

การอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลการวิจัยตามตารางที่ 5 การทดสอบความแตกต่างของคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนและหลังการทดลอง พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นการสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่านักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ผลการวิจัยตามตารางที่ 7 เป็นการทดสอบคะแนนเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุม ระยะก่อนการทดลองไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ แล้วหลังจากนั้นกลุ่มทดลองเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม กลุ่มควบคุมไม่มีกิจกรรมใดๆ ทดสอบอีกครั้ง ผลตามตารางที่ 8 พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มได้คะแนนจากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยรวมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นการสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 2 ของการวิจัยที่ว่า นักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ซึ่งผลการวิจัยดังกล่าวนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ แอบบอทท์ (Abbott 1985:1989-A) ที่พบว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการบำบัดแบบพิจารณาความจริง มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กวัยรุ่น เกรด 6-8 ที่ไม่มีความสามารถทางการเรียน และมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำผลการวิจัยดังกล่าว แสดงให้เห็นว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของโอลเซน มีผลต่อการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ซึ่งน่าจะมีผลจากปัจจัยต่างๆ ดังนี้

1. กระแสกลุ่ม
2. ผู้นำกลุ่ม
3. สมาชิกกลุ่ม

1. กระแสกลุ่ม (Process)

กระแสกลุ่มที่เกิดขึ้นในกลุ่มครั้งนี้ ผู้วิจัยได้แบ่งกระแสกลุ่มตามแนวของซีเลนและดิกเคอร์แมน (Thelen and Dickerman 1949 cited by Ohlsen 1970 : 59) ซึ่งโอลเซนได้กล่าวอ้างถึงขั้นตอนการเคลื่อนไหวของกลุ่ม โดยยึดขั้นตอนการเคลื่อนไหวกระแสกลุ่มตามแนวของบุคคลทั้งสองนี้ และในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยพบว่ากระแสกลุ่มมีการเคลื่อนไหวดังนี้

ในการประชุมกลุ่มครั้งแรก สมาชิกยังมีความห่างเหินกันพอสมควร เนื่องจากเป็นนักเรียนที่มาจากคนละห้อง (มีบางคนเท่านั้นที่มาจากห้องเดียวกัน) สมาชิกพยายามสร้างความคุ้นเคยด้วยการซักถามและทสอกล้อกัน มีเสียงหัวเราะออกมาเป็นช่วงๆ ทั้งนี้เพื่อกลบเกลื่อนความไม่คุ้นเคยกันสมาชิกบอกเล่าเรื่องของตนในเรื่องทั่ว ๆ ไป และเมื่อได้รับการซักถาม ก็ตอบแบบปกป้องตนเอง บางคนแสดงท่าทีว่ายังไม่ต้องการพูดอะไรมากนักเกี่ยวกับตนเอง กลุ่มจึงอยู่ที่ 1 ขึ้นตนเองเป็นศูนย์กลาง ปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มเริ่มเกิดขึ้น ในช่วงท้าย ๆ ของการประชุมกลุ่ม โดยเมื่อสมาชิกผู้หนึ่งกล่าวถึงเรื่องของตน สมาชิกอีกผู้หนึ่ง ก็แสดงความสนใจด้วยการซักถาม ดังเช่น ขณะที่สมาชิกผู้หนึ่งเล่าถึงชีวิตของตน "ชีวิตของนาก็คล้ายแอนคือ นาสู่กับพ่อ แล้วพ่อก็เอานาไปอยู่กับป้า ก็มีความสุขแต่บางทีก็มีปัญหา จึงเป็นที่ปรากฏว่าในช่วงท้าย ๆ ของการประชุมกลุ่ม สมาชิกเริ่มมีความไว้วางใจกลุ่ม อันเนื่องมาจากพลังบำบัดที่เกิดขึ้นคือความรู้สึกปลอดภัย สมาชิกรู้สึกปลอดภัยในกลุ่มจึงเริ่มมีความเป็นตัวของตัวเอง (Ohlsen 1977 : 66-67) ความรู้สึกปลอดภัยในกลุ่มนี้ทำให้สมาชิกเกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ กล่าวพูดเรื่องราวที่ค้างค้างใจของตน ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของการนำปัญหามาพูดคุยกันในกลุ่ม และสมาชิกได้ประจักษ์ว่าบัดนี้ตนมีเพื่อนสมาชิกคนอื่น ๆ และผู้นำกลุ่มเป็นผู้รับฟังปัญหาของตน ซึ่งก่อให้เกิดความมั่นใจในจิตใจขึ้นมา กระแสกลุ่มได้เคลื่อนไหวจากขั้นที่ 1 สู่อันที่ 2 ปรากฏในการประชุมกลุ่มครั้งที่ 2 สมาชิกได้กล่าวถึงหัวข้ออภิปรายที่ว่า "ลักษณะของฉันที่ฉันอยากเปลี่ยนแปลง" ซึ่งในการประชุมกลุ่มครั้งนี้ ผู้วิจัยสังเกตเห็นว่าสมาชิกใช้ความครุ่นคิดกับหัวข้อที่จะพูดบางคนก็แสดงการลังเล ไม่แน่ใจที่จะอภิปรายเรื่องของตน ผู้นำกลุ่มต้องคอยให้กำลังใจเป็นช่วง ๆ เพื่อเป็นแนวทางให้สมาชิกอภิปรายเรื่องของตน บรรยากาศโดยทั่ว ๆ ไป สมาชิกยังไม่พร้อมที่จะพูดเท่าใดนักสมาชิกบางคนแสดงความอึดอัดใจกับการที่จะพูดเรื่องราวของตนในกลุ่ม ดังคำพูดที่ว่า

"ไม่รู้จะพูดอะไรดี...อาจารย์น่าจะมีความเข้าใจ" กลุ่มจึงเข้าสู่กระแสกลุ่มในขั้นที่ 2 ขึ้นความ
 คับข้องใจ และพบว่าเมื่อกลุ่มดำเนินมาถึงช่วงท้าย ๆ มีสมาชิกที่แสดงความประหม่า ความดังเล
 ที่จะพูดอะไรกับกลุ่ม ในที่สุดสมาชิกผู้หนึ่งได้พูดถึง "ความไม่กล้าแสดงออก" ของตน สมาชิก
 คนอื่น ๆ รับฟังอย่างตั้งใจ ทำให้เกิดพลังบำบัด "ความรู้สึกเปิดเผย" ขึ้น ความรู้สึกเปิดเผย
 เป็นสิ่งสำคัญ ที่จะได้รับความช่วยเหลือ และสมาชิกทุกคนที่มีความตั้งใจที่จะอภิปรายปัญหาของตน
 ด้วยความรู้สึกเปิดเผย เพื่อการเรียนรู้พฤติกรรมใหม่และเพื่อช่วยเหลือ ซึ่งกันและกัน ให้
 เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Ohlsen 1977 : 79-81) สมาชิกเกิดความรู้สึกเปิดเผย จึงพยายาม
 พูดถึงการไม่กล้าแสดงออกของตน และได้รับการเสนอแนะจากเพื่อนสมาชิกดังนี้ "พยายาม ๆ คิด
 ว่าเขาเป็นเพื่อนเรา" "ก่อนออกไปพูด...ก็หัดซ้อมหน้ากระจกหลาย ๆ รอบ". "ไม่ต้องกลัวกับการ
 (พูด)ผิด ผิดก็ผิดไปเลย แล้วก็ว่ากันใหม่ได้ กลัวอะไร" กระแสกลุ่มที่พัฒนามาสู่ขั้นที่ 2 นี้
 ได้นำพาสมาชิกมาสู่ความอดอดคับข้องใจ ในช่วงต้น ๆ ซึ่งอาจทำให้สมาชิกเห็นคุณค่าในตนเอง
 ต่ำลง แต่ในตอนท้ายเมื่อสมาชิกได้มีบทบาทของการเป็นผู้ช่วยเหลือผู้อื่น ให้ข้อเสนอแนะผู้อื่น
 ทำให้สมาชิกเริ่มรู้สึกว่าตนเองนั้นก็มีความรู้ ความสามารถที่จะให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่นได้
 ส่วนสมาชิกที่ได้รับคำแนะนำ ก็เกิดความอบอุ่นใจว่ามีเพื่อน ๆ คอยช่วยเหลือ แก้ไขข้อ
 บกพร่องของตน กระแสกลุ่มได้เลื่อนไหลจากขั้นที่ 2 สู่ขั้นที่ 3 ได้ปรากฏอย่างชัดเจนในการประชุม
 กลุ่มครั้งที่ 4 ในช่วงนี้สมาชิกมีความพร้อมที่จะพูดและมีความสนิทสนมกันพอควร สืบเนื่องจาก
 การพูดคุยกับเพื่อนสมาชิกที่อยู่ต่างห้องกันอย่างสนิทสนมยิ่งขึ้น และเมื่อเริ่มกลุ่มสมาชิกจึงพร้อม
 เปิดเผยเรื่องของตน ดังที่สมาชิกผู้หนึ่งกล่าวถึงปัญหาของตนกับพ่อ สมาชิกรู้สึกว่ตั้งแต่พ่อแม่มี
 แม่เลี้ยง ตนเองไม่ใช่ลูกคนโปรดของพ่อเหมือนอย่างเคย การที่สมาชิกผู้นี้ได้พูดอย่างเปิดเผยทำ
 ให้ได้รับการช่วยเหลือจากสมาชิก และผู้นำกลุ่มในหลาย ๆ ตอนด้วยกัน เช่น เมื่อสมาชิกกล่าวถึง
 พ่อว่าบัดนี้ไม่ได้เป็นลูกคนโปรดเหมือนก่อนแล้วและเวลาพ่อโกรธไม่พอใจ จะไล่ให้หนีไปไกล ๆ
 สมาชิกคนอื่น ๆ เข้ามาช่วยเหลือแอดดังนี้ว่า "อย่างนี้เราต้องคอยสังเกตว่า เราไปทำอะไรที่
 เขาไม่พอใจหรือเปล่า" ฯลฯ จนในที่สุดทำให้แอดได้คำตอบ "บางทีแอดมีอารมณ์ใส่พ่อเหมือนกัน
 พ่อเขาว่าแอดก็จะหน้าอแล้วโต้กลับ" พลังบำบัดที่เกิดขึ้นในช่วงนี้คือ "การยอมรับจากกลุ่ม" กลุ่ม
 ยอมรับแอดและไม่ตัดสินแอด แม้ว่าแอดจะบอกว่าตนเองก็ใช้อารมณ์กับพ่อเช่นกันก็ตาม
 การยอมรับที่แท้จริงใจจริงจากเพื่อนสมาชิกเป็นการเสริมสร้าง การเห็นคุณค่าในตนเอง และ
 เป็นการสร้างเสริมให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม (Ohlsen 1977:63) ซึ่งในกรณีนี้สมาชิกผู้

นี้ก็เช่นกัน สมาชิกยอมรับว่าตนต้องปรับตนเอง "บางทีแอนก็ไม่ได้ที่ไปติดต่อเขา ก็จะไม่ลด ๆ การติดต่อลงบ้าง" การพูดอย่างเปิดเผยของสมาชิกทำให้ได้รับการช่วยเหลือในกลุ่ม ขณะเดียวกันก็เป็นการกระตุ้น ให้สมาชิกคนอื่น ๆ ต้องการพูดเรื่องของตน อย่างเปิดเผยบ้างจึงก่อให้เกิดพลังบำบัด "ความพร้อมของสมาชิก" ซึ่งความพร้อมของสมาชิกในการพูดถึงปัญหาของตน ไม่เพียงแต่เป็นการทำให้สมาชิกพูดได้อย่างเปิดเผยเท่านั้น แต่ยังเป็นการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง มีความเข้มแข็ง และมองโลกในแง่ดีมากขึ้น (Ohlsen 1977:66-67) ดังที่นากล่าวถึงสัญลักษณ์ของตนว่า "นามองตัวเองเหมือนหมาที่พอนำมาเลี้ยงไว้ พอเขาจะให้ความสนใจกับมัน และที่เขาไม่ได้สนใจมัน นาเองก็น้อยใจเหมือนกัน" ซึ่งการที่สมาชิกผู้หนึ่งมองภาพตนเองเช่นนี้ ทำให้สมาชิกคนอื่น ๆ แสดงความเห็นใจด้วยการเอื้อมมือไปแตะที่ตัวเป็นการให้กำลังใจ นาได้รับรู้ถึงสัมผัสของความหวังดีและมีกำลังใจพูดเรื่องของตนต่อซึ่งทำให้ได้รับการช่วยเหลือจากผู้นำกลุ่ม และสมาชิกกลุ่ม เกี่ยวกับความคิดให้ครอบครัวกลับมาอยู่ร่วมกันอย่างอบอุ่น ซึ่งในที่สุดสมาชิกผู้หนึ่ง ก็สามารถคิดด้วยวิจาร์ณภาพของตนเองและยอมรับสิ่งที่ตนปรารถนา นั้น แท้จริงเป็น "ความคิดฝัน" ที่อยากมีครอบครัวเหมือนคนอื่น ๆ ด้วยประโยคที่ว่า "นาอาจจะคิดแบบคนที่อยากมีครอบครัวเหมือนคนอื่นเขา" "แต่มันคงเป็นไปได้ยากอย่างที่เพื่อนว่านะนะ แม่คงอยู่ไม่ได้หรอก เขาเคยว่าพ่อคงตัดใจจากแม่เลี้ยงไม่ได้" นาเองคงต้องเรียนให้จบ แล้วทำงานเลี้ยงแม่...นั่นแหละ"

ขณะเดียวกันนาก็ได้รับการยอมรับจากกลุ่ม สมาชิกผู้หนึ่งได้รับการช่วยเหลือด้วยความเห็นใจจึงเกิดความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นขึ้นในกลุ่ม และการช่วยเหลือกันความคิด ความรู้สึกต่าง ๆ นี้ก็เกิดจากสมาชิกมีการประสานกลมเกลียว และสมาชิกผู้ได้รับการช่วยเหลือก็ยอมรับความเป็นจริงที่เกิดขึ้น และรับรู้ว่าอะไรตนสามารถเปลี่ยนแปลงได้ เรียนรู้ที่จะดำเนินชีวิตอยู่กับสภาพการณ์ยุ่งยากทั้งหลายที่ตนไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้" อันนำพาสมาชิกสู่ภาวะผู้มีการปรับตัวได้ดี (Ohlsen 1973 :32) กลุ่มจึงได้เลื่อนไหลสู่ขั้นที่ 3 ขั้นกลุ่มประสานกลมเกลียว สมาชิกจะเกิดการรวมตัวกัน เพื่อช่วยเหลือสมาชิกคนอื่น ๆ แก่ปัญหา สมาชิกมีการให้กำลังใจซึ่งกันและกัน และเกิดการยอมรับซึ่งกันและกันด้วย ซึ่งคูเปอร์สมิธ (Coopersmith 1984:36-37) ก็ได้กล่าวไว้ว่าการได้รับการยอมรับ การได้รับการปฏิบัติตอบอย่างมีความหมาย จากบุคคลอื่นเป็นปัจจัยให้บุคคลตระหนักเห็นคุณค่าในตนเอง กระแสกลุ่มได้เลื่อนไหลจากขั้นที่ 3 สู่ขั้นที่ 4 ขั้นกลุ่มเป็นศูนย์กลางปรากฏชัดเจน ในการประชุมกลุ่มครั้งที่ 6 และครั้งที่ 8 ในการประชุมกลุ่มครั้งที่ 6 ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกนำปัญหาหรือเรื่องราวมาอภิปรายได้อย่างอิสระ ซึ่งพบว่าสมาชิกมีความคิด

เห็นตรงกันที่จะอธิบายว่า การถูกราวีจากรุ่นพี่ ซึ่งเป็นปัญหาสืบเนื่องมาเป็นเวลาพอสมควรและยังไม่ยุติ สมาชิกทุกคนต่างก็ได้พบปัญหาในลักษณะเช่นเดียวกัน คือการจ้องจะทำร้าย ดังนั้นเมื่อมีการอธิบายถึงปัญหานี้สมาชิกทุกคน ต่างก็เข้ามาจับบทบาทเข้าร่วมกับกลุ่มอย่างเต็มที่ กลุ่มมีการสนทนากันด้วยความเข้าใจกันมากขึ้น ดังที่เอ็กกล่าวไว้ว่า "เอ้เจอยู่ที่โรงอาหาร เขาก็มองหน้าและขู่ล่าับจะชวนตี" เหมียวก็กล่าวต่อว่า "เหมียวไม่เคยไปยุ่งกับเขา ไม่เคยสนใจ แต่ก็ไม่ว้ายดุก่อกวจนถึงห้องเหมือนกัน" ในช่วงของการกล่าวถึงปัญหาสมาชิกดูเหมือนเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันเนื่องจากได้ประสบสิ่งที่เกิดขึ้นคล้าย ๆ กัน หลังบ่าบัดที่เกิดขึ้นในช่วงนี้คือความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม จะทำให้สมาชิกเปิดเผยตนเอง หันกลับมามองตนเองตามสภาพที่ตนเป็นอยู่จริง ลดกลไกการป้องกันตนเองให้น้อยลง สามารถแสวงหาเป้าหมายที่เหมาะสมกับตนมากยิ่งขึ้น สมาชิกจะรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มอย่างแท้จริงและในกลุ่มสมาชิกเกิดความรู้สึกในความเป็นเพื่อนมนุษย์กันด้วยใจจริงแต่ละคนจะเสียสละ โดยปราศจากแรงจูงใจที่ซ่อนเร้น (Ohlsen, 1977:69-70) ดังเห็นได้จากสมาชิกกล่าวถึงวิธีการจัดการกับเรื่องการถูกราวีจากรุ่นพี่ สมาชิกมีความเห็นแบ่งออกเป็น 2 ฝ่าย คือต้องการใช้วิธีการเจรจา ก่อน ถ้าไม่รู้เรื่องจึงใช้กำลังกันในขั้นสุดท้าย และอีกกลุ่มหนึ่งเสนอวิธีการอมชอมกันให้มากที่สุด ในที่สุดสมาชิกที่มีความแตกต่างจากการใช้วิธีการอมชอมก็หันกลับมาคิดทบทวนใหม่และเข้ากับกลุ่ม ดังที่น้ำผึ้งซึ่งเป็นสมาชิกผู้หนึ่งกล่าวไว้ว่า "น้ำผึ้งคิดไปตามความรู้สึกที่เขามาทำให้เจ็บช้ำหัวใจ แต่พอได้ฟังนาวาตีกันแล้ว ก็ไม่ได้อะไร น้ำผึ้งเองก็เห็นด้วย เราคงถูกฝ่ายปกครองเรียกไปพบฐานก่อการวิวาท พ่อแม่ก็เสียใจอีกแถมจะเรียนไม่จบ" "เอ้เองก็เริ่มจะเห็นด้วยนะว่าเราตีกันไปก็คงเจ็บตัวเปล่า แถมจะมีเรื่องไปถึงฝ่ายปกครอง ก็อาจเรียนไม่จบเหมือนกัน" สมาชิกจึงมาถึงขั้นกลุ่มเป็นศูนย์กลาง บรูโน (Bruno 1983:363) ได้กล่าวว่าการให้ข้อเสนอแนะ หรือข้อคิด เป็นการให้ข้อมูล ซึ่งมีผลให้บุคคลเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองและ ในการประชุมครั้งที่ 8 สมาชิกได้ทำกิจกรรมการให้กำลังใจ ซึ่งเป็น การให้ข้อมูลย้อนกลับกับเพื่อนสมาชิกอื่น ในช่วงนี้เองสมาชิกมีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน มีการยอมรับคุณค่าของผู้อื่นมากยิ่งขึ้นและยอมรับในพฤติกรรมของผู้อื่นมากขึ้น ดังที่แอนกล่าวไว้ว่า "เพื่อนบอกว่า แอนเป็นคนน่ารัก พุดเก่ง คุสสนุก พุดเพราะ ไม่มีใครบอกมาก่อนเลยเรื่องนี้ พ่อว่าแอนพุดไม่เพราะ ก็มารู้จากที่นี้แหละ" ส่วนเอ้ พุดว่า "เพื่อนบอกว่าเอ้ช่างเป็นผู้ใหญ่ช่างคิด มีเหตุผล คุสสนุก พุดเก่ง" สมาชิกได้เรียนรู้ถึงคุณค่าของตนเองจากการได้รับการยอมรับจากเพื่อนสมาชิก มีผลให้สมาชิกเกิดความรู้สึกที่ติดกับข้อมูลย้อนกลับที่ตนเองได้รับ สิ่งเกิดได้จากท่าทีที่เชื่อมั่นและน่าเสีงที่มั่นคง ดังที่ชกกล่าวไว้ว่า "สิ่งที่เพื่อน ๆ บอกนุชคือ นุชเป็นคนช่างมีเหตุผล

ซึ่งตนเองก็เคยได้ยินมา แต่ก็มาได้ยินชัด ๆ ก็ทีนี้ แล้วแอนเขาบอกว่าเป็นคนน่ารัก สัมแก่ง รู้จักใช้คำพูดได้ดี ชอบช่วยเหลือผู้อื่น" การที่สมาชิกได้รับการยอมรับจากผู้อื่นเป็นการส่งเสริมให้บุคคลเห็นคุณค่าในตนเอง (Babladelis 1984:172, Coopersmith 1981:36)

2. ผู้นำกลุ่ม

นอกจากกระแสกลุ่มจะได้เอื้ออำนวยให้สมาชิกเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง บทบาทของผู้นำกลุ่ม ก็อาจเป็นสิ่งที่เอื้ออำนวยให้กลุ่มดำเนินไป ไปถึงจุดหมายที่ทำให้บรรยากาศของความปลอดภัย การยอมรับนับถือ และความไว้วางใจ มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่มมีการให้ข้อมูลย้อนกลับและข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ต่อเพื่อนสมาชิก โดยในกระบวนการกลุ่มผู้นำได้ใช้ทักษะตามแนวของโอลเซน (Ohlsen, Horn, Lawe 1988 : 21-23)

2.1 ทักษะของผู้นำกลุ่มตามแนวของโอลเซน โดยสังเขป

- ทักษะการเอาใจใส่ เพื่อเป็นการที่ผู้นำกลุ่มแสดงความใส่ใจรับฟังสมาชิกด้วยภาษาพูดและภาษาท่าทาง เช่น เมื่อสมาชิกผู้หนึ่งได้กล่าวกับกลุ่มด้วยความไม่มั่นใจนัก เนื่องจากเป็นสมาชิกคนแรกที่จะเล่าเรื่องราวของตนกับกลุ่มในกิจกรรม "ชีวิตของฉัน"

แอน : ไม่รู้จะพูดอะไรดี คือ แอนมีพี่น้อง 3 คน แอนเป็นคนที่ 2 และน้องชายอีกคนหนึ่ง ตอนนี้อยู่กับพ่อ เล่าอย่างนี้ใช้ไหมคะ

ผู้นำกลุ่ม : ค่ะ เล่าอย่างที่แอนเล่านี้แหละค่ะ เมื่อก่อนแอนบอกว่า แอนมีพี่น้อง 3 คน แอนเป็นคนที่ 2 และมีน้องชายอีกคนหนึ่ง ตอนนั้นแอนก็อยู่กับพ่อนะคะ

ซึ่งในทักษะการเอาใจใส่นี้ เมื่อผู้นำกลุ่มใช้ทักษะการเอาใจใส่นี้ ส่งเสริมให้สมาชิกสามารถเล่าเรื่องราวของตนได้อย่างราบรื่นยิ่งขึ้น

- คำถามเปิด เป็นการที่ช่วยให้สมาชิกพูด และพิจารณาตนเองได้ระบายนความรู้สึก ความคิด และเล่าถึงเรื่องที่เป็นปัญหา ดังในการประชุมกลุ่มครั้งที่ 1 ผู้นำกลุ่มได้ใช้คำถามเปิดเพื่อให้สมาชิกได้เปิดเผยตนเอง

ผู้นำกลุ่ม : นานอกตอนนี้อยู่กับป้านะคะ และคิดถึงแม่ด้วย พอดีเล่าให้ฟังได้ไหมว่าเป็นอย่างไร

นา : คิดถึง แบบเราอยู่กับคนอื่นทำอะไรไม่ถูกใจก็ถูกเขาว่า ก็คิดถึงแม่ฮาก
ให้แม่กลับมา

- การสะท้อนความรู้สึก เป็นทักษะที่แสดงออกเพื่อให้สมาชิกได้ทราบว่าผู้นำกลุ่ม
เข้าใจสิ่งที่เป็นอยู่ภายในใจของสมาชิก การสะท้อนความรู้สึกเป็นเรื่องอารมณ์และความรู้สึก
ของสมาชิก เพื่อช่วยให้เขาเข้าใจความรู้สึกของตนเองได้ชัดเจน เกิดความกระจ่างชัดในสิ่งที่
เป็นปัญหาของตน กล้าที่จะเปิดเผยและรับผิดชอบตนเอง เช่นในการดำเนินกลุ่มครั้งที่ 4 ผู้นำกลุ่ม
ได้ใช้การสะท้อนความรู้สึกเพื่อให้สมาชิกสำรวจตนเองว่า

เอ้ : อ้อ... เขามั่นใจกันนะ เอ้ไม่ชอบเขา ชอบมีปากเสียงกับเอ้ ชวนทะเลาะ
อยู่เรื่อย แล้วก็ขี้ฟ้องด้วย คอยฟ้องให้พี่สาวว่าเอ้ทำไม่ดี

ผู้นำกลุ่ม : ฟังดู...เอ้ไม่พอใจพี่เขย แล้วมีปากเสียงกันบ้าง เอ้จึงรู้สึกอึดอัดใจต่อการ
กระทำของพี่เขย

เอ้ : ค่ะ...อึดอัดมากที่ต้องมาอยู่กับคนที่พูดกันคนละเรื่อง

- การให้กำลังใจ เป็นการแสดงทัศนคติแนวโน้มน หรือพฤติกรรมที่สนับสนุนและทำ
ให้สมาชิกเข้มแข็ง และมีกำลังใจที่จะเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่มีความหมายและคุณค่าสำหรับตัว
เขา ผู้นำกลุ่มควรมองว่า มีความต้องการที่จะช่วยเหลือเขาให้ได้เข้ามาใกล้กับความจริงและเป็นตัว
ของเขามากขึ้น ดังเช่นในการดำเนินกลุ่มครั้งที่ 2 เมื่อสมาชิกอภิปรายถึงหัวข้อ "ลักษณะของเงิน
ที่เงินฮากเปลี่ยนแปลง"

