

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

โปรแกรมการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส
ด้วยเทคนิคการวางแผนอนาคต

The Future Planner Technique for NLP Counseling Program

Session	Activity	Object	Procedure
I	1. Orientation and Rapport	1. To constructed rapport between the counselor and counselee. 2. To establish a warm atmosphere enabling trust and friendship , promote disclosure and help to cooperate in the research. 3. To understand the rule , the purpose , the assumption and the condition of research. 4. To know and understand the meaning of future orientation and aware of development her/his future orientation and motivate to develop future orientation. 5. To know and practice the NLP relaxation method.	1. The counselor will introduce herself. 2. The counselor let counselee introduce herself / himself. 3. The counselor explain the purpose and process of research detail then appoint the date , time and place for counseling. 4. The counselor and the counselee discuss the meaning , the importance of future orientation. Ask counselee for her / his future orientation and goal of life and identify goal to develop future orientation. 5. The counselor will introduce NLP relaxation technique as follow...
	2. Relaxation Training		

Session	Activity	Object	Procedure
2	1. Introduce the counseling process.	1. To know about thinking and feeling of future orientation of the counselee and introduce her / him to the counseling process.	5.1 The counselee will be asked to sit comfortably and close her/his eyes. 5.2 The counselor suggest counselee to relax by classical relaxation technique. (practice in step 5.1-5.3 about 20 minutes)
	2. To proceed the Future Planner (FP)	2. In order to develop future orientation of the counselee under FP technique counseling.	1. Ask the counselee about goal of life and her / his living activities. 2. The counselor going on process of FP technique counseling. (follow to these steps. 60 minutes per 1 session)
	2.1 observe facial expression, eyes lid movement , lip, muscle tone and breathing rhythm.	2.1 To make the counselee reach to the Unconscious Mind.	2.1 The counselor lead the counselee into trance state using classical relaxation technique.

Session	Activity	Object	Procedure
	2.2 Observe the very faint or slightly jerky movement of the parts of the body that chosen as signals.	2.2 To communicate and understanding the signals from the Unconscious Mind.	2.2 Ask the counselee to obtain signal "yes" "no" and "instructions not clearly understood".
	2.3 Observe the congruence between the signals and facial expression, eyes lids movements, lip, muscle tone and breathing rhythm.	2.3 To take the Unconscious Mind to identify counselee's characteristic and personality traits that she/he will take it to identify their goals.	2.3 Ask the Unconscious Mind to identify characteristic and personality traits.
	2.4 same as 2.3	2.4 To take the Unconscious Mind to identify counselee's needs / desires.	2.4 Ask the Unconscious Mind to identify needs / desires.
	2.5 same as 2.3	2.5 To take the Unconscious Mind to identify counselee's interests.	2.5 Ask the Unconscious Mind to identify interests.
	2.6 same as 2.3	2.6 To take the Unconscious Mind to identify counselee's personal resources.	2.6 Ask the Unconscious Mind to identify personal resources.
	2.7 same as 2.3	2.7 To take the Unconscious Mind to identify counselee's values.	2.7 Ask the Unconscious Mind to identify values.

Session	Activity	Object	Procedure
2.8 same as 2.3	2.8 To take the Unconscious Mind to identify counselee's condition and circumstances needing consideration for planning.	2.8 Ask the Unconscious Mind to identify condition and circumstances needing consideration for planning.	
2.9 same as 2.3	2.9 To take the Unconscious Mind to identify goals.	2.9 Ask the Unconscious Mind to identify goals.	
2.10 same as 2.3	2.10 To experience selected goal.	2.10 Ask the Unconscious Mind to make counselee's feel what she / he would experience when she / he have actually attained goals.	
2.11 same as 2.3	2.11 To increase the counselee's belief that she / he has goals that can be utilized by determine satisfactoriness of selected goals.	2.11 Ask the Unconscious Mind to determine satisfactoriness of selected goals.	
2.12 same as 2.3	2.12 To prevent the counselee from performing her / him inappropriate goals.	2.12 Ask the Unconscious Mind do an ecological check. (If there are no parts that object , proceed to #s *2.20 and *2.21)	

Session	Activity	Object	Procedure
	2.13 same as 2.3	2.13 To take the counselee enumerate the concrete and specific steps that she / he must take in order to help she / he arrive at goals.	2.13 Ask the Unconscious Mind enumerate the concrete and specific steps that she / he must take in order to help she / he arrive at goals.
	2.14 same as 2.3	2.14 To experience taking the steps.	2.14 Ask the Unconscious Mind to make the counselee feel what she/he would feel if she/her were actually taking each of steps.
	2.15 same as 2.3	2.15 To increase the counselee's belief that she/he has steps that can be utilized by determine satisfactoriness of steps.	2.15 Ask the Unconscious Mind to determine satisfactoriness of steps.
	2.16 same as 2.3	2.16 To prevent the counselee from performing her / him inappropriate steps.	2.16 Ask the Unconscious Mind do an ecological check. (If there are no parts that object , proceed to # 2.17. If there are parts that object , proceed to # s **2.22 and **2.23)

Session	Activity	Object	Procedure
2.17 same as 2.3	2.18 same as 2.3	2.17 To have sensory cues to bring each of those steps when the counselee want to arrive her/his goal for develop her/his future orientation.	2.17 Ask the Unconscious Mind to identify sensory cues that would trigger off the new response.
		2.18 To emphasize the importance message to Conscious Mind for develop future orientation.	2.18 Ask the Unconscious Mind for a final message for develop future orientation.
		2.19 To increase the counselee's belief from the Unconscious Mind ensure that the counselee can bring those steps to take to arrive her / his goals for develop future orientation.	2.19 Ask the Unconscious Mind to future pace and install goals , steps and message.
2.20 same as 2.3	2.21 same as 2.3	2.20 To make other parts agree with selected goals.	*Addition steps when objections are registered in step 2.12.
		2.21 To make other parts accept and agree with new goals.	*2.20 Ask the Unconscious Mind to communicate objection and positive intention to the Creative Part.
			*2.21 Ask the Unconscious Mind to revise goals.

Session	Activity	Object	Procedure
	2.22 same as 2.3	2.22 To make other parts agree with selected steps.	(Go back to # 2.10 and proceed accordingly) ** Addition steps when objections are registered in step 2.16.
	2.23 same as 2.3	2.23 To make other parts accept and agree with new steps.	**2.22 Ask the Unconscious Mind to communicate objections and positive intentions to the Creative Part. **2.23 Ask the Unconscious Mind to revise steps.
	3. Evaluate from ask and interview	3. To find out the effectiveness of treatment..	(Go back to #2.14 and proceed accordingly) 3. Ask and interview about the thoughts , feeling and behaviors of the counselee. The questions follow to... 3.1 How do you feel when you in trance ? 3.2 What happened to you when you were going through the process?

Session	Activity	Object	Procedure
	4. Close Counseling Program.	4. To concluding the result of the Counseling Program and put in the terminal stage.	3.3 Do you watch goals and steps that you make to arrive goals that develop your future orientation clearly? What is the goals and steps? 3.4 How do you feel after you received the FP? 3.5 How do you feel about the Counseling Program? 4. The counselor and counselee cooperating summarize the result of FP on future orientation and close Counseling Program.

โปรแกรมการให้คำปรึกษิตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาธน์พัฒนศาสตร์ด้วยเทคนิคการวางแผนอนาคต

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	1. ปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพ	1. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่กระหวังผู้วิจัยและเยาวชน 2. เพื่อสร้างบรรยากาศของความไว้วางใจ มีความเป็นมิตรและส่งเสริมให้มีการเปิดเผยตนเองมากขึ้น และเต็มใจเข้าร่วมการวิจัย 3. เพื่อให้เยาวชนได้เข้าใจกฎ กติกา การวิจัย	1. สร้างสัมพันธภาพโดยผู้วิจัยกล่าวแนะนำตนเองและพูดคุยทั่ว ๆ ไป 2. เปิดโอกาสให้เยาวชนได้แนะนำตนเอง
		4. เพื่อให้เยาวชนมีความรู้ความเข้าใจเห็นความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต ตระหนักถึงการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต และเกิดแรงจูงใจที่จะพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต 5. เพื่อให้เยาวชนได้รู้จักวิธีผ่อนคลายที่ถูกต้องและฝึกปฏิบัติได้	3. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์และรายละเอียดขั้นตอนการทำวิจัยและชี้แจงนัดวัน เวลา สถานที่ ในการรับโปรแกรมการให้คำปรึกษา 4. ผู้วิจัยและเยาวชนร่วมกันอภิปราย ถึงความหมายและความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต เพื่อให้ตระหนักถึงการพัฒนา ลักษณะมุ่งอนาคต
	5. ฝึกการผ่อนคลาย		5. แนะนำวิธีการฝึกผ่อนคลายตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาธน์พัฒนศาสตร์โดยปฏิบัติดังนี้ 5.1 นั่งหลับตา ในท่าที่สบายบนเก้าอี้ 5.2 ผู้วิจัยกล่าวประโยคนำเพื่อการผ่อนคลายตาม

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2	1. นำเข้าสู่กระบวนการให้คำปรึกษา 2. ดำเนินการให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสด้วยเทคนิคการวางแผนอนาคต 2.1 ผู้ให้คำปรึกษา สังเกตสีหน้า เปลือกตา ริมฝีปาก ความตึงตัวของกล้ามเนื้อและจังหวะการหายใจ 2.2 ผู้ให้คำปรึกษาสังเกตอาการ กระตุก หรือการเคลื่อนไหวที่แผ่วเบา ของอวัยวะ ที่เลือกมากำหนดสัญญาณ 2.3 ผู้ให้คำปรึกษา สังเกตความสอดคล้องระหว่างสัญญาณที่ได้รับกับการแสดงออกของสีหน้า เปลือกตา ริมฝีปาก	1. เพื่อให้ทราบถึงความคิด ความรู้สึกเกี่ยวกับลักษณะ มโนทัศน์ของผู้รับคำปรึกษาและกล่าวนำเข้าสู่กระบวนการ ให้คำปรึกษา 2. เพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตโดยใช้เทคนิคการวาง การอนาคต 2.1 เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษา เข้าสู่อุบัติได้สำนึก 2.2 เพื่อให้สื่อสารกับจิตใต้สำนึก ได้อย่างถูกต้อง 2.3 เพื่อให้จิตใต้สำนึกได้ค้นหาและระบุบุคลิกและ ลักษณะนิสัยส่วนตัวที่จะนำมาเป็นเป้าหมายในชีวิต	ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส 1. จัดทบทวนเปิดโอกาสให้ผู้รับปรึกษาได้พูดคุยระบาย ความคิด ความรู้สึกเกี่ยวกับเป้าหมายในชีวิต และการ ดำเนินชีวิตต่อไป 2. ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้คำปรึกษาตามทฤษฎี โปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสด้วยเทคนิคการวางแผน อนาคตตามขั้นตอนต่อไปนี้ (ระยะเวลาประมาณ 60 นาที) 2.1 ผ่อนคลายผู้รับคำปรึกษาในอยู่ในภวังค์ ตามเทคนิค การผ่อนคลายแบบคลาสสิก 2.2 ให้จิตใต้สำนึกของผู้รับคำปรึกษากำหนดสัญญาณ “ใช่” “ไม่ใช่” และ “กำลังไม่ชัดเจน” 2.3 ให้จิตใต้สำนึกของผู้รับคำปรึกษา ระบุนุคลิกและ ลักษณะนิสัยส่วนตัว

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2.4 เหมือนกับ ข้อ 2.3	2.4 เหมือนกับ ข้อ 2.3 2.5 เหมือนกับ ข้อ 2.3 2.6 เหมือนกับ ข้อ 2.3 2.7 เหมือนกับ ข้อ 2.3 2.8 เหมือนกับ ข้อ 2.3 2.9 เหมือนกับ ข้อ 2.3 2.10 เหมือนกับ ข้อ 2.3	2.4 เพื่อให้จิตได้สำนึกได้ค้นหาและระบุความต้องการและความปรารถนา ที่จะนำมารระบุเป้าหมายในชีวิต	2.4 ให้จิตได้สำนึกของผู้รับปรึกษาความต้องการและความปรารถนา
2.5 เหมือนกับ ข้อ 2.3		2.5 เพื่อให้จิตได้สำนึกได้ค้นหาและระบุความสนใจที่จะนำมารระบุเป้าหมายในชีวิต	2.5 ให้จิตได้สำนึกของผู้รับปรึกษาความสนใจ
2.6 เหมือนกับ ข้อ 2.3		2.6 เพื่อให้จิตได้สำนึกได้ค้นหาและระบุพลังบวกแห่งตนที่จะนำมารระบุเป้าหมายในชีวิต	2.6 ให้จิตได้สำนึกของผู้รับปรึกษาพลังบวกแห่งตน
2.7 เหมือนกับ ข้อ 2.3		2.7 เพื่อให้จิตได้สำนึกได้ค้นหาและระบุค่านิยม ที่จะนำมารระบุเป้าหมายในชีวิต	2.7 ให้จิตได้สำนึกของผู้รับปรึกษาค่านิยม
2.8 เหมือนกับ ข้อ 2.3		2.8 เพื่อให้จิตได้สำนึกได้ค้นหาและระบุเงื่อนไขและสภาพความต้องการ พิจารณาสำหรับการวางแผน	2.8 ให้จิตได้สำนึกของผู้รับปรึกษาความเงื่อนไขและสภาพความต้องการที่ต้องพิจารณาในการวางแผนสำหรับชีวิต
2.9 เหมือนกับ ข้อ 2.3		2.9 เพื่อให้จิตได้สำนึกได้ระบุเป้าหมายที่เหมาะสม	2.9 ให้จิตได้สำนึกของผู้รับพิจารณาลักษณะนิสัยเฉพาะตัว ความต้องการ / ความปรารถนา, ความสนใจ, พลังบวกแห่งตน, ค่านิยม เงื่อนไขและสภาพความต้องการที่ระบุไว้มารวมกันในการพิจารณาและระบุเป้าหมายระยะสั้นและระยะยาวที่เหมาะสม
2.10 เหมือนกับ ข้อ 2.3		2.10 เพื่อให้ฝึกซ้อมประสบการณ์ความรู้สึกับเป้าหมายที่เลือก	2.10 ให้จิตได้สำนึกของผู้รับปรึกษาสร้างประสบการณ์ความรู้สึกับเป้าหมายที่เลือก

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2.11	เหมือนกับ ข้อ 2.3	2.11 เพื่อสร้างความมั่นใจว่าคือเป้าหมายที่ผู้รับค่า บริการจะกระทำให้ได้	2.11 ให้จิตได้สำนึกของผู้รับค่าบริการสร้างความ มั่นใจว่า เป็นเป้าหมายที่จะกระทำให้ได้
2.12	เหมือนกับ ข้อ 2.3	2.12 เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้รับค่าบริการนำเป้าหมาย ที่เหมาะสมไปปฏิบัติ	2.12 ให้จิตได้สำนึกของผู้รับค่าบริการตรวจสอบสภาพ (ถ้าเห็นด้วยทุกด้าน ให้ทำขั้นที่ 2.13 ถ้ามีด้านที่ไม่เห็น ด้วยให้ทำข้อ *2.20 และ *2.21)
2.13	เหมือนกับ ข้อ 2.3	2.13 เพื่อให้จิตได้สำนึกได้ระบุรายละเอียดขั้นตอนที่ จะนำไปปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่เลือก	2.13 ให้จิตได้สำนึกของผู้รับค่าบริการระบุรายละเอียด ขั้นตอนที่ชัดเจนที่ผู้ให้ค่าบริการจะนำไปปฏิบัติ
2.14	เหมือนกับ ข้อ 2.3	2.14 เพื่อฝึกซ้อมประสบการณ์ในความคิดกับขั้นตอน ที่ได้ระบุ	2.14 ให้จิตได้สำนึกของผู้รับค่าบริการสร้างประสบ การณ์กับขั้นตอนที่ได้ระบุ
2.15	เหมือนกับ ข้อ 2.3	2.15 เพื่อสร้างความมั่นใจว่าเป็นขั้นตอนที่เหมาะสมที่ จะนำไปปฏิบัติ	2.15 ให้จิตได้สำนึกของผู้รับค่าบริการสร้างความมั่นใจ ว่าเป็นขั้นตอนที่ควรนำไปปฏิบัติ
2.16	เหมือนกับ ข้อ 2.3	2.16 เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้รับค่าการศึกษานำขั้นตอนที่ไม่ เหมาะสมไปปฏิบัติ	2.16 ให้จิตได้สำนึกของผู้รับค่าบริการตรวจสอบสภาพ (ถ้าเห็นด้วยทุกด้าน ให้ทำขั้น 2.17 ถ้ามีด้านที่ไม่เห็น ด้วยให้ทำขั้น **2.22 และ **2.23)
2.17	เหมือนกับ ข้อ 2.3	2.17 เพื่อให้มีตัวกระตุ้นอัตโนมัติคอยกระตุ้นให้นำขั้น ตอนที่เหมาะสมมาปฏิบัติเมื่อต้องการบรรลุเป้าหมายที่ กำหนดเพื่อให้มีลักษณะมุ่งอนาคตที่ดี	2.17 ให้จิตได้สำนึกของผู้รับค่าบริการระบุสัญลักษณ์ กระตุ้น

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2.18	เหมือนกับ ข้อ 2.3	2.18 เพื่อเน้นย้ำข่าวสารสำคัญที่ส่งให้จิตสำนึกในการระบุเป้าหมายและขั้นตอนที่จะกระทำเพื่อเพิ่มลักษณะมุ่งอนาคต	2.18 ให้จิตได้สำนึกของผู้รับคำปรึกษาข่าวสารสุดท้าย
2.19	เหมือนกับ ข้อ 2.3	2.19 เพื่อสร้างความเชื่อมั่นว่าผู้รับคำปรึกษาจะสามารถนำขั้นตอนที่ระบุมาใช้ปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายที่กำหนดในการเพิ่มลักษณะมุ่งอนาคตจากการรับรองของจิตได้สำนึกและสร้างสัญญาณหลังจากขั้นตอนที่ระบุ	2.19 ขอบคุณจิตได้สำนึกของผู้รับคำปรึกษาและให้จิตได้สำนึกของผู้รับคำปรึกษาารับประกันประสิทธิภาพ
2.20	เหมือนกับ ข้อ 2.3	2.20 เพื่อให้ด้านต่าง ๆ ของร่างกายเห็นด้วยกับเป้าหมายที่เลือก	*ข้อ 2.20-2.21 จะใช้ต่อเนื่องมีด้านที่ไม่เห็นด้วยในขั้นที่ 2.12
2.21	เหมือนกับ ข้อ 2.3	2.21 เพื่อให้ด้านต่าง ๆ ของร่างกายยอมรับและเห็นด้วยกับเป้าหมายใหม่นี้	*2.20 ขอให้ด้านที่ไม่เห็นด้วยของผู้รับคำปรึกษาสื่อสารกับด้านที่ดีและข้อโต้แย้ง *2.21 ให้จิตได้สำนึกของผู้รับคำปรึกษา ปรับปรุงเป้าหมาย (ย้อนกลับไปทำในขั้นตอนที่ 10 และดำเนินการตามขั้นตอนต่อไป)

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
	2.22 เหมือนกับ ข้อ 2.3	2.22 เพื่อให้ด้านต่าง ๆ ของร่างกายเห็นด้วยกับ ขั้นตอนที่เลือก	**2.22-2.23 จะใช้ข้อที่มีด้านที่ไม่เห็นด้วยใน ขั้น 2.16
	2.23 เหมือนกับ ข้อ 2.3	2.23 เพื่อให้ด้านต่าง ๆ ของร่างกาย ยอมรับและเห็น ด้วยกับขั้นตอนใหม่	**2.22 ขอให้ด้านที่ไม่เห็นด้วยของผู้รับคำปรึกษา สื่อสารกับด้านที่คิดและข้อโต้แย้ง **2.23 ให้จิตใต้สำนึกของผู้รับคำปรึกษา ปรับปรุง ขั้นตอน (ย้อนกลับไปทำในขั้นตอนที่ 14 และดำเนินการตามขั้น ตอนต่อไป)
	3. ประเมินผลจากการซักถาม สัมภาษณ์	3. เพื่อประเมินผลของการให้คำปรึกษาโดยใช้เทคนิค การวางแผนอนาคต	3. ผู้ให้คำปรึกษาซักถามและสัมภาษณ์ ความรู้สึก ความคิดต่อลักษณะมุ่งอนาคตของเยาวชนโดยใช้คำถาม ดังต่อไปนี้ 3.1 คุณรู้สึกอย่างไรหลังจากเข้าสู่เวิร์ก ? 3.2 เกิดอะไรขึ้นขณะที่คุณกำลังอยู่ในกระบวนการให้คำ ปรึกษาในการวางแผนอนาคต ?

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			3.3 คุณเห็นภาพเป้าหมายและขั้นตอนที่จะกระทำให้บรรลุเป้าหมายที่จะทำให้คุณมีลักษณะมุ่งอนาคตที่ดีชัดเจนไหม และภาพที่เห็นเป็นอย่างไร 3.4 หลังจากสิ้นสุดกระบวนการให้คำปรึกษาคุณรู้สึกอย่างไร 3.5 คุณรู้สึกอย่างไรต่อกระบวนการให้คำปรึกษาทั้งหมด
4. กล่าวยุติการให้คำปรึกษา		4. เพื่อสรุปผลการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีโปรแกรมการวางแผนอนาคตและยุติการให้คำปรึกษา	4. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาร่วมกันอภิปรายถึงผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีโปรแกรมการวางแผนอนาคตและยุติการให้คำปรึกษา

ภาคผนวก ข

ตัวอย่างแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต
ค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบสอบถาม

ตัวอย่างแบบสอบถาม

คำชี้แจง

แบบสอบถามฉบับนี้เป็นแบบสอบถามแบบเลือกตอบ 3 ตัวเลือก คือ ก, ข และ ค ขอให้ท่านอ่านสถานการณ์แต่ละข้อต่อไปนี้อย่างละเอียดแล้วพิจารณาว่าถ้าเป็นคุณ คุณจะทำอย่างไร โดยทำเครื่องหมาย (X) ให้ตรงกับตัวเลือก

1. ความพยายามและตั้งใจจริงเป็นสิ่งที่ช่วยให้ได้ในสิ่งที่ต้องการ แต่สมผลเห็นตัวอย่างของคนที่ไม่ทำอะไรแล้วได้ในสิ่งที่ต้องการ จากกรณีนี้คุณคิดอย่างไร
 - ก. พยายามทำในสิ่งที่ต้องการเพราะถ้าไม่ทำก็จะไม่ได้
 - ข. ทำในสิ่งที่พอจะทำได้ก็เพียงพอแล้ว
 - ค. จะทำหรือไม่ทำนั้นคงขึ้นอยู่กับโชคชะตา
 2. ไอลูร์ย์บอกกับภุขงศ์ว่าเมื่อทำอะไรผิดพลาด ควรจะจดจำเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นไว้เพื่อไม่ให้เกิดขึ้นอีก หากคุณเป็นภุขงศ์ คุณคิดอย่างไร
 - ก. จำไว้อย่างไอลูร์ย์บอกก็ดีเหมือนกัน
 - ข. เมื่อจะทำอะไรควรคิดไตร่ตรองให้รอบคอบก่อนจะได้ไม่ผิดพลาด
 - ค. คนเราทำผิดพลาดได้แต่ไม่ควรจำไว้
-
-
39. เมื่อมีเพื่อนมาหยอกล้อคุณเวลาทำงาน คุณรู้สึกอย่างไร
 - ก. โกรธเพื่อนที่มาหยอกล้อ เพราะเราไม่ได้เล่นกับเพื่อน
 - ข. หยอกล้อเพื่อนตอบไปบ้างถ้ามีโอกาสแต่ถ้าไม่มีโอกาสเฉยไว้ก่อน
 - ค. ไม่รู้สึกโกรธเพราะคิดว่าเป็นการล้อเล่นกัน
 40. หากคุณทราบว่าการรอคอยนั้นเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดผลดีแล้ว คุณคิดว่า你会ทำอย่างไร
 - ก. ยินดีที่จะรอโดยไม่กระวนกระวาย
 - ข. ไม่อยากเสียเวลารอ อยากทำอะไรก็ทำเลยดีกว่าผลออกมาเหมือน ๆ กัน
 - ค. รอสักหน่อยก็ได้ แต่ถ้ารอนาน ๆ ก็รู้สึกหงุดหงิดและเลิกรอ

ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	.22	21	.29
2	.46	22	.49
3	.39	23	.36
4	.57	24	.74
5	.38	25	.75
6	.41	26	.27
7	.37	27	.56
8	.46	28	.64
9	.51	29	.42
10	.36	30	.48
11	.37	31	.26
12	.36	32	.76
13	.40	33	.76
14	.51	34	.63
15	.49	35	.34
16	.32	36	.70
17	.25	37	.40
18	.47	38	.59
19	.21	39	.43
20	.39	40	.51

ภาคผนวก ก

สูตรการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ

วิธีวิเคราะห์ความแปรปรวน

	Pre	Post	Follow up	Subject Total
กลุ่มทดลอง	99	108	110	317
	100	110	110	320
	100	108	108	316
	101	107	106	314
	102	111	112	325
	104	115	115	334
	104	109	111	324
	107	114	112	333
Total	817	882	884	2583
กลุ่มควบคุม	100	101	100	301
	100	100	100	300
	101	98	101	300
	102	103	103	308
	102	102	102	306
	103	103	103	309
	105	105	105	315
	106	106	106	318
Total	819	818	820	2457
Interval Total	1636	1700	1704	5040

คำนวณค่าผลรวมของคะแนนเบี่ยงเบนกำลังสอง (Sum of Squares)

$$1. \quad SS_{total} = \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N}$$

$$99^2 + 100^2 + 100^2 + \dots + 103^2 + 105^2 + 106^2 - \frac{(5040)^2}{48}$$

$$= 530172 - 529200$$

$$SS_{total} = 972$$

$$2. \quad SS_{Subj} = \frac{\sum T_s^2}{I} - \frac{(\sum X)^2}{N}$$

$$= \frac{317^2 + 320^2 + \dots + 309^2 + 315^2 + 318^2}{3} - \frac{(5040)^2}{48}$$

$$= 529772.6667 - 529200$$

$$SS_{Subj} = 572.666$$

$$3. \quad SS_{groups} = \frac{\sum E^2 G}{ni} - \frac{(\sum X)^2}{N}$$

$$= \frac{2583^2 + 2457^2}{24} - \frac{(5040)^2}{48}$$

$$= 529530.75 - 529200$$

$$SS_{groups} = 330.75$$

$$4. \quad SS_{intervals} = \frac{\sum T_i^2}{ng} - \frac{(\sum X)^2}{N}$$

$$= \frac{(1636)^2 + (1700)^2 + (1704)^2}{16} - \frac{(5040)^2}{48}$$

$$= 529382 - 529200$$

$$SS_{intervals} = 182$$

$$\begin{aligned}
 5. \quad SS_{cell} &= \frac{\sum T^2_{ij}}{n} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= \frac{817^2 + 882^2 + 884^2 + 819^2 + 818^2 + 820^2}{8} - \frac{(5040)^2}{48} \\
 &= 529894.25 - 529200
 \end{aligned}$$

$$SS_{cell} = 694.25$$

$$\begin{aligned}
 6. \quad SS_{I \times G} &= SS_{cell} - SS_{groups} - SS_{intervals} \\
 &= 694.25 - 330.75 - 182 \\
 &= 181.5
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 7. \quad SS_{w/in Subj} &= SS_{total} - SS_{between Subj} \\
 &= 972 - 572.6666 \\
 &= 399.3334
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 8. \quad SS_{SS w/in groups} &= SS_{between Subj} - SS_{groups} \\
 &= 572.6666 - 330.75 \\
 &= 241.9166
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 9. \quad SS_{I \times SS w/in groups} &= SS_{w/in subj} - SS_{intervals} - SS_{I \times G} \\
 &= 399.3334 - 182 - 181.5 \\
 &= 35.8334
 \end{aligned}$$

การแจกแจง Degree of freedom

$$\begin{aligned}
 1. \quad df_{w/in Subj} &= df_{total} - df_{between Subj} \\
 &= 47 - 15 \\
 &= 32
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 2. \quad df_{w/in groups} &= df_{between Subj} - df_{groups} \\
 &= 15 - 1 \\
 &= 14
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
3. \quad df_{1 \times SS \text{ w/in groups}} &= df_{\text{w/in subj}} - df_{\text{intervals}} - df_{IG} \\
&= 32 - 2 - 2 \\
&= 28 \\
4. \quad df_{\text{between subj}} &= df_{\text{total}} - df_{\text{w/in Subj}} \\
&= 47 - 32 \\
&= 15 \\
5. \quad df_{\text{groups}} &= p - 1 \\
&= 2 - 1 \\
&= 1 \\
6. \quad df_{\text{intervals}} &= q - 1 \\
&= 3 - 1 \\
&= 2 \\
7. \quad df_{1 \times G} &= (q - 1) \times (p - 1) \\
&= (3 - 1) \times (2 - 1) \\
&= 2
\end{aligned}$$

คำนวณหาค่า MS

$$\begin{aligned}
1. \quad MS_{\text{group}} &= \frac{SS_{\text{group}}}{df_{\text{group}}} \\
&= \frac{330.75}{1} \\
&= 330.75 \\
2. \quad MS_{SS \text{ w/in groups}} &= \frac{SS_{SS \text{ w/in groups}}}{df_{SS \text{ w/in groups}}} \\
&= \frac{241.9166}{14} \\
&= 17.2797
\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 3. \quad MS_{interval} &= \frac{SS_{interval}}{df_{interval}} \\
 &= \frac{182}{2} \\
 &= 91
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 4. \quad MS_{I \times G} &= \frac{SS_{I \times G}}{df_{I \times G}} \\
 &= \frac{181.5}{2} \\
 &= 90.75
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 5. \quad MS_{I \times SS \text{ w/in groups}} &= \frac{SS_{I \times SS \text{ w/in groups}}}{df_{I \times SS \text{ w/in groups}}} \\
 &= \frac{35.8334}{28} \\
 &= 1.2797
 \end{aligned}$$

การทดสอบผลหลักและปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้น (Main and interactions two factors)

1. ผลหลักของตัวแปรระหว่างตัวอย่าง "วิธีการให้คำปรึกษา" (G)

$$\begin{aligned}
 F_{group} &= \frac{MS_{group}}{MS_{SS \text{ w/in groups}}} \\
 &= \frac{330.75}{17.2797} \\
 &= 19.1409
 \end{aligned}$$

2. ผลหลักของตัวแปรภายในตัวอย่างระหว่างตัวอย่าง "ช่วงเวลา" (I)

$$\begin{aligned}
 F_{interval} &= \frac{MS_{interval}}{MS_{I \times SS \text{ w/in group}}} \\
 &= \frac{91}{1.2797} \\
 &= 71.1070
 \end{aligned}$$

3. ปฏิสัมพันธ์ระหว่างช่วงเวลาและวิธีการ (I x G)

$$\begin{aligned}
 F_{I \times G} &= \frac{MS_{I \times G}}{MS_{I \times SS \text{ w/in group}}} \\
 &= \frac{90.75}{1.2797} \\
 &= 70.9116
 \end{aligned}$$

การทดสอบผลย่อย Simple effect

ผลย่อยของตัวแปรวัดซ้ำ

1. ผลย่อยของระยะเวลาในกลุ่มทดลอง (simple effects of interval at method = experiment)

$$\begin{aligned}
 1. \quad SS_{total} &= \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= 99^2 + 100^2 + 100^2 + \dots + 115^2 + 111^2 + 112^2 - \frac{2583^2}{24} \\
 &= 278521 - 277995.375
 \end{aligned}$$

$$SS_{total} = 525.625$$

$$\begin{aligned}
 2. \quad SS_{Subj} &= \frac{\sum T_s^2}{W} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= \frac{317^2 + 320^2 + 316^2 + \dots + 324^2 + 333^2}{3} - \frac{2583^2}{24} \\
 &= 278129 - 277995.375
 \end{aligned}$$

$$SS_{Subj} = 133.625$$

$$\begin{aligned}
 3. \quad SS_{intervals} &= \frac{\sum T_w^2}{n} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= \frac{817^2 + 882^2 + 884^2}{8} - \frac{2583^2}{24} \\
 &= 278358.625 - 277995.375
 \end{aligned}$$

$$SS_{intervals} = 363.25$$

$$\begin{aligned}
 4. \quad SS_{error} &= SS_{total} - SS_{Subj} - SS_{intervals} \\
 &= 525.625 - 133.625 - 363.25
 \end{aligned}$$

$$SS_{error} = 28.75$$

$$5. \quad df_{between \ subj} = n - 1$$

$$= 8 - 1$$

$$= 7$$

$$\begin{aligned}
 6. \quad df_{\text{intervals}} &= q - 1 \\
 &= 3 - 1 \\
 &= 2 \\
 7. \quad df_{\text{error}} &= (q - 1) \times (n - 1) \\
 &= (3 - 1) \times (8 - 1) \\
 &= 14 \\
 8. \quad df_{\text{total}} &= df_{\text{between Subj}} + df_{\text{intervals}} + df_{\text{error}} \\
 &= 7 + 2 + 4 \\
 &= 23 \\
 9. \quad MS_{\text{interval}} &= \frac{SS_{\text{interval}}}{df_{\text{interval}}} \\
 &= \frac{363.25}{2} \\
 &= 181.625 \\
 10. \quad MS_{\text{error}} &= \frac{SS_{\text{error}}}{df_{\text{error}}} \\
 &= \frac{28.75}{14} \\
 &= 2.0535 \\
 11. \quad F &= \frac{MS_{\text{interval}}}{MS_{\text{error}}} \\
 &= \frac{181.625}{2.0535} \\
 &= 88.4435
 \end{aligned}$$

2. ผลย่อยของระยะเวลาในกลุ่มควบคุม (simple effects of interval at method = control)

$$\begin{aligned}
 1. \quad SS_{total} &= \sum X^2 - \frac{(\sum X^2)}{N} \\
 &= 100^2 + 100^2 + 101^2 + \dots + 103^2 + 105^2 + 106^2 - \frac{2457^2}{24} \\
 &= 251651 - 251535.375
 \end{aligned}$$

$$SS_{total} = 115.625$$

$$\begin{aligned}
 2. \quad SS_{Subj} &= \frac{\sum T_s^2}{W} - \frac{(\sum X^2)}{N} \\
 &= \frac{301^2 + 300^2 + 300^2 + \dots + 315^2 + 318^2}{3} - \frac{2457^2}{24} \\
 &= 251643.6667 - 251535.375
 \end{aligned}$$

$$SS_{Subj} = 108.2916$$

$$\begin{aligned}
 3. \quad SS_{intervals} &= \frac{\sum T_w^2}{n} - \frac{(\sum X^2)}{N} \\
 &= \frac{819^2 + 818^2 + 820^2}{8} - \frac{2457^2}{24} \\
 &= 251535.625 - 251535.375
 \end{aligned}$$

$$SS_{intervals} = 0.25$$

$$\begin{aligned}
 4. \quad SS_{error} &= SS_{total} - SS_{Subj} - SS_{intervals} \\
 &= 115.625 - 108.2916 - 0.25
 \end{aligned}$$

$$SS_{error} = 7.0834$$

$$5. \quad df_{between \ subj} = n - 1$$

$$= 8 - 1$$

$$= 7$$

$$6. \quad df_{intervals} = q - 1$$

$$= 3 - 1$$

$$= 2$$

$$\begin{aligned}
 7. \quad df_{error} &= (q - 1) \times (n - 1) \\
 &= (3 - 1) \times (8 - 1) \\
 &= 14 \\
 8. \quad df_{total} &= df_{between \text{ Subj}} + df_{intervals} + df_{error} \\
 &= 7 + 2 + 4 \\
 &= 23 \\
 9. \quad MS_{interval} &= \frac{SS_{interval}}{df_{interval}} \\
 &= \frac{0.25}{2} \\
 &= 0.125 \\
 10. \quad MS_{error} &= \frac{SS_{error}}{df_{error}} \\
 &= \frac{7.0834}{14} \\
 &= 0.5059 \\
 11. \quad F &= \frac{MS_{interval}}{MS_{error}} \\
 &= \frac{0.125}{0.5059} \\
 &= 0.2471
 \end{aligned}$$

ผลย่อยของตัวแปรวัดต่างกลุ่ม

1. ผลย่อยของวิธีการให้คำปรึกษาในระยะก่อนการทดลอง (simple effects of groups at interval = 1 "pre-test")

$$\begin{aligned}
 1. \quad SS_G \text{ at Int. 1} &= \frac{817^2}{8} + \frac{819^2}{16} - \frac{1636^2}{16} \\
 &= 167281.25 - 167281 \\
 &= 0.25
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
2. \quad SS_{w/in \text{ cell}} &= SS_{SS \text{ w/in group}} + SS_{I \times SS \text{ w/in groups}} \\
&= 241.9166 + 35.8334 \\
&= 277.75 \\
3. \quad MS_{w/in \text{ cell}} &= \frac{SS_{w/in \text{ cell}}}{df_{SS \text{ w/in group}} + df_{I \times SS \text{ w/in group}}} \\
&= \frac{277.75}{14 + 28} \\
&= 6.6130 \\
4. \quad F_G \text{ at Int.1} &= \frac{MS_G \text{ at Int.1}}{MS_{w/in \text{ cell}}} \\
&= \frac{0.25}{6.6130} \\
&= 0.0378
\end{aligned}$$

2. ผลย่อยของวิธีการให้คำปรึกษาในระยหลังการทดลอง (simple effects of groups at interval = 2 “post-test”)

$$\begin{aligned}
1. \quad SS_G \text{ at Int.2} &= \frac{882^2}{8} + \frac{818^2}{16} - \frac{1700^2}{16} \\
&= 180881 - 180625 \\
&= 256 \\
2. \quad F_G \text{ at Int.2} &= \frac{SS_G \text{ at Int.2}}{MS_{w/in \text{ cell}}} \\
&= \frac{256}{6.6130} \\
&= 38.7111
\end{aligned}$$

3. ผลย่อยของวิธีการให้คำปรึกษาในระยะติดตามผล (simple effects of groups at interval = 3 "follow up")

$$\begin{aligned}
 1. \ SS_G \text{ at Int.3} &= \frac{884^2}{8} + \frac{820^2}{16} - \frac{1704^2}{16} \\
 &= 181732 - 181476 \\
 &= 256
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 2. \ F_G \text{ at Int.3} &= \frac{SS_G \text{ at Int.3}}{MS_{w/in \ cell}} \\
 &= \frac{256}{6.6130} \\
 &= 38.7111
 \end{aligned}$$

ปรับ df ด้วยวิธีการของ Welch – Satterwaite

$$f' = \frac{\frac{(U+V)^2}{\frac{U^2}{dfU} + \frac{V^2}{dfV}}}{2}$$

$$U = SS_{w/in \ groups} = 241.9166$$

$$V = SS_{I \times w/in \ groups} = 35.8334$$

$$dfU = 14$$

$$dfV = 28$$

$$\begin{aligned}
 f' &= \frac{\frac{(241.9166 + 35.8334)^2}{\frac{(241.9166)^2}{14} + \frac{(35.8334)^2}{28}}}{2} \\
 &= \frac{77145.0625}{4226.1183} \\
 &= 18.25
 \end{aligned}$$

df(1, 18)

ภาคผนวก ง

ข้อมูลทั่วไปของเยาวชน

ข้อมูลทั่วไปของเยาวชน

กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสด้วยเทคนิคการวางแผน

อนาคต

- คนที่ 1 ผู้ชาย อายุ 17 ปี ต้องคดีเสพและมียาบ้าในครอบครอง อยู่ในสถานพินิจนาน 3 เดือน
- คนที่ 2 ผู้ชาย อายุ 16 ปี ต้องคดีลักทรัพย์ อยู่ในสถานพินิจนาน 2 เดือน
- คนที่ 3 ผู้ชาย อายุ 18 ปี ต้องคดีจำหน่ายยาบ้า อยู่ในสถานพินิจนาน 6 เดือน
- คนที่ 4 ผู้ชาย อายุ 17 ปี ต้องคดีเสพและมียาบ้าในครอบครอง อยู่ในสถานพินิจนาน 3 เดือน
- คนที่ 5 ผู้ชาย อายุ 17 ปี ต้องคดีลักทรัพย์ อยู่ในสถานพินิจนาน 2 เดือน 15 วัน
- คนที่ 6 ผู้หญิง อายุ 18 ปี ต้องคดีเสพและจำหน่ายยาบ้า อยู่ในสถานพินิจนาน 3 เดือน
- คนที่ 7 ผู้หญิง อายุ 17 ปี ต้องคดีเสพและมียาบ้าในครอบครอง อยู่ในสถานพินิจนาน 5 เดือน
- คนที่ 8 ผู้หญิง อายุ 16 ปี ต้องคดีลักทรัพย์ อยู่ในสถานพินิจนาน 2 เดือน

กลุ่มที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสด้วยเทคนิคการ

วางแผนอนาคต

- คนที่ 1 ผู้ชาย อายุ 17 ปี ต้องคดีเสพและมียาบ้าในครอบครอง อยู่ในสถานพินิจนาน 2 เดือน
- คนที่ 2 ผู้ชาย อายุ 16 ปี ต้องคดีลักทรัพย์ อยู่ในสถานพินิจนาน 1 เดือน
- คนที่ 3 ผู้ชาย อายุ 16 ปี ต้องคดีเสพและจำหน่ายยาบ้า อยู่ในสถานพินิจนาน 3 เดือน
- คนที่ 4 ผู้ชาย อายุ 18 ปี ต้องคดีเสพและจำหน่ายยาบ้า อยู่ในสถานพินิจนาน 3 เดือน
- คนที่ 5 ผู้ชาย อายุ 16 ปี ต้องคดีจำหน่ายยาบ้า อยู่ในสถานพินิจนาน 4 เดือน
- คนที่ 6 ผู้หญิง อายุ 17 ปี ต้องคดีเสพและจำหน่ายยาบ้า อยู่ในสถานพินิจนาน 5 เดือน
- คนที่ 7 ผู้หญิง อายุ 18 ปี ต้องคดีลักทรัพย์ อยู่ในสถานพินิจนาน 2 เดือน
- คนที่ 8 ผู้หญิง อายุ 17 ปี ต้องคดีเสพและจำหน่ายยาบ้า อยู่ในสถานพินิจนาน 4 เดือน

ภาคผนวก จ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือ

1. Ms. Imelda V.G. Villar ศาสตราจารย์ นักจิตวิทยาคลินิก
 ผู้อำนวยการศูนย์แนะแนว St. Scholastica's Collage
 อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญประจำ the De La Salle University
 และ St. Scholastica's Collage
 กรุงมนิลา ประเทศฟิลิปปินส์
 (โปรแกรมการให้คำปรึกษาด้วยเทคนิคการวางแผน
 อนาคต)
2. นางสาวสุรินทร์ สุทธิธาทิพย์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อาจารย์พิเศษคณะศึกษาศาสตร์
 มหาวิทยาลัยบูรพา
 (โปรแกรมการให้คำปรึกษาด้วยเทคนิคการวางแผน
 อนาคต และแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต)
3. ม.ร.ว.สมพร สุทัศน์ีย์ รองศาสตราจารย์ อาจารย์ประจำภาควิชาแนะแนว
 และจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
 (แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต)
4. นายเฉลิมวงศ์ วัฒนสุนทร ผู้ช่วยศาสตราจารย์ รองอธิการบดี
 มหาวิทยาลัยศรีปทุม วิทยาเขตชลบุรี
 (แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคต)