



### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พัฒนาการทางด้านสังคมและจิตใจของมนุษย์ในช่วงวัยรุ่นที่สำคัญและมีบทบาทอย่างยิ่งต่อการดำเนินชีวิตในวัยผู้ใหญ่ ก็คือ การพัฒนาทักษะทางสังคมโดยผ่านกระบวนการปฏิสัมพันธ์ในกลุ่มเพื่อน (peer group) การคบหาสมาคมหรือการมีเพื่อนของวัยรุ่น ช่วยสร้างเสริมโอกาสให้วัยรุ่นได้เรียนรู้วิธีการที่จะติดต่อกับปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ วิธีการที่จะควบคุมพฤติกรรมทางสังคม เรียนรู้และพัฒนาความสามารถตามความสนใจโดยมีกลุ่มเพื่อนช่วยสนับสนุนให้เกิดความมั่นใจ ช่วยเป็นกำลังใจรับรู้ความรู้สึก สุข ทุกข์ ร่วมกัน วัยรุ่นที่มีพัฒนาการทางสังคมและจิตใจที่เหมาะสมเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ก็จะสามารถเรียนรู้บทบาททางสังคม พัฒนาจุดมุ่งหมายในชีวิต และการงาน ตลอดจนเรียนรู้ที่จะตอบสนองความต้องการที่จะมีความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศได้อย่างเหมาะสม ด้วยความรู้สึกที่เห็นคุณค่าในตน และในบุคคลอื่น ๆ

(Conger John Janeway. 1984 : 324 - 325)

วัยรุ่นมักจะให้ความสำคัญต่อเพื่อนมากกว่าครอบครัว ซึ่งจะเห็นได้จากการสำรวจการใช้เวลาตามความต้องการของวัยรุ่นที่แสดงให้เห็นว่าวัยรุ่นส่วนใหญ่ต้องการใช้เวลาของเขายู่กับเพื่อน ๆ โดยเฉพาะเพื่อนร่วมชั้นเรียนมากกว่าอยู่กับครอบครัว โดยให้เหตุผลว่าต้องการจะพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก และทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับเพื่อน ๆ (Lawrence B. Schiamberg 1988 : 607) เด็กวัยรุ่นโดยเฉพาะวัยรุ่นตอนต้นจะอุทิศเวลาให้กลุ่มเพื่อน ไม่ว่าสุขหรือเศร้าเขาก็อยากจะอยู่เคียงข้างกับเพื่อน ๆ มิตรภาพ และความสัมพันธ์อันหมู่เพื่อน นับว่ามีความสำคัญยิ่งต่อชีวิต และต่อพัฒนาการของพวกเขา เด็กวัยรุ่นส่วนใหญ่ที่ต้องการจะเป็นคนสำคัญในกลุ่มและต้องการจะมีเพื่อนสนิทอีกหนึ่งหรือสองคน การที่เด็กบางคนไม่มีเพื่อนสนิท หรือแม้แต่เพื่อนร่วมกลุ่มนั้น อาจจะเป็นเนื่องด้วยการขาดทักษะ

พื้นฐานที่จำเป็นในการสร้างสัมพันธ์กับเพื่อน ๆ เช่น ชาติทักษะทางด้านความคิดต่อสื่อสาร เป็นต้น ในแต่ละช่วงวัยของชีวิตนั้น คำว่าเพื่อน มีความหมายมากที่สุดในช่วงวัยรุ่นมากกว่าวัยใด ๆ วัยรุ่นต้องการเพื่อนโดยเฉพาะเพื่อนสนิท เป็นความต้องการที่อยู่ในรูปของการแลกเปลี่ยน กล่าวคือต้องการจะเป็นทั้งผู้ให้และผู้รับความรัก วัยรุ่นมักจะมีคำถามที่วนเวียนอยู่เสมอว่า ตนเองจะไว้ใจเพื่อนคนนี้ได้หรือไม่ เพื่อนคนนี้รักชอบตนหรือไม่ หรือคบเพียงเพื่อหวังประโยชน์เท่านั้น ความรักที่มีให้เพื่อนในเด็กวัยรุ่นตอนต้นนั้นมักจะเป็นไปในรูปของความสนิทสนมกลมเกลียวในเพื่อนเพศเดียวกัน และเริ่มให้ความสนใจที่จะคบเพื่อนต่างเพศโดยเฉพาะเด็กวัยรุ่นหญิงจะทุ่มเทความรักให้กับกลุ่มเพื่อนและเพื่อนสนิทมากกว่าเด็กวัยรุ่นชาย (Douvan & Adelson อ้างใน John W. Santrock 1984 : 369)

เด็กวัยรุ่นหญิงสนใจในเรื่องของความอบอุ่น ความเห็นอกเห็นใจที่มีต่อกันในกลุ่มเพื่อน ส่วนเด็กวัยรุ่นชายสนใจในเรื่องของความกล้า และความสามารถของเพื่อน ๆ มากกว่าเรื่องของการรู้สึก หรือความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน อย่างไรก็ตามการเลือกเพื่อนของวัยรุ่นทั้งหญิงและชายก็จะเหมือนกันในประเด็นที่ต่างก็จะเลือกเพื่อนสนิทเพศเดียวกัน ที่มีความสนใจในเรื่องเดียวกัน ทำกิจกรรม และมีอุดมคติทางสังคม (Social Ideals) คล้ายกัน เด็กวัยรุ่นจะรวมตัวกันเป็นกลุ่มเล็ก ๆ ที่มีความสัมพันธ์กันอย่างแน่นแฟ้น ที่เรียกกันว่ากลุ่มเพื่อนสนิท (clique) เด็กที่มีกลุ่มเพื่อนสนิทจะมีการยอมรับตนเอง และนับถือตนสูงกว่าเด็กที่ไม่มีกลุ่มเพื่อนหรือเด็กที่โดนเพื่อน ๆ ทอดทิ้ง (John W. Santrock 1984 : 370 - 371) ในสังคมโรงเรียนนั้นจะมีเด็กอยู่จำนวนหนึ่งที่มีปัญหาในเรื่องการขาดเพื่อนและต้องการจะมีเพื่อน ซึ่งจากการสำรวจปัญหาเด็กนักเรียนเพื่อเก็บรวบรวมระเบียบประวัติของเด็กนั้นจะมีเด็กจำนวนไม่น้อยยอมรับว่าตนเองมีปัญหาในเรื่องนี้ และต้องการความช่วยเหลือในเรื่องนี้

สำหรับเด็กวัยรุ่นตอนต้นนั้นบางคนก็มีความสามารถและมีทักษะในการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลสูง บางคนก็มีความสามารถและทักษะทางสังคมต่ำ ดังนั้นการจัดกระบวนการกลุ่ม เพื่อสร้างเสริมทักษะทางสังคมให้เด็กวัยรุ่นที่มีทักษะทางสังคมต่ำเหล่านี้ จึงนับว่ามีความจำเป็นอย่างยิ่ง (Rose 1987 : 144)

เลอรวิน และ เคิร์ตซ (Levin and Kurtz อ้างใน Peter B. Smith 1980 : 63 - 64) ศึกษาเกี่ยวกับการรับรู้ของสมาชิกกลุ่มที่รับการฝึกมนุษยสัมพันธ์ โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนออกเป็น 6 กลุ่ม 3 กลุ่มแรกรับการฝึกจากกลุ่มที่กำหนดโครงสร้าง (Structured Groups) และอีก 3 กลุ่ม รับการฝึกจากกลุ่มที่ไม่กำหนดโครงสร้าง (Unstructured Groups) การวิจัยครั้งนี้ใช้ผู้ฝึก 3 คน แต่ละคนจะต้องมีหน้าที่เป็นผู้ฝึกทั้งกลุ่มที่กำหนดโครงสร้างและไม่กำหนดโครงสร้าง กลุ่มที่กำหนดโครงสร้าง จะได้รับการฝึกตามกิจกรรมที่กำหนดและได้รับการแนะนำจากผู้ฝึก หลังจากจบการฝึกตามโปรแกรม 12 ครั้ง ผู้รับการฝึกทุกคนจะต้องทำแบบสอบถาม Group Opinion Questionnaire ผลปรากฏว่าสมาชิกกลุ่มที่กำหนดโครงสร้างซึ่งดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรม มีการรับรู้ประสบการณ์การฝึกในทางบวกมากกว่ากลุ่มที่ไม่กำหนดโครงสร้าง ผู้วิจัยได้ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องนี้ว่าการที่สมาชิกกลุ่มที่กำหนดโครงสร้างรับรู้ว่าคุณได้รับการฝึกในทางบวก เนื่องจากสมาชิกมีความรู้สึกว่าคุณเป็นที่ยอมรับในฐานะผู้ร่วมรับการฝึกเหมือน ๆ กัน มีส่วนร่วมในการฝึกเหมือนกัน ส่วนสมาชิกในกลุ่มที่ไม่กำหนดโครงสร้าง จะรู้สึกว่าตนเองยังคงเป็นคนนอกกลุ่มอยู่ และการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้รับการฝึก จะเพิ่มขึ้นถ้าผู้รับการฝึกมีความรู้สึกว่า เขาได้รับโอกาสที่จะฝึกปฏิบัติพฤติกรรมใหม่ ๆ ในกลุ่ม

แวร์ และ บาร์ (Ware and Barr 1977 อ้างใน Peter B. Smith 1980 : 64) ได้ศึกษาวิจัยในลักษณะที่คล้ายกัน โดยศึกษาผลของกลุ่มแบบกำหนดโครงสร้างและไม่กำหนดโครงสร้างที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์ (Self - concept) และสัจการแห่งตน (Self - actualization) โดยใช้ระยะเวลาในการฝึกประจำ 9 สัปดาห์ ผลปรากฏว่ากลุ่มทดลองทั้งแบบกลุ่มกำหนดโครงสร้างและไม่กำหนดโครงสร้างมีคะแนนอัตมโนทัศน์ และสัจการแห่งตนเพิ่มขึ้นอย่างไม่แตกต่างกัน

จากตัวอย่างการศึกษาข้างต้นนี้ จะเห็นว่าการจัดประสบการณ์กลุ่มในรูปของการฝึกมนุษยสัมพันธ์มีผลโดยตรงต่อการเปลี่ยนแปลงด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง และอัตมโนทัศน์ของผู้รับการฝึก โดยประเมินจากผลของแบบทดสอบที่กระทำในรูปของการรายงาน

ด้วยตนเอง (Self report) มีผู้วิจัยอีกหลายท่านที่ใช้แบบทดสอบประเภทนี้ เช่น ซาโพริโต้ (Saporito 1979 : 113 - A) ใช้แบบทดสอบ Tennessee Self Concept Scale ประเมินความพึงพอใจตนเองของผู้รับการฝึก ปาร์เกอร์ (Parker 1983 : 2894 - A) ใช้แบบทดสอบ The Coopersmith Self - Esteem Inventory ประเมินความนับถือตนเองของผู้รับการฝึก ชูชัย และสมชาย (ชูชัย สมितिไกร และสมชาย เตียวกุล 2530) ใช้แบบทดสอบ The Personal Orientation Inventory ประเมินการนับถือตนเอง การยอมรับตนเอง การมีทัศนคติต่อตนเอง การมีทัศนคติต่อมนุษย์ในแง่บวก เป็นต้น

สำหรับงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้แบบสำรวจการวิเคราะห์ตนเองในกลุ่มซึ่งดัดแปลงจากแบบทดสอบการวิเคราะห์ตนเองของ แจ็ค อาร์ กิบป์ (Jack R. Gibb 1977 : 73 - 81) ประเมินความรู้สึกของผู้รับการฝึกที่มีต่อกลุ่ม 4 ด้าน คือด้านความไว้วางใจ (Trust) ด้านการเปิดเผยตนเอง (Openness) ด้านการตระหนักรู้ในตนตามความเป็นจริง (Realization) และด้านการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน (Interdependence) แบบสำรวจนี้ นอกจากจะช่วยประเมินผลการวิเคราะห์ตนเองของผู้รับการฝึกแล้วยังช่วยประเมินประสิทธิภาพของโปรแกรมการฝึกได้อีกทางหนึ่งด้วย

อนึ่งการฝึกมนุษยสัมพันธ์นั้นนอกจากจะมีผลต่อความรู้สึกและความคิดของผู้รับการฝึกแล้วก็ยังมีผลกระทบโดยตรงต่อสัมพันธภาพระหว่างผู้รับการฝึกกับกลุ่มสังคมที่ผู้รับการฝึกเกี่ยวข้องกับอีกด้วย ซึ่งความเปลี่ยนแปลงของสัมพันธภาพที่สามารถประเมินได้ด้วยเทคนิควิธีการทางสังคมมิติ (Judy Gahagan 1975 : 61) วิธีการนี้มีผู้วิจัยหลายท่านนำมาใช้ เช่น สับเบิลท์ (Sublett 1985 : 365 - A) ใช้เทคนิควิธีการทางสังคมมิติ ประเมินผลของการให้คำปรึกษาแบบครอบครัว และวารภรณ์ (วารภรณ์ ลัมสุวัฒน์ 2521) ใช้เทคนิคสังคมมิติ แบ่งกลุ่มนักเรียนเพื่อทำการปรึกษาแบบกลุ่ม เป็นต้น แต่สำหรับงานวิจัยครั้งนี้ นอกจากผู้วิจัยจะใช้เทคนิควิธีการทางสังคมมิติ ประเมินผู้ที่ขาดเพื่อน และพร้อมจะเป็นผู้รับการฝึกแล้ว ยังใช้ประเมินผลของโปรแกรมการฝึกมนุษยสัมพันธ์ที่มีต่อสถานภาพทางสังคมมิติของผู้รับการฝึกอีกด้วย

ในฐานะที่ผู้วิจัยเป็นครูแนะแนวในโรงเรียนมัธยมศึกษาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิไล  
 ประสานมิตร มีหน้าที่และความรับผิดชอบโดยตรงต่อพัฒนาการทางด้านสังคมและจิตใจของนักเรียน  
 ช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาด้านการปรับตัว และการสร้างความสัมพันธ์ในกลุ่มเพื่อนจึงคาดว่าการศึกษา  
 มนุษย์สัมพันธ์นี้จะช่วยลดปัญหาทางการขาดเพื่อน และสร้างเสริมความรู้สึกที่ดีในตนของนักเรียน  
 ที่ได้รับการฝึก

#### แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวความคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องหลายด้าน ดังนี้  
 เพื่อความสะดวกในการทำความเข้าใจ ผู้วิจัยขอเสนอแนวความคิดแยกเป็นด้าน ๆ ดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับการจัดประสบการณ์กลุ่มเพื่อสนองตอบความต้องการในการ  
สร้างสัมพันธ์ภาพ
2. แนวคิด และหลักการในการฝึกมนุษย์สัมพันธ์
3. หลักเกณฑ์ในการเลือกกิจกรรมการฝึกมนุษย์สัมพันธ์
4. แนวคิดเกี่ยวกับวิธีการทางสังคมมิติ
5. แนวคิดเกี่ยวกับการวิเคราะห์ตนเอง (Self - Diagnosis) ของ

Jack R. Gibb

1. แนวคิดเกี่ยวกับการจัดประสบการณ์กลุ่มเพื่อสนองตอบความต้องการในการสร้าง  
สัมพันธ์ภาพ

ประสบการณ์กลุ่มรูปแบบต่าง ๆ เป็นกระบวนการที่ช่วยให้สมาชิกที่เข้าร่วมกลุ่ม  
 เกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน แลกเปลี่ยนความรู้สึกที่จริงแท้ต่อกัน เกิดความรู้สึกเป็นอันหนึ่ง  
 อันเดียวกัน และเอื้อเพื่อเกื้อกูลซึ่งกันและกัน ประสบการณ์กลุ่มดังกล่าวนี้เหมาะสมสำหรับสังคม  
 ที่บุคคลมีอิสระต่อกัน โรเจอร์ส (Rogers) เชื่อว่า การที่ประสบการณ์กลุ่มมีอิทธิพลต่อสังคมมากขึ้น  
 เนื่องจาก การขยายตัวอย่างรวดเร็วด้านเทคโนโลยี ทำให้บุคคลเริ่มมองเพื่อนมนุษย์เหมือน

เครื่องจักร ไม่ค่อยเอาใจใส่ตนเองมากนัก แต่ประสบการณ์กลุ่มจะช่วยให้คุณเอาใจใส่ต่อตนเองและบุคคลอื่น มากขึ้น มีการยอมรับซึ่งกันและกันมากขึ้น ส่วนคนที่ว่าเห่หงอยเหงาเหมือนอยู่คนเดียวในโลกนั้น หลังจากที่เขาเข้าร่วมกิจกรรมของประสบการณ์กลุ่มแล้ว ก็จะตระหนักได้ว่า ความเหงาเป็นเพียงส่วนหนึ่งของชีวิตของเขาเท่านั้น มิใช่ทั้งหมดของชีวิต เขายังมีสิ่งที่ตั้งงามและมีความหมายในชีวิตอีกมากมาย ความสนใจตนเอง ความเป็นตัวของตัวเอง ความตระหนักในตนเอง ความพร้อมที่จะให้ความรักและรับความรักจากผู้อื่น รวมทั้งความรู้สึกที่ตั้งงามต่อตนเองและต่อผู้อื่นนั้นเป็นผลที่เกิดขึ้นได้หลังจากมีประสบการณ์กลุ่ม (Rogers 1970 : 159 - 162) การจัดประสบการณ์กลุ่มที่เป้าหมายเช่นนี้ ให้ผลในการฝึกทางคำณนุษย์สัมพันธ์ซึ่งเป็นการสนองความต้องการของผู้รับการฝึกเป็นสำคัญ และให้ประสบการณ์การเรียนรู้แก่ผู้เรียนโดยตรงซึ่งผู้เรียนสามารถค้นพบสิ่งต่าง ๆ ที่มีความหมายแก่ตัวของเขาเอง และสามารถทดสอบคุณค่าของประสบการณ์ได้ (พรณราย ทวีพะระภา 2529 : 8)

มาโลว์ (Maslow) นักจิตวิทยาแนวมนุษยนิยมอีกท่านหนึ่งมีความเชื่อว่า มนุษย์มีความต้องการพื้นฐาน 5 ชั้น เรียงลำดับจากความต้องการทางด้านร่างกายต้องการปัจจัยทางวัตถุเพื่อการดำรงชีวิต (Physiological Needs) ความต้องการความปลอดภัยทางร่างกายและทางจิตใจ (Safety Needs) ความต้องการความรักและการได้รับการยอมรับว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Love and Belonging Needs) ความต้องการจะได้รับการยอมรับในคุณค่าแห่งตน (Esteem Needs) และความต้องการที่จะอยู่ในสภาพสัจการแห่งตน (Self Actualization) (Maslow 1943, 1954, 1962 อ้างใน Trotzer 1977 : 30) ทรอทเซอร์ (Trotzer) ให้ทัศนะเกี่ยวกับลักษณะการมีสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลว่าการที่บุคคลมีความต้องการจะสร้างมนุษยสัมพันธ์กับผู้อื่นนั้นก็เพื่อสนองความต้องการ 3 ด้าน ด้วยกันคือ ความต้องการความปลอดภัยทางร่างกาย และทางจิตใจ ความต้องการความรักและการได้รับการยอมรับว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและความต้องการจะได้รับการยอมรับในคุณค่าแห่งตน (Trotzer 1977 : 38)

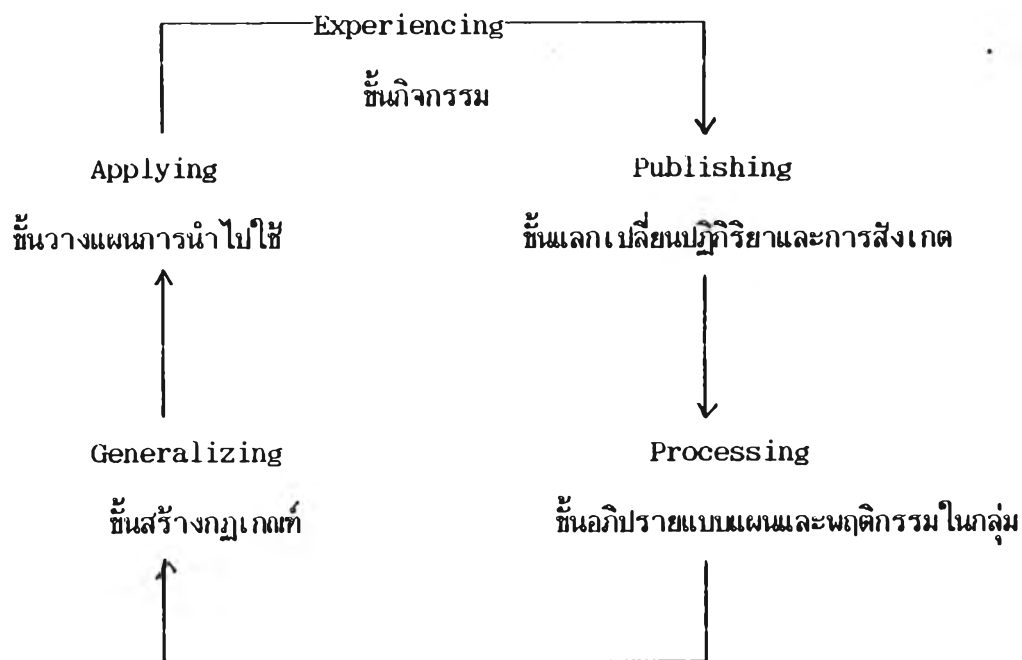
ความต้องการความปลอดภัยและมั่นคงทางจิตใจนั้น สัมพันธ์กับความไว้วางใจ

ต้องการที่พึ่งพิง หากที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจ ประสบการณ์กลุ่มจะช่วยให้สมาชิกได้พัฒนาความสามารถที่จะไว้วางใจซึ่งกันและกัน เปิดเผยตนเอง มั่นใจว่ากลุ่มจะยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นในตนเอง และชื่นชมในพัฒนาการของตนเอง (Trotzer 1977 : 33 - 34)

ความต้องการความรักและความรู้สึกเป็นเจ้าของ เป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ทุกคน บุคคลที่ขาดความรักจากครอบครัว หรือจากกลุ่มเพื่อนจะกลายเป็นบุคคลที่หลีกเลี่ยงจากสังคม (Maslow 1943 อ้างใน Trotzer 1977 : 34) ขณะที่มนุษย์ต้องการเป็นที่รัก แต่ก็มักจะกลัวที่จะได้รับการปฏิเสธ จึงไม่กล้าแสดงความรัก ขอบจำกัดตัวเอง ทำให้ไม่สามารถพัฒนาตนเองได้ถึงที่สุด แต่ประสบการณ์กลุ่มจะช่วยให้สมาชิกรู้สึกว่าตนเองเป็นที่ยอมรับ เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม มีความรู้สึกเป็นเจ้าของ ซึ่งจะพัฒนาให้เกิดความกล้าที่จะแสดงความรัก ความชื่นชม ชื่นชอบในผู้อื่น ก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีงามระหว่างบุคคล (Trotzer 1977 : 34)

ความต้องการการนับถือตนเอง คือลักษณะที่บุคคลอยากจะได้รับยกย่องนับถือ ได้รับความรู้สึกว่าตนมีความรับผิดชอบจากบุคคลอื่น รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่ามีประโยชน์ บุคคลที่มีการนับถือตนเองต่ำ จะไม่เห็นคุณค่าในตนและคิดว่าคนอื่นก็คงจะไม่เห็นคุณค่าในตัวเขา เช่นเดียวกัน ความรู้สึกเช่นนี้จะทำให้ไม่กล้ามีสัมพันธภาพกับผู้อื่น แต่ด้วยบรรยากาศ และประสบการณ์กลุ่มจะช่วยให้บุคคลเกิดทัศนคติทางบวกเกี่ยวกับตนเอง กล้ารับผิดชอบในตนเอง และพร้อมจะช่วยเหลือผู้อื่นด้วยความรู้สึกว่าตนเองมีประโยชน์ต่อผู้อื่น (Trotzer 1977 : 35)

ในการจัดประสบการณ์กลุ่มนั้น ไพฟ์เพอร์ และคณะ (Pfeiffer 1977 : อ้างถึงใน พรพรรณราย ทวีพระประภา 2529 : 8 - 10) ได้เสนอรูปแบบของการจัดประสบการณ์อย่างมีโครงสร้าง (Structured experiences) ที่ใช้ในการฝึกเป็นรูปของวงจรที่ประกอบด้วยกิจกรรม 5 ขั้นตอน ซึ่งอธิบายเป็นหลักกว้าง ๆ ตามแผนภูมิได้ดังนี้



จากแผนภูมิจี้จะเห็นว่ารูปแบบของการจัดประสบการณ์ที่มีเป้าหมายประกอบด้วย

ขั้นตอนต่าง ๆ 5 ขั้นตอน ซึ่งเป็นวงจร คือ

1. ชั้นกิจกรรม (Experiencing)
2. ชั้นแลกเปลี่ยนปฏิบัติการและการสังเกต (Publishing)
3. ชั้นอภิปรายแบบแผน และพฤติกรรมในกลุ่ม (Processing)
4. ชั้นสร้างกฎเกณฑ์ (Generalizing)
5. ชั้นวางแผนการนำไปใช้ (Applying)

ชั้นกิจกรรม (Experiencing Phase) เป็นการกระทำกิจกรรมต่าง ๆ ตามที่ผู้นำฝึกได้กำหนดไว้ เช่น การแสดงการคิดฝัน (Fantasy) การจับคู่กันหรือการแก้ปัญหา ร่วมกันเป็นกลุ่ม เป็นต้น อย่างไรก็ตาม ถ้ากิจกรรมจบลงแล้วและไม่ทำอะไรต่อไปผู้รับการฝึก ก็จะมีความรู้สึกแต่เพียงว่า "ก็สนุกดี" เท่านั้นเอง ดังนั้นขั้นต่อไปผู้รับการฝึกก็ต้อง แลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่ตนเองได้รับ เช่น ความคิด ความรู้สึก รวมทั้งปฏิบัติการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากกิจกรรมที่ได้กระทำมาในขั้นแรก รวมทั้งข้อสังเกตต่าง ๆ ที่ตนเองสังเกตเห็น โดย



แลกเปลี่ยนกันระหว่างสมาชิกภายในกลุ่มโดยมีผู้นำกลุ่มเป็นผู้บ่อนำคำถามให้ ขั้นนี้เรียกว่า  
 ขั้นแลกเปลี่ยนปฏิกริยาและการสังเกต (Publishing) และเป็นขั้นของการรวบรวมข้อมูล  
 (data - generation phase) อีกด้วย ซึ่งจะนำไปสู่การดำเนินการเกี่ยวกับข้อมูลที่ได้  
 มาซึ่งเรียกว่า processing นับว่าเป็นกุญแจสำคัญที่แสดงประสิทธิภาพของประสบการณ์  
 ที่มีเป้าหมาย ขั้นนี้จึงเรียกว่าขั้นอภิปรายแบบแผนและพฤติกรรมภายในกลุ่ม และในขั้นนี้เอง  
 ที่ผู้ดำเนินการฝึก หรือผู้นำการฝึก (Facilitator) ควรจะให้เวลานขั้นนี้ให้มากที่สุดพอสมควร  
 เพราะเป็นขั้นที่เปิดโอกาสให้ผู้ร่วมรับการฝึกได้อภิปรายแบบแผนต่าง ๆ แสดงพฤติกรรม  
 ภายในกลุ่มอย่างเต็มที่ ถ้าการฝึกนี้สามารถถ่ายเียงไปยัง "โลกของความเป็นจริง" ได้แล้ว  
 ผู้เข้ารับการฝึกก็ควรจะสามารถที่จะขยายประสบการณ์ที่เขาได้รับจากกลุ่มไปสู่โลก  
 ภายนอกได้ด้วยการสรุปครอบคลุม (Generalization) ไปสู่ชีวิตจริง ๆ หรือสถานการณ์  
 ที่เป็นจริง ซึ่งในขั้นนี้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะสร้างกฎเกณฑ์ต่าง ๆ รวมทั้งสร้างสมมติฐาน  
 และขยายความคิดแลกเปลี่ยนกันจนขั้นสุดท้าย ซึ่งเป็นขั้นการนำไปใช้ (Applying) ซึ่งใน  
 ขั้นสุดท้ายนี้ผู้นำการฝึกไม่ควรปล่อยให้เกิดขึ้นตามบุญตามกรรม แต่จะต้องแน่ใจให้ได้ว่าผู้  
 เข้ารับการฝึกสามารถสังเกตความเกี่ยวข้องและประสบการณ์ที่เขาได้รับจากกลุ่ม นั่นคือผู้นำ  
 การฝึกจะต้องเป็นฝ่ายสรุปเนื้อหาสาระสำคัญ ๆ ซึ่งเกี่ยวข้องกับกิจกรรมนั้น ๆ และวัตถุประสงค์  
 ประสงค์สำคัญของกิจกรรมแต่ละครั้งด้วยการที่สามารถนำผลการเรียนรู้ไปใช้ได้เป็นการ  
 สร้างเสริมประสบการณ์ให้แก่ผู้รับการฝึก

## 2. แนวคิดและหลักการในการฝึกมนุษยสัมพันธ์

ในสภาพการอยู่ร่วมกันของสังคมมนุษย์ ทำให้มนุษย์มีความต้องการจะสร้าง  
 สัมพันธภาพในระหว่างกันและกันและสร้างความพึงพอใจให้ตนเองโดยผ่านกระบวนการ  
 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การประสบความสำเร็จในแต่ละด้านของมนุษย์ อาทิ ความสำเร็จ  
 ด้านอาชีพ ด้านครอบครัวด้านการสร้างความสัมพันธ์ ล้วนมีรากฐานมาจากความมีมนุษยสัมพันธ์  
 ทั้งสิ้น มนุษย์แต่ละคนมิได้เกิดมาพร้อมกับสัญชาตญาณที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นอย่างมีประสิทธิภาพ

ความสามารถที่จะสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและทักษะในการติดต่อกับกลุ่มคนมิใช่เป็นเรื่องที่จะมีหรือเป็นกันได้ในทุกคน โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กและวัยรุ่นนั้น มักจะขาดทักษะพื้นฐานในการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ขาดความรู้ ความสามารถในการปฏิบัติตนอย่างเหมาะสม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในขณะที่มีอารมณ์ ความรู้สึก และความขัดแย้งใจเข้ามาเกี่ยวข้อง ลักษณะการขาดทักษะพื้นฐานทางสังคมเช่นนี้ถ้ามีไว้จนกระทั่งเป็นผู้ใหญ่ ก็จะทำให้กลายเป็นผู้ที่โดดเดี่ยว (Isolated) ขาดเพื่อน ขาดความสุขได้ในที่สุด มนุษยสัมพันธ์จึงเป็นเรื่องที่จำเป็นสำหรับชีวิตมนุษย์ ทั้งยังเป็นเรื่องที่สามารถเรียนรู้และพัฒนาได้ (Johnson 1986 : 1 - 2)

เกี่ยวกับทักษะในการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลนั้น จอห์นสัน (Johnson) เชื่อว่าจะพัฒนาได้โดยการให้ความรู้และฝึกทักษะแก่ผู้รับการฝึก 4 ด้านด้วยกันคือ

1. ฝึกให้เกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ซึ่งจะทำได้โดยการช่วยให้ผู้รับการฝึกเข้าใจ ยอมรับ และตระหนักในตนเอง จนกระทั่งกล้าและไว้วางใจพอที่จะเปิดเผยตนเองต่อผู้อื่น
2. ฝึกให้รู้จักการติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคลอย่างชัดเจนถูกต้อง พัฒนาการสื่อสารที่ตรงกับความคิดและความรู้สึก ก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่อบอุ่น และจริงใจ
3. ฝึกให้รู้จักการยอมรับและให้กำลังใจซึ่งกันและกัน พร้อมทั้งจะช่วยเหลือผู้อื่น รู้จักที่จะสื่อสารแสดงออกถึงการยอมรับ และการให้กำลังใจผู้อื่น รวมทั้งรู้จักที่จะเป็นผู้ให้รางวัล ให้แรงเสริม ตลอดจนเป็นต้นแบบ (Model) ให้กันและกัน
4. ฝึกให้รู้จักแก้ปัญหาเมื่อมีความขัดแย้งกับผู้อื่นในเรื่องสัมพันธภาพ เข้าใจธรรมชาติของความขัดแย้งในสัมพันธภาพที่อาจเกิดขึ้นได้ รวมทั้งเข้าใจขั้นตอนที่จะจัดการกับความขัดแย้งนั้น ๆ อย่างสร้างสรรค์ซึ่งเอื้อประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น (Johnson 1986 : 8 - 9)

การที่จะฝึกให้เกิดทักษะทั้ง 4 ด้านนั้น ผู้รับการฝึกจะต้องเข้าใจลักษณะของแต่ละทักษะ ได้มีโอกาสที่จะฝึกปฏิบัติจริง ได้รับประสบการณ์ตรงโดยผ่านกิจกรรมที่มีโครงสร้าง

เรียนรู้ เข้าใจ ทั้งแนวคิดและปฏิบัติโดยเฉพาะการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง ในบรรยากาศกลุ่มที่อบอุ่น จะยิ่งช่วยให้ผู้รับการฝึกมีกำลังใจ กล้าที่จะเสี่ยงฝึกทักษะใหม่ ๆ และพัฒนาตนได้เร็วขึ้น (Johnson 1986 : 13 - 14)

### 3. หลักเกณฑ์ในการเลือกกิจกรรมการฝึกมนุษยสัมพันธ์

การฝึกมนุษยสัมพันธ์ หมายถึง การจัดประสบการณ์อย่างมีโครงสร้าง (Structured Experiences) ทำให้ผู้รับการฝึกได้เรียนรู้วิธีการที่จะติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นโดยผ่านกระบวนการสังเกต แลกเปลี่ยนความเห็นและความรู้สึกร่วมกัน โดยที่ในระหว่างฝึก ผู้ร่วมรับการฝึกจะมีโอกาสได้ช่วยเหลือเป็นกำลังใจซึ่งกันและกัน จนสามารถหาแนวปฏิบัติเฉพาะตน และนำไปใช้ในชีวิตจริงได้ (J. William Pfeiffer & John E. Jones 1979 : 4 - 5)

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้กิจกรรมจากคู่มือการฝึกมนุษยสัมพันธ์ด้วยกิจกรรมที่มีโครงสร้างของ ไพท์เพอร์ และโจนส์ (Pfeiffer & Jones) โดยเลือกเฉพาะกิจกรรมที่สอดคล้องกับแนวความคิดในเรื่องการสร้างทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของ เดวิด ดับบลิว จอห์นสัน (David W. Johnson) และมีเกณฑ์ในการเลือกกิจกรรมที่จะนำมาใช้เพื่อให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการฝึก ตามหลักการเลือกกิจกรรมของ ทรอทเซอร์ (Trotzer 1977 : 114 - 116) ดังนี้ คือ

1. กิจกรรมนั้นจะต้องสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของกลุ่ม ให้ผลดีแก่ผู้รับการฝึก ไม่ก่อให้เกิดความสะเทือนอารมณ์อย่างรุนแรง
2. เป็นกิจกรรมที่ผู้นำกลุ่มคุ้นเคย มีประสบการณ์และสามารถจะดำเนินการตามนั้นได้ด้วยตนเอง
3. กิจกรรมที่ใช้จะเป็นกิจกรรมที่มีลักษณะการพูดจา มากกว่ากิจกรรมที่อาศัยการสัมผัสทางร่างกาย หรือการไม่ใช้คำพูด ทั้งนี้เนื่องจากลักษณะกิจกรรมประเภทที่ไม่ใช้คำพูดนั้นจะห้องอาศัยประสบการณ์ และความเชี่ยวชาญในการนำกิจกรรมมาก จึงจะเอื้ออำนวยให้

ผู้รับการฝึกร่วมกิจกรรมได้ อีกทั้งยังจะติดขัดในเรื่องของความคุ้นเคยกัน และความแตกต่าง  
ในด้านเพศ ที่อาจทำให้สมาชิกกลุ่มซึ่งเป็นเด็กวัยรุ่นไม่สะดวกที่จะร่วมกิจกรรม

4. กิจกรรมที่เลือกใช้จะต้องเหมาะสมกับระดับวุฒิภาวะของผู้รับการฝึกที่เป็น  
วัยรุ่นตอนต้น เป็นกิจกรรมที่ไม่สร้างความลำบากใจ หรือทำให้สมาชิกลังเลใจที่จะร่วมใน  
กิจกรรมนั้น นอกจากนี้ก็ยังสอดคล้องกับความต้องการและดึงดูจใจให้สมาชิกต้องการเข้าร่วม  
กิจกรรมมากที่สุด

5. เป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับสภาพของสถานที่ที่ใช้นในการฝึก

6. เป็นกิจกรรมที่สมาชิกส่วนใหญ่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้อย่างทั่วถึงทุกคน  
เป็นกิจกรรมที่ไม่ก่อให้เกิดสภาวะรุนแรงต่อร่างกาย และจิตใจของผู้รับการฝึก ผู้รับการฝึก  
ได้มีโอกาสร่วมกิจกรรมด้วยความเต็มใจทุกคน

7. กิจกรรมที่ใช้จะคำนึงถึงความพร้อมของผู้รับการฝึกเป็นสิ่งสำคัญ ผู้รับการฝึก  
จะไม่ถูกบีบบังคับให้ร่วมกิจกรรมทั้ง ๆ ที่ยังไม่พร้อม เช่นในกรณีของกิจกรรมการเปิดเผย  
ตนเอง ลักษณะกิจกรรมจะไม่บีบบังคับว่า ผู้รับการฝึกจะต้องเปิดเผยตนเองออกมาให้มากที่สุด  
แต่จะเป็นกิจกรรมที่เด็กได้มีโอกาสเลือกว่า เขาควรจะเสี่ยงแสดงตนมากน้อยเพียงไร

8. เป็นกิจกรรมที่ผู้นำกลุ่ม สามารถควบคุม ดำเนินการได้เองและควบคุมผลที่  
จะเกิดขึ้นได้

9. เป็นกิจกรรมที่มีช่วงเวลานการฝึกพอเหมาะ ไม่ควรเป็นกิจกรรมที่จะต้อง  
อาศัยเวลา มาก เพราะอาจมีปัญหาด้านจิตใจของผู้รับการฝึก ถ้าจะต้องต่อเวลายาวนาน  
ออกไป หรือจะต้องยุติกิจกรรมตามเวลาที่กำหนด

10. กิจกรรมที่จะก่อให้เกิดปฏิกิริยาทางลบ หรือความรู้สึกที่ไม่ดีต่อผู้รับการฝึก  
จะไม่ได้รับการพิจารณานำมาใช้ในการฝึกครั้งนี้

#### 4. แนวคิดเกี่ยวกับเทคนิคและวิธีการทางสังคมมิติ

ในการจัดประสบการณ์กลุ่มฝึกมนุษยสัมพันธ์นั้น เป้าหมายที่สำคัญของการฝึกก็คือ

การช่วยให้ผู้รับการฝึกมีความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นด้วยทักษะทางสังคมต่าง ๆ และสามารถดำรงสัมพันธภาพนั้นไว้ การประเมินผลของประสิทธิภาพการฝึกนั้น นอกจากจะประเมินจากความคิด และความรู้สึกเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงในตนของผู้รับการฝึกแล้ว วิธีการหนึ่งที่จะช่วยให้ทราบได้ว่า ผู้รับการฝึกประสบความสำเร็จและได้รับประโยชน์จากการฝึกก็คือ การประเมินด้วยวิธีสังคมมิติ (Sociometry) ซึ่งผู้รับการฝึกจะได้รับ การประเมินว่ามีเพื่อนมากขึ้นหรือไม่

สังคมมิติ เป็นเทคนิควิธีการที่ช่วยให้ทราบความสัมพันธ์ทางสังคมนะหว่างบุคคลใน กลุ่มหนึ่ง ๆ เป็นเทคนิคที่ใช้สำหรับประเมินการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนของนักเรียนและใช้ ตรวจสอบโครงสร้างทางสังคมภายในกลุ่ม ด้วยการใช้นิแบบทดสอบ Sociometric Test ซึ่งริเริ่มสร้างโดย จาคอบ แอล โมเรโน (Jacob L. Moreno) ในหนังสือเรื่อง "Who Shall Survive" (Gronlund, 1959 : XV) หนังสือเล่มนี้ได้กล่าวถึงแนวความคิด ของเรื่องนี้ไว้โดยละเอียด และได้รวบรวมรายงานของโมเรโน และนักจิตวิทยาสังคมอื่น ๆ ที่กล่าวถึงวิธีใช้สังคมมิติตั้งแต่ปี 1934 เป็นต้นมา หลังจากนั้นแล้วปรากฏว่าความนิยมใน เรื่องสังคมมิติได้แพร่ขยายไปอย่างรวดเร็ว ทั้งในด้านการใช้และเทคนิคต่าง ๆ ก็ได้มีการ ปรับปรุงให้ดีขึ้นเป็นลำดับ

โมเรโนได้ให้ความหมายเกี่ยวกับสังคมมิติว่า "เป็นการศึกษาทางคณิตศาสตร์เกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของบุคคล เป็นการทดลองเกี่ยวกับผลที่ได้รับจากการใช้วิธีการทาง ปริมาณตัวเลข" (Moreno J.L. 1953 : อ้างถึงใน นวลศิริ เปาโรหิตย์ ม.ป.ป. : 5) เขาได้ย้ำถึงความคิดนี้ว่าสังคมมิติควรจะจัดอยู่ในศาสตร์ (Science) แขนงหนึ่ง เช่นเดียวกับ ศาสตร์ชนิดอื่น ๆ เพียงแต่ว่าเป็นศาสตร์ที่เกิดจากการวิวัฒนาการของกลุ่มรวมถึงการจัดระบบ ของตำแหน่งความสัมพันธ์ของบุคคลภายในกลุ่ม ซึ่งจะเน้นหรือมุ่งความสนใจที่ความเปลี่ยนแปลง ด้านจิตใจของบุคคลในกลุ่มออกมาในเชิงปริมาณตัวเลข และวิธีการนี้ใช้ประเมินความสัมพันธ์ ของบุคคลภายในกลุ่มเท่านั้น

ความเชื่ออีกประการหนึ่งที่โมเรโนเน้นในการศึกษาเรื่องสังคมมิติก็คือ เขามี

ความคิดว่าบุคคลย่อมมีความรู้สึกต่อกันและกัน โดยเฉพาะบุคคลที่ต้องมาทำงานร่วมกันในกลุ่ม ไม่ว่าจะ เป็นความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบก็ตาม เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ที่บุคคลจะ แสดงความรู้สึกต่าง ๆ เหล่านี้ออกมายู่ตลอดเวลา ความรู้สึกเหล่านี้หาได้ขึ้นอยู่กับเหตุผลไม่ ไร เราไม่มีความประสงค์ที่จะไปพยายามเข้าใจว่าเหตุใดนาย ก. จึงรู้สึกชอบหรือไม่ชอบ นาย ข. ตรงกันข้ามเขาต้องการเพียงสังเกตความรู้สึกระหว่างบุคคลเหล่านั้นว่า บุคคลรู้สึก ต่อกันอย่างไรบ้าง ซึ่งการสังเกตความรู้สึกนี้มีความสลับซับซ้อนน้อยกว่าการเข้าใจความรู้สึก มากนัก รากฐานทางทฤษฎีของสังคมมิติกำเนิดจากจุดนี้เอง กล่าวคือ เขามีความคิดที่ว่า ความรู้สึก และอารมณ์ของบุคคลแม้จะมีการเปลี่ยนแปลงไปบ้างตามกาลเวลา แต่ส่วนใหญ่นั้นแล้ว จะมีความแน่นอนน่าเชื่อถือได้ทีเดียว ดังนั้นสังคมมิติจึงเป็นการศึกษาถึงโครงสร้างของความรู้สึก ที่บุคคลมีต่อกัน ซึ่งจะทำให้เกิดความเข้าใจถึงโครงสร้างของกลุ่มและสังคมทั้งหมด นอกจากนี้ ไรเรายังได้เน้นด้วยว่าสถานการณ์ทางสังคม (Criteria) ที่ต่างกันออกไปอาจจะทำให้ บุคคลคนเดียวกันได้รับเลือกจากเพื่อนหลายคนในสถานการณ์หนึ่ง แต่อาจจะไม่ได้รับเลือก เลยจากอีกสถานการณ์หนึ่ง ดังนั้น ในการศึกษาสังคมมิตินั้นจำเป็นที่จะต้องคำนึงถึงสถานการณ์ทาง สังคมที่ต่างออกไปของบุคคลด้วย (นวลศิริ เปาโรหิตย์ ม.ป.ป. : 2 - 4)

เครื่องมือที่ใช้วัดความสัมพันธ์ของบุคคลในกลุ่มเรียกว่า แบบทดสอบสังคมมิติ (Sociometric Test) แบบทดสอบนี้ประกอบด้วยคำถามที่ขอให้บุคคลเลือกผู้ที่เขาต้องการ จะสนิทสนมและทำงานร่วมด้วยในสถานการณ์ต่าง ๆ ไม่ว่าจะบุคคลที่เขาจะเลือกนั้นจะเป็นเพื่อน ในกลุ่มที่สนิทกันหรืออาจไม่เป็นเพื่อนสนิทก็ได้ แบบทดสอบสังคมมิติเป็นเครื่องมือที่ใช้ตรวจสอบ โครงสร้างทางสังคม โดยการวัดถึงความอยากอยู่ใกล้ชิด หรืออยู่ห่างไกลระหว่างบุคคลใน กลุ่ม และจากคำตอบที่ได้จากบุคคลแต่ละคนจะถูกนำมารวมเป็นคะแนนสังคมมิติของแต่ละบุคคล ด้วยวิธีการดังนี้คือก่อนอื่นจะต้องเรียงชื่อ สมาชิกในกลุ่มสังคมนั้น ๆ ตามลำดับ หลังจากนั้นก็ เขียนชื่อของทุกคนลงในกระดาษ ชื่อละ 2 ครั้ง คือในสดมภ์แนวนอน และสดมภ์แนวตั้ง ให้ สดมภ์แนวนอนเป็นสดมภ์ของผู้เลือกและสดมภ์แนวตั้งเป็นสดมภ์ของผู้ที่ได้รับเลือกการเขียนชื่อ จะต้องเรียงลำดับก่อนหลังเหมือนกันทั้ง 2 สดมภ์ ตัวอย่างเช่น นาย ก. จัดเป็นชื่อแรกของ

สดมภ์ในแนวนอน ก็จะต้องเป็นชื่อแรกในสดมภ์ในแนวตั้งด้วย เช่นนี้ เรื่อยไปจนครบทุกคน หลังจากนั้นจึงกรอกอันดับการเลือกเพื่อนของแต่ละบุคคลลงไป โดยใช้ชื่อสดมภ์ตามแนวนอน เป็นผู้เลือก และกรอกที่ละสถานการณจนครบทุกสถานการณที่ตั้ง เช่นในสถานการณเลือกเพื่อน ที่นั่งใกล้ นาย ก.เลือกเพื่อนคนใดบ้าง หรือสถานการณที่จะไปเที่ยวด้วยกัน นาย ก. เลือกใครบ้าง เป็นต้น แล้วจึงรวมคะแนนของแต่ละคนตามสดมภ์ในแนวตั้ง ก็จะทราบได้ว่าในแต่ละสถานการณ แต่ละคนได้รับเลือกจากเพื่อน ๆ ก็คน เมื่อรวมทุกสถานการณแล้วได้รับเลือกเท่าไร ผลรวมดังกล่าวถือเป็นคะแนนสังคมมิติของบุคคลนั้น (นวลศิริ เปาโรหิตย์ ม.ป.ป. : 4 - 6) จากจำนวนตัวเลือกทั้งหมดของแต่ละคนในกลุ่ม สามารถนำมาเขียนเป็นแผนภาพทางสังคมมิติ (Sociogram) ได้ ซึ่งจากแผนภาพนี้เองที่ทำให้สามารถวิเคราะห์หาบุคคลที่เป็นดาวได้รับเลือกมาก หรือผู้ที่ขาดเพื่อนได้รับการเลือกน้อย นอกจากนี้ยังทำให้ทราบบรรยากาศภายในกลุ่มว่าแบ่งเป็นกลุ่มเล็กกลุ่มน้อย (clique) หรือไม่ หรือมีการเลือกแบบจับคู่ (Mutual choices) มากน้อยเพียงใด กลุ่มมีลักษณะประสานสัมพันธ์เหนียวแน่นกันขนาดไหน เป็นต้น (Judy Gahagan 1975 : 61 - 62)

ดังที่ได้กล่าวมาแล้วว่า สังคมมิติเป็นวิธีการตรวจสอบความสัมพันธ์ของบุคคลในกลุ่ม และมีคำศัพท์เฉพาะในการศึกษา ดังนี้ (Gronlund. 1959 : 72 - 76)

1. กลุ่มย่อย (Subgroup) คือบุคคลกลุ่มเล็กที่อยู่ในกลุ่มใหญ่ประกอบขึ้นด้วยสมาชิกตั้งแต่ 2 คน จนกระทั่งถึงครึ่งหนึ่งของกลุ่มใหญ่ก็เป็นได้ในกรณีที่มีสมาชิกกลุ่มเล็กมีความสัมพันธ์กันอย่างเหนียวแน่น กล่าวคือมีการเลือกซึ่งกันและกันในกลุ่มอย่างชัดเจน อาจเรียกใหม่ว่า clique

2. หัวหน้า (Leaders) หมายถึง บุคคลที่ได้รับเลือกจากเพื่อนร่วมกลุ่มให้เป็นผู้นำซึ่งคำนี้มีที่เช้ปะปนกับคำว่าดาว (Stars) ซึ่งหมายถึงบุคคลที่ได้รับความนิยมสูงจากเพื่อน ๆ เป็นผู้ที่ได้รับการเลือกมาก ในกลุ่มย่อยแต่ละกลุ่มมักจะมีดาวประจำกลุ่มอยู่ และในกลุ่มใหญ่อาจมีดาวมากกว่า 1 คน

3. ผู้โดดเดี่ยว (Isolates) คือบุคคลที่ไม่ได้รับการเลือกจากเพื่อนร่วมกลุ่ม

แต่อาจไม่ใช่ผู้ที่ถูกตัดขาดจากสมาชิกคนอื่น ๆ เช่น อาจเป็นบุคคลที่ยังสนิทคุ้นเคยกับสมาชิกคนอื่น ๆ เนื่องด้วยเป็นสมาชิกใหม่ของกลุ่ม เป็นต้น

4. ผู้ถูกรังเกียจ (Rejectee) หมายถึง บุคคลที่ไม่เป็นที่ปรารถนาของกลุ่ม เป็นผู้ที่ถูกทอดทิ้งและเพื่อน ๆ ไม่ต้องการ ในการหาผู้ถูกรังเกียจนี้กระทำโดยการใช้สถานการณ์เลือกแบบให้เด็กเลือกเพื่อนที่เขาไม่ต้องการจะคบหาด้วย

5. การเลือกซึ่งกันและกัน (Mutual Choices) หมายถึงบุคคลที่เลือกกันเป็นคู่ ๆ ในกลุ่มหนึ่งอาจมีบุคคลที่เลือกซึ่งกันและกัน พอใจที่จะคบหาและเป็นเพื่อนสนิทกัน และมักจะทำอะไรด้วยกันอยู่เสมอ

6. สถานภาพทางสังคมมิติ (Sociometric Status) คือฐานะของบุคคลโดยถือจากจำนวนคะแนนสังคมมิติทั้งหมดที่เพื่อน ๆ ในกลุ่มเลือกในแต่ละสถานการณ์เป็นเกณฑ์ตัดสิน

บรอนเฟนเบรนเนอร์ (Bronfenbrenner cited by Gronlund 1959 :

65 - 67) ได้เสนอวิธีการแปลงคะแนนดิบจากการได้รับเลือกของแต่ละคน เช่น ก. ได้รับเลือก 5 คน ข. ได้รับเลือก 12 คน เป็นต้น ออกมาในรูปของความน่าจะเป็น (Probability) เพื่อบ่งชี้ว่าบุคคลนั้นเป็นบุคคลที่มีสถานภาพทางสังคมมิติสูง หรือสถานภาพทางสังคมมิติต่ำอย่างไร เช่น กรณีที่เปิดโอกาสให้เลือกบุคคลได้ 5 คน ใน 1 สถานการณ์ (คูตารางแสดงเกณฑ์ในการจัดสถานภาพทางสังคมมิติประกอบ) ความคาดหวังที่บุคคลแต่ละคนจะได้รับเลือกน่าจะเป็น 5 คะแนน บุคคลที่ได้รับเลือกเพียง 1 คน ถือว่ามีคะแนนสังคมมิติ 1 คะแนน แสดงว่าเป็นบุคคลที่มีสถานภาพทางสังคมมิติต่ำ แต่ถ้าได้รับเลือก 9 คน ถือว่ามีคะแนนสังคมมิติ 9 คะแนน แสดงว่าเป็นบุคคลที่มีสถานภาพทางสังคมมิติสูง หรือกรณีที่เปิดโอกาสให้เลือกบุคคลได้ 5 คน ใน 2 สถานการณ์ คะแนนตามความคาดหวังที่บุคคลแต่ละคนจะได้รับน่าจะเป็น 10 คะแนน บุคคลที่ได้รับการเลือกเพียง 4 คน ถือว่ามีคะแนนสังคมมิติ 4 คะแนน และอยู่ในเกณฑ์ที่มีสถานภาพทางสังคมมิติต่ำ แต่ถ้าได้รับเลือก 16 คน แสดงว่าคะแนนสังคมมิติเป็น 16 คะแนน อยู่ในเกณฑ์ที่มีสถานภาพทางสังคมมิติสูง กล่าวคือ ผู้ที่ได้คะแนนสังคมมิติต่ำกว่า 4 คะแนน ในการเลือกแบบ 2 สถานการณ์นี้เป็นผู้ที่มีสถานภาพทางสังคมมิติต่ำ และผู้ที่ได้คะแนนสังคมมิติ



สูงกว่า 16 คะแนน ถือว่าเป็นผู้ที่มีสถานภาพทางสังคมดีสูง ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ใช้แบบทดสอบ  
สังคมมิติแบบ 5 ทางเลือก 3 สถานการณ์ ดังนั้นเกณฑ์ในการพิจารณาแบ่งเป็นสถานภาพ  
ทางสังคมดีก็คือ ผู้ที่ได้คะแนนสังคมดีต่ำกว่า หรือเท่ากับ 9 คะแนน เป็นผู้ที่มีสถานภาพ  
ทางสังคมดีต่ำ และผู้ที่ได้คะแนนสูงกว่าหรือเท่ากับ 22 คะแนน เป็นผู้ที่มีสถานภาพทาง  
สังคมดีสูง เป็นต้น เกณฑ์ที่บ่งชี้สถานภาพทางสังคมดีตามตารางที่จะแสดงต่อไปนี้  
บรอนเฟนเบรนเบอร์ ได้ทดลองหาค่าความเที่ยงไว้ในระดับนัยสำคัญที่ .02 และ .03  
(Gronlund, 1959 : 66)

ตารางแสดงเกณฑ์ในการจัดสถานภาพทางสังคมมิติตามจำนวนสถานการณืและ  
จำนวนทางเลือกของบรอนเฟนเบรนเนอร์

จำนวนทางเลือกใน แต่ละสถานการณื	1 สถานการณื			2 สถานการณื			3 สถานการณื		
	คะแนนตาม ความคาดหวัง ที่บุคคลจะ ได้ รับเลือก	สถานภาพ ทางสังคมมิติ		คะแนนตาม ความคาดหวัง ที่บุคคลจะ ได้ รับเลือก	สถานภาพ ทางสังคมมิติ		คะแนนตาม ความคาดหวัง ที่บุคคลจะ ได้ รับเลือก	สถานภาพ ทางสังคมมิติ	
		ต่ำ	สูง		ต่ำ	สูง		ต่ำ	สูง
1	1	ไม่มี	4	2	ไม่มี	6	3	0	8
2	2	ไม่มี	6	4	0	9	6	1	12
3	3	0	7	6	1	11	9	3	15
4	4	0	8	8	2	13	12	5	18
5	5	1	9	10	4	16	15	9	22

(Bronfenbrenner cited by Gronlund 1959 : 62)

อนึ่งตารางเกณฑ์แสดงสถานภาพทางสังคมมิติมีข้อจำกัดในการนำไปใช้ดังนี้คือ

1. จำนวนสมาชิกในกลุ่มจะต้องอยู่ระหว่าง 10 - 50 คน
2. แม้จำนวนสมาชิกแต่ละกลุ่มจะไม่เท่ากันแต่อยู่ในระหว่าง 10 - 50 คน

เหมือนกัน ก็สามารถเปรียบเทียบสถานภาพทางสังคมมิติระหว่างกลุ่มได้ ถ้าใช้สถานการณ์และ  
จำนวนตัวเลือกแบบเดียวกัน

3. เทคนิคและวิธีการนี้ใช้ได้ทั้งในกลุ่มสังคมที่สมาชิกคุ้นเคยกันมาเป็นระยะพอ



สมควรวแล้ว (Gronlund. 1959 : 66)

ตั้งแต่ โมเรโน (Moreno 1934 อ้างใน Caulfield 1980 : 241) ได้เสนอเทคนิควิธีการทางสังคมมิติ เพื่อประเมินหาลักษณะสถานภาพทางสังคมของบุคคล ตลอดจนใช้วิเคราะห์ลักษณะโครงสร้างของกลุ่มแล้ว ก็มีผู้สนใจ เช่น ครู ครูแนะแนว นักจิตวิทยาหรือนักสังคมสงเคราะห์ เป็นต้น นำวิธีการนี้ไปใช้ในการสำรวจบุคคลที่มีปัญหาในเรื่องสัมพันธภาพระหว่างบุคคล เพื่อจะได้หาทางช่วยเหลือบุคคลเหล่านั้นต่อไป การที่มีผู้นิยมวิธีการทางสังคมมิติกันอย่างแพร่หลาย ก็เนื่องด้วยเป็นวิธีการที่สะดวกและง่ายต่อการนำไปปฏิบัติใช้ โดยเฉพาะในสังคมโรงเรียนซึ่งมีลักษณะเป็นกลุ่มสังคมเฉพาะ นักเรียนแต่ละห้องมีจำนวนจำกัดพอเหมาะที่จะใช้วิธีการทางสังคมมิติในการตรวจสอบและหาผู้ที่มีปัญหาทางด้านสัมพันธภาพ วิธีการทางสังคมมิติได้รับการยอมรับว่าเป็นวิธีการที่มีความเที่ยง และมีความตรง ในการประเมิน (Gronlund 1959 : 127) แม้ว่าสถานภาพทางสังคมมิติ (Sociometric Status) จะมีการเปลี่ยนแปลงไปบ้างเมื่อเวลาผ่านไป และลักษณะการเลือกของนักเรียนจะไม่คงที่ก็ตาม แต่ค่าสหสัมพันธ์ของการเลือกก็ยังมีค่าสูงอยู่ นอร์ทเวย์ (Northway cited by Gronlund 1959 : 127) ทดสอบหาสหสัมพันธ์การเลือกของนักเรียนระดับมัธยมปลายในโตรอนโต พบว่า มีค่าสหสัมพันธ์ 0.90 เมื่อระยะเวลาระหว่างการเลือกครั้งแรกและครั้งหลังห่างกัน 1 สัปดาห์ และจะลดลงเหลือ 0.60 ถ้าระยะเวลาห่าง 1 ปี แคมริน (Damrin cited by Gronlund 1959 : 127) ทดสอบหาค่าสหสัมพันธ์ของการเลือกในเด็กหญิงเกรด 1 จำนวน 156 คน เมื่อทั้งระยะเวลาห่างออกไป 8 สัปดาห์ ค่าสหสัมพันธ์ของการเลือกในครั้งแรกและครั้งหลังจะเป็น 0.86 เวิร์ทไมเออร์ (Wertheimer cited by Gronlund 1959 : 127) ทดสอบหาค่าสหสัมพันธ์ของการเลือกในเด็กระดับมัธยมชาย 100 คน และหญิง 100 คน วัคังนี่ คือ

เมื่อทั้งระยะเวลาห่าง 8 เดือน ค่าสหสัมพันธ์ในการเลือกของนักเรียนชาย เป็น 0.67 นักเรียนหญิงเป็น 0.72 ทั้งระยะเวลาห่าง 12 เดือน ค่าสหสัมพันธ์ในการเลือกของนักเรียนชายเป็น 0.56 นักเรียนหญิงเป็น 0.62 และเมื่อทั้งระยะเวลาห่าง 20

เดือน ค่าสหสัมพันธ์ในการเลือกของนักเรียนชายเป็น 0.69 และนักเรียนหญิงเป็น 0.62

ในการศึกษาของ กรอนlund (Gronlund 1959 : 127 - 129) ซึ่งศึกษาเปรียบเทียบความคงที่ของสถานภาพทางสังคมของนักเรียนมัธยม เกรด 9 ที่มีสถานภาพสังคมสูง และสถานภาพสังคมต่ำ ในช่วงระยะเวลาห่าง 4 เดือน พบว่า ร้อยละ 80 ของ นักเรียนที่อยู่ในสถานภาพสังคมสูง และสถานภาพสังคมต่ำยังคงอยู่ในสถานภาพเดิมของตนอยู่ และจากการศึกษาของไมเรโน (Moreno 1953 : อ้างถึงใน นวลศิริ เปาโรหิตย์ ม.ป.ป. 6 - 7) บรากว่า เมื่อดูจากผลของการศึกษาทางสังคมมิติ แล้วอาจจะแบ่งพัฒนาการทางสังคมของเด็กได้เป็น 3 ชั้น คือ

ก. ตั้งแต่วัยเด็กเล็ก จนถึงอายุ 7 - 9 ปี อยู่ในขั้นเตรียมการเข้าสู่สังคม คือ เด็กวัยนี้ยังไม่รู้จักร่วมมือกันเท่าไรนัก มีการเลือกกันและกันแต่เพียงเล็กน้อย ยิ่งในเด็กเล็กก็ยังมีจำนวนเด็กที่ไม่ได้รับเลือกมาก

ข. เด็กอายุ 7 - 9 ปี ถึง 13 - 14 ปี อยู่ในระยะแรกที่เด็กรู้จักการร่วมมือกัน มีพัฒนาการทางสังคมคิดว่าพวกแรก รู้จักเลือกเพื่อนคู่หู รู้จักเลือกกันและกันมากขึ้น และมีจำนวนผู้ถูกปฏิเสธน้อยลง

ค. เด็กอายุ 13 - 14 ปี ขึ้นไป อยู่ในระยะที่สองของการรู้จักเข้าสังคม บรากว่าระยะนี้เด็กรู้จักร่วมมือกับผู้อื่นอย่างเต็มที่ รู้จักผ่อนปรนและเอาอกเอาใจผู้อื่นยิ่งขึ้น เป็นลำดับ

อนึ่ง ไมเรโน (1953) กล่าวว่า ถ้าจะแบ่งเด็กออกเป็นวัยต่าง ๆ ตามลักษณะความสัมพันธ์ระหว่างเพศ ก็จะได้ดังนี้ คือ

ก. ก่อนอายุ 6 - 8 ปี เด็กจะเลือกเพื่อนโดยไม่คำนึงว่าจะเป็นเพศเดียวกันหรือไม่ สุดแต่ว่าพอใจใครก็เลือกโดยไม่คำนึงเพศ

ข. อายุ 8 - 13 ปี เด็กจะพิถีพิถันในการเลือกมากขึ้น และมักจะเลือกเพื่อนเพศเดียวกับตน

ค. อายุ 13 - 15 ปี ขึ้นไป เด็กอาจจะกลับไปเลือกเพื่อนโดยไม่คำนึงถึงว่า

เป็นเพศเดียวกับตนหรือไม่ อีกครั้งหนึ่ง หรืออาจเลือกเฉพาะเพื่อนเพศเดียวกับตนก็ได้ แล้วแต่สถานการณ์ที่ให้เลือกและองค์ประกอบอื่น ๆ

ด้วยลักษณะที่เหมาะสมของสังคมนิติ ดังกล่าวผู้วิจัยจึงได้นำวิธีการทางสังคมนิติ มาเป็นตัวบ่งชี้ประสิทธิภาพของการฝึกกลุ่มมนุษยสัมพันธ์ โดยพิจารณาเฉพาะการเปลี่ยนแปลง สถานภาพของผู้รับการฝึกที่มีสถานภาพทางสังคมต่ำเป็นสำคัญ

#### 5. แนวคิดเกี่ยวกับการวิเคราะห์ตนเอง (Self - Diagnosis) ของ Jack R. Gibb

ตามแนวคิดเกี่ยวกับการวิเคราะห์ตนเองของ Jack R. Gibb (Self - Diagnosis) เชื่อว่าความไว้วางใจจะเป็นตัวบ่งชี้เบื้องต้นถึงประสิทธิภาพและผลงานของกลุ่ม ซึ่งจากการวิจัย แสดงว่า ระดับความไว้วางใจ มีผลสัมพันธ์กับผลงาน ความคิดสร้างสรรค์ และพัฒนาการของ บุคคล (Gibb 1977 : 73) แนวคิดนี้นอกจากจะนำมาใช้ในการปฏิบัติงานในองค์กรต่าง ๆ ในวงการอุตสาหกรรม การจัดการบริหารแล้วยังนำมาใช้ได้ในการศึกษา การบำบัด และการปฏิบัติงานในกลุ่มเล็กต่าง ๆ ด้วย

แนวคิดเบื้องต้นของที่เกี่ยวข้องกับ ผู้นำ ผู้ฝึกอบรม และผู้ปรึกษา ประจำกลุ่ม มี ดังนี้

1. กลุ่มสังคมใด ๆ ไม่ว่าจะ เป็นกลุ่มเล็ก กลุ่มชุมชน หรือองค์กรใด ๆ ก็ตามจะ พัฒนาอย่างมีประสิทธิภาพ ได้ด้วยการพัฒนาที่ตัวบุคคลในองค์กร
2. ตัวแปรพื้นฐานเบื้องต้น ที่มีผลกระทบต่อความสำเร็จส่วนบุคคลในองค์กรก็คือ ความกลัว (FEAR) และความไว้วางใจในกลุ่ม (TRUST) ซึ่งมีความสัมพันธ์กับความก้าวหน้า ของกลุ่ม
3. ความสำเร็จส่วนบุคคลในกลุ่มจะเกิดเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงในบุคคลคือ เปลี่ยน จากความกลัว เป็น ความไว้วางใจ ซึ่งสามารถจะกระทำได้ 4 ทาง ดังนี้
  - 3.1 บุคคลในกลุ่มเปลี่ยนบทบาทจากการไม่เป็นตัวของตัวเองเป็นบุคคลที่มีความเป็นตัวของตัวเอง

3.2 เปลี่ยนระบบการสื่อสารในกลุ่มจากระบบปิด (Closed system) มาเป็นระบบเปิด (Open system)

3.3 เปลี่ยนลักษณะบุคคลจากสภาพไร้แรงจูงใจเป็นสภาพที่มีแรงจูงใจ และมีการตัดสินใจด้วยตนเอง

3.4 เปลี่ยนจากสภาพที่ต้องพึ่งพาอาศัยผู้อื่นเป็นเอื้ออำนวยช่วยเหลือซึ่งกัน และกันซึ่งจากการเปลี่ยนแปลงในตัวบุคคลทั้ง 4 ด้านนี้จะเปลี่ยนไปอย่างมีระบบ เมื่อเปลี่ยนแล้ว ทำให้เกิดสิ่งต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

- ก. ความไว้วางใจ (T - Trust)
- ข. การเปิดเผยตนเอง (O - Openness)
- ค. การตระหนักรู้ตนเองตามความเป็นจริง (R - Realization)
- ง. การพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน (I - Interdependence)

4. กลไกในการลดความวิตกของบุคคล ปรากฏได้ 4 ทาง คือ

- 4.1 การไม่เป็นตัวของตัวเอง มีชีวิตอยู่ตามบทบาท
- 4.2 การที่ห้องมีชีวิตแบบใส่หน้ากากเข้าหากัน
- 4.3 การอยู่แบบไร้จุดยืน เปลี่ยนไปตามสภาพชวนเชื่อต่าง ๆ
- 4.4 ต้องอยู่แบบควบคุมตนเอง และต้องพึ่งพาผู้อื่น

5. สภาพความไว้วางใจและการลดระหับการใช้กลไกป้องกันตน ปรากฏและสังเกตได้ 4 ทาง คือ

- 5.1 บุคคลมีความเป็นตัวของตัวเอง
- 5.2 มีพฤติกรรมในลักษณะที่เปิดเผยตนเอง
- 5.3 มีความกล้าที่จะตัดสินใจด้วยตนเอง กล้าแสดงออกและเข้าใจตนเอง
- 5.4 มีพฤติกรรมที่เอื้ออำนวยแลกเปลี่ยนการช่วยเหลือซึ่งกันและกันให้

ประโยชน์ร่วมกัน

6. ประสิทธิภาพของความเจริญส่วนบุคคลจะเกิดเมื่อมีการจัดสภาพกลุ่มที่ช่วย

เอื้ออำนวยให้เกิดการเรียนรู้ สร้างสรรค์ ให้เกิดความก้าวหน้าในบุคคลด้วยกลุ่มการฝึกอบรม (Training Group) หรือกลุ่มให้การบำบัด (Therapy group) ในลักษณะกลุ่มอาสาสมัครที่เต็มใจร่วมรับการฝึกหรือการบำบัดอย่างมีระบบ

แนวคิดเกี่ยวกับการวิเคราะห์ตนเอง ประยุกต์มาจากทฤษฎีการเรียนรู้โดยเชื่อว่าความเจริญส่วนบุคคลจะเกิดเมื่อบุคคลมีแรงกระตุ้นในตน การแสดงพฤติกรรมใด ๆ ก็เพื่อให้ได้รับแรงเสริมสนองต่อความต้องการของตน การเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลเป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงในระดับความรู้สึก และการกระทำมากกว่าในระดับความคิดหรือการสังเกต การเปลี่ยนแปลงของบุคคลประเมินได้จากพฤติกรรมที่ปรากฏมากกว่าแรงจูงใจที่อยากจะกระทำ หรือความคิดที่อยากจะเลือกกระทำ หลังจากที่บุคคลเกิดความเจริญในตน จะมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปและความเจริญในตัวบุคคลนั้นก็จะเป็นรางวัลและแรงเสริมให้ตนเอง ทำให้คงสภาพของความสามารถที่จะนำตนและสร้างวิถีชีวิตแห่งตนตลอดจนมีแนวปฏิบัติเฉพาะตนได้ ความเจริญส่วนบุคคลจะเกิดและคงอยู่อย่างถาวรได้ ถ้าบุคคลพบว่าเขาต้องการอะไรในชีวิตจริง ๆ ของเขาสัมผัสได้ถึงความต้องการลึก ๆ ของตนเอง และมีโอกาสได้รับประสบการณ์ที่ทำให้เกิดตระหนักรู้ในตน ได้รับการเรียนรู้เพื่อสร้างเสริมยกระดับความเชื่อมั่นความไว้วางใจในตน ได้เปิดเผยตนเอง และมีโอกาสพึ่งพาอาศัยตนเองในกลุ่มสังคมที่เขาอยู่ซึ่งลักษณะการเปลี่ยนแปลงอันเป็นผลจากความเจริญส่วนบุคคลดังกล่าวอาจสรุปได้ดังนี้ (Jack R. Gibb 1972 : 157 - 158)

กระบวนการพัฒนา	กระบวนการที่เกิดขึ้น ในบุคคล	พัฒนาการที่เปลี่ยนแปลง ในบุคคล	กระบวนการที่เกิดขึ้น ในกลุ่ม
ความไว้วางใจ T - TRUST	รู้ว่าตนคือใคร	เปลี่ยนบทบาทจากความ รู้สึกที่ไม่เป็นส่วนตัวมาเป็น ตัวของตัวเองมากขึ้น	มีความไว้วางใจ และยอมรับสมาชิก กลุ่มคนอื่น ๆ
การเปิดเผยตนเอง O - Openness	ได้แสดงว่าตนคือใคร	จากการที่ต้องปิดบังตนเอง มาสู่การเปิดเผยตนเอง	ให้ข้อมูลอย่างเปิดเผย ต่อสมาชิกคนอื่น ๆ
การตระหนักรู้ในตนเองตาม ความเป็นจริง R - Realization	ได้กระทำในสิ่งที่ตน ต้องการจะกระทำ อย่างแท้จริง	เปลี่ยนจากการตัดสินใจ ด้วยตนเอง ไม่ได้เป็น กล้าที่จะตัดสินใจในด้วย ตนเอง	มีวัตถุประสงค์ที่ สอดคล้องกับกลุ่ม มีทิศทางปฏิบัติใน แนวเดียวกับกลุ่ม
การพึ่งพาอาศัยซึ่งกัน และกัน I-Interdependence	ได้เป็นส่วนหนึ่งของ กลุ่ม	จากความรู้สึกที่ต้องยึด เกาะพึ่งพิงฝ่ายหนึ่งฝ่ายใด แต่ฝ่ายเดียวเป็นรู้สึกได้ พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน	มีพฤติกรรมที่เอื้อ อำนวยต่อสมาชิก คนอื่น ๆ

(Jack R.Gibb 1977 : 81)





### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานการศึกษาวิจัยที่สนับสนุนแนวความคิดที่ว่า ประสบการณ์กลุ่มในรูปแบบต่าง ๆ มีผลต่อสถานการณ์ทางสังคมและลักษณะทางจิตวิทยาอื่น ๆ ของผู้รับการฝึก มีดังนี้

เซอร์แมน (Herman 1966 : 113 - A) ศึกษาผลของการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในนิสิตหญิงที่อยู่ในหอพัก โดยเข้ากลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตปีสุดท้ายจำนวน 111 คน ใน Concordia Teacher College เมือง Seward รัฐ Nebraska แบ่งเป็นนิสิตกลุ่มทดลอง 52 คน กลุ่มควบคุม 59 คน นิสิตทั้งหมดจะต้องทำแบบสอบถาม Nominating Questionnaire ซึ่งมีลักษณะคล้ายสังคมนิติ 8 ข้อ เพื่อประเมินหานิสิตที่มีลักษณะมนุษยสัมพันธ์ดี มีลักษณะชอบทำกิจกรรม มีลักษณะที่ไม่ชอบอยู่ในกลุ่มเพื่อน เป็นเกณฑ์ในการแบ่งกลุ่มทดลอง นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังได้ใช้แบบวัดความเป็นเพื่อนและทัศนคติ (The Friendship Scale, Attitude Scale) ทดสอบก่อนและหลังการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองจะประเมินตนเองว่าเป็นผู้ที่มีมิตรสัมพันธ์ และมีทัศนคติทางบวกต่อผู้อื่น และเมื่อติดตามผลทดสอบซ้ำ ในปลายปีการศึกษาก็ยังพบอีกด้วยว่า นิสิตในกลุ่มทดลองพึงพอใจในสถานการณ์เป็นนิสิตปีสุดท้ายของตนเองมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

คินเดอร์ และ คิลมานน์ (Kinnder and Kilmann 1966 cited by Peter B. Smith 1980 : 64) ศึกษาผลของการฝึกมนุษยสัมพันธ์แบบกลุ่มมาราธอน 23 ชั่วโมง กับนักศึกษาชายและหญิงจำนวน 57 คน 5 กลุ่ม ดังนี้

กลุ่มที่ 1 มีสมาชิกกลุ่ม 11 คน ลักษณะกลุ่มเป็นแบบไม่กำหนดโครงสร้างในครั้งแรก ๆ แต่กำหนดโครงสร้างในครั้งหลัง กลุ่มที่ 2 มีสมาชิกกลุ่ม 10 คน ลักษณะกลุ่มเป็นแบบกำหนดโครงสร้างในครั้งแรก ๆ แต่ไม่กำหนดโครงสร้างในครั้งหลัง ๆ กลุ่มที่ 3 มีสมาชิกกลุ่ม 9 คน ลักษณะกลุ่มเป็นแบบไม่กำหนดโครงสร้างทั้งครั้งแรก ๆ และครั้งหลัง ๆ กลุ่มที่ 4 มีสมาชิกกลุ่ม 9 คน ลักษณะกลุ่มเป็นแบบกำหนดโครงสร้าง ทั้งครั้งแรก ๆ และครั้งหลัง ๆ กลุ่มที่ 5 มีสมาชิกกลุ่ม 9 คน เป็นกลุ่มควบคุมไม่มีการฝึกใด ๆ ทั้งสิ้น

ทั้ง 5 กลุ่ม มีผู้นำกลุ่มคนเดียวกัน ผู้นำกลุ่มจะมีบทบาทเป็นผู้เสนอกิจกรรมให้

สมาชิกได้ฝึกปฏิบัติ ควบคุมผลของการฝึกปฏิบัติในกลุ่มช่วงที่กำหนดโครงสร้างและจะเป็นเพียงผู้เฝ้าอำนวยความสะดวก และช่วยให้อ่านข้อมูลย้อนกลับซึ่งกันและกัน ในช่วงที่กลุ่มมีลักษณะเป็นแบบไม่กำหนดโครงสร้าง ขณะที่กลุ่มกำลังดำเนินไปมีการถ่ายทำเทปบันทึกภาพไว้ด้วย ผลจากแบบสอบถาม 'Time Competence and Inner Directedness Scales of the Personal Orientation Inventory' ซึ่งให้เห็นว่า สมาชิกในกลุ่มที่กำหนดโครงสร้างในครั้งแรก ๆ และไม่กำหนดโครงสร้างในครั้งหลัง ๆ เปลี่ยนทัศนคติต่อตนเองไปในทางบวกสูงกว่ากลุ่มอื่น ๆ

เวอร์นอท (Vernot 1975 : 3420 - A) ศึกษาถึงผลของการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม โดยใช้โปรแกรมการฝึกมนุษยสัมพันธ์ ในนักเรียนชาย เกรด 10 ที่แยกตัวจากเพื่อน ๆ โดยใช้เวลาในการปรึกษาและฝึกตามโปรแกรม 1 ภาคการศึกษา โปรแกรมนี้ประกอบด้วยกิจกรรมเกี่ยวกับการพัฒนาการสื่อสาร การแก้ปัญหาข้อขัดแย้งในการตัดสินใจ โดยมีจุดมุ่งหมายที่จะเปลี่ยนพฤติกรรมการแยกตัวของนักเรียนดังกล่าว กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชายล้วน จำนวน 52 คน จากโรงเรียนขนาดใหญ่ในเขตตัวเมือง โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกว่าเป็นนักเรียนที่ถูกหักการเรียนบ่อยครั้งในช่วงปีการศึกษาที่ผ่านมา ขาดเรียนโดยไม่มีสาเหตุมากกว่า 20 วันในช่วงปีการศึกษานั้น กระทำความคิดและถูกบันทึกว่าทำร้ายผู้อื่นมากกว่า 2 ครั้งขึ้นไป นักเรียนเหล่านี้จะถูกสุ่มให้อยู่ในกลุ่มทดลอง 19 คน กลุ่มควบคุม 17 คน และกลุ่มสถานการณ์หลอก (placebo) 16 คน ประสิทธิภาพของผลการทดลองนั้นประเมินจากตัวแปรหลายด้านคะแนนความประพฤติ แบบประเมินความเอาใจใส่ในการเรียน แบบประเมินพฤติกรรมนักเรียนโดยครูผู้สอน แบบประเมินการปรับตัวทางสังคม (Bristol Social Adjustment Guides ,BSAG) และแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เพื่อประเมินความร่วมมือและการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ผลปรากฏว่าโปรแกรมการฝึกมนุษยสัมพันธ์ ยังไม่ให้อะไรอย่างมีประสิทธิภาพเพียงพอที่จะเปลี่ยนพฤติกรรมการแยกตัวของนักเรียน ซึ่งผู้วิจัยให้เหตุผลว่า โดยธรรมชาติแล้วนักเรียนที่ถูกเลือกโดยมิได้เต็มใจที่จะร่วมฝึก จะขาดแรงจูงใจที่จะร่วมฝึก ทำให้จำเป็นต้องใช้เวลาในการสร้างเสริมบรรยากาศ

ของการฝึก แต่อย่างไรก็ตาม เด็กในกลุ่มการทดลอง และกลุ่มสถานการณ์หลอกก็มีที่ชนะต่อ  
 ประสพการณ์กลุ่มในทางบวก

รัทเลดจ์ (Rutledge 1975 : 1315 - A) ศึกษาผลของการปรึกษาแบบกลุ่ม  
 ในระยะสั้น ต่อการเรียนรู้ด้านปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของนักเรียน ผู้ถูกทอดทิ้ง และผู้ได้รับการ  
 การปฏิเสธ (Isolate - Rejected) ระดับเกรด 5 และ เกรด 6 ระดับละ 10 คน  
 จาก 2 โรงเรียน รวมนักเรียนทั้งสิ้น 40 คน นักเรียนเหล่านี้จะถูกสุ่มออกเป็น 4 กลุ่มเพื่อ  
 รับการทดลอง 4 แบบคือ แบบที่ 1 เป็นแบบไม่ได้รับข้อมูลย้อนกลับ และไม่ได้รับการปรึกษา  
 แบบที่ 2 เป็นแบบได้รับข้อมูลย้อนกลับ แต่ไม่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่ม แบบที่ 3 เป็นแบบ  
 ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่ม แต่ไม่ได้รับข้อมูลย้อนกลับ และแบบที่ 4 เป็นแบบได้รับการปรึกษา  
 แบบกลุ่มและได้ข้อมูลย้อนกลับ โดยที่แต่ละกลุ่มนั้นจะมีจำนวนนักเรียนแต่ละเพศพอ ๆ กัน  
 สติปัญญาและฐานะทางเศรษฐกิจเท่าเทียมกัน ทั้งยังได้รับการประเมินค่าการปรับตัวทางสังคม  
 โดยครูและเพื่อน ๆ ว่าเป็นผู้โดดเดี่ยวและถูกทอดทิ้ง จากแบบทดสอบ The Barclay  
 Classroom Climate Inventory (BCCI) กลุ่มที่ได้รับข้อมูลย้อนกลับจะต้องพบกับ  
 นักจิตวิทยาการศึกษา 1 ชั่วโมงต่อ 1 ครั้ง รวม 15 ครั้ง เพื่อรับข้อมูลจากคอมพิวเตอร์  
 ที่ประเมินผลจากแบบทดสอบ กลุ่มการศึกษาจะพบกับนักจิตวิทยาการศึกษา 3 ครั้งต่อสัปดาห์  
 เป็นเวลา 5 สัปดาห์ (รวม 15 ครั้ง) ในแต่ละครั้งของการปรึกษา จะเป็นการปรึกษาแบบ  
 กำหนดโครงสร้างตามแนวของ Personalized Affective Learning Segment (PALS)  
 เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้เกิดการเรียนรู้ที่จะสร้างสัมพันธภาพจากประสพการณ์กลุ่ม จากการ  
 ทดสอบด้วย BCCI ก่อนและหลังการทดลอง ผลปรากฏว่า การให้การปรึกษาแบบกลุ่มให้ผล  
 ต่อการเปลี่ยนแปลงทัศนคติและการเลือกของเพื่อน ๆ และครูอย่างมีนัยสำคัญ ส่วนการให้  
 ข้อมูลย้อนกลับไม่ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวของนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ไมเคิล ไวส์เบิร์ก ทามารา โซไฟร์ ฟิช และลินน์ ฟิชเชอร์ แมคแคน (Michael  
 Weissberg, Tamara Sofair - Fish and Lynn Fisher - McCann 1978 :  
 220 - 222) ศึกษาผลของโปรแกรมฝึกมนุษยสัมพันธ์ เพื่อพัฒนานิสิตที่มีปัญหาในเรื่องการสร้าง

มนุษย์สัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับผู้อื่น โปรแกรมประกอบด้วย การแนะนำตนเอง การสร้างแนวความคิดใหม่ การฝึกทักษะและการบ้าน รวม 8 sessions

ก่อนหน้าการฝึกจะมีการรับสมัครเชิญชวนให้ผลิตเข้าร่วมการฝึกอบรม และสัมภาษณ์ผู้ขอเข้ารับการฝึกโดยใช้เวลาสัมภาษณ์คนละประมาณ 15 นาที ผู้ที่ได้รับการคัดเลือกเข้าร่วมฝึกประกอบด้วย นิสิตชาย 4 คน นิสิตหญิง 5 คน ซึ่งผู้รับการฝึกทั้งหมดล้วนมีปัญหาวินิจฉัยเรื่องการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลทั้งสิ้น ก่อนเริ่มฝึกจะได้ทำแบบทดสอบ 3 ฉบับ คือ Special Avoidance and Distress Scale (SAD) เพื่อประเมินว่ามีความวิตกกังวลกับสถานการณ์ทางสังคมมากน้อยเพียงใด แบบทดสอบ The Fear of Negative Evaluation Scale (FNE) เพื่อประเมินว่ามีความกลัวในเรื่องของการที่จะได้รับการประเมินจากผู้อื่นในทางลบมากน้อยเพียงใด และแบบทดสอบ The Interpersonal Relationship Rating Scale (IRRS) เพื่อประเมินทัศนคติ ความรู้สึก และพฤติกรรมในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ลักษณะของโปรแกรมฝึกมนุษย์สัมพันธ์ เน้นที่การฝึกทักษะพื้นฐานทางสังคม เพื่อช่วยให้ผู้รับการฝึกรู้สึกสบายใจที่จะติดต่อพบปะบุคคลอื่น และช่วยให้เกิดความมั่นใจในตนเอง โดยจัดโปรแกรมฝึกเป็นแบบฝึกสัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวม 8 ครั้ง เนื้อหาของโปรแกรมฝึกในแต่ละครั้งจะมี 4 ช่วง คือช่วงการแนะนำ ช่วงการสร้างแนวความคิดใหม่ ช่วงการฝึกทักษะและช่วงการสร้างความคิด

ในช่วงการแนะนำซึ่งเป็นช่วงแรกของแต่ละครั้ง จะมีการพูดถึงการบ้านที่ผู้รับการฝึกแต่ละคนได้รับมอบหมายให้ทำ สมาชิกจะอภิปรายถึงพฤติกรรม ความรู้สึกและปัญหาที่แต่ละคนเผชิญอยู่ สมาชิกจะร่วมอภิปรายถึงประสบการณ์ที่แต่ละคนได้รับในขณะที่ฝึก เพื่อเป็นกำลังใจซึ่งกันและกัน ในช่วงนี้จะใช้เวลาประมาณ 30 นาที

ช่วงการสร้างแนวความคิดใหม่ ในช่วงนี้กิจกรรมการฝึกจะมุ่งช่วยให้ผู้รับการฝึกตระหนักถึงแนวความคิดต่าง ๆ เช่น ความวิตกกังวล การมีความคิดติดลบเกี่ยวกับตน พฤติกรรมหลีกเลี่ยงความวิตกกังวลอย่างไม่มีประสิทธิภาพของตนและเรียนรู้ถึงแนวทางที่จะ

พัฒนาความคิดที่มีเหตุผลขึ้นมาทดแทน กิจกรรมจะเน้นให้เกิดบรรยากาศความไว้วางใจซึ่งกันและกัน สมาชิกร่วมกันอภิปรายและตระหนักถึงประสบการณ์ความวิตกกังวลของแต่ละคน ให้สมาชิกบันทึกว่าตนวิตกกังวลเกี่ยวกับสถานการณ์ทางสังคมแบบใด เพื่อจะนำไปอภิปรายในครั้งต่อ ๆ ไป ตัวอย่างของการบันทึก เช่น กลัวที่จะต้องเป็นฝ่ายเริ่มต้นพูด ไม่ทราบจะเริ่มพูดกับคนอื่นอย่างไร ไม่ทราบว่าคนอื่นไม่ชอบตนในเรื่องใด กลัวว่าใคร ๆ จะไม่ยอมรับคบหาสมาคมด้วย เป็นต้น สมาชิกแต่ละคนจะเสนอแนวความคิดเดิมของตน เช่นกรณีที่ไม่ทราบว่าพูดอะไร เริ่มต้นอย่างไร เพราะมีความคิดเดิมว่าคนล้วนเฝ้ามองว่าตนเป็นคนที่มีแนวความคิดผิด ๆ ติดลบเกี่ยวกับตนเองเช่นนี้จะได้รับการระดมสมองจากเพื่อน ๆ สมาชิกกลุ่มช่วยกันเสนอแนวความคิดใหม่ ๆ ในช่วงนี้กิจกรรมจะใช้สื่อการลอนเป็นเทปบันทึกภาพ แสดงการจัดระบบแนวความคิดใหม่ ๆ เช่น ตัวละครในเทปบันทึกภาพมีความคิดว่า ตนเองไม่กล้าที่จะกล่าวทักทายกับผู้อื่นด้วยคิดเอาเองว่าคนที่ตนเองทักทายนั้นคงจะจำตนเองไม่ได้ เขาอาจจะไม่อยากจะพูดกับตน กลัวว่าตนเองจะทักอะไรเขา ๆ ออกไป คนเหมือนคนงั่งทิ่มเวลาอยู่ต่อหน้าเขา ความรู้สึกอย่างนี้ถ้าเกิดขึ้น ตนเองคงจะทักไม่ได้ เป็นความคิดติดลบเกี่ยวกับตน ฉากที่หนึ่งจึงเป็นเรื่องของคนที่มีความคิดผิด ๆ เช่นนี้ ทำให้การตั้งคำถามการพูดคุยในฉากที่ 2 เป็นไปอย่างไม่มีประสิทธิภาพ ฉากต่อมาผู้มีปัญหาเปลี่ยนแนวความคิดเป็นความคิดเชิงเหตุผล เช่น ฉันจะรอสักครู่ ตรวจสอบก่อนว่าเขาส่งภาษาท่าทางอย่างไร เมื่อคิดว่าเขามีท่าท่าว่าอยากจะพูดคุยด้วยก็น่าจะลองพูดด้วย แม้ว่าเขาจะจำฉันไม่ได้ แต่ฉันก็จำเขาได้ ถ้าเขาไม่สนใจฉันนั้นเป็นเรื่องของเขา ไม่มีเหตุผลที่ฉันจะอยู่ที่นั่นเพื่อวิตกกังวลเกี่ยวกับเรื่องนี้ และที่เลวร้ายที่สุดที่จะเป็นไปได้ก็แค่การที่เขาไม่มีท่าท่าว่าจะพูดคุย นั้นเป็นเรื่องที่น่ากลัวหรือสำหรับฉัน บอกตัวเองเช่นนี้แล้วก็ก้าวเข้าไปหาเขาเพื่อคิดว่าอะไรจะเกิดขึ้น ผู้มีปัญหามฉากที่หนึ่งจะแสดงการกล่าวสนทนาอย่างมีประสิทธิภาพ ในครั้งแรก ๆ ช่วงนี้จะมีตัวแบบที่คิดและกระทำอย่างมีเหตุผล แต่ในครั้งหลัง ๆ สมาชิกกลุ่มจะเรียนรู้ที่จะสร้างแนวความคิดเชิงเหตุผลทดแทนความเชื่อผิด ๆ ด้วยตนเอง

ช่วงการฝึกทักษะจะประกอบด้วย การฝึกทักษะเฉพาะอย่าง เช่น พฤติกรรมการใส่ใจ การฝึกพูดทวนซ้ำ การให้ข้อมูลย้อนกลับทางบวก การเริ่มและการจบการสนทนา การใช้ถ้อยคำ ขณะสนทนา การรู้เท่าทันต่อท่าทีที่อยากมีปฏิสัมพันธ์หรือไม่อยากมีปฏิสัมพันธ์ของบุคคลอื่น การเท่าทันต่อท่าที ความสนใจ หรือไม่สนใจขณะสนทนา การเงี่ยบ การรู้จักขอร้อง การรู้จักเป็นผู้ให้ และการยอมรับ เป็นต้น ทักษะทั้งหลายนั้นจะเริ่มตั้งแต่การอภิปรายถึงความสำคัญของแต่ละทักษะ การใช้ภาษาและทักษะอย่างถูกวิธีโดยผ่านการสังเกตจากเทปบันทึกภาพ ตัวละครในเทปจะแสดงการใช้ทักษะอย่างมีประสิทธิภาพ และไม่มีประสิทธิภาพ การคิดอย่างมีเหตุผลและไม่มีเหตุผล ขณะเปิดเทปนั้น ผู้นำกลุ่มจะหยุดเทปบันทึกภาพเพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกให้อภิปรายร่วมกันเป็นระยะ ๆ เพื่อหาแนวความคิด ๓ ของตัวละคร และฝึกที่จะสร้างแนวความคิดใหม่ พฤติกรรมใหม่ ๆ ด้วยการแบ่งสมาชิกเป็นคู่ ๆ ฝึกแสดงพฤติกรรมทวนซ้ำ สมาชิกจะได้รับข้อมูลย้อนกลับจากเพื่อน ๆ ที่ร่วมฝึก และจากผู้นำกลุ่ม โดยข้อมูลย้อนกลับจะมีลักษณะเป็น 4 แบบ คือ เป็นข้อมูลย้อนกลับทางบวก เช่น "ฉันชอบวิธีการใช้สายตาของคุณ" การให้ข้อมูลย้อนกลับที่ชัดเจน เช่น "ทุกครั้งที่คุณพยายามจะทวนซ้ำ คุณจะพูดซ้ำเหมือนกับที่เขาพูดมาแล้วจริง ๆ" การให้ข้อมูลย้อนกลับในเชิงแนะนำเพื่อปรับปรุง เช่น "ในคราวหน้า คุณควรจะพูดด้วยภาษาของคุณ แทนที่จะพูดตามคนอื่นซ้ำกับที่คนอื่นเขาพูดมาแล้ว" และการให้ข้อมูลย้อนกลับเพื่อให้สมาชิกเกิดการกระทำ เช่น "คุณจะทำอย่างไรกับสิ่งที่ฉันบอกกับคุณ"

ช่วงการสร้างความสัมพันธ์สมจะอยู่ในช่วงสุดท้ายของกิจกรรมแต่ละครั้งซึ่งจะใช้เวลาประมาณ 10 นาที สมาชิกกลุ่มจะร่วมอภิปรายถึงสิ่งที่ได้ทำไปแล้วในครั้งนั้น ๆ และพูดถึงการบ้านที่แต่ละคนจะนำไปปฏิบัติ ซึ่งการบ้านนี้จัดไว้เพื่อให้สมาชิกได้ฝึกทวนทักษะที่ได้เรียนรู้ในแต่ละครั้ง และเป็นสื่อกลางในการลดช่องว่างระหว่างความรู้สึกที่ปลอดภัยเมื่ออยู่ในกลุ่ม กับความรู้สึกที่ต้องเผชิญความจริงในสังคมภายนอกกลุ่ม เช่น ตัวอย่างการบ้านในกิจกรรมครั้งที่ 3 มีดังนี้

1. ยิ้มและกล่าวทักทายบุคคล 3 คน ที่สมาชิกไม่ค่อยได้พูดด้วยตลอดช่วงสัปดาห์นั้น
2. เริ่มต้นพูดและจบการสนทนาทางโทรศัพท์กับเพื่อนสมาชิกกลุ่ม 2 คน ใช้เวลาในการพูดคุยประมาณ 2 - 5 นาที
3. เริ่มต้นพูดและจบการสนทนาภายในเวลา 2 - 5 นาที กับบุคคลที่นั่งเรียนอยู่ข้างหน้าในชั้นเรียนของสมาชิก

หลังจากจบสัปดาห์ที่ 8 แล้ว สมาชิกกลุ่มจะได้ทำแบบทดสอบ SAD, FNE และ IRRS ซ้ำ ทดสอบหาค่าความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการฝึกด้วยค่า  $t$  - test พบว่าคะแนนเฉลี่ย SAD ลดจาก 17.63 เป็น 9.75 แสดงว่าสมาชิกลดความวิตกกังวลเกี่ยวกับสถานการณ์ทางสังคม คะแนนเฉลี่ย FNE ลดจาก 24.88 เป็น 13.88 แสดงว่าสมาชิกลดความวิตกกังวลในด้านการถูกประเมินทางลบจากผู้อื่น และคะแนนรวมเฉลี่ย IRRS ซึ่งเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า 7 อันดับ เพิ่มจาก 97.25 เป็น 122.88 คะแนนเฉลี่ยเพิ่มจาก 4.05 เป็น 5.12 แสดงว่าสมาชิกมีทัศนคติในทางบวกในเรื่องการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล นอกจากนี้สมาชิกยังประเมินตนเองโดยใช้แบบมาตราส่วนประเมินค่า 5 อันดับ ว่าตนได้รับประโยชน์จากการฝึกครั้งนี้ การฝึกครั้งนี้ช่วยเพิ่มทักษะทางสังคม ช่วยคลายใจที่จะคบหากับผู้อื่น มีความรู้สึกอบอุ่นชื่นชมในตนเอง และเปิดเผยมากกว่าเดิม

ผู้วิจัยได้ให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับโปรแกรมการฝึกว่า การฝึกเช่นนี้ น่าจะจัดในกลุ่มเล็ก ๆ โดยมีผู้รับการฝึกประมาณ 7 - 8 คน โดยผู้รับการฝึกเป็นผู้ที่ผ่านการให้การศึกษาแบบรายบุคคลมาแล้ว การฝึกจะมีประสิทธิภาพมากขึ้น

ลินดา เอ เฮนเนส และ อาร์เธอร์ ดับบลิว เอเวอรี่ (Lynda A. Hayness and Arthur W. Avery 1979 : 526 - 530) ศึกษาผลของการฝึกทักษะการเปิดเผยตนเอง และการแสดงความคิดเห็นนอกใจในวัยรุ่น ซึ่งเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาที่เรียนวิชาภาษาอังกฤษในโรงเรียน Southwestern เมื่อเริ่มต้นปีการศึกษา ผู้วิจัยได้แบ่งเด็กออกเป็น 2 กลุ่ม เพื่อเข้าเรียนใน 2 ห้องเรียน โดยมีจุดมุ่งหมายว่า ห้องเรียนหนึ่งเป็นกลุ่มควบคุมส่วนอีกห้องเรียนหนึ่งเป็นกลุ่มทดลองที่จะฝึกทักษะการแสดงความเห็นอกเห็นใจ และการเปิดเผยตน

เอง กลุ่มทดลองมีนักเรียน 25 คน เป็นหญิง 14 คน ชาย 11 คน อายุเฉลี่ย 16.52 ปี และมีคะแนนเฉลี่ย G.P.A. 3.04 กลุ่มควบคุมมีนักเรียน 23 คน เป็นหญิง 8 คน ชาย 15 คน อายุเฉลี่ย 16.73 ปี คะแนนเฉลี่ย G.P.A. 2.97 ก่อนเริ่มการฝึก มีการสัมภาษณ์แล้วว่าไม่มีนักเรียนคนใดทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่เคยผ่านการฝึกทักษะการสื่อสารใด ๆ มาก่อน สำหรับการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ให้ความหมายของตัวแปรตามไว้ว่า การเปิดเผยตนเอง หมายถึง กระบวนการที่บุคคลยอมให้คนอื่นรู้จักตนเองด้วยการแสดงความคิด และความรู้สึกอย่างเปิดเผยตรงไปตรงมา ส่วนการแสดงความรู้สึกเห็นอกเห็นใจ หมายถึง การที่บุคคลสามารถเข้าใจและยอมรับในความรู้สึกของผู้อื่น และสามารถแสดงความรู้สึกเช่นนั้นออกมาได้ ลักษณะและวิธีการของงานวิจัยจะเป็นแบบ Pretreatment and Posttreatment Assessment โดยก่อนเริ่มการทดลอง สมาชิกกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองจับคู่สนทนาลงในเทปบันทึกเสียง ใช้เวลาสนทนาประมาณ 20 นาที และตอบแบบสอบถาม 12 ข้อ เพื่อแสดงถึงการเปิดเผยตนเอง 6 ข้อ การแสดงความรู้สึกเห็นอกเห็นใจ 6 ข้อ สำหรับหัวข้อในการสนทนานั้น เป็นหัวข้อที่หลัมาชิกในกลุ่มเพศเดียวกัน สนทนาถกปัญหา 2 หัวข้อ คือ "สิ่งที่ฉันชอบและไม่ชอบสมาชิกเพศเดียวกัน" และ "สิ่งที่ฉันชอบและไม่ชอบสมาชิกต่างเพศ" ขณะที่สมาชิกคนหนึ่งพูดเพื่อแสดงความคิดและความรู้สึก อีกคนหนึ่งจะเป็นฝ่ายฟัง และได้ตอบโดยไม่มีโอกาสอยู่ในบทบาทผู้พูด 10 นาที และในบทบาทผู้ได้ตอบ 10 นาที หลังจากบันทึกเทปแล้ว สมาชิกกลุ่มทุกคนทำแบบสอบถามเพื่อประเมินว่ามีปฏิกิริยาตอบสนองต่อบุคคลเป้าหมาย 3 กลุ่ม อย่างไร (บิดามารดา เพื่อน และคุณัดหมาย) ข้อคำถามทั้ง 12 ข้อ จะเป็นลักษณะเหตุการณ์สมมติเกี่ยวกับบุคคลทั้ง 3 กลุ่ม เพื่อให้แต่ละคนได้เขียนบรรยายถึงเหตุการณ์ที่เขาอยากจะทำเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์นั้น ๆ ครั้งหนึ่งของสมาชิกกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจะได้ทำแบบสอบถาม FORM A ซึ่งประกอบด้วยสถานการณ์สมมติเกี่ยวกับการเปิดเผยตน 6 ข้อ (อ้างอิงถึงกลุ่มเป้าหมาย กลุ่มละ 2 ข้อ) และอีก 6 ข้อ เกี่ยวกับการแสดงความรู้สึกเห็นอกเห็นใจ (อ้างอิงถึงกลุ่มเป้าหมาย กลุ่มละ 2 ข้อเช่นกัน) ในช่วง Pretest และทำแบบสอบถามลักษณะเดียวกันนี้ FORM B ในช่วง



Posttest ส่วนสมาชิกอีกครั้งหนึ่งจะทำกลับกัน คือทำแบบสอบถาม FORM B ในช่วง Pretest และทำ FORM A ในช่วง Posttest หลังจากผ่านพ้นช่วงฝึกแล้ว สมาชิกทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองจะบันทึกเทปซ้ำเพื่อประเมินพฤติกรรมว่าสมาชิกกลุ่มทดลองมีทักษะ ทั้ง 2 อย่าง เพิ่มขึ้นหรือไม่

การให้คะแนนจากเทปบันทึกเสียงและแบบสอบถามของสมาชิกทั้งหมดนั้นจะให้ไว้ใน The Self - Feeling Awareness Scale และ The Acceptance of Other Scale ของ Guerney (1977) ผู้ให้คะแนนเป็นชายหนึ่งคนและหญิงหนึ่งคน ซึ่งได้รับการฝึกฝนในการตรวจให้คะแนนจากเทปบันทึกเสียงมาแล้วประมาณ 40 ชั่วโมง และฝึกให้คะแนนการตอบคำถามการสัมภาษณ์มาแล้วประมาณ 10 ชั่วโมง ซึ่งจากการหาค่าสหสัมพันธ์แบบ Pearson's การให้คะแนนของผู้ตรวจคะแนนมีค่าสูงถึง 0.93 ในการให้คะแนนแบบ The Self - Feeling Awareness Scale และ 0.94 ในการให้คะแนนแบบ The Acceptance of Other Scale

ในการทดลองนั้นกลุ่มควบคุม จะได้เรียนในชั้นเรียนภาษาอังกฤษตามปกติวันละ 1 ชั่วโมง 4 วันต่อสัปดาห์ รวม 4 สัปดาห์ (16 ชั่วโมง) และกลุ่มทดลองจะได้รับการฝึกตามโปรแกรม 16 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 4 วันต่อสัปดาห์เช่นกัน โดยมีผู้นำกลุ่มซึ่งเป็นนักศึกษาระดับปริญญาโท ชาย 1 คน หญิง 1 คน ซึ่งเป็นผู้ที่ได้รับการฝึกเทคนิคในการเปิดเผยและการแสดงความคิดเห็นออกมาแล้ว ผลปรากฏว่าในช่วงก่อนการทดลองนั้นวัยรุ่นหญิงจะมีลักษณะการเปิดเผยตนเองและการแสดงความคิดเห็นไม่แตกต่างไปจากวัยรุ่นชายเมื่อประเมินจากเทปบันทึกเสียง แต่คะแนนจากแบบสอบถามปรากฏว่าวัยรุ่นหญิงมีคะแนนเฉลี่ยในการเปิดเผยตนเองและการแสดงความคิดเห็นสูงกว่าวัยรุ่นชาย ซึ่งผู้วิจัยให้เหตุผลว่า วัยรุ่นหญิงมักจะได้รับ การอบรมเลี้ยงดูและมีโอกาสได้แสดงออกมากกว่าวัยรุ่นชาย และหลังจากรับการฝึกแล้ว ปรากฏว่าทั้งวัยรุ่นหญิงและชายในกลุ่มทดลองมีความสามารถในทักษะทั้งสองไม่แตกต่างกัน อีกทั้งกลุ่มทดลองยังมีความสามารถในทักษะทั้งสองอย่างมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ซาโพริโต้ (Saporito 1979 : 113 - A) ศึกษาผลของการฝึกความไวในการรับความรู้สึก และการสร้างมนุษยสัมพันธ์ ต่ออัตมโนทัศน์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาที่มีรายได้น้อย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนในภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 1978 จำนวน 47 คน โดยสุ่มเป็นกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม กลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม แต่ละกลุ่มจะได้พบกันครั้งละ 2, 1 และ 1 1/2 ชั่วโมง รวม 15 ชั่วโมง ตลอด 5 สัปดาห์ นักเรียนกลุ่ม 1 และกลุ่ม 2 จะได้รับการฝึกมนุษยสัมพันธ์แบบมีโครงสร้าง (Structured Human Relations) โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้รับการฝึกเกิดความเข้าใจในตนเอง กลุ่ม 3 และกลุ่ม 4 เป็นกลุ่มแบบไม่มีโครงสร้าง (Unstructured Groups) และกลุ่มที่ 5 เป็นกลุ่มควบคุม ระยะเวลาต่าง ๆ ในกลุ่มทดลองที่นักเรียนได้รับจะได้จากผู้นำกลุ่มเท่านั้น แต่ละกลุ่มจะมีผู้นำกลุ่มร่วม (Co - facilitators) ช่วย และทุกครั้งที่มีการอัดเทประหว่างการฝึก ผู้รับการฝึกทุกคนจะได้ทำแบบทดสอบ Tennessee Self Concept Scale (TSCS) ก่อนและหลังการทดลอง ผลปรากฏว่า กลุ่มทดลองทั้ง 4 กลุ่ม มีคะแนนด้านส่วนตัวและสังคม (Social Self Scale) แตกต่างจากกลุ่มควบคุม กลุ่มแบบไม่มีโครงสร้างจะมีคะแนนด้านความพึงพอใจในตนเอง (Self Satisfaction Scale) ดีกว่ากลุ่มที่มีโครงสร้างและกลุ่มควบคุม

แอนเดอร์สัน (Anderson 1979 : 100 - A) ศึกษาการพัฒนาโปรแกรมการฝึกทักษะทางสังคม และประเมินผลประสิทธิภาพของโปรแกรม ซึ่งโปรแกรมการฝึกนี้จะมี 5 ครั้ง ครั้งละ 3 ชั่วโมง ในแต่ละครั้งจะฝึกตามกิจกรรมที่มีโครงสร้าง (Structured - Activities) แต่ละกิจกรรมมุ่งฝึกเฉพาะทักษะทางสังคมในการสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่น เพื่อให้เกิดพฤติกรรมการเรียนรู้ในเรื่องการฝึกที่จะปฏิเสธ การฝึกตามตัวแบบ การชี้แนะ การให้กำลังใจ การสร้างแนวคิดใหม่ ๆ และการทดลองนำไปปฏิบัติ ผู้วิจัยออกแบบกิจกรรมเหล่านี้เพื่อช่วยให้ผู้รับการทดลองเข้าใจและตระหนักในตนเอง เปิดเผยตนเอง เข้าใจบทบาททางเพศของตน เห็นคุณค่าในตนเองและมีพฤติกรรมที่สร้างสรรค์ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตอบแบบสอบถามความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล The Fundamental Interpersonal

Relation Orientation Behavior F(RO - B) แบบทดสอบ The Special Avoidance and Distress Scale (SAD) และแบบทดสอบ The Locus of Control in Interpersonal Relationship Questionnaire (LCIR) ผลปรากฏว่าแม้จะไม่เกิดความแตกต่างในการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะทางสังคมระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม แต่ผู้เข้าร่วมการทดลองก็พึงพอใจและประเมินว่าตนเองได้รับประโยชน์จากการฝึกปฏิบัตินี้ และจากการสังเกต พบว่า ผู้รับการฝึกมีการเปลี่ยนแปลงไปทางบวกอย่างเห็นได้ชัด

สมิธ (Smith 1980 : 6157 - A) ศึกษาผลของการปรึกษาแบบใช้เหตุผล - อารมณ์ (Rational - Emotive Therapy, RET) ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาที่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการสร้างสัมพันธภาพ โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอาลาสมัศร จำนวน 60 คน ที่ประเมินว่าตนเองว่ามีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการสร้างสัมพันธภาพสูง นักเรียนเหล่านี้จะถูกสุ่มให้อยู่ในกลุ่มบำบัดแบบใช้เหตุผล - อารมณ์ กลุ่มการปรึกษาแบบให้คำแนะนำเกี่ยวกับการสร้างสัมพันธภาพ (Relationship Oriented Counseling, ROC) และกลุ่มควบคุม (Waiting - list Control, WLC) แต่ละกลุ่มจะใช้เวลาในการรับการทดลอง 7 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เป็นเวลา 3 สัปดาห์ติดต่อกัน ผู้รับการทดลองแต่ละคนจะต้องทำแบบสอบถามประเมินตนเอง และแบบวัดสังคมมิติก่อนและหลังการทดลอง ผลปรากฏว่า ผู้รับการทดลองกลุ่ม RET และ ROC ประเมินตนเองว่าลดความวิตกกังวลในเรื่องการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ผู้รับการทดลองในกลุ่ม RET นั้น ลดความวิตกกังวลลงได้อย่างมีนัยสำคัญ จากการประเมินด้านสังคมมิติ พบว่า กลุ่ม RET สามารถสร้างสัมพันธภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพมากกว่ากลุ่ม ROC ซึ่งการประเมินวิเคราะห์ครั้งนี้ ประเมินทั้งภายในกลุ่มและระหว่างกลุ่ม

แมปป์ (Mappes 1982 : 674 - A) ศึกษาผลของการให้ข้อมูลย้อนกลับแบบมีโครงสร้างทางด้านสถานการณ์สังคมมิติ (Structured Sociometric Feedback SSF) และการให้การปรึกษาแบบกลุ่มต่อการปรับตัวส่วนบุคคล และสถานภาพทางสังคม โดยใช้กลุ่ม

ตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาระดับปริญญาโท ชั้นปีที่ 1 สาขาจิตวิทยาการปรึกษา 2 กลุ่ม จำนวน 49 คน กลุ่มแรกผ่านประสบการณ์กลุ่มพัฒนาตน (Personal Growth Group Experience, PGG) กลุ่มที่สองผ่านประสบการณ์กลุ่มการอภิปรายทางวิชาการ (Academic Discussion Group Experience, ADG) นักศึกษาทั้งสองกลุ่มจะได้รับการเลือกแบบสุ่มมาให้อยู่ในกลุ่ม SSF และกลุ่มที่ไม่ได้รับข้อมูลย้อนกลับ ข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับสถานะภาพทางสังคมอย่างมีโครงสร้าง (SSF) นี้มาจากผลของการทำสังคมนิตินสถานการณ์การทำงานและการเล่น โดยให้กลุ่มตัวอย่างได้เลือกผู้ที่ตนเองชอบมากที่สุดและผู้ที่ชอบน้อยที่สุด การวิจัยครั้งนี้ใช้แบบทดสอบบุคลิกภาพชุด The Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI) และแบบทดสอบ The Personal Orientation Inventory (POI) ประเมินการปรับตัวของบุคคล ผลปรากฏว่า นักศึกษากลุ่มที่ผ่านประสบการณ์กลุ่มพัฒนาตน (PGG) มีการปรับตัวดีกว่ากลุ่มที่ผ่านประสบการณ์กลุ่มอภิปรายทางวิชาการ (ADG) ส่วนลักษณะการเลือกทางสังคม และสถานะภาพทางสังคมนั้น กลุ่ม ADG มีการเปลี่ยนแปลงน้อยกว่ากลุ่ม PGG

พาร์เกอร์ (Parker 1983 : 2894 - A) ศึกษาผลของกลุ่มมนุษยสัมพันธ์ ต่อทักษะการสื่อสาร และความนับถือในตนเอง นักเรียนระดับเกรด 4 โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 120 คน จากโรงเรียนระดับประถมศึกษาใน Alachua County รัฐ Florida ลุ่มออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มควบคุม 2 กลุ่ม กลุ่มละ 30 คน กลุ่มทดลอง ทั้ง 60 คน จะได้รับประสบการณ์กลุ่มมนุษยสัมพันธ์จากผู้วิจัยซึ่งเป็นครูแนะแนวประจำ โรงเรียน กลุ่มจะพบกันครั้งละ 30 นาที 2 ครั้งต่อสัปดาห์ รวม 8 สัปดาห์ กิจกรรมที่ใช้ในกลุ่มจะเป็นกิจกรรมสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์แบบมีโครงสร้าง (Structured Activities) เพื่อเพิ่มความตระหนักในตน และพัฒนาทักษะในการสื่อสาร กลุ่มตัวอย่างจะได้รับการประเมินความนับถือในตนด้วยแบบสอบ The Coopersmith Self - Esteem Inventory (SEI) ก่อนและหลังการทดลองประเมินทักษะการสื่อสาร โดยใช้ The Counselor Verbal Response Scale จากเทปบันทึกเสียง 180 ม้วน ในระหว่างการแสดงบทบาทสมมติใน

สถานการณ์แก้ปัญหาในกลุ่ม ผลปรากฏว่ากลุ่มทดลองมีการนับถือในตนเองมากขึ้น และมีทักษะการสื่อสารดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ นอกจากนี้ยังพบว่า การนับถือในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะการสื่อสารจากผลของการวิจัยบ่งชี้ชัดว่า การนับถือในตนเอง และทักษะการสื่อสารสามารถพัฒนาขึ้นได้ในระดับเกรด 4 ด้วยการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มพัฒนามนุษย์สัมพันธ์

สับเบลท์ (Sublett 1985 : 365 - A) ศึกษาว่าสถานภาพทางสังคมมิติของนักเรียนระดับมัธยมต้นผู้โดดเดี่ยว จะเปลี่ยนเนื่องมาจาก กิจกรรมสังคมประภค (Socialization Activities) และการปรึกษาแบบครอบครัว หรือไม่ โดยใช้กลุ่มทดลองที่ได้รับการเลือกให้เป็นผู้โดดเดี่ยวทางสังคมมิติ จำนวน 9 คน จากกลุ่มประชากรที่เป็นนักเรียนมัธยมต้น จำนวน 1050 คน กลุ่มทดลองนี้ จะได้เข้าร่วมกิจกรรมสังคมประภค และการปรึกษาแบบครอบครัว ในขณะที่กลุ่มควบคุมไม่ได้ร่วมกิจกรรมใด ๆ ผลปรากฏว่ากลุ่มทดลองทั้ง 9 คน ไม่ได้รับเลือกให้เป็นผู้โดดเดี่ยวอีกในการทดสอบสังคมมิติครั้งหลัง ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีนักเรียนเพียงคนเดียวที่ไม่ได้รับเลือกให้เป็นผู้โดดเดี่ยว นอกนั้นยังคงเป็นผู้โดดเดี่ยวอยู่เหมือนเดิม จากผลการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ให้ข้อสรุปว่า เทคนิคทางสังคมมิติมีความแน่นอน และมีประโยชน์ในการตรวจสอบหาผู้โดดเดี่ยวในกลุ่มประชากรนักเรียน กิจกรรมสังคมประภคมีประสิทธิภาพ และสามารถพัฒนาลักษณะทางสังคมของผู้โดดเดี่ยวในหมู่เพื่อนได้ และการปรึกษาแบบครอบครัว ช่วยให้เกิดการสื่อสาร และความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้การศึกษา ครอบครัวและผู้โดดเดี่ยว นอกจากนี้ผู้ให้การศึกษา ครู นักการศึกษา ตลอดจนเจ้าหน้าที่เกี่ยวข้อง ยังสามารถจะใช้เทคนิคและวิธีการอื่น ช่วยเหลือ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางสังคมของผู้โดดเดี่ยวได้

พอร์ทนอย (Portnoy 1987 : 2461 - A) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทางจิตวิทยา (Psychological Type) กับการเลือกทางสังคมมิติ (Sociometric Choices) ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในสถานการณ์การเป็นผู้นำค่าย โดยใช้กลุ่มตัวอย่างอายุตั้งแต่ 10 - 15 ปี อายุเฉลี่ย 12 - 13 ปี จำนวน 103 คน ที่เข้าร่วมฝึกปฏิบัติการให้กำลังใจกลุ่มเพื่อน (Peer Support Workshop) เป็นเวลา 5 วัน

นักเรียนเหล่านี้มีทั้งนักเรียนที่เป็นผู้นำแบบเป็นทางการ และผู้นำแบบไม่เป็นทางการ คิดเป็นอัตราส่วน 3 : 1 ผู้นำแบบเป็นทางการได้รับการเลือกโดยคู่พื้นฐานจากผลสัมฤทธิ์ทางการงานในโรงเรียน และผู้นำแบบไม่เป็นทางการเลือกโดยคู่จากพฤติกรรมในโรงเรียนและในชุมชน ส่วนการประเมินลักษณะทางจิตวิทยา ผู้วิจัยใช้แบบสอบ The Myer - Briggs Type Indicator (Form G) และใช้แบบสอบถามสังคมมิติ ประเมินสถานภาพทางสังคม การเป็นดาว (Sociometric Stars) การโดดเดี่ยว (Isolates) และการเลือกแบบเป็นคู่สัมพันธ์ (Mutual choice pairs) พบว่า มีสหสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญระหว่างลักษณะทางจิตวิทยา กับลักษณะของการเป็นดาว การเป็นผู้โดดเดี่ยวและการเลือกแบบเป็นคู่สัมพันธ์ ลักษณะการเลือกทางสังคมมิติของผู้ที่ชอบแสดงตัว (Extraverts) และผู้เก็บตัว (Introverts) ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ นอกจากนี้นักเรียนชายจะเลือกเพื่อนจากความคิด โดยเลือกผู้ที่ชอบแสดงตน ในขณะที่นักเรียนหญิงจะเลือกจากความรู้สึก โดยเลือกจากความรู้สึกชอบพอ อันเนื่องมาจากการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

วราภรณ์ สัมสุวรรณ (วราภรณ์ สัมสุวรรณ 2521) ศึกษาผลของการปรับรูปแบบกลุ่มต่อการปรับตัวด้านสังคมของกลุ่มนักเรียนที่ถูกเพื่อนชิงชัย ซึ่งได้รับการฝึกการรับความรู้สึกก่อนกับกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกโดยใช้กลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2521 สุ่มมาจากนักเรียนในกลุ่มที่ทำคะแนนทดสอบสังคมมิติ ได้ในกลุ่มต่ำ 25% จำนวน 39 คน และจากกลุ่มสูง 75% จำนวน 9 คน รวม 48 คน นำมาจัดเป็นกลุ่มทดลอง 4 กลุ่ม แบบเอกพันธ์ (Homogeneous) 2 กลุ่ม แบบวิวิธพันธ์ (Heterogeneous) 2 กลุ่ม กลุ่มควบคุม 2 กลุ่ม (แบบเอกพันธ์ 1 กลุ่ม แบบวิวิธพันธ์ 1 กลุ่ม) กลุ่มทดลองที่ 1 (แบบเอกพันธ์ 1 กลุ่ม วิวิธพันธ์ 1 กลุ่ม) จะได้รับการฝึกความรู้สึกก่อนรับการปรับรูปแบบกลุ่ม กลุ่มทดลองที่ 2 (แบบเอกพันธ์ 1 กลุ่ม วิวิธพันธ์ 1 กลุ่ม) จะได้รับการปรับรูปแบบกลุ่มอย่างเดียว ส่วนกลุ่มควบคุมจะไม่ได้รับการกิจกรรมใดเลย การฝึกการรับความรู้สึกกระทำโดยใช้กิจกรรม 5 กิจกรรมติดต่อกัน กิจกรรมละ 1 - 1 1/2 ชั่วโมง ส่วนการรับการปรับรูปแบบกลุ่มนั้น สมาชิกจะพบกันสัปดาห์ละ 2

ครึ่ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง ติดต่อกัน 5 สัปดาห์ รวม 10 ครั้ง เมื่อการปรึกษาแบบกลุ่มสิ้นสุดลงนักเรียนในกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 จะได้ทำแบบประเมินการให้การปรึกษาแบบวิเคราะห์พฤติกรรมตนเอง และแบบประเมินผลตนเอง นักเรียนทุกกลุ่ม ทำแบบสำรวจประเมินค่าการปรับตัวทางสังคม จากการวิเคราะห์หาค่าความแตกต่างระหว่างกลุ่ม โดยวิธีวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว พบว่า นักเรียนที่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่ม และนักเรียนที่ไม่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่ม มีการปรับตัวทางสังคม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นักเรียนที่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มที่มีการฝึกการรับรู้ความรู้สึกก่อน และนักเรียนที่ได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มที่ไม่มีการฝึกมีการปรับตัวทางสังคมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในการให้การปรึกษาแบบกลุ่มที่มีการฝึกการรับรู้ความรู้สึกก่อนนั้น ปรากฏว่านักเรียนที่อยู่ในกลุ่มแบบวิวิธภูมิ และนักเรียนที่อยู่ในกลุ่มแบบเอกภูมิ มีการปรับตัวทางสังคมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และในการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม ที่ไม่มีการฝึกรับรู้ความรู้สึกก่อน นักเรียนที่อยู่ในกลุ่มแบบเอกภูมิที่มีการปรับตัวทางสังคมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนในด้านทัศนคติที่มีต่อการให้การปรึกษาแบบกลุ่มนั้น ปรากฏว่านักเรียนส่วนใหญ่ มีทัศนคติในแนวทางบวกต่อการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม

เมตตา จินดารักษ์ (เมตตา จินดารักษ์ 2525) ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี ปีการศึกษา 2524 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่สุ่มมาจากนักเรียนที่ตอบแบบประเมินความฉลาดในการปรับตัวทางสังคม และได้คะแนนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 50 จำนวน 25 คน เป็นกลุ่มควบคุม 14 คน กลุ่มทดลอง 14 คน กลุ่มทดลองได้รับการฝึกกิจกรรมกลุ่มตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ รวม 12 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับข้อสนเทศ เกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคมตามที่กำหนดไว้แล้วประเมินความสามารถในการปรับตัวทั้ง 2 กลุ่ม ผลปรากฏว่า นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีความฉลาดในการปรับตัวสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อเปรียบเทียบความสามารถในการปรับตัวทางสังคมนระหว่างนักเรียนในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมหลังการฝึก พบว่านักเรียน

ที่ได้รับการฝึกตามกิจกรรม มีความสามารถในการปรับตัวสูงกว่า นักเรียนที่ไม่ได้ฝึกอย่างมี  
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

มาลินี อยู่โพธิ์ (มาลินี อยู่โพธิ์ 2525) ศึกษาผลของการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม  
ต่อความสามารถในการปรับตัวทางสังคมด้านสัมพันธภาพกับเพื่อนโดยชักกลุ่มตัวอย่างเป็นนัก  
เรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2525 โรงเรียนวัดอินทาราม จำนวน 16 คน โดย  
ลุ่มมาจากนักเรียนที่ตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับปัญหาในการปรับตัวทางสังคม ด้านสัมพันธภาพ  
กับเพื่อนที่ได้คะแนนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 ขึ้นไป และยินยอมเข้ากลุ่มด้วยความสมัครใจ  
หลังจากนั้นแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน  
โดยกลุ่มทดลองจะได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 1/2 ชั่วโมง ติดต่อกัน  
9 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุมจะได้รับข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคม หลังจากนั้น  
นำแบบสอบถามมาสอบซ้ำ ผลปรากฏว่า ปัญหาทางด้านการปรับตัวของกลุ่มทดลองลดลง  
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ลาวัฒ มหาทุมะรัตน์ (ลาวัฒ มหาทุมะรัตน์ 2529) ศึกษาผลของการใช้กิจกรรม  
กลุ่มในการพัฒนามนุษย์สัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนศรีศักดิ์ สุวรรณวิทยา  
ปีการศึกษา 2528 กลุ่มตัวอย่างได้มาจากการใช้แบบสอบถามมนุษยสัมพันธ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น  
ประเมินและสุ่มเลือกผู้ที่มีมนุษยสัมพันธ์ต่ำ ได้คะแนนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 จำนวน  
24 คน มาสุ่มอย่างง่ายแยกเป็นกลุ่มทดลอง 12 คน กลุ่มควบคุม 12 คน กลุ่มทดลองได้รับ  
การฝึกกิจกรรมกลุ่ม กลุ่มควบคุมได้รับข้อเสนอแนะที่มีเนื้อหาเช่นเดียวกับโปรแกรมการฝึก  
กิจกรรมกลุ่ม ระยะเวลาในการทดลอง 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 5 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที -  
60 นาที หลังจากนั้นนำแบบสอบถามมนุษยสัมพันธ์มาสอบซ้ำ ผลปรากฏว่านักเรียนกลุ่มที่ได้  
รับการฝึกกิจกรรมมีการพัฒนามนุษย์สัมพันธ์สูงกว่าเดิม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01  
นักเรียนกลุ่มที่ได้รับข้อเสนอแนะมีการพัฒนามนุษย์สัมพันธ์สูงขึ้นกว่าเดิม อย่างมีนัยสำคัญทาง  
สถิติที่ .05 และนักเรียนกลุ่มที่ได้รับการฝึกกิจกรรมกลุ่มมีการพัฒนามนุษย์สัมพันธ์สูงกว่า  
นักเรียนกลุ่มที่ได้รับข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01



บุชัย สมिति ไกร และลมชาย เตียวกุล (2530 : 41 - 45) ศึกษาผลของ  
 ประสบการณ์กลุ่มฝึกมนุษยสัมพันธ์ที่มีต่อทัศนคติส่วนบุคคล ตามการรับรู้ของผู้รับการฝึกโดยใช้  
 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาอาสาสมัครระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่กำลังศึกษาอยู่  
 ในปีการศึกษา 2528 จำนวน 72 คน สุ่มแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 36  
 คน กลุ่มทดลองจะได้รับประสบการณ์กลุ่มฝึกมนุษยสัมพันธ์เป็นเวลา 20 ชั่วโมง จากนั้นนำ  
 ข้อมูลที่ได้จากการทำแบบสำรวจทัศนคติส่วนบุคคล The Personal Orientation  
 Inventory (POI) 4 ด้าน คือ ด้านการนับถือตนเอง การยอมรับตนเอง การมีทัศนคติต่อ  
 มนุษย์ในแง่ดีและด้านความสามารถในการสร้างสัมพันธ์มาวิเคราะห์หาค่ามัธยฐานเลขคณิต  
 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนที่เพิ่มขึ้น จากการทดลองก่อนและหลังการทดลอง  
 นำมาทดลองหาค่าความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญของคะแนนที่เพิ่มขึ้นของกลุ่มทดลอง และ  
 กลุ่มควบคุมด้วยวิธีการทดสอบค่าที (t - test) ส่วนข้อมูลจากแบบสำรวจความคิดเห็น  
 เกี่ยวกับการฝึกมนุษยสัมพันธ์และแบบสอบถามปลายเปิดก็นำมาวิเคราะห์โดยการแจกแจง  
 ความถี่ คำนวณหาค่าร้อยละ ผลปรากฏว่า ผู้รับการฝึกมนุษยสัมพันธ์มีค่าเฉลี่ยของคะแนน  
 จากการทำแบบสำรวจทัศนคติส่วนบุคคล เพิ่มขึ้นมากกว่าผู้ที่ไม่ได้รับการฝึกมนุษยสัมพันธ์  
 อย่างมีนัยสำคัญ 2 ด้าน คือ ด้านการนับถือตนเองและด้านการมีทัศนคติต่อมนุษย์ในแง่ดี แต่  
 ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญในมาตรฐานการยอมรับตนเอง และด้านความสามารถ  
 ในการมีสัมพันธ์ภาพอย่างใกล้ชิด ผู้รับการฝึกมนุษยสัมพันธ์ส่วนใหญ่เกินกว่าร้อยละ 50 มี  
 ความคิดเห็นว่าตนเองได้รับประโยชน์จากการเข้าร่วมประสบการณ์กลุ่มครั้งนี้ และมีแรงจูงใจ  
 ที่จะพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น

จากงานวิจัยต่าง ๆ ดังกล่าวข้างต้นจะเห็นว่าผู้สนใจศึกษาถึงผลของประสบการณ์  
 กลุ่ม รูปแบบต่าง ๆ ที่มีต่อการเพิ่มทักษะทางสังคม และลักษณะทางจิตวิทยาบางประการใน  
 ตัวบุคคล ซึ่งงานวิจัยบางเรื่องก็แสดงให้เห็นว่าประสบการณ์กลุ่มทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง  
 ในตัวบุคคลไปในทางบวกเช่น คินเดอร์ และ คิลมานน์ (Kinnder and Kilmann 1966  
 cited by Peter B. Smith 1980 : 64) ใช้วิธีการฝึกมนุษยสัมพันธ์แบบกลุ่มมารวบรวม

แล้วทำให้นักศึกษาที่เข้าร่วมกลุ่มมีทัศนคติต่อตนเองไปในทางบวก Rutledge (1975 : 1315 - A) ใช้วิธีการให้การปรึกษาแบบกลุ่มในระยะสั้นแล้วทำให้นักเรียนระดับเกรด 5 เกรด 6 ที่ถูกเพื่อนทอดทิ้งมีการเปลี่ยนแปลงทัศนคติไปในทางที่ดีขึ้น ได้รับความเลือกจากเพื่อน ๆ และครูมากขึ้น ไมเคิล ไวส์เบิร์ก ทามารา โซแฟร์ ฟิช และลินน์ ฟิชเชอร์ แมคเคน (Michael Weissberg, Tamara Sofair - Fish and Lynn Fisher - McCanne 1978 : 220 - 222) ใช้โปรแกรมการฝึกมนุษยสัมพันธ์เพื่อพัฒนาผลิตภัณฑ์ปัญหาในเรื่องการสร้างมนุษยสัมพันธ์ แล้วทำให้นักศึกษาคิดในเรื่องการสร้างมนุษยสัมพันธ์ดีขึ้น มีการเปิดเผยตนมากขึ้น มีทักษะทางสังคมมากขึ้น ซึ่งได้ผลเช่นเดียวกับที่ ชูบชัย สมิตธิโกว และลมชาย เตียวกุล (2530 : 41 - 45) ได้ใช้ประสบการณ์กลุ่มฝึกมนุษยสัมพันธ์กับนักศึกษาแล้ว ทำให้นักศึกษาที่เข้าร่วมรับการฝึกมีการนับถือตนเองเพิ่มขึ้น มีทัศนคติต่อมนุษย์ดีขึ้น เป็นต้น แต่ในงานวิจัยบางเรื่องที่ไม่ได้ใช้ประสบการณ์กลุ่มเพื่อฝึกทักษะทางสังคมบางประการให้กับผู้รับการฝึกแล้ว ก็ได้ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้รับการฝึก เช่น เวอร์นอท (Vernot 1975 : 3420 - A) ใช้การปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้โปรแกรมการฝึกมนุษยสัมพันธ์กับนักเรียนชายที่มีปัญหาความประพฤตินี้แล้วก็ยังไม่สามารถแก้ปัญหาการแยกตัวของนักเรียนที่ร่วมรับการฝึกได้ หรือแอนเดอร์สัน (Anderson 1979 : 100 - A) ที่ใช้โปรแกรมทักษะทางสังคมเพื่อช่วยให้ผู้ร่วมรับการฝึกเข้าใจและตระหนักในตนเอง เปิดเผยและเห็นคุณค่าในตน ก็ปรากฏว่าไม่พบความแตกต่างในการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะทางสังคมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ซึ่งผู้วิจัยก็ตั้งข้อสังเกตว่ากลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางบวกเพิ่มมากขึ้น เช่นเดียวกับที่ วราภรณ์ ลัมสุวัฒน์ (วราภรณ์ ลัมสุวัฒน์ 2521) ได้ใช้การปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อช่วยนักเรียนที่ถูกเพื่อนชิงชังให้ปรับตัวทางสังคมดีขึ้น แต่ก็ไม่พบความแตกต่างระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ดังนั้นจะเห็นได้ว่าการใช้ประสบการณ์กลุ่มฝึกมนุษยสัมพันธ์นั้นยังเป็นเรื่องที่น่าสนใจและน่าศึกษาอยู่มาก อีกทั้งยังไม่มีผู้ใดเคยศึกษาถึงผลของการฝึกมนุษยสัมพันธ์ที่มีต่อสถานภาพทางสังคมมิตินมาก่อน จะมีก็แต่การใช้กิจกรรมสังคมประภิต และการใช้การปรึกษาแบบครอบครัวที่ส่งผลทำให้สถานภาพ

ทางสังคมมิติในกลุ่มทดลองดีขึ้น (Sublett 1985 : 365 - A) หรือ การให้ข้อมูลย้อนกลับแบบมีโครงสร้างและการให้การปรึกษาแบบกลุ่มที่ส่งผลให้กลุ่มทดลองมีสถานภาพทางสังคมมิติดีขึ้น เป็นต้น (Mappes 1982 : 647 - A) ซึ่งสำหรับงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจจะศึกษาเฉพาะผลของประสบการณ์กลุ่มฝึกมนุษยสัมพันธ์โดยอาศัยกิจกรรมกลุ่มอย่างมีโครงสร้างตามแนวกิจกรรมของ Prieffer & Jones เลือกเฉพาะกิจกรรมที่เอื้อให้เกิดการพัฒนาในด้านผู้รับการฝึก 4 ด้านด้วยกันคือ ด้านการยอมรับและตระหนักในตนเอง การเข้าใจและยอมรับในตัวผู้อื่น การติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคล และการแก้ปัญหาความขัดแย้งในเรื่องสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ซึ่งการฝึกมนุษยสัมพันธ์ครั้งนี้ จะส่งผลต่อสภาพการทางสังคมมิติของผู้ร่วมรับการฝึกหรือไม่ก็น้อยเพียงใด และมีผลทำให้การวิเคราะห์ตนเองใน 4 ด้านคือ ด้านความไว้วางใจ ด้านการเปิดเผยตนเอง ด้านการตระหนักในตน และด้านการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันของผู้รับการฝึก เปลี่ยนแปลงไปหรือไม่อย่างไร ซึ่งลักษณะการทำวิจัยเช่นนี้ยังไม่มียุติเคยศึกษาถึงผลของการฝึกมนุษยสัมพันธ์ที่มีต่อสถานภาพทางสังคมมิติและการวิเคราะห์ตนเอง พร้อม ๆ กัน เช่นนี้มาก่อน จึงทำให้เป็นเรื่องที่น่าสนใจและสมควรจะศึกษาอย่างยิ่ง

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการฝึกมนุษยสัมพันธ์ที่มีต่อสถานภาพทางสังคมมิติและการวิเคราะห์ตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

#### สมมติฐานการวิจัย

1. กลุ่มนักเรียนที่เข้าร่วมฝึกมนุษยสัมพันธ์จะมีสถานภาพทางสังคมมิติสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการฝึก
2. กลุ่มนักเรียนที่เข้าร่วมฝึกมนุษยสัมพันธ์จะมีคะแนนการวิเคราะห์ตนเองในแต่ละด้านและรวมทุกด้านสูงกว่ากลุ่มควบคุม

### ขอบเขตของการวิจัย

สำหรับการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดขอบเขตในการศึกษา ดังนี้

ประชากร หมายถึง นักเรียนชาย และนักเรียนหญิง โรงเรียนมัธยมสาธิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2531 จำนวน 6 ห้องเรียนรวม 246 คน

กลุ่มตัวอย่าง หมายถึง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของโรงเรียนมัธยมสาธิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ปีการศึกษา 2531 ที่ผ่านการทำสังคมนิยมสถานการณ์การเลือกเพื่อน 3 สถานการณ์ 5 ทางเลือก และมีสถานภาพทางสังคมนิยมต่ำ ตามเกณฑ์ของ บรอนเฟนเบรนเนอร์ (Bronfenbrenner cited by Gronlund 1959 : 62) แล้วถูกคัดเลือกด้วยวิธีจับคู่ตามคะแนนสังคมนิยม โดยมีคะแนนสังคมนิยมเป็นตัวเกณฑ์ ส่วนเพศและห้องเรียนเป็นตัวประกอบการศึกษา ห่อจากนั้นจึงแบ่งเป็นกลุ่มทดลองซึ่งเป็นนักเรียนที่อาสาสมัครเข้าร่วมกิจกรรมการฝึกมนุษยสัมพันธ์ จำนวน 10 คน เป็นชาย 5 คน หญิง 5 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน เป็นชาย 5 คน หญิง 5 คน

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

ตัวแปรอิสระ คือ การเข้าร่วมกิจกรรมการฝึกมนุษยสัมพันธ์

ตัวแปรตาม คือ สถานภาพทางสังคมนิยมตามการวิเคราะห์ของ Bronfenbrenner และคะแนนจากแบบทดสอบการวิเคราะห์ตนเองของ Jack R. Gibb

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามวัดสถานภาพทางสังคมนิยม ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นตามแนวคิดของนอร์แมน อี กรอนlund (Norman E. Gronlund) โดยใช้สถานการณ์การเลือกเพื่อน 3 สถานการณ์ 5 ทางเลือก คือ

- ก. เลือกเพื่อนที่จะนั่งเรียนด้วยกลั้ว ๆ
- ข. เลือกเพื่อนที่จะทำงานด้วย
- ค. เลือกเพื่อนที่จะเล่นด้วย

เพื่อประเมินสถานภาพทางสังคมมิติของผู้รับการทดลองก่อนจะรับการฝึกมนุษยสัมพันธ์ และหลังรับการฝึก

2. แบบทดสอบวิเคราะห์ตนเองในกลุ่มซึ่งผู้วิจัยแปลมาจาก TORI Group Self - Diagnosis Scale ของ แจ็ค อาร์ กิบบ์ (Jack R. Gibb 1972 : 73 - 81) เพื่อประเมินความรู้สึกและการรับรู้ในฐานะสมาชิกกลุ่มที่มีต่อกลุ่ม 4 ด้านด้วยกันคือ

- ก. ความไว้วางใจ (T - Trust)
- ข. การเปิดเผยตนเอง (O - Openness)
- ค. การตระหนักรู้ในตนตามความเป็นจริง (R - Realization)
- ง. การพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน (I - Interdependence)

แบบทดสอบนี้มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) จำนวน 96 ข้อ มีมาตราวัด 4 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง โดยมีคะแนนเป็นรายข้อเป็น 3, 2, 1 และ 0 คะแนน ตามลำดับ ตามคู่มือการตรวจแบบทดสอบ ก่อนที่จะนำแบบทดสอบไปใช้ ผู้วิจัยได้นำไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาการปรึกษาตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนมัธยมสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปทุมวัน จำนวน 3 ห้องเรียน รวม 126 คน เพื่อตรวจสอบหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบ และตรวจสอบความเข้าใจด้านภาษาและปัญหาในการตอบสำหรับนำมาปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องของแบบสอบก่อนนำไปใช้ในการทดลองจริง

เวลา ในการฝึกมนุษยสัมพันธ์ นั้นผู้วิจัยกำหนดระยะเวลาการฝึกเป็นแบบต่อเนื่องกัน 6 ครั้ง ครั้งละ 3 ชั่วโมง รวม 18 ชั่วโมง โดยฝึกทุกวันอาทิตย์ เวลา 9.00 - 12.00 น. เริ่มตั้งแต่วันที่ 15 มกราคม ถึง 19 กุมภาพันธ์ 2532

สถานที่ สถานที่ที่ใช้ในการฝึกมนุษยสัมพันธ์ คือ ห้องประชุมเล็กเอนกประสงค์ ของโรงเรียนมัธยมสาธิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร สุขุมวิท 23 กรุงเทพมหานคร



### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

**การฝึกฝนมนุษยสัมพันธ์** หมายถึง กิจกรรมกลุ่มที่จัดให้นักเรียนซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่มได้พัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ 4 ด้านด้วยกันคือ ด้านการยอมรับและตระหนักในตนเอง ด้านการเข้าใจและยอมรับผู้อื่น ด้านทักษะการติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคล และด้านรู้จักแก้ปัญหาข้อขัดแย้งในเรื่องสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล โดยผ่านประสบการณ์ตรงจากกิจกรรมต่าง ๆ จำนวน 10 กิจกรรม และจากการอภิปรายแลกเปลี่ยนประสบการณ์ความคิด ความรู้สึกระหว่างสมาชิกในกลุ่ม โดยมีผู้นำกลุ่มเป็นผู้เอื้ออำนวยให้มีปฏิสัมพันธ์กัน

**สถานภาพทางสังคม** หมายถึง คะแนนสังคมมิติที่บุคคลได้รับ โดยนับจากจำนวนครั้งที่ได้รับเลือก จากผลของแบบทดสอบสังคมมิติ แบบกำหนดให้เลือก 3 สถานการณ์ 5 ทางเลือก ตามเกณฑ์การจัดสถานภาพของ บรอนเฟนเบรนเนอร์ ซึ่งกำหนดว่า ผู้ที่ได้รับเลือกและมีคะแนนสังคมมิติเท่ากับหรือสูงกว่า 22 คะแนน แสดงว่ามีสถานภาพทางสังคมมิติสูง ผู้ที่ได้รับเลือกและมีคะแนนสังคมมิติเท่ากับหรือต่ำกว่า 9 คะแนน แสดงว่ามีสถานภาพทางสังคมมิติต่ำ และผู้ที่มีคะแนนสังคมมิติอยู่ระหว่าง 9 - 22 คะแนน แสดงว่ามีสถานภาพทางสังคมมิติในระดับปานกลาง (Bronfenbrenner cited by Gronlund, 1959 : 67)

**การวิเคราะห์ตนเอง** หมายถึง คะแนนที่บุคคลได้รับจากการรับรู้และประเมินตนเอง ได้ว่ามีความไว้วางใจ เปิดเผยตนเอง ตระหนักในตนเอง และพึ่งพาต่อกลุ่มที่ตนเองเป็นสมาชิกอยู่มากน้อยเพียงใดตามความเป็นจริง จากแบบทดสอบวิเคราะห์ตนเองของ Jack R. Gibb

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. ทำให้ทราบผลของการฝึกฝนมนุษยสัมพันธ์ที่มีต่อสถานภาพทางสังคมมิติและการวิเคราะห์ตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
2. เป็นแนวทางในการพัฒนาทักษะทางสังคมและมนุษยสัมพันธ์ในนักเรียนระดับมัธยมที่มีสถานภาพทางสังคมมิติต่ำ

๖. เป็นแนวทางการพัฒนาโปรแกรมฝึกมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนและบุคลากร  
ในสถาบันและองค์กรต่าง ๆ