เหมี่ยว : ไม่รู้จะพูดอะไร...อาจารย์น่าจะมีหัวข้อให้

ผู้นำกลุ่ม : เหมี่ยวไม่รู้จะพูดอะไรใช้ไหมคะ

เหมี่ยว : ค่ะ

ผู้นำกลุ่ม : มันฮากอยู่เหมือนกันนะคะที่จะพูดถึงสิ่งที่เราจะปรับปรุงแก้ไขตนเอง ค่อยๆ
คิดนะคะ

ในช่วงนี้เองสมาชิกก็เกิดความพร้อมที่จะพูดกับกลุ่มและกล่าวว่า

เหมี่ยว : เป็นคนที่ไม่อดทน จะทำอะไรนิดหน่อยก็ไม่ได้ ก็จะไม่ทำไปเลย

- การสรุป เป็นการรวบรวมสิ่งที่เกิดขึ้นทั้งหมดออกมาสั้นๆ ให้ได้ใจความสำคัญทั้งหมดซึ่งจะสรุปทั้งเนื้อหา ความรู้สึกและกระบวนการ ดังเห็นได้จากการดำเนินกลุ่มครั้งที่ 4

แอน : ชีวิตของแอนก็เหมือนกับนกขุนทองที่พ่อเขานำมาเลี้ยงไว้ในกรงเขาจะคอยเอาใจใส่มัน ให้ข้าว ให้น้ำมัน ก็เหมือนพ่อแอนที่พ่อเลี้ยงไว้ เขาก็ให้แอนอยู่กับแม่เลี้ยง เวลามีปัญหาเขาก็ดีนะ แต่บางที่เขาก็ขู่ส่งเลขทำให้ทะเลาะกัน

ผู้นำกลุ่ม: ชีวิตของแอน แอนอยู่กับแม่เลี้ยง ซึ่งบางทีก็มีเรื่องทะเลาะกันกับแม่เลี้ยงบ้าง

แอน : ค่ะ...แม่เลี้ยงเขาเข้ามาแทนที่แม่ของแอน แอนมีความรู้สึกเหมือนขาดอะไรไปสักอย่าง บางทีก็คิดอยากไปหาแม่

และการใช้ทักษะต่าง ๆ นี้ ส่งเสริมให้กระแกลุ่มดำเนินไปอย่างราบรื่น สมาชิกได้สำรวจตนเองเปิดเผยตนเอง และสามารถยอมรับในการกระทำของตนเอง และผู้อื่นได้มากขึ้น ทำให้สมาชิกอยู่ในโลกของความจริงมากขึ้น ซึ่งเป็นการส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของสมาชิกนั่นเอง (Ohlsen 1977 :89)

2.2 บุคลิกภาพของผู้นำกลุ่ม

หลังจากกลุ่มได้ยุติลงแล้วสมาชิกกลุ่มได้ประเมินบุคลิกของผู้นำกลุ่ม (ตามภาคผนวก ค) ซึ่งสรุปออกมาได้ดังนี้สมาชิกมีความเห็นว่าผู้นำกลุ่มเป็นผู้มีความเชื่อมั่น ให้ความสนใจ มีความคล่องตัว มีความเห็นอกเห็นใจสมาชิก มีความอ่อนโยน รับผิดชอบสมาชิก ให้เกียรติสมาชิก ให้โอกาสพูดและมีความยืดหยุ่นอยู่ในระดับสูงมากค่าเฉลี่ย = 3.00 ผู้นำกลุ่มมีความรื่นเริง หุดกระ้าง มีความเอาใจใส่ มีความอดทน ให้ความช่วยเหลือสมาชิก มีความอบอุ่น อยู่ในระดับสูงพอสมควรค่าเฉลี่ย = 2.875จากบุคลิกภาพดังกล่าวนี้ช่วยส่งเสริมให้สมาชิกมีทัศนคติที่ดีต่อผู้นำกลุ่มและตนเอง เสริมให้สมาชิกเห็นคุณค่าในตนเอง ดังที่ทรอซเซอร์ (Trotzer 1977:72-75) กล่าวไว้ว่า ผู้นำกลุ่มที่มีบุคลิกภาพของความเอาใจใส่สมาชิก มีบุคลิกภาพที่แสดงถึงความอบอุ่น ความสนใจ มีความเข้าใจในตัวสมาชิกจะนำไปให้สมาชิกเห็นคุณค่าในตนเอง และรู้สึกว่าเขามีความสำคัญและเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม จะก่อให้เกิดการพัฒนาของสมาชิกในกลุ่ม และสามารถนำไปให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มดำเนินไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3. สมาชิกกลุ่ม

สมาชิกกลุ่ม โอลเซนกล่าวว่าขนาดของกลุ่มที่เป็นเด็กวัยรุ่นควรมีสมาชิก 6-8 คน เพื่อสมาชิกจะได้ทำหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ สมาชิกจะได้รับความสะดวกจากสมาชิกคนอื่น ๆ สมาชิกจะรู้สึกปลอดภัย มีปฏิสัมพันธ์ที่มีความหมายกับสมาชิกอื่น สมาชิกได้เป็นผู้ให้และผู้รับข้อมูลย้อนกลับได้ (Ohlsen 1977:29) และ คอร์รี่ (Corey 1985:69) ยังได้ให้ข้อสรุปไว้ว่าสมาชิกจำนวน 8 คนจะเป็นการเอื้อเพื่อประสิทธิภาพของกลุ่มมากที่สุด ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วยสมาชิกกลุ่ม 8 คน และจากการสุมกลุ่มตัวอย่างเพื่อเข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาพบว่า เป็นเพศหญิงทั้งหมด การที่สมาชิกเป็นเพศเดียวกันนี้ แกชดา กล่าวว่า กลุ่มที่เน้นแก้ปัญหา สมาชิกที่เป็นเพศเดียวกันจะมีความเหมาะสมเพราะปัญหาของหญิงและชายต่างกัน และสมาชิกอาจเกิดความอึดอัดหรือเขินอายที่จะกล่าวถึงความรู้สึกบางอย่างต่อหน้าเพศตรงข้าม และสมาชิกเพศเดียวกันจะมีความเข้าใจกันได้ดีกว่า (Gazda 1978:152)

สมาชิกกลุ่มและปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกกลุ่มพอจะกล่าวโดยสังเขปดังนี้

ในการประชุมกลุ่มครั้งที่ 4 สมาชิกเรียกตัวเองว่า "แอน" ได้กล่าวถึงปัญหาของตนกับพ่อ ในสัญลักษณ์ของฉันทว่า "ชีวิตของแอนก็เหมือนกับนกขุนทองที่พ่อเลี้ยงไว้ในกรง เขาคอยเอาใจใส่ มัน ให้ข้าวให้น้ำแก่มัน ก็เหมือนแอนที่พ่อเลี้ยงไว้เขาให้แอนอยู่กับแม่เลี้ยง เวลามีปัญหาที่คันนะ แต่บางทีเขาก็ส่งเลขทำให้ทะเลาะกัน" แล้วแอนก็ได้กล่าวถึงความสัมพันธ์ของพ่อและแอนทุกวันนี้ในวันจะเลวร้ายลงไป เนื่องจากมีบุคคลที่ 3 คือแม่เลี้ยงเข้ามาเกี่ยวข้อง "แต่ก่อนนั้นแอนเป็นลูกคนโปรดของพ่อ แต่เดี๋ยวนี้ไม่ใช่แล้วแหละ เวลาพ่อโกรธไม่พอใจแอน พ่อจะไล่เลขให้หนีไปไกล ๆ ไปตายในสายตาของพ่อ แอนไม่มีค่าเลย" การได้รับการปฏิบัติอย่างไร้คุณค่าเช่นนี้ เป็นปัจจัยให้เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (Coopersmith 1984:36) ขณะแอนเล่าถึงเรื่องของตนเองนี้ สมาชิกได้ให้ความสนใจกับเรื่องของแอนมาก ด้วยคาดไม่ถึงว่าจะมีเหตุการณ์ที่รุนแรงถึงเพียงนี้ พลังบำบัดที่เกิดขึ้นคือ การยอมรับจากกลุ่ม ซึ่งการยอมรับจากกลุ่มนี้เป็นการยอมรับที่แท้จริง ใจจริง จากเพื่อนสมาชิกเป็นการเสริมสร้าง การเห็นคุณค่าในตนเอง และเป็นการส่งเสริมให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม (Ohlsen 1977:63) กลุ่มยอมรับแอนและได้ให้ความช่วยเหลือ แอนให้ได้สำรวจตนเอง

เอ้ : แล้วที่แอนว่าพ่อเป็นฝ่ายเริ่มก่อน มีอารมณ์ขึ้นก่อนอย่างนี้ พ่อก็เป็นคน

เจ้าอารมณ์หน่อยนะ

แอน : ก็ไม่ถึงกับเจ้าอารมณ์ แต่เขาจะเป็นฝ่ายโกรธแอนก่อน แล้วเขาก็จะ

เมิน ๆ ไป ทำไม่สนใจใจดี

นก : อย่างนี้เราก็ต้องคอยสังเกตว่าเราทำอะไรที่เขาไม่พอใจหรือเปล่า

แอน : (หยุดคิด) บางทีแอนมีอารมณ์ใส่พ่อเหมือนกัน พ่อเชื่อว่าแอน ก็หน้า
งอแล้วโตกลับ

จากการที่ได้รับการช่วยเหลือจากกลุ่มในลักษณะเช่นนี้ ในที่สุดแอนก็ได้ประจักษ์ว่า อะไร
เป็นอะไร

แอน : (เงิบ) แอนไม่พอใจมาก พ่อกับแอนต่างคนก็ต่างก็มีอารมณ์ แล้วก็เอาอารมณ์ใส่
กัน (หยุด..คิด) บางทีแอนก็ไม่ดี ที่ไปโต้ตอบเขา ก็จะลด ๆ การโต้ตอบลงบ้าง

นอกจากนี้ในครั้งที่ 7 แอนยังได้นำปัญหาความสัมพันธ์กับพ่อมาพูดในกลุ่มอีกครั้งในครั้ง
นี้ แอนกล่าวว่า ความหวังใจที่พ่อดีต่อแอน แล้วมีผลทำให้มาจำกัดขอบเขต การออกไปพบเพื่อนหรือ
การไปเที่ยวกับเพื่อน ในครั้งนี้ผู้นำกลุ่มชวนให้แอนได้แสดงบทบาทสมมติกับเอ้ เพื่อจะได้เข้าใจสิ่ง
ที่เกิดขึ้นได้ชัดเจนยิ่งขึ้น (ภาคผนวก ฉ) และการแสดงบทบาทสมมตินี้เองแอนยอมรับว่า

แอน : เขาซึ่มาก แอนจะพยายามกลับบ้านให้เร็ว ต่อไปนี้จะไม่ใช่ไปที่สะพาน จะทำให้
เขาเชื่อใจเรา

แอนเป็นสมาชิกกลุ่มที่ได้รับการสนใจจากกลุ่มมาก เนื่องจากเรื่องของแอนเป็นเรื่อง
ของครอบครัวที่แตกแยก และแอนก็พูดถึงเรื่องของตนเองอย่างเปิดเผยทำให้ได้รับความช่วยเหลือ
จากกลุ่ม แอนจึงสามารถพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองได้ เร็วมาและในการประชุมกลุ่มครั้ง
สุดท้าย แอนได้กล่าวกับกลุ่มว่า "สัมพันธ์ภาพของแอนกับพ่อต่อไปก็ดีขึ้นแล้ว ไม่มีการกระทบกระ
เทกันเลย แบบพ่อพูด ก็พูดด้วยดี แอนตอนนี้กลับบ้านเย็น พ่อก็ไม่ว่าอะไร ทำตัวให้เขาไว้ใจใน
ตัวเรา เขาพูดมาเราก็บอกเขาไป การที่สมาชิกได้รับการยอมรับ การปฏิบัติตอบอย่างมีความ
หมายจากบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต คูเปอร์สมิธ (Coopersmith 1984 : 36-37) กล่าวว่า เป็น
การพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

สมาชิกที่จะกล่าวถึงคนต่อไปคือ ฟ้า ฟ้าเป็นสมาชิกที่ไม่กล้าแสดงออก ประหม่า เมื่อ
ต้องออกไปพูดหน้าชั้น ขณะเดียวกัน ฟ้าต้องออกไปพูดรายงานหน้าชั้นบ่อยขึ้น เนื่องจากอาจารย์
ประเมินผลการเรียนจากการรายงานหน้าชั้นฟ้ากล่าวกับกลุ่มในการประชุมครั้งที่ 2 ว่า " ไม่กล้า

นก : อย่างนี้เราก็ต้องคอยสังเกตว่าเราทำอะไรที่เขาไม่พอใจหรือเปล่า

แอน : (หยุดคิด) บางทีแอนมีอาการก็ใส่พ้อเหมือนกัน พ้อเขาว่าแอน ก็หน้า
งอแล้วได้กลับ

จากการที่ได้รับการช่วยเหลือจากกลุ่มในลักษณะเช่นนี้ ในที่สุดแอนก็ได้ประจักษ์ว่า อะไร
เป็นอะไร

แอน : (เงิบ) แอนไม่พอใจมาก พ้อกับแอนต่างคนที่ต่างก็มีอารมณ์ แล้วก็เอาอารมณ์ใส่
กัน (หยุด..คิด) บางทีแอนก็ไม่ได้ ที่ไปโต้ตอบเขา ก็จะลด ๆ การโต้ตอบลงบ้าง

นอกจากนี้ในครั้งที่ 7 แอนยังได้นำปัญหาความสัมพันธ์กับพ้อมาพูดในกลุ่มอีกครั้งในครั้งที่
แอนกล่าวว่า ความห่วงใยที่พ้อมีต่อแอน แล้วมีผลทำให้มาจำกัดขอบเขต การออกไปพบเพื่อนหรือ
การไปเที่ยวกับเพื่อน ในครั้งนี้ผู้นำกลุ่มชวนให้แอนได้แสดงบทบาทสมมติกับเอ้ เพื่อจะได้เข้าใจสิ่ง
ที่เกิดขึ้นได้ชัดเจนยิ่งขึ้น (ภาคผนวก จ) และการแสดงบทบาทสมมตินี้เองแอนยอมรับว่า

แอน : เขาซัดมาก แอนจะพยายามกลับบ้านให้เร็ว ต่อไปนี้จะไม่ไปยืนที่สะพาน จะทำให้
เขาเชื่อใจเรา

แอนเป็นสมาชิกกลุ่มที่ได้รับการความสนใจจากกลุ่มมาก เนื่องจากเรื่องของแอนเป็นเรื่อง
ของครอบครัวที่แตกแยก และแอนก็พูดถึงเรื่องของตนอย่างเปิดเผยทำให้ได้รับความช่วยเหลือ
จากกลุ่ม แอนจึงสามารถพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองได้เรื่อยมาและในการประชุมกลุ่มครั้ง
สุดท้าย แอนได้กล่าวกับกลุ่มว่า "สัมพันธ์ภาพของแอนกับพ้อต่อไปนี้ก็ดีขึ้นแล้ว ไม่มีการกระทบกระ
แตกกันเลย แบบพ้อพูด ก็พูดด้วยดี แอนตอนนี้กลับบ้านเย็น พ้อก็ไม่ว่าอะไร ทำตัวให้เขาไว้ใจใน
ตัวเรา เขาพูดมาเราก็บอกเขาไป การที่สมาชิกได้รับการยอมรับ การปฏิบัติตอบอย่างมีความ
หมายจากบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต คูเปอร์สมิธ (Coopersmith 1984 :36-37) กล่าวว่า เป็น
การพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

สมาชิกที่จะกล่าวถึงคนต่อไปคือ ฟ้า ฟ้าเป็นสมาชิกที่ไม่กล้าแสดงออก ประหม่า เมื่อ
ต้องออกไปพูดหน้าชั้น ขณะเดียวกัน ฟ้าต้องออกไปพูดรายงานหน้าชั้นบ่อยขึ้น เนื่องจากอาจารย์
ประเมินผลการเรียนจากการรายงานหน้าชั้นฟ้ากล่าวกับกลุ่มในการประชุมครั้งที่ 2 ว่า " ไม่กล้า

แสดงออก เวลาครูให้ไปพูดหน้าชั้น จะม้อสั้น ขาสั้น" ความประหม่าของฟ้าได้แสดงออกมาขณะพูดกับกลุ่ม สมาชิกหลายคนจึงไม่รอช้าได้ให้คำแนะนำอย่างเต็มใจช่วยเหลือฟ้าตรงนี้ว่า

นา : แบบฟ้ากลัวล่วงหน้าไปแล้วเลขนะ มันยังไม่รู้ว่าอะไรจะเกิดขึ้นเลข

เหมียว : ก็พยายามคิดว่าเขาเป็นเพื่อนเรา

นุช : ก่อนไปพูด...ก็หัดซ้อมหน้ากระຈກหลาย ๆ รอบ

นก : นกว่าไม่ต้องกลัวนะ กับการพูดผิด ผิดก็ผิดไปเลย แล้วก็ว่ากันใหม่ได้กลัวอะไร

ในที่สุดฟ้าก็ประมาณตนเองว่าควรจะทำอย่างไร "ก็จะลองเอาวิธีที่นุชแนะนำไปทดลองใช้ดู จะไม่พยายามคิดล่วงหน้าไปก่อน และถ้าต้องออกไปพูดหน้าชั้นจะซ้อมหน้ากระຈກหลาย ๆ รอบ" ในการประชุมกลุ่มครั้งสุดท้ายฟ้า บอกกับกลุ่มว่า "ตอนนี้ดีขึ้นแล้วสังเกตจากการพูดหน้าชั้นเรียน ไม่ค่อยกลัวแล้ว ขาไม่สั่น ตอนนั้นพูดไม่กล้าขึ้นหน่อย รายงานต้องพูดไม่กล้าขึ้น...ตอนนี้ก็...พอใจ จากปฏิสัมพันธ์ในกลุ่มและจากการได้รับการช่วยเหลือ ได้รับข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ ฟ้าจึงมีความกล้าแสดงออกมากขึ้น ซึ่งการได้รับข้อเสนอแนะจากผู้อื่น วิธีการนี้เป็นวิธีการให้ข้อมูลซึ่งมีผลให้บุคคลเกิดกำลังใจและสร้างความภาคภูมิใจ อันเป็นแนวทางให้บุคคลพัฒนาเห็นคุณค่าในตนเองตามมาด้วย (Bruno 1983 :363) และการฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออก เป็นวิธีที่ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมเชิงบวก ซึ่งเป็นแนวทางการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเช่นกัน (Girdano and Everly 1979 :146-149) ในการประชุมกลุ่มครั้งที่ 4 สมาชิกกลุ่มที่ชื่อ "นา" ได้กล่าวถึงปัญหาทางครอบครัวของนาซึ่งเป็นครอบครัวแตกแยก พ่อมีภรรยาใหม่ ส่วนแม่หนีลูก ๆ ไปอยู่ที่ปทุมธานี นาก็ถูกฝากให้อยู่กับป้า เมื่ออยู่บ้านป้าก็พบปัญหา ๆ นับประการ จึงอยากให้ครอบครัวมารวมกัน

นา : อยากให้ครอบครัวเรามาอยู่พร้อมหน้ากัน จะได้ไม่ต้องไปอยู่กับคนอื่น นาคิดจะทำงานเลี้ยงแม่เอง

และจากความคิดที่ไม่สอดคล้องต่อความเป็นจริงทำให้นาได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนสมาชิกคนอื่น ๆ

นก : นกว่า ถ้าแม่กลับมาก็ดองเสียใจ ที่พ่อแม่เลี้ยงทั้งคนอยู่ในบ้าน แม่จะไปอยู่ที่ไหน

แอน : แอนมีแม่เลี้ยง แม่เขาก็ไม่ชากอยู่กับพ่อ เขาก็กลับบ้านเขา ถ้าเป็นแม่น่า
แอนว่า...แม่น่าจะทนได้หรือเปล่านะ

ซึ่งจากการปฏิสัมพันธ์และพลังบำบัด "ความพร้อมของสมาชิก" ได้ช่วยให้เขาเริ่มรู้
ว่าควรต้องทำอะไร

นา : นาอาจจะคิดไปแบบคนที่อยากมีครอบครัวเหมือนคนอื่นเขาแต่มันคงชากอย่าง
เพื่อน ๆ ว่าจะ แม่คงอยู่ไม่ได้หรอกเขาเคยว่า "พ่อคงตัดใจจากแม่เลี้ยงไม่ได้"
นาเองคงต้องเรียนให้จบแล้ว นาคะเลี้ยงแม่เอง...นั่นแหละ

จากการปฏิสัมพันธ์และการช่วยเหลือในกลุ่ม ทำให้เขาเกิดความสอดคล้องระหว่างตน
ตามจริงและตนตามอุดมคติ และในครั้งสุดท้ายของการประชุมกลุ่มได้กล่าวถึงตนเองว่า "นาก็
เลิกคิดให้แม่มาอยู่ด้วยแล้วตอนนี้ก็ตั้งหน้าเรียนให้จบอย่างเดียว รู้ตัวเองว่าพ่อกับแม่คงไม่มาอยู่
ด้วยกันหรอก ก็ไม่หวังอะไรแล้ว แบบคิดว่าตัวเองน่าจะยอมรับเหตุการณ์มันได้" นาจึงเป็นผู้ที่มีภาวะ
การปรับตัวได้ดี คือการยอมรับความเป็นจริงที่เกิดขึ้น รู้ว่าอะไร ตนสามารถเปลี่ยนแปลงอะไร
และเรียนรู้ที่จะดำเนินชีวิตอยู่กับสถานการณ์ ยุ่งยากทั้งหลายที่ตนไม่สามารถเปลี่ยนแปลง การ
เป็นผู้มีภาวะการปรับตัวได้ดีนี้ส่งเสริมให้บุคคลเคารพนับถือการเห็นคุณค่าในตนเองยิ่งขึ้น (Ohlsen
1973 : 32)

สมาชิกอีกคนที่มีพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง คือ เอ้ เอ้เป็นสมาชิกที่มีความคิดเห็นดี เอ้
ได้กล่าวถึงความสัมพันธ์กับพี่เขย คือเอ้มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อพี่เขย และเห็นว่าเขามีพฤติกรรมแบบเด็ก ๆ
เอ้จึงรู้สึกหงุดหงิดและมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกันเสมอ ๆ

เอ้ : เขาไม่มีคุณสมบัติเป็นผู้ใหญ่ คือเขาจะมีนิสัยแบบคล้าย ๆ กับวัยรุ่น ไม่ค่อยเป็นผู้
ใหญ่ ก็ไม่ชอบเขา

จากปฏิสัมพันธ์ในกลุ่มและพลังบำบัดที่เกิดขึ้นคือ ความรับผิดชอบ สมาชิกที่มีความรับ
ผิดชอบต่อตนเอง และกระบวนการกลุ่มจะเป็นการเพิ่มโอกาสให้สมาชิกได้เจริญงอกงามภายใน
กลุ่ม (Ohlsen 1979 : 70-73) เอ้ได้รับความช่วยเหลือในการสำรวจตนเอง

น้ำผึ้ง : ใจละ...น้ำผึ้งว่าเอ๋ อากาศให้พี่เขยเขาดีขึ้นกว่านี้ใช้ไหม ถึงจะอยู่ด้วยกันได้

ถ้าเกิดเขาเป็นอย่างนี้ตลอดไปก็อยู่ด้วยกันยาก

เอ๋ : เอ๋ก็เป็น เอ๋ ก็เป็นอย่างนี้ เอ๋คงไม่ปรับอะไรอีกแล้ว เอ๋ว่าอย่างนี้ เอ๋ก็อยู่ได้

เหมียว : ถ้าเอ๋...เป็นอย่างนี้ไม่ปรับแล้ว เขาก็ไม่ปรับตัวเหมือนกันอะไรจะเกิดขึ้น

เอ๋ : ถ้างั้นเอ๋ก็ต้องปรับตัวเข้ากับเขาใช้ไหมและสมาชิกให้คำแนะนำว่า

นา : ทำตัวแบบคนหัวอ่อน ไม่ไปเถียงเขาเอ๋ได้สำรวจตนเองและตกลงใจว่า

จะทำอย่างไร

เอ๋ : จะลองเฉย ๆ ดีกว่าลองเขื่อฟังเขาบ้าง คงพออยู่กันได้ และในครั้งสุดท้าย

ของการประชุมครั้งสุดท้าย เอ๋ได้กล่าวกับกลุ่มว่า "ตอนนี้ความสัมพันธ์ของเอ๋

กับพี่เขยดีขึ้น เอ๋ไม่ไปจับผิดเขาแล้วเขาว่าอะไรก็เขื่อฟังเขา ตอนนี้ก็อยู่ได้ดี

ขึ้นหน่อย" การยอมรับผู้อื่นทำให้เอ๋เกิดความสอดคล้องของตนเองตามความ

เป็นจริงและตัวตนในอุดมคติซึ่งเป็นผู้มีภาวะการปรับตัวได้ดีและส่ง เสริมให้

เห็นคุณค่าในตนเอง(Ohlsen 1970 : 32)

และจากที่กล่าวมาข้างต้นนี้ เป็นภาพของการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของสมาชิก ซึ่ง
ผู้วิจัยมีความเห็นว่า ปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม การช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน การให้ข้อเสนอแนะ
ที่เป็นประโยชน์ อีกทั้งพลังบำบัดที่เกิดขึ้นในแต่ละช่วงที่เป็นตัวส่งเสริมที่สำคัญให้กลุ่ม ดำเนินไป
ได้อย่างราบรื่น ช่วยให้สมาชิกเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองดังที่กล่าวมาแล้ว

จากการอภิปรายผลดังกล่าวมานี้ จึงพอจะสรุปได้ว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแนว
โอลเซน มีผลให้บุคคลเห็นคุณค่าในตนเอง เพิ่มขึ้นโดยเป็นผลมาจากกระแสกลุ่ม ผู้นำกลุ่ม และสมาชิก
กลุ่ม และปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกกลุ่ม ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว