

มหาวิทยาลัยบูรพา

ภาคผนวก

Burapha University

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิผู้ตรวจสอบเครื่องมือในการวิจัย

สำเนาหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย

แบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิผู้ตรวจสอบเครื่องมือในการวิจัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เฉลิมวงศ์ วัจนสุนทร	รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยศรีปทุม วิทยาเขตชลบุรี
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชูศรี เลิศรัตน์เดชากุล	รองคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้า พระนครเหนือ
ดร.จิตรา ดุษฎีเมธา	ประธานโครงการศูนย์ให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร	อาจารย์ประจำคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
ดร.ไพฑิพัทธ์ พานิช	อาจารย์ประจำวิทยาลัยนาฏศิลป์ กรุงเทพฯ

(สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/0499

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

169 ถ.ลงหาดบางแสน ต.แสนสุข

อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

27 กุมภาพันธ์ 2551

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย
เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชูศรี เลิศรัตน์เดชากุล
สิ่งที่ส่งมาด้วย ค่าโครงการวิทยานิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางสาวอุทุมพร ศรีสุข นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำ
วิทยานิพนธ์เรื่อง ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการ
พัฒนาตนเองของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ในความควบคุมดูแลของดร.ประชา อินัง ประธาน
กรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยพิจารณา
แล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการ
ตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ เพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่ง
ว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

สมถวิล จริตควร

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมถวิล จริตควร)

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3898-3466

ผู้วิจัยโทร.08-9079-5052, 08-6315-8484

(สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/0500

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

169 ถ.ลงหาดบางแสน ต.แสนสุข

อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

27 กุมภาพันธ์ 2551

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร

สิ่งที่ส่งมาด้วย คำโครงการวิทยานิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางสาวอุทุมพร ศรีสุข นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร์
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำ
วิทยานิพนธ์เรื่อง ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการ
พัฒนาตนเองของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ในความควบคุมดูแลของดร.ประชา อິนัง ประธาน
กรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยพิจารณา
แล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการ
ตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ เพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่ง
ว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

สมถวิล จริตควร

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมถวิล จริตควร)

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3898-3466

ผู้วิจัยโทร.08-9079-5052, 08-6315-8484

(สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/0501

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

169 ถ.ลพพาดบางแสน ต.แสนสุข

อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

27 กุมภาพันธ์ 2551

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน ดร.จิตรา ดุษฎีเมธา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เค้าโครงย่อวิทยานิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางสาวอุทุมพร ศรีสุข นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการพัฒนาตนเองของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ในความควบคุมดูแลของดร.ประชา อีนัง ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในกรณีนี้อบัณฑิตวิทยาลัยพิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ เพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

สมถวิล จริตควร

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมถวิล จริตควร)

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3898-3466

ผู้วิจัยโทร.08-9079-5052, 08-6315-8484

(สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/0502

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

169 ถ.ลงหาดบางแสน ต.แสนสุข

อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

27 กุมภาพันธ์ 2551

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย
เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เฉลิมวงศ์ วัฒนสุนทร
สิ่งที่ส่งมาด้วย คำร้องขอวิทยานิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางสาวอุทุมพร ศรีสุข นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำ
วิทยานิพนธ์เรื่อง ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการ
พัฒนาตนเองของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ในความควบคุมดูแลของดร.ประชา อິนัง ประธาน
กรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในกรณีนี้บัณฑิตวิทยาลัยพิจารณา
แล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการ
ตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ เพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่ง
ว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

สมถวิล จริตควร

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมถวิล จริตควร)

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3898-3466

ผู้วิจัยโทร.08-9079-5052, 08-6315-8484

(สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/0504

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

169 ถ.ลงหาดบางแสน ต.แสนสุข

อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

27 กุมภาพันธ์ 2551

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน ดร.โพธิพันธ์ พานิช

สิ่งที่ส่งมาด้วย ค่าโครงการวิทยานิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางสาวอุทุมพร ศรีสุข นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการพัฒนาตนเองของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ในความควบคุมดูแลของดร.ประชา อีนั่ง ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยพิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ เพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

สมถวิล จริตควร

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมถวิล จริตควร)

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3898-3466

ผู้วิจัยโทร.08-9079-5052, 08-6315-8484

(สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/0705

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

169 ถ.ลงหาดบางแสน ต.แสนสุข

อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

31 มีนาคม 2551

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อหาคูณภาพของเครื่องมือเพื่อการวิจัย
เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนอนุบาลบ่อทอง
สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางสาวอุทุมพร ศรีสุข นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำ
วิทยานิพนธ์เรื่อง ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการ
พัฒนาตนเองของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ในความควบคุมดูแลของดร.ประชา อึ้ง ประธาน
กรรมการ มีความประสงค์จะขออำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โดยผู้วิจัยจะเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 2 เมษายน 2551
ถึงวันที่ 2 เมษายน 2551 อนึ่งโครงการวิจัยนี้ได้ผ่านขั้นตอนการพิจารณาทางจริยธรรมการวิจัย
ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพาเรียบร้อยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็น
อย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

ประทุม ม่วงมี

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3898-3466

ผู้วิจัยโทร.08-9079-5052, 08-6315-8484

(สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/0730

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

169 ถ.ลงหาดบางแสน ต.แสนสุข

อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

3 เมษายน 2551

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านธรรมรัตน์

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางสาวอุทุมพร ศรีสุข นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการพัฒนาตนเองของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ในความควบคุมดูแลของดร.ประชา อึ้ง ประธานกรรมการ มีความประสงค์จะขอความอนุเคราะห์เพื่ออำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โดยผู้วิจัยจะเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 4 เมษายน 2551 ถึงวันที่ 30 พฤษภาคม 2551 อนึ่งโครงการวิจัยนี้ได้ผ่านขั้นตอนการพิจารณาทางจริยธรรมการวิจัยของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพาเรียบร้อยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

ประทุม ม่วงมี

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3898-3466

ผู้วิจัยโทร.08-9079-5052, 08-6315-8484

แบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย
มหาวิทยาลัยบูรพา

1. ชื่อวิทยานิพนธ์

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ (ภาษาไทย) ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการพัฒนาตนเองของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ (ภาษาอังกฤษ) THE EFFECTS OF RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR GROUP COUNSELING ON SELF-DEVELOPMENT OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS

2. ชื่อนิสิต (นาย,นาง,นางสาว): นางสาวอุทุมพร ศรีสุข

หลักสูตร วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชา จิตวิทยาการให้คำปรึกษา

ภาคปกติ

ภาคพิเศษ

รหัสประจำตัว 46911346

คณะวิทยาลัย ศึกษาศาสตร์

3. หน่วยงานที่สังกัด:

4. ผลการพิจารณาของคณะกรรมการการวิจัยจริยธรรมการวิจัย:

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย ได้พิจารณาละเอียดวิทยานิพนธ์ เรื่องดังกล่าวข้างต้นแล้ว ในประเด็นที่เกี่ยวกับ

- 1) การเคารพในศักดิ์ศรี และสิทธิของมนุษย์ที่ใช้เป็นตัวอย่งการวิจัย
- 2) วิธีการอย่างเหมาะสมในการได้รับความยินยอมจากกลุ่มตัวอย่างก่อนเข้าร่วมโครงการวิจัย (Informed consent) รวมทั้งการปกป้องสิทธิประโยชน์และรักษาความลับของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย
- 3) การดำเนินการวิจัยอย่างเหมาะสม เพื่อไม่ก่อความเสียหายต่อสิ่งที่ศึกษาวิจัย ไม่ว่าจะเป็สิ่งที่มีชีวิตหรือไม่มีชีวิต

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย มีมติเห็นชอบ ดังนี้

(X) รับรองโครงการวิจัย

() ไม่รับรอง

5. วันที่ให้การรับรอง: 19 เดือน มีนาคม พ.ศ. 2551

ลงนาม.....สมศักดิ์ พันธุ์ธนา.....

(ศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ พันธุ์ธนา)

ประธานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

ลงนาม.....ประทุม ม่วงมี.....

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัย

การวิจัยเรื่อง	ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการพัฒนาตนเองของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3
เรียน	ผู้เข้าร่วมวิจัย/ ผู้ปกครองผู้เข้าร่วมการวิจัย

ท่านเป็นบุคคลหนึ่งที่ได้รับการสุ่มเลือกให้เข้าร่วมในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ สภาพปัจจุบันของสังคมไทยที่มีการเปลี่ยนแปลง (เจริญก้าวหน้าอย่างต่อเนื่อง ทั้งด้านการศึกษา เศรษฐกิจ การเมือง เทคโนโลยี หรือแม้แต่การสื่อสารที่มีการส่งข้อมูลข่าวสารถึงกันและกันอย่างรวดเร็ว จึงเป็นเสมือนพลังที่คอยผลักดันให้ให้คนแต่ละคนต้องตระหนักถึงความสำคัญของการเปลี่ยนแปลง ซึ่งส่งผลให้บุคคลจำเป็นต้องมีการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องอยู่เสมอ เพื่อให้ตนมีความพร้อมในการที่จะรับมือกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างไม่หยุดยั้ง มนุษย์มีธรรมชาติอย่างหนึ่ง คือพยายามดิ้นรนเพื่อยกสภาพจิตใจของตนให้สูงส่งขึ้น ดังนั้นมนุษย์จึงไม่ชอบอยู่กับที่เดิม มักปรับปรุงตนเองเสมอเพราะมนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนา และปรับตัวให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมและการเปลี่ยนแปลงได้ แม้ว่ารูปแบบการพัฒนานั้นมีหลากหลายและเกี่ยวข้องในทุกด้าน แต่ไม่ว่าจะทำการพัฒนาด้านใดก็ตาม จะต้องเริ่มที่การพัฒนาตนเองก่อนจึงจะเห็นทางสำเร็จ

การสร้างเสริมการพัฒนาตนเองจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะโรงเรียนซึ่งเป็นหน่วยงานสำคัญในบทบาทของการพัฒนาตนเองให้กับนักเรียน โดยเฉพาะนักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่น และกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม (REBT) จะช่วยให้นักเรียนได้แลกเปลี่ยนความคิด ประสบการณ์ ความเป็นมิตร ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน จากสมาชิกกลุ่ม ความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของตน และเรียนรู้วิธีคิดอย่างสมเหตุสมผล โดยการฝึกให้ผู้รับคำปรึกษาฝึกวิเคราะห์ความคิด อารมณ์และพฤติกรรมในการพัฒนาตนเองของนักเรียน เพื่อก่อให้เกิดการเรียนรู้ตนเอง รับผิดชอบต่อตนเอง ยอมรับตนเอง พัฒนาความสามารถที่จะปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงของสังคมอย่างมีความสุข

ในการวิจัยนี้จะได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการพัฒนาตนเองของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 (ม.1-ม.3) ระยะเวลาของขบวนการใช้เวลา 7 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง สมาชิก 8 คน โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่มคอยช่วยเหลือการให้คำปรึกษาในแนวทางปฏิบัติต่าง ๆ และสมาชิกกลุ่มผู้เข้าร่วมการทดลองทุกคนเป็นผู้คอยช่วยเหลือและสนับสนุนเสนอแนวความคิดต่าง ๆ ต่อสมาชิกกลุ่มเพื่อรับฟังความคิดเห็น ข้อเสนอแนะจากกลุ่ม ซึ่งเป็นกระบวนการศึกษาทางจิตวิทยาที่มีเป้าหมายเพื่อพัฒนาพฤติกรรมของผู้เข้าร่วมการทดลองที่เน้นขบวนการคิดเป็นสำคัญ

ประโยชน์ที่จะได้รับจากการวิจัยครั้งนี้จะเป็นผลให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยเรียนรู้การ พัฒนาตนเอง

เมื่อท่านได้ตัดสินใจเข้าร่วมในการศึกษาครั้งนี้ ท่านจะได้รับการทำแบบสอบถามการพัฒนาตนเองที่ผู้วิจัยจัดทำขึ้น โดยแบ่งเป็น 3 ระยะ

1. ระยะก่อนการทดลองท่านจะได้รับการทำแบบสอบถามก่อนเข้ากระบวนการให้ คำปรึกษากลุ่ม

2. ระยะหลังการทดลองท่านจะได้รับการทำแบบสอบถามหลังจากกระบวนการให้ คำปรึกษากลุ่มเสร็จสิ้นทันที

3. ระยะติดตามผลท่านจะได้รับการทำแบบสอบถามหลังจากกระบวนการให้ คำปรึกษากลุ่มเสร็จสิ้นแล้วทั้งช่วงเวลา 3 สัปดาห์

หากท่านตกลงที่จะเข้าร่วมการทดลองมีข้อตกลงร่วมกันดังนี้

1. ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใด ๆ ในการทดลอง

2. ท่านต้องได้รับการทำแบบสอบถามจำนวน 3 ครั้งตามที่กล่าวมาแล้วข้างต้น และขอความกรุณาในการทำแบบสอบถามตามความเป็นจริง

3. ในการทดลองครั้งนี้ ข้อมูลทุกอย่างจะถูกเก็บเป็นความลับ รายงานผลโดยรวม เท่านั้น ดังนั้นขอให้ท่านร่วมมือที่จะไม่เปิดเผยข้อมูลที่เกิดขึ้นในการเข้ากลุ่มและเก็บรักษาเป็นไว้ ความลับ

4. การเข้าร่วมกลุ่มการทดลองเป็นไปตามความสมัครใจ ท่านอาจปฏิเสธที่จะเข้าร่วม หรือถอนตัวออกจากการทดลองนี้ได้ทุกเมื่อ โดยแจ้งให้ผู้วิจัยทราบซึ่งจะไม่ส่งผลกระทบต่อตัวท่าน (การรักษาความลับเป็นสิ่งสำคัญในการให้คำปรึกษากลุ่ม ผู้วิจัยขอรับรองว่าจะไม่มี การเปิดเผยข้อมูลของท่านและจะใช้เพียงข้อมูลเพื่อรายงานผลการวิจัยในภาพลักษณ์เท่านั้น)

ในการทดลองนี้ข้อมูลต่าง ๆ ของท่านจะถูกเก็บเป็นความลับ ใช้ข้อมูลรายงาน ผลการวิจัยโดยภาพรวมเท่านั้น ในการดำเนินการนี้ผู้วิจัยจะเป็นผู้ออกค่าใช้จ่ายทั้งสิ้น โดยที่ท่าน ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใด ๆ

อุทุมพร ศรีสุข

ผู้วิจัย

ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

.....

วิทยานิพนธ์เรื่อง ผลการให้คำปรึกษาในกลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการ
พัฒนาตนเองของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3

วันให้คำยินยอม วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจาก
ผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่าง
ละเอียดและมีความเข้าใจดีแล้ว ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจและ
ข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ และการบอกเลิกการเข้า
ร่วมการวิจัยนี้จะไม่มีความกระทบใด ๆ ต่อข้าพเจ้า

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบัง
ซ่อนเร้นจนข้าพเจ้าพอใจ ข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าจะถูกเก็บเป็นความลับและจะ
เปิดเผยในภาพรวมที่เป็นการสรุปผลการวิจัยเท่านั้น

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้วมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามใน
ใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม

(.....)

ลงนาม.....ผู้ปกครอง/

ผู้แทนโดยชอบด้วยกฎหมาย

(.....)

ลงนาม.....พยาน

(.....)

ลงนาม.....ผู้วิจัย

(นางสาวอุทุมพร ศรีสุข)

ภาคผนวก ข

แบบสอบถามการพัฒนาดตนเอง

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม

ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม

วิธีวิเคราะห์ความแปรปรวน

แบบสอบถามการพัฒนาตนเอง

แบบสอบถามฉบับนี้เป็นการถามเกี่ยวกับความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมของนักเรียนในเรื่องการเรียน มีลักษณะการวัด 5 ระดับ ไม่มีคำตอบใดถูกต้องหรือผิด เพราะแต่ละคนย่อมมีความรู้สึกนึกคิดและนิสัยแตกต่างกัน สิ่งสำคัญที่สุด คือขอให้นักเรียนตอบให้ตรงกับสภาพความเป็นจริงของนักเรียนให้มากที่สุด คำตอบที่ได้จะไม่กระทบกระเทือนต่อผลการเรียนของนักเรียนและขอขอบใจนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือ

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้แล้วประเมินตนเองว่านักเรียนมีพฤติกรรมในแต่ละข้อความอยู่ในระดับใด แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด

ข้อ ที่	พฤติกรรม	ระดับพฤติกรรม				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ข้าพเจ้ามีเป้าหมายอย่างชัดเจนในการเรียนและพยายามเรียนให้สำเร็จตามเป้าหมาย					
2	ข้าพเจ้าวางแผนการเรียนของตนเองว่าจะเรียนต่อในด้านใด หลังจากจบมัธยมศึกษาปีที่ 3 แล้ว					
3	ในการเรียนทุกวิชา ข้าพเจ้าตั้งใจทำคะแนนให้ดี					
4	ข้าพเจ้าไม่เคยคิดวางแผนเกี่ยวกับอนาคตของตนเอง					
5	ข้าพเจ้ามีอาชีพในฝันแล้วและมุ่งมั่นที่จะประกอบอาชีพนั้นให้ได้					
6	ข้าพเจ้ามักวางแผนการเรียนในแต่ละสัปดาห์					
7	ความสำเร็จทางการเรียนเป็นตัวบ่งชี้ถึงอนาคตที่ดีในภายภาคหน้าได้					
8	ข้าพเจ้าเข้าเรียนอย่างสม่ำเสมอ ต่อเมื่อมีเหตุจำเป็นจริงๆ จึงขออนุญาตขาดเรียน					
9	ข้าพเจ้าส่งการบ้านทันตามกำหนดเวลาทุกครั้ง					
10	ข้าพเจ้ามักเร่งทำงาน เมื่อถึงกำหนดจะส่งหรือในนาทีสุดท้ายเสมอ					

ข้อ หรือ	พฤติกรรม	ระดับพฤติกรรม				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
11	ไม่ว่าเรื่องเรียนหรือกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเรียนจะยากง่ายเพียงใด ข้าพเจ้าจะพยายามทำให้เต็มความสามารถจนแล้วเสร็จ					
12	ข้าพเจ้าติดตามงานในวิชาที่ข้าพเจ้าขาดเรียน					
13	ครูบอกว่า ข้าพเจ้าเป็นคนที่มีความรับผิดชอบ					
14	ข้าพเจ้าอ่านหนังสือหรือทบทวนบทเรียนหลังจากที่เรียนไปแล้วอยู่เสมอ					
15	ข้าพเจ้าทำการบ้านด้วยตนเองเสมอ					
16	ข้าพเจ้ารู้สึกดีมากที่มีเพื่อนคอยช่วยเหลือด้านการเรียนแทนข้าพเจ้าอยู่เสมอ					
17	หากข้าพเจ้าต้องการหาความหมายของคำศัพท์ ข้าพเจ้าจะค้นหาด้วยตนเอง					
18	ข้าพเจ้ามักให้ผู้ปกครองหรือคนอื่น ๆ ช่วยทำการบ้านเป็นประจำ					
19	เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหาสงสัยในบทเรียน ข้าพเจ้าจะสอบถามคุณครูด้วยตนเอง					
20	ในการทำงานกลุ่ม เพื่อนของข้าพเจ้ามักเป็นผู้ทำรายงานในส่วนที่ข้าพเจ้าต้องรับผิดชอบส่งคุณครูเสมอ					
21	งานที่ข้าพเจ้าภูมิใจคืองานที่ได้ใช้ความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่					
22	ข้าพเจ้าไม่สามารถบังคับใจตนเองให้สนใจในเรื่องที่เรียนได้เลย					
23	ข้าพเจ้าพยายามไม่พูดคุยกับเพื่อนในขณะที่คุณครูกำลังสอน					
24	ข้าพเจ้าพยายามตั้งใจเรียนแม้ว่าจะเป็นวิชาที่ข้าพเจ้ารู้สึกเบื่อและไม่ถนัด					

ข้อ ที่	พฤติกรรม	ระดับพฤติกรรม				
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
25	ข้าพเจ้าพยายามไม่เหม่อลอยในขณะที่กำลังอ่านหนังสือ					
26	ข้าพเจ้ามักขาดเรียนด้วยเหตุผลที่ไม่จำเป็น					
27	ข้าพเจ้าพยายามไม่ทำงานวิชาอื่นในช่วงโมงเรียน					
28	ในขณะที่เรียน ข้าพเจ้าพยายามไม่คิดเรื่องอื่น ๆ นอกจากเรื่องที่ครูกำลังสอน					
29	ข้าพเจ้าพยายามให้ความสนใจกับวิชาที่ได้คะแนนต่ำเป็นพิเศษถึงแม้จะเป็นวิชาที่ข้าพเจ้าไม่ชอบ					
30	โดยภาพรวมแล้ว ข้าพเจ้ามีผลการเรียนสูงกว่าเพื่อนๆ					
31	ผลงานของข้าพเจ้าอยู่ในเกณฑ์ที่ต้องปรับปรุง					
32	ข้าพเจ้าสอบได้ที่อันดับต้น ๆ ของห้องเสมอ					
33	ข้าพเจ้าไม่สามารถบอกได้ว่าข้าพเจ้าเรียนดีหรือไม่ดี					
34	ถ้าลงแข่งขันวิชาการข้าพเจ้าคิดว่าตนเองต้องติดอันดับ 1 ใน 3					
35	ในการสอบแต่ละครั้งข้าพเจ้าสามารถทำคะแนนได้ตามที่ตั้งใจไว้เสมอ					
36	วิชาที่ข้าพเจ้าทำคะแนนได้ไม่ดี คือวิชาที่ข้าพเจ้าไม่ชอบ					

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการพัฒนาตนเอง

ครั้งที่ 1-2 ปฐมนิเทศ สร้างสัมพันธภาพ

เวลา 45-60 นาที

สถานที่ ห้องสมุด

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างความไว้วางใจระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกให้มีความรู้สึกเป็นกันเอง ยอมรับซึ่งกันและกัน และกล้าที่จะเปิดเผยตนเอง
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้รับทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ ระยะเวลา วิธีการ บทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา

วิธีดำเนินการ

1. สมาชิกกลุ่มนั่งหันหน้าเข้าหากันเป็นวงกลม
2. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับสมาชิกด้วยท่าทีที่เป็นมิตร แนะนำตนเองเพื่อสร้างความคุ้นเคย ความไว้วางใจ สนทนาเรื่องทั่ว ๆ ไปก่อน เพื่อให้สมาชิกเกิดความรู้สึกผ่อนคลาย
3. ให้สมาชิกแนะนำตนเองเพื่อให้เพื่อนสมาชิกได้รู้จัก
4. ให้สมาชิกบอกลักษณะเด่นหรือข้อดีของตนเอง 3 ข้อให้สมาชิกคนอื่น ๆ ฟัง เปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มซักถามเพิ่มเติมเพื่อสร้างสัมพันธภาพให้สมาชิกรู้จักกันมากยิ่งขึ้น
5. ผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการให้สมาชิกจับลูกบอลสีในกล่อง เพื่อจับคู่สมาชิกที่จับได้ ลูกบอลสีเดียวกัน เมื่อได้คู่แล้วให้สมาชิกพูดคุยบอกเล่าเรื่องราวและนิสัยของตนเองให้คู่ของตนเองฟังให้ได้มากที่สุด เพื่อให้เกิดความคุ้นเคย ไว้วางใจและรู้จักกันมากขึ้น จากนั้นแต่ละคนแนะนำเพื่อนที่เป็นคู่ของตนให้สมาชิกกลุ่มฟังและเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มซักถาม
6. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ ข้อตกลงในการเข้าร่วมกลุ่ม เช่น การรักษาความลับของสมาชิกกลุ่ม ให้สมาชิกกลุ่มมีความกล้าในการแสดงความคิดเห็นและเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้ซักถามเพื่อหาข้อตกลงร่วมกัน
7. ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายให้สมาชิกทราบถึงหลักการและขั้นตอนการดำเนินการ ระยะเวลาและจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่ม บทบาทของสมาชิกตลอดจนประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้ากลุ่ม

8. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการสรุปความและนัดหมายการให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจในการร่วมกิจกรรมและการพูดคุยซักถาม
2. สังเกตพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่มกล้าเปิดเผยเรื่องของตนเอง

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการพัฒนาตนเอง

ครั้งที่ 3 การสอนแนวคิดการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม

เวลา 45-60 นาที

สถานที่ ห้องสมุด

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจความหมายและความสำคัญของแนวความคิดแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มแยกแยะความคิดที่สมเหตุสมผลและความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจวิธีการคิดอย่างสมเหตุสมผลตามรูปแบบ ABC

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายและทบทวนการเข้ากลุ่มครั้งที่ผ่านมา
2. ผู้ให้คำปรึกษากำหนดประโยคตัวอย่างให้สมาชิกกลุ่มช่วยกันคิดวิเคราะห์ว่าประโยคดังกล่าวเป็นประโยคที่สมเหตุสมผลหรือไม่สมเหตุสมผล
3. ให้สมาชิกกลุ่มลองยกตัวอย่างประโยคที่สมเหตุสมผลและไม่สมเหตุสมผลที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนเอง
4. ผู้ให้คำปรึกษาเชื่อมโยงประโยคข้างต้นเข้าสู่การวิเคราะห์ตามรูปแบบ ABC โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการสอนหรือการอธิบายโดยตรง ให้สมาชิกเข้าใจถึงสาเหตุของการเกิดปัญหา และการกระทำที่ไม่พึงประสงค์ตามทฤษฎี ABC ว่า

A คือ เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตัวเรา

B คือ ความคิดความเชื่อของตัวเราต่อเหตุการณ์นั้น

C คือ ผลของความเชื่อของตัวเราที่ตามมาทั้งด้านอารมณ์และการกระทำ

5. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการสรุปความและนัดหมายการให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรม ความสนใจ การแสดงความคิดเห็นและการซักถามปัญหาต่าง ๆ
2. พิจารณาจากสมาชิกวิเคราะห์ความคิดที่สมเหตุสมผลและไม่สมเหตุสมผล

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการพัฒนาตนเอง

ครั้งที่ 4-5 ความคิดที่สมเหตุสมผลและไม่สมเหตุสมผล

เวลา 45-60 นาที

สถานที่ ห้องสมุด

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจการเกิดปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมตามแนวคิดแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจลักษณะการคิดอย่างสมเหตุสมผล
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลของตนเอง

สื่อ/อุปกรณ์

1. แบบฟอร์มหมายเลข 1 แบบฟอร์มการวิเคราะห์ในรูปแบบ ABC
2. เอกสารประกอบเรื่อง "ความคิดที่สมเหตุสมผลและไม่สมเหตุสมผล"

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาสร้างสัมพันธภาพ กล่าวทักทายสมาชิกด้วยท่าที่เป็นมิตรและทบทวนการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา
2. ผู้ให้คำปรึกษานำเข้าสู่บทเรียนเรื่องความคิดที่สมเหตุสมผลและไม่สมเหตุสมผล โดยให้สมาชิกทบทวนประโยชน์จากการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการถามให้สมาชิกอธิบายความคิดเห็นที่สมเหตุสมผลและไม่สมเหตุสมผลตามความเข้าใจของตนเอง
3. ผู้ให้คำปรึกษาแจกเอกสารประกอบเรื่อง "ความคิดที่สมเหตุสมผลและไม่สมเหตุสมผล" ให้สมาชิกอ่านประกอบ ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการสอนหรืออธิบายโดยตรงให้สมาชิกทราบและเข้าใจลักษณะความคิดที่สมเหตุสมผลและไม่สมเหตุสมผล
4. ให้สมาชิกช่วยกันวิเคราะห์ว่าตรงส่วนใดของประโยคในเอกสารประกอบเรื่อง "ความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล 11 ข้อ" มีความไม่สมเหตุสมผล เช่น ในข้อ 1 ไม่สมเหตุสมผลตรงคำว่า "ทุกคน"
5. ผู้ให้คำปรึกษานำเข้าสู่การฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง โดยทบทวนรูปแบบการเกิดปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรมตามทฤษฎี ABC

6. ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายถึงวิธีการทำแบบฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง ซึ่งวิธีการทำแบบฝึกคิดอย่างมีเหตุผลประกอบด้วยการบันทึกความคิด อารมณ์และพฤติกรรมของบุคคลที่มีต่อสภาพการณ์ที่เกิดขึ้น ลงในแบบฟอร์มหมายเลข 1 แบบฟอร์มการวิเคราะห์ในรูปแบบ ABC

7. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการสอนหรืออธิบายโดยตรง ให้สมาชิกทราบและเข้าใจการฝึกคิดอย่างมีเหตุผลตามรูปแบบ ABC โดยฝึกคิดอย่างมีเหตุผลจากสถานการณ์ที่เป็นปัญหาของตนเองและความคิดดังกล่าวจะทำให้เกิดพฤติกรรมอะไรตามมา ผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้กระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มคิดและบันทึกลงแบบฟอร์ม 1 แบบฟอร์มการวิเคราะห์ในรูปแบบ ABC

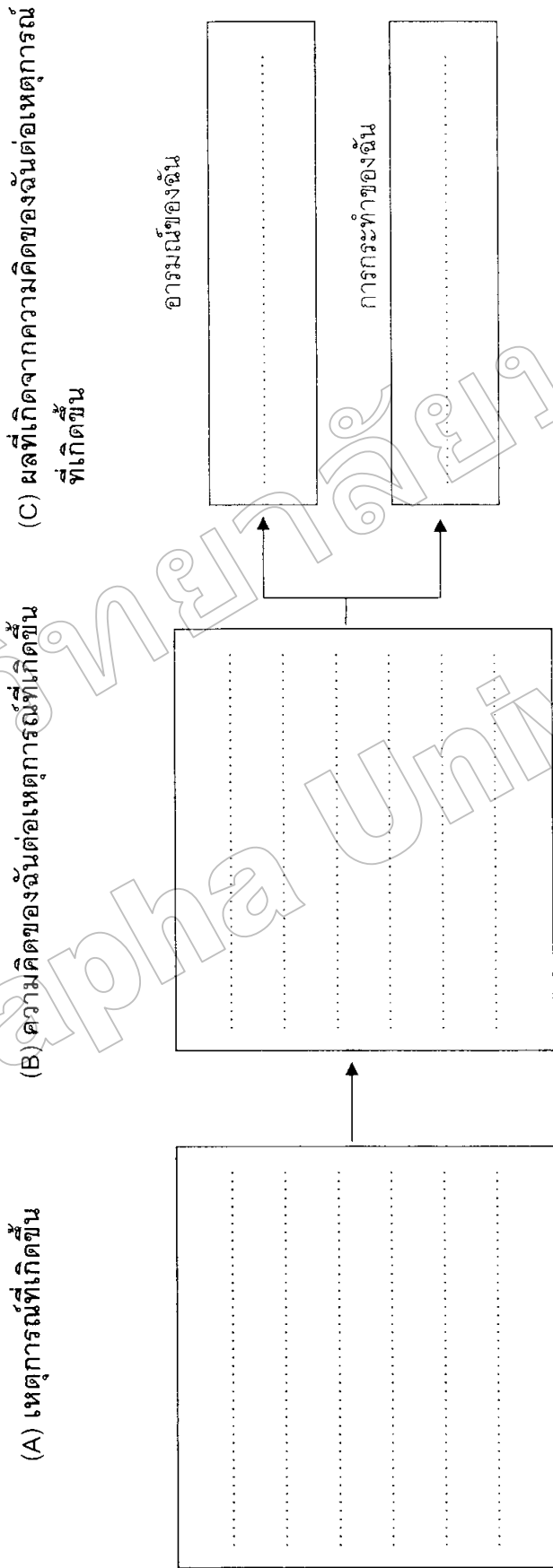
8. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากกรให้คำปรึกษาในครั้งนี้ โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการสรุปความและนัดหมายกรให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. จากการทำแบบฟอร์มการวิเคราะห์ในรูปแบบ ABC
2. จากการสังเกตพฤติกรรม ความสนใจและการร่วมแสดงความคิดเห็น ตลอดจนการ

ซักถามปัญหาต่าง ๆ

แบบฟอร์ม 1 (แบบฟอร์มวิเคราะห์ตามรูปแบบ ABC)



มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ความคิดที่ไม่สมเหตุผล 11 ข้อ

1. ทุกคนต้องยอมรับฉัน	ไม่มั่นใจในตนเอง เป็นคนไม่มีค่า	เก็บตัว แยกตัว ไม่เข้าสังคม ขาดความกระตือรือร้น
2. คนที่มีคุณค่า คือคนเก่งและประสบความสำเร็จ	มีปมด้อยกลัวความล้มเหลว	เปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่นตลอด
3. คนไม่ดีควรถูกตำหนิหรือลงโทษอย่างสาสม	เป็นคนไม่มีค่า หมัดกำลังใจ มองว่าคนอื่นผิดตลอดเวลา	โทษผู้อื่นไม่ปรับปรุงตนเอง
4. แย่มากหากไม่เป็นอย่างที่หวัง	ยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นไม่ได้ โกรธ ผิดหวัง ท้อแท้	ไม่ยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้น หมัดกำลังใจในการกระทำสิ่งใหม่
5. เหตุการณ์ภายนอกที่เราควบคุมไม่ได้ทำให้เราเป็นทุกข์	ไม่เป็นตัวของตัวเอง	ไม่กล้าตัดสินใจ ในเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น
6. คนเราจะต้องคอยระวังตัวอยู่ตลอดเวลาเพราะอันตรายอาจเกิดขึ้นได้เสมอ	กลัว กังวลเกินความเป็นจริง	ไม่กล้าทำในสิ่งที่กลัว หรือกังวลอยู่
7. การหลีกเลี่ยงอุปสรรคง่ายกว่าการเผชิญหน้ากับอุปสรรค	ขาดความเชื่อมั่น ท้อถอย ตนเองไม่มีค่า	ขาดความพยายาม ในการกระทำสิ่งต่าง ๆ
8. คนเราควรพึ่งพาคนที่มีความเข้มแข็งกว่า	ไม่เป็นตัวของตัวเอง เป็นภาระแก่คนอื่น	พึ่งพาคนอื่นมากขึ้น
9. สิ่งที่เกิดขึ้นในอดีตไม่มีวันที่จะลบล้างได้และเป็นเครื่องตัดสินใจกระทำในปัจจุบัน	จมอยู่กับอดีต	ขาดความกระตือรือร้น ในการทำสิ่งใหม่
10. ถ้าเพื่อนสนิทมีความทุกข์ ฉันต้องทุกข์ไปด้วยจึงจะเรียกว่าเป็นเพื่อนแท้	กังวลกับปัญหาของผู้อื่น มากไป	แก้ไข้ปัญหาต่าง ๆ ได้ไม่ดี เท่าที่ควร
11. ปัญหาทุกอย่างจะต้องแก้ไขได้	กังวลในการแก้ไข้ปัญหา ที่สมบูรณัแบบ	ไม่กล้าตัดสินใจแก้ไข้ปัญหา

ความคิดที่สมเหตุสมผล 11 ข้อ

1. คนแต่ละคนย่อมมีทั้งคนรักและซึ่งรู้จักให้ความรักต่อผู้อื่นคิดในสิ่งที่เป็นประโยชน์และสร้างสรรค์	มั่นใจในตนเอง เป็นคนที่มีคุณค่า	พัฒนาตนเองให้เป็นที่ยอมรับและแก้ไขข้อบกพร่องของตนเอง
2. พยายามทำทุกอย่างให้ดีที่สุดเท่าที่ทำได้เพื่อการเรียนรู้ แม้ว่าอาจจะเกิดการผิดพลาดขึ้นก็ยอมรับได้	ไม่กลัวความล้มเหลว เชื่อใน ความสามารถของตนเอง	ทำทุกสิ่งทุกอย่าง อย่างเต็มความสามารถ
3. คนเราผิดพลาดและล้มเหลวกันได้	ไม่โทษตนเองและผู้อื่น	หาสาเหตุ ทำความเข้าใจ และแก้ไขข้อผิดพลาด
4. ความผิดพลาดเป็นเรื่องธรรมดา แก้ปัญหาไม่ได้ไม่ใช่เรื่องเลวร้าย	ยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้น	พยายามแก้ไขปัญหาให้ดีขึ้นและ พยายามป้องกันไม่ให้เกิดขึ้นอีก
5. ความทุกข์ใจมาจากความคิดของเรา เองซึ่งเราสามารถควบคุมและเปลี่ยน ความคิดได้	มั่นใจในตนเอง	สามารถควบคุมและเปลี่ยนแปลง เหตุการณ์ต่าง ๆ ให้ดีขึ้น
6. ความกังวลกระตุ้นให้เราเกิดความ กลัวต่อเหตุการณ์ที่น่ากลัวเกินจริง	มองเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เป็นสิ่งที่ท้าทายชีวิต	สามารถเผชิญกับเหตุการณ์ ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม
7. การเผชิญหน้ากับอุปสรรคจะเป็น ประโยชน์ในอนาคตกว่าการหลีกเลี่ยง	เชื่อมั่นในตนเอง	กระตือรือร้นและ ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค
8. ควรฟังตนเองก่อนและยอมรับการ ช่วยเหลือเมื่อจำเป็น	มั่นใจในตนเอง ไม่รู้สึกเป็นภาระต่อผู้อื่น	พยายามช่วยตนเอง
9. ประสบการณ์ในอดีตมีความสำคัญ ในการปรับปรุงตนเองไม่ใช่สิ่งให้นำมา กำหนดชีวิตในปัจจุบัน	ยอมรับการเปลี่ยนแปลง ในชีวิต	ยอมรับเข้าใจสิ่งที่เกิดขึ้น ในอดีตและปัจจุบัน นำไปสู่การแก้ไขเพื่อชีวิตที่ดีขึ้น
10. ช่วยเหลือผู้ที่มีปัญหาอย่างดีที่สุด และไม่เป็นทุกข์ไปด้วย	รู้สึกเห็นใจ แต่ไม่เครียดไปด้วย	ช่วยเหลือผู้อื่น อย่างเต็มความสามารถ
11. หาทางแก้ปัญหาที่เป็นไปได้ หลาย ๆ วิธีเพราะไม่มีวิธีใดที่สมบูรณ์แบบ ที่สุด	ยอมรับวิธีแก้ปัญหา หลาย ๆ วิธี	แก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการพัฒนาตนเอง

ครั้งที่ 6-7 การฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง

เวลา 45-60 นาที

สถานที่ ห้องสมุด

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจวิธีการฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจลักษณะการคิดที่สมเหตุผลและไม่สมเหตุผล
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเห็นความสำคัญของลักษณะการคิดที่สมเหตุผลที่มีต่อการ

พัฒนาตนเอง

สื่อ/อุปกรณ์

1. แบบฟอร์ม 2 (แบบฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง)
2. แบบฟอร์ม 3 (แบบฟอร์มสรุปการฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง)
3. ดินสอ
4. ยางลบ

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาสร้างสัมพันธภาพ กล่าวทักทายสมาชิกด้วยท่าที่เป็นมิตรและทบทวนการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา
2. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกเข้าสู่การฝึกอย่างมีเหตุผลด้วยการยกตัวอย่างสถานการณ์ให้สมาชิกช่วยกันคิดวิเคราะห์
3. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปว่าสมาชิกสามารถฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเองได้
4. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง โดยทบทวนรูปแบบการเกิดปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรมตามทฤษฎี ABC ตามแบบฟอร์ม 1 ที่ทำครั้งที่ผ่านมา และแจกแบบฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง (แบบฟอร์ม 2)
5. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการสอนหรืออธิบายโดยตรงให้สมาชิกทราบและเข้าใจการฝึกคิดอย่างมีเหตุผลตามรูปแบบ ABCDE โดยฝึกคิดอย่างมีเหตุผลจากสถานการณ์ที่เป็นปัญหาของตนเองที่สืบเนื่องมาจากการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา

6. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ เพื่อให้สมาชิกเกิดการตระหนักรู้ในความคิด ความรู้สึกของตนเอง เช่น เทคนิคการถาม “นักเรียนคิดว่าความคิดใดเป็นความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลของนักเรียน” เทคนิคการโต้แย้งเพื่อจัดหรือเอาชนะความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลโดยใช้คำถามกระตุ้นให้สมาชิกคิดอย่างมีเหตุผลมากขึ้น เช่น “เพราะอะไรนักเรียนจึงคิดว่าตนเองเป็นคนที่ยืนไม่แก่ง”

7. ผู้ให้คำปรึกษาสอนให้สมาชิกสรุปผลการฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเองลงในแบบฟอร์มสรุปการฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง (แบบฟอร์ม 3) และอธิบายเพื่อให้สมาชิกเข้าใจรูปแบบการคิดอย่างมีเหตุผลชัดเจนขึ้น

8. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกช่วยกันสรุปสาระสำคัญและข้อคิดที่ได้จากการให้คำปรึกษาในครั้งนี้

9. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการให้คิดเป็นการบ้าน โดยมอบเอกสารเรื่องความคิดที่สมเหตุสมผลและความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล, แบบฟอร์ม 2 และแบบฟอร์ม 3 ให้สมาชิกรับกลับไปบ้านเพื่อให้สมาชิกรับไปฝึกคิดอย่างมีเหตุผลในสถานการณ์อื่น ๆ ที่สมาชิกเคยพบแล้วนำผลที่ได้มาวิเคราะห์ร่วมกันในการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. จากการทำแบบฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง
2. จากการสังเกตพฤติกรรม ความสนใจและการร่วมแสดงความคิดเห็น ตลอดจนการ

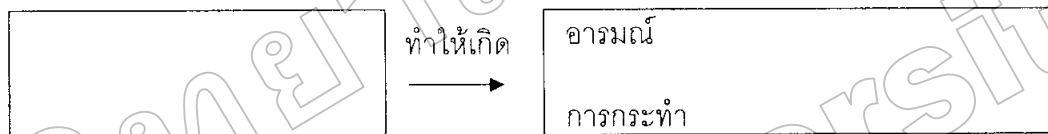
ซักถามปัญหาต่าง ๆ

แบบฟอร์ม 2 (แบบฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง)

A = เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับฉัน

สรุปอย่างสั้น ๆ ถึงเหตุการณ์ที่ทำให้นักเรียนไม่สบายใจ ไม่เป็นสุขใจ
เหตุการณ์นี้อาจเป็นเรื่องในอดีต ปัจจุบันหรืออนาคตก็ได้

IBs = ความคิด ความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล ของฉันต่อเหตุการณ์นี้
C = การกระทำที่เกิดจากความคิด ความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผลของฉัน



มักขึ้นต้นด้วย น่าจะ, ควรจะ, จะต้อง

D = การโต้แย้งความคิด ความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล

ถามตัวเอง : ความคิดนี้มีประโยชน์หรือทำลายตัวเอง

: ความคิดนี้สอดคล้องกับความจริงหรือไม่

: ความคิดของฉันสมเหตุสมผลหรือไม่

rBs = ความคิด ความเชื่อที่สมเหตุสมผล
ของฉันต่อเหตุการณ์นี้

E = ผลที่เกิดจากการโต้แย้งความคิด
ความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล

โดยค้นหา : ความหวัง ความอยาก

ความปรารถนา

: ประเมินความไม่ดี

: ไม่จัดอันดับตนเองหรือผู้อื่น

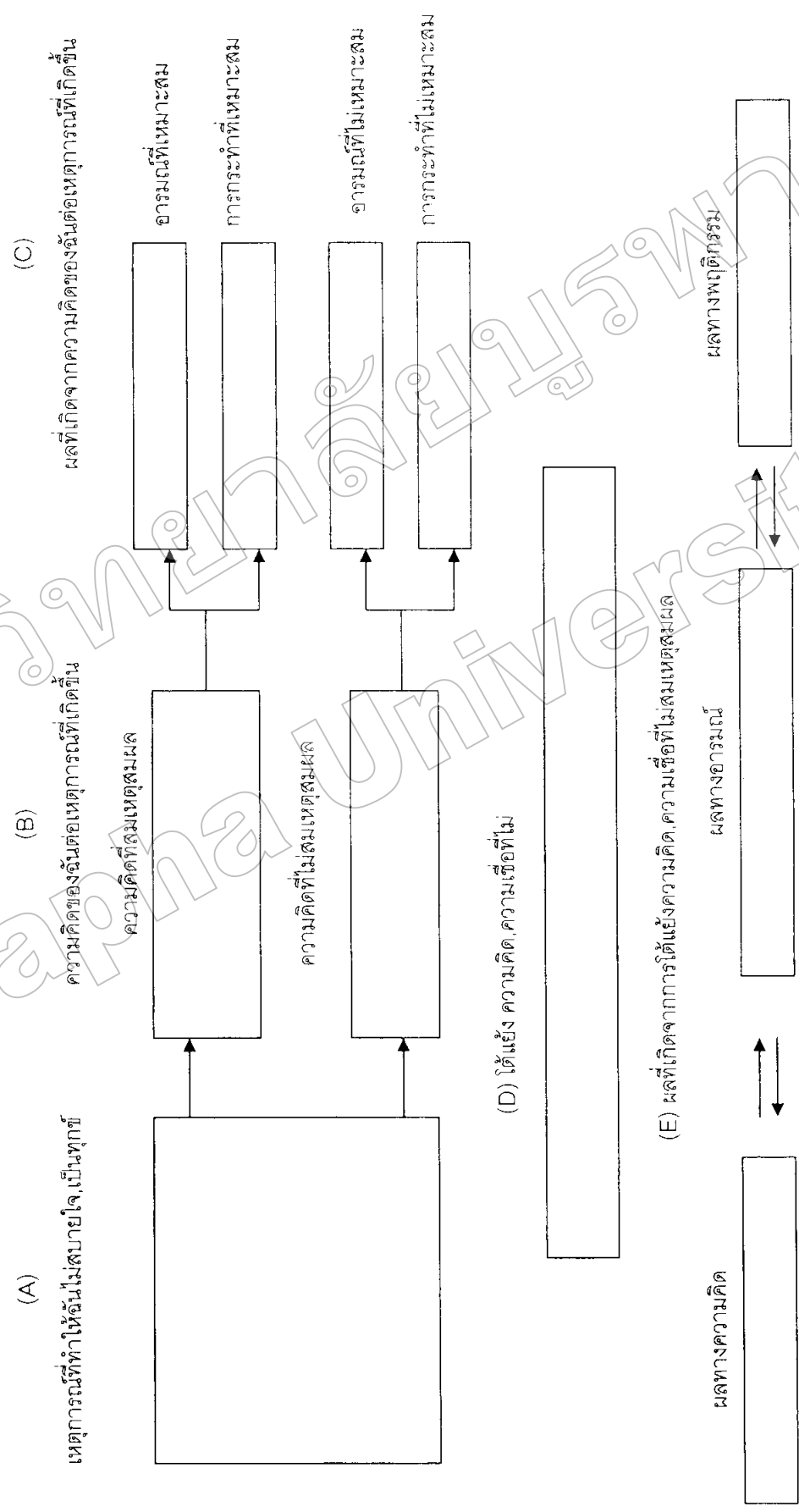
ความคิดที่สมเหตุสมผล

อารมณ์ที่เหมาะสม

การกระทำที่เหมาะสม

อารมณ์อาจเป็นอารมณ์ที่เหมาะสมเชิงลบ
เช่น ความผิดหวัง ความเสียใจ

แบบฟอร์ม 3 (แบบฟอร์มสรุปการฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง)



Burapha University

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการพัฒนาตนเอง

ครั้งที่ 8-9 การฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเองจากสถานการณ์ที่กำหนด

เวลา 45-60 นาที

สถานที่ ห้องสมุด

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกได้มีประสบการณ์ในการฝึกคิดวิเคราะห์หรืออย่างมีเหตุผลด้วยตนเองในสถานการณ์ต่าง ๆ
2. เพื่อให้สมาชิกเข้าใจวิธีปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมสามารถประยุกต์ใช้กับตนเองได้อย่างเหมาะสม
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มจะได้เกิดค่านิยมในการรู้จักปฏิบัติหน้าที่ของตนเอง

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาสร้างสัมพันธภาพ กล่าวทักทายสมาชิกด้วยท่าที่เป็นมิตร และทบทวนการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา
2. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มเข้าสู่การฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง โดยกำหนดสถานการณ์ขึ้น จำนวน 1 สถานการณ์ (สถานการณ์ที่กำหนดเป็นสถานการณ์ที่ใกล้ตัวสมาชิก และเป็นสถานการณ์ที่เข้าใจง่าย)
3. ผู้ให้คำปรึกษาอ่านสถานการณ์ให้สมาชิกฟัง และให้วิเคราะห์ความคิดของบุคคลในสถานการณ์ว่าเป็นความคิดที่สมเหตุสมผลหรือไม่สมเหตุสมผล และความคิดดังกล่าวจะทำให้เกิดพฤติกรรมอะไรตามมา ผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้กระตุ้นให้สมาชิกวิเคราะห์เหตุการณ์ตามหลักทฤษฎี ABC และลองสมมติว่าสมาชิกกลุ่มเป็นบุคคลในเรื่องซึ่งจะคิดและทำอะไรต่อไปเพื่อให้สมาชิกกลุ่มมองเห็นรูปแบบการทำแบบนั้นที่ความคิดเกี่ยวกับสถานการณ์ อารมณ์และพฤติกรรมของบุคคลที่มีต่อสภาพการณ์ที่เกิดขึ้น
4. สมาชิกนำผลที่ได้จากการทำแบบฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเองมาวิเคราะห์ร่วมกับผู้ให้คำปรึกษา โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการถาม การโต้แย้ง การสอนและการอธิบายโดยตรงในการตรวจสอบวิธีคิดอย่างมีเหตุผลของสมาชิก หากสมาชิกมีปัญหาในการตัดสินใจ อาจใช้เทคนิคการเสนอทางเลือกและทางปฏิบัติเพิ่มเติมเพื่อช่วยให้สมาชิกมีแนวทางในการตัดสินใจเพิ่มขึ้น

5. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกช่วยกันสรุปสาระสำคัญและข้อคิดที่ได้จากการให้คำปรึกษาในครั้งนี ผู้ให้คำปรึกษาเน้นเกี่ยวกับความสำคัญและประโยชน์ของการคิดอย่างมีเหตุผล โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้ทักษะการสรุปความและเทคนิคการให้คิดเป็นการบ้าน กำหนดให้สมาชิกฝึกคิดอย่างมีเหตุผลในสถานการณ์จริงที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันและนัดหมายกรให้คำปรึกษาในครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. จากการทำแบบฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง
2. จากการสังเกตพฤติกรรม ความสนใจและการร่วมแสดงความคิดเห็น ตลอดจนการซักถามปัญหาต่าง ๆ

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการพัฒนาตนเอง

ครั้งที่ 10-11 การเปลี่ยนความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลต่อการพัฒนาตนเอง

เวลา 45-60 นาที

สถานที่ ห้องสมุด

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เสนอปัญหาและความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลที่มีต่อการพัฒนาตนเอง
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันแก้ไขความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลที่มีต่อการพัฒนาตนเอง
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ประสบการณ์และเห็นแนวทางการแก้ปัญหาด้วยตนเอง

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายและทบทวนถึงการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา
2. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกได้เสนอปัญหาความคิด ความรู้สึกของตนเองที่มีต่อการพัฒนาตนเองและปัญหาที่เกิดขึ้นทั้งต่อตนเอง เพื่อนและผู้ปกครองที่ทำให้เกิดความทุกข์ใจทั้งที่บ้านและที่โรงเรียนซึ่งเป็นต้นเหตุของการเกิดปัญหาทางความคิด อารมณ์และพฤติกรรม ทั้งนี้จะเป็นไปตามความพร้อมและความสมัครใจของสมาชิกกลุ่มแต่ละคนโดยไม่มีการบังคับ
3. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกคนอื่นช่วยให้สมาชิกเสนอปัญหาและวิเคราะห์ความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลนั้นให้เป็นความคิดที่สมเหตุสมผลมากขึ้นตามรูปแบบ ABCDE ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกได้เปลี่ยนความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลต่อการพัฒนาตนเอง
4. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปปัญหาเกี่ยวกับการมีความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลต่อการพัฒนาตนเองและปัญหาพร้อมทั้งวิธีแก้ไขของสมาชิกแต่ละคน
5. นัดเวลาในการเข้ากลุ่มครั้งต่อไป

การประเมินผล

จากการสังเกตพฤติกรรม ความสนใจและการร่วมแสดงความคิดเห็น ตลอดจนการซักถามปัญหาต่าง ๆ

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการพัฒนาตนเอง

ครั้งที่ 12 ปัจฉิมนิเทศและยุติการให้คำปรึกษา

เวลา 45-60 นาที

สถานที่ ห้องสมุด

วัตถุประสงค์

เพื่อให้สมาชิกกลุ่มทบทวนสิ่งที่ได้รับจากการเข้ากลุ่ม

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาสร้างสัมพันธภาพ กล่าวทักทายสมาชิกด้วยท่าที่เป็นมิตรและกล่าวทบทวนถึงการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
2. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการถามให้สมาชิกเล่าถึงประสบการณ์และผลจากการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม การนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน
3. ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ประเมินตนเองโดยการพูดแสดงความรู้สึก ความคิดและเหตุผลของตนเองว่าในปัจจุบันเป็นอย่างไร
4. ผู้ให้คำปรึกษาสร้างเสริมกำลังใจและความมั่นใจให้กับสมาชิกในการนำผลที่ได้จากการฝึกคิดแบบมีเหตุผล และผลการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมไปใช้ในชีวิตประจำวัน
5. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกตอบแบบสอบถามการพัฒนาตนเองฉบับเดิมและเก็บไว้เป็นคะแนนในระยะหลังการทดลอง
6. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบคุณและปิดการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรม

การประเมินผล

1. จากการนำแนวคิดที่ได้รับจากการให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน
2. จากการสังเกตพฤติกรรม ความสนใจ การร่วมแสดงความคิดเห็น ตลอดจนการซักถามปัญหาต่าง ๆ

ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม

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
VAR00001	97.6000	800.1793	.8314	.9797
VAR00002	97.4333	804.4609	.9002	.9794
VAR00003	97.7000	817.5966	.7714	.9799
VAR00004	97.0333	819.5506	.7546	.9799
VAR00005	97.8000	814.4414	.8336	.9797
VAR00006	98.0000	824.4828	.6235	.9804
VAR00007	97.8000	810.7862	.7190	.9801
VAR00008	97.6000	819.3517	.7421	.9800
VAR00009	97.5333	805.0161	.8145	.9797
VAR00010	97.7000	830.6310	.6399	.9803
VAR00011	97.6333	806.7230	.8038	.9798
VAR00012	97.6000	818.1793	.7899	.9798
VAR00013	98.0000	816.7586	.8339	.9797
VAR00014	98.5000	837.4310	.5409	.9806
VAR00015	98.0333	827.5506	.7238	.9801
VAR00016	97.6333	808.7230	.7559	.9800
VAR00017	97.6667	823.0575	.6612	.9803
VAR00018	97.5667	826.5989	.6043	.9805
VAR00019	97.6667	815.8851	.7365	.9800
VAR00020	97.6000	806.3862	.8164	.9797
VAR00021	97.0333	835.6885	.5567	.9805

VAR00022	97.6000	805.5586	.8500	.9796
VAR00023	97.6000	820.9379	.7686	.9799
VAR00024	97.6333	807.4126	.8579	.9795
VAR00025	97.5667	812.1851	.7774	.9798
VAR00026	97.4667	813.4989	.7258	.9801
VAR00027	97.7000	829.8724	.6267	.9803
VAR00028	97.7000	821.5966	.8211	.9798
VAR00029	97.9333	823.3057	.7767	.9799
VAR00030	98.1333	813.3609	.9428	.9794
VAR00031	97.6000	806.4552	.8586	.9795
VAR00032	97.8667	806.6023	.9029	.9794
VAR00033	97.5667	812.0471	.8265	.9797
VAR00034	98.3000	823.8724	.7126	.9801
VAR00035	97.8333	831.3851	.6578	.9803
VAR00036	97.8667	822.9471	.7006	.9801

Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0 N of Items = 36

Alpha = .9805

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
VAR00001	17.2333	28.7368	.8061	.9002
VAR00002	17.0667	29.7885	.8673	.8929
VAR00003	17.3333	31.6092	.7975	.9014
VAR00004	16.6667	32.3678	.7436	.9066
VAR00005	17.4333	31.9092	.7758	.9035
VAR00006	17.6333	33.2057	.6097	.9191
VAR00007	17.4333	30.8747	.6724	.9150

Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0 N of Items = 7

Alpha = .9181

VAR00008	16.0333	25.2747	.5740	.8931
VAR00009	15.9667	21.5506	.7932	.8675
VAR00010	16.1333	25.4989	.6685	.8830
VAR00011	16.0667	21.9264	.7715	.8704
VAR00012	16.0333	23.7575	.7759	.8701
VAR00013	16.4333	23.6333	.8122	.8662
VAR00014	16.9333	27.2368	.5012	.8990

Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0 N of Items = 7

Alpha = .8947

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
VAR00015	17.8333	28.9023	.7629	.8996
VAR00016	17.4333	24.5989	.8481	.8874
VAR00017	17.4667	28.1195	.6689	.9070
VAR00018	17.3667	27.7575	.7101	.9027
VAR00019	17.4667	26.6713	.7613	.8973
VAR00020	17.4000	25.1448	.8285	.8896
VAR00021	16.8333	30.2816	.5997	.9133

Reliability Coefficients

N of Cases	=	30.0	N of Items	=	7
Alpha	=	.9131			

VAR00022	19.9000	34.3000	.7987	.9157
VAR00023	19.9000	37.1276	.7473	.9197
VAR00024	19.9333	34.4782	.8253	.9132
VAR00025	19.8667	34.7402	.7973	.9156
VAR00026	19.7667	35.9782	.6589	.9277
VAR00027	20.0000	38.5517	.6426	.9268
VAR00028	20.0000	37.0345	.8308	.9148
VAR00029	20.2333	37.2885	.7929	.9171

Reliability Coefficients

N of Cases	=	30.0	N of Items	=	8
Alpha	=	.9283			

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
VAR00030	15.9667	27.6885	.8854	.9251
VAR00031	15.4333	25.7023	.8673	.9259
VAR00032	15.7000	26.4931	.8401	.9283
VAR00033	15.4000	26.8000	.8247	.9297
VAR00034	16.1333	28.1195	.7996	.9320
VAR00035	15.6667	29.8161	.7231	.9387
VAR00036	15.7000	28.5621	.7147	.9393

Reliability Coefficients

N of Cases	=	30.0	N of Items	=	7
Alpha	=	.9407			

วิธีวิเคราะห์ความแปรปรวน

ตารางที่ 12 วิธีวิเคราะห์ความแปรปรวน

	Pretest	Posttest	Follow-up	Subject Total
กลุ่มทดลอง	2.14	3.06	3.17	8.37
	2.25	2.83	2.89	7.97
	2.14	2.97	2.92	8.03
	2.33	3.14	3.00	8.47
	2.03	2.72	2.92	7.67
	2.31	3.11	3.06	8.48
	1.72	2.86	2.97	7.55
	2.22	3.06	3.11	8.39
Total	17.14	23.75	24.04	64.93
กลุ่มควบคุม	2.14	2.08	2.11	6.33
	2.25	2.22	2.19	6.66
	2.22	2.44	2.36	7.02
	1.89	2.08	2.03	6.00
	2.22	2.50	2.50	7.22
	2.22	2.56	2.47	7.25
	2.25	2.47	2.36	7.08
	2.17	2.47	2.47	7.11
Total	17.36	18.82	18.49	54.67
Interval Total	34.50	42.57	42.53	119.6

คำนวณค่าผลรวมของคะแนนเบี่ยงเบนกำลังสอง (Sum of Squares)

$$\begin{aligned} 1. \quad SS_{total} &= \sum X^2 \cdot \frac{(\sum X)^2}{N} \\ &= 7.23 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 2. \quad SS_{subj} &= \frac{\sum T_s^2}{i} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\ &= 2.99 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 3. \quad SS_{group} &= \frac{\sum E^2 G}{ni} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\ &= 2.19 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 4. \quad SS_{intervals} &= \frac{\sum T^2}{ng} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\ &= 2.70 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 5. \quad SS_{IXG} &= SS_{cells} - SS_{group} - SS_{intervals} \\ &= 1.25 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 6. \quad SS_{w / in subj} &= SS_{total} - SS_{betweensubj} \\ &= 4.24 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 7. \quad SS_{SS w / in group} &= SS_{betweensubj} - SS_{group} \\ &= 0.80 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 8. \quad SS_{IXG} SS_{w / in group} &= SS_{w / in subj} - SS_{intervals} - SS_{IXG} \\ &= 0.28 \end{aligned}$$

การจำแนก Degree of Freedom

$$\begin{aligned}
 1. \quad df_{w/insubj} &= df_{total} - df_{betweensubj} \\
 &= 32
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 2. \quad df_{K.S.w/ingroup} &= df_{w/insubj} - df_{interval} - df_{IG} \\
 &= 28
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 3. \quad df_{betweensub} &= df_{total} - df_{w/insubj} \\
 &= 15
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 4. \quad df_{group} &= p - 1 \\
 &= 2 - 1 \\
 &= 1
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 5. \quad df_{interval} &= q - 1 \\
 &= 3 - 1 \\
 &= 2
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 6. \quad df_{IG} &= (q - 1)(p - 1) \\
 &= (3 - 1)(2 - 1) \\
 &= 2
 \end{aligned}$$

คำนวณค่า MS

$$\begin{aligned}
 1. \quad MS_{group} &= \frac{SS_{group}}{df_{group}} \\
 &= 2.19
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 2. \quad MS_{SS \text{ w/ in groups}} &= \frac{SS_{SS \text{ w/ in groups}}}{df_{SS \text{ w/ in groups}}} \\
 &= 0.05
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 3. \quad MS_{interval} &= \frac{SS_{interval}}{df_{interval}} \\
 &= 1.35
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 4. \quad MS_{1 \times G} &= \frac{SS_{1 \times G}}{df_{1 \times G}} \\
 &= 0.62
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 5. \quad MS_{1 \times SS \text{ w/ in group}} &= \frac{SS_{1 \times SS \text{ w/ in group}}}{df_{1 \times SS \text{ w/ in group}}} \\
 &= 0.01
 \end{aligned}$$

การทดสอบผลหลักและปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้น
(Main and Interactions Two Factors)

$$1. \quad F_{group} = \frac{MS_{group}}{MS_{SSw/ingroup}} = 38.08$$

$$2. \quad F_{interval} = \frac{MS_{interval}}{MS_{1 \times SSw/ingroup}} = 132.04$$

$$3. \quad F_{1 \times G} = \frac{MS_{1 \times G}}{MS_{1 \times SSw/ingroup}} = 61.46$$

การทดสอบผลย่อย (Simple effect)

ผลย่อยของตัวแปรวัดต่างกลุ่ม

ผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง

$$1. \quad SS_{GatInt \ 1} = 0.00$$

$$2. \quad SS_{w/incell} = SS_{SSw/ingroup} + SS_{1 \times SSw/ingroup} = 1.09$$

$$3. \quad MS_{w/incell} = \frac{SS_{w/incell}}{df_{SSw/ingroup} + df_{1 \times SSw/ingroup}} = 0.02$$

$$4. \quad F_{G \text{ at } Int 1} = \frac{SS_{G \text{ at } Int 1}}{MS_{w \text{ in cell}}}$$

$$= 0.11$$

$$5. \quad f' = \frac{\left(\frac{SS_{SsW \text{ in groups}}}{2} + \frac{SS_{I \times SsW \text{ in groups}}}{2} \right)^2}{\frac{SS_{SsW \text{ in groups}}}{df_u} + \frac{SS_{I \times SsW \text{ in groups}}}{df_v}}$$

$$= 24.16$$

ผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะหลังการทดลอง

$$1. \quad SS_{G \text{ at } Int 2} = 1.51$$

$$2. \quad F_{G \text{ at } Int 2} = \frac{SS_{G \text{ at } Int 2}}{MS_{w \text{ in cell}}}$$

$$= 58.43$$

$$3. \quad f' = \frac{\left(\frac{SS_{SsW \text{ in groups}}}{2} + \frac{SS_{I \times SsW \text{ in groups}}}{2} \right)^2}{\frac{SS_{SsW \text{ in groups}}}{df_u} + \frac{SS_{I \times SsW \text{ in groups}}}{df_v}}$$

$$= 24.16$$

ผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะติดตามผล

$$1. \quad SS_{G \text{ at } Int 3} = 1.92$$

$$2. \quad F_{G \text{ at } Int 3} = \frac{SS_{G \text{ at } Int 3}}{MS_{w/ \text{ cell}}} = 74.05$$

$$3. \quad f' = \frac{\left(\frac{SS_{Ss W / \text{ in groups}}}{2} + \frac{SS_{1 \times Ss W / \text{ in groups}}}{2} \right)^2}{\frac{SS_{Ss W / \text{ in groups}}}{df_u} + \frac{SS_{1 \times Ss W / \text{ in groups}}}{df_v}} = 24.16$$

ผลย่อยของตัวแปรวัดซ้ำ

ผลย่อยของระยะเวลาในกลุ่มทดลอง

$$1. \quad SS_{total} = \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N} = 4.30$$

$$2. \quad SS_{Subj} = \frac{\sum T_s^2}{w} - \frac{(\sum X)^2}{N} = 0.31$$

$$3. \quad SS_{int \text{ ervals}} = \frac{\sum T_s^2}{n} - \frac{(\sum X)^2}{N} = 3.80$$

$$4. \quad SS_{error} = SS_{total} - SS_{subj} - SS_{intervals} = 0.18$$

$$\begin{aligned} 5. \quad df_{\text{between subj}} &= n-1 \\ &= 7 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 6. \quad df_{\text{intervals}} &= q-1 \\ &= 2 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 7. \quad df_{\text{error}} &= (n-1)(q-1) \\ &= 14 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 8. \quad df_{\text{total}} &= df_{\text{between subj}} + df_{\text{intervals}} + df_{\text{error}} \\ &= 23 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 9. \quad MS_{\text{interval}} &= \frac{SS_{\text{interval}}}{df_{\text{interval}}} \\ &= 1.90 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 10. \quad MS_{\text{error}} &= \frac{SS_{\text{error}}}{df_{\text{error}}} \\ &= 0.01 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 11. \quad F &= \frac{MS_{\text{interval}}}{MS_{\text{error}}} \\ &= 143.33 \end{aligned}$$