



บทที่ 2

## วิธีดำเนินการวิจัย

### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้เป็นหัวหน้างานของบริษัทอุตสาหกรรมปิโตรเคมีกัลไทย จำกัด (ส่วนโรงงาน จังหวัดระยอง) ซึ่งดำรงตำแหน่ง หัวหน้ากะ (Shift Engineer) ผู้ช่วยหัวหน้ากะ (Assistant Shift Engineer) หัวหน้าหน่วย (Supervisor) สังกัดฝ่ายผลิต ฝ่ายเทคโนโลยีและฝ่ายซ่อมบำรุง ที่สมัครใจเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ จำนวน 9 คน

### การออกแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental research) ซึ่งออกแบบวิจัยแบบกลุ่มเดียว วัดผลก่อนและหลังการทดลอง (One-group pretest-posttest design)

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้ แบบวัดภาวะสัจจการแห่งตน พีโอไอ (POI: Personal Orientation Inventory) ซึ่งสร้างขึ้นครั้งแรกในปี 1962 โดย เอฟเวอเร็ตต์ แอล ชอสโตรม (Everett L. Shostrom) และได้รับการปรับปรุงในปี 1966 โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อเป็นเครื่องมือในการวัดภาวะสัจจการแห่งตนของบุคคล โดยเน้นการวัดเชิงประจักษ์นิยม (Empirical Science) และอาศัยพื้นฐานทฤษฎีแนวมนุษยนิยม (Humanistic) แนวภาวะนิยม (Existentialism) และแนวเกสตัลท์ (Gestalt) เป็นหลัก ในการสร้างแบบวัด โดยคะแนนที่ได้จากมาตราหลักและมาตราย่อยของแบบวัดเป็นไปตามแนวคิดเกี่ยวกับตนเอง (Self) และปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น (Other-directedness) ของภาวะสัจจการแห่งตนของมาสโลว์ (Maslow) ซึ่งต่อมาเมื่อแบบวัด

ภาวะสัจการแห่งตน พีไอไอ (POI) ได้รับการพัฒนาและนำไปใช้ในวงการต่าง ๆ อย่างกว้างขวาง เช่น วงการศึกษา วงการธุรกิจ วงการอุตสาหกรรม ทางการแพทย์ และการบริการให้คำปรึกษา ฯลฯ ทั้งนี้เพราะแบบวัดนี้สร้างขึ้นด้วยวัตถุประสงค์ในการวิเคราะห์หรือประเมินบุคคลปกติและด้วยวิธีการที่มุ่งพัฒนาบุคคลให้เจริญงอกงามในทางที่เป็นบวกมากกว่าการบำบัดทางจิต ในด้านประสิทธิภาพของแบบวัดภาวะสัจการแห่งตน พีไอไอ (POI) ได้รับการพัฒนาและปรับปรุงจนเป็นเครื่องมือที่ได้รับความเชื่อถือจากวงการทั่วไปโดย มีงานวิจัยที่สนับสนุนคุณสมบัติด้านต่าง ๆ เป็นจำนวนมาก และดุจเดือนขึ้นเจริญทรัพย์ ได้แปลและดัดแปลงแบบวัดภาวะสัจการแห่งตน พีไอไอ (POI) เป็นภาษาไทย และได้นำมาใช้ในการวิจัยกับนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย ในปี 2533

ชอสโตรม (Shostrom 1964) ได้ทดสอบแบบวัดโดยการจำแนกกลุ่มบุคคลที่มีภาวะสัจการแห่งตน (Self-Actualizing Person) และบุคคลไม่มีภาวะสัจการแห่งตนตรงสภาพ (Non-Self-Actualizing Person) ผลปรากฏว่าแบบวัดภาวะสัจการแห่งตนพีไอไอ (POI) สามารถจำแนกบุคคลทั้งสองกลุ่มออกจากกันถึง 11 ใน 12 มาตรฐาน (Shostrom 1966: 23)

ชอสโตรม และแนปป์ (Shostrom and Knapp. 1966) ใช้แบบวัดพีไอไอ (POI) ทดสอบกับคนไข้นอกที่มารับการรักษาจิตบำบัด จำนวน 37 คน และคนไข้ที่ผ่านการรักษาจิตบำบัดเป็นระยะเวลา 11-64 เดือน จำนวน 39 คน พบว่าทั้งสองกลุ่มมีคะแนนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อใช้แบบวัด MMPI กับคนไข้ทั้งสองกลุ่ม ปรากฏผลสอดคล้องกัน (Shostrom 1966 : 23-24)

ฟอกซ์ แนปป์ และไมเคิล (Fox, Knapp and Michael 1968) ได้ทดสอบแบบวัดนี้โดยทดสอบคนไข้โรคจิต จำนวน 100 คน และกลุ่มบุคคลที่มีความประจักษ์ในภาวะสัจการแห่งตน ปรากฏว่าคะแนนที่ได้มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ขึ้นไปในทุกมาตรของเครื่องมือ (Shostrom 1966: 25, 1976: 37)

ชอสโตรม (Shostrom) ได้ทดสอบแบบวัดนี้โดยให้ผู้เชี่ยวชาญทางจิตวิทยา ซึ่งได้รับการรับรองจากสมาคมนักจิตวิทยาคลินิกแห่งสหรัฐอเมริกา เลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีความประจักษ์ในภาวะสัจการแห่งตน จำนวน 29 คน และกลุ่มที่ไม่มีประจักษ์ในภาวะสัจการแห่งตน จำนวน 34 คน ผลปรากฏว่า คะแนนจากแบบวัด พีไอไอ (POI) สามารถแยกบุคคลทั้ง 2 กลุ่มได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Shostrom 1976: 36)

แบบวัดภาวะสัจการแห่งตน พีโอไอ (POI) มีความเชื่อถือได้โดยมีการวิจัยสนับสนุน เช่น งานวิจัยของคลาเว็ตเตอร์และโมการ์ (Kalvetter and Mogar 1967) โดยทดสอบกับนักศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 48 คน โดยวิธีทดสอบซ้ำ วันระยะเวลา 1 สัปดาห์ จากนั้นนำข้อมูลมาหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคะแนนทั้ง 2 ครั้ง พบว่า ค่าความเชื่อถือได้ของแบบวัดพีโอไอ (POI) ในแต่ละด้านอยู่ระหว่าง .52-.82 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของอีลาดี และเมย์ (Ilardi and May 1968) ซึ่งทำการทดสอบกับกลุ่มนักศึกษาพยาบาล จำนวน 46 คน ได้ค่าความเชื่อถือได้อยู่ระหว่าง .32-.74 ดุจเดือน ฮินเจอร์ทวิทซ์ ได้นำแบบวัดพีโอไอ (POI) ฉบับดัดแปลงไปทดสอบหาค่าความเชื่อถือได้ โดยวิธีทดสอบซ้ำวันระยะ 2 สัปดาห์ โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาปริญญาตรี จำนวน 60 คน และนำข้อมูลทั้งสองครั้งมาวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์ของความคงที่ ด้วยวิธีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน ได้ค่าความเชื่อถือได้เท่ากับ .83

แบบวัดภาวะสัจการแห่งตน พีโอไอ (POI) ประกอบด้วยข้อคำถาม 150 ข้อ แต่ละข้อประกอบด้วยข้อความ 2 ประโยค มีลักษณะเป็นข้อความด้านบวก (Positive) 1 ประโยค และข้อความด้านลบ 1 ประโยค โดยแบบวัดจะครอบคลุมลักษณะของภาวะสัจการแห่งตน 2 ด้านหลัก และในขณะเดียวกันก็ครอบคลุมถึงภาวะสัจการแห่งตนอีก 10 ด้านย่อย สำหรับภาวะสัจการแห่งตน 2 ด้านหลัก มีดังนี้

1. ความสามารถในการใช้ชีวิตปัจจุบัน (Time Competence: Tc) ลักษณะของภาวะสัจการแห่งตนด้านนี้จะบ่งถึงระดับการอยู่กับความเป็นจริงของบุคคลและความสามารถในการผสมผสานประสบการณ์ในอดีตกับความหวังในอนาคต สู่สภาพความเป็นจริงในปัจจุบัน คะแนนสูง หมายถึง การใช้ชีวิตในปัจจุบันได้อย่างมีประสิทธิภาพ คะแนนต่ำ หมายถึง การมีชีวิตที่จมอยู่กับอดีตหรือวิตกกังวลถึงอนาคตมากกว่าที่จะอยู่กับความเป็นจริงในปัจจุบัน

2. ความเป็นตัวของตัวเอง (Inner-Directedness: I) ลักษณะของภาวะสัจการแห่งตนด้านนี้จะบ่งถึงความสมดุลย์ของความเป็นตัวของตัวเอง กับการพึ่งพาผู้อื่นหรือสิ่งคมแวดล้อมเพียงใด คะแนนสูง หมายถึง สามารถเผชิญสิ่งต่าง ๆ ด้วยความเป็นตัวของตัวเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ คะแนนต่ำ หมายถึง การต้องพึ่งพิงผู้อื่นหรือถูกกำหนดโดยสิ่งต่าง ๆ

สำหรับภาวะสังจการแห่งตนอีก 10 ด้านย่อย จากแบบวัดภาวะสังจการแห่งตน  
พีไอไอ (POI) มีดังนี้

1. คุณค่าในการดำเนินชีวิต (Self-Actualizing Value: SAV) เป็น  
การวัด การใช้ศักยภาพของตนอย่างเต็มที่ คะแนนสูง หมายถึง บุคคลมีค่านิยมการดำเนิน  
ชีวิตที่สร้างสรรค์ คะแนนต่ำ หมายถึง บุคคลไม่สามารถจะใช้ศักยภาพของตนได้อย่างเต็มที่
2. ความยึดหยุ่นต่อค่านิยม (Existentiality: Ex) วัดความสามารถ  
ในการปรับตัวและยึดหยุ่นต่อสถานการณ์ต่าง ๆ คะแนนสูง หมายถึง สามารถยึดหยุ่นต่อ  
สถานการณ์ในชีวิตอย่างเหมาะสม คะแนนต่ำ หมายถึง มีความตายตัวและยากลำบากใน  
การปรับตัว
3. ความละเอียดอ่อนต่อความรู้สึก (Feeling Reactivity: Fr) วัด  
ความไว (Sensitivity) หรือการตอบสนองต่อความรู้สึก และความต้องการของตนเอง  
คะแนนสูง หมายถึง มีความละเอียดอ่อนหรือไวที่จะรับรู้ความรู้สึกของตน คะแนนต่ำ  
หมายถึง การปฏิเสธหรือพยายามบิดเบือนการรับรู้ความรู้สึกที่แท้จริง
4. ความเป็นธรรมชาติ (Spontaneity: S) วัดความสามารถในการ  
กล้าแสดงความรู้สึกต่าง ๆ คะแนนสูง หมายถึง การกล้าแสดงออกอย่างตรงไปตรงมา  
คะแนนต่ำ หมายถึง การหลีกเลี่ยงที่จะแสดงความรู้สึกอย่างแท้จริง
5. ความนับถือตนเอง (Self Regard: Sr) เป็นด้านที่วัดเกี่ยวกับ  
ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง คะแนนสูง หมายถึง ความสามารถที่จะชอบตนเองเนื่องจาก  
มองเห็นคุณค่าหรือจุดที่ดีของตน คะแนนต่ำแสดงว่ามีความรู้สึกแง่ลบหรือให้คุณค่าแก่ตนเอง  
ต่ำ
6. การยอมรับตนเอง (Self-Acceptance: Sa) เป็นการวัดการ  
ยอมรับตัวเอง คะแนนสูงชี้ให้เห็นถึงการยอมรับตนเองได้แม้ว่าจะมีข้อบกพร่อง คะแนนต่ำ  
หมายถึง การไม่สามารถยอมรับจุดอ่อน หรือจุดด้อยของตัวเอง
7. การมีทัศนะแง่ดีต่อผู้อื่น (Nature of Man-Constructive: Nc)  
วัดทัศนะในแง่ดีต่อการมองผู้อื่น คะแนนสูง หมายถึง มีความเชื่อในบุคคลว่ามีเนื้อแท้ที่ดี  
คะแนนต่ำ หมายถึง การมีทัศนะแง่ลบต่อผู้อื่นเพราะเชื่อว่าเนื้อแท้ของบุคคลมีความชั่วร้าย

8. การรับรู้ความสัมพันธ์กันของธรรมชาติ (Synergy: Sy) วัดความสามารถในการมองเห็นความเกี่ยวข้องของสิ่งตรงกันข้ามที่เกิดขึ้นในชีวิต เช่น ความสำเร็จ - ความล้มเหลวว่าไม่ใช่เป็นสิ่งตรงกันข้ามโดยสิ้นเชิง คะแนนสูง หมายถึง มีความเข้าใจและมองเห็นความเกี่ยวเนื่องของสิ่งตรงกันข้ามต่าง ๆ ได้ คะแนนต่ำ หมายถึง การแยกว่าสิ่งตรงกันข้ามต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตนั้นเป็นสิ่งตรงข้ามกันอย่างสิ้นเชิง

9. การยอมรับความก้าวร้าว (Acceptance of Aggression: A) วัดความสามารถในการยอมรับความก้าวร้าวโดยธรรมชาติของตัวเอง คะแนนสูง หมายถึง สามารถยอมรับธรรมชาติส่วนหนึ่งของตนเองว่ามีความก้าวร้าว คะแนนต่ำ หมายถึง การที่บุคคลพยายามหลบซ่อนและไม่แสดงความก้าวร้าวออกมาในทุกกรณี

10. ความสามารถสร้างความสัมพันธ์ใกล้ชิด (Capacity for Intimate Contact: C) วัดความสามารถในการสร้างสัมพันธ์ภาพที่อบอุ่นลึกซึ้งกับผู้อื่น คะแนนต่ำ หมายถึง ความรู้สึกยากลำบากในการสร้างสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกับผู้อื่น

#### การใช้แบบวัดภาวะสังจการแห่งตน พีไอไอ (POI)

แบบวัด พีไอไอ (POI) เป็นแบบวัดที่ผู้ทดสอบดำเนินการด้วยตนเองโดยการอ่านและทำความเข้าใจกับคำถามแต่ละข้อซึ่งจะประกอบด้วยข้อความ 2 ข้อความ ให้ผู้ทดสอบเลือกข้อความที่สอดคล้องกับความรู้สึก หรือความเห็นของตนเองมากที่สุด 1 ข้อความ แล้วตอบลงในกระดาษคำตอบที่แยกออกต่างหากโดยทำเครื่องหมาย X กับตัวอักษรซึ่งตรงกับข้อความที่ต้องการ การตอบแบบวัดจะต้องตอบทุกข้อ สำหรับแบบวัดพีไอไอ (POI) ฉบับประยุกต์เป็นภาษาไทยของ ดุจเดือน ชินเจริญทรัพย์ มีข้อคำถาม 132 ข้อ การทดสอบแบบวัด พีไอไอ (POI) ไม่จำกัดเวลา แต่โดยทั่วไปจะใช้เวลาประมาณ 20-30 นาที

### การตรวจและคิดคะแนน

ข้อที่ผู้ทดสอบตอบถูกต้องกับเฉลยจะ ได้รับคะแนน 1 คะแนน ถ้าตอบผิดจะไม่ได้ รับคะแนนในข้อนั้น การคิดคะแนนจะทำการรวมคะแนนในมาตราหลักทั้ง 2 มาตรา ของ ผู้ทดสอบเป็นคะแนนภาวะสัจการแห่งตน และรวมคะแนนภาวะสัจการแห่งตนในแต่ละมาตรา ย่อย 10 มาตรา เป็นคะแนนภาวะสัจการแห่งตนในแต่ละด้าน โดยพิจารณาเปรียบเทียบ ก่อนและหลังการทดลอง

### การดำเนินการแปลและตัดแปลงแบบวัด พีโอไอ (POI) ของจุงเคียน ชินเจริกัววีย์

1. ศึกษาแบบวัดภาวะสัจการแห่งตน POI ของชอสโตรอมโดยละเอียดแล้วแปล คำถามของแบบวัดทั้งฉบับเป็นภาษาไทย
2. ตรวจสอบความแม่นยำตรงเชิงภาษา โดยผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งเป็นอาจารย์ประจำ ภาควิชาจิตวิทยา จำนวน 3 ท่าน คือ อาจารย์ ดร. จิน แบร์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ไสรีย์ ไชยแก้ว และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. หลุย จำปาเทศ และอาจารย์ธีรบูรณ์ สมบูรณ์เถกิง อาจารย์ประจำสถาบันภาษาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. การตรวจสอบความเข้าใจของแบบวัด โดยนำไปทดสอบกับนักศึกษา ระดับปริญญาตรี 10 คน โดยวิธีการให้นักศึกษาอ่านและตรวจสอบความเข้าใจเป็นรายข้อ จากนั้นนำแบบวัดมาปรับปรุงสำนวนภาษาให้เหมาะสม
4. ศึกษาและวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยนำแบบวัดไปทดลองใช้ ทดสอบกับนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ และคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จังหวัดสงขลา 2 ครั้ง ครั้งแรก จำนวน 99 คน ครั้งที่ 2 จำนวน 105 คน นำผลมา วิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อด้วยวิธีการหาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ พอยท์ ไบซีเรียล (Point Biserial) ระหว่างข้อคำถามรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ และคะแนนรวมแต่ละด้าน โดยกำหนดค่า P อยู่ระหว่าง .20-.80 และค่า r ตั้งแต่ .20 ขึ้นไป
5. ตัดเลือกข้อคำถามที่มีคุณภาพตามเกณฑ์ที่กำหนด 132 ข้อ เป็นแบบวัดภาวะ สัจการแห่งตนฉบับใหม่ตามแนวแบบวัด POI ของชอสโตรอม (Shostrom)

6. การตรวจสอบค่าความเชื่อถือได้ของแบบวัด โดยนำแบบวัดฉบับประยุกต์ไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักศึกษาปริญญาตรี จำนวน 60 คน 2 ครั้ง โดยเว้นระยะ 2 สัปดาห์ แล้วนำผลมาคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์ของความคงที่ (Coefficient of stability) ด้วยวิธีหาสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ได้ค่าความเชื่อถือได้เท่ากับ .83 ซึ่งค่าความเชื่อถือได้ในแต่ละด้านมีค่าอยู่ระหว่าง .41-.82 ซึ่งมีค่าใกล้เคียงกับการศึกษาของ คลาเว็ตเตอร์ และโมการ์ (Klavetter and Moxar 1967, cited in Shostrom 1966: 33) ซึ่งทดลองกับนักศึกษาปริญญาตรี จำนวน 48 คน ด้วยวิธีการทดสอบซ้ำ (Test-Retest) เว้นระยะ 1 สัปดาห์ ซึ่งได้ค่าความเชื่อถือได้ในแต่ละด้านอยู่ระหว่าง .52-.82 (ดูเจเคอ 2533: 44-46)

### วิธีการดำเนินการวิจัย

#### 1. ระยะก่อนการทดลอง

1.1 ผู้วิจัยเสนอโครงการวิจัยเพื่อพัฒนาหัวหน้างาน โดยใช้กลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวคิดของวิลเลียม ชุทส์ (William Schutz) ต่อหัวหน้าแผนกบุคคล ผู้จัดการฝ่ายบริหาร และผู้จัดการโรงงาน ตามลำดับ เพื่อขออนุมัติและให้การสนับสนุน

1.2 เมื่อได้รับอนุมัติโครงการวิจัยจากบริษัท ฯ แล้ว ผู้วิจัยได้ดำเนินการประชาสัมพันธ์โครงการในรูปการอบรมเชิงปฏิบัติการหัวข้อ กลุ่มจิตวิทยาเพื่อพัฒนาหัวหน้างาน ไปยังหัวหน้างานในฝ่ายผลิต ฝ่ายเทคโนโลยีและฝ่ายซ่อมบำรุง โดยส่งบันทึกจากหน่วยฝึกอบรมพร้อมแผ่นพับประชาสัมพันธ์โครงการและใบสมัคร ไปถึงหัวหน้างานโดยตรงและผ่านหัวหน้าแผนกต่าง ๆ จำนวน 35 คน เพื่อแสดงความจำนงสมัครเข้าร่วมโครงการภายในเวลาที่กำหนด

1.3 ผู้วิจัยเชิญหัวหน้างานที่แสดงความจำนง เข้าร่วมโครงการทั้งหมด 13 คน ประชุมเพื่อชี้แจงเป้าหมาย วัตถุประสงค์ และเงื่อนไขในการอบรมครั้งนี้ โดยชี้แจงเงื่อนไขการเข้าร่วมโครงการว่าเป็นในลักษณะสมัครใจและต้องมีเวลาเข้าร่วมโครงการอย่างต่อเนื่อง 3 วัน 2 คืน ปรากฏว่า มีหัวหน้างานขอลถอนตัวเนื่องจากไม่สามารถเข้าอบรมอย่างต่อเนื่องได้ตลอดโครงการ 3 คน และติดงานด่วนอีก 1 คน จึง

เหลือหัวหน้างานที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ 9 คน จากนั้นผู้วิจัยได้ให้หัวหน้างานซึ่งเป็น  
กลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดภาวะสัจการแห่งตน พีโอไอ (POI) ก่อนเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์

1.4 ผู้วิจัยติดต่อสถานที่ใช้ในการประชุมกลุ่ม โดยใช้สถานที่บริเวณ  
ชายหาดของค่ายสุรสีหนาท (ร.พัน 7) จังหวัดระยองและห้องประชุมใหญ่ อาคาร  
วิศวกรรมชั้น 6 ตลอดจนถึงอำนวยความสะดวกต่าง ๆ

1.5 ผู้วิจัยดำเนินการทดลองค่าใช้จ่ายในโครงการ ได้แก่ ค่าอาหาร  
สำหรับผู้เข้าอบรม ค่าอาหารว่าง-เครื่องดื่ม สิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับนักจิตวิทยาและ  
ผู้เข้าร่วมโครงการ

1.7 ผู้วิจัยติดต่อเชิญนักจิตวิทยาการปรึกษาซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญการนำกลุ่ม  
จิตสัมพันธ์ตามแนวคิดของชุกส์ (Schutz) และแจ้งยืนยันกำหนดการเมื่อได้รับอนุมัติโครงการ

1.8 ผู้วิจัยศึกษาแบบวัดภาวะสัจการแห่งตน พีโอไอ (POI: Personal  
Orientation Inventory) ของชอสโตรม (Shostrom) และแบบวัดที่แปลและ  
ดัดแปลงโดย ดุจเดือน ชินเจริญทรัพย์ ซึ่งผ่านการตรวจคุณภาพจากผู้เชี่ยวชาญแล้ว  
จำนวน 132 ข้อ เกี่ยวกับวิถีการบริหารแบบวัด การตรวจ และการวิเคราะห์ผลการ  
ทดสอบ

1.9 ผู้วิจัยจัดเตรียมแบบวัดภาวะสัจการแห่งตน พีโอไอ (POI) ฉบับ  
ประยุกต์และแบบประเมินผลการอบรม สำหรับทดสอบและขอความคิดเห็นกลุ่มตัวอย่าง  
หลังจากสิ้นสุดการร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์

## 2. ระยะทดลอง

2.1 วิทยากรผู้นำกลุ่มและกลุ่มตัวอย่าง เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ ตามทฤษฎีของ  
ชุกส์ ณ ห้องประชุมใหญ่ อาคารวิศวกรรม ชั้น 6 และชายหาดของค่ายสุรสีหนาท (ร.พัน 7)  
จังหวัดระยอง ในระหว่างวันศุกร์ที่ 21 ถึงวันอาทิตย์ที่ 23 ธันวาคม 2533 รวมเวลา 3 วัน  
2 คืน หรือรวมระยะเวลาทั้งหมด 24 ชั่วโมงต่อเนื่องกัน โดยมีผู้วิจัยร่วมสังเกตกระแสของ  
กลุ่มอย่างใกล้ชิดและขออนุญาตบันทึกเทปเพื่อการศึกษาและวิจัย

2.2 การดำเนินกลุ่มจิตสัมพันธ์ ตามทฤษฎีของชุกส์ ได้มีการกำหนดกิจกรรม  
ไว้บางส่วนแต่การดำเนินกิจกรรมจะพิจารณานำกิจกรรมมาใช้ให้สอดคล้องกับบรรยากาศ



ของกลุ่ม กระแสและความพร้อมของสมาชิกโดยวิทยากรผู้นำกลุ่มจะเอื้ออำนวยให้กลุ่ม  
ดำเนินไปสู่เป้าหมาย ซึ่งสรุปขั้นตอนการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ ได้ดังนี้

2.2.1 วิทยากรผู้นำกลุ่ม ชี้แจงให้สมาชิกทราบถึง วัตถุประสงค์  
เป้าหมายและวิธีการของกลุ่มจิตสัมพันธ์ ตลอดจนการปฏิบัติตัวในระหว่างเข้าร่วมกลุ่มใน  
ฐานะสมาชิกกลุ่ม

2.2.2 การเริ่มดำเนินการกลุ่มจิตสัมพันธ์ โดยการแนะนำตัวของ  
สมาชิกและทำความรู้จักซึ่งกันและกันอย่างใกล้ชิดและเป็นกันเอง จากนั้นผู้นำกลุ่มจะเป็นผู้  
เอื้ออำนวยให้สมาชิกกลุ่มได้มีโอกาสสำรวจตนเอง เรียนรู้ รู้จักตนเองและรู้จักเพื่อน  
สมาชิกเพิ่มมากขึ้น การสร้างบรรยากาศภายในกลุ่มให้สมาชิกมีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิด  
เปิดเผยและจริงใจต่อกัน มีการฝึกฝนทักษะที่ช่วยให้รู้เท่าทันตนเอง เห็นคุณค่าของตนเอง  
และผู้อื่นยอมรับตนเองทั้งในด้านบวกและด้านลบ กล้าแสดงออกในความเป็นตัวของตัวเอง  
อย่างเปิดเผย และมีอิสระ มีความไว้วางใจ มีความเป็นธรรมชาติ โดยมีวิทยากรผู้นำกลุ่ม  
และสมาชิกกลุ่มช่วยเอื้ออำนวย โดยอาศัยกิจกรรมกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามทฤษฎีของชูลส์เป็นตัว  
กระตุ้นให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจริงในขณะนั้น ซึ่งสามารถสรุปการ  
ดำเนินการกลุ่มโดยสังเขป ได้ดังนี้

#### สรุปการดำเนินการกลุ่มโดยสังเขป

วันศุกร์ที่ 21 ธันวาคม 2533

เวลา 8.00 น. ผู้วิจัยได้เชิญกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นหัวหน้างานของหน่วยงาน  
ต่าง ๆ ลงทะเบียน และเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์ ณ ห้องอบรม ชั้น 6 อาคารวิศวกรรม บริษัท  
อุตสาหกรรมปิโตรเคมีกัลไทย จำกัด ส่วนโรงงานจังหวัดระยอง โดยผู้จัดการโรงงาน  
กล่าวเปิดการอบรม จากนั้นผู้วิจัยในฐานะผู้จัดการโครงการกลุ่มจิตสัมพันธ์เพื่อพัฒนาหัวหน้า  
งาน ได้แนะนำวิทยากรผู้นำกลุ่ม 2 คน คือ อาจารย์ดวงพร เลหากุล และอาจารย์  
จันทร์ฉาย นิกษศิริกุล วิทยากรทั้งสองท่าน ซึ่งเป็นผู้มีประสบการณ์ในการเป็นวิทยากรผู้นำ  
กลุ่มจิตสัมพันธ์ในการพัฒนาตนเป็นอย่างดี จากนั้นวิทยากรผู้นำกลุ่มเริ่มนำเข้าสู่การดำเนิน  
การกลุ่มจิตสัมพันธ์ ตามทฤษฎีของชูลส์ โดยได้ชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ วิธีการดำเนินการกลุ่ม

ระยะเวลาในการประชุมกลุ่มและการทำกิจกรรมร่วมกันภายในกลุ่ม ตลอดจนบทบาทของวิทยากรผู้นำกลุ่มและสมาชิกทุกคน จากนั้นก็เปิดโอกาสให้สมาชิกแนะนำตัวเอง เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มรู้จักกันเพิ่มมากขึ้น โดยการแนะนำตัวเองโดยสมัครใจ การแนะนำตัวยังเป็นแบบค่อนข้างเป็นทางการ มีการพูดอย่างสงวนท่าทีหรือพูดเพื่อให้สมาชิกคนอื่นสอบถามรายละเอียดภายหลัง เมื่อสมาชิกทุกคนแนะนำตัวครบแล้ว วิทยากรผู้นำกลุ่มได้ชี้ให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงและสิ่งที่เกิดขึ้น วิทยากรผู้นำกลุ่มบรรยายถึงลักษณะการเรียนรู้แบบกลุ่มและความรู้เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของมนุษย์ เพื่อเป็นการปูพื้นฐานการเรียนรู้พฤติกรรม ความรู้สึกที่เกิดขึ้นในชีวิตการทำงานและชีวิตส่วนตัว สมาชิกมีความสนใจฟังเป็นอย่างมาก หลังจากการพักย่อยแล้ว วิทยากรผู้นำกลุ่มเริ่มกิจกรรมแนะนำตัวและสร้างความคุ้นเคย โดยการจับคู่และสัมภาษณ์ ประวัติส่วนตัวและรายละเอียดซึ่งกันและกัน แล้วมาแนะนำสมาชิกที่เป็นคู่ของตนต่อกลุ่ม จากการสังเกต เห็นว่าหัวหน้างานใหม่บางคนยังนั่งอยู่กับที่ไม่ลุกไปสัมภาษณ์ แต่ต่อมากลางการซักถาม สัมภาษณ์เริ่มมากขึ้นจนครบทุกคน หลังจากเวลาผ่านไป สมาชิกเริ่มซักถามกันมากขึ้นแต่บางคนก็เข่ากัน เนื่องจากรู้จักกันเป็นอย่างดีแล้ว ในระหว่างการแนะนำตัวสมาชิกเริ่มมีความคุ้นเคยและมีส่วนร่วมในกลุ่มเพิ่มมากขึ้น มีการหยอกล้อแซวกันบ้าง ตลอดช่วงท้ายของการแนะนำตัว ในระหว่างการรับประทานอาหารกลางวันสมาชิกมีการสนทนากันมากเกี่ยวกับเรื่องของโรงงาน และผู้บังคับบัญชา ฯลฯ สมาชิกมีความใกล้ชิดกันมากขึ้น มีการทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน เช่น การรับประทานอาหาร การเดินทางไปที่สัมมนาที่มีการเดินเป็นกลุ่ม เป็นต้น

เวลาประมาณ 13.00 น. เมื่อวิทยากรผู้นำกลุ่มเห็นว่ามาทันพร้อมแล้ว ก็ให้สมาชิกร่วมกิจกรรม "Recognition Needs" โดยให้สมาชิกแต่ละคนตอบคำถามและสอบถามคำตอบจากเพื่อนสมาชิกเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น ทำงานร่วมกับผู้อื่น ตนเองต้องการให้ผู้ที่อยู่รอบข้างใกล้ชิด รู้สึกอย่างไรต่อตนเองเมื่อได้ข้อมูลครบแล้วก็มาอภิปรายในกลุ่มร่วมกัน วิทยากรผู้นำกลุ่มสรุปสาระสำคัญที่ได้ฟังจากสมาชิกแต่ละคน หลังจากพักย่อยแล้ววิทยากรผู้นำกลุ่ม ได้นำกิจกรรม "ฉันสังเกตเห็น และคาดเดาว่า]]]]" เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้ การสังเกต การคาดเดา และการรับรู้ข้อเท็จจริงในปัจจุบัน ด้วยประสบการณ์ตรงจากกิจกรรมนี้สมาชิกคนหนึ่ง กล่าวว่า "ส่วนใหญ่ในชีวิตการทำงาน เราใช้การคาดเดามากกว่าการพูดเฉพาะสิ่งที่เห็นจริง ๆ" สมาชิกมีการอภิปรายเกี่ยวกับกิจกรรมนี้ ทำให้ได้ข้อคิดในการใช้ความระมัดระวังในการประเมินคนจากการคาดเดา

เพราะนั้นไม่ใช่ข้อเท็จจริงที่เห็นอยู่หรือเป็นอยู่จริง

เมื่อเวลา 17.00 น. วิทยากรผู้นำกลุ่มสรุปและให้สมาชิกพักผ่อนตามอัธยาศัย และนัดหมายสมาชิกรับประทานอาหารเช้าที่ร้านอาหารใกล้โรงงานในเวลา 19.00 น. ในระหว่างการรับประทานอาหารเช้าสมาชิกส่วนใหญ่ มีความสนุกสนาน สดชื่น หลังจากได้พักผ่อน อาบน้ำ เปลี่ยนเครื่องแต่งกายใหม่และเปลี่ยนบรรยากาศมารับประทานอาหารเช้าในร้านอาหารซึ่งเป็นสถานที่ที่สงบ ร่มรื่น จากการสังเกตเห็นความสัมพันธ์ใกล้ชิด เป็นกันเอง ของวิทยากรผู้นำกลุ่มและสมาชิก มีการซักถามสนทนาความรู้สึกรวมถึงปัญหาที่พูดคุยกันในกลุ่มระหว่างการรับประทานอาหารเช้า บรรยากาศเป็นกันเองมาก

เมื่อเวลา 20.00 น. วิทยากรผู้นำกลุ่มและสมาชิกมาที่ห้องอบรม ชั้น 6 อีกครั้ง วิทยากรผู้นำกลุ่มนำให้สมาชิกร่วมการฝึกการตระหนักรู้ "Awareness" โดยให้สมาชิกหลับตา สงบนิ่ง ฟังเสียงที่เกิดขึ้นรอบตัวอย่างใส่ใจ โดยวิทยากรผู้นำกลุ่มทำเสียงต่าง ๆ เป็นระยะ เมื่อฝึกพอสมควรแล้ว วิทยากรผู้นำกลุ่มให้สมาชิกอภิปรายแลกเปลี่ยนความรู้สึกที่เกิดขึ้น และข้อคิดที่ได้จากประสบการณ์นี้ สมาชิกคนหนึ่งกล่าวว่า "รู้สึกสงบ เยือกเย็น รู้สึกนิ่ง ไม่ได้คิดอะไรเพราะตั้งใจฟังเสียงที่เกิดขึ้น รู้สึกรับรู้อะไรรอบตัวมากขึ้น" สมาชิกหลายคนแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับการฝึกสมาธิในแบบต่าง ๆ เมื่อถึงเวลาประมาณ 22.00 น. วิทยากรผู้นำกลุ่มจึงสรุปถึงสิ่งที่ได้ฝึกปฏิบัติจากประสบการณ์ตรงที่เกิดขึ้น ข้อคิดที่กลุ่มได้รับและความรู้สึกที่มีต่อสมาชิก ก่อนปิดการอบรมในวันแรก

วันเสาร์ที่ 22 ธันวาคม 2533

เวลา 8.00 น. สมาชิกทุกคนและวิทยากรผู้นำกลุ่มร่วมรับประทานอาหารเช้าพร้อมกันที่สโมสรของโรงงาน สังเกตเห็นว่า สมาชิกมีการสนทนาและมีความใกล้ชิดกันมากขึ้น หลายคนพูดมากกว่าเมื่อวาน สมาชิกคนหนึ่งกล่าวว่า เมื่อคืนผมนอนหลับไม่เต็มที่ คอยกังวลกลัวตื่นไม่ทันมาเข้ากลุ่ม กลัวผัดผัดและทบทวนสิ่งที่ได้จากการเข้ากลุ่มเมื่อวานหลายอย่าง รู้สึกได้ข้อคิดต่าง ๆ ดีเหมือนกัน ประมาณ 9.00 น. สมาชิกและวิทยากรผู้นำกลุ่มมาพร้อมกันที่สถานที่ประชุมกลุ่ม วิทยากรผู้นำกลุ่มจึงนำกิจกรรม "Symbol of you" อธิบายให้สมาชิกฟังและเปิดโอกาสให้ซักถามจนเข้าใจ จากนั้นให้สมาชิกแต่ละคนพิจารณาหาสิ่งที่ เป็นสัญลักษณ์ของตนเองและสิ่งที่รู้สึกว่าสอดคล้องกับชีวิตของตนที่ผ่านมาในอดีตและปัจจุบัน

เมื่อได้เวลาพอสมควรสมาชิกที่พร้อมก็จะพูดถึงสัญลักษณ์ของตน แต่สมาชิกบางคนบอกว่าทำกิจกรรมนี้ไม่ค่อยได้เพราะไม่คุ้นเคยกับการจินตนาการ รู้สึกว่าเป็นนามธรรมเกินไป หลังจากพักย่อยแล้ว สมาชิกบางคนอธิบายสัญลักษณ์ของตนและเริ่มนำเข้าสู่ปัญหาเรื่องงาน ปัญหาเกี่ยวกับผู้บังคับบัญชา ความต้องการอยู่กับความขัดแย้งให้ดีขึ้น ซึ่งพบว่าสมาชิกมีความคาดหวังให้ผู้อื่นเปลี่ยนแปลงตนเอง วิทยากรผู้นำกลุ่มชวนให้สมาชิกมีทัศนคติต่องานโดยพิจารณาในแง่ความสำเร็จหรือความภาคภูมิใจในการมีส่วนร่วมคิดและปฏิบัติให้งานลุล่วงไป การเรียนรู้ที่จะแก้ไขปรับปรุงตนเองมากกว่าความคาดหวังให้ผู้อื่นเปลี่ยนแปลงตนเอง การมีทัศนคติ การมองโลกที่เป็นจริงในปัจจุบัน (Here & Now) และการรับรู้ผู้อื่นอย่างเป็นจริง ไม่มองโดยมีอคติส่วนตัว สังเกตเห็นว่าสมาชิกมีความสนใจและได้ข้อคิดจากกิจกรรมนี้พอสมควร

หลังจากรับประทานอาหารกลางวันแล้ว ประมาณ 13.00 น. สังเกตเห็นว่าสมาชิกเริ่มมีความรู้สึกวางตัวสบายมากขึ้นในการเข้าร่วมกลุ่ม ไม่เคร่งเครียดหรือกังวลกับการต้องอยู่ในกลุ่มกับคนแปลกหน้าต่อไป บรรยากาศกลุ่มมีความเป็นกันเอง เปิดเผยและจริงใจต่อกันมากขึ้น ทั้งนี้เนื่องจากอยู่ร่วมกันมาเกือบสองวันและมีกิจกรรมที่ช่วยให้รู้จักกันลึกซึ้งมากขึ้นทุกขณะ จากนั้นวิทยากรผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่กิจกรรม Blind Walk โดยให้สมาชิกจับคู่กันและให้สมาชิกคนหนึ่งปิดตาเสมือนคนตาบอด และอีกคนจะเป็นผู้นำไปรับรู้ประสบการณ์ต่าง ๆ ด้วยการสัมผัสเป็นระยะเวลาหนึ่ง โดยให้สมาชิกที่นำไปจะเป็นผู้ดูแลเอาใจใส่สมาชิกที่ปิดตาเป็นอย่างดี และมีการสลับกันทำกิจกรรมในลักษณะเดียวกัน เมื่อสมาชิกทุกคนได้ร่วมกิจกรรมแล้วก็มีการนำมาอธิบายความรู้สึก การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจากกิจกรรมนี้ สมาชิกหลายคนกล่าวว่า "แรก ๆ ก็กังวลกลัวเพื่อนจะแกล้ง กลัวตก หลกั้ม แต่ก็รู้สึกว่าเพื่อนพยายามดูแลเราเป็นอย่างดี ก็เลยวางใจเขา" สมาชิกอีกคนหนึ่งให้ความเห็นว่า "ขณะที่พาเพื่อนเดินไป ผมพยายามให้เขารู้ว่ามีอะไรบ้าง ไม่ว่าจะเป็นคันไม้ หาดทราย หญ้า ดอกไม้ พยายามระมัดระวังการเดินของเขาไม่ให้ล้มหรือสะดุดอะไรได้" จากการอภิปรายความรู้สึกและสิ่งที่ได้เรียนรู้ สมาชิกได้รับประสบการณ์ตรงการสัมผัสที่ไม่ใช้สายตา ความไว้วางใจผู้อื่น ความอ่อนโยน ให้ความใส่ใจผู้อื่นและการไม่วิตกกังวลต่อสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น สมาชิกคนหนึ่งกล่าวว่า "สงสารคนตาบอด นี่ขนาดเราเหมือนตาบอดช่วงเวลาสั้น ๆ ยังลำบากขนาดนี้เลย พวกเขาคือเป็นอย่างไรตลอดชีวิตเลย" หลังจากพักย่อยแล้ว วิทยากรผู้นำกลุ่มสังเกตว่า สมาชิกเริ่มอ่อนเพลีย เห็นอยจึงได้นำเข้าสู่กิจกรรม

Relaxation โดยการนอนราบบนพื้นผ้าใบ การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ และการใช้จินตนาการถึงความเครียดในลักษณะที่สามารถปลดปล่อย ผ่อนคลายออกไปจากตัว การจับคู่แนวคิดในลักษณะต่าง ๆ ซึ่งกันและกันตามแบบที่วิทยากรผู้นำกลุ่มสาธิต การฝึกสมาธิโดยการนั่งสงบนิ่ง การควบคุมการหายใจ การรับรู้ สัมผัสกับสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ เมื่อสิ้นสุดกิจกรรมสมาธิหลายคนแสดงความสนใจกิจกรรมนี้มาก เพราะเห็นว่าสามารถนำไปใช้ในชีวิตรวมอยู่ในภาวะเห็นดีเห็นงาม เครียด วิตกกังวลได้ หลายคนบอกว่าจะพยายามฝึกฝนสมาธิเพราะเป็นสิ่งที่มีความประโยชน์ต่อการทำงานมาก สมาชิกส่วนใหญ่รู้สึกผ่อนคลายหายเครียด สิ้นหนาท่าทางสดชื่นขึ้นกว่าช่วงบ่าย เมื่อวิทยากรผู้นำกลุ่มสรุปสาระต่าง ๆ ที่สมาธิได้รับจากการเข้ากลุ่มในกิจกรรมนี้แล้วจึงเปิดโอกาสให้สมาธิฝึกผ่อนคลายตามอัชฌาศัย และนัดรับประทานอาหารเช้าเวลา 19.00 น. ที่ร้านอาหารอีกแห่งหนึ่งริมหาดแม่รำพึง บรรยากาศในการรับประทานอาหารค่ำ มีความสนุกสนานเป็นกันเอง มีการสนทนา หยอกล้อกัน เหมือนเป็นเพื่อนที่ร่วมชั้น เรียนกันมาเป็นเวลานาน ไม่มีความรู้สึกแบ่งแยกตำแหน่ง หน้าที่แผนกหรือฝ่าย หลายคนนำปัญหาหนักใจในการทำงานกับหัวหน้าหรือผู้ใต้บังคับบัญชามาขอคำปรึกษาเพื่อนสมาธิในกลุ่ม บางคนก็มาปรึกษากับวิทยากรผู้นำกลุ่ม เกี่ยวกับประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้ในวันนี้

เวลาประมาณ 20.00 น. สมาธิมารวมกันที่ห้องประชุม วิทยากรผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่กิจกรรม "กระจกเงา" โดยให้สมาธิแต่ละคน หาพื้นที่เฉพาะตัวที่มีกระจกและยืนสงบนิ่งเพื่อพิจารณาตนเอง โดยสมมติหรือจินตนาการว่ากำลังสนทนากับบุคคลในกระจกเงาเกี่ยวกับสิ่งที่ผ่านมาในชีวิต ความภาคภูมิใจในตนเอง สิ่งที่อยู่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเอง สิ่งที่อยู่จะละทิ้ง และเป้าหมายของชีวิต เมื่อใช้เวลาพอสมควรแล้วสมาธิก็มารวมกลุ่มกันอีกครั้ง เพื่ออภิปรายถึงสิ่งที่ได้รับจากกิจกรรมกระจกเงา สมาชิกคนหนึ่งเล่าถึงความภาคภูมิใจในตนเองที่เป็นคนต่างจังหวัดอยู่ในครอบครัวที่ยากจน ต้องดิ้นรนต่อสู้ชีวิตมาตลอด ต้องแข่งขันพยายามเอาชนะการถูกดูถูกเหยียดหยามจากญาติ เพื่อนบ้าน จนในที่สุดได้มาทำงานอยู่ที่นี้ มีฐานะและตำแหน่งหน้าที่ มีความมั่นคงและความภาคภูมิใจของตนเองและพ่อแม่ สมาชิกคนหนึ่งเล่าถึงอุปสรรคความคับข้องใจที่เกิดขึ้นกับตนเองตลอดเวลาที่ทำงานที่ TPI คือ การที่ตนเองกับแฟนต้องอยู่ห่างกันได้พบกันสัปดาห์ละครั้ง ความเป็นห่วง สงสารและกลัวเขาจะเปลี่ยนใจ แต่ขณะที่เมื่อคิดถึงการแต่งงานก็รู้สึกอึดอัด ไม่มีความพร้อมเพราะตนเองตั้งเป้าหมายว่า ควรจะแต่งงานเมื่อมีตำแหน่งหน้าที่และ

หลักฐาน ฐานะที่ต่ำกว่าที่เป็นอยู่ ตอนนั้นแฟนและเพื่อนที่ใกล้ชิดหรือพ่อแม่ของแฟนก็มักจะถามถึงกำหนดการแต่งงานซึ่งตนก็รู้สึกอึดอัดทุกครั้ง เมื่อเล่าจบสมาชิกหลายคนได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ของตนที่คล้ายกัน บางคนก็แสดงความคิดเห็นและเสนอแนะการแก้ไขปัญหาพิจารณาหาทางออก บางคนก็ให้กำลังใจ จนเมื่อใกล้สิ้นสุดกลุ่ม สมาชิกผู้นั้นบอกว่ารู้สึกขอบคุณี่ ๆ และเพื่อนทุกคนในกลุ่ม เขาคิดว่าได้ข้อคิดและเห็นแนวทางบางอย่างมากขึ้น สิ่งเกิดดูสีหน้าท่าทางสมาชิกผู้นั้นสดชื่นขึ้นมาก เมื่อถึงเวลาประมาณ 22.00 น. วิทยากรผู้นำกลุ่มสรุปข้อคิดและสาระที่ได้ เรียนรู้ในวันนั้นก่อนปิดการอบรมเพื่อให้ทุกคนได้พักผ่อนต่อไป

วันอาทิตย์ที่ 23 ธันวาคม 2533

เวลาประมาณ 8.00 น. สมาชิกร่วมรับประทานอาหารเช้าแต่ก็มีสมาชิกบางคนมาสายโดยให้เหตุผลว่า เคยชินกับวันอาทิตย์ซึ่งเป็นวันหยุดสบาย ๆ บรรยากาศในการรับประทานอาหารเช้า สนุกสนานเป็นกันเองเหมือนเคย สมาชิกคนหนึ่งพูดว่า วันนี้เป็นวันสุดท้ายของการเข้ากลุ่มแล้วอยากให้มีต่อไปสักอาทิตย์หนึ่ง ซึ่งหลายคนก็แสดงความเห็นด้วย เมื่อเวลาประมาณ 9.00 น. สมาชิกมาถึงสถานที่ประชุมกลุ่ม วิทยากรผู้นำกลุ่มบรรยายถึงกิจกรรมกลุ่มตั้งแต่วันแรกจนถึงปัจจุบัน มีประเด็นอะไรที่ได้เรียนรู้ไปแล้วและมีการเปลี่ยนแปลงที่สังเกตเห็นซึ่งต่อจากนี้ขอให้สมาชิกพูดถึงเรื่องราวส่วนตัวซึ่งแต่ละคนไม่ชอบ ไม่ต้องการและต้องการแก้ไข เมื่อสมาชิกที่มีความพร้อมแต่ละคนพูดถึงสิ่งที่ตนไม่ชอบและต้องการแก้ไข สมาชิกในกลุ่มให้ความสนใจบางคนก็กล่าวถึงปัญหาหรือสิ่งที่ประสบอยู่คล้ายกัน บางคนก็เสนอแนะทางแก้ไข บางคนก็ให้กำลังใจหรือให้มองในแง่ดีอื่น ๆ บ้างจากการสังเกตเห็นถึงความรู้สึกเป็นกลุ่มที่มีความรู้สึกร่วมกัน มีความจริงใจและช่วยเหลือกันเป็นอย่างดี หลังจากพักย่อยแล้ว วิทยากรผู้นำกลุ่มนำเข้าสู่กิจกรรม Giving & Recieving เป็นกิจกรรมที่ให้สมาชิกได้แสดงการให้และการรับโดยการเขียนความรู้สึกประทับใจ ความปรารถนาดีที่มีต่อเพื่อนสมาชิกทุกคนในกลุ่ม แล้วนำไปมอบให้สมาชิกแต่ละคน พร้อมทั้งพูดถึงสาระที่เขียนด้วยตนเอง

เมื่อสิ้นสุดกิจกรรม วิทยากรผู้นำกลุ่มได้สรุปสาระทั้งหมดที่ได้เรียนรู้ในการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ตั้งแต่วันแรกจนถึงขณะนี้ กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงที่ได้พบเห็น ความรู้สึกที่ดีที่เกิดขึ้นและกล่าวให้กำลังใจสมาชิกทุกคนในการเผชิญกับปัญหาและใช้ชีวิตต่อไปใน

อนาคต และจึงกล่าวปิดการอบรม

บรรยากาศการรับประทานอาหารกลางวันไม่ค่อยสนุกสนานเหมือนทุกครั้ง สมาชิกหลายคนรู้สึกเสียดายบรรยากาศเข้าร่วมกลุ่ม มีสมาชิกหลายคนมาขอที่อยู่และขอให้วิทยากรผู้นำกลุ่มมาเป็นวิทยากรในการสัมมนาในลักษณะนี้

เวลาประมาณ 13.30 น. สมาชิกมารวมกันที่ห้องประชุมอีกครั้ง ผู้วิจัยขอความร่วมมือจากสมาชิกในการทำแบบทดสอบภาวะสัจการแห่งตน ซึ่งเป็นภาคทดสอบหลังการเข้าร่วมกลุ่ม และขอให้สมาชิกประเมินผลการอบรมในแบบสอบถาม จากนั้นจึงเปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามหรือเสนอแนะเกี่ยวกับกิจกรรมในลักษณะการเข้าร่วมกลุ่มก่อนปิดการอบรม

### การวิเคราะห์ข้อมูล

เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลตามรูปแบบการวิจัยแบบ One group pretest posttest experimental design ดังนี้

1. หาค่ามัชฌิมเลขคณิต ( $\bar{X}$ ) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) ของคะแนนที่เพิ่มขึ้น (Gain scores) ของคะแนนภาวะสัจการแห่งตนจากแบบวัด POI ทั้งฉบับจากการทดสอบก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่าง
2. หาค่ามัชฌิมเลขคณิต ( $\bar{X}$ ) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) ของคะแนนที่เพิ่มขึ้น (Gain scores) ของคะแนนภาวะสัจการแห่งตนในแต่ละด้านของแบบวัด POI จากการทดสอบก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่าง
3. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนจากแบบวัดภาวะสัจการแห่งตน ก่อนและหลังการทดลองด้วยค่าที (t-test)
4. การประมวลผลข้อมูลจากแบบสอบถามประเมินผลการอบรม โดยการแจกแจงความถี่ของความเห็นสมาชิกในรูปเปอร์เซ็นต์

ตารางการดำเนินการกลุ่มจิตสัมพันธ์ เพื่อพัฒนาหัวหน้างาน

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กระแสกลุ่ม
วันศุกร์ที่ 21 ธันวาคม 2533		
ช่วงที่ 1 (9.00-10.00 น.)		
1. เปิดการอบรม	เพื่อให้สมาชิก ได้รับทราบถึงเจตนารมณ์และความคาดหวังของบริษัทฯ ต่อการพัฒนาหัวหน้างาน	สมาชิกกลุ่มจิตสัมพันธ์มีการแนะนำตัวเองค่อนข้างเป็นทางการ สมาชิกบางคนยังสงวนท่าที บางคนแนะนำตัวเพียงเล็กน้อย แต่ต้องการให้สมาชิกคนอื่นซักถาม
2. การแนะนำตัวของสมาชิก	เพื่อให้สมาชิก ได้รู้จักกัน สร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้เข้ารับการอบรม	ส่วนใหญ่เงียบเมื่อวิทยากรตั้งคำถาม แต่สมาชิกให้ความสนใจและมีความ
3. การชี้แจงวัตถุประสงค์ เป้าหมายของการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ บทบาทของสมาชิกและวิทยากรผู้นำกลุ่ม	เพื่อให้สมาชิก เข้าใจวัตถุประสงค์และเป้าหมายของการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์และปฏิบัติตนเพื่อบรรลุการพัฒนาตน	ตั้งคำถาม แต่สมาชิกให้ความสนใจและมีความเข้าใจเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ และเข้าใจ
4. การบรรยายความรู้ทางวิชาการในสังคมปัจจุบัน กับความรู้เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของมนุษย์	เพื่อให้สมาชิก เริ่มให้ความสนใจและพิจารณาสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตประจำวัน	บทบาทของตนเองและวิทยากรผู้นำกลุ่ม เมื่อวิทยากรผู้นำกลุ่มบรรยายถึงความรู้เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของมนุษย์สมาชิกให้ความสนใจเป็นอย่างมาก เพราะมีความแตกต่างจากวิชาการทางด้านเทคนิคต่าง ๆ



กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กระแสกลุ่ม
---------	--------------	------------

ช่วงที่ 2 (10.45-12.00 น)

- |  |   |   |
|--|---|---|
| 1. กิจกรรมแนะนำตัว และสร้างความคุ้นเคย | เพื่อให้สมาชิก ได้ฝึกปฏิบัติ ในการสร้างความคุ้นเคย ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม | สมาชิก ได้ทำกิจกรรมใน การแนะนำตัว โดยการ สัมภาษณ์ สอบถามรายละเอียดของสมาชิกแต่ละคน สมาชิกทุกคนให้ความร่วมมือ ในการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี สมาชิกพูดคุย หยอกล้อกัน มีการหัวเราะบางครั้ง กระแสกลุ่ม ในระหว่างนี้อยู่ในขั้นการมีส่วนร่วมของสมาชิก (Inclusion) |
|--|---|---|

ช่วงที่ 3 (13.00-15.00 น)

- |                                |   |  |
|--------------------------------|---|--|
| 1. กิจกรรม "Recognition Needs" | เพื่อให้สมาชิก ได้ตระหนัก ถึงความรู้สึกเกี่ยวกับ ความต้องการที่แท้จริงของ สมาชิกทุกคน | สมาชิก ได้ค้นหาและ ตรวจสอบความรู้สึกของ ตนเองและเพื่อนสมาชิก เกี่ยวกับความรู้สึก ความต้องการที่ปราศจากบุคคล ที่อยู่ใกล้ชิด ทำให้สมาชิก ได้ เกิดการเรียนรู้และตระหนัก ถึงความต้องการที่แท้จริง ของตนเองและผู้อื่น |
|--------------------------------|---|--|

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กระแสกลุ่ม
<u>ช่วงที่ 4</u> (15.15-17.00 น)	กิจกรรม ฉันทสังเกตุเห็นและ เดาเอาว่า...	สมาชิก ได้ฝึกปฏิบัติ กิจกรรมการสังเกตุและ การคาดเดา ทำให้ได้ สำรวจตนเอง ได้ทบทวน ประสบการณ์และพฤติกรรม ที่ปฏิบัติอยู่ในชีวิตประจำวัน เข้าใจข้อเท็จจริงบาง ประการในการปฏิบัติงาน และการดำเนินชีวิต กระแส กลุ่มในช่วงนี้ทำให้สมาชิกได้ ตระหนักรู้ตนเอง เปิดเผย และมีบทบาทในกลุ่มต่าง ๆ กัน จัดอยู่ในชั้นการควบคุม (Control)
<u>ช่วงที่ 5</u> (20.00-22.00 น)	กิจกรรมฝึก "Awareness" การใส่ใจ การสังเกตุ การติดตามความคิด และความรู้สึกที่เกิดขึ้น ในกลุ่ม	สมาชิก ได้ฝึกทักษะต่าง ๆ เกี่ยวกับการตระหนักรู้ตนเอง การฝึกสมาธิ การติดตาม ความคิดความรู้สึกที่เกิดขึ้น ของตนเอง ในชั้นนี้กระแส กลุ่มช่วยให้สมาชิกฝึกการ ตระหนักรู้ถึงความรู้สึกใน ปัจจุบัน ที่นี้และเดี๋ยวนี้ (Here and Now)

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กระแสดกลุ่ม
---------	--------------	-------------

วันเสาร์ที่ 22 ธันวาคม 2533

ช่วงที่ 6 (9.00-12.00 น)

กิจกรรม "Symbol of you" เพื่อให้สมาชิกได้ทบทวนอดีต ปัจจุบันและอนาคตเกี่ยวกับตนเอง ได้เปิดเผยและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน

สมาชิกแต่ละคนได้มีโอกาสทบทวนประสบการณ์ที่ผ่านมา ปัญหาอุปสรรคหรือความสำเร็จในปัจจุบันและความหวังในอนาคต สมาชิกได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความคิดเห็น กระแสดกลุ่มช่วงนี้ทำให้สมาชิกมีการเปิดเผย จริ่งใจต่อกัน มีการช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม ตลอดจนการเรียนรู้จากประสบการณ์ของผู้อื่นจัดอยู่ในขั้น การควบคุม (Control)

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กระแสลุ่ม
---------	--------------	-----------

ช่วงที่ 7 (13.00-15.00 น)

กิจกรรม "Blind Walk"

เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้และ  
เกิดความรู้สึกไว้วางใจผู้อื่น

สมาชิกได้ทำกิจกรรม  
ดูแลและนำเพื่อนสมาชิก  
ซึ่งปิดตาได้เรียนรู้สิ่งที่เกิด  
จากการดูแลเอาใจใส่ของ  
เพื่อนสมาชิก เพื่อเรียนรู้สิ่ง  
ต่าง ๆ ด้วยการสัมผัส  
กระแสลุ่มในระยะนี้ทำให้  
สมาชิกได้เกิดความรู้สึกไว้วาง  
ใจซึ่งกันและกัน

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กระแสกลุ่ม
ช่วงที่ 8 (15.15-17.00 น)	กิจกรรม การผ่อนคลายความ เครียดโดยการฝึกสมาธิ และการนวดเป็นกลุ่ม เพื่อให้สมาชิก ได้ฝึกทักษะ ด้วยการฝึกสมาธิ และการนวดเป็นกลุ่ม การให้และการรับ การช่วยเหลือผู้อื่น	สมาชิก ได้ฝึกการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ด้วยการสลับกันนวดตามที่วิทยากรผู้นำกลุ่มสาธิต วิธีการนวด การฝึกสมาธิในการนวดผู้อื่น และใส่ใจกับการรับการนวดจากผู้อื่น การฝึกการควบคุมลมหายใจ การนั่งสมาธิ กระแสกลุ่มช่วงนี้ทำให้สมาชิกได้เรียนรู้การให้และการรับด้วยการนวดให้แก่กัน การแสดงความจริงใจต่อกัน ความเป็นมิตรเป็นกันเองช่วยเหลือเกื้อกูลกัน การฝึกสมาธิทำให้จิตใจว่าง ลดความตึงเครียดของสมาชิก

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กระแสลุ่ม
---------	--------------	-----------

ช่วงที่ 9 (19.00-22.00 น.)

กิจกรรม "กระจกเงา"	เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระดับลึกตลอดจนช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อแสวงหาแนวทางและเป้าหมายของสมาชิกแต่ละคน	สมาชิกแต่ละคนได้มีโอกาสสำรวจตนเองโดยอาศัยกระจกเงา และได้แลกเปลี่ยนความรู้สึกเกี่ยวกับอุปสรรค แนวทางเป้าหมายของแต่ละบุคคล มีการช่วยเหลือแนะนำ ให้กำลังใจกัน อย่างอบอุ่น กระแสลุ่มในช่วงนี้สมาชิกมีความใกล้ชิดเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน มีความผูกพันกัน (Affection)
--------------------	---	---

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กิจกรรม

วัตถุประสงค์

กระแสกลุ่ม

วันอาทิตย์ที่ 23 ธันวาคม 2533

ช่วงที่ 10 (9.00-10.15 น.)

การอภิปรายแลกเปลี่ยน  
ประสบการณ์ที่ได้จากกลุ่ม  
จิตสัมพันธ์

เพื่อให้สมาชิก ได้ทบทวนและ  
เรียนรู้สิ่งที่ได้รับจากกลุ่ม  
ร่วมกัน

สมาชิก ได้อภิปรายถึง  
ความรู้สึกนึกคิด และ  
สิ่งที่เกิดขึ้นภายในกลุ่ม  
จิตสัมพันธ์ตลอดเวลาที่  
ผ่านมา และสิ่งที่สมาชิก  
แต่ละคนได้เรียนรู้ด้วย  
ประสบการณ์ตรงและ  
การแลกเปลี่ยนจาก  
เพื่อนสมาชิก สมาชิก  
ทุกคนให้ความร่วมมือ มี  
การแสดงความคิดเห็น  
เป็นกันเอง เป็นมิตร  
ต่อกัน มีความรู้สึกฉันท  
พี่น้อง กระแสกลุ่มอยู่ใน  
ขั้นการผูกพัน ห่วงใย  
ซบะเดียวกันก็มีความ  
เปิดเผยและจริงใจ  
ต่อกัน

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กระแสดกลุ่ม
---------	--------------	-------------

ช่วงที่ 11 (10.30-12.00 น)

กิจกรรม " Giving & Receiving"

เพื่อให้สมาชิกได้รับประสบการณ์จากการให้และการรับข้อมูลย้อนกลับจากสมาชิกและแสดงความรักซึ่งกันและกัน

สมาชิกแต่ละคนได้เขียนความรู้สึกของตนเองไว้ต่อเพื่อนสมาชิกแต่ละคนและนำไปมอบให้พร้อมทั้งกล่าวถึงสิ่งที่เขียนให้สมาชิกแต่ละคนด้วยตนเอง กระแสดกลุ่มช่วงนี้เป็นกระแสดกลุ่มแสดงถึงความผูกพันใกล้ชิดเป็นกันเอง (Affection) อย่างชัดเจน

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กระแสลุ่ม
ช่วงที่ 12 (13.00-15.00 น.)		
สรุปการเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์	<p>เพื่อให้สมาชิกได้รับทราบสิ่ง ที่ได้สังเกตเห็นการ เปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจาก ผู้วิจัย ตลอดจนการแจ้งให้ สมาชิกทราบถึงการสิ้นสุด กลุ่ม การขอบคุณในความ ร่วมมือของสมาชิกทุกคน การทดสอบ Post-test และการตอบแบบประเมินผล การเสนอแนะต่าง ๆ ก่อน ปิดการอบรม</p>	<p>ผู้วิจัยกล่าวถึงสิ่งที่สังเกตเห็น การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การแสดงออกของสมาชิก การขอความร่วมมือในการ ทดสอบแบบวัดภาวะสัจจการ แห่งตนในส่วน post-test และการแสดงความรู้สึกและ ความคิดเห็นในแบบ ประเมินผลการอบรม ตลอดจนแจ้งให้สมาชิก ทราบถึงการสิ้นสุดกลุ่ม ซึ่งสมาชิกให้ความร่วมมือ เป็นอย่างดีและรู้สึกชื่นชม ต่อการสัมมนาในแนวนี้ ขณะ เดียวกันสมาชิกได้แสดงความ ผูกพันทั้งกับวิทยากรผู้นำกลุ่ม และสมาชิกมีการอำลากัน เป็น เวลานานก่อนแยกจากกัน กระแสลุ่มในช่วงนี้อยู่ ในขั้นการผูกพัน (Affection) ก่อน การแยกจากกัน ภายหลังการยุติกลุ่ม</p>

หลังจากการดำเนินการกลุ่มจิตสัมพันธ์สิ้นสุดลง ผู้วิจัยและวิทยากรผู้นำกลุ่มได้ประชุมสรุปและประเมินผลการดำเนินการกลุ่มว่า ควรมีการปรับปรุงและพัฒนาลักษณะของกิจกรรมให้สอดคล้องกับหัวหน้างานในโรงงานอุตสาหกรรมมากขึ้น ตลอดจนช่วงระยะเวลาการจัดการสัมมนาและสถานที่ควรแยกออกจากสถานที่ปฏิบัติงานจริง เพื่อให้การดำเนินการกลุ่มเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย