

บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษา ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่หนึ่ง ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าจากเอกสาร บทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งจะขอนำเสนอดังต่อไปนี้

- 2.1 การปรับตัวทางสังคม
- 2.2 การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
- 2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 การปรับตัวทางสังคม

2.1.1 ความหมายของการปรับตัวทางสังคม

ได้มีผู้ให้คำจำกัดความและความหมายของการปรับตัวทางสังคมไว้ ซึ่งพอสรุปได้ดังต่อไปนี้

Arkoff (1968) ได้อธิบายความหมายของการปรับตัวทางสังคมว่า คือการที่บุคคลสามารถมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดี และการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมนั้นทำให้บุคคลก้าวไปสู่จุดหมายที่ตั้งไว้ โดยปราศจากความขัดแย้งทั้งต่อตนเองและสิ่งแวดล้อมนั้น ๆ และการที่บุคคลสามารถปรับสภาวะความสัมพันธ์ที่กลมกลืนกันได้ระหว่างร่างกาย ความต้องการทางอารมณ์กับสังคมนั้นย่อมเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้บุคคลสามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข (English และ English, 1968)

Lazarus (1969) ได้กล่าวถึงการปรับตัวทางสังคมว่าประกอบขึ้นด้วยกระบวนการหรือวิธีการทั้งหลายทางจิต ซึ่งมนุษย์ใช้ในการเผชิญข้อเรียกร้องของแรงผลักดันภายนอก ซึ่งหมายถึงข้อเรียกร้องอันเกิดจากสภาพแวดล้อมและสังคม และแรงผลักดันภายใน หรือแรงกระตุ้นอันเกิดจากสภาพทางสรีระภายในร่างกายและจากประสบการณ์ทางสังคมที่ได้เรียนรู้ในอดีต

Hurlock (1978) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวทางสังคมไว้ว่า เป็นลักษณะที่บุคคลสามารถปรับตัวต่อแรงผลักดันภายนอกและการปรับตัวภายในได้อย่างสมดุล ส่งผลให้บุคคลสามารถมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมสิ่งแวดล้อมได้

นอกจากนี้ สุจิตราวัณ มัทธวัณ (2533) และอารีรักษ์ โพธิ์วัฒน์ (2533) กล่าวว่า สอดคล้องกันว่าการปรับตัวทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลสามารถปรับตัวเองให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขสามารถสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้ดี มีความเข้าใจต่อตนเองและมีเจตคติที่ดีต่อบุคคลอื่นมีความพึงพอใจในบทบาททางสังคมของตนเอง

โยธิน คັນสนุทและคณะ (2533) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวทางสังคมไว้ว่าเป็นความพยายามที่จะแก้ไขข้อคลาดความตึงเครียดทางอารมณ์ แสวงหาวิถีทางที่จะตอบสนองความต้องการของมนุษย์ไม่ว่าจะเป็นความต้องการทางกายหรือทางจิต ซึ่งสอดคล้องกับ มัลลวีร์ อุดลวัฒน์ศิริ (2535) ได้กล่าวไว้ว่า การปรับตัวคือการที่บุคคลเลือกแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ เช่น บทบาท สถานภาพของตนเองและผู้อื่น สิ่งแวดล้อมอื่น ๆ เพื่อให้ได้มาในสิ่งที่ต้องการและไม่ให้กระทบกระเทือนต่อสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น โดยที่บุคคลอาจเลือกกระทำอย่างใดอย่างหนึ่งต่อไปนี้คือ การปรับความต้องการ ความรู้สึกนึกคิด ความเข้าใจเพื่อสามารถแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับสภาพการณ์ต่าง ๆ และตอบสนองความต้องการของตนเอง การเปลี่ยนแปลงหรือพัฒนาตนเองให้คุณภาพยิ่งขึ้น หรือการปรับปรุงแก้ไขสิ่งแวดล้อมเท่าที่จะกระทำได้เพื่อให้เอื้อต่อการปรับตัว การปรับตัวจึงเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องกันไปจนตลอดชีวิตของบุคคลและเป็นการบวนการที่เปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา

นอกจากนี้ การปรับตัวยังหมายถึง กระบวนการทางจิตและสังคมที่บุคคลใช้ในการเผชิญกับปัญหาหรือแรงผลักดันทั้งจากภายในและภายนอก การปรับตัวต่อแรงผลักดันภายในเรียกว่า การปรับตัวส่วนบุคคล (Personal Adjustment) เป็นการปรับตัวให้หลุดพ้นจากความคับข้องใจ ความวิตกกังวลและความต้องการต่าง ๆ เพื่อให้บุคคลเข้าสู่สภาวะสมดุลย์ทางจิต ส่วนการปรับตัวต่อแรงผลักดันภายนอก เรียกว่า การปรับตัวทางสังคม (Social Adjustment) เป็นการปรับตัวให้สามารถอยู่ในสังคมหรืออยู่กับคนรอบข้าง เช่น พ่อ แม่ ครู และเพื่อน ได้อย่างมีความสุข (จิตรชัย วิเทศน์, 2535)

จากความหมายของการปรับตัวทางสังคมดังกล่าวมาแล้วพอสรุปได้ว่า การปรับตัวทางสังคม หมายถึง กระบวนการที่บุคคลพยายามปรับปรุงตนเองให้สามารถที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคล

อื่น ๆ ในสังคม การปรับตัวให้เหมาะสมกับสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา รวมถึงสามารถที่จะปฏิบัติงานให้เป็นไปตามทัศนคติของสังคมและพึงพอใจตามสภาพทางสังคมของตนเอง เพื่อการดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างปกติสุข

2.1.2 การปรับตัวทางสังคมของเด็กวัยรุ่น (Social Adjustment of Adolescence)

ในการปรับตัวทางสังคมของเด็กวัยรุ่น ปัจจุบันนี้ประสบการณ์ในโรงเรียนและสภาพสังคมที่เด็กวัยรุ่นอาศัยอยู่นั้นมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อการพัฒนาการของเด็กวัยรุ่น ดังนั้นสังคมที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น ไม่ว่าจะเป็นบ้านหรือโรงเรียนจะต้องมีความรับผิดชอบร่วมกันในการช่วยเหลือให้เขาสามารถปรับตัวได้อย่างดีทั้งในการดำเนินชีวิตในปัจจุบันและอนาคต ดังที่ทราบกันแล้วว่า วัยรุ่นเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ในการที่จะเตรียมให้เด็กวัยรุ่นได้มีทัศนคติที่ถูกต้องในสังคมจึงเป็นความจำเป็นอย่างหนึ่งของ พ่อแม่ ครู ผู้ปกครอง รวมไปถึงผู้มีหน้าที่เกี่ยวข้องกับเด็กวัยรุ่น ซึ่ง สุชา จันทน์เอม (2520) กล่าวว่า ทัศนคติทางสังคมของบุคคลแต่ละคนนั้นมีอิทธิพลมาจากการติดต่อและการสังสรรค์กันภายในสังคมนั้นเอง และประการที่สำคัญที่สุดก็คือการปรับตัวในสังคมของเด็กวัยรุ่น จะประสบความสำเร็จเพียงใด มีรากฐานมาจากการพัฒนาการทางร่างกาย ทางอารมณ์ ทางสังคมและพัฒนาการทางสติปัญญาของเด็กเองด้วย สถาบันที่มีส่วนช่วยส่งเสริมเด็กวัยรุ่นคือ บ้าน และโรงเรียนในการที่เด็กวัยรุ่นได้ร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ เป็นกลุ่มจะช่วยให้เด็กวัยรุ่นได้พัฒนาปรับปรุงตนเอง มีการประพัตติคนที่เหมาะสมกับสังคมและสิ่งแวดล้อม ซึ่งสอดคล้องกับนิยาม นิธยาน (2530) ที่กล่าวว่า เด็กที่เกิดมาในสังคมกลุ่มใดย่อมต้องสร้างแบบของบุคลิกภาพให้สอดคล้องกับระเบียบประเพณีและวัฒนธรรมอันเป็นมาตรฐานของสังคมกลุ่มนั้น ดังนั้นกลุ่มสังคมที่เด็กสังกัดอยู่จึงนับว่ามีอิทธิพลในการสร้างบุคลิกภาพอย่างยิ่งและอิทธิพลของกลุ่มสังคมจะทำให้ผู้ที่สังกัดกลุ่มสังคมเดียวกันมีแบบแผนบุคลิกภาพในตนเองเหมือนกัน ซึ่งเป็นส่วนที่ทำให้เกิดความสงบสุขในสังคม

จึงกล่าวได้ว่าการปรับตัวทางสังคมของเด็กวัยรุ่นนั้น คือการที่เด็กวัยรุ่นเรียนรู้ในการที่จะอยู่ร่วมกันในสังคมเดียวกันจากการเริ่มเข้าสังคมของเด็กวัยรุ่นนั่นเอง โดยที่สามารถทำได้ให้เข้ากับเพื่อนได้ การมีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น ๆ รวมทั้งมีความประพฤติในทางที่พึงปรารถนา การรู้จักแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง การค้นพบความสามารถที่ตนเองมีอยู่ และสถาบันที่มีส่วนช่วยส่งเสริมในการปรับตัวทางสังคมของเด็กวัยรุ่นก็คือบ้านและโรงเรียนรวมถึงสถาบันอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง

2.1.2.1 เกมที่ในการปรับตัวทางสังคมของเด็กวัยรุ่น

นักจิตวิทยาศึกษาปัญหาเกี่ยวกับการปรับตัวของเด็กวัยรุ่น พบว่า ปัญหาที่สำคัญที่สุดก็คือ ทำอย่างไรจึงจะปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนได้ ซึ่งเกมที่ใช้ในการปรับตัวทางสังคมของเด็กวัยรุ่น นั้น Hurlock (1978) ได้สรุปไว้ 4 ประการดังต่อไปนี้

1. มีการแสดงออกที่เหมาะสมเป็นไปตามความคาดหวังของกลุ่ม เป็นที่ยอมรับของกลุ่ม
2. สามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลวัยต่าง ๆ ได้
3. มีเจตคติที่ดีต่อบุคคลต่าง ๆ ต่อการเข้าร่วมในสังคม
4. พึงพอใจในบทบาทของตนเอง ทั้งการเป็นผู้นำและผู้ตาม

และเด็กวัยรุ่นจะต้องมีทักษะและเกมที่ใช้ในการปรับตัวให้เข้ากับสังคมโดยรอบตนเองในการที่จะสร้างความสัมพันธ์กับสังคม มีการแสดงออกที่เหมาะสมกับความสามารถของสังคมนั้น ๆ (Newman, 1986) ส่วนราตรี พัฒนรังสรรค์ (2521) ก็ได้กล่าวถึงเกมที่ใช้ในการปรับตัวทางสังคมของวัยรุ่นไว้ดังนี้

1. เรียนรู้ที่จะเคารพสิทธิของผู้อื่น
2. เรียนรู้ที่จะเคารพเชื่อฟังผู้ใหญ่
3. เรียนรู้ที่จะทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี
4. เรียนรู้ที่จะเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่น

จึงอาจกล่าวได้ว่า เกมที่ใช้ในการปรับตัวของวัยรุ่นนั้น วัยรุ่นควรจะมี ความเข้าใจในตนเองและเข้าใจผู้อื่น สามารถปรับตัวให้เข้ากับบุคคลและสิ่งแวดล้อมของตนได้ รวมไปถึงความสามารถที่จะทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ และเด็กวัยรุ่นที่ปรับตัวทางสังคมได้ดีนั้นจะต้องมีความเข้าใจและยอมรับตนเอง ยอมรับและเข้าใจผู้อื่น มีสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลอื่นสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นเป็นหมู่คณะได้ มีการวางแผนในการดำเนินชีวิต การมีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น ๆ การรู้จักหาหนทางแก้ไขปัญหด้วยตนเอง การมีความประพฤติในทางที่พึงปรารถนา การค้นพบความสามารถที่ตนเองมีอยู่กล้าที่จะเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตได้และดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างปกติสุข

2.1.2.2 สาเหตุที่ทำให้เด็กวัยรุ่นปรับตัวได้ไม่เหมาะสมในสังคม

ประสาร ทิพย์ธารา (2521) กล่าวว่า การที่เด็กวัยรุ่นไม่สามารถปรับตัวในสังคมได้นั้น มีสาเหตุมากมายหลายอย่าง แต่สถานการณ์ที่ทำให้เด็กวัยรุ่นเกิดความคับข้องใจและนำไปสู่การปรับตัวทางสังคมไม่ได้มีดังนี้ มีดังนี้คือ

1. ความยากจน (Poverty) จากการค้นคว้าของนักสังคมวิทยา พบว่า ความยากจนเป็นสาเหตุที่สำคัญประการหนึ่งที่ทำให้ไปสู่การปรับตัวไม่ได้ แม้จะปรากฏว่าเด็กที่ยากจนแต่ปรับตัวได้ดี จะมีอยู่เป็นจำนวนมากก็ตาม จำนวนเด็กที่เป็นปัญหาและมาจากครอบครัวที่ยากจนก็มีอยู่ไม่น้อยเลย

2. ครอบครัวขาดความอบอุ่น (Broken Homes) เด็กที่เป็นปัญหาปรากฏว่าส่วนมากมักจะมาจากครอบครัวที่เรียกว่า "บ้านแตก" คือ พ่อแม่หย่าร้างหรือแยกกันอยู่และสภาวะการณ์ทางครอบครัวมักทำให้เด็กขาดความอบอุ่นใจ ซึ่งนำไปสู่พฤติกรรมที่เป็นปัญหา

3. ความบกพร่องส่วนตัวของเด็ก (Faults of Child) ความบกพร่องบางประการทำให้เด็กไม่สามารถสนองความต้องการของตนได้ จึงเกิดความคับข้องใจขึ้น

4. เด็กที่ถูกทอดทิ้ง (Rejected Child) พ่อแม่ผู้ปกครองอาจแสดงการทอดทิ้งเด็กได้หลายวิธี เช่น ไม่เอาใจใส่ ลงโทษเสมอ ฯลฯ

5. เด็กที่ถูกตามใจจนเคย (Over-Protected Child) เด็กประเภทนี้ได้รับการตามใจจากพ่อแม่จนเคยตัว ไม่เคยได้รับการฝึกให้รู้จักระเบียบแบบแผนของสังคม

6. ข้อบกพร่องของโรงเรียน (Faults of School) โรงเรียนเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้เกิดความคับข้องใจและนำไปสู่การไม่สามารถปรับตัวได้ เช่น โรงเรียนอาจทำให้เด็กเกิดความเบื่อหน่าย เนื่องจากบทเรียนยากเกินไป ฯลฯ

นอกจากนี้ สุชา จันทน์เอม (2527) ได้กล่าวถึงการที่เด็กไม่สามารถปรับตัวได้เกิดจาก

1. จากตัวเด็กเอง เช่น เป็นโรคทางกาย อารมณ์แปรปรวน บุคลิกภาพ ฯลฯ
 2. สาเหตุทางครอบครัวและสิ่งแวดล้อม เช่น ครอบครัวแตกแยก ความขัดแย้ง ฯลฯ
 3. สาเหตุทางเศรษฐกิจ ทั้งภาวะเศรษฐกิจในครอบครัวและชุมชนไม่เหมาะสม
- จึงกล่าวโดยสรุปได้ว่า สาเหตุหลักที่ทำให้เด็กวัยรุ่นปรับตัวได้ไม่เหมาะสมนั้นเกิดจากปัญหาจากตัวเด็กเอง ปัญหาครอบครัวและสิ่งแวดล้อม รวมไปถึงปัญหาทางเศรษฐกิจทั้งในครอบครัวและชุมชน สิ่งเหล่านี้เป็นสาเหตุให้เกิดความคับข้องใจนำไปสู่การปรับตัวได้ไม่เหมาะสม

2.1.3 ลักษณะของบุคคลที่มีการปรับตัวที่ดี

บุคคลที่ปรับตัวได้ดีนั้นจะต้องรู้จักปรับตัวในหนทางที่ถูกต้องและดีที่สุดเท่าที่สถานการณ์นั้น ๆ จะอำนวยให้ได้ ซึ่ง นิภา นิธยาน (2530) ได้กล่าวถึงคุณลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้ดีมีดังต่อไปนี้คือ

1. มีความสามารถในการรับรู้และเข้าใจสภาพความจริงอย่างถูกต้อง
2. มีการแสดงออกทางอารมณ์ในลักษณะและขอบเขตที่เหมาะสม
3. มีความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์ทางสังคม
4. มีความสามารถในการทำงานที่อำนวยความสะดวกประโยชน์แก่สังคม
5. มีความรักและความต้องการทางเพศที่เหมาะสมในสังคม
6. มีความสามารถในการพัฒนาตนเอง

นอกจากนี้ มัลลิวรี อคูลัสนเคิรี (2535) ได้สรุปว่า บุคคลที่ปรับตัวได้ดี มิได้หมายความว่า เป็นผู้ที่ไม่มีปัญหาหรืออุปสรรค แต่เมื่อพบปัญหาหรืออุปสรรคแล้ว สามารถจัดการกับปัญหานั้นตามความเป็นจริงและสมเหตุผล รวมทั้งสามารถยอมรับปัญหาหรืออุปสรรคที่ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ โดยพยายามทำความเข้าใจ ยอมรับข้อบกพร่องของตน พร้อมทั้งจะพัฒนาหรือปรับปรุงตนเอง พึงพอใจในตนเองและดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นสุขหรืออาจกล่าวได้ว่า ผู้ที่สามารถปรับตัวได้ดี คือผู้ที่มีลักษณะดังต่อไปนี้

1. มีเจตคติที่ดีต่อตนเอง เข้าใจและยอมรับตนเอง มีความเชื่อมั่น และความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น
2. รับรู้สภาพการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง เข้าใจพฤติกรรมของตนเอง และผู้อื่นถูกต้องตามความเป็นจริง
3. มีความอดทนที่จะเผชิญกับภาวะเครียดต่าง ๆ ได้
4. สามารถสร้างสัมพันธ์ภาพอันดีกับผู้อื่นได้ รวมทั้งการทำงานและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเป็นสุข
5. มีความเป็นตัวของตัวเอง เป็นอิสระจากอิทธิพลต่าง ๆ ในสังคม มีเป้าหมายชีวิตชัดเจน
6. มีความเป็นผู้ใหญ่ บุคลิกภาพดี ควบคุมอารมณ์ของตนเองได้
7. รู้จักให้อภัยและหวังดีต่อผู้อื่น
8. วางแผนการดำเนินชีวิตในทุกด้านที่สามารถปฏิบัติได้จริงและพยายามปฏิบัติตามนั้น

สรุปได้ว่า บุคคลที่มีการปรับตัวที่ดีนั้น จะต้องมีความเข้าใจในตนเอง ยอมรับตนเอง มีการรับรู้และเข้าใจสภาพความเป็นจริงในสังคมและมีความสามารถที่จะแสดงออกทางอารมณ์ในขอบเขตที่เหมาะสม สามารถสร้างสัมพันธ์ภาพอันดีกับบุคคลอื่น ๆ ในสังคม รวมไปถึงความสามารถที่จะพัฒนาศักยภาพที่มีในตนเองอย่างเต็มความสามารถ

2.1.4 ลักษณะของเด็กวัยรุ่นที่ปรับตัวได้ดี

เด็กวัยรุ่นที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวนั้นจะมีลักษณะดังที่ นิภา นิธยาน (2530) กล่าวไว้ ดังต่อไปนี้คือ

1. มีความเชื่อมั่นและรู้สึกมั่นคง
2. มีลักษณะอบอุ่นเป็นมิตร
3. มีความรู้สึกตระหนักในคุณค่าของภาระหน้าที่ที่ปฏิบัติ
4. พร้อมที่จะรับประสบการณ์ใหม่ ๆ และสนใจในกิจกรรมรอบตัว
5. รู้จักรักษานามยและสุขภาพร่างกายสม่ำเสมอ
6. มีความกล้าที่จะเผชิญความจริงในชีวิต
7. มีจิตใจหนักแน่นมั่นคง
8. มีความสามารถในการปรับตัว
9. มีอารมณ์ซึ่งช่วยส่งเสริมแทนที่จะขัดขวางสวัสดิภาพของชีวิต
10. ปราศจากนิสัยในทางจิตที่กระทบกระเทือนบุคลิกภาพ

สุโขทัยธรรมาธิราช (2532) ได้กล่าวว่าเด็กวัยรุ่นที่จะประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตนั้นจะเป็นเด็กวัยรุ่นที่มีลักษณะดังต่อไปนี้คือ

1. เป็นผู้ที่มีความสนใจต่อบุคคลใกล้ชิด เช่น บิดา มารดาและเพื่อนวัยเดียวกัน
2. เป็นผู้มองเห็นคุณค่าของบุคคลอื่น ๆ
3. เป็นผู้ที่รู้จักแสดงอารมณ์ได้เหมาะสมกับเวลา สถานที่ และบุคคล
4. เป็นผู้รู้จักการยอมรับผู้อื่น
5. เป็นผู้ที่ยอมรับสิ่งทดแทนเมื่อไม่ได้สิ่งที่ต้องการหรือมุ่งหวัง
6. การยอมรับประสบการณ์ที่ผิดพลาด
7. เป็นผู้สร้างสัมพันธภาพและสื่อสารที่ดี
8. มีการสร้างการยอมรับจากผู้อื่น

ซึ่งพอจะสรุปถึงลักษณะของเด็กวัยรุ่นที่ปรับตัวได้ดีนั้นจะต้องเป็นผู้ที่มีความสนใจต่อบุคคลรอบตัว มีการแสวงหาประสบการณ์ใหม่ ๆ สนใจในกิจกรรมรอบตัว การมองเห็นคุณค่าของบุคคลและภาระหน้าที่ต่าง ๆ รวมถึงการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม เป็นผู้ที่กล้าเผชิญปัญหาและความจริงแห่งชีวิตและดำรงตนอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข

2.2 การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นรูปแบบหนึ่งของการให้คำปรึกษาที่บุคคลต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น นักจิตวิทยา ครูแนะแนว ฯลฯ นำมาใช้ในการให้บริการบุคคล การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะสามารถตอบสนองต่อความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ที่มีแรงจูงใจของการอยู่ร่วมกับการพึ่งพาทางด้านจิตใจ การที่บุคคลร่วมมือกันในการแก้ไขปัญหาของบุคคลในกลุ่มซึ่งเป็นการเน้นการร่วมมือกันมากกว่าการแข่งขัน ฉะนั้น การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจึงเป็นการจำลองสภาพการอยู่ร่วมกันและช่วยให้บุคคลเรียนรู้ต่อการปรับตัวทางสังคมได้ใกล้เคียงสภาพความเป็นจริง

2.2.1 ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ได้มีผู้ให้คำจำกัดความและความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้พอสรุปได้ดังนี้

Cohn (1967) ให้คำอธิบายว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงระหว่างบุคคล ซึ่งเป็นกลุ่มคนที่มัลักษณะและปัญหาเดียวกัน บุคคลในกลุ่มรับรู้ถึงปัญหาของตนเองและพยายามที่จะแก้ไขเปลี่ยนแปลงตนเองและยังหมายถึงการที่บุคคลมีความต้องการที่จะปรับปรุงตนเองในเรื่องหนึ่ง ๆ โดยให้ผู้ให้คำปรึกษาคอยช่วยเหลือให้กลุ่มดำรงอยู่ ทำให้สมาชิกกล้าที่จะเผชิญปัญหา และสมาชิกตระหนักว่า คนอื่น ๆ ก็มีปัญหาเช่นกัน สมาชิกได้ช่วยกันให้ข้อคิดที่เป็นประโยชน์ต่อกัน (Shertzer และ Stone, 1974)

Gazda, Duncan และ Meadows (1978) ได้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ว่าเป็นกระบวนการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิก เพื่อช่วยแก้ปัญหาที่สมาชิกเผชิญในกลุ่มด้วยความไว้วางใจ มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในกลุ่มเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายในกลุ่ม

Dyer และ Vriend (1980) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นกระบวนการช่วยให้สมาชิกนำเอาความคิดมุ่งทำลายตนเอง ออกมาเปิดเผยในกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้หาทางช่วยเหลือ เพื่อเลือกทางแก้ไขปัญหของสมาชิกในกลุ่ม และกลุ่มก็จะให้ความช่วยเหลือเพื่อเป้าหมายใหม่ที่สมาชิกยอมรับ

Ohlsen (1983) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หมายถึง การช่วยเหลือให้บุคคลที่มีปัญหาได้เข้าใจตนเอง รู้จักเรียนรู้ที่จะแก้ไขความผิดพลาดของตนเองและใช้ประสบการณ์ความรู้ที่ได้จากสมาชิกกลุ่มพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น

นอกจากนี้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มยังเป็นกระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษา (Counselor) จัดขึ้นเพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษา (Client) ซึ่งมีจำนวนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป ความสัมพันธ์

ในกลุ่มจะก่อให้เกิดบรรยากาศแห่งความอบอุ่น การยอมรับ ความไว้วางใจ และความเข้าใจซึ่งกันและกัน ภายใต้บรรยากาศเช่นนี้จะช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้พูดถึงตนเองและสิ่งที่ทำให้เขารู้สึกกังวลใจ สิ่งที่เขาพบมิใช่ปัญหาของกลุ่มแต่เป็นปัญหาของเขาเอง สมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่มจะมีบทบาทช่วยเหลือให้กำลังใจและการสนับสนุนแก่เขาในการจัดการกับปัญหาเหล่านั้น ส่วนผู้ให้คำปรึกษาซึ่งเป็นผู้นำกลุ่ม (Leader) ก็มีบทบาทที่เอื้ออำนวยให้กระบวนการของกลุ่มดำเนินไปอย่างราบรื่น ทำให้สมาชิกกลุ่มรู้จัก เข้าใจ และยอมรับตนเองอย่างแท้จริง ซึ่งจะทำให้สามารถเลือกทางออกแก้ไขปัญหาความขัดแย้งภายในจิตใจของตนได้ อันนำไปสู่ความงอกงามทางจิตใจ (Growth) และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ตนปรารถนา (ชูชัย สมितिไกร, 2527)

ส่วน วัชร ทรัพย์มี (2533) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นกระบวนการที่บุคคลซึ่งมีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรือต้องการจะแก้ปัญหาคิดปัญหาหนึ่งร่วมกันมาปรึกษาหารือซึ่งกันและกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกในกลุ่มจะมีโอกาสได้แสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึก และความคิดเห็นของแต่ละคนเป็นการได้ระบายความรู้สึกขัดแย้งในจิตใจ ได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอมรับตนเอง กล่าวที่จะเผชิญปัญหาและได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเองกับทั้งได้รับฟังความรู้สึก และความคิดเห็นของผู้อื่นและได้ตระหนักว่า ผู้อื่นก็มีความรู้สึกขัดแย้งหรือความคิดเห็น เช่นเดียวกับตนไม่ใช่เขาคนเดียวที่มีปัญหา

เมื่อพิจารณาความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มดังกล่าว พอสรุปได้ว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้น เป็นกระบวนการที่จะช่วยให้บุคคลที่มีความต้องการที่จะปรับปรุงตนเองและแก้ปัญหาร่วมกัน ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ทำให้บุคคลเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง และได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเอง อันนำไปสู่ความงอกงามทางจิตใจ และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ตนปรารถนา

2.2.2 คุณค่าและลักษณะเฉพาะของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) มีคุณค่า (Value) และลักษณะเฉพาะ (Uniqueness) ซึ่งแตกต่างจากการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล (Individual Counseling) หลายประการซึ่งคุณค่าของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีดังนี้ (Cohn, 1967)

1. สมาชิกที่อยู่ในกลุ่มมีโอกาสจะเรียนรู้ความสัมพันธ์และประสบการณ์ในกลุ่ม
2. กลุ่มจะช่วยเป็นสถานการณ์ให้สมาชิก เรียนรู้ที่จะปรับตัว
3. กลุ่มจะช่วยให้สมาชิกได้มีความรู้สึกร่วมกันเพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

4. กลุ่มจะให้โอกาสแก่สมาชิกในกลุ่มทุกคนในการแสดงความคิดเห็น
 5. กลุ่มจะช่วยเตรียมประสบการณ์แก่สมาชิกเพื่อการช่วยเหลือรายบุคคลต่อไป
- Gazda (1971) ได้กล่าวถึงคุณค่าของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ว่า
1. สมาชิกกลุ่มตระหนักได้ว่า บุคคลอื่นก็มีปัญหาเหมือนกัน
 2. สมาชิกกลุ่มได้รับการยอมรับจากกลุ่ม
 3. กลุ่มได้จำลองสภาพสังคมจริง ๆ เพื่อสมาชิกจะได้มีโอกาสแสดงพฤติกรรม

บางอย่าง เช่น การสร้างสัมพันธภาพ

4. สมาชิกมีความรู้สึกปลอดภัยเมื่ออยู่ในกลุ่ม
5. สมาชิกเรียนรู้ที่จะแสดงบทบาทของตนในกลุ่ม
6. สมาชิกเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหของสมาชิกอื่น ๆ
7. สมาชิกสามารถขอรับการปรึกษาเป็นรายบุคคลจากการเข้ากลุ่มแล้ว
8. เนื่องจากบรรยากาศที่ดีในกลุ่มทำให้สมาชิกรู้สึกเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน
9. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะมีคุณค่าต่อวัยรุ่นซึ่งวัยรุ่นต้องการเพื่อน
10. เป็นการประหยัดเวลา

สำหรับคุณค่าของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม พรรณี ชูทัย (2521) ได้รวบรวมไว้

ดังนี้ คือ

1. เป็นการประหยัดเวลา โดยการนำบุคคลที่มีปัญหาล้ายกันมาพบกัน เพื่อให้เกิดการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

2. เป็นบริการที่จัดขึ้นเพื่อให้บุคคลได้สำรวจตนเองในด้านต่าง ๆ เช่น ความรู้สึก

3. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเน้นถึงปัญหา อารมณ์ และความรู้สึกของสมาชิก เพื่อช่วยกันแก้ปัญหา

4. สมาชิกได้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดกับผู้อื่น

5. สมาชิกได้รู้จักตนเองอย่างแท้จริง

6. สมาชิกได้เรียนรู้ที่จะเข้าใจบุคคลอื่น ๆ และยอมรับบุคคลอื่นได้

นอกจากนี้ ชูชัย สมธิโก (2527) ได้กล่าวถึงคุณค่าของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ว่า

1. สมาชิกกลุ่มได้พบว่า เรามีได้อยู่โดดเดี่ยวหรือแตกต่างไปจากคนอื่น แต่ยังมีคนอื่นอีกที่มีปัญหาคล้ายคลึงกับปัญหาของเรา
2. สมาชิกกลุ่มได้รับการสนับสนุนในการแก้ไขปัญหามาของเรา ทั้งนี้เนื่องมาจากการที่กลุ่มให้การยอมรับ ให้กำลังใจแก่เรา
3. สภาพของกลุ่มเป็นเสมือนสังคมเล็ก ๆ ของชีวิตจริง ซึ่งทำให้สมาชิกสามารถทดสอบพฤติกรรมในการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่นได้
4. กลุ่มเป็นสถานที่ที่ปลอดภัย ซึ่งเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ทดลองกระทำพฤติกรรมใหม่
5. สมาชิกกลุ่มเรียนรู้ ในการให้และการรับความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน
6. สมาชิกกลุ่มมีโอกาสได้เรียนรู้จากกันและกัน ด้วยการสังเกตว่า ผู้อื่นแก้ไขปัญหามาของเราอย่างไร
7. ประสบการณ์ที่ได้จากการเข้ากลุ่มอาจทำให้สมาชิกแสวงหา ขอบคำปรึกษาเพิ่มเติมในรูปแบบของการให้คำปรึกษารายบุคคล
8. สภาพของกลุ่มอาจจะเป็นตัวแทนที่แสดงถึงสภาพในครอบครัวของสมาชิกของกลุ่ม ดังนั้นจึงสามารถใช้เป็นสื่อที่จะช่วยแก้ไขปัญหาคือครอบครัวของสมาชิกได้
9. เป็นกลุ่มที่มีคุณค่าสำหรับเด็กวัยรุ่น ซึ่งต้องการได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน
10. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ช่วยให้เป็นประโยชน์ต่อปริมาณบุคคลมากขึ้น ประหยัดเวลาในการช่วยเหลือบุคคล

จึงสรุปได้ว่า คุณค่าของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้มีโอกาสที่จะสำรวจตนเอง มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ต่าง ๆ ซึ่งทำให้สมาชิกเรียนรู้ที่จะช่วยเหลือซึ่งกันและกันในกลุ่มอย่างมีประสิทธิภาพ รู้จักแก้ไขปัญหามาต่าง ๆ จากประสบการณ์ที่ได้รับในกลุ่มนั่นเอง

2.2.3 จุดประสงค์ของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

จุดประสงค์ของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม Kelman (1963) กล่าวว่า

1. เพื่อให้สามารถเข้าใจความรู้สึกของตนเอง
2. เพื่อสร้างความเชื่อมั่นในตนเองและยอมรับผู้อื่น
3. เพื่อปรับปรุงและพัฒนาการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น
4. เพื่อช่วยให้สมาชิกเรียนรู้ตนเองและสามารถแสดงความรู้สึกที่แท้จริงได้

5. เพื่อช่วยให้สมาชิกมีความรับผิดชอบที่จะแก้ไขปัญหาของตนเอง
6. เพื่อช่วยฝึกการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนใหม่
7. เพื่อช่วยเปลี่ยนแปลงทัศนคติที่ไม่พึงประสงค์
8. เพื่อช่วยให้สมาชิกได้ค้นหารูปแบบในการแก้ไขปัญหหรือข้อบกพร่องของตน

Mahler (1969) กล่าวถึงจุดประสงค์ของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่า

1. เพื่อให้บุคคลรู้จักตนเองยิ่งขึ้น
2. เพื่อให้เข้าใจตนเองและผู้อื่นมากขึ้น
3. เพื่อการพัฒนาตนเอง

ส่วน Gawrys และ Brown (1970) กล่าวถึงจุดประสงค์ของการให้คำปรึกษา

แบบกลุ่มว่า

1. เพื่อให้เกิดบรรยากาศแห่งการยอมรับระหว่างบุคคล
2. เพื่อช่วยกันสร้างสัมพันธภาพต่อเพื่อนสมาชิก
3. เพื่อช่วยค้นหาวิธีการแก้ไขปัญหาร่วมกัน

นอกจากนี้ วัชรวิทย์ ทรัพย์มี (2533) ได้กล่าวถึงจุดประสงค์ของการให้คำปรึกษา

แบบกลุ่มไว้ดังนี้คือ

1. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเป็นคนเปิดเผย ไม่เก็บกดและไม่เสแสร้ง
2. ส่งเสริมให้ผู้รับคำปรึกษามีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น
3. ให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักตนเอง เกิดการยอมรับตนเอง และไม่ได้มุ่งหวังว่าตนต้อง

ดีเลิศทุกด้าน

4. ไม่เห็นการเข้าสังคมหรือการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น
5. พัฒนาทักษะในการสื่อความหมาย เช่น การตั้งคำถามให้ตรงเป้าหมาย นุ่มนวล
6. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาไม่ด่วนตัดสินใจก่อนการพิจารณาสิ่งต่าง ๆ อย่างรอบคอบ
7. ให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดการตระหนักว่าผู้อื่นก็ต้องเผชิญปัญหาและหาทางแก้ไข

เหมือนกัน

8. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสพิจารณาว่าค่านิยมของตนเหมาะสมหรือไม่
9. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถตัดสินใจได้ด้วยความมั่นคงทางจิตใจ

10. ให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักว่ามีวิธีแก้ปัญหาไม่ได้มีเพียงวิธีเดียว
11. ให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสสำรวจศักยภาพและความคิดสร้างสรรค์ที่แฝงอยู่
จึงกล่าวสรุปถึงจุดประสงค์ของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มได้ว่า

1. เพื่อเป็นการช่วยให้สมาชิกได้เรียนรู้ตนเองทั้งในด้านความรู้สึก ทักษะ การยอมรับ และตระหนักในตนเอง
2. เพื่อช่วยให้สมาชิกเรียนรู้ที่จะปรับตัวให้เข้ากับบุคคลอื่นและสิ่งแวดล้อมได้
3. เพื่อช่วยให้สมาชิกได้ค้นพบวิธีการในการแก้ไขปัญหาของตนเองในกลุ่ม
4. เพื่อช่วยให้สมาชิกได้ค้นหาศักยภาพและข้อบกพร่องของตนเอง

2.2.4 การจัดตั้งกลุ่ม

ในการจัดตั้งกลุ่มเพื่อให้คำปรึกษานั้น ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องพิจารณาในเรื่องของการจัดตั้งกลุ่มเพื่อให้คำปรึกษาดังต่อไปนี้คือ

1. การสร้างกลุ่ม ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาจะต้องกำหนดว่ากลุ่มนั้นมีลักษณะเป็นอย่างไร มีความสมมูลในเรื่องของปัญหาที่จะเสนอต่อกลุ่มหรือไม่ และกำหนดว่าจะเป็นกลุ่มประเภทใด (กนกวลี เสริมพงษ์, 2524) ควรต้องมีการกล่าวถึงจุดประสงค์ของการเข้ากลุ่มด้วยว่าคืออะไร มีการกำหนดจำนวนสมาชิกว่ามีจำนวนเท่าไร จะพบปะกันเมื่อไร ความถี่ในการเข้ากลุ่ม จำนวนครั้งในการดำเนินกิจกรรมทั้งหมด ระยะเวลาในการดำเนินการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง กฎเกณฑ์ของกลุ่มมีอะไรบ้าง บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่มจะเป็นเช่นไร กลวิธีในการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม ตลอดจนการประเมินผลและการติดตามผลเป็นสิ่งที่ต้องจัดเตรียมให้พร้อม (วัชรวิ ทรัพย์มณี, 2533) ซึ่งพอสรุปได้ว่าการจัดสร้างกลุ่มควรมีการกำหนดว่าเป็นกลุ่มประเภทใด จุดประสงค์และปัญหาของกลุ่มเป็นอย่างไร รวมถึงควรมีการสร้างกฎระเบียบสำหรับการดำรงกลุ่มไว้ด้วย เพื่อประสิทธิภาพของกลุ่มนั้น ๆ

2. การเลือกสรรสมาชิกกลุ่ม

ในการจัดสรรสมาชิกกลุ่มนั้น ผู้ให้คำปรึกษาควรพิจารณาเลือกสรรสมาชิกในลักษณะดังต่อไปนี้ จัดให้บุคคลที่มีอายุใกล้เคียงกันอยู่ในกลุ่มเดียวกันเพราะสมาชิกกลุ่มจะรู้สึกสบายใจมากขึ้นเมื่ออยู่ในกลุ่มอายุเดียวกัน (ชูชัย สมิทธิไกร, 2527) และการจัดให้ผู้รับบริการที่มีอายุใกล้เคียงกันอยู่ในกลุ่มเดียวกันยังมีผลในเรื่องการสนทนาเพื่อจะได้พูดจากันรู้เรื่อง (วัชรวิ ทรัพย์มณี, 2533) อีกทั้งเพื่อประโยชน์ในการปฏิสัมพันธ์ในกลุ่มรวมทั้งสิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งในการเลือกสรร

สมาชิกกลุ่มก็คือเรื่องเพศ ซึ่ง Ohlsen (1983) กล่าวว่า ควรปะปนทั้งเพศชายและเพศหญิงเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ เพื่อการปรับตัวทางสังคมของเด็กวัยรุ่นก็เพื่อประโยชน์ในการที่ทั้งสองเพศจะได้เรียนรู้เอกลักษณ์ซึ่งกันและกัน (ชูชัย สมิทธิไกร, 2527)

3. การสัมภาษณ์เป็นรายบุคคลก่อนเข้ากลุ่ม

อาจกล่าวได้ว่า วิธีการที่ดีในการคัดเลือกสมาชิกกลุ่มนั้นคือ การสัมภาษณ์เป็นรายบุคคลซึ่ง ชูชัย สมิทธิไกร (2527) กล่าวว่า เพื่อสนองจุดประสงค์ 2 ประการคือ

1. เพื่อประเมินความพร้อมในการเข้ากลุ่มของผู้สมัคร (Evaluate the Client's Readiness) เช่น สามารถพูดเปิดเผยสิ่งที่ตนเป็นปัญหาได้หรือไม่ มีความเข้าใจและยอมรับต่อการศึกษาเข้ากลุ่มเพียงไร เป็นต้น

2. เพื่ออธิบายถึงกฎและแนวทางการปฏิบัติตัวในการเข้ากลุ่มผู้สมัครควรจะได้รับทราบถึงกฎ (Ground Rules) และแนวทางการปฏิบัติตัวในการเข้ากลุ่มเสียก่อน

ส่วน วัชรวิ ทวีพรมย์ (2533) กล่าวว่า การที่จะนำผู้รับบริการมาเข้ากลุ่ม ผู้ให้บริการปรึกษาควรพบผู้รับบริการเป็นรายบุคคล เพื่ออธิบายให้ผู้รับบริการเข้าใจว่าการให้บริการปรึกษาเป็นกลุ่มคืออะไร แต่ละคนจะได้รับประโยชน์อะไรจากการเข้ากลุ่มนี้ และแต่ละคนมีบทบาทหน้าที่อย่างไร ความแตกต่างระหว่างการให้บริการปรึกษาเป็นกลุ่ม กับการปรับทุกข์กันเองในหมู่เพื่อนฝูงเป็นอย่างไร ผู้ให้บริการปรึกษาเปิดโอกาสให้ผู้รับบริการ ถามถึงกระบวนการซึ่งรวมถึงประเด็นเกี่ยวกับการรักษาความลับ ช่วงเวลาของการจัดแต่ละครั้ง จำนวนครั้งตลอดจนความสำคัญของการเข้ากลุ่มอย่างสม่ำเสมอและถามความสมัครใจของผู้รับบริการที่จะเข้ากลุ่ม

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า ในการสัมภาษณ์สมาชิกก่อนเข้ากลุ่มเป็นรายบุคคล ก็เพื่อให้ผู้ที่เข้ามาเป็นสมาชิกได้รับทราบถึง ความหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม คุณค่าและประโยชน์ รวมไปถึงบอกถึงการบอกกฎระเบียบของกลุ่มและยังเป็นการประเมินความพร้อมของผู้ที่จะเข้ารับการศึกษาแบบกลุ่มอีกด้วย

4. ขนาดของกลุ่ม

Mahler (1969) และวัชรวิ ทวีพรมย์ (2533) มีความเห็นว่าในเรื่องขนาดของกลุ่มนั้น ควรมีสมาชิกกลุ่มประมาณ 6-8 คน เพื่อการสำรวจปัญหาซึ่งกันและกันรวมถึงการดูแลกันอย่างทั่วถึง เพื่อสมาชิกจะได้ช่วยกันสำรวจถึงความต้องการซึ่งกันและกัน และเพื่อความสะดวกในการดูแลสมาชิก

5. การเข้ากลุ่มครั้งแรก

ในการเข้ากลุ่มครั้งแรกของสมาชิกนั้น Ohlsen (1983) กล่าวว่าผู้ให้คำปรึกษาจะต้องแสดงความคิดเห็นสั้น ๆ ในความสำคัญของสมาชิกที่จะพูดถึงปัญหาของตนเอง การช่วยสร้างบรรยากาศอันอบอุ่นของกลุ่ม การช่วยให้สมาชิกได้มีการตกลงกันถึงระเบียบของกลุ่ม และเป็นช่วงเวลาที่จะทดสอบว่าสมาชิกมีความสัมพันธ์กันอย่างไร มีการยอมรับและไว้วางใจกลุ่มมากน้อยเพียงใด (Rogers, 1970)

นอกจากนี้ วัชรวิทย์ (2533) กล่าวว่า การเข้ากลุ่มครั้งแรก จะต้องมีการสร้างสัมพันธภาพอันดีต่อกันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม เพื่อให้เกิดความคุ้นเคยกัน เกิดบรรยากาศแห่งการไว้วางใจซึ่งกันและกัน อันจะทำให้สมาชิกกล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็น หรือความรู้สึกของแต่ละคน

ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายให้ผู้รับบริการเข้าใจวัตถุประสงค์และบทบาทของสมาชิกในกลุ่ม การให้บริการปรึกษาในขั้นนี้ ควรเกี่ยวข้องกับการสำรวจแนวความคิดและความรู้สึก แต่ยังไม่ควรเริ่มแก้ปัญหา

สรุปได้ว่า ในการเข้ากลุ่มครั้งแรกของสมาชิกนั้น ควรจะเริ่มด้วยการสร้างสัมพันธภาพให้เกิดขึ้นก่อนเพื่อก่อให้เกิดความไว้วางใจ การยอมรับซึ่งกันและกัน จึงจะเป็น บันไดไปสู่ความสำเร็จขั้นตอนของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

6. ความถี่ของการให้คำปรึกษาและช่วงระยะเวลาให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง

ในการกำหนดความถี่และระยะเวลาในการเข้ากลุ่มนั้น หากจัดในสถานศึกษาก็จำเป็นต้องพิจารณาถึงการจัดเวลาเรียนของสถานศึกษาด้วย และช่วงเวลาสำหรับวัยรุ่นควรใช้เวลาไม่เกิน 45-50 นาที (กนกวลี เสริมพงศ์, 2524) เนื่องจากเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมไม่มากไม่น้อยเกินไปสำหรับการเข้ากลุ่มสำหรับวัยรุ่น (ชูชัย สมิตธิโก, 2527)

กล่าวสรุปได้ว่าระยะเวลาในการเข้ากลุ่มของวัยรุ่นควรใช้เวลา 50 นาที เนื่องจากจะได้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์กันในช่วงเวลาที่เหมาะสมและไม่น้อยไม่มากเกินไป และความสำคัญอีกประการหนึ่งคือมีความสอดคล้องกับคาบการเรียนการสอนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ซึ่งใช้เวลาเรียนต่อคาบการเรียนเป็นเวลา 50 นาที

7. การสิ้นสุดการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ในการสิ้นสุดกิจกรรมกลุ่มอาจขึ้นกับสภาพแวดล้อม เช่น ปิดภาคการศึกษา

(วัชรวิ ทวีพรมย์, 2522) นอกจากนี้ Mahler (1969) ก็กล่าวว่าการสิ้นสุดกลุ่มเนื่องด้วยการกำหนดจำนวนครั้งขึ้นและได้บรรลุจุดประสงค์แล้ว

ซึ่งกล่าวได้ว่า การสิ้นสุดการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้นขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมและเหตุการณ์ รวมไปถึงข้อตกลงเบื้องต้นนั่นเอง

2.2.5 กระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

Mahler (1969) และ Trotzer (1977) ได้สรุปขั้นตอนของกระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้สอดคล้องกันดังนี้คือ

1. ขั้นการก่อตั้งกลุ่ม (The Involvement Stage) เป็นขั้นที่เริ่มสร้างสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกและผู้ให้คำปรึกษา มีการชี้แจงวัตถุประสงค์ การสร้างความคุ้นเคยกัน
2. ขั้นการเปลี่ยนลักษณะของกลุ่ม (The Transition Stage) ขั้นนี้มีความใกล้เคียงกับขั้นการก่อตั้งกลุ่มเป็นอันมาก และขั้นนี้จะมีความสมบูรณ์ก็ต้องเกิดจากสมาชิกในกลุ่มมีการเปิดเผยเรื่องของตนเองต่อกลุ่ม
3. ขั้นการดำเนินงาน (The Working Stage) ขั้นนี้สมาชิกในกลุ่มจะต้องมีความรู้สึกเป็นพวกเดียวกัน มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในกลุ่ม
4. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา (The Ending Stage) ในขั้นการยุติการให้คำปรึกษาขึ้นอยู่กับสมาชิกกลุ่มว่าจะตกลงกันอย่างไร และสมาชิกควรจะเป็นอิสระพอที่จะแยกตัวออกจากกลุ่มได้

2.2.6 พลังในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้น ผู้ให้คำปรึกษาควรจะนำพลังต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นภายในกลุ่มมาใช้ประโยชน์ในการพัฒนากลุ่มให้กลุ่มดำรงด้วยดี ซึ่ง Ohlsen (1983) กล่าวว่า ดังนี้

1. ข้อผูกพัน (Commitment) การที่สมาชิกกลุ่มยอมรับในการให้บริการปรึกษา
2. ความรับผิดชอบ (Responsibility) สมาชิกจะต้องรับผิดชอบต่อตนเองและกลุ่ม
3. การยอมรับ (Acceptance) สมาชิกต้องยอมรับตนเองและยอมรับผู้อื่นด้วย
4. ความดึงดูดใจ (Attractiveness) ทำให้สมาชิกมีพลังที่จะเข้ารับบริการให้คำปรึกษาเพิ่มมากขึ้น
5. การเป็นเจ้าของ (Belonging) สมาชิกจะรู้ว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและรู้สึกว่าตนเป็นเจ้าของกลุ่มด้วย

6. ความปลอดภัย (Security) สมาชิกรู้สึกถึงความปลอดภัยเมื่ออยู่ในกลุ่ม มีความสามารถจะแสดงความรู้สึกต่าง ๆ ได้อย่างเปิดเผย

7. ความเครียด (Tension) การมีความเครียดบ้างเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

8. ปทัสถานของกลุ่ม (Group Norm) สมาชิกกลุ่มยอมรับกลุ่มบนพื้นฐานความเข้าใจที่ตรงกัน ผู้ให้คำปรึกษายังต้องมีความเข้าใจที่จะนำเอาพลังต่าง ๆ มาใช้ในการดำเนินการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มให้สมบูรณ์อีกด้วย (คมเพชร จิตรศุภกุล, 2521)

จึงสรุปได้ว่า ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องพยายามดึงพลังต่าง ๆ คือข้อผูกพัน ความรับผิดชอบ การยอมรับซึ่งกันและกัน ความตั้งใจ การแสดงความเป็นเจ้าของ ความรู้สึกปลอดภัย ความเครียดและปทัสถานของกลุ่มมาใช้ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เนื่องจากสิ่งเหล่านี้จะสามารถทำให้กลุ่มดำเนินไปได้ด้วยดี

2.2.7 ผู้นำกลุ่ม

ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ผู้นำกลุ่มจะต้องมีหน้าที่ในการนำพากลุ่มไปสู่จุดมุ่งหมาย ดังนั้น การที่กลุ่มจะมีประสิทธิภาพเพียงไรก็ขึ้นอยู่กับผู้นำกลุ่มด้วย ดังนั้น ผู้นำกลุ่มจึงควรมีลักษณะดังนี้ (Trotzer, 1977)

1. ผู้นำกลุ่มมีความเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง ไม่สับสนในตนเอง
2. ใจกว้าง สามารถรับฟังทัศนะความคิดเห็นของผู้อื่นได้โดยไม่เอามาตรฐานของตนตัดสินความคิดผู้อื่น
3. มีความยืดหยุ่น คือการที่สามารถจัดสภาพการณ์หนึ่ง ๆ ได้อย่างเหมาะสม โดยไม่ยึดติดกับแบบแผนที่ตายตัว
4. มองโลกในแง่ดี เป็นผู้ที่มีทัศนคติต่อชีวิตและโลกในแง่ดี
5. มีท่าทีอบอุ่นและเอาใจใส่ หมายถึง การมีท่าทีที่แสดงถึงความเข้าใจและยอมรับตัวผู้รับคำปรึกษา
6. มีจิตใจที่มั่นคงและกลมกลืน สามารถที่จะจัดการกับชีวิตของตนได้อย่างเหมาะสมและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเป็นสุข
7. มีความอดทน
8. มีเจตียงตรง คือ สามารถมีจุดยืนของตนเองและประเมิณเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ อย่างมีเหตุผลและปราศจากอคติใด ๆ

ส่วน วัชรวิ ทวีปย์มี (2533) กล่าวถึงลักษณะของผู้นำกลุ่มว่าต้องมีลักษณะดังนี้

1. มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี
2. มีเหตุผลและมีความรอบรู้
3. ใจกว้าง ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
4. มีความจริงใจ
5. มีความเมตตา ชอบช่วยเหลือผู้อื่น
6. มีความเชื่อมั่นในตนเอง
7. รักษาความลับได้
8. มีความสุขุม
9. หมั่นศึกษาหาความรู้อยู่เสมอ

ดังนั้นจึงสรุปโดยรวมว่าผู้นำกลุ่มจะต้องมีลักษณะสำคัญดังต่อไปนี้คือ

1. ต้องเป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ดี เป็นผู้มีเหตุผลมีความรอบรู้และศึกษาหาความรู้อยู่เสมอ
2. เป็นผู้มีความยืดหยุ่น ใจกว้างยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
3. เป็นผู้ที่มีความจริงใจ มีความเมตตา และมองโลกในแง่ดี
4. สามารถรักษาความลับได้ รวมถึงมีจิตใจมั่นคง
5. มีความเชื่อมั่นในตนเองและมีความอดทน
6. มีจิตใจที่เอื้อต่อการช่วยเหลือผู้อื่น

2.2.8 ทักษะของการเป็นผู้นำกลุ่ม

การเป็นผู้นำกลุ่มจะต้องมีทักษะดังต่อไปนี้ (Trotzer, 1977)

1. ผู้นำกลุ่มต้องมีทักษะการฟังที่ดี
2. มีทักษะในการทวนซ้ำ
3. มีการสะท้อนความรู้สึกเพื่อการเข้าใจสมาชิกกลุ่ม
4. มีทักษะในการสรุปความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ต่อสมาชิก
5. มีทักษะในการทำให้ข้อมูลมีความชัดเจนระหว่างสมาชิก

ส่วน วัชรวิ ทวีปย์มี (2533) สรุปไว้ถึงทักษะของการเป็นผู้นำกลุ่มดังนี้

1. การฟังและการสังเกตพฤติกรรม ผู้ให้คำปรึกษาควรฟังให้เข้าใจและสามารถ

ตอบสนองได้อย่างเหมาะสม สร้างความไว้วางใจและศรัทธาแก่ผู้รับบริการ ตลอดจนทำให้ผู้รับบริการเชื่อว่าผู้ให้คำปรึกษายอมรับเขา

2. ผู้ให้คำปรึกษาตรวจสอบความเข้าใจตนเอง เป็นการแสดงว่าผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการที่จะเข้าใจความรู้สึกของผู้รับบริการอย่างถูกต้อง โดยการถามกลับไปยังผู้รับบริการว่าเข้าใจถูกต้องหรือไม่

3. การให้ข้อมูลย้อนกลับ ผู้ให้คำปรึกษาควรให้ข้อมูลย้อนกลับแก่สมาชิกซึ่งควรมีลักษณะบรรยายพฤติกรรมมากกว่าลักษณะการประเมิน

4. การเชื่อมโยงการสื่อสาร ผู้ให้คำปรึกษาต้องมีทักษะในการสื่อสารภายในกลุ่ม โดยเชื่อมโยงเรื่องที่พูดกันหรือประเด็นต่าง ๆ

5. การถามนำไปสู่ประเด็น เป็นการช่วยให้ผู้รับบริการพุ่งจุดสนใจสู่ประเด็นต่าง ๆ และที่มาของความรู้สึกต่าง ๆ

6. การพูดแบบเผชิญหน้ากัน

7. การประเมินกระบวนการภายในกลุ่ม โดยผู้ให้คำปรึกษาต้องสังเกตความเป็นไปภายในกลุ่ม และวิจารณ์ให้กลุ่มฟังเพื่อทำให้สมาชิกได้ประเมินกระบวนการภายในกลุ่ม

8. การสรุป ผู้ให้คำปรึกษาจะรับฟังและสังเกตการโต้ตอบสัมพันธ์กันภายในกลุ่มและสรุปเพื่อนำไปสู่ความสัมพันธ์ในขั้นที่ลึกซึ้งขึ้น

ดังนั้น จึงกล่าวสรุปถึงทักษะที่สำคัญของการเป็นผู้นำกลุ่มไว้ดังต่อไปนี้

1. ต้องมีทักษะในการฟังที่ดี เพราะการฟังเป็นหัวใจสำคัญของการให้คำปรึกษา ซึ่งทักษะการฟังแบ่งออกเป็น 4 ทักษะ ได้แก่ การแสดงความสนใจต่อสมาชิก การทำให้เกิดความกระจ่างในการสื่อสารระหว่างกลุ่ม การทำให้ข้อความกระตือรือร้นและการตรวจสอบความเข้าใจ

2. มีทักษะการสื่อสารที่ชัดเจนไม่คลุมเครือ ได้แก่ ทักษะการตีความหมาย ทักษะในการให้ข้อมูล ทักษะในการสะท้อนความรู้สึก

3. มีทักษะในการเชื่อมโยงการสื่อสารในกลุ่ม ได้แก่ ทักษะการสะท้อนเนื้อหา

2.2.9 หน้าที่ของผู้นำกลุ่ม

สำหรับหน้าที่ของผู้นำกลุ่มนั้น Trotzer (1977) และ Ohlsen (1983) ได้กล่าวสอดคล้องกันไว้ดังนี้คือ



1. สนับสนุนให้มีการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกันในกลุ่ม
2. ช่วยอำนวยความสะดวกให้กับสมาชิกกลุ่ม
3. วิเริ่มก่อสัมพันธ์ภาพให้เกิดในกลุ่ม
4. มีการชี้แนวทางให้กลุ่มดำเนินไปสู่เป้าหมายของกลุ่ม
5. มีการสอดแทรกเมื่อกลุ่มไม่สามารถแก้ไขปัญหาได้
6. เชื่อมโยงให้สมาชิกเกิดความเข้าใจตรงกัน
7. เป็นผู้รักษากฎ
8. ส่งเสริมให้มีการสื่อสารที่ดีในกลุ่ม
9. การละลายความขัดแย้งในกลุ่ม
10. การส่งเสริมให้สมาชิกได้ช่วยเหลือกัน
11. ช่วยเหลือคำปรึกษาแก่สมาชิกกลุ่ม เมื่อสมาชิกไม่สามารถแก้ไขปัญหาของกลุ่มได้

๗W

BF

ส 661

จึงกล่าวสรุปได้ว่า ผู้นำกลุ่มมีหน้าที่สำคัญคือ ต้องเป็นผู้ประสานความสัมพันธ์ในกลุ่มสมาชิก การชี้แนะให้กลุ่มดำเนินไปสู่วัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ช่วยอำนวยความสะดวกและเชื่อมโยงให้สมาชิกมีความเข้าใจเรื่องราวต่าง ๆ ได้ตรงกัน รวมทั้งต้องเป็นผู้รักษากฎระเบียบของกลุ่มด้วย

2.2.10 สมาชิกกลุ่ม

ในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้นสิ่งที่ขาดไม่ได้เลยก็คือ สมาชิกกลุ่มและกลุ่มจะประสบความสำเร็จหรือไม่ขึ้นอยู่กับสมาชิกนั่นเอง (กนกวลี เสริมพงศ์, 2524) สมาชิกกลุ่มเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่มีความสำคัญมากต่อความสำเร็จของกลุ่ม ซึ่งแต่ละกลุ่มก็มีความแตกต่างกัน ดังนั้นผู้นำกลุ่มจึงต้องเข้าใจลักษณะและพฤติกรรมต่าง ๆ ของสมาชิกในกลุ่ม (ชูชัย สมितिไกร, 2527)

ซึ่งกล่าวสรุปได้ว่า สมาชิกกลุ่มเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในกลุ่ม กลุ่มจะประสบความสำเร็จไม่ได้เลย หากสมาชิกขาดความร่วมมือและให้การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

2.2.11 วิธีนำกลุ่ม

วิธีการนำกลุ่ม (Ways of Leading a Group) จำแนกได้ 2 แบบ คือแบบไม่มีโครงสร้าง (Unstructured) และแบบมีโครงสร้าง (Structured) ซึ่ง Trotzer (1977) และชูชัย สมितिไกร (2527) ได้กล่าวสอดคล้องกันคือ

1. การนำกลุ่มแบบไม่มีโครงสร้าง (Unstructured) หมายถึง การที่ผู้นำกลุ่มจะไม่เป็นผู้กำหนดว่า ทิศทางของกลุ่มจะดำเนินไปเช่นไร จะไม่เสนอให้กลุ่มทำกิจกรรม (Activity)

หรือแบบฝึกหัด (Exercise) หรือชี้ว่ากลุ่มว่าควรจะทำด้วยกันในประเด็นใด แต่ปล่อยให้สมาชิกกลุ่มเป็นผู้ริเริ่มและดำเนินการกลุ่มไปในทิศทางของเขาเอง ส่วนผู้นำกลุ่มจะเป็นเพียงผู้อำนวยความสะดวก (Facilitation) ให้กลุ่มดำเนินการไปอย่างราบรื่นเท่านั้น การนำกลุ่มแบบนี้ยึดหลักปรัชญาให้สมาชิกได้เรียนรู้ด้วยประสบการณ์ (Learning by Experience)

2. การนำกลุ่มแบบมีโครงสร้าง (Structured) หมายถึง การที่ผู้นำกลุ่มจะเป็นผู้ชี้แนะว่าทิศทางของกลุ่มจะดำเนินไปเช่นไร โดยการชี้แนะนี้อาจทำในรูปของการชี้แนะประเด็นของการพูดคุย การเสนอกิจกรรมให้สมาชิกกลุ่มกระทำร่วมกัน

และในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อการปรับตัวทางสังคม ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการนำกลุ่มแบบมีโครงสร้าง กล่าวคือ การที่ผู้นำกลุ่มจะเป็นผู้แนะว่าทิศทางของกลุ่มจะเป็นเช่นไร รวมถึงการเสนอกิจกรรมในกลุ่ม (Trotzer, 1977)

2.2.12 การประเมินผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

การประเมินผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม จำแนกได้ 2 ประเภทใหญ่ ๆ ซึ่ง ชูชัย สมิตธิไกร (2527) และสุโขทัยธรรมมาธิราช (2532) กล่าวสอดคล้องกันคือ

1. การประเมินกระแสความเคลื่อนไหวของกลุ่ม (Process Evaluation) โดยการประเมินองค์ประกอบพื้นฐาน 3 ประการคือผู้นำ สมาชิกและปฏิสัมพันธ์ของกลุ่ม (ชูชัย สมิตธิไกร, 2527) เพื่อพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงของกลุ่ม โดยใช้วิธีการสังเกต การวิเคราะห์และการให้ความคิดเห็นย้อนกลับ (Feedback) อาจมีการเปรียบเทียบผลก่อนและหลังการเข้ากลุ่ม (สุโขทัยธรรมมาธิราช, 2532)

2. การประเมินผลของประสบการณ์กลุ่ม (Outcome Evaluation) ผลของประสบการณ์กลุ่มคือ สิ่งที่เกิดขึ้นในตัวของผู้สมาชิกกลุ่มอันเป็นผลเนื่องมาจากประสบการณ์ที่ได้รับจากการเข้ากลุ่ม (สุโขทัยธรรมมาธิราช, 2532) ซึ่งได้แก่การเปลี่ยนแปลงด้านความรู้สึก ความคิดและพฤติกรรมของผู้สมาชิกกลุ่ม ซึ่งอาจทำได้โดยการตอบแบบสำรวจ การสังเกตพฤติกรรม ประเมินจากสิ่งแวดล้อม ซึ่งกล่าวโดยสรุปว่าในการประเมินผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้นอาจประเมินผล โดยการดูการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มและการเปลี่ยนแปลงด้านความคิด และพฤติกรรมของผู้สมาชิก โดยอาจทำการประเมินผู้รับบริการด้วยการเปรียบเทียบผลก่อนและหลังการเข้ากลุ่ม หรืออาจใช้วิธีรายงานตนเองของผู้รับบริการ (ชูชัย สมิตธิไกร, 2527)

2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.3.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม

พวงสว้อย วรกุล (2522) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานครและจังหวัดสงขลา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้น ม.1-ม.3 ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษาในกรุงเทพมหานครและจังหวัดสงขลา ปีการศึกษา 2521 จำนวน 678 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีปัญหาในด้านการปรับตัวกับเพื่อนและครูมาก นักเรียนในกรุงเทพมหานครและนักเรียนในจังหวัดสงขลา มีปัญหาด้านการปรับตัวแตกต่างกัน ยกเว้นปัญหาด้านการปรับตัวกับเพื่อนไม่แตกต่างกัน นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูและฐานะทางเศรษฐกิจต่างกัน มีปัญหาด้านการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

รัตนา ยัทธิพิย์ (2522) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู พฤติกรรมการตอบสนองระหว่างบุคคลและการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2522 ของโรงเรียนรัฐบาล สังกัดกรมสามัญศึกษาในกรุงเทพมหานครและจังหวัดนครสวรรค์ จำนวน 420 คน ผลปรากฏว่าการอบรมเลี้ยงดู พฤติกรรมการตอบสนองระหว่างบุคคลและการปรับตัวมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อเปรียบเทียบการปรับตัวของเด็กที่ได้รับการเลี้ยงดูต่างกัน ปรากฏว่าเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบฝึกให้ตนเองปรับตัวดีกว่าที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบยับยั้งการพึ่งตนเอง

บังอร ชูพงศ์ (2523) ได้ทำการศึกษาสภาพปัญหาที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักเรียนอาชีวศึกษาในกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอาชีวศึกษาปีที่ 4-6 สาขาวิชาช่างอุตสาหกรรม สังกัดกองการศึกษาเอกชนในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2522 จำนวน 652 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนอาชีวศึกษามีสภาพปัญหาที่ส่งผลต่อการปรับตัวกับบรรยากาศด้านการเรียนการสอน เพื่อน สภาพภายในครอบครัว และกับครู อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีสภาพปัญหาเฉพาะด้านการปรับตัวกับสภาพบรรยากาศด้านการเรียนการสอน และกับครูมากกว่าด้านอื่น

สมชาย วรดิเรก (2527) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับปัญหาด้านการปรับตัวของนักเรียนประถมศึกษาในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย ผู้ปกครอง ครู และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 6 โดยผู้ปกครอง 141 คน ครู 115 คนและนักเรียน 538 คน ผลการวิจัย พบว่า มีปัญหาด้านการปรับตัวของนักเรียนกับบรรยากาศด้านการเรียนการสอน เพื่อน ครู และสภาพครอบครัว นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีปัญหาด้านการปรับตัวกับบรรยากาศด้าน

การเรียนการสอน เพื่อน ครูและสภาพภายในครอบครัวไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิจัยเกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคมของวัยรุ่นจะเห็นได้ว่าปัญหาการปรับตัวของวัยรุ่นเกี่ยวข้องกับสังคม ไม่ว่าจะเป็นการประสบปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อน สภาพแวดล้อมทั้งโรงเรียนและบ้าน จึงเป็นสิ่งที่น่าสนใจ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงเลือกที่จะศึกษาเกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคมของเด็กนักเรียนวัยรุ่นโดยการนำเอาการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมาทดลองใช้เพื่อค้นหารูปแบบที่เหมาะสมในการให้ความช่วยเหลือเด็กวัยรุ่นที่มีปัญหาในด้านการปรับตัวทางสังคมให้มีการปรับตัวทางสังคมที่ดีขึ้น ซึ่งเป็นการลดปัญหาของสังคมโดยรวมด้วย

2.3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางสังคม

Samualewicz (1975) ได้ศึกษาการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแก่นักเรียนที่มีปัญหาในด้านการปรับตัวจำนวน 42 คน ซึ่งมี I.Q. 85-115 แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มละ 7 คน สมาชิกพบกันสัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 3 สัปดาห์ กลุ่มทดลองที่ 1 จะเน้นเรื่องการแสดงออกของอารมณ์และความรู้สึก กลุ่มที่ 2 เน้นการวิเคราะห์วิจารณ์โดยใช้ความคิด สำหรับกลุ่มควบคุมไม่ให้บริการใด พบว่าความสามารถในการวิเคราะห์วิจารณ์ในภาพแห่งตน และการปรับตัวของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

Lee (1977) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของผู้ที่เข้าเรียนโดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นคนเรียนช้า I.Q. เฉลี่ย 47 ชาย 20 คน หญิง 24 คน โดยมุ่งความสนใจไปที่การปรับตัวทางสังคม และการปรับตัวเฉพาะบุคคล โดยแบ่งสมาชิกเป็น 2 กลุ่มคือ กลุ่มทดลอง 20 คน และกลุ่มควบคุม 24 คน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงที่สูงขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

Omizo และ Omizo (1988) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อทัศนคติและพฤติกรรมทางสังคมของนักเรียนที่ด้อยความสามารถทางการเรียน กลุ่มตัวอย่างจำนวน 62 คน จากโรงเรียนประถมศึกษา 6 โรงเรียนของรัฐฮาวาย ประเทศสหรัฐอเมริกา ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม จะสามารถพัฒนาทัศนคติและการปรับตัวทางสังคมได้สูงขึ้น

สุนทร ธารณะ (2516) ได้ทำการศึกษาเด็กที่เพื่อนชิงชัง และผลของการให้คำปรึกษาที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของเด็กเหล่านั้น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้น ม.ศ.2 โรงเรียนมัธยมสาธิตวิทยาลัยวิชาการศึกษาประสานมิตร จำนวน 12 คน ผลการให้คำปรึกษา ปรากฏว่าเด็กในกลุ่มทดลองมีคะแนนสถานภาพทางสังคมเพิ่มขึ้น โดยเฉลี่ยสูงกว่าเด็กในกลุ่มควบคุม แต่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วราภรณ์ ลิ้มสุวรรณ (2521) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการปรับตัวด้านสังคมของกลุ่มนักเรียนที่ถูกเพื่อนชิงชัง ซึ่งได้รับการฝึกการรับรู้ความรู้สึกก่อนกับกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึก กลุ่มตัวอย่าง คือนักเรียน ม.3 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2521 จำนวน 48 คน สมาชิกพบกันสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ติดต่อกัน 5 สัปดาห์ รวม 10 ครั้ง ครั้งละ 1-1.30 ชั่วโมง ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า นักเรียนที่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่ม และนักเรียนที่ไม่ได้รับบริการปรึกษาแบบกลุ่ม มีการปรับตัวด้านสังคมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิตินักเรียนที่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มที่มีการฝึกการรับรู้ความรู้สึกก่อน และนักเรียนที่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึก มีการปรับตัวทางสังคมไม่แตกต่างกัน

มาลินี อยู่โพธิ์ (2525) ได้ทดลองการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการพัฒนาการปรับตัวทางด้านสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน โดยใช้กลุ่มตัวอย่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนอินทาราม ปีการศึกษา 2525 โดยแบ่งเป็นกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลองพบกันสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 1.30 ชั่วโมง รวม 9 ครั้ง ผลการทดลองพบว่า นักเรียนที่ได้รับคำปรึกษาแบบกลุ่มมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมด้านสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วัชรวิ ทรัพย์มี และนางลักขณ์ ประเสริฐ (2530) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนมัธยมศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้น ม.1 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 30 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 15 คน กลุ่มทดลอง 15 คน พบกันสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 30 นาที นาน 3 เดือน ผลการวิจัยพบว่า คะแนนสังคมมิติ หลังการทดลองของกลุ่มทดลองไม่มีความแตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่เมื่อวิเคราะห์ ผลจากการสอบถามความคิดเห็นของเพื่อนที่มีต่อการปรับตัวด้านสังคมของกลุ่มตัวอย่างพบว่า เพื่อนและครูระบุพฤติกรรมที่พึงปรารถนาของกลุ่มตัวอย่างเพิ่มขึ้น

เด่นดวง วราเวทย์ (2530) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเน้นทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล อารมณ์ เพื่อปรับเปลี่ยนมโนภาพเกี่ยวกับตนเอง ด้านส่วนรวมและในแต่ละด้าน

คือด้านวิชาการ ด้านการปรับตัวทางอารมณ์และด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล กลุ่มตัวอย่างเป็น นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2529 วิทยาลัยครูอุดรดิตถ์ จังหวัดอุดรดิตถ์ จำนวน 16 คน แบ่ง เป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 8 คน พบกันจำนวน 12 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง ผลการศึกษาพบว่านักศึกษา ที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเน้นทฤษฎีการพิจารณาเหตุผลอารมณ์ผลต่อการปรับตัวทางอารมณ์ และด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลแตกต่างจากนักศึกษาที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .01

เพ็ญศรี โล่อ่อง (2531) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มี ต่อการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์และฐานะทางสังคมมิติของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียน แจ่มจันทร์ สังกัดกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่ม ควบคุม โดยการให้คำปรึกษาจำนวน 12 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 2 ครั้งนาน 6 สัปดาห์ ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มปรากฏว่า หลังจากการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแล้ว กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมมีการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์ไม่แตกต่างกันแต่มีการเปลี่ยนแปลงฐานะทางสังคมมิติ สูงขึ้น คือ กลุ่มทดลองมีฐานะทางสังคมมิติสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

รุจิราภา สิทธิปาน (2531) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการ ปรับตัวทางสังคมกับเพื่อนต่างเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพิบูลวิทยาลัย จังหวัด ลพบุรี กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่มคือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับข้อเสนอแนะโดยใช้เวลา 12 ครั้ง ครั้งละ 1.30 ชั่วโมง นาน 6 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่มีปัญหาการ ปรับตัวทางสังคมกับเพื่อนต่างเพศ หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแล้วมีการปรับตัวทาง สังคมกับเพื่อนต่างเพศดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะ แล้วมีการปรับตัวทางสังคมกับเพื่อนต่างเพศดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้ นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีการปรับตัวทางสังคมกับเพื่อนต่างเพศดีกว่านักเรียนที่ ได้รับการให้ข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อารีรักษ์ โพธิวัฒน์ (2533) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบ กลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสัปปายะ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสัปปายะ จังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 16 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแล้วมีคะแนนการปรับ ตัวทางสังคมสูงกว่าก่อนได้รับการให้คำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุธิดาวัฒน์ มัทธวรัตน์ (2533) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านศรีศรัทธาามิตรภาพที่ 176 จังหวัด พิจิตร กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองกลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองจะได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มและกลุ่มควบคุมจะไม่ได้รับการให้คำปรึกษาหรือข้อเสนอแนะใด ๆ ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม สามารถพัฒนาการปรับตัวทางสังคมได้และกลุ่มทดลองมีการพัฒนาการปรับตัวทางสังคมสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมจิต สุวรรณศรี (2533) ได้ศึกษาการพัฒนาการปรับตัวทางสังคม โดยการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 ปีการศึกษา 2532 จำนวน 18 คน แบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 2 กลุ่ม เป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองจำนวนกลุ่มละ 9 คน โดยให้การศึกษาแบบกลุ่มจำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง นาน 6 สัปดาห์ ผลการวิจัยปรากฏว่าหลังการทดลองนักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง มีคะแนนการปรับตัวทางสังคมสูงขึ้นมากกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่กลุ่มทดลองมีคะแนนการปรับตัวทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุมในทุกด้าน และมีคะแนนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ฉัตรชัย วิเทศน์ (2535) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มเน้นตามแบบของแอลเลอร์ที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสรวทวิทยาคม จังหวัดตาก กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่มคือ กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ซึ่งสมาชิกพบกันจำนวน 10 ครั้ง ๆ ละประมาณ 1-1.30 ชั่วโมง รวม 13 ครั้ง ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากได้รับคำปรึกษาเป็นกลุ่มเน้นตามแบบแอลเลอร์ นักเรียนมีความสามารถในการปรับตัวสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

แม้ว่าจะมีผลงานวิจัยในเรื่องการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีผลต่อการปรับตัวทางสังคมทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ แต่ยังคงพบว่า ผลงานวิจัยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมนั้นมีความขัดแย้งกันอยู่ กล่าวคือ Samualewicz (1975) , Lee (1977), Omizo และ Omizo (1988), มอลินี อยู่โพธิ์ (2525), เค็นดง วราเวทย์ (2530), รุจิราภา ลิทธิปาน (2531), สุธิดาวัฒน์ มัทธวรัตน์ (2533), สมจิต สุวรรณศรี (2533) และฉัตรชัย วิเทศน์ (2535) เป็นผลงานวิจัยที่พบว่า หลังการทดลองผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแล้วสามารถพัฒนาการปรับตัวทางสังคมได้และกลุ่มทดลองมีการพัฒนาการปรับตัวทางสังคมสูงขึ้น

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนผลการวิจัยของ สุนทร ธนาสนะ (2516), วราภรณ์ ลัมสุวัณ (2521), วัชรวิ ทวีพรม และนางลักษณ์ ประเสริฐ (2530) และ เพ็ญศรี โล่อ่อง (2531) พบว่า หลังการทดลองของกลุ่มทดลองไม่มีความแตกต่างจากกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จากความขัดแย้งเหล่านี้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาในเรื่องการปรับตัวทาง สังคมของนักเรียนโดยการใช้วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ดังนั้นจึงได้สร้างชุดการให้คำปรึกษา แบบกลุ่มที่มีผลต่อการปรับตัวทางสังคมโดยเน้นด้านการปรับตัวกับเพื่อน ครู และสิ่งแวดล้อมใน โรงเรียน เพื่อศึกษาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1