

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การพัฒนาประเทศไทยจะดำเนินไปอย่างมีคุณภาพเพียงใดขึ้นอยู่กับลักษณะของประชาชนส่วนใหญ่ของประเทศเป็นสำคัญ กล่าวคือ ประชาชนจะต้องเป็นผู้ที่มีคุณภาพ ดังนั้นในการพัฒนาประเทศสิ่งที่ควรคำนึงถึงคือ การพัฒนาบุคคล เพราะบุคคลเป็นกลไกขั้นแรกที่จะนำไปสู่การพัฒนาสิ่งต่าง ๆ (ธีระ ชัยยุทธธรรม, 2535) จุดมุ่งหมายของการพัฒนาบุคคลก็เพื่อให้เป็นผู้มีความรู้ความสามารถ มีสมรรถภาพ เป็นสมาชิกที่ดีมีประโยชน์ต่อสังคม สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข การที่จะพัฒนาบุคคลให้มีคุณสมบัติดังกล่าวนี้ วิธีหนึ่งก็คือการช่วยให้บุคคลมีความเชื่อมั่นในตนเอง เพราะความเชื่อมั่นในตนเองจะทำให้บุคคลได้รับรู้ และยอมรับในคุณค่าความสามารถของตน สามารถแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น และปรับปรุงสิ่งที่บกพร่องของตน อีกทั้งยังสามารถพัฒนาตนเองให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป (พิสัณฑ์ คงรักษา, 2536)

พรหมราย ทรัพย์ะประภา (2526 อ้างถึงใน เรือนแก้ว เพ็ญพุ่ม, 2535) กล่าวว่าบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะมีความรับผิดชอบในหน้าที่ของตน สามารถทำงานได้ประสบผลสำเร็จ ยอมรับสถานการณ์ใหม่ ๆ ปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดีและสามารถเข้าใจตนเองเกี่ยวกับคุณค่าของตนว่าเป็นคนที่มีความสามารถมีความสำคัญ และมีความสำเร็จ นอกจากนี้ Mann (1959 อ้างถึงใน ปิยะวรรณ ศรีสุรักษ์, 2534) ได้กล่าวว่า บุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะเป็นผู้ที่มีความสามารถในการปรับตัวได้ดีมีความสามารถในการเข้าสังคม ไม่วิตกกังวล บุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง ยังมีความรู้สึกเป็นตัวของตัวเอง รู้จักคิด รู้จักเลือก และรู้จักตัดสินใจอย่างฉลาด มีความเข้มแข็งทั้งทางกายและทางใจอันเป็นพลังสำคัญในการที่จะเผชิญต่อทุกสถานการณ์

สุชา จันทน์เอม (2510) ได้กล่าวถึงความสำคัญของความเชื่อมั่นในตนเองว่า ความเชื่อมั่นในตนเองเป็นองค์ประกอบของบุคลิกภาพอย่างหนึ่งที่ควรปลูกฝังให้เด็ก และส่งเสริมให้พัฒนาอยู่เสมอ เพราะคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะมีบุคลิกภาพดี มองโลกในแง่ดี มีความรู้สึกปลอดภัย กล่าวแสดงออกในทางที่ถูกที่ควร มีความรับผิดชอบในหน้าที่การงานของตน และสามารถประสบความสำเร็จในการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดี ความเชื่อมั่นในตนเองทำให้บุคคลมีชีวิตจิตใจ มี

กำลังใจทำตามแผนการต่าง ๆ ที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ บุคคลที่ใช้ความสามารถในการทำงาน ควบคู่ไปกับความเชื่อมั่นในตนเองจะทำให้เกิดความมั่นใจกับคนอื่น ๆ และจะนำไปสู่ความสำเร็จได้

จากการศึกษาของวัชร ทรัพย์มี และจรี วาทิกทินกร (2528 อ้างถึงใน ปรีชา วิหคโรต และคณะ, 2532) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องการพัฒนารูปแบบบริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาจากกลุ่มตัวอย่าง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 2,087 คน จาก 17 โรงเรียนในกรุงเทพมหานคร พบว่า มีนักเรียนร้อยละ 88.56 ที่ต้องการความช่วยเหลือในด้านความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ บังอร เอี่ยมรอด (2524) ที่ศึกษาบุคลิกภาพของเด็กไทย 12 ด้าน ได้แก่ด้าน ความเชื่อมั่นในตนเอง ด้านการมองเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านความรู้สึกอิสระในตน ด้านความรู้สึก เป็นเจ้าของ ด้านแนวโน้มที่จะถอยหนี ด้านอาการทางประสาท ด้านมาตรฐานทางสังคม ด้าน ทักษะทางสังคม ด้านแนวโน้มที่จะต่อต้านสังคม ด้านความสัมพันธ์กับครอบครัว ด้านความสัมพันธ์ กับวิทยาลัย และด้านความสัมพันธ์กับชุมชน ผลการศึกษาปรากฏว่า มีบุคลิกภาพที่ควรจะได้รับการ พิจารณาปรับปรุงแก้ไข 5 ด้าน ดังนี้ ด้านความเชื่อมั่นในตนเอง ด้านการมองเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านความรู้สึกอิสระในตน ด้านความสัมพันธ์กับวิทยาลัย และด้านอาการทางประสาท ในจำนวน 5 ด้านดังกล่าว ด้านความเชื่อมั่นในตนเองมีเกณฑ์เฉลี่ยต่ำกว่าด้านอื่น ๆ มาก ซึ่งควรจะได้รับ การพิจารณาปรับปรุงแก้ไขอย่างยิ่ง

จากการศึกษาของ Strother Jack และ Page (1955 อ้างถึงใน ทัดติมา ระเบียนดี, 2529) พบว่าเด็กที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเองมักประสบความล้มเหลว รู้สึกว่าตนเองถูกข่มขู่หรือ ขู่เข็ญจากคนอื่น ทำให้เกิดความยุ่งยากใจ นอกจากนี้ยังพบว่าเด็กเหล่านั้นใช้เวลาส่วนใหญ่ในการ เพื่อพ้นภัยนี้กวาดภาพสิ่งที่ต้องการ บรรดาสิ่งใดจะไม่กระทำตามลำดับขั้นแห่งความเป็นจริง เนื่องจากเกิดความกลัว วิตกกังวล จึงกลายเป็นคนไม่กล้าทำอะไร ต้องคอยพึ่งพาผู้อื่นอยู่เสมอ ไม่กระปรี้กระเปร่าในการทำสิ่งต่าง ๆ ไม่ยอมต่อสู้กับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ทำให้การทำงานร่วมกับ คนอื่น การเข้าสังคม ตลอดจนการติดต่อกับบุคคลอื่น และการตัดสินใจ เป็นไปอย่างยากลำบาก ขลาดกลัว ไม่แน่ใจตนเอง ขาดความกล้าที่จะเผชิญต่ออุปสรรค ปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมและสังคม ได้ยาก ไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

เนื่องจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีอายุประมาณ 13 ปี อยู่ในช่วงวัยรุ่น อันเป็นวัย แห่งความสับสนทั้งสิ่งที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงทางกายและความต้องการทางจิตใจต้องการค้นหา เอกลักษณ์ของตนเอง ดังที่ วัชร ทรัพย์มี (2531) กล่าวว่า วัยรุ่นมีอายุระหว่าง 13-20 ปี วัยนี้

ต้องการรู้จักตนเอง รู้จักขอบเขตความสามารถ สิทธิ หน้าที่ของตน ต้องการการยอมรับจากหมู่คณะ และผู้ใหญ่ การที่เด็กวัยรุ่นไม่แจ่มแจ้งในสถานะและบทบาทของตน เนื่องจากวัยนี้เป็นวัยที่คาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ เด็กมีการเจริญเติบโตทางร่างกายอย่างรวดเร็ว ผู้ใหญ่มักคาดหวังให้เด็กเปลี่ยนพฤติกรรม จากพฤติกรรมแบบเด็ก ๆ มาสู่พฤติกรรมแบบผู้ใหญ่เช่นมีหน้าที่ความรับผิดชอบมากขึ้น แต่บางครั้งผู้ใหญ่ก็ปฏิบัติต่อเด็กวัยนี้เหมือนยังเป็นเด็กอยู่ ไม่ให้สิทธิเหมือนสิทธิที่ผู้ใหญ่พึงได้รับ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนทำให้เกิดความสับสนในบทบาทว่าควรจะปฏิบัติอย่างไร จึงทำให้เด็กวัยนี้เกิดความไม่เชื่อมั่นในตนเอง

จากการศึกษาของมาลี วงษ์แก้ว (2526) และ พิสมัย คงรักษา (2536) พบว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มจะช่วยพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนให้สูงขึ้น

จากการศึกษาของ ราตรี ทาผัด (2532) และกรรองทอง ทองพลับ (2537) พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์

การเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองให้เด็กคือการที่บุคคลที่แวดล้อมให้การยอมรับ สนับสนุนการกระทำของเขา ฝึกให้กล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกต้อง กล้าตัดสินใจด้วยตนเอง กล้าแสดงความคิดเห็น ซึ่งสภาพการณ์ที่เน้นบรรยากาศแห่งการยอมรับ ฝึกให้เด็กได้แสดงความคิดเห็น กล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกต้อง กล้าตัดสินใจด้วยตนเองก็คือ วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและวิธีการกระบวนการกลุ่ม เพราะการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและกระบวนการกลุ่มจะทำให้สมาชิกในกลุ่มได้ร่วมมือกันกระทำกิจกรรมโดยอาศัยปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิก มีความร่วมมือ มีความรับผิดชอบ ตลอดจนมีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดการเรียนรู้ปรับปรุงบุคลิกภาพตามความต้องการได้ นอกจากนี้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและกระบวนการกลุ่ม ยังเป็นการสร้างบรรยากาศเพื่อให้เกิดการยอมรับ เกิดความอบอุ่น เปิดโอกาสให้บุคคลได้เรียนรู้ ตระหนักถึงตนเอง รวมทั้งได้ทดสอบ ตรวจสอบ สามารถเลือกวิธีแก้ปัญหาที่ดีที่สุดสำหรับตนและยังช่วยให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง สามารถพึ่งตนเองได้ และสามารถจัดการกับความยากลำบากอันอาจเกิดขึ้นในอนาคตได้ (พรณี ลิ้มปัญญา, 2523 อ้างถึงใน ราตรี ทาผัด, 2532)

บุคคลที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง นอกจากจะเป็นผลเสียต่อตนเองในด้านบุคลิกภาพการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมและการดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นแล้ว ยังเป็นปัญหาและอุปสรรคในการพัฒนาสังคม และประเทศชาติด้วย ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและกระบวนการกลุ่ม ที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบ้านกุดกว้างประชาสรรค์

เพื่อสร้างรากฐานที่มั่นคงให้แก่เด็ก ในการที่จะเติบโตเป็นสมาชิกที่มีคุณค่าของสังคม เป็นกำลังสำคัญ ในการพัฒนาประเทศให้เจริญต่อไป

1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 1) เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ก่อนและ หลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
- 2) เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ก่อนและ หลังการเข้าร่วมกิจกรรมกระบวนการกลุ่ม
- 3) เพื่อเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและผลของการเข้าร่วมกิจกรรม กระบวนการกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

1.3 สมมติฐานการวิจัย

- 1) นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่าก่อนให้คำ ปรึกษาแบบกลุ่ม
- 2) นักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกระบวนการกลุ่มมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่าก่อนได้ เข้าร่วมกิจกรรมกระบวนการกลุ่ม
- 3) นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและนักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกระบวนการ กลุ่ม มีความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกัน

1.4 ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและผลการเข้าร่วมกิจกรรม กระบวนการกลุ่มที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบ้าน กุดกว้างประชาสรรค์ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

- 1) ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ปีการศึกษา 2538 โรงเรียนบ้านกุดกว้างประชาสรรค์ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
- 2) กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 16 คน โดยสุ่มแบ่งเป็นกลุ่ม ทดลองสองกลุ่ม กลุ่มละ 8 คน

3) ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

3.1) ตัวแปรต้น ได้แก่ วิธีการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง 2 วิธีคือ

(1) การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

(2) กระบวนการกลุ่ม

3.2) ตัวแปรตาม คือ ความเชื่อมั่นในตนเอง

1.5. ข้อตกลงเบื้องต้น

1) การเข้ากลุ่มการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการเข้ากลุ่มกระบวนการกลุ่มแต่ละครั้ง จะดำเนินการได้เมื่อนักเรียนเข้ากลุ่มอย่างน้อย 6 คน

2) นักเรียนแต่ละคนจะต้องมาเข้ากลุ่มอย่างน้อย 6 ครั้งใน 8 ครั้ง และขาด 2 ครั้ง ติดต่อกันไม่ได้

1.6 นิยามศัพท์เฉพาะ

1) ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง ความมั่นใจ หรือความกล้าของบุคคลที่จะเผชิญต่อเหตุการณ์ต่างๆ และกระทำการใดๆ ให้สำเร็จตามที่ได้ตั้งใจไว้ แม้จะมีอุปสรรคมาขัดขวางก็ไม่ท้อถอย ยังคงตั้งใจกระทำสิ่งนั้นๆ ให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดีและสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสมสามารถวัดได้โดย แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเองของ ชูชีพ อ่อนโกลสง

2) นักเรียน หมายถึง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2539 โรงเรียนบ้านกุดกว้างประชาสรรค์

3) การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หมายถึง กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดขึ้นเพื่อช่วยเหลือกลุ่มผู้รับคำปรึกษาที่มีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น เป็นกันเอง ยอมรับ ไว้วางใจซึ่งกันและกัน เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความเข้าใจตนเอง เข้าใจบุคคลอื่น ตลอดจนเกิดความคิดในการแก้ปัญหา ช่วยบุคคลที่อยู่ในกลุ่มให้สามารถแก้ปัญหาได้ และเพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาบรรลุผลตามที่ต้องการ ซึ่งมีขั้นตอนคือ ประเมินนิเทศ เตรียมความพร้อมในการเข้ากลุ่ม เข้าสู่กระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และการยุติ

4) กระบวนการกลุ่ม หมายถึง ผลรวมของปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม เพื่อนำกลุ่มไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งมีขั้นตอนคือ ประชุมนิเทศ เตรียมความพร้อมในการเข้ากลุ่ม เข้าสู่กระบวนการกลุ่ม และปิดกลุ่ม

5) นักเรียนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำ หมายถึง นักเรียนที่ได้คะแนนต่ำจากการตอบแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเองของ ชูชีพ อ่อนโลกสูง โดยได้คะแนนตั้งแต่ลำดับที่ 23 ถึงลำดับที่ 38 ของนักเรียนทั้งชั้น

1.7 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- 1) ได้วิธีการในการพัฒนานักเรียนให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง
- 2) เป็นแนวทางสำหรับครูในการนำวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและกระบวนการกลุ่มไปใช้ในการพัฒนานักเรียนให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง
- 3) เป็นแนวทางสำหรับครูในการนำเอาวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและกระบวนการกลุ่มไปใช้ในการพัฒนานักเรียนในด้านอื่นๆ ในระดับต่างๆ ต่อไป