

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์
สำหรับกลุ่มทดลอง

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	ปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธ์ภาพ	1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ ต่อความก้าวร้าว บทบาทหน้าที่ของผู้รับคำปรึกษาและให้คำปรึกษา ตลอดจนช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้งและสถานที่ในการให้คำปรึกษา ตลอดโปรแกรม 2. เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาารู้สึกอบอุ่นใจ ไว้วางใจ และเป็นกันเองกับผู้ให้คำปรึกษา	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มพร้อมกับแนะนำตนเอง และให้สมาชิกได้แนะนำตนเอง 2. ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายวัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมโปรแกรม กติกา บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกกลุ่ม รวมทั้งประโยชน์ที่จะได้รับ 3. ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้ซักถามข้อสงสัย 4. ให้สมาชิกกลุ่มได้ทำความรู้จักกันโดยให้สมาชิกแต่ละคนแนะนำตัวเอง โดยบอกชื่อและข้อมูลประวัติส่วนตัวตั้งแต่เด็กจนถึงปัจจุบัน และเปิดโอกาสให้สมาชิกตั้งคำถามเพื่อน เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพ ฝึกการยอมรับ และการเข้าใจซึ่งกันและกัน และเหตุผลในการเข้าร่วมรับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งนี้ 5. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปว่าวันนี้ทำอะไรและนัดหมายครั้งต่อไป
2	การอยู่กับปัจจุบัน	เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษารับรู้ถึงความรู้สึกของตนเองที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก และเริ่มต้นโดยใช้เทคนิคจินตนาการ โดยสมมติให้ผู้รับคำปรึกษาสมมติตัวเองเป็น

			สิ่งของในห้อง จะเป็นอย่างไร มีความต้องการอะไร มีความรู้สึกอย่างไร และสภาพแวดล้อมที่ตนเองอยู่นั้นเป็นอย่างไร 2. สมาชิกแต่ละคนพูดถึงสิ่งที่ตนเองจินตนาการ ให้สมาชิกในกลุ่มได้รับทราบ 3. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิก ร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็น ในการค้นหาตนเองในเรื่องของความก้าวร้าว 4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิก ร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษา และนัดหมายครั้งต่อไป
3	การมีสติรับรู้ตนเอง	เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ฝึกสติ สามารถรับรู้ความรู้สึก ความต้องการ ความคิดของตนเอง สามารถสัมผัสถึงสิ่งเร้าภายในตนเอง ตลอดจนรับรู้ถึง สภาพแวดล้อมภายนอก เข้าใจตนเองและสิ่งแวดลอมได้อย่างถูกต้อง	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทาย สมาชิกในกลุ่ม ทบทวนกติกากลุ่มและเรื่องราวที่สนทนาครั้งที่แล้ว 2. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิค “ที่นี่และเดี๋ยวนี้” โดยให้ผู้รับคำปรึกษา สังเกต จดจ่อกับการรับรู้ที่อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย ความรู้สึกภายในร่างกาย และสิ่งกระทบภายนอกที่ร่างกายได้รับ การหายใจ อารมณ์ต่าง ๆ ที่เป็นอยู่ขณะนั้น อยู่กับความรู้สึกนั้น ๆ โดยไม่ต้องตีความ 3. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วม พูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อต้อง

			แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว 4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิก ร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษา และนัดหมายครั้งต่อไป
4	รับรู้เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ในปัจจุบัน	เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษามีความรู้สึก และการรับรู้เกี่ยวกับเหตุการณ์ที่ เกิดขึ้นในปัจจุบัน	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทาย สมาชิกในกลุ่ม ทบทวนกติกาของ กลุ่มและเรื่องราวที่สนทนากครั้ง ที่แล้ว 2. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิค “อะไร- อย่างไร-เมื่อใด” โดยใช้คำถาม เช่น ขณะนี้ คุณรู้สึกอย่างไร และ ให้สมาชิกกล่าวซ้ำ คือ ขณะนี้ ฉันรู้สึก....” 3. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิก ร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษา และนัดหมายครั้งต่อไป
5	การจัดการกับ ความรู้สึกที่ติดค้าง	เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มไม่พะวง เรื่องในอดีตอันเนื่องมาจากความ ขัดแย้งที่มีต่อตนเองและผู้อื่น ค้นหาความรู้สึกที่ยังติดค้างใน ตนเอง และพยายามระบาย ออกมา	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทาย สมาชิกและเริ่มพูดคุยเกี่ยวกับ ความรู้สึกที่ติดค้างในแต่ละคน และวิธีการจัดการกับความรู้สึกนั้น 2. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวนำเกี่ยวกับ เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับสมาชิกซึ่งมี ผลมาจากความก้าวร้าว โดยให้ สมาชิกได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ กัน 3. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิค “เก้าอี้ที่ ว่างเปล่า” โดยใช้เก้าอี้ 2 ตัว ตั้ง ประจันหน้ากัน แล้วให้สมาชิกพูด ไปที่เก้าอี้ที่ว่างเปล่า ซึ่งสมมุติว่า มี บุคคลที่สมาชิกมีความขัดแย้งด้วย

			นั่งอยู่และให้สมาชิกสวมบทบาทผู้ นั้นย้ายไปนั่งเก้าอี้ที่อยู่ตรงกันข้าม แล้วพูดโต้ตอบกลับไป หรืออาจใช้ เก้าอี้ตรงกันข้ามเป็นตัวแทนของ เหตุการณ์ความกังวลที่ยังไม่เกิดขึ้น 4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิก ร่วมกันให้กำลังใจซึ่งกันและกัน สรุปผลการให้คำปรึกษาและนัด หมายครั้งต่อไป
6	ไม่กังวลกับอนาคตที่ ยังมาไม่ถึง	เพื่อให้สมาชิกได้กำจัดหรือลด ความรู้สึกเครียด ซึ่งเกิดจากความ วิตกกังวลกับอนาคตเกี่ยวกับการ ใช้ชีวิต	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทาย สมาชิกในกลุ่ม ทบทวนกติกาของ กลุ่มและเรื่องราวที่สนทนาครั้งที่ แล้ว 2. สมาชิกร่วมกันพูดคุยแลกเปลี่ยน ประสบการณ์ที่ตนเองประสบมา ซึ่งส่งผลกระทบต่อการแสดงออก ของตนเองในทางก้าวร้าว และการ ใช้ชีวิตต่อจากนี้ไป 3. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิก ร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษา และนัดหมายครั้งต่อไป
7	เชื่อมั่นในการ แสดงออกของตนเองที่ เหมาะสม	เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษา สร้างความ เชื่อมั่นในความสามารถของ ตนเอง กล้าเผชิญและยอมรับคำติ ชม ด้วยความเต็มใจ	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทาย สมาชิกในกลุ่ม ทบทวนกติกาของ กลุ่มและเรื่องราวที่สนทนาครั้งที่ แล้ว 2. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวนำถึงการ แสดงออกที่เหมาะสม และให้ สมาชิกร่วมกันบอกความรู้สึกที่มี ต่อการแสดงออกที่เหมาะสมและ

			วิธีการในการแสดงพฤติกรรมที่ไม่ใช่พฤติกรรมที่ก้าวร้าว 3. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิค “การฝึกซ้อมบทบาท” โดยให้สมาชิกแสดงบทบาทที่ตนคิดไว้ว่าจะแสดงออกต่อคนรอบข้างในสถานการณ์ต่าง ๆ 4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิก ร่วมกันสอบถามความรู้สึกและสรุปการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป
8	การตระหนักรู้ในความต้องการของตนเอง	เพื่อให้รับรู้เกี่ยวกับความต้องการของตนเอง	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก และทบทวนเรื่องที่ได้แลกเปลี่ยนกันในครั้งก่อน 2. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิค “บทบาทสมมติ” ว่าตนเองเป็นใคร กำลังทำอะไรอยู่ และพูดถึงความรู้สึกของตนเองออกมา จะช่วยให้สมาชิกกลุ่มตระหนักรู้ถึงความต้องการของตนเอง 3. ผู้ให้คำปรึกษาถามความรู้สึกของสมาชิกและเชื่อมโยงเข้ากับสภาพจริง 4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิก ร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป
9	อารมณ์มั่นคง ไม่เปลี่ยนแปลงง่าย	เพื่อให้สมาชิกยอมรับประสบการณ์ด้านอารมณ์ของตนเอง มีความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย กำจัดความรู้สึกและสิ่ง	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก และทบทวนเรื่องที่ได้แลกเปลี่ยนกันในครั้งก่อน 2. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิค “อยู่กับ

		ค้างคาออกไป	ความรู้สึกนั้น” โดยให้สมาชิกกลุ่มเล่าถึงเหตุการณ์ที่สร้างความเจ็บปวด สะเทือนใจ ขมขื่น คับแค้นใจ ซึ่งความรู้สึกนี้สมาชิกไม่ยอมสัมผัส และรับรู้ ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้สมาชิกพึงรับรู้เกี่ยวกับความรู้สึกนั้น ๆ อีกครั้งรับรู้ในสภาพความเป็นจริงในสภาวะปัจจุบัน ให้เขาเผชิญกับความความรู้สึกนั้น โดยไม่หลีกเลี่ยง
			3. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป
10	การแสดงพฤติกรรมสะท้อน	เพื่อให้สมาชิกกลุ่ม สามารถแสดงพฤติกรรมอย่างเหมาะสมเมื่อเผชิญกับความคับข้องใจตระหนักถึงความรู้สึกตนเองที่มีอยู่อีกส่วนหนึ่งโดยไม่พยายามปฏิเสธหรือเก็บกดไว้ ช่วยให้เข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถควบคุมตนเองจากความโกรธ ความคับข้องใจ และทนต่อแรงกดดัน ความเครียดในชีวิตได้	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก และทบทวนเรื่องที่ได้แลกเปลี่ยนกันในครั้งก่อน 2. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวนำถึงการแสดงออกของความก้าวร้าว โดยให้สมาชิกแลกเปลี่ยนประสบการณ์การแสดงความก้าวร้าวของตนเอง 3. ผู้ให้คำปรึกษา ให้สมาชิกใช้การแสดงบทบาท ในเหตุการณ์ของตนเอง โดยให้สลับบทบาทด้วย 4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป
11	กล้าตัดสินใจและรับผิดชอบต่อการตัดสินใจ	เพื่อให้สมาชิกกลุ่ม ตระหนักถึงความต้องการของตนเองอย่างแท้จริง เข้าใจถึงการตัดสินใจ	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก และทบทวนเรื่องที่ได้แลกเปลี่ยนกันในครั้งก่อน

		เลือกและรับผิดชอบต่อการเลือก ของตนเอง	2. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวว่าเกี่ยวกับการตัดสินใจของแต่ละคนที่ไม่เหมือนกัน ซึ่งบางคนมักจะไม่มั่นใจกับการตัดสินใจของตนเอง 3. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแลกเปลี่ยนประสบการณ์การตัดสินใจเลือกของตนเอง และตระหนักถึงความรับผิดชอบ โดยให้ผู้รับคำปรึกษาพูดว่า “ฉันรับผิดชอบต่อการตัดสินใจเลือกกระทำสิ่งต่าง ๆ 3. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป
12	ปัจฉิมนิเทศ	1. เพื่อสรุปการทำกิจกรรมร่วมกัน 2. เพื่อให้สมาชิกนำกิจกรรมที่ได้เรียนรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน 3. เพื่อยุติการให้คำปรึกษา	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม และทบทวนเรื่องที่ได้แลกเปลี่ยนกันในครั้งก่อน 2. ให้สมาชิกกลุ่มได้พิจารณาตนเองเกี่ยวกับความก้าวร้าวในตนเอง หลังจากได้เข้าร่วมกลุ่ม และการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน 3. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบคุณและยุติการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์

แผนการทำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ สำหรับกลุ่มทดลอง

ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศและสร้างความสัมพันธ์ภาพ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ต่อความก้าวร้าว บทบาทหน้าที่ของผู้รับคำปรึกษาและให้คำปรึกษา ตลอดจนช่วงเวลา ระยะเวลา จำนวนครั้งและสถานที่ในการให้คำปรึกษาตลอดโปรแกรม
2. เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษารู้สึกอบอุ่นใจ ไว้วางใจ และเป็นกันเองกับผู้ให้คำปรึกษา

ระยะเวลา

90 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มพร้อมกับแนะนำตนเอง และให้สมาชิกได้แนะนำตนเอง
2. ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายวัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมโปรแกรม บทบาท หน้าที่ของสมาชิกและผู้ให้คำปรึกษา ทิศทาง ช่วงเวลา จำนวนครั้ง และสถานที่ตลอดโปรแกรม
3. ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้ซักถามข้อสงสัย
4. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มได้ทำความรู้จักกันโดยให้สมาชิกแต่ละคนแนะนำตัวเอง โดยบอกชื่อและข้อมูลประวัติส่วนตัวตั้งแต่เด็กจนถึงปัจจุบัน และเปิดโอกาสให้สมาชิกตั้งคำถามเพื่อน เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพ ฝึกการยอมรับ และการเข้าใจซึ่งกันและกัน และเหตุผลในการเข้าร่วมรับการให้คำปรึกษากลุ่มครั้งนี้
5. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปว่าวันนี้ทำอะไรและนัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความตั้งใจในการรับฟังข้อปฏิบัติ ความร่วมมือ ความสนใจในการทำกิจกรรม และการซักถามของสมาชิกกลุ่ม

แผนการทำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ สำหรับกลุ่มทดลอง

ครั้งที่ 2 การอยู่กับปัจจุบัน

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษารับรู้ถึงความรู้สึกของตนเองที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน

ระยะเวลา

90 – 120 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก และเริ่มต้นโดยใช้เทคนิคจินตนาการ โดยให้ผู้รับคำปรึกษาสมมติตัวเองเป็นสิ่งของในห้อง จะเป็นอย่างไร มีความต้องการอะไร มีความรู้สึกอย่างไร และสภาพแวดล้อมที่ตนเองอยู่นั้นเป็นอย่างไร
2. สมาชิกแต่ละคนพูดถึงสิ่งที่ตนเองจินตนาการ ให้สมาชิกในกลุ่มได้รับทราบ โดยผู้ให้คำปรึกษาขออาสาสมัครในการพูด และกระตุ้นให้สมาชิกแลกเปลี่ยนประสบการณ์จินตนาการของตนเองให้สมาชิกกลุ่มทราบ
3. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็นในการค้นหาตนเองในเรื่องของความก้าวร้าว
4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความตั้งใจในการรับฟังเพื่อน ๆ สมาชิกในกลุ่ม ให้ความร่วมมือในการบอกเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับตนเอง

แผนการทำให้โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ สำหรับกลุ่มทดลอง

ครั้งที่ 3 การมีสติรับรู้ตนเอง

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ฝึกสติ สามารถรับรู้ความรู้สึก ความต้องการ ความคิดของตนเอง สามารถสัมผัสถึงสิ่งเร้าภายในตนเอง ตลอดจนรับรู้ถึงสภาพแวดล้อมภายนอก เข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อมได้อย่างถูกต้อง

ระยะเวลา

90 – 120 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกในกลุ่ม สร้างความคุ้นเคย ทบทวนกติกาของกลุ่ม และเรื่องราวที่สนทนากันครั้งที่แล้ว
2. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิค “ที่นี่และเดี๋ยวนี้” โดยให้ผู้รับคำปรึกษาสังเกต จดจ่อกับการรับรู้ที่อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น มุ่งความสนใจไปที่อวัยวะใดอวัยวะหนึ่ง ความรู้สึกภายในร่างกาย และสิ่งกระทบภายนอกที่ร่างกายได้รับ การหายใจ อารมณ์ต่าง ๆ ที่เป็นอยู่ขณะนั้น อยู่กับความรู้สึกนั้น ๆ โดยไม่ต้องตีความ
3. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อต้องแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว
4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการให้ความร่วมมือ ความกระตือรือร้น ในการรับคำปรึกษาของสมาชิกกลุ่ม และพิจารณาจากการสรุปว่า สมาชิกกลุ่มมีสติรับรู้ตนเองสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้หรือไม่

แผนการทำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ สำหรับกลุ่มทดลอง

ครั้งที่ 4 รับรู้เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษามีความรู้สึกและการรับรู้เกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน

ระยะเวลา

90 – 120 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกในกลุ่ม ทบทวนกติกาของกลุ่มและเรื่องราวที่สนทนาครั้งที่แล้ว
2. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิค “อะไร-อย่างไร-เมื่อใด” โดยใช้คำถาม เช่น ขณะนี้ คุณรู้สึกอย่างไร และ ให้สมาชิกกล่าวซ้ำ คือ ขณะนี้ ฉันรู้สึก....”
3. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการให้ความร่วมมือ ความกระตือรือร้น ในการรับคำปรึกษาของสมาชิกกลุ่ม จากความตั้งใจในการรับฟังเพื่อน ๆ สมาชิกในกลุ่ม ให้ความร่วมมือในการบอกเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับตนเอง

แผนการทำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ สำหรับกลุ่มทดลอง

ครั้งที่ 5 การจัดการกับความรู้สึกที่ติดค้าง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มไม่พะวงเรื่องในอดีตเนื่องจากความขัดแย้ง
2. เพื่อให้สมาชิกค้นหาความรู้สึกที่ยังติดค้างในตนเอง และพยายามระบายออกมา

ระยะเวลา

90 – 120 นาที

อุปกรณ์

เก้าอี้ 2 ตัว

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกและเริ่มพูดคุยเกี่ยวกับความรู้สึกที่ติดค้างในแต่ละคน และวิธีการจัดการกับความรู้สึกนั้น
2. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวนำเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับสมาชิกซึ่งมีผลมาจากความก้าวร้าว โดยให้สมาชิกได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน
3. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิค “เก้าอี้ที่ว่างเปล่า” โดยใช้เก้าอี้ 2 ตัว ตั้งประจันหน้ากัน แล้วให้สมาชิกพูดไปที่เก้าอี้ที่ว่างเปล่า ซึ่งสมมุติว่า มีบุคคลที่สมาชิกมีความขัดแย้งด้วยนั่งอยู่และให้สมาชิกสวมบทบาทผู้นั้นย้ายไปนั่งเก้าอี้ที่อยู่ตรงกันข้าม แล้วพูดได้ตอบกลับไป หรืออาจใช้เก้าอี้ตรงกันข้ามเป็นตัวแทนของเหตุการณ์ความกังวลที่ยังไม่เกิดขึ้น
4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมกันให้กำลังใจซึ่งกันและกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความตั้งใจในการรับฟังเพื่อน ๆ สมาชิกในกลุ่ม ให้ความร่วมมือในการบอกเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับตนเอง การให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม

แผนการทำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ สำหรับกลุ่มทดลอง

ครั้งที่ 6 ไม่กังวลกับอนาคตที่ยังมาไม่ถึง

วัตถุประสงค์

เพื่อให้สมาชิกได้กำจัดหรือลดความรู้สึกเครียด ซึ่งเกิดจากความวิตกกังวลกับอนาคต
เกี่ยวกับการใช้ชีวิต

ระยะเวลา

90 – 120 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกในกลุ่ม ทบทวนกติกาของกลุ่มและเรื่องราวที่สนทนาครั้งที่แล้ว
2. สมาชิกร่วมกันพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่ตนเองประสบมา ซึ่งส่งผลกระทบต่อ
การแสดงออกของตนเองในทางก้าวร้าว และการใช้ชีวิตต่อจากนี้ไป
3. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความตั้งใจในการรับฟังเพื่อน ๆ สมาชิกในกลุ่ม ให้ความร่วมมือในการบอก
เล่าเรื่องราวเกี่ยวกับตนเอง

แผนการทำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัต์ สำหรับกลุ่มทดลอง

ครั้งที่ 7 เชื้อมั่นในการแสดงออกของคนที่เหมาะสม

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษา สร้างความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง กล้าเผชิญและ
ยอมรับคำติชม ด้วยความเต็มใจ

ระยะเวลา

90 – 120 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกในกลุ่ม ทบทวนกติกาของกลุ่มและเรื่องราวที่สนทนา
ครั้งที่แล้ว
2. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวนำถึงการแสดงออกที่เหมาะสม และให้สมาชิกร่วมกันบอก
ความรู้สึกที่มีต่อการแสดงออกที่เหมาะสมและวิธีการในการแสดงพฤติกรรมที่ไม่ใช่พฤติกรรมที่
ก้าวร้าว
3. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิค “การฝึกซ้อมบทบาท” โดยให้สมาชิกแสดงบทบาทที่ตนคิดไว้
ว่าจะแสดงออกต่อคนรอบข้างในสถานการณ์ต่าง ๆ
4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมกันสอบถามความรู้สึกและสรุปการให้คำปรึกษาและ
นัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความตั้งใจฝึกปฏิบัติของสมาชิกในกลุ่ม ให้ความร่วมมือในการบอกเล่า
เรื่องราวเกี่ยวกับตนเอง

แผนการทำให้โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ สำหรับกลุ่มทดลอง

ครั้งที่ 8 การตระหนักรู้ในความต้องการของตนเอง

วัตถุประสงค์

เพื่อให้รับรู้เกี่ยวกับความต้องการของตนเอง

ระยะเวลา

90 – 120 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก และทบทวนเรื่องที่ได้แลกเปลี่ยนกันในครั้งก่อน
2. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิค “บทบาทสมมติ” ว่าตนเองเป็นใคร กำลังทำอะไรอยู่ และพูดถึงความรู้สึกของตนเองออกมา จะช่วยให้สมาชิกกลุ่มตระหนักรู้ถึงความต้องการของตนเอง
3. ผู้ให้คำปรึกษาถามความรู้สึกของสมาชิกและเชื่อมโยงเข้ากับสภาพจริง
4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความตั้งใจในการรับฟังเพื่อน ๆ สมาชิกในกลุ่ม ให้ความร่วมมือในการบอกเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับตนเอง

แผนการทำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ สำหรับกลุ่มทดลอง

ครั้งที่ 9 อารมณ์มั่นคงไม่เปลี่ยนแปลงง่าย

วัตถุประสงค์

เพื่อให้สมาชิกยอมรับประสบการณ์ด้านอารมณ์ของตนเอง มีความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย
กำจัดความรู้สึกและสิ่งค้างคาออกไป

ระยะเวลา

90 – 120 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก และทบทวนเรื่องที่ได้แลกเปลี่ยนกันในครั้งก่อน
2. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิค “อยู่กับความรู้สึกนั้น” โดยให้สมาชิกกลุ่มเล่าถึงเหตุการณ์ที่
สร้างความเจ็บปวด สะเทือนใจ ขมขื่น คับแค้นใจ ซึ่งความรู้สึกนี้สมาชิกไม่อยากจะสัมผัส และรับรู้
ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้สมาชิกพ่องรับรู้เกี่ยวกับความรู้สึกนั้น ๆ อีกครั้ง รับรู้ในสภาพความเป็นจริง
ในสถานะปัจจุบัน ให้เขาเผชิญกับความรู้สึกนั้น โดยไม่หลีกเลี่ยง
3. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความตั้งใจในการรับฟังเพื่อน ๆ สมาชิกในกลุ่ม ให้ความร่วมมือในการบอก
เล่าเรื่องราวเกี่ยวกับตนเอง

แผนการทำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ สำหรับกลุ่มทดลอง

ครั้งที่ 10 การแสดงพฤติกรรมสะท้อน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่ม สามารถแสดงพฤติกรรมอย่างเหมาะสม เมื่อเผชิญกับความคับข้องใจ
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มตระหนักถึงความรู้สึกตนเองที่มีอยู่อีกส่วนหนึ่งโดยไม่พยายาม

ปฏิเสธหรือเก็บกดไว้

3. เพื่อช่วยให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถควบคุมตนเองจากความโกรธ ความคับข้องใจ และทนต่อแรงกดดัน ความเครียดในชีวิตได้

ระยะเวลา

90 – 120 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก และทบทวนเรื่องที่ได้แลกเปลี่ยนกันในครั้งก่อน
2. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวนำถึงการแสดงออกของความก้าวร้าว โดยให้สมาชิกแลกเปลี่ยนประสบการณ์การแสดงความก้าวร้าวของตนเอง
3. ผู้ให้คำปรึกษา ให้สมาชิกใช้การแสดงบทบาท ในเหตุการณ์ของตนเอง โดยให้สลับบทบาทด้วย
4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความตั้งใจในการรับฟังเพื่อน ๆ สมาชิกในกลุ่ม ให้ความร่วมมือในการบอกเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับตนเอง

แผนการทำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ สำหรับกลุ่มทดลอง

ครั้งที่ 11 กล้าตัดสินใจและรับผิดชอบต่อการตัดสินใจ

วัตถุประสงค์

เพื่อให้สมาชิกกลุ่ม ตระหนักถึงความต้องการของตนเองอย่างแท้จริง เข้าใจถึงการตัดสินใจเลือกและรับผิดชอบต่อการเลือกของตนเอง

ระยะเวลา

90 – 120 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก และทบทวนเรื่องที่ได้แลกเปลี่ยนกันในครั้งก่อน
2. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวนำเกี่ยวกับ การตัดสินใจของแต่ละคนที่ไม่เหมือนกัน ซึ่งบางคนมักจะไม่มั่นใจกับการตัดสินใจของตนเอง
3. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแลกเปลี่ยนประสบการณ์การตัดสินใจเลือกของตนเอง และตระหนักถึงความรับผิดชอบ โดยให้ผู้รับคำปรึกษาพูดว่า “ฉันรับผิดชอบต่อการตัดสินใจนี้” ต่อท้ายประโยคของการตัดสินใจเลือกกระทำสิ่งต่าง ๆ
4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมกันสรุปผลการให้คำปรึกษาและนัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความตั้งใจในการรับฟังเพื่อน ๆ สมาชิกในกลุ่ม ให้ความร่วมมือในการบอกเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับตนเอง

แผนการทำโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ สำหรับกลุ่มทดลอง

ครั้งที่ 12 ยุติการให้คำปรึกษา และปัจฉิมนิเทศ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อยุติการปรึกษา
2. เพื่อให้กำลังใจสมาชิกกลุ่ม
3. เพื่อประเมินผลจากการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์

ระยะเวลา

90 – 120 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มได้ทบทวน และแสดงความรู้สึกต่อการเข้าร่วมโปรแกรมที่ผ่านมา
2. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกในกลุ่มพิจารณาตนเองว่า มีสิ่งใดที่ยังเป็นอุปสรรคในการปรับลดเรื่องความก้าวร้าวของตนเอง
2. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม เพื่อให้สมาชิกเข้าใจตนเองมากยิ่งขึ้น พร้อมทั้งให้กำลังใจและกล่าวขอบคุณสมาชิกแล้วกล่าวยุติการให้คำปรึกษา
3. ผู้ให้คำปรึกษาประเมินผลการเปลี่ยนแปลงของตนเองภายหลังการร่วมโปรแกรม โดยการทำแบบวัดความก้าวร้าว

การประเมินผล

สังเกตจากการให้ความร่วมมือ ความกระตือรือร้นในการรับคำปรึกษาของสมาชิกกลุ่ม และพิจารณาจากการสรุปว่า บรรลุตามวัตถุประสงค์หรือไม่

ภาคผนวก ข

การคำนวณค่าผลรวมของคะแนนเบี่ยงเบนกำลังสอง

คำนวณค่าผลรวมของคะแนนเบี่ยงเบนกำลังสอง (Sum of Squares)

$$\begin{aligned}
 1. \quad SS_{total} &= \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= 162^2 + 161^2 + 156^2 \dots + 129^2 + 124^2 + 119^2 - \frac{(6399)^2}{48} \\
 &= 868979 - 8503066.6875 \\
 SS_{total} &= 15912.3125
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 2. \quad SS_{Subj} &= \frac{\sum T_s^2}{I} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= \frac{411^2 + 436^2 + 420^2 \dots + 395^2 + 382^2 + 371^2}{3} - \frac{(6399)^2}{48} \\
 &= 863317.666 - 8503066.6875 \\
 SS_{Subj} &= 10250.9791
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 3. \quad SS_{groups} &= \frac{(\sum TG^2)}{ni} - \frac{\sum X^2}{N} \\
 &= \frac{3361^2 + 3038}{(8)(3)} - \frac{(6399)^2}{48} \\
 &= 885240.2083 - 8503066.6875 \\
 SS_{groups} &= 2173.5208
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 4. \quad SS_{intervals} &= \frac{(\sum Ti^2)}{ng} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= \frac{2325^2 + 2007^2 + 2067^2}{(8)(2)} - \frac{(6399)^2}{48} \\
 &= 856925.8750 - 8503066.6875 \\
 SS_{intervals} &= 4723.291667
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 5. \text{ SS cells} &= \frac{\sum T^2_{ij}}{n} - \frac{(\sum X^2)}{N} \\
 &= \frac{1165^2 + 900^2 + 973^2 + 1160^2 + 1107^2 + 1094^2}{8} - \frac{(6399)^2}{48} \\
 &= 860229.8750 - 8503066.6875 \\
 \text{SS cells} &= 7163.1875 \\
 6. \text{ SS } I \times G &= \text{SS cells} - \text{SS groups} - \text{SS intervals} \\
 &= 7163.1875 - 2173.52 - 3568.5 \\
 &= 1421.1667 \\
 7. \text{ SS w/in subj} &= \text{SS total} - \text{SS between Subj} \\
 &= 15912.3125 - 10250.9791 \\
 &= 5661.3334 \\
 8. \text{ SS ss w/in groups} &= \text{SS between Subj} - \text{SS groups} \\
 &= 10250.9791 - 2173.5208 \\
 &= 8077.4583 \\
 9. \text{ SS } I \times \text{ss w/in groups} &= \text{SS w/in subj} - \text{SS intervals} - \text{SS } I \times G \\
 &= 5661.3334 - 3568.500 - 1421.1667 \\
 &= 671.6667
 \end{aligned}$$

การแจก Degree of freedom

$$\begin{aligned}
 1. \text{ df w/in Subj} &= \text{df total} - \text{df between Subj} \\
 &= 47 - 15 \\
 &= 32 \\
 2. \text{ df w/in groups} &= \text{df between Subj} - \text{df groups} \\
 &= 15 - 1 \\
 &= 14 \\
 3. \text{ df } I \times \text{SS w/in groups} &= \text{df w/in subj} - \text{df intervals} - \text{df IG} \\
 &= 32 - 2 - 2 \\
 &= 28
 \end{aligned}$$

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

คำนวณหาค่า MS

$$\begin{aligned}
 1. \quad MS \text{ groups} &= \frac{SS \text{ groups}}{df \text{ groups}} \\
 &= \frac{2173.5208}{1} \\
 &= 2173.5208 \\
 2. \quad MS \text{ ss w/in groups} &= \frac{SS \text{ ss w/in groups}}{df \text{ ss w/in groups}} \\
 &= \frac{8077.4583}{14} \\
 &= 576.9613 \\
 3. \quad MS \text{ intervals} &= \frac{SS \text{ intervals}}{df \text{ intervals}} \\
 &= \frac{3568.500}{2} \\
 &= 1784.25
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 4. \quad MS_{I \times G} &= \frac{SS_{I \times G}}{df_{I \times G}} \\
 &= \frac{1421.1667}{2} \\
 &= 710.5833 \\
 5. \quad MS_{I \times SS \text{ w/in groups}} &= \frac{SS_{I \times SS \text{ w/in groups}}}{df_{I \times SS \text{ w/in groups}}} \\
 &= \frac{671.6667}{28} \\
 &= 23.9880
 \end{aligned}$$

การทดสอบผลหลักและปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้น (Main and interactions two factors)

1. ผลหลักของตัวแปรระหว่างตัวอย่าง “วิธีการให้คำปรึกษาโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์” (G)

$$\begin{aligned}
 F_{\text{groups}} &= \frac{MS_{\text{groups}}}{MS_{ss \text{ w/in groups}}} \\
 &= \frac{2173.5208}{576.9613} \\
 &= 3.7671
 \end{aligned}$$

2. ผลหลักของตัวแปรภายในตัวอย่างระหว่างตัวอย่าง “ช่วงเวลา” (I)

$$\begin{aligned}
 F_{\text{intervals}} &= \frac{MS_{\text{intervals}}}{MS_{I \times ss \text{ w/in groups}}} \\
 &= \frac{1784.25}{23.9880} \\
 &= 74.3809
 \end{aligned}$$

3. ปฏิสัมพันธ์ระหว่างช่วงเวลาและวิธีการทดลอง (I × G)

$$\begin{aligned}
 F_{I \times G} &= \frac{MS_{I \times G}}{MS_{I \times SS \text{ w/in groups}}} \\
 &= \frac{710.5833}{23.9880} \\
 &= 29.6224
 \end{aligned}$$

การทดสอบผลย่อย Simple effect

ผลย่อยของตัวแปรวัดซ้ำ

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

$$\begin{aligned}
 1.1 \quad SS_{total} &= \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= 162^2 + 161^2 + 156^2 \dots + 117^2 + 112^2 + 96^2 - \frac{(3038)^2}{24} \\
 &= 393174 - 384560.1666 \\
 SS_{total} &= 8613.8334 \\
 1.2 \quad SS_{Subj} &= \frac{\sum T_s^2}{W} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= \frac{41^2 + 43^2 + 42^2 \dots + 36^2 + 35^2 + 32^2}{3} - \frac{(3038)^2}{24} \\
 &= 387876 - 384560.1666 \\
 SS_{Subj} &= 3315.8334 \\
 1.3 \quad SS_{intervals} &= \frac{\sum T_w^2}{n} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= \frac{1165^2 + 900^2 + 973^2}{8} - \frac{(3038)^2}{24} \\
 &= 389244.25 - 384560.1666 \\
 SS_{intervals} &= 4684.0834 \\
 1.4 \quad SS_{error} &= SS_{total} - SS_{subj} - SS_{intervals} \\
 &= 8613.8334 - 3315.8334 - 4624.0834 \\
 SS_{error} &= 613.9166 \\
 1.5 \quad df_{between \ subj} &= n - 1 \\
 &= 8 - 1 \\
 &= 7 \\
 1.6 \quad df_{intervals} &= q - 1 \\
 &= 3 - 1 \\
 &= 2
 \end{aligned}$$

$$1.7 \text{ df error} = (q - 1) \times (n - 1)$$

$$= (3 - 1) \times (8 - 1)$$

$$= 14$$

$$1.8 \text{ df total} = \text{df between Subj} + \text{df intervals} + \text{df error}$$

$$= 7 + 2 + 14$$

$$= 23$$

$$1.9 \text{ MS intervals} = \frac{SS \text{ intervals}}{df \text{ intervals}}$$

$$= \frac{4684.0834}{2}$$

$$= 2342.0417$$

$$1.10 \text{ MS error} = \frac{SS \text{ error}}{df \text{ error}}$$

$$= \frac{613.9166}{14}$$

$$= 43.8511$$

$$1.11 \text{ F} = \frac{MS \text{ intervals}}{MS \text{ error}}$$

$$= \frac{2342.0417}{43.8511}$$

$$= 53.4089$$

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

$$2.1 \text{ SS total} = \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N}$$

$$= 164^2 + 161^2 + 157^2 + \dots + 129^2 + 124^2 + 119^2 - \frac{(3361)^2}{24}$$

$$= 475805 - 470680.0416$$

$$SS \text{ total} = 5124.9584$$

$$\begin{aligned}
2.2 \quad SS_{\text{Subj}} &= \frac{\sum T_s^2}{W} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
&= \frac{482^2 + 472^2 + 463^2 + \dots + 395^2 + 382^2 + 371^2}{3} - \frac{(336)^2}{24} \\
&= 475441.6666 - 470680.0416 \\
SS_{\text{Subj}} &= 4761.6250 \\
2.3 \quad SS_{\text{intervals}} &= \frac{\sum T_w^2}{n} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
&= \frac{1161^2 + 1107^2 + 1094^2}{8} - \frac{(5714)^2}{24} \\
&= 470985.6250 - 470680.0416 \\
SS_{\text{intervals}} &= 305.5834 \\
2.4 \quad SS_{\text{error}} &= SS_{\text{total}} - SS_{\text{subj}} - SS_{\text{intervals}} \\
&= 5124.9584 - 4761.6250 - 305.5834 \\
SS_{\text{error}} &= 57.7500 \\
2.5 \quad df_{\text{between subj}} &= n - 1 \\
&= 8 - 1 \\
&= 7 \\
2.6 \quad df_{\text{intervals}} &= q - 1 \\
&= 3 - 1 \\
&= 2 \\
2.7 \quad df_{\text{error}} &= (q - 1) \times (n - 1) \\
&= (3 - 1) \times (8 - 1) \\
&= 14 \\
2.8 \quad df_{\text{total}} &= df_{\text{between subj}} + df_{\text{intervals}} + df_{\text{error}} \\
&= 7 + 2 + 14 \\
&= 23 \\
2.9 \quad MS_{\text{intervals}} &= \frac{SS_{\text{intervals}}}{df_{\text{intervals}}} \\
&= \frac{305.5834}{2} \\
&= 152.7917
\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 2.10 \quad MS \text{ error} &= \frac{SS \text{ error}}{df \text{ error}} \\
 &= \frac{57.7500}{14} \\
 &= 4.1250
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 2.11 \quad F &= \frac{MS \text{ intervals}}{MS \text{ error}} \\
 &= \frac{152.7917}{4.1250} \\
 &= 37.0404
 \end{aligned}$$

ผลย่อยของตัวแปรวัดต่างกลุ่ม

1. ผลย่อยของวิธีการให้คำปรึกษาโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์ในระยะก่อนการทดลอง (simple effects of groups at interval = 1 “pre-test”)

$$\begin{aligned}
 1.1 \quad SS_{G \text{ at Int.1}} &= \frac{1165^2 + 1160^2}{8} - \frac{(2325)^2}{16} \\
 &= 337853.1250 - 337851.5625 \\
 &= 1.5625
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 1.2 \quad SS \text{ w/in cells} &= SS \text{ ss w/in groups} + SS I \times SS \text{ w/in groups} \\
 &= 8077.4583 + 671.6667 \\
 &= 8749.1250
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 1.3 \quad MS \text{ w/in cells} &= \frac{SS \text{ w/in cell}}{df \text{ SS w/in groups} + df I \times SS \text{ w/in groups}} \\
 &= \frac{8749.1250}{14 + 28} \\
 &= 208.3125
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 1.4 \quad F_{G \text{ at Int.1}} &= \frac{MS_{G \text{ at Int.1}}}{MS \text{ w/in cells}} \\
 &= \frac{1.5625}{208.3125} \\
 &= 0.0075
 \end{aligned}$$

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

$$\begin{aligned}
 2.1 \quad SS_{G \text{ at Int.2}} &= \frac{900^2 + 1107^2}{8} - \frac{(2007)^2}{16} \\
 &= 254431.125 - 251753.0625 \\
 &= 2678.0625
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 2.2 \quad F_{G \text{ at Int.2}} &= \frac{SS_{G \text{ at Int.2}}}{MS \text{ w/in cells}} \\
 &= \frac{2678.0625}{208.3125} \\
 &= 12.8559
 \end{aligned}$$

3. ผลย่อยของวิธีการให้คำปรึกษาโดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์ในระยะติดตามผล (simple effects of groups at intervals = 3 “follow up”)

$$\begin{aligned}
 3.1 \quad SS_{G \text{ at Int.3}} &= \frac{973^2 + 1094^2}{8} - \frac{(2067)^2}{16} \\
 &= 267945.6250 - 267030.5625 \\
 &= 915.0625
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 3.2 \quad F_{G \text{ at Int.3}} &= \frac{SS_{G \text{ at Int.2}}}{MS \text{ w/in cells}} \\
 &= \frac{915.0625}{208.3125} \\
 &= 4.3927
 \end{aligned}$$

ปรับค่า df ด้วยวิธีการของ Welch – Satterthwaite

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

$$U = SS \text{ w/in groups} = 8077.4583$$

$$V = SS \text{ I} \times \text{w/in groups} = 671.6667$$

$$dfU = 14$$

$$dfV = 28$$

$$\begin{aligned}
 f &= \frac{(8077.4583 + 671.6667)^2}{\frac{(8077.4538)^2}{14} + \frac{(671.6667)^2}{28}} \\
 &= 16.3685 \\
 \text{ดังนั้น } df(1, 16) &= F_{.05}(1, 16) \\
 &= 4.49
 \end{aligned}$$

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เฉลิมวงศ์ วัฒนสุนทร รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยศรีปทุม
วิทยาเขตชลบุรี
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระพีพันธ์ ฉายวิมล รองคณะบดีฝ่ายวางแผนและประกันคุณภาพ
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
3. ดร.ธนิศา จุลวนิชย์พงษ์ อาจารย์ภาคจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร

ภาคผนวก ง

คำอธิบายจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ

ค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ

***** Method 1 (space saver) will be used for this analysis *****

RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Alpha if Item Deleted
X1	48.5333	675.5678	.5539	.9562
X3	49.2000	682.3034	.4986	.9564
X4	48.4333	667.8402	.5549	.9562
X5	48.9333	684.6851	.3772	.9569
X6	48.8333	678.3506	.4609	.9566
X7	49.2333	693.7713	.2494	.9572
X8	48.7333	651.7885	.8037	.9548
X9	49.0667	684.6161	.4705	.9566
X10	49.1333	661.0161	.7661	.9551
X11	48.1333	679.2920	.3157	.9578
X12	49.0333	660.0333	.7275	.9553
X13	49.1667	668.6954	.6516	.9557
X14	49.0667	673.0989	.6274	.9559
X15	48.3000	662.4241	.7118	.9554
X16	48.7000	664.1483	.6660	.9556
X17	49.3000	675.2517	.4554	.9567
X18	49.0667	665.4437	.5836	.9561
X19	49.1667	660.9713	.7298	.9553
X20	48.9333	683.5126	.4040	.9568
X21	49.0000	672.4828	.5684	.9561
X22	48.3667	669.1368	.6636	.9557
X23	48.7000	678.7690	.4820	.9565
X24	48.4667	677.2920	.5226	.9563
X25	49.3667	683.9644	.4629	.9566
X26	49.0667	673.2368	.4942	.9565
X27	48.9333	666.6161	.6259	.9558
X28	48.9333	678.2023	.3982	.9570
X30	49.6333	686.9989	.4097	.9568
X31	49.4000	670.3862	.6062	.9559
X33	49.4000	681.9034	.4291	.9567
X34	49.5000	684.9483	.3902	.9568
X35	49.3667	674.7230	.5979	.9560
X36	49.7667	671.0816	.6560	.9557
X37	49.2667	673.9954	.5179	.9564
X38	49.3000	674.3552	.6250	.9559
X39	49.4667	669.7057	.6913	.9556

RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Alpha if Item Deleted
X40	49.7000	688.2862	.4092	.9568
X41	49.2000	692.1655	.2128	.9576
X42	49.9000	697.1276	.2116	.9573
X43	49.4667	677.3609	.4980	.9564
X45	49.1667	676.1437	.5711	.9561
X46	49.7333	692.4782	.2830	.9571
X47	49.1333	660.2575	.8419	.9548
X48	49.7667	685.9782	.4481	.9566
X52	49.4000	657.0759	.8177	.9548
X53	49.0333	667.3437	.7437	.9554
X54	48.8333	666.2126	.5388	.9564
X55	49.3333	678.0920	.4438	.9567
X56	49.3333	657.9540	.7645	.9551
X57	49.6333	688.2402	.4513	.9567

Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0

N of Items = 50

Alpha = .9571