

บทที่ 2

แนวความคิดและทฤษฎี

การศึกษาเกี่ยวกับเจตคติที่มีต่อมหาวิทยาลัย ได้มีแนวคิด ทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งภายในประเทศ และต่างประเทศ ที่นำมาเป็นแนวทางในการดำเนินการวิจัย ซึ่งผู้วิจัยได้รวบรวมไว้ดังต่อไปนี้คือ

1. แนวคิดเกี่ยวกับเจตคติ (Attitude)

1.1 ความหมาย

เจตคติเป็นสิ่งที่ เป็นนามธรรม หรือเรียกว่า เป็นพฤติกรรมเชิงภาวะสันนิษฐาน (Hypothetical Construct) เพราะไม่สามารถวัด หรือสังเกตได้จากการกระทำ หรือพฤติกรรมอื่นๆ ของบุคคลได้โดยตรง เจตคติเป็นนามธรรมที่ใช้เรียกกลุ่มของการกระทำ หรือพฤติกรรมหลายอย่าง นักจิตวิทยาได้นิยามเจตคติไว้ต่าง ๆ กัน คือ

เจตคติ คือ จิตลักษณะอย่างหนึ่งของบุคคล เป็นความโน้มเอียงที่มีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด รวมทั้งความเชื่อ ความรู้สึก และพฤติกรรมมุ่งกระทำต่อสิ่งนั้นไปในทางที่ชอบหรือไม่ชอบ (นวลละออ สุภาผล , 2534 อ้างอิงมาจาก Myers , 1983) ส่วน Rokeach (1970) ได้ให้ความหมายของเจตคติว่า เป็นการผสมผสานหรือการจัดระเบียบของความเชื่อที่มีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด ซึ่งผลรวมของความเชื่อนี้ จะเป็นตัวกำหนดแนวโน้มของบุคคลในการตอบสนองในลักษณะที่ชอบหรือไม่ชอบ Kendler (1974) ได้กล่าวถึงเจตคติไว้ว่า เจตคติเป็นความพร้อมของแต่ละบุคคลที่จะแสดงพฤติกรรมในทางที่จะสนับสนุน หรือต่อต้านประสบการณ์บางอย่างต่อบุคคล สถาบันหรือแนวคิดบางอย่าง ซึ่งการแสดงออกของเจตคติมีได้ 2 ลักษณะ คือ เจตคติทางบวก เป็นการแสดงออกในลักษณะพึงพอใจและเจตคติทางลบ เป็นการแสดงออกในลักษณะที่ไม่พึงพอใจ เชิดศักดิ์ โฆวาสินธุ์ (2522) ได้สรุปว่า เจตคติ หมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งต่าง ๆ อันเป็นผลเนื่องมาจากการเรียนรู้ ประสบการณ์ และเป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรม หรือแนวโน้มที่จะตอบสนองต่อสิ่งเร้า นั้น ๆ ไปในทางทิศใดทิศหนึ่ง อาจเป็นไปในทางสนับสนุนหรือคัดค้านก็ได้ ประสาร มาลากุล (2516) ได้สรุปเกี่ยวกับเจตคติไว้ว่า เจตคติ หมายถึง

ถึง ท่าทีและสภาพความพร้อมทั้งด้านความคิดและจิตใจของบุคคล ที่จะรับและสนองตอบต่อสิ่งเร้า และสภาพการณ์ต่าง ๆ ในทิศทางที่เป็นบวก ลบ หรือ เป็นกลาง

ความหมายของเจตคติจากหลาย ๆ ท่านข้างต้น ทำให้สรุปได้ว่า เจตคติ หรือ ภาวะความพร้อมทางความคิดและจิตใจของบุคคลที่จะตอบสนองต่อสิ่งเร้า หรือสภาพการณ์ต่าง ๆ ในทางสนับสนุน หรือต่อต้าน

1.2 ลักษณะของเจตคติ

นักจิตวิทยามีความเห็นว่ ลักษณะของเจตคติประกอบด้วย 3 ลักษณะ (ประสาร มาลากุล , 2516 ; Shaver 1991) คือ

ลักษณะที่ 1 เจตคติเกิดจากการเรียนรู้ และได้รับจากประสบการณ์ มิใช่มีติดตัวมาแต่กำเนิด

ลักษณะที่ 2 เจตคติประกอบด้วยองค์ประกอบ 3 อย่าง คือ

1. องค์ประกอบทางด้านความรู้ (Cognitive Component) หมายถึง การรับรู้ของบุคคลที่เกี่ยวกับวัตถุ หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ซึ่งได้แก่ ความรู้ ความคิดและความเชื่อ

2. องค์ประกอบทางอารมณ์ (Affective Component) เป็นความรู้สึกของจิตใจ และอารมณ์ของบุคคลที่มีต่อสิ่งเร้าที่เขารับรู้ อาจแสดงออกในลักษณะของความรู้สึกที่พึงพอใจ ไม่พึงพอใจ ชอบ หรือ ไม่ชอบ

3. องค์ประกอบทางด้านพฤติกรรมหรือการปฏิบัติ (Behavioral Component) คือ แนวโน้มหรือท่าทีที่จะเลือกตอบสนองในแง่ของ การยอมรับ ไม่ยอมรับ เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย เต็มใจทำ ไม่เต็มใจทำ

องค์ประกอบทั้งสามด้านมีความสอดคล้องกัน ถ้าองค์ประกอบด้านใดด้านหนึ่งเปลี่ยนแปลงไป เจตคติของบุคคลก็จะเปลี่ยนแปลงไปด้วย

ลักษณะที่ 3 เจตคติเป็นพฤติกรรมที่ซับซ้อน ซึ่งมีหลายมิติ คือ

1. มิติทางด้านทิศทาง (Direction) ซึ่งจะเป็นทางบวก ทางลบ หรือเป็นกลาง
2. มิติด้านระดับความเข้ม (Intensity) เช่น ชอบมาก ไม่ชอบบ้าง ไม่ชอบเล็กน้อย
3. มิติด้านขอบเขต (Extension) ซึ่งกว้างครอบคลุมมากหรือน้อย
4. มิติด้านระยะเวลาของการคงอยู่ (Duration)

1.3 การเปลี่ยนแปลงเจตคติ

เจตคติจะเกิดขึ้นได้ต่อเมื่อองค์ประกอบด้านความรู้ จิตอารมณ์ และพฤติกรรม มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และเมื่อเจตคติเป็นสภาวะของจิตใจที่ต้องเริ่มจากการที่บุคคลได้มีโอกาสรับรู้ประสบการณ์ เกิดความรู้ความคิดเกี่ยวกับสิ่งนั้นก่อน จึงมีกระบวนการประเมินค่าต่อประสบการณ์ที่ได้รับว่า มีความพอใจหรือไม่พอใจในระดับต่าง ๆ เก็บสะสมไว้ เป็นสภาพความตั้งใจ และความพร้อมของจิตใจในระดับหนึ่ง ต่อมาเมื่อมีสิ่งเร้าหรือสภาวะการณ์มากระตุ้นก็จะสะท้อนความรู้สึก นึกคิดและความตั้งใจนั้นเป็นพฤติกรรมที่แสดงออกมา ดังนั้นการเปลี่ยนแปลงเจตคติจะสามารถเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงองค์ประกอบด้านใดด้านหนึ่งของเจตคติ เช่น ถ้าประสบการณ์ของเจตคติด้านความรู้เปลี่ยนแปลง ก็มีแนวโน้มที่จะทำให้ประสบการณ์ด้านจิตอารมณ์ และประสบการณ์ด้านพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงด้วย

ในการที่จะเปลี่ยนแปลงเจตคติ หรือให้เกิดเจตคติใหม่สามารถกระทำได้หลายวิธี โดยไพบูลย์ อินทรวีชา (2517) ให้ความเห็นไว้ว่าเจตคติเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ โดยจัดสภาพการณ์ให้ใหม่ สร้างแรงจูงใจ หรือให้ข้อเท็จจริงที่ถูกต้องในเรื่องเหล่านั้นใหม่ด้วยเหตุผล ด้วยการกระทำ หรือการจัดสภาพแวดล้อมทางสังคม ให้ร่วมสัมพันธ์กับบุคคลที่มีเจตคติที่พึงปรารถนา

สำหรับ ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2526) ได้กล่าวว่า ในการที่จะเปลี่ยนแปลงเจตคติ หรือให้เกิดเจตคติใหม่ขึ้นในบุคคลหรือกลุ่มที่เราจะเข้าถึงนั้น จะต้องอาศัยระยะเวลา และกระบวนการหลายอย่าง ซึ่งแต่ละกระบวนการเปลี่ยนแปลงและสร้างให้เกิดเจตคตินั้นแตกต่างกัน เช่นการให้ข้อเท็จจริงจะช่วยสร้างเจตคติให้กับบุคคล ถ้าบุคคลนั้นยังไม่ค่อยเข้าใจรายละเอียดเกี่ยวกับสิ่งนั้น การสื่อข่าวสารชนิดที่ให้ข้อคิดเห็นทั้งสองด้าน (ด้านดี และไม่ดี) ก็จะช่วยทำให้

เกิดเจตคติที่ดีกว่า ให้ข้อคิดเห็นด้านเดียว ลักษณะของผู้ส่งข่าวสารก็มีอิทธิพลอย่างมากต่อการเกิดเจตคติ การอภิปรายกลุ่มก็เป็นวิธีหนึ่งที่จะช่วยเปลี่ยนเจตคติหรือสร้างเจตคติใหม่ได้

นอกจากนี้ ศิริชัย กาญจนวาสี และเยาวดี วิบูลย์ศรี (2524) กล่าวว่า เจตคติของบุคคลมีการเปลี่ยนหรือแปรผันได้ในระดับและทิศทางต่าง ๆ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความตื้นลึก ความเข้มของเจตคติและบุคลิกภาพของบุคคล ดังนั้นการปรับเปลี่ยนเจตคติจึงกระทำได้โดยใช้กระบวนการจริงใจ หลักการแห่งเหตุผล เทคนิคและทฤษฎีอื่นที่เหมาะสม การได้รับประสบการณ์ตรงและผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง

2. แนวคิดเกี่ยวกับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวทรอดเซอร์ (Trotzer)

2.1 ความหมาย

“การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม” นี้ มีนักจิตวิทยามากมายได้ให้ความหมายไว้ ในที่นี้จะขอกำหนดโดยสรุปว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม เป็นกระบวนการที่นักจิตวิทยาการปรึกษาจัดขึ้น เพื่อเอื้ออำนวยให้บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป ซึ่งกำลังเผชิญปัญหาหรือความกดดันภายในจิตใจได้เรียนรู้และเข้าใจปัญหาของเขาชัดเจนขึ้น โดยสมาชิกจะเรียนรู้จากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ซึ่งกันและกันภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น ปลอดภัย ไร้กังวลและเต็มไปด้วยการยอมรับประสบการณ์ที่สมาชิกได้จากกลุ่มจะทำให้สมาชิกรู้จักตนเอง พัฒนาตนเอง มีเจตคติที่ดีต่อตนเอง และผู้อื่น มีจิตใจที่เปิดกว้างสามารถรับรู้ประสบการณ์ต่าง ๆ ตามความเป็นจริง สิ่งเหล่านี้ทำให้บุคคลนั้นมีสุขภาพจิตที่ดี และเป็นบุคคลที่มีประสิทธิภาพสมบูรณ์ (ชูชัย สมितिไกร, 2527 ; ไสริช โพธิแก้ว, 2525 ; Trotzer, 1977)

2.2 ทฤษฎีพื้นฐาน

ทรอดเซอร์ (Trotzer, 1977) เชื่อว่า การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม จะช่วยพัฒนาให้สมาชิกมีสุขภาพจิตที่ดี เพิ่มพูนความรู้สึกรู้จักตนเอง เพื่อนำไปสู่สัจจะภาวะแห่งตน (Self-Actualization) โดยผ่านกระบวนการกลุ่มที่มีกรอบความคิด จากทฤษฎีความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ (Basic Human Need) ของ มาสโลว์ (Maslow) และ

แนวคิดของลูฟท์ และอินแฮม (Luft and Ingham) หรือที่เรียกว่า หน้าต่างโจฮารี (Johari Window) ดังมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

2.2.1 ทฤษฎีความต้องการพื้นฐานของมนุษย์

มาสโลว์ (Maslow, 1970) ได้กล่าวถึง ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ซึ่งเป็นไปตามลำดับขั้นจากขั้นต่ำไปสู่ขั้นสูง เริ่มจากความต้องการทางด้านร่างกาย ความปลอดภัย ความรัก ความนับถือ และการบรรลุศักยภาพแห่งตน การที่จะสนองตอบความต้องการพื้นฐานเหล่านี้ให้เกิดก็ด้วยการที่บุคคลมีอิสระในวิถีชีวิตของตน ถ้าปราศจากความเป็นอิสระ การตอบสนองความต้องการพื้นฐานก็คงเป็นไปไม่ได้ มาสโลว์ ได้กล่าวถึงความต้องการพื้นฐานไว้ 5 ประการ (Trotzer, 1977) ดังนี้

1. ความต้องการทางด้านร่างกาย (Physical Needs)

ความต้องการทางด้านร่างกาย เป็นความต้องการพื้นฐานทางด้านสรีระ เช่น อาหาร เสื้อผ้า ที่อยู่อาศัย เป็นต้น ความต้องการด้านนี้เป็นสิ่งที่จำเป็นต้องมีในกรณีที่ความต้องการด้านนี้ขาดไปจะมีผลต่อการเรียนรู้และกระบวนการพัฒนาตนเอง

ประสิทธิภาพของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับความพร้อมของสมาชิกกลุ่มในการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกัน ถ้าสมาชิกกลุ่มขาดความต้องการทางด้านร่างกายก็จะเป็นอุปสรรค ฉะนั้นผู้นำกลุ่มจะต้องรับรู้ความรู้สึกที่สังเกตเห็นได้และความรู้สึกที่สมาชิกซ่อนไว้ หรือเมื่อสมาชิกมีพฤติกรรมที่ผิดปกติไป ผู้นำกลุ่มจะต้องช่วยให้สมาชิกมีความพร้อมทางด้านร่างกาย โดยอาจจะใช้กิจกรรมมาช่วย

2. ความต้องการความปลอดภัย (Safety Needs)

ความต้องการความปลอดภัย เป็นพื้นฐานของคนทุกคน ความรู้สึกไม่ปลอดภัยนี้เกิดขึ้นจากการกลัวในสิ่งที่ไม่รู้ เมื่อบุคคลขาดการพิจารณาอย่างชัดเจนก็จะทำให้บุคคลนั้นขาดความเชื่อมั่น และมีความกังวลเกิดขึ้น ซึ่งจะเป็นการเร่งให้บุคคลเกิดการปกป้องตนเอง โดยใช้กลไกทางจิต ความต้องการด้านนี้สัมพันธ์กับความเชื่อใจไว้วางใจ

ความสามารถในการตระหนักรู้ และประสบการณ์ของแต่ละคนความต้องการปลอดภัย แบ่งออกเป็น 5 ทาง คือ

1. ความต้องการความปลอดภัยด้านร่างกาย

(Physical Security) โดยทั่วไปคนจะป้องกันตัวของเขาเองจากอันตรายทางร่างกาย ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม จึงต้องเลือกลักษณะที่ตั้งของกลุ่มที่ไม่ทำให้สมาชิกรู้สึกไม่ปลอดภัย หรือเป็นอันตรายต่อร่างกาย รวมทั้งอันตรายอันเกิดจากการทำกิจกรรมกลุ่ม

2. ความต้องการความปลอดภัยทางวัตถุ (Material

Security) เป็นความต้องการความปลอดภัยในสภาพทางด้านการเงิน สวัสดิการ เป็นต้น กลุ่มสามารถช่วยแต่ละคนในการพัฒนาและมีความเข้าใจในค่านิยมของเขากับการยอมรับในวัตถุต่าง ๆ ช่วยเหลือให้สมาชิกรู้จักพัฒนาการเรียนรู้อัตนเอง ในด้านการศึกษาและการวางแผนอาชีพ ซึ่งจะเป็นการช่วยเหลือในการได้มาซึ่งวัตถุอย่างปลอดภัย

3. ความต้องการความเชื่อมั่นในตนเอง (The Need

for Self Confidence) เป็นการมีความไว้วางใจต่อตนเอง ในกรณีที่ขาดความเชื่อมั่นบุคคลก็จะหลีกเลี่ยงหรือต่อต้านสถานการณ์นั้น ฉะนั้นเพียงบุคคลมีความพอใจในงานของตนที่สำเร็จจะเป็นพื้นฐานของความเชื่อมั่นในตนเอง ดังนั้นในการทำกลุ่มจะต้องสร้างบรรยากาศที่คนรู้สึกมั่นคง และช่วยส่งเสริมได้สมาชิกพัฒนาความสามารถจากตัวเขาได้

4. ความต้องการไว้วางใจผู้อื่น (The Needs to

Trust Others) คือ การที่บุคคลมีความไว้วางใจผู้อื่นจากการมีความสัมพันธ์กัน ทำให้บุคคลพร้อมที่จะแก้ไขพัฒนาตนเอง การไว้วางใจผู้อื่นจะเป็นสิ่งที่ช่วยสร้างให้สมาชิกเปิดเผยตนเองและแลกเปลี่ยนประสบการณ์

5. ความต้องการได้รับความไว้วางใจจากผู้อื่น (The

Need to Be Trusted by Others) คือ ความต้องการจะได้รับการใส่ใจ ไว้วางใจ และนับถือจากผู้อื่น ในการบริการเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มสมาชิกต้องการมีความไว้วางใจ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ต้องการการใส่ใจ การให้การสนับสนุนช่วยเหลือ การให้ข้อมูลย้อนกลับอันนำมาซึ่งความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคล

3. ความต้องการความรักและมีส่วนร่วม (Love and Belonging Needs) ความต้องการที่จะมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น โดยคนทุกคนที่มีความรักเป็นทั้งผู้ให้และผู้รับในเวลาเดียวกัน เมื่อบุคคลได้รับความรักจากบุคคลอื่น นั้นหมายถึงการได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น ความรู้สึกมีส่วนร่วมก็จะตามมา การยอมรับนี้ เป็นการยอมรับที่บุคคลอื่นมีต่อบุคคลนั้น ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่าบุคคลอื่นมีส่วนส่งเสริมให้สมาชิกเกิดการยอมรับตนเอง และบุคคลอื่น ดังนั้นบรรยากาศในกลุ่มจะต้องสร้างให้สมาชิกรู้สึกการยอมรับและมีอิสระ การได้รับการยอมรับจากกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกสามารถเผชิญกับปัญหาหรือการแก้ไขเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้

4. ความต้องการความรู้สึกที่มีคุณค่าต่อตนเองและผู้อื่น (Esteem Needs) ความต้องการความรู้สึกที่มีคุณค่าต่อตนเองและผู้อื่น เป็นความรู้สึกที่เกิดจากความสัมพันธ์กับผู้อื่นและการมองตนเอง เป็นการยอมรับที่มาจากภายในตนเอง ไม่ใช่สิ่งภายนอก เช่น ตำแหน่งหน้าที่ เงิน หรือสิ่งของต่าง ๆ เป็นการยอมรับที่เกิดจากความสำเร็จในงาน การรับผิดชอบต่องาน และได้รับการยอมรับทั้งตนเองและผู้อื่น ในทางตรงกันข้ามถ้าบุคคลรับรู้ว่าคุณค่าตนเองไม่มีคุณค่า และคิดว่าผู้อื่นก็มองเช่นนั้นด้วย ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกต่ำต้อยและรู้สึกแตกแยกจากกลุ่ม ดังนั้นในกลุ่มจึงควรสร้างบรรยากาศให้เกิดทัศนคติดี การยอมรับในคุณค่าซึ่งกันและกันของสมาชิก การให้กำลังใจในการช่วยเหลือคนอื่น จัดประสบการณ์ให้สมาชิกได้รับผิดชอบในตนเอง และส่งเสริมให้สมาชิกช่วยตนเองแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง โดยที่กลุ่มจะเอื้ออำนวยและยอมรับสมาชิก

5. ความต้องการบรรลุศักยภาพแห่งตน (Self-Actualization Needs) ความต้องการในการบรรลุศักยภาพแห่งตน เป็นการพัฒนาศักยภาพที่แท้จริงที่มีอยู่ในตนเอง บุคคลจะประสบความสำเร็จในตนเองเมื่อเขาได้พัฒนาไปสู่ศักยภาพที่แท้จริงของเขาเป็นการมีชีวิตอยู่โดยตระหนักถึงศักยภาพของตน และพร้อมที่จะพัฒนาเปลี่ยนแปลงตนเอง

ดังนั้นการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม จึงเป็นกลุ่มที่จะช่วยให้สมาชิกได้ใช้ศักยภาพของตนอย่างเต็มที่ สามารถจะเผชิญกับปัญหาและแก้ไขปัญหาโดยปราศจากอารมณ์ และพัฒนาตนเองในด้านการมีชีวิตอยู่โดยตระหนักถึงศักยภาพของตน และพร้อมที่จะพัฒนาเปลี่ยนแปลงตนเอง

2.2.2 แนวคิดหน้าต่างโจฮารี (The Johari Window)

แนวคิดหน้าต่างโจฮารี ของลูฟท์และอินแฮม เป็นรูปแบบการแสดงความสัมพันธ์ของบุคคลโดยมีลักษณะแนวการพิจารณา 2 แนว คือ การมองตนเองอยู่แนวนอนและการมองผู้อื่นอยู่แนวตั้ง และมีการเพิ่มเติมในเรื่องของการรู้ และไม่รู้อีก 2 ประการ จะได้ความสัมพันธ์ตามแบบหน้าต่างโจฮารี 4 ข้อดังรูป

	ตัวเองรู้	ตัวเองไม่รู้
ผู้อื่นรู้	1. การเปิดเผย (Open)	3. จุดบอด (Blind)
ผู้อื่นไม่รู้	2. การซ่อนเร้น (Hidden)	4. การไม่รู้ (Unknown)

ความหมายของรูปหน้าต่างมีดังนี้

ช่องที่ 1 การเปิดเผย (Open) เป็นส่วนที่ข้อมูลด้านพฤติกรรมและความรู้สึกของตัวเราที่ตัวเองรู้และผู้อื่นรู้ด้วย ความสัมพันธ์ส่วนนี้จะขยายเพิ่มขึ้นเมื่อได้มีการแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน (Sharing)

ช่องที่ 2 การซ่อนเร้น (Hidden) เป็นส่วนที่ข้อมูลด้านพฤติกรรมและความรู้สึกของตัวเราที่ตัวเองรู้และผู้อื่นไม่รู้ ส่วนที่ซ่อนเร้นนี้จะทำให้ลดลงได้ด้วยวิธีการการแลกเปลี่ยนข้อมูลเกี่ยวกับตัวเราให้ผู้อื่นได้รับรู้ ซึ่งเป็นการเปิดเผยตนเอง (Self Disclosure)

ช่องที่ 3 จุดบอด (Blind) เป็นส่วนที่ข้อมูลทางด้านพฤติกรรมความรู้สึกของเรา ทั้งที่ตัวเองไม่รู้ และผู้อื่นก็ไม่รู้ด้วย ส่วนนี้จะทำให้ลดลงโดยการพัฒนาศักยภาพอย่างเต็มที่ จากความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลไปสู่การเปิดเผยตนเองโดยผ่านส่วนการซ่อนเร้น และจุดบอด

หลักการเปลี่ยนแปลงตามแนวคิดหน้าต่างใจฮารี นั่นคือ เมื่อมีการเปลี่ยนแปลง ในช่องใดช่องหนึ่งจะมีผลกระทบต่อช่องอื่น ๆ นั่นคือ เมื่อหน้าต่างช่องที่ 2 และ 3 ลดลง ย่อมมีส่วนไปเพิ่มหน้าต่างช่องที่ 1 แต่การที่จะเปลี่ยนแปลงหน้าต่างช่องที่ 2 และ 3 นั้น ต้องอาศัยหลักการเปิดเผยตนเองและการให้ข้อมูลย้อนกลับ ซึ่งรายละเอียดทั้งสองหลักการนี้ ได้นำเสนอดังนี้

1. การเปิดเผยตนเอง (Self-Disclosure)

การเปิดเผยตนเองเป็นการเปิดเผยถึงสิ่งที่ปรากฏภายนอกและสิ่งที่อยู่ภายในของบุคคล ขณะเดียวกันก็จะได้รู้จักผู้อื่นและลักษณะของผู้อื่น การซ่อนเร้นจะเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นและเป็นอุปสรรคของการเปิดเผยตนเอง การซ่อนเร้นจะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อบุคคลนั้นเกิดความรู้สึกไม่ปลอดภัยบางอย่าง เช่น ความรู้สึกกลัว ความขัดแย้งภายในจิตใจ ความรู้สึกผิด ซึ่งการซ่อนเร้นนี้ทำให้บุคคลรู้สึกปลอดภัยในขณะนั้น แต่การซ่อนเร้นจะเป็นสิ่งขวางกั้นการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล ดังนั้นการเปิดเผยตนเองจะดำเนินไปด้วยดีเมื่อมีการยอมรับ และสนับสนุนจากบุคคลอื่น นอกจากนี้ยังขึ้นอยู่กับความพร้อมของบุคคลที่จะเปิดเผย

2. การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback)

การให้ข้อมูลย้อนกลับ เป็นสิ่งที่ช่วยให้บุคคลได้ตระหนัก และรับรู้ตนเอง เข้าใจตนเองได้ดีมากขึ้น ซึ่งบางครั้งเป็นสิ่งที่ตนเองไม่เคยรับรู้มาก่อน การให้ข้อมูลย้อนกลับที่ดี จะเป็นการสื่อสารบนพื้นฐานของความเข้าใจซึ่งกันและกัน ไม่ใช่ลักษณะของการประเมิน หรือการตัดสินว่า ถูกหรือผิด ดี หรือเลว ดังนั้นการให้ข้อมูลย้อนกลับทั้งผู้ให้และผู้รับข้อมูล จะต้องมีการสื่อสารที่ดี มีความเข้าใจ ยอมรับ ให้เกียรติแก่กันและกัน มีความเต็มใจ และยินดีจะรับผิดชอบต่อสิ่งที่พูด และรับฟัง นอกจากนี้การพิจารณาถึงช่วงเวลาที่เหมาะสม บรรยากาศที่รู้สึกปลอดภัย อบอุ่น จะช่วยเสริมสร้างให้บุคคลได้รับรู้และสำรวจตนเองอย่างแท้จริง

2.3 ขั้นตอนของกระบวนการกลุ่ม (Group Process)

ขั้นตอนต่าง ๆ ของกระบวนการกลุ่มที่เกิดขึ้นภายในกลุ่ม เป็นสิ่งที่พัฒนาจากความต้องการพื้นฐานของบุคคลและการมีความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ดี อันเป็นผลให้บุคคลเกิดการตระหนักรู้และเข้าใจตนเองนำไปสู่การมีชีวิตที่ดีและถูกต้อง กระแสความเคลื่อนไหวกลุ่มมี 5 ชั้น กล่าวคือ (Trotzer, 1977)

2.3.1 ระยะการพัฒนาร่างความรู้สึกปลอดภัย (The Security Stage)

เมื่อเริ่มต้นกลุ่ม สมาชิกกลุ่มจะรู้สึกอึดอัด กังวลใจ เคลือบแคลงสงสัยว่ากลุ่มจะดำเนินไปอย่างไร สมาชิกไม่ทราบว่าจะมีอะไรเกิดขึ้นและจะไว้วางใจกลุ่มได้แค่ไหน ฉะนั้นสมาชิก จึงได้มีการทดสอบในรูปของการต่อต้าน ถอยหนี หรือเป็นปรีกษณ์ Trotzer (1977) กล่าวว่า การแสดงความรู้สึกทางลบออกมาเป็นการทดสอบถึงความมีอิสระและความน่าไว้วางใจกลุ่ม

บทบาทของผู้นำกลุ่มในขั้นตอนนี้ คือ การแสดงท่าทีที่อบอุ่นและเข้าใจในตัวสมาชิก สร้างสรร และรักษาบรรยากาศแห่งความเป็นมิตร สามารถที่จะสื่อความรู้สึกและสิ่งทีตนสังเกตเห็นแก่กลุ่ม เมื่อสมาชิกได้มีโอกาสเปิดเผยความรู้สึกของตนให้กลุ่มรับรู้ ก็จะเป็นการนำไปสู่ความรู้สึกที่ไว้วางใจกัน

2.3.2 ระยะการยอมรับกลุ่ม (The Acceptance Stage)

ขั้นนี้กระแสดความเคลื่อนไหวกลุ่มมีลักษณะ คือ บรรยากาศของกลุ่มจะเปลี่ยนจากการต่อต้านมาเป็นการร่วมมือร่วมใจกันของสมาชิกกลุ่ม สมาชิกจะมีความต้องการที่จะเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และมีสัมพันธภาพกับสมาชิกคนอื่น ๆ ยอมรับต่อความคิดเห็นของผู้อื่น และเป็นส่วนสำคัญในกระบวนการให้ความช่วยเหลือแบบกลุ่ม การได้รับการยอมรับอย่างจริงจังจากสมาชิกอื่น ๆ จะทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนมีคุณค่า (Self Esteem) ความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มขึ้น และกล้าที่จะเผชิญหน้ากับปัญหาต่าง ๆ

บทบาทของผู้นำกลุ่มในขั้นตอนนี้ คือ การเป็นตัวแบบแสดงออกถึงการให้การยอมรับต่อสมาชิกกลุ่มอย่างไม่มีเงื่อนไขใด ๆ เป็นการแสดงออกถึงท่าทีเอาใจใส่อย่างจริงจัง ช่วยให้ผู้สมาชิกพร้อมที่จะเปิดเผยตนเอง และสามารถพูดคุยถึงปัญหาของตนเองได้อย่างอิสระ

2.3.3 ระยะรับผิดชอบ (The Responsibility Stage) ขั้นนี้กระแสความเคลื่อนไหวกลุ่มมีลักษณะที่สมาชิกยอมรับว่า ปัญหาเหล่านั้นเป็นส่วนหนึ่งของเขาและพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อในการแก้ไขปัญหา เมื่อสมาชิกเกิดความรับผิดชอบต่อความรู้สึกของตนก็จะนำไปสู่ความรับผิดชอบต่อการกระทำและปัญหาของตน

บทบาทผู้นำกลุ่มในขั้นตอนนี้ คือ การช่วยให้สมาชิกมีความสนใจอยู่ที่ตนเองและปัญหาตนเอง มีอิสระในการค้นหาศักยภาพ การกำหนดวิธีแก้ไขปัญหาต่าง ๆ และแสดงความรู้สึกของตน การเน้นถึงสิ่งที่ปัจจุบันที่นี้และเดี๋ยวนี้ (Here and Now) เพื่อให้สมาชิกเกิดความรับผิดชอบต่อตนเองทั้งในด้านความรู้สึกและการกระทำ

2.3.4 ระยะดำเนินการ (The Work Stage) ขั้นนี้กระแสความเคลื่อนไหวกลุ่มมีลักษณะ คือ สมาชิกมีความสนใจอยู่ที่ปัญหาของแต่ละคนเป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกพิจารณาปัญหาของตนอย่างมีอิสระ หาทางออกในการแก้ไขปัญหาและทดลองแสดงพฤติกรรม หรือทัศนคติในกลุ่มก่อนที่จะนำไปปฏิบัตินอกกลุ่ม สมาชิกในกลุ่มจะให้ความคิดเห็นการทำให้กระจ่างขัด และการให้ข้อมูลย้อนกลับ นั่นคือสมาชิกมีบทบาทเป็นทั้งผู้ให้ความช่วยเหลือ และผู้รับความช่วยเหลือซึ่งจะทำให้สมาชิกมีความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า (Self Worth)

บทบาทผู้นำกลุ่มในขั้นตอนนี้ คือ การเอื้ออำนวยให้เกิดการอภิปรายปัญหาระดมความคิด และประสบการณ์ของสมาชิกเพื่อแก้ไขปัญหา การใช้ความชำนาญของผู้นำในการกำหนดวิธีการในการตรวจสอบผลที่ตามมาจากคำแนะนำ เพื่อช่วยเป็นเครื่องตัดสินใจของสมาชิกการเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง ในวิธีการที่จะนำไปปฏิบัตินอกกลุ่ม

2.3.5 ระยะยุติกลุ่ม (The Closing Stage) ขั้นนี้กระแสความเคลื่อนไหวกลุ่มมีลักษณะ คือ การให้การสนับสนุน การให้ความคิดเห็นย้อนกลับ กำลังใจ การปกป้อง เพื่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นในชีวิตของสมาชิกกลุ่มและควรจะยุติการปรึกษาเมื่อสมาชิกกลุ่มรู้สึกว่าประสบความสำเร็จมากกว่าความล้มเหลว หรือเมื่อสมาชิกสามารถแก้ไขปัญหาและเรียนรู้ว่าจะแก้ไขปัญหายังไงโดยไม่ต้องพึ่งกลุ่ม

บทบาทผู้นำกลุ่มในขั้นตอนนี้ คือ ให้ความสนับสนุน ความเข้าใจ และกำลังใจ ช่วยให้สมาชิกเห็นว่าความเปลี่ยนแปลงทั้งหมดเป็นผลงานที่เกิดขึ้นจากตัวสมาชิกเองมิได้เกิดจากกลุ่มเพื่อน ให้สมาชิกรู้ว่า เป็นสิ่งที่ดีและเกิดความภาคภูมิใจในการกระทำนั้น

ขั้นตอนของกระแสความเคลื่อนไหวกลุ่มอาจไม่เรียงลำดับ อาจเกิดขึ้นในเวลาเดียวกันได้ 2 ขั้นตอน และกระแสกลุ่มแต่ละกลุ่มจะแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับสภาพของสมาชิกกลุ่มระยะเวลา สถานที่ และผู้นำกลุ่มจะเป็นผู้ใช้อำนวยความสะดวกให้สมาชิกได้พัฒนาตนเองโดยอาจใช้เทคนิควิธีการที่ใช้คำพูดและกิจกรรม (Activities) ต่าง ๆ ซึ่งการใช้เทคนิคหรือวิธีการหรือกิจกรรมใด ๆ ขึ้นอยู่กับผู้นำกลุ่มพิจารณาว่า สภาพการณ์ของกลุ่มขณะนั้นจะใช้วิธีการใดที่เหมาะสมที่สุดที่จะทำให้กลุ่มบรรลุเป้าหมาย

2.4 ผู้นำกลุ่ม

ผู้นำกลุ่มเป็นผู้ที่มีความสำคัญในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยเฉพาะอย่างยิ่งเจตคติและคุณภาพในการทำหน้าที่ของผู้นำกลุ่ม ซึ่งมีความสำคัญมากกว่าเทคนิควิธีการใด ๆ ผู้นำกลุ่มจะทำหน้าที่ในการรักษาทิศทางกลุ่มให้บรรลุวัตถุประสงค์ สร้างบรรยากาศให้สมาชิกมีการยอมรับและไว้วางใจในกลุ่ม เชื่อให้สมาชิกทุกคนมีส่วนร่วมในกลุ่มอย่างแท้จริง นอกจากนี้ยังต้องสวมบทบาทเป็นเสมือนหนึ่งสมาชิกกลุ่มคนหนึ่ง ดังนั้นผู้นำกลุ่มจึงต้องมีการพัฒนาตนเองให้พร้อมทั้งทางด้านความรู้ เจตคติ และความสามารถในการใช้อำนวยกลุ่ม เพื่อจะทำให้กลุ่มมีการพัฒนาอย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด

2.5 สมาชิกกลุ่ม

การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยา มีแนวทางในการปฏิบัติได้หลายประการ กลุ่มบางกลุ่มอาจจัดให้สมาชิกกลุ่มมีลักษณะคล้ายคลึงกัน เช่น อายุ ความสนใจหรือปัญหาที่คล้ายกัน ลักษณะกลุ่มเช่นนี้จะทำให้สมาชิกรู้สึกมีเพื่อนที่มีปัญหาคล้ายคลึงกับตน ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว และพร้อมที่จะแลกเปลี่ยนความรู้สึกร่วมกันที่ติดต่อกัน แต่ถ้ากลุ่มที่มีสมาชิกในลักษณะแตกต่างกันในเรื่องอายุ วุฒิภาวะ เจตคติ จะทำให้สมาชิกได้เรียนรู้และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่แตกต่างกัน หากว่าความแตกต่างระหว่างสมาชิกสามารถ

ยอมรับซึ่งกันและกันได้ ดังนั้นการเลือกสมาชิกกลุ่มจึงควรพิจารณาถึงวัตถุประสงค์ของกลุ่ม และดุลยพินิจของผู้นำกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกได้รับประโยชน์มากที่สุด

2.6 ขนาดของกลุ่ม

ขนาดของกลุ่มขึ้นอยู่กับจุดประสงค์ รูปแบบของกลุ่มธรรมชาติ และวุฒิภาวะของสมาชิก Trotzer (1977) เสนอว่าจำนวนสมาชิก ควรมีประมาณ 8-12 คนที่จะ ทำให้กลุ่มมีประสิทธิภาพสูงสุดที่ต้องจำกัดจำนวนสมาชิกเพราะหากกลุ่มใหญ่ไป สมาชิกบางคน อาจจะไม่ได้รับความสนใจ หรือมีส่วนร่วมในกลุ่มได้ไม่เต็มที่

2.7 ระยะเวลาและความถี่ในการเข้ากลุ่ม

ระยะเวลาในการเข้ากลุ่มแต่ละครั้งควรใช้เวลาอย่างน้อย 8 ครั้ง ครั้งละ 1.5 ถึง 2 ชั่วโมง สำหรับความถี่และจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่ม อาจจะพบกัน 1-2 ครั้งต่อ สัปดาห์ หรืออาจใช้เวลาติดต่อกันนานหลาย ๆ วัน ทั้งนี้ขึ้นกับเป้าหมายของกลุ่ม และธรรมชาติ ของสมาชิกกลุ่ม

องค์ประกอบแต่ละองค์ประกอบของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม จะส่งเสริมซึ่งกันและกัน จึงไม่อาจกล่าวได้ว่า ความสำเร็จหรือความล้มเหลวในการปรึกษา เชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มนี้เกิดจากองค์ประกอบใด หากแต่เป็นลักษณะของการผสมผสานกันจนยาก ที่จะบอกได้ว่าเกิดจากองค์ประกอบใดองค์ประกอบหนึ่งเท่านั้น

การพัฒนาแนวความคิดที่เป็นกรอบการวิจัย

เจตคติของนักศึกษาที่มีต่อมหาวิทยาลัย เป็นภาวะทางความคิดและจิตใจของนัก ศึกษาที่แสดงออกอันเนื่องมาจากสิ่งที่นักศึกษาคาดคิด คาดหวังไว้กับมหาวิทยาลัย และสิ่งที่นัก ศึกษาได้รับหรือเกิดขึ้นเป็นประจำ หากภาพทั้งสองภาพนี้สอดคล้องกัน พฤติกรรมการ แสดงออกของนักศึกษาจะมีพัฒนาการในทางบวกนั้น คือ มีเจตคติที่ดีต่อมหาวิทยาลัย ในทางตรง กันข้ามหากภาพทั้งสองไม่สอดคล้องกัน นักศึกษาจะมีพฤติกรรมการแสดงออกในทางลบหรือเจต คติที่ไม่ดีต่อมหาวิทยาลัย ดังนั้น การที่จะเปลี่ยนแปลงเจตคติของนักศึกษาที่มีต่อมหาวิทยาลัย

โดยใช้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดของทรอตเซอร์นั้น เป็นการช่วยให้นักศึกษาได้รับรู้มหาวิทยาลัยตามความเป็นจริงมากกว่าการรับรู้ตามความคิดหรือความปรารถนาของตน

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดของทรอตเซอร์นั้น จะประกอบด้วยสมาชิกที่ต้องการพัฒนาตนเอง และสมัครใจเข้าร่วมกลุ่มมาแบ่งปันประสบการณ์ อันหมายถึงความรู้ ความรู้สึกและความคิดต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับมหาวิทยาลัย สมาชิกจะมีโอกาสเปิดเผยตนเองให้สมาชิกภายในกลุ่มรับรู้ด้วยการแสดงความรู้สึกนึกคิด และแสดงความคิดเห็นส่วนตัว ทั้งยังมีโอกาสได้รับฟัง และเรียนรู้จากประสบการณ์ของสมาชิกอื่น ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายในกลุ่มเกิดขึ้นในบรรยากาศที่อบอุ่น ประกอบด้วยการยอมรับ และไว้วางใจซึ่งกันและกัน กลุ่มจิตวิทยาที่เกิดขึ้นนี้จึงเป็นเสมือนหนึ่งห้องปฏิบัติการทางจิตวิทยาที่ปลอดภัยสำหรับสมาชิกที่กล้าเปิดเผยตนเอง เพื่อการสำรวจตนเองอย่างแท้จริง

ดังนั้นกระบวนการของกลุ่มจึงเอื้ออำนวยให้สมาชิกได้เพิ่มพูนความละเอียดอ่อนต่อความรู้สึก หรือความต้องการของตน เพิ่มพูนความเชื่อมั่น ส่งเสริมความกล้า ความเป็นตัวของตัวเอง และสามารถที่จะแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้กระบวนการของกลุ่มยังสอนการรู้จักเพิ่มความรับผิดชอบและกำหนดชีวิตตน เพิ่มคุณภาพของความยืดหยุ่น ส่งเสริมความสามารถที่ยอมรับทักษะ หรือค่านิยมที่แตกต่างไปจากตน ตลอดจนทำให้เกิดความเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต ซึ่งมีสภาพที่เปลี่ยนแปลง สมาชิกจึงสามารถที่จะปรับชีวิตได้กลมกลืนกับภาวะต่าง ๆ ของตนได้โดยไม่รู้สึกรัดแค้นใจ และสามารถใช้ชีวิตตนได้เต็มศักยภาพ

ด้วยเหตุผลดังกล่าว การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดของทรอตเซอร์จึงสามารถช่วยให้สมาชิกสามารถมองเห็น แนวทางการใช้ชีวิตอยู่ในมหาวิทยาลัยด้วยความพึงพอใจ และมีการพัฒนาความมั่นใจในการเปลี่ยนแปลงแก้ไข เพื่อให้มีพฤติกรรมไปในทิศทางที่สอดคล้องกับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นในมหาวิทยาลัย