

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โครงการพัฒนาบัณฑิตอุดมคติไทยกำเนิดขึ้นจากการที่สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษาได้ตระหนักว่าบัณฑิตไทยควรมีความรู้จริงในวิชาการและวิชาชีพควบคู่กับการมีคุณธรรมและจริยธรรม สามารถนำความรู้ไปพัฒนาชุมชนสังคมและประเทศชาติเพื่อแข่งขันกับนานาชาติได้ สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษาจึงได้ดำเนินโครงการพัฒนาบัณฑิตอุดมคติไทย ซึ่งเป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นการพัฒนาบัณฑิตให้มีความรู้ในสาขาวิชาการ วิชาชีพควบคู่กับการมีคุณธรรม จริยธรรม โดยมีวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. เร่งรัดและพัฒนาศักยภาพของนักเรียน นิสิต นักศึกษา ให้มีความรู้อย่างแท้จริงในสาขาวิชาการ วิชาชีพ ควบคู่กับการมีคุณธรรม จริยธรรม เป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพและเป็นที่พึงประสงค์ตามความต้องการของตลาดแรงงาน สังคมและประเทศ
2. ให้สอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 หมวด 1 มาตรา 6 และหมวด 4 มาตรา 24 (4) ระบุว่า “การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่น ได้อย่างมีความสุข” “จัดการเรียนการสอน โดยผสมผสานสาระความรู้ด้านต่าง ๆ อย่างได้สัดส่วนสมดุลกัน รวมทั้งปลูกฝังคุณธรรม ค่านิยมที่ดีงามและคุณลักษณะอันพึงประสงค์ไว้ในทุกวิชา” โดยการพัฒนากระบวนการจัดการเรียนการสอนและกิจกรรมเสริมต่าง ๆ ที่เสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ร่วมกัน นำภูมิปัญญาไทยมาบูรณาการให้เหมาะสมกับท้องถิ่น ชุมชน และความก้าวหน้าทางด้านวิชาการ วิชาชีพเพื่อก้าวสู่ความเป็นสากล
3. ให้แนวคิดและแนวทางการพัฒนาบัณฑิตอุดมคติไทยได้ขยายผลและมีความสัมพันธ์ต่อเนื่องกันไปทุกระดับ การศึกษาสามารถประเมินและตรวจสอบคุณภาพการศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ทั้งนี้การดำเนินโครงการพัฒนาบัณฑิตอุดมคติไทยได้เป็นไปตามมติคณะรัฐมนตรีในการประชุมเมื่อวันที่ 27 พฤษภาคม 2540 (พรทิพย กาญจนนิยต, 2545, หน้า 11)

การดำเนินการของโครงการพัฒนารูปแบบการพัฒนาบัณฑิตอุดมคติไทย สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษาได้เลือกมหาวิทยาลัยบูรพาเป็นมหาวิทยาลัยนำร่องในการพัฒนารูปแบบการพัฒนาบัณฑิตอุดมคติไทยนับตั้งแต่ปีงบประมาณ 2544 เป็นต้นมา ซึ่งมหาวิทยาลัย

บุรพาได้มุ่งพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ประการหนึ่งคือ การมีคุณธรรมและจริยธรรมในตน ในวิชาชีพและในสังคม โดยสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสร้างสรรค์ ซึ่งได้แก่ การมีวินัยในตนเอง เชื้อมั่นในตนเองและสามารถพัฒนาตนเองได้ สามารถตั้งจุดมุ่งหมายในชีวิตตนเองได้ รู้จักและเข้าใจตนเองและผู้อื่น มีความรับผิดชอบในบทบาทและหน้าที่ของตน (มนตรี เข้มกสิกร, 2546, หน้า 34 - 37)

กระบวนการเรียนการสอนและบทบาทของการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยมีอิทธิพลอย่างมากต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของนิสิตนักศึกษา โดยในช่วงที่ศึกษาอยู่ในสถาบันการศึกษา นิสิตนักศึกษาก็เกิดการเรียนรู้จากการได้ยินได้ฟัง จากประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ปฏิบัติได้ตอบกับอาจารย์ เจ้าหน้าที่และการติดต่อพบปะกับกลุ่มเพื่อน ก่อให้เกิดค่านิยมต่าง ๆ ขึ้น มีการยึดถือปฏิบัติ โดยได้รับมาจากกลุ่มเพื่อนนักศึกษา สภาพการณ์ในสถาบันและสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ เหล่านี้มีผลต่อการหล่อหลอมคุณธรรมจริยธรรมนักศึกษา จึงกล่าวได้ว่านิสิตนักศึกษากำลังอยู่ในกระบวนการที่ถูกพัฒนาและสามารถที่จะพัฒนาพฤติกรรมด้านคุณธรรมและจริยธรรม เป็นการเสริมสร้างคุณลักษณะที่ดีงามได้มาก (คณะทำงานจัดทำแนวทางพัฒนาบัณฑิตอุดมคติไทย, 2543, หน้า 10)

การศึกษาในมหาวิทยาลัยนิสิตนักศึกษาควรพัฒนาตนเองรอบด้าน เช่น เรื่องของความเชื่อ ความศรัทธาและค่านิยมให้มีความมั่นคงมากขึ้น การปรับเปลี่ยนความคิดความเชื่อในมหาวิทยาลัยนี้ นิสิตนักศึกษาควรได้รับการพัฒนาให้เกิดความสมบูรณ์ในตนเองมากที่สุด โดยมีค่านิยมเป็นของตนเองและมีความคิดความเชื่อในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ตลอดจนสามารถที่จะดำรงตนอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข นอกจากนี้ในการศึกษาลักษณะนิสิตนักศึกษาในปัจจุบันของประเทศไทยพบว่า นิสิตนักศึกษาในชั้นปีที่สาม มักสงบเงียบ ชอบอยู่กับกลุ่มเพื่อน ๆ มีความเฉยเมยต่อสังคมมหาวิทยาลัยและต่อการเรียน อาจมีความคิดที่เริ่มคบหากับเพื่อนต่างเพศ (วัลลภา เทพหัสดิน ณ อยุธยา, 2544, หน้า 22 - 39)

สิ่งที่นิสิตนักศึกษาเลือกปฏิบัติเป็นผลสืบเนื่องมาจากค่านิยม ซึ่งมีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคล (Schaefer, 2007, p. 63) มีความสัมพันธ์กับความคิด (ประภาเพ็ญ สุวรรณ 2535, หน้า 353) และใช้ช่วยในการตัดสินใจให้บุคคลเลือกกระทำอย่างใดอย่างหนึ่ง (เอนอมัลย์ ราชภัฏนทาร์กย์, 2548, หน้า 61) ค่านิยมเป็นความคิดกว้าง ๆ ที่เกี่ยวกับสิ่งที่ควรปรารถนา ถูกต้องและดีงามที่คนในสังคมควรกระทำ มักเป็นเรื่องทั่ว ๆ ไปและเป็นนามธรรมที่ไม่ได้ระบุอย่างเฉพาะเจาะจงว่าพฤติกรรมไหนเหมาะสมหรือไม่เหมาะสม แต่ค่านิยมจะเป็นบรรทัดฐานและความคิดที่ใช้ประเมินบุคคล วัตถุและเหตุการณ์ว่ามีคุณค่า ดี สวยงามหรือมีจริยธรรม ค่านิยมจะไม่คงทนตลอดเวลา (Wilfrid, 1996, pp. 35 - 36) ถึงแม้ว่าค่านิยมซึ่งเกิดจากการเรียนรู้ในสังคมมีแนวโน้มว่าจะดำรงอยู่อย่างถาวร แต่หากว่าเงื่อนไขในสังคมเปลี่ยนแปลงไป ค่านิยมก็จะ

เปลี่ยนไปด้วย (วีระ บำรุงรักษ์, 2539, หน้า 77)

การให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมมีสมมติฐานว่าความคิด อารมณ์และพฤติกรรมมีปฏิสัมพันธ์กันและมีความสัมพันธ์แบบเป็นเหตุเป็นผลซึ่งกันและกัน (Corey, 2005, p. 272) นอกจากนี้อารมณ์หรือพฤติกรรมของบุคคลเกิดจากความเชื่อของบุคคลเป็นสำคัญ (Corey, 2005, p. 274) นั่นก็คือ คนเราจะแสดงพฤติกรรมออกไปตามระบบความเชื่อของแต่ละบุคคลที่มีต่อเหตุการณ์นั้น การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม เชื่อว่า บุคคลมีความสามารถในการโต้แย้งกับความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลและเปลี่ยนความคิดไม่สมเหตุสมผลให้เป็นความคิดที่มีเหตุผลแทน (Corey, 2004, p. 397) เพื่อให้เปลี่ยนแปลงอารมณ์และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมให้เกิดความเหมาะสมมากขึ้น (Corey, 2004, p. 400)

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนับว่ามีบทบาทในสังคมอันซับซ้อนในปัจจุบันนี้มาก ในประเทศไทยได้มีการนำมาใช้โดยเฉพาะอย่างยิ่งในมหาวิทยาลัย (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา, 2542, หน้า 39) การให้คำปรึกษากลุ่มจะมีพลังหลายประการที่จะผลักดันให้กลุ่มดำเนินไปถึงจุดมุ่งหมาย เช่น ความรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มจะมีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงของสมาชิก สมาชิกจะรู้สึกว่าได้รับการยอมรับ เป็นที่ต้องการและมีคุณค่า มีความตั้งใจที่จะเรียนรู้พฤติกรรมใหม่ๆ ตลอดจนตนเองเข้าร่วมในกลุ่มอย่างแท้จริง (กาญจนา ไชยพันธุ์, 2549, หน้า 9) นอกจากนี้การให้คำปรึกษากลุ่มจะช่วยให้ผู้รับบริการได้เรียนรู้เกี่ยวกับอัตมโนทัศน์ (Self-Concept) ที่เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้ให้บริการและสมาชิกในกลุ่ม ทำให้แต่ละคนได้ข้อมูลย้อนกลับจากกลุ่มเกี่ยวกับตนเอง เกิดการรับรู้ว่าคุณค่าของตนเองอย่างไร ความไว้วางใจ ความจริงใจ การยอมรับและเคารพในสิทธิของกันและกัน ช่วยให้สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มกล้าเปิดเผยตนเอง ในขณะเดียวกันก็เรียนรู้ที่จะรับฟังผู้อื่น ซึ่งมีทัศนคติและค่านิยมที่แตกต่างกันไปจากตน การให้บริการปรึกษาแบบกลุ่มทำให้ผู้รับบริการเกิดการเรียนรู้ในการปรับตัว ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เนื่องจากการเรียนรู้ใหม่ที่เหมาะสมจากกลุ่ม (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา, 2542, หน้า 40)

การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมมีเป้าหมายที่สำคัญคือการช่วยให้ผู้รับบริการสามารถยอมรับตนเองและผู้อื่นอย่างไม่มีเงื่อนไข ตลอดจนสามารถเรียนรู้วิธีในการเปลี่ยนแปลงอารมณ์และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ให้เกิดความเหมาะสมและเพื่อจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต (Corey, 2004, p. 400) ในการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมนี้ กลุ่มจะมีประโยชน์ในการสำรวจวิธีที่เราได้รับความเชื่อที่ทำลายตนเองและเป็นประโยชน์ที่เอื้อต่อการสร้างความเชื่อขึ้นมาใหม่ได้และแนวคิดในการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมจะให้ความสำคัญกับการคิดซึ่งจะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมและอารมณ์ (Corey, 2004, p. 415)

จากข้อมูลข้างต้นแสดงให้เห็นว่านิสิตนักศึกษาควรได้รับการพัฒนาให้เป็นผู้มีค่านิยมในการมีคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ โดยแนวคิดของการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมจะให้ความสำคัญกับการคิดซึ่งจะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมและอารมณ์ จึงมีความเหมาะสมในการนำมาใช้พัฒนาค่านิยมซึ่งเป็นกระบวนการทางความคิดที่มีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรมเช่นกัน รวมทั้งการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มยังมีความเหมาะสมเมื่อนำมาใช้กับนิสิตชั้นปีที่ 3 ซึ่งเป็นช่วงวัยที่ให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อน ซึ่งจะทำให้เกิดพลังในการผลักดันให้กลุ่มดำเนินไปถึงจุดมุ่งหมาย ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมที่มีต่อค่านิยมในการมีคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ เพื่อนำผลที่เกิดขึ้นไปเป็นแนวทางให้นิสิตมีคุณธรรมและจริยธรรมในตน ในวิชาชีพและในสังคม โดยสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสร้างสรรค์

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมที่มีผลต่อค่านิยมในการมีคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา

ประโยชน์ของการศึกษา

เป็นแนวทางให้อาจารย์และบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาได้นำวิธีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมไปใช้ในการปรับเปลี่ยนค่านิยมในการมีคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ เพื่อให้บัณฑิตเป็นผู้ที่มีคุณธรรมและจริยธรรมในตน ในวิชาชีพและในสังคม สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสร้างสรรค์ ซึ่งได้แก่การวินัยในตนเอง เชื่อมั่นในตนเองและสามารถพัฒนาตนเองได้ สามารถตั้งจุดมุ่งหมายในชีวิตตนเองได้ รู้จักและเข้าใจตนเองและผู้อื่น มีความรับผิดชอบในบทบาทและหน้าที่ของตน

สมมติฐานในการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง
2. นิสิตที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมมีค่านิยมในการมีคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์มากกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง
3. นิสิตที่ได้รับคำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมมีค่านิยมในการมีคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์มากกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล

4. นิสิตที่ได้รับคำปรึกษาในกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมมีค่านิยมในการมีคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ในระยะหลังการทดลองมากกว่าระยะก่อนการทดลอง

5. นิสิตที่ได้รับคำปรึกษาในกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมมีค่านิยมในการมีคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ในระยะติดตามผลมากกว่าระยะก่อนการทดลอง

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร คือ นิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา

1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ นิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา ชั้นปีที่ 3 จำนวนทั้งสิ้น 16 คน โดยมีกระบวนการได้มาดังนี้

1.2.1 ผู้วิจัยใช้การสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับสลากเพื่อเลือกคณะ จากนั้นสุ่มอย่างง่ายโดยการจับสลากอีกครั้งเพื่อเลือกสาขาวิชาของคณะที่สุ่มได้

1.2.2 เมื่อได้คณะและสาขาวิชาแล้ว ผู้วิจัยให้นิสิตจากคณะและสาขาวิชาที่สุ่มได้ตอบแบบวัดค่านิยมในการมีคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ ซึ่งพัฒนาโดยผู้วิจัย

1.2.3 ผู้วิจัยนำแบบวัดที่ผ่านการทดสอบจากนิสิต มารวมคะแนนและเรียงลำดับจากน้อยที่สุดไปหามากที่สุด คัดเลือกคนที่มีความเหมาะสมแบบวัดค่านิยมในการมีคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 มาเป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คนโดยการสอบถามความสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง

1.2.4 เมื่อได้กลุ่มตัวอย่างตามความสมัครใจจำนวน 16 คนแล้ว ทำการเข้ากลุ่ม (Random Assignment) โดยการจับสลากเพื่อแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง 8 คนและกลุ่มควบคุม 8 คน

2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

2.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) คือ วิธีการพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์และระยะเวลา

2.1.1 วิธีการพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ ได้แก่

2.1.1.1 การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม

2.1.1.2 วิธีปกติ

2.1.2 ระยะเวลาการทดลอง

2.1.2.1 ระยะเวลาก่อนการทดลอง (Pre-test)

2.1.2.2 ระยะเวลาหลังการทดลอง (Post-test)

2.1.2.3 ระยะติดตามผล (Follow up)

2.2 ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือ ค่านิยมในการมีคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. คุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ หมายถึง การมีคุณธรรมและจริยธรรมในตน ในวิชาชีพและในสังคม โดยสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสร้างสรรค์ ได้แก่ การมีวินัย ในตนเอง เชื่อมั่นในตนเองและสามารถพัฒนาตนเองได้ สามารถตั้งจุดมุ่งหมายในชีวิตตนเองได้ รู้จักและเข้าใจตนเองและผู้อื่น มีความรับผิดชอบในบทบาทและหน้าที่ของตน

2. ค่านิยม หมายถึง กระบวนการทางความคิดที่มีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรมของมนุษย์ เป็นสิ่งที่มนุษย์ยึดถือเพื่อช่วยในการเลือก การตัดสินใจ การให้คุณค่าและให้ความสำคัญ ตลอดจนชักนำให้บุคคลปฏิบัติอย่างใดอย่างหนึ่งซึ่งนำไปสู่การแสดงพฤติกรรมที่สอดคล้องกับค่านิยมนั้น

3. ค่านิยมในการมีคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ หมายถึง กระบวนการทางความคิดในการเลือกพิจารณาให้คุณค่าและเป็นตัวกำหนดการแสดงพฤติกรรมในการเป็นผู้มีคุณธรรมและจริยธรรมในตน ในวิชาชีพและในสังคม โดยสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสร้างสรรค์ ได้แก่ มีวินัยในตนเอง เชื่อมั่นในตนเองและสามารถพัฒนาตนเองได้ สามารถตั้งจุดมุ่งหมายในชีวิตตนเองได้ รู้จักและเข้าใจตนเองและผู้อื่น มีความรับผิดชอบในบทบาทและหน้าที่ของตน

4. การให้คำปรึกษากลุ่ม หมายถึง กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดขึ้นเพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษาตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปในเวลาเดียวกัน ซึ่งมีปัญหาคล้ายคลึงกันหรือความต้องการเหมือนกัน ซึ่งมุ่งให้ผู้รับคำปรึกษาได้ปรับปรุงตนเองโดยผู้ให้คำปรึกษาจะคอยเอื้ออำนวยให้ผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสสำรวจตัวเอง แสดงความรู้สึกและความคิดเห็น กล้าเผชิญความจริง มีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกในกลุ่ม ยอมรับฟังความคิดเห็นผู้อื่นภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น จริงใจ การยอมรับ ความไว้วางใจและความเข้าใจซึ่งกันและกัน

5. การให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม หมายถึง กระบวนการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มที่มีเป้าหมายให้ผู้รับบริการสามารถยอมรับตนเองและผู้อื่นอย่างไม่มีเงื่อนไข ตลอดจนสามารถเรียนรู้วิธีการเปลี่ยนแปลงอารมณ์และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมให้เกิดความเหมาะสมและเพื่อจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต โดยสมาชิกในกลุ่มจะเรียนรู้ถึงวิธีการลดหรือกำจัดอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมและการรับผิดชอบต่อปฏิกิริยาทางอารมณ์ของตนเอง ดังนั้นสมาชิกจะสามารถลดการถูกรบกวนทางอารมณ์ได้โดยการเปลี่ยนความเชื่อและค่านิยม เมื่อ

สมาชิกได้รับหลักการดำเนินชีวิตที่เป็นจริงในรูปแบบใหม่ สมาชิกจะสามารถจัดการกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

6. วิธีปกติ หมายถึง วิธีการที่ผู้ให้คำปรึกษาได้ให้นิสิตเข้าเรียน ทำกิจกรรมต่าง ๆ ของมหาวิทยาลัยและดำเนินชีวิตตามปกติ โดยไม่ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม หรือเรียกว่ากลุ่มควบคุม

7. นิสิตระดับปริญญาตรี หมายถึง นิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา ชั้นปีที่ 3 ปีการศึกษา 2550