



รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- ชลิตย์ ชัยยะรุ่งโรจน์. 2528. สุขภาพจิตของเด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์เยาวชนมูลนิธิมหาราช.
ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- นงลักษณ์ เทพสวัสดิ์. 2532. เด็กถูกทอดทิ้งในสังคมไทย. (ม.ป.ท.)
- นริศ มณีขาว. 2529. ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมาราธอนที่มีต่อการพัฒนาการยอมรับตนเอง
ของเยาวชน บ้านเซเวียร์ กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- นิภา ส. ตุมรสุนทร และ นงลักษณ์ เอ็มประดิษฐ์. 2534. การเตรียมความพร้อมเด็กในสถาน
สงเคราะห์ก่อนออกสู่สังคมภายนอก : ศึกษาเฉพาะกรณีสถานสงเคราะห์เด็กหญิง
บ้านราชวิถี. (ม.ป.ท.)
- นิตยา เชียงทอง. 2526. ผลการทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการยอมรับตนเองของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทพมงคลรังษี จังหวัดกาญจนบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญา
มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- บัวทอง สว่างไสวกุล. 2524. สุขภาพจิต. ภาควิชาจิตวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัย
เกษตรศาสตร์.
- ประเชิญ บัวเอี่ยม. 2517. ระดับความสามารถในการศึกษาและปรับตัวเข้ากับสังคมของเด็กใน
สถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านมหาเมฆ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัย
ธรรมศาสตร์.
- เปรมสุรีย์ เชื่อมทอง. 2526. การศึกษาเปรียบเทียบปัญหาสุขภาพจิตของเด็กวัยรุ่นในสถาน
สงเคราะห์กับเด็กวัยรุ่นในโรงเรียน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- พกา สัตยธรรม. 2531. สุขภาพจิตเด็ก. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- วราภรณ์ อินทรชัยศรี. 2518. ความสัมพันธ์ระหว่างความขัดแย้งกับพ่อแม่และการยอมรับตนเอง
และความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

- วิจารณ์ วรรณกิจ. 2531. แนวทางการจัดบริการสังคมแก่เด็กกำพร้าที่มีปัญหาด้านพัฒนาการ: ศึกษาเฉพาะกรณีเด็กก่อนอายุแรกเกิด 5 ปี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- วัชรีย์ ทรัพย์มี. ทฤษฎีและกระบวนการให้บริการปรึกษา (Theories and Process of Counseling). (ม.ป.ท., ม.ป.ป.)
- สุริยา เหมตะศิลป์. 2521. ความสัมพันธ์ระหว่างจริยธรรม ระดับสติปัญญาและการยอมรับตนเอง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- โสภา ชูพิกุลชัย และคณะ. 2534. การศึกษาสภาวะแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพจิตของวัยรุ่นในเขตเมือง คณะกรรมการประสานงานวิชาการและพัฒนากำลังคนด้านสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข

ภาษาอังกฤษ

- Adler, A. 1926. The Neurotic Constitution. New York: Dodd, Mead.
- Anderson, L., Mullins, L.C., and Johnson, D.P. 1987. Parental Intrusion Versus Social Isolation: A Dichotomous View of the Sources of Loneliness. Karolinska Inst. 2: 125-134.
- Berger, E.M. 1952. The Relation Between Expressed Acceptance of Self and Expressed Acceptance of Others. Journal of Abnormal and Social Psychology. 47: 778-782.
- Bruce, P. 1958. Relationship of Self-Acceptance to Other Variables with Sixth Grade Children Oriented in Self-Understanding. Educational Psychology. 5: 49.
- Bullock, R.J. 1993. Children Without Friends: Who are They and How can Teachers Help ? Childhood Education. 69: 92-96.
- Caplan, S.W. 1975. The Effects of Group Counseling on Junior High School Boy's Concept of Themselves in School. Journal of Counseling Psychology. pp.124-128

- Cook, D.A. 1991. College Students from Emotionally Neglectful Homes. New Directions for Student Services. 54: 77-90.
- Egeland, B., Sroufe, A., and Erickson, M. 1983. The Developmental Consequence of Different Patterns of Maltreatment. Child Abuse and Neglect. 7: 459-469.
- Fromm, E. 1939. Selfishness and Self-Love. Psychiatry. 2: 507-523.
- Gale, R.F. 1969. Developmental Behavior: A Humanistic Approach. London: The Macmillan Company.
- Hamachck, D.E. 1978. Encounters with The Self. 2nd Michigan: Holt, Rinehart and Winston.
- Hibbard, R.A. et al. 1992. Child Abuse and Mental Health among Adolescents in Dependent Care. Journal of Adolescent Health. 13: 121-127.
- Horne, A.M. 1989. Merle Ohlsen : A Group Leader. Journal for Specialists in Group Work. 14: 67-74.
- Horney, K. 1937. The Neurotic Personality of Our Time. New York: Norton.
- Hurlock, E.B. 1967. Adolescence Development. 3rd ed. New York: Mc Graw-Hill.
- Johnson, D.W. 1986. Reaching Out. 3rd ed. New Jersey: Prentice-Hall, A Division of Simon & Schuster., Inc.
- Jurga, M 1975. Studies of Personality Development of Adolescent Girls in State Homes for Children. Psychologia Wychowawcza. 18: 713-718.
- Kaufman, J., and Cicchetti, D. 1989. Effects of Maltreatment on School-Age Children's Socioemotional Development: Assessment in a Day-Camp Setting. Developmental Psychology. 25: 516-524.
- King, I.M. 1981. A Theory for Nursing System, Concepts, Process. New York: John Wiley & Sons.

- Leibman, F.H. 1992. Childhood Abandonment/Adult Rage: The Root of Violent Criminal Acts. American Journal of Forensic Psychology. 10: 57-64.
- Matejcek, Z., and Kadubcova, B. 1983. Perceived Parental Acceptance-Rejection and Personality Organization among Czech Elementary School Children. Behavior Science Research. 18: 259-268.
- McLaren, J., and Brown, R.E. 1989. Childhood Problems Associated with Abuse and Neglect. Canada's Mental Health. 37: 1-6.
- Milner, J.S., and Robertson, K.R. 1990. Comparison of Physical Child Abusers, Intrafamilial Sexual Child Abusers and Child Neglecters Journal of International Violence. 5: 37-48.
- Ohlsen, M.M. 1955. Guidance: An Introduction. New York: Harcourt, Brace & World, Inc.
- Ohlsen, M.M., Horne, A.M. and Lawe, C.F. 1988. Group Counseling. 3rd ed. New York: Holt Rinehart and Winston, Inc.
- Omwake, K.T. 1954. The Relation Between Acceptance of Self and Acceptance of Others Shown by Three Personality Inventories. Journal of Counseling Psychology. 18: 443-446.
- Poduska, B. 1980. Understanding Psychology and Dimensions of Adjustment. New York: Mc Graw - Hill Company.
- Quinan, R. and Foulds, W. 1970. Marathon Group Facilitator of Person Growth. Journal of Counseling Psychology. 17: 145-149.
- Rogers, C.R. 1951. Client-Center Therapy. Boston: Houghton Mifflin.
- Roopnarine, L.J., and Honig, S.A. 1993. The Unpopular Child. Young Children. 40: 59-64.
- Roscoe, B., Peterson, L.K., and Shaner, M.J. 1983. Guidelines to Assist Educators in Identifying Children of Neglect. Education. 103: 395-398.

- Sheerer, E.T. 1949. Analysis of The Relationship Between Acceptance of and Respect for Self and Acceptance of and Respect for Others in Ten Counseling Cases. Journal of Consulting Psychology. 13: 169-175.
- Shertzer, B. and Stone, S.C. 1980. Foundamentals of Counseling. 3rd ed. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Snyder, W.U. 1945. An Investigation of the Nature of Nondirective Psychotherapy. Journal of General Psychology. 33: 193-223.
- Stock, D. 1949. An Investigation into the Interrelations between the Self-Concept and Feelings Directed toward Other Persons and Groups. Journal of Consulting Psychology. 13: 176-180.
- Treppa, J.A., and Frike, L. 1972. Effects of Marathon Group Experience. Journal of Counseling Psychology. 19: 466-468.
- Trotzer, J.P. 1977. The Counselor and the Group: Integrating Theory, Training and Practice. California: Wadsworth Publishing Company, Inc.
- Zucker, J.S. 1987. An Investigation of The Relationships Among Social Isolation and Loneliness, Acceptance of Self and Acceptance of Others in The Community Elderly. Dissertation, New York University.

ກາດພາວກ

ภาคผนวก ก

สูตรสถิติที่ใช้ในการวิจัย

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

1.1 ค่าเฉลี่ย โดยใช้สูตร

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

\bar{X}	แทน	คะแนนเฉลี่ย
$\sum X$	แทน	ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
N	แทน	จำนวนคน

1.2 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

$$S.D. = \sqrt{\frac{\sum (X_i - \bar{X})^2}{N-1}}$$

S.D.	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
\bar{X}	แทน	คะแนนเฉลี่ย
$(X_i - \bar{X})^2$	แทน	ความแตกต่างของคะแนนแต่ละคน จากคะแนนเฉลี่ย ยกกำลังสอง
N	แทน	จำนวนคน

2. สถิติสำหรับวิเคราะห์คุณภาพของ เครื่องมือ

2.1 ค่าอำนาจจำแนกของแบบวัดการยอมรับตนเอง

t - independent test

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1) S_1^2 + (n_2 - 1) S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left[\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right]}}$$

เมื่อ	df	=	$n_1 + n_2 - 2$
\bar{X}_1	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มทดลอง	
\bar{X}_2	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มควบคุม	
n_1	แทน	จำนวนคนในกลุ่มทดลอง	
n_2	แทน	จำนวนคนในกลุ่มควบคุม	
S_1^2	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนกลุ่มทดลอง	
S_2^2	แทน	ความแปรปรวนของกลุ่มควบคุม	

2.2 ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการยอมรับตนเอง โดยใช้สูตร

$$\alpha = \frac{n}{n - 1} \left[1 - \frac{S_t^2}{S_t^2} \right]$$

เมื่อ	α	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่น
n	แทน	จำนวนข้อของ เครื่องมือวัด	
S_1^2	แทน	ความแปรปรวนเป็นรายข้อ	
S_t^2	แทน	ความแปรปรวนของ เครื่องมือทั้งฉบับ	

3. สถิติสำหรับการทดลองสมมุติฐาน

- 3.1 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนการยอมรับตนเองของเด็กกำพร้า
ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่ม โดยใช้สูตร
t - dependent test

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{[N \sum D^2 - (\sum D)^2] / (N-1)}}$$

$$df = n - 1$$

เมื่อ D แทน ความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่
N แทน จำนวนคู่

- 3.2 ทดสอบความแตกต่างของคะแนนการยอมรับตนเองของเด็กกำพร้า
ระหว่างกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุม ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่ม โดยใช้สูตร
t - independent test

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1) S_1^2 + (n_2 - 1) S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left[\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right]}}$$

เมื่อ df = $n_1 + n_2 - 2$
 \bar{X}_1 แทน ค่าเฉลี่ยของกลุ่มทดลอง
 \bar{X}_2 แทน ค่าเฉลี่ยของกลุ่มควบคุม
 n_1 แทน จำนวนคนในกลุ่มทดลอง
 n_2 แทน จำนวนคนในกลุ่มควบคุม
 S_1^2 แทน ความแปรปรวนของคะแนนกลุ่มทดลอง
 S_2^2 แทน ความแปรปรวนของกลุ่มควบคุม

ภาคผนวก ข
แบบวัดการยอมรับตนเอง

คำชี้แจง แบบวัดนี้เป็นแบบประเมินความรู้สึกของตนเอง ขอให้ท่านพิจารณาคำตอบตามความรู้สึกของท่านจริง ๆ

- การตอบ
1. ขอให้ท่านอ่านข้อความแต่ละข้อด้วยความระมัดระวัง แล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับสภาพความเป็นจริงที่ท่านประสบมากน้อยเพียงใด
 2. ขอให้ท่านตัดสินใจว่า ข้อความนั้น ๆ ตรงกับความรู้สึกของท่านระดับใดมากที่สุด (1 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 = ค่อนข้างเห็นด้วย 3 = ไม่น่าใจ 4 = ค่อนข้างไม่เห็นด้วย 5 = ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง) แล้วเขียนเครื่องหมาย x ตรงข้อที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด
 3. ในแต่ละข้อของแบบสอบถาม ขอให้ท่านตอบเพียงคำตอบเดียว และกรุณาตอบให้ครบทุกข้อ
- ขอขอบคุณในการให้ความร่วมมือ

ข้อที่	ความรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง	เห็นด้วย อย่างยิ่ง(1)	ค่อนข้าง เห็นด้วย(2)	ไม่น่าใจ (3)	ค่อนข้างไม่ เห็นด้วย(4)	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง(5)
1.	ฉันปรารถนาให้มีคนมาช่วยแก้ ปัญหาที่เกิดขึ้นกับฉัน	1	2	3	4	5
2.	ถ้าคนอื่นพูดถึงสิ่งที่ดีเกี่ยวกับตัว ฉัน ฉันคิดว่าเขาพูดเล่นและ ไม่จริงจัง	1	2	3	4	5
3.	ฉันไม่สามารถยอมรับคำวิพากษ์ วิจารณ์ที่ผู้อื่นมีต่อตัวฉันได้	1	2	3	4	5
4.	เมื่ออยู่ในงานสังคม ฉันไม่ค่อย กล้าพูดมากนัก เพราะกลัวการ หัวเราะเยาะถ้าฉันพูดผิด	1	2	3	4	5

ข้อที่	ความรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง	เห็นด้วย อย่างยิ่ง(1)	ค่อนข้าง เห็นด้วย(2)	ไม่แน่ใจ (3)	ค่อนข้างไม่ เห็นด้วย(4)	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง(5)
5.	ฉันคิดว่า ฉันใช้ชีวิตในปัจจุบัน อย่างไม่มีประสิทธิภาพ และฉัน ก็ไม่สามารถทำให้ดีขึ้นกว่าเดิม ได้	1	2	3	4	5
6.	ความรู้สึกต่าง ๆ ที่ฉันมีกับผู้อื่น นั้น ฉันรู้สึกว่าเป็นเรื่อง ที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ	1	2	3	4	5
7.	ความรู้สึกภายในไม่ทำให้ฉัน พอใจในสิ่งที่ฉันได้ทำ แม้ผล ของมันจะดี	1	2	3	4	5
8.	ฉันรู้สึกว่าตัวเองไม่เหมือน คนอื่น แต่ฉันก็ปรารถนาให้ ตัวเองเหมือนคนอื่น	1	2	3	4	5
9.	ฉันกลัวว่าผู้อื่นจะผิดหวัง ถ้า เขาได้รู้จักตัวฉันจริง ๆ	1	2	3	4	5
10.	ฉันรู้สึกว่าตัวเองด้อยอยู่บ่อย ๆ	1	2	3	4	5
11.	ฉันประหม่าและ เชนอาย เมื่อ อยู่ในกลุ่มคน	1	2	3	4	5

ข้อที่	ความรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง	เห็นด้วย อย่างยิ่ง(1)	ค่อนข้าง เห็นด้วย(2)	ไม่แน่ใจ (3)	ค่อนข้างไม่ เห็นด้วย(4)	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง(5)
12.	ฉันไม่สามารถประสบความสำเร็จได้เท่าที่ควรเพราะคนอื่น	1	2	3	4	5
13.	ฉันรู้สึกประหม่าและวางตัวไม่ถูก เมื่ออยู่ต่อหน้าคนที่มิฐานะเหนือกว่าฉัน เช่น ครู ครูแม่บ้าน หรือแขกที่มาเยี่ยม	1	2	3	4	5
14.	ฉันคิดว่าตัวเองเป็นโรคประสาท หรือมีความผิดปกติบางอย่าง	1	2	3	4	5
15.	บ่อยครั้งที่ฉันต้องพยายามทำตัวให้เป็นมิตรกับคนอื่น เพราะฉันคิดว่า เขาไม่ค่อยชอบฉัน	1	2	3	4	5
16.	ฉันรู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่า เช่นเดียวกับบุคคลอื่น	1	2	3	4	5
17.	ฉันมีความเชื่อมั่นในตนเองเพียงครึ่งเดียว	1	2	3	4	5

ข้อที่	ความรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง	เห็นด้วย อย่างยิ่ง(1)	ค่อนข้าง เห็นด้วย(2)	ไม่แน่ใจ (3)	ค่อนข้างไม่ เห็นด้วย(4)	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง(5)
18.	ถ้าฉันไม่ใช่คร่ำอย่างที่เป็นอยู่ ฉันคงประสบความสำเร็จมาก กว่านี้	1	2	3	4	5
19.	ฉันเป็นคนค่อนข้างอ่อนไหว เมื่อผู้คนพูดอะไรก็ตาม ฉันมัก จะคิดว่าเขาวิพากษ์วิจารณ์ฉัน แม้เมื่อได้พิจารณาในภายหลัง ว่าไม่ได้เป็นเช่นนั้นก็ตาม	1	2	3	4	5
20.	ฉันคิดว่าตนเองเป็นคนค่อนข้าง มีความสามารถ ซึ่งคนอื่นก็คิด เช่นนั้น แต่ฉันไม่ได้ให้ความสำคัญ สำคัญแก่ความสามารถนั้น	1	2	3	4	5
21.	ฉันมั่นใจว่าฉันมีความสามารถ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในอนาคต ของตนเองได้	1	2	3	4	5
22.	ฉันคิดว่าฉันแสดงตน เพื่อให้ผู้อื่น ประทับใจ และฉันรู้ว่าฉันไม่ได้ เป็นอย่างที่ฉันแสดงนั้น	1	2	3	4	5

ข้อที่	ความรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง	เห็นด้วย อย่างยิ่ง(1)	ค่อนข้าง เห็นด้วย(2)	ไม่แน่ใจ (3)	ค่อนข้างไม่ เห็นด้วย(4)	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง(5)
23.	ฉันรู้สึกว่าตนเองเป็นคนไม่ปกติ แต่ฉันก็ปรารถนาที่จะรู้สึกปกติ	1	2	3	4	5
24.	เมื่อฉันอยู่ในกลุ่มคน ฉันไม่ค่อย พูดมากนักเพราะกลัวการพูดผิด	1	2	3	4	5
25.	ฉันมักจะหลีกเลี่ยงการเผชิญ หน้ากับปัญหาของตนเอง	1	2	3	4	5
26.	เมื่อมีคนคิดในทางที่ดีเกี่ยวกับ ตัวฉัน ฉันรู้สึกผิดเพราะถ้าเขา รู้จักฉันจริง ๆ เขาจะไม่รู้สึก ดีต่อฉัน	1	2	3	4	5
27.	ฉันคิดว่าตนเองมีคุณค่า เช่นเดียวกับบุคคลอื่น และสิ่งนี้ ทำให้ฉันสามารถสร้าง สัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น	1	2	3	4	5
28.	ฉันรู้สึกว่าผู้คนมักจะปฏิบัติต่อฉัน แตกต่างไปจากการปฏิบัติต่อ บุคคลอื่น	1	2	3	4	5

ข้อที่	ความรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง	เห็นด้วย อย่างยิ่ง(1)	ค่อนข้าง เห็นด้วย(2)	ไม่แน่ใจ (3)	ค่อนข้างไม่ เห็นด้วย(4)	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง(5)
29.	ฉันมีชีวิตที่ขึ้นอยู่กับมาตรฐาน ของบุคคลอื่นมากเกินไป	1	2	3	4	5
30.	เมื่อฉันต้อง เสนอตนเองในกลุ่ม ฉันมักประหม่าและ เขินอาย และทำให้ยากที่จะพูดได้ดี	1	2	3	4	5

ภาคผนวก ค
สรุปผลการเปลี่ยนแปลงของสมาชิกในกลุ่ม
และ กระแสกลุ่ม

สรุปผลการเปลี่ยนแปลงของสมาชิกในกลุ่ม

1. ดาว - เป็นสมาชิกที่มีอายุมากที่สุดในกลุ่ม สมาชิกคนอื่นในกลุ่มจะกล่าวถึงดาวว่า เป็นคนที่สวย อ่อนหวานและน่ารัก แต่ไม่ค่อยมีความเข้มแข็งเท่าไร ดาวกล่าวว่าตนเองถูกเพื่อนที่โรงเรียนตลก เนื่องจากเป็นเด็กบ้านราชวิถี "เวลาเด็กบ้านราชไปเข้าแถวหรือไปยืนใกล้ ๆ เค้าจะมองตั้งแต่ศีรษะจรดเท้า ก็ไม่เข้าใจว่าทำไมเพื่อนเค้าต้องมองอย่างนี้ด้วย" เมื่อเข้าร่วมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ดาวคิดว่า จะเรียนให้เก่งเพื่อจะได้ชนะเพื่อนที่ตลก แต่พุดถึงตัวเองว่า "เราเป็นคนไม่ค่อยกล้า...ถ้าจะให้ตาต่อตา ฟันต่อฟัน คงไม่ไหว แบบไม่กล้า ใครตีก็จะตีตอบแต่ถ้าใครไม่ตีก็จะเฉย ๆ " และ"การที่ดาวมาเข้ากลุ่มทำให้ดาวเรียนรู้ว่า คนเรานั้นไม่เหมือนกันจะให้แค่คำพูดของทุกคนคงไม่ได้ ดาวจะเฉย ๆ ไว้ อดทน เข้มแข็งขึ้น เพื่อก้าวไปให้ถึงจุดหมายนั้น ดาวจะเข้มแข็งให้มาก ๆ เพื่ออนาคตของดาวเอง แม้ใครบางคนจะมองไม่เห็นค่าของเราก็ดำ...ดาวได้มาเข้ากลุ่มสอนอะไรหลาย ๆ อย่าง ซึ่งหากดาวไม่มาเข้ากลุ่มอาจจะไม่รู้"
2. น้อย - เป็นสมาชิกที่อยู่ที่สถานสงเคราะห์ มีระยะเวลาที่น้อยที่สุดในกลุ่ม สาเหตุที่เข้ามาอยู่ในความอุปการะของสถานสงเคราะห์ เนื่องจากบิดาเสียชีวิตและมารดาส่งมา สมาชิกจะกล่าวถึงน้อยว่า เป็นคนขี้อาย พุดจาไฟเราะอ่อนหวาน เสียงเล็ก ๆ นุ่ม นุ่มแต่นอนเก่ง การเปลี่ยนแปลงที่สังเกตเห็นได้จากน้อย คือ เมื่อแรกเริ่มในการเข้ากลุ่ม น้อยจะนั่งเงียบ ไม่ค่อยพุด แต่ถ้าใครพุดถึงพ่อแม่ น้อยจะร้องไห้ แต่เมื่อระยะเวลาผ่านไป น้อยจะมีส่วนร่วมในกลุ่มเพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัด ช่วยซักถามเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม มีส่วนร่วมในการสนทนากับกลุ่ม
3. ต่าย - เป็นสมาชิกที่ตัวใหญ่ที่สุดในกลุ่ม ไม่พอใจที่เพื่อนกล่าวถึงตัวเองว่าตัวใหญ่ ซึ่งต่ายกล่าวถึงตัวเองว่า "มีความเข้มแข็ง และมีความอ่อนโยนน้อยมาก" สิ่งที่ต่ายได้รับจากกลุ่ม คือ "มาร่วมกลุ่มอย่างนี้ได้รับความอบอุ่นภายในกลุ่ม ได้รู้จักตนเองว่าเพื่อน ๆ มองเราอย่างไร เพื่อน ๆ อีก 7 คนในกลุ่มคอยให้กำลังใจต่ายตลอดเวลา ทำให้ต่ายกล้ายอมรับตัวเองขึ้น"

4. สวย - เป็นสมาชิกที่มีอายุน้อยที่สุดในกลุ่ม สวยจะกล่าวถึงตัวเองว่าเป็นคนสวย ซึ่งเพื่อนในกลุ่มจะกล่าวว่า สวยเป็นคนสนุกสนาน มีอารมณ์ขัน สวยจะกล่าวถึงการเข้ากลุ่มว่า "ตั้งแต่ได้เข้ามาอยู่กลุ่มนี้ รู้สึกว่าตัวเองจะกล้าขึ้น และได้รับรู้ปัญหาต่าง ๆ ของเพื่อน และได้ช่วยกันแก้ไขให้ดีที่สุด... รู้สึกว่าตัวเองมีทางแก้ปัญหาได้มากขึ้น"
5. ปู - เป็นสมาชิกที่พูดเก่งที่สุดในกลุ่ม จะเป็นคนคอยจัดการหรือดำเนินการในกลุ่ม มีลักษณะที่พูดไปหัวเราะไปอยู่ตลอดเวลา เพื่อนสมาชิกคนอื่นในกลุ่มจะกล่าวถึงปูว่าเป็นคนขี้เล่น ไม่โกรธง่าย เมื่อเข้ากลุ่ม ปูได้เรียนรู้กับตัวเองว่าเป็นคนที่ไม่กล้าแสดงออก ได้รู้จักตัวเองและยอมรับได้มากขึ้น
6. เจี๊ยบ - เป็นสมาชิกที่เรียนเก่งมาก เพื่อนสมาชิกจะกล่าวถึงเจี๊ยบว่าเป็นคนที่เรียนเก่ง มีสติปัญญาเฉลียวฉลาด เจี๊ยบจะกล่าวถึงตัวเองว่าเป็นคนไม่ค่อยกล้า และกลุ่มได้ช่วยให้ตัวเองมีความกล้ามากขึ้น และได้กล่าวถึงกลุ่มว่า "เจี๊ยบได้ทำอะไรต่าง ๆ มากมาย เช่น ได้รับความสนุกสนาน ได้รู้จักตัวเองมากขึ้น ได้ระบายความในใจที่ไม่เคยได้พูดกับใคร... ได้รับฟังความคิดเห็นจากเพื่อน ๆ ในกลุ่ม และทราบถึงปัญหาของแต่ละคน ทำให้พวกเราทุกคนมีความเข้าใจและสนิทสนมกันมาก เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นทำให้เจี๊ยบประทับใจมาก เพราะถึงเวลาที่สนุก เราก็สนุกสนานกันทุกคน หัวเราะเสียงดังเฮฮา และยามที่เราเศร้า เราทุกคนก็จะร้องไห้ มันเป็นอะไรที่เจี๊ยบไม่เคยประสบมาก่อนเลย ครั้งนี้เป็นครั้งแรก ระยะเวลาที่พวกเราอยู่ร่วมกันนี้ เจี๊ยบจะจดจำตลอดไป"
7. น้อง - เป็นสมาชิกที่พูดน้อยที่สุดในกลุ่ม เพื่อนจะพูดถึงน้องว่าเป็นคนชอบอ่านหนังสือการ์ตูน ดูเป็นคนเจี๊ยบ ๆ เข้าใจยาก และอยากให้อ่านและยิ้มให้มากขึ้น น้องจะกล่าวถึงตนเองเป็นคนไม่ค่อยชอบพูด การเข้ากลุ่มช่วยให้น้องรักพี่ ๆ และเพื่อน ๆ มากขึ้น
8. นิต - อึดอัดที่จะต้องอยู่ในสถานสงเคราะห์ เผื่อรอคอยวันที่จะเป็นอิสระ (ออกไปพ้นจากความอุปการะของสถานสงเคราะห์) เมื่อเข้ากลุ่ม นิตจะกล่าวว่า จะพยายามทำวันนี้ให้ดีที่สุด เพื่ออนาคตของตนเองในวันข้างหน้า ไม่อึดอัดกับการรอคอยอีกต่อไป

บรรยากาศของกลุ่ม

ครั้งที่ 1 วันที่ 27 มกราคม 2537 เวลา 17.00 - 19.00 น.

สมาชิกกลุ่มค่อย ๆ ทอยกันมาถึงสถานที่นัดหมาย สมาชิกมีท่าทีทำเก๋ไก๋ไม่แน่ใจว่าจะต้องทำอะไรบ้าง ผู้นำกลุ่มทักทาย แนะนำตัว และบอกถึงวัตถุประสงค์ในการจัดกลุ่มในครั้งนี้อยู่ระยะเวลาที่จะพบกัน คือ จะพบกันทุกวันพฤหัสบดีในตอนเย็น คือ ตั้งแต่เวลา 17.00-19.00 น. และวันอาทิตย์ตอนเช้า ตั้งแต่เวลา 9.30-11.30 น. ครั้งละ 2 ชั่วโมง โดยจะพบกับกลุ่มรวมทั้งสิ้น 10 ครั้ง รวมระยะเวลา 20 ชั่วโมง

ผู้นำกลุ่ม สร้างให้เกิดบรรยากาศของความรู้สึกที่เป็นกันเอง โดยการให้สมาชิกแนะนำตัวเอง และให้สมาชิกบอกกล่าวถึงจุดมุ่งหมายในการมาเข้ากลุ่มในครั้งนี้ เพื่อให้สมาชิกเกิดความคาดหวังในการเข้ากลุ่ม และเกิดพันธะความรับผิดชอบของสมาชิกในการเข้ากลุ่ม

บรรยากาศของกลุ่มในช่วงนี้ สมาชิกยังคงค่อนข้างมีความระมัดระวังตัว ยังไม่ค่อยมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันนัก การพูดคุยในกลุ่มจะเป็นไปในลักษณะของการทำตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย ถึงเวลาที่จะต้องพูดก็จะพูด ปฏิสัมพันธ์และการสื่อสารระหว่างกันมีน้อยมาก

ครั้งที่ 2 วันที่ 30 มกราคม 2537 เวลา 9.30-11.30 น.

เมื่อผู้นำกลุ่มไปถึง สมาชิกทุกคนพร้อมอยู่แล้วที่สถานที่นัดหมายด้วยท่าทางกระตือรือร้น มีการพูดคุยกันถึง เรื่องที่จะพูดคุยกันในกลุ่ม

เริ่มดำเนินกลุ่ม ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแนะนำตนเองให้เพื่อน ๆ รู้จักมากขึ้นกว่าที่เคยบอกกล่าวในครั้งที่แล้ว ที่เพียงบอกชื่อ นามสกุล และชื่อบ้านพัก โดยให้แนะนำในหัวข้อ "กว่าจะมาถึงวันนี้ของฉัน" ผู้นำกลุ่มจะเป็นผู้นำในการแนะนำตนเองในลักษณะที่เปิดเผยตนเอง เพื่อเป็นตัวแบบแก่สมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม รวมถึงเป็นตัวแบบในการรับฟังอย่างตั้งใจและเชื่อมโยงให้สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน

บรรยากาศของกลุ่มในช่วงนี้จะ เป็นไปในลักษณะที่สนุกสนาน มีการแซวกันบ้าง หรือถ้ามีการกล่าวถึงพ่อแม่หรือครอบครัวบางคนก็จะร้องไห้ ลักษณะของปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกที่มีต่อกันในกลุ่ม ถึงแม้จะมีการซักถามก็เป็นไปในรูปแบบของการอยากรู้ อยากเห็นส่วนตัว ในลักษณะของการมองตนเองเป็นศูนย์กลาง สังเกตเห็นท่าทีของสมาชิกผ่อนคลายลงมากกว่าการพบกลุ่มในครั้งแรก สังเกตได้จากคำพูดแซวเพื่อนสมาชิกที่พูดในกลุ่ม

ครั้งที่ 3 วันที่ 3 กุมภาพันธ์ 2537 เวลา 17.00-19.00 น.

เมื่อนำกลุ่มไปถึง มีสมาชิกรอพบ 7 คน สมาชิกชกถามถึงคนที่ยังไม่มาอีก 1 คน กลุ่มตกลงใจจะรอสมาชิกที่ยังไม่มา มีสมาชิกบางคนอาสาไปตามสมาชิกที่ยังไม่มา สักพักสมาชิกก็มาครบจำนวน 8 คน สมาชิกที่มาสายขอโทษกลุ่มที่ทำให้ต้องรอน และกล่าวว่าสาเหตุที่มาสายเนื่องจากต้องทำเวรที่ได้รับมอบหมายจากครูแม่บ้าน เพิ่งสามารถแลกเวรได้จึงมาพบกลุ่มสาย

ผู้นำกลุ่ม เริ่ม เปิดกลุ่ม โดยการกล่าวสรุปถึงกลุ่มเมื่อครั้งที่แล้ว และให้สมาชิกออกไปหาสิ่งของบริเวณใกล้เคียงที่สามารถใช้เป็นสัญลักษณ์แทนตนเองได้ คนละ 1 ชิ้น และให้สมาชิกได้บอกเล่าถึงสัญลักษณ์ของตนเองในกลุ่ม

กลุ่มในช่วงนี้เสนอสัญลักษณ์ได้เพียงคนเดียว เนื่องจากสมาชิกคนหนึ่งใช้กลุ่มเพื่อช่วยเหลือตนเองที่ถูกเพื่อนที่โรงเรียนมองอย่างดูถูกเมื่อรู้ว่าตนเป็นเด็กบ้านราชวิถี ทำให้สมาชิกผู้นั้นเสียใจ สมาชิกในกลุ่มจะร่วมมือเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในการช่วยเหลือเพื่อนที่ไม่สบายใจทั้งให้คำแนะนำปลอบใจ รวมถึงให้กำลังใจ

ก่อนการยุติกลุ่ม มีสมาชิกผู้หนึ่งขออนุญาตที่จะไม่มาร่วมกลุ่มในครั้งต่อไป เนื่องจากติดซ่อมเดินพาเหรดในงานกีฬาของโรงเรียน สมาชิกคนอื่นแสดงความเสียใจและขยับขอให้สมาชิกผู้นั้นมาได้ โดยบอกว่าขอลาครุมาบ้างหรือหนีมาบ้าง สมาชิกที่ติดงานขอใช้เวลาไปพยายามหาวิธีมาก่อน แต่ไม่รับปากว่าจะสามารถมาพบกลุ่มได้ในครั้งต่อไป

ครั้งที่ 4 วันที่ 6 กุมภาพันธ์ 2537 เวลา 9.30-11.30 น.

ผู้นำกลุ่มไปถึงที่นัดหมายเร็วกว่ากำหนด สมาชิกค่อย ๆ ทอยกันมาถึงที่นัดหมาย มีการพูดคุยและคาดคะเนถึงสมาชิกที่ติดงานของโรงเรียนว่าจะมาได้หรือไม่ เมื่อถึงเวลานัดสมาชิกมาพร้อมกันทั้ง 8 คน สมาชิกแสดงท่าทีดีใจที่เพื่อน ๆ มากันได้ครบทุกคน

กลุ่มในครั้งนี้มี การเสนอสัญลักษณ์ของสมาชิกเพิ่ม สมาชิกเริ่มรู้ถึงบทบาทของตนเอง มีการชกถามและแสดงความคิดเห็น รวมถึงเล่าประสบการณ์ของตนเพื่อร่วมรู้สึกกับเพื่อน สังเกตลักษณะของการแสดงความรู้สึก จะเปิดเผยเรื่องราวของตนเอง จะเป็นลักษณะที่มีความไว้วางใจต่อกัน โดยเพื่อน ๆ จะตั้งใจฟังเรื่องของผู้เสนอ

ครั้งที่ 5 วันที่ 10 กุมภาพันธ์ 2537 เวลา 17.00-19.00 น.

วันนี้มีสมาชิกรออยู่เพียง 6 คน เมื่อผู้นำกลุ่มถามถึงสมาชิกที่เหลือ ได้รับคำตอบว่า ยังไม่ได้กลับจากโรงเรียนทั้งคู่ เนื่องจากไม่แน่ใจว่าสมาชิก 2 คนที่เหลือจะมาหรือไม่ ผู้นำกลุ่ม จึงตัดสินใจเริ่มกลุ่มเลยไม่ได้รอสมาชิกที่ยังไม่มา ขณะดำเนินกลุ่มไปได้สักครู่ สมาชิกอีก 2 คนก็ รีบร้อนมาที่ดำเนินกลุ่ม สมาชิกที่อยู่ต่างแสดงความดีใจที่เพื่อนมาครบทั้ง 8 คน

ผู้นำกลุ่มสรุปเรื่องที่ผ่านมาคร่าว ๆ ให้สมาชิกที่มาใหม่ได้ทราบถึงเรื่องราวการดำเนิน กลุ่มที่ผ่านมา ในช่วงนี้จะสังเกตได้ว่า สมาชิกจะมีความใกล้ชิดกันมากยิ่งขึ้นแทบจะไม่มีช่องว่าง ระหว่างกัน แม้แต่ช่องว่างระหว่างตัวของผู้นำกลุ่มกับสมาชิก แต่เท่าที่ความสนใจในเรื่องราวของ เพื่อนสมาชิกที่เสนอของสมาชิกบางคนในครั้งนี้อยู่เนือย ๆ ถึงแม้จะมีการซักถามและให้คำแนะนำ แก่เพื่อนก็ตาม

ผู้นำกลุ่มสังเกตเห็นสมาชิกส่วนใหญ่มีความสนใจในเรื่องเพลง เมื่อถามสิ่งที่ชอบมักจะ บอกรายชื่อหนังหรือบอกว่าชอบเพลง ชอบร้องเพลง ผู้นำกลุ่มจึงมอบหมายให้สมาชิก เลือก ส่วนของเพลงที่ตนเองชอบมากที่สุดเพียงส่วนเดียว เพื่อมาเสนอให้แก่เพื่อนสมาชิกในกลุ่ม บอก สาเหตุที่ชอบและเพลงเหล่านี้เกี่ยวข้องกับตัวเองอย่างไร มาเสนอให้แก่เพื่อนสมาชิกในกลุ่ม ใน การพบกันครั้งต่อไป

ครั้งที่ 6 วันที่ 13 กุมภาพันธ์ 2537 เวลา 9.30-11.30 น.

เมื่อผู้นำกลุ่มมาพบ มีสมาชิกรออยู่ก่อนแล้ว 4 คน สมาชิกต่างก็พูดกันถึงเพลงที่ ตนเองต้องเสนอในกลุ่ม จนกระทั่งสมาชิกมาครบจำนวน

กลุ่มเริ่มด้วยท่าที่ขัดเขินอย่างเห็นได้ชัด มีการเกียกกันให้เสนอเพลงให้เพื่อนในกลุ่ม ในที่สุดก็มีสมาชิกผู้หนึ่งอาสาจะเป็นผู้เสนอเป็นคนแรก กลุ่มจะเงยบกริบ ตั้งใจฟังจนคนร้องเพลง ประหม่า เมื่อมีสมาชิกเริ่มต้นร้องเพลงและผ่านไปได้ สมาชิกคนอื่น ๆ จึงเริ่มมีท่าทีที่ผ่อนคลาย และเริ่มซักถาม แสดงความคิดเห็นกับเพื่อนได้ตามปกติ

ก่อนการยุติกลุ่ม สมาชิกขอให้ผู้นำกลุ่มร้องเพลงให้ฟังบ้าง ผู้นำกลุ่มจึงสอนเพลง "ฉัน และเธอ" เมื่อยุติกลุ่ม สมาชิกเดินกลับบ้านพักร่วมกัน พร้อม ๆ กับยิ้มเพลงที่ผู้นำกลุ่มเพิ่งสอน

ครั้งที่ 7 วันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2537 เวลา 17.00 - 19.00 น.

ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้มีโอกาสให้ข้อมูลย้อนกลับแก่กัน โดยการให้สมาชิกได้เลือกหาสิ่งของที่มีอยู่ภายในบริเวณที่ทำการกลุ่ม เพื่อใช้เป็นสัญลักษณ์ที่เหมาะสมที่สุดในการใช้แทนตัวเพื่อนสมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม

เมื่อได้สิ่งของมาแล้ว ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกมอบให้แก่กันทีละคน พร้อมกับการบอกกล่าวประโยคที่แสดงถึงลักษณะของบุคคลผู้นั้นที่ผู้มอบสิ่งของให้มองเห็น เพื่อให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนได้มีโอกาสเปรียบเทียบระหว่างการมองตนเอง และการที่ผู้อื่นมองคน

สมาชิกได้มีโอกาสค้นพบตัวเองจากมุมมองของบุคคลอื่น

ครั้งที่ 8 วันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2537 เวลา 17.00-19.00 น.

เริ่มต้นกลุ่ม สังเกตว่าสมาชิกมีความคุ้นเคยกันมาก เมื่อผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้พูดถึงเรื่องความไม่สบายใจของตนเอง สมาชิกได้พูดถึงความวิตกกังวลที่ต้องอยู่ร่วมกับคนหลายคนในสถานสงเคราะห์ จนกระทั่งถึงความขัดแย้งกันของสมาชิกในกลุ่ม ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกได้พูดจากันโดยตรง (direct communication) รวมถึงการให้ข้อมูลย้อนกลับอย่างตรงไปตรงมา เพื่อให้เกิดการพิจารณาตนเองและเข้าใจตนเองมากยิ่งขึ้น

ครั้งที่ 9 วันที่ 20 กุมภาพันธ์ 2537 เวลา 9.30-11.30 น.

ในการมาร่วมกลุ่มครั้งนี้ ผู้นำกลุ่มสังเกตเห็นสมาชิกบางคนมีท่าเหนื่อย ๆ เมื่อผู้นำกลุ่มซักถาม ได้ความว่า สมาชิก 2 คนในกลุ่มมีปัญหาเกี่ยวกับเจ้าหน้าที่ของสถานสงเคราะห์ เนื่องจากได้หนีออกไปจากสถานสงเคราะห์เมื่อวันวาน คือวันเสาร์ที่ผ่านมา เพื่อไปทำรายงาน แต่ถูกจับได้เนื่องจากคนคุดันทางถูกสุนัขกัดเป็นแผลใหญ่มาก เมื่อผู้หนีไปกลับมาจึงถูกสอบสวนและคาดโทษจากเจ้าหน้าที่ของสถานสงเคราะห์

บรรยากาศของกลุ่มในครั้งนี้ จึงเป็นเรื่องของความวิตกกังวลของการที่ต้องอยู่ในสถานสงเคราะห์ ลักษณะความรู้สึกของสมาชิกจะมีส่วนร่วมทางความรู้สึกมาก แต่ก็มีบางคนที่มีความคิดเห็นขัดแย้ง สังเกตเห็นว่าสมาชิกมีความเป็นตัวของตัวเอง กล้าแสดงออกถึงความคิดของตนเองออกมาอย่างอิสระ



ครั้งที่ 10 วันที่ 27 กุมภาพันธ์ 2537 เวลา 9.30 - 11.30 น.

ครั้งนี้เป็นการพบกลุ่มเป็นครั้งสุดท้าย ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสรุปถึงสิ่งที่เกิดขึ้นหรือเปลี่ยนแปลงในตัว of สมาชิก จากการพบกันตั้งแต่ครั้งแรกจนถึงปัจจุบัน รวมถึงผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทบทวนถึง วัตถุประสงค์ของตนเองในการมาเข้าร่วมกลุ่มครั้งนี้ สมาชิกทุกคนตอบว่ากลุ่มสามารถตอบ วัตถุประสงค์ของตนเองได้ และเมื่อมีสมาชิกบางคนแสดงความเสียใจที่กลุ่มจะยุติลง ผู้นำกลุ่ม เปิดโอกาสให้สมาชิกได้สำรวจตัวเองและได้เรียนรู้ เพื่อที่จะพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีงามที่ได้รับจาก เพื่อนสมาชิกในกลุ่มไปสู่บุคคลอื่นภายนอกกลุ่ม

ผู้นำกลุ่ม เปิดโอกาสให้สมาชิกบอกกล่าวความรู้สึกต่อกันเป็นรายบุคคลทีละคน ผู้นำกลุ่ม กล่าวสรุปและขอบคุณสมาชิกทุกคนในการให้ความร่วมมือ ให้ความไว้วางใจและให้เกียรติแก่ผู้นำ กลุ่มในการมาร่วมกลุ่มทุกครั้ง รวมถึงกล่าวขอโทษ ถ้าคำพูดที่ผู้นำกลุ่มใช้จะกระทบกระเทือนแก่ สมาชิกในกลุ่ม หลังจากนั้นผู้นำกลุ่มลาจากสมาชิกด้วยการร้องเพลง "ฉันและเธอ" ร่วมกับสมาชิก ในกลุ่ม

ก่อนจะแยกย้ายกันไป ผู้นำกลุ่มขอให้สมาชิกทุกคนตอบแบบวัดการยอมรับตนเอง เป็นการวัดผลภายหลังการทดลอง (post test) สังเกตเห็นว่าสมาชิกมีความตั้งใจตั้งใจในการทำ แบบวัดมากเป็นพิเศษ สมาชิกแต่ละคนจะแยกย้ายกันไปนั่งตามลำพัง สมาชิกที่ตอบแบบวัดเสร็จ แล้ว จะรอเพื่อนสมาชิกที่ยังทำแบบวัดยังไม่เสร็จ ขณะที่รอก็จะร้องเพลงที่มีความหมายต่าง ๆ ไปด้วย เช่น เพลงด้วยรักและผูกพัน กำลังใจ เป็นต้น

ตัวอย่างกระแสกลุ่ม

ครั้งที่ 1 : 27 มกราคม 2537 เวลา 17.00-19.00 น.

ลำดับชั้น : ชั้นเริ่มต้น

ผู้นำกลุ่ม : ความคาดหวังของน้อง ๆ ที่มาร่วมกลุ่มในครั้งนี้ ก็มีต่าง ๆ กันนะคะ ได้รู้จักตนเอง เข้าใจตนเอง ได้ปรึกษาปัญหาของตนเอง ได้ร่วมกันแก้ไขปัญหา จากการที่พี่ได้พูดคุยกับน้อง ๆ เมื่อก่อนในวันที่ได้รับสมัครน้องมาเข้ากลุ่มนะคะ พี่ก็ได้บอกน้อง ๆ แล้วว่า วัตถุประสงค์หลักของการจัดกลุ่มในครั้งนี้คือ เพื่อการยอมรับตนเอง จะได้หรือไม่ได้ขึ้นอยู่กับน้องต้องบอกพี่... เราจะไม่บอกเรื่องที่เกิดขึ้นให้คนอื่นฟัง เป็นการให้เกียรติซึ่งกันและกัน เพราะว่าคนอื่นไม่ได้อยู่ในสถานะภาพเช่นเดียวกับที่เราอยู่ ไม่เข้าใจ ไม่อยู่ในบรรยากาศตรงนี้ และนับเป็นโอกาสอันดีที่เราจะใช้เวลา 20 ชั่วโมงที่จะเรียนรู้ไปด้วยกัน พร้อมๆกัน กลุ่มนี้เป็นกลุ่มปิด เราจึงไม่เปิดรับสมาชิกใหม่ และทุกๆ คนมีความสำคัญเท่าๆกันที่จะเป็นทั้งผู้เรียนและผู้สอนในกลุ่ม ที่นี้พี่ก็อยากจะถามน้องๆ บ้างว่ามีอะไรเกิดขึ้นกับตัวเรา เมื่อกันตอนที่แนะนำตัว และบอกถึงจุดประสงค์และความคาดหวัง ในการมาเข้ากลุ่มครั้งนี้กับเพื่อน ๆ

(ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกบอกถึง ความคาดหวังในการเข้าร่วมกลุ่ม เพื่อก่อให้เกิดพลังบำบัด ที่มีประสิทธิภาพ เพิ่มมากขึ้น)

ปู : คืออยากจะบอก เรามาคุยกัน เป็นคนกันเองคือไม่เขินไม่อะไรเป็นกันเองอยู่แล้วก็คุยได้เต็มที่ อยากจะพูดอะไรก็พูดออกมา คืออยากจะแสดงอะไรก็แสดงออกมา ไม่เหมือนกับในชั้นเรียนนี้คนเยอะเราไม่กล้าต้องรอให้ถึงคิวเราก่อนทั้งๆ ที่เราไม่พร้อมเราก็ต้องไปรายงานหน้าชั้น แต่ที่เราพร้อมเมื่อไหร่เราพูดนะจะพูดอะไรก็พูดออกไปเลยเป็นกันเอง

เจียบ : ใช่

ต่าย : รู้สึกมีความกล้าขึ้น ความรู้สึกเป็นตัวของตัวเองความรู้สึกไม่เหมือนที่โรงเรียน ต้องเรียงถึงคิวเวลาออกไปพูดหน้าชั้น เรากลัว เราสั่น พอมาถึงนี่แล้ว ไม่ต้องเรียงคิวใครพร้อมก็พูดก่อน อยากให้ที่โรงเรียนเป็นแบบนี้มีอิสระไม่ต้องมีหมายเลข

.....

ครั้งที่ 2 : 30 มกราคม 2537 เวลา 9.30-11.30 น.

ลำดับชั้น : ชั้นเริ่มต้น

ผู้นำกลุ่ม : วันนี้เราก็ได้พูดกันถึงหัวข้อ "กว่าจะมาถึงวันนี้ของฉัน" พอจะบอกพี่ได้ไหมคะว่าได้เรียนรู้อะไรบ้าง

(ผู้นำกลุ่มทำให้สมาชิกตระหนักถึงคุณค่า และระยะเวลาที่สมาชิกได้มาอยู่ร่วมกับกลุ่ม)

น้อย : ก็เข้าใจชีวิตของแต่ละคนมากขึ้น เข้าใจตัวเคามากขึ้น

นิด : ก็คิดว่าเราคงไม่แยะคนเดียว คนอื่นเค้าก็มีปัญหาเหมือนกับเรา

สาย : มีความรู้สึกที่เวลาอยู่ที่บ้านพัก ก็เล่นกันแบบเรารู้จักกันแต่พอมาอยู่ที่นี่ความรู้สึกแบบเพื่อน ที่พูดระบายออกมาทำให้เรารับรู้เราเข้าใจความรู้สึกของเราเพิ่มขึ้น

เจียบ : รู้สึกถึงปัญหาของตัวเอง

ปู : รับฟังปัญหาของคนอื่น แล้วรู้สึกว่าทุกคนเหมือน ๆ กันเราปัญหาอาจแตกต่างกันได้ แต่ว่าทุกคนก็ต้องมีปัญหา

น้อง : มีความรู้สึกว่าคนอื่นคล้าย ๆ กับเรา

.....

ครั้งที่ 3 : 3 กุมภาพันธ์ 2537 เวลา 17.00-19.00 น.

ลำดับชั้น : ชั้นการทำงาน

ดาว : เปรียบตัวเองเหมือนกับเงิน คือแต่ละคนจะมีนิสัยไม่เหมือนกัน เปรียบเหมือนกับนิสัยเราอารมณ์เราก็มีต่าง ๆ ทุกคนต้องการเงิน เงินก็เป็นที่ต้องการ

ผู้นำกลุ่ม : อยากให้เป็นที่ต้องการ

ดาว : อยากให้ยอมรับคือไม่รู้สึกที่โรงเรียนดาว เวลาเด็กบ้านราชไปเข้าแถวหรือไมยน์ใกล้ ๆ มีเพื่อนคนหนึ่งเค้าจะมองตั้งแต่หัวจรดเท้า หนูไม่เข้าใจว่าทำไมเพื่อนเค้าต้องมองอย่างนี้ด้วย (สะอื้น)

ผู้นำกลุ่ม : น้องรู้สึกสะเทือนใจที่...

(ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกได้สำรวจความรู้สึกที่แท้จริงของตน)

ดาว : มันอึดอัดมันไม่รู้อะไรจะพูดยังไงนะ (เจียบ)

ต่าย : เวลาออกไปเที่ยวนะ กลุ่มคนข้างนอกเค้าก็มองแบบคล้าย ๆ กับที่นี่เป็นสถานที่ไม่ดี

ปู : เต้าเคยเห็นแล้วก็เหมาเอาหมดเลย เต้ามองภาพรวม ส่วนลึกเต้าไม่ได้มองเวลา
เต้ามอง เต้าก็มองสถานที่อย่างนั้นะ เป็นอย่างเนี่ย เต้าก็เลยเหมารวมเอาหมดเลย

ผู้นำกลุ่ม : แล้วเราในฐานะที่เป็นแบบนี้ เราทำยังไง

(ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสำรวจสภาพของปัญหาที่ตนเองประสบในเชิงของพฤติกรรม)

ดาว : เท่าที่หนูทำอยู่ก็คือ ถ้าเกิดเพื่อนคนนี้เต้าไม่ยากคบกับเรา เต้ามองเราแบบนี้เราก็
จะไม่ยุ่ง เราก็จะเฉย ๆ ไป บางทีก็ทนไม่ไหวไม่รู้จะทำอย่างไร ก็ระบายกันเองใน
กลุ่ม เพื่อนอยู่โรงเรียนเดียวกันและเพื่อนกลุ่มเดียวกันนี่จะมาพูดว่าัยคนนี้นะทำไมมอง
เราอย่างนี้ ก็ระคายกันเองนะ ก็แบบไม่รู้จะแก้งังใจก็ตัดปัญหาแบบไม่เข้ายุ่ง แต่ว่า
เราไม่ยุ่ง เต้าก็อยากยุ่ง เต้าก็จะคอยตามมาอยู่เรื่อย เมื่อวานนี้ก็เจอเต้าก็มอง
มองเราแต่ตัวแบบนี้ เต้าจะมองตั้งแต่หัวจรดเท้า

ผู้นำกลุ่ม : ทางที่ดาวทำอยู่คือหนี

(ผู้นำกลุ่มสะท้อนลักษณะ เชิงพฤติกรรมที่สมาชิกแสดงออกเมื่อประสบกับปัญหา)

ดาว : (เสียงสะท้อน) ใช่ค่ะ

ผู้นำกลุ่ม : แล้วเราเป็นอย่างไรคะ

(ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกสำรวจความรู้สึกของตนเอง)

ดาว : ถ้าวันไหนไม่เจอก็แล้วไป แต่ถ้าเจอเมื่อไหร่ก็.....

ปู : ในความคิดนะอยากจะแนะนำว่า (หัวเราะ) ไม่รู้ว่าดีหรือปล่าวคือ คิดว่าสังคมต่อไป
ข้างหน้ามันคงต้องมีอย่างนี้ก็ต้องมีคนชอบเราบ้าง ไม่ชอบเราบ้าง อันนี้ยังสังคมอย่าง
คือไม่ค่อยกว้างเท่าไร มองไปข้างหน้า สังคมเราต้องกว้างกว่านี้ คนต้องมีอย่างนี้
ดาวต้องทำใจ

ดาว : ต้องทำใจ

ปู : ใช่เราต้องทำใจ เราต้องเปิดใจเรา

ดาว : ใช่ค่ะ

(สมาชิกเกิดการตระหนักว่าตนไม่สามารถจะเป็นที่ยอมรับของทุกคนได้)

ปู : แต่ว่าเราอย่าไปแคร์เต้ามาก สังคมมันต้องอยู่อย่างนี้ มันต้องมี

ดาว : นี่ขนาดต่างห้องนะ ไม่ได้อยู่ห้องเดียวกันยังกระทบขนาดนี้ เต้าดูถูก ไม่เข้าใจ ก็
น้อยใจนะ บางที...

ปู : ลองนึกส่วนดีของเราสิ

ดาว : เค้านึกถึงดาวจัง ดาวก็ยังคงคิดว่า เออ! ถ้าวันไหนเราจะประสบผลสำเร็จก็อยากให้
เค้ามานำหน้าเราตรงจุดนั้น

ปู : สักวันหนึ่งเราจะก้าวไปด้วยกัน

(สมาชิกร่วมกันร้องเพลงให้ดาว "ขออวยอ้อมแพ้อาย่าอ่อนแอแม่จะร้องให้")

ดาว : ขอขอบคุณค่ะ ดาวอยากถาม มีเพื่อนประสบปัญหาแบบดาวบ้างหรือเปล่า แล้วเพื่อนแก้
ยังไง เพื่อนจะนำมาใช้กับตัวเองบ้าง

สว : ว่าเป็นเด็กบ้านราชก็รู้สึกอะไรแต่ถ้าเค้ามานำหน้าก็เจ็บนะ

ดาว : ถ้าเกิดบ่อย ๆ บ่อยมากเลยเนี่ยจะแก้ไขอย่างไร

สว : ก็มองแล้วส่วนมากเพื่อน ๆ ที่สนิทกัน ก็จะช่วยค่า (ฮา) แล้วก็พุดกับเค้าว่าเด็ก
กำพร้าก็เป็นคน

น้อย : ที่ห้องเพื่อน ๆ เค้ารู้ทั้งห้อง เค้าไม่ว่าอะไรเค้าใจดี เข้าใจดี ทั้งเพื่อน ๆ อาจารย์
เวลามีท่อนอะไร เค้าก็จะบอกให้

นิต : เพื่อนิดจะเข้าใจไม่มีปัญหาอะไร

ดาว : นิตไม่เคยเจอหรือเพื่อนไม่รู้

นิต : รู้เพื่อนรู้ อาจารย์ก็รู้ แต่ก็ไม่พุดอะไร เค้าก็บอกว่าที่นี้กว้างดี น่ายู่

ดาว : ความจริงคนที่มองดาวแบบดูลูกนั้นก็มีคนเดียว ดาวยังมีเพื่อนที่เข้าใจ ดาวอีกตั้งเยอะ
เยอะ แต่กรณีที่เราที่ค่อนข้างหนักใจ ท้อเหมือนกัน พุดคุยกับพวกเพื่อน ๆ ในกลุ่ม
แล้วก็ดีขึ้น คืออยากพุดอะไร ก็มีโอกาสดูพุดอะไรอย่างเนี่ย อยากพุดอยากเล่า
อะไรก็มีโอกาสได้เล่า

(สมาชิกเกิดการตระหนักรู้ว่าตนเองไม่จำเป็นต้องได้รับความรักจากทุกคน ตามแนวของ RET)

.....

ครั้งที่ 4 : 6 กุมภาพันธ์ 2537 เวลา 9.30 - 11.30 น.

ลำดับชั้น : ชั้นการทำงาน

นิต : สัญลักษณ์คือนาฬิกาค่ะ ที่นิตเลือกนาฬิกาก็เพราะว่ามันเป็นอย่างหนึ่งนะ ที่พอทำอะไร
อย่างนี้ มีเวลาคอยกำกับเรา จะตื่น จะนอน จะกิน ไปโรงเรียน จะไปไหนก็แล้วแต่
รู้สึกว่าเวลาคอยกำกับเราทุกอย่าง ต้องคอยดูเวลาตลอดว่า ตอนนั้นนะ ได้เวลาทำ
อะไรแล้ว ต้องทำอะไรตื่นนอนก็ดูนาฬิกาว่าก็โหมงแล้ว ต้องรีบไปโรงเรียน พอดัง

โรงเรียนก็ดูเวลาว่าเมื่อไหร่จะเลิกเรียน เราก็ดูเวลาว่า เมื่อไหร่จะถึงเวลากลับบ้าน เพราะมันเหมือนเป็นอย่างหนึ่งที่แบบว่า เวลาเรียนนะ พอเราจบ เราก็ต้องรอเวลาที่เราจะจบการศึกษา ทำนองเนี้ยค่ะ

ดาว : รู้สึกว่าชีวิตของนิตต้องทำอะไรตามเวลาตลอด

นิต : ก็คงจะเป็นอย่างนั้น

ผู้นำกลุ่ม : แล้วการที่เราเป็นอย่างนี้มีผลกับเรายังไง ที่เราจะต้องทำอะไรเป็นเวลาตลอด อันนี้ก็ต้องเป็นเวลา อันนั้นก็ต้องเป็นเวลา มีเวลาคอยกำกับตลอด

(ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกได้สำรวจความรู้สึกของตนเอง)

นิต : อันนี้บางครั้งก็รีบเร่งในช่วงระยะเวลาหนึ่ง แต่เราก็อาจมีเวลาส่วนตัวอิสระไว้ด้วย

ผู้นำกลุ่ม : รีบเร่ง ขยายคำนี้สิคะ

นิต : เมื่อเราต้องทำอะไรสักอย่างนึง ก็ยากให้ทันเวลาที่ตั้งไว้ ไข่ม้อยคะตั้งกฎเกณฑ์เอาไว้ ก็ยากให้ทันเวลาที่สัปดาห์เกิดเราไม่ตั้งเวลาไว้อย่างนั้นก็จะเป็นเวลาที่เกินควรวไป

ผู้นำกลุ่ม : แล้วเคยได้ตั้งเวลาไว้มั๊ย

นิต : มีบ้าง

ผู้นำกลุ่ม : พอจะเล่าให้ฟังได้มั๊ยคะว่า เวลาที่ตั้งไว้คืออะไร

นิต : ตั้งเวลาไว้เหรอ ตั้งเวลาไว้คือ เวลาที่จบจากสถานสงเคราะห์

ผู้นำกลุ่ม : รอเวลาที่จบ

นิต : รอเวลาที่จบออกจากสถานสงเคราะห์ มีอิสระ รอ (ถอนหายใจเอือกใหญ่)
รอทุกอย่าง

ผู้นำกลุ่ม : แล้วการรอเนี้ยก่อให้เกิดผลยังไง

นิต : (เงิบและมีสีหน้าไม่สู้ดีนัก)

ดาว : รอเวลา ไม่น่าปล่อยเวลาไป อย่างตอนที่เรายู่โรงเรียน รอเวลาว่าพรุ่งนี้จะขยัน

ผู้นำกลุ่ม : ดาวอยากจะบอกกับนิตว่า

(ผู้นำกลุ่มเอื้อให้สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันโดยตรง)

ดาว : อยากให้อัดทนเพื่อให้ถึงเวลาที่รอคอย แต่ขณะที่รอก็ขอให้ทำสิ่งที่ต้องทำไปด้วย ไม่ใช่ใช้เวลารออยู่อย่างเดียว

นิต : ก็พยายาม และก็พยายามให้มีความสุขกับการรอคอย

ครั้งที่ 5 : 10 กุมภาพันธ์ 2537 เวลา 17.000 - 19.00 น.

ลำดับชั้น : ชั้นการทำงาน

ผู้นำกลุ่ม : พี่สังเกตเห็นนะคะว่า ปุ่มักจะคอยเป็นคนจัดคิวให้คนอื่นได้พูด ตอนนั้นได้สังเกตเห็นคะว่าเกิดอะไรขึ้นกับตัวเอง

(ผู้นำกลุ่มเอื้อให้สมาชิกเกิดการตระหนักรู้ในตนเองในการกระทำที่เป็นปัจจุบัน)

ปู : คืออยากให้คนอื่นก่อนนะคะ

ผู้นำกลุ่ม : แต่ที่สุดแล้วก็ต้องถึงคิวฉัน (ฮา)

ปู : เวลาที่มีกิจกรรมอะไรอย่างนี้ ชอบ คืออยากร่วมแต่ไม่กล้า (หัวเราะ) ขาดความกล้า

ผู้นำกลุ่ม : ได้เรียนรู้กับตัวเองว่า

(ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสำรวจตนเองในระดับลึกมากขึ้น)

ปู : รู้สึกว่าตัวเองอยาก ออกมาแสดงออก เวลาเค้ามีกิจกรรมหรือมีอะไร อยากแสดงออก แต่ว่าเราไม่กล้า คือเรากลัวอยู่ในใจ แต่เราไม่กล้าแสดงออกมา

ผู้นำกลุ่ม : ค่ะ แต่พี่ก็ขอบคุณนะคะ เพราะพี่จะเห็นปูให้ความร่วมมือกับกลุ่ม เป็นอย่างดี รวมถึงตั้งใจฟังที่เพื่อนทุกคนพูดเป็นอย่างมาก เอาจะค่ะ ตอนนั้นพี่ก็ขอให้น้อง ๆ ทุกคน ทบทวนแบบฝึกหัดที่ผ่านมานะคะ ว่าเราได้ค้นพบอะไรบ้าง คนละเล็กคนละน้อยค่ะ

(ผู้นำกลุ่มแสดงให้เห็นลักษณะของสมาชิกที่ดีว่าเป็นเช่นใด เพื่อเป็นตัวแบบให้ผู้อื่นปฏิบัติตาม รวมถึงให้สมาชิกสรุปถึงการเรียนรู้ที่ได้จากกลุ่ม เพื่อให้การอยู่กับกลุ่มมีคุณค่าและความหมายยิ่งขึ้น)

นิต : สิ่งที่ได้ ได้ความคิดจากพี่ดาว คิดว่าถ้าเกิดคิดเรียนถึงระดับพี่ดาวอย่างนี้ คิดว่าถ้าเกิดเรา เรารู้แล้ว เรามีพื้นฐานมาแล้วอะไรอย่างนี้ ถ้าเกิดเราเจอปัญหาตรงนั้น เราคิดว่าเราคงกล้า กล้ารับปัญหานั้น เราคงไม่หนักใจเท่าไร

ต่าย : ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการแก้ปัญหาชีวิตได้ดีขึ้น ทำให้เกิดประสบการณ์ในอนาคตข้างหน้าของเราเป็นยังไง เราจะได้รู้ จะได้แก้ปัญหาอย่างไร ถ้าหากว่า เราเกิดเจอประสบการณ์แบบพี่ดาวอย่างนี้ เราได้รู้ว่าจะทำยังไงหรือตอบยังไงกับเพื่อน

เจี๊ยบ : ได้แสดงความคิดเห็นของตนเอง รู้สึกมีความกล้า มีความมั่นใจ ได้พูดเต็มที่ของตัวเอง จะแบบไม่ค่อยพูดกับใครอยู่แล้ว เพราะรู้สึกว่าตัวเองไม่ค่อยกล้า ก็กล้าพูดพูดให้ทุกคนฟัง และกล้าแสดงความคิดเห็นกับคนอื่น

ดาว : วันนี้ สิ่งที่ได้จากกิจกรรมเป็นสิ่งแรกก็คือ ได้พูดความในใจที่อยากจะพูด แต่ว่ายังไม่มีโอกาสได้พูดกับใคร อย่างที่สอง ก็ได้รับความคิดเห็นจากพี่แล้วก็เพื่อนๆ คิดว่าจะนำไปใช้กับตัวเอง แล้วก็คิดว่าคุ้มค่ามาก

น้อง : รู้สึกว่าสนุกแล้วได้รับความรู้มากขึ้น แล้วก็ได้พูดเรื่องของตัวเอง ฟังความคิดเห็นของคนอื่น และก็มีความรู้สึก ว่า อิม! ดีขึ้นอะไรอย่างนี้

ปู : รู้สึกสนุกและได้รู้ถึงความรู้สึกภายในของทุกคนมากขึ้น ลึกซึ้ง รู้จักกันมากขึ้น ที่ประทับใจก็คือ เพื่อนๆมีอะไรที่เหมือนกัน

(สมาชิกเกิดการยอมรับลักษณะที่เป็นตัวของตัวเองมากขึ้น)

.....

ครั้งที่ 6 : 13 กุมภาพันธ์ 2537 เวลา 9.30 -11.30 น.

ลำดับชั้น : ชั้นการทำงาน

ดาว : คือพี่คะ ดาวอยากจะเล่าให้ฟังคะ คือ หลังจากที่คุยกันวันนั้น ดาวก็ลองไปทำตามคำแนะนำของเพื่อนๆ ก็ดีขึ้นค่ะ เวลาเจอเพื่อนคนนั้น แต่บางครั้งก็อดรู้สึกไม่ได้ (สมาชิกร่วมแบ่งปันความสำเร็จในการแก้ไขปัญหาดต่อกัน)

น้อง : คิดว่าถ้าเวลาผ่านไปคงดีขึ้น

ดาว : ใช่ ตอนนี้อีกไม่ต้องหลบเค้าอีกแล้ว กล้ามองหน้าเค้าแล้วตาย

ปู : คีจิง เอ้อ! พี่คะจะให้เสนอเพลงเลยหรือเปล่านั้น คือชอบเพลง ชื่อเพลงไม่ค่อยชอบ เพลงชื่อ เพลงบอกว่า ช่างมันฉันไม่แคร์ เนื้อเพลงจะบอกว่า(ร้องเพลง) "ก็เข้าที่เราตื่น ก็คืนที่เราฝัน ก็วันแห่งชีวิต ใครลิขิต ใครเขียน ช่างเหมือนตั้งเทียนเล่มน้อย หยาดฝนที่หล่นพราว หยาดน้ำตาเจ็บช้ำตอกย้ำใจให้จำจดจำและรอคอย.." ชอบเพราะว่ามันเป็นอะไรที่ คือแบบ บอกตัวเราว่าเนี่ย บางครั้งเราอาจจะสับสน ไม่มีคนเข้าใจเราเลย(เสียงเครือ) แล้วก็ทางที่เราเดินไปและชีวิตของเราก็ก้าวสู่ข้างหน้า เรายังไม่รู้เลยว่าไปถึงจุดไหน อะไร...แต่ไม่ชอบตรงที่บอกช่างมันฉันไม่แคร์ เพราะว่า

ผู้นำกลุ่ม : จริง ๆ แล้วฉันแคร์

(ผู้นำกลุ่มเอื้อให้สมาชิกตระหนักถึงสิ่งที่ เป็นปัญหาที่แท้จริง)

ดาว : ค่ะ อยู่ในสังคมมันต้องแคร่ (เสียงเครือและร้องไห้)... คือเราไม่เข้าใจตัวเองหรือ
 ลับสน บางครั้ง คือเพลงท่อนสุดท้ายบอกว่า บางครั้งเราลับสน ไม่มี แม้แต่คน
 เข้าใจอย่างนี้

ผู้นำกลุ่ม : พอจะยกตัวอย่างเหตุการณ์ที่ทำให้เรารู้สึกอย่างนี้ได้ไหมคะ

(ให้สมาชิกยกตัวอย่างเหตุการณ์ที่เฉพาะเจาะจงเพื่อการแก้ไขปัญหาที่ตรงประเด็น)

ปู : ตอนเลือกแผนการเรียน คือมองไปข้างหน้าก็ยังไม่เห็นจุดหมายที่เราเรียนอยู่นะคะ
 มองไปข้างหลังก็ (หัวเราะ) ก็ยัง บางครั้งรู้สึกแบบ ท้อแท้ รู้สึกที่ผ่านมา อดีต
 เราไม่ต้องอะไรอย่างนี้ ก็อาจเป็นเพราะว่านึกเสียดายอดีตนะค่ะ

ผู้นำกลุ่ม : ตอนนี้เป็นอย่างไรรคะ

(ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกตระหนักถึงสภาวะของปัญหาที่เป็นปัจจุบันมากกว่าความรู้สึกในอดีต)

ปู : ก็เลือกแล้วไฉนคะ แต่ยังไม่รู้อนาคตข้างหน้า

นิต : อยากจะบอกว่า ขอให้ทำวันนี้ให้ดีที่สุด เพื่ออนาคตที่ดีของเราในวันข้างหน้า

น้อย : จะ เป็นกำลังใจให้คะ

ดาว : ขอให้เข้มแข็งและอดทน เหมือนกับดาว แล้วเราจะก้าวไปด้วยกัน

เจียบ : สู้ สู้ สู้ เพื่อชัยชนะ

(สมาชิกในกลุ่มปรึกษากัน แล้วร้องเพลง "กำลังใจ" ให้ปูขณะที่ปูร้องไห้)

ปู : ขอขอบคุณค่ะ คิดว่ากำลังใจสำคัญมาก เพราะว่า การมีเพื่อน ขอมี้สักคนเดียวก็พอ
 เมื่อเวลาเราท้อแท้หรือลับสน ขอมี้เพื่อนแค่เพียงหนึ่งคน ก็เพียงพอ ที่จะก้าวต่อไป
 แค่นี้ค่ะ

น้อง : ชอบเพลง "คาใจ"... ชอบเพลงนี้ก็เพราะว่า คล้ายกับแบบว่า เราอยากพูด
 อะไรแบบนี้ แบบมีอะไรอยากจะพูด อยากจะ ยังไงล่ะ พูดออกมาเยอะๆ
 มันพูดไม่ออก

สวย : คาใจ (ฮา)

ต่าย : อยากบอกรักใครหรือเปล่า ที่แบบพูดไม่ออกคาอยู่ข้างใน

ผู้นำกลุ่ม : น้องมีเรื่องคาใจกับใครตรงนี้น้างหรือเปล่า

(ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสำรวจปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน)

น้อง : ก็มีบ้าง แต่

ผู้นำกลุ่ม : เป็นอย่างไรคะ

- น้อง : คนอื่นแบบว่ายังไงล่ะ เรา คล้ายๆเราพูดกับเค้า แบบเราทะเลาะกัน อยากจะพูด
ออกไปแต่มันพูดไม่ออก อยากจะทำอะไรแบบนี้ ก็กลัว รู้สึกกลัว
- เจียบ : เช่นคำทำอะไรอย่างนี้เหรือ คำคำที่มันไม่เพราะ
- น้อง : ก็...
- ตาย : เมื่อเข้านี้หรือเปล่า ไม่กล้าพูดตะโกนลงแม่น้ำ พูดไปเลยน้อง
- น้อง : เค้าจะพูด แต่ว่ายังไงล่ะ ชอบแก๊งคนอื่นแบบนี้ แบบพูดอะไร แบบมันไม่
บางคนเค้าก็ไม่ชอบ ชอบพูดแบบไม่ถูกใจ เค้าก็อยากพูดบ้าง ชอบว่า อยากด่า
- เจียบ : ตอกย้ำ แหงใจด่า
- ปู : เช่นอะไร ยกคำพูดหรือเหตุการณ์ เพราะแบบนี้ไม่รู้แบบไหน(หัวเราะ)
- น้อง : เช่นบอกว่าอะไรล่ะ...
- ตาย : อ้อ! แก้วเหรือ
- น้อง : เออ! ไม่ชอบ
- ดาว : พูดว่ายังไง
- น้อง : น้อง! จัดการ...คือตอนนั้นรู้สึกว่ามีไหมมาก อยากจะพูด อยากจะด่า แต่มันพูดไม่ออก
ความรู้สึกกลัวยังไงไม่รู้ ถ้าทะเลาะกันขึ้นมาทีไรก็กลัว
(มีการพูดกันถึงเรื่องการใช้คำพูด น่าเสียง สีหน้า ท่าทาง และมีการแสดงบทบาทสมมติใน
การใช้คำพูดที่เหมาะสมในสถานการณ์เช่นนี้ โดยมีเพื่อนสมาชิกคนอื่นเป็นผู้สังเกตและเสนอความ
คิดเห็น)

.....

ครั้งที่ 7 : 17 กุมภาพันธ์ 2537 เวลา 17.00 - 19.00 น.

ลำดับชั้น : ชั้นการทำงาน

- ผู้นำกลุ่ม : ครั้งก่อนนั้นเราได้เสนอสัญลักษณ์แทนตัวเรา พอมาถึงครั้งนี้เราได้เสนอสัญลักษณ์ให้
แก่เพื่อน จากแบบฝึกหัดทั้งสองนี้ น้องๆทำอะไรในตัวเองบ้างมั๊ยคะ
(ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสังเกตการเปลี่ยนแปลงของตนเองที่เกิดขึ้น เพื่อให้การดำเนินกลุ่มมีคุณค่า
และความหมายมากยิ่งขึ้น)
- น้อย : พบว่าตัวเองเป็นคนเรียบร้อยในสายตาเพื่อน ทั้งๆที่คิดว่าตัวเองเป็นคนไม่เรียบร้อย
แต่ก็ภูมิใจค่ะที่เพื่อน ๆ เห็นอย่างนั้น

- ปู : ก็พบว่าชีวิตเราแม้เลือกเกิดไม่ได้ แต่เราเลือกเส้นทางเดินเราได้ ถึงแม้ชีวิตจะยากลำบาก แต่เราก็สามารถเลือกเส้นทางชีวิตของเราได้
- ดาว : รู้ว่าตัวเองเป็นคนไม่เข้มแข็ง แต่ก็ได้กำลังใจจากเพื่อน คิดว่ากำลังใจสำคัญ สิ่งที่ได้ในวันนี้ทำให้คิดว่า ถ้าพบเพื่อนที่ท้อแท้เหมือนกับเรา ก็จะพยายามเข้าไปอธิบายหรือคุยกับเค้า เหมือนกับกำลังใจที่เราได้จากกลุ่มนี้
- นิต : ที่น้องบอกกับนิตว่านิตชอบเล่นเจ็บบ์ คือตอนเล่นเราคิดว่าเฉยๆไง แต่ครั้งนี้เราพบว่าเพื่อนเจ็บบ์ เพื่อนเค้าไม่ชอบ ก็จะพยายามไม่เล่นแบบนี้กับน้องอีก
- ต่าย : เวลาประสบปัญหาที่แก้ไขไม่ออก ก็อย่าเพิ่งท้อแท้ ต้องพยายามสู้ต่อไป อย่ายอมแพ้
- ปู : แล้วก็ได้รับความคิดเพิ่มขึ้นมากกว่า ที่คนภายนอกจะมองว่าตัวเองเป็นคนร่าเริงหัวเราะแจ่มใส แต่จริงๆตัวเองก็อย่างที่บอกบางครั้งก็สับสน อ่อนไหว
- เจ็บบ : ได้รับความคิดเห็นของเพื่อน ๆ ก็รู้จักตัวเองมากขึ้น เพราะได้ฟังเพื่อน ๆ หลายคน พูดถึงตัวเองใช้มัยก็มาเปรียบเทียบกับที่ตัวเองรู้สึกอยู่ ถ้าดีก็จะคงไว้ถ้าไม่ดีก็จะแก้ไข
- ผู้นำกลุ่ม : นิตนิงนะคะ เมื่อกันพี่ชอบนะคะ ช่วงสั้นๆที่พวกเราส่งมอบของให้แก่กัน พี่ชอบท่าทีของนิตมาก ตอนที่ส่งของให้กับเพื่อนๆ ด้วยท่าทางที่ทนถนอมว่าฉันอยากให้เธอจริงๆนะ คงเห็นนะคะว่า ท่าทีที่แสดงต่อกันนั้นมีความสำคัญมาก ทั้งผู้ให้และผู้รับ
(ผู้นำกลุ่มชี้ให้สมาชิกในกลุ่มเห็นพฤติกรรมของสมาชิกที่มีลักษณะที่เป็นตัวอย่างที่ดี)
-

ครั้งที่ 8 : 20 กุมภาพันธ์ 2537 เวลา 9.30 - 11.30 น.

ลำดับชั้น : ชั้นการทำงาน

ปู : คืออยากรู้ความรู้สึกของน้องที่มีต่อพี่นะ

ผู้นำกลุ่ม : ปูอยากรู้ทัศนะของน้องที่มีต่อพี่โตใช้มัยคะ

(ผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันโดยตรง)

ปู : ค่ะ

ต่าย : สวยพูดถึงพี่ปูเลย

สวย : ไม่ได้อยู่บ้านเดียวกันเลยไม่ค่อยรู้

ปู : พูดมาเลยไม่ต้องเกรงใจ

สวย : ไม่เข้าใจเด็ก

ดาว : ไม่เข้าใจเด็กเหรอ

ปู : เด็กอยากจะให้คนโตเข้าใจเด็กตรงไหน คือ... เด็กอยากให้คนโตเข้าใจตรงจุดไหน
อะไรอย่างนี้

ผู้นำกลุ่ม : ตรงประเด็นไหนบ้างที่พี่คนโตเค้าไม่เข้าใจเรา

(ผู้นำกลุ่มช่วยทำให้คำถามของสมาชิกชัดเจนยิ่งขึ้น)

ปู : สมมติเหตุการณ์ก็ได้

สวดย : อย่างตอนไปโรงเรียนนี่เข้าที่ขึ้นขึ้นมา ครูก็นัดให้ออกไป 6 โมง 15 นะ เออ! เรา
ก็ต้องออกไปตามนั้นนะ เสร็จพี่เค้าก็บอกออกไปทำไมตั้งแต่เช้า ขึ้นเห็นพวกเธอออกไป
ไปนะรถออก 7 โมงทุกทีเลยหนุกก็บอกว่าก็ครูเค้าสั่งอย่างนี้ถ้าไม่ออกไปเดี๋ยวก็โดนอีก
แล้วตอนเช้าก็ไปรอเพื่อนั่ง เพื่อนมาสาย ถึงได้ออก 7 โมง ต่อมาหนุกก็เลื่อนเป็น 7
โมงครึ่ง เค้าก็พูดอีก อ้าว! แล้วทำไมวันนี้ออกสายจังล่ะ

ปู : อ้อ! อยากให้เข้าใจเรื่องเวลา นิด บ้านเรานิดว่าไง เด็กบ้านเรา

ผู้นำกลุ่ม : นิดอยู่บ้านเดียวกับปู

ปู : อยู่บ้านเดียวกันค่ะ

นิด : ไม่รู้สิ คนโตไม่ทำแบบอย่างมั้ง เด็กก็เลยไม่ทำ

ดาว : ชื่ออะไร

นิด : มันก็แล้วแต่ พูดรวมๆ

ปู : ไม่ต้องเกรงใจ นิดพูดออกมาเลย คือจะได้รู้ว่าตัวเองเสียตรงไหนไปจริงๆ

นิด : คือคนโตสั่งเด็กอย่างนั้นอย่างนี้ แต่คนโตไม่เห็นทำเลยตั้งแต่เด็กอยู่ได้ อะไรอย่างนี้
คิดว่าคนโตต้องทำก่อนนะแล้วเด็กเค้าก็คงทำตาม

ปู : สรุปแล้วก็คืออยากให้คนโตทำก่อน แล้วเด็กทำตามว่างั้นเถอะ

นิด : แต่ แต่ละคนก็ไม่เหมือนกันคนโตนะ

ปู : ขอความเห็นส่วนตัวพี่แล้วกันจ้ะ คนอื่นไม่เกี่ยวขอความเห็นส่วนตัวพี่แล้วกัน

เจี๊ยบ : (หัวเราะ) ลำบากละสินิด

ปู : ไม่ ไม่ นิดพูดเต็มที่เลย เปิดฟรีเลยจริงๆ คืออยากรู้ตัวเองนะ

นิด : หนูว่าพี่ปูอยู่ในแบบเฉยมากกว่า

ดาว : เป็นยังไงแบบเฉย

นิด : ไม่ค่อยมีบทบาทอะไรกับเด็ก เฉยๆ

ดาว : พี่ก็อยากให้น้องเข้าใจพี่บ้าง พี่ก็จะพยายาม ก็จริงอย่างที่นึกพูดก็จริงเราไม่ยอมทำตัวอย่างก่อน ก็จริง

ปู : จากที่ฟังความคิดเห็นของสวาก็ทำให้เราเข้าใจเด็กขึ้น และจากความคิดของนิตก็
ต้องทำให้เค้าเห็นเป็นตัวอย่างก่อน

.....

ครั้งที่ 9 : 24 กุมภาพันธ์ 2537 เวลา 17.00 - 19.00 น.

ลำดับชั้น : ชั้นการทำงาน

ปู : ถ้าจะพูดถึงสถานสงเคราะห์ คือบริการอะไรของเค้าก็ดี ดีทุกอย่าง แต่ว่าความรู้สึก
นึกคิดเค้ายังกักกันอยู่

ดาว : อย่างเมื่อวันก่อนมี เด็กแอบซื้อ เหล้ามากินแล้ว เค้าก็เลยสั่งห้าม เด็กออกมา เล่นนอกบ้าน
เกินห่มครึ่ง คือต้องเรียนเทนนิสตอนเย็น พอมีแบบนี้ก็เลยไม่ได้เล่นกีฬา เด็กทำผิด
เพียงกลุ่มเดียว แต่มีผลเดือดร้อนมาถึงเด็กคนอื่นๆ ด้วย

น้อย : ส่วนใหญ่เค้าจะมีความรู้สึกว่า เค้าถูกเสมอ ผู้ใหญ่ต้องถูกเสมอ อย่างเมื่อวันก่อนไป
นั่งพิมพ์ดีด ทั้ๆที่ขออนุญาตเค้าไว้ก่อนแล้ว เค้าก็จะบอกว่า เด็กพวกนี้ไม่รู้จักที่ต่ำที่สูง

นิต : แต่ว่าบางคนเค้าก็ไม่เห็นพูดอะไร เมื่อวันก่อนโน้นก็ไปพิมพ์เล่นก็ไม่เห็นเค้าพูดอะไร

น้อย : เค้าบอกมาถิววิสาสะ มาเล่นของผู้ใหญ่

ต่าย : หรืออย่างฝ่ายทะเบียนที่จะพาไปทำบัตรประชาชน เค้าก็รอแล้วรออีก จนน้ำตาร่วง
บางทีก็ยังไม่ได้ทำ เค้าก็กลัวใช้มั้ยะว่าจะเรียนต่อไม่ได้ แต่ก็ต้องรอ ต้องทน

น้อง : บางทีเราก็อะไรให้เค้าทุกอย่าง ซักผ้า รีดผ้า ให้เค้า แต่เค้าก็ยังไม่เห็นความดี

ผู้นำกลุ่ม : เท่าที่ฟังมานะคะ รู้สึกว่าน้อง ๆ มีความรู้สึกที่ไม่ค่อยดีนักกับเจ้าหน้าที่บางท่านใน
สถานสงเคราะห์ พี่จะให้น้องๆ จับคู่กันนะคะ แล้วแสดงสถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่เรา
เคยพบแล้วรู้สึกไม่ดี คนละหนึ่งสถานการณ์นะคะ

(มีการจับคู่และแสดงบทบาทสมมติ โดยมีเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม เป็นผู้ดูและ เสนอแนะความคิดเห็น)

.....

ครั้งที่ 10 : 27 กุมภาพันธ์ 2537 เวลา 9.30 - 11.30 น.

ลำดับชั้น : ชั้นสิ้นสุดกลุ่ม

- เจียบ : จากการที่ได้เข้าร่วมกลุ่มนี้ ทำให้เจียบได้ทำอะไรต่าง ๆ มากมาย เช่น ได้รับความสนุกสนาน ได้รู้จักตัวเองทำให้ยอมรับได้มากขึ้นได้ระบายความในใจที่ไม่เคยได้พูดกับใครได้รับฟังความคิดเห็นจากเพื่อนๆในกลุ่มและทราบถึงปัญหาของคนอื่นทำให้พวกเราทุกคนมีความเข้าใจและสนิทสนมกันมาก เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในกิจกรรม ทำให้เจียบประทับใจมากเพราะถึงเวลาที่สนุกเราก็จะสนุกสนานกันทุกคน หัวเราะเสียงดังเฮฮาและยามที่เราเศร้า เราทุกคนก็ร้องไห้ มันเป็นอะไรที่เจียบไม่เคยประสบมาก่อนเลย ครั้งนี้เป็นครั้งแรก ระยะเวลาที่พวกเราได้อยู่ร่วมกันนี้เจียบจะจดจำตลอดไป
- น้อย : ได้ความรู้และประสบการณ์ มีความสุขในชีวิตมากขึ้น
- ดาว : ได้พูดความในใจของตัวเอง แล้วก็รู้ว่าเพื่อนนั่นเองมีปัญหอะไรบ้างและจนถึงวันนี้บัดนี้รู้ว่าใกล้ถึงเวลาที่ต้องจากกัน ก็รู้สึกเสียดาย การได้มาเข้ากลุ่มสอนอะไรอีกหลายอย่างให้กับดาว ซึ่งหากดาวไม่มาเข้ากลุ่มดาวก็คงจะไม่รู้ทำให้ดาวอดทนและเข้มแข็งต่ออุปสรรคที่เข้ามาในชีวิต เพื่ออนาคตของตัวเอง ถึงแม้จะไม่มีใครมองเห็นค่าของเราก็ดำเนิน
- ปู : ได้รู้จักตัวเอง ยอมรับตัวเองได้ ได้รับรู้ความรู้สึก และความในใจของเพื่อนมากขึ้น เพราะว่าเราไม่เคยได้มานั่งคุยกันอย่างนี้ ก็เป็นโอกาสดีที่เราได้รู้จักกันได้ลึกซึ้งขึ้น แล้วก็ได้รับความสนุกสนาน ได้ความรู้ความคิดและข้อเสนอแนะไปใช้ในชีวิตประจำวัน
- นิต : รู้จักตัวเองและรู้จักเพื่อนๆมากขึ้น ประทับใจกับการเข้ากลุ่มครั้งนี้มากๆ ในอนาคตถ้ามีปัญหาก็คิดว่าสามารถแก้ไขได้
- ต่าย : ได้ความรู้และความอบอุ่นภายในกลุ่ม ได้รู้จักตัวเองและเพื่อนๆที่มาเข้าร่วมกลุ่มด้วย ทำให้ต่ายรักเพื่อนมากยิ่งขึ้น และได้รู้จักตัวเองว่าเพื่อนของเราเองเรายังงัยทำให้ยอมรับตัวเองได้มากขึ้น ทำให้ต่ายกล้าคิดกล้าแสดงออก และเพื่อนก็คอยให้กำลังใจ ต่ายอยู่ตลอดเวลา ต่ายคิดว่าถ้าต่ายมีครอบครัว ครอบครัวต่ายก็คงเป็นอย่างนี้
- สาย : ตั้งแต่ได้มาอยู่กลุ่มนี้รู้สึกว่าตัวเองกล้าขึ้น และได้รับรู้ปัญหาของเพื่อนและได้ช่วยกันแก้ไขให้ดีที่สุด ทำให้ตัวเองมีหนทางในการแก้ไขปัญหาของตัวเองได้มากขึ้น
- น้อง : รักพี่และเพื่อนๆมากขึ้น รู้จักและเข้าใจตัวเองเพิ่มขึ้น
(สมาชิกมีการยอมรับตนเองเพิ่มมากขึ้น)



ประวัติผู้เขียน

นางสาว กิตานันท์ ชำนาญเวช เกิดวันที่ 26 ตุลาคม 2505 ที่กรุงเทพมหานคร สำเร็จการศึกษาปริญญาตรีครุศาสตรบัณฑิต (เกียรตินิยมอันดับสอง) สาขามัธยมศึกษา ภาควิชา สářตติศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2526 และเข้าศึกษา ต่อในหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาในปีการศึกษา 2532 ปัจจุบันรับ ราชการเป็นนักสังคมสงเคราะห์ ฝ่ายแผนงานและโครงการ กองสงเคราะห์เด็กและบุคคล วัยรุ่น กรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคม.