



## บทความวิจัย

### ผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม ต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

### The Effects of Group Counselling with Rational Emotive Behavior Theory on Career Decision Making of Grade 9 Students

พรพิมล คงวิวัฒน์กุล<sup>1\*</sup>, จิตรวี อุทุมพร<sup>2</sup> และ สุภกร ทวก่อ่น<sup>3</sup>

Pornpimol Kungwiwattanakul<sup>1\*</sup>, Jitravee Utumporn<sup>2</sup> and Supakorn Toug-orn<sup>3</sup>

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องค์กรักษ์

สถาบันวิจัย พัฒนา และสาธิตการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ นครนายก

Ongkharak Demonstration School

Educational Research Demonstration Institute, Srinakharinwirot University, Nakhon Nayok

\*Email: pijikaa25@gmail.com

Received 29 December 2022; Revised 12 June 2023; Accepted 15 June 2023

#### Abstract

The objective of this research aimed to study the effect of group counselling with rational emotive behavior theory on career decision making of grade 9 students. It was experimental research. The population was 142 students and sample group were 16 students of grade 9 students in the first semester, academic year 2021 of Ongkharak Demonstration School, Srinakharinwirot University, Nakhon Nayok Province, obtained by purposive sampling. The research was conducted for 12 times to the experimental sample group and the control sample group which divided into 4 steps: pre-experimental phase, experimental phase, post-experimental phase, and follow-up phase. The statistics used to analyze the data were mean ( $\bar{X}$ ), standard deviation (S.D.), repeated measures analysis of variable: one between – subjects variable and one within-subjects variable (Howell, 1999) and paired test method. The research results found that means of career decision making test from experimental sample group pre-experimental phase, post-experimental phase, and follow-up phase were 3.34, 3.77 and 3.80 which were higher than a control sample group which were 2.24, 2.59 and 2.77, respectively. The scores' interaction of experimental sample group and control sample group were not significantly different at the .00 level in every phase ( $p < .05$ ).

**Keywords:** Career Decision Making; Group Counseling; Rational Emotive and Behavior Therapy

#### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรม ต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ซึ่งเป็นการวิจัยเชิงทดลองโดยประชากรคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องค์กรักษ์ จังหวัดนครนายก ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 142 คน กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนจำนวน 16 คน ซึ่งได้มาด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง ดำเนินการวิจัยโดยมีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม



จำนวน 12 ครั้ง โดยแบ่งเป็น 4 ขั้นตอน คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ 1) คะแนนเฉลี่ย 2) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3) การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Howell, 1999) และ 4) ทดสอบความแตกต่างด้วยวิธีทดสอบรายคู่ ผลการวิจัย พบว่าเฉลี่ยคะแนนแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนกลุ่มควบคุมในระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล มีค่า 3.34, 3.77 และ 3.80 ตามลำดับ โดยสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพ ในระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล เป็น 2.24, 2.59 และ 2.77 ตามลำดับ โดยมีปฏิสัมพันธ์ของคะแนนนักเรียนที่ทำแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพจากการได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จากคะแนนเฉลี่ยของระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .00 ( $p < .05$ )

**คำสำคัญ:** การตัดสินใจเลือกอาชีพ; การให้คำปรึกษากลุ่ม; ทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม

## บทนำ

การประกอบอาชีพในปัจจุบันแตกต่างไปจากอดีต เนื่องจากมีปัจจัยแวดล้อมทางด้านเศรษฐกิจสังคมและการเมืองที่มีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ซับซ้อนมากขึ้น ความเปลี่ยนแปลงของโลกในยุคข่าวสารและการแข่งขันทางเศรษฐกิจสูง การศึกษาและการนำความรู้มาใช้เป็นพื้นฐานในการประกอบอาชีพมีความจำเป็นในการสร้างมาตรฐานชีวิตที่ดีให้แก่ตนเอง ครอบครัวและสังคมการประกอบอาชีพจึงมีความสำคัญและเป็นความจำเป็น ได้แก่ การประกอบอาชีพเพื่อตนเอง การประกอบอาชีพเพื่อครอบครัว และสุดท้ายคือการประกอบอาชีพเพื่อประเทศชาติ (Pintapat, n.p.) แต่การจะประกอบอาชีพได้นั้นจะต้องมีการศึกษาข้อมูล ตลอดจนมีความสามารถ ความชำนาญ และมีประสบการณ์จึงจะประกอบอาชีพได้ ทั้งนี้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษากับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ซึ่งเป็นการให้คำปรึกษากลุ่มในการเลือกอาชีพ ที่จะได้ให้นักเรียนได้รู้จักตนเองผ่านกระบวนการให้คำปรึกษา การให้คำปรึกษา (Counseling) เป็นอีกหนึ่งในบริการของงานแนะแนว ที่เป็นกระบวนการสัมพันธ์สภาพต่อกันทางวิชาชีพระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับการปรึกษา เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจตนเองกับสิ่งแวดล้อมอย่างถูกต้อง ตลอดจนสามารถนำไปใช้ในการแก้ปัญหา ป้องกันปัญหาและวางแผนตนเองในอนาคตเกี่ยวกับการศึกษา อาชีพ หรือด้านส่วนตัวและสังคม ทั้งนี้การบริการให้คำปรึกษาจึงเป็นหัวใจสำคัญในการแนะแนวทางการศึกษาต่อ และเป็นแนวทางในการเลือกอาชีพ เนื่องจากเป็นบริการให้การช่วยเหลือนักเรียนโดยตรง โดยมีรูปแบบการให้คำปรึกษารายบุคคลและการให้คำปรึกษากลุ่มในการให้คำปรึกษาในสถานศึกษานั้นจะต้องอยู่ในความดูแลของครูผู้สอน ไม่ว่าจะเป็นครูแนะแนว ครูที่ปรึกษาที่จะต้องเข้ามามีบทบาทในการทำหน้าที่ให้คำปรึกษาแก่เด็กที่ประสบปัญหาในการเรียน เรื่องส่วนตัว หรือเรื่องอื่น ๆ (Thiyaporn, 2020) จากที่กล่าวมาข้างต้นนั้นแสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษาในโรงเรียนเป็นการให้การดูแลและช่วยเหลือนักเรียนใน 3 ด้าน โดยในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาเพื่อให้นักเรียนที่ประสบปัญหาในการตัดสินใจเลือกอาชีพได้รับแนวทางและได้รู้จักตนเองในการเลือกประกอบอาชีพต่อไป

พัฒนาการทางเขาวนปัญญาในช่วงเด็กวัยรุ่น พ็อจาเจต์ได้กล่าวถึงขั้นนี้ว่า “Formal Operations” ซึ่งเป็นช่วงที่เด็กวัยรุ่นสามารถคิดได้แบบผู้ใหญ่ คือการมีเหตุผล คิดเป็นนามธรรมได้ จึงมีความสนใจเกี่ยวกับปรัชญาชีวิต ความเป็นไปของชีวิต สามารถใช้เหตุและผลในการตัดสินใจ มีหลักการเหตุผลเป็นของตนเอง ทั้งนี้ การสอนให้เด็กวัยนี้ควรเป็นการสอนให้รู้จักการทำทนายให้เด็ก รู้จักคิดเอง เพื่อให้แก้ปัญหาโดยใช้หลักการวิทยาศาสตร์ การสอนให้คิดรวบยอดอาจเริ่มจากบอกคุณลักษณะสำคัญ อีกทั้งเด็กวัยนี้เป็นวัยที่มีความสนใจในตนเอง อยากรู้ว่าตนเองคือใคร อยากเข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงและการได้รับความยอมรับจากสังคม นอกจากนี้ จะมีจุดประสงค์ของชีวิตที่แน่นอนเกี่ยวกับอาชีพ อิริคสันเรียกวัยรุ่นว่า “Identity vs Role Confusion” (Kowtrakul,



2016) โดยเน้นกลุ่มเป้าหมายเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ซึ่งเป็นนักเรียนที่อยู่ในวัยรุ่น และยังเป็นช่วงการศึกษาที่จะต้องไปศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น ที่มีตัวเลือกหลากหลายทาง ไม่ว่าจะเป็นการศึกษาต่อในระบบการศึกษาสายสามัญ (ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4) การศึกษาต่อในระบบสายอาชีพ (อาชีวศึกษา) การศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา (มหาวิทยาลัยเปิด) หรือ การเลือกประกอบอาชีพ ซึ่งการที่นักเรียนจะสามารถเลือกได้นั้นจะต้องมีความเข้าใจและมีข้อมูลมากพอในการตัดสินใจเลือกแนวคิดทฤษฎีที่พิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม (Rational Emotive Behavior Theory) มูสและบิลลิง (Moos and Billing, 1982) จิตแพทย์และนักจิตวิทยาที่ให้ความสนใจในเรื่องการการตัดสินใจเลือกอาชีพ เผชิญปัญหา ได้อธิบายเกี่ยวกับการเผชิญปัญหาว่า มีพื้นฐานมาจากแนวคิดของทฤษฎีต่าง ๆ ดังต่อไปนี้ 1) ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic Theory) เป็นทฤษฎีที่เน้นเกี่ยวกับโครงสร้างของบุคลิกภาพของมนุษย์ที่ประกอบด้วยโครงสร้างของจิต 3 ส่วน คือ อิด(Id) อีโก้ (Ego) และซูเปอร์อีโก้ (Superego) 2) ทฤษฎีเกี่ยวกับวงจรชีวิต (Life Cycle Perspective) เป็นทฤษฎีที่เน้นเกี่ยวกับพัฒนาการของ บุคคลและประสบการณ์ในชีวิต 3) ทฤษฎีวิวัฒนาการ (Evolution Theory and Behavior Modification) เป็นทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับทักษะในการแก้ปัญหาและประเมินด้านความคิด 4) ทฤษฎีเกี่ยวกับวัฒนธรรมและสังคมเศรษฐกิจ (Cultural and Social Ecological Perspectives) เป็นทฤษฎีที่เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม จากทฤษฎีที่กล่าวมาทั้ง 4 ทฤษฎีนี้ Moos and Billing ได้รวบรวมข้อมูลต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการเผชิญปัญหาไว้ซึ่งได้แก่พัฒนาการของอีโก้ (Ego Envelopment) การเชื่อความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) รูปแบบการนึกคิด (Cognitive Styles) ทักษะในการแก้ปัญหา ลักษณะสังคมและความเชื่อ ทั้งหมดนี้อาจกล่าวได้ว่า ในการเลือกอาชีพนั้นต้องมีพื้นฐานหรือมีปัจจัยในการเลือกอาชีพโดยมีทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาการของช่วงชีวิต จึงเป็นที่มาของการนำแนวคิดทฤษฎีที่พิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม มาใช้ในการศึกษาการวิจัยในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ครั้งนี้

ในฐานะครูแนะแนวที่ได้ทำการศึกษาคำวิจัยในครั้งนี้จึงมีความสนใจและเห็นถึงความสำคัญในการให้คำปรึกษากลุ่มแก่นักเรียนที่มีปัญหาในการเลือกอาชีพ เพื่อเป็นแนวทางในการให้นักเรียนได้เลือกศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น จนสามารถได้ประกอบอาชีพตามที่ได้วางแผนไว้ได้อย่างตรงเป้าหมาย ทั้งนี้ ได้ใช้กระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีที่พิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม จะต้องคำนึงถึงโครงสร้างบุคลิกภาพ จิตวิทยาพัฒนาการสำหรับเด็กในวัยนี้ ทั้งนี้ในการศึกษาครั้งนี้จะเป็นการศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยมีเป้าหมายให้นักเรียนได้รู้จักตนเองผ่านกระบวนการให้คำปรึกษา จนทำให้นักเรียนได้มีแนวทางในการศึกษาต่อจนเลือกอาชีพต่อไปได้

## วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาผลการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีที่พิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรมต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

## ทบทวนวรรณกรรม

### ความหมายเกี่ยวกับการตัดสินใจเลือกอาชีพ

Kongrakchang (2015) กล่าวว่า กระบวนการที่บุคคลพิจารณาข้อมูลเกี่ยวกับตนเอง ซึ่งประกอบไปด้วยความต้องการ ความสนใจ ความถนัด บุคลิกภาพ และค่านิยมของตนกับตัวเลือกทางอาชีพและหาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลจนเกิดการตัดสินใจเลือกอาชีพจากการรับรู้ ความสามารถของตนเอง และเกิดความมุ่งมั่นต่อการตัดสินใจนั้น Wongwan (2019) กล่าวว่า การที่บุคคลมีความตั้งใจในการเลือกประกอบอาชีพ โดยตระหนักถึงความต้องการ ความสนใจ ความสามารถด้านร่างกาย สติปัญญา ความถนัด บุคลิกภาพ ค่านิยมและบุคคลแวดล้อม เช่น ผู้ปกครอง ญาติ ครู ครอบครัว ตลอดจนถิ่นที่อยู่และค่านิยมในชุมชน และบุคคลนั้นจะต้องมีข้อมูลที่เพียงพอ สามารถนำเอาความรู้จากข้อมูลส่วนตัว และข้อมูลทางอาชีพมาตัดสินใจเลือกอาชีพที่เหมาะสมกับตนได้



จากที่กล่าว สรุปได้ว่า การที่บุคคลมีกระบวนการคิดพิจารณาถึงความสนใจ ความถนัด มีความรู้และสติปัญญา รวมถึง การมีส่วนร่วม  
ร่วมของบุคคลในครอบครัว เช่น พ่อแม่ ญาติพี่น้อง หรือแม้กระทั่งบุคคลในสังคม แต่บุคคลควรมีการตัดสินใจเลือกอาชีพ  
ให้เหมาะสมกับความถนัด และความสามารถของตนเอง

### ทฤษฎีการเลือกอาชีพของฮอลแลนด์ (Holland's theory vocational choice)

เจ เอส ฮอลแลนด์ (Holland, 2000) มีแนวคิดที่ว่า พฤติกรรมหรือบุคลิกภาพมีอิทธิพลต่อการเลือกอาชีพ มีหลักว่า  
บุคคลเลือกอาชีพจากบุคลิกภาพ และมีการแบ่งบุคลิกภาพที่สอดคล้องกับอาชีพ เพื่อเป็นแนวทางในการเลือกอาชีพ

1. บุคคลที่สามารถใช้เครื่องมือ หรือวัสดุต่าง ๆ ชอบแก้ไขซ่อมแซมวัสดุต่าง ๆ ใช้ทักษะที่เกี่ยวข้องกับรูปธรรม ไม่ชอบ  
เกี่ยวกับภาษา เลี้ยงกิจกรรมที่ต้องใช้วาจาอธิบาย อาชีพที่เหมาะสม เช่น ช่าง ด้านกลไกกรรม วิศวกร
2. บุคคลที่ชอบวิเคราะห์เชิงวิชาการ และการประเมิน ไม่เชื่ออะไรง่าย ๆ มีความมั่นใจในตนเอง ชอบแก้ปัญหา  
คณิตศาสตร์ ชอบทดลองประเภทท้าทายความสามารถ อาชีพที่เหมาะสม นักวิทยาศาสตร์ แพทย์
3. บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบบริการสังคมชอบทำงานร่วมกับผู้อื่น ช่วยเหลือผู้อื่น ช่วยคนที่มีปัญหาทางจิตใจ มีความ  
เข้าใจผู้อื่นได้ดี มีเมตตากรุณา มีความรับผิดชอบ มีทักษะในการติดต่อกับผู้อื่น ชอบงานด้านภาษามากกว่างานที่ต้องใช้ความรู้  
ทางวิทยาศาสตร์ อาชีพที่เหมาะสม เช่น นักสังคมวิทยา นักแนะแนว ผู้ให้คำปรึกษา นักสังคมสงเคราะห์
4. บุคคลที่ชอบทำตามระเบียบแบบแผน เป็นคนประณีตและยึดประเพณีนิยม ไม่ค่อยยืดหยุ่น มักชอบทำงานที่มี  
ระเบียบแบบแผน ขาดความคิดริเริ่มและจินตนาการ อาชีพที่เหมาะสม เช่น งานด้านสารบรรณ เลขานุการ บรรณารักษ์
5. บุคคลที่มีลักษณะเป็นผู้นำ ชอบชักจูงผู้อื่นคล้อยตาม ชอบอำนาจ ชอบแสดงตัว มีความเชื่อมั่นในตนเองกล้าโต้แย้ง  
กล้าเสี่ยง มักชอบอาชีพที่ตนจะได้แสดงลักษณะของตน อาชีพที่เหมาะสม เช่น นักการเมือง นักธุรกิจ โฆษณาประชาสัมพันธ์
6. บุคคลที่ชอบแสดงออก รักความอิสระ ไม่ชอบอยู่ใต้อำนาจบัญชาใคร ไม่ชอบคล้อยตามผู้อื่น แสดงออกทางศิลปกรรม  
มีความสามารถทางดนตรี ชอบฟังเพลง ชอบดูละคร เขียนหนังสือและแต่งกลอนได้ดี อาชีพที่เหมาะสม เช่น ครูสอนศิลปะ นักแสดง  
นักดนตรี ผู้กำกับแสดง จิตรกร สถาปนิก

### ทฤษฎีพิจารณาเหตุผลอารมณ์และ พฤติกรรม

ในการศึกษาค้นคว้านี้ ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม (Rational Emotive  
Behavior Therapy in Group) ซึ่งคอเรย์ (Corey, 2008) กล่าวว่า Albert Ellis เป็นผู้ก่อตั้งการบำบัดแบบ Rational Emotive  
Therapy (RET) ในกลางปี 1950 และเป็นผู้หนึ่งที่ทำให้ความสำคัญกับอิทธิพลของบทบาทในการรับรู้ ต่อมา Albert เปลี่ยนชื่อ  
การบำบัดเป็น Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) เนื่องจากรูปแบบการบำบัดให้ความสำคัญกับปฏิกริยาที่มี  
ผลต่อกันระหว่างการรับรู้ อารมณ์และพฤติกรรม Ellis ได้รวมกันบำบัดแบบมนุษยนิยมและการบำบัดแบบพฤติกรรมนิยมเข้าด้วยกัน  
ความพยายามในการเริ่มต้นของเขาทำให้เขาเป็นที่รู้จักในนามของ "บิดาของการบำบัดแบบ REBT"

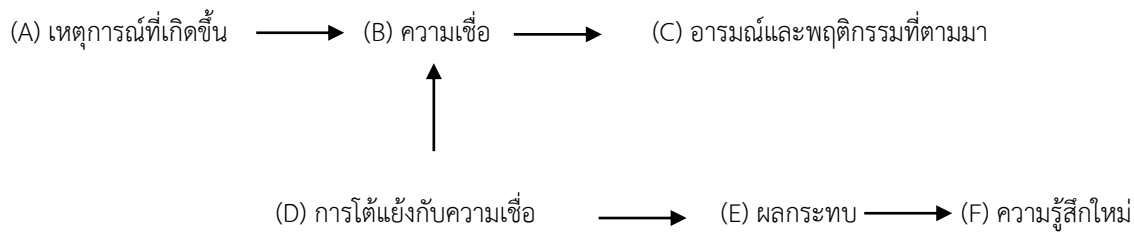
### ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์

Corey (2008) กล่าวว่า ทฤษฎี REBT เห็นว่า มนุษย์มีศักยภาพสองสิ่งมาพร้อมตอนเกิด คือ ความคิดอย่างมีเหตุผล  
และความคิดไร้เหตุผล มนุษย์โดยทั่วไป มักจะจะมีการปกป้องตัวเอง ชอบความสุข มีการพุดคุย ความคิด การสื่อสารกับผู้อื่น  
การเจริญเติบโต และการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์แบบ (Self - Destruction) และไม่ค่อยมีการพัฒนาตนเอง การผัดวันประกันพรุ่ง การ  
เชื่อผีสารเทวดา การไม่อดทน การตำหนิตนเอง และมักจะบอกว่า มนุษย์ย่อมมีความผิดพลาด แต่ก็มีที่ยอมรับตนเองที่จะอยู่และ  
ใช้ชีวิตอย่างสันติ



### ทฤษฎี A - B - C

ทฤษฎี A - B - C กล่าวถึง การถูกรบกวนทางบุคลิกภาพและอารมณ์เป็นจุดสำคัญของทฤษฎีและภาคปฏิบัติของ REBT ทฤษฎี A - B - C บอกว่า เมื่อบุคคลมีปฏิกิริยาทางอารมณ์ที่จุด C ผลทางอารมณ์ที่ตามมา หลังจากเหตุการณ์ที่มากระตุ้น (A) เกิดขึ้น เหตุการณ์ (A) ไม่ใช่สาเหตุของอารมณ์ที่ตามมา แม้ว่าเหตุการณ์อาจจะทำให้เกิดผลตามอารมณ์ที่ตามมา (C) แต่ความเชื่อ (B) เหตุการณ์ที่มีต่อบุคคลเป็นสาเหตุของการก่ออารมณ์ที่ตามมา (C) เหตุการณ์ที่มากระตุ้น (A) ไม่ได้เป็นสาเหตุของผลทางอารมณ์ (C) แต่ B ซึ่งเป็นความเชื่อที่บุคคลมีต่อ A เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิด C ซึ่งหมายถึงปฏิกิริยาตอบสนองขององค์ประกอบต่าง ๆ สามารถแสดงได้ ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 ทฤษฎี A - B - C

### ความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่ม

Samitakasetrin (2003) ได้ให้ความหมายการปรึกษากลุ่มว่าเป็นกระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดขึ้นเพื่อเป็นการช่วยเหลือผู้รับบริการปรึกษา ซึ่งมีจำนวนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป มาเข้าร่วมกลุ่มกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาซึ่งเป็นผู้ที่มีคุณลักษณะและบุคลิกที่เหมาะสมในการเป็นผู้นำกลุ่ม ทำหน้าที่เอื้ออำนวยให้บรรยากาศในกลุ่มมีความอบอุ่น เป็นกันเอง รู้สึกปลอดภัย จนทำให้สมาชิกเกิดความรู้สึกไว้วางใจซึ่งกันและกัน และนำไปสู่การเปิดเผยตนเอง เพื่อช่วยให้สมาชิกได้สำรวจและเผชิญหน้ากับปัญหาหรือสิ่งที่ทำให้เกิดความรู้สึกวิตกกังวล ด้วยความเข้าใจและค้นหาวิธีทางในการแก้ปัญหา Chaipan (2003) ให้ความหมายการให้คำปรึกษากลุ่ม ว่าเป็นกระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดขึ้นเพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษาที่มีปัญหาคล้ายคลึงกันหรือความต้องการเหมือนกัน โดยให้คำปรึกษาตั้งแต่ 4 – 8 คน (Shertzer and Stone, 1981) ซึ่งมุ่งให้ผู้รับคำปรึกษาได้ปรับปรุงตนเองโดยผู้ให้คำปรึกษาจะคอยเอื้ออำนวยให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสสำรวจตนเอง แสดงความรู้สึกและแสดงความคิดเห็นกล้าเผชิญความจริง ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่นภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ การยอมรับ ความไว้วางใจ และความเข้าใจซึ่งกันและกัน Sapmee (2007) ได้ให้ความหมายถึงการให้การปรึกษาเป็นกลุ่มว่าเป็นรูปแบบหนึ่งของการปรึกษา เป็นกระบวนการที่ผู้มีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเองหรือต้องการจะแก้ปัญหาใดปัญหาหนึ่งร่วมกัน มาปรึกษาหารือซึ่งกันและกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้การปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกในกลุ่มจะมีโอกาสได้แสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของแต่ละคน เป็นการได้ระบายความรู้สึกขัดแย้งในจิตใจ ได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอมรับตนเอง กล้าเผชิญปัญหาและได้ให้ความคิดในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเองกับทั้งได้รับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่น และได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีความรู้สึกขัดแย้งหรือความคิดเห็นเช่นเดียวกับตน ไม่ใช่เขาคคนเดียวที่มีปัญหา

สรุปได้ว่า กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดขึ้นเพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษาตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปในเวลาเดียวกัน ซึ่งเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงด้านเจตคติ ความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมของผู้รับบริการ โดยให้สมาชิกกลุ่มมีสัมพันธภาพที่ดี



ต่อกัน ช่วยเหลือ ยอมรับได้ แสดงความรู้สึก ความคิด ปรับเปลี่ยนความคิดที่เกิดขึ้น และสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขในปัจจุบัน

### กระบวนการให้คำปรึกษากลุ่ม

คอเรย์ (Corey, 2008) ได้กล่าวถึงขั้นตอนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยมีขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นเริ่มต้นของการให้คำปรึกษา เน้นการสร้างสัมพันธภาพ และการเข้าร่วมกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องแนะนำให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจขั้นตอนของการทำกลุ่ม ชี้แจงให้สมาชิกเข้าใจถึงกฎและข้อตกลงของกลุ่ม บทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษา ตลอดจนแนะนำให้สมาชิกเข้าใจทักษะพื้นฐานของการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกับกลุ่ม อาทิ การรู้จักฟัง การพูดแสดงความคิดเห็นความรู้สึก การสังเกตพฤติกรรมของผู้อื่น จากนั้นผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มแนะนำตนเองกับกลุ่ม โดยผู้ให้คำปรึกษาต้องช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้สำรวจถึงความคาดหวังของเขาในการเข้ากลุ่ม ในระยะนี้สิ่งที่สำคัญอย่างยิ่งที่ต้องสร้างให้เกิดในขั้นตอนเริ่มต้นของการให้คำปรึกษา คือ ความไว้วางใจภายในกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องสร้างบรรยากาศของการมีส่วนร่วมให้สมาชิกกลุ่มเกิดความคุ้นเคย เกิดการยอมรับและไว้วางใจซึ่งกันและกัน เพื่อให้สมาชิกทุกคนสามารถเปิดเผยตนเอง ซึ่งในขั้นเริ่มต้นนี้บรรยากาศในกลุ่มอาจเกิดความรู้สึกอึดอัดในความไม่คุ้นเคยกันของสมาชิกกลุ่ม ทั้งนี้ เนื่องจากเป็นขั้นเริ่มต้นของการให้คำปรึกษา ดังนั้น ผู้ให้คำปรึกษาจำเป็นต้องสร้างบรรยากาศแห่งความคุ้นเคย ความรู้สึกไว้วางใจซึ่งกันและกันให้เกิดภายในกลุ่มให้เร็วที่สุด

2. ขั้นสำรวจ/รวบรวมข้อมูล ในขั้นนี้สมาชิกกลุ่มจะเกิดความรู้สึกวิตกกังวล เกิดการต่อต้าน เกิดความขัดแย้ง เกิดความลังเลที่จะเข้าไปมีส่วนร่วมในกลุ่มอย่างเต็มที่ เพราะเกิดความไม่แน่ใจซึ่งกันและกัน เกิดความวิตกกังวลว่าตนเองจะได้รับการยอมรับจากสมาชิกคนอื่นในกลุ่มหรือไม่ ดังนั้น ผู้ให้คำปรึกษาต้องชี้แจงให้สมาชิกได้กล่าวถึงปัญหาของตนเองอย่างเปิดเผย ให้กำลังใจและสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มแสดงความคิดเห็น ความรู้สึกที่มีอยู่ต่อกับกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาต้องช่วยให้สมาชิกกลุ่มพัฒนาจากภาวะการทดสอบความไว้วางใจ และการยอมรับในกลุ่มไปสู่ความไว้วางใจที่จะเปิดเผยตนเองเพิ่มขึ้น โดยผู้ให้คำปรึกษาต้องให้สมาชิกกลุ่มเห็นความสำคัญของการยอมรับและเข้าใจในอารมณ์ความรู้สึกวิตกกังวลใจของตนเองที่เกิดขึ้น และพร้อมที่จะเปิดเผยความรู้สึกที่ขัดแย้งเหล่านั้น ตลอดจนกระตุ้นและท้าทายให้สมาชิกได้แสดงความคิดเห็นความรู้สึกของตนเองออกมา โดยใช้คำถามปลายเปิด ซึ่งในขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกแต่ละคนจะต้องสร้างบรรยากาศที่อบอุ่นและปลอดภัยให้เกิดขึ้นภายในกลุ่ม พฤติกรรมการใส่ใจ และทักษะการฟังขั้นพื้นฐาน ถือเป็นทักษะขั้นสำคัญที่จะช่วยให้สมาชิกกลุ่มเปิดเผยตนเองกับกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเรียนรู้วิธีการที่จะเผชิญกับบุคคลอื่นในแนวทางที่สร้างสรรค์ และยอมรับกับความรู้สึกในอดีตที่ ไม่เหมาะสม พร้อมทั้งจะเผชิญกับปฏิกริยาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในกลุ่ม และพร้อมที่จะเผชิญกับความรู้สึกขัดแย้งมากกว่าที่จะหลีกเลี่ยง

3. ขั้นปฏิบัติการ ในขั้นนี้ความรู้สึกไว้วางใจและความร่วมมือภายในกลุ่มจะเพิ่มขึ้น การสื่อสารภายในกลุ่มเป็นไปอย่างเปิดเผยและถูกต้อง ปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นระหว่างสมาชิกมีทิศทาง และมีความเป็นอิสระ สมาชิกเต็มใจเปิดเผยเรื่องราวของตนเอง อภิปรายปัญหาตามความเป็นจริง ร่วมกันแก้ไขปัญหาของกันและกัน ไม่ปกป้องตนเอง พร้อมทั้งจะเผชิญกับความท้าทายของบุคคลอื่น ในขั้นนี้สมาชิกจะต้องสำรวจถึงปัญหาที่แท้จริงของตนเอง เข้าใจปัญหาและพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม มีการลงมือปฏิบัติเพื่อนำไปสู่พฤติกรรมที่ตั้งเป้าไว้

ในขั้นนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องกระตุ้น สนับสนุนให้เกิดความร่วมมือที่จะช่วยกันแก้ไขปัญหาภายในกลุ่ม สนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มจัดการแก้ไขเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาของตนเอง โดยผู้ให้คำปรึกษาควรให้ข้อมูลย้อนกลับและให้แรงเสริมอย่างเป็นระบบเพื่อกระตุ้นให้สมาชิกแสดงความคิดเห็น ความรู้สึกของตนเอง เป็นกำลังแก่สมาชิกกลุ่มที่กำลังจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนไปในทางที่พึงปรารถนา ตลอดจนช่วยให้สมาชิกกลุ่มเลือกพิจารณาแนวทางในการแก้ปัญหา โดยให้สมาชิกกลุ่มลงมือปฏิบัติในทางที่ตนเองเลือกด้วยความรับผิดชอบ

4. ขั้นยุติการปรึกษา ในขั้นตอนนี้เป็นขั้นที่ช่วยให้สมาชิกประมวลประสบการณ์ถึงสิ่งที่ได้จากกลุ่มและการนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์ ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกได้เข้าใจสาเหตุของพฤติกรรมที่ตนเองมีปัญหา และนำแนวทางที่ได้รับจากกลุ่มไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน



บางครั้งสมาชิกอาจมีความรู้สึกกลัวที่จะต้องแยกจากกลุ่ม และกลัวที่จะนำเอาประสบการณ์ที่ได้รับจากกลุ่มไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ดังนั้น ผู้ให้คำปรึกษาต้องช่วยให้สมาชิกกลุ่มกล้าที่จะเปิดเผยความรู้สึกของตนเองและรับรู้วิธีการที่ตนเองเลือกใช้เมื่อถึงเวลาที่ต้องจากกัน รวมไปถึงรู้จักเผชิญหน้ากับการพึ่งตนเองโดยไม่มีกลุ่มคอยช่วยให้อึดใจและเตรียมตัวที่จะนำประสบการณ์ที่เรียนรู้จากกลุ่มไปปรับใช้ในสภาพจริง รวมทั้งการให้แรงเสริมแก่สมาชิกเพื่อให้แน่ใจว่า ข้อมูลที่ได้รับจากกลุ่มสามารถช่วยให้พวกเขามีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่พึงปรารถนาได้ ตลอดจนเน้นย้ำให้สมาชิกกลุ่มเห็นความสำคัญของการรักษาความลับของกลุ่ม เมื่อสมาชิกต้องแยกจากกลุ่มแล้ว

5. **ขั้นประเมินผล** หลังจากจัดกิจกรรมให้คำปรึกษากลุ่มแล้ว ผู้ให้คำปรึกษาจะทำการประเมินผลกิจกรรมนั้น ๆ เช่น การประเมินผลหลังเสร็จสิ้นการให้คำปรึกษา การประเมินผลเป็นรายบุคคล การประเมินผลรวม การสัมภาษณ์ผู้ใกล้ชิดผู้รับคำปรึกษา การสังเกตพฤติกรรมผู้รับคำปรึกษาหรือการใช้แบบสอบถาม

### **ขนาดของกลุ่ม**

มีผู้เชี่ยวชาญได้ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับกลุ่มไว้ดังต่อไปนี้

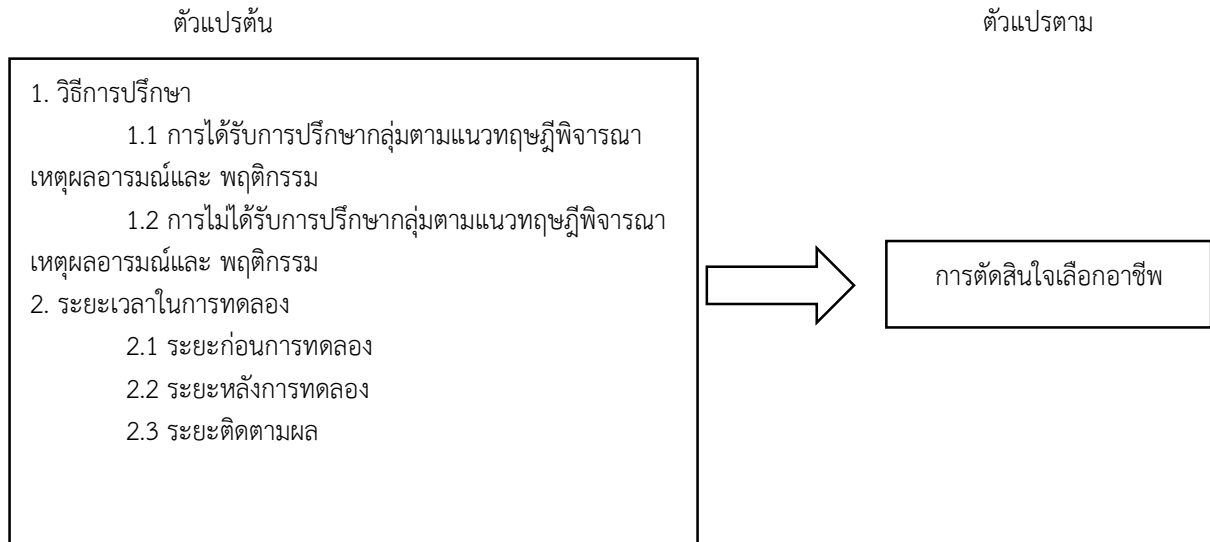
Pansuwan (2002) มีความเห็นว่าขนาดของกลุ่มจะมีขนาดใหญ่หรือเล็กขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของกลุ่มวัยของสมาชิกในกลุ่ม สมาชิกของกลุ่มวัยรุ่นหรือวัยผู้ใหญ่ กลุ่มอาจจะประมาณ 8 – 10 คน ถ้ากลุ่มขนาดใหญ่ขึ้นจะทำให้มีความสัมพันธ์ของสมาชิกลดน้อยลง ดังนั้นขนาดของกลุ่มโดยทั่วไป จึงควรมีสมาชิกที่เพียงพอที่จะเกิดปฏิสัมพันธ์ให้ทุกคนมีโอกาสแสดงความคิดเห็นได้อย่างหลากหลาย แต่ถ้าสมาชิกในกลุ่มมีจำนวนน้อยเกินไปจะทำให้สูญเสียลักษณะของความเป็นกลุ่ม Samitakasetrin (2003) เสนอว่า ขนาดของกลุ่มมักประกอบด้วยสมาชิกตั้งแต่ 3 – 12 คน แต่จำนวนที่เหมาะสมคือ 5 – 8 คน ซึ่งจำนวนสมาชิกที่เหมาะสมจะทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์เพียงพอที่จะเป็นพลังของกลุ่ม สรุปว่า การจัดขนาดของกลุ่ม ให้มีเหมาะสม จะทำให้มีประสิทธิภาพในการให้คำปรึกษาและสมาชิกมีปฏิสัมพันธ์กันในกลุ่ม และทุกคนมีโอกาสแสดงความคิดเห็นได้

### **ระยะเวลา ความถี่ และจำนวนครั้ง**

Samitakasetrin (2003) กล่าวว่า ระยะเวลาในการทำกลุ่มขึ้นอยู่กับชนิดและวัตถุประสงค์ของกลุ่มที่กำหนดไว้ โดยทั่วไประยะเวลาเฉลี่ยประมาณ 1 ชั่วโมงครั้ง ไม่ควรเกิน 1 ชั่วโมงครั้งเพราะจะทำให้สมาชิกล้า ขาดสมาธิ หมดความสนใจ ส่วนความถี่ในการปรึกษาแบบกลุ่มควรจัดสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ยกเว้นในกลุ่มประเภทเร่งด่วนที่จะต้องดำเนินการให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ในระยะเวลาที่จำกัด จำนวนครั้งที่กลุ่มจะพบกันขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของการทำงานกลุ่มและธรรมชาติของสมาชิก แต่โดยทั่วไปกลุ่มจะพบกัน 5 – 10 ครั้ง แล้วแต่ความเหมาะสม จากที่กล่าวมาข้างต้น การจัดกลุ่มให้มีช่วงเวลา จำนวนครั้งที่เหมาะสมนั้นขึ้นอยู่กับองค์ประกอบต่าง ๆ เช่น ลักษณะของสมาชิก สถานที่ที่ใช้ในการจัดกลุ่ม ลักษณะของปัญหา ดังนั้น ผู้จัดกลุ่มจะต้องพิจารณาให้มีความเหมาะสมและสอดคล้องกับความต้องการของสมาชิก เพื่อให้กลุ่มสามารถดำเนินไปด้วยความราบรื่น



### กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 2 กรอบแนวคิดในการวิจัย

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental research design) เพื่อศึกษาผลการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผลอารมณ์และ พฤติกรรม ต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ขอบเขตการวิจัยในครั้งนี้ ได้แก่

#### ขอบเขตการวิจัย

1. **ประชากร** คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 142 คน

2. **กลุ่มตัวอย่าง** ที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องค์กรฯ จำนวน 16 คน ซึ่งได้มาด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยมีวิธีการได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

2.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องค์กรฯ จำนวน 142 คน ตอบแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพ

2.2 ผู้วิจัยนำแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพ แล้วนำคะแนนที่เก็บได้มาจัดเรียง เลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 ลงมา จำนวนทั้งสิ้น 16 คน ทำการสุ่มอย่างง่าย แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน โดยเป็นผู้ที่สมัครใจเข้าร่วมกลุ่มทดลอง โดยการลงลายมือชื่อในใบยินยอมพร้อมผู้ปกครอง ภายใต้เงื่อนไขว่า การเข้าร่วมการวิจัยนี้ จะไม่มีผลกระทบใด ๆ กับกลุ่มตัวอย่าง และสามารถถอนตัวจากการเป็นกลุ่มตัวอย่างได้ตลอดเวลา แม้ว่าจะยังไม่สิ้นสุดลงก็ตาม รักษาความลับโดยการไม่เปิดเผยชื่อสกุล มีระบบการประเมินผลกระทบทางจิตใจและระบบการส่งต่อ

#### 3. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

3.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ วิธีการปรึกษาและระยะเวลาการทดลอง

3.1.1 วิธีการให้คำปรึกษา แบ่งออกเป็น 2 วิธี ได้แก่

3.1.1.1 การได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผลอารมณ์และ พฤติกรรม





3.1.1.2 การไม่ได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผลอารมณ์และ พฤติกรรม

3.1.2 ระยะเวลาการทดลอง

3.1.2.1 ระยะเวลาการทดลอง

3.1.2.2 ระยะเวลาหลังการทดลอง

3.1.2.3 ระยะเวลาติดตามผลการทดลอง

3.2 ตัวแปรตาม คือ การตัดสินใจเลือกอาชีพ

การวิจัยครั้งนี้ ดำเนินการวิจัยโดยมีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวน 12 ครั้ง ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง แบ่งเป็น 4 ขั้นตอน คือ

**1. ระยะเวลาการทดลอง** ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยประสานงานกับโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องค์กรฯ เพื่อคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพ แล้วเรียงคะแนนเฉลี่ยการตัดสินใจเลือกอาชีพที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนจากมากไปหาน้อย จำนวนนักเรียนทั้งสิ้น 16 คน และสอบถามความสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง แล้วทำการสุ่มอย่างง่ายด้วยการจับสลากเพื่อเป็นการแบ่งกลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง 8 คนและกลุ่มควบคุม 8 คน และคะแนนที่ได้จากการทำแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพ ในครั้งนี้เป็นคะแนนในระยะเวลาการทดลอง (Pre - test)

**2. ระยะเวลาทดลอง** ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยให้กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม เข้าร่วมกลุ่มสัปดาห์ละ 3 ครั้งในวันจันทร์ พุธ ศุกร์ ครั้งละ 1 ชั่วโมง เป็นเวลา 4 สัปดาห์ ภายในห้องที่มีม่านปิดมิดชิด ส่วนกลุ่มควบคุมจะไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม จะดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งในชีวิตประจำวันและการเรียนการสอนตามปกติ รวมถึงการเข้ากิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางโรงเรียนจัดให้

**3. ระยะเวลาหลังการทดลอง** เมื่อสิ้นสุดโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทำแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพ ซึ่งเป็นฉบับเดียวกันกับที่ใช้วัดในระยะเวลาการทดลอง แต่สลับข้อคำถามเพื่อป้องกันการจดจำของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อเป็นคะแนนระยะหลังการทดลอง (Post - test)

**4. ระยะเวลาติดตามผล** หลังจากจบการทดลองแล้ว 2 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพ ฉบับเดิมที่ใช้ในการวัดระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลอง ซึ่งมีการสลับข้อเพื่อป้องกันการจดจำของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อเป็นคะแนนในระยะติดตามผล (Follow up)

#### สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย 1) คะแนนเฉลี่ย (Mean) 2) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) 3) การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated Measures Analysis of Variable: One Between – subjects Variable and One Within-subjects Variable) (Howell, 1999) และ 4) ทดสอบความแตกต่างด้วยวิธีทดสอบรายคู่ (paired test method)

#### ผลการวิจัยและอภิปรายผล

การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการให้การปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผลอารมณ์และพฤติกรรม ต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ซึ่งมีผลการวิจัยและอภิปรายผลดังนี้

ข้อมูลของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่าจำนวนนักเรียนในกลุ่มทดลองมีจำนวน 8 คน แบ่งเป็นเพศชาย จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 65.5 และเพศหญิง จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 37.5 อายุ 14 ปี จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 50 และอายุ 15 ปี จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 50 เช่นกัน โดยเกรดเฉลี่ยอยู่ที่ 3.51 ขึ้นไปมากที่สุด จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 62.5 ตามด้วย 3.01 – 3.50 จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 25 ตามลำดับ ในด้านการพักอาศัย นักเรียนทั้งหมดอาศัยอยู่กับบิดามารดา คิดเป็นร้อยละ 100 อาชีพของบิดาคือธุรกิจส่วนตัวมากที่สุด จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 37.5 ตามด้วยรับ



ราชการ จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 37.5 ตามลำดับ และอาชีพของมารดาคือพนักงานบริษัท จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 50 และอาชีพพยาบาลกับธุรกิจส่วนตัว มีจำนวน 2 คนเท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 25 เท่ากัน

สำหรับนักเรียนในกลุ่มควบคุม มีจำนวน 8 คน แบ่งเป็นเพศชาย จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 50 และเพศหญิง จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 50 อายุ 14 ปี จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 37.5 และอายุ 15 ปี จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 62.5 โดยเกรดเฉลี่ยอยู่ที่ 2.51 – 3.00 และ 3.01 – 3.50 จำนวนกลุ่มละ 3 คน คิดเป็นร้อยละ 37.5 เท่ากัน ตามด้วย 3.51 ขึ้นไปจำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 25 ตามลำดับ ในด้านการพักอาศัย พักอาศัยอยู่กับบิดามารดา จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 87.5 และพักอาศัยอยู่กับมารดา จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 12.5 ตามลำดับ อาชีพของบิดาคือธุรกิจส่วนตัวมากที่สุด จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 75 ตามด้วยรับราชการ จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 37.5 ตามลำดับ และอาชีพของมารดาคือธุรกิจส่วนตัวมากที่สุด จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 62.5 และอาชีพพนักงานบริษัท พยาบาล และบุคลากรภายในมหาวิทยาลัยอย่างละ 1 คน คิดเป็นร้อยละ 12.5 เท่ากัน ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	นักเรียนในกลุ่มทดลอง		นักเรียนในกลุ่มควบคุม	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>เพศ</b>				
ชาย	5	62.5	4	50
หญิง	3	37.5	4	50
<b>รวม</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>100</b>
<b>อายุ</b>				
14 ปี	4	50	3	37.5
15 ปี	4	50	5	62.5
16 ปี	0	0	0	0
<b>รวม</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>100</b>
<b>เกรดเฉลี่ย</b>				
ต่ำกว่า 2.00	0	0	0	0
2.01 – 2.50	0	0	0	0
2.51 – 3.00	1	12.5	3	37.5
3.01 – 3.50	2	25	3	37.5
3.51 ขึ้นไป	5	62.5	2	25
<b>รวม</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>100</b>
<b>อาศัยอยู่กับ</b>				
บิดามารดา	8	100	7	87.5
มารดา	0	0	1	12.5
<b>รวม</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>100</b>
<b>อาชีพของบิดา</b>				



ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	นักเรียนในกลุ่มทดลอง		นักเรียนในกลุ่มควบคุม	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
รับราชการ	3	37.5	0	0
ธุรกิจส่วนตัว	5	62.5	6	75
พนักงานบริษัท	0	0	1	12.5
ไม่ทราบอาชีพบิดา	0	0	1	12.5
<b>รวม</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>100</b>
<b>อาชีพของมารดา</b>				
พนักงานบริษัท	4	50	1	12.5
พยาบาล	2	25	1	12.5
ธุรกิจส่วนตัว	2	25	5	62.5
บุคลากร	0	0	1	12.5
ในมหาวิทยาลัย				
<b>รวม</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>100</b>

นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีค่าเฉลี่ยคะแนนแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพในระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล เป็น 3.34, 3.77 และ 3.80 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการปรึกษา มีค่าเฉลี่ยคะแนนแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพ ในระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล เป็น 2.24, 2.59 และ 2.77 ตามลำดับ ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลคะแนนการตัดสินใจเลือกอาชีพในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม (N = 8)

คนที่	กลุ่มทดลอง			คนที่	กลุ่มควบคุม		
	ระยะก่อนทดลอง	ระยะหลังทดลอง	ระยะติดตามผล		ระยะก่อนทดลอง	ระยะหลังทดลอง	ระยะติดตามผล
1	2.93	3.80	3.77	1	1.90	2.47	2.80
2	2.97	3.73	3.63	2	2.43	2.27	3.07
3	3.43	3.97	4.03	3	2.00	2.93	2.90
4	3.27	3.90	3.93	4	2.20	2.40	2.60
5	3.73	3.77	3.80	5	2.17	2.50	2.83
6	2.43	3.27	3.60	6	2.40	2.77	2.83
7	4.43	4.07	3.87	7	2.60	2.63	2.63
8	3.53	3.63	3.73	8	2.24	2.73	2.53
<b>รวม</b>	<b>26.72</b>	<b>30.14</b>	<b>30.40</b>	<b>รวม</b>	<b>17.94</b>	<b>20.7</b>	<b>22.19</b>
$\bar{X}$	<b>3.34</b>	<b>3.77</b>	<b>3.80</b>	$\bar{X}$	<b>2.24</b>	<b>2.59</b>	<b>2.77</b>



คนที่	กลุ่มทดลอง			คนที่	กลุ่มควบคุม		
	ระยะ ก่อนทดลอง	ระยะ หลังทดลอง	ระยะ ติดตามผล		ระยะ ก่อนทดลอง	ระยะ หลังทดลอง	ระยะ ติดตามผล
S.D.	0.22	0.83	0.18	S.D.	0.21	0.24	0.24

ปฏิสัมพันธ์ของคะแนนนักเรียนที่ทำแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพจากการได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จากคะแนนเฉลี่ยของระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตาม ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า การได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ไม่ส่งผลต่อคะแนนของการทำแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพ ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพจากการได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จากคะแนนเฉลี่ยของระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตาม ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

Source of Variation	Sum of Squares	df	MS	F	p
<b>กลุ่มทดลอง</b>					
Between Groups	3.671	2	1.836	8.866*	.000
Within Groups	18.013	87	.207		
<b>Total</b>	<b>21.685</b>	<b>89</b>			
<b>กลุ่มควบคุม</b>					
Between Groups	1.072	2	.536	11.625*	.000
Within Groups	.922	20	.046		
<b>Total</b>	<b>1.994</b>	<b>22</b>			

\*p < .05

จากผลการวิจัยสามารถอภิปรายได้ว่า การที่ปฏิสัมพันธ์ของคะแนนนักเรียนที่ทำแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพจากการได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จากคะแนนเฉลี่ยของระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตาม ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า การได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ไม่ส่งผลต่อคะแนนของการทำแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพ อย่างไรก็ตาม ภายหลังจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในกลุ่มทดลองได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพของนักเรียน พบว่า นักเรียนมีคะแนนจากการทำแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพสูงขึ้นตามลำดับ (ระยะก่อนการทดลอง 3.34 ระยะหลังการทดลอง 3.77 และระยะติดตาม 3.80) แสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษากลุ่มแก่นักเรียนที่มีปัญหาในการเลือกอาชีพ สามารถเป็นแนวทางในการให้นักเรียนได้เลือกศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น จนสามารถได้ประกอบอาชีพตามที่ได้วางแผนไว้ได้อย่างตรงเป้าหมาย สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Premlamol and Suriyassin (2019) ที่ศึกษาเรื่อง ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษา แบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลางของ Carl R. Rogers ต่อ



การปรับตัวด้านการเรียน ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี ผลการวิจัย พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่เข้าร่วมและไม่ได้เข้าร่วม การปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers มีการปรับตัว ด้านการเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่ได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบ กลุ่ม ก่อนและหลังการเข้าร่วมรับการปรึกษาแบบกลุ่มมีการปรับตัวด้านการเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่ได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หลังการเข้าร่วมรับการปรึกษาแบบกลุ่มและเมื่อสิ้นสุดระยะ การติดตามผล 2 สัปดาห์ มีการปรับตัวด้านการเรียนไม่แตกต่างกัน รวมถึงการศึกษาของ Sa-id (2019) ที่ศึกษาเรื่อง ผลของ การใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้แนวคิดพฤติกรรมนิยมเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ปีที่ 6 ผลการวิจัย พบว่า นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้แนวคิดพฤติกรรมนิยม หลังการทดลอง มีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และระดับพัฒนาการสัมพัทธ์ของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มโดยใช้แนวคิดพฤติกรรมนิยมมีพัฒนาการเพิ่มขึ้นเฉลี่ยร้อยละ 30.10 อยู่ในระดับกลาง ในขณะที่ Jueaginda (2020) ทำการศึกษาเรื่อง ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษารายบุคคลเพื่อเสริมสร้าง ความฉลาดทางสังคมที่มีต่อการลดพฤติกรรมรังแกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ผลการวิจัยพบว่า โปรแกรมการให้ คำปรึกษารายบุคคลเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางสังคมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีต่อการลดพฤติกรรมรังแกเป็น การให้คำปรึกษารายบุคคล โดยประสิทธิภาพของโปรแกรมดังกล่าวมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมรังแกในกลุ่มทดลองลดลงอย่างมีนัยยะ สำคัญ ( $p = 0.034$ ) นอกจากนี้ คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมรังแกหลังการให้คำปรึกษาและคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางสังคมแตกต่าง จากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยยะสำคัญ ( $p = 0.014$ ) ในส่วนของผลการวิจัยเชิงคุณภาพ แสดงให้เห็นถึงพฤติกรรมที่ลดลง เนื่องจากมีความฉลาดทางสังคมที่เพิ่มขึ้น

### สรุปผลการวิจัย

จากผลการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผลอารมณ์และ พฤติกรรม ต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยจากการทำแบบวัดการตัดสินใจเลือกอาชีพสูงกว่า นักเรียนในกลุ่มควบคุม ทั้ง 3 ระยะ ได้แก่ ระยะก่อนทดลอง ระยะหลังทดลอง และระยะติดตามผล โดยเมื่อทำการทดสอบ สมมติฐานพบว่า การได้รับคำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรมไม่ส่งผลต่อการตัดสินใจเลือกอาชีพ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

### ข้อเสนอแนะ

#### ข้อเสนอแนะในการนำงานวิจัยไปใช้

- 1) บุคลากรที่เกี่ยวข้องได้ข้อมูล เช่น หน่วยงานการศึกษา สามารถนำโปรแกรมการปรึกษาไปประยุกต์ใช้เพื่อให้นักเรียน มีแนวทางในการตัดสินใจเลือกอาชีพได้อย่างเหมาะสมกับความถนัดและความสนใจของตนเอง
- 2) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่เข้าร่วมโปรแกรมสามารถวางแผนการศึกษาต่อและเลือกอาชีพได้ตรงตามความ ต้องการของตน

#### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

- 1) ศึกษาเกี่ยวกับผลการเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่เคยผ่านการ ให้คำปรึกษาในรายวิชาแนะแนว



## กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากงบประมาณเงินรายได้สถาบันวิจัย พัฒนา และสาธิตการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2564 (สัญญาเลขที่ 445/2464)

## เอกสารอ้างอิง

- Chaipan, K. (2006). *Group process*. Bangkok: Odeon Store.
- Corey, G. (2008). *Theory and practice of counseling & psychology*. Mason, OH: Thomson Learning.
- Holland, J.S. (2000). *First Observations of the Magnetic Field Geometry in Prestellar Cores*. Netherland: Ward-Thompson, D
- Howell, J. M (1999). "A lap study of charismatic leadership." *Organizational behavior and human decision processes*, 6(2): 243 - 269.
- Jueaginda, S. (2020). *Effects of individual counseling programs for enhancing social intelligence to reduce bullying behavior among lower secondary school students*. A dissertation submitted in partial fulfillment of doctor of philosophy behavioral science research institute, Srinakharinwirot University.
- Kantathanawat, T. (2020). *Educational psychology for learner development*. Bangkok: Service Supply.
- Kongrakchang, M. (2015). *A study of the career self-efficacy program on career choice decisions of mathayomsuksa 6 students*. Master of Education Thesis, Educational Psychology, Graduate School, Chulalongkorn University.
- Kowtrakul, S. (2016). *Educational psychology*. Bangkok: Chulalongkorn University Press.
- Billings, A. G., & Moos, R. H. (1982). Psychosocial theory and research on depression: An integrative framework and review. *Clinical Psychology Review*, 2(2), 213–237.
- Pansuwan, P. (2002). *Counseling group on sex education for adolescents in at-risk groups*. Bangkok: *Development Studies*.
- Pintapat, S. (2004). *Occupation and career choice*. Retrieved on 2021, February 18 from <https://sites.google.com/site/mrcounselorchiangmai/thvsvdi-kar-pruksa-cheing-citwithya/u-thvsti-kar-hikar-pruksa-baeb-phicarna-hetuphl-xarmn-phvtikrm>.
- Premkamol, C. and Suriyassin, S. (2019). The effects of group counseling based on client – centered theory of Carl R. Rogers on learning adjustment of undergraduate students. *MBU Educational Journal*, 7(2), 525-537.
- Sapmee, W. (2007). *The consultation process: Relationship stages*. Bangkok: Faculty of Psychology, Chulalongkorn University.
- Sa-id, U. (2019). *Effects of group counselling program based on behaviorism on reducing aggressive behavior of sixth grade students*. Thesis in partial fulfillment of the requirements for the degree master of arts in psychology, Prince of Songkla University.
- Samitakasetrin, S. (2003). *Group counseling for people living with AIDS*. Nonthaburi: AIDS Division, Department of Communicable Disease Control.



Shertzer, B. and Shelly, C. (1971). *Group counseling in fundamentals of counseling*. New York: Houghton Mifflin Company.

Wongwan, K. (2019). *Enhancing career choice decisions of secondary school students through group counseling model integration*. Doctor of Philosophy, counseling psychology, graduate school, Burapha University.