บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การเรียนการสอนในชั้นเรียนจะมีประสิทธิภาพมากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการที่เข้ามามีส่วนเกี่ยวข้อง ไม่ว่าจะเป็นเนื้อหาวิชา เทคนิคการสอน หรือความสามารถของครูผู้สอน อีกส่วนหนึ่งที่นับว่ามีความสำคัญนอกเหนือจากวิธีการและคุณลักษณะของครูก็คือ นักเรียน คุณลักษณะส่วนตัวของนักเรียนเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสำเร็จในการศึกษา นอกเหนือจากปัจจัยทางด้านสติปัญญา นั่นคือ การประพฤติปฏิบัติตนของนักเรียนในขณะเรียน เช่น การตั้งใจฟังครูสอน การร่วมมือในกิจกรรมการเรียนการสอน การประพฤติปฏิบัติตนตามกฎระเบียบของชั้นเรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการประพฤติปฏิบัติตนตามระเบียบของชั้นเรียน ถือว่าเป็นวินัยที่สำคัญที่ควรปลูกฝังให้เกิดขึ้นในตัวของนักเรียน ทั้งนี้เพราะ วินัยในชั้นเรียน จะเป็นตัวกำหนดแนวทางการประพฤติปฏิบัติของนักเรียน เพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อยของห้องเรียน และทำให้การเรียนการสอนดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจากการวิจัยของอีตันและคณะ (1956) ที่วิจัยโดยสัมภาษณ์ครู 30 คน เกี่ยวกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียนที่ครูประสบมากที่สุด พบว่า พฤติกรรมไม่ตั้งใจทำงาน ไม่สนใจเรียน ขาดระเบียบวินัย เป็นพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียนที่พบมากที่สุด

ผู้วิจัยเป็นบุคลากรคนหนึ่งที่ปฏิบัติหน้าที่ด้านการสอนและปฏิบัติหน้าที่ทางด้านการให้คำปรึกษาและการแนะแนวแก่นักเรียนโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มาเป็นเวลาหลายปี ประกอบกับการศึกษาวิจัยถึงพฤติกรรมของนักเรียนที่เป็นปัญหาสำหรับครูผู้สอนในโรงเรียนก็พบว่า ปัญหาเกี่ยวกับวินัยในชั้นเรียน เป็นปัญหาที่ต้องได้รับการแก้ไขอย่างเร่งด่วน ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมงานวิจัยในประเทศไทยหลายฉบับที่กล่าวถึงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียนระดับประถมศึกษา เช่น ผลงานวิจัยของไพศาล อั้นประเสริฐ (2517) ซึ่งได้

ศึกษาปัญหาและวิธีการแก้ปัญหาของนิสิตปริญญาตรี สาขาประถมศึกษาที่ประสบขณะฝึกสอน พบว่า นิสิตที่อกฝึกสอนและครูพี่เลี้ยงประสบปัญหานักเรียนไม่ตั้งใจเรียน คุยส่งเสียงดังในชั้นเรียน เรียกร้องความสนใจ แหย่เพื่อนในชั้นเรียน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของนันทนา จูทังคะ (2517) และสิรินา เล็บครุฑ (2517) ที่พบว่าพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียน คือ พฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียน ชวนเพื่อนคุยในเวลาเรียน แหย่เพื่อนในชั้นเรียน ไม่ทำแบบฝึกหัด

จากประสบการณ์ของผู้วิจัยและจากผลวิจัย ผู้วิจัยจึงกำหนดขอบข่ายของวินัยในชั้นเรียนขึ้นเพื่อเป็นแนวทางให้อาจารย์ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 16 คน พิจารณาว่าพฤติกรรมใดของนักเรียนที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนที่อาจารย์เห็นว่าเป็นพฤติกรรมการมีวินัยในชั้นเรียน ซึ่งจากการพิจารณาดังกล่าวสรุปได้ว่า พฤติกรรมการมีวินัยในชั้นเรียนของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ควรส่งเสริมให้เกิดขึ้นในตัวของนักเรียนมากที่สุดคือ พฤติกรรมไม่คุยขณะเรียนและทำงาน, ไม่เล่นขณะเรียนและทำงาน, ยกมือก่อนถามหรือตอบ, ไม่ลุกเดินขณะเรียน และพฤติกรรมไม่นำงานอื่นขึ้นมาทำ ทั้งนี้เพราะ การที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมการไม่มีวินัยในชั้นเรียนดังกล่าว จะก่อให้เกิดปัญหาแก่ครูผู้สอน ดังเช่น ทำให้การสอนหยุดชะงักเพราะต้องคอยตักเตือนนักเรียนที่แสดงพฤติกรรมการไม่มีวินัยในชั้นเรียนดังกล่าว และเมื่อเกิดภาวะเช่นนี้บ่อยครั้งมาก อาจทำให้ครูผู้สอนหงุดหงิด อารมณ์เสีย ทำให้ประสิทธิภาพในการสอนลดลงเป็นผลทำให้การเรียนการสอนไม่บรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ และยังรบกวนเพื่อนในชั้นเรียน ทำให้เพื่อนในชั้นเรียนขาดสมาธิในการเรียน เรียนไม่เข้าใจ เกิดความเบื่อหน่ายในการเรียน และในแง่ของผู้ที่แสดงพฤติกรรมการไม่มีวินัยในชั้นเรียนเอง ก็จะเกิดความไม่เข้าใจในเนื้อหาที่เรียน มีสัมฤทธิผลทางการเรียนต่ำ มักจะถูกตำหนิจากครูผู้สอน และไม่เป็นที่ยอมรับของเพื่อนร่วมชั้นเรียน ขาดความสุขและไม่มีแรงจูงใจในการเรียน พวกเขาจะกำหนดการรับรู้ต่อตนเองในฐานะบุคคลผู้ล้มเหลว ไม่ประสบความสำเร็จในการเรียน ไม่เป็นที่รักใคร่ของผู้อื่น รู้สึกว่าตนเป็นคนที่ไม่มีคุณค่า ไม่สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกับเพื่อน นักเรียนจะแสดงออกด้วยการปฏิเสธกฎของห้อง ไม่รับผิดชอบในหน้าที่การงานที่ได้รับมอบหมาย ไม่เห็นคุณค่าในการศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของกลาสเซอร์ (Glasser 1975 : 6) ที่เชื่อว่า บุคคลไม่สามารถตอบสนองความต้องการ 2 ประการ คือ ความต้องการได้รับความรัก และการให้ความรักผู้อื่น และความต้องการรู้สึกว่าตนเป็นคนที่ไม่มีคุณค่าต่อตนเองและผู้อื่นแล้ว พวกเขาจะปฏิเสธ

ความรู้สึกเจ็บปวดจากความล้มเหลวเหล่านั้นด้วยการปฏิเสธกฎของสังคม

ดังนั้นการปลูกฝังการมีวินัยในชั้นเรียน จึงควรเริ่มตั้งแต่วัยเด็ก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยเด็กตอนปลาย เนื่องจากเป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางสภาพร่างกายและจิตใจ ตามขั้นพัฒนาการของเด็กในช่วงอายุ 10-12 ปี ซึ่งในวัยนี้ อีริคสัน กล่าวว่า เป็นขั้นที่ก้าวเข้าสู่ชีวิตที่นอกเหนือจากชีวิตในโรงเรียน หรือห้องเรียน (Erikson 1963 : 258) เด็กวัยนี้จะค้นพบว่า ตนเองสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้มากขึ้น ต้องการให้สังคมยอมรับ และรู้สึกถึงความมีคุณค่าของตนเอง ดังนั้นถ้าสามารถให้เด็กเรียนรู้ ฝึกฝน ให้เกิดพฤติกรรมการมีวินัยในชั้นเรียน ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่สังคมยอมรับได้นั้น จะทำให้เด็กรู้สึกประสบความสำเร็จ เกิดความภูมิใจในตนเอง

ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำหลักการและวิธีการในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง (Reality Therapy) ซึ่งพัฒนาโดยวิลเลี่ยม กลาสเซอร์ (William Glasser) มาใช้ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม เพื่อปรับปรุงพฤติกรรมการมีวินัยในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เนื่องจากเป้าหมายของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง เน้นที่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยการช่วยเหลือบุคคลให้ปรับปรุงการรับรู้และเผชิญกับความจริง กลาสเซอร์ (Glasser, 1981 : 51-53) ได้อธิบายว่า พฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมานั้น มิได้มีสาเหตุมาจากพฤติกรรมภายนอกหรือสิ่งเร้าที่มากระทบ แต่เป็นสิ่งที่ถูกผลักดันจากภายในของบุคคล เพื่อที่จะควบคุมการรับรู้ของตนเองต่อสภาพการณ์ หรือสิ่งเร้านั้น การที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลก็จะต้องให้บุคคลนั้นเผชิญและยอมรับความจริงว่า พฤติกรรมนั้นเป็นผลของการกระทำของเขาเอง และเขาจะต้องเป็นผู้รับผิดชอบในการเปลี่ยนแปลง กลาสเซอร์และซูนิน (Glasser and Zunin, 1973 : 291-293) กล่าวว่า ก้าวแรกของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมก็คือ การพิจารณาว่าพฤติกรรมใดควรได้รับการปรับปรุง โดยการเผชิญกับความจริงว่า เขาไม่สามารถเปลี่ยนแปลงสิ่งที่เกิดขึ้นในอดีต แต่จะต้องรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเองในปัจจุบัน

นอกจากนี้ การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ยังมีกระบวนการที่เอื้อบรรยากาศให้นักเรียนได้ประเมินการรับรู้พฤติกรรมที่เป็นปัญหา มีการอภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับวิธีการในการเพิ่มพฤติกรรมการมีวินัยในชั้นเรียน และการวางแผนการปฏิบัติเพื่อปรับปรุงพฤติกรรมที่เป็นระบบและสามารถวัดได้ โดยอาศัยหลักการ 8 ประการ

ที่มีความสัมพันธ์กันอย่างต่อเนื่อง ได้แก่ การพัฒนาสัมพันธภาพ การเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบัน การประเมินพฤติกรรม การพัฒนาแผนการเพื่อการเปลี่ยนแปลง การร่วมมือยินยอมของสมาชิกกลุ่ม การที่ผู้นำกลุ่มไม่ยอมรับข้อแก้ตัว ไม่ใช้วิธีการลงโทษ และการไม่ยอมล้มเลิกความตั้งใจ

จากหลักการและเหตุผลดังกล่าว ประกอบการศึกษางานวิจัยต่าง ๆ ในประเทศไทย ยังไม่พบว่า มีการนำการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงมาใช้กับนักเรียนในระดับประถมศึกษา ผู้วิจัยในฐานะที่เป็นครูและนักแนะแนวเห็นว่า พฤติกรรมดังกล่าวเป็นพฤติกรรมที่เป็นปัญหาแก่ตัวผู้เรียนและครูผู้สอน จึงสนใจที่จะนำหลักการและวิธีการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงมาใช้ เพื่อพัฒนาการมีวินัยในชั้นเรียนของนักเรียนโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้อง

วินัยในชั้นเรียน (Classroom Discipline)

ความหมายของระเบียบวินัย

วินัย มาจากรากศัพท์ในภาษาลาตินของคำว่า ผู้ติดตาม หรือ ศิษย์ แปลว่า ผู้เรียนรู้ หรือทำตามคำสั่งสอนของผู้นำ นั่นคือ พ่อแม่และครูเป็นผู้นำของเด็กซึ่งเป็นศิษย์และเป็นผู้ตาม เด็กมีการเรียนรู้แนวทางการดำเนินชีวิตจากผู้นำเหล่านั้นเพื่อนำความรู้ทั้งหลายนั้นมาใช้ให้เป็นประโยชน์และมีความสุข วินัยเป็นแนวทางของสังคมในการสอนพฤติกรรมจริยธรรมแก่เด็กให้เป็นที่ยอมรับของสังคม (Hurlock 1984:392)

ความหมายทางจิตวิทยา วินัย หมายถึง การฝึกฝนเพื่อให้เกิดพัฒนาการทางด้านควบคุมตนเอง ลักษณะนิสัยมีแบบแผนเป็นระเบียบและมีประสิทธิภาพ(Freiberg,k.l.1987:647)

วินัยเป็นคำที่ใช้บ่อย เกี่ยวกับครู พ่อแม่และผู้บริหาร หมายถึงการควบคุมพฤติกรรมของนักเรียน วินัยไม่ได้หมายถึงตัวบุคคล แต่เป็นขอบเขตของการเปลี่ยนแปลง การกล่าวตำหนิหรือกล่าวโทษ ซึ่งเป็นข้อตกลงของครูที่มีขอบเขต วิธีการชัดเจนยิ่งขึ้น (Curwin and

Mendler 1980:7-8)

เฮอร์ลอค กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของวินัยว่า เป็นการสร้างพฤติกรรมในการทำตามกฎเกณฑ์ที่กำหนดไว้ โดยกลุ่มของวัฒนธรรมตามเอกลักษณ์ของแต่ละบุคคล ทั้งที่ไม่มีรูปแบบวัฒนธรรมลักษณะใดลักษณะหนึ่ง หรือรูปแบบรวมทั้งหมดในการฝึกวินัยให้แก่เด็ก ดังนั้นการฝึกฝนวินัยของเด็กในวัฒนธรรมกลุ่มหนึ่ง ๆ นั้น จะแปรผันไปอย่างกว้างขวางมาก ถึงแม้ว่าจะมีวัตถุประสงค์เดียวกันก็ตาม คือสอนให้เด็กมีพฤติกรรมเป็นไปตามมาตรฐานของสังคม ตามลักษณะบุคลิกภาพของเด็กแต่ละบุคคล (Hurlock 1984:392)

นวลศิริ เปาโรหิตย์ (2515:155-157) กล่าวว่า วินัยเป็นสิ่งที่ช่วยแนะแนวความประพฤติของเด็ก คำว่า วินัย หมายถึง การที่เด็กต้องเรียนรู้วิถีทางในการดำเนินชีวิตตามวัฒนธรรมของสังคมเขา การฝึกวินัยจะเป็นการช่วยให้เด็กได้กระทำสิ่งต่าง ๆ โดยคำนึงถึงตนเองและผู้อื่นด้วย เด็กจำเป็นจะต้องได้รับการช่วยเหลือในการสร้างความมีวินัยให้เกิดได้ด้วยตัวเองมากกว่าแรงบังคับภายนอก เป็นการช่วยให้เขาได้กระทำในสิ่งที่สังคมยอมรับเพื่อมีความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่นด้วยความพึงพอใจ

จากความหมายต่าง ๆ ที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยจึงได้นำมาเป็นข้อสรุปเป็นความหมายของความมีวินัยในชั้นเรียนว่าหมายถึง พฤติกรรมของนักเรียนในการปฏิบัติตามระเบียบของชั้นเรียนเพื่อทำให้การเรียนการสอนดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพหรือทำให้ชั้นเรียนเกิดความสงบสุข

ความจำเป็นในการปลูกฝังความมีวินัย

การสอนเป็นภาระหน้าที่หลักของครูในชั้นเรียน แต่การควบคุมนักเรียนให้อยู่ในกฎระเบียบวินัยของโรงเรียนก็เป็นภาระที่ครูประจำชั้นจะต้องรับผิดชอบดูแลด้วยเช่นกัน การอบรมให้เด็กมีวินัยในการอยู่รวมกับเพื่อนๆ ในชั้นเรียน เป็นเรื่องที่ยุ่งยากและสลับซับซ้อนมาก เนื่องจากระเบียบวินัยเป็นสิ่งที่กำหนดมาตรฐานภายนอกขึ้น เพื่อควบคุมการกระทำหรือความประพฤติของบุคคล ดังนั้น ระเบียบวินัยจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่จะต้องปลูกฝังตั้งแต่วัยเด็กเป็นต้นไป ดังที่ออซูเบล(Ausubel,1968:59-60) ได้กล่าวถึงความจำเป็นในการปลูกฝังความมีระเบียบวินัยให้แก่เด็กว่า วินัยเป็นวัฒนธรรมของสังคมซึ่งช่วยให้เด็กมีลักษณะต่าง ๆ ดังนี้

1. เรียนรู้มาตรฐานการกระทำหรือความประพฤติที่สังคมยอมรับ

2. มีวุฒิภาวะทางด้านต่าง ๆ เพื่อเป็นผู้ใหญ่ที่มีบุคลิกภาพดี เช่น ผู้นำและผู้ตามที่ดี มีความสามารถในการพึ่งตนเอง มีความสามารถในการควบคุมตนเอง เป็นผู้ที่มีความมั่นคงทางอารมณ์และอดทนต่อความคับข้องใจ

นอกจากนี้โครและโคร (Crow and Crow,1956:106) มีความเห็นว่าจุดมุ่งหมายในการฝึกวินัยในปัจจุบันไม่ได้มุ่งแต่เพียงให้เด็กได้ปฏิบัติตามระเบียบต่างๆเท่านั้น แต่มุ่งให้เด็กมีพัฒนาการควบคุมตนเองได้ด้วย เพราะการฝึกวินัยดังกล่าวจะเป็นการช่วยให้เด็กได้กระทำสิ่งต่างๆโดยคำนึงถึงตนเองและผู้อื่น และยังก่อให้เกิดประโยชน์ต่อเด็กดังนี้

1. ช่วยให้เด็กมีความประพฤติเป็นระเบียบเรียบร้อย
2. ช่วยให้เด็กมีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตน
3. ช่วยสร้างความสามัคคีปรองดองกันให้เกิดขึ้นในหมู่คณะ
4. ช่วยส่งเสริมความเจริญก้าวหน้าของตนเอง
5. ช่วยให้ครูและเด็กอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และประสบผลสำเร็จในการเรียนการสอน
6. ช่วยส่งเสริมหลักการปกครองแบบประชาธิปไตย

สรุปได้ว่าการฝึกระเบียบวินัยให้แก่เด็กจะช่วยให้เด็กมีระเบียบวินัยตลอดจนรู้จักใช้ชีวิตให้ดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข

ปัญหาความมีระเบียบวินัยที่เกิดขึ้นในโรงเรียน

สุชา จันทร์เอม (2521:97 - 98) ได้รวบรวมปัญหาทางวินัยที่พบมากในขณะที่เด็กอยู่ในโรงเรียนว่ามีดังต่อไปนี้

1. เด็กมีความเชื่องช้า เฉื่อยชาในการทำกิจกรรมต่างๆ
2. การขาดโรงเรียนหรือหนีโรงเรียน
3. การอยู่ไม่สุข ชอบคุยหรือเล่นกันในห้องเรียน เป็นการรบกวนผู้อื่น
4. การมาโรงเรียนสาย
5. การฝ่าฝืนระเบียบข้อบังคับของโรงเรียน
6. ไม่เชื่อฟังคำสั่งครู

7. การข่มเหงรังแกผู้อื่น

8. การสูบบุหรี่หรือยาเสพติด

9. การอยู่ไม่สุข

10. การผิวปากหรือร้องเพลงในชั้น

11. การดื่มสุรา เล่นการพนันและอื่นๆ

12. พูดเท็จและพูดหยาบคาย

13. ไม่สนใจการเรียน

14. ชอบลักขโมย

15. ทุจริตในการสอบ

16. เอางานอื่นๆมาทำในขณะเรียน

17. แสดงอารมณ์ฉุนเฉียวและโมโหร้าย

18. ไม่รับผิดชอบต่อหน้าที่

19. ชอบทิ้งของสกปรกลงพื้น

20. ชอบทำลายสิ่งสวยงาม

นอกจากนี้จากผลงานวิจัยของศูนย์อินโนเทค (Innotech Center) โดยสำเริง บุญเรืองรัตน์(2515) พบว่าปัญหาของนักเรียนประถมศึกษาในประเทศไทยที่เกิดขึ้นในห้องเรียนที่พบมากคือ นักเรียนแสดงความไม่สุภาพ ไม่เคารพนับถือครู หนีโรงเรียน เรียนหนังสือไม่ดี รบกวนชั้นในขณะสอน ฝ่าฝืนระเบียบข้อบังคับของโรงเรียน และแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว จากผลการวิจัยนี้แสดงว่าปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนประถมศึกษาเป็นปัญหาทางระเบียบวินัยเป็นส่วนมาก

<u>การป้องกันและแก้ไขปัญหาความมีระเบียบวินัย</u>

อาภา เสถียรสวัสดิ์ (มปป :144) ได้เสนอแนวทางในการป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาทางวินัยไว้ดังนี้

1. ครูควรสร้างสัมพันธภาพอันดีกับเด็ก

2. ครูควรส่งเสริมให้เด็กปกครองตนเอง
3. ครูควรส่งเสริมให้ทุกคนได้ทำประโยชน์ให้แก่หมู่คณะ
4. ครูควรจัดให้มีกิจกรรมที่กว้างขวางเพื่อให้ทุกคนได้แสดงความสามารถในทางใดทางหนึ่ง
5. ครูควรทำบทเรียนให้น่าสนใจแก่เด็ก
6. ครูควรรับฟังความคิดเห็นของเด็ก
7. ครูควรใช้ประชาธิปไตยในการปกครอง

นอกจากนี้พนัส หันนาคินทร์ (2521) ได้เสนอข้อคิดบางประการในการปฏิบัติเกี่ยวกับระเบียบวินัยว่า ควรจะให้นักเรียนได้ปฏิบัติตามระเบียบวินัย โดยที่นักเรียนได้เข้าใจเหตุผลและเห็นดีเห็นงามจากการปฏิบัติตามระเบียบนั้น อย่าให้นักเรียนมีความรู้สึกว่าถูกบังคับระเบียบวินัยที่ดีต้องมาจากนักเรียน และการกำหนดระเบียบข้อบังคับนั้นควรให้ทุกฝ่ายมีส่วนร่วม เด็กควรมีส่วนร่วมด้วยเป็นอย่างยิ่งในฐานะที่เป็นผู้ปฏิบัติตาม เพราะจะช่วยให้เด็กได้เข้าใจจุดมุ่งหมายและเห็นความสำคัญของระเบียบทุกข้อที่กำหนดขึ้นเด็กจะปฏิบัติตามกฎระเบียบ เพราะเห็นดีเห็นงามด้วยตนเอง มิใช่อำนาจภายนอกบังคับ

<u>การสร้างเสริมพฤติกรรมการมีวินัย</u>

การสร้างเสริมพฤติกรรมการมีระเบียบวินัยให้แก่เด็กนั้นควรเริ่มจากครอบครัว ผู้ที่มีอิทธิพลในการสร้างพฤติกรรมการมีระเบียบวินัยก็คือ พ่อและแม่ พ่อแม่จะต้องมีความเข้าใจและชี้แจงเหตุผลให้แก่เด็ก การกระทำต่างๆต้องเป็นตัวอย่างที่ดีแก่ลูกและมีเหตุผลพอเพียงให้เด็กมีความเชื่อถือ บรรยากาศในบ้านจะทำให้เด็กมีระเบียบวินัยพ่อแม่จะต้องสร้างสัมพันธภาพอันดีกับลูกและต้องยอมให้เด็กมีอิสระในการพัฒนาตนเอง ผู้ใหญ่ต้องสร้างสัมพันธภาพอันดีกับเด็ก ไม่ควรจะบังคับขู่เข็ญให้เด็กทำตามกฎข้อบังคับที่วางไว้ การให้เด็กทำอะไรสักอย่างหนึ่งควรให้คำแนะนำและชี้แจงแต่โดยดี เพื่อช่วยให้เด็กเข้าใจสิ่งนั้นอย่างแจ่มแจ้ง และควรยอมให้เด็กมีอิสระในการพัฒนาตนเอง ไม่ควรควบคุมเด็กอยู่ตลอดเวลา ผู้ใหญ่ควรส่งเสริมให้เด็กทำสิ่งต่างๆที่เขาสามารถทำได้ ไม่ควรมอบความรับผิดชอบให้แก่เด็กจนเกินกำลัง และพยายามอธิบายคำถามต่างๆที่เด็กสนใจและรับฟังเหตุผลต่างๆของเด็ก ให้ความนับถือในตัวเด็ก ควร

ปล่อยให้เด็กเป็นตัวของตัวเอง นอกจากนี้ควรยกย่องหรือให้คำชมเชยเด็กเพื่อเป็นการส่งเสริมกำลังใจ และแสดงความพอใจต่อการกระทำของเด็ก ผู้ใหญ่ต้องเป็นคนมีเหตุผลและคงเส้นคงวา สามารถอธิบายเหตุผลต่างๆให้เด็กเกิดความเข้าใจ ก่อนที่จะให้เด็กเชื่อฟังและปฏิบัติตาม ควรลงโทษด้วยเหตุผล อย่าใช้อารมณ์ (สุชา จันทร์เอม 2518 : 49-53)

สำหรับในโรงเรียนนั้น ครูเป็นผู้ให้ความรู้และฝึกการมีระเบียบวินัยให้แก่เด็ก นอกจากนี้ เด็กยังต้องพบกับสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ในโรงเรียน ได้แก่สภาพห้องเรียน ระเบียบวินัยของโรงเรียน ลักษณะการอบรมสั่งสอนของครูรวมทั้งเพื่อนนักเรียนต่าง ๆ ประสบการณ์ที่เด็กแต่ละคนได้รับขณะที่อยู่โรงเรียน การเรียนรู้วิชาการและคำอบรมสั่งสอน กิจกรรมทางสังคม ตลอดจนความสำเร็จ ความภาคภูมิใจ หรือความล้มเหลวผิดหวังในการเรียน การทำงานร่วมกับผู้อื่น ๆ และการเข้าสังคมต่างๆ ล้วนมีอิทธิพลในการกำหนดลักษณะนิสัยและแบบแผนของพฤติกรรมต่าง ๆแก่เด็กทั้งสิ้น

การสร้างวินัยแก่เด็กในโรงเรียนเป็นสิ่งสำคัญ วินัยนับเป็นสิ่งที่สัมพันธ์กับชีวิตความเป็นอยู่ทางสังคมในการปกครองระบอบประชาธิปไตย ครูจะต้องเป็นผู้คอยแนะแนวทางการสร้างวินัยให้เกิดขึ้นในตัวเด็ก เพราะวินัยเกิดจากรากฐานของประสบการณ์ในการเรียนรู้กับสภาพสิ่งแวดล้อม วินัยควรมีทั้งส่งเสริม ป้องกันและปราบปราม โดยมีความต่อเนื่องและจริงจัง อีกทั้งต้องปรับสภาพแวดล้อมให้เป็นไปในทางส่งเสริมวินัยด้วย วินัยเกิดขึ้นด้วยแรงจูงใจ การรักษาวินัยเป็นการควบคุม และส่งเสริมความประพฤติของคนในสังคมให้ปฏิบัติตามระเบียบข้อบังคับของสังคม นอกจากนั้นยังเป็นการปลูกฝังเจตคติ พฤติกรรมและการฝึกฝนจิตใจของคนให้เป็นผู้มีจิตสำนึกในการมีวินัยในตนเอง

อย่างไรก็ตาม การเสริมสร้างพฤติกรรมการมีระเบียบวินัยโดยการออกระเบียบที่ดีจะต้องอาศัยพัฒนาการของเด็ก เป็นระเบียบที่เด็กสามารถปฏิบัติตามได้และเป็นประโยชน์อย่างแท้จริง ครูต้องมีสติ อารมณ์ดี เป็นกันเองกับเด็ก ยอมรับในความสามารถของเด็กแต่ละคน (ทวี ท่อแก้ว และคณะ 2515:69) ครูควรตระหนักถึงคุณค่าและความสามารถของเด็กทั้งนี้เพื่อให้เกิดบรรยากาศของการเสริมสร้างวินัย ได้แก่ การมองโลกในแง่ดี เคารพกฎเกณฑ์ มีความไว้วางใจและมีความสนใจ เอาใจใส่ คุณสมบัติเหล่านี้ควรเป็นหลักของครู เพื่อสร้างเสริมวินัยให้เกิดขึ้นในโรงเรียนและเป็นพื้นฐานแห่งความสำเร็จในการมีสัมพันธภาพของบุคคล(Schmidt 1989:14) วินัยที่ดีนั้นจะต้องเกิดจากสัมพันธภาพที่สอดคล้องกันระหว่างครูและเด็ก ซึ่งเป็นผล

ที่จะสนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมการมีระเบียบวินัย การสร้างวินัยควรให้เด็กปฏิบัติตามระเบียบ โดยที่เด็กได้เข้าใจเหตุผลและเห็นดีเห็นงามจากการปฏิบัติตามระเบียบนั้น อย่าให้เด็กรู้สึกว่าถูกบังคับ (พนัส หันนาคินทร์ 2513:215) วินัยที่ดีไม่เป็นเพียงให้ผลในทันทีเท่านั้น แต่ต้องให้เป็นนิสัยที่ต่อเนื่องไปและสนับสนุนทัศนคติที่ดีเกี่ยวการเรียนด้วย (Phillip,L.E. and Wiener,D.N. 1972:28) การให้แรงเสริมทันทีและถูกต้องเหมาะสมเป็นสิ่งจำเป็นในการเรียนที่ดีและการมีวินัยในตนเอง และวินัยที่ดีควรเป็นการเรียนรู้ที่มีระบบเป็นขั้นตอน การมีวินัยที่ดีในโรงเรียนจะช่วยสร้างเสริมให้เกิดความมั่นคงในตนเอง และมีผลกระทบต่อการมองของบุคคลและความมั่นใจ การควบคุมเพื่อให้มีวินัยควรเปลี่ยนแปลงไปตามวัยและการเจริญเติบโตของเด็ก ทั้งนี้การกำหนดข้อบังคับและกฎเกณฑ์ต่างๆควรคำนึงถึงหลักจิตวิทยาในการพัฒนาของเด็กแต่ละวัยด้วย

<u>แนวคิดในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริง</u>

(Reality Counseling Approach)

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริง (Reality Counseling Approach) เป็นหลักและกระบวนการในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยมีจุดมุ่งหมายในการช่วยให้บุคคลตระหนักรู้ในตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งตระหนักรู้ในพฤติกรรม/การกระทำของตนเอง ช่วยให้บุคคลตระหนักรู้ในความต้องการของตน และมีความรับผิดชอบในพฤติกรรมการกระทำเพื่อตอบสนองความต้องการนั้นโดยไม่กระทบกระเทือนสิทธิของผู้อื่น ช่วยให้บุคคลสามารถกำหนดเป้าหมายในการดำเนินชีวิต สามารถคิดพิจารณา และกล้าเผชิญสิ่งที่เกิดขึ้นตามสภาพความเป็นจริง ตลอดจนสามารถประเมินได้ว่าสิ่งใดถูกหรือสิ่งใดผิดและสามารถตัดสินใจในการแก้ไขปัญหา และพัฒนาตนเอง เพื่อให้ประสบความสำเร็จได้ตามเป้าหมาย โดยยึดหลักการสำคัญคือ การมีความรับผิดชอบในการกระทำของตนเอง (Responsibility) การดำเนินชีวิตในวิถีแห่งความเป็นจริง (Reality) และสามารถพิจารณาสิ่งต่างๆ ตามสภาพความเป็นจริง รู้ว่าสิ่งใดถูกสิ่งใดผิด ควรหรือไม่ควรทำ (Right And Wrong) โดยนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพิจารณาความเป็นจริงเชื่อว่า มนุษย์เป็นคนดีมีเหตุผลและมีความสามารถเรียนรู้การมีชีวิต และสามารถเปลี่ยนแปลงและพัฒนาตนเองให้ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต

ได้ (Glasser,1969)

วิลเลี่ยม กลาสเซอร์ (William Glasser) จิตแพทย์ชาวอเมริกัน เป็นผู้ริเริ่มวิธีการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริง (Reality Counseling Approach) หรือการบำบัดแบบการพิจารณาความเป็นจริง (Reality Therapy) ขึ้นเมื่อ ค.ศ. 1960 โดยเขาเริ่มนำวิธีการดังกล่าวไปใช้ในการให้การรักษาผู้ป่วยที่มีปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรม หลักการปรึกษาเน้นที่การแสดงพฤติกรรมในปัจจุบันของผู้มาปรึกษา โดยใช้วิธีการฝึกให้บุคคลมีความรับผิดชอบในพฤติกรรมการกระทำของตนเอง ให้รู้จักการวางแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ให้มีความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติตามแผนการสำเร็จ เขาจะไม่ยอมรับข้อแก้ตัวใดๆจากการไม่ปฏิบัติตามแผนการที่วางไว้ และเขาจะหลีกเลี่ยงการตำหนิ และการลงโทษ

แนวความคิดและหลักการของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริง ได้รับการยอมรับทั้งจากสถาบันการศึกษาและนักการศึกษาระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา เนื่องจากเป็นวิธีการที่สามารถป้องกันปัญหาพฤติกรรมของเด็กได้เป็นอย่างดี ทั้งยังช่วยส่งเสริมให้เด็กมีความรับผิดชอบ และฝึกให้มีทักษะในการคิดอย่างมีเหตุผล

มโนทัศน์พื้นฐาน

ทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริงมีหลักการสำคัญที่ว่า มนุษย์ทุกคนล้วนมีความต้องการพื้นฐานที่สำคัญคือ ความต้องการการมีเอกลักษณ์ (Identity) เป็นความต้องการที่จะสามารถรู้สึกได้ว่าตนมีความแตกต่างจากผู้อื่น โดยกลาสเซอร์มีทัศนะในการมองมนุษย์ดังต่อไปนี้

1. มนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่มีเหตุผล มีความสามารถในการตัดสินใจได้ด้วยตนเองมากกว่าที่จะขึ้นกับอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมหรือสภาพการณ์ต่างๆ มนุษย์มีแรงจูงใจที่จะประสบความสำเร็จ มีความรับผิดชอบต่อการแสดงพฤติกรรมของตนเอง และมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

2. มนุษย์ทุกคนมีความต้องการพื้นฐานทางจิตใจ 2 ประการ คือ

2.1 การได้รับความรักจากผู้อื่น และมีโอกาสให้ความรักแก่ผู้อื่น

2.2 การรู้สึกว่าตนเป็นบุคคลที่มีคุณค่าทั้งต่อตนเองและบุคคลอื่น

กลาสเซอร์(1969:13) กล่าวว่า คนที่ได้รับความรักและเรียนรู้ที่จะให้ความรักแก่ผู้อื่นเป็นบุคคลผู้ซึ่งมีโอกาสประสบความสำเร็จในชีวิต และจากความรักที่บุคคลให้และได้รับนั้นจะก่อให้เกิดแรงจูงใจในการพัฒนาตนเอง ไปสู่ความสำเร็จและรู้สึกว่าตนเป็นคนที่มีคุณค่า ถ้าบุคคลไม่เรียนรู้ที่จะให้ความรักแก่ผู้อื่น คอยแต่จะเป็นผู้รับเพียงอย่างเดียวจะมีผลให้บุคคลรู้สึกล้มเหลวเปรียบประดุจเด็กที่ได้รับการตามใจและปกป้องมากเกินไปจากพ่อแม่ จะรู้สึกผิดหวังที่โลกไม่ได้ให้สิ่งเหล่านั้นแก่เขา เท่าที่เขาเคยได้รับจากพ่อแม่

3. มนุษย์ต้องการเป็นบุคคลที่มีเอกลักษณ์แห่งตน (Identity) เขาเชื่อว่ามนุษย์แต่ละคนมีความแตกต่างกัน บุคคลแต่ละคนมีความสำคัญ มีคุณค่า ไม่ว่าจะไปในที่แห่งใดในโลกนี้จะไม่สามารถพบบุคคลที่มีความคิด การกระทำและคำพูดที่เหมือนกัน

4. แรงจูงใจที่สำคัญในการแสดงพฤติกรรมของมนุษย์ คือ การพยายามตอบสนองความต้องการของตน อันเป็นความต้องการพื้นฐาน 5 ประการของบุคคล อันได้แก่ ความต้องการอยู่รอดตามธรรมชาติ ความต้องการความรักและความสัมพันธ์กับผู้อื่น ความต้องการอำนาจ ความต้องการเป็นอิสระ และความต้องการสนุกสนาน และแรงจูงใจที่จะตอบสนองความต้องการนั้น เป็นแรงจูงใจที่เกิดขึ้นจากภายในไม่ใช่เกิดจากอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม

5. เมื่อบุคคลได้รับความรักและมีโอกาสให้ความรักแก่ผู้อื่น จะเกิดความรู้สึกว่าตนมีคุณค่าทั้งต่อตนเองและผู้อื่น มีผลให้บุคคลมีสุขภาพจิตดี มีพฤติกรรมที่เหมาะสม และมีศีลธรรม

6. เพื่อคงความรู้สึกว่าตนเป็นบุคคลที่มีคุณค่า บุคคลต้องพยายามคงพฤติกรรมที่ทำให้ได้รับความพึงพอใจไว้ และเรียนรู้ที่จะแก้ไขเมื่อตนเองทำผิด ให้รางวัลตนเองเมื่อทำถูกต้อง มีการประเมินพฤติกรรมของตนเพื่อพัฒนาตนเองให้พ้นจากสภาพที่ตนไม่พอใจ

7. เมื่อบุคคลเกิดความคับข้องใจในการสนองความต้องการ เขาจะหลีกหนีความเป็นจริงรอบๆ ตัวด้วยการปฏิเสธกฎของสังคม ทำผิดกฎหมายและสูญเสียความสามารถในการรับรู้สิ่งต่างๆ ตามที่เป็นจริง

8. บุคคลที่มีสุขภาพจิตดี คือ บุคคลที่มีความรับผิดชอบในการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของชีวิต มีเอกลักษณ์ของตน และมีจุดมุ่งหมายในชีวิต

ทัศนะในการมองมนุษย์ทั้ง 8 ประการข้างต้นนี้ กลาสเซอร์ให้ความสำคัญในเรื่องการมีเอกลักษณ์ (Identity) เป็นหลัก โดยเขากล่าวถึงการมีเอกลักษณ์ดังนี้ (Glasser 1965 อ้างใน จันทร์เพ็ญ อินทร์ไชยา,2537)

เอกลักษณ์ (Identity) หมายถึง ความเป็นหนึ่งเดียว (Unique) ของบุคคล เป็นสิ่งที่แสดงให้บุคคลอื่นได้เห็นว่า ตนมีลักษณะเฉพาะตัวมีความหมายของตนเองที่แตกต่างจากผู้อื่นโดยสังคมและสิ่งแวดล้อมมีส่วนสำคัญในการสร้างเอกลักษณ์ของบุคคล

เอกลักษณ์เป็นแรงจูงใจภายในของการแสดงพฤติกรรม มนุษย์ต้องการมีเอกลักษณ์เฉพาะตนเอง กลาสเซอร์แบ่งเอกลักษณ์ออกเป็น 2 แบบ คือ

1. เอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ (Success Identity = S.I.)
2. เอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว (Failure Identity = F.I.)

เอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ (S.I.) ผู้ที่มีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จคือ บุคคลที่เห็นว่าตนเองมีความสามารถ และมีความรับผิดชอบในการตอบสนองความต้องการของตนเองได้ รู้สึกตนเป็นคนมีคุณค่ามีความสำคัญต่อตนเองและผู้อื่น มีพลังในการจัดการกับสภาพแวดล้อม มีความเชื่อมั่นในการดำเนินชีวิตของตนเอง มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลที่เกี่ยวข้อง สามารถให้และรับความรักจากผู้อื่นได้

เอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว (F.I.) บุคคลที่มีเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลวคือบุคคลที่มองตนเองหรือประเมินตนเองไปในทางลบ ไม่สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกับผู้อื่นได้ รู้สึกว่าตนไม่เป็นที่รักและไม่เป็นที่ต้องการของผู้อื่น ไม่มีคุณค่า ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ ไม่มีความสามารถที่จะรับผิดชอบหรือทำตามข้อกำหนดใดๆ ได้ ไม่มีความหวังในการมีชีวิตอยู่ ปล่อยให้สภาพแวดล้อมหรือบุคคลอื่นมีอิทธิพลเหนือตน และควบคุมชีวิตตนมักมีบุคลิกภาพแบบหลีกหนี ถดถอย เฉยเมย เฉื่อยชา ไม่สนใจสิ่งแวดล้อมขาดเหตุผล อ่อนแอ มักตำหนิตนเอง ขาดความรับผิดชอบ ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง และมีแนวโน้มพฤติกรรมในทางทำลายหรือทำร้ายทั้งตนเองและผู้อื่นได้

การพัฒนาเอกลักษณ์ เอกลักษณ์จะพัฒนาได้เมื่อบุคคลได้รับประสบการณ์ที่สำคัญ 2 ประการคือ

1. ความรัก (Love) หมายถึง การที่บุคคลสามารถให้ความรักและได้ความรักจากผู้อื่นได้

2. ความมีคุณค่า (Worth) หมายถึง การที่บุคคลมีความรู้สึกถึงความมีคุณค่าต่อตนเองและต่อผู้อื่น

กลาสเซอร์ให้ความสำคัญแก่ช่วง 10 ปีแรกของชีวิตว่า มีอิทธิพลในการพัฒนาเอกลักษณ์ของบุคคล เด็กเริ่มพัฒนาทักษะการเรียนรู้การตอบสนองความต้องการของตนในเรื่องความรักและความมีคุณค่า หากเด็กได้รับการดูแลเอาใจใส่เป็นอย่างดี ยอมรับความมีคุณค่าของเขา เปิดโอกาสให้เขาได้ตัดสินใจและกระทำสิ่งต่างๆได้ด้วยตนเองมีแบบอย่างที่ดีให้เขาได้เรียนรู้ถึงการเป็นทั้งผู้ให้ความรักและรับความรักจากผู้อื่นได้ เด็กก็จะพัฒนาตนเองเป็นคนที่มีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จได้ ดังที่กลาสเซอร์กล่าวว่า "บุคคลแม้มีบุคคลอื่นเพียง 1 คนในโลกที่รักเขา และมีบุคคลอื่นเพียง 1 คนในโลกที่เขารัก เขาก็สามารถที่จะพัฒนาตนเองให้เป็นบุคคลที่มีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จได้" (Glasser 1969 : 12)

ในทางตรงข้าม เมื่อบุคคลไม่สามารถพัฒนาตนเองให้ประสบความสำเร็จในหนทางแห่งความรักและความมีคุณค่าได้ บุคคลจะรู้สึกว่าตนเองไม่เป็นที่รักไม่เป็นที่ต้องการไม่สามารถสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลใดได้ บุคคลจะเกิดความรู้สึกโกรธ คับข้องใจ และแสดงพฤติกรรมต่อต้านสังคม เพราะเชื่อว่าสังคมไม่ให้โอกาสแก่เขา บุคคลจะแยกตัวออกจากสังคมและสิ้นหวังในการดำเนินชีวิต ในที่สุดเขาจะรู้สึกตัวเองว่าตนเป็น "บุคคลที่มีเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว" ไม่สามารถประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตได้

อย่างไรก็ดี กลาสเซอร์เชื่อว่า เอกลักษณ์เป็นสิ่งที่แก้ไขเปลี่ยนแปลงได้โดยการให้การเรียนรู้ใหม่ (Relearning) และการได้มีสัมฤทธิผลในสิ่งที่ทำ (Achievement) ผู้ที่มีเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว จึงสามารถเปลี่ยนแปลงตนเองสู่การเป็นผู้ที่มีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จได้โดยการช่วยให้เขากล้าเผชิญกับความเป็นจริงและช่วยให้เขาเรียนรู้และเข้าใจได้ว่าเขาสามารถตอบสนองความต้องการที่ตนพึงพอใจได้ โดยการแสดงพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบมากขึ้น

โครงสร้างพฤติกรรมของบุคคล

กลาสเซอร์ (1981) ได้อธิบายเกี่ยวกับพฤติกรรมของบุคคลไว้ว่า พฤติกรรมของบุคคลประกอบด้วยระบบ 2 ระบบ คือ

1. ระบบการรับรู้ (Perceptual System) หรือข้อมูลที่ได้รับ (Input)

2. ระบบพฤติกรรม (Behavioral System) หรือข้อมูลที่แสดงออก (Output)

ระบบการรับรู้ (Perceptual System) หรือข้อมูลที่ได้รับ (Input) เป็นการทำงานของสมองส่วนที่เรียกว่า Cerebral Cortex ซึ่งทำหน้าที่ควบคุมความต้องการของบุคคล อันได้แก่ ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์และความต้องการทั่วๆ ไป ซึ่งบุคคลแต่ละคนได้เรียนรู้จากภายนอก(External World) และรวบรวมไว้ว่า สิ่งใดสามารถตอบสนองความต้องการสำหรับตนเอง ซึ่งข้อมูลที่รวบรวมไว้นั้นจะพัฒนาเป็นโลกภายในของบุคคล(Internal World) มีการเปลี่ยนแปลงและเพิ่มขึ้นตลอดเวลา

การรับรู้สิ่งที่มาจากภายนอก (External World) แบ่งเป็น 3 ประเภท คือ

1. การรับรู้ที่ถูกควบคุม (Controlled Perception) เป็นการรับรู้สิ่งที่มาจากภายนอกที่ตรงกับการรับรู้ที่บุคคลกำหนดขึ้นภายใน โดยสมองส่วนที่เรียกว่า Cerebral Cortex จะทำหน้าที่เปรียบเทียบการรับรู้ที่มาจากภายนอกกับการรับรู้ภายในที่มีข้อมูลอยู่ หรือที่บุคคลกำหนดขึ้นจากความต้องการของตนในขณะนั้น เมื่อเปรียบเทียบแล้วตรงกับการรับรู้ที่บุคคลกำหนดขึ้น หรือสามารถตอบสนองความต้องการได้ ข้อมูลนั้นจะถูกส่งกลับไปเก็บรวบรวมไว้ในระบบความจำของ Cerebral Cortex การรับรู้จากภายนอกซึ่งตรงกับการรับรู้ภายในที่บุคคลกำหนดขึ้นเรียกว่า "การรับรู้ที่ถูกควบคุม"

2. การรับรู้ที่ไม่ถูกควบคุม (Uncontrolled Perception) เป็นการรับรู้จากภายนอกซึ่งไม่ตรงกับการรับรู้จากภายในที่บุคคลกำหนดขึ้น ความแตกต่างของการรับรู้ที่เกิดขึ้นเป็นสัญญาณกระตุ้นระบบพฤติกรรมของบุคคลให้ทำงานเพื่อลดความแตกต่างนั้น

3. ข้อมูลข่าวสาร (Information Source) เป็นข้อมูลข่าวสารที่มาจากภายนอกและถูกส่งไปยังระบบพฤติกรรมโดยตรง

ระบบพฤติกรรม (Behavioral System) หรือผลที่แสดงออก (Output) เป็นระบบที่บุคคลแสดงออกเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเอง หรือเพื่อลดความแตกต่างของการรับรู้นั่นเอง

ระบบพฤติกรรมประกอบด้วยระบบย่อยอีก 3 ระบบ คือ

1. การปรับอินทรีย์ (Reorganization) เป็นระบบการปรับตัวของบุคคลที่ถูกกระตุ้นด้วยสัญญาณความแตกต่างระหว่างการรับรู้ที่กำหนดขึ้นจากภายใน และการรับรู้ที่มาจากภายนอกให้แสดงพฤติกรรมออกมาอย่างเดาสุ่ม (Random) เพื่อแสวงหาพฤติกรรมที่สามารถลดความแตกต่างที่เกิดขึ้นได้ การทำงานของระบบการปรับอินทรีย์จะดำเนินไปไม่มีการหยุดจนกว่าจะพบพฤติกรรมที่สามารถลดความแตกต่างนั้นได้

2. การปรับแนวทาง (Redirection) เป็นการสะสมพฤติกรรมที่ผ่านการเรียนรู้และวิธีการต่างๆที่บุคคลใช้ในการลดความแตกต่างของการรับรู้ของบุคคลแต่ละคน และสามารถนำออกมาใช้ในสถานการณ์ที่เหมาะสมได้ การปรับแนวทางจะมีการพัฒนาขึ้นเรื่อยๆ ตามการเรียนรู้เมื่อบุคคลเจริญเติบโตขึ้น

3. ข้อมูลใหม่ (New Information) เป็นระบบที่บุคคลใช้เพื่อเผชิญกับความแตกต่างของการรับรู้ อาจจัดเป็นระบบย่อยของการปรับแนวทาง ข้อมูลใหม่นี้ถูกรับรู้จากภายนอกและส่งตรงไปยังระบบพฤติกรรมโดยไม่ผ่านการเปรียบเทียบ เพื่อให้บุคคลได้ปฏิบัติข้อมูลใหม่ที่ได้รับทันที ข้อมูลใหม่นี้อาจมีทั้งข้อมูลง่ายๆ และข้อมูลที่ยุ่งยากซับซ้อนเกินกว่าบุคคลจะปฏิบัติตามได้ ซึ่งในกรณีนี้บุคคลจะใช้การปรับแนวทาง เพื่อหาพฤติกรรมอื่นที่เหมาะสมกว่ามาทดแทน (Glasser 1981; สุดฤทัย มุขยวงศา 2533 : 12 - 15 ; พรประภา แกล้วกล้า 2534 : 11 - 13)

โครงสร้างพฤติกรรมดังกล่าวแสดงว่า พฤติกรรมเป็นความพยายามของบุคคลเพื่อควบคุมการรับรู้โลกภายนอกให้เข้าได้กับโลกภายในที่เป็นส่วนตัวของแต่ละคน ดังนั้นการช่วยเหลือบุคคลให้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม จึงจำเป็นที่จะต้องเข้าใจโลกภายในที่บุคคลสร้างขึ้นจากความต้องการและการเรียนรู้ที่ผ่านมาให้เขารับรู้ตนเอง หันมาเผชิญกับความจริงที่เกิดขึ้นและประเมินพฤติกรรมที่ทำอยู่ว่า สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้หรือไม่เมื่อพบว่าพฤติกรรมใดไม่สามารถตอบสนองความต้องการจึงช่วยหาพฤติกรรมใหม่มาทดแทน

แนวความคิดพื้นฐานดังกล่าว ประกอบกับการทำงานกับผู้ป่วย และการทำงานกับเด็ก ๆ ที่มีปัญหาจำนวนมาก ทำให้กลาสเซอร์พบว่า **บุคคลแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมหรือพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เนื่องมาจากบุคคลไม่สามารถตอบสนองกับความต้องการของตนเองได้ และปฏิเสธความจริงที่เกิดขึ้นในโลกรอบ ๆ ตัว แต่เมื่อใดก็ตามที่บุคคลหันมามองดูและยอมรับสภาวะความเป็นจริงที่เกิดขึ้น เขาจะพบว่าความเป็นจริงเป็นหนทางที่จะนำเข้าไปสู่การตอบสนองความต้องการของเขาได้** ด้วยข้อค้นพบดังกล่าวกลาสเซอร์จึงให้การช่วยเหลือบุคคลที่ประสบปัญหาด้วยวิธีให้บุคคลเผชิญกับความเป็นจริงที่เป็นอยู่ขณะนั้น และหาทางแก้ไขด้วยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม วิธีการดังกล่าวได้รับการพัฒนาขึ้นเป็นการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริง

<u>ลักษณะที่สำคัญของแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง</u>

1. มีแนวคิดแบบภาวะนิยม(existential-phenomenological orientation) นั่นคือความเชื่อที่ว่าพฤติกรรมของบุคคลเป็นไปตามพลังผลักดันที่มีอยู่ภายในตน แม้อิทธิพลของสังคมจะมีส่วนในการตัดสินใจของบุคคล แต่พฤติกรรมแสดงออกของบุคคล ไม่ขึ้นกับองค์ประกอบจากสิ่งแวดล้อม กลาสเซอร์กล่าวว่า บุคคลรับรู้โลกตามความต้องการของตนเอง และมีการสร้างโลกภายในของตนเองโดยบุคคลสามารถรับผิดชอบโลกภายในที่ตนสร้างขึ้น บุคคลไม่ใช่เหยื่อที่ช่วยตนเองไม่ได้ บุคคลสามารถสร้างสรรค์ชีวิตที่ดีกว่าได้ ความทุกข์ไม่ใช่สิ่งที่ต้องเกิดแก่บุคคล แต่บุคคลมักทำตนเองให้เป็นทุกข์ให้เศร้า ให้โกรธด้วยตัวของเขาเอง ตราบใดที่บุคคลมีความเชื่อว่าตนเป็นเหยื่อของความเศร้าบุคคลจะไม่สามารถเปลี่ยนแปลง การเปลี่ยนแปลงตนเกิดขึ้นเมื่อบุคคลเกิดการตระหนักรู้ และสามารถแสดงออกได้อย่างแท้จริงว่าพฤติกรรมเป็นผลจากการเลือกของบุคคลแต่ละคน (พรประภา แกล้วกล้า 2534 :6)

2. มีแนวคิดแบบทฤษฎีควบคุม (control theory)

พื้นฐานความเชื่อดั้งเดิมของทฤษฎีการพิจารณาความเป็นจริงเชื่อว่า บุคคลแสดงพฤติกรรมที่พยายามควบคุมโลกรอบตัวเขา โลกไม่เคยควบคุมบุคคล สิ่งมีชีวิตดำรงอยู่ด้วยการควบคุมโลกรอบตัวเขาให้เป็นไปตามที่เขาต้องการ ทฤษฎีการพิจารณาความเป็นจริงแนวใหม่เน้น

ว่าอะไรก็ตามที่เกิดขึ้นจริงในโลกรอบตัว ไม่มีความสำคัญจนกว่าสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นจะมีส่วนเกี่ยวข้องกับสิ่งที่อยู่ภายในโลกส่วนตัวของบุคคล สมองจะทำหน้าที่เป็นระบบควบคุมและสั่งการให้มีการแสดงออกมาเป็นการกระทำ ดังนั้นพฤติกรรมจึงเป็นการควบคุมการรับรู้โดยบุคคลเลือกสิ่งที่เขาต้องการ และแสดงพฤติกรรมในโลกความเป็นจริงให้ใกล้เคียงกับโลกในความคิดของเขา พฤติกรรมมีองค์ประกอบ 3 ประการคือ การกระทำ ความคิด และความรู้สึก เป็นการยากที่จะควบคุมความคิดและความรู้สึก ทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริง จึงเน้นที่การกระทำที่ผู้มาปรึกษากระทำได้ และควบคุมได้มากกว่า

3. การปฏิเสธรูปแบบการคิดทางแพทย์ (rejection of the medical model) อาการทางประสาทหรืออาการทางจิตไม่ใช่พฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากการที่มีพยาธิสภาพ แต่เป็นพฤติกรรมที่บุคคลเลือกแสดงเพื่อควบคุมโรค แม้ว่าพฤติกรรมบางอย่าง เช่น อาการเจ็บป่วยทางกายที่มีสาเหตุจากจิตใจ การติดยาเสพติดและสุรา จะก่อให้เกิดความเจ็บป่วยและกลายเป็นคนที่ไร้ประสิทธิภาพ แต่บุคคลก็เลือกที่จะแสดงพฤติกรรมเหล่านั้น กลาสเซอร์เชื่อว่า การเลือกดังกล่าวเป็นการเลือกอย่างมีสติรู้ตัว แต่ก็มีบางคนที่เลือกโดยปราศจากการมีสติรู้ตัวเนื่องจากถ้าเขาไม่เลือกพฤติกรรมที่ไม่เป็นที่พึงพอใจเหล่านั้น เขาจะเจ็บปวดและเป็นทุกข์มากกว่า เช่นเดียวกับความเครียดก็เกิดจาก การที่บุคคลไม่สามารถควบคุมตนเองให้พอใจในพฤติกรรมที่ตนเองเลือกกระทำ ความเครียดจึงเป็นปรากฏการณ์ที่แสดงถึงการมีปฏิกริยาต่อบางสิ่งบางอย่าง เพื่อพยายามควบคุมสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดนั้น

4. การมีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จและความรู้สึกเชิงบวก(success identity and positive addiction)เอกลักษณ์แห่งความสำเร็จเป็นหัวใจในการที่จะทำความเข้าใจทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริง บุคคลที่มีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จจะเป็นผู้ที่มีพลังในการสร้างสรรค์วิถีชีวิตได้ตามที่ตนต้องการ

การมีความรู้สึกเชิงบวก (positive addiction) เป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาพลังใจให้เข้มแข็ง ภาวะจิตใจที่มีความรู้สึกเชิงบวกจะมีผลให้บุคคลเอาชนะความรู้สึกทางลบได้ และทำให้บุคคลมีศักยภาพในการปรับอินทรีย์ของตน และเพิ่มความสามารถในการทำงานของระบบพฤติกรรม การได้มาซึ่งความรู้สึกเชิงบวก กระทำโดยการทำกิจกรรมที่มีผลให้จิตใจเป็นสมาธิ เช่น การวิ่ง การฝึกสมาธิ

5. เน้นความรับผิดชอบ (emphasis on responsibility)

ความรับผิดชอบ ในความหมายของกลาสเซอร์ หมายถึง พฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกเพื่อตอบสนองความต้องการของตนโดยไม่กระทบกระเทือนถึงผู้อื่น คนที่มีความรับผิดชอบจะรับรู้ได้ว่าเขาต้องการอะไรจากการมีชีวิตและมีการวางแผนเพื่อบรรลุจุดมุ่งหมายที่ต้องการ หรืออีกนัยหนึ่งความรับผิดชอบหมายถึงบุคคลมีการเรียนรู้ที่จะควบคุมชีวิตของตนเองให้มีประสิทธิภาพด้วยการกระทำของตน ถ้าพฤติกรรมที่ตนแสดงไม่สามารถตอบสนองความต้องการของตนในปัจจุบันก็สามารถปรับเปลี่ยนได้

กลาสเซอร์เน้นว่า ควรหลีกเลี่ยงการตำหนิติเตียนไม่ว่าจากนักจิตวิทยาการปรึกษาหรือจากผู้มาปรึกษา เขาเชื่อว่าบุคคลสามารถเรียนรู้การมีชีวิตและแสดงความรับผิดชอบได้โดยไม่ต้องตำหนิตนเองบุคคลควรยอมรับว่าตลอดชีวิตของตน พฤติกรรมที่ตนเลือกไม่ว่าดีหรือเลวก็เป็นสิ่งที่ดีที่สุดที่เลือกแล้วในแต่ละขณะ ถ้าบุคคลเริ่มต้นการเลือกด้วยความผิดพลาด บุคคลจะตำหนิตนเองและจะมีการกระทำที่ผิดพลาดเพิ่มมากขึ้น จนอาจเจ็บป่วยหรือกลายเป็นบุคคลที่ไร้ความสามารถ

6. ลดการเน้นอดีต (deemphasis on exploration of the past) การกระทำในภาวะปัจจุบันที่นี่และเดี๋ยวนี้ (here and now) เป็นสิ่งที่น่าสนใจมากกว่าการมุ่งพิสูจน์และสำรวจความผิดพลาดที่เกิดขึ้นในอดีตของบุคคล แต่ก็ไม่ปฏิเสธว่าปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบันมีรากฐานสืบเนื่องมาจากอดีต แต่การแก้ไขสามารถแก้ไขได้เฉพาะเหตุการณ์ปัจจุบันแล้ววางแผนสำหรับอนาคต นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพิจารณาความเป็นจริงจะรับฟังเรื่องราวในอดีตของผู้มาปรึกษา เพื่อช่วยในการวางแผนการแก้ปัญหาในปัจจุบัน และวางแผนการณ์ในอนาคต

7. ลดความสำคัญของการถ่ายโยง (deemphasis on transference)

การถ่ายโยง เป็นข้อห้ามสำหรับนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพิจารณาความเป็นจริง และนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพิจารณาความเป็นจริงต้องแสดงบทบาทอย่างเป็นตัวของตัวเองที่มีหน้าที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ของผู้มาปรึกษาโดยเฉพาะ และไม่พยายามสอนผู้มาปรึกษาในการแสดงพฤติกรรม นักจิตวิทยาการปรึกษามีหน้าที่อำนวยให้ผู้มาปรึกษายุติการเข้าไปเกี่ยวข้องกับอดีตที่ไม่ประสบความสำเร็จ แต่ให้พยายามค้นหาพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจในการมีชีวิตอยู่

วัตถุประสงค์ของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริง

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริง มีวัตถุประสงค์คือ การช่วยให้บุคคลมีพลังใจที่เข้มแข็ง และมีเหตุผลที่จะทำสิ่งที่มีค่าให้กับชีวิตของตน และในขณะเดียวกันมีความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลที่ต้องการได้ หรือเป็นการช่วยให้บุคคลประสบความสำเร็จด้วยตัวของตัวเอง สามารถก้าวไปข้างหน้าได้ด้วยกำลังใจของตัวเองไม่ต้องคอยการสนับสนุนจากสิ่งแวดล้อมภายนอก หรือสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองและพัฒนาตนเองเพื่อบรรลุเป้าหมายที่วางไว้ได้ด้วยตัวของตัวเอง ซึ่งในการบรรลุเป้าหมายดังกล่าว นักจิตวิทยาการปรึกษาต้องช่วยให้ผู้มาปรึกษายอมรับและเข้าใจในสิ่งต่อไปนี้

1. ความรับผิดชอบ (responsibility)
2. การพิจารณาความเป็นจริง (reality)
3. ความถูกหรือผิด (right or wrong)

ความรับผิดชอบ (responsibility) หมายถึง บุคคลต้องเรียนรู้และยอมรับว่าตนเองเป็นบุคคลเดียวที่ต้องรับผิดชอบต่อการแสดงพฤติกรรมเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเอง และรับผิดชอบต่อการแสดงพฤติกรรมเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเองโดยไม่กระทบกระเทือนการแสดงพฤติกรรม เพื่อการตอบสนองความต้องการของบุคคลอื่น และบุคคลต้องรับผิดชอบต่อการกระทำของตนโดยไม่มีข้อแก้ตัว บุคคลที่มีความรับผิดชอบ คือ บุคคลที่มีสุขภาพจิตดี การพัฒนาความรับผิดชอบเกิดขึ้นตั้งแต่วัยเด็ก โดยเด็กเรียนรู้ว่า พ่อ แม่ มีความรับผิดชอบต่อเขาด้วยการให้การดูแลเอาใจใส่เขาเป็นอย่างดี

การพิจารณาความเป็นจริง (reality) คือ การที่บุคคลสามารถแก้ปัญหาของตนได้ถ้าบุคคลกล้าเผชิญสภาพความเป็นจริง พิจารณาสิ่งต่าง ๆ ตามที่เป็นจริงและตระหนักถึงความจริงที่ว่า เขามีหน้าที่ที่ต้องหาทางตอบสนองความต้องการของเขาโดยไม่กระทบกระเทือนสิทธิของผู้อื่น แม้ว่าหนทางที่จะสนองความต้องการนั้นจะมีอุปสรรคก็ตามและเข้าใจว่าการคิดถึงอดีตไม่ใช่หนทางของการแก้ปัญหา แต่เป็นข้ออ้างที่บุคคลจะไม่ยอมเผชิญกับสภาพความเป็นจริงในปัจจุบันของชีวิต

ความถูกหรือผิด (right or wrong) เป็นการประเมินคุณค่าพฤติกรรมของตนเองและประเมินถึงผลที่ตามมา (consequence) จากการแสดงพฤติกรรมของตน ซึ่งเป็นการช่วยให้บุคคลมองเห็นพฤติกรรมที่ตนแสดงชัดเจนขึ้น และยินยอมที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปสู่แนวทางที่เหมาะสมกว่าได้

เทคนิคและวิธีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริง

กลาสเซอร์ (Glasser) ได้พัฒนาเทคนิคและวิธีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาของเขาจากประสบการณ์ในการบำบัดเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์อื่น ๆ เช่น การปรึกษาเชิงจิตวิทยา การเรียนการสอน และใช้ในชีวิตประจำวันของคนทั่วไป โดยมีหลักการสำคัญ 8 ประการ ที่มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันและจะต้องปฏิบัติร่วมกันไปตลอดกระบวนการ

ในที่นี้จะได้กล่าวถึงการนำเทคนิค และวิธีการบำบัดเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริงไปใช้ในกระบวนการกลุ่มโดยอาศัยหลักการ 8 ประการดังนี้

1. การสร้างสัมพันธภาพของการปรึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างนักจิตวิทยาการปรึกษากับสมาชิกในกลุ่มเป็นรากฐานของการปรึกษาด้วยความสัมพันธ์ที่เป็นส่วนตัว ความอบอุ่น เข้าใจ ใส่ใจ ยอมรับและนับถือในตัวสมาชิกแต่ละคน การเปิดเผยและเต็มใจแลกเปลี่ยนประสบการณ์และค่านิยมร่วมกันเป็นการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของสมาชิก และนำเข้าไปสู่การเผชิญหน้ากับความเป็นจริง และพฤติกรรมที่เป็นอยู่ปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยสมาชิกให้พ้นจากประสบการณ์แห่งความล้มเหลว โดยเฉพาะในกลุ่มบุคคลที่มีปัญหาเฉพาะ ผู้นำกลุ่มหรือนักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องสร้างความเชื่อถือของเขาให้สมาชิกเห็น โดยการแสดงความผูกพันอย่างจริงใจ และห่วงใยต่อพวกเขา มองเขาในทัศนะที่พวกเขาไม่เคยมองตนเองมาก่อนว่า พวกเขาสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงเป็นบุคคลที่ประสบความสำเร็จและมีความรับผิดชอบ

2. การเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบัน นักจิตวิทยาการปรึกษาหรือผู้นำกลุ่มจะชักชวนให้สมาชิกพิจารณาพฤติกรรรมที่เป็นสาเหตุหรือส่งเสริมความรู้สึกที่ไม่ดี ช่วยพวกเขาให้เรียนรู้ว่าพวกเขามีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมของตนเอง สามารถตัดสินใจเลือกและสามารถ

เปลี่ยนแปลงชีวิตของตนเองให้ดีขึ้น การรับรู้ต่อพฤติกรรมที่ตนเองกำลังทำอยู่เป็นวิธีการที่บุคคลจะพัฒนาภาพพจน์ที่ดีของตนเอง กลาสเซอร์ (Glasser,1965:13 -15) ได้ชี้ให้เห็นว่าพฤติกรรมที่คนอ่อนแอหรือคนที่ขาดความรับผิดชอบต่อตนเองมักจะเลือกกระทำในเวลาที่พวกเขาเผชิญกับปัญหามีอยู่ 3 ทางด้วยกัน ทางเลือกที่หนึ่งคือ การยอมแพ้ต่อปัญหาที่เกิดขึ้น ทางเลือกที่สองคือ การแสดงพฤติกรรมที่รุนแรง พัฒนาอารมณ์ในทางลบ เก็บกด เศร้าซึม กลัว แสดงอาการวิกลจริต ทางเลือกสุดท้าย ก็คือการใช้ยาเสพติดให้โทษชนิดต่างๆ ดังนั้นการเน้นที่พฤติกรรมในปัจจุบันจะช่วยสมาชิกในกลุ่มให้พัฒนาทางเลือกใหม่ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง และมีพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบต่อตนเองมากขึ้น

3. การประเมินพฤติกรรม เมื่อผู้รับการปรึกษาหรือสมาชิกในกลุ่มได้พิจารณาถึงพฤติกรรมที่เขากระทำอยู่และผลที่ตามมาของพฤติกรรมนั้นแล้ว นักจิตวิทยาการปรึกษาก็จะช่วยเขาในการประเมินว่าพฤติกรรมนั้นกำลังนำเขาไปสู่ความสำเร็จหรือความล้มเหลว สิ่งสำคัญของขั้นตอนนี้ก็คือ นักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องไม่เป็นผู้ตัดสินพฤติกรรมหรือแสดงทัศนคติในเชิงวิพากษ์วิจารณ์ ในการประเมินพฤติกรรมจะเน้นที่การวิจารณ์เฉพาะพฤติกรรมเท่านั้นซึ่งเป็นสิ่งที่แก้ไขปรับปรุงได้และไม่ปล่อยให้สมาชิกยึดติดอยู่กับความรู้สึกผิดพลาดล้มเหลวที่ผ่านมา

4. การพัฒนาแผนการเพื่อเปลี่ยนแปลง หลังจากผู้รับการปรึกษาแต่ละคนได้ประเมินพฤติกรรมของตนเองและตัดสินใจที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้นๆ นักจิตวิทยาการปรึกษาจะช่วยสมาชิกในการพิจารณาทางเลือกอื่นๆ เพื่อหาพฤติกรรมที่สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้และช่วยพวกเขาในการวางแผนเพื่อการเปลี่ยนแปลง โดยการกำหนดเป้าหมายระยะสั้นที่สามารถปฏิบัติได้และมีโอกาสที่จะสำเร็จ เพื่อให้ความสำเร็จในเป้าหมายนี้เป็นแรงเสริมให้สมาชิกพยายามเพื่อบรรลุเป้าหมายในระยะยาวต่อไป นักจิตวิทยาการปรึกษาจะทำหน้าที่ในการให้ข้อมูลใหม่ๆ และช่วยค้นหาวิธีการที่มีประสิทธิภาพที่จะทำตามเป้าหมาย การวางแผนปฏิบัติจะต้องมีลักษณะเฉพาะเจาะจงชัดเจน วัดได้และต้องยืดหยุ่นสามารถปรับได้ตามความเหมาะสม

5. ความมุ่งมั่น แผนการที่กำหนดไว้เพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจะดำเนินไปได้ก็ต่อเมื่อผู้รับการปรึกษาหรือสมาชิกเต็มใจที่จะปฏิบัติ ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริงจึงมีการผูกมัดตนเองที่จะทำตามแผนการ โดยให้สมาชิกแต่ละคนประกาศให้กลุ่มทราบถึงแผนการของตนเอง และเขียนเป็นรูปแบบของสัญญาเพื่อช่วยให้ตนเองและสมาชิกคน

อื่นๆร่วมกันปฏิบัติตามแผนนั้น ในขั้นตอนนี้จะพบว่าคุณค่าของกลุ่มเด่นชัดขึ้น เมื่อสมาชิกผูกมัดตนเองในการทำตามแผนการที่กำหนดไว้ และช่วยเหลือผู้อื่นในการทำตามแผนการของเขา ประเมินและให้ความคิดเห็นต่อแผนการ ให้กำลังใจและสนับสนุนซึ่งกันและกัน ได้เห็นตัวแบบของความพยายามทำตามแผนและตัวแบบของความสำเร็จ ในกรณีที่สมาชิกบางคนหลีกเลี่ยงที่จะผูกมัดตนเองในการทำตามแผน กลุ่มจะเข้าช่วยเขาให้ได้แสดงออกและค้นหาความรู้สึกกลัวต่อความล้มเหลว และถ้าหากมีสมาชิกที่ไม่ยินยอมผูกมัดตนเองเลย นักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องไม่บังคับให้เขาเปลี่ยนใจแต่จะต้องช่วยให้เขาค้นหาว่าอะไรที่เป็นอุปสรรคขัดขวางเขา สมาชิกบางคนคิดว่าเขาไม่สามารถเปลี่ยนแปลง ไม่สามารถทำตามที่ได้ตัดสินใจและยินยอมเป็นคนล้มเหลว นักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องช่วยให้เขาพิจารณาผลของการที่ไม่ยอมเปลี่ยนแปลงและแนะนำเขาให้วางแผนการช่วงสั้นที่สามารถปฏิบัติได้ง่ายๆ สิ่งที่จะต้องคำนึงถึงคือแผนการที่สมาชิกผูกมัดตนเองที่จะทำตามจะต้องเป็นเหตุเป็นผลและมีความเป็นไปได้ เพราะถ้าไม่สามารถทำตามข้อผูกมัดนั้นได้สมาชิกจะเพิ่มความสับสน และความรู้สึกล้มเหลวมากขึ้น

6. การไม่ยอมรับข้อแก้ตัว กลาสเซอร์และซูนิน (Glasser and Zunin,1979) เห็นว่าการแก้ตัวเป็นการหลอกลวงตัวเอง (Self-deception) เพื่อระบายความรู้สึกและในที่สุดก็จะพบความล้มเหลวและประทับตราของความล้มเหลวให้กับตนเองในกรณีที่ผู้รับการปรึกษาไม่สามารถทำตามข้อผูกมัดของตนเองได้ นักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องไม่รับฟังข้อแก้ตัวหรือเหตุผลในความล้มเหลว ไม่มีการตำหนิหรือค้นหาข้อผิดพลาดแต่จะต้องแสดงความห่วงใยที่มีต่อผู้รับการปรึกษาอย่างแท้จริง ช่วยเขาให้เห็นความจริงที่ว่าเขาเท่านั้นที่จะเป็นผู้รับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง บรรยากาศของกลุ่มมีประโยชน์ต่อการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริงเพราะสมาชิกคนอื่น ๆ จะทำตามแบบอย่างของนักจิตวิทยาการปรึกษาให้ความใส่ใจและกระตุ้นบุคคลที่ไม่สามารถทำตามข้อผูกมัดของตนเอง ให้มีกำลังใจที่จะพยายามใหม่หรือช่วยเขาประเมินและปรับปรุงแผนการของเขาให้เหมาะสมมากขึ้น

7. ไม่ใช้การลงโทษ การลงโทษไม่ใช่วิธีการที่มีประสิทธิภาพในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และยังเป็นการส่งเสริมเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลวและทำลายสัมพันธภาพในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเมื่อสมาชิกไม่สามารถทำตามข้อผูกมัดของตนเองหรือต่อต้านกระบวนการกลุ่ม ผู้ให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาจะต้องกระตุ้นให้เขาเห็นและยอมรับผลที่ตามมาของการกระทำของเขาเอง และให้โอกาสเขารั้งเพื่อพิจารณาว่าเขายังต้องการที่จะกระทำตามข้อผูกมัดนั้นหรือไม่

8. การไม่ยอมล้มเลิกความตั้งใจ นักจิตวิทยาการปรึกษาจะต้องเชื่อมั่นในตัวผู้รับการปรึกษาว่าเขาสามารถเปลี่ยนแปลงและพัฒนาได้ ไม่ว่าพวกเขาจะกระทำหรือพูดอย่างไรก็ตามจะต้องไม่สิ้นหวังในตัวพวกเขา แม้ว่าบางคนอาจจะต้องใช้เวลามากในการพัฒนาพฤติกรรมใหม่ เพราะบุคคลที่มีเอกลักษณ์ของความล้มเหลวมักจะคิดว่าคนอื่นๆสิ้นหวังในตัวพวกเขาแล้วและไม่เชื่อว่าพวกเขามีความสามารถที่จะปรับปรุงตัวเองได้ นักจิตวิทยาจะต้องเป็นตัวอย่างของการไม่ยอมล้มเลิกความตั้งใจ และผูกพันตนเองที่ช่วยพวกเขาและกระตุ้นความรู้สึกมั่นใจในตนเอง เมื่อผู้รับการปรึกษาเชื่อมั่นว่านักจิตวิทยาและสมาชิกคนอื่นไม่รู้สึกสิ้นหวังในตัวเขาแล้วเขาจะรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มไม่รู้สึกโดดเดี่ยว สามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง และรู้ว่าเขามีความสามารถที่จะแก้ปัญหาและเปลี่ยนแปลงสิ่งที่เขาคิด รู้สึกและกระทำได้

<u>การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม</u> (Group Counseling)

กลาสเซอร์อธิบายว่า กลุ่มเป็นสถานการณ์ที่ผู้มาปรึกษาได้มีโอกาสมาอยู่ร่วมกันสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน แสดงความคิดเห็นและให้ข้อมูลย้อนกลับแก่กันและกัน กลุ่มของผู้มาปรึกษาที่มีปัญหาคล้ายคลึงกันจะเป็นกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่มีประสิทธิภาพมากที่สุด กระแสกลุ่มจะมีส่วนช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้มีโอกาสประเมินพฤติกรรมของตน มีการวางแผนเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เหมาะสมและสามารถดำเนินการตามแผนได้โดยสมาชิกแต่ละคนเป็นกำลังใจให้แก่กัน สมาชิกสามารถเรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น สามารถตอบสนองความต้องการในด้านความรักและความมีคุณค่าของตนเองได้จากสัมพันธภาพที่อบอุ่น จริงใจ และไว้วางใจซึ่งกันและกัน โดยมีนักจิตวิทยาการปรึกษาในฐานะผู้นำกลุ่มเป็นผู้เอื้ออำนวยให้เกิดบรรยากาศดังกล่าว

กระบวนการกลุ่ม แบ่งได้เป็น 3 ขั้นตอนดังนี้คือ

1. ขั้นเริ่มต้น

เป็นขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับสมาชิก และสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้นำกลุ่ม โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานการไว้วางใจกันอย่างแท้จริง เป็นสัมพันธภาพที่มีความหมาย มีความอบอุ่นจริงใจ ซึ่งกลาสเซอร์ (1968) กล่าวว่า ขั้นตอนที่ยุ่งยากที่สุดคือ ขั้นตอนการเริ่มสร้างสัมพันธภาพแห่งการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สมาชิกจะเรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพที่ดี

ผู้นำกลุ่มต้องตระหนักว่า พวกเขาต้องการคนซึ่งรักและห่วงใยเอาใจใส่เขาอย่างแท้จริงในการที่จะช่วยให้เขามีสุขภาพจิตที่ดีและสามารถเผชิญความยุ่งยากต่างๆ ได้

นอกจากการสร้างสัมพันธภาพแล้วในขั้นตอนนี้ยังรวมถึงการทำความเข้าใจกับสมาชิกกลุ่มข้อจำกัด และเป้าหมายของกลุ่ม ตลอดจนการกำหนดระยะเวลาในการเข้าร่วมกลุ่ม ผลจากขั้นเริ่มต้นนี้สมาชิกจะได้เรียนรู้ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ เข้าใจลักษณะกลุ่ม เข้าใจข้อจำกัด เป้าหมายและระยะเวลาในการเข้าร่วมกลุ่ม ซึ่งขั้นตอนนี้อาจเกิดขึ้นเร็วหรือช้าขึ้นกับทักษะของผู้นำกลุ่ม และการร่วมมือจากสมาชิกกลุ่มหรือการต่อต้านกลุ่ม กระบวนการขั้นต่อไปจะไม่เกิดขึ้น ถ้าปราศจากสัมพันธภาพแห่งการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

2. ขั้นตอนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

เมื่อสามารถสร้างสัมพันธภาพแห่งการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้แล้วขั้นตอนต่อไปคือช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้พิจารณาพฤติกรรมการกระทำของตนในปัจจุบัน โดยผู้นำกลุ่มจะเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มประเมินพฤติกรรมของตนที่กระทำอยู่ว่าถูกหรือผิด ส่งเสริมหรือขัดขวางต่อการตอบสนองความต้องการของตนในสภาพความเป็นจริง ขั้นตอนนี้หากสมาชิกพยายามที่จะพูดถึงความรู้สึกของตน ผู้นำกลุ่มต้องพยายามเชื่อมโยงความรู้สึกนั้นมาสู่พฤติกรรมที่แสดงออกเพื่อให้สมาชิกตระหนักถึงพฤติกรรมการกระทำของตนให้ชัดเจนจนสมาชิกตระหนักรู้ได้ว่า ตนกำลังทำอะไรอยู่และการกระทำนั้นมีผลอย่างไรต่อตนเองในปัจจุบัน และยอมรับที่จะมีการเปลี่ยนแปลง

เมื่อสมาชิกตระหนักรู้ถึงพฤติกรรมของตนและยอมรับว่าจะเปลี่ยนแปลงแล้ว จะมีการวางแผนการเปลี่ยนแปลง ผู้นำกลุ่มจะเอื้ออำนวยให้สมาชิกกำหนดเป้าหมาย และแผนการปฏิบัติเพื่อการเปลี่ยนแปลงให้ชัดเจน มีความเป็นไปได้สูง ยืดหยุ่นได้ตามสมควร และกำหนดเวลาในการปฏิบัติให้แน่นอนตามสภาพความเป็นจริงและให้สมาชิกประกาศความมุ่งมั่นว่าจะต้องปฏิบัติตามแผนนั้นเป็นการแสดงให้เห็นว่าสมาชิกเป็นผู้มีความรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

สมาชิกต้องนำผลการปฏิบัติมารายงานต่อกลุ่ม หากไม่สามารถปฏิบัติตามแผนการนั้นได้ ผู้นำกลุ่มและเพื่อนสมาชิกกลุ่มจะช่วยหาแนวทางใหม่ เพื่อให้สามารถปฏิบัติได้บรรลุความสำเร็จโดยไม่มีการลงโทษ ไม่มีการตำหนิและไม่ยอมรับข้อแก้ตัวหรือเหตุผลใดๆ แต่จะส่งเสริมให้หาแนวทางใหม่และให้กำลังใจในการปฏิบัติต่อไปจนประสบความสำเร็จ

3. ขั้นตอนการประเมินผล

เป็นการประเมินความตระหนักรู้ ของสมาชิกกลุ่มต่อพฤติกรรมการแสดงออกของ

สมาชิกและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป้าหมาย การปรึกษาจะสิ้นสุดลงเมื่อสมาชิกสามารถแสดงพฤติกรรมที่รับผิดชอบมากขึ้น สามารถเผชิญกับปัญหาและความยุ่งยากได้โดยยอมรับความจริงว่าตนต้องมีความรับผิดชอบต่อตนเอง และรับผิดชอบต่อการแสดงพฤติกรรม ในการที่จะตอบสนองความต้องการของตนโดยไม่ทำร้ายตนเองและผู้อื่นซึ่งถือเป็นการแสดงให้เห็นว่าสมาชิกสามารถเปลี่ยนแปลงตนเองจากผู้ที่มีเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลวไปสู่การเป็นผู้ที่มีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จได้แล้วนั่นเอง

โดยกระแสของกลุ่มและบรรยากาศของกลุ่มที่ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มร่วมกันสร้างขึ้นจะเป็นโอกาสให้สมาชิกแต่ละคนได้ตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเอง เข้าใจและยอมรับตนเองได้ตามสภาพที่เป็นจริง และเรียนรู้ที่จะพัฒนาตนเองให้เจริญงอกงามขึ้น

<u>บุคลิกและบทบาทหน้าที่ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง</u>

นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงมีบุคลิกและบทบาทหน้าที่ดังต่อไปนี้ (พรประภา แกล้วกล้า 2534:18 ;สุดฤทัย มุขยวงศา 2533 :19-20)

1. เป็นตัวแบบของผู้ที่มีความรับผิดชอบ เข้มแข็ง อดทน ละเอียดอ่อนในการรับรู้ความรู้สึกเป็นบุคคลที่สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้ในความเป็นจริง และยินดีแบ่งปันประสบการณ์แก่ผู้มาปรึกษาสามารถเป็นแบบอย่างของบุคคลที่มีเอกลักษณ์แห่งความสำเร็จ

2. มีอารมณ์มั่นคง สามารถสร้างสัมพันธ์กับผู้มาปรึกษาได้อย่างดีโดยเฉพาะผู้มาปรึกษาที่มีเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว

3. เอื้ออำนวยโอกาสอย่างกระตือรือร้นให้ผู้มาปรึกษาได้เรียนรู้เกี่ยวกับการกระทำที่แสดงถึงการไม่มีความรับผิดชอบ

4. เปิดโอกาสให้ผู้มาปรึกษาประเมินพฤติกรรมของตนเองอย่างเต็มที่

5. ช่วยเหลือผู้มาปรึกษาในการวางแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เป็นแผนการที่มีแนวโน้มจะประสบความสำเร็จได้

6. เป็นผู้กำหนดโครงสร้างและขอบเขตของกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

7. ให้กำลังใจและเชื่อมั่นในศักยภาพของผู้มาปรึกษาว่า เป็นผู้ที่มีความสามารถจะประสบความสำเร็จในชีวิต

8. เอื้ออำนวยโอกาสให้ผู้มาปรึกษาได้แบ่งปันประสบการณ์ของตนแก่ผู้อื่น และมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ด้วยท่าทีที่แสดงถึงการเป็นบุคคลที่มีความรับผิดชอบ

9. เอื้ออำนวยให้ผู้มาปรึกษานำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปใช้ในการดำเนินชีวิต

ประสบการณ์ที่ผู้รับบริการได้รับจากการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริง

ผู้รับบริการจะได้มีโอกาสเรียนรู้ในสิ่งต่อไปนี้

1. ผู้รับบริการเป็นผู้ที่มีความบกพร่องในการแสดงพฤติกรรมเพื่อตอบสนองความต้องการของตน และเพื่อการได้รับความรักจากผู้อื่น

2. การแสดงพฤติกรรมต่างๆของผู้รับบริการ เป็นไปเพื่อให้ตนเองรู้สึกว่าตนเป็นผู้มีเอกลักษณ์ ถึงแม้จะเป็นเอกลักษณ์แห่งความล้มเหลว

3. ผู้รับบริการจะได้รับการสนับสนุนให้สนใจพฤติกรรมที่ตนแสดงมากกว่าสนใจความรู้สึกและทัศนคติ

4. ผู้รับบริการต้องสำรวจตนเองว่ากำลังทำอะไรกับชีวิตของตนและตัดสินใจเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยตนเอง

5. เมื่อตัดสินใจว่าจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยตนเองแล้ว ผู้รับบริการต้องทำข้อตกลงกับนักจิตวิทยาการปรึกษาในการปฏิบัติตามแผนการที่กำหนดด้วยความมุ่งมั่น

6. ผู้รับบริการจะไม่สามารถล้มเลิกข้อตกลงได้ ไม่ว่าด้วยวิธีการใดๆ

7. ผู้รับบริการรับผิดชอบการกระทำ และผลที่เกิดจากการกระทำของตนเอง

การนำการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริงไปใช้

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริงสามารถนำไปใช้ในการ ให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้ทั้งแบบรายบุคคล และแบบกลุ่มโดยสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ดี ในการให้การปรึกษาในสถานการณ์ต่าง ๆ เช่น ปัญหาการแต่งงานและครอบครัว ปัญหาสังคม ปัญหาการเรียนการสอน ปัญหาภาวะวิกฤติในชีวิต นอกจากนี้ยังสามารถนำไปใช้ในการแก้ไข

และฟื้นฟูทั่วไป การจัดการองค์การและสถาบันและการพัฒนาชุมชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริงเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อโรงเรียนต่างๆทุกระดับ สถาบันคุมประพฤติ โรงพยาบาลโรคจิตและเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อบุคคลทุกระดับ อายุ ไม่ว่าเด็ก ผู้ใหญ่ หรือสูงอายุ ส่วนการจะก่อให้เกิดประโยชน์มากน้อยเท่าใดขึ้นกับความชำนาญของนักจิตวิทยาการปรึกษาแต่ละคนเป็นสำคัญ (Corey 1986:254)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมีวินัยในชั้นเรียน

การศึกษาเกี่ยวกับการสร้างเสริมระเบียบวินัยในชั้นเรียนของนักเรียน ได้มีการศึกษาวิจัยในลักษณะต่างๆ ได้แก่ การใช้วิธีกลุ่มสัมพันธ์ การใช้กิจกรรมกลุ่มควบคุมคุณภาพ การใช้ตัวแบบ และการใช้สถานการณ์จำลอง ดังเช่น

บุญยงค์ นิสภวาณิชย์ (2525) ซึ่งมีจุดมุ่งหมายที่จะศึกษาว่าวิธีกลุ่มสัมพันธ์เป็นวิธีที่ส่งผลต่อความรู้ความเข้าใจและทัศนคติ เกี่ยวกับความมีระเบียบวินัยมากกว่าวิธีสอนแบบธรรมดาหรือไม่และส่งผลมากที่สุดที่ระดับพัฒนาการทางสติปัญญาของกลุ่มตัวอย่างในระดับใดกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 จำนวน 90 คน ที่ได้รับการทดสอบด้วยเครื่องมือวัดระดับพัฒนาการทางสติปัญญาตามแนวคิดของพีอาเจท์แล้ว แบ่งระดับพัฒนาการทางสติปัญญาเป็น 3 ขั้น คือ ขั้นก้าวไปสู่ขั้นรูปธรรม ขั้นรูปธรรม และก้าวไปสู่ขั้นนามธรรม จากนั้นแบ่งเข้ากลุ่มสอนโดยวิธีกลุ่มสัมพันธ์ กลุ่มสอนแบบธรรมดา และกลุ่มควบคุมเครื่องมือที่ใช้ คือ เครื่องมือวัดระดับพัฒนาการทางสติปัญญาตามแนวคิดของพีอาเจท์ แบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจเรื่องความมีระเบียบวินัย แบบทดสอบวัดทัศนคติต่อการแสดงความมีระเบียบวินัยและโครงการสอนเรื่องความมีระเบียบวินัยโดยวิธีกลุ่มสัมพันธ์และวิธีสอนแบบธรรมดา ดำเนินการทดลองโดยทดสอบความรู้ ความเข้าใจ และทัศนคติเรื่องความระเบียบวินัย ก่อนการทดลองสอน หลังจากนั้นอีก 2 สัปดาห์ได้ทำการทดลองสอนใช้เวลา 2 วัน และทำการทดสอบทันทีที่สิ้นสุดการสอน หลังจากนั้นอีก 2 สัปดาห์ได้ทำการทดสอบอีกครั้งหนึ่ง เพื่อตรวจสอบความคงทนของการเรียนรู้ ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มที่สอนโดยวิธีกลุ่มสัมพันธ์และกลุ่มที่สอนแบบธรรมดา มีความรู้ความเข้าใจเรื่องความมีระเบียบวินัยเพิ่มขึ้นจากเดิม และกลุ่มที่สอนโดย

วิธีกลุ่มสัมพันธ์มีทัศนคติต่อการแสดงความมีระเบียบวินัยดีกว่ากลุ่มที่สอนแบบธรรมดา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ กลุ่มที่สอนโดยวิธีกลุ่มสัมพันธ์มีความรู้ความเข้าใจเรื่องความมีระเบียบวินัยไม่แตกต่างจากกลุ่มที่สอนแบบธรรมดาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนั้นยังพบว่า กลุ่มที่สอนโดยวิธีกลุ่มสัมพันธ์มีความคงทนของการเรียนรู้ทั้งในด้านความรู้ ความเข้าใจและทัศนคติเกี่ยวกับความมีระเบียบวินัย ส่วนกลุ่มที่สอนแบบธรรมดาไม่มีความคงทนของการเรียนรู้

วรัญญา ธีรธรรมมากร (2538) ทำการศึกษาในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 54 คน แบ่งเป็นห้องทดลอง 27 คน และห้องควบคุม 27 คน ห้องทดลองได้รับการฝึกอบรมปฏิบัติการกิจกรรมกลุ่มควบคุมคุณภาพ แล้วนำวิธีการที่ได้รับการฝึกอบรมไปใช้ในการแก้ปัญหาความมีระเบียบวินัยในชั้นเรียน ส่วนห้องควบคุมให้แก้ปัญหาความมีระเบียบวินัยกันเองโดยไม่ได้รับการฝึกพบว่า นักเรียนห้องเรียนที่ใช้กิจกรรมกลุ่มควบคุมคุณภาพ มีพฤติกรรมผิดระเบียบวินัยในชั้นเรียนลดลงมากกว่านักเรียนห้องเรียนที่ไม่ใช้กิจกรรมกลุ่มควบคุมคุณภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นักเรียนห้องเรียนที่ใช้กิจกรรมกลุ่มควบคุมคุณภาพมีพัฒนาการของพฤติกรรมการทำงานเป็นกลุ่มและพฤติกรรมคิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาเป็น มากกว่านักเรียนห้องเรียนที่ไม่ใช้กิจกรรมกลุ่มควบคุมคุณภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ณัฐฐา ระกำพล (2535) ศึกษาผลของการใช้สถานการณ์จำลองที่มีต่อวินัยในห้องเรียนโดยทำการศึกษาในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน โดยกลุ่มทดลองได้รับการสอนด้วยการใช้สถานการณ์จำลองและกลุ่มควบคุมได้รับการสอนแบบปกติพบว่านักเรียนมีวินัยในห้องเรียนสูงขึ้นหลังได้รับการใช้สถานการณ์จำลองและได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และนักเรียนที่ได้รับการใช้สถานการณ์จำลองมีวินัยในห้องเรียนสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

รังสิมันต์ สุนทรไชยา (2536) ศึกษาผลของตัวแบบที่มีต่อพฤติกรรมการมีระเบียบวินัยในชั้นเรียนของนักเรียนวัยย่างเข้าสู่วัยรุ่น โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 10 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 5 คน พบว่า การใช้ตัวแบบวิดีทัศน์ สามารถเพิ่มพฤติกรรมการมีระเบียบวินัยในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ได้ทั้ง

ในระยะทดลองและระยะติดตามผล

นอกจากนั้นยังมีการศึกษาเกี่ยวกับการสร้างเสริมระเบียบวินัยในชั้นเรียนของ Mcbride,C.A. (1989) ซึ่งศึกษาเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาเกรด 4 5 และ 6 เพื่อตรวจสอบหารูปแบบที่เหมาะสมสำหรับการเรียนการสอนในชั้นเรียนพบว่าควรส่งเสริมให้อยู่ในลักษณะสมดุล คือต้องส่งเสริมให้มีการตอบสนองการเรียนรู้อย่างสร้างสรรค์โดยผ่านการคิดที่สามารถเห็นได้ด้วยคำพูดและจินตนาการ ส่วน Garrett E.A.G. (1988) ศึกษาแผนการสร้างเสริมวินัยของผู้บริหารโรงเรียนและครูที่มีต่อเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษา เพื่อเป็นแนวทางในการจัดระบบการแก้ปัญหาระเบียบวินัยด้วยวิธีที่เหมาะสมและอย่างมั่นใจ พบว่าครูต้องมีข้อกำหนดที่มั่นคงถูกต้อง ครูและนักเรียนควรร่วมมือกันสร้างมาตรฐานพฤติกรรมที่เป็นไปได้สำหรับนักเรียนทุกคนซึ่งนักเรียนเข้าใจชัดเจนถึงพฤติกรรมที่มุ่งหวังไว้และแสดงออกมาได้ โดยรู้ว่าจะได้รับรางวัลหรือผลกรรมที่ตามมาหรือการลงโทษทางกายอย่างไร

<u>งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรึกษาแบบพิจารณาความเป็นจริง</u>

HART (1986) ทำการศึกษาถึงผลของการใช้เทคนิคการให้การปรึกษาแบบพิจารณาความเป็นจริง ที่มีต่อพฤติกรรมของนักเรียนระดับประถมศึกษาที่อยู่ในสภาพแวดล้อมทางการเรียนต่างกัน ในการศึกษาครั้งนี้มุ่งที่จะปรับปรุงพฤติกรรมการทำงาน การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนและการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียนที่เรียนในห้องเรียน กับครูและนักเรียนที่ทำงานในห้องทำงานอย่างอิสระ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่มีปัญหาพฤติกรรม คือ ก้าวร้าว หนีเรียน ไม่ทำงานตามที่ได้รับมอบหมาย ผลการศึกษาพบว่าการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริงสามารถเพิ่มพฤติกรรมการทำงานของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มได้ แต่ไม่ส่งผลต่อการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนและการมีปฏิสัมพันธ์กับครู

ABBOTT (1985) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่มีผลการเรียนไม่ดี

และมีการเห็นคุณค่าตัวเองต่ำ สุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองได้รับประสบการณ์การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ผลการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบวัดการเห็นคุณค่าตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

HAWER (1971 Quoted In Osipol And Others, 1980) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงกับเด็กนักเรียนระดับ 3 และระดับ 6 ของโรงเรียน 2 แห่ง กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 340 คน ทำการศึกษาเป็นเวลา 16 สัปดาห์ ผลปรากฏว่านักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมของโรงเรียนเพิ่มมากขึ้น มีการค้นหาข้อมูลต่างๆมากขึ้น มีการสังคมกันอย่างมีไมตรีจิตมากขึ้น และมีการคล้อยตามผู้อื่นน้อย

สุดฤทัย มุขยวงศา (2532) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง ที่มีต่อนิสัยและทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 20 คนแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน กลุ่มทดลองได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงเป็นเวลา 8 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ชั่วโมง รวม 16 ชั่วโมง กลุ่มควบคุมไม่ได้รับการปรึกษาใด ๆ ให้กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มทำแบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียนก่อนและหลังการทดลอง ผลการทดลองปรากฏว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในทางการเรียนสูงขึ้นกว่าคะแนนที่วัดก่อนการทดลอง และสูงกว่าคะแนนของกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

พรประภา แกล้วกล้า (2533) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงต่อการลดพฤติกรรมการเสพกัญชา และเพิ่มการมีคุณค่าในตนเองของผู้ถูกควบคุมความประพฤติ ที่อยู่ในระหว่างการคุมความประพฤติของฝ่ายคุมความประพฤติประจำศาลอาญา กลุ่มตัวอย่างจำนวน 12 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน กลุ่มทดลอง ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงเป็นเวลา 5 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 20 ชั่วโมง ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการปรึกษาใด ๆ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ผลการวิจัยพบว่าผู้ถูกคุมความประพฤติในกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการเสพกัญชาน้อยลง และมีการเห็นคุณค่า

ในตนเองเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุม ทั้งในระยะทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จันทรรัตน์ ยี่รัญศิริ (2536) ศึกษาผลของการให้การปรึกษาแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนรัตนาธิเบศร์ จังหวัดนนทบุรี กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน สุ่มเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามแบบการเผชิญความเป็นจริง กลุ่มควบคุมได้ข้อสนเทศ ผลการทดลองปรากฏว่า นักเรียนทั้ง 2 กลุ่มมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลดลงอย่างมีนัยสำคัญ แต่นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงมีพฤติกรรมไม่ตั้งใจเรียนลดลงมากกว่านักเรียนที่ได้รับข้อสนเทศอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จันทร์เพ็ญ อินทร์ไชยา (2536) ศึกษาผลของการบรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง ต่อการลดความเครียดในขณะฝึกงานของนักศึกษาพยาบาลปีที่ 2 มหาวิทยาลัยขอนแก่น ปีการศึกษา 2536 กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 16 คนแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมการบรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง เป็นเวลา 5 สัปดาห์ กลุ่มควบคุมไม่ได้รับการปรึกษาใด ๆ กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มทำแบบสอบถามความเครียดก่อนและหลังการทดลอง ผลการทดลองปรากฏว่า นักศึกษาพยาบาลที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีคะแนนความเครียดในด้านคุกคามต่ำกว่าก่อนการเข้ารับบปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และมีคะแนนความเครียดด้านท้าทายสูงกว่าก่อนการเข้ากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สรุปว่า ทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริงได้รับการคิดค้นโดย วิลเลี่ยม กลาสเซอร์ ซึ่งเป็นจิตแพทย์ชาวอเมริกันมีวัตถุประสงค์ของการให้การปรึกษาเพื่อช่วยสนับสนุนให้บุคคลรู้จักตนเอง(Identity) มีความรับผิดชอบ(Responsibility) และรู้จักประเมินสิ่งถูกสิ่งผิด(Right and Wrong) ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้มาปรึกษา เพื่อสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองให้ประสบความสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพ

นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพิจารณาความเป็นจริงมีหน้าที่ช่วยให้ผู้มาปรึกษาได้รู้จักตนเอง ได้เรียนรู้วิธีการตอบสนองความต้องการของตน วิธีการให้ความรัก วิธีที่จะทำให้ตนรู้สึกมีคุณค่าด้วยการช่วยให้ผู้มาปรึกษาตระหนักถึงพฤติกรรมในปัจจุบันของตน ได้ประเมินพฤติกรรมนั้นตามความเป็นจริงโดยไม่พะวงกับการหาข้อแก้ตัว และมีการพิจารณาวางแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและวางโครงการเพื่ออนาคต ซึ่งแผนงานโครงการดังกล่าวต้องเป็นแผนการที่สามารถปฏิบัติได้จริง และนักจิตวิทยาการปรึกษาต้องสนับสนุนให้ผู้มาปรึกษามีความมุ่งมั่นที่จะดำเนินการตามแผนการโดยปราศจากการตำหนิติเตียนหรือการลงโทษใดๆ

จะเห็นได้ว่าหลักการและวิธีการของทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริงสามารถนำไปใช้ได้ดีในด้านการวางโครงการในอนาคต ในการแก้ปัญหาและการป้องกันปัญหา ทฤษฎีนี้จึงเป็นที่นิยมนำไปใช้ในโรงเรียน สถาบันการศึกษา โรงพยาบาล สถาบันส่งเสริมสุขภาพจิตต่างๆ ตลอดจนใช้ในสถาบันครอบครัวและหลักการวิธีการของทฤษฎีนี้ยังสามารถใช้ในการให้การช่วยเหลือแก่บุคคลได้ทุกเพศ ทุกวัย โดยเฉพาะวัยเด็กซึ่งเป็นวัยของการค้นหาและสร้างเอกลักษณ์ของตนเอง

ผู้วิจัยมีความเชื่อว่าเทคนิควิธีการของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริง สามารถนำมาใช้ในการส่งเสริมพัฒนาด้านบุคลิกภาพ และทัศนะของเด็กให้สามารถเรียนรู้การใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และสามารถเติบโตไปสู่การเป็นบุคคลที่มีวุฒิภาวะคือ เป็นบุคคลที่สามารถมีชีวิตอยู่ได้ด้วยตนเอง มีความเป็นตัวของตัวเองตระหนักในคุณค่าของตน สามารถวางแผนการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนหาทางตอบสนองความต้องการไปสู่เป้าหมายนั้นได้ และสามารถพัฒนาตนเองให้เจริญงอกงามเป็นบุคคลที่สามารถรับผิดชอบตนเอง และสังคมได้ในที่สุด

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงที่มีต่อวินัยในชั้นเรียน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

สมมติฐานการวิจัย

1. ในระยะทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิด

พิจารณาความเป็นจริงจะมีวินัยในชั้นเรียนสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง

2. ในระยะทดลองและระยะติดตามผลนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงจะมีวินัยในชั้นเรียนไม่แตกต่างกัน

3. ในระยะทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงจะมีวินัยในชั้นเรียนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

4. ในระยะติดตามผลนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงจะมีวินัยในชั้นเรียนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม

ตัวแปรในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) ได้แก่ การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง

ตัวแปรตาม (Dependent Variable) ได้แก่ ระดับความมีวินัยในชั้นเรียน

คำจำกัดความในการวิจัย

1. วินัยในชั้นเรียน (Classroom Discipline) หมายถึง พฤติกรรมของนักเรียนในการปฏิบัติตามระเบียบของชั้นเรียน เพื่อทำให้การเรียนการสอนดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งในการวิจัยนี้ ได้แก่

1. นักเรียนไม่คุยกันขณะเรียนและทำงาน
2. นักเรียนไม่เล่นกันขณะเรียนและทำงาน
3. นักเรียนยกมือก่อนถามหรือตอบ
4. นักเรียนไม่ลุกเดินขณะเรียน
5. นักเรียนไม่นำงานอื่นขึ้นมาทำ

2. การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง หมายถึง กระบวนการของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลซึ่งมารวมกัน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาการมีวินัยในชั้นเรียนประกอบด้วยกลุ่มนักเรียนจำนวน 6 คน และผู้นำกลุ่ม 1 คน ซึ่งทำหน้าที่เอื้ออำนวยบรรยากาศของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริง โดยเน้นถึงหลักการและองค์ประกอบที่สำคัญ 8 ประการในการปรึกษา คือ การสร้างสัมพันธภาพ การเน้นที่พฤติกรรมปัจจุบัน การประเมินพฤติกรรม การพัฒนาแผนการเพื่อการเปลี่ยนแปลง ความมุ่งมั่น การไม่ยอมรับข้อแก้ตัว ไม่ใช้การลงโทษ และไม่ยอมล้มเลิกความตั้งใจ

ขอบเขตการวิจัย

1.กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2538 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 12 คน

2.ระยะเวลาที่ใช้ในการเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงผู้วิจัยใช้เวลาช่วงเช้าก่อนเข้าเรียน (7.50-8.40) ครั้งละ 50 นาที สัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันอังคาร วันพุธ และวันศุกร์ ติดต่อกันเป็นเวลา 12 ชั่วโมง 30 นาที

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบถึงผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงที่มีต่อวินัยในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2.เป็นแนวทางให้ นักจิตวิทยาการปรึกษานำหลักการและวิธีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงไปฝึกอบรมให้ครูแนะแนวและครูไปใช้ในการช่วยนักเรียนระดับประถมศึกษาโรงเรียนอื่นๆ ให้มีวินัยในชั้นเรียนสูงขึ้น

3. เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย เพื่อนำหลักการและวิธีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพิจารณาความเป็นจริงไปใช้ในการแก้ปัญหาพฤติกรรมอื่นๆ