


ผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ต่อการเปิดเผยตนเองของนักศึกษา



นางสาวอดิศรา วิลาลัย

ศูนย์วิทยทรัพยากร

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2544

ISBN 970-03-1490-2

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ต่อการเปิดเผยตนเองของนักศึกษา



นางสาวอดิศรา วิลาลัย

ศูนย์วิทยทรัพยากร

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2544

ISBN 970-03-1490-2

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

THE EFFECT OF ENCOUNTER GROUP ON  
SELF-DISCLOSURE OF COLLEGE STUDENTS

Miss Adisara Wilalai

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Arts in Counseling Psychology

Faculty of Psychology  
Chulalongkorn University

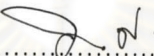
Academic Year 2001

ISBN 970-03-1490-2

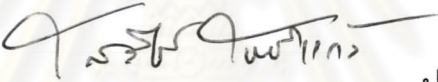
หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ต่อการเปิดเผยตนเองของนักศึกษา  
โดย นางสาวอดิศรา วัลลาชัย  
สาขาวิชา จิตวิทยาการปรึกษา  
อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส

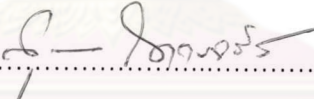
---

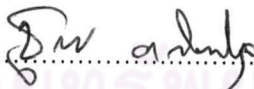
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็น  
ส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญามหาบัณฑิต

  
..... คณบดีคณะจิตวิทยา  
(รองศาสตราจารย์ ดร.พรณทิพย์ ศิริวรรณบุญชัย)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

  
..... ประธานกรรมการ  
(รองศาสตราจารย์ ดร.โสรัช โพธิ์แก้ว)

  
..... อาจารย์ที่ปรึกษา  
(รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส)

  
..... กรรมการ  
(รองศาสตราจารย์ ดร.ชุมพร ยงกิตติกุล)

ศูนย์วิจัยจิตวิทยา  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

อดิศรา วัลลาสัย : ผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ต่อการเปิดเผยตนเองของนักศึกษา  
 ( THE EFFECT OF ENCOUNTER GROUP ON SELF-DISCLOSURE OF  
 COLLEGE STUDENTS ) อ. ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส,  
 จำนวน 138 หน้า. ISBN 970-03-1490-2

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ต่อการเปิดเผยตนเองของนักศึกษา โดยมีสมมติฐานการวิจัยดังนี้ (1) หลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ นักศึกษาในกลุ่มทดลองจะมีคะแนนการเปิดเผยตนเองสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ (2) หลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ นักศึกษาในกลุ่มทดลองจะมีคะแนนการเปิดเผยตนเองมากกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบมีกลุ่มควบคุม มีการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาศาสนาบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิราวุฒวิทยาลัย ชั้นปีที่ 1 จำนวน 42 คน ซึ่งสุ่มจากผู้ที่มีคะแนนการเปิดเผยตนเองที่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 30 และต่ำกว่าสมัครใจเข้าร่วมในการวิจัย แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 21 คน และกลุ่มควบคุม 21 คน โดยแบ่งกลุ่มทดลองออกเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มละ 6-8 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ มีระยะเวลา 3 วัน 2 คืน ติดต่อกันรวมทั้งสิ้นประมาณ 21 ชั่วโมง โดยผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดการเปิดเผยตนเองที่พัฒนามาจากแบบวัดการเปิดเผยตนเอง Jourard's Self - disclosure Questionnaire ( JSDQ ) ของ Jourard วิเคราะห์ข้อมูลโดยการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนการเปิดเผยตนเอง ด้วยวิธีการทดสอบค่าที ( t-test )

ผลการวิจัยพบว่า

1. หลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ นักศึกษาที่เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์มีคะแนนการเปิดเผยตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. หลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ นักศึกษาที่เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์มีคะแนนการเปิดเผยตนเองสูงกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

หลักสูตร \_\_\_\_\_ จิตวิทยาการปรึกษา \_\_\_\_\_

สาขาวิชา \_\_\_\_\_ จิตวิทยาการปรึกษา \_\_\_\_\_

ปีการศึกษา \_\_\_\_\_ 2544 \_\_\_\_\_

ลายมือชื่อนิสิตร \_\_\_\_\_ อดิศรา วัลลาสัย \_\_\_\_\_

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา \_\_\_\_\_ โสภภรณ์ \_\_\_\_\_

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

# # 4178144938 : MAJOR COUNSELING PSYCHOLOGY

KEY WORD: ENCOUNTER GROUP / SELF-DISCLOSURE / COLLEGE STUDENTS

ADISARA WILALAI : THE EFFECT OF ENCOUNTER GROUP ON  
SELF-DISCLOSURE OF COLLEGE STUDENTS. THESIS ADVISOR :

ASSOC. PROF. SUPAPAN KOTRAJARAS , M.S. , 138 pp.

ISBN 970-03-1490-2

The purpose of this research was to study the effect of encounter group on self-disclosure of college students. The hypotheses were that (1) the posttest scores on self-disclosure scale of the experimental group would be higher than its pretest scores (2) The posttest scores on self-disclosure scale of the experimental group would be higher than the posttest scores of the control group. The research design was the pretest-posttest control group design. The sample was 42 first year students at Nakornratchasima College , randomly selected from the students who scored at the 30 percentile and below on self-disclosure scale. They were randomly assigned to the experimental group and the control group , each group comprising 21 students. The experimental group was divided into three groups each group comprised with 6-8 persons. The experimental group participated in an encounter group conducted by the researcher in the duration of three days and two nights which made approximately twenty-one hours. The instrument used in this study was the Self-disclosure Scale developed from Jourard's Self -disclosure Questionnaire ( JSDQ ). The t-test was utilized for data analysis.

The obtained results are that :

1. The posttest scores on self-disclosure scale of the experimental group are higher than its pretest scores at the .01 level of significance.
2. The posttest scores on self-disclosure scale of the experimental group are higher than the posttest scores of the control group at the .01 level of significance.

Program Counseling Psychology

Student's signature

Adisara Wilalai

Field of study Counseling Psychology

Advisor's signature

Supapan Kotrajaras

Academic year 2001

Co-advisor's signature

-

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณอย่างลึกซึ้งต่ออาจารย์ที่ปรึกษารองศาสตราจารย์ สุภาพรรณ โคตรจรัส ผู้มอบเวลาในการดูแลเอาใจใส่ ให้คำแนะนำ ซึ่งแนะนำให้การยอมรับ จริงใจ เป็นที่ปรึกษา ด้วยความห่วงใยและเมตตาอย่างต่อเนื่องเสมอมา ทั้งยังเป็นผู้ให้ความรู้ความเข้าใจพื้นฐานที่สำคัญยิ่งต่อวิชาชีพนักจิตวิทยาการปรึกษา และเป็นอาจารย์ที่เป็นแบบอย่างที่ดี

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ยงกิตติกุล ผู้กรุณาให้คำปรึกษาแนะนำ และดูแลในกระบวนการพัฒนาและปรับปรุงเครื่องมือในการวิจัย ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. ไสร์ศรี โพธิ์แก้ว และคณาจารย์ทุกท่านที่มอบความรู้ ความเข้าใจในวิชาชีพนี้ ตลอดระยะเวลาของการศึกษาที่ผ่านมา

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์สมร อาจารย์จันทร์เพ็ญ น้องต้นกล้า แสงอรุณ และคณาจารย์ทุกท่านที่สถาบันราชภัฏนครราชสีมาที่ได้ดูแล เอาใจใส่ ให้คำปรึกษา แนะนำ ให้ความช่วยเหลือตลอดจนให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการดำเนินการเก็บข้อมูลงานวิจัยครั้งนี้ และขอขอบคุณคณาจารย์ทุกท่านที่สถาบันราชภัฏสวนสุนันทาที่ได้ให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลในขั้นของการพัฒนาเครื่องมือในการทำวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณน้องๆ ทุกคนที่สถาบันราชภัฏนครราชสีมาด้วยความจริงใจ ที่เต็มใจและให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการเสียสละเวลามาเข้าร่วมเป็นสมาชิกกลุ่มจิตสัมพันธ์ ขอขอบคุณน้องๆ ทุกคนที่สถาบันราชภัฏสวนสุนันทา ที่ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมเป็นสมาชิกกลุ่มจิตสัมพันธ์ในการศึกษานำร่อง และขอขอบคุณเป็นอย่างยิ่งสำหรับ กัลยา หนูคง รจนกร ยิ่งชล สุรีย์พร เขาว์พานิช สาวิตรี ภิรมย์กิจ นงนุช ตั้งประเสริฐวุฒิ อัจฉริยา ภูวนนสาร และเอกภาพ บุรณะทัย น้องๆ counseling รุ่นที่ 16 ที่ได้เต็มใจเสียสละเวลามาเข้าเป็นสมาชิกกลุ่มจิตสัมพันธ์ในการศึกษานำร่อง พร้อมทั้งมอบกำลังใจในการทำวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณอย่างมากสำหรับกัลยาณมิตร ทศนวลัย เนียมบุบผา พัฒนา สุนทรประภัสสร ชัยสิทธิ์ ศันสนะวีรกุล กรกวรรณ สุพรรณวรรษา น้องอดิเทพ ไสภาวะนัส ที่ได้สละเวลาและมอบความอบอุ่นใจในการเป็นเพื่อนร่วมเดินทาง ตลอดจนให้ความช่วยเหลือต่างๆ ในการทำวิจัยครั้งนี้ และขอขอบคุณอย่างมากสำหรับกัลยาณมิตร พี่บุญญรัตน์ ทรงพานิช พี่ศศกร วิชัย วันทนา ทวีคุณธรรม พี่ระ ตั้งคะวชิระ ที่คอยรับฟัง ให้การยอมรับ ให้คำแนะนำ ให้กำลังใจ มอบมิตรภาพและความอบอุ่นใจ เป็นอย่างดีเสมอมา

ท้ายที่สุด ผู้วิจัยขอโน้มรำลึกพระคุณ คุณพ่อ พันเอกบุญเหลือ คุณแม่จรินทร์ วิลาลัย พี่เอื้อมพร หลานพรไพฑูรย์ และหลานแพรวพลอย กังแธ ที่คอยให้ความดูแล ใส่ใจ ห่วงใย มอบความรัก ความเข้าใจ ให้กำลังใจ ให้ทุนทรัพย์ ตลอดจนให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลอันนำมาซึ่งความสำเร็จนี้

อดิศรา วิลาลัย

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย .....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	จ
กิตติกรรมประกาศ .....	ฉ
สารบัญ .....	ช
สารบัญตาราง .....	ฌ
สารบัญภาพ .....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง.....	5
แนวคิดเกี่ยวกับการเปิดเผยตนเอง .....	5
แนวคิดเกี่ยวกับกลุ่มจิตสัมพันธ์ .....	13
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	37
วัตถุประสงค์การวิจัย .....	48
สมมติฐานการวิจัย .....	48
ขอบเขตการวิจัย .....	48
ตัวแปรที่ศึกษาในการวิจัย .....	49
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย .....	49
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ .....	50
บทที่ 2 วิธีดำเนินการวิจัย .....	51
การออกแบบการวิจัย .....	51
กลุ่มตัวอย่าง .....	51
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	53
การพัฒนาเครื่องมือวัดการเปิดเผยตนเอง .....	55
ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย .....	57
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	68
บทที่ 3 ผลการวิจัย.....	69



## สารบัญ ( ต่อ )

บทที่ 4 การอภิปรายผลการวิจัย .....	76
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย .....	85
รายการอ้างอิง .....	89
ภาคผนวก.....	94
ภาคผนวก ก สถิติที่ใช้ในการวิจัย .....	95
ภาคผนวก ข แบบวัดการเปิดเผยตนเอง .....	100
ภาคผนวก ค คุณภาพของแบบวัดการเปิดเผยตนเอง .....	105
ภาคผนวก ง ค่าคะแนนดิบและระดับเปอร์เซ็นต์ไทล์ .....	110
ภาคผนวก จ ค่าคะแนนดิบที่ได้จากการทดลอง .....	112
ภาคผนวก ฉ กระบวนการดำเนินกลุ่มจิตสัมพันธ์และกระแสกลุ่มจิตสัมพันธ์ .....	114
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์ .....	138

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 โปรแกรมตารางเวลาในการดำเนินกลุ่มจิตสัมพันธ์ กลุ่มที่ 1 .....	58
ตารางที่ 2 สรุปโปรแกรมกลุ่มจิตสัมพันธ์ที่จัดให้กลุ่มทดลอง .....	61
ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการเปิดเผยตนเอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทั้งระยะก่อนและหลังการทดลอง.....	70
ตารางที่ 4 ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ของคะแนนการเปิดเผยตนเอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลองและ ระยะหลังการทดลองด้วยวิธีการทดสอบค่าที่ .....	71
ตารางที่ 5 ผลการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของ คะแนนการเปิดเผยตนเองทั้ง 7 ด้าน ของกลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง ด้วยค่าที่ .....	72
ตารางที่ 6 ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยการเปิดเผยตนเอง ทั้ง 7 ด้าน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง ด้วยค่าที่ แบบกลุ่มอิสระ .....	73
ตารางที่ 7 ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของ คะแนนการเปิดเผยตนเองทั้ง 7 ด้านในระยะก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง ด้วยค่าที่ แบบกลุ่มไม่อิสระ .....	74
ตารางที่ 8 ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของ คะแนนการเปิดเผยตนเองทั้ง 7 ด้านในระยะก่อนและหลังการทดลอง. ของกลุ่มควบคุม ด้วยค่าที่ แบบกลุ่มไม่อิสระ .....	75
ตารางที่ 9 ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามรายชื่อในแต่ละด้านกับคะแนนรวมของ แบบวัดการเปิดเผยตนเอง ( ค่า r ) และค่าอำนาจจำแนกรายชื่อ ของแบบวัดการเปิดเผยตนเอง ( ค่า t ) .....	106
ตารางที่ 10 ค่าคะแนนดิบและระดับเปอร์เซ็นต์ไทล์ .....	111
ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ยของคะแนนการเปิดเผยตนเองของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลอง.....	113

## สารบัญภาพ

แผนภาพ	หน้า
แผนภาพที่ 1 แสดงความสัมพันธ์ของบุคคลตามแนวคิดหน้าต่างใจฮารี .....	6
แผนภาพที่ 2 แสดงบุคลิกภาพของบุคคลโดยรวม .....	23



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย