



การอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมการแนะแนวกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตัวเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จากการวิเคราะห์ข้อมูลปรากฏว่า ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ทั้งสองข้อ คือ

1. นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมการแนะแนวกลุ่มเพื่อพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตัวเอง มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตัวเองสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม
2. นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมการแนะแนวกลุ่มเพื่อพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวตามปกติของโรงเรียน

จากผลการวิจัยดังกล่าว จึงสามารถสรุปได้ว่า กิจกรรมการแนะแนวกลุ่มที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น สามารถพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนให้สูงขึ้นได้ ซึ่งผลของการศึกษาค้นคว้านี้ สอดคล้องกับการศึกษาของเบอร์จิ้น (Bergin 1979) ซึ่งพบว่า การแนะแนวกลุ่มมีผลต่อการเพิ่มระดับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

การที่ผลการวิจัยครั้งนี้สนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้จะเป็นผลมาจากรูปแบบของกิจกรรมการแนะแนวกลุ่มที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น โดยมีปัจจัยที่สำคัญ 2 ประการ กล่าวคือ กระบวนการของกิจกรรมการแนะแนวกลุ่ม และ เนื้อหาเกี่ยวกับกิจกรรมที่ใช้ในการแนะแนวกลุ่ม ดังมีรายละเอียดซึ่งจะอภิปรายต่อไป

1. กระบวนการของกิจกรรมการแนะแนวกลุ่ม

กระบวนการของกิจกรรมการแนะแนวกลุ่มมีส่วนส่งเสริมให้นักเรียนพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง อธิบายได้ดังนี้ คือ กระบวนการของกิจกรรมการแนะแนวกลุ่มจะมีรูปแบบที่เป็นระบบ มีแบบแผนที่แน่นอน มีการดำเนินการเป็นลำดับขั้นตอนอย่างต่อเนื่อง กระบวนการกลุ่มดังกล่าวผู้วิจัยจัดดำเนินการตามลำดับขั้นของกิจกรรมการแนะแนวกลุ่มตามแนวความคิดของฮิลแมน เพนซาร์ และ บาร์ร์ (Hillman Penza and Barr 1978 : 761-764) ซึ่งประกอบด้วย 3 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 การอภิปรายเพื่อเตรียมตัว

ในขั้นนี้ผู้วิจัยจะเริ่มต้นอธิบายถึงหัวข้อของกิจกรรมการแนะแนวกลุ่มที่จะดำเนินการในแต่ละครั้ง มีการชี้แจงถึงจุดมุ่งหมายที่ชัดเจนอันประกอบด้วยจุดมุ่งหมายที่สามารถวัดและประเมินได้อีกทั้งยังเป็นจุดมุ่งหมายซึ่งคาดว่า นักเรียนจะได้รับประโยชน์หลังจากการดำเนินกิจกรรมสิ้นสุดลง รวมทั้งชี้แจงถึงวิธีดำเนินการในแต่ละครั้งอย่างเป็นขั้นตอน ละเอียด ชัดเจน และง่ายต่อการปฏิบัติ เพื่อให้นักเรียนเข้าใจและตระหนักถึงบทบาทหน้าที่ของตนในชั้นเรียน หลังการอธิบายและชี้แจงดังกล่าว จะเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัยต่าง ๆ ซึ่งจะเป็นการกระตุ้นให้นักเรียนมีความกระตือรือร้นที่จะเรียนรู้มากยิ่งขึ้น ดังจะเห็นได้จากกิจกรรมที่ 3 (ความต้องการ : การให้และการรับ) เป็นกิจกรรมที่จะส่งเสริมในเรื่องความเข้าใจเกี่ยวกับความต้องการของตนเองและผู้อื่น ผู้วิจัยเริ่มดำเนินการโดยกล่าวถึงจุดมุ่งหมาย คือ 1. เพื่อสร้างความรู้สึกที่ดีในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น 2. เพื่อเข้าใจความต้องการของตนเองและผู้อื่น 3. เพื่อฝึกการเป็นผู้ให้และผู้รับ ทำให้นักเรียนตระหนักในความสัมพันธ์ของตนที่มีต่อผู้อื่น 4. เพื่อให้เกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนด้วยกัน การบอกจุดมุ่งหมายเหล่านี้ ก่อให้เกิดบรรยากาศแห่งความสนใจ และกระตือรือร้นที่จะเรียนรู้จักตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่ความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น ตระหนักในความสัมพันธ์ของตนและคุณค่าของตนที่มีต่อผู้อื่น หลังจากชี้แจงจุดมุ่งหมายแล้ว จึงเริ่มดำเนินการชี้แจงวิธีดำเนินการให้นักเรียนทราบว่า ในกิจกรรมที่ 3 นี้ นักเรียนจะต้องไปสัมภาษณ์เพื่อน ๆ ในหัวข้อ "ในการมีชีวิตอยู่ด้วยกัน เราอยากให้อีกฝ่ายรู้สึกเช่นไร หรือปฏิบัติต่อเราเช่นใดบ้าง" แล้วจดบันทึกไว้ จากนั้นให้นักเรียนเข้ากลุ่มย่อย เพื่อนพูดคุยแลกเปลี่ยนสิ่งที่ตนได้มาจากการสัมภาษณ์ และหาข้อสรุปของกลุ่มเพื่อออกมาอภิปรายให้กลุ่มอื่นฟัง สำหรับการชี้แจงวิธีดำเนินการ ต้องระบุเป็นลำดับขั้น มีความละเอียดและชัดเจน พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถาม เพื่อทำความเข้าใจ และสามารถดำเนินการตามจุดมุ่งหมายได้อย่างเต็มที่

ขั้นที่ 2 การดำเนินการกิจกรรม

เมื่อมีการชี้แจงหัวข้อกิจกรรม จุดมุ่งหมาย และวิธีดำเนินการแล้ว ในขั้นนี้จะเป็นขั้นตอนดำเนินการ โดยที่นักเรียนจะใช้เวลาทั้งหมดในการทำกิจกรรม โดยที่กิจกรรมต่าง ๆ จะมุ่งให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น รู้จักยอมรับตนเองและผู้อื่น การรู้จักมองเห็นคุณค่าในตนเอง เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง มีโอกาสที่จะได้รับความสำเร็จ และชื่นชมในความสำเร็จของตนเองเป็นต้น ซึ่งการฝึกเพื่อให้เกิดทักษะและ

ประสบการณ์ดังกล่าวมานี้ จะมีวิธีการดำเนินกิจกรรมได้ในหลายรูปแบบที่เอื้ออำนวยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ เข้าใจตนเองและพัฒนาตนเอง ดังนั้นกิจกรรมต่าง ๆ จึงประกอบด้วยวิธีการและเทคนิคที่ต่างกันออกไป เช่น วิธีการที่จะให้ข้อมูลหรือรายละเอียดต่าง ๆ แก่นักเรียนก็ทำโดยการบรรยาย การแจกเอกสารประกอบ เช่น ในกิจกรรมที่ 4 (การเห็นคุณค่าในตนเองและความรัก) และกิจกรรมที่ 11-12 (การทำสัญญากับตนเอง) การให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองโดยการปฏิบัติจริง เช่น กิจกรรมที่ 8 (การสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง) กิจกรรมที่ 9 (การสร้างภาพจำลอง) กิจกรรมที่ 11-12 (การทำสัญญากับตนเอง) กิจกรรมที่ 13 (จดหมายแห่งความสุข/การให้และรับความประทับใจ) เป็นต้น การดำเนินกิจกรรมในขั้นนี้ นอกจากจะใช้วิธีการให้ข้อมูล และการให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเองแล้ว ยังดำเนินการจัดสภาพการณ์ให้นักเรียนได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อน ฝึกการแสดงความคิดเห็นอย่างชัดเจนหน้าชั้นเรียน ฝึกการแสดงความคิดเห็นในกลุ่มย่อย เช่น กิจกรรมที่ 3 (ความต้องการ : การให้และการรับ) กิจกรรมที่ 4 (การเห็นคุณค่าในตนเองและความรัก) กิจกรรมที่ 5 (เมื่อข้าพเจ้าเป็นหนังสือ) กิจกรรมที่ 6 (การโฆษณาตนเอง) วิธีการเขียนข้อความเกี่ยวกับตนเองแล้วอภิปรายพูดคุยกับเพื่อน เพื่อรู้จักตนเอง และรับรู้อัตนภาพตามความเป็นจริง ดังจะได้เห็นจากกิจกรรมที่ 7 (การค้นหาคู่เด่นของแต่ละคน)

ในขั้นของการดำเนินกิจกรรมนี้ ผู้วิจัยเป็นผู้สนับสนุนและเอื้ออำนวยให้นักเรียนในกลุ่มมีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน พูดคุยกระตุ้นให้นักเรียนใส่ใจต่อบทบาทที่นักเรียนได้รับในการทำกิจกรรม จัดเตรียมอุปกรณ์ เอกสารต่าง ๆ ที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรมอย่างครบถ้วน ซึ่งสอดคล้องกับที่ ฮิลแมนและคณะ (Hillman and others 1975 : 764) กล่าวถึงบทบาทของครูแนะแนวในฐานะผู้นำกลุ่มไว้ว่า ต้องไม่ทำตนเป็นเพียงผู้สังเกตการณ์เท่านั้น แต่จำเป็นต้องมีส่วนร่วมในกิจกรรม คอยอำนวยความสะดวก และช่วยเหลือนักเรียนที่ประสบความยุ่งยากขณะดำเนินกิจกรรมด้วย ดังนั้นกระบวนการในขั้นของการดำเนินกิจกรรมนี้จึงก่อให้เกิดการเรียนรู้ เกิดความเข้าใจ และนำไปสู่การปฏิบัติเพื่อพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลได้

ขั้นที่ 3 การอภิปรายสรุป

เมื่อนักเรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกันแล้ว จะต้องมีการอภิปรายสรุปถึงสิ่งที่ได้จากกิจกรรม ซึ่งเกี่ยวข้องกับหัวข้อของการแนะแนว การอภิปรายสรุปในขั้นนี้จะทำให้นักเรียนเข้าใจหัวข้อการแนะแนวได้ชัดเจนยิ่งขึ้น และสามารถนำข้อสรุปที่ได้นำไปเป็นประโยชน์ในการเปลี่ยนพฤติกรรมบางอย่าง หรือเปลี่ยนแปลงความคิดบางอย่างของตน กิจกรรมทุกกิจกรรมที่จัดขึ้นเปิดโอกาสให้นักเรียน

ให้แสดงความคิดเห็นของตนเองอย่างอิสระเต็มที่ โดยผู้วิจัยยึดหลักและวิธีการที่จะช่วยส่งเสริมให้ห้องเรียนมีบรรยากาศต่อการเอื้ออำนวยให้เกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองตามแนวของคูเปอร์สมิธ (Coopersmith 1984 : 10-11) กล่าวคือ ยอมรับความรู้สึกที่แท้จริงของนักเรียน ตระหนักในความแตกต่างระหว่างบุคคล หลีกเลี่ยงการเปลี่ยนแปลงใด ๆ อันจะส่งผลต่อความไม่มั่นใจ สร้างความสับสนให้เกิดกับนักเรียน เป็นแบบอย่างที่ดีในการสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง ช่วยให้เด็กนักเรียนเรียนรู้ที่จะแก้ปัญหาด้วยตนเอง นอกจากนี้ยังสร้างบรรยากาศของความเป็นกันเอง มีการยืดหยุ่น เช่น เมื่อต้องการแสดงความคิดเห็นก็ให้ยกมือแล้วพูดแสดงความคิดเห็น หากผู้ใดยังไม่พร้อมจะพูดก็ยอมให้ผ่านไปก่อนได้ ทำให้เด็กนักเรียนไม่เครียด ไม่กังวล หรือเกิดความรู้สึกเสียหน้า และนักเรียนมีโอกาสที่จะให้และรับข้อมูลป้อนกลับซึ่งกันและกันอีกด้วย

ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนได้อภิปรายแสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่ในช่วงของการอภิปรายเป็นกลุ่มย่อยและในช่วงท้ายของกิจกรรม เพื่อโยงไปสู่การสรุปที่สอดคล้องกับกิจกรรมและเนื้อหาอื่น ๆ

ในขั้นนั้นนอกจากนักเรียนจะเป็นผู้สรุปกิจกรรมในแต่ละครั้งที่ทำกิจกรรมแล้ว ผู้วิจัยได้สรุปกิจกรรมร่วมกับนักเรียนทุกครั้ง และให้ข้อมูลย้อนกลับในการทำกิจกรรมแต่ละครั้งกับนักเรียนอีกด้วย ทั้งนี้เพื่อเป็นการสร้างกำลังใจให้นักเรียน และทำให้นักเรียนทราบพัฒนาการของตนและสามารถมองเห็นความต่อเนื่องของกิจกรรมในแต่ละครั้ง

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าผลจากกระบวนการของกิจกรรมการแนะแนวกลุ่มที่มีลำดับขั้นตอนอย่างเป็นระบบและมีความต่อเนื่อง และจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนดังกล่าว สามารถทำให้นักเรียนได้เรียนรู้และมีความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น รู้จักยอมรับตนเอง มองตนเองอย่างคุณค่า มีความหมาย เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง ตลอดจนได้รับการยอมรับจากเพื่อน ๆ ได้รับประสบการณ์ที่เป็นความสำเร็จ และสะสมเป็นความพอใจต่อตนเองขึ้นมาทีละน้อย จนกลายเป็นความรู้สึกเชื่อมั่นภาคภูมิใจ และตระหนักในคุณค่าของตนเองในที่สุด

2. กิจกรรมที่นำมาใช้ในกิจกรรมการแนะแนวกลุ่ม

กิจกรรมที่นำมาใช้ในกิจกรรมการแนะแนวกลุ่มนั้น จะเป็นกิจกรรมที่มีเนื้อหามุ่งส่งเสริมเพื่อให้นักเรียนเกิดการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง กล่าวคือ มุ่งให้นักเรียนมีความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น รู้จักพิจารณาตัดสินตนเอง มองเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น รู้จักการยอมรับตนเองและผู้อื่น พร้อมทั้งรักและชื่นชมผู้อื่น และเป็นที่ยกย่องชื่นชมของผู้อื่น เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง มีโอกาสที่จะได้รับความสำเร็จและชื่นชมในความสำเร็จของตน ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดของ

คูเปอร์สมิท (Coopersmith 1981: 4-5 ; Coopersmith 1984: 5) ที่กล่าวว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความรู้สึกที่บุคคลประเมินตนเอง เป็นความรู้สึกหรือทัศนคติในการยอมรับเกี่ยวกับตนเอง เป็นการพิจารณาตัดสินคุณค่าของตนและแสดงออกมาให้เห็นในรูปของทัศนคติที่มีต่อตนเอง และความต้องการเห็นคุณค่าในตนเอง หากได้รับการตอบสนองก็จะนำไปสู่ความรู้สึกเชื่อมั่นในตนเอง มีความเข้มแข็ง มีความสามารถเพียงพอที่จะทำสิ่งต่าง ๆ รู้สึกว่าตนมีประโยชน์และมีความสำคัญ (Maslow 1970 : 45) และด้วยเหตุที่การเห็นคุณค่าในตนเองอาจเกิดจากการเห็นคุณค่าจากตนเอง การยอมรับนับถือตนเอง และการประเมินตนเองในด้านต่าง ๆ แล้ว ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองอาจเกิดจากการได้รับความเห็นคุณค่าจากผู้อื่นได้ด้วย กล่าวคือ ได้รับการยอมรับนับถือจากผู้อื่น การได้รับการกล่าวถึง การได้รับการสนใจ ใส่ใจ การมีความหมายและความสำคัญ เป็นที่ยกย่องชมเชยของผู้อื่น (Maslow 1970: 45-46 ; Lindgren & Harvey 1981 : 268-269) ดังนั้นกิจกรรมที่เลือกสรรมาใช้ในการดำเนินการทดลองจึงเป็นกิจกรรมที่เริ่มต้นจากการรู้จักสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น สร้างความคุ้นเคย มีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง (กิจกรรมครั้งที่ 1, 2) ให้เกิดความเข้าใจในเรื่องพื้นฐานความต้องการในการมีชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่น (กิจกรรมที่ 3, 4) หลังจากนั้นจึงเริ่มให้ทำความเข้าใจในตนเอง-ผู้อื่น รักตนเองและเห็นคุณค่าในตนเอง รู้จักค้นหาจุดดีจุดเด่นของตนเอง (กิจกรรมที่ 5, 6, 7) ช่วยสร้างความมั่นใจในตนเอง สร้างความภาคภูมิใจ (กิจกรรมที่ 8, 10) ให้เด็กนักเรียนได้รู้จักการสร้างเป้าหมายเพื่อความสำเร็จ ได้รับประสบการณ์ที่เป็นผลสำเร็จ (กิจกรรมที่ 11-12) และนอกจากนี้ยังมีกิจกรรมที่ทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนได้รับการยอมรับ มีคุณค่าและได้รับการเอาใจใส่จากบุคคลที่มีความสำคัญและมีความหมายต่อตัวเขา (กิจกรรมที่ 9, 13) ซึ่งสอดคล้องกับหลักการสร้างเสริมความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ที่แบรดชอว์ (Bradshaw 1981: 5-11) เสนอไว้ว่า หากบุคคลได้รับประสบการณ์ที่เป็นผลสำเร็จตามเป้าหมายหรือได้รับประสบการณ์ที่ทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนได้รับการยอมรับ มีคุณค่า และได้รับการเอาใจใส่จากบุคคลที่มีความสำคัญและมีความหมายต่อตัวเขา หรือได้มีโอกาสพัฒนา หรือแสดงพฤติกรรมที่สอดคล้องกับค่านิยมในตัวเขาแล้ว จะส่งผลให้บุคคลนั้นเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นได้

จากผลการศึกษาวิจัยในครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า การจัดโปรแกรมกิจกรรมการแนะแนวกลุ่มโดยใช้กิจกรรมต่าง ๆ ที่มีระบบ มีจุดมุ่งหมายที่ชัดเจนแน่นอน และมีเนื้อหามุ่งสู่การพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง อีกทั้งกิจกรรมที่จัดขึ้นนั้นมีความสัมพันธ์กัน ตลอดจนมีการจัดกระทำหรือดำเนินการอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ และใช้ระยะเวลาพอสมควรจึงสามารถพัฒนา และเสริมสร้างให้เกิดผลตามที่ต้องการได้เป็นอย่างดี ซึ่งจะอำนวยความสะดวกต่อการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน อันจะส่งผลต่อสุขภาพจิตที่ดีและกำลังใจในการพัฒนาตนเองสืบไป