามผลเท่ากับระยะหลังการทดลองนั้น อาจเป็นเพราะเด็กกำพร้ากลุ่มควบคุมคุ้นเคยกับการแสดงอารมณ์ความรู้สึกโดยปราศจากการควบคุมมานาน รู้สึกอย่างไรก็แสดงออกอย่างนั้น ซึ่งเรื่องอารมณ์และความรู้สึกเป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อนและเป็นพฤติกรรมที่ฝังแน่นมานาน ทำให้การเปลี่ยนแปลงคงจะดำเนินไปอย่างค่อยเป็นค่อยไป

ด้านการแสดงออกทางสังคม เพื่อฝึกความสามารถในการใช้ภาษา ถ้อยคำ การแสดงออกที่เหมาะสม โดยเทคนิคการแก้ปัญหาาระหว่างบุคคล (The Interpersonal Cognitive Problem-Solving) การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) ซึ่งสมาชิก ได้แก้ปัญหาจริงจากสถานการณ์ที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้นซึ่งเป็นสถานการณ์ที่มักเกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของสมาชิกกลุ่มทดลอง ซึ่งจากการเข้ากลุ่มสมาชิกกลุ่มได้แนวคิด และหลักการในการใช้ภาษาเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีแก่คนอื่น มีความมั่นใจในการสนทนากับคนอื่นด้วยถ้อยคำที่ให้เกียรติคู่สนทนา และเรียนรู้มารยาทในการสนทนา เห็นได้จากการสังเกตของผู้วิจัยที่กลุ่มทดลองมักเข้ามาขอคำแนะนำ และกล้าแสดงความคิดเห็นกับครูและพี่เลี้ยงอย่างมีเหตุผลมากขึ้น

ด้านความไวในการรับรู้ทางสังคม เพื่อฝึกความสามารถในการเข้าใจและตีความหมายการสื่อสารทางถ้อยคำของบุคคลอื่น การมีความรู้เกี่ยวกับมาตรฐานของพฤติกรรมทางสังคมที่ควรปฏิบัติ โดยใช้เทคนิค การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) การแก้ปัญหาาระหว่างบุคคล (The Interpersonal Cognitive Problem-Solving) จากการป้อนดินน้ำมันตามคำบอก และจากการฝึก

การตีความหมายจากคำพูด คำสั่ง ทำให้สมาชิกเปลี่ยนความคิดเห็นจากการยอมรับว่าสมาชิกกลุ่มมักใช้อารมณ์ และเข้าข้างตัวเองในการตัดสินคำพูดของผู้อื่น สมาชิกกระตือรือร้นในการที่จะเรียนรู้แนวทางใหม่ ๆ เพื่อให้การสื่อสาร การตีความหมายมีความเหมาะสม และปฏิบัติได้ตามมาตรฐานของสังคม

ด้านการควบคุมทางสังคม เพื่อฝึกความสามารถในการแสดงบทบาททางสังคม มีทักษะในการแสดงตน สามารถที่จะปรับตัวได้ในสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างเหมาะสม โดยเทคนิคการตั้งคำถาม (Question) การระดมความคิด การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) และทักษะการให้การปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) การแบ่งปันการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจากแผ่นคำถาม ทำให้สมาชิกเห็นถึงวิธีการแก้ปัญหาและการปรับตัวของตนเองในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่พบในชีวิตประจำวัน ซึ่งจากการแบ่งปันของสมาชิก ทำให้สมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่เกิดการตระหนักรู้ตนเอง และเรียนรู้จากเพื่อนสมาชิกในกลุ่มถึงผลดีผลเสียในการแก้ปัญหา และเรียนรู้เทคนิคใหม่ ๆ จากการแบ่งปัน ซึ่งเป็นแนวทางที่สมาชิกสามารถปฏิบัติได้จริงในชีวิตประจำวัน

จากผลการวิจัยเกี่ยวกับองค์ประกอบต่าง ๆ ของทักษะทางสังคมของเด็กกำพร้าในการวิจัยครั้งนี้ สามารถยืนยันได้ว่าแบบวัดทักษะทางสังคมของเด็กกำพร้า ซึ่งสามารถเพิ่มทักษะทางสังคมของเด็กกำพร้าได้ โดยผลการวิจัยดังกล่าวสอดคล้องกับซึ่งตรงกับคำพูดของ Beck (Beck et al., 1997 อ้างถึงใน วินัสริน ก้อนศิลา, 2550, หน้า 34-35) ว่าการปรับเปลี่ยนความคิดมีผลต่ออารมณ์และพฤติกรรมและความคิดของบุคคลเป็นผลมาจากสิ่งเร้าทั้งภายในและภายนอกบุคคลโดยให้เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญสามารถค้นหาความคิดที่ไม่ถูกต้องที่อาจก่อให้เกิดปัญหาหรือสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความขัดแย้งในการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคม และปรับเปลี่ยนความคิดใหม่ให้มีความสมเหตุสมผลซึ่งผลการวิจัยในครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ นิตยา วรรณรัตน์ (2546) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อพัฒนาการควบคุมตนเองของนักเรียนชั้นมัธยม ศึกษาปีที่ 3 ผลการศึกษาพบว่า โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีปัญญาพฤติกรรมสามารถเพิ่มระดับความสามารถในการควบคุมตนเอง จากการแสดงแผนภูมิเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะทางสังคมของเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยา (ตารางที่ 4) ที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาและกลุ่มควบคุมในระยะเวลาต่าง ๆ ของการทดลอง พบว่าการให้การปรึกษาเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาส่งผลให้ทักษะทางสังคมของเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาเพิ่มขึ้นในระยะหลังการทดลองและยังสามารถส่งผลให้คะแนนทักษะทางสังคมในระยะติดตามผลสูงขึ้นกว่าระยะหลังการทดลอง เกิดความคงทนของพฤติกรรมและแสดงถึงพัฒนาการใน

การสร้างทักษะทางสังคมอย่างต่อเนื่อง ความสำเร็จที่เกิดขึ้นทั้งนี้อาจเนื่องจากการให้การปรึกษาตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญานี้เน้นถึงความสำคัญด้านความคิดถึงมีผลต่อพฤติกรรม

จากข้อมูลข้างต้นสรุปได้ว่า การให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น สามารถพัฒนาทักษะทางสังคมได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา และเพิ่มทักษะทางสังคมแก่เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยา ทำให้เห็นถึงปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกลระยะเวลาในการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งแสดงให้เห็นว่าระยะเวลาและวิธีการทดลองส่งผลร่วมกัน ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1

2. เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีค่าเฉลี่ยทักษะทางสังคมในระยะหลังการทดลองสูงกว่า เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจากเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีความสนใจในการเข้าร่วมกลุ่มการให้การปรึกษา ให้ความร่วมมือและตั้งใจฝึกฝนทักษะทางสังคมต่าง ๆ เป็นอย่างดี จนสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับตนเองได้ ซึ่งกระบวนการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีการประเมินพฤติกรรมความคิด (Cognitive Behavioral Assessment) การประเมินพฤติกรรมความคิดเป็นกระบวนการให้การปรึกษาที่สำคัญที่สุด ในการประเมินผู้ให้การปรึกษาจะไม่ได้ให้ความสนใจกับบุคลิกภาพ (Personality Traits) ของผู้รับการปรึกษาหรือกลไกทางจิต (Defense Mechanisms) แต่จะให้ความสนใจกับพฤติกรรมหรือการกระทำของผู้รับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะทำการเก็บรวบรวมข้อมูล และระบุปัญหาจากข้อมูลการระบุพฤติกรรมที่เป็นปัญหารวมถึงการวัดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ตัวแปรด้านสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาและการทบทวนจุดแข็งจุดอ่อนในตัวของผู้รับคำปรึกษา (อารีรัช จานงผล, 2550, หน้า 42-43) การให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญานี้ ผู้รับการปรึกษามีความคิดที่ถูกต้อง เรียนรู้และเลือกวิธีการแก้ปัญหาของตนเองได้ และในการเข้ากลุ่มเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยา มีการแบ่งปันและร่วมกระบวนการที่ได้ทบทวนพฤติกรรมและฝึกทักษะทางสังคมตามกระบวนการและเทคนิคต่าง ๆ ตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา จากการร่วมกิจกรรม “เฟิงสามัคคี” เปิดโอกาสให้สมาชิกทุกคนได้แสดงออก มีความเป็นหนึ่งเดียวกัน ได้ฝึกการทำงานร่วมกันกับผู้อื่น ฝึกการยับยั้งชั่งใจ และในการร่วมกระบวนการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ในแต่ละครั้ง สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้การปรับตัวกับสมาชิกในกลุ่มและบุคคลอื่น ได้ฝึกการควบคุมตนเอง การแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม ฝึกการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น และสังเกตความต้องการของคนอื่นทางสีหน้า แววตา น้ำเสียงและกิริยาอื่น ๆ ได้ฝึกทักษะการสื่อสาร ฝึกการวิเคราะห์ปัญหาและ การแก้ปัญหา

รับฟังความคิดเห็นของเพื่อนสมาชิกที่เสนอแนวทางการแก้ปัญหาที่เป็นไปได้ ได้เรียนรู้วิธีการแก้ปัญหาของเพื่อนสมาชิก กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549) กล่าวว่า กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดขึ้นเพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษาที่มีปัญหาด້ายคล้ายคลึงกันหรือมีความต้องการเหมือนกัน สมาชิกกลุ่มทดลองได้เสนอแนวคิดและอภิปรายอย่างอิสระ จากการเข้าร่วมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาในครั้งที่ 6 ที่สมาชิกได้เรียนรู้ทักษะการสื่อสาร การใช้ถ้อยคำและการฝึกการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้า จากการใช้เทคนิค การแก้ปัญหาระหว่างบุคคล (The Interpersonal Cognitive Problem-Solving) ซึ่งผู้วิจัยกำหนดสถานการณ์ที่มักเกิดในชีวิตประจำวันของเด็กกำพร้า จากการแบ่งปันของสมาชิกจากการร่วมกิจกรรมได้แบ่งปันความรู้สึกว่า “ไม่เคยคิดว่าคนอื่นจะรู้สึกอย่างไรเมื่อพูดออกไป” ซึ่งจากคำพูดนี้ทำให้เห็นว่าสมาชิกเริ่มรู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และมีการหยุดคิดและทบทวนพฤติกรรมของตนเอง ทำให้เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาได้เรียนรู้จักวิเคราะห์ความรู้สึกนึกคิด พฤติกรรมต่าง ๆ ที่มีผลต่อการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม และเนื่องจากผู้วิจัยทำงานในมูลนิธิฯ ได้สังเกตกลุ่มทดลองเห็นว่า สมาชิกกลุ่มทดลองส่วนใหญ่เริ่มออกจากตัวเองมากขึ้น โดยทักทายผู้วิจัยก่อน เข้ามาพูดคุยกับคนรอบข้างมากขึ้น แม้บางครั้งผู้วิจัยเห็นว่ากลุ่มตัวอย่างก็ประสบปัญหา แต่วิธีการในการแก้ปัญหาลำบากออกไป มีการถามก่อนที่จะระบายอารมณ์ออกไป ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของศรีพร มีถ่อง (2543) ที่ศึกษาผลของการปรึกษากลุ่มต่อการพัฒนาวิธีคิดตามแนวปัญญาและความมีวินัยในตนเองของวัยรุ่นในสถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี ผลการศึกษาพบว่า วัยรุ่นกลุ่มทดลองมีคะแนนวิธีคิดและคะแนนความมีวินัยภายหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม ในขณะที่เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาในกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการเข้าร่วมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งในชีวิตประจำวันตามตารางของมูลนิธิจึงขาดความรู้และไม่ได้รับการฝึกฝนทักษะสังคมด้านต่าง ๆ ดังนั้นจึงทำให้ค่าเฉลี่ยทักษะทักษะทางสังคมของเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีสูงกว่าเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาในกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2

3. เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีค่าเฉลี่ยทักษะทางสังคมสูงกว่าเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาในกลุ่มควบคุมในระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่าผลของการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาสามารถสร้างภูมิคุ้มกันและความคงทนของพฤติกรรมด้านความคิด อารมณ์ ความรู้สึกนั้นจนถึงในระยะติดตามผลนั้นเกิดขึ้นจากกระบวนการพัฒนาทักษะทางสังคมมีการให้ความสำคัญทางด้านการปรับเปลี่ยนความคิดซึ่งจะ

มีผลต่อพฤติกรรม การปรับพฤติกรรมทางปัญญา Kazdin (1980 อ้างถึงใน ธิดา จับจิตต์, 2547) ได้กล่าวไว้ว่าเป็นกระบวนการเปลี่ยนพฤติกรรมภายนอกโดยการเปลี่ยนความคิด การดีความ การตั้งข้อสันนิษฐาน หรือกลวิธีในการสนองตอบหรืออีกนัยหนึ่งคือ การเปลี่ยนตัวแปรทางปัญญาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนพฤติกรรม ซึ่งจากการที่เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้น ได้รับการเรียนรู้ประสบการณ์ทั้งทางตรงและทางอ้อมในการเข้าร่วมกลุ่ม ตลอดจนได้รับการฝึกฝนทักษะต่าง ๆ อย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ จนกลายเป็นการจดจำซึ่งนำไปสู่การพัฒนาดตนเองให้มีความสามารถในการเผชิญปัญหา รู้จักการปรับตัวและมีความสามารถในการรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเองมากขึ้น สามารถตัดสินใจในการแก้ปัญหาและพัฒนาทักษะทางสังคมของตนเองมากขึ้น ภายใต้บรรยากาศที่เป็นกันเอง จริงใจ ยอมรับ ไว้วางใจซึ่งกันและกัน ดังที่ Corey (2008, p. 5) กล่าวว่า บรรยากาศที่เอื้อต่อการพัฒนาทางจิตใจ เช่น เกิดความไว้วางใจ การยอมรับ การให้กำลังใจซึ่งกันและกัน และเปลี่ยนความคิดเห็นและเกิดการรับผิดชอบต่อภาระกิจของตนเอง ซึ่งเห็นได้จากการแบ่งปันของสมาชิกท่านหนึ่งที่พบปัญหาในการควบคุมอารมณ์ก่อนที่จะเข้าร่วมกลุ่มในครั้งที่ 8 สมาชิกท่านนี้หงุดหงิด ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ ไม่ค่อยแบ่งปัน ซึ่งเพื่อน ๆ ก็เข้าใจและให้เวลาแก่สมาชิกท่านนี้ ไม่เรียกร้องหรือเร่งรัดให้ร่วมกิจกรรม หลังจากนั้นเมื่อมีการพบกันอีกครั้งต่อมาสมาชิกท่านนี้ได้แบ่งปันว่า “รู้สึกเสียใจที่แสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมต่อเพื่อนสมาชิก ตนเองรู้สึกหงุดหงิด ทำให้เพื่อน ๆ อึดอัดและไม่สบายใจ” ผู้วิจัยและสมาชิกในกลุ่มได้เปิดโอกาสให้สมาชิกท่านนั้นได้แบ่งปันความรู้สึกอย่างอิสระ ท่าทีของสมาชิกที่ให้อภัยไม่ว่าอะไร ทำให้สมาชิกท่านนั้นเกิดความต้องการที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและวางเป้าหมายสำหรับตนเองที่จะฝึกการควบคุมอารมณ์และการแสดงออกทางอารมณ์ของตนเอง และจริงจิ่งในการที่จะฝึกปฏิบัติ โดยมีเพื่อนสมาชิกในกลุ่มร่วมเป็นกำลังใจและให้ความช่วยเหลือ เช่นคอยเตือนถึงเป้าหมายในการควบคุมอารมณ์เมื่อเริ่มมีอารมณ์โกรธ เห็นได้จากการให้เกียรติ ให้กำลังใจซึ่งกันและกันถือเป็นพลังที่สำคัญช่วยเหลือให้เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาได้พัฒนาดตนเองอย่างต่อเนื่องและเกิดพฤติกรรมที่คงทนเพื่อให้เกิดความการพัฒนาทักษะทางสังคม ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ ปราณีพร บุญเรือง (2545) ผลของกลุ่มปรับพฤติกรรมทางปัญญาของวัยรุ่นที่ติดยาบ้า ต่อการป้องกันการกลับไปเสพยาซึ่งผลการวิจัยพบว่า กลุ่มควบคุมรายงานการกลับไปเสพยาซ้ำมากกว่ากลุ่มทดลอง

ส่วนค่าเฉลี่ยทักษะทางสังคมของเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาในกลุ่มควบคุม ทั้งในระยะติดตามผลและระยะหลังการทดลองลดลงจากระยะก่อนการทดลอง เป็นเพราะช่วงเวลาที่ผู้วิจัยเก็บข้อมูลเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาในกลุ่มควบคุมนั้น เป็นช่วงเวลาที่ปิดเทอม ซึ่งเด็กกำพร้าได้ใช้เวลาอยู่ด้วยกันนานกว่าช่วงเปิดเทอมเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์

เด็ก พยายามควบคุมควบคุมดำรงชีวิตอยู่ด้วยกันกับเพื่อนในกลุ่ม ในบ้าน ร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่มูลนิธิฯ กำหนด ทั้งกลางวันและกลางคืน และมีเกมมาเชื่อมมูลนิธิที่เด็กกำพร้าต้องพบปะ ทำให้เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พยายามควบคุมมีโอกาสที่จะเกิดปัญหาด้านความสัมพันธ์ การติดต่อสื่อสารการไม่เข้าใจกัน การทะเลาะได้แย้ง และเห็นขัดด้านความรักความเอาใจใส่เอื้ออาทรต่อผู้อื่น มีการกระทบกระทั่งกับเพื่อน ๆ และคุณครู และเมื่อมีปัญหา มักใช้วาจาที่รุนแรง และใช้กำลังในการตัดสินใจแก้ปัญหา เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พยายามควบคุมจึงขาดโอกาสในการพิจารณาความคิด ความรู้สึก และการกระทำของตนเอง จึงเป็นเหตุให้คะแนนเฉลี่ยทักษะทางสังคมลดลง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3

4. เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทธาที่ได้รับบริการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีค่าเฉลี่ยทักษะทางสังคมในระยะหลังการทดลองแตกต่างจากระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจากการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา เป็นการเพิ่มความรู้และเสริมทักษะทางสังคมอย่างเหมาะสมผ่านการร่วมกิจกรรมที่ทำให้เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทธาควบคุมได้สำรวจความรู้สึก ความคิดและพฤติกรรมของตนเอง ในบรรยากาศของกลุ่มซึ่งเป็นบรรยากาศที่ปลอดภัยบนรากฐานของการยอมรับ โครงสร้างการให้การปรึกษาดำเนินการปรับพฤติกรรมทางปัญญาจะรวบรวมการดำเนินการตั้งแต่ในระยะเตรียมความพร้อมก่อนเริ่มการให้การปรึกษาจนกระทั่งถึงระยะการให้การปรึกษา (Beck et al., 1979 อ้างถึงใน วินัสริน ก้อนสิลา, 2550, หน้า 36-38) ประกอบไปด้วยเตรียมความพร้อมของผู้รับการปรึกษา โดยผู้ที่เข้ารับการให้การปรึกษาดำเนินการปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้น ต้องเข้าใจและยอมรับเหตุผล วิธีการ และแนวทางของการให้การปรึกษา ผู้รับการปรึกษาดำเนินการที่จะพยายามสำรวจตนเอง (Self – Monitoring) ต้องยอมรับว่ามีงานที่ต้องกลับไปทำเป็นการบ้าน (Homework Assignment) พร้อมทั้งจะเปิดเผยความคิดและความรู้สึก ร่วมกับผู้ให้การปรึกษาในการวางแผนและปฏิบัติตามแผนการให้การปรึกษา จึงทำให้เกิดการเรียนรู้ที่จะไว้วางใจและมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก รวมทั้งประสบการณ์ที่หลากหลาย จึงทำให้เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทธาที่ได้รับบริการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาได้ข้อมูลย้อนกลับจากกลุ่มเกี่ยวกับตนเอง ในขณะที่ตัวนั้นก็เรียนรู้ที่จะรับฟังผู้อื่นซึ่งมีทัศนคติและค่านิยมที่แตกต่างไปจากตนเอง ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิดด้วยการเรียนรู้ใหม่จากการเข้าร่วมกลุ่ม จนนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับตนเองภายหลังการทดลอง

ทั้งนี้ขั้นตอนแรกของการดำเนินการให้การปรึกษา ผู้วิจัยเริ่มต้นด้วยการมสร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้วิจัยและสมาชิกในกลุ่ม ภายหลังจากให้เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก

พหุภาคีกลุ่มทดลองเข้ารับฟังการบรรยายเพื่อทำความรู้จักจิตวิทยาการให้การศึกษา ภายหลังการแนะนำร่วมกับแจ้งวัตถุประสงค์การวิจัย ขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพจึงเป็นไปอย่างราบรื่น โดยผู้วิจัยได้มีการนำเทคนิคการให้การศึกษาแบบกลุ่มรวมถึงเทคนิคตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา พบว่าสมาชิกรู้จักกันเป็นอย่างดีเนื่องจากอาศัยอยู่ในมูลนิธิด้วยกันตั้งแต่เด็กและโตมาด้วยกัน จึงค่อนข้างรู้จักและสนิทสนมกันดี แต่บรรยายกาศยังไม่มีความไว้วางใจกันและกัน สังเกตจากคำพูดเป็นการพูดถึงด้านลบของกันและกัน เมื่อผู้วิจัยให้สมาชิกร่วมกิจกรรม “ตุ๊กตาล้มลุก” ในครั้งแรกของกิจกรรมสมาชิกที่อยู่ตรงกลางวงยังไม่กล้าที่จะเอนตัวไปหาเพื่อนเต็มที่เพราะกลัวว่าเพื่อนจะไม่รับและต้องล้มลงพื้น เมื่อผู้วิจัยย้ำกับสมาชิกรอบวงให้ตั้งใจและเตรียมพร้อมเสมอที่จะรับเพื่อน สมาชิกกลางวงจึงมีความมั่นใจในเพื่อนและกล้าที่จะทั้งตัวไปหาเพื่อน จากกิจกรรมนี้สมาชิกเริ่มเรียนรู้ที่จะไว้วางใจกันและกัน เปิดเผยตัวออกมาขึ้น ร่วมแสดงความคิดเห็นในทางบวก การร่วมการให้การศึกษาในครั้งนี้สังเกตว่าสมาชิกให้มีความตั้งใจและมีความกระตือรือร้นในการร่วมกลุ่ม

การให้การศึกษาในครั้งนี้ครั้งที่สอง เรื่อง การสำรวจปัญหาของสมาชิก มีวัตถุประสงค์เพื่อรักษาสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และเพื่อให้สมาชิกได้สำรวจปัญหาประสบการณ์ทักษะทางสังคม ทั้งด้านบวกและด้านลบ จากการร่วมกิจกรรม “เฟิงสามัคคี” ที่ผู้วิจัยให้สมาชิกแบ่งกลุ่มและวางแผนสร้างเฟิงกันฝน ซึ่งสมาชิกได้เรียนรู้ถึงพฤติกรรมด้านสังคมจากการประเมินพฤติกรรมความคิดของสมาชิกกลุ่มทดลอง โดยใช้เทคนิคการประเมินปัญหา (Assessing Cognitions) และเทคนิคการตั้งคำถาม (Question) ในการประเมินปัญหาทักษะทางสังคม ซึ่งจากการประเมินปัญหาพบว่า เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พหุภาคีในกลุ่มทดลองขาดทักษะในการทำงานร่วมกับผู้อื่น ทั้งด้านการวางแผน ไม่มีการพูดคุยกัน ไม่แบ่งงาน ทุกคนทำอย่างที่ตนเองอยากทำ เมื่อขัดแย้งหรือมีปัญหา ก็จะไม่พูดคุยกัน เมื่อไม่ได้ตั้งใจก็จะไม่ทำ ไม่ร่วมมือกัน เมื่อโมโหจะไม่มีการควบคุมอารมณ์จะหงุดหงิด ซักสีหน้าและส่งเสียงดัง ไม่ยืดหยุ่น เมื่อผู้วิจัยบอกว่าสามารถเปลี่ยนจากเฟิงที่ทุกคนสามารถเข้าหลบแดดได้ เป็นเฟิงที่มีขนาดเท่าบ้านสุนัขเนื่องจากไม่มีเวลาแล้ว สมาชิกกลุ่มไม่ยอมเปลี่ยน ยังจะทำเหมือนเดิมทั้ง ๆ ที่รู้ว่าไม่สามารถทำได้สำเร็จตามเวลา

การเข้ากลุ่มให้การศึกษาครั้งนี้ พบว่า เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พหุภาคีในกลุ่มทดลอง ได้มีการสำรวจปัญหา และผลกระทบจากการขาดทักษะทางสังคม การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น และสมาชิกส่วนใหญ่มีความต้องการพัฒนาตนเองด้านทักษะทางสังคม เพื่อการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุขมากขึ้น

การให้การศึกษาครั้งที่สาม เรื่อง การแสดงออกทางอารมณ์ มีวัตถุประสงค์เพื่อ สมาชิกสามารถสื่อสารทางอารมณ์และสื่อความหมายทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม ได้แก่ การแสดง

ความรู้สึกออกทางสีหน้า แววตา น้ำเสียง และท่าทาง การแสดงออกระหว่างบุคคลโดยไม่ใช้ถ้อยคำ เพื่อให้สมาชิกตระหนักถึงการสำรวจอารมณ์ของตนเองและสังเกตอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นเพื่อ เกิดความเข้าใจและการปรับตัวอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข เทพ สงวนกิตติพันธ์ (2552) กล่าวว่า ผลของอารมณ์ไม่ว่าอารมณ์สุขหรืออารมณ์ทุกข์ จะทำให้ร่างกายเปลี่ยนแปลงไปจากปกติและจะมีการแสดงออกของพฤติกรรมและรู้สึกตามอารมณ์ที่เกิดขึ้น แต่ทุกวันเราไม่สามารถล่วงรู้ว่าจะได้เจอกับอารมณ์ที่เข้ามาให้เรารับรู้ได้อย่างไร และเราไม่รู้ว่าเมื่อสิ่งนั้น ๆ เข้ามาให้เรารับรู้แล้ว เราจะมีอารมณ์และความนึกคิดที่จะแสดงพฤติกรรมได้ตอบสนองไปอย่างไร ฉะนั้นเมื่อเราไม่สามารถล่วงรู้สถานการณ์ เราต้องควบคุมอารมณ์และรู้สึกของเราไม่ให้ส่งผลไปถึงการแสดงออก ในทางที่ไม่เหมาะสม คนที่ควบคุมอารมณ์ให้เป็นปกติได้เร็วจะช่วยให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่าง มีความสุขยิ่งขึ้นและจะส่งผลให้ทุกคนที่อยู่รอบตัวมีความสุขไปด้วย โดยผู้วิจัยใช้เทคนิคการเสนอ ตัวแบบ (Modeling) จากวิดิทัศน์ “อารมณ์” หลังจากดูเทปวิดิทัศน์แล้วกลุ่มทดลองได้ทบทวนถึง พฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ของตนเอง โดยสมาชิกส่วนใหญ่สามารถแยกแยะความคิดและ พฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ผ่านทางสีหน้า แววตา น้ำเสียงและท่าทางอื่น ๆ ของตัวเอง และมีความสนใจกระตือรือร้นในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ของตนเอง จากการสังเกตการเลือกภาพอารมณ์ให้ตรงกับความรู้สึกของตนเอง มีสมาชิกที่เลือกรูปภาพที่ไม่ ตรงกับความรู้สึกของตนเอง เช่น ไม่พอใจแต่เลือกรูปยิ้มเป็นต้น แต่เมื่อนำเสนอรูปแบบการ แสดงออกทางอารมณ์แบบต่าง ๆ จากวิดิทัศน์แล้ว สมาชิกแสดงความกระตือรือร้นที่จะสำรวจ อารมณ์ของตนเองและจับรูปภาพอารมณ์ใหม่อีกครั้ง ซึ่งสมาชิกเลือกรูปภาพได้ตรงกับความรู้สึก ของตนเอง และจากการทำกิจกรรมในครั้งนี้ สมาชิกหญิงคนหนึ่งแบ่งปันถึงความรู้สึกของท่านว่า “รู้สึกเบื่อแต่เช้า เพราะครูปลูกให้ต้นแต่เช้า จึงเลือกรูปภาพอารมณ์ที่แสดงสีหน้าเฉย ๆ” แต่เมื่อ เพื่อนสมาชิกในกลุ่มแบ่งปันถึงลักษณะการแสดงออกของเธอว่า มีความเฉยชา ไม่ค่อยยิ้ม ไม่ กระตือรือร้น และแววตาไม่สดใส จากการรับฟังข้อสังเกตจากเพื่อน และจากการเห็นเพื่อนสมาชิก มีความสนุก ทำให้สมาชิกท่านนั้นปรับเปลี่ยนอารมณ์ และก่อนที่จะยุติการให้การศึกษาในครั้งนั้น สมาชิกท่านนี้ก็ขอจับรูปภาพอารมณ์ใหม่อีกครั้งจากรูปอารมณ์เฉย ๆ เป็นรูปอารมณ์หัวเราะ ซึ่งเธอ บอกว่าตอนนี้รู้สึกมีความสุข

การเข้าร่วมกลุ่มการให้การศึกษาในครั้งนี้พบว่า เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทธากลุ่มทดลองไม่ได้ให้ความสำคัญและตระหนักถึงการแสดงออกทางอารมณ์ผ่านทางสีหน้า แววตา น้ำเสียงและท่าทางที่ไม่เหมาะสม ว่าส่งผลทั้งทางลบและทางบวกในการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น การเข้าร่วมกลุ่มในครั้งนี้ ทำให้กลุ่มทดลองเกิดการตระหนักรู้ว่า การแสดงออกทางอารมณ์ ผ่านทางสีหน้า แววตา น้ำเสียงและท่าทางที่ไม่เหมาะสม ส่งผลต่อการอยู่ร่วมกันของตนเองและ

ผู้อื่นทั้งทางบวกและทางลบ การรู้ตัวและแสดงอารมณ์อย่างเหมาะสมเป็นสิ่งสำคัญ และจำเป็นอย่างยิ่งซึ่งเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทธยา กลุ่มทดลองได้เรียนรู้พฤติกรรมการแสดงอารมณ์ที่เหมาะสมผ่านทางสีหน้า แววตา น้ำเสียงและท่าทาง

การให้การปรึกษาครั้งที่สี่ เรื่อง ความไวในการรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น มีวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกสามารถตระหนักรู้และแปลความหมายของการแสดงออกทางอารมณ์ของผู้อื่นจาก ท่าทาง แววตา น้ำเสียง และกิริยาอื่น ๆ เพื่อให้สมาชิกมีความสังเกตและสามารถเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น โดยเขาไม่ต้องพูดออกมา แต่สังเกตจากท่าทาง แววตา น้ำเสียง และกิริยาอื่น ๆ ตระหนักถึงความสำคัญของคนอื่นและสามารถที่จะช่วยเหลือและปรับตัวเพื่อความสัมพันธที่ดี การรู้และเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น และสามารถแสดงอารมณ์ตนเองตอบสนองได้อย่างเหมาะสม โดยเฉพาะกับคนที่เราเกี่ยวข้องสัมพันธ์ด้วย จะช่วยให้เราสามารถอยู่ร่วมหรือทำงานร่วมกันได้อย่างดี และมีความสุขมากขึ้น ความไวในการรับรู้อารมณ์ผู้อื่น คือการให้ความสนใจในการแสดงออกของผู้อื่น โดยการสังเกตสีหน้า แววตา ท่าทาง การพูด น้ำเสียง ตลอดจนการแสดงออกอื่น ๆ อ่านอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น จากสิ่งที่สังเกตเห็นว่า เขากำลังมีความรู้สึกใด โดยอาจตรวจสอบว่าเขา รู้สึกอย่างนั้นหรือไม่ด้วยการถาม แต่วิธีถามควรทำในสถานการณ์ที่เหมาะสม เพราะมีฉะนั้นอาจเป็นการรบกวนวาทะก่ายเรื่องของผู้อื่นได้ การทำความเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของบุคคล เรียกว่า เอาใจเขามาใส่ใจเราว่าถ้าเราเป็นเขา เราจะรู้สึกอย่างไรจากสภาพที่เขาเผชิญอยู่ (ร่วมด้วยช่วยกัน, 2552) การเข้ากลุ่มการให้การปรึกษาเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทธยา กลุ่มทดลองได้เรียนรู้การสังเกตการแสดงอารมณ์ของผู้อื่นจากกิจกรรม “ซองความลับ” ผู้วิจัยเลือกเทคนิคการฝึกทักษะ (Skill Training) สมาชิกมีความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมและแบ่งปันประสบการณ์ของตนเองจากการสังเกตคนอื่น หลังจากได้เรียนรู้จากกิจกรรมสมาชิกท่านหนึ่งแบ่งปันว่า “เมื่อสังเกตอารมณ์ของเพื่อนสมาชิกอื่น ๆ จากท่าทาง สีหน้าของเขาที่แสดงออกมาได้ เราต้องสนใจเพื่อนมากขึ้น บางครั้งเพื่อนแสดงอารมณ์ออกมา แต่ไม่แน่ใจก็จะถามเพื่อนว่าเป็นอะไร ทำให้มีความสนิทสนมกันมากขึ้น” และสมาชิกอีกท่านหนึ่งแบ่งปันว่า “ถ้าเพื่อนมีความสุขเราสังเกตเห็นง่าย บางทีไม่ต้องถามว่าเพราะอะไร เพื่อนจะบอกเอง” ซึ่งจากการแบ่งปันของสมาชิกทำให้เห็นว่า เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทธยา กลุ่มทดลองได้ตระหนักถึงความสำคัญของการรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น “บางครั้งที่ไม่มีเพื่อน เพราะไม่สนใจความรู้สึกของคนอื่น” เป็นคำพูดของสมาชิกหญิงท่านหนึ่งที่แบ่งปันออกมา และผู้วิจัยเลือกเทคนิคการมอบหมายงานให้ทำ (Homework Assignment) เพื่อให้สมาชิกฝึกทักษะทางสังคมเรื่องความไวในการรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น

การเข้ากลุ่มในครั้งนี้พบว่า เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทธยา กลุ่มทดลองได้พัฒนาทักษะในการรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น โดยการสังเกต ให้สนใจ ให้ความสำคัญกับผู้อื่นมากขึ้น

เห็นได้จากแบบบันทึกอารมณ์ของผู้อื่นลงในสมุดดาวความลับ ผู้วิจัยเห็นถึงความตั้งใจในการในการฝึกฝนเพื่อพัฒนาความไวในการรับรู้อารมณ์ของผู้อื่นของสมาชิก ที่สามารถบอกอารมณ์ของผู้อื่นได้ชัดเจนและอธิบายพฤติกรรมการแสดงออกทางอารมณ์ของผู้อื่นผ่านทาง ท่าทาง แววตา น้ำเสียง และกิริยาอื่น ๆ

การให้การปรึกษาครั้งที่ห้า เรื่อง การควบคุมอารมณ์ของตนเอง ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกมีความตระหนักรู้ในเรื่องอารมณ์ของตนเอง เพื่อให้สมาชิกเห็นถึงความสำคัญของการควบคุมอารมณ์และสามารถจัดการอารมณ์ของตนเองได้และเพื่อให้สมาชิกสามารถแสดงพฤติกรรมทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม ได้แก่การแสดงออกทางน้ำเสียง คำพูด หรือ ท่าทาง เทพ สงวนกิตติพันธุ์ (2552) กล่าวว่า ผลของอารมณ์ไม่ว่าอารมณ์สุขหรืออารมณ์ทุกข์ จะทำให้ร่างกายเปลี่ยนแปลงไปจากปกติและจะมีการแสดงออกของพฤติกรรมและความรู้สึกตามอารมณ์ที่เกิดขึ้น แต่แล้ววันเราไม่สามารถล่วงรู้ว่าจะได้เจอกับอารมณ์ที่เข้ามาให้เรารับรู้ได้อย่างไร และเราไม่รู้ว่าเมื่อสิ่งนั้น ๆ เข้ามาให้เรารับรู้แล้ว เราจะมีอารมณ์และความนึกคิดที่จะแสดงพฤติกรรมได้ตอบออกไปอย่างไร ฉะนั้นเมื่อเราไม่สามารถล่วงรู้สถานการณ์ เราต้องควบคุมอารมณ์และความรู้สึกของเราไม่ให้ส่งผลไปถึงการแสดงออกในทางที่ไม่เหมาะสม คนที่ควบคุมอารมณ์ให้เป็นปกติได้เร็วจะช่วยให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขยิ่งขึ้นและจะส่งผลให้ทุกคนที่อยู่รอบตัวมีความสุขไปด้วย ผู้วิจัยนำเข้าสู่เนื้อหาโดยใช้ดนตรีที่มีจังหวะแตกต่างกันมาก ๆ เพื่อสมาชิกสามารถที่จะเปรียบเทียบลักษณะของอารมณ์ ซึ่งเมื่อดนตรีจบ สมาชิกท่านหนึ่งแบ่งปันว่า “ดนตรีจังหวะเร็ว ๆ ทำให้หัวใจเต้นเร็วคั่งคืบ ๆ รู้สึกสนุกสนาน ตื่นตัว แต่ดนตรีจังหวะช้า ๆ ทำให้ใจสงบ รู้สึกสบาย ๆ” ผู้วิจัยเข้าสู่เนื้อหาด้วยกิจกรรม “ฉันทำได้” โดยใช้เทคนิคการฝึกทักษะ (Skill Training) ซึ่งจากกิจกรรมนี้ ผู้วิจัยพบว่าสมาชิกแสดงอารมณ์ออกมาเต็มที่ในการร่วมกิจกรรม สมาชิกส่วนใหญ่แสดงอารมณ์หงุดหงิดเมื่อเพื่อนทำไม่ได้ตั้งใจ บางคนถึงกับตะโกนเสียงดัง และออกท่าทางโวยวาย แต่ก็มีสมาชิกบางคนแสดงออกในรูปแบบใจเย็น ค่อย ๆ บอกเพื่อน ให้กำลังใจ และแนะนำเพื่อน หลังจากทำกิจกรรมแล้วผู้วิจัยให้สมาชิกมีเวลาทบทวน พฤติกรรมของตนเอง พบว่าจากการแบ่งปันสมาชิกส่วนใหญ่เห็นถึงการควบคุมอารมณ์ของตนเอง เริ่มตระหนักถึงความสำคัญของการควบคุมอารมณ์ ซึ่งสมาชิกส่วนใหญ่ยอมรับว่าไม่ค่อยสนใจที่จะควบคุมอารมณ์และผลของการไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้นั้นส่งผลต่อการดำรงชีวิตกลุ่มกับเพื่อน ๆ สมาชิกชายท่านหนึ่งแบ่งปันว่า “ไม่เคยคิดว่าจะต้องควบคุมอารมณ์ รู้สึกอะไรก็แสดงออกไปเลย” สมาชิกเริ่มแบ่งปันถึงผลกระทบทางลบที่เกิดจากการไม่ควบคุมอารมณ์ของตนเองจากประสบการณ์ของแต่ละคน เช่น “เมื่อโมโหก็ด่าเพื่อน ทำให้เพื่อนโกรธและไม่คุยกัน” “เมื่อมีคนทำอะไรผิดใจก็จะร้องไห้ และไม่ฟังอะไร เพื่อนก็จะรำคาญ” “เวลาครูตักเตือนก็จะโวยวายใส่ครู ทำให้ถูกลงโทษ” ผู้วิจัยเห็นว่า

สมาชิกเริ่มตระหนักถึงความสำคัญของการควบคุมอารมณ์จึงใช้เทคนิคการอธิบายโดยตรง (Direct Teaching) เพื่อเสนอแนวทางในการควบคุมอารมณ์ซึ่งสมาชิกแต่ละคนสามารถที่จะเลือกวิธีที่ตนเองสามารถที่จะปฏิบัติได้จริง ซึ่งจากเทคนิคการมอบหมายงานให้ทำ (Homework Assignment) จากคำตอบของสมาชิกส่วนใหญ่เห็นถึงความตั้งใจของสมาชิกที่พยายามฝึกปฏิบัติการควบคุมอารมณ์ จากการให้เหตุผลที่ต้องควบคุมอารมณ์และสามารถที่จะควบคุมอารมณ์ของตนเองได้

การเข้ากลุ่มการให้การศึกษาในครั้งนี้ เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทธากลุ่มทดลอง เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมซึ่งเกิดจากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม และจากกิจกรรม “ฉันทำได้” ซึ่งเป็นการสะท้อนพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์ ซึ่งจัดถึงผลกระทบทางลบจากการไม่ควบคุมอารมณ์ ทำให้เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทธากลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในการควบคุมอารมณ์ โดยมีความคิดที่ต้องการปรับปรุงพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์ของตนเองให้ดีขึ้น รับรู้ว่าตนเองมีความสามารถที่จะฝึกฝนการควบคุมอารมณ์ และยอมรับว่าการควบคุมอารมณ์ส่งผลดีต่อการดำเนินชีวิตร่วมกับบุคคลอื่น

การให้การศึกษาครั้งที่หก เรื่อง การแสดงออกทางสังคม มีวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกแสดงออกทางภาษา ถ้อยคำและการแสดงออกที่เหมาะสม ได้แก่การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับผู้อื่นอย่างดี การสื่อสารอย่างคล่องแคล่ว ชัดเจน ตรงไปตรงมา และเพื่อสมาชิกปรับเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมให้เข้ากับสถานการณ์ที่ประสบ ผู้วิจัยเตรียมความพร้อมสมาชิกด้วยกิจกรรม “กระซิบคำ” ซึ่งเป็นกิจกรรมที่สมาชิกได้เชื่อมโยงถึงองค์ประกอบของการสื่อสาร ที่ประกอบด้วย การสื่อสารที่ชัดเจน ซึ่งผู้วิจัยเลือกใช้เทคนิคการแก้ปัญหาระหว่างบุคคล (The Interpersonal Cognitive Problem-Solving) และการเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) ซึ่งผู้วิจัยกำหนดสถานการณ์ขึ้นมาแล้วให้สมาชิกทำตามคำสั่งที่กำหนดขึ้นในสถานการณ์ เพื่อช่วยสมาชิกได้เรียนรู้การแก้ปัญหาการแสดงออกทางสังคมซึ่งเป็นเรื่องของการสื่อสาร จากการสังเกตสมาชิกกลุ่มมีความกระตือรือร้น ช่วยเหลือกันในกลุ่ม การเสนอความคิดเห็น บรรยายความเป็นไปอย่างสนุกสนาน โดยเฉพาะเมื่อสมาชิกแต่ละคนได้คู่สนทนาที่มีสถานการณ์ที่ตรงกันข้าม ทำให้สมาชิกต้องต้องแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น จากการอภิปรายหลังจากทำกิจกรรมแล้ว สมาชิกแบ่งปันพฤติกรรมที่เกิดขึ้นและวิธีการแก้ปัญหาว่า “ทำอะไรไม่ถูกเลยเมื่อเพื่อคุยแต่เรื่องที่ไม่ตรงกับที่เตรียมไว้ ได้แต่ยืนฟังเฉย ๆ” “ไม่สนใจหรอกกว่าเพื่อนพูดเรื่องอะไร จะพูดในเรื่องที่ดังใจไว้เท่านั้น” “เมื่อเพื่อนไม่ยอมฟังเรื่องที่พูดก็เปลี่ยนเรื่องคุย” และสมาชิกท่านหนึ่งได้แบ่งปันประสบการณ์ของตนเองว่า “การพูดที่ไม่ชัดเจน พูดไม่ครบประโยคทำให้เกิดปัญหาคือความเข้าใจไม่ตรงกัน” และสมาชิกอีกท่านแบ่งปันว่า “เพราะเป็นคนที่ชอบคุย และจะคุยเฉพาะเรื่องที่ตนเองสนใจ ทำให้เพื่อนไม่ค่อยจะคุยด้วย” จากการ

แบ่งปันทำให้สมาชิกกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ต้องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการสนทนากับเพื่อนให้เหมาะสม เพื่อการอยู่ร่วมกับคนอื่นดีขึ้น

การเข้ากลุ่มการให้การศึกษาในครั้งนี้ เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทธากลุ่มทดลองได้เรียนรู้และทบทวนประสบการณ์ความคิด ความเชื่อและพฤติกรรมการแสดงออกทางสังคมจากการร่วมกิจกรรมทำให้เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทธากลุ่มทดลองเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการแสดงออกทางสังคมทางด้านภาษา ถ้อยคำ การมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน และตระหนักว่าการแสดงออกทางสังคมเป็นสิ่งสำคัญและช่วยลดความขัดแย้ง และทำให้การอยู่ร่วมกับผู้อื่นมีความสุข ทำให้สมาชิกกลุ่มทดลองต้องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การแสดงออกทางสังคมให้ดีขึ้น

การให้การศึกษาครั้งที่เจ็ด เรื่อง ความไวในการรับรู้ทางสังคม มีวัตถุประสงค์เพื่อสมาชิกมีความสามารถในการเข้าใจ ตีความหมายการสื่อสารทางถ้อยคำของคนอื่นอย่างถูกต้อง ได้แก่ การเข้าใจความหมายของคู่สนทนาและเพื่อให้สมาชิกสามารถเรียนรู้ เข้าใจ และปฏิบัติอย่างเหมาะสมเกี่ยวกับมาตรฐานการปฏิบัติตนทางสังคม ได้แก่ การไม่ขัดจังหวะเมื่อคนอื่นพูด การให้ความสนใจคู่สนทนา การไม่พูดเสียงดังรบกวนคนอื่น ผู้วิจัยเริ่มต้นด้วยกิจกรรม “ช่างปั้น” ซึ่งเกี่ยวข้องกับการตีความและเข้าใจความหมายการตีความการสื่อสาร ผู้วิจัยนำเข้าสู่เนื้อหาด้วยการแบ่งปันประสบการณ์เรื่องเกี่ยวกับการสื่อสารการตีความถ้อยคำของคนอื่น โดยผู้วิจัยเลือกใช้เทคนิคการแก้ปัญหาระหว่างบุคคล(The Interpersonal Cognitive Problem-Solving) และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) เพื่อกระตุ้นให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้จากการตอบคำถาม ร่วมกันอภิปรายแนวความคิด ความเชื่อ และพฤติกรรมการแสดงออกในเรื่องความไวในการรับรู้ทางสังคม หลังจากกิจกรรมจากการแบ่งปันของสมาชิกสังเกตพบว่า สมาชิกหญิงส่วนใหญ่ยอมรับว่าเป็นคนอารมณ์ร้อน เมื่อมีอะไรไม่ถูกใจหรือใครพูดอะไรที่ขัดใจ มักบ่นก่อนเสมอ พฤติกรรมที่แสดงออกก็เกินไปในทางลบ เช่น แสดงสีหน้าไม่พอใจ เดินหนี ถ้าไม่เข้าใจก็ไม่ถามคิดเองว่าคู่สนทนาต้องการอะไร ส่วนสมาชิกกลุ่มที่เป็นชายพบว่า ส่วนใหญ่ เมื่อมีใครพูดอะไรที่ทำให้ไม่พอใจ จะโต้ตอบกลับทันที ถ้าเป็นผู้ใหญ่ที่โต้ตอบไม่ได้ก็จะทำเฉย ไม่สนใจ ซึ่งจากการแบ่งปันประสบการณ์ของสมาชิกถึงเรื่องผลกระทบจากพฤติกรรมแสดงออก ทำให้สมาชิกตระหนักถึงความสำคัญของการไวในการรับรู้ทางสังคม ผู้วิจัยเสริมแรงทางบวกสำหรับแนวทางปฏิบัติที่เหมาะสม เช่น การไม่พูดแทรกคนอื่นพูดอยู่ การให้เกียรติคู่สนทนาด้วยการสบตา การรู้จักขอโทษและขอบคุณเมื่อเข้าไปรบกวนการสนทนาของผู้อื่น การไม่โต้ตอบด้วยถ้อยคำที่รุนแรง

การให้การศึกษาครั้งที่แปด เรื่อง การควบคุมทางสังคม วัตถุประสงค์เพื่อสมาชิกได้สำรวจตนเอง สามารถที่จะยอมรับ และปรับตัวในสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างเหมาะสม ได้แก่ การมี

ไหวพริบในการแก้ปัญหา การให้ความเคารพบุคคลอื่น มีความมั่นใจในตนเองในการเข้าสังคม การให้คำปรึกษาในครั้งนี้ผู้วิจัยเลือกใช้เทคนิคการตั้งคำถาม (Question) การระดมความคิด และเทคนิคการเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) นอกจากนี้ผู้ให้การศึกษาประยุกต์ใช้เทคนิคของการให้การศึกษากลุ่ม (Group Counseling) เพื่อให้เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทธยา กลุ่มทดลอง ได้ร่วมกิจกรรมที่สมมติจากประสบการณ์ที่เป็นปัญหาที่มักพบ ได้อยู่กับกลุ่มทดลอง โดยเชิญชวนให้สมาชิกแบ่งปันประสบการณ์ของตนเอง และเสนอแนวทางแก้ไข เพื่อช่วยให้สมาชิกกลุ่มทดลองฝึกฝนตนเองในด้านการแก้ปัญหาและการปรับตัวในสังคม ซึ่งการให้การศึกษาครั้งนี้สมาชิกได้มองเห็นถึงลักษณะการแก้ปัญหาและการปรับตัวของตนเอง จากการแบ่งปันและอภิปรายร่วมกันของสมาชิก ซึ่งทำให้สมาชิกกลุ่มทดลองได้เรียนรู้แนวทางใหม่ ๆ ที่สามารถฝึกปฏิบัติเมื่อพบกับปัญหา สังเกตว่าสมาชิกมีความกระตือรือร้นในการแบ่งปันประสบการณ์ แนวความคิด และรับฟังแนวคิดจากเพื่อนซึ่งมีปัญหาค่อนข้างคล้ายกันแต่มีแนวทางที่แตกต่างออกไป

การให้การศึกษาในครั้งนี้ทำให้สมาชิกมีทัศนคติที่กว้างขึ้นเกี่ยวกับแนวทางการแก้ปัญหาด้วยเหตุผล ซึ่งผู้วิจัยเชื่อมโยงแนวทางการแก้ปัญหาที่สมาชิกสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อลดความขัดแย้ง และการปรับตัวเพื่อสามารถที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข

การให้การศึกษาครั้งที่เก้า เรื่อง การประเมินผลพฤติกรรมและการเกิดปัญหา วางเป้าหมายในการแก้ไขปัญหาดังกล่าว วัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกสามารถประยุกต์ใช้เทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญาในการควบคุมตนเองเพื่อให้เกิดการพัฒนาทักษะทางสังคม กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549) กล่าวว่า การประเมินประสบการณ์ที่ได้รับจากกลุ่ม (Outcome Evaluation) ผลที่ได้จากกลุ่มนี้แสดงถึงเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ที่กลุ่มทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงหรือมีผลกระทบต่อความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมของสมาชิก ระดับของการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจะเป็นตัวกำหนดถึงความสำเร็จ หรือความล้มเหลวของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่ได้จากการให้การศึกษาแบบกลุ่ม ในการให้การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยใช้เทคนิคการทำสัญญากับตัวเอง (Self-Contracting) และการเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) นอกจากนี้ผู้ให้การศึกษาประยุกต์ใช้เทคนิคของการให้การศึกษา กลุ่ม (Group Counseling) ซึ่งการให้การศึกษาในครั้งนี้สมาชิกมีโอกาสพบทวนกระบวนการ การให้การศึกษาเพื่อเพิ่มทักษะทางสังคมด้วยการให้การศึกษาตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ในการเพิ่มทักษะทางสังคมด้าน การแสดงออกทางอารมณ์ ความไวในการรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น การควบคุมอารมณ์ การแสดงออกทางสังคม ความไวในการรับรู้ทางสังคม และการควบคุมทางสังคม จากที่สมาชิกร่วมกันอภิปรายสรุป พบว่า เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทธยา กลุ่มทดลองมีการยอมรับปัญหาที่พบในแต่ละด้านที่แต่ละคนพบจากการเข้ากลุ่มการให้การศึกษา เห็นได้จากสมาชิกท่านหนึ่งได้แบ่งปันถึงปัญหาการควบคุมอารมณ์ ที่แบ่งปันประสบการณ์ของตนเอง

ที่ตนเองรู้สึกหงุดหงิดที่เพื่อนขัดใจ และทำให้เกิดอารมณ์โมโหก่อนที่จะเข้าร่วมการให้การศึกษา ในครั้งที่ 8 ทำให้เขาไม่มีสมาธิ หงุดหงิด และพาลโมโหใส่เพื่อน ไม่ให้ความร่วมมือในการการท่า กลุ่มในครั้งนั้น จากเหตุการณ์นั้นทำให้เพื่อนทั้งในกลุ่มและในบ้านไม่กล้ามาคุยด้วย ทำให้ต้องเล่นคนเดียว ก่อนที่จะเริ่มการให้การศึกษาในกลุ่มในครั้งที่ 9 นี้สมาชิกท่านนั้นได้พูดขอโทษเพื่อน ๆ ที่ทำให้เพื่อน ๆ อึดอัดในการให้คำปรึกษาครั้งที่ 8 นั้นและแบ่งปันประสบการณ์และแสดงท่าทีที่อยากปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเอง ผู้วิจัยจึงเสนอ “บ้านแห่งชีวิต” ซึ่งเป็นการประยุกต์เทคนิคเพื่อเพิ่มทักษะทางสังคมทั้งหกด้านแก่สมาชิกโดยที่สมาชิกเลือกแนวปฏิบัติที่ต้องการเปลี่ยนมากที่สุด และเป็นแนวทางที่ปฏิบัติได้ไวได้ผลตัวเองและไล่ออกไปเรื่อย ๆ

การให้การศึกษาในครั้งนี้ เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทธากลุ่มทดลองมีการพัฒนาทักษะทางสังคม สังเกตได้จาก การมีท่าทีที่ให้ความสนใจเมื่อเพื่อนแบ่งปัน ไม่ถือโกรธ สมาชิก รับฟังด้วยท่าทีที่เข้าใจ และให้โอกาสเพื่อน จากคำตอบในบ้านแห่งชีวิต พบว่า เด็กกำพร้าในมูลนิธิ สงเคราะห์เด็ก พัทธากลุ่มทดลองมีแนวทางที่ชัดเจนและเป็นแนวทางที่สามารถปฏิบัติได้จริงในชีวิตประจำวัน

การให้การศึกษาครั้งที่สิบ เรื่อง ยุติการให้การศึกษาและปัจฉิมนิเทศ มีวัตถุประสงค์ เพื่อให้สมาชิกได้พูดถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมการให้การศึกษาตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา และสิ่งที่ประทับใจ เพื่อให้สมาชิกมีกำลังใจที่จะปฏิบัติตามแผนที่ตนเอง กำหนดไว้ ในการให้การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยเชิญชวนให้สมาชิกแบ่งปันความรู้สึกจากการร่วม กระบวนการให้การศึกษาและจากที่สมาชิกกลุ่มทดลองได้มีเวลานำข้อตั้งใจไปฝึกปฏิบัติ ซึ่งเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทธากลุ่มทดลองส่วนใหญ่ นำทักษะทางสังคมไปฝึกปฏิบัติและ หลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่จะเกิดปัญหาและความขัดแย้ง ผู้วิจัยได้นำเสนอวีดิทัศน์ประวัติของ เลน่า มาเรีย เพื่อสร้างกำลังใจแก่สมาชิกกลุ่มทดลองในการฝึกฝนตนเองและปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ด้านทักษะทางสังคมของสมาชิกให้เพิ่มมากขึ้น

ข้อมูลข้างต้นเห็นได้ว่า การให้การศึกษาตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีประสิทธิภาพในการพัฒนาทักษะทางสังคมให้เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทธ พบว่า สอดคล้องกับการศึกษาของ สินีนาฏ สุทิน (2548) ที่ศึกษาเรื่องการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎี พฤติกรรมนิยม เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนศรีวิกรม์ กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังการทดลอง พฤติกรรมการเรียนรู้คณิตศาสตร์ของ นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม และนักเรียนที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทำให้เห็นว่า การให้การศึกษาตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาให้ผลโดยรวมต่อ

ทักษะทางสังคมในระยะหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ข้อที่ 4

5. เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีค่าเฉลี่ยทักษะทางสังคมในระยะติดตามผลสูงกว่าจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจาก การให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อพัฒนาทักษะทางสังคม เป็นรูปแบบจิตบำบัดอย่างมีโครงสร้าง มีเป้าหมายและทิศทางในการให้การปรึกษาชัดเจน และใช้ระยะเวลาสั้น จึงทำให้เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีการพัฒนากระบวนการเรียนรู้ด้วยการใช้ทักษะการคิดอย่างมีระบบในการปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่น รู้จักการควบคุมอารมณ์ การแสดงออกทางอารมณ์ คำพูดที่เหมาะสม และการแก้ปัญหา ทำให้มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องของอารมณ์เกิดเป็นความเข้าใจและรู้จักตนเองครบทุกด้าน นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทัศนคติและความตั้งใจที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางสังคมให้เหมาะสมภายใต้บรรยากาศที่ปลอดภัยและให้การยอมรับของสมาชิก นอกจากนี้การได้รับการฝึกฝนทักษะทางสังคมจากเทคนิคที่ใช้ในการให้การปรึกษากลุ่ม ทำให้เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเกิดการพัฒนาด้านทักษะทางสังคม และเกิดการเรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยการฝึกทักษะต่าง ๆ ทั้งทางด้านความคิด เจตคติ และพฤติกรรม ในบรรยากาศของกลุ่มซึ่งเป็นสังคมจำลองก่อนนำไปใช้กับชีวิตจริง ทำให้เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญามีคุณลักษณะที่มีความสามารถในการใช้เจตคติ และทักษะต่าง ๆ ในการจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่มีโอกาสเสี่ยงต่อการขัดแย้ง ทะเลาะวิวาท และการทำให้ตนเองและคนอื่นเดือดร้อน โดยการคำนึงถึงผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์จากการมีพฤติกรรมทางสังคมที่ไม่เหมาะสม ประเมินสาเหตุของปัญหาและปัจจัยที่อาจนำไปสู่การเกิดปัญหากับผู้อื่น วิเคราะห์ประเมินหาทางเลือกเลือกทางแก้ปัญหาและเสนอแนวทางใหม่ในการป้องกันตนเองให้รอดพ้นจากสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดปัญหากับผู้อื่น ซึ่งเห็นได้จากกรณีของสมาชิกกลุ่มทดลองท่านหนึ่งที่มีปัญหากับเพื่อนเนื่องจากไม่พอใจคำพูดของเพื่อน แทนที่จะใช้วาจาที่รุนแรงและใช้กำลังเมื่อไม่พอใจ แต่สมาชิกท่านนั้นเปลี่ยนมาใช้ในการพูดเพื่อให้เพื่อนทราบความรู้สึกแทน โดยบอกเพื่อนว่าเขาไม่พอใจที่เพื่อนรบกวนคนที่พูดเหมือนไม่ให้ความเคารพเขา ซึ่งเรื่องนี้อาจมองดูเป็นเรื่องธรรมดา สำหรับคนทั่วไป แต่สำหรับเด็กกำพร้า ผู้วิจัยเห็นว่าเป็นการเริ่มต้นการเปลี่ยนแนวคิดและวิธีแก้ปัญหาและเกิดการวิเคราะห์ความรู้สึกมากขึ้น เพราะว่าส่วนใหญ่เด็กกำพร้าไม่สามารถบอกความรู้สึกหรือสาเหตุเมื่อมี

การขัดแย้งได้ตรงประเด็น ทุกครั้งที่มีการทะเลาะกัน เมื่อถามถึงสาเหตุมักได้คำตอบว่า “ก็ไม่พอใจ ไม่ชอบที่มาพูดอย่างนี้” น้อยมากที่บอกได้ว่า เพราะรู้สึกที่ไม่ได้รับเกียรติ หรือยอมรับว่าทำให้ตนเองมีปมด้อยและเจ็บปวด ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มุ่งเน้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในระดับความคิด ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อพฤติกรรมร่วมกับการฝึกฝนจนเกิดเป็นทักษะแม้เวลาจะผ่านไป 2 สัปดาห์ก็ตาม ซึ่งแสดงถึงประสิทธิภาพของการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีความคงทนในการเรียนรู้ ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ ธิดา จับจิตต์ (2547) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อพฤติกรรมสูบบุหรี่ของผู้มารับบริการคลินิกออดบุรี่ โรงพยาบาลชัยบุรี ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในระยะติดตามผลน้อยกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ วิไลพร ปัญญา (2548) ที่ศึกษาการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 2 โรงเรียนพนมวิทยการ กาฬสินธุ์ ผลการวิจัยพบว่า หลังจากได้รับคำปรึกษาตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมนักศึกษามีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงจากก่อนการให้คำปรึกษา

จากข้อมูลดังกล่าวมานี้ทำให้เห็นว่าการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้น สามารถเพิ่มทักษะทางสังคม โดยมีคะแนนทักษะทางสังคมที่สูงกว่าระยะก่อนการทดลองและยังคงอยู่ในระยะติดตามผล ซึ่งการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีโครงสร้างการให้การปรึกษาตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา จะรวบรวมการดำเนินการตั้งแต่ในระยะเตรียมความพร้อมก่อนเริ่มการให้การปรึกษาจนกระทั่งถึงระยะการให้การปรึกษา Beck et al. (1979) อ้างถึงใน วินัสริน ก้อนสิลา, 2550, หน้า 36-38) กล่าวถึงการให้การปรึกษาด้านแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ประกอบไปด้วยการเตรียมความพร้อมของผู้รับคำปรึกษา โดยผู้ที่เข้ารับการให้คำปรึกษาด้านแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญานั้นต้องเข้าใจและยอมรับเหตุผล วิธีการ และแนวทางของการให้คำปรึกษา ผู้รับคำปรึกษาต้องตกลงที่จะพยายามสำรวจตนเอง (Self – Monitoring) ต้องยอมรับว่ามีงานที่ต้องกลับไปทำเป็นการบ้าน (Homework Assignment) พร้อมทั้งจะเปิดเผยความคิดและความรู้สึกร่วมกับผู้ให้คำปรึกษาในการวางแผนและปฏิบัติตามแผนการให้คำปรึกษา มีการวางแผนการให้คำปรึกษา ซึ่งในระยะเริ่มต้นผู้ให้การปรึกษาประเมินปัญหาหรือความยุ่งยากในปัจจุบันของผู้รับการปรึกษา ให้ได้มาซึ่งภาพรวมของสถานการณ์ที่กำลังเกิดขึ้นกับผู้รับการปรึกษา แล้ววิเคราะห์สถานการณ์นั้นเพื่อจะเข้าถึงจุดสำคัญของปัญหาหลัก และบริบทต่อมาอธิบายให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ของการให้การปรึกษาด้านแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา และวางแผนการให้การปรึกษาร่วมกัน การใช้การให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาได้ฝึกใช้เทคนิคต่าง ๆ มีการวิเคราะห์ถึงพฤติกรรมของตนเอง และของบุคคลที่อยู่รอบข้าง การที่เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาได้ฝึกวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเองทำให้เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยามีโอกาสได้หันมามองตนเอง มีสติ รู้จักคิดไตร่ตรอง คำนึงถึงผลดีผลเสียของการแสดงพฤติกรรม ทำให้เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาสามารถควบคุมพฤติกรรมการแสดงออกเมื่อมีเหตุการณ์หรือสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ต้องเผชิญ นอกจากนี้การฝึกเทคนิคต่าง ๆ แล้วเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยา ยังได้รับการฝึกในเรื่องของกระบวนการทางปัญญาในการวิเคราะห์ อภิปราย ระหว่างผู้วิจัยและเด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์ และระหว่างตัวของเด็กกำพร้ากับเพื่อน ๆ ในกลุ่ม ซึ่งเป็นลักษณะหนึ่งของการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่เชื่อว่า ตัวแปรทางปัญญามีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล ดังนั้นถ้าสามารถเปลี่ยนตัวแปรทางปัญญาได้ พฤติกรรมของบุคคลก็จะเปลี่ยนตาม การปรับพฤติกรรมทางปัญญาใช้ระยะเวลาไม่มาก แต่เป็นกระบวนการที่สามารถหยุดความคิด และอารมณ์ที่ไม่สมเหตุสมผล และเกิดการเปลี่ยนแปลงกระบวนการคิด และอารมณ์พฤติกรรมด้านทักษะทางสังคมที่เหมาะสมแก่เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาได้ ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนั้น ๆ บทบาทของผู้ให้การปรึกษาเป็นเสมือนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ การให้ความรู้ ความเข้าใจในเรื่องของอารมณ์ บทบาทของผู้ให้การปรึกษาจึงเปรียบเสมือนครูชี้แนะ สั่งสอน ชักจูง ทำทนายให้ลองคิดใช้ทักษะการคิดอย่างมีระบบในการแก้ปัญหา เพื่อให้ผู้รับการปรึกษามีความเข้าใจในตนเองและยอมรับตนเองตามความเป็นจริง (อาภา จันทรสกุล, 2535 อ้างถึงใน ภทรี แสนอุดมโชค, 2544, หน้า 112) ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ นิภาพร พลหงษ์ (2546) ที่ศึกษาการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลการศึกษาพบว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมจะช่วยให้นักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง

ในการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อพัฒนาทักษะทางสังคมในครั้งนี้การที่กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมในการวิจัย มีทักษะทางสังคมเพิ่มขึ้นนอกจากการประยุกต์ใช้เทคนิคทางการให้คำปรึกษาที่เหมาะสมแล้ว ทั้งนี้อาจมีปัจจัยอื่น ๆ ดังนี้

ปัจจัยที่ 1 เทคนิคที่นำมาใช้ในการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อเพิ่มทักษะทางสังคม ที่ผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้ได้แก่การฝึกทักษะ (Skill Training) การเสนอตัวแบบ (Modeling) การอธิบายโดยตรง (Direct Teaching) การแก้ปัญหาระหว่างบุคคล (The Interpersonal Cognitive Problem-Solving) การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) การมอบหมายงานให้ทำ (Homework Assignment) การระดมความคิดตั้งคำถาม (Question) ทักษะการให้การปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) การอธิบายโดยตรง (Direct Teaching) ประกอบกับ

การเตรียมอุปกรณ์ที่ทำให้กระบวนการกลุ่มน่าสนใจสำหรับเด็กกำพร้าที่อยู่ในช่วงวัยรุ่น ได้แก่ การทำสมุดดาวความลับ แบบบันทึกรูปหัวใจ แบบบันทึกอารมณ์รูปหัวใจ และกิจกรรมที่หน้าสนใจเช่น เพลงสามัคคี การปิดตาร้อยลูกปัดตามคำบอก กิจกรรมช่างปั้น เป็นต้น จึงทำให้การเข้าร่วมกลุ่มมีความสนุกสนาน ไม่เบื่อ และได้เรียนรู้จากการเข้ากลุ่ม ซึ่งช่วยส่งเสริมเทคนิคการให้การปรึกษามตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญากิดผลมากขึ้น จึงทำให้การให้การปรึกษาครั้งนี้ประสบความสำเร็จในการเพิ่มทักษะทางสังคมแก่เด็กกำพร้า

ปัจจัยที่ 2 ด้านสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับสมาชิกกลุ่ม เนื่องจากผู้วิจัยทำงานในสถานที่ที่กลุ่มทดลองอาศัยอยู่ ทำให้ทราบถึงภูมิหลังของกลุ่มทดลอง มีความใกล้ชิดกับครูและพี่เลี้ยงเด็ก ทำให้สามารถอำนวยความสะดวกและเอื้อต่อการให้การปรึกษา ผู้วิจัยได้มีสัมพันธภาพที่คุ้นเคยกับสมาชิกกลุ่มตั้งแต่ก่อนเข้ากับการฝึกอบรม อีกทั้งยังเน้นในเรื่องของการสร้างสัมพันธภาพกับสมาชิกกลุ่มทุกครั้งของการเข้าร่วมกลุ่ม ดังที่เนลสัน โจนส์ (Nelson-Jones, 1993 อ้างถึงใน สกต วรเจริญศรี, 2550) ได้กล่าวถึงการมีสัมพันธภาพที่ดีกับสมาชิกกลุ่มในการฝึกอบรมว่าการมีสัมพันธภาพที่ดีที่สนับสนุนซึ่งกันและกันจะช่วยให้กลุ่มเจริญงอกงามเกิดบรรยากาศของความไว้วางใจ เห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน ทั้งนี้จากการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับสมาชิกกลุ่มในกลุ่ม ก่อให้เกิดบรรยากาศการฝึกอบรมทุกครั้งเป็นไปโดยราบรื่น มีประสิทธิภาพ สนุกสนาน สร้างแรงกระตุ้นในการเรียนรู้การคิด การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ให้กับสมาชิกกลุ่ม

ปัจจัยที่ 3 ด้านตัวสมาชิกกลุ่ม สมาชิกกลุ่มที่เข้าร่วมกลุ่มมีทั้งเพศชายและเพศหญิง พร้อมทั้งมีวัยที่มีความใกล้เคียงกัน ซึ่งปัจจัยเหล่านี้จะช่วยทำให้การเข้าร่วมกลุ่มมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ดังที่ คมเพชร ฉัตรสุกกุล (2545: 147 อ้างถึงใน สกต วรเจริญศรี, 2550) กล่าวว่า การดำเนินการกลุ่มที่ดีสมาชิกกลุ่มต้องมีทั้งบุคคลที่มีลักษณะแตกต่างกัน (Heterogeneity) และลักษณะเหมือนกัน (Homogeneity) ความเหมือนกันเหล่านี้จะทำให้กลุ่มมีความราบรื่น มีข้อตกลงในกลุ่มได้อย่างไม่มีข้อโต้แย้ง ส่วนความแตกต่างกันของสมาชิกทำให้ได้เรียนรู้ความคิด ความรู้สึกของบุคคลอื่นที่นอกเหนือจากกลุ่มที่มีความใกล้เคียง เช่น เด็กกำพร้าชายได้เรียนรู้เกี่ยวกับความคิด ความรู้สึกของเด็กกำพร้าหญิง เป็นต้น อีกทั้งบุคคลจะเอื้ออำนวยความสะดวกการปฏิบัติงานในกลุ่ม ซึ่งสอดคล้องกับ Ohlsen (1983) มีความเห็นเกี่ยวกับเพศว่า ถ้าเป็นเด็กควรละกันทั้งเด็กหญิงและชายเพื่อจะได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ได้เรียนรู้ทางสังคม

ข้อมูลข้างต้นสรุปได้ว่าหลังการเข้าร่วมการให้การปรึกษา 2 สัปดาห์ เด็กกำพร้าในมูลนิธิสงเคราะห์เด็ก พัทยาที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญากิดความชำนาญจากการฝึกฝนทักษะทางสังคมในด้านต่าง ๆ จนสามารถนำทักษะทางสังคมไปปรับใช้

ในการเผชิญปัญหาต่าง ๆ และพัฒนาไปสู่กระบวนการจดจำในสมอง จนทักษะทางสังคมได้กลายเป็นภูมิคุ้มกันในการป้องกันตนเองให้พ้นจากสถานการณ์ที่จะนำไปสู่การเกิดปัญหากับบุคคลอื่นในสังคมได้ ทำให้ทักษะทางสังคมในระยะหลังการทดลองแตกต่างจากระยะก่อนการทดลอง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5

ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า การให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญา สามารถเพิ่มทักษะทางสังคมแก่เด็กกำพร้าได้ น่าจะเป็นอีกหนทางหนึ่งสำหรับเจ้าหน้าที่ ครู และผู้ที่เกี่ยวข้องสามารถนำไปพัฒนาเด็ก ทั้งสำหรับเด็กกำพร้าหรือเด็กในหน่วยงานอื่น ๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน จึงควรส่งเสริมและนำการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญาต่อทักษะทางสังคมไปประยุกต์ใช้เพิ่มทักษะทางสังคม ทำให้เกิดทางเลือกเพิ่มขึ้นในการเลือกใช้วิธีการเพิ่มทักษะทางสังคมแก่เด็กกำพร้าและเด็กวัยรุ่น

ข้อเสนอแนะด้านการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ด้านผู้ให้การปรึกษา เนื่องจากการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญา เป็นกระบวนการเปลี่ยนความคิด เน้นการให้ความสำคัญของความคิดที่สมเหตุสมผล ผลมากกว่าทางด้านอารมณ์ จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้ให้การปรึกษาควรฝึกฝนตนเองให้เป็นผู้ที่ปราศจากการหลอมนวมทางอารมณ์ มีความเป็นกลาง สามารถแยกตนเองออกจากการหลอมนวมทางอารมณ์จากผู้รับการปรึกษาได้เป็นอย่างดี เนื่องจากเด็กกำพร้าอยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเด็กกำพร้าก็มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาอยู่แล้ว ยิ่งเป็นเด็กกำพร้าในช่วงวัยรุ่นจึงมักมีเกราะป้องกันตนเองมากและมีเหตุผลที่เข้าข้างตนเอง กรณีเจ้าหน้าที่ ครู ที่มีความสนใจในการนำไปพัฒนาทักษะทางสังคมในเด็กกำพร้า ควรได้รับการฝึกทักษะการให้การปรึกษาเบื้องต้นเพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ถูกต้องในการทำหน้าที่ของผู้ให้การปรึกษา และ ควรได้รับการอบรมในระยะสั้นจากนักจิตวิทยาการให้การปรึกษาตามทฤษฎีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญาให้เกิดความเข้าใจในหลักการ แนวคิดทฤษฎีการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญา ตลอดจนเทคนิคต่าง ๆ เพื่อลดความผิดพลาดให้น้อยที่สุด

2. ด้านการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางปัญญา บทบาทของผู้ให้การปรึกษา เป็นเสมือนผู้ชี้แนะที่สร้างบรรยากาศที่ปลอดภัย อบอุ่น เป็นกันเอง จริงใจ ยอมรับ มีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ซึ่งสมาชิกในกลุ่มสามารถที่จะเสนอแนวคิดและอภิปรายอย่างอิสระ สมาชิกมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ในขณะเดียวกันก็เรียนรู้ที่จะรับฟังผู้อื่นซึ่งมีทัศนคติและค่านิยมที่แตกต่างไปจากตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงด้านความคิดและมีการ

เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ จากการเข้าร่วมกลุ่ม จึงเปรียบเสมือนการจัดประสบการณ์เพื่อให้สมาชิก ได้เรียนรู้ และเข้าใจในเรื่องของอารมณ์ ทำท่ายให้ลองคิดใช้ทักษะการคิดอย่างมีระบบในการแก้ปัญหา จนนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงทักษะทางสังคม

ข้อเสนอแนะด้านการวิจัย

1. การให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา สามารถพัฒนา ทักษะทางสังคมของเด็กกำพร้าในช่วงวัยรุ่นตอนต้นได้ ดังนั้นจึงควรศึกษาในกลุ่มอื่น เช่น เด็ก กำพร้าในช่วงวัยรุ่นตอนกลาง และวัยรุ่นตอนปลาย เป็นต้น
2. การทดลองกับเด็กและวัยรุ่น ควรมีการติดตามผลของการให้การปรึกษาในระยะยาว เพื่อศึกษาถึงความคงทนของการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ทุก 3 เดือน หรือ 6 เดือน เพื่อจะได้ ทราบว่าทักษะทางสังคมของเด็กกำพร้ามีการเปลี่ยนแปลงในทิศทางใด
3. ควรศึกษาทักษะทางสังคมกับเด็กกำพร้า ที่มีปัญหาในด้านอื่น ๆ เช่น ทักษะสังคมกับ เด็กกำพร้าที่มีปัญหาติดบุหรี่ ทักษะทางสังคมกับเด็กกำพร้าที่ประสบปัญหาการใช้ความรุนแรงหรือ ทักษะทางสังคมกับการป้องกันปัญหาเพศสัมพันธ์ของเด็กกำพร้า เป็นต้น