

ผลของการให้การศึกษาแก่ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดในทัณฑสถานหญิงกลาง
กรุงเทพมหานคร

นางทัศนีย์ ทองเนื้อแปด

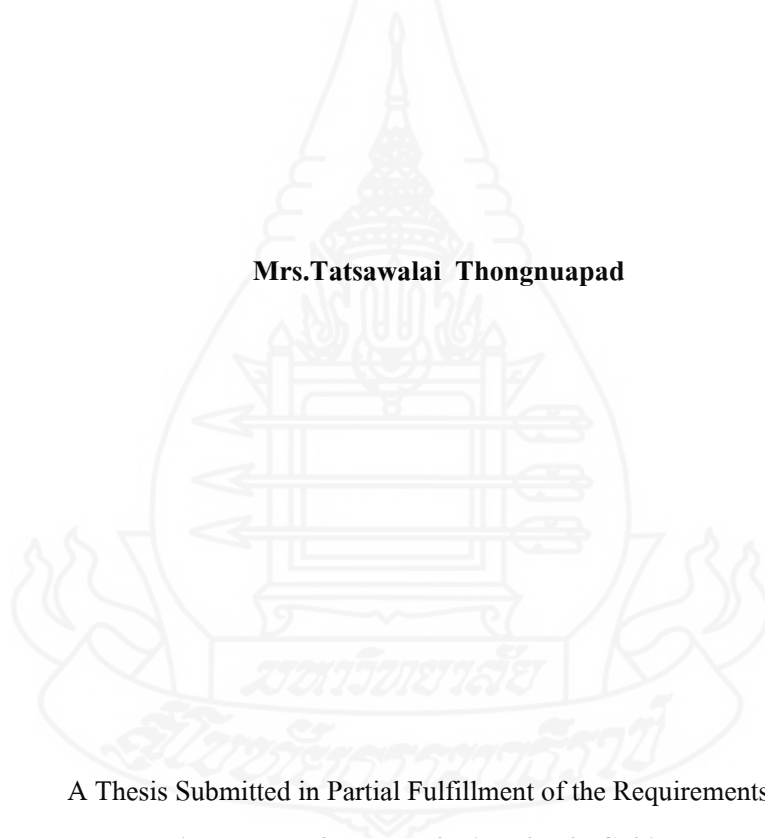


วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

พ.ศ.2558

**The Effect of Existential Group Counseling on Self – Esteem of Female Prisoners
in a Narcotic Case of the Central Women Correctional Institution Bangkok
Metropolitan**

Mrs.Tatsawalai Thongnuapad



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for
the Degree of Master of Education in Guidance

School of Educationl Studies

Sukhothai Thammathirat Open University

2015

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลของการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม
ต่อการเห็นคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด
ในทัณฑสถานหญิงกลางกรุงเทพมหานคร

ชื่อและนามสกุล นางทัศนีย์ ทองเนื้อแปด

แขนงวิชา การแนะแนว

สาขาวิชา ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

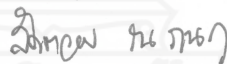
อาจารย์ที่ปรึกษา 1. รองศาสตราจารย์ ดร. ถัดดาวรรณ ฅ ระนอง
2. รองศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร

วิทยานิพนธ์นี้ได้รับความเห็นชอบให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรระดับปริญญาโท เมื่อวันที่ 30 ตุลาคม 2558

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์



.....
(รองศาสตราจารย์สมร ทองดี)

ประธานกรรมการ


.....

กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร. ถัดดาวรรณ ฅ ระนอง)


.....

กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร)


.....

ประธานกรรมการบัณฑิตศึกษา

(ศาสตราจารย์ ดร. สิริวรรณ ศรีพหล)

13-๑

ชื่อวิทยานิพนธ์ ผลของการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยมต่อการ
เห็นคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดในทัณฑสถานหญิงกลาง
กรุงเทพมหานคร

ผู้วิจัย นางทศวลีย์ ทองเนื้อแปด รหัสนักศึกษ 2562800553 **ปริญญา** ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
(การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา) **อาจารย์ที่ปรึกษา** (1) รองศาสตราจารย์ ดร. ถัดดาวรรณ ณ ระนอง
(2) รองศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร **ปีการศึกษา** 2558

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ(1)เปรียบเทียบการเห็นคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขัง
คดียาเสพติดในทัณฑสถานหญิงกลางก่อนและหลังการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษา
แบบภวนิยมและ(2)เปรียบเทียบความแตกต่างการเห็นคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด
ในทัณฑสถานหญิงกลางระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลการทดลอง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด ทัณฑสถาน
หญิงกลาง กรุงเทพมหานคร พ.ศ.2558 ที่มีอายุตั้งแต่ 18-30 ปี จำนวน 10 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่ม
อย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสำรวจคุณค่าแห่งตนและมีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.88
และโปรแกรมให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล
ได้แก่ การทดสอบเครื่องหมาย ทดสอบค่าวิลคอกชัน

ผลการวิจัยพบว่า(1)ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด หลังจากได้รับการให้การปรึกษา
กลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ (2) ผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด มีการเห็นคุณค่าในตนเองระยะ
ติดตามผลเพิ่มขึ้นกว่าระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05

คำสำคัญ การให้การปรึกษากลุ่ม การให้การปรึกษาแบบภวนิยม การเห็นคุณค่าแห่งตน
ผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด ทัณฑสถานหญิงกลาง

Thesis title : The Effect of Existential Group Counseling on Self – Esteem of Female Prisoners in a Narcotic Case of the Central Women Correctional Institution Bangkok Metropolitan

Researcher : Mrs. Tatsawalai Thongnuapad; **ID:** 2562800553;

Degree : Master Education (Guidance and Psychological Counseling);

Thesis advisors : (1) Dr. Laddawan Na Ranong, Associate Professor;

(2) Dr. Nitipat Mekkachon, Associate Professor , **Academic year :** 2015

Abstract

The study aims to (1) compare the result of the female prisoners in narcotic offenses in the pre-trial period and post-trial period of the consulting with the Existentialism Theory (2) to compare the difference of the self-esteem of the female prisoners in narcotic offenses in post trial period and follow up period of the consulting

The samples used in this research are 10 female prisoners in narcotic offenses at the Central Women Correctional Institution, Bangkok Metropolitan in 2015 at the age of 18-30 years old. They were selected by simple random sampling . This research used a self esteem inventory as an instrument together with the program of group consulting with the Existentialism Theory. And the validity of the self esteem inventory was .88. The statistics used in this research was nonparametric wilcoxon.

The result showed that (1) after the female prisoners in narcotic offenses received the group counseling with the Existentialism Theory, the level of self-esteem is higher than the pre-trial period, regard to level of statistically significance .05 and (2) the follow-up period the level self-esteem of the female prisoners in narcotic offenses has increased over after the experiment was statistically significance .05

Keywords Group counseling Existentialism Theory Self-esteem

Female prisoners Narcotic offenses Central Women Correctional Institution

กิตติกรรมประกาศ

การทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยได้รับความอนุเคราะห์เป็นอย่างสูงจากรองศาสตราจารย์ ดร.ลัดดาวัลย์ ณ ระนอง และรองศาสตราจารย์ ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร ที่ได้ให้คำแนะนำและติดตามการทำวิทยานิพนธ์นี้อย่างใกล้ชิดเสมอมา นับตั้งแต่เริ่มต้นจนสำเร็จเรียบร้อยสมบูรณ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและประทับใจในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณรองศาสตราจารย์สมร ทองดี ที่กรุณามาเป็นประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และให้คำแนะนำตลอดทั้งข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งแก่ผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจเครื่องมือ

ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการทัณฑสถานหญิงกลาง (สิริพร ชูดีกุลัง) และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง ที่ได้ให้ความช่วยเหลือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดี

ท้ายสุดนี้ผู้วิจัยขอน้อมระลึกถึงพระคุณอันสูงสุดของบิดา มารดา ตลอดจนครูอาจารย์ทุกท่านที่ให้กำลังใจ กำลังใจ กำลังความรู้ จึงทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ทศพลักษณ์ ทองเนื้อแปด

ตุลาคม 2558



สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ณ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	3
กรอบแนวคิดการวิจัย.....	3
สมมติฐานการวิจัย.....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	7
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าแห่งตน.....	9
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้การศึกษากลุ่ม.....	25
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการศึกษาแบบภวนิยม.....	34
ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด ทัณฑสถานหญิงกลาง.....	52
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย.....	55
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	55
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	56
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	64
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้.....	66
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	70
ตอนที่ 1 การเปรียบเทียบคะแนนคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด ก่อนและ หลังให้การศึกษากลุ่มตามทฤษฎีการศึกษาภวนิยม.....	70

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

ตอนที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติดก่อน และหลังการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม แยกเป็นรายกรณี.....	71
ตอนที่ 3 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิงคดี ยาเสพติด ก่อน – หลัง การให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษา แบบกวนิยมในกลุ่มทดลอง โดยใช้การทดสอบค่าวิลคอกซัน.....	72
ตอนที่ 4 การเปรียบเทียบคะแนนการเห็นคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด หลังการทดลองและระยะติดตาม แยกเป็นรายกรณี.....	73
ตอนที่ 5 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด ภายหลังการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม หลังการทดลอง-ระยะติดตามผลการทดลองโดยใช้การทดสอบค่าวิลคอกซัน.....	74
บทที่ 5 สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	
สรุปการวิจัย.....	75
อภิปรายผล.....	77
ข้อเสนอแนะ.....	80
บรรณานุกรม.....	81
ภาคผนวก.....	88
ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิผู้ตรวจสอบเครื่องมือวิจัย.....	89
ข โปรแกรมการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีกวนิยม.....	91
ค แบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตน.....	115
ง การหาคุณภาพแบบวัดของการเห็นคุณค่าแห่งตน.....	120
ประวัติผู้วิจัย.....	124

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 2.1 การเปรียบเทียบลักษณะของบุคคลที่มีการเป็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ.....	19
ตารางที่ 2.2 เปรียบเทียบลักษณะและพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง.....	20
ตารางที่ 3.1 โครงสร้างชุดโปรแกรมการให้การศึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้การศึกษา ภวนิยมกับแบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตน.....	61



ญ

สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่1.1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	3
ภาพที่2.1 ความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์จากมาสโลว์.....	12
ภาพที่3.1 ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือวัดการเห็นคุณค่าแห่งตน.....	58
ภาพที่3.2 ขั้นตอนการสร้างโปรแกรมการให้การศึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีภวนิยม.....	59



บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

กรมราชทัณฑ์ ในฐานะที่เป็นหน่วยงานสุดท้ายในกระบวนการยุติธรรมที่จะต้องปฏิบัติภารกิจให้บรรลุตามวิสัยทัศน์ที่ว่า “กรมราชทัณฑ์เป็นองค์กรที่มีประสิทธิภาพ ในการควบคุม แก้ไข และพัฒนาพฤตินิสัยผู้ต้องขัง เพื่อคืนคนดีมีคุณค่า สู่อสังคม” โดยมีพันธกิจหลัก 2 ประการคือ ควบคุมผู้ต้องขังอย่างมีอาชัพ และบำบัด พื้นฟู แก้ไข พฤตินิสัยของผู้ต้องขังอย่างมีประสิทธิภาพ แต่อาจจะเนื่องมาจากการที่มีผู้ต้องขังเพิ่มขึ้นเป็นจำนวนมากอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ต้องขังคดียาเสพติดที่มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นทุกปี และจากสถิติผู้กระทำความผิดคดียาเสพติดย้อนหลัง 5 ปี ตั้งแต่ปี พ.ศ.2551 ถึง 2555 พบว่ามีผู้กระทำความผิดซ้ำเฉลี่ยมากถึงร้อยละ 5 ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของกลุ่มงานพัฒนาระบบด้านทัณฑวิทยา สำนักวิจัยและพัฒนาระบบงานราชทัณฑ์ (2549) เรื่อง “การเฝ้าระวังผู้ต้องขังคดียาเสพติดมิให้กระทำผิดซ้ำ” กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ต้องขังวัยหนุ่มสาว อายุ 28-25 ปี ที่กระทำผิดซ้ำในคดียาเสพติด จำนวน 248 คน จากเรือนจำ/ทัณฑสถาน 6 แห่ง ได้แก่ ทัณฑสถานหญิงกลาง ทัณฑสถานวัยหนุ่มกลาง ทัณฑสถานบำบัดพิเศษลำปาง ทัณฑสถานบำบัดพิเศษขอนแก่น เรือนจำกลางระยอง และทัณฑสถานบำบัดพิเศษสงขลา ผลการศึกษาเชิงคุณภาพพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการกระทำผิดใน 2 ลักษณะคือ 1) ปัจจัยที่มีผลต่อการกระทำผิดครั้งแรกได้แก่ ธรรมชาติแห่งช่วงวัยของวัยรุ่น คือความกึกคะนอง ความอยากรู้อยากเห็น สาเหตุอันเนื่องมาจากเพื่อน ปัญหาการกดดันจากครอบครัว สาเหตุความจำเป็นด้านอาชีพและปากท้อง เกิดและเติบโตขึ้นในสภาพแวดล้อมที่เต็มไปด้วยยาเสพติด และ 2) ปัจจัยที่มีผลต่อการกระทำผิดซ้ำในครั้งที่ 2 และครั้งที่ 3 คือ ความอ่อนแอภายในจิตใจของตนเอง การกลับสู่สิ่งแวดล้อมทางสังคมเดิม เรื่องเกี่ยวกับเงิน และการอยู่รอด ระยะเวลาที่ถูกคุมขัง ในครั้งแรกส่วนใหญ่ไม่รุนแรงทำให้ผู้ต้องขังไม่เกรงกลัวต่อการกระทำผิดอีก

จากสภาวะการเปลี่ยนแปลงต่างๆที่ผู้ต้องขังต้องเผชิญเมื่อเข้ามาอยู่ภายใต้การควบคุมของเรือนจำ/ทัณฑสถานนั้นทำให้ผู้ต้องขังส่วนใหญ่มีทัศนคติต่อตนเองและสังคมไปในทางลบ คิดว่าตนเองเป็นคนเลว คนชั่ว หมดความนับถือตนเอง และคิดว่าตนเองเป็นกลุ่มคนที่แปลกแยกจากผู้อื่นในสังคม คิดว่าเป็นที่รังเกียจของสังคม ซึ่งเป็นผลให้คุณค่าแห่งตนเองลดลง เพราะคิดว่า

ตนเองไร้ค่า ดังนั้น เมื่อได้รับการปล่อยตัวแล้วมักจะประสบปัญหาหลายประการเช่นปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ ปัญหาการประกอบอาชีพ ปัญหาด้านการยอมรับจากสังคมภายนอก เป็นต้นซึ่งปัญหาต่างๆเหล่านี้ส่งผลทำให้ผู้พ้นโทษได้รับความยากลำบากในการดำรงชีวิตอย่างปกติแล้วการแสวงหาทางออกให้กับชีวิตตนเองจนต้องหวนกลับไปกระทำผิดซ้ำอีกหากมิได้รับการช่วยเหลืออย่างเหมาะสม ซึ่ง วอลส์ (Walz, 1993, p.47 อ้างถึงใน อัครพรธณ ขวัญชื่น, 2544, น.3) ได้กล่าวว่า บุคคลที่มีคุณค่าแห่งตนต่ำ มักมีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมทำร้ายตนเอง ใช้จ่ายผิดคิดหรือสารเสพติด ก่ออาชญากรรมและโจรกรรม

ถึงแม้จะมีการช่วยเหลือผู้ต้องขังที่จะได้รับการพ้นโทษในหลายกรณี เช่น การให้การศึกษา การฝึกอาชีพ ระบบชุมชนบำบัด โรงเรียนวิวัฒน์พลเมืองราชทัณฑ์ และการอบรมเตรียมความพร้อมก่อนปล่อยแต่ยังมีผู้ต้องขังส่วนหนึ่งที่หวนกลับมากระทำผิดซ้ำอีก ผู้ศึกษาในฐานะเป็นพยาบาลวิชาชีพประจำสถานพยาบาล ทัณฑสถานหญิงกลาง กรมราชทัณฑ์ ตระหนักถึงปัญหาดังกล่าวและอยากจะทำวิธีแก้ปัญหามาซึ่งจากการวิเคราะห์เป้าหมายหลักของกรมราชทัณฑ์ คือการคืนคนดี หมายถึง การทำให้คนตระหนักและประพฤติตนอยู่ในระเบียบ กฎเกณฑ์ ข้อบังคับของสังคม และสิ่งสำคัญคือ มีคุณค่า นั่นคือ บุคคลนั้นจะต้องรู้สึกว่าเขาเองมีคุณค่าสามารถประกอบอาชีพสุจริตไม่เป็นภาระต่อสังคม สามารถใช้ชีวิตอย่างปกติสุขในทางที่ถูกที่ควรและไม่หวนกลับมากระทำผิดซ้ำอีก

จากการศึกษา พบว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทวินิยม เป็นทฤษฎีที่มีแนวคิดว่ามีมนุษย์แต่ละคนมีความแตกต่างกัน นอกจากแตกต่างทางชีวภาพแล้ว ประสบการณ์ของชีวิตที่แตกต่างกันก็ทำให้มนุษย์แตกต่างกันด้วย แต่ละคนมีชีวิตที่ไม่ซ้ำแบบกัน และสามารถเป็นผู้กำหนดโชคชะตา ทุกข์ สุข ความสำเร็จ ความล้มเหลวของตนเอง พันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมทางกายภาพเป็นเพียงส่วนประกอบ หรือเป็นตัววางขอบเขตความน่าจะเป็นเพียงเท่านั้น นอกจากนั้นแล้ว มนุษย์มีเสรีภาพที่จะเลือกอยู่ใต้หรืออยู่เหนืออิทธิพลเหล่านั้น ซึ่งเสรีภาพและความรับผิดชอบเป็นของคู่กัน มนุษย์จึงต้องมีความรับผิดชอบในภาวะปกติ มนุษย์จะมีความรับผิดชอบสูงสุดและรู้จักเลือกสิ่งที่ดีที่สุด จัดการกับชีวิตปัจจุบันได้อย่างเหมาะสม โดยเป้าหมายสำคัญของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีทวินิยม คือ การเพิ่มขยายความตระหนักรู้ตนเอง ยอมรับในเสรีภาพและความรับผิดชอบต่อชีวิตตนเอง เข้าใจถึงภาวะที่แท้จริง เป็นการช่วยบุคคลอย่างมีอยู่เป็นอยู่อย่างแท้จริง อีกทั้งจากงานวิจัยของ ศรีวิวัฒนา ยะภาสคนอง และคณะกลุ่มงานพัฒนาระบบด้านทัณฑวิทยา สำนักวิจัยและพัฒนาระบบงานราชทัณฑ์ (2549) เรื่องแบบแผนการดำเนินชีวิตผู้ต้องขังกระทำผิดซ้ำ ซึ่งชี้ให้เห็นว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีส่วนเกี่ยวข้องกับการก่ออาชญากรรมของผู้ต้องขัง โดยกลุ่มตัวอย่างผู้ต้องขังส่วนใหญ่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำมักมองตนในแง่ลบ คิดว่าตนเองไม่มีคุณค่า

ไม่มีความสำคัญ เกิดความรู้สึกว่าตนเองต่ำต้อย ไม่มีศักดิ์ศรี ไม่มีประโยชน์แก่คนอื่น ความคิดต่อมาก็คือ ไม่มีใครรัก คุณสมบัติที่มีอยู่ในตัวตามสภาพไม่มีอะไรน่าชื่นชม ทำให้คนกลุ่มนี้กล้ากระทำผิดได้ง่ายเพราะคิดว่าตนเองไม่คุณค่า ความคิดใคร่ครวญอย่างรอบคอบก่อนลงมือกระทำ ความผิดจึงไม่เกิด คนกลุ่มนี้จึงตัดสินใจกระทำความคิดได้อย่างรวดเร็ว ดังนั้น การสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจด้วยการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองให้กับผู้ต้องขังจึงเป็นปัจจัยที่น่าสนใจ โดยการทำให้ผู้ต้องขังประเมินและตัดสินตนเองว่ามีคุณค่า มีความสามารถและมีความเชื่อมั่นในตนเอง ที่จะกระทำสิ่งต่างๆ ให้สำเร็จลุล่วงจนเป็นที่น่าพอใจในวิถีทางที่ถูกต้อง เพราะถ้าบุคคลได้รับการเสริมสร้างและพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างต่อเนื่อง บุคคลก็จะมีแนวโน้มการมองเห็นคุณค่าของตนเองให้อยู่ในระดับที่สร้างสรรค์ไม่ทำลายสมดุลของจิตใจเปรียบเสมือนการให้ภูมิคุ้มกันและเป็นเกราะป้องกันตนเองของผู้ต้องขังที่พ้นโทษจากปัญหาต่างๆ ได้

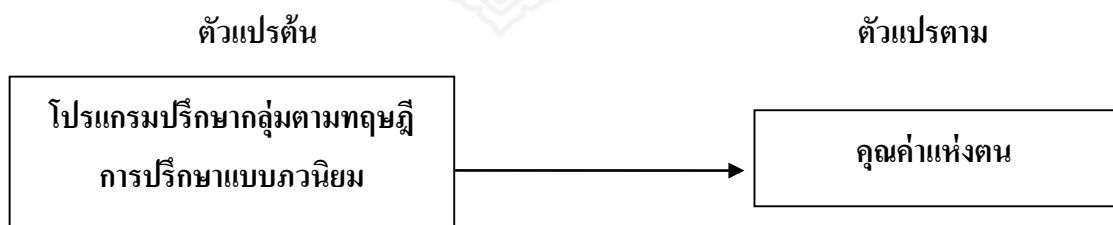
ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเรื่องผลการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีภวนิยมต่อคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิงในคดีอาชญากรรม โดยจัดโปรแกรมในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างสร้างสรรค์ให้กับผู้ต้องขังก่อนพ้นโทษ เพื่อคืนคนดีมีคุณค่าสู่สังคมและจะไม่หวนกลับมากระทำผิดซ้ำอีก

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิงคดีอาชญากรรม ทัณฑสถานหญิงกลาง ก่อนและหลังให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม

2.2 เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างการเห็นคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังคดีอาชญากรรม ทัณฑสถานหญิงกลาง ระยะเวลาหลังการทดลองและระยะติดตามผลการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม

3. กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

4. สมมติฐานของการวิจัย

4.1 ผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติดได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยมมีการเห็นคุณค่าแห่งตนในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.2 ผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติดได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยมมีการเห็นคุณค่าแห่งตนในระยะติดตามผลไม่แตกต่างกับระยะหลังการทดลอง

5. ขอบเขตการวิจัย

5.1 กลุ่มประชากร ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด ทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร พ.ศ.2558 ที่มีอายุตั้งแต่ 18-30 ปี จำนวน 100 คน ที่มีคะแนนการเห็นคุณค่าแห่งตนต่ำ

5.2 กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด ทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร พ.ศ.2558 ที่มีอายุตั้งแต่ 18-30 ปี จำนวน 100 คน ซึ่งได้มาโดยการทำแบบวัดคุณค่าแห่งตนและมีคะแนนคุณค่าแห่งตนต่ำกว่าค่าเฉลี่ย 70 คะแนน และสุ่มอย่างง่ายจากกลุ่มที่สมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 10 คน

5.3 ระยะเวลาในการวิจัย การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาวิจัยตั้งแต่เดือนมิถุนายน 2558 ถึงสิงหาคม 2558

5.4 ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่

5.4.1 *ตัวแปรต้น* คือ โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบกวนิยม

5.4.2 *ตัวแปรตาม* คือ การเห็นคุณค่าแห่งตน

6. นิยามศัพท์เฉพาะ

6.1 การเห็นคุณค่าแห่งตน (Self-Esteem) หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้สึกเห็นคุณค่าของตนเองหรือมีความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งพิจารณาจากการประเมินคุณค่าตนเองในด้านความสามารถ ความสำคัญ ความสำเร็จ และความมีคุณค่าของตนเอง รวมทั้งการสามารถยอมรับการเห็นคุณค่าที่ผู้อื่นมีต่อตน มีความเชื่อมั่นในตนเอง และมีความนับถือตนเอง ซึ่งคุณค่าแห่งตนนี้วัด

ได้โดยใช้แบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตนโดยผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยแบ่งคุณค่าแห่งตนออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่

6.1.1 คุณค่าแห่งตนทางด้านทั่วไป หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้สึกต่อตนเองในด้าน ลักษณะทางกายภาพของตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง การตัดสินใจในเรื่องต่างๆ การปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ

6.1.2 คุณค่าแห่งตนทางด้านครอบครัว หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้สึกต่อตนเองถึงความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับบุคคลในครอบครัว ลักษณะความเป็นอยู่ในครอบครัว และการรับรู้ความรู้สึกที่บุคคลในครอบครัวมีต่อตนเอง

6.1.3 คุณค่าแห่งตนทางด้านสังคม หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้สึกต่อตนเองในด้าน ความเป็นที่ชื่นชอบ ได้รับการยกย่องในกลุ่มเพื่อนและบุคคลในสังคม และการรู้สึกว่าตนเองมีประโยชน์และเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

6.2 การให้การปรึกษากลุ่ม (Group Counseling) หมายถึง กระบวนการให้บริการปรึกษาแก่ผู้รับบริการที่มีจำนวนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป โดยมีวัตถุประสงค์ที่จะพัฒนา ป้องกัน และรักษา ให้ผู้รับบริการอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข โดยให้สมาชิกกลุ่มได้ร่วมแสดงความคิดเห็น ความรู้สึก และสำรวจตนเอง กล้าที่จะเผชิญปัญหา และใช้ความคิดในการแก้ไขปัญหา โดยมีผู้ให้คำปรึกษาที่พร้อมจะยอมรับเข้าใจและจริงใจรวมอยู่ด้วย

6.3 การให้การปรึกษากลุ่มทฤษฎีภวนิยม (The Existential Group Counseling) คือ วิธีการให้การปรึกษาผู้รับบริการ โดยให้เสรีภาพแก่ผู้รับบริการในการค้นหาความหมายของชีวิต และการตระหนักว่าตนเองสามารถยอมรับในเสรีภาพและความรับผิดชอบต่อชีวิตของตนเองในสภาพปัจจุบัน ตลอดจนการวางแผนจัดการและเลือกดำเนินชีวิตของตนเองอย่างอิสระและมีคุณค่า มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิตและอยู่ร่วมกับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม โดยมีขั้นตอน ดังนี้

6.3.1 ขั้นเริ่มต้นการให้การปรึกษา เป็นขั้นตอนในการสร้างสัมพันธภาพที่ดี ระหว่างผู้ให้การปรึกษากับผู้รับการปรึกษาและระหว่างสมาชิกในกลุ่ม เพื่อให้เกิดบรรยากาศที่มีความอบอุ่นเป็นมิตร มีความจริงใจ ไว้วางใจซึ่งกันและกัน และเพื่อทำให้เกิดความคุ้นเคย ทำให้สมาชิกกล้าพูดกล้าแสดงออกความคิดเห็นความรู้สึกออกมา เกิดความมั่นใจที่จะแก้ไขเปลี่ยนแปลงความคิดของตนเอง ทั้งนี้ผู้ให้การปรึกษาจะทำความเข้าใจกับผู้รับการปรึกษาในเรื่องจุดมุ่งหมาย บทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบทั้งของผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษาในการให้การปรึกษากลุ่ม

6.3.2 ขั้นตอนการให้การปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคในการให้การปรึกษาได้แก่ การนำทางทั้งทางตรงและทางอ้อม การถาม คำถามปลายเปิด การทวนความ การทำให้เกิดความกระจ่าง การเผชิญหน้า การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและความรู้สึก และการสรุปเพื่อช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจตนเอง กล่าวที่จะพูดถึงเรื่องราวความรู้สึกของตน สามารถจัดการกับปัญหา มองเห็นแนวทางในการแก้ไขหรือปรับปรุงตนเอง มีความสามารถในการวางแผน การเห็นคุณค่าในตนเอง มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต มีรายละเอียดดังนี้

1) **ขั้นตระหนักในตนเอง** เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนรู้จักและเข้าใจตนเอง เข้าใจลักษณะของการกระทำและพฤติกรรมของตน รวมถึงเข้าใจเหตุการณ์ที่มากระทบตน ตรงตามสภาพความต้องการและปัญหามากที่สุด โดยให้สมาชิกแต่ละคนสำรวจตนเอง และสิ่งที่มากระทบตน

2) **ขั้นเสรีภาพในการเลือกและความรับผิดชอบ** เพื่อให้สมาชิกตระหนักถึงเสรีภาพในการเลือกกระทำเพื่อตนเอง ภายในข้อจำกัดของตน รับผิดชอบต่อการเลือกของตน โดยให้สมาชิกแต่ละคนสร้างทางเลือกและความรับผิดชอบ กำหนดทางเลือกต่างๆ ของตนพร้อมทั้งวิเคราะห์ผลดี ผลเสียของทางเลือกแต่ละทาง

3) **ขั้นค้นพบเอกลักษณ์ของตนและสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่น** เพื่อให้สมาชิกให้ความสำคัญในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น สอดคล้องกับความต้องการที่แท้จริงของตนเอง และเรียนรู้ที่จะยอมรับตนเองและยอมรับผู้อื่น โดยให้สมาชิกแต่ละคนพิจารณาเอกลักษณ์ ค่านิยม ความเชื่อ และทัศนคติของตนเอง

4) **ขั้นค้นหาความหมายของชีวิต** เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนมีเป้าหมายในชีวิต เห็นคุณค่าในการกระทำของตน หาวิธีการต่างๆ เพื่อเผชิญกับอุปสรรค โดยให้สมาชิกแต่ละคนตั้งเป้าหมายในการดำเนินชีวิต มองตัวเองในแง่บวก เพิ่มข้อดีและลดข้อด้อยในตนเอง

5) **ขั้นการเห็นคุณค่าในตนเอง** เพื่อให้สมาชิกเรียนรู้ที่จะเห็นคุณค่าในตนเอง ด้วยการเชื่อมั่นว่าตนสามารถทำได้ และให้สมาชิกยอมรับสถานการณ์ตามความเป็นจริง ไม่หลีกเลี่ยงปัญหา ใช้วิธีแก้ปัญหามาแบบเผชิญหน้า โดยฝึกให้สมาชิกวางแผนการเห็นคุณค่าในตนเอง

6.3.3 ขั้นตอนยุติการให้การปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้ให้การปรึกษาเปิดโอกาสให้ผู้รับการปรึกษาได้ทบทวนสิ่งที่ผู้รับการปรึกษาได้จากการให้การปรึกษา ให้สมาชิกแต่ละคนแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน และผู้ให้การปรึกษาอาจให้ข้อมูลย้อนกลับเพิ่ม ภายใต้แนวคิดและทฤษฎีการปรึกษาแบบทวนถาม โดยหาความหมายของชีวิตเพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้ประโยชน์จากกระบวนการให้การปรึกษามากที่สุด

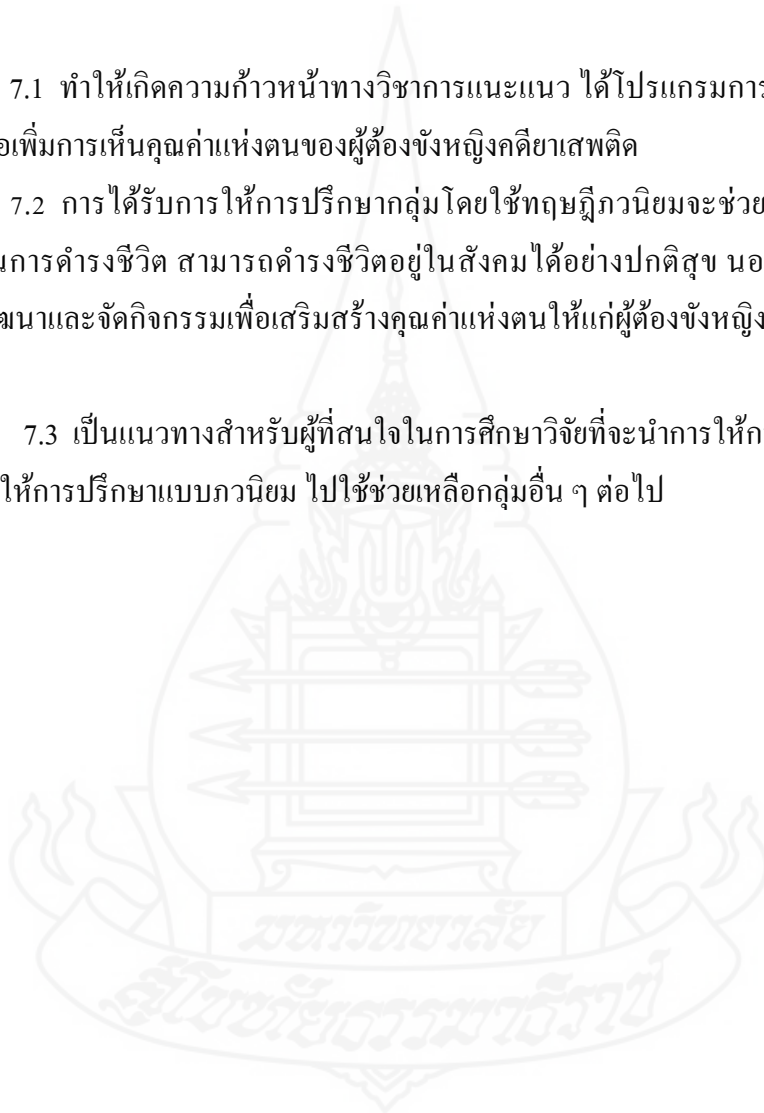
6.4 ผู้ต้องขังหญิง (The Female Prisoners) หมายถึง ผู้ที่กระทำผิดกฎหมาย และศาลพิพากษาให้จำคุกในคดีอาชญากรรมและต้องโทษคุมขังอยู่ที่ทัณฑสถานหญิงกลาง เพศหญิง ขณะอยู่ในเรือนจำเป็นผู้ต้องขังชั้นกลางชั้นดี และชั้นดีเยี่ยม ที่มีกำหนดระยะเวลาพ้นโทษอยู่ระหว่าง 1-2 ปี

7. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

7.1 ทำให้เกิดความก้าวหน้าทางวิชาการและแนว ได้โปรแกรมการให้การปรึกษาแบบกวนิยมเพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิงคดีอาชญากรรม

7.2 การได้รับการให้การปรึกษากลุ่มโดยใช้ทฤษฎีกวนิยมจะช่วยให้ผู้ต้องขังมีคุณค่าแห่งตนในการดำรงชีวิต สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข นอกจากนี้ ยังเป็นแนวทางการพัฒนาและจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างคุณค่าแห่งตนให้แก่ผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิงกลาง

7.3 เป็นแนวทางสำหรับผู้สนใจในการศึกษาวิจัยที่จะนำการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบกวนิยม ไปใช้ช่วยเหลือกลุ่มอื่น ๆ ต่อไป



บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาค้นคว้าเพื่อทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีวัตถุประสงค์เพื่อต้องการทราบผลการใช้โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยมเพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติดในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยจึงขอเสนอ เอกสารและงานวิจัยที่เป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยและตั้งสมมติฐานดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าแห่งตน
 - 1.1 ความหมายของการเห็นคุณค่าแห่งตน
 - 1.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าแห่งตน
 - 1.3 ความสำคัญของคุณค่าแห่งตน
 - 1.4 การพัฒนาการเห็นคุณค่าแห่งตน
 - 1.5งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าแห่งตนภายในประเทศและต่างประเทศ
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้การปรึกษากลุ่ม
 - 2.1 ความหมายของการให้การปรึกษากลุ่ม
 - 2.2 จุดมุ่งหมายของการให้การปรึกษากลุ่ม
 - 2.3 ประโยชน์และคุณค่าในการให้การปรึกษากลุ่ม
 - 2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม
 - 3.1 ทฤษฎีและหลักการสำคัญของทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม
 - 3.2 กระบวนการให้การปรึกษาตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม
 - 3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยมภายในประเทศและงานวิจัยในต่างประเทศ
4. ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด ทัณฑสถานหญิงกลาง
 - 4.1 ภารกิจของทัณฑสถานหญิงกลาง
 - 4.2 ความหมายและขอบเขตของผู้ต้องขังหญิง

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าแห่งตน

1.1 ความหมายของการเห็นคุณค่าแห่งตน (Self-Esteem)

การเห็นคุณค่าแห่งตน เป็นคำศัพท์ภาษาไทยที่ใช้แทนคำว่าSelf-Esteem นอกจากนี้ยังมีผู้ใช้คำในภาษาไทยอื่น ๆ ได้แก่ ความรู้สึกภาคภูมิใจ (นภาพร พุ่มพฤษย์ 2529 นงลักษณ์ ประเสริฐ 2537) ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง(สุใจ ตั้งทรงสวัสดิ์ 2531 พิทักษ์ศิริกุล 2532 พรทิพย์ ใจงาม 2535) การยอมรับนับถือตนเอง (หลุย จำปาเทศ 2553)และอัตคุณทัศน์(ประดิษฐ์ อุปรมย์ 2544)

มาสโลว์ (Maslow,1970,pp.45)ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตัวเองว่าเป็นความรู้สึกของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเองรู้สึกว่าคุณค่า มีความเข้มแข็ง มีสมรรถภาพ ในการกระทำสิ่งต่างๆมีความเชี่ยวชาญและมีความสามารถ

โรเซนเบิร์ก (Rosenberg,1979,pp.31)กล่าวถึงคุณค่าแห่งตน เป็นการประเมินความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายในตนเอง ในด้านการยอมรับตนเอง การนับถือตนเอง การมีคุณค่าในตนเอง และมีความเชื่อมั่นในตนเอง โดยจะประเมินทั้งด้านดีและด้านไม่ดี

คูเปอร์สมิท (Coopersmith.1984,pp.5) ให้ความหมายคุณค่าแห่งตนว่าเป็นการที่บุคคลพิจารณาประเมินตนเองแสดงออกในแง่ของการยอมรับตนเองหรือไม่ยอมรับตนเองเป็นการแสดงให้เห็นถึงขอบเขตความเชื่อของบุคคลที่มีต่อตนเองในด้านความสามารถ ความสำคัญ ความสำเร็จ และความมีคุณค่าของตนเอง ซึ่งเป็นเรื่องอัตวิสัย บุคคลอื่นสามารถรับรู้ได้จากคำพูดและท่าทีที่บุคคลนั้นแสดงออกมา

แบนดูรา (Bandura,1986,pp.356) ได้ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่าเป็นการประเมินของตนเองว่าตนเองเป็นคนอย่างไรถ้าประเมินตนเองไว้ค่าก็จะมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ แต่ถ้าประเมินว่ามีความสามารถก็จะรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองหรือมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง

ออสบอร์น (Osborne,1996,pp.22) ให้ความหมายว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความรู้สึกทั้งทางบวกและทางลบเกี่ยวกับตนเองที่มีความคงทนถาวรว่า อาจมีสิ่งที่ดีหรือไม่ดีเกิดขึ้น และมีทั้งเพิ่มขึ้นและลดลงเป็นสิ่งที่บุคคลเผชิญและเข้าใจทั้งความสำเร็จหรือความล้มเหลวของตน

บุษบากร ตันทวรรณ (2545,น.10) ให้ความหมายว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นความเชื่อหรือความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเอง มีความเคารพและยอมรับในตนเองว่ามีความสำคัญ มีความสามารถและใช้ความสามารถที่มีอยู่กระทำสิ่งต่างๆให้ประสบความสำเร็จได้ตามเป้าหมายที่วางไว้โดยได้รับการยอมรับจากบุคคลในสังคม

วรนุช เอกจริยากร(2552,น.15) ให้ความหมายว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นความคิดหรือความรู้สึกที่ดีของบุคคลที่มีต่อตนเอง ว่ามีความสามารถ มีความสำคัญ ประสบความสำเร็จ และมีคุณค่า ทั้งสามารถยอมรับจุดอ่อนของตน โดยได้รับการยอมรับและการสนับสนุนจากผู้อื่น อันจะเสริมความรู้สึกภาคภูมิใจ นับถือตนเอง และเป็นที่ยอมรับของผู้อื่นได้

เสาวณี เตชะพัฒนาวงษ์(2553,น.13) ให้ความหมายว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นพื้นฐานสุขภาพจิตของมนุษย์ เป็นทัศนคติหรือความเชื่อที่บุคคลมีต่อตนเอง ซึ่งบุคคลมีความนับถือตนเอง จะเห็นคุณค่าในตนเองสูงแล้วก็จะทำให้บุคคลนั้นมีความพึงพอใจในชีวิตที่เป็นอยู่ เષชัญโลกได้อย่างมั่นใจ เห็นว่ามีความสำคัญสามารถทำสิ่งต่างๆให้ประสบความสำเร็จและได้รับการยอมรับจากคนอื่น ๆ

ณัฐวลัย สัจจาบรรพต (2554,น.13) ให้ความหมายว่า การเห็นคุณค่าในตนเองหมายถึง ความรู้สึกที่ดีของบุคคลที่มีต่อตนเอง ว่าตนเองเป็นคนที่มีความสามารถ มีความสำคัญ เป็น การสร้างภาพลักษณ์ที่ดีให้แก่ตนเอง ทำให้มีความเป็นตัวของตัวเองสูง เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าคิด กล้าทำ สามารถเผชิญกับอุปสรรคและปัญหาที่ผ่านเข้ามาในชีวิต

กาญจนา รัตนธราช (2555,น.17) ให้ความหมายว่า การที่บุคคลประเมินตนเองเกี่ยวกับ ความมีคุณค่า การพิจารณาตัดสินคุณค่าของตนตามความรู้สึกและทัศนคติที่มีต่อตนเองเกี่ยวกับการยอมรับนับถือตนเอง ความภาคภูมิใจในตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง การมีอำนาจ มีความสำคัญ มี คุณความดี มีความสามารถในการกระทำสิ่งต่างๆ ให้ประสบความสำเร็จได้ ตลอดจนการได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น โดยเปรียบเทียบมาตรฐานที่กำหนดไว้ ถ้าประเมินตนเองในด้านบวก บุคคลจะ รู้สึกมีคุณค่าในตนเอง แต่ถ้าประเมินในด้านลบบุคคลจะรู้สึกไม่มั่นใจ คิดว่าตนเองไม่มีคุณค่า

จากที่กล่าวมาทั้งหมดนี้สรุปได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองหมายถึง การที่บุคคลมีความรู้สึกเห็นคุณค่าของตนเองหรือมีความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งพิจารณาจากการประเมินคุณค่าตนเองในด้านความสามารถ ความสำคัญ ความสำเร็จ และความมีคุณค่าของตนเอง รวมทั้งการ สามารถยอมรับการเห็นคุณค่าที่ผู้อื่นมีต่อตน มีความเชื่อมั่นในตนเอง และมีความนับถือตนเอง

1.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

1.2.1 ทฤษฎีความต้องการตามลำดับขั้นของมาสโลว์ (Maslow's Hierarchy of Needs)

มาสโลว์ (Maslow, 1790, pp. 35-47) ได้ให้ข้อเสนอแนะว่าความต้องการของบุคคลจะเป็นจุดเริ่มต้นของกระบวนการจูงใจ จึงได้ตั้งสมมติฐานเกี่ยวกับความต้องการของบุคคลไว้ดังนี้

1) บุคคลย่อมมีความต้องการอยู่เสมอและไม่สิ้นสุด เมื่อความต้องการใดได้รับการตอบสนองแล้ว ความต้องการอย่างอื่นก็จะเกิดขึ้นอีกไม่มีวันจบสิ้น

2) ความต้องการที่ได้รับการตอบสนองแล้วจะไม่ใช่สิ่งจูงใจของพฤติกรรมอื่นๆ ต่อไป ความต้องการที่ยังไม่ได้รับการตอบสนองจึงเป็นสิ่งจูงใจในพฤติกรรมของบุคคลนั้น

3) ความต้องการของบุคคลจะเรียงเป็นลำดับชั้นตามความสำคัญ เมื่อความต้องการลำดับต่ำได้รับการตอบสนองแล้ว บุคคลก็จะให้ความสนใจกับความต้องการลำดับสูงต่อไป มาสโลว์ (Maslow) แบ่งความต้องการของมนุษย์ตั้งแต่ลำดับต่ำสุดไปถึงสูงสุด 5 ชั้นดังนี้

ขั้นที่ 1 ความต้องการทางด้านร่างกาย (Physiological Needs) เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานเพื่อให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ และเป็นความต้องการที่ทุกคนมีมาตั้งแต่เกิด เช่น ความต้องการอาหาร น้ำ การพักผ่อน ยารักษาโรค เครื่องนุ่งห่ม และความต้องการทางเพศ เป็นต้น มนุษย์ต้องต่อสู้ดิ้นรนเพื่อสนองความต้องการขั้นนี้ก่อนจึงจะมีความต้องการขั้นอื่นตามมา

ขั้นที่ 2 ความต้องการความมั่นคงและความปลอดภัย (Safety and Security Needs) เมื่อความต้องการทางร่างกายได้รับการตอบสนองแล้วก็มีความต้องการขั้นที่สองต่อไป คือ อยากมีชีวิตอยู่อย่างมั่นคง และปลอดภัยจากอันตรายทั้งปวง สิ่งที่แสดงออกถึงความต้องการขั้นนี้เห็นได้จากแนวโน้มของมนุษย์ที่ชอบอยู่ในสังคมที่มีความสงบ เรียบร้อย มีระเบียบวินัย และมีกฎหมายคุ้มครอง ชอบดำเนินชีวิตประจำวันอย่างราบรื่น ไม่มีอุปสรรคความต้องการขั้นนี้จะรวมไปถึงความมั่นคงทางด้านจิตใจ (Psychological safety) ด้วย ซึ่งจะผลักดันมนุษย์ให้ทำพฤติกรรมเพื่อบรรลุถึงเป้าหมายนั้นคือความมั่นคงปลอดภัยทางร่างกายและจิตใจ

ขั้นที่ 3 ความต้องการความรักและต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Love and Belongingness Needs) ความต้องการขั้นนี้เป็นลักษณะของความต้องการอยากมีเพื่อน มีคนรักใคร่ชอบพอ ต้องการเป็นผู้ให้ความรักและได้รับความรัก มิได้ถูกจูงใจโดยความต้องการทางเพศ (not sexually motivated) บุคคลที่มีความต้องการขั้นนี้ จะทำพฤติกรรมไปสู่เป้าหมายเพื่อจะทำให้รู้สึกว่าคุณไม่ได้อยู่คนเดียวอย่างโดดเดี่ยวอ้างว้างหรือถูกทอดทิ้ง

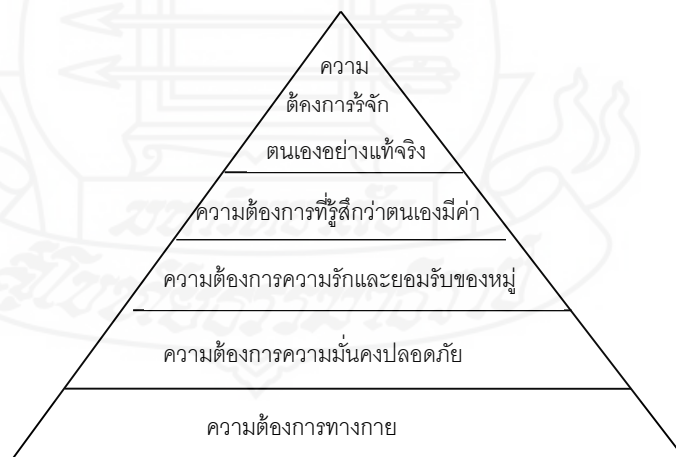
ขั้นที่ 4 ความต้องการเป็นที่ยอมรับยกย่อง (The Esteem Needs) ความต้องการขั้นนี้เป็นความต้องการของมนุษย์เกือบทุกคนในสังคม ลักษณะที่แสดงถึงความต้องการขั้นนี้ เช่น ต้องการได้รับการยกย่องนับถือจากบุคคลอื่น ต้องการเกียรติยศชื่อเสียง หรือมีความภูมิใจเมื่อประสบความสำเร็จ รู้สึกว่าตนเป็นคนที่มีความหมายและมีคุณค่าในสังคม

ความต้องการเป็นที่ยอมรับยกย่อง (The Esteem Needs) ออกเป็น 2 แบบ ดังนี้

1. การเห็นคุณค่าในตนเองที่เกิดจากการยอมรับนับถือตนเอง (Self Respect) คือ การที่บุคคลรู้สึกชื่นชมตนเอง รู้สึกมีคุณค่า มองว่าตนเองมีข้อดี มีความสามารถ ประสบความสำเร็จ เชื่อมั่นในตนเอง สามารถพึ่งพาตนเอง และมีอิสรภาพที่จะกระทำสิ่งต่างๆ

2. การเห็นคุณค่าในตนเองที่เกิดจากการยอมรับจากผู้อื่น (Esteem form others) คือ การที่บุคคลอื่นยกย่อง ชื่นชม ให้คุณค่า ให้เกียรติ ให้ความสำคัญ ยอมรับว่าตนเองมีชื่อเสียง มีอำนาจต่อผู้อื่น

ขั้นที่ 5 ความต้องการที่จะพัฒนาศักยภาพของตนเองอย่างสมบูรณ์ (Needs for Self Actualization) เป็นความต้องการระดับสูงสุดของมนุษย์ในการที่จะทำให้เกิดความสำเร็จ ในทุกสิ่งทุกอย่างตามความนึกคิดของตนเอง และเป็นการได้รับพัฒนาศักยภาพที่แท้จริงของตนเอง เพื่อความเป็นมนุษย์ที่แท้จริงด้วย เป็นการพัฒนาไปสู่จุดสูงสุดของตนตามศักยภาพที่มีอยู่อย่างแท้จริง แต่การที่บางคนไปไม่ถึงระดับนี้เพราะประสบอุปสรรคจากสิ่งแวดล้อมและวัฒนธรรมรอบข้าง เป็นต้นว่า หลากๆ คนทำงานหนักตลอดชีวิตเพื่อสนองความต้องการเบื้องต้น หรือบิดามารดาไม่เสริมสร้างเด็กให้เกิดความรู้สึกอบอุ่น หรือรู้สึกว่าตนเป็นผู้มีคุณค่าในสังคม และคนจำนวนมากมักติดอยู่กับความหลงตัวเอง หลงในอำนาจวาสนาเป็นพวกวัตถุนิยม ทำให้ไม่สามารถหลุดพ้นไปถึงการพัฒนาในระดับสูงนี้ได้



ภาพที่ 2.1 แสดงความต้องการพื้นฐาน 5 ประการของมนุษย์ของมาสโลว์

(Maslow 1970 : 48)

1.2.2 แนวคิดเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

นักจิตวิทยาที่ทำการศึกษาและวิจัยเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองมาอย่างมากมายได้แก่สแตนลีย์ คูเปอร์สมิธ(Coopersmith,1981,pp.118-119 อ้างถึงในบุษบากร ตันทวารธ 2545 : 13 -15)ได้ศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองพบว่า องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าตนเองมี 2 ประเภท ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของมาสโลว์ คือ องค์ประกอบภายในบุคคล ซึ่งเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองจากตนเองในด้านต่าง ๆ และองค์ประกอบภายนอกบุคคล ซึ่งเกี่ยวกับการได้รับการเห็นคุณค่าจากผู้อื่นดังนี้

1) **องค์ประกอบภายในบุคคล** หมายถึงลักษณะเฉพาะของบุคคลแต่ละคนที่มีผลทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลแต่ละคนแตกต่างกัน

(1) **ลักษณะทางกายภาพ (Physical Attributes)** ได้แก่ รูปร่าง หน้าตาท่าทาง เป็นต้น บุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพที่ดีจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าบุคคลที่มีลักษณะทางกายภาพไม่ดี เนื่องจากสังคมจะให้การยอมรับคนที่มีความลักษณะทางกายภาพดีมากกว่า แต่ทั้งนี้ก็ขึ้นอยู่กับค่านิยมของสังคมด้วยว่าจะให้ความสำคัญกับลักษณะทางกายภาพหรือปัจจัยอื่นใดมากนัก

(2) **ความสามารถทั่วไป สมรรถภาพ และการกระทำ (General CapacityAbilities and Performance)** องค์ประกอบทั้ง 3 ประการนี้มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จหรือความล้มเหลวในสิ่งที่กระทำ ทั้งนี้ โดยมีปัจจัยทางด้านสติปัญญาเข้ามาเกี่ยวข้องด้วยซึ่งความสำเร็จหรือความล้มเหลวอันเกิดจากความสามารถทั่วไป ความสามารถเฉพาะด้าน และผลการปฏิบัติงาน จะส่งผลต่อระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง

(3) **ภาวะทางอารมณ์ (AffectiveStates)** เป็นผลจากการประเมินตนเองจากการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ภาวะอารมณ์จะสะท้อนให้เห็นถึงความรู้สึกที่บุคคลมี โดยอาจเป็นภาวะอารมณ์ด้านบวก เช่นความรู้สึกพอใจ เป็นสุข หรือภาวะอารมณ์ทางลบ เช่น ไม่พอใจ ไม่เป็นสุข หรือวิตกกังวล ซึ่งบุคคลจะแสดงออกมาหรือไม่แสดงออกก็ได้ ทั้งนี้ บุคคลที่ประเมินตนเองในทางที่ดีจะแสดงความรู้สึกพอใจและภาวะอารมณ์ด้านบวก และเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าบุคคลที่ประเมินตนเองในทางที่ไม่ดี ซึ่งจะรู้สึกไม่พึงพอใจ รู้สึกว่าตนเองไร้ความสามารถ รู้สึกด้อย วิตกกังวล และขาดความสุขในชีวิต

(4) **ค่านิยมส่วนบุคคล (Self Values)** โดยทั่วไปบุคคลจะให้คุณค่าต่อสิ่งต่างๆแตกต่างกันไปและเมื่อให้คุณค่าต่อสิ่งใดก็จะเชื่อว่าสิ่งนั้นเป็นมาตรฐานสำคัญในการตัดสินว่ามีคุณค่าต่อตน เช่น บุคคลให้คุณค่าต่อสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน แต่กลับพบว่าไม่สามารถประสบความสำเร็จในด้านนี้ จะส่งผลให้บุคคลประเมินคุณค่าของตนเองต่ำ นอกจากนี้ ยังพบว่าบุคคลมี

แนวโน้มที่จะใช้ค่านิยมหรือมาตรฐานของสังคมเป็นตัวตัดสินคุณค่าของตนอีกด้วย หากค่านิยมของตนเองสอดคล้อง หรือเป็นไปในทางเดียวกับค่านิยมหรือมาตรฐานของสังคมก็จะทำให้มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น

(5) ความทะเยอทะยาน(Aspiration) การตัดสินคุณค่าของบุคคลส่วนหนึ่งเกิดขึ้นจากการเปรียบเทียบผลการปฏิบัติงานและความสามารถของตนเองกับเกณฑ์ความสำเร็จที่ตนเองตั้งมาตรฐานไว้ ถ้าผลการปฏิบัติงานและความสามารถเป็นไปตามเกณฑ์ที่ตนเองตั้งไว้หรือว่าดีกว่า จะทำให้บุคคลเห็นว่าตนเองมีคุณค่า ในทางตรงกันข้ามหากผลการปฏิบัติงานและความสามารถของตนเองไม่เป็นไปตามเกณฑ์ที่บุคคลตั้งไว้ บุคคลจะมองว่าตนเองล้มเหลว ไม่มีคุณค่า ดังนั้น การประสบความสำเร็จในชีวิตด้านต่างๆ จึงไม่เพียงพอที่จะตัดสินคุณค่าของบุคคล แต่จะต้องพิจารณาลึกลงไปถึงความทะเยอทะยาน และความต้องการอย่างแรงกล้าของแต่ละบุคคลประกอบด้วย

2) *องค์ประกอบภายนอกบุคคล* หมายถึง สภาพแวดล้อมภายนอกที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ด้วยซึ่งส่งผลให้บุคคลเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกัน สภาพแวดล้อมดังกล่าวประกอบด้วย

(1) สัมพันธภาพกับครอบครัวหรือพ่อแม่ ประสบการณ์ที่บุคคลได้รับความสัมพันธ์ภายในครอบครัวเป็นรากฐานที่สำคัญในชีวิตของบุคคล เด็กที่ได้รับความอบอุ่น การดูแล สนับสนุนให้กำลังใจ การให้เสรีภาพเด็กในการกระทำ ความคาดหวังต่างๆ และรวมไปถึงการดูแลและเฝ้าระวังกฎเกณฑ์ที่พ่อแม่ใช้ปกครองลูก และการจัดการดูแลให้เด็กมีอิสระในการปฏิบัติตามที่พ่อแม่กำหนดไว้ โดยมีการกำหนดและจำกัดขอบเขตการกระทำไว้อย่างชัดเจน การที่พ่อแม่ยอมรับเด็กอย่างมีเงื่อนไข สิ่งเหล่านี้จะก่อให้เกิดพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

(2) สถาบันการศึกษา สภาพแวดล้อมในสถาบันการศึกษามีส่วนส่งเสริมให้เด็กคิดค้น ริเริ่ม สร้างสรรค์ ทำในสิ่งที่ได้ใช้ความคิด รู้จักการตัดสินใจของตนเองซึ่งสิ่งเหล่านี้จะทำให้เด็กเกิดความมั่นใจในตนเอง พึ่งพาตนเองได้ รู้จักที่จะประเมินตนเอง ซึ่งปัจจัยเหล่านี้เป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล

(3) สังคมและกลุ่มเพื่อนนับเป็นกลุ่มบุคคลที่มีความสำคัญต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง บุคคลจะรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจากการเปรียบเทียบตนเองกับกลุ่มเพื่อนในด้านทักษะความสามารถ ความถนัด สัมฤทธิ์ผล หากบุคคลมีสิ่งดังกล่าวนี้สูงกว่าเพื่อน ๆ หรือได้รับการยอมรับเป็นที่นิยมชมชอบจากกลุ่มเพื่อน บุคคลจะเห็นคุณค่าในตนเองสูง ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่ม บุคคลก็จะเห็นคุณค่าในตนเองต่ำลง

(4) สถานภาพทางสังคม สถานภาพทางสังคมเป็นตัวแสดงให้เห็นถึงระดับทางสังคมของบุคคล โดยพิจารณาจากอาชีพ รายได้ ตำแหน่งหน้าที่การงาน บทบาททางสังคม เชื้อ

สายวงศ์ตระกูล เป็นต้น โดยทั่วไปเมื่อกล่าวถึงสถานภาพทางสังคมบุคคลก็มักจะพิจารณากันที่ อาชีพ รายได้ ลักษณะที่อยู่อาศัยเนื่องจากสิ่งเหล่านี้เป็นดั่งบ่งบอกถึงความสำเร็จในชีวิตของบุคคล ซึ่งทำให้บุคคลเห็นคุณค่าในตนเอง

มาสโลว์ (Maslow 1970,pp.45-46 อ้างถึงใน โฉมิต พรประเสริฐ 2546,น.14-15) ได้แบ่ง ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 2 องค์ประกอบ คือ

1) การยอมรับนับถือและการประเมินคุณค่าในตนเอง ได้แก่ การมีจุดเด่น (strength) ความสำเร็จ (achievement) ความสามารถ (adequacy) การบรรลุเป้าหมายและความมีอำนาจ (mastery and competence) ความเชื่อมั่น (confidence) การพึ่งพาตนเองและการมีอิสระ (independence and freedom)

2) การได้รับการตัดสินว่ามีคุณค่าจากผู้อื่น เช่น การมีชื่อเสียง (fame) เกียรติยศ (glory) ตำแหน่ง (dominance) ความรุ่งเรือง (recognition) การยอมรับ (attention) ความสำคัญ (importance) การมีศักดิ์ศรีหรือเป็นที่น่าชมเชย (dignity or appreciation)

เมคเคย์และกอร์วี่ (Makay&Gaw 1975 cited by Taylor 1982 ,pp.120 อ้างถึงใน เพยวี่ ผลภาค 2539,น.22) ได้แบ่งความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 2 องค์ประกอบ คือ

1) การยอมรับนับถือตนเอง เป็นความรู้สึกที่มีคุณค่าที่ได้รับจากการมีความเชื่อมั่นในตนเองและเป็นผลให้มีความเชื่อว่า “ฉันเป็นคนมีความสามารถ เพราะฉะนั้นชีวิตฉันจึงเป็นสิ่งที่มีความค่า”

2) ความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นผลรวมจากการประเมินแต่ละบุคคลที่สามารถเผชิญและปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้

เกตส์(Gates 1978 cited by Barry 1989,pp.99-100 อ้างถึงใน เพยวี่ ผลภาค 2539,น.22) ได้แบ่งความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 4 องค์ประกอบ คือ

1) ความรู้สึกต่อร่างกายตนเอง (The body self) หมายถึง บุคคลคิดและรู้สึกต่อรูปร่าง และหน้าที่ของร่างกาย ตลอดจนความสามารถของหน้าที่พื้นฐานของร่างกาย

2) ความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับบุคคลอื่น (The interpersonal self) เป็นส่วนหนึ่งของความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองที่บุคคลคิดและรู้สึกเกี่ยวกับวิธีที่ตนมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นๆ ไม่ว่าจะเป็นคนสนิทสนมคุ้นเคยหรือบุคคลที่พบโดยบังเอิญ

3) ความสำเร็จของตนเอง (The achieving self) หมายถึง สิ่งที่บุคคลคิดและรู้สึกเกี่ยวกับความสามารถของตนที่จะนำตนไปสู่ความสำเร็จในชีวิตครอบครัว การทำงานและสิ่งแวดล้อมภายในโรงเรียน

4) ความเป็นเอกลักษณ์ของตน (The identification) เป็นความรู้สึกลึกทางนามธรรมและพฤติกรรมที่แสดงความสนใจทางศีลธรรมและจิตวิญญาณ

จากแนวคิดดังกล่าว สรุปได้ว่า องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองมาจากองค์ประกอบที่สำคัญ 2 ส่วน ได้แก่ องค์ประกอบภายในตนเอง และ องค์ประกอบภายนอกตนเอง ซึ่งองค์ประกอบภายในนั้นจะขึ้นกับบุคคลนั้น ๆ โดยเฉพาะ คือ การยอมรับลักษณะทางกายภาพ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ การยอมรับความสามารถของตน และมีความเชื่อมั่นในตนเอง ส่วนองค์ประกอบที่เกิดจากภายนอกบุคคลหรือจากสภาพแวดล้อมต่าง ๆ คือ สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน และสัมพันธภาพกับผู้อื่น เพราะบุคคลย่อมต้องอาศัยพึ่งพิงกับปัจจัยภายนอกด้วย

1.3 ความสำคัญของคุณค่าแห่งตน

ความรู้สึกลึกมีคุณค่าในตนเอง(ธีระ ชัยยุทธชรรยง,2544,น.20)เป็นความจำเป็นพื้นฐานสำหรับมนุษย์ ซึ่งสามารถทำให้มนุษย์มีการพัฒนาหรือดำเนินชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่า ในการที่มนุษย์จะประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวขึ้นอยู่กับความรู้สึกลึกที่มีคุณค่าในตนเอง ซึ่งความรู้สึกลึก ความคิด และพฤติกรรมต่างๆ ที่บุคคลแสดงออกในชีวิตประจำวันนั้นล้วนขึ้นอยู่กับความรู้สึกลึกมีคุณค่าในตนเองของบุคคลทั้งสิ้น บุคคลที่มีความรู้สึกลึกมีคุณค่าในตนเองต่ำ จะมีแนวโน้มทำลายตนเอง รวมทั้งมีพฤติกรรมการคิดสารเสพติด และการก่ออาชญากรรม

คุณค่าแห่งตนเป็นปัจจัยสำคัญในการปรับตัวทางอารมณ์และสังคม เนื่องจากคุณค่าแห่งตนเป็นความต้องการพื้นฐานด้านจิตใจที่จะทำให้มนุษย์สามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่า ถ้าขาดซึ่งความรู้สึกลึกที่มีคุณค่าแห่งตน จะมีผลกระทบต่อชีวิตในทุกด้าน ไม่ว่าจะเป็นบุคลิกภาพอารมณ์และสังคม กระบวนการทางความคิด ความปรารถนา การตั้งเป้าหมาย รูปแบบความสัมพันธ์กับผู้อื่น และการรับรู้โลกภายนอก (ศศิกันต์ ชนะโสธร, 2529, น. 1) บุคคลที่มีคุณค่าแห่งตนจะมีความเคารพตนเองเชื่อมั่นในตนเอง ใช้ศักยภาพที่มีของตนเองได้อย่างเต็มที่ ในการดำเนินชีวิต สามารถเผชิญปัญหาและอุปสรรคได้ด้วยเชื่อมั่น กล้าหาญ และมีความหวัง ซึ่งเมื่อบุคคลคิดว่าตัวเองจะประสบความสำเร็จ เขาจะปฏิบัติไปในทางที่นำไปสู่ความสำเร็จ (Devito, 1995, อ้างถึงใน พรเพ็ญ เมธาจิตติพันธ์, 2545) บุคคลที่มีคุณค่าแห่งตนจะประเมินตนเองในด้านดี เห็นคุณค่าในตนเอง เชื่อมั่นในตนเอง ตระหนักถึงศักยภาพที่แท้จริงของตนมองโลกในแง่ดี มีความคิดสร้างสรรค์ มีความรับผิดชอบ สามารถปรับตัวเองสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นได้ (จิตาพร แสงแก้ว,2541, น.11) ตลอดจนมีความสุข มีสุขภาพจิตดี ประสบผลสำเร็จในชีวิต บุคคลที่มีคุณค่าแห่งตนสูง จะมีลักษณะพฤติกรรมที่แสดงออกทางกาย (Branden, 1996) เช่น มีความยินดีกับชีวิต มีความสนุกสนานร่าเริง ประกายตาแจ่มใส สามารถชมเชยหรือกล่าวอย่างตรงไปตรงมา ด้วยความ

ชื่อสัตย์ มีความสามารถในการวิจารณ์ ยอมรับความผิดพลาดของตนเองได้ มีความเป็นอิสระในการแสดงความรู้สึกและรับฟังคำแนะนำด้วยความพึงพอใจ สามารถพูดหรือกระทำในสิ่งที่ง่ายหรือเป็นไปได้ มีความสอดคล้องกลมกลืนระหว่างคำพูดและกริยาท่าทางอย่างเป็นธรรมชาติ มีความเปิดเผยและกระตือรือร้นในการรับประสบการณ์และโอกาสใหม่ๆ ของชีวิต มีอารมณ์ขัน มองเห็นสิ่งดีในตนเองและผู้อื่น มีความยืดหยุ่นในการตอบสนอง มีความคิดสร้างสรรค์และอารมณ์ดีอยู่เสมอ มีความพอใจที่ได้เป็นเจ้าของและสามารถทนต่อแรงกดดันต่างๆ ได้อย่างมีศักดิ์ศรีในตนเอง นอกจากนี้ ชัยวัฒน์ วงษ์อาษา (2540, น.6) ยังพบว่าผู้ที่มีคุณค่าแห่งตนสูงจะมีพลังในการหลีกเลี่ยงปัญหารุนแรงในอนาคตได้เป็นอย่างดี จิตาพร แสงแก้ว (2541, น.11) กล่าวว่าในทางตรงกันข้ามบุคคลที่มีคุณค่าแห่งตนต่ำ จะขาดความเชื่อมั่นในตนเอง มองตนเองในด้านลบ มีปมด้อย วิตกกังวลสูง ไม่กล้าแสดงออกปรับตัวและสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นได้ยากผู้ที่นับถือตนเองในระดับต่ำ จะพะวงถึงปมด้อยของตนเอง แสดงความขลาดกลัว ซึมเศร้าในบางครั้ง ซึ่งผู้ที่มีคุณค่าแห่งตนต่ำ จะแสดงภาพพจน์ ที่มีความขลาดกลัว เศร้าสลด หดหู่ใจ จะรู้สึกว่าถูกทอดทิ้งอยู่โดดเดี่ยว ไร้คนให้ความรักและความเข้าใจ ไร้ความสามารถที่จะต่อสู้ชีวิต มีความอ่อนแอที่ถอยในการที่จะพิชิตความบกพร่องของตนเอง ชอบสร้างปัญหาให้มากขึ้นและไม่หาทางกำจัดปัญหา (สุกัญญา มัทธนานันท์, 2543, น.12) ดังนั้นการที่คนเราจะประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวในการดำเนินชีวิตนั้น ย่อมขึ้นอยู่กับคุณค่าแห่งตน สามารถที่จะพัฒนาให้เกิดขึ้นและเจริญขึ้นได้ในตัวบุคคล อีกทั้งยังสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงได้

คุณค่าแห่งตนเป็นองค์ประกอบพื้นฐานที่สำคัญของความต้องการทางด้านจิตใจ ซึ่งมีผลต่อบุคลิกภาพ อารมณ์ สังคม กระบวนการทางความคิด ความปรารถนา ความสำคัญกับผู้อื่นและการรับรู้โลกภายนอก ทำให้มีความเคารพนับถือในตนเอง สามารถดำเนินชีวิต สามารถเผชิญปัญหาและอุปสรรคได้โดยศักยภาพของคนที่มียู่ได้อย่างเต็มความสามารถ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่จะพัฒนาบุคคลไปสู่การเป็นบุคคลโดยสมบูรณ์

สรุปได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของบุคคลเป็นอย่างมาก โดยจะทำให้บุคคลมีความเชื่อมั่นในตนเองมีความสุข สามารถแก้ปัญหาและต่อสู้อุปสรรคของตนได้มีพฤติกรรมที่เหมาะสมและประสบความสำเร็จในชีวิต

1.3.1 ลักษณะของบุคคลที่มีคุณค่าแห่งตนสูงและต่ำ

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1984) แสดงพรรณนาว่าบุคคลแสดงระดับของคุณค่าแห่งตนที่แตกต่างกันอย่างมีรูปร่าง ทางลักษณะท่าทาง และน้ำเสียง คำพูด และพฤติกรรม ระดับคุณค่าแห่งตนที่แตกต่างกันมีผลต่อบุคคลดังนี้

1) บุคคลที่มีคุณค่าแห่งตนสูง จะมีความสอดคล้องกลมกลืนทั้งหมดของตน “ตน” รับรู้คุณค่าแห่งตนตามความเป็นจริง ตระหนักถึงศักยภาพทั้งหมดของตนเอง มีจิตใจที่เปิดกว้างและยอมรับสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง พร้อมทั้งสามารถแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม บุคคลเหล่านี้มีความกระตือรือร้นเชื่อมั่นในตนเองว่ามีความสามารถในการทำงานให้ประสบความสำเร็จ มักเป็นผู้นำในการอภิปรายและมีความคิดเป็นของตัวเองในการแสดงความคิดเห็น ไม่หวั่นต่อคำวิพากษ์วิจารณ์ ตลอดจนเป็นผู้ที่มีความพึงพอใจ เคารพ และประทับใจในตนเอง บุคคลที่มีคุณค่าแห่งตนสูง จะตระหนักความรับผิดชอบต่อตนเองและต่อผู้อื่น รวมทั้งสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลและสิ่งแวดล้อมได้ และพบว่ามีความเชื่อมั่นในตนเอง มองตนเองด้านบวก มีความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย ไม่หวั่นไหวในคำวิพากษ์วิจารณ์หรือการตำหนิจากบุคคลอื่นได้ง่าย มีลักษณะการยอมรับตนเองยอมรับความคิดเห็นของบุคคลอื่น ใฝ่ใจและสามารถ รับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นได้อย่างละเอียดอ่อน สามารถแสดงความคิดเห็นและความต้องการของตนเองอย่างตรงไปตรงมาตามความเป็นจริง ใช้กลไกในการป้องกันตนเองน้อย มักเป็นผู้เริ่มสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นก่อน มีความยืดหยุ่น มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ที่เป็นประโยชน์ มีความกระตือรือร้นกล้าทำงานที่ท้าทายความสามารถ พอใจที่ได้ใช้ความสามารถอย่างเต็มที่ มีความวิตกกังวลน้อย ซึ่งโดยภาพรวมแล้วบุคคลที่มีคุณค่าแห่งตนสูงจะมีความสุขและใช้ชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ(พิมพวีดี จันทรโกมล,2544)

2) บุคคลที่มีคุณค่าแห่งตนต่ำ จะมีลักษณะแตกต่างกับบุคคลที่มีคุณค่าแห่งตนสูง คือขาดความมั่นใจในตนเอง รู้สึกว่าไร้ค่า ไม่มีความสามารถ มีความวิตกกังวลสูง มีความเครียด ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นแตกต่างไปจากบุคคลอื่น ชอบเป็นผู้ฟังมากกว่าแสดงบทบาท ไม่มีความพยายามในการทำงานที่ซับซ้อน เมื่อพบอุปสรรคจะละทิ้งงาน หลีกเลี่ยงการแก้ไขปัญหา ไม่มีความยืดหยุ่นมักยึดติดกับสิ่งที่รู้จักและคุ้นเคย หลีกเลี่ยงการคบหาสมาคมกับบุคคลอื่น พอใจที่จะอยู่เฉยๆ ยอมรับสภาพที่เป็นอยู่มักคล้อยตามผู้อื่น กลัวการทำให้ผู้อื่น โกรธ หวั่นไหวต่ออิทธิพลของสังคม ขาดพลังความสามารถในการทำงานให้สำเร็จใช้กลไกในการป้องกันตนเอง คิดว่าเพื่อนๆ ไม่ยอมรับไม่สนใจและเกิดการรู้สึกเสียใจบ่อยๆ

กล่าวโดยสรุปได้ว่า คุณค่าแห่งตนเป็นเจตคติที่บุคคลมีต่อตนเอง มีความเคารพยอมรับในตนเองว่ามีความสำคัญ และมีความสามารถในการกระทำสิ่งต่างๆ ให้ประสบความสำเร็จ ตลอดจนทั้งมีความเชื่อมั่นในตนเอง ดังนั้น คุณค่าแห่งตน จึงเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากผลการประเมินตนเองเกี่ยวกับความมีคุณค่า ความสำคัญ มีความสามารถในการกระทำสิ่งต่างๆ เป็นการยอมรับตนเองโดยเปรียบเทียบกับเกณฑ์ของตนเองและของคนอื่น นอกจากนี้ การที่บุคคลมีประสบการณ์เกี่ยวกับความสำเร็จที่ได้กระทำสิ่งต่างๆ ลงไปให้บรรลุเป้าหมาย ทำให้เขาได้รับ

การยอมรับตลอดจนมีสถานภาพและตำแหน่งทางสังคมดีขึ้น สภาพการณ์ดังกล่าวเป็นการสะสมความพึงพอใจที่บุคคลมีต่อตนเอง ซึ่งช่วยในการพัฒนาคุณค่าแห่งตน

ซาเทียร์ (Satir, 1991 : 28) ได้เปรียบเทียบลักษณะบุคคลที่มีความเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำไว้ดังตารางที่ 2.1

ตารางที่ 2.1 การเปรียบเทียบลักษณะของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ

บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ	บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง
แนวคิดในการเนิ่นชีวิต ฉันต้องเป็นที่รัก	แนวคิดในการดำเนินชีวิต ฉันสามารถรักตัวเองและผู้อื่น
วิธีการดำรงชีวิตไม่สอดคล้องเหมาะสม ไม่มี ความกลมกลืนกันระหว่างคำพูด ทำทางและความรู้สึก มีพฤติกรรมคอยเอาใจผู้อื่น ขอมผู้อื่น คำหาผู้อื่น ไร้เหตุผลมากกว่า ความรู้สึก หรือการเสแสร้งไม่แสดงความรู้สึกภายในใจ	วิธีการดำรงชีวิตสอดคล้องไม่เหมาะสม สามารถทำสิ่งต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม สามารถยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อม
ไม่ยืดหยุ่นตัดสินใจวิพากษ์วิจารณ์ไม่มีอารมณ์ขัน ขอมอยู่ภายใต้อำนาจการควบคุมของบุคคลอื่น และครอบครัว	มีเหตุผล มีพลังความสามารถ มีความเชื่อมั่น ตระหนักรู้ในทางเลือกต่างๆ
ใช้กลไกในการป้องกันตนเอง เก็บอารมณ์ ความรู้สึกอยู่ในสภาพแวดล้อมเดิม	ยอมรับความแตกต่างระหว่างตนกับบุคคลอื่น ซื่อสัตย์ ใจกว้างใจได้ สามารถเสี่ยงต่อสถานการณ์ใหม่ได้
เน้นอดีต ไม่ต้องการเปลี่ยนแปลง	เน้นปัจจุบัน ต้องการเปลี่ยนแปลงไปสู่สิ่งใหม่

ที่มา : ซาเทียร์ (Satir, 1991 : 28)

เคอรา (Khera, 1998 : 99) อ้างถึงใน อัสสรลิริ เอี่ยมประชา 2542 : 21-23) มีความเห็นว่าคุณลักษณะของการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำนี้ จะมีการแสดงออกมาให้เห็นและแตกต่างกันอย่างชัดเจน ซึ่งเคอราได้รวบรวมลักษณะและพฤติกรรมที่แสดงถึงการเห็นคุณค่าในตัวเองสูงและต่ำไว้ดังตารางที่ 2.2

ตารางที่ 2.2 เปรียบเทียบลักษณะและพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูง	ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองต่ำ
พูดในสิ่งที่ตนเองคิด (Talk about Ideas)	พูดคุยเกี่ยวกับผู้อื่น (Talk about People)
มีทัศนคติเกี่ยวกับการห่วงใยดูแล (Caring Attitude)	มีทัศนคติเกี่ยวกับการวิพากษ์วิจารณ์ (Critical Attitude)
มีวามอ่อนน้อมถ่อมตน (Humility)	มีความเย่อหยิ่ง จองหอง (Arrogance)
เคารพในอำนาจ (Respects Authority)	ต่อต้านอำนาจ (Rebel Against Authority)
เคารพในการพิสูจน์ความคิด ความมั่นใจ (Confidence)	ก้าวต่อไปเพื่อแสวงหาสิ่งที่ต้องการ (Goes Along to get Along)
เกี่ยวข้องกับลักษณะเฉพาะตัว (Concerned about Character)	มีความสับสนวุ่นวายในใจ (Confusion)
มีความกล้าแสดงออก (Assertive)	มีความเกี่ยวข้องกับกรณีชื่อเสียง (Concerned about Reputation)
มีความรับผิดชอบ (Accept Responsibility)	มีความก้าวร้าวรุนแรง (Aggressive)
มีความสนใจในตนเอง (Self- Interest)	มักโทษสิ่งอื่น (Blamed the Whole World)
มองโลกในแง่ดี (Optimistic)	มีความเห็นแก่ตัว มีความละโมภ (Selfish)
มีความเข้าใจในสิ่งต่างๆ (Understanding)	เชื่อถือในโชคกลาง (Fatalistic)
ชอบการเรียนรู้ (Willing to Learn)	เชื่อว่ารู้ทุกสิ่ง (Know it All)
อ่อนไหวต่อความรู้สึก (Sensitive)	โกรธง่าย อารมณ์เสีย ใจน้อย (Touchy)
มีความสันโดษ (Solitude)	มีความโดดเดี่ยวเดียวดาย (Lonely)
ชอบการอภิปราย (Discuss)	ชอบการโต้แย้ง (Argue)
เชื่อในคุณค่าของตนเอง (Believes in self-Worth)	บิดเบือนความรู้สึกอิสระเสรี (Distorted Sense of Freedom)

ตารางที่ 2.2 เปรียบเทียบลักษณะและพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับความรู้สึกที่มีคุณค่าในตนเอง (ต่อ)

ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูง	ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองต่ำ
แนะนำไปในทางที่ดี (Guided)	ชักนำไปในทางที่ผิด (Misguided)
อยู่ในระเบียบวินัย (Discipline)	
มีแรงขับภายใน (Internally-Driven)	มีแรงขับจากภายนอก (Externally Driven)
เคารพและยอมรับผู้อื่น (Respect Others)	ชอบดูถูกผู้อื่น (Look Down on Others)
มีความสุขภาพเรียบร้อย (Enjoy Decency)	พฤติกรรม แสดงความหยาบคาย (Enjoy Vulgality)
รู้จักขอบเขต(Know Limit)	ไม่รู้จักขอบเขต (Everything Goes)
เป็นผู้ให้ (Giver)	เป็นผู้ (Taker)

ที่มา : เคอรา Khera. (1998 : 99) อ้างถึงใน อัปสรสิริ เอี่ยมประชา(2542 : 21-23)

1.4 การพัฒนาคุณค่าแห่งตน

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งที่เรียนรู้ได้ สามารถเปลี่ยนแปลงได้และพัฒนาให้เกิดขึ้นได้จากประสบการณ์ที่บุคคลได้รับ นักจิตวิทยาได้เสนอแนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองดังต่อไปนี้

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1981, pp.9-11) ได้เสนอแนวทางเสริมสร้างคุณค่าแห่งตนให้กับบุคคลที่มีคุณค่าแห่งตนต่ำ โดยมีเป้าหมายเพื่อยกระดับคุณค่าแห่งตนรวมถึงการคงอยู่ในระดับสูงของคุณค่าแห่งตน

1. ให้การยอมรับความรู้สึกของบุคคลตามความเป็นจริง ช่วยให้ผู้บุคคลได้ถ่ายทอดความรู้สึกของตนเองออกมาโดยเฉพาะการยอมรับความรู้สึกทางลบ เช่น ความกลัว ความรู้สึกขัดแย้ง

2. ยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเผชิญปัญหาและหาวิธีแก้ปัญหาเปิดโอกาสให้ผู้บุคคลนั้นได้แก้ปัญหาของตนเองอย่างเต็มที่

3. หลีกเลี่ยงการเปลี่ยนแปลงที่รุนแรงและกะทันหัน อันจะเป็นการสร้างความไม่มั่นใจให้กับบุคคล

4. ให้เห็นแบบอย่าง (Model) ที่มีประสิทธิภาพในการเผชิญกับปัญหาให้กับบุคคลได้ ถือเป็นตัวอย่าง เพื่อสนับสนุนให้เขาได้ใช้ศักยภาพที่มีอยู่เผชิญกับปัญหาด้วยความมั่นใจ และส่งเสริมให้เกิดกำลังใจที่จะสู้ต่อไป

5. ช่วยให้บุคคลพัฒนาวิธีการแก้ปัญหาในทางสร้างสรรค์ ด้วยการระบายอารมณ์ที่ขุ่นมัว ซึ่งจะเป็นโอกาสให้เขาได้ค่อยๆ เข้าใจความยุ่งยากของตนเอง ช่วยลดระดับความเครียดลงได้

6. ให้ความสำคัญกับการนับถือตนเองของบุคคลนั้น เพื่อเพิ่มความเข้มแข็งในการที่จะแก้ปัญหา

7. สนับสนุนให้บุคคลใกล้ชิดมีความเข้าใจในตัวบุคคลนั้น และให้ความร่วมมือในการเสริมสร้างความเข้มแข็งในการแก้ปัญหา

บรูโน (Bruno,1983,p.363) กล่าวถึง วิธีเสริมสร้างคุณค่าแห่งตนให้เกิดขึ้นไว้ดังนี้

1. ใช้การเสนอแนะหรือให้ข้อคิดโดยตรง(Direct Suggestion) อาจจะเป็นการได้รับข้อคิดหรือข้อเสนอแนะจากผู้อื่น หรือให้ข้อเสนอแนะแก่ตนเอง (Auto Suggestion) ได้วิธีการนี้เป็นข้อมูลที่ทำให้เกิดกำลังใจและสร้างคุณค่าแห่งตนให้เกิดขึ้น แต่จะต้องได้รับการเสริมแรงโดยเหตุการณ์ทางบวกที่ต่อเนื่องกัน โดยจะต้องดำเนินการในข้อต่อไป

2. สร้างผลสำเร็จให้กับตนเองมากขึ้น

3. ลดความคาดหวังลง เป็นการลดความอยากได้หรือความคาดหวังต่างๆลง ซึ่งเป็นวิธีการลดความทุกข์ที่ตรงกับหลักการและปรัชญาของชาวตะวันออกอันเป็นวิถีทางของชาวพุทธ

นอกจากนั้น ซาล (Sasse,1978,p.48) ได้เสนอวิธีการสร้างเสริมความรู้สึกเห็นคุณค่าแห่งตน ดังนี้

1. สร้างความมั่นใจ โดยนึกถึงความสำเร็จข้างหน้าของชีวิต

2. ระลึกถึงตนเองเมื่อสามารถทำงานลุล่วงไปด้วยดี โดยให้รางวัลตนเอง โดยอาจจะชมเชยตนเองหรือให้สิ่งที่มีความหมาย สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้เราเกิดความรู้สึกที่ดีต่องานที่เราทำมากขึ้น ซึ่งแน่นอนที่สุดย่อมส่งผลต่อการมีคุณค่าแห่งตน

3. สะสมบันทึกความสำเร็จ หาสมุดบันทึกเพื่อเขียนบันทึกความสำเร็จที่เราได้รับ สิ่งที่เราทำได้ดีเป็นเวลาติดต่อกันหลาย ๆ สัปดาห์หรือหลายเดือน โดยอาจจะประสบความสำเร็จในโครงการต่างๆ ที่มีความสำคัญสำหรับตน

กล่าวโดยสรุปได้ว่า การสร้างคุณค่าแห่งตนสามารถกระทำได้โดยบุคคลจะต้องมีการรับรู้และให้ความหมายต่อตนเองว่าได้รับการยอมรับ ได้รับการเห็นคุณค่า จากบุคคลที่มีความสำคัญต่อชีวิตและบุคคลที่มีปฏิสัมพันธ์ด้วย ทั้งนี้บุคคลจะต้องมีความคิดต่อตนเองในทางบวก ยอมรับถึงความสามารถ และความสำเร็จ ภาพลักษณ์ (Self-Image) ความรู้สึกของตนเอง

อย่างแท้จริง ตลอดจนสามารถลดความคาดหวัง ความอยากได้ต่าง ๆ ของตนเองลงได้ นอกจากนี้
 ยังจะต้องมีความเชื่อมั่นว่าตนเองสามารถสร้างคุณค่าแห่งตนขึ้นมาใหม่ได้ หากคุณค่าแห่งตนลด
 ต่ำลง

1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเองในประเทศและต่างประเทศ

1.5.1 งานวิจัยภายในประเทศ

เพลินใจ แต่เกษมและคณะ (2549, น. 75) ศึกษาเบื้องหลัง ชีวิตอาชญากรเมื่อ
 อาชีพ กรมราชทัณฑ์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างผู้ต้องขังส่วนใหญ่เชื่อว่าปัจจัยสำคัญที่สุดในการดำเนิน
 ชีวิต คือการมีทรัพย์สินเงินทอง เพราะทำให้รู้สึกว่าคุณค่า และได้รับการยอมรับจากสังคม
 โดยผู้ต้องขังจะยกย่องคนรวยมากกว่าคนดี คิดว่าการทำงานที่ไม่สุจริตมีข้อดีที่ได้รายได้ดี และ
 ความเป็นอิสระ อีกทั้ง ส่วนใหญ่ยังดำเนินชีวิตตามแบบแผนหรืออุดมการณ์ที่ตนเองวางไว้
 ใกล้เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตอยู่ไปวัน ๆ โดยไม่มีเป้าหมาย และดำเนินชีวิตแบบต้องต่อสู้ดิ้นรน
 ต้องหาเช้ากินค่ำ อยู่แบบพอมีพอกิน

ศรีวัฒนา ยะกาศคะนอง และคณะ (2549, น. 34-81) ศึกษาแบบแผนการดำเนิน
 ชีวิตของผู้ต้องขัง กระทำผิดซ้ำ : กรณีศึกษาพวกเงี่ยงเยี่ยงเบา กรมราชทัณฑ์ พบว่า การเห็นคุณค่า
 ในตนเองมีส่วนเกี่ยวข้องกับการก่ออาชญากรรมของผู้ต้องขัง โดยกลุ่มตัวอย่างผู้ต้องขังส่วนใหญ่
 มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มักมองตนเองในแง่ลบ คิดว่าตนเองไม่มีคุณค่า ไม่มีคุณค่า
 เกิดความรู้สึกว่าตนเองต่ำต้อย ไม่มีศักดิ์ศรี ไม่มีประโยชน์แก่คนอื่น ความคิดต่อมาก็คือ ไม่มีใครรัก
 คุณสมบัติที่มีอยู่ในตัวตามสภาพไม่มีอะไรน่าชื่นชม ทำให้กลุ่มคนนี้กล้ากระทำผิดได้ง่ายเพราะคิด
 ว่าตนเองไม่มีคุณค่า ความคิดใคร่ครวญอย่างรอบคอบก่อนลงมือกระทำความคิดจึงไม่เกิด คนกลุ่ม
 นี้จึงตัดสินใจกระทำความผิดได้อย่างรวดเร็ว

สมจิต ชุ่นแยง (2550, น.53) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อ
 พัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนที่มีปัญหาด้านพฤติกรรมในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 พบว่า
 หลังการทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีการเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างกว่า
 ก่อนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หลังจากทดลองนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษา แบบกลุ่ม
 มีการเห็นคุณค่าในตนเองไม่แตกต่างจากก่อนการให้คำปรึกษาแลกลุ่มและหลัง การทดลอง
 นักเรียนที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษาและกลุ่มมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ภูตะวัน กทวนิช (2552, น.91) ศึกษาผลของการปรึกษาโดยใช้ทฤษฎีของโรเจอร์
 (Rogers) ต่อการเห็นคุณค่าในตนเองและความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวันของผู้ป่วย

อัมพาตครึ่งซีก ที่อาศัยอยู่ในเครือข่ายบริการสุขภาพป่าซาง-เวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน จำนวน 6 ราย ประกอบด้วย ผู้ป่วยชายจำนวน 3 ราย ให้การปรึกษาจำนวน 8 ครั้ง ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้ป่วยอัมพาตครึ่งซีกด้านซ้ายมีการเปลี่ยนแปลงของความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวันในทางที่ดีขึ้น มีผลคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนเข้ารับการปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผลคะแนนความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวันสูงกว่าก่อนเข้ารับการปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กาญจนา รัตนราช (2555:บทคัดย่อ) ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบผู้รับบริการปรึกษาเป็นศูนย์กลางเพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง ของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ไม่พึ่งอินซูลิน คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี กรุงเทพมหานครพบว่า ผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ไม่พึ่งอินซูลิน หลังจากรับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลางมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และภายหลังการทดลองผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ไม่พึ่งอินซูลิน กลุ่มได้รับการให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุทิน เจียมประโคน(2556:บทคัดย่อ) ศึกษาการพัฒนาคุณค่าในตนเองตามกระบวนการจิตปัญญา ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์ พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาหลังการทดลองใช้รูปแบบกระบวนการจิตตปัญญาศึกษาสูงกว่า ก่อนการทดลองใช้รูปแบบกระบวนการจิตตปัญญาศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.5.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

ไรซ์ (Rice. 1987,pp.1065) ได้ศึกษาผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบมีโครงสร้างต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนผิวดำเพศชายที่กระทำผิด และถูกกักกันอยู่ในสถานกักกันเยาวชน โดยการจัดโปรแกรมการเห็นคุณค่าในตนเอง จำนวน 12 ครั้ง พบว่าเยาวชนในกลุ่มทดลองมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

มูห์เลนแคมป์และเซย์เลสส์ (Muhlenkamp&Sayless. 1998, p.334-338) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคม การเห็นคุณค่าในตนเองและการดูแลสุขภาพในกลุ่มผู้ใหญ่ 18-67 ปีที่พักในอพาร์ทเมนต์จำนวน 98 คน พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีผลสัมพันธ์โดยตรงต่อการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลตนเองในทางบวก

วาเซลส์คาและคณะ (Vaselska,Geckova, Orosova,Gajdosova, VanDijk&Sijmen, 2009,pp.63) ได้ทำการวิจัยเพื่อศึกษาความเชื่อมโยงกันระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับความเข้มแข็งทางจิตใจ เกี่ยวกับการสูบบุหรี่ และการสูบกัญชาในกลุ่มวัยรุ่น โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง 3,694

คน โดยทำการศึกษาในโรงเรียนประถมสโลวาเกีย โดยแบ่งชายและหญิงด้วย ซึ่งกลุ่มตัวอย่างเหล่านี้จะต้องทำแบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองของโรเซนเบิร์ก (Rosenberg) แบบประเมินความเข้มแข็งทางจิตใจ และตอบคำถามเกี่ยวกับการใช้บุหรีและกัญชา ซึ่งผลปรากฏว่าวัยรุ่นที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำจะมีความเสี่ยงที่จะสูบบุหรีและกัญชา ซึ่งลักษณะนี้จะปรากฏในวัยรุ่นเพศชายเท่านั้น ส่วนวัยรุ่นที่มีความเข้มแข็งทางจิตใจจะมีแนวโน้มการสูบบุหรีและกัญชาต่ำที่สุดในสองกลุ่ม จากงานวิจัยข้างต้นแสดงให้เห็นว่า เราจึงควรช่วยกันพัฒนาเด็กให้มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง และความเข้มแข็งทางจิตใจเพื่อเป็นภูมิคุ้มกันให้เด็กสามารถหลีกเลี่ยงสิ่งเสพติดได้ โดยเฉพาะเด็กที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง เช่น เด็กด้อยโอกาส เป็นต้น ซึ่งการช่วยพัฒนาตัวแปรทั้งสองอย่างนี้จะเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีที่สุดสำหรับเด็กต่อไปในอนาคต

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้การปรึกษากลุ่ม

2.1 ความหมายของการให้การปรึกษากลุ่ม

ไดเออร์ และเวรียนด์ (Dyer & Vriend, 1980 อ้างถึงใน สุภาพร สุน พะวงษ์, 2542, น.4) อธิบายว่า การให้การปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการช่วยเหลือ ซึ่งเริ่มต้นด้วยการให้สมาชิกกลุ่มสำรวจค้นหาโลกส่วนตัวของตนเอง เพื่อนำเอาความคิดและการกระทำของตนเองให้กลุ่มรับทราบ โดยมีผู้นำกลุ่มช่วยให้สมาชิกแต่ละคนได้เข้าใจตนเอง สำรวจผลดีผลเสียของความคิดเหล่านั้น โดยที่ผู้นำกลุ่มช่วยให้สมาชิกกลุ่มหาทางเลือกในการแก้ปัญหาแล้วนำไปทดลองปฏิบัติแล้วนำมารายงานด้วยการยอมรับ แต่ถ้าไม่ยอมรับกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกทำความเข้าใจตนเองและกำหนดเป้าหมายใหม่

โคห์น และคณะ (Cohn and Other 1990, pp.9-10 อ้างถึงใน ปณิสรา ภาสกาการ 2546, น.24) ได้ให้ความหมายของการปรึกษากลุ่มไว้ว่า เป็นกระบวนการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลปกติ โดยบุคคลเหล่านี้จะร่วมปรึกษากับเพื่อนสมาชิก และนักจิตวิทยาการศึกษาเพื่อการสำรวจปัญหา และความรู้สึกในอันที่จะพยายามขยายขอบเขต ทักษะคติของพวกเขา เพื่อเขาจะได้จัดการกับปัญหาได้ดียิ่งขึ้น

คอเรย์ (Corey, 2004, pp. 6) ได้กล่าวถึง การให้การปรึกษากลุ่มไว้ว่าเป็นกระบวนการของสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลที่เน้นในเรื่องความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มักจะเป็นปัญหาของผู้มารับบริการ ซึ่งโดยทั่วไปจะเกี่ยวข้องกับการศึกษา อาชีพส่วนตัวและสังคม การให้การปรึกษากลุ่มมีจุดมุ่งหมายทั้งการป้องกันและการบำบัดรักษาบรรยากาศของกลุ่ม เต็มไปด้วยความไว้วางใจ และแสดงความเห็นอกเห็นใจช่วยเหลือซึ่งกันและกัน อันจะนำไปสู่

การเปิดเผยเรื่องราวที่เป็นความขัดแย้ง ความสับสน มีการพัฒนาตนเอง เพื่อเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาของตน

กาญจนา ไชยพันธุ์ (2541) ได้ให้ความหมายของการให้การปรึกษากลุ่มว่าการให้การปรึกษากลุ่มหมายถึง การระบวนการที่ผู้ให้การปรึกษาที่มีปัญหาคล้ายคลึงกันหรือความต้องการเหมือนกัน โดยให้บริการปรึกษาตั้งแต่ 4-8 คน ซึ่งมุ่งให้ผู้รับการปรึกษาได้ปรับปรุงตนเองโดยผู้ให้การปรึกษาได้มีโอกาสสำรวจตนเองแสดงความรู้สึกและความคิดเห็น กล่าวเผชิญความจริง ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่นภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ การยอมรับความไว้วางใจและความเข้าใจซึ่งกันและกัน

วัชร ทรัพย์มี (2550,น.103-104) กล่าวว่า การให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นกลุ่มเป็นกระบวนการที่ผู้มีความต้องการตรงกัน ที่จะปรับปรุงตนเองหรือต้องการจะแก้ปัญหาใดปัญหาหนึ่งร่วมกันมาปรึกษาหารือซึ่งกันและกัน โดยมีผู้ให้บริการปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกในกลุ่มจะมีโอกาสได้แสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของแต่ละคน เป็นการได้ระบายความรู้สึกที่ขัดแย้งในจิตใจ ได้สำรวจตนเองได้ฝึกการยอมรับตนเอง กล่าวเผชิญปัญหาและได้ให้ความคิดในการแก้ไขปัญหาหรือปรับปรุงตนเอง กับสิ่งที่ได้รับฟังความรู้สึก และความคิดเห็นของผู้อื่น และได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีความรู้สึกขัดแย้ง หรือความคิดเห็นเช่นเดียวกับตน ไม่ใช่เขาคคนเดียวมีปัญหา

จึงสรุปได้ว่า การให้การปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาได้จัดขึ้นเพื่อเป็นการช่วยเหลือผู้มารับการปรึกษาที่มีความต้องการตรงกันหรือการจะแก้ไขปัญหาใดปัญหาหนึ่งมาเข้าร่วมกลุ่มกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาทำหน้าที่เอื้ออำนวยให้บรรยากาศในกลุ่มมีความอบอุ่นเป็นกันเอง รู้สึกปลอดภัยจนทำให้สมาชิกเกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน อันนำไปสู่การเปิดเผยตนเองโดยสมาชิกได้ระบายความรู้สึกปัญหาของตนที่ประสบอยู่ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อกัน ทำให้สมาชิกเกิดความเข้าใจตนเองและผู้อื่น อันนำไปสู่การเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและมีการพัฒนาตนเองจากการได้สำรวจ เผชิญหน้ากับปัญหา สามารถค้นหาวิถีทางให้การแก้ปัญหามีแนวทางการปฏิบัติที่เป็นที่ยอมรับของสังคม

2.2 วัตถุประสงค์ของการให้การปรึกษากลุ่ม

โอเซน(Ohlsen, 1977 อ้างใน พรธณพิศ วาณิชการ, 2528,น.116) กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นกลุ่มว่าเพื่อให้สมาชิกมีการเปลี่ยนแปลงดังนี้

1. เพื่อให้สมาชิกสามารถเผชิญและจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น
2. เพื่อให้สมาชิกเรียนรู้ที่จะยอมรับตนเองและผู้อื่น รู้จักการให้และการรับความรัก รู้จักการสร้างความสัมพันธ์ที่มีความหมายกับผู้อื่น รู้จักทำงานและเล่นกับผู้อื่น

3. เพื่อให้รู้จักคนหางานที่มีความหมาย รู้ว่าอะไรคือความเป็นจริง รู้จักเปลี่ยนแปลงที่ตนสามารถเปลี่ยนแปลงได้ และเรียนรู้ที่จะดำเนินอยู่กับชีวิตอยู่กับสถานการณ์ยุ่งยากทั้งหลายที่ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้

4. ได้ค้นพบว่าตนคือใคร รับรู้ความรู้สึกของตน รู้วิธีแสดงออก และจัดการกับความ รู้สึกตลอดจนมีความสุขกับความ รู้สึกของตน

5. รู้จักการสังเกตสาเหตุของปัญหา ข้อขัดแย้ง และรู้จักวิธีการจัดการแก้ไขแทนที่จะเพิกเฉยหรือปฏิเสธข้อขัดแย้งนั้น

6. เพื่อให้เกิดการค้นพบตนเอง และปรับปรุงตนในลักษณะที่ปรารถนา เกิดความสอดคล้องกันระหว่างตนที่เป็นจริงกับตนในความหวัง และได้วาดภาพความเข้าใจในอุดมคติใหม่ เรียนรู้พฤติกรรมใหม่ที่พึงปรารถนา

วัชร ทรัพย์มี (2533, น.272) กล่าวถึง การให้การปรึกษากลุ่มมีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้สมาชิกเปิดเผย ไม่เก็บกด ไม่เสแสร้ง
2. ส่งเสริมให้ผู้สมาชิกมีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น
3. ช่วยให้ผู้สมาชิกรู้จักตนเอง เกิดการยอมรับตนเองเพิ่มขึ้น และไม่ได้มุ่งหวังว่าตนจะต้องดีเลิศไปหมดทุกด้าน
4. ช่วยให้ผู้สมาชิกรู้จักผู้อื่นเพิ่มขึ้น
5. ช่วยให้ผู้สมาชิกมีสัมพันธภาพอันดีกับผู้อื่น ไม่หนีการเข้าสังคม
6. ช่วยให้ผู้สมาชิกเข้าสู่โลกของความเป็นจริงลดการใช้กลไกป้องกันตนเอง
7. ช่วยพัฒนาทักษะในการสื่อความหมายของสมาชิก
8. ช่วยให้ผู้สมาชิกไม่ด่วนตัดสินใจ ก่อนพิจารณาสิ่งต่างๆ อย่างรอบคอบ
9. ช่วยให้ผู้สมาชิกรับรู้ได้ว่า ตนไม่ได้มีปัญหาแต่เพียงลำพังผู้เดียว ตระหนักว่าผู้อื่นก็เผชิญปัญหา และหาทางแก้ปัญหาเหมือนกัน
10. ช่วยให้ผู้สมาชิกได้มีโอกาสพิจารณาว่าค่านิยมของตนเหมาะสมหรือไม่
11. ช่วยส่งเสริมให้ผู้สมาชิกสามารถตัดสินใจได้ด้วยความมั่นใจ แม้จะมีอัตราเสี่ยงอยู่บ้างก็ตาม
12. ช่วยให้ผู้สมาชิกตระหนักว่าวิธีการแก้ปัญหาไม่ได้มีอยู่วิธีเดียว
13. ช่วยให้ผู้สมาชิกรู้สึกว่าเขาเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและมีความจริงจังในการช่วยเหลือกลุ่ม
14. ช่วยให้ผู้สมาชิกมีโอกาสสำรวจศักยภาพและความคิดสร้างสรรค์ของตนที่แฝงอยู่
15. ฝึกให้ผู้สมาชิกไวต่อความรู้สึก และความต้องการของผู้อื่น

16. ช่วยให้สมาชิกได้มีโอกาสรับและให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่น เกิดความภาคภูมิใจ
ได้ว่าแสดงความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น

สรุปได้ว่า วัตถุประสงค์ของการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นกลุ่มนั้นมีเป้าหมาย
เพื่อให้สมาชิกได้มีโอกาสสำรวจ รู้จัก ยอมรับตนเอง สามารถเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้น มีการ
แสดงออกทางความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมที่เหมาะสม มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ยอมรับผู้อื่น
ยอมรับข้อเสนอแนะ มีการแลกเปลี่ยนความคิด ประสบการณ์ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน นำไปสู่
วิธีการแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเรียนรู้วิธีการปรับตัวเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตได้
ในสังคมอย่างปกติสุข

2.3 องค์ประกอบของการให้การปรึกษากลุ่ม

ในการดำเนินการหรือจัดกลุ่มให้การปรึกษาที่ประสบความสำเร็จนั้น ไม่เพียงแต่
จะขึ้นอยู่กับกำเนินการภายในกลุ่มเท่านั้น แต่ยังขึ้นอยู่กับองค์ประกอบของการให้การปรึกษา
แบบกลุ่มดังนี้

2.3.1 ผู้นำกลุ่ม

การให้คำปรึกษากลุ่มจะดำเนิน ไปสู่เป้าหมายได้สำเร็จนั้น ผู้นำกลุ่มต้อง
พยายามให้สมาชิกมีการปฏิสัมพันธ์กัน โดยผู้นำกลุ่มหรือผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้เอื้ออำนวยให้เกิด
การเปลี่ยนแปลงต่างๆ ภายในกลุ่ม

นอกจากนี้ผู้นำกลุ่มยังจะต้องมีความสามารถที่จะใช้เทคนิคและวิธีการ
เพื่อที่จะนำไปสู่ปัญหา และการช่วยเหลือ ซึ่งในการจัดกลุ่มให้คำปรึกษาได้ใช้เทคนิคที่คล้ายคลึงกับ
การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ได้แก่เทคนิค ต่อไปนี้ (Dyer and Vriend, 1975, pp. 60-64)

การสร้างสัมพันธภาพ (Relationship) สามารถทำได้หลายวิธี เช่นการยิ้มการ
ทักทายแนะนำตนเอง และสมาชิกได้รู้จักกัน การมีท่าที่เป็นกันเอง ไม่แสดงตนเหนือกว่าสมาชิก
กลุ่ม จัดสภาพแวดล้อมของกลุ่มให้มีสภาพที่สบายๆ ไม่เครียดชวนพูดคุยด้วยเรื่องทั่วไปที่เขาสนใจ
เพื่อนำไปสู่ความพร้อมที่จะพูดคุยต่อไป

การสังเกต (Observation) ได้แก่การรู้จักสังเกตท่าที พฤติกรรม การแสดงออก
ตลอดจนการตอบสนองสมาชิกกลุ่ม โดยอาศัยการสื่อความหมาย จะได้ใช้คำพูดโต้ตอบกัน หรือใช้
การสังเกต หรือวิธีอื่นใดที่แทนการพูดโต้ตอบกัน และไม่ใช้คำพูด เป็นต้น จะช่วยให้เข้าใจ
พฤติกรรมกลุ่มได้ดี

การแนะนำทั่วไป (General Leads) มักเป็นลักษณะคำถามหรือคำพูดอาจ
นำไปสู่หัวข้อการอภิปรายหรือใกล้จบการอภิปราย หรือต้องการชักจูงให้เปลี่ยนแนวคิดไปจากเดิม
หรือใช้เพื่อทำลายความเงียบอันยาวนานก็ได้

การกระตุ้นความสนใจ (Stimulation) มักใช้ในตอนแรกๆ ที่เริ่มกลุ่มและสมาชิกยังไม่กล้าพูดคุยกัน ผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้นำ กระตุ้นความสนใจ โดยอาจพูดถึงเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่สมาชิกน่าจะสนใจ เพื่อนำไปสู่การอภิปรายร่วมกัน

การให้กำลังใจ และการส่งเสริม (Encouragement) เมื่อสมาชิกเกิดมีท่าทีท้อแท้ใจไม่ยอมพูดคุย ก็อาจใช้การกระตุ้นส่งเสริมให้กำลังใจทั้งด้วยคำพูด และสีหน้าท่าทาง จะช่วยให้สมาชิกอยากพูดคุย อยากแสดงความคิดเห็นมากขึ้น

การเชื่อมโยง (Connection) ในการจัดกลุ่มผู้ให้คำปรึกษาจะต้องรู้จักใช้เทคนิคของการเชื่อมโยงเรื่อง ปรีอประเด็นต่างๆ ที่พูดกันเป็นการเชื่อมโยงการสื่อสารภายในกลุ่ม

การเงียบ (Silence) เมื่อกลุ่มเงียบแทนที่ผู้ให้คำปรึกษาจะพยายามพูดคุยเพื่อทำลายบรรยากาศที่เงียบนั้น ก็อาจจะใช้เทคนิคของการเงียบ ซึ่งจะทำให้สมาชิกคนใดคนหนึ่งของกลุ่มทนไม่ได้ และจะเป็นผู้ทำลายความเงียบขึ้นมาเอง

การฟัง (Listening) ผู้ให้คำปรึกษาต้องตั้งใจฟังและจับประเด็นที่สมาชิกกลุ่มพูดให้ได้ โดยมีท่าทีสนใจ อาจจะบอกให้เขาพูดต่อ หรือพยักพยัคเป็นการรับรู้ได้

การยอมรับ (Acceptance) เป็นการรับฟังด้วยการเห็นใจ เข้าใจ ไม่นำเอาค่านิยมของผู้ให้คำปรึกษาเข้าไปเปรียบเทียบกับไม่ได้แย้งใดๆ กับกลุ่ม จะต้องมั่นใจว่าผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ให้การคุยไปสู่เรื่องที่ตนคิดว่าสำคัญ นั่นคือ การให้โอกาสสมาชิกกลุ่มได้ชี้ปัญหาของตนด้วยตนเอง

การแสดงความเห็นชอบด้วย (Approval) เป็นการแสดงความเห็นคล้อยตามคำพูดและท่าทางเมื่อผู้รับคำปรึกษาพูดในสิ่งที่ถูกต้องควรทำเช่นนี้จะช่วยส่งเสริมให้กำลังใจแก่ผู้พูด

ความอดทน (Patience) แม้ว่าจะต้องการให้การดำเนินกลุ่มเป็นไปอย่างรวดเร็ว ผู้ให้คำปรึกษาก็จะต้องอดทนให้สมาชิกกลุ่มได้พูดในสิ่งที่เขาอยากพูดบ้าง แม้จะไม่เกี่ยวข้องกับหัวข้อสำคัญที่ควรอภิปรายก็ตาม เมื่อเขาได้พูดในสิ่งที่พอใจแล้วก็อาจจะพร้อมที่จะพูดถึงปัญหาหรือเรื่องที่เกี่ยวข้องต่อไป

การทำให้เกิดความกระจ่าง (Clarification) ใช้เมื่อผู้รับคำปรึกษาพูดววน ทำให้เรื่องราวสับสน ผู้ให้คำปรึกษาอาจพูดทบทวนซ้ำอีกครั้ง เพื่อความเข้าใจ แจ่มแจ้งหรือเมื่อเขาเข้าใจสิ่งผิดๆ ก็จะต้องอธิบายให้เข้าใจถูกต้อง และในกรณีที่ผู้รับคำปรึกษาใช้ภาษาที่คลุมเครือก็ต้องขอให้อธิบาย หรือทดสอบว่าเข้าใจตรงกันหรือไม่

การแปลความหมาย (Interpretation) เป็นการแปลความหมายจากอารมณ์ พฤติกรรมและความคิดที่ผู้มารับคำปรึกษาแสดงออกไป เพื่อให้เกิดความกระจ่างแจ้งยิ่งขึ้น โดยชี้ให้เห็นถึงความสัมพันธ์บางอย่างในคำพูด ความคิดความรู้สึก และพฤติกรรมให้เขามองเห็นจะ

ช่วยให้มีความตระหนักในตัวเอง ซึ่งการแปลความหมายมักกระทำในขั้นตอนหลังๆ ของการให้คำปรึกษา เมื่อมีความเข้าใจกับผู้มารับคำปรึกษาดีแล้ว และมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันเพราะจะเสี่ยงต่อการสูญเสียสัมพันธภาพถ้าผู้รับคำปรึกษาไม่พร้อมที่จะรับความจริง

การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of Feeling) กรณีนี้ยึดหลักการปรึกษาแบบไม่นำทาง นิยมใช้เพื่อดึงความรู้สึกที่คลุมเครือออกมาให้ชัดเจนขึ้น เป็นการตีความหมายจากคำพูดที่ผู้รับคำปรึกษาพูดออกมา โดยเน้นที่อารมณ์และความรู้สึกมากกว่าเนื้อหาสาระเพื่อช่วยให้เขาเข้าใจความรู้สึกของตนเองอย่างลึกซึ้ง และกล้าเผชิญกับความรู้สึกของตนเอง

การเรียบเรียงด้วยคำเสียใหม่ (Restatement) วิธีนี้ใช้เมื่อผู้รับคำปรึกษาไม่สามารถรวบรวมเนื้อหาให้เป็นเรื่องราวที่ประติดประต่อได้ผู้ให้คำปรึกษาก็จะช่วย โดยการนำถ้อยคำที่เขาพูดมาเรียบเรียงใหม่โดยไม่ตีความหมาย จะช่วยให้เข้าใจเรื่องราวได้กระจ่างขึ้น

การให้ข้อมูล (Information) เป็นวิธีหนึ่งที่จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเห็นช่องทางในการแก้ปัญหาหรือตัดสินใจ โดยอาศัยข้อมูลที่ได้เป็นแนวทาง

การตั้งคำถาม (Questioning) การตั้งคำถามในการจัดกลุ่มให้คำปรึกษา มักเป็นคำถามกว้างๆ ไม่เน้นจุดใดจุดหนึ่งและไม่ใช้เพื่อคำตอบว่าใช่หรือไม่ แต่จะกระตุ้นให้เล่าถึงรายละเอียดหรือแสดงความคิดเห็น

การแนะ (Suggestion) ใช้เมื่อผู้รับการปรึกษามองงงต่อปัญหาและมองไม่เห็นแนวทางที่จะจัดการกับปัญหาได้ วิธีนี้ไม่ควรใช้บ่อยเนื่องจากจะทำให้ผู้รับคำปรึกษาคิดที่จะขอคำแนะนำไม่เป็นตัวของตนเอง และไม่สามารถนำตนเองได้

การให้กำลังใจ (Reassurance) เป็นการสร้างความเชื่อมั่นและช่วยให้คลายเครียดทำให้เกิดกำลังใจที่จะจัดการกับปัญหา อาจทำได้โดยการปลอบใจการชมเชย เมื่อเขาสามารถคิดหาแนวทางได้ หรือปฏิบัติได้เหมาะสม ชี้แจงให้เห็นว่าปัญหานั้นๆ มีทางแก้ไขได้และคาดคะเนว่าต่อไปอาจจะดีขึ้น

ปฏิบัติการเชิงวิเคราะห์ (Tentative Analysis) เมื่อได้ข้อมูลมาโดยละเอียดแล้ว ต้องไม่บังคับให้ผู้รับคำปรึกษาทำตามในสิ่งที่เสนอแนะแต่ปล่อยให้เขาเห็นว่าเขาจะวิเคราะห์ข้อมูลเหล่านั้นด้วยตนเอง และสามารถที่จะรับหรือปฏิเสธข้อเสนอแนะต่างๆ ได้โดยเสรี

การใช้คำถามป้อนกลับ (Feedback) ใช้เมื่อมีสมาชิกคนใดคนหนึ่งตั้งคำถามขึ้นมา แทนที่ผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้ตอบก็อาจจะป้อนคำถามกลับไปยังสมาชิกคนอื่นในกลุ่มหรือกลับไปที่ตัวผู้ถามเองว่าเขาคิดอย่างไร

การมองปัญหาจากมุมมองคนอื่น (Projection interpersonal) คือการให้ผู้มารับคำปรึกษาเปรียบเทียบความรู้สึก ทำที่การปฏิบัติในฐานะที่เป็นคนอื่นที่เกี่ยวข้องซึ่งไม่ใช่ตัวของผู้รับคำปรึกษาเอง

การย้อนอดีตและอนาคต (Projection-time) เป็นการช่วยให้ผู้มารับคำปรึกษานึกย้อนอดีต หรือมองไปถึงอนาคตอีก 5 ปีข้างหน้าว่าได้เกิดอะไรมาบ้างหรือจะเกิดอะไรขึ้นบ้างกับสภาพของปัญหาที่เป็นอยู่

การยกตัวอย่าง (Illustration) อาจเป็นไปได้ทั้งตัวอย่างที่ผู้ให้คำปรึกษาเองเคยมีประสบการณ์ หรือประสบการณ์นอกตัว

การอธิบายสรุป (Summary Clarification) ใช้เมื่อพูดถึงปัญหาได้หลายแง่หลายมุมแล้วก็จะสรุปรวมเรื่องที่พูด และข้อคิดเห็นว่าได้พูดอะไรกันไปแล้วบ้าง

2.3.2 การเลือกสมาชิก

การเลือกสมาชิกขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายและการจัดกลุ่มว่าในการจัดกลุ่มนั้นจัดเพื่อกลุ่มบุคคลประเภทใด โดยเฉพาะ หรือเป็นการจัดเพื่อบุคคลโดยทั่วไป โสไลเซน (Ohlsen, 1977, pp.23-24) ใช้วิธีสัมภาษณ์และบอกวัตถุประสงค์ของกลุ่ม ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกตัดสินใจปฏิบัติตนได้เหมาะสมและสมาชิกที่สนใจเข้ากลุ่มและมีความต้องการที่จะช่วยเหลือ

2.3.3 ชนิดของกลุ่ม

ราว (Rao, 1981, pp.177) มีความเห็นว่าขนาดของกลุ่มควรเป็นกลุ่มปิด คือไม่มีการรับสมาชิกใหม่อีกในระหว่างให้คำปรึกษา แม้จะมีสมาชิกลาออกไปแล้วก็ตาม เพราะการจัดเป็นกลุ่มเปิดจะทำให้สมาชิกมีปัญหาเรื่องความไว้วางใจและความสนิทสนม

2.3.4 ขนาดของกลุ่ม

กองโรคเอดส์ (2544, น.18) ได้กล่าวไว้ว่า ขนาดของกลุ่มมักประกอบด้วยสมาชิกตั้งแต่ 3-12 คนแต่จำนวนที่เหมาะสมคือ 5-8 คนซึ่งจำนวนสมาชิกที่เหมาะสมจะทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์เพียงพอที่จะเป็นพลังของกลุ่มถ้าสมาชิกมีมากเกินไปจะทำให้สมาชิกแต่ละคนมีเวลาน้อยที่จะจัดการกับปัญหาต่างๆ รวมทั้งมีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ แสดงอารมณ์ ความคิดเห็นต่างๆ น้อย แต่ถ้าสมาชิกน้อยเกินไป จะทำให้การดำเนินการอยู่ในรูปแบบกลุ่มลดลง ปฏิสัมพันธ์และการเคลื่อนไหวของกลุ่มจะลดลงตามไปด้วย อย่างไรก็ตาม การกำหนดขนาดของกลุ่มจะมีความยืดหยุ่นไปตามความเหมาะสมของการจัดกลุ่ม โดยพิจารณาถึงชนิดของกลุ่ม วัตถุประสงค์ของการจัดกลุ่ม ระยะเวลาของการจัดกลุ่มแต่ละครั้งหากเป็นกลุ่มที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความรู้สึก ไม่ควรมีสมาชิกมากกว่า 10 คน

2.3.5 ระยะเวลา ความถี่และจำนวนครั้ง

กองโรคเอดส์ (2544,น.18) ได้กำหนดระยะเวลาในการทำกลุ่มไว้ว่า ขึ้นอยู่กับชนิดและวัตถุประสงค์ของกลุ่มที่กำหนดไว้โดยทั่วไประยะเวลาเฉลี่ยประมาณ 1-1 ชั่วโมงครึ่งไม่ควรเกินเพราะจะทำให้สมาชิกล่า ขาดสมาธิหมดความสนใจ ส่วนความถี่ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้นควรจัดสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ยกเว้นในกลุ่มประเภทเร่งด่วนที่จะต้องดำเนินการให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ในระยะเวลาจำกัด จำนวนครั้งที่กลุ่มจะพบกันขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของการทำกลุ่มและธรรมชาติของสมาชิก แต่โดยทั่วไปกลุ่มจะพบกัน 8-10 ครั้ง แล้วแต่ความเหมาะสม

2.3.6 อายุ และวุฒิภาวะของสมาชิก

โอลเซน (Ohlsen, 1988,pp.29) ได้เสนอว่าสิ่งที่ควรนำมาพิจารณาในเรื่องของอายุนั้นส่วนมากจะเลือกสมาชิกกลุ่มที่มีอยู่ในระดับเดียวกัน เพื่อให้สมาชิกมีความสบายใจในการสร้างสัมพันธภาพในกลุ่ม ส่วนวุฒิภาวะทางสังคมจะมีความสำคัญมากกว่าอายุตามปฏิทิน และระดับความสามารถทางสติปัญญาไม่ควรแตกต่างกันมาก เพื่อจะได้ไม่มีปัญหาในการสื่อสารความหมายสมาชิกที่มีความสามารถน้อยกว่าจะถูกข่มโดยสมาชิกที่มีความสามารถมากกว่า

2.3.7 สถานที่ในการประชุมกลุ่ม

สถานที่ในการให้คำปรึกษาควรเป็นห้องที่มีลักษณะเป็นสัดส่วนและมีขนาดพอเหมาะกับจำนวน เก้าอี้ควรมีลักษณะที่นั่งได้สบายและจัดเป็นวงกลมเพื่อให้สมาชิกได้มองเห็นอย่างทั่วถึง พื้นห้องควรสะอาด และพร้อมที่จะให้สมาชิกนั่งกับพื้นได้ ถ้าสมาชิกต้องการที่จะเปลี่ยนอิริยาบถบ้าง (Ohlsen, 1988,pp.29)

2.4 ประโยชน์และคุณค่าในการให้การปรึกษากลุ่ม

วัชร ทรัพย์มี (2549,น.113) กล่าวถึงประโยชน์ของการให้การปรึกษากลุ่ม ดังนี้

1. ประหยัดเวลา เพราะเป็นการที่ผู้มีปัญหาคล้ายกันได้มาพบกัน เพื่อให้มีโอกาสร่วมกันความคิดเห็นความรู้สึก ตลอดจนการช่วยเหลือกันในการแก้ปัญหา
2. เป็นการบริการที่จัดขึ้นเพื่อให้ผู้มีปัญหา ได้สำรวจตนเองในด้านความรู้สึก เจตคติ เพื่อช่วยให้เขาเข้าใจตนเองและยอมรับตนเองมากขึ้น
3. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เน้นถึงปัญหาทางด้านอารมณ์และความรู้สึกของสมาชิกช่วยให้สมาชิกแต่ละคนแก้ปัญหาของตัวเองได้
4. เป็นการมุ่งให้แต่ละคนแก้ปัญหาของตนเอง และเป็นการส่งเสริมมากกว่าการรักษา
5. สมาชิกแต่ละคนได้วิธีสนับสนุนให้ใช้ความคิดของตนเองและแลกเปลี่ยนกับ

ผู้อื่น

6. สมาชิกแต่ละคนได้รับการส่งเสริมให้เรียนรู้ว่าตนคือใครอย่างแท้จริง ตนต้องการอะไรในชีวิต จากการจัดบรรยากาศ ปลอดภัยและเป็นมิตรของการให้การศึกษาแบบกลุ่มช่วยให้การเรียนรู้ที่จะเข้าใจผู้อื่น ยอมรับฟังและเรียนรู้ที่จะสำรวจความสัมพันธ์ในการให้การศึกษาและท่าทีของผู้ให้การศึกษาที่เหมาะสมจะเป็นวิถีทางไปสู่การสร้างบรรยากาศที่อบอุ่นทางใจ ปัญหาของผู้รับการศึกษาเกิดจากความไม่ประสานสอดคล้องกันระหว่างความคิดเกี่ยวกับตนเองกับประสบการณ์ของผู้รับคำปรึกษา

เพเทอร์สัน และ ไนเซน โฮลซ์ (Peterson & Nisenholz, 1995:256-257) กล่าวว่า การให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นกลุ่มนั้นอาจมีข้อจำกัดต่าง ๆ ได้แก่

1. ผู้นำกลุ่มอาจมีการควบคุมสถานการณ์ภายในกลุ่มได้น้อย เนื่องจากจำเป็นจะต้องให้ความสนใจกับสิ่งที่เกิดขึ้นภายในกลุ่ม เพื่อที่จะช่วยให้สามารถควบคุมกลุ่มได้ ดังนั้นผู้นำกลุ่มควรปฏิบัติภารกิจร่วมกับผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม

2. ผู้นำกลุ่มจะต้องทำให้เกิดความสมดุลระหว่างความต้องการที่จะทำให้เกิดความมีอิสระของสมาชิกและความต้องการที่จะรักษาโครงสร้างของกลุ่มให้ดี

3. สมาชิกกลุ่มแต่ละคนอาจได้รับความสนใจจากผู้นำกลุ่มน้อยเนื่องจากเวลาที่จำกัด

4. การรักษาความลับภายในกลุ่ม มีความยากลำบากมากกว่าการให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นรายบุคคล

5. แรงกดดันจากเพื่อนสมาชิกภายในกลุ่ม อาจจะระงับความคิดริเริ่ม ความเป็นตัวของตัวเอง และความคิดสร้างสรรค์ของสมาชิกได้

6. ไม่เหมาะสำหรับบุคคลต่อไปนี้ ได้แก่ ผู้ที่หวาดระแวง ผู้ที่สมองถูกทำลาย โรคจิตเฉียบพลัน ผู้ที่ต่อต้านสังคม ผู้ที่มีความคิดจะฆ่าตัวตาย ผู้ที่กังวลเกี่ยวกับสุขภาพของตนมากเกินไป ผู้ที่หลงตนเอง

7. สมาชิกบางคนอาจรับเคราะห์แทนผู้อื่น หรือเป็นเหมือนแพะรับบาป อันเนื่องมาจากการรวมพวกกันของสมาชิกอื่น และผู้นำกลุ่มขาดประสบการณ์ในการที่จะจัดการแก้ไข

8. ผู้นำกลุ่มขาดประสบการณ์ในการที่จะคัดเลือกสมาชิกเพื่อเข้าร่วมกลุ่ม ทำให้สมาชิกมีพฤติกรรมที่เป็นอันตรายต่าง ๆ ได้แก่ความก้าวร้าว ได้รับการช่วยเหลือที่ไม่เหมาะสม ไม่กระตือรือร้น และผูกขาดเป็นต้น ซึ่งอาจทำให้สมาชิกอื่นบางคนไม่ต้องการที่จะเข้าร่วมกลุ่มอีกในอนาคต

2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

งานวิจัยต่างประเทศ

แอบบอर्थ (Abbott.1985,pp.1989-A) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง กลุ่มตัวอย่างที่มีผลการเรียนไม่ดีและมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำสูง กลุ่มตัวอย่างเข้าเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองได้รับประสบการณ์ การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความจริง ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญและไม่พบความแตกต่างของคะแนนที่ให้ครูประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน

โอไมโซและโอไมโซ (Omizo and Omizo .1988,pp.109-117) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่ออ้อมโนภาพและพฤติกรรมทางสังคมของนักเรียนที่ด้อยความสามารถทางการเรียนกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 4,5 และ 6 ที่ด้อยความสามารถทางการเรียนและอาสาสมัครเข้าร่วมกลุ่ม สุ่มเป็นกลุ่มทดลอง 31 คน กลุ่มควบคุม 31 คน แต่ละกลุ่มแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ๆ ละ 10 คน จำนวน 2กลุ่ม กลุ่มละ 11 คน จำนวน 1 กลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองสามารถพัฒนาอ้อมโนภาพและพฤติกรรมทางสังคมสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม

3.1 ความเป็นมาเกี่ยวกับทฤษฎีการให้ปรึกษาแบบภวนิยม

ภวนิยม, อ้อมโนภวนิยม อ้อมโนภวนิยม ตรงกับคำในภาษาอังกฤษ เอกซิสเทนเชียล (Existential) ในวิจัยเล่มนี้ผู้วิจัยเลือกใช้คำว่า ภวนิยมการให้คำปรึกษาแบบภวนิยม(Existential Counseling) พัฒนามาจากแนวปรัชญาภวนิยม (Existentialism) โดยมีนักปรัชญา 2 ท่านที่ถือว่าเป็นจุดเริ่มต้นของแนวปรัชญาภวนิยมคือ โซเรนเคิร์กการ์ด(SorenKierkegaard1813-1855) และนิตเช่ (Nietzsche) โดยเคิร์กการ์ด ถือว่าเป็นบิดาของปรัชญาแนวภวนิยม (Warnock,1977:6,12,22)

ต่อมาแนวปรัชญาแนวภวนิยมได้ถูกพัฒนาและมีการแพร่หลายอย่างรวดเร็วในช่วงหลังสงครามโลกครั้งที่ 2 เนื่องจากบุคคลในยุคนั้นตระหนักถึงความเลวร้ายในช่วงสงคราม ความรู้สึกของผู้ที่พ่ายแพ้ ครอบครัวยุติแตกแยกกระจัดกระจายไปสู่ความรู้สึกสูญเสียและสิ้นหวัง (Capuzzi&Gross,1995,pp.209) นักจิตวิทยามนุษยนิยม ได้พัฒนาแนวคิดแบบภวนิยม โดยเน้นความสำคัญของความรู้สึกความเป็นมนุษย์ของแต่ละบุคคล การรับรู้เกี่ยวกับตนเองที่แตกต่างไปจากบุคคลอื่นประสบการณ์นั้น ๆ ของบุคคลและการแสวงหาความหมายในตนเอง (อาภา จันทรสกุล 2535,น.50) เนื่องจากบุคคลที่มาขอความช่วยเหลือจากนักจิตวิทยาในยุคนั้นมาด้วยปัญหาว่าตนเกิด

ความรู้สึกโดดเดี่ยว แยกแยะ ว่าเหว และมีความรู้สึกไร้ความหมายในการดำรงชีวิต(Vondracek and Cornel.1995,pp.195-196)

ซึ่งจะเห็นได้ว่าแนวปรัชญาภวนิยมนั้นพัฒนาขึ้นจากการที่พยายามช่วยเหลือบุคคลที่ประสบปัญหาในการดำรงชีวิตที่มีความรู้สึกโดดเดี่ยว แยกแยะและรู้สึกว่าตนเองไร้ความหมาย ในระยะแรกนักปรัชญาภวนิยมมุ่งเน้นที่จะทำความเข้าใจประสบการณ์ในการดำรงชีวิตของบุคคลมากกว่าเพื่อพยายามพัฒนาหลักสำหรับบำบัด(Corey.1996,pp.170;citing May and Yalom.1995)

นักจิตวิทยาที่พัฒนารูปแบบและวิธีการเฉพาะของแต่ละคน มีกระบวนการบำบัดที่ยึดแนวปรัชญาหรือความเชื่อของนักภวนิยม ซึ่งพอจะกล่าวได้สังเขปดังนี้(วัชร ทรัพย์มี.2533,น.93-95)

โซเรนเคิร์กการ์ด(SorenKierkegaard) นักปรัชญาแบบภวนิยมซึ่งเน้นความคงอยู่ของมนุษย์และความมุ่งมั่นในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ตามที่เขาได้เลือกตัดสินใจแล้ว

พอลทิลลิค(Paul Tillich. 1886-1965) นักภวนิยมซึ่งเน้นการให้กำลังใจมนุษย์ที่จะต่อสู้ชีวิต

เจตพอลซาร์ต(Jean Paul Satre. 1905) มีแนวคิดที่มนุษย์แสวงหาความหมายในชีวิต มนุษย์พัฒนาความรับผิดชอบต่อการตัดสินใจและการกระทำของตนเอง

วิกเตอร์แฟรงเกิล(Viktor Frankle.1905)ผู้นำวิธีการบำบัดโดยมุ่งการแสวงหาความหมายในชีวิต (Logotherapy) แฟรงเกิลเป็นชาวเวียนนาซึ่งถูกฮิตเลอร์จับเข้าค่ายกักกัน เขาอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เต็มไปด้วยความทุกข์ทรมาน โดยไม่รู้ว่าชะตากรรมจะเป็นอย่างไร เขาสูญเสียทุกอย่างตั้งแต่ครอบครัวแม้แต่ชีวิตตนเองก็แทบเอาไม่รอด จึงได้พัฒนาปรัชญาชีวิตขึ้นมาในปี ค.ศ. 1949 และได้พิมพ์เผยแพร่เป็นหนังสือหลายเล่ม หลักการของเขาคือ มนุษย์ต้องมีความรับผิดชอบในการดำเนินชีวิตของตนและสามารถทำให้ชีวิตมีความหมายในปัจจุบันแม้จะไม่แน่ใจว่ารุ่งขึ้นจะเกิดอะไรขึ้นก็ตาม เขาเชื่อว่า “มนุษย์ได้รับแรงผลักดันให้แสวงหาความหมายในชีวิตโดยใช้สติปัญญามากกว่าเป็นไปโดยสัญชาตญาณ ความหมายในชีวิตของแต่ละคนเป็นเรื่องเฉพาะตัว ซึ่งแตกต่างจากค่านิยมซึ่งอาจมีร่วมกับผู้อื่นในสังคม

3.1.1 ธรรมชาติของมนุษย์

ซาร์ต (Satre . n.d.อ้างอิงใน ทศนา บุญทอง.2525,น.27-28) ซึ่งเป็นนักภวนิยมชาวฝรั่งเศสกล่าวถึงธรรมชาติของมนุษย์ว่า

1) เสรีภาพ เป็นธาตุแท้ของมนุษย์ มนุษย์เกิดมาพร้อมความว่างเปล่า ปราศจากพันธนาการ ไม่มีวิถีใดๆ มากำหนดมนุษย์ มนุษย์จะเป็นสิ่งที่เขาทำ มนุษย์สามารถตั้งตนชีวิตได้เอง ไม่มีเกณฑ์ใดๆจะตัดสินว่าอะไรคือความดี ความชั่ว อะไรถูก อะไรผิด อะไรควรทำ เพราะสิ่งต่าง ๆ มนุษย์เป็นผู้ให้ความหมาย

2) มีเสรีภาพในการเลือกกระทำและลงมือกระทำจะเป็นจุดเริ่มต้น ไปสู่พันธะพันธะคือการนำตัวเราไปผูกพันกับสิ่งที่เราเลือก โดยเชื่อเองว่าเป็นสิ่งที่ถูกต้องสำหรับตนเอง

3) พันธะเกิดขึ้นจากเสรีภาพและการเลือกนั้น ก็คือความรับผิดชอบ มนุษย์จะต้องมีความรับผิดชอบอย่างเต็มที่ด้วยในทุกสิ่งที่ได้เลือกกระทำลงไป

เมย์ (วัชรวิ ททรัพย์มี.2553,น.94) นักทฤษฎีที่มีความคิดเห็นเกี่ยวกับลักษณะของมนุษย์ ดังนี้

- 1) มนุษย์มีภาวะความเป็นอยู่ ความคงอยู่
- 2) มนุษย์มีความตระหนักในเรื่องต่างๆ เป็นสิ่งที่รู้ตัวอยู่ตลอดเวลา
- 3) มนุษย์มีความวิตกกังวลว่าจะมีสิ่งต่างๆมาทำลายความคงอยู่หรือความเป็นตัวของตัวเอง
- 4) มนุษย์พยายามแสวงหาความหมายในชีวิต

3.1.2 แนวคิดแบบทฤษฎี

คอเรย์(Corey,2004,p.240) กล่าวว่าแนวคิดที่สำคัญของการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีทฤษฎีทฤษฎี คือ การตระหนักรู้ในตนเอง,การตัดสินใจและความรับผิดชอบ,ความวิตกกังวล,ความตาย,การค้นพบความหมายของชีวิต,การค้นหาคำเป็นของตัวเอง,ความรู้สึกโดดเดี่ยวและไร้ความผูกพัน ซึ่งแนวคิดดังกล่าวนี้เป็นสิ่งสำคัญในกระบวนการกลุ่มแบบทฤษฎีทฤษฎีที่จะทำให่มุมมองและความเข้าใจในตัวตนของแต่ละคนในกลุ่มได้ สัมพันธภาพที่มีความจริงใจระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา และระหว่างสมาชิกในกลุ่ม(Corey,2004,p.240 citing Walsh& McElwain,2002)

1) การตระหนักรู้ในตนเอง (Self-Awareness)

มนุษย์แตกต่างจากสัตว์อื่นตรงที่มีการตระหนักรู้ในตนเอง และมีทางเลือกอย่างอิสระและมีจิตจำกัดทางด้านกายภาพมาเกี่ยวข้อง แต่มนุษย์สามารถเลือกสิ่งที่ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้ บนความตระหนักรู้เกี่ยวกับจิตจำกัดของตนเอง สามารถกำหนดได้ว่า จะยอมให้สิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลกับเขาหรือไม่ การตระหนักรู้ยังทำให้มนุษย์ยอมรับว่าความอิสระและความรับผิดชอบเป็นสิ่งที่ต้องมีควบคู่กันไป และสามารถเลือกปฏิบัติได้

การนำมาใช้กับการปรึกษากลุ่ม

เป้าหมายพื้นฐานของทฤษฎีทฤษฎี คือการพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเอง และเพิ่มทางเลือกให้กับตนเอง ในการปรึกษาให้สมาชิกตั้งคำถามเกี่ยวกับตนเองร่วมกันหาแก่นแท้ของการดำรงอยู่ เช่น “ฉันเป็นคนประเภทไหน” “ฉันจะดำเนินชีวิตไปทางไหน” “ฉันจะเชื่อมโยงเหตุการณ์

ต่าง ๆ ในชีวิตเพื่อหาความหมายในชีวิตได้อย่างไร” “ฉันจะทำอย่างไรเพื่อให้ตระหนักรู้ในตนเองเพิ่มขึ้น”

สถานการณ์ในกลุ่มนี้จะให้โอกาสสมาชิกแสดงความรู้สึกเฉพาะตัว และแสดงถึงมุมมองเกี่ยวกับโลกที่เขาประสบอยู่แก่สมาชิกคนอื่นในกลุ่ม และเรียนรู้ที่จะจัดการกับความวิตกกังวล ซึ่งเป็นผลมาจากการที่ต้องเลือกตัดสินใจด้วยตัวเอง เพื่อที่จะปลดปล่อยตัวเองออกจากกฎเกณฑ์ต่างๆ ที่ต้องเผชิญอยู่ทุกวัน ตามแนวคิดแบบภวนิยมจะต้องทำให้สมาชิกมองความวิตกกังวลในแง่บวก ซึ่งความวิตกกังวลจะทำให้เกิดความเป็นเอกัตบุคคล การที่จะเป็นตัวของตัวเองได้นั้นต้องผ่านความรู้สึกวิตกกังวลบ้าง เนื่องจากชีวิตไม่ใช่เรื่องที่จะเปลี่ยนแปลงจากสิ่งที่เป็นอยู่ง่ายๆ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเข้าใจในตัวของผู้สมาชิกแต่ละคน และสิ่งที่สำคัญที่สุดคือการให้กำลังใจและทุ่มเทความสามารถอย่างเต็มที่ในการช่วยเหลือให้เขาตระหนักรู้ในตนเอง โดยสะท้อนให้เขาตระหนักรู้เกี่ยวกับแนวคิดของภวนิยม ว่าเขาจะเลือกปฏิบัติตนอย่างไรในชีวิต เช่น

เราสามารถเลือกที่จะพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเอง หรือเลือกที่จะจำกัดตัวเองอยู่กับสิ่งที่มีอยู่เดิม

เรากำหนดชีวิตของตนเอง หรือจะปล่อยให้สิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลกับชีวิตเรา

เราเลือกได้ว่าจะสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น หรือเลือกที่จะแยกตัวจากสังคม

เราสร้างและค้นหาความหมายของชีวิตตนเอง หรือเลือกที่จะปล่อยให้ชีวิตเป็นไปตามสถานการณ์

เรากล้าที่จะเผชิญกับความเลวร้าย และผลลัพธ์ที่จะก่อให้เกิดความวิตกกังวลในการเลือกตัดสินใจของเรา หรือเลือกที่จะรู้สึกปลอดภัยในการพึ่งพาการตัดสินใจของผู้อื่นแต่รู้สึกไม่อิสระ

เรายอมรับว่าความตายเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ หรือเลือกที่จะเก็บกดความจริงนี้ไว้

2) การตัดสินใจและความรับผิดชอบ (Self-Determination and Personal Responsibility)

นักภวนิยมมองว่าความเป็นไปในชีวิต เกิดจากผลของทางเลือกที่เราเลือก ตลอดชีวิตเราต้องเจอกับทางเลือกต่าง ๆ อย่างต่อเนื่อง การกระทำของเราสืบเนื่องมาจาก ทางเลือกที่เราต้องต้องการให้เป็น เราจะต้องรับผิดชอบผลลัพธ์ที่เกิดจากการกระทำของเรา ไม่ว่าจะเป็นความสำเร็จหรือล้มเหลว แฟรงค์ (Frankl, 1963 cited in Corey, 2004 p.243) เชื่อว่าความหมายของชีวิตคือความรับผิดชอบในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ตามบทบาทของแต่ละคน และอิสระในชีวิตกับความรับผิดชอบเป็นของคู่กัน อิสระไม่ใช่อิสระจากสถานการณ์ต่างๆ แต่เป็นความสามารถที่จะยืนหยัดเผชิญหน้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง ความหมายในชีวิตต้องเกิดจากการค้นหาด้วย

ตนเอง ถ้าปล่อยให้ผู้อื่นหรือสิ่งแวดล้อมกำหนดแนวทางการดำเนินชีวิตโดยไม่มีพลังที่จะลุกขึ้นมาเปลี่ยนแปลงตัวเองให้เป็นอย่างที่เราควรเป็น เราอาจจะพบกับความเจ็บปวดและไร้ความหวังได้

การนำมาใช้กับการปรึกษากลุ่ม

สมาชิกกลุ่มภวนิยมจะต้องเผชิญความจริงเกี่ยวกับการดำรงชีวิตว่า เขาไม่สามารถหลีกเลี่ยงจากอิสระและความรับผิดชอบ และต้องยอมรับว่าอิสระและเสรีภาพในภาพในชีวิตนำมาซึ่งความวิตกกังวล เนื่องจากมีความเสี่ยงที่จะต้องตัดสินใจเลือกทางเลือกต่างๆ และต้องรับผิดชอบต่อผลจากการตัดสินใจ

งานหลักของผู้นำกลุ่มคือ การช่วยเหลือให้สมาชิกแต่ละคนพิจารณาปัญหาในการตัดสินใจเลือก ซึ่งมักจะประสบกับข้อจำกัดต่าง ๆ หรือบางคนอาจปฏิเสธที่จะมีอิสระในชีวิตซึ่งสมาชิกจะแสดงออกโดยการพูดเกี่ยวกับความรู้สึกไร้ความช่วยเหลือ ไร้พลัง และมักโทษว่าความเจ็บปวดที่ได้รับนั้น เกิดมาจากผู้อื่นเป็นการกระทำ หรือสถานการณ์ภายนอกบังคับ ผู้นำกลุ่มจะต้องสะท้อนให้สมาชิกได้ตระหนักว่า เขาสามารถกำหนดโชคชะตาของตนเอง รู้ถึงศักยภาพและพลังของตนทำให้เข้าใจถึงถึงความอิสระและความรับผิดชอบในชีวิตมากขึ้น

ยาโลม(Yalom,1980 cited in Corey,2004 p.244) จะเน้นความเป็น ไปในปัจจุบัน(Here and Now) ให้กำลังใจสมาชิกในการสำรวจว่าตัวเองมีภาวะอย่างไรในปัจจุบัน และจัดบรรยากาศกลุ่มให้สมาชิกมีความรับผิดชอบในการสร้างสัมพันธภาพภายในกลุ่ม ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับชีวิตจริงได้ สมาชิกที่ตกอยู่ใต้อิทธิพลของสิ่งภายนอก สามารถเรียนรู้ที่จะมองเห็นตัวเองจากสายตาของคนอื่น และเรียนรู้ว่ามีแนวทางอย่างไรในการทำให้ผู้อื่นยอมรับ โดยไม่ทิ้งความเป็นตัวของตัวเอง การมีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มจะเพิ่มความรับผิดชอบ ถ้าสมาชิกมีความรับผิดชอบที่จะมีส่วนร่วมในกลุ่ม ทำให้ตระหนักถึงความรับผิดชอบเป็นสิ่งที่สำคัญในชีวิต

3) ความวิตกกังวล (Existential Anxiety)

ตามมุมมองของภวนิยม ความวิตกกังวลเป็นลักษณะพื้นฐานของมนุษย์ ไม่จำเป็นต้องจัดว่าเป็นจิตพยาธิสภาพ และมองว่าเป็นสิ่งที่ดีเนื่องจากเป็นแรงจูงใจที่จะทำให้เกิดการพัฒนา ความวิตกกังวลเป็นผลจากการที่ต้องตัดสินใจเลือก โดยปราศจากแนวทางที่ชัดเจน และไม่ทราบผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้นหลังจากตัดสินใจเลือกแล้ว แต่ก็ต้องรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเองเลือก เคิร์ท การ์ด (Kierkegaard,pp.1813-1855cited in Corey,2004 p.246) กล่าวว่า ความวิตกกังวลคือความรู้สึกสับสนในอิสระ เมื่อคิดจะเปลี่ยนแปลงตัวเองในมิติใหม่ บางครั้งจะต้องละทิ้งสิ่งเก่า ๆ ที่เคยปฏิบัติเปลี่ยนแปลงสิ่งที่คุ้นเคยทำให้รู้สึกไม่ปลอดภัย เพื่อแลกกับสิ่งที่จะเกิดขึ้นใหม่ โดยไม่แน่ใจว่าผลจะเป็นอย่างไร ก่อให้เกิดความวิตกกังวล แม้ว่าเราอาจไม่ยินดีเมื่อเกิดความวิตกกังวลขึ้น แต่ความวิตกกังวลคือ การลงทุนที่ก่อให้เกิดการพัฒนาศักยภาพของตนเอง การหลีกเลี่ยงสิ่งทำทนาย

ในชีวิตหรือไม่ยอมให้เกิดความวิตกกังวลโดยการหนีปัญหาทำให้เกิดการดำรงชีวิตแบบผิวเผิน ซึมเศร้า ไร้พลัง ไม่มั่นใจในตนเอง

การนำมาใช้กับการปรึกษากลุ่ม

บูเกนตอล (Bugental, 1978 cited in Corey, 2004 p.246) อธิบายถึงการบำบัดของเขาเกี่ยวกับความวิตกกังวล หลักของการบำบัดคือ การจัดการป้องกันตัวเองออกไป โดยให้ยอมรับความรู้สึกของตนเอง เช่น ความรู้สึกแตกแยก ความต้องการพึ่งพาผู้อื่น ความรู้สึกว่างเปล่าและการมีชีวิตอยู่ อย่างไรก็ตามความหมาย เมื่อยอมรับแล้วจะต้องจัดออกไปด้วยการตัดสินใจเลือกด้วยตนเอง ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้ทำให้เกิดความกังวล เนื่องจากบางคนต้องละทิ้งสิ่งที่คุ้นเคย บางคนต้องต่อสู้ฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ เช่น กฎเกณฑ์ของสังคม ซึ่งขีดจำกัดความสามารถของตน ผู้นำกลุ่มจะต้องชี้ประเด็นให้สมาชิกเข้าใจว่าสิ่งเหล่านี้จะต้องเกิดขึ้นถ้าอยาก让生活ของเราเป็นแบบที่เราต้องการและให้กำลังใจสมาชิกเผชิญหน้ากับความวิตกกังวลอยู่เสมอ เนื่องจากต้องมีการตัดสินใจอย่างต่อเนื่อง ความกังวลไม่ใช่สิ่งที่เกิดขึ้นเพื่อทำลายแต่เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเพื่อการดำรงอยู่(Existence)

4. ความตาย (Death and Nonbeing)

แนวคิดเกี่ยวกับความตายเป็นสิ่งที่จำเป็นในการค้นหาความหมายของชีวิต ถ้ายอมรับว่าจุดจบของชีวิตคือความตาย จะตระหนักได้ว่าภาวะปัจจุบันเป็นสิ่งที่มีความหมาย ทำให้คนเราถูกกระตุ้นเร่งเร้าทำให้บางสิ่งบางอย่างในชีวิต ที่จะสร้างทางเลือกระหว่างยืนยันที่จะเป็นบุคคลเท่าที่ความสามารถจะเป็นได้ หรือปล่อยให้ชีวิตล่องลอยไปตามเหตุการณ์

การปฏิเสธขอความตายก่อให้เกิดความวิตกกังวล รู้สึกแปลกแยกในตนเอง ไม่เข้าใจตนเอง แฟรงค์เพิ่มเติมว่า การที่เรามีชีวิตอยู่ยาวนานเท่าไรนั้นไม่สำคัญ แต่สำคัญที่เราจะอยู่อย่างไรให้ชีวิตมีคุณภาพและเปี่ยมไปด้วยความหมายแห่งชีวิตของเรา

การนำมาใช้กับการปรึกษากลุ่ม

การตระหนักรู้เกี่ยวกับความตายและความวิตกกังวล เกี่ยวข้องกับการอยู่อย่างมีชีวิตที่เต็มเต็ม การช่วยเหลือให้สมาชิกตระหนักรู้เกี่ยวกับความตาย ช่วยให้สมาชิกรับรู้ความเป็นจริงในชีวิตมากขึ้น ความไม่สบายใจต่างๆเกิดจากต้องดำเนินชีวิตในแบบที่ตัวเองที่ตัวเองไม่ชอบ ทำให้สนใจที่จะพัฒนาคุณภาพชีวิต ให้สอดคล้องกับเอกลักษณ์ของตนเอง มีการวางแผนทำสิ่งที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเพื่อความเจริญงอกงามในชีวิต

ในขั้นตอนของการเปลี่ยนแปลงเพื่อการพัฒนา สมาชิกอาจต้องพบกับความสับสนไม่สบายใจ ก่อนที่จะสามารถกำหนดโครงสร้างใหม่ได้ บรรยากาศในการปรึกษากลุ่มจะต้องเป็นที่ที่ปลอดภัยในการแสดงออกถึงความรู้สึกเหล่านี้ และเปิดเผยความไม่แน่ใจซึ่งเกิดขึ้นพร้อมกับการทดลองทำสิ่งใหม่ๆ

5) การค้นพบความหมายของชีวิต (The Search for Meaning)

การดิ้นรนต่อสู้เพื่อให้ชีวิตมีความหมาย และการมีเป้าหมายในชีวิตเป็นลักษณะเฉพาะของมนุษย์ ซึ่งมักค้นหาความหมายและเอกลักษณ์ของตนเองโดยการตั้งคำถามกับตัวเองว่า เราคือใคร? เราจะไปทางไหนและทำไม? อะไรที่เป็นเป้าหมายและความหมายในชีวิต? แนวคิดภวนิยมเชื่อว่า ชีวิตไม่ได้มีความหมายในแง่บวกโดยตัวของมันเอง แต่เราจะต้องเป็นคนสร้างความหมายขึ้นมา เราจะค้นพบตัวเองในมุมมองที่ใหม่ ๆ อยู่เสมอ แฟรงค์เชื่อว่าการขาดความหมายในชีวิตเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด ความวิตกกังวล และโรคประสาทต่าง ๆ หลายคนที่เขาให้การบำบัดไม่สามารถตัดสินใจเกี่ยวกับชีวิตของตนเองได้ เกิดข้อขัดแย้งต่างๆ (Existential Vacuum) การบำบัดของเขาจึงเน้นการให้ผู้รับคำปรึกษาค้นหาความหมายในชีวิต และมีหลายแนวทางในการค้นหาความหมายในชีวิต เช่น ความหมายเกี่ยวกับ การงาน ความรัก ประสบการณ์ หรือการทำสิ่งต่างๆ เพื่อผู้อื่น เป็นต้น ถ้าเรามีกำลังใจที่จะรับประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นสิ่งเหล่านี้จะลดบันดาลให้เกิดความเข้มแข็ง สามารถเผชิญกับความเจ็บปวด ความผิดหวังความตาย ในการหาความหมายในชีวิตจะต้องปรับเปลี่ยนสิ่งที่ไม่ดีให้เกิดขึ้นเป็นชัยชนะ

การนำมาใช้กับการปรึกษากลุ่ม

ในกลุ่มสมาชิกแต่ละคนจะเล่าถึงความหมายของชีวิตของตนให้กลุ่มรับรู้ และจะต้องเปลี่ยนแปลงจากชีวิตเดิมอย่างไรบ้าง ซึ่งบางคนในกลุ่มยังไม่พบเอกลักษณ์ของตนเองและยังหาความหมายในชีวิตไม่เจอ แต่ก็ต้องทำตามแรงกดดันในกลุ่ม จึงเสนอแนวคิดไปให้กลมกลืนกลับกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องสังเกตและแยกแยะให้ได้ว่า สมาชิกคนใดค้นหาความหมายของชีวิตด้วยตนเอง คนใดทำตามกระแสกลุ่มซึ่งมักจะปฏิเสธความจริงที่เกิดขึ้นในตนเองปล่อยชีวิตไปตามสังครอบตัว การช่วยเหลือที่สำคัญคือให้สมาชิกเข้าใจถึงความจริงที่ว่า แนวทางการดำรงชีวิตของคนแต่ละคน ไม่มีแบบแผนสำเร็จรูปให้ทำตาม เราไม่จำเป็นต้องทำในสิ่งที่ไม่ช่วยให้การดำรงอยู่ของเรามีความหมายมากขึ้น แต่เราต้องแน่ใจว่าไม่ละเลยความรับผิดชอบในการค้นหาความหมายหรือสิ่งใหม่ ๆ ในชีวิตคำถามที่ใช้ในกลุ่มเช่น

คิดว่ามีสิ่งใดมาขัดขวางการรับรู้ที่แท้จริงแล้วเราต้องการอะไร

สิ่งใดที่เกิดขึ้นกับชีวิตแล้วเราเกิดความพอใจ

ผู้นำกลุ่มมีหน้าที่ช่วยให้สมาชิกร่วมกันสร้างสรรค์แรงขับภายใน ให้สอดคล้องกับแนวทางการดำเนินชีวิต ซึ่งกระบวนการนี้ก่อให้เกิดความวิตกกังวล ผู้นำกลุ่มจะต้องช่วยให้สมาชิกเรียนรู้ที่จะพัฒนาการไว้วางใจตนเอง (Self Trust) ทำให้ค้นพบคุณค่าในตนเอง ชี้แจงและให้กำลังใจสมาชิกให้ตระหนักถึงการมีชีวิตที่มีความหมายเป็นกระบวนการที่ยุ่ยากและยาวนานซึ่งต้องอาศัยการตัดสินใจ และความอดทน

6) การค้นหาความเป็นตัวเอง (The Search for Authenticity)

การค้นหาความเป็นตัวเองของแต่ละคน เป็นกำลังใจในการมีชีวิตอยู่ ถึงแม้ว่าจะต้องประสบกับความยุ่งยาก แต่เราจะต้องเข้มแข็งที่จะหาความจริงเกี่ยวกับตัวของเราเอง เพื่อหยุดยั้งความขัดแย้งต่าง ๆ ในชีวิต เมื่อมนุษย์ค้นพบความเป็นตัวเอง รู้จักชีวิตอย่างลึกซึ้งเขาจะเป็นคนที่มีความมั่นคงและมีความสามารถ รู้จักจำกัดของตนเอง มีการยอมรับโดยสงบว่าสิ่งใดที่ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ และมีพลังใจที่จะเปลี่ยนแปลงสิ่งที่ทำให้ดีขึ้นได้

แนวคิดเกี่ยวกับการไม่เป็นตัวของตัวเอง (Inauthenticity) คือความรู้สึกผิด เกิดจากความรู้สึกที่ไม่สมบูรณ์ และมองชีวิตตัวเองจากมุมมองของคนอื่น ทำที่สุดความรู้สึกเกี่ยวกับตนเองขาดหายไป จนกลายเป็นจิตพยาธิสภาพเนื่องจากผู้อื่นมาบงการชีวิตเราจนขาดประสบการณ์ชีวิต

การนำมาใช้กับการปรึกษากลุ่ม

กลไกภายในกลุ่มจะทำให้มองเห็นตัวตนของสมาชิก และสมาชิกเรียนรู้จากกลุ่มว่าสามารถแสดงการคัดค้านความหมายของคนอื่นได้ และพบทางเลือกมากมายในความเป็นตัวเอง โดยกลุ่มเปิดโอกาสวิเคราะห์ตัวเองอย่างอิสระ จากสถานการณ์กลุ่มสมาชิกจะเรียนรู้ว่าไม่มีใครให้คำตอบเกี่ยวกับชีวิตของเขาได้ดี ได้ถูกใจเขาเท่าตัวของเขาเอง ผู้นำกลุ่มทวนิยมจะไม่นำทางสมาชิกเพราะเขารู้ว่าไม่ช่วยให้สมาชิกเป็นตัวของตัวเอง

7) ความรู้สึก โดดเดี่ยวและ ไร้ความผูกพัน (Aloneness and Relatedness)

นักทวนิยมเชื่อว่าความโดดเดี่ยวทำให้เราทราบถึงความหมายในชีวิต ตัดสินใจได้ว่าจะดำเนินชีวิตอย่างไร หากคำตอบให้ตัวเองและเลือกที่จะเป็นหรือไม่เป็น ขั้นตอนของการตระหนักรู้จะต้องผ่านความโดดเดี่ยว บางคนพยายามหลีกเลี่ยงความโดดเดี่ยว โดยการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นอย่างผิวเผิน บางครั้งมีพฤติกรรมรุนแรง โดยไม่รู้สึกถึงความกลัวและความเจ็บปวดของตนเอง เราควรเปิดโอกาสให้ตนเองอยู่โดดเดี่ยว และพยายามหาความหมายในชีวิตจากภายในตัวของเราเอง ถ้าเราทำสำเร็จจะสามารถกำหนดเอกลักษณ์แห่งตนได้ จากนั้นเราจะสามารถสร้างความสัมพันธ์อย่างจริงจังและมีความหมายกับผู้อื่นได้

การนำมาใช้กับการปรึกษากลุ่ม

ในกลุ่มสมาชิกมีโอกาสสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ในทางที่เต็มไปด้วยความหมายแห่งชีวิต และเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองจากผู้อื่น และพบแนวทางที่จะหล่อเลี้ยงสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น เราเรียนรู้ว่าการดำเนินชีวิตอย่างไรนั้นไม่มีใครบอกเขาได้ ถ้าเขารู้จักตัวเองดีแล้วเราจะเรียนรู้เองว่าจะทำอย่างไร ในการสร้างสัมพันธภาพที่ลึกซึ้งกับผู้อื่นภายนอกกลุ่มได้อย่างไร

การรับทราบเรื่องราวของผู้อื่นในกลุ่ม ทำให้สมาชิกตระหนักในความจริงที่ว่าแท้จริงแล้วเขาไม่ได้โดดเดี่ยวในการต่อสู้ชีวิต คนอื่นก็เช่นเดียวกันจึงมีความเข้มแข็งที่จะมองตัวเองและพยายามที่จะกำหนดเอกลักษณ์แห่งตนเอง

จากแนวคิดต่างๆ ของคอเรีย จะเห็นได้ว่าคอเรียไม่ได้เน้นเรื่องเทคนิค แต่ให้ความสำคัญกับประสบการณ์และตัวตนของสมาชิกกลุ่มแต่ละคน คำถามที่ใช้ส่วนใหญ่จะเป็นการกระตุ้นให้สมาชิกสำรวจและทำความเข้าใจตนเอง เน้นการทำความเข้าใจสมาชิก ให้กำลังใจและสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้นำกับสมาชิก และสมาชิกด้วยกันเอง โดยเน้นให้สมาชิกค้นพบเอกลักษณ์ของตนเองโดยผู้นำกลุ่มไม่ใช่นำทางหรือแนะนำ

แต่อย่างไรก็ตาม ต้องตระหนักว่าขั้นตอนการให้การปรึกษาตามทฤษฎีภวนิยมนั้น ไม่ได้มีขั้นตอนที่เป็นระบบเฉพาะเจาะจง ผู้ให้คำปรึกษาสามารถยืดหยุ่นและปรับเปลี่ยนได้เพื่อช่วยเหลือให้ผู้รับการปรึกษาแต่ละคนได้บรรลุวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา

จากเอกสารดังกล่าว ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยจึงได้แบ่งขั้นตอนการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีแบบภวนิยมเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้คือ

1. ขั้นเริ่มต้นให้การปรึกษา เป็นขั้นตอนของการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษาทุกคนในกลุ่ม เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาแต่ละคนรู้สึกผ่อนคลาย รู้สึกว่าตนได้รับการยอมรับและเอาใจใส่ เกิดความอบอุ่นไว้วางใจ กล้าที่จะเปิดเผยประสบการณ์และความรู้สึกของตนออกมาอย่างอิสระ โดยปราศจากความรู้สึกกดดัน

2. ขั้นดำเนินการให้การปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้ให้การปรึกษาใช้เทคนิคในการให้การปรึกษาเพื่อช่วยเหลือสมาชิกในกลุ่ม ให้รู้จักเข้าใจตนเองและผู้อื่น ไว้วางใจในตนเองและผู้อื่น รวมทั้งรู้และเข้าใจในเหตุการณ์ที่มากระทบตน มีความสามารถในการวางแผนจัดการและเลือกการดำเนินชีวิตอย่างอิสระ และมีคุณค่า และสามารถรับผิดชอบต่อตนเอง เห็นคุณค่าของตน และการกระทำของตน ตลอดจนได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต โดยมีรายละเอียดดังนี้

2.1 ขั้นตระหนักในตนเอง เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนรู้จักและเข้าใจตนเอง เข้าใจลักษณะของการกระทำและพฤติกรรมของตน รวมถึงเข้าใจเหตุการณ์ที่มากระทบตน ตรงตามสภาพความต้องการและปัญหามากที่สุด โดยให้สมาชิกแต่ละคนสำรวจตนเอง และสิ่งที่มากระทบตน

2.2 ขั้นเสรีภาพในการเลือกและความรับผิดชอบ เพื่อให้สมาชิกตระหนักถึงเสรีภาพในการเลือกกระทำเพื่อตนเอง ภายในข้อจำกัดของตน รับผิดชอบต่อการเลือกของตน

โดยให้สมาชิกแต่ละคนสร้างทางเลือกและความรับผิดชอบ กำหนดทางเลือกต่างๆ ของตนพร้อมทั้งวิเคราะห์ผลดี ผลเสียของทางเลือกแต่ละทาง

2.3 ขั้นค้นพบเอกลักษณ์ของตนและสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่น เพื่อให้สมาชิกให้ความสำคัญในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น สอดคล้องกับความต้องการที่แท้จริงของตนเอง และเรียนรู้ที่จะยอมรับตนเองและยอมรับผู้อื่น โดยให้สมาชิกแต่ละคนพิจารณาเอกลักษณ์ ค่านิยม ความเชื่อ และทัศนคติของตนเอง

2.4 ขั้นค้นหาความหมายของชีวิต เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนมีเป้าหมายในชีวิต เห็นคุณค่าในการกระทำของตน หาวิธีการต่างๆ เพื่อเผชิญกับอุปสรรค โดยให้สมาชิกแต่ละคนตั้งเป้าหมายในการดำเนินชีวิต มองตัวเองในแง่บวก เพิ่มข้อดีและลดข้อด้อยในตนเอง

2.5 ขั้นการเห็นคุณค่าในตนเอง เพื่อให้สมาชิกเรียนรู้ที่จะเห็นคุณค่าในตนเองด้วยการเชื่อมั่นว่าตนสามารถทำได้ และให้สมาชิกยอมรับสถานการณ์ตามความเป็นจริง ไม่หลีกเลี่ยงปัญหาในชีวิตแก้ปัญหาแบบเผชิญหน้า โดยฝึกให้สมาชิกวางแผนการเห็นคุณค่าในตนเอง

3. ขั้นยุติการให้การปรึกษา

เป็นขั้นที่ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม สรุปสิ่งที่ได้จากการให้การปรึกษาและการนำไปปฏิบัติให้สมาชิกแต่ละคนแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน หลังจากนั้นผู้ให้การปรึกษาสรุปเพิ่มเติมและเปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามเพิ่มเติมอีกครั้ง และผู้ให้การปรึกษานัดหมายการให้การปรึกษาในครั้งต่อไป หรือยุติการให้การปรึกษา

3.2 กระบวนการให้การปรึกษาแบบกวนิยม

3.2.1 จุดมุ่งหมายของการให้การปรึกษาตามทฤษฎีกวนิยม

การให้การปรึกษาแบบกวนิยมนั้น ไม่ได้มีจุดมุ่งหมายที่จะรักษาตัวบุคคล เพราะไม่ได้มองว่าบุคคลนั้นป่วย แต่จะมองว่าผู้รับคำปรึกษานั้นบกพร่องในการดำเนินบทบาทของตน หรือรู้สึกว่าจะไม่มีความกระตือรือร้นในชีวิต(Corey. 1995,pp.237)

วัชร ทรัพย์มี (2533,น.81) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกวนิยมมีจุดมุ่งหมายดังต่อไปนี้

1. เพื่อช่วยให้ผู้รับบริการเข้าใจ โลกหรือสิ่งแวดล้อมอย่างเต็มที่
2. เพื่อช่วยให้ผู้รับบริการรู้สึกว่าคุณมีเสรีภาพ ชีวิตของเขาไม่ได้ขึ้นอยู่กับกฎเกณฑ์หรือความต้องการของผู้อื่น โดยสิ้นเชิง และช่วยให้ตระหนักในขอบเขตเสรีภาพของตนเองว่าคุณมีเสรีภาพอยู่ในขอบเขตมากน้อยเพียงใด

3. กระตุ้นให้ผู้รับบริการแสวงหาความหมายในชีวิต โดยเน้นว่า ชีวิตเป็นสิ่งที่มีความหมายแม้ขณะนั้นจะอยู่ในสภาวะที่มีความทุกข์ก็ตามคือช่วยให้ผู้รับบริการพิจารณา

อนาคตในลักษณะมีความหวัง ไม่ใช่ติดอยู่กับอดีต ให้มีความเชื่อว่าเราสามารถพัฒนาตนเองไปสู่อนาคตที่เขาเป็นผู้กำหนดขึ้นได้

4. เพื่อช่วยให้ผู้รับบริการตระหนักในทางเลือกของตน ตระหนักในแรงจูงใจองค์ประกอบที่มีอิทธิพลของเขาและจุดประสงค์ในชีวิต เพื่อที่เขาจะได้เลือกทางดำเนินชีวิตได้

5. เพื่อสนับสนุนให้ผู้รับบริการได้ใช้เสรีภาพในการตัดสินใจและสนับสนุนให้ผู้รับบริการเป็นตัวของตัวเอง ไม่ใช่หวังให้ผู้อื่นตัดสินใจให้และเมื่อตัดสินใจแล้ว ให้มุ่งมั่นในการกระทำไปสู่จุดหมายที่ได้ตัดสินใจเลือกแล้วนั้น

6. ช่วยให้ผู้รับบริการทนได้ต่อความวิตกกังวลที่จะต้องเลือกตัดสินใจหรือเลือกแนวชีวิตของตน สามารถดำรงอยู่ได้โดยไม่ต้องอิงผู้อื่น ซึ่งความวิตกกังวลนั้นอาจจะมีอยู่ในระยะสั้น ต่อจากนั้นจะค่อยๆ หดหายไป ยิ่งถ้าบุคคลประสบความสำเร็จในวิถีชีวิตใหม่ที่ตนเลือกแล้วนั้นจะก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง

7. ช่วยให้ผู้รับบริการมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น

สรุปได้ว่า การบริการการปรึกษาตามทฤษฎีแบบภวนิยมมีเป้าหมายคือ ให้สมาชิกได้รู้จักเข้าใจตนเอง สามารถค้นหาแนวทางในการที่จะพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่ รับผิดชอบต่อจำกัดต่างๆ กับรับรู้โอกาสของตนตามความเป็นจริง กล่าวที่จะเผชิญกับความจริง ได้ค้นพบเอกลักษณ์ที่แท้จริงของตนเอง โดยผู้ต้องขังจะตระหนักถึงเสรีภาพของการเลือกเพื่อตนเอง ความรับผิดชอบต่อชีวิตและการกระทำของตน รวมทั้งตระหนักถึงคุณค่าของตนและคุณค่าในการกระทำของตน ซึ่งจะนำไปสู่ความมุ่งมั่นและกำลังใจที่จะดำเนินชีวิตไปตามแนวทางที่ตนเลือกและสามารถมีชีวิตอยู่กับปัจจุบัน

3.2.2 ขั้นตอนการให้การปรึกษาแบบภวนิยม

คอเรย์ (Corey, 1986, pp.182-190) กล่าวว่า กระบวนการให้การปรึกษาแบบภวนิยมจะดำเนินไปพื้นฐานของความคิดแบบภวนิยม สัมพันธภาพของการให้คำปรึกษา คือ การเคารพซึ่งเป็นการแสดงออกของผู้ให้การปรึกษาที่เชื่อในศักยภาพและความสามารถของผู้รับการปรึกษา ในการที่จะเผชิญกับปัญหาและค้นหาทางที่จะเหมาะสมกับตัวเอง ซึ่งจะนำไปสู่การให้ผู้รับการปรึกษายอมรับและพบว่าตัวเองสามารถเลือกและรับผิดชอบต่อตัวเองได้ กระบวนการให้การปรึกษามีขั้นตอน ดังนี้

1) ผู้ให้การปรึกษาจะสำรวจความคิด ความรู้สึกและทำความเข้าใจกับสิ่งที่ผู้รับการปรึกษารับรู้ทั้งในด้านค่านิยม ความเชื่อ และความคิดที่กำหนดการดำเนินชีวิตของผู้รับการ

ปรึกษาในขั้นตอนนี้ผู้ให้คำปรึกษามองเห็นปัจจัยหรือวิธีการดำรงชีวิตของเขาในอดีตที่มีส่วนปิดกั้นโอกาสในปัจจุบันของตัวเอง

2) กระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษา สืบหาแหล่งช่วยเหลือ ค้นหาสิ่งที่มีคุณค่าสำหรับตนเองในปัจจุบัน ผู้รับคำปรึกษาต้องตัดสินใจว่า เขาจะดำรงชีวิตอย่างไร ขณะนี้ตัวเขาเป็นอย่างไร และชีวิตในอนาคตเช่นใดที่เขาต้องการ ชั่งน้ำหนักระหว่างทางเลือกต่าง ๆ ของตนเอง และสำรวจผลของการกระทำที่มีต่อตนเอง ซึ่งกระบวนการนี้จะนำไปสู่การรับรู้ในมิติใหม่ (New Insight) ปรับโครงสร้าง ค่านิยม และทัศนคติ ของผู้รับคำปรึกษาเอง ซึ่งในที่สุดผู้รับคำปรึกษาจะรับรู้ว่าเขาสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ด้วยตัวเอง

3) ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาค้นพบแนวทางที่มีเป้าหมายและมีคุณค่าสำหรับตัวเองได้ชัดเจนขึ้นและช่วยให้ผู้รับการปรึกษานำสิ่งที่เขาได้เรียนรู้เกี่ยวกับตัวเองไปใช้ในการดำเนินชีวิต ในที่สุดผู้รับการปรึกษาจะรับรู้ว่ามีศักยภาพและความเข้มแข็งในตนเองที่จะดำเนินชีวิตอย่างมีจุดหมาย

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการให้การปรึกษาแบบกวนิยมนี้ อาจสรุปขั้นตอนการให้การปรึกษาแบบกวนิยม โดยทั่วไปดังนี้

1. ขั้นเริ่มต้นให้การปรึกษา เป็นขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพที่เต็มไปด้วยความเคารพ โดยเน้นสัมพันธภาพระหว่าง I-thou และการแสดงออกที่เป็นตนเองอย่างแท้จริงระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา

2. ขั้นดำเนินการให้การปรึกษา การดำเนินการให้การปรึกษาจะดำเนินไปพื้นฐานของแนวความคิดแบบกวนิยมและเน้นการรับรู้ในปัจจุบัน (Here and Now) โดยมีขั้นตอนทั่วไปดังนี้

- 2.1 ทำความเข้าใจกับประสบการณ์ของผู้รับการปรึกษา
- 2.2 ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาได้รับรู้และตระหนักถึงความมีอยู่ของตน
- 2.3 ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาค้นหาความหมายในการมีอยู่ แสวงหาเป้าหมายในชีวิต
- 2.4 ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาได้รับรู้เสรีภาพของตนอย่างเต็มที่
- 2.5 ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาสามารถตัดสินใจเลือกสิ่งที่มีคุณค่าต่อตน
- 2.6 ช่วยให้ผู้รับการปรึกษามีความรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเลือกและต่อการกระทำ

ของตนเอง

2.7 ช่วยให้ผู้รับการปรึกษามีความเชื่อมั่นในการตัดสินใจและมุ่งมั่นที่จะนำตนเองสู่จุดมุ่งหมายที่ตนเลือก แต่อย่างไรก็ตาม ต้องตระหนักว่าขั้นตอนการให้การปรึกษาแบบกวนิยม

นั้น ไม่ได้มีขั้นตอนที่เป็นระบบเฉพาะเจาะจง ผู้ให้การปรึกษาสามารถยืดหยุ่นและปรับเปลี่ยนได้ เพื่อช่วยเหลือผู้รับการปรึกษาแต่ละคนได้บรรลุวัตถุประสงค์ของการให้การปรึกษา

3. ขั้นตอนการให้การปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้ให้การปรึกษาเปิดโอกาสให้ผู้รับการปรึกษาได้ทบทวนสิ่งที่ผู้รับการปรึกษาได้จากการให้การปรึกษา เพื่อดูว่าบรรลุวัตถุประสงค์ของการให้การปรึกษาหรือไม่และผู้ให้การปรึกษาอาจให้ข้อมูลย้อนกลับเพิ่มเติมภายใต้ทัศนคติแบบกวนิยม เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้ประโยชน์จากกระบวนการให้การปรึกษามากที่สุด

3.2.3 บทบาทและหน้าที่ของผู้ให้การปรึกษาแบบกวนิยม

วัชร ทรัพย์มี (2533, น.83-84) ได้กล่าวถึงบทบาทของผู้ให้การปรึกษาแบบกวนิยมพอสรุปได้ดังนี้

1. ผู้ให้การปรึกษากระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาตั้งเป้าหมายในชีวิตและมุ่งมั่นจะไปสู่เป้าหมาย โดยช่วยให้ผู้รับการปรึกษาได้ตระหนักถึงในศักยภาพของตนเอง

2. ผู้ให้การปรึกษาต้องเข้าใจเอกลักษณ์และช่วยให้เอกลักษณ์ของผู้รับการปรึกษาเด่นชัดขึ้น ซึ่งจะช่วยให้เข้าใจกรอบความคิดของผู้รับคำปรึกษาและแนะนำไปสู่การเข้าใจตนเองของผู้รับคำปรึกษา

3. ผู้ให้การปรึกษาต้องเป็นแบบอย่างที่ดีของผู้รับคำปรึกษา

4. ผู้ให้การปรึกษาต้องสร้างสัมพันธภาพที่ดี ไว้วางใจ และส่งเสริมให้ผู้รับการปรึกษาแสวงหาความหมายในชีวิต

5. ผู้ให้การปรึกษาไม่เน้นกลวิธีให้บริการปรึกษาวิธีใดวิธีหนึ่ง โดยเฉพาะวิธีให้ความช่วยเหลือ อาจแตกต่างกันในแต่ละบุคคลหรือแม้แต่ในคนเดียวกัน วิธีที่ใช้ในการให้บริการปรึกษาอาจแตกต่างกันออกไปในแต่ละช่วงเวลา

6. ผู้ให้การปรึกษาจะยุติการให้คำปรึกษา เมื่อผู้รับการปรึกษาสามารถทนต่อความกระทบกระทั่งในชีวิตได้ดีขึ้นและหาวิธีการแก้ปัญหาและพัฒนาตนเองดีขึ้น

อาภา จันทรสกุล (2535, น.69-70) กล่าวถึงหน้าที่ของผู้ให้การปรึกษาในการให้การปรึกษาแบบกวนิยม โดยทั่วไปมี 3 ประการ ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาค้นหาความหมายในการมีอยู่ของตนเอง

2. ช่วยให้ผู้รับการปรึกษากล้าเผชิญกับปัญหาและสามารถตัดสินใจเลือกได้

3. ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาสามารถปรับตัวและสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นได้

อย่างมีประสิทธิภาพ

นันทนา วงษ์อินทร์ (2542, น.6) ได้กล่าวถึงบทบาทของผู้ให้การปรึกษาไว้ ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้รับการปรึกษามีกำลังใจที่จะค้นพบความสามารถของตนเอง

2. ส่งเสริมให้ผู้รับการปรึกษาสร้างความหวังและความหมายในชีวิต
 3. ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเรียนรู้ถึงการแสวงหาทางเลือก การตัดสินใจเลือก ตระหนักว่าเขาเป็นคนสำคัญในการเลือก ในบางกรณีอาจเป็นผู้เสนอแนวทางหลาย ๆ แนวทาง ให้ผู้รับการปรึกษาพิจารณาเลือก
 4. ให้ผู้รับการปรึกษาฝึกคาดการณ์ถึงผลที่จะเกิดจากการตัดสินใจ เพื่อพิจารณาว่าเขาพร้อมที่จะยอมรับ และรับผิดชอบหรือไม่
 5. ช่วยให้ผู้รับการปรึกษายอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นและมองหาความหมายหรือประโยชน์จากสิ่งนั้น เพื่อที่จะอยู่กับสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นได้
- กล่าวโดยสรุป บทบาทหน้าที่ของผู้ให้การปรึกษาแบบกวนิยมเริ่มต้นโดยการสร้างสัมพันธภาพที่ดี มีคุณค่า และน่าไว้วางใจให้เกิดขึ้นระหว่างกระบวนการให้การปรึกษา การนำเทคนิคต่าง ๆ มาใช้เพื่อให้ผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจถึงประสบการณ์ของผู้รับการปรึกษาอย่างเพียงพอ และเพื่อช่วยให้ผู้รับการปรึกษาสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพ

3.2.4 เทคนิคในการให้คำปรึกษาแบบกวนิยม

การให้การปรึกษาแบบกวนิยม จะเน้นถึงสัมพันธภาพและคุณภาพของสัมพันธภาพของการให้คำปรึกษา จะให้ความสำคัญเน้นถึงความเข้าใจเป็นอันดับแรก ส่วนเทคนิคนั้นเป็นอันดับรองลงมา ผู้ให้คำปรึกษาแบบกวนิยมจะเลือกใช้เทคนิคของทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบอื่น ๆ เท่าที่จำเป็น สิ่งสำคัญ คือ ผู้ให้การปรึกษาจะต้องมีเจตคติที่ดีต่อผู้รับการปรึกษามีศรัทธาและความเชื่อมั่นในความสามารถของผู้รับการปรึกษา และเชื่อว่าผู้รับการปรึกษาสามารถเลือกทางชีวิตของตนเองได้และรับผิดชอบต่อการดำรงชีวิตของตนเอง เพียงแต่ผู้ให้การปรึกษาจะเป็นผู้คอยกระตุ้นให้สำรวจตรวจสอบให้รู้จักทางเลือก เพิ่มการตระหนักรู้ ให้กำลังใจแก่ผู้รับการปรึกษาด้วยความจริงใจ เข้าใจ อย่างเห็นอกเห็นใจ ก็เพื่อต้องการให้ผู้รับการปรึกษาตระหนักรู้ในเรื่องนั้น ๆ มากยิ่งขึ้น โดยผู้ให้คำปรึกษาจะเคลื่อนไหวไปตามผู้รับคำปรึกษา วิธีการต่าง ๆ ที่จะนำมาใช้ในการให้คำปรึกษาจะมาจากการเต็มไปด้วยความเคารพ(Respectful) ในความคิดความเข้าใจของตัวผู้รับการปรึกษา(Capuzzi & Gross, 1995, p.224) นั่นคือ ผู้ให้การปรึกษาจะไม่มองว่าผู้รับการปรึกษาเป็นเพียงผู้คอยรับการกระทำที่ผู้ให้การปรึกษาจะให้ทำอะไรก็ได้ ในทัศนะของนักบำบัดแนวกวนิยมเห็นว่าเทคนิคเปรียบเสมือนเทคโนโลยีที่จะนำไปสู่การกระทำให้ผู้รับการปรึกษาเป็นเพียงผู้คอยรับ (Object) และผู้ให้การปรึกษาเป็นผู้กระทำ (Subject) โดยเป็นผู้ที่พยายามเลือกสิ่งที่ดีที่สุดให้

โปรชาร์ก้า (Prochaska, 1979, pp.80-85) กล่าวว่า ในกระบวนการให้การปรึกษานักกวนิยมจะเปิดโอกาสให้ผู้รับการปรึกษาทำความเข้าใจในแต่ละทางเลือกของตน ผู้ให้การปรึกษาจะกระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษาตระหนักว่าเขาเป็นบุคคลที่มีอิสระ และมีบทบาทเป็นผู้เลือกในทุก ๆ

ครั้งของการเลือกนั้น ผู้รับการศึกษาจะต้องใช้สติ การจินตนาการ สติปัญญา และการตัดสินใจที่จะสร้างทางเลือกที่มีเหตุผล โดยการให้การศึกษานั้นจะเป็นการเผชิญหน้ากันอย่างซื่อสัตย์และจริงใจระหว่างผู้ให้การศึกษากับผู้รับการศึกษา

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับแนวความคิดของนักทฤษฎีและการให้การศึกษาระบบทฤษฎี พบว่า เทคนิคในการให้การศึกษามีความยืดหยุ่นไปตามเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นระหว่างการให้การปรึกษาและเน้นประสบการณ์ที่ผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการศึกษาจะได้รับระหว่างการให้การปรึกษา

3.2.5 ข้อดีของการให้การปรึกษาแบบทฤษฎี

วัชรีย์ ทรัพย์มี (2533, น.84-85) กล่าวถึงข้อดีของการให้การปรึกษาแบบทฤษฎีไว้ดังนี้

1. การให้บริการปรึกษาแบบทฤษฎี เป็นแนวความคิดเริ่มแรกที่เน้นการช่วยให้ผู้รับบริการได้ตระหนักในตนเอง ในสิ่งที่ตนเองต้องเลือก ในแรงจูงใจของตนตลอดจนตระหนักในองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อบุคคลและตระหนักในจุดหมายปลายทางของตน คือ สนับสนุนให้ผู้รับบริการแสวงหาความหมายในชีวิต
2. เป็นความคิดที่ดีในการสนับสนุนให้ผู้รับบริการมีความมุ่งมั่นในการกระทำสิ่งที่ตนได้ตัดสินใจ โดยผ่านหารไตร่ตรองอย่างรอบคอบแล้ว
3. การที่ผู้บริการปรึกษาช่วยเหนี่ยวนำไม่ให้ผู้รับบริการวิตกกังวลกับเหตุการณ์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมากนัก ทำให้ผู้รับบริการมีความมั่นใจทางจิตใจเพิ่มขึ้น ไม่วิตกกังวลจะได้ตัดสินใจแก้ปัญหาหรือตัดสินใจได้อย่างรอบคอบต่อไป
4. ทฤษฎีนี้อธิบายที่มาของความรู้สึกอ้างว้าง (Loneliness) ว่าเกิดจากการระสับความล้มเหลวในการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นและอธิบายที่มาของความรู้สึกผิดในจิตใจ (Existential Guilt) ว่าเกิดจากความรู้สึกว่าตนเองยังไม่ได้พัฒนาอย่างเต็มที่ซึ่งเป็นคำอธิบายอย่างสมเหตุสมผล

อาภา จันทรสกุล (2535, น.71) กล่าวถึง ข้อดีของการให้การปรึกษาแบบทฤษฎีไว้ดังนี้

1. เป็นทฤษฎีและวิธีการบำบัดที่พัฒนามาจากรากฐานความคิดทางด้านปรัชญาที่อธิบายให้เห็นคุณค่าความสำคัญของความมีอยู่ของบุคคล การแสวงหาความหมายของการมีอยู่ของตนเอง ขยายไปสู่สัมพันธภาพในการให้ความช่วยเหลือทางจิตเป็นทฤษฎีและการบำบัดทางจิตที่ให้ความสำคัญต่อความแตกต่างระหว่างบุคคล ส่งเสริมให้บุคคลได้สำรวจความรู้สึกนึกคิดของตนเอง รับรู้ เข้าใจ ตลอดจนรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเอง

2. เป็นทฤษฎีและวิธีการบำบัดที่ริเริ่มวิธีการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์แบบอัตนัย (Subjective) เน้นที่ความรู้สึกนึกคิดและประสบการณ์เฉพาะของแต่ละบุคคล

3. เป็นทฤษฎีและวิธีการบำบัดที่ให้ความสำคัญต่อทัศนคติ ความเชื่อและบุคลิกภาพของผู้ให้การปรึกษามากกว่าเทคนิคที่เขาใช้

3.2.6 ข้อจำกัดของการให้การปรึกษาแบบภวนิยม

วัชร ทรัพย์มี (2533, น.84-85) กล่าวถึงข้อจำกัดของการให้การปรึกษาแบบภวนิยม ดังนี้

1. ใช้คำศัพท์ที่ยุ่งยาก ไม่ค่อยเป็นที่เข้าใจอย่างแพร่หลาย เช่น คำว่า “Being” “NonBeing” “Becoming” “Deseinanalyse”
2. ไม่ได้อธิบายวิธีการหรือกลวิธีให้บริการปรึกษาอย่างเป็นระบบ
3. ปรัชญาของภวนิยมยากที่จะนำมาใช้กับกระบวนการให้บริการปรึกษาเพราะผู้รับบริการอาจรู้สึกว่าคุณให้ปรึกษาไม่สนใจกับปัญหาของเขาเท่าที่ควรมุ่งแต่จะสร้างปรัชญาชีวิตแก่ผู้รับบริการ

4. ไม่มีผลการศึกษาค้นคว้าประเมินประสิทธิภาพของการให้การปรึกษาแบบภวนิยม

จันทรสกุล (2535, น.72) กล่าวถึงข้อจำกัดของการให้การปรึกษาแบบภวนิยม ดังนี้

1. นิยามต่าง ๆ และภาษาที่ใช้ในทฤษฎีเข้าใจยาก
2. ไม่ได้ระบุเทคนิคและวิธีการที่แน่นอนไว้ ยากต่อการนำไปใช้และการประเมินผล

คอเรย์ (Corey.1996, pp.191) กล่าวว่า เนื่องจากในการให้การปรึกษาแบบภวนิยมผู้รับการปรึกษาจะต้องเรียนรู้ ตัดสินใจ และเลือกสิ่งที่คุณค่าต่อตนเองด้วยตนเองโดยผู้ให้การปรึกษาเป็นเพียงผู้ที่พยายามทำความเข้าใจกับประสบการณ์ของผู้รับการปรึกษา และสะท้อนให้ผู้รับการปรึกษามองเห็นการดำเนินชีวิตของตนอย่างชัดเจน ดังนั้น การให้การปรึกษาแบบภวนิยม อาจไม่เหมาะกับผู้รับการปรึกษาที่ประสบปัญหารุนแรงหรือผู้รับการปรึกษาที่ต้องการคำตอบที่ชัดเจน โดยตรงเกี่ยวกับปัญหาหรือวิธีการเปลี่ยนแปลงของชีวิตตนเอง

นอกจากนี้ การเปลี่ยนแปลงในการให้การปรึกษาแบบภวนิยม เน้นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากความรู้สึกภายในตัวผู้รับการปรึกษาและนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ รอบ ๆ ตัว ๆ จึงอาจมีข้อจำกัดสำหรับบุคคลที่มีความรู้สึกว่าคุณเขามีทางเลือกเพียงน้อย และมีความรู้สึกว่าสิ่งแวดล้อมภายนอกจำกัดความสามารถและมีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิตของเขา ถึงแม้ว่าผู้รับการปรึกษาจะเปลี่ยนแปลงความรู้สึกภายในได้แต่อาจรู้สึกว่าคุณมีความหวังเพียงเล็กน้อย

และรู้สึกว่าคุณไม่มีพลังเพียงพอที่จะเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ของตนเอง และอาจทำให้ผู้รับการปรึกษามีความรู้สึกหนักใจในการเปลี่ยนแปลงและเกิดความคับข้องใจได้

3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีภวนิยม

3.3.1 งานวิจัยในประเทศ

มัตติกา ศรีพวงทอง (2548, น.63) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ ผลการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีภวนิยมต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของหญิงบริการทางเพศ พบว่า หญิงบริการทางเพศที่เข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีภวนิยมมีการเห็นคุณค่าในตนเองระยะหลังการทดลองสูงกว่าหญิงบริการทางเพศกลุ่มควบคุม หญิงบริการทางเพศที่เข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีภวนิยมมีการเห็นคุณค่าในตนเองระยะติดตามสูงกว่าหญิงบริการทางเพศกลุ่มควบคุม หญิงบริการทางเพศที่เข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีภวนิยมมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง หญิงบริการทางเพศที่เข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีภวนิยมมีการเห็นคุณค่าในตนเองระยะติดตามสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

ศรวณีย์ อันสะโก (2548, น.89) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภวนิยมต่อความหวังของผู้พิการ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้พิการจากโรงเรียนอาชีวะพระมหาไถ่ พัทยา ปีการศึกษา 2547 ที่มีคะแนนความหวังจากลำดับท้ายสุดขึ้นไปและสมัครใจเข้าร่วมทดลองจำนวน 16 คน แบ่งกลุ่มเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองได้แก่ แบบประเมินความหวังและ โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภวนิยม สัปดาห์ละ 2 ครั้ง 6 สัปดาห์ รวมเป็น 12 ครั้ง ครั้งละ 60 – 90 นาที ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 ผู้พิการกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภวนิยมมีคะแนนความหวังสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 และผู้พิการกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภวนิยม มีคะแนนความหวังในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุธัญญา โตสกุล (2549, น.92) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีภวนิยมต่อคุณค่าแห่งตนของมารดานอกสมรสที่ตั้งครรภ์ไม่พึงปรารถนา พบว่า มารดานอกสมรสที่ตั้งครรภ์ไม่พึงปรารถนาที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีภวนิยมมีคุณค่าแห่งตนสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง มารดานอกสมรสที่ตั้งครรภ์ไม่พึงปรารถนาที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีภวนิยมมีคุณค่าแห่งตนสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล มารดานอกสมรสที่ตั้งครรภ์ไม่พึงปรารถนาที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีภวนิยมมีคุณค่าแห่งตน ระยะ

หลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง มารดานอกสมรสที่ตั้งครรภ์ไม่พึงปรารถนาที่ได้รับ การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีภวนิยมมีคุณค่าแห่งตนระยะคิดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

ณัฐวลัย สัจจาบรรพต (2554:บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่ม ตามทฤษฎีภวนิยมที่มีต่อการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้พิการทางกาย ในสถานสงเคราะห์ ผู้พิการและทพพลภาพ โดยเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้พิการทางกายก่อนและหลัง การให้คำปรึกษา พบว่า ผู้พิการทางกายที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษามีการเห็นคุณค่าใน ตนเองโดยรวมและรายด้านเพิ่มขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีภวนิยม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3.3.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

โรเซน (Rosen, 1991) ศึกษาผลการเข้าร่วมโปรแกรมบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดที่มี ต่อการเปลี่ยนแปลงการเห็นคุณค่าในตนเองและการพัฒนาทางจิตวิญญาณ ผลการวิจัยพบว่าการ เห็นคุณค่าในตนเองและพัฒนาการทางจิตวิญญาณ (จากแง่มุมของความหมายและความมุ่งหวังใน ชีวิต) เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญหลัง โปรแกรมบำบัด และการเห็นคุณค่าในตนเองที่เพิ่มขึ้นยังมึ ความสัมพันธ์กับพัฒนาการทางจิตวิญญาณที่เพิ่มขึ้นด้วย

เมเจอร์ (Majer, 1992) ได้ประเมินผลการเข้าร่วม โปรแกรมการบำบัด 12 ชั้นใน แนวของการค้นพบความหมายในชีวิตของผู้ติดยาเสพติดทั้งที่ติดสุราและยาเสพติดพบว่า ยังมีระยะ การบำบัดนานเท่าใดก็ยังมีแนวโน้มว่าจะพบกับความหมายในชีวิตถึงแม้ว่าผู้เข้าร่วม โปรแกรมการ บำบัดจะต้องเผชิญกับความทุกข์ทรมานที่ไม่สามารถจะหลีกเลี่ยงได้ระหว่างการบำบัดแต่เขาจะรับรู้ ความทุกข์นั้นอย่างมีความหมาย

โรแมนส์และคณะ(Romans,et al. 1996 อ้างถึงใน พรเพ็ญ เมธาจิตติพันธ์, 2545,น.32) ศึกษาเปรียบเทียบถึงคุณค่าแห่งตน ระหว่างสตรีที่เคยมีประวัติถูกทารุณกรรมทางเพศในวัยเด็ก มี คุณค่าแห่งตนต่ำเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น และจากการศึกษาพบว่าสตรีที่ถูกทารุณกรรมทางเพศในวัยเด็ก มี คุณค่าแห่งตนต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ย และตัวที่ทำนายคุณค่าแห่งตนของสติประกอบด้วยอารมณ์ พื้นฐานในวัยเด็ก สัมพันธภาพที่ไม่ดีกับมารดา การมีความสามารถต่ำความบกพร่องทางจิตทั้งก่อน และปัจจุบัน และเมื่อมีเหตุการณ์รุนแรง การถูกทารุณกรรมทางเพศ

ดี ไวซ์ และคณะ (De-Vries et al., 1997) ได้ทำการศึกษาค้นคว้าผลของการให้ คำปรึกษาทางจิตวิทยาโดยให้คำปรึกษาแบบภวนิยม ในผู้ป่วยที่มีการเจริญเติบโตของมะเร็ง 96 คน ซึ่งรักษาด้วยยาตามปกติมาเป็นเวลาไม่นาน ผลการศึกษาพบว่า จากการประเมินผู้ป่วย 35 คน ก่อน เนื้อที่กำลังเติบโตมีขนาดคงที่ ในระหว่างหรือในทันทีที่เข้ารับการบำบัด โดยในผู้ป่วย 4 คนก่อน เนื้อมีขนาดคงที่ นาน 3-9 เดือน และในผู้ป่วย 1 คนก่อนเนื้อมีขนาดคงที่ นาน 12 ปี แต่ในด้าน

การรายงานตนเอง เรื่อง ความว่าเหว่ ความซึมเศร้า จุดมุ่งหมายในชีวิต พบว่าก่อนและหลังการได้รับคำปรึกษาไม่แตกต่างกัน

4. ผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิงกลาง

ทัณฑสถานหญิงกลาง

ทัณฑสถานหญิงกลาง สังกัดกรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม ตั้งอยู่เลขที่ 33/3 ถนนงามวงศ์วาน แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร เป็นทัณฑสถานหญิงแห่งแรก เปิดดำเนินการเมื่อ พ.ศ.2515 และเป็นทัณฑสถานหญิงที่มีความมั่นคงแข็งแรงสูงสุด (Maximum Security Institution) ใช้เป็นสถานที่คุมขังผู้ต้องขังหญิงที่อยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร และผู้ต้องขังหญิงที่มีกำหนดโทษเกินอำนาจควบคุมของเรือนจำและทัณฑสถานที่มีผู้ต้องขังหญิงอยู่ในความควบคุมทั่วประเทศทุกประเภทคดี มีอำนาจควบคุมถึงโทษประหารชีวิต ปัจจุบันมีผู้ต้องขังหญิงอยู่ในความควบคุมดูแล จำนวน 4,860คน และมีเด็กติดมารดา 30 คน (ข้อมูลจากศูนย์ทะเบียนประวัติผู้ต้องขังทัณฑสถานหญิงกลาง ณ วันที่ 15 มกราคม 2558)

4.1 อำนาจหน้าที่ของทัณฑสถานหญิงกลาง จำแนกได้เป็นด้านต่างๆ ดังนี้

4.1.1 ด้านการควบคุม

การควบคุมผู้ต้องขังหญิงให้เป็นไปตามคำพิพากษาของศาลมีอำนาจการควบคุมตั้งแต่ระหว่างสอบสวนถึงประหารชีวิต เป็นทัณฑสถานหญิงที่มีระดับความมั่นคงสูงสุด โดยรับผู้กระทำผิดจากศาลต่างๆ ในเขตกรุงเทพมหานคร จังหวัดนนทบุรี และผู้ต้องขังหญิงที่มีกำหนดโทษสูงเกินอำนาจการควบคุมของเรือนจำและทัณฑสถานทั่วประเทศ

4.1.2 การแก้ไขพฤติกรรม

การแก้ไขฟื้นฟู พัฒนาพฤติกรรม เพื่อนคืนคนดี ผู้สังคม โดยจัดกิจกรรมในด้านการศึกษาการฝึกวิชาชีพ การพัฒนาจิตใจ การจัดให้ทำงาน การจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อพัฒนาศักยภาพให้สามารถดำรงตนอย่างมีคุณภาพในสังคมเพื่อเปลี่ยนภาระให้เป็นพลัง

การให้สิทธิประโยชน์ ในด้านต่างๆ เช่นการยื่นเรื่องรื้อร้องทุกข์ การเลื่อนชั้น การลดวันต้องโทษ การพักการลงโทษและอื่นๆ

4.1.3 การจัดสวัสดิการและสงเคราะห์

ในด้านความเป็นอยู่ เครื่องอุปโภคบริโภคและสิ่งจำเป็นในการดำรงชีวิต การเยี่ยมญาติการนัดหมาย การรักษาพยาบาล ตลอดจนการดูแลผู้ต้องขังตั้งครรภ์ และเด็กติดผู้ต้องขัง (หมายถึง ทารกและเด็กติดมารดาที่มีอายุ 0-1 ปีที่อยู่ในความดูแลของกรมราชทัณฑ์ เนื่องจากยังไม่สามารถนำออกจากเรือนจำได้)

4.2 ข้อมูลของผู้ต้องขังหญิงในทัณฑสถานหญิงกลาง

4.2.1 ความหมายของผู้ต้องขัง

ผู้ต้องขัง หมายถึง บุคคลที่กระทำความผิดตามกฎหมายและศาลพิพากษาให้จำคุกผู้ต้องขังที่กระทำความผิดและถูกตัดสินให้ต้องขังจะได้รับการควบคุมดูแลจากเรือนจำและทัณฑสถาน เพื่อมิให้ผู้ต้องขังหลบหนีไปก่อความเดือดร้อนให้แก่สังคมภายนอกจนกว่าจะครบกำหนดโทษ นอกจากนั้นแล้วยังจะต้องดำเนินการในด้านการให้การศึกษา การอบรมและฝึกวิชาชีพเพื่อพัฒนาจิตใจและช่างฝีมือ รวมตลอดไปถึงการสนองความต้องการขั้นพื้นฐานของผู้ต้องขังอีกด้วย ซึ่งได้แก่การดูแลเอาใจใส่ในเรื่องอาหารการกิน ที่อยู่หลับนอน เครื่องนุ่งห่ม และการบำบัดรักษาเมื่อเจ็บไข้ได้ป่วย รวมไปถึงสวัสดิการในการทำงาน ซึ่งกรมราชทัณฑ์สามารถจัดสรรให้ตามกำลังเงินงบประมาณ และดำเนินงานโดยอาศัยแนวมนุษยธรรมเป็นหลัก ทั้งนี้เพื่อแก้ไขปรุงแต่งบุคลิกภาพของผู้ต้องขังให้กลับตนเป็นคนดีมีประโยชน์ต่อสังคมเมื่อพ้นโทษไปแล้ว และเพื่อให้บรรลุความมุ่งหมาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งมีความมุ่งหมายเพื่อมิให้ผู้พ้นโทษหันกลับไปกระทำผิดซ้ำอีก (กรมราชทัณฑ์, 2525, น. 11)

4.2.2 กิจวัตรประจำวันของผู้ต้องขังทัณฑสถานหญิงกลาง

05.00 น.	สวดมนต์
06.00 น.	ลงจากเรือนนอน ทำภารกิจส่วนตัว
07.00 น.	รับประทานอาหารเช้า
08.00 น.	เข้าแถวนับยอด เคารพธงชาติ
08.30 น.	เข้ากองงาน, ศึกษาอบรม
12.00 น.	พักรับประทานอาหาร
13.00 น.	เข้าแถวนับยอดเข้ากองงาน, ศึกษาอบรม
15.30 น.	รับประทานอาหารเย็น
16.00 น.	เข้าแถวนับยอดเข้าเรือนนอน
21.00 น.	นอน

4.2.3 แนวคิดการป้องกันและฟื้นฟูสภาพ

แนวความคิดในการลงโทษผู้กระทำผิดของงานทัณฑวิทยาได้มีการเปลี่ยนแปลงจากการลงโทษเพื่อแก้แค้นทดแทน มาเป็นการลงโทษเพื่อแก้ไขฟื้นฟูซึ่งเน้นที่ตัวผู้กระทำผิดมากกว่าการกระทำผิด โดยการเน้นการศึกษาผู้กระทำผิดเป็นรายบุคคลหรือการจำแนกลักษณะเพื่อหาสาเหตุการกระทำผิดและแนวทางแก้ไขด้วยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีการป้องกันและฟื้นฟูสภาพ

วินเตอร์ (Vinter, 1967 อ้างถึงใน นงลักษณ์ เทพสวัสดิ์, 2531, น. 61) ได้กล่าวว่า ทฤษฎีการฟื้นฟูสภาพนี้มุ่งช่วยเหลือสมาชิกกลุ่มให้มีการเปลี่ยนแปลงแก้ไขไปในทางที่ดีขึ้นโดยเน้นที่บุคคล ผู้ให้คำปรึกษาจะกำหนดเป้าหมายที่แน่ชัดในการที่จะใช้กลุ่มเป็นเครื่องมือเพื่อช่วยให้บุคคลที่มีการกระทำหน้าที่ทางสังคมบกพร่องให้มีการกระทำหน้าที่ทางสังคมได้ดี เช่น บุคคลอื่นๆ ที่ปกติ จุดมุ่งหมายที่ได้ตั้งไว้ในการจัดการกลุ่มนั้นก็จะต้องให้สอดคล้องกับปัญหาของสมาชิกในกลุ่ม เมื่อตั้งเป้าหมายที่แน่นอนไว้แล้ว ผู้ให้คำปรึกษาก็จะนำกลุ่มไปยังเป้าหมายที่ต้องการตามลักษณะของปัญหาหรือข้อบกพร่องในตัวของผู้สมาชิกในกลุ่ม หน้าที่หลักของผู้ให้คำปรึกษาคือ ทำหน้าที่กระตุ้นส่งเสริมสมาชิก และนำกลุ่มไปยังวัตถุประสงค์ที่ต้องการ

จากเอกสารและงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศแสดงให้เห็นว่าการพัฒนาคุณค่าแห่งตนสามารถจะกระทำได้หลายวิธี การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้ทฤษฎีภวนิยมเป็นวิธีการหนึ่งที่น่าหลักการของพลังกลุ่มมาใช้เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเรียนรู้โดยอาศัยการปฏิสัมพันธ์ที่เปิดเผยระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม มีความเข้าใจในความคิด ความรู้สึกและการยอมรับซึ่งกันและกัน สมาชิกกลุ่มมีโอกาสแสดงความคิดเห็นให้ข้อมูลย้อนกลับ และยังสามารถนำประสบการณ์จากกิจกรรมกลุ่มไปใช้ในการปรับปรุงบุคลิกภาพและประสิทธิภาพในการสื่อสารระหว่างบุคคลในสังคมภายนอกได้ และยังส่งผลให้เกิดคุณค่าแห่งตนเพิ่มขึ้นด้วย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง โดยมีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดในทัณฑสถานหญิงกลาง ก่อนและหลังให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม 2) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างการเห็นคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังคดียาเสพติดในทัณฑสถานหญิงกลาง ระยะเวลาหลังการทดลองและระยะติดตามผลการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยมซึ่งมีวิธีการดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร พ.ศ.2558 ที่มีอายุตั้งแต่ 18-30 ปี จำนวน 100 คน ที่มีคะแนนการเห็นคุณค่าแห่งตนต่ำ

1.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร พ.ศ.2558 ที่มีอายุตั้งแต่ 18-30 ปี จำนวน 100 คน ซึ่งได้มาโดยการทำแบบวัดคุณค่าแห่งตนและมีคะแนนคุณค่าแห่งตนต่ำกว่าค่าเฉลี่ย 70 คะแนน และสุ่มอย่างง่ายจากกลุ่มที่สมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 10 คน

1.3 วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย ตามคุณสมบัติดังนี้

- 1.3.1 เป็นผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด คดีเด็ดขาด กำหนดระยะเวลาพันธโทษอยู่ระหว่าง 1-2 ปี
- 1.3.2 มีอายุระหว่าง 18 - 30 ปี
- 1.3.3 มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ สามารถติดต่อสื่อสารรู้เรื่อง
- 1.3.4 สามารถอ่านและเขียนภาษาไทยได้

1.3.5 เป็นผู้ที่ยินดีให้ความร่วมมือในการวิจัย

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตน
2. โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม

2.1 วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองโดยศึกษาแนวทางจากแบบวัดคุณค่าแห่งตนฉบับผู้ใหญ่ ของคูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1984, pp.5-6) จำนวน 30 ข้อประกอบด้วย 2 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ส่วนที่ 2 แบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตน

ขั้นตอนการสร้างแบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตน

1. กำหนดจุดมุ่งหมายของแบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตน
2. ศึกษา ค้นคว้า ทฤษฎี เอกสาร ตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
3. กำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการ วิเคราะห์การเห็นคุณค่าแห่งตนตามนิยามเชิงปฏิบัติการที่กำหนดไว้

4. สร้างข้อคำถามการสำรวจคุณค่าแห่งตน ให้สอดคล้องกับนิยามเชิงปฏิบัติการ วัตถุประสงค์ของการวิจัย จำนวน 30 ข้อ ซึ่งเป็นแบบมาตรวัด (Rating Scale) แบ่งออกเป็น 5 ระดับ ให้เลือกตอบ โดยแบ่งเป็น

ข้อคำถามทางบวกจำนวน 15 ข้อ ได้แก่

ข้อคำถามทางลบจำนวน 15 ข้อ ได้แก่

	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ข้อความเชิงบวก	5	4	3	2	1
ข้อความเชิงลบ	1	2	3	4	5

แบบสำรวจคุณค่าแห่งตนนี้ ผู้วิจัยได้แบ่งคุณค่าแห่งตนออกเป็น 3 ด้านคือ

รายด้าน	ข้อ	จำนวนข้อ
คุณค่าแห่งตนด้านทั่วไป	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13	13
คุณค่าแห่งตนด้านครอบครัว	14,15,16,17,18,19	6
คุณค่าแห่งตนด้านสังคม	20,21,22,23,24,25,26,27,28,29,30	11

การแปลผลระดับคุณค่าแห่งตนเป็นรายข้อ และรายด้านและโดยรวม ผู้วิจัยได้แบ่งเกณฑ์ออกเป็น 3 ระดับ โดยพิจารณาช่วงคะแนนดังนี้

$$\begin{aligned} \text{ช่วงคะแนน} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด}-\text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนข้อ}} \\ &= \frac{150-30}{3} \end{aligned}$$

$$\text{ระดับการเห็นคุณค่าแห่งตนสูง} = 111-150$$

$$\text{ระดับการเห็นคุณค่าแห่งตนปานกลาง} = 71-110$$

$$\text{ระดับการเห็นคุณค่าแห่งตนต่ำ} = 30-70$$

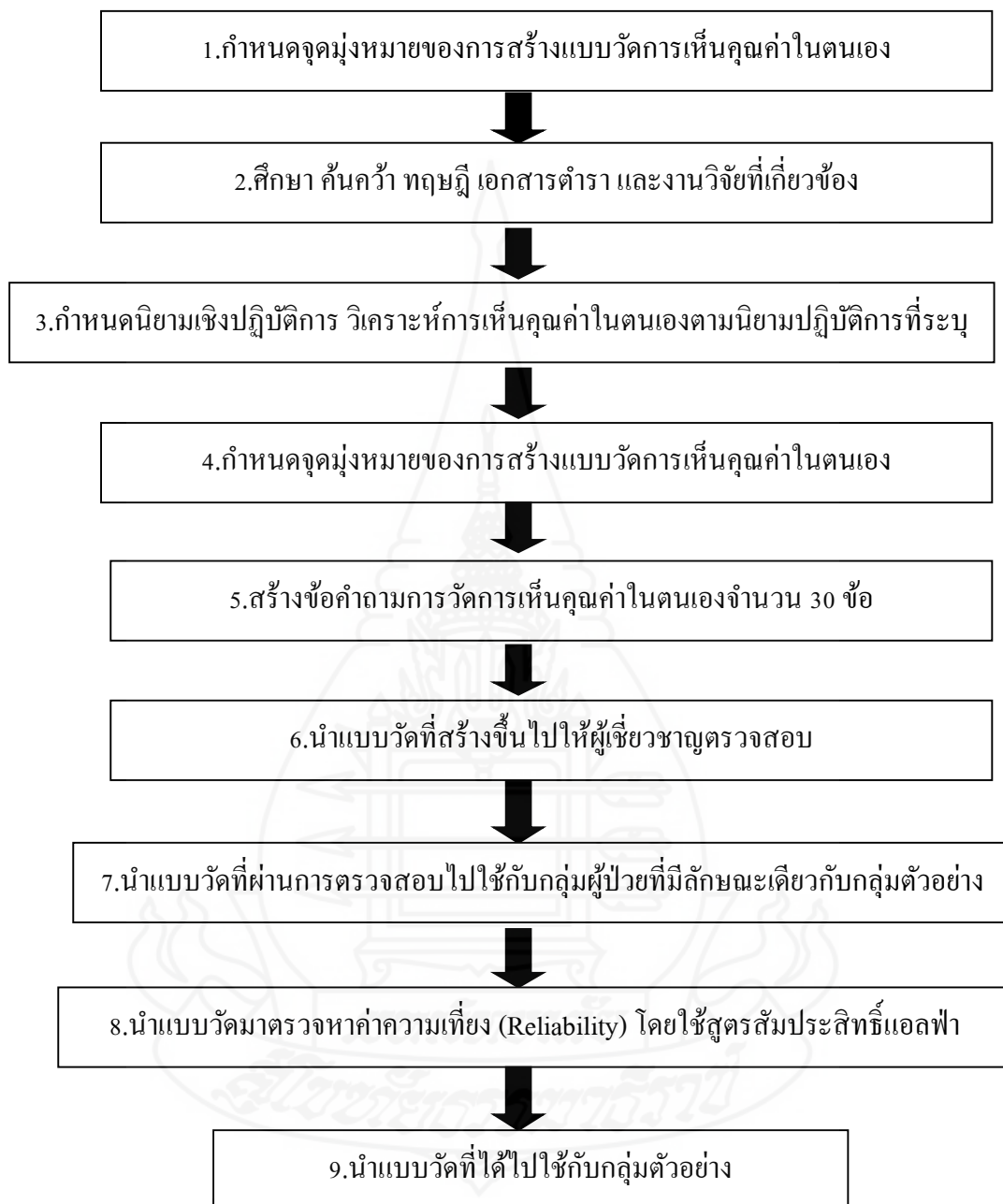
ตัวอย่างแบบสำรวจคุณค่าแห่งตน

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามนี้ต้องการทราบความรู้สึกหรือความคิดเห็นของท่านที่มีต่อตนเอง แต่ละข้อไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ขอให้ท่านอ่านข้อความแต่ละข้อ และพิจารณาอย่างรอบคอบกับความรู้สึกของท่าน แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ที่ตรงกับความรู้สึกของท่าน

ข้อ	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
0	ข้อคำถาม องค์ประกอบที่ 1 (คุณค่าแห่งตนด้านทั่วไป) ฉันพอใจในบุคลิก รูปร่าง หน้าตาของฉัน					
	ข้อคำถาม องค์ประกอบที่ 2 (คุณค่าแห่งตนทางด้านครอบครัว)					
00	เมื่อฉันทำผิด ครอบครัวพร้อมที่จะให้อภัยฉัน					
	ข้อคำถาม องค์ประกอบที่ 3 (คุณค่าแห่งตนทางด้านสังคม)					
000	ฉันคิดว่าเมื่อพ้น โทษออกไปแล้ว สังคมจะยอมรับฉัน					

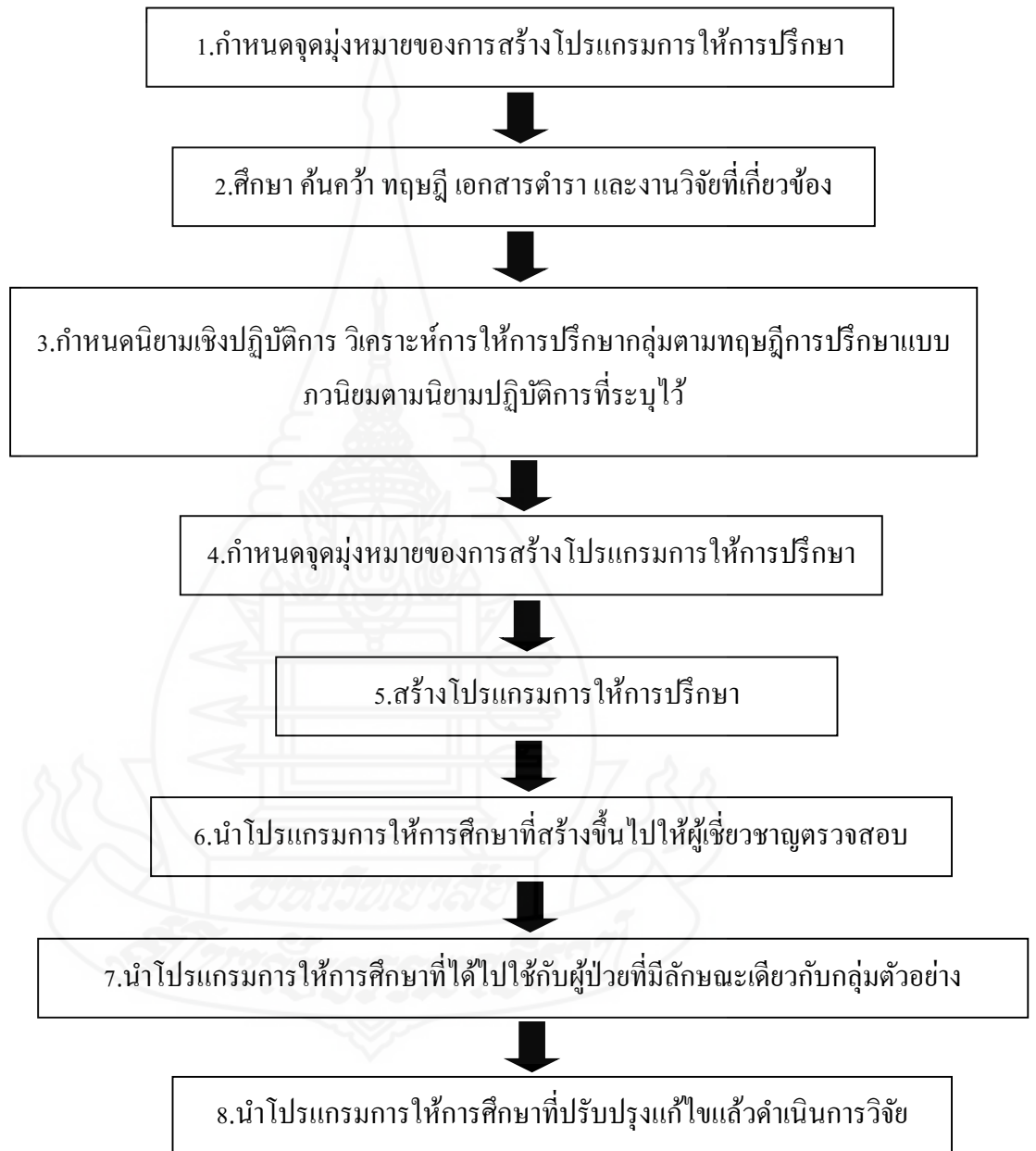
ผู้วิจัยได้สร้างแบบสำรวจคุณค่าแห่งตนตามดังนี้



ภาพที่ 3.1 ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือวัดการเห็นคุณค่าแห่งตน

2. โปรแกรมการให้การศึกษากลุ่มตามทฤษฎีการศึกษาระบบกวนิยมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง โดยใช้ทฤษฎีการศึกษาระบบกวนิยมกำหนดเป็น 10 ครั้ง ครอบคลุมเนื้อหาตั้งแต่ขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพ จนถึงยุติการให้การปรึกษา

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างโปรแกรมการปรึกษาตามขั้นตอนดังนี้



ภาพที่ 3.2 ขั้นตอนการสร้างโปรแกรมการให้การศึกษากลุ่มตามทฤษฎีการศึกษาระบบกวนิยม

โปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม มีขั้นตอนการให้การปรึกษาดังนี้

ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศ

ครั้งที่ 2 การเห็นคุณค่าในตนเองด้านทั่วไป ได้แก่ ลักษณะทางกายภาพของตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง

ครั้งที่ 3 การเห็นคุณค่าในตนเองด้านทั่วไป ได้แก่ การตัดสินใจในเรื่องต่างๆ

ครั้งที่ 4 การเห็นคุณค่าในตนเองด้านทั่วไป ได้แก่ การปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ

ครั้งที่ 5 การเห็นคุณค่าในตนเองด้านครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างตนเองกับบุคคลในครอบครัว

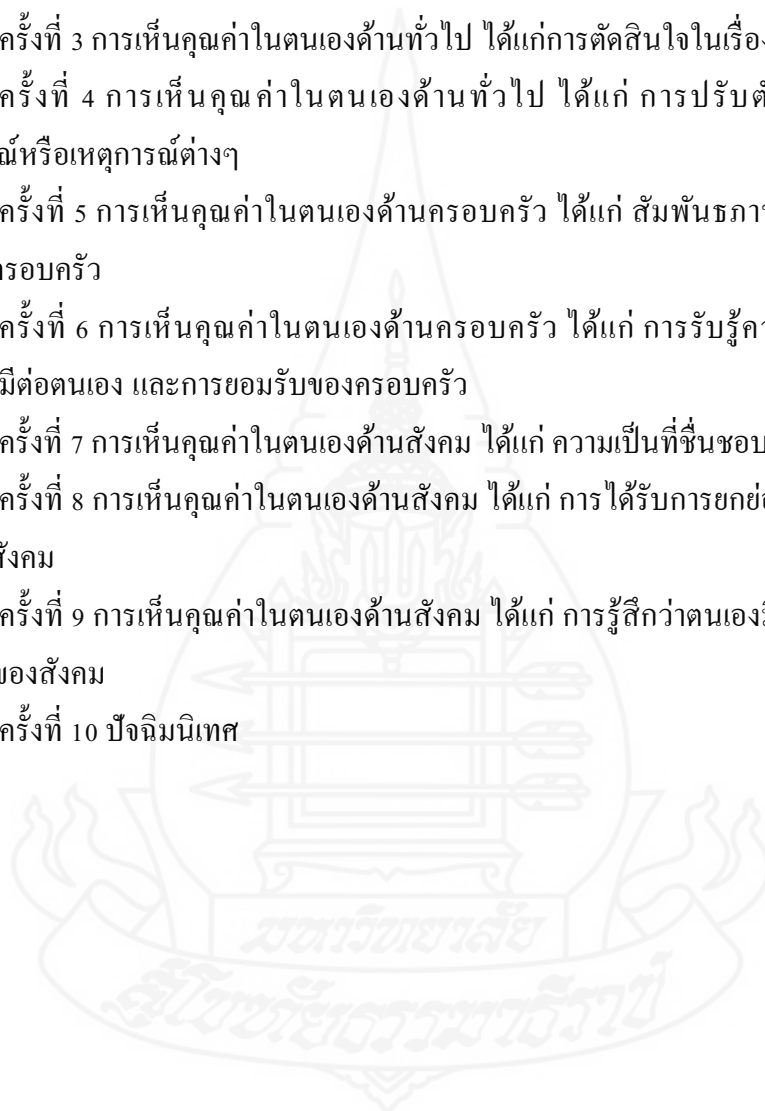
ครั้งที่ 6 การเห็นคุณค่าในตนเองด้านครอบครัว ได้แก่ การรับรู้ความรู้สึกที่บุคคลในครอบครัวมีต่อตนเอง และการยอมรับของครอบครัว

ครั้งที่ 7 การเห็นคุณค่าในตนเองด้านสังคม ได้แก่ ความเป็นที่ชื่นชอบในกลุ่มเพื่อน

ครั้งที่ 8 การเห็นคุณค่าในตนเองด้านสังคม ได้แก่ การได้รับการยกย่องในกลุ่มเพื่อนหรือบุคคลในสังคม

ครั้งที่ 9 การเห็นคุณค่าในตนเองด้านสังคม ได้แก่ การรู้สึกว่าคุณค่าตนเองมีประโยชน์และเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

ครั้งที่ 10 ปัจฉิมนิเทศ



ตารางที่ 3.1 โครงสร้างชุดโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม
กับแบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตน

นิยามปฏิบัติการการเห็น คุณค่าแห่งตน	โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่ม ตามทฤษฎีการปรึกษาแบบ ภวนิยม	แบบวัดการเห็นคุณค่าแห่ง ตน
<p>1.คุณค่าแห่งตนทางด้าน ทั่วไป หมายถึง การที่ บุคคลมีความรู้สึกต่อ ตนเองในด้านลักษณะทาง กายภาพของตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง การตัดสินใจในเรื่องต่างๆ การปรับตัวให้เหมาะสม กับสถานการณ์ หรือเหตุการณ์ต่างๆ</p>	<p>ครั้งที่ 1 เรื่อง ปฐมนิเทศ วัตถุประสงค์ : เพื่อ สร้าง สัมพันธภาพอันดีระหว่างผู้ให้ คำปรึกษากับสมาชิก และระหว่าง สมาชิกด้วยกัน เพื่อให้สมาชิกได้ ทราบถึงวัตถุประสงค์ บทบาท หน้าที่ ขั้นตอนการดำเนินการ ตลอดจนประโยชน์ที่ได้รับจาก การให้การปรึกษา</p> <p>ครั้งที่ 2 เรื่องลักษณะทางกายภาพของ ตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง วัตถุประสงค์ : เพื่อให้สมาชิกเห็น คุณค่าในตนเองเกี่ยวกับลักษณะ ทางกายภาพของตนและเข้าใจ ตนเองในด้านความเชื่อมั่นใน ตนเอง ทั้งด้านความคิดความรู้สึก และการแสดงออก</p> <p>ครั้งที่ 3 เรื่องการตัดสินใจในเรื่องต่างๆ วัตถุประสงค์ : เพื่อให้สมาชิก สามารถคิดตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ โดยอธิบายถึงเหตุและผลของ การตัดสินใจของตนได้</p>	<p>1ฉันพอใจในบุคลิก รูปร่าง หน้าตาของฉัน</p> <p>2ฉันรู้สึกว่าตัวฉันมีค่าเท่าเทียม กับคนอื่น</p> <p>3บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกท้อแท้สิ้น หวังในชีวิต</p> <p>4ฉันมักคิดวนไปวนมาแต่เรื่อง เดิมๆ ที่ทำให้ไม่สบายใจแต่ก็ ไม่สามารถหยุดคิดได้</p> <p>5เมื่อฉันตัดสินใจทำอะไร ฉัน จะยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้น</p> <p>6ฉันรู้สึกเป็นห่วง และวิตก กังวลในบางเรื่องมากกว่าปกติ</p> <p>7ฉันรู้สึกเศร้าจนทำให้ไม่มี ความสุขกับการใช้ชีวิตใน เรือนจำ / ทัณฑสถาน</p> <p>8ฉันสามารถทำสิ่งต่างๆ ได้ดี เท่ากับคนอื่น</p> <p>9บ่อยครั้งที่ฉัน หงุดหงิด เกี่ยวกับงานที่ทำในเรือนจำ / ทัณฑสถาน</p> <p>10ฉันรู้สึกน้อยใจ เสียใจ ใน โชคชะตาของตนเอง ที่ต้องมา ชีวิตอยู่ในเรือนจำ</p> <p>11ฉันรู้สึกท้อถอยไม่กล้าเผชิญ เมื่อเกิดปัญหา</p> <p>12ฉันต้องใช้เวลาในการที่ จะทำความคุ้นเคยกับสิ่งใหม่ๆ ที่เกิดขึ้น</p>

	<p>ครั้งที่ 4</p> <p>เรื่อง การปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ</p> <p>วัตถุประสงค์ : เพื่อให้สมาชิกสามารถปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆได้</p>	<p>13ฉันยังรักตัวเองแม้ไม่มีใครรักฉัน</p>
<p>2.คุณค่าแห่งตนทางด้านครอบครัว หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้สึกต่อตนเองถึงความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับบุคคลในครอบครัว ลักษณะความเป็นอยู่ในครอบครัว และการรับรู้ความรู้สึกที่บุคคลในครอบครัวมีต่อตนเอง</p>	<p>ครั้งที่ 5</p> <p>เรื่องสัมพันธ์ภาพระหว่างตนเองกับบุคคลในครอบครัว</p> <p>วัตถุประสงค์ : เพื่อให้สมาชิกเข้าใจเกี่ยวกับสัมพันธ์ภาพระหว่างตนเองกับบุคคลในครอบครัวตามความเป็นจริง</p> <p>ครั้งที่ 6</p> <p>เรื่องการรับรู้ความรู้สึกที่บุคคลในครอบครัวมีต่อตนเอง และการยอมรับของครอบครัว</p> <p>วัตถุประสงค์ : เพื่อให้สมาชิกรับรู้และเข้าใจความรู้สึกที่บุคคลในครอบครัวมีต่อตนเอง และเพื่อลดความรู้สึกไม่สบายใจ ในการกลับไปใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันกับคนในครอบครัว</p>	<p>14ฉันเป็นที่รักของคนในครอบครัว</p> <p>15ที่ผ่านมาฉันเป็นที่พึ่งของครอบครัว</p> <p>16คนในครอบครัว มักปรึกษาเรื่องต่างๆกับฉัน</p> <p>17ฉันกล้าที่จะพูดคุยเรื่องส่วนตัวกับคนในครอบครัว</p> <p>18เมื่อนั้นทำผิด ครอบครัวพร้อมที่จะให้อภัยฉัน</p> <p>19ถ้าขาดฉันสักคน ครอบครัวคงไม่รู้สึกละไร</p>
<p>3.คุณค่าแห่งตนทางด้านสังคม หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้สึกต่อตนเองในด้านความเป็นที่ชื่นชอบ ได้รับการยกย่องในกลุ่มเพื่อนและบุคคลใน</p>	<p>ครั้งที่ 7</p> <p>เรื่องความเป็นที่ชื่นชอบในกลุ่มเพื่อน</p> <p>วัตถุประสงค์ : เพื่อให้สมาชิกเข้าใจถึงสัมพันธ์ภาพของตนเองด้านความเป็นที่ชื่นชอบในกลุ่ม</p>	<p>20ฉันคิดว่าเมื่อพ้นโทษออกไปแล้ว สังคมจะยอมรับฉัน</p> <p>21คนรอบข้างมักบอกว่าคุณกับฉันแล้วสบายใจ</p> <p>22มีหลายสิ่งหลายอย่างที่ฉันไม่อยากให้ใครรับรู้</p>

<p>สังคัม และการรู้สึกรู้ว่าตนเองมีประโยชน์และเป็นส่วนหนึ่งของสังคัม</p>	<p>เพื่อน ครั้งที่ 8 เรื่องการได้รับการยกย่องในกลุ่มเพื่อนหรือบุคคลในสังคัม วัตถุประสงค์ : เพื่อให้สมาชิกเข้าใจถึงสัมพันธภาพของตนเองด้านการได้รับการยอมรับยกย่องจากบุคคลในสังคัม ได้ตรงความเป็นจริง</p> <p>ครั้งที่ 9 เรื่องการรู้สึกรู้ว่าตนเองมีประโยชน์และเป็นส่วนหนึ่งของสังคัม วัตถุประสงค์ : เพื่อให้สมาชิกบอกถึงความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับการมีประโยชน์และเป็นส่วนหนึ่งของสังคัม เกิดกำลังใจในการวางแผนแนวทางว่าตนเองมีประโยชน์และเป็นส่วนหนึ่งของสังคัม</p> <p>ครั้งที่ 10 เรื่อง บัณฑิตนิเทศ วัตถุประสงค์: เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกได้กล่าวถึงสิ่งที่ได้จากการให้การปรึกษาอย่างเสรี สรุปลงสิ่งที่ได้จากการให้การปรึกษาและนำไปปฏิบัติ</p>	<p>23ฉันรู้สึกลำบากใจเมื่อต้องพูดหรือแสดงออกต่อหน้าผู้อื่น 24เพื่อน ๆ มักเห็นด้วยกับความคิดของฉัน 25ฉันไม่ค่อยได้รับความนิยมนิยมชมชอบเหมือนคนอื่น ๆ 26 ฉัน รู้สึก อึด อัด เมื่อ อยู่ท่ามกลางคนที่ไม่คุ้นเคย 27ฉันยอมรับและปฏิบัติตามกฎระเบียบของเรือนจำ / ทัณฑสถาน 28บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกเบื่อหน่ายกับการใช้ชีวิตอยู่ในเรือนจำ / ทัณฑสถาน 29บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกไม่อยากพูดคุยหรือสูงส่งกับเพื่อนผู้ต้องขังอื่น 30ฉัน รู้สึก ภูมิใจ เมื่อ ได้ช่วยเหลือผู้อื่น</p>
--	---	--

2.2 การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

2.2.1 *การทำ IOC* โดยผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่สร้างตรวจสอบโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบความตรงของเนื้อหา และความเหมาะสมที่จะใช้เก็บข้อมูล จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิก่อนนำไปทดลองใช้ ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่าง 0.60-1.00

2.2.2 *การทำค่าความเที่ยง (Reliability)* โดยการนำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาแล้วนำไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด ลักษณะเดียวกับกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษาคูณสมบัติที่กำหนดให้ จำนวน 30 ราย ที่ทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร การวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงของแบบทดสอบโดยใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ซึ่งพัฒนาโดยครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเที่ยง 0.88

2.2.3 *การทำค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (Discrimination)* ได้จากการทดสอบความแตกต่างของกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ ซึ่งกำหนดให้เป็นกลุ่มสูง 25% และกลุ่มต่ำ 25% ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด โดยสถิติการทดสอบค่าที (t-test) ได้ค่าอำนาจจำแนกรายข้อระหว่าง 1.94-3.29

3. วิธีดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 วิธีดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองกลุ่มเดียวใช้แบบแผนการวิจัยแบบทดสอบก่อน-หลังการทดลอง (One Group Pretest-Posttest Design) โดยดำเนินการเป็นขั้นตอนดังนี้

3.1.1 ก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยให้ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดจำนวน 100 คน ทำแบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตน เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pre-test) ได้ผู้ที่มีคะแนนคุณค่าแห่งตนอยู่ในระดับต่ำกว่าค่าเฉลี่ย จำนวน 10 คน จากนั้นผู้วิจัยแจ้งวัตถุประสงค์และวิธีการดำเนินการในการทดลองกับกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างทั้ง 10 คน มีความสมัครใจและยอมเข้าร่วมการวิจัยจากนั้นผู้ร่วมวิจัยลงชื่อในเอกสารยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

3.1.2 ขณะทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองด้วยตนเอง ดังนี้ ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยผู้วิจัยให้ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดที่ได้รับการปรึกษาจากกลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม เข้าร่วมกลุ่มกันสัปดาห์ละ 3 ครั้งในวันจันทร์ พุธ และศุกร์ เวลา 13.00-14.00 น. เป็นเวลา 10 ครั้งติดต่อกัน

3.1.3 หลังการทดลอง

เมื่อสิ้นสุดโปรแกรมให้การศึกษากลุ่มตามทฤษฎีการศึกษาระบบกวนิยม ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองตอบแบบสำรวจคุณค่าแห่งตนฉบับเดียวกันกับที่ใช้วัดในระลอกก่อนการทดลอง เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Post-test)

3.1.4 ขึ้นติดตามผล

หลังจากจบการทดลองแล้ว 2 สัปดาห์ ผู้วิจัยนัดผู้เข้าร่วมวิจัยตอบแบบสำรวจคุณค่าแห่งตนฉบับเดิมที่ใช้ในการวัดในระลอกก่อนการทดลองและหลังการทดลองเพื่อวัดคุณค่าแห่งตนทั้งกลุ่มทดลอง เป็นคะแนนในระยะติดตาม (follow-up)

3.2 ขึ้นเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยขออนุญาตเก็บข้อมูลตามขั้นตอนและดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

3.2.1 ผู้วิจัยทำหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ถึงกรมราชทัณฑ์ นำเสนอ โครงการวิจัยและขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

3.2.2 ผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยแนะนำตัว อธิบายวัตถุประสงค์ในการศึกษา ขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลและชี้แจงให้ทราบถึงสิทธิในการตอบรับและปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้ คำตอบหรือข้อมูลทุกอย่างใช้สำหรับการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น และข้อมูลทุกอย่างเป็นความลับ

3.2.3 เมื่อผู้วิจัยได้กลุ่มทดลอง 10 คนแล้ว นัดหมายวัน เวลา สถานที่ ที่จะพบกันในครั้งต่อไป เพื่อดำเนินการตามโปรแกรมการให้การศึกษากลุ่มตามทฤษฎีการศึกษาระบบกวนิยม โดยนัดหมายที่สัปดาห์ละ 3 ครั้ง คือ วันจันทร์ พุธ และ ศุกร์ จำนวน 10 ครั้ง

3.2.4 ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างแต่ละรายเซ็นหนังสือยินยอม โดยได้รับการบอกกล่าวและเต็มใจ (Informed Consent form) เพื่อพิทักษ์สิทธิในการเข้าร่วมการวิจัยและดำเนินการตามขั้นตอนเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล

3.2.5 นำข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสำรวจมาคิดคะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ และนำคะแนนไปวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติต่อไป

3.3 การดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยใช้แบบแผนการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (One Group Pretest-Posttest Design) กลุ่มตัวอย่างที่ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย เป็นกลุ่มทดลอง 10 คน ซึ่งมีแผนการทดลอง ดังนี้

กลุ่ม	ทดสอบ (ก่อน)	ทดลอง	ทดสอบ (หลัง)	ติดตามผล
E_1	T_1E_1	X_1	T_2E_1	T_3E_1

E_1	แทน	กลุ่มทดลอง
T_1E_1	แทน	การทดสอบก่อนการให้การศึกษากลุ่ม
X_1	แทน	การให้การศึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม
T_2E_1	แทน	การทดสอบหลังการให้การศึกษากลุ่ม
T_3E_1	แทน	การทดสอบระยะติดตามการให้การศึกษา

4. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

4.1 สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพเครื่องมือ

4.1.1 ทาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อทดสอบกับวัตถุประสงค์ของแบบทดสอบ (*Index of concordance : IOC*) โดยใช้สูตรดังนี้ (บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์. 2545, น. 131)

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ	IOC	แทน	ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อทดสอบกับวัตถุประสงค์
	R	แทน	ความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ ถ้าแน่ใจว่าข้อทดสอบวัดวัตถุประสงค์ให้ค่า +1 ถ้าไม่แน่ใจว่าข้อทดสอบวัดวัตถุประสงค์ให้ค่า 0 ถ้าแน่ใจว่าข้อทดสอบวัดวัตถุประสงค์ให้ค่า -1
	$\sum R$	แทน	ผลรวมคะแนนความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมด
	N	แทน	ผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมด

ค่า IOC ที่มีค่า 0.5 ขึ้นไป แสดงว่า แบบทดสอบเป็นตัวแทนวัตถุประสงค์ของแบบทดสอบนั้น

4.1.2 ทหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบทดสอบการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยการทดสอบค่าที (*t-test*) โดยใช้สูตรดังนี้ (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2528:187)

$$t = \frac{\bar{X}_H - \bar{X}_L}{\sqrt{\frac{S^2_H}{n_H} + \frac{S^2_L}{n_L}}}$$

เมื่อ	t	แทน	ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามรายข้อ
	\bar{X}_H	แทน	คะแนนเฉลี่ยกลุ่มสูง
	\bar{X}_L	แทน	คะแนนเฉลี่ยกลุ่มต่ำ
	S^2_H	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนของกลุ่มสูง
	S^2_L	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนของกลุ่มต่ำ
	n_H	แทน	จำนวนคนของกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มสูง
	n_L	แทน	จำนวนคนของกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มต่ำ

4.1.3 ทหาค่าความเที่ยง (*Reliability*) ของแบบสอบถามโดยใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ของครอนบาค (*Cronbarch*) ใช้สูตรดังนี้ (บุญเชิด ภิญญโณนนตพงษ์. 2545:131)

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left\{ 1 - \frac{\sum s_i^2}{S_t^2} \right\}$$

เมื่อ	α	แทน	สัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่น
	n	แทน	จำนวนข้อของแบบวัด
	$\sum s_i^2$	แทน	ผลรวมของความแปรปรวนของข้อคำถามแต่ละข้อ
	S_t^2	แทน	ความแปรปรวนของแบบวัดทั้งฉบับ

4.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสำรวจแล้ว ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์จากจำนวนตัวอย่าง จากนั้นนำข้อมูลไปวิเคราะห์ทางสถิติด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

4.2.1 สถิติที่ใช้ในการทดสอบ เพื่อเปรียบเทียบระดับการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลังการให้การศึกษา ใช้การทดสอบด้วยสถิติ непараметрические (Nonparametric statistics) โดยการทดสอบเครื่องหมาย (Sign Test) ของวอร์รณดี แสงประทีปทอง (วอร์รณดี แสงประทีปทอง, 2545:289) เนื่องจากต้องการทราบทิศทางการเปลี่ยนแปลงและกลุ่มตัวอย่างมีขนาดเล็ก ดังนี้

T_1E_1	แทน	คะแนนก่อนการให้การศึกษา	กลุ่มตามทฤษฎีการ การศึกษาแบบกวนิยม
T_2E_1	แทน	คะแนนหลังการให้การศึกษา	กลุ่มตามทฤษฎีการ การศึกษาแบบกวนิยม
$T_2E_1 - T_1E_1$	แทน	ทิศทางของความแตกต่างของการทดสอบที่ละคู่	ระยะก่อนทดลองและระยะหลังการทดลอง
T_3E_1	แทน	คะแนนระยะติดตามการให้การศึกษา	กลุ่มตามทฤษฎีการ การศึกษาแบบกวนิยม
$T_3E_1 - T_2E_1$	แทน	ทิศทางของการทดสอบความแตกต่างที่ละคู่ระยะ	ติดตาม และระยะหลังการทดลอง

ซึ่ง	R	เป็นบวกเมื่อ	$T_2E_1 > T_1E_1$
	R	เป็นลบเมื่อ	$T_2E_1 < T_1E_1$
	R	เป็นศูนย์เมื่อ	$T_1E_1 = T_2E_1 = T_3E_1$

4.2.2 สถิติที่ใช้ในการทดสอบ เพื่อเปรียบเทียบผลของการให้การศึกษา ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามการทดลอง โดยใช้การทดสอบเครื่องหมายโดยการทดสอบค่าวิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs signed Ranks Test)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ขึ้นเพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน ดังนี้

N	แทน	จำนวนผู้ต้องขังกลุ่มตัวอย่าง
E_1	แทน	กลุ่มทดลอง
T_1E_1	แทน	คะแนนก่อนการให้การศึกษากลุ่ม
X_1	แทน	การให้การศึกษากลุ่มตามทฤษฎีการศึกษาแบบ กวนิยม
T_2E_1	แทน	คะแนนหลังการให้การศึกษากลุ่ม
T_3E_1	แทน	คะแนนระยะติดตามการให้การศึกษากลุ่ม
$T_2E_1 - T_1E_1$	แทน	ทิศทางของความแตกต่างของการทดสอบทีละคู่ (หลัง-ก่อน)
$T_3E_1 - T_2E_1$	แทน	ทิศทางของความแตกต่างของการทดสอบทีละคู่ (ระยะติดตาม-หลัง)
R^+	แทน	การจัดอันดับค่าผลต่างของคะแนนที่มีค่าเป็นบวก
R^-	แทน	การจัดอันดับค่าผลต่างของคะแนนที่มีค่าเป็นลบ
Mdn	แทน	ค่ามัธยฐาน (Median)
Q.D.	แทน	ค่าเบี่ยงเบนควอไทล์(Quartile Deviation)
P-value	แทน	นัยสำคัญทางสถิติ
T	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาการทดสอบของวิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs signed Ranks Test)
*	แทน	ค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

2. การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล จะดำเนินการดังนี้
เปรียบเทียบคะแนนจากแบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตนก่อนและหลังการทดลองให้
การปรึกษา โดยการใช้การทดสอบเครื่องหมาย (Sign Test)

3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำคะแนนจากแบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตนก่อนและหลังให้การปรึกษากลุ่ม
ตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม มาวิเคราะห์เพื่อทดสอบความแตกต่างของคะแนนการเห็นคุณค่า
แห่งตนของผู้ต้องขังหญิงคดีอาเสพติด ตามที่แสดงไว้ในตารางที่ 4.1 ดังต่อไปนี้

ตารางที่ 4.1 การเปรียบเทียบคะแนนคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง คดีอาเสพติด ก่อนและหลังให้
การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม

ผู้ต้องขังหญิง (N)	คะแนนก่อน การทดลอง T_1E_1	คะแนนหลัง การทดลอง T_2E_1	ทิศทางของ ความแตกต่าง $T_2E_1 - T_1E_1$	เครื่องหมาย
1	93	124	$T_2E_1 > T_1E_1$	+
2	98	127	$T_2E_1 > T_1E_1$	+
3	97	125	$T_2E_1 > T_1E_1$	+
4	95	134	$T_2E_1 > T_1E_1$	+
5	93	129	$T_2E_1 > T_1E_1$	+
6	92	127	$T_2E_1 > T_1E_1$	+
7	96	123	$T_2E_1 > T_1E_1$	+
8	99	141	$T_2E_1 > T_1E_1$	+
9	99	133	$T_2E_1 > T_1E_1$	+
10	94	130	$T_2E_1 > T_1E_1$	+

ผลการวิเคราะห์ตามตารางที่ 4.1 พบว่าคะแนนคุณค่าแห่งตนหลังการให้การศึกษา กลุ่มตามทฤษฎีการศึกษาระบบกวนิยมมีคะแนนเพิ่มขึ้น ทิศทางของความแตกต่าง มีเครื่องหมาย เป็นบวกทั้งหมด แสดงว่าระดับคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติดเพิ่มขึ้น ซึ่งสอดคล้อง กับสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ 4.2 การเปรียบเทียบคะแนนคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด ก่อนและหลังการ ให้การศึกษากลุ่มตามทฤษฎีการศึกษาระบบกวนิยม แยกเป็นรายกรณี

ผู้ต้องขังหญิง	คะแนนคุณค่าแห่งตน		ผลต่างของคะแนน	อันดับ	R ⁺	R ⁻
	ก่อน	หลัง				
	T ₁ E ₁	T ₂ E ₁				
			T ₂ E ₁ - T ₁ E ₁			
1	93	124	31	4	+4	-
2	98	127	29	3	+3	-
3	97	125	28	2	+2	-
4	95	134	39	9	+9	-
5	93	129	36	7	+7	-
6	92	127	35	6	+6	-
7	96	123	27	1	+1	-
8	99	141	42	10	+10	-
9	99	133	34	5	+5	-
10	93	130	37	8	+8	-

* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

T=0

จากตารางค่าวิกฤต (Critical Value) ของ T ในวิลคอกซัน (Wilcoxon Matched Pairs signed Ranks Test) (วิเชียร เกตุสิงห์, 2543 : 202) ในระดับนัยสำคัญที่ .05 ค่า T ที่คำนวณได้เท่ากับ 0 (N=10) ซึ่งน้อยกว่าค่า T ที่เปิดได้จากตาราง(8)

ผลการวิเคราะห์ตามตารางที่ 4.2 ปรากฏว่า การจัดอันดับค่าผลต่างของคะแนนมีค่าเป็นบวกทั้งหมด ค่า T ที่คำนวณได้จึงเท่ากับ 0 แสดงว่าการให้การศึกษากลุ่มตามทฤษฎีการศึกษาแบบกวนิยมสามารถทำให้ระดับคะแนนคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติดเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลอง

ตารางที่ 4.3 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด ก่อน – หลัง การให้การศึกษากลุ่มตามทฤษฎีการศึกษาแบบกวนิยม โดยใช้การทดสอบค่าวิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs signed Ranks Test)

กลุ่มตัวอย่าง	N	Mdn	Q.D.	The Wilcoxon Matched Pairs signed Ranks Test	P-value
ก่อนทดลอง	10	95.5	2.67	-2.803	.005*
หลังทดลอง	10	129.3	5.47		

* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตารางที่ 4.3 ปรากฏว่า ก่อนและหลังการให้การศึกษากลุ่มตามทฤษฎีการศึกษาแบบกวนิยมมีระดับคะแนนคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จึงสรุปผลได้ว่า ภายหลังจากทดลองผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติดมีการเห็นคุณค่าแห่งตนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ 4.4 การเปรียบเทียบคะแนนการเห็นคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด หลังการทดลอง และระยะติดตาม แยกเป็นรายกรณี

ผู้ต้องขังหญิง R ⁻	คะแนนคุณค่าแห่งตน		ผลต่างของคะแนน T ₃ E ₁ -T ₂ E ₁	อันดับ	R ⁺	
	หลัง T ₂ E ₁	ระยะติดตาม T ₃ E ₁				
1	124	128	4	3	+3	-
2	127	130	3	2	+2	-
3	125	130	5	5.5	+5.5	-
4	134	134	0	-	-	-
5	129	135	6	8	+8	-
6	127	132	5	5.5	+5.5	-
7	123	124	11	+1	-	-
8	141	141	0	-	-	-
9	133	138	5	5.5	+5.5	-
10	130	135	5	5.5	+5.5	-
*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05					T=0	

ผลการวิเคราะห์ตามตารางที่ 4.4 ปรากฏว่า การจัดอันดับค่าผลต่างของคะแนนมีค่าเป็นบวกและค่า T ที่คำนวณได้เท่ากับ T=0 ซึ่งน้อยกว่าค่า T ที่เปิดได้จากตาราง T=3 (N=8) แสดงว่าการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยมสามารถทำให้ระดับคะแนนคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติดในระยะติดตามผลการทดลองเพิ่มขึ้นกว่าหลังการทดลอง

ตารางที่ 4.5 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด ภายหลังการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม หลังการทดลอง- ระยะเวลาติดตามผลการทดลอง โดยใช้การทดสอบค่าวิลคอกซัน (The Wilcoxon Matched Pairs signed Ranks Test)

กลุ่มตัวอย่าง	N	Mdn	Q.D.	The Wilcoxon Matched Pairs signed Ranks Test	P-value
หลังทดลอง	10	129.3	5.47	2.552	.011*
ติดตามผล	10	132.7	4.96		

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

ผลการวิเคราะห์ตามตารางที่ 4.5 ปรากฏว่า หลังการทดลองกับระยะติดตามผลให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยมมีระดับคะแนนคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จึงสรุปผลได้ว่า ระยะติดตามผลการทดลองผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติดมีการเห็นคุณค่าแห่งตนสูงขึ้นกว่าระยะหลังการทดลอง ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

บทที่ 5

สรุปการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

1. สรุปการวิจัย

1.1 วัตถุประสงค์การวิจัย

1.1.1 เพื่อเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดในทัณฑสถานหญิงกลาง ก่อนและหลังให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม

1.1.2 เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างการเห็นคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดในทัณฑสถานหญิงกลาง ระยะเวลาหลังการทดลองและระยะติดตามผลการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม

1.2 สมมติฐานการวิจัย

1.2.1 ผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติดได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม มีการเห็นคุณค่าแห่งตนในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.2.2 ผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติดได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม มีการเห็นคุณค่าแห่งตนในระยะติดตามผลไม่แตกต่างกับระยะหลังการทดลอง

1.3 ขอบเขตการวิจัย

1.3.1 กลุ่มประชากร ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร พ.ศ.2558 ที่มีอายุตั้งแต่ 18-30 ปี จำนวน 100 คน ที่มีคะแนนการเห็นคุณค่าแห่งตนต่ำ

1.3.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร พ.ศ.2558 ที่มีอายุตั้งแต่ 18-30 ปี จำนวน 100 คน ซึ่งได้มาโดยการทำแบบวัดคุณค่าแห่งตนและมีคะแนนคุณค่าแห่งตนต่ำกว่าค่าเฉลี่ย 70 คะแนน และสุ่มอย่างง่ายจากกลุ่มที่สมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 10 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างจะต้องมีคุณสมบัติตามที่ผู้วิจัยกำหนดดังนี้

1) เป็นผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด คดีเด็ดขาดกำหนดระยะเวลาพันธโทษอยู่ระหว่าง 1-2 ปี

- 2) มีอายุระหว่าง 18 - 30 ปี
- 3) มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ สามารถติดต่อสื่อสารรู้เรื่อง
- 4) สามารถอ่านและเขียนภาษาไทยได้
- 5) เป็นผู้ที่ยินดีให้ความร่วมมือในการวิจัย

1.3.3 ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาวิจัยตั้งแต่เดือน มิถุนายน 2558 ถึงสิงหาคม 2558

1.3.4 ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่

- 1) ตัวแปรต้น คือ โปรแกรมการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม
- 2) ตัวแปรตาม คือ การเห็นคุณค่าแห่งตน

1.4 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- 1) แบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตน
- 2) โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม

1.5 การดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองกลุ่มเดียวใช้แบบแผนการวิจัยแบบทดสอบก่อน-หลังการทดลอง (One Group Pretest-Posttest Design) โดยดำเนินการเป็นขั้นตอนดังนี้

1.5.1 ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยให้ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด จำนวน 10 คน ทำแบบทดสอบ เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pre-test)

1.5.2 ขณะทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองด้วยตนเอง ดังนี้

ดำเนินการตามโปรแกรมให้ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม เข้าร่วมกลุ่มกันสัปดาห์ละ 3 ครั้งในวันจันทร์ พุธ และศุกร์ เวลา 13.00-14.00 น. เป็นเวลา 10 ครั้งติดต่อกัน

1.5.3 หลังการทดลองเมื่อสิ้นสุดโปรแกรม ให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองตอบแบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตนฉบับเดียวกันกับที่ใช้วัดในระบะก่อนการทดลองเป็นคะแนนหลังการทดลอง (Post-test)

1.5.4 ขึ้นติดตามผล หลังจากจบการทดลองแล้ว 2 สัปดาห์ ผู้วิจัยนัดผู้เข้าร่วมวิจัยตอบแบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตนฉบับเดิมที่ใช้ในการวัดในระบะก่อนการทดลองและหลังการทดลองเพื่อวัดคุณค่าแห่งตนทั้งกลุ่มทดลอง เป็นคะแนนในระบะติดตาม(follow-up)

1.6 การวิเคราะห์ข้อมูล

1.6.1 เปรียบเทียบผลต่างของคะแนนการเห็นคุณค่าแห่งตนเองของผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติดในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร ก่อน และหลังให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม

1.6.2 เปรียบเทียบผลต่างของคะแนนการเห็นคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติดในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร หลังและระยะติดตามให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม

1.7 สรุปผลการวิจัย

1) ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด หลังจากได้รับการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยม มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2) ผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติด มีการเห็นคุณค่าในตนเองระยะติดตามผลสูงกว่าระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. อภิปรายผล

2.1 ผลการทดลองพบว่า ผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด ที่ได้รับการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนิยมมีคุณค่าแห่งตนในระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่วางไว้ ทั้งนี้เนื่องมาจากลักษณะของสมาชิกกลุ่มเป็นผู้ที่เหมาะสมกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม สมาชิกกลุ่มทุกคนเป็นผู้ที่มีสภาพปัญหาที่คล้ายคลึงกัน กล่าวคือ ผู้ต้องขังเป็นผู้ที่ขาดอิสรภาพถูกจำกัดสิทธิเสรีภาพและถูกควบคุมด้วยกฎ ระเบียบ ที่เคร่งครัด ต้องปฏิบัติตามตารางปฏิบัติกิจวัตรประจำวันตามปกติของทัณฑสถาน และอยู่ภายในสิ่งแวดล้อมที่จำกัด ทั้งในด้านการกิน อยู่ หลับนอนทำให้เกิดความรู้สึกไม่เห็นคุณค่าในตนเอง รู้สึกว่าตนไม่มีความสำคัญ และรู้สึกหดหู่ ท้อแท้ ไม่มีความภาคภูมิใจในตนเอง การเข้ากลุ่มจะทำให้สมาชิกมีโอกาสสร้างสัมพันธภาพ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้ ความคิด ได้ระบายความรู้สึกอัดอั้นที่มีต่อปัญหาต่างๆ มีเพื่อนคอยแนะนำ ให้กำลังใจ นอกจากนี้การเข้าร่วมกลุ่มยังทำให้สมาชิกรู้จักตนเองมากขึ้น มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิตและพร้อมที่จะเลือกดำเนินชีวิตตนเองอย่างเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1984, pp.37) ที่ว่า การให้การปรึกษาแบบกวนิยม มีจุดมุ่งหมายเพื่อช่วยเหลือบุคคลที่ประสบกับภาวะวิกฤติในชีวิต ขาดการตระหนักในคุณค่าของตน ดำเนินชีวิตอย่างไร้จุดหมาย

ท้อแท้ สิ้นหวัง ไม่เห็นคุณค่าของการดำรงอยู่ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีกวนนิม เป็นกระบวนการที่จัดขึ้นเพื่อให้ความช่วยเหลือผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ สัมพันธภาพภายในกลุ่มจะก่อให้เกิดบรรยากาศแห่งการยอมรับ เกิดความรู้สึกอบอุ่น เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน เกิดความรู้สึกไว้วางใจ พร้อมทั้งจะพูดคุยหรือเปิดเผยความไม่สบายใจ ความคับข้องใจต่างๆ ออกมา โดยมีสมาชิกกลุ่มคอยรับฟัง ช่วยเหลือและให้กำลังใจ และมีผู้ให้การปรึกษาคอยอำนวยความสะดวก เพื่อให้การให้การปรึกษาดำเนินไปอย่างราบรื่น บรรยากาศของกลุ่มจะทำให้สมาชิกรู้สึกว่าคุณค่าของตนเองไม่โดดเดี่ยวยังมีคนอื่นอีกมากที่มีสภาพปัญหาคล้ายหรือเหมือนกับตน ทำให้สมาชิกเกิดความรู้สึกสบายใจ รู้จักและเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเองตามสภาพความเป็นจริง มองเห็นปัญหาและแนวทางในการแก้ปัญหาของตนได้ อีกทั้งผู้ให้การปรึกษายังช่วยให้ผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด ได้ค้นพบความหมายจากสถานการณ์ของชีวิตส่งผลให้ผู้ต้องขังเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อสถานการณ์ที่เป็นปัญหา อุปสรรคที่ตนต้องทุกข์ทรมาน พัฒนามุมมองใหม่ให้แตกต่างไปจากเดิม รับรู้สถานการณ์ที่ประสบอยู่ไปในทางที่ดี มีคุณค่าและมีความหมาย ก่อให้เกิดกำลังใจในการดำรงชีวิตอยู่และก้าวเดินไปข้างหน้าอย่างมั่นคงและมีอนาคต

นอกจากนี้ผลการวิจัยยังสอดคล้องกับ ฌัฐวลัย สัจจาบรรพต (2554:บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีกวนนิมที่มีต่อการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้พิการทางกาย ในสถานสงเคราะห์ผู้พิการและทุพพลภาพ โดยเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้พิการทางกายก่อนและหลังการให้คำปรึกษา พบว่า ผู้พิการทางกายที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษามีการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวมและรายด้านเพิ่มขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีกวนนิม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.2 ผลการทดลอง พบว่า ผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด ที่ได้รับการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีกวนนิมมีคุณค่าแห่งตนในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะหลังการทดลอง ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่วางไว้ ทั้งนี้เนื่องมาจากการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีกวนนิม มุ่งความสนใจอย่างชัดเจนไปยังความหมายและคุณค่าของชีวิตมนุษย์ ให้ความสำคัญเกี่ยวกับปัญหาของการดำรงอยู่ ให้บุคคลเผชิญหน้ากับชีวิตของตนด้วยความรับผิดชอบและรู้ตัว ให้ได้ค้นพบว่าตนคือใคร รับรู้ถึงสถานการณ์ที่ตนประสบอยู่ว่าเป็นอย่างไร ตนเองต้องการอะไร มีคุณค่าอะไรที่เป็นแหล่งกำลังใจให้ดำรงชีวิตอยู่ต่อไป และทำอย่างไรให้ชีวิตของตนมีความหมาย ซึ่งส่งผลให้ผู้ต้องขังเข้าใจและยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง รับรู้สถานการณ์ที่ประสบอยู่ไปในทางที่ดี และมีความหมาย พร้อมก้าวไปข้างหน้าอย่างมั่นคง ด้วยความมุ่งหวังที่จะมีอนาคตที่ดีขึ้นต่อไป นอกจากนี้ยังพบว่า การให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบกวนนิม ยังช่วยให้ผู้ต้องขังได้เห็นคุณค่าในการดำรงอยู่ และค้นพบความหมายของชีวิตที่แท้จริงและยั่งยืนทั้งในสถานการณ์

ปัจจุบันและระยะยาว สมาชิกที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษาจะมีทักษะในการจัดความรู้สึกต่อแท้ สิ้นหวัง และภาวะไร้ซึ่งคุณค่าและความหมายในชีวิต ซึ่งเป็นภาวะวิกฤติให้หมดไป สามารถปฏิบัติตนในการเพิ่มความหมายในตนเอง ให้ตนเองมีคุณค่าตลอดจนมีเทคนิค มีแนวทางที่ถูกต้อง และเหมาะสมสำหรับตนเองไว้ใช้ในการเผชิญปัญหา เพื่อให้การดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า และมีความหมายในทุกๆ สถานการณ์ที่เกิดขึ้น จึงทำให้ผลของการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎี การปรึกษาแบบกวนิยมยังคงอยู่จนถึงระยะติดตามผล ซึ่งผลทำให้คุณค่าแห่งตนในระยะติดตามผล สูงกว่าระยะทดลองและหลังทดลอง แม้ว่าระยะเวลาของการทดลองจะผ่านไปก็ไม่ได้ทำให้คุณค่าแห่งตนลดลงแต่อย่างใดกลับเพิ่มสูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ คอเรีย (Corey, 2001) ที่กล่าวว่า การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นมาจากความรู้สึกภายในตัวผู้รับคำปรึกษา และนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงสิ่งต่างๆ รอบๆ ตัวเมื่อบุคคลได้มีการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่างๆ จนเห็นผลที่ดีขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงนั้น จะสามารถเข้าใจปัญหาได้อย่างเหมาะสมกับตนมากขึ้นเรื่อยๆ แล้วจะเกิดความชำนาญ เกิดการเรียนรู้ว่าถ้ามีปัญหาแบบใดจะแก้ไขอย่างไรให้เหมาะสม บุคคลนั้นจะสามารถแก้ไขปัญหของตนได้อย่างเหมาะสมตลอดไป

นอกจากนี้ผลการวิจัยยังสอดคล้องกับ สุอัญญา โทสกุล (2549,น.92) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีกวนิยมต่อคุณค่าแห่งตนของมารดานอกสมรสที่ตั้งครรภ์ไม่พึงปรารถนา พบว่า มารดานอกสมรสที่ตั้งครรภ์ไม่พึงปรารถนาที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีกวนิยมมีคุณค่าแห่งตนสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง มารดานอกสมรสที่ตั้งครรภ์ไม่พึงปรารถนาที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีกวนิยมมีคุณค่าแห่งตนสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล มารดานอกสมรสที่ตั้งครรภ์ไม่พึงปรารถนาที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีกวนิยมมีคุณค่าแห่งตน ระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง มารดานอกสมรสที่ตั้งครรภ์ไม่พึงปรารถนาที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีกวนิยมมีคุณค่าแห่งตนระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

3. ข้อเสนอแนะ

3.1 ข้อเสนอแนะทั่วไป

3.1.1 จากผลการวิจัย ผู้ให้การปรึกษาควรมีฝึกฝนและอบรมเพิ่มเติมในเรื่องของการใช้ทักษะหรือเทคนิคในการให้การปรึกษา

3.1.2 ควรนำมาเผยแพร่เพื่อเป็นแนวทางสำหรับ บุคลากรสายการแพทย์ในเรือนจำ หรือเจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ ในการนำโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมไปใช้ได้จริงในทุก

เรือนจำ / ทัณฑสถาน เพื่อเป็นการป้องกันไม่ให้ผู้ต้องขังหันกลับมากระทำผิดซ้ำ เป็นการลดภาระของภาครัฐ

3.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

3.2.1 ควรมีการทดลองการให้การศึกษากับผู้ต้องขังเป็นรายบุคคลเพื่อเปรียบเทียบผลการให้การศึกษาระหว่างรายบุคคลและกลุ่ม เพื่อนำมาพัฒนาการให้บริการและเพิ่มทักษะผู้ให้การศึกษามากขึ้น

3.2.2 ควรศึกษาผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีภวนิยมต่อตัวแปรตามอื่นๆ และกลุ่มตัวอย่างอื่น เช่น ความมุ่งหวังในชีวิตของผู้ติดเชื่อเอชไอวี เพื่อให้เกิดผลการวิจัยที่กว้างขวางยิ่งขึ้น





บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมราชทัณฑ์. (2525). รายงานประจำปีวารสารกรมราชทัณฑ์ 2525. กรุงเทพฯ : กรมราชทัณฑ์
กองโรคเอดส์. (2544). การศึกษาสุขภาพจิตของผู้ติดเชื้อ ผู้ป่วยโรคเอดส์ที่เข้าชมรมผู้ติดเชื้อ.
กรมควบคุมโรคติดเชื้อ : กระทรวงสาธารณสุข กรุงเทพฯ.
- กาญจนา รัตนราช. (2555). ผลการใช้โปรแกรมการให้การศึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีการ
ให้การศึกษาแบบผู้รับบริการการศึกษาเป็นศูนย์กลางเพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของ
ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ไม่พึ่งอินซูลิน โรงพยาบาลรามาริษดิกรุงเทพมหานคร
(วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์).
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, นนทบุรี.
- กาญจนา ไชยพันธ์. (2541). การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม. ขอนแก่น : ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. (2532). ผลของการจัดโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกต่อความรู้สึก
เห็นคุณค่าในตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ).
- จิตาพร แสงแก้ว. (2541). การเปรียบเทียบการใช้กลุ่มสัมพันธ์กับกลุ่มสัมพันธ์แบบมาราธอน เพื่อ
พัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กบ้านอุปถัมภ์ มูลนิธิสร้างสรรค์เด็ก กทม.
(วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการบัณฑิตวิทยาลัย)
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, กรุงเทพฯ.
- ชยาพร ลีประเสริฐ. (2535). ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง
ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, กรุงเทพฯ.
- ชัยวัฒน์ วงษ์อำษา. (2534). ผลของการฝึกอบรมที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้น
ประถมศึกษาปีที่ 5 (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, กรุงเทพฯ.
- ณัฐลัย สัจจะบรรพต. (2554). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีภวนิยม ที่มีต่อการ
พัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้พิการ ในสถานสงเคราะห์ผู้พิการและทุพพลภาพ
(สารนิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร,
กรุงเทพฯ.

- ทัศนาศา บัญทอง. (2525). *การพยาบาลตามแนวปรัชญา Existentialism*. รายงานการประชุมวิชาการ พยาบาลจิตเวช (ครั้งที่ 3). ม. ป. ท. .
- ธีระ ชัยยุทธขรรยง. (2542). การเสริมสร้างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง. เอกสารการสัมมนาทาง วิชาการ เรื่องการเสริมสร้างความรู้สึกรักและเห็นคุณค่าในตนเอง 2 กันยายน 2542 กรมวิชาการกระทรวงศึกษาธิการ 70-71.
- นภาพร พุ่มพฤษย์. (2529). *ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของ นักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์)*. มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, กรุงเทพฯ.
- บุษบากร ตันทวารธณ. (2545). *การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองตาม แนวคิดของคูเปอร์สมิธ และพฤติกรรมการเรียนที่พึงประสงค์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปี ที่ 3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ใน โรงเรียนกลางคันนคร จังหวัดลำปาง (วิทยานิพนธ์ ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์)*. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- ปณิสรา ภาสกาการ. (2545). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีภวนิยม ที่มีต่อการเห็น คุณค่าในตนเองของเด็กที่ถูกทารุณกรรมทางเพศ ศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก กรุงเทพมหานคร (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์)*. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสาน มิตร, กรุงเทพฯ.
- ประดิพันธ์ อุปะมัย. (2544). *หลักการและแนวคิดเกี่ยวกับจิตวิทยาเพื่อการแนะแนว ในประมวล สาราชชุด วิชาหลักการและแนวคิดทางการแนะแนว หน่วยที่ 3 หน้า 146-147*. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- พรเพ็ญ เมธาจิตติพันธ์. (2545). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบพิจารณา เหตุผลและอารมณ์และการ สนับสนุนทางสังคมต่อคุณค่าแห่งตนของหญิงตั้งครรภ์ที่ถูกทารุณกรรมด้านร่างกาย และ จิตใจ (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์)*. สาขาจิตวิทยาการให้ คำปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- พิมพ์ดี จันทร โกศล. (2544). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความกลัวที่มีต่อ ความภาคภูมิใจในตนเองและความเครียดของนักเรียน ม.ต้น ที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์)*. สาขาจิตวิทยาการให้ คำปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- เพลินใจ แต่เกษม และคณะ. (2549). *เบื้องหลังชีวิตของอาชญากรมีอาชีพ กรมราชทัณฑ์, สำนักวิจัยและพัฒนาระบบงานราชทัณฑ์, ศูนย์วิจัยและพัฒนาด้านอาชญาวิทยา.*

- ภูตะวัน ทวณิช.(2550).ผลของการให้คำปรึกษาโดยใช้ทฤษฎีของโรเจอร์ต่อการเห็นคุณค่าในตนเองและความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวันในผู้ป่วยอัมพาตครึ่งซีก. (สารนิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). สาขาจิตวิทยาการปรึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- มัตติกา ศรีพวงทอง. (2548). ผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีภวนิยมต่อคุณค่าในตนเองของหญิงบริการทางเพศ (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยบูรพา,ชลบุรี.
- วัชรีย์ ทรัพย์มี. (2533). ทฤษฎีและกระบวนการให้บริการปรึกษา .กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ภาพพิมพ์.
- วัชรีย์ ทรัพย์มี. (2549). ทฤษฎีและกระบวนการให้บริการปรึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศศิกานต์ ชนะโสธร.(2529). ผลของการมีตำแหน่งหัวหน้าห้องต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1.(วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,กรุงเทพฯ.
- ศรีวัฒนา ยะกาศคะนอง และคณะ.(2549). แบบแผนการดำเนินชีวิตผู้ต้องขังกระทำผิดซ้ำ : กรณีศึกษาพวกกักแยะช่องเบา กรมราชทัณฑ์ สำนักวิจัยและพัฒนาระบบงานราชทัณฑ์ กลุ่มงานพัฒนาระบบการพัฒนาพฤตินิสัย.
- สมจิต ตุ่นแยง. (2550). การให้คำปรึกษาเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนที่มีปัญหาด้านพฤติกรรมในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่,เชียงใหม่.
- สุกัญญา โตสกุล.(2549). ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีภวนิยมต่อคุณค่าแห่งตนของมารดานอกสมรสที่ตั้งครรภ์ไม่พึงปรารถนา. (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์).มหาวิทยาลัยบูรพา,ชลบุรี.
- เสาวณี เตชะพัฒนางษ์. (2553). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎียี่ดบุคคลเป็นศูนย์กลางที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ. (สารนิพนธ์ ปริญญาการศึกษา มหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ,กรุงเทพฯ.
- สุกัญญา มัทธนนันท์. (2543). เปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผลและอารมณ์กับการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์หญิง จังหวัดสระบุรี. (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา,ชลบุรี.

- สุใจ ตั้งทรงสวัสดิ์. (2531). *การใช้เพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มเพื่อเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5.* (วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- อัครพรรณ ขวัญชื่น. (2544). *ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ต้องขังในเรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานคร.* (วิทยานิพนธ์ปริญญาสังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ, สมุทรปราการ.
- อัปสรสิริ เอี่ยมประชา. (2542). *การพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5.* (วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- อาภา จันทรสกุล. (2535). *ทฤษฎีและการให้คำปรึกษา.* กรุงเทพฯ : ภาควิชาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- Abbott, W.J. (1985). January. *The Effect of Reality Therapy-Based group counseling on The Self-Esteem of learning Disabled sixth, seventh and Eight Graders.* Dissertation Abstracts International 45 : 1989-A
- Bruno, F.J. (1983). *Adjustment and personal growth : seven pathway.* (2nd ed.) New Youk
- Capuzzi, D. and D.R. Gross. (1995). *Counseling and Psychotherapy Theories and Interventions.* New York : Prentice-Hall.
- Coopersmith, S. (1984). *Self-Esteem inventories.* San Francisco : Consuling Psychololgist Press.
- Coray G. (1996). *Theory and practice of counseling and Psychotherapy.* (5th ed). California : Book / Cole Publishing.
- _____ (2001). *Theory and practice of counseling and psychotherapy.* (6th ed). California : Books / cole Publishing.
- De-Vries, M.J. (1997). *Study of Psychotictherapeutic intervention in advance cancer.* *Psycho Oncology*, 6, 129-137.
- Khera, S. (1998). *You can win : winners dot't do different things. They do Things Differently : a step-by-step.* Tool for to Achievers. Singapore : Prentice Hall.
- Maslow, Abraham. (1970). *Mativetion and Personality.* (2nd ed) New York. Harper and Row Publishers.
- Majer, J.M. (1992). *Assessing the logotherapeutic value of 12-step therapy.* *Journal of Internation Forum for loyotherapy*, 15, 86-89.

- Olhson,MerleM.and others.(1988). *Group Counseling*. (3rd ed.) New York : Holt Rimenhart and Winston.
- Omizo,M.M. and omizo S.A.(1998). *Group Counseling's Effects on Self-Concept and soualBeharior-Among Children with Learning Disabilities*.Journal of Humanistic Education and Development 26 : 109-117.
- Oyer,W.W. and Vriend , J.(1975). *Counseling Technique at Work Washington D.C.* : A.P.G.A.
- Prochaska, James O.(1979). *System of Psychotherapy : a tramstheoreticalanalysis*. U.S.A. : The Dorsey press.
- Rao,N.S.(1981). *Conseling Psychology*. New Delhi : Tata Mc Grow-Hill
- Satir,V.(1991). *The satir Model family Therapy and Beynd Palo AHO,CA* : science and Behavior.
- Susse,C.R.(1978). *Person to person*. I linois : Benefit.
- Vondracek , F.W. and corneal, S.(1995). *Strateqies for Resolving Individual and family Problem*. California : Brooks Cole publishing.





ภาคผนวก

มหาวิทยาลัย

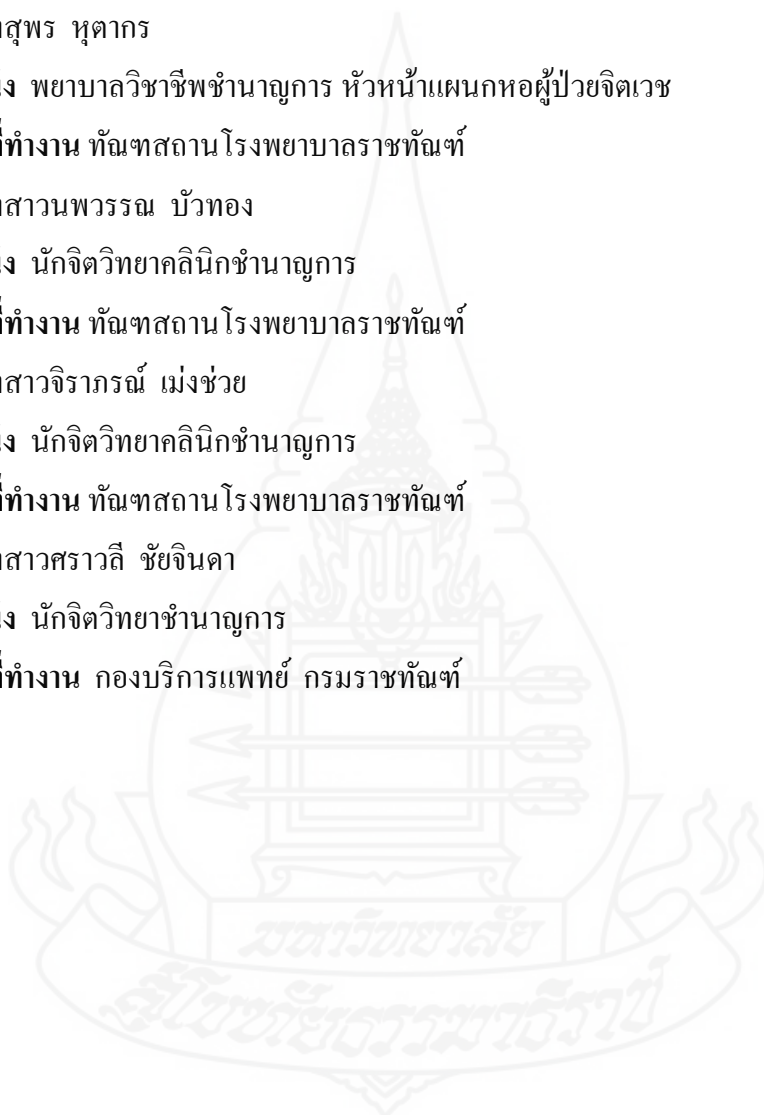
สกลนครราชภัฏ



ภาคผนวก ก
รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ

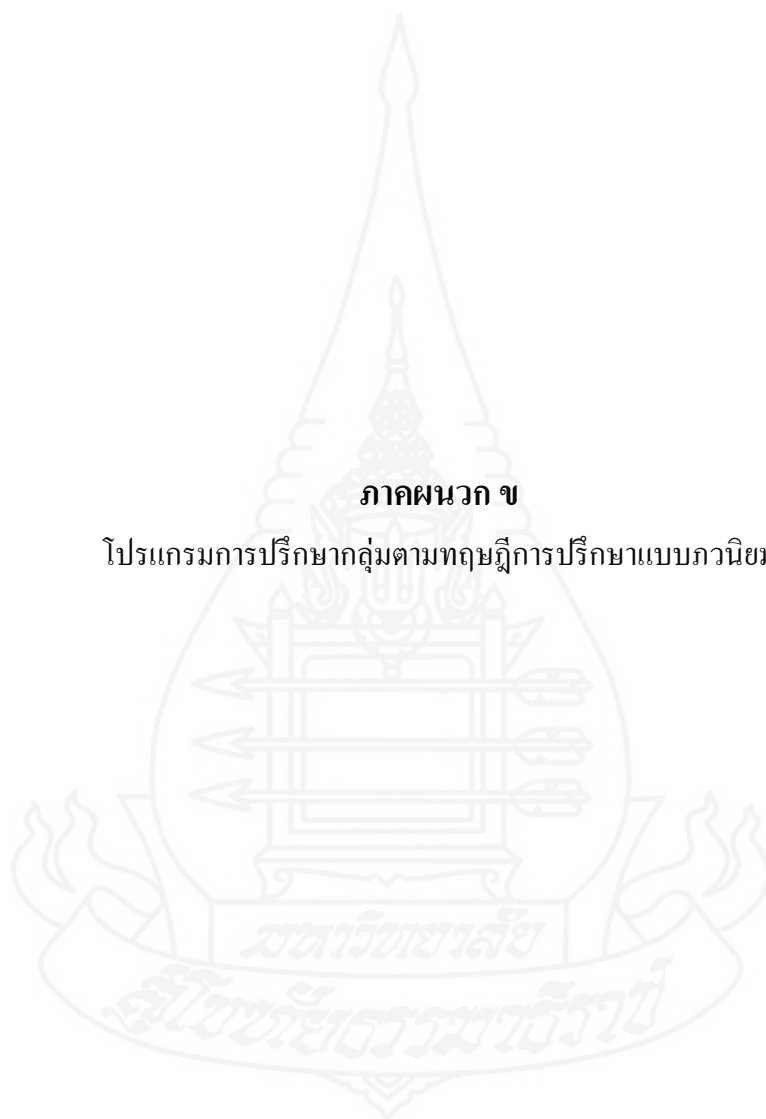
รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

1. ชื่อ นางกัญจน์รัชต์ แก้วจันทร์
ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ หัวหน้าสถานพยาบาล
สถานที่ทำงาน ทัณฑสถานหญิงกลาง
2. ชื่อ นางสาวสุพร หุตากร
ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ หัวหน้าแผนกหอผู้ป่วยจิตเวช
สถานที่ทำงาน ทัณฑสถาน โรงพยาบาลราชทัณฑ์
3. ชื่อ นางสาวนพวรรณ บัวทอง
ตำแหน่ง นักจิตวิทยาคลินิกชำนาญการ
สถานที่ทำงาน ทัณฑสถาน โรงพยาบาลราชทัณฑ์
4. ชื่อ นางสาวจิราภรณ์ เม่งช่วย
ตำแหน่ง นักจิตวิทยาคลินิกชำนาญการ
สถานที่ทำงาน ทัณฑสถาน โรงพยาบาลราชทัณฑ์
5. ชื่อ นางสาวศรวลี ชัยจินดา
ตำแหน่ง นักจิตวิทยาชำนาญการ
สถานที่ทำงาน กองบริการแพทย์ กรมราชทัณฑ์



ภาคผนวก ข

โปรแกรมการศึกษากลุ่มตามทฤษฎีการศึกษแบบกวนิยม



โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีภวนิยม

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	ปฐมนิเทศ	<p>1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพอันดีระหว่างผู้ให้คำปรึกษา กับสมาชิก และระหว่างสมาชิกด้วยกัน</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกได้ทราบถึงวัตถุประสงค์ในการให้คำปรึกษา ขั้นตอนการดำเนินการ กติกาข้อตกลงภายในกลุ่ม ระหว่างการให้คำปรึกษา ระยะเวลา และจำนวนครั้งที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษา บทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับการปรึกษาลดจนประโยชน์ที่ได้รับจากการให้คำปรึกษา</p>	<p>1. ผู้ให้คำปรึกษา กล่าวต้อนรับ ทักทายสมาชิกและแนะนำตนเองให้สมาชิกได้รู้จัก และให้สมาชิกแนะนำตนเองเพื่อสร้างความคุ้นเคยระหว่างสมาชิกด้วยกัน</p> <p>2. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงให้สมาชิกทราบถึงวัตถุประสงค์ในการให้คำปรึกษาและร่วมกันกำหนดข้อตกลงในการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษา เช่น การรักษาความลับของเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม การยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งชี้แจงกฎ กติกา แนวทาง ขั้นตอน รวมถึงระยะเวลาในการดำเนินการกิจกรรม</p> <p>3. เปิดโอกาสให้สมาชิกที่เข้าร่วมกิจกรรมได้ซักถาม เสนอแนะ และแสดงความคิดเห็น เพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมในการกำหนดแนวทางการทำกิจกรรม</p> <p>4. ให้สมาชิกสร้างความคุ้นเคยให้มากขึ้น โดยใช้กิจกรรม “สื่อแทนใจ”</p> <p>5. ให้สมาชิกได้ออกมาพูดถึงรายละเอียดของสมาชิกท่านอื่น ทั้งนี้เพื่อเป็นการให้สมาชิกได้แสดงออกถึงความสนใจและใส่ใจในข้อมูลของสมาชิกคนอื่น</p> <p>6. ให้สมาชิกสรุปถึงสิ่งที่ได้จากการทำกิจกรรมในครั้งนี้ หลังจากนั้นผู้ให้คำปรึกษาจะสรุปสิ่งที่ได้จากการทำกิจกรรมอีกครั้งหนึ่ง จากนั้นจะนัดหมายการพบกลุ่มครั้งต่อไป</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2-4	การเห็นคุณค่าในตนเองด้านทั่วไป ได้แก่ลักษณะทางกายภาพของ ตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง การตัดสินใจในเรื่องต่างๆ และการปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้สมาชิกเห็นคุณค่าในตนเองเกี่ยวกับลักษณะทางกายภาพของตน 2. เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนเข้าใจตนเองในด้านความเชื่อมั่นในตนเอง ทั้งด้านความคิดและความรู้สึก และการแสดงออกของตน 3. เพื่อให้สามารถตัดสินใจในเรื่องต่างๆ โดยอธิบายถึงเหตุผลของการตัดสินใจของตน 4. เพื่อให้สมาชิกสามารถปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ได้ 	<p><u>ขั้นเริ่มต้นให้การปรึกษา</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้ให้การปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มเพื่อสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง 2. ผู้ให้การปรึกษาให้ทุกคนทำกิจกรรมผ่อนคลาย 10 นาที เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมก่อนการเข้าสู่กิจกรรม <p><u>ขั้นดำเนินการปรึกษา</u> มีรายละเอียดดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ขั้นตระหนักในตนเอง เป็นขั้นที่ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกพิจารณาปัญหาที่เกิดขึ้น ความรู้สึกที่มีต่อตนเอง 2. ขั้นเสรีภาพในการเลือกและความรับผิดชอบ ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาหาข้อจำกัดของตนเอง รับผิดชอบต่อการเลือกของตน พร้อมทั้งวิเคราะห์ผลเสียของทางเลือกแต่ละทาง 3. ขั้นค้นพบเอกลักษณ์ของตนเองและสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายกับผู้อื่น ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกพิจารณาทางเลือกในการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง 4. ขั้นค้นหาความหมายของชีวิต ผู้ให้คำปรึกษาให้กำลังใจสมาชิกเพื่อให้สมาชิกเห็นคุณค่าในการกระทำของตนเองที่นำไปสู่จุดมุ่งหมาย 5. ขั้นเห็นคุณค่าในตนเอง ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกนำแนวทางที่เหมาะสมกับตนไปปฏิบัติเพื่อให้บรรลุจุดประสงค์ที่ตั้งไว้ <p><u>ขั้นยุติการให้การปรึกษา</u> ผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษาร่วมกันสรุปผลที่ได้จากการให้การปรึกษา และนัดหมายการให้การปรึกษารั้งต่อไป</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
5-6	<p>การเห็นคุณค่าในตนเองด้านครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างตนเองกับครอบครัว ลักษณะความเป็นอยู่ในครอบครัว และการรับรู้ความรู้สึกที่บุคคลในครอบครัวมีต่อตนเอง</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้สมาชิกเข้าใจเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างตนเองกับบุคคลในครอบครัว 2. เพื่อให้สมาชิกได้รู้จักและเข้าใจถึงลักษณะความเป็นอยู่ในครอบครัว ได้ตรงตามความเป็นจริง 3. เพื่อให้สมาชิกรับรู้และเข้าใจความรู้สึกที่บุคคลในครอบครัวมีต่อตนเอง 	<p><u>ขั้นเริ่มต้นให้การปรึกษา</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้ให้การปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มเพื่อสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง 2. ผู้ให้การปรึกษาให้ทุกคนทำกิจกรรมผ่อนคลาย 10 นาที เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมก่อนการเข้าสู่กิจกรรม <p><u>ขั้นดำเนินการปรึกษา</u> มีรายละเอียดดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ขั้นตระหนักในตนเอง เป็นขั้นที่ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกพิจารณาปัญหาที่เกิดขึ้นที่ก่อให้เกิดความรู้สึกที่มีต่อตนเอง 2. ขั้นเสรีภาพในการเลือกและความรับผิดชอบ ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาภายใต้ข้อจำกัดของตนเอง รับผิดชอบต่อการเลือกของตนพร้อมทั้งวิเคราะห์ผลดีผลเสียของทางเลือกแต่ละทาง 3. ขั้นค้นพบเอกลักษณ์ของตนเองและสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายกับผู้อื่น ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกพิจารณาทางเลือกในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง 4. ขั้นค้นหาความหมายของชีวิต ผู้ให้การปรึกษาให้กำลังใจสมาชิกเพื่อให้สมาชิกเห็นคุณค่าในการกระทำของตนเองที่นำไปสู่จุดมุ่งหมาย 5. ขั้นเห็นคุณค่าในตนเอง ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกรับแนวทางที่เหมาะสมกับตนไปปฏิบัติเพื่อให้บรรลุจุดประสงค์ที่ตั้งไว้ <p><u>ขั้นยุติการให้การปรึกษา</u> ผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษาร่วมกันสรุปผลที่ได้จากการให้การปรึกษา และนัดหมายการให้การปรึกษาครั้งต่อไป</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
7-9	การเห็นคุณค่าในตนเองด้านสังคม ได้แก่ความเป็นที่ชื่นชอบในกลุ่มเพื่อน การได้รับการยอมรับในกลุ่มเพื่อนหรือบุคคลในสังคม และการรับรู้ว่าคุณค่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม	<p>1. เพื่อให้สมาชิกเข้าใจถึงสัมพันธภาพของตนเองด้านความเป็นที่ชื่นชอบ และการได้รับการยอมรับในกลุ่มเพื่อนหรือบุคคลในสังคมที่มีความสำคัญต่อตนเอง</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกมีแนวทางในการวางแผนเพื่อประกอบอาชีพภายหลังพันโทษ</p>	<p><u>ขั้นเริ่มต้นให้การปรึกษา</u></p> <p>1. ผู้ให้การปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มเพื่อสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง</p> <p>2. ผู้ให้การปรึกษาให้ทุกคนทำกิจกรรมผ่อนคลาย 10 นาที เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมก่อนการเข้าสู่กิจกรรม</p> <p><u>ขั้นดำเนินการปรึกษา</u> มีรายละเอียดดังนี้</p> <p>1. ขั้นตระหนักในตนเอง เป็นขั้นที่ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกพิจารณาปัญหาที่เกิดขึ้นที่ผู้ให้การศึกษาเอง</p> <p>2. ขั้นเสรีภาพในการเลือกและความรับผิดชอบ ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาภายใต้ข้อจำกัดของตนเอง รับผิดชอบต่อการเลือกของตน พร้อมทั้งวิเคราะห์ผลเสียของทางเลือกแต่ละทาง</p> <p>3. ขั้นค้นพบเอกลักษณ์ของตนเองและสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายกับผู้อื่น ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกพิจารณาทางเลือกในการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง</p> <p>4. ขั้นค้นหาความหมายของชีวิต ผู้ให้การปรึกษาให้กำลังใจสมาชิกเพื่อให้สมาชิกเห็นคุณค่าในการกระทำของตนเองที่นำไปสู่จุดมุ่งหมาย</p> <p>5. ขั้นเห็นคุณค่าในตนเอง ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกนำแนวทางที่เหมาะสมกับตนไปปฏิบัติเพื่อให้บรรลุจุดประสงค์ที่ตั้งไว้</p> <p><u>ขั้นยุติการให้การปรึกษา</u> ผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษาร่วมกันสรุปผลที่ได้จากการให้การปรึกษา และนัดหมายการให้การปรึกษารั้งต่อไป</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
10	ปัจฉิมนิเทศ	1. เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกได้กล่าวถึงสิ่ง ที่ได้จากการให้การปรึกษาอย่างเสรี 2. เพื่อให้สรุปสิ่งที่ได้จากการให้การ ปรึกษาและการนำไปปฏิบัติ 3. เพื่อให้สมาชิกประเมินตนเองและ กล่าวถึงความรู้สึกที่มีต่อตนเองภายหลัง การได้รับการให้การปรึกษา 4. เพื่อยุติการให้การปรึกษา	1. ให้สมาชิกแต่ละคนได้กล่าวถึงสิ่งที่ตน ได้รับจากการให้การปรึกษาอย่างเสรี 2. ให้สมาชิกแต่ละคน สรุปแนวทางที่ได้ จากการให้การปรึกษาและนำไปปฏิบัติ 3. ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มแสดง ความรู้สึกของตนต่อการเข้าร่วม โปรแกรมการให้การปรึกษาตั้งแต่เริ่มจน เสร็จสิ้น รวมทั้งสำรวจตนเองและสิ่งที่ อยากบอกกับเพื่อนสมาชิกในกลุ่มและ ผู้ให้การปรึกษาได้รับรู้ เพื่อเป็นกำลังใจ ในการดำรงชีวิตต่อไป 4. ผู้ให้การปรึกษาให้ข้อมูลย้อนกลับใน ทางบวก เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนเห็น คุณค่าในตนเองและสรุปเพิ่มเติม 5. ผู้ให้การปรึกษายุติการให้การปรึกษา และกล่าวขอบคุณสมาชิก



รายละเอียดโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม

ครั้งที่ 1 ปทุมนิเทศ

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพอันดีระหว่างผู้ให้การปรึกษากับสมาชิก และระหว่างสมาชิกด้วยกัน
2. เพื่อให้สมาชิกได้ทราบถึงวัตถุประสงค์ในการให้การปรึกษา ขั้นตอนการดำเนินการ กติกา

ข้อตกลงภายในกลุ่ม ระหว่างการให้การปรึกษา ระยะเวลา และจำนวนครั้งที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษา บทบาทหน้าที่ของผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษาดลจดจนประโยชน์ที่ได้รับจากการให้การปรึกษา

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้การปรึกษากล่าวต้อนรับทักทายสมาชิกและแนะนำตนเองให้สมาชิกได้รู้จัก และให้สมาชิกแนะนำตนเองเพื่อสร้างความคุ้นเคยระหว่างสมาชิกด้วยกัน
2. ผู้ให้การปรึกษาชี้แจงให้สมาชิกทราบถึงวัตถุประสงค์ในการให้การปรึกษาและร่วมกันกำหนดข้อตกลงในการเข้าร่วม โปรแกรมการให้การปรึกษาเช่น การรักษาความลับของเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม การยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนสมาชิก พร้อมทั้งชี้แจงกฎ กติกา แนวทาง ขั้นตอน รวมถึงระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรม
3. เปิดโอกาสให้สมาชิกที่เข้าร่วมกิจกรรมได้ซักถาม เสนอแนะ และแสดงความคิดเห็น เพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมในการกำหนดแนวทางการทำกิจกรรม
4. ให้สมาชิกสร้างความคุ้นเคยให้มากขึ้น โดยใช้กิจกรรม “สื่อแทนใจ”
5. ให้สมาชิกได้ออกมาพูดถึงรายละเอียดของสมาชิกท่านอื่น ทั้งนี้เพื่อเป็นการให้สมาชิกได้แสดงออกถึงความสนใจและใส่ใจในข้อมูลของสมาชิกคนอื่น
6. ให้สมาชิกสรุปถึงสิ่งที่ได้จากการทำกิจกรรมในครั้งนี้ หลังจากนั้นผู้ให้การปรึกษาจะสรุปสิ่งที่ได้จากการทำกิจกรรมอีกครั้งหนึ่ง จากนั้นจะนัดหมายการพบกลุ่มครั้งต่อไป

รายละเอียดโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม

ครั้งที่ 2 การเห็นคุณค่าในตนเองด้านทั่วไป ได้แก่ลักษณะทางกายภาพของตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกเห็นคุณค่าในตนเองเกี่ยวกับลักษณะทางกายภาพของตน
2. เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนเข้าใจตนเอง ในด้านความเชื่อมั่นในตนเอง ทั้งด้านความคิดและ

ความรู้สึก และการแสดงออกของตน

วิธีดำเนินการ

ขั้นเริ่มต้นการให้การปรึกษา

1. ผู้ให้การปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มเพื่อสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง
2. ผู้ให้การปรึกษาให้ทุกคนทำกิจกรรมผ่อนคลาย 10 นาที เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมก่อน

การเข้าสู่กิจกรรม

ขั้นดำเนินการให้การปรึกษา

2.1 ขั้นตระหนักในตนเอง ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกบอกถึงลักษณะทางกายภาพของตน และความเชื่อมั่นในตนเองด้านความคิด ความรู้สึก และการแสดงออกของตน และบอกความรู้สึกที่มีต่อตนเอง โดยตั้งประเด็นคำถามแก่สมาชิก 2 ประเด็นว่า “คุณมองตนเองอย่างไร” และ “คุณรู้สึกอย่างไรต่อตนเอง” เนื่องจาก 2 ประเด็นคำถามจะทำให้สมาชิกได้มีโอกาสพิจารณาตนเอง เป็นการแสดงให้เห็นถึงการยอมรับและการสะท้อนความรู้สึกต่อตนเอง

2.2 ขั้นเสรีภาพในการเลือกและความรับผิดชอบผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกหาแนวทางในการแก้ปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่สมาชิกมีต่อตนเอง โดยพิจารณาถึงสาเหตุของปัญหาและกำหนดทางเลือกในการแก้ไขปัญหา โดยคำนึงถึงข้อจำกัดของตนเอง พร้อมทั้งวิเคราะห์ผลดี ผลเสียของแต่ละทางเลือก โดยให้สมาชิกร่วมกันปรึกษาหารือหรือแก้ไขปัญหาต่างๆ ร่วมกัน ได้ช่วยเหลือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน

2.3 ขั้นค้นพบเอกลักษณ์ของตนเองและสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่นผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกพิจารณาทางเลือกในการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง ที่ตรงกับความเชื่อและความรู้ที่แท้จริงของตนเอง

2.4 ขั้นค้นหาความหมายของชีวิตผู้ให้การปรึกษาให้กำลังใจสมาชิก ให้สมาชิกเห็นคุณค่าในการกระทำของตนเอง ที่นำไปสู่จุดมุ่งหมาย เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองเกี่ยวกับลักษณะทางกายภาพของตน รวมทั้งความเชื่อมั่นในตนเอง ด้านความคิด ความรู้สึก และการแสดงออกของตน และให้สมาชิกพิจารณาถึงทางเลือกในการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง มีอุปสรรคและวิธีการเผชิญหรือแก้ไขอย่างไร

2.5 ขั้นเห็นคุณค่าในตนเองผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกนำแนวทางที่ตนพิจารณาว่าเหมาะสมกับตนไปปฏิบัติ เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองด้านลักษณะทางกายภาพของตน รวมทั้งความเชื่อมั่นในตนเอง ด้านความคิด ความรู้สึก และการแสดงออกของตน

ขั้นยุติการให้การปรึกษา

3.1 ให้สมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการสนทนาและผู้ให้การปรึกษาสรุปเพิ่มเติมโดยเน้นให้สมาชิกหาแนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

3.2 นัดหมายการให้การปรึกษาครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจ ความตั้งใจ ท่าที คำพูด และการแสดงออกของสมาชิกที่มีต่อกิจกรรม
2. สังเกตจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกในการแสดงความคิดเห็นขณะเข้าร่วมกิจกรรม



รายละเอียดโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม

ครั้งที่ 3 การเห็นคุณค่าในตนเองด้านทั่วไป ได้แก่การตัดสินใจในเรื่องต่างๆ

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

ของต้นได้

วิธีดำเนินการ

- ขั้นเริ่มต้นการให้การปรึกษา
1. ผู้ให้การปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มเพื่อสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง
 2. ผู้ให้การปรึกษาให้ทุกคนทำกิจกรรมผ่อนคลาย 10 นาที เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมก่อนการเข้าสู่กิจกรรม
- ขั้นดำเนินการให้การปรึกษา
- 2.1 ขั้นตระหนักในตนเอง ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกบอกถึงความสามารถในการตัดสินใจในเรื่องต่างๆและบอกถึงความรู้สึกที่มีต่อตนเอง และพิจารณาว่ามีปัญหาใดที่เกิดจากความรู้สึกของตนเอง
 - 2.2 ขั้นเสรีภาพในการเลือกและความรับผิดชอบผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกหาแนวทางในการแก้ปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่สมาชิกมีต่อตนเอง โดยพิจารณาถึงสาเหตุของปัญหาและกำหนดทางเลือกในการแก้ไขปัญหา โดยคำนึงถึงข้อจำกัดของตนเอง พร้อมทั้งวิเคราะห์ผลดี ผลเสียของแต่ละทางเลือก โดยให้สมาชิกร่วมกันปรึกษาหารือแก้ปัญหาต่างๆ ร่วมกัน ได้ช่วยเหลือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน
 - 2.3 ขั้นค้นพบเอกลักษณ์ของตนเองและสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่นผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกพิจารณาทางเลือกในการแก้ปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง ที่ตรงกับความเชื่อและความรู้ที่แท้จริงของตนเอง
 - 2.4 ขั้นค้นหาความหมายของชีวิตผู้ให้การปรึกษาให้กำลังใจสมาชิก ให้สมาชิกเห็นคุณค่าในการกระทำของตนเอง ที่นำไปสู่จุดมุ่งหมาย เพื่อพัฒนาการตัดสินใจในเรื่องต่างๆ และให้สมาชิกพิจารณาถึงทางเลือกในการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง มีอุปสรรคและวิธีการเผชิญหรือแก้ไขอย่างไร
 - 2.5 ขั้นเห็นคุณค่าในตนเองผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกนำแนวทางที่ตนพิจารณาว่าเหมาะสมกับตนไปปฏิบัติ เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองด้านการตัดสินใจในเรื่องต่างๆ
- ขั้นยุติการให้การปรึกษา
- 3.1 ให้สมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการสนทนาและผู้ให้การปรึกษาสรุปเพิ่มเติมโดยเน้นให้สมาชิกหาแนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 3.2 นัดหมายการให้การปรึกษาครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจ ความตั้งใจ ท่าที คำพูด และการแสดงออกของสมาชิกที่มีต่อกิจกรรม
2. สัมผัสจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกในการแสดงความคิดเห็นขณะเข้าร่วมกิจกรรม



รายละเอียดโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม

ครั้งที่ 4	การเห็นคุณค่าในตนเองด้านทั่วไป ได้แก่ การปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ
เวลาที่ใช้	60 นาที
วัตถุประสงค์	1. เพื่อให้สมาชิกสามารถปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ได้
วิธีดำเนินการ	<p><u>ขั้นเริ่มต้นการให้การปรึกษา</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้ให้การปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มเพื่อสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง 2. ผู้ให้การปรึกษาให้ทุกคนทำกิจกรรมผ่อนคลาย 10 นาที เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมก่อน <p><u>การเข้าสู่กิจกรรม</u></p> <p><u>ขั้นดำเนินการให้การปรึกษา</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 2.1 ขั้นตระหนักในตนเอง ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกบอกถึงความสามารถของตนในการปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ และบอกถึงความรู้สึกที่มีต่อตนเอง และพิจารณาว่ามีปัญหาใดที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง 2.2 ขั้นเสรีภาพในการเลือกและความรับผิดชอบ ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกหาแนวทางในการแก้ปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง โดยพิจารณาถึงสาเหตุของปัญหาและกำหนดทางเลือกในการแก้ไขปัญหา โดยคำนึงถึงข้อจำกัดของตนเอง พร้อมทั้งวิเคราะห์ผลดี ผลเสียของแต่ละทางเลือก โดยให้สมาชิกร่วมกันปรึกษาหารือหรือแก้ไขปัญหาต่างๆ ร่วมกัน ได้ช่วยเหลือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน 2.3 ขั้นค้นพบเอกลักษณ์ของตนเองและสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่น ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกพิจารณาทางเลือกในการแก้ปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง ที่ตรงกับความเชื่อและความรู้ที่แท้จริงของตนเอง 2.4 ขั้นค้นหาความหมายของชีวิต ผู้ให้การปรึกษาให้กำลังใจสมาชิก ให้สมาชิกเห็นคุณค่าในการกระทำของตนเอง ที่นำไปสู่จุดมุ่งหมาย เพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ และให้สมาชิกพิจารณาถึงทางเลือกในการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง มีอุปสรรคและวิธีการเผชิญหรือแก้ไขอย่างไร 2.5 ขั้นเห็นคุณค่าในตนเอง ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกนำแนวทางที่ตนพิจารณาว่าเหมาะสมกับตนไปปฏิบัติ เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองด้านการปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ <p><u>ขั้นยุติการให้การปรึกษา</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 3.1 ให้สมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการสนทนาและผู้ให้การปรึกษารูปเพิ่มเติมโดยเน้นให้สมาชิกหาแนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง 3.2 นัดหมายการให้การปรึกษาครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจ ความตั้งใจ ท่าที คำพูด และการแสดงออกของสมาชิกที่มีต่อกิจกรรม
2. สัมผัสจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกในการแสดงความคิดเห็นขณะเข้าร่วมกิจกรรม



รายละเอียดโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม

ครั้งที่ 5 การเห็นคุณค่าในตนเองด้านครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างตนเองกับบุคคลในครอบครัว

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกเข้าใจเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างตนเองกับบุคคลในครอบครัวตามความเป็นจริง และสามารถอธิบายได้

วิธีดำเนินการ

ขั้นเริ่มต้นการให้การปรึกษา

1. ผู้ให้การปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มเพื่อสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง
2. ผู้ให้การปรึกษาให้ทุกคนทำกิจกรรมผ่อนคลาย 10 นาที เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมก่อนการเข้าสู่กิจกรรม

ขั้นดำเนินการให้การปรึกษา

2.1 ขั้นตระหนักในตนเอง ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกบอกถึงสัมพันธภาพระหว่างตนเองกับบุคคลในครอบครัว พร้อมกับบอกความรู้สึกที่มีต่อครอบครัวขณะนี้ และสมาชิกมีความต้องการและแก้ปัญหาอย่างไร และพิจารณาว่ามีปัญหาใดที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง

2.2 ขั้นเสรีภาพในการเลือกและความรับผิดชอบผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกหาแนวทางในการแก้ปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง โดยพิจารณาถึงสาเหตุของปัญหาและกำหนดทางเลือกในการแก้ไขปัญหา โดยคำนึงถึงข้อจำกัดของตนเอง พร้อมทั้งวิเคราะห์ผลดี ผลเสียของแต่ละทางเลือก โดยให้สมาชิกร่วมกันปรึกษาหารือหรือแก้ไขปัญหาต่างๆ ร่วมกัน ได้ช่วยเหลือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน

2.3 ขั้นค้นพบเอกลักษณ์ของตนเองและสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่นผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกพิจารณาทางเลือกในการแก้ปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง ที่ตรงกับความเชื่อและความรู้ที่แท้จริงของตนเอง

2.4 ขั้นค้นหาความหมายของชีวิตผู้ให้การปรึกษาให้กำลังใจสมาชิก ให้สมาชิกเห็นคุณค่าในการกระทำของตนเอง ที่นำไปสู่จุดมุ่งหมาย เพื่อให้สมาชิกเข้าใจสัมพันธภาพระหว่างตนเองกับบุคคลในครอบครัว และให้สมาชิกพิจารณาถึงทางเลือกในการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง มีอุปสรรคและวิธีการเผชิญหรือแก้ไขอย่างไร

2.5 ขั้นเห็นคุณค่าในตนเองผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกนำแนวทางที่ตนพิจารณาว่าเหมาะสมกับตนไปปฏิบัติ เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองด้านสัมพันธภาพระหว่างตนเองกับบุคคลในครอบครัว

ขั้นยุติการให้การปรึกษา

3.1 ให้สมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการสนทนาและผู้ให้การปรึกษาสรุปเพิ่มเติมโดยเน้นให้สมาชิกหาแนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

3.2 นัดหมายการให้การปรึกษารั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจ ความตั้งใจ ท่าที คำพูด และการแสดงออกของสมาชิกที่มีต่อกิจกรรม
2. สัมผัสจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกในการแสดงความคิดเห็นขณะเข้าร่วมกิจกรรม



รายละเอียดโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม

ครั้งที่ 6	การเห็นคุณค่าในตนเองด้านครอบครัว ได้แก่ การรับรู้ความรู้สึกที่บุคคลในครอบครัวมีต่อตนเอง และการยอมรับของครอบครัว
เวลาที่ใช้	60 นาที
วัตถุประสงค์	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้สมาชิกเข้าใจรับรู้และเข้าใจความรู้สึกที่บุคคลในครอบครัวมีต่อตนเอง และสามารถอธิบายได้ 2. เพื่อลดความรู้สึกไม่สบายใจ ในการกลับไปใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันกับคนในครอบครัว
วิธีดำเนินการ	<p><u>ขั้นเริ่มต้นการให้การปรึกษา</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้ให้การปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มเพื่อสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง 2. ผู้ให้การปรึกษาให้ทุกคนทำกิจกรรมผ่อนคลาย 10 นาที เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมก่อนการเข้าสู่กิจกรรม <p><u>ขั้นดำเนินการให้การปรึกษา</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 2.1 <u>ขั้นตระหนักในตนเอง</u> ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกบอกถึงความรู้สึกที่บุคคลในครอบครัวมีต่อตนเอง และความคาดหวังของสมาชิกที่ต้องการให้ครอบครัวปฏิบัติกับตนเองเมื่อได้กลับไปอยู่ร่วมกับครอบครัว และพิจารณาว่ามีปัญหาใดที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง 2.2 <u>ขั้นเสรีภาพในการเลือกและความรับผิดชอบ</u> ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง โดยพิจารณาถึงสาเหตุของปัญหาและกำหนดทางเลือกในการแก้ไขปัญหา โดยคำนึงถึงข้อจำกัดของตนเอง พร้อมทั้งวิเคราะห์ผลดี ผลเสียของแต่ละทางเลือก โดยให้สมาชิกร่วมกันปรึกษาหารือแก้ไขปัญหาต่างๆ ร่วมกัน ได้ช่วยเหลือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน 2.3 <u>ขั้นค้นพบเอกลักษณ์ของตนเองและสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่น</u> ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกพิจารณาทางเลือกในการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง ที่ตรงกับความเชื่อและความรู้ที่แท้จริงของตนเอง 2.4 <u>ขั้นค้นหาความหมายของชีวิต</u> ผู้ให้การปรึกษาให้กำลังใจสมาชิก ให้สมาชิกเห็นคุณค่าในการกระทำของตนเอง ที่นำไปสู่จุดมุ่งหมาย เพื่อให้สมาชิกรับรู้และเข้าใจความรู้สึกที่บุคคลในครอบครัวมีต่อตนเอง และความคาดหวังของสมาชิกที่ต้องการให้ครอบครัวปฏิบัติกับตนเองเมื่อได้กลับไปอยู่ร่วมกับครอบครัว และให้สมาชิกพิจารณาถึงทางเลือกในการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง ความคาดหวัง ความต้องการและปัญหาในการยอมรับของครอบครัวมีอุปสรรคอะไรบ้าง มีอุปสรรคและวิธีการเผชิญหรือแก้ไขอย่างไร เพื่อพัฒนาการรับรู้และเข้าใจความรู้สึกที่บุคคลในครอบครัวมีต่อตนเอง 2.5 <u>ขั้นเห็นคุณค่าในตนเอง</u> ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกนำแนวทางที่ตนพิจารณาว่าเหมาะสมกับตนไปปฏิบัติ เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองด้านการรับรู้ความรู้สึกที่บุคคลในครอบครัวมีต่อตนเอง และการยอมรับของครอบครัว

ขั้นยุติการให้การปรึกษา

3.1 ให้สมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการสนทนาและผู้ให้การปรึกษาสรุปเพิ่มเติมโดยเน้นให้สมาชิกหาแนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

3.2 นัดหมายการให้การปรึกษาครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจ ความตั้งใจ ท่าที คำพูด และการแสดงออกของสมาชิกที่มีต่อกิจกรรม
2. สังเกตจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกในการแสดงความคิดเห็นขณะเข้าร่วมกิจกรรม



รายละเอียดโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม

ครั้งที่ 7 การเห็นคุณค่าในตนเองด้านสังคม ได้แก่ ความเป็นที่ชื่นชอบในกลุ่มเพื่อน

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกเข้าใจถึงสัมพันธภาพของตนเองด้านความเป็นที่ชื่นชอบในกลุ่มเพื่อน
ขั้นเริ่มต้นการให้การปรึกษา

1. ผู้ให้การปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มเพื่อสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง
2. ผู้ให้การปรึกษาให้ทุกคนทำกิจกรรมผ่อนคลาย 10 นาที เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมก่อน

การเข้าสู่กิจกรรม

ขั้นดำเนินการให้การปรึกษา

2.1 ขั้นตระหนักในตนเอง ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกบอกถึงสัมพันธภาพของตนเองกับกลุ่มเพื่อน โดยยกตัวอย่างเหตุการณ์ที่ประทับใจ และบอกถึงความรู้สึกที่มีต่อตนเอง และพิจารณาว่ามีปัญหาใดที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง

2.2 ขั้นเสรีภาพในการเลือกและความรับผิดชอบผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกหาแนวทางในการแก้ปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง โดยพิจารณาถึงสาเหตุของปัญหาและกำหนดทางเลือกในการแก้ไขปัญหา โดยคำนึงถึงข้อจำกัดของตนเอง พร้อมทั้งวิเคราะห์ผลดี ผลเสียของแต่ละทางเลือก โดยให้สมาชิกร่วมกันปรึกษาหารือแกไขปัญหาต่างๆ ร่วมกัน ได้ช่วยเหลือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน

2.3 ขั้นค้นพบเอกลักษณ์ของตนเองและสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่นผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกพิจารณาทางเลือกในการแก้ปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง ที่ตรงกับความเชื่อและความรู้ที่แท้จริงของตนเอง

2.4 ขั้นค้นหาความหมายของชีวิตผู้ให้การปรึกษาให้กำลังใจสมาชิก ให้สมาชิกเห็นคุณค่าในการกระทำของตนเอง ที่นำไปสู่จุดมุ่งหมาย เพื่อให้สมาชิกเข้าใจถึงสัมพันธภาพของตนเอง กลับกลุ่มเพื่อนได้ตรงตามความเป็นจริง และให้สมาชิกพิจารณาถึงทางเลือกในการแก้ปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง มีอุปสรรคและวิธีการเผชิญหรือแก้ไขอย่างไร เพื่อเข้าใจถึงสัมพันธภาพของตนเองกับกลุ่มเพื่อน

2.5 ขั้นเห็นคุณค่าในตนเองผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกนำแนวทางที่ตนพิจารณาว่าเหมาะสมกับตนไปปฏิบัติ เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองด้านสัมพันธภาพของตนเอง กับกลุ่มเพื่อน

ขั้นยุติการให้การปรึกษา

3.1 ให้สมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการสนทนาและผู้ให้การปรึกษาสรุปเพิ่มเติมโดยเน้นให้สมาชิกหาแนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

3.2 นัดหมายการให้การปรึกษารั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจ ความตั้งใจ ท่าที คำพูด และการแสดงออกของสมาชิกที่มีต่อกิจกรรม
2. สัมผัสจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกในการแสดงความคิดเห็นขณะเข้าร่วมกิจกรรม



รายละเอียดโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม

ครั้งที่ 9	การเห็นคุณค่าในตนเองด้านสังคม ได้แก่ การรู้สึกว่าคุณค่าตนเองมีประโยชน์และเป็นส่วนหนึ่งของสังคม
เวลาที่ใช้	60 นาที
วัตถุประสงค์	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้สมาชิกบอกถึงความรู้สึกของตนเกี่ยวกับการมีประโยชน์และเป็นส่วนหนึ่งของสังคม 2. เพื่อให้สมาชิกได้พูดถึงข้อดีของการแสดงพฤติกรรมที่มีประโยชน์ต่อสังคมและพฤติกรรมที่แสดงถึงการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม 3. เพื่อให้สมาชิกเกิดกำลังใจในการวางแผนว่าตนเองมีประโยชน์และเป็นส่วนหนึ่งของสังคม
สิ่งที่ผู้ให้การปรึกษาควรเตรียมการ	<p><u>ขั้นเริ่มต้นการให้การปรึกษา</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้ให้การปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มเพื่อสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง 2. ผู้ให้การปรึกษาให้ทุกคนทำกิจกรรมผ่อนคลาย 10 นาที เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมก่อนการเข้าสู่กิจกรรม <p><u>ขั้นดำเนินการให้การปรึกษา</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 2.1 ขั้นตระหนักในตนเอง ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกบอกถึงความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับการรู้สึกว่าคุณค่าตนเองมีประโยชน์และเป็นส่วนหนึ่งของสังคม พร้อมทั้งบอกแนวทางในการดำเนินชีวิตที่จะเกิดขึ้นในอนาคตภายหลังได้รับการปล่อยตัว 2.2 ขั้นเสรีภาพในการเลือกและความรับผิดชอบ ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกหาแนวทางในการแก้ปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่สมาชิกมีต่อตนเอง โดยพิจารณาถึงสาเหตุของปัญหาและกำหนดทางเลือกในการแก้ไขปัญหา โดยคำนึงถึงข้อจำกัดของตนเอง พร้อมทั้งวิเคราะห์ผลดี ผลเสียของแต่ละทางเลือก โดยให้สมาชิกร่วมกันปรึกษาหารือหรือแก้ไขปัญหาต่างๆ ร่วมกัน ได้ช่วยเหลือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน 2.3 ขั้นค้นพบเอกลักษณ์ของตนเองและสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่น ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกพิจารณาทางเลือกในการแก้ปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง ที่ตรงกับความเชื่อและความรู้ที่แท้จริงของตนเอง 2.4 ขั้นค้นหาความหมายของชีวิต ผู้ให้การปรึกษาให้กำลังใจสมาชิก ให้สมาชิกเห็นคุณค่าในการกระทำของตนเอง ที่นำไปสู่จุดหมาย พัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองด้านสังคมในเรื่องความรู้สึกการมีประโยชน์และเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และให้สมาชิกพิจารณาถึงทางเลือกในการแก้ปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง มีอุปสรรคและวิธีการเผชิญหรือแก้ไขอย่างไร 2.5 ขั้นเห็นคุณค่าในตนเอง ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกนำแนวทางที่ตนพิจารณาว่าเหมาะสมกับตนไปปฏิบัติ เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองด้านสังคมเรื่องความรู้สึกการมีประโยชน์และเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

ขั้นยุติการให้การปรึกษา

3.1 ให้สมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการสนทนาและผู้ให้การปรึกษาสรุปเพิ่มเติมโดยเน้นให้สมาชิกหาแนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

3.2 นัดหมายการให้การปรึกษาครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจ ความตั้งใจ ท่าที คำพูด และการแสดงออกของสมาชิกที่มีต่อกิจกรรม
2. สังเกตจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกในการแสดงความคิดเห็นขณะเข้าร่วมกิจกรรม



รายละเอียดโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม

ครั้งที่ 8 การเห็นคุณค่าในตนเองด้านสังคม ได้แก่ การได้รับการยอมรับยกย่องในกลุ่มเพื่อนหรือบุคคล
ในสังคม

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกเข้าใจถึงสัมพันธภาพของตนเองด้านการได้รับการยอมรับยกย่องจากบุคคล
ในสังคม ได้ตรงตามความเป็นจริง

ขั้นเริ่มต้นการให้การปรึกษา

1. ผู้ให้การปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มเพื่อสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง
2. ผู้ให้การปรึกษาให้ทุกคนทำกิจกรรมผ่อนคลาย 10 นาที เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมก่อน
การเข้าสู่กิจกรรม

ขั้นดำเนินการให้การปรึกษา

2.1 ขั้นตระหนักในตนเอง ผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกบอกถึงสัมพันธภาพของตนเองกลับกลุ่ม
เพื่อน หรือบุคคลในสังคมที่มีความสำคัญต่อตนเองในด้านการได้รับการยกย่อง และบอกถึงความรู้สึกที่มีต่อ
ตนเอง และพิจารณาว่าปัญหาใดที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง

2.2 ขั้นเสรีภาพในการเลือกและความรับผิดชอบผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกหาแนวทางในการ
แก้ปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง โดยพิจารณาถึงสาเหตุของปัญหาและกำหนดทางเลือกในการ
แก้ไขปัญหา โดยคำนึงถึงข้อจำกัดของตนเอง พร้อมทั้งวิเคราะห์ผลดี ผลเสียของแต่ละทางเลือก โดยให้สมาชิก
ร่วมกันปรึกษาหารือแก้ปัญหาต่างๆ ร่วมกัน ได้ช่วยเหลือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน

2.3 ขั้นค้นพบเอกลักษณ์ของตนเองและสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่นผู้ให้การ
ปรึกษาให้สมาชิกพิจารณาทางเลือกในการแก้ปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง ที่ตรงกับความเชื่อและ
ความรู้ที่แท้จริงของตนเอง

2.4 ขั้นค้นหาความหมายของชีวิตผู้ให้การปรึกษาให้กำลังใจสมาชิก ให้สมาชิกเห็นคุณค่าใน
การกระทำของตนเอง ที่นำไปสู่จุดมุ่งหมาย เพื่อให้สมาชิกเข้าใจถึงสัมพันธภาพของตนเองในด้านการเป็นที่
ยอมรับยกย่องในกลุ่มเพื่อนหรือบุคคลในสังคมที่มีความสำคัญต่อตนเองได้ตรงตามความเป็นจริง และให้สมาชิก
พิจารณาถึงทางเลือกในการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกที่มีต่อตนเอง มีอุปสรรคและวิธีการเผชิญหรือแก้ไข
อย่างไร

2.5 ขั้นเห็นคุณค่าในตนเองผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกนำแนวทางที่ตนพิจารณาว่าเหมาะสมกับ
ตนไปปฏิบัติ เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองด้านสัมพันธภาพของตนเอง กับกลุ่มเพื่อนหรือบุคคลในสังคมที่มี
ความสำคัญต่อตนเอง

ขั้นยุติการให้การปรึกษา

3.1 ให้สมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการสนทนาและผู้ให้การปรึกษาสรุปเพิ่มเติมโดยเน้นให้สมาชิกหาแนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง

3.2 นัดหมายการให้การปรึกษาครั้งต่อไป

ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจ ความตั้งใจ ท่าที คำพูด และการแสดงออกของสมาชิกที่มีต่อกิจกรรม
2. สังเกตจากความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมของสมาชิกในการแสดงความคิดเห็นขณะเข้าร่วมกิจกรรม



รายละเอียดโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการปรึกษาแบบภวนิยม

ครั้งที่ 10

ปัจฉิมนิเทศ

เวลาที่ใช้

60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกได้กล่าวถึงสิ่งที่ได้จากการให้คำปรึกษาอย่างเสรี
2. เพื่อให้สรุปสิ่งที่ได้จากการให้คำปรึกษาและการนำไปปฏิบัติ
3. เพื่อให้สมาชิกประเมินตนเองและกล่าวถึงความรู้สึกที่มีต่อตนเองภายหลังการได้รับการให้
การปรึกษา
4. เพื่อยุติการให้การปรึกษา

วิธีดำเนินการ

- 1.. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายต้อนรับสมาชิกกลุ่ม
2. เปิดโอกาสให้สมาชิกได้กล่าวถึงสิ่งที่ได้รับจากการให้การปรึกษาอย่างเสรี
3. ให้สมาชิกแต่ละคนสรุปสิ่งที่ได้จากการให้การปรึกษาและการนำไปปฏิบัติ โดยบอกถึง

แนวทางที่ตนปฏิบัติเมื่อรู้สึกไม่เห็นคุณค่าในตนเอง

4. ผู้ให้การปรึกษาให้ข้อมูลย้อนกลับในทางบวก เพื่อให้สมาชิกเห็นคุณค่าในตนเอง
5. ผู้ให้การปรึกษายุติการให้การปรึกษาและกล่าวขอบคุณสมาชิก
6. หลังจากยุติการให้การปรึกษา ผู้วิจัยให้สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มตอบแบบวัดการเห็นคุณค่า

แห่งตนฉบับเดียวกับที่สมาชิกแต่ละคนได้ตอบก่อนเข้ารับการให้การปรึกษา



ภาคผนวก ค
แบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตน



แบบสอบถามเพื่อการศึกษา

เรื่อง ผลของการให้การศึกษาแก่กลุ่มตามทฤษฎีการศึกษาแบบภวนิยมต่อการเห็นคุณค่าแห่งตน
ของผู้ต้องขังหญิงคดียาเสพติดในทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง

แบบสอบถามเรื่องการเห็นคุณค่าแห่งตนแบ่งเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ 2 แบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตน ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งหมด 30 ข้อ

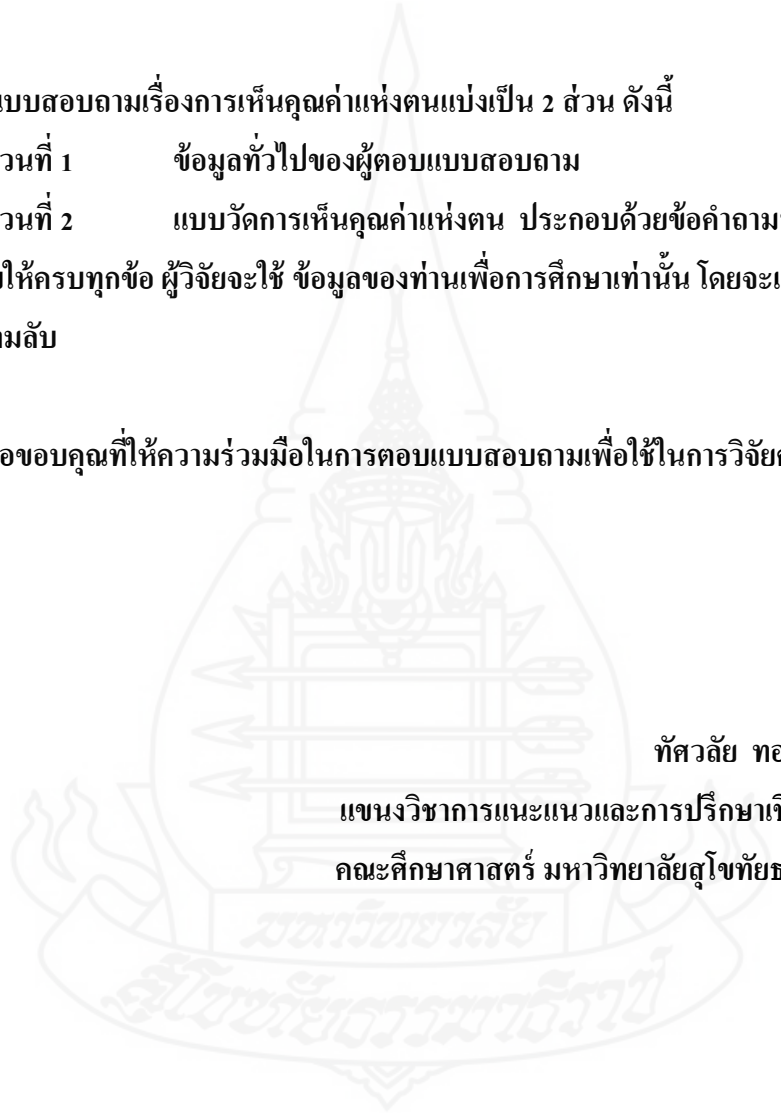
กรุณาตอบให้ครบทุกข้อ ผู้วิจัยจะใช้ ข้อมูลของท่านเพื่อการศึกษาเท่านั้น โดยจะเก็บของท่านไว้เป็นความลับ

ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเพื่อใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ทศพลัย ทองเนื้อแปด

แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช



แบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตน

รหัส.....

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามนี้ต้องการทราบความรู้สึกหรือความคิดเห็นของท่านที่มีต่อตนเอง แต่ละข้อไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ขอให้ท่านอ่านข้อความแต่ละข้อ และพิจารณาอย่างรอบคอบ กับความรู้สึกของท่าน แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ที่ตรงกับความรู้สึกของท่าน

2. แบบสอบถามเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเอง แบ่งเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ 2 แบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

1. อายุ

() 18 – 25 ปี

() 26 – 30 ปี

() 31 – 35 ปี

() 35 – 40 ปี

2. การศึกษา

() มัธยมศึกษาตอนต้น

() ประกาศนียบัตรวิชาชีพ(ปวช)

() มัธยมศึกษาตอนปลาย

() ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง(ปวส)

() ปริญญาโท

() อื่น ๆ

3. สถานภาพสมรส

() โสด

() สมรส

() แยกกันอยู่/ หย่าร้าง

() หม้าย

4. กำหนดโทษ.....

ส่วนที่ 2 แบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตน

คำชี้แจง ให้เติมเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างของข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

มากที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นหรือพฤติกรรมของท่านมากที่สุด

มาก หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นหรือพฤติกรรมของท่านมาก

ปานกลาง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นหรือพฤติกรรมของท่านปานกลาง

น้อย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นหรือพฤติกรรมของท่านน้อย

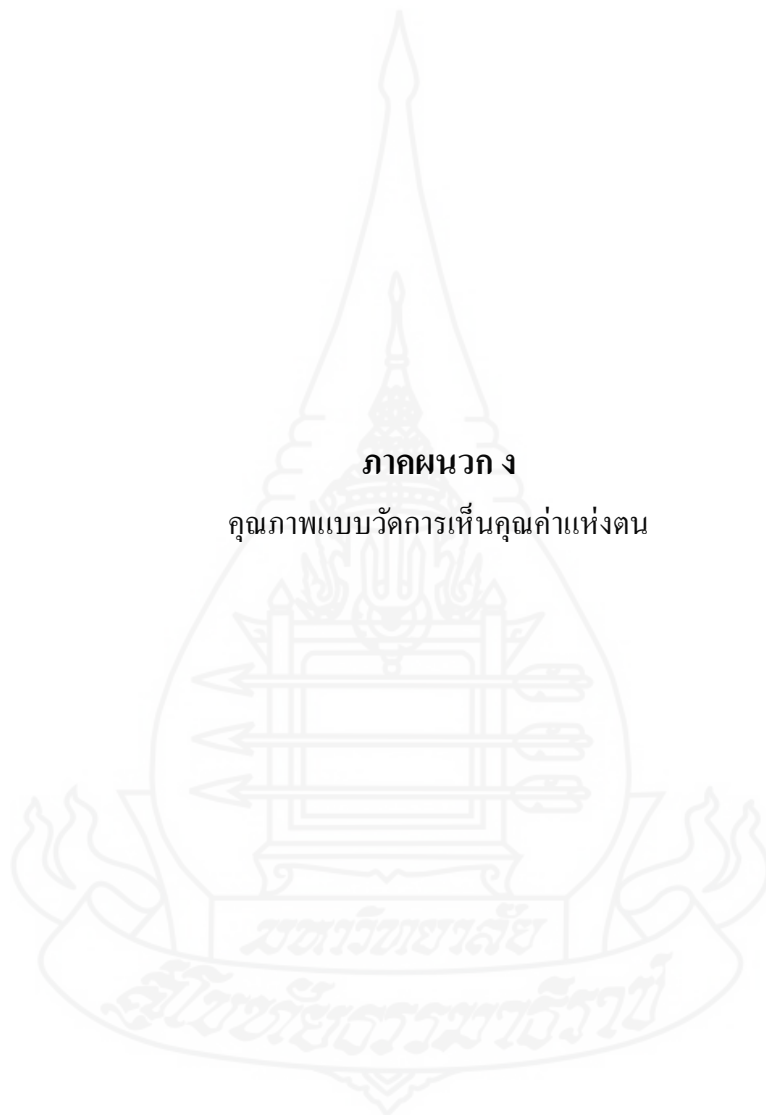
น้อยที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นหรือพฤติกรรมของท่านน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ องค์ประกอบที่ 1 (คุณค่าแห่งตนด้านทั่วไป)	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ฉันพอใจในบุคลิก รูปร่าง หน้าตาของฉัน					
2	ฉันรู้สึกว่าคุณค่าฉันมีค่าเท่าเทียมกับคนอื่น					
3	บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกท้อแท้สิ้นหวังในชีวิต					
4	ฉันมักคิดวนไปวนมาแต่เรื่องเดิมๆ ที่ทำให้ไม่สามารถหยุดคิดได้					
5	เมื่อฉันตัดสินใจทำอะไร ฉันจะยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้น					
6	ฉันรู้สึกเป็นห่วง และวิตกกังวลในบางเรื่องมากกว่าปกติ					
7	ฉันรู้สึกเศร้าจนทำให้ไม่มีความสุขกับการใช้ชีวิตในเรือนจำ / ทัณฑสถาน					
8	ฉันสามารถทำสิ่งต่างๆ ได้ดีเท่ากับคนอื่น					
9	บ่อยครั้งที่ฉันหงุดหงิดเกี่ยวกับงานที่ทำในเรือนจำ / ทัณฑสถาน					
10	ฉันรู้สึกน้อยใจ เสียใจ ในโชคชะตาของตนเอง ที่ต้องมาชีวิตอยู่ในเรือนจำ					
11	ฉันรู้สึกท้อถอยไม่กล้าเผชิญเมื่อเกิดปัญหา					
12	ฉันต้องใช้เวลาในการที่จะทำความคุ้นเคยกับสิ่งใหม่ๆ ที่เกิดขึ้น					
13	ฉันยังรักตัวเองแม้ไม่มีใครรักฉัน					

ข้อ	ข้อความ องค์ประกอบที่ 2 (ด้านครอบครัว)	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
14	ฉันเป็นที่รักของคนในครอบครัว					
15	ที่ผ่านมามีฉันเป็นที่พึ่งของครอบครัว					
16	คนในครอบครัว มักปรึกษาเรื่องต่างๆกับฉัน					
17	ฉันกล้าที่จะพูดคุยเรื่องส่วนตัวกับคนในครอบครัว					
18	เมื่อฉันทำผิด ครอบครัวพร้อมที่จะให้อภัยฉัน					
19	ถ้าขาดฉันสักคน ครอบครัวคงไม่รู้สึกละอาย					
ข้อ	ข้อความ องค์ประกอบที่ 3 (ด้านสังคม)	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
20	ฉันคิดว่าเมื่อพ้นโทษออกไปแล้ว สังคมจะยอมรับฉัน					
21	คนรอบข้างมักบอกว่าคุณอยู่กับฉันแล้วสบายใจ					
22	มีหลายสิ่งหลายอย่างที่ฉันไม่อยากให้ใครรับรู้					
23	ฉันรู้สึกลำบากใจเมื่อต้องพูดหรือแสดงออกต่อหน้าผู้อื่น					
24	เพื่อนๆ มักเห็นด้วยกับความคิดของฉัน					
25	ฉันไม่ค่อยได้รับความนิยมนิยมชมชอบเหมือนคนอื่นๆ					
26	ฉันรู้สึกอึดอัดเมื่ออยู่ท่ามกลางคนที่ไม่คุ้นเคย					
27	ฉันยอมรับและปฏิบัติตามกฎระเบียบของเรือนจำ / ทัณฑสถาน					
28	บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกเบื่อหน่ายกับการใช้ชีวิตอยู่ในเรือนจำ / ทัณฑสถาน					
29	บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกไม่อยากพูดคุยหรือสูงส่งกับเพื่อนผู้ต้องขังอื่น					
30	ฉันรู้สึกภูมิใจเมื่อได้ช่วยเหลือผู้อื่น					

***** ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือ *****

ภาคผนวก ง
คุณภาพแบบวัดการเห็นคุณค่าแห่งตน



ตารางที่ 1 แสดงค่า IOC ผลการลงความเห็นของผู้เชี่ยวชาญในการพิจารณาความสอดคล้องระหว่าง
ข้อทดสอบกับวัตถุประสงค์ของแบบทดสอบ

ข้อที่	ความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ					IOC
	1	2	3	4	5	
1	+1	+1	+1	+1	+1	1
2	+1	+1	+1	+1	+1	1
3	+1	+1	+1	+1	+1	1
4	+1	+1	+1	+1	+1	1
5	+1	+1	+1	+1	+1	1
6	+1	+1	+1	+1	+1	1
7	+1	+1	+1	+1	+1	1
8	+1	+1	+1	+1	+1	1
9	+1	+1	+1	+1	+1	1
10	+1	+1	+1	+1	+1	1
11	0	+1	0	+1	+1	0.6
12	+1	+1	+1	+1	+1	1
13	+1	+1	+1	+1	+1	1
14	+1	+1	+1	+1	+1	1
15	+1	+1	+1	+1	+1	1
16	+1	+1	+1	+1	+1	1
17	+1	+1	+1	+1	+1	1
18	+1	+1	+1	+1	+1	1
19	+1	+1	+1	+1	+1	1
20	+1	+1	+1	+1	+1	1
21	+1	+1	+1	+1	+1	1
22	+1	+1	+1	+1	+1	1
23	+1	+1	+1	+1	+1	1
24	+1	+1	+1	+1	+1	1

ข้อที่	ความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ					IOC
	1	2	3	4	5	
25	+1	0	0	+1	+1	0.6
26	+1	+1	+1	+1	+1	1
27	+1	+1	+1	+1	+1	1
28	+1	+1	+1	+1	+1	1
29	+1	+1	+1	+1	+1	1
30	+1	+1	+1	+1	+1	1



ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกรายข้อแบบสำรวจคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง
คดียาเสพติด

ข้อ	ค่าอำนาจจำแนก	ความหมาย	ข้อ	ค่าอำนาจจำแนก	ความหมาย
1.	2.15	จำแนกดี	16.	3.07	จำแนกดี
2.	2.27	จำแนกดี	17.	2.31	จำแนกดี
3.	2.07	จำแนกดี	18.	2.45	จำแนกดี
4.	2.26	จำแนกดี	19.	2.82	จำแนกดี
5.	2.08	จำแนกดี	20.	2.55	จำแนกดี
6.	2.22	จำแนกดี	21.	2.69	จำแนกดี
7.	2.32	จำแนกดี	22.	1.95	จำแนกดี
8.	2.41	จำแนกดี	23.	3.21	จำแนกดี
9.	2.55	จำแนกดี	24.	3.29	จำแนกดี
10.	2.12	จำแนกดี	25.	2.60	จำแนกดี
11.	2.45	จำแนกดี	26.	2.49	จำแนกดี
12.	2.26	จำแนกดี	27.	2.15	จำแนกดี
13.	1.94	จำแนกดี	28.	2.24	จำแนกดี
14.	2.61	จำแนกดี	29.	2.07	จำแนกดี
15.	2.14	จำแนกดี	30.	2.45	จำแนกดี

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์ค่าความเที่ยงแบบสำรวจคุณค่าแห่งตนของผู้ต้องขังหญิง คดียาเสพติด

ข้อที่	Alpha if Item	ข้อที่	Alpha if Item
1	.8741	16	.8807
2	.8794	17	.8833
3	.8753	18	.8805
4	.8863	19	.8766
5	.8809	20	.8809
6	.8703	21	.8781
7	.8738	22	.8796
8	.8741	23	.8880
9	.8751	24	.8754
10	.8762	25	.8829
11	.8761	26	.8739
12	.8701	27	.8819
13	.8737	28	.8683
14	.8750	29	.8745
15	.8862	30	.8804

ค่าความเที่ยงทั้งหมด 0.88

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ นามสกุล	นางทศวลัย ทองเนื้อแปด
วัน เดือน ปีเกิด	8 พฤศจิกายน 2526
สถานที่เกิด	อำเภอเมือง จังหวัดปทุมธานี
ประวัติการศึกษา	พยาบาลศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พ.ศ.2548
สถานที่ทำงาน	กรมราชทัณฑ์ กระทรวงยุติธรรม
ตำแหน่ง	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

