



การเสริมสร้างความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยการให้คำปรึกษากลุ่ม

เอื้ออารีย์ เหมะ

สาขาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อีเมล: ayashyly@gmail.com

Received : June 1, 2021 Revised : August 20, 2021

Accepted : December 20, 2021

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย 2) เปรียบเทียบความกล้าหาญของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม และ 3) เปรียบเทียบความกล้าหาญของนักเรียนที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มกับนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม กลุ่มตัวอย่างแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มแรกเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ปีการศึกษา 2563 ในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาละงะเชิงเทรา อำเภอเมือง จังหวัดละงะเชิงเทรา ทั้งหมดจำนวน 8 โรงเรียน จำนวน 366 คน กลุ่มที่สองได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง จากกลุ่มตัวอย่างกลุ่มแรก ที่มีคะแนนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา และสมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม จำนวน 16 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายเพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 8 คน ผลการวิจัยพบว่า 1) ความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก 2) หลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม นักเรียนกลุ่มทดลองมีความกล้าหาญสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ 3) หลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม นักเรียนกลุ่มทดลองมีความกล้าหาญสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ : ความกล้าหาญ, การให้คำปรึกษากลุ่ม, นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย



ENHANCEMENT OF COURAGE FOR HIGH SCHOOL STUDENTS THROUGH GROUP COUNSELING

Auaaree Hema

Graduate Student of Master of Education

(Guidance Psychology) Srinakharinwirot University

Email: ayashyly@gmail.com

Abstracts

The objectives of this research are as follows: 1) to study courage among senior high school students; 2) to compare courage of students before and after participation in group counseling; and 3) to compare courage between the experimental and control groups, before and after participation in group counseling. The subject for this study consisted of two groups: the first group consisted of A total of 8 schools with 336 senior high school students at The Secondary Educational Service Area Office Chachoengsao Muang District Chachoengsao Province in the 2020 academic year and the second group consisted of students from the first group and in terms of social responsibilities, scored lower than the 25th percentile, established by purposive sampling and voluntary participation in group counseling. Each group consisted of eight students. The research results were as follows: 1) the courage for senior high school student as a whole was at high level; 2) the courage of the experimental group after participating in group counseling was and higher than before the experiment at a significant increased at a level of .01; and 3) the courage of the experiment group after participating in group counseling was significantly higher than the control group at a level of .01.

Keywords: Courage, Group Counseling, Senior high school students



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงในหลายสิ่งหลายอย่าง ต้องการแสวงหาหรือสร้างเอกลักษณ์ตลอดจนค่านิยมของตนเอง ต้องการเป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน มีการเลียนแบบพฤติกรรมจากเพื่อนและบุคคลที่มีชื่อเสียงเพื่อให้ตนเองเป็นที่ยอมรับของกลุ่ม โดยขาดการคิดไตร่ตรองและการอยู่ในสภาพแวดล้อมทางสังคมที่ยั่วให้กระทำผิดยิ่งส่งเสริมให้วัยรุ่นตอนต้นแสดงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ยิ่งขึ้นซึ่ง (กรมวิชาการ, 2544) สอดคล้องกับ วูดาร์ด และพิวรี่ (Cooper R Woodard และ Pury, 2007) ที่กล่าวว่าเด็กและวัยรุ่นต้องรวบรวมความกล้าหาญเพื่อเผชิญหน้ากับเปลี่ยนแปลงในบ้านหรือโรงเรียน

ความกล้าหาญเป็นคุณลักษณะของมนุษย์ที่ทำหน้าที่เป็นตัวรองรับความเจ็บป่วยทางจิตใจ (Gillham และ Seligman, 1999) (Seligman และ Csikszentmihalyi, 2000) ปีเตอร์สันและเซลิกแมน (Peterson และ Seligman, 2004) กล่าวว่า ความกล้าหาญเป็นหนึ่งในคุณลักษณะที่ทำให้เกิดคุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของบุคคล (Character Strengths) โดยจุดแข็งของความกล้าหาญนำมาซึ่งความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายเมื่อเผชิญหน้ากับอุปสรรคทั้งภายนอกและภายใน การที่บุคคลสามารถเผชิญหน้าต่ออุปสรรคภายนอกและภายในได้ขึ้นอยู่กับคุณลักษณะความกล้าหาญที่มีในตัวบุคคล ขณะเดียวกันความกล้าหาญยังถูกหยิบขึ้นมาใช้งานเมื่อบุคคลต้องเผชิญหน้ากับความกังวลภายในจิตใจ การรับมือกับความแปรปรวนทางอารมณ์ การทำความเข้าใจการพัฒนาภาพลักษณ์ การหาความหมายและความจริงแท้ในชีวิตของตนเอง ระดับของความกล้าหาญอาจกำหนดขอบเขตชีวิตของบุคคลเอาไว้ด้วยการสำรวจตนเอง ความมั่นใจ และความเป็นอยู่ทั่วไป

ผู้วิจัยในฐานะครูแนะแนวได้สัมภาษณ์นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายและครูที่ปรึกษา พบว่า นักเรียนที่มาขอรับคำปรึกษาขาดความกล้าหาญในการเผชิญหน้าต่ออุปสรรคทั้งที่เกิดจากภายในตนเองและภายนอก เช่น การเลือกเรียนในแผนการเรียนตามความคาดหวังของผู้ปกครอง ไม่สามารถตัดสินใจเลือกศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาได้ด้วยตนเอง ขาดความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง และขาดการเห็นคุณค่าในตนเอง ขณะเดียวกันการเสริมสร้างความกล้าหาญซึ่งเป็นพลังทางบวกในนักเรียนวัยรุ่นเพื่อเพิ่มพลังในการเลือกตัดสินใจ มีความเชื่อมั่นในตนเอง สามารถเสริมสร้างได้ด้วยการให้คำปรึกษากลุ่มดังผลการวิจัยของ จริยา อัสวพรชกุล, ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, และ ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา (2558) ที่ศึกษาการเสริมสร้างพลังทางบวกของนักเรียนวัยรุ่นที่กำลังเรียนอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โดยการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ พบว่า หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล พลังทางบวกของนักเรียนวัยรุ่นรายด้านความกล้าหาญเพิ่มขึ้น

การให้คำปรึกษากลุ่มเป็นปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มที่เกิดจากความร่วมมือ การแบ่งปันประสบการณ์จากการให้ข้อมูลทั้งด้านบวกและด้านลบ ภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น ก่อให้เกิดความเชื่อใจ การยอมรับ การเคารพซึ่งกันและกัน มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน โดยผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้เอื้ออำนวยต่อสมาชิก ส่งเสริมให้สมาชิกได้พัฒนาตนเอง (Troutzer, 2006) เอื้ออำนวยให้กระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มบรรลุตามเป้าหมายที่กลุ่มกำหนดไว้ (พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์, 2561) และจากที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาวิธีการและเทคนิคการให้คำปรึกษา พบว่า แนวคิดทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ที่มองว่ามนุษย์มีเหตุผล กล้าเผชิญกับความจริง มีความเฉลียวฉลาดในการมีชีวิตอยู่ด้วยการปรับตัว น่าเชื่อถือและไว้วางใจได้ ผู้ให้การปรึกษายอมรับผู้รับการปรึกษาโดยปราศจากเงื่อนไข (Rogers, 1970) ดังที่ วัชร ทรัพย์มี (2556b) กล่าวว่า เป้าหมายระยะยาวของบริการปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง



คือ เพื่อพัฒนาผู้รับบริการให้เป็นบุคคลที่มีประสิทธิภาพ (fully functioning person) กล่าวคือ เป็นคนที่รู้จักตนเอง ใช้ชีวิตอย่างมีความสุข มีสุขภาพจิตที่ดี ใช้ศักยภาพของตนอย่างเต็มที่

ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการเสริมสร้างความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโดยการให้คำปรึกษากลุ่มด้วยการบูรณาการเทคนิคของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบแอดเลอร์ ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม และทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มาใช้ในการเสริมสร้างให้นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายให้มีคะแนนด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่แสดงถึงความกล้าหาญเพิ่มสูงขึ้นเพื่อให้สามารถเผชิญหน้าต่ออุปสรรค สามารถในการแก้ปัญหาเชิงบวกและบรรลุเป้าหมายของตนเองได้อย่างเหมาะสม

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. ศึกษาความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
2. เปรียบเทียบความกล้าหาญของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม
3. เปรียบเทียบความกล้าหาญของนักเรียนที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มกับนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ระยะที่ 1 การศึกษาความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากร คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาฉะเชิงเทรา อำเภอมะนัง จังหวัดฉะเชิงเทรา ทั้งหมดจำนวน 8 โรงเรียน ปีการศึกษา 2563 ภาคเรียนที่ 2 จำนวน 5,704 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาฉะเชิงเทรา อำเภอมะนัง จังหวัดฉะเชิงเทรา ปีการศึกษา 2563 ภาคเรียนที่ 2 ทั้งหมดจำนวน 366 คน ที่ผู้วิจัยใช้การกำหนดสัดส่วนประชากรกับกลุ่มตัวอย่างตามตารางของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie และ Morgan, 1970) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95%

ระยะที่ 2 การเสริมสร้างความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองครั้งนี้ เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาฉะเชิงเทรา อำเภอมะนัง จังหวัดฉะเชิงเทรา ซึ่งได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยพิจารณาจากนักเรียนระยะที่ 1 ที่มีคะแนนความกล้าหาญตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา และมีความสมัครใจที่จะเข้าร่วมการเสริมสร้างความกล้าหาญ จำนวน 16 คน และดำเนินการสุ่มเข้ากลุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เข้าเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่ม



ควบคุม กลุ่มละ 8 คน โดยใช้เกณฑ์ในการกำหนดจำนวนนักเรียนเข้ากลุ่มจากแนวคิดของ Corey (2012) ที่อธิบายว่า ขนาดของกลุ่มที่มีประสิทธิผลมากที่สุดนั้น ควรจะมีสมาชิกจำนวน 8 คน

2. แบบแผนการทดลอง

การทดลองครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองโดยใช้แบบกึ่งทดลอง (Quasi - Experimental Design) โดยแบบแผนการทดลองมีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้มาจากการสุ่มอย่างละ 1 กลุ่ม ทำการทดสอบก่อนการทดลองและหลังการทดลองทั้งสองกลุ่ม (Non-randomized Control Group Pretest- Posttest Design) (พรณี ลีกิจวัฒน์, 2558)

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความกล้าหาญ หาคุณภาพเครื่องมือโดยปรึกษาผู้เชี่ยวชาญทางการให้คำปรึกษากลุ่ม จำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง และความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ของการวิจัยกับเนื้อหา วิธีการ เพื่อนำข้อผิดพลาดมาปรับปรุงแก้ไขต่อไป จากนั้นนำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล คือ แบบวัดความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยหาคุณภาพของเครื่องมือ ตรวจสอบเพื่อหาค่าความเที่ยงตรงตามเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน แล้วนำมาวิเคราะห์เพื่อหาค่าความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.5 ขึ้นไป คัดเลือกข้อคำถามเฉพาะข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 0.21 - 0.64 และมีความเชื่อมั่นความสอดคล้องภายในที่ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.88

4. การดำเนินการวิจัย

4.1 ผู้วิจัยได้นำคะแนนจากการทำแบบวัดความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 366 ฉบับ โดยคัดเลือกแบบเจาะจงนักเรียนที่มีคะแนนความกล้าหาญตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา และมีความสนใจเข้าร่วมการให้คำปรึกษา จำนวน 16 คน และเก็บคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest) ไว้ จากนั้นได้สุ่มอย่างง่ายกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

4.2 ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความกล้าหาญทั้งหมด 10 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง และกลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม

4.3 เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวน 16 คน ทำการทดสอบ โดยการใช้แบบวัดความกล้าหาญอีกครั้ง แล้วนำคะแนนที่ได้ทำให้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

4.4 นำคะแนนที่ได้จากก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ทั้งของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

4.5 หลังจบการทดลองแล้ว ผู้วิจัยได้ให้ความรู้เรื่องความกล้าหาญแก่กลุ่มควบคุม

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

5.1 วิเคราะห์คะแนนความกล้าหาญของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายโดยการคำนวณค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน



5.2 เปรียบเทียบคะแนนความกล้าหาญก่อนและหลังการให้คำปรึกษากลุ่มของกลุ่มทดลอง วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าสถิติ t-test for Dependent Samples และเปรียบเทียบคะแนนความกล้าหาญ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าสถิติ t-test for Independent Samples

ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ผู้วิจัยได้นำข้อมูลจากแบบวัดความกล้าหาญของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มาวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละของข้อมูลทั่วไป จำแนกตามสถานศึกษา ระดับชั้น และเพศ ดังตาราง 1

ตาราง 1 จำนวนและค่าร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบวัดความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (n = 366)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	99	27.05
หญิง	267	72.95
รวม	366	100
2. ระดับชั้น		
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4	118	32.24
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5	123	33.61
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6	125	34.15
รวม	366	100
3. โรงเรียน		
โรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎ์	130	35.52
โรงเรียนดัดดรุณี	89	24.32
โรงเรียนวัดโสธรวรารามวรวิหาร	65	17.76

ตาราง 1 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
โรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎ์ 2	47	12.84
โรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎ์ 3 ชนะสงสารวิทยา	12	3.28
โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาเปรังวิสุทธาธิบตี	11	3.01
โรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎ์ 5	5	1.37
โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ ฉะเชิงเทรา	7	1.91
รวม	366	100



ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตาราง 1 พบว่า นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 72.95 และเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 27.05 เมื่อพิจารณาจากระดับชั้น พบว่า ส่วนใหญ่อยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 คิดเป็นร้อยละ 34.15 รองลงมาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 คิดเป็นร้อยละ 33.61 และระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 คิดเป็นร้อยละ 32.24 ตามลำดับ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนโรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎิ์ คิดเป็นร้อยละ 35.52 รองลงมาคือ โรงเรียนดัดดรุณี คิดเป็นร้อยละ 24.32 โรงเรียนวัดโสธรวรารามวรวิหาร คิดเป็นร้อยละ 17.76 โรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎิ์ 2 คิดเป็นร้อยละ 12.84 โรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎิ์ 3 ชนะสงสารวิทยา คิดเป็นร้อยละ 3.28 โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาเป็ริงวิสุทธิธำมิตี คิดเป็นร้อยละ 3.01 โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ ฉะเชิงเทรา คิดเป็นร้อยละ 1.91 และโรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎิ์ 5 คิดเป็นร้อยละ 1.37 ตามลำดับ

2. ผู้วิจัยได้นำข้อมูลจากแบบวัดความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มาวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเพื่อการศึกษาความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ($n = 366$) ซึ่งมีรายละเอียดดังตาราง 2

ตาราง 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ($n = 366$)

คุณลักษณะของความกล้าหาญ	$\bar{X}$	SD	แปลผล
1. ด้านความกล้า	3.78	.52	มาก
2. ด้านความเพียร	3.64	.54	มาก
3. ด้านความซื่อตรง	3.78	.51	มาก
4. ด้านพลังใจ	3.70	.54	มาก
ความกล้าหาญโดยรวม	3.73	.53	มาก

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตาราง 2 พบว่า ความกล้าหาญของกลุ่มตัวอย่างนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มีความกล้าหาญในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับที่ 3.73 และอยู่ในระดับมากทั้ง 4

3. ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบความแตกต่างของการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง

การเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม	กลุ่มทดลอง หลังทดลอง ($n=8$)		กลุ่มควบคุม หลังทดลอง ($n=8$)		t	p-value
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1. การตระหนักรู้ตนเอง	4.19	0.34	2.86	0.38	7.36**	.00
2. การจัดการตนเอง	3.79	0.28	2.73	0.43	5.82**	.00



3. การตระหนักรู้ทางสังคม	4.05	0.64	2.61	0.38	5.44**	.00
4. การตัดสินใจอย่างรับผิดชอบ	3.96	0.55	2.88	0.89	2.92**	.01
5. การสร้างสัมพันธ์ภาพ	4.18	0.60	2.90	0.52	4.55**	.00
รวม	4.03	0.48	2.80	0.52	6.45**	.00

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตอนที่ 2 การเปรียบเทียบความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
กลุ่มทดลอง ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่ม
ตาราง 3 การเปรียบเทียบความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่เข้าร่วมการให้
คำปรึกษากลุ่ม ก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม (n = 8)

คุณลักษณะของ ความกล้าหาญ	ก่อนทดลอง (n=8)		หลังทดลอง (n=8)		MD	T	p-value
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD			
1. ความกล้า	3.13	.52	4.00	.39	.18	-4.74**	.00
2. ความเพียร	2.81	.17	4.05	.40	.15	-8.06**	.00
3. ความซื่อตรง	3.01	.51	4.06	.39	.25	-4.16**	.00
4. พลังใจ	2.74	.30	4.29	.43	.14	-11.04**	.00
ความกล้าหาญโดยรวม	2.91	.20	4.10	.33	.11	-11.11**	.00

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตาราง 3 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้น
มัธยมศึกษาตอนปลายหลังการให้คำปรึกษากลุ่ม ความกล้าหาญสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ
.01 เช่นเดียวกับคุณลักษณะทั้ง 4 ด้าน

ตอนที่ 3 การเปรียบเทียบความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

3.1 การเปรียบเทียบความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ของ
กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง โดยใช้สถิติ t-test ที่เป็นอิสระต่อกัน
ตาราง 4 การเปรียบเทียบความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ระหว่างกลุ่มทดลอง
และกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง

คุณลักษณะของความกล้า หาญ	ก่อนการทดลอง				T	p-value
	กลุ่มทดลอง (n=8)		กลุ่มควบคุม (n=8)			
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
1. ด้านความกล้า	3.13	.52	2.83	.26	1.44	.17



คุณลักษณะของความกล้า หาญ	ก่อนการทดลอง				T	p-value
	กลุ่มทดลอง (n=8)		กลุ่มควบคุม (n=8)			
	$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD		
2. ด้านความเพียร	2.81	.17	2.82	.10	-.18	.86
3. ด้านความซื่อตรง	3.01	.51	2.88	.14	.74	.47
4. ด้านพลังใจ	2.74	.30	2.60	.17	1.15	.27
ความกล้าหาญโดยรวม	2.91	.20	2.78	.10	1.69	.11

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตาราง 4 พบว่า ความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง ไม่มีความแตกต่างกันหรือแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งโดยรวมและรายด้าน เห็นได้ว่าทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความกล้าหาญใกล้เคียงกัน

3.2 การเปรียบเทียบความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง โดยใช้สถิติ t-test ที่เป็นอิสระต่อกัน ตาราง 5 การเปรียบเทียบความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการทดลอง

คุณลักษณะของความกล้าหาญ	หลังการทดลอง				t	p-value
	กลุ่มทดลอง (n=8)		กลุ่มควบคุม (n=8)			
	$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD		
1. ความกล้า	4.00	.39	3.19	.28	4.82**	.00
2. ความเพียร	4.05	.40	2.94	.28	6.46**	.00
3. ความซื่อตรง	4.06	.39	2.82	.19	8.02**	.00
4. พลังใจ	4.29	.43	2.92	.35	7.03**	.00
ความกล้าหาญโดยรวม	4.10	.33	2.96	.10	9.43**	.00

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตาราง 5 พบว่า การเปรียบเทียบคะแนนความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย หลังการให้คำปรึกษากลุ่ม กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มมีคะแนนความกล้าหาญสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เช่นเดียวกับคุณลักษณะทั้ง 4 ด้าน



สรุปและอภิปรายผล

1. การศึกษาความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีความกล้าหาญโดยภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยของคะแนนสูงสุด คือ ความกล้าความซื่อตรง พลังใจ และความเพียร ตามลำดับ ซึ่งอาจเป็นเพราะขั้นตอนของการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อศึกษาความกล้าหาญจากนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขตเชิงเทรา ที่ศึกษาอยู่ในอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา ทั้ง 8 แห่งนั้น ผู้วิจัยไม่สามารถควบคุมการดำเนินการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการเก็บข้อมูลจากแต่ละโรงเรียนได้โดยสมบูรณ์ กล่าวคือ ไม่สามารถควบคุมการคัดเลือกนักเรียนที่มีลักษณะของผู้ที่ขาดความเชื่อมั่นในความสามารถ ขาดการเห็นคุณค่าในตนเอง และขาดความกล้าหาญในการเผชิญหน้าต่ออุปสรรคทั้งที่เกิดจากภายในตนเองและภายนอก มาทำแบบวัดความกล้าหาญได้ด้วยตัวของผู้วิจัย โดยจากการสอบถามจากครูแนะแนวที่ให้ความอนุเคราะห์ในขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล พบว่า ข้อมูลที่ได้มาจากนักเรียนที่ให้ความร่วมมือทำแบบวัดด้วยความสมัครใจโดยไม่มีการบังคับ จึงเป็นสาเหตุที่ทำให้ผลการศึกษาความกล้าหาญนั้นอยู่ในระดับสูงทั้งภาพรวมและรายด้าน ผลการวิจัยแสดงให้เห็นตรงกันกับที่ เพ็ญภา กุลนภาดล (2560) ได้กล่าวว่า วัยรุ่นที่สามารถผ่านพ้นภาวะวิกฤติในการค้นหาตนเองได้จะมีลักษณะเป็นผู้ที่มีความสามารถในการใช้สติปัญญาเผชิญกับเหตุการณ์ในชีวิตมากกว่าอารมณ์ เลือกเผชิญหน้ากับปัญหามากกว่าเป็นผู้ที่หลีกเลี่ยงปัญหา รู้เท่าทันธรรมชาติของตนและรู้สึกรู้ว่าตนเองสามารถพึ่งและช่วยเหลือตนเองได้ดี ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับความกล้าหาญของปีเตอร์สันและเซลิกแมน (Peterson และ Seligman, 2004) ที่กล่าวว่า จุดแข็งของความกล้าหาญนำมาซึ่งความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายเมื่อเผชิญหน้ากับอุปสรรคทั้งภายนอกและภายใน จะเห็นได้ว่าจากแนวคิดดังกล่าวได้สอดคล้องกับผลการศึกษาความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่ภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก

2. ผลของการเสริมสร้างความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลจากการวิจัยการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่า หลังจากนักเรียนได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มมีค่าเฉลี่ยสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 และเมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน มีคะแนนสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 งานวิจัยในครั้งนี้ พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 และเมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน ของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 งานวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่าการให้คำปรึกษากลุ่มสามารถเสริมสร้างความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ จริยา อัสวพรชกุล และคนอื่น ๆ (2558) ที่ศึกษาการเสริมสร้างพลังทางบวกของนักเรียนวัยรุ่นที่กำลังเรียนอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5



โดยการให้คำปรึกษาปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ พบว่า หลังการทดลองและหลังการติดตามผล พลังทางบวกของนักเรียนวัยรุ่นรายด้านความกล้าหาญเพิ่มขึ้นอยู่ในระดับมาก ดังนั้นจะเห็นได้ว่าการให้คำปรึกษากลุ่มสามารถเสริมสร้างความกล้าหาญได้ และเมื่อพิจารณาเป็นรายได้ พบว่า นักเรียนได้รับการเสริมสร้างดังนี้

2.1 ด้านความกล้า ผู้วิจัยได้เนนการ ดังนี้

2.1.1 สสำรวจความกล้าด้านอารมณ์ ความรู้สึก ในการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งที่ 2 โดยใช้เทคนิคบรรยากาศครอบครัว (Family Constellation) รูปแบบชีวิต (Style of life) และการระลึกความทรงจำในวัยเด็ก (Early Recollections) ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบแอตเลอร์ เพื่อสำรวจโครงสร้างทางสังคมของครอบครัว ระบบความสัมพันธ์ในการพัฒนาความตระหนักรู้ในตนเอง (Power & Griffith, 1987; อ้างถึงใน Corey, 2012: 185 – 186)

2.1.2 ปลุกพลังความกล้าด้านอารมณ์ ความรู้สึก โดยใช้เทคนิคการเป็นตัวแบบ (Modeling) เทคนิคการสร้างจินตภาพ เทคนิคการสร้างคำถามสมมติ เทคนิคการให้กำลังใจ ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบแอตเลอร์ เพื่อให้สมาชิกมีจุดยืนของค่านิยมที่ถูกต้อง ตระหนักว่าความผิดพลาดเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ สร้างจินตภาพที่เหมาะสมกับปัญหาและรูปแบบชีวิตของสมาชิก และเรียกกำลังใจที่สูญหายไปกลับคืนมา (ดวงมณี จงรักษ์. 2549: 92 - 94)

2.1.3 สสำรวจความกล้าด้านความคิด ความเชื่อ โดยใช้เทคนิค A-B-C เทคนิคการโต้แย้งกับความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล และเทคนิคการให้การบ้านด้านการคิด ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจและเรียนรู้ความคิด ความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผลทำให้เกิดอารมณ์และพฤติกรรมที่ไม่สมเหตุสมผล (Corey. 2012: 379)

2.1.4 ปลุกพลังความกล้าด้านความคิด ความเชื่อ โดยใช้เทคนิคด้านอารมณ์ การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข (Unconditional acceptance) และเทคนิคทางความคิดโดยใช้เทคนิคการสอนในการเผชิญกับการพูดกับตนเอง (Teaching coping self-statement) ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม (REBT) เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เข้าถึงตนเอง สามารถมองเห็นพลังที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้มากขึ้น (พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์. 2561: 175 - 176)

2.2 ด้านความซื่อตรง โดยใช้แนวคิดของ โลกแห่งคุณภาพ (Quality World) แนวคิด Choice Theory Total Behavior Car ระบบ WDEP ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง (Wubbolding. 2011) เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีความเป็นตัวของตัวเอง เข้าใจตนเอง มีความรับผิดชอบที่จะตอบสนองความต้องการของตนเอง และกล้าเผชิญความจริง (พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์. 2561: 189)

2.3 ด้านความเพียร ผู้วิจัยได้เนนการ ดังนี้

2.3.1 ความเพียร ด้านพฤติกรรม ใช้ระบบ WDEP ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง เพื่อให้เกิดการทำงานร่วมกันระหว่างผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มในการกำหนดและวางแผนไปสู่เป้าหมาย (Wubbolding & Brickell. 2005; อ้างถึงใน Corey. 2012: 401) โดยใช้การวางแผนตามหลัก SAMI2C3 และเทคนิคการพัฒนาทักษะ (Skill Development) (Wubbolding. 1966a, 1999; อ้างถึงใน ดวงมณี จงรักษ์. 2549: 307 - 311) เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้พัฒนาการวางแผนที่สามารถตอบสนองความต้องการได้ โดยกระบวนการสร้าง



และดำเนินการตามแผนที่วางไว้จะทำให้บุคคลสามารถจัดการชีวิตของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Corey, 2012: 404)

2.3.2 ผลของความเพียร ด้านพฤติกรรม ใช้วิธีการให้กำลังใจและการรับผลที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ (Natural Consequences) ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง (Wubbolding, 1966a, 1999; อ้างถึงใน ดวงณี จงรักษ์, 2549: 311)

2.4 ด้านพลังใจ ผู้วิจัยได้เน้นการ ดังนี้

2.4.1 สิ่งนึกถึงก็ครั้งก็มีพลังใจ ใช้วิธีการให้กำลังใจ (Encouragement) เพื่อมุ่งเน้นในการเสริมสร้างพลังใจแก่สมาชิกกลุ่ม โดยให้เรียนรู้ว่าพลังใจที่เกิดขึ้นนั้นเป็นแรงผลักดันในการมุ่งทำกิจกรรม (Rashid & Seligman, 2019: 146) ที่จะช่วยเพิ่มความกล้าหาญในการเผชิญหน้ากับหน้าที่ในชีวิตของสมาชิก (พัชรารณ ศรีสวัสดิ์, 2561: 106)

2.4.2 ปัจฉิมนิเทศ การส่งต่อพลังใจและยุติกกลุ่ม ใช้วิธีการให้กำลังใจ (Encouragement) ด้วยการส่งต่อกันภายในกลุ่ม (Going around) เพื่อมุ่งเน้นการเสริมสร้างการส่งต่อพลังใจให้แก่สมาชิกกลุ่ม โดยให้เรียนรู้ว่าพลังใจที่เกิดขึ้นนั้นเป็นแรงผลักดันในการมุ่งทำกิจกรรม (Rashid & Seligman, 2019: 146) ที่จะช่วยเพิ่มความกล้าหาญในการเผชิญหน้ากับหน้าที่ในชีวิตของสมาชิก (พัชรารณ ศรีสวัสดิ์, 2561: 106)

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. จากงานวิจัยพบว่า การเสริมสร้างและพัฒนาความกล้าหาญของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ควรพัฒนาให้ครบทั้ง 4 ด้าน เพื่อให้เกิดการเสริมสร้างและพัฒนาความกล้าหาญได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. ผู้ให้คำปรึกษากลุ่มควรศึกษาบริบทของนักเรียนก่อนการใช้สื่อประกอบการให้คำปรึกษาและใช้สื่อประกอบการให้คำปรึกษาอย่างระมัดระวัง

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. จากงานวิจัยในครั้งนี้พบว่า ความกล้าหาญของนักเรียนกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยความกล้าหาญแตกต่างกันออกไป ดังนั้นควรมีการเสริมสร้างความกล้าหาญในแบบอื่น เช่น การให้คำปรึกษารายบุคคล การจัดกิจกรรมแนะแนว การจัดกิจกรรมกลุ่ม การฝึกอบรม เป็นต้น

2. ควรมีการติดตามผลการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม หลังจากจบการให้คำปรึกษากลุ่มไปแล้ว เพื่อศึกษาความคงทนของการพัฒนาการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม

3. ควรมีการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความกล้าหาญ

บรรณานุกรม

เพ็ญภา กุลนาคดล. (2560). การให้การปรึกษาวัยรุ่น *Adolescents Counseling*. กรุงเทพฯ: ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์.



- กรมวิชาการ. (2544). หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544. กรุงเทพฯ: องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.
- จริยา อัครเพชรกุล, ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, และ ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา. (2558). การเสริมสร้างพลังทางบวกของนักเรียนวัยรุ่นโดยการให้การปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ. วารสารพยาบาลทหารบก, 16(3), 79-86.
- ดวงมณี จงรักษ์. (2549). ทฤษฎีการให้การปรึกษาและจิตบำบัดเบื้องต้น. กรุงเทพฯ: สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น).
- พรณี ลีกิจวัฒน์. (2558). วิธีการวิจัยทางการศึกษา *Research methods in education*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาครุศาสตร์อุตสาหกรรม สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง.
- พัชรภรณ์ ศรีสวัสดิ์. (2561). การให้คำปรึกษากลุ่ม (*Group Counseling*) (1). กรุงเทพฯ: แดเน็กอินเตอร์คอร์पोเรชั่น.
- วัชร ทรัพย์มี. (2556b). ทฤษฎีให้บริการปรึกษา (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Corey, G. (2012). *Theory & Practice of Group Counseling*. Brooks/Cole: Cengage Learning.
- Gillham, J. E., และ Seligman, M. E. P. (1999). Footsteps on the road to a positive psychology. *Behaviour Research and Therapy*, 37, S163-S173.
- Krejcie, R. V., และ Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607-610.
- Peterson, C., และ Seligman, M. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*: Oxford University Press, USA.
- Rashid, T., และ Seligman, M. (2019). *Positive Psychotherapy Workbook*. United States of America: Oxford University Press.
- Rogers, C. R. (1970). *Carl Rogers on encounter groups*. New York: Harper & Row.
- Seligman, M. E. P., และ Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Troutner, J. P. (2006). *Integrating Theory, Training, and Practice The Counselor and the Group*: Routledge Taylor & Francis Group.
- Woodard, C. R., และ Pury, C. L. S. (2007). The Construct of Courage: Categorization and Measurement. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 59(2), 135-147.