บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

กลุ่มจิตสัมพันธ์ (Encounter Group) เป็นกลุ่มที่มีจุดมุ่งหมายในการก่อให้เกิดการพัฒนาศักยภาพแห่งตนเอง โดยมีพื้นฐานของการเปิดใจให้กว้าง การมีความจริงใจ การมีสติ การมีความกล้าที่จะเป็นตัวของตัวเอง การรู้เท่าทันตนเอง การใส่ใจกับการรู้สึกโดยที่กลุ่มจิตสัมพันธ์จะเน้นถึงภาวะปัจจุบันขณะ คือ ที่นี่และเดี๋ยวนี้ (here - and - now) ซึ่งหมายถึงเรื่องของการประสบ (experience) ที่เกิดขึ้นในที่นี้และเดี๋ยวนี้ ความสัมพันธ์และความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในระหว่างที่บุคคลอยู่ในกลุ่มมากกว่าที่จะเป็นเรื่องที่เล่าถึงเหตุการณ์ภายนอกหรือเหตุการณ์ในอดีต สมาชิกจะรับรู้ประสบการณ์ต่าง ๆ จากการได้เข้าร่วมปฏิบัติในกระบวนการกลุ่มมากกว่าที่จะรับรู้จากการพูดคุยถึงประสบการณ์ (Giges & Rosenfeld in Rosenbaum & Snadowsky 1976 : 97) จุดมุ่งหมายที่สำคัญประการหนึ่งของกลุ่มจิตสัมพันธ์ก็เพื่อช่วยให้บุคคลได้รู้สึก (get in touch) กับตนเอง รู้สึกสภาพความเป็นจริงในตนเองซึ่งสิ่งเหล่านี้จะช่วยให้บุคคลได้เกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นได้อย่างเปิดเผยมากที่สุด และช่วยให้ตนเองอยู่ร่วมกับผู้อื่นในโลกได้อย่างดี (ทองเรียน อมรชัยกุล, 2521 : 36) กลุ่มจิตสัมพันธ์จะช่วยให้สมาชิกในกลุ่มได้มีประสบการณ์ที่จะได้สัมผัสตนเองและผู้อื่นอย่างชัดเจนใกล้ชิด (Corey Corey 1977 : 6; Elliot 1972 : 237) ซึ่งจะก่อให้เกิดความเจริญส่วนบุคคล และทำให้เกิดการปรับปรุงและพัฒนาให้บุคคลนั้น ๆ มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อคนอื่น (Rogers 1970 : 12) ลักษณะของกลุ่มจิตสัมพันธ์จะเป็นกลุ่มที่ไม่มีรูปแบบที่แน่นอนเฉพาะตัว และไม่สามารถที่จะกำหนดสภาวการณ์ของกลุ่มได้ล่วงหน้า กระแสของกลุ่มแต่ละกลุ่มจะแตกต่างกันออกไปขึ้นอยู่กับสภาพบรรยากาศของกลุ่มสมาชิก สถานที่และเวลาที่เข้าร่วมประสบการณ์กลุ่ม ผู้นำกลุ่มจะเอื้ออำนวยให้สมาชิกของกลุ่มได้พัฒนาตนด้วยตัวของตัวเองมากกว่าที่จะเป็นผู้ชี้แนะแนวทางให้แก่สมาชิก (Rogers 1970 : 49-50) กลุ่มจิตสัมพันธ์ที่ประสบความสำเร็จจะมีบรรยากาศภายในกลุ่ม

ในแนวทางที่สมาชิกจะยอมรับฟังเรื่องราวของสมาชิกคนอื่นโดยไม่มีการแสดงออกถึงการต่อต้านหรือการไม่เห็นด้วย สมาชิกในกลุ่มจะมีความไว้วางใจและกล้าที่จะเปิดเผยเรื่องราวของตนให้ผู้อื่นฟัง สมาชิกอื่นจะรับฟังด้วยความเข้าใจ ยอมรับผู้เล่าอย่างที่เขาเป็น ซึ่งบรรยากาศนี้ก่อให้เกิดความอบอุ่น และเป็นทางที่ก่อให้เกิดการพัฒนาความเจริญส่วนบุคคล (personal growth) ขึ้นได้ (Fadiman & Frager 1976 : 305; Thomas in Burton, ed. 1970 : 77)

ความเจริญส่วนบุคคล (personal growth) หมายถึงการที่บุคคลได้พัฒนาตนเองในหลายทิศทาง คือ บรรลุภัยภาพแห่งตนเอง มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อบุคคลอื่น เพื่อการรู้เท่าทันตนเองว่า ตนคือใคร ต้องการอะไร มีการรับรู้อารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด และการกระทำที่ตนทำอยู่ และเป็นการสัมผัสถึงภาวะแวดล้อมที่อยู่รอบตัว ความเจริญส่วนบุคคลนี้ก่อให้เกิดการเพิ่มระดับของการรับรู้ ความนึกคิด ความรู้สึกที่เราได้ประสบ พัฒนาวิถีทางที่จะแสดงออก และเลือกตัดสินใจในวิถีทางที่เราต้องการจะทำ ภาวะเช่นนี้จะก่อให้เกิดความยืดหยุ่นมากขึ้น ด้วยเหตุที่เราเป็นผู้สร้างและเลือกหนทางของตนเอง ซึ่งจะทำให้เรามีความเป็นธรรมชาติมากขึ้น เนื่องจากว่าเราได้ขยายขอบเขตของตนออกไป และมีเสรีที่จะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมาได้ และยังเป็นการเพิ่มคุณค่าแก่ตนเองเมื่อเราเริ่มรู้สึกว่า เราเป็นเจ้าของตัวของตัวเอง ใช้ความสามารถที่มีอยู่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและกล้าที่จะรับผิดชอบต่อผลที่จะเกิดขึ้น และในที่สุดกระบวนการเหล่านี้จะเป็นตัวที่ก่อให้เกิดการยอมรับตนเองและผู้อื่นมากขึ้น เมื่อเรารู้ซึ้งอย่างแท้จริงว่า เราคือใคร และจะอยู่อย่างไรในโลกนี้ (Giges & Rosenfeld, in Rosenbaum & Snadowsky, 1976 : 87)

นักจิตวิทยาได้จัดประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์เพื่อให้บุคคลมีการพัฒนาตนเอง ได้รู้จักและเข้าใจตนเอง ใส่ใจกับความรู้สึก ยอมรับและเข้าใจผู้อื่นอย่างที่เขาเป็น ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงมโนทัศน์ที่ดีต่อตนเอง และเพิ่มพูนความเจริญงอกงามแห่งชีวิต ซึ่งประสิทธิผลของการจัดประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์จะศึกษาได้จากผลงานวิจัยต่าง ๆ ของนักจิตวิทยาที่จัดประสบการณ์กลุ่มนั้น โดยมีจุดมุ่งหมายแตกต่างกันออกไป ดังเช่นงานวิจัย

ของวัตกินส์, นัล และบรีด และงานวิจัยของโอเวนส์ที่พบว่า กลุ่มจิตสัมพันธ์มีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงสัจจการแห่งตน (Watkins, Noll and Breed, in Hill, ed. 1975 : 272-281, Owens 1973 : 5498 A-5499A) กลุ่มจิตสัมพันธ์ยังมีผลทำให้ผู้เข้าร่วมกลุ่มมีการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์ การยอมรับตนเองและบุคลิกภาพแห่งตนไปในทางที่ดี ดังเช่นงานวิจัยของไวบลัด (Wildblood 1972 : 143 A) และกลุ่มจิตสัมพันธ์มีผลทำให้ผู้เข้าร่วมกลุ่มมีความเจริญส่วนบุคคลสูงขึ้นด้วย ดังเช่นงานวิจัยของแมกยาร์ (Magyar) และเวนิโน (Venino) (Magyar 1974 : 103 A; Venino 1974 : 6989 A - 6990 A)

การศึกษาถึงงานวิจัยที่นักจิตวิทยาได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์พบว่า กลุ่มจิตสัมพันธ์มีผลต่อการพัฒนาตนในด้านต่าง ๆ มากมาย จุดประสงค์ของการจัดประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์ก็เพื่อก่อให้เกิดความเจริญงอกงามแห่งชีวิต และด้วยในประเทศไทยนั้นยังมีผู้ศึกษาถึงผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ต่อความเจริญส่วนบุคคลซึ่งเป็นเป้าหมายที่สำคัญอยู่ไม่มาก จึงทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาเพื่อที่จะวิจัยว่า ผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ช่วยในการเสริมสร้างความเจริญส่วนบุคคลในกลุ่มตัวอย่างที่จะทำได้หรือไม่ อย่างไร

แนวคิดและทฤษฎีพื้นฐาน

กลุ่มจิตสัมพันธ์

กลุ่มจิตสัมพันธ์เป็นกระบวนการกลุ่มที่เปิดโอกาสให้สมาชิกได้ใส่ใจสำรวจและรู้เท่าทันตนเอง (self awareness) ได้รู้จักตนเองและสภาวะที่แท้จริงของตน และในขณะเดียวกันก็ได้รู้จัก ยอมรับ และเข้าใจผู้อื่นอย่างแท้จริง จากการที่ได้มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ได้รับรู้ในสิ่งที่ผู้อื่นพูดหรือกระทำซึ่ง เป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์แห่งตนอันจะนำไปสู่การพัฒนาศักยภาพแห่งตนได้อย่างเต็มที่ กลุ่มจะให้ความสนใจกับสิ่งที่เกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ คือ "ที่นี่และเดี๋ยวนี้" (here - and - now) ซึ่งหมายถึง พฤติกรรมของตนและผู้อื่น ความสัมพันธ์ ความรู้สึกและประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในช่วงระยะเวลาของการเข้ากลุ่ม

มากกว่าจะสนใจในเรื่องเล่าที่เป็นเหตุการณ์ภายนอกหรือเหตุการณ์ในอดีต กลุ่มจิตสัมพันธ์จะเอื้ออำนวยให้สมาชิกของกลุ่มได้แสดงความรู้สึกต่าง ๆ ที่อยู่ภายในใจออกมาได้อย่างจริงใจและเปิดเผย สามารถที่จะละทิ้งสิ่งที่เป็นหน้าที่หรือบทบาทของตนเองออก ปล่อยให้ตนเองเป็นอิสระจากบทบาทและหน้าที่เหล่านั้น เขาจะกระทำและแสดงความรู้สึกที่เป็นของตัวเองอย่างแท้จริง เขาจะมีความกล้าที่จะเป็นตัวของตัวเองอย่างเต็มที่ โดยไม่ถูกตัดสิน หรือประเมินจากผู้นำกลุ่มหรือสมาชิกในกลุ่ม ประสบการณ์ของกลุ่มจะมีความหมายอย่างยิ่งเมื่อสมาชิกได้รู้เท่าทันตนเองว่าในขณะนี้กำลังเกิดอะไรขึ้นกับตัวเองบ้าง สมาชิกสามารถใส่ใจฟังอย่างเต็มที่และเข้าใจรับรู้ในสิ่งที่ผู้อื่นพูดหรือกระทำ ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิดและการรับรู้ซึ่งกันและกัน ซึ่งบรรยากาศภายในกลุ่มเช่นนี้จะทำให้สมาชิกมีความผูกพันใกล้ชิดกันมากขึ้น และช่วยให้กลุ่มบรรลุเป้าหมายของกลุ่มได้อย่างเต็มที่ (Burton 1970 : 13-14; Elliot 1972 : 237-238; Rosenbaum & Snadowsky 1976 : 97; Thomas, in Burton, ed. 1970 : 74, Trotzer : 136)

กลุ่มจิตสัมพันธ์เป็นกลุ่มที่ไม่สามารถที่จะกำหนดสภาพการณ์ของกลุ่มได้ล่วงหน้า กระแสของกลุ่มแต่ละกลุ่มจะแตกต่างกันออกไปขึ้นอยู่กับสภาพของกลุ่ม สมาชิก ระยะเวลาที่ใช้ในการทำกลุ่มและสถานที่ ผู้นำกลุ่มจะเป็นผู้เอื้ออำนวยให้สมาชิกได้พัฒนาตนด้วยตัวของตัวเองมากกว่าที่จะเป็นผู้สั่งสอนสมาชิก โดยอาจจะใช้เทคนิควิธีการที่ใช้คำพูดและกิจกรรม (activities) หรือเทคนิควิธีต่าง ๆ เช่น การจินตนาการ การสะกดจิต การใช้กิจกรรมทางด้านของภาษาท่าทาง การนวด การเล่นของเด็ก การละคร ฯลฯ หรืออาจจะเปิดเป็นการอภิปรายอิสระเลยก็ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับวิจารณญาณของผู้นำกลุ่มว่าในสภาพการณ์ของกลุ่มขณะนั้น ๆ วิธีการใดที่จะใช้ได้อย่างเหมาะสมที่สุดที่จะทำให้กลุ่มบรรลุซึ่งเป้าหมายได้อย่างเต็มที่ (Rogers 1970 : 49-50; Schutz 1973 : xv; Trotzer 1977 : 136; Verny 1974 : 34-35)

<u>กระแสของกลุ่มจิตสัมพันธ์</u> (The Process of the Encounter Group)

กระแสของกลุ่มจิตสัมพันธ์อาจจะไม่เป็นไปตามลำดับขั้นตอนตามที่บันทึกไว้นี้ ขั้นตอนหนึ่งในกระแสของกลุ่มจิตสัมพันธ์กลุ่มหนึ่งอาจจะเกิดขึ้นก่อน ในขณะที่อีกกลุ่มหนึ่ง

เกิดขึ้นภายหลัง และในแต่ละขั้นตอนนั้นกลุ่มก็ไม่สามารถบอกได้อย่างชัดเจนว่าลำดับขั้นตอนใดกำลังเริ่มต้น และลำดับขั้นตอนใดกำลังสิ้นสุด ลำดับขั้นตอนของกระแสของกลุ่มจิตสัมพันธ์ต่างกลุ่มอาจจะแตกต่างกัน แต่โดยทั่วไป กระแสของกลุ่มจิตสัมพันธ์มักจะมีลำดับขั้นตอนดังนี้คือ

1. <u>การเริ่มต้นอย่างคลุมเครือ สับสน</u>

ในระยะแรกของการเข้าร่วมกลุ่ม ผู้นำกลุ่มจะให้อิสระแก่สมาชิกที่จะเริ่มต้นกลุ่มอย่างไรก็ได้ ซึ่งทำให้สมาชิกรู้สึกสับสน อึดอัด เพราะไม่รู้จะเริ่มต้นอย่างไรดี จุดมุ่งหมายที่แท้จริงของกลุ่มนั้นสมาชิกก็ยังคลุมเครือ ไม่กระจ่าง จึงทำให้บรรยากาศของกลุ่มเงียบเสียเป็นส่วนใหญ่ สมาชิกจะมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกันน้อยมากและเป็นไปในลักษณะผิวเผิน สมาชิกจะรู้สึกอึดอัดและไม่สบายใจอย่างมากซึ่งเป็นธรรมชาติของการเริ่มต้นของกลุ่ม

2. <u>การอภิปรายสนทนาในเรื่องนอกกลุ่ม</u>

ภาวะของความเงียบ อึดอัด ไม่สบายใจนั้นจะทำให้สมาชิกพยายามที่จะเปลี่ยนบรรยากาศเช่นนี้ โดยอาจจะมีสมาชิกคนใดคนหนึ่งหรือหลาย ๆ คนกระตุ้นให้สมาชิกคนอื่นได้ร่วมสนทนากันโดยเรื่องที่สนทนานี้อาจจะเป็นเรื่องประสบการณ์ในอดีตที่ผ่านมา หรือหยิบยกปัญหาใดปัญหาหนึ่งขึ้นมาสนทนา ซึ่งจะเป็นเรื่องของความคิด ความรู้สึก ในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนอกกลุ่ม ไม่ได้ใส่ใจในความรู้สึกในขณะที่เล่า สมาชิกเลี่ยงที่จะพูดเรื่องเกี่ยวกับตนเองโดยตรงด้วยความที่เขายังไม่ไว้วางใจ ไม่กล้าเสี่ยงที่จะเล่าเพราะเขาไม่รู้ว่าเมื่อพูดไปแล้ว สมาชิกอื่นจะมีปฏิกิริยาต่อเขาอย่างไร บรรยากาศของกลุ่มในขั้นนี้จะเป็นการพูดคุยเป็นประเด็น ๆ หรือหัวข้อไปทีละหัวข้อ เมื่อจบเรื่องที่พูดก็จะเกิดความรู้สึกว่าจะต้องหาเรื่องมาพูดต่อ ซึ่งมักจะตามไว้ด้วยความเงียบ ความอึดอัดเช่นเดียวกับในระยะเริ่มต้น

3. <u>ความกล้าที่จะแสดงความรู้สึกที่แท้ของตนเอง</u>

สมาชิกของกลุ่มเริ่มไม่พอใจในบรรยากาศเช่นนี้ของกลุ่ม เขาเริ่มจะแสดงความรู้สึกที่เขามีในขณะนั้นให้สมาชิกและผู้นำกลุ่มได้รับรู้ว่า "ที่นี่และเดี๋ยวนี้" เขารู้สึกอย่างไร

ซึ่งการแสดงความรู้สึกเช่นนี้ออกมา สมาชิกต้องอาศัยความกล้าที่จะเปิดเผยตนเองออกมา เพราะเขาไม่รู้ว่าเมื่อเปิดเผยความรู้สึกที่แท้จริงของตนออกมานั้น สมาชิกอื่นและผู้นำกลุ่มจะยอมรับ ปฏิเสธ หรือโจมตีเขาอย่างไรบ้าง ซึ่งความกล้าที่จะแสดงความรู้สึกที่แท้ของตนเองออกมานั้นจะเป็นขั้นแรกในการทดสอบความมีเสรี ความมีอิสระ และความไว้วางใจที่กลุ่มจะมีให้แก่เขาได้ว่าเป็นสถานที่ที่ปลอดภัยที่เขาสามารถจะแสดงความรู้สึกทั้งทางด้านบวกและลบออกมาได้อย่างเต็มที่

4. การเริ่มสำรวจและใส่ใจตนเอง

หลังจากที่สมาชิกได้แสดงความรู้สึกที่แท้จริงต่อกลุ่มออกมา แม้จะเป็นความรู้สึกทางลบ แต่ปฏิกิริยาที่กลุ่มแสดงออกมาเป็นการยอมรับและฟังเขาโดยปราศจากการประเมินโจมตี สมาชิกเริ่มที่จะไว้วางใจกลุ่มมากขึ้น เขาจะเริ่มสำรวจและใส่ใจตนเองว่าในขณะนั้น ๆ เขารู้สึกอย่างไร และเป็นอย่างไรบ้าง เขาพร้อมที่จะให้กลุ่มสำรวจสิ่งที่อยู่ลึกในตัวของเขา

5. การเปิดเผยตนเองอย่างแท้จริง

สมาชิกกล้าที่จะเปิดเผยโลกส่วนตัวของตนเองมากขึ้น มีความกล้าที่จะพูดกระทำหรือแสดงความรู้สึกที่ยังติดค้างอยู่ในใจของเขาตลอดมาให้สมาชิกคนอื่นได้รับรู้ว่าแท้จริงแล้วเขามีความรู้สึกเจ็บปวด ทุกข์ สุข ในขณะนี้อย่างไรบ้างในเรื่องที่เขาเล่านั้น

6. ความไว้วางใจ

สมาชิกของกลุ่มมีความไว้วางใจกลุ่มมากขึ้น มีความเต็มใจที่จะขยายเรื่องราวของตนโดยการแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน ซึ่งบรรยากาศของความไว้วางใจนี้เป็นผลมาจากการรับรู้โลกส่วนตัวของผู้อื่น การตอบสนองจากผู้อื่นเมื่อเขาได้พังถึงปัญหาส่วนตัวของตน

7. ความใส่ใจซึ่งกันและกัน

สมาชิกจะเอาใจใส่ให้ความสำคัญกับเรื่องราวต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในกลุ่ม สมาชิกแต่ละคนจะพยายามที่จะช่วยเหลือซึ่งกันและกันตามวิถีทางที่ตัวเองสามารถจะทำได้ด้วย เขารู้สึกว่าสมาชิกคนอื่นมอบความไว้วางใจให้แก่เขามากถึงขั้นที่เล่าเรื่องราวส่วนตัวให้เขาได้รับรู้

8. การได้รู้จักตนเองอย่างแท้จริง

การที่สมาชิกได้เปิดเผยตนเองให้ผู้อื่นได้รับรู้ในภาวะขณะนั้นเท่ากับเขาได้ใส่ใจสำรวจตนเองอย่างละเอียดถี่ถ้วน ได้พิจารณาตนเองในแง่มุมต่าง ๆ ได้เข้าใจและรู้จักตนเองอย่างแท้จริงว่าตนคือใคร และเป็นอย่างไร

9. การเป็นตัวของตัวเองอย่างเต็มที่

สมาชิกจะรู้สึกว่าบรรยากาศในกลุ่มเป็นกันเองมากขึ้น เขาจะละทิ้งบทบาทหรือหน้าที่ที่เขามีอยู่ออก เขาจะมีความกล้าที่จะเป็นตัวของตัวเองและรู้สึกอิสระเต็มที่

10. การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback)

สมาชิกกล้าที่จะให้ข้อมูลย้อนกลับในสิ่งที่ตนได้ฟังจากสมาชิกคนอื่น สถานการณ์เช่นนี้เป็นภาวะที่มีค่าอย่างยิ่ง เป็นโอกาสที่แสดงถึงความร่วมมือซึ่งกันและกัน และเป็นโอกาสที่สมาชิกจะได้เผชิญกับข้อมูลย้อนกลับต่าง ๆ ที่มาจากสมาชิกในกลุ่ม ในการแสดงออกถึงการยอมรับ การไม่ยอมรับ ความรู้สึกต่าง ๆ ตลอดจนแนวทางในการพิจารณาแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ในกรณีที่สมาชิกมีปัญหา ซึ่งเป็นวิถีทางที่จะทำให้สมาชิกได้พิจารณาตนเอง และพิจารณาถึงปัญหาต่าง ๆ อย่างถ่องแท้อันจะนำไปสู่แนวทางในการเข้าใจตนเอง และแนวทางในการแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเองอย่างแท้จริง

11. การยอมรับซึ่งกันและกัน

ในการให้ข้อมูลย้อนกลับนั้น บางครั้งอาจเป็นการแสดงออกทั้งทางด้านบวกหรือลบ เช่นเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย ยอมรับหรือไม่ยอมรับ ซึ่งการแสดงออกเหล่านี้ สมาชิกเข้าใจดีว่าเป็นการแสดงออกของสมาชิกที่เต็มไปด้วยความห่วงใย ความต้องการช่วยเหลือเพื่อให้ตนเองกระจ่างชัดในสิ่งต่าง ๆ ในลำดับขั้นนี้สมาชิกจะยอมรับและเข้าใจซึ่งกันมากขึ้น

12. ความผูกพันเป็นหนึ่งเดียว

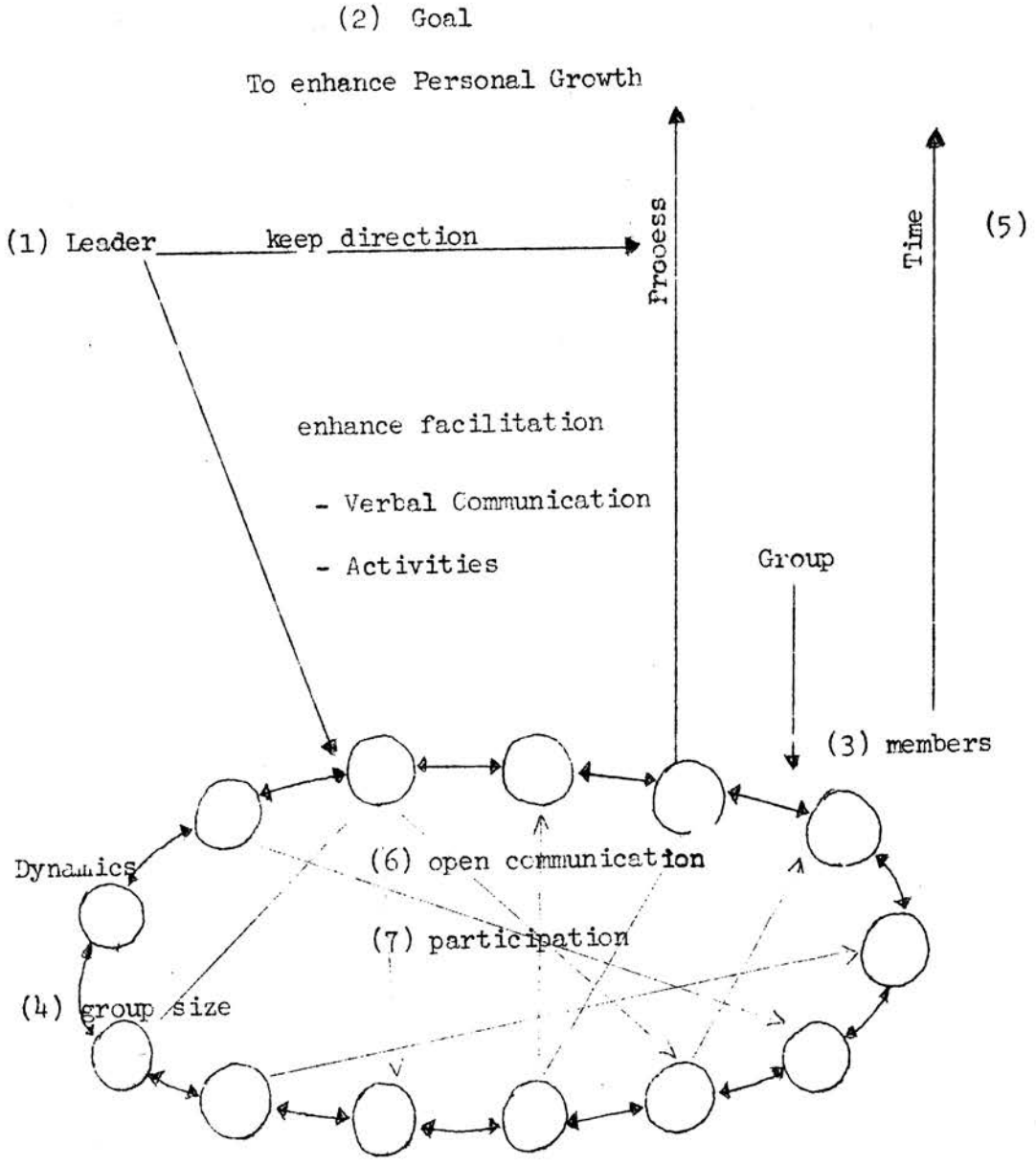
การที่สมาชิกยอมรับซึ่งกันและกันมากขึ้น เป็นผลให้กลุ่มมีความรู้สึกรักสนิทสนมอบอุ่น ใกล้ชิดกันมากขึ้น มีความไว้วางใจซึ่งกันและกันมากขึ้น มีความรู้สึกว่ากลุ่มเป็นเสมือนครอบครัวที่มีความผูกพันเป็นหนึ่งเดียวกัน

13. การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายในกลุ่ม

สมาชิกของกลุ่มจะมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป สมาชิกจะมีการเปิดเผยตนเองมากขึ้น มีความเป็นตัวของตัวเอง มีความไว้วางใจผู้อื่น ต้องการที่จะช่วยเหลือคนอื่น และมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลรอบข้าง

(Kemp 1970 : 146-148 : Chisen 1970 : 58-59; Rogers 1977 : 12-71; Stoller, in Burton, ed. 1970 : 88-91)

โครงสร้างของกลุ่ม



แผนภูมิแสดงโครงสร้างของกลุ่ม (โสรัช โพธิแก้ว, เอกสารประกอบการเรียน วิชาการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มเรื่อง "A Group Leader and Group")

องค์ประกอบที่สำคัญของโครงสร้างกระบวนการกลุ่ม

1. ผู้นำกลุ่ม (a group leader)

หน้าที่ที่สำคัญของผู้นำกลุ่มมีอยู่ 2 ประการคือ

1) รักษาทิศทางของกลุ่มให้บรรลุตามจุดประสงค์ที่กลุ่มตั้งไว้

2) เอื้ออำนวยให้สมาชิกทุก ๆ คนในกลุ่มได้มีส่วนร่วมในกลุ่มมากที่สุด

ผู้นำกลุ่มเป็นองค์ประกอบที่สำคัญองค์ประกอบหนึ่งในกระบวนการกลุ่ม การที่ผู้นำกลุ่มจะนำกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้น ผู้นำกลุ่มควรจะมีสิ่งดังกล่าวต่อไปนี้คือ

1.1 ทัศนคติและความรู้ (Attitudes & Knowledge)

ผู้นำกลุ่มควรจะมีความรู้ในทฤษฎีพื้นฐานเกี่ยวกับเรื่องของ "คน" ควรรู้สึกการใช้ชีวิตตนเองอย่างสมบูรณ์ มีความเชื่อในศักยภาพของมนุษย์ที่จะพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มที่และรู้ทฤษฎีเกี่ยวกับเรื่องของกลุ่มต่าง ๆ สิ่งเหล่านี้ผู้นำกลุ่มจะต้องศึกษาแสวงหาความรู้เพื่อที่จะได้เข้าใจได้อย่างถ่องแท้อันจะนำมาซึ่งการเป็นผู้นำกลุ่มที่ดี การศึกษาหาความรู้นั้นจะได้จากทางทฤษฎีและการปฏิบัติ ด้วยการเรียนการอ่านทฤษฎีต่าง ๆ และจากการฝึกการนำกลุ่มกับผู้เชี่ยวชาญ และจากประสบการณ์ของการเป็นผู้นำกลุ่ม และที่สำคัญต้องเคยเป็นสมาชิกในกลุ่มด้วย

1.2 คุณลักษณะบางประการของการเป็นผู้นำกลุ่ม (Characteristics of the Group Leader)

คุณลักษณะบางประการของการเป็นผู้นำกลุ่ม มีดังนี้คือ

- การรู้สึกตนเอง (self-awareness) ผู้นำกลุ่มต้องรู้เท่าทันตนเอง โดยการใส่ใจกับสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบ ๆ ตัวและในตัว รู้สึกใส่ใจกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ๆ สามารถที่จะรับรู้สิ่งต่าง ๆ ได้อย่างละเอียดอ่อนและลึกซึ้ง เขาสามารถที่จะรับรู้ได้ว่าในภาวะของกลุ่มขณะนี้ สมาชิกเป็นอย่างไรบ้าง สมาชิกกำลังสื่อความหมายอะไรให้เราบ้าง สมาชิกมีความรู้สึกเข้มแข็ง อ่อนแอ รู้สึกขัดแย้ง ต่อต้าน มีความต้องการบางสิ่ง

บางอย่างเหล่านี้ เป็นสิ่งที่ผู้นำกลุ่มจะตามภาวะเหล่านี้ได้ทัน เพื่อที่ผู้นำกลุ่มจะสามารถเอื้ออำนวยให้กลุ่มดำเนินไปได้อย่างเหมาะสมในภาวะขณะนั้น และในขณะเดียวกัน ผู้นำกลุ่มจะต้องตามตนเองให้ทัน โดยการตระหนักถึงอารมณ์ อคติต่าง ๆ ของตนที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ๆ ว่าตนรู้สึกอย่างไร คิดอย่างไร และทำสังมีอคติต่อสมาชิกหรือสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นหรือไม่ อย่างไรด้วย

- ความใจกว้าง (openness) ผู้นำกลุ่มจะต้องมีความใจกว้างในการที่จะยอมรับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นอย่างที่เป็นจริง ยอมรับสมาชิกในกลุ่มอย่างที่เขาเป็น โดยปราศจากอคติ การประเมิน การตัดสิน การที่ผู้นำกลุ่มมีความใจกว้างเช่นนี้จะทำให้สมาชิกรู้สึกว่าตนได้รับการยอมรับซึ่งทำให้สมาชิกมีความกล้าที่จะเปิดเผยตนเองมากขึ้น

- ความยืดหยุ่น (flexible) ผู้นำกลุ่มที่มีความเชื่อมั่นในตนเองและไวต่อการรับรู้ความต้องการของสมาชิกจะเป็นผู้ที่มีความยืดหยุ่น ด้วยเขาจะรู้ว่าในภาวะขณะนั้น ๆ เขาจะต้องทำอย่างไรจึงจะเหมาะสม ผู้นำกลุ่มที่มีความยืดหยุ่นเขาจะไม่ยึดอยู่กับแนวคิดแคบ ๆ

- การมองโลกอย่างมีค่า ผู้นำกลุ่มจะมองเห็นคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ เขามองเห็นว่าบุคคลแต่ละคนต่างก็มีความดีอยู่ในตัวของเขาเอง สิ่งนี้เป็นสิ่งที่สำคัญในการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแก่สมาชิกในกลุ่ม เพราะโดยทั่วไปสมาชิกที่มีปัญหามักจะมองว่าตนเองไม่มีคุณค่า และไม่มีความหมาย และโดยปรกติแล้วคนเรามักจะมองเห็นแต่จุดบกพร่อง ซึ่งจะทำให้สมาชิกรู้สึกตนด้อยคุณค่า การที่ผู้นำกลุ่มมองเห็นคุณค่าของเขาแม้เพียงคนเดียวก็จะทำให้สมาชิกคนนั้นมีความรู้สึกว่าตนเองมีความหมายอยู่ในการมีชีวิตอยู่ในโลกนี้ การมองโลกอย่างมีค่านั้นจะทำให้ผู้นำกลุ่มมีอารมณ์ที่สดใส ซึ่งจะทำให้บรรยากาศระหว่างผู้นำกลุ่มและสมาชิกเป็นไปด้วยดี

- มีความจริงใจและความสนใจอย่างแท้จริงต่อสมาชิก (genuine and sincere interesting) กลุ่มจะสามารถดำเนินไปได้ด้วยดี เมื่อผู้นำกลุ่มให้ความสนใจ กระตือรือร้น เอาใจจดจ่อในสิ่งต่าง ๆ ที่สมาชิกแสดงหรือกระทำด้วยความจริงใจ

กลุ่มจะรู้สึกว่าผู้นำกลุ่มมีความเป็นหนึ่งเดียวกับเขา มีความจริงใจ และสนใจต่อเขาอย่างแท้จริง มิใช่เป็นแต่เพียงบทบาทหรือหน้าที่เท่านั้น

- ความรู้สึกอบอุ่นและความใส่ใจ (warmth and caring) ความรู้สึกอบอุ่นและความใส่ใจที่ผู้นำกลุ่มจะแสดงออกมีมากมายหลายทาง อาจจะเป็นรอยยิ้ม ความเอาใจใส่ หรือการแสดงพฤติกรรมบางอย่าง ความรู้สึกอบอุ่นและความใส่ใจที่มีให้ต่อสมาชิกที่มีปัญหานั้นจะต้องอาศัยความอดทนอย่างมาก แต่ก็ให้ผลเป็นที่น่าชื่นใจเพราะความอบอุ่นและความใส่ใจนี้จะทำให้สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้นำกลุ่ม และเป็นแบบอย่างที่สมาชิกจะเอาอย่างบ้างเพื่อที่จะมอบให้สมาชิกซึ่งกันและกันในกลุ่ม

- ความเข้าใจ (empathic understanding) คือ ความพยายามที่จะเข้าใจความหมายที่แท้จริงในสิ่งที่บุคคลได้สื่อออกมาอย่างซับซ้อนและไม่ชัดเจนให้กระจ่างขึ้น และสะท้อนกลับไปยังผู้พูดเพื่อให้เขาได้กระจ่างชัดในความรู้สึกที่เขามีและช่วยให้สมาชิกคนอื่นได้เข้าใจในตัวเขามากขึ้น คุณลักษณะนี้เป็นคุณลักษณะที่สำคัญมากที่สุดที่ผู้นำกลุ่มจะต้องมี

- ความมีวุฒิภาวะและความมั่นคงแห่งจิตใจ (maturity and integration) ผู้นำกลุ่มที่มีวุฒิภาวะและความมั่นคงแห่งจิตใจ จะมีความมั่นใจที่จะเผชิญกับสิ่งต่าง ๆ ในชีวิต เขาจะมีความประทับใจในความพยายามของสมาชิกที่คิดจะแก้ไขปัญหา ผู้นำกลุ่มสามารถที่จะแลกเปลี่ยนประสบการณ์ต่าง ๆ กับสมาชิกเมื่อเห็นว่าประสบการณ์ของเขานั้นมีคุณค่าต่อกลุ่ม เขาจะไม่หลีกเลี่ยงหรือหนีปัญหาและหมกมุ่นอยู่แต่ชีวิตของตนเอง เขาสามารถที่จะเผชิญกับปัญหาเหล่านี้ได้และในขณะที่เขานำกลุ่ม เขาก็สามารถทำหน้าที่ได้อย่างเต็มที่ สามารถที่จะช่วยให้สมาชิกมองเห็นปัญหาได้อย่างชัดเจน ผู้นำกลุ่มจะยอมรับในความเป็นตัวของตัวเอง ยอมรับและเข้าใจผู้อื่น มีความซื่อสัตย์ในวิชาชีพของตน

คุณลักษณะบางประการของการเป็นผู้นำกลุ่มที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ มิใช่เป็นสิ่งที่มีมาแต่กำเนิด คุณลักษณะเหล่านี้สามารถฝึกฝนให้เกิดขึ้นในตัวของบุคคลที่จะเป็นผู้นำกลุ่ม

1.3 ทักษะเชิงงาน (Action skills)

ผู้นำกลุ่มที่จะดำเนินกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้น ควรจะรู้จักการกระทำดังต่อไปนี้

การริเริ่ม (initiative) ผู้นำกลุ่มต้องสามารถที่จะเริ่มต้นกลุ่มได้ โดยอาจจะใช้วิธีการต่าง ๆ ตามที่ตนได้เรียนรู้มาหรือมีความถนัด และในบางครั้งผู้นำกลุ่มจะต้องพิจารณาองค์ประกอบหลาย ๆ ด้านด้วยกัน เช่น ชนิดของกลุ่ม ขนาดของกลุ่ม บรรยากาศของกลุ่มในขณะนั้น ๆ ฯลฯ

การเอื้ออำนวย (facilitating) ผู้นำกลุ่มจะเปิดโอกาสและเอื้ออำนวยให้สมาชิกได้เป็นตัวของตัวเองอย่างเต็มที่ ได้แสดงความรู้สึกนึกคิด เปิดเผยตนเอง ได้มีส่วนร่วมและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นต่าง ๆ ร่วมกัน ผู้นำกลุ่มจะช่วยเหลือให้สมาชิกได้กระทำสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ด้วยตัวของตัวเอง ซึ่งจะเป็นการพัฒนาตนด้วยตัวของสมาชิกเอง

การรักษากฎ (rule-keeping) ผู้นำกลุ่มจะต้องพยายามให้กลุ่มดำเนินไปในขอบเขตหรือเป้าหมายที่วางไว้ เมื่อใดที่สมาชิกกำลังกระทำสิ่งที่ออกไปนอกกฎเกณฑ์ ผู้นำกลุ่มอาจจะต้องชี้ให้สมาชิกได้รู้สึกตัว เช่น "ตอนนี้ รู้สึกว่าเรากำลังพูดเรื่องไกลตัวเราไปไหมค่ะ"

การเข้าแทรก (intervening) ในบางครั้งผู้นำกลุ่มจะต้องพูดสอดแทรกเมื่อเห็นว่าสมาชิกในกลุ่มกำลังวิพากษ์วิจารณ์สมาชิกคนใดคนหนึ่งด้วยการที่ต้องการจะทำลายมากกว่าจะเป็นการให้ความช่วยเหลือ หรือสมาชิกกำลังถกถึงปัญหาที่ไม่มีทางที่จะหาทางยุติได้ ผู้นำกลุ่มอาจจะพูดสอดแทรกเพื่อรักษาเวลาหรืออาจจะต้องการยุติกลุ่มเมื่อเห็นว่าสมาชิกในกลุ่มส่วนใหญ่มีท่าที่เหนื่อยและล้ามากแล้ว

การเป็นตัวแบบ (modeling) ผู้นำกลุ่มอาจจะนำกลุ่มโดยการเป็นตัวแบบเพื่อที่จะให้กลุ่มได้พัฒนาโดยอาจจะพูดเรื่องส่วนตัวให้สมาชิกฟัง เพื่อจะเป็นตัวอย่างของการเปิดเผยตนเอง หรือแสดงความจริงใจที่มีต่อผู้อื่นโดยบอกถึงความรู้สึกที่แท้จริงให้สมาชิกได้รู้เพื่อจะเป็นแบบอย่างของความจริงใจ ฯลฯ ผู้นำกลุ่มสามารถที่จะใช้

วิธีการเป็นตัวแบบนำให้สมาชิกได้เป็นแทนที่จะเป็นผู้คอยบอกสมาชิกว่าเขาจะต้องทำอะไร พูดอย่างไร แสดงอะไร ผู้นำกลุ่มมิใช่เป็นผู้สร้างบรรยากาศต่าง ๆ ขึ้นมา แต่เป็นเพียงผู้ช่วยเอื้ออำนวยให้บรรยากาศเหล่านั้นดำเนินไปได้

การปรึกษาแนวจิตวิทยา (counseling) ผู้นำกลุ่มจะทำหน้าที่เป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาด้วยในบางกรณี

1.4 ทักษะในการสื่อสาร (Communication skills)

ผู้นำกลุ่มจะต้องเรียนรู้ทักษะการปรึกษา และสามารถที่จะใช้ได้อย่างชำนิชำนาญและอย่างเป็นธรรมชาติ ทักษะที่ผู้นำกลุ่มจะต้องมีคือ การฟัง (Listening) การนำ (Leading) การสะท้อนกลับ (Reflecting) การสรุป (Summarization) การเผชิญหน้า (Confronting) การแปลความหมาย (Interpreting) การให้ข้อมูล (Informing) ฯลฯ (พรรณราย ทรัพยะประภา 2523 : 149-196)

ผู้นำกลุ่มจะต้องลดหรือระงับพฤติกรรมหลายอย่างซึ่งจะทำลายกลุ่ม อันได้แก่

1. ความสงสัย ไม่เชื่อถือในมนุษย์

ผู้นำกลุ่มที่สงสัยและไม่เชื่อถือในสมาชิกของกลุ่ม จะทำให้เขาไม่สามารถที่จะใส่ใจจดจ่อกับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในภาวะขณะนั้น ๆ ได้ เขาจะไม่เชื่อและไว้ใจว่ากลุ่มจะมีความพร้อมที่จะดำเนินสิ่งต่าง ๆ ได้ด้วยกระแสของกลุ่มเอง ผู้นำกลุ่มจะพยายามเร่งหรือหาวิธีการที่จะบังคับให้กลุ่มทำในสิ่งที่กลุ่มยังไม่พร้อม เช่น พยายามให้สมาชิกเปิดเผยตนเองเร็วที่สุด ในขณะที่กลุ่มยังไม่ค่อยไว้วางใจซึ่งกันและกัน

2. การผลักหรือยักหุ่นกลุ่ม

ผู้นำกลุ่มที่มีจุดมุ่งหมายที่นอกเหนือไปจากจุดประสงค์ของกลุ่ม ซึ่งจุดมุ่งหมายนี้เป็นจุดมุ่งหมายส่วนตัวของผู้นำกลุ่มเอง เช่น ความต้องการเป็นที่ชื่นชอบของสมาชิก เขาก็จะพยายามสร้างกฎเกณฑ์ต่าง ๆ หรือผลักดันให้กระแสของกลุ่มไปสู่ทิศทางที่ตนตั้ง

ไว้ ซึ่งเท่ากับว่าเขามิได้ต้องการนำกลุ่มให้บรรลุจุดประสงค์ที่แท้จริง แต่เป็นการแสวงหาผลประโยชน์จากกลุ่ม

3. การขอบประเมินความสำเร็จหรือความล้มเหลวของกลุ่ม

การประเมินความสำเร็จหรือความล้มเหลว โดยดูจากการแสดงออกของสมาชิกว่ามีจำนวนเท่าไร เช่น จำนวนสมาชิกที่ร้องไห้ในกลุ่มมีกี่คน หรือ จำนวนผู้ที่เป็นกรณีพิเศษในกลุ่มมีกี่คน ฯลฯ การประเมินเหล่านี้เป็นการประเมินที่ไม่ถูกต้อง เพราะจำนวนสมาชิกที่แสดงการกระทำเหล่านี้ ไม่ได้เป็นตัวเลขที่สามารถจะชี้ชัดลงไปได้ว่ากลุ่มสำเร็จหรือล้มเหลว

4. การใช้วิธีการเดียวตลอดในการนำกลุ่มทุก ๆ กลุ่ม

ผู้นำกลุ่มที่ใช้วิธีการเดียวตลอดในการนำทุก ๆ กลุ่ม จะไม่สามารถยืดหยุ่นได้เลย เมื่อเจอประสบการณ์กลุ่มที่แตกต่างไปจากเดิมก็ไม่สามารถจะนำกลุ่มให้มีประสิทธิภาพเหมือนเดิมได้ ผู้นำกลุ่มจะรู้สึกวิตกกังวล และไม่สามารถจะตามกระแสของกลุ่มได้อย่างถูกต้อง ซึ่งการกระทำเช่นนี้จะเป็นอันตรายต่อกลุ่มอย่างยิ่ง

5. การมีบทบาทเป็นสมาชิกของกลุ่มมากกว่าเป็นผู้นำกลุ่ม

ผู้นำกลุ่มที่มีปัญหาของตนเองเป็นอย่างมาก และพยายามจะยัดนำให้กลุ่มมาสนใจตนเอง ราวกับว่าเป็นสมาชิกของกลุ่ม ผู้นำกลุ่มลักษณะนี้จะไม่สามารถใส่ใจกับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในกลุ่ม เขาจะหมกมุ่นอยู่แต่ในโลกของตนเอง ไม่สามารถจะเข้าใจผู้อื่นได้อย่างถ่องแท้ สมาชิกจะรู้สึกสับสนด้วยไม่รู้ว่าผู้ใดเป็นผู้นำกลุ่มที่แท้จริง

6. การตีความสาเหตุของพฤติกรรมของสมาชิกในกลุ่ม

ผู้นำกลุ่มจะไม่สามารถนำกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพเมื่อเขาใส่ใจแต่การตีความถึงสาเหตุของพฤติกรรมของสมาชิก ผู้นำกลุ่มจะเกิดการประเมินหรือให้คุณค่าแก่สมาชิก โดยที่ไม่ได้มองสมาชิกอย่างที่เขาเป็นจริง การที่จะยอมรับในสมาชิกอย่างที่เขาเป็นก็จะไม่เกิดขึ้น ผู้นำกลุ่มจะสร้างทัศนคติต่อสมาชิกโดยไม่รู้ตัว ซึ่งการสร้างทัศนคตินี้เท่ากับเป็นการสร้างกำแพงขวางกั้นระหว่างผู้นำกลุ่มและสมาชิกโดยที่การปฏิสัมพันธ์จะเป็นไปอย่างผิวเผิน ไม่ลึกซึ้ง

009885

7. การกำหนดกิจกรรมให้สมาชิกต้องทำทุกคน

ผู้นำกลุ่มที่กำหนดกิจกรรมขึ้นมา แล้วใช้คำพูดที่มีความหมายเป็นนัย ๆ ว่า สมาชิกทุก ๆ คนจะต้องทำกิจกรรมด้วย การกระทำเช่นนี้จะทำให้สมาชิกรู้สึกอึดอัด เกิดการต่อต้านผู้นำกลุ่มเมื่อสมาชิกมีความรู้สึกว่าไม่ต้องการจะทำกิจกรรมนี้แต่เหมือนกับถูกบังคับทางอ้อม ความอิสระเสรีของสมาชิกก็จะไม่เกิดขึ้นอย่างแท้จริง

8. การทำตนเป็นผู้เชี่ยวชาญ

ผู้นำกลุ่มที่ทำตนเป็นผู้เชี่ยวชาญมีความรู้ประสบการณ์มากมาย สามารถที่จะวิเคราะห์กระแสของกลุ่มและพฤติกรรมของสมาชิกได้อย่างถูกต้อง ผู้นำกลุ่มที่มีลักษณะเช่นนี้จะไม่สามารถมีส่วนร่วมหรือใส่ใจกับสมาชิกในกลุ่มได้อย่างเต็มที่ เขาจะแยกตัวเองออกจากกลุ่มแม้เขาจะนั่งอยู่ในกลุ่มก็ตาม เขาจะใช้เวลาส่วนใหญ่หมดไปกับการนั่งคิดวิเคราะห์กลุ่ม ความใส่ใจที่จะมีให้ต่อสมาชิกในกลุ่มในการร่วมรับความรู้สึกและอารมณ์ต่าง ๆ ก็จะไม่มี เขาจะไม่สามารถรู้เท่าทันสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในกลุ่มได้อย่างชัดเจน (Jourard 1974 : 340; Rogers 1970 : 49-73; Stoller, in Burton, ed. 1970 : 91-93; Trotzer 1977 : 72-76; โสรีย์ โพธิแก้ว เอกสารประกอบการเรียนวิชาการฝึกปฏิบัติการปรึกษาเชิงจิตวิทยาเรื่อง "A group leader")

2. จุดมุ่งหมายของกลุ่ม (Goal)

จุดมุ่งหมายของการจัดกลุ่มแนวพัฒนาตนมีอยู่ 2 ประเด็นด้วยกัน ประเด็นแรกเพื่อพัฒนาตน (self development) ให้รู้จักและเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง ซึ่งเป็นการพัฒนาการส่วนบุคคล (intraperson) อีกประเด็นหนึ่งก็เพื่อพัฒนาการที่จะยอมรับและเข้าใจผู้อื่นอันจะนำไปสู่การมีปฏิสัมพันธ์ที่ดี ซึ่งเป็นการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (interperson) แม้ว่าการจัดประสบการณ์กลุ่มจะใช้ชื่อแตกต่างกันออกไป เช่น กลุ่มพัฒนาตน (Self Development Group) กลุ่มจิตสัมพันธ์ (Encounter Group) กลุ่มฝึกความไวในการรับรู้ (Sensitivity Training Group) ฯลฯ แต่จุดมุ่งหมายของการจัดกลุ่มเหล่านี้ต่างก็เป็นจุดมุ่งหมายเดียวกัน เพียงแต่แนวทางในการจัดประสบการณ์กลุ่ม เทคนิควิธีการจะแตกต่างกันบ้างตามความชำนาญของผู้นำกลุ่ม หรือ

ตามแนวคิดทฤษฎีที่ผู้นำกลุ่มได้เรียนรู้มา (โสรีย์ โพธิแก้ว เอกสารประกอบการเรียนวิชาจิตวิทยาการปรับตัว)

3. สมาชิกของกลุ่ม (Members)

สมาชิกของกลุ่มขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายของกลุ่มว่า ในการจัดกลุ่มแต่ละครั้งนั้นจัดขึ้นเพื่อกลุ่มบุคคลประเภทใดโดยเฉพาะหรือจัดขึ้นเพื่อบุคคลโดยทั่วไปที่สนใจจะมาเข้ากลุ่ม

4. ขนาดของกลุ่ม (Group Size)

ขนาดของกลุ่มขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของการรวมกลุ่มและรูปแบบของกลุ่ม โดยทั่วไปขนาดของกลุ่มจิตสัมพันธ์จะประกอบไปด้วยสมาชิก 8-18 คน ในการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์นั้น ถ้าจำนวนสมาชิกน้อยก็จะทำให้สมาชิกทุก ๆ คนได้มีส่วนร่วมในกลุ่ม สามารถที่จะติดต่อสื่อสารกันได้โดยตรงและความเป็นส่วนตัวภายในกลุ่มก็จะสูง หากสมาชิกมีจำนวนมาก การมีส่วนร่วมในกลุ่มก็จะน้อยลงเป็นอย่างมาก (Rogers 1970 : 14, Trotzer 1977 : 10-11)

5. ระยะเวลาในการเข้ากลุ่ม (Time)

ระยะเวลาที่ใช้ในการทำกลุ่ม 6-48 ชั่วโมง โดยอาจจะจัดสัปดาห์ละครั้ง ๆ ละ 2 ชั่วโมง หรือสัปดาห์ละ 2 ครั้ง หรืออาจจะจัดในช่วงวันสุดสัปดาห์ติดต่อกัน ขึ้นอยู่กับการพิจารณาของผู้นำกลุ่มและลักษณะของสมาชิกที่มาเข้ากลุ่มว่ามีความพร้อม และมีความสะดวกมากน้อยเพียงไรที่จะสามารถรวมกลุ่มกันได้ (Rogers 1970 : 13, Verny 1974 : 165)

6. การสื่อสาร (Open Communication)

การสื่อสารภายในกลุ่มจะเป็นการติดต่อสื่อสารกันโดยตรง สมาชิกสามารถที่กระทำหรือพูดสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างเต็มที่กับสมาชิกที่เขาอยากจะติดต่อสื่อสาร และสามารถจะโต้ตอบกันได้อย่างเปิดเผยด้วย

7. <u>การมีส่วนร่วม</u> (Participation)

สมาชิกทุกคนมีส่วนร่วมในการแสดงความรู้สึกนึกคิดและแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ซึ่งกันและกัน สามารถที่จะแลกเปลี่ยนประสบการณ์ต่าง ๆ ร่วมกัน โดยผู้นำผู้กลุ่มจะเอื้ออำนวยให้สมาชิกได้มีส่วนร่วมในกลุ่มมากที่สุดเท่าที่จะมากได้

8. <u>การมีผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม</u> (Co-leader)

ผู้ช่วยผู้นำกลุ่มจะต้องเป็นผู้ที่มีความรู้ในเรื่องทฤษฎีของกลุ่ม มีประสบการณ์ในการนำกลุ่มพอสมควร และสิ่งที่สำคัญคือ จะต้องเคยเป็นสมาชิกของกลุ่มด้วยเพื่อที่จะได้รู้และเข้าใจกระแสกลุ่มอย่างแท้จริง จุดประสงค์ของการมีผู้ช่วยผู้นำกลุ่มมีดังนี้

1. ในบางครั้งผู้นำกลุ่มอาจจะตามกระแสของกลุ่มไม่ทัน หรืออาจจะมองกระแสของกลุ่มผิดไป เนื่องจากผู้นำกลุ่มนำกลุ่มเป็นเวลานานอาจจะทำให้เครียดหรือล้าไปได้ ผู้ช่วยผู้นำกลุ่มก็อาจจะทำหน้าที่เสริมแทนเพื่อที่จะช่วยให้กลุ่มดำเนินไปได้ตามกระแสของกลุ่มที่แท้จริง

2. ในบางขณะที่ผู้นำกลุ่มจะต้องทำหน้าที่เป็นผู้ให้คำปรึกษา (Counselor) แก่สมาชิกในกลุ่ม ซึ่งผู้นำกลุ่มจะต้องให้ความสนใจ ใส่ใจแก่สมาชิกคนนั้นมาก ฉะนั้นผู้นำกลุ่มจึงไม่สามารถที่จะสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกคนอื่นได้ทั่วถึงว่าสมาชิกคนอื่นมีปฏิกิริยาต่อภาวะที่เกิดขึ้นในขณะนี้อย่างไร เช่นสมาชิกคนอื่นอาจจะรังเกียจหรือมีอารมณ์ร่วมไปกับสมาชิกที่ผู้นำกลุ่มกำลังให้คำปรึกษา (Counseling) อยู่เรื่องราวของเขาสะท้อนให้เห็นถึงชีวิตของตนเอง หรือสมาชิกคนอื่นอยากจะพูดหรือแสดงความรู้สึกบางอย่างแก่สมาชิกคนนั้นในภาวะเช่นนี้ ผู้ช่วยผู้นำกลุ่มจะเป็นผู้ที่ทำหน้าที่สังเกตสมาชิกอื่นแทน และจะเป็นผู้ที่ช่วยเสริมผู้นำกลุ่มในการที่จะบอกกล่าวเปิดโอกาสให้สมาชิกคนอื่นได้พูดหรือแสดงความรู้สึกออกมา

ในการดำเนินการกลุ่มนั้นอาจจะมีหรือไม่มีผู้ช่วยผู้นำกลุ่มก็ได้ แต่การมีผู้ช่วยผู้นำกลุ่มจะช่วยให้กลุ่มดำเนินไปได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น และช่วยแบ่งเบาภาระของผู้นำกลุ่มได้ ในการนำกลุ่มที่มีทั้งผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยผู้นำกลุ่มนั้น สิ่งที่ผู้นำกลุ่มและ

ผู้ช่วยผู้นำกลุ่มจะต้องตระหนักอย่างมากที่สุด คือการไม่แสดงความคิดเห็นขัดแย้งกันในกลุ่ม ให้สมาชิกได้รู้ได้เห็น เมื่อคนใดคนหนึ่งเป็นผู้นำกลุ่มอยู่ ผู้ช่วยผู้นำกลุ่มควรจะคล้อยตามในสิ่งที่ผู้นำกลุ่มกระทำอยู่ก่อน เมื่อออกจากกลุ่มก็อาจจะมาแสดงความคิดเห็นได้ การแสดงความคิดเห็นขัดแย้งกันในกลุ่มอาจจะทำให้สมาชิกสับสนในตัวผู้นำกลุ่มทั้งสองหรือหมดความเชื่อถือในตัวผู้นำกลุ่มทั้งสองขึ้นได้ซึ่งอาจทำให้การดำเนินการกลุ่มเป็นไปได้อย่างยากยิ่ง

บทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยผู้นำกลุ่มมีความเท่าเทียมกัน มิใช่ว่าในการดำเนินการกลุ่มใครที่เป็นผู้นำกลุ่มจะต้องนำกลุ่มไปตลอด อาจจะสลับบทบาทหน้าที่กันได้ตามความเหมาะสม และข้อตกลงของทั้ง 2 คน เพื่อที่จะช่วยให้กลุ่มดำเนินไปได้ตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

9. องค์ประกอบอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง

นอกจากองค์ประกอบที่กล่าวมาแล้ว ยังมีองค์ประกอบที่สำคัญอื่น ๆ ที่ผู้นำกลุ่มจะต้องตระหนักคือ

9.1 กลุ่มที่เหมือนกัน (Homogeneous Groups) และกลุ่มที่ต่างกัน (Heterogeneous Groups) โดยทั่วไปสมาชิกที่มาเข้ากลุ่มต่างก็มีพื้นฐานจากการอบรมเลี้ยงดูและสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกันออกไป ดังนั้นบุคคลแต่ละบุคคลจึงมีบุคลิกลักษณะที่ไม่เหมือนกัน การที่จะจัดกลุ่มให้มีสมาชิกที่มีบุคลิกลักษณะเหมือนกันจึงเป็นไปได้ยาก สิ่งที่ผู้นำกลุ่มจะทำได้ก็เพียงแต่จัดให้สมาชิกมีลักษณะที่คล้ายคลึงกัน เช่น บุคคลที่ติดยาเสพติด บุคคลที่มีปัญหาในชีวิตสมรส ฯลฯ มารวมกลุ่มกัน ซึ่งกลุ่มที่จัดขึ้นในลักษณะนี้เรียกว่า กลุ่มที่เหมือนกัน (Homogeneous Groups) ส่วนกลุ่มที่จัดขึ้นโดยให้บุคคลทั่ว ๆ ไปเข้าได้นั้น จะเป็นกลุ่มที่เรียกว่า กลุ่มที่ต่างกัน (Heterogeneous Groups) ในการจัดกลุ่มที่ต่างกันนั้น สมาชิกที่มาเข้ากลุ่มนั้นต่างก็มีประสบการณ์ที่แตกต่างกันออกไป ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกได้รับรู้และแลกเปลี่ยนทัศนคติซึ่งกันและกัน ทำให้ได้แนวคิดที่กว้างไกลออกไป แต่กลุ่มที่มีสมาชิกที่แตกต่างกันมากจนเกินไปก็อาจจะทำให้สมาชิกไม่สามารถจะยอมรับซึ่งกันและกันได้ ฉะนั้นกลุ่มที่จัดขึ้นจึงควรจัดให้มีสมาชิกที่มีความสนใจแตกต่างกันพอสมควร ซึ่งสมาชิกสามารถที่จะมาอยู่ร่วมกันในกลุ่มได้อย่างสบายใจ ซึ่งในการจัดกลุ่มนั้นผู้นำกลุ่มจะต้องพิจารณาสมาชิกที่มาเข้ากลุ่มว่าสามารถที่จะอยู่ในกลุ่มร่วมกันได้หรือไม่

9.2 อายุและวุฒิภาวะ (Age and Maturity) สมาชิกที่มาเข้ากลุ่มนั้น อาจจะมีอายุและวุฒิภาวะใกล้เคียงกันก็ได้ หรืออาจจะจัดให้มีทั้งสมาชิกที่มีอายุแตกต่างกัน หรือมีวุฒิภาวะแตกต่างกันเพื่อที่จะทำให้สมาชิกได้รับรู้ว่าในบุคคลที่มีวัยหรือวุฒิภาวะแตกต่างไปจากตน จะมีความคิดในเรื่องเดียวกันเป็นอย่างไร ซึ่งจะทำให้ยอมรับและเข้าใจบุคคลในวัยอื่นหรือบุคคลที่มีวุฒิภาวะแตกต่างไปจากตนได้อย่างถ่องแท้

9.3 เพศ (Sex) กลุ่มที่จัดขึ้นควรจะมีสมาชิกชายและหญิงในกลุ่มเดียวกัน เพราะในสภาพความเป็นจริง สมาชิกจะอยู่ในหมู่คนที่มีทั้งเพศชายและเพศหญิงปะปนกัน ฉะนั้นการจัดให้มีทั้งเพศชายและเพศหญิงในกลุ่มเดียวกัน จะช่วยให้สมาชิกรู้สึกว่าอยู่ในโลกแห่งความเป็นจริง และยังช่วยให้สมาชิกได้มีโอกาสพัฒนาระดับอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด และในบางครั้งจะช่วยให้สมาชิกแก้ไขปัญหาของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะกลุ่มที่มีเพศชายและหญิงจะสามารถช่วยให้สมาชิกได้รับฟังและแลกเปลี่ยนทัศนะที่แตกต่างกันออกไป

องค์ประกอบต่าง ๆ ที่กล่าวมานี้ เป็นองค์ประกอบที่สำคัญมิใช่น้อย กลุ่มใดก็ตามที่มีองค์ประกอบใดองค์ประกอบหนึ่งมากจนเกินไป เช่น กลุ่มที่มีสมาชิกที่สนใจในเรื่องใดเรื่องหนึ่งมาก หรือ กลุ่มที่มีวัยรุ่นเป็นสมาชิกมากกว่าวัยกลางคน หรือ กลุ่มที่มีสมาชิกชายมากกว่าสมาชิกหญิง เป็นต้น อาจจะก่อให้เกิดปัญหาระหว่างสมาชิกในเรื่องของการสื่อสารและการปฏิสัมพันธ์ที่มีต่อกันได้ ฉะนั้นหลักที่ผู้นำกลุ่มควรจะยึดเอาไว้ก็คือพยายามจัดให้กลุ่มมีองค์ประกอบเหล่านี้เท่าเทียมกัน เช่น มีจำนวนสมาชิกชายเท่ากับจำนวนสมาชิกหญิง มีจำนวนสมาชิกที่เป็นวัยรุ่นเท่ากับจำนวนสมาชิกที่เป็นวัยกลางคน เป็นต้น (Trotzer 1977 : 181-183)

ความเจริญส่วนบุคคล

ความเจริญส่วนบุคคล หมายถึงการที่บุคคลได้พัฒนาศักยภาพแห่งตนเองในการที่จะรู้จักและเข้าใจตนเองอย่างถ่องแท้ว่า ตนคือใคร เป็นอย่างไร มีการรับรู้อารมณ์ความรู้สึกนึกคิดและการกระทำที่ตนเป็นอยู่ได้อย่างชัดเจน บุคคลจะเปิดใจตนเองให้กว้างที่จะยอมรับประสบการณ์ต่าง ๆ ที่มากระทบ เขาจะมองสิ่งต่าง ๆ ภาวะต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

กับเขาอย่างที่เขาเป็นจริง โดยปราศจากการบิดเบือนให้เป็นไปตามความต้องการของตนเอง ด้วยความกล้าที่จะต้องเผชิญกับสิ่งต่าง ๆ ที่จะก่อให้เกิดความเจ็บปวด ความสับสน ความผิดหวัง ฯลฯ เขาจะสามารถเผชิญกับสภาวการณ์ต่าง ๆ ด้วยจิตใจที่มั่นคง เขาจะใส่ใจรับรู้ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามา รวบรวมข้อมูลทั้งหมดซึ่งเป็นข้อมูลตามความต้องการของตนเอง ความต้องการของสังคม ความทรงจำในเหตุการณ์ในอดีตที่คล้ายคลึงกัน การรับรู้สถานการณ์ของตนเอง พิจารณาสิ่งเหล่านี้อย่างละเอียดลออในทุก ๆ ด้าน และกำหนดแนวทางในการปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับสภาวการณ์นั้น ๆ

การที่บุคคลเป็นผู้กำหนดแนวทางชีวิตของตน เขาจะรู้สึกอิสระ มีความรู้สึกเป็นเจ้าของชีวิตของตนเองอย่างแท้จริง เขาจะเป็นตัวของตัวเอง ไม่ยึดติดพึ่งพา (dependent) บุคคลใดบุคคลหนึ่งโดยตลอด เขาจะมองชีวิตอย่างมีคุณค่า มีความหมาย ในภาวะของการที่เขารู้สึกและเข้าใจผู้อื่น เขาจะไวในการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น และยอมรับบุคคลอย่างที่เขาเป็นอย่างแท้จริง ซึ่งจะทำให้มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้อื่น

ความเจริญส่วนบุคคลจะเป็นภาวะที่เกิดขึ้นต่อเนื่องตลอดชีวิตของมนุษย์ ด้วยอาศัยกระบวนการรับรู้ ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เข้ามาในจิตสำนึกของบุคคล จากการที่ตัวของเขาได้สัมผัสสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบ ๆ ตัวเขา

ลักษณะของความเจริญส่วนบุคคล

1. รับรู้ความเป็นจริงของตนเอง บุคคลจะรู้สึก และเข้าใจธรรมชาติของตัวเขา เขาจะรู้สึกตนเองอย่างแท้จริงว่าเขาเป็นใคร เป็นคนอย่างไร มีรูปร่างอย่างไร เขาจะเข้าใจและยอมรับความเข้มแข็ง ความอ่อนแอของตนเอง และรู้ถึงศักยภาพของตนว่า ตนเองมีความสามารถเพียงใดที่จะทำหรือที่จะเป็น ในขณะเดียวกันเขาก็รู้ตัวอยู่เสมอว่าตนเองไม่สามารถที่จะทำหรือเป็นอะไรได้ และเขาจะไม่พยายามเป็นในสิ่งที่เขาทำไม่ได้ เป็นไม่ได้ เมื่อเขาได้พิสูจน์ว่าเขาไม่สามารถทำหรือเป็นเช่นนั้นได้จริง ๆ บุคคลจะไม่คิดหรือตั้งเป้าประสงค์ในสิ่งที่ตนทำไม่ได้

2. มีความกล้าที่จะเปิดเผยตนเองอย่างแท้จริง บุคคลที่มีความเจริญส่วนบุคคลจะเป็นตัวเองชัดเจน และสามารถแสดงความรู้สึกและความคิดของตนออกมาได้

อย่างเหมาะสมกับสภาพการณ์ เขาจะใส่ใจกับความรู้สึกที่แท้จริงของตนว่าตนรู้สึกและต้องการอย่างไร ในขณะเดียวกันเขาจะรวบรวมข้อมูลสภาวการณ์ในขณะนั้น ๆ พิจารณาตรวจสอบหนทางที่จะเป็นไปได้ในการที่จะแสดงความรู้สึกนึกคิดที่แท้จริงของตน และเมื่อเห็นว่าในภาวการณ์นั้น ๆ เขาสามารถที่จะเปิดเผยตนเองให้ผู้อื่นได้รู้ว่า ตนกำลังรู้สึกอะไร คิดอะไรอยู่ หรือต้องการอะไรในภาวะขณะนั้น ๆ ได้ เขาก็จะมีความเต็มใจและกล้าที่จะกล่าวถึงสิ่งต่าง ๆ ออกมาโดยปราศจากความหลอกลวง หรือความรู้สึกผิด

3. <u>มีความมั่นคงในจิตใจ</u> บุคคลที่มีความเจริญส่วนบุคคลจะเผชิญกับประสบการณ์ต่าง ๆ ด้วยจิตใจที่มั่นคง สามารถที่จะตอบสนองต่อประสบการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสมทุกขณะด้วยเขามองเห็นความเป็นจริงในกระแสของชีวิตว่ามีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ซึ่งอาจจะเปลี่ยนไปในทางบวกหรือลบก็ได้ เขาสามารถที่จะรับรู้อารมณ์ได้ทั้งทางบวกและทางลบ เช่น ความสนุกสนาน ความสุข ความร่าเริง ความเศร้า ความเจ็บปวด ความผิดหวัง ฯลฯ และรับอารมณ์เหล่านั้นได้อย่างเต็มที่

4. <u>มีชีวิตอยู่ในปัจจุบันขณะ</u> บุคคลที่มีความเจริญส่วนบุคคลจะระลึกอยู่เสมอว่าสิ่งที่เป็นความจริงแท้ คือ การอยู่ในปัจจุบันขณะ เขาจะไม่ยึดติดหรือหมกมุ่นอยู่กับเหตุการณ์ในอดีต หรือนั่งเพ้อฝันจินตนาการหรือกังวลใจถึงแต่เหตุการณ์ในอนาคต บุคคลจะใช้ชีวิตของตนอย่างเต็มที่ในขณะนั้น ๆ ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เขาได้รับรู้สัมผัสแต่ละอย่างนั้นแม้ว่าจะเป็นประสบการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นประจำ เขาก็จะใส่ใจสัมผัสกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้นอย่างเต็มที่ราวกับว่าเป็นเหตุกรณ์ที่ใหม่สำหรับเขา เขาจะรับรู้สิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในขณะปัจจุบัน คือ ที่นี่และเดี๋ยวนี้ (here - and - now)

5. <u>มีความเป็นตัวของตัวเอง</u> บุคคลที่มีความเจริญส่วนบุคคลจะมีความรู้สึกเสรีในการที่จะเลือกและในการที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ เขาจะเป็นตัวของตัวเองโดยปราศจากการพึ่งพิงหรือยึดติดบุคคลอื่น ๆ หรือสิ่งที่อยู่รอบตัวเขาตลอดเวลา เขาจะไม่จำกัดการกระทำของตนเองให้อยู่ในวงแคบด้วยเกรงว่าจะเป็นการฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ ระเบียบของสังคมหรือค่านิยมต่าง ๆ หรือกลัวว่าจะเป็นการแสดงออกถึงความไม่รู้ หรือความโง่เขลาของตนออกไป พฤติกรรมที่แสดงออกจะแสดงให้เห็นได้อย่างชัดเจน และอย่างเป็นธรรมชาติว่า นี่คือเขา เขาเป็นเขา ไม่ใช่บุคคลที่ถูกใครชักใยอยู่เบื้องหลัง

6. <u>รับรู้สิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง</u> บุคคลที่มีความเจริญส่วนบุคคลจะรับรู้สิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบ ๆ ตัวเขาได้อย่างถ่องแท้และลึกซึ้ง เขาจะอยู่ในโลกแห่งความเป็นจริง ซึ่งได้จากการที่เขาสัมผัสด้วยประสาทสัมผัสทั้งห้าของตนเอง เขาจะยอมรับประสบการณ์ต่าง ๆ อย่างที่มันเป็นจริงโดยปราศจากการบิดเบือนเพื่อให้เป็นไปตามความคาดหวัง ความต้องการของตนเอง แม้ว่าประสบการณ์ที่กำลังเผชิญอยู่นั้นจะก่อให้เกิดความเจ็บปวด ความไม่สบายใจก็ตาม

7. <u>มองชีวิตอย่างมีคุณค่า มีความหมาย</u> บุคคลที่มีความเจริญส่วนบุคคลจะใช้ชีวิตของตนเองอย่างมีค่าทุก ๆ วินาทีในโลกแห่งความเป็นจริง เขาจะรู้สึกสดชื่นในการมีชีวิต และมองชีวิตอย่างมีค่าและมีความหมาย

8. <u>ยอมรับและเข้าใจผู้อื่นอย่างแท้จริง</u> บุคคลที่มีความเจริญส่วนบุคคลจะมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นอย่างเป็นธรรมชาติ มีความจริงใจต่อผู้อื่น และมองผู้อื่นอย่างที่เขาเป็น เขาจะยอมรับผู้อื่นอย่างไม่มีเงื่อนไข ปราศจากการบิดเบือนในสิ่งที่ตนรับรู้เกี่ยวกับผู้อื่น

ลักษณะต่าง ๆ ที่กล่าวมาข้างต้นนั้น สามารถย่อให้ได้ใจความสั้น ๆ ว่าความเจริญส่วนบุคคล หมายถึง การที่บุคคลมีสติในการกำหนดแนวทางชีวิตของตนเองเพื่อเพิ่มพูนการรู้เท่าทันตนเองว่า ตนคือใคร ต้องการอะไร ยอมรับและเข้าใจในตนเองอย่างถ่องแท้ บุคคลจะเป็นตัวของตัวเองอย่างแท้จริง มีชีวิตอย่างมั่นคงในปัจจุบัน และในขณะเดียวกันก็ยอมรับและเข้าใจผู้อื่นได้อย่างแท้จริง (Fadiman & Frager 1976 : 169-172, 285-291; Giges & Rosenfeld, in Rosenbaum & Snadowsky, 1976 : 87-90; Johnson 1972 : 142-143; Jourard 1968; 152-167; Kelly, in Stewart, ed. 1973 : 106-117; Rogers 1961 : 115-124, 163-196; Schultz 1977 : 24-38, 121-142)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดและทฤษฎีพื้นฐานของกลุ่มจิตสัมพันธ์ที่ว่า กลุ่มจิตสัมพันธ์เป็นกลุ่มที่จัดขึ้นโดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้บุคคลได้มีการพัฒนาศักยภาพแห่งตนอันจะนำไปสู่ความเข้าใจตนเอง

และผู้อื่น จุดมุ่งหมายที่กล่าวมานี้ ได้มีผู้สนใจทำการศึกษาผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ และจัดประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์ขึ้นโดยมีจุดมุ่งหมายแตกต่างกันออกไป ดังเช่นงานวิจัยต่อไปนี้

มีเคอร์ (Meador 1971 : 70-76) ได้ทำการศึกษาถึงกระแส (process) การเปลี่ยนแปลงของบุคคลที่เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ตามแนวคิดทฤษฎีกระบวนการของโรเจอร์ส (Rogers) โดยได้ตั้งสมมุติฐานในการศึกษาครั้งนี้ว่า กระแสของการเคลื่อนไหวไปในทางบวกที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องของบุคคลตามแนวคิดทฤษฎีของโรเจอร์ส (Rogers) จะเกิดขึ้นกับบุคคลที่ได้เข้าร่วมประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่อาสาสมัครเข้าร่วมกลุ่มจำนวน 8 คน เป็นชาย 4 คน หญิง 4 คน ผู้นำกลุ่มเป็นนักจิตวิทยาแบบผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง (client - centered psychologist) 2 คน ระยะเวลาที่ใช้ในการเข้ากลุ่มทั้งหมด 16 ชั่วโมง โดยแบ่งออกเป็น 5 ช่วงคือ ช่วงวันศุกร์ตอนเย็น วันเสาร์ตอนเช้าและเย็น วันอาทิตย์ตอนเช้าและเย็น แต่ละช่วงใช้เวลาประมาณ 2 ชั่วโมงครึ่งถึง 4 ชั่วโมง ในช่วงของการเข้ากลุ่มแต่ละช่วงนั้นจะทำการบันทึกภาพสมาชิกแต่ละคน 2 ครั้ง ๆ แรกคือ ตอนต้นของช่วง ครั้งที่ 2 คือ หลังจากที่ดำเนินการกลุ่มไปแล้วได้ครึ่งช่วงโดยใช้เวลาในการบันทึกภาพครั้งละประมาณ 2 นาที การบันทึกภาพสมาชิกแต่ละคนในแต่ละครั้งจะใช้วิธีการสุ่ม จากนั้นนำภาพที่บันทึกได้ทั้งหมด 80 ครั้ง มาทำการตัดต่อโดยนำภาพที่ได้มาชิกเพียงคนเดียว 10 ครั้งขึ้นมาต่อเข้าด้วยกัน แล้วนำมาฉายให้นักศึกษาระดับปริญญาตรีที่ศึกษาทางด้านการศึกษา แต่ไม่มีพื้นฐานทางด้านจิตรักษา 13 คน ประเมินผลโดยใช้มาตรประเมินกระแสของโรเจอร์ส และราเบลน (The Rogers and Rablen Process Scale) ผู้ประเมินจะได้รับการอบรมถึงวิธีการประเมินและจะต้องเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์ ในช่วงสุดสัปดาห์ 2 สัปดาห์ ในระยะของการอบรม เพื่อที่จะเข้าใจถึงพฤติกรรมกระแสของการเคลื่อนไหวที่เกิดขึ้นในแต่ละขั้นตอนได้อย่างชัดเจน กลุ่มประเมินผลนี้จะแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม โดยแต่ละกลุ่มจะได้ดูภาพที่บันทึกทั้งหมดนั้น 2 ครั้ง แล้วจึงให้ประเมินค่าโดยไม่จำกัดเวลา นำผลการประเมินที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้วิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวน 4 ตัวประกอบ ได้แก่ การตัดสิน (judges) จุดมุ่งหมายของแต่ละคน (target individuals) ช่วงของการเข้ากลุ่ม (sessions) การวัดครั้งแรกและครั้งที่ 2 ของแต่ละช่วงของ

การเข้ากลุ่ม (Early - Late Within - Session Measures) ผลการวิจัยปรากฏว่า สมาชิกที่เข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์ทุก ๆ คนมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 ซึ่งแสดงให้เห็นว่า สมาชิกที่เข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์มีกระแสของการเคลื่อนไหวไปในทางบวกที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องเกิดขึ้น ซึ่งเท่ากับว่าการวิจัยครั้งนี้สนับสนุนทฤษฎีกระแสของโรเจอร์ส นอกจากนี้การวิจัยครั้งนี้ยังพบว่าการเข้ากลุ่มเป็นเวลาต่อเนื่องกันตลอดจะเกิดกระแสของการเคลื่อนไหวมากกว่าการเข้ากลุ่มเป็นช่วง ๆ อาทิตย์ละ 1 ช่วง

คุปเปอร์สมิธ (Kuppersmith 1975 : 2028 A) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบผลของบุคลิกภาพ และการใส่ใจที่บุคคลจะมีต่อกันในกลุ่มจิตสัมพันธ์แบบมาราธอน (Marathon - encounter group) ที่แบ่งออกเป็น 3 ลักษณะ คือ กลุ่มที่เน้นถึงการเปิดเผยตนเองในภาวะปัจจุบัน คือที่นี่และเดี๋ยวนี้ (here - and - now type : E_1) และกลุ่มที่เน้นถึงการเปิดเผยตนเองในอดีต (there - and -then type : E_2) และกลุ่มที่เปิดเผยตนเองโดยไม่ได้เน้นถึงภาวะใดภาวะหนึ่ง (C) กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยนักศึกษาระดับปริญญาตรี 32 คน และนักศึกษาที่สำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาตรี 28 คน รวมจำนวนทั้งสิ้น 60 คน โดยจะแบ่งกลุ่มนักศึกษาในระดับปริญญาตรีออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่ม E_1, E_2 และ C และแบ่งกลุ่มนักศึกษาที่สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีออกเป็น 3 กลุ่มเช่นเดียวกัน ระยะเวลาที่ใช้ในการเข้ากลุ่ม 15 ชั่วโมงในวันหยุดสุดสัปดาห์ ผู้นำกลุ่มเป็นนักศึกษาชายระดับปริญญาเอกจำนวน 3 คน โดยผู้นำกลุ่มแต่ละคนจะนำกลุ่มนักศึกษาระดับปริญญาตรีและกลุ่มนักศึกษาที่สำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาตรีอย่างละ 1 กลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบวัดพีโอไอ (POI : Personal Orientation Inventory) โดยจะทดสอบ 3 ครั้ง คือ ครั้งก่อนการทดลอง ครั้งหลังการทดลองทันที และครั้งหลังทดลองผ่านไปแล้ว 1 เดือน นอกจากนี้สมาชิกในกลุ่มจะต้องตอบแบบวัดอาร์ซีเอส (RCS : the Revised Cohesiveness Scale) เพื่อจะดูถึงความใส่ใจภายในกลุ่มที่สมาชิกมีต่อกันภายหลังการเข้าประสบการณ์กลุ่ม ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนในการทดสอบก่อนการทดลองในกลุ่ม E_1, E_2 และ C ปรากฏว่าไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 และเมื่อวิเคราะห์คะแนนครั้งทดสอบหลังการทดลองพบว่าคะแนนจากลักษณะย่อย 4 ด้านในแบบวัดพีโอไอ ได้แก่

ฟีลลิ่ง รีแอคทิวิตี้ (feeling reactivity) ซินเนอร์ยี (synergy) แอคเซพแทนซ์ ออฟ แอคเกรสชั่น (acceptance of aggression) และ คาร์ปาซิตี้ ฟอร์ อินทิเมท คอนแทค (capacity for intimate contact) ซึ่งมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 และเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มโดยใช้วิธีการของเชฟเฟ (The Scheffe post hoc procedure) พบว่ากลุ่มที่เน้นถึงการเปิดเผยตนเองในภาวะปัจจุบัน จะมีคะแนนในด้านฟีลลิ่ง รีแอคทิวิตี้ (feeling reactivity) สูงกว่ากลุ่มที่เปิดเผยตนเองโดยไม่ได้เน้นถึงภาวะใดภาวะหนึ่งอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 กลุ่มที่เน้นถึงการเปิดเผยตนเองในอดีตจะมีคะแนนสูงกว่ากลุ่มที่เปิดเผยตนเองโดยไม่ได้เน้นถึงภาวะใดภาวะหนึ่งในด้านซินเนอร์ยี (synergy) อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 และกลุ่มที่เน้นถึงการเปิดเผยตนเองในภาวะปัจจุบันกับกลุ่มที่เน้นถึงการเปิดเผยตนเองในอดีตจะมีคะแนนสูงกว่ากลุ่มที่เปิดเผยตนเองโดยไม่ได้เน้นถึงภาวะใดภาวะหนึ่งในด้านแอคเซพแทนซ์ ออฟ แอคเกรสชั่น (acceptance of aggression) อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 การวิเคราะห์คะแนนในแบบวัดอาร์ ซี เวล์ โดยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวของครุสเกิล วอลลิส์ (Kruskal - Wallis) พบว่ากลุ่มที่เน้นถึงการเปิดเผยตนเองในอดีตและกลุ่มที่เปิดเผยตนเองโดยไม่ได้เน้นถึงภาวะใดภาวะหนึ่งมีความผูกพันใส่ใจกันในหมู่เพื่อนมากกว่ากลุ่มที่เน้นถึงการเปิดเผยตนเองในภาวะปัจจุบันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01

ดายส์ และซาดอร์สกี้ (Dies & Sadowsky 1975 : 112-115) ได้ศึกษาถึงผลของประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์ในช่วงระยะเวลาสั้น ๆ ต่อนักศึกษาหอหญิง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาหญิงที่อยู่ประจำหออาคาร 5 ชั้นของมหาวิทยาลัยแมรีแลนด์ (The University of Maryland) โดยนักศึกษาที่อาสาสมัครเข้ากลุ่มที่อยู่ในชั้น 3, 5, 7 เป็นกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ 31 คน กลุ่มควบคุมได้แก่นักศึกษาที่อยู่ในชั้น 2, 4 จำนวน 45 คน และที่ไม่ได้เข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์แต่อยู่ชั้นเดียวกับกลุ่มทดลองจำนวน 38 คน เครื่องมือที่ใช้มี 6 อย่างด้วยกันคือ 1) แบบวัดมาตรประเมินค่าลักษณะที่จำเป็นที่ก่อให้เกิดความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันของชั้นนั้น ๆ ภายในหอ 2) คำถาม 1 ข้อที่ถามว่า ในชั้นที่ตนเองอยู่นั้นมีเพื่อนนักศึกษาที่รู้จักเป็นสัดส่วนเท่าใด

3) มาตรประเมินค่าคุณศัพท์แบบอีแมนติคดิฟเฟอเรนเชียล (semantic differential) ที่เกี่ยวกับคุณลักษณะของบุคคลที่จะก่อให้เกิดบรรยากาศความมีน้ำหนึ่งใจเดียวกันของชาวหอในชั้นนั้น ๆ 4) แบบวัดการเปิดเผยตนเองของเจอรัราล์ด (Jourard) ที่บอกให้รู้ถึงเพื่อนที่อยู่ในชั้นเดียวกันที่กลุ่มตัวอย่างแต่ละคนมีความสนิทสนมกันและเล่าเรื่องส่วนตัวให้ฟัง 5) แบบสอบถามที่พิมพ์รายชื่อนักศึกษาที่อยู่ในชั้นเดียวกันทั้งหมดและให้กลุ่มตัวอย่างแต่ละคนที่อยู่ในชั้นเดียวกันประเมินว่ามีความคุ้นเคยรู้จักเขาเหล่านั้นหรือไม่ 6) มาตรประเมินความถี่ที่กลุ่มตัวอย่างแต่ละคนได้สนทนาพูดคุยกับนักศึกษาที่อยู่ในชั้นเดียวกัน กลุ่มทดลองจะได้เข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ภายหลังที่ตอบแบบวัดและแบบสอบถามไปแล้ว 1 สัปดาห์ ระยะเวลาในการเข้ากลุ่ม 3 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ชั่วโมง ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์ หลังจากครั้งทดสอบก่อนการทดลอง 1 เดือน กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจะทำแบบวัดและแบบสอบถามชุดเดิมทั้งหมดอีกครั้ง การวิเคราะห์ข้อมูลใช้วิธีวิเคราะห์ความแปรปรวน 6 ตัวประกอบ (The six analyses of variance) ผลการวิจัยปรากฏว่าคะแนนทดสอบครั้งก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 แต่เมื่อนำคะแนนจากการทดสอบครั้งหลังการทดลองมาวิเคราะห์ ปรากฏว่าคะแนนของกลุ่มทดลองในแบบวัดลักษณะที่จำเป็นที่ก่อให้เกิดความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันของชั้นนั้น ๆ ภายในหอ มาตรประเมินคำคุณศัพท์เกี่ยวกับคุณลักษณะของบุคคลที่จะก่อให้เกิดบรรยากาศความมีน้ำหนึ่งใจเดียวกันของชาวหอในชั้นนั้น ๆ และแบบสอบถามความคุ้นเคยที่นักศึกษามีให้ต่อกันในชั้นนั้น ๆ มีการเปลี่ยนแปลงสูงขึ้นกว่าคะแนนของกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05, 0.05 และ 0.005 อย่างมีนัยสำคัญตามลำดับ ส่วนคะแนนจากแบบวัดอีก 3 ฉบับของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ สรุปผลการวิจัยนี้ได้ว่า ประสบการณ์ในการเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์ในระยะสั้น ๆ มีผลต่อผู้เข้าร่วมกลุ่มอย่างมากในด้านทำให้นักศึกษาประจำหอได้เห็นคุณค่าความสำคัญของความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันของคนที่อยู่ในชั้นเดียวกันมากกว่าก่อนการเข้าประสบการณ์กลุ่ม ประสบการณ์กลุ่มยังช่วยส่งเสริมให้สมาชิกในกลุ่มมีปฏิสัมพันธ์กับนักศึกษาที่อยู่ในหอเดียวกัน ทำให้นักศึกษารู้จักสนิทสนมคุ้นเคยกัน ซึ่งช่วยลดความห่างเหินในหมู่นักศึกษาประจำหอมาก แต่เมื่อพิจารณาถึงการเปิดเผยตนเองในการเล่าเรื่องส่วนตัวให้เพื่อนในหอเดียวกันนั้น สมาชิกยังไม่เปิดเผยตนเองเท่าใดนัก ซึ่งอาจจะเนื่องมาจากระยะ

เวลาในการเข้ากลุ่มสั้นเกินไป ความไว้วางใจ ความสนิทสนมกันถึงขั้นเปิดเผยตนเองจึงยังไม่กล้าเสี่ยงมากนัก

อเล็กซานเดอร์ (Alexander 1980 : 41-55) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมของผู้นำกลุ่มแบบการเผชิญหน้าในทางบวก (positive confrontation behavior) กับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของสมาชิกในกลุ่มจิตสัมพันธ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งที่ลงทะเบียนเรียนวิชากระบวนการกลุ่ม ซึ่งอาสาสมัครเข้ากลุ่มเป็นจำนวนทั้งสิ้น 111 คน เป็นนักศึกษาชาย 47 คน และนักศึกษาหญิง 64 คน ผู้นำกลุ่มเป็นผู้ที่ผ่านการอบรม Personal Exploration Groups Program ซึ่งเน้นถึงความเข้าใจความรู้สึกของสมาชิกในการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น บทบาทของการเป็นผู้นำกลุ่ม และการพัฒนาการรู้เท่าทันตนเองของผู้นำกลุ่ม ผู้นำกลุ่มจะต้องมีประสบการณ์ในการนำกลุ่มมาอย่างน้อย 3 กลุ่ม รวมจำนวนผู้นำกลุ่มทั้งสิ้น 13 คน เป็นชาย 7 คน หญิง 6 คน สมาชิกและผู้นำกลุ่มจะถูกสุ่มแบ่งออกเป็น 13 กลุ่ม ๆ ละ 7-10 คน โดยมีอัตราส่วนชาย จะหญิงเท่ากันทุกกลุ่ม ระยะเวลาในการเข้ากลุ่ม 10 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง โดยสัปดาห์ที่ 9 ผู้นำกลุ่มจะให้สมาชิกทำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นที่มีชื่อว่า ลีดเดอร์ สไตล์ เควสชันแนร์ (The Leader Style Questionnaire) และทำแบบวัดประเมินพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปโดยที่ตนเอง สมาชิกคนอื่น และผู้นำกลุ่มเป็นผู้ประเมิน การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ในการหาค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สันโปรดักโมเมนท์ (Pearson Product Moment) และการวิเคราะห์ความแปรปรวน ผลการวิจัยปรากฏว่า การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของสมาชิกภายในกลุ่มมีค่าสหสัมพันธ์สูงกับวิธีการนำกลุ่มของผู้นำกลุ่ม การนำกลุ่มแบบการเผชิญหน้าในทางบวกมีความสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีของสมาชิกในกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 และการเอื้ออำนวยซึ่งกันและกันในสมาชิกของกลุ่มมีค่าสหสัมพันธ์สูงกับการนำกลุ่มแบบการเผชิญหน้าทางบวก

เวนิโน (Venino 1974 : 6989 - 6990 A) ได้ศึกษาเปรียบเทียบวิธีการทำกลุ่มจิตสัมพันธ์ 2 วิธีคือ กลุ่มจิตสัมพันธ์แบบวางโปรแกรมและแบบไม่วางโปรแกรมในการเสริมสร้างให้เกิดการพัฒนาความเจริญส่วนบุคคล และการบรรลุสัจจการ

แห่งตน กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยนักศึกษา 73 คน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองประกอบด้วย นักศึกษา 52 คน ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มทดลองออกเป็นกลุ่มย่อย 8 กลุ่ม โดยสุ่มตัวอย่าง 26 คน ในกลุ่มทดลองเข้าประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์แบบวางโปรแกรมกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งใน 4 กลุ่ม และกลุ่มตัวอย่างอีก 26 คน ในกลุ่มทดลองเข้าประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์แบบไม่วางโปรแกรมกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งใน 4 กลุ่ม กลุ่มควบคุมประกอบด้วยนักศึกษา 21 คน ที่ไม่ได้รับประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์ ผู้นำกลุ่มมี 4 คน แต่ละคนจะนำกลุ่มแบบวางโปรแกรมและแบบไม่วางโปรแกรมอย่างละ 1 กลุ่ม กลุ่มจิตสัมพันธ์แบบวางโปรแกรมได้กำหนดกิจกรรมการเรียนรู้เท่าทันตนเอง (personal awareness exercises) 10กิจกรรม เสนอให้กลุ่มได้ทำทุก ๆ 2 ชั่วโมง ส่วนกลุ่มจิตสัมพันธ์แบบไม่วางโปรแกรมจะเสนอวิธีการนำแบบไม่นำทาง (non-directive approach) ผลของการศึกษาพบว่าผลของการใช้กลุ่มจิตสัมพันธ์แบบวางโปรแกรมโดยใช้กิจกรรมรู้เท่าทันตนเองช่วยในการเสริมสร้างให้เกิดความเจริญส่วนบุคคล และการบรรลุสัจจการแห่งตนมากกว่ากลุ่มจิตสัมพันธ์แบบไม่วางโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

แมกยาร์ (Magyar 1974 : 103 A) ที่ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบถึงกระบวนการและผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีจุดมุ่งหมายเฉพาะของการจัดประสบการณ์กลุ่มกับกลุ่มที่ไม่มีจุดมุ่งหมายเฉพาะเพื่อที่จะทราบถึงผลของการมีประสบการณ์กลุ่มของผู้นำกลุ่มต่อกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวัดกระบวนการที่เปลี่ยนแปลงไปของกลุ่มคือแบบวัดฮิม - จี (HIM - G : The Hill Interaction Matrix-Form G) และเครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลของการเปลี่ยนแปลง คือ ฮิม - บี (HIM - B : The Hill Interaction Matrix - Form B) กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 และ 2 ของมหาวิทยาลัยนอร์ทดาโคตา (The University of North Dakota) ที่เรียนวิชาจิตวิทยามนุษยนิยม จำนวน 36 คน ที่อาสาสมัครเข้ากลุ่ม โดยจะแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 4 กลุ่ม โดยวิธีการสุ่ม ผู้นำกลุ่มที่มีประสบการณ์ในการนำกลุ่ม 1 คน จะเป็นผู้นำกลุ่ม 2 กลุ่ม ด้วยกันคือ กลุ่มที่มีจุดมุ่งหมายเฉพาะของการเข้ากลุ่ม และกลุ่มที่ไม่มีจุดมุ่งหมายเฉพาะของการเข้ากลุ่ม และผู้นำกลุ่มที่ไม่มีประสบการณ์ในการนำกลุ่ม 1 คน จะเป็นผู้นำกลุ่ม 2 กลุ่มด้วยกันเช่นเดียวกับผู้นำกลุ่มที่มีประสบการณ์ ระยะเวลาที่ใช้ในการเข้ากลุ่ม

8 ครั้ง ๆ ละ 2 ชั่วโมงภายในเวลา 4 สัปดาห์ แต่ละครั้งของการเข้ากลุ่มขึ้นอยู่กับความพร้อมของสมาชิกที่จะมาเข้ากลุ่มได้ การเข้ากลุ่มจะถูกบันทึกภาพไว้ทั้งหมดและจะถูกประเมินโดยผู้ได้ผ่านการอบรมการใช้แบบวัดฮิม-ส และฮิม-บี จำนวน 8 คน ผลของการวิจัยครั้งนี้พบว่า กลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีจุดมุ่งหมายเฉพาะของการเข้ากลุ่มจะช่วยเพิ่มพูนให้กลุ่มมีรูปแบบที่เป็นกลุ่มจิตรักษามากขึ้น กลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีจุดมุ่งหมายเฉพาะของการเข้ากลุ่มจะช่วยให้สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์กันมากขึ้น มีการพูดแสดงความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกภายในกลุ่มมากขึ้นและกล้าที่จะเสี่ยงเข้าร่วมสนทนามากขึ้น ส่วนกลุ่มจิตสัมพันธ์ที่ไม่มีจุดมุ่งหมายโดยเฉพาะของการเข้ากลุ่มนั้นพบว่า เมื่อใดที่กลุ่มเริ่มจะพูดถึงปฏิสัมพันธ์กันของสมาชิกภายในกลุ่ม สมาชิกจะไม่เป็นตัวของตัวเอง จะไม่กล้าพูดและปัดความรับผิดชอบไปให้ผู้นำกลุ่มเป็นคนพูดทันที นอกจากนี้การวิจัยครั้งนี้ยังพบว่าสมาชิกในกลุ่มที่ผู้นำกลุ่มมีประสบการณ์ในการนำกลุ่มจะมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกันมากและเวลาส่วนใหญ่ของการเข้ากลุ่มจะใช้ไปในทางจิตรักษาและการให้สมาชิกเป็นศูนย์กลาง (member - centered) โดยกล่าวได้ว่าผู้นำกลุ่มที่มีประสบการณ์ในการนำกลุ่มจะมีผลช่วยให้บรรลุจุดมุ่งหมายของกลุ่ม และกลุ่มดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพมากกว่าผู้นำกลุ่มที่ไม่มีประสบการณ์ในการนำกลุ่ม

เลอร์พาช์ (Le rage 1975 : 5027 A) ได้ศึกษาเปรียบเทียบลักษณะของการมีปฏิสัมพันธ์และการเปลี่ยนแปลงในระดับสัมฤทธิการแห่งตนต่างกัน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยวิสคอนซินลาครอส (The University of Wisconsin-Lacrosse) ที่อาสาสมัครเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์และได้ผ่านการคัดเลือกโดยใช้แบบวัดพีโอไอ (POI : The Personal Orientation Inventory) กลุ่มตัวอย่างจะแบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง 3 กลุ่ม คือ กลุ่มสัมฤทธิการแห่งตนระดับต่ำ 10 คน กลุ่มสัมฤทธิการแห่งตนระดับกลาง (ระดับสูง + ระดับต่ำ) 11 คน และกลุ่มสัมฤทธิการแห่งตนระดับสูง 9 คน โดยใช้ระดับคะแนนในด้านไทม์เรโช (The Time Ratio Scale) ของแบบวัดพีโอไอเป็นตัวพิจารณาตัดสิน กลุ่มตัวอย่างที่เหลือจะเป็นกลุ่มควบคุม ซึ่งทั้ง 4 กลุ่มนี้มีการจัดให้มีทั้งชายและหญิงในจำนวนที่ใกล้เคียงกัน การนำกลุ่มจิตสัมพันธ์จะเป็นการนำแบบสโตลเลอร์ (Stoller's Model) ระยะเวลาที่ใช้ในการเข้ากลุ่ม

ประมาณ 6-15 ชั่วโมงติดต่อกันในสัปดาห์ ผู้นำกลุ่มจะพยายามส่งเสริมให้สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์และกล้าที่จะเปิดเผยตนเองโดยใช้ตัวเองเป็นตัวแบบ สำหรับขั้นพัฒนาการของกระบวนการกลุ่มจิตสัมพันธ์จะแบ่งออกเป็น 3 ระยะคือ 1) ระยะเริ่มแรกของความคับข้องและเป็นไปตามกฎเกณฑ์ของสังคม (The initial stage of Milling and Socializing) 2) ระยะของการมีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม (the intensive group interaction stage : Work) และระยะสุดท้ายของกลุ่ม (the ending stage : closure) ในแต่ละระยะจะแบ่งลักษณะของการมีปฏิสัมพันธ์ออกเป็นพฤติกรรมทางวาจาและพฤติกรรมทางภาษาท่าทาง 11 แบบ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดจีพีแอล (GPL : The Group Process Log)ที่ใช้ในการประเมินลักษณะของการมีปฏิสัมพันธ์ ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเองโดยให้ผู้ที่ได้ผ่านการอบรมการใช้แบบวัดนี้ 6 คน เป็นผู้ประเมินและแบบวัดพีโอไอ (POI : The Personal Orientation Inventory) ที่ใช้ในการวัดระดับการเปลี่ยนแปลงสัจจการแห่งตนโดยให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดทำแบบวัดก่อนการเข้าประสบการณ์กลุ่มและหลังจากเสร็จสิ้นการเข้ากลุ่มอีกครั้ง การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การทดสอบค่าที (t-test) ผลการวิจัยพบว่า ลักษณะการปฏิสัมพันธ์ในแต่ละลำดับขั้น พัฒนาการกระบวนการกลุ่มภายในกลุ่มจิตสัมพันธ์แบบมาราธอนมีความแตกต่างกัน และในลำดับขั้นพัฒนาการกระบวนการกลุ่มขั้นเดียวกันของกลุ่มจิตสัมพันธ์แบบมาราธอนที่มีสัจจการแห่งตนต่างกันมีลักษณะการปฏิสัมพันธ์แตกต่างกันด้วย กลุ่มจิตสัมพันธ์ที่มีสัจจการแห่งตนระดับกลางมีการเพิ่มระดับสัจจการแห่งตนสูงกว่าทุก ๆ กลุ่ม และยังพบว่า การเปิดเผยตนเอง (self-disclosure) และการเผชิญหน้า (confronting behavior) ของกลุ่มจิตสัมพันธ์มีค่าสหสัมพันธ์สูงกับการเปลี่ยนแปลงระดับสัจจการแห่งตนด้วย

นัลล์ และวัตกินส์ (Noll & Watkins 1974 : 206-209) ได้ศึกษาเปรียบเทียบระดับสัจจการแห่งตนของกลุ่มที่ต้องการเข้าร่วมประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์กับกลุ่มที่ไม่ต้องการเข้าร่วมประสบการณ์กลุ่ม กลุ่มตัวอย่างได้แก่ นักศึกษามหาวิทยาลัยเซาท์ดาโกต้า (The University of South Dakota) โดยแบ่งเป็นกลุ่มนักศึกษาที่อาสาสมัครต้องการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์เป็นกลุ่มนักศึกษาชาย 39 คน กลุ่มนักศึกษาหญิง

40 คน และกลุ่มที่ปฏิเสธคำชักชวนการเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์เป็นกลุ่มนักศึกษาชาย 40 คน กลุ่มนักศึกษาหญิง 44 คน เครื่องมือที่ใช้คือแบบวัดพีโอไอของชอร์สตอรัม (POI : Shostrom's Personal Orientation Inventory) การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนพบว่า กลุ่มนักศึกษาหญิงที่ต้องการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์มีระดับสัจจการแห่งตนเพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มอื่น ๆ อย่างมีนัยสำคัญ ในปีต่อมา วัตกินส์ นัลล์ และบรีด (Watkins, Noll and Breed 1975 : 272-281) ก็ได้ทำการศึกษาผลของการเปลี่ยนแปลงสัจจการแห่งตนภายหลังการเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์อีกครั้งหนึ่ง โดยได้แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 กลุ่ม ๆ แรกจัดให้มีประสบการณ์กลุ่ม 20 ชั่วโมงติดต่อกัน จำนวนกลุ่มตัวอย่างมี 15 คน กลุ่มที่สองจัดให้มีประสบการณ์กลุ่ม 12 ชั่วโมง จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 11 คน และกลุ่มสุดท้ายจัดให้มีประสบการณ์กลุ่ม 4 ชั่วโมง จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 13 คน โดยผู้วิจัยจะให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดทำแบบวัดพีโอไอ (POI : Personal Orientation Inventory) ซึ่งเป็นแบบวัดการบรรลุสัจจการแห่งตนของชอร์สตอรัม (Shostrom) โดยวัดก่อนและหลังการเข้าประสบการณ์กลุ่ม ผลการวิจัยปรากฏว่า กลุ่มตัวอย่างเมื่อเข้าประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์แล้วจะมีสัจจการแห่งตนในระดับสูงกว่าก่อนเข้าประสบการณ์กลุ่ม

โอเวนส์ (Owens 1973 : 5498 A - 5499 A) ได้ศึกษาผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์และกลุ่มมาราธอนต่อการบรรลุสัจจการแห่งตน กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยนักศึกษาปริญญาโท 28 คน โดยกลุ่มตัวอย่าง 15 คน จะเข้าประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์ และอีก 13 คน จะเข้าประสบการณ์กลุ่มมาราธอน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดพีโอไอ (POI : Personal Orientation Inventory) ผู้วิจัยจะให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดพีโอไอก่อนการทดลอง (pretest) หลังการทดลองทันที (posttest) และหลังการทดลอง 1 เดือน ผลการวิจัยปรากฏว่าทั้งกลุ่มจิตสัมพันธ์และกลุ่มมาราธอนเอื้ออำนวยให้กลุ่มตัวอย่างบรรลุสัจจการแห่งตน และมีความคล้อยคล้องกันในระดับสูง และผลยังคงอยู่ในช่วระยะหนึ่งเดือน

โอเมอร์ (Omer 1974 : 3431 A) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของกลุ่มมาราธอนและกลุ่มจิตสัมพันธ์ต่อความเจริญส่วนบุคคลในนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย กลุ่ม

ตัวอย่างเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยวอชิงตัน (Washington State University) ที่ลงทะเบียนเรียนภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 1972 จำนวน 29 คน โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มมาราธอน กลุ่มจิตสัมพันธ์ และกลุ่มควบคุม กลุ่มมาราธอนจะใช้เวลาในการเข้ากลุ่มในวันหยุดสุดสัปดาห์ กลุ่มจิตสัมพันธ์ใช้เวลาในการเข้ากลุ่ม 6 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 90 นาที ระยะเวลาทั้งหมดที่ใช้ในการเข้ากลุ่มแต่ละกลุ่มเท่ากันคือ 22 ชั่วโมง ส่วนกลุ่มควบคุมจะไม่ได้เข้าร่วมประสบการณ์กลุ่ม ผู้นำกลุ่มเป็นนักจิตวิทยาประจำศูนย์การให้คำปรึกษาของมหาวิทยาลัยจำนวน 2 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดพีโอไอ (POI : The Personal Orientation Inventory) และแบบวัดซีพีไอ (CPI : The California Psychological Inventory) การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การทดสอบค่าที (t-test) พบว่า กลุ่มจิตสัมพันธ์มีความเจริญส่วนบุคคลสูงกว่ากลุ่มมาราธอน และกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 ส่วนกลุ่มมาราธอนไม่มีผลต่อความเจริญส่วนบุคคล ในการวิจัยครั้งนี้พบว่า แบบวัดซีพีไอ ไม่มีความไวพอที่จะใช้ในการวัดการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น และยังพบว่าผู้นำกลุ่มมีส่วนทำให้กลุ่มเกิดการเปลี่ยนแปลงมากกว่าระยะเวลาที่ใช้ในการเข้ากลุ่ม

ไวบลัด (Wildblood 1972 : 143 A) ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มจิตสัมพันธ์กับการรายงานถึงอัตมโนทัศน์ของนักศึกษาหญิง 70 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดทีเอสซีเอส (TSCS : Tennese Self Concept Scale) แบบวัดเอสเอเอส (SAS : Self Appraisal Scale) และแบบวัดเอสดีเอส (SDS : The Semantic Differential Scale) โดยผู้วิจัยได้แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่มคือ กลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลอง กลุ่มทดลองจะเข้าประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์ ส่วนกลุ่มควบคุมเข้าโปรแกรมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลขั้นพื้นฐาน ผู้วิจัยจะให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดทีเอสซีเอสก่อนและหลังการเข้ากลุ่ม และให้บุคคลอื่นประเมินกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการเข้ากลุ่มโดยใช้แบบวัดเอสเอเอสและแบบวัดเอสดีเอส ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองมีการเพิ่มระดับของคะแนนอัตมโนทัศน์ การยอมรับตนเอง และบุคลิกภาพแห่งตน ซึ่งสอดคล้องกับการประเมินโดยคนอื่น

มานิดา กรียาผล (มานิดา กรียาผล 2524 : หน้า ง) ได้ศึกษาผลของกลุ่มจิตสัมพันธ์ต่ออัตมโนทัศน์ของนักเรียนที่มีความพิการทางกายในโรงเรียนศรีสังวาลย์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นนักเรียนที่พิการทางกาย 16 คน ซึ่งศึกษาอยู่ในชั้นมัธยม 1-2 ในโรงเรียนศรีสังวาลย์ ผู้วิจัยได้แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม แต่ละกลุ่มประกอบด้วยสมาชิกจำนวน 8 คน ระยะเวลาในการเข้ากลุ่ม 8 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง 30 นาที เครื่องมือในการวิจัยคือ แบบวัดอัตมโนทัศน์เทนเนสซี่ และแบบวัดการยอมรับความพิการ กลุ่มทดลองจะได้รับประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์ ส่วนกลุ่มควบคุมจะไม่ได้รับประสบการณ์กลุ่ม ผู้วิจัยได้ให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดอัตมโนทัศน์เทนเนสซี่และแบบวัดการยอมรับความพิการทางกายก่อนและหลังเข้ากลุ่ม ผลการศึกษาพบว่า ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญระหว่างคะแนนที่เพิ่มขึ้นของทั้ง 2 กลุ่ม ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

วิทิตา อัจฉริยะเสถียร (วิทิตา อัจฉริยะเสถียร 2522 : หน้า ง) ได้ศึกษาผลของการเข้าร่วมกลุ่มพัฒนาตนแบบมาราธอนที่มีต่อการพัฒนา "ตน" หลังการเข้ากลุ่มทันทีและเว้นระยะ 1 เดือน กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตปริญญาตรี คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2522 จำนวน 9 คน ที่อาสาสมัครเข้าร่วมในการวิจัย กลุ่มตัวอย่างจะเข้าประชุมกลุ่มตั้งแต่เย็นวันศุกร์ไปจนถึงบ่ายวันอาทิตย์ รวมเวลาในการประชุมกลุ่ม 19 ชั่วโมง โดยมีผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบทดสอบวัดลักษณะตน มีลักษณะเป็นแบบทดสอบคู่ขนาน ชุด ก สำหรับวัดก่อนการเข้าร่วมกลุ่ม และชุด ข สำหรับวัดหลังจากการเข้าร่วมกลุ่มทันทีกับหลังจากการเว้นระยะ 1 เดือน การวิเคราะห์ข้อมูลใช้วิธีการทดสอบค่าที (t-test) ผลการวิจัยพบว่า ลักษณะตนครั้งทดสอบก่อนการเข้ากลุ่มและครั้งทดสอบหลังการเข้ากลุ่ม มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ลักษณะตนครั้งทดสอบทันที หลังจากเข้ากลุ่ม และครั้งทดสอบหลังการเว้นระยะ 1 เดือน ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ความแตกต่างระหว่างลักษณะ "ตน" ครั้งทดสอบก่อนการเข้ากลุ่มกับครั้งทดสอบทันทีหลังการเข้ากลุ่ม ไม่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญกับคะแนนความแตกต่างระหว่างลักษณะตนครั้งทดสอบก่อนการเข้าร่วมกลุ่ม กับครั้งทดสอบหลังจากการเว้นระยะ 1 เดือน

สุปราณี วัลสันตชาติ (สุปราณี วัลสันตชาติ 2524 หน้า ง) ได้ศึกษาผลของประสบการณ์กลุ่มความเจริญส่วนบุคคลที่มีต่อสัจจการแห่งตนตามการรับรู้ของผู้รับการฝึก กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตระดับปริญญาตรีที่อาสาสมัครเข้าร่วมในการวิจัย จากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ซึ่งมีอายุระหว่าง 18-23 ปี จำนวน 18 คน กลุ่มตัวอย่างแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 9 คน กลุ่มทดลองได้รับประสบการณ์กลุ่มความเจริญส่วนบุคคลตั้งแต่เข้าวันสุกร์ถึงเที่ยงวันอาทิตย์ รวมเวลาในการประชุมกลุ่ม 19 ชั่วโมง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดลักษณะสัจจการแห่งตน ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเองสำหรับใช้ในการทดสอบก่อนการทดลอง และทดสอบหลังการทดลอง การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การทดสอบค่าที (t-test) ทดสอบความแตกต่างของคะแนนที่เพิ่มขึ้นในครั้งทดสอบก่อนการทดลอง และครั้งทดสอบหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผลการวิจัยปรากฏว่า ประสบการณ์กลุ่มความเจริญส่วนบุคคลมีผลต่อการเพิ่มสัจจการแห่งตนตามการรับรู้ของผู้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

<u>วัตถุประสงค์ของการวิจัย</u>

เพื่อศึกษาผลของการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์ต่อความเจริญส่วนบุคคล

<u>สมมติฐานของการวิจัย</u>

กลุ่มทดลองที่ได้เข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์จะมีความเจริญส่วนบุคคลสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์

<u>ขอบเขตของการวิจัย</u>

1. <u>กลุ่มตัวอย่างประชากร</u> คือนิสิตปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2526 ที่อาสาสมัครเข้าร่วมในการวิจัย จำนวน 26 คน

2. <u>ตัวแปร</u> (Variables) ในการวิจัยนี้คือ

2.1 ตัวแปรต้น (Independent Variable) คือ การเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์

i 18329962

2.2 ตัวแปรตาม (Dependent Variable)คือคะแนนจากแบบวัดความเจริญส่วนบุคคล

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 แบบวัดความเจริญส่วนบุคคล ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นครอบคลุมลักษณะของบุคคลที่มีความเจริญส่วนบุคคล จากการศึกษาแนวคิดของคาร์ล อาร์ โรเจอร์ส (Carl R. Rogers) และเฟรดเดอริค เอส เพิร์ล (Federick S. Perls) ชึ่งชุทซ์ (Schultz) ได้รวบรวมเสนอไว้ในหนังสือ Growth Psychology : Models of the Healthy Personality (Schultz 1977 : 24-38, 121-142) ลักษณะของความเจริญส่วนบุคคลจะประกอบด้วยดังนี้คือ 1) รับรู้ความเป็นจริงของตนเอง 2) มีความกล้าที่จะเปิดเผยตนเองอย่างแท้จริง 3) มีชีวิตอยู่ในปัจจุบันขณะ 4) มีความมั่นคงในจิตใจ 5) มีความเป็นตัวของตัวเอง 6) รับรู้สิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง 7) มองชีวิตอย่างมีคุณค่าและมีความหมาย 8) ยอมรับและเข้าใจผู้อื่นอย่างแท้จริง

3.2 แบบสอบถามประเมินผลการเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์ของสมาชิกในกลุ่ม

4. เวลา

ระยะเวลาที่ใช้ในการจัดประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์นี้รวมเวลาทั้งหมดเป็นเวลา 3 วัน 2 คืน โดยเวลาที่ใช้ในการเข้ากลุ่มจิตสัมพันธ์เริ่มตั้งแต่บ่ายวันศุกร์จนถึงเช้าวันอาทิตย์ รวม 23 ชั่วโมง

5. สถานที่

สถานที่ที่ใช้ในการเข้ากลุ่มคือ บ้านพักมิชชั่นนารี อ.ชะอำ จ.เพชรบุรี

ความจำกัดของการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ ศึกษาเฉพาะนิสิตปริญญาตรีที่สนใจอาสาสมัครเข้าร่วมกลุ่ม

คำจำกัดความในการวิจัย

กลุ่มจิตสัมพันธ์ หมายถึง กลุ่มซึ่งประกอบด้วยสมาชิกจำนวน 13 คน โดยมีจุดมุ่งหมายในการเข้ากลุ่มเพื่อเพิ่มความเจริญส่วนบุคคลมากขึ้น แนวทางของกลุ่มมีลักษณะเป็นทั้ง Leader - guided และ Group Centered ขึ้นอยู่กับกระแสของกลุ่ม สมาชิกจะใช้เวลาในการเข้ากลุ่มต่อเนื่องกันเป็นเวลา 3 วัน 2 คืน เริ่มจากการทำกิจกรรมโดยมีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างสมาชิกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็น หลังจากนั้นจะเป็นการสรุปสิ่งที่ได้จากกลุ่มเพื่อให้เป็นไปตามจุดมุ่งหมาย

ความเจริญส่วนบุคคล หมายถึง การที่บุคคลมีศักดิ์ในการกำหนดแนวทางชีวิตของตนเอง เพื่อเพิ่มพูนการรู้เท่าทันตนเองว่า เขาคือใคร ต้องการอะไร ยอมรับและเข้าใจในตนเองอย่างถ่องแท้ บุคคลจะเป็นตัวของตัวเองอย่างแท้จริง และมีชีวิตที่มั่นคงในปัจจุบันขณะ และในขณะเดียวกันก็ยอมรับและเข้าใจผู้อื่นอย่างแท้จริง ในที่นี้ ได้แก่ คะแนนที่ได้จากแบบวัดความเจริญส่วนบุคคลที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาแนวคิดของโรเจอร์สและเพิร์ล

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. ทำให้ได้รู้ว่าการเข้าร่วมกลุ่มจิตสัมพันธ์มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงความเจริญส่วนบุคคลไปในทางใดบ้าง อย่างไร

2. ผลจากการวิจัยครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ต่อวงการต่าง ๆ ในการที่จะจัดประสบการณ์กลุ่มจิตสัมพันธ์ขึ้น เพื่อพัฒนาบุคลากรในวงการนั้น ๆ