

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

โปรแกรมการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส
ด้วยเทคนิคการสร้างทรงระเหิมโดยจิตสำนึก

โปรแกรมการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาผสมผสาน
ด้วยเทคนิคการสร้างสรรสนะใหม่โดยจิตสำนึก

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	1. ปฐมนิเทศ สร้างสัมพันธ์ภาพ	1. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้วิจัยและนักเรียนพลตำรวจ 2. เพื่อให้นักเรียนพลตำรวจได้เข้าใจ กฎ กติกา การวิจัย 3. เพื่อให้ให้นักเรียนพลตำรวจมีความรู้ความเข้าใจ เห็นความสำคัญของความท้าทาย ตระหนักถึงการลดความท้าทายและเกิดแรงจูงใจที่จะลดความท้าทาย	1. สร้างสัมพันธ์ภาพโดยผู้วิจัยกล่าวแนะนำตนเองและพูดคุยทั่วๆ ไปและเปิดโอกาสให้นักเรียนพลตำรวจได้แนะนำตนเอง 2. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์และรายละเอียดขั้นตอนการทำวิจัยและการรับโปรแกรมการให้คำปรึกษา 3. ผู้วิจัยและนักเรียนพลตำรวจ ร่วมกันอภิปรายถึงความหมายและความสำคัญของความท้าทายเพื่อให้ตระหนักถึงการลดความท้าทาย
2	1. นำเข้าสู่กระบวนการให้คำปรึกษา	1. เพื่อให้ทราบถึงความรู้สึกเกี่ยวกับความท้าทายของผู้รับคำปรึกษาและกล่าวนำเข้าสู่กระบวนการให้คำปรึกษา	1. ทักถาม เปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้พูดคุย ระบายถึงความท้าทายทั้งในด้านที่ดีและไม่ดี

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
	2. ดำเนินการให้คำปรึกษาตามทฤษฎี NLP ด้วยเทคนิคการสร้างทฤษฎีใหม่โดยจิตสำนึก 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตสีหน้าแววตา ริมฝีปาก ความตึงตัวของกล้ามเนื้อและจังหวะการหายใจ 2.2 ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตความสอดคล้องระหว่างสัญญาณที่ได้รับกับการแสดงออกของสีหน้า แววตา ริมฝีปาก ความตึงตัวของกล้ามเนื้อ และจังหวะการหายใจ 2.3 เหมือนกับข้อ 2.2	2. เพื่อลดความท้อแท้โดยใช้เทคนิคการสร้างทฤษฎีใหม่โดยจิตสำนึก 2.1 เพื่อให้จิตสำนึกได้พบพจน คณา และระบุงการกระทำหรือพฤติกรรมที่ทำให้ท้อแท้ เพื่อให้พร้อมที่จะเปลี่ยนแปลง 2.2 เพื่อประเมินความตั้งใจด้านดี หรือค้นหาพลังบวกของพฤติกรรมเดิม ให้จิตสำนึกได้ตระหนักรู้และจดจำไว้เพื่อนำมาใช้ในการสร้างทางเลือกใหม่ต่อไป 2.3 เพื่อให้ด้านที่สร้างสรรค์คัดเลือกแนวทางเลือกใหม่ ๆ เพื่อที่จะปรับปรุงหรือแทนที่พฤติกรรมเดิม	2. ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสด้วยเทคนิคการสร้างทฤษฎีใหม่โดยจิตสำนึก ตามขั้นตอนต่อไปนี้ (ระยะเวลาประมาณ 30-50 นาที) 2.1 ให้จิตสำนึกของผู้รับคำปรึกษาระบุการกระทำหรือพฤติกรรมที่ต้องการเปลี่ยนแปลง เพราะพฤติกรรมนั้นทำให้ผู้รับคำปรึกษาท้อแท้ 2.2 ให้ด้านที่รับผิดชอบต่อพฤติกรรมเดิมของผู้รับคำปรึกษาบอกกับจิตสำนึกและความคิดสร้างสรรค์ซึ่งด้านดีหรือพลังบวกของพฤติกรรมนี้ 2.3 ให้จิตสำนึกของผู้รับคำปรึกษาใช้ด้านที่สร้างสรรค์สร้างทางเลือกใหม่ ๆ หลาย ๆ ทาง โดยเป็นทางเลือกที่สร้างความพึงพอใจแก่ด้านดีหรือพลังบวกของพฤติกรรมเดิม

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
	2.4 เหมือนกับข้อ 2.2 2.5 เหมือนกับข้อ 2.2 2.6 เหมือนกับข้อ 2.2 2.7 เหมือนกับข้อ 2.2	2.4 เพื่อเลือกแนวทางที่ต้องนำมาใช้กับพฤติกรรมเดิม 2.5 เพื่อประเมินความตั้งใจของผู้จิตได้สำนึกเพื่อที่จะผลักดันให้แนวทางต่าง ๆ ประสบความสำเร็จ 2.6 เพื่อตรวจสอบสภาพนิเวศวิทยา 2.7 เพื่อให้ด้านต่าง ๆ ของร่างกายเห็นด้วยกับทางเลือกใหม่	2.4 ให้จิตสำนึกด้านที่รับผิดชอบต่อพฤติกรรมเดิม คัดเลือกทางเลือกจากที่ได้สร้างไว้หลาย ๆ ทางในข้อ 1.3 โดยเป็นทางเลือกที่ดีที่สุดและสร้างความพึงพอใจของพฤติกรรมเดิมไว้ 2.5 ให้จิตได้สำนึกของผู้รับคำปรึกษาประเมินทางเลือกใหม่ว่ามีความเหมาะสม มีประโยชน์หรือมีความจำเป็นต่อผู้รับคำปรึกษาอย่างไร 2.6 ให้จิตสำนึกของผู้รับคำปรึกษาตรวจสอบด้านต่าง ๆ ของตัวเองและสภาพแวดล้อมรอบ ๆ ตัวถึงด้านที่ไม่เห็นด้วยกับทางเลือกใหม่ (ถ้าเห็นด้วยทุกด้านให้ขอคุณด้านต่าง ๆ ที่รับผิดชอบต่อร่างกายที่ให้ความร่วมมือในการสร้างทางเลือกที่จำเป็นในชีวิต) (ถ้าได้รับคำตอบว่า "มี" ดำเนินการในข้อที่ 7) 2.7 ให้จิตสำนึกของผู้รับคำปรึกษาขอให้ด้านที่ไม่เห็นด้วยสื่อสารถึงข้อโต้แย้งและด้านที่ด

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
	2.8 เหมื่อนกับข้อ 2.2	2.8 เพื่อให้ด้านต่าง ๆ ของร่างกายยอมรับและเห็นด้วยกับทางเลือกที่ปรับปรุงแล้ว	2.8 ให้จิตสำนึกของผู้รับคำปรึกษาขอให้ด้านที่สร้างสรรคปรับปรุงและแก้ไขทางเลือก โดยพิจารณาถึง ข้อโต้แย้งหรือข้อคัดค้านและความตั้งใจดี ๆ ข้อดี หรือ ด้านที่สร้างสรรคของทางเลือกใหม่นี้ (เมื่อได้รับสัญญาณ “ใช่” ให้กลับไปขั้นตอนที่ 5 และ 6 ทำจนกระทั่งทุก ๆ ด้านของร่างกายเห็นด้วย)
	2.9 กล่าวยุติการให้คำปรึกษา	2.9 ปิดโปรแกรมการให้คำปรึกษา	2.9 หลังจากผู้รับคำปรึกษาผ่อนคลายและหาทางเลือกได้ (ขั้นตอนที่ 6) ผู้ให้คำปรึกษายุติขั้นตอนการให้คำปรึกษา
	3. สังเกตลักษณะท่าทางการแสดงออกและประเมินผล	3. ประเมินผลหลังจากปิดขั้นตอนการให้คำปรึกษา	3. ประเมินผลในทันทีเมื่อยุติขั้นตอนการให้คำปรึกษา และประเมินผลในระยะติดตามผลใน 3 สัปดาห์ต่อไป โดยใช้แบบวัดความพอใจ และรายงานผลด้วยตนเองจากคำถามต่อไปนี้
			3.1 สร้างทางเลือกได้หลายทางเลือกหรือไม่ อย่างไร
			3.2 ทางเลือกที่เลือกไว้คืออะไร เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมและมีประโยชน์หรือจำเป็นต่อชีวิตอย่างไร

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			3.3 มีด้านใด ๆ ในร่างกายที่ไม่เห็นด้วยหรือไม่ (ถ้ามี) ปรับปรุงทางเลือกใหม่อย่างไร 3.4 หลังจากสิ้นสุดกระบวนการให้คำปรึกษาผู้สืบทอดอย่างไร 3.5 ผู้สืบทอดอย่างไรต่อกระบวนการทั้งหมด

Conscious Reframing Technique of NLP Counseling Program

Session	Activity	Object	Method
1	1. Orientation and rapport	1. To constructed rapport between the counselor and counsellee 2. To understand the rule, the purpose, the assumption and the condition of research 3. To know and understand the meaning of burnout and aware of his burnout and motivate decrease	1. The counselor will be introduction general of himself then the counsellee introduction himself 2. The counselor explain the purpose and process of research detail then appointment the date, time and place for counseling 3. The counselor and the counsellee cooperate describe the meaning, the importance of burnout. Ask his burnout and identify to decrease burnout.
2	1. Introduce counseling process. 2. To proceed conscious reframing counseling	1. To know burnout of the counsellee and introduce him to the counseling process. 2. In order to decrease burnout of the counsellee under C. R counseling technique	1. Ask the counsellee about his burnout. 2. The counselor going on process of C. R counseling technique. Follow to these steps. (30-50 minutes per 1 session)

Session	Activity	Object	Method
	2.1 Observe facial expression, an expression of an eye, movement, lips, muscle contraction at neck, muscle tone and breathing rhythm	2.1 To take the conscious mind to identify the behavior in counsellee's life that make him burnout.	2.1 Ask the conscious mind to identify the behavior in his life that make him burnout and he need to improvement or change.
	2.2 Observe the congruence between the signals and facial expression, an expression of an eye, movement, lips, muscle contraction at neck, muscle tone and breathing rhythm	2.2 Determine the positive intention behind the behavior pattern.	2.2 Ask the Part running this behavior to communicate its positive intention to his conscious mind and creative part.

Session	Activity	Object	Method
	2.3 same 2.2	2.3 Request the Creative Part to indentify new alternative to replace the behavior.	2.3 Ask the Creative Part of counsellee to generate alternative in many ways Which can satisfying the intention of this part. And ask alternative that is at least as effective, desirable, and available as the old behavior in satisfying its intention.
	2.4 same 2.2	2.4 Select the required alternatives to the old pattern of behavior.	2.4 Ask the part responsible for the old behavior to select from the alternative presented those that are required to satisfy their positive intentions in the most immediately available, effective and desirable ways.
	2.5 same 2.2	2.5 Determine the willingness of the Unconscious Mind to take responsibility for implementing the alternatives.	2.5 Ask the counsellee to determine the willingness of the unconscious mind to implement the new alternative in the appropriate context for as long as necessary in his life.

Session	Activity	Object	Method
	2.6 same 2.2	2.6 Do an ecological check	2.6 Ask the counsellee calibrate the part of the new alternative both of agree or disagree with conscious mind. If none, thank the part for its work. If there are parts that object, proceed to steps 7
	2.7 same 2.2	2.7 Ask for objections and positive intentions	2.7 Ask the counsellee communicate to both of the object part and the positive ways.
	2.8 same 2.2	2.8 Ask the creative part to revise alternatives	2.8 Ask the counsellee prove and to rectify the alternative way. (Then go back to steps 5 and 6 Keep repeating until no objections are registered)
	2.9 Stop process	2.9 To closed counseling programme	2.9 After counsellee relax and find the alternative (Step 6) The counselor stop the process of counseling.
	3. Observed physical expression and questionnaire data	3. Observed physical expression and questionnaire data	3. Immediately closed session and follow up for 3 weeks the counselor evaluate with the Burnout Inventory and self -report from these

Session	Activity	Object	Method
			question: 3.1 Could you find many alternative ways? How? 3.2 What alternative were you choosing? How its appropriated and necessary in your life? 3.3 Were there the objections? If your answer is "yes", how you improved this alternative way? 3.4 How are you, Now? 3.5 How are your thinking and feeling to this counseling technique?

ภาคผนวก ข

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
แบบวัดความท้อแท้

ธันวาคม 2544

เรื่อง ขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

เรียน นักเรียนพลตำรวจ

ด้วยผม ร.ต.ท.วรารุณ ไชยสุวรรณ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา กำลังทำวิจัยเกี่ยวกับความรู้สึกของท่านที่มีต่อ การเรียน การฝึก และการฝึกหัดปฏิบัติราชการ ขณะที่ท่านกำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนตำรวจภูธร 2 ผลการวิจัยจะเป็นภาพรวมที่สามารถนำไปเป็นประโยชน์ต่อ การเรียน การฝึก และการฝึกหัดปฏิบัติราชการของนักเรียนพลตำรวจต่อไป คำถามแต่ละข้อในแบบสอบถามนี้ไม่มีถูกหรือผิด และไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อท่าน

โปรดอ่านและตอบตามความเป็นจริงของท่าน ทุกข้อ เพื่อความสมบูรณ์ของแบบสอบถามที่จะนำมาใช้ในการวิจัย ขอขอบคุณที่ท่านให้ความร่วมมือ

ด้วยความนับถือ

ร.ต.ท.

(วรารุณ ไชยสุวรรณ)

นิสิตปริญญาโท มหาวิทยาลัยบูรพา

แบบสอบถาม

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบวัดความรู้สึกของท่านที่มีต่อการเรียน การฝึก และการฝึกหัดปฏิบัติราชการ ขณะที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนตำรวจภูธร 2 แบบสอบถามนี้มี 60 ข้อ ขอให้ท่านอ่านข้อความแต่ละข้อแล้วโปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับความรู้สึกที่แท้จริงของท่านเพียงช่องเดียว

ตัวอย่าง

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความรู้สึก					
		ทุกๆ วัน	สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง	สัปดาห์ละ 1 ครั้ง	เดือนละ 2-3 ครั้ง	เดือนละ 1 ครั้ง	ไม่เคยเลย
1	ข้าพเจ้ารู้สึกง่วงนอนขณะเรียนภายในห้องเรียนในแต่ละวัน		✓				
2	ข้าพเจ้ารู้สึกหมดเรี่ยวแรงหลังเลิกฝึกในแต่ละวัน				✓		

- ข้อ 1 หมายความว่า ท่านรู้สึกง่วงนอนขณะเรียนภายในห้องเรียนในแต่ละวัน สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง
- ข้อ 2 หมายความว่า ท่านรู้สึกหมดเรี่ยวแรงหลังเลิกฝึกในแต่ละวัน เดือนละ 2-3 ครั้ง

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความรู้สึก					
		ทุกๆ วัน	สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง	สัปดาห์ละ 1 ครั้ง	เดือนละ 2-3 ครั้ง	เดือนละ 1 ครั้ง	ไม่เคย เลย
1	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าการเรียนการสอนภายในห้องเรียนในแต่ละวันทำให้จิตใจห่อเหี่ยว						
2	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าการฝึกภายนอกห้องเรียนในแต่ละวันทำให้จิตใจห่อเหี่ยว						
3	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าการฝึกหัดปฏิบัติราชการในแต่ละวันทำให้จิตใจห่อเหี่ยว						
4	ข้าพเจ้ารู้สึกหมดเรี่ยวแรงหลังจากเลิกฝึกนอกห้องเรียนในแต่ละวัน						
5	ข้าพเจ้ารู้สึกหมดเรี่ยวแรงหลังจากเลิกการฝึกหัดปฏิบัติราชการในแต่ละวัน						
6	ข้าพเจ้ารู้สึกอ่อนเพลียในตอนเช้าเมื่อนึกถึงว่าจะต้องไปเรียนในห้องเรียนอีก						
7	ข้าพเจ้ารู้สึกอ่อนเพลียในตอนเช้าเมื่อนึกถึงว่าจะต้องไปฝึกนอกห้องเรียนอีก						
8	ข้าพเจ้าสามารถเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของครูฝึกได้โดยง่าย						
9	ข้าพเจ้าสามารถเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของตำรวจที่เลี้ยงได้โดยง่าย						
10	ข้าพเจ้าปฏิบัติต่อเพื่อนๆ ที่เกี่ยวข้องบางคนเหมือนกับพวกเขาไม่มีชีวิตจิตใจ						

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความรู้สึก					
		ทุกๆ วัน	สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง	สัปดาห์ละ 1 ครั้ง	เดือนละ 2-3 ครั้ง	เดือนละ 1 ครั้ง	ไม่เคย เลย
11	ข้าพเจ้าปฏิบัติต่อครูฝึกที่เกี่ยวข้องบางคนเหมือนกับพวกเขาไม่มีชีวิตจิตใจ เนื่องจากข้าพเจ้าต้องทำตามคำสั่งของครูฝึก						
12	ข้าพเจ้าปฏิบัติต่อตำรวจพี่เลี้ยงที่เกี่ยวข้องบางคนเหมือนกับพวกเขาไม่มีชีวิตจิตใจ						
13	ข้าพเจ้าตื่นเครียดและกังวลใจในการฝึกหัดปฏิบัติราชการที่ต้องเกี่ยวข้องกับคนอื่น ๆ ตลอดทั้งวัน						
14	ข้าพเจ้าสามารถช่วยเหลือเพื่อนๆ ที่เกี่ยวข้อง แก้ไขปัญหาได้เป็นอย่างดี						
15	ข้าพเจ้าสามารถให้ความร่วมมือหรือปฏิบัติตามครูฝึกในการทำกิจกรรมหรือการฝึกได้เป็นอย่างดี						
16	ข้าพเจ้ารู้สึกเบื่อหน่าย ท้อแท้กับการเรียนภายในห้องเรียนในแต่ละวัน						
17	ข้าพเจ้ารู้สึกเบื่อหน่าย ท้อแท้กับการฝึกภายนอกห้องเรียนในแต่ละวัน						
18	ข้าพเจ้ารู้สึกเบื่อหน่าย ท้อแท้กับการฝึกหัดปฏิบัติราชการในแต่ละวัน						

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความรู้สึก					
		ทุกๆ วัน	สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง	สัปดาห์ละ 1 ครั้ง	เดือนละ 2-3 ครั้ง	เดือนละ 1 ครั้ง	ไม่เคยเลย
19	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าการเรียนการฝึกของข้าพเจ้าที่ปฏิบัติอยู่ส่งผลดีต่อการดำเนินชีวิตของเพื่อนๆ						
20	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าการเรียนการฝึกของข้าพเจ้าที่ปฏิบัติอยู่ส่งผลดีต่อการปฏิบัติหน้าที่ของครูฝึก						-
21	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าการฝึกหัดปฏิบัติราชการของข้าพเจ้าส่งผลดีต่อการปฏิบัติหน้าที่ของตำรวจที่เลี้ยง						
22	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าการฝึกหัดปฏิบัติราชการของข้าพเจ้าส่งผลดีต่อการดำเนินชีวิตของประชาชน						
23	ข้าพเจ้าเริ่มกลายเป็นคนที่มีจิตใจเฉยชาต่อเพื่อนๆ มากขึ้นตั้งแต่เข้าเรียนที่นี่						
24	ข้าพเจ้าเริ่มกลายเป็นคนที่มีจิตใจเฉยชาต่อครูฝึกมากขึ้นตั้งแต่เข้าเรียนที่นี่						
25	ข้าพเจ้าเริ่มกลายเป็นคนที่มีจิตใจเฉยชาต่อดำรวจที่เลี้ยงมากขึ้นตั้งแต่การฝึกหัดปฏิบัติราชการ						
26	ข้าพเจ้าเริ่มกลายเป็นคนที่มีจิตใจเฉยชาต่อประชาชนมากขึ้นตั้งแต่เข้าเรียนที่นี่						
27	ข้าพเจ้าวิตกกังวลว่าการเรียนในโรงเรียนนี้ทำให้ตนเองเป็นคนที่มีความตั้งใจแ่่งกระด้างขึ้น						

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความรู้สึก					
		ทุกๆ วัน	สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง	สัปดาห์ละ 1 ครั้ง	เดือนละ 2-3 ครั้ง	เดือนละ 1 ครั้ง	ไม่เคย เลย
28	ข้าพเจ้าวิตกกังวลว่าการฝึกใน โรงเรียนนี้ทำให้ตนเองเป็นคนที่ มีจิตใจแข็งกระด้างขึ้น						
29	ข้าพเจ้าวิตกกังวลว่าการฝึกหัด ปฏิบัติราชการทำให้ตนเองเป็น คนที่มีจิตใจแข็งกระด้างขึ้น						
30	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองกระตือ รือร้นและเอาจริงเอาจังต่อการ เรียนภายในห้องเรียน						
31	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองกระตือ รือร้นและเอาจริงเอาจังต่อการ ฝึกภายนอกห้องเรียน						
32	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเรียนภายใน ห้องเรียนในแต่ละวันทำให้ คับข้องใจ						
33	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเรียนฝึกภายนอก ห้องเรียนในแต่ละวันทำให้ คับข้องใจ						
34	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองเรียน ภายในห้องเรียนมากเกินไป						
35	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองฝึก ภายนอกห้องเรียนมากเกินไป						
36	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองฝึกหัด ปฏิบัติราชการมากเกินไป						
37	ข้าพเจ้าไม่สนใจว่าเกิดอะไรขึ้น กับเพื่อนๆ บางคน						
38	ข้าพเจ้าไม่สนใจว่าเกิดอะไรขึ้น กับครูฝึกบางคน						

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความรู้สึก					
		ทุกๆ วัน	สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง	สัปดาห์ละ 1 ครั้ง	เดือนละ 2-3 ครั้ง	เดือนละ 1 ครั้ง	ไม่เคย เลย
39	ข้าพเจ้าไม่สนใจว่าเกิดอะไรขึ้น กับตำรวจพี่เลี้ยงบางคน						
40	ข้าพเจ้าไม่สนใจว่าเกิดอะไรขึ้น กับประชาชนบางคน						
41	การเรียน การฝึกต่างๆ ที่ เกี่ยวข้องกับเพื่อนๆ โดยตรง ทำให้ข้าพเจ้าเกิดความเครียด มากขึ้น						
42	การเรียน การฝึกต่างๆ ที่ เกี่ยวข้องกับครูฝึกโดยตรงทำให้ ข้าพเจ้าเกิดความเครียดมากขึ้น						
43	การเรียน การฝึกต่างๆ ที่ เกี่ยวข้องกับตำรวจพี่เลี้ยง โดยตรงทำให้ข้าพเจ้าเกิด ความเครียดมากขึ้น						
44	การเรียน การฝึกต่างๆ ที่ เกี่ยวข้องกับประชาชนโดยตรง ทำให้ข้าพเจ้าเกิดความเครียด มากขึ้น						
45	ข้าพเจ้าสามารถสร้าง บรรยากาศที่เป็นกันเองกับ เพื่อนๆ ได้ง่าย						
46	ข้าพเจ้าสามารถสร้าง บรรยากาศที่เป็นมิตรกับครูฝึก ได้ง่าย						
47	ข้าพเจ้าสามารถสร้าง บรรยากาศที่เป็นกันเองกับ ประชาชนได้ง่าย						

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความรู้สึก					
		ทุกๆ วัน	สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง	สัปดาห์ละ 1 ครั้ง	เดือนละ 2-3 ครั้ง	เดือนละ 1 ครั้ง	ไม่เคย เลย
48	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเร้าใจเบิกบานใจ มีความสุขที่ได้เรียนและฝึก ใกล้ชิดกับเพื่อนๆ						
49	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเร้าใจเบิกบานใจ มีความสุขที่ได้เรียนและฝึก ใกล้ชิดกับครูฝึก						
50	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเร้าใจเบิกบานใจ มีความสุขที่ได้ฝึกหัดปฏิบัติ ราชการใกล้ชิดกับตำรวจพี่เลี้ยง						
51	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเร้าใจเบิกบานใจ มีความสุขที่ได้ฝึกหัดปฏิบัติ ราชการใกล้ชิดกับประชาชน						
52	ข้าพเจ้าประสบความสำเร็จอันมี คุณค่ามากมายจากการเรียน ภายในห้องเรียน						
53	ข้าพเจ้าประสบความสำเร็จอันมี คุณค่ามากมายจากการฝึก ภายนอกห้องเรียน						
54	ข้าพเจ้าประสบความสำเร็จอันมี คุณค่ามากมายจากการฝึกหัด ปฏิบัติราชการ						
55	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าหมดความอดทน ที่จะเรียนภายในห้องเรียนอีก ต่อไป						
56	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าหมดความอดทน ที่จะฝึกภายนอกห้องเรียนอีก ต่อไป						
57	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าหมดความอดทน ที่จะฝึกการฝึกหัดปฏิบัติราชการ อีกต่อไป						

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความรู้สึก					
		ทุกๆ วัน	สัปดาห์ละ 2-3 ครั้ง	สัปดาห์ละ 1 ครั้ง	เดือนละ 2-3 ครั้ง	เดือนละ 1 ครั้ง	ไม่เคย เลย
58	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณมีก้มจะ ดำเนินข้าพเจ้าในปัญหาต่างๆ ของเขาหรือเมื่อเขาเกิดปัญหา						
59	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณมีเลี่ยมมักจะ ดำเนินข้าพเจ้าในปัญหาต่างๆ ของเขาหรือเมื่อเขาเกิดปัญหา						
60	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณมีประชาชนมักจะ ดำเนินข้าพเจ้าในปัญหาต่างๆ ของเขาหรือเมื่อเขาเกิดปัญหา						

ภาคผนวก ค

สูตรการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ

วิธีวิเคราะห์ความแปรปรวน

	Pre	Post	Follow up	Subject Total
กลุ่มควบคุม	110	97	88	295
	128	136	123	387
	147	86	100	333
	107	139	137	383
	127	67	71	265
	125	135	149	409
Total	744	660	668	2072
กลุ่มทดลอง	168	128	149	445
	125	108	102	335
	156	113	146	415
	164	145	158	467
	169	107	99	375
	111	95	68	274
Total	893	696	722	2311
Interval Totals	1637	1356	1390	4383

แสดงวิธีการคำนวณ (Howell, 1997, pp. 460-463)

$$\begin{aligned}
 SS_{\text{total}} &= \sum X^2 \cdot \frac{(\sum X)^2}{N} = \frac{(110^2+128^2+\dots+99^2+68^2)}{36} - \frac{(4383)^2}{36} \\
 &= 561105 - 533630.25 = 27474.75
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 SS_{\text{subj}} &= \frac{\sum T_s^2}{I} - \frac{(\sum X)^2}{N} = \frac{(295^2+387^2+\dots+274^2)}{3} - \frac{(4383)^2}{36} \\
 &= 549381 - 533630.25 = 15750.75
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 SS_{\text{groups}} &= \frac{\sum T_g^2}{ni} - \frac{(\sum X)^2}{N} = \frac{(2072^2+2311^2)}{18} - \frac{(4383)^2}{36} \\
 &= 535216.9 - 533630.2 = 1586.65
 \end{aligned}$$

$$SS_{\text{intervals}} = \frac{\sum T_i^2}{ng} - \frac{(\sum X)^2}{N} = \frac{(1637^2 + 1356^2 + 1390^2)}{12} - \frac{(4383)^2}{36}$$

$$= 537550.4 - 553630.2 = 3920.15$$

$$SS_{\text{cells}} = \frac{\sum T_{ij}^2}{n} - \frac{(\sum X)^2}{N} = \frac{(744^2 + 660^2 + \dots + 722^2)}{6} - \frac{(4383)^2}{36}$$

$$= 539751.5 - 553630.2 = 6121.3$$

$$SS_{I \times G} = SS_{\text{cells}} - SS_{\text{groups}} - SS_{\text{interval}}$$

$$= 6121.3 - 1586.65 - 3920.15 = 614.5$$

$$SS_{\text{w/in subj}} = SS_{\text{total}} - SS_{\text{between subj}}$$

$$= 27474.75 - 15750.75 = 11724$$

$$SS_{\text{Ss w/in groups}} = SS_{\text{between subj}} - SS_{\text{groups}}$$

$$= 15750.75 - 1586.65 = 14164.1$$

$$SS_{I \times \text{Ss w/in groups}} = SS_{\text{w/in subj}} - SS_{\text{intervals}} - SS_{I \times G}$$

$$= 11724 - 3920.15 - 614.5 = 7189.35$$

$$df_{\text{w/in subj}} = df_{\text{total}} - df_{\text{between}}$$

$$= 35 - 11 = 24$$

$$df_{\text{w/in groups}} = df_{\text{between subj}} - df_{\text{groups}}$$

$$= 11 - 1 = 10$$

$$df_{I \times \text{Ss w/in groups}} = df_{\text{w/in subj}} - df_{\text{intervals}} - df_{I \times G}$$

$$= 24 - 2 - 2 = 20$$

$$df_{\text{between subj}} = df_{\text{total}} - df_{\text{w/in subj}}$$

$$= 35 - 24 = 11$$

$$df_{\text{groups}} = p - 1 = 2 - 1 = 1$$

$$df_{\text{intervals}} = q - 1 = 3 - 1 = 2$$

$$df_{I \times G} = (q - 1) \times (p - 1) = 2 \times 1 = 2$$

$$MS_{\text{groups}} = \frac{SS_{\text{group}}}{df_{\text{group}}} = \frac{1586.65}{1} = 1586.65$$

$$MS_{Ss \text{ w/in groups}} = \frac{SS_{Ss \text{ w/in groups}}}{df_{Ss \text{ w/in groups}}} = \frac{14164.1}{10} = 1416.41$$

$$MS_{\text{interval}} = \frac{SS_{\text{interval}}}{df_{\text{interval}}} = \frac{3920.15}{2} = 1960.075$$

$$MS_{I \times G} = \frac{SS_{I \times G}}{df_{I \times G}} = \frac{614.5}{2} = 307.25$$

$$MS_{I \times Ss \text{ w/in groups}} = \frac{SS_{I \times Ss \text{ w/in groups}}}{df_{I \times Ss \text{ w/in groups}}} = \frac{7189.35}{20} = 359.4675$$

$$F_{\text{group}} = \frac{MS_{\text{group}}}{MS_{Ss \text{ w/in group}}} = \frac{1586.65}{1416.41} = 1.12019$$

$$F_{\text{interval}} = \frac{MS_{\text{interval}}}{MS_{I \times Ss \text{ w/in group}}} = \frac{1960.075}{359.4675} = 5.4527$$

$$F_{I \times G} = \frac{MS_{I \times G}}{MS_{I \times Ss \text{ w/in group}}} = \frac{307.25}{359.4675} = 0.8$$

Source of variation	df	SS	MS	F	p
Between subjects	11	15750.75		1.1209	
Group (G)	1	1586.65	1586.65		
Ss w/in group	10	14164.1	1416.41		
Within subjects	24	11724			
Interval (1)	2	3920.15	1960.075	5.4527*	
I x G	2	614.5	307.25	0.8547	
I x Ss w/in group	20	7189.35	359.4675		
Total	35	27474.75			

$$F_{05}(1, 10) = 4.96, F_{05}(2, 20) = 3.49, F_{05}(2, 20) = 3.49 \quad *p < .05$$

Simple effect ของระยะเวลาในกลุ่มทดลอง (Howell, 1997, p.456)

$$SS_{\text{total}} = \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N} = 311589 - 296706.7$$

$$= 14882.3$$

$$SS_{\text{subjects}} = \frac{\sum T_s^2}{W} - \frac{(\sum X)^2}{N} = 305421.7 - 296706.7$$

$$= 8715$$

$$SS_{\text{intervals}} = \frac{\sum T_W^2}{N} - \frac{(\sum X)^2}{N} = 300524.8 - 296706.7$$

$$= 3818.1$$

$$SS_{\text{error}} = SS_{\text{total}} - SS_{\text{subject}} - SS_{\text{intervals}}$$

$$= 14882.3 - 8715 - 3818.1 = 2349.2$$

$$df_{\text{between subj}} = n - 1 = 6 - 1 = 5$$

$$df_{\text{interval}} = q - 1 = 3 - 1 = 2$$

$$df_{\text{error}} = (q - 1) \times (n - 1) = 2 \times 5 = 10$$

$$\begin{aligned}
 df_{\text{total}} &= df_{\text{between subj}} + df_{\text{interval}} + df_{\text{error}} \\
 &= 5 + 2 + 10 = 17 \\
 MS_{\text{interval}} &= \frac{SS_{\text{interval}}}{df_{\text{interval}}} = \frac{3818.1}{2} = 1909.05 \\
 MS_{\text{error}} &= \frac{SS_{\text{error}}}{df_{\text{error}}} = \frac{2349.2}{10} = 234.92 \\
 F &= \frac{MS_{\text{interval}}}{MS_{\text{error}}} = \frac{1909.05}{234.92} = 8.1264
 \end{aligned}$$

Simple effect ของระยะเวลาในกลุ่มควบคุม (Howell, 1997, p.456)

$$\begin{aligned}
 SS_{\text{total}} &= \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N} = 249516 - 238510.2 \\
 &= 11005.78 \\
 SS_{\text{subjects}} &= \frac{\sum T_s^2}{W} - \frac{(\sum X)^2}{N} = 243659.3 - 238510.2 \\
 &= 5449.1 \\
 SS_{\text{intervals}} &= \frac{\sum T_W^2}{N} - \frac{(\sum X)^2}{N} = 239226.7 - 238510.2 \\
 &= 716.5 \\
 SS_{\text{error}} &= SS_{\text{total}} - SS_{\text{subjects}} - SS_{\text{intervals}} \\
 &= 11005.78 - 5449.1 - 716.5 = 4840.18 \\
 df_{\text{between subj}} &= n - 1 = 6 - 1 = 5 \\
 df_{\text{interval}} &= q - 1 = 3 - 1 = 2
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 df_{\text{error}} &= (q - 1) \times (n - 1) &= 2 \times 5 &= 10 \\
 &= 5 + 2 + 10 &= 17 \\
 MS_{\text{interval}} &= \frac{SS_{\text{interval}}}{df_{\text{interval}}} &= \frac{716.5}{2} &= 358.25 \\
 MS_{\text{error}} &= \frac{SS_{\text{error}}}{df_{\text{error}}} &= \frac{4840.18}{10} &= 484.018 \\
 F &= \frac{MS_{\text{interval}}}{MS_{\text{error}}} &= 0.7402
 \end{aligned}$$

ผลการทดสอบ simple effect ของระยะเวลาในกลุ่มทดลอง

Source	df	SS	MS	F
Between subjects	5	8715		
Interval	2	3818.1	1909.05	8.1264*
Error	10	2349.2	234.92	
Total	20	14882.3		

$$F_{.05}(2, 10) = 4.10$$

ผลการทดสอบ simple effect ของระยะเวลาในกลุ่มควบคุม

Source	df	SS	MS	F
Between subjects	5	5449.1		
Interval	2	716.5	358.25	0.7402
Error	10	4840.18	484.018	
Total	20	11005.78		

$$F_{.05}(2, 10) = 4.10$$

Simple effect ของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง (Howell, 1997, pp. 470-471)

$$\begin{aligned}
 SS_{G \text{ at Int.1}} &= \frac{744^2}{6} + \frac{893^2}{12} - \frac{1637^2}{12} \\
 &= 225164.2 - 223314.1 = 1850.1 \\
 SS_{w/in \text{ cell}} &= SS_{ss \text{ w/in group}} + SS_{I \times Ss \text{ w/in groups}} \\
 &= 14164.1 + 7189.35 = 21353.45 \\
 MS_{w/in \text{ cell}} &= \frac{SS_{w/in \text{ cell}}}{df_{ss \text{ w/in group}} + df_{I \times Ss \text{ w/in group}}} \\
 &= \frac{21353.45}{10 + 20} = 711.7817 \\
 F_{G \text{ at Int.1}} &= \frac{MS_{G \text{ at Int.1}}}{MS_{w/in \text{ cell}}} = \frac{1850.1}{711.7817} = 2.599 \\
 df_{\text{between group}} &= p - 1 = 2 - 1 = 1 \\
 df_{\text{within cell}} &= df_{Ss \text{ w/in group}} + df_{I \times Ss \text{ w/in group}} \\
 &= 10 + 20 = 30 \\
 f' &= \frac{(U + V)^2}{\frac{U^2}{df_u} + \frac{V^2}{df_v}} \\
 f' &= \frac{(14164.1 + 7189.35)^2}{\frac{14164.1^2}{10} + \frac{7189.35^2}{20}} = 20.1342 \\
 u &= SS_{ss \text{ w/in group}} = 14164.1 \\
 v &= SS_{I \times Ss \text{ w/in group}} = 7189.35 \\
 df_u &= 10
 \end{aligned}$$

$$df_v = 20$$

Simple effect ของวิธีการทดลองในระยะหลังการทดลอง (Howell, 1997, pp. 470-471)

$$SS_{G \text{ at Int.2}} = \frac{660^2}{6} + \frac{696^2}{12} - \frac{1356^2}{12} = 108$$

$$\begin{aligned} SS_{w/in \text{ cell}} &= SS_{ss \text{ w/in group}} + SS_{I \times Ss \text{ w/in}} \\ &= 14164.1 + 7189.35 = 21353.45 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} MS_{w/in \text{ cell}} &= \frac{SS_{w/in \text{ cell}}}{df_{ss \text{ w/in group}} + df_{I \times Ss \text{ w/in group}}} \\ &= \frac{21353.45}{30} = 711.7817 \end{aligned}$$

$$F_{G \text{ at Int. 2}} = \frac{F_{G \text{ at Int. 2}}}{MS_{w/in \text{ cell}}} = \frac{108}{711.7817} = 0.1517$$

$$df_{\text{between group}} = p - 1 = 2 - 1 = 1$$

$$\begin{aligned} df_{\text{within cell}} &= df_{Ss \text{ w/in group}} + df_{I \times Ss \text{ w/in group}} \\ &= 10 + 20 = 30 \end{aligned}$$

$$f' = \frac{(U + V)^2}{\frac{U^2}{df_u} + \frac{V^2}{df_v}}$$

$$f' = 20.1342$$

$$u = SS_{ss \text{ w/in group}} = 14164.1$$

$$v = SS_{I \times Ss \text{ w/in group}} = 7189.35$$

$$df_u = 10$$

$$df_v = 20$$

Simple effect ของวิธีการทดลองในระยะติดตามผล (Howell, 1997, pp. 470-471)

$$SS_{G \text{ at Int.3}} = \frac{668^2 + 722^2}{6} - \frac{1390^2}{12} = 161251.3 - 161008.3$$

$$= 243$$

$$SS_{w/in \text{ cell}} = SS_{ss \text{ w/in group}} + SS_{I \times Ss \text{ w/in}} \\ = 21353.45$$

$$MS_{w/in \text{ cell}} = \frac{SS_{w/in \text{ cell}}}{df_{ss \text{ w/in group}} + df_{I \times Ss \text{ w/in group}}} \\ = 711.7817$$

$$F_{G \text{ at Int.3}} = \frac{MS_{G \text{ at Int.3}}}{MS_{w/in \text{ cell}}} = \frac{243}{711.7817} = 0.3414$$

$$df_{\text{between group}} = p - 1 = 2 - 1 = 1$$

$$df_{\text{within cell}} = df_{Ss \text{ w/ in group}} + df_{I \times Ss \text{ w/ in group}} \\ = 10 + 20 = 30$$

$$f' = \frac{(U + V)^2}{\frac{U^2}{df_u} + \frac{V^2}{df_v}}$$

$$f' = 20.1342$$

$$u = SS_{ss \text{ w/in group}} = 14164.1$$

$$v = SS_{I \times Ss \text{ w/ in group}} = 7189.35$$

$$df_u = 10$$

$$df_v = 20$$

ผลการทดสอบ simple effect ของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง

Source	df	SS	MS	F
Between group	1	1850.1		2.599
Within cell	30	21353.45	711.7817	

$$F_{.05}(1, 20) = 4.35$$

ผลการทดสอบ simple effect ของวิธีการทดลองในระยะหลังการทดลอง

Source	df	SS	MS	F
Between group	1	108		0.1517
Within cell	30	21353.45	711.7817	

$$F_{.05}(1, 20) = 4.35$$

ผลการทดสอบ simple effect ของวิธีการทดลองในระยะติดตามผล

Source	df	SS	MS	F
Between group	1	243		0.3414
Within cell	30	21353.45	711.7817	

$$F_{.05}(1, 20) = 4.35$$

ภาคผนวก ง

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือ

1. Prof. Imelda V.G. Villar นักจิตวิทยาคลินิก
 ผู้อำนวยการศูนย์แนะแนว St.Scholastica's College
 อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญประจำ The De La Salle University และ
 St. Sc Scholastica's College กรุงมะนิลา ประเทศฟิลิปปินส์
 (โปรแกรมการให้คำปรึกษาด้วยเทคนิคการสร้างทรงคนะใหม่
 โดยจิตสำนึก)
2. ผศ.ดร.เฉลิมวงศ์ วัฒนสุนทร รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ มหาวิทยาลัยศรีปทุม
 วิทยาเขตชลบุรี และผู้ทรงคุณวุฒิทางจิตวิทยา
 (แบบวัดความท้อแท้)
3. น.พ.ทรงสิทธิ์ อุดมสิน จิตแพทย์ 7 กลุ่มงานจิตเวช โรงพยาบาลชลบุรี
 (แบบวัดความท้อแท้)
4. อ.ดร.สมโภชน์ อเนกสุข อาจารย์ประจำภาควิชาวิจัยและวัดผลการศึกษา
 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
 (แบบวัดความท้อแท้)
5. ร.ต.อ.ญ.ทิพย์วัลย์ เรืองศรี อาจารย์ประจำวิชาจิตวิทยา โรงเรียนตำรวจภูธร 2
 (แบบวัดความท้อแท้)