

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ก

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

ตำแหน่งที่มาจากบัณฑิตวิทยาลัย

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือ

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบยืดหยุ่นเป็นศูนย์กลาง

- | | |
|------------------------------|---|
| 1. รศ.ดร.ระพีพันธ์ ฉายวิมล | หัวหน้าภาควิชาการแนะแนวและ
จิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา |
| 2. ดร. วีระ พังรักษ์ | รองมุขนายก เขตมิสซังจังหวัดจันทบุรี |
| 3. นายแพทย์ทรงสิทธิ์ อุดมสิน | นายแพทย์ 7 จิตแพทย์โรงพยาบาลชลบุรี
จังหวัดชลบุรี |

(สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/0363

บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยบูรพา

ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

31 มกราคม 2548

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย
เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระพีพันธ์ ฉายวิมล
สิ่งที่ส่งมาด้วย เค้าโครงยอวิทยานิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนายสุทัศน์ ขัดสีใส นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง
ผลการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยืดหยุ่นบุคคลเป็นศูนย์กลางติดต่อความวิตกกังวลด้านการเรียน
ในความควบคุมดูแลของ ผศ.ดร.สมคิด บุญเรือง ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้าง
เครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่อง
ดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ
เพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้ (ติดต่อผู้วิจัย โทร. 0-1297-8194)

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า
คงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ลงชื่อ) ประทุม ม่วงมี

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

(สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/0364

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

31 มกราคม 2548

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน ดร. วีระ พงษ์รักษ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย คำขอขอยืมวิทยานิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนายสุทัศน์ ชัดสีใส นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง ผลการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางต่อความวิตกกังวลด้านการเรียน ในความควบคุมดูแลของ ผศ.ดร.สมคิด บุญเรือง ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย ของนิสิตในครั้งนี้ (ติดต่อผู้วิจัย โทร. 0-1297-8194)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หลังเป็นอย่างยิ่งว่า คงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ลงชื่อ) ประทุม ม่วงมี

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

(สำเนา)

ที่ ศร 0528.03/0365

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

31 มกราคม 2548

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน นายแพทย์ทรงสิทธิ์ อุดมสิน

สิ่งที่ส่งมาด้วย คำร้องขอวิทยานิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนายสุทัศน์ ชัดสีใส นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง ผลการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยี่ดบคคลเป็นศูนย์กลางต่อความวิตกกังวลด้านการเรียน ในความควบคุมดูแลของ ผศ.ดร.สมคิด บุญเรือง ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ เพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้ (ติดต่อผู้วิจัย โทร. 0-1297-8194)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หลังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ลงชื่อ) ประทุม ม่วงมี

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

(สำเนา)

ที่ ศร 0528.03/0500

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

14 กุมภาพันธ์ 2548

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือเพื่อการวิจัย
 เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนพนัสพิทยาคาร
 สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนายสุทัศน์ ชัดสีใส นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
 สาขาวิจัยวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง
 ผลการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางต่อความวิตกกังวลด้านการเรียน ในความ
 ควบคุมดูแลของผศ.ดร.สมคิด บุญเรือง ประธานกรรมการ มีความประสงค์ขออำนาจความสะดวก
 ในเก็บรวบรวมข้อมูลจาก นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยผู้วิจัยจะขออนุญาตเก็บรวบรวม
 ข้อมูลด้วยตนเอง ในวันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2548 (ติดต่อผู้วิจัย โทร. 0-1297-8194)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า
 คงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ลงชื่อ) ประทุม ม่วงมี

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

(สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/0728

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

17 กุมภาพันธ์ 2548

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย
เรียน ผู้อำนวยการ โรงเรียนสามมุกคริสเตียนวิทยา
สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนายสุทัศน์ ชัดสีใส นิติระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง
ผลการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยืดหยุ่นคลเป็นศูนย์กลางต่อความวิตกกังวลด้านการเรียน ในความ
ควบคุมดูแลของ ผศ.ดร.สมคิด บุญเรือง ประธานกรรมการ มีความประสงค์จะขอความอนุเคราะห์
จากท่านเพื่ออำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจาก นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
โดยผู้วิจัยจะขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 18 กุมภาพันธ์ 2548 ถึงวันที่
30 มีนาคม 2548 (ติดต่อผู้วิจัยโทร. 0-1297-8194)

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า
คงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ลงชื่อ) ประทุม ม่วงมี

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

แบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

มหาวิทยาลัยบูรพา

1. ชื่อวิทยานิพนธ์:

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ (ภาษาไทย) ผลการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบชีวนุคคลเป็นศูนย์กลางต่อความวิตกกังวลด้านการเรียน

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ (ภาษาอังกฤษ) THE EFFECTS OF PERSON-CENTERED GROUP COUNSELING ON LEARNING ANXIETY

2. ชื่อนิติ (นาย,นาง,นางสาว): นายสุทัศน์ ชัดสีใส

หลักสูตร วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต

สาขาวิชา จิตวิทยาการให้คำปรึกษา



ภาคปกติ



ภาคพิเศษ

รหัสประจำตัว 45921203

คณะ/วิทยาลัย ศึกษาศาสตร์

3. หน่วยงานที่สังกัด:

4. ผลการพิจารณาของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย:

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย ได้พิจารณารายละเอียดวิทยานิพนธ์เรื่อง ดังกล่าวข้างต้นแล้ว ในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับ

- 1) การเคารพในศักดิ์ศรี และสิทธิของมนุษย์ที่ใช้เป็นตัวอย่างการวิจัย
- 2) วิธีการที่เหมาะสมในการได้รับความยินยอมจากกลุ่มตัวอย่างก่อนเข้าร่วมโครงการวิจัย (Informed consent) รวมทั้งการปกป้องสิทธิประโยชน์และรักษาความลับของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย
- 3) การดำเนินการวิจัยอย่างเหมาะสม เพื่อไม่ก่อความเสียหายต่อสิ่งที่ศึกษาวิจัยไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่มีชีวิต หรือไม่มีชีวิต

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย มีมติเห็นชอบ ดังนี้

(/) รับรองโครงการวิจัย

() ไม่รับรอง

5. วันที่ให้การรับรอง: 10 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2548

ลงนาม.....

(ศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ พันธุ์วัฒนา)

ประธานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

ลงนาม.....

(รองศาสตราจารย์ ดร. ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง ผลการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยืดหยุ่นคลเป็นศูนย์กลาง
ต่อความวิตกกังวลด้านการเรียน

วันที่ให้คำยินยอม วันที่.....เดือน.....พ.ศ.
ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์
ของการวิจัย วิธีการวิจัย ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียดและมีความเข้าใจดีแล้ว
ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วม โครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจ และข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วม
ในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ และการบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้ จะไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อ
ข้าพเจ้า

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบัง ซ่อนเร้นจน
ข้าพเจ้าพอใจ ข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าจะถูกเก็บเป็นความลับและจะเปิดเผยในภาพรวมที่
เป็นการสรุปผลการวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนาม
ในใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม
(.....)
ลงนาม.....พยาน
(.....)
ลงนาม.....ผู้ทำวิจัย
(.....)

ในกรณีที่ผู้ถูกทดลองยังไม่บรรลุนิติภาวะ จะต้องได้รับการยินยอมจากผู้ปกครองหรือ
ผู้อุปการะโดยชอบด้วยกฎหมาย

ลงนาม.....ผู้ปกครอง/
ผู้อุปการะโดยชอบด้วยกฎหมาย
(.....)
ลงนาม.....พยาน
(.....)
ลงนาม.....ผู้ทำวิจัย
(.....)

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ข้อมูลสำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมในการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางต่อความวิตกกังวล
ด้านการเรียน
เรียน นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่เข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้

ท่านเป็นบุคคลหนึ่งที่ได้รับการสุ่มเลือกให้เข้าร่วมกลุ่มในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เนื่องจากสังคมในปัจจุบันนี้มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว มีความก้าวหน้าและมีเทคโนโลยีใหม่ๆ เกิดขึ้นมากมายทำให้หลายคนไม่สามารถที่จะหยุดนิ่งอยู่กับที่ ทุกคนต้องดิ้นรนชวนขวายให้ได้มาซึ่งการมีฐานะทางเศรษฐกิจและความสะดวกสบายอันเป็นเป้าหมายเพื่อที่จะมีชีวิตอยู่ในสังคมในการที่จะให้ถึงจุดหมายของชีวิตแต่ละคนนั้น มีหนทางและวิธีการหลายประการ แต่ในความเป็นจริงแล้วก็มีบางคนไปไม่ถึงจุดหมายตามที่ใฝ่ฝันไว้ อันเนื่องมาจากอุปสรรคหรือปัญหาที่คอยขัดขวางนานาประการ ความวิตกกังวลเป็นอุปสรรคหรือปัญหาหนึ่งที่ทำให้บุคลิภาพแปรปรวน เป็นสิ่งที่บั่นทอนประสิทธิภาพในการทำงานให้ประสบความสำเร็จ ในการเรียนของนักเรียนก็เช่นกัน ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นในระหว่างเรียน เป็นสิ่งที่บั่นทอนประสิทธิภาพทางการเรียนทำให้ส่งผลตามมาคือ ผลการเรียนลดลง เกิดความรู้สึกที่ท้อแท้ หหมดหวัง อาจต้องออกจาก โรงเรียนก่อนกำหนด หรือทำให้ผลการเรียนต่ำกว่าปกติ ตลอดจนนักเรียนอาจจะเกิดความคิดว่าตนเองด้อย หรือไร้ความสามารถ หรือผิดหวังในการเรียนอันจะเกิดผลเสียต่อชีวิตของนักเรียนได้อย่างมาก

ในการวิจัยครั้งนี้ จะศึกษาเกี่ยวกับการใช้กระบวนการให้คำปรึกษาเป็นปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง เข้าไปช่วยลดความวิตกกังวลด้านการเรียนของนักเรียน ช่วยส่งเสริมให้นักเรียนได้พัฒนาตนเอง เพิ่มประสิทธิภาพในการเรียนให้ดียิ่งขึ้น รวมทั้งการปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

เมื่อท่านได้ตัดสินใจเข้าร่วมในการศึกษาครั้งนี้ ท่านอาจจะได้เข้าร่วมกลุ่มการให้คำปรึกษาหรือเรียนในห้องเรียนตามปกติและหลังจากนั้นก็จะได้ทำแบบสอบถามความวิตกกังวลด้านการเรียนอีกสองครั้ง ในระยะเวลาที่ต่างกัน โดยผู้วิจัยจะแจ้งให้ทราบอีกครั้ง หลังจากนั้นผู้วิจัยจะนำคะแนนที่ได้มาทำการวิเคราะห์และแปลผลอภิปรายความหมายให้ท่านทราบโดยละเอียดหากท่านต้องการ โดยข้อมูลของท่านจะถูกเก็บรักษาเป็นความลับ ใช้เพื่อรายงานผล การวิจัยในภาพรวมเท่านั้น การเก็บข้อมูลจะเก็บเป็นสองชุด ชุดแรกเป็นข้อมูลบ่งชี้ ส่วนข้อมูลที่จะนำมาใช้จะใส่เป็นรหัสแล้วนำมาวิเคราะห์ผลรวม

หากท่านมีปัญหาหรือข้อสงสัยประการใด สามารถสอบถามได้โดยตรงจากผู้วิจัย ดังนี้

ชื่อ นายสุทัศน์ ชัดสีใส โทรศัพท์ 01-2978194

ที่อยู่ 166 ถ.บางแสน- อ่างศิลา ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20130

ผู้วิจัยขอขอบคุณท่านเป็นอย่างยิ่ง ในความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ข

แบบสอบถามความวิตกด้านการเรียน

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยืดหยุ่นเป็นศูนย์กลาง

แบบสอบถามความวิตกกังวลด้านการเรียน

ชื่อ.....นามสกุล.....ชั้น.....

คำชี้แจง ขอให้ท่านนักเรียนอ่านข้อความต่อไปนี้แล้วระบุว่า นักเรียนปฏิบัติหรือมีความรู้สึกเช่นนั้นบ่อยครั้งเพียงใดในช่วงเวลา 3 เดือนที่ผ่านมา ให้ท่านนักเรียนทำเครื่องหมาย (/) ลงในช่องใดช่องหนึ่งทางขวามือ โดยมีเกณฑ์การเลือกดังนี้

- บ่อยครั้งที่สุด หมายถึง นักเรียนปฏิบัติหรือมีความรู้สึกเช่นนั้น 6-7 ครั้ง จาก 10 ครั้ง
- บ่อยครั้ง หมายถึง นักเรียนปฏิบัติหรือมีความรู้สึกเช่นนั้น 4-5 ครั้ง จาก 10 ครั้ง
- นาน ๆ ครั้ง หมายถึง นักเรียนปฏิบัติหรือมีความรู้สึกเช่นนั้น 2-3 ครั้ง จาก 10 ครั้ง
- น้อยครั้งที่สุด หมายถึง นักเรียนปฏิบัติหรือมีความรู้สึกเช่นนั้น 1 ครั้ง จาก 10 ครั้ง

แบบสอบถามมีทั้งหมด 30 ข้อ ขอให้ตอบทุกข้อ

ตัวอย่างการตอบแบบสอบถาม

ข้อที่	ข้อความ	บ่อยครั้งที่สุด	บ่อยครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	น้อยครั้งที่สุด
0	เมื่อทำการบ้านไม่ได้ ข้าพเจ้ารู้สึกปวดศีรษะ	/			
00	เมื่อถูกเลือกให้ตอบคำถาม ข้าพเจ้าจะปากสั่น		/		

ข้อที่	ข้อความ	บ่อยครั้ง ที่สุด	บ่อยครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	น้อยครั้ง ที่สุด
1	ข้าพเจ้ารู้สึกปวดศีรษะเมื่อเรียนไม่เข้าใจ				
2	ข้าพเจ้ารู้สึกตื้อท้อเมื่อต้องออกไป รายงานหน้าชั้นเรียน				
3	ข้าพเจ้าไม่กล้าสบตาอาจารย์ ในขณะที่ อาจารย์กำลังมองเพื่อหาคนตอบคำถาม				
4	ข้าพเจ้ามีอาการปากสั่น มือสั่น ขณะตอบ คำถามอาจารย์				
5	ในการสอบแต่ละครั้ง ข้าพเจ้ารู้สึกกังวลใจ				
6	ข้าพเจ้านอนไม่หลับ เมื่อนึกถึงงานที่ จะต้องส่งครั้งต่อไป				
7	เมื่ออาจารย์เรียกตรวจการบ้านทีละคน ข้าพเจ้ารู้สึกมือเย็น มีเหงื่อออกตามฝ่ามือ				
8	เมื่อเรียนไม่เข้าใจ ข้าพเจ้าไม่กล้าถาม อาจารย์				
9	เมื่อต้องออกไปรายงานหน้าชั้นเรียน ข้าพเจ้ามีอาการมือสั่น เสียงสั่น				
10	ข้าพเจ้ากลัวอาจารย์จะดัดะแนน ถ้า ทำงานไม่เรียบร้อย				
11	ข้าพเจ้าไม่กล้าแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับ เรื่องที่เรียนเพราะไม่ชอบพูดต่อหน้าคนอื่น				
12	ในขณะที่อาจารย์เรียกตอบคำถามทีละคน ข้าพเจ้ารู้สึกหัวใจเต้นแรง				
13	ข้าพเจ้ารู้สึกกังวลใจ เมื่อทำการบ้านไม่ได้				

ข้อที่	ข้อความ	บ่อยครั้ง ที่สุด	บ่อยครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	น้อยครั้ง ที่สุด
14	ข้าพเจ้ามักเหม่อลอยขณะเรียน เมื่อคิดถึง เรื่องที่กังวลใจ				
15	ข้าพเจ้ารู้สึกท้อแท้ เมื่อถูกอาจารย์ตำหนิ				
16	ข้าพเจ้ารู้สึกกระวนกระวายใจ เมื่อเรียนไม่ เข้าใจ				
17	เมื่ออาจารย์ให้ทำงานกลุ่ม และต้องรายงาน หน้าชั้นเรียน ข้าพเจ้ามักจะหลีกเลี่ยงการ เป็นตัวแทนกลุ่มพูดรายงานหน้าชั้นเรียน				
18	ข้าพเจ้ารู้สึกหัวใจเต้นแรง ขณะอาจารย์ กำลังจะเรียกชื่อข้าพเจ้าให้ออกไปรายงาน หน้าชั้นเรียน				
19	ข้าพเจ้ารู้สึกท้อแท้ เมื่อทำคะแนนได้ไม่ ตามที่คาดหวังไว้				
20	ข้าพเจ้านอนไม่หลับ ถ้าทำการบ้านไม่ได้				
21	ข้าพเจ้ามีอาการปวดเมื่อยต้นคอ หรือ ปวดหลัง เมื่อใกล้เวลาสอบ				
22	เวลาเรียน ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงการนั่งแถวหน้า เพราะกลัวอาจารย์ถามแล้วตอบไม่ได้				
23	ข้าพเจ้ารู้สึกหงุดหงิด เมื่อตอบคำถาม อาจารย์ไม่ได้				
24	เมื่ออาจารย์ขออาสาสมัครออกไปทำ กิจกรรมหน้าชั้นเรียน ข้าพเจ้ามักหลีกเลี่ยง				
25	ก่อนถึงวันสอบ ข้าพเจ้ารู้สึกอ่อนเพลียโดย ไม่ทราบสาเหตุ				

ข้อที่	ข้อความ	บ่อยครั้ง ที่สุด	บ่อยครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	น้อยครั้ง ที่สุด
26	ข้าพเจ้ารู้สึกปวดศีรษะ มึนงง เมื่อใกล้เวลา สอบ				
27	ข้าพเจ้ามีอาการกระสับกระส่าย เมื่อทำ ข้อสอบไม่ได้				
28	ในขณะที่ทำงานที่อาจารย์มอบหมาย ข้าพเจ้า รู้สึกอึดอัดใจ เมื่ออาจารย์เดินดูทีละคน				
29	ข้าพเจ้ารู้สึกท้อแท้ เมื่อเรียนไม่เข้าใจ				
30	ทุกครั้งที่มีการสอบ ข้าพเจ้ารู้สึกกังวลถึง ผลการสอบ กลัวว่าจะได้คะแนนไม่ดี				

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยืดหยุ่นคล่องตัวเป็นศูนย์กลาง

แนวคิด

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยืดหยุ่นคล่องตัวเป็นศูนย์กลาง เป็นกระบวนการที่ผู้ให้ปรึกษาให้ความช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษา โดยเน้นการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ให้ปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา ภายใต้บรรยากาศแห่งการยอมรับซึ่งกันและกัน เข้าใจกัน ไว้วางใจกัน เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาลำลองตัวเองและเข้าใจตัวเองในด้านอารมณ์ความรู้สึก รวมทั้งการมีโอกาสและมีอิสระที่จะตัดสินใจเลือกแนวทางในการดำเนินชีวิตของตนเอง

วิธีดำเนินการ

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยืดหยุ่นคล่องตัวเป็นศูนย์กลาง ผู้ให้คำปรึกษาจะพบกับสมาชิกสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ติดต่อกันรวมทั้งสิ้น 10 ครั้ง ๆ ละ 90 นาที ดังนี้

ครั้งที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพและความคุ้นเคย

ครั้งที่ 2 การเปิดเผยและยอมรับซึ่งกันและกัน

ครั้งที่ 3-9 กระบวนการให้คำปรึกษา

ครั้งที่ 10 การยุติการให้คำปรึกษา

ครั้งที่ 1

การสร้างสัมพันธภาพและความคุ้นเคย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษาและระหว่างสมาชิกด้วยกัน ให้เกิดความคุ้นเคย
2. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการ และบทบาทของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา ตลอดทั้งโปรแกรมการให้คำปรึกษา

ระยะเวลา 90 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับสมาชิกในการเข้ากลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาแนะนำตัวเอง และให้สมาชิกแนะนำตัวเองทีละคนจนครบทุกคน
2. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกทำกิจกรรมเกี่ยวกับลักษณะนิสัยของตนเองโดยให้แต่ละคนวาดรูปสิ่งที่คิดว่ามีลักษณะนิสัยหรือลักษณะทั่วไปคล้ายคลึงกับตนเองมากที่สุด หนึ่งรูป อาจเป็นรูปคน รูปสัตว์ หรือรูปสิ่งของ ลงในกระดาษเปล่า และให้เขียนบรรยายสั้น ๆ ว่ามีความคล้ายคลึงอย่างไร และให้สมาชิกแต่ละคนพูดถึงสิ่งที่ตนวาดในกระดาษให้เพื่อนสมาชิกได้ฟังทั่วกัน และเปิดโอกาสให้มีการซักถามในกลุ่ม
3. ผู้ให้คำปรึกษาอภิปรายผลที่ได้จากกิจกรรมที่ทำ เพื่อให้สมาชิกรู้จักลักษณะนิสัยของซึ่งกันและกันมากขึ้น
4. ผู้ให้คำปรึกษาแจ้งให้สมาชิกทราบถึงวัตถุประสงค์ในการเข้ากลุ่มเพื่อให้
 - 4.1 สมาชิกทุกคนได้เรียนรู้ในการปรับตัวต่อปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม โดยเฉพาะเรื่องความวิตกกังวลด้านการเรียน
 - 4.2 สมาชิกได้เรียนรู้จักตนเองมากขึ้น กล้าแสดงความรู้สึกต่าง ๆ ออกมาโดยเปิดโอกาสให้แต่ละคนพูดได้อย่างอิสระ
 - 4.3 สมาชิกยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น และสามารถสื่อสารติดต่อกันได้อย่างเหมาะสม
 - 4.4 สมาชิกมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดีเอง อบอุ่นและจริงใจ

5. ผู้ให้คำปรึกษาแนะนำบทบาทของตนเองให้สมาชิกทราบ และบอกบทบาทหน้าที่ของสมาชิก และกฎระเบียบในการเข้ากลุ่มร่วมกัน เพื่อเป็นแนวทางให้กลุ่มดำเนินการไปได้เหมาะสม ดังต่อไปนี้
 - 5.1 ผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้ที่อำนวยความสะดวกให้สมาชิกในกลุ่มได้แสดงความคิดเห็นและความสามารถในวิถีของกลุ่มเพื่อพัฒนาศักยภาพของกลุ่ม โดยสนับสนุนให้สมาชิกกล้าเปิดเผยตนเอง กล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็นอย่างอิสระ
 - 5.2 ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกช่วยกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับ บทบาท หน้าที่ของสมาชิก และกฎระเบียบของกลุ่ม และสรุปสาระสำคัญจดบันทึกไว้
6. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกช่วยกันกำหนดวันเวลาในการเข้ากลุ่ม โดยใช้เวลาสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ติดต่อกันรวม 10 ครั้ง

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจความตั้งใจ การแสดงความคิดเห็นในกลุ่ม
2. สังเกตการให้ความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมในการเข้ากลุ่ม

ครั้งที่ 2

การเปิดเผยและยอมรับซึ่งกันและกัน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกสำรวจตัวเองและเข้าใจตัวเองในด้านอารมณ์ความรู้สึก ความนึกคิด
2. เพื่อให้สมาชิกกล้าเปิดเผยตนเอง และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน
3. เพื่อให้สมาชิกยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล ในด้านความรู้สึก ความนึกคิด ตลอดจนบุคลิกภาพระหว่างกันและกัน

ระยะเวลา 90 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก และทบทวนประเด็นสำคัญของการพบกัน
ในครั้งก่อน พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ในการให้คำปรึกษาในครั้งนี้
2. ผู้ให้คำปรึกษาแจกกระดาษให้สมาชิกแต่ละคน เขียนสิ่งที่ตนเป็นบุคลิกลักษณะที่ดีของ
ตนเองลงในกระดาษคนละ 5 ข้อ ให้ความเวลาในการคิดและเขียน 5 นาที
3. เมื่อสมาชิกเขียนเสร็จ ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแต่ละคนอ่านสิ่งที่ตนเองเขียนให้
เพื่อนสมาชิกฟังจนครบทุกคน
4. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสิ่งดีที่ทุกคนได้พูดถึง
5. จากนั้นให้สมาชิกแต่ละคนเขียนสิ่งที่ตนเป็นบุคลิกลักษณะของตนเองที่ตนเองไม่ชอบ
ลงใน ด้านหลังของกระดาษแผ่นเดิม คนละ 5 ข้อ ให้ความเวลา 5 นาที
6. เมื่อสมาชิกเขียนเสร็จ ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแต่ละคนอ่านสิ่งที่ตนเองเขียนให้
เพื่อนสมาชิกฟังจนครบทุกคน
7. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประสบการณ์ในสิ่งที่ตนเองไม่
ชอบและวิธีการเผชิญหรือแก้ไขปัญหา การยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นและเปิดโอกาสให้
สมาชิกได้เข้าใจ ยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคล ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน
8. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมกันสรุปประเด็นสำคัญ ในการยอมรับถึงความแตกต่าง
ระหว่างบุคคล ในด้านความรู้สึก ความนึกคิด และบุคลิกภาพ และนัดหมายการเข้า
กลุ่มครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจความตั้งใจ การแสดงความคิดเห็นในกลุ่ม
2. สังเกตการให้ความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมในการเข้ากลุ่ม

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ครั้งที่ 3-9

กระบวนการให้คำปรึกษา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิก
2. เพื่อให้สมาชิกได้ระบายความรู้สึก จากความวิตกกังวลด้านการเรียนที่เกิดขึ้นกับตนเองได้อย่างอิสระ
3. เพื่อให้สมาชิกยอมรับซึ่งกันและกัน ยอมรับฟังปัญหาของเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม และช่วยเหลือซึ่งกันและกันด้วยความจริงใจ
4. เพื่อลดความวิตกกังวลด้านการเรียนของสมาชิกให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม

ระยะเวลา 90 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก และทบทวนประเด็นสำคัญของการให้คำปรึกษาในครั้งก่อน พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ในการให้คำปรึกษาในครั้งนี้
2. ในแต่ละครั้งของกระบวนการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ระบายออกเกี่ยวกับความวิตกกังวลด้านการเรียนที่เกิดขึ้น ให้สมาชิกได้เกิดการรับรู้ตนเอง รับรู้สถานการณ์ที่เป็นปัญหาที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลด้านการเรียน และเอื้ออำนวยให้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดการช่วยกันภายในกลุ่ม โดยใช้เทคนิคในการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางดังต่อไปนี้
 - 2.1 การใส่ใจโดยการแสดงออกทางใบหน้า เช่นการยิ้ม การพยักหน้า สีหน้า ฯลฯ การประสานสายตา ท่าทาง การนั่ง การใช้มือประกอบการพูด น้ำเสียง รวมถึงคำพูดที่สัมพันธ์กับสิ่งที่สมาชิกได้พูดออกมา ซึ่งเป็นเทคนิคที่ผู้ให้คำปรึกษาใช้ตลอดเวลาในระหว่างการให้คำปรึกษา
 - 2.2 การยอมรับโดยไม่มีเงื่อนไขทางบวก ในความแตกต่างระหว่างบุคคลซึ่งผู้ให้คำปรึกษาต้องยอมรับสมาชิกโดยปราศจากอคติใด ๆ ทั้งสิ้น ไม่ดำเนินคดีเยินทำให้สมาชิกลดความรู้สึกภาคภูมิใจในตัวเอง

2.3 การสะท้อนความรู้สึก ผู้ให้คำปรึกษาต้องทำหน้าที่ เป็นกระจกสะท้อนความรู้สึกและอารมณ์ โดยการฟังสมาชิกระบายความรู้สึกออกมาและรวบรวมเรียบเรียง สรุปเสียใหม่แล้วสะท้อนให้สมาชิกได้คิดพิจารณาความรู้สึกของตัวเองให้ดี เพื่อจะได้เข้าใจความรู้สึกที่แท้จริงในจิตใจของตนเอง เทคนิคนี้จะใช้เมื่อเห็นว่าสมาชิกไม่เข้าใจตัวเอง มีความสับสนในเรื่องของความรู้สึก ความต้องการ และการรับรู้ที่ถูกต้องเหมาะสมกับสภาพความเป็นจริง

2.4 การทำให้กระจ่าง คือการที่ผู้ให้คำปรึกษา ทำให้ข้อมูลเนื้อหาสาระที่สมาชิกถ่ายทอดออกมาอย่างคลุมเครือสับสน เกิดความชัดเจนขึ้น โดยสรุปสาระสำคัญของข้อมูลพื้นฐานของสมาชิกและกล่าวให้สมาชิกฟัง เทคนิคนี้ทำให้สมาชิกรู้ว่าผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจเรื่องราวของเขาได้ถูกต้อง ทำให้สมาชิกเกิดความเข้าใจในตนเองมากยิ่งขึ้น

2.5 การเงียบ เป็นเทคนิคหนึ่งที่สามารถใช้ได้ดี เมื่อสมาชิกเกิดการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่สามารถควบคุมได้ เช่นการ โกรธ การร้องไห้เสียใจ หรือ รู้สึก สะเทือนใจ ผู้ให้คำปรึกษาควรปล่อยให้เกิดความเงียบขึ้นเพื่อให้สมาชิกจะได้ค่อย ๆ ควบคุมอารมณ์ความรู้สึกของตนให้ได้ แล้วจึงดำเนินการต่อ ไม่จำเป็นต้องไปเร่งเร้ากระตุ้นหรือป้อน โยนจนมากเกินไป และความเงียบยังเป็นเทคนิคที่ทำให้ผู้ให้คำปรึกษาทำให้สมาชิกได้พูดออกมาอย่างต่อเนื่องอีกด้วย

3. ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสในช่วงท้ายให้สมาชิกมีโอกาสซักถาม และเสนอข้อคิดเห็นเพิ่มเติม

4. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปประเด็นสำคัญในแต่ละครั้ง และนัดหมายการทำกลุ่มครั้งต่อไป
การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจความตั้งใจ การแสดงความคิดเห็นในกลุ่ม
2. สังเกตการให้ความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมในการเข้ากลุ่ม

ครั้งที่ 10

การยุติการให้คำปรึกษา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกเกิดความรับผิดชอบต่อตนเอง รับผิดชอบเองตามความจริง
2. เพื่อให้สมาชิกสามารถลดความวิตกกังวลด้านการเรียนที่เกิดขึ้นกับตนเองได้อย่างเหมาะสม
3. เพื่อยุติการให้คำปรึกษา

ระยะเวลา 90 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก และทบทวนประเด็นสำคัญของการให้คำปรึกษาในครั้งก่อน พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ในการให้คำปรึกษาในครั้งนี้
2. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นและบอกถึงความรู้สึกเมื่อได้เข้าร่วมในการให้คำปรึกษาที่ผ่านมา ให้ทุกคนมีโอกาสพูดอย่างอิสระ
3. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบคุณสมาชิกทุกคน และกล่าวยุติการให้คำปรึกษา
4. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกทำแบบสอบถามความวิตกกังวลด้านการเรียน

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจความตั้งใจ การแสดงความคิดเห็นในกลุ่ม
2. สังเกตการให้ความร่วมมือ ความกระตือรือร้น และการมีส่วนร่วมในการเข้ากลุ่ม

ตัวอย่างการให้คำปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง

ครั้งที่ 3

ผู้ให้คำปรึกษา : สวัสดีครับทุกคน

สมาชิกทุกคน : สวัสดีครับ (ค่ะ) อาจารย์

ผู้ให้คำปรึกษา : สองครั้งที่ผ่านมามีโอกาสได้ทำความรู้จักกันมากขึ้น ทุกคนก็สนิทสนมกันมากขึ้นนะ ในวันนี้เราจะเริ่มพูดคุยกันในเรื่องความรู้สึกกังวลใจที่เกิดขึ้นกับเรา โดยเฉพาะอย่างยิ่งความวิตกกังวลในการเรียนหนังสือ

กวาง : หมายถึงอย่างไรคะอาจารย์ที่เรียกว่าความวิตกกังวลในการเรียน

ผู้ให้คำปรึกษา : มีใครบอกเพื่อนได้ไหมว่าหมายถึงอย่างไร

ชัย : หมายถึงเครียดเรื่องการเรียนหรือเปล่าครับ เพราะเครียดก็เลยวิตกกังวล

ผู้ให้คำปรึกษา : เป็นคำตอบที่ถูกต้อง และยังมีอาการอื่น ๆ อีกมากที่แสดงถึงความวิตกกังวล เช่นความไม่สบายใจที่ทำการบ้านไม่ได้ เอาละทีนี้ครูอยากเปิดโอกาสให้เราทุกคนมีโอกาสดูพูดถึงสิ่งที่เรากำลังกังวลหรือไม่สบายเกี่ยวกับเรื่องการของเราแต่ละว่ามีอะไรกันบ้าง ให้เรามีอิสระในการพูดเต็มที่ ใครจะเริ่มก่อน

หญิง : หนูเริ่มก่อนก็แล้วกัน หนูรู้สึกว่าการเรียนวิชาคณิตไม่ค่อยรู้เรื่อง

ผู้ให้คำปรึกษา : ไหนลองเล่าให้ละเอียดหน่อยซิว่าที่เรียนวิชาคณิตไม่ค่อยรู้เรื่อง มีความหมายว่าอย่างไร

หญิง : ก็เมื่อสองวันก่อนหน้านี้นั้นหนูรู้สึกว่าการเรียนวิชาคณิตไม่ค่อยเข้าใจที่อาจารย์สอน ทั้ง ๆ ที่หนูก็ตั้งใจฟังอย่างดีแต่ก็ตามไม่ทันที่อาจารย์สอน แล้วพอจะถามอาจารย์เพื่อนก็ถามแทรก อาจารย์ก็สนใจแต่จะอธิบายให้เพื่อนหนูไม่สนใจหนูเลย จนกระทั่งหมดเวลาคาบเรียนหนูก็ยังไม่มีโอกาสได้ถามเลย

ผู้ให้คำปรึกษา : นักเรียนกำลังบอกว่า นักเรียนเรียนวิชาคณิตไม่เข้าใจและรู้สึกไม่พอใจที่ไม่สามารถถามอาจารย์ในคาบเรียน

หญิง : ถ้าเพื่อนไม่มาถามแทรกหนูก็คงถามอาจารย์ได้

ผู้ให้คำปรึกษา : นักเรียนโกรธเพื่อนที่ทำให้หนูไม่สามารถถามอาจารย์ได้

หญิง : หนูไม่ได้โกรธแต่หนูไม่ค่อยชอบในการกระทำของเขา เหมือนกับว่าเขาจะเรียกร้องความสนใจให้กับตัวเอง

ผู้ให้คำปรึกษา : นักเรียนรู้สึกไม่สบายใจกับการกระทำของเพื่อน เลยทำให้นักเรียนเรียนวิชาคณิตไม่รู้เรื่อง

ธง : จริง ๆ แล้วผมก็เรียนคณิตไม่รู้เรื่อง แต่ผมไม่เหมือนกับหญิงนะครับ ผมคิดเลขไม่ออกเลย และก็ไม่ได้ถามเพราะไม่รู้เรื่องเลย ทุกครั้งที่เรียนเลขผมปวดหัวทุกทีเลย

คิม : อาจารย์ผมเห็นธงแอบนอนในคาบเรียนคณิตเกือบทุกครั้งเลย

ธง : ไม่จริงหรอกอาจารย์เป็นบางครั้งเท่านั้นเอง ที่นอนก็เพราะเรียนไปก็ไม่รู้เรื่อง

ผู้ให้คำปรึกษา : แล้วนักเรียนรู้สึกอย่างไรกับการเรียนคณิต

ธง : ผมรู้สึกว่าวิชาคณิตเป็นอะไรที่ยากมาก ๆ ต้องใช้ความคิดและเวลาทุ่มเทมากด้วย แต่ผมก็ไม่ได้เกลียดซะทีเดียว ผมเคยทำคะแนนได้ดีตอนอยู่ ม.2 อาจารย์ที่สอนคณิตผมตอนนั้นเป็นคนใจดี สอนสนุก ตื่นเต้น มีอะไรแปลก ๆ ใหม่มาให้คิดให้ทำทุกคาบเรียน ผมยังจำได้ที่อาจารย์กล่าวชมผมที่ผมสามารถคิดคำตอบได้เร็วกว่าเพื่อน ๆ ในห้อง ผมไม่เคยลืมเลย

ผู้ให้คำปรึกษา : แสดงว่าธงชอบอาจารย์ที่สอนคณิต เลยทำให้ตั้งใจเรียนคณิตและสามารถทำคะแนนได้ดีด้วย

ธง : จะว่าอย่างนั้นก็ใช่ะอาจารย์

ผู้ให้คำปรึกษา : แล้วนิคจะมีอะไรที่ทำให้รู้สึกไม่สบายใจในการเรียนบ้าง แหะให้เพื่อนได้รับฟังบ้าง

นิค : ผมก็ไม่มีอะไรมากรอกครับ เพียงแต่ว่าผมกังวลใจที่วันอาทิตย์หน้าจะต้องสอบภาษาอังกฤษ ผมกลัวว่าจะสอบไม่ผ่านต้องอยู่เรียนซ่อมเสริม วิชาอื่น ๆ ยังไม่ค่อยเท่าไร แต่นี้เป็นวิชาที่ทำให้ผมรู้สึกไม่สบายใจ กังวลใจตลอดเวลา

ผู้ให้คำปรึกษา : นิคกลัวที่จะสอบไม่ผ่านวิชาภาษาอังกฤษ กลัวจะต้องอยู่เรียนซ่อมเสริมในขณะที่เพื่อนที่สอบผ่านได้ปิดเทอมกลับบ้าน นอกจากกลัวสอบไม่ผ่านแล้วนิคยังมีอะไรอีกที่ทำให้รู้สึกไม่สบายใจ และเป็นกังวล

นิค : ก็มีอีกอย่างหนึ่งครับ เห็นพ่อบอกว่าแม่ไม่ค่อยสบายนัก ไปหาหมอบ่อยช่วงนี้ ไม่รู้ว่าจะเป็นอะไรมากรหรือเปล่า พ่อก็ไม่ยอมบอกว่าแม่เป็นอะไร ผมก็เลยยังกังวลใจไปหมด เป็นห่วงแม่ด้วยอยากรีบกลับไปช่วยดูแลแม่ ไม่อยากสอบตกและอยู่ซ่อมเลย

ผู้ให้คำปรึกษา : นิครู้สึกไม่สบายใจที่แม่ไม่สบายทำให้ไม่มีใจที่จะเตรียมพร้อมในการสอบที่จะถึงอีก 2 สัปดาห์ข้างหน้า ครูรู้สึกเสียใจด้วยที่รู้ว่าแม่ของนิคไม่สบาย และครูก็เข้าใจถึงความรู้สึกของนิคที่อยากจะรีบกลับไปช่วยดูแลแม่

- คิม : เราเองก็เสียใจด้วย แต่นายก็ยังกลับไปตอนนี้ไม่ได้นะเหลือแค่ 2 สัปดาห์ก็จะสอบแล้วออกทอนอีกนิดเพื่อน เตรียมตัวสอบให้พร้อมดีกว่า จะได้ไม่ตกและอยู่ซ่อมเสริม
- ผู้ให้คำปรึกษา : คิมเขาก็พูดถูกเหมือนกัน แม่ของนิกคงไม่เป็นอะไรมาก ไม่อย่างนั้นพ่อก็คงจะปิดไม่ยอมบอกนิกหรอก อีกอย่างหนึ่งพ่อก็อยู่ดูแลแม่ตลอดเวลา เราก็ทำหน้าที่ของเราให้ดีอย่าให้พ่อแม่ต้องเสียใจที่เราสอบไม่ผ่าน
- กวาง : ใช่เราก็เห็นด้วยนะนิก เราว่าพวกเรามาเตรียมตัวอ่านหนังสือให้พร้อมก่อนสอบจะดีกว่า ที่จริงเราช่วยติวภาษาอังกฤษให้ได้นะ เราก็พอเข้าใจทำได้อยู่
- นิก : ขอบใจทุกคนที่ช่วยเรา
- ผู้ให้คำปรึกษา : เอาละวันเรารุยกันพอแค่นี้ก่อน หวังว่าทุกคนจะมีความรู้สึกสบายใจขึ้น เราจะพบกันครั้งต่อไปในวันมะรืน ที่นี้เวลาเดิมนะ สวัสดีครับ
- ทุกคน : ขอบคุณครับ (ละ) สวัสดีครับ (ละ)