

ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ต่อความก้าวร้าวของวัยรุ่น

## The Effects of Group with Individual Counseling using Reality Theory on dolescents' Aggression

สายชล กังคติเทียม (Saichol Kangsasitiam)\* มัลลวีร์ อุดลวัฒน์ศิริ (Mallawee Adulwatthanasiri)\*\*

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi experimental design) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความก้าวร้าวของวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยขอนแก่น (ศึกษาศาสตร์) ระดับมัธยม ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2549 ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวสูง จำนวน 12 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง จำนวน 7-10 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที และกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ 1) แบบวัดความก้าวร้าวของวัยรุ่น มีความเชื่อมั่นเท่ากับ .92 2) โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed-Ranks Test และ The Mann-Whitney U-test ผลการวิจัยพบว่า หลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มทดลองมีคะแนนความก้าวร้าวลดลงก่อนการทดลอง และลดลงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### ABSTRACT

This research was a Quasi-experimental Research. The objective of this study was to study the effects of group with individual counseling using Reality Theory on Adolescents' Aggression. The sample were 12 Matayomsuksa II Students at Demonstration School, during the first semester of 2006 school year. They were randomized to the experimental group and control group, 6 student for each group. The experimental group attended 8-10 sessions of group with individual counseling using Reality Theory . Each session last 50 minutes. The instrument consisted of 1) the Aggressive Behavior Scale with reliability coefficient of .92 and 2) The Program of Group with Individual Counseling using Reality Theory. The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed-Ranks Test and The Mann-Whitney U-test were used for data analysis. The findings showed that, after the experiment was completed, the experiment group showed a lower aggressive scores than before the experiment and their aggressive lower than the control group at the .05 level of significance.

**คำสำคัญ :** การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคล ความก้าวร้าว

**Key Words :** Group with individual counseling, Aggression

---

\* มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี สาขาวิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

\*\* รองศาสตราจารย์ ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

## บทนำ

สภาพสังคมไทยในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในทุกด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านเศรษฐกิจการเมือง สังคม วัฒนธรรม รวมทั้งการศึกษา บุคคลจึงต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับเหตุการณ์ตลอดเวลา จากสภาพการณ์เช่นนี้ ทำให้บุคคล โดยเฉพาะวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยที่กำลังศึกษา เกิดความรู้สึกสับสน คับข้องใจ มีปัญหาด้านอารมณ์และการปรับตัว (สุภาพร, 2541) เนื่องจากเป็นช่วงเปลี่ยนวัย และเป็นหัวเลี้ยวหัวต่อที่เปลี่ยนจากความเป็นเด็กสู่ความเป็นผู้ใหญ่ มีความอ่อนไหวทำให้เกิดปัญหาได้ง่าย พัฒนาการของวัยรุ่นด้านต่างๆ ทั้งทางกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เห็นได้ชัดเจน (ศรีเรือน, 2545) และจากการศึกษาของ American Academy of Pediatrics (1999 อ้างถึงใน จิราวรรณ และคณะ, 2545) พบว่าการเปลี่ยนแปลงต่างๆ เหล่านี้ล้วนมีผลกระทบต่อพัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาของวัยรุ่นทั้งในระยะสั้นและระยะยาว นอกจากนี้ยังก่อให้เกิดปัญหามากมายแก่วัยรุ่น

ดังนั้นวัยรุ่นจึงเป็นวัยที่ต้องการความเห็นอกเห็นใจจากผู้ใหญ่และผู้ใกล้ชิดเป็นพิเศษ ผู้ใหญ่ต้องเรียนรู้ธรรมชาติและเข้าใจปัญหาของวัยรุ่น ให้ความรักความเอาใจใส่ เพื่อให้เกิดความไว้วางใจ ความเข้าใจ ให้คำแนะนำและช่วยแก้ปัญหาอย่างละมุนละม่อมเพื่อช่วยไม่ให้วัยรุ่นวุ่นวายหรือตัดสินใจทำสิ่งที่ไม่พึงปรารถนาและยังจะช่วยให้วัยรุ่นกล้าที่จะขอคำแนะนำ รวมทั้งนำปัญหาต่างๆ มาปรึกษาหารือ การมีโอกาสปรึกษากับผู้ใหญ่ทำให้วัยรุ่นไม่ต้องเก็บความทุกข์ความวิตกกังวลและอารมณ์ขุ่นมัวไว้ในใจ (สุพัตรา, 2541) เมื่อผู้ใหญ่ที่ใกล้ชิดเข้าใจธรรมชาติของวัยรุ่นแล้ว ความเข้าใจจะช่วยคลี่คลายปัญหาได้ (สุชา, 2542) แต่ถ้าวัยรุ่นไม่ได้รับความเข้าใจดังกล่าว อาจทำให้วัยรุ่นแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว เกรง ใช้วิธีความก้าวร้าวรุนแรงกับผู้อื่น และเมื่อโตขึ้นจะเป็นผู้ใหญ่ที่สร้างปัญหาให้แก่สังคม รวมทั้งส่งผ่านพฤติกรรมเหล่านั้นให้แก่บุตร

หลานของตนเอง (ศรีเวียง, 2544) ซึ่งสอดคล้องกับ (ผกา, 2545) ที่กล่าวไว้ว่าวัยรุ่นที่ก้าวร้าวจะมีพฤติกรรมแสดงออกที่ทำให้ผู้อื่นได้รับความเดือดร้อนด้วยการก่อเรื่องต่างๆ ตามความต้องการของตนเอง โดยไม่คำนึงถึงความเดือดร้อนของผู้อื่น วัยรุ่นพวกนี้ชอบหาเรื่องทะเลาะวิวาท มีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อน รังแกเพื่อน ชอบการทุบตี เตะต่อย ทำท่าย ทำลายสิ่งของทั้งของตัวเองและส่วนรวม พุดจาไม่สุภาพ ไม่เกรงกลัวผู้ใหญ่ อวดดี ไม่เชื่อฟัง นิสัยหยาบคาย และขณะเรียนหนังสือชอบก่อวุ่นในชั้นเรียน

ด้วยสาเหตุดังที่กล่าวมาแล้วนั้นจึงได้มีนักจิตวิทยาและนักการศึกษาหลายท่านให้ความสนใจทำการศึกษเกี่ยวกับความก้าวร้าว เพื่อหาสาเหตุ แนวทางป้องกันแก้ไข และวิธีการลดความก้าวร้าวในวัยรุ่นไว้หลายวิธี เช่น (ยุพิน, 2532) ศึกษาผลของการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกเพื่อลดความก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 (สุขมาลย์, 2543) ศึกษาผลของการใช้เทคนิคและการเสริมแรงทางสังคมเพื่อลดความก้าวร้าวกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 และพัชรินทร์ (2544) ศึกษาการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 (โรงเรียนขยายโอกาส) เป็นต้น นอกจากนี้ (ผกา, 2545) ยังได้ให้แนวทางการช่วยเหลือแก้ไขปัญหาความก้าวร้าวของวัยรุ่นไว้ว่า ความเข้าใจ ความเป็นกันเองหรือความใกล้ชิดสนิทสนมกับวัยรุ่น ตลอดจนความเมตตา จะช่วยให้วัยรุ่นเกิดความไว้วางใจและกล้าที่จะระบายความขุ่นเคืองหรือข้อขัดข้องของตนเองออกมา ทำให้ทราบถึงสาเหตุของความก้าวร้าวของวัยรุ่น และสามารถช่วยแก้ไข ตักเตือนวัยรุ่น ด้วยการพูดจาชี้แจงข้อบกพร่องรวมทั้งให้ข้อคิด เพื่อให้วัยรุ่นได้เข้าใจในการปฏิบัติตนให้ถูกต้องซึ่งจะเป็นการช่วยฝึกวัยรุ่นให้มีความรับผิดชอบในการกระทำของตนเอง

จากแนวทางการช่วยเหลือแก้ไขปัญหาความก้าวร้าวของวัยรุ่นที่ได้กล่าวมาแล้วนั้นอาจกล่าวได้ว่าเป็นส่วน

หนึ่งของการให้คำปรึกษา ซึ่งเป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยลดความก้าวร้าวของวัยรุ่นได้เป็นอย่างดี การให้คำปรึกษา มีหลายแนวคิด/ทฤษฎีให้เลือกใช้ตามลักษณะของพฤติกรรม การให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง (Reality Therapy) เป็นทฤษฎีที่เหมาะสมสำหรับปัญหาเกี่ยวกับความรู้สึกและพฤติกรรม กล่าวคือ ทฤษฎีการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง จะให้อิสระแก่ผู้รับคำปรึกษาในการหาวิธีแก้ไขปัญหา โดยเน้นพฤติกรรมปัจจุบันของผู้รับคำปรึกษา หาทางช่วยให้ผู้รับคำปรึกษากล้าเผชิญความจริงที่เกิดขึ้นในชีวิต เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับความต้องการขั้นพื้นฐานในชีวิตโดยไม่ใช้วิธีการก้าวร้าวต่อตนเอง นอกจากนี้ยังเน้นถึงการมีส่วนร่วมในการให้คำปรึกษา สัมพันธภาพที่อบอุ่น ความจริงใจ และการเปิดเผยตนเอง ในขณะเดียวกันก็เน้นถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมมากกว่าอารมณ์ ความรู้สึก วิธีการแก้ไขปัญหของทฤษฎีการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ถือได้ว่าเป็นรูปแบบหนึ่งของการปรับพฤติกรรม (พงษ์พันธ์, 2543) จึงน่าจะเป็นทฤษฎีการให้คำปรึกษาที่จะช่วยลดความก้าวร้าวได้อย่างมีประสิทธิภาพ สำหรับจุดประสงค์ของการให้คำปรึกษาแนวทฤษฎีเผชิญความจริง (อุษณี, 2545) ได้สรุปไว้ 2 ประเด็น คือ เป็นการให้คำปรึกษาเพื่อเพิ่มพฤติกรรมที่พึงปรารถนา และเป็นการให้คำปรึกษาเพื่อลดพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนา จะเห็นได้ว่าการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพในการแก้ไขและลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ รวมทั้งเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์

การให้คำปรึกษาสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท คือ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และการให้คำปรึกษารายบุคคล การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่น และได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีความรู้สึกขัดแย้งหรือความคิดเห็นเช่นเดียวกับตน ไม่ใช่ตนเองคนเดียวที่มีปัญหา จะทำให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกผ่อนคลายความกังวลลงได้ (วัชร, 2547)

ใน ส่วนของการให้คำปรึกษารายบุคคลนั้น เป็นกระบวนการให้การช่วยเหลือที่เกิดจากสัมพันธภาพที่ค้ำระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อม มีทักษะและมีความสามารถในการตัดสินใจแก้ปัญหาต่างๆ ได้ด้วยตัวเองอย่างเหมาะสม นำไปสู่การพัฒนาตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ (จุไรวรรณ, 2547)

สำหรับความก้าวร้าวของวัยรุ่นแต่ละคนนั้นมีสาเหตุมาจากปัจจัยที่ต่างกัน (สมพร สุทัศน์, 2530) สาเหตุหนึ่งมาจากการความคับข้องใจเนื่องจากการที่บุคคลประสบความคับข้องใจไว้และไม่สามารถหาทางระบายออกได้จึงเป็นแรงผลักดันให้แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว (Fehr, 1983 อ้างถึงใน สรรสุดา, 2544) แต่การแสดงความก้าวร้าวจะมากหรือน้อยนั้น ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ที่มากระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม (Berkowitz, 1964 อ้างถึงใน Mayer, 1990) จากสาเหตุของความก้าวร้าวที่ได้กล่าวมาแล้วนั้น จะเห็นได้ว่าความก้าวร้าวของวัยรุ่นแต่ละคนมาจากสาเหตุที่ต่างกัน จึงทำให้มีการแสดงออกที่แตกต่างกัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ร่วมกับการให้คำปรึกษารายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงมาใช้ เพื่อการลดความก้าวร้าวของวัยรุ่น เพราะการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มใช้ได้กับสมาชิกกลุ่มที่มีปัญหาที่คล้ายคลึงกัน ซึ่งจะช่วยให้วัยรุ่นที่เข้ากลุ่มรู้สึกผ่อนคลาย ไม่รู้สึกว่าตนเองแตกต่างจากบุคคลอื่น ดังการศึกษาของ (สุภาพร, 2541) ที่ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในการปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 พบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง และการให้คำปรึกษารายบุคคลจะเป็นการแก้ไขปัญหานั้นเน้นเฉพาะเจาะจงเป็นรายบุคคลไป มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้วัยรุ่นเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยให้ตระหนักถึงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ของตนเองตามความเป็นจริงในปัจจุบัน ตลอดจนช่วยให้วัยรุ่นได้เรียนรู้วิถีทางที่จะปรับพฤติกรรมตนเองด้วยการพิจารณา

วางโครงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมซึ่งสามารถปฏิบัติได้จริง โดยใช้กระบวนการที่มีเป้าหมายอย่างเป็นระบบ มีขั้นตอน และมีความรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง เพื่อนำไปสู่การพัฒนาตนเอง ซึ่งจะเป็นประโยชน์โดยตรงต่อนักเรียนและเป็นการช่วยเหลือให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมที่ดีขึ้น

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความก้าวร้าวของวัยรุ่น
2. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนความก้าวร้าวของวัยรุ่นระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมหลังได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง

### วิธีการวิจัย

#### ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีรูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi experimental design) โดยมีรูปแบบ Nonrandomized control group pretest posttest design (พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2540) ซึ่งมีรูปแบบการทดลองดังนี้

O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
O <sub>3</sub>		O <sub>4</sub>

#### 2 รูปแบบของการวิจัย

- O<sub>1</sub> แทน การทดสอบก่อนการทดลอง ของกลุ่มทดลอง  
O<sub>2</sub> แทน การทดสอบหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง  
O<sub>3</sub> แทน การทดสอบก่อนการทดลอง ของกลุ่มควบคุม  
O<sub>4</sub> แทน การทดสอบหลังการทดลอง ของกลุ่มควบคุม  
X แทน การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง

### ประชากร และ กลุ่มตัวอย่าง

**ประชากร** ที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยขอนแก่น (ศึกษาศาสตร์) ระดับมัธยม ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2549 จำนวน 6 ห้อง รวม 212 คน

**กลุ่มตัวอย่าง** ที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยขอนแก่น (ศึกษาศาสตร์) ระดับมัธยม ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2549 ที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวสูง จำนวน 12 คน

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบวัดความก้าวร้าวของวัยรุ่น ซึ่งเป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยได้ร่วมกับ นายวันเฉลิม แก้วกามา และนางสาวตุลดา วรณิกาสกุล พัฒนาจากแบบวัดความก้าวร้าวของ Buss and Perry (1992) โดยมีลักษณะเป็นมาตรประเมินค่า (Rating Scale) 4 ระดับ ได้แก่ ไม่จริง ค่อนข้างไม่จริง ค่อนข้างจริง จริง ประกอบด้วยข้อความต่างๆ ที่บรรยายถึงความก้าวร้าว 3 ด้าน คือ ความก้าวร้าวทางกาย ความก้าวร้าวทางวาจา และความก้าวร้าวทางความคิด และ/หรือ ความรู้สึก ด้านละ 12 ข้อ รวม 36 ข้อ

โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจำนวน 7-10 ครั้ง ครั้งละ 30-50 นาที ซึ่งจะใช้วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งที่ 1-3 เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา และทำความเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา การลดความคับข้องใจรวมถึงการควบคุมและการแสดงออกทางอารมณ์โดยการให้ความรู้เกี่ยวกับความก้าวร้าว และให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักถึงโทษของความก้าวร้าว โดยใช้การสอนและอธิบายโดยตรง ฝึกให้ผู้รับคำปรึกษาคิดอย่างมีเหตุผล การใช้ตัวแบบและบทบาทสมมติ ส่วนครั้งที่ 4 จนจบโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นการให้

คำปรึกษารายบุคคลเพื่อลดความก้าวร้าวทางกาย และทางวาจา ด้วยการลดความคับข้องใจและช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม ตามสาเหตุและความต้องการของแต่ละบุคคล โดยใช้วิธี WDEP ของ Wubbolding (1991)

### การวิเคราะห์ข้อมูล

1) การวิเคราะห์ข้อมูลคุณภาพ ด้วยการพรรณนา (Descriptive)

2) เปรียบเทียบคะแนนความก้าวร้าวของนักเรียนก่อนและหลังการทดลองโดยใช้การทดสอบของ วิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed-Ranks Test)

3) เปรียบเทียบคะแนนความก้าวร้าวของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้การทดสอบของ แมน วิทนียู (The Mann-Whitney U-test)

### ผลการวิจัยและการอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi experimental design) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความก้าวร้าวของวัยรุ่น และเพื่อเปรียบเทียบคะแนนความก้าวร้าวของวัยรุ่นระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมหลังการได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ผู้วิจัยขออภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐาน ดังนี้

จากสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1 “วัยรุ่นที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงมีคะแนนความก้าวร้าวลดลงกว่าก่อนเข้ารับการศึกษา” ผลการวิจัยพบว่าเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย คือ วัยรุ่นที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงมีคะแนนความก้าวร้าวลดลงกว่าก่อนเข้ารับการศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่า

โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง สามารถช่วยให้วัยรุ่นมีความก้าวร้าวลดลง ดังที่ (วัชรวิ, 2533) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง ช่วยให้บุคคลค้นพบวิธีสนองความต้องการของตัวเองอย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น โดยไม่กระทบกระเทือนสิทธิของผู้อื่น ตลอดจนป้องกันไม่ให้เกิดการปล่อยชีวิตให้ล่องลอย โดยสนับสนุนให้วางโครงการในอนาคต และมีความมุ่งมั่นที่จะดำเนินการตามโครงการที่วางไว้ด้วยตัวเอง สำหรับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้น George and Cristiani (1995) กล่าวถึงการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ว่าผู้ให้คำปรึกษาจะทำให้สมาชิกในกลุ่มเกิดความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย มีความรู้สึกสบายใจ สมาชิกมีโอกาสได้อภิปรายพัฒนาการมีสัมพันธภาพเพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม นอกจากนี้ คอเรีย (Corey, 1981 อ้างถึงใน กานดา, 2542) ยังได้กล่าวถึงการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่าการให้คำปรึกษาทำให้สมาชิกในกลุ่มรับรู้ว่าคุณอื่นก็มีความต้องการและปัญหาคล้ายคลึงกับตน ได้รับการเรียนรู้วิธีการโต้แย้ง หรือเผชิญหน้ากับผู้อื่นโดยตรงไปตรงมาด้วยท่าทีที่เอื้ออาทร ห่วงใย และจริงใจ และในส่วนของ การให้คำปรึกษารายบุคคล เป็นการแก้ไขปัญหาเฉพาะของแต่ละบุคคลที่ลึกซึ้งแตกต่างกันออกไป ซึ่งสอดคล้องกับ คอทเลอร์ และบราวน์ (Kotter และ Brown, 1992 อ้างถึงใน (เมธินันท์, 2545) ที่อธิบายว่าการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลเป็นปฏิสัมพันธ์แบบหนึ่งต่อหนึ่ง เพื่อให้เกิดความช่วยเหลือในการแก้ไขปัญหา ยอมรับตัวเองและสามารถที่จะเลือกตัดสินใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ (เจียรนัย, 2533) ได้กล่าวถึงข้อดีของการให้คำปรึกษาไว้ว่า ผู้รับคำปรึกษาได้รับความช่วยเหลือในการแก้ไขปัญหาจากผู้ให้คำปรึกษาโดยตรงด้วยความละเอียดรอบคอบและรอบคอบจึงทำให้ในการเข้ารับการศึกษาแต่ละครั้งผู้รับคำปรึกษาจะได้รับประโยชน์อย่างเต็มที่ จะเห็นได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้คำปรึกษา

รายบุคคลมีจุดเด่นที่แตกต่างกันไป ซึ่งจุดเด่นของการให้คำปรึกษาทั้ง 2 แบบนั้น ล้วนเป็นตัวช่วยส่งเสริมให้วัยรุ่นก้าวร้าวลดลง

ในส่วนของงานวิจัยที่ใช้การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลเพื่อลดความก้าวร้าวโดยตรงนั้น ผู้วิจัยยังศึกษาไม่พบ พบแต่ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง และการให้คำปรึกษารายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อคุณลักษณะอื่น ๆ เช่น การศึกษาของ (อฉันทน์, 2547) ทำการศึกษา เรื่องผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงด้วยวิธี WDEP ต่อความรับผิดชอบด้านการศึกษานักเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีความรับผิดชอบด้านการศึกษามากกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ เนาเวรัตน์ (2544) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวเผชิญความจริงเพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองและลดพฤติกรรมเสี่ยงใช้ยาเสพติดของวัยรุ่น ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นและพฤติกรรมเสี่ยงลดลง นอกจากนี้ยังพบผลของการให้คำปรึกษารายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อคุณลักษณะอื่นๆ ได้แก่ การศึกษาของ วัชรินทร์ (2538) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบเผชิญความจริงที่มีต่อวินัยในตนเองด้านการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนอยุธยาวิทยาลัย อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา พบว่านักเรียนมีวินัยในตนเองด้านการเรียนสูงขึ้นหลังจากได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบเผชิญความจริง และจากผลการศึกษาของ สุภิญญา (2540) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษารายบุคคล ตามทฤษฎีเผชิญความจริง ที่มีต่อความมีน้ำใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนศรีอยุธยา กรุงเทพมหานคร พบว่าหลังจากการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริง นักเรียนมีความมีน้ำใจเพิ่มขึ้นก่อนการให้

คำปรึกษา ซึ่งการวิจัยดังกล่าวข้างต้นล้วนแล้วแต่เป็นงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อเพิ่มคุณลักษณะที่พึงประสงค์ หรือลดคุณลักษณะที่ไม่พึงประสงค์ ดังนั้นจึงอาจสรุปได้ว่างานวิจัยที่ได้กล่าวถึงไปแล้วนั้นมีความสอดคล้องกับผลการวิจัยครั้งนี้

จากสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 2 “วัยรุ่นที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงมีคะแนนความก้าวร้าวลดลงกว่าวัยรุ่นที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษา” ผลการวิจัยพบว่าเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย คือ วัยรุ่นที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงมีคะแนนความก้าวร่วมน้อยกว่าวัยรุ่นที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เป็นผลเนื่องมาจาก การให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงด้วยวิธี WDEP นี้เป็นการช่วยให้วัยรุ่นได้เข้าใจถึงความต้องการที่แท้จริงของตัวเองในปัจจุบันว่าเป็นอย่างใด รู้และเข้าใจว่าตัวเองกำลังทำอะไรอยู่ พร้อมทั้งสามารถประเมินตัวเองได้ด้วยว่าถ้าทำพฤติกรรมอย่างนั้นอยู่ ความเป็นไปได้ที่จะได้สิ่งที่ต้องการจะเป็นไปได้มากน้อยแค่ไหน และพร้อมที่จะทำการวางแผนเพื่อจะปฏิบัติตามที่ตนเองวางไว้ (พงษ์พันธ์, 2543) ทำให้วัยรุ่นกลุ่มทดลองได้เกิดการเรียนรู้และตระหนักรู้ได้ด้วยตัวเองมากกว่าวัยรุ่นกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง เพราะฉะนั้นจึงทำให้วัยรุ่นที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงสามารถที่จะลดความก้าวร้าวได้ดีกว่าวัยรุ่นที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง

ผลการวิจัยข้างต้นแสดงให้เห็นว่า โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง มีประสิทธิภาพต่อการปรับเปลี่ยนและลด

ความก้าวร้าว เพราะการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงด้วยวิธี WDEP เป็นกระบวนการที่มีขั้นตอนการปฏิบัติที่ชัดเจนและง่ายต่อการปฏิบัติ โดยมีการเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้สำรวจถึงความต้องการ การกระทำของตนเองในปัจจุบัน พร้อมทั้งได้ประเมินตนเองถึงการกระทำกับความต้องการว่าจะมีความเป็นไปได้มากแค่ไหน และพร้อมที่จะวางแผนการปฏิบัติเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตัวเอง และการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงด้วยวิธี WDEP นี้ยังเป็นวิธีที่ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้สำรวจและทราบถึงปัญหาของตัวเองอย่างแท้จริง โดยไม่มีการตำหนิ ประเมิน แต่เปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสในการเริ่มต้นใหม่ได้เสมอ จึงเป็นการง่ายที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ เพราะผู้รับคำปรึกษาสามารถตระหนักถึงปัญหาได้ด้วยตัวเอง และพร้อมที่จะปฏิบัติตามแผนที่ตัวเองวางไว้ในทางที่ดีขึ้น

ยิ่งไปกว่านั้นอาจกล่าวได้ว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลเป็นวิธีที่ดีและเหมาะสมในการใช้เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น เพราะการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในระยะเริ่มต้นของการให้คำปรึกษาเพื่อลดความก้าวร้าวทำให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่น และได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีความรู้สึกขัดแย้งหรือความคิดเห็นเช่นเดียวกับตน ทำให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกผ่อนคลายความกังวลลงได้ รวมทั้งผู้รับคำปรึกษาได้ความรู้เกี่ยวกับความก้าวร้าวตระหนักถึงโทษของความก้าวร้าว รวมถึงแนวทางในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมร่วมกัน ซึ่งส่งผลต่อการรับคำปรึกษาแบบรายบุคคลที่เป็นการแก้ไขเฉพาะเจาะจงลงไปที่สาเหตุของแต่ละบุคคลโดยใช้แนวทางที่ได้จากการเข้ารับคำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งที่ 1-3 จึงทำให้วัยรุ่นที่ได้รับการให้คำปรึกษาก้าวร้าวลดลงกว่าวัยรุ่นที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษา

นอกจากนี้ยังได้ข้อค้นพบใหม่คือ วัยรุ่นกลุ่มควบคุมมีความก้าวร้าวสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะความก้าวร้าวขึ้นอยู่กับสถานการณ์ที่วัยรุ่นกำลังเผชิญอยู่ คือการทำวิจัยครั้งนี้อยู่ในช่วงเวลาใกล้สอบจึงทำให้วัยรุ่นเกิดความเครียดและแสดงความก้าวร้าวออกมา ดังที่ สุรพงศ์ (2547) ได้กล่าวถึงสาเหตุประการหนึ่งของความก้าวร้าวว่าเกิดจากสิ่งแวดล้อม และสิ่งแวดล้อมที่ทำให้วัยรุ่นมีความยุ่งยากใจหรือคับข้องใจมากขึ้นจะมีส่วนในการกระตุ้นเสริมให้วัยรุ่นมีความก้าวร้าวมากขึ้น

### สรุปผลการวิจัย

หลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง กลุ่มทดลองมีคะแนนความก้าวร้าวลดลงกว่าก่อนการทดลอง และลดลงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### ข้อเสนอแนะ

1. ควรมีการศึกษาตัวแปรแทรกซ้อนอื่นๆ ที่อาจมีผลต่อความก้าวร้าว เช่น สภาพครอบครัว สิ่งแวดล้อมทางบ้าน และทางโรงเรียน ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว การอบรมเลี้ยงดู ระดับการศึกษาของผู้ปกครองและจิตลักษณะของวัยรุ่น เพื่อเป็นแนวทางแก่ผู้ปกครอง และสถานศึกษาในการหาทางลดความก้าวร้าวของเยาวชน
2. ควรมีการศึกษาวิธีการลดความก้าวร้าวในวัยรุ่นด้วยวิธีการอื่นๆ เช่น การใช้กระบวนการกลุ่ม การใช้ตัวแบบ การศึกษาเป็นรายกรณี (Case Study) การวิจัยเชิงคุณภาพ การวิจัยเชิงปฏิบัติการ
3. ควรมีการทดลองเปรียบเทียบผลของวิธีการอื่นๆ กับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับรายบุคคลตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความก้าวร้าวของวัยรุ่น เพื่อให้ได้แนวทางที่เหมาะสมในการลดความก้าวร้าวของวัยรุ่น

## เอกสารอ้างอิง

- จิราวรรณ แทนวัฒนกุล และคณะ. 2545. รายงานการวิจัย การทารุณกรรมและปล่อยปละละเลยเด็กในภาค ตะวันออกเฉียงเหนือ. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ผกา สัตยธรรม. 2545. สุขภาพจิตเด็ก. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.
- วัชรีย์ ทรัพย์มี. 2547. ทฤษฎีให้บริการปรึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ. โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.
- จุไรวรรณ ศรีศักดิ์นอก. 2547. การให้คำปรึกษาแบบ รายบุคคลตามทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนา ความภาคภูมิใจในตนเอง แก่ผู้พยายามฆ่าตัวตาย จังหวัดชัยภูมิ. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษา มหาวิทยาลัย สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภณ. 2543. ทฤษฎีและเทคนิคการให้ คำปรึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. สำนักพิมพ์พัฒนา การศึกษา.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2540. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์ และสังคม. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ : สำนักทดสอบ การศึกษาและจิตวิทยา มศว. ประสานมิตร.
- พัชรินทร์ แก้วพาดิ. 2544. ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่ม สัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 – 3 (โรงเรียนขยายโอกาส) : ศึกษาเฉพาะกรณีโรงเรียนบ้านนากระทาด อำเภอ อากาศอำนวย จังหวัดสกลนคร. กศ.ม. สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัย มหาสารคาม.
- ยุพิน กองธรรม. 2532. ผลการฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมใน การแสดงออกเพื่อลดความก้าวร้าวของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. ปริญญาการศึกษา

มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก.

- ศรีเวียง ไพโรจน์กุล. 2544. คู่มือทีมสหวิชาชีพ “การทารุณ กรรมและทอดทิ้งเด็ก” โครงการพิทักษ์สิทธิเด็ก โรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. ขอนแก่น : โรงพิมพ์คลัง นานาวิทยา.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2545. จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุก ช่วงวัย เล่ม 2 วัยรุ่น – วัยสูงอายุ. พิมพ์ครั้งที่ 8. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุชา จันทน์เอม. 2542. จิตวิทยาพัฒนาการ . พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ. บริษัท โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด.
- สุภาพร ภัทรโยธิน. 2541. ผลของการให้คำปรึกษาแบบ กลุ่มที่มีต่อการปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- สุพมาลย์ คำหวาน. 2543. การลดพฤติกรรมก้าวร้าวโดย เทคนิคและการเสริมแรงทางสังคม. วิทยานิพนธ์ ปริญญาศึกษาศาตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการ เน้นแนะและให้คำปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- สมพร สุทัศน์ีย์. 2530. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ กับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุภาพร ภัทรโยธิน. 2541. ผลของการให้คำปรึกษาแบบ กลุ่มที่มีต่อการปรับพฤติกรรมก้าวร้าวของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

สรรสุดา มีชั้นช่วง. 2544. ปัจจัยบางประการที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน ในสถานศึกษา  
สังกัดกรมสามัญศึกษาจังหวัดบุรีรัมย์: การวิเคราะห์สาเหตุ. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษา  
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

อุษณี แคว้นน้อย. 2545. ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีผลต่อพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนกัลยาณวัตร อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการแนะแนวและให้คำปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยขอนแก่น.

Mayer, Martha Jane. 1990. "Effects of Vidiotapeed Peer Interaction on The Behavior of Hyperactive, Hyperactive-Aggressive and Comparison Boys," Dissertation Abstracts International. 50(12) ; June.