



รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กฤษณมูรติ. (2545). แห่งความเข้าใจชีวิตและการศึกษาที่แท้. แปลโดย โสริช โพธิแก้ว. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิโกมลคีมทอง.
- คัคนางค์ มณีศรี. (2523). ผลของการใช้ตัวแบบและการสอนในการฝึกทักษะการสนองตอบด้วยความเห็นอกเห็นใจทางวาจาแก่ผู้ปรึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. สาขาวิชาจิตวิทยา จฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- โคมบส์, อาเธอร์ ไรท์. (2544). ทฤษฎีการบำบัด. แปลโดย กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์แห่งจฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จีน แบรี่. (2538). คู่มือการฝึกทักษะให้การปรึกษา: Training handbook for counseling skills. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชูศรี วงศ์รัตนะ. (2541). เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 7. ศูนย์หนังสือ จฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ทิพาวดี เอมะวรรณนะ. (2545). จิตวิทยาการปรึกษาสำหรับผู้ติดยาเสพติด. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- นุชนาฏ ศิริพล. (2540). ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวโรเจอร์สต่อการเพิ่มสัมพันธภาพระหว่างบุคคลของพนักงาน. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. สาขาวิชาจิตวิทยา จฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2529). การแนะแนวและการให้คำปรึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา. กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตการพิมพ์.
- พรรณราย ทร์พะยะประภา. (2527). เทคนิคการสัมภาษณ์: เพื่อการปรึกษาเชิงจิตวิทยา. พิมพ์ครั้งที่ 2. สาขาวิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด การพิมพ์พระนคร.
- เรวดี ศิรินคร. (2530). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับความร่วมรู้สี่ของพยาบาลวิชาชีพครุที่มีต่อผู้ป่วยในโรงพยาบาลของรัฐ กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. สาขาวิชาการบริหารการพยาบาล บัณฑิตวิทยาลัย จฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. (2538). เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 5. สาขาวิชาการวัดผลและการวิจัยการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

- วัลย์รัตน์ ประจักษ์วิกรานต์. (2535). ผลของการฝึกทักษะในการฟังตามแนวของไอวีต่อการเพิ่มความร่วมรู้สึกของนักศึกษาพยาบาล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาวิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วัชรีย์ ทรัพย์มี. (2533). ทฤษฎีและกระบวนการให้บริการปรึกษา: Theories and Process of Counseling. ตำราอุดมศึกษา โครงการส่งเสริมการแต่งตำรา ทบวงมหาวิทยาลัย.
- วัชรีย์ ฐวธธรรม. (2533). ทักษะการให้คำปรึกษาจุลสาขา: Microcounseling. กรุงเทพมหานคร: ไอ เอส พรินติ้งเฮ้าส์.
- สุภาวงศ์ จันทวานิช. (2546). วิธีวิจัยเชิงคุณภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุรินทร์ วัฒนเกียรติ. (2538). ทักษะและกระบวนการปรึกษา: Process and techniques of counseling. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- โสรัชนี โพธิแก้ว. (2536). เอกสารคำสอนวิชาการปรึกษาเชิงจิตวิทยาวิเทศ: Practicum in counseling. กรุงเทพมหานคร. สาขาวิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (อัดสำเนา).
- ศรีประไพ ไลดาวัลย์. (2524). ผลของอวัจนพฤติกรรมของนักจิตวิทยาการปรึกษา ต่อระดับการรับรู้ของผู้รับบริการเกี่ยวกับความเข้าใจสาระและความรู้สึกและการยอมรับนับถือ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาวิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อรุณี บัวเร่งเทียนทอง. (2531). ผลการสัมผัสของนักจิตวิทยาการปรึกษาต่อการรับรู้ความร่วมรู้สึก. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เอมอร อัมภาวุฒิจริณ. (2523). ผลของการสะท้อนความรู้สึก การทวนซ้ำ และการตีความที่มีต่อการอ้างถึงความรู้สึกของตนเอง ของผู้อาสาสมัครเข้ารับบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาวิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ภาษาอังกฤษ

- Baumgarten, E. & Roffers, T. (2003). Implementing and expanding on Carkhuff's training technology. Journal of Counseling and Development, 81, 285-291.
- Bubbenzer, D. L., West, J. D. & Gold, J. M. (1991). Use of live supervision in counselor preparation. Counselor Education and Supervision, 30, 301-308.

- Carkhuff, R. R. (1969a). Helping & human relations: A primer for lay and professional helpers: Vol.1. Selection and Training. America: Holt, Rinehart and Winston, Inc.
- Carkhuff, R. R. (1969b). Helping & human relations: A primer for lay and professional helpers: Vol.2. Practice and Research. America: Holt, Rinehart and Winston, Inc.
- Carkhuff, R. R. (1983a). The art of helping (5th ed). Massachusetts: Human Resource Development Press, Inc.
- Carkhuff, R. R. (1983b). The art of helping (5th ed). Trainer's Guide. Massachusetts: Human Resource Development Press, Inc.
- Carkhuff, R. R. & Berenson, B. G. (1977). Beyond counseling and therapy (2nd ed). America: Holt, Richard and Wiston, Inc.
- Cormier, W. & Cormier, S. L. (1985). Interviewing strategies for helpers: Fundamental skills and cognitive behavioral interventions (2nd ed). California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Crabb, W. T., Moracco, J. C. & Bender, R.C. (1983). A comparative study of empathy training with programmed instruction for lay helpers. Journal of Counseling Psychology. 30. 221-226.
- Cutcliffe, J. R. & Cassedy, P. (1999). The developmental of empathy in students on a short, skills based counseling course: A pilot study. Nurse Education Today. 19. 250-257.
- Duan, C. & Hill, C. E. (1996). The current state of empathy research. Journal of Counseling Psychology. 43. 261-274.
- Egan, G. (1998). The skilled helper: A problem-management approach to helping (6th ed). California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Gazda, G. M., Asbury, F.R., Balzer, F. J., Childers, W. C., Phelps, R. E., and Walters, R. P. (1995). Human relations development: A manual for educators (5th ed). America: A.Simon & Schuster.
- Gelso, C. & Fretz, B. (2001). Counseling psychology (2nd ed). New York: Harcourt College Publisher.
- Gladstein, G. A. (1983). Understanding empathy: Integrating counseling, Developmental, and Social psychology perspectives. Journal of Counseling Psychology. 30. 467-482.

- Hansen, J. C. (1999). Counseling process and procedures. New York: Macmillan Publishing Co.,Inc.
- Harley, G. D. (1995). Empathy in the counseling process: The role of counselor understanding in client change. Journal of Humanistic Education and Development, 34, 285-291.
- Henry-Tillman, R., Deloney, L. A., Savidge, M., Graham, C. J., and Klimberg, S. (2002). The medical student as patient navigator as an approach to teaching empathy. The American Journal of Surgery, 183, 656-662.
- Heppner, P. P., Kivlighan, D.M. & Wampold, B. E. (1992). Research design in counseling. California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Ivey, A.E.. (1994). Intentional Interviewing and Counseling: Facilitating Client Development in a Multicultural Society(3rd ed). California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Ivey, A. E. & Authier, J. (1978). Microcounseling: Innovations in interviewing, Counseling, Psychotherapy, and Psychoeducation (2nd ed). Illinois: Charles C. Thomas.
- Ivey, A.E., Ivey, M.B., and Simek-Downing, L. (1987). Counseling and psychotherapy (2nd ed). New Jersey: Prentice-Hall.
- Janoka, C. & Scheckenbach, A. (1978). Empathy training with inmates and staff utilizing the Carkhaff model. Corrective & Social Psychiatry & Journal of Behavioral Technology, Methods & Therapy, 24, 6-12.
- JR., J. L., Carney, J. S., & Morris, E. (1996). Supervision of counselors-in-training working with client with HIV. Counselor Education and Supervision, 36, 37-47.
- Kaczmarek, P., BarClay, D., & Smith, M. (1996). Systematic training in client documentation: Strategies for counselor educators. Counselor Education and Supervision, 36, 37-47.
- King, G. (1999). Counseling skills for teachers: Talking matters. Philadelphia: Open University Press.
- Lewin, J. M. (1984). Empathy training for beginning therapists. Hillside Journal of Clinical Psychiatry, 6, 250-258.

- Locke, D. C., Myers, J. E. & Herr, E. L. (2001). The handbook of counseling. New York: Sage Publications.
- Matarazzo, R. G. & Patterson, D. R. (1986). Methods of Teaching Therapeutic Skill. In Garfield, Sol L. & Bergin, A. E. (ed.). Handbook of psychotherapy and behavior change (3rd ed). New York: John Wiley & Sons.
- McLeod, J. (1998). An introduction to counseling (2nd ed). Philadelphia: Open University Press.
- Nerdrum, P. & Ronnestad, M. H. (2002). The trainees' perspective: A qualitative study of learning empathic communication in Norway. The Counseling Psychologist, *30*, 609-629.
- Patterson, C. H. (1980). Theories of counseling and psychotherapy (3rd ed). New York: Harper & Row.
- Roffers, T., Cooper, B. A. B., and Sultanoff, S. M. (1988). Can counselor trainees apply their skills in actual client interviews?. Journal of Counseling and Development, *66*, 385-388.
- Rogers, C. R. (1951). Client-centered therapy. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1961). On becoming a person: A Therapist's view of psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin Co.
- Rogers, C. R. (1975). Empathic: An unappreciated way of being. The Counseling Psychologist, *5*, 2-9.
- Sommers-Flanagan, R., Barrett-Hakanson, T., Clarke, C. & Sommers-Flanagan, J. (2000). A psychoeducational school-based coping and social skills group for depressed students. Journal for Specialists in Group Work, *25*, 170-190.
- Stockton, R., Morran, D. K., and Nitza, A. G. (2000). Processing group events: A conceptual map for leaders. Journal for Specialists in Group Work, *25*, 343-355.
- Stone, G. L. & Vance, A. (1976). Instructions, Modeling, and Rehearsal: Implications for training. Journal of Counseling Psychology, *23*, 272-279.
- Sexton, T. L. & Whiston, S. C. (1991). A review of the empirical basis for counseling: Implications for practice and training. Counselor Education and Supervision, *30*, 330-354.

Suen, H. K. & Ary, D. (1989). Analyzing quantitative observation data. New Jersey: Hillsdale.

Truax, B. C. & Carkhuff, R. R. (1967). Toward effective counseling and psychotherapy. Chicago Aldine Publishing Company.



ภาคผนวก

ภาคผนวก ก.

รายชื่อผู้ฝึกในโปรแกรมการฝึกทักษะเบื้องต้นในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา
ผู้ประเมินระดับความรู้จากแบบวัดความรู้
และผู้วิเคราะห์เนื้อหาข้อมูลจากการสัมภาษณ์

รายชื่อผู้ฝึกในโปรแกรมการฝึกทักษะเบื้องต้นในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

นางสาวอังคณา นักสำรวจ	นิสิตระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต จิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
-----------------------	--

รายชื่อผู้ประเมินความร่วมมือรู้สึกจากแบบวัดความร่วมมือรู้สึก

นางสาวธีรจุฑา จรัสโยธินนุวัฒน์	นิสิตระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต จิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
นางสาวชมภูนุท ฉั่นศิริกุล	นิสิตระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต จิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายชื่อผู้วิเคราะห์เนื้อหาข้อมูลจากการสัมภาษณ์

นางสาวกชวร จุยมณี	นิสิตระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต จิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
นางสาวภนิดา ชนวิทยาสัทติกุล	นิสิตระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต จิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ข.

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย

1. แบบวัดความรู้สึกร่วม
2. การสัมภาษณ์ประสบการณ์ภายหลังจากการเข้ารับการฝึก

1. แบบวัดความร่วมมือรู้สึก

คำชี้แจง

แบบประเมินสถานการณ์ชุดนี้ใช้เพื่อการวิจัยของนิสิตระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ข้อมูลที่ได้รับจากแบบประเมินสถานการณ์ ผู้วิจัยจะเก็บไว้เป็นความลับ และผลจากการวิจัยนี้ จะไม่มีการนำเสนอเป็นรายบุคคล แต่จะเสนอเป็นภาพรวม และใช้เพื่อการศึกษาวิจัยเท่านั้น

แบบประเมินสถานการณ์นี้มี 2 ตอน ตอนที่ 1 เป็นการสอบถามข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบประเมินสถานการณ์ ตอนที่ 2 เป็นแบบประเมินสถานการณ์จำนวน 12 ข้อเกี่ยวกับการให้การศึกษาขอให้นักศึกษาตอบทุกข้อและตอบให้ครบทุกตอนตามลำดับ

ขอขอบคุณนักศึกษาทุกคนที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

ปรีระกา มณีวรรณ

ผู้วิจัย

แบบประเมินสถานการณ์

ส่วนที่ 1

ข้อมูลส่วนบุคคล

เพศ ชาย หญิง อายุ.....ปี

คณะ..... ชั้นปี.....

เข้าร่วมโปรแกรมในระหว่างวันที่.....เดือน..... พ.ศ.....

ส่วนที่ 2

จากสถานการณ์ของผู้มาปรึกษาและผู้ให้การปรึกษาให้นิสิต/นักศึกษาใส่คำพูดของผู้ให้
การปรึกษาที่แสดงถึงการตอบสนองต่อผู้มาปรึกษา โดยการเขียนคำตอบลงนั้น ขอให้เขียนใน
ลักษณะที่เป็นภาษาพูดของนิสิต/นักศึกษา(ไม่ใช่ภาษาเขียน)

ตัวอย่าง

ผู้ให้การปรึกษา : หนูบอกว่า ตอนนี้มีเรื่องกลุ่มใจนะค่ะคือ แม่ไม่เข้าใจหนู

ผู้มาปรึกษา : ค่ะ แม่ไม่เข้าใจหนูเลยหาว่าหนูกลับบ้านดึกเพราะติดเที่ยวกับเพื่อน ทั้งที่
จริงๆแล้วหนูต้องทำกิจกรรมที่คณะ หนูเบื่อกับต้องอธิบายเรื่องนี้ให้ฟังแล้ว พูดไปก็ไม่รับฟัง พี่ก็ยัง
มาซ้ำเติมอีก พวกเขาไม่เข้าใจหนูเลย

ผู้ให้การปรึกษา : หนูซึ่งที่ต้องคอยอธิบายให้แม่ฟังซึ่งท่านก็ดูไม่เข้าใจเลย.....

ข้อ ที่	สถานการณ์
1	<p>นิสิตชายปี 3: ผมไม่รู้ว่าเกิดอะไรขึ้นกับผม ตอนนี่ผมรู้สึกแย่มาก ทั้งสอบตกทั้งเงินหมด ทะเลาะกับพ่อ อีก ปัญหาอะไรมารุมผมเต็มไปหมดเลย โอ้ย(ร้องเสียงดัง)...ผมควรทำไงดี</p> <p>ผู้ให้การปรึกษา :</p>
2	<p>ผู้ให้การปรึกษา : ได้ข่าวว่าเธอไปพักอยู่ที่หอเป็นครั้งแรกเป็นไงบ้างละ</p> <p>หน้อย : ฉันไม่อยากอยู่ที่หอเลยละ อยู่ร่วมห้องกับคนที่ไม่รู้จัก รู้สึกไม่เป็นส่วนตัว ทำอะไรก็ลำบาก แต่ก็ ต้องจำใจอยู่ เฮ้อ(ถอนหายใจ)...</p> <p>ผู้ให้การปรึกษา :</p>
3	<p>ผู้ให้การปรึกษา : บ๊อบบอกว่า ตอนนี้มีเรื่องกลุ้มใจเพราะ แม่ไม่เข้าใจบี</p> <p>บี : ค่ะ แม่ไม่เข้าใจหนูเลยหาว่าหนูกลับบ้านดึกเพราะติดเกี่ยวกับเพื่อน ทั้งที่จริงๆแล้วหนูต้องทำ กิจกรรมที่คณะ หนูเบื่อกับต้องอธิบายเรื่องนี้ให้ฟังแล้ว พุดไปก็ไม่รับฟัง พี่ก็ยังมาซ้ำเติมอีก พวกเขาไม่ เข้าใจหนูเลย</p> <p>ผู้ให้การปรึกษา :</p>
4	<p>อ้อม : พ่อบอกให้ผมเข้มแข็ง คนเราเกิดมาไม่มีใครสบายตลอดหรอก ผมยังคิดถึงคำพูดของพ่ออยู่เลย ครับแต่ก็ทำไม่ได้สักที</p> <p>ผู้ให้การปรึกษา :</p>
5	<p>นิสิตชายปี 2 : เขาบอกกับผมว่า เขาจะมาช่วยงานผมแต่เขาก็ไม่มาทำงานไว้ให้ เพื่อนคนอื่นต้องมาทำ แทน แบบนี้ผมว่ามันเกินไปแล้ว</p> <p>ผู้ให้การปรึกษา :</p>
6	<p>ปุ้ม : เพื่อนบอกให้หนูไปทำกิจกรรมบ้าง แต่ที่บ้านเขาไม่ยอมหรือ บอกให้กลับบ้านไปช่วยงาน หนูไม่รู้ จะทำยังไง ไม่อยากให้เพื่อนต้องมองหนูไม่ดีเลย</p> <p>ผู้ให้การปรึกษา :</p>
7	<p>ดาว : ฉันกับเพื่อนเรียนกันคนละที่ เวลาที่เราไม่เจอกันก็โทรคุยกัน เวลาที่ฉันมีปัญหาเขาก็เป็นคนเดียวที่ เข้าใจฉัน ตอนนี่ฉันเหมือนไม่มีใครเลย เพราะฉันไม่ได้ติดต่อกับเขามานานแล้ว อยากคุยอยู่เหมือนกัน</p>

	ผู้ให้การปรึกษา :
8	<p>นิสิตปี 1 : พวกเราเหนื่อยกันแทบตาย รุ่นพี่ยังจะมาสั่งให้เราทำนั่นทำนี่อีก บางทีก็คิดว่า เอ...แล้วเราต้องมาทำงานแบบนี้แค่กลุ่มเราหรือ คนอื่นไปไหนหมด ยังเป็นเพื่อนกันอยู่หรือเปล่า</p> <p>ผู้ให้การปรึกษา :</p>
9	<p>นิสิต : กว่าหนูจะผ่านมาได้ ต้องพยายามอย่างมาก ตอนแรกเกือบไม่รอดแต่ก็ได้แม่กับเพื่อนกับน้องช่วยอยู่ตลอดบอกว่าการหนูต้องทำได้ ทั้งที่หนูเองก็คิดไม่เอาแล้วหลายรอบแต่ก็ผ่านมาได้ นึกแล้วก็รู้สึกว่าการหนักขนาดนั้นเรายังผ่านมาได้</p> <p>ผู้ให้การปรึกษา :</p>
10	<p>นิสิต : ผมรู้ว่าพอกับแม่เสียใจที่ผมโดนรีไทร์ ผมก็เลยไปหางานทำแต่ก็ไปไม่รอด กลับมาเรียนต่อที่ใหม่ นี่ผมก็พยายามแล้วแต่ก็สอบตกอีก</p> <p>ผู้ให้การปรึกษา :</p>
11	<p>นิสิต : ผมไม่ชอบวิชานี้เลย ยิ่งเรียนยิ่งไม่มีอะไรดีขึ้น อาจารย์ก็ชอบให้งานเยอะอีก ผมไม่รู้เพื่อนๆทນเรียนกันไปได้อย่างไร</p> <p>ผู้ให้การปรึกษา :</p>
12	<p>นิสิต : หนูไม่อยากพูดเรื่องนี้แล้ว ไม่ว่าจะพูดอย่างไรก็ถูกมองว่าไม่เรียบร้อยอยู่ดี หนูก็เป็นของหนูอย่างนี้</p> <p>ผู้ให้การปรึกษา :</p>

2. แบบสัมภาษณ์ประสบการณ์ภายหลังการเข้ารับการศึกษา

แบบสัมภาษณ์ผู้เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกทักษะการให้การศึกษา

ขอให้นักศึกษาช่วยเล่าประสบการณ์ในการเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกทักษะเบื้องต้นในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

1. มีความรู้สึกและความคิดอย่างไรในการเข้าร่วมโปรแกรม

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

2. ได้เรียนรู้อะไรจากการฝึกทักษะ

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

3. จากการเข้าร่วมการฝึกทักษะ นักศึกษามองเห็น(ตระหนัก)การเปลี่ยนแปลงในตนเองด้านใด อย่างไรบ้าง(การฟัง การพูด: ถ้อยคำ คำพูด ;ความรู้สึกนึกคิด ;พฤติกรรมกรใส่ใจ: น้ำเสียง ท่าที)

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

4. การฝึกทักษะมีผลต่อการปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักศึกษากับบุคคลอื่นหรือไม่ อย่างไร(สัมพันธ์ภาพ)

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

5. ในด้านของความเข้าใจผู้อื่นมีการเปลี่ยนแปลงหรือไม่ อย่างไร(ความร่วมรู้สึกเกิดขึ้น)

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

6.ภายหลังจากที่เข้าร่วมโปรแกรม นักศึกษาได้นำเอาทักษะที่ได้เรียนรู้ไปใช้ประโยชน์หรือไม่ อย่างไรกรุณายกตัวอย่างประสบการณ์ในชีวิตประจำวัน

.....

.....

.....

.....

7. จากการเข้าร่วมมีการพัฒนาตนเองด้านความเข้าใจผู้อื่นอย่างไรบ้าง สังเกตอะไรจากตนเอง(จากที่ไม่เข้าใจหรือเข้าใจแต่ไม่ได้แสดงออก แล้วมาสนใจใส่ใจ เข้าใจเรื่องราว ความรู้สึกได้อย่างไร จับประเด็นได้อย่างไร ให้บรรยายเป็นลำดับ)

.....

.....

.....

.....

8. นักศึกษาเริ่มรู้สึกว่าตนเองเปลี่ยนแปลงในช่วงไหน ตอนใดในการฝึก

.....

.....

.....

.....

9. นักศึกษาคิดว่าการฝึกนี้สามารถนำไปใช้ประโยชน์อะไรได้บ้าง สามารถนำไปใช้ในวิชาชีพที่ตนเองศึกษาอย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

10. จากการตอบรับด้วยการเข้าใจความรู้สึก อะไรที่ทำให้ตอบรับที่เนื้อหา หรือความรู้สึก มีเหตุผลใด มีความแตกต่างกันอย่างไร(จากการตอบในแบบประเมินสถานการณ์)

.....

.....

.....

.....

ภาคผนวก ค.

3. เครื่องมือที่ใช้ในการฝึกทักษะเบื้องต้นในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ประกอบด้วย บทความ ประกอบการบรรยาย เอกสารประกอบการบรรยายทักษะเบื้องต้นในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา แบบฝึกหัดในการฝึกทักษะ เอกสารในการให้ข้อมูลป้อนกลับ และแบบประเมินตนเองและสังเกตการณ์

เอกสารชุดที่ 1 การปรึกษาเชิงจิตวิทยา

เอกสารชุดที่ 2 ทักษะการฟังอย่างใส่ใจ

เอกสารชุดที่ 3 พฤติกรรมการใส่ใจ (Attending Skill) และการให้

กำลังใจ (Minimal Encouragement)

เอกสารชุดที่ 4 การใช้คำถามปลายเปิด-ปิด (Open-Close ended Questions)

เอกสารชุดที่ 5 การกระจ่างความ (Clarification)

เอกสารชุดที่ 6 ทักษะการสะท้อนความ (Paraphrase)

เอกสารชุดที่ 7 ทักษะการสะท้อนความรู้สึก (Reflection)

เอกสารชุดที่ 8 ทักษะการสรุปความ (Summarization)

เอกสารชุดที่ 1 การปรึกษาเชิงจิตวิทยา

ข้อความแห่งการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

เราปรึกษาเพื่อหาความรู้ ข้อมูล
 เราปรึกษาเพื่อให้ข้อคิด ความคิดเห็น
 เราปรึกษาเพื่อทำความรู้จัก คู่คนเคย
 เราปรึกษาเพื่อสร้างมิตร
 เราปรึกษาเพื่อลดความกังวล อึดอัด
 เราปรึกษาเพื่อลดความไม่สบายใจ
 เราปรึกษาเพื่อการสัมภาษณ์
 เราปรึกษาเพื่อเปลี่ยนแปลงทัศนะ
 เราปรึกษาเพื่อขยายตนเองให้กว้างและเบิกบาน

(โสริช โพรแก้ว, 2536)

(ช่วงที่ 1)

ข้อความแห่งการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

พ่อใช้การปรึกษาเพื่อรู้จักคุ้นเคยกับลูก
ลูกใช้การปรึกษาเพื่อเชื่อมตนเองกับโลกของพ่อ
หัวหน้าใช้การปรึกษาเพื่อให้เกียรติลูกน้อง
แม่ปรึกษากับพ่อเพื่อลดความไม่สบายใจ
เพื่อนปรึกษากับเพื่อนเพื่อพัฒนางาน

ฯลฯ

(โสริช โปธิแก้ว, 2536)

(ช่วงที่ 1)

ข้อความแห่งการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

“ความสัมพันธ์ต่อผู้อื่นจะเป็นไปได้ก็ต่อเมื่อ ไม่มีภาพลักษณ์
เท่านั้น เมื่อผมและคุณต่างมองเห็นและกันโดยปราศจาก
ภาพลักษณ์ในความทรงจำ ปราศจากการหยามเหยียดหรือ
ประการอื่นๆ ความสัมพันธ์ก็จะเกิดขึ้น”

.....

“ความสัมพันธ์หมายถึง สัมผัสตรงถึงกัน การเชื่อมสนิท
ตรงไปตรงมา ไม่ใช่ระหว่างสองภาพลักษณ์ เพื่อที่จะมอง
ผู้อื่นโดยปราศจากภาพลักษณ์ซึ่งผมมีอยู่เกี่ยวกับเขาผู้นั้น
ต้องมีความใส่ใจและความรู้สึกตัวอย่างมหาศาล”

กฤษณมูรติ
(ช่วงที่ 1)

โปรแกรมการฝึกทักษะเบื้องต้นในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

หลักการและเหตุผล

การปรึกษาเชิงจิตวิทยาเป็นกระบวนการของสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้การปรึกษากับผู้มาปรึกษาโดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้มาปรึกษาได้เข้าใจตนเอง ผู้อื่น และสิ่งแวดล้อมมากขึ้น ซึ่งนำไปสู่ความสามารถในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง ตามทฤษฎีการให้บริการปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง (Person-Centered Counseling Theory) ยึดหลักว่า มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตนเองโดยต้องอาศัยผู้ให้การปรึกษาซึ่งเข้าใจความรู้สึก ความคิดของผู้มาปรึกษารวมถึงให้ความสำคัญกับการเชื่อในศักยภาพของบุคคลสู่ความงอกงาม โดยมีผู้ให้การปรึกษาที่สามารถสื่อถึงความเข้าใจออกมาได้ด้วยการอาศัยทักษะการตอบรับจากการฟังอันเป็นตัวเชื่อมความเข้าใจของผู้ให้การปรึกษาที่มีต่อผู้มาปรึกษา ทั้งยังเอื้อให้ผู้มาปรึกษาเกิดการสำรวจตนเอง กระทั่งชัดเจนกับความรู้สึกจากปัญหาที่เกิดขึ้น จนนำไปสู่การจัดการกับปัญหาได้ลุล่วงและพัฒนาตนเอง โดยทักษะดังกล่าวนี้เป็นประโยชน์ยังสามารถนำไปใช้กับคนในทุกกลุ่ม บุคคลที่จะสามารถใช้ทักษะได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมได้นั้นต้องได้รับการฝึกฝนทักษะเบื้องต้นในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาจนสามารถเข้าใจกรอบการรับรู้ของผู้มาปรึกษาตามเขารับรู้อย่างชัดเจนโดยการฝึกฝนทักษะนี้ต้องควบคู่กับการพัฒนาตนเองของผู้ได้รับการฝึกด้วย

ในการฝึกทักษะนั้นเอื้อให้เกิดการพัฒนาตนเองในด้านของความเชื่อ ค่านิยม และเป้าหมายในชีวิต ทำให้บุคคลเกิดความเข้าใจโลกและชีวิตอันเป็นสิ่งสำคัญต่อบุคคลในฐานะของผู้ให้การปรึกษาที่ใช้ตนเองเป็นเครื่องมือในกระบวนการช่วยเหลือเพื่อเอื้อให้เกิดสัมพันธภาพซึ่งผู้ให้การปรึกษาต้องเป็นผู้ที่มีลักษณะสำคัญสามประการคือ (1) *ความร่วมมือรู้สึก* (empathy) (2) *การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข* (unconditional positive regard) ที่แสดงถึงการสื่อสารที่มาจากความใส่ใจ การยอมรับอย่างอบอุ่น โดยปราศจากการตัดสิน ดีความ ประเมิน แต่ยอมรับเขาอย่างที่เขาเป็นและยังแสดงถึงการสนใจผู้มาปรึกษาในลักษณะโดยรวมของเขา ไม่ใช่ลักษณะบางอย่าง ซึ่งจะส่งผลต่อการแสดงความรู้สึกอย่างอิสระของผู้มาปรึกษา และ (3) *ความเป็นตนตัวจริง* (genuineness) ของผู้ให้การปรึกษา มีอิสระ รับรู้ผู้มาปรึกษาอย่างชัดเจนที่สุด และสามารถสื่อสะท้อนความรู้สึก แบ่งปันประสบการณ์ที่ชัดเจนกับผู้มาปรึกษา โดยมีพฤติกรรม คำพูดที่แสดงออกมีความสัมพันธ์กับประสบการณ์และความรู้สึกภายในของตนอย่างสอดคล้อง กลมกลืน โดยทั้งสามประการครอบคลุมแนวทางในการสร้างสัมพันธภาพที่เริ่มต้นที่ผู้ให้การปรึกษาในการสำรวจตนเองในด้านต่างๆ ซึ่งหมายรวมถึง การมองเห็นคุณค่าในตนเองในการให้การช่วยเหลือ การไวต่อความรู้สึกที่แท้จริงของผู้อื่นและตนเอง การมีทัศนคติทางบวกของตนเองในสัมพันธภาพ

ระหว่างตนกับผู้มาปรึกษา มีความใส่ใจต่อความหมายส่วนบุคคลของผู้มาปรึกษา การให้การยอมรับในตนเองและผู้อื่น มีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันกับผู้อื่น และเชื่อในศักยภาพที่มีอยู่ในตัวบุคคล ที่แสดงออกด้วยการเชื่อให้ผู้มาปรึกษาสำรวจตนเองและโลก ตลอดจนสามารถให้ผู้มาปรึกษาสามารถพัฒนาตนเอง

จากโปรแกรมการฝึกทักษะเบื้องต้นในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่จัดขึ้นในครั้งนี้มุ่งเน้นที่ความสำคัญของทักษะการตอบรับจากการฟังที่มีส่วนสำคัญในการสื่อสารกับบุคคลให้เกิดสัมพันธภาพที่งอกงามและในแง่ของการพัฒนาคุณค่าและเป้าหมายในกระบวนการช่วยเหลือ โดยโปรแกรมนี้ผู้เข้าร่วมการฝึกจะได้รับการฝึกฝนทักษะเบื้องต้นในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและการฝึกฝนตนเองในด้านของความเข้าใจชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพโดยการอาศัยตนเองเป็นเครื่องมือในการฟังและตอบสนองซึ่งมีคุณค่าอย่างยิ่งในฐานะที่เป็นสะพานเชื่อมโยงคนเข้าด้วยกันด้วยความเข้าใจและยอมรับ ซึ่งมีส่วนต่อการเปลี่ยนแปลงชีวิตของผู้มาปรึกษาไปสู่การพัฒนาตนเอง

ทักษะเบื้องต้นในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาประกอบด้วย

ทักษะการฟังอย่างเข้าใจ (Understanding Listening)

พฤติกรรมกรใส่ใจ (Attending Skills)

การให้กำลังใจ (Minimal Encouragement)

การใช้คำถามปลายเปิด-ปิด (Open-Close ended Questions)

การกระจ่างความ (Clarification)

การสะท้อนความ (Paraphrase)

การสะท้อนความรู้สึก (Reflection)

การสรุปความ (Summarization)

วัตถุประสงค์

เพื่อฝึกฝนและพัฒนาตนเองในด้านของความสามารถในการรับรู้เข้าใจและสื่อความเข้าใจด้วยทักษะการตอบรับจากการฟัง

เพื่อเรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นโดยมีระดับที่ลึกซึ้งกว่าความสัมพันธ์ในชีวิตประจำวันทั่วไป

ระยะเวลาในการฝึกอบรม

24 ชั่วโมง

ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรม

นิสิต/นักศึกษาปริญญาตรี จำนวน 20 คน

กระบวนการ

ในการฝึกทักษะเบื้องต้นในการปรึกษาเชิงจิตวิทยายึดหลักการฝึกอบรมของ Robert R. Carkhuff (Carkhuff, 1983a;1983b; Baumgarten & Tony, 2003) โดยมีรูปแบบของการให้การช่วยเหลือที่อยู่บนพื้นฐานของแนวมนุษยนิยมและมีวิธีการเพื่อที่จะเพิ่มความสามารถของผู้ฝึกซึ่งมีความสำคัญต่อการเรียนรู้ คือ การบอกกล่าวหรือการสอน การสาธิต และการลงมือกระทำ

โคมบัส, อาเธอร์ โรท. (2544). ทฤษฎีการบำบัด. แปลโดย กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

จีน แบร์. (2538). คู่มือการฝึกทักษะให้การปรึกษา: Training handbook for counseling skills. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วัชรีย์ ทรัพย์มี. (2533). ทฤษฎีและกระบวนการให้บริการปรึกษา : Theories and Process of Counseling. ตำราอุดมศึกษา โครงการส่งเสริมการแต่งตำรา ทบวงมหาวิทยาลัย.

วัชรีย์ ฐวธรรม. (2533). ทักษะการให้คำปรึกษาจุลสาขา : Microcounseling. กรุงเทพมหานคร : โอ เอส พรินติ้งเฮ้าส์.

Carkhuff, R. R. (1969a). Helping & human relations: A primer for lay and professional helpers: Vol.1. Selection and Training. America: Holt, Rinehart and Winston, Inc.

Carkhuff, R. R. (1969b). Helping & human relations: A primer for lay and professional helpers: Vol.2. Practice and Reseach. America: Holt, Rinehart and Winston, Inc.

Carkhuff, R. R. (1983a). The art of helping (5th ed). Massachusetts: Human Resource Development Press, Inc.

Carkhuff, R. R. (1983b). The art of helping (5th ed). Trainer's Guide. Massachusetts: Human Resource Development Press, Inc.

Ivey, A. E. & Authier, J. (1978). Microcounseling: Innovations in interviewing, Counseling, Psychotherapy, and Psychoeducation (2nd ed). Illinois: Charles C. Thomas.

Rogers, C. R. (1951). Client-centered therapy. Boston: Houghton Mifflin

เอกสารชุดที่ 2 ทักษะการฟังอย่างใส่ใจ

ข้อความแห่งการฟังอันชัดเจน

การฟังที่แท้นั้น คือ การเปิดใจกว้าง และชำระใจให้สะอาด
และกระจ่างเพื่อต้อนรับโลกทั้งโลกเข้าสู่การรับรู้ของตน

การฟังที่มีประสิทธิภาพนั้น ผู้ฟังจะต้องฟังด้วยสายตา ด้วยหู
ด้วยการสัมผัส และด้วยหัวใจอันกระจ่างและละเอียดอ่อน

ฟังด้วยจิตใจอันสะอาด หมายถึง การฟังอย่างให้ชีวิตจิตใจ
ทั้งหมดแก่ผู้พูดหรือแก่สิ่งที่อยู่เฉพาะหน้า โดยไม่คิดต่อต้าน
ไม่รู้สึกรัดค้ำ ปราศจากความรู้สึกอคติ

ข้อความแห่งการฟังอันชัดเจน

การฟังที่ชัดเจนจะหมายถึง การสัมผัสกับกระแสอารมณ์
และรู้สึกของผู้พูดนั้น และหมายถึง การได้สัมผัสกระแส
ความเคลื่อนไหวของสรรพสิ่งรอบๆตัวด้วย

การฟังที่แท้นั้น เป็นการขยายโลกทัศน์ให้กว้าง และเป็นการ
เพิ่มความใหม่ให้แก่ชีวิต ทุกๆวินาที

การฟังที่แท้นั้น คือ การให้ชีวิตจิตใจอยู่กับภาวะแห่งปัจจุบัน
ได้อย่างสมบูรณ์

(โสริช โปธิแก้ว, 2536)

(ช่วงที่ 1)

บทความฝึกการสำรวจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น(ครั้งที่ 1)

....กวางเดินเรื่อยเปื่อยผ่านพวกเก็บขยะ เห็นสามภรรยาคนหนึ่งกำลังคุยหาของในในกองขยะ มีลูกชายตัวน้อยนั่งคอยอยู่บนรถซาเล้ง ตะโกนบอกพ่อกับแม่ว่าให้คุยหาของเล่นให้ตนด้วย พ่อคุยได้พวกมาลัยรถเก่าๆแล้วส่งให้ลูกชาย พ่อพ่อขึ้นขี่รถซาเล้งแม่ซ้อนท้าย ลูกก็เอาพวกมาลัยรถนั้นมาทำท่าขบรด ร้องบอกพ่อเสียงเล็กๆใสๆว่า "พ่อๆนั่งเฉยเดี๋ยวหนูขับเอง....บรีนนๆๆ....แป๊นนๆๆ..."

....ที่ห้องนอนยายสายกำลังนั่งปิดฝุ่นที่ติดกรอบรูปไม้อยู่ แกมองชายในภาพนั้นด้วยแววตาอันไร้ซึ่งความหวังว่าชายในรูปจะกลับมาพบกันอีก ผู้ชายคนนี่คือคนที่ยายสายเฝ้าทะนุถนอมเลี้ยงดูมา ให้เติบโตใหญ่โตกลับมาจากแกพร้อมกับสงครามที่ไร้ความปราณี ...น้ำตาของยายสายไหลรินอาบแก้ม มือสั่นเทาลูบภาพลูกชายที่เพื่อนรอยยิ้มในภาพนั้น ในความทรงจำของยายสายยังเปี่ยมล้นด้วยอดีตกับลูกชาย มันยังคงมาปรากฏในใจของแกตลอดเวลาแม้ว่ามันจะไม่มีวันกลับมาเป็นดังเก่าก่อนอีก....

...บังอรยื่นพิงมองโรงเรียนสมัยประถมที่เธอเคยเล่าเรียนมาที่ต้นไม้ใหญ่ เธอเลี้ยวมองไปรอบๆ ความทรงจำอันดีหลากหลายผุดขึ้นมาอีก เธออมยิ้มเล็กๆ เธอรำพึงกับตัวเองว่า "ที่นี่มีความหมายต่อฉันมาก อาจารย์คนหนึ่งให้ฉันได้มีโอกาสเรียนต่อ ฉันเพียงอยากเจอแกสักครั้ง เพื่อบอกแกว่าฉันขอบคุณที่แกให้ชีวิตฉัน" ขณะเดียวกันอีกมุมหนึ่งของต้นไม้หญิงชราคนหนึ่งเดินออกมาพร้อมกับเศษอาหารยื่นให้เหล่านกน้อยได้จิกกิน ภาพนั้นเข้ามาอยู่ในสายตาของบังอร เธอครุ่นคิดลึกลับๆ ก่อนจะเอ่ยออกไปว่า "อาจารย์คะ อาจารย์จำหนูได้ไหมคะ หนูบังอรใจคะ" หญิงชราหันมามองแต่ไม่ได้พูดอะไร...บังอรก้มลงกราบพร้อมกับน้ำตาที่เอ่อล้น

เสียงปิดประตูดังปัง... เกิดอะไรขึ้น ก้อยเดินไปดูที่ประตูนั้น แต่ไม่พบอะไร สักครู่มีเงามืดคล้ายชายร่างสูงปรากฏขึ้นต่อหน้าของก้อย เธอหวีดร้องดังสุดชีวิต แล้วก็มามีมือมาจับที่ไหล่ของเธอเธอสะบัดมันสุดแรงแล้ววิ่งออกมาอีกห้องหนึ่ง เสียงฝีเท้าหนักๆเข้ามาใกล้ก้อยเรื่อยๆ เธอเริ่มถอยหนีจนหลังติดกำแพง ก้อยหลับตาพร้อมกับยกมือขึ้นมาปิดหน้า เงานั้นค่อยๆถอดกายมาใกล้ๆแล้วเสียงหัวเราะก็ดังขึ้น "พี่ก้อยซี้กั๊วๆ..." ก้อยค่อยๆลืมตาและสีหน้าเปลี่ยนไป เธอหน้าแดงและกุมมือนั่นตวาดน้องชายว่า "นี่แกเล่นอะไรของแก นี่ฉันหัวใจวายขึ้นมาทำไม" แล้วเธอก็เดินจากไปเหลือแค่เพียงเจ้าน้องชายที่ยืนหน้าเจื่อนและมองตามพร้อมเอ่ยว่า "ก็ผมแค่เล่นนี่นา ไม่คิดว่าจะแรงขนาดนั้นนี่นาขอโทษ(เสียงอยู่ในลำคอ)"

บทสนทนาฝึกการสำรวจความเข้าใจที่มีต่อบุคคลอื่น(ช่วงที่ 1)

A: "พ่อรู้ว่าลูกรู้สึกยังไง พ่อทำทุกอย่างเพื่อลูกนะ ลูกเข้าใจพ่อใช่ไหม"

B: "คุณพ่อทำทุกอย่างเพื่อหนูนั่นแหละคะ แล้วที่หนูต้องอับอายเขาไปทั่ว ถูกมองว่าโง่ ไม่รู้เรื่องราวอะไรเลยอยู่คนเดียววันี้ คุณพ่อก็เป็นคนทำด้วยใช่ไหมคะ"

A: "คุณแม่....คุณแม่ต้องไม่เป็นอะไรนะคะ หนูขอโทษคะ หนูขอโทษ"

A: "รถคันเก่าเราไม่นำมาเสียเลยนะภายนอกยังดีอยู่เลย แต่ถ้าเรามีรถกะบะอีกสักคันก็ดีนะ จะได้เอาไว้ใช้งาน....ฮือ คำนี้นี่สวยจัง ดูเท่ไม่เบาเลยเชียะ"

A: "ฉันไม่เคยรู้สึกที่บ้านเราจะสวยงามขนาดนี้ ฮือ...นี่บ้านเราเกือบตกไปเป็นของคนอื่นแล้วนี่"

A: "ฉันมารบกวเธอรีเปล่า....ฉันแค่ทนไม่ได้ที่เห็นเธอเศร้า อยากจะมาดูว่าเธอเป็นอะไรหรือเปล่า"

B: "ฉันไม่เป็นไรหรอก"

A: "แน่ใจหรือว่าไม่เป็นไร เธอมีอะไรก็เล่าให้ฉันฟังได้นะ ฉันยังรอฟังเธออยู่เสมอ"

B: "อืม...คือฉันไม่รู้จะบอกเธอยังไงดี ฉัน...ฉันทำให้เขาโกรธมากแล้วก็ยังไม่ได้ขอโทษเขาก็มาจากฉันไปก่อน...ฉันยังคิดว่านี่ฉันอยู่ในฝันใช่ไหมเขายังอยู่กับฉันใช่ไหม"

A: "ไม่รู้ว่าชาติที่แล้วไปทำอะไรกรรมอะไรหนักหนาหนอ ชาตินี้แกถึงได้มาเจอแบบนี้ละ"

B: "เฮ้อ...ผมก็ไม่รู้จะทำไงดี ผมว่าชาตินี้ผมคงไม่มีวันมีความสุขแล้วละ"

A: "ฉันอยากเป็นนก...อยากจะบินไปแสนไกล จากชีวิตที่วุ่นวายนี้สักที ชีวิตของฉันถูกกักขังมานานเหลือเกิน"

เอกสารชุดที่ 3 พฤติกรรมการใส่ใจ (Attending Skill) และการให้กำลังใจ (Minimal Encouragement)

Attending Behavior

หมายถึง การเอื้อให้ผู้มาปรึกษาพูด ช่วยให้เขารู้สึกอิสระและเปิดเผย ลดการพูดของผู้ให้ การปรึกษา และก่อให้เกิดบรรยากาศที่อบอุ่นเมื่อผู้มาปรึกษารู้สึกว่ามีคนยอมรับและเข้าใจเขาจาก ทั้งท่าทางและการใส่ใจรับฟังเช่นการพูด ค่ะ/ครับ เป็นต้น โดยผลของการมี Attending Behavior จะทำให้สามารถสื่อสารกับผู้มาปรึกษาว่าคุณสนใจในสิ่งที่เขาพูด เพิ่มความตระหนักรู้ถึงลักษณะ ของความใส่ใจที่มีต่อผู้มาปรึกษา และทำให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลและกลุ่ม

Attending Behavior ประกอบด้วย

การประสานสายตา(Eye contact) เวลาพูดกับคนให้มองเขา

อวัจนภาษา(Attentive body language) ทำให้ผู้มาปรึกษารู้ว่าผู้ให้การปรึกษาสนใจ แสดงออกทางสีหน้า(Facial Expression)และใช้ท่าทางในการเอื้ออำนวยและให้กำลังใจเขา และ ลักษณะการวางตัว การเคลื่อนไหวในท่าทางต่างๆ

คุณภาพของเสียง(Vocal quality) น้ำเสียงและความเร็วในการพูด แสดงถึงว่าคุณรู้สึก อย่างไรในการพูดกับคนอื่น

การติดตามคำพูด(Verbal tracking) ผู้มาปรึกษามาทหาคุณด้วยเรื่องราวหนึ่งๆ ให้คุณตาม ท้นและอยู่กับเรื่องราวนั้นๆ

Ivey, A.E.. (1994). Intentional Interviewing and Counseling: Facilitating Client Development in a Multicultural Society(3rd ed). California: Brooks/Cole Publishing Company.

Cormier, W. & Cormier, S. L. (1985). Interviewing strategies for helpers: Foundational skills and cognitive behavioral interventions (2nd ed). California: Brooks/Cole Publishing Company.

กรอบการสังเกตพฤติกรรมการใส่ใจของผู้ให้การปรึกษาที่มีต่อผู้มาปรึกษาในการแสดงบทบาทสมมติ

รายการพฤติกรรม (Attending Behavior)	ลักษณะพฤติกรรม
<p>1. <u>การประสานสายตา</u></p> <p>1.1 ใช้สายตาตามองผู้ฟังอย่างเหมาะสม</p> <p>1.2 การแสดงออกของแววตาสอดคล้องกับเรื่องราวที่พูด</p>	<p>หมายถึง สบสายตากับผู้ฟังเป็นระยะ ไม่หลบสายตาผู้มาปรึกษา</p> <p>หมายถึง การใช้สายตาเน้นความหมายของถ้อยคำที่พูด เช่น หรีตตาลงเมื่อพูดถึงเรื่องท้อแท้สิ้นหวัง</p>
<p>2. <u>การแสดงออกทางสีหน้า</u></p> <p>2.1 แสดงออกทางสีหน้าสอดคล้องกับเรื่องที่พูด</p> <p>2.2 ยิ้ม</p>	<p>หมายถึง แสดงสีหน้าคล้ายตามเรื่องราวที่พูด เช่น พูดเรื่องสนุกสนานก็ยิ้มแย้มแจ่มใส</p> <p>หมายถึง มีสีหน้ายิ้มแย้มเป็นมิตร สร้างความอบอุ่นใจต่อผู้มาปรึกษา</p>
<p>3. <u>การเคลื่อนไหวร่างกาย</u></p> <p>3.1 เคลื่อนไหวมืออย่างสอดคล้องไม่ขัดกับการพูด</p> <p>3.2 เคลื่อนไหวแขนอย่างเป็นธรรมชาติ</p> <p>3.3 เคลื่อนไหวขาอย่างเป็นธรรมชาติ</p> <p>3.4 เคลื่อนไหวศีรษะรับกับเรื่องที่พูด</p> <p>3.5 การใช้มือและแขนประกอบสอดคล้องกับเรื่องที่พูด</p>	<p>หมายถึง เคลื่อนไหวมืออย่างเป็นธรรมชาติไม่ขัดกับการพูด</p> <p>หมายถึง เคลื่อนไหวแขนอย่างเหมาะสม ไม่เกร็ง</p> <p>หมายถึง เคลื่อนไหวขาอย่างไม่เกร็ง ไม่มีลักษณะของการรุก</p> <p>หมายถึง การเคลื่อนไหว หรือการหยุดเคลื่อนไหวศีรษะขณะพูดและฟังผู้มาปรึกษาได้ถูกจังหวะ</p> <p>หมายถึง เคลื่อนไหวมือและแขนอย่างเหมาะสม รับกาเรื่องที่พูด</p>
<p>4. <u>ท่าทางการนั่ง</u></p> <p>4.1 เอนตัวไปข้างหน้าอย่างเหมาะสม</p> <p>4.2 นั่งเป็นตามสบายไม่เกร็ง</p> <p>4.3 วางแขนตามสบายไม่เกร็ง</p> <p>4.4 วางขาอย่างเหมาะสม</p>	<p>หมายถึง การโน้มตัวอยู่ในระยะห่างพอดีในการพูดคุยกับผู้มาปรึกษา</p> <p>หมายถึง ท่านั่งเป็นธรรมชาติ เหมาะสม ไม่นั่งตัวตรงนิ่งแข็งทื่อหรือดูอ่อนแอไม่มีแรง</p> <p>หมายถึง ลักษณะการวางแขนที่พนักหรือที่ตักอย่างเหมาะสม เมื่อยก็คลายขยับปรับเปลี่ยนได้เป็นธรรมชาติ</p> <p>หมายถึง ท่าวางขามีลักษณะที่ไม่จุกจิก เหยียดยาว แต่วางในลักษณะที่เป็นธรรมชาติ มีระยะห่างพอเหมาะจากผู้มาปรึกษา</p>
<p>5. <u>ระดับเสียง</u></p> <p>5.1 ใช้น้ำเสียงสอดคล้องกับเรื่องที่พูด</p> <p>5.2 ความดังของเสียงอยู่ในระดับพอดี</p>	<p>หมายถึง การออกเสียงในระดับเดียวกับเรื่องที่พูด เช่น เสียงต่ำ หุ่มเมื่อพูดถึงเรื่องเศร้า</p> <p>หมายถึง พูดด้วยที่ไม่ดังหรือเบาเกินไป</p>

**แบบสังเกตพฤติกรรมการใส่ใจของผู้ให้การปรึกษาที่มีต่อผู้มาปรึกษาในการแสดงบทบาทสมมติ
วิธีใช้แบบสังเกต**

1. ผู้สังเกตเข้าสังเกตพฤติกรรมการใส่ใจตลอดช่วงเวลาในการแสดงบทบาทสมมติ(สังเกตพฤติกรรมของเพื่อนนักศึกษาที่สวมบทบาทเป็นผู้ให้การปรึกษาทีละคน คนละ 3 นาที)
2. ผู้สังเกตประเมินว่าโดยภาพรวมแล้วเพื่อนนักศึกษาที่สวมบทบาทเป็นผู้ให้การปรึกษาได้แสดงพฤติกรรมอะไรบ้างตามรายการพฤติกรรมที่กำหนดไว้ในแบบสังเกต โดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องแสดงหรือไม่แสดงพฤติกรรมนั้นๆ(ประเมินผลในระหว่างที่มีการแสดงบทบาทสมมติ)
3. ผู้สังเกตบันทึกตัวอย่างของพฤติกรรมการใส่ใจที่คิดว่าจะเป็นข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการสังเกตในช่องหมายเหตุ

รายการพฤติกรรม (Attending Behavior)	แสดง พฤติกรรม	ไม่แสดง พฤติกรรม	หมายเหตุ
1.การประสานสายตา			
1.1 ใช้สายตามองผู้ฟังอย่างเหมาะสม.....			
1.2 การแสดงออกของแววตาสอดคล้องกับ เรื่องราวที่พูด			
2.การแสดงออกทางสีหน้า			
2.1 แสดงออกทางสีหน้าสอดคล้องกับเรื่องที่พูด.....			
2.2 ยิ้ม.....			
3.การเคลื่อนไหวร่างกาย			
3.1 เคลื่อนไหวมีอย่างสอดคล้องไม่ขัดกับการพูด.....			
3.2 เคลื่อนไหวแขนอย่างเป็นธรรมชาติ			
3.3 เคลื่อนไหวขาอย่างเป็นธรรมชาติ.....			
3.4 เคลื่อนไหวศีรษะรับกับเรื่องที่พูด			
3.5 การใช้มือและแขนประกอบการพูดสอดคล้อง กับเรื่องที่พูด			
4.ท่าทางการนั่ง			
4.1 เอนตัวไปข้างหน้าอย่างเหมาะสม.....			
4.2 นั่งเป็นธรรมชาติไม่เกร็ง			
4.3 วางแขนตามสบายไม่เกร็ง.....			
4.4 วางขาอย่างเหมาะสม.....			
5.ระดับเสียง			
5.1 ใช้น้ำเสียงสอดคล้องกับเรื่องที่พูด.....			
5.2 ความดังของเสียงอยู่ในระดับพอดีไม่ดังหรือ เบาเกินไป.....			

ทักษะการให้กำลังใจ (Minimal Encouragement)

การให้กำลังใจ เป็นการแสดงความสนใจด้วยการกล่าวรับว่าผู้ให้การปรึกษามีความเข้าใจในสิ่งที่ผู้มาปรึกษาพูด

วัตถุประสงค์ในการให้กำลังใจเพื่อเป็นการช่วยเหลือผู้มาปรึกษาในการสนทนาต่อในครั้งแรกที่เริ่มพูดและสนับสนุนให้เขาได้พูดต่อไป โดยการให้กำลังใจเพียงเล็กน้อยในการสนทนาช่วยให้ผู้ฝึกมีความกระตือรือร้นมากขึ้น และนำไปสู่การอยู่กับผู้มาปรึกษา อันแสดงถึงการให้ความสำคัญกับความต้องการและความปรารถนาของผู้มาปรึกษา

ตัวอย่างและการนำไปใช้

เช่น การกล่าวรับ "ครับ" "ค่ะ" "อืม...ค่ะ/ครับ" แล้วทวนซ้ำคำ 1-2 คำ จากที่ผู้มาปรึกษาได้กล่าวออกมา หรือถามคำถามหรือพยักหน้า และมีท่าทางอวัจนภาษาประกอบอันแสดงถึงความเข้าใจ ให้ความสนใจ และใส่ใจต่อผู้มาปรึกษา ตัวอย่างเช่น

ผู้มาปรึกษา : นักเรียนอายุ 14 ปี "ผมดีใจนะที่ผมสอบได้"

ผู้ให้การปรึกษา : "ค่ะ" (พยักหน้า หรืออืม)

ผู้มาปรึกษา : "ผมตั้งใจอ่านหนังสือ..."

ประโยชน์ของการใช้วิธีการนี้สำเร็จอยู่ที่ผู้ให้การปรึกษาสามารถเข้าถึงในสิ่งที่ผู้มาปรึกษากล่าวออกมาว่าคืออะไร ซึ่งอาจเอื้อให้เกิดความงอกงาม หรืออาจทำให้การสนทนามีทิศทาง โดยเป็นการตามในสิ่งที่ผู้มาปรึกษาพูดโดยตรง ซึ่งสามารถช่วยให้ผู้มาปรึกษาแสดงออกด้วยตนเองอย่างชัดเจนมากขึ้น

จีน แบรี่. (2538). คู่มือการฝึกทักษะให้การปรึกษา: Training handbook for counseling skills. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Cormier, W. & Cormier, S. L. (1985). Interviewing strategies for helpers: Fundamental skills and cognitive behavioral interventions (2nd ed). California: Brooks/Cole Publishing Company.

Ivey, A.E.. (1994). Intentional Interviewing and Counseling: Facilitating Client Development in a Multicultural Society(3rd ed). California: Brooks/Cole Publishing Company.

เอกสารการให้ข้อมูลป้อนกลับต่อพฤติกรรมกรใส่ใจ

_____ (วันที่)

(ชื่อผู้ให้การปรึกษา)

(ชื่อผู้กรอกแบบฟอร์ม)

คำล้ง ให้เขียนข้อมูลป้อนกลับที่เฉพาะเจาะจงและที่ได้สังเกตการณ์ โดยไม่ตัดสินแต่ให้กำลังใจ

1. การประสานสายตา เอื้ออำนวย จ้องตา หลีกหนี จากการประสานสายตาผู้ให้การปรึกษา
ขัดจังหวะการสนทนาใหม่

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

2. อวัจนภาษา ฟิงหรือเปลา มีท่าทางใหม่ แสดงออกทางสีหน้า จากการใช้อวัจนภาษาผู้ให้การ
ปรึกษาอยู่ในท่าทางที่เหนือกว่าผู้มาปรึกษาหรือไม่ หรือแสดงถึงการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญ และ
จำนวนของการเคลื่อนไหวของอวัจนภาษาที่เอื้ออำนวย

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

3. คุณภาพของเสียง น้ำเสียง อัตราความเร็วในการพูด ระดับเสียง สำเนียง จากการใช้เสียงมีการ
เปลี่ยนแปลงการตอบสนองอย่างไรต่อการแสดงออกของผู้มาปรึกษา จำนวนของการเปลี่ยนแปลง
หลักๆหรือการลังเลในการพูด

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

4. การตามติดเรื่องราวและการใส่ใจ อยู่กับเรื่องราวหรือไม่ จำนวนของการข้ามหัวข้อหลักเท่าไร
ผู้ให้การศึกษาแสดงออกว่าสนใจประเด็นหนึ่งมากกว่าอีกประเด็นหนึ่งไหม แล้วผู้มาศึกษามี
เวลาส่วนมากในการพูดหรือไม่

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

5. มุมมองทางบวกที่เฉพาะเจาะจงในการสนทนา

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



แบบประเมินตนเองและการสังเกตการณ์

1. ให้คุณสำรวจตนเองว่ามีพฤติกรรมการใส่ใจอย่างไรบ้าง ทั้งที่เป็นอวัจนภาษาและการใส่ใจต่อเรื่องราวต่างๆเรื่องอะไรบ้าง

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

2. เขียนความหมายของพฤติกรรมการใส่ใจและไม่ใส่ใจว่าคืออะไรและจงยกตัวอย่างพฤติกรรม การใส่ใจของคุณ

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

3. ให้คุณจำแนกพฤติกรรมการใส่ใจผ่านการสังเกตการณ์เพื่อนในการแสดงบทบาทสมมติ

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

4. จากที่คุณได้แสดงบทบาทสมมติแล้ว ให้คุณบรรยายพฤติกรรมการใส่ใจของคุณ อะไรมีผลต่อการพูดของผู้มาปรึกษาที่มากขึ้น และคุณอยู่กับเรื่องราวของผู้มาปรึกษาโดยปราศจากการแนะนำหัวข้อใหม่ๆให้ผู้มาปรึกษา

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

5. จากการที่คุณมีพฤติกรรมการใช้ใจ ผู้มาปรึกษามีการเปลี่ยนแปลงอย่างไรบ้าง มีความงอกงามเกิดขึ้นอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....



เอกสารชุดที่ 4 ทักษะการใช้คำถามปลายเปิด-ปิด (Open-Close ended Questions)

ทักษะการใช้คำถามปลายเปิด-ปิด(Open-Close ended Questions)

การใช้คำถามปลายเปิด หมายถึง การถามที่ขึ้นต้นคำถามด้วยคำว่า อะไร อย่างไร เมื่อใด ที่ไหน ในแนวทางใด เป็นต้น คำถามปลายเปิดเป็นคำถามที่ไม่ตอบด้วยคำตอบว่า “ใช่” หรือ “ไม่ใช่”

วัตถุประสงค์ในการใช้คำถามปลายเปิดเพื่อให้ผู้ให้การปรึกษาสามารถเอื้อให้ผู้มาปรึกษาได้พูดและสำรวจความรู้สึกและความคิดของตนเองอย่างชัดเจน โดยปราศจากการกำหนดขอบเขตของการตอบช่วยให้ผู้มาปรึกษาได้มีโอกาสพูดถึงความคิด ความรู้สึก และสิ่งที่ปัญหาตามความต้องการของตน อีกทั้งยังเป็นการเชิญชวนให้ผู้มาปรึกษาได้มุมมองอิสระมีทางเลือกหลายทางในการแสดงออกด้วยตนเอง การถามลักษณะนี้ผู้ตอบจะพูดอย่างเต็มที่และสะดวกใจ ทำให้ทราบเรื่องราวต่างๆมากมาย ความสำคัญของการถามอยู่ที่การช่วยเหลือผู้มาปรึกษาให้เขาได้กระจ่างชัดในปัญหาของตัวเอง และคำถามจะต้องเกี่ยวข้องกับผู้มาปรึกษา มิใช่เกี่ยวข้องกับเรื่องให้ผู้ให้การปรึกษาสงใจ เพราะมันส่งผลต่อความใส่ใจต่อการสื่อสาร และต่อการทำให้ผู้มาปรึกษาเข้าใจในสิ่งที่เขาได้แสดงออกมากขึ้น ซึ่งในการเริ่มต้นในการคุยนั้นผู้ให้การปรึกษาสามารถเริ่มต้นด้วยการถามคำถามปลายเปิดอันเป็นการช่วยในการเริ่มต้นการสนทนา และสามารถใช้ในการยกตัวอย่างพฤติกรรมหรือสิ่งที่แสดงออกที่เฉพาะเจาะจงลงไปให้ผู้มาปรึกษากล่าวถึงเพื่อให้เกิดความเข้าใจในสิ่งที่กล่าวถึงมากขึ้น

ตัวอย่างและการนำไปใช้

การช่วยในการเริ่มต้นการสนทนา เช่น “คุณอยากจะพูดถึงอะไรวันนี้”

การช่วยให้ผู้มาปรึกษาขยายความ เช่น “คุณรู้สึกอย่างไรเมื่อเรื่องนี้เกิดขึ้น”

การช่วยให้ผู้มาปรึกษาแสดงตัวอย่างของพฤติกรรมเฉพาะที่ทำให้ผู้ให้การปรึกษาสามารถเข้าใจสิ่งที่ผู้มาปรึกษากำลังอธิบายอยู่ เช่น “คุณพอจะยกตัวอย่างได้ไหม”

“คุณทำอะไรเมื่อคุณรู้สึกเศร้า”

“คุณหมายความว่าอย่างไรที่บอกว่าคุณมักจะใจลอย”

การช่วยให้ผู้มาปรึกษาอยู่กับความรู้สึกของตน เช่น “คุณรู้สึกอย่างไรขณะที่กำลังเล่าให้ดิฉันฟังถึงเรื่องนี้”

“แล้วคุณรู้สึกอย่างไรบ้าง”

นอกจากนี้ ในการถามโดยใช้คำว่า “ทำไม” ในการให้ความช่วยเหลือนั้นพบว่าผู้ให้ความช่วยเหลือจะต้องระมัดระวัง และยังเป็น การแสดงถึงการต่อต้านในการร่วมรู้สึกกับผู้มาปรึกษาซึ่งจะทำให้เขารู้สึกไม่อยากแลกเปลี่ยนหรือแสดงความรู้สึกและความคิด เช่น ในกรณีคำถามว่าทำไมหนูถึงชอบกีฬาบาสเกตบอล ซึ่งจะทำให้ผู้มาปรึกษามีความรู้สึกว่าตนถูกซักถาม หรือ

สอบสวน หรือทำให้เกิดความรู้สึกว่าต้องอธิบายแรงจูงใจ เหตุผล เป้าหมาย และหากว่าเขายังไม่ตระหนักในเรื่องนี้ เขาเกิดความสับสน หมกมุ่นอยู่กับการตอบคำถามนี้

การใช้คำถามปลายปิด หมายถึง การถามที่ลงท้ายด้วยคำว่า หรือไม่ หรือยัง หรือเปล่า โดยผู้ที่ตอบจะตอบด้วยคำตอบว่า ใช่ หรือ ไม่ใช่ กล่าวคือ แสดงการตอบรับหรือปฏิเสธอย่างใดอย่างหนึ่ง

วัตถุประสงค์ในการถามปลายปิดนั้นสามารถใช้ได้ตามความเหมาะสม ช่วยให้ผู้มาปรึกษาใส่ใจกับประเด็น ปัญหาหลัก เป็นการถามข้อมูลที่เฉพาะเจาะจง หรือมุ่งสนใจเฉพาะเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่ละเรื่อง และไม่ให้ทางเลือกผู้มาปรึกษาในการตอบ ด้วยเหตุนี้ผู้มาปรึกษาจึงตอบสนองด้วยคำ "ใช่" หรือ "ไม่ใช่" หรือคำเพียงไม่กี่คำ ตัวอย่างเช่น "คุณทำตามคำแนะนำของฉันใช่ไหม" "ตอนนี้คุณรู้สึกโกรธใช่ไหม" "น้องสาวของคุณเป็นสาเหตุให้คุณยุ่งยากใจใช่ไหม"

ตัวอย่างและการนำไปใช้

เช่น "หนูต้องการความช่วยเหลือในการทำรายงานหรือไม่คะ"

"หนูรู้สึกไม่สบายใจเลยคะ"

ในบางครั้งการถามปลายปิดก็เป็นประโยชน์ และสามารถทำให้เกิดการรับรู้ที่แคบในสิ่งที่กล่าวถึง และการถามปลายปิดมีความเที่ยงตรงขึ้นอยู่กับมุมมองของผู้ให้การปรึกษาต่อโลกและการนำผู้มาปรึกษาให้ไปสูทิศทางเฉพาะเจาะจงในหลายทาง ส่วนในกรณีที่ผู้มาปรึกษายึดติดอยู่กับสิ่งที่เขาคิด อาจใช้คำถามปลายเปิดในการเชื้อให้เกิดประโยชน์เพื่อเข้าใจในปัญหาของผู้มาปรึกษาอย่างชัดเจน โดยการใช้การถามปลายปิดและปลายเปิดอย่างสมดุลนั้นมีส่วนในการเชื้อให้ผู้มาปรึกษาได้งอกงาม

จีน แบรี่. (2538). คู่มือการฝึกทักษะให้การปรึกษา: Training handbook for counseling skills. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Cormier, W. & Cormier, S. L. (1985). Interviewing strategies for helpers: Fundamental skills and cognitive behavioral interventions (2nd ed). California: Brooks/Cole Publishing Company

Ivey, A. E. & Authier, J. (1978). Microcounseling: Innovations in interviewing. Counseling, Psychotherapy, and Psychoeducation (2nd ed). Illinois: Charles C. Thomas.

การใช้คำถามปลายเปิด-ปิด

1. จากคำถามต่อไปนี้ให้ใส่หมายเลข 1 คือ คำถามปลายปิด และหมายเลข 2 คือคำถามปลายเปิด
หน้าข้อความ

- _____ 1. คุณมาที่นี้บ่อยไหม
- _____ 2. น้องสาวคุณอาศัยอยู่ที่ไหนคะ
- _____ 3. คุณอยู่กับใจไซ้ไหม
- _____ 4. มีอะไรสำคัญๆเกิดขึ้นในระหว่างสัปดาห์นี้บ้างครับ
- _____ 5. ช่วยเล่าเกี่ยวกับครอบครัวคุณหน่อยคะ
- _____ 6. คุณนึกว่าเธอรู้สึกอย่างไรเกี่ยวกับเรื่องนั้น
- _____ 7. ทำไมคุณไม่คิดออกจากงานนี้

2. จงเขียนคำถามที่คุณคิดว่าจะมีผลต่อการสนทนากับผู้มาปรึกษา

ผู้มาปรึกษา กล่าวว่า เงินของฉันหาย ฉันคิดว่าฉันทิ้งมันไว้ในลิ้นชัก แต่พอไปดูก็ไม่เห็น
ฉันคิดว่าต้องมีคนขโมยไปแน่

2.1 จงเขียนคำถามปลายเปิดเพื่อให้ได้ข้อมูลที่เฉพาะเจาะจงตามความเป็นจริง ความรู้สึกและมีเหตุผล

- 1.....
- 2.....
- 3.....

2.2 จงเขียนคำถามปลายปิดเพื่อให้ได้ข้อมูลที่เฉพาะเจาะจงตามสถานการณ์

- 1.....
- 2.....
- 3.....

2.3 ท่านคิดว่าคำถามใดที่เหมาะสมเพื่อให้ได้ข้อมูลที่เฉพาะเจาะจงต่อปัญหานี้มากที่สุด

-
-

3. ให้ท่านสังเกตการใช้คำถามในชีวิตประจำวัน

3.1 ท่านพบการใช้คำถามอะไรบ้างในชีวิตประจำวัน

-
-

.....

.....

3.2 ให้ท่านบันทึกการสนทนาโดยใช้คำถามจากชีวิตประจำวันมา 1 สถานการณ์โดยสังเกตถึง
ภาพรวมของสถานการณ์ ข้อเท็จจริงที่เกิดขึ้น ความรู้สึกของบุคคลที่เกิดขึ้นต่อสถานการณ์ และ
เหตุผลที่ทำให้เกิดสถานการณ์นั้นขึ้น

.....

.....

.....

.....

.....

เอกสารการให้ข้อมูลป้อนกลับต่อการใช้คำถาม

_____ (วันที่)

(ชื่อผู้ให้การปรึกษา)

(ชื่อผู้กรอกแบบฟอร์ม)

คำสั่ง ให้ท่านเขียนคำถามที่เกิดขึ้นจากการสังเกตการณ์ในการเล่นบทบาทสมมติของผู้ให้การปรึกษาแล้วเขียนว่าแต่ละข้อคำถามนั้นเป็นการใช้คำถามปลายเปิดหรือปลายปิด การใช้คำถามปลายใส่หมายเลข 1 การใช้คำถามปลายปิดใส่หมายเลข 2

- _____ 1.
- _____ 2.
- _____ 3.
- _____ 4.
- _____ 5.
- _____ 6.
- _____ 7.
- _____ 8.
- _____ 9.
- _____ 10.

1. คำถามใดที่ท่านคิดว่ามีประโยชน์ต่อการเลือกอำนวยความสะดวก (ช่วยเหลือ) ผู้มาปรึกษามากที่สุด
.....
.....

2. จากการใช้คำถามท่านสังเกตเห็นพฤติกรรมการใช้ใจของทั้งผู้ให้การปรึกษาและผู้มาปรึกษาอย่างไรบ้าง
.....
.....
.....

3. ให้ท่านเขียนความรู้สึกประทับใจที่มีต่อการสังเกตการณ์การสนทนาจากบทบาทสมมติ
.....
.....
.....

แบบประเมินตนเองและการสังเกตการณ์

1. ให้ท่านเขียนความหมายของการใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิด และยกตัวอย่าง

.....

.....

.....

.....

2. ให้ท่านระบุผลของการใช้คำถามปลายเปิดและปลายปิดว่ามีผลต่อผู้มาปรึกษาอย่างไร หรือต่อบุคคลอื่นอย่างไร

.....

.....

.....

.....

3. ในฐานะที่ท่านเป็นผู้ให้การปรึกษาในการเล่นบทบาทสมมติท่านใช้คำถามอะไรในการสนทนา

.....

.....

.....

.....

4. ในการสนทนาที่ท่านเป็นผู้ให้การปรึกษาท่านการใช้คำถามแต่ละอย่างมีความแตกต่างกันอย่างไร (จากผลที่ได้รับการตอบรับ และท่าทาง(อวัจนภาษา)ของผู้มาปรึกษา บรรยากาศของการสนทนา)

.....

.....

.....

.....

5. ในชีวิตประจำวันท่านใช้คำถามอะไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

เอกสารชุดที่ 5 ทักษะการกระจ่างความ (Clarification)

ทักษะการกระจ่างความ (Clarification)

การกระจ่างความ เป็นการตอบรับจากการฟังผู้มาปรึกษาโดยการใช้คำถามหรือประโยคที่เริ่มต้นด้วย "คุณหมายความว่า...." หรือ "คุณบอกว่า..." รวมเข้ากับการถอดความในสาระที่ผู้มาปรึกษากล่าว

วัตถุประสงค์เพื่อให้สาระที่ผู้มาปรึกษาสื่อออกมามีความชัดเจนและเพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงของใจความที่ผู้ให้การปรึกษาได้รับฟังจากผู้มาปรึกษาก่อนโดยไม่ด่วนสรุป ซึ่งจะช่วยให้ผู้ให้การปรึกษาเกิดความเข้าใจตรงกันกับผู้มาปรึกษา และยังส่งเสริมให้กำลังใจผู้มาปรึกษาให้ดำเนินเรื่องของตนต่อไป เนื่องจากผู้ให้การปรึกษาได้สื่อให้เขาทราบว่ากำลังติดตาม รับฟังสาระของเขาอยู่อย่างตั้งใจ ซึ่งแสดงถึงความใส่ใจ

ตัวอย่างและการนำไปใช้

(1)ผู้มาปรึกษา : นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 "หนูไม่อยากทำการบ้านพวกนี้เลย หนูไม่สนว่าจะเรียนไปเยอะเพื่ออะไร หนูรู้สึกไม่ค่อยดีเลย"

ผู้ให้การปรึกษา : "หนูหมายความว่าหนูไม่ชอบทำการบ้าน เพราะหนูไม่เห็นประโยชน์"

(2)ผู้มาปรึกษา : "บางครั้งฉันก็อยากหนีจากทุกอย่างเลย"

ผู้ให้การปรึกษา : "คุณบอกว่าอยากหนีจากทุกอย่าง"

ผู้มาปรึกษา : "คะ ฉันหมายถึงงานที่ฉันต้องทำเยอะ ฉันรู้สึกว่ามัน..."

จิ้น แบรี. (2538). คู่มือการฝึกทักษะให้การปรึกษา: Training handbook for counseling skills. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วัชรีย์ ทรัพย์มี. (2533). ทฤษฎีและกระบวนการให้บริการปรึกษา : Theories and Process of Counseling. ตำราอุดมศึกษา โครงการส่งเสริมการแต่งตำรา ทบวงมหาวิทยาลัย.

Ivey, A.E.. (1994). Intentional Interviewing and Counseling: Facilitating Client Development in a Multicultural Society(3rd ed). California: Brooks/Cole Publishing Company.

แบบฝึกหัดการกระจ่างความ

1. จงเติมคำตอบระบุว่าประโยคต่อไปนี้เป็นทักษะใด ถ้าเป็นทักษะ Encouragement ให้ใส่อักษร E Clarification ให้ใส่อักษร C

- _____ 1. " อืม..... "
- _____ 2. เจียบ ด้วยการใช้อวัจนภาษาในการเอื้ออำนวยผู้มาปรึกษา
- _____ 3. " คุณหมายความว่าช่วงปิดเทอมนี้คุณอาจเลือกที่จะกลับบ้านมากกว่าอยู่ที่หอพัก "
- _____ 4. " ดันบอกว่าอยากเปลี่ยนใจ "
- _____ 5. " ค่ะ น้องก็ใจเย็นแล้วนะ "
- _____ 6. " คุณบอกว่าคุณอยากไปมหาวิทยาลัย "
- _____ 7. " ค่ะ/ครับ "
- _____ 8. " น้อยหมายถึงว่าคุณพ่อของคุณแม่ต้องการให้น้อยเรียนอย่างเดียวอย่าเพิ่งทำงาน "
- _____ 9. " สนุกนะค่ะ "
- _____ 10. " แก้วบอกว่าน้องโกรธที่แก้วว่าน้องไม่สนใจเรียน "

2. ให้ท่านอ่านประโยคคำพูดของผู้มาปรึกษา แล้วเขียนคำพูดของท่านลงในช่องว่าง

2.1 ผู้มาปรึกษา : " หนูเพิ่งทะเลาะกับที่บ้านมาค่ะ หนูว่าจะทำยังไงดีไม่อยากกลับบ้านเลยตอนนี้ "

จากประโยคคำพูดของผู้มาปรึกษาข้างต้น ในฐานะที่ท่านเป็นผู้ให้การปรึกษาให้ท่านเขียนคำพูดของท่านดังนี้คือ

ประโยคคำพูดในลักษณะของการให้กำลังใจ

""

""

ประโยคคำพูดในลักษณะของการกระจ่างความ

""

""

2.2 ผู้มาปรึกษา : " วันนี้ฉันพลาดไปประชุมไม่ทัน เรื่องที่เตรียมมาช่วยกันแก้ปัญหา ก็เลยไม่ได้เสนอ รู้สึกว่าตัวเองไม่ได้ช่วยอะไรเพื่อนเลยคะ "

จากประโยคคำพูดของผู้มาปรึกษาข้างต้น ในฐานะที่ท่านเป็นผู้ให้การปรึกษาให้ท่านเขียนคำพูดของท่านดังนี้คือ

ประโยคคำพูดในลักษณะของการให้กำลังใจ

""

""

ประโยคคำพูดในลักษณะของการกระจำงความ

“.....”

“.....”

2.2 ผู้มาปรึกษา : “ แม่บอกให้ผมไปสมัครสอบที่อื่นด้วย แต่ผมไม่ออกไปเลยมันไม่มีอะไรดีขึ้นมา
หรอก ยังไงผมก็ตัดสินใจเรียนที่นี่แล้ว”

จากประโยคคำพูดของผู้มาปรึกษาข้างต้น ในฐานะที่ท่านเป็นผู้ให้การปรึกษาให้ท่านเขียนคำพูด
ของท่านดังนี้คือ

ประโยคคำพูดในลักษณะของการให้กำลังใจ

“.....”

“.....”

ประโยคคำพูดในลักษณะของการกระจำงความ

“.....”

“.....”

1. ผู้มาปรึกษาแสดงออกถึงความไม่สอดคล้องจากคำพูดของผู้ให้ปรึกษาอย่างไรบ้าง(เช่น การแสดงออกทางสีหน้า ท่าทาง การพูด เป็นต้น)

.....

.....

.....

.....

.....

2. ให้ท่านเขียนถึงการสังเกตการณ์การให้ปรึกษาโดยภาพรวมว่าเป็นอย่างไรบ้าง(เช่น บรรยากาศ ผู้ให้ปรึกษาเป็นอย่างไรบ้าง มีการเอื้อให้ผู้มาปรึกษาได้เล่าถึงปัญหา แสดงว่าตนสนใจให้กำลังใจ ใช้ทักษะการกระจำความเป็นอย่างไรบ้าง)

.....

.....

.....

.....

.....



แบบประเมินตนเองและการสังเกตการณ์

1. ให้ท่านเขียนความหมายของการให้กำลังใจและการกระจำงความ และยกตัวอย่าง

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

2. ในฐานะที่ท่านเป็นผู้ให้การศึกษาในการเล่นบทบาทสมมติ ให้ท่านระบุผลของการใช้การให้กำลังใจและการกระจำงความว่ามีผลต่อผู้มาปรึกษาอย่างไร หรือต่อบุคคลอื่นอย่างไร ในการสนทนา ท่านสังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง(จากผลที่ได้รับการตอบรับ และท่าทาง(อวัจนภาษา)ของผู้มาปรึกษา บรรยากาศของการสนทนา)

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

3. ในฐานะที่ท่านเป็นผู้มาปรึกษาในการเล่นบทบาทสมมติ จากที่ผู้ให้การศึกษาได้ใช้การให้กำลังใจและการกระจำงความต่อท่าน ท่านมีความรู้สึกอย่างไร สังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลง และผลอะไรที่เกิดขึ้นบ้าง

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

4. ในชีวิตประจำวันท่านได้ใช้ทักษะการให้กำลังใจและการกระจำงความอะไรบ้าง

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

เอกสารชุดที่ 6 ทักษะการสะท้อนความ (Paraphrase)

ทักษะการสะท้อนความ (Paraphase)

การสะท้อนความ เป็นการตอบรับที่ผู้ให้การปรึกษาใช้โดยการทวนข้อความในสาระในส่วนที่เป็นเนื้อหาความคิดที่ผู้มาปรึกษากล่าว ซึ่งมีลักษณะเป็นการกล่าวซ้ำ (restatement) หรือ ทวนความ (rephrasing) และสามารถใช้คำว่า "restatement of content" คือกล่าวซ้ำในส่วนที่เป็นเนื้อหาที่ผู้มาปรึกษาสื่อออกมาให้ทราบ โดยใช้ถ้อยคำภาษาของผู้ให้การปรึกษาเอง

วัตถุประสงค์ในการสะท้อนความเพื่อแสดงถึงความเข้าใจเนื้อหาสาระที่ผู้มาปรึกษาสื่อ และช่วยผู้มาปรึกษาให้สามารถขยายความให้เกิดความชัดเจนขึ้นในประเด็นหรือความคิดหลัก โดยสามารถมุ่งเน้นที่ประเด็นใดประเด็นหนึ่งที่สำคัญต่อผู้มาปรึกษา ทั้งความคิด เหตุการณ์ และ พฤติกรรม ซึ่งนำไปให้ผู้มาปรึกษาคิดถึง ใส่ใจ หรือจดจ่ออยู่กับเนื้อหาสาระที่ตนเองกล่าว จนทำให้ผู้มาปรึกษาเข้าใจตนเองมากขึ้น และแสดงถึงการให้กำลังใจผู้มาปรึกษาพูดต่อด้วย

ตัวอย่างและการนำไปใช้

ผู้มาปรึกษา : นักเรียนอายุ 12 ปี "ผมอยู่ห่างกับพ่อแม่ ผมต้องดูแลตัวเองอย่างมากครับ บางทีก็อยากกลับบ้านครับ ไปช่วยพ่อแม่ขายของ นึกถึงเมื่อก่อนแล้วก็รู้สึกดีครับ"

ผู้ให้การปรึกษา : "การที่หนูไม่ได้อยู่กับคุณพ่อคุณแม่ทำให้หนูต้องรับผิดชอบตัวเอง และมี บางครั้งที่พ่อกับคุณแม่คิดถึงวันเก่าๆก็ทำให้หนูมีความสุข"

ทักษะนี้ช่วยให้ผู้ให้การปรึกษาและผู้มาปรึกษาเกิดความกระจ่างในสิ่งที่พูด จากความใส่ใจมาสู่เนื้อหาของกรพูดทำให้ผู้ให้การปรึกษาชัดเจนในการสื่อต่อผู้มาปรึกษา อย่างไรก็ตามการสะท้อนความที่ดีนั้นต้องการผู้ให้การปรึกษาสะท้อนเนื้อหาที่สำคัญต่อผู้มาปรึกษาอันเป็น เนื้อความสุดท้ายหรือรองจากสุดท้ายเพียงไม่กี่เนื้อหา ซึ่งจะช่วยให้ผู้มาปรึกษากระจ่างขึ้นทำให้ การพูดดำเนินต่อไปได้ ซึ่งการสะท้อนความเน้นที่เนื้อหาและการตามทันปัญหาที่เผชิญอยู่ มี ประโยชน์ในการทำให้เกิดความกระจ่างในประเด็นที่เกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ

จีน แปรี่. (2538). คู่มือการฝึกทักษะให้การปรึกษา: Training handbook for counseling skills. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วัชร ทรัพย์มี. (2533). ทฤษฎีและกระบวนการให้บริการปรึกษา : Theories and Process of Counseling. ตำราอุดมศึกษา โครงการส่งเสริมการแต่งตำรา ทบวงมหาวิทยาลัย.

Ivey, A.E.. (1994). Intentional Interviewing and Counseling: Facilitating Client Development in a Multicultural Society(3rd ed). California: Brooks/Cole Publishing Company.

แบบฝึกหัดการสะท้อนความและการสะท้อนความรู้สึกจากบทสนทนา

1. "ผมว่างานที่ผมทำอยู่ตอนนี้มันไม่มั่นคง บริษัทจะล้มเมื่อไหร่ก็ไม่รู้ แต่ถ้าจะออกจากงานตอนนี้ผมก็ไม่รู้ว่าจะออกไปทำอะไร เอ้อ...ผมหาทางออกไม่ได้จริงๆ"
2. a: "ฉันไม่อยากจะเก็บมาคิดเลย แต่ก็อดคิดไม่ได้ว่าถ้าเขาไปแล้วฉันจะอยู่อย่างไร"
b: "ก็อยู่แบบเดิมนี่แหละ ไม่เห็นจะต้องมีใครเลย"
a: "แต่ฉันแค่เดินไปไหนมาไหนคนเดียวมันก็รู้สึกวุ่นวายอะไรไปบางอย่างแล้วนะ"
b: "โอ้...อย่ามัวคิดมากสิ ชีวิตมันก็แบบนี้แหละ เดียวก็ชินไปเอง คิดมากนัก"
3. "งตัวเองอยู่เหมือนกันคะว่าในที่สุดก็ได้รางวัลนี้มา ดีใจที่สุดแล้วคะ ทำอะไรเพื่อพ่อแม่ได้ หนูคิดว่าหลังจากนี้หนูจะกลับไปหาท่านทั้งสองที่ทำให้หนูมีวันนี้คะ"
4. "ถ้าให้ฉันต้องเลือกระหว่างสองเรื่องนี้ฉันคงเลือกยาก เพราะทั้งสองอย่างก็สำคัญต่อฉันเท่ากัน ถ้าฉันทุกอย่างใดอย่างหนึ่งไปฉันคงรู้สึกแย่มากที่ตัวเองยังไม่ได้ทำให้ดีที่สุดเลย และหากฉันต้องเรียนต่อจริงๆฉันต้องทำงานนี้ แล้วถ้าเรียนไม่ดีขึ้นมาฉันก็ต้องเสียใจ จะกลับมาทำงานอีกก็ลำบาก นี่ฉันควรทำไงดี"
5. "ฉันไม่กล้าบอกลูกไปตรงๆหรอก ก็ได้แต่เก็บเอาไว้ เกรงว่าเขาจะคิดมาก ถ้าบอกแล้วเขาไม่สนใจละ แค่นั้นเขาก็ไม่ค่อยมาเยี่ยมฉันอยู่แล้ว เวลาสักนิดก็ไม่มี ฉันไม่อยากเป็นคนเรื่องมากในสายตาเขา"
6. "ฉันจุนมากที่เขาว่าน้องสาวฉันแบบนี้ ตอนนี้น้องฉันแทบจะไม่มีสมาธิในการเรียนเลย ฉันไม่รู้ว่าจะช่วยน้องอย่างไรเพราะแม่ก็ห้ามมีเรื่องกับพวกนั้น นี่ฉันหาทางช่วยน้องไม่ได้เลยหรือไงกัน"

เอกสารการให้ข้อมูลป้อนกลับต่อการสะท้อนความและการสะท้อนความรู้สึก

_____ (วันที่)

_____ (ชื่อผู้ให้การปรึกษา)

_____ (ชื่อผู้กรอกแบบฟอร์ม)

คำสั่ง จงเขียนคำพูดของผู้ให้การปรึกษามากที่สุดจากที่ท่านได้สังเกตการณ์ และจากประโยคดังกล่าวให้ท่านจำแนกตามทักษะแต่ละประเภท โดยการเติมเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องใดช่องหนึ่งของประเภททักษะต่างๆดังนี้คือ การสะท้อนความ การสะท้อนความรู้สึก หรืออื่นๆ

ตัวอย่าง

คำพูดของผู้ให้การปรึกษา	การสะท้อนความ	การสะท้อนความรู้สึก	หมายเหตุ
1. ดิวปลื้มที่พี่เอาของขวัญวันเกิดมาให้		✓	
2. แม่รู้ว่าน้องชายอยากได้รถบังคับ	✓		

คำพูดของผู้ให้การปรึกษา	การสะท้อนความ	การสะท้อนความรู้สึก	หมายเหตุ
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			

เอกสารชุดที่ 7 ทักษะการสะท้อนความรู้สึกรู้สึก (Reflection)

ทักษะการสะท้อนความรู้สึกรู้สึก(Reflection)

การสะท้อนความรู้สึกรู้สึก เป็นการตอบรับที่ผู้ให้การปรึกษาใช้ตอบสนองต่อสาระที่ผู้มาปรึกษา กล่าวในส่วนตัวเป็นอารมณ์ความรู้สึกที่แฝงอยู่ และยังสื่อถึงความร่วมรู้สึกที่ผู้ให้การปรึกษามีต่อผู้มาปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้มาปรึกษาตระหนักและรู้สึกว่าเป็นเจ้าของปัญหาของตนเองอย่างชัดเจนมากขึ้น โดยทักษะนี้มีความสำคัญในการสื่อสารต่อผู้มาปรึกษาโดยสามารถกล่าวกับผู้มาปรึกษาได้ว่า "ฉันอยู่กับคุณ.....ฉันรับรู้ได้อย่างแท้จริงถึงโลกที่คุณรู้สึกและรับรู้" ซึ่งการสื่อสารลักษณะนี้ยังเป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาความรู้สึกรู้สึกที่เน้นที่การฟังและการตอบสนอง โดย Egan(1998) กล่าวว่า การแสดงออกเบื้องต้นถึงความร่วมรู้สึกสามารถแสดงออกในรูปแบบของ "คุณรู้สึก.....เพราะ....." หรือ การเริ่มต้นประโยคด้วยถ้อยคำว่า "คุณรู้สึก..." หรือ "คุณรู้สึก.....และ....." และการสะท้อนความยังเป็นมุมมองที่สำคัญของสัมพันธภาพระหว่างบุคคลอย่างมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์ในการสะท้อนความรู้สึกรู้สึก คือ เพื่อให้กำลังใจแก่ผู้มาปรึกษาให้แสดงความรู้สึกของตน(ทั้งทางบวกและลบ) อันเป็นโอกาสที่จะได้เผชิญกับประสบการณ์ของความรู้สึกนั้นๆ ให้เข้มข้นและชัดเจนในความรู้สึกที่ครอบงำตนเองอยู่ ซึ่งจะช่วยให้ผู้มาปรึกษาสามารถจัดการกับความรู้สึก เรียนรู้และอยู่กับความรู้สึกที่สำคัญต่อประสบการณ์ของตนเอง อันจะนำไปสู่การเข้าใจตนเองชัดเจนตามความเป็นจริงตระหนักและมีความรับผิดชอบต่อความรู้สึกของตนเองมากยิ่งขึ้น ทั้งนี้ในการสะท้อนความรู้สึกรู้สึกจะชัดเจนมากขึ้นโดยผู้ให้การปรึกษาต้องมีการจดจำ มุมมองความรู้สึกของผู้มาปรึกษาและแสดงออกต่อผู้มาปรึกษาด้วยรูปแบบที่ชัดเจน ที่แสดงถึงการเน้นที่มุมมองความรู้สึกจากการสื่อสารของผู้มาปรึกษา นอกจากนี้การแปลถ้อยคำที่เป็นความรู้สึกของผู้มาปรึกษาด้วยถ้อยคำของผู้ให้การปรึกษา ต้องระวังให้อยู่ในระดับความรู้สึกเดียวกับน้ำหนักความรู้สึกที่ผู้มาปรึกษาแสดงออกและช่วยผู้มาปรึกษาให้เห็นเนื้อหาสาระในจุดที่ก่อให้เกิดความรู้สึกน้อยใจ พ่ายแพ้ หรือที่เป็นทุกข์

โดยในแนวทางการสะท้อนความรู้สึกรู้สึกที่สำคัญประกอบด้วย

- 1) การมุ่งตรงต่อความรู้สึกของผู้มาปรึกษา โดยต้องระบุถึงประเด็น ปัญหา หรือสิ่งที่เกี่ยวข้อง
- 2) การกล่าวถึงผู้มาปรึกษาโดยการกล่าวชื่อหรือสรรพนามแทนบุคคล ที่มีส่วนช่วยในเรื่องสัมพันธภาพต่อบุคคล
- 3) แสดงออกถึงการสะท้อนความรู้สึกรู้สึกในปัจจุบันขณะเพื่อแสดงถึงประสบการณ์ที่มีความสำคัญและมีอำนาจมากและ

4) **เพิ่มส่วนขององค์ประกอบของการสะท้อนความของคำพูดของผู้มาปรึกษา
ตัวอย่างและการนำไปใช้**

(1)ผู้มาปรึกษาซึ่งเป็นนักเรียนอายุ 8 ปี “หนูไม่ชอบอยู่ที่บ้าน แม่ชอบบ่นหนู พอกลับมา
จากโรงเรียนก็มาบอกว่าไม่เก็บของเข้าที่ บอกอยู่บ่อยๆ”

ผู้ให้การปรึกษา : “หนูรู้สึกเบื่อและรำคาญในความจู้จี้จ๊าบของคุณแม่”

(2)ผู้มาปรึกษา : “หนูไม่อยากสอบตกอีก หนูพยายามแล้วหลายครั้งแต่ก็ไม่ได้ หนูเหนื่อย
แล้วคะ”

ผู้ให้การปรึกษา : “ฟังดูเหมือนว่า หนูกลัวที่จะสอบตก แล้วก็รู้สึกท้อแท้ในสิ่งที่หนูได้
พยายามแล้ว ”

จิน แบริ. (2538). คู่มือการฝึกทักษะให้การปรึกษา: Training handbook for counseling
skills. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วัชรวิ ฐวรรรม. (2533). ทักษะการให้คำปรึกษาจุลสาขา: Microcounseling. กรุงเทพมหานคร
: โอ เอส พริ้นติ้งเฮ้าส์.

Egan, G. (1998). The skilled helper: A problem-management approach to helping (6th
ed). California: Brooks/Cole Publishing Company.

Ivey, A.E. (1994). Intentional Interviewing and Counseling: Facilitating Client
Development in a Multicultural Society(3rd ed). California: Brooks/Cole Publishing
Company

แบบฝึกหัดการสะท้อนความและการสะท้อนความรู้สึก

1. จงเติมคำตอบระบุประโยคต่อไปนี้เป็นทักษะใด ข้อที่เป็นทักษะ Paraphrase ให้ใส่อักษร P ส่วนข้อที่เป็น Reflection ให้ใส่อักษร R

- _____ 1. " เก่งไม่อยากจะเรียนวิชานี้เลยเพราะมันเรียนยาก "
- _____ 2. " ปุ๋ยกลัวว่าตนเองจะไม่มีเพื่อนถ้าไม่ร่วมกิจกรรมตอนเย็น "
- _____ 3. " คุณเดินออกมาจากบ้านด้วยความกังวลว่าตนจะมาทันเวลาสอบหรือไม่ "
- _____ 4. " ก้อยทะเลาะกับแม่ที่ไม่ยอมให้ก้อยเลี้ยงแมวที่ก้อยชอบ "
- _____ 5. " น้อยโกรธปลาเพราะปลาวา่ น้อยไม่เอาไหน "
- _____ 6. " คุณอยากจะบอกเพื่อนว่าคุณก็สนใจเขาอยู่เหมือนกันนะ "
- _____ 7. " เอ็มลำบากใจที่ต้องร่วมงานกับเพื่อนที่ไม่มีความรับผิดชอบ "
- _____ 8. " น้องคงสงสัยนะคะว่าอะไรที่ให้น้องมาที่นี่ "
- _____ 9. " ยากสำหรับฝนนะที่จะเล่าให้พี่ฟังนะคะ "
- _____ 10. " คุณเข้าใจพ่อที่ต้องแยกกับแม่ "

2. ให้ท่านอ่านประโยคคำพูดของผู้มาปรึกษา แล้วเขียนคำพูดของท่านลงในช่องว่าง

2.1 ผู้มาปรึกษา : " หนูเพิ่งทะเลาะกับที่บ้านมาคะ หนูว่าจะทำยังไงดีไม่อยากกลับบ้านเลยตอนนี้ "

จากประโยคคำพูดของผู้มาปรึกษาข้างต้น ในฐานะที่ท่านเป็นผู้ให้การปรึกษาให้ท่านเขียนคำพูดของท่านดังนี้คือ

ประโยคคำพูดในลักษณะของการสะท้อนความ

"....."

"....."

ประโยคคำพูดในลักษณะของการสะท้อนความรู้สึก

"....."

"....."

2.2 ผู้มาปรึกษา : " วันนี้ฉันพลาดไปประชุมไม่ทัน เรื่องที่เตรียมมาช่วยกันแก้ปัญหา ก็เลยไม่ได้เสนอ รู้สึกว่าตัวเองไม่ได้ช่วยอะไรเพื่อนเลยคะ "

จากประโยคคำพูดของผู้มาปรึกษาข้างต้น ในฐานะที่ท่านเป็นผู้ให้การปรึกษาให้ท่านเขียนคำพูดของท่านดังนี้คือ

ประโยคคำพูดในลักษณะของการสะท้อนความ

“.....”

“.....”

ประโยคคำพูดในลักษณะของการสะท้อนความรู้สึก

“.....”

“.....”

2.2 ผู้มาปรึกษา : “ แม่บอกให้ผมไปสมัครสอบที่อื่นด้วย แต่ผมไม่อยากไปเลยมันไม่มีอะไรดีขึ้นมา
หรอก ยังไงผมก็ตัดสินใจเรียนที่นี่แล้ว”

จากประโยคคำพูดของผู้มาปรึกษาข้างต้น ในฐานะที่ท่านเป็นผู้ให้การปรึกษาให้ท่านเขียนคำพูด
ของท่านดังนี้คือ

ประโยคคำพูดในลักษณะของการสะท้อนความ

“.....”

“.....”

ประโยคคำพูดในลักษณะของการสะท้อนความรู้สึก

“.....”

“.....”

แบบฝึกหัดการสะท้อนความและการสะท้อนความรู้สึกจากบทสนทนา

1. “ผมว่างานที่ผมทำอยู่ตอนนี้มันไม่มั่นคง บริษัทจะล้มเมื่อไหร่ก็ไม่รู้ แต่ถ้าจะออกจากงานตอนนี้ผมก็ไม่รู้ว่าจะออกไปทำอะไร เอ้อ...ผมหาทางออกไม่ได้จริงๆ”
2. a: “ฉันไม่อยากจะเก็บมาคิดเลย แต่ก็อดคิดไม่ได้ว่าถ้าเขาไปแล้วฉันจะอยู่อย่างไร”
b: “ก็อยู่แบบเดิมนี่แหละ ไม่เห็นจะต้องมีใครเลย”
a: “แต่ฉันแค่เดินไปไหนมาไหนคนเดียวมันก็รู้สึกวุ่นวายใจทำอะไรไปบางอย่างแล้วนะ”
b: “โธ่...อย่ามัวคิดมากสิ ชีวิตมันก็แบบนี้แหละ เดียวก็ชินไปเอง คิดมากน่า”
3. “งตัวเองอยู่เหมือนกันค่ะว่าในที่สุดก็ได้รางวัลนี้มา ดีใจที่สุดแล้วค่ะ ทำอะไรเพื่อพ่อแม่ได้ หนูคิดว่าหลังจากนี้หนูจะกลับไปหาท่านทั้งสองที่ทำให้หนูมีวันนี้ค่ะ”
4. “ถ้าให้ฉันต้องเลือกระหว่างสองเรื่องนี้ฉันคงเลือกยาก เพราะทั้งสองอย่างก็สำคัญต่อฉันเท่ากัน ถ้าฉันทิ้งอย่างใดอย่างหนึ่งไปฉันคงรู้สึกแย่มากที่ตัวเองยังไม่ได้ทำให้ดีที่สุดเลย และหากฉันต้องเรียนต่อจริงๆฉันต้องทำงานนี้ แล้วถ้าเรียนไม่ดีขึ้นมาฉันก็ต้องเสียใจ จะกลับมาทำงานอีกก็ลำบาก นี่ฉันควรทำไงดี”
5. “ฉันไม่กล้าบอกลูกไปตรงๆหรอก ก็ได้แต่เก็บเอาไว้ เกรงว่าเขาจะคิดมาก ถ้าบอกแล้วเขาไม่สนใจล่ะ แค่นี้เขาก็ไม่ค่อยมาเยี่ยมฉันอยู่แล้ว เวลาสักนิดก็ไม่มี ฉันไม่อยากเป็นคนเรื่องมากในสายตาเขา”
6. “ฉันจุนมากที่เขามารว่าน้องสาวฉันแบบนี้ ตอนนี้น้องฉันแทบจะไม่มีสมาธิในการเรียนเลย ฉันไม่รู้ว่าจะช่วยน้องอย่างไรเพราะแม่ก็ห้ามมีเรื่องกับพวกนั้น นี่ฉันหาทางช่วยน้องไม่ได้เลยหรือไงกัน”

แบบฝึกหัดการสะท้อนความรู้สึก

1. ให้เขียนคำศัพท์แสดงความรู้สึกจำแนกตามหมวดหมู่ดังนี้

บทที่	ความสุข	ความทุกข์	ความกลัว	ความโกรธ	ความไม่แน่นอน

2. ให้ท่านเขียนการแสดงออกความรู้สึกจากอวัจนภาษา

ตัวอย่าง

อวัจนภาษา	แปลความหมาย
หน้าแดงและอมยิ้ม	เขินอาย
ยิ้ม(แววตาเป็นประกาย)	ดีใจ ปลื้มใจ ประทับใจ

อวัจนภาษา	แปลความหมาย
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	

เอกสารการให้ข้อมูลป้อนกลับต่อการสะท้อนความและการสะท้อนความรู้สึก

(วันที่) _____

(ชื่อผู้ให้การปรึกษา)

(ชื่อผู้กรอกแบบฟอร์ม)

คำสั่ง จงเขียนคำพูดของผู้ให้การปรึกษามากที่สุดจากที่ท่านได้สังเกตการณ์ และจากประโยคดังกล่าวให้ท่านจำแนกตามทักษะแต่ละประเภท โดยการเติมเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องใดช่องหนึ่งของประเภททักษะต่างๆดังนี้คือ การสะท้อนความ การสะท้อนความรู้สึก หรืออื่นๆ

ตัวอย่าง

คำพูดของผู้ให้การปรึกษา	การสะท้อนความ	การสะท้อนความรู้สึก	หมายเหตุ
1. ดิวปลื้มที่พี่เอาของขวัญวันเกิดมาให้		✓	
2. แม่รู้ว่าน้องชายอยากได้รถบังคับ	✓		

คำพูดของผู้ให้การปรึกษา	การสะท้อนความ	การสะท้อนความรู้สึก	หมายเหตุ
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			

แบบประเมินตนเองและการสังเกตการณ์

1. ให้อ่านเขียนความหมายของการสะท้อนความและการสะท้อนความรู้สึก และยกตัวอย่าง

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

2. ในฐานะที่ท่านเป็นผู้ให้การศึกษาในการเล่นบทบาทสมมติ ให้อ่านระบุผลของการใช้การสะท้อนความและการสะท้อนความรู้สึก ว่ามีผลต่อผู้มาปรึกษาอย่างไร หรือต่อบุคคลