

บทที่ 2

แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารเกี่ยวกับแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง

1.1 ธรรมชาติและความต้องการพื้นฐานของมนุษย์

1.2 องค์ประกอบของพฤติกรรมทั้งหมด

1.3 เป้าหมายของทฤษฎีการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณา

ความเป็นจริง

1.4 กระบวนการของทฤษฎีการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณา

ความเป็นจริง

1.5 บทบาทและหน้าที่ของผู้ให้การพิจารณาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณา

ความเป็นจริง

1.6 เทคนิคของทฤษฎีการศึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริง

2. แนวคิดเกี่ยวกับอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียนของทฤษฎีการศึกษา
เชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริง

2.1 ความหมายของอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จ

2.2 การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จ

2.3 การเปลี่ยนแปลงอัตลักษณ์แห่งความล้มเหลวสู่การมีอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จ

2.4 อัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียน

2.5 สถานศึกษากับอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียน

2.6 การช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาทางการเรียน

3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง
ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง

การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงมีพื้นฐานจากทฤษฎีการศึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริงซึ่งพัฒนาขึ้นโดยวิลเลียม กลาสเซอร์ (William Glasser) โดยเป็นการให้การปรึกษาที่เน้นพฤติกรรมปัจจุบันของผู้รับการปรึกษา เพื่อที่จะพัฒนาพฤติกรรมที่เป็นอยู่ให้เป็นพฤติกรรมใหม่ที่มีประสิทธิภาพ และตอบสนองความต้องการของผู้รับการปรึกษาเอง ภายใต้บรรยากาศของความอบอุ่นและการยอมรับ ซึ่งในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้นผู้รับการปรึกษาจะเป็นผู้วางแผนหรือวางโครงการภายหลังจากที่ได้ประเมินพฤติกรรมของตนเองอย่างมีระบบและมีเหตุผล โดยมีเป้าหมายที่จะช่วยให้บุคคลรู้จักตนเอง กล้าเผชิญความจริง และตอบสนองความต้องการของตนเองในโลกความเป็นจริงโดยไม่ละเมิดหรือทำร้ายตนเองและผู้อื่น อีกทั้งเน้นให้บุคคลมีความรับผิดชอบในพฤติกรรมของตนเอง

สำหรับในวงการศึกษาศึกษาการศึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริงได้รับความนิยมนามากเพราะกลาสเซอร์ได้อุทิศเวลาในการไปฝึกอบรมครู ผู้บริหาร และนักแนะแนวการศึกษาให้เล็งเห็นถึงวิธีการจัดสภาพการเรียนการสอนที่ส่งเสริมให้เด็กพึ่งตนเอง มีความรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง สามารถควบคุมตนเองได้และมีสุขภาพจิตดี โดยกลาสเซอร์ได้เขียนตำราชื่อ “Schools without Failure” ขึ้นในปี ค.ศ. 1969 เพื่อชี้แจงและเรียกร้องให้ผู้ที่เกี่ยวข้องในวงการการศึกษาเห็นถึงความสำคัญของการให้โอกาสเยาวชนได้เรียนรู้ภายใต้บรรยากาศของการเรียนการสอนที่ก่อให้เกิดสุขภาพจิตที่ดี มีความรักใคร่ เอื้ออาทรต่อกัน ให้การยอมรับต่อนักเรียน การฝึกให้นักเรียนรู้จักรับผิดชอบต่อตนเอง รู้จักวางเป้าหมายในชีวิต และรับผิดชอบที่จะควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตามขั้นตอนที่จะบรรลุตามเป้าหมายที่ได้วางไว้ (อาภา จันทรสกุล, 2531, น. 251-252)

1.1 ธรรมชาติและความต้องการพื้นฐานของมนุษย์

ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ของทฤษฎีการศึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริงเป็นการมองมนุษย์ในแง่ดีโดยเชื่อว่าทุกคนมีพลังแห่งการพัฒนาและงอกงาม (Glasser and Wubbolding, 1996, อ้างใน Gladding, 2004, น. 221) เพื่อที่จะไปสู่การมีอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จ และมองว่าพฤติกรรมที่มนุษย์แสดงออกมานั้นเป็นพฤติกรรมที่มี

เป้าหมาย และเกิดมาจากแรงผลักดันภายในมากกว่าแรงผลักดันจากภายนอก ซึ่งพฤติกรรมทุกอย่างนั้นมีเป้าหมายเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเอง โดยกลาสเซอร์ (Glasser, 1998, 2000, 2001, อ้างใน Corey, 2004, น. 422) ได้แบ่งความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ออกเป็น 5 ประการ คือ

1. ความต้องการการอยู่รอด (survival) เป็นความต้องการที่จะมีชีวิตอยู่อย่างปลอดภัย ดำรงชีวิตอยู่ในภาวะสุขภาพที่ดี
2. ความต้องการความรักและการมีส่วนร่วม (love and belonging) เป็นความต้องการความผูกพัน ต้องการมีสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น ต้องการที่จะให้และรับความรัก และความต้องการรู้ดีกว่าตนเองมีคุณค่า
3. ความต้องการอำนาจ (power) เป็นความต้องการที่จะประสบความสำเร็จ บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ เป็นผู้ที่กำหนดวิถีชีวิตของตนเองได้ กระทำด้วยตนเองและสามารถควบคุมชีวิตตนเองได้
4. ความต้องการเสรีภาพ (freedom) เป็นความต้องการที่จะเป็นผู้ตัดสินใจเลือกกระทำพฤติกรรมด้วยตนเอง
5. ความต้องการความสนุกสนาน (fun) เป็นความต้องการที่จะมีความสุขความพอใจ ความสนุกสนานรื่นเริง หรือความเบิกบานใจในชีวิตของตนเอง

โดยมนุษย์ใช้เวลาตลอดชีวิตในการตอบสนองความต้องการพื้นฐานเหล่านี้ ซึ่งกลาสเซอร์ (Glasser, 1965) เชื่อว่าโดยธรรมชาติของมนุษย์นั้น ปัญหาของมนุษย์เกิดจากการไม่สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้ เนื่องจากมนุษย์ไม่ได้รับการสอนหรือฝึกให้มีความรับผิดชอบ หรือปฏิเสธที่จะยอมรับว่าตนสามารถรับผิดชอบต่อชีวิตของตนได้ ดังนั้น สิ่งสำคัญของทฤษฎีการศึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริงคือ การสอนให้บุคคลเรียนรู้ที่จะรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเอง และตระหนักว่าพฤติกรรมต่าง ๆ เป็นผลมาจากการเลือกของตนเอง ตลอดจนสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนไปในทางที่จะตอบสนองความต้องการได้ โดยไม่ไปขัดขวางต่อการตอบสนองความต้องการของผู้อื่น ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาไปสู่อัตลักษณ์แห่งความสำเร็จ

1.2 องค์ประกอบของพฤติกรรมทั้งหมด (total behavior)

กลาสเซอร์ได้แบ่งองค์ประกอบของพฤติกรรมทั้งหมด (total behavior) ออกเป็น 4 อย่าง (Corey, 2004, น. 424) ได้แก่

1. การกระทำ (doing) เป็นการกระทำหรือพฤติกรรมของบุคคลที่ปรากฏออกมา เช่น การพูดคุย การวิ่ง หรือการตื่นนอน เป็นต้น
2. ความคิด (thinking) คือความคิดต่าง ๆ และคำพูดที่บุคคลมีต่อตนเอง
3. ความรู้สึก (feeling) เป็นความรู้สึกต่าง ๆ ของบุคคลที่เกิดขึ้น เช่น ความรู้สึกโกรธ สนุกสนาน หรือวิตกกังวล เป็นต้น
4. ระบบสรีระ (physiology) เป็นการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ของร่างกายที่เกิดขึ้น เช่น เหงื่อออก อาการปวดศีรษะ หรือพัฒนาไปเป็นอาการทางกายอื่น ๆ ที่มีสาเหตุทางจิตใจ (psychosomatic symptoms) เป็นต้น

จากองค์ประกอบทั้ง 4 อย่างนั้น กลาสเซอร์มองว่าการกระทำและความคิดเป็นเสมือน ล้อหน้าของรถยนต์ทั้ง 2 ล้อ ซึ่งจะเป็นตัวกำหนดทิศทางที่บุคคลกำลังจะไป ส่วนความรู้สึกและระบบสรีระเป็นเสมือนล้อหลังที่มีทิศทางไปตามล้อหน้า ดังนั้นการเปลี่ยนแปลงการกระทำและความคิดจึงง่ายกว่าการเปลี่ยนแปลงความรู้สึกและระบบสรีระ นอกจากนี้กลาสเซอร์มองว่า พฤติกรรมของบุคคลนั้นไม่ใช่ภาวะคงที่ แต่เป็นภาวะที่ดำเนินไปอย่างต่อเนื่องกัน ดังนั้นการที่จะสามารถเข้าใจพฤติกรรมของบุคคลได้นั้น จะต้องมองในลักษณะของความต่อเนื่องของ พฤติกรรม และมองว่าการเกิดพฤติกรรมมาจากการเลือกของเขานเอง โดยกลาสเซอร์เชื่อว่าการตัดสินใจเลือกของบุคคลไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรม ความคิดหรืออารมณ์ ซึ่งแสดงโดยเจตนาเป็น สิ่งที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อการดำรงชีวิตที่มีคุณภาพ การปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณา ความเป็นจริงสามารถช่วยให้บุคคลรู้จักเลือกสิ่งที่ดีกว่าเดิมเพื่อปรับปรุงคุณภาพชีวิต ซึ่ง ผู้ให้การปรึกษาจะช่วยให้สมาชิกหาหนทางแสดงพฤติกรรมใหม่ที่จะนำไปสู่สิ่งที่เขาต้องการได้

1.3 เป้าหมายของทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง

เป้าหมายของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงคือ การช่วยให้บุคคลมีความเป็นตัวของตัวเอง มีวุฒิภาวะโดยลดการพึ่งพาผู้อื่นและหันมาพึ่งตนเอง ซึ่งการมีวุฒิภาวะหมายถึงการที่บุคคลมีความรับผิดชอบต่อตนเองในการตอบสนองความต้องการ และ

วางแผนที่เป็นไปได้ในการไปสู่เป้าหมายที่ตนวางไว้ ทำให้บุคคลตระหนักรู้เป้าหมายในชีวิตของตนเอง ผู้ให้การปรึกษาช่วยให้สมาชิกค้นพบทางเลือกในการที่จะไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ โดยสมาชิกเป็นผู้ตัดสินใจในการเลือกเป้าหมายนั้น ซึ่งเป้าหมายต้องแสดงถึงความรับผิดชอบของสมาชิกมากกว่าเป็นเป้าหมายที่เฉพาะเจาะจง (George, 1981, น. 120) นอกจากนี้ยังช่วยให้สมาชิกตระหนักในคุณค่าของตนเองและผู้อื่น รู้จักการให้และการรับความรักจากผู้อื่น ช่วยให้สมาชิกมีความรับผิดชอบและกล้าเผชิญความเป็นจริง เพื่อเน้นให้สมาชิกเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองให้มีความรับผิดชอบมากขึ้น และพัฒนาไปสู่อัตลักษณ์แห่งความสำเร็จ (Hansen, 1980, น. 227)

1.4 กระบวนการของทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง

กระบวนการของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง ประกอบด้วยหลักการสำคัญ 8 ประการที่มีความสัมพันธ์และเกี่ยวเนื่องกันตลอดกระบวนการตามลำดับขั้นตอน (Glasser, 1984; Glasser and Zunin, 1973, อ้างใน Gladding, 1995, น. 375) ดังนี้

1.4.1 การสร้างสัมพันธภาพ (personal involvement)

สัมพันธภาพที่ดีเป็นรากฐานของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ผู้ให้การปรึกษาต้องพยายามสร้างบรรยากาศของความเป็นมิตร มีท่าทีอบอุ่น ให้ความเข้าใจ มีความห่วงใย เอาใจใส่อย่างจริงใจ และมองว่าสมาชิกสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงเป็นบุคคลที่ประสบความสำเร็จและมีความรับผิดชอบได้ จะสร้างสายใยแห่งความรู้สึกไว้วางใจซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้สมาชิกพยายามค้นหาปัญหาสาเหตุแห่งความคับข้องใจ โดยไม่รู้สึกว่าถูกบีบบังคับและยินยอมทำสัญญาเพื่อการเปลี่ยนแปลงปรับปรุงพฤติกรรมของตนให้มีความเหมาะสมมากขึ้น การสร้างความสัมพันธ์นี้จะประสบความสำเร็จโดยผู้ให้การปรึกษาต้องทำให้สมาชิกมีส่วนร่วมในการพูดคุยหรือการทำกิจกรรมร่วมกันตั้งแต่เริ่มต้นเข้ากลุ่ม ในการทำเช่นนี้ผู้ให้การปรึกษาต้องช่วยเหลือให้สมาชิกรู้ความต้องการพื้นฐานของตนเองซึ่งมาจากภายในตัวสมาชิกเอง (Glasser, 1986c, อ้างใน Gladding, 1995, น. 375) ปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มเป็นสิ่งที่ช่วยให้สมาชิกพ้นจากประสบการณ์แห่งความล้มเหลว และนำสมาชิกไปสู่การมีอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จและคงอัตลักษณ์นี้ไว้

1.4.2 การเน้นพฤติกรรมปัจจุบัน (focus on present behavior)

ผู้ให้การปรึกษาชักชวนให้สมาชิกประเมินพฤติกรรมปัจจุบันของตนเองที่เป็นสาเหตุของความรู้สึกที่ไม่ดี ช่วยให้สมาชิกเรียนรู้ว่าพวกเขามีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมของตนเอง สามารถตัดสินใจเลือก และสามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตของตนเองให้ดีขึ้น คนทั่วไปมักหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญพฤติกรรมของตนเอง โดยเน้นการบอกว่ารู้สึกอย่างไรมากกว่าบอกกำลังทำอะไร ผู้ให้การปรึกษาต้องรู้ว่าจะไม่สามารถช่วยเหลือสมาชิกได้ ถ้าสมาชิกไม่ให้ความสำคัญกับพฤติกรรม เพราะว่าเป็นไปไม่ได้เลยที่บุคคลจะเปลี่ยนแปลงความรู้สึกโดยที่ไม่เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมก่อน ผู้ให้การปรึกษาต้องให้สมาชิกเปลี่ยนจากการหมกมุ่นอยู่กับตนเองมาเป็นมีสัมพันธภาพกับคนอื่น ซึ่งเป็นขั้นแรกที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ ช่วยให้สมาชิกมองพฤติกรรมของตนและเลือกพฤติกรรมใหม่ที่ทำให้สมาชิกมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ ซึ่งการรับรู้ต่อพฤติกรรมที่ตนเองกำลังทำอยู่เป็นวิธีการที่บุคคลจะพัฒนาอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จของตนเอง การเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบันช่วยให้สมาชิกพัฒนาทางเลือกใหม่ที่เป็นประโยชน์และมีพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบต่อตนเองมากขึ้น

1.4.3 การประเมินคุณค่าของพฤติกรรม (value judgment)

เมื่อผู้ให้การปรึกษาได้สนับสนุนให้สมาชิกได้สำรวจพฤติกรรมของตนเอง ในขั้นตอนนี้ผู้ให้การปรึกษาชักชวนให้สมาชิกกลุ่มพิจารณาและประเมินว่าสิ่งที่ตนทำนั้นเป็นประโยชน์หรือไม่และนำไปสู่ความสำเร็จหรือความล้มเหลว โดยมักใช้คำถามว่าสิ่งที่สมาชิกแต่ละคนทำอยู่นั้นจะช่วยให้ได้รับสิ่งที่ตนเองต้องการหรือไม่ เป็นพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบและเป็นที่ยอมรับของสังคมหรือไม่ ผู้ให้การปรึกษาต้องให้สมาชิกแต่ละคนเป็นผู้ตัดสินใจด้วยตนเอง ถ้าสมาชิกตระหนักว่าสิ่งที่เขาทำไม่ใช่วิถีทางที่ช่วยให้ตนประสบความสำเร็จ สมาชิกจะเริ่มตัดสินใจที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง สิ่งสำคัญในขั้นตอนนี้คือผู้ให้การปรึกษาต้องไม่เป็นผู้ตัดสินใจว่าสิ่งที่สมาชิกทำนั้นผิดและต้องเปลี่ยนแปลง หรือแสดงทัศนคติในเชิงวิพากษ์วิจารณ์ในการประเมินพฤติกรรม แต่ให้สมาชิกประเมินพฤติกรรมของตนเอง ผู้ให้การปรึกษานั้นการประเมินเฉพาะพฤติกรรมที่สามารถแก้ไขปรับปรุงได้เท่านั้น ไม่ปล่อยให้สมาชิกยึดติดกับความรู้สึกผิดพลาดล้มเหลวที่ผ่านมา

การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ล้มเหลวนั้นจะสำเร็จได้ก็ต่อเมื่อสมาชิกมีสัมพันธภาพกับคนที่ทำให้สมาชิกรู้สึกมีคุณค่า และทำให้สมาชิกเชื่อว่าการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นสิ่ง

เป็นไปได้ ต่อมาคือสมาชิกต้องเข้าใจสิ่งที่ทำอยู่ และต้องสามารถประเมินพฤติกรรมของตนเอง ได้ว่าเป็นพฤติกรรมที่ขาดความรับผิดชอบทำให้ตนเองและผู้อื่นเจ็บปวด จะทำให้สมาชิกสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้

1.4.4 การวางแผนสร้างพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ (*planning responsible behavior*)

หลังจากที่สมาชิกประเมินพฤติกรรมของตนเอง และสรุปได้ว่าการกระทำที่ผ่านมาไม่ใช่ สิ่งที่เป็นประโยชน์สำหรับตนและตัดสินใจว่าควรจะมีการเปลี่ยนแปลง ผู้ให้การปรึกษาช่วยให้ สมาชิกพิจารณาทางเลือกอื่น ๆ เพื่อหาพฤติกรรมที่ตอบสนองความต้องการของตนเองได้ และ ช่วยสมาชิกในการวางแผนเพื่อการเปลี่ยนแปลง โดยการกำหนดเป้าหมายระยะสั้นที่สามารถ ปฏิบัติได้และมีโอกาสสำเร็จ เพื่อให้ความสำเร็จในเป้าหมายนี้เป็นแรงเสริมให้สมาชิกพยายาม เพื่อที่จะบรรลุเป้าหมายในระยะยาวต่อไป โดยสมาชิกในกลุ่มและผู้ให้การปรึกษามีส่วนในการ ให้ข้อมูลและความคิดเห็น ซึ่งจะช่วยให้แผนการนั้นมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น วูบบอลดิง (Wubbolding, 1988, อ้างใน Gladding, 1995, น. 375-376) แนะนำว่าการวางแผนที่มี ประสิทธิภาพมีส่วนประกอบ ดังนี้

- ตรงกับความต้องการของสมาชิก
- เข้าใจได้ง่าย
- อยู่ในความเป็นจริงและมีความเป็นไปได้
- เป็นการกระทำที่เหมาะสม
- สามารถกระทำได้โดยไม่ขึ้นกับผู้อื่น
- สามารถกระทำได้เป็นประจำ
- สามารถทำได้ในทันที
- มีการวางแผนเป็นขั้นตอน
- เปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มร่วมวางแผนและมีการบันทึกไว้อย่างเป็นระบบ

1.4.5 ให้สัญญาในการทำตามแผน (*commitment*)

แผนการที่กำหนดไว้เพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดำเนินไปได้ก็ต่อเมื่อสมาชิกเต็มใจที่จะลงมือปฏิบัติ ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริงผู้ให้การปรึกษาให้ สมาชิกแต่ละคนประกาศให้กลุ่มทราบถึงแผนการปฏิบัติของตนเอง หรือเขียนเป็นรูปแบบสัญญา เพื่อช่วยให้ตนเองและสมาชิกคนอื่น ๆ ร่วมกันปฏิบัติตามแผนการนั้น โดยคำสัญญานี้ไม่ใช่แค่

การวางแผนแต่สมาชิกต้องลงมือกระทำตามแผนที่วางไว้ แผนที่ไม่ได้ปฏิบัติอย่างเคร่งครัดถือว่าประสบความสำเร็จล้มเหลว (Barr, 1974, อ้างใน Gladding, 1995, น. 376) ในการให้คำสัญญาสมาชิกต้องรับผิดชอบและสามารถควบคุมการดำเนินชีวิตของตนเองได้มากขึ้น

ในขั้นตอนนี้จะพบว่าคุณค่าของกลุ่มเด่นชัดขึ้น เมื่อสมาชิกผูกมัดตนเองในการทำตามแผนการที่กำหนดไว้ และช่วยเหลือผู้อื่นในการทำตามแผนการของเขา โดยมีการประเมินและให้ความคิดเห็นต่อแผนการ ให้กำลังใจและสนับสนุนซึ่งกันและกัน ได้เห็นรูปแบบของความพยายามทำตามแผนและรูปแบบของความล้มเหลว สิ่งที่ต้องคำนึงถึงคือแผนการที่สมาชิกสัญญาว่าจะทำตามต้องมีความเป็นเหตุเป็นผลและมีความเป็นไปได้ เพราะถ้าสมาชิกไม่สามารถทำตามแผนการนั้นได้ สมาชิกจะมีความสับสนและรู้สึกล้มเหลวมากขึ้น

1.4.6 ไม่ยอมรับข้อแก้ตัว (accept no excuses)

ในบางครั้งสมาชิกอาจไม่ประสบความสำเร็จในการทำตามแผน ในกรณีนี้ผู้ให้การปรึกษาและสมาชิกในกลุ่มเพียงแต่รับรู้ในความล้มเหลวนั้นโดยไม่มีการตำหนิหรือค้นหาข้อผิดพลาด แต่จะแสดงความห่วงใยต่อสมาชิกอย่างแท้จริง ส่งเสริมให้สมาชิกเห็นว่าไม่มีใครรับผิดชอบหรือช่วยได้นอกจากตัวสมาชิกเองที่ต้องรับผิดชอบต่อผลกระทบของตนเอง ผู้ให้การปรึกษาจะไม่รับฟังข้อแก้ตัวหรือเหตุผลในความล้มเหลว เพราะการที่ยอมรับข้อแก้ตัวทำให้สมาชิกรู้สึกว่าตนเองไม่สามารถเปลี่ยนแปลงและควบคุมการดำเนินชีวิตของตนเองได้ ผู้ให้การปรึกษาชักชวนให้สมาชิกมีการประเมินแผนนั้นใหม่ อาจจะมีการปรับเปลี่ยนแผนใหม่ และให้กำลังใจเพื่อให้สมาชิกสามารถทำตามแผนได้สำเร็จ ซึ่งบางครั้งแผนอาจล้มเหลวเพราะสาเหตุเล็กน้อย กลาสเซอร์และซุนิน (Glasser and Zunin, 1973, อ้างใน Gladding, 1995, น. 376) อธิบายว่าการที่สมาชิกค่อย ๆ ประสบความสำเร็จไปทีละขั้นเป็นสิ่งที่ดีกว่าการพยายามเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่และได้รับความล้มเหลว โดยบรรยากาศในกลุ่มมีประโยชน์ต่อการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริง เพราะสมาชิกในกลุ่มจะทำตามแบบอย่างของผู้ให้การปรึกษาที่ให้ความสนใจและกระตุ้นบุคคลที่ไม่สามารถทำตามแผนที่ตนเองวางไว้ให้มีกำลังใจที่จะพยายามใหม่ หรือช่วยให้สมาชิกประเมินและปรับปรุงแผนการของตนให้มีความเหมาะสมมากขึ้น

1.4.7 ไม่ใช้การลงโทษ (no punishment)

การลงโทษไม่ใช่วิธีที่มีประสิทธิภาพในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ยังเป็นการส่งเสริมอัตลักษณ์แห่งความล้มเหลว อีกทั้งทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกเจ็บปวด ซึ่งการลงโทษจะนำไปสู่การมีพฤติกรรมในทางลบและการทำร้ายตนเอง และยังเป็นการทำลายสัมพันธภาพในการปรึกษาที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ เมื่อสมาชิกไม่สามารถทำตามสัญญาหรือต่อต้านกระบวนการกลุ่ม ผู้ให้การปรึกษาคควรช่วยให้สมาชิกเห็นและยอมรับผลที่ตามมาจากการกระทำของตนเอง ซึ่งทำให้เขาจะไม่ได้รับในสิ่งที่ต้องการ และกระตุ้นให้สมาชิกทำตามแผนโดยที่สมาชิกในกลุ่มไม่กำลังใจในการพยายามทำตามแผนอีกครั้ง

1.4.8 การไม่ยอมล้มเลิกความตั้งใจ (do not give up)

ผู้ให้การปรึกษาต้องมีความเชื่อมั่นในตัวสมาชิกว่าเขาสามารถเปลี่ยนแปลงและพัฒนาได้ ไม่ว่าสมาชิกจะพูดหรือทำอะไรผู้ให้การปรึกษายังคงแสดงความเชื่อมั่นที่มีต่อความสามารถในการเปลี่ยนแปลงตนเองของสมาชิก ซึ่งจะมีผลให้สมาชิกเกิดกำลังใจ มีความเชื่อมั่น มีความรู้สึกรับผิดชอบในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และสามารถดำเนินการตามแผนต่อไป ซึ่งการเปลี่ยนแปลงต้องใช้เวลา โดยเฉพาะสมาชิกที่มีประสบการณ์ที่ล้มเหลวมาแล้วหลายครั้ง ผู้ให้การปรึกษาต้องใช้ความอดทนกับสมาชิกที่มีการเปลี่ยนแปลงช้า จะทำให้สมาชิกรู้ว่าผู้ให้การปรึกษามีความปรารถนาดีและไม่สิ้นหวังในตัวสมาชิกง่าย ๆ สิ่งนี้จะทำให้สมาชิกมีความพยายามในการมีพฤติกรรมใหม่และมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้น (Gladding, 1995, น. 376)

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริงในระยะต่อมาเน้นการสร้างบรรยากาศแห่งความอบอุ่น มีความเป็นมิตรและไว้วางใจและวิธีการที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Wubbolding, 1995, อ้างใน Nystul, 1999, น. 242) โดยวูบบอลดิง (Wubbolding, 2000, 2001, 2002, อ้างใน Corey, 2004, น. 430-434) ได้สรุปกระบวนการของการให้การปรึกษาเป็นขั้นตอนที่ชัดเจนยิ่งขึ้น ซึ่งเรียกว่าวิธีการที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในระบบ WDEP โดยมี 4 ขั้นตอนดังนี้

1. การสำรวจความต้องการและการรับรู้ของสมาชิก (W = Wants) คือการช่วยให้สมาชิกได้สำรวจและตระหนักถึงความต้องการที่แท้จริงของตนเอง โดยผู้ให้การปรึกษาทถามสมาชิกว่า “คุณต้องการอะไร” และ “คุณต้องการสิ่งนั้นจริงจังกแค่ไหน” แล้วให้สมาชิกอธิบายถึงรายละเอียดเกี่ยวกับความต้องการของตนเอง จะทำให้สมาชิกเข้าใจความต้องการของตนเองได้อย่างชัดเจน

2. การตรวจสอบเป้าหมายและการกระทำในปัจจุบันของสมาชิก (D = Direction and Doing) คือการเน้นให้สมาชิกตรวจสอบเป้าหมายและพฤติกรรมในปัจจุบันของตนเองหลังจากที่สมาชิกได้ตระหนักถึงความต้องการที่แท้จริงของตนเอง โดยให้สมาชิกได้ตรวจสอบว่าสิ่งที่กำลังทำอยู่ในขณะนี้จะนำไปสู่ความต้องการของตนหรือไม่

3. การประเมินพฤติกรรมตนเองของสมาชิก (E = Evaluation) คือขั้นตอนสำคัญของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริง โดยช่วยให้สมาชิกประเมินพฤติกรรมของตนเองว่าถูกหรือผิดอย่างไร เป็นพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบหรือไม่ และพฤติกรรมนั้นทำให้ได้รับสิ่งที่ตนเองต้องการหรือไม่ โดยมุ่งให้สมาชิกตระหนักถึงผลที่เกิดขึ้นจากการกระทำของตนเอง จะทำให้สมาชิกเข้าใจว่าความล้มเหลวเกิดจากสิ่งใด และเป็นการช่วยให้สมาชิกมีแรงจูงใจในการเปลี่ยนแปลงตนเอง

4. การวางแผนลงมือกระทำและให้คำสัญญาของสมาชิก (P = Planning) คือการช่วยให้สมาชิกวางแผนในการเปลี่ยนแปลงเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งแผนการนั้นมีความเกี่ยวข้องกับความเข้าใจที่ได้จากการประเมินตนเอง

1.5 บทบาทและหน้าที่ของผู้ให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง

ผู้ให้การปรึกษาต้องมีความกระตือรือร้นและมีส่วนร่วม (involve) กับสมาชิกในกลุ่ม มีลักษณะอบอุ่น สามารถอธิบายให้สมาชิกในกลุ่มได้เข้าใจความเป็นจริงอย่างตรงไปตรงมาและมีท่าทีใส่ใจสมาชิก

กลาสเซอร์ (Glasser, 1965, อ้างใน Gladding, 1995, น. 377) ได้กล่าวถึงคุณสมบัติของผู้ให้การปรึกษาไว้ 4 ประการ ดังนี้

1. ผู้ให้การปรึกษาต้องเป็นบุคคลที่มีความรับผิดชอบและสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสม
2. ผู้ให้การปรึกษาต้องเป็นบุคคลที่เข้มแข็งและสามารถอดทนต่อความสงสารและการแก้ตัวของสมาชิกกลุ่ม
3. ผู้ให้การปรึกษาต้องเข้าใจและให้การยอมรับสมาชิกอย่างที่เขาเป็นโดยไม่มีเงื่อนไข
4. ผู้ให้การปรึกษาต้องสามารถมีอารมณ์ร่วมกับสมาชิกในกลุ่มได้

นอกจากนี้ผู้ให้การปรึกษาจำเป็นต้องมีวุฒิภาวะทางอารมณ์และจิตใจ รวมไปถึงการมีความอ่อนคลายก่อนที่จะดำเนินการกลุ่ม และช่วยให้สมาชิกได้เห็นถึงความจำเป็นในการเปลี่ยนแปลงตัวเอง

ฮานเซน (Hanson, 1980, น. 233) กล่าวว่าหน้าที่หลักของผู้ให้การปรึกษาคือชี้ให้สมาชิกได้เห็นว่าคุณติกรรมในปัจจุบันนั้นเป็นอย่างไรตามความเป็นจริง โดยไม่จำเป็นต้องค้นหาถึงสาเหตุของคุณติกรรมเหล่านั้น ผู้ให้การปรึกษามองสมาชิกในฐานะบุคคลที่มีศักยภาพมากกว่าที่จะมองว่าเป็นบุคคลที่มีปัญหา และกลาสเซอร์ (Glasser, 1965, อ้างใน ไอริส ทิลโพล์ท, 2547, น. 20) เชื่อว่ากระบวนการกลุ่มส่วนใหญ่จะพูดถึงคุณติกรรม การวางแผนเพื่อเปลี่ยนแปลงคุณติกรรมและผลที่เกิดขึ้นจากคุณติกรรมนั้น ในที่นี้บทบาทของผู้ให้การปรึกษาต้องทำหน้าที่คล้ายครูโดยช่วยให้สมาชิกกลุ่มสามารถวางแผนอย่างเฉพาะเจาะจง และเสนอทางเลือกของคุณติกรรมที่มีประสิทธิภาพเพื่อให้เกิดการบรรลุความต้องการที่วางแผนไว้ได้ ซึ่งสนับสนุนให้สมาชิกมีแรงจูงใจในการวางแผน โดยมีการกระทำที่รับผิดชอบ จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงคุณติกรรมและมีอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จ (Kottler, 2004, น. 134)

1.6 เทคนิคของทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริง

แพร์รอตท์ (Parrott, 2003, น. 349-352) ได้รวบรวมเทคนิคต่าง ๆ ในการให้การปรึกษาตามแนวพิจารณาความเป็นจริง มีดังนี้

1.6.1 การให้ความเข้าใจกรอบการช่วยเหลือ (structuring)

การชี้แจงให้สมาชิกทราบถึงกรอบการช่วยเหลือ เช่น กระบวนการให้การปรึกษาค่าใช้จ่าย จำนวนครั้งในการปรึกษา เป็นต้น จุดประสงค์เพื่อช่วยให้สมาชิกเข้าใจในวิธีการขอบเขต และเป้าหมายในการปรึกษา ให้สมาชิกเข้าใจในกระบวนการอย่างเป็นทางการเพื่อให้เห็นความเป็นไปได้ในการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นกับตนเอง

1.6.2 การเผชิญหน้า (confrontation)

ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริง เน้นให้สมาชิกเผชิญหน้ากับความจริงในปัจจุบัน การกระทำของตนเอง และผลกระทบที่ตามมาจากการกระทำของตนเอง ในบางครั้งผู้ให้การปรึกษาต้องเผชิญหน้ากับข้อแก้ตัวของสมาชิกที่ไม่สามารถปฏิบัติตามแผน ซึ่งผู้ให้การปรึกษาต้องเผชิญด้วยความเข้าใจ ไม่รับฟังข้อแก้ตัว และไม่แสดงความรู้สึกไม่พอใจ

1.6.3 การเขียนหนังสือสัญญา (contracts)

ผู้ให้การปรึกษาอาจจะต้องใช้การเขียนหนังสือสัญญาที่ลงชื่อทั้งสมาชิกและผู้ให้การปรึกษา เพื่อเป็นการย้ำเตือนให้สมาชิกปฏิบัติตามแผนการ หนังสือสัญญาจะเป็นหลักฐานในความตั้งใจของสมาชิกที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเอง หากสมาชิกสามารถปฏิบัติตามเงื่อนไขต่าง ๆ ที่ระบุไว้ในสัญญานั้นเป็นหลักฐานว่าสมาชิกสามารถที่จะมีความรับผิดชอบในการปฏิบัติได้จริง จนประสบความสำเร็จที่จะบรรลุถึงเป้าหมายของตนเอง

1.6.4 การสอนหรือการแนะนำ (instruction)

ในการปรึกษาสมาชิกมีความต้องการทักษะเฉพาะในการพัฒนาเพื่อที่จะปฏิบัติตามแผนของตัวเอง ซึ่งผู้ให้การปรึกษาต้องสอนทักษะเหล่านี้ในระหว่างการปรึกษา ซึ่งสมาชิกและผู้ให้การปรึกษาต้องเรียนรู้ที่จะค้นหาแนวทางเหล่านี้ด้วยกัน โดยต้องทำให้สมาชิกบรรลุตามเป้าหมายของตนให้ได้

1.6.5 ทักษะในการตั้งคำถาม (skillful questioning)

ทักษะในการตั้งคำถามเป็นหลักของการให้การปรึกษา ผู้ให้การปรึกษที่ตั้งคำถามอย่างตรงไปตรงมาเพื่อที่จะช่วยให้สมาชิกประเมินพฤติกรรมของตัวเองได้ คำถามเหล่านี้คือสิ่งที่จะชี้ให้เห็นความสำคัญในทางเลือกของสมาชิก ช่วยให้ผู้ให้การปรึกษาเข้าใจในตัวสมาชิกมากขึ้น และยังช่วยให้สมาชิกควบคุมชีวิตของตัวเองได้ดีขึ้น ตัวอย่างคำถามเช่น พฤติกรรมของคุณในปัจจุบันสามารถที่จะทำให้ได้ในสิ่งที่คุณต้องการ และนำพาคุณไปในที่ที่คุณอยากจะไปได้หรือไม่ หรือสิ่งที่คุณทำอยู่ช่วยคุณหรือทำร้ายคุณ หรือพฤติกรรมของคุณเหมาะสมแล้วหรือ เป็นต้น

1.6.6 การเน้นถึงการเลือก (emphasizing choice)

การชี้ให้เห็นถึงการกระทำต่าง ๆ ของสมาชิกเป็นสิ่งที่เขาเป็นผู้เลือกในการปฏิบัติไม่ว่าเลือกที่จะทำให้ตัวเองเศร้าหรือรู้สึกโกรธ ดังนั้นสมาชิกสามารถเลือกที่จะมีพฤติกรรมที่สร้างสรรค์และเกิดผลในทางบวกได้

1.6.7 การลองฝึกซ้อม (Role – Playing)

เมื่อสมาชิกต้องกระทำบางอย่างซึ่งไม่เคยชิน เป็นทักษะที่ต้องเรียนรู้และฝึกฝน ผู้ให้การปรึกษาใช้การลองสวมบทบาทสมมุติให้สมาชิกได้ลองฝึกปฏิบัติจนเกิดความพร้อมที่จะเผชิญสถานการณ์เพื่อไปปฏิบัติในสถานการณ์จริงได้

1.6.8 การสนับสนุน (support)

สมาชิกที่มีอัตลักษณ์แห่งความล้มเหลว เป็นผู้ซึ่งเรียนรู้ที่จะยอมรับความล้มเหลวของตนเองมักต้องการกำลังใจที่จะสร้างความสำเร็จในสิ่งที่เกิดขึ้นจากความพยายามของตนเอง เมื่อไรก็ตามที่สมาชิกปฏิบัติได้ตามแผน การสนับสนุนและการให้กำลังใจจะทำให้สมาชิกมองโลกในแง่ดี เมื่อผู้ให้การปรึกษาให้กำลังใจและสนับสนุนสมาชิกว่าผู้ให้การปรึกษาเชื่อในตัวสมาชิก เขาก็จะเกิดแรงบันดาลใจ และมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในการทำสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ (self-efficacy) และมีความรู้สึกเห็นคุณค่าตนเอง (self-worth) มากขึ้น

1.6.9 การอภิปรายเชิงสร้างสรรค์ (constructive debate)

การอภิปรายเชิงสร้างสรรค์เกิดขึ้นเมื่อผู้ให้การปรึกษาและสมาชิกได้เถียงในความคิดและค่านิยมซึ่งกันและกัน เป็นการพิสูจน์ให้เห็นว่าสมาชิกมีความคิดและค่านิยมที่น่าสนใจ และสิ่งที่ผู้ให้การปรึกษาและสมาชิกได้เถียงกันนั้นเป็นเรื่องที่จริงจัง แสดงให้เห็นถึงความหมายในการปรึกษา และสมาชิกสามารถยกระดับอัตมโนทัศน์ของตน (self-concept) ผ่านการอภิปรายอย่างสร้างสรรค์

1.6.10 การมีอารมณ์ขัน (humor)

การใช้อารมณ์ขันอย่างเหมาะสมกับโอกาสด้วยท่าทีและความรู้สึกที่ละเอียดอ่อน (sensitive manner) ช่วยสร้างให้มีบรรยากาศในการเปิดรับและเข้าใจความเป็นจริงได้ดีขึ้น แต่ถ้าผู้ให้การปรึกษามีอารมณ์ขันที่ไม่เหมาะสมก็จะมีลักษณะประชดหรือตำหนิซึ่งทำให้เป็นผลลบได้

1.6.11 การเปิดเผยตนเอง (self-disclosure)

เป็นการแสดงออกของผู้ให้การปรึกษาในการพูดถึงกับประสบการณ์ของตนเอง การต่อสู้กับปัญหาด้วยความยากลำบาก แสดงถึงความเป็นมนุษย์ปุถุชนคนหนึ่งซึ่งมีปัญหาเหมือนกัน มีชีวิตจิตใจ มีความผิดพลาดได้ แม้กระทั่งการพูดถึงค่านิยมบางอย่างซึ่งอาจจะเป็นจุดที่มีปัญหาได้ การเปิดเผยอย่างเหมาะสมจะทำให้เกิดความรู้สึกถึงความเท่าเทียมกันด้วยและช่วยดึงสมาชิกเข้าถึงความเป็นจริงมากขึ้น

1.6.12 การติดสิ่งที่เป็นบวก (positive addiction)

เป็นการสนับสนุนให้สมาชิกเลือกติดสิ่งที่เป็นบวกที่สามารถนำไปสู่ความพึงพอใจในการดำรงชีวิตอยู่ เช่น การวิ่งออกกำลังกาย การดูภาพยนตร์ การนั่งสมาธิ การไปเยี่ยมเพื่อน หรือ

สิ่งใดก็ตามที่ทำให้สมาชิกบรรลุถึงการมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ซึ่งการหาโอกาสที่จะค้นพบการคิด
 สิ่งที่เป็นบวกขึ้นอยู่กับตัวสมาชิกเอง โดยเขาสามารถเลือกที่จะเจ็บปวดหรือเลือกที่จะสนุกสนานก็
 ได้

1.6.13 การประเมิน (assessment)

การประเมินสมาชิก เช่น สมาชิกมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองไปในทิศทาง
 ไหน สมาชิกสามารถที่จะมีพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความรับผิดชอบได้มากขึ้นแค่ไหน สามารถ
 แก้ปัญหาต่าง ๆ และยอมรับว่าตนคือคนที่ต้องรับผิดชอบต่อตัวเอง ต่อพฤติกรรมของตนเอง และ
 ตอบสนองความต้องการของตนเองได้โดยไม่ทำร้ายตนเองและผู้อื่น

2. แนวคิดเกี่ยวกับอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียนของทฤษฎีการปรึกษา

เชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริง

2.1 ความหมายของอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จ

ทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริงได้อธิบายว่า อัตลักษณ์
 (identity) หมายถึง ลักษณะเฉพาะ (unique) ของบุคคลที่แสดงถึงลักษณะและความหมายที่
 บุคคลมองเห็นความแตกต่างระหว่างตนเองและผู้อื่น ได้ ซึ่งสังคมและสิ่งแวดล้อมเป็นส่วนสำคัญ
 ในการสร้างอัตลักษณ์ของบุคคล ความต้องการมีอัตลักษณ์นี้เป็นความต้องการทางด้านจิตใจของ
 บุคคลที่ปรากฏอยู่ในทุกวัฒนธรรม (Parrott, 2003, น. 344) โดยกลาสเซอร์ (Glasser, 1965)
 แบ่งอัตลักษณ์ของบุคคลออกเป็น 2 ประเภท คือ

2.1.1 อัตลักษณ์แห่งความสำเร็จ (success identity) หมายถึง ลักษณะที่บุคคลมองเห็น
 ว่าตนเองมีความสามารถที่จะตอบสนองความต้องการของตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า และม
 ความสำคัญต่อตนเองและผู้อื่น มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลที่เกี่ยวข้อง สามารถให้ความรักและ
 รับความรักจากบุคคลอื่น มีความสามารถในการจัดการต่อสภาพแวดล้อม มีความรับผิดชอบ
 และมีความเชื่อมั่นในการดำเนินชีวิตของตนเอง

2.1.2 อัตลักษณ์แห่งความล้มเหลว (failure identity) หมายถึง ลักษณะที่บุคคลมองเห็น
 ประเมินตนเองไปในทางลบ จากการที่ไม่สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกับผู้อื่น รู้สึกว่า
 ตนเองไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่ต้องการ ไม่มีคุณค่า ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ จึงไม่สามารถที่
 จะรับผิดชอบต่อตนเองหรือทำตามข้อกำหนดใด ๆ ไม่มีความหวังในการดำเนินชีวิตที่ดีกว่า

ปล่อยให้สภาพแวดล้อมหรือบุคคลอื่นมีอิทธิพลและความคุมชีวิตตนเอง ซึ่งนำไปสู่การปรับตัวที่ไม่ดี

กลาสเซอร์และซุนิน (Glasser and Zunin, 1979, อ้างใน Corey, 1977, น. 158) เชื่อว่ามนุษย์ทุกคนมีพลังแห่งความงอกงาม โดยพื้นฐานแล้วมนุษย์ทุกคนต้องการมีอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จ มีพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบและมีสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลที่มีความหมาย และบุคคลที่มีสุขภาพจิตที่ดีคือ บุคคลที่มีความรับผิดชอบ ยอมรับสภาพความเป็นจริง และรู้จักวางแผนในการแก้ปัญหาของตนเอง โดยมีการประเมินพฤติกรรมที่ทำให้ตนเองล้มเหลวและรู้จักแสวงหาทางแก้ไขข้อผิดพลาดนั้น มีความอดทนที่จะฝ่าฟันอุปสรรคต่าง ๆ จนบรรลุเป้าหมายในชีวิตที่วางไว้

2.2 การพัฒนาอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จ

ในการสร้างอัตลักษณ์แห่งตนนั้น บุคคลจะพัฒนาขึ้นจากการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นและการมีภาพลักษณ์ของตนเอง (self - image) ซึ่งเกิดจากการที่บุคคลรู้สึกว่าจะประสบความสำเร็จหรือไม่ประสบความสำเร็จ บุคคลอื่นมีบทบาทสำคัญในการช่วยให้บุคคลเข้าใจอัตลักษณ์ของตนเองชัดเจนขึ้น โดยกลาสเซอร์ (Glasser, 1969, น. 16) กล่าวว่า ความรักและการยอมรับเป็นองค์ประกอบสำคัญในการพัฒนาอัตลักษณ์ของมนุษย์ การเปิดโอกาสให้บุคคลรู้สึกว่าเขาประสบความสำเร็จในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ตามกำลังความสามารถของเขา จะช่วยพัฒนาอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จ ช่วยให้บุคคลเชื่อมั่นในตนเองว่ามีความสามารถที่จะตอบสนองความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสม สามารถรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค และรู้จักวางแผนเป้าหมายที่สามารถเป็นจริงได้ โดยการพัฒนาอัตลักษณ์ของบุคคลนั้นขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่สำคัญ 2 ประการ คือ

2.2.1 *ประสบการณ์ทางด้านความรัก (love)* หมายถึง การที่บุคคลสามารถให้ความรักแก่ผู้อื่นและได้รับความรักจากผู้อื่น โดยบุคคลได้รับความรักผ่านทางความสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งในวัยเด็กอาจได้จากความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูก ครูกับนักเรียน และได้จากบุคคลอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องด้วยในวัยต่อมา

2.2.2 *ประสบการณ์ของควมมีคุณค่า (worth)* หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้สึกถึงความมีคุณค่าทั้งต่อตนเองและผู้อื่น บุคคลได้รับประสบการณ์นี้เมื่อเขาได้รับความรักและ

มีโอกาสที่ได้ให้ความรักแก่ผู้อื่น บุคคลจะรู้สึกว่าคุณค่าทั้งต่อตนเองและผู้อื่น นอกจากนี้ ประสพการณ์ของคุณค่าได้จากการที่บุคคลสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้ประสบความสำเร็จ เขาจะรู้สึกภูมิใจและเห็นคุณค่าของตนเอง

ในการพัฒนาอัตลักษณ์กลาสเซอร์ให้ความสำคัญในช่วงต้นของชีวิต โดยเฉพาะในช่วง 10 ปีแรกของชีวิต ซึ่งเป็นช่วงที่เริ่มพัฒนาทักษะ การเรียนรู้ การตอบสนองความต้องการของตน ในด้านความรักและคุณค่า ความรู้สึกสนุกสนานและอิสรภาพในการคิด หากเด็กมีแบบอย่างที่ดี ที่เปิดโอกาสให้เขาได้ตัดสินใจและกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตัวเอง โดยดูแลเอาใจใส่ และยอมรับคุณค่าของเขา จะทำให้เขาสามารถพัฒนาไปสู่การมีอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จได้ การพัฒนาอัตลักษณ์ในช่วง 10 ปีแรกนี้ สามารถพัฒนาได้ทั้งอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จและอัตลักษณ์แห่งความล้มเหลว อย่างไรก็ตามกลาสเซอร์ได้เสนอแนะว่าอัตลักษณ์แห่งความล้มเหลวสามารถแก้ไขได้ หากบุคคลมีความรับผิดชอบมากขึ้นทั้งในด้านความคิด ความรู้สึกและการกระทำ ดังนั้นการเปลี่ยนอัตลักษณ์แห่งความล้มเหลวไปสู่การมีอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จของบุคคลสามารถกระทำได้โดยการเปลี่ยนพฤติกรรมให้มีความรับผิดชอบมากขึ้น

2.3 การเปลี่ยนแปลงอัตลักษณ์แห่งความล้มเหลวสู่การมีอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จ

การช่วยเหลือบุคคลที่มีอัตลักษณ์แห่งความล้มเหลว ซึ่งเป็นผู้ที่ไม่สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้ เช่น ผู้ป่วยที่สิ้นหวัง คนที่เบื่อหน่ายชีวิต คนที่ติดยาเสพติด นักเรียนที่ไม่ประสบความสำเร็จในการเรียน และเยาวชนผู้กระทำผิดกฎหมาย เป็นต้น ซึ่งการช่วยให้บุคคลเปลี่ยนแปลงการกำหนดอัตลักษณ์ให้กับตนเองใหม่โดยสอนให้เขาเข้าใจถึงระบบการควบคุมที่ใช้ในการควบคุมชีวิตตนเอง ให้ยอมรับในความสามารถของตนเองที่จะกระทำในสิ่งที่ดีกว่า และเริ่มต้นด้วยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ที่ช่วยให้บุคคลสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้ ซึ่งในการที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล ต้องให้เขาเผชิญและยอมรับความจริงว่าพฤติกรรมนั้นเป็นผลของการเลือกกระทำของตนเอง และตนจะต้องเป็นผู้รับผิดชอบในการเปลี่ยนแปลง

กลาสเซอร์ (Glasser, 1965, 1969) เชื่อว่าการเรียนรู้ของบุคคลในการที่จะตอบสนองความต้องการพื้นฐานนั้นเป็นกระบวนการที่ยาวนานตลอดชีวิต โดยการเปลี่ยนแปลงอัตลักษณ์สามารถทำได้ด้วยการเรียนรู้ใหม่ (relearning) และการประสบความสำเร็จในสิ่งที่ทำ

(achievement) ผู้ที่มีอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จสามารถเปลี่ยนแปลงไปสู่การเป็นผู้มีอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จได้ โดยการช่วยให้เขากล้าเผชิญความเป็นจริงในปัจจุบัน และเข้าใจว่าตนเองสามารถตอบสนองความต้องการที่ตนเองพึงพอใจได้ในสภาพความเป็นจริงที่เป็นอยู่ด้วยการแสดงพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบมากขึ้น ซึ่งเป็นเป้าหมายหลักของการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริง โดยประกอบด้วย

2.3.1 ความรับผิดชอบ (responsibility) คือ เป้าหมายของทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริง โดยกลาสเซอร์ (Glasser, 1965, น. 13) ได้ให้คำจำกัดความไว้ว่า ความรับผิดชอบคือการที่บุคคลสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้ ซึ่งการกระทำนั้นจะต้องไม่กระทบกระเทือนหรือรุกรานสิทธิของผู้อื่น การที่จะพัฒนาความรับผิดชอบให้กับบุคคลนั้น กลาสเซอร์อธิบายว่าเด็กเรียนรู้เกี่ยวกับความรับผิดชอบได้โดยผ่านทางความสัมพันธ์จากบุคคลที่เกี่ยวข้องซึ่งเป็นบุคคลที่มีความรับผิดชอบอาจหมายถึง พ่อแม่ พี่น้อง ครู เพื่อน และผู้ที่เกี่ยวข้องอื่น ๆ ที่ทำหน้าที่เป็นต้นแบบที่มีความรับผิดชอบ และสอนความรับผิดชอบให้เด็กโดยผ่านทางความสัมพันธ์ที่มีการเชื่อมโยงระหว่างความรักและความมีวินัยอย่างเหมาะสม บุคคลที่มีความทุกข์หรือมีปัญหาเป็นเพราะว่าไม่มีความรับผิดชอบต่อตนเอง ส่งผลทำให้เขาไม่สามารถตอบสนองต่อความต้องการของตนเองได้ การที่บุคคลจะเกิดการเปลี่ยนแปลงได้ก็ต่อเมื่อเขาเรียนรู้และยอมรับว่าตัวเองเป็นผู้รับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง และไม่มีใครเปลี่ยนแปลงการกระทำนั้นได้นอกจากตัวเขาเอง ซึ่งทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริงถือว่าบุคคลที่มีความรับผิดชอบคือคนที่มีสุขภาพจิตที่ดี มีการกระทำในสิ่งที่ทำให้ตนเองรู้สึกมีคุณค่าทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

2.3.2 ความเป็นจริง (reality) คือ การที่บุคคลสามารถเผชิญกับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นในชีวิต พิจารณาสິงต่าง ๆ ตามความเป็นจริง รวมทั้งตระหนักถึงความจริงที่ว่า บุคคลสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้ แม้ว่าจะต้องเผชิญปัญหาหรืออุปสรรคใด ๆ ก็ตาม โดยเขาต้องพิจารณาพฤติกรรมปัจจุบันที่เป็นอุปสรรคต่อความต้องการของตนเอง และพัฒนาแผนการที่สามารถเป็นจริงได้ เพื่อสร้างพฤติกรรมใหม่ที่มีความรับผิดชอบ และสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้โดยไม่กระทบกระเทือนสิทธิของผู้อื่น

2.3.3 ความถูกต้อง (right) คือ การประเมินคุณค่าพฤติกรรมปัจจุบันของตนเอง และการพิจารณาผลที่ตามมาของพฤติกรรมว่าถูกหรือผิด จะทำให้บุคคลมองเห็นการกระทำของ

ตนเองชัดเจนขึ้น ส่งผลให้เขายินยอมที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองไปในทางที่จะสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้ กลาสเซอร์ได้กล่าวถึงความถูกต้องไว้ว่าเมื่อบุคคลมีพฤติกรรมในทางที่ทำให้เขาสามารถให้และรับความรัก และรู้สึกมีคุณค่าต่อตนเองและผู้อื่น พฤติกรรมของบุคคลก็เป็นสิ่งที่ถูกต้องหรือชอบธรรม

2.4 อัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียน

การศึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริงมีความเชื่อว่าความต้องการพื้นฐานของบุคคลคือความต้องการที่จะมีอัตลักษณ์ ซึ่งกลาสเซอร์ (Glasser, 1969, อ้างใน Borger, 1980, น. 167) ได้กล่าวว่าคุณลักษณะที่พัฒนาอัตลักษณ์ได้อย่างเหมาะสมนั้นเกิดจากการได้รับความรัก และรู้สึกถึงคุณค่าในตัวเอง ซึ่งในวัยเด็กบุคคลเรียนรู้ประสบการณ์ส่วนใหญ่จากสถานศึกษา จึงต้องสร้างการเรียนรู้ที่ทำให้บุคคลมีความรับผิดชอบตั้งแต่ช่วงวัยเด็กที่เริ่มเข้าโรงเรียน โดยอายุ 5-10 ปีเป็นช่วงที่พัฒนาอัตลักษณ์ได้อย่างเหมาะสม ดังนั้นสถานศึกษาจึงมีความสำคัญในการทำให้เด็กได้เรียนรู้ที่จะให้และรับความรัก มีโอกาสที่จะได้รับการศึกษา รู้สึกถึงความมีคุณค่าในตัวเอง ถ้าหากว่าสถานศึกษาไม่ได้ให้สิ่งเหล่านี้แก่เด็ก เขาจะพัฒนาอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จไม่ได้ อาจแยกตัวและมีแนวโน้มที่จะพัฒนาไปสู่การมีอัตลักษณ์แห่งความล้มเหลว เช่น นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ เป็นต้น สถานศึกษาจึงมีปัญหามีเกี่ยวข้องกับอัตลักษณ์แห่งความล้มเหลว ทำให้ต้องศึกษาสาเหตุที่ก่อให้เกิดอัตลักษณ์แห่งความล้มเหลวก่อนและพัฒนาปรัชญาของการศึกษาที่นำไปสู่การสร้างบรรยากาศที่เอื้อให้นักเรียนเชื่อว่าความสำเร็จเป็นสิ่งที่สามารถทำให้เกิดขึ้นได้ (Glasser, 1969, น. 8)

กลาสเซอร์ (Glasser, 1969, น. 6) เชื่อว่าบุคคลที่ประสบความสำเร็จในชีวิตในอดีตจะไม่สามารถประสบความสำเร็จในชีวิตได้จนกว่าเขาจะประสบความสำเร็จสักครั้งหนึ่งในเรื่องที่สำคัญของชีวิต ถึงแม้สถานศึกษาจะไม่สามารถแก้ไขปัญหานักเรียนอันเกิดจากปัญหาทางบ้านและครอบครัวที่ส่งผลกระทบต่อเขา แต่ถ้านักเรียนนั้นสามารถประสบความสำเร็จในสถานศึกษา จะทำให้มีโอกาที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตได้ ดังนั้นสถานศึกษาไม่ควรละเลยในการพัฒนาระบบการศึกษาที่ทำให้นักเรียนสามารถประสบความสำเร็จในเรื่องการเรียน

นักเรียนที่ยอมรับว่าตนเองมีอัตลักษณ์แห่งความล้มเหลวในการเรียนจะไม่มีคามพยายามในการกระทำที่นำไปสู่ความสำเร็จในการเรียน เขามักจะเชื่อว่าความล้มเหลวในชีวิตไม่สามารถ

ลบล้างได้ การจมอยู่กับความล้มเหลวทำให้ความมั่นใจที่จะประสบความสำเร็จลดน้อยลง ไม่มีความหวัง ขาดความกระตือรือร้นในการเรียน ขาดความสนใจและในที่สุดก็จะปฏิเสธการเรียน เช่น การไม่เข้าห้องเรียน เป็นต้น และจากการศึกษาเกี่ยวกับความสำเร็จและความล้มเหลวในสถานการณ์ต่าง ๆ ผลการศึกษาพบลักษณะตรงกันคือ นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำหรือนักเรียนที่ประสบความสำเร็จเกี่ยวกับความคาดหวังทางการเรียนจะมีการประเมินตนเองทางด้านลบ (Purkey, 1978, อ้างใน ศิริพร พลอยแดง, 2543, น. 3) มักจะรับรู้ว่าคุณค่าตนเองเป็นคนไม่มีค่า ไม่มีคนรักหรือให้การยอมรับ มีอัตมโนทัศน์ในด้านลบ และขาดความรับผิดชอบ (Roger, 1969, อ้างใน ศิริพร พลอยแดง, 2543, น. 3) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของประจิม เมืองแก้ว ที่พบว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ จะมีบุคลิกภาพแบบขาดความพยายาม มีความต้องการที่จะประสบความสำเร็จต่ำ ขาดความมั่นใจ รู้สึกท้อแท้ มีอัตมโนทัศน์ในด้านลบ คิดว่าตนเองไม่มีความสามารถ ขาดความภูมิใจในตัวเอง รู้สึกผิดและตำหนิตนเอง (ประจิม เมืองแก้ว, 2536, อ้างใน ศิริพร พลอยแดง, 2543, น. 3)

2.5 สถานศึกษากับอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียน

กลาสเซอร์ (Glasser, 1969, น. 20) ได้กล่าวว่า สถานศึกษาสามารถที่จะช่วยให้นักเรียนที่มีปัญหาได้สนองความต้องการขั้นพื้นฐานของการมีคุณค่าในตนเอง ความรัก และการรู้จักคิดได้ โดยการจัดโปรแกรมเพื่อกระตุ้นให้นักเรียนแก้ปัญหาได้ทั้งในแง่ของวิชาการและในแง่ของสังคม ซึ่งสอดคล้องกับครอนิกและฮาร์จิส (Kronick and Hargis, 1990, อ้างใน Thompson, 1996, น. 94) ที่กล่าวว่า การสอนให้นักเรียนมีทักษะทางสังคม เพื่อช่วยให้เขามีความสัมพันธ์ที่มีประสิทธิภาพกับเพื่อนและบุคคลอื่น ๆ ในสถานศึกษา ประกอบกับการสร้างกลุ่มเพื่อนและบุคคลที่สนับสนุนให้เขาไปสู่การเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem) ตลอดจนการประสบความสำเร็จในห้องเรียน จะเป็นการป้องกันความล้มเหลวในการเรียนและการพักการเรียน (dropout) ของนักเรียน อีกทั้งสอนนักเรียนที่มีอัตลักษณ์แห่งความล้มเหลวในเรื่องของการบริหารเวลา และให้มีการเรียนรู้ทักษะที่จะนำไปสู่ความสำเร็จในการเรียน

สถานศึกษาจัดว่าเป็นผู้ที่มิบทบาทสำคัญในการที่จะช่วยให้นักเรียนที่ต้องการความรักประสบความสำเร็จ แต่ในปัจจุบันสถานศึกษาอาจจะไม่รู้ถึงวิธีที่จะตอบสนองความต้องการในเรื่องของความรักต่อนักเรียนจำนวนมากอย่างชัดเจน นอกจากนี้ นักเรียนไม่ได้ต้องการความรัก

จากผู้สอนเท่านั้น แต่ยังต้องการความรักจากเพื่อนนักเรียนด้วยกันด้วย สถานศึกษาจึงเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการเติมเต็มความต้องการในเรื่องของความรักของนักเรียน

นอกจากนี้สถานศึกษาจัดได้ว่าเป็นสถาบันที่มีบทบาทโดยตรงกับการสนองความต้องการที่จะรู้สึกว่าคุณค่าของนักเรียน การมีความรู้และความสามารถเป็นสิ่งจำเป็นที่ทำให้นักเรียนเป็นคนที่มีคุณค่าขึ้นมาได้ ถ้าหากว่านักเรียนเกิดความล้มเหลวในการเรียนรู้และได้รับความรู้ล้มเหลวในการที่จะรู้จักวิคิด และล้มเหลวในการเรียนรู้วิธีแก้ไขปัญหาแล้ว ก็จะทำให้เขารู้สึกว่าตนไม่มีคุณค่า ซึ่งเป็นเรื่องยากที่จะแก้ไขความล้มเหลวนี้ให้ดีขึ้นได้ นอกจากนี้เมื่อนักเรียนรู้สึกมีคุณค่าในตนเองแล้ว ทำให้เกิดความมั่นใจในตนเองอย่างเพียงพอในการเรียนรู้ที่จะให้และรับความรักด้วย หรืออย่างน้อยที่สุดก็จะมีโอกาสที่ดีขึ้นในการตอบสนองความต้องการในเรื่องของความรักของตนมากขึ้น สถานศึกษาจึงมีบทบาทสำคัญในการช่วยให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีที่จะทำให้ตนเองเป็นผู้มีคุณค่าได้ สามารถพึ่งตนเอง พอใจและมั่นใจที่จะใช้ความสามารถของตนเอง มีความรับผิดชอบ มีทักษะในการคิด การแก้ปัญหาและควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตามแนวทางที่วางไว้ ซึ่งนำไปสู่การมีอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียน

2.6 การช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาทางด้านการเรียน

ในการช่วยเหลือบุคคลที่มีปัญหา กลาสเซอร์ได้ให้ความสนใจอย่างมากต่อการป้องกันความเสียหายก่อนที่จะเกิดขึ้น กลาสเซอร์เชื่อว่าการศึกษาคือเป็นกุญแจสำคัญที่นำไปสู่หน้าที่ที่ถูกต้องของมนุษย์ ในการป้องกันการมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ นักเรียนควรมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นในสถานศึกษา และเรียนรู้ที่จะมีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตนเองเพื่อเป็นการควบคุมชีวิตของตนเอง (Fuhrmann, 1990, น. 169) โดยให้เขาเรียนรู้จากประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จมากกว่าประสบการณ์ที่ล้มเหลวในชีวิตการเรียน ร่วมกับการเข้ากลุ่ม การให้การปรึกษาตามแนวพิจารณาความเป็นจริง ซึ่งกลาสเซอร์เชื่อว่านักเรียนสามารถได้รับการช่วยเหลือในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จ จะเป็นการป้องกันการมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำและการออกจากโรงเรียนกลางคัน (Fuhrmann, 1990, น. 170) กลาสเซอร์เชื่อว่าไม่ว่าพื้นฐานชีวิตเดิมจะเป็นอย่างไรก็ตาม นักเรียนสามารถจะประสบความสำเร็จในการเรียนได้และจะมีโอกาสดีที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต แต่ถ้าประสบความสำเร็จในระดับใดระดับหนึ่งก็ตาม

ในชีวิตการเรียนไม่ว่าจะเป็นระดับประถมศึกษา มัธยมศึกษา หรืออุดมศึกษา ก็จะมีโอกาสน้อยมากที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตต่อไป

ดังนั้น ในการช่วยเหลือนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำหรือประสบความสำเร็จล้มเหลวในการเรียน ต้องทำให้เขาตระหนักถึงความต้องการหรือเป้าหมายของตนเอง เข้าใจว่าตนมีความรับผิดชอบในการตอบสนองความต้องการของตนเอง มีความรับผิดชอบในพฤติกรรมทางด้านการเรียนของตนเอง รู้ว่าตนเองเป็นคนที่มีคุณค่าและความสามารถ และมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนและอาจารย์ ซึ่งจะนำไปสู่การมีอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียน โดยเน้นการกระทำในปัจจุบัน และตระหนักว่าบุคคลที่ล้มเหลวสามารถประสบความสำเร็จได้ถ้าเปลี่ยนแปลงตนเองให้มีพฤติกรรมความรับผิดชอบ ซึ่งนักเรียนที่มีความรับผิดชอบในการเรียนจะมีพฤติกรรมคือ มีการศึกษาเล่าเรียนจนประสบความสำเร็จตามที่มุ่งหมายด้วยความขยันหมั่นเพียรอดทน เข้าห้องเรียน และส่งงานตามที่ได้รับมอบหมายตรงตามเวลา เมื่อมีปัญหาหรือไม่เข้าใจบทเรียนก็พยายามศึกษาค้นคว้า ซักถามอาจารย์ให้เข้าใจ เมื่อทำแบบฝึกหัดคิดก็ยอมรับว่าผิดแล้วพยายามแก้ไขปรับปรุงด้วยตนเอง (รัตนภรณ์ พลษา, 2544, อ้างใน ไอริส ทิลโฟลท์, 2547, น. 26) จะทำให้นักเรียนประสบความสำเร็จในการเรียน อีกทั้งกระบวนการกลุ่มจะช่วยให้มีการพัฒนาเกี่ยวกับการให้และรับความรักของสมาชิกและรู้สึกรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ซึ่งจะนำไปสู่การมีอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียนในที่สุด

3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง

3.1 งานวิจัยต่างประเทศ

ฟลาเฮอร์ตีและรูทเซล (Flaherty and Reutzell, อ้างใน วรรณภรณ์ ดวงแจ่มกาญจน์, 2541, น. 38) ได้ทำการศึกษาลักษณะของบุคลิกภาพของนักเรียนที่ประสบผลสำเร็จในการเรียนสูง และนักเรียนที่ประสบผลสำเร็จในการเรียนต่ำ จากการศึกษาพบว่าผู้ที่มียุทธศาสตร์ทางการเรียนสูงจะมีคะแนนบุคลิกภาพด้านความรับผิดชอบสูงกว่าผู้ที่มียุทธศาสตร์ทางการเรียนต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เทมโบเรลลา (Tamborella, 1988) ได้ศึกษาถึงผลของการใช้เทคนิคการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพิจารณาความเป็นจริงที่มีต่อการรับรู้และทัศนคติของนักเรียนและครูในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่าการใช้เทคนิคการปรึกษาตามแนวพิจารณาความเป็นจริงทำให้นักเรียนมีการเข้าเรียนเพิ่มขึ้น และลดการโดดเรียนและพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน

ฮาร์ท-เฮลเทอร์ (Hart-Hester, 1988) ได้ศึกษาผลของการใช้เทคนิคการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงที่มีต่อพฤติกรรมการเอาใจใส่กับงาน การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนและครูของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 5 คน ที่มีพฤติกรรมขาดเรียน ก้าวร้าว ไม่เอาใจใส่งาน และขาดเรียน ผลการวิจัยพบว่าให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงสามารถเพิ่มพฤติกรรมการเอาใจใส่ต่องาน แต่การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนและครูไม่เปลี่ยนแปลง

วิลเลียมสัน (Williamson, 1992) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงต่อการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นหญิง โดยมุ่งเน้นให้ผู้เข้ารับการทดลองได้การตอบสนองความต้องการ 5 ด้านคือ ความต้องการการอยู่รอด (survival) ความต้องการความรักและการมีส่วนร่วม (love and belonging) ความต้องการอำนาจ (power) ความต้องการเสรีภาพ (freedom) และความต้องการความสนุกสนาน (fun) ผลการศึกษาพบว่าผู้เข้ารับการทดลองทั้งหมดมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นและลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาลง

โคมิสกี (Comiskey, 1993) ได้ศึกษาผลการปรึกษาตามแนวพิจารณาความเป็นจริงกับนักเรียนที่มีภาวะเสี่ยงในเรื่องความเชื่อปัจจัยภายใน- ภายนอก การเห็นคุณค่าในตนเองและแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการศึกษา ทักษะคิดต่อโรงเรียน ความตั้งใจและพฤติกรรมในชั้นเรียนโดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มละ 15 คน โดยกลุ่มที่ 1 ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่ม กลุ่มที่ 2 ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มและโปรแกรมของโรงเรียน กลุ่มที่ 3 ได้รับความรู้ด้านอาชีพ ผลการศึกษาพบว่า ในกลุ่มที่ 2 มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะคิดต่อโรงเรียนและความตั้งใจเรียนเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่มีความแตกต่างในเรื่องความเชื่อปัจจัยภายในภายนอก

3.2 งานวิจัยในประเทศ

ดารณี พฤษยาชีวะ (2548) ได้ศึกษาอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียนของนักเรียนโรงเรียนอาชีวศิลปศึกษา เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร โดยการใช้โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง มีจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 13 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 6 คนและกลุ่มควบคุม 7 คน โดยวัดอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียนจากแบบบันทึกพฤติกรรม

ความรับผิดชอบในการเรียน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการศึกษาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงมีคะแนนพฤติกรรมความรับผิดชอบในการเรียนสูงขึ้นภายหลังการทดลองและในระยะติดตามผล 2 สัปดาห์ดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการศึกษาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงมีคะแนนความรับผิดชอบในการเรียนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วม โปรแกรมนี้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ปิยาพร คัมภีร์พงศ์ (2540) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อความรับผิดชอบด้านการเรียนของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 โรงเรียนเทคโนโลยีภาคตะวันออก (อีเทค) จังหวัดชลบุรี จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 10 คน โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มควบคุม 5 คนและกลุ่มทดลอง 5 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงมีความรับผิดชอบด้านการเรียนสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมซึ่งไม่ได้รับการให้คำปรึกษาครั้งนี้ในระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงมีความรับผิดชอบด้านการเรียนในระยะหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ไอริส ทิลโฟลท์ (2547) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการให้การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการเผชิญความจริงเพื่อเพิ่มความรับผิดชอบทางด้านการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย รังสิต จำนวน 10 คน ภายหลังเหลือ 9 คนในการเรียน 3 วิชา คือ วิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ และภาษาอังกฤษ ผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการเผชิญความจริงมีพฤติกรรมความรับผิดชอบในห้องเรียนโดยรวมทั้ง 3 วิชาดีขึ้นหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งด้านการจดงานและด้านการส่งงานโดยรวมทั้ง 3 วิชาดีขึ้นหลังจากเข้าร่วม โปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยสะสม 3 ภาคเรียนกับภาคเรียนที่ 4 (ภาคเรียนปัจจุบัน) พบว่านักเรียนที่เข้าร่วม โปรแกรมการให้การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีการเผชิญความจริงมีผลทางสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อฉนันทน์ ทินกระโทก (2547) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความเป็นจริงด้วยวิธี WDEP ต่อความรับผิดชอบด้านการศึกษาล่าเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 16 คน โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มควบคุม 8 คนและกลุ่มทดลอง 8 คน ผลการศึกษาพบว่า หลังสิ้นสุดการทดลอง 1 สัปดาห์ กลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความเป็นจริงด้วยวิธี WDEP มีความรับผิดชอบด้านการศึกษาล่าเรียนเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และกลุ่มทดลองมีความรับผิดชอบด้านการศึกษาล่าเรียนเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความเป็นจริงด้วยวิธี WDEP อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อุษณี แคว้นน้อย (2545) ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแนวทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนกัลยาณวัตร จังหวัดขอนแก่น โดยกลุ่มทดลองมีจำนวน 6 คน และให้การปรึกษาแบบกลุ่มแนวทฤษฎีเผชิญความจริงทั้งสิ้น 12 ครั้ง ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลดลงกว่าก่อนได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแนวทฤษฎีเผชิญความจริงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จันทร์รัตน์ ยี่รัฐศิริ (2536) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความเป็นจริงที่มีต่อพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนรัตนานิเบศร์ จังหวัดนนทบุรี จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 8 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความเป็นจริงสามารถลดพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนได้โดยมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ตั้งใจเรียนไปในทิศทางที่ดีขึ้น

ลักขณา โสภา (2537) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อความรับผิดชอบด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบางมด ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังจากทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงและกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงมีความรับผิดชอบด้านการเรียนดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่

ระดับ .01 และนักเรียนกลุ่มทดลองมีความรับผิดชอบด้านการเรียนดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พรพินิจ มาเมืองรักษ์ (2549) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความรับผิดชอบด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 16 คน โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองกลุ่มละ 8 คน ผลการศึกษาพบว่า ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล นักเรียนที่เข้าโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงมีค่าคะแนนความรับผิดชอบด้านการเรียนสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และมีค่าคะแนนความรับผิดชอบด้านการเรียนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเผชิญความจริงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุดฤทัย มุขขวงศา (2533) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงต่อนิสัยและทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 10 คน ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงมีคะแนนจากแบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พาณี ขอสุข (2542) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงต่อการเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนรู้การกำกับตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนคำเขื่อนแก้วชนูปถัมภ์ ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำจำนวน 20 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 10 คน ผลการศึกษาพบว่า หลังการทดลองนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงมีคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนรู้การกำกับตนเองสูงกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำที่ไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และหลังการทดลองนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงมีคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนรู้การกำกับตนเองสูงกว่าก่อนเข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุใจ ส่วนไพโรจน์ (2542) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงที่มีต่อนิสัยและเจตคติในการเรียนของนักศึกษาวิชาเอกคณิตศาสตร์

คณะศึกษาศาสตร์ จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 32 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ 16 คน ผลการศึกษาพบว่า หลังการทดลองนักศึกษาในกลุ่มทดลองมีคะแนนทางด้านนิสัย และเจตคติในการเรียนเพิ่มมากขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และหลังการทดลองนักศึกษาในกลุ่มทดลอง มีคะแนนทางด้านนิสัยและเจตคติในการเรียนเพิ่มมากขึ้นกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อรุภรณ์ สุจริตจันทร์ (2538) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงที่มีต่อวินัยในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยจำนวน 12 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 6 คน ผลการศึกษาพบว่า ในระยะทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงมีวินัยในชั้นเรียนสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ในระยะทดลองและระยะติดตามผลนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงมีวินัยในชั้นเรียนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงมีวินัยในชั้นเรียนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มทั้งในระยะทดลองและระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ศิริพร พลอยแดง (2543) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อการกำกับตนเองในการเรียนของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือจำนวน 16 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 8 คน ผลการศึกษาพบว่า หลังการทดลองนักศึกษาพยาบาลที่เข้ารับการศึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงมีคะแนนการกำกับตนเองในการเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนเข้ารับการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม และสูงกว่านักศึกษาพยาบาลที่ไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และหลังการทดลองนักศึกษาพยาบาลที่เข้ารับการศึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงมีคะแนนการกำกับตนเองในการเรียน โดยการกำกับตนเองด้านเมตาคอกนิชัน (metacognition) สูงกว่านักศึกษาพยาบาลที่ไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01