

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กาญจนา อิมสำราญรัตน์. (2535). ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่ออัตมโนทัศน์ของเยาวชนกระทำผิดกฎหมาย. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- ณรงค์ชัย พิพิธพัฒนาปราชต์. (2533). ผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามทฤษฎีของชูลส์ที่มีต่อภาวะสังจการแห่งตนของหัวหน้างานในโรงงานอุตสาหกรรม. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- ดวงพร หิรัญรัตน์. (2543). ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์สต่อความสุขของเด็กกำพร้าในสถานสงเคราะห์. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- นิภา นิธยานน. (2520). การปรับตัวและบุคลิกภาพเพื่อการศึกษาและชีวิต. กรุงเทพมหานคร : สารศึกษากาการพิมพ์ .
- นุชนาฏ ศิริผล. (2540). การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์สต่อการเพิ่มสัมพันธภาพระหว่างบุคคลของพนักงาน. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ภารณี วนะภูติ. (2534). ผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ต่อการเพิ่มขึ้นของค่าความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในแบบวัดไฟโรบี. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- มานิดา กริยาผล. (2524). ผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีต่ออัตมโนทัศน์ของนักเรียนที่มีความพิการทางกายในโรงเรียนศรีสังวาลย์. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- เยาวลักษณ์ มั่นประชา. (2542). ผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักเรียนปกติและนักเรียนที่มีความพิการ. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- รัชณี ตันติเสวี. (2534). ผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการลดพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนของนักเรียน. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

- รัชนี วีระสุขสวัสดิ์. (2534). ผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของโรเจอร์ส
ที่มีต่อการลดความวิตกกังวลของผู้ป่วยโรคหัวใจขณะรับการรักษาในโรงพยาบาล.
วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- วินิภาญจน์ ศิลปรัตน์. (2539) ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อการเพิ่มพฤติกรรม
ช่วยเหลือทางพยาบาลของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- วิริญญา ชาญวิชัย. (2543). การเปิดเผยตนเองและความชอบพอกับสุนทนาทางอินเทอร์เน็ต
ของนิสิตนักศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สมพร รุ่งเรืองกลกิจ. (2531). การใช้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยเพื่อน เพื่อลดปัญหาการ
ปรับตัวในมหาวิทยาลัยของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สมร ทองดี. (2531). พฤติกรรมวัยรุ่น. เอกสารคำสอน. นนทบุรี : สำนักพิมพ์
โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
- สุจิตรา พรหมนุชาธิป. (2522). การศึกษาพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักศึกษาวิทยาลัยครูใน
กรุงเทพมหานครและต่างจังหวัด. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สุภาพรรณ โคตรจรัส. (2525). สุขภาพจิต : จิตวิทยาในการดำรงชีวิต เล่ม 1.
ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย .
- สุภาพรรณ โคตรจรัส. (2532). แนวคิดของการให้การปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง
ของ คาร์ล อาร์ โรเจอร์ส . เอกสารคำสอน. ภาควิชาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- โสรัช โพธิ์แก้ว. (2532). ทักษะของนักจิตรักษาต่อชีวิตที่ดี : บุคคลผู้มีชีวิตเต็ม.
ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- โสรัช โพธิ์แก้ว. (2535). การปรึกษาเชิงจิตวิทยาวินิต. เอกสารคำสอน. คณะจิตวิทยา
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- โสรัช โพธิ์แก้ว. (2536). การปรึกษาเชิงจิตวิทยาวินิต เอกสารคำสอน. คณะจิตวิทยา
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อภิฤดี พานทอง. (2542). ผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวของซูสที่มีต่อการพัฒนา
ภาพลักษณ์ของตนในวัยรุ่นหญิงที่ถูกล่วงเกินทางเพศ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

- อัจฉรา บัวเลิศ. (2536). ผลผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของโรเจอร์สที่มีต่อ
ความเครียดในญาติผู้ป่วยโรคจิตเภท. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- อุบล สาริตะกร (2526). ผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีต่อความเจริญส่วนบุคคล.
วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาษาอังกฤษ

- Canger , J.J. & Peterson , A.C. (1984). Adolescence and youth: psychological
development in a changing world. New York : Harper and Row Publishers.
- Corey , G. (1995). Theory and practice of group counseling. USA: Wadsworth
- Corey , S.M. , & Corey , G. (1997). Groups process and practice (5th ed.). USA:
Brooks/Cole, 240-241
- Garbarison , J. (1985). Adolescent development. An Ecological Perspective Ohio:
Charles E. Merrill Publishing
- Derlega , V.J. , & Chaikin A.L. (1975). Sharing intimacy: what we Reveal to others and
why. New Jersey: Prentice-Hall
- Devito , J.A. (1995). The interpersonal communication book (7th ed.). New York:
Harper Collins College Publishers
- Gay , N. L. (1975). An assertiveness inventory for adults. Journal of Counseling
Psychology, 22, 340.
- Goud , N. & Arkoff , A. (1998). Psychology and personal growth (5th ed.). USA: Allyn
and Bacon.
- Grummon , D. L. (1979). Client-centered theory in H.M.Burks & B.steffilre , Theories of
counseling (3rd ed.). New York: Graw.Hill.
- Hinson , J. A. , & Swanson , J. L. (1993). Willing to seek help as a function of self-
disclosure and problem severity. Journal of Counseling & Development, 71,
465-470.

- Kunkle , Suzanne ; Gerrity , Deborah A. (1997). Gender , expressiveness , instrumentality , and group social environment as predictors of self-disclosure. Journal for Specialists in group Work, 22, 214-225.
- Johnson , D.W. (1993). Reaching out : interpersonal effectiveness and self-actualization (5th ed.) USA: A Division of Simon & Schuster, 30-36
- Jourard , S.M. (1970). Personal adjustment. Canada: Macmillan.
- Jourard , S.M. (1971). The transparent self. New York: Van Nostrand.
- Jourard , S.M. (1974). Healthy personality. New York: Macmillan Publishing.
- Jourard , S. M. & Lasakow P. (1958). Some factors in self-disclosure. Journal of Abnormal and Social Psychology, 56, 91-98.
- Magyar , C.W. (1974). The effects of interpersonal growth contracts and leader experience on the process and outcome of encounter group. Dissertation Abstracts Internationa, 35, 103A
- Mikulincer , M. & Nachshon , O. (1991). Attachment styles and patterns of self - disclosure. Journal of Personality and Social Psychology, 61(2), 321-331.
- Mullan , H. & Rosenbaum , M. (1978). Group psychotherapy theory and practice. (2nd ed.). New York: The Free Press.
- Ohlsen , M.M., Horne, A.M. & Lawe, C.F. (1988). Group counseling (3rd ed.). New York: Holt Rinehart and Winson.
- Owen , J.M. (1979) Personal orientation inventory real-ideal response set measures of self-actualization and congruency on an encounter and marathon group. Dissertation Abstracts International, 33, 5498A-5499A
- Panyard , C. M. (1971). Method to Improve the Reliability Of the Jourard Self-Disclosure Questionnaire. Journal of Counseling Psychology, 18(6), 606.
- Ribner , G. N. (1974). Effects of an explicit group contract on self-disclosure and group cohesivness. Journal of Counseling Psychology, 21, 116-120.
- Rogers , C.R. (1961). Client-center therapy. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers , C.R. (1961). On becoming a person. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers , C.R. (1970). Carl Rogers on encounter group. USA: Harper & Row Inc.
- Rosenbaum , M. and Snadowsky , A. (1976). The intensive group experience. New York: Harper & Row .

- Schutz , W.C. (1967). Joy: Expanding human awareness. New York : Grove Press
- Trotzer , J.P. (1977). The counselor and the group : integrating theory , training and practice. Monterey. California: BrooksCole Publishing Company .
- Weigel , R. G. & Dinges , N. (1972). Perceived self-disclosure , mental health , and who is liked in group treatment. Journal of Counseling Psychology, 19, 47-52.
- Wildblood , Robert w. (1973). The relationship between structured encounter group experience and report self-concept in female college students. Dissertation Abstracts International, 34, 143A
- Veniono. W. K. (1974). A comparison of two encounter group approaches in promoting personal growth and self-actualization. Dissertation Abstracts International, 34, 6989 A-6990 A.




คุรุศาสตร์วิทยาการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ศูนย์วิจัยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐานได้แก่

1.1 ค่ามัชฌิมเลขคณิต

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

เมื่อ	\bar{X}	แทน	ค่าเฉลี่ยคะแนน
	$\sum X$	แทน	ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
	N	แทน	จำนวนของคน

1.2 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

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

เมื่อ	SD.	แทน	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
	\bar{X}	แทน	ค่าเฉลี่ยคะแนน
	$S(X - \bar{X})^2$	แทน	ผลรวมกำลังสองของความแตกต่างคะแนนแต่ละคนกับค่าเฉลี่ย
	N	แทน	จำนวนของคน

2. สถิติสำหรับการวิเคราะห์เครื่องมือ

2.1 สถิติวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายชื่อของแบบวัดการเปิดเผยตนเอง สถิติที่ใช้

ทดสอบ คือ ค่าทีแบบกลุ่มอิสระ (t-independent test) จากสูตร

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

df	แทน	$n_1 + n_2 - 2$
\bar{X}	แทน	ค่าเฉลี่ยคะแนน
\bar{X}_1	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มที่ 1
\bar{X}_2	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มที่ 2
n_1	แทน	ขนาดของกลุ่มที่ 1
n_2	แทน	ขนาดของกลุ่มที่ 2
S_1^2	แทน	ความแปรปรวนของกลุ่มที่ 1
S_2^2	แทน	ความแปรปรวนของกลุ่มที่ 2

2.2 สถิติที่ใช้ทดสอบค่าสหสัมพันธ์รายข้อกับคะแนนรวมทั้งหมด ใช้วิธีการคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson product-moment correlation coefficient) จากสูตร

$$r = \frac{N S_{xy} - S_x S_y}{\sqrt{[N S_x^2 + (S_x)^2][N S_y^2 + (S_y)^2]}}$$

เมื่อ

r	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มคะแนนสูง
x	แทน	คะแนนเป็นรายข้อของแต่ละคน
y	คือ	คะแนนรวมทุกข้อของแต่ละคน
N	คือ	จำนวนคน

2.3 สถิติคำนวณค่าเที่ยง (a) ของแบบวัด ใช้วิธีคำนวณค่าสหสัมพันธ์อัลฟาของครอนบาค(Cronbach 's alpha reliability coefficient)

$$\alpha = \frac{N}{N-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_x^2} \right]$$

เมื่อ

α	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยง
N	แทน	จำนวนข้อ
S_i^2	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ
S_x^2	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนผู้รับการทดสอบทั้งหมด

3. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

3.1 สถิติสำหรับทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนการทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที แบบกลุ่มไม่อิสระต่อกัน (t-dependent test) จากสูตร

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

$$df = n - 1$$

เมื่อ D แทน ความต่างของคะแนนแต่ละคู่
N แทน จำนวนคู่

3.2 สถิติสำหรับทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง โดยการทดสอบค่าที แบบกลุ่มอิสระต่อกัน (t-independent test)

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

$$df = n_1 + n_2 - 2$$

เมื่อ \bar{X}_1 แทน ค่าเฉลี่ยคะแนนกลุ่มที่ 1
 \bar{X}_2 แทน ค่าเฉลี่ยคะแนนกลุ่มที่ 2
 S_1^2 แทน ความแปรปรวนของกลุ่มที่ 1
 S_2^2 แทน ความแปรปรวนของกลุ่มที่ 2
 n_1 แทน จำนวนคนกลุ่มที่ 1
 n_2 แทน จำนวนคนกลุ่มที่ 2

4. การคำนวณค่าหาเปอร์เซ็นต์ไทล์

$$P_x = L + \left[\frac{\frac{mx - cf}{100}}{f} \right] c$$

เมื่อ	P_x	แทน	คะแนนตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์
	L	แทน	คะแนนขีดจำกัดล่าง
	X	แทน	ตำแหน่งที่ต้องการ
	n	แทน	จำนวนข้อมูล
	c	แทน	ค่าอันตรภาคชั้น
	cf	แทน	ความถี่สะสมก่อนถึงชั้นที่ต้องการ
	f	แทน	จำนวนความถี่ในชั้นที่ต้องการ

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ข
แบบวัดการเปิดเผยตนเอง

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แบบสำรวจตนเอง

แบบสำรวจตนเองนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงการเปิดเผยตนเองของท่าน ผู้วิจัยใคร่ขอความร่วมมือจากท่านโปรดตอบคำถามทุกข้อตามความเป็นจริง แต่ละข้อไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด เพราะแต่ละคนย่อมมีการเปิดเผยตนเองในแต่ละเรื่องที่แตกต่างกัน ผู้วิจัยขอรับรองว่าคำตอบของท่านจะเป็นความลับและจะไม่ส่งผลเสียใดๆ ต่อท่าน

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัว

คำชี้แจง : โปรดตอบข้อมูลเกี่ยวกับตัวท่านโดยทำเครื่องหมายถูก (/) ลงในช่อง และ/หรือเติมข้อความตามความเป็นจริง

1. เพศ ชาย หญิง

2. ชื่อ - นามสกุล

3. อายุ ปี

4. ชั้นปีการศึกษา ชั้นปีที่ 1 ชั้นปีที่ 2 ชั้นปีที่ 3 ชั้นปีที่ 4

5. คณะ สาขาวิชา

6. สถาบันการศึกษา

7. วันที่ทำแบบทดสอบ เวลา

ตอนที่ 2 แบบสำรวจตนเอง

คำแนะนำในการตอบ

โปรดอ่านข้อความด้านซ้ายมือของหน้ากระดาษแล้วพิจารณาว่า โดยทั่วไปท่านมักจะพูดเปิดเผยเรื่องราวดังกล่าวมากน้อยเพียงไร ขอให้ขีดเครื่องหมายถูก (/) ทับตัวเลขที่ตรงกับตัวเลือกตามลำดับความมากน้อยที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบใด " ถูก " หรือ " ผิด " **โปรดตอบทุกข้อ**

คำตอบให้เลือก ในแต่ละข้อ มีตัวเลือกให้เลือกดังนี้

1 หมายถึง โดยทั่วไปฉันจะไม่พูดเรื่องนี้เลย

2 หมายถึง โดยทั่วไปฉันจะพูดเรื่องนี้บ้างเล็กน้อย

3 หมายถึง โดยทั่วไปฉันจะพูดเรื่องนี้ในปริมาณปานกลาง

4 หมายถึง โดยทั่วไปฉันจะพูดเรื่องนี้เป็นส่วนมาก

5 หมายถึง โดยทั่วไปฉันจะพูดเรื่องนี้อย่างเต็มที่

ตัวอย่างการตอบ

ขอให้ท่านพิจารณาว่าเรื่องราวต่อไปนี้ ท่านพูดเปิดเผยมากน้อยเพียงไร

ข้อ	เรื่องที่พูดเปิดเผย	ไม่เคย	พูด	พูด	พูด	พูด
		พูด เลย	เปิดเผย เพียง เล็กน้อย	พูด พอ ประมาณ	พูด เป็น อย่างมาก	พูด เปิดเผย อย่าง เต็มที่
11	อาหารและเครื่องดื่มที่ฉันชอบและไม่ชอบ	1	2	3	4	5

แสดงว่า โดยทั่วไปท่านมักจะพูดเปิดเผยเกี่ยวกับเรื่องอาหารและเครื่องดื่มที่ท่านชอบและไม่ชอบ เป็นส่วนมาก

ข้อ	เรื่องที่พูดเปิดเผย	ไม่เคยพูดเลย	พูดเปิดเผยเพียงเล็กน้อย	พูดเปิดเผยพอประมาณ	พูดเปิดเผยเป็นจำนวนมาก	พูดเปิดเผยเต็มที่
1	ความเห็นของฉันในเรื่องศาสนา หลักธรรมคำสั่งสอน กิจวัตรที่เกี่ยวข้องกับศาสนา กลุ่มบุคคลที่นับถือศาสนาอื่นต่างจากฉัน	1	2	3	4	5
2	ความเห็นของฉันที่มีต่อเรื่องที่เกิดขึ้นในสถาบันการศึกษาของฉัน	1	2	3	4	5
3	ความเห็นของฉันในเรื่องการเมืองการปกครอง ตำแหน่งหน้าที่ของนายกรัฐมนตรี นโยบายต่างประเทศและในประเทศ	1	2	3	4	5
4	ความเห็นของฉันในเรื่องยาเสพติด	1	2	3	4	5
5	ความเห็นของฉันในเรื่องเหตุการณ์สำคัญๆ ที่เกิดขึ้นในสังคม	1	2	3	4	5
6	ความเห็นของฉันในเรื่องเครื่องดื่มประเภทแอลกอฮอล์	1	2	3	4	5
7	ความเห็นของฉันในเรื่องการปฏิบัติตนของบุคคลในเรื่องเพศ	1	2	3	4	5
8	สิ่งที่เป็นเสน่ห์หรือความสวยงามของผู้หญิงในทรรศนะของฉัน	1	2	3	4	5
9	สิ่งที่เป็นเสน่ห์หรือเป็นความเท่ของผู้ชายในทรรศนะของฉัน	1	2	3	4	5
10	ความเห็นของฉันในเรื่องความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี	1	2	3	4	5
11	อาหารและเครื่องดื่มที่ฉันชอบและไม่ชอบ	1	2	3	4	5
12	ดนตรีและเพลงที่ฉันชอบและไม่ชอบ	1	2	3	4	5
13	ประเภทของหนังสือที่ฉันที่ชอบอ่านและไม่ชอบอ่าน เช่น ตำรา หนังสือพิมพ์ นวนิยาย นิตยสาร เป็นต้น	1	2	3	4	5
14	ภาพยนตร์หรือรายการโทรทัศน์ที่ฉันชอบและไม่ชอบ	1	2	3	4	5
15	รูปแบบในการแต่งตัวที่ฉันชอบและไม่ชอบ	1	2	3	4	5
16	กีฬาที่ฉันชอบและไม่ชอบ	1	2	3	4	5
17	สถานที่ที่ฉันเคยไปและความรู้สึกที่มีต่อสถานที่ดังกล่าว	1	2	3	4	5
18	งานสังสรรค์หรืองานรื่นเริงที่ฉันชอบและไม่ชอบ	1	2	3	4	5
19	งานอดิเรกหรือกิจกรรมที่ฉันชอบทำในเวลาว่าง	1	2	3	4	5
20	สิ่งที่ฉันรู้สึกประทับใจ	1	2	3	4	5
21	สิ่งที่เป็นความกดดันและทำให้ฉันรู้สึกเครียดในการเรียน	1	2	3	4	5
22	สิ่งที่ทำให้ฉันรู้สึกเบื่อ ไม่มีความสุขในการเรียน	1	2	3	4	5
23	สิ่งที่ฉันรู้สึกพึงพอใจในการเรียน	1	2	3	4	5
24	สิ่งที่เป็นอุปสรรคในการเรียนของฉัน	1	2	3	4	5
25	สิ่งที่ฉันรู้สึกว่าเป็นจุดเด่นและเป็นคุณสมบัติพิเศษของฉันที่ทำให้ฉันสามารถเรียนได้ดี	1	2	3	4	5
26	ความปรารถนาและจุดมุ่งหมายในการศึกษาของฉัน	1	2	3	4	5
27	ความรู้สึกของฉันเกี่ยวกับผลการเรียนและผลที่ได้รับจากการทำงาน	1	2	3	4	5
28	ความรู้สึกของฉันเกี่ยวกับการเลือกแผนการเรียน สาขาวิชา และคณะที่ศึกษา	1	2	3	4	5

29	เรื่องเพื่อนของฉัน	1	2	3	4	5
30	ความรู้สึกที่แท้จริงที่มีต่อผู้ที่ฉันร่วมงานด้วย เช่น เพื่อน อาจารย์ และผู้อื่น	1	2	3	4	5
31	เงินใช้จ่ายประจำเดือนของฉัน	1	2	3	4	5
32	การมีเงินไม่พอใช้จ่ายของฉัน	1	2	3	4	5
33	การยืมเงินของฉัน	1	2	3	4	5
34	เงินออมของฉัน	1	2	3	4	5
35	ปัญหาในการใช้จ่ายของฉัน	1	2	3	4	5
36	ปัญหาทางการเงินเกี่ยวกับการเล่นพนัน หายใต้ดิน หรือการเที่ยวกลางคืน	1	2	3	4	5
37	แหล่งที่มาของรายรับของฉัน	1	2	3	4	5
38	ฐานะทางการเงินของครอบครัวของฉัน	1	2	3	4	5
39	ความต้องการและความจำเป็นเร่งด่วนในการใช้เงินของฉันในระยะนี้	1	2	3	4	5
40	การจัดสัดส่วนของเงินเพื่อใช้จ่าย	1	2	3	4	5
41	ลักษณะนิสัยและบุคลิกที่ฉันไม่ชอบในตัวเองและเห็นว่าเป็นข้อบกพร่อง	1	2	3	4	5
42	อารมณ์และความรู้สึกที่ฉันควบคุมได้ยากหรือแสดงออกได้ยาก	1	2	3	4	5
43	ปัญหาที่เกิดจากการขาดความรู้เรื่องเพศสัมพันธ์ของฉัน	1	2	3	4	5
44	สิ่งที่เป็นปัญหาในการไม่มีเพื่อนต่างเพศ	1	2	3	4	5
45	สิ่งที่ทำให้ฉันรู้สึกโลยและรู้สึกผิด	1	2	3	4	5
46	สิ่งที่ทำให้ฉันรู้สึกไม่พึงพอใจหรือรู้สึกโกรธ	1	2	3	4	5
47	สถานการณ์ที่ทำให้ฉันรู้สึกเศร้าสลด หมดหวัง และช่วงเวลาที่ฉันรู้สึกสะเทือนใจ	1	2	3	4	5
48	สิ่งที่ทำให้ฉันรู้สึกวิตกกังวล กระวนกระวายใจ กลัว	1	2	3	4	5
49	สิ่งที่ทำให้ฉันรู้สึกเจ็บปวดอย่างลึกๆ	1	2	3	4	5
50	สิ่งที่ฉันรู้สึกภูมิใจในตนเอง	1	2	3	4	5
51	สิ่งที่ฉันชอบและไม่ชอบเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาของฉัน	1	2	3	4	5
52	ลักษณะรูปร่างที่ฉันพึงปรารถนา	1	2	3	4	5
53	ความรู้สึกที่มีต่อส่วนต่างๆ ของร่างกายของฉัน เช่น แขน ขา สะโพก เอว น้ำหนัก ออก และอื่นๆ	1	2	3	4	5
54	ปัญหาและความวิตกกังวลเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาของฉันในอดีต	1	2	3	4	5
55	ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพ เช่น นอนไม่หลับ โรคประจำตัว โรคภูมิแพ้ โรคหัวใจ เป็นต้น	1	2	3	4	5
56	ความรู้สึกวิตกกังวลที่มีอยู่ยาวนานต่อสุขภาพร่างกาย เช่น โรคกระเพาะ โรคกระเพาะ โรคหัวใจ เป็นต้น	1	2	3	4	5
57	ความเจ็บป่วยและการรักษาในอดีต	1	2	3	4	5
58	สิ่งที่ฉันทำเพื่อดูแลรักษาสุขภาพ	1	2	3	4	5
59	สัดส่วนของฉัน เช่น ส่วนสูง น้ำหนัก เป็นต้น	1	2	3	4	5
60	บุคคลที่ฉันรู้สึกชอบหรือชื่นชม ประสบการณ์ความรักของฉัน	1	2	3	4	5

61	ภูมิหลังทางครอบครัวของฉัน	1	2	3	4	5
62	สถานะภาพของครอบครัว เช่น พ่อแม่อยู่ด้วยกัน พ่อแม่แยกกันอยู่	1	2	3	4	5
63	เรื่องความประทับใจในวัยเด็กเกี่ยวกับครอบครัว	1	2	3	4	5
64	เรื่องด้านดีเกี่ยวกับครอบครัวของฉัน	1	2	3	4	5
65	สิ่งที่ฉันคิดว่าเป็นข้อผิดพลาด หรือความล้มเหลวที่พ่อแม่ของฉันเป็นผู้ทำในการเลี้ยงดูฉัน	1	2	3	4	5
66	ปัญหาที่เกิดขึ้นภายในครอบครัวของฉัน	1	2	3	4	5
67	ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว	1	2	3	4	5
68	ความรู้สึกของฉันที่มีต่อสมาชิกในครอบครัว	1	2	3	4	5
69	สิ่งที่พ่อแม่ ผู้ปกครอง หรือสมาชิกในครอบครัวคาดหวังในตัวฉัน	1	2	3	4	5
70	เรื่องที่ฉันภูมิใจเกี่ยวกับสมาชิกในครอบครัว	1	2	3	4	5

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ค
คุณภาพของแบบวัด

ศูนย์วิจัยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 11 ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อความรายข้อในแต่ละด้านกับคะแนนรวมของแบบวัดการเปิดเผยตนเอง (ค่า r) และค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบวัดการเปิดเผยตนเอง (t-test)

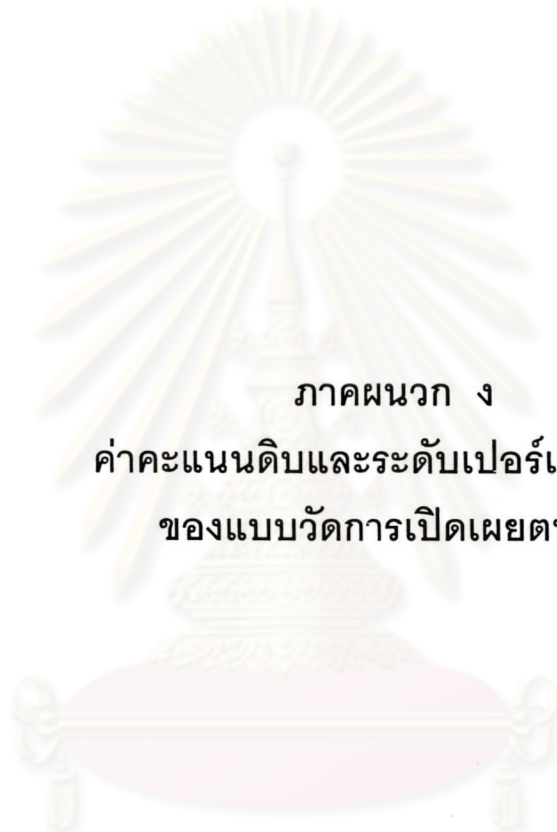
ข้อ	เรื่องที่พูดเปิดเผย	ค่าสหสัมพันธ์ (r)	การทดสอบค่าที (t-test)
	ด้านทัศนคติและความคิดเห็นโดยทั่วไป		
1	ความเห็นของฉันในเรื่องศาสนา หลักธรรมคำสั่งสอนกิจวัตรที่เกี่ยวข้องกับศาสนา กลุ่มบุคคลที่นับถือศาสนาอื่นต่างจากฉัน	.269**	1.870*
2	ความเห็นของฉันที่มีต่อเรื่องที่เกิดขึ้นในสถาบันการศึกษาของฉัน	.356**	2.892**
3	ความเห็นของฉันในเรื่องการเมื่อการปกครอง ตำแหน่งหน้าที่ของนายกรัฐมนตรี นโยบายต่างประเทศและในประเทศ	.376**	3.410**
4	ความเห็นของฉันในเรื่องยาเสพติด	.455**	4.447**
5	ความเห็นของฉันในเรื่องเหตุการณ์สำคัญๆ ที่เกิดขึ้นในสังคม	.367**	3.712**
6	ความเห็นของฉันในเรื่องเครื่องดื่มประเภทแอลกอฮอล์	.422**	3.741**
7	ความเห็นของฉันในเรื่องการปฏิบัติตนของบุคคลในเรื่องเพศ	.234**	1.999*
8	สิ่งที่เป็นเสน่ห์หรือความสวยงามของผู้หญิงในทรวงศ์ของฉัน	.577**	5.559**
9	สิ่งที่เป็นเสน่ห์หรือเป็นความเท่ของผู้ชายในทรวงศ์ของฉัน	.397**	4.698**
10	ความเห็นของฉันในเรื่องความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี	.222*	1.164
	ด้านความชอบและความสนใจ		
11	อาหารและเครื่องดื่มที่ฉันชอบและไม่ชอบ	.383**	3.823**
12	ดนตรีและเพลงที่ฉันชอบและไม่ชอบ	.421**	4.499**
13	ประเภทของหนังสือที่ฉันชอบอ่านที่ฉันชอบและไม่ชอบ เช่น ตำรา หนังสือพิมพ์ นวนิยาย นิตยสาร เป็นต้น	.368**	2.539**
14	ภาพยนตร์หรือรายการโทรทัศน์ที่ฉันชอบและไม่ชอบ	.484**	5.078**
15	รูปแบบในการแต่งตัวที่ฉันชอบและไม่ชอบ	.432**	4.131**
16	กีฬาที่ฉันชอบและไม่ชอบ	.481**	4.012**
17	สถานที่ที่เคยไปและความรู้สึกที่มีต่อสถานที่ดังกล่าว	.568**	6.351**
18	ประเภทของงานสังสรรค์หรือหรืองานรื่นเริงที่ฉันชอบและไม่ชอบ	.438**	3.674**
19	งานอดิเรกหรือกิจกรรมที่ฉันชอบทำในเวลาว่าง	.425**	3.592**
20	สิ่งที่คุณรู้สึกประทับใจ	.374**	3.818**

ข้อ	เรื่องที่พูดเปิดเผย	ค่าสหสัมพันธ์ (r)	การทดสอบค่าที (t-test)
<u>ด้านการศึกษา</u>			
21	สิ่งที่เป็นความกดดันและทำให้ฉันรู้สึกเครียดในการเรียน	.503**	5.087**
22	สิ่งที่ทำให้ฉันรู้สึกเบื่อ ไม่มีความสุขในการเรียน	.663**	8.627**
23	สิ่งที่ฉันรู้สึกพึงพอใจในการเรียน	.645**	7.03**
24	สิ่งที่เป็นอุปสรรคในการเรียนของฉัน	.564**	5.982**
25	สิ่งที่ฉันรู้สึกว่าเป็นจุดเด่นและเป็นคุณสมบัติพิเศษของฉันที่ทำให้ฉันสามารถเรียนได้ดี	.423**	4.051**
26	ความปรารถนาและจุดมุ่งหมายในการศึกษาของฉัน	.535**	4.544**
27	ความรู้สึกของฉันเกี่ยวกับผลการเรียนและผลที่ได้รับจากการทำงาน	.514**	4.602**
28	ความรู้สึกของฉันเกี่ยวกับการเลือกแผนการเรียน สาขาวิชา และคณะที่ศึกษา	.498**	4.214**
29	เรื่องเพื่อน	.450**	3.590**
30	ความรู้สึกที่แท้จริงที่มีต่อผู้ที่ทำงานร่วมกับฉัน เช่น เพื่อน อาจารย์ และผู้อื่น	.542**	4.039**
<u>ด้านการเงิน</u>			
31	เงินใช้จ่ายประจำเดือนของฉัน	.434**	3.748**
32	การมีเงินไม่พอใช้จ่ายของฉัน	.386**	4.411**
33	การยืมเงิน	.403**	3.924**
34	เงินออมของฉัน	.422**	3.762**
35	ปัญหาในการใช้จ่ายของฉัน	.523**	6.048**
36	ปัญหาเกี่ยวกับการเล่นพนัน หวยใต้ดิน หรือเที่ยวกลางคืน	.288**	2.332*
37	แหล่งที่มารายรับของฉัน	.553**	4.519**
38	ฐานะทางการเงินของฉัน	.581**	3.707**
39	ความต้องการและความจำเป็นเร่งด่วนในการในการใช้เงินของฉันในระยะนี้	.546**	4.524**
40	การจัดสัดส่วนของเงินเพื่อใช้จ่าย	.488**	2.897**

ข้อ	เรื่องที่ถูกเปิดเผย	ค่าสหสัมพันธ์ (r)	การทดสอบค่าที (t-test)
	ด้านบุคลิกภาพ		
41	ลักษณะนิสัยและบุคลิกที่ฉันไม่ชอบในตัวเองและเห็นว่าเป็นข้อบกพร่อง	.701**	8.581**
42	อารมณ์และความรู้สึกที่ฉันควบคุมได้ยากหรือแสดงออกได้ยาก	.630**	5.506**
43	ปัญหาที่เกิดจากการขาดความรู้เรื่องเพศสัมพันธ์ของฉัน	.487**	3.174**
44	สิ่งที่เป็นปัญหาในการไม่มีเพื่อนต่างเพศ	.653**	8.36**
45	สิ่งที่ทำให้ฉันรู้สึกอายและรู้สึกผิด	.612**	6.066**
46	สิ่งที่ทำให้ฉันรู้สึกไม่พึงพอใจหรือรู้สึกโกรธ	.643**	6.175**
47	สถานการณ์ที่ทำให้ฉันรู้สึกเศร้าสลด ทมหวัง และช่วงเวลาที่ฉันรู้สึกเสียดใจ	.681**	6.742**
48	สิ่งที่ทำให้ฉันรู้สึกวิตกกังวล กระวนกระวายใจ กลัว	.595**	5.413**
49	สิ่งที่ทำให้ฉันรู้สึกเจ็บปวดอย่างลึกๆ	.425**	2.911**
50	สิ่งที่ฉันรู้สึกภูมิใจในตนเอง	.466**	4.257**
	ด้านร่างกาย		
51	สิ่งที่ฉันชอบและไม่ชอบเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาของฉัน	.653**	6.096**
52	ลักษณะรูปร่างที่ฉันปรารถนา	.521**	3.818**
53	ความรู้สึกที่มีต่อส่วนต่างๆ ของร่างกายของฉัน เช่น แขน ขา สะโพก เอว หน้าหนัก ออก และอื่นๆ	.594**	5.305**
54	ปัญหาและความวิตกกังวลเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาของฉันในอดีต	.626**	5.603**
55	ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพ เช่น นอนไม่หลับ โรคประจำตัว โรคภูมิแพ้ ภาวะของหัวใจ เป็นต้น	.601**	4.478**
56	ความรู้สึกวิตกกังวลที่มีอยู่ยาวนานต่อสุขภาพร่างกาย เช่น โรคมะเร็ง โรคกระเพาะ โรคหัวใจ	.427**	3.256**
57	ความเจ็บป่วยและการรักษาในอดีต	.449**	3.76**
58	สิ่งที่ฉันทำเพื่อดูแลรักษาสุขภาพ	.567**	4.973**
59	สัดส่วนหรือขนาดของสรีระร่างกายของฉัน เช่น ส่วนสูง หน้าหนัก เป็นต้น	.570**	5.233**
60	สิ่งที่ฉันทำเพื่อให้ดูดี มีเสน่ห์ มีความดึงดูดใจ	.486**	4.513**

ข้อ	เรื่องที่พูดเปิดเผย	ค่าสหสัมพันธ์ (r)	การทดสอบค่าที (t-test)
	ด้านครอบครัว		
61	ภูมิหลังทางครอบครัวของฉัน	.531**	3.990**
62	สถานะภาพของครอบครัว เช่น พ่อแม่อยู่ด้วยกัน พ่อแม่แยกกันอยู่ พ่อหรือแม่เสียชีวิต	.628**	5.297**
63	เรื่องความประทับใจในวัยเด็กเกี่ยวกับครอบครัว	.600**	5.312**
64	เรื่องด้านดีเกี่ยวกับครอบครัวของฉัน	.520**	3.674**
65	สิ่งที่ฉันคิดว่าเป็นข้อผิดพลาด หรือความล้มเหลวที่พ่อแม่ ของฉันเป็นผู้ทำในการเลี้ยงดูฉัน	.584**	4.156**
66	ปัญหาที่เกิดขึ้นภายในครอบครัวของฉัน	.516**	3.591**
67	ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว	.559**	3.411**
68	ความรู้สึกของฉันที่มีต่อสมาชิกในครอบครัว	.507**	2.955**
69	สิ่งที่พ่อแม่ ผู้ปกครอง หรือสมาชิกในครอบครัวคาดหวังในตัวฉัน	.571**	4.230**
70	เรื่องที่ฉันภูมิใจเกี่ยวกับสมาชิกในครอบครัว	.464**	3.535**

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย




ภาคผนวก ง
ค่าคะแนนดิบและระดับเปอร์เซ็นต์ไทล์
ของแบบวัดการเปิดเผยตนเอง

ศูนย์วิจัยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 10 ค่าคะแนนดิบและระดับเปอร์เซ็นต์ไทล์ของแบบวัดการเปิดเผยตนเอง

คะแนน ดิบ	เปอร์เซ็นต์ ไทล์	คะแนน ดิบ	เปอร์เซ็นต์ ไทล์	คะแนน ดิบ	เปอร์เซ็นต์ ไทล์	คะแนน ดิบ	เปอร์เซ็นต์ ไทล์	คะแนน ดิบ	เปอร์เซ็นต์ ไทล์
309	100	241	89	214	69	189	35	162	13
299	100	239	89	213	66	188	34	161	13
298	99	238	88	212	65	187	33	159	12
297	99	237	87	211	64	186	33	158	11
288	99	236	87	210	62	185	32	157	11
283	98	235	87	209	60	184	31	156	10
281	98	234	86	208	60	183	30	155	10
272	98	233	85	207	58	182	30	154	10
271	97	232	85	206	58	181	29	152	9
270	97	231	84	205	57	180	27	151	8
264	96	230	82	204	55	179	26	150	8
262	96	227	81	203	54	178	25	149	7
259	95	226	81	202	52	177	23	147	6
257	95	225	80	201	49	176	23	144	5
256	95	224	79	200	48	175	22	140	4
255	94	223	76	199	46	173	20	139	3
254	94	222	74	197	46	172	19	137	2
253	93	221	73	196	45	171	19	34	2
252	92	220	73	195	44	170	18	131	2
250	91	219	73	194	43	168	16	126	1
246	91	218	71	193	41	166	16	114	1
244	90	217	70	192	39	165	15	112	1
243	90	216	70	191	37	164	14	109	0
242	89	215	69	190	37	163	13		

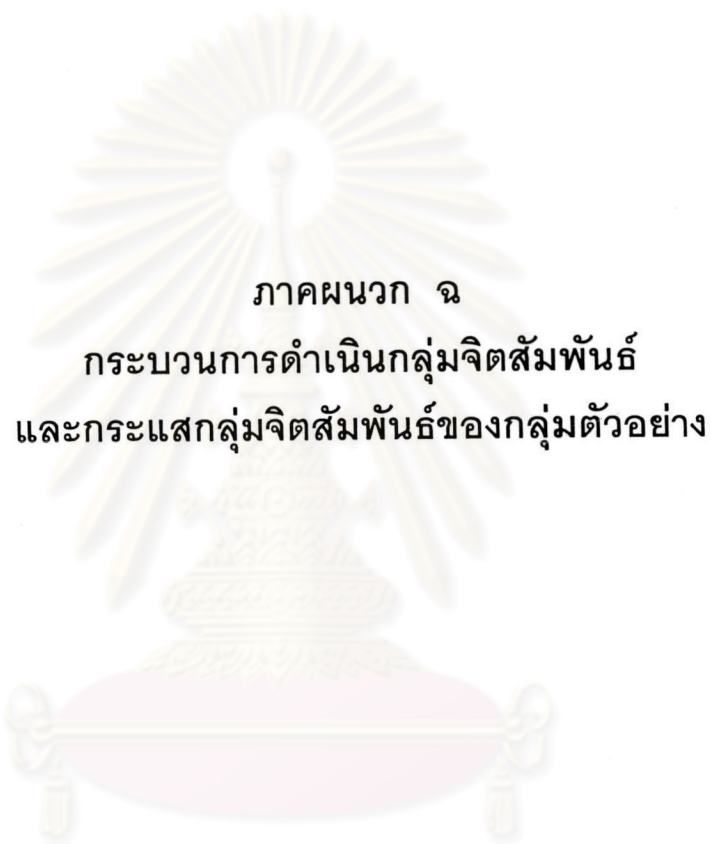


ภาคผนวก จ
ค่าคะแนนดิบที่ได้จากการทดลอง

ศูนย์วิจัยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ยของคะแนนการเปิดเผยตนเองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะ
ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

คนที่	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง
1	172	227	181	183
2	170	204	137	138
3	155	165	175	174
4	162	190	112	111
5	134	178	140	140
6	152	198	149	147
7	170	235	178	178
8	182	230	164	165
9	159	248	182	182
10	161	237	139	137
11	161	195	154	156
12	165	185	144	142
13	175	238	179	180
14	175	206	166	164
15	162	197	176	178
16	170	259	171	170
17	182	187	149	150
18	151	212	172	170
19	160	173	141	139
20	137	188	171	172
21	109	154	157	158
\bar{X}	160.19	205.05	158.90	158.76
SD	17.14	18.59	18.82	19.09



ภาคผนวก ฉ
กระบวนการดำเนินกลุ่มจิตสัมพันธ์
และกระแสนกลุ่มจิตสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่าง

ศูนย์วิจัยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ถอดเทปและการวิเคราะห์กระแสดวงกลม

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>21 ธันวาคม 2544 (19.30- 22.30 น.)</p> <p>ผู้นำกลุ่มได้แนะนำตนเอง ชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ ข้อปฏิบัติ ของกลุ่ม บทบาทของผู้นำกลุ่ม ระยะเวลาในการดำเนินการ จากนั้นจึงเริ่มกล่าวเปิดกลุ่ม</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : พี่รู้สึกยินดีนะคะ ที่ได้มีโอกาสพบกับน้องๆ ทุกคน ใน ที่นี้ ตอนนี้ชีวิตของน้องๆ เป็นอย่างไรกันบ้างคะ สิ่งที่เกิดขึ้นกับน้องๆ เกิดขึ้นกับตัวเรานะคะ แต่ช่วงชีวิต เป็นช่วงที่น่าสนใจทั้งนั้นเลยนะคะ ในช่วงเวลาที่เรายู่ด้วยกันนี้นะคะ พี่อยากจะชวนให้น้องๆ สังเกตถึงมันนะ สังเกตชีวิตของตัวเอง แล้วก็เล่าถึงมันนะ ได้สัมผัส กับมัน มันจะเป็นเรื่องราวของเราโดยตรงเฉพาะ โดยตรงเลยนะคะ ชีวิตทุกๆ ไปของพวกเขา เป็นอย่างไรกันบ้างคะ ชีวิตที่เกี่ยวข้องกับครอบครัว กับเพื่อน กับตัวเอง การเรียน กับทุกอย่าง มันมีความสุข ความทุกข์ ความภูมิใจ ประทับใจ ความรู้สึกสมหวัง ผิดหวัง อะไรอย่างนี้นะคะ เป็นชีวิต เป็นเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับตัวน้องเอง และในช่วงเวลาที่เรายู่ด้วยกันประมาณ 3 วันนี้นะคะ พี่ก็อยากจะขอให้พวกเราสนใจและติดตามเรื่องราวของกันและกันนะคะ เรื่องราวของเรา เรื่องราวของเขา เพราะว่าการฟังเรื่องราวของกันและกัน จะทำให้เราขยายความเข้าใจ ทำให้เราสัมผัสถึงจิตใจของตนเองของเพื่อนนะ ซึ่งพอฟังแล้ว พี่ก็หวังว่า จะมีประโยชน์ในการอยู่ร่วมกันและกัน เข้าใจชีวิต เข้าใจโลกกว้างขึ้น เข้าใจกันและกันมากขึ้น กลุ่มนี้เป็นของน้องทุกคนที่จะใช้เวลาเหล่านี้ให้มีคุณค่านะคะ พวกเรามีเรื่องราวที่พอจะเริ่มต้นได้บ้างไหมคะ</p>	

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>(เจียบ)</p> <p>แท็ช : ไม่รู้จะเริ่มยังไง</p> <p>นิ : ช่วงนี้เป็นช่วงที่กำลังซีเรียส เพราะว่าต้องสอบในช่วงปีใหม่นี้</p> <p>แท็ช : ไม่ใช่เป็นปัญหาชีวิตที่รุนแรง เป็นช่วงที่พวกเราวิตกมาก</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : เป็นช่วงที่น้องวิตกกังวลเกี่ยวกับการสอบ</p> <p>นิ : ก่อนจะสอบ และหลังสอบรู้สึกวิตกไปหมดเลย ก่อนจะสอบจะวิตกว่า ข้อสอบจะเป็นยังไง อาจารย์จะเอาตรงไหนมาออก จะทำได้หรือไม่ได้</p> <p>แท็ช : เอกนิติศาสตร์ เป็นเอกที่เรียนหนัก เพราะว่าต้องมีกฎหมายหลายมาตรา ต้องรู้แบบ</p> <p>นิ : ต้องได้ ถ้าไม่ได้ก็ทำข้อสอบไม่ได้</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : น้องๆ กำลังรู้สึกกังวลเกี่ยวกับเรื่องข้อสอบ ต้องมีความแม่นยำ ต้องจำให้ได้</p> <p>นิ : วิตกว่า ถ้าเกิดเราขาดตรงไหนไปแล้ว เราก็ปะติดปะต่อไม่ได้</p> <p>แท็ช : ที่เลือกเรียนนิติศาสตร์ เพราะพ่อเป็นตำรวจชั้นสัญญาบัตร ตัวเองตอนเป็นเด็กๆ ก็จะไปคลุกคลีเล่นในโรงพัก มีงานอะไร เวลาเห็นเขาทำงาน แล้วรู้สึกสนุก เวลาออกสังคม อิม ดูเทห์ ดูดี ดูเป็นผู้ใหญ่ พ่อทำตรงนี้ได้ ก็เลยชอบ</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : แท็ชรู้สึกชื่นชม ประทับใจพ่อ เป็นความประทับใจที่มีมาตั้งแต่วัยเด็กที่ได้คลุกคลีกับพ่อ คลุกคลีกับอาชีพตำรวจ รู้สึกชอบนิติศาสตร์</p> <p>เบียร์ : ที่เลือกเรียนนิติศาสตร์ เพราะอยากเป็นตำรวจหญิง อยากทำอะไรที่ผู้ชายทำได้ อยากเป็นตำรวจที่ยิ่งผู้ร้ายไม่ใช่มานั่งพิมพ์ดีด</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : เบียร์รู้สึกชอบในอาชีพตำรวจ อยากจับผู้ร้าย อยากทำอะไรที่ผู้ชายทำได้ เลยเลือกเรียนนิติศาสตร์</p>	<p>เป็นช่วงเริ่มต้นกลุ่ม สมาชิกมีความลังเลใจ สงสัย ไม่แน่ใจต่อการเข้ากลุ่ม</p> <p>ผู้นำกลุ่ม สร้างบรรยากาศกลุ่มโดยแสดงออกถึงการยอมรับประสบการณ์ทั้งหมดที่เกิดขึ้นในช่วงนี้ ผู้นำกลุ่มไม่เร่งเร้าหรือบังคับให้สมาชิกเปิดเผยตนเองแต่จะเอื้ออำนวยให้สมาชิกได้เล่าประสบการณ์อันเนื่องมาจากสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลอย่างอิสระ การเอื้ออำนวยของผู้นำกลุ่ม สมาชิกเริ่มรู้สึกมั่นคงขึ้นและค่อยๆ เล่าเรื่องราวทั่วไปที่เกิดขึ้นอย่างผิวเผิน อย่างที่เรียกว่า cocktail party talk</p> <p>กระแสดังกล่าวอยู่ในชั้นที่ 1 ภาวะวนเวียน และชั้นที่ 2 ความรู้สึกต่อต้านในการแสดงตนเองและการสำรวจตนเอง</p>

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>วอร์ม : ที่เรียนนิติศาสตร์ เพราะเห็นพ่อเป็นตำรวจ เรียนนิติศาสตร์รามฯ มา ยังจบมาได้</p>	<p>ต่อมาสมาชิกเริ่มเปิดเผยตนเองมากขึ้นในระดับลึก</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม : น้องวอร์มเห็นพ่อเรียนนิติศาสตร์รามฯ มา ยังจบได้ น้องก็คิดว่าน้องวอร์มน่าจะจบได้อย่างพ่อ น้องวอร์มอย่างเป็นทางการแบบพ่อหรือเปล่าคะ หรือว่าอะไรยังไงคะถึงได้มาเลือกเรียนนิติศาสตร์</p>	<p>สมาชิกเริ่มแสดงออกถึงการอธิบายเกี่ยวกับความรู้สึกในอดีต และเป็นการเปิดเผยเรื่องราวที่มีความหมายต่อ</p>
<p>วอร์ม : ไม่อยาก เห็นพ่อเรียนทางนี้ ก็เลยเลือกทางนี้ อยากเอาชนะมากกว่า</p>	<p>ตน ถึงแม้ว่าจะมีความวิตกกังวลอยู่บ้างก็ตาม ผู้นำกลุ่ม</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม : น้องวอร์ม อยากเอาชนะพ่อ เหมือนน้องกำลังรู้สึกโกรธแค้นพ่อ เป็นอย่างนั้นหรือเปล่าคะ</p>	<p>ได้แสดงออกถึงการยอมรับการเข้าใจอย่างร่วมรู้สึก และ</p>
<p>วอร์ม : ไม่เจอพ่อตั้งหลายปีแล้ว ไม่ยอมส่งเสียตั้งค์เลย ก็เลยแค้น โกรธ</p>	<p>สะท้อนออกมา โดยปราศจากการประหม่นหรือ</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม : วอร์มรู้สึกทั้งโกรธ ทั้งแค้นพ่อกว่าที่ไม่ยอมส่งเสียตั้งค์</p>	<p>ตัดสินใจ ทำให้สมาชิกได้เปิดเผยตนเองอย่างเต็มที่</p>
<p>วอร์ม : ตาเป็นทหาร ตอนเด็กๆ เกิดมาก็อยู่กับตาเลย เพราะว่าพ่อเป็นตำรวจต่างจังหวัด ก็ไปอยู่กับแม่สักพัก ก็ต้องมาให้ตากับยายช่วยเหลือตั้งแต่เด็ก คือ พ่อกับแม่ยังเลี้ยงลูกไม่เป็น เลยต้องโยนมาให้ตากับยายเลี้ยง แม่ยังสาวๆ อยู่เลย ตอนนั้น</p>	<p>ซึ่งกระแสกลุ่มได้พัฒนาอยู่ในขั้นที่ 3 การอธิบายเกี่ยวกับความรู้สึกในอดีต ขั้นที่ 5 การเปิดเผยและการค้นหา</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม : วอร์มรู้สึกว่าพ่อไม่รับผิดชอบวอร์ม คำว่า พ่อกับแม่ยังเลี้ยงลูกไม่เป็น มันเป็นอย่างนี้หรือคะ</p>	<p>สาระที่มีความหมายของตน และขั้นที่ 9 การเปิดเผยตนเองอย่างเต็มที่</p>
<p>วอร์ม : เหมือนแม่อายุ 18 แม่ก็ยังรักที่จะไปเที่ยวช้อปปิ้ง เที่ยวนี้ พ่อก็อยู่ต่างอำเภอ ตากับยายก็อยู่ค่ายทหาร จำความได้ถึงค่อยไปอยู่กับพ่อ ไปอยู่บ้านพักคอนโด อยู่ไม่กี่ปีก็ย้ายกลับมาอยู่กับตากับยายเหมือนเดิมจนถึงปัจจุบัน</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม : วอร์มรู้สึกน้อยใจ เสียใจ ที่พ่อแม่ ไม่ได้เลี้ยงดูวอร์ม วอร์มรู้สึกผูกพันกับตากับยายมากกว่า</p>	

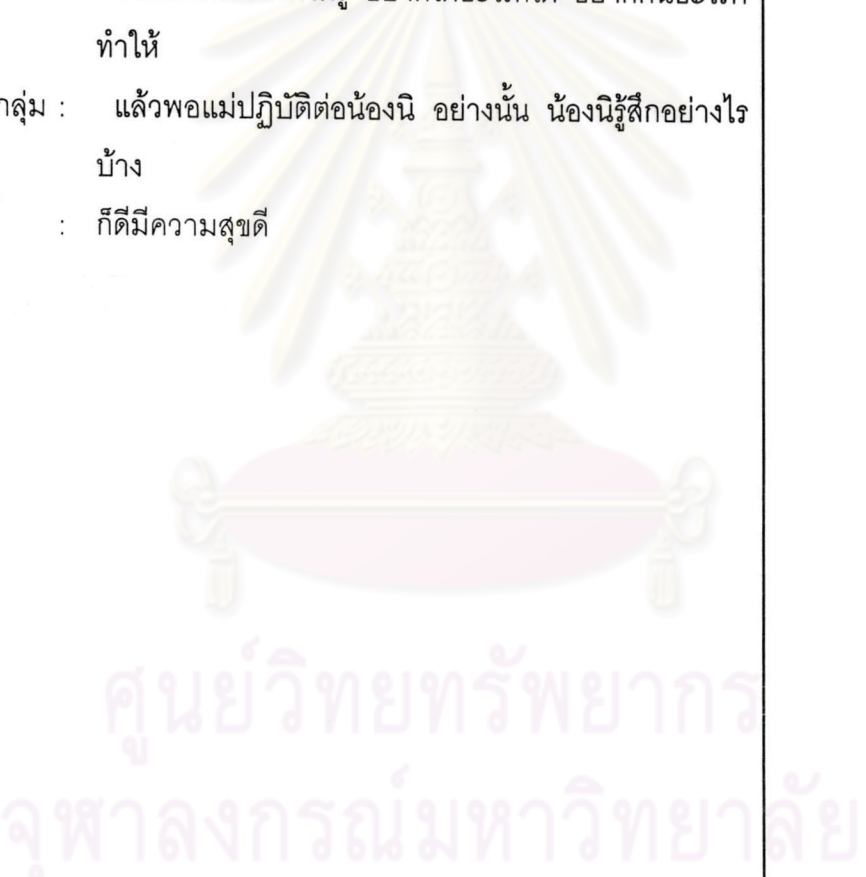
สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>วอร์ม : ก็อยู่กับตายายมากกว่าอยู่กับพ่อกับแม่ แม่กลับมาหาตอน ม.2 แม่ก็เลิกกับพ่อใหม่ ไม่มีดั่งค์ ก็ช่วงนี้เงื่อนเดือนตาก็ไม่พอใช้ ยังมีหนี้สินอีก บ้าน รถ แม่เขาก็ไม่มีอาชีพอะไร ค่าขายก็ไปไม่รอด ก็เลยรู้สึกนึกถึงพ่อขึ้นมา ทั้งที่บ้านกับที่ทำงานพ่อยู่ใกล้กันแค่นี้ แต่พ่อก็ไม่เคยกลับมาเลย ก็เลยแค้น</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม : วอร์มรู้สึกโกรธ เกลียด และแค้นพ่อที่พ่อบໍยอมส่งเงินมาช่วยเหลือทางบ้านใดๆ เลย ตาก็ลำบาก แม่ก็เลิกกับสามีใหม่แล้วก็ไม่มีความอาชีพอะไร ทั้งที่บ้านกับที่ทำงานพ่อก็อยู่ใกล้กัน แต่พ่อบໍกลับมารับผิดชอบทางบ้านเลย</p>	
<p>วอร์ม : หายไปเลย หายไปตั้งแต่ ป.1 จนถึงทุกวันนี้ ทั้งๆ ที่รู้ว่าตัวพ่อบໍอยู่ไหน</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม : วอร์มรู้สึกว่ พ่อทำเหมือนกับไม่มีลูก ไม่มีน้องวอร์ม</p>	
<p>วอร์ม : พ่อทำเหมือนกับว่ พ่อมีลูกคนเดียว มีน้องคนเดียว พ่อเอาไปตั้งแต่น้องอยู่ ป.1 แล้ว</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม : วอร์มรู้สึกว่ น้อยใจพ่อ โกรธพ่อ รู้สึกว่ พ่อไม่รักน้องวอร์ม</p>	
<p>วอร์ม : ไม่ใช่ไม่รัก แต่รู้สึกเหมือนว่ บໍรู้</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม : น้องวอร์มรู้สึกว่ พ่อทำเหมือนกับว่ น้องวอร์มไม่มีตัวตน</p>	
<p>วอร์ม : ก็ประมาณนั้น เจอพ่อครั้งสุดท้ายก็พฤษภาคม ปี 43 ก่อนหน้านั้นก็บໍเจอกันตั้งหลายปี ที่เจอก็เพราะว่ พ่อดีมีฐานะ ในฐานะที่บໍเป็นบิดาและบุตร ถึงได้เจอกัน</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม : ที่ฟังดูแล้วเหมือนน้องวอร์มต้องการได้รับความใส่ใจจากพ่อ ได้รับการดูแลในฐานะที่น้องวอร์ม เป็นลูกคนหนึ่ง</p>	
<p>วอร์ม : ก็มันบໍมีอะไรเลย คำด่าสักคำยังไม่มี</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม : วอร์มรู้สึกว่ พ่อบໍมีเชื้อใยกับน้องวอร์ม</p>	
<p>วอร์ม : ก็ประมาณนั้น (ร้องไห้)</p>	

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>แท็ช : วอร์มเคยพูดกับเขาตั้งนานแล้ว ตั้งแต่รู้จักกันใหม่ๆ ก็น้อยใจอยู่น่ะ</p> <p>อู๋ : ถ้าเป็นเรา เราก็คิดเหมือนกันแหละ</p> <p>วอร์ม : พ่อเป็นคนทำให้แม่เสียอนาคต ก็แต่งงานตั้งแต่ยังเด็กๆ มีลูกตอนแม่อายุสิบแปดได้วันเดียว ป้าเรียนจบทำงานแล้ว แต่แม่ยังไม่มีอาชีพ พ่อเป็นต้นเหตุ</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : วอร์มรู้สึกว่พ่อเป็นต้นเหตุ เป็นสาเหตุเป็นคนทำให้แม่เสียอนาคต</p> <p>วอร์ม : ก็อยู่กิน แม่เขาคงคิดว่า มีอาชีพ มีงานมีการด้วย เขาก็เลยแต่งงาน สุดท้ายก็คืออยู่ด้วยกันไม่กี่ปี ก็แยกกันไปแม่ก็ไม่เหลืออะไรแล้ว จะกลับมาเป็นสาวเป็นอะไรก็ไม่เหมือนเดิม ก็จบจำได้ตั้งแต่ก่อนขึ้นป.1 แล้ว แม่กับพ่อก็ทะเลาะกัน พ่อเตะแม่ล้มกระเด็นถึงห้องน้ำห้องท่า มันแบบจำได้ติดตา ทั้งๆ ที่ตอนนั้นยังไม่ควรจำอะไรได้ เพราะว่ายังเล็ก</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : อืม ภาพนั้นมันสะเทือนใจ มันฝังใจน้องวอร์มมากนะคะ ภาพนั้นทำให้น้องวอร์มรู้สึกว่พ่อโหดร้าย พ่อเป็นคนที่ไม่รับผิดชอบ พ่อทำรุนแรง รู้เกลียดพ่อเลยใช้ไหมคะ</p> <p>วอร์ม : ก็ประมาณนั้น ที่เรียนก็ไม่ไ้จะเอาชนะพ่ออะไรหรอก เพียงแต่อยากจะให้เรียนจบ ก็ลุงเป็นทนาย ก็แต่งงานกับป้า ครอบครัวเขามีความสุขดี มีเงินมีทอง มีรถใช้ ถ้าเป็นจบมาแล้วทำงานได้ก็คงจะสบาย จบได้แม่ก็คงจะสบาย ไม่ต้องเอารถไปจำนำ ให้ตาผ่อนอยู่</p>	

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>22 ธันวาคม 2544 (9.00 - 12.00)</p> <p>แท็ช : จะค่อนข้างเหมือนพ่อ เวลาพ่อพูดพ่อจะพูดออกไปเลย ไม่ค่อยสนใจใคร โผงผาง แต่บางครั้งพูดไปอ้าว ไม่รู้ว่าเขาจะโกรธหรือเปล่านั้น มารู้ตัวตอนตัว ม.6 เขาเขียน friendship เกือบทุกคน "ให้แกระวังตัวไว้ตัว เจอของจริงแล้วจะหนาว " อ้าวไปทำอะไรไว้ เวลาพูด พูดออกมาเลยไม่คิดเลยว่าใครจะเป็นยังไงไม่คิด ก็มันคิดอะไรออกมาได้ก็พูดไปเลย มันจะสบายใจมากเลยถ้าพูดอะไรออกไป เพราะถ้าเราพูดโกหกออกมา พอเราไปพูดอีกที่เรา ก็พูดความจริงออกมา เขาก็จะจับได้ว่าเราโกหก รับผิดชอบได้ รับผิดชอบไม่ได้ก็ดับไป</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : แท็ชได้รู้ว่าตัวเองเป็นคนที่พูดอะไรแบบโผงผาง คือ คิดยังไง ก็พูดออกไปเลย บางทีไม่ทันระวังว่าพูดออกไปแล้วคนฟังจะมีความรู้สึกยังไง แท็ชรู้สึกสบายใจถ้าพูดได้พูดในสิ่งที่ตนเองคิดอย่างตรงไปตรงมาโดยไม่พูดในสิ่งที่ไม่เป็นความจริง</p> <p>แท็ช : ค่ะ เพื่อนตอน ม.6 ก็จะไม่ค่อยถูกกัน ประมาณ 4-5 คน เขาไม่ค่อยชอบ เหมือนเป็นคนพูดใหญ่พูดโต แต่มันไม่ใช่พูดอ้อมไม่เป็น แต่ไม่ใช่เอาปมด้อยของใครมาพูดนะคะ เออแคะอะไรอย่างนี้ น่าเกลียด แต่เวลาเสนอความคิดในห้องก็จะชอบพูดอะไรอย่างนี้</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : แท็ชเป็นคนที่พูดตรงๆ ไม่อ้อมค้อม คล้ายแท็ชอยากจะบอกให้เพื่อนในกลุ่มได้รับรู้เช่นนั้นหรือเปล่านั้นคะ</p> <p>นิ : ค่ะ เขาเป็นคนที่พูดตรงนะ</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : แล้วเพื่อนๆ หละคะ มองน้องแท็ชยังไงบ้าง</p>	<p>สมาชิกเปิดเผยลักษณะนิสัยที่เป็นข้อบกพร่องของตนเอง และได้รับข้อมูลป้อนกลับจากเพื่อนสมาชิก มีการยอมรับส่วนที่เป็นข้อบกพร่องของตน</p> <p>ขั้นที่ 8 การยอมรับตนเอง และเริ่มต้นสู่การเปลี่ยนแปลง</p> <p>ขั้นที่ 10 การรับข้อมูลป้อนกลับของแต่ละบุคคล</p> <p>ขั้นที่ 11 การเผชิญอย่างตรงไปตรงมา</p>

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>นิ : เข้ามาทีแรกยังไม่รู้จักกันเลย เขาเข้ามาแบบเขาจะพูด มากคนอื่น เขาก็จะเงิบ เขาก็คิดในใจทำไมผู้หญิงคนนี้ พูดมากจัง ขนาดไม่รู้จักใครเลยอะไรอย่างนี้ บอกตรงๆ เหมือนจะไม่ค่อยถูกชะตา ทีแรกยังไม่พูดด้วย</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : เมื่อเข้ามาใหม่ๆ นิรู้สึกไม่ค่อยชอบแท้ซ ที่แท้ซมีลักษณะ เป็นที่พูดมากทั้งๆที่ยังไม่ค่อยได้รู้จักกัน คนอื่นแหละคะ มองน้องแท้ซยังไงบ้าง</p> <p>ขวัญ : เป็นเพื่อนสนิทกันด้วย เจอเขาคั้งแรก เอ๊ะผู้หญิงคนนี้ ทำไมพูดตรง พูดตรงมากเลย เขากล้าเปิดเผยขนาดนี้ ต้องคบได้ ขนาดเอาแต่ใจตนเอง แต่เขาพูดจริง เราก็ยอม รับได้ ก็มาด้วยกันเรื่อยๆ เราใจเย็นกว่าเขา เราก็ช่วย บอกเขาด้วย</p> <p>แท้ซ : เวลาเราจะไปอะไรอย่างนี้ เขาก็จะดึงไว้เลย ไม่ใช่มีมือดึง คือ พูดจาห้าม ก็จะฟังเพื่อนบ้าง เพราะว่าโตขึ้นมากแล้ว จะใช้ระบบเดิมไม่ได้แล้ว</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : แท้ซก็ได้ตระหนักฐานะคะว่า น้องแท้ซต้องปรับลักษณะที่ พูดตรงๆ ออกมาบ้าง</p> <p>อุ : ที่จริงแล้ว แท้ซก็เหมือนเขา เขาก็พูดตรง เขาก็เลยจะค่อย ชอบพูด เพราะเขารู้ใจ ถ้าเขาพูดแล้วเพื่อนไม่ชอบ เขาก็ จะไม่ค่อยพูด เขาก็เลยเป็นคนที่เงิบ เขาก็จะพูดตรงๆ เพื่อนก็จะเกลียด เขาจะก็ไม่ชอบ</p> <p>นิ : เขาก็เป็นคนพูดไม่เพราะ พูดแบบรุนแรง พูดแรงๆตรงๆ เขาจะไม่พูดหรอก ถ้าไม่สุดยอดจริง เพื่อนก็ไม่ค่อยชอบ เหมือนกันตอนอยู่มัธยมปลายแบบเวลาอาจารย์สอนแล้ว เพื่อนเขาก็พูดกันเสียงดัง ก็จะพูดออกไป แบบเป็นคนใส่ อารมณ์ด้วย พูดออกมาแล้วสีหน้ามันออกเลย ดูออกเลย ตอนนี้อารมณ์เป็นยังไง โกรธ หรือว่าสนุกสนาน เพื่อนเขา ก็จะคอยเตือนว่า เอออย่าพูดแรงไปนะ</p>	

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>นิ : ความรักที่พ่อแม่มีต่อลูก เป็นความรักที่ยิ่งใหญ่ เสมออยู่ แล้วแหละคะ ลูกจะซึ้งยังไง ปากบอกว่าไม่สนใจ แต่ในใจก็ยังรักอยู่</p>	<p>สมาชิกเริ่มเปิดเผยประสบการณ์ในอดีตของตนอย่างกว้างๆ และเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นแบบ “ที่นั่นและขณะนั้น”</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม : รู้สึกว่าความรัก ที่แม่มีต่อน้องนิมันยิ่งใหญ่ เวลาที่น้องนิทำไม่ดียังไง แม่ก็ยังรักน้องนิอยู่</p>	
<p>นิ : เวลาแม่ตี เราก็มารู้ว่าแม่ไม่รัก แม่ก็บอกว่ารักลูกทุกคนเท่ากัน เราก็มารู้ว่าทำไมรักแต่น้อง ไม่เห็นตีน้องเลย ความจริงเราไม่ได้ทำผิด แต่มองน้องทำผิด แต่เราไม่ดูแลน้อง แต่แม่มาลงที่เรา เราก็มารู้ว่า แม่ไม่ต้องมาพูดเลย รักลูกไม่เท่ากัน แกก็ว่ารักลูกเท่ากันนั่นแหละ ไม่ได้รักใคร่มากไปกว่ากันเลย</p>	<p>ผู้นำกลุ่มก็แสดงออกถึงท่าทีที่เป็นมิตร ให้ความใส่ใจ ยอมรับฟังโดยไม่ประเมินหรือตัดสิน ซึ่งช่วยสมาชิกเปิดเผยตนเองมากขึ้น</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม : รู้สึกน้อยใจในบางครั้งที่น้องทำผิด แล้วมาลงโทษน้องนิ ที่ไม่ดูแลน้อง รู้สึกว่า แม่รักน้องมากกว่า</p>	<p>กระแสดังกล่าวอยู่ในขั้นที่ 3 การอธิบายเกี่ยวกับความรู้สึกในอดีต</p>
<p>นิ : เรื่องนิดหน่อยๆ ก็ทะเลาะกับแม่ บางทีเป็นอาทิติย์ที่ไม่พูดกับแม่</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม : นิทะเลาะกับแม่ บางครั้ง อนาคตไม่พูดกันเป็นอาทิติย์</p>	
<p>นิ : เหมือนแม่จะรักลูกผู้ชายมากกว่า</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม : รู้สึกว่า แม่รักน้องผู้ชายมากกว่า</p>	
<p>นิ : ความรู้สึกทุกคนและคะ มีเรื่องก็จะคุยให้เพื่อนฟัง เพื่อนก็จะเออมีความคิดเหมือนกันเลย คิดว่าแม่รักลูกชายมากกว่าลูกผู้หญิง</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม : นิได้รับรู้จากประสบการณ์ตนเองและจากเพื่อนได้ว่า แม่จะรักลูกผู้ชายมากกว่าลูกผู้หญิง</p>	

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>นิ : ความมันจะเป็นเพราะว่าเราเป็นลูกคนโต ได้มามากแล้ว แล้วแม่แบบต้องแบ่งปันให้น้องบ้าง แต่หลังๆ ที่แม่แบ่งปันให้น้อง เราไม่ค่อยได้ เราคิดว่าแม่รักน้องมากกว่าเรา หรือเปล่า ทำไมแม่รักลูกไม่เท่ากัน</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : นิรู้สึกว่าการทำที่ของแม่ที่มีต่อนิ ต่อน้อง แตกต่างกัน</p> <p>นิ : เหมือนจะสนใจน้องมากกว่า</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : นิรู้สึกน้อยใจแม่ ที่แม่มีที่ทำที่นิกน้อง สนใจน้องมากกว่า</p> <p>นิ : ทุกวันนี้ เราก็ไม่ได้อยู่กับพ่อแม่เหมือนเดิม ก็เหมือนกลับไปแกก็รักใครดี เหมือนเอาใจมากกว่าเดิม เป็นเพราะว่าห่างกันหรือเปล่านั้นไม่รู้ อยากได้อะไรก็ได้ อยากกินอะไรก็ทำให้</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : แล้วพ่อแม่ปฏิบัติต่อน้องนิ อย่างนั้น น้องรู้สึกอย่างไรบ้าง</p> <p>นิ : ก็ดีมีความสุขดี</p>	

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>22 ธันวาคม 2544 (13.00 - 16.00น.)</p> <p>แท็กซี่ : แม่ก็เปิดร้านขายอาหาร ไม่มีลูกจ้าง แก่ทำคนเดียว เล็บ แก่ก็ดำ แก่ไม่ได้เข้าร้านเสริมสวย ใช้จ่าย เงินเดือนพ่อจะพอใช้ทุกอย่าง ข้าราชการ แม่ก็ต้องช่วยด้วย ก็พออยู่พอกิน ไม่ขาดแคลนอะไร แต่สงสารแม่</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : น้องแท็กซี่บอกว่า แม่เปิดร้านขายอาหาร แม่ดูแลร้านคนเดียว เงินเดือนข้าราชการของพ่อไม่พอใช้ แม่ก็ต้องช่วยด้วย แท็กซี่รู้สึกสงสารแม่</p> <p>แท็กซี่ : ถึงตอนเย็นแม่ก็อยู่หน้าร้าน ขายส้มตำไก่ย่าง คิดดูการย่างไก่ มันต้องอยู่กับไฟตลอด พอแกเริ่มดิ้นรนหาเงินเพื่อส่งลูกเรียนหนังสือ แก่อยู่กับไฟตลอด แต่ก่อนหน้าแกเคยดูดี ไม่หมองไม่อะไร แต่ตอนนี้ มีรอยฝ้า มีรอยอะไร แก่ก็ไม่ค่อยมีเวลาดูแลตัวเอง แต่ก่อนที่จะมาแต่งพ่อ แก่ก็เป็นสาวรุ่น มีคนมาชอบเยอะ</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : แท็กซี่รู้สึกซาบซึ้งถึงบุญคุณของแม่ที่ต้องมีอดทน มีความยากลำบาก หาเงินเพื่อส่งลูกเรียน ซึ่งแต่ก่อนแม่เคยเป็นสาวที่ดูดี แต่เพื่อหาเงินให้ลูก ต้องย่างไก่ อยู่กับไฟ ผิวพรรณแม่ก็เปลี่ยนไป</p> <p>แท็กซี่ : อยากมีเงิน ทำงาน แล้วมีร้านใหญ่ ให้แม่ อยากให้แม่มีความสุขในการค้าขายตรงนี้</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : แท็กซี่รักแม่ อยากตอบแทนบุญคุณของแม่ อยากช่วยเหลือแม่ อยากทำให้แม่มีความสุข เพื่อนๆ ฟังเรื่องราวของน้องแท็กซี่แล้ว เป็นยังไงบ้างคะ</p> <p>ทิด : รู้สึกว่า แม่ของแท็กซี่ ยึดกับชีวิตการทำงานเพื่อเอาเงินมาส่งให้ลูกเรียน</p>	<p>เมื่อสมาชิกเริ่มรู้สึกว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม รับรู้ เพื่อนสมาชิกยอมรับความรู้สึกทางบวกและทางลบ ทำให้สมาชิกพัฒนาความรู้สึกไว้วางใจ ความรู้สึกอิสระกล้าเปิดเผยตนเองในระดับลึก สมาชิกรับรู้ว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม เพื่อนสมาชิกในกลุ่มยอมรับตนเองทั้งทางด้านบวกและด้านลบ ด้วยความรู้สึกเช่นนี้ สมาชิกจึงแสดงเรื่องราวที่มีความหมายของตนออกมา ผู้นำกลุ่มก็แสดงถึงการยอมรับการเข้าใจความรู้สึก และสามารถสะท้อนความรู้สึกตามที่เขารับรู้ได้</p>

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>นิ : ก็เป็นความรู้สึกที่ดี ที่แท้ซออยากจะตอบแทนบุญคุณพ่อแม่ พ่อแม่ทำให้เราทุกอย่าง ตอนนี่แกก็ลำบาก แก่ตั้งไปก็อยากให้แกสบาย ก็ดีที่แท้ซอมีความคิดแบบว่า ให้แม่สบาย ตอบแทนบุญคุณแม่</p>	<p>กระแสลุ่มอยู่ในชั้นที่ 5 การเปิดเผยและค้นหาสาระที่มีความหมายของตน สมาชิกยินดีที่จะเปิดเผยเรื่องราวที่มีความหมายต่อตนเองออกมา</p>
<p>เบียร์ : คิดว่า แม่ทำทุกอย่าง เพื่อให้ลูก มีอนาคตที่ดี เหนื่อยแค่ไหน แม่ก็ทำ</p>	<p>จ่อกลุ่ม อยู่ในชั้นที่ 6 การแสดงออกถึงความรู้สึกระหว่างบุคคลที่เกิดขึ้นในขณะนั้นในกลุ่ม สมาชิกแสดง ออกถึงความรู้สึกที่มีต่อเพื่อนสมาชิก</p>
<p>อู๋ : เหมือนกับแท้ซอ แม่ไม่สบาย แต่แม่ไม่สวย แต่แม่แท้ซอสวย แม่ไม่ใช่คนสวย แต่แม่ไม่สบาย แต่แม่ทำงาน แต่เราก็รู้สึกผิดนะ ที่เราไม่ได้ช่วยตรงนั้น เราชู้สึกผิด</p>	<p>และชั้นที่ 13 จิตสัมพันธ์ขั้นพื้นฐาน</p>
<p>ผู้นำกลุ่ม : อู๋รู้สึกผิดที่ไม่ได้ช่วยแม่ทำงาน ทั้งที่แม่ไม่สบาย</p>	
<p>อู๋ : มีเวลากลับไปบ้านกินนอน แล้วยังอยากไปไหนก็ไป อย่างน้องก็เรียน ตัวเองก็เรียนด้วย พ่อก็สุขภาพไม่ดี แม่ก็สุขภาพไม่ดี ก็เลยต้องพยายามใช้เงินให้เป็น</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม : อู๋รู้สึกผิดที่ไม่ได้ช่วยงานทางบ้านอย่างเต็มที่ ต้องใช้จ่ายอย่างประหยัด ทั้งน้องก็เรียน พ่อกับแม่ก็สุขภาพไม่ดี</p>	
<p>อู๋ : ตอนนี่ก็ไม่ค่อยได้กลับบ้านไม่รู้ว่าแม่เป็นยังไงบ้าง</p>	
<p>ผู้นำกลุ่ม : อู๋รู้สึกเป็นห่วงทางบ้าน คิดถึงทางบ้าน</p>	
<p>อู๋ : ก็แล้วแต่เป็นปางอารมณ์ ถ้ามีเรื่องมาสะกิดใจก็จะคิดถึง แต่ถ้ามีเรื่องอะไรที่ด่วนกว่าก็จะคิดเรื่องตรงนี้ก่อน ถ้าคิดใหม่ ก็คงจะคิด แต่ไม่ได้คิดตลอดเวลา ต้องมีเรื่องมาสะกิด ก็จะนึกถึง เพื่อนพูด เราก็นึกถึง ถ้าไม่พูด ถ้ามีเรื่องอื่น เราก็นึกถึงเรื่องนั้น</p>	

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>ผู้นำกลุ่ม : คือ น้องแท็ช พุดถึงแม่ของเขา เป็นเรื่องที่สะกิดใจน้องอู๋ น้องอู๋ก็เลยนึกถึงพ่อแม่ของน้องอู๋ที่มีสุขภาพไม่ค่อยดี</p> <p>อู๋ : ค่ะ</p> <p>วอร์ม : ฟังเรื่องของแท็ชแล้วรู้สึกว้าวซึ่ง ที่ว่า แม่ถึงขนาด ไม่ยอมทำเล็บ จากที่เคยสวย ก็ ไม่สวย แสดงว่า แม่เป็นคนที่เสียสละเพื่อครอบครัว</p> <p>อ้อ : ก็ลักษณะของแม่ทุกคนก็รักลูกอยู่แล้ว ก็คิดว่า ถ้าเกิดลูกคิดที่จะตอบแทนบุญคุณแม่ก็เป็นสิ่งที่ดี</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : น้องแท็ชได้เรียนรู้ว่า แม่เขาเหน็ดเหนื่อยยากลำบาก แบกภาระแค่ไหน จากภาพที่เห็น จากแคร์รอยฝ้าที่เกิดขึ้นบนหน้าของแม่ น้องแท็ชก็สามารถรับรู้ได้แล้ว ว่าท่านเหน็ดเหนื่อยขนาดไหน ผ่านประสบการณ์ชีวิตมากมายขนาดไหน เพื่อลูก เพื่อครอบครัว ตรงนี้เราต้องมีการสื่อสารบอกออกมาเป็นถ้อยคำใหม่คะ</p> <p>นิ : ไม่</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : ไม่นะคะ เราแค่สังเกตจากประสบการณ์ชีวิตที่เกิดขึ้นจากรอยฝ้า รอยฝ้าที่เกิดขึ้นบนใบหน้าของแม่ จริงๆ แล้วมันมีอะไรมากกว่านั้น มันบอกถึงความอดทนยังไง บอกถึงส่งเสียให้ลูกเรียน จุนเจือครอบครัว นะ พวกน้องๆ พอที่จะมองเห็นตรงนี้ก็กันบ้างไหมคะ</p> <p>นิ : พี่หมายถึง รอยฝ้าสื่อความหมายไปถึงอะไร เป็นสิ่งที่สามารถบอกเราได้ว่า แม่สามารถทำให้เราได้ทุกอย่าง โดยไม่นึกถึงสภาพร่างกายของเราเอง</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : ใช่ รอยฝ้าที่ปรากฏอยู่บนใบหน้าของแม่น้องแท็ชมันมีความหมายอะไรลึกๆ ที่มีความแฝงอยู่ในรอยฝานั้น เป็นรอยฝ้าที่บ่งบอกถึงความอดทนที่แม่เต็มใจทำเพื่อลูก เพื่อครอบครัว บอกถึงความรักที่แม่ต่อลูก</p>	

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>22 ธันวาคม 2544 (16.30 - 19.30 น.)</p> <p>ทิด : พี่ก็ไม่ทำอะไรให้พ่อแม่มีความสุข มีแต่ทำให้มีน้ำตา พี่คนกลางก็ไม่ได้ตั้งใจ ไม่มีงานทำอะไร แก่ก็มาหวังกับเรา สามารถเป็นที่พึ่งพาตอนเฒ่าแก่</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : น้องทิดรู้สึกทิดเป็นความหวังของพ่อแม่</p> <p>ทิด : ตั้งแต่ตอนเรียนมัธยม ก็ตั้งใจเรียนสม่ำเสมอ ก็จบมาได้ ก็ว่าจะตั้งใจเรียนแบบสมัยมัธยม แต่เราจะทนที่เขาครหาได้หรือเปล่า</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : น้องทิดจะตั้งใจเรียนสม่ำเสมอแบบสมัยตอนเรียนมัธยม แต่มีความไม่แน่ใจว่าจะทนคำครหาได้หรือเปล่า เขาครหาว่าอะไรหรือคะ</p> <p>ทิด : เขาครหาว่า เราเข้ามาแล้วจะหลงแสง สี เสียง เราก็ตั้งใจไม่เป็นอย่างที่เขาครหา</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : น้องทิดรู้สึกว่า เขาดูถูกน้องทิด ซึ่งทิดตั้งใจที่จะไม่เป็นอย่างที่เขาดูถูกไว้</p> <p>ทิด : พี่คนโตเรียนดีด้วย จบม.3 ราชสีมา พอ ม.5 ก็เกลียดตอนนั้นผมจำได้ ผม ป.4 หรือป.3 เคยมาที่เดียว มากับพ่อ พ่อมาทำทัณฑ์บนพี่ชาย เรื่องไปแทงสุนัขไม่เข้าเรียน เทียบกลางคืน ไม่เข้าเรียน ถ้าพ่อได้ไปทำทัณฑ์บน อาจารย์เกือบทุกคนจะโดนตำ ทำไมลูกผมเป็นอย่างนี้ได้ เป็นเหตุอย่างนี้แหละที่อาจารย์ไม่ชอบพ่อ ก็เลยโดนอาจารย์ดูถูกว่าคงไปสไตร์เดียวกัน</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : น้องทิดได้รับการดูถูกจากอาจารย์ว่าคงจะเกเรเหมือนพี่</p>	<p>สมาชิกได้เปิดเผยตนเองมากขึ้น ได้แสดงถึงความรู้สึกทางลบ เปิดเผยเรื่องราวที่มีความหมายออกมาต่อกลุ่ม และได้ข้อมูลป้อนกลับจากเพื่อนสมาชิก ซึ่งข้อมูลป้อนกลับที่ได้รับจากเพื่อนสมาชิกสมาชิกมีการยอมรับตนเองอันเป็นจุดเริ่มต้นของเปลี่ยนแปลงตนเอง</p> <p>กระแสลุ่มอยู่ในขั้นที่ 4 การแสดงออกถึงความรู้สึกทางลบ ขั้นที่ 5 การเปิดเผยและค้นหาสาระที่มีความหมายของตน ขั้นที่ 8 การยอมรับตนเองและเริ่มต้นเปลี่ยนแปลงตนเอง และขั้นที่ 10 การได้รับข้อมูลป้อนกลับของแต่ละบุคคล และขั้นที่ 11 การเผชิญอย่างตรงไปตรงมา</p>

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>ทิต : แต่ผมกับแก้ได้ คนนี้เจอมาจ้ะๆ เลย สอนคณิตศาสตร์ ก็ทำได้</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : น้องทิตได้พิสูจน์ให้อาจารย์คณิตศาสตร์เห็นแล้วว่า น้องทิตไม่ได้เกเรเหมือนพี่</p> <p>นิ : ที่อาจารย์เขามองว่า ทิตต้องเป็นเหมือนพี่ เขาจะมองแบบภาพรวม เขาไม่ได้ดูที่ตัวบุคคล เขาไม่ได้เรียนรู้ที่ตัวบุคคลไปก่อน เขาว่า พี่เลว เอะ น้องมันก็ต้องเลวเหมือนกัน สงสัยทิตเขาอยากจะทำอะไรนะ ก็ลองปรับตัว ทำตัวดีๆ ไม่ให้เขาสบประมาทได้ ยังถือว่ามีสติดีอยู่ ไม่ทำทายเป็นเหมือนที่เขาคิดไป</p> <p>ทิต : อ้ออย่าง น้องสะใภ้ของพ่อ ตามมาตลอดว่าตระกูลนี้จะเรียนไม่จบสถาบันราชภัฏราชสีมา แต่ไม่ได้ยินโดยตรงนะ ย่าเป็นคนมาเล่าให้ฟัง</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : น้องทิตรับรู้จากย่ามาว่า น้องสะใภ้ของพ่อ พูดสบประมาทน้องทิตว่าจะเรียนไม่จบ และไหนจะโดนครูตูดูกน้องทิตรู้สึกเหมือนว่ามีอะไรสักอย่างหนึ่งมากดดันน้องทิตหรือเปล่านั้น</p> <p>ทิต : ครับ แต่เราก็พยายามตั้งใจ</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : ทั้งครูและน้องสะใภ้ของพ่อ ต่างก็สบประมาทน้องทิตว่า จะเป็นคนเกเร เรียนไม่จบ ซึ่งเหมือนมีอะไรสักอย่างหนึ่งมากดดันน้องทิตไว้ และน้องทิตก็พยายามตั้งใจที่จะพิสูจน์ตัวเองต่อคำครหาเหล่านั้นนะคะ การที่เขาประมาทน้องทิตอย่างนั้น น้องนี้ได้บอกว่าคุณอาจเป็นเพราะเขาไม่ได้มองที่ตัวบุคคล เขามองที่พี่เป็นยังไง น้องก็ต้องเป็นอย่างนั้น แล้วน้องทิตมองตนเองยังไงคะ</p>	

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>ทิด : ผมว่า ผมไม่ได้เป็นอย่างนั้น</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : แล้วเพื่อนๆ หละ มองน้องทิดยังไงคะ</p> <p>นิ : ที่มองเห็นปัจจุบัน เขาก็เป็นคนนิสัยดี เจียบๆ ไม่ค่อยสูงส่งกับคนอื่นเท่าไร</p> <p>อู๋ : ชยันด้วย</p> <p>ทิด : ผมมาอยู่หอ เพื่อนแทบไม่มีจะมาเยี่ยม ผมไม่เคยสูงส่งกับเพื่อนเท่าไรจะชอบสูงส่งแค่ในเวลาเรียน แล้วเลิกผมก็ตัวคนเดียว เวลาเพื่อนชวนไปสนุก พอเลิกเรียน ผมก็บอกติดธุระ ไม่ไป</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : ค่ะ น้องทิดอยู่กับตัวเอง น้องทิดไม่ค่อยได้พูดคุยกับใครเท่าไร ไม่ได้ไปเที่ยวไปเพื่อนนะคะ</p> <p>แท็ช : สำหรับแท็ช ก็คงจะให้กำลังใจเขาในการพิสูจน์ตนเอง ที่คนเขาดูถูกหรือประมาทเขาเอาไว้ แต่ก็อยากให้อาติศย์เข้ากลุ่มเพื่อนไว้</p> <p>นิ : ในการเรียนเอกนิติ ต้องอาศัยคนกลุ่มใหญ่ปรึกษากัน ถ้าเกิดทิดอยู่คนเดียว ทิดไม่มาสูงส่งกับใคร ทิดก็จะไม่มาถาม ก็จะเป็นผลเสียต่อตัวทิดเอง</p> <p>แท็ช : เผื่อมีปัญหาอะไร มีเพื่อนไว้ เพราะตัวเองอยู่ห่างไกลพ่อแม่</p> <p>ทิด : คือเป็นมาตั้งแต่มัธยม เป็นคนที่ตัดสินใจเองได้ ไม่ต้องพึ่งพาพ่อแม่ หรือพึ่งพาคนอื่น พ่อแม่ก็ยอมรับ รู้ สังกेतว่าเราเป็นคนยังไง สามารถตัดสินใจได้เอง ไม่ต้องพึ่งพาแก พึ่งพาเป็นบางเรื่อง</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : น้องทิดรู้สึกที่สามารถยืนหยัดได้ด้วยตนเองคนเดียว มีแค่บางเรื่องเท่านั้นที่ต้องปรึกษาพ่อแม่</p> <p>ทิด : ครับ</p>	

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>ผู้นำกลุ่ม : น้องทิดรู้สึกพอใจที่ได้อยู่ตรงนี้ แต่เหมือนกับเพื่อนๆ หลายคนนะคะรู้สึกเป็นห่วงน้องทิด อยากให้น้องทิดได้เปิดตัวเอง ได้พูดคุยกับเพื่อนบ้าง เหมือนกับว่าถ้ามีปัญหาอะไรจะได้ช่วยเหลือกัน เช่น ด้านการเรียน</p> <p>นิ : ไม่บางที คนเรามันมีเรื่อง ที่ไม่สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง จะได้ปรึกษาคนอื่นด้วย</p> <p>แท็ช : อยากให้อาติศย์เข้ากลุ่มเพื่อนบ้าง ไม่ต้องถึงกับว่าไปไหนไปกันก็ได้ มีเรื่องอะไรก็มาบรรยายให้เพื่อนฟัง อย่างนี้ จะรู้สึกสบายใจมากกว่า เมื่อต่อไป อาติศย์ทำงาน อาติศย์จะได้รู้จักเข้าในกลุ่มเพื่อน เข้าในกลุ่มสังคมได้อะไรอย่างนี้</p> <p>นิ : สามารถเข้าได้ทุกสถานการณ์ ไม่ใช่ว่า มัวแต่เจี๊ยบจะเข้ากับใครเขาก็ลำบาก อะไรอย่างนี้ ต้องปรับตัวอีกตั้งนาน อะไรอย่างนี้</p> <p>แท็ช : ไม่ใช่คนเราจะอยู่คนเดียว อะไรคนเดียว เป็นไปไม่ได้หรอก คนเราต้องรู้จักกัน ต้องช่วยเหลือกัน พึ่งพาอาศัยกัน</p> <p>ทิด : มีข้อเสียด้านนี้แหละ</p> <p>แท็ช : ไม่รู้ว่าอาติศย์ปิดตัวเองหรือเปล่า ถ้าอาติศย์เป็นเพื่อนกับเราทุกคนในห้อง ก็เป็นไปได้ไม่มีปัญหา</p> <p>อู๋ : การเป็นเพื่อนใช่ว่าต้องไปไหนด้วยกัน มีอะไรก็ปรึกษากัน</p> <p>แท็ช : ไม่ จำเป็นต้องเป็นเพื่อนเพศเดียวกันก็ได้ อย่างพวกเราก็เป็นเพื่อนกันได้ ก็บอกแล้วพวกเรามีเพื่อนผู้ชายเยอะ จะมีอาติศย์อีกสักคนจะเป็นไรไป ไม่ต้องห่วงว่า พวกเราจะคบกับเพื่อนผู้ชายไม่ได้</p>	

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>นิ : ตั้งแต่เข้ามา ไม่เคยเห็นทิดคุยกับใคร เห็นแต่ไปนั่งท้ายหลังห้อง ส่วนมากจะเดินไปคุยด้วยบางครั้ง แต่วันนี้ไม่ค่อยได้เดินไปหา</p> <p>แท็ช : ไม่จำเป็นต้องเดินเกาะกลุ่มกันไปเฮฮาก็ได้ เออคนนี้เพื่อนเรา พอเจอกันก็ทักทาย คุยด้วยกัน ยิ้มด้วย หัวเราะด้วยกัน วันนั้นยังนั่งหัวเราะด้วยกันเลย เรื่องอะไร คนไม่พอบาท ทิดนั่งพูดกับเขาสองคน ยังนั่งหัวเราะด้วยกันสองคน</p> <p>แอ้ : เขาก็นิสัยคล้ายๆ ทิดเหมือนกัน เขาจะไม่ค่อยกล้าแสดงออก เขาต้องหันไปทำกิจกรรม</p> <p>ทิด : ก็ว่าจะปลีกตัวไปเข้ากับเพื่อนบ้าง จะไม่อ่านแต่หนังสือ</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : น้องทิด ฟังเพื่อนแล้ว เป็นยังไงบ้างคะ</p> <p>ทิด : ก็รู้สึกว่เพื่อนๆ ยังต้องการเราอยู่ ก็ว่าจะปลีกตัวไปเข้ากับเพื่อนบ้าง จะไม่อ่านแต่หนังสือ</p> <p>แท็ช : อยากจะบอกทิดว่า ไม่มีใครรังเกียจทิดหรอก ถ้าทิดอยากจะเป็นเพื่อนกับเราก็เป็นได้ อยากให้ทิดมีความกล้าที่จะคบคนอื่นด้วย เราจะรอให้เพื่อนมาพูดคุยกับเรา ก็เป็นไปไม่ได้</p>	

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>22 ธันวาคม 2544 (21.00-23.00 น.)</p> <p>แท็ช : ผู้ชายที่ชอบ ก็คือ ป๋อ ณัฐวุฒิ ชอบที่เขามาดเข้ม พุด เพราะ ยิ่งมาแสดงในบทบาทที่สวมในชุดทหาร ยิ่งชอบ ชอบพวกที่อยู่ในชุดเครื่องแบบ</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : ผู้ชายที่ชื่นชอบ คือ ป๋อ ณัฐวุฒิ แท็ชรู้สึกชื่นชอบบุคคลที่อยู่ในเครื่องแบบ</p> <p>แท็ช: : แต่งเครื่องแบบยาม ไม่เอาเนอะคะ ที่ชอบมากคือ ทหารอากาศ เขาเทห์</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : จ๊ะ แล้วมีความรู้สึกประทับใจผู้ชายคนใดเป็นพิเศษบ้างไหมคะ</p> <p>แท็ช : ประทับใจพ่อ ตอนเด็กจะให้พ่ออุ้ม ขี้เกียจเดิน เดินไปเที่ยว เดินไปบ้านเพื่อน เดินไปซื้อของ ไม่อยากเดิน บางทีแกล้งลัม ให้พ่ออุ้ม พ่อเขากลัวเราเจ็บใจ แต่แกก็รู้ว่าเราแกล้งลัม ตอนเด็กเราชอบนอนกับพ่อ นอนไม่หลับไปก็ขอให้พ่อเกาหลังให้ จนหลับ</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : น้องแท็ชรู้สึกประทับใจพ่อ ที่คอยดูแลเอาใจใส่น้องแท็ช</p> <p>แท็ช : อย่างวันเทศกาล จะขายของก่อน เพราะจะขายดี แต่พอหลังวันเทศกาลไปแล้ว พ่อจะพาไปเที่ยว พาไปช้อปปิ้งซื้อของ ประทับใจตรงนี้ ถึงแกจะตี จะดุ จะด่า แต่แกให้พ่อมีสัจจะด้วย ตอนเรียนอยู่ ม.3 เห็นเพื่อนเขาขับรถกระบะ ก็บอกพ่อ หาให้หน่อย พ่อบอก ม.4 แล้ว จะหาให้ ขึ้น ม.4 มา พ่อก็พาไปหัด แต่ไม่ให้ขับ เพิ่งจะขับออกมาได้ ก็ตอนปีหนึ่งพ่อให้ขับ</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : แท็ชรู้สึกประทับใจที่ท่านเป็นคนใจดี ให้ แม้ว่าท่านนิลงโทษน้องแท็ชบ้าง แต่ก็ให้ และก็ประทับใจที่พ่อเป็นคนรักษาคำพูด</p>	<p>ต่อมาสมาชิกเปิดเผยเรื่องราวที่เกิดขึ้นภายนอกกลุ่ม เป็นการแสดงออกอย่างผิวเผิน และมีการเปิดเผยถึงความรู้สึกในอดีต</p> <p>กระแสกลุ่มที่ 5 การแสดงตนและการสำรวจถึงสิ่งที่เป็นความหมายของบุคคล</p>

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p> แฉ่ : คนที่เขาประทับใจมาก คือลูกของลุง เพราะว่าเป็นเด็กนอกคอกนา แท็ช : เต็มยศเลย บ้านนอก คอกนา (หัวเราะ) แฉ่ : คือเขาเรียนเก่ง มีความมุ่งมั่น จนชีวิตเขาตอนนี้ประสบความสำเร็จมาก ก็คือ ประทับใจเขา เขาเป็นเด็กที่เรียนเก่ง ตอนแรกสอบเรียนตำรวจ จ. ได้ เรียนเก่งมาก ทีนี้ไปสอบเรียนโรงเรียนนายร้อยสามพรานติด แล้วก็ทุนเรียนฟรี แล้วก็เวลาเห็นพี่เขาอ่านหนังสือ อ่านเสร็จแล้วเขาก็นอน นอนแล้วก็ตื่นขึ้นมาอ่านหนังสืออีกคะ ชีวิตนี้ไม่ได้ไปไหนเลยอยู่กับหนังสือ ก็เลยประทับใจเขาว่าเอ๊ะทำไมเขาอ่านได้ แต่ทำไมเราอ่านไม่ได้ ก็คือเขาเป็นฮีโร่ในดวงใจ ผู้นำกลุ่ม : น้องแฉ่รู้สึกประทับใจในความเก่งของลูกของลุง ทั้งๆที่เขาเป็นเด็กชนบท แต่มีความมานะอดทน ขยัน จนประสบความสำเร็จในชีวิต เป็นบุคคลตัวอย่างที่น้องแฉ่อยากจะทำให้ได้เหมือนอย่างเขา แฉ่ : อยากจะทำได้เหมือนอย่างเขา เรียนชีวิตเขาก็ประสบความสำเร็จคะ ชีวิตการงานก็ดี ชีวิตครอบครัวก็สมบูรณ์แบบคะ ก็ประทับใจ แล้วคนที่ชื่นชอบก็เป็นนักร้อง ดังพันกร แต่นี้เป็นความชอบที่ชื่นชมเขาเฉยๆ เขาเก่ง ชอบทุกเพลงที่เขาร้อง ชอบเสียงที่เขาร้อง เขาเท่ๆ แล้วเขาก็เกิดมาในครอบครัวที่ดีแล้ว เกิดมาก็ perfect หมดเลย </p>	

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>23 ธันวาคม 2544 (9.00 - 12.00 น.)</p> <p>วอร์ม : เมื่อตอนเช้าอากาศดี เลยไปวิ่งเล่นออกกำลัง ร่างกายจะ ได้แข็งแรง แล้วก็ไปเดินชมสวนสมุนไพรที่ข้างหน้า</p> <p>แท็ช : เดียวเค้าว่าช่วงพักเที่ยงจะชวนไปโยนเปตอง จะได้ออก กำลังแขน</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : จะ เอาละนะคะ ตั้งแต่วันเ็นศุกร์ วันเสาร์ มาจนถึงเช้า วันอาทิตย์นี้ น้องลองมองเข้าไปในใจของน้องๆ นะคะ ว่า เป็นอย่างไรกันบ้าง</p> <p>แท็ช : ก็ดี คุ่มค่า คือ เราอาจจะไม่มีโอกาสมาอย่างนี้ คือ มา นั่งเปิดเผยตนเอง นั่งรู้ความในของเพื่อนรู้ความทุกข์ สุข ของเพื่อน เิงปรึษากัน แลกเปลี่ยนความคิดกัน เราไม่ เคยได้ทำในห้องเรียนเลย คือจะเรียนไป แล้วจะคุยกัน เรื่องลับเพหระ เรื่อยเปื่อย ไม่ได้มานั่งเปิดเผยซึ่งกันและ กันอย่างนี้ รู้สึกสบายใจ รู้สึกไวใจเพื่อนมากขึ้น ถือว่า เป็นโชคดีที่ได้ถูกสุ่มมาตรงนี้ ซึ่งน้อยคนจะได้มีโอกาสมา นั่งตรงนี้ 8 คน จาก 90 คนในนิติศาสตร์ อยู่ในสถาน การณ์แบบนี้ มารู้จักสิ่งที่อยู่ในใจเล็กๆ ที่เพื่อนบางคน อาจจะไม่เคยเล่าให้ใครฟัง มาอยู่ตรงนี้ เราก็ได้รู้ตรงนั้น ก็รู้สึกว่าเราเข้าใจกันมากขึ้น รู้สึกว่า เพื่อนเขามีปัญหาใน ใจมานาน คล้ายๆ กับบ่มมานาน เป็นเรื่องที่เก็บไว้ในใจ มานาน ถ้าเพื่อนมีปัญหาอะไรก็อยากให้คุณกับเราเหมือน อย่างนี้ หลังจากวันนี้ไปแล้ว ไม่มีพี่มานั่งอย่างนี้ เราก็ ยังคุยกันอย่างนี้ได้ นัดมารวมกลุ่มกันอย่างนี้ได้ มี ปัญหาอะไรก็อยากให้คุณกับเพื่อน อยากให้นึกถึงเพื่อนกัน ไว้ก่อนพอที่จะระบาย พอที่จะเปิดเผยได้</p>	<p>สมาชิกมีการแสดงออกถึง การให้ความช่วยเหลือที่เกิด ขึ้นในช่วงเวลานอกกลุ่ม</p> <p>กระแกลุ่มอยู่ในขั้นที่ 12 การให้ความช่วยเหลือที่เกิด ขึ้นภายนอกกลุ่ม</p>

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>23 ธันวาคม 2544 (13.00 - 17.00 น.)</p> <p>ผู้นำกลุ่มชวนให้สมาชิกกลุ่มได้สรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกลุ่ม</p> <p>นิ : รู้สึกว่า ได้พูดเรื่องราวออกไปแล้ว รู้สึกสบายใจมากขึ้น ดีกว่าเก็บเอาไว้คนเดียว ทำให้เพื่อนรับรู้บ้างที่เพื่อนอาจมีปัญหาเหมือนเราก็ได้ แต่ที่ฟังๆ มา เพื่อนๆ ก็มีปัญหากันทุกคน ใช่ว่าเราจะมีปัญหาคนเดียว</p> <p>แท็ช : เรียนรู้ว่า ชีวิตมีคุณค่ามาก ชีวิตของแต่ละคนมีคุณค่าแตกต่างกันไป มีหลายรสชาติ มีทั้งทุกข์ ทั้งสุข ในการมานั่งกลุ่มเพื่อนนี้ ก็เป็นการหาทางออกที่ดี เราจะได้รู้ว่าเวลาเรามีทุกข์นะ เราจะไม่ได้คิดทำอะไรที่ไม่ดี ฆ่าตัวตายอะไรอย่างนี้ อย่างน้อย เราก็นึกถึงเพื่อนๆ นึกถึงคนอื่นที่สามารถให้คำปรึกษาเราได้ เวลาเรามีปัญหา เราจะได้รู้ว่าเรามีทางแก้ได้ ชีวิตมีสุข แล้วก็มีความสุข หลายรสชาติ เป็นธรรมดา มีทุกข์ได้ แล้วก็หมดทุกข์ แล้วก็ฝ่าฟันอุปสรรคไป ยังมีเพื่อน มีพ่อแม่ มีคนรอบข้าง ที่ท่านรักเรา ไม่อยากให้เกิดไปในทางที่ไม่ดี แก้ปัญหาไปในทางที่ไม่ดี ชีวิตนี้ยังมีอะไรดีๆ ให้ทำอีกเยอะ อย่าไปคิดถึงเรื่องเก่าๆ ให้มันมากนัก ละวางมันบ้าง อะไรลืมได้ก็ลืม อย่าไปแบกรับมันไว้ มันหนักสมองเฉยๆ ทำให้เราเครียดเฉยๆ อนาคตเรายังอยู่อีกนาน รักษาชีวิตไว้ให้ดี ชีวิตอาจจะตายเมื่อไหร่ก็ได้ไม่มีใครรู้ ช่วงที่เรามีชีวิตอยู่นี้ ก็อยากจะให้ทำได้ดีที่สุด เราไม่รู้ว่าเราจะตายวันไหน ปัญหาก็คือส่วนหนึ่งของชีวิต ไม่มีใครเกิดมาแล้ว ไม่มีปัญหา</p> <p>เปียร์ : ได้รู้จักคำว่า เพื่อนมากขึ้น และก็ได้อินอาหารอร่อย บรรยากาศก็ดีด้วย</p>	<p>สมาชิกได้บอกเล่าถึงความรู้สึกที่ดี ความรู้สึกประทับใจ และการรู้สึกขอบคุณแก่กัน ในการเรียนรู้ประสบการณ์ร่วมกัน มีการให้กำลังใจแก่กันและกันในการดำเนินชีวิต และต่อสู้กับปัญหา</p> <p>กระแกลุ่มอยู่ในขั้นที่ 10 การรับข้อมูลป้อนกลับของแต่ละบุคคล ขั้นที่ 11 การเผชิญอย่างตรงไปตรงมา ขั้นที่ 12 สัมพันธภาพแบบการให้ความช่วยเหลือที่เกิดขึ้นภายนอกกลุ่ม ขั้นที่ 14 การแสดงออกความรู้สึกทางบวกและความผูกพันใกล้ชิด และขั้นที่ 15 การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายในกลุ่ม</p>

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>แอ้ : มาอยู่ที่นี่แล้วแบบ รู้สึกว่ามันจะผูกพันกันมากขึ้น จากที่เคยรู้จักกันแบบผิวเผิน ทุกคนก็ต่างแต่ละกลุ่มมาก็ไม่ได้รู้จักนิสัยอะไรเท่าไรหรอก แต่ว่ามาอยู่ที่นี่ก็รู้สึกผูกพันกันมากขึ้น อย่างอาทิตย์นี้ตอนอยู่ที่โรงเรียนก็ไม่เคยได้คุยอะไรกับเขาเหมือนกัน พอมาอยู่ที่นี่ก็รู้จักเขามากขึ้น</p> <p>ขวัญ : ได้รู้ถึงความสุข ความทุกข์ของทุกคน เราก็มีความสุขทุกข์ เขาก็มีความสุขทุกข์ ไม่ใช่มีแต่เราคนเดียว ก็รู้สึกดีที่ได้พูดอะไรออกไปดีกว่าเก็บไว้คนเดียว มีความสุขที่ได้พูดออกไป ระบายออกไป</p> <p>อุ๊ : อยากจะบอกเพื่อนนะคะว่า อุปสรรคที่ยิ่งเข้ามามากยิ่งขึ้นดี เพราะหมายถึงเราใกล้ประสบความสำเร็จแล้วตรงนั้น ก็ฝากไว้ เอมเมื่อเรามีอุปสรรค ก็คือเพื่อนๆยังเป็นกำลังใจให้ตรงนั้น ให้เรายืนหยัดแล้วก้าวไปพร้อมๆ กัน</p> <p>วอรัม : ที่มานี้ก็ดี ตอนแรกก็คิดว่าทำไมสถานที่ที่มานั้นใกล้บ้านขนาดนี้ นั่งรถผ่านทุกวันก็ไม่เคยสังเกตมันเลยหลายปีไม่เคยผ่านเข้ามาเลย ได้เข้ามา ก็ได้เดินเล่น วิ่งเล่น ก็ปกติก็เป็นคนงก เห็นพี่เลี้ยงข้าวเลี้ยงขนมก็เออ ลงทุนเหลือเชื่อ ไม่น่าเป็นไปได้ ก็เหมือนที่เพื่อนพูดไปแล้ว ก็ได้ฟังความลับๆ</p> <p>ทิด : ก็ได้รู้ว่าเพื่อนๆ ยังเปิดให้เราไปปรึกษาได้ เวลาเรามีปัญหาอะไร เพื่อนๆ ก็เปิดประตูให้เราไปปรึกษาได้</p> <p>ผู้นำกลุ่ม : จะ พวกเราได้เรียนรู้แตกต่างกันมากบ้างน้อยบ้างไม่เป็นนะคะ แล้วช่วงเวลาที่เราจะอยู่ด้วยกันสุดท้ายนี้ พวกเราจะฝากอะไรให้แก่กันและกัน หรืออยากจะบอกความรู้สึกหรืออะไรกับเพื่อนในกลุ่มบ้างไหมคะ</p>	

สถานการณ์	วิเคราะห์
<p>นิ : อยากบอกแก๊ซว่า แก๊ซเป็นคนทำให้เพื่อนสนุกสนาน ชวนให้เพื่อนไปเล่นโนนเล่นนี่ สร้างความหัวเราะให้กับเพื่อนๆ และเพื่อนๆ ก็สามารถให้ความไว้วางใจแก๊ซได้ เวลาทานข้าวแก๊ซก็จะตักกับข้าว ตักอะไรมาให้เพื่อนทาน ซึ่งก็ดี เป็นคนที่แบบรักเพื่อน เวลาไปไหนก็จะชวนเพื่อนไปด้วย อยากให้เพื่อนสนุกสนาน</p> <p>ขวัญ : ก็เป็นเพื่อนที่สนิทกับแก๊ซด้วย รักแก๊ซนะ บางครั้งแก๊ซเป็นคนที่ระแวงเกินไป ถ้าเราพูดขึ้นเขาก็จะฟังบ้าง เขายังรักเราบ้าง ก็เป็นเพื่อนกันตลอดไป</p> <p>แก๊ซ : รู้สึกซาบซึ้งกินใจกับกับคำพูดที่ว่า จะเป็นเพื่อนกันตลอดไป ก็จะเหมือนแบบทำตัวเป็นผู้ใหญ่ แบบว่าแก๊ซเป็นคนใจร้อน เขาก็จะคอยดึง เป็นคนคอยห้าม เวลาที่อารมณ์เราไปแล้ว เขาก็จะคอยจุดเราไว้ ห้ามเอาไว้ อารมณ์เราจะไปแล้วนะ ห้ามเราไว้แบบนี้ อารมณ์เราก็จะเพลาลงบ้าง เป็นเพื่อนที่ดีมากเลย ไม่ใช่เป็นเพื่อนที่คอยยุโยงส่งเสริมว่า เออทำอย่างนั้นแหละ ทำอย่างนี้ดีแล้ว ในขณะที่เราใจร้อน ไม่ควรจะทำอย่างนี้ เขาจะคอยห้ามเราไว้เรื่องเงินอย่างนี้ เวลาเพื่อนเดือดร้อน เขาก็ให้ยืมได้ แล้วเขาก็ไม่เคยทวงถามด้วย ก็ไปไหนด้วยกัน 3 คน มาครั้งแรกก็ไม่มีใครรู้จักใคร ก็รู้จักเขคนแรก แล้วก็มารู้จักขวัญ ที่แรกก็ไปด้วยกันหลายคน ในที่สุดก็มารวมตัวกัน 3 คนนี้ ก็คือเราไปกันได้ 3 คน ไม่ใช่จะไปกับผู้อื่นไม่ได้ คือ 3 คน เราเข้าใจกันมากเลย ก็รักเพื่อนคนนี้จริงๆ รักขวัญนะ กะว่าจะจับพร้อมกัน ถ่ายรูปพร้อมกันก็รักเพื่อน และจะเป็นเพื่อนด้วยกันตลอดไปอย่างที่เขาวา รักเพื่อนนะ</p>	

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวอดิศรา วัลลาชัย เกิดเมื่อวันที่ 12 สิงหาคม 2516 ที่กรุงเทพมหานคร สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี จากคณะครุศาสตร์ ภาควิชามัธยมศึกษา วิชาเอกจิตวิทยา การปรึกษาและการแนะแนว จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีการศึกษา 2539

ประสบการณ์ในการทำกลุ่มของผู้วิจัย

ผู้วิจัยได้ใช้ความรู้ทางด้านทฤษฎีและการปฏิบัติจากการเรียนในสาขาจิตวิทยา การปรึกษา คณะจิตวิทยา ในการฝึกอบรมต่างๆ ดังนี้

1. ประสบการณ์เป็นสมาชิกกลุ่ม
 - 1.1 กลุ่มจิตสัมพันธ์ (Encounter group) 1 ครั้ง
 - 1.2 กลุ่มพัฒนาตน (Growth group) 2 ครั้ง
2. ประสบการณ์ในการเป็นผู้นำกลุ่ม ภายใต้การนิเทศ
 - 2.1 กลุ่มจิตสัมพันธ์ (Encounter group) 13 ครั้ง
 - 2.2 กลุ่มพัฒนาตน (Growth group) 3 ครั้ง

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย