

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือ

1. อาจารย์ปราณีพร บุญเรือง
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติด
ขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น
ผู้ปฏิบัติการชั้นสูง สาขาการพยาบาลสุขภาพจิตและ
จิตเวช
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
(กลุ่มบำบัดตามแนวคิดของยาเสพติดต่อการเพิ่มคุณค่าใน
ตนเอง)
2. ดร.สุกรัใจ เจริญสุข
รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชลบุรี
อาจารย์ประจำภาคการพยาบาลอนามัยชุมชนและจิตเวช
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชลบุรี
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ
(แบบประเมินคุณค่าในตนเอง)
อาจารย์ประจำภาคการพยาบาลอนามัยชุมชนและจิตเวช
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชลบุรี
ผู้ปฏิบัติการชั้นสูง สาขาการพยาบาลสุขภาพจิต
และจิตเวช
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
(กลุ่มบำบัดตามแนวคิดของยาเสพติดต่อการเพิ่มคุณค่า
ในตนเอง)
3. อาจารย์ศรีวิไล โมกขาว
นักจิตวิทยาคลินิกชำนาญการพิเศษ
สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จพระเจ้าพระยา
(แบบประเมินคุณค่าในตนเอง)
4. อาจารย์สุพิน พิพัฒน์กุล
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ ศูนย์บำบัดรักษายาเสพติด
ขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น
ผู้ปฏิบัติการชั้นสูง สาขาการพยาบาลชุมชน
(แบบประเมินคุณค่าในตนเอง)
5. อาจารย์โสภิตา ดาวสดใส

ภาคผนวก ข
แบบประเมินต่างๆ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลทั่วไป

1. ปัจจุบันนักเรียนอายุ ปี
2. เกรดเฉลี่ยในเทอมที่ผ่านมา
3. นักเรียนมีพี่น้องร่วมบิดา มารดา ทั้งหมด คน นักเรียนเป็นคนที่
4. ค่าใช้จ่ายที่นักเรียน ได้รับ บาท/ เดือน
5. ปัจจุบันนักเรียน อาศัยอยู่กับใคร

☐ 1. บิดา

☐ 2. บิดาเพียงผู้เดียว

☐ 3. มารดาเพียงผู้เดียว

☐ 4. บิดาหรือ มารดา และญาติ

☐ 5. อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

6. สถานภาพของบิดามารดา

☐ 1. อยู่ด้วยกัน

☐ 2. แยกกันอยู่

☐ 2.1 หย่าร้างหรือแยกกันถาวร

☐ 2.2 แยกกันอยู่แต่ยังไปมาหาสู่กัน

7. อาชีพของบิดา

☐ 1. รับราชการ/ รัฐวิสาหกิจ

☐ 2. ค้าขาย

☐ 3. เกษตรกร

☐ 4. รับจ้าง

☐ 5. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

8. อาชีพของมารดา

☐ 1. รับราชการ/ รัฐวิสาหกิจ

☐ 2. ค้าขาย

☐ 3. เกษตรกร

☐ 4. รับจ้าง

☐ 5. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

9. นักเรียนได้รับความรัก ความอบอุ่นจากบิดา

- ☐ 1. เพียงพอ
☐ 2. ไม่เพียงพอ

10. นักเรียนได้รับความรัก ความอบอุ่นจากมารดา

- ☐ 1. เพียงพอ
☐ 2. ไม่เพียงพอ

11. นักเรียนคิดว่าตนเอง ถูกอบรมเลี้ยงดู ในลักษณะใดเป็นส่วนใหญ่ (ตอบเพียงข้อเดียว)

- ☐ 1. ปล่อยปละละเลย
☐ 2. บังคับเข้มงวด
☐ 3. เอาใจใส่มากเกินไป
☐ 4. มีเหตุผล
☐ 5. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

12. ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวของนักเรียนเป็นอย่างไร
 (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☐ 1. ถ้อยทีถ้อยอาศัย
☐ 2. รักและปกป้องมากเกินไป
☐ 3. มารดากับลูกมากเกินไป
☐ 4. ขัดแย้งกับบิดา
☐ 5. ขัดแย้งกับมารดา
☐ 6. ไม่ลงรอยกับพี่น้อง

13. ความสัมพันธ์ในครอบครัวของนักเรียนเป็นอย่างไร (ตอบเพียงข้อเดียว)

- ☐ 1. ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน
☐ 2. แข่งขันชิงดี
☐ 3. ทะเลาะวิวาท
☐ 4. รู้สึกละอายกว่าพี่น้อง

14. บรรยากาศในครอบครัวของนักเรียนเป็นอย่างไร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☐ 1. รักใคร่ปรองดองกัน
- ☐ 2. จัดแย้งกัน
- ☐ 3. จัดแย้งกัน และทะเลาะกันบ่อย
- ☐ 4. ไม่มีการสื่อสารกัน
- ☐ 5. เจ็บเหงา ไม่เวลาพบกัน
- ☐ 6. ห่างเหินไม่สนใจกัน
- ☐ 7. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

15. นักเรียนมีเหตุการณ์ที่สำคัญที่เกิดขึ้นในช่วงนี้หรือไม่ เช่น ข้ายที่อยู่ ญาติสนิทเสียชีวิต ฯลฯ

- ☐ 1. มี
 - ☐ 2. ไม่มี
- (ถ้ามีโปรดระบุ).....

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความรู้สึกความมีคุณค่าในตนเอง
คำชี้แจง

แบบประเมินนี้เป็นการประเมินความรู้สึกทางประการที่มีต่อตนเอง แต่ละข้อไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด คำตอบที่ดีที่สุดก็คือคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกอันแท้จริงของท่าน

การตอบแบบสอบถาม

ขอให้ท่านอ่านข้อความที่ละข้อ แล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับความคิดหรือความรู้สึกของท่านในระดับมากน้อยเพียงใด แล้วเลือกขีดเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด โดยมีเกณฑ์ ดังนี้

มากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดหรือความรู้สึกของท่านมากที่สุด
มาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดหรือความรู้สึกของท่านมาก
ค่อนข้างมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดหรือความรู้สึกของท่านค่อนข้างมาก
น้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดหรือความรู้สึกของท่านน้อย
ค่อนข้างน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดหรือความรู้สึกของท่านค่อนข้างน้อย
น้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความคิดหรือความรู้สึกของท่านน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ค่อนข้างมาก	ค่อนข้างน้อย	น้อย	น้อยที่สุด
1	ฉันไม่ค่อยรู้สึกถูกรบกวนจากสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นรอบ ๆ ตัว						
2	ฉันรู้สึกว่าการพูดหน้าชั้นเรียนเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน						
3	ถ้าเป็นไปได้ฉันอยากเปลี่ยนแปลงหลายสิ่งหลายอย่างในตัวฉัน						
4	ฉันเป็นคนตัดสินใจได้เร็ว						
5	ฉันเป็นคนสนุกสนานที่ผู้อื่นชอบอยู่ด้วย						
6	ฉันรู้สึกสะดวกสบายเมื่ออยู่บ้าน						
7	ฉันรู้สึกใช้เวลานานที่จะคุ้นเคยกับสิ่งใหม่						
8	ฉันเป็นที่ชื่นชอบในหมู่เพื่อนวัยเดียวกัน						
9	โดยทั่วไปแล้วญาติพี่น้องคำนึงถึงความรู้สึกของฉัน						
10	ฉันเป็นคนขอมแพ้ง่าย						
11	ครอบครัวของฉันคาดหวังกับตัวของฉันมากเกินไป						
12	การเป็นตัวเองเป็นสิ่งที่ยากมากสำหรับตัวฉัน						
13	ชีวิตของฉันค่อนข้างเต็มไปด้วยความสับสน						
14	เวลาที่ฉันพูดหรือแสดงความคิดเห็น เพื่อน ๆ มักจะกลายตามความคิดของฉันเสมอ						
15	ฉันมีความรู้สึกว่าตนเองไม่เก่ง						
16	บ่อยครั้งฉันอยากจะหนีออกจากบ้าน						
17	บ่อยครั้งฉันรู้สึกหงุดหงิดเกี่ยวกับการบ้านหรืองานที่ฉันต้องทำ						
18	ฉันมีรูปร่างหน้าตาไม่ดีเมื่อเทียบกับผู้อื่น						
19	เมื่อมีสิ่งที่จะต้องพูด ฉันจะพูด						
20	ครอบครัวของฉันเข้าใจฉัน						
21	คนส่วนใหญ่ได้รับความชื่นชมมากกว่าฉัน						

ข้อ	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ค่อนข้างมาก	ค่อนข้างน้อย	น้อย	น้อยที่สุด
22	ฉันรู้สึกอยู่เสมอว่าครอบครัวผลักดันฉันในเรื่องการเรียนของฉัน						
23	บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกหมดกำลังใจในสิ่งที่ฉันทำ						
24	บ่อยครั้งที่ฉันนึกอยากจะเป็นเหมือนกับคนอื่น						
25	ฉันรู้สึกว่า ฉันเป็นคนที่ฟังไม่ได้						

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ส่วนที่ 3 แบบประเมินความคิดเห็นที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์
คำชี้แจง

โปรดเขียนเครื่องหมายถูก หรือลงในช่องคำตอบท้ายข้อความที่ตรงกับความคิดเห็น
ความรู้สึกร หรือพฤติกรรมของท่านมากที่สุด โดยมีเกณฑ์การเลือกคำตอบ ดังนี้

- เห็นด้วยอย่างยิ่ง

หมายถึง

ข้อความนั้นตรงกับ ความคิดเห็นและพฤติกรรมของ
ท่านอย่างยิ่ง
- เห็นด้วยค่อนข้างมาก

หมายถึง

ข้อความนั้นตรงกับความคิดเห็นและพฤติกรรมของ
ท่านค่อนข้างมาก
- เห็นด้วยปานกลาง

หมายถึง

ข้อความนั้นตรงกับ ความคิดเห็นและพฤติกรรมของ
ท่านปานกลาง
- เห็นด้วยเล็กน้อย

หมายถึง

ข้อความนั้นตรงกับ ความคิดเห็นและพฤติกรรมของ
ท่านเล็กน้อย
- ไม่เห็นด้วยเลย

หมายถึง

ข้อความนั้นไม่ตรงกับ ความคิดเห็นและพฤติกรรมของ
ท่านเลย

ข้อ	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย ค่อนข้างมาก	เห็นด้วย ปานกลาง	เห็นด้วย เล็กน้อย	ไม่เห็น ด้วยเลย
1	เมื่อเกิดความเครียด ไม่มีทางคลายเครียดอื่น นอกจากการใช้เครื่องดื่มที่มี แอลกอฮอล์ หรือเหล้า					
2	การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หรือเหล้า ทำให้ดูเข้มแข็ง ในสายตาผู้หญิง					
3	การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หรือเหล้า ทำให้สามารถเข้ากลุ่มเพื่อนได้					
4	การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือเหล้า ทุกวันเป็นเรื่องธรรมดาสำหรับผู้ชาย					
5	สำหรับผู้ชายแล้ว การดื่มแอลกอฮอล์ที่มี แอลกอฮอล์หรือเหล้าเป็นที่ยอมรับในสังคม					
6	การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หรือเหล้า ทำให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพ					

ข้อ	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย ค่อนข้างมาก	เห็นด้วย ปานกลาง	เห็นด้วย เล็กน้อย	ไม่เห็น ด้วยเลย
7	การไม่ใช้เครื่องดื่มีที่มีแอลกอฮอล์ เป็นแบบอย่างของคนดีในสังคม					
8	การดื่มีเครื่องดื่มีที่มีแอลกอฮอล์หรือเหล้า เป็นสิ่งที่ไม่โก้เก๋ ไม่เทห์					
9	การดื่มีเครื่องดื่มีที่มีแอลกอฮอล์หรือเหล้า ทำให้เป็นมลทินแก่ตนเองและครอบครัว					
10	สำหรับผู้ใหญ่แล้ว ไม่สามารถดื่มี เครื่องดื่มีที่มีแอลกอฮอล์หรือเหล้าได้					
11	ท่านเคยแอบดื่มีเครื่องดื่มีที่มีแอลกอฮอล์ หรือเหล้า					
12	ท่านเคยชิมเครื่องดื่มีแอลกอฮอล์หรือเหล้า					
13	ท่านไม่เคยดื่มีเครื่องดื่มีที่มีแอลกอฮอล์ หรือเหล้า					
14	ท่านเคยดื่มีเครื่องดื่มีที่มีแอลกอฮอล์หรือ เหล้าบ้าง เมื่อมีงานเทศกาลต่าง ๆ เช่น วันขึ้นปีใหม่, วันเกิด ฯลฯ					
15	ท่านเคยดื่มีเครื่องดื่มีแอลกอฮอล์หรือ เหล้าบ้าง เมื่อมีความเครียดหรือกังวลใจ					
16	เมื่อไปกับบิดา มารดา ท่านจะไม่ทดลอง ดื่มีเครื่องดื่มีที่มีแอลกอฮอล์หรือเหล้า					
17	ท่านไม่ชอบดื่มีแอลกอฮอล์หรือเหล้า					
18	ท่านคิดว่า ถ้าท่านดื่มีเครื่องดื่มีที่มี แอลกอฮอล์หรือเหล้า ท่านสามารถที่จะ เลิกดื่มีได้					
19	ท่านไม่เคย ดื่มีเครื่องดื่มีแอลกอฮอล์หรือ เหล้า เมื่อไปเที่ยวสังสรรค์กับเพื่อน					

ข้อ	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย ค่อนข้างมาก	เห็นด้วย ปานกลาง	เห็นด้วย เล็กน้อย	ไม่เห็น ด้วยเลย
20	ท่านคิดว่า ถ้าท่านติดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หรือเหล้า ท่านสามารถลดปริมาณการดื่มลงได้					
21	เมื่อมีงานฉลองแสดงความยินดี ท่านมักจะดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หรือเหล้า					
22	หลังงานกีฬา ท่านมักสังสรรค์โดยเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หรือเหล้ากับเพื่อน ๆ					
23	เมื่อเห็นโฆษณาชักชวน ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หรือเหล้า ทำให้ท่านรู้สึกอยากเข้าไปทดลองดูบ้าง					
24	เมื่อมีงานเทศกาลต่าง ๆ ท่านมักดื่มของมีนเมาร่วมกับเพื่อน ๆ					
25	เมื่อท่านมีเรื่องก่อกวนใจ ท่านมักดื่มของมีนเมาร่วมกับเพื่อน ๆ					
26	ท่านจะปฏิเสธหรือบ่ายเบี่ยงทุกครั้งเมื่อเพื่อนชักชวน ให้ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หรือเหล้า					
27	ท่านไม่ไปเที่ยวเตร่ในเวลากลางคืน					
28	เมื่อท่านรู้สึกผิดหวัง จะไม่หาทางออกด้วยการดื่มของมีนเมา					
29	เมื่อท่านรู้สึกเหงาจะหากิจกรรมต่าง ๆ ที่สร้างสรรค์ทำ เช่น การออกกำลังกาย เล่นดนตรี เล่นกีฬา วาดรูปศิลปะ					
30	ท่านไม่เคยเกี่ยวข้องกับ การขาย การซื้อเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์หรือเหล้า					

ภาคผนวก ค

โปรแกรมกลุ่มบำบัดตามแนวคิดของชาลอมต่อการเพิ่มความรู้สึกที่มีคุณค่าในตนเอง

กลุ่มบำบัดตามแนวคิดของการเพิ่มคุณค่าในตนเอง ของวัยรุ่นชายที่เสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
Theme 1) กิจกรรมการสร้าง สัมพันธภาพ	1. เพื่อสร้าง สัมพันธภาพระหว่าง ผู้นำกลุ่มและสมาชิก กลุ่ม และระหว่าง สมาชิกกลุ่มด้วยกันเอง 2. เพื่อให้สมาชิกทราบ วัตถุประสงค์ ประโยชน์ของการเข้า ร่วมกลุ่มบำบัดตาม แนวคิดของยกล้อมและ ลักษณะของกลุ่มที่จะ ดำเนินไปตลอด ระยะเวลาการฝึก	กระบวนการกลุ่ม 1. ระยะสร้างสัมพันธภาพ (Initial phase) ขั้นตอนการดำเนินการกลุ่ม ทำความรู้จักกันระหว่างสมาชิกภายในกลุ่มกับผู้นำใช้เวลาประมาณ 20 นาที 1.1 ผู้นำกลุ่มแนะนำตัว “รู้สึกยินดีเป็นอย่างยิ่งที่สมาชิกทุกคนให้ความสนใจเข้าร่วมการศึกษาในครั้งนี้จากการที่ดิฉันกำลังศึกษาต่อ ในระดับปริญญาโท ทำวิทยานิพนธ์ในเรื่องของกระบวนการกลุ่มต่อการเสริมสร้างความเข้าใจในตนเอง โดยจะต้องขอเวลากับน้อง ๆ มาเป็นกลุ่มในการศึกษากับผู้วิจัยในครั้งนี้คัดเลือกโดยดิฉันที่เป็นผู้ทำการวิจัย ได้ทำการจับสลากแล้วกันได้น้อง ๆ ทั้งหมดที่มาเข้ากลุ่มในครั้งนี้เพื่อให้น้องได้ตระหนักและเข้าใจตนเองมากยิ่งขึ้น เห็นถึงการมีคุณค่าในตนเอง เพื่อพัฒนาตนเองในการใช้ชีวิตในวัยรุ่นให้เหมาะสมกับสภาพสังคมในปัจจุบัน โดยกำหนดเป็นวันศุกร์ เวลา 15.00 - 16.30 น ห้องแนะแนวโรงเรียนนครขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น ใช้เวลา 9 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 90 นาที และมีการติดตามซ้ำ 1 ครั้ง หลังเสร็จสิ้นโครงการ 4 สัปดาห์ 1.2 ตัวผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกเสนอความคิดเห็นในกลุ่ม นอกจากนั้นตัวผู้นำได้สร้างความเป็นกันเองให้สมาชิกรู้สึกถึงความมั่นคงปลอดภัยและไว้วางใจ ภายใตกลุ่มโดยให้ข้อมูลแบบตรงไปตรงมาพูดคุยด้วยท่าทีที่นุ่มนวล ยอมรับใส่ใจกับสมาชิก 1.3 สมาชิกกลุ่มยอมรับข้อดกลงนับถือและปฏิบัติ และมีส่วนร่วมมีปฏิสัมพันธ์เกิดขึ้นภายในกลุ่ม		10 นาที

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
		2. ระยะเวลาทำงานร่วมกัน (Working phase) เป็นระยะของกิจกรรมและส่งเสริมให้เกิดผลสำเร็จของกลุ่มตามจุดหมายที่วางเอาไว้ ระยะเวลาประมาณ 60 นาที 2.1 ผู้นำกลุ่มเกริ่นนำเข้าสู่กิจกรรม “ฉันคือใคร” ผู้นำแจกกระดาษเขียนชื่อและวงกลมติดหรือสติกเกอร์แปะให้แก่มิตรเพื่อนจำนวนสมาชิกที่ร่วมกิจกรรม โดยบอกสมมติฐานเกี่ยวกับกิจกรรมเพื่อให้คนอื่น ๆ ได้รู้จักเรามากขึ้น โดยขอให้เขียนเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับตนเองให้มากที่สุด เช่น เขียนชื่อจริง เขียนชื่อเล่น นิสัยส่วนตัวเป็นคนอย่างไร และงานอดิเรกชอบทำอะไร ลงในกระดาษที่แจก ใช้เวลา 5 – 10 นาที และขอให้สมาชิกแต่ละคนช่วยเขียนให้สมาชิกคนอื่นอ่านได้ง่ายด้วยนะค่ะ บนหัวกระดาษให้เขียนว่า “ฉันคือใคร” เมื่อครบ 10 นาทีแล้ว ให้ทุกคนใช้เข็มกลัดหรือสติกเกอร์ติดกระดาษไว้กับหน้าอกเสื้อของตน หลังจากนั้นเปิดเพลงจังหวะเร็ว ๆ ประกอบและให้ผู้เล่นยืนเป็นวงกลมหันหน้าแล้วเดินตามเข็มนาฬิกา โดยห้ามให้สมาชิกพูดกัน แต่ให้อ่านข้อความในกระดาษมากที่สุด บอกผู้เล่นย้ายกระดาษจากคนหนึ่งไปยังอีกคนหนึ่ง ทุก ๆ 2 นาที ให้เป็นวงกลม และพยายามอ่านให้ได้จำนวนคนมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ใน 10 นาที หลังจาก 10 นาที ให้ทุกคนไปหาเพื่อนที่ตนชื่นชอบแล้วสนทนากัน อาจจะรวมกลุ่มกันมากกว่า 2 คนก็ได้ ผู้นำประกาศสมาชิกที่จำเพื่อนได้มากที่สุด และจำว่าเพื่อนชอบอาหารประเภทไหนมากที่สุด (เอกสารประกอบการฝึกอบรม โครงการเทคนิคการทำกลุ่มสัมพันธ์) 2.2 ขณะที่เพื่อนพูดแนะนำสมาชิก ผู้นำกลุ่มกระตุ้นให้สมาชิกที่เหลือตั้งใจฟัง และใช้คำถามกระตุ้นให้พวกเขารู้จักเพื่อนมากขึ้น พร้อมทั้งถามสมาชิกทั้งหมดว่า “มีสมาชิกคนใดที่จะชักชวนเพื่อนเพิ่มเติมนอกจากเพื่อนอีกหรือไม่”	อุปกรณ์ 1. กระดาษ A4 ขนาดกลาง พร้อมติด เข็มกลัด เท่าจำนวนผู้เข้ากลุ่ม 2. ดินสอ 3. เทปเพลงจังหวะเร็ว 1 แผ่น	60 นาที

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	เวลา
		2.3 ผู้นำกลุ่มสามารถอธิบายได้ว่าใครบ้าง และถามสมาชิกที่จัดเพื่อนได้มากที่สุด “ทำอย่างใดถึงตอบได้ถูกต้อง” และนำเหตุผลที่ตอบไปใช้ในการถามสรุปเพิ่มเติมว่า “เราอยู่ร่วมกัน มีการท้าทายกัน การเรียกชื่อเพื่อนให้ถูกต้อง รู้ถึงสิ่งที่เพื่อนไม่ชอบแสดงให้ถึงความใส่ใจ เป็นการสร้างเสน่ห์อย่างหนึ่งให้กับตนเอง นอกจากนี้เราไม่ควรนำปมด้อยของเพื่อนมาใช้แทนชื่อของเขา” สำหรับช่วงนี้เรารู้จักเพื่อนกันพอสมควรแล้วต่อไปเราจะทำความรู้จักกับตัวเองให้มากยิ่งขึ้น - ผู้นำกลุ่มสอบถามความคิดเห็นของสมาชิกกลุ่มต่อกิจกรรมนี้ เพื่อหาประเด็นปัญหาร่วมกันของสมาชิก และให้สมาชิกกล่าวถึงความคิดของตนเองระหว่างก่อนเข้ากลุ่มในครั้งนี้กับความรู้สึกในปัจจุบันว่าเป็นอย่างไร 3. ระยะยุติกลุ่ม (Terminal Phase) เป็นการเตรียมสมาชิกเพื่อยุติการทำงานในกลุ่มในครั้งนี้ และนัดหมายทำกลุ่มครั้งต่อไป ใช้เวลาประมาณ 10 นาที 1. เปิดโอกาสให้สมาชิกได้สรุปประเด็นสำคัญที่ได้จากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ 2. ผู้นำกลุ่มสรุปประเด็นปัญหาและสาระสำคัญในการทำกลุ่ม 3. สอบถามสมาชิกถึงความรู้สึกในการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ 4. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ซักถามเรื่องที่ยังไม่เข้าใจและให้ข้อเสนอแนะ 5. ผู้นำกลุ่ม นัดหมายการทำกิจกรรมครั้งต่อไป 6. ผู้นำกลุ่มกล่าวปิดกลุ่ม	10 นาที

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
Theme 2) กิจกรรมการสำรวจตนเอง	1. เพื่อให้สมาชิกสำรวจและทบทวนพฤติกรรมของตนเองในปัจจุบันตามความเป็นจริง ทั้งในแง่ดีและด้านที่ควรปรับปรุง 2. เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนได้แสดงออกถึงความเป็นตัวตนของตนเอง	กระบวนการกลุ่ม 1. ระยะสร้างสัมพันธภาพ (Initial Phase) ขั้นตอนการดำเนินการกลุ่ม ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกและทบทวนประเด็นสำคัญจากการเข้ากลุ่มครั้งที่แล้ว และผู้นำเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ซักถามและแลกเปลี่ยนแสดงความคิดเห็น ผู้นำได้บอกถึงวัตถุประสงค์ในการทำกลุ่มในครั้งนี้ ผู้นำกล่าว "สวัสดิ์ค่ะ สมาชิกทุกคน วันนี้เรามาร่วมกันเป็นครั้งที่ 2 นะคะ" ใช้เวลาประมาณ 10 นาที 2. ระยะทำงานร่วมกัน (Working Phase) เป็นระยะของการกระตุ้นและส่งเสริมให้เกิดผลสำเร็จของกลุ่มตามจุดมุ่งหมายที่วางเอาไว้ ใช้เวลาประมาณ 60 นาที 2.1 ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มทำความเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง "นี่แหละตัวฉัน" 2.2 หลังจากผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทุกคนช่วยเล่าถึงความหมายของภาพ แต่ละคนที่ใช้แทนสัญลักษณ์ของตนเองจนครบทุกคน แล้วผู้นำกลุ่มก็ได้สรุปกลุ่มเพิ่มเติมและร่วมกันหาประเด็นร่วมกับสมาชิก ผู้นำกลุ่มได้สรุปเพิ่มเติมว่า: การที่เราได้วาดภาพแทนสัญลักษณ์ของตัวเองในครั้งนี้ถ้าเปรียบเสมือนเราได้ส่องกระจก (เพิ่มสมาชิกในกลุ่มจากคำบอกเล่าและแลกเปลี่ยน) ให้สะท้อนให้เห็นตนเอง ยิ่งถ้าหากมีการเปิดเผยตนเองมากเท่าไร ก็จะยิ่งสะท้อนตนเองมากยิ่งขึ้นเท่านั้น 2.3 โดยผู้นำกลุ่มได้วาดรูปต้นไม้ที่ที่มีน้ำอยู่ครึ่งดุ้น ผู้นำกลุ่มได้อธิบายและให้เหตุผลในการวาดว่า "รูปต้นน้ำนั้นแทนรูปร่างของผู้นำกลุ่มที่อ่อนแอและนั่นหมายความว่าผู้นำกลุ่มเดิมเท่าไรก็ไม่เคยเต็มสักที ซึ่งตัวผู้นำกลุ่มเองจะต้องคอยแสวงหาความรู้มาเพิ่มเติมอยู่ตลอดเวลา ซึ่งหากสมาชิก	1. กระดาษ 2. ยางลบ 15 อัน 3. ดินสอ 5 แท่ง	10 นาที

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
		คนได้จำคำพูดหรือเหตุผลในการวาดของตนเองไม่ได้ ให้เขียนไว้ได้ภาพก็ได้นะคะ” สมาชิกกลุ่ม ทำกิจกรรมตามทีมนำกลุ่มบอกรวดตามใจชอบใช้เวลาในการวาด 3 นาที ผู้นำกลุ่ม รับผิดชอบกิจกรรมให้สมาชิกทุกคนได้ทำกิจกรรมว่า “นี่แหละตัวฉัน” (ผู้นำกลุ่มแจกกระดาษเปล่าคืนสอ ยางลบ และอชบยวิธีการทำ) โดยผู้นำได้ให้สมาชิกวาดรูปที่คิดว่าตนเองรู้สึกดีด้วยตนเองจินตนาการของสมาชิกใช้เวลา 2 นาที ในการวาดรูปหรือใช้เวลาอธิบาย 2 นาที โดยผู้นำได้ยกตัวอย่างเอกลักษณ์ ของผู้นำกลุ่ม โดยการวาดรูปผู้นำที่ไม่น่าอยู่ไม่เต็มตัว” ได้ให้เหตุผลในการวาดว่า “รูปผู้นำนั้นแทนรูปร่างของผู้นำที่อ้วน โดยการวาดรูปผู้นำไม่เต็มตัวเต็มเท่าไรก็คิดว่าเต็มไม่เต็มสักที ซึ่งผู้นำต้องคอยแสวงหาความรู้ให้มาเติมหรือเพิ่มอยู่ตลอดเวลา ซึ่งหากสมาชิกท่านใดจำไม่ได้ก็ให้เขียนเหตุผลไว้ได้ภาพก็ได้นะคะ” สมาชิกกลุ่ม ทำกิจกรรมตามที่ผู้นำกลุ่มบอกรวดตามใจชอบนะคะ ผู้นำกลุ่มใช้เวลา 3 นาที 2.4 หลังจากนี้ผู้นำให้สมาชิกทุกคนช่วยกันถึงความหมายของภาพที่ทุกคนได้วาดแทนตนเองจนครบทุกคนแล้วผู้นำได้สรุปและหาประเด็นปัญหาของกลุ่มร่วมกัน (เพิ่มเติม) ผู้นำได้สรุปว่า “ซึ่งประเด็นที่ได้จากการสำรวจครั้งนี้คือ การสำรวจตนเองนั้นเป็นการสะท้อนให้ตนเองค้นพบตนเองในด้านต่าง ๆ เช่น ความสนใจ ความถนัด ความสามารถ ตลอดจนข้อเด่นชัดของตัวเอง แล้วนำข้อเด่นมาแสดงอย่างสร้างสรรค์ ส่วนข้อที่ต้องปรับปรุงนำมาแก้ไขตนได้แล้ว ปัญหาที่ย่อยที่สุด (ภูมิ้องการฝึกคิดแก้ปัญหาพัฒนา E.Q สำหรับศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น)		

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	เวลา
		3. ระยะยุติกลุ่ม (Terminal Phase) เป็นการเตรียมสมาชิกเพื่อยุติการทำกลุ่มในครั้งนี้ และนัดหมายทำกลุ่มครั้งต่อไป ใช้เวลาประมาณ 10 นาที 1 เปิดโอกาสให้สมาชิกได้สรุปประเด็นสำคัญที่ได้จากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ 2 ผู้นำกลุ่มสรุปประเด็นปัญหา และสาระสำคัญในการทำกลุ่ม (สรุปเพิ่มเติม) จากกรเข้ากลุ่มในวันนี้ ภาพที่สมาชิกวาดตามจินตนาการ โดยเน้นย้ำความเป็นตัวของตนเอง “สาระสำคัญ การสำรวจตนเองนั้นเหมือนกระจกสะท้อนตัวเราเอง ทำให้เราสามารถค้นพบตนเองในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นความถนัด ความสนใจ ความสามารถ ซึ่งในคราวหน้าเราจะมาคุยกันในเรื่องของกรค้นหาตนเอง กันนะคะ” 3 ผู้นำสอบถามสมาชิกถึงความรู้สึกในการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ 4 ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้พูดถึงสิ่งที่ตนสงสัยที่ต้องการอยากรอบ ซึ่งขณะที่ดำเนินกลุ่มไม่มีโอกาสที่จะซักถาม 5 ผู้นำกลุ่มซักถามสมาชิกถึงข้อเสนอแนะ เมื่อไม่มีสมาชิกสงสัยนั้นครั้งต่อไป	10 นาที

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
Theme 3)กิจกรรม การมองชีวิต อย่างมีคุณค่า	1. เพื่อให้สมาชิกได้เห็นคุณค่าของตนเองเกิดความภาคภูมิใจในตนเองอย่างเป็นระบบ 2. สร้างเสริมแนววิถีการมีชีวิติดูกับปัจจุบันอย่างมีคุณค่าและมุ่งพัฒนาตนเอง	กระบวนการกลุ่ม 1. ระยะสร้างสัมพันธภาพ (Initial phase) ขั้นตอนการจัดนิทานกลุ่ม ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกและทบทวนประเด็นสำคัญจากการเข้ากลุ่มครั้งที่แล้ว และเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ซักถาม เปิดโอกาสให้สมาชิกได้รับแลกเปลี่ยนแสดงความคิดเห็น บอกถึงวัตถุประสงค์ในการทำกลุ่มในครั้งนี้ ผู้นำกล่าว “สวัสดิ์ค่ะ สมาชิกทุกคน วันนี้เราพบกันเป็นครั้งที่ 3 นะคะ” ใช้เวลาประมาณ 10 นาที 2. ระยะทำงานร่วมกัน (Working phase) เป็นระยะของการกระตุ้นและส่งเสริมให้เกิดผลสำเร็จของกลุ่มตามจุดหมายที่วางเอาไว้ ใช้เวลาประมาณ 60 นาที ผู้นำแจกใบงานเรื่อง “การค้นหาค้นเอง” ให้กับสมาชิกคนละ 1 แผ่น และให้สมาชิกเขียนชื่อเล่นของตนเองอยู่ตรงกลางกระดาษ ซึ่งในใบงาน ได้แบ่งเป็น 4 ส่วนดังนี้ ส่วนที่ 1 ส่วนของคนเก่ง ส่วนที่ 2 ส่วนของความชอบที่ตนมีอยู่ ส่วนที่ 3 ส่วนที่คิดว่าความจำเป็นของชีวิต ส่วนที่ 4 ส่วนที่เป็นความคิดของจิตใจ ใช้เวลาในการทำใบงานนี้ท่านละ 10 นาที	1. ใบงาน กิจกรรม “การค้นหาค้นเอง” จำนวน 15 แผ่น 2.ปากกา 15 ด้าม	10 นาที
				60 นาที

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
		ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทุกคนนำเสนอทีละคน ๆ ละ 2 นาที สมาชิก: แลกเปลี่ยนประสบการณ์และอภิปรายกันภายในกลุ่ม หลังจากนั้นผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทุกคนช่วยเล่าถึงความหมายที่ตนเขียนมาทั้งหมดที่ทุกคนได้เขียน จินตนาการแล้วนำเสนอประเด็นร่วมกันของกลุ่ม ในความหมายของสมาชิกที่ให้กันมา และให้เห็นถึงความสำคัญของการค้นหาตนเองในความเป็นจริงของคนทุกคน จะมีทั้งส่วนที่เป็นสิ่งที่เก่ง ความชอบ ความจำเป็น และส่วนที่เป็นความตั้งใจ ซึ่งหากเรามีความกล้าและพลังความชอบที่เกิดความคิดที่สร้างสรรค์จากตัวเรา ที่เราเรียกสิ่งนั้นว่า “พรสวรรค์ หรือความเก่ง” บางครั้งตัวเอง ๆ เองอาจจะไม่เข้าใจ แต่รู้เพียงว่าเมื่อได้ทำแล้วเราเป็นสุขใจ ซึ่งเปรียบเหมือนที่ตัวเอง ๆ มาเรียนหนังสือทุกวันนี้ ซึ่งการเรียนนั้นเป็นสิ่งจำเป็นในชีวิตที่สรรค์สร้างความรู้แก่ง่อนเป็นเหมือนบันไดที่จะทำให้อง ๆ ทั้งหลายก้าวไปสู่สายที่ตนเอง ๆ ซึ่งชอบ อยากที่จะเรียน ซึ่งสิ่งเหล่านี้เองรวมเรียกว่า “งานแห่งชีวิต” ที่คนเราทุกคนต้องการ ซึ่งกว่าที่เราจะหันไปอุปสรรคไปแต่ละขั้นแล้ว นื่อง ๆ แต่ละคนจะต้องมีวินัย มีความมุ่งมั่น และทำทุกอย่างเท่าที่จำเป็น ที่จะนำเรานั้นไปสู่เป้าหมายที่เรา ตั้งไว้ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เองที่ก่อตัวหรือหลอมตัวกันเป็นคุณงามความดีทางจิตใจ 3. ระยะยุติกลุ่ม (Terminal Phase) เป็นการเตรียมสมาชิกเพื่อยุติการทำการกลุ่มในครั้งนี้ และนัดหมายทำการกลุ่มครั้งต่อไป ใช้เวลาประมาณ 10 นาที 1. เกิดโอกาสให้สมาชิกได้สรุปประเด็นสำคัญที่ได้จากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้		10 นาที

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
		2. ผู้นำกลุ่มสรุปประเด็นปัญหาและสาระสำคัญในการทำกลุ่ม (สรุปเพิ่มเติม) จากการศึกษาในกลุ่มในวันนี้คือ การทำกลุ่มวันนี้ทำให้เรา ได้เห็นตัวตนของแต่ละคน ส่วนมีสิ่งที่ดีในตนเอง ในขณะเดียวกันหากเราดำเนินชีวิตไม่ทันระวัง เช่น เล่นการพนัน การติดเกม และการดื่มสุรา ซึ่งการดื่มสุราจะทำให้เกิดผลอื่น ๆ ตามมา ที่กล่าวมาข้างต้น ซึ่งอาจทำให้ชีวิตเราแย่ลง ทำให้ชีวิตเราไม่สามารถไปถึงเป้าหมาย ที่ตั้งไว้ ดังนั้น น้อง ๆ แต่ละคนจะต้องมีวินัย มีความมุ่งมั่นและทำทุกอย่างเท่าที่จำเป็นที่จะนำเราไปสูเป้าหมายที่เราตั้งไว้ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เองที่ก่อตัวหรือหลอมตัวกันเป็นคุณงามความดีทางจิตใจ ในคราวหน้าเราจะมาลองดูตัวเราเองและเพื่อนที่เห็นความดีในตัวเรา แล้วจะมีใครอีกที่คอยเป็นห่วงเป็นใยเรา		

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
		2. วิเคราะห์หน้าที่ของวิงหนีเสื้อเมื่อถูกเสื้อพยายามลูกไล่ จะจับกินเป็นอาหาร โดยวิงจะพยายามวิ่งแทรกวิงเพื่อหนีเสื้อทั้งเข้าและขอยก โดยได้รับความร่วมมือจากวิงที่เป็นวงกลมล้อมรอบวงกลมคอยอำนวยความสะดวก 3. วิงจะทำหน้าที่เป็นแนวป้องกันไม่ให้เสื้อเข้าจับกินได้ ป้องกันไม่ให้เสื้อหลุดเข้าออกเพื่อให้จับวิง และอีกอย่างหนึ่งวิงต้องทำหน้าที่คอยสนับสนุนเบ็ดทาง (เบ็ดโอกลาส) ให้วิงซึ่งกำลังวิ่งหลบหนีเสื้อ หนีรอดปลอดภัย 4. (ครั้งที่ 2) ผู้นำจะคัดเลือกผู้เล่นเกมเพื่อทำหน้าที่เป็นเสื้อ 2 ตัว และวิง 2 ตัว ทำหน้าที่เหมือนเช่นครั้งที่ 1 5. (สมาชิกช่วยกันแสดงความคิดเห็น) 6. ผู้นำกลุ่มแจกใบงาน ยังมีคนคอยห่วงใยให้กับสมาชิก ใช้เวลาทำคนละ 5 นาที จากนั้นให้สมาชิกทุกคนอภิปรายคนละ 2 นาที ผู้นำสรุปเพิ่มเติม: ในโลกชีวิตจริงทั้งในเรื่องการเรียนหรือการทำงานอื่น ๆ ทุกคนจะต้องพยายามช่วยตัวเองให้มากที่สุด ต้องรู้จักฉลาดที่จะเอาตัวรอด เปรียบเสมือนวิงที่จะต้องพยายามหนีเสื้อ (สิ่งที่ยั่วยุตัวสมาชิก เช่น เพื่อนแกล้งพาดพิงเรียนและดื่มแอลกอฮอล์ เป็นต้น) วิงเปรียบเสมือนครูบาอาจารย์พ่อแม่ ที่ทำหน้าที่คอยป้องกันภัยอันตรายไว้กับบุตรหรือลูกศิษย์ แต่เนื่องจากผู้ใหญ่ (ผู้ปกครอง พ่อแม่ และครูบาอาจารย์) มีการกีดกันมาก ซึ่งเป็นบทบาทที่รับผิดชอบทั้งภายในบ้านและนอกบ้าน บางครั้งอาจจะไม่มีเวลาที่จะคอยปกครองคุ้มครองภัยให้กับบุตรหลานได้เท่าที่ควร ดังนั้นบุตรจะต้องมีภูมิคุ้มกัน		

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
		สิ่งยั่วยุต่าง ๆ เช่น การคบเพื่อนไม่ดี ดื่มสุรา หรือสิ่งเสพติดอื่น ๆ ให้รู้จักวิธีที่จะป้องกันตนเองและเอาตัวรอดได้ หากมีเชื้อ (เพื่อนเกเร) หลายคนมาคอยยั่ว ซึ่งผู้ใหญ่ (เรา) อาจจะดูแลช่วยเหลือไม่ทันการ (เทคนิคการใช้เกมเพื่อใช้ในการฝึกอบรม) ดังนั้น เราจึงควรรักตนเองให้เป็นที่ โดยสร้างวัคซีนที่จะป้องกันตนเองออกจากสิ่งยั่วยุต่าง ๆ ด้วย นอกจากนี้เราควรที่จะมีทัศนคติถึงที่คอยรักและห่วงใยเราเสมอมา เช่น พ่อ แม่ พี่ น้อง ครูบาอาจารย์ เป็นต้น สมาชิกกลุ่ม : แสดงความรู้รัก ความคิดเห็น และบอกเล่าถึงประสบการณ์ที่ผ่านมา 3. ระยะยุติกลุ่ม (Terminal Phase) เป็นการเตรียมสมาชิกเพื่อยุติการทำกลุ่มในครั้งนี้ และนัดหมายทำกลุ่มครั้งต่อไป ใช้เวลาประมาณ 10 นาที ผู้นำกลุ่ม: จากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ ผู้นำกลุ่มต้องการให้สมาชิกพูดถึงความรู้สึกรู้สึกหรือความคิดเห็น และสิ่งที่ได้รับจากการเข้ากลุ่มครั้งนี้ เริ่มจากใครก่อนดีคะ สมาชิกกลุ่ม: แสดงความรู้รัก ความคิดเห็น และบอกสิ่งที่ได้รับจากการเข้ากลุ่ม ผู้นำกลุ่ม: (สรุปเพิ่มเติม) จากการเข้ากลุ่มในวันนี้ สิ่งที่สมาชิกได้เล่น การเล่นในวันนี้มีสมาชิกช่วยกันแสดงความคิดเห็นและหาประเด็นพูดคุยของสมาชิกในเรื่องเดียวกันของกลุ่มในวันนี้ สมาชิกกลุ่ม: แสดงความรู้รัก ความคิดเห็น ผู้นำกลุ่ม: บัดครั้งต่อไป เมื่อไม่มีสมาชิกท่านใดสงสัย หรือเสนอข้อแนะนำ กล่าวปิดกลุ่ม		10 นาที

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
Theme 5) กิจกรรมการทราบ ถึงผลกระทบต่อการดื่ม แอลกอฮอล์	เพื่อส่งเสริมให้สมาชิก เห็นผลกระทบจากการ ดื่มแอลกอฮอล์ต่อ ตนเองและครอบครัว	กระบวนการกลุ่ม 1. ระยะสร้างสัมพันธ์ภาพ (Initial Phase) ขั้นตอนการดำเนินการกลุ่ม ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกและทบทวนประเด็นสำคัญจากการเข้ากลุ่มครั้งที่แล้ว และเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ซักถาม เปิดโอกาสให้สมาชิกได้รับแลกเปลี่ยนแสดงความคิดเห็น บอกถึงวัตถุประสงค์ในการทำกลุ่มในครั้งนี้ ผู้ใดกล่าว “สวัสดีค่ะ สมาชิกทุกคน วันนี้เราพบกันเป็นครั้งที่ 5 นะคะ” ใช้เวลาประมาณ 10 นาที 2. ระยะทำงานร่วมกัน (Working Phase) เป็นระยะของการกระตุ้นและส่งเสริมให้เกิดผลสำเร็จของกลุ่มตามจุดหมายที่วางเอาไว้ ใช้เวลาประมาณ 60 นาที 1 ผู้นำกลุ่มจัดให้สมาชิกทุกคนนั่งกันเป็นรูปวงกลม 2 ผู้นำแจกใบงาน “แรงฤทธิ์กว่าที่คิด” ใช้เวลาอ่านคนละ 2 นาที หลังจากสมาชิกอ่านเสร็จแล้วให้อภิปรายทุกคน คนละ 3 นาที 3 ผู้นำกรีนถามสมาชิกเพื่อหาประเด็นปัญหาว่า “จากการที่สมาชิกทุกคนได้ฟังจากกิจกรรมที่ ผู้นำพาทำเมื่อสักครู เราได้แลกเปลี่ยนถึงประสบการณ์ หรือสมาชิกจะมีวิธีการใดบ้าง ที่จะฝ่าฟันอุปสรรคดังกล่าว หากตนเองเจอปัญหาเดียวกันกับพลก น้อง ๆ จะมีวิธีการรับมือกับสถานการณ์อย่างไร เพื่อหาประเด็นปัญหาร่วมกันของกลุ่มในวันนี้		10 นาที
				60 นาที

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
		สมาชิกกลุ่ม แสดงความคิดเห็นและบอกเล่าถึงประสบการณ์ที่ผ่านมา ที่เคยได้ฟังเล่าอุปสรรคดังกล่าว หากตนเจอปัญหาเดียวกันกับพลุ มีการกล่าวชื่นชมกันและกันด้วย โดยผู้นำกลุ่มกระตุ้นให้สมาชิกชื่นชมกัน 3. ระยะยุติกลุ่ม (Terminal Phase) เป็นการเตรียมสมาชิกเพื่อยุติการทำกลุ่มในครั้งนี้ และนัดหมายทำกลุ่มครั้งต่อไป ใช้เวลาประมาณ 10 นาที ผู้นำกลุ่ม: “จากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ ผู้นำกลุ่มต้องการให้สมาชิกพูดถึงความรู้สึกหรือความคิดเห็นและสิ่งที่ได้รับจากการเข้ากลุ่มครั้งนี้ เริ่มจากใครก่อนดีคะ” สมาชิกกลุ่ม: แสดงความคิดเห็น และบอกสิ่งที่ได้รับจากการเข้ากลุ่ม ผู้นำกลุ่ม (สรุปเพิ่มเติม) จากการเข้ากลุ่มในวันนี้ สิ่งที่สมาชิกได้เล่น การเล่นในวันนั้นสมาชิกช่วยกันแสดงความคิดเห็นและหาประเด็นร่วมของกลุ่มในวันนี้ สมาชิกกลุ่ม: แสดงความคิดเห็น ผู้นำกลุ่ม: “จากการเข้ากลุ่มในวันนี้สมาชิกมีความรู้สึกอย่างไรบ้าง และได้รับอะไรจากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ ใครจะพูดก่อนนะคะ” สมาชิกกลุ่ม: แสดงความรู้สึก คิดเห็น ผู้นำกลุ่ม: นัดครั้งต่อไปเมื่อไม่มีสมาชิกท่านใดสงสัย หรือเสนอข้อแนะนำกล่าวปิดกลุ่ม		10 นาที

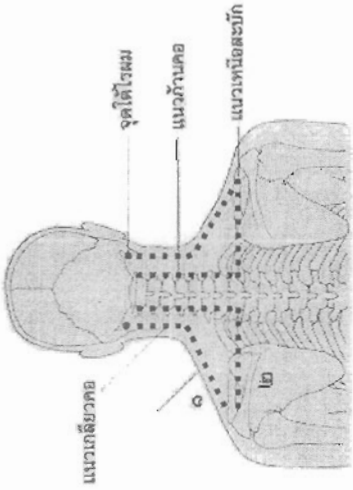
ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
Theme	เพื่อให้สมาชิกได้ตระหนักถึงโทษภัยของการดื่มสุรา	กระบวนการกลุ่ม		10 นาที
6) กิจกรรมการตระหนักถึงโทษภัยจากการดื่มสุรา	เพื่อให้สมาชิกได้ตระหนักถึงโทษภัยของการดื่มสุรา	1. ระยะสร้างสัมพันธภาพ (Initial Phase) ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิก และทบทวนประเด็นสำคัญจากการเข้ากลุ่มครั้งที่แล้ว และเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ซักถาม และแลกเปลี่ยนความคิดเห็น บอกถึงวัตถุประสงค์ในการหักกลุ่มในครั้งนี้ ผู้นำกล่าว “สวัสดีค่ะ สมาชิกทุกคน วันนี้เราพบกันเป็นครั้งที่ 6 แล้วนะคะ” ใช้เวลาประมาณ 10 นาที 2. ระยะทำงานร่วมกัน (Working Phase) เป็นระยะของการกระตุ้นและส่งเสริมให้เกิดการสำนึกของกลุ่ม ตามจุดหมายที่วางเอาไว้ ใช้เวลาประมาณ 60 นาที ผู้นำกลุ่มจัดให้สมาชิกทุกคนนั่งกันเป็นรูปวงกลม ผู้นำแจกใบงาน “เรื่องของนก” ให้สมาชิกทุกคน คนละ 1 แผ่น แล้วผู้นำให้สมาชิกอภิปรายทุกคน ๆ ละ 3 นาที ผู้นำกระตุ้นสมาชิกเพื่อหาประเด็นปัญหาที่สมาชิกได้ฟังจากกิจกรรมที่ผู้นำทำเมื่อสักครู่ เราได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ บอกถึงวิถีการที่ฝ่าฟันอุปสรรคอย่างไร โดยผ่านตัวละครจากใบงาน “เรื่องของนก” หากคนเจอปัญหาเดียวกันกับยกแล้วสมาชิกมีการวางแผนทำอย่างไรเพื่อหาประเด็นปัญหาที่พบบ่อยในขณะนี้ สมาชิกกลุ่ม แสดงความคิดเห็นและบอกเล่าถึงประสบการณ์ที่พบบ่อยผ่านมาที่ฝ่าฟันอุปสรรคดังกล่าว หากคนเจอปัญหาเช่นเดียวกันกับยก มีการกล่าวชื่นชมกันและกันด้วย โดยผู้นำกลุ่มกระตุ้นให้ชื่นชมซึ่งกันและกัน	1. ใบงาน “เรื่องของนก” คนละ 1 แผ่น 2. ยางลบ 3. ปากกา 4. ใบงานสุราทำลายฝัน	60 นาที

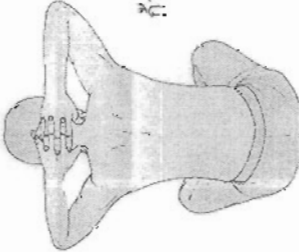
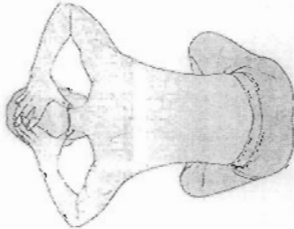
ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
		3. ระยะเวลา 10 นาที 3. ระยะยุติกลุ่ม (Terminal Phase) เป็นการเตรียมสมาชิกเพื่อยุติการทำกลุ่มในครั้งนี้ และนัดหมายการทำกลุ่มครั้งต่อไป ใช้เวลาประมาณ 10 นาที 1 เปิดโอกาสให้สมาชิกได้สรุปประเด็นสำคัญที่ได้จากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ 2 ผู้นำกลุ่มสรุปประเด็นและสาระสำคัญในการทำกลุ่ม 3 สอบถามสมาชิกถึงความรู้สึกในการเข้ากลุ่มครั้งนี้ 4 ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ซักถามเรื่องที่ยังไม่เข้าใจ และให้ข้อเสนอแนะ 5 ผู้นำกลุ่มนัดหมายการทำกิจกรรมครั้งต่อไป 6 ผู้นำกลุ่มกล่าวปิดกลุ่ม		10 นาที

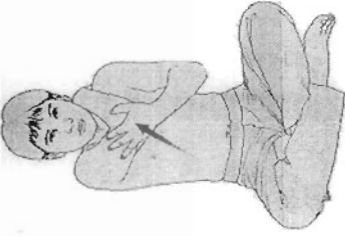
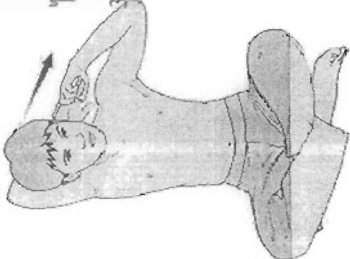
ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
		ผู้นำให้สมาชิกเล็งถึงเป้าหมายและวิธีที่จะบรรลุเป้าหมายของตน ผู้นำสรุปเพิ่มเติมสาระสำคัญที่ได้จากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้คือ “ในการเรียนหรือการทำงานทุกอย่าง จะต้องมีการวางแผนที่ดีเป็นอันดับแรก ซึ่งในกิจกรรมปาเป้าก็เปรียบเสมือน นั่นจะมีการเล็งเป้า ซึ่งตัวน้องเองมีการกะและเล็งลูกดอกตรวจสอบระยะทางของเป้า นำหนักมือที่จะปล่อยลูกดอกแล้วก็จะทำให้แผนแปรียบเสมือนเป้า) ประสบความสำเร็จได้อย่างง่ายดาย ซึ่งจะแตกต่างกับคนที่ไม่มีกรวางแผน มีชีวิต สับสนอยู่ไปวัน ๆ ว่าควรทำอะไรบ้างเป้าหมายในการดำเนินชีวิต ก็มักจะยุ่งอยู่ ไม่ว่าจะเป็นเพื่อน ที่เกรงติดเกมและใช้สุราพาไปในทางเสื่อมเสีย เหมือนลูกดอกที่หลุดออกนอกเฟรมได้” 3. ระยะเวลา (Terminal Phase) เป็นการเตรียมสมาชิกเพื่ออยู่ด้วยการทำกลุ่มในครั้งนี้ และนัดหมายทำกลุ่มในครั้งต่อไป ใช้เวลาประมาณ 10 นาที ผู้นำกลุ่ม “จากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ ผู้นำกลุ่มต้องการให้สมาชิกพูดถึงความรู้สึก ความคิดเห็น และสิ่งที่ได้รับจาก การเข้ากลุ่มในครั้งนี้ เริ่มจากใครก่อนดีละ” สมาชิกกลุ่ม: แสดงความรู้สึก ความคิดเห็น และบอกถึงที่ได้รับจากการเข้ากลุ่ม ผู้นำกลุ่ม: สรุปเพิ่มเติม หากเราเรียนรู้การวางแผนที่มีประสิทธิภาพตามความสามารถและความชอบของตนแล้ว เราก็ควรที่จะเรียนรู้วิธีที่จัดการกับอารมณ์ได้เหมาะสมควบคู่ไปด้วย เพราะการเรียนรู้วิธีการอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมนั้น อันจะช่วยให้สมาชิกมีแนวคิดในการเผชิญปัญหาได้อย่างถูกต้อง ไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับสิ่งชั่วร้าย เราจะสามารถจัดการกับอารมณ์กันในวันพรุ่งนี้กันนะค่ะ”		10 นาที

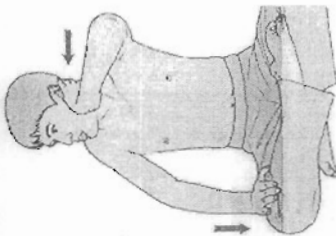
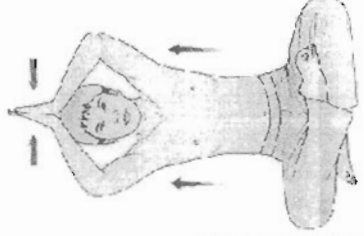
ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
Theme	1. เพื่อให้สมาชิกสามารถวิเคราะห์อารมณ์ทางลบและทางบวกของตนเองได้	ผู้นำกล่าว: ปีติกลุ่มเมื่อไม่มีสมาชิกเข้ามาซื้อส่งสัย		10 นาที
	2. เพื่อให้สมาชิกรู้จักการควบคุมอารมณ์ด้านลบของคนได้อย่างเหมาะสมตามสถานการณ์	กระบวนการกลุ่ม 1. ระยะสร้างสัมพันธ์ภาพ (Initial Phase) ขั้นตอนการดำเนินการกลุ่ม ผู้นำกลุ่มกล่าวท้าทายสมาชิกและพบทวนประเด็นสำคัญจากการเข้ากลุ่มครั้งที่แล้ว ผู้นำกล่าว “สวัสดิ์ละสมาชิกทุกคน วันนี้เราพบกันเป็นครั้งที่ 8 แล้วละคะ” ใช้เวลาประมาณ 10 นาที 2. ระยะทำงานร่วมกัน (Working Phase) เป็นระยะของการกระตุ้นและส่งเสริมให้เกิดผลสำเร็จของกลุ่มตามจุดมุ่งหมายที่วางเอาไว้ ใช้เวลาประมาณ 60 นาที ผู้นำกลุ่มกริณำเข้าสู่กิจกรรม โดยเปิดเพลงอารมณ์ดีเพราะมีความสุข หลังจากนั้น โดยการเล่นเกมบัตรคำ “ทายอารมณ์” ให้สมาชิกทายอารมณ์อยู่ในกลุ่มคนละ 2 ใบ หลังจากนั้นให้สมาชิกได้ออกเล่าถึงภาพ ไอคอนที่ตนหยิบได้ว่าเป็นอารมณ์บวกและลบคนละ 2 นาที ผลกระทบได้กับตัวน้องเองและคนอื่น ๆ หากน้อง ๆ ไม่รู้จักควบคุมและหาทางออกอย่างเหมาะสม สมาชิกได้ออกเล่าถึงประสบการณ์ที่ละคน ผู้นำกลุ่มสรุป (เพิ่มเติม) จากประเด็นปัญหาที่ร่วมกันของสมาชิก บัตรอารมณ์ส่วนใหญ่ที่ให้น้อง ๆ เล่น ส่วนใหญ่จะเป็นอารมณ์ทางลบ ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์โกรธ เศร้า เครียด/ วิตกกังวล และความกลัว ฯลฯ ซึ่งเมื่อน้อง ๆ บางคนเกิดอารมณ์โกรธ ใคร ๆ ก็ตาม ก็ตาม ก็มักจะลืมตัวแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ โดยขาดการไตร่ตรอง ใคร่ครวญถึง	1. บัตรคำ ไอคอน อารมณ์ 15 แผ่น 2. CD เพลงอารมณ์ดี เพราะมี ความสุข 1 แผ่น	60 นาที

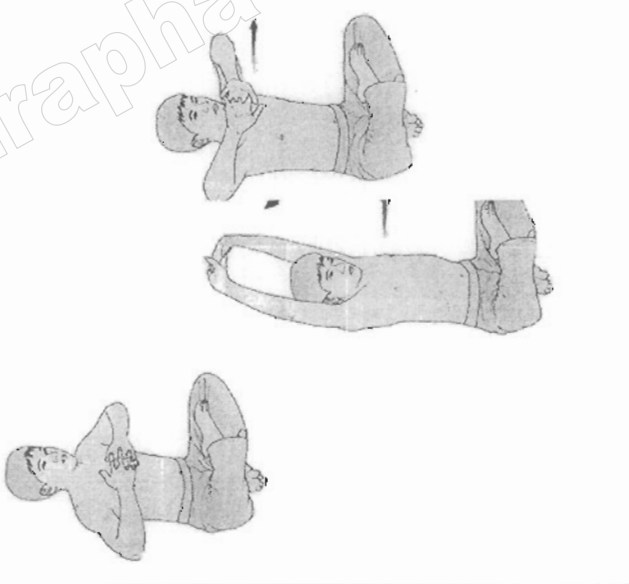
ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
		แนวข้อ 1 (แนวราบปากเกลียวคอ) เริ่มจากเหนือหัวไหล่ตามแนวขาขึ้นไปตามแนวข้างคอ แนวข้อ 2 (แนวเหนือสะบักก้นคอ) เริ่มจากเหนือหัวไหล่ตามแนวเหนือกระดูกสะบัก ขึ้นไปตามแนวซีกกระดูกคอ จุดใต้ไหล่ผอม อยู่ตรงรอยพับใต้กะโหลกทางด้านข้าง การกดแนวคอ การกดแต่ละจุดให้ค่อย ๆ เพิ่มแรงกดจนเริ่มรู้สึกปวด นับ 1-10 แล้วค่อย ๆ ผ่อนออก กรณีที่เป็นแนวแนว แต่ละจุดอยู่ห่างกันประมาณ 1 นิ้วมือ		



ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
		ซึ่งจะมีท่าท่างทั้งหมด 8 ท่า คือ ท่าที่ 1 ท่านวดตัวเองคลายเครียด ผู้บ่มได้ใช้นิ้วชี้ นิ้วกลาง และนิ้วนาง กดบีบแนวเหนือสะบักและแนวบ่า แล้วทำสลับข้างกัน จนครบข้างละ 10 ครั้ง  ท่าที่ 2 ประสานมือเข้าด้วยกัน บริเวณท้ายทอย ใช้นิ้วหัวแม่มือทั้ง 1 ข้าง กดตามแนวเกลียวคอและแนว ก้านคอ  ท่าที่ 3 ใช้นิ้วหัวแม่มือทั้ง 2 ข้าง กดจุดใต้โหนก 2 จุด (ทางข้อศอก จะทำให้มนั้นกด) พร้อม ๆ กัน ด้วยแรงพอสมควร 		

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
		ท่าที่ 4 นั่งขัดสมาธิ งอข้อศอกตั้งไว้ข้างหนึ่ง ให้มือจับบ่าด้านตรงข้าม ใช้มืออีกข้างจับที่ข้อศอกไว้ หายใจเข้า หายใจออก พร้อม ๆ กับดันข้อศอกเข้าหาตัวให้มากที่สุด หายใจเข้าออกปกติ 3-5 ครั้ง แล้วผ่อนออก ทำสลับข้างทั้งซ้ายและขวา จนครบข้างละ 10 ครั้ง ทำนี้เป็นยัตข้อไหล่ เป็นท่าถ้ายัตคน ซึ่งระบุว่าแก้ขัดแขน 		
		ท่าที่ 5 นั่งขัดสมาธิ งอข้อศอกข้างหนึ่งไว้ทางด้านหลังของศีรษะ มืออีกข้างจับมือไว้ หายใจเข้า หายใจออก พร้อม ๆ กับดึงข้อมือลงให้มากที่สุด หายใจเข้าออกปกติ 3-5 ครั้ง แล้วผ่อนออก ทำสลับข้างทั้งซ้ายและขวา ทำนี้เป็นกรวยัดข้อไหล่ 		

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
				
		ท่าที่ 6 นั่งขัดสมาธิ มือข้างหนึ่งวางบนหน้าตัก ฝ่ามืออีกข้างวางไว้ใต้ก้นหู หายใจเข้า หายใจออก พร้อมกับนับมือทั้ง 2 ข้าง (เมื่อบนต้นคอให้ศีรษะหันไปด้านข้าง มือล่างดันหน้าตัก) หายใจเข้าออกปกติ 3-5 ครั้ง แล้วผ่อนออก ทำนี้ช่วยยืดกล้ามเนื้อบริเวณต้นคอ ช่วยบรรเทาอาการปวดคอ และปวดศีรษะ เป็นท่าทำบ่อยๆ ซึ่งระบุว่ากล้ามเนื้อศีรษะ		
				
		ท่าที่ 7 นั่งขัดสมาธิ ตัวตรง พนมมือระหว่างอก หายใจเข้า ค่อยๆ ยกมือขึ้นเหนือศีรษะ ออกแรงดันฝ่ามือเข้าหากัน ยึดถั่วหัว หายใจเข้าออกปกติ 3-5 ครั้ง แล้วผ่อนออก ทำนี้ช่วยบริหารกล้ามเนื้ออกและสะบัก ช่วยบรรเทาอาการปวดคอ ปวดศีรษะ และปวดสะบัก เป็นท่าทำบ่อยๆ ซึ่งระบุว่า แก้วลมปวดศีรษะ		

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
		ทำที่ 8 นั้งขัดสมาธิ ประสานฝ่ามือไว้ที่หน้าอก หายใจเข้า หายใจออก เหยียดแขนไปข้างหน้า ในลักษณะ หงายฝ่ามือที่ประสานกันออก หายใจเข้า ยกแขนขึ้นเหนือศีรษะ ยืดตัวและแขนให้สุด หายใจเข้าออกปกติ 3-5 ครั้ง แล้วผ่อนคลาย และปล่อยแขนลงข้างลำตัว ทำนี้ช่วยยืดกล้ามเนื้อแขนที่ใช้ในการจ่อมือและนิ้วมือ และบริหารข้อไหล่ เป็นทำที่ยืดคน ซึ่งระบุว่า แก่เครียด  ทุกท่านมีแผนการสอน ให้ดู และผู้นำทำหลังจากเสร็จ seccion นี้ มีแผ่นพับแจกให้สมาชิกทุกท่าน		

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
		ผู้นำกลุ่ม: “ดีมากค่ะ สมาชิกได้รู้จักทักษะการจัดการกับอารมณ์อะไรบ้างคะวันนี้ ให้สมาชิกทุกคนแสดงความคิดเห็นและหาประเด็นร่วมกันในการทำกลุ่มวันนี้” สมาชิก: ทุกคนบอกเล่าความรู้สึก 3. ระยะยุติกลุ่ม (Terminal Phase) เป็นการเตรียมสมาชิกเพื่อยุติการทำกลุ่มในครั้งนี้ และนัดหมายทำกลุ่มครั้งต่อไป ใช้เวลาประมาณ 10 นาที สมาชิกกลุ่ม : แสดงความรู้สึก ความคิดเห็น และบอกสิ่งที่ได้จากการเข้าร่วม ผู้นำกลุ่ม : บอกสมาชิกว่าครั้งนี้คือครั้งสุดท้ายที่จะเข้ากลุ่ม ชักถามข้อสงสัย เมื่อไม่มีสมาชิกสงสัย นัดหมายครั้งต่อไป		10 นาที

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	รายละเอียดกิจกรรม	สื่อ	เวลา
		ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มร่วมกันทบทวน แสดงความรู้สึก ความคิดเห็น และประโยชน์ที่ได้จากการร่วมทำกิจกรรมทั้ง 9 ครั้ง ผู้นำกลุ่ม : “ตอนนี้ผู้นำกลุ่มอยากให้ผู้สมาชิกช่วยกันทบทวนซ้ำว่า จากการที่เราพูดคุยกันทั้งหมด 9 ครั้ง รวมกับวันนี้ด้วย เราได้มีการพูดคุยถึงเรื่องอะไรกันบ้าง ในแต่ละครั้งที่พบกัน พอจะจำได้ไหมเรามาช่วยกันทบทวนนะค่ะ” เพื่อหาประเด็นปัญหาาร่วมกัน สมาชิกกลุ่ม : (ช่วยกันทบทวนการทำกิจกรรม) ผู้นำกลุ่ม : “ดีมากค่ะ ที่พวกเรายช่วยกันทบทวนการทำกิจกรรมทั้งหมด และผู้นำอยากให้ผู้สมาชิกพูดถึงความรู้สึกของตนเอง จากการทำกิจกรรมทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของการทำงานเพื่อนสมาชิก ตัวผู้นำกลุ่ม และสิ่งอื่น ๆ ที่สมาชิกต้องการที่อยากพูด” สมาชิกกลุ่ม : (พูดแสดงความรู้สึก) ผู้นำกลุ่ม : กล่าวคำขอบขอบคุณสมาชิกกลุ่มที่ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมทั้งหมด และยุติการทำกิจกรรม 3. ระยะเวลาสุดท้าย (Terminal Phase) เป็นการเตรียมสมาชิกเพื่อยุติการทำกลุ่มในครั้งนี้ และนัดหมายทำกลุ่มครั้งต่อไป ใช้เวลาประมาณ 20 นาที ผู้นำกลุ่ม: จากการทำกิจกรรม โปรแกรมการใช้จัดบำบัดแบบกลุ่มกันมาตั้งแต่ครั้งแรกจนกระทั่งวันนี้ ผู้นำขอใจสมาชิกทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมด้วยดี ผู้นำหวังว่าสมาชิกนำสิ่งที่ได้รับ ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันของสมาชิก อันเป็นการพัฒนาปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเอง ให้เกิดการเห็นคุณค่าในตนเอง และการมีพฤติกรรมที่เหมาะสม เพื่อประโยชน์แก่สมาชิก ผู้นำขอให้กำลังใจสมาชิกทุกคน และอวยพรให้สมาชิกโชคดี พบแต่สิ่งที่ดีในชีวิตตลอดไป มีสมาชิกคน โดยอยากถามเพิ่มเติมไหมคะ (ตอบคำถามถ้ามี) สำหรับวันนี้ควรจบการใช้จัดบำบัดแบบกลุ่มไว้เพียงแค่นี้ “สวัสดีค่ะ”	4. แผ่น CD เพลงคำสัญญา	20 นาที

ภาคผนวก ง
ใบกิจกรรม

พระสรวรค์ 1. ชัฒมาในเือง 2. ฐกคณของฉนคเือ	โสมน การค่นหาตนเอง 	ความจำเ็น 1. คอณความคาคพหจะเือสนทัก 2. เือสนทักคาคพหจะเือสนทัก
ความรอม ลิ่งทักคาคพหจะเือสนทัก		คุณลามาความคัก 1. ในลิ่งคาคพหจะเือสนทัก

ใบกิจกรรม

4) Theme ยังมีคนคอยห่วงใย

1. ใครบ้างที่รักและคอยห่วงใยเรา

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. คนเหล่านั้นคาดหวังอะไรกับเราบ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. ทำอย่างไรบ้างทำให้เขาเหล่านั้นชื่นชมในตัวเรา

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบกิจกรรม

5) Theme แรงฤทธิ์ดีกว่าที่คิด

1. หากน้อง ๆ เป็นหนูดี น้อง ๆ จะคิดอย่างไร เมื่อพ่อไม่ทำตามสัญญาในการเลิกสูรา

2. ต่อเนื่องจากข้อ 1. น้อง ๆ จะมีวิธีการจัดการกับตัวเองอย่างไรเมื่อเหตุการณ์ในเรื่องเกิดขึ้นกับตนเอง

ผู้บงการตัวเราคือความคิด ผู้บงการชีวิตคือตัวเรา

ใบงานที่ 6 “สุราทำลายฝัน”

1. น้องๆ คิดว่า ในปัจจุบันยุคมีความภาคภูมิใจกับตนเอง อย่างไรบ้าง

2. จากประโยคที่คุย บอกว่า “ตอนฉันเป็นเด็ก ฉันเคยเร่งวันเร่งคืน เพราะอยากโตเป็นผู้ใหญ่เร็ว ๆ แต่เมื่อฉันโตเป็นผู้ใหญ่จริง ๆ กลับอยากให้วันเวลาหมุนย้อนกลับ เพื่อแก้ไขบางสิ่งบางอย่าง น่าเสียดายที่ไม่อาจย้อนวันคืนให้กลับมาได้” นื่อง ๆ คิดว่าสิ่งที่คุยอยากแก้ไขนั้นคืออะไร เพราะอะไรจึงอยากแก้ไขตรงจุดนั้น

3. นื่อง ๆ จะมีวิธีการป้องกันตนเองเพื่อไม่ให้เกิดเหตุการณ์เหมือนก๊วย อย่างไรบ้าง

[illegible]

เปลี่ยนความคิด ชีวิตก็เปลี่ยน

ใบงานที่ 7 “การวางแผนเพื่อตนเอง”

1. ในความคิดเห็นของน้องๆ การชนะหรือแพ้ในเกมสล็อต ขึ้นอยู่กับอะไร (ดวง/ทักษะ/การวางแผน)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. น้องๆ มีการปรับเปลี่ยนแผนอย่างไรบ้าง ในการไปเล่นในครั้งที่ 1 และ 2 เพราะ อะไรถึงต้องเปลี่ยน

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. พฤติกรรมของน้องๆ ระหว่างเล่นเกมสล็อตไปมา เปรียบเสมือน ชีวิตในการเรียนของน้องๆ อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

“อนาคตย่อมอยู่ในกำมือ ของผู้ที่เชื่อว่า ความใฝ่ฝันเป็นสิ่งสวยงาม”
(เอลินอร์ โรสเวลท์)

8) Theme การจัดการอารมณ์ด้านลบ

1. เพื่อน้อง ๆ มีอารมณ์ด้านลบ น้อง ๆ มีวิธีการจัดการกับตัวเองอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. น้อง ๆ คิดอย่างไรกับสิ่งที่พ่่านำวิธีนวดตนเอง และคัดตนเอง ที่พ่่านำมาสอน

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

“ชีวิตคุณจะเริ่มเปลี่ยนแปลง เมื่อคุณเปลี่ยนแปลงสิ่งที่ทำบางอย่างทุกวัน”
จอห์น ซี. แมกซีไวลด์

ภาคผนวก จ

ข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมวิจัย/ ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย/ แบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรม/
หนังสือขอความอนุเคราะห์

ข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมในการวิจัย

การวิจัยเรื่อง: ผลของกลุ่มบำบัดตามแนวคิดของชาลอมต่อการเพิ่มความคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นชายที่เสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์

เรียน ผู้เข้าร่วมในการวิจัย

ท่านเป็นผู้ที่ได้รับเชิญให้เข้าร่วมการศึกษา กลุ่มบำบัดตามแนวคิดของชาลอมต่อการเพิ่มความคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นชายที่เสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์ก่อน ที่ท่านจะตกลงเข้าร่วมการศึกษา วิจัยดังกล่าว จึงขอเรียนให้ท่านทราบถึงเหตุผล และรายละเอียดของการศึกษาวิจัยในครั้งนี้

การดื่มแอลกอฮอล์เป็นปัญหาที่สำคัญในปัจจุบัน ซึ่งนับเป็นปัญหาระดับประเทศถึงแม้ว่าจะมีการรณรงค์กันอย่างต่อเนื่องก็ตาม แต่อัตราการดื่มแอลกอฮอล์ยังคงเพิ่มสูงขึ้น (ปริทรรศน์ ศิลปะกิจ และคณะ, 2542) และการดื่มแอลกอฮอล์พบได้ในทุกเพศ ทุกวัย ทุกเชื้อชาติ และทุกระดับฐานะทางเศรษฐกิจ จากการสำรวจทั่วโลก พบว่า มีผู้ดื่มแอลกอฮอล์มากถึง 140 ล้านคน สำหรับประเทศไทย พบว่า สถิติของผู้ดื่มแอลกอฮอล์มากเป็นอันดับ 5 ของโลก โดยมีการบริโภคถึง 12.45 ลิตรต่อปี (World Health Organization, 2003) ในจำนวนนี้มีผู้ที่ดื่มแอลกอฮอล์นี้อายุ 11-19 ปี ถึง 1.1 ล้านคน และเมื่อเปรียบเทียบกับผู้ที่ดื่มแอลกอฮอล์ ระหว่างเพศชายต่อเพศหญิง พบในอัตราส่วน 5: 1 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2547) การดื่มแอลกอฮอล์ส่งผลกระทบต่อทางด้านร่างกาย เช่น ผลต่อระบบประสาททำให้การตัดสินใจช้าลง ส่งผลต่อการเกิดอุบัติเหตุได้ ทางด้านจิตใจ พบว่า ผู้ที่ดื่มแอลกอฮอล์ มักไม่บรรลุนิติภาวะทางอารมณ์ มีพฤติกรรมก้าวร้าว และมีบุคลิกภาพแยกตัว ทำให้สร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ยาก รู้สึกสูญเสียพลังอำนาจ ไม่สามารถที่จะควบคุมตนเองได้ ไม่สามารถที่จะแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม จึงหาทางออกด้วยการดื่มแอลกอฮอล์เพื่อดับทุกข์ (ธงชัย เอกอุบลาก, 2541; Kaplan & Sadock, 1998) นอกจากนี้วัยรุ่นที่ดื่มแอลกอฮอล์ ในลักษณะที่ผิดปกติ มักมีความรู้สึกว่าคุณค่าในตนเองต่ำ อาจเกิดภาวะซึมเศร้าแอมเฟดและเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายสูง (Kelly et al., 2001)

ดังนั้นกลุ่มบำบัดตามแนวคิดของชาลอมต่อการเพิ่มความคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นชายที่เสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์ มีเป้าหมายเพื่อให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น ทำให้สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน มีการประคับประคองความรู้สึกร่วมกัน เรียนรู้ที่จะ

แก้ไขสถานการณ์ที่คล้าย ๆ กัน พัฒนาปรับปรุงพฤติกรรมไปในทางที่เหมาะสม และมีพัฒนาการที่เหมาะสมกับวุฒิภาวะ (ฉวีวรรณ สัตยธรรม, 2539) การเข้าร่วมกลุ่มบำบัดตามแนวคิดของยาลอม จะช่วยให้สมาชิกได้เรียนรู้กระบวนการกลุ่ม โดยใช้หลักสำคัญกระบวนการกลุ่ม 3 ประการ คือ 1) สร้างและดำรงกลุ่มไว้ 2) สร้างวัฒนธรรมของกลุ่ม 3) ทำให้สมาชิกตระหนักถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของกระบวนการกลุ่มในเวลานั้น โดยบทบาทของผู้บำบัดจะทำหน้าที่กระตุ้นให้สมาชิกตระหนักถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ของกลุ่มในเวลานั้น และจะกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มมีปฏิสัมพันธ์กัน (Interaction) และเน้นหลักการ ที่ว่า “ที่นี่และเดี๋ยวนี้” ภายใต้เทคนิคและทฤษฎีต่าง ๆ เพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ช่วยให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลทำให้สมาชิกได้มีโอกาสทดลองปรับเปลี่ยนพฤติกรรมใหม่ด้วยตนเอง ให้ไปในทางที่ดีและเหมาะสม ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการเสริมสร้างคุณค่าในตนเอง

หากท่านตกลงที่จะเข้าร่วมการศึกษาวิจัยนี้ จะมีข้อปฏิบัติร่วมดังต่อไปนี้

สถานที่เข้าร่วมการฝึกกลุ่มบำบัดตามแนวคิดของยาลอมต่อการเพิ่มคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นชายที่เสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์ ได้แก่ ห้องแนะแนวโรงเรียนนครขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น ใช้เวลาครั้งละ 90 นาที จำนวน 9 ครั้งวันพุธ จำนวน 9 สัปดาห์ และมีการติดตามผลหลังเสร็จสิ้น 1 เดือนการใช้จิตบำบัดแบบกลุ่ม มีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

การฝึกครั้งที่ 1 กิจกรรมการสร้างสัมพันธภาพ

การฝึกครั้งที่ 2 กิจกรรมการสำรวจตนเอง

การฝึกครั้งที่ 3 กิจกรรมการมองชีวิตอย่างมีคุณค่า

การฝึกครั้งที่ 4 กิจกรรมการมองชีวิตอย่างมีคุณค่า

การฝึกครั้งที่ 5 กิจกรรมแรงฤทธิ์กว่าที่คิด

การฝึกครั้งที่ 6 กิจกรรมสุรทำลายฝัน

การฝึกครั้งที่ 7 กิจกรรมวางแผนเพื่อการเปลี่ยนแปลงด้วยตนเอง

การฝึกครั้งที่ 8 กิจกรรมการจัดการกับอารมณ์ทางด้านลบ

การฝึกครั้งที่ 9 ยุติโปรแกรม

ข้อมูลของท่านผู้วิจัยจะเก็บรักษาเป็นความลับ โดยนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวมเท่านั้น ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ในการนำมาเป็นข้อมูลพื้นฐานและนำมาเป็นแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนารูปแบบงานวิจัยนี้ไปทำการทดลองหรือประยุกต์ใช้กับเยาวชนในกลุ่มอื่น ๆ ในโอกาสต่อไป ในการดำเนินการนี้ผู้วิจัยจะเป็นผู้ออกค่าใช้จ่ายทั้งสิ้น โดยที่ท่านไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใด ๆ การเข้าร่วมการศึกษาร้านี้ เป็นไปด้วยความสมัครใจ ท่านอาจปฏิเสธที่จะเข้าร่วม หรือถอนตัวจากการศึกษาร้านี้ได้ทุกเมื่อ โดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ทั้งสิ้น

หากท่านมีปัญหา หรือข้อสงสัยประการใด กรุณาติดต่อ นางสาวลลดา พลกะชา กลุ่มงาน
พยาบาลผู้ป่วยใน ศูนย์บำบัดรักษาเสพติดขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น โทร. 08-31444558
ขอขอบคุณในความร่วมมือของท่านมา ณ ที่นี้

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

.....

หัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง ผลของกลุ่มบำบัดตามแนวคิดของชาลอมต่อการเพิ่มคุณค่าในตนเองของวัยรุ่นชายที่เสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์

วันให้คำยินยอม วันที่เดือน.....พ.ศ. 2553 ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมงานวิจัยครั้งนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ ของการวิจัยอย่างละเอียดและเข้าใจดีแล้ว ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้ด้วยความสมัครใจ และข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้ จะไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อข้าพเจ้า

ผู้วิจัยรับรองว่า จะตอบคำถามต่างๆ ที่ข้าเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบัง ซ่อนเร้นจนข้าพเจ้าพอใจ ข้อมูลเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าจะเก็บเป็นความลับ และจะเปิดเผยในภาพรวม ที่เป็นการสรุปผลการวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามในใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม
(.....)

ลงนาม.....พยาน
(.....)

ลงนาม.....ผู้ทำวิจัย
(.....)

ในกรณีที่ผู้ถูกทดลองยังไม่บรรลุนิติภาวะ จะต้องได้รับการยินยอมจากผู้ปกครองหรือผู้อุปการะ โดยชอบด้วยกฎหมาย

ลงนาม.....ผู้ปกครอง
(.....)

ลงนาม.....พยาน
(.....)

ลงนาม.....ผู้ทำวิจัย
(.....)



แบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

มหาวิทยาลัยบูรพา

1. ชื่อวิทยานิพนธ์

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ (ภาษาไทย) ผลของการใช้จิตบำบัดแบบกลุ่มในการเพิ่มสำนึกในคุณค่าแห่งตนในวัยรุ่น
ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ (ภาษาอังกฤษ) Effect of Group Psychotherapy on Self-Esteem among Adolescents at
risk to alcohol Drinking

2. ชื่อนิติ (นาย,นาง,นางสาว): ลลดา พลคะชา

หลักสูตร พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชา สุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช

☐ ภาคปกติ☒ ภาคพิเศษ

รหัสประจำตัว 47925715

คณะ/วิทยาลัย พยาบาลศาสตร์

3. หน่วยงานที่สังกัด:

4. ผลการพิจารณาของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย:

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย ได้พิจารณารายละเอียดวิทยานิพนธ์ เรื่องดังกล่าว
ข้างต้นแล้ว ในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับ

- 1) การเคารพในศักดิ์ศรี และสิทธิของมนุษย์ที่ใช้เป็นตัวอย่างการวิจัย
- 2) วิธีการที่เหมาะสมในการได้รับความยินยอมจากกลุ่มตัวอย่างก่อนเข้าร่วม
โครงการวิจัย (Informed consent) รวมทั้งการปกป้องสิทธิประโยชน์และ
รักษาความลับของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย
- 3) การดำเนินการวิจัยอย่างเหมาะสม เพื่อไม่ก่อความเสียหายต่อสิ่งที่ศึกษาวิจัย
ไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่มีชีวิต หรือไม่มีชีวิต

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย มีมติเห็นชอบ ดังนี้

() รับรองโครงการวิจัย

() ไม่รับรอง

5. วันที่ให้การรับรอง:.....25.....เดือน มกราคม พ.ศ. 2553

ลงนาม

(ศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ พันธุ์วัฒนา)

ประธานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

รองอธิการบดีฝ่ายวิจัยและบัณฑิตศึกษา

ที่ ศธ ๖๖๐๗/๖๓๖



คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี ๒๐๑๓๑

๔ สิงหาคม ๒๕๕๓

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการ โรงเรียนนครขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

๒. แบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

ด้วย นางสาวลลดา พลคะชา นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง "ผลของการใช้จิตบำบัดแบบกลุ่มในการเพิ่มสำนึกในคุณค่าแห่งตนในวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ร.อ. หญิง ดร.ชนัดดา แนบเกษร เป็นประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ในการนี้ คณะฯ จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านผู้อำนวยการความสะดวกให้นิสิตเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัยจากกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนมัธยมศึกษา ชั้นปีที่ ๔ ในระหว่างวันที่ ๑ สิงหาคม - ๑ ตุลาคม ๒๕๕๓

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ด้วย จะเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์รัชนิกรณ์ ทรัพย์กรานนท์)

คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

ฝ่ายบัณฑิตศึกษา

โทรศัพท์ ๐๓๘-๑๐๒๘๖๓

โทรสาร ๐๓๘-๓๕๓๔๗๖

ผู้วิจัยโทร ๐๓๘-๑๔๔๔๕๕๕๘



ที่ ศธ 6607/ ๒45

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

15 กุมภาพันธ์ 2553

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนขามแก่นนคร

สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2. แบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

ด้วยนางสาวลลิตา พลทะชา นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "ผลของการใช้จิตบำบัดแบบกลุ่มในการเพิ่มสำนึกในคุณค่าแห่งตน ในวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์" โดยมีผู้ช่วยศาสตราจารย์ ร.อ. หญิง ดร. ชนัดดา แนนเกษร เป็นประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ในการนี้คณะฯ จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านอำนวยความสะดวกให้นิสิตเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือการวิจัยจากกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 5 ราย ในวันที่ 16-17 กุมภาพันธ์ 2553

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ด้วย จะเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์พริษา สุภศรี)

รองคณบดีฝ่ายวางแผนและประกันคุณภาพการศึกษา
รักษาการแทนคณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

ฝ่ายบัณฑิตศึกษา

โทรศัพท์ 038-102836

โทรสาร 038-393476

ผู้วิจัยโทร 083-6788234



ที่ ศธ 6607/ ๔๕

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

15 กุมภาพันธ์ 2553

เรื่อง ขอลาความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนขามแก่นนคร

สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2. แบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

ด้วยนางสาวลลดา พลทะชา นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ผลของการใช้จิตบำบัดแบบกลุ่มในการเพิ่มสำนึกในคุณค่าแห่งตน ในวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ร.อ. หญิง ดร. ชนัดดา เน้นเกษร เป็นประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ในการนี้คณะฯ จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านอำนวยความสะดวกให้นิสิตเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือการวิจัยจากกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 5 ราย ในวันที่ 16-17 กุมภาพันธ์ 2553

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ด้วย จะเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์พริษา ศุภศรี)

รองคณบดีฝ่ายวางแผนและประกันคุณภาพการศึกษา
รักษาการแทนคณบดีคณะพยาบาลศาสตร์

ฝ่ายบัณฑิตศึกษา

โทรศัพท์ 038-102836

โทรสาร 038-393476

ผู้วิจัยโทร 083-6788234



แบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

มหาวิทยาลัยบูรพา

1. ชื่อวิทยานิพนธ์

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ (ภาษาไทย) ผลของการใช้จิตบำบัดแบบกลุ่มในการเพิ่มสำนึกในคุณค่าแห่งตนในวัยรุ่น
ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการดื่มแอลกอฮอล์

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ (ภาษาอังกฤษ) Effect of Group Psychotherapy on Self-Esteem among Adolescents at
risk to alcohol Drinking

2. ชื่อนิติ (นาย,นาง,นางสาว): ลลดา พลคะชา

หลักสูตร พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชา สุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช

☐ ภาคปกติ

☒ ภาคพิเศษ

รหัสประจำตัว 47925715

คณะ/วิทยาลัย พยาบาลศาสตร์

3. หน่วยงานที่สังกัด:

4. ผลการพิจารณาของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย:

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย ได้พิจารณารายละเอียดวิทยานิพนธ์ เรื่องดังกล่าว
ข้างต้นแล้ว ในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับ

- 1) การเคารพในศักดิ์ศรี และสิทธิของมนุษย์ที่ใช้เป็นตัวอย่างการวิจัย
- 2) วิธีการที่เหมาะสมในการได้รับความยินยอมจากกลุ่มตัวอย่างก่อนเข้าร่วม
โครงการวิจัย (Informed consent) รวมทั้งการปกป้องสิทธิประโยชน์และ
รักษาความลับของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย
- 3) การดำเนินการวิจัยอย่างเหมาะสม เพื่อไม่ก่อความเสียหายต่อสิ่งที่ศึกษาวิจัย
ไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่มีชีวิต หรือไม่มีชีวิต

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย มีมติเห็นชอบ ดังนี้

() รับรองโครงการวิจัย

() ไม่รับรอง

5. วันที่ให้การรับรอง: ๒๕เดือน มกราคม พ.ศ. 2553

ลงนาม

(ศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ พันธุ์วัฒนา)

ประธานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

รองอธิการบดีฝ่ายวิจัยและบัณฑิตศึกษา

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก จ

วิธีวิเคราะห์การแจกแจงแบบโค้งปกติ

