



### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม (Group Counseling) เป็นการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องของกระบวนการการเคลื่อนไหวระหว่างบุคคลผ่านสมาชิกแต่ละคนโดยการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม ในปฏิสัมพันธ์นี้จะมีบรรยากาศของการไว้วางใจกัน มีความรู้สึกปลอดภัยจนกล้าที่จะกล่าวถึงความรู้สึกที่แท้จริงของตน และยังมีบรรยากาศของการเคารพ (Respect) และการยอมรับซึ่งกันและกัน (Accept) ซึ่งเป็นบรรยากาศที่เอื้ออำนวยให้สมาชิกปลดปล่อยกลไกของการป้องกันตนเองลง และส่งผลให้บุคคลเกิดการพัฒนาความเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง เริ่มมีการประเมินความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมของตน ทำให้เข้าใจความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตน รวมทั้งของผู้อื่นได้ดีขึ้น สมาชิกจะมีการสำรวจพฤติกรรมที่เหมาะสม และสำรวจแนวทางใหม่ของการประพฤติ และเรียนรู้เพื่อให้ได้มาซึ่งทักษะทางสังคมที่จำเป็น สมาชิกจะมีการพัฒนาความกล้าและความเชื่อมั่น เพื่อสนับสนุนพฤติกรรมใหม่ที่ปรารถนาตามวัตถุประสงค์ที่ถูกสร้างขึ้นมาจากสมาชิกภายในกลุ่ม ในการเข้ามาอยู่ในกลุ่มของสมาชิกจะเป็นไปโดยการสมัครใจ ปราศจากการบังคับสมาชิกให้มาเข้ากลุ่ม ในการดำเนินกลุ่มจะมีผู้นำกลุ่ม เป็นผู้เอื้ออำนวยต่อกระบวนการกลุ่ม ซึ่งจะมีกลุ่มเป็นสังคมเล็ก ๆ ที่สมาชิกจะได้ทดสอบความเป็นจริงซึ่งกำลังเกิดขึ้นในกลุ่มขณะนั้น ๆ สมาชิกจะได้รับรู้เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงในกลุ่ม ได้ทดลองฝึกปฏิบัติตนเองในการเปลี่ยนแปลงค่านิยม ทศนคติและพฤติกรรม ซึ่งรวมทั้งพฤติกรรมการทำร้ายตัวเอง (Self-Defeating Behavior) ก่อนที่จะเข้าไปประสบกับสถานการณ์ทางสังคมของชีวิตจริง (Froehlich 1958 Citing Boy and Pine 1968: 225; Corey 1981: 7; Mahler 1969: 8-12; Neely 1982: 264; Ohlsen 1977: 1-8; Cohn, combs, Gibian and Sniffen 1969: 355-356 Citing Rao 1981: 174; Trotzer 1977: 11-12)

แกสคา ดันเคน และมีโคลส์ ได้ทำการสำรวจพบว่า 80 เปอร์เซ็นต์ของผู้เชี่ยวชาญด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มได้ให้ความหมายของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มว่า "เป็น กระแสการเคลื่อนไหวระหว่างบุคคล ซึ่งมุ่งไปที่ความคิดและพฤติกรรมที่รู้ตัว ถิ่นนำไปสู่การแก้ไข

ปัญหา โดยการยินยอมให้สมาชิกกระทำได้ตามอำเภอใจ โดยมีศูนย์รวมไปที่ความเป็นจริง มีการ  
 หลั่งไหลความรู้สึกภายในใจออกมา สมาชิกจะมีการไว้วางใจ (Trust) ใส่ใจ (Caring)  
 เข้าใจ (Understanding) ยอมรับ (Acceptance) และมีการสนับสนุน (Support) ซึ่ง  
 กันและกัน ก่อให้เกิดการแก้ไขปัญหาและการทะนุบำรุงรักษาในกลุ่มปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยผ่าน  
 การปรึกษาหารือแบ่งปันประสบการณ์ส่วนตัวกับเพื่อนสมาชิกคนอื่น ๆ และกับนักจิตวิทยาการปรึกษา  
 สมาชิกกลุ่มโดยพื้นฐานต้องเป็นคนปกติจากปฏิสัมพันธ์ของกลุ่มสมาชิกจะเกิดความ เข้าใจ ยอมรับ  
 ในคำนิยม และเป้าหมายของคนเพิ่มมากขึ้น และยังเกิดการเรียนรู้ในทัศนคติและพฤติกรรมอีก  
 ด้วย" (Gazda, Duncan and Meadows 1967: 306 citing Hansen, Warner and  
 Smith 1980: 4-5)

กระบวนการของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม เป็นการมุ่งให้สมาชิกเกิดการพัฒนา  
 และปรับปรุงตนเองเพิ่มมากขึ้น ให้มีการสำรวจตนเองอันจะเป็นผลให้เกิดการเข้าใจตน ซึ่งใน  
 การดำเนินกลุ่มจะมีผู้นำกลุ่ม เป็นผู้มีบทบาทในการ เป็นผู้เอื้ออำนวยปฏิบัติกริยาต่าง ๆ ของสมาชิก  
 ภายในกลุ่ม เพื่อให้กระบวนการกลุ่มสามารถดำเนินไปได้อย่างราบรื่น สำหรับสมาชิกของกลุ่มจะ  
 มีความต้องการตรงกันในการที่จะปรับปรุงตนเองในด้านใดด้านหนึ่ง หรือต้องการแก้ไขปัญหาด  
 ปัญหาหนึ่งร่วมกัน และยังจะมีบทบาทคอยเป็นผู้ช่วยเหลือให้การสนับสนุน ให้กำลังใจ ใส่ใจซึ่งกันและ  
 กัน ภายในกลุ่มจะมีบรรยากาศทางจิตใจที่อบอุ่น เป็นกันเอง ไว้วางใจกัน เข้าใจและยอมรับซึ่งกัน  
 และกัน อันจะเป็นผลทำให้เกิดความรักในหมู่คณะ และก่อให้เกิดบรรยากาศของการช่วยเหลือ  
 ระหว่างสมาชิก สมาชิกจะมีโอกาสได้ตรวจสอบถึงความรู้สึก ทัศนคติและพฤติกรรมของตน และ  
 เรียนรู้ที่จะเลือกทางออกของการแก้ไขปัญหที่สามารถเป็นไปได้ด้วยตนเอง ในกระบวนการกลุ่ม  
 จะให้สถานการณ์ที่ซึ่งสมาชิกได้มีโอกาสสนทนากับสมาชิกคนอื่น ทำให้มีโอกาสได้รับรู้ถึงสมาชิก  
 คนอื่น และยังได้รับรู้ถึงคุณค่าของข้อมูลย้อนกลับ ซึ่งได้รับจากเพื่อนสมาชิกภายในกลุ่ม อันจะ  
 ช่วยให้เกิดการพัฒนาภายในจิตใจของตน และจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ที่ปรารถนา  
 (Boy and Pine 1968: 226-228, 232, 238-240; Corey 1981: 8-9;  
 Dinkmeyer 1968: 272; Hansen, Warner and Smith 1980: 5-8; Mahler 1969:  
 14-15; Neely 1982: 264; Patterson 1971: 186, 1965; Rao 1981: 170;  
 Shertzer and Stone 1968: 444, 448)

การจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้นั้น เมื่อสมาชิกกลุ่มได้เริ่มมีการสำรวจ  
 ตนเอง ค้นหาโลกส่วนตัวของตน เพื่อนำเอาความคิดและการกระทำซึ่งมีลักษณะทำลายตนเองออก

มาแต่แม้ให้กลุ่มได้รับรู้ ผู้นำกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกแต่ละคนได้เข้าใจตนเองโดยให้สมาชิกได้มีโอกาสทดสอบความเป็นจริงต่อการกระทำของตน ให้มีโอกาสได้ตรวจสอบว่าเขาได้รับผลดีผลเสียอะไรบ้าง จากความคิดและการกระทำเช่นนั้น สมาชิกคนอื่นรู้สึกต่อการกระทำของเขาอย่างไร พฤติกรรมของเขากระทบกระเทือนผู้อื่นอย่างไร และพฤติกรรมของผู้อื่นมีผลอย่างไรต่อเขา และเพราะเหตุใดการกระทำเช่นนั้นจึงยังคงอยู่ ทำให้เขาได้คิดและเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงความคิดของตน ซึ่งจะทำให้เขาได้รับสิ่งที่ให้ความหมายใหม่ต่อเขา ทำให้รู้จักตนเองชัดเจนขึ้น อันจะนำมาซึ่งการเข้าใจและมีความรับผิดชอบต่อการกระทำของตน สามารถนำสิ่งที่เรียนรู้จากกลุ่มไปปฏิบัติให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสม อันจะทำให้แนวคิดของเขางดงามขึ้น และสามารถปลดปล่อยศักยภาพเต็มทางบวกออกสู่สังคมได้ (วัชร สุวะศา 2524: 117; Dyer and Vriend 1980 อ้างจาก ชุชัย สมทิธิกร 2527: 2; Hamblin 1984: 197; Mahler 1967: 16; Ohlsen 1977: 5; Rao 1981: 174; Shertzer and Stone 1968: 444, 472-473)

ในการประเมินผลความก้าวหน้าของพฤติกรรมเป้าหมายนั้น ผู้นำกลุ่มจะช่วยเหลือให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายที่ชัดเจนของตน และใช้เป้าหมายนั้นกำหนดเกณฑ์การวัดความก้าวหน้าของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง ซึ่งผลของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่เหมาะสมของสมาชิกนั้นจะพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมของสมาชิกกับความรู้สึกละเอียดอ่อนต่อความสงบราบรื่นของสังคมที่สมาชิกอาศัยอยู่ ซึ่งผู้นำกลุ่มจะช่วยให้เกิดความสมมูลย์นี้ โดยการวางแนวความคิดของการดำเนินชีวิตในสัมพันธภาพกับผู้อื่นโดยช่วยให้เขาเข้าใจตนเอง เข้าใจสิ่งแวดล้อม และรู้จักปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมนั้นได้อย่างเหมาะสม และเรียนรู้ถึงการสร้างคุณภาพในสถานการณ์ชีวิต (Boy and Pine 1968: 216-217, 220, 225, 233; Dinkmeyer 1968: 275, 278, 283; Ohlsen 1977: 7-8; Shertzer and Stone 1968: 444)

โอล์เซน (Ohlsen 1977: 177-178) กล่าวถึงผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มว่า จะช่วยให้สมาชิกสามารถประเมินค่าตนเองและผู้อื่น เกิดการเข้าใจตนเอง เชื่อมมั่นในตนเอง ผิดที่จะตัดสินใจด้วยตนเอง เรียนรู้ข้อผิดพลาดของตนเอง และกล้าที่จะเผชิญกับปัญหาตลอดจนเรียนรู้ที่จะพัฒนาพฤติกรรม และเขายังกล่าวถึงผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มไว้อีกว่า เป็นการช่วยเหลือบุคคลซึ่งเป็นคนปกติให้มีการยอมรับในปัญหาต่าง ๆ ของตน และหาวิธีการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นเหล่านั้นเสียก่อนที่จะกลายเป็นปัญหาที่รุนแรง ประสบการณ์ที่ได้จากกลุ่มจะทำให้บุคคลรู้จักตนเอง เข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ดีขึ้น ทำให้เกิดการเรียนรู้ที่จะนำประสบการณ์จากกลุ่มมาประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวัน (Ohlsen 1977: 31-33) และสำหรับสมาชิกกลุ่มที่

ปัญหาได้ถูกลามจนกลายเป็นปัญหาที่รุนแรงแล้ว การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มก็จะเป็นกระบวนการของการเข้าแทรกเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Hansen, Warner and Smith 1980: 4-5)

โดยสรุปแล้วการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะช่วยให้บุคคลได้มุ่งไปสู่การเติบโต การพัฒนา และการแก้ไขปัญหา ในบรรยากาศที่อบอุ่นเป็นกันเอง สมาชิกจะได้รับการไว้วางใจจากซึ่งกันและกัน อันจะกระตุ้นให้สมาชิกมีการเปิดเผยตนเองเพิ่มมากขึ้น มีการแบ่งปันความรู้สึกที่จริงแท้ด้านจิตใจ และภายในสัมพันธ์ภาพของกลุ่มที่มีการไว้วางใจกัน จะสนับสนุนบุคคลให้เปิดใจกว้างต่อการรับข้อมูลย้อนกลับจากเพื่อนสมาชิก ทำให้รู้จักตนเองอย่างแท้จริง นอกจากนี้ยังก่อให้เกิดความรู้สึกของการเป็นหนึ่งเดียวกัน และความรู้สึกใกล้ชิดในหมู่คณะ อันจะนำไปสู่การเปิดเผยตนเองในกลุ่ม สมาชิกจะได้เรียนรู้ถึงการยอมรับตนเอง รวมทั้งการยอมรับคนอื่น ในการยอมรับตนเอง สมาชิกจะเปิดใจกว้างมากขึ้นต่อการมองไปที่ตัวตน (Self) ทั้งตัวตนที่ปรารถนา และตัวตนที่ไม่ปรารถนา ซึ่งเขาต้องการจะเปลี่ยนแปลง อันจะทำให้เกิดคุณภาพในตนเองเพิ่มสูงขึ้น ในการยอมรับตนเองของสมาชิกจะนำไปสู่การประเมินตนเองตามความเป็นจริง อันจะเป็นการวางรากฐานของการกระทำที่รับผิดชอบ ในการประเมินตนเองสมาชิกจะรู้สึกเป็นเจ้าของของตนเอง เป็นเจ้าของความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมของตน รวมทั้งพฤติกรรมปัญหาของตนด้วย และรับรู้ว่าคุณเองเป็นผู้มีส่วนร่วมในพฤติกรรมปัญหานั้น สมาชิกก็จะเกิดความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหา และเริ่มรู้สึกว่าตนเองต้องรับผิดชอบต่อการแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตน ซึ่งตนเป็นเจ้าของอยู่นั้น อันจะเป็นผลให้สามารถจัดการกับพฤติกรรมปัญหาของตนได้ประสบผลสำเร็จ รวมทั้งเรียนรู้ถึงพฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสม ทำให้สมาชิกเกิดคุณค่าในตนเองเพิ่มสูงขึ้น เกิดการเคารพในตนเองเพิ่มมากขึ้น และทำให้สมาชิกเกิดการพัฒนาเติบโตไปในด้านต่าง ๆ สามารถเรียนรู้ที่จะดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างกลมกลืน รับรู้ถึงการกระทำของตนเอง และเรียนรู้ที่จะรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อมที่ตนดำเนินชีวิตอยู่ (Trotzer 1977: 33-34, 52-60)

พฤติกรรมก่อนวัยเรียน เป็นปัญหาอย่างหนึ่งซึ่งเกิดขึ้นในห้องเรียน ศุภวดี ชูวงศ์ (2519: 68-69) ได้ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียน พบว่าพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นที่พบบ่อย ๆ ได้แก่ การส่งเสียงดัง และก้อความรำคาญให้แก่ผู้อื่นในสถานศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับผลการค้นพบของการศึกษาวิจัยของ ลีรินา เล็บครุท และอารี ฐิตยวงศ์ (ลีรินา เล็บครุท 2517: 147-159, อารี ฐิตยวงศ์ 2517: 91-97) ที่ว่าปัญหาของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาที่พบมากคือ ปัญหาพฤติกรรมก่อนวัยเรียน และจาก

ปัญหาด้านพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนดังกล่าวนี้ ปัญหาที่พบมากที่สุดในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นคือ ขาดเพื่อนพูดคุยในเวลาเรียน ชอบแหย่เพื่อนในเวลาเรียน และมีพฤติกรรมก่อนกวนความสงบสุขของห้องเรียน เช่น เคาะโต๊ะ แผลเสียง และศูนย์อินโนเทค (Innotech Center) ได้ทำการศึกษาวิจัยปัญหาที่เกิดขึ้นในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาของประเทศไทย ผลการวิจัยพบว่าปัญหาที่เกิดขึ้นในห้องเรียนซึ่งพบมากได้แก่ ปัญหาของการรบกวนในชั้นเรียนขณะที่ครูกำลังสอน (ศูนย์อินโนเทค อ้างจาก นันทนา วุฑฺฒกะ 2517: 7-9) และจากการที่มีการสำรวจความคิดเห็นของครูเกี่ยวกับปัญหาทางพฤติกรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่าพฤติกรรมการอยู่ไม่สุข พฤติกรรมการชอบขัดจังหวะคนอื่น และพฤติกรรมการพูดจากระชับกระชวย เป็นพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียน (เสงี่ยม อินภิรมย์ 2505: 27)

การศึกษาวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียนในต่างประเทศก็ยังคงพบอีกว่า พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียนที่พบบ่อยครั้งได้แก่ พฤติกรรมการรบกวนผู้อื่น และพฤติกรรม การส่งเสียงดัง (Eaton et al 1956: 350-357; Gordon and Gallimore 1972: 209-213)

การที่นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนนั้นทำให้เกิดผลเสียหลายต่อโปรแกรมการเรียนการสอนในห้องเรียนอย่างมาก ทำให้การเรียนการสอนเป็นไปอย่างไม่ราบรื่น และทำให้ การเรียนการสอนในห้องเรียนหยุดชะงักลงได้ (Howell & Howell 1970: 83-84) นอกจากนี้พฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนยังเป็นอุปสรรคอย่างมากต่อการทำให้ผลของการเรียน การสอนเป็นไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Woody 1969: 7) และยังทำให้อารมณ์ของครูผู้สอนเกิด ความไม่สงบและเกิดความรู้สึกเหนื่อยอ่อนต่อพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนของนักเรียน จาก ประสบการณ์ของครูผู้ซึ่งสอนนักเรียนที่มีพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนได้กล่าวว่า "จะเกิดความรู้สึก หงุดหงิดตลอดเวลา ถ้าภายในห้องเรียนที่ตนเองสอนมีนักเรียนที่กระทำพฤติกรรมก่อนกวนใน ชั้นเรียน" และผลของความรู้สึกหงุดหงิดอันเนื่องมาจากพฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนนั้น บ่อยครั้ง ที่มีการแผ่ขยาย (Generate) ไปเป็นความรู้สึกเครียด และทำให้การสำรวจความคิด (Concentrate) ในการทำงานด้านอื่น ๆ นั้นทำได้ยากมากขึ้น (Dunham 1981: 207)

พฤติกรรมก่อนกวนในชั้นเรียนทำให้เกิดผลเสียอย่างมาก โดยกระทบกระเทือนต่อการ ปฏิบัติงานของครูผู้สอนและต่อการเล่าเรียนของเพื่อนร่วมห้อง กับทั้งยังเป็นอุปสรรคต่อการ ศึกษาเล่าเรียนของตัวนักเรียนผู้กวนในชั้นเรียนเองด้วย (ปรีชา ธรรมา และถาวร เกิดเกียรติพงษ์ 2516: 1) และยังทำควมรบกวนการดำเนินการสอนของครูอันเป็นสาเหตุสำคัญประการหนึ่ง

ที่ทำให้การเรียนการสอนไม่บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ (อาาพ เพื่องปู 2528: 1) และยังเป็นอุปสรรคใหญ่ขั้หนึ่งต่อการชดชวางการกั้ให้เกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพในห้องเรียน ตลอดจน เป็นผล เสียหายต่อการพัฒนาทางด้านวิชาการของนัก เรียน ทำให้การเรียนการสอนไม่สามารถดำเนินไปได้อย่างราบรื่น และไม่มีประสิทธิภาพเท่าที่ควร (Howell & Howell 1979: 83) นอกจากนี้ยังทำให้การเรียนการสอนต้องหยุดชะงักหรือยุติลง และกั้ให้เกิดความไม่สงบสุขขึ้นภายในชั้นเรียน (ปรีชา วิหคโศ 2524: 4)

ชั้น เนื่องมาจากผลกระทบของพฤติกรรมก่อนกั้วในชั้นเรียนของนักเรียน ทางโรงเรียน ได้เห็นถึงความสำคัญของปัญหานี้ และเห็นว่า จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการให้ นักจิตวิทยา การปรึกษาได้แก้ไขพฤติกรรมก่อนกั้วในชั้นเรียนของนักเรียนโดยการให้ บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม และยังให้ความคิดเห็นว่านักเรียนที่มีพฤติกรรมก่อนกั้วในชั้นเรียนควรมีโอกาสได้รับบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มก่อนนักเรียนคนอื่น ๆ ในโรงเรียน (Dinkmeyer 1968: 296) นอกจากนั้นการที่แฮมบลิน (Hamblin 1984: 195-196) ได้กล่าวถึงผลของการใช้เทคนิคการทำความกระจ่างในกระบวนการของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มพบว่า มีบ่อยครั้งที่ทำให้สมาชิกเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมปัญหาของตนเอง เพราะสมาชิกเริ่มคิดว่าพฤติกรรมเช่นนั้นไม่เกิดประโยชน์แก่ตัว เขาและคนอื่น ด้วย เหตุผลดังกล่าวจึงทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อการลดพฤติกรรมก่อนกั้วในชั้นเรียนของนักเรียน

### แนวคิดและทฤษฎีพื้นฐาน

#### การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีเป้าหมายเบื้องต้นคือ การเอื้ออำนวยให้กลุ่มมีบรรยากาศอันอบอุ่น เพื่อมุ่งให้สมาชิกได้มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน อันเป็นผลให้สมาชิกแต่ละคนได้รู้จักตนเองอย่างแท้จริง และสามารถนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มไปใช้ในการปรับปรุงและพัฒนาตนเอง (Bonney Citing Shertzer and Stone 1968: 448) ดิงเมเยอร์ (Dinkmeyer 1968: 275, 285) กล่าวว่าสัมพันธภาพของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีประสิทธิผลนั้น จะตั้งอยู่บนพื้นฐานของการเคารพซึ่งกันและกัน และสิ่งทีสำคัญสำหรับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มคือความมั่นคง (Firmness) และความเมตตา (Kindness) ของผู้นำกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา และยังกล่าวอีกว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะให้โอกาส

แก่สมาชิกในการเรียนรู้ทางด้านสังคม แพตเทอร์สัน (Patterson 1971: 185, 189) ให้ความเห็นว่าข้อสำคัญของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มคือ สัมพันธภาพของสมาชิกภายในกลุ่ม ซึ่งจะเป็นสัมพันธภาพที่จะเป็นไปตามธรรมชาติ ในสถานการณ์ของกลุ่มปรึกษาเชิงจิตวิทยาสมาชิกจะมีโอกาสได้เรียนรู้ถึงการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น จะมีโอกาสได้ประสบกับสถานการณ์ที่เป็นจริงของการฟัง เข้าใจ และยอมรับในบุคคลอื่น ในขณะที่เดียวกันคนอื่นก็ได้ประสบกับการฟัง เข้าใจ และยอมรับในตัวสมาชิกเองด้วย และยังเน้นอีกว่าสิ่งสำคัญที่สุดคือ การที่สมาชิกแต่ละคนกล้าที่จะเปิดเผยความคิดความรู้สึกและการเข้าใจของตนเอง ทรอทเซอร์ (Trotzer 1977: 12) พูดถึงเอกลักษณ์ของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มว่าเป็นการที่สมาชิกให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ในหมู่สมาชิก อันจะทำให้เกิดการสนทนาในระดับลึกมากขึ้น บอย และพาย (Boy and Pine 1968: 227) กล่าวถึงการได้ประสบกับการช่วยเหลือสมาชิกคนอื่นในกลุ่มทำให้บุคคลมีชีวิตเต็มมากขึ้น แฮนเสน วอนเนอร์ และสมิธ (Hansen, Warner and Smith 1980: 6-7) กล่าวว่าการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มทำให้บุคคลเกิดการพัฒนาตนเอง สำรวจตัวเอง มีโอกาสทดสอบการดำเนินชีวิตในสถานการณ์จริงของกลุ่มและมีความรับผิดชอบมากขึ้น คอเรีย (Corey 1981: 7) ยังกล่าวถึงการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มไว้ว่า มีเป้าหมายเพื่อการป้องกันและแก้ไขปัญหาในด้านใดด้านหนึ่ง โดยเน้นไปที่ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่รู้ตัว สมาชิกมีแนวโน้มจะมุ่งไปสู่การพัฒนาเติบโตในตนเอง กลุ่มจะให้บรรยากาศที่อบอุ่น สมาชิกจะมีการสนับสนุนซึ่งกันและกัน อันจะนำไปสู่การปรึกษาหารือแบ่งปันประสบการณ์ส่วนตัว และจะมีการสำรวจปัญหาของตน มาเลอร์ (Mahler 1969: 14-15) ยังได้กล่าวอีกว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะให้โอกาสแก่สมาชิกในการตรวจสอบความคิดความรู้สึกและการกระทำของตน รวมทั้งสิ่งแวดล้อมที่เขายู่ในบรรยากาศของความเป็นมิตร และประสบการณ์ที่สมาชิกได้รับจากกลุ่มจะช่วยทำให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ที่จะดำรงชีวิตอยู่อย่างเป็นธรรมชาติมากขึ้น จะลดกลไกของการป้องกันตนเองให้มันน้อยลง มีการเปิดเผยความรู้สึกที่เป็นจริงมากขึ้น และโอล์เซน (Ohlsen 1977: 7) ให้ความเห็นว่า ผู้นำกลุ่มที่ให้ความเชื่อมั่นต่อความสามารถของสมาชิกว่าสมาชิกจะสามารถเป็นผู้ได้รับการช่วยเหลือที่ดี และยังเป็นผู้ช่วยเหลือคนอื่นได้อย่างดีด้วยนั้นจะทำให้สมาชิกมีความรับผิดชอบต่อการบำบัดรักษาเพิ่มมากขึ้น และจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ที่ปรารถนา



## องค์ประกอบของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะบรรลุเป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้นต้องอาศัย

องค์ประกอบดังต่อไปนี้คือ

1. ผู้นำกลุ่ม
2. การเลือกสมาชิกกลุ่ม
3. เป้าหมายของกลุ่ม
4. ขนาดของกลุ่ม
5. ระยะเวลาและความถี่ของการประชุมกลุ่ม
6. อายุและวุฒิภาวะของสมาชิกกลุ่ม
7. เพศของสมาชิกกลุ่ม

### 1. ผู้นำกลุ่ม (The Group Leader)

ผู้นำกลุ่มนับว่าเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญมากต่อการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม คุณสมบัติของผู้นำกลุ่มที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งจะช่วยเอื้ออำนวยให้กระแสการเคลื่อนไหวแห่งกลุ่ม เคลื่อนไหวไปได้อย่างราบรื่นนั้นควรมีคุณสมบัติดังนี้

1.1 การรู้จักตนเอง (Self-Awareness) นับว่าเป็นข้อที่สำคัญข้อหนึ่ง เพราะผู้นำกลุ่มมีอิทธิพลต่อธรรมชาติของกลุ่มมากที่สุด มาร์เลอร์ (Mahler 1969: 170) ซึ่งว่า การรู้จักตัวเองและบุคลิกภาพของตัวเอง เกี่ยวข้องกับการรู้ถึงจุดแข็ง จุดอ่อน ความขัดแย้ง แรงจูงใจ และความต้องการของคน และลาकिन (Lakin 1969 อ้างจาก Trotzer 1977: 73) เน้นว่าข้อสำคัญของผู้นำกลุ่มคือจะต้องมีความชัดเจนเกี่ยวกับความตั้งใจและเป้าหมายของตน นอกจากนี้ทัศนคติของผู้นำกลุ่มยังเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของการรู้จักตนเอง และสิ่งที่สำคัญคือผู้นำกลุ่มต้องเห็นถึงคุณค่าของการรู้จักตนเอง

1.2 การเป็นคนมีความใจกว้างและมีความยืดหยุ่น (Openness and Flexibility) ผู้นำกลุ่มที่เป็นคนมีความใจกว้างและมีความยืดหยุ่นจะทำให้เขาเป็นผู้นำกลุ่มที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งจะช่วยทำให้ผู้นำกลุ่มพัฒนาขอบเขตที่เหมาะสมต่อธรรมชาติและปัญหาของสมาชิก การเป็นคนใจกว้างเป็นผลมาจากการเป็นคนที่มีความมั่นคงในตนเอง และสามารถยอมรับแนวความคิดของสมาชิกโดยไม่รู้สึกว่าเป็นการคุกคามตนเอง เมื่อสมาชิกเปิดเผยปัญหาของตัวเอง ผู้นำกลุ่มที่มีการรู้จักตัวเองจะสามารถเป็นคนใจกว้างโดยไม่ไปตัดสินสมาชิกว่าถูกหรือผิด



สมาชิกที่ได้รับประสบการณ์จากความ เป็นคนใจกว้างของผู้นำกลุ่มนี้ จะรู้สึกว่าตนเองได้รับการยอมรับ ซึ่งจะเป็นการปูทางให้สมาชิกเปิดเผยตนเองเพิ่มมากขึ้น ส่วนความยึดหยุ่นของผู้นำกลุ่ม เป็นผลของความเชื่อมั่นของผู้นำกลุ่ม และมีความรู้สึกไวต่อการรับรู้ถึงความต้องการของสมาชิก ผู้นำกลุ่มที่มีความเชื่อมั่นมากจะมีแนวโน้ม เป็นคนที่มีความยึดหยุ่นมาก ผู้นำกลุ่มที่มีความยึดหยุ่นจะรู้จัก ขอบเขตของตนเอง และเต็มใจที่จะยอมรับความคิดเห็นของสมาชิกโดยการรับฟังสมาชิก แล้วช่วย หาทางแก้ไขส่วนที่บกพร่อง นอกจากนั้นผู้นำกลุ่มที่มีความใจกว้างและยึดหยุ่นยังจะเป็นคนที่มีความ อดทนต่อความคลุมเครือของกลุ่มได้อย่างดี

1.3 เป็นคนที่มองโลกในแง่ดี (Think Positively) ผู้นำกลุ่มที่มีแนวโน้ม ต่อการมองชีวิตในแง่ดีจะมองเห็นถึงจุดดีในตัวสมาชิก ทำให้ผู้นำกลุ่มเห็นคุณค่าในตัวสมาชิก และมีความรู้สึกที่ดีต่อตัวเอง ช่วยให้เกิดการพัฒนาในสัมพันธภาพของการบำบัดรักษาซึ่งจะเป็นประโยชน์ ต่อการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

1.4 การมีท่าทีที่อบอุ่นและการมีความใส่ใจ (Warmth and Caring) ผู้นำ กลุ่มสามารถแสดงท่าทีที่อบอุ่นและการใส่ใจต่อสมาชิกได้หลาย ๆ วิธี บางคนก็แสดงท่าทีรำเริง และกระตือรือร้น เอาใจจจจ้อ บางคนก็ใช้ท่าทีการยิ้มแย้มหรือการแสดงสีหน้าที่อบอุ่น บางคนก็มี ท่าทีเอาจริงเอาจังและสงบเงียบ ท่าทีเหล่านี้ เป็นการแสดงถึงการใส่ใจในตัวสมาชิกของผู้นำ กลุ่ม และจะเป็นแบบอย่างให้สมาชิกกระทำตามถึงท่าทีที่อบอุ่นและการใส่ใจ นอกจากนี้ยังเป็น การวางรากฐานสำหรับความพึงพอใจและความเคารพซึ่งกันและกันในกลุ่ม ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นต่อ การประสพผลสำเร็จของเป้าหมาย

1.5 การเป็นผู้มีวุฒิภาวะและมีความกลมกลืน (Mature and Integrated Persons) ผู้นำกลุ่มที่มีวุฒิภาวะและมีความกลมกลืนสามารถทำงานร่วมกับสมาชิกในกลุ่มได้อย่าง มีประสิทธิภาพ และสามารถดำเนินชีวิตของตนได้อย่างกลมกลืน อันจะเป็นผลให้เกิดการ เชื่อ อำนวยต่อการนำกระบวนการกลุ่ม โดยผู้นำกลุ่มจะรู้สึกมีความมั่นคงพอที่จะไม่ใช้อำนาจของตนต่อ การชี้นำ และต่อการรบกวนของสมาชิก และยังมีมีความมั่นคงพอที่จะยอมรับจุดอ่อนของตน ผู้นำกลุ่ม ที่มีประสิทธิภาพจะเป็นคนที่จัดการกับชีวิตของตนได้อย่างประสพผลสำเร็จ และเป็นผู้ที่มีความ สามารถในการทำงานกับผู้อื่นได้ (Trotzer 1977: 72-76)

นอกจากนี้เพื่อให้กระแสแห่งกลุ่มเคลื่อนไหวไปได้อย่างราบรื่น ผู้นำกลุ่มยังจะต้อง มีทักษะของการเป็นผู้นำกลุ่ม (Group Leadership Skills) ซึ่งแบ่งได้ 3 ประเภทใหญ่ ๆ คือ 1) ทักษะเชิงตอบสนอง (Reaction Skills) 2) ทักษะเชิงปฏิสัมพันธ์ (Interaction

Skills) และ 3) ทักษะเชิงปฏิบัติการ (Action Skills)

1. ทักษะเชิงตอบสนอง (Reaction Skills) เป็นทักษะที่ผู้นำกลุ่มใช้ในการตอบสนองอย่างเป็นธรรมชาติ ซึ่งจะช่วยให้ผู้นำกลุ่มได้รับรู้ถึงสมาชิกแต่ละคนและรับรู้ถึงกลุ่มทั้งหมด ทักษะต่าง ๆ มีดังต่อไปนี้คือ

1.1 การฟัง (Listening) การฟังเป็นทักษะที่สำคัญมากที่สุดที่ผู้นำกลุ่มต้องมีการพัฒนาตนเอง การฟังที่ดีจะทำให้เข้าใจในตัวสมาชิก เข้าใจปัญหาของสมาชิก และเข้าใจการสื่อความหมายของสมาชิกในกลุ่ม ในการฟังผู้นำกลุ่มต้องฟังอย่างตั้งใจ (Active) ซึ่งจะเป็นการสื่อสารการบำบัดรักษาที่มีคุณภาพต่อสมาชิกกลุ่ม 4 ประการคือ 1) เป็นการสื่อสารให้สมาชิกรับรู้ว่าผู้นำกลุ่มยอมรับเขา เพราะผู้นำกลุ่มมีความเต็มใจที่จะรับฟังในสิ่งที่สมาชิกพูดด้วยท่าทางการตอบสนองโดยไม่มีการตัดสินว่าสิ่งที่เขาพูดนั้นถูกหรือผิด 2) สื่อให้สมาชิกทราบว่าผู้นำกลุ่มให้ความสนใจแก่สมาชิก โดยการให้โอกาสแก่สมาชิกได้พูดถึงสิ่งที่เขามองเห็นโดยไม่ทำให้สิ่งที่เขาพูดออกมานั้นไร้ความหมาย 3) เป็นการสื่อสารที่แสดงถึงความเข้าใจสมาชิกอย่างอบอุ่น โดยการสะท้อนคำพูดของสมาชิกเพื่อให้สมาชิกทราบว่าผู้นำกลุ่มเข้าใจความหมายของสิ่งที่สมาชิกพูด 4) การสื่อถึงการใส่ใจในตัวสมาชิก โดยการให้ความสนใจต่อทัศนคติที่สมาชิกแสดงออกมา

1.2 การทวนซ้ำ (Restatement) ทักษะการทวนซ้ำเป็นการนำเอาการสื่อความของสมาชิกมากล่าวซ้ำโดยยังรักษาความหมายของประโยคให้ตรงกับสิ่งที่สมาชิกต้องการสื่อออกมาให้ทราบ จุดประสงค์ของการทวนซ้ำเป็นการแสดงให้ผู้พูดทราบว่าผู้นำกลุ่มกำลังฟังเขาอยู่ กำลังอยู่กับเขาในขณะนั้น ๆ และตั้งใจรับฟังสิ่งที่เขาพูดออกมา

1.3 การสะท้อนความรู้สึก (Reflection) เป็นทักษะที่ผู้นำกลุ่มสื่อให้สมาชิกทราบว่าเขาไม่เพียงแต่ฟังสิ่งที่ผู้พูด พูดออกมาเท่านั้น แต่ยังมี ความเข้าใจความรู้สึกภายในจิตใจของผู้พูดด้วย การสะท้อนความรู้สึกเป็นทักษะที่ซับซ้อน เพราะเป็นการสะท้อนทั้งคำพูดและสะท้อนสิ่งที่มิใช่คำพูด แต่อาจแสดงออกด้วยท่าทาง (Nonverbal) ของสมาชิกในการใช้ทักษะการสะท้อน ไม่ควรสะท้อนเร็วเกินไปหรือสะท้อนในระดับลึกมากเกินไป เพราะอาจจะทำให้เกิดช่องว่างการพัฒนาของกลุ่ม และยังจะก่อให้เกิดอุปสรรคในสัมพันธภาพระหว่างผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่ม

1.4 การทำความเข้าใจ (Clarifying) เป็นทักษะที่ผู้นำกลุ่มใช้ปรับปรุงการสื่อความของสมาชิก โดยการทำให้ข้อมูลที่คลุมเครือและไม่ชัดเจนนั้นได้รับความ

กระจ่างชัดเจนนมากขึ้น เพื่อทำให้เกิดความเข้าใจได้ดีขึ้น ซึ่งบางครั้งผู้นำกลุ่มอาจขอร้องสมาชิกให้พูดซ้ำอีกครึ่งหนึ่ง หรืออาจช่วยสมาชิกหาคำที่มีความหมายตรงกันและสามารถเข้าใจได้ชัดเจนขึ้น

1.5 การสรุป (Summarizing) เป็นทักษะที่ดึงเอาองค์ประกอบสำคัญของการสนทนาออกมาพูดสรุปให้กระชับได้ใจความ การสรุปใช้เมื่อต้องการจะยุติการสนทนาหรือต้องการเปลี่ยนความสนใจจากสมาชิกคนหนึ่งไปสู่สมาชิกอีกคนหนึ่ง

2. ทักษะเชิงปฏิสัมพันธ์ (Interaction Skills) ทักษะเชิงปฏิสัมพันธ์ใช้ เป็นเครื่องมือของการทำหน้าที่ในกลุ่ม ผู้นำกลุ่มใช้ทักษะเชิงปฏิสัมพันธ์ต่อการควบคุม (Control) และการแนะนำ (Guide) ปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกภายในกลุ่ม และทักษะเชิงปฏิสัมพันธ์ยังช่วย เชื้ออำนวยการให้เกิดการแก้ไขข้อขัดแย้ง ซึ่งมิตักษะดังนี้คือ

2.1 การควบคุมการดำเนินการ (Moderating) ผู้นำกลุ่มใช้ทักษะนี้ เพื่อควบคุมปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกภายในกลุ่ม สมาชิกทุกคนจะได้รับความเท่าเทียมกันในการแสดงความคิดเห็นและการสนทนา ในการปฏิบัติกับสมาชิกในกลุ่มนั้นผู้นำกลุ่มจะวางตัวเป็นกลาง ไม่ลำเอียง

2.2 การแปลความ (Interpreting) เป็นทักษะที่ผู้นำกลุ่มนำเอาสิ่งที่สมาชิกพูดออกมาตีความใหม่ให้มีความลึกซึ้งมากขึ้น เพื่อทำให้สมาชิกเกิดความเข้าใจได้อย่างแจ่มชัดมากขึ้น

2.3 การเชื่อมโยง (Linking) เป็นทักษะของการนำเอาความคิดของสมาชิกมาเชื่อมโยงกันเพื่อให้เป็นความคิดเดียวกันของกลุ่ม ประโยชน์ของการเชื่อมโยงความคิดของสมาชิกจะทำให้เกิดการพัฒนาความเป็นหนึ่งเดียวกันของสมาชิกภายในกลุ่ม

2.4 การขัดขวาง (Blocking) เป็นทักษะที่ใช้เพื่อป้องกันการกระทำที่ไม่เหมาะสมหรือไม่ปรารถนาของสมาชิกบางคน ในการใช้ทักษะนี้ผู้นำกลุ่มจะมีการใช้ความรู้ของกระบวนการกลุ่ม และจะต้องมีความรู้สึกลึกซึ้งต่อการเข้าไปขัดขวางกับการกระทำบางอย่างที่ทำร้ายสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งผู้นำกลุ่มต้องใช้การขัดขวางด้วยท่าทีที่อบอุ่นแต่มั่นคงและไม่ใช้อารมณ์

2.5 การสนับสนุน (Supporting) เป็นทักษะของการให้การเสริมแรงให้กำลังใจแก่สมาชิกกลุ่มที่พยายามเข้ามามีส่วนร่วมในกลุ่ม ซึ่งจะ เป็นประโยชน์ต่อการช่วยให้สมาชิกที่เป็นคนเงียบและขี้อายได้แสดงความรู้สึกของตนออกมา

2.6 การกำหนดขอบเขต (Limiting) เป็นทักษะของการกำหนดขอบเขตต่อการกระทำของกลุ่ม เพื่อเป็นการป้องกันการกระทำบางอย่างที่เกินไป และการกระทำที่เบี่ยงเบน อันจะไปละเมิดสิทธิของสมาชิก หรือจะเป็นผลให้เกิดการกระทำที่ไม่รับผิดชอบในกลุ่ม

2.7 การป้องกัน (Protecting) เป็นทักษะที่ผู้นำกลุ่มนำมาใช้ป้องกันไม่ให้สมาชิกพูดวิพากษ์วิจารณ์จนเกินควร หรือโยนความผิดให้คนอื่น หรือพูดจาทำร้ายจิตใจกัน ผู้นำกลุ่มต้องปกป้องสมาชิกจากการรุกรานของกลุ่ม และบางครั้งก็ยังคงต้องปกป้องสมาชิกกลุ่มย่อย ผู้ซึ่งได้รับการกระทำที่ไม่ยุติธรรมหรือไม่เหมาะสม

2.8 การหาความสอดคล้อง (Consensus Taking) เป็นทักษะที่ทำให้สมาชิกค้นหาจุดยืนของคนในกลุ่ม ความคิดที่สอดคล้องกันในกลุ่ม เป็นส่วนสำคัญต่อการรวมความคิดเห็นที่แตกต่างกันในกลุ่ม เพื่อที่สมาชิกจะได้เข้าใจชัดเจนขึ้นว่า เขายืนอยู่ตรงจุดไหน ทักษะนี้จะมีประโยชน์คือ เมื่อสมาชิกกลุ่มกำลังพูดคุยกันด้วยอารมณ์ที่รุนแรง ความคิดเห็นที่สอดคล้องของกลุ่มจะทำให้กลุ่มสงบลง และทำให้บรรยากาศคลี่คลายลง

3. ทักษะเชิงปฏิบัติการ (Action Skills) ผู้นำกลุ่มใช้ทักษะเชิงปฏิบัติการเพื่อประโยชน์ในการส่งเสริมและในการนำกระบวนการกลุ่ม จะทำให้เพิ่มปฏิภรกิจาระดับลึกของกลุ่ม ผู้นำกลุ่มสามารถใช้ความเชี่ยวชาญของตนให้เกิดผลดีแก่สมาชิกและกลุ่ม ทักษะเชิงปฏิบัติการมีดังต่อไปนี้

3.1 การถาม (Questioning) คำถามจะช่วยให้สมาชิกได้พิจารณาตนเอง และสิ่งที่เกี่ยวข้องกับเขาในด้านที่เขาไม่เคยคิดมาก่อน เมื่อเกิดความงวยงในกลุ่ม คำถามจะช่วยทำให้กลุ่มเริ่มมีการสนทนา คำถามที่ใช้ควรเป็นคำถามเปิดมากกว่าคำถามปิด

3.2 การค้น (Probing) เป็นทักษะของการช่วยเหลือสมาชิกกลุ่มให้ได้มองตนเองและปัญหาของตนในระดับลึกมากขึ้นภายใต้การนำของผู้นำกลุ่ม การค้นช่วยให้สมาชิกเรียนรู้กระบวนการของการสำรวจตัวเอง และค่อย ๆ เคลื่อนกลุ่มไปสู่ปฏิสัมพันธ์และปัญหาระดับลึกมากขึ้น

3.3 การเผชิญหน้า (Confronting) เป็นทักษะของการชี้ให้สมาชิกเห็นการกระทำของเขาอย่างตรงไปตรงมาและจริงจัง ให้สมาชิกเห็นว่า การกระทำอะไรของเขากำลังเกิดขึ้นจริง ๆ ทักษะนี้มีประโยชน์มากที่สุดในการช่วยเหลือกลุ่มให้จัดการกับความไม่สอดคล้องกัน พฤติกรรมของสมาชิกรายบุคคล และทำให้สมาชิกรับผิดชอบต่อปัญหาและพฤติกรรม

ของคน ทักษะการเผชิญหน้าควรจะใช้ เมื่อกลุ่มมีความไว้วางใจและยอมรับกัน และเมื่อในกลุ่มมีสัมพันธภาพของความเป็นหนึ่งเดียวกัน ในการใช้ทักษะการเผชิญหน้าสมาชิกต้องสำนึกกว่าเป็นการกระทำต่อพฤติกรรมของเขาไม่ใช่ตัวเขา และในการกระทำต้องมีจุดมุ่งหมายเพื่อการสร้างไม่ใช้การทำลาย

3.4 การมีส่วนร่วมในการเปิดเผยตนเอง (Personal Sharing) เป็น การที่ผู้นำกลุ่มมีส่วนร่วมในการเปิดเผยตนเองในกลุ่ม ซึ่งจะ เป็นประโยชน์ในการ เป็นแบบอย่างให้ แก่สมาชิก และทำให้สมาชิกเห็นว่าผู้นำกลุ่มก็เป็นมนุษย์คนหนึ่ง และมีความเต็มใจที่จะมีส่วนร่วม ในการเปิดเผยตนเอง เช่นเดียวกับสมาชิกคนอื่น ๆ

3.5 การเป็นตัวแบบ (Modeling) ในการดำเนินกลุ่ม สมาชิกจะได้เห็น ตัวแบบพฤติกรรมที่เหมาะสมของผู้นำกลุ่ม ซึ่งสมาชิกจะได้ เรียนรู้ถึงพฤติกรรมตัวแบบเหล่านั้น เพื่อ ประโยชน์ต่อการสนทนาในกลุ่ม และการดำเนินชีวิตในชีวิตประจำวันในการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น

## 2. การเลือกสมาชิก (Members)

ในการเลือกสมาชิกให้เข้ามาอยู่ในกลุ่มปรึกษาเชิงจิตวิทยานั้นไม่ควรบังคับสมาชิก ให้มาเข้ากลุ่ม แต่จะใช้วิธีการสัมภาษณ์สมาชิก โดยบอกให้สมาชิกทราบถึงวัตถุประสงค์ของ การประชุมกลุ่ม ซึ่งจะ เป็นประโยชน์ต่อสมาชิก และให้สมาชิกทราบว่ากลุ่มคาดหวังว่า เขาจะ เคารพในสิทธิของคนอื่น ๆ และจะใช้สถานการณกลุ่มไปในทางที่เป็นประโยชน์ เมื่อสมาชิกรับ ทราบเขาก็จะตัดสินใจเข้าร่วมประชุมกลุ่มด้วยตัวของเขาเอง ดังนั้นในการเลือกสมาชิกจึงขึ้นอยู่กับ วัตถุประสงค์ของกลุ่ม (Dinkmeyer 1968: 275; Patterson 1971: 189) กลุ่มบางกลุ่ม อาจเลือกสมาชิกที่มีลักษณะคล้ายกันเรียกว่า Homogeneous และบางกลุ่มอาจเลือกสมาชิกที่มี ลักษณะต่างกัน เรียกว่า Heterogeneous สำหรับสมาชิกกลุ่มที่มีปัญหาทางด้านวินัยในโรงเรียน ผู้นำกลุ่มจะสามารถนำกลุ่มได้ดีที่สุดในกลุ่มเหมือนที่มีเพศเดียวกัน (Mahler 1969: 53) และ กลุ่มเหมือนที่มีอายุและวุฒิภาวะเท่ากันได้รับการมองว่าเป็นกลุ่มที่ดี (Rao 1981: 175) นอกจากนั้น แฮมบลิน (Hamblin 1984: 193) ให้หลักเกณฑ์ในการเลือกสมาชิกกลุ่มว่าควรเลือก สมาชิกกลุ่มที่ชอบตอบคำถามและมีเวลาให้กับกลุ่มได้ ส่วนเชิร์ตเซอร์ และสโตน (Shertzer and Stone 1968: 457) เห็นว่าควรเลือกสมาชิกกลุ่มเหมือนที่มีความสนใจหรือปัญหาคล้ายคลึงกัน



### 3. เป้าหมายของกลุ่ม (Goals)

เป้าหมายของกลุ่มนั้นว่าเป็นองค์ประกอบที่สำคัญส่วนหนึ่งของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม เพราะเป้าหมายจะทำให้ทิศทางแก่ผู้นำกลุ่ม และสมาชิกกลุ่มได้ทราบว่ากลุ่มจะมุ่งไปทิศทางไหน และยังใช้เป็นเกณฑ์ในการประเมินผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม เป้าหมายของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบ่งได้ 2 ประเภทคือ

1) เป้าหมายทั่วไปของกลุ่ม (General Group Goals) หมายถึง วัตถุประสงค์ทั้งหมดของกลุ่มซึ่งใช้เป็นเหตุผลในการจัดให้มีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มขึ้นมา ตัวอย่างเช่น เป้าหมายเพื่อช่วยให้สมาชิกได้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ไม่ปรารถนา และเป้าหมายเพื่อให้สมาชิกได้มีการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง และพัฒนาความรับผิดชอบของตนเอง

2) เป้าหมายเฉพาะคน (Specific Individual Goals) เป็นเป้าหมายของสมาชิกแต่ละคน ซึ่งจะเกี่ยวข้องกับชีวิตส่วนตัวของสมาชิกแต่ละคนซึ่งมีความแตกต่างกัน

### 4. ขนาดของกลุ่ม (Group Size)

โลเซอร์ (Loeser อ้างจาก Ohlsen 1977: 28) กล่าวว่ากลุ่มที่มีสมาชิกจำนวน 4-8 คน เป็นขนาดที่เหมาะสมที่สุด มาร์เลอร์ (Mahler 1969: 55) เน้นว่ากลุ่มไม่ควรมีสมาชิกน้อยกว่า 7 คน และไม่ควรมากกว่า 10 คน และยังให้ความเห็นว่ากลุ่มที่มีสมาชิกจำนวน 10 คน เป็นขนาดที่ดีที่สุดที่สมาชิกจะมีโอกาสได้พูดคุยกันในกลุ่มได้อย่างเต็มที่ โอล์เซน (Ohlsen 1977: 29) ได้กล่าวว่ากลุ่มที่มีขนาดใหญ่สมาชิกจะได้รับประโยชน์จากกลุ่มน้อยลง จะมีโอกาสพูดคุยกับสมาชิกคนอื่น ๆ ได้น้อยลง และยังกล่าวอีกว่าสำหรับกลุ่มที่สมาชิกอยู่ในวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ จำนวนสมาชิกขนาด 6-8 คน จะเป็นขนาดที่ผู้นำกลุ่มสามารถนำกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดิงเมเยอร์ (Dinkmeyer 1968: 297) ก็ยังกล่าวว่า ขนาดของสมาชิกในระดับโรงเรียนมัธยมศึกษาจำนวนมากที่สุดคือมีสมาชิก 6-8 คน ส่วนสมาชิกที่มีทัศนคติต่อต้านสังคมหรือต่อต้านโรงเรียนควรมีจำนวนน้อย เพื่อให้การนำกลุ่มของผู้นำกลุ่มทำได้ง่ายขึ้น สำหรับนักเรียนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ขนาดของกลุ่มที่เหมาะสมที่สุดคือ มีสมาชิกจำนวน 6 คน เชิร์ตเซอร์ และสโตน (Shertzer and Stone 1968: 458) ก็ยังเสนออีกว่าขนาดของสมาชิกกลุ่มที่ผู้นำกลุ่มสามารถนำกลุ่มได้อย่างรู้สึกสบาย ๆ คือ ขนาดสมาชิกจำนวน 5-8 คน และเห็นว่าจำนวนสมาชิกกลุ่มที่ทำให้การนำกลุ่มมีประสิทธิภาพมากที่สุด คือ ขนาดของสมาชิกจำนวน 6 คน

5. ระยะเวลาและความถี่ของการประชุมกลุ่ม (Length and Frequency of Meeting)

โดยทั่วไป ความถี่ของการประชุมกลุ่มที่เหมาะสมที่สุดคือ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง แต่ความถี่ของการประชุมอาจเพิ่มมากขึ้นได้ขึ้นอยู่กับความต้องการและวัตถุประสงค์ของกลุ่ม และควรมีการประชุมกลุ่มไม่ต่ำกว่า 10 ครั้ง (Mahler 1969: 58) เชิร์ตเซอร์และสโตน กล่าวว่าระยะเวลาที่เหมาะสมที่สุดสำหรับวัยรุ่นคือ 1 ชั่วโมง ถึง 1 1/2 ชั่วโมง และควรมีการประชุมกลุ่มสัปดาห์ละ 2 ครั้ง (Shertzer and Stone 1968: 458) และคิงเมเยอร์ (Kinkmeyer 1968: 298) ยังกล่าวอีกว่า ความยาวของระยะเวลาที่มีประสิทธิผลมากที่สุดอยู่ในช่วง 35-45 นาที และสำหรับนักเรียนในระดับมัธยมศึกษา ความยาวของระยะเวลาอาจใช้ความยาวเท่ากับระยะเวลาเรียนในชั้นเรียน

6. อายุและวุฒิภาวะของสมาชิก (Age and Maturity)

ทรอทเซอร์ (Trotzer 1977: 182) แนะนำว่าสมาชิกกลุ่มควรอยู่ในวัยเดียวกัน เพราะสมาชิกกลุ่มจะอยู่ในกลุ่มอย่างรู้สึกสบาย ๆ กับกลุ่มสมาชิกที่มีวัยเดียวกับตน ส่วนโอล์เซน (Ohlsen 1977) ให้ความสำคัญกับสมาชิกที่มีวุฒิภาวะทางสังคมมากกว่าสมาชิกที่อยู่ในวัยเดียวกัน

7. เพศ (Sex)

ทรอทเซอร์กล่าวว่า ในวัยก่อนวัยรุ่นสมาชิกกลุ่มชอบที่จะอยู่ในกลุ่มเพศเดียวกับตน มาร์เลอร์ (Mahler 1969: 53) ให้ความสำคัญว่ากลุ่มที่สมาชิกมีปัญหาทางด้านวัย จะมีประสิทธิผลมากที่สุดถ้าสมาชิกอยู่ในกลุ่มเพศเดียวกันกับตน ส่วนสมาชิกกลุ่มที่มีปัญหาทางสังคมควรกำหนดให้มีสมาชิกต่างเพศกัน

กระแสนของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม (The Process of Group Counseling)

กระแสนของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะมีการเคลื่อนไหว พัฒนาไปตามลำดับขั้นตอน ไม่เปลี่ยนแปลง ซึ่งทรอทเซอร์ (Trotzer 1979: 177-185) ได้จำแนกกระแสนของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มไว้ 5 ระยะดังนี้

1. ระยะริเริ่มหรือระยะปลอดภัย (Initial Stage or Security Stage) ระยะริเริ่มของกระแสแห่งกลุ่ม เป็นระยะที่สมาชิกกลุ่มยังรู้สึกลังเลที่จะเข้าไปมีปฏิกริยาในกลุ่ม งานขั้นพื้นฐานของระยะนี้คือ กลุ่มจะดำเนินไปเพื่อการพัฒนาความรู้สึกมั่นคงและปลอดภัยของสมาชิก เพื่อจะทำให้บรรล่วัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ในตอนเริ่มกลุ่ม และขั้นนี้จะเป็นการวางรากฐานของการไว้วางใจต่อกันในหมู่สมาชิก ซึ่งจะมีลักษณะต่อเนื่องกันดังนี้

1.1 การทำความคุ้นเคย (Getting Acquainted) เมื่อเริ่มเปิดการประชุม กลุ่มสมาชิกกลุ่มยังไม่คุ้นเคยกัน สมาชิกจะมีการกระทำในวิธีการต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความคุ้นเคยกันและรู้จักกันมากขึ้น ซึ่งจะเป็นการปูทางไปสู่การพัฒนาในสัมพันธภาพของสมาชิก เพิ่มมากขึ้น

1.2 การทำความคุ้นเคยกันในหมู่สมาชิกในตอนเริ่มต้นของการประชุมกลุ่ม (Interpersonal Warm-up) ทุกครั้ง (Session) ที่มีการเปิดประชุมกลุ่ม สมาชิกกลุ่มจะยังรู้สึกเกร็ง ๆ จึงต้องมีการทำความคุ้นเคยกันในแต่ละครั้งของการประชุมกลุ่ม จุดสำคัญคือให้สมาชิกหันความสนใจจากเรื่องส่วนตัวนอกกลุ่มให้เข้ามาสู่ประสบการณ์ในกลุ่ม มีบรรยากาศของการต้อนรับซึ่งกันและกัน มีความรู้สึกเป็นกันเองในหมู่สมาชิก ทำให้สมาชิกกลุ่มรู้สึกปลอดภัยเพิ่มมากขึ้น

1.3 ขอบเขตและกฎระเบียบของกลุ่ม (Setting Boundaries) ถูกกำหนดให้โดยผู้นำกลุ่มและพัฒนาโดยสมาชิกกลุ่ม โดยบอกเล่าให้ทราบถึงข้อพึงปฏิบัติของการอยู่ร่วมกันในกลุ่ม เพื่อช่วยให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกปลอดภัยเมื่ออยู่ในกลุ่ม และเป็นการป้องกันไม่ให้เกิดการทำอันตรายต่อกัน เป็นการส่วนตัวในระหว่างสมาชิก

1.4 การสร้างความไว้วางใจ (Building Trust) ในสถานการณ์กลุ่ม สมาชิกจะมีสัมพันธภาพระหว่างกัน จะได้ประสบและเข้าใจถึงความไว้วางใจ เกิดความรู้สึกไว้วางใจในตนเองและผู้อื่น ไว้วางใจกลุ่ม ความไว้วางใจต่อกันเป็นพื้นฐานสำคัญที่ทำให้สมาชิกเกิดความกล้าและมั่นใจที่จะเปิดเผยปัญหาของตนให้แก่กลุ่ม การสร้างความไว้วางใจต่อกันในหมู่สมาชิกนี้จะต้องกระทำต่อไปอย่างต่อเนื่อง เพื่อทำให้เกิดการพัฒนาความสัมพันธ์ส่วนตัวระดับลึกซึ้งของสมาชิก

2. ระยะยอมรับ (Acceptance stage) ทำให้สมาชิกเกิดความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม รู้สึกอบอุ่นและได้รับการยอมรับจากกลุ่ม อันจะทำให้สมาชิกมีการพูดคุยเปิดเผย ประสบการณ์ส่วนตัวกันมากขึ้น การกระทำที่จะทำให้เกิดการยอมรับกันในหมู่สมาชิกมีลักษณะดังนี้คือ



2.1 การแบ่งปันความรู้สึกส่วนตัว (Personal Sharing) สมาชิกจะรู้สึกได้ว่า  
วางใจจนกล้าที่จะเสี่ยงเปิดเผยเรื่องส่วนตัว รวมทั้งปัญหาของตนให้กลุ่มทราบ ทำให้สมาชิกกลุ่ม  
รู้จักและเข้าใจความรู้สึกของกันและกันมากขึ้น อันจะนำไปสู่ความสัมพันธ์แบบใกล้ชิดและเกิด  
ความสนิทสนมในหมู่สมาชิก

2.2 การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Giving Feedback) ทำให้สมาชิกได้รู้จักตนเอง  
จากการมองของคนอื่น อันจะนำไปสู่การปรับปรุงเปลี่ยนแปลงแก้ไขในตนเอง แต่อย่างไรก็ตาม  
การให้ข้อมูลย้อนกลับ บางครั้งก็เป็นการให้ที่เสี่ยงเกินไป ดังนั้นในการให้ข้อมูลย้อนกลับจึง  
ต้องกระทำอย่างระมัดระวัง และจะเป็นประโยชน์อย่างมากถ้ามีการให้ข้อมูลย้อนกลับที่เป็นความจริง

2.3 การสร้างความรู้สึกของการเป็นหนึ่งเดียวกัน และความรู้สึกใกล้ชิด  
(Building Cohesiveness and Closeness) กลุ่มจะพัฒนาสัมพันธภาพในทางสร้างสรรค์  
ให้เกิดขึ้นในหมู่สมาชิก ทำให้สมาชิกมีความรู้สึกใกล้ชิด สามารถเข้ากันได้ดี และมีความรู้สึกเป็น  
ส่วนหนึ่งของกลุ่ม ให้สมาชิกมีความสำนึกในความเป็นกลุ่ม และอยู่ร่วมกันในกลุ่มด้วยความรู้สึก  
ผูกพันกัน

2.4 การเรียนรู้ต่อการยอมรับตนเอง (Learning to Accept Self) กลุ่ม  
จะช่วยทำให้สมาชิกเรียนรู้ต่อการยอมรับตนเอง โดยการแสดงเอกลักษณ์และลักษณะของตนเองใน  
บรรยากาศของการสนับสนุนให้กำลังใจ การที่สมาชิกได้ประสบกับการยอมรับของกลุ่มทำให้สมาชิก  
รู้จักและเข้าใจตนเองเพิ่มมากขึ้น และผลของการยอมรับตนเองทำให้สมาชิกเกิดความมั่นใจใน  
ตนเองและเห็นคุณค่าในตนเอง และยังจะช่วยกระตุ้นให้สมาชิกคนอื่น เกิดการยอมรับในตนเอง  
มั่นใจในตนเองและเห็นคุณค่าในตนเองด้วย การเรียนรู้ต่อการยอมรับตนเองยังทำให้สมาชิกกลุ่ม  
ทั้งหมด เปิดใจกว้างต่อการมองไปที่ตนเอง ทั้งด้านที่ปรารถนาและไม่ปรารถนาซึ่งสมาชิกต้องการ  
จะเปลี่ยนแปลง

2.5 การเรียนรู้ต่อการยอมรับผู้อื่น (Learning to Accept Others)  
การเรียนรู้ต่อการยอมรับผู้อื่นเป็นสิ่งสำคัญต่อการพัฒนาความรู้สึกไวต่อการรับรู้ในกลุ่มเพื่อนสมาชิก  
โดยจะมีผู้นำกลุ่มคอยให้การสังเกตและการให้การสนับสนุน ให้กำลังใจในขณะกำลังฟัง สมาชิก  
กลุ่มก็จะให้การยอมรับและกล้าที่จะเปิดเผยตนเอง ทำให้สมาชิกเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง  
เพราะคนอื่นมองเห็นถึงคุณค่าของตัวเอง และต้องการการยอมรับจากเขา

3. ระยะเวลาที่รู้สึกรับผิดชอบ (Responsibility Stage) เป็นระยะที่สมาชิกจะให้ความรับผิดชอบต่อกระบวนการของการแก้ไขปัญหาหรือการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ซึ่งจะดำเนินเป็นขั้นตอนตามลำดับดังนี้

3.1 การประเมินตนเอง (Individual Assessment) เป็นการที่สมาชิกแต่ละคนประเมินตนเอง โดยมองไปที่ตัวตนแท้ ๆ อย่างชัดเจน ซึ่งในการประเมินตนเองอย่างแท้จริงนี้เป็นการวางรากฐานของการกระทำที่รับผิดชอบ

3.2 ความรู้สึกเป็นเจ้าของของตนเอง (Recognizing Ownership) สมาชิกจะรู้สึกเป็นเจ้าของความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเอง และรู้ว่าตัวเองเป็นผู้มีส่วนในปัญหาของตน ทำให้เขาเริ่มรู้สึกว่าตนเองเป็นผู้ที่จะต้องรับผิดชอบต่อการแก้ไขปัญหาซึ่งตนเป็นเจ้าของอยู่นั้น

3.3 การได้ประสบกับความรับผิดชอบและการสร้างความรับผิดชอบ (Experiencing and Building Responsibility) เป็นการช่วยให้สมาชิกมีความรับผิดชอบในระยะแรก ไม่ว่าจะเป็นการบอกให้สมาชิกรับผิดชอบ แต่ต้องให้เขาเกิดความรู้สึกรับผิดชอบอันเกิดมาจากการเห็นคุณค่าในตนเอง และช่วยให้สมาชิกมีความรู้สึกรับผิดชอบทั้งในกลุ่มและนอกกลุ่ม

3.4 การให้ความเคารพนับถือ (Giving Respect) จะให้ความเคารพในสิทธิของผู้อื่นซึ่งแตกต่างไปจากตน การให้ความเคารพซึ่งกันและกันในหมู่สมาชิกเป็นสิ่งจำเป็นซึ่งจะทำให้สมาชิกเกิดการพัฒนาเติบโตไปในด้านต่าง ๆ

3.5 การมีส่วนร่วมในกลุ่มเท่า ๆ กันของสมาชิก (Doing a Fair Share) สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มจะมีโอกาสได้รับประสบการณ์จากกลุ่มเท่าเทียมกัน จะช่วยให้สมาชิกเรียนรู้ที่จะดำรงชีวิตอยู่อย่างกลมกลืน รับผิดชอบต่อความสนใจของตนเอง และเรียนรู้ที่จะรับผิดชอบต่อสมาชิกคนอื่นด้วย

4. ระยะทำงาน (Working Stage) ระยะนี้จะเป็นการนำกลุ่มให้ทำงานตามวัตถุประสงค์ของกลุ่ม และจุดประสงค์ของสมาชิกรายบุคคล การกระทำของกลุ่มในระยะนี้คือ

4.1 การแก้ไขปัญหา (Problem Solving) การช่วยกันแก้ไขปัญหาตามวัตถุประสงค์ของกลุ่ม ช่วยให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้และมีประสบการณ์ในการแก้ไขปัญหา ซึ่งเกิดขึ้นจากกระบวนการดังนี้คือ

- 4.1.1 การกำหนดปัญหา การทำความเข้าใจ และการเข้าใจปัญหา
- 4.1.2 ร่วมมือกันเลือกหาวิธีการแก้ไขปัญหามากมาย ๆ ด้าน
- 4.1.3 วิธีการแก้ไขปัญหในด้านต่าง ๆ จะได้รับการประเมิน พิจารณาด้วยการคิดอย่างวิเคราะห์วิจารณ์ และทดลองกระทำพฤติกรรมใหม่
- 4.1.4 การตกลงใจเลือกทางออกที่ดีที่สุดของปัญหานั้น
- 4.1.5 การช่วยกันวางแผนปฏิบัติในหมู่สมาชิก
- 4.1.6 การลงมือปฏิบัติ โดยการทดลองกระทำพฤติกรรมใหม่ภายในกลุ่มของคนก่อนที่จะออกไปปฏิบัติในสังคมนอกกลุ่ม

4.2 แหล่งระดมพลังในกลุ่ม (Mobilization Group Resources) ในที่สุดประสิทธิภาพของกลุ่มก็สิ้นสุดลง โดยที่ความต้องการและปัญหาของสมาชิกแต่ละคนได้รับผลสำเร็จในทางการแก้ไขที่ดีที่สุด ในขั้นนี้จะเชื้ออำนวยการสมาชิกกลุ่มให้มิตบาทเป็นผู้ช่วยเหลือ และใช้ประโยชน์จากการเป็นผู้ช่วยเหลืออย่างดีที่สุด ทำให้สมาชิกที่ให้การช่วยเหลือแก่สมาชิกคนอื่นจะเกิดคุณค่าในตนเองเพิ่มสูงขึ้น

4.3 การตรวจสอบความเป็นจริง (Reality Testing) ในการตรวจสอบความเป็นจริงนี้ จะเป็นการทำให้แน่ใจว่ากลุ่มทำงานอย่างได้ผล โดยที่สมาชิกสามารถเข้าใจปัญหาและแก้ปัญหานั้นได้จริง ๆ ในสภาพสังคมนอกกลุ่มปรึกษาเชิงจิตวิทยา ดังนั้นเพื่อเป็นการสนับสนุนต่อสุขภาพจิตของสมาชิก และต่อการเปลี่ยนแปลงที่เป็นไปได้ในชีวิตประจำวันจริง ๆ ของสมาชิกกลุ่มจะต้องมีความรับผิดชอบต่อ 1) การให้ข้อมูลย้อนกลับ 2) การให้ทางเลือกของการแก้ไขปัญหา และ 3) การให้ข้อมูลที่เป็นความจริง

5. ขั้นปิดกลุ่ม (Closing Stage) ขั้นปิดกลุ่มเป็นการช่วยให้สมาชิกมีการยุติการได้รับประสบการณ์จากกลุ่มอย่างมีประสิทธิภาพ

5.1 การให้กำลังใจ (Giving Support) กลุ่มจะให้การสนับสนุนให้กำลังใจแก่สมาชิกในช่วงที่เขากำลังเปลี่ยนแปลงการดำเนินชีวิตของตนนอกกลุ่ม มีการส่งเสริมสนับสนุนให้การเสริมแรงทางบวกแก่การกระทำในทางสร้างสรรค์ รวมทั้งในการแก้ไขปัญหาและการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ที่ปรารถนาของสมาชิก การสนับสนุนให้กำลังใจทำให้สมาชิกมีแรงส่งเสริมภายใน และเป็นผลให้สมาชิกยอมรับนับถือสิ่งแวดล้อมที่เขาอยู่ไปในทางสร้างสรรค์มากขึ้น

5.2 การยอมรับและการยืนยันภาวะการพัฒนาการเติบโต (Affirming and Confirming Growth) ในขั้นนี้จะมีการทบทวน สรุป และเสริมแรงให้กำลังใจแก่สิ่งที่สมาชิกได้เรียนรู้มาแล้ว โดยผ่านกระบวนการของปฏิสัมพันธ์ของกลุ่ม ซึ่งจะทำให้สมาชิกเกิดความเชื่อมั่นในตนเองและพึ่งพิงตนเองมากขึ้น ในการยอมรับและการยืนยันว่าสมาชิกมีการพัฒนาเติบโตขึ้น อันเป็นผลเนื่องมาจากมาจากประสบการณ์แห่งกลุ่มนั้น สืบเนื่องจากการที่สมาชิกเกิดการเรียนรู้ และมีการปรับปรุงตนเองหรือ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่เหมาะสม

5.3 การกล่าวคำอำลา (Saying Good Bye) ในขั้นนี้เป็นการเปิดโอกาสให้แก่สมาชิกที่จะยุติประสบการณ์จากกลุ่ม การกล่าวคำอำลาเป็นจุดที่ว่ากลุ่มจะต้องยุติแล้วสมาชิกจะต้องกลับออกไปสู่การดำเนินชีวิตนอกกลุ่มต่อไป

5.4 การติดตามผล (Follow Up) ขั้นนี้เป็นการเตรียมการติดต่อกับสมาชิกหลังจากยุติกลุ่มแล้ว ในจุดประสงค์เพื่อการประเมินผล การติดตามผลทำให้ได้รับรู้ว่าสมาชิกมีการเปลี่ยนแปลงในตนเองหรือไม่ และได้นำประสบการณ์การเรียนรู้จากกลุ่มไปใช้ในชีวิตประจำวันหรือไม่ และจะ เป็นการดีมากถ้าสมาชิกได้นำเอาประสบการณ์ที่ได้ เรียนรู้จากกลุ่มไปปฏิบัติอยู่ตลอดเวลา นอกจากนั้นเมื่อสมาชิกออกไปอยู่ในสังคมนอกกลุ่ม อาจทำให้สมาชิกมีแรงจูงใจที่จะ เปลี่ยนแปลงปรับปรุงตนเองน้อยลง การติดตามผลก็จะ เป็นการปลุกให้เกิดแรงจูงใจอันก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงปรับปรุง เพื่อการพัฒนาเติบโตในตนเองอีกครั้งหนึ่ง

#### แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน

##### ความหมาย

พฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน (Disruptive Classroom Behavior) หมายถึง พฤติกรรมที่ก่อกวนการเรียนการสอนโดยการเข้าแทรกแซงการเรียนการสอนในชั้นเรียน และเพื่อความสะดวกในทางการปฏิบัติงาน ในงานวิจัยนี้จึงได้อาศัยแนวคิดของ รอส (Ross) ซึ่งให้รูปแบบของพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนไว้ดังนี้ 1) การพูดโดยไม่ได้รับอนุญาต 2) การลุกจากที่นั่ง 3) การเดินไปมา 4) การขว้างปาวัตถุสิ่งของ 5) การทำเสียงดัง ซึ่งพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนจะไม่รวมถึงพฤติกรรมดังต่อไปนี้ 1) พฤติกรรมการก้าวร้าวทางร่างกายโดยตรง 2) พฤติกรรมการลักขโมย 3) พฤติกรรมการไม่เอาใจใส่ 4) พฤติกรรม การแสดงออกที่มากเกินไป (Hyperactivity) (Ross 1981: 210)

เบคเกอร์ เมคเสน อาร์โนลด์ และโทมัส (Becker, Madsen, Arnold and Thomas 1967 citing Ayllon, Layman and Burke 1972: 315-323) ยังได้ให้ความหมายของพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนว่าหมายถึงพฤติกรรมดังต่อไปนี้

1. การเคลื่อนไหวอย่างเห็นได้ชัดเจน (Gross Motor) เช่น 1) การลุกออกจากที่นั่ง 2) การเดินหรือวิ่งไปมารอบ ๆ ห้องเรียนโดยไม่มีจุดหมายหรือโดยไม่ได้รับอนุญาตจากครูผู้สอน 3) การโยนวัตถุสิ่งของ

2. การเปล่งเสียงออกจากลำคอ (Verbalization) เช่น 1) การพูดออกเสียงกับตัวเองหรือกับคนอื่น ๆ 2) การส่งเสียงตะโกนเรียกครูหรือเพื่อนนักเรียนคนอื่น 3) การทำเสียงดัง 4) การฉีปาก และ 5) การทำเสียงซึ่มซึมในลำคอ

3. การทำเสียงอึกทึก (Noise) เช่น 1) การเคาะหรือทุบวัตถุสิ่งของ การกระแทกเท้า การเคาะนิ้ว 2) การทิ้งวัตถุสิ่งของลงบนพื้นห้องเรียน 3) การหักนิ้วมือ

อัลสัน และโรเบิร์ต (Ayllon and Roberts 1974: 71-76) ก็มีการให้ความหมายของพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียน ซึ่งคล้ายกับของเบคเกอร์ เมคเสน อาร์โนลด์ และโทมัส ว่าหมายถึงพฤติกรรมดังนี้ 1) การลุกออกจากที่นั่งโดยไม่ได้รับอนุญาตจากครูผู้สอน เช่น การยืน การวิ่ง การเดินไปมารอบ ๆ ห้องเรียน 2) การพูดออกเสียงหรือการทำให้เกิดเสียงในช่วงเวลาเรียน 3) เกี่ยวกับพฤติกรรมการเคลื่อนไหวซึ่งเข้าไปแทรกแซงการเรียนของนักเรียนคนอื่น เช่น เอาส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายไปกระทบร่างกายนักเรียนคนอื่น กระแทกโต๊ะเรียน กระแทบวัตถุสิ่งของของเพื่อนนักเรียนในชั้นเรียน สำหรับพฤติกรรมอื่น ๆ นอกเหนือจากนี้ทั้งหมด อัลสัน และโรเบิร์ตถือว่าไม่เป็นพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียน

นอกจากนี้ พรชูลี อาชาวาร์จ และสงขลิก (2519: 49-55) ยังให้ความหมายของพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนว่าหมายถึง พฤติกรรมที่รบกวน ขัดขวางต่อการเรียนการสอนในห้องเรียน ซึ่งได้แก่พฤติกรรมดังต่อไปนี้ 1) พูดตะโกนเสียงดัง 2) ทำให้เกิดเสียงดังจากสิ่งต่าง ๆ เช่น กระแทกของ ล้มเก้าอี้ ทุบโต๊ะ 3) เดินออกนอกห้องเรียนหรือเดินไปมาโดยไม่มีความมุ่งหมาย 4) รบกวนการทำงานของเพื่อนหรือหยอกล้อทางร่างกายหรือยึดยึดเครื่องมือของเพื่อน

ความหมายของพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนที่กล่าวมาแล้ว และเพื่อความสะดวกในการปฏิบัติงานของการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงได้สรุปรวบรวมพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนว่าหมายถึงพฤติกรรมดังนี้ คือ

1. การลุกออกจากที่นั่งหรือการเดินหรือการวิ่งไปมารอบ ๆ ห้องเรียนโดยไม่ได้รับอนุญาตจากครูผู้สอน
2. คุยกับเพื่อนในชั้นเรียนขณะที่ครูสอน
3. แหย่หรือรังแกเพื่อนโดยใช้อวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายไปกระทบร่างกายของเพื่อน กระแทกโต๊ะเรียนหรือวัตถุสิ่งของต่าง ๆ ของเพื่อนโดยเจตนาในชั้นเรียน เช่น ตีแขนเพื่อน กระแทกโต๊ะเรียน
4. เล่นกับเพื่อนหรือกับวัตถุสิ่งของที่ไม่เกี่ยวข้องกับการเรียนในชั้นเรียน
5. ทำเสียงดังโดยการเปล่งเสียงออกจากลำคอ หรือโดยการใช้นิ้วของหรือใช้ส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกาย เช่น การตะโกน การทำให้เสียงดัง การทุบโต๊ะ เคาะโต๊ะ ฝ่าปาก

#### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เดออีส์ (DeEsch 1979: 117-122) ได้ทำการศึกษาวิจัยผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มกับนักเรียนเกรด 7 ถึงเกรด 10 ทางตะวันออกของรัฐเพนซิลวาเนีย ซึ่งมีพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนและถูกส่งตัวไปยังห้องปกครองอยู่เสมอ โดยผ่านกระบวนการของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีการประชุมกลุ่มประมาณ 10 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวมการประชุมกลุ่ม 10 ครั้ง ๆ ละประมาณ 1 ชั่วโมง ซึ่งนักเรียนจะมีโอกาสได้ประสบกับความรู้สึกรับผิดชอบต่อพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของตน ผลการศึกษาวิจัยพบว่าการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มช่วยทำให้พฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนของนักเรียนลดลง และทำให้ทัศนคติของนักเรียนที่มีพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 นอกจากนี้ยังพบว่าหลังจากนักเรียนที่มีพฤติกรรมก่อนงานในชั้นเรียนได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแล้วจะมีการถูกส่งตัวไปยังห้องปกครองมีจำนวนลดน้อยลงกว่าก่อนได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม และในระยะติดตามผลก็ยังพบว่า การส่งตัวนักเรียนไปยังห้องปกครอง ยังลดน้อยลงไปเรื่อย ๆ

แซมมวาลวิช (Samulewics 1975: 2645 A - 2646 A) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบที่ยืดผู้ปรึกษาเป็นศูนย์กลาง และแบบความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ที่มีผลต่อพฤติกรรมปัญหาของนักเรียนซึ่งมีระดับ I.Q. 85-115 นักเรียนจะได้รับการสุ่มเข้ากลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม แต่ละกลุ่มมีสมาชิกกลุ่มละ 7 คน โดยกลุ่มทดลองที่ 1

ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบยึดผู้ปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ซึ่งเป็นด้านความรู้สึก ส่วนกลุ่มทดลองที่ 2 เน้นการใช้ความคิดวิเคราะห์ วิจาร์ณ โดยมีการประชุมกลุ่มสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ติดต่อกันตลอดระยะเวลา 5 สัปดาห์ ผลการทดลองพบว่ากลุ่มทดลองทั้งสองไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และยังพบอีกว่ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ผลยังชี้ว่านักเรียนที่มีพฤติกรรมปัญหาซึ่งได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบที่ยึดผู้ปรึกษาเป็นศูนย์กลาง จะมีทัศนคติเพิ่มขึ้น และมีการปรับตัวในห้องเรียนได้ดี เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

เวอร์นอท (Vernot 1975: 3420-A) ทำการศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยใช้โปรแกรมด้านมนุษยสัมพันธ์กับนักเรียนชายเกรด 10 ที่มีพฤติกรรมก่อกวน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายเกรด 10 จำนวน 42 คน จากโรงเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาแถบชานเมือง ทำการสุ่มนักเรียนเข้ากลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม จำนวน 19 คน เข้ากลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม จำนวน 17 คน และกลุ่มหลอก (Placebo) 1 กลุ่ม จำนวน 16 คน ผลพบว่านักเรียนที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะมีความตั้งใจเรียนมากกว่าอีก 2 กลุ่ม

แลง (Lang 1976: 2638A -2639 A) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาตนเองตามศักยภาพของตน (Self-Actualization) ของนักเรียนอเมริกันผิวดำ ซึ่งมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน และเป็นผู้ที่ได้รับเลือกให้เข้าไปศึกษาต่อในโรงเรียนระดับอาชีวศึกษา จำนวน 13 คน ให้นักเรียนทำแบบทดสอบตนเองก่อนมีการประชุมกลุ่ม (Personal Orientation Inventory) และหลังจากสิ้นสุดการประชุมกลุ่มให้นักเรียนทำแบบทดสอบตนเองในชุดเดิมอีกครั้งหนึ่ง จากนั้นทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคะแนนค่า  $t$  ผลการทดลองพบว่าการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มช่วยให้นักเรียนมีการพัฒนาตนเองตามความเป็นจริงเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

โฮลท์ (Holt 1978: 6546-A) ทำการศึกษาทดลองผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อความรับผิดชอบในตนเองและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาจากเมืองเชอริพอร์ต (Shreveport) ในรัฐหลุยส์เซียนา (Louisiana) จำนวน 15 คน เป็นนักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียน และมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในชั้นเรียน ซึ่งมีสถานะทางเศรษฐกิจและสังคมอยู่ในระดับต่ำ ทำการสุ่มนักเรียนเข้ากลุ่มทดลอง กลุ่มควบคุม และกลุ่มหลอก กลุ่มละ 5 คน โดยให้มีการประชุมกลุ่มสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 45 นาที เป็นเวลา 6 สัปดาห์ รวม 12 ครั้ง ผลการทดลองพบว่านักเรียนที่ได้รับการปรึกษา

เชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีความรับผิดชอบในตนเองมากขึ้นกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง และจากการรายงานผ่านระยะทดลองของแต่ละกลุ่ม รวมทั้งจากการเปรียบเทียบก่อนและหลังการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม พบว่านักเรียนมีความตั้งใจในการเรียนเพิ่มมากขึ้น รวมทั้งมีการพัฒนาพฤติกรรมภายในชั้นเรียนเพิ่มสูงขึ้นด้วย

บอยเล (Boyle 1977: 1884-A) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่ออัตมโนทัศน์ของนักเรียนแถบชานเมืองของรัฐทิสเบอร์รี่ ที่ชอบฝ่าฝืนระเบียบและกฎเกณฑ์ของโรงเรียน มีพฤติกรรมไม่เหมาะสม ชอบก่อความวุ่นวาย ชอบลักขโมย หนีโรงเรียน คิดยาเสพติด ขาดความมีวินัยในตนเอง และชอบทำลายทรัพย์สินของโรงเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 6 มีอายุ 11-12 ปี เกรด 8 มีอายุ 13-14 ปี และเกรด 10 มีอายุ 15-16 ปี แต่ละระดับชั้นสุ่มเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน รวมจำนวน 60 คน กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม เป็นระยะเวลา 10 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 45 นาที ผลการทดลองพบว่านักเรียนที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มทั้ง 3 ระดับชั้น มีอัตมโนทัศน์เพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เฟลแมน (Feldman 1984: 1709-B) ได้ศึกษาถึงผลของการมีประสบการณ์กลุ่มอย่างเข้มข้น (Intensive Group) ที่มีต่ออัตมโนทัศน์ ผลการเรียนและพฤติกรรมของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 4 เกรด 5 และเกรด 6 จำนวน 19 คน โดยให้มีการประชุมกลุ่มสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ๆ ละ 3 ชั่วโมง ตลอดระยะเวลาปีการศึกษา ผลการศึกษาพบว่านักเรียนมีการปรับปรุงตนเองด้านสังคมเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และยังพบอีกว่าหลังจากได้รับประสบการณ์กลุ่มอย่างเข้มข้น นักเรียนมีแนวโน้มต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์และผลการเรียนเพิ่มสูงขึ้น แต่เป็นการเปลี่ยนแปลงอย่างไม่มีนัยสำคัญ

โอมิโซ และโอมิโซ (Omizo and Omizo 1988: 109-117) ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อทัศนภาพและพฤติกรรมทางสังคมของนักเรียนที่ด้อยความสามารถทางการเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4, 5 และ 6 ที่ด้อยความสามารถทางการเรียน สัมภาษณ์ตามความสมัครใจในการเข้ากลุ่ม จากนั้นสุ่มเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 31 คน กลุ่มควบคุม 31 คน แต่ละกลุ่มแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ได้กลุ่มละ 10 คน จำนวน 2 กลุ่ม กลุ่มละ 11 คน จำนวน 1 กลุ่ม ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่ด้อยความสามารถทางการเรียน เมื่อได้รับคำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะสามารถพัฒนาทัศนภาพและพฤติกรรมทางสังคมให้สูงขึ้นได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01



เพชรสุดา เพชรวิไล (2525: 64) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อการปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ของโรงเรียนคินุลวิทยา จ.ลพบุรี ปีการศึกษา 2524 จำนวน 16 คน แล้วทำการสุ่มเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมอย่างละ 1 กลุ่ม แต่ละกลุ่มมีสมาชิกกลุ่มละ 8 คน นักเรียนในกลุ่มทดลองได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและกลุ่มเป็นเวลา 10 ครั้ง ๆ ละ 90 นาที ติดต่อกัน 5 สัปดาห์ ๆ ละ 2 วัน ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ผลการทดลองพบว่านักเรียนที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดน้อยลงกว่าก่อนได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และยังพบอีกว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มช่วยให้พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนในกลุ่มทดลองลดน้อยลงกว่ากลุ่มควบคุมซึ่งไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

สุภาพร จันทร์ศิริโยธิน (2626: 74) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2526 ของโรงเรียนบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ทำการสุ่มตัวอย่างนักเรียนอย่างง่ายมาจากนักเรียนที่มีวินัยในตนเองต่ำมาจำนวน 20 คน แล้วสุ่มแยกเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน กลุ่มควบคุม 10 คน กลุ่มทดลองจะได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มเป็นเวลา 5 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ๆ ละประมาณ 1 1/2-2 ชั่วโมง รวม 10 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ผลการทดลองพบว่านักเรียนที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะมีความมีวินัยในตนเองเพิ่มสูงขึ้นกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยที่ได้จากแบบทดสอบของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มพบว่า หลังการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มนักเรียนจะมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มสูงขึ้น ดังนั้นแสดงว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียนให้เพิ่มสูงขึ้นได้

อาภรณ์ มหาคำ (2525: 59) ทำการศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีผลต่อการปรับพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ของโรงเรียนบางกะปิ ปีการศึกษา 2524 จำนวน 16 คน โดยสุ่มมาจากนักเรียนที่ได้คะแนนเฉลี่ยจากแบบทดสอบพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกต่ำกว่า 125 คะแนน สุ่มเข้ากลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน กลุ่มทดลองจะได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจำนวน 10 ครั้ง ๆ ละ 1 1/2 ชั่วโมง ผลการทดลองพบว่านักเรียนที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกลดน้อยลงกว่าก่อนได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ

ยังพบว่านัก เรียนที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกน้อยกว่านัก เรียนที่ไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นั่นคือ ผลการทดลองแสดงให้เห็นว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มช่วยให้นัก เรียนมีพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกลดน้อยลง และช่วยให้นัก เรียนมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก เพิ่มมากขึ้น

นพวรรณ สมานสุพมาล (2529: 54) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาการยอมรับตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนสุราษฎร์ธานี จังหวัดสุราษฎร์ธานี ปีการศึกษา 2529 จำแนกกลุ่มตัวอย่างนักเรียนที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของการยอมรับตนเองต่ำ จำนวน 16 คน ออกเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจำนวน 13 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับเอกสารสนเทศเกี่ยวกับการยอมรับตนเองจากผู้ช่วยวิจัยจำนวน 11 ครั้ง ผลการทดลองพบว่าหลังจากที่นัก เรียนได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแล้ว นักเรียนจะมีการยอมรับตนเองเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีการยอมรับตนเองสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมที่ได้รับข้อมูลสนเทศเกี่ยวกับการยอมรับตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จินตนา เพียรจิตร (2425: 86-87) ทำการศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาวินภาพแห่งตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสาธิตวิทยาลัยครูพระนคร ปีการศึกษา 2523 สุ่มตัวอย่างจากนักเรียนในกลุ่มที่ทำคะแนนจากแบบทดสอบวินภาพแห่งตนได้คะแนนต่ำมาจำนวน 16 คน แล้วสุ่มตัวอย่างอีกครั้งหนึ่งเข้ากลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน กลุ่มทดลองจะได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจำนวน 12 ครั้ง ๗ ละ 2 ชั่วโมง ผลการทดลองพบว่านักเรียนที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีวินภาพแห่งตนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และหลังได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม นักเรียนมีวินภาพแห่งตนสูงกว่าก่อนได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

นริศ มณีขาว (2529: 73-74) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาการยอมรับตนเองของเยาวชนในปี พ.ศ. 2529 กลุ่มตัวอย่างเป็นเยาวชนบ้านเซเวียร์ กรุงเทพมหานคร ซึ่งมีอายุระหว่าง 16-23 ปี จากเยาวชนที่อาสาสมัครเข้าร่วมการวิจัยทั้งหมด 33 คน เลือกเยาวชนจากที่มีคะแนนการยอมรับตนเองต่ำสุดขึ้นไปจำนวน 14 คน แล้วสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายเข้ากลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 7 คน กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

แบบกลุ่มมาราธอน โดยใช้เวลาติดต่อกัน 3 วัน 2 คืน รวม 20 ชั่วโมง ผลการศึกษาพบว่า หลังจากได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบมาราธอน นักเรียนมีการพัฒนาการยอมรับตนเอง เพิ่มขึ้นสูงกว่าก่อนได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแบบมาราธอนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พรศิมล เพ็ญยะ (2527: 51-52) ศึกษาวิจัยผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาการสื่อสารระหว่างบุคคลกับนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนราชวินิต บางแก้ว จังหวัดสมุทรปราการ ปีการศึกษา 2527 จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองกลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจำนวน 11 ครั้ง เป็นเวลา 5 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 1-1 1/2 ชั่วโมง ผลการศึกษารายพบว่านักเรียนที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีการพัฒนาการสื่อสารระหว่างบุคคล เพิ่มขึ้นสูงกว่าก่อนได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

มาลีณี อยู่โพธิ์ (2525: 60-61) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวทางสังคมด้านสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 16 คน โรงเรียนวัดอินทาราม ปีการศึกษา 2525 กรุงเทพมหานคร ซึ่งสุ่มมาจากนักเรียนที่ทำคะแนนการปรับตัวทางสังคมด้านสัมพันธภาพกับเพื่อนได้คะแนนต่ำ และยินยอมเข้ากลุ่มด้วยความสมัครใจ แล้วทำการสุ่มเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ติดต่อกัน 9 ครั้ง ๆ ละ 1 1/2 ชั่วโมง ผลการทดลองพบว่าการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มช่วยให้นักเรียนมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมด้านสัมพันธภาพกับเพื่อนได้มากขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

มาลี วงษ์แก้ว (2526: 60) ทำการศึกษาทดลองผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์ จำนวน 20 คน สังกัดกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2525 ให้เป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 10 คน กลุ่มทดลองจะได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม 14 ครั้ง ๆ ละ 45 นาที ติดต่อกัน 7 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุมให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับวิธีการปรับปรุงความเชื่อมั่นในตนเองสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ทั้ง 2 กลุ่มจะได้รับการทดสอบก่อนและหลังการประชุมกลุ่ม ผลการศึกษาดทดลองพบว่าการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มช่วยพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนในกลุ่มทดลองให้เพิ่มมากขึ้นกว่ากลุ่มที่ได้รับข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วราภรณ์ ลิ้มสุวัฒน์ (2522: 34) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวด้านสังคมของกลุ่มนักเรียนที่ถูกเพื่อนชิงชังซึ่งได้รับการฝึกความรู้สึกก่อนกับกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึก กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2521 โดยมีกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการฝึกการรับความรู้สึกก่อน และได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยไม่ได้รับการฝึกการรับความรู้สึกก่อน ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับทั้งการฝึกการรับความรู้สึกก่อนและไม่ได้รับทั้งการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม กลุ่มทดลองจะได้รับบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง เป็นระยะเวลา 5 สัปดาห์ รวม 10 ครั้ง ผลการทดลองพบว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มไม่มีผลต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียน แต่พบว่านักเรียนมีทัศนคติที่ดีต่อการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม และนักเรียนยังให้ทัศนะดีกว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มให้ประโยชน์แก่คนในหลาย ๆ ด้าน

ณิชนา รัตนมาศทิพย์ (2531: 41) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของรอเจอร์ที่มีต่อการลดความวิตกกังวลของผู้ป่วยมะเร็ง เพศหญิงในช่วงการรับรังสีรักษา กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยมะเร็ง เพศหญิงในช่วงการรับรังสีรักษา สัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ทำแบบวัดความวิตกกังวลได้คะแนนบวก 0.5 S.D. ขึ้นไปของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัด จากนั้นสุ่มขึ้นมา 8 คน และเป็นไปตามความสมัครใจเพื่อใช้เป็นกลุ่มทดลอง ผลการวิจัยพบว่าความวิตกกังวลของผู้ป่วยมะเร็ง เพศหญิงในช่วงการรับรังสีรักษาที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มลดลงอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

วรรณา คงสุริยะนาวัน (2531: 46) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อเจตคติต่อการศึกษาระดับปริญญาตรีของนักศึกษาพยาบาลปีที่ 3 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลปีที่ 3 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จำนวน 9 คน ที่อาสาสมัครเข้าร่วมในการวิจัย ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีเจตคติต่อการศึกษาระดับปริญญาตรีสูงกว่าก่อนยังไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการลดพฤติกรรมก่อนวัยเรียน  
ของนักเรียน

### สมมติฐานในการวิจัย

1. พฤติกรรมก่อนวัยเรียนของนักเรียนที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะ  
ลดลง
2. ในระยะติดตามผล กลุ่มทดลองซึ่งได้รับบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะ  
มีพฤติกรรมก่อนวัยเรียนลดน้อยลงกว่ากลุ่มควบคุม

### ตัวแปรในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) คือการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือพฤติกรรมก่อนวัยเรียน

### คำจำกัดความในการวิจัย

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม หมายถึง กลุ่มที่ประกอบด้วยสมาชิกจำนวน 6 คน  
ที่เต็มใจและยินดีเข้าร่วมในการทดลองเป็นเวลา 10 วันติดต่อกัน วันละประมาณ 1 ชั่วโมง ซึ่ง  
มาประชุมกันเพื่อมุ่งแก้ไขปัญหาคำหนด ภายใต้การนำของผู้วิจัย ซึ่งเป็นผู้มีประสบการณ์และมี  
ความรู้เรื่องกลุ่ม ในกลุ่มมีบรรยากาศแห่งความเข้าใจ ยอมรับ เป็นกันเอง และอบอุ่น เพื่อให้  
สมาชิกในกลุ่มได้แบ่งปัน และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อการเป็นแนวทาง  
ในการแก้ไขปัญหาและปรึกษาหารือซึ่งกันและกันในกลุ่ม เพื่อบรรลุจุดมุ่งหมายในการแก้ไขปัญหา  
เพื่อการปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง

พฤติกรรมก่อนวัยเรียน หมายถึง การแสดงพฤติกรรมของนักเรียนดังต่อไปนี้ คือ

1. ลุกออกจากที่นั่ง หรือ เดิน หรือ วิ่งไปมารอบ ๆ ห้องเรียนโดยไม่ได้รับอนุญาตจาก  
ครูผู้สอน
- 2.คุยกับเพื่อนในชั้นเรียน
3. แหย่หรือรังแกเพื่อนโดยใช้ข้อวิาะส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายไปกระทบร่างกาย  
ของเพื่อน กระแทกโต๊ะเรียน หรือวัตถุสิ่งของต่าง ๆ ของเพื่อนโดยเจตนาในชั้นเรียน เช่น ตีแขน  
เพื่อน กระแทกโต๊ะเรียนของเพื่อน

4. เล่นกีฬาเพื่อนหรือกับวัตถุสิ่งของที่ไม่เกี่ยวข้องกับการเรียนในชั้นเรียน
5. ทำเสียงดังโดยการ เปล่งเสียงออกจากลำคอ หรือโดยการใช้สิ่งของหรือใช้ ส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกาย เช่น การตะโกน การทำให้เกิดเสียงดัง การทุบโต๊ะ เคาะโต๊ะ ผีวปาก กระตืบเท้า

#### ขอบเขตของการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนอุตรดิตถ์ อ.เมือง จ.อุตรธานี ห้อง 8 และห้อง 12 ที่สมัครใจและเต็มใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 12 คน ที่มีพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนมากที่สุดตามข้อมูลจากการสังเกตของผู้วิจัย และจาก คำรายงานของอาจารย์ผู้สอน
2. ระยะเวลา ในการทดลองศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้เวลาหลังเลิกเรียนครั้งละ ประมาณ 1 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 5 วัน ติดต่อกัน 2 สัปดาห์ รวม 10 ครั้ง
3. สถานที่ โรงเรียนอุตรดิตถ์ อ.เมือง จ.อุตรธานี
4. การวิจัยครั้งนี้ศึกษาเฉพาะพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนดังที่ได้กล่าวไว้ในคำจำกัด ความของการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น

#### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เป็นการนำการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มไปใช้ในการลดพฤติกรรมก่อกวนใน ชั้นเรียน เพื่อให้การเรียนการสอนในชั้นเรียนดำเนินไปได้อย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพ
2. เพื่อเป็นการป้องกันปัญหาก่อนที่จะแผ่ขยายไป เป็นปัญหาที่รุนแรงเพิ่มมากขึ้น
3. เพื่อช่วยให้นักเรียนที่มีพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนได้ลดพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน ของตนเองให้มัน้อยลง และช่วยให้เขาได้พัฒนาเติบโตต่อไป เป็นบุคคลที่มีคุณภาพต่อไปในสังคม