

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก.
ใบยินยอมเข้าร่วมวิจัย

ข้าพเจ้า นาย/นางสาว.....ได้รับทราบรายละเอียดของการวิจัยเรื่อง “ผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงเพื่อสร้างอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียนของนักศึกษาที่มีผลการเรียนเฉลี่ยต่ำกว่าเกณฑ์ 2.00 : กรณีศึกษานักศึกษาชั้นปีที่ 1 และ 2 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต” ซึ่งนางสาวมาริษา วงษ์ศิริ นักศึกษาปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะศิลปศาสตรมหาวิทาลัยธรรมศาสตร์ เป็นผู้วิจัย ดังมีรายละเอียดการวิจัยดังต่อไปนี้

1. วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงเพื่อสร้างอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียนของนักศึกษา

2. วิธีการวิจัย

ผู้วิจัยทำการศึกษาวิจัยกับนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 และ 2 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2550 ที่ได้ค่าระดับเฉลี่ยสะสม (GPAX) ต่ำกว่า 2.00 การเก็บข้อมูลจะใช้วิธีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริง รวม 8 ครั้ง ครั้งละ 1.5 – 2 ชั่วโมง ผู้เข้าร่วมวิจัย (กลุ่มที่สองซึ่งเป็นกลุ่มทดลอง) จะเข้าร่วมกลุ่มต่อเนื่องครบทุกครั้ง เพื่อเรียนรู้หลักการทางทฤษฎีและเทคนิคทางจิตวิทยา นำไปประยุกต์ใช้และฝึกฝนตนเองทั้งในกลุ่มและนอกกลุ่ม ทั้งนี้เพื่อให้ได้ข้อมูลครบถ้วนจึงขออนุญาตในการบันทึกเสียงขณะทำกลุ่มด้วย

นอกจากนี้ผู้เข้าร่วมวิจัยทั้งสองกลุ่มจะทำแบบวัดก่อนและหลังการวิจัย และผู้เข้าร่วมวิจัยในกลุ่มที่สองซึ่งเป็นกลุ่มทดลองทำแบบวัดอีก 4 สัปดาห์หลังจากการยุติการเข้ากลุ่ม หลังจากเก็บข้อมูลแล้ว ผู้วิจัยจะนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์และประมวลผลในภาพรวมเพื่อจัดทำเป็นรายงานการวิจัยต่อไป

3. การเก็บรักษาความลับ

ข้อมูลที่ได้รับจากการเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยจะเก็บรักษาเป็นความลับอย่างดีที่สุด ไม่มี การนำไปเผยแพร่หรือนำไปเล่าให้บุคคลที่ไม่เกี่ยวข้องกับการวิจัยแต่อย่างใด กรณีที่มีการเผยแพร่

ผลงานวิจัย ผู้วิจัยจะสรุปผลในภาพรวมของกลุ่มผู้เข้าร่วมวิจัยโดยไม่ระบุว่าเป็นข้อมูลของบุคคลใด หากมีผู้ประสงค์นำข้อมูลไปใช้ในทางอื่นนอกเหนือจากการวิจัยในครั้งนี้ จะต้องขออนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจากผู้เข้าร่วมการวิจัยเสียก่อน

4. สิทธิของผู้เข้าร่วมวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ไม่เกี่ยวข้องกับการประเมินผลการเรียนใด ๆ ในมหาวิทยาลัยแต่อย่างใด การเข้ารับการวิจัยครั้งนี้เกิดจากความสมัครใจของท่าน ทางผู้วิจัยมิได้บังคับหรือมีเงื่อนไขใด ๆ เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนให้ท่านต้องเข้ารับการวิจัยโดยไม่สมัครใจ ดังนั้นท่านมีสิทธิที่จะถอนตัวเมื่อใดก็ได้ที่ต้องการ ในระหว่างเข้ารับการวิจัยหากเกิดความอึดอัดใจหรือไม่สบายใจอันเป็นผลมาจากการวิจัย ท่านมีสิทธิที่จะขอหยุดร่วมการวิจัยได้ทุกขณะ โดยแจ้งกับผู้วิจัยโดยตรงหรือคณะผู้ทำการวิจัย (ตามเบอร์โทรศัพท์ข้างล่างนี้)

5. การติดต่อ

ท่านสามารถติดต่อผู้วิจัย เพื่อสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับการวิจัยได้ที่ นางสาวมาริษา วงษ์ศิริ โทร 089-113-4751 หรือ แจ้งไปที่ ผศ.สุรินทร์ รมเกียรติ โครงการปริญญาโท สาขา จิตวิทยาการปรึกษา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ข้าพเจ้าได้อ่านและมีความเข้าใจในรายละเอียดของการวิจัยนี้เป็นอย่างดีแล้วข้าพเจ้า

- สมัครใจ ยินดีเข้ารับการวิจัยตลอดโครงการ
- ไม่ต้องการเข้ารับการวิจัย

หนังสือนี้ได้ทำไว้ 2 ฉบับ ซึ่งผู้วิจัยและผู้เข้าร่วมวิจัยได้ลงนามไว้แล้ว ผู้วิจัยได้เก็บไว้

1 ฉบับ และผู้เข้าร่วมวิจัยเก็บไว้เป็นหลักฐาน 1 ฉบับ

ลงชื่อ.....ผู้เข้าร่วมวิจัย

ลงชื่อ.....ผู้วิจัย

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ข้อ	คำถาม	ไม่จริง เลย	จริงเพียง เล็กน้อย	จริงพอ ประมาณ	จริงมาก	จริงมาก ที่สุด
7	ฉันมักคุยและเล่นกับเพื่อนในเวลาเรียน					
8	ฉันอ่านหนังสือทบทวนบทเรียนเป็นประจำ					
9	ฉันชอบเข้าห้องสมุดเพื่อค้นคว้าความรู้เพิ่มเติม					
10	เมื่อมีการบ้านและรายงาน ฉันจะทำให้เสร็จทันเวลา					
11	เมื่อเรียนไม่รู้เรื่อง ฉันรู้สึกท้อแท้และไม่อยากเรียนวิชานั้นต่อ					
12	เมื่อฉันได้คะแนนน้อย ฉันมั่นใจว่าถ้าฉันพยายามฉันจะสามารถทำให้ดีขึ้นได้					
13	ฉันมีความมั่นใจว่าฉันสามารถเรียนจบในสาขาที่กำลังเรียน					
14	ก่อนการสอบฉันรู้สึกไม่มั่นใจว่าจะทำข้อสอบได้ดี					
15	ฉันสามารถคิดและตัดสินใจทำสิ่งต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง					
16	เมื่อฉันทำคะแนนได้ไม่ดี ฉันรู้สึกหมดกำลังใจและรู้สึกว่าไม่มีความสามารถ					
17	ถ้าฉันขาดเรียน ฉันจะขอให้เพื่อนอธิบายเนื้อหาวิชานั้น ๆ					
18	เมื่อไม่เข้าใจบทเรียนที่อาจารย์สอน ฉันจะขอให้เพื่อนอธิบายให้ฟัง					
19	ในการฟังคำบรรยายเมื่อสงสัยฉันไม่กล้าถามอาจารย์					
20	หลังสอบเก็บคะแนนถ้ามีข้อสอบที่ทำไม่ได้ ฉันจะขอให้อาจารย์อธิบายให้ฟัง					
21	ในการทำรายงานเป็นกลุ่ม ฉันมักมีปัญหากับการรวมกลุ่มที่จะทำรายงาน					

ภาคผนวก ก.
แบบบันทึกพฤติกรรมทางการเรียนของนักศึกษา
(แบบสัมภาษณ์)

ให้นักศึกษาสำรวจถึงพฤติกรรมทางการเรียนของตนเองในปัจจุบันนี้ตามความเป็นจริงในประเด็นดังนี้

1. พฤติกรรมการเรียน

1.1 การเข้าห้องเรียน

-ตรงเวลา
-เข้าสายไม่เกิน 15 นาที
-เข้าสายไม่เกิน 30 นาที
-เข้าสาย 30 นาทีขึ้นไป
-ไม่เข้าเรียน

1.2 ความตั้งใจและมีสมาธิในการเรียน

-มาก
-ค่อนข้างมาก
-ปานกลาง
-ค่อนข้างน้อย
-ไม่มีเลย

1.3 การจดบันทึกคำบรรยาย

-จดทุกประเด็น
-จดเกือบครบ
-จดครึ่งเดียว
-จดน้อยมาก
-ไม่จดเลย

1.4 การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน

- การซักถาม

.....มากค่อนข้างมากปานกลางค่อนข้างน้อยไม่มี

- การโต้ตอบในชั้นเรียน

.....มากค่อนข้างมากปานกลางค่อนข้างน้อยไม่มี

- การทำงานตามที่อาจารย์มอบหมายให้ทำในชั้นเรียน

.....มากค่อนข้างมากปานกลางค่อนข้างน้อยไม่มี

1.5 ตำแหน่งที่นั่งในห้องเรียน

.....ด้านหน้า

.....ตรงกลาง

.....ด้านข้าง

.....ด้านหลัง

1.6 การอ่านบททวนบทเรียน

.....สม่ำเสมอ

.....บางครั้ง

.....นาน ๆ ครั้ง

.....ก่อนสอบ

.....ไม่อ่านเลย

1.7 การค้นคว้าเพิ่มเติม (ความรู้เพิ่มเติมนอกเหนือจากบทเรียน , ทำการบ้านหรือรายงาน)

.....เป็นประจำ

.....สัปดาห์ละ 1 ครั้ง

.....เวลาที่มีการบ้านหรือรายงาน

.....ก่อนสอบ

.....ไม่เคยค้นคว้าเลย

แหล่งที่ค้นคว้าข้อมูล.....

2. ความรับผิดชอบต่อการเรียน

2.1 การทำกรบ้านหรือรายงาน

2.1.1.ทำทันทีที่ได้รับมอบหมาย

.....ทำตามกำหนด

.....ทำก่อนส่งแบบกระชั้นชิด

.....ไม่ทำเลย

2.1.2ทำเอง

.....ลอกเพื่อน

.....ให้เพื่อนทำ

.....ลอกจากหนังสือ/รายงาน/บทความของผู้อื่น

2.2 การส่งงาน

.....ส่งก่อนกำหนดหรือส่งตรงเวลา

.....ช้ากว่ากำหนด 1 วัน

.....ช้ากว่ากำหนด 2 วัน

.....ช้ากว่ากำหนด 3 วันขึ้นไป

.....ไม่ส่งงานเลย

2.3 การเตรียมตัวสอบ

.....มี คืออ่านหนังสือล่วงหน้า.....วันก่อนสอบ

.....ติวกับเพื่อน

.....ทำข้อสอบเก่า/ฝึกทำโจทย์

.....ไม่มี

3. ความสัมพันธ์กับเพื่อนและอาจารย์

3.1 ความสัมพันธ์กับเพื่อน

3.1.1.ดีไม่ดี

3.1.2.มีกลุ่มเพื่อนจำนวน.....คน ลักษณะของกลุ่มเพื่อน.....

.....ไม่มีกลุ่มเพื่อน

3.1.3. มีเพื่อนที่สามารถปรึกษาเรื่องเรียนได้หรือไม่มีไม่มี

3.2 ความสัมพันธ์กับอาจารย์

.....ดี

.....ค่อนข้างดี

.....ปานกลาง

.....ค่อนข้างน้อย

.....น้อย

3.3 การซักถามหรือปรึกษาขอความช่วยเหลือจากอาจารย์

.....มาก

.....ค่อนข้างมาก

.....ปานกลาง

.....ค่อนข้างน้อย

.....น้อยที่สุด

ภาคผนวก ง.

โปรแกรมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงเพื่อสร้างอัตลักษณ์
แห่งความสำเร็จในการเรียนของนักศึกษาที่มีผลการเรียนเฉลี่ยต่ำกว่าเกณฑ์ 2.00 :

กรณีศึกษานักศึกษาชั้นปีที่ 1 และ 2 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต

ครั้งที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเป็นการสร้างสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกในกลุ่มและผู้นำกลุ่มกับสมาชิกในกลุ่ม
2. เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกมีการเปิดเผยตนเอง ทำให้เกิดความคุ้นเคย ความไว้วางใจและ
การมีส่วนร่วมในกลุ่ม
3. เพื่อให้สมาชิกได้ทราบถึงการดำเนินการกลุ่ม วัตถุประสงค์ ประโยชน์ที่จะได้รับจาก
การเข้าร่วมกลุ่ม บทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่มและสมาชิก ระยะเวลาและข้อตกลงต่าง ๆ ของ
การเข้าร่วมกลุ่ม

วิธีดำเนินการ

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวต้อนรับสมาชิกและแนะนำตนเอง
2. เปิดโอกาสให้สมาชิกแนะนำตนเองโดยบอกชื่อ-นามสกุล ชื่อเล่น คณะและสาขาที่
ตนเองเรียนอยู่
3. ให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นที่มีต่อการเข้าร่วมกลุ่มและสิ่งที่คาดหวังจากการเข้าร่วม
กลุ่ม
4. ผู้นำกลุ่มชี้แจงให้สมาชิกทราบและเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ วิธีการ บทบาท หน้าที่ของ
ทั้งผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่ม จำนวนครั้งและระยะเวลาในการเข้ากลุ่ม
5. เปิดโอกาสให้สมาชิกได้แสดงความคิดเห็นในการช่วยกันสร้างข้อตกลงต่าง ๆ ในการ
เข้าร่วมกลุ่มและวันเวลาในการเข้ากลุ่ม
6. ให้สมาชิกได้เปิดเผยตนเองและเกิดความคุ้นเคยกันมากขึ้น โดยใช้กิจกรรม
“โล่ชีวิต”
7. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม
8. ผู้นำกลุ่มสรุปสิ่งที่ได้พูดคุยในกลุ่ม เปิดโอกาสให้สมาชิกได้ซักถามข้อสงสัยและ
นัดหมายวันเวลาในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป

ครั้งที่ 2 อัตลักษณ์แห่งความสำเร็จ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้เกี่ยวกับการให้และการรับนำไปสู่การมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
2. เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าและความสามารถของตนเองจากการให้และการรับ
3. เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้และเข้าใจเกี่ยวกับอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จ

วิธีดำเนินการ

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายและสรุปสิ่งที่ได้พูดคุยในครั้งก่อน
2. ให้สมาชิกสำรวจตนเองในประเด็นเกี่ยวกับ สิ่งที่คุณอยากได้จากผู้อื่นและสิ่งที่คุณเองสามารถให้แก่ผู้อื่นโดยเขียนในกระดาษ จากนั้นให้สมาชิกบอกเล่าถึงสิ่งที่ตนเขียนให้เพื่อนสมาชิกฟัง
3. ให้สมาชิกร่วมกันอภิปรายในประเด็นเกี่ยวกับ
 - พฤติกรรมหรือการกระทำที่แสดงถึงการให้ผู้อื่น
 - เมื่อให้ผู้อื่นแล้วเราคาดหวังอะไรกลับมาบ้าง
 - ความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อเราได้ให้ผู้อื่น
 - ความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการได้รับจากผู้อื่น
4. ให้สมาชิกสรุปสิ่งที่ได้อภิปรายไปและผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติมเกี่ยวกับการให้และการรับความรัก และความรู้สึกมีคุณค่า ซึ่งเป็นองค์ประกอบในการพัฒนาอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จตามแนวทฤษฎีพิจารณาความเป็นจริง
5. ให้สมาชิกร่วมกันอภิปรายในประเด็นเกี่ยวกับสิ่งที่คุณอยากได้จากผู้อื่น และสิ่งที่คุณเองสามารถให้แก่ผู้อื่นในเรื่องการเรียน
6. ให้สมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้พูดคุยในครั้งนี้ ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติม และนัดหมายวันเวลาในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป

การบ้าน

ให้สมาชิกสำรวจเป้าหมายในการเรียนของตนเอง

ครั้งที่ 3 อัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกได้ตระหนักถึงเป้าหมายในการเรียนของตนเองและแนวทางที่จะนำไปสู่การมีอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียน

2. เพื่อให้สมาชิกได้ตระหนักถึงความสำคัญของความรับผิดชอบตามแนวทฤษฎีพิจารณาความเป็นจริง

วิธีดำเนินการ

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวต้อนรับสมาชิกและสรุปสิ่งที่ได้พูดคุยในครั้งก่อน
2. ให้สมาชิกร่วมกันอภิปรายในประเด็นเกี่ยวกับปัจจัยที่จะทำให้ประสบความสำเร็จในการเรียน
3. ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติมเกี่ยวกับอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียน
4. ให้สมาชิกวิเคราะห์กรณีตัวอย่างจากใบงานที่เตรียมไว้ให้
5. ให้สมาชิกนำเสนอใบงานและอภิปรายร่วมกัน
6. ผู้นำกลุ่มสรุปและให้ความเข้าใจเกี่ยวกับขั้นตอนที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและโยงเข้าสู่เรื่องความรับผิดชอบตามแนวทฤษฎีพิจารณาความเป็นจริง
7. ให้สมาชิกอภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับความรับผิดชอบ
8. ให้สมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้พูดคุยในครั้งนี้ ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติม และนัดหมายวันเวลาในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป

การบ้าน

ให้สมาชิกประเมินตนเองตามใบงานขั้นตอนที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

ครั้งที่ 4 สํารวจและประเมินพฤติกรรม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจและประเมินพฤติกรรมของตนเองในเรื่องการเรียน

วิธีดำเนินการ

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายและสรุปสิ่งที่ได้พูดคุยในครั้งก่อน
2. ให้สมาชิกแต่ละคนนำเสนอใบงานที่ไปทำเป็นการบ้านจากครั้งที่ผ่านมาและอภิปราย

ร่วมกัน

3. ให้สมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้พูดคุยในครั้งนี้ ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติม และนัดหมาย
วันเวลาในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป

การบ้าน

ให้สมาชิกวางแผนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง

ครั้งที่ 5 การวางแผนและการทำสัญญา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกวางแผนในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างเป็นรูปธรรม ที่จะนำไปสู่
อัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียน
2. เพื่อให้สมาชิกมีความรับผิดชอบต่อการปฏิบัติตามแผนของตนเอง

วิธีดำเนินการ

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายและสรุปสิ่งที่ได้พูดคุยในครั้งก่อน
2. ให้สมาชิกแต่ละคนได้บอกเล่าถึงแผนการปฏิบัติในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของ
ตนเองที่จะนำไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้
3. ให้สมาชิกร่วมกันพิจารณา อภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และให้ข้อเสนอแนะถึง
แผนการปฏิบัติของเพื่อนสมาชิกที่จะนำไปสู่การมีอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียน
4. ให้สมาชิกเขียนแผนการปฏิบัติของตนเองลงในกระดาษ โดยมีวิธีการที่ชัดเจน
เหมาะสม และสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง แล้วเล่าให้เพื่อนสมาชิกถึงแผนการของตนเอง
รวมทั้งทำสัญญาเพื่อแสดงความมุ่งมั่นในการปฏิบัติตามแผนอย่างเป็นลายลักษณ์อักษรใน
ใบสัญญาที่เตรียมไว้ให้
5. ผู้นำกลุ่มและสมาชิกให้กำลังใจแก่กันในการปฏิบัติตามแผนของตนเอง
6. ให้สมาชิกนำแบบสังเกตพฤติกรรมนักศึกษาที่ผู้วิจัยเตรียมไว้ให้อาจารย์ประจำวิชา
บันทึกพฤติกรรมทางด้านการเรียนของสมาชิก
7. ให้สมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้พูดคุยในครั้งนี้ ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติม และนัดหมาย
วันเวลาในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป

ครั้งที่ 6-7 การดำเนินการและติดตามผล

วัตถุประสงค์

1. เพื่อตรวจสอบแผนการปฏิบัติของสมาชิก
2. เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกเกิดพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบในการดำเนินการตามแผนที่

วางไว้

วิธีดำเนินการ

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายและสรุปสิ่งที่ได้พูดคุยในครั้งก่อน
2. ให้สมาชิกได้บอกเล่าถึงผลการปฏิบัติตามแผนของตนเองที่ได้วางไว้ หากสมาชิกไม่สามารถปฏิบัติได้ตามแผนที่วางไว้ ผู้นำกลุ่มจะไม่ยอมรับข้อแก้ตัว ไม่ตำหนิและไม่ยอมให้สมาชิกล้มเลิกความตั้งใจ แต่จะให้สมาชิกและเพื่อนสมาชิกช่วยกันพิจารณาแนวทางการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ให้มีความเหมาะสมและสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง
3. ผู้นำกลุ่มให้กำลังใจและแสดงความเชื่อมั่นในตัวสมาชิกในการปฏิบัติตามแผนต่อไป
4. ให้สมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้พูดคุยในครั้งนี้ ผู้นำกลุ่มสรุปเพิ่มเติมและติดตามผลการปฏิบัติตามแผนในครั้งต่อไป
5. นัดหมายวันเวลาในการเข้ากลุ่มในครั้งต่อไป และแจ้งสมาชิกให้ทราบว่า การเข้ากลุ่มครั้งต่อไปจะเป็นการเข้ากลุ่มครั้งสุดท้าย

ครั้งที่ 8 การยุติการให้การปรึกษา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกเกิดกำลังใจ มีความเข้มแข็ง เชื่อมั่น และมีความรับผิดชอบในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง
2. เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ากลุ่ม และสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ต่อไป

วิธีดำเนินการ

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายและสรุปสิ่งที่ได้พูดคุยในครั้งก่อน
2. ให้สมาชิกได้บอกเล่าถึงผลการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ และความตั้งใจที่จะกระทำต่อไปหลังจากยุติการให้การปรึกษาแล้ว
3. ให้สมาชิกได้กล่าวถึงสิ่งที่สมาชิกได้เรียนรู้จากประสบการณ์การเข้ากลุ่ม ความรู้สึก และการเปลี่ยนแปลงของตนเองที่เกิดขึ้น รวมทั้งการมอบกำลังใจให้เพื่อนสมาชิก
4. ผู้นำกลุ่มกล่าวขอบคุณและให้กำลังใจสมาชิกที่จะนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ากลุ่มไปใช้ในชีวิตประจำวัน รวมทั้งแสดงความเชื่อมั่นในตัวสมาชิกว่ามีความสามารถที่จะพัฒนาตนเองได้

ภาคผนวก จ.

แบบวิเคราะห์

พอลล่ากำลังเรียนอยู่ชั้นปีที่ 2 คณะเศรษฐศาสตร์ ในมหาวิทยาลัยของรัฐบาลแห่งหนึ่ง เธอมีความตั้งใจที่จะเรียนให้จบภายใน 4 ปี เพราะอยากจะได้งานทำดี ๆ และทำให้พ่อแม่ภูมิใจในตัวเธอ ตอนอยู่ที่มหาวิทยาลัยเธอรู้จักเพื่อนหลายคนทั้งที่เรียนอยู่คณะเดียวกันและต่างคณะ ถ้าวันไหนมีวิชาที่เธอไม่ชอบก็จะไม่เข้าเรียนในวิชานั้น โดยจะไปเที่ยวกับเพื่อน ๆ อยู่บ่อยครั้ง

จงวิเคราะห์

ความต้องการของพอลล่าคือ.....

.....

พฤติกรรมของพอลล่าคือ.....

.....

.....

ภาคผนวก ฉ.

ขั้นตอนที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (WDEP)

W = Want

ความต้องการหรือเป้าหมายของฉันคือ

.....

.....

.....

D = Doing and Direction

ปัจจุบันฉันมีการกระทำหรือพฤติกรรม ดังนี้

.....

.....

.....

.....

E = Evaluation

ฉันประเมินการกระทำหรือพฤติกรรมของฉันได้ว่า

.....

.....

.....

.....

P = Planning

ฉันวางแผนที่จะบรรลุเป้าหมาย โดยมีสิ่งที่ฉันอยากเปลี่ยนแปลงการกระทำหรือพฤติกรรม
ของฉันคือ.....

.....

.....

.....

.....

ภาคผนวก ช.

แผนการปฏิบัติเพื่อสร้างอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียน

พฤติกรรมในการเรียนที่ฉันต้องการเปลี่ยนแปลงเป็นอันดับแรกคือ.....

.....
 ฉันจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนี้โดย.....

.....

และจะเริ่มตั้งแต่วันที่.....

พฤติกรรมในการเรียนที่ฉันต้องการเปลี่ยนแปลงเป็นอันดับต่อมาคือ.....

.....
 ฉันจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนี้โดย.....

.....

และจะเริ่มตั้งแต่วันที่.....

ภาคผนวก ช.

หนังสือสัญญา

เขียนที่.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ข้าพเจ้าชื่อ.....นามสกุล.....

ขอสัญญาว่าจะมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของคนในเรื่อง.....

.....เพื่อพัฒนาตนเองให้มีความรับผิดชอบและนำไปสู่การมีอัตลักษณ์
 แห่งความสำเร็จในการเรียน โดยขอให้สัญญากับตนเองและเพื่อนสมาชิกว่า ข้าพเจ้าจะปฏิบัติตาม
 แผนการที่ข้าพเจ้าได้วางไว้อย่างตั้งใจและสม่ำเสมอตั้งแต่วันที่.....
 เป็นต้นไป

ลงชื่อ..... ผู้ให้สัญญา

ลงชื่อ..... ผู้ให้กำลังใจ

ลงชื่อ..... ผู้ให้กำลังใจ

ภาคผนวก ฉ.

โครงการปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการปรึกษา

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

วันที่ 31 มกราคม พ.ศ.2551

เรียน อาจารย์ประจำวิชา.....

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เก็บข้อมูล

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสังเกตพฤติกรรมทางการเรียนของนักศึกษา

เนื่องด้วยข้าพเจ้านางสาวมาริษา วงษ์ศิริ นักศึกษาปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยา แบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงเพื่อสร้างอัตลักษณ์แห่งความสำเร็จในการเรียนของ นักศึกษาที่มีผลการเรียนเฉลี่ยต่ำกว่าเกณฑ์ 2.00 : กรณีศึกษานักศึกษาชั้นปีที่ 1 และ 2 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต” โดยมีผศ.สุรินทร์ รณเกียรติ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา วิทยานิพนธ์ ซึ่ง.....เป็นผู้เข้าร่วมงานวิจัยในครั้งนี้ จึงขอความอนุเคราะห์อาจารย์ประจำวิชาสังเกตและประเมินพฤติกรรมในการเรียนของนักศึกษา ตามเอกสารที่แนบมาตั้งแต่วันที่.....กุมภาพันธ์ พ.ศ.2551 จนถึงวันสุดท้ายของการเรียน ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2550

ทั้งนี้เมื่อครบกำหนดเวลาดังกล่าวแล้วข้าพเจ้าจะติดต่อขอรับเอกสารด้วยตนเอง หากมี ข้อสงสัยสามารถติดต่อเพื่อสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับการวิจัยได้ที่ นางสาวมาริษา วงษ์ศิริ โทร 089-113-4751 หรือ ผศ.สุรินทร์ รณเกียรติ โครงการปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการปรึกษา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์

ด้วยความเคารพอย่างสูง

(นางสาวมาริษา วงษ์ศิริ)

นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการปรึกษา

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ภาคผนวก ญ.
แบบสังเกตพฤติกรรมทางการเรียนของนักศึกษา

ชื่อนักศึกษา.....

การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางการเรียนของนักศึกษาที่อาจารย์สามารถสังเกตเห็นได้

- การเข้าห้องเรียน

.....
.....
.....

- ความตั้งใจและมีสมาธิในการเรียน

.....
.....
.....

- การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน

.....
.....
.....

- ที่นั่งในชั้นเรียน

.....
.....
.....

- การส่งงาน

.....
.....
.....

- การสอบย่อยในชั้นเรียน

.....

- ความสัมพันธ์กับเพื่อน

.....

- ความสัมพันธ์กับอาจารย์

.....

- พฤติกรรมอื่นๆ ที่สังเกตเห็นความเปลี่ยนแปลงได้ชัดเจน

.....

ลงชื่อ.....อาจารย์ผู้ประเมิน

()

อาจารย์ผู้สอนวิชา.....