

บทที่ 1



บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โสเภณี คือ ผู้ที่ได้ชื่อว่าเป็นผู้ประพฤติเบี่ยงเบน (Deviance) ที่ถูกปฏิเสธ (Rejected) และถูกตีตรา (Label) จากกลุ่มสังคมโดยได้รับประณามว่าเป็นคนชั่ว (Becker 1963:9) ดังที่ศุภีมาน นฤมล (2530:20,) กล่าวว่าหญิงเหล่านี้มีประสบการณ์ของการละเมิดบรรทัดฐานของสังคมโดยเฉพาะอย่างยิ่งในแง่บรรทัดฐานทางเพศไม่เป็นไปตามที่สังคมวางไว้ พฤติกรรมที่เกิดขึ้นทำให้ถูกประทับตราจากคนรอบข้าง

แบรนเดนและคูเปอร์สมิธ (Branden 1981:114, Coopersmith 1981:38) ได้กล่าวว่า ถ้ามนุษย์ละทิ้งศีลธรรมและจริยธรรม โดยมีความประพฤติเบี่ยงเบนไปในที่สังคมชุมชนไม่ยอมรับนับถือ รังเกียจ ประณาม แล้วบุคคลก็ไม่สามารถที่จะเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองได้ ซึ่งการกล่าวเช่นนี้สอดคล้องกับการศึกษาของศุภีมาน นฤมล (2530:226) พบว่าหญิงโสเภณีเกิดจากการขัดแย้งในใจที่ปรารถนาเหมือนหญิงทั่ว ๆ ไป จึงทำให้หมองตนเองต่ำต้อย รู้สึกเศร้าหมอง หดหู่ รู้สึกไร้ความหมายและไร้ทิศทาง ซึ่งก่อให้เกิดความยุ่งยากในการแก้ปัญหาและไม่สามารถสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ๆ ได้ ภาวะเช่นนี้เป็นส่วนหนึ่งที่แสดงให้เห็นถึงสภาพการไม่ยอมรับตนเองในปัจจุบัน ลักษณะนี้เรียกว่าเป็นผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (Low Self-Esteem) (Hamacheck 1981:5-6, Coopersmith 1981:346) และจากการศึกษาของออสวอลด์และกรีนวอลด์ (Oswald 1943:42, Greenwald 1960:68 อ้างในสุริย์ กาญจนวงศ์ 2518:5) พบว่าผู้หญิงที่เป็นโสเภณีโดยสมัครใจนั้นมีความบกพร่องทางด้านความประพฤติ ขาดความรู้สึกรู้สึกว่ามีคุณค่าในมนุษย์ รู้สึกว่าตนเองต่ำต้อย เป็นผู้ที่มีความกังวลมีความคิดเกี่ยวกับตนเองสับสนไม่เป็น

ตัวของตัวเอง ดังนั้น ผู้ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำจะรับรู้ว่าคุณค่าตัวเองด้อยค่า ไม่ค่อยเชื่อมั่นในตนเอง มองตนเองว่าเป็นคนไม่ดี ไม่มีความพยายามในการทำ งานที่ยาก ท้อแท้ หวาดกลัว ไม่มั่นใจในตนเอง มีความยุ่งยากใจในการแก้ปัญหา ไม่สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น ๆ ได้ (Coopersmith 1981:134)

ในปัญหาที่กล่าวมาแล้วนี้ รัฐบาลก็ได้ตระหนักถึงความสำคัญอยู่ตลอดเวลา และถือว่าหญิงโสเภณีเป็นผู้ที่สมควรได้รับการสงเคราะห์ฟื้นฟูสภาพจิตใจมีวัตถุประสงค์ เพื่อการปฏิบัติต่อผู้รับการสงเคราะห์อย่างมีมนุษยธรรม เพราะถือว่าผู้รับการ สงเคราะห์เปรียบเสมือนคนไข้ที่เจ็บป่วยอันเป็นผลมาจากความบกพร่องทางร่างกาย จิตใจ ตลอดจนความกดดันทางเศรษฐกิจ สังคม ควบคู่ไปกับมาตรการอื่น ๆ ด้วยการฝึกอาชีพเพื่อที่จะได้เปลี่ยนแนวไปประกอบอาชีพสุจริตอื่น ๆ ที่ไม่ขัดต่อ ศีลธรรม ประเพณีอีกต่อไป โดยการส่งตัวหญิงโสเภณีที่ถูกจับฐานค้าประเวณี และ ศาลมีคำพิพากษาให้อยู่ในสถานสงเคราะห์หญิงของรัฐ 3 แห่งคือ สถานสงเคราะห์ หญิงบ้านปากเกร็ด นนทบุรี สถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการ นนทบุรี และ สถานสงเคราะห์หญิงบ้านนารีสวัสดิ์ นครราชสีมา ซึ่งอยู่ในกองสัมพันธ์มาอาชีพ สงเคราะห์ กรมประชาสงเคราะห์ (ชวิญวงศ์ เจริญวงศ์ 2529:10-11, อริญ สุวรรณบุปผา 2518:141)

นอกจากนั้น จากผลการศึกษาของสุวริย์ ณ ระนอง (2525:62) พบว่า หญิงโสเภณีที่เข้ารับการอบรมในสถานสงเคราะห์ต้องการความช่วยเหลือในด้านการ ปรับตัวให้เข้ากับครอบครัวให้มากที่สุดอันแสดงให้เห็นถึงความรู้สึกไม่มั่นใจ วิตกกังวล ในการเข้าไปอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม นับตั้งแต่ครอบครัว นายจ้าง หรือเพื่อนร่วมงาน เนื่องจากกลัวว่าจะไม่ได้รับการยอมรับจากผู้อื่น หากผู้อื่นรู้ว่าเป็นหญิงโสเภณีมาก่อน จึงเกิดความรู้สึกไม่มั่นคง หวาดกลัว วิตกกังวล และหวั่นไหวในการวิพากษ์วิจารณ์นั้น และเนื่องจากผู้หญิงเหล่านี้มีความเชื่อว่าพฤติกรรมที่เคยประพฤตินั้นผิดศีลธรรมนำไป สู่ความขัดแย้งทางจิตใจ ทำให้ต้องปิดบัง ซ่อนเร้นตนเองทางสังคม (Davis 1971: 311) นำไปสู่ภาวะความวิตกกังวล ขาดความเป็นตัวของตัวเองอันเป็นอาการหนึ่ง ของความรู้สึกผิด (Guilt feeling) ไม่มั่นใจในการออกไปสู่สังคมภายนอก (Seeman อ้างใน พงษ์สวัสดิ์ 2525:82)

การศึกษาปัญหาต่าง ๆ ของโสภณี อันเนื่องมาจากความประพฤติ ผิดจากบรรทัดฐานทางสังคม ละทิ้งศีลธรรมและจริยธรรม มีความประพฤติ เบี่ยงเบนไปในที่สังคมชุมชนไม่ยอมรับนับถือพบว่าสภาวะดังกล่าวมีผลต่อการปรับตัวกับบุคคลรอบข้างที่ต้องออกไปดำเนินชีวิตในสังคม และสืบเนื่องมาจากสภาพดังกล่าว พอจะสรุปได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองนั้น มีบทบาทอย่างสำคัญบุคคล ในการดำเนินชีวิต

การเห็นคุณค่าในตนเองนี้ (Self-Esteem) หมายถึง การตัดสินคุณค่า ของตน ทศนคติของบุคคลต่อตนเองในการยอมรับ หรือไม่ยอมรับตนเอง และ แสดงถึงขอบเขตของความเชื่อมั่นที่บุคคลมีต่อความสามารถ (capable) ความ สำคัญ (significant) ความสำเร็จ (successful) และความมีค่าของตน (worthy) (Coopersmith 1981:5) และการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นเป็น ส่วนประกอบที่เกี่ยวข้องของความเชื่อมั่นในตนเอง (self-confidence) และการนับถือตนเอง (self respect) เป็นการแสดงว่าบุคคลผู้นั้นมีความสามารถ และมีค่าที่จะดำรงชีวิตอยู่ และโดยทั่วไปแล้วมนุษย์สร้างคุณค่าในชีวิตของเขาโดย การกระทำให้ชีวิตอยู่ในความเป็นจริงและถูกต้อง

กล่าวโดยสรุปก็คือว่า การเห็นคุณค่าในตนเองนั้นเป็นการตัดสินคุณค่าของ บุคคล เป็นความรู้สึกถึงความสามารถของตน เห็นคุณค่าของตน อันเป็นผลรวม ระหว่างความเชื่อมั่นในตนเอง และการนับถือตนเองเป็นการประเมินค่าทาง จริยธรรม และศีลธรรมของตน ซึ่งหากบุคคลมีจริยธรรมและศีลธรรมต่ำลง หรือ ละทิ้งสิ่งเหล่านี้ก็ไม่สามารถเกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง

วิกกินส์ และกิลล์ (Wiggins and Giles 1984:18) มีความเห็น ว่าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง นั้นสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงได้ และเป็นส่วน สำคัญที่จะช่วยส่งเสริมให้บุคคลอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มีความเชื่อมั่นที่จะ ดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่า แม้จะเผชิญกับอุปสรรคนานาประการ และการเสริม สร้างให้บุคคลมีความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มขึ้นในทางที่ถูกที่ควรนั้นเป็นวัตถุประสงค์ ประการหนึ่งของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Counseling) (Shertzer and stone 1968:8)

การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดของโอลเซน (Ohlsen 1970:31-32, 1971:3-4) นั้นถือได้ว่าเป็นแนวคิดและกระบวนการหนึ่งที่เชื่อได้ว่าน่าที่จะสามารถเสริมสร้างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลได้ เพราะมีเป้าหมายที่สำคัญคือเพื่อให้สมาชิกเป็นผู้ที่สามารถปรับตัวได้ดี (A Well Adjusted Person) ซึ่งหมายถึงการมีลักษณะที่ยอมรับตัวเองและยอมรับผู้อื่นได้ รู้จักให้ความรักและยอมรับความรักจากผู้อื่นได้ สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเป็นตัวของตัวเอง และในที่สุดสามารถยอมรับความจริงได้ กระบวนการจะช่วยให้บุคคลมีการปรับตัวได้ดี มองเห็นตัวเองตามความเป็นจริง สามารถที่จะเพิ่มความสอดคล้อง (Congruence) ระหว่างตัวตนจริงของเขา กับตัวตนในอุดมคติ สามารถช่วยค้นหาวิธีการที่ต้องการจะเปลี่ยนแปลงตัวเองให้เป็นไปตามตัวตนในอุดมคติอย่างที่เขาต้องการ

การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มเป็นกระบวนการช่วยเหลือให้บุคคลได้มีการพัฒนาตนเอง โดยอาศัยกระบวนการกลุ่มที่เป็นการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง โดยมีผู้นำกลุ่มในฐานะนักจิตวิทยาการศึกษาเป็นผู้เอื้ออำนวยให้สมาชิกช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการแก้ปัญหาเพื่อให้บุคคลให้ทดลองพฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสม กลุ่มเป็นเสมือนสถานที่ให้บุคคลได้ทดลองพฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสมทดลองฝึกปฏิบัติตนเองในการเปลี่ยนแปลงทัศนคติก่อนที่จะต้องเผชิญกับสถานการณ์จริงๆ ในชีวิต มุ่งที่จะให้บุคคลตรวจสอบตนเอง และหาทางเลือกวิธีการตัดสินใจในการแก้ปัญหาที่ดีที่สุดด้วยตนเองมีข้อมูลย้อนกลับ (Feed back) ซึ่งกันและกัน ก้าวไปสู่พฤติกรรมที่เขาปรารถนาในที่สุดก็จะเกิดความเชื่อมั่น ในการเกิดความเชื่อมั่นนั้นเป็นการนำไปสู่การเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น และเป้าหมายหนึ่งของการเข้ากลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาคือการเพิ่มการยอมรับในตนเอง และการเห็นคุณค่าในตนเอง (Delman 1963 Quoted in Ohlsen 1970:34)

การสำรวจรายงานการวิจัยในประเทศไทย ยังไม่พบว่ามีผู้ใดทำการศึกษาเกี่ยวกับการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของสตรี ในสถานสงเคราะห์ ด้วยเหตุดังกล่าวผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของสตรีในสถานสงเคราะห์บ้านเกร็ดตระการนี้ โดยอาศัย

กระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดของโอลเซน เพื่อจะช่วยให้
หญิงในสถานสงเคราะห์มีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

ความหมายของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม



กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Group Counseling) เป็นกระบวนการช่วยเหลือให้บุคคลได้มีการพัฒนาความเข้าใจตนเอง โดยอาศัยกระบวนการกลุ่มที่เป็นการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง มุ่งให้สมาชิกช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการแก้ปัญหา เพื่อให้บุคคลได้ทดลองพฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสม กลุ่มเป็นเสมือนสถานที่ที่
ให้บุคคลในกลุ่มได้ทดลองฝึกปฏิบัติตนเองในการเปลี่ยนแปลงทัศนคติก่อนที่จะต้องเผชิญกับสถานการณ์จริง ๆ ในชีวิต (Ohlsen 1970:31, Ohlsen 1977:3-4, Trotzer 1977:1) สิ่งสำคัญของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มคือสัมพันธภาพของสมาชิกภายในกลุ่ม ซึ่งจะเป็นไปอย่างธรรมชาติ และเอื้อเพื่อการเรียนรู้ในการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น และรับรู้ถึงการฟัง ความเข้าใจ และยอมรับจากบุคคลอื่นขณะเดียวกันบุคคลอื่นก็จะสามารถจะรับฟัง ให้ความเข้าใจ และยอมรับผู้อื่นด้วย ความสำคัญอยู่ตรงที่สมาชิกแต่ละคนกล้าที่จะเปิดเผยความรู้สึกต่อสมาชิกอื่น ๆ อันจะทำให้เกิดการสนทนาในระดับลึกมากขึ้น (Patterson 1971:185, 189, Trotzer 1977:12)

เชอทเซอร์และสโตน (Shertzer and Stone 1968:448-449) กล่าวว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มเป็นกระบวนการที่นักจิตวิทยาการปรึกษาจัดขึ้นเพื่อให้บุคคลที่มีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเองด้านใดหนึ่งหนึ่งมาปรึกษากันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้นำกลุ่มร่วมด้วย โอลเซน (Ohlsen 1977:7) ได้ให้ความเห็นว่า ผู้นำกลุ่มที่ให้ความเชื่อมั่นต่อความสามารถของสมาชิก สามารถจะเป็นผู้ได้รับการช่วยเหลือที่ดี และยังเป็นผู้ช่วยเหลือคนอื่นได้อย่างดีด้วยนั้น จะทำให้สมาชิกมีความรับผิดชอบต่อการบำบัดรักษาเพิ่มมากขึ้น ส่วนแฮนเซน วอนเนอร์ และสมิธ (Hansen, Warner and Smith 1980:6-7) กล่าวว่า การปรึกษา

เชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่ให้คุณค่าแก่การพัฒนาตนเอง สำนวญตนเอง มีโอกาสทดสอบการดำเนินชีวิตจากประสบการณ์จริงในกลุ่ม และมีความรับผิดชอบมากขึ้น นอกจากนั้น กรอสส์, บราวน์ และทรอสเซอร์ (Grawry and Brown 1970:21, Trotzer 1977 :51) ได้ให้ทัศนะว่ากระบวนการกลุ่มมุ่งที่จะช่วยเหลือให้คุณค่าอันอำนวยสมาชิกให้ได้มีการปรับปรุงตนเอง สำนวญและเข้าใจตนเอง โดยมีผู้นำกลุ่มเอื้ออำนวยให้กระบวนการกลุ่มดำเนินไปอย่างราบรื่น ในบรรยากาศที่อบอุ่นไว้วางใจ และยอมรับสมาชิกในกลุ่ม เป็นโอกาสของการตรวจสอบตนเองและหาทางเลือกวิธีการตัดสินใจในการแก้ปัญหาที่ดีที่สุดด้วยตนเอง โดยมีข้อมูลย้อนกลับ (Feed-back) ซึ่งกันและกัน เพื่อนำไปสู่พฤติกรรมที่เข่าปรารถนา ในที่สุดก็จะเกิดความเชื่อมั่น ในการเกิดความเชื่อมั่นนั้น เป็นการนำสู่การเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น

โดยสรุป กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาหมายถึง กระบวนการช่วยเหลือให้คุณค่าได้ทดลองฝึกปฏิบัติตนเองเพื่อพฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์

แนวคิดและทฤษฎีที่ใช้ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดของ เมอร์เล เอ็ม โอลเซน (Merle M. Ohlsen)

โอลเซน (Ohlsen 1970:VII, IX) เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ผสมผสานแนวการปฏิบัติมาจากแนวคิด ทฤษฎีทางสังคมและจิตวิทยาหลายสาขาอันได้แก่แนวคิดทางจิตวิทยาการปรึกษาและการแนะแนว (Counseling and Guidance) แนวคิดเรื่องพลวัตกลุ่ม (Group Dynamics) กลุ่มจิตบำบัด (Group Psychotherapy) กลุ่มงานทางสังคม (Social Group Work) และจิตวิทยาสังคม (Social Psychology) จากประสบการณ์ในการให้การศึกษาเชิงจิตวิทยา การเป็นผู้สอนทักษะการปรึกษาเชิงจิตวิทยา และการเป็นผู้นิเทศ นักจิตวิทยาการปรึกษาที่กำลังฝึกปฏิบัติงานในวิชาชีพนี้ โอลเซนได้รวบรวมแนวคิดที่เขาได้ศึกษาและปฏิบัติทั้งหมดไว้ดังนี้

เป้าหมาย (Goals)

ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดของโอลเซน (Ohlsen 1970:32) มีเป้าหมายให้สมาชิกเป็นผู้ที่สามารถปรับตัวได้ดี (A Well-Adjusted Person) ซึ่งมีลักษณะที่ยอมรับตัวเองและยอมรับผู้อื่นได้ ให้ความรักและยอมรับความรักจากผู้อื่นได้ สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเป็นตัวของตัวเอง ยอมรับผลจากการกระทำของตนเอง มีความสุขกับการทำงานและการพักผ่อนและในที่สุดสามารถยอมรับความเป็นจริงได้ ฉะนั้นบุคคลที่มีการปรับตัวได้ดีจะตระหนักและมองเห็นตนเองได้อย่างชัดเจนตามความเป็นจริง เขาสามารถที่จะเพิ่มความสอดคล้อง (Congruence) ระหว่างตัวตนจริงของเขา (Real Self) กับตัวตนในอุดมคติ (Ideal Self) และสามารถที่จะค้นหาวิธีการที่จะเปลี่ยนแปลงตัวเองให้เป็นไปตามตัวตนในอุดมคติอย่างที่เขาต้องการได้

นอกจากนั้น โอลเซนได้ศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับเป้าหมายการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจากนักจิตวิทยาอื่น ๆ คือ บรอสส์, กลุ่มแอตเตอร์เรียน, แฟรงค์, แกสเซอร์, เคลแมน, ฮอบ (Bross 1985, Adlerians, Frank 1957 Glasser 1965, Kelman 1963, Hobbs 1962:Quoted in Ohlsen 1970 : 32-36) สรุปโดยรวมได้ว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีเป้าหมาย ให้สมาชิกกลุ่มได้ตระหนักถึงความขัดแย้งซึ่งเป็นปัญหาของตนเอง สามารถเผชิญหน้ากับปัญหา ยอมรับปัญหาและแก้ไขปัญหานั้นได้โดยการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของสมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม สมาชิกจะแสดงความรู้สึกของตนเองออกมาไม่ว่าจะเป็นความผิดพลาดใด ๆ ซึ่งทำให้สมาชิกเกิดความรู้สึกนับถือและเห็นคุณค่าในตนเอง จัดความรู้สึกดี้อยออกไป จนกระทั่งสมาชิกสามารถแก้ไขข้อขัดแย้งทั้งภายในตนเอง (Intrapersonal) และข้อขัดแย้งที่เกิดกับผู้อื่นได้ (Interpersonal) ตลอดจนเกิดความเชื่อมั่นที่จะแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมตามความต้องการของตน และในท้ายที่สุดสมาชิกจะเกิด ความรู้สึกนับถือตนเองและเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองขึ้นและเมื่อสิ้นสุดขบวนการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มแล้ว สมาชิกสามารถดำรงสภาวะของความนับถือและเห็นคุณค่าในตนเองในชีวิตประจำวันได้

พลังบำบัดในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Therapeutic Forces Within a Counseling Group)

โอลเซน (Ohlsen 1970:77-96) กล่าวถึงพลังของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในการช่วยเหลือให้สมาชิกเป็นบุคคลที่ปรับตัวได้ดี (A Well-Adjusted Person) โดยมีพลังในการบำบัดที่เกิดขึ้น 12 ประการคือ

1. **พันธะความรับผิดชอบของสมาชิก (Commitment)** ผู้ซึ่งได้รับประโยชน์มากที่สุดจากการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะต้องยอมรับความช่วยเหลือและยอมที่จะเปิดเผยปัญหาของตนเอง เพื่อที่จะแก้ไขปัญหาและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเหล่านั้น เพื่อช่วยให้คนอื่น ๆ ได้เรียนรู้วิธีการนี้เช่นกัน ผู้ที่จะได้รับการช่วยเหลือจากกลุ่ม การเป็นผู้ที่ตระหนักถึงปัญหาทางอารมณ์ของตนเอง ยอมรับว่าตนเองต้องการความช่วยเหลือและลดการใช้กลไกในการป้องกันตนเองลง
2. **ความคาดหวัง (Expectations)** สมาชิกจะได้รับประโยชน์มากที่สุดจากกลุ่ม คือ สมาชิกที่รู้ความคาดหวังของตนเองอย่างชัดเจนก่อนการเข้าร่วมกลุ่ม พวกเขาต้องการโอกาสที่จะได้เรียนรู้ถึงวิธีการตัดสินใจที่สามารถจะนำออกไปใช้ได้ด้วยตนเอง และความคาดหวังที่มีต่อกลุ่มต่อเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม และต่อนักจิตวิทยาการปรึกษาและประโยชน์ที่เขาน่าจะได้รับในการเข้าร่วมในกลุ่ม เมื่อสมาชิกสามารถที่จะตระหนักถึงความคาดหวังของเขาแล้วก็จะเป็นการเพิ่มโอกาสที่จะประสบความสำเร็จในกลุ่ม มีความสามารถในการตัดสินใจ มีส่วนรับผิดชอบในบทบาทการช่วยเหลือของกลุ่ม
3. **ความรับผิดชอบ (Responsibility)** การเพิ่มความรับผิดชอบในตนเองของสมาชิก และความรับผิดชอบในขบวนการบำบัดรักษาจะเป็นการเพิ่มโอกาสของสมาชิกแต่ละคน ในการที่จะองงามภายในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา การที่สมาชิกมีส่วนร่วมอย่างเต็มที่ในการตัดสินใจจะมีผลในการให้กำลังใจให้สมาชิกเกิดการยอมรับความรับผิดชอบและขจัดความรู้สึกไม่ดีออกไป เมื่อแต่ละบุคคลได้มี

โอกาสเสนอปัญหาของตนเองให้กลุ่มได้รับรู้และสมาชิกก็จะร่วมกันรับผิดชอบในการช่วยเหลือ ให้เขาได้ถึงจุดมุ่งหมายที่ตั้งเอาไว้

4. การยอมรับ (Acceptance) หมายถึงการที่นักจิตวิทยาติดตามดูการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง พร้อมทั้งให้กำลังใจแก่สมาชิกในการเปลี่ยนพฤติกรรมของเขา เมื่อสมาชิกค้นพบว่าเขาได้รับการยอมรับจากกลุ่ม เขาจะรู้สึกมีกำลังใจและเชื่อมั่นในการแก้ปัญหาที่คาดหวังไว้

5. การดึงดูดความสนใจของกลุ่ม (Attractiveness) ยิ่งกลุ่มเป็นที่น่าสนใจมากขึ้นเท่าใด กลุ่มก็จะมีอิทธิพลต่อสมาชิกมากขึ้นเท่านั้นกลุ่มจะน่าสนใจหรือไม่ขึ้นอยู่กับความสำคัญของเป้าหมายของกลุ่มความสามารถในการสนองความต้องการของสมาชิก ความเป็นที่ชอบพอของสมาชิก และหากการสมัครเป็นสมาชิกของกลุ่มเป็นไปได้ยาก กลุ่มก็จะเป็นที่ดึงดูดความสนใจมากกว่าไม่ได้ใช้ความพยายามเลย (Cartright 1968:quoted in Ohlsen 1970:86)

6. ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Belonging) ทั้งผู้ที่ถูกเปลี่ยนและผู้ที่มีอิทธิพลในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของคนในกลุ่ม จะต้องมีความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มอย่างแท้จริง เมื่อเขารู้สึกว่าได้รับการยอมรับเป็นที่ต้องการและมีคุณค่า เขาก็จะยอมรับปทัสถานของกลุ่ม เขาก็จะมีความตั้งใจแน่วแน่ที่จะเรียนรู้พฤติกรรมใหม่ ๆ และช่วยคนอื่นให้ได้ เรียนรู้พฤติกรรมใหม่ ๆ พร้อมทั้งทุ่มเทตนเองเข้าร่วมในกลุ่มอย่างแท้จริง

7. ความปลอดภัยในกลุ่ม (Security) เมื่อสมาชิกรู้สึกปลอดภัยในกลุ่ม สมาชิกจะเป็นตัวของตัวเอง สามารถอภิปรายปัญหาของตนได้อย่างเปิดเผยยอมรับปฏิกิริยาโต้ตอบจากสมาชิกอื่น ๆ อย่างตรงไปตรงมา แสดงความรู้สึกที่แท้จริงของตนเองต่อคนอื่น ๆ ด้วยความเข้าใจอย่างชัดเจน ในสิ่งที่เป็นที่คาดหวัง

ของทุกคนในกลุ่มตลอดจนความตั้งใจอย่างแน่วแน่ที่จะจัดการกับปัญหาของแต่ละบุคคลอย่างเปิดเผย

8. ภาวะความอึดอัดภายในกลุ่ม (Tension) สมาชิกต้องประสบความอึดอัดและไม่พอใจกับสภาวะปัจจุบันของตนเองจึงเป็นแรงจูงใจให้เกิดการเรียนรู้พฤติกรรมที่พึงประสงค์ สมาชิกรู้ดีว่าการช่วยเหลือซึ่งกันและกันให้เผชิญปัญหาของแต่ละบุคคลนั้นอาจจะเป็นสิ่งที่เจ็บปวด แต่ก็เป็นสิ่งจำเป็นหากต้องการความเปลี่ยนแปลงยิ่งกว่านั้นสมาชิกต่างก็เรียนรู้ที่จะให้กำลังใจซึ่งกันและกัน เพื่อช่วยในการอภิปรายปัญหาและพร้อมที่จะเผชิญกับความเจ็บปวดเท่าที่จำเป็นเพื่อเริ่มพฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์แต่ในทางตรงข้ามความกังวลและความเครียดที่มากเกินไปอาจสร้างความอ่อนแอให้กับสมาชิก จนถึงขั้นไม่สามารถเรียนรู้ในพฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์ได้

9. บรรยาภาศทั่ว ๆ ไปของกลุ่ม (Group Norms) เมื่อสมาชิกเข้าใจและยอมรับถึงเงื่อนไขที่จำเป็นต่าง ๆ ของกลุ่มแล้ว สมาชิกก็จะยอมรับบรรยาภาศของกลุ่ม โดยไม่กระทำตนต่างไปจากกลุ่ม เนื่องจากเขาต้องการได้รับความช่วยเหลือจากกลุ่ม ซึ่งสิ่งสำคัญคือ สมาชิกต้องกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มคนอื่นให้เข้าร่วมในการสร้างและรักษาบรรยาภาศของกลุ่ม ในขณะที่ดำเนินการกลุ่มสมาชิกควรมีความรับผิดชอบพิเศษที่ต้องช่วยสมาชิกคนอื่น ๆ ให้สามารถและจัดการกับแรงต่อต้านไม่ยอมเปลี่ยนแปลงของแต่ละคน และช่วยสมาชิกให้รู้จักขอความช่วยเหลือจากบุคคลสำคัญในชีวิตของตน เพื่อจะได้เป็นการเสริมการเปลี่ยนแปลงที่พึงประสงค์ เพื่อให้แน่ใจว่าพฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์ จะไม่ถูกลบล้างด้วยสภาพแวดล้อมของสมาชิก

10. ความสอดคล้องกัน (Congruence) ความสอดคล้องกันเป็นสิ่งที่สำคัญสำหรับการสื่อความหมายที่มีประสิทธิภาพภายในกลุ่ม เพราะหมายถึงความสอดคล้องต้องกันระหว่างความรู้สึกที่บุคคลหนึ่งรับรู้ กับความรู้สึกที่บุคคลนั้นประสบ

อยู่ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม หากมีการสื่อสารอย่างชัดเจนไม่คลุมเครือ และสอดคล้องกันระหว่างการแสดงออกและความรู้สึกที่แท้จริงย่อมทำให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ (Rogers 1961: quoted in Ohlsen 1970:73)

11. การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) ข้อมูลย้อนกลับเป็นขบวนการซึ่งตัวของตัวเองเรียนรู้วิธีการปรากฏตัวของตนเองต่อผู้อื่น และข้อมูลย้อนกลับเป็นสิ่งที่เราไม่สามารถสะท้อนให้ตัวเองได้ ไม่ว่าจะมีความสามารถและมีทักษะใดก็ทำไม่ได้ เช่นเดียวกับโกเลมบิวสกี (Golembiewski 1972 quoted in Ohlsen 1977:75) ซึ่งเขาเชื่อว่าทุกคนมีจุดบอดของแต่ละคนลงได้ เพราะการให้ข้อมูลย้อนกลับที่มีประสิทธิภาพย่อมกระตุ้นให้สมาชิกฟังและสำรวจวิธีที่จะเรียนรู้พฤติกรรมใหม่

12. การเปิดเผยตนเอง (Openness) ผู้ที่จะได้รับผลประโยชน์มากที่สุดจากการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ต้องอภิปรายปัญหาของตนเองอย่างเปิดเผย และช่วยสมาชิกในกลุ่มให้กระทำเช่นเดียวกับสมาชิกรู้สึกว่าจะกระทำกับสิ่งเหล่านั้นอย่างไร จึงจะส่งเสริมให้ได้รับการยอมรับในกลุ่มการเปิดเผยตนเองของสมาชิกประสบความสำเร็จนั้นเป็นต้นแบบในการเปิดเผยตนเองของนักจิตวิทยาการปรึกษาที่จะส่งเสริมให้สมาชิกได้เปิดเผยตนเองบ้าง การเปิดเผยตนเองของนักจิตวิทยาการปรึกษาเป็นสิ่งที่ทำได้สมาชิกเกิดความรู้สึกไว้วางใจและเป็นกันเอง (Lieberman, Yalom and Miles, Traux 1968 and Carkhuff, 1965: quoted in Ohlsen 1977:79)

ลำดับขั้นพัฒนาการของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม (Developmental Phases in Group)

โอลเซนได้กล่าวอ้างถึงกระบวนการเคลื่อนไหวของกลุ่มซึ่ง ทีเลนและดิคเคอร์แมน (Thelen and Dickerman 1949 quoted in Ohlsen 1977: 59) ได้แสดงถึงกระบวนการเคลื่อนไหวของกลุ่ม 4 ขั้น ดังนี้คือ

1. ขั้นยึดตนเองเป็นศูนย์กลางหรือขั้นแข่งขัน (Individually centered, competitive phase) สมาชิกพยายามที่จะตั้งตนเองเป็นผู้นำหรือผู้สั่งการ พวกเขาจึงต้องการนักจิตวิทยาการปรึกษามาทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่มและเข้ามารับผิดชอบสมาชิกทั้งหมด

2. ขั้นความคับข้องใจและความขัดแย้ง (Frustration and conflict phase) เมื่อนักจิตวิทยาการปรึกษาไม่สามารถในการเป็นผู้นำกลุ่ม สมาชิกจะรู้สึกต่อต้านต่อนักจิตวิทยาการปรึกษาและ มองว่าเป็นผู้ไร้ความสามารถ ไม่เหมาะที่จะเป็นผู้นำและตำหนิผู้นำกลุ่มที่ทำให้พวกเขาเกิดความคับข้องใจ นอกจากนี้สมาชิกยังตำหนิสมาชิกคนอื่น ๆ มากกว่าแทนที่จะยอมรับความรับผิดชอบต่อตนเองเพื่อพัฒนาการสร้างสัมพันธภาพอันจะนำไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมายของกลุ่ม

3. ขั้นความกลมกลืนของสมาชิกกลุ่ม (Group-harmony phase) ในระหว่างที่มีการรวมตัวกัน แต่เป็นการรวมตัวในลักษณะของความสมัครใจ ความพึงพอใจส่วนตัว สมาชิกจะให้กำลังใจซึ่งกันและกันแต่ก็ยังหลีกเลี่ยงหรือซ่อนเร้นความรู้สึกขัดแย้งของตนเองและสิ่งที่ไม่ค่อยจะเป็นประโยชน์ต่อกระบวนการกลุ่ม สมาชิกจะพยายามควบคุมความรู้สึกที่เกิดขึ้น โดยเฉพาะปฏิกิริยาต้านลบ และพยายามกลบเกลื่อนความต้องการของตนเองเพื่อให้เป็นไปตามความต้องการของกลุ่ม

4. ขั้นยึดกลุ่มเป็นศูนย์กลางหรือขั้นอำนาจประโยชน์ (Group-centered, Productive phase). สมาชิกยังคงมีการแสดงออกซึ่งความห่วงใยต่อผู้อื่นแต่ก็ยังไม่ลืมความขัดแย้งในใจตนเอง ทั้งนี้เพื่อนำไปสู่ความเป็นหนึ่งเดียวของกลุ่มและเพื่อพัฒนามาถึงขั้นนี้ สมาชิกจะกล้าเผชิญกับความขัดแย้งของตนเองและเรียนรู้ที่จะจัดการกับความขัดแย้งนั้นด้วยตนเอง มีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาภายในกลุ่มและสร้างสัมพันธภาพในการทำงานร่วมกันอย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้แล้วสมาชิกยังเพิ่มการยอมรับคุณค่าและพฤติกรรมของผู้อื่นอีกด้วย

ลำดับขั้นพัฒนาการของกลุ่มทั้ง 4 ขั้นนี้อาจไม่ได้ปรากฏเป็นลำดับขั้นเสมอไป และสัมพันธภาพระหว่างบุคคลในขั้นที่ 4 มีลักษณะคล้ายคลึงกับสัมพันธภาพที่เกิดขึ้นในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ถ้าหากมีความระมัดระวังในการเลือกสมาชิกและชนิดของโครงสร้างแล้วก็เป็นที่หวังไว้ว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะสามารถพัฒนาไปสู่ขั้นที่ 4 ได้อย่างรวดเร็ว

ส่วนประกอบต่าง ๆ ในกระบวนการช่วยเหลือ (Elements in The Helping Process)

กระบวนการของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา แต่ละระยะมีลักษณะพิเศษชี้ให้เห็นและสามารถจำแนกได้ และมีอิสระให้แก่กลุ่มและสมาชิกภายในกลุ่ม เป็นกระแสการเคลื่อนไหวที่มีการเริ่มและจบลง กระบวนการกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและการแก้ไขปัญหาดังที่โอลเซน (Ohlsen 1977:10-19) ได้จัดลำดับไว้ดังมีต่อไปนี

1. พัฒนาการสร้างสัมพันธภาพ (Developing The Relationship)

การส่งเสริมสัมพันธภาพในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา คือ การชี้แจงถึงขอบเขตความช่วยเหลือให้แก่สมาชิก การชี้แจงให้เข้าใจในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ตลอดจนการโต้ตอบครั้งแรกของนักจิตวิทยาการปรึกษา นักจิตวิทยาการปรึกษาจะเริ่มสร้างสัมพันธภาพตั้งแต่มีการพบกันครั้งแรก การพบกันนั้นอาจจะมีพิธีรีตอง

หรืออย่างเป็นทางการถึงกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแก่สมาชิก การสร้างความเชื่อมั่นให้แก่สมาชิกโดยการรับฟังอย่างสงบ ไม่มีอาการตกใจ จะสามารถช่วยแก้ปัญหา นักจิตวิทยาการปรึกษาจะแสดงให้เห็นสมาชิกภายในกลุ่มได้รู้ว่ นักจิตวิทยาการปรึกษาคือใครและทำอะไรบ้างในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา นักจิตวิทยาการปรึกษาคาดหวังอะไรบ้างจากสมาชิก แต่มีใช้หมายความว่า จะเกี่ยวข้องกับเรื่องส่วนตัวซึ่งกันและกัน

2. การเริ่มประชุมอภิปรายแบบเป็นกันเองเป็นครั้งแรก

(Begining The First Private Conference) สำหรับผู้ที่สมัครใจเข้าร่วมกลุ่มการพบกันครั้งแรกเป็นการสัมภาษณ์ ส่วนมากสมาชิกกลุ่มมักจะพูดก่อนโดยเฉพาะเมื่อมีการตกลงเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ภายหลังจากที่ได้รับรู้กระบวนการนักจิตวิทยาการปรึกษาอภิปรายให้ฟัง และทราบสิ่งที่คาดหวังจากตนแล้ว เมื่อสมาชิกไม่พูด นักจิตวิทยาการปรึกษาคควรพยายามพิจารณาดูว่าสมาชิกเข้าใจบทบาทซึ่งเป็นที่คาดหวังของตนเองหรือไม่ และสมาชิกต้องการที่จะได้รับการช่วยเหลือในปัญหาอะไร ความพร้อมของสมาชิกที่จะอภิปรายถึงปัญหาที่จะนำไปสู่การช่วยเหลือนั้นโดยได้รับการอธิบายจากนักจิตวิทยาการปรึกษาว่าทำไมหัวข้อเรื่องเหล่านั้นจึงน่ากลัวและน่าอายที่จะพูดถึง รวมถึงการขาดความไว้วางใจตลอดจนข้อสงสัยต่าง ๆ เกี่ยวกับความเป็นไปได้ที่ตนเองจะได้รับการช่วยเหลือ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นสาเหตุที่ทำให้ไม่กล้าพูดออกมาอย่างเปิดเผย อย่างไรก็ตามการสะท้อนความรู้สึก (Reflection) ได้อย่างถูกต้อง และการให้กำลังใจ (Encouraging) ในการบอกเล่าถึงปัญหาของตนเอง จะเป็นการช่วยส่งเสริมให้สมาชิกสามารถเปิดเผยความรู้สึกที่เป็นจริงได้ง่ายขึ้น ขณะที่สมาชิกเริ่มเรียนรู้ในการพูดอย่างเปิดเผยหมายความว่า เขากำลังเรียนรู้ที่จะยอมรับความรับผิดชอบต่อการพูดอภิปรายถึงสาเหตุที่ทำให้เขาวิตกกังวลและขาดกำลังใจในการอภิปรายวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมและต่อการเรียนรู้พฤติกรรมใหม่ที่เหมาะสมกว่าเดิม



3. การค้นหาความรู้สึกของสมาชิก (Detecting A Client's feeling) ในการค้นหาความรู้สึกของสมาชิกนักจิตวิทยาการปรึกษาต้องพยายามรู้ว่าสมาชิกกำลังประสบกับอะไรต้องพยายามมีความรู้สึกร่วมกับเขา (Empathic) คือต้องรู้สึกอย่างที่เขารู้สึก และมองสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นอย่างที่เขา มอง ขณะเดียวกันสมาชิกก็ต้องเรียนรู้ในสิ่งเหล่านี้ด้วย ถึงแม้ว่าจะมีข้อมูลจากแหล่งภายนอก เช่น จากประวัติและสัมภาษณ์บุคคลที่เกี่ยวข้อง ให้สมาชิกยอมรับความรับผิดชอบในครั้งแรกในการเปิดเผยข้อมูลที่เกี่ยวข้อง และจำเป็นต้องการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์ ยอมรับให้สมาชิกได้เจริญงอกงามด้วยตนเอง นักจิตวิทยาการปรึกษาจะช่วยเสริมให้กำลังใจ

4. การสะท้อนความรู้สึกของสมาชิก (Reflecting a client feeling) จากสิ่งที่เสนอมาก่อนหน้านี้ แสดงให้เห็นชัดว่า วิธีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบใหม่จะมีการแปลความ (Interpretation) และเพิ่มวิธีการสะท้อนกลับมากขึ้นในการใช้วิธีการใดวิธีการหนึ่ง นักจิตวิทยาการปรึกษาต้องเข้าใจพฤติกรรม ความรู้สึก และความคับข้องใจของสมาชิก และสามารถที่จะสื่อความเข้าใจเหล่านี้ไปยังสมาชิกได้ถูกต้อง การสะท้อนกลับจะทำให้เกิดประโยชน์มากที่สุด ถ้าหากการสะท้อนกลับนั้นลึกและกว้างขึ้น

5. ความสัมพันธ์ของการอภิปรายความรู้สึกต่อวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม (Relating discussion of feelings to behavioral goals) ขณะที่นักจิตวิทยาการปรึกษารับฟังสมาชิกที่พูดถึงสิ่งที่ไม่สบายใจ เมื่อให้สมาชิกพูดจนเป็นที่พอใจและเห็นสมควรที่จะกำหนดวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม โดยพยายามที่จะไม่ให้สมาชิกเกิดความรู้สึกว่าถูกบังคับหรือเข้าใจว่าสมาชิกอื่นไม่สนใจ หรือไม่มีข้อมูลที่จะช่วยเหลือเขา บางครั้งสมาชิกอาจพร้อมในการอภิปราย แต่ก็พร้อมที่จะเปลี่ยนความรู้สึกมากที่วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม แต่ไม่ทราบว่าจะทำอย่างไร ในโอกาสเช่นนั้นนักจิตวิทยาการปรึกษาควรให้ความสนใจและการสะท้อนกลับหรือสมาชิกอาจพอใจถ้านักจิตวิทยาการปรึกษาและสมาชิกจะรับฟังด้วยความอดทนในขณะที่ตนเอง

กำลังต่อสู้กับความรู้สึกและแรงจูงใจที่ขัดแย้งกันอยู่ และจะพอใจมากยิ่งขึ้นเมื่อมีสมาชิกในกลุ่มคนอื่น ๆ มีปัญหาคล้ายคลึงกับตน และถือเอาปัญหานั้นเป็นปัญหาของทุกคนในกลุ่ม และอภิปรายปัญหาร่วมกัน และพยายามหลีกเลี่ยงการให้สมาชิกพูดในปัญหาที่มากเกินไปจนขาดแรงจูงใจการกระตุ้นให้สมาชิกได้มองเห็นวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมในขณะนั้นให้ได้ จะช่วยให้สมาชิกได้ค้นพบพฤติกรรมใหม่ ๆ และแสดงพฤติกรรมนั้นไปพร้อม ๆ กัน ขณะเดียวกันก็ได้คลายความเครียดที่ได้พูดอย่างเปิดเผยเกี่ยวกับปัญหาอื่น ๆ ด้วย

6. การอธิบายวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม (Defining behavioral goals) นักจิตวิทยาการปรึกษาเริ่มแน่ใจและยอมรับความคิดที่จะต้องให้ความช่วยเหลือสมาชิก ในการอธิบายวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมให้ชัดเจนมากขึ้น ทบทวนถึงสิ่งที่สมาชิกได้อภิปรายในลักษณะเดียวกันที่สมาชิกกลุ่มได้อภิปรายมาก่อนหน้านี้แล้ว และวิธีการที่เขาเหล่านั้นได้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง และชี้ให้สมาชิกได้ตั้งความหวังที่จะมีวัตถุประสงค์ที่ชี้เฉพาะและชัดเจนสำหรับตนเองในระหว่างการสัมภาษณ์ครั้งแรกและเกณฑ์ที่สามารถนำไปประเมินความเจริญงอกงามขณะรับบริการ ให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา

การที่สมาชิกยังคลุมเคลือเกี่ยวกับการจัดการกับวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมและวัตถุประสงค์ทั่วไปของตนเอง เป็นการแสดงถึงการขาดซึ่งความพร้อมหรือต่อต้านในการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา นักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องพยายามเข้าใจว่าสมาชิกยังขาดความพร้อมที่จะแสดงตนและต่อต้าน ซึ่งนักจิตวิทยาการปรึกษาต้องพยายามที่จะจับความรู้สึกของสมาชิกให้ได้ สะท้อนความรู้ และรู้อย่างชัดเจนถูกต้องที่สุด อันจะนำไปสู่การอภิปรายอย่างเปิดเผยถึงสิ่งที่ซ่อนเร้น

7. การให้ความช่วยเหลือสมาชิกกำหนดเกณฑ์การประเมินความเจริญงอกงามของตน (Helping clients define criteria to appraise their own growth) เมื่อนักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถให้ความช่วยเหลือสมาชิกในการกำหนดเกณฑ์สำหรับความเจริญงอกงามทางพฤติกรรมแล้ว สมาชิก

จะเรียนรู้ที่จะสามารถทำเกณฑ์เหล่านั้นมาประเมินความงอกงามของเขาเองและค้นพบแนวทางที่ชัดเจน เพื่อนำเข้าสู่การเจริญงอกงามด้วยตัวเองต่อไปเป็นแรงเสริมให้เกิดพฤติกรรมใหม่ที่ปรารถนา การสนทนาถึงสิ่งเหล่านี้เป็นการสอนให้สมาชิกรู้จักวางหลักวัตถุประสงค์ของเขาให้บุคคลที่เกี่ยวข้องอื่น ๆ ที่อยู่นอกกลุ่มได้ทราบ เป็นแรงเสริมให้เกิดกำลังใจที่จะฝึกพฤติกรรมใหม่ที่ดีต่อไป การกำหนดเกณฑ์ผลสัมฤทธิ์ทางวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม จะช่วยให้สามารถประเมินผลการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้ชัดเจนขึ้น

8. การช่วยเหลือสมาชิกระบุเป้าหมายย่อย (Helping client define mini goals) เมื่อสมาชิกได้ระบุถึงเป้าหมายต่าง ๆ ของเขาแล้ว ซึ่งจะมีประโยชน์อย่างมากที่สุดในการแก้ปัญหาได้ย่อยลง หรืออย่างน้อยที่สุดช่วยในการตัดสินใจความเรื่องที่เขารู้สึกอย่างมากเพื่อการเริ่มต้นพฤติกรรมใหม่ ๆ บางคนอาจชอบจัดเป้าหมายระยะยาวแบ่งเป็นขั้นตอนและทำตามขั้น

9. การสอนสมาชิกให้มีพฤติกรรมความช่วยเหลือและเป็นสมาชิกที่ดี (Teaching a clients good clients and helper behaviors) โดยปกติแล้วการสอนพฤติกรรมต่าง ๆ เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการเรียนรู้ มักจะเริ่มขึ้นเมื่อนักจิตวิทยาการปรึกษาเป็นคนแรกที่จะบอกถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นในกลุ่ม การปรึกษาเชิงจิตวิทยา และตอบคำถามเกี่ยวกับกระบวนการ รวมทั้งสิ่งที่คาดหวังที่จะได้จากสมาชิก สมาชิกที่มีความเข้าใจในเรื่องที่คาดหวังว่าจะได้รับจากเขาก่อนการเข้ากลุ่มมากเท่าใด เขาก็จะสามารถทำหน้าที่และกระตือรือร้นที่จะเรียนรู้หน้าที่อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้นเท่านั้น ทั้งในฐานะสมาชิกและผู้ช่วยเหลือ อย่างไรก็ตามสมาชิกส่วนมากจะแสดงบทบาทถึงสิ่งที่ไม่แน่ใจว่าจะวางตนอย่างไรเพียงครั้งเดียวหรือสองครั้ง นักจิตวิทยาการปรึกษาควรจะทราบและสะท้อนถึงซึ่งสมาชิกต้องการจะรู้ออกมา เพื่อทำให้สมาชิกอื่นภายในกลุ่มปรารถนาที่จะอธิบายถึงสิ่งที่คาดหวังและที่สำคัญกว่าคือจะเป็นตัวอย่างต่อผู้อื่น นักจิตวิทยาการปรึกษาควร

ตระหนักถึงสิ่งนี้ตั้งแต่ระยะเริ่มต้นกลุ่มซึ่งควรทำให้พฤติกรรมแบบนี้เป็นที่สนใจของกลุ่มทั้งหมด

10. การสอนสมาชิกถึงทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่จำเป็นตามความต้องการที่จะใช้ในพฤติกรรมใหม่ (Teaching clients the necessary interpersonal skills required to implement) ถึงแม้ว่าภาพยนตร์และเทปบันทึกภาพจะสามารถใช้ในวัตถุประสงค์ แต่นักจิตวิทยาการปรึกษาส่วนมากชอบที่จะใช้วิธีการของบทบาทสมมติ (Role Play) เมื่อเป็นการสอนทักษะต่าง ๆ ในการสอนทักษะที่ต้องการนั้น การที่สมาชิกอธิบายถึงเหตุการณ์ซึ่งผู้อื่นคิดว่าเขากระทำ การกล่าวถึงบุคคลสำคัญต่าง ๆ รวมทั้งการตั้งรกรากที่จะทราบถึงบทบาทที่จำเป็นในชีวิต เหล่านี้จะช่วยให้สมาชิกในกลุ่มเข้าใจตนเองและเหตุการณ์นั้นที่เกิดขึ้น และประสบการณ์เช่นนี้จะเปิดโอกาสให้สมาชิกคนอื่นได้ใช้ข้อมูลย้อนกลับที่ดี

11. การสอนสมาชิกในการสื่อสารเป้าหมายอย่างชัดเจนต่อคนอื่น (Teaching clients to communicate their goals to significant others) โดยปกติสมาชิกในกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาต้องการที่จะฝึกฝนเรื่องที่เขาต้องการจะพูดต่อครอบครัว เพื่อนและเพื่อนร่วมงานของเขาบ่อยครั้งที่สมาชิกชอบที่จะเลือกอยู่ร่วมแสดงบทบาทสมมติตามเหตุการณ์และเรียกร้องการได้รับข้อมูลย้อนกลับจากเพื่อนคนนั้นก่อนจะมีการสื่อสารออกไป ทั้งไม่ว่าจะเป็นการพูดหรือการเขียนต่อบุคคลที่มีความสำคัญต่อเขา ไม่ว่าเรื่องใดก็ตามสมาชิกต้องการและชอบช่วยเหลือในการวางรูปแบบและในการสื่อสารข้อความที่สำคัญตามที่เขาต้องการ

12. การช่วยเหลือเกื้อกูลกันให้ประสบความสำเร็จ (Sharing success) เมื่อสมาชิกตัดสินใจในเรื่องใดที่จะกระทำในระหว่างช่วงเวลาการดำเนินกลุ่ม สมาชิกจะเรียนรู้อย่างรวดเร็วว่าเขาจะแบ่งปันความสำเร็จในสิ่งที่เขาประสบความสำเร็จในการกระทำอย่างไร เขาจะเรียนรู้ที่ละเล็กทีละน้อยที่จะแยกแยะระหว่างการคุยโอ้อวด และการแบ่งปันความสำเร็จอย่างแท้จริงซึ่งใน

ครั้งแรกจะเป็นกับเพื่อนสมาชิก ต่อจากนั้นจะเป็นบุคคลอื่นที่สำคัญ ที่ห่วงใยในการช่วยเหลือให้เขาได้มีพฤติกรรมใหม่ ๆ สมาชิกจะเรียนรู้ความยินดีในความสำเร็จเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ เขาจะเรียนรู้ถึงการยอมรับความล้มเหลวต่าง ๆ รวมทั้งการวิเคราะห์อย่างมีจุดหมายในการตัดสินใจว่าจะทบทวนวิธีที่ไม่ประสบความสำเร็จนั้นเป็นอย่างไร และลองใช้วิธีการอื่นเพื่อการแก้ไข

13. การสิ้นสุดกลุ่ม การสิ้นสุดกระบวนการกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสามารถจะสอนให้สมาชิกเรียนรู้ว่าจะสรุปความสัมพันธ์ชั่วคราวนี้ ซึ่งชมคุณค่าของกลุ่ม ชี้บอกถึงเรื่องราวที่ยังไม่สิ้นสุดของผู้อื่น และการวางแผนที่จะติดตามผลได้อย่างไร ในระหว่างช่วงเวลาการเข้าร่วมกลุ่มในช่วงแรกหรือช่วงที่สองสมาชิกควรที่จะถูกกระตุ้นให้ตัดสินใจในการเริ่มต้นหรือการปิดกลุ่ม โดยมีการประมาณจำนวนเวลาของกลุ่มที่เขาต้องการจะมีการสิ้นสุดกลุ่มอย่างไร นักจิตวิทยาการปรึกษาจะจัดการกับผู้ที่ยังไม่พร้อมในการสิ้นสุดการปรึกษาเมื่อมีการสิ้นสุดกลุ่มได้อย่างไรก่อนการสิ้นสุดในระหว่างช่วงเวลา นักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องเชิญชวนให้สมาชิกแต่ละคนทบทวนเป้าหมายของตนที่ประสบความสำเร็จ ซึ่งยังอาจต้องการการกระทำที่เพิ่มมากขึ้น การช่วยเหลือจะถูกกระทำเพื่อการเปลี่ยนแปลงหรือเพื่อส่งเสริมการเปลี่ยนแปลงให้สำเร็จ รักษาพฤติกรรมใหม่จะเกิดขึ้น สมาชิกแต่ละคนจะชี้แนะให้กลุ่มให้ข้อมูลย้อนกลับในบางเรื่องอย่างแท้จริงในสิ่งที่เขาเคยได้รับการช่วยเหลือ

จะเห็นได้ว่ากระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาจะเป็นการช่วยเหลือให้สมาชิกได้ปรับตัวและช่วยให้เขาค้นพบว่า เขาคิดอะไร ต้องการอะไร อะไรคือสิ่งที่เขาทำได้ อะไรที่ทำให้เขารู้สึกพึงพอใจมากที่สุด และช่วยให้เขาค้นพบความขัดแย้งและกล้าเผชิญหน้ากับความขัดแย้งนั้น จนกระทั่งเขาสามารถจะจัดการกับความขัดแย้งได้ (Ohlsen 1970:32)

องค์ประกอบของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

องค์ประกอบสำคัญที่จะทำให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มจะบรรลุเป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้น คือ

1. ผู้นำกลุ่ม
2. เป้าหมายของกลุ่ม
3. การเลือกสมาชิกกลุ่ม
4. ขนาดของกลุ่ม
5. ระยะเวลาและความถี่ของการประชุมกลุ่ม
6. อายุและวุฒิภาวะของสมาชิกกลุ่ม
7. เพศของสมาชิกกลุ่ม
8. การเลือกสถานที่
9. ชนิดของกลุ่ม

1. ผู้นำกลุ่ม (The Group Leader)

ผู้นำกลุ่มในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม คือ นักจิตวิทยาการปรึกษา (Counselor) นับว่าเป็นผู้ที่มีความสำคัญต่อกลุ่มมาก ผู้นำกลุ่มที่มีความรู้พื้นฐานของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีประสิทธิภาพ และเป็นผู้ที่ได้ฝึกฝนทักษะการเป็นผู้นำกลุ่มอยู่เสมอ จะช่วยเอื้ออำนวยให้กลุ่มมีกระแสความเคลื่อนไหวอย่างราบรื่น ซึ่งผู้นำกลุ่มควรมีคุณสมบัติดังต่อไปนี้

1. คุณลักษณะของผู้นำกลุ่ม (Personality of the group leader)

1.1 การรู้จักตนเอง (Self Awareness) เนื่องจากผู้นำกลุ่มเป็นผู้ที่มีความสำคัญต่อกลุ่มมากที่สุด (Mahler 1969 / อ้างใน Trotzer 1977:73) กล่าวว่า ผู้นำกลุ่มควรรู้จักตนเอง และบุคลิกภาพของตนเอง เกี่ยวกับจุดอ่อน จุดแข็ง ความขัดแย้งในใจ แรงจูงใจ และความต้องการของตนเอง ซึ่งตัดลินและยอร์ช (Duslin and George 1973 อ้างใน Trotzer 1977:3) เน้นว่า ผู้นำกลุ่มจะต้องมีความชัดเจนเกี่ยวกับความตั้งใจและเป้าหมายของตน นอกจากนี้องค์ประกอบที่สำคัญของผู้นำกลุ่มคือทัศนคติของการรู้จักตนเอง และการเห็นคุณค่าของการรู้จักตนเอง

1.2 ความมีใจกว้างและมีความยืดหยุ่น (Openness and Flexibility) ความมีใจกว้างเป็นภาวะที่บุคคลรู้จักตนเองอย่างแท้จริง และใจกว้างที่จะรับฟังความคิดเห็นและทัศนคติต่าง ๆ ของผู้อื่น โดยไม่นำมาตรฐานหรือกฎเกณฑ์ของงานเข้าไปเป็นเกณฑ์ในการตัดสินใจว่าถูกหรือผิด และการมีความยืดหยุ่นจะทำให้เป็นผู้นำกลุ่มที่มีประสิทธิภาพ การเป็นคนใจกว้างเป็นผลมาจากการเป็นคนที่มีความมั่นคงในตนเอง คริสตินี (Cristini 1981:211) กล่าวว่า ผู้นำกลุ่มที่มีประสิทธิภาพจะต้องเป็นผู้ที่มีความสามารถในการสังเกตและมีความไวต่อการรับรู้ความต้องการของผู้รับบริการ ความยืดหยุ่นจะช่วยให้บุคคลสามารถจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม

1.3 การมองโลกในแง่ดี (Think Positively) ควรมีทัศนคติที่มองโลกในแง่ดีจะช่วยให้มองเห็นจุดดีในตัวสมาชิก ทำให้ผู้นำกลุ่มเห็นคุณค่าในตัวสมาชิกและมีความรู้สึกที่ดีต่อตัวเอง ช่วยให้เกิดการพัฒนาในสัมพันธภาพ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

1.4 การมีท่าทีอบอุ่นและการมีความใส่ใจ (Warmth and Caring) การมีท่าทีที่เข้าใจและยอมรับในสมาชิกกลุ่มสามารถแสดงออกได้ทั้งทางเอาใจใส่ กระตือรือร้นท่าทียิ้มแย้ม เพื่อเป็นการบอกให้สมาชิกรู้ว่าเขาได้รับการสนใจจากผู้นำกลุ่ม ซึ่งชิโกและคณะ (Chiko et al, 1980 : 286) พบว่าการยอมรับในตัวสมาชิกและความจริงใจเป็นคุณลักษณะที่สำคัญประการหนึ่ง

ของผู้นำกลุ่ม และจะเป็นแบบอย่างให้สมาชิกกระทำตามถึงท่าที่อบอุ่น และการใส่ใจ

1.5 การเป็นผู้มีวุฒิภาวะและมีความกลมกลืน (Mature and Integrated Persons) เป็นภาวะที่สามารถทำงานร่วมกับสมาชิกภายในกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถจัดการกับการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม มีความเข้มแข็ง อดทน พร้อมทั้งจะยอมรับจุดอ่อนของตนอันจะเป็นผลให้เกิดการเอื้ออำนวยต่อการนำกระบวนการกลุ่ม โดยผู้นำกลุ่มจะรู้สึกมั่นคงพอที่จะไม่ใช้อำนาจของตนต่อการชี้แนะ และต่อการรบกวนของสมาชิก

1.6 การมีความอดทน (Tolerance) ผู้นำกลุ่มควรมีความอดทนต่อสถานการณ์กลุ่มโดยเฉพาะในสภาวะที่กลุ่มอยู่ในความเจ็บไม่ควรถือจะทำลายความเจ็บเพื่อลดความรู้สึกอึดอัดในใจตนเอง

1.7 การที่มีความเที่ยงตรง (Objectivity) หมายถึง การเข้าไปรับรู้ปัญหาของสมาชิกเหมือนว่าเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นกับตนเอง แต่ไม่ได้สูญเสียความเป็นตัวของตัวเองสามารถที่จะประเมินเหตุการณ์เหล่านั้นได้อย่างเที่ยงตรง

คุณลักษณะที่กล่าวมาทั้งหมดเป็นบุคลิกภาพพื้นฐานของผู้นำกลุ่ม ซึ่งจะกำหนดว่า กลุ่มจะดำเนินตามวัตถุประสงค์ได้สูงสุดมากน้อยเพียงใด (Trotzer 1977:72-76)

นอกจากนี้ผู้นำกลุ่มยังต้องมีทักษะในเชิงการสื่อสาร เพื่อช่วยให้กระแสการเคลื่อนไหวของกลุ่มดำเนินไปได้อย่างราบรื่น ทักษะการสื่อสารนี้สามารถประมวลได้เป็น 3 ประเภทใหญ่ ๆ ตามหน้าที่โดยกว้าง ๆ ซึ่งผู้นำกลุ่มจะต้องมีความสามารถในการใช้ทักษะเหล่านี้ได้อย่างเชี่ยวชาญและเหมาะสมซึ่งได้แก่ ทักษะดังต่อไปนี้

2. ทักษะการเป็นผู้นำกลุ่ม (Group Leadership Skills)

ผู้นำกลุ่มจะต้องเรียนรู้ถึงทักษะการสื่อสารเพื่อเอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้ภายในกลุ่ม ทักษะการสื่อสารมีรายละเอียดดังนี้ (Trotzer 1977:79-85)

2.1 ทักษะในการตอบสนอง (reaction Skills) เป็นทักษะในการตอบสนองตามธรรมชาติเพื่อรับรู้การสื่อความหมายของสมาชิกและความเป็นไปของกลุ่ม ประกอบด้วยทักษะดังต่อไปนี้

2.1.1 การฟัง (listening) เป็นทักษะที่มีความสำคัญมากในการรับการสื่อสารจากอีกบุคคลหนึ่งได้อย่างละเอียดมากที่สุด ฟังด้วยความกระตือรือร้น และให้ความสนใจ ได้แก่ การประสานสายตา กิริยาอาการที่บ่งถึงความสนใจเอาใจใส่ การฟังที่มีประสิทธิภาพจะสื่อให้สมาชิกได้รับรู้ด้วยการยอมรับ (acceptance) ให้ความนับถือ (respect) ด้วยการให้โอกาสสมาชิกได้พูดถึงสิ่งที่คิดและรู้สึก ความเข้าใจอย่างร่วมความรู้สึกอย่างแท้จริง (empathic understanding) ด้วยการพูดสะท้อนกลับไปยังสมาชิก และการเอาใจใส่ (caring) ในตัวสมาชิก (Trotzer 1977:79-80)

2.1.2 การทวนซ้ำ (restatement) เป็นการที่ผู้นำกลุ่มทบทวนในเนื้อหาใจความสำคัญที่สมาชิกได้พูดออกมาด้วยการพูดซ้ำแสดงให้สมาชิกทราบว่าผู้นำกลุ่มกำลังรับฟังเขา ยอมรับเขาจะเกิดความอบอุ่น และช่วยให้สมาชิกได้พิจารณาในสิ่งที่พูดออกมาด้วย

2.1.3 การสะท้อนความรู้สึก (reflection) เป็นการสื่อให้สมาชิกได้ทราบว่าผู้นำกลุ่มมีความเข้าใจถึงสิ่งที่อยู่ภายในของสมาชิก เป็นทักษะที่มีประโยชน์เปรียบเหมือนกระจกเงาที่สะท้อนให้เห็นตัวผู้พูดเอง สิ่งไม่ควรระมัดระวังซึ่งจะเป็นสิ่งที่ขัดขวางต่อการพัฒนาการของกลุ่ม คือ ไม่ควรสะท้อนความรู้สึกลึก ๆ ของผู้พูดเร็วเกินไป เพราะจะทำให้ผู้พูดเกิดความรู้สึกกลัว

2.1.4 การทำให้กระจ่าง (clarifying) ทักษะนี้ใช้เพื่อทำให้ข้อมูลที่มีความไม่ชัดเจน มีความคลุมเครือ มีความชัดเจนและกระจ่างชัดมากขึ้นอาจให้สมาชิกพูดซ้ำอีกครั้งหนึ่ง หรือผู้นำกลุ่มหาคำที่ตรงกับความหมายที่สุดเพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เข้าใจชัดเจน

2.1.5 การสรุป (summarizing) เป็นทักษะที่ดึงเอาองค์ประกอบสำคัญของการสนทนาด้วยการพูดกระชับได้ใจความ ทักษะนี้จะใช้สรุปก่อนการยุติการสนทนาหรือ เพื่อต้องการเปลี่ยนจุดสนใจหรือใช้เมื่อต้องการให้สมาชิกกลุ่มมุ่งความสนใจไปสู่ประเด็นที่สำคัญ

2.2 ทักษะเชิงปฏิสัมพันธ์ (Interaction Skills) ผู้นำกลุ่มใช้เพื่อควบคุมและชี้นำปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม เป็นการเอื้ออำนวยต่อการปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม มีทักษะย่อยดังต่อไปนี้

2.2.1 การควบคุมดำเนินการ (moderating) เพื่อควบคุมปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม สมาชิกกลุ่มทุกคนมีโอกาสแสดงความคิดเห็นของตน และเกิดประโยชน์แก่สมาชิกทุกคน

2.2.2 การแปลความ (interpreting) ผู้นำกลุ่มนำเอาสิ่งที่สมาชิกพูดออกมาตีความใหม่ให้เกิดความเข้าใจลึกซึ้งมากกว่าเดิม

2.2.3 การเชื่อมโยง (linking) ผู้นำกลุ่มนำทักษะนี้โดยการนำความคิดของสมาชิกมาเชื่อมโยงเข้าด้วยกัน เพื่อให้เป็นความคิดเดี่ยวของกลุ่ม เพื่อให้เกิดการพัฒนาความเป็นหนึ่งเดียวกันของสมาชิกภายในกลุ่ม

2.2.4 การขัดขวาง (blocking) ใช้ทักษะนี้เพื่อยับยั้งป้องกันไม่ให้สมาชิกกระทำในสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา หรือไม่เหมาะสม และเพื่อมิให้เป็นผลร้ายต่อสมาชิกกลุ่ม ผู้นำกลุ่มต้องกระทำด้วยความอบอุ่นแต่หนักแน่นมั่นคงและไม่ใช้อารมณ์

2.2.5 การสนับสนุน (supporting) เป็นทักษะของการให้กำลังใจแก่สมาชิกกลุ่มที่พยายามเข้ามามีส่วนร่วมในกลุ่มด้วยการเสริมแรง เป็น



การช่วยให้สมาชิกที่เจียบได้แสดงความรู้สึกนึกคิดของตนเอง

2.2.6 การกำหนดขอบเขต (limiting) เป็นการกำหนดขอบเขตการกระทำของกลุ่ม เพื่อป้องกันการกระทำที่ไม่เหมาะสมและเบี่ยงเบนออกไป อันจะเป็นการละเมิดสิทธิของสมาชิก หรือจะเป็นผลให้เกิดการกระทำที่ไม่รับผิดชอบในกลุ่ม

2.2.7 การป้องกัน (protecting) เป็นทักษะที่ผู้นำกลุ่มนำมาใช้ในการป้องกันไม่ให้สมาชิกวิพากษ์วิจารณ์เกินควร หรือใช้วาจาทำร้ายจิตใจผู้อื่น หรือโดยความผิดให้ผู้อื่นในกลุ่ม หรือมีความจำเป็นต้องป้องกันสมาชิกที่ถูกไล่จากกลุ่ม และบางครั้งต้องปกป้องสมาชิกกลุ่มย่อยที่ได้รับการกระทำที่ไม่ยุติธรรมหรือไม่เหมาะสม

2.2.8 การหาความคิดที่สอดคล้องกัน (consensus taking) เป็นการช่วยสรุปความคิดที่แตกต่างกันในกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกจะได้เข้าใจชัดเจนขึ้น ทำให้สมาชิกได้ค้นหาจุดยืนของตนในกลุ่ม และให้ชัดเจนว่าเขายืนอยู่จุดไหนทักษะนี้จะช่วยให้กลุ่มมีบรรยากาศคลี่คลายมีความสงบมากขึ้น ทำให้เกิดความเข้าใจอันดีต่อกันโดยไม่ใช้อารมณ์และการพูดที่รุนแรง

2.3 ทักษะเชิงปฏิบัติการ (action skills) เพื่อส่งเสริมและนำกระบวนการกลุ่มให้สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์ในระดับที่ลึกมากขึ้น ทักษะเชิงปฏิบัติการประกอบด้วยทักษะย่อย ๆ ดังต่อไปนี้

2.3.1 การถาม (questioning) การมีคำถามจะเป็นการแสดงความใส่ใจต่อผู้พูด ช่วยให้สมาชิกได้พิจารณาตนเองและสิ่งที่เกี่ยวข้องกับเขา ในด้านที่ไม่คิดมาก่อน ลักษณะของข้อคำถามที่ดีควรเป็นคำถามปลายเปิด เพื่อช่วยนำกลุ่มให้มีการอภิปรายที่เกิดประโยชน์

2.3.2 การค้น (probing) ช่วยให้สมาชิกได้มองตนเอง และมองปัญหาของเขาได้อย่างลึกซึ้ง สามารถที่จะเรียนรู้กระบวนการในการสำรวจจิตใจของตนเอง เปิดโอกาสให้สมาชิกมีทางเลือกของเขาเอง

2.3.3 การเผชิญหน้า (confronting) เป็นทักษะในการชี้ให้สมาชิกเห็นการกระทำอย่างตรงไปตรงมาและจริงใจ สิ่งที่กำลังเกิดขึ้นจริง ๆ มีประโยชน์มากที่สุดในการช่วยเหลือกลุ่ม จัดการกับความไม่สอดคล้องหรือความขัดแย้งกันในพฤติกรรมของสมาชิกแต่ละบุคคลทำให้บรรยากาศสงบและคลี่คลายลง

2.3.4 การร่วมเปิดเผยตนเอง (personal sharing) การที่ผู้นำกลุ่มมีส่วนร่วมในการเปิดเผยตนเองในกลุ่ม จะทำให้สมาชิกเห็นว่าผู้นำกลุ่มก็เป็นมนุษย์คนหนึ่ง ที่มีความเต็มใจที่จะมีส่วนร่วมในการเปิดเผยตนเองเช่นเดียวกับสมาชิกคนอื่น ๆ เป็นประโยชน์ในการเป็นแบบอย่างให้แก่สมาชิกเพื่อร่วมในการเปิดเผยตนเอง

2.3.5 การเป็นแบบอย่าง (modeling) เป็นทักษะที่ให้ผู้สังเกตได้มองเห็นพฤติกรรมที่เหมาะสม โดยเฉพาะทักษะในด้านการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกได้เรียนรู้เพื่อประโยชน์ในการเข้ากลุ่มและการดำเนินชีวิต

โดยสรุป ผู้นำกลุ่ม คือ นักจิตวิทยาการศึกษา ควรมีคุณสมบัติ และทักษะการเป็นผู้นำกลุ่ม ดังที่กล่าวมาแล้ว นับว่ามีความสำคัญต่อกลุ่ม ซึ่งจะทำให้กลุ่มมีประสิทธิภาพ และเอื้ออำนวยให้กระแสกลุ่มเคลื่อนไหวอย่างราบรื่น

2. เป้าหมายของกลุ่ม (Goals) การกำหนดวัตถุประสงค์หรือเป้าหมายของกลุ่มนับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่สำคัญยิ่ง เพราะเป็นเครื่องช่วยให้ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มได้ทราบว่ากลุ่มจะมุ่งไปทิศทางไหน และยังเป็นเกณฑ์ในการประเมินผลการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มอีกด้วย โดยแบ่งเป้าหมายของการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มได้ดังนี้

1. เป้าหมายทั่วไปของกลุ่ม (General Group Goals) หมายถึง วัตถุประสงค์โดยรวมของกลุ่ม ซึ่งเป็นเหตุผลในการจัดให้มีการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มซึ่งเป็นเหตุผลในการจัดให้มีการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ซึ่งผู้นำกลุ่มจะต้องมีความเข้าใจในเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์เพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการอย่างแท้จริง เช่น เป้าหมายเพื่อช่วยให้สมาชิกได้มีการเปลี่ยนแปลง

พฤติกรรมที่ไม่ปรารถนาเป้าหมายเพื่อให้สมาชิกกลุ่มเพิ่มการยอมรับ เข้าใจในตนเองและผู้อื่น เป้าหมายเพื่อช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้พัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง

2. เป้าหมายเฉพาะบุคคล (Specific individual Goals) หมายถึงวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่มของสมาชิกแต่ละคน ซึ่งเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับปัญหาของสมาชิกแต่ละคน ซึ่งปัญหาก็จะมีความแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล

สมาชิกกลุ่มควรได้รับการชี้แจงให้ทราบข้อมูลต่าง ๆ เกี่ยวกับเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ เพื่อก่อให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ซึ่งจะช่วยลดข้อสงสัยข้อข้องใจของสมาชิก และผู้นำกลุ่มยังได้พิจารณาว่าเป้าหมายของกลุ่มมีความสอดคล้องกับความต้องการของผู้รับการปรึกษาหรือไม่ (Trotzer 1977:176-178)

3. การเลือกสมาชิก (The Group Member)

โอลเซน (Ohlsen 1970:103-109) กล่าวถึงการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มว่าสมาชิกที่เหมาะสมจะเข้ากลุ่มนั้น ควรเป็นผู้ที่อาสาสมัครและมีแรงจูงใจในการเข้ากลุ่ม ในการสัมภาษณ์สมาชิกครั้งแรก โดยการใช้วิธีการสัมภาษณ์และบอกวัตถุประสงค์ของการประชุมกลุ่มซึ่งจะช่วยสมาชิก ในการตัดสินใจปฏิบัติพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสม และสมาชิกที่สนใจจะเข้าประชุมกลุ่ม และปรารถนาที่จะช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ดังนั้นการเลือกสมาชิกกลุ่มจึงขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายของกลุ่ม และการจัดกลุ่มเพื่อบุคคลประเภทใด โดยเฉพาะหรือจัดขึ้นเพื่อบุคคลโดยทั่วไป (Shertzer and Stone 1968:457) เห็นว่าควรเลือกสมาชิกกลุ่มที่มีความสนใจหรือปัญหาที่คล้ายคลึงกัน นอกจากนั้นแฮมบลิน (Hamblin 1984:193) ได้ให้หลักเกณฑ์ในการเลือกสมาชิกกลุ่มว่า ควรเลือกสมาชิกที่ตอบคำถามและมีเวลาให้กับกลุ่มได้

4. ขนาดของกลุ่ม (Group Size)

การประชุมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยานั้น การกำหนดสมาชิกกลุ่มมีความสำคัญมากเพราะจำนวนสมาชิกที่พอเหมาะจะทำให้สมาชิกได้สำรวจปัญหาของตนได้อย่างชัดเจนและเต็มที่ได้ในเวลาที่จำกัด สมาชิกสามารถให้ความ

ช่วยเหลือ และมีส่วนร่วมได้อย่างพอเพียงประมาณ 5-10 คน (Yalom 1975: 284) ซึ่งโอลเซน (Ohlsen 1977:29) กล่าวโดยทั่วไปว่าสมาชิกอาจจะมี 6-8 คน และวีซี ทรย์มี (2518:34) มีความเห็นว่าการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม บุคคลที่จะเข้ากลุ่มจะต้องมีความสัมพันธ์ต่อกันอย่างตึงตังนั้นจำนวนสมาชิกในกลุ่มต้องไม่มากเกินไปคือ 6-10 คน

5. ระยะเวลาและความถี่ของการประชุมกลุ่ม (Length and frequency of meetings)

การประชุมกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่ให้บริการผู้ป่วยนั้น ต้องมีการเข้าประชุมกลุ่มอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้สมาชิกได้มีเวลาที่จะพัฒนาและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบางอย่างในทางที่ดีขึ้น โอลเซน (Ohlsen 1977:6) เสนอว่าควรจะมีการประชุมกลุ่ม 8-10 ครั้ง ระยะเวลาไม่ต่ำกว่า 90 นาที

6. อายุและวุฒิภาวะ (Age and maturity)

กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาส่วนมากนิยมให้สมาชิกมีอายุใกล้เคียงกันและมีวุฒิภาวะพอที่จะเรียนรู้ที่จะยอมรับและเข้าใจตนเองและผู้อื่น โดยเน้นถึงความพร้อมที่จะพัฒนาตนเอง แต่ทั้งนี้ผู้นำกลุ่มควรพิจารณาตามวัตถุประสงค์ของกลุ่มด้วย ถ้ากลุ่มประกอบด้วยสมาชิกที่มีวัยแตกต่างกัน ก็จะได้เรียนรู้ประสบการณ์และมีความเข้าใจบุคคลที่มีวุฒิภาวะแตกต่างกัน (Ohlsen 1977:28, Trotzer 1977:182)

7. เพศ (Sex)

โอลเซนและมาห์เลอร์ (Ohlsen 1970, Mahler 1969 อ้างใน Trotzer 1977:182-183) ให้ข้อสรุปว่าโดยทั่วไปแล้วการคัดเลือกเพศขึ้นอยู่กับปัญหาของการประชุมกลุ่ม ซึ่งแกซดา (Gazda 1978:151-152) ให้ข้อคิดว่ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีการประชุมกลุ่มการแก้ปัญหาควรเน้นเพศเดียวกัน เพราะปัญหาของหญิงและชายต่างกันและสมาชิกเพศเดียวกันจะมีความเข้าใจกัน

ได้ดีกว่าสัดส่วนและมีขนาดเหมาะสมกับจำนวนสมาชิก เก้าอี้ที่หนึ่งควรจะนั่งได้สบาย และจัดให้เป็นลักษณะวงกลม เพื่อให้สมาชิกได้มองเห็นอย่างทั่วถึง , พื้นที่ห้องควร สะอาดและพร้อมที่จะให้สมาชิกนั่งกับพื้นได้ถ้าสมาชิกต้องการที่จะเปลี่ยนอิริยาบถบ้าง (Ohlsen 1977:29, Hansen, Warner and Smith 1980:352, Mahler 1969:58-59)

8. ชนิดของกลุ่ม

ควรจัดเป็นกลุ่มปิด ซึ่งหมายถึงว่าจะไม่มีการเปิดรับสมาชิกใหม่ อีกในระหว่างการประชุมกลุ่ม แม้ว่าจะมีสมาชิกลาออกจากกลุ่มไปแล้วก็ตาม เพราะ การจัดเป็นกลุ่มจะทำให้สมาชิกมีปัญหาในเรื่องความไว้วางใจ และความสนิทสนม (Rao 1981:77, Hansen, Warner and Smith 1980:366)

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

จากความหมายของคำว่า "การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem)" มีผู้ให้ความหมายไว้หลาย ๆ แบบ ดังนี้

โรเซนเบิร์ก (Rosenberg 1979 : 31) ให้ความหมายไว้ว่าเป็น ความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายในตนเอง เกี่ยวกับการยอมรับตนเอง นับถือตนเอง เห็นคุณค่าในตนเอง และความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นการประเมินตนเองทั้งทางด้าน บวกและด้านลบ

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith 1984 : 5) ให้คำจำกัดความว่าเป็น การตัดสินใจว่ามีคุณค่าของตนเองซึ่งแสดงถึงทัศนคติที่บุคคลมีต่อตนเอง เป็นการ ยอมรับหรือไม่ยอมรับตนเอง และแสดงถึงของเขตของความเชื่อที่บุคคลมีต่อความ สามารถ (Capable) ความสำคัญ (Significant) ความสำเร็จ (Successful) และความมีค่า (Worthy) ของตนเอง

เดลโพลิโต (Del Polito 1977 : 72) กล่าวว่า เป็นการประเมินคุณค่าของตนเองตามที่ตนคิด ซึ่งประกอบด้วยความรู้สึกต่าง ๆ คือ, ความเชื่อมั่นในตนเอง มีความสามารถ มีคุณค่า

แบรนเดน (Branden 1981 : 110, 114, 125) กล่าวว่า เป็นลักษณะของความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีค่า มีความเข้มแข็ง (Strength) มีความสามารถเพียงพอในการกระทำสิ่งต่าง ๆ (Adequacy) มีความเชี่ยวชาญ และมีความสามารถ (Mastery and Competence)

แบนดูรา (Bandura 1986 : 356) กล่าวถึงการเห็นคุณค่าในตนเอง ว่าหมายถึงการประเมินตนเองของบุคคล ซึ่งอาจเป็นความรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า คือ การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ หรือการเห็นคุณค่าในตนเองสูง จากความรู้สึกของความภาคภูมิใจในตนเอง

กล่าวโดยสรุปจากความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่ามีผู้ให้ความหมายไว้คล้ายคลึงกันคือความรู้สึกที่มีต่อตนเอง จากการประเมินตนเอง ในด้านการประสบความสำเร็จ ความมีคุณค่า และความสำคัญ โดยแสดงออกมา ในรูปของทัศนคติที่มีต่อตนเอง มีการยอมรับนับถือและมีความเชื่อมั่นในตนเอง

ลักษณะของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ

บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง สามารถรับรู้คุณค่าของตนเองตามความเป็นจริงมีความสอดคล้องกลมกลืนทั้งหมดของ "ตน" ตระหนักถึงศักยภาพของตน มีจิตใจที่เปิดกว้างและยอมรับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง สามารถแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม มีความกระตือรือร้นเป็นผู้นำในการอภิปราย มีความเป็นตัวของตัวเองในการแสดงความคิดเห็นและมีความเชื่อมั่นในตนเองว่ามีความสามารถในการทำงานให้ประสบความสำเร็จและสามารถใน

การแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้า มีความคิดสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดี ตลอด
 ทั้งเป็นผู้ที่มีความพึงพอใจและเคารพในตนเอง ตระหนักถึงความรับผิดชอบทั้งต่อ
 ตนเองและผู้อื่นอีก ทั้งสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลและสิ่งแวดล้อม
 (Coopersmith 1981 : 345, Shutz 1967 : 15)

ส่วนบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มักใช้กลไกในการป้องกัน
 ตนเอง รับรู้ว่าคุณค่าตนเองด้อยค่า หรือมีค่าเกินความเป็นจริง จะไม่ค่อยเชื่อมั่นใน
 ตนเอง จะมองว่าตนเองเป็นคนไม่ดี ไม่มีความสามารถ มีภาวะความไม่สอดคล้อง
 กลมกลืนกับ "ตน" จึงส่งผลให้บุคคลเกิดความรู้สึกว่าตนเองมีปมด้อยไม่ชอบแสดง
 ตน เก็บตัว มีความวิตกกังวลสูง ไม่มีความพยายามในการทำงานที่ยาก แสวงหา
 การยอมรับจากบุคคลอื่นเพื่อให้เกิดการยอมรับตนเองและมักแสดงความเข้มแข็ง
 ให้ปรากฏออกมา แต่แท้จริงแล้วบุคคลเหล่านี้จะมีความรู้สึกท้อแท้หวาดกลัว ไม่
 มั่นใจในตนเอง หวั่นไหวต่อคำวิพากษ์วิจารณ์ มีความยุ่งยากใจในการแก้ปัญหา
 ไม่สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น ๆ ได้ และมักตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของ
 บุคคลอื่น ๆ (Coopersmith 1981 : 132-134)

จะเห็นได้ว่าบุคคลจะแสดงระดับการเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกัน
 ออกมาอย่างรู้ตัวและไม่รู้ตัว จากลักษณะท่าทาง น้ำเสียง คำพูด และพฤติกรรม
 (Coopersmith 1984 : 5)

ธรรมชาติและแหล่งการเห็นคุณค่าในตนเอง (The Nature and Source of Self-Esteem)

แบรนเดน (Branden 1981 : 109-139) ได้กล่าวถึงความหมาย
 และสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเองได้ดังต่อไปนี้

1. ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง (The meaning of self-esteem) กล่าวถึงการเห็นคุณค่าในตนเองกว่าเป็นการประเมินตนเองที่ฝังลึกอยู่ในกระบวนการทางความคิด อารมณ์ ความต้องการ ค่านิยม และเป้าหมายของบุคคล ดังนั้นบุคคลจึงควรทำความเข้าใจถึงระดับการเห็นคุณค่าของตนเอง ที่มาจากการตัดสินตนเองจากมาตรฐานทางสังคม จากความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ ส่วนประกอบของการเห็นคุณค่าในตนเอง ประกอบด้วยความรู้สึกที่มีต่อประสิทธิผลในตนเอง ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และความรู้สึกว่าตนเองมีค่า ทำให้เกิดความนับถือตนเอง โดยมีรายละเอียดดังนี้

1.1 ความเชื่อมั่นในตนเองในแง่ของประสิทธิผลของงาน

(Self-confidence : The sense of efficacy) การที่บุคคลเผชิญกับความจริง ทำให้บุคคลต้องเลือกเป้าหมายและการกระทำของตนเอง โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานความถูกต้อง และอยู่ในกรอบของความเป็นไปโดยธรรมชาติ สิ่งที่ดีควรมีคือ กำลังความสามารถของตน วิธีเลือกและการตัดสินใจ บุคลิกลักษณะ โดยใช้สามัญสำนึกในหลักการที่ถูกต้องเหมาะสมตามความเป็นจริง

บุคคลควรจะมีความสามารถที่จะรู้ตนเองจะทำให้ตั้งเป้าหมายในการดำเนินชีวิต ความเข้าใจ (Under-standing) ในตนเองจะนำไปสู่การเลือกที่มีประสิทธิภาพของตนเอง การที่บุคคลพบกับความล้มเหลวในชีวิต คือขาดการตระหนักรู้ถึงเป้าหมายของตนเอง การที่บุคคลพบกับความล้มเหลวในชีวิต คือขาดการตระหนักรู้ถึงเป้าหมายของตนเอง ขาดสามัญสำนึก และขาดสติปัญญา ขาดความรับผิดชอบ ผลก็คือไม่มีประสิทธิภาพในตนเอง

ในการดำเนินชีวิตของบุคคลนั้น ถ้าบุคคลขาดความเชื่อมั่นในตนเอง การดำเนินชีวิตจะไม่มั่นคง มีความวิตกกังวล ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ดีเท่าที่ควร บุคคลจึงควรมีสติปัญญา การตระหนักรู้มีเหตุผลและอยู่ในความเป็นจริง โดยอาศัยหลักพื้นฐานที่กล่าวมาแล้ว

1.2 การนับถือตนเองในแง่ของความรู้สึกว่าตนเองมีค่า

(Self-respect : The sense of worthiness) ลักษณะนิสัยของบุคคลมาจากพื้นฐานและค่านิยม ซึ่งจะเป็นสิ่งที่จะบอกถึงความประพฤติที่เผชิญกับการเลือกในทางที่ถูกต้อง บุคคลมีขอบเขตของค่านิยมและพิจารณาพฤติกรรมด้วยตนเองจากสามัญสำนึกหรือจิตใต้สำนึก ทั้งที่มีเหตุผลหรือปราศจากเหตุผล มีทั้งความมั่นคงหรือเชื่อถือไม่ได้ ซึ่งทุกคนต้องพิจารณาจากเกณฑ์ที่ตนเองตั้งไว้ อันจะนำไปสู่การปฏิบัติที่ล้มเหลว หรือประสบความสำเร็จที่น่าพอใจในเกณฑ์นั้น เมื่อยอมกระทำตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ก็จะทำให้มีความรู้สึกที่ตนเองมีค่า เกิดความนับถือตนเองด้วย

ความประพฤติที่อยู่ในสิ่งที่ถูกต้องในศีลธรรม และความประพฤติที่สังคมยอมรับว่าถูกต้อง จะมีส่วนทำให้บุคคลมองตนเองว่ามีค่า นำไปสู่ความเชื่อมั่นในตนเองและการเห็นคุณค่าในตนเองได้

2. ปัจจัยพื้นฐานสำหรับการเห็นคุณค่าในตนเอง (The basic conditions of self-esteem) ถ้าหากบุคคลต้องการจะได้มาซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเอง ประการแรกที่ต้องมีคือ ความอดทนที่จะพยายามเข้าใจ และมองสิ่งที่เกิดขึ้นด้วยความบริสุทธิ์ สามารถตระหนักรู้และมีความสามารถทางสติปัญญา โอกาสที่บุคคลจะมีการตระหนักรู้นั้นขึ้นอยู่กับความรู้และความสามารถทางสมอง ส่วนในบุคคลที่ไม่สามารถปรับตัวในการดำเนินชีวิต มีความรู้สึกสับสน รู้สึกว่าสิ่งแวดล้อมเป็นสิ่งที่น่ากลัว เป็นประสบการณ์ที่เกิดขึ้นแต่วัยเด็ก และอาจพัฒนามาถึงวัยผู้ใหญ่ อาจจะมีประสบการณ์ในความกลัว หรือความผิดปกติทางพยาธิสภาพของร่างกาย หรือเป็นความรู้สึกที่เขาไม่รู้ แต่ต้องการจะรู้ แล้วไม่ได้รับการตอบสนองเรียนรู้จากประสบการณ์ในการดำเนินชีวิตมาเป็นระยะ ๆ อันจะเป็นผลถึงกระบวนการทางความคิด ความไม่รับผิดชอบและไม่เป็นตัวของตัวเอง แสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมด้วยความพอใจในตนเอง โดยไม่คำนึงถึงขนบธรรมเนียมประเพณีของสังคม นอกจากนั้นเด็กจะมีพฤติกรรมต่อต้านสังคม อยู่ในโลกที่คิดว่าไม่มีคนเข้าใจเขา ไม่ว่าจะบุคคลในครอบครัวหรือบุคคลอื่น ๆ ที่เขารู้สึกว่า

ถูกคุกคาม มีผลถึงความคาดหวังของผู้ใหญ่ เกิดความขัดแย้งซึ่งกันและกัน ยิ่งเมื่อได้รับการตำหนิ เขาจะรู้สึกโกรธ อึดอัด สับสน วิตกกังวล ซึมเศร้า หรือแยกตัวออกจากสังคม ขณะเดียวกันก็มีความรู้สึกผิด และไม่เข้าใจในสิ่งที่ไม่ได้รับการตอบสนองในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ทำให้มีบุคลิกภาพที่อ่อนแอ หมดหวัง และท้อแท้ในชีวิต รู้สึกไม่เข้าใจบุคคลรอบข้าง ไม่รู้ว่าสิ่งใดถูกสิ่งใดผิด เกิดความรู้สึกไม่เห็นคุณค่าในตนเอง ไม่พอใจตนเอง

แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าเขาได้พยายามทำความเข้าใจในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น จะรู้สึกปลอดภัย ไม่ต่อต้านหรือสับสน เกิดผลดีแก่ตนเอง ประสบความสำเร็จได้ ก็จะทำให้มั่นใจถือตนเองและอยู่ในความจริง ไม่ใช่เป็นสิ่งที่น่ากลัว ถ้าบุคคลคิดว่าเป็นสิ่งที่ไม่ยากในการที่จะทำความเข้าใจ มองว่าเป็นสิ่งที่ง่าย และมองวิธีแก้ปัญหา ซึ่งมีหลายวิธีที่จะกระทำได้โดยใช้สติปัญญาที่จะควบคุมการกระทำอย่างมีเป้าหมาย ควรหลีกเลี่ยงการใช้อารมณ์ในการตัดสินใจหากระทำด้วยเหตุผล ซึ่งถ้ากระทำได้จะนำไปสู่ผลภาวะที่เหมาะสมได้ พิจารณาตัดสินใจ และสามารถจัดการได้อย่างดี ผสมผสานระหว่างค่านิยมของตนเอง และอารมณ์ของตนเองได้อย่างกลมกลืน รู้ถึงความต้องการและประสบการณ์ที่มีอยู่

3. การเห็นคุณค่าในตนเองกับความภาคภูมิใจและความรู้สึกผิดจากสิ่งที่ไม่ได้ตั้งใจทำ (Self-esteem pride and unearned guilt)

การเห็นคุณค่าในตนเองและความภาคภูมิใจมีส่วนที่เกี่ยวข้องกันแต่มีความแตกต่างกัน กล่าวคือ การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งที่สะสมมาจากประสบการณ์ที่ใช้เวลานาน จากผลของความล้มเหลวหรือสิ่งที่ประสบความสำเร็จ เป็นการเห็นคุณค่าที่ต้องค้นหาด้วยตนเอง มีความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนที่จะบรรลุให้ถึงคุณค่าของตน ให้ความรู้สึกว่าคุณคนั้นโดยพื้นฐานแล้วมีสมรรถภาพทางความคิด มีความสามารถทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ส่วนความภาคภูมิใจนั้น คือความสุขซึ่งบุคคลได้กระทำกับตนเอง อันเกิดจากความสำเร็จ และเป็นการกระทำเฉพาะเรื่องอาจใช้เวลาไม่นาน ความภาคภูมิใจของบุคคล คือ การที่บุคคลสามารถบรรลุถึงการเห็นคุณค่าในตนเองได้ และสามารถทำให้การเห็นคุณค่าในตนเอง



ออกมาปรากฏให้ผู้อื่นเห็นว่าตนเองมีค่า และจากความสำเร็จที่ได้รับทำให้เกิดความภาคภูมิใจ แต่มีใช้หมายความว่า ความล้มเหลวจะทำให้ไม่เห็นคุณค่าในตนเอง แต่ขึ้นอยู่กับความสามารถในการมองปัญหาที่จะแก้ไขด้วยเหตุผล และมองว่ามีสิ่งอื่นที่จะมีผลร่วมด้วย หรือในบุคคลที่พบว่ามีการตัดสินใจที่ผิดพลาด สิ่งที่เป็นอันตรายคือ ความรู้สึกผิดจากการกระทำ แต่เขามีเหตุผลในการกระทำ และใช้ความสามารถในการพิจารณาที่จะแก้ไขความรู้สึกผิดนั้นได้

4. การเห็นคุณค่าในตนเองและประสิทธิผลของงาน (Self esteem and productive work) การเห็นคุณค่าในตนเองมีส่วนสัมพันธ์กับประสิทธิผลของงาน และความมั่งคั่งทางจิตใจ งาน คือความสามารถของบุคคลที่จะจัดการกับสิ่งแวดล้อม ถ้าสามารถจัดการได้มากก็จะผูกพันกับการเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น และการจัดการกับสิ่งแวดล้อมนั้นก็ต้องอาศัยการมีสติปัญญาที่จะแก้ไขได้ บุคคลสามารถเรียนรู้ ในการฝึกทักษะ พยายามหาวิธีเพื่อก่อให้เกิดประสิทธิผลของงาน เมื่อบุคคลเกิดขาดการนับถือตนเองมีความกลัวที่จะต้องทำงานนอกกรอบที่ตั้งไว้ หรือ ถ้าคิดว่าเพียงพอแล้วในการดำเนินชีวิต ไม่ต้องการทำอะไรเพิ่มขึ้นหยุดกับที่ มีชีวิตที่พอแล้วจะทำให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำได้ อันจะมีผลต่อประสิทธิผลของงานได้ ดังนั้นบุคคลควรต้องพิจารณาตนเองอย่างมีคุณค่า และมีความสุขในการดำเนินชีวิต ซึ่งบุคคลสามารถสร้างคุณค่าให้กับชีวิตได้ โดยการดำรงชีวิตให้อยู่ในสภาพความเป็นจริงและถูกต้อง มีความคิด ความรับผิดชอบ มีเหตุผลและประพฤติอยู่ในศีลธรรมและจรรยาบรรณ

5. การเห็นคุณค่าในตนเอง และความพึงพอใจ (Self-esteem and pleasure) ความพึงพอใจของบุคคล ไม่ใช่อยู่ที่ที่มีทรัพย์สินสมบัติแต่เป็นความต้องการของจิตใจในระดับที่ลึกซึ้ง ความพึงพอใจเป็นภาวะที่เกิดขึ้นพร้อม ๆ กับชีวิต เป็นรางวัลและผลมาจากความสำเร็จ เหมือนกับความเจ็บปวดที่มาจากความล้มเหลว บุคคลเรียนรู้คุณค่าของชีวิต รู้สึกว่าชีวิตมีค่าขณะมีชีวิตอยู่ ดันรนเพื่อรักษาชีวิตไว้ ในการดำรงชีวิตนั้นต้องมีการกระทำเพื่อให้ได้บรรลุการเห็น

คุณค่าในตนเอง และเป็นแรงจูงใจให้เกิดการกระทำต่อไป

ความพึงพอใจจะทำให้บุคคลมีประสบการณ์ตรง ได้เรียนรู้
ประสิทธิภาพของตนเองโดยตรง ในความสามารถที่จะอยู่กับความเป็นจริงและ
บรรลุคุณค่าของตนเอง จะรู้สึกที่สามารถควบคุมชีวิตของตน ตรงกันข้ามกับการ
เรียนรู้ความเจ็บปวดว่าตนเองไม่มีประโยชน์ ฉะนั้น บุคคลได้เรียนรู้ความรู้สึกว่า
ชีวิตมีคุณค่า และตัวเองมีค่าด้วยตัวเขาเอง เป็นความพึงพอใจให้เกิดความมีชีวิต
อยู่ ถ้าบุคคลเกิดการผิดพลาดในการเลือกในคุณค่าต่าง ๆ จะนำไปสู่ความรู้สึก
สูญเสีย ย้อนกลับทำร้ายตนเอง เกิดความตึงเครียดทางอารมณ์ แต่บุคคลจะ
สามารถเปลี่ยนแปลงได้ด้วยทำให้คุณค่าตัวของเขาเอง คุณค่าพื้นฐานของบุคคล
เกิดจากภาวะที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว ที่ตนเองให้ความหมาย ที่มีอยู่รอบ ๆ ตัว มี
2 ตัวเลือก คือ ภาวะการเห็นคุณค่าในตนเอง และความเข้าใจในการกระทำที่
ยอมรับ ไม่ยอมรับในการเรียนรู้ต่อสิ่งต่าง ๆ

ขอบเขตของการเรียนรู้ที่ทำให้เกิดความพึงพอใจ มี 5 ประการคือ

1. การทำงานที่สร้างสรรค์ เป็นความรู้สึกว่าตนเองมีประสิทธิภาพ
ในการใช้ระดับสติปัญญาและสามัญสำนึกด้วยตัวเอง ซึ่งเกิดจากความชอบและ
ความต้องการในสิ่งที่จะกระทำให้สำเร็จอยู่ตลอดเวลา โดยไม่มีความกลัว
หรือต้องการหลีกเลี่ยง
2. ทางด้านมนุษยสัมพันธ์เป็นความพึงพอใจที่เป็นตัวเองไม่ว่าจะอยู่
กับบุคคล หรือในสถานการณ์ใด ๆ เพื่อความต้องการประสบความสำเร็จที่จะ
ควบคุมด้วยตนเอง
3. ความพึงพอใจที่สามารถมองเห็นความแตกต่าง มีการตระหนักรู้
และการตัดสินใจด้วยตนเองทุกครั้ง
4. ศิลปะ เป็นศักยภาพสูงสุดของบุคคลที่จะสะท้อนให้เห็นสิ่งที่เขา
น่าจะเป็นและควรจะเป็น เป็นการแสดงออกถึงศักยภาพและเป็นการให้คุณค่า อัน
มาจากการที่เขาเป็นคนให้คุณค่า เป็นตัวของตัวของเขาเองให้มากที่สุด

5. การมีความรัก เป็นความรู้สึกที่ผูกพันอย่างมากของบุคคล เป็นความรู้สึกภาคภูมิใจ ชื่นชมซึ่งกันและกัน

โดยสรุปแล้ว หน้าที่ของความพึงพอใจ เป็นส่วนที่เอื้อให้เกิดประสิทธิภาพในตนเองที่จะประสบความสำเร็จ ซึ่งแตกต่างจากบุคคลที่เป็นโรคประสาท (Neurotic) ที่จะพบความขัดแย้งแตกแยกทางความคิด และหลีกเลี่ยงความพึงพอใจสามารถทำให้บุคคลรู้สึกว่าสามารถเผชิญกับความจริงทุกสถานการณ์ นำสู่ความพึงพอใจ ความสำเร็จและความชื่นชม ผลจากความพึงพอใจของบุคคลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง จะเป็นรางวัลและทัศนทางบวกของชีวิต ซึ่งถ้าไม่มีการเห็นคุณค่าในตนเองแล้ว จะนำไปสู่ภาวะที่ถูกคุกคาม วิตกกังวล หรืออันตรายที่จะเกิดตามมาจากการเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างไม่แท้ (Pseudo Self Esteem) ซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเองอย่างไม่แท้นั้น เป็นผลมาจากความกลัวต่าง ๆ ที่มารบกวนกระบวนการความคิดของบุคคล ทำให้ต้องสร้างสิ่งที่ไม่ดีเพื่อปกป้องตนเอง และเพื่อลดความวิตกกังวลในการที่จะทำให้ตนเองมั่นคง ปลอดภัย แต่ยิ่งกลับทำให้บุคคลไม่สามารถประสบกับความเป็นจริงได้เลย

มาสโลว์ (Maslow 1970 : 45) ได้จัดลำดับความต้องการของมนุษย์ออกเป็น 5 ชั้น และกำหนดความต้องการเห็นคุณค่าในตนเองในชั้นที่ 4 รองลงมาจากความต้องการบรรลุจุดสมบูรณ์ของแต่ละบุคคล (self actualization) โดยเน้นการเห็นคุณค่าในตนเองจากการสังเกตทั้งจากตนเอง และผู้อื่น ว่าตนเป็นคนมีค่า และให้ทัศนะว่า บุคคลทุกคนมีความต้องการเห็นคุณค่า (Esteem Needs) ซึ่งมีองค์ประกอบ 2 องค์ประกอบคือ

1. ความต้องการเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem) คือ ความปรารถนาของบุคคลที่จะได้ตนเองมีความเข้มแข็ง มีความสามารถที่เพียงพอ มีความเชี่ยวชาญ และมีความมั่นใจในการเผชิญหน้ากับสิ่งต่าง ๆ ต้องการความอิสระ

2. ความต้องการเห็นคุณค่าจากผู้อื่น (Esteem of others) คือ ความปรารถนาของบุคคลที่จะให้ผู้อื่นเห็นว่าตนเองเป็นผู้มีชื่อเสียง , หรือมีเกียรติ มีตำแหน่งฐานะ มีลักษณะเด่นเป็นที่ยอมรับ มีความสำคัญและได้รับความสนใจ มีศักดิ์ศรี เป็นที่ชื่นชมของผู้อื่น

ความต้องการนี้หากไม่ได้รับการตอบสนอง จะรู้สึกมีปมด้อย อ่อนแอช่วยตัวเองไม่ได้ ซึ่งคนทั่วไปล้วนปรารถนาที่จะมีความมั่นคง มีการประเมินคุณค่าตนเองสูง นับถือและเห็นคุณค่าในตนเอง และหากบุคคลได้รับการตอบสนอง ก็จะทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีศักยภาพ และมีความสามารถเพียงพอมีประโยชน์สำหรับชีวิตและสภาพการดำเนินชีวิตในสังคมและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

โรสกา ชูพิกลชัย (2529 : 173-174) ได้กล่าวถึงว่า มาสโลว์ เชื่อว่ามนุษย์มีแรงผลักดันโดยธรรมชาติ ที่จะได้แสดงหาสิ่งที่ดีงาม ไม่ว่าจะเป็น การเรียนรู้ การอยากรู้อยากเห็น หรือการที่จะพยายามเข้าใจสิ่งต่าง ๆ และสิ่งสำคัญก็คือ มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาบุคลิกภาพไปสู่จุดสมบูรณ์แห่งชีวิตของแต่ละบุคคล (self-actualization) ทั้งนี้เพราะมนุษย์มีความสามารถอยู่แล้ว และจะกระทำได้อีกถ้ามนุษย์มีโอกาสอยู่ในสภาพที่เอื้ออำนวยได้

ในการที่บุคคลใดจะก้าวไปสู่จุดสมบูรณ์ของชีวิต ตามความหมายของ มาสโลว์ได้นั้นจะต้องมีลักษณะต่อไปนี้คือ

1. การยอมรับความจริงและสภาวะแท้จริงในสรรพสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น
2. ยอมรับตนเอง ข้อบกพร่องของตนเอง และของผู้อื่น
3. มองปัญหาที่ตัวปัญหา ไม่นำตัวเข้าไปเกี่ยวข้องกับปัญหา
4. เป็นอิสระในตนเอง ไม่ขึ้นกับสิ่งหนึ่งสิ่งใด
5. ไม่ผูกพันกับประสบการณ์ใด ๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต
6. ไม่จริงจังต่อชีวิต มองชีวิตอย่างปกติวิสัย เรียบ ๆ ง่าย ๆ

7. มีความสัมพันธ์อย่างดีไม่ใช่กับทุกคน แต่รู้จักเลือกบุคคลซึ่งไม่จำเป็นต้องมีจำนวนมาก

8. รู้จักสิ่งที่ถูก และสิ่งที่ผิด คือ มีคุณธรรม

9. มีอารมณ์รื่นเริง มองโลกในแง่ดี

10. มีจิตใจสงบและเฝ้าหาความสงบ

11. มีความคิดสร้างสรรค์

นิภา นิธยาน (2530 : 61-62) ได้กล่าวถึงแนวคิดของรอเจอร์ส เกี่ยวกับ "ตน" (self) ไว้ว่า เป็นการที่บุคคลมองภาพพจน์ของตนเองว่าอย่างไร ควรเป็นอย่างไร และต้องเป็นอย่างไร นอกจากนั้นยังเกิดจากการที่บุคคลสังเกตปฏิกิริยาที่ผู้อื่นมีต่อตน และเกิดจากประสบการณ์ที่ได้รับอันจะเกิดการรับรู้ว่าเป็นคนดี ความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อตนเองนั้นมีทั้งทางบวกและทางลบ

1. ความรู้สึกทางบวก เป็นความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อตนเองและเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง รู้สึกว่าตนมีค่า เป็นการรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง ในแง่บวกก็จะก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองตามมา เกิดความรู้สึกว่าตนมีค่า

2. ความรู้สึกทางลบ เป็นความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อตนเองในแง่ลบ เกิดความรู้สึกด้อย พิจารณาตนเองว่าเป็นคนที่สังคมไม่ยอมรับ เป็นคนไม่มีความสามารถ เป็นบ่อเกิดของปมด้อยและความไม่เชื่อมั่นในตนเอง

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

สภาพแวดล้อมภายนอกที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ด้วย ส่งผลให้บุคคลเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกัน สภาพแวดล้อมภายนอกประกอบด้วย

1. ครอบครัว

ปัจจัยที่มีส่งผลต่อเด็กในการเห็นคุณค่าในตนเอง คือสัมพันธภาพระหว่าง พ่อ-แม่และเด็ก โดยอยู่ภายใต้สภาพแวดล้อม (Coopersmith 1981:236) ดังนี้คือ

- 1.1 การที่พ่อแม่ยอมรับเด็กทั้งหมด หรือเกือบทั้งหมดเกี่ยวกับความคิด ความรู้สึก และคุณค่าอย่างที่เป็นอยู่
- 1.2 การที่พ่อแม่กำหนดขอบเขตการกระทำไว้อย่างชัดเจน และดูแล ให้เด็กทำตาม ทำให้เกิดความรู้สึกมั่นคง และปลอดภัย
- 1.3 การที่พ่อแม่ให้ความเคารพนับถือ ให้ความสำคัญเป็นอิสระแก่เด็กใน ขอบเขตการกระทำที่กำหนดให้ และเน้นการให้รางวัลมากกว่าการลงโทษ

2. สถานภาพทางสังคม

สถานภาพของบุคคลหรือสิ่งที่แสดงถึงตำแหน่ง ซึ่งขึ้นอยู่กับอาชีพ รายได้และถิ่นที่อยู่อาศัยพื้นที่ที่เหมาะสม อันจะทำให้บุคคลได้รับสิ่งที่ดี และการปฏิบัติที่ทำให้เขาเกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่ามากกว่าบุคคลอื่น แต่จากการศึกษาของ คูเปอร์สมิธและโรเซนเบิร์ก (Coopersmith and Rosenberg Quoted in Coopersmith 1981:82-84) ศึกษาพบว่าสถานภาพทางสังคมมีความสัมพันธ์อย่างไม่เด่นชัดกับการเห็นคุณค่าในตนเองพบว่าบุคคลที่มาจากสถานภาพทางสังคมระดับต่ำ มีทั้งบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง และต่ำซึ่งคูเปอร์สมิธศึกษาพบอีกว่าโบทสแตนท์และคาธอลิค เป็นพวกที่มีสถานภาพทางสังคมในระดับสูง แต่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำกว่าผิวที่เป็นชนกลุ่มน้อย ที่มีสถานภาพทางสังคมในระดับต่ำ (Coopersmith 1981 : 84-87)

3. สัมพันธภาพในกลุ่มเพื่อน

กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของแต่ละบุคคลการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นในสังคมจะช่วยให้บุคคลพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยเปรียบเทียบความคล้ายคลึงของตนเองกับบุคคลอื่นทางด้านทักษะ ความสามารถ และความถนัด (Hamacheck 1978:4) และจากสัมพันธภาพของเด็กท่ามกลางเพื่อนในวัยเดียวกันก็มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง (Coopersmith 1959:90) หรือหากบุคคลอยู่ในสังคมหรือกลุ่มเพื่อนที่ชอบเยาะเย้ยหรือตำหนิเขาอยู่เสมอโดยไม่เปิดโอกาสให้เขาได้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง ก็ยากที่เขาจะมองตนเองในด้านดี (Swann 1981:120) ดังนั้นการเป็นสมาชิกในสังคมโดยเฉพาะอย่างยิ่งเพื่อนในวัยเดียวกันจึงมีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

4. ลักษณะทางกายภาพ

เนื่องจากลักษณะทางกายภาพเป็นสิ่งที่ปรากฏแก่สายตาเป็นอันดับแรก เช่น ส่วนสูง น้ำหนัก ความงาม เสื้อผ้าที่สวมใส่ หรือคุณสมบัติอื่น ๆ ที่ปรากฏให้เห็นได้ และลักษณะทางกายภาพบางอย่างก็เอื้ออำนวยต่อความสำเร็จในการทำกิจกรรมที่บุคคลนั้นให้ความสำคัญ เช่น ความแข็งแรงและความรวดเร็ว จึงทำให้บุคคลมักจะประเมินหรือตัดสิน ขึ้นช้กันที่ลักษณะภายนอกก่อน ยิ่งบุคคลมีความรู้สึกคุ้นเคยกันน้อยเท่าไร ก็จะประเมินกันที่ลักษณะภายนอกมากขึ้นเท่านั้น ซึ่งมีส่วนเสริมให้บุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเอง และโดยเฉพาะการได้รับข้อมูลย้อนกลับที่นำพึงพอใจก็จะทำให้เกิดความรู้สึกที่ดีกับตนเองมากขึ้น จากการได้รับการประเมิน

5. ความสามารถทั่วไป สมรรถภาพ และการกระทำ

บุคคลที่เคยประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลวมาก่อนก็มักจะมี ความแตกต่างกันในด้านการตั้งเป้าหมาย การเสี่ยง หากบุคคลเคยประสบความสำเร็จมาก่อนก็มักจะเสี่ยงการทำงานที่ท้าทายความสามารถโดยเป็นงานที่ไม่ยาก หรือง่ายจนเกินไปและจะมองตนเองในด้านดีมากกว่าด้านล้มเหลว (Hamachek 1978:220-221) ดังที่คูเปอร์สมิธ (Coopersmith 1981:123-125) กล่าวถึง ความสามารถทั่วไปสมรรถภาพ และการกระทำ มีความสัมพันธ์กับการประสบความสำเร็จของบุคคลทั้งในโรงเรียนและสังคม ซึ่งมีความสัมพันธ์และช่วยส่งเสริมให้ บุคคลเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองโดยมีสติปัญญาเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย การประสบ กับความสำเร็จหรือความล้มเหลวในเรื่องการเรียนมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง สรุปรว่ามีผลต่อสมรรถภาพและผลการเรียน ซึ่งมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

6. ภาวะทางอารมณ์

การที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นแล้วส่งผลต่อการประเมินตนเอง บุคคลที่ประเมินตนเองในด้านบวกซึ่งเป็นการมองตนเองว่าเป็นบุคคลที่มีความ สามารถประสบความสำเร็จแล้วก็จะเกิดเป็นความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ความรู้สึก ชื่นชมตนเอง และรู้สึกพึงพอใจ อันเป็นการส่งเสริมให้มีการเห็นคุณค่าในตนเอง สูงขึ้น ในขณะที่บุคคลประเมินตนเองไปในทางที่ไม่ดี จะมองตนเองว่าไม่มีความ สามารถ เกิดความรู้สึกด้อย รู้สึกเครียด รู้สึกวิตกกังวล ฯลฯ ก็เกิดขึ้น บุคคล นี้ไม่มีความพึงพอใจในตนเอง เป็นผลให้การเห็นคุณค่าในตนเองลดต่ำ (Cooper-smith 1981:142-148)

7. ปัญหาต่าง ๆ และโรคภัยไข้เจ็บ

บุคคลที่มีลักษณะปัญหาทางด้านสุขภาพทั่วไป มีอาการทางกายที่มีสาเหตุจากจิตใจ และกระทำอันเป็นการทำลาย ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางด้านลบกับระดับการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มีความสามารถในการกระทำความรู้สึกใกล้ชิดกับบุคคลอื่น มีความวิตกกังวลสูง และมีความแสดงออกที่เหมาะสมน้อยกว่าบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง (Coopersmith 1981:134-1348)

สาเหตุของปัญหาโสเภณี

รัชนิกร เศรษฐรัฐ (2532 : 105-106) ได้ศึกษาถึงหญิงโสเภณีว่า หมายถึง หญิงไทยกลุ่มหนึ่ง ซึ่งเลี้ยงชีพด้วยการค้าประเวณี แต่ได้รับการดูถูกเหยียดหยามจากสังคม การค้าประเวณีนี้นั้นถือว่าเป็นอาชีพผิดกฎหมายและไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม ซึ่งจากการศึกษาและรวบรวมถึงสาเหตุของปัญหาโสเภณี ซึ่งนักบริหารงานประชาสัมพันธ์ (2531 : 2-3) กล่าวถึงว่า การค้าประเวณีมีทั้งรูปแบบทางตรงและแบบแอบแฝง โดยสมัครใจและไม่สมัครใจ สรุปได้ดังนี้

1. ด้านเศรษฐกิจ ความยากจน มีรายได้น้อยไม่พอกับรายจ่าย มีหนี้สินอภยพเข้าสู่เมืองใหญ่เพื่อขายแรงงาน เนื่องจากการศึกษาที่ถูกกดราคา ค่าจ้างไม่มีโอกาสเลือก จำนวนไม่น้อยที่ต้องเข้าสู่อาชีพพนักงานเสิร์ฟอาหาร ร้านอาหาร อาบอบนวด และสุดท้ายสู่การค้าประเวณี

2. ด้านสังคม

2.1 การศึกษาต่ำ จากการศึกษาสภาพหญิงบริการพบว่า หญิงบริการส่วนใหญ่มีการศึกษาต่ำ ทำให้มีแนวโน้มที่ถูกล่อลวงให้หลงเชื่อได้ง่าย เพราะความรู้ไม่เท่ากัน ทำให้กลุ่มผลประโยชน์ใช้เล่ห์เหลี่ยมหลอกลวงหญิงชนบทจากบิดามารดาที่ด้อยการศึกษา จนในที่สุดก็อยู่ในภาวะจำยอมกลายเป็นโสเภณี

2.2 สภาพแวดล้อมที่ไม่ดี หญิงที่พักอาศัยในแหล่งเสื่อมโทรม หรือแหล่งที่มีการค้าประเวณี จะเกิดความเคยชินและมีทัศนคติต่อสิ่งบริการทางเพศ ว่าเป็นเรื่องธรรมดา

2.3 ค่านิยม ค่านิยมที่ฝังเพื่อ เกิดความนิยมทางด้านวัตถุ ทั้งที่ รายได้ไม่พอกับรายจ่าย จนเกิดภาระหนี้สิน และอาชีพหญิงบริการเป็นอาชีพที่สบาย หาเงินได้ง่าย ไม่ต้องใช้ความรู้ ได้แต่งตัวสวยงาม ซึ่งมีจำนวนไม่น้อยที่สมัครใจ ประกอบอาชีพหญิงบริการ

3. ด้านสภาพส่วนบุคคล

3.1 ความผิดปกติทางจิตและเข้าว่ปัญหาต่ำ จากการศึกษาและ วิจัยพบว่า โสเภณีส่วนมากจะมีจิตใจที่อ่อนไหวง่าย มีความผิดปกติทางจิต หรือ สภาพจิตทางเพศไม่สมบูรณ์ นำไปสู่อาชีพโสเภณีได้ง่าย นอกจากนี้สติปัญญาต่ำทำให้เป็นอุปสรรคในการเขียนหนังสือ ซึ่งง่ายต่อการถูกล่อลวง

3.2 ปัญหาครอบครัว ครอบครัวที่มีสภาพไม่มั่นคง มีความขัดแย้งอย่างรุนแรง เนื่องจากความไม่เข้าใจระหว่างพ่อแม่กับบุตร เกี่ยวกับความต้องการของเด็กวัยรุ่น เด็กขาดความรักความอบอุ่น ไม่ได้รับการเอาใจใส่ตั้งแต่เด็กหรือ หญิงแต่งงานแล้วประสบปัญหาความรุนแรงในครอบครัว มีผลกระทบต่ จิตใจ อาจถูกทุบตี หรือทำร้ายร่างกาย หนีออกจากบ้าน ถูกล่อลวงหรือยินยอมค้า ประเวณีได้ง่ายเช่นกัน

โสเภณีกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

จะเห็นได้ว่า การที่หญิงต้องมีอาชีพค้าประเวณีเหล่านี้เป็นที่รังเกียจ ของสังคม ซึ่งมีสาเหตุหลายประการ เช่น ความยากจนของครอบครัว ขาดความรัก ความอบอุ่นจากพ่อแม่ไม่เป็นที่รักและยอมรับจากบุคคลอื่น หรือเป็นผู้มี สติปัญญาต่ำ มีความผิดปกติทางจิตใจเกี่ยวกับเรื่องเพศ



หรืออยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ไม่ดี ตลอดจนถูกล่อลวง หรือเต็มใจเพื่อค้าประเวณี (อัญชัญ กาญจนพบุ 2517 : 5) ไม่ว่าหญิงเหล่านี้จะกลายเป็นโสเภณีโดยเหตุใดก็ตาม แต่การดำเนินชีวิตต้องเปลี่ยนแปลงไปไม่สามารถดำเนินชีวิตได้เหมือนผู้หญิงในสังคมทั่ว ๆ ไป มีผลต่อความรู้สึกทางด้านจิตใจกับหญิงโสเภณี อันจะมีผลถึงความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ดังต่อไปนี้

1. ความรู้สึกแปลกแยกทางสังคม สภาวะการรั้งที่คลุมเครือทางบทบาทนำผู้หญิงไปสู่ความขัดแย้งทางจิตใจ เมื่อต้องเผชิญกับสภาพแวดล้อมของสังคมที่ผู้หญิงเหล่านี้มีความกลัว และไม่กล้าที่จะเปิดเผยตนเองต่อบุคคลอื่น เนื่องจากมีความเชื่อว่าพฤติกรรมที่ตนกระทำหรือเคยกระทำนั้นผิดศีลธรรม ทำให้ต้องปิดบังซ่อนเร้นตนเองทางสังคม มีความรู้สึกแปลกแยก รู้สึกผิด (Davis 1971 : 311 อ้างใน ศุภีมาน นฤมล 2530 : 221)

2. ความรู้สึกคับข้องใจ ความขัดแย้งในใจที่ปรารถนาเหมือนผู้หญิงทั่ว ๆ ไป ที่ได้แต่งงานออกจากครอบครัวที่ไม่สามารถทำได้ แต่ต้องกลับมาทำงานที่สังคมรังเกียจและต่ำต้อย ผู้หญิงเหล่านี้จึงรู้สึกหดหู่ เศร้าหมอง ไร้ความหมาย และไร้ทิศทาง (ศุภีมาน นฤมล 2530 : 225) ซึ่งเป็นสภาวะการรั้งที่ไม่สอดคล้องกับคุณค่าที่กลุ่มยึดถือ ก่อให้เกิดปัญหาในการมองตนเองว่ามีคุณค่าที่ต่ำลงไป (สุพิศตรา สุภาพ 2531 : 9)

3. ความเจ็บป่วยทางจิตประสาท ซึ่งเกิดขึ้นในส่วนลึกของจิตใจ แต่ได้ถูกปกปิดไว้ด้วยการแต่งกายและเสแสร้ง ผู้หญิงเหล่านี้ถูกจำกัดอยู่ในวงแคบ ๆ ไม่มีอิสระ และไม่ได้ได้รับความพอใจตามความต้องการอันแท้จริงของตน ไม่เข้าใจสิ่งแวดล้อม ไม่ยอมรับความผิดของตน มีชีวิตอย่างสิ้นหวังและไร้ค่า ไม่มีความรู้สึกสำนึกในคุณค่าของตนเอง อาการเหล่านี้มักเกิดในผู้หญิงที่ถูกล่อลวงมาเพื่อค้าประเวณี ที่การดำเนินชีวิตเปลี่ยนแปลงไป และตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของผู้แสวงหาผลประโยชน์ (อัญชัญ กาญจนพบุ, 2517 : 15)

4. ความรู้สึกที่ไม่ได้ยอมรับจากสังคม จากบุคคลรอบข้าง จากความคิดที่ว่า ตนเองมีความประพฤติ หรือสภาวะการรั้งใด ๆ ที่มีการเบี่ยงเบนจากบรรทัดฐานของสังคม ถูกตีตรา และถูกปฏิเสธ จากกลุ่มสังคม ที่ได้รับการประณามว่าเป็น

คนชั่ว (สุวรีย์ ณ ระนอง 2525 : 6, สุภัตรา สุภาพ 2531 : 10) และจากกฎเกณฑ์และการนำเอาบรรทัดฐานของสังคมมาเป็นมาตรฐานในการดำเนินชีวิตกับระดับการยอมรับและปรับตัวเข้ากับค่านิยมมีน้อย ผู้หญิงจะเกิดความรู้สึกคับข้องใจสูง ไม่สามารถผสมกลมกลืนกับการดำรงชีวิตที่ขัดแย้งกัน (ศุลิมา ณ ฤมล 2530 : 201- 202)

หญิงโสเภณีจึงเป็นผู้ที่รับการประทับตราจากคนรอบข้างที่ละเมิดต่อบรรทัดฐานของสังคม ตามที่สังคมกำหนดไว้ เป็นที่รังเกียจประณามจากบุคคลอื่น และเกิดการขัดแย้งภายในใจของตนเองที่มีความต้องการเหมือนหญิงทั่ว ๆ ไป อันจะก่อให้เกิดการยุ่งยากในการแก้ปัญหา และไม่สามารถสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นได้ และไม่ยอมรับตนเองในปัจจุบัน มองตนเองว่าด้อยค่า ไม่ค่อยเชื่อมั่นในตนเอง มองตนเองว่าเป็นคนไม่ดี มีความวิตกกังวล (Branden 1981 : 114, Coopersmith 1981 : 38, 134)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีผู้สนใจและได้วิจัยไว้มีดังต่อไปนี้
 นัยนา รัตนมาศทิพย์ (2531:41) ศึกษาผลการรักษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวของรอเจอร์ที่มีต่อการลดความวิตกกังวลของผู้ป่วยมะเร็งเชิงเพศหญิงในช่วยการรับรังสีรักษา กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยมะเร็งเชิงเพศหญิงในช่วงการรับรังสีรักษา คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ทำแบบวัดความวิตกกังวลได้คะแนนบวก 0.5 S.D ขึ้นไปของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัด จากนั้นสุ่มขึ้นมา 8 คน และเป็นไปตามความสมัครใจ เพื่อใช้เป็นกลุ่มทดลองผลการวิจัยพบว่า ความวิตกกังวลของผู้ป่วยมะเร็งเชิงเพศหญิงช่วยการรับรังสีรักษาที่ได้รับการหาคึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มลดลงอย่างมีนัยสำคัญ .01

วรรณดา คงสุริยธนาวิน (25310: 46) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อเจตคติการศึกษาภาคปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาลปีที่ 3 กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาพยาบาลปีที่ 3 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล จำนวน 9 คน ที่อาสาสมัครเข้าร่วมในการวิจัย ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีเจตคติต่อการศึกษาภาคปฏิบัติสูงกว่ายังไม่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นริศ มณีขาว (2529:73-74) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาการยอมรับตนเองของเยาวชนในปีพ.ศ. 2529 กลุ่มตัวอย่าง เป็นเยาวชนบ้านเซเวียร์ กรุงเทพมหานคร ซึ่งมีอายุระหว่าง 16-23 ปี จากเยาวชนที่อาสาสมัครเข้าร่วมการวิจัยทั้งหมด 33 คน เลือกเยาวชนจากที่มีคะแนนการยอมรับตนเองต่ำสุดขึ้นไปจำนวน 14 คน แล้วสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายเข้ากลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 7 คน กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

นาตยา วงค์หลักภัย (2532 : 41) ศึกษาผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาจากวิทยาลัยพิษณุโลกที่อาสาสมัครเข้าร่วมในการวิจัย จำนวน 37 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ทำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง จากนั้นสุ่มเข้ากลุ่มทดลอง (A) กลุ่มควบคุม (B) และกลุ่มควบคุม (C) แต่ละกลุ่มประกอบด้วยสมาชิก 10 คน ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาที่เข้าร่วมประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักศึกษาที่อยู่ในสถานแวดล้อมปกติอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

งานวิจัยเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

ฟงทอย (Fong-Toy 1985:2565-A) ศึกษาผลของโปรแกรมการแนะแนวเชิงจิตวิทยาต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กที่มาจากครอบครัวหย่าร้าง และครอบครัวที่สมบูรณ์โดยใช้กลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยา กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กอายุ 10-14 ปี จากครอบครัวหย่าร้าง และครอบครัวที่สมบูรณ์จำนวน 107 คน โดยการทดสอบก่อนและหลังการทดสอบ เครื่องมือที่ใช้คือ Coopersmith self esteem inventory -CSEI และ Behavioral Academic self-esteem scale-BAEI สุ่มตัวอย่างเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองจำนวน 47 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 60 คน โดยให้กลุ่มทดลองเข้าร่วมกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยา ส่วนกลุ่มควบคุมเข้าชั้นเรียนตามปกติ เวลาในการประชุมกลุ่ม 8 ครั้ง ๆ ละ 45 นาที สรุปผลในการทดลองพบว่า ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่ากลุ่มทดลองที่มาจากครอบครัวหย่าร้างมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านรวม ด้านตนโดยทั่วไปและด้านสังคมกับเพื่อนแตกต่างจากคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเชิงวิชาการ

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith 1959:87-92) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับความวิตกกังวล กับเด็กนักเรียนเกรด 5 และเกรด 6 โดยการให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองสูง จะมีความวิตกกังวลน้อยกว่านักเรียนที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

เคนเนดี (Kennedy 1987:2389-A) ผลของกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบมีโครงสร้างต่อระดับคะแนน และองค์ประกอบที่ไม่ต้องใช้ความรู้ความเข้าใจ ระหว่างนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 50 คน พบว่านักศึกษาที่เข้าร่วมในกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบมีโครงสร้าง มีระดับคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง มีกำลังใจ มีความเป็นผู้นำมีความคิดสร้างสรรค์และมีความพอใจในเรื่องวิชาการมากกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เข้ากลุ่ม

โดนัลด์ซัน (Donaldson 1988:3499-A) ได้ทำการศึกษาเรื่อง เด็กที่พ่อแม่อย่าร้างโดยใช้วิธีการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มในโปสท์ พบว่าเด็กที่ เข้าร่วมในกลุ่มการศึกษาเชิงจิตวิทยามีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

ไรซ์ (Rice 1987:1065-A) ได้ศึกษาผลของกลุ่มการศึกษาเชิง จิตวิทยาแบบมีโครงสร้างต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนผิวดำเพศชายที่ กระทบผิด และถูกกักกันอยู่ในสถานกักกันเยาวชน โดยการจัดโปรแกรมการ เห็นคุณค่าในตนเอง จำนวน 12 ครั้ง พบว่าเยาวชนในกลุ่มทดลองมีความรู้สึก เห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ลีวองและแซนด์ (Leung and Sand 1981:291-298) ศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับบุคลิกภาวะทางอารมณ์ โดยให้นักศึกษา วิทยาลัยชั้นปีที่ 1-4 ทำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองกับแบบวัดบุคลิกภาวะทาง อารมณ์ ผลปรากฏว่า นักศึกษาที่เห็นคุณค่า ในตนเองสูงจะมีบุคลิกภาวะทางอารมณ์ สูงกว่านักศึกษาที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

รอนกิน (Ronkin 1982 :1093-A) ศึกษาเรื่องการเปลี่ยนแปลง การเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาจากการฝึกอบรมมนุษยสัมพันธ์ 1 ภาคการศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กวัยรุ่นซึ่งแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม จะ ได้รับการฝึกอบรมมนุษยสัมพันธ์ซึ่งเป็นรายวิชาที่จัดขึ้น 1 ภาคการศึกษา และมีกลุ่ม ควบคุม 1 กลุ่ม เครื่องมือที่ใช้คือ The Tennessee Self-concept Scale ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้นมากกว่ากลุ่ม ควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ

ซินิบัลดี (Sinibaldi 1985 : 1523-A) ศึกษาเรื่องการเพิ่ม การเห็นคุณค่าในตนเองและผลการเรียนโดยใช้กิจกรรมแนะแนวเป็นกลุ่ม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 6 จำนวน 96 คน สุ่มแบบเป็นกลุ่มทดลอง 46 คน กลุ่มควบคุม 50 คน กลุ่มทดลองจะได้เข้าโปรแกรมการแนะแนวเป็นกลุ่มเป็นเวลา 10 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 45 นาที ซึ่งเนื้อหาสาระของโปรแกรมที่จัดขึ้นจะเน้น การเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน สำหรับกลุ่มควบคุมใช้เวลา 10 สัปดาห์ ๆ ละ 90 นาที ในการเข้าโปรแกรมภาษาต่างประเทศขั้นพื้นฐาน (ภาษาฝรั่งเศส) ซึ่งมีจุดประสงค์เพื่อให้นักเรียนมีความสนุกสนานและมีประสบการณ์ ด้านภาษาต่างประเทศ เครื่องมือที่ใช้คือ The Coopersmith (1967) Self-esteem Inventory ผลการศึกษาศึกษาพบว่า การใช้กิจกรรมแนะแนวเป็นกลุ่ม ไม่ทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองและผลการเรียนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ แต่ได้พบว่า นักเรียนหญิงในกลุ่มทดลองมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองและคะแนนผลการเรียนสูงขึ้นกว่านักเรียนชายในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทั้งชายและหญิงอย่างมีนัยสำคัญ นอกจากนี้ยังพบว่าระดับการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับระดับความรู้ที่มีด้วย

แอบบอร์ท (Abbott 1985:1989-A) ศึกษาผลของปรึกษาเชิง จิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีความจริง (Reality Therapy) เป็นหลักการใน การปรึกษาต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กเกรด 6, 7 และ 8 ที่ไม่มีความ สามารถทางการเรียน (Learning Disabled) ซึ่งมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ต่ำ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คน สุ่มแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน ที่ได้เข้ากลุ่ม การปรึกษา 10 ครั้ง ๆ ละ 42-45 นาที เป็นกลุ่มควบคุม 10 คน ได้รับการฝึก ทักษะในการเรียนซึ่งใช้เวลาเท่ากับกลุ่มทดลอง เครื่องมือที่ใช้คือ The Coopersmith Self-esteem Inventory (1967) และ The Jesness Behavior Checklist (1970) ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีการเห็นคุณค่า ในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

กาญจนา พงศ์พฤกษ์ (2522 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกันของพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก ความวิตกกังวล และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองในนักศึกษาปริญญาตรี จำนวน 239 คน โดยใช้แบบวัดความพอใจในตนเองของรูบิน (Rubin's Self-Esteem Scale) แบบวัดความกล้าแสดงออกระดับวิทยาลัย (The College Self-Expression Scale) ของ วิลเลียม ดับบลิว เคซิง ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง และมีสหสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวล ส่วนความวิตกกังวลมีสหสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

เสาวภา วิชิตวาทी (2534 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรม การดูแลตนเองของผู้ป่วยที่สูญเสียแขนขา กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยนอกที่ได้รับการตัดแขนและ/หรือขา จำนวน 100 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบบันทึกข้อมูลเกี่ยวกับความพิการที่ได้รับ แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว แบบสอบถามความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของโรเซนเบอร์ก ผลการวิจัยพบว่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นิพนธ์ แจ้งเอี่ยม (2519 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาบุคลิกภาพแสดงตัว ความเชื่อมั่นในตนเองและความเชื่อมั่นในตนเอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดอุดรดิตถ์ จำนวน 240 คน โดยใช้แบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเองและความเชื่อมั่นในตนเองที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น แบบสอบถามบุคลิกภาพแสดงตัว เก็บตัว ผลการศึกษาพบว่า บุคลิกภาพแสดงตัวมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความเชื่อมั่นในตนเอง และความภาคภูมิใจในตนเอง ขณะเดียวกัน ความเชื่อมั่นในตนเองก็มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความภาคภูมิใจใน

ตนเอง และนักเรียนหญิงมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่านักเรียนชายอย่างมีนัยสำคัญ ส่วนนักเรียนในกรุงเทพมหานครและจังหวัดอุดรดิตถ์มีคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

ดักเกอร์ (Dugger 1969 : 1817-A อ้างถึงใน มาลี วงษ์แก้ว 2526 : 10) ได้ทำการศึกษาเรื่องความเป็นผู้นำและไม่เป็นผู้นำ พบว่า ผู้นำจะมีความเชื่อมั่นในตนเองสูง และบุคลิกภาพแสดงตัว ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของสไตรส์ (Stives 1970 : 3511-A) ที่ว่า ผู้นำเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง ยิ่งมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงมากเท่าไร ก็ยิ่งได้รับศรัทธาจากคนอื่นมากเท่านั้น

งานศึกษาและวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหญิงโสเภณี

อัญชัญ กาญจนพบุ (2517:11-13,37) ได้ศึกษาทัศนคติของหญิงบางประเภทต่อการสงเคราะห์ของรัฐบาล โดยใช้แบบสอบถามสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างจำนวน 120 คน จากสถานสงเคราะห์บ้านเกร็ดตระการ 60 คน บ้านปากเกร็ด 40 คน และบ้านนาวิสัย 20 คน ที่อยู่มาแล้ว 6 เดือนขึ้นไป สรุปผลการศึกษาพบว่า ในความรู้สึกของหญิงเหล่านั้นเห็นว่าการค้าประเวณียังเป็นอาชีพที่สังคมรังเกียจไม่ควรกระทำอย่างเปิดเผย ร้อยละ 65.0 และแสดงแนวความเชื่อจากการตอบคำถามตามแนวความคิดว่าถ้าพิจารณาแล้วจะเห็นได้ว่าการที่เขาเข้ามารับการปรับสภาพในระยะแรก 1 ปีนั้น ทำให้เขาได้มีโอกาสหยุดคิดถึงการดำเนินชีวิตที่ผ่านมาในอดีต พร้อมทั้งได้ไตร่ตรองทั้งที่ประสบมา ได้รับคำตอบว่า อยากให้ส่งกลับภูมิลำเนาเดิมมากถึงร้อยละ 80.8

ชัมัยพร วิทยาพูล (2523:บทคัดย่อ) ศึกษาผลของการฝึกอาชีพที่มีต่อการมองตนเองของโสเภณีอาชีพ และความคาดหวังในการเปลี่ยนแปลงอาชีพเมื่อพ้นการสงเคราะห์แล้ว โดยใช้แบบสอบถามสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างจำนวน 200 ราย จากสถาน

สงเคราะห์หญิงบ้านปากเกร็ด จำนวน 2 กลุ่ม คือ โสเภณีที่เพิ่งรับการสงเคราะห์ และฝึกอบรมในระยะ 1-3 เดือน และกลุ่มโสเภณีที่เข้ารับการฝึกอาชีพฟื้นฟูสภาพร่างกายและจิตใจครบตามกระบวนการแล้ว สรุปผลการศึกษาว่า ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญระหว่างโสเภณีทั้ง 2 กลุ่ม ในด้านการมองตนเองและในด้านความคาดหวังต่อการเปลี่ยนแปลงอาชีพเมื่อออกจากสถานสงเคราะห์แล้ว และผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลจากข้าราชการ กลุ่มพ่อค้าหรือนักธุรกิจและกลุ่มอาชีพรับจ้างทั่วไปจำนวน 100 ราย พบว่าทัศนคติของคนทั่วไปที่มีต่อโสเภณีส่วนใหญ่มีความเข้าใจและเห็นใจแต่ก็ยังไม่ยอมรับโสเภณีเข้ามาเป็นสมาชิกในสังคมเดียวกัน

สุวรีย์ ณ ระนอง (2525:บทคัดย่อ) ศึกษาที่จะวิเคราะห์ผลการดำเนินงานด้านการฝึกอบรมวิชาชีพของสถานสงเคราะห์ว่ามีปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงานอย่างไร โดยใช้แบบสอบถามสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างโสเภณีในสถานสงเคราะห์หญิงบ้านปากเกร็ดที่เข้ารับการฝึกอาชีพแผนกต่าง ๆ รวม 76 คน และครูฝึกอาชีพทุกแผนกรวม 11 คน สรุปผลการศึกษาได้ว่า สถานสงเคราะห์ยังไม่สามารถดำเนินฝึกอบรมวิชาชีพได้บรรลุเป้าหมาย เนื่องจากผู้เข้ารับการฝึกอบรมส่วนใหญ่เป็นผู้ไม่สนใจเข้ารับการสงเคราะห์จึงขาดความพร้อมในการเรียนรู้ และผู้เข้ารับการฝึกวิชาชีพบางส่วนต้องการความช่วยเหลือในการปรับตัวให้เข้ากับครอบครัวและสังคมเป็นอย่างดี

สุนีย์ มัลลิกะมาลย์และคณะ (2526:301-326) ศึกษาปัญหาโสเภณี การแสวงหามาตรการทางกฎหมายและมาตรการอื่นที่เหมาะสมในประเทศไทย มีวัตถุประสงค์เพื่อแสวงหามาตรการที่ดีและเหมาะสมในด้านกฎหมายและด้านอื่น ๆ เพื่อแก้ไขปัญหาโสเภณีให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น โดยศึกษาเชิงคุณภาพจากโสเภณีที่เข้ารับการสงเคราะห์ในสถานสงเคราะห์หญิงบ้านปากเกร็ด จำนวน 30 ราย รวมทั้งศึกษาถึงทัศนคติและค่านิยมท้องถิ่นของบิดามารดาโสเภณี ผู้ใหญ่บ้าน ผู้เฒ่าผู้แก่ และชายหนุ่มในอำเภอเมือง อำเภอแม่สาย อำเภอแม่จัน อำเภอเชียงแสน จังหวัดเชียงราย และอำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ ส่วนการศึกษาเชิงปริมาณเป็นการใช้แบบสอบถามสัมภาษณ์โสเภณี ในอำเภอหาดใหญ่และอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา จำนวน 211 ราย

แบ่งออกเป็นโสเภณีที่สมัครใจและไม่สมัครใจ ผลจากการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มี
 กำหนดต่อการไปประกอบอาชีพค้าประเวณีของโสเภณีโดยสมัครใจและไม่สมัครใจมี 3
 ประการได้แก่ ปัจจัยทางวัฒนธรรม ปัจจัยทางเศรษฐกิจ และปัจจัยทางสังคม โดยมี
 กระบวนการก้าวสู่อาชีพค้าประเวณีที่แตกต่างกันของกลุ่มที่สมัครใจและไม่สมัครใจในกลุ่ม
 โสเภณีสมัครใจ ผู้ทำหน้าที่ชักจูงจะใช้ช่วงเวลาเทศกาลงานประจำปีของท้องถิ่นต่าง ๆ
 ผู้ชักจูงจะมาทำสนทนากับหญิงสาวหรือครอบครัวของหญิงสาวโดยใช้รายได้ที่จะได้รับ
 เป็นสิ่งจูงใจ ส่วนหญิงสาวที่ไม่สมัครใจเพราะถูกล่อลวง ผู้ทำหน้าที่ชักจูงจะไม่แสดงตัว
 ที่แท้จริงออกมาแต่จะมาในรูปของเพื่อนสนิท ญาติพี่น้อง โดยใช้ความขัดสนทางเศรษฐกิจ
 และความพึงเพื่อทะเลาะเย้ยของหญิงสาวเป็นสิ่งจูงใจ และจากการติดตามผล
 หลักการปลดปล่อยในระยะเวลา 2 ปี ของสถานสงเคราะห์พบว่า ส่วนใหญ่โสเภณีมัก
 กลับไปประกอบอาชีพค้าประเวณีอีก ส่วนแนวโน้มในการเลิกประกอบอาชีพค้าประเวณี
 มีข้อจำกัดที่น่าสนใจคือ ภัยและสุขภาพของโสเภณีที่ทำให้ไม่สามารถประกอบอาชีพนี้ได้
 ถาวร นอกจากนั้นพบว่าโสเภณีทั้งสมัครใจและไม่สมัครใจมีแนวโน้มต้องการจะเลิก
 อาชีพนี้ถึง 88.79% และ 81.05% โดยให้เหตุผลว่าเบื่อหน่ายต่อความจำเจของอาชีพ
 ที่สังคมรังเกียจ และกลับไปภูมิลำเนาเดิมเป็นส่วนใหญ่ตามลำดับ

สำเร็จ แสงชื่อ และสมชัย จิตรโรจน์วัฒน์ (2527:317-334) ศึกษารูป
 แบบลักษณะและวิธีการประกอบการค้าประเวณีของหญิงอาชีพพิเศษซึ่งจะมีผลกระทบต่อ
 การควบคุมกามโรคในประเทศไทย โดยการสุ่มตัวอย่างจากหญิงอาชีพพิเศษทั่วประเทศ
 จำนวน 1,600 คน จาก 10 จังหวัดคือ กรุงเทพมหานคร ชลบุรี เชียงใหม่ สงขลา
 นครราชสีมา นครสวรรค์ ขอนแก่น ราชบุรี สระบุรี และนครศรีธรรมราช สัมภาษณ์
 หญิงอาชีพพิเศษ 1,600 คน และสัมภาษณ์เจ้าของหรือเจ้าหน้าที่ของสถานบริการ
 และบุคคลอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องจำนวน 50 คน พบว่า ลักษณะการทำงานของหญิงอาชีพ
 พิเศษแบ่งได้เป็น 3 ประเภท คือ การค้าประเวณีแบบพื้นฐานได้แก่ สำนัก โรงแรม
 และที่เตร็ดเตร่ตามที่สาธารณะต่าง ๆ ประเภทที่ 2 ได้แก่ การค้าประเวณีที่แอบแฝง
 ตามสถานบริการเรีงรมย์ เช่น บาร์ ไนต์คลับ อาบอบนวด โรงน้ำชา และห้องอาหาร
 ประเภทสุดท้ายเป็นแบบพิเศษ เช่น เมียเช่า เพื่อนเที่ยว นางทางโทรศัพท์ นักศึกษา



พวุกหาถิ่นตามท่าเรือและหาถิ่นในต่างประเทศ ผลการสัมภาษณ์พบว่า ร้อยละ 80.07 ไม่ต้องการให้มีหญิงอาชีพพิเศษมากขึ้น และร้อยละ 85.05 คิดจะเลิกประกอบอาชีพนี้ ในด้านการควบคุมการแพร่เชื้อกามโรคพบว่า สามารถควบคุมได้เพียงร้อยละ 12.35 ของหญิงที่สำรวจทั้งหมด

เอื้อมพร กฤษณะพันธ์ (2528:36-65) สัมภาษณ์หญิงอาชีพพิเศษจากสำนัก โรงแรม 218 คน และบาร์ไนท์คลับ อาบอบนวด 94 คน ในเขตอำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา พบว่า หญิงที่มีการศึกษามีอายุระหว่าง 14-35 ปี ส่วนมากอยู่ในกลุ่ม 20-24, 15-19 และ 25-29 ปี ตามลำดับ มีระดับการศึกษาส่วนใหญ่จบชั้นประถมปีที่ 4 หรือต่ำกว่า ที่ไม่ได้รับการศึกษาเลย มีถึงร้อยละ 7.5-8.7 สถานภาพการสมรสเป็นพวกหย่าร้างถึงร้อยละ 43.6-45.7 ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพนี้มาโดยเฉลี่ย 1.4-1.5 ปี วิถีคุมกำเนิดที่เคยได้ยินหรือรู้จักชื่อสูงสุดตามลำดับคือ ยาเม็ด ยาฉีด ถุงยาง และการทำหมัน วิถีคุมกำเนิดที่นิยมสูงสุดตามลำดับคือ ยาเม็ด ยาฉีด และการสวนล้างช่องคลอด ด้านการทำแท้งพบว่า เคยทำแท้งกันมาแล้วอย่างน้อย 1 ครั้ง ร้อยละ 14.1 และพบว่าส่วนที่มีอาการแทรกซ้อนหลังทำแท้งจนต้องเข้านอนพักรักษาตัวในโรงพยาบาลมีถึงร้อยละ 40.9 จากผลการศึกษาวิจัยดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า ข้อมูลโดยทั่วไปพบว่าหญิงอาชีพพิเศษที่ศึกษาส่วนใหญ่มาจากภาคเหนือสูงสุด มีการศึกษาเพียงชั้นประถม มีอายุระหว่าง 20-24 ปี มีฐานะยากจนและมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 3,000 บาท สำหรับผลการศึกษาเกี่ยวกับการคุมกำเนิดพบว่า หญิงอาชีพพิเศษส่วนใหญ่ใช้วิถีคุมกำเนิดอยู่มากกว่าครึ่ง วิถีที่นิยมสูงสุดได้แก่การกินยาคุม และในเรื่องการทำแท้งจากผลการศึกษาพบว่า ประมาณ 1 ใน 5 เคยทำแท้งมาแล้วอย่างน้อย 1 ครั้ง และพบอาการแทรกซ้อนภายหลังทำแท้งประมาณร้อยละ 20

สุรีย์ กาญจนวงศ์ (2517:ช) ศึกษาถึงการเปรียบเทียบการตอบสนอง ต่อแบบสอบ เอ็ม เอ็ม พี ไอ ในมาตรซีมเศร้า, มาตรไซโคแพททิคดีวิเอท, มาตร จิตรเภท และมาตรเก็บตัวระหว่างหญิงโสเภณีกับคนงานหญิง อำเภอบ้านโป่ง จังหวัด ราชบุรี กลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงโสเภณีในสถานค้าหญิงประเวณี อำเภอบ้านโป่ง จังหวัด ราชบุรี และคนงานหญิงที่ทำงานในโรงงานราชรัฐ อำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี อายุ 16-25 ปี กลุ่มละ 40 คน การวิจัยใช้วิธีการทำสอบโดยใช้ข้อกระทงในมาตร ซีมเศร้า มาตรไซโคแพททิคดีวิเอท, มาตรจิตรเภท และมาตรเก็บตัว ของแบบทดสอบ เอ็ม เอ็ม พี ไอ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การทดสอบที่ผลการวิจัยพบว่า หญิงโสเภณี ตอบสนองต่อมาตรซีมเศร้าไม่แตกต่างจากการตอบสนองของคนงานหญิงอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ การตอบสนองต่อมาตรไซโคแพททิคดีวิเอท มาตรจิตรเภท และมาตรเก็บตัว แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ศุภิมา นฤมล (2530:บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องชบวนการกลายเป็น หมอนวด : กรณีศึกษาหญิงบริการในสถานบริการอาบอบนวด กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการ ศึกษา เก็บจากการวิจัยภาคสนามเป็นเวลา 6 เดือน แบ่งการวิจัยออกเป็น 2 กลุ่ม คือ หมอนวดในสถานบริการอาบ อบ นวด แห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร จำนวน 9 คน อีกกลุ่มหนึ่งคือ ผู้ที่เกี่ยวข้องกับหมอนวด ได้แก่ มาตาม ครูฝึก แหก และหมอนวด ที่พบในห้องฝึกนวด ผลการศึกษาลักษณะที่สำคัญ 2 ประการคือ ประการแรก กระบวนการขัดเกลาเชิงอาชีพของสถานบริการอาบ อบ นวด เป็นกลไกสำคัญที่ทำให้ผู้หญิงได้ เรียนรู้ถึงบทบาทของหมอนวด ทั้งในแง่บทบาทเชิงอาชีพ และบทบาทที่เบี่ยงเบน (บทบาทผู้ค้าประเวณี) การซึมซับบทบาทหมอนวดมาเป็นของตน มีอิทธิพลต่อการพัฒนา หมอนวด เข้าสู่ผู้มีเอกลักษณ์เบี่ยงเบน การขัดเกลาเชิงอาชีพสำคัญ ๆ ที่พบจากการ ศึกษา นี้ ก็คือ การฝึกอบรมผู้หญิงให้รู้ถึงบทบาทที่ตนเองต้องกระทำขณะปฏิบัติงาน เนื้อหาของการฝึกอบรมได้ให้อุดมการและบรรทัดฐานบางอย่างเกี่ยวกับอาชีพ และนำ ผู้หญิงเข้าสู่วัฒนธรรมย่อยของหมอนวด

ประการที่สอง กระบวนการกลายเป็นหมอนวด มีลักษณะเป็นลำดับขั้นตอน ต่อเนื่องตามลำดับชีวิต ผลสุดท้ายของกระบวนการพัฒนาไปสู่อาชีพผู้เปียงเบน ก็คือ ผู้หญิงกลายเป็นผู้มีเอกลักษณ์หมอนวด อันเป็นเอกลักษณ์ของผู้เปียงเบน นั่นคือ บทบาทของหมอนวดครอบงำบทบาทอื่นทั้งหมด (role engulfment)

การศึกษากระบวนการดังกล่าวนี้ พบว่า "ลักษณะเชิงอาชีพ" (career) 3 ขั้นตอนต่อเนื่อง จะนำผู้หญิงเข้าสู่ความเปียงเบนเพิ่มขึ้น และในที่สุดได้รับเอาเอกลักษณ์ผู้เปียงเบนและวิถีชีวิตตามความเปียงเบนนั้นมาเป็นของตน โดยที่ในขั้นตอนแรกเป็นขั้นตอนเริ่มต้นของกระบวนการเข้าสู่โลกของการค้าประเวณี ลักษณะสำคัญก็คือ เกิดจุดวิกฤติขึ้นในชีวิตที่ทำให้สถานภาพเดิมเปลี่ยนแปลงไป และโครงสร้างทางโอกาสเปิดให้ผู้หญิงเข้าสู่การค้าประเวณี โดยการติดต่อสัมพันธ์กับคนที่เกี่ยวข้องกับโลกของการค้าประเวณี ผู้หญิงได้ตัดสินใจค้าประเวณีเป็นครั้งแรก

ขั้นตอนที่สอง เป็นขั้นตอนของการเรียนรู้และปรับตัวเข้ากับโลกของหมอนวด เป็นช่วงที่ผู้หญิงเกิดความสับสนในบทบาทของผู้หญิง 2 โลก คือ โลกที่สังคมยอมรับกับโลกที่เปียงเบนมีการแก้ปัญหาการปรับตัว เพื่อบรรเทาความขัดแย้งในจิตใจ และเรียนรู้ถึงเทคนิคการล้มล้างความผิด โดยการอ้างเหตุผลเข้าข้างตนเองในการเป็นหมอนวด เหตุผลเหล่านี้ได้สะท้อนให้เห็นถึงอุดมการณ์ของอาชีพที่มีแหล่งมาจากกลุ่มวัฒนธรรมย่อย

ขั้นตอนสุดท้ายเป็นขั้นตอนของการกลายเป็นหมอนวดอาชีพ ความสับสนในบทบาทและความรู้สึกขัดแย้งในจิตใจจะค่อย ๆ ลดลง และมั่นคงต่อสถานภาพของตนมากขึ้น ผู้หญิงจะยึดถือตนเองเข้ากับวัฒนธรรมย่อยของหมอนวด ความรู้สึกนึกคิดต่อตนเอง ว่าตนเองเป็นหมอนวดชัดเจนขึ้น ผู้หญิงสามารถมองเห็น "อัตตะ" ของเธอเองในฐานะเป็นหมอนวด เอกลักษณ์ของเธอจะพัฒนาไปสู่เอกลักษณ์ผู้เปียงเบน ผู้ซึ่งเป็นผู้หนึ่งคนหนึ่งของโลกที่เปียงเบนนี้ โลกที่ซึ่งให้รางวัลความมั่นคงปลอดภัย จากการตำหนิ ประณาม หรือลงโทษของสังคม

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีต่อการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของสตรีในสถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการ

สมมติฐานของการวิจัย

1. หลังการทดลองหญิงที่เข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น
2. หญิงที่เข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่าหญิงที่ไม่ได้เข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

คำจำกัดความในการวิจัย

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม หมายถึง กลุ่มที่ประกอบด้วยสมาชิกจำนวน 10 คน มาประชุมอย่างต่อเนื่องเป็นเวลา 3 วัน รวม 24 ชั่วโมง เป็นการสร้างกระบวนการเพื่อให้เกิดบรรยากาศแห่งการยอมรับ อบอุน และเป็นกันเอง เปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ มุ่งปรึกษากันในเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเองโดยการนำกลุ่มของผู้วิจัยซึ่งเป็นผู้นำกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้แบ่งปันและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อกัน ในการเป็นแนวทางแก้ปัญหาเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายและสามารถเพิ่มระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของสมาชิก

สตรีในสถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการ หมายถึง หญิงโสเภณีที่กระทำผิดตามพระราชบัญญัติการค้าประเวณี พ.ศ. 2503 ที่มีอายุ 16-30 ปี และถูกจับกุมดำเนินคดี เมื่อสิ้นสุดคดีตามคำพิพากษาของศาลแล้วได้ถูกส่งตัวโดยอธิบดีกรมประชาสงเคราะห์มีกำหนดไม่เกิน 1 ปี

การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ทักษะที่บุคคลมีต่อตนเอง ยอมรับ
 ในตนเองมีความเคารพในตนเองว่ามีความสามารถและมีความสำคัญในการกระทำ
 ต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จ ซึ่งเป็นผลมาจากความเชื่อมั่นในตนเอง ในการ
 วิจัยครั้งนี้คิดจากคะแนนจากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ Rosenberg
 (1965)

ขอบเขตของการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างประชากร คือ หญิงในสถานสงเคราะห์บ้านเกร็ด
 ตระการที่มีอายุ 16-30 ปีที่สามารถอ่านออกเขียนได้ ที่ผ่านการทดสอบวัดการ
 เห็นคุณค่าในตนเอง (Pretest) โดยใช้วิธีอาสาสมัครจากกลุ่มที่เลือก ได้แบ่งออก
 เป็นกลุ่มทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน

2. ตัวแปร (Variable) ในการศึกษาได้แก่

2.1 ตัวแปรอิสระ (Independent variable) คือการเข้ากลุ่ม
 การศึกษาเชิงจิตวิทยา


2.2 ตัวแปรตาม (Dependent variable) คือคะแนนที่ได้จาก
 แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

3. เวลา ระยะเวลาที่ใช้ในการเข้าร่วมกิจกรรม 3 วัน รวม
 เวลาประมาณ 24 ชั่วโมง

4. สถานที่ คือสถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการ 34/1 หมู่
 ที่ 2 ตำบลเกาะเกร็ด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. ทำให้ทราบผลของการศึกษาทางจิตวิทยาต่อการเพิ่มความรู้สึกรู้ค่าในตนเอง
2. เป็นแนวทางให้ผู้ที่ทำหน้าที่เกี่ยวข้องได้นำการใช้กลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่จัดขึ้นในการศึกษาดังนี้ไปใช้ในการเพิ่มความรู้สึกรู้ค่าในตนเอง
3. เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาต่อไป



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย