

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาเรื่องผลการปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทย ผู้วิจัยได้ทำการค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยตลอดจนแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มและทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ซึ่งมีองค์ประกอบที่สำคัญดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬา
 - 1.1 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬา
 - 1.2 ความหมายของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
 - 1.3 แหล่งที่มาของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
 - 1.4 การสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬา
 - 1.5 การวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬา
 - 1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม
 - 2.1 ความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม
 - 2.2 วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม
 - 2.3 ความเป็นมาของการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม
 - 2.4 ความมุ่งหมายของกลุ่มตามแนวทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม
 - 2.5 แนวคิดที่สำคัญเกี่ยวกับการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม
 - 2.6 บทบาทและหน้าที่ของผู้นำกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม
 - 2.7 ข้อดีและข้อจำกัดของการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาวะนิยม
 - 2.8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบอัตถิภาวะนิยม
3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการของวัยรุ่น
 - 3.1 ความหมายของวัยรุ่น
 - 3.2 พัฒนาการของวัยรุ่น

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจไฟ้สัมฤทธิ์ด้านกีฬา

แรงจูงใจไฟ้สัมฤทธิ์ด้านกีฬา

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจไฟ้สัมฤทธิ์ด้านกีฬา

โดยทั่วไปแล้วมนุษย์มิได้ทำงานอย่างเต็มความสามารถเสมอไป การจูงใจเพื่อให้เกิดการปฏิบัติงานอย่างเต็มความสามารถจึงเป็นปัจจัยสำคัญในการทำให้การปฏิบัติงานของบุคคลทำอย่างเต็มความสามารถเพื่อให้บุคคลปฏิบัติงานอย่างเต็มศักยภาพของตนด้วยใจรักงานจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องสร้างแรงจูงใจไฟ้สัมฤทธิ์ให้มีขึ้นในตัวบุคคล ในการกีฬาที่เช่นเดียวกันคือ การจูงใจให้นักกีฬาทำการฝึกซ้อมและแข่งขันอย่างเต็มความสามารถก็จำเป็นต้องทำให้เกิดขึ้น ซึ่งก็เป็นบทบาทหน้าที่ของผู้ฝึกสอนกีฬาในการสร้างแรงจูงใจดังกล่าวให้เกิดขึ้น เพื่อที่จะทำให้นักกีฬาเหล่านั้นได้พัฒนาความสามารถของตนเองให้ถึงขีดสูงสุดและประสบความสำเร็จตามที่ด้ตั้งเป้าหมายไว้ ดังนั้นในการสร้างแรงจูงใจไฟ้สัมฤทธิ์กับนักกีฬานั้น ผู้ฝึกสอนหรือโค้ชจะต้องเข้าใจทฤษฎีและแนวคิดต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกัแรงจูงใจไฟ้สัมฤทธิ์ และสามารถนำมาใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ (พิเชษฐ์ ชัยเลิศ, 2548)

ทฤษฎีแรงจูงใจไฟ้สัมฤทธิ์ของแมคเคลแลนด

McClelland (1953 อ้างถึงใน สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทรุไทย, 2542) ได้เสนอแรงจูงใจสู่ความสำเร็จนี้ระหว่าง ค.ศ. 1950-1970 ซึ่งเป็นทฤษฎีที่ได้รับความนิยมมากที่สุดในเรื่องของจิตวิทยา และได้เสนอปัจจัย 2 ประการที่จะบ่งชี้ความต้องการความสำเร็จของนักกีฬา อันได้แก่ สิ่งจูงใจสู่ความสำเร็จ (Motive to achieve success) และ สิ่งจูงใจหลบหนีความล้มเหลว (Motive to avoid failure) แมคเคลแลนด ได้อธิบายว่า มนุษย์มีความต้องการความสำเร็จในระดับที่แตกต่างกัน ซึ่งมีปัจจัยบ่งชี้ก็คือ ตัวความต้องการความสำเร็จ (n Ach) ซึ่งเขาอธิบายลักษณะของผู้ที่ประสบความสำเร็จสูง (High achieves) ได้แก่

1. มีความกล้าเสี่ยงพอประมาณ (Moderate risk) คนที่ประสบความสำเร็จสูงต้องการการกล้าเสี่ยงพอประมาณ เพื่อให้ได้ผลตอบแทนความสำเร็จและโอกาสของความสำเร็จด้วย
2. มีข้อมูลข่าวสารทันต่อสภาพการณ์ (Immediate feed back) นอกจากจะมีความกล้าเสี่ยงพอประมาณ บุคคลจะต้องเลือกหรือสรรหาข้อมูลย้อนกลับทันต่อเหตุการณ์ทันทีทันใด เพื่อจะประเมินค่าสิ่งที่ตนกระทำและพร้อมที่จะแก้ไขปรับปรุงมุ่งสู่ความสำเร็จ ซึ่งการประสบความสำเร็จในงาน (Accomplishment) คือ การที่บุคคลจะประสบความสำเร็จขั้นสูงสุดจะต้องมีประสบการณ์ความสำเร็จในงานหรือการแสดงผลออกมีความพึงพอใจและมีความต้องการสำเร็จในงานมากกว่า สิ้นจ้ำงรางวัลและค่าตอบแทน การมีความหมกมุ่นในงาน (Preoccupation with task) คือ บุคคลที่

ประสบความสำเร็จสูงย่อมมีนิสัยที่หมกมุ่นกับงาน กล่าวคือ เมื่อเริ่มต้นทำงานแล้วจะสานต่อจนกระทั่งสำเร็จไม่กระทำครึ่ง ๆ กลาง ๆ

McClelland (1953 อ้างถึงใน สุรางค์ โคว์ตระกูล, 2545, หน้า 174) ได้สรุปว่า คนที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ จะมีลักษณะดังต่อไปนี้

1. เป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบพฤติกรรมของตนเองและตั้งมาตรฐานความเป็นเลิศในการทำงาน (Standard of excellence)

2. เป็นผู้ที่ตั้งวัตถุประสงค์ที่มีโอกาสจะทำได้สำเร็จ 50-50 หรือเป็นผู้ที่มีความเสี่ยงปานกลาง

3. พยายามที่จะทำงานอย่างไม่ทอดยจนถึงจุดหมายปลายทาง

4. เป็นบุคคลที่มีความสามารถในการวางแผนระยะยาว

5. ต้องการข้อมูลย้อนกลับของผลงานที่ได้กระทำ

6. เมื่อประสบผลสำเร็จจึงจะอ้างสาเหตุภายใน เช่น ความสามารถ และความพยายาม

จากการวิจัยของแมคเคลแลนด์ พบว่า ประเทศที่มีความเจริญก้าวหน้าทางเศรษฐกิจอย่างรวดเร็ว ประชาชนมีความต้องการสัมฤทธิ์ผลทั้งในด้านปริมาณและคุณภาพที่สูงกว่าประชาชนที่มีความก้าวหน้าทางเศรษฐกิจช้า ในประเทศที่มีประชาชนมีความต้องการสัมฤทธิ์ผลสูง ประชาชนจะมีลักษณะที่แสดงออกถึงการขวนขวายหาทางฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ เพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมาย ส่วนประเทศที่มีความเจริญก้าวหน้าทางเศรษฐกิจช้า มีความต้องการสัมฤทธิ์ผลในลักษณะที่แสดงถึงความปรารถนาที่จะบรรลุเป้าหมาย แต่ประชาชนไม่แสดงถึงความมานะพยายามเพื่อจะบรรลุเป้าหมาย จะเห็นได้ว่า ลักษณะของผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงนั้นจะเป็นผู้ที่ทำงานด้วยความมานะอดทนเพื่อเอาชนะความล้มเหลว พยายามที่จะไปให้ถึงจุดหมายปลายทาง การทำงานมีเป้าหมายแบบแผน ที่แน่นอน มีการตั้งระดับความคาดหวังต่อความสำเร็จของงานไว้ค่อนข้างสูง พยายามเพิ่มความสามารถของตนในการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ให้สูงขึ้นเท่าที่สามารถจะทำได้ เพื่อให้บรรลุมาตรฐานอันดีเลิศ โดยไม่ย่อท้อต่อความล้มเหลว (พิเชษฐ์ ชัยเลิศ, 2548)

ทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของเมอร์เรย์

Murray (1964 อ้างถึงใน สุรีย์ พันธรักษ์, 2541, หน้า 19) ได้ศึกษาและรวบรวมความต้องการทางจิตของมนุษย์ไว้ 18 ชนิด ซึ่งจะรวมไปถึงความต้องการเอาชนะและประสบความสำเร็จด้วย เขาจึงเป็นบุคคลแรกที่ได้กล่าวถึงความต้องการทางจิตที่มีอยู่ในตัวมนุษย์ทุกคน เพราะมนุษย์เป็นผู้ที่มีความสามารถที่จะเอาชนะอุปสรรค มุ่งมั่นที่จะกระทำสิ่งที่ยากให้ประสบความสำเร็จ ซึ่งทฤษฎีความต้องการของเมอร์เรย์ สามารถสรุปได้ดังนี้

1. ความต้องการที่อยากจะเอาชนะด้วยการแสดงความก้าวร้าวออกมา เป็นความต้องการอยากเอาชนะผู้อื่น เอาชนะสิ่งกีดขวางทั้งปวงด้วยความรุนแรง มีการต่อสู้ การแก้แค้น การทำร้ายร่างกาย เช่น การพูดประชดประชันกับเพื่อนที่ไม่ชอบ เป็นต้น
2. ความต้องการที่จะเอาชนะฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ เป็นความต้องการที่จะฟันฝ่าอุปสรรคความล้มเหลวต่าง ๆ ด้วยการสร้างความพยายามขึ้น เช่น เมื่อได้รับคำดูถูก ดูหมิ่น ผู้ที่ได้รับจะเกิดความพากเพียรเอาชนะคำสบประมาทจนประสบความสำเร็จ เป็นต้น
3. ความต้องการขอมแพ้ เป็นความต้องการที่จะขอมแพ้ ขอมรับผิด ขอมรับคำวิพากษ์วิจารณ์หรือขอมรับการถูกลงโทษ เช่น การเผาตัวเองเพื่อประท้วงการปกครอง
4. ความต้องการป้องกันตนเอง เป็นความต้องการที่จะป้องกันตนเองจากคำวิพากษ์วิจารณ์ การดำเนินคดีซึ่งเป็นการป้องกันทางด้านจิตใจ พยายามหาเหตุผลมาอธิบายการกระทำของตน มีการป้องกันตนเองเพื่อให้พ้นผิดจากการกระทำต่าง ๆ ทั้งปวง
5. ความต้องการเป็นอิสระ เป็นความต้องการที่จะเป็นอิสระจากสิ่งทั้งปวง ต้องการที่จะดิ้นรนเพื่อเป็นตัวของตัวเอง ไม่ตกอยู่ภายใต้การควบคุมของบุคคลใดบุคคลหนึ่ง
6. ความต้องการความสำเร็จ เป็นความต้องการที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ที่ยากลำบากให้ประสบความสำเร็จ พยายามเอาชนะอุปสรรคทั้งปวง เพื่อให้การทำงานของตนประสบความสำเร็จ
7. ความต้องการสร้างมิตรภาพกับบุคคลอื่น เป็นความต้องการที่จะทำให้บุคคลอื่นรักใคร่ ต้องการรู้จักหรือมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น มีความซื่อสัตย์ต่อเพื่อนฝูง พยายามสร้างความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับบุคคลอื่น
8. ความต้องการความสนุกสนาน เป็นความต้องการที่จะแสดงความสนุกสนานต้องการหัวเราะเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียด มีการสร้างหรือเล่าเรื่องตลกขบขัน มีการพักผ่อนหย่อนใจ มีการเล่นเกมกีฬา เป็นต้น
9. ความต้องการแยกตัวเองออกจากผู้อื่น เป็นความต้องการหรือเป็นความปรารถนาของบุคคลในการที่จะแยกตนเองออกจากผู้อื่น โดยไม่มีความรู้สึกยินดียินดีร้ายกับผู้อื่น ต้องการเมินเฉยกับบุคคลอื่น
10. ความต้องการที่จะให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่น เป็นความต้องการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมกับบุคคลอื่น โดยการให้ความช่วยเหลือแก่บุคคลที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้หรือให้การช่วยเหลือบุคคลอื่นให้พ้นจากอันตรายต่าง ๆ
11. ความต้องการสร้างความประทับใจในตนเองให้แก่ผู้อื่น เป็นความต้องการให้บุคคลอื่นได้เห็น ได้ยินเกี่ยวกับเรื่องราวของตนเอง ต้องการให้ผู้อื่นมีความสนใจ สนุกสนาน แปลกใจ หรือตกใจในเรื่องราวของตนเอง

12. ความต้องการมีอิทธิพลเหนือบุคคลอื่น เป็นความต้องการที่อยากให้คุณคนอื่นทำตามคำสั่งของตนเองทำให้รู้สึกว่าคุณมีอำนาจเหนือผู้อื่น

13. ความต้องการที่จะยอมรับผู้ที่อาวุโสกว่า เป็นความต้องการยอมรับนับถือผู้ที่อาวุโสกว่าด้วยความยินดี รวมทั้งนิยมชมชอบในบุคคลที่มีอำนาจเหนือกว่า พร้อมทั้งจะให้ความร่วมมือด้วยความยินดี

14. ความต้องการหลีกเลี่ยงความรู้สึกล้มเหลว เป็นความต้องการหลีกเลี่ยงความเจ็บปวดทางด้านจิตใจ ต้องการได้รับการปลอบใจ

15. ความต้องการที่จะหลีกเลี่ยงจากอันตราย เป็นความต้องการหลีกเลี่ยงความเจ็บปวดทางด้านร่างกาย ต้องการได้รับความปลอดภัยจากอันตราย

16. ความต้องการหลีกเลี่ยงจากการถูกตำหนิหรือถูกลงโทษ เป็นความต้องการหลีกเลี่ยงการลงโทษด้วยการคล้อยตามกลุ่มหรือยอมรับคำสั่ง หรือปฏิบัติตามข้อบังคับของกลุ่มเพราะถูกลงโทษ

17. ความต้องการความเป็นระเบียบเรียบร้อย เป็นความต้องการจัดสิ่งของต่าง ๆ ให้อยู่ในสภาพที่เป็นระเบียบเรียบร้อยมีความประณีต และงดงาม

18. ความต้องการที่จะรักษาชื่อเสียง เป็นความต้องการที่จะรักษาชื่อเสียงของตนที่มีไว้จนสุดความสามารถ

ปี ค.ศ. 1938 เมอร์เรย์ได้ให้ความหมายของความต้องการผลสัมฤทธิ์ไว้ว่า เป็นความต้องการได้รับผลสำเร็จจากการกระทำในสิ่งที่ยากลำบาก ต้องการที่ควบคุม จัดกระทำวัตถุ บุคคล หรือความคิดด้วยการกระทำสิ่งเหล่านี้อย่างรวดเร็วและมีความเป็นอิสระมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ต้องการเอาชนะอุปสรรคและมาตรฐานอันดีเลิศ ต้องการเพิ่มความยอมรับตนเอง โดยการบรรลุความสำเร็จในการกระทำ หรือประกอบกิจกรรมที่ยากลำบาก (พิเชษฐ์ ชัยเลิศ, 2548)

ทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของเฮร์แมน

Herman (1970 อ้างถึงใน นพรัตน์ เอี่ยมอดุง, 2539, หน้า 37) ได้ศึกษาการวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์โดยอาศัยหลักการและแนวคิดของทฤษฎี 10 ประการ คือ

1. ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงจะมีความทะเยอทะยานสูง
2. ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงมีความหวังอย่างมากว่าตนจะประสบความสำเร็จถึงแม้ว่าผลของการกระทำนั้นจะขึ้นอยู่กับโอกาส
3. ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงจะมีความพยายามไปสู่สถานะที่สูงขึ้น
4. ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงจะอดทนทำงานที่ยากได้เป็นเวลานาน

5. เมื่องานที่กำลังกระทำอยู่ถูกขัดจังหวะหรือถูกผู้อื่นมารบกวน ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงจะพยายามต่อไปให้สำเร็จ
6. ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงจะมีความรู้สึกว่า เวลาเป็นสิ่งที่ไม่หยุดนิ่งและสิ่งต่าง ๆ จะเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว
7. ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงจะคำนึงถึงเหตุการณ์ในอนาคตมาก
8. ในการเลือกเพื่อนร่วมงาน ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงมักจะเลือกเพื่อนที่มีความสามารถเป็นอันดับแรก
9. ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงต้องการให้เป็นที่รู้จักแก่คนอื่น โดยพยายามทำงานของตนให้ดี

10. ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงจะพยายามปฏิบัติสิ่งต่าง ๆ ให้ดีอยู่เสมอ

ทฤษฎีแรงจูงใจของฮาร์เตอร์

Harter (1978 อ้างถึงใน สุปราณี ขวัญบุญจันทร์, 2539) ได้กล่าวไว้ว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นแรงจูงใจที่ได้มาจากความรู้สึกว่าตนมีความสามารถและทำอะไรที่ยากขึ้นได้ ก็ต้องการที่จะทำหรือฝึกอะไรที่ยากกว่าเมื่อรับรู้ว่าคุณประสบความสำเร็จ และในทางตรงข้ามจะไม่อยากทำเมื่อรู้ว่าตนเป็นคนล้มเหลว เป็นแรงจูงใจเกี่ยวกับการรับรู้ตนว่ามีความสามารถ ดังนั้นในการฝึกซ้อมหรือแข่งขันกีฬา ถ้านักกีฬามีการรับรู้หรือถูกทำให้รับรู้ว่าคุณมีความสามารถ ก็เกิดความมั่นใจและความต้องการที่จะกระทำการฝึกให้ยากยิ่งขึ้น ดังนั้น โค้ชเพื่อนร่วมทีมหรือคนใกล้ชิด มีผลมากในการเสริมสร้างให้เกิดการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ ดังที่ Bandura (1977) ได้เสนอการสร้างเสริมการรับรู้ตนเองว่าคุณมีความสามารถ อาจกระทำได้ดังนี้

1. การประสบความสำเร็จ (Perceive success) นักกีฬาควรถูกฝึกให้มีการรับรู้ว่าคุณความสำเร็จทั้งในการฝึกซ้อมหรือแข่งขันไม่ใช่การทำงานสำเร็จ หรือการแพ้ - ชนะ แต่ควรเน้นที่ความพยายามที่จะกระทำเพื่อบรรลุตามจุดหมายที่ตั้งไว้ และควรเป็นจุดหมายที่ยากขึ้นและทำได้
2. การใช้คำพูดกระตุ้นเพื่อให้กำลังใจ (Verbal persuasion) เป็นคำพูดให้กำลังใจ สร้างความเชื่อมั่นจากโค้ช เพื่อน และคนใกล้ชิดอื่น ๆ เป็นการให้ผลย้อนกลับในทางบวก ก่อนลงแข่งขัน หรือฝึกซ้อมทักษะใหม่ ๆ
3. การสังเกตและเลียนแบบจากแม่แบบ (Vicarious experience) โดยการใช้บุคคลที่มีอายุ เพศ และระดับความสามารถใกล้เคียงกันมาเป็นแม่แบบ เพื่อเปรียบเทียบและเห็นวิธีการ เพื่อเสริมความมั่นใจที่จะกระทำการฝึกซ้อม

4. การกระตุ้นทางอารมณ์ (Emotional arousal) ในการเล่นให้ได้ผลสูงสุดนั้น ควรมีระดับของแรงกระตุ้นที่พอเหมาะ ไม่ให้อยู่ในระดับสูงหรือต่ำเกินไป ดังนั้นการจัดปรับระดับแรงกระตุ้น เป็นสิ่งที่จะช่วยให้การฝึกซ้อมและแข่งขันได้ผลสูงสุดเต็มศักยภาพของนักกีฬา

ความหมายของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬา

McClelland (1953) ให้คำจำกัดความไว้ว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ หมายถึง ความปรารถนาที่จะกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้สำเร็จไปด้วยดีได้ผลเป็นเยี่ยม โดยทุ่มเทความพยายามทั้งหมดที่มีอยู่จนสำเร็จโดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค เพื่อให้บรรลุตามเป้าหมายที่วางไว้

Herman (1970) อธิบายความหมายของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ไว้ว่า เป็นความต้องการได้รับผลสำเร็จจากการกระทำสิ่งที่ยาก ต้องการเอาชนะอุปสรรค และบรรลุถึงมาตรฐานอันดีเลิศ ต้องการเป็นคนเก่ง มีความสามารถในการแข่งขันและเอาชนะคนอื่น ๆ ต้องการเพิ่มการยอมรับตนเอง โดยการบรรลุความสำเร็จในกิจกรรมที่เป็นอัจฉริยะ

สืบสาย บุญวิรุบุตร (2541) กล่าวว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เป็นลักษณะนิสัยในการเผชิญหน้าหรือถอยหนีในสถานการณ์ต่าง ๆ รวมทั้งความมุ่งมั่นเพื่อความเป็นเลิศ

สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทุโรไทย (2542) กล่าวว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ หมายถึง แรงขับหรือสิ่งเร้าใจที่ทำให้บุคคลมีความมุ่งมั่นพยายามที่จะไปถึงเป้าหมาย หรือลักษณะนิสัยในการที่เผชิญหน้าหรือถอยหนีในสถานการณ์แข่งขัน รวมทั้งความมุ่งมั่นเพื่อความเป็นเลิศหรือสู่ความสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนดไว้

ดังนั้นแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จึงเป็นลักษณะความต้องการของบุคคลที่มีความต้องการจะทำการใดก็ตามให้ดี และประสบผลสำเร็จโดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค

แหล่งที่มาของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬา

McClelland (1969 อ้างถึงใน พิเศษฐ์ ชัยเลิศ, 2548) เชื่อว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นสิ่งที่เรียนรู้ได้ อันเป็นผลมาจากกระบวนการสังคม (Socialization) ซึ่งแมคเคลแลนดได้สรุปแหล่งที่มาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ไว้ดังนี้

1. การอบรมเลี้ยงดูตั้งแต่เยาว์วัยจากบิดามารดา จะมีผลทำให้ความต้องการผลสัมฤทธิ์สูงหรือต่ำ กล่าวคือ การฝึกให้เด็กทำอะไรได้เองตั้งแต่เล็ก เป็นการส่งเสริมให้เด็กมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงและจะต้องไม่บังคับหรือเข้มงวดมากจนเกินไป บิดามารดาต้องคอยให้กำลังใจให้ความอบอุ่นแก่บุตร แสดงความชื่นชมเมื่อบุตรทำอะไรสำเร็จได้ด้วยตัวเอง แต่ถ้าหากมารดาเลี้ยวเข็ญให้เด็กช่วยตัวเองตั้งแต่เล็กเกินไปโดยหวังจะมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงอาจเกิดผลตรงกันข้าม คือจะทำให้เด็กมีความต้องการประเภทนี้ต่ำ

2. ลักษณะทางร่างกาย มีการทดสอบแสดงให้เห็นว่า เด็กชายที่มีร่างกายแข็งแรงมักมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง แมคเคลแลนด์ให้ความเห็นว่า อาจเป็นเพราะเด็กชายที่มีร่างกายแข็งแรงมักจะเอาชนะต่อสิ่งท้าทายหรือการเลี้ยต่าง ๆ ได้หรืออาจเป็นผู้ขยันขันแข็งร่างกายเจริญเติบโตแข็งแรง โครงสร้างของร่างกายมนุษย์อาจไม่ได้ก่อให้เกิดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์โดยตรง แต่อาจเป็นเพียงภาวะแวดล้อมที่มีส่วนช่วยกำหนดการที่จะได้มาซึ่งแรงจูงใจเท่านั้น

3. ประสบการณ์ที่ได้รับเมื่อเติบโตขึ้น รวมทั้งด้านการศึกษาที่เป็นเครื่องช่วยให้เสริมสร้างความเชื่อถือและทัศนคติต่าง ๆ ขึ้นภายในจิตสำนึก และพบว่าสิ่งที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว มักเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดปัญหาการปรับตัว การเปลี่ยนแปลงจากวัยรุ่นไปสู่ผู้ใหญ่ในระยะแรก จึงดูเหมือนว่าปัญหาต่างๆเกิดขึ้นพร้อม ๆ กันในตัวเด็ก เด็กวัยรุ่นจึงไม่สามารถปรับตัวให้ทันกับปัญหาเหล่านั้นได้ ปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้เกิดขึ้นในสภาพใดและเวลาใดก็ได้ ทำให้เด็กเกิดการรู้สึกว่าไม่สามารถจะหาวิธีการเพื่อสนองความต้องการที่พึงพอใจได้ และเมื่อเด็กเข้าโรงเรียนจนผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่ประสบการณ์ทางสังคมย่อมกว้างขวางออกไปตามลำดับ หากทุกสิ่งทุกอย่างได้พัฒนาไปตามปกติ

4. สภาพดินฟ้าอากาศ สภาพที่เหมาะสมมีลักษณะกระตุ้นที่เหมาะสมให้เกิดความต้องการความสำเร็จอย่างมากในบริเวณที่มีความอบอุ่นปานกลางโดยเฉลี่ยอุณหภูมิประมาณ 40-60 องศาฟาเรนไฮต์ ยิ่งความร้อนสูงขึ้นจะทำให้ความต้องการผลสำเร็จจะลดลงตามลำดับ

การสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬา

แมคเคลแลนด์ ได้กำหนดหลักการในการสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ไว้ 4 ประการ คือ

1. กำหนดจุดมุ่งหมายที่เหมาะสม (Goal setting) หมายความว่า ในการกระทำอะไรก็ตามต้องมีการตั้งจุดมุ่งหมายไว้อย่างเหมาะสมว่าจะทำอย่างไร ให้เสร็จแค่ไหน ซึ่งจะต้องเป็นจุดมุ่งหมายที่สามารถเป็นจริงและปฏิบัติได้ เมื่อทำได้สำเร็จแล้วค่อยทำงานที่ยากขึ้นต่อไป เช่น การตั้งเป้าหมายในการแข่งขันแต่ละครั้ง หรือการตั้งเป้าหมายในการฝึกซ้อมในสัปดาห์นี้ เป็นต้น

2. ยึดถือภาษาของผลสัมฤทธิ์มาเป็นตัวอย่าง (Language of achievement) หมายความว่า ในการทำงานหรือศึกษาเล่าเรียน บุคคลควรยึดถือแบบอย่างของผู้ที่ทำงานดี หรือประสบผลสำเร็จในการทำงานหรือในการเรียน เพื่อนำมาใช้เป็นแนวทางในการทำงานหรือการเรียน ซึ่งในบริบทของกีฬา ก็คือการที่บุคคลยึดเอานักกีฬาที่ประสบความสำเร็จ หรือนักกีฬาที่ตนชื่นชอบ มาเป็นต้นแบบในการเจริญรอยตาม เป็นต้น

3. กำหนดข้อสนับสนุนทางความคิด (Cognitive supports) หมายความว่า บุคคลจะต้องรู้จักตนเองและปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมและพยายามปรับปรุงวิถีชีวิตและวิธีการทำงานหรือการเรียนให้ดียิ่งขึ้น เพื่อจะได้พบกับความสำเร็จข้างหน้า สำหรับนักกีฬาก็คือการปรับตัวให้เข้ากับ

เพื่อนร่วมทีม กับสิ่งแวดล้อมในการฝึกซ้อมหรือการแข่งขันที่ตนต้องเผชิญ เพื่อจะได้พัฒนาตนเอง ให้สามารถฝึกซ้อมหรือแข่งขันได้อย่างมีความสุข

4. กำหนดข้อเสนอสนับสนุนของกลุ่ม (Group supports) หมายความว่า มีการใช้ประสบการณ์ ในการเข้าร่วมกลุ่ม และร่วมอภิปรายในกลุ่มย่อย เพื่อให้เกิดการยอมรับและเกิดกำลังใจในผลงาน ซึ่งการที่นักกีฬาได้มีโอกาสพูดคุยกัน แสดงความคิดเห็น หรือบอกเล่าเรื่องราวของตน ในทีมก็จะ เกิดสัมพันธภาพที่ดี เกิดความสามัคคี และมีความเข้าอกเข้าใจกันมากขึ้น ทำให้บรรยากาศ ในการฝึกซ้อมเป็นไปด้วยดี

การวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬา

การศึกษาในเรื่องแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ มีการเริ่มต้นจากการศึกษากับเด็กทั่ว ๆ ไป (McClelland, 1969 อ้างถึงใน นพรัตน์ เอี่ยมอคง, 2539, หน้า 24) แต่ภาษาและธรรมชาติของเด็กกับ นักกีฬาก็มีความเข้มข้นที่ต่างกันไป การใช้แบบสอบถามที่มีความเฉพาะกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้จึงเป็น เรื่องที่เหมาะสมกว่า (พิเชษฐ์ ชัยเลิศ, 2548)

การศึกษาและพัฒนาแบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬา มีการพัฒนาขึ้น โดยสมบัติ กาญจนกิจ และนพรัตน์ เอี่ยมอคง (2539 อ้างถึงใน สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทรุ ไทย, 2542) ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่มีเป้าหมายเพื่อศึกษาเกี่ยวกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬา ของนักกีฬา โดยมีการนำไปทดสอบค่าความเชื่อมั่นในการศึกษากับนักกีฬาแล้ว พบว่า มีค่าเป็นที่ ยอมรับได้ ($r = .84$) โดยมีข้อคำถามจำนวน 31 ข้อ ประกอบด้วยคุณลักษณะ 6 ด้าน ได้แก่

1. ด้านความทะเยอทะยาน หมายถึง ลักษณะที่แสดงออกของนักกีฬาที่มีต่อความต้องการ จะให้ตนประสบความสำเร็จ โดยการตั้งความคาดหวังไว้สูง แม้ว่าการกระทำนั้นจะขึ้นอยู่กับโอกาส มีความมุ่งมั่นที่จะทำสิ่งที่ต้องการให้ได้เพื่อให้ตนไปสู่ฐานะที่สูงขึ้นดีเด่นเหนือคนอื่น ให้คนอื่น รู้จักด้วยผลงาน เลือกทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการแข่งขันหรือฝึกความชำนาญและต้องการชัยชนะ เมื่อมีการแข่งขัน

2. ด้านความกระตือรือร้น หมายถึง ลักษณะที่แสดงออกของนักกีฬาที่เต็มใจ เอาใจใส่ และตั้งใจจริงในการฝึกซ้อมและแข่งขันกีฬา มีความพยายามไม่ทอดทิ้งที่จะปฏิบัติให้สำเร็จ อดทน ฝึกทักษะที่ยากได้เป็นเวลานาน จะคำนึงถึงเวลาที่ผ่านไปอย่างรวดเร็วและคิดว่างานทุกอย่างจะ สำเร็จด้วยความตั้งใจจริงไม่ใช่โอกาสอำนวยให้

3. ด้านความกล้าเสี่ยง หมายถึง ลักษณะที่แสดงออกของนักกีฬาที่มีต่อการสนใจ เด็ดเดี่ยว ที่จะกระทำในสิ่งที่เป็นไปได้ โดยเลือกฝึกทักษะที่ยากเหมาะสมกับความสามารถ ของตนเอง กล้าที่จะปฏิบัติให้สำเร็จมากกว่ากลัวความล้มเหลวและหวั่นเกรงต่ออุปสรรคใด ๆ

4. ด้านความรับผิดชอบต่อตนเอง หมายถึง ลักษณะที่แสดงออกของนักกีฬาที่มีต่อความรับผิดชอบในพฤติกรรมของตนเอง มีความต้องการข้อมูลย้อนกลับของงานที่ทำ พยายามฝึกทักษะของตนให้ดีและรักษาคุณภาพของงานเพื่อให้เป็นที่รู้จักแก่คนอื่น เมื่องานที่กำลังทำถูกขัดจังหวะหรือมีผู้อื่นเข้ามารบกวนก็จะพยายามทำต่อ ไปให้สำเร็จ

5. ด้านการวางแผน หมายถึง ลักษณะที่แสดงออกของบุคคลในด้านกีฬาที่มีระบบการทำงาน รู้จักการตั้งเป้าหมายและการวางแผนที่เหมาะสม มีความสามารถในการวางแผนระยะยาว เล็งเห็นการณ์ไกล และมีความคาดหวังในผลสำเร็จของงาน

6. ด้านความมีเอกลักษณ์เฉพาะตน หมายถึง ลักษณะที่นักกีฬารู้จักตนเอง เป็นตัวของตัวเองสามารถกำหนดข้อสนับสนุนทางความคิด และกำหนดข้อสนับสนุนของกลุ่ม โดยการใช้ประสบการณ์การเข้าร่วมกลุ่มและร่วมอภิปรายในกลุ่มย่อยเพื่อให้เกิดการยอมรับ และเกิดกำลังใจในผลงาน และเมื่อทำกิจกรรมใด ๆ ก็มุ่งหวังให้บรรลุมาตรฐานของตนโดยไม่มีจุดมุ่งหมายที่รางวัลหรือชื่อเสียง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

แม้ว่าจากการศึกษาค้นคว้างานวิจัยที่ผ่านมายังไม่ปรากฏว่ามีการศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง การให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักกีฬา แต่ก็มิงงานวิจัยที่มีความเกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

การศึกษาเรื่องแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และทัศนคติต่อการออกกำลังกายของนักมวยไทยอาชีพ (วิทยา ศรีสมุทร, 2541) ศึกษาในนักมวยไทยอาชีพที่เป็นแชมป์เปียน และรองแชมป์เปียนทุกรุ่น ทุกอันดับจากการจัดอันดับประจำปี พ.ศ. 2540 ของเวทีมวยลุมพินีและเวทีมวยราชดำเนินจำนวน 194 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และแบบวัดทัศนคติต่อการออกกำลังกาย พบว่า นักมวยไทยอาชีพมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์อยู่ในระดับสูง โดยนักมวยที่มีอันดับสูงและอันดับต่ำมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และทัศนคติต่อการออกกำลังกายของนักมวยไทยอาชีพมีความสัมพันธ์กันในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

การศึกษาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬาของนักกีฬาคนพิการตัวแทนทีมชาติไทย (พิเชษฐชัยเลิศ, 2548) เพื่อศึกษาระดับและเพื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬาของนักกีฬาคนพิการตัวแทนทีมชาติไทย โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาคนพิการ ตัวแทนทีมชาติไทย ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาอาเซียนพาราเกมส์ ครั้งที่ 2 ที่ประเทศเวียดนาม จำนวน 84 คน โดยดัดแปลงแบบสอบถามการวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของสมบัติ กาญจนกิจ และนพรัตน์ เอี่ยมอดุง (2539 อ้างถึงใน สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทรุไทย, 2542) ใช้วัดระดับของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬา

และเปรียบเทียบความแตกต่างของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬาใน 5 ชนิดกีฬา ได้แก่ วัยน้ำ แบดมินตัน เทเบิลเทนนิส กรีฑา และยกน้ำหนัก ผลการวิจัย พบว่า นักกีฬาคนพิการตัวแทนทีมชาติไทยมีระดับของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬาโดยรวมอยู่ในระดับสูง และเมื่อแยกเป็นรายด้าน พบว่า นักกีฬาคนพิการตัวแทนทีมชาติไทยมีระดับของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬาอยู่ในระดับสูง 5 ด้าน คือ ความทะเยอทะยาน ความกระตือรือร้น ความกล้าเสี่ยง ความรับผิดชอบต่อตนเอง และมีความมีเอกลักษณ์เฉพาะตน และอยู่ในระดับปานกลาง 1 ด้าน คือ ด้านการวางแผน และเมื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักกีฬาทั้ง 5 ชนิด พบว่า นักกีฬาทั้ง 5 ชนิดมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ไม่แตกต่างกัน

การศึกษาเรื่องแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ที่สนใจต่อการออกกำลังกาย พฤติกรรมการออกกำลังกาย และผลสัมฤทธิ์ในการแข่งขันของนักกรีฑาในกีฬานักเรียน นักศึกษา แห่งประเทศไทยครั้งที่ 20 พ.ศ. 2542 (อดิศักดิ์ กริเทพ, 2543) กลุ่มตัวอย่างจำนวน 439 คน พบว่า นักกรีฑาในกีฬานักเรียน นักศึกษา แห่งประเทศไทยครั้งที่ 20 มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์อยู่ในระดับมาก ที่สนใจต่อการออกกำลังกาย อยู่ในระดับดี และพฤติกรรมการออกกำลังกายอยู่ในระดับดี

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม

การให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม

ความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม

Gawrys and Brown (1970, p. 21) ได้กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการ ที่ก่อให้เกิดบรรยากาศแห่งการยอมรับ ความอบอุ่น และเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มได้ทดสอบ และตรวจสอบ และเลือกวิธีแก้ปัญหาที่ดีที่สุดสำหรับเขา จุดประสงค์จะถูกสร้างขึ้นจากสมาชิก ในกลุ่ม การเข้าร่วมกลุ่มของสมาชิกจะต้องเป็นไปด้วยความสมัครใจ สมาชิกมีจุดสนใจและมีปัญหาเหมือนกัน

Ohlsen (1977) กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มเป็นวิธีการที่จะให้ความช่วยเหลือแก่บุคคล ปกติเพื่อให้ยอมรับปัญหาต่าง ๆ ของตนเองและพยายามแก้ปัญหาเหล่านั้นก่อนที่จะกลายเป็นปัญหา รุนแรง นอกจากนี้สมาชิกในกลุ่มยังสามารถนำเอาความคิดที่ได้จากกลุ่มไปประยุกต์ใช้ในชีวิต ประจำวันได้ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนี้จึงเป็นสัมพันธภาพพิเศษที่สมาชิกจะมีความรู้สึกปลอดภัย จนพร้อมจะอภิปรายในสิ่งที่เขากำลังกังวลใจหรือไม่สบายใจ และสามารถกำหนดพฤติกรรมใหม่ ๆ ที่พึงประสงค์ขึ้น ตลอดจนฝึกทักษะในการมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นและการลงมือสร้างพฤติกรรมใหม่

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529) กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการของกลุ่ม บุคคลที่มีปัญหาหรือความต้องการที่คล้าย ๆ กัน มาปรึกษาหารือร่วมมือกันโดยมีผู้ให้คำปรึกษา

ซึ่งมีความรู้ความสามารถและประสบการณ์ทางการให้คำปรึกษา ร่วมให้ความช่วยเหลือ หรือ ร่วมให้คำ ปรึกษา

ดังนั้น การปรึกษากลุ่มในบริบทของกีฬา จึงเป็นกระบวนการที่มุ่งเพื่อให้สมาชิกกลุ่ม เช่น นักกีฬาได้มีโอกาสในการพูดคุย ร่วมแชร์ประสบการณ์ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน โดยมีผู้นำกลุ่มเป็นผู้สนับสนุนและร่วมให้คำปรึกษา อันเป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่าง สมาชิกกลุ่ม ให้สมาชิกได้เข้าใจและยอมรับตนเองและผู้อื่นมากขึ้น รวมถึงเพื่อให้สมาชิกได้เกิด กำลังใจ และนำเอาสิ่งที่ได้จากการปรึกษาไปปรับใช้เพื่อพัฒนาตนเองต่อไป

วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม

Corey (1986) กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม ดังนี้

1. เพื่อเรียนรู้การไว้วางใจตนเองและผู้อื่น
2. เพื่อรู้จักตนเองและค้นหาเอกลักษณ์แห่งตน
3. เพื่อรับรู้ว่าคนอื่นก็มีความต้องการและมีปัญหาคล้ายคลึงกับตน
4. เพื่อรู้จักตนเองยอมรับและมั่นใจในตนเองอันจะนำไปสู่การมีทัศนคติใหม่ของตนเองเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการแสวงหาแนวทางแก้ไขปัญหา และมองหาวิธีลดความขัดแย้งในตนเอง
5. เพื่อเพิ่มความสามารถในการนำตนเอง การพึ่งตนเองและความรับผิดชอบต่อตนเอง และสังคมที่อยู่
6. เพื่อกำหนดแผนสำหรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ต้องการ และรับผิดชอบที่จะปฏิบัติตามแผนที่วางไว้
7. เพื่อเพิ่มความไวในการรับรู้ความรู้สึก และความต้องการของผู้อื่น
8. เพื่อเรียนรู้วิธีการโต้แย้งหรือเผชิญหน้ากับผู้อื่นอย่างตรงไปตรงมาด้วยท่าทีที่เอื้ออาทร ห่วงใยและจริงใจ
9. เพื่อรับรู้การตัดสินใจเลือกของตนเอง และการรู้จักเลือกอย่างชาญฉลาด
10. เพื่อเรียนรู้การดำเนินชีวิตที่เป็น ไปตามความมุ่งหวังของตนเอง
11. เพื่อช่วยให้ค่านิยมที่ตนเองมีอยู่ชัดเจนขึ้น เรียนรู้ที่จะปรับพฤติกรรมของตนเองไป ตามครรลองของค่านิยมนั้น

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529) กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม ดังนี้

1. เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคนรู้จักและเข้าใจตนเอง
2. เพื่อช่วยสมาชิกของกลุ่มแต่ละคนพัฒนาการยอมรับตนเองและความรู้สึกว่าตนเอง มีคุณค่า

3. เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคนพัฒนาวิธีการต่าง ๆ ที่จะช่วยให้การพัฒนาตนเองเป็นไปอย่างเหมาะสม

4. เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคนพัฒนาแนวทางการแก้ปัญหาของตนเองเป็นไปอย่างเหมาะสม

5. เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคนพัฒนาความเข้าใจเกี่ยวกับความต้องการและความรู้สึกของบุคคลอื่น ตระหนักในบทบาทและความรับผิดชอบของตนเองในการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นและเรียนรู้ที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกในกลุ่ม

6. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกในกลุ่มให้มีความรักใคร่ปรองดอง

ทิพวรรณ กิตติพร (2536) กล่าวว่า การให้คำปรึกษากลุ่มมีวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกกลุ่มรู้จักตนเองได้ดีขึ้น มีเอกลักษณ์ของตนเอง มีความไว้วางใจต่อตนเองและผู้อื่น มีการยอมรับตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความเป็นตัวของตัวเอง มีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น มีความไวในการรับความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นมากขึ้น มีทักษะในการเข้าสังคมอย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ ยังเน้นให้สมาชิกสำรวจและเข้าใจตนเอง จนสามารถลงมือปฏิบัติเพื่อการแก้ปัญหา มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามแนวทางที่พึงปรารถนา มีการตัดสินใจและการเลือกอย่างเหมาะสม ซึ่งจะนำไปสู่การเจริญงอกงามส่วนบุคคล ทำให้สมาชิกสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด

อนงค์ วิเศษสุวรรณ (2554) กล่าวว่า การปรึกษากลุ่มมีความมุ่งหมายเพื่อการป้องกันพัฒนา และการบำบัด โดยทั่วไปจะมีเป้าหมายที่ชัดเจนในด้านการศึกษา การให้ความรู้ ด้านอาชีพ ด้านสังคม หรือด้านส่วนตัว การปรึกษากลุ่มมักเป็นเรื่องเกี่ยวกับปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เน้นความคิด ความรู้สึก และการกระทำ การปรึกษากลุ่มส่วนมากมักเน้นที่ปัญหาบางประการของสมาชิก ซึ่งเป็นปัญหาทั่ว ๆ ไปเกี่ยวกับการดำเนินชีวิต ไม่ใช่ปัญหามูลึกภพที่ต้องปรับแก้หรือการบำบัดระยะยาว การปรึกษากลุ่มมักจะเป็นการพัฒนาบุคคล การสร้างเสริมและค้นหาพลังที่มีอยู่ในตัวบุคคล สมาชิกกลุ่มอาจมีสถานการณ์วิกฤตในชีวิตหรือความขัดแย้งที่เกิดขึ้นขณะนั้น บางคนอยากเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบางอย่างของตน กลุ่มจะช่วยให้สมาชิกได้รับรู้ ได้เข้าใจ และได้รับการสนับสนุนให้กำลังใจ ทำให้เกิดความไว้วางใจ จะทำให้สมาชิกกล้าเปิดเผยตนเอง และค้นหาข้อขัดข้องต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง สมาชิกกลุ่มจะได้รับการช่วยเหลือให้พัฒนาทักษะที่ตนมีอยู่มาจัดการกับปัญหาได้ และสามารถนำไปใช้ในการเผชิญปัญหาที่มีลักษณะคล้ายกันต่อไป

ดังนั้น การให้คำปรึกษากลุ่มในบริบทของกีฬา จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อให้สมาชิกกลุ่มซึ่งเป็นนักกีฬารู้จักตนเองมากขึ้นจากการสำรวจตนเอง เกิดความรู้สึกที่ดี ไว้วางใจต่อผู้อื่นมากขึ้นจากการได้รับฟังเรื่องราวและประสบการณ์ของสมาชิกคนอื่น ๆ มีการยอมรับตนเอง มีเชื่อมั่น

ในตนเองมากขึ้นจากการที่เข้าร่วมแสดงความคิดเห็นในกลุ่ม มีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น สามารถนำข้อคิดไปปรับใช้กับตนเองในการสร้างทางเลือกต่าง ๆ มีการตัดสินใจและการเลือกอย่างเหมาะสม สามารถนำไปปฏิบัติจนมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามแนวทางที่พึงปรารถนา ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาทางด้านกีฬาของตนเอง ทำให้สมาชิกสามารถแสดงถึงศักยภาพได้อย่างเต็มที่

ความเป็นมาของการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม

ทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม เป็นแนวคิดเชิงปรัชญาซึ่งเริ่มในยุโรป ซึ่งนักปรัชญา 2 ท่าน ที่ถือว่าเป็นจุดเริ่มต้นของแนวปรัชญาอัตถิภาวะนิยม คือ เซอเรน คีร์เคการ์ด (Seren Kierkegard 1813-1855) และนิชเช (Neitzsche) โดยคีร์เคการ์ด ถือได้ว่าเป็นบิดาของแนวปรัชญานี้ (นันทิยา เอกอริคมกิจ, 2542) แนวคิดดั้งเดิมของอัตถิภาวะนิยมเน้นเรื่องข้อจำกัดและความทุกข์ในการดำรงชีวิตของมนุษย์ ทฤษฎีนี้พัฒนาขึ้นมาเพื่อช่วยให้บุคคลที่อยู่ในสถานการณ์ที่ลำบาก เช่น โศกเศร้า แปลกแยก หรือไร้ความหมาย โดยมีจุดเน้นคือมุ่งที่ประสบการณ์ของบุคคลที่ต้องอยู่ตามลำพัง และมีความวิตกกังวลกับความอ้างว้างโศกเศร้า (อนงค์ วิเศษสุวรรณ, 2554)

แนวปรัชญาอัตถิภาวะนิยมได้ถูกนำมาใช้และพัฒนาอย่างเด่นชัดในยุโรปภายหลังสงครามโลกครั้งที่ 2 เนื่องจากบุคคลในยุคนั้นตระหนักถึงความเลวร้ายในช่วงสงคราม ความรู้สึกพ่ายแพ้ ครอบครัแตกแยก ซึ่งนำไปสู่ความรู้สึกของการสูญเสียและหมดหวัง Rollo May เป็นผู้ที่น่านำแนวคิดอัตถิภาวะนิยมจากยุโรปมาใช้ในการบำบัดในสหรัฐอเมริกา โดยเชื่อว่าการที่คนเราจะ เป็นแบบใดนั้นไม่ได้เป็นไปโดยอัตโนมัติ บุคคลต้องการทำทุกอย่างให้เต็มความสามารถ แต่ละบุคคลจะต้องกล้าที่จะเป็น และเลือกที่จะทำในสิ่งที่ตนต้องการ ทุกคนดิ้นรนเพื่อพัฒนาไปสู่การมีวุฒิภาวะ มีอิสระ และทุกคนรู้ดีว่าจะต้องประสบปัญหาและเผชิญความเจ็บปวด นอกจากนี้ยังมีบุคคลสำคัญอีก 2 คนที่น่าแนวคิดอัตถิภาวะนิยมมาใช้ในสหรัฐอเมริกา คือ Bugental (1987) และ Yalom (1980) ซึ่งเน้นความเข้าใจและการรับรู้โลกของบุคคล (อรุณี สุวรรณธาร, 2543)

Corey (2004) กล่าวว่า แนวคิดอัตถิภาวะนิยมไม่เน้นการแก้ปัญหาในการดำรงชีวิต ไม่เน้นการรักษาแบบการรักษาคนไข้ แต่มองว่าคนเราเมื่อชีวิต หรือขัดข้องในการดำเนินชีวิต ผู้รับการบำบัดต้องการความช่วยเหลือในการสำรวจและค้นหาเพื่อการตัดสินใจทางเลือกที่จะก้าวเดินต่อไป ซึ่งจะเห็นได้ว่า แนวคิดปรัชญาอัตถิภาวะนิมนั้น พัฒนามาจากความพยายามที่จะช่วยเหลือบุคคลที่ประสบปัญหาในการดำรงชีวิตที่มีความรู้สึกโศกเศร้า แปลกแยก หรือไม่มีจุดหมายในชีวิต ด้วยการมุ่งเน้นที่จะทำความเข้าใจจากประสบการณ์ในการดำรงชีวิตมากกว่า การหาวิธีการบำบัด และเมื่อนำแนวคิดปรัชญาอัตถิภาวะนิยมมาปรับใช้กับบริบทของกีฬา จึงสามารถช่วยเหลือนักกีฬา ที่อาจจะยังขาดเป้าหมายที่ชัดเจนในการเล่นกีฬาของตนเอง หรือ

ช่วยให้นักกีฬาเกิดกำลังใจ เห็นคุณค่าและเกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ซึ่งสิ่งเหล่านี้เองที่ส่งเสริมให้นักกีฬาเกิดการพัฒนาต่อไปได้อีก

ความมุ่งหมายของการปรึกษากลุ่มตามแนวคิดอรรถิภาวะนิยม

การปรึกษากลุ่มตามแนวคิดอรรถิภาวะนิยมคล้ายกับการจำลองโลกที่ประกอบด้วยสมาชิก ซึ่งสมาชิกแต่ละคนมีหน้าที่เป็นของตนเอง และสมาชิกจะมาพบกันเพื่อหาความหมายของตนเอง โดยการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความกังวลในการดำรงชีวิต โดยความมุ่งหมายของการปรึกษากลุ่มตามแนวคิดอรรถิภาวะนิยมในการค้นหาตนเองของสมาชิก มี 3 ประการ ดังนี้

1. ทำให้สมาชิกมีความซื่อสัตย์จริงใจต่อตนเอง
2. เพิ่มการรับรู้เกี่ยวกับตนเองและการรับรู้โลก
3. กระจ่างความหมายในชีวิตปัจจุบันและอนาคต

ดังนั้น ความมุ่งหมายของการปรึกษากลุ่มตามแนวคิดอรรถิภาวะนิยมในบริบทของกีฬา ก็เพื่อช่วยให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษามีกำลังใจที่จะค้นพบคุณค่า และความสามารถของตนเอง ส่งเสริมให้สมาชิกสร้างความหวัง ความหมาย และเป้าหมายที่ชัดเจนในการเล่นกีฬา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเรียนรู้ถึงการสร้างทางเลือก การตัดสินใจเลือก ตระหนักถึงหน้าที่และความรับผิดชอบของตน ในการปฏิบัติตนเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ตนตั้งไว้ได้

แนวคิดที่สำคัญเกี่ยวกับการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอรรถิภาวะนิยม

ในกระบวนการให้คำปรึกษาแบบอรรถิภาวะนิยม Millon (1967) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบอรรถิภาวะนิยมไม่มีระบบของการบำบัด แต่เป็นการให้คำปรึกษาที่เกี่ยวข้องกับการทำความเข้าใจกับการมีอยู่ และประสบการณ์ของมนุษย์ และเป็นการนำทัศนคติไปสู่การให้คำปรึกษา ทัศนคติหลักที่นำเข้าสู่การให้คำปรึกษา คือ การทำให้ผู้รับคำปรึกษาได้ทำความเข้าใจเกี่ยวกับเงื่อนไขในการดำรงอยู่ของมนุษย์ 6 ด้าน ดังนี้ (นันทิยา เอกอริคมกิจ, 2542)

1. ศักยภาพที่จะตระหนักในตนเอง (Capacity for self awareness)
2. เสรีภาพและความรับผิดชอบ (Freedom and responsibility)
3. การค้นพบเอกลักษณ์ของตน และการสร้างสัมพันธ์ภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่น (Discovering one's identity and establishing meaningful relationships with others)
4. การค้นหาความหมายจุดหมาย ค่านิยม และเป้าหมาย (The search for meaning, purpose, value and goals)
5. ความวิตกกังวลซึ่งเป็นเหมือนเงื่อนไขในการดำรงชีวิต (Anxiety as a condition of living)
6. การตระหนักถึงความตาย และความไม่มีอยู่ (Awareness of death and nonbeing)

ศักยภาพที่จะตระหนักรู้ในตนเอง (Capacity for self awareness)

ศักยภาพที่จะตระหนักรู้ในตนเอง คือ การรับรู้เกี่ยวกับตนเองหรือสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง โดย Corey (2004) กล่าวว่า การเพิ่มศักยภาพในการตระหนักรู้ตนเอง หมายถึง การเพิ่มการรับรู้ในทางเลือกต่าง ๆ แรงจูงใจและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่าง ๆ ซึ่งจะสามารถทำให้บุคคลตอบโต้ และสามารถพิจารณาเลือกทางเลือกได้อย่างอิสระ โดยในการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาวนิยมจะมุ่งให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความตระหนักในสิ่งเหล่านี้

1. บุคคลจะตระหนักว่า เมื่อบุคคลเลือกเพื่อตัวเอง เขาอาจเกิดความวิตกกังวลและอาจเกิดความรู้สึกไม่มั่นคงได้
2. บุคคลจะตระหนักว่า หากเขายึดทางเลือกจากบุคคลอื่น เขาต้องค้นหาการยอมรับและการยืนยันการดำรงชีวิตอยู่ของตนจากผู้อื่น แทนที่จะเป็นตัวเขาเองที่จะยืนยันการดำรงชีวิตของตน
3. บุคคลจะตระหนักว่า การรับรู้และการตัดสินใจในอดีต มีผลให้เกิดความทุกข์จนถึงปัจจุบันนี้ ในการให้คำปรึกษาศูนย์จะรับรู้ว่ามีเสรีภาพและสามารถตัดสินใจใหม่ได้
4. บุคคลจะตระหนักว่า แม้ว่าเขาจะไม่สามารถเปลี่ยนแปลงเหตุการณ์ในชีวิตบางอย่างของเขาได้ แต่เขาสามารถเปลี่ยนแปลงการมอง การรับรู้ และการตอบสนองต่อเหตุการณ์เหล่านั้นได้
5. บุคคลจะตระหนักว่า อดีตเป็นบทเรียนที่ดีที่จะทำให้สามารถนำไปปรับปรุงอนาคตให้ดีขึ้น
6. บุคคลจะตระหนักว่า การหมกมุ่นอยู่กับสิ่งที่ท้อแท้ สิ้นหวัง จะทำให้ขาดโอกาสที่จะประสบความสำเร็จ
7. บุคคลจะตระหนักว่า ปัจจุบันนี้เขาล้มเหลวเพราะเขาหมกมุ่นอยู่กับอดีต และวางแผนอนาคต หรือพยายามทำสิ่งต่าง ๆ ที่มากเกินไปในเวลาเดียวกัน

เสรีภาพและความรับผิดชอบ (Freedom and responsibility)

นักอัตถิภาวนิยมให้ความสำคัญกับเสรีภาพของมนุษย์ในการเลือกกระทำด้วยความรับผิดชอบผลของการกระทำนั้น โดย Frankl (1967) กล่าวว่า ถึงแม้มนุษย์จะไม่มีอิสระเสรีภาพอย่างสมบูรณ์จากเงื่อนไขต่าง ๆ ที่ผูกมัด ทั้งปัจจัยทางชีวภาพ จิตใจ สังคม สิ่งแวดล้อม กรรมพันธุ์ หรือแรงขับตามสัญชาตญาณ ปัจจัยเหล่านี้อาจจำกัดขอบเขตทางเสรีภาพของบุคคล แต่ไม่สามารถลดศักยภาพความเป็นมนุษย์ แฟรงเคิล ยังเชื่อว่า บุคคลยังมีเสรีภาพในการเลือก โดยกล่าวว่า เงื่อนไขต่าง ๆ ไม่ได้กำหนดเรา แต่เราจะเป็นผู้กำหนดเองว่าจะยอมรับหรือต่อสู้กับเงื่อนไขต่าง ๆ เหล่านั้น

Prochaska (1979) กล่าวว่า ทางเลือกที่ดีที่สุดในแนวความคิดของนักอัตถิภาวนิยมไม่จำเป็นต้องเลือกจากสิ่งที่ทำให้แรงเสริมสูงสุด และลงโทษน้อยที่สุดตามแนวความคิดของนักพฤติกรรมนิยม หรือไม่จำเป็นต้องเลือกจากการปรับตัวตามสัญชาตญาณภายในความต้องการ

ดังนั้น แนวความคิดของกลุ่มจิตวิเคราะห์ แต่การเลือกที่ดีที่สุดในแนวความคิดของนักอัตถิภาวะนิยม คือ การเลือกที่จะเป็นตามแบบของตนเองอย่างแท้จริง (Be authentic) เพราะเป็นการดำรงชีวิตที่บุคคลตัดสินใจที่จะมองโลกตามความเป็นจริง ไม่หลีกเลี่ยงหรือปิดบังตนเองจากสิ่งแวดล้อม นำมาสู่การเปิดเผยตนต่อธรรมชาติ ต่อบุคคลอื่น และต่อตนเอง

ถึงแม้ว่ามนุษย์จะมีอิสรภาพในการเลือก แต่การตัดสินใจนั้นก็จะต้องดำรงคุณค่า และมีความเหมาะสม บุคคลจะต้องตระหนักต่อความรับผิดชอบของตน โดยอิสระและความรับผิดชอบจะต้องมีขึ้นพร้อม ๆ กัน เพราะอิสรภาพนั้นเป็นเงาของความรับผิดชอบ (Capuzzi & Gross, 1995)

Frankl (1978 cited in Corey, 1995 a) ได้เชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างอิสรภาพและความรับผิดชอบไว้ว่า อิสรภาพ ถูกจำกัดเพราะเราไม่เป็นอิสระจากเงื่อนไขต่าง ๆ แต่อิสรภาพของเราเกิดจากการต่อสู้กับข้อจำกัด และในที่สุดเงื่อนไขเหล่านี้ก็จะอยู่ภายใต้การตัดสินใจของเรา แสดงว่าเรากล้าตัดสินใจด้วยตนเอง

การค้นพบเอกลักษณ์ของตน และการสร้างสัมพันธ์ภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่น

(Discovering one's identity and establishing meaningful relationships with others)

การที่บุคคลรู้สึกสูญเสียความเป็นตัวเอง หรือรู้สึกว่าเป็นคนแปลกหน้าสำหรับตัวเอง เนื่องจากบุคคลเหล่านั้น ไม่ได้ดำรงชีวิตด้วยการให้ความรู้สึกภายในตนเอง โดยบุคคลดำรงชีวิตอยู่ตามความคาดหวังของผู้อื่น หรือดำรงชีวิตตามที่ผู้อื่นกำหนดให้ นอกจากนี้บุคคลเหล่านั้นจะพยายามค้นหาคำตอบ ค่านิยมและความเชื่อ จากผู้ที่เขาคิดว่าสำคัญในโลกของเขามากกว่าที่จะศรัทธาในตนเองและค้นหาคำตอบเกี่ยวกับความขัดแย้งในชีวิตจากความรู้สึกภายในตัวเอง เป็นผลให้บุคคลรู้สึกว่าตนพยายามสร้างความพอใจให้บุคคลอื่นและให้บุคคลอื่นยอมรับ (Corey, 1986)

ความสัมพันธ์ระหว่างเอกลักษณ์ของตนเองและการสร้างสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่นนั้น นักอัตถิภาวะนิยมเห็นว่า บุคคลจะต้องรู้จักตนเองโดยการค้นหาและสร้างเอกลักษณ์ ซึ่งต้องอาศัยความกล้าที่จะดำรงชีวิตจากความคิด และความรู้สึกภายในตนเอง จะทำให้บุคคลสามารถอยู่เพียงลำพังได้ สามารถตัดสินใจได้ว่าตนเองจะดำเนินชีวิตอย่างไร นักอัตถิภาวะนิยมเชื่อว่า ก่อนที่บุคคลจะสามารถสร้างสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่น ได้บุคคลจะต้องเรียนรู้ที่จะรู้จักตนเอง และสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยตนเองก่อน (Corey, 1995 a)

การค้นหาความหมาย จุดหมาย ค่านิยม และเป้าหมาย (The search for meaning, purpose, value and goals)

นักอัตถิภาวะนิยมเชื่อว่า ชีวิตมนุษย์นั้นต้องการมีความรู้สึกรู้ว่ามีความหมายในตนเอง ถึงแม้ในสถานการณ์ที่เป็นทุกข์ หากมนุษย์ค้นพบความหมายในตนเองและในสถานการณ์ที่เกิดขึ้นก็จะทำให้มนุษย์สามารถเผชิญกับความทุกข์ที่เกิดขึ้นได้ จะเห็นว่าทัศนคติการค้นหาความหมายนี้

เป็นแรงจูงใจให้บุคคลเผชิญกับปัญหาโดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคง่าย ๆ เนื่องจากบุคคลจะเห็นคุณค่าในการกระทำของตนเอง และรู้ว่าอุปสรรคนั้นเป็นสิ่งที่มีความหมายที่จะเผชิญ ซึ่งแฟรงค์เคิล เน้นว่ามนุษย์พร้อมที่จะเผชิญกับความยากลำบากต่าง ๆ トラบเท่าที่มนุษย์มองเห็นความหมายในสิ่งนั้น โดยแฟรงค์เคิล ยังกล่าวอีกว่า การเผชิญกับความยากลำบากด้วยความรู้สึกรู้สึกที่ท้าทายและมีความหวัง เป็นสิ่งที่แสดงถึงชัยชนะของมนุษย์ (Corey, 1986) และความรู้สึกที่ไร้ความหมายในชีวิตจะนำไปสู่ภาษาที่ Frankl (1967) เรียกว่า ความรู้สึกว่างเปล่าในการดำเนินชีวิต ซึ่งบุคคลที่อยู่ในภาวะนี้จะรู้สึกว่าตนไม่มีแก่นสารในชีวิตสูญเสียความสนใจ และขาดการริเริ่มในการหาทางช่วยเหลือตนเอง แฟรงค์เคิล ยืนยันว่า หน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาไม่ใช่อยู่ที่การบอกผู้รับบริการว่า ความหมายในชีวิตของเขาควรเป็นเช่นไร แต่เป็นการชี้ให้เห็นว่า ผู้รับบริการสามารถพบความหมายได้แม้ในยามทุกข์ ยามลำบาก ผู้รับบริการสามารถเปลี่ยนความทุกข์และชีวิตในด้านลบให้เป็นความสำเร็จได้ โดยอาศัยความอดทนและการยืนหยัดต่อสู้ โดยที่yalอมและแฟรงค์เคิล เห็นพ้องต้องกันว่า ไม่ใช่สิ่งที่เราสามารถแสวงหามาได้โดยตรง แต่การพบความหมายในชีวิตเป็นผลจากการมีข้อผูกมัดในเรื่องเกี่ยวกับความสร้างสรรค์ ความรัก และการทำงาน

ความวิตกกังวลซึ่งเป็นเหมือนเงื่อนงำในการดำรงชีวิต (Anxiety as a condition of living)

นักอัตถิภาวะนิยมเห็นว่าในการดำรงชีวิตนั้น บุคคลย่อมเกิดความวิตกกังวลขึ้นได้ในที่สถานะของนักอัตถิภาวะนิยม ความวิตกกังวลตามปกติ (Normal or existential anxiety) เป็นการตอบสนองของบุคคลต่อสิ่งที่บุคคลไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ในการดำรงชีวิต หรือเกิดขึ้นเมื่อบุคคลต้องตัดสินใจโดยไม่มีแนวทางที่ชัดเจนและไม่รู้ผลลัพธ์ที่แน่นอน (Shaffer & Galinsky, 1989) ความวิตกกังวลระดับเล็กน้อยจะเป็นแรงจูงใจให้บุคคลเกิดความเปลี่ยนแปลง ในทางตรงกันข้าม ความวิตกกังวลที่มากเกินไปจะทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกเหนื่อยหน่าย Corey (1995 b) เชื่อว่าความวิตกกังวลมีผลต่อความเจริญของมนุษย์ เนื่องจากมนุษย์มีความคิดสร้างสรรค์มากมาย แต่ถูกปิดกั้นด้วยความวิตกกังวล ดังนั้นเมื่อบุคคลต้องใช้อิสรภาพในตนเองค้นหาทางเลือกและเลือกอย่างเหมาะสมจะเป็นการลดความวิตกกังวลลง

การตระหนักถึงความตายและความไม่มีอยู่ (Awareness of death and nonbeing)

การมีชีวิตอยู่ตามแนวคิดของนักอัตถิภาวะนิยมไม่ได้ขึ้นอยู่กับดำรงชีวิตที่ยาวนาน แต่ขึ้นอยู่กับว่า การดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพ และมีความหมายกับตนเองมากน้อยเพียงใด

เมย์ กล่าวว่ นักอัตถิภาวะนิยมไม่ได้มองความตายในแง่ลบ แต่ถือว่าความรู้สึกสำนึกในความตายเป็นเงื่อนงำขั้นพื้นฐานในการดำรงชีวิตของมนุษย์ มีความหมายลักษณะเด่นประการหนึ่งของมนุษย์คือ มนุษย์สามารถเข้าใจความจริงของอนาคตและการหนีไม่พ้นความตาย ถ้าเราตระหนัก

ว่าเราต้องตาย เราขอมรู้ว่าเรามีเวลาจำกัดเพื่อทำให้แผนการของเราลุล่วงไป และนั่นหมายความว่า เวลาในปัจจุบันมีความสำคัญ การรู้สำนึกถึงความตายเป็นป่อเกิดแห่งสีสันของชีวิตและความคิดริเริ่ม โดยเมย์ ยังกล่าวอีกว่า เมื่อเราปฏิเสธความตาย สิ่งที่เราได้รับคือ ความกังวลอันไม่มีที่สิ้นสุด และจะรู้สึกว่าการกำลังเกิดความขัดแย้งขึ้นภายในตนเอง (Corey, 1995 b)

ไฮดีการ์ดและชาลอม กล่าวว่า นักอรรถกถาภาวะนิยมเห็นว่าความตายเป็นสิ่งสำคัญในการค้นหาความหมายและจุดหมายในชีวิต เนื่องจากการดำเนินชีวิตนั้นย่อมมีจุดสิ้นสุด แต่ถ้าหากบุคคลยืนยันทันทีจะดำรงชีวิตและพยายามที่จะใช้ชีวิตปัจจุบันให้เต็มที่เท่าที่จะเป็นไปได้ บุคคลนั้นก็จะไม่สนใจต่อวันสิ้นสุดของชีวิต (Corey, 1986)

บทบาทและหน้าที่ของผู้นำกลุ่มตามทฤษฎีอรรถกถาภาวะนิยม

Blocker (1987) กล่าวว่า ถึงแม้ว่าการให้คำปรึกษาแบบอรรถกถาภาวะนิยมจะมีลักษณะที่คล้ายคลึงกับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง แต่บทบาทของผู้ให้คำปรึกษานั้นจะเพิ่มจากการที่เป็นผู้คอยรับฟัง (Passive) สะท้อนความรู้สึกและเป็นดังกระจกสะท้อน มาเป็นบทบาทแบบผู้ดำเนินกระบวนการมากขึ้น (Active) มีการเคลื่อนไหวมากขึ้น และบางครั้งแสดงการตอบสนองด้วยท่าทางตรง ๆ (Confrontation posture) ผู้ให้คำปรึกษาจะเน้นความสำคัญในการสนทนากับผู้รับการบำบัดด้วยความซื่อสัตย์อย่างแท้จริง (Deep honest) เท่า ๆ กับการใส่ใจและความเห็นใจ

นันทนา วงษ์อินทร์ (2542) ได้กล่าวถึงบทบาทของผู้ให้คำปรึกษาไว้ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีกำลังใจที่จะค้นพบความสามารถของตนเอง
2. ส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษาสร้างความหวัง และความหมายในชีวิต
3. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเรียนรู้ถึงการแสวงหาทางเลือก การตัดสินใจเลือก ตระหนักว่าเขาเป็นคนสำคัญในการเลือก แต่ในบางกรณีก็อาจเป็นผู้เสนอแนะแนวทางในหลาย ๆ ทางให้ผู้รับคำปรึกษาพิจารณาเลือก
4. ให้ผู้รับคำปรึกษาฝึกภาคการณ้ถึงผลที่จะเกิดจากการตัดสินใจ เพื่อพิจารณาว่าเขามีความพร้อมที่จะยอมรับและรับผิดชอบหรือไม่
5. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วมองหากความหมายหรือหาประโยชน์จากสิ่งนั้น เพื่อที่จะอยู่ร่วมกับสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นได้

ข้อดีและข้อจำกัดของการให้คำปรึกษาแบบอรรถกถาภาวะนิยม

นันทนา วงษ์อินทร์ (2542) ได้สรุปข้อดีและข้อจำกัดของการให้คำปรึกษาทฤษฎีอรรถกถาภาวะนิยมไว้ ดังนี้

ข้อดี

1. เหมาะที่จะใช้กับสังคมยุคที่มีตัวเลือกหลากหลาย

2. ทำให้บุคคลมีความคิดเกี่ยวกับแนวทางในการดำเนินชีวิตของตนเอง ได้รู้จักคุณค่าและความหมายในชีวิต

3. การที่บุคคลได้คาดการณ์ถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้น เป็นการไตร่ตรองทบทวนตนเองก่อนการทำสิ่งใด ๆ เป็นการเตรียมตัวเผชิญสิ่งที่กำลังจะเกิดขึ้น หรือเลือกทางใหม่ที่ดีกว่า

4. ฝึกการสร้างนิสัยยอมรับ และรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง ซึ่งเป็นสิ่งที่พึงประสงค์ในการอยู่ร่วมกันในสังคม

ข้อจำกัด

1. ไม่มีเทคนิคเฉพาะที่ใช้ในการให้คำปรึกษาที่ชัดเจน
2. ในการให้คำปรึกษามุ่งให้ผู้รับคำปรึกษาค้นหาความหมายในชีวิต อาจทำให้ผู้รับคำปรึกษา รู้สึกว่า ผู้ให้คำปรึกษาไม่ให้ความสนใจในเรื่องความรู้สึกและปัญหาเท่าที่ควร
3. การที่ผู้ให้คำปรึกษามีบทบาทในการนำทาง อาจทำให้ไปยับยั้งอิสระในการที่จะแสดงความคิดและการตัดสินใจเลือกด้วยตนเองของผู้รับคำปรึกษา

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง มีการใช้คำว่า อัตถิภาวะนิยม และภวนิยม ซึ่งทั้งสองคำนี้มีความหมายที่เหมือนกัน โดยขึ้นอยู่กับการใช้ของผู้วิจัยแต่ละคน

การศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่ม เพื่อพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกของเยาวชนหญิง ช่วงอายุ 13-18 ปี ในสถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปราณี กรุงเทพมหานคร (นันทิยา เอกอธิตคมกิจ, 2542) โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 ประเภท คือ พวกกระทำผิด 1 ครั้ง และพวกกระทำผิดมากกว่า 1 ครั้ง และแต่ละประเภทแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มให้คำปรึกษาแบบภวนิยมเป็นรายบุคคล กลุ่มให้คำปรึกษาแบบภวนิยมแบบกลุ่ม และกลุ่มควบคุม พบว่า

1. เยาวชนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมรายบุคคล มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 และเยาวชนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมเป็นกลุ่ม มีความเข้มแข็งในการมองโลกไม่แตกต่างกับเยาวชนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล

2. เยาวชนที่มีจำนวนครั้งที่กระทำผิดเกี่ยวกับยาเสพติดแตกต่างกัน เมื่อได้รับการให้คำปรึกษาแบบภวนิยม มีความเข้มแข็งในการมองโลกแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

การศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น ศูนย์เมอซี กรุงเทพมหานคร (กสิณา บุญแสง, 2544) ศึกษาในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 แบ่งเป็น 2 กลุ่มทดลอง กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้

คำปรึกษา กลุ่ม ส่วนกลุ่มควบคุมได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม มีความมุ่งมั่นในชีวิตดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

การศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่ม ที่มีต่อความวิตกกังวลในการกลับสู่สังคมของผู้ป่วยยาเสพติดสถาบันจิตเวชศาสตร์ (ประนอม ศรีโกศักดิ์, 2546) จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมเป็นรายบุคคล และกลุ่มควบคุมได้รับการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมเป็นกลุ่ม พบว่า

1. ผู้ป่วยยาเสพติดมีความวิตกกังวลในการกลับสู่สังคมก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมเป็นรายบุคคล แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
2. ผู้ป่วยยาเสพติดมีความวิตกกังวลในการกลับสู่สังคมก่อนและหลังการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมเป็นกลุ่ม แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
3. ผู้ป่วยยาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมเป็นรายบุคคลกับผู้ป่วยยาเสพติดที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมเป็นกลุ่ม มีความวิตกกังวลในการกลับสู่สังคมลดลง แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการวัยรุ่น

ความหมายของวัยรุ่น

คำว่า “วัยรุ่น” ตรงกับคำว่า “Adolescence” ซึ่งมีความหมายว่า เจริญเติบโต หรือเจริญเติบโตไปสู่วุฒิภาวะ กล่าวคือ ผู้ที่มีอายุประมาณ 13-18 ปี และการที่เด็กจะบรรลุวุฒิภาวะนี้ จะต้องมีการพัฒนาทั้ง 4 ด้าน ไปพร้อมๆกัน ได้แก่ ร่างกาย อารมณ์ สติปัญญา และสังคม

พัฒนาการของวัยรุ่น

จากการศึกษาพัฒนาการของวัยรุ่น สามารถแบ่งออกเป็น 4 ด้าน ดังนี้

พัฒนาการทางร่างกาย

สิ่งที่เห็นได้ชัดเจนที่สุดในการพัฒนาทางด้านร่างกาย คือ ส่วนสูง ซึ่งจะเจริญอย่างสมบูรณ์ในช่วงเวลานี้และจะสิ้นสุดลงในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย โดยผู้หญิงจะหยุดสูงช้ากว่าผู้ชายไปจนถึงวัยรุ่นตอนปลายหรือเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้น ตามปกติในช่วงวัยรุ่นนี้เพศหญิงจะสูงเร็วกว่าเพศชายรวมทั้งน้ำหนักก็จะมากกว่าเพศชายในวัยเดียวกันด้วย นอกจากการเปลี่ยนแปลงด้านส่วนสูงและน้ำหนักตัวแล้ว ภายในร่างกายก็ยังมีเปลี่ยนแปลงอีกมากมาย ดังนี้

1. ความดันโลหิตและอัตราการเต้นของหัวใจ ในขณะที่เด็กย่างเข้าสู่วัยรุ่น หัวใจจะมีน้ำหนักเพิ่มขึ้นอีกหนึ่งเท่าตัว แต่เส้นโลหิตจะไม่มี การเติบโต แต่ในช่วงวัยรุ่นนี้เด็กชายจะมีความดันโลหิตสูงกว่าเด็กหญิง

2. การเผาผลาญอาหารของร่างกาย โดยการเผาผลาญของร่างกายในเด็กวัยรุ่นเป็นเรื่องสำคัญของการเปลี่ยนแปลงทางสรีระเพราะมีอัตราเปลี่ยนแปลงอย่างมาก ด้านการเผาผลาญของร่างกายจะรวดเร็ว จึงทำให้วัยรุ่นหิวบ่อยเพราะอาหารถูกย่อยได้รวดเร็ว การเปลี่ยนแปลงของร่างกายเช่นนี้ เป็นสาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นมีอาการรุนแรงและเปลี่ยนแปลงง่าย คือ เด็กอาจเกิดความเครียดและความกังวลเกี่ยวกับรูปร่างของตนเอง ทำให้ไม่มั่นใจในตนเอง อารมณ์จึงไม่มั่นคงเปลี่ยนแปลงได้ง่าย และการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะภายใน เช่น ภาวะอาหารใหญ่ขึ้นทำให้เด็กทานจุขึ้น เมื่อมีพลังมากก็จะทำกิจกรรมมากไปด้วย ทำให้ใช้แรงไปมาก จึงเกิดความเหนื่อยล้าและต้องการการพักผ่อนที่มาก

3. การเปลี่ยนแปลงของขน เมื่อเข้าสู่ช่วงวัยรุ่น เด็กชายจะเริ่มมีหนวดเคราขึ้น และขนตามท่อนแขนขา ก็จะหยาบและหนามากขึ้น และทั้งเด็กชายและเด็กหญิงจะมีขนขึ้นในที่ลับ เช่น อวัยวะเพศ และรักแร้ด้วย

4. ต่อมพิวหนิง เมื่อพ้นช่วงวัยเด็กพิวหนิงจะเริ่มหยาบและหนาขึ้น รูขุมขนขยายใหญ่ขึ้น ทำให้มีสิ่งสกปรกเข้าไปอุดตันได้ง่ายจึงเกิดสิว ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะทำให้วัยรุ่นเกิดความกังวลใจได้มาก

5. ไขมันที่กระจายอยู่ใต้ผิวหนัง เด็กหญิงมักจะมีไขมันกระจายอยู่ตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกายคือ บริเวณหน้าอก ท้อง หลัง และส่วนต่าง ๆ มากกว่าเด็กชาย

พัฒนาการทางอารมณ์

การที่เด็กวัยรุ่นมีอาการเปลี่ยนแปลงง่ายและรุนแรง เพราะสาเหตุดังนี้

1. การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ดังจะเห็นได้จากสัดส่วนที่มีความแตกต่างจากวัยที่ผ่านมามาก การมีรูปร่างแบบผู้ใหญ่ทำให้วัยรุ่นสนใจตัวเองมากยิ่งขึ้น และมีความสนใจที่จะทำตามแบบอย่างของผู้ใหญ่ ทำให้บางครั้งอาจทำอะไรที่ไม่เหมาะสมเกิดเป็นปัญหาความขัดแย้งกับผู้ใหญ่ จึงทำให้วัยรุ่นแสดงออกถึงความเครียดและอารมณ์ที่ไม่มั่นคง

2. การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะภายใน คือต่อมไร้ท่อ นับว่าเป็นตัวการสำคัญที่ทำให้เด็กมีอาการเปลี่ยนแปลงในทุกด้าน โดยเฉพาะร่างกายและอารมณ์ ด้วยเหตุที่เด็กต้องกินมากขึ้น ใช้พลังงานมากขึ้น จึงทำให้ต้องการการพักผ่อนที่มากขึ้น ผู้ใหญ่จึงมักเกิดความเข้าใจว่าเด็กเกียจคร้าน เกิดเป็นความขัดแย้งขึ้น เด็กจึงมุ่งเข้าหาเพื่อนฝูงและเริ่มสนใจเพศตรงข้ามมากขึ้น เมื่อเกิดความขัดแย้งกับผู้ใหญ่

3. การปรับตัวกับสิ่งแวดล้อมใหม่ เมื่อเด็กวัยรุ่นมีประสบการณ์มากขึ้นเรื่อย ๆ และ ประสบการณ์ที่เด็กพบมักเป็นเรื่องขัดแย้งกับผู้ใหญ่ในเรื่องความเข้มงวด การห้าม การบังคับ การที่เด็กต้องปฏิบัติตามผู้ใหญ่แต่เพียงอย่างเดียวทำให้เกิดอารมณ์ไม่มั่นคง หงุดหงิด มีความรู้สึกที่ไวและมักแสดงออกทันทีเพราะยังไม่เป็นผู้ใหญ่โดยสมบูรณ์ ซึ่งนอกจากเด็กต้องพยายามปรับตัวให้เข้ากับทางบ้านแล้ว เด็กวัยนี้ยังต้องปรับตัวให้เข้ากับหมู่คณะ เพื่อนต่างเพศ และผู้ใหญ่คนอื่น ๆ ที่ตนเกี่ยวข้อง จึงมักทำให้เด็กวัยนี้มีความคับข้องใจอยู่เสมอ

ความเปลี่ยนแปลงทางจิตใจของเด็กวัยรุ่น อาจแยกออกได้ดังนี้

1. มีความต้องการและความปรารถนาใหม่ ๆ เกิดขึ้นและเป็นไปอย่างรุนแรง เช่น ใฝ่หวาดในสิ่งที่ตนพึงพอใจ หากมีสิ่งไม่สมประสงค์จะเสรำ โศกอย่างมาก เป็นวัยที่เปลี่ยนแปลงสภาพความ กิดและท่าที ซึ่งผู้ปกครองควรจะสนใจศึกษาความต้องการของเด็กในช่วงนี้อย่างมาก เพื่อจะได้อบรมให้ถูกทาง

2. มีความรู้สึกทางเพศเกิดขึ้น เนื่องจากการเจริญเติบโตสมบูรณ์ของร่างกาย ทำให้ทั้งเด็กชายและเด็กหญิงจะพิถีพิถันในการแต่งตัวเพื่ออวดเพศตรงข้าม จึงเป็นเรื่องที่สำคัญในการสอดส่องและอบรมในเรื่องของจริยธรรม วัฒนธรรมประเพณี รวมถึงการให้ความรู้เรื่องเพศศึกษา

3. เกิดความกระวนกระวายใจในเรื่องความเจริญเติบโต โดยเด็กหญิงมักกังวลเรื่องขนาดของหน้าอกและสะโพก ทำให้สูญเสียบุคลิกภาพที่มั่นใจ และเด็กชายก็มักกังวลเรื่องเพศ ขนาดของอวัยวะเพศ เด็กจึงควรได้รับความรู้และทำความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องนี้ มิฉะนั้นก็จะเกิดความกังวลและไม่มั่นใจอยู่ตลอดเวลา

4. สติปัญญาและความคิดเจริญก้าวหน้ากว้างขวางออกไป สนใจในการแสวงหาความรู้ใหม่ ๆ เพื่อเพิ่มพูนความสามารถ เริ่มเข้าใจความสวยความงาม ความไพเราะ ความดี ซึ่งความเจริญด้านความคิดนี้จะค่อยเป็นไป แต่เด็กหญิงจะเริ่มเจริญและเกิดขึ้นก่อนเด็กชาย

5. เริ่มรู้จักความรับผิดชอบและต้องการเป็นอิสระ เด็กชอบแสดงความคิดเห็นและกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง เชื่อความสามารถของตนเอง รักเกียรติยศชื่อเสียง ถ้าเห็นว่าสิ่งใดดีงามและเป็นประโยชน์ก็จะทำเรื่อยไป

6. อารมณ์เปลี่ยนแปลงได้ง่ายและรุนแรง เปลี่ยนอารมณ์และความรู้สึกเร็ว

7. จินตนาการมากขึ้น ชอบฝันกลางวัน คิดนั่นคิดนี่ให้ตนเองเป็นสุข แต่ถ้าได้รับการส่งเสริมให้ปฏิบัติเป็นจริงด้วยจะดีมาก เพราะเป็นการส่งเสริมให้บุคลิกภาพชัดเจนขึ้น

8. ความเชื่อมั่นต่างๆเป็นไปอย่างรุนแรงถ้าเชื่ออะไรแล้วมักเชื่ออย่างจริงจัง แต่ถ้าไม่เชื่ออะไรก็จะไม่ยอมเชื่อและรับฟังเหตุผลง่าย ๆ

9. ความสนใจในการสมาคมมากขึ้น นอกจากจะสมาคมกับต่างประเทศแล้ว ยังสมาคมกับคนทั่วไป ขวนขวายที่จะสมาคมกับเพื่อนอื่น ๆ และตระหนักในหน้าที่ของตนต่อหมู่คณะ ดังนั้นการได้หมู่คณะที่ดีจึงมีอิทธิพลต่อเขามาก

10. ประสาทส่วนต่าง ๆ และความรู้สึกด้านสัมผัสตื่นตัวมากขึ้นในวัยนี้ เห็นได้จากการกระทำตามความสนใจใหม่ ๆ เช่น ดนตรี กีฬา หรือศิลปะ เป็นต้น ซึ่งจะก้าวหน้าไปได้มากในช่วงนี้ ซึ่งรวมถึงลักษณะนิสัยส่วนตัวต่าง ๆ ด้วย

พัฒนาการทางสังคม

โดยทั่วไปการเข้าสังคมของเด็กวัยนี้กว้างขวางขึ้นทั้งสองเพศ และมีเหตุผลในการคบเพื่อนต่างเพศมากขึ้น คือ ไม่คบแต่เพียงเพื่อนที่อยู่บ้านใกล้ แต่ยังคบเพื่อนคนอื่น ๆ ที่ถูกใจตน เช่น ร่าเริง เรียงเก่ง หรือสุภาพอ่อนโยน เด็กชายมักขนาดของกลุ่มใหญ่กว่าเด็กหญิง และเด็กวัยนี้จะมี ความสนใจกีฬา

พัฒนาการทางสติปัญญา

เด็กวัยรุ่นมีพลังงานมาก มีความกระตือรือร้นมากขึ้น และมีความสามารถเพิ่มขึ้นหลายอย่าง สนใจผู้อื่น และมีความสนใจเกี่ยวกับความแตกต่างทางบุคลิกภาพ มีทัศนคติต่อบุคคลและสิ่งต่าง ๆ ในแง่ดี สามารถใช้ความคิดของตนได้อย่างมีเหตุผล สามารถแสดงความคิดเห็นร่วมกับผู้อื่นได้ รู้จักสังเกตความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อตนได้ ต้องการแก้ไขข้อบกพร่องของตนเอง และทำตนให้เป็น ที่ประทับใจของผู้อื่นเพื่อสร้างความเชื่อมั่น ในตนเอง เป็นวัยที่รู้จักภายในตนเองมากขึ้นและ คิดได้ดี อาจกล่าวได้ว่า พัฒนาการทางปัญญาของเด็กวัยนี้กว้างขวางขึ้น เพราะการที่เด็กชอบทำ และโดยการเรียนรู้แบบลองผิดลองถูก ซึ่งการเรียนรู้โดยวิธีนี้เด็กได้ลงมือทำเอง ได้พบปัญหาและ วิธีแก้ปัญหาเรื่อยไปจนกว่าจะได้ผลที่เด็กพอใจ ถ้าสิ่งใดทำแล้วไม่เกิดอันตราย ผู้ใหญ่อาจจะลอง ให้เด็กได้ปฏิบัติ เพื่อว่าเมื่อเจริญเติบโตจะได้ก้าวหน้าไปในโลกอย่างมั่นคงยิ่งขึ้น

อีริก อีริกสัน (ม.ป.ป. อ้างถึงใน จิตวิทยาพัฒนาการเด็กและวัยรุ่น, 2555) ได้ตั้งทฤษฎี จิตวิทยาสังคม (Psychosocial theory) ซึ่งดัดแปลงมาจากทฤษฎีพัฒนาการทางจิตเพศของฟรอยด์ (Freud's theory of psychosexual development) แต่ได้ขยายพัฒนาการออกเป็น 8 ชั้น โดย 5 ชั้นแรก อยู่ในช่วงวัยเด็กและวัยรุ่น ที่เหลืออีก 3 ชั้นอยู่ในวัยผู้ใหญ่ ในแต่ละชั้นจะมีภาวะวิกฤต ซึ่งจะมีข้อ ขัดแย้งที่มีผลลัพธ์เป็นไปได้ 2 ลักษณะที่ตรงข้ามกัน คือ ลักษณะทางบวกกับลักษณะทางลบ ภาวะวิกฤตเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องพบแต่ต้องได้รับการแก้ไข ถ้าสามารถแก้ไขภาวะวิกฤตหรือขัดแย้ง ได้จะทำให้เกิดคุณลักษณะที่พึงประสงค์ และช่วยส่งเสริมพัฒนาการในขั้นต่อไปให้ประสบความสำเร็จ ง่ายขึ้น แต่ถ้าไม่สามารถแก้ไขข้อขัดแย้งได้หรือแก้ไขได้ไม่ดี จะทำให้ได้ลักษณะที่ไม่พึงประสงค์

ที่ก่อให้เกิดบุคลิกภาพที่เป็นปัญหา และขัดขวางความสำเร็จของการแก้ไขขัดแย้งในขั้นต่อ ๆ

ไปเว้นเสียแต่บุคคลจะได้รับคำแนะนำและการช่วยเหลือเป็นพิเศษ

ขั้นพัฒนาการทั้ง 8 ขั้น ซึ่งประกอบด้วยข้อขัดแย้ง 8 คู่ มีดังต่อไปนี้

0-1 ปี เป็นระยะของการพัฒนาความไว้วางใจตรงข้ามกับความไม่ไว้วางใจ

(Trust mistrust)

1-3 ปี เป็นระยะของการพัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง ตรงข้ามกับ ความละอาย

และความสงสัย (Autonomy vs shame and doubt)

3-6 ปี เป็นระยะของการพัฒนาความคิดริเริ่ม ตรงข้ามกับ ความรู้สึกผิด

(Initiative vs guilt)

6-12 ปี เป็นระยะของการพัฒนาความขยันหมั่นเพียร ตรงข้ามกับ การมีปมด้อย

(Industry vs inferiority)

12-20 ปี เป็นระยะของการพัฒนาความมีเอกลักษณ์แห่งตน ตรงข้ามกับ ความสับสน

ในตนเอง (Identity vs identity diffusion)

20-40 ปี เป็นระยะของการพัฒนาความสัมพันธ์เสนาหา ตรงข้ามกับ การแยกตัว

(Intimacy vs isolation)

40-60 ปี เป็นระยะของการพัฒนาความรู้สึกเป็นผู้ให้กำเนิดและสร้างสรรค์สังคม

ตรงข้ามกับ ความเฉื่อยชา (Generativity vs stagnation)

60 ปีขึ้นไป เป็นระยะของความรู้สึกมั่นคงสมบูรณ์กับความรู้สึกสิ้นหวัง (Integrity

versus despair)

จากพัฒนาการทั้ง 8 ขั้น ดังกล่าว ในช่วงของวัยรุ่น เด็กจะเผชิญกับภาวะวิกฤตหรือขัดแย้งระหว่างความมีเอกลักษณ์แห่งตนกับความสับสนในเอกลักษณ์ การแก้ไขขัดแย้งในช่วงนี้มีความสำคัญมาก เพราะถ้าแก้ไขไม่ได้ เขาจะเป็นวัยรุ่นที่สับสนในตนเอง ไม่รู้จักตนเอง และกลายเป็นผู้ใหญ่ที่สับสนในบทบาท เป็นระยะที่มีความสับสนขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เพราะเป็นช่วงของการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจเพื่อก้าวไปสู่การเป็นผู้ใหญ่ วุฒิภาวะทางกายและแรงผลักดันทางสังคมที่มาบรรจบกันในระยะนี้ ผลักดันให้วัยรุ่นต้องครุ่นคิดเกี่ยวกับสภาพของตนในสังคม วิธีที่คนอื่น ๆ ปฏิบัติต่อตัวเขา รวมไปถึงทางเลือกของเขาในอนาคต ในช่วงเวลานี้ วัยรุ่นจึงมักมีข้อสงสัยเกี่ยวกับตัวเอง เช่น ฉันเป็นใคร ฉันเหมาะกับอะไร และพยายามหาเอกลักษณ์ของตนในด้านต่าง ๆ เช่น ความสนใจ เป้าหมายในชีวิต เป็นต้น และสิ่งที่สำคัญสำหรับการแก้ภาวะวิกฤตในระยะวัยรุ่นก็คือ การที่วัยรุ่นได้มีโอกาสปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ที่มีความสำคัญ เพราะจะช่วยให้เขาสามารถเลือกเอาส่วนสำคัญ ๆ เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของเอกลักษณ์ ในขณะที่เดียวกัน

คนอื่น ๆ ที่วัยรุ่นมีปฏิสัมพันธ์ด้วยก็จะทำหน้าที่เสมือนกระจกที่สะท้อนข้อมูลกลับไปให้วัยรุ่นว่าเขาเป็นใคร หรือเขาควรจะเป็นอะไร ดังนั้นปฏิริยาของบุคคลสำคัญ ๆ เหล่านี้ จะช่วยกำหนดรูปแบบและมีอิทธิพลต่อการพัฒนาความรู้สึกรักของการมีเอกลักษณ์ในวัยรุ่น เพราะวัยรุ่นได้เรียนรู้หลายสิ่งหลายอย่างจากปฏิริยาของคนอื่น ๆ ที่มีต่อตัวเขา เช่น เรียนรู้ว่าเขาค่อนข้างกลัวว่องไวหรืองุ่มง่าม น่าสนใจหรือน่าเกลียด ฉลาดหรือขาดไหวพริบ เป็นต้น และในบางครั้ง เขาได้เรียนรู้จากคนอื่นว่าสิ่งที่เขาทำอยู่นั้น เขาควรทำต่อไปหรือไม่ควรทำต่อไป ดังนั้น การสร้างเอกลักษณ์ในวัยรุ่นจึงเป็นกระบวนการทางสังคมและกระบวนการทางสมอง

โรเบิร์ต ฮาวิกเฮิร์ส (ม.ป.ป. อ้างถึงใน จิตวิทยาพัฒนาการเด็กและวัยรุ่น, 2555)

เป็นผู้นำคนหนึ่งในการศึกษาพัฒนาการมนุษย์ตลอดช่วงวัย เขาได้แบ่งขั้นพัฒนาการออกเป็น 6 ขั้น คือ (1) ทารกและวัยเด็ก (2) วัยเด็กตอนกลาง (3) วัยรุ่น (4) วัยผู้ใหญ่ตอนต้น (5) วัยกลางคน และ (6) วัยผู้ใหญ่ตอนปลาย เขาให้ความสำคัญกับภารกิจพัฒนาการ (Developmental tasks) ว่าคือสิ่งต่าง ๆ ที่บุคคลจะต้องเรียนรู้ เพื่อให้ตนเองดำรงชีวิต ได้สุขสบายและประสบความสำเร็จพอสมควร เป็นภารกิจที่บังเกิดควบคู่กับช่วงหนึ่ง ๆ ของชีวิต ความสำเร็จในการกระทำภารกิจหนึ่งนำไปสู่ความสุขและความสำเร็จที่จะบังเกิดขึ้นกับภารกิจขั้นต่อไป ขณะที่ความล้มเหลวในการกระทำภารกิจในขั้นใดขั้นหนึ่ง นำไปสู่ความไม่เป็นสุขในชีวิต และจะเกิดความยากลำบากกับการกระทำภารกิจขั้นต่อไป ทฤษฎีภารกิจพัฒนาการนี้ เป็นทฤษฎีที่ได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวาง และใช้ประโยชน์ในการอภิปรายถึงพัฒนาการและการศึกษาเกี่ยวกับวัยรุ่น (ประณต เค้าฉิม, 2549)

ฮาวิกเฮิร์ส พยายามพัฒนาทฤษฎีจิตวิทยาสังคมของวัยรุ่น โดยได้รวมเอาความต้องการของบุคคลกับข้อเรียกร้องทางสังคมเข้าด้วยกัน สิ่งที่บุคคลต้องการและสิ่งที่สังคมเรียกร้องจะประกอบกันขึ้นเป็นภารกิจพัฒนาการ ในปี ค.ศ. 1952 ฮาวิกเฮิร์ส ได้กำหนดภารกิจพัฒนาการที่ควรจะมีบรรลุในระหว่างช่วงวัยรุ่นไว้ 10 ประการ คือ

1. สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่เหมาะสมกับเพื่อนวัยเดียวกันทั้งสองเพศ
2. มีบทบาททางสังคมในฐานะที่เป็นเพศชายหรือเพศหญิงอย่างเหมาะสม
3. ยอมรับร่างกายของตนและใช้ร่างกายของตนอย่างมีประสิทธิภาพ
4. มีความเป็นอิสระทางด้านอารมณ์จากพ่อแม่และผู้ใหญ่คนอื่น ๆ
5. สามารถพึ่งตนเองได้ในด้านเศรษฐกิจ
6. มีการเลือกและเตรียมตัวเพื่ออาชีพ
7. มีการเตรียมตัวเพื่อการแต่งงานและชีวิตครอบครัว
8. พัฒนาทักษะทางปัญญาและความคิด เพื่อการเป็นพลเมืองที่มีความสามารถ
9. บรรณานาและมีพฤติกรรมที่รับผิดชอบต่อสังคม

10. มีหลักจริยธรรมเป็นเครื่องชี้นำพฤติกรรม

ในปี ค.ศ. 1972 ฮาวิกเฮิร์ส ได้ปรับปรุงแก้ไขภารกิจพัฒนาการของวัยรุ่นใหม่ โดยพิจารณาถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมและวัฒนธรรมที่กระทบต่อวัยรุ่น ภารกิจพัฒนาการของวัยรุ่นที่ปรับปรุงใหม่มี 8 ประการ ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ขอมรับร่างกายของคนและใช้ร่างกายอย่างมีประสิทธิภาพ ทักษะคิดหลายอย่างที่มีต่อร่างกายของตน ได้มาจากการเปรียบเทียบตนเองกับคนอื่น ๆ เด็กวัยรุ่นมักกังวลเกี่ยวกับความสูง น้ำหนัก ผิวพรรณ ผู้หญิงมักจะกังวลเกี่ยวกับสะโพกและเต้านม ส่วนผู้ชายจะกังวลเกี่ยวกับขนาดของอวัยวะเพศและกล้ามเนื้อ ความวิตกกังวลเหล่านี้มักมีมากขึ้นเนื่องจากสังคมให้ความสำคัญกับบุคลิกลักษณะที่ดี การแต่งกายดี รูปลักษณ์ภายนอกที่ดึงดูดใจ อาจจะเป็นเรื่องยากสำหรับวัยรุ่นที่จะขอมรับร่างกายที่ไม่เป็นไปตามอุดมคติ และต้องใช้เวลาในการแก้ไขปรับปรุงข้อคิดเห็นเสียใหม่ รวมทั้งเรียนรู้วิธีที่จะทำให้รูปโฉมภายนอกดูดีขึ้น อย่างไรก็ตาม วัยรุ่นจำเป็นต้องขอมรับร่างกายและแบบแผนการเจริญเติบโตของร่างกายตน เรียนรู้ที่จะดูแลร่างกาย และใช้ร่างกายอย่างมีประสิทธิภาพในการเล่นกีฬา กิจกรรมสันทนาการ การทำงาน และงานอื่น ๆ ในชีวิตประจำวัน เมื่อใดที่วัยรุ่นเริ่มขอมรับตัวเองในสิ่งที่ตนเป็นอยู่ เมื่อนั้นความวิตกกังวลในรูปร่างหน้าตา ก็จะลดน้อยลง และความภูมิใจในตนเองก็จะเริ่มปรากฏขึ้น

2. สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนในวัยเดียวกันทั้งสองเพศ ในระหว่างวัยเด็กตอนปลาย เด็กจะมีความสัมพันธ์กับสมาชิกเพศเดียวกัน และมักพัฒนาความรู้สึกไม่เป็นมิตรต่อเพศตรงข้าม เมื่อเด็กเข้าสู่วัยรุ่นและมีวุฒิภาวะทางเพศ จึงมักมีแรงผลักดันและความต้องการให้ตนเป็นที่สนใจของเพศตรงข้าม ทำให้วัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศมากขึ้น แต่ในขณะที่เดียวกันก็ยังคงเป็นสมาชิกของกลุ่มเพื่อนเพศเดียวกันด้วย วัยรุ่นจึงเป็นช่วงเวลาที่บุคคลมีความสัมพันธ์กับเพื่อนในวัยเดียวกันทั้งเพศเดียวกันและเพศตรงข้าม ความสัมพันธ์ดังกล่าวนี้ช่วยให้วัยรุ่นได้เรียนรู้วิธีการอยู่ร่วมกันในสังคม เรียนรู้ทักษะและพฤติกรรมทางสังคมที่เป็นที่ต้องการของกลุ่ม ตลอดจนเรียนรู้บทบาททางเพศที่เหมาะสม ทั้งบทบาททางเพศของตนเองและของเพศตรงข้าม การเรียนรู้เหล่านี้เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการเป็นผู้ใหญ่ ดังนั้น การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนในวัยเดียวกันทั้งสองเพศจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งที่วัยรุ่นควรพัฒนาขึ้นมา

3. มีบทบาททางสังคมในฐานะที่เป็นเพศชายหรือเพศหญิงอย่างเหมาะสม บทบาททางสังคมที่เกี่ยวกับจิตวิทยาทางเพศได้ถูกสร้างขึ้นมาในแต่ละวัฒนธรรม ซึ่งกำหนดไว้ว่า ผู้ชายควรเป็นอย่างไร และผู้หญิงควรเป็นอย่างไร เด็กวัยรุ่นควรจะเรียนรู้บทบาททางสังคมที่เหมาะสมกับเพศของตน แต่เนื่องจากบทบาทของความเป็นผู้ชายหรือความเป็นผู้หญิงในปัจจุบันกำลังมี

การเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว วัยรุ่นควรจะได้พิจารณาใหม่ถึงบทบาททางเพศที่กำลังเปลี่ยนแปลง ในวัฒนธรรมของตน และตัดสินใจว่าจะอะไรที่เขาควรจะได้รับเข้ามา

4. มีความเป็นอิสระทางด้านอารมณ์จากพ่อแม่และผู้ใหญ่คนอื่น ๆ วัยรุ่นต้องมีความเป็นอิสระในตนเอง เป็นตัวของตัวเอง ไม่ขึ้นอยู่กับพ่อแม่หรือผู้ใหญ่คนอื่น ๆ สามารถพัฒนาความเข้าใจ ความรัก และความนับถือ โดยปราศจากการพึ่งพาทางด้านอารมณ์ การมีวุฒิภาวะทางด้านร่างกายทำให้ วัยรุ่นต้องการอิสระ ไม่ต้องการการควบคุมจากพ่อแม่มากนัก วัยรุ่นจะหัน ไปสู่กลุ่มเพื่อนวัยเดียวกัน ทั้งสองเพศ การมีเพื่อนและการเรียนรู้ทักษะทางสังคมภายในกลุ่มเพื่อนช่วยให้วัยรุ่นมีความมั่นใจ ในตนเอง และสร้างความเป็นอิสระในตนเองทั้งทางด้านอารมณ์และพฤติกรรม อย่างไรก็ตาม ความเป็นอิสระทางด้านอารมณ์ไม่ใช่สิ่งเดียวกับความเป็นอิสระทางด้านพฤติกรรม มีเด็กวัยรุ่น หลายคนที่ต้องการความเป็นอิสระ แต่ก็ยังต้องการความอบอุ่นมั่นคง ซึ่งเป็นการพึ่งพาทางด้าน อารมณ์จากพ่อแม่หรือผู้ใหญ่คนอื่น ๆ โดยเฉพาะเด็กวัยรุ่นที่ขาดสถานภาพภายในกลุ่มเพื่อนจะยิ่ง ต้องการมากความอิสระหรือความเป็นตัวของตัวเองของวัยรุ่น มักนำไปสู่ความขัดแย้งกับพ่อแม่และ ผู้ใหญ่คนอื่น ๆ เนื่องจากพ่อแม่อาจรู้สึกกังวลไปว่าลูกจะไม่รู้เท่าทันเหตุการณ์ต่าง ๆ จึงมักเข้าไป ก้าวก่ายและควบคุม ทำให้วัยรุ่นมีความรู้สึกขัดแย้งและต่อต้าน วัยรุ่นที่ต่อต้านและมีความขัดแย้ง กับพ่อแม่และผู้ใหญ่คนอื่น ๆ จำเป็นต้องพัฒนาความเข้าใจตัวเองและผู้ใหญ่ให้มากขึ้น และเข้าใจ เหตุผลของความขัดแย้ง

5. การเตรียมพร้อมสำหรับการประกอบอาชีพ เป้าหมายที่สำคัญประการหนึ่งของวัยรุ่น ก็คือ การตัดสินใจในเรื่องอาชีพ การเตรียมพร้อมสำหรับงานอาชีพที่ตัดสินใจเลือก และเปลี่ยนมา เป็นผู้ที่พึ่งพาตนเองได้ในเวลาต่อมา โดยสามารถหาเงินเพื่อดำรงชีวิตของตนเอง วัยรุ่นต้องค้นหา ให้พบว่า อะไรคือสิ่งที่เขาต้องการในชีวิต พ่อแม่และครูควรพยายามช่วยให้วัยรุ่นได้เลือกอาชีพ ที่เขามีความสามารถและสนใจ และเป็นอาชีพที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม

6. การเตรียมพร้อมเพื่อการแต่งงานและชีวิตครอบครัว ในขณะที่ความรู้สึกผูกพัน ทางด้านร่างกายและอารมณ์ของวัยรุ่นต่อเพศตรงข้ามลึกซึ้งมากขึ้น ทักษะติดต่อความสัมพันธ์ ทางเพศ การแต่งงาน และการเลี้ยงดูเด็กก็เริ่มปรากฏขึ้นมา การมีความสนใจร่วมกัน รสนิยม คล้ายกัน อุดมคติที่สอดคล้องกัน และการสื่อสารที่ดี เหล่านี้จะทำให้เกิดทัศนคติที่เป็นจริง ต่อการแต่งงาน

7. บรรณานาและมีพฤติกรรมที่รับผิดชอบต่อสังคม เป้าหมายนี้รวมถึงการพัฒนาอุดมคติ ทางด้านสังคม (Social ideology) และการไปมีส่วนร่วมในชุมชนและประเทศชาติ วัยรุ่นควรจะ ตระหนักถึงการเป็นสมาชิกของสังคม อันมีสิทธิต่อหน้าที่และสังคมเช่นเดียวกับผู้ใหญ่คนอื่น ๆ ตลอดจนความรู้สึกรับผิดชอบต่อสังคม

8. มีค่านิยมและระบบจริยธรรมเป็นเครื่องชี้นำพฤติกรรม ระบบค่านิยมของบุคคล เริ่มพัฒนามาจากอิทธิพลของครอบครัวตลอดช่วงวัยเด็ก เด็กจะได้รับการอบรมสั่งสอนให้มีค่านิยมตามอย่างพ่อแม่ เมื่อถึงช่วงวัยรุ่นค่านิยมของบุคคลจะได้รับ การตรวจสอบจากประสบการณ์ภายนอกครอบครัว วัยรุ่นอาจยอมรับค่านิยมนั้นต่อไป หรือค้นหาทางเลือกอื่น ๆ ดังนั้น วัยรุ่นอาจยอมรับค่านิยมบางอย่างของพ่อแม่ แต่บางอย่างก็ไม่ยอมรับ หรืออาจจะแก้ไขดัดแปลงค่านิยมบางอย่างเสียใหม่ วัยรุ่นจะค่อย ๆ พัฒนาระบบค่านิยมส่วนตนและปรัชญาชีวิต เพื่อใช้ในการดำเนินชีวิตที่ก่อให้เกิดประโยชน์กับตน

จะเห็นได้ว่า อิทธิพลของความเปลี่ยนแปลงในช่วงวัยนั้น ส่งผลมากมายกับผู้ที่เป็นเยาวชน และโดยเฉพาะอย่างยิ่งกับนักกีฬา ถือได้ว่าเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อสำคัญในการที่จะยังคงเล่นและแข่งขันต่อไป หรือถูกเบี่ยงเบนความสนใจไปยังกิจกรรมอื่น และเลิกเล่นกีฬานั้นไปในที่สุด ดังนั้น การพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทยจึงเป็นสิ่งที่สำคัญ ที่ให้นักกีฬายังคงมีเป้าหมายเพื่อความเป็นเลิศต่อไป และจากการศึกษาที่ผ่านมาในเรื่องการปรึษา กลุ่มแบบอัตถิภาวะนิยม พบว่า กระบวนการให้คำปรึกษานี้มีองค์ประกอบที่สำคัญที่สามารถพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ได้ นั่นคือ การมีเป้าหมายที่ชัดเจน ทำให้ผู้วิจัยคิดว่า การให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมสามารถพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทยได้