

ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยง

The Effect of Group Counseling for Enhancing Self-Identity of Karen Adolescents

อัสนีย์ ณ.ศิริ¹, ดร.พัชราภรณ์ ศรีสวัสดิ์², ดร.วิไลลักษณ์ ลังกา³

¹นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์ แขนงวิชาจิตวิทยาพัฒนามนุษย์และ
การให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

²อาจารย์ที่ปรึกษา ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

³อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ภาควิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ผลงานวิจัยฉบับนี้ได้รับทุนสนับสนุนจาก บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายคือ 1) เพื่อศึกษาอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยง และ 2) เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยง กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษา อายุระหว่าง 12-16 ปี ในอำเภอคอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ ที่ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง(Purposive Sampling) จำนวน 16 คน จากนั้นสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน การทดลองใช้แบบแผน Control Group pretest - posttest design เครื่องมือที่ใช้คือ 1) แบบวัดอัตลักษณ์แห่งตน 2) การให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างอัตลักษณ์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ ค่าเฉลี่ย ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าทีแบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for dependent Sample) และการทดสอบค่าทีแบบเป็นอิสระต่อกัน (t-test for independent Sample) ผลการวิจัยพบว่า

1. ผลการศึกษาอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยง พบว่า วัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยง มีอัตลักษณ์แห่งตนในภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.84 เมื่อวิเคราะห์รายด้านพบว่า ด้านการรู้ถึงสถานภาพและหน้าที่ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.97 รองลงมาคือด้านด้านการยอมรับตนเอง มีค่าเฉลี่ย 2.90 ด้านการปรับตัว 2.85 และด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง 2.68 ตามลำดับ

2. วัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงกลุ่มทดลองมีอัตลักษณ์แห่งตนโดยรวมก่อนและหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า อัตลักษณ์แห่งตนทั้ง 4 ด้าน ก่อนและหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่าวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงมีอัตลักษณ์แห่งตนโดยรวมและรายด้านสูงขึ้นหลังจากเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม

3. วัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงกลุ่มทดลองมีอัตลักษณ์แห่งตนโดยรวมก่อนและหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า อัตลักษณ์แห่งตนทั้ง 4 ด้าน ก่อนและหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่าวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงกลุ่มทดลองมีอัตลักษณ์แห่งตนโดยรวมและรายด้านสูงกว่ากลุ่มควบคุมหลังจากเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม

คำสำคัญ : การให้คำปรึกษากลุ่ม / อัตลักษณ์ / วัยรุ่นชาวกะเหรี่ยง

Abstract

The objectives of the study were to : 1) To study the self-identity of Karen adolescents. 2) To study the results of Karen adolescents' self-identity enhancement by group counseling. The samples were 12-16 years secondary school Karen adolescents in Chiang Mai, selected by purposive sampling method. The samples were divided into 2 groups, an experimental group (n=8) and a control group (n=8) respectively. The study was designed with a control group pretest – posttest design. The instruments were the Self-identity test and group counseling. The data was analyzed by using mean, standard deviation, and t-test.

1. Statistically significant differences in the total Self-Identity and each factor of the experimental group were found before and after group counseling at the .01 level
2. Statistically significant differences in the total Self-Identity and each factor between experimental group and the control group were found after group counseling at the .01 level

Keywords: Group Counseling / Self-Identity / Karen Adolescents

บทนำ

อัตลักษณ์แห่งตนคือการที่บุคคลสามารถประเมินและรับรู้ตนเองได้อย่างตรงตามความเป็นจริง รู้จักและเข้าใจว่าตนเองเป็นใคร รู้จุดดี จุดด้อยของตนเอง ยอมรับตนเอง มีความเป็นตัวของตัวเอง รับรู้ความรู้สึกและความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง รับรู้ถึงความสามารถและความต้องการของตนเอง รับรู้ถึงอุดมการณ์และความคาดหวังของสังคมที่มีต่อตนเอง เป็นการที่บุคคลสามารถกำหนดเป้าหมายในชีวิตของตนเองได้อย่างเหมาะสม มีแนวทางในการดำเนินชีวิตสอดคล้องกับสังคมและวัฒนธรรมที่ตนเองดำรงอยู่ บุคคลรับรู้ถึงบทบาทหน้าที่ทางสังคมของตน สามารถแสวงหาบทบาททางเพศและการทำงานที่เหมาะสมกับตนเอง มีการแสดงออกอย่างเหมาะสม อัตลักษณ์แห่งตนถือเป็นการผสมผสานระหว่างลักษณะภายในที่มีความเฉพาะตัวของบุคคลที่มีความโดดเด่นหรือแตกต่างจากสิ่งอื่น ๆ และลักษณะภายนอกที่ได้รับมาจากประสบการณ์จากสังคม บุคคลจะสามารถปรับตัวได้เมื่อเกิดความเปลี่ยนแปลง สามารถอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความเป็นตัวของตัวเอง (พรหมทิพย์ ศิริวรรณบุศย์. 2549: 100; ละมัย ทุมพัฒน์. 2550: 16; นววิศ ดวงมีสิน.2549: 6; พิมพิชฌก กลิ่นสุโข.2554: 11; อภิญา เพ็ญฟูสกุล. 2546:1; ประณต เค้าฉิม.2549: 5; สมพร ไพทสิทธิ์กุล .2546: 11; ชันยา รุจิเสถียรทรัพย์ .2552: 7; ชงชัย สมบูรณ์ .2551: 5; Erikson.1968: 157 ;Moshman.2011:120-121 ;citing Blasi และ Glodis .1995)

ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เบื้องต้นในวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงเกี่ยวกับเรื่องราวการใช้ชีวิตในการเรียนและการอยู่ในสังคมเมือง ผู้วิจัยพบว่าวัยรุ่นชาวกะเหรี่ยงมีความกลัวที่จะเปิดเผยความเป็นตัวตนของตนเอง นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้ทำการสัมภาษณ์ผู้ที่มีความเชี่ยวชาญด้านวัฒนธรรมของชาวกะเหรี่ยงผู้เชี่ยวชาญให้ความเห็นว่า กิจกรรมที่เป็นไปในรูปแบบกลุ่มมีความน่าสนใจและมีส่วนช่วยในการเสริมสร้าง

อัตลักษณ์ของวัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงอย่างมาก เนื่องจากจะส่งเสริมให้วัยรุ่นที่เข้ากลุ่มมีความกล้าแสดงออกถึงตัวตนของตนเองมากยิ่งขึ้น อีกทั้งกล้าที่จะเปิดเผยตนเองมากขึ้น (ชูพินิจ เกษมณี. 2556; สัมภาษณ์) จากที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำกระบวนการการให้คำปรึกษากลุ่มมาเพื่อใช้ในการเสริมสร้างอัตลักษณ์ของวัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยง

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นกระบวนการสร้างปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม ที่เกิดจากความไว้วางใจ การยอมรับ ความเคารพ ความอบอุ่น การสื่อสารและความเข้าใจ เพื่อให้สมาชิกเกิดความเข้าใจตนเอง และยอมรับพฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น ภายใต้อารมณ์แห่งความไว้วางใจซึ่งกันและกัน อันจะนำไปสู่การสำรวจตนเอง เข้าใจตนเองและสามารถเปลี่ยนแปลงหรือปรับปรุงพฤติกรรมที่พึงปรารถนามากยิ่งขึ้น นอกจากนี้การให้คำปรึกษากลุ่ม ยังช่วยในการป้องกัน เช่นเดียวกันกับการเยียวยา จุดมุ่งหมายโดยปกติการให้คำปรึกษากลุ่มจะมีจุดมุ่งหมายเฉพาะ เช่น การศึกษาอาชีพ สังคมหรือเรื่องส่วนตัว ผ่านการทำงานของ กลุ่มที่เน้น การสื่อสารระหว่างบุคคล ในส่วนของความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ภายในกรอบของเวลาที่เป็น ปัจจุบัน (Here and now) โดยมุ่งเน้นไปที่ความคิดในระดับจิตสำนึกและพฤติกรรม รวมไปถึงการบำบัดรักษาที่เป็นไปตามความเหมาะสม การระบายความรู้สึกนึกคิดที่ตรงตามความเป็นจริง ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน การดูแล ทำความเข้าใจ การยอมรับ และการช่วยเหลือ สมาชิกกลุ่มจะนำเอาปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มไปใช้เพื่อเพิ่มความเข้าใจและการยอมรับในคุณค่าและเป้าหมาย จนนำไปสู่การเรียนรู้และปฏิบัติตนคิดและพฤติกรรมบางอย่าง (นิรันดร์ จุลทรัพย์.2554:242 ;citing Mahler.1969:11; Corey. 2009: 28-29 ; Trotzer . 1999 : 23 ; Gazda , Duncan & Meadows.1967:305, 1989: 10)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมองเห็นว่าการนำการให้คำปรึกษากลุ่มมาใช้สำหรับพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยง จะมีส่วนช่วยให้เพื่อให้วัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงสามารถรับรู้บทบาทของตนเอง และเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคม พร้อมทั้งจะเรียนหนังสือได้อย่างมีความสุข และเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยง
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยง ก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม
3. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มและวัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม

ขอบเขตการวิจัย

ด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงอายุระหว่าง 12-16 ปี ที่ศึกษาในอำเภอคอดยสะเกิด จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 120 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาอัตลักษณ์แห่งตนคือ วัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษา อายุระหว่าง 12-16 ปี ในโรงเรียนชลประทานผาแตก อ.คอดยสะเกิด จ.เชียงใหม่ จำนวน

34 คน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง ผู้วิจัยเลือกโดยใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จำนวน 16 คน และวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Sample Random Sampling) เพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน

ขอบเขตในด้านตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรจัดกระทำ คือ การให้คำปรึกษากลุ่ม
2. ตัวแปรตาม คือ อัตลักษณ์แห่งตน

การทบทวนวรรณกรรม

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเอกสารที่มีความเกี่ยวข้องกับอัตลักษณ์แห่งตน (พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุษย์. 2549: 100; ละมัย ทุมพัฒน์. 2550 : 16; นววิศ ดวงมีสิน. 2549: 6; พิมพชนก กลิ่นสุทโธ. 2554: 11; อภิญญา เฟื่องฟูสกุล. 2546: 1; ประมต แก้วฉิม. 2549: 5; สมาพร ไพทสิทธิ์กุล. 2546: 11; ชันยา รุจิเสถียรทรัพย์. 2552: 7; ธงชัย สมบูรณ์. 2551: 5; Erikson. 1968: 157; Moshman. 2011:120-121; citing Blasi and Glodis. 1995) ได้ทำการสังเคราะห์ รวบรวมความหมายของอัตลักษณ์แห่งตนสรุปได้ว่า อัตลักษณ์แห่งตนเป็นการที่บุคคลสามารถประเมินและรับรู้ตนเองได้อย่างตรงตามความเป็นจริง รู้จักและเข้าใจว่าตนเองเป็นใคร รู้จุดดี จุดด้อยของตนเอง ยอมรับตนเอง มีความเป็นตัวของตัวเอง รับรู้ความรู้สึกและความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง รับรู้ถึงความสามารถและความต้องการของตนเอง รับรู้ถึงอุดมการณ์และความคาดหวังของสังคมที่มีต่อตนเอง สามารถกำหนดเป้าหมายในชีวิตของตนเองได้อย่างเหมาะสม มีแนวทางในการดำเนินชีวิตสอดคล้องกับสังคมและวัฒนธรรมที่ตนเองดำรงอยู่ รับรู้ถึงบทบาทหน้าที่ทางสังคมของตน สามารถแสวงหาบทบาททางเพศและการทำงานที่เหมาะสมกับตนเอง มีการแสดงออกอย่างเหมาะสม สามารถปรับตัวได้เมื่อเกิดความเปลี่ยนแปลง สามารถอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความเป็นตัวของตัวเอง อัตลักษณ์แห่งตนถือเป็นการผสมผสานระหว่างลักษณะภายในที่มีความเฉพาะตัวของบุคคลที่มีความโดดเด่นหรือแตกต่างจากสิ่งอื่น ๆ และลักษณะภายนอกที่ได้รับมาจากประสบการณ์จากสังคม

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้ทำการศึกษาความหมายของการให้คำปรึกษากลุ่มเพิ่มเติม (ลัดดาวรรณ ณ. ระนอง และคณะ. 2554:14-35; กาญจนา ไชยพันธุ์. 2549:2; นิรันดร์ จุลทรัพย์. 2554:242; citing Mahler. 1969:11; ลักษณ์ สวีวัฒน์. 2551: 299; Corey. 2012:28-29; Trotzer. 1999 : 23; Gazda, Duncan & Meadows. 1967:305, 1989: 10) และทำการสังเคราะห์ซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

การให้คำปรึกษากลุ่ม เป็นกระบวนการช่วยเหลือบุคคลเป็นกลุ่ม ซึ่งจะประกอบด้วยผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษา ซึ่งผู้รับคำปรึกษามักจะมีปัญหาที่มีความคล้ายคลึงกัน หรือมีความต้องการที่เหมือนกัน เป็นกระบวนการช่วยเหลือผ่านผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาคนอื่น ๆ ที่มีการพูดคุยเพื่อก่อให้เกิดการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการเผชิญกับความผิดหวังหรือปัญหาในชีวิตของผู้รับคำปรึกษา และค้นหาทำความเข้าใจ พร้อมทั้งร่วมกันดำเนินการแก้ไขปัญหาและความผิดหวังเหล่านั้น ผ่านการทำงานของกลุ่มที่เน้นการสื่อสารระหว่างบุคคล ในส่วนของความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ภายในกรอบของเวลาที่เป็นปัจจุบัน ผู้ให้คำปรึกษาจะคอยให้ความช่วยเหลือ สนับสนุน ให้โอกาสให้กำลังใจ เปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้ทบทวนความรู้สึกนึกคิด ความต้องการ อารมณ์ พร้อมทั้งระบายแลกเปลี่ยนเรื่องราวและประสบการณ์ของตนเองสู่กลุ่ม เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาในกลุ่มมีการสร้างปฏิสัมพันธ์ ยอมรับตนเองและเพื่อนในกลุ่ม

ส่งเสริมให้เกิดบรรยากาศของการช่วยเหลือ ใ่ว่างใจ เคารพซึ่งกันและกันภายในกลุ่ม ผู้รับคำปรึกษากลุ่ม อาจจะนำเอาปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มไปใช้เพื่อเพิ่มความเข้าใจและการยอมรับในคุณค่าและเป้าหมาย จนนำไปสู่การเรียนรู้และปฏิบัติที่สนใจและพฤติกรรมบางอย่าง

วิธีดำเนินการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งเชิงทดลอง (Quasi-Experimental Design)

ขั้นตอนการวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูล

ระยะก่อนการทดลอง

1. สร้างวัดอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นนชายเขาเผ่ากะเหรี่ยง มีข้อคำถามทั้งสิ้น 52 ข้อ โดยหาคุณภาพของเครื่องมือด้วยการนำแบบวัดอัตลักษณ์แห่งตนไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน ตรวจสอบเพื่อความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) เพื่อพิจารณาว่าแบบวัดมีความตรงตามนิยามศัพท์เฉพาะ จากนั้นจึงนำแบบวัดที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับวัยรุ่นนชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงที่มีลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่างจำนวน 39 คน จากนั้นนำมาหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ และค่าความเชื่อมั่นโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของครอนบัก ซึ่งได้ค่าอำนาจจำแนกรายข้อเท่ากับ 0.20-0.48 และค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.895

2. สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มโดยศึกษาและทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยทำการคัดเลือกแนวคิด ทฤษฎี เทคนิค และวิธีการต่าง ๆ มาใช้ให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างและตัวแปรที่ศึกษา จากนั้นนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) เพื่อพิจารณาว่าการให้คำปรึกษากลุ่มแบบผสมผสานสามารถนำไปเสริมสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นนชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงได้หรือไม่ จากนั้นนำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มไปทดลองใช้ (try out) กับ วัยรุ่นนชายเขาเผ่ากะเหรี่ยง จำนวน 8 คน โดยใช้ 9 ครั้ง ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที และจึงนำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มมาปรับปรุงเพื่อนำไปใช้จริง

3. ศึกษาอัตลักษณ์แห่งตนของนักเรียนวัยรุ่นนชายเขาเผ่ากะเหรี่ยง โดยให้นักเรียนวัยรุ่นนชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงจำนวน 34 คน ทำแบบวัดอัตลักษณ์แห่งตน จากนั้นจึงนำแบบวัดที่ได้ทำการกรอกข้อมูลแล้วมาตรวจสอบความสมบูรณ์อีกครั้งหนึ่ง โดยผู้วิจัยได้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงจากวัยรุ่นนชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงที่มีคะแนนอัตลักษณ์แห่งตนน้อยที่สุด จำนวน 16 คน จากนั้นทำการนัดหมายพูดคุยเพื่อขอความร่วมมือและสอบถามความสมัครใจจากกลุ่มตัวอย่างในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษา ทำการแบ่งกลุ่มตัวอย่างโดยการสุ่มอย่างง่าย ออกเป็น 2 กลุ่ม จำนวนกลุ่มละ 8 คน ซึ่งจะแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ระยะทดลอง

ผู้วิจัยทำการให้คำปรึกษากลุ่มโดยใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นนชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงกับกลุ่มทดลอง จำนวน 9 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที โดยดำเนินการในวันจันทร์ พุธ และวันศุกร์ ตั้งแต่วันที่ 15 ธันวาคม พ.ศ. 2557- วันที่ 10 มกราคม พ.ศ. 2557 เวลา ณ โรงเรียนชลประทานผาแตก อ.ดอยสะเก็ด จ.เชียงใหม่

ระยะหลังทดลอง

ภายหลังการดำเนินการใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาเพื่อเสริมสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นนชายกะเหรี่ยง ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง จำนวน 16 คน ตอบแบบวัดอัตลักษณ์แห่งตัวตนอีกครั้ง (posttest) จากนั้นนำผลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานโดยใช้สถิติวิเคราะห์คือ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทำการทดสอบสมมุติฐาน โดยใช้สถิติวิเคราะห์ t-test dependent และ t-test independent เพื่อเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นนชายกะเหรี่ยงระหว่างก่อนทดลองและหลังทดลอง และระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ผลการวิจัย

1. วัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงมีอัตลักษณ์แห่งตนในภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.84 เมื่อวิเคราะห์รายด้านพบว่า ด้านการรู้ถึงสถานภาพและหน้าที่ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.97 รองลงมาคือ ด้านการยอมรับตนเอง มีค่าเฉลี่ย 2.90 ด้านการปรับตัว 2.85 และด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง 2.68 ตามลำดับ

2. วัยรุ่นชายกะเหรี่ยงกลุ่มทดลองมีอัตลักษณ์แห่งตนโดยรวมก่อนและหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า อัตลักษณ์แห่งตนทั้ง 4 ด้าน ก่อนและหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่าวัยรุ่นนชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงมีอัตลักษณ์แห่งตนโดยรวมและรายด้านสูงขึ้นหลังจากเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม

3. วัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงกลุ่มทดลองมีอัตลักษณ์แห่งตนโดยรวมก่อนและหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อพิจารณารายด้านพบว่าอัตลักษณ์แห่งตนทั้ง 4 ด้าน ก่อนและหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่าวัยรุ่นนชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงกลุ่มทดลองมีอัตลักษณ์แห่งตนโดยรวมและรายด้านสูงกว่ากลุ่มควบคุมหลังจากเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม ดังแสดงในตาราง

ตาราง 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลความหมายของอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการให้คำปรึกษากลุ่ม

อัตลักษณ์แห่งตนรายด้าน	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	p-value
	ก่อนการทดลอง		ก่อนการทดลอง			
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.		
1. ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง	2.39	.202	2.55	.243	-1.394	.185
2. ด้านการยอมรับตนเอง	2.71	.198	2.78	.217	-.627	.541
3. ด้านการปรับตัว	2.57	.193	2.69	.183	-1.323	.207
4. ด้านการรู้ถึงสถานภาพหน้าที่	2.63	.203	2.63	.283	.000	1.00
รวม	2.57	.112	2.67	.168	-1.355	.197

ตาราง 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลความหมายของอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม

อัตลักษณ์แห่งตนรายด้าน	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t	p-value
	หลังการทดลอง		หลังการทดลอง			
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.		
1. ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง	3.20	.367	2.56	.273	3.988**	.001
2. ด้านการยอมรับตนเอง	3.50	.223	2.82	.186	6.596**	.000
3. ด้านการปรับตัว	3.28	.286	2.65	.131	5.657**	.000
4. ด้านการรู้ถึงสถานภาพหน้าที่	3.38	.351	2.66	.278	4.556**	.000
รวม	3.33	.266	2.67	.157	6.029**	.000

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผลการวิจัย

1. วัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงมีอัตลักษณ์แห่งตนโดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับมากทุกด้านนั้น แสดงให้เห็นว่า วัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงมีอัตลักษณ์แห่งตนด้านการรู้ถึงสถานภาพและหน้าที่อยู่ในระดับสูงที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะวัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงที่เข้ารับการให้คำปรึกษาส่วนใหญ่ใช้ชีวิตอยู่ในหอพัก ซึ่งเป็นสถานที่ที่มีการปลูกฝัง การกำหนดกฎระเบียบ แบ่งหน้าที่ ความรับผิดชอบต่าง ๆ อย่างชัดเจนว่าจะต้องปฏิบัติตนอย่างไร วัยรุ่นชายเขาเผ่ากะเหรี่ยงจึงต้องปฏิบัติตามบทบาทและหน้าที่เหล่านั้น เพื่อให้ได้รับ

การยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ๆ ที่มีความหลากหลายชนเผ่าและอาศัยอยู่ร่วมกัน พวกเขาจึงจะสามารถใช้ชีวิตได้อย่างกลมกลืน เพราะหากพวกเขาละเลยและไม่ปฏิบัติตามก็จะถูกตำหนิ และลงโทษจากคนรอบข้าง รวมไปถึงเพื่อน ๆ ได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งบทบาทหน้าที่ของการเรียนที่วัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงให้ความสำคัญ อาจเป็นเพราะ พวกเขาเชื่อว่า การที่เขาตั้งใจเรียนหนังสือ มีผลการเรียนในระดับที่ดีมีการแต่งกายถูกระเบียบ จะทำให้วัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงได้รับการยอมรับจากครูและเพื่อนที่โรงเรียน ทำให้ได้รับคำชื่นชม และสามารถเป็นที่สนใจจากเพื่อนและครู รวมถึงถูกล้อเลียนน้อยลง พวกเขาจึงเลือกเอาบทบาทหน้าที่ทางด้านการเป็นนักเรียน มาเป็นสิ่งที่จะช่วยทำให้พวกเขาได้รับการยอมรับจากสังคม ดังนั้นบทบาทหน้าที่จึงมีความสำคัญต่อการใช้ชีวิตของวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยง เนื่องจากการทำตามบทบาทหน้าที่อย่างเหมาะสม ย่อมทำให้วัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและสังคมที่พวกเขาอยู่ได้ ดังที่ พรพิมล จันทร์พลับ (2538:31) กล่าวไว้ว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่จะเข้าใจความสัมพันธ์และหน้าที่ที่ตนเองปฏิบัติมากขึ้น โดยการชวนขายเข้าร่วมสมาคมกับเพื่อน ๆ และตระหนักในหน้าที่ที่ตนจะพึงกระทำเกี่ยวกับหมู่คณะ หมู่คณะจะมีอิทธิพลต่อชีวิต ส่งผลให้วัยรุ่นมีการแต่งกายและปฏิบัติตามระเบียบของหมู่คณะและที่สังคมจัดสิ่งแวดล้อมขึ้น ดังนั้นอัตลักษณ์แห่งตน จึงเกิดจากการที่วัยรุ่นมีการเรียนรู้บทบาทและหน้าที่ที่พึงกระทำในสังคมที่ตนเองอาศัยอยู่ ส่วนอัตลักษณ์แห่งตนด้านการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับต่ำสุด จากผลการสัมภาษณ์พบว่า วัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงยังถูกล้อเลียนจากคนรอบข้างถึงบุคลิกภาพและความเป็นชนเผ่าของพวกเขา เช่น การพูดภาษาไทยไม่ชัดเจน การแต่งกายที่ไม่เหมือนกับคนในชุมชนเมือง จึงส่งผลให้วัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงเกิดความไม่มั่นใจในการแสดงออก ไม่กล้าที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ตามศักยภาพของตนเองอย่างเต็มที่ เนื่องจากกลัวว่าสิ่งที่ตนเองกระทำจะเป็นสิ่งที่ผิด และอาจจะทำให้ตนเองถูกล้อเลียนอีก พร้อมทั้งพยายามเลียนแบบพฤติกรรมต่าง ๆ ของเพื่อนเพื่อให้ได้รับการยอมรับ จนความเป็นตัวของตนเองลดลง เมื่อวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงไม่กล้าที่จะทดลองทำสิ่งต่าง ๆ ก็ย่อมส่งผลให้พวกเขาไม่ทราบว่าตนเองมีความต้องการ และความถนัดในเรื่องใด หรือกระทำการใดได้ดีหรือไม่ดีบ้าง สอดคล้องกับ ฮามาเชค (ประภาส ณ.พิบูล. 2551:30 citing;Hamacheck.1978:180) ที่กล่าวไว้ว่า บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะเป็นบุคคลที่ไม่ค่อยมีความเชื่อมั่นในตนเอง มองว่าตนเองเป็นคนไม่ดี รู้สึกว่าตนเองไร้ค่า ไม่มีความสามารถ ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นของตนเองที่แตกต่างไปจากคนอื่น มักจะคล้อยตามผู้อื่น มีความอายสูง รู้สึกว่าตนเองด้อย หวั่นไหวต่ออิทธิพลทางสังคม มักจะนำความคิดของบุคคลอื่นมาใส่ใจ รวมไปถึงศรีเรือน แก้วกังวาล (2554:56-66) ที่กล่าวไว้ว่า กว่าที่วัยรุ่นจะสามารถค้นพบตัวตนของตนเองหรือเข้าใจตนเอง วัยรุ่นอาจมีภาวะการหลงตัวเอง หรือการดูถูกตัวเอง ดังนั้นวัยรุ่นที่ไม่รู้จักในศักยภาพความสามารถและคุณลักษณะของตนได้ดีพอสมควร จะไม่สามารถประสานอัตลักษณ์ของตนกับโครงสร้างของสังคมได้ จนนำไปสู่การเป็นคนที่ย่ำแย่และสับสนในตนเอง วัยรุ่นเหล่านี้จะมีความว้าวุ่นไม่เป็นตัวของตัวเอง ขี้กังวล ตัดสินใจไม่ได้ รู้สึกว่าตนเองถูกทอดทิ้ง (ศรีเรือน แก้วกังวาล.2549:356-357)

2. จากผลการศึกษาที่พบว่า วัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงกลุ่มทดลองมีอัตลักษณ์แห่งตนโดยรวมก่อนและหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีอัตลักษณ์แห่งตนทั้ง 4 ด้าน ก่อนและหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นั้น แสดงให้เห็นว่าวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงมีอัตลักษณ์แห่งตนโดยรวมและรายด้านสูงขึ้นหลังจากเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม สอดคล้องกับสมมุติฐานข้อที่ 1 ที่กล่าวว่า วัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงที่ได้รับการให้

คำปรึกษาในกลุ่มมีอัตลักษณ์แห่งตนในระยะหลังทดลองที่สูงขึ้นกว่าระยะก่อนทดลอง อาจเป็นเพราะการให้คำปรึกษาเพื่อเสริมสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงนั้น ผู้วิจัยพบว่า สมาชิกในกลุ่มพูดคุยแลกเปลี่ยนเรื่องราวของตนเองได้เป็นอย่างดี แต่สมาชิกบางคนก็ยังอาย พูดด้วยน้ำเสียงที่ยังไม่ชัดเจนเท่าไรนัก ผู้ให้คำปรึกษาจึงชวนให้สมาชิกพูดคุยเรื่องราวทั่วไปจนกระทั่งกลุ่มมีบรรยากาศที่ดีขึ้น จากนั้นจึงเริ่มขึ้นดำเนินการให้คำปรึกษา ตลอดระยะเวลาในการให้คำปรึกษากลุ่มช่วงแรกสมาชิกมีการแสดงถึงการตอบสนองในเรื่องราวของเพื่อนในกลุ่มโดยการพยักหน้า ทำให้กลุ่มเกิดบรรยากาศของ รอยยิ้ม ความสนิทสนมที่มากขึ้น และมีความรู้สึกที่ดีต่อกันของสมาชิกเกิดขึ้นมากกว่าช่วงแรก เนื่องด้วยเรื่องราวของสมาชิกมีความคล้ายคลึงกัน จนนำไปสู่การยอมรับในเรื่องราวของกันและกัน ทุกคนล้วนแล้วแต่บอกเล่าถึงประสบการณ์ของตนเองพร้อมทั้งแสดงเหตุผลประกอบอย่างชัดเจน รวมทั้งสมาชิกเรียนรู้ว่าตนเองและเพื่อนในกลุ่มมีที่มาและมีการดำเนินชีวิตที่ต้องออกจากหมู่บ้านมาอาศัยอยู่ในหอพักและเรียนหนังสือในเมือง ทำให้พวกเขาเกิดความเข้าใจและเห็นใจ บรรยากาศในกลุ่มจึงไม่มีการแสดงออกถึงความขัดแย้ง หรือไม่เห็นด้วย สอดคล้องกับ คาร์ล โรเจอร์ส (ศิริบุรณ์ สายโกสุม, 2554:58-59) ที่กล่าวไว้ว่า มนุษย์เป็นผู้ที่มีเหตุผล มีแนวโน้มที่จะเข้าใจอย่างถ่องแท้ (actualizing tendency) หากมนุษย์มีการยอมรับนับถือตนเองยอมรับนับถือผู้อื่น มีความเข้าใจซึ่งกันและกัน ย่อมทำให้บุคคลสามารถพัฒนาไปในทิศทางที่จะช่วยรักษาและส่งเสริมให้เกิดความเจริญงอกงามแก่ตน และสามารถบรรลุการพัฒนาศักยภาพของตนอย่างเต็มที่ด้วยซึ่งกระบวนการของการให้คำปรึกษากลุ่มมีส่วนในการเสริมสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยง เนื่องจากการเลือกใช้เทคนิคที่มีความเหมาะสม สามารถช่วยให้สมาชิกได้รู้จักตนเองและเพื่อนในกลุ่ม เกิดความเชื่อมั่นในสิ่งที่ตนเองกระทำ รับรู้ในความสามารถและความรู้สึกของตนเองมากขึ้น มีความเข้าใจและยอมรับในเรื่องราว ปัญหา และประสบการณ์ของกันและกัน สมาชิกได้ให้กำลังใจ มีการช่วยเหลือ อีกทั้งยังได้ร่วมกันในการเรียนรู้การแก้ปัญหา การแลกเปลี่ยนถึงทางออกของปัญหา และกลุ่มยังเต็มไปด้วยบรรยากาศของความเป็นกันเอง มีเสียงหัวเราะ รอยยิ้ม และการตอบสนองในเรื่องราวที่เพื่อนเล่าด้วยแววตา และการพยักหน้ายอมรับซึ่งกันและกัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ สมจิต ชุ่นแยง (2553:53) ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนที่มีปัญหาด้านพฤติกรรมในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมีการเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างจากก่อนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยการที่นักเรียนในกลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่ากลุ่มควบคุม ทั้งนี้เป็นเพราะการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มในครั้งนี้เอื้ออำนวยให้ผู้รับคำปรึกษากลุ่มมีการช่วยเหลือและสนับสนุนกันในการคลี่คลายปัญหาของกันและกัน ให้กำลังใจกันและกันภายในกลุ่มโดยมีลักษณะเพื่อนช่วยเพื่อน โดยผู้ให้คำปรึกษาทำหน้าที่เอื้ออำนวยและสนับสนุนให้ผู้รับคำปรึกษากลุ่มสามารถพัฒนาการเรียนรู้อันจะรู้จักกับตนเองยอมรับตนเอง การช่วยเหลือกันโดยการร่วมแสดงความคิดเห็น ข้อเสนอแนะ ให้กำลังใจ การได้รับข้อมูลย้อนกลับ การได้รับการยอมรับและรับฟังอย่างตั้งใจ ภายใต้อารมณ์ที่เป็นกันเองและเป็นมิตร นำไปสู่การคลี่คลายปัญหาของแต่ละคน นอกจากนี้วัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงยังกล้าที่จะเปิดเผยเรื่องราวของตนเองสู่กลุ่มอย่างเต็มที่ สามารถยอมรับในความเป็นตัวตนของตนเองและของเพื่อน รวมไปถึงยอมรับความเป็นชนเผ่ากะเหรี่ยงของตนเองโดยพวกเขา รู้สึกพอใจในตนเอง มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองมากขึ้น ทราบถึงจุดดี จุดด้อยของตนเอง และมีความสุขที่จะเปิดเผยความเป็นชนเผ่ากะเหรี่ยงของตนเอง

ให้บุคคลอื่นรับรู้ ยอมรับและพร้อมจะปรับปรุงเมื่อได้รับคำติชมจากเพื่อนๆในกลุ่ม สมาชิกมีความสนใจในตัวแบบ ใส่ใจและเข้าใจที่จะนำเอาเรื่องราวและประสบการณ์ที่ดีจากตัวแบบไปใช้ในการดำเนินชีวิตของพวกเขา ตระหนักถึงความคิด ความรู้สึกของตนเอง รวมไปถึงความกังวลและความเครียดของตนเอง พร้อมทั้งค้นหาวิธีการจัดการกับความเครียดของตนเองได้เป็นอย่างดี วัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงที่เข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มยังเรียนรู้ที่จะปรับตนเองให้สามารถอยู่ในสังคมที่แตกต่างได้ โดยการเรียนรู้ที่จะสื่อสารอย่างเหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ การสร้างสัมพันธภาพที่ดีโดยการหัดที่จะช่วยเหลือคนรอบข้าง ทำตนเองให้เป็นประโยชน์และเป็นที่ยอมรับต่อบุคคลรอบตัวเขา พวกเขาเรียนรู้ถึงการอยู่ในสังคมโดยการปรับตนเองให้อยู่ในกฎ ระเบียบ แบบแผนของสังคมที่เขาดำรงอยู่ และพร้อมที่จะทำหน้าที่ที่พวกเขาพึงกระทำอย่างเต็มความสามารถ จนนำไปสู่การมีอัตลักษณ์แห่งตนที่เพิ่มขึ้น สอดคล้องกับ บัวทอง สว่างโสภาคกุล (2551: 202-203) ที่กล่าวว่า คนที่ปรับตัวได้ดีที่สุดตามอุดมคตินั้น คือ บุคคลที่สามารถเปิดเผยประสบการณ์ทั้งหมดของตนเอง ประสบการณ์เหล่านั้นอาจจะไม่ปรากฏในความรู้ตัวอยู่ตลอดเวลา แต่พร้อมเสมอที่จะเข้ามาในความรู้อย่างถูกต้องตามความเป็นจริง โดยไม่มีการปกป้องและบุคคลนั้นจะต้องไม่มีเงื่อนไขใด ๆ มากำหนดความมีคุณค่าของตนเอง และพร้อมที่จะปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่างๆที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างสร้างสรรค์ รวมถึง ละมัย ทุมพัฒน์ (2550 : 16) ที่กล่าวไว้ว่า อัตลักษณ์แห่งตน ถือได้ว่าลักษณะของบุคคลที่รู้จักและเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง มีความเป็นตัวของตัวเองในการแสดงความคิดเห็นและแสดงออกอย่างสมเหตุสมผล รับรู้ในความสามารถ ความต้องการของตน และมีแนวทางในการดำเนินชีวิตได้สอดคล้องกับสังคมและวัฒนธรรมของตน

3. จากผลการศึกษาที่พบว่า อัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยง หลังการให้คำปรึกษากลุ่มระหว่างกลุ่มที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษาและกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมมีความแตกต่างกัน โดยอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มเพิ่มขึ้นตรงตามสมมุติฐานข้อที่ 2 ที่กล่าวว่าวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มมีอัตลักษณ์แห่งตนสูงกว่าวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่ม แสดงให้เห็นว่า วัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยงที่ได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มมีการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งตนทั้ง 4 ด้านด้วยกัน ได้แก่ ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการยอมรับตนเอง ด้านการปรับตัว และด้านการรู้ถึงสถานภาพและหน้าที่ อาจเนื่องมาจากการที่ผู้วิจัยเลือกใช้แนวคิด ทฤษฎี และเทคนิคในการให้คำปรึกษาที่มีความเหมาะสมในการเข้าไปช่วยเสริมสร้างอัตลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่นชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยง ตลอดระยะเวลาในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่มสมาชิกมีการแสดงความคิดเห็น แลกเปลี่ยนเรื่องราวทั้งของตนเองและรับฟังเรื่องราวของเพื่อนอย่างมีความตั้งใจ ใส่ใจทั้งการแสดงออกทางสีหน้า ท่าทาง น้ำเสียง สมาชิกให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม ใฝ่งานที่ผู้วิจัยมอบหมายอย่างครบถ้วน เกิดการรับรู้ เข้าใจและยอมรับตนเองและเพื่อนในกลุ่ม มีพัฒนาการของความไว้วางใจกันและกัน รู้จักให้กำลังใจ สนับสนุนเมื่อเพื่อนในกลุ่มเกิดปัญหาหรือจะกระทำในสิ่งต่าง ๆ และที่สำคัญคือ การให้คำปรึกษากลุ่มครั้งนี้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ร่วมกันผ่านประสบการณ์ ความคิด สอดคล้องกับ คอเรีย (Corey.1985:9; citing นิรันดร์ จุลทรัพย์, 2554:249) ที่กล่าวไว้ว่า การให้คำปรึกษากลุ่มนั้นถือเป็นกระบวนการที่มีความเหมาะสมกับบุคคลวัยนี้เป็นอย่างมาก เนื่องจากช่วยให้วัยรุ่นได้แสดงออก พูดคุย และระบายความรู้สึกสับสน ช่วยให้วัยรุ่นได้สำรวจความต้องการของตนเอง เข้าใจและสามารถเปิดเผยความรู้สึกหรือสิ่งที่คับข้องใจกับบุคคลอื่นได้อย่างอิสระ ขณะเดียวกันสมาชิกกลุ่มก็สามารถรับฟัง เข้าใจปัญหาและช่วยเหลือกันและกัน

อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้เวลาที่ผู้วิจัยเลือกใช้ในการพัฒนาแต่ละด้าน คือครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที สัปดาห์ละ 3 วัน คือวันจันทร์ พุธและศุกร์ ถือว่ามีความเหมาะสม ซึ่งผู้วิจัยสามารถยืดหยุ่นเวลาเป็นไปตามพลวัตรของกลุ่ม ผู้วิจัยได้ทำการสังเกตถึงพฤติกรรมต่างๆ ความเหนื่อยล้า การทำกิจกรรม ไปงานว่าจะเพียงพอหรือไม่ จากการทดลองใช้โปรแกรมในกลุ่มตัวอย่างที่มีความใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจริงมาก่อน และนำมาปรับปรุงให้มีความเหมาะสมมากยิ่งขึ้น ซึ่งก็ถือว่ามีการจัดสรรเวลาได้อย่างพอดีกับการให้คำปรึกษากลุ่มแต่ละครั้ง ไม่ทำให้สมาชิกเกิดความเหนื่อยล้าจนเกินไป สามารถสังเกตความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ โดยทิ้งช่วงระยะเวลาในการเข้ากลุ่ม เพื่อให้สมาชิกได้ทดลองทำสิ่งต่าง ๆ ที่เขาได้รับจากกลุ่ม ในสถานการณ์จริงและนำมาแลกเปลี่ยนในการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งต่อไป นอกจากนี้เรื่องความเหมาะสมของเวลาแล้ว ผู้วิจัยยังเลือกสถานที่ในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มที่มีความปลอดภัย มีอากาศถ่ายเท ปราศจากเสียงรบกวนจากภายนอก เพื่อให้สมาชิกสามารถจดจ่อและมีสมาธิกับสิ่งที่ตนเองและเพื่อนกำลังพูดคุยได้มากที่สุด

ข้อเสนอแนะ

1. หน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน ควรให้ความสนใจในการพัฒนาความมีอัตลักษณ์และให้ความสำคัญต่อกลุ่มชาติพันธุ์มากยิ่งขึ้น โดยอาจจัดโครงการต่าง ๆ เช่น ให้ความรู้กับกลุ่มชาติพันธุ์แต่ละเผ่าเกี่ยวกับรากเหง้า ประวัติความเป็นมา เพื่อกระตุ้นให้คนเหล่านี้มีความภาคภูมิใจในความเป็นชนเผ่าของตนเองมากยิ่งขึ้น
2. โรงเรียนและชุมชนควรเปิดโอกาสให้กลุ่มวัยรุ่นชนเขาได้มีโอกาสแสดงออกในกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งในหมู่บ้าน สถานศึกษา ท้องถิ่น รวมถึงระดับประเทศ
3. ควรนำการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มหรือรายบุคคลไปใช้กับกลุ่มวัยรุ่นชนเขาเผ่าอื่น ๆ เพิ่มขึ้น โดยคำนึงถึงบริบท ประเพณี วัฒนธรรม และความเชื่อของชาวเขาเผ่าเหล่านั้น ๆ

เอกสารอ้างอิง

- กาญจนา ไชยพันธ์. (2549). การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: โอ.เอส.พรินติ้งเฮาส์.
- นิรันดร์ จุลทรัพย์. (2554). การแนะแนวเบื้องต้น (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- บัวทอง สว่างโสหากุล. (2551). การให้คำปรึกษา (เทคนิคและทฤษฎี) (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ประณต คำลิม. (2549). จิตวิทยาวัยรุ่น (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พรหมทิพย์ ศิริวรรณบุษย์. (2549). ทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ลักขณา ศรีวัฒน์. (2551). การแนะแนวเบื้องต้น (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: โอ.เอส.พรินติ้งเฮาส์.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2549). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2554). ทฤษฎีจิตวิทยาบุคลิกภาพ (พิมพ์ครั้งที่ 16). กรุงเทพฯ: หมอชาวบ้าน.
- ศิริบุรณ์ สายโกสุม. (2554). การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

อภิญา เพ็องฟูสกุล. (2546). **อัตลักษณ์** (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการการวิจัยแห่งชาติ.

David Moshman. (2011). **Adolescent rationality and development**. United States of America: Taylor and Francis group.

Erik H. Erikson. (1968). **Identity youth and crisis**. United States of America: W.W.Norton and Company.

George ,Gazda M. (1989). **Group Counseling**. United States of America: Library of Congress Cataloging in Publication Data.

Gerald Corey. (2012). **Theory and practice of group counseling (8thed)**. Canada: Brook/Cole Cengage learning.

James, Trotzer P. (1999). **The counselor and the group**. New York: Accelerated development.