

บทที่ ๑

บทนำ



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ซี ฌกรทตัน เคมพ์ (C. Gratton Kemp) กล่าวว่า ความหมายในชีวิตของคนเราส่วนหนึ่งอยู่ที่การมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น เพื่อที่จะค้นหาความจริงและแนวทางใหม่ ซึ่งมีประโยชน์ต่อจุดหมายหมายของชีวิต การที่จะนำไปสู่ความรู้และประสบการณ์ในลักษณะความสัมพันธ์ เช่นนี้ ใค้จำเป็นอย่างยิ่งที่จะมีการเรียนรู้จากบรรยากาศของการเปิดเผย ความจริงใจ ความซื่อสัตย์ต่อกันและกัน ซึ่งประสบการณ์ดังกล่าวจะปรากฏในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม (Group Counseling)

ลักษณะของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มนั้นสามารถแบ่งออกได้เป็นสองลักษณะ คือ ลักษณะโครงสร้างในแง่ของการที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทาง (leader-structure) และแบบที่สมาชิกเป็นผู้กำหนดแนวทาง (group-structure)

โรเบิร์ต ฟอर्सสตอม ไมเออร์ส (Robert Forsstorm Myers) พบว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทาง (L.S) มีประสิทธิภาพสูงกว่ากลุ่มที่สมาชิกเป็นผู้กำหนดแนวทาง (G.S)^๒ ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของ สตุวาค

^๑ C. Gratton Kemp, Foundations of Group Counseling (New York: McGraw-Hill, 1970) p.VII.

^๒ Robert Forsstorm Myers, "A Comparison of Leader-structured and Group-structured Counseling to improve Academic Achievement with Community College Student," Dissertation Abstracts International vol. 38, N.8 (February, 1978): 4588-A.

๒
เอช คิลเบรท (Stuart H. Gilbreath) ระบุว่า กลุ่มที่ผู้นำกลุ่ม เป็นผู้กำหนดแนวทาง ทำให้แค้มเจสีย (GPA) สูงขึ้น แต่จะต้องเป็นกลุ่มที่มีบุคลิกภาพแบบพึ่งพิงสูง สำหรับกลุ่มที่มีบุคลิกภาพแบบพึ่งพิงต่ำนั้น การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม แบบที่สมาชิกเป็นผู้กำหนดแนวทาง จะได้ผลดีกว่า*

อาร์ ดี บราวน์ (R.D. Brown) ทำการวิจัยพบว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบไม่มีโครงสร้าง (Unstructured ซึ่งก็คือ Group-structured group) ให้ประโยชน์แก่นักศึกษากลุ่มที่มีความวิตกกังวลสูงในค่านสัมฤทธิผลทางการเรียนต่ำกว่ากลุ่มที่มีความวิตกกังวลต่ำในค่านสัมฤทธิผลทางการเรียนต่ำ^๒

แคธี คาร์เพลส (Kathy Karpels) ได้ศึกษาถึงการเปลี่ยนแปลงทัศนคติและพฤติกรรมในเรื่องเพศของนักศึกษา พบว่าไม่มีความแตกต่างระหว่างการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทาง (L.S) กับแบบที่สมาชิกเป็นผู้กำหนดแนวทาง (G.S)^๓

* Stuart H. Gilbreath, "Appropriate an Inappropriate Group Counseling with Academic Underachievers," Journal of Counseling Psychology 15 (November, 1968): 506-511.

๒ R.D. Brown, "Effect of Structured and unstructured Group Counseling with High and Low-anxious College Underachievers," Journal of Counseling Psychology 16 (May , 1969): 209-214.

๓ Kathy Karpels, "Differential Effectiveness of Structured Group Counseling as a function of Facilitation for Sexual Attitude Change and Sexual Behavior Chang among Sexually normal University Students," Dissertation Abstracts International vol. 39, N.2 (August, 1978) : 678 - A.

จากผลการวิจัยที่กล่าวมานี้ ในเรื่องทางด้านการเรียนนั้น การที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทางจะใช้ไ้ผลมากกว่า ส่วนทางด้านทัศนคตินั้นผลไม่แตกต่างกัน ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาโดยเปรียบเทียบแบบที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทาง กับแบบที่สมาชิกในกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทาง เพื่อตรวจสอบบรรยากาศของกลุ่ม ในเรื่องความเข้าใจตนเองว่าภายใต้บรรยากาศที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทางกับแบบที่สมาชิกมีอิสระที่จะกำหนดแนวทางด้วยตนเอง จะมีผลจะแตกต่างกันหรือไม่

แนวคิดพื้นฐานของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มระหว่างแบบที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทาง กับแบบที่สมาชิกเป็นผู้กำหนดแนวทาง

ซี แกรทตัน เคมพ์ (C. Gratton Kemp) ได้ให้แนวคิดพื้นฐานของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทางกับแบบที่สมาชิกเป็นผู้กำหนดแนวทาง ดังนี้

๑. การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม แบบที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทาง (L.S)

วัตถุประสงค์และเป้าหมาย (Purpose and Goals)

เพื่อเพิ่มพูนประสบการณ์โดยการเรียนรู้บุคคลในลักษณะต่าง ๆ เพื่อสะท้อนให้เห็นถึงบุคลิกภาพและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาของตน

กระบวนการ (Process)

ผู้นำกลุ่มเป็นผู้วางแผนสำหรับกลุ่ม โดยเป็นผู้ตัดสินใจภายในกลุ่มว่ากลุ่มจะดำเนินไปในทิศทางใดเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

สมาชิก (Membership)

สมาชิกในกลุ่มจะถูกชักนำโดยผู้นำกลุ่ม ให้แสดงประสบการณ์ที่ผ่านมา และเตรียมตัวที่จะได้รับประสบการณ์ใหม่โดยดำเนินตามโครงการที่ผู้นำกลุ่มวางไว้

แบบของการแสดงออก (Forms of Expression)

สมาชิกจะมอบอำนาจให้แก่ผู้นำกลุ่มในอันที่จะตัดสินใจหรือกระทำต่อกระบวนการใดทุกวิถีทางโดยอาศัยความร่วมมือจากสมาชิกที่จะกระทำตาม ผู้นำกลุ่มมีหน้าที่

จะรองรับฝึกชอบสูงมาก ผู้นำจะครองรู เวลาและความแตกต่างของสมาชิกแต่ละคนและจะต้องใช้เทคนิคที่เฉพาะเพื่อให้กลุ่มหมายที่วางไว้บรรลุความสำเร็จ ผู้นำกลุ่มจะพัฒนาบรรยากาศของการให้และการยอมรับและเราให้สมาชิกเกิดความสนใจซึ่งกันและกัน เขาได้อ้างถึง เจ คอลลาค เอ็น อี มิลเลอร์ เจ โวลเพ และซอลเตอร์ (J. Dollard, N.E. Miller, J. Wolpe and Salter) ซึ่งให้ข้อสังเกตว่า ถ้ากลุ่มเกิดความกลัวและความวิตกกังวล กลุ่มก็จะหยุดการพัฒนา ซึ่งเป็นลักษณะที่ไม่พึงประสงค์ เจ คอลลาค และ เอ็น อี มิลเลอร์ (J. Dollard and N.E. Miller) ได้เสนอการให้ผู้นำกลุ่มให้รางวัลใด ๆ ก็ตามที่จะหยุดความกลัวและความวิตกกังวลโดยอาจจะให้การเสริมแรงด้วยคำพูด สิ่งแนบที่ให้ผลดี การใช้เหตุผลที่เน้นความสนใจ โดยการให้ความคิดและความรู้สึก สมาชิกจะตระหนักถึงค่าชมเชยที่เขาได้รับจากผู้นำกลุ่มก็จะทำให้ เขาเกิดความพอใจที่จะร่วมมือตามผู้นำกลุ่ม

พื้นฐานทฤษฎี (Theoretical Basis)

ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทางมีพื้นฐานมาจากทฤษฎี Associative Learning ที่มุ่งความสนใจไปยังความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับโลกภายนอก ประสบการณ์ใหม่ ที่สมาชิกได้รับจากสิ่งแวดล้อมนั้นสามารถวัดได้ พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปเป็นผลมาจากการเรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างกัน สมาชิกจะได้รับความคิด ความหมาย และคุณค่าอย่างผู้นำกลุ่มกำหนดไว้

ข้อควรสังเกตในการพัฒนากลุ่ม

๑. สมาชิกจะได้รับประโยชน์พอสมควร
๒. สมาชิกไม่มีความเป็นอิสระและไม่มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์
๓. ระดับของการยอมรับอาจจะไม่สำเร็จสูงสุดตามที่ผู้นำกลุ่ม

ได้คาดหวังไว้

¹J. Dollard and N.E. Miller, Personality and Psychology, (New York: McGraw-Hill, 1956), p.307.

ดังนั้น ผู้นำกลุ่มจึงจะต้องคำนึงถึงเหตุผลดังนี้

๑. ก่อนที่จะให้สมาชิกตัดสินใจ ผู้นำกลุ่มจะต้องให้ข้อมูล

มากพอแก่สมาชิก

๒. การที่สมาชิกเปลี่ยนแปลงความคิดเห็น หรือพฤติกรรม

นั้นอาจจะมาจากการให้แรงเสริมทางบวกของผู้นำ

๓. ผู้นำกลุ่มควรจะให้คำแนะนำและความคิดหลายแง่หลายมุม เพื่อช่วยประคับประคอง ให้สมาชิกมองเห็นแนวทางใหม่สำหรับตน

๔. สมาชิกมีแนวโน้มที่จะฟังพายุที่มีอำนาจ และจะลดความสนใจ ในการแก้ปัญหาของตนด้วยตนเองอย่างอิสระ

ผู้นำกลุ่มจะคาดหวังว่าสมาชิกจะมีความสามารถสนใจในการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างกันอย่างมีประสิทธิภาพ โดยจะช่วยให้ความกระจ่างแก่สมาชิกในเรื่องของความสนใจและจุดมุ่งหมาย โดยเลือกหัวข้อและปัญหาที่น่าสนใจและเกี่ยวข้องกับตัวสมาชิกมากที่สุด

๒. การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม แบบที่สมาชิกเป็นผู้กำหนดแนวทาง (G.S)

วัตถุประสงค์และเป้าหมาย (Purposes and Goals)

กลุ่มที่สมาชิกเป็นผู้กำหนดแนวทาง มีจุดมุ่งหมายคือ

๑. ให้สมาชิกได้แสดงความสามารถตามศักยภาพที่มีอยู่

๒. สมาชิกมีโอกาสพัฒนาตนเองอย่างมีอิสระ และรับผิดชอบด้วย

ตนเอง

๖
จุดมุ่งหมายนี้เปลี่ยนแปลงไปตามลักษณะของกลุ่ม แต่กลุ่มจะบรรลุ
จุดมุ่งหมายที่กลุ่มตกลงไว้ก็ต้องประกอบด้วยเงื่อนไข ดังนี้

๑. มีความร่วมมือสูง
๒. ลดการสื่อสารที่นอกเรื่องระหว่างสมาชิก
๓. บรรยากาศของกลุ่มไม่มีการบีบบังคับ แต่ควรจะไป

๖
ด้วยการยอมรับ

ผู้นำกลุ่มจะมีหน้าที่ใช้อำนาจให้เกิดเงื่อนไขทั้ง ๓ ข้อนี้ และช่วยให้พัฒนาไปได้ด้วยความเอาใจใส่อย่างแท้จริง และอาศัยความเชื่อในความสามารถและคุณค่าของความ เป็นมนุษย์

การปรึกษาเชิงจิตวิทยา แบบที่สมาชิกเป็นผู้กำหนดแนวทางนี้ประสบความสำเร็จตามวัตถุประสงค์เป็นอย่างดี ในเรื่องของ

๑. ทักษะในการคิดแก้ปัญหา
๒. ความสามารถในการให้ความร่วมมือ
๓. ระคับของความไวต่อความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่น
๔. รู้จักรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและคนอื่น
๕. สามารถเข้าใจตนเองและกระบวนการของกลุ่มแบบที่สมาชิก

เป็นผู้กำหนดแนวทาง

กระบวนการ (Process)

สมาชิกจะได้รับประสบการณ์ใหม่ ซึ่งแต่ละคนจะได้เรียนรู้อย่างลึกซึ้งถึงความหมายของการให้และการรับความเห็นใจและความเข้าใจ ซึ่งสมาชิกจะสามารถพัฒนาระบบค่านิยมของตนใหม่ ผู้นำกลุ่มจะพยายามในการให้ความสนับสนุนให้สมาชิกมีสิทธิที่จะจัดการกับชีวิตของตนเอง นอกจากนั้นสมาชิกมีเพียงแต่จะเป็นเพียงผู้ให้หรือผู้ช่วยเหลือเท่านั้น ยังเป็นผู้รับด้วย และมีโอกาสที่จะตอบสนองต่อความเป็นอิสระของตน (self-independent) และการพึ่งพาคนอื่นตามสภาพความเป็นจริง (realistic dependence) ได้อย่างสมดุลย์กัน และยังสามารถรับผิดชอบต่อสมาชิกคนอื่นด้วย

ผู้นำกลุ่มจะเริ่มให้สมาชิกมีการยอมรับตามเงื่อนไขซึ่งเป็นไปตามทิศทางของจุดมุ่งหมายและกระบวนการ แต่ไม่ใช่หมายความว่า ผู้นำกลุ่มจะกำหนดทิศทางหรือให้โครงการที่วางไว้แก่สมาชิก แต่จะให้สมาชิกและกลุ่มพัฒนาไปตามความต้องการของเขาเอง กระบวนการนี้จะประกอบด้วยภาวะทั้งทางบวกและทางลบ ทางบวกก็คือสิ่งที่แสดงให้เห็นถึงทัศนคติต่อคนและคนอื่นในทางที่ดี ส่วนทางลบก็คือการไม่ให้ความร่วมมือ การไม่เปิดเผยตนเองและทัศนคติต่อคนและคนอื่น ภาวะหลังนี้จะพบในระยะแรกของการเริ่มกระบวนการ แต่หลังจากที่กลุ่มใกล้ชิดสนิทสนมกันมากขึ้น ลักษณะเหล่านี้จะลดลงและเหลือน้อยที่สุดเมื่อถึงขั้นสุดท้ายของกระบวนการ

สมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม จะได้รับผลประโยชน์ในระดับไม่เท่ากัน สมาชิกที่ได้รับประโยชน์สูงจะเป็นผู้ที่สนใจเกี่ยวกับปัญหาของตนเองและคนอื่น และมีความรับผิดชอบต่อคนและคนอื่นด้วย ส่วนสมาชิกที่ได้รับประโยชน์น้อยนั้นมักจะไม่สนใจรับรู้เกี่ยวกับตนเองและความรู้สึกของตนมากนัก

กระบวนการของกลุ่มที่สมาชิก เป็นผู้กำหนดแนวทางมีสิ่งที่น่าสนใจ

คือ

๑. สมาชิกพัฒนาความสามารถที่จะให้ความร่วมมือกันทั้งคำพูดและภาษาท่าทาง
๒. เงื่อนไขที่จะช่วยตนเองและคนอื่นได้เข้าใจตนเองและคนอื่น
๓. ระยะเวลาของการอยู่ร่วมกันเพิ่มมากขึ้น

ผู้นำกลุ่ม (Leadership)

ผู้นำกลุ่มจะต้องเชื่อมั่นในความสามารถของสมาชิกในกลุ่มที่จะเลือกวางแผน หาวิธีการที่จะไปสู่จุดมุ่งหมาย ผู้นำกลุ่มจะต้องฟังเพื่อที่จะพยายามเข้าใจความหมายของการสื่อสารของสมาชิกแต่ละคน เพราะความสนใจในลักษณะนี้จะก่อให้เกิดความอบอุ่นความเห็นอกเห็นใจ ผู้นำกลุ่มจะต้องพยายามให้ความกระจ่างโดยสะท้อนความหมายและความรู้สึกที่แฝงอยู่ในคำพูดของสมาชิก เชื่อมโยงความคิดของสมาชิกแต่ละคน ซึ่งผู้นำกลุ่มจะได้รับความพอใจจากความร่วมมือกันของสมาชิก ความเป็นอิสระของสมาชิกจะช่วยทำให้

ความรับผิดชอบสูงขึ้น โดยที่ผู้นำกลุ่มจะเป็นสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่มที่ให้ความร่วมมือและอำนวยความสะดวกแก่ความสัมพันธ์ของสมาชิกในกลุ่ม

สมาชิก (Membership)

สมาชิกจะได้เรียนรู้ว่า เขาจะพึงอย่างไรและเริ่มที่จะรู้ความหมายอันแท้จริงของการยอมรับ ใฝ่พบกับความแตกต่างของความคิด ทักษะ ค่านิยม และการแสดงออกของสมาชิกแต่ละคน

แบบของการแสดงออก (Forms of Expression)

แบบของการแสดงออกเน้นที่ลักษณะของความสัมพันธ์ซึ่งต้องอาศัยเวลาในการอยู่ร่วมกันโดยที่ผู้นำกลุ่มเป็นเพียงผู้อำนวยความสะดวก โดยให้สมาชิกกำหนดทิศทางและแนวทางตลอดจนกิจกรรมที่จะไปสู่จุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

พื้นฐานทฤษฎี (Theoretical Basis)

แนวคิดนี้มีพื้นฐานมาจาก Self Theory ซึ่งกล่าวว่า 'Self' นั้นพัฒนามาจากการรับรู้ของแต่ละบุคคลต่อสิ่งแวดล้อม การที่เขาสามารถวางแผนและตัดสินใจได้ ก็เป็นผลมาจากการตอบโต้ประสบการณ์ด้วยการรับรู้ของเขา กลุ่มซึ่งประกอบด้วยสมาชิกและผู้นำกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกมีความรู้กว้างขวางและมีประโยชน์ขึ้น การปะทะสัมพันธ์ท่ามกลางบรรยากาศแห่งการยอมรับโดยปราศจากการบีบบังคับ จะช่วยให้สมาชิกเข้าใจยอมรับ และพัฒนาค่านิยมต่าง ๆ

สมาชิกทุกคนมีความต้องการของตน (ego needs) ซึ่งประการแรกสุดพัฒนามาจากความต้องการที่จะได้รับการยอมรับและนับถือจากบุคคลอื่น ซึ่งจะเป็นไปได้ก็จะต้องมีความสัมพันธ์กันทางกาย พฤติกรรม และคุณภาพของการทำงานหรือระดับของความคล้อยตาม ประการที่สองพัฒนามาจากความต้องการที่จะได้รับความช่วยเหลือและได้รับประโยชน์ ซึ่งทั้งหมดนี้คือความต้องการความสัมพันธ์ระหว่างกัน และการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาให้ดีขึ้นยอมรับความต้องการของบุคคลกับความจริงใจจากสมาชิกและผู้นำกลุ่ม ซึ่งจะ

ทำให้สมาชิกเพิ่มความเข้าใจและยอมรับตนเองและคนอื่นยิ่งขึ้น

ข้อควรสังเกตในขั้นตอนการพัฒนาของกลุ่ม (Considerations)

คาร์ล อาร์ โรเจอร์ส (Carl R. Rogers) ได้กล่าวถึงลักษณะของกลุ่มแบบที่สมาชิกเป็นผู้กำหนดแนวทางว่าจะมีแบบแผนการพัฒนาขึ้นเป็นลำดับเป็นขั้นตอนดังนี้

๑. การเริ่มต้นอย่างคลุมเครือในกลุ่ม (Milling around) ในขั้นนี้ผู้นำกลุ่มจะทำความเข้าใจให้สมาชิกได้เข้าใจว่ากลุ่มจะต้องรับผิดชอบในการกำหนดทิศทางด้วยตนเอง ดังนั้นกลุ่มจึงเต็มไปด้วยความสับสนวุ่นวายวิตกกังวลเพราะกลุ่มไม่แน่ใจและไม่เข้าใจว่าเขาจะต้องทำอะไรและอย่างไร

๒. การขบขึงที่จะแสดงออก... (Resistance to Personal Expression or Exploration) หรือการศึกษาค้นคว้าในเรื่องส่วนตัว ในระยะแรกของขั้นนี้จะเป็นการแนะนำตนเองให้เพื่อน ๆ รู้จัก แต่เนื่องจากยังขาดความไว้วางใจซึ่งกันและกันภายในกลุ่ม สมาชิกบางคนจะไม่กล้าเปิดเผยตนเอง

๓. การบรรยายความรู้สึกในอดีต (Description of Past feelings) เนื่องมาจากการขาดความไว้วางใจซึ่งกันและกันตลอดจนการคิดว่าการเปิดเผยตนเองเป็นเรื่องที่เสี่ยง ดังนั้นการแสดงความรู้สึกจะเป็นเรื่องที่กว้างไกลจากตัว ซึ่งจะเป็นเรื่องเกี่ยวกับคนอื่นหรือเล่าประสบการณ์ที่ผ่านมาซึ่งเป็นเรื่องของอดีต

๔. การแสดงออกซึ่งความรู้สึกทางค่านลบ (Expression of Negative Feelings) สมาชิกจะรู้สึกว่าคุณำกลุ่มไม่ได้ทำหน้าที่ให้คำแนะนำแก่กลุ่มอย่างเพียงพอ สมาชิกจะเกิดการโต้เถียงกันทางค่านความรู้สึก (personal current feeling) และจะเกิดความรู้สึกไม่พอใจอย่างทั่วไป

๕. การแสดงออกและการค้นหาสิ่งที่มีความหมายต่อตนเอง (Expression and Exploration of Personally Meaningful Material) การที่

สมาชิกได้แสดงออกในทางลบ เช่น แสดงอารมณ์โกรธต่อต้านการแสดงออก การพูดนอกเรื่อง
บรรยากาศเช่นนี้จะช่วยให้สมาชิกได้เรียนรู้ว่า กลุ่มจะเป็นที่ที่เขาจะได้แสดงออกอย่างเสรี
และจะได้รับการช่วยเหลือให้ไปสู่สิ่งที่เขาต้องการ ตลอดจนได้รับความสนใจยอมรับที่จะฟัง
สิ่งที่เขาพูดซึ่งจะทำให้เขาเกิดความไว้วางใจที่จะพูดและแสดงออก ในที่สุดเขาก็จะเกิด
ความรู้สึกว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม แต่ก็ยังคงเน้นอยู่กับส่วนที่อยู่นอกกลุ่ม

๖. การแสดงความรู้สึกระหว่างที่เป็นอยู่ปัจจุบันในกลุ่ม (The Expression of Immediate Interpersonal Feelings in the Group)

ในขั้นนี้สมาชิกจะมีความสัมพันธ์ระหว่างกันมาบ้างแล้ว ซึ่งโดยทั่วไปสมาชิกจะแสดงความรู้สึก
จากประสบการณ์ที่ตนได้รับจากสมาชิกในกลุ่มด้วยกันทั้งในทางบวกและทางลบ

๗. การพัฒนาพลังการช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม (The Development of a Healing Capacity in the Group)

สมาชิกในกลุ่มจะแสดง
ความสามารถที่เป็นธรรมชาติของมนุษย์คือการให้ความช่วยเหลือ เอาใจใส่ดูแลให้เพื่อนใน
กลุ่มได้เปิดเผยความรู้สึกที่แท้จริงของตนออกมา

๘. การยอมรับตนเองและเริ่มการเปลี่ยนแปลง (Self-acceptance and the Beginning of Change)

ในขั้นนี้สมาชิกในกลุ่มจะเริ่มมองเห็น
ตนเองตามความเป็นจริง การยอมรับส่วนที่เด่นและส่วนน้อยของตนเป็นสิ่งที่ถูกต้องซึ่งจะทำให้
สมาชิกเปิดเผยตนเอง ทำให้ใจให้กว้างเพื่อรับประสบการณ์และการเปลี่ยนแปลงใหม่ ๆ

๙. การเปิด "หน้ากาก" (The Cracking of Facades)

การเปิดเผย "ตน" (self) ของสมาชิกในกลุ่มจะทำให้กลุ่มมีประสิทธิภาพและทำให้เกิด
ความจริงใจในการที่จะช่วยเหลือซึ่งกันและกัน แต่โดยปกติบุคคลมักจะป้องกันตนเองแบบที่
เรียกว่าสวมหน้ากากเข้าหากัน แต่เมื่อมีการเปิดเผยตนเองจากสมาชิกบางคนก็จะส่งผล
สะท้อนให้สมาชิกคนอื่นในกลุ่มดึงหน้ากากของตนและเป็นตัวของตัวเอง

๑๐. การที่สมาชิกยอมรับการวิพากษ์วิจารณ์ (The Individual Receives Feedback)

สมาชิกจะได้พบว่าสมาชิกคนอื่นมองเห็นตัวเขาเป็นอย่างไร ซึ่งอาจ
จะมีทั้งทางบวกและทางลบ ทำให้สมาชิกเกิดการมองเห็นตนเองในแนวใหม่

๑๑. การเริ่มเผชิญหน้ากัน (Confrontation) คือการที่สมาชิก
ได้แสดงความรู้สึกของตนต่ออีกคนหนึ่ง อาจจะเป็นการวิพากษ์วิจารณ์ (feedback) ทั้ง
ทางบวกและทางลบ

๑๒. สัมพันธภาพอันเป็นการช่วยเหลือกันภายนอกกลุ่ม (The Helping
Relationship outside the Group Sessions) สมาชิกได้เรียนรู้ที่จะสร้างความ
สัมพันธ์แบบใหม่กับบุคคลอื่น ๆ นอกกลุ่ม

๑๓. การ "รวมใจ" (The Basic Encounter) เมื่อระยะ
เวลาในการเข้ากลุ่มผ่านไป ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่มจะแน่นแฟ้นแสดงความรู้สึก
อารมณ์ของตนรวมทั้งยอมรับความรู้สึกและอารมณ์ของคนอื่นอย่างสมบูรณ์

๑๔. การแสดงความรู้สึกทางบวกและความรู้สึกใกล้ชิดกัน (The
Expression of Positive Feelings and Closeness) เมื่อสมาชิกได้แสดงอารมณ์
และยอมรับความสัมพันธ์ระหว่างกันแล้วก็จะเกิดความใกล้ชิด เกิดความอบอุ่น

๑๕. การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายในกลุ่ม (Behavior Changes
in Group) พฤติกรรมของสมาชิกจะเปลี่ยนแปลงไปไม่ว่าจะเป็นน้ำเสียง การเปิดเผยตน
เอง แสดงตนอย่างเป็นอิสระ เห็นอกเห็นใจ เป็นตัวของตัวเอง ออกัน มั่นใจในตนเอง
ไว้วางใจคนอื่น ต้องการที่จะช่วยเหลือคนอื่นและมีความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ที่แวดล้อมได้ดีขึ้น

เลสลี อี โมเซอร์ (Leslie E. Moser) และ รุท สมอล โมเซอร์
(Ruth Small Moser) ได้เปรียบเทียบวิธีการระหว่างแบบที่ยึดกลุ่มเป็นศูนย์กลาง กับแบบ
ที่ผู้นำกลุ่ม เป็นผู้กำหนด เพื่อเป็นข้อสังเกตแก่ผู้นำกลุ่ม ดังนี้

Carl R. Rogers, "Process of the Basic Encounter Group,"
In Challengers of Humanistic Psychology. (New York: McGraw-Hill,
261-276.

แบบที่ยึดกลุ่ม เป็นศูนย์กลาง
(Group-Centered)

แบบที่ผู้นำกลุ่ม เป็นผู้กำหนด
(Leader-Guided)

ปรัชญาพื้นฐาน

๑. สิ่งที่สำคัญอีกประการหนึ่งของกลุ่มที่มีประสิทธิภาพสูงสุด คือ เป็นกลุ่มที่สมาชิกได้แสดงความสามารถของตนมากที่สุด

๒. พฤติกรรมที่เกิดขึ้นอย่างอัตโนมัติและความคิดริเริ่มของสมาชิก จะเป็นสิ่งที่ช่วยให้กลุ่มพัฒนาขึ้น

๓. กลุ่มสามารถตัดสินใจเพื่อไปสู่การแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ

๔. สมาชิกมีอิสระในการที่จะแสดงความสามารถของตนตามที่ต้องการโดยปราศจากการบังคับ

๕. ในระยะแรกของการเข้ากลุ่มสมาชิกจะมีทักษะและความสามารถในการที่จะตัดสินใจด้วยตนเอง รับผิดชอบต่อการกระทำของตน

๖. การที่กลุ่มได้ เป็นผู้นำกำหนดจุดมุ่งหมายด้วยตนเอง เป็นสิ่งที่มีประโยชน์ต่อกลุ่มมากที่สุด

๗. การเปลี่ยนแปลงเป็นผลมาจากการที่สมาชิกรู้จักตนเอง บางครั้งจะ

๑. สิ่งที่สำคัญอีกประการหนึ่งของกลุ่มที่มีประสิทธิภาพสูงสุด คือ เป็นกลุ่มที่สมาชิกได้แสดงความสามารถของตนมากที่สุด

๒. พฤติกรรมที่เกิดขึ้นอย่างอัตโนมัติและความคิดริเริ่มของสมาชิก จะเป็นสิ่งที่ช่วยให้กลุ่มพัฒนาขึ้น

๓. กลุ่มที่มีผู้ดีภาวะจะมีความสามารถในการตัดสินใจเพื่อนำไปสู่การแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ

๔. กลุ่มจะดำเนินไปตามคำแนะนำของผู้นำ

๕. ในระยะแรกของการเข้ากลุ่มสมาชิกจะขาดทักษะและความสามารถในการที่จะตัดสินใจด้วยตนเองและไม่สามารถรับผิดชอบต่อการกระทำของตน ดังนั้นจึงเป็นหน้าที่ของผู้นำกลุ่มที่จะสอนทักษะเหล่านี้แก่สมาชิก

๖. ผู้นำกลุ่มจะเป็นผู้กำหนดจุดมุ่งหมาย ซึ่งจะมีประโยชน์ ถึงแม้ว่ากลุ่มจะมีผู้ดีภาวะพอที่จะกำหนดจุดมุ่งหมายของตนก็ตาม

๗. การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเป็นผลมาจากอิทธิพลทางความคิด ความรู้ และการ

แบบที่ยึดกลุ่มเป็นศูนย์กลาง
(Group-Centered)

แบบที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนด
(Leader-Guided)

ปรัชญาพื้นฐาน

เกิดการต่อต้านที่จะเปลี่ยนแปลงขึ้นซึ่งเป็น
อิทธิพลของแรงผลักดันภายนอกกลุ่ม

๘. พฤติกรรมที่เป็นประชาธิปไตย
เป็นผลมาจากประสบการณ์แบบประชาธิปไตย
ที่สมาชิกได้รับ

๙. การเปลี่ยนแปลงที่ทำให้รู้จัก
ตนเองมากขึ้น จะมีประสิทธิภาพสูงสุดภายใต้
บรรยากาศของการยอมรับโดยปราศจาก
การบังคับ

๑๐. ผู้นำกลุ่มจะเป็นผู้อำนวย
ความสะดวกต่อความต้องการของกลุ่มเพื่อให้
เป็นไปตามทิศทางที่กลุ่มต้องการ

๑๑. ผู้นำกลุ่มสามารถเสนอกิจ
กรรมเพื่อเร้าความสนใจให้เกิดขึ้นก่อนก็ได้

ตระหนักตนของผู้นำกลุ่ม

๘. ผู้นำกลุ่มมีอิทธิพลในอันที่จะจัด
แนวทางให้แก่สมาชิก เพื่อนำให้บรรลุจุดมุ่ง
หมายที่ตั้งไว้

๙. ถึงแม้จะมีบรรยากาศของการ
ยอมรับ แต่การเปลี่ยนแปลงที่ทำให้รู้จักตนเอง
มากขึ้นจะไม่เกิดขึ้นถ้าปราศจากการชี้แนะหรือ
นำทางจากผู้นำกลุ่ม

๑๐. ผู้นำกลุ่มจะเป็นผู้มีบทบาท
มากที่สุด จึงจำเป็นต้องมีประสบการณ์ ความรู้
ทักษะ วุฒิภาวะ และการตระหนักตนมากที่สุด

๑๑. บรรยากาศของกลุ่มจะเป็นไป
ตามโครงสร้างที่ผู้นำกลุ่มกำหนดไว้ ซึ่งช่วยให้
สมาชิกลดความวิตกกังวลได้

พฤติกรรมทั่วไปของผู้นำกลุ่ม

๑. ผู้นำกลุ่มจะให้กลุ่มวิเคราะห์
ความต้องการของกลุ่ม และพยายามอำนวยความสะดวก
ให้เกิดการสื่อสารทำความเข้าใจขึ้นในกลุ่ม

๒. ผู้นำกลุ่มจะให้กลุ่มเป็นผู้วางแผน
สำหรับประสบการณ์ที่จะเกิดขึ้น โดย

๑. พยายามค้นหาความต้องการ
ของกลุ่ม เพื่อที่จะจัดให้ตามความต้องการนั้น

๒. ผู้นำกลุ่มจะกำหนดประสบการณ์
ที่จะเกิดขึ้นภายในกลุ่มอย่างเฉพาะเจาะจง

แบบที่ยึดกลุ่มเป็นศูนย์กลาง
(Group-Centered)

แบบที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนด
(Leader-Guided)

พฤติกรรมทั่วไปของผู้นำกลุ่ม

พยายามให้เกิดการสื่อสารทำความเข้าใจ
ขึ้นในกลุ่ม

๓. ผู้นำกลุ่มจะหลีกเลี่ยงการคัด
สนใจสำหรับกลุ่ม ยกเว้นการคัดสนใจที่จะนำ
ให้เกิดความริเริ่มขึ้นในกลุ่ม

๔. ผู้นำกลุ่มพยายามตระเตรียม
และกระทำสิ่งต่าง ๆ ที่จะก่อให้เกิดประโยชน์
มากที่สุดแก่กลุ่ม

๕. ผู้นำกลุ่มจะร่วมมือกับกลุ่มให้
กลุ่มยอมรับตัวของเขา ไม่ใช่ยอมรับเขา
เพราะเขาอยู่ในฐานะที่เป็นผู้นำ

๖. ผู้นำกลุ่มไม่จำเป็นจะต้องรับ
ผิดชอบต่อความร่วมมือของสมาชิก แต่พยายาม
ที่จะอำนวยความสะดวกบรรยาการของการ
ยอมรับโดยที่ผู้นำจะต้องยอมรับเท่าที่จะทำได้

๗. ผู้นำกลุ่มจะกำหนดขอบเขต
ความสามารถส่วนตัวของแต่ละคนที่จะได้รับ
จากกลุ่ม

๘. ผู้นำกลุ่มจะหลีกเลี่ยงการเป็น
ผู้นำ โดยพยายามให้กลุ่มมองว่าเขาเป็น
สมาชิกคนหนึ่งของกลุ่ม

๓. ผู้นำกลุ่มจะคัดสนใจว่าหรับ
กลุ่มเมื่อเห็นว่ากลุ่มไม่สามารถที่จะไปสู่จุดมุ่ง
หมายได้

๔. ผู้นำกลุ่มพยายามค้นหาและกระทำ
สิ่งต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ตนและ
สิ่งที่กลุ่มต้องการ

๕. ผู้นำกลุ่มจะใช้อิทธิพลในฐานะ
ผู้นำ เพื่อคัดสนใจให้กลุ่มดำเนินไปในทิศทางที่
ต้องการ

๖. ผู้นำกลุ่มจะใช้วิธีการและกิจ
กรรมเพื่อให้เกิดความร่วมมือระหว่างสมาชิก

๗. ผู้นำกลุ่มจะกำหนดขอบเขตของ
สิ่งที่ดีที่สุดในกลุ่ม

๘. ผู้นำกลุ่มพยายามให้กลุ่มมองเห็น
ว่าเขาเป็นผู้นำที่สมาชิกจะสามารถดึงเอา
ความรู้ที่ต้องการออกมาได้

แบบที่ยืดหยุ่น เป็นศูนย์กลาง
(Group-Centered)

แบบที่ผู้นำกลุ่ม เป็นผู้กำหนด
(Leader-Guided)

พฤติกรรมทั่ว ๆ ไปของผู้นำกลุ่ม

005874

๘. ผู้นำกลุ่มพยายามที่จะเข้าใจ
การแสดงออกของสมาชิกตามที่เขาค้นพบ

๘. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิก
แสดงตนตามที่เขาค้นพบ และทำให้สมาชิก
แน่ใจว่าสิ่งที่เขาแสดงนั้นเหมาะสมสำหรับเขา

๑๐. พยายามที่จะไม่กำหนดให้
สมาชิกกระทำสิ่งที่ผู้นำต้องการ

๑๐. ผู้นำกลุ่มกำหนดให้สมาชิก
กระทำสิ่งที่ผู้นำต้องการ

๑๑. ผู้นำกลุ่มจะไม่คาดหวังถึง
ระดับของความเข้าใจของสมาชิกแต่ละคน

๑๑. ผู้นำกลุ่มจะมีการที่ความ
พฤติกรรมของกลุ่มเพื่อที่จะให้สมาชิกเข้าใจ
พฤติกรรมที่กลุ่มแสดงออก

๑๒. ผู้นำกลุ่มพยายามหลีกเลี่ยง
การรับรู้ในฐานะผู้นำ ซึ่งการรับรู้ในฐานะนี้
จะทำให้สมาชิกไม่เป็นอิสระที่จะกระทำสิ่งที่
เขาค้นพบ

๑๒. ผู้นำกลุ่มพยายามให้สมาชิกรับ
รู้ว่าเป็นผู้นำ เพื่อที่จะสามารถควบคุม
สถานการณ์ของกลุ่มให้เป็นไปตามที่ความต้องการ

๑๓. ผู้นำกลุ่มไม่จำเป็นต้องรับผิดชอบ
ขอบเป็นพิเศษต่อการประเมินความสำเร็จหรือ
ความก้าวหน้าของกลุ่ม

๑๓. ผู้นำกลุ่มจำเป็นต้องรับผิดชอบ
ขอบอย่าง เป็นพิเศษต่อสิ่งที่สมาชิกได้รับจาก
กลุ่ม

๑๔. ผู้นำกลุ่มควรที่จะพยายามทำตัว
ตามสบาย เพื่อที่จะเป็นอิสระต่อการพึ่งพา
ของกลุ่ม และทำให้ลดความวิตกกังวลที่จะ
เกิดขึ้น

๑๔. ผู้นำกลุ่มควรที่จะคำนึงถึงตนว่า
อยู่ในฐานะผู้นำ เพื่อที่จะจัดการต่อสิ่งที่เกิดขึ้น
ในกลุ่ม

๑๕. ผู้นำกลุ่มไม่จำเป็นต้องรับผิดชอบ
ขอบเป็นพิเศษที่จะลดความวิตกกังวลของตน

๑๕. ผู้นำกลุ่มจำเป็นต้องอย่างยิ่งที่จะ
รับผิดชอบ ที่จะลดความวิตกกังวลของตนคลาย

แบบที่ยึดกลุ่มเป็นศูนย์กลาง
(Group-Centered)

แบบที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนด
(Leader-Guided)

พฤติกรรมทั่วไปของผู้นำกลุ่ม

คลายความตึงเครียดของสมาชิกในกลุ่ม
ให้เข้าใจว่าเป็นประสบการณ์ที่เกิดขึ้นตาม
ธรรมชาติ

ความตึงเครียดแก่สมาชิก^๑

ที่กล่าวมาแล้ว เป็นแนวคิดที่แตกต่างกันของแบบที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทาง กับ
แบบที่สมาชิกเป็นผู้กำหนด ซึ่งเป็นพื้นฐานในการวิจัยครั้งนี้

ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

พลังและประสิทธิภาพของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มในการเปลี่ยนแปลง

พฤติกรรม

เอ็ม เอ็ม โอลเซน (M.M. Ohlsen) ได้รวบรวมการวิจัยมากมาย ได้ยืนยัน
ให้เห็นถึงพลังของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในหลาย ๆ
ด้าน

คัมบลิว โฮวาร์ด และ ดี อี ซิมเฟอร์ (W. Howard and D.E. Zimpfer)
ซึ่งทำการวิจัยศึกษา เกี่ยวกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มกับเด็กในระดับประถมและสรุป

^๑ Leslie E. Moser and Ruth Small Moser, Counseling and
Guidance: An Exploration (New York: Prentice-Hall, 1963), p.120-122.

ว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มช่วยพัฒนาให้มีการเรียนรู้ในเรื่องอารมณ์ ความรู้สึก (affective Learning) ช่วยเพิ่มพูนการปรับตัวทางสังคม (Sociometric Status) เปลี่ยนทัศนคติต่อโรงเรียน (attitude toward schools) และเพิ่มทักษะในการอ่าน (reading performance) แต่สำหรับในคานคะแนน (grade) แล้วไม่มีการเปลี่ยนแปลง เขาได้เสนอว่านักจิตวิทยาการศึกษาจะต้องมุ่งให้ความสนใจในการบำบัดทางคานคะแนนสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนมากขึ้น และควรจะช่วยผู้ขอรับคำปรึกษาให้ประเมินระดับคานคะแนนที่ต้องการ โดยคำแนะนำให้เขาเข้าใจว่าเขาเรียนเพื่อใคร และช่วยแนะนำให้เห็นแนวทางปฏิบัติที่จะไปสู่จุดมุ่งหมายซึ่งสัมพันธ์กับการเพิ่มสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน นอกจากนี้ นักจิตวิทยาการศึกษาควรจะต้องวางตัวผู้ที่มีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนต่ำให้เข้ากลุ่มกับผู้เรียนดีแต่วิตกกังวลในเรื่องเรียนหรืออาจจะจัดการเรียนการสอนแบบซ่อมเสริมและควรจะให้ผู้ปกครอง ครู ให้กำลังใจ และเสริมแรงต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ถ้ากระทำไ้ดังที่กล่าวมาแล้ว ทั้งสองยืนยันว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะสามารถช่วยทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงและบรรลุผลในที่สุด*

นอกจากการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะมีประสิทธิภาพต่อเด็กในระดับประถมศึกษาแล้ว ในระดับมัธยมศึกษาซึ่งนักเรียนส่วนมากอยู่ในวัยรุ่น การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะเข้าไปมีบทบาทต่อชีวิต ความเป็นอยู่ และพฤติกรรมหลาย ๆ ด้านให้ดีขึ้น

เอ็ม เบตส์ (M. Bates) ซึ่งทำการทดลองการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มกับนักเรียนในระดับวัยรุ่น ๑๖ คน โดยแบ่งเป็น ๓ กลุ่ม คือ กลุ่มที่ ๑ พบปะกันสัปดาห์ละครั้งติดต่อกัน ๑๑ สัปดาห์ กลุ่มที่ ๒ เข้ากลุ่มติดต่อกัน ๒ วันเป็นแบบมาราธอน (Marathon Group) กลุ่มที่ ๓ เป็นกลุ่มควบคุม ผลปรากฏว่ากลุ่มที่เข้ากลุ่มแบบมาราธอน (Marathon Group) ไม่มีการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมเมื่อเทียบกับกลุ่มควบคุม แต่สำหรับกลุ่มที่ ๑ นั้นเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมแล้ว ปรากฏว่าการมาโรงเรียนสม่ำเสมอขึ้น (School

* M.M. Ohlsen, Group Counseling (New York: Holt Rinehart and Winston, 1977), p. 273.

attendance รู้จักหน้าที่พลเมืองเพิ่มขึ้น (citizenship) สนใจในการเลือกอาชีพ (vocational choice) ยอมรับตนเอง (acceptance of self) ยอมรับคนอื่น (acceptance of others) แคมเฉลี่ย (GPA) สูงขึ้น ซึ่งผู้วิจัยได้สรุปว่าการเข้ากลุ่มเป็นระยะเวลาสั้นทำให้เกิดการเสริมแรงติดต่อกัน ทำให้เกิดการช่วยเหลือในการเปลี่ยนแปลง^๑

อาร์ เอล เบนสัน และ ดี เอช โบลเชอร์ (R.L. Benson and D.H. Blocher) ได้ศึกษาถึงพัฒนาการอย่างมีประสิทธิภาพของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยศึกษาเด็กระดับ ๑๐ จำนวน ๑๒ คน ซึ่งมีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนต่ำมาเข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง สำหรับกลุ่มทดลอง เทคนิคที่ใช้จะเกี่ยวกับการช่วยเหลือให้ผู้ขอรับการปรึกษาพัฒนาการทำงานและสร้างพฤติกรรมใหม่ ผลการเข้ากลุ่มปรากฏว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มช่วยให้คะแนน (grade) ที่ขึ้นลดปัญหาเรื่องระเบียบวินัย (discipline referrals) ช่วยพัฒนาความรู้สึกพอใจ (feeling of adequacy) และความพอใจในโรงเรียน (persisted in school) แตกต่างจากกลุ่มควบคุม^๒

เจ โบรเคิล เอ็ม เอลเสน เอฟ พรอฟ และ ซี ซูทาค (J. Broedel, M. Ohlsen, F. Proff and C. Southard) ศึกษาเด็กที่เรียนในระดับ ๕ ที่มีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนต่ำ โดยให้เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มสัปดาห์ละ ๒ ครั้ง เป็นเวลา ๘ สัปดาห์ ปรากฏว่ากลุ่มที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีการพัฒนาขึ้นอย่างมีนัยสำคัญเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม ไม่ว่าจะ เป็นคะแนนสอบ (test scores) การยอมรับตนเองและคนอื่น (acceptance of self and others) ความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์กับกลุ่ม (ability to related to peers) การสร้างความสัมพันธ์กับพี่น้องและผู้ปกครอง (sibling and parents) แต่ในเรื่องแคมเฉลี่ย (GPA) นั้นไม่

^๑M. Bates, cited in M.M. Ohlsen, Group Counseling (New York: Holt Rinehart and Winston, 1977), P.274.

^๒R.L. Benson and D.H. Blocher, cited in M.M. Ohlsen, Group Counseling (New York: Holt Rinehart and Winston, 1977), P.275.

ถึงนาขึ้น ก่อนทำการศึกษาระยะ ๑๘-๑๘ เดือน และ ๓ ปี พบว่าผู้ขอรับการรักษา
มีแนวโน้มในการเรียนดีขึ้น

เอส คัมบิว แคปแลน (S.W. Caplan) ได้ศึกษาเด็กนักเรียนชายในระดับ
มัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งมีประวัติเกี่ยวกับการต่อต้านกฎของโรงเรียนและต่อต้านสังคม
พบว่าหลังจากที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม๑ครั้งครั้งละ ๕๐ นาทีแล้ว ทำให้
เกิดความสอดคล้องระหว่างตน (self) กับคนในอุดมคติ (ideal self)
เพิ่มขึ้น นั่นคือรู้จักตนเอง และยอมรับตนเองเพิ่มขึ้น และมีปัญหาพฤติกรรมสังคมน้อยลง
แต่ในค่าเฉลี่ย (GPA) นั้นไม่พบความแตกต่าง เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุม๒

บี อี คลีเมนส์ (B.E. Clements) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิต
วิทยาแบบกลุ่มในการลดความวิตกกังวลของนักเรียน ซึ่งทำการปรึกษาเชิงจิตวิทยา
๖ ครั้ง เมื่ออยู่ระดับมัธยมศึกษาปีที่๕ และอีก ๑ ครั้ง เมื่อเข้าศึกษาในวิทยาลัยปีที่ ๑
โดยเน้นทางด้านทัศนคติ (attitude) ความกลัว (fear) และความ
ทะเยอทะยาน (aspirations) ปรากฏว่าความวิตกกังวลน้อยลงอย่างมีนัยสำคัญ
เมื่อสอบเข้าและเริ่มเรียนในวิทยาลัย๓

¹J. Brecht, H. Ohlsen, F. Proff and C. Southard, "The Effects
of Group Counseling on Gifted underachieving adolescent," Journal
of Counseling psychology, vol. 7, (July, 1960): 169.

²S.W. Caplan, "The Effects of Group Counseling on Junior
High School Boy's Concept of themselves in School," Journal of
Counseling Psychology ⁴ (February, 1957): 124-128.

³B.E. Clements, "Transitional Adolescent anxiety and
Group Counseling," Personal and Guidance Journal 45 (May, 1960):
70.

เอ็ดเวิร์ด แซมมวลวิทซ์ (Edward Samualewicz) ได้ศึกษาผลของการ
 ปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่นักจิตวิทยาการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง (Leader-Centered)
 ในรูปของการจัดกลุ่มอบรมเชิงปฏิบัติการ (Workshop) ต่อความสามารถในการคิด
 วิเคราะห์วิจารณ์อ้อมโนทัศน์ และการปรับพฤติกรรมของนักเรียนมัธยมศึกษาที่มีปัญหาด้าน
 การปรับตัว นักเรียนทั้งหมด ๘๒ คน ได้รับความรู้ เข้ากลุ่มทดลอง ๒ กลุ่ม และกลุ่มควบ
 คุม ๑ กลุ่ม สมาชิกในกลุ่มจะพบกันสัปดาห์ละ ๒ ครั้ง ติดต่อกัน ๕ สัปดาห์ กลุ่มทดลองที่ ๑
 เน้นการแสดงออกของอารมณ์และความรู้สึก (Affective, Client-Centered
 Group) กลุ่มทดลองที่ ๒ เน้นการวิเคราะห์วิจารณ์โดยใช้ความคิด (Cognitive
 Critical Thinking Group) กลุ่มควบคุมจะไม่ได้รับการปรึกษา เครื่องมือที่ใช้คือ
 ๑) Watson-Gluser Critical Thinking Appraisal (WGCTA)

๒) Tennessee Self-Concept Scales (TSCS) ๓) Devereux Adolescent
 Behavior Rating Scales (DAB) จากการวัดโดยใช้เครื่องมือ ๓ ชนิด
 พบว่ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ^๑

ดอง ยู ลี (Dong Yul Lee) ได้ศึกษาถึงผลของการปรึกษาเชิง
 จิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของผู้ที่เรียนช้า โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็น
 คนที่เรียนช้าที่มี I.Q. เฉลี่ย ๘๗ เป็นชาย ๒๐ หญิง ๒๔ ได้รับความปรึกษา
 เชิงจิตวิทยาที่มีโครงสร้าง (Structure-Group) นักจิตวิทยาการปรึกษารับบทบาท
 ๒ อย่างคือ เป็นผู้นำกลุ่ม (Group Leader) และเป็นแบบอย่าง (Teacher-
 Model) โดยมุ่งความสนใจไปกับการปรับตัวทางสังคมและการปรับตัวเฉพาะบุคคล
 ผู้วิจัยแบ่งสมาชิกเป็น ๒ กลุ่ม คือกลุ่มทดลอง (จำนวน ๒๐ คน) กลุ่มควบคุม (จำนวน ๒๔
 คน) สำหรับการวัดระดับของพัฒนาการที่เปลี่ยนแปลงไปใช้เครื่องมือ ๒ อย่าง คือ

^๑ Edward Samualewicz, "The Effects of Critical Thinking and
 Group Counseling Upo Behavior Problem Studen." Dissertation
Abstract International 36 (November 1975): 2645-A.

๑) Peabody Picture Vocabulary Test และ ๒) Adaptive Behavior Scale ซึ่งเพื่อนในกลุ่มเป็นผู้ประเมิน ผลการทดลองพบว่ากลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงที่สูงขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .๐๕^๑

การนำการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมาใช้ นอกจากกับเด็กประถม เด็กวัยรุ่น ในระดับมัธยมศึกษาแล้ว ยังมีการนำมาใช้กับนักศึกษาในระดับมหาวิทยาลัยและผู้ใหญ่ด้วย

จี เอ็ม แกซดา และ เอ็ม เอ็ม โอลเซน (G.M. Gazda and M.M. Ohlsen) ทำการศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้นักจิตวิทยาการปรึกษาฝึกหัด กลุ่มตัวอย่างได้แก่ผู้รับการปรึกษา ๓๔ คน โดยแบ่งเป็น ๔ กลุ่ม เมื่อเปรียบเทียบผลกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลองแล้วพบว่ามีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญในเรื่องของความต้องการกำหนดแนวทาง (Predicted direction) เพิ่มความเป็นตัวของตัวเอง (autonomy) และลดการลงโทษตนเอง (abasement) นอกจากนี้ในทั้ง ๒ กลุ่มยังมีการเปลี่ยนแปลงอีกอย่างคือ การเข้ากับเพื่อนต่างเพศ (heterosexuality) และอีก ๒ กลุ่ม ทำให้ลดความเอาใจใส่แต่เรื่องผู้อื่น (nurturance) การเปลี่ยนแปลงนี้วัดโดยใช้แบบสอบถามชนิดรูปภาพ (picture-story test) และแบบสำรวจพฤติกรรม (behavior-inventory) แต่เมื่อทำการทดสอบติดตามผลอีก ๑๔ เดือนต่อมาไม่พบความแตกต่างกัน^๒

จากการวิจัยที่กล่าวมาแล้ว จะเห็นได้ว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มสามารถประยุกต์ใช้ได้กับบุคคลต่างวัย ต่างระดับการศึกษา ตั้งแต่ระดับประถมศึกษา มัธยมศึกษา อุดมศึกษา ตลอดจนถึงผู้ที่สำเร็จการศึกษาแล้ว และผู้ที่เรียนซ้ำ ไม่ว่าจะป็นด้านสัมฤทธิผลทาง

^๑ Dong Yul Lee, "Evaluation of a Group Counseling Program. Designed to Enhance Social Adjustment of Mentally Retarded Adult," Journal of Counseling Psychology 24 (July, 1977) : 318-323.

^๒ G.M. Gazda and M.M. Ohlsen, "The Effects of Short-Term Group Counseling on Prospective Counselor," Personal and Guidance Journal 39 (February, 1961): 636.

การเรียน การเคารพกฎของโรงเรียน ทักษะที่ฝึกโรงเรียน การยอมรับตนเอง เข้าใจ
 ความสามารถของตน ลดความวิตกกังวล การปรับตัวให้เข้ากับสังคม การยอมรับคนอื่น การ
 สร้างความสัมพันธ์ ซึ่งย่อมแสดงให้เห็นว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีพลังพอที่จะเปลี่ยน
 แปลงพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาไปสู่พฤติกรรมที่พึงปรารถนา ซี จกรทัตม์ เคมพ์ (C.Gratton
 Kemp) ได้เปรียบเทียบการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มว่าเป็น "ไข่มุกที่มีมูลค่า
 มหาศาล" (Pearl of great price)^๑ ในแง่ของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
 หรือทัศนคติ

ความหมายของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

บรูซ เชตเซอร์ และเชลลีย์ ซี สโตน (Bruce Shetzer and
 Shelley C. Stone) อ้างถึง ซี เอฟ คอมบส์ บี คอห์น อี เอ กิบเบียน และ เอ เอ็ม
 สนิฟเฟิน (C.F. Combs, B.Cohn, E.A.Gibian and A.M. Sniffen)
 ว่าได้ให้ความหมายของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มไว้ว่า เป็นการที่บุคคลแต่ละคนมี
 ความคิดแก้ปัญหา โดยมีผู้ที่ประสบการณืคอยให้ความช่วยเหลือสนับสนุน โดยปราศจากการ
 ทัศนและการบังคับ^๒

จี เอ็ม แกซดา อ้างถึง จี เอ็ม เมดโดว์ เจ เจ ดันแคน และ เอ็ม อี
 มิโด (G.M.Gazda, J.J. Duncan and M.E.Meadow) กล่าวถึงการปรึกษา
 เชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มว่าเป็นกระบวนการความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน โดยที่บุคคลในกลุ่มจะ
 ได้แสดงออกซึ่งความคิดและพฤติกรรมตามที่ตนรู้สึก เพื่อทำหน้าที่ในการแก้ปัญหาที่บุคคล
 หรือกลุ่มกำลังเผชิญอยู่ โดยการระบายความในใจ การให้ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน
 การให้ความสนใจ เข้าใจ ยอมรับและการให้ความสนับสนุน^๓

^๑ C.Gratton Kemp, Foundation of Group Counseling, p. VIII.

^๒ Bruce Shetzer and Shelley C.Stone, Fundamentals of
 Guidance (Boston: Houghton Mifflin, 1966), p.173.

^๓ G. M. Gazda, Group Counseling: A Developmental Approach
 (Boston: Allyn and Bacon, 1971), p. 8.

ทองเรียน อมรัชกุล อ้างถึง ซี เอ มาเลอร์ (C.A.Mahler) ซึ่งกล่าวถึงการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มว่า หมายถึงวิธีการที่จะ ๑) ศึกษาคนว่าสิ่งที่มีความหมายต่อการเป็นบุคคล ๒) พัฒนาความเชื่อมั่นในการรับรู้ตนเอง ๓) เรียนรู้และเข้าใจผู้อื่นได้เป็นอย่างดี ๔) รู้จักรวบรวมและสร้างบูรณาการในความรู้สึกและความคิดของบุคคล ๕) ทำให้เกิดควมมีประสิทธิภาพในการเข้าสังคม ๖) การตรวจสอบค่านิยมที่บุคคลมีอยู่รวมทั้งพยายามที่จะพัฒนาค่านิยมใหม่ ๗) สร้างบรรยากาศที่ให้ความปลอดภัยในการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับความรู้สึกและการควบคุมความรู้สึก ๘) เรียนรู้และรับผิดชอบเกี่ยวกับความประพฤติของตน และ ๙) ศึกษาถึงความสัมพันธ์ที่มีต่อบุคคลอื่น*

สำหรับการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มในที่นี้ จะเป็นการศึกษาการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแนวพัฒนาตน ซึ่งจะเป็นการจัดบรรยากาศที่เอื้ออำนวยให้บุคคลได้เรียนรู้ที่จะดำเนินชีวิตของตน ให้มีประสิทธิภาพ ประสบความสำเร็จตามศักยภาพอย่างสูงสุดของตน เพิ่มพูนความตระหนักตน (Awareness) ในแง่ที่ว่าตนคือใคร มีบทบาท ทักษะคติ ลักษณะทางกายภาพอย่างไร อะไรคือสิ่งที่ตนต้องการ รู้สึก สัมผัส คิด และกระทำ มีโอกาสอะไรบ้างที่เปิดให้แก่ตนเพื่อพัฒนาความสามารถในการเลือกตัดสินใจไปสู่แนวทางที่ตนต้องการ^๒

ประโยชน์และคุณค่าของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

จากการค้นคว้าของ จี เอ็ม แกซดา (G.M. Gazda) ได้รวบรวมประโยชน์ คุณค่า และเอกลักษณ์ของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ดังนี้

- ๑. สมาชิกกลุ่มได้พบว่า คนอื่น ๆ ก็มีปัญหาเช่นเดียวกับเขาเหมือนกัน
- ๒. การยอมรับ การสนับสนุน จากสมาชิกภายในกลุ่ม จะกระตุ้นให้สมาชิกในกลุ่มยอมรับที่จะเผชิญหน้ากับปัญหาของเขา

*ทองเรียน อมรัชกุล, กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน (พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๒๑), น.๔๔.

^๒ Max. Rosenbaum and Alvin Snadowsky, The Intensive Group Experience (New York: Macmillan Publishing, 1976) p.87.

- ๓. กลุ่มเป็นตัวแทนของสังคมจริง ๆ เป็นที่ซึ่งสมาชิกทุกคนมีโอกาสที่จะแสดงและทดลองพฤติกรรมบางอย่าง เช่น การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
- ๔. สมาชิกสามารถแสดงพฤติกรรมและความรู้สึกของตนตลอดจนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนได้จากการที่ตระหนักถึงความปลอดภัย ความไว้วางใจจากสมาชิกคนอื่นภายในกลุ่ม
- ๕. สมาชิกเรียนรู้ที่จะมีการให้และรับความช่วยเหลือตามบทบาทของตนภายในกลุ่ม
- ๖. สมาชิกมีโอกาสที่จะเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหาของสมาชิกคนอื่นด้วยการสังเกต
- ๗. การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมักจะนำไปให้สมาชิกในกลุ่มต้องการที่จะได้รับการช่วยเหลือเป็นรายบุคคล
- ๘. บรรยากาศแห่งความเป็นกันเองของกลุ่ม ทำให้สมาชิกรู้สึกเสมือนเป็นครอบครัวเดียวกัน ทำให้นำไปสู่การเปิดเผยปัญหาทางครอบครัว
- ๙. การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มได้ผลมากสำหรับวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่แสวงหาเอกลักษณ์ของตนและต้องการ การยอมรับจากกลุ่มเพื่อน
- ๑๐. การที่นักจิตวิทยาการปรึกษา ได้พบปะกับสมาชิกหลายคนในเวลาเดียวกัน ช่วยประหยัดเวลาและเปิดโอกาสให้นักจิตวิทยาการปรึกษาได้ใช้เวลาสำหรับบุคคลอื่น ๆ ได้ทั่วถึงยิ่งขึ้น

ข้อควรสังเกตเรื่องบรรยากาศภายในกลุ่มของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

บรรยากาศภายในกลุ่มอย่างน้อยที่สุดควรประกอบด้วยลักษณะดังต่อไปนี้ เพื่อช่วยให้อ่านวยต่อการพัฒนาตนของสมาชิก

George M. Gazda, Group Counseling: A Developmental Approach, p.44-45.

๑. การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditional Acceptance)

คือการสำรวจตนเอง (self-examination) โดยการประเมินตนเองตามความเป็นจริง ยอมรับความรู้สึก ความเชื่อและพฤติกรรมของตนทั้งทางบวกและทางลบ ตลอดจนยอมรับความล้มเหลวของตน ซึ่งจะสามารถพัฒนาบรรยากาศนี้ได้เมื่อสมาชิกได้พิสูจน์ว่าตนเองมีค่า คำว่าคุณค่านี้หมายถึงสามารถบรรลุความต้องการของบุคคลอื่นได้อย่างพอใจ ซึ่งจะได้รับมาจากประสบการณ์ในการสัมพันธ์กับบุคคลอื่นซึ่งสมาชิกและผู้นำกลุ่มจะร่วมมือกันยอมรับและสะท้อนให้เห็นถึงความเป็นมนุษย์ด้วยการยอมรับการกระทำ ทักษะคติโดยมองจากตัวบุคคลนั้น

๒. ความพอใจในความเป็นตัวของตัวเอง (Personal Adequacy)

คือการเกิดความรู้สึกพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ เข้าใจและยอมรับว่าตนเป็นอย่างไรตามสภาพความเป็นจริง

๓. การเปิดใจให้ยอมรับความคิดเห็นของคนอื่น (An Open-minded View of Authority)

คือการแสดงออกโดยการยอมรับความคิดเห็น ความรู้สึกของตนและคนอื่น ในลักษณะนี้จะมีบุคคลที่ไปประโยชน์อยู่ ๒ ประเภทคือ ผู้ที่เปิดเผยตนเอง (open-minded) และผู้ที่ไม่เปิดเผยตนเอง (close-minded) ผู้ที่เปิดเผยตนเอง คือ บุคคลที่สามารถรับ ประเมิน และแสดงความรู้สึก ตระหนักคิดเห็นของตนเอง ตลอดจนรับรู้ความรู้สึกคิดเห็นของคนอื่น ส่วนผู้ที่ไม่เปิดเผยตนเองคือบุคคลที่ชอบทำตามคำสั่ง ยอมอยู่ใต้อำนาจของผู้นำ เขาจะพบกับความยุ่งยากในการที่จะแสดงความสามารถในการพูด อภิปราย และตัดสินใจ เขาจะไม่สามารถแยกข้อมูลที่เขาได้รับภายนอกกับข้อมูลของตัวเขาเองได้ ดังนั้นเขาจึงต้องการความช่วยเหลือและยอมรับการเปลี่ยนแปลงโดยอำนาจของผู้นำ บรรยากาศเช่นนี้ผู้นำจึงต้องคำนึงถึงความแตกต่างของสมาชิกแต่ละคน ถ้าเป็นผู้ที่เปิดเผยตนเอง เขาจะชอบความเป็นอิสระ ให้การยอมรับและร่วมมือได้ง่าย ส่วนผู้ที่ไม่เปิดเผยตนเองนั้นต้องการการนำและการช่วยเหลือจากผู้นำกลุ่ม

๔. การร่วมมืออย่างให้ความสำคัญแก่คนอื่น (Other-centered Participation)

คือบรรยากาศของความพยายามที่จะแสวงหาวิถีทางที่จะทำให้ความต้องการของคนอื่นบรรลุเป้าหมายของเขาและทำให้ความต้องการของตนบรรลุเป้าหมายด้วย สมาชิกในกลุ่มจะพัฒนาบรรยากาศเช่นนี้ได้ จะต้องผ่านลำดับขั้นตอนดังนี้

- ๓. เกมีใจที่จะเปิดเผยตนเอง
- ๔. มีความต้องการที่จะเป็นผู้ให้ และผู้รับ
- ๕. พร้อมทั้งจะเข้าใจและไ้รับความเข้าใจจากคนอื่น
- ๖. พร้อมทั้งจะให้ความเอาใจใส่และช่วยเหลือ

๕. ความไว้วางใจ (trust) คือการเกมีใจที่จะขยายเรื่องราวของตน โดยการแลกเปลี่ยนตนเองกับคนอื่น บรรยากาศของความไว้วางใจนี้ เป็นผลมาจากการรับรู้ทัศนคติ และประสบการณ์ ในการตอบสนองจากบุคคลอื่น ระดับของความไว้วางใจของสมาชิกแต่ละบุคคลต่อบุคคลอื่นและผู้นำกลุ่มนั้นแตกต่างกัน ซึ่งขึ้นอยู่กับองค์ประกอบการรับรู้ ประสบการณ์ในอดีตของเขา ความไว้วางใจนี้ต้องการความกล้าหาญที่จะริเริ่มสิ่งใหม่ ๆ ดังเช่น สมาชิกคนหนึ่งบันทึกไว้ว่า "เมื่อนั้นแนะนำว่าเราควรจะถูกคุยกันถึงเรื่องความสัมพันธ์ของเรา แทนที่จะพูดถึงประสบการณ์ที่ผ่านมา ฉันรู้สึกว่าคุณเสี่ยงมากเพราะฉันไม่แน่ใจว่าคุณอื่นจะรู้สึกอย่างไรกับความคึกขงฉัน" โดยปกติแล้วผู้นำกลุ่มจะยอมรับว่าสมาชิกมาเข้ากลุ่มอย่างเกมีใจและพร้อมที่จะไว้วางใจคนอื่น แต่ในความจริงแล้วบุคคลย่อมแตกต่างกัน ดังนั้นผู้นำกลุ่มควรใช้ความสังเกตให้มาก

๖. การพัฒนาไปสู่ศักยภาพของตน (Develop of Potential) คือการตระหนักถึงความหมายของที่นี่ และเดี๋ยวนี้ (here and now) เน้นความสำคัญของปัจจุบัน และคำนึงว่าชีวิตไม่ใช่เพื่อตนเองอย่างเดี๋ยว แต่สำหรับคนอื่นด้วย ซึ่งลักษณะเช่นนี้ไม่ใช่เป็นเพียงแต่ทักษะเท่านั้นยังแสดงถึงพัฒนาการของความสามารถของสมาชิกในการเปิดเผยตนเองอย่างลึกซึ้งในสิ่งที่ เป็นตัวของตัวเอง ซึ่งสมาชิกแต่ละคนย่อมมีระดับการพัฒนาไปสู่ศักยภาพของตน ย่อมต้องอาศัยความสัมพันธ์อันดีระหว่างสมาชิก การไว้วางใจ ปราศจากความกลัว สงสัย คุยการให้สมาชิกได้พูดคุยศึกษากัน ยอมรับข้อขัดแย้ง มองเห็นตนเองจากการวิพากษ์วิจารณ์ของคนอื่น

๗. ความเข้าใจ (Understanding) การที่จะนำไปสู่ความเข้าใจตนเอง และคนอื่นได้นั้น จะต้องประกอบด้วยลักษณะดังนี้

- ๓. ความเกมีใจที่จะเข้าใจและยอมรับประสบการณ์ใหม่

ข. เมื่อสมาชิกเข้ากลุ่มด้วยความเข้าใจ เขาก็พร้อมที่จะแสดงและเปิดเผยตนเองด้วยความจริงใจ ท่ามกลางความสนใจของสมาชิก เขาก็จะได้รับความเข้าใจใหม่ ๆ เกี่ยวกับตัวเขาเอง สมาชิกจะไม่ถูกบีบบังคับให้เปิดเผยตนเอง แต่จะขึ้นอยู่กับการยอมรับ ความไว้วางใจ และความพร้อมของแต่ละบุคคล

ค. ยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคลซึ่งสมาชิกจะได้พบกับทัศนคติ ความคิด ความรู้สึกที่ต่างกันไปก็จะทำให้เขาเข้าใจตนเองและคนอื่นได้ดียิ่งขึ้น เช่นสมาชิกบางคนอาจจะไม่รับว่าคนอื่นพูดอะไร และรู้สึกอย่างไร เพราะเขาไม่เคยสนใจความรู้สึกของคนอื่น หรืออาจจะเป็นในกรณีการแก้ปัญหาของสมาชิกซึ่งจะมีหลายแง่หลายมุม ซึ่งจะทำให้มองเห็นแนวทางกว้างขึ้น หรือบางคน อาจจะแสดงออกอย่างโอ้อวดบังคับตนเอง วางอำนาจ วิธีการที่จะเกิดความเข้าใจกันก็คือการให้ความสนใจ เอาใจใส่ และรู้สึกตนเองมีความรับผิดชอบต่อกัน

บรรยากาศของความเข้าใจกันนี้ เป็นบรรยากาศที่ ซี แกรทตัน เคมพ์ (C. Gratton Kemp) กล่าวว่า "ในแต่ละกลุ่มจะมีระดับของความเข้าใจตนเองและคนอื่นสูงมาก เพราะความเข้าใจนี้ทำให้สมาชิกรู้สึกยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข และเกิดความไว้วางใจระหว่างผู้นำกลุ่ม และสมาชิกซึ่งจะนำไปให้กลุ่มพัฒนาไปยังจุดมุ่งหมายที่วางไว้"

นอกจากบรรยากาศของกลุ่มแล้ว สิ่งที่สำคัญอีกประการหนึ่งก็คือ พฤติกรรมของผู้นำกลุ่ม ซึ่งเป็นตัวหนึ่งที่กำหนดบรรยากาศของกลุ่มว่าจะให้ดำเนินไปในลักษณะใดและทิศทางใด

ข้อสังเกตในเรื่องพฤติกรรมของผู้นำกลุ่ม (Group-Leader Behavior)

ผู้นำกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยานั้น อย่างน้อยที่สุดจำเป็นต้องมีพฤติกรรมที่เอื้ออำนวยต่อความงอกงามของสมาชิกในกลุ่มเพื่อพัฒนาตน พฤติกรรมที่จำเป็นนั้นได้แก่

* C. Gratton Kemp, Foundation of Group Counseling, p.154.

การอำนวยความสะดวก (Facilitating)

ผู้นำกลุ่มจะต้องอำนวยความสะดวกให้สมาชิกในกลุ่มได้แสดงความสามารถในวิถีทางที่กลุ่มเป็นผู้พัฒนาให้เกิดขึ้น โดยการคอยสนับสนุนให้ความช่วยเหลือให้สมาชิกเป็นผู้กระทำด้วยตนเอง

การริเริ่ม (Initiative)

ในบางครั้งผู้นำกลุ่มจะต้องเป็นผู้กระตุ้น ริเริ่ม วางแผนกิจกรรมให้สมาชิกกระทำ แต่จะต้องคำนึงถึงองค์ประกอบหลายประการเป็นต้นว่า ชนิดของกลุ่ม ขนาดของกลุ่ม และลักษณะของผู้นำกลุ่ม

การสอดแทรก (Intervening)

ผู้นำกลุ่มจะต้องรู้จักที่จะสอดแทรกให้ถูกกาลเทศะ ซึ่งควรจะทำอย่างยิ่งเพื่อปกป้องสิทธิของสมาชิกในกลุ่มมิให้ถูกโจมตีหรือการวิพากษ์วิจารณ์ (feedback) แบบต้องการที่จะทำลาย นอกจากนี้ผู้นำกลุ่มยังจะสอดแทรกได้เมื่อต้องการที่จะรักษาเวลาหรือเห็นควรที่จะยุติการเข้ากลุ่ม

การรักษากฎ (Rule-keeping)

ผู้นำกลุ่มควรจะวางกฎให้สมาชิกในกลุ่มปฏิบัติตามและคอยแนะนำเมื่อสมาชิกกระทำผิดกฎ เช่น เมื่อเห็นว่าเรื่องที่กำลังพูดนั้นเป็นเรื่องที่อยู่ไกลตัวหรือเป็นเรื่องของคนอื่นที่ไม่ใช่สมาชิกในกลุ่ม ผู้นำกลุ่มก็จะเตือนให้สมาชิกรู้ตัวและนำกลับสู่เรื่องของตน

การเป็นแบบ (Modeling)

ผู้นำกลุ่มควรจะแสดงพฤติกรรมที่จะอำนวยความสะดวกให้กลุ่มพัฒนา เช่น ผู้นำกลุ่มอาจจะเล่าเรื่องของตนเอง เพื่อเป็นแบบอย่างให้สมาชิกเปิดเผยตนเอง

การปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Counseling)

ผู้นำกลุ่มจะทำหน้าที่เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษา ซึ่งการปรึกษาเชิงจิตวิทยา
รายบุคคลจะเป็นจุดเริ่มต้นอย่างหนึ่งของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม*

บทบาทของผู้วิจัยในฐานะของผู้นำกลุ่ม

ผู้วิจัยในฐานะผู้นำกลุ่มในการวิจัยครั้งนี้ อาศัยพื้นฐาน แนวคิดทางวิชาการและ
ประสบการณ์จากการเรียนและการเข้ากลุ่มเป็นแนวทางในการนำกลุ่มดังนี้

๑. ความรู้เกี่ยวกับเรื่องโครงสร้างและธรรมชาติของกลุ่ม (Group
Dynamics) และกระบวนการกลุ่ม (Group Process) ทำให้ผู้วิจัยได้มีความรู้ ความ
เข้าใจ และประสบการณ์ตรงในธรรมชาติของกลุ่มในแง่ต่าง ๆ เช่น

- (๑) เป้าหมายของการเข้าร่วมกลุ่ม
- (๒) อิทธิพลของการสื่อสารแบบสองทางและทางเดียว
- (๓) อิทธิพลของขนาดของกลุ่ม
- (๔) อิทธิพลของผู้นำกลุ่ม

๒. การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม (Group Counseling) ซึ่งในฐานะ
ที่ผู้วิจัยเคยเป็นสมาชิกกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา และเคยเป็นผู้นำกลุ่มด้วย ทำให้ผู้วิจัยมี
ความรู้ ความเข้าใจ ในเรื่องต่าง ๆ เช่น

(๑) การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ทำให้สมาชิกเข้าใจตนเอง เรียนรู้
ที่จะสร้างความสัมพันธ์กับคนอื่น

(๒) เรียนรู้การใช้เทคนิคต่าง ๆ เช่น การเงี่ยบ การสะท้อนความรู้สึก
การทำให้กระจ่างชัด ฯลฯ รวมทั้งมีความรู้และความเข้าใจในลักษณะของผู้นำด้วย

*William A. Popen and Charles L. Thompson, "Group Counseling,"

School Counseling: Theories and Concept Nebraska: Professional

Educator Publication, inc., 1974: 97-98.

(๓) มีความรู้ในเรื่องธรรมชาติของตนจากทฤษฎีต่าง ๆ

๓. การปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Counseling) ผู้วิจัยได้มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องต่าง ๆ เช่น

(๑) ทราบความหมายของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาว่า เป็นการที่บุคคลคนหนึ่ง เข้าไปมีบทบาทในชีวิตของอีกคนหนึ่ง เพื่อที่จะช่วยให้บุคคลนั้นเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น เข้าใจชีวิตของตนเพื่อการเปลี่ยนแปลงทัศนคติพฤติกรรมต่าง ๆ

(๒) เทคนิคและทักษะที่นักจิตวิทยาการปรึกษาพึงจะมี ได้แก่ทักษะในการฟัง (Listening skill) และทักษะในการโต้ตอบ (Responding skill)

(๓) ความรู้ทางทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

(๔) กระบวนการความสัมพันธ์ระหว่างผู้รับคำปรึกษา กับนักจิตวิทยาการปรึกษา (Interpersonal Relationship) ซึ่งนักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องมีความเข้าใจในเรื่องของ

ก. เข้าใจผู้รับคำปรึกษาจากทัศนะของเขาเอง (Empathic Understanding)

ข. ยอมรับผู้รับคำปรึกษาในฐานะที่เขาเป็นอยู่ (Acceptance)

ค. เคารพในการตัดสินใจของผู้รับคำปรึกษา (Respect)

ศูนย์วิจัยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

จุดมุ่งหมายของการวิจัย

- ๑. เพื่อศึกษาถึงผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ในเรื่องความเข้าใจตนเอง ระหว่างแบบที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทาง กับแบบที่สมาชิกในกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทาง
- ๒. เพื่อศึกษาถึงทัศนคติของสมาชิกต่อการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทาง กับแบบที่สมาชิกในกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทาง

สมมติฐานการวิจัย

ความเข้าใจตนเอง ของกลุ่มที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มระหว่างแบบที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทาง กับกลุ่มที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบที่สมาชิกเป็นผู้กำหนดแนวทาง นั้นแตกต่างกัน

ขอบเขตของการวิจัย

ก. กลุ่มตัวอย่าง : ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่อาสาสมัครเข้าร่วมโครงการ ทั้งหมด ๑๖ คน แบ่งเป็น ๒ กลุ่ม ๆ ละ ๘ คน

ข. ตัวแปร ในการศึกษา คือ
ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) คือโปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบที่ผู้นำกลุ่ม เป็นผู้กำหนดแนวทาง

ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือความเข้าใจตนเอง (Self-understanding)

ค. เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่

- ๑. แบบสอบถามความเข้าใจตนเอง ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น
- ๒. แบบสอบถามเพื่อรายงานประสบการณ์จากการเข้ากลุ่ม

ง. เวลา

ระยะเวลาในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม จัดเป็นแบบอบรมเชิงปฏิบัติการสุดสัปดาห์ (Weekend Workshop) โดยกำหนดให้แต่ละกลุ่มจะได้รับการฝึกอบรมกลุ่มละครั้ง เป็นเวลา ๑๔ ชั่วโมงติดต่อกัน โดยที่กลุ่มที่ ๑ (แบบที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทาง) จัดฝึกอบรมระหว่างวันที่ ๒๕ - ๒๗ มกราคม พ.ศ. ๒๕๒๓ และกลุ่มที่ ๒ (แบบที่สมาชิกเป็นผู้กำหนดแนวทาง) จัดฝึกอบรมระหว่างวันที่ ๑ - ๓ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๒๓ โดยมีโปรแกรมการประชุมกลุ่ม ดังนี้

วันศุกร์ เวลา ๒๐.๐๐ - ๒๔.๐๐ น.

วันเสาร์ เวลา ๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.

๑๖.๐๐ - ๑๘.๐๐ น.

๒๐.๐๐ - ๒๔.๐๐ น.

วันอาทิตย์ เวลา ๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

รวมเวลาในการฝึกอบรม ๑๔ ชั่วโมง

จ. สถานที่

สถานที่ที่ใช้ได้แก่ คึกฟิสิกส์ คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางแสน และสถานที่พักของภาควิชาวิทยาศาสตร์ทางทะเล คณะวิทยาศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ตำบลอ่างศิลา จังหวัดชลบุรี

ฉ. กระบวนการ

๑. สำหรับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม แบบที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทางนั้นผู้วิจัยในฐานะผู้นำกลุ่มได้วางโปรแกรมตลอดจนกิจกรรมระหว่างการอบรมเชิงปฏิบัติการสุดสัปดาห์

๒. สำหรับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม แบบที่สมาชิกเป็นผู้กำหนดแนวทาง ผู้วิจัยในฐานะที่เป็นผู้นำกลุ่มแบบอำนวยความสะดวก (facilitator) ได้ให้อิสระแก่สมาชิกในการที่จะกำหนดจุดมุ่งหมายและแนวทางด้วยตนเอง

ความจำกัคของการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ ศึกษาเฉพาะนิสิตปริญญาตรีที่สนใจอาสาสมัคร

ค่าจำกัคความของตัวแปรในการวิจัย

ความเข้าใจตนเอง (self-understanding) หมายถึงการรู้จักตนเอง
ในเรื่องของ

๑. ความต้องการ
๒. ความสามารถ
๓. บทบาท
๔. ลักษณะทางกายภาพ
๕. ทักษะ
๖. อารมณ์

๑. ความต้องการ หมายถึงความต้องการตามที่ เอช เอ เมอร์เรย์
(H.A.Murray) บ้างโดย เออร์เนส อาร์ ฮิลการ์ด ซึ่งระบุความต้องการของคนออกเป็น 28
อย่างดังนี้

- ๑) ความต้องการที่จะได้มา (Acquisition)
- ๒) ความต้องการที่จะอนุรักษ์ (Conservation)
- ๓) ความต้องการที่จะเป็นระเบียบ (Orderliness)
- ๔) ความต้องการที่จะเก็บและคงไว้ซึ่งสิ่งของ (Retention)
- ๕) ความต้องการที่จะสร้างและประดิษฐ์ (Construction)
- ๖) ความต้องการอยากคืออยากเด่น (Superiority)
- ๗) ความต้องการที่จะประสบความสำเร็จ (Achievement)
- ๘) ความต้องการอยากให้ผู้อื่นสนใจตน (Recognition)
- ๙) ความต้องการที่จะแสดงออก (Exhibition)
- ๑๐) ความต้องการปกป้องเกียรติยศตน (Inviolacy)

- ๓๔
- ๑๑) ความต้องการหลีกเลี่ยงจากความรู้สึกด้อย (Avoidance of Inferiority)
 - ๑๒) ความต้องการป้องกันตนเอง (Defensiveness)
 - ๑๓) ความต้องการการตอบโต้ (Counteraction)
 - ๑๔) ความต้องการเป็นผู้นำ (Dominance)
 - ๑๕) ความต้องการยอมทำตามคนอื่น (Deference)
 - ๑๖) ความต้องการเลียนแบบ คลอຍตาม (Similance)
 - ๑๗) ความต้องการเป็นตัว ของตัวเอง (Autonomy)
 - ๑๘) ความต้องการทำตัวให้แตกต่างจากคนอื่น (Contrariness)
 - ๑๙) ความต้องการทำร้ายคนอื่นและตนเอง (Aggression)
 - ๒๐) ความต้องการยอมรับความผิดของตน (Abasement)
 - ๒๑) ความต้องการหลีกเลี่ยงจากการตำหนิ (Avoidance of Blame)
 - ๒๒) ความต้องการอยู่ร่วมกับคนอื่น (Affiliation)
 - ๒๓) ความต้องการที่จะปฏิเสธ (Rejection)
 - ๒๔) ความต้องการเอาใจใส่คนอื่น (Nurturance)
 - ๒๕) ความต้องการช่วยเหลือ (Succorance)
 - ๒๖) ความต้องการผจญคลาย (Play)
 - ๒๗) ความต้องการคนควา ถามคำถามเพื่อสนอง ความอยากรู้อยากเห็น (Cognizance)
 - ๒๘) ความต้องการที่จะให้ข้อมูล อธิบาย ที่ความ (Exposition)^๑

^๑ Ernest R. Hilgard, Introduction in Psychology, 3rd ed. (New York: Harcourt, Bruce World, 1962) p.126.

๒. ความสามารถ หมายถึงพลังที่แสดงออกมาในรูปของการกระทำ แบ่งเป็นความสามารถ ๔ ด้าน ดังนี้

- ก. ความสามารถในการเล่าเรียน
- ข. ความสามารถในการวิเคราะห์ปัญหาและเหตุการณ์
- ค. ความสามารถในการจัดงานและทำงาน
- ง. ความสามารถในการนำความคิดใหม่มาใช้

๓. บทบาท หมายถึงหน้าที่ที่จะต้องกระทำในฐานะนิสิต ลูก พี่น้อง และ

เพื่อน

๔. ลักษณะทางกายภาพ หมายถึงรูปร่างหน้าตา
๕. ทักษะสติ หมายถึง ความคิดต่อตนเองและคนอื่น
๖. อารมณ์ หมายถึงคุณภาพของความรู้สึก

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม แบบที่ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทาง หมายถึง ผู้นำกลุ่มเป็นผู้กำหนดแนวทาง กิจกรรม เพื่อให้สมาชิกแสดงออกเป็นขั้นตอน ซึ่งกำหนดว่าจะให้สมาชิกได้รับประสบการณ์อะไรบ้าง

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม แบบที่สมาชิกเป็นผู้กำหนดแนวทาง หมายถึง การที่สมาชิกกำหนดแนวทาง กิจกรรม เพื่อให้ใช้กลุ่มเพื่อพัฒนาตน เข้าใจตน โดยไม่มีการกำหนดล่วงหน้ามาก่อนว่าจะวิจารณ์เรื่องอะไร

การจัดกลุ่มแบบอบรมเชิงปฏิบัติการสู่ศักยภาพ หมายถึง การรวมกลุ่มเป็นระยะเวลา เป็นเวลา ๑๔ ชั่วโมง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

๑. เพื่อให้มีความรู้ และเข้าใจถึงวิธีการต่าง ๆ ที่ใช้ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ภายใต้อรรถกาศของกลุ่มที่แตกต่างกัน
๒. เพื่อแสดงให้เห็นถึงประสิทธิผลของการ ปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อการพัฒนาตนเอง