

มหาวิทยาลัยบูรพา

ภาคผนวก

Burapha University

ภาคผนวก ก

- หนังสือขอตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ
- หนังสือขอเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือเพื่อการวิจัย
- หนังสือขอเก็บเครื่องมือเพื่อการวิจัย
- รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

## (สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/1073-1075

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

169 ถ. ลงหาดบางแสน ต. แสนสุข

อ. เมือง จ. ชลบุรี 20131

15 พฤษภาคม 2550

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน

สิ่งที่ส่งมาด้วย คำร้องขอวิทยานิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวนัชชิวา ทนศิริ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร์  
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์  
เรื่อง ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการปรับตัวทางสังคมของ  
นักเรียนวัยรุ่น ในความควบคุมดูแลของ ผศ.ดร. สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์ ประธานกรรมการ ขณะนี้  
อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่าน  
เป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความ  
เที่ยงตรงของเครื่องมือ เพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่ง  
ว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ลงชื่อ) นัญชา ผลิตวานนท์

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นัญชา ผลิตวานนท์)

รองคณบดีฝ่ายวิชาการ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

ผู้วิจัยโทร. 089-093-3066

## (สำเนา)

ที่ ศธ 0528.03/ 1466

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา  
169 ถ. ลาดยาวบางแสน ต.แสนสุข  
อ. เมือง จ. ชลบุรี 20131

9 กรกฎาคม 2549

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือเพื่อการวิจัย  
เรียน

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวนิชฌิมา ทนศิริ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร  
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์  
เรื่อง ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการปรับตัวทางสังคมของ  
นักเรียนวัยรุ่น ในความควบคุมดูแลของ ผศ.ดร. สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์ ประธานกรรมการ มีความ  
ประสงค์ขออำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากท่าน โดยผู้วิจัยจะขออนุญาตเก็บ  
รวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 11 กรกฎาคม 2550 ถึงวันที่ 13 กรกฎาคม 2550 อนึ่ง  
โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านขั้นตอนการพิจารณาทางจริยธรรมการวิจัยของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย  
บูรพาเรียบร้อยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่ง  
ว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ลงชื่อ) สมถวิล จริตควรร

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมถวิล จริตควรร)

รองคณบดีฝ่ายวิจัยและประกันคุณภาพ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

ผู้วิจัยโทร. 089-093-3066

## (สำเนา)

ที่ ศร 0528.03/ 1523

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

169 ถ. ลาดยาวบางแสน ต. แสนสุข

อ. เมือง จ. ชลบุรี 20131

16 กรกฎาคม 2550

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย  
เรียน

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวนิชฌิมา ทนศิริ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร  
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์  
เรื่อง ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการปรับตัวทางสังคมของ  
นักเรียนวัยรุ่น ในความควบคุมดูแลของ ผศ.ดร. สุรินทร์ สุทธิธาทิพย์ ประธานกรรมการ มีความ  
ประสงค์ขอความอนุเคราะห์ เพื่ออำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากท่าน โดยผู้วิจัย  
จะขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 1 สิงหาคม 2550 ถึงวันที่ 5 ตุลาคม 2550  
อนึ่ง โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านขั้นตอนการพิจารณาทางจริยธรรมการวิจัยของบัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยบูรพาเรียบร้อยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่ง  
ว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ลงชื่อ) ประทุม ม่วงมี

(รองศาสตราจารย์ ดร. ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

ผู้วิจัยโทร. 089-093-3066

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ

1. รองศาสตราจารย์ ดร. ม.ร.ว. สมพร สุทัศน์ีย์      ข้าราชการบำนาญ คณะศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยบูรพา
2. ดร. เพ็ญนภา กุลนภาค                                      รองหัวหน้ากลุ่มงานจิตเวช  
โรงพยาบาลเมืองฉะเชิงเทรา
3. นายแพทย์ทรงสิทธิ์ อุดมสิน                                จิตแพทย์ประจำกลุ่มงานจิตเวช  
โรงพยาบาลชลบุรี

ภาคผนวก ข

- เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
- ค่าอำนาจจำแนกรายชื่อ และค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ

มหาวิทยาลัยบูรพา  
Burapha University

แบบวัดการปรับตัวทางสังคม



## แบบวัดการปรับตัวทางสังคม

### คำชี้แจง

แบบวัดฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ซึ่งต้องการศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนวัยรุ่น เพื่อให้การวิจัยมีคุณค่าที่แท้จริง ผู้วิจัยจึงใคร่ขอความร่วมมือจากนักเรียนในการตอบแบบวัดฉบับนี้ ให้ครบทุกข้อ และคำตอบในการตอบแบบวัดในครั้งนี้จะไม่มีผลกระทบกับนักเรียนหรือผู้อื่นแต่อย่างใด จึงไม่มีคำตอบที่ถูกต้องหรือผิด สิ่งที่สำคัญขอให้นักเรียนตอบตามความเป็นจริงมากที่สุด

### วิธีตอบแบบวัด

ให้นักเรียนอ่านข้อความแต่ละข้อ แล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกนึกคิด หรือการกระทำที่แท้จริงของตนเองในระดับใด แล้วให้ใส่เครื่องหมาย / ลงในช่องระดับของพฤติกรรมที่ตรงกับความรู้สึกนึกคิดหรือการกระทำที่แท้จริงของนักเรียน โดยให้ตอบข้อละ 1 ช่องเท่านั้น และขอให้นักเรียนตอบทุกข้อซึ่งมีช่องให้เลือกตอบ 5 ช่อง โดยมีเกณฑ์ดังนี้

มากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับพฤติกรรมของตนเอง มากที่สุด
มาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับพฤติกรรมของตนเอง มาก
ปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับพฤติกรรมของตนเอง ปานกลาง
น้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับพฤติกรรมของตนเอง น้อย
น้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับพฤติกรรมของตนเอง น้อยที่สุด หรือไม่เคยเกิดขึ้นกับตนเองเลย

คำตอบของนักเรียนมีคุณค่า และมีประโยชน์ต่องานวิจัยนี้มาก จึงขอให้ตอบทุกข้อตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด และขอขอบคุณนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบวัดนี้

นางสาวนิชชีมา ทนศิริ  
สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา  
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

## แบบวัดการปรับตัวทางสังคม

ข้อที่	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ข้าพเจ้าพูดคุยกับพ่อแม่อย่างเป็นกันเอง					
2	ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงการพูดหน้าชั้นเรียน					
3	ข้าพเจ้าปรับตัวเข้ากับเพื่อน ๆ ได้ยาก					
4	ข้าพเจ้ารู้สึกลำบากใจในการสร้างความคุ้นเคยกับบุคคลในชุมชน					
5	ข้าพเจ้าพูดคุยกับญาติพี่น้องอย่างสนิทสนม					
6	ข้าพเจ้าไม่กล้าสนทนากับครู อาจารย์ในเรื่องที่ไม่เกี่ยวกับการเรียน					
7	ข้าพเจ้ายินดีรับฟังความคิดเห็นของเพื่อน ๆ					
8	ข้าพเจ้ามักจะพูดคุยกับบุคคลในชุมชนได้กับทุกคน					
9	ข้าพเจ้าได้รับความรัก ความเข้าใจจากพ่อแม่					
10	ข้าพเจ้าแต่งกายถูกต้องตามกฎระเบียบของโรงเรียน					
11	ข้าพเจ้าตำหนิเพื่อนที่ทำอะไร ไม่ถูกใจข้าพเจ้า					
12	ข้าพเจ้ายินดีที่จะรับคำแนะนำที่ดีจากบุคคลในชุมชน					
13	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าพ่อแม่ไม่รัก และไม่เอาใจใส่ข้าพเจ้า					
14	ข้าพเจ้าเคารพและปฏิบัติตามคำสั่งสอนของครูอาจารย์					
15	ข้าพเจ้ารู้สึกสนุกสนานเมื่อได้พูดคุยอยู่ในกลุ่มเพื่อน					
16	ข้าพเจ้าสนุกสนานเพลิดเพลินในการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในชุมชน					

ข้อที่	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
17	ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดที่จะนำปัญหาต่าง ๆ ไปปรึกษากับพ่อแม่					
18	ข้าพเจ้าปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน					
19	ข้าพเจ้าเข้าร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ กับเพื่อน ๆ					
20	ข้าพเจ้าเต็มใจ และพอใจที่ได้มีส่วนร่วมรับผิดชอบในกิจกรรมต่าง ๆ ที่ชุมชนจัดขึ้น					
21	ข้าพเจ้าได้รับความรัก ความเข้าใจจากญาติพี่น้อง					
22	ข้าพเจ้าเข้าร่วมกิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้น					
23	ข้าพเจ้ามักมีความคิดเห็นขัดแย้งกับเพื่อน					
24	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าหาความจริงใจจากคนในชุมชนไม่ได้เลย					
25	ข้าพเจ้ามีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่าง ๆ กับทุกคนในครอบครัว					
26	ข้าพเจ้ายิ้มทักทายและทำความเคารพเมื่อพบครู อาจารย์นอกโรงเรียน					
27	ข้าพเจ้าพูดจาหยาบคายกับเพื่อน					
28	ข้าพเจ้าสามารถพูดคุยกับเพื่อนบ้านหรือบุคคลในชุมชนได้อย่างสนิทสนม					
29	ข้าพเจ้าไม่มีความลับใด ๆ กับพ่อแม่					
30	ข้าพเจ้ามีส่วนร่วมในการทำงานเป็นกลุ่มที่ครูอาจารย์มอบหมาย					
31	ข้าพเจ้าทำงานและแสดงความคิดเห็นร่วมกับเพื่อน					
32	ข้าพเจ้าทำตัวเข้ากับบุคคลในชุมชนได้ยาก					
33	ข้าพเจ้าเข้ากับพ่อแม่ ไม่ค่อยได้					

ข้อที่	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
34	ข้าพเจ้ามักให้ความสนใจและเอาใจใส่ต่อการเรียนของตนเอง					
35	ข้าพเจ้าเข้ากับเพื่อน ๆ ได้ทุกคน					
36	ข้าพเจ้ามักมีความคิดขัดแย้งกับบุคคลในชุมชน					
37	ข้าพเจ้าเข้ากับญาติพี่น้องไม่ค่อยได้					
38	ข้าพเจ้ารู้สึกลำบากใจในการปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน					
39	ข้าพเจ้าไม่ชอบให้เพื่อนยืมอุปกรณ์การเรียนหรือสิ่งของเครื่องใช้					
40	ข้าพเจ้าทำงานร่วมกับบุคคลในชุมชนได้อย่างสบายใจ					

มหาวิทยาลัยบูรพา  
Burapha University

โครงการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง

โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์
1	การประชุมนิเทศและ การสร้างสัมพันธภาพ	1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่ม 2. เพื่อสร้างบรรยากาศให้สมาชิกทุกคนเกิดความรู้สึกอบอุ่นปลอดภัย คู่กันเคยเป็นกันเอง และไว้วางใจผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกภายในกลุ่ม 3. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการ และบทบาทของผู้รับคำปรึกษา กระบวนการให้คำปรึกษา ตลอดจนช่วงเวลา ระยะเวลาที่เข้าร่วมการทดลองการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนวัยรุ่น และกำหนดการทดลองครั้งที่ 1-13 รวมทั้งสถานที่ และเวลาในการทดลอง
2-3	การสร้างสัมพันธภาพ	1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่มทุกคน 2. เพื่อสร้างบรรยากาศให้สมาชิกในกลุ่มเกิดความรู้สึกอบอุ่นปลอดภัย คู่กันเคยเป็นกันเอง และไว้วางใจผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกภายในกลุ่ม
4-5	การสำรวจความต้องการในด้านการปรับตัวทางสังคม (W = Want)	1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มสำรวจถึงความต้องการที่แท้จริง ตระหนักรู้ถึงความต้องการของตนเองในด้านการปรับตัวทางสังคม (W = Want)
6-7	การสำรวจพฤติกรรมด้านการปรับตัวทางสังคมที่กำลังกระทำอยู่ในปัจจุบัน (D = Direction and Doing)	1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้ตระหนักรู้ในพฤติกรรมของตนเอง ด้านการปรับตัวทางสังคมในปัจจุบันว่าสิ่งที่กำลังกระทำอยู่นั้นสามารถนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้หรือไม่ (D = Direction and Doing)

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์
8-9	การประเมินพฤติกรรมตนเองในด้านการปรับตัวทางสังคม (E = Evaluation)	1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้ประเมินสิ่งที่เกิดจากพฤติกรรมของตนเองเพื่อที่จะได้รู้ว่าอะไรที่ทำให้เกิดความล้มเหลวและควรเปลี่ยนแปลงอะไรเพื่อไปสู่ความสำเร็จได้ (E = Evaluation)
10-11	การวางแผนปฏิบัติและการสร้างข้อผูกพัน (P = Planning and Commitment)	1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้วางแผนการปฏิบัติตนด้านการปรับตัวทางสังคม เพื่อไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ (P = Planning and Commitment) 2. เพื่อเป็นการสร้างพันธะสัญญาหรือข้อผูกพันให้สมาชิกในกลุ่มปฏิบัติตามแผนปฏิบัติที่ตนเองเป็นผู้กำหนดในหนังสือสัญญา 3. เพื่อหาแนวทางแก้ไขอุปสรรคหรือปัญหาที่เกิดขึ้นแล้วนำแผนที่ได้ไปปฏิบัติใหม่
12	การติดตามผล	1. เพื่อติดตามผลของการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ด้านการปรับตัวทางสังคมของสมาชิกในกลุ่ม
13	ยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม	1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มสรุปผลการเรียนรู้จากการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีผลต่อการปรับตัวทางสังคม 2. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มสรุปถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ของตนเองหลังจากการได้รับการให้คำปรึกษา 3. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มกล่าวถึงสิ่งที่ประทับใจและประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้ากลุ่ม

## โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการปรับตัวทางสังคม ของนักเรียนวัยรุ่น

### ครั้งที่ 1 การปฐมนิเทศและการสร้างสัมพันธภาพ

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่ม
2. เพื่อสร้างบรรยากาศให้สมาชิกทุกคนเกิดความรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย คู่กันเคย เป็นกันเอง และไว้วางใจผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกภายในกลุ่ม
3. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการและบทบาทของผู้รับคำปรึกษา กระบวนการให้คำปรึกษาตลอดจนช่วงเวลา ระยะเวลาที่เข้าร่วมการทดลองการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนวัยรุ่น และกำหนดการทดลองครั้งที่ 1-13 รวมทั้งสถานที่ และเวลาในการทดลอง

#### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับและทักทายสมาชิกในกลุ่มพร้อมกับแนะนำตนเอง และให้สมาชิกในกลุ่มได้แนะนำตนเองทีละคน
2. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงให้สมาชิกในกลุ่มทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการของการเข้าร่วมโปรแกรม บทบาทของผู้รับคำปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษารวมทั้งประโยชน์ที่เขาจะได้รับ และกำหนดการทดลองทั้ง 13 ครั้ง โดยจัดทุกวันพุธ และวันศุกร์ เวลา 14.30 - 15.30 ณ ห้องประชุม
3. ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มได้ซักถามเกี่ยวกับรายละเอียดที่ได้ชี้แจงไปข้างต้น
4. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกในกลุ่มตกลงกติกาและข้อปฏิบัติของกลุ่มร่วมกัน
5. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกในกลุ่มได้ทำกิจกรรม “การสร้างความสัมพันธ์” ร่วมกัน ตามใบงานที่ 1
6. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุป และนัดพบกันในครั้งต่อไป

#### การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจ ความร่วมมือในกระบวนการให้คำปรึกษาตั้งแต่ต้นจนจบ
2. สังเกตจากการอภิปรายของสมาชิกกลุ่ม



## ใบงานที่ 1

### กิจกรรม การสร้างความสัมพันธ์

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มทุกคนได้เรียนรู้การสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น
2. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มทุกคนเกิดความคุ้นเคยกับเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม
3. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มทุกคนรู้จักกันมากขึ้น

#### อุปกรณ์ กระดาษ ดินสอหรือปากกา

#### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกจับคู่กับผู้ที่สมาชิกไม่รู้จักหรือรู้จักน้อยที่สุด จากนั้นให้แต่ละคู่สนทนาเพื่อทำความรู้จักกันให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ รวมทั้งสนทนาถึงการอยู่ร่วมกันในกลุ่มนี้ ว่าต้องการให้เพื่อน ๆ รู้สึกอย่างไรกับตน และต้องการให้เพื่อน ๆ ปฏิบัติตนอย่างไรในการอยู่ร่วมกัน
2. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกหาคู่สนทนาใหม่ และทำเช่นเดียวกับวิธีแรกจนครบทุกคน
3. เมื่อสมาชิกเข้าร่วมกันอีกครั้ง ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่ได้จากการสนทนาต่อกัน

## ครั้งที่ 2-3 การสร้างสัมพันธภาพ

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่มทุกคน
2. เพื่อสร้างบรรยากาศให้สมาชิกในกลุ่มเกิดความรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย คำนึงถึงเป็นกันเอง และไว้วางใจผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกภายในกลุ่ม

### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละคนได้มีการสร้างสัมพันธภาพกันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่ม
2. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกในกลุ่ม และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว
3. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกในกลุ่มได้ทำกิจกรรม “การสำรวจตนเอง” ตามใบงานที่ 2
4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุป และนัดพบกันในครั้งต่อไป

### การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจ ความร่วมมือในกระบวนการให้ผู้ให้คำปรึกษาตั้งแต่ต้นจนจบ
2. สังเกตจากการอภิปรายของสมาชิกกลุ่ม

## ใบงานที่ 2

### กิจกรรม การสำรวจตนเอง

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจตนเองในแง่มุมต่าง ๆ ของชีวิต
2. เพื่อให้สมาชิกได้เปิดเผยเรื่องราวเกี่ยวกับตนเองในแง่มุมต่าง ๆ ของชีวิตให้แก่บุคคลอื่น เพื่อการรู้จักกันมากขึ้น

#### อุปกรณ์ กระดาษ ดินสอหรือปากกา

#### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาสนทนาและเชิญชวนให้สมาชิกได้ให้เวลากับตนเอง เพื่อสำรวจตนเองในเรื่องราวต่อไปนี้

- ข้าพเจ้ามีความรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง เช่น ชื่อจริง ชื่อเล่น นามสกุล ของตนเองว่า.....
- ลักษณะนิสัยของข้าพเจ้า.....
- สิ่งที่ข้าพเจ้าชอบและพึงพอใจในตนเอง.....
- สิ่งที่ข้าพเจ้าได้ทำแล้วข้าพเจ้ารู้สึกว่าภาคภูมิใจ.....
- สิ่งที่ข้าพเจ้าได้วาดฝันไว้แก่ตนเองในอนาคต.....

ฯลฯ

2. เมื่อสมาชิกทุกคนได้ใช้เวลาในการสำรวจตนเองในเรื่องราวตามที่กำหนดไว้จนเป็นที่พอใจแล้ว ผู้ให้คำปรึกษาได้ให้สมาชิกแต่ละคนได้บอกเล่าเรื่องราวของตนเอง เพื่อให้สมาชิกได้เปิดเผยตนเองและแนะนำตนเองให้สมาชิกคนอื่นได้รู้จักกันมากขึ้น รวมทั้งได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน

3. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้รับจากการมีประสบการณ์ร่วมกัน

## ครั้งที่ 4-5 การสำรวจความต้องการในการปรับตัวทางสังคม

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มสำรวจถึงความต้องการที่แท้จริง ตระหนักรู้ถึงความต้องการของตนเองในการปรับตัวทางสังคม (W = Want)

### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกในกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. สำรวจความต้องการในการปรับตัวทางสังคม โดยผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นให้สมาชิกในกลุ่มได้สำรวจความต้องการที่แท้จริง ตัวอย่างคำถาม เช่น “คุณต้องการอะไร” “คุณต้องการอะไรจากครอบครัวของคุณ, จากโรงเรียน, จากเพื่อนของคุณ, จากชุมชนของคุณ” “อะไรที่ทำให้คุณต้องการเช่นนั้น” “คุณมีวิธีการหรือแนวทางอย่างไรที่จะทำให้ไปสู่เป้าหมายที่คุณต้องการ” “คุณคิดว่า คุณจะทำอย่างจริงจังมากน้อยแค่ไหน เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ต้องการ” เป็นต้น
3. ผู้ให้คำปรึกษาให้กำลังใจว่า หลังจากเข้าร่วมการทดลองแล้วจะสามารถพัฒนาตนไปสู่เป้าหมายที่ต้องการได้
4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุป และนัดพบกันอีกครั้งต่อไป

### การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจ ความร่วมมือในกระบวนการให้คำปรึกษาตั้งแต่ต้นจนจบ
2. สังเกตจากการอภิปรายของสมาชิกกลุ่ม

## ครั้งที่ 6-7 การสำรวจพฤติกรรมด้านการปรับตัวทางสังคมที่กำลังกระทำอยู่ในปัจจุบัน

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้ตระหนักรู้ในพฤติกรรมของตนเองด้านการปรับตัวทางสังคมในปัจจุบันว่าสิ่งที่กำลังกระทำอยู่นั้นสามารถนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้หรือไม่ (D = Direction/Doing)

### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกในกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. สำรวจพฤติกรรมด้านการปรับตัวทางสังคมที่กำลังกระทำอยู่ในปัจจุบัน โดยผู้ให้คำปรึกษาชักชวนให้สมาชิกในกลุ่มได้สำรวจตนเอง โดยให้สมาชิกแต่ละคนได้สำรวจพฤติกรรมด้านการปรับตัวทางสังคมที่กำลังกระทำอยู่ในปัจจุบันว่าตนทำอะไรบ้าง และส่งผลต่อตนเองอย่างไร หรือเหตุการณ์ที่ทำให้ตนเองรู้สึกอึดอัดใจ ไม่สบายใจหรือสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นอุปสรรคที่ทำให้สมาชิกไม่สามารถตอบสนองต่อความต้องการหรือเป้าหมายของตนเองได้ และพิจารณาถึงพฤติกรรมที่ตนได้จัดการกับปัญหาและอุปสรรคเหล่านั้นว่าเป็นอย่างไร รวมทั้งพิจารณาผลที่เกิดขึ้นจากพฤติกรรมนั้น ๆ ว่าส่งผลต่อตนเองอย่างไร ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นให้สมาชิกในกลุ่มได้ทวนทิศทางการกระทำหรือพฤติกรรมของตนเอง ตัวอย่างคำถาม เช่น “ถ้าคุณยังมีพฤติกรรมเช่นนี้ คุณคิดว่าอนาคตจะเป็นอย่างไร” การสำรวจทิศทางของพฤติกรรมเป็นการเริ่มต้นของการตั้งคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมปัจจุบัน โดยขอให้ผู้รับคำปรึกษาอธิบายถึงสิ่งที่เขาได้ทำลงไป รวมทั้งบรรยายความคิด ความรู้สึก และในขณะนั้นผู้ให้คำปรึกษาก็จะถามว่า “ในขณะนี้คุณกำลังทำอะไรอยู่” เป็นต้น
3. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกในกลุ่มได้บอกเล่าและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่เป็นปัญหาหรืออุปสรรคต่อกัน
4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่มร่วมกันสรุปพฤติกรรมที่เป็นปัญหาหรืออุปสรรคในการตอบสนองต่อความต้องการของตนเอง
5. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุป และนัดพบกันในครั้งต่อไป

### การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจ ความร่วมมือในกระบวนการให้คำปรึกษาตั้งแต่ต้นจนจบ
2. สังเกตจากการอภิปรายของสมาชิกกลุ่ม

## ครั้งที่ 8-9 การประเมินพฤติกรรมตนเองในด้านการปรับตัวทางสังคม

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้ประเมินสิ่งที่เกิดจากพฤติกรรมของตนเองเพื่อที่จะได้รู้ว่าอะไรที่ทำให้เกิดความล้มเหลวและควรเปลี่ยนแปลงอะไรเพื่อไปสู่ความสำเร็จได้ (E = Evaluation)

### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกในกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. ประเมินพฤติกรรมตนเองในด้านการปรับตัวทางสังคม ซึ่งหลังจากที่สมาชิกในกลุ่มได้บอกเล่าถึงพฤติกรรมในปัจจุบันหรือพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของตนแล้ว ผู้ให้คำปรึกษาได้ให้สมาชิกในกลุ่มได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ของตน พร้อมทั้งผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ในการให้คำปรึกษา เช่น การใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด การฟัง การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า และการสรุป เป็นต้น เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มคนได้ประเมินและพิจารณาว่าพฤติกรรมนั้นเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์หรือไม่ และเห็นความสำคัญที่จะต้องแก้ไขพฤติกรรม พร้อมทั้งเสนอวิธีการจัดการกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมดังกล่าว
3. ผู้ให้คำปรึกษาเอื้ออำนวยให้สมาชิกในกลุ่มเกิดความเข้าใจ และยอมรับในพฤติกรรมของตนเอง โดยจะไม่ตัดสินคุณค่าในพฤติกรรมของสมาชิก แต่จะช่วยให้สมาชิกในกลุ่มได้ประเมินถึงพฤติกรรมของตน และยอมรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยตนเอง
4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุป และนัดพบกันในครั้งต่อไป

### การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจ ความร่วมมือในกระบวนการให้คำปรึกษาตั้งแต่ต้นจนจบ
2. สังเกตจากการอภิปรายของสมาชิกกลุ่ม

## ครั้งที่ 10-11 การวางแผนปฏิบัติและการสร้างข้อผูกพัน

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้วางแผนการปฏิบัติตนด้านการปรับตัวทางสังคม เพื่อไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ (P = Planning and Commitment)
2. เพื่อเป็นการสร้างพันธะสัญญาหรือข้อผูกพันให้สมาชิกในกลุ่มปฏิบัติตามแผนปฏิบัติที่ตนเองเป็นผู้กำหนดในหนังสือสัญญา
3. เพื่อหาแนวทางแก้ไขอุปสรรคหรือปัญหาที่เกิดขึ้นแล้วนำแผนที่ได้ไปปฏิบัติใหม่

### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกในกลุ่ม พร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. วางแผนการปฏิบัติตนด้านการปรับตัวทางสังคม เพื่อไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ โดยผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกในกลุ่มสรุปถึงพฤติกรรมที่สมาชิกแต่ละคนต้องการเปลี่ยนแปลง พร้อมทั้งกำหนดสิ่งที่ตนเองจะทำในแต่ละวันซึ่งเป็นพฤติกรรมด้านการปรับตัวทางสังคม สิ่งที่จะเป็นอุปสรรค และวิธีแก้ไขเมื่อเกิดปัญหานั้น ๆ
3. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มร่วมกันกำหนดแนวทางในการแก้ปัญหา และพิจารณาวางแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และเลือกวิธีปฏิบัติที่เหมาะสมกับตนเอง ซึ่งผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาช่วยกันคิดและเสนอแนะร่วมกันในกลุ่ม และช่วยให้สมาชิกในกลุ่มเห็นถึงความสำคัญในการวางแผนเพื่อการเปลี่ยนแปลงไปสู่ความสำเร็จ โดยเป็นแผนที่ง่าย ไม่ซับซ้อนยุ่งยากหรือเป็นแผนระยะยาวเพราะจะทำให้ผู้รับคำปรึกษาหมดกำลังใจ มีความชัดเจน และเน้นย้ำว่าแผนที่นั้นต้องเป็นแผนที่ทุกคนสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง
4. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแต่ละคนได้บอกเล่าถึงแผนการปฏิบัติของตนให้สมาชิกอื่นในกลุ่มได้ทราบ เพื่อเป็นการประกาศถึงความมุ่งมั่นที่จะนำไปปฏิบัติ พร้อมทั้งสร้างข้อผูกพันหรือสัญญา โดยสมาชิกในกลุ่มได้สร้างข้อผูกพันหรือสัญญากับผู้ให้คำปรึกษาว่าจะปฏิบัติตามขั้นตอนที่วางแผนไว้ในหนังสือสัญญา
5. ผู้ให้คำปรึกษานำหนังสือสัญญามาแสดงให้สมาชิกในกลุ่มดูพร้อมทั้งชี้แจงให้เข้าใจว่าหนังสือสัญญาฉบับนี้จะเป็นเครื่องยืนยันในความตั้งใจจริงของผู้รับคำปรึกษาที่จะปฏิบัติตามแนวทางที่ตนเองได้กำหนดไว้ เพื่อแก้ไขพฤติกรรมด้านการปรับตัวทางสังคม แล้วจึงให้

ผู้รับคำปรึกษาเขียนข้อความลงในสัญญา 2 ฉบับ โดยผู้รับคำปรึกษาเก็บไว้ 1 ฉบับและผู้ให้คำปรึกษาเก็บไว้ 1 ฉบับ

6. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุป และนัดพบกันในครั้งต่อไป

#### การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจ ความร่วมมือในกระบวนการให้คำปรึกษาตั้งแต่ต้นจนจบ
2. สังเกตจากการอภิปรายของสมาชิกกลุ่ม

มหาวิทยาลัยบูรพา  
Burapha University



### คำมั่นสัญญา

เขียนที่ .....

วันที่ .....เดือน .....พ.ศ. ....

รหัสผู้ให้ข้อมูล (Code).....

ขอสัญญาว่าจะปฏิบัติตนเองเพื่อแก้ไขปรับปรุงพฤติกรรมของตนเองในการปรับตัวอย่าง  
สังคม ดังต่อไปนี้

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ .....ผู้ให้สัญญา

(.....)

ผู้รับคำปรึกษา

ลงชื่อ .....พยาน

(.....)

ผู้ให้คำปรึกษา

## ครั้งที่ 12 การติดตามผล

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อติดตามผลของการปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ในด้านการปรับตัวทางสังคมของสมาชิกในกลุ่ม

### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาทักทายสมาชิกในกลุ่ม และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว

2. ผู้ให้คำปรึกษาเปิด โอกาสให้สมาชิกในกลุ่มทุกคนได้เล่าถึงผลของการปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ในด้านการปรับตัวทางสังคมตามความเป็นจริง

3. ผู้ให้คำปรึกษาถามชมเชย และให้กำลังใจที่สมาชิกในกลุ่มทุกคนสามารถแก้ไขปรับปรุงและพัฒนาการปรับตัวทางสังคมได้ตามที่กำหนดไว้ และกระตุ้นให้มีความตั้งใจ และเน้นให้ผู้รับคำปรึกษาปฏิบัติตามแผน เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาแก้ไขปัญหา และพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของตนเองต่อไป และเป็นตัวอย่างที่ดีสำหรับสมาชิกในกลุ่มทุกคน

4. ในกรณีที่สมาชิกในกลุ่มไม่สามารถปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ได้ ผู้ให้คำปรึกษาจะไม่ตำหนิ ไม่ค้นหาความผิดพลาด และไม่ฟังข้อแก้ตัวใด ๆ ทั้งสิ้น แต่จะให้กำลังใจและแสดงถึงความห่วงใยต่อผู้รับคำปรึกษาอย่างแท้จริง ซึ่งจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาแก้ปัญหาด้วยตนเองต่อไป

5. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่มทุกคนร่วมกันสรุป และนัดพบกัน ในครั้งต่อไป

### การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจ ความร่วมมือในกระบวนการให้คำปรึกษาตั้งแต่ต้นจนจบ
2. สังเกตจากการอภิปรายของสมาชิกกลุ่ม

### ครั้งที่ 13 ยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม และปัจฉิมนิเทศ

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มสรุปผลการเรียนรู้จากการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีผลต่อการปรับตัวทางสังคม
2. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มสรุปถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ของตนเองหลังจากการได้รับการให้คำปรึกษา
3. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มกล่าวถึงสิ่งที่ประทับใจและประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้ากลุ่ม

#### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกในกลุ่ม และร่วมกันทบทวนสิ่งที่ได้สนทนากันในครั้งที่แล้ว
2. ผู้ให้คำปรึกษาร่วมกันสนทนา ทบทวน และเล่าถึงสิ่งที่สมาชิกแต่ละคนได้ปฏิบัติตามแผน และข้อสัญญาที่กำหนดไว้
3. ให้สมาชิกในกลุ่มเล่าถึงความรู้สึก และพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปภายหลังได้รับการให้คำปรึกษา
4. ผู้ให้คำปรึกษาให้กำลังใจและให้ความมั่นใจ รวมทั้งกระตุ้นให้สมาชิกในกลุ่มทุกคนรู้สึกถึงความรับผิดชอบต่อตนเอง เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มเกิดความรู้สึกมั่นใจ มีกำลังใจที่จะพัฒนาตนเองให้สามารถปรับตัวทางสังคมได้ดียิ่งขึ้น
5. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบคุณและเปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละคนกล่าวถึงความรู้สึกดีที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกลุ่มและความรู้สึกดีที่เกิดขึ้นจากเพื่อนร่วมสมาชิกในกลุ่ม รวมทั้งข้อเสนอแนะต่าง ๆ เพื่อนำไปปรับปรุงตนเองในโอกาสต่อไป
6. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปกลุ่มพร้อมทั้งกล่าวคำขอบคุณสมาชิกในกลุ่มทุกคน และยุติการให้คำปรึกษา
7. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกในกลุ่มทุกคนทำแบบวัดการปรับตัวทางสังคมอีกครั้งหลังการทดลอง

#### การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจ ความร่วมมือในกระบวนการให้คำปรึกษาดังแต่ต้นจนจบ
2. สังเกตจากการอภิปรายของสมาชิกกลุ่ม

แสดงค่าอำนาจจำแนกรายข้อ และค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการปรับตัวทางสังคม

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
IT1	163.1333	301.4989	.3252	.9453
IT2	163.8000	305.7517	.2610	.9453
IT3	162.9333	302.5471	.4405	.9440
IT4	163.2333	296.2540	.5544	.9432
IT5	163.0667	295.7195	.6245	.9427
IT6	163.8667	302.3954	.3627	.9447
IT7	163.0667	297.7195	.6794	.9425
IT8	163.3333	294.2299	.5756	.9430
IT9	163.1667	302.9023	.2865	.9456
IT10	163.1667	292.7644	.6877	.9421
IT11	163.2667	298.0644	.4768	.9438
IT12	163.1000	303.6103	.4655	.9439
IT13	163.1333	297.8437	.4191	.9446
IT14	162.9667	299.2747	.5862	.9431
IT15	162.6667	304.9885	.3876	.9443
IT16	163.1667	305.0402	.3418	.9446
IT17	163.7000	293.3897	.5815	.9430
IT18	163.0667	293.0299	.7263	.9419
IT19	163.1667	297.4540	.6269	.9427

IT20	163.3000	300.2862	.5736	.9432
IT21	163.2333	298.8747	.5193	.9434
IT22	163.1000	304.9207	.3318	.9447
IT23	163.3333	292.6437	.6561	.9423
IT24	163.2333	296.2540	.6197	.9427
IT25	162.9667	301.4126	.4928	.9436
IT26	163.1333	304.6023	.3259	.9448
IT27	163.7000	286.4241	.6759	.9422
IT28	163.4000	297.6966	.5397	.9433
IT29	163.7000	293.3207	.5404	.9435
IT30	163.0000	305.8621	.3723	.9444
IT31	163.1667	299.4540	.6433	.9428
IT32	162.9667	293.3437	.7383	.9419
IT33	162.7667	301.5644	.4862	.9437
IT34	163.2667	295.5816	.7077	.9422
IT35	163.0333	298.3092	.7034	.9425
IT36	162.9000	297.6793	.7069	.9424
IT37	162.8000	293.4069	.7810	.9416
IT38	162.9667	302.1713	.3977	.9443
IT39	163.0667	295.5816	.7181	.9421
IT40	163.2667	290.5471	.6997	.9420

-

## RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0

N of Items = 40

Alpha = .9447

มหาวิทยาลัยบูรพา

ภาคผนวก ค

สูตรการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ

Burapha University

ตารางที่ 12 วิเคราะห์ความแปรปรวน

## วิเคราะห์ความแปรปรวน

กลุ่ม	<i>Pre</i>	<i>Post</i>	<i>Follow</i>	<i>Subject Total</i>
ทดลอง	142	157	162	461
	141	174	166	481
	136	166	163	465
	142	180	183	505
	132	154	150	436
	140	166	166	472
	136	153	150	439
	127	156	151	434
Total	1096	1306	1291	3693
ควบคุม	134	142	140	416
	132	134	136	402
	136	131	127	394
	142	135	142	419
	129	133	134	396
	141	129	137	407
	137	133	131	401
	137	135	135	407
Total	1088	1072	1082	3242
Interval Totals	2184	2378	2373	6935

## คำนวณ

$$\begin{aligned}
 1. \quad SS_{total} &= \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= 142^2 + 141^2 + 136^2 + \dots + 131^2 + 135^2 - \frac{(6935)^2}{48} \\
 &= 1011817 - 1001963.02 = 9853.98 \\
 2. \quad SS_{subj} &= \frac{\sum T_s^2}{i} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= \frac{461^2 + 481^2 + 465^2 + \dots + 401^2 + 407^2}{3} - \frac{(6935)^2}{48} \\
 SS_{subj} &= 1007820.33 - 1001963.02 = 5857.31 \\
 3. \quad SS_{group} &= \frac{\sum T_G^2}{ni} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= \frac{3693^2 + 3242^2}{8 \times 3} - 1001963.02 \\
 SS_{group} &= 1006200.54 - 1001963.02 = 4237.52 \\
 4. \quad SS_{int\ ervals} &= \frac{\sum T_i^2}{ng} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= \frac{2184^2 + 2378^2 + 2373^2}{8 \times 2} - 1001963.02 \\
 SS_{int\ ervals} &= 1003491.81 - 1001963.02 = 1528.79 \\
 5. \quad SS_{cells} &= \frac{\sum T_{ij}^2}{n} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= \frac{1096^2 + 1306^2 + 1291^2 + 1088^2 + 1072 + 1082^2}{8} - 1001963.02 \\
 SS_{cells} &= 1009648.13 - 1001963.02 = 7685.11 \\
 6. \quad SS_{I \times G} &= SS_{cells} - SS_{group} - SS_{int\ ervals} \\
 &= 7685.11 - 4237.52 - 1528.79 = 1918.80 \\
 7. \quad SS_{w / in\ subj} &= SS_{total} - SS_{between\ subj} \\
 &= 9853.98 - 5857.31 = 3996.67 \\
 8. \quad SS_{Ss\ w / in\ group} &= SS_{between\ subj} - SS_{group} \\
 &= 5857.31 - 4237.52 = 1619.79
 \end{aligned}$$



$$\begin{aligned}
 9. \quad SS_{I \times Ss \text{ w/in groups}} &= SS_{w/in \text{ subj}} - SS_{int \text{ erval}} - SS_{I \times G} \\
 &= 3996.67 - 1528.79 - 1918.80 = 549.08 \\
 10. \quad df_{w/in \text{ subj}} &= df_{total} - df_{between \text{ subj}} \\
 &= 47 - 15 = 32 \\
 11. \quad df_{Ss \text{ w/in group}} &= df_{between \text{ subj}} - df_{group} \\
 &= 15 - 1 = 14 \\
 12. \quad df_{I \times Ss \text{ w/in group}} &= df_{w/in \text{ subj}} - df_{int \text{ erval}} - df_{IG} \\
 &= 32 - 2 - 2 = 28 \\
 13. \quad df_{between \text{ subj}} &= df_{total} - df_{w/in \text{ subj}} \\
 &= 47 - 32 = 15 \\
 14. \quad df_{group} &= g - 1 \\
 &= 2 - 1 = 1 \\
 15. \quad df_{int \text{ erval}} &= i - 1 \\
 &= 3 - 1 = 2 \\
 16. \quad df_{I \times G} &= (i - 1) \times (g - 1) \\
 &= 2 \times 1 = 2 \\
 17. \quad MS_{groups} &= \frac{SS_{group}}{df_{group}} \\
 &= \frac{4237.52}{1} = 4237.52 \\
 18. \quad MS_{Ss \text{ w/in groups}} &= \frac{SS_{Ss \text{ w/in group}}}{df_{Ss \text{ w/in groups}}} \\
 &= \frac{1619.79}{14} = 115.70 \\
 19. \quad MS_{int \text{ erval}} &= \frac{SS_{int \text{ erval}}}{df_{int \text{ erval}}} \\
 &= \frac{1528.79}{2} = 764.40 \\
 20. \quad MS_{I \times G} &= \frac{SS_{I \times G}}{df_{I \times G}} \\
 &= \frac{1918.80}{2} = 959.40
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 21. \quad MS_{I \times Ss \text{ w/in groups}} &= \frac{SS_{I \times Ss \text{ w/in group}}}{df_{I \times Ss \text{ w/in groups}}} \\
 &= \frac{549.08}{28} = 19.61 \\
 22. \quad F_{group} &= \frac{MS_{groups}}{MS_{Ss \text{ w/in group}}} \\
 &= \frac{4237.52}{115.70} = 36.63 \\
 23. \quad F_{int \text{ erval}} &= \frac{MS_{int \text{ erval}}}{MS_{I \times Ss \text{ w/in group}}} \\
 &= \frac{764.40}{19.61} = 38.98 \\
 24. \quad F_{I \times G} &= \frac{MS_{I \times G}}{MS_{I \times Ss \text{ w/in group}}} \\
 &= \frac{959.40}{19.61} = 48.92
 \end{aligned}$$

ตารางที่ 13 ผลวิเคราะห์ความแปรปรวน

Source of Variation	df	SS	MS	F
Between Subjects	15	5857.31		
Group(G)	1	4237.52	4237.52	36.63*
Ss w/in Groups	14	1619.79	115.70	
Within Subjects	32	3996.67		
Interval	2	1528.79	764.40	38.98*
I × G	2	1918.79	959.40	48.92*
I × Ss w/in Groups	28	549.08	19.61	
Total	47	9853.98		

$$F_{.05}(1,14) = 4.60, F_{.05}(2,28) = 3.34$$

\*  $p < .05$

## Simple Effect ระยะเวลาในกลุ่มทดลอง

$$\begin{aligned}
 1. \quad SS_{total} &= \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= 142^2 + 141^2 + 136^2 + \dots + 150^2 + 151^2 - \frac{(3693)^2}{24} \\
 &= 573467 - 568260.38 = 5206.62 \\
 2. \quad SS_{subj} &= \frac{\sum T_s^2}{W} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= \frac{461^2 + 481^2 + \dots + 434^2}{3} - \frac{(3693)^2}{24} \\
 &= 569696.33 - 568260.38 = 1435.96 \\
 3. \quad SS_{int\ erval} &= \frac{\sum T_w^2}{n} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= \frac{1096^2 + 1306^2 + 1291^2}{8} - \frac{(3693)^2}{24} \\
 &= 571691.63 - 568260.38 = 3431.25 \\
 4. \quad SS_{error} &= SS_{total} - SS_{subj} - SS_{int\ erval} \\
 &= 5206.62 - 1435.95 - 3431.25 = 339.42 \\
 5. \quad df_{between\ subj} &= n - 1 \\
 &= 8 - 1 = 7 \\
 6. \quad df_{int\ erval} &= q - 1 \\
 &= 3 - 1 = 2 \\
 7. \quad df_{error} &= (q - 1) \times (n - 1) \\
 &= (3 - 1) \times (8 - 1) = 14 \\
 8. \quad df_{total} &= df_{between\ subj} + df_{int\ erval} + df_{error} \\
 &= 7 + 2 + 14 = 23 \\
 9. \quad MS_{int\ erval} &= \frac{SS_{int\ erval}}{df_{int\ erval}} \\
 &= \frac{3431.25}{2} = 1715.63 \\
 10. \quad MS_{error} &= \frac{SS_{error}}{df_{error}} \\
 &= \frac{339.42}{14} = 24.24
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 11. \quad F &= \frac{MS_{interval}}{MS_{error}} \\
 &= \frac{1715.63}{24.24} = 70.78
 \end{aligned}$$

ตารางที่ 14 Simple Effect ระยะเวลาในกลุ่มทดลอง

Source of Variation	df	SS	MS	F
Between Subjects	7	1435.96		
Interval	2	3431.25	1715.63	70.78*
Error	14	339.42	24.24	
Total	23	5206.63		

$$F_{.05}(2,14) = 3.74$$

$$*p < .05$$

Simple Effect ระยะเวลาในกลุ่มควบคุม

$$\begin{aligned}
 1. \quad SS_{total} &= \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= 134^2 + 132^2 + \dots + 131^2 + 135^2 - \frac{(3242)^2}{24} \\
 &= 438350 - 437940.17 = 409.83
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 2. \quad SS_{subj} &= \frac{\sum T_s^2}{W} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= \frac{416^2 + 402^2 + \dots + 407^2}{3} - \frac{(3242)^2}{24} \\
 &= 438124 - 437940.17 = 183.83
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 3. \quad SS_{interval} &= \frac{\sum T_w^2}{n} - \frac{(\sum X)^2}{N} \\
 &= \frac{1088^2 + 1072^2 + 1082^2}{8} - \frac{(3242)^2}{24} \\
 &= 437956.5 - 437940.17 = 16.33
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 4. \quad SS_{error} &= SS_{total} - SS_{subj} - SS_{interval} \\
 &= 409.83 - 183.83 - 16.33 = 209.67
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 5. \quad df_{\text{between subj}} &= n - 1 \\
 &= 8 - 1 = 7 \\
 6. \quad df_{\text{int erval}} &= q - 1 \\
 &= 3 - 1 = 2 \\
 7. \quad df_{\text{error}} &= (q - 1) \times (n - 1) \\
 &= (3 - 1) \times (8 - 1) = 14 \\
 8. \quad df_{\text{total}} &= df_{\text{between subj}} + df_{\text{int erval}} + df_{\text{error}} \\
 &= 7 + 2 + 14 = 23 \\
 9. \quad MS_{\text{int erval}} &= \frac{SS_{\text{int erval}}}{df_{\text{int erval}}} \\
 &= \frac{16.33}{2} = 8.17 \\
 10. \quad MS_{\text{error}} &= \frac{SS_{\text{error}}}{df_{\text{error}}} \\
 &= \frac{209.67}{14} = 14.98 \\
 11. \quad F &= \frac{MS_{\text{int erval}}}{MS_{\text{error}}} \\
 &= \frac{8.17}{14.98} = 0.55
 \end{aligned}$$

ตารางที่ 15 Simple Effect ระยะเวลาในกลุ่มควบคุม

Source of Variation	<i>df</i>	<i>SS</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>
Between Subjects	7	183.83		
Interval	2	16.33	8.17	.55
Error	14	209.67	14.98	
Total	23	409.83		

$$F_{.05}(2,14) = 3.74$$

การปรับค่า df ของการแจกแจง F ทดสอบผลย่อยของตัวแปรวัดต่างกลุ่ม

$$f = \frac{\frac{(u+v)^2}{u^2} + \frac{v^2}{v^2}}{\frac{df_u}{df_v}} = \frac{\frac{(1619.79 + 549.08)^2}{1619.79^2} + \frac{549.08^2}{549.08^2}}{\frac{14}{28}} = \frac{4703997.08}{198176.01} = 23.74$$

หา Simple Effect ของวิธีการทดลองในระยะต่าง ๆ

$$\begin{aligned} 1. SS_G \text{ at Int.1} &= \frac{1096^2 + 1088^2}{8} - \frac{(2184)^2}{16} \\ &= 298120 - 298116 = 4 \\ 2. SS_{w/in cell} &= SS_{Ss w/in group} + SS_{IxSs w/in groups} \\ &= 1619.79 + 549.08 = 2168.88 \\ 3. MS_{w/in cell} &= \frac{SS_{w/in cell}}{df_{Ss w/in group} + df_{IxSs w/in group}} \\ &= \frac{2168.87}{42} = 51.64 \\ 4. F_G \text{ at Int.1} &= \frac{MS_{G \text{ at Int.1}}}{MS_{w/in cell}} \\ &= \frac{4}{51.64} = 0.08 \\ 5. SS_G \text{ at Int.2} &= \frac{1306^2 + 1072^2}{8} - \frac{(2378)^2}{16} \\ &= 356852.5 - 353430.25 = 3422.25 \\ 6. F_G \text{ at Int.2} &= \frac{MS_{G \text{ at Int.2}}}{MS_{w/in cell}} \\ &= \frac{3422.25}{51.64} = 66.27 \\ 7. SS_G \text{ at Int.3} &= \frac{1291^2 + 1082^2}{8} - \frac{(2373)^2}{16} \\ &= 354675.63 - 351945.56 = 2730.07 \\ 8. F_G \text{ at Int.3} &= \frac{MS_{G \text{ at Int.3}}}{MS_{w/in cell}} \\ &= \frac{2730.07}{51.64} = 52.87 \end{aligned}$$