

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการใช้เพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มเพื่อเพิ่มความรูสึกเห็นคุณค่าในตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ผลการวิจัยสนับสนุนสมมติฐาน ทั้ง 2 ข้อ คือ

1. นักเรียนที่รับการช่วยเหลือจากเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่ม มีความรูสึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนรับการช่วยเหลือจากเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่ม

2. นักเรียนที่รับการช่วยเหลือจากเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่ม มีความรูสึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการช่วยเหลือจากเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่ม

ทั้งนี้จากการศึกษาเปรียบเทียบคะแนนความรูสึกเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มทดลอง พบว่า มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 และจากผลการเปรียบเทียบคะแนนความรูสึกเห็นคุณค่าในตนเอง หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมพบว่า มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ซึ่งผลการเปรียบเทียบดังกล่าวสรุปได้ว่า นักเรียนที่รับการช่วยเหลือจากเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่ม มีความรูสึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่า นักเรียนที่ไม่ได้รับการช่วยเหลือจากเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่ม ทั้งนี้อาจจะพิจารณาได้ว่าเป็นเพราะปัจจัยดังต่อไปนี้

1. การฝึกอบรมนักเรียนให้มีความเป็นเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่ม

2. ปฏิสัมพันธ์ของการให้การช่วยเหลือแบบกลุ่มโดยเพื่อน

3. โปรแกรมการพัฒนาความรูสึกเห็นคุณค่าในตนเอง

3.1 กิจกรรมและขั้นตอนการพัฒนาความรูสึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีโครงสร้าง

และเป้าหมายที่ชัดเจน

3.2 การนิเทศเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่ม

1. การฝึกอบรมักเรียนให้มีบทบาทเป็นเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่ม

การที่เพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มได้ผ่านการฝึกอบรมทักษะพื้นฐานในการให้การปรึกษา กระบวนการของการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม ประสบการณ์ในการใช้โปรแกรมการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองในสถานการณ์ที่จะไปปฏิบัติจริง และรับรู้ในบทบาทของตนทำหน้าที่เอื้ออำนวยในกลุ่มให้เพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มได้พิจารณาตนเองในแง่มุมต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับประสบการณ์ในชีวิตด้วยการรับรู้ความรู้สึกต่าง ๆ ที่เป็นจริงสำหรับเขา ให้การยอมรับเขาอย่างที่เขาเป็น ให้เกียรติ และมีความจริงใจ ย่อมส่งผลให้เพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มได้พัฒนาคุณค่าในตนเองสู่เป้าหมาย และจากคะแนนพัฒนาการของการตอบสนองของเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มที่มีต่อการให้การปรึกษาอยู่ในข่ายของคะแนนที่เหมาะสมที่จะทำหน้าที่เป็นผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มได้ (แสดงไว้ในภาคผนวก ง.)

ตอนที่เพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มที่ได้ใช้ทักษะการสะท้อนความรู้สึก การทำให้กระจ่าง การถามคำถามเปิด และการให้กำลังใจ ซึ่งช่วยให้สมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่มได้เรียนรู้ประสบการณ์การแก้ไขปัญหของเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งนับว่าเป็นการใช้ประโยชน์จากตัวอย่างประสบการณ์ของการแก้ปัญหาได้วิธีหนึ่ง ทำให้สมาชิกที่มีประสบการณ์ในการให้การช่วยเหลือเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น ดังตัวอย่างเหตุการณ์การแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นและสิ้นสุดลงด้วยความภาคภูมิใจ ดังนี้

เอ : ของเอ๊ะ ตอนที่อาจารย์ให้ไปสัมภาษณ์ฝรั่งที่ท่าเรือเกาะหนะ ก็มีผู้หญิงฝรั่งอยู่คนหนึ่งที่เราคิดว่าจะเข้าไปหาเขา ดูท่าทางหน้าตาแล้วเขาไม่ค่อยสบายนะ หน้าเขาแดงและคู่อ่อนเพลียด้วย เขาบอกเราว่าเขาหิว อยากกินอะไร เราก็พาเขาไปหาร้านแถว ๆ นั้นแหละ เทคแคร์เขา ตอนนั้นใจไม่คิดจะสัมภาษณ์เขาแล้วละ ดูเขาไม่สบายจริง ๆ เขาบอกเราว่าจะไปพแนง เราก็งพแนงมันเป็นที่ไหนกัน จะเป็นเกาะพงหรือเปล่านะ ใช้ภาษาท่าทางอยู่ครู่หนึ่งก็รู้ว่าเป็นปิ้ง เขาจะไปต่อวีซาร์ที่นั่น เขาไม่ทราบว่าจะต้องต่อรถยังไง เราจึงพาเขาไปตามแท็กซี่ที่จะไปส่งขลา เพื่อจะให้เขาไปต่อที่ส่งขลา คิดว่าคงมีรถไปแถวมาเลเซียได้ เราไปตีตั๋วให้เขาในราคา 130 บาท เขาให้เบ็งค์ร้อยมา 2 ใบ แต่คนขายตั๋วเขาไม่ทอนเงิน

- ให้ เราก็ไปตามคืน เขายกยักไม่ยอมให้ เราต้องต่อว่าเขาว่า "ทำไมทำ  
 ยั้งนี้ คนไทยอะไรไม่ซื่อสัตย์เลย" เขารำคาญก็เลยคืนเงินทองมาให้ 70  
 บาท แล้วฝรั่งเขาก็ขอบคุณเรา ฝรั่งคนนี้เป็นอาจารย์ด้วยนะ เขาถาม  
 เราว่ามีอะไรจะคุยกับเขาไหม เราได้โอกาสเราก็บอกเขาว่า ได้รับ  
 รายงานให้มาสัมภาษณ์ฝรั่ง เขาเปิดโอกาสให้เราสนทนาด้วยอย่างเต็มที่เลย
- ผู้นำกลุ่ม(นพ) : เอ้ก็ภูมิใจนะ ที่ได้เป็นตัวแทนของคนไทย ทำอะไรที่ดี ๆ เผยแพร่ชื่อเสียง  
 ของประเทศ (การสะท้อนความรู้สึก)
- เอ้ : ใช่ และได้รับประสบการณ์ความรู้เพิ่มมากขึ้นด้วย
- ผู้นำกลุ่ม(นุ่น) : เอ้ รู้สึกยังไงที่รู้ว่าเขาไม่สบาย และต้องพาเขาไปติดต่อโน่นนี่ทั้ง ๆ ที่เรา  
 ก็ไม่ค่อยถนัดเรื่องภาษา (การถาม)
- เอ้ : ก็อึดอัดใจนะ ต้องอธิบายเขายู่นาน ให้เขาเข้าใจและเขาก็ไม่สบายด้วย...  
 แต่มันก็ผ่านไปด้วยดี
- ผู้นำกลุ่ม(นุ่น) : อืม...แล้วตอนที่ไปซื้อตัว เขาไม่คืนเงินให้ตอนนั้นเป็นไงบ้าง
- เอ้ : โกรธมากเลยแหละ เขาทำเสียชื่อหมดเลย ตอนนั้นก็ประเทศไทยขึ้นสมอง  
 เอ้เลยแหละ โดยปกติเอ้จะไม่กล้าไปต่อว่าผู้ใหญ่หรอก และเขาก็แก้รุ่นพ่อ  
 เราได้แล้ว แต่ตอนนั้นรู้ว่าเอ้ต้องช่วย
- ผู้นำกลุ่ม(นพ) : มันเป็นความรู้สึกของเราที่อยากจะช่วย (การทำให้กระจ่าง)
- เอ้ : ใช่...แหม่มคนนั้นเขาไม่รู้เรื่องด้วยเลย
- ผู้นำกลุ่ม(นพ) : ช่วยแล้วเป็นไง? (การถาม)
- เอ้ : สบายใจมาก เดินตัวเบาไปเลย (เสียงของสมาชิกหัวเราะซา)...  
 รู้สึกภูมิใจในตัวเอ้เองมากเลยในตอนนั้น
- ปอ : เอ้รู้ตัวไม่ว่า ตอนนั้นเราแอบชื่นชมเพื่อนเราที่ชื่อว่า "เอ้" มากเลย  
 หาดู : นั้นแหละปอ... ถือเป็นโอกาสทำคะแนนเลยนะพวก (เพื่อนแซวปอ)
- ตุ่น : เอ้ซักจะเขินแล้วละ หน้าแดงเลยนพุ่นตัดบทได้แล้ว
- ผู้นำกลุ่ม(นพ) : เอ้คิดว่าถ้าเจอรายอื่นอีกจะช่วยเขาอีกไหม?
- เอ้ : แน่นนอน (เสียงของสมาชิกหัวเราะ) ช่วยแล้วสบายใจ ได้ฝึกภาษาอังกฤษ  
 อีกต่างหาก

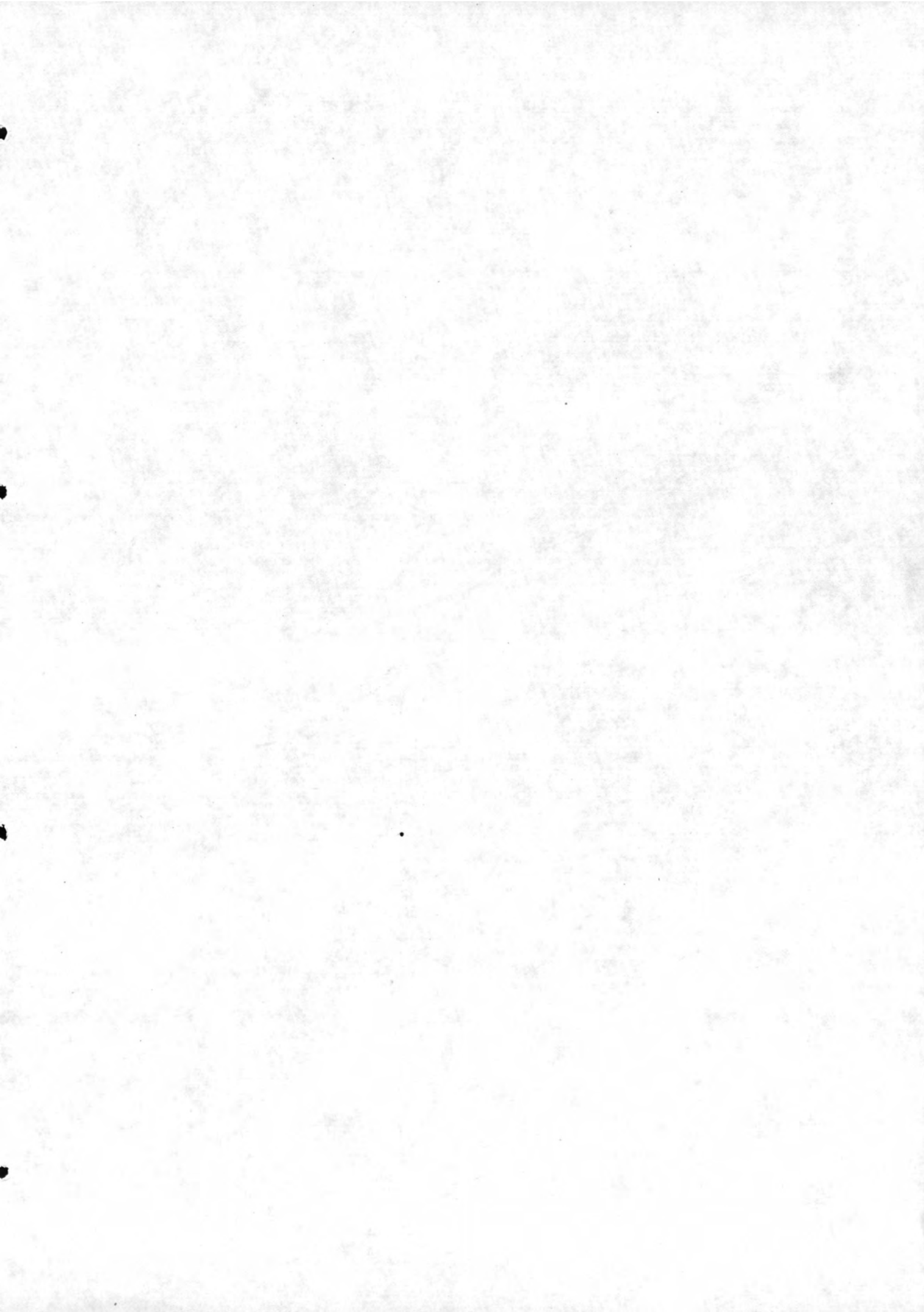
## 2. ปฏิสัมพันธ์ของการให้การช่วยเหลือแบบกลุ่มโดยเพื่อน

การที่เพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มมีโอกาสได้พูดถึง ประสบการณ์ในชีวิตของตนเองกับเพื่อน มีโอกาสได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตที่ผ่านมา เพื่อน ๆ ให้การรับฟังความคิดเห็น ความรู้สึกและให้กำลังใจแก่กัน โดยไม่ถูกหรือประเมินตัดสินใด ๆ อีกทั้งยังมีเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มคอยทำหน้าที่เอื้ออำนวยให้เพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มได้ถ่ายทอดความรู้สึกนั้นออกมา นับว่าเป็นการส่งเสริมให้สมาชิกได้เปิดเผยตนเอง ทำความเข้าใจกับตนเอง และพัฒนาทัศนคติที่ดีต่อตนเอง รวมทั้งพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองให้สูงขึ้น (Coopersmith 1981 : 38) โรเจอร์ส (Rogers 1970 : 121) ได้กล่าวไว้ตอนหนึ่งว่า การให้การช่วยเหลือแบบกลุ่มช่วยสร้างความรู้สึกร่วม ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มได้ เรียนรู้ชีวิตร่วมกัน ได้รับความยอมรับซึ่งกันและกันภายใต้โมติฟจิตของการให้เกียรติ เอื้ออำนวยให้ทุกคนได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ให้กำลังใจ สนับสนุนในคุณค่าเฉพาะที่มีอยู่ในตนเองของเพื่อน อันเป็นพลังส่งเสริมให้เพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มได้ปรับปรุงและพัฒนาคุณค่าของตน และเชื่อถือในศักยภาพของผู้อื่นมากยิ่งขึ้น

กระแสของการปรึกษาเป็นไปอย่างต่อเนื่องตามลำดับกระบวนการของการปรึกษาแบบกลุ่มที่ทรอทเซอร์ (Trotzer 1977) ได้กล่าวไว้ดังนี้คือ

1. ขึ้นสร้างความรู้สึกร่วมกันคงปลอดภัย ในระยะแรกของการเข้ากลุ่มนั้น สมาชิกยังไม่คุ้นเคยต่อกัน ยังมีความรู้สึกแปลกหน้ากันอยู่ แต่เมื่อผู้วิจัยได้กล่าวแนะนำตัวผู้ในกลุ่มทั้งสองคน และกล่าวเปิดประชุมกลุ่ม ให้การต้อนรับสมาชิกกลุ่ม ให้ความเป็นกันเอง โดยกล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ บทบาทและหน้าที่ของเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มและเพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่ม กติกาที่พึงปฏิบัติในการเข้ากลุ่ม การให้เกียรติ ให้ความไว้วางใจ ความเชื่อถือต่อกัน จำนวนครั้งและระยะเวลาของการเข้ากลุ่ม จากนั้นเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ซักถามข้อข้องใจ และมอบหมายให้ผู้ในกลุ่ม เริ่มกิจกรรมแรกคือการทำความรู้จักและสร้างความคุ้นเคย ซึ่งพบว่ากิจกรรมแรกนี้ได้ช่วยให้เพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มได้พัฒนาสัมพันธภาพส่วนบุคคลมากขึ้น

ตัวอย่างของปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกกลุ่มในกิจกรรมที่ชื่อว่า "เราอยากให้เพื่อนรู้จักและเข้าใจเกี่ยวกับตัวเราว่า . . . ." ซึ่งแม้จะเป็นกิจกรรมแรกของการพบปะกันระหว่างสมาชิกกลุ่ม สมาชิกก็ได้เรียนรู้กระบวนการของการช่วยเหลือในกลุ่ม ประโยชน์จากเพื่อนสมาชิกและกระชับสัมพันธภาพระหว่างกันได้ระดับหนึ่ง ดังตัวอย่างบางตอนต่อไปนี้



- เอ้ : เอ้อยากบอกให้เพื่อนรู้ว่า เอ้ชอบไปวัด
- หาญ : เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นเป็นประจำ
- เอ้ : ที่เอ้ได้เข้าวัดบ่อยเป็นเพราะตอนเด็ก ๆ แม่ชอบพาเอ้ไปวัดด้วยกัน
- สันติ : ทราบว่าเอ้ไปอยู่สวนโมกข์ช่วงปิดเทอมเป็นอาทิตย์เลยนี่
- เมย์ : และเดี๋ยวนี้เป็นเทรนเนอร์ให้รุ่นน้องที่ไปบวชที่ปราหมณช่วงฤดูร้อนของโรงเรียนไปแล้วละ
- เอ้ : ก็ไม่ถึงกับเทรนโน-เทรนเนอร์อะไรกับเขาหรอก เพียงแต่เอ้เป็นรุ่นพี่ที่เคยบวชมาก่อน และอาจารย์เห็นว่า พอดีจะเป็นผู้ช่วยดูแลแนะนำน้องที่เพิ่งบวชใหม่ได้ จึงได้มีโอกาสไปศึกษาและปฏิบัติธรรมที่สวนโมกข์-โมคคัลลาน์และสวนโมกข์หลายครั้ง
- หาญ : อาจารย์เห็นความสามารถว่านั่นเถอะ เอ...ว่าแต่ว่าเอ้แบ่งเวลายังไงล่ะ ทั้งที่เรียนแพทยศาสตร์แล้วยังต้องเจียดเวลาทำอย่างอื่นอีก
- ผู้นำกลุ่ม (นพ) : ชักสงสัยที่หาญว่า "ทำอย่างอื่น" นั้น หมายถึงอะไรบ้างละ ช่วยขยายความหน่อยนะ
- หาญ : ก็ทำนองว่า การเรียนหนังสือ การศึกษาธรรมะ การทำกิจกรรมกีฬาสิ รวม ๆ แล้วเอ้แบ่งเวลายังไงล่ะ
- เอ้ : อืม...เอ้ก็บอกไม่ถูกหรอกนะว่าแบ่งเวลากับเรื่องนั้น ๆ ยังไง แต่รวม ๆ โดยส่วนตัวแล้ว เอ้ก็ให้เวลากับการเรียนมากที่สุด เป็นเพราะการบ้านและรายงานบังคับให้เราต้องอยู่กับมันอย่างสม่ำเสมอแทบทุกวัน และบางทีก็ยืมหนังสือพวกรวมข้อสอบเข้าเรียนต่อจากห้องแนะแนวไปอ่านเพิ่มเติมบ้าง พอใกล้สอบก็ทบทวนซีเรียสกันหน่อย ส่วนกิจกรรมกีฬาสิก็ไม่ได้มีบ่อยนี่ เฉพาะช่วงกีฬาโรงเรียน เอ้อยากมีประสบการณ์ทำงานร่วมกับเพื่อน รู้สึกว่าได้มีโอกาสรู้จักรุ่นน้องและรุ่นพี่ในสีเดียวกัน สำหรับการเรื่องธรรมะนั้น เอ้ไม่ถึงขนาดว่าศึกษาธรรมะหรอก เพียงแต่ได้ไปวัดบ่อยเข้า ๆ ได้ฟังคำสั่งสอนของพระมาทำให้ได้นำมาคิดตรอง... คินะ เอ้อยากชวนเพื่อนไปวัดเหมือนกัน
- คุ่น : อย่าชวนคูนนะ คูนไม่เหมาะจะไปวัดหรอก ไปแล้วกลับไปให้พระเห็นทุกที ไม่เป็นกำลังใจในการเทศนาของพระท่านเลย

- เมย์ : เมย์เหมือนกัน ถ้าใครชวนไปเป็นเพื่อนฟังเทศน์ เมย์โกรธตายเลย
- ผู้นำกลุ่ม (นุ่น) : ที่เราคิดว่าเราไม่เหมาะนั้น เป็นไปได้ไหมว่า อาจเป็นเพราะเราให้โอกาสดกับตัวเองที่จะพยายามทำความเข้าใจในเรื่องนั้น ๆ น้อยไปสักหน่อย
- เมย์ : ไม่รู้ซี้อาจจะใช่เนะ
- ตุ่น : แล้วเอ๋ทำยังไงล่ะ ถึงไม่เบื่อเรื่องธรรมะเลย
- เอ๋ : ใครว่าเอ๋ไม่เบื่อล่ะ เอ๋รู้สึกเบื่อเป็นเหมือนกันนะ บางครั้งรู้สึกว่ากำลังทรมานตัวเอง ทำโน่นนี่ตลอดเวลา
- ผู้นำกลุ่ม (นุ่น) : บางครั้งเอ๋ก็เบื่อนะ? ที่ไม่มีเวลาสำหรับตัวเองเท่าที่ควร
- เอ๋ : เอ๋ไม่คิดว่าจะต้องจัดเวลาไหนไว้สำหรับตัวเองเฉพาะหรอกนะ เพราะตลอด 24 ชั่วโมง มันเป็นเวลาสำหรับเราทุกคนใช้ใหม่ เพียงแต่เอ๋รู้สึกยุ่งยากใจในบางครั้ง เมื่อต้องเรียนให้ดีในสายตาของผู้อื่น เอ๋ถูกคาดหวังไว้ว่าจะเอนท์ (Ent.) ตติมหาวิทาลัย เอ๋ไม่เข้าใจเลยทำไมคนอื่นต้องมายุ่งเกี่ยวกับชีวิตเรามากมายนัก
- ผู้นำกลุ่ม (นุ่น) : คนอื่นที่เอ๋เอ๋ถึง ใครบ้างล่ะ
2. ขึ้นยอมรับกลุ่ม จากสัมพันธภาพของความเป็นมิตรที่ผ่านมา เป็นผลให้เพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มรู้จัก และเข้าใจความรู้สึกของกันและกันมากยิ่งขึ้น เกิดความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม จึงกล้าเสี่ยงและกล้าที่จะเปิดเผยประสบการณ์ส่วนตัวของตนให้กลุ่มทราบ มีผลให้ได้รู้จักตนเองจากการมองของเพื่อน ยอมรับตนเองและยอมรับกลุ่ม เกิดความมั่นใจและเห็นคุณค่าในตนเอง ดังตัวอย่างปฏิสัมพันธ์ต่อไปนี้
- ผู้นำกลุ่ม (นุ่น) : ยังมีใครที่อยากจะเล่าอะไรที่เกี่ยวกับความพึงพอใจในตนเองให้เพื่อนฟังอีกบ้างเอ๋ เพื่อจะได้ให้เพื่อนรู้จักและเข้าใจเรามากขึ้น
- จอย : จอยไม่แน่ใจว่า เรื่องที่จอยจะพูดต่อไปนี้ เป็นเรื่องของความพึงพอใจหรือควรจะเศร้าใจกันแน่คะ จอยมีความรู้สึกสองอย่างในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตของจอย ถ้าเล่าไปแล้วเพื่อน ๆ จะเข้าใจจอยเพียงใด จอยไม่แน่ใจ หรือว่าอาจมองเห็นความผิดปกติในตัวจอยมากขึ้นก็เป็นได้
- ตุ่น : จอยเราจะฟังเรื่องที่จอยเล่าด้วยความรู้สึกที่ดี จอยมั่นใจในความเป็นเพื่อนของเราได้เลย
- เพื่อน ๆ ในกลุ่ม : เราด้วยจอย เราด้วย
- จอย : ตกลง... จอยขอพูดถึงตาของจอยนะคะ คือตาจอยมองเห็นไม้ขีด เป็น

เพราะตอนเด็ก ๆ หนะ พี่จอยนะที่ชน ไม่ใช่จอย พี่เขาโยนมีดสังกะสี  
ปลายแหลมขึ้นไปบนเพดานเพื่อให้มันตกลงมาบนร่างจอย เราเล่นเลียน  
แบบที่วิสัยนั้นกันหนะ แต่แล้วมีดกลับปักลงที่ตาข้างขวาของจอย ตั้งแต่นั้น  
มาตาข้างขวาของจอยก็ไม่ค่อยปกติ มองอะไรได้ไม่ชัดเจน (เปิดเผยตนเอง)

- โจ้ : ตอนนั้นจอยได้ไปหาหมอไหมล่ะ ?
- จอย : ไปจ้ะ ตอนแรกไปที่โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี แต่เขาบอกว่าเครื่องมือ  
ไม่พร้อม จอยจึงถูกส่งตัวไปรักษาที่กรุงเทพฯ โรงพยาบาลศิริราช
- ผู้นำกลุ่ม(นุ่น) : ถ้าเปรียบเทียบระหว่างอาการตอนที่เริ่มรักษาใหม่ ๆ กับหลายปีผ่านมานี้  
อาการดีขึ้นกว่าเดิมมากไหม
- จอย : ก็ตอนเล็ก ๆ ไม่ค่อยรู้เรื่องอะไรหรอก พอโตก็รู้สึกว่าจะเดินบิดตาไป  
หาพ่อหรือแม่หรือโง่งนี่แหละ พ่อกับแม่อยู่หลังบ้าน จากนั้นก็นั่งรถเมล์ไป  
โรงพยาบาลสุราษฎร์ฯ แต่ถูกส่งต่อไปรักษาที่กรุงเทพฯ หมอจุดไฟให้เรา  
มองดูว่าเห็นไหมะ เราก็เห็นกลาง ๆ หนะ มันไม่ชัด และทุกวันนี้บางที  
เรามองไปทางเพื่อนไม่รู้ว่าใคร เราจึงไม่ได้ทักทายเขา เขาไม่เข้าใจ  
เขาก็ต่อว่าเราเหมือนกัน
- ผู้นำกลุ่ม(นุ่น) : จอยรู้สึกอีกัดใจมากไหม : ที่มองไม่ค่อยเห็น
- จอย : จอยอีกัดใจสิ อีกัดใจมากเลย เวลาจอยพบปะผู้คนมาก ๆ แล้ว จอย  
มองไม่ค่อยเห็น ทำให้จอยขาดความมั่นใจในตนเอง เพราะตาจอยไม่  
ค่อยปกติ จอยก็ไม่โทษใครหรอกนะ มันเป็นอุบัติเหตุ แล้วใครจะมองจอย  
ยังไง จอยก็เฝ้าแต่ว่าเขาไม่รู้สิ แต่มันก็ทำให้จอยเสียบุคลิกไปเลย
- ผู้นำกลุ่ม(นุ่น) : มันทรมาณใจจอยมาตลอดสินะ
- จอย : ก็ใช่...ค่ะ บางครั้งนึกถึงแล้วเกิดความรู้สึกหือแฮะ ยังไงไม่รู้
- สันติ : จอยรู้สึกยังงัยกับพี่ ที่มีส่วนทำให้เราสายตามืดปกติไป
- จอย : จอยไม่โกรธพี่หรอก ไม่มีใครอยากให้เราเป็นยังงี้ แต่มันเกิดขึ้นแล้ว  
จอยคงต้องยอมรับความจริง (ยอมรับตนเอง)
- เมย์ : เมย์ไม่รู้หรอกว่าสายตาจอยผิดปกติ ถ้าจอยไม่บอกก็ดูไม่รู้เลยนะ
- หาญ : แล้วในปัจจุบันนี้ยังมีการรักษาอยู่เรื่อย ๆ ไหมล่ะ?



- จอย : รักษาไม่ได้แล้วละ เป็นยั้งไปตลอดเลย แต่ก็นับว่าจอยโชคที่ไม่โดนตาตำมันเพียงแค่เฉียด
- เมย์ : จอยคิดว่าแว่นตาจะช่วยรักษาสายตาจอยได้บ้างไหม
- จอย : ถึงเราสวมแว่นก็ไม่มีผลอะไร เพียงแต่ว่าถ้าสวมก็จะช่วยขยายให้เรามองเห็นชัดขึ้น แต่ข้างนี้มันไม่ปกติเสียแล้ว ถึงสวมแว่นก็ไม่ชัด ค่าเท่าเดิม จอยจะมีปัญหามาก ๆ หน่อยตอนที่จอยจะสอบเท่านั้น จอยต้องใช้สายตาอย่างมากเลยเวลาเรียนเวลาสอบ จอยจะปวดหัวมาก แต่ก็อดทน เพราะว่าสอบเสร็จก็หายเพราะจอยจะพักผ่อนหลับตา
- ผู้นำกลุ่ม(นพ) : เป็นไปได้ไหมที่เวลาจอยอ่านหนังสือแล้วจอยเพ่งดูมาก ทำให้สายตาไม่ได้พักผ่อน
- จอย : ใช่...จอบต้องใช้เวลามากในการคิดทำความเข้าใจ บางทีจะทำอะไรซักอย่างก็ต้องพยายามคิดอ่านให้มาก ๆ
- ผู้นำกลุ่ม(นพ) : เวลาจอยอ่านหนังสือแล้วปวดหัวมาก ๆ จอยทำยังไงกับมันตอนนั้นล่ะ
- จอย : จอยก็หยุดอ่านซักครู่ เพื่อพักสายตา แต่ถ้าจอยพักนาน ๆ จอยก็ไม่ชอบใจนะ เพราะงานจอยไม่เสร็จ จอยเป็นคนชอบทำงานมากโดยเฉพาะงานกลุ่ม เพราะว่าใจเป็นห่วงกังวล แต่ถ้าต้องไม่เสร็จจริง ๆ จอยก็หยุดพักและนอนไปเลย
- ผู้นำกลุ่ม(นพ) : จอยไม่ชอบมีงานค้างใจ
- จอย : ใช่
- ผู้นำกลุ่ม(นพ) : ตอนนี้จอยรู้สึกยังไงบ้างกับภาวะที่เป็นอยู่
- จอย : ก็รู้สึกอึดอัดใจเหมือนกันที่จอยไม่เหมือนเพื่อนเขา แต่ก็ยังคืออยู่อย่างที่ตัวเองเป็นคนที่มีความรับผิดชอบแม้สายตาไม่ดีสักแต่ก็ไม่เคยบกพร่องเรื่องงานเท่าไร ทำให้ไม่มีปัญหา แต่ถ้าสายตาไม่ดีแล้วยังทำงานแยะไปด้วย จอยจะกังวลมากเลย
- ผู้นำกลุ่ม(นพ) : ดูเหมือนว่าจอยก็ภูมิใจในตนเองนะที่จอยเป็นจอยได้อย่างทุกวันนี้  
(สมาชิกหัวเราะและกอดคอจอย)

จอย : ไข่จะ... จอยภูมิใจในภาวะอย่างนี้แล้วล่ะ และขอใจเพื่อน ๆ นะที่พยายามจะเข้าใจจอยและช่วยให้จอยยอมรับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตัวเอง ได้ยิ่งขึ้น ...จอยรู้สึกยิ่งขึ้น (มองเห็นคุณค่าในตนเอง)

3. ขั้นรับผิดชอบตนเองและแก้ไขเปลี่ยนแปลง จากการเปิดเผยตนเองต่อกลุ่มของเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่ม เอื้อให้เพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มกล้าเปิดเผยตนเองมากยิ่งขึ้น (Erney 1980 ; Susan 1988 : 419) เพื่อนผู้รับการช่วยเหลือกล้าเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง (Ohlsen 1970 : 83) ซึ่งเป็นภาวะที่เขาได้สำรวจประเมินตนเอง ใส่ใจต่อความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตน รู้และเข้าใจความยุ่งยากที่เกิดขึ้นกับตน รับรู้ว่าตนเป็นผู้มีส่วนในปัญหาของตน ควรจะได้รับการฝึกหัด หาแนวทางแก้ไขพฤติกรรมที่ตนเป็นเจ้าของปัญหา ซึ่งจะช่วยลดระดับความเครียดลงได้ ดังที่คูเปอร์สมิธ (Coopersmith 1984 : 10) ได้กล่าวไว้ว่า เพื่อนผู้รับการช่วยเหลือจะได้รู้จักตนเองในแง่มุมต่าง ๆ มีโอกาสพิจารณาตนเองในภาวะแวดล้อมของชีวิตกว้างขวางยิ่งขึ้น เดวิดสัน (Davidson 1974 : 101) ให้ทัศนะว่า การที่นักเรียนได้ถ่ายทอดสิ่งที่ได้เรียนรู้มาให้เพื่อน ๆ ของเขาฟังด้วยภาษาของตนเอง และในแบบฉบับของตนเองนั้น จะช่วยให้เขาเข้าใจแจ่มแจ้ง มองเห็นความเป็นไปได้ของเรื่องนั้น ๆ ยิ่งขึ้น ดังตัวอย่างปฏิสัมพันธ์ต่อไปนี้

ผู้นำกลุ่ม (นุ่น) : สำหรับนุ่นในเรื่องความพึงพอใจในตนเองนั้น นุ่นรู้สึกพึงพอใจในการทำหน้าที่หัวหน้าห้องของนุ่นมาก นุ่นได้รับการยอมรับจากเพื่อนผู้ที่ไม่เคยยอมรับนุ่นในตอนแรก ตอนนั้นนุ่นเริ่มเป็นหัวหน้าห้องใหม่ ๆ เขาต่อต้านไม่ยอมให้นุ่นเป็น เขาไม่ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมที่นุ่นเสนอเลยและยังไปพูดให้นุ่นเสียหายอีก ซึ่งฟังแล้วไม่จริงด้วย เขาถึงกับไปฟ้องอาจารย์ว่า นุ่นบกพร่องในหน้าที่ อาจารย์เรียกนุ่นเข้าพบและให้เล่าให้ฟังว่าเป็นยังไง นุ่นนั่งเงียบไม่แก้ตัวใด ๆ ทั้งสิ้น เขาจะพูดอะไรก็ให้เขาพูดไป แล้วอาจารย์ก็พูดขึ้นว่า สาววิณี (นุ่น) ไม่มีอะไรแก้ตัวเลยหรือนุ่นก็เฉยคือถ้าเขาอยากจะพูดหาทางเขี่ยเราก็กินเขาพูดไป อาจารย์ก็แปลกใจว่าอะไรวะเขาพูดข้อเสียแทนที่เราจะแก้ตัวว่าไม่จริง หรือให้เหตุผลกลับนั่งเฉย อาจารย์ก็ชมว่าเหลือเชื่อ นุ่นคิดว่าอ่อน ๆ ยิ่งจะทนได้ เขาพูด

ยังงั้นก็ได้ ไม่ปฏิเสธ ไม่โกรธเลย ไม่โกรธเลยชกนิตเดียว จน  
 เคี้ยวนี้ เขาไปเรียนที่กรุงเทพฯ แล้วเขาไม่คุยเราก็คือไปคุยกับเขานึกและ  
 เมื่อไม่นานมานี้ เขากลับมาเยี่ยมบ้าน เขาเอากะเข่าดอกไม้ใส่ตุ๊กตาหมี  
 มาขอโทษเราที่บ้าน นุ่นก็ไม่เจอเขาหรอก เขามาตอนเย็นวันนั้นและเขียน  
 โน้ตใส่การ์ด ก่อนที่จะชนกรุงเทพฯ ค่ะ นุ่นจึงรีบโทรเลขไปหาเขา  
 บอกเขา 3 คำว่า "นุ่นไม่โกรธ" นุ่นคิดว่าเขาคงสำนักอยากขอโทษ  
 นุ่น นุ่นดีใจนะที่ชนะใจเพื่อนได้ด้วยความรู้สึกที่ดี ๆ ให้กับเขาแม้จะต้อง  
 ออทน ยาวนานต่อการพิสูจน์ตัวเองก็ตาม (ผู้นำกลุ่มเปิดเผยตนเอง)

ผู้นำกลุ่ม(นพ) : นุ่นก็พึงพอใจและภูมิใจนะที่มีความอดทนต่อสถานการณ์ ต่อเพื่อน ๆ ที่ทำให้  
 นุ่นรู้สึกไม่สบายใจ นุ่นไม่ถือโทษโกรธเขา นุ่นเอาชนะใจเพื่อนได้

ผู้นำกลุ่ม(นุ่น) : จะ นุ่นชนะใจเพื่อนด้วยความอดทนและเชื่อมั่นว่าความบริสุทธิ์จริงใจของ  
 เราจะพิสูจน์ได้ว่าเราเป็นคนยังไง เป็นอย่างที่เขาเข้าใจหรือไม่

ตุ๊ก : เฉียบจริง ๆ นุ่นสมแล้วกับตำแหน่งหัวหน้าห้อง เราในฐานะลูกห้องเห็นที่  
 จะต้องหันมาสำรวจถึงความร่วมมือของเราที่มีต่อห้องของเราแล้วซี เรา  
 มีเรื่องทำนองนี้เหมือนกันอยากจะแบ่งปันประสบการณ์ด้วยคน คืองี้...

นริศ : ในฐานะสมาชิก 5/7 ที่ชอบปล่อยที่เด็ดด้วยการขนสมุคแบบฝึกหัดเพื่อนมา  
 ตรวจแล้วลอกแบบของคำตอบที่ถูกต้อง ไซ้ใหม่เอ๋ย ผมแอบไปรู้มา

ตุ๊ก : เฮ้ย ! ที่รู้มายังไม่หมด ยิ่งกว่านั้นไปอีกนะ (สมาชิกร่วมเปิดเผยตนเอง)

ผู้นำกลุ่ม(นพ) : เรื่องมันเป็นยังไงละ ไทน์เล่าให้พรรคพวกฟังให้เป็นเรื่องเป็นราวหน่อย  
 ได้ไหม แอบไปรู้กันสองคนตั้งแต่เมื่อไร

ตุ๊ก : คือยังงั้นพูดแล้วระคาปาก ตุ๊กทำการบ้านไม่ได้มักจะเว้นบรรทัดไว้แล้ว  
 มาหาคำตอบกับเพื่อน โดยรอให้หัวหน้าห้องเก็บสมุดการบ้านของเพื่อน ๆ  
 ในห้องให้ได้ซัก 10 เล่ม จากนั้นก็ไปเลือกกลุ่มที่คนเก่ง ๆ ส่งมาเปิด  
 กาง 3 เล่มแล้วนั่งเลือกเพื่อหาข้อที่น่าจะเป็นคำตอบที่ถูกต้องที่สุด บางครั้ง  
 ลอกยังไม่เสร็จหัวหน้าเขาเอาสมุดไปส่งอาจารย์ประจำวิชาแล้ว เป็นอัน  
 ว่าสมุดทั้งของเราและของเพื่อนไม่ได้ส่งอาจารย์ หรือไม่ก็ไปส่ง  
 ซ้ำ บางที่อาจารย์ตรวจคืนก็กลับมารวดเร็วมาก ทำเอาหัวหน้าถูกเพื่อน ๆ

- ที่ส่งสมุดไปแล้วต่อว่า และถูกอาจารย์ตำหนิว่าทำหน้าที่บกพร่อง
- ตุ่น : แล้วหัวหน้าเขารู้ไหมล่ะว่าเป็นฝีมือของ เขียนนักลอกคนนี้
- ตุ๊ก : ไม่รู้ซี เพราะมีเขียนนักลอกอยู่หลายคน เลยไม่รู้ว่าจะไปต่อว่าใครโดยตรง...แต่ตอนนี้เรารู้ว่ามันคงทำให้หัวหน้าเสียกำลังใจในการทำงานไม่น้อย คุ ๆ แล้วเหมือนเราจะเป็นคนเห็นแก่ตัวอยู่นะ (พิจารณาตนเอง)
- ผู้นำกลุ่ม(นุ่น) : ตุ๊กรู้สึกว่าการกระทำของตุ๊กเอง นอกจากทำให้หัวหน้าเสียกำลังใจแล้ว ตุ๊กยังมีลักษณะเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตัวอยู่ด้วย เมื่อถึงตอนนั้นแหละ ตุ๊กรู้สึกยังงี้ว่าจะหันมาสำรวจตัวเองถึงความร่วมมือของเราที่มีต่อห้องของเรา
- ตุ๊ก : ขอบใจนุ่น ขอบใจนุ่นมากที่ชวนให้ตุ๊กได้รู้และเข้าใจความยุ่งยากที่เกิดขึ้นในห้องว่าส่วนหนึ่งเป็นเพราะตัวตุ๊กเองที่ลืมนึกถึงความเดือดร้อนที่เพื่อนจะได้รับ ตุ๊กรู้แล้วละว่าตุ๊กไม่กล้าเผชิญกับความจริงบางอย่างทั้ง ๆ ที่มันเป็นความจริง (ตระหนักว่าตนมีส่วนในปัญหาของตน)
- เมย์ : ความจริงอะไรหรือตุ๊ก พอจะบอกให้เราทราบได้เปล่า ?
- ตุ๊ก : ก็ความจริงที่ว่า เราทำการบ้านวิชานั้น ๆ ไม่ได้ และเราอายเพื่อนอายุครู เรายอมรับความจริงไม่ได้ว่าเราเรียนไม่เก่งวิชานั้น เราจึงต้องแอบขโมยของเพื่อนมาลอกส่ง ซึ่งตอนนี้เราเข้าใจว่า เรายังไม่กล้าแสดงออกด้วยที่จะไปบอกเพื่อนว่าขอยืมการบ้านมาลอกหน่อยนะ เราคือคึดและลำบากใจมากนะที่จะพูดยั้งั้น เพื่อน ๆ เคยมีประสบการณ์ในการขุดขอยืมการบ้านเพื่อนเปล่า? เรากลัวการปฏิเสธจะ (หาทางแก้ไขเปลี่ยนแปลง)

4. ชั้นปดกลุ่ม มีการปดกลุ่มในครั้งสุดท้ายของการพบกัน โดยเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้กล่าวถึงความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตนจากการเข้ากลุ่มในตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา ยกตัวอย่างเช่น สมาชิกคนหนึ่งในกลุ่มได้พูดในการเข้ากลุ่มครั้งสุดท้ายว่า "โครงการนี้ช่วยให้เราได้ ทราบว่า เราเป็นคนอย่างไรและจากหัวข้อที่พูดทำให้เราค้นพบตัวเองได้ดียิ่งขึ้น รู้จักเพื่อนดีขึ้น หักมองโลกในแง่ดี กล้าแสดงความคิดเห็น มีความเชื่อมั่นในตนเอง ทำให้เห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่นมากยิ่งขึ้น" นับว่าเป็นการช่วยให้เพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มมีการยุติการได้รับประสบการณ์กลุ่มอย่างมีประสิทธิภาพ จากนั้นได้มีการทบทวน สรุป และให้กำลังใจแก่กัน ในสิ่งซึ่งเพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มได้ เรียนรู้ร่วมกัน

จากปฏิสัมพันธ์บางตอนระหว่างเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่ม กับเพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่ม แสดงให้เห็นว่าสมาชิกกลุ่มมองเห็นคุณค่าเฉพาะที่มีอยู่ในตนเองชัดเจนขึ้นและเป็นกำลังใจให้เพื่อนสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่มได้พัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองอีกต่อไป

ปัจจัยอีกประการหนึ่งที่ช่วยให้เกิดปฏิสัมพันธ์ที่ดีคือ ความพร้อมของกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างที่มาเข้ารับการช่วยเหลือแบบกลุ่มโดยเพื่อน มีความพร้อมที่จะให้ความร่วมมืออยู่แล้ว เนื่องจากมีความสมัครใจ ตั้งใจที่จะเข้าร่วมทั้งอยู่ในวัยของการแสวงหาและพัฒนาความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตน ต้องการการยอมรับจากบุคคลที่ตนใกล้ชิดและให้ความสำคัญด้วย ฉะนั้นการได้รับการยอมรับและชื่นชมจากเพื่อนในวัยเดียวกัน จึงส่งผลต่อการเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ เออร์เนย์ (Erney 1980) ซึ่งพบว่าเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มสามารถพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองแก่เพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มได้ นอกจากนี้ เบล (Bell 1977) และโบว์แมน และไมริค (Bowman & Myrick 1980) ได้ศึกษาพบว่า เพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มที่ผ่านการฝึกอบรมมาก่อนทำหน้าที่ให้การปรึกษา สามารถช่วยเพิ่มความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองแก่เพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มได้ ไมริค และ โบว์แมน (Myrick & Bowman 1983 : 115) ได้กล่าวถึงเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มไว้ตอนหนึ่งว่า เพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มเป็นบุคคลที่พิเศษสุด ที่สามารถพูดคุยด้วยกันกับเพื่อนนักเรียนที่มีพฤติกรรมเบี่ยงเบนหรือแปลกออกไป เพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มจะให้ออกาสแก่เพื่อนในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตัวเอง ให้เขาได้สำรวจทัศนะ การกระทำ เป้าหมายการดำเนินชีวิตและบางครั้งเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มอาจเป็นผู้ประสานระหว่างเพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มกับครูแนะแนวหรือนักจิตวิทยาการศึกษา บางกรณีอาจช่วยลดความกดดัน ความกังวลและความคับข้องใจ อันนับเป็นการป้องกันปัญหา ความยุ่งยากของนักเรียน นอกจากนี้ เพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มยังเป็นผู้ช่วยรวบรวมข้อมูลเพิ่มเติมต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับเพื่อนนักเรียนได้ดีหลังจากให้การปรึกษาไปแล้ว

### 3. โปรแกรมการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

3.1 กิจกรรมและขั้นตอนการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมีโครงสร้างและมีเป้าหมายที่ชัดเจน ผู้วิจัยได้พัฒนาโปรแกรมการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองโดยยึดถือเทคนิคของ คูเปอร์สมิธ (Coopersmith 1981 : 38) ที่กล่าวว่า การช่วยให้บุคคลมองเห็นคุณค่าใน

ตนเองนั้น จะต้องเปิดโอกาสที่บุคคลนั้น ได้รู้จักและเข้าใจตนเอง ให้เขามีความนับถือตนเองและผู้อื่นได้เกิดภูมิต่อผู้อื่น ได้รับการให้ความสำคัญและเชื่อถือศรัทธา และประสบความสำเร็จในสิ่งที่หวัง กิจกรรมและขั้นตอนการดำเนินการที่กำหนดไว้มีการประสานกลมกลืนอย่างต่อเนื่อง กล่าวคือ ให้เพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มได้สร้างสัมพันธภาพ ทำความรู้จักกัน และให้มีความตระหนักในตนเอง (กิจกรรมที่ 1,2) มีความเข้าใจในตนเอง นับถือตนเองและผู้อื่น (กิจกรรมที่ 3,4) มีความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น (กิจกรรมที่ 5) ให้การยอมรับตนเองและผู้อื่น (กิจกรรมที่ 6) มีการปรับปรุงและพัฒนาตนเอง (กิจกรรมที่ 7) ให้ได้สำรวจประสบการณ์แห่งความสำเร็จและยินดีกับความสำเร็จของตน (กิจกรรมที่ 8) ให้ได้รู้จักวางแผนการดำเนินชีวิตในอนาคต (กิจกรรมที่ 9) และให้มีโอกาสได้ฝึกการให้และการรับความรักจากเพื่อนที่มีความหมาย มีความสำคัญต่อเขาเป็นการเสริมสร้างกำลังใจที่ดีในการดำเนินชีวิตต่อไป (กิจกรรมที่ 10) นอกจากนี้ในแต่ละครั้งของการประชุมกลุ่ม ได้มีการอภิปรายสรุปถึงข้อคิด ข้อสังเกตที่พบจากการปรึกษากันในกลุ่ม เป็นการย้ำให้เห็นถึงประสบการณ์การเรียนรู้ในครั้งนั้น ๆ และสานต่อในกิจกรรมที่จะดำเนินต่อไป

3.2 การนิเทศเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่ม การนิเทศดูแลระหว่างการดำเนินการเป็นสิ่งสำคัญเพราะเป็นการป้องกันและแก้ปัญหาแต่เนิ่น ๆ อันจะส่งผลต่อการพัฒนาโปรแกรมยิ่งขึ้นไป (Tindall & Gray 1985 : 8 ; Myrick & Bowman 1973 : 113) ดังนั้น หลังจากสิ้นสุดการประชุมกลุ่มแต่ละครั้ง ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้เพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มได้ซักถามถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในกลุ่ม ทั้งได้ให้ข้อสังเกตและข้อเสนอแนะในการทำหน้าที่ของเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มอันมีส่วนช่วยให้มีแนวทางในการดำเนินการในกลุ่มในครั้งต่อไป และเพิ่มพูนความสามารถในการช่วยให้เพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มสูงขึ้น (รายละเอียดของการนิเทศติดตามได้ที่ภาคผนวก ญ)

ในความเห็นของผู้วิจัยในฐานะที่มีส่วนใกล้ชิดกับเพื่อนผู้ให้การช่วยเหลือในกลุ่มและเพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มมีความเห็นว่า เพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มเป็นผู้ได้รับประสบการณ์โดยตรงในการเข้ากลุ่ม และในเรื่องของการประเมินเป็นสิ่งที่เกี่ยวเนื่องอยู่บนพื้นฐานของความรู้สึก ฉะนั้นจึงได้ให้เพื่อนผู้รับการช่วยเหลือในกลุ่มบรรยายถึงความรู้สึกและความคิดเห็นที่มีต่อประสบการณ์กลุ่ม (Self-report) ผลปรากฏว่า ความคิดเห็นต่าง ๆ บ่งชี้ให้เห็นถึงความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองที่เพิ่มขึ้น ความเข้มแข็ง ความเชื่อมั่น และความพึงพอใจที่ได้รับจากกลุ่ม ความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในตัวสมาชิกแต่ละคนสนับสนุนต่อผลการวิจัยในครั้งนี้อย่างยิ่ง ดังที่รวบรวมไว้ในภาคผนวก ฎ