

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมคิด บุญเรือง

หัวหน้าภาควิชาและอาจารย์ประจำภาควิชา
การแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
มหาวิทยาลัยบูรพา

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อนงค์ วิเศษสุวรรณ

รองคณบดีฝ่ายบัณฑิตศึกษา
อาจารย์ประจำภาควิชา การแนะแนวและ
จิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์

ผู้อำนวยการ โครงการอีไอพี (EIP)
โรงเรียนสาธิต “พิบูล บำเพ็ญ”
มหาวิทยาลัยบูรพา
ข้าราชการบำนาญ

ภาคผนวก ข
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เลขที่

แบบประเมินตนเอง

คำชี้แจง

แบบทดสอบฉบับนี้ มีจำนวน 52 ข้อ แต่ละข้อมีคำตอบให้เลือก 4 คำตอบ ผู้วิจัยจึงขอให้
นักเรียน ได้ตอบแบบประเมินตนเองฉบับนี้ ตามความรู้สึกของนักเรียนจริงๆ และตอบให้ครบทุกข้อ
ผู้วิจัยขอรับรองว่า ข้อมูลที่นักเรียนตอบทั้งหมดจะถือเป็นความลับ ไม่มีผลต่อคะแนนการเรียนในวิชา
ใดๆ ทั้งสิ้น

ในการตอบแบบทดสอบ ขอให้นักเรียนทำเครื่องหมาย / ในช่องว่างที่ตรงกับความรู้สึกที่แท้
จริงของนักเรียนมากที่สุด ดังตัวอย่างต่อไปนี้

ในขณะนี้....	ไม่มีเลย	มีบ้าง	มีปานกลาง	มีมาก
0). ฉันรู้สึกอึดอัดพูดไม่ออก			/	

ขอขอบพระคุณในความร่วมมือ

(นายทรงวุฒิ อยู่เยี่ยม)

นิสิตปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา

มหาวิทยาลัยบูรพา

แบบประเมินตนเอง

ส่วนที่ 1 ประเมินความรู้สึกที่มีในขณะนี้

คำแนะนำ : ประโยคข้างล่างต่อไปนี้ เป็นประโยคที่บรรยายเกี่ยวกับตัวท่าน ให้ท่านแต่ละ ประโยค และทำเครื่องหมาย / ในช่องคำตอบที่เหมาะสมตรงกับตัวท่านตามลำดับความมากน้อย ตามที่ท่านรู้สึกในขณะนี้ ไม่มีคำตอบถูกหรือผิด โปรดอย่าใช้เวลามากเกินไปในแต่ละข้อ แต่ให้ตอบในช่องที่บรรยายถึงตัวท่านเองว่า ท่านมีความรู้สึกอย่างไรในขณะนี้ได้ดีที่สุด

ในขณะนี้.....	ไม่มีเลย	มีบ้าง	มีปานกลาง	มีมาก
1. ฉันรู้สึกโกรธมาก				
2. ฉันรู้สึกขุ่นเคืองใจ				
3. ฉันรู้สึกโมโห				
4. ฉันรู้สึกอยากตะโกนใส่ใครบางคน				
5. ฉันรู้สึกอยากทุบข้าวของให้แตก				
6. ฉันรู้สึกโกรธจัด				
7. ฉันรู้สึกอยากทุบตีใครสักคน				
8. ฉันรู้สึกโกรธเป็นฟืนเป็นไฟ				
9. ฉันรู้สึกไม่พอใจมาก				
10. ฉันรู้สึกเคืองแค้น				
11. ฉันรู้สึกร้อนรนอยู่ในใจ				
12. ฉันรู้สึกอยากด่าว่าใครสักคน				
13. ฉันรู้สึกอยากผลักออกใครสักคน				
14. ฉันรู้สึกหงุดหงิด				

ส่วนที่ 2 ประเมินลักษณะโดยทั่วไป เกี่ยวกับตัวท่าน

คำแนะนำ : ประโยคข้างล่างต่อไปนี้เป็นประโยคที่บรรยายเกี่ยวกับตัวท่าน ให้ท่านอ่านแต่ละประโยคและทำเครื่องหมาย / ในช่องคำตอบที่เหมาะสมตรงกับตัวท่านตามลำดับความมากน้อย เพื่อบอกให้ทราบว่าท่านรู้สึกโดยทั่ว ๆ ไป เป็นอย่างไร ไม่มีคำตอบถูกหรือผิด โปรดอย่าใช้เวลามากเกินไปในแต่ละข้อ แต่ให้ตอบในช่องที่บรรยายถึงตัวท่านเองว่า ท่านมีความรู้สึกโดยทั่ว ๆ ไป เป็นอย่างไรในขณะนี้ได้ดีที่สุด

โดยทั่ว ๆ ไปแล้ว.....	เกือบจะไม่มีเลย	มีบ้าง	บ่อยครั้ง	เป็นประจำ
15. ฉันโกรธง่าย				
16. ฉันขี้โมโห				
17. ฉันเป็นคนอารมณ์ร้อน				
18. ฉันรู้สึกหงุดหงิดเมื่อไม่ได้รับการยกย่องในผลงานที่ทำไว้				
19. ฉันโกรธมากจนควบคุมไม่ได้				
20. ฉันรู้สึกโกรธจัด ฉันจะพูดจาหยาบคายหรือทำร้ายจิตใจผู้อื่น				
21. เมื่อฉันถูกตำหนิต่อหน้าคนอื่นฉันรู้สึกโกรธมาก				
22. เมื่อฉันรู้สึกอึดอัดกับข้อใจ ฉันอยากทุบตีใครสักคน				
23. ฉันรู้สึกโกรธจัดเมื่อฉันทำงานอย่างดี แต่ถูกมองว่าแย่				
24. ฉันรู้สึกไม่พอใจเมื่อเพื่อนล้อเลียนปมด้อยของฉัน				
25. ฉันรู้สึกหงุดหงิดมากเมื่อมีคนขัดใจ				
26. เมื่อฉันต้องการอะไรแล้วไม่ได้ดังใจฉันจะรู้สึกโมโห				
27. ฉันเป็นคนขี้อารมณ์				
28. ฉันเป็นคนฉุนเฉียวง่าย				

ส่วนที่ 3 ประเมินการแสดงออกโดยทั่วไปเมื่อท่านรู้สึกโกรธหรือโมโหมาก

คำแนะนำ : ท่านจะมีความรู้สึกโกรธหรือไม่พอใจได้เป็นครั้งคราว และจะแสดงออกมาแตกต่างกัน ประโยคข้างล่างนี้เป็นประโยคที่ใช้บรรยายปฏิกิริยาของบุคคลเมื่อรู้สึก โกรธหรือโมโหมาก ให้ท่านอ่านข้อความแต่ละข้อความและทำเครื่องหมาย / ลงในช่องคำตอบที่ตรงกับตัวท่านตามลำดับ มากน้อยเพื่อบอกให้ทราบว่า โดยปกติแล้วท่านมีปฏิกิริยาหรือแสดงออกในรูปแบบที่ประโยคข้างล่างนี้บรรยายไว้บ่อยเพียงใดเมื่อท่านรู้สึก โกรธหรือโมโหมาก ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด โปรดอย่าใช้เวลานานเกินไปในแต่ละข้อ

เมื่อรู้สึกโกรธหรือโมโหมาก.....	เกือบจะไม่มีเลย	มีบ้าง	บ่อยครั้ง	เป็นประจำ
29. ฉันควบคุมความโกรธของฉันได้				
30. ฉันแสดงความรู้สึกโกรธออกมา				
31. ฉันมีความอดกลั้นต่อคนอื่น				
32. ฉันทำหน้าไม่พอใจหรือไม่พูดไม่จา				
33. ฉันไม่ติดต่อกับปะกับคนอื่น				
34. ฉันพูดจากระแทกกระแทกแตกตื่นใส่ผู้อื่น				
35. ฉันทำใจให้สงบเยือกเย็น				
36. ฉันแสดงอาการบึ้งบึ้ง เช่น กระแทกประตู				
37. ฉันเคียดแค้นในใจแต่ไม่แสดงออกมา				
38. ฉันควบคุมการกระทำของฉัน				
39. ฉันได้เถียงกับคนอื่น				
40. ฉันเก็บความขุ่นเคืองไว้ในใจไม่เล่าให้ใครฟัง				
41. ฉันได้ตอบอย่างรุนแรงต่อสิ่งที่ทำให้ฉันโกรธไม่ว่าจะเป็นอะไรก็ตาม				
42. ฉันสามารถหยุดยั้งความรู้สึกโกรธได้				
43. ฉันแอบวิพากษ์วิจารณ์ผู้อื่นในใจ				
44. ฉันมีความรู้สึกโกรธมากกว่าที่ฉันจะยอมรับได้				
45. ฉันสงบใจได้เร็วกว่าคนอื่น				
46. ฉันพูดจาหยาบคายหรือทำร้ายจิตใจผู้อื่น				

(ต่อ)

เมื่อรู้สึกโกรธหรือโมโหมาก.....	เกือบจะไม่มีเลย	มีบ้าง	บ่อยครั้ง	เป็นประจำ
47. ฉันพยายามอดทนและเข้าใจ				
48. ฉันรู้สึกหงุดหงิดจนเสียมากกว่าที่คนอื่นรู้				
49. ฉันไม่สามารถควบคุมอารมณ์โกรธได้				
50. ฉันควบคุมความรู้สึกโกรธเอาไว้ได้				
51. ฉันต้องมองคนที่ทำให้โกรธอย่างไม่พอใจ				
52. ฉันเก็บความโกรธนั้นไว้ในใจไม่ให้คนที่ฉันรู้ สึกโกรธรู้				

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีปัญญาญาณการเรียนรู้

ระยะเวลา สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 50-90 นาที รวมเป็น 10 ครั้ง สถานที่ โรงเรียนเขาคกรรจวิทยา ต.ม.เขตกรจ จ.สระแก้ว

ครั้งที่	จุดมุ่งหมาย	เนื้อหา	การดำเนินการ
1 และ 2	- เพื่อสร้างสัมพันธภาพและความคุ้นเคยระหว่างผู้ในกลุ่ม (ผู้วิจัย) กับสมาชิกกลุ่ม และข้อตกลงร่วมกันของสมาชิกภายในกลุ่ม - เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ทราบจุดมุ่งหมายและประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่ม - เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เข้าใจเกี่ยวกับความคิดอัตโนมัติ	- การสร้างสัมพันธภาพ - การกำหนดบทบาทของผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่ม - การกำหนดข้อตกลงร่วมกันของสมาชิกกลุ่ม - กิจกรรมภาพปริศนา	- กล่าวทักทาย ซึ่งเจตนาของหมาย ประโยชน์ของการเข้าร่วมกลุ่ม ตลอดจนข้อตกลงร่วมกันเกี่ยวกับบทบาทของสมาชิกกลุ่ม ผู้นำกลุ่ม และพันธสัญญาร่วมกัน - สมาชิกกลุ่มทุกคนแนะนำตนเองด้วยกิจกรรมการวาดภาพ “นี่แหละตัวฉัน” เพื่อให้สมาชิกนำเสนอลักษณะเด่นของตนเอง เช่น ในด้านร่างกาย จิตใจ และพฤติกรรม แต่สมาชิกกลุ่มอื่นๆ - และกำหนดให้สมาชิกกลุ่มได้รวมกิจกรรม “ภาพปริศนา” เพื่อวางแผนความคิดอัตโนมัติ เช่น ให้สมาชิกแต่ละคนฟังคำสั่งแล้วให้เขียนลงกระดาษทันที เช่น มองภาพแล้วคิดว่าเป็นภาพอะไร, คิดถึงเพื่อนสนิทคิดถึงใคร, ฮีโร่ในดวงใจคือใคร
3	- เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสามารถค้นหาและสังเกตความคิดอัตโนมัติด้านลบของตนเองได้ - เพื่อปรับเปลี่ยนความคิด	- การค้นหาความคิดอัตโนมัติด้านลบของความคิด - การบันทึกความคิดอัตโนมัติด้านลบประจำวัน	แจกแบบบันทึกการปรับความคิด พร้อมด้วยการอธิบายการใช้ประโยชน์จากแบบบันทึก เช่น ทำให้รู้เท่าทันความคิดด้วยการบันทึกการความคิดอัตโนมัติด้านลบประจำวัน จากสถานการณ์ที่กระตุ้นให้เกิดความรู้สึกโกรธทันทีและทำเป็น

(ต่อ)

ครั้งที่	จุดมุ่งหมาย	เนื้อหา	การดำเนินการ
	อัตราโน้มนำด้านลบได้ด้วยตนเอง 3. เพื่อให้สมาชิกร่วมแบ่งปันประสบการณ์ และมีมุมมองใหม่ๆ เกี่ยวกับความคิดเห็นด้านลบระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม		2. ให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันระดมสมองการค้นหาคำคิดอัตราโน้มนำด้านลบ เกี่ยวกับการรับรู้ ความเข้าใจหรือความคิดที่บิดเบือน ต่อบุคคลหรือสถานการณ์ที่ทำให้รู้สึกโกรธให้มากที่สุด ดังนี้ 2.1 บันทึกความคิดอัตราโน้มนำด้านลบที่เกิดขึ้นทันทีทันใด 2.2 ให้สมาชิกกลุ่มจัดช่วงเวลาแต่ละวัน เพื่อพบปะกันแล้วบันทึกความอัตราโน้มนำด้านลบที่เกิดขึ้น หรือบันทึกความรู้สึกไม่สบายใจ 2.3 ให้สมาชิกบันทึกเหตุการณ์ที่กระตุ้นให้รู้สึกโกรธและปฏิกิริยาตอบสนองลงบนใบงานของตน โดยจดบันทึกไว้อย่างสั้นๆ เพื่อเป็นคู่มือให้สมาชิกแต่ละคนนำมาอภิปรายร่วมกัน 2.4 ผู้วิจัยชี้ให้เห็นถึงสิ่งเร้าหรือสถานการณ์ และความคิดที่ทำให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนโกรธ
4	1. เพื่อตรวจสอบความคิดอัตราโน้มนำด้านลบของสมาชิกกลุ่ม	1. ความสำคัญของการตรวจสอบความคิดอัตราโน้มนำให้ตรงตามความเป็นจริง	1. ผู้วิจัยพบเห็นว่าข้อของการสนทนาระหว่างการเข้ากลุ่มครั้งที่แล้วเชื่อมโยงเข้าสู่การตรวจสอบความคิดอัตราโน้มนำด้านลบ 2. ผู้วิจัยกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มตรวจสอบความรู้สึกโกรธ และ

(ต่อ)

ครั้งที่	จุดมุ่งหมาย	เนื้อหา	การดำเนินการ
	2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสามารถนำข้อมูลความคิดอัตโนมัติด้านลบมาตั้งเป้าหมายและวิธีการที่ทำได้ 3. เพื่อให้สามารถแก้ไขความผิดด้านลบได้อย่างเหมาะสม	และสมเหตุผล 2. วิธีการตั้งเป้าหมาย และวิธีทำให้บรรลุตามเป้าหมาย 3. การสร้างแนวความคิดใหม่ ด้วยการวิเคราะห์ความคิด เป็นต้น	ช่วยกันระดมสมองเพื่อให้เกิดแนวคิดและความชัดเจนแล้วนำมาตั้งเป้าหมายและวิธีการให้บรรลุความสำเร็จ โดยนำข้อมูลจากแบบบันทึกการปรับความคิดมาร่วมพิจารณา มีขั้นตอนดังนี้ 2.1 ให้สมาชิกกลุ่มพูดถึงความรู้สึกโกรธหรือการแสดงความโกรธของตนเอง และสมาชิกคนอื่นๆ ร่วมกันแสดงความคิดเห็นเพื่อตรวจสอบความคิดด้านลบ 2.2 สมาชิกแต่ละคนจะถูกกระตุ้นให้สามารถวิเคราะห์ความคิดด้านลบของตนเอง ได้แก่ ความรู้สึกโกรธนั้นเกิดได้สาเหตุจากอะไรได้บ้างหรือมีความเป็นไปได้หรือไม่เปรียบเทียบกับความคิดของคนที่ไม่มีความโกรธ พิจารณาถึงเหตุผลที่เหมาะสมหรือไม่ 2.3 ให้สมาชิกแต่ละคนระบุมุมมองที่จะทำให้เกิดความรู้สึกโกรธอย่างชัดเจน และจำแนกลักษณะความรู้สึกที่เป็นความโกรธที่จะสร้างความสำเร็จแล้วนำไปตั้งเป็นเป้าหมายที่แสดงความรู้สึกหรือการแสดงออกด้านบวกในใบงานของตน

(ต่อ)

ครั้งที่	จุดมุ่งหมาย	เนื้อหา	การดำเนินการ
			2.4 และให้สมาชิกกำหนดวิธีที่จะทำให้งานบรรลุตามเป้าหมายด้วยตนเอง และ ถ้ามีอุปสรรคจะทำอย่างไร 2.5 ในกรณีสมาชิกกลุ่มบางท่านยังวิเคราะห์หรือระบุมุมคิดที่ไม่ชัดเจนตามแบบบันทึกให้นำกลับไปทำต่อที่บ้าน
5 และ 6	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้พิจารณาเป้าหมายของตนเอง และค้นวิธีที่จะทำให้เป้าหมายประสบความสำเร็จ 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีมุมมองที่ยืดหยุ่น มีเหตุผลที่เหมาะสมกับความเป็นจริง 3. เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนเขียนดัชนีความสำเร็จของการรู้เท่าทันความคิดอัตโนมัติด้านลบด้วยตนเอง	1. การปรับความคิดต่อสาเหตุของปัญหาที่ทำให้เกิดความรู้สึกโกรธ 2. การปรับความคิดด้านลบต่อผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากปัญหา 3. การเขียนดัชนีความสำเร็จ ประกอบด้วย วิธีการสำเร็จ ประกอบด้วย วิธีการหรือการแนะนำตัวเองใหม่ ความคิดที่มีเหตุผลที่เหมาะสม การควบคุมความโกรธ และการจัดการกับอุปสรรค	1. ผู้นำกลุ่มกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มได้กล่าวถึงการทำงานร่วมกันที่เสร็จไปแล้ว เกี่ยวกับความรู้สึกโกรธที่จะนำไปตั้งเป้าหมาย แล้วนำเข้าสู่ระยะการปรับความคิด โดยสมาชิกร่วมกันระดมสมองและอภิปรายกลุ่มตามขั้นตอนดังนี้ 1.1 ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มได้ร่วมกันทบทวนถึงสิ่งร้ายสถานการณ์ หรือปัญหาที่ทำให้โกรธ 1.2 ผู้นำกลุ่มตั้งคำถามให้สมาชิกกลุ่มบอกว่ามีสาเหตุอื่นๆ ที่ร่วมให้เกิดปัญหาของตนหรือไม่ 1.3 ผู้นำกลุ่มกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มพิจารณาปัญหาที่มีสาเหตุได้ทั้งจากตัวสมาชิกเองหรือปัจจัยภายนอกอื่นๆ 1.4 สมาชิกช่วยกันสรุปพฤติกรรมที่รับผิดชอบต่อปัญหานี้ โดยเปรียบเทียบกับระหว่างสมาชิกเองกับบุคคลที่เกี่ยวข้องกับปัญหานี้

(ต่อ)

ครั้งที่	จุดมุ่งหมาย	เนื้อหา	การดำเนินการ
			1.5 ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนได้พบหาความคิดของตนเองที่คิดว่าปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นความรับผิดชอบของคนหรือไม่ แล้วให้พิจารณาเกี่ยวกับระดับความรุนแรงของความโกรธ 1.6 หลังจากนั้นผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มได้คิดถึงผลลัพธ์ถ้าความคิดอดีต โนมัด้านลบที่เกี่ยวข้องกับปัญหาเกิดขึ้นจริงแล้วให้พิจารณาว่ามีผลลัพธ์อะไรบ้าง ถ้าสมาชิกอยู่ในสถานการณ์นั้นจริงๆ แล้วมีผลอย่างไรต่ออารมณ์และความรู้สึกของตน 2. ให้สมาชิกกลุ่มบันทึกทัศนคติความสำนึก เกี่ยวกับวิธีการหรือการแนะนำตนเองลงแบบบันทึกให้มีความคิดที่สมเหตุสมผล และการควบคุมความโกรธได้อย่างเหมาะสม หรือถ้ามีอุปสรรคจะแก้ไขอย่างไร
7 และ 8	1. เพื่อให้สมาชิกได้เลือกเป้าหมายความคิดอดีต โนมัดที่เข้าไปได้และสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง	1. การฝึกเผชิญสถานการณ์โดยใช้การแสดงบทบาทสมมุติ เช่น การใช้เทคนิค	1. ผู้วิจัยพบจนถึงการเข้ากลุ่มครั้งที่แล้วเกี่ยวกับการตั้งต้นให้ประสบความสำเร็จแล้วนำเข้าสู่เนื้อหา 2. ให้สมาชิกกลุ่มแสดงรายการการเป้าหมายความสำเร็จ จากนั้นให้สมาชิกกลุ่มเลือกเพียงเป้าหมายเดียวที่เป็นไปได้และเป็นการ

(ต่อ)

ครั้งที่	จุดมุ่งหมาย	เนื้อหา	การดำเนินการ
	2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น อีกครั้ง	กล้ายืนตนเอง (Assertiveness) การแก้ปัญหา (Problem solving) การผ่อนคลาย (Relaxation) เป็นต้น	สนับสนุนความคิดด้านบวก ในระยะนี้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนยังมีการแลกเปลี่ยนความคิด ให้กำลังใจ ให้ข้อมูลย้อนกลับ และอาจต้องใช้การแสดงบทบาทสมมติเสริมสร้างกำลังใจอีกครั้ง ในกรณีที่เป็นปัญหาบางอย่างทำได้ยาก เช่น การใช้เทคนิคการยืนตนเอง (Assertiveness) การแก้ปัญหา (Problem solving) การผ่อนคลาย (Relaxation) เป็นต้น 3. ผู้นำกลุ่มมอบหมายให้สมาชิกกลุ่มนำไปฝึกปฏิบัติในสถานการณ์จริงหรือทำเป็นการเล่น
9	1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มแลกเปลี่ยนประสบการณ์จากการฝึกหรือนำไปใช้ในสถานการณ์จริง	-	1. ผู้นำกลุ่มทบทวนการเข้ากลุ่มครั้งที่แล้ว 2. กระตุ้นให้สมาชิกแต่ละคนได้พูดถึงประสบการณ์ตรงจากการฝึกหรือเผชิญกับสถานการณ์จริง 3. ให้สมาชิกช่วยกันระดมสมอง แลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม เพื่อให้เกิดทางเลือกที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้หลายแนวทาง

(ต่อ)

ครั้งที่	จุดมุ่งหมาย	เนื้อหา	การดำเนินการ
10	1. เพื่อทดสอบหลังการทดลอง โดยใช้แบบวัดความโกรธ 2. เพื่อยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม	1. แบบวัดความโกรธ 2. การยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม	1. ให้สมาชิกกลุ่มทำแบบวัดความโกรธทันทีที่เข้ากลุ่ม 2. สมาชิกแต่ละคนได้กล่าวถึงความรู้สึกต่อตนเอง และเพื่อน สมาชิกภายในกลุ่มตลอดระยะเวลาให้คำปรึกษากลุ่ม 4. ผู้นำกลุ่มกล่าวขอบคุณและยุติการให้คำปรึกษา



ภาคผนวก ค

**ตัวอย่างคะแนนก่อนการทดลองและ
หนังสือขอความร่วมมือในการทำวิจัย**

ตัวอย่างคะแนนก่อนรับการทดลอง

มาตรวัดความโกรธ	กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษา กลุ่มตามทฤษฎีปัญญานิยม		กลุ่มที่ลดความโกรธ โดยวิธีปกติ	
	X	S.D.	X	S.D.
1. แบบสภาวะการณ์	30.38	7.29	29.75	7.17
2. แบบอุปนิสัย	6.00	1.85	5.50	.93
2.1 วัดนิสัยในการโกรธ	15.50	2.98	15.38	2.77
2.2 วัดปฏิบัติการความโกรธ	14.75	2.12	15.50	3.16
3. ความโกรธภายใน	16.88	3.48	17.63	1.15
4. การแสดงความโกรธออกภายนอก	19.63	4.78	17.50	2.56
5. การควบคุมความโกรธ	24.50	2.14	22.00	2.00
รวม	127.64	24.64	123.26	19.74



ที่ สท 0578.03/ ๒๕๔๗

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา
ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

5 กุมภาพันธ์ 2547

เรื่อง ขอเสนออนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรื่อง ผู้ให้การช่วยการ โรงเรียนนันทนุสา

สิ่งส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนายทรงวุฒิ อยู่เอี่ยม นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร-
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์
เรื่อง ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มปัญญานิยมต่อความโกรธของนักเรียนวัยรุ่น ในความควบคุมดูแล
ของ รศ.พลา บุญเรือง ประธานกรรมการ มีความประสงค์ขออำนวยความสะดวกในการเก็บ
รวบรวมข้อมูลจาก นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6 จำนวน 30 คน โดยผู้วิจัยจะขออนุญาตเก็บ
รวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 4 – 10 กุมภาพันธ์ 2547 (ติดต่อผู้วิจัย โทร. 0-9501-4324)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา เคารพเป็นอย่างยิ่งว่า
คงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0 3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466



ที่ ศบ 0528.03/คΔ๒8

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา
คมแสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

๙ กุมภาพันธ์ 2547

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย
เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนเขาคอกระจิวทยา จ.พิจิตร
สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนายทรงวุฒิ อยู่เอี่ยม นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร-
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์
เรื่อง ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มปัญญานิยมต่อความโกรธของนักเรียนวัยรุ่น ในความควบคุมดูแล
ของ รศ.ผกา บุญเรือง ประธานกรรมการ มีความประสงค์จะขอความอนุเคราะห์จากท่านเพื่ออำนวยความสะดวก
ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจาก นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 จำนวน 554 คน
ที่ได้ทำแบบทดสอบและสมัครใจเข้าร่วมทดลอง เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 16 คน โดยผู้วิจัยจะขอ
อนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 10 กุมภาพันธ์ 2547 ถึงวันที่ 15 มีนาคม 2547
(ติดต่อผู้วิจัยโทร. 0-9501-4324)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า
คงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมวิล จิตถาวร)

รองคณบดีฝ่ายวิจัยและประกันคุณภาพ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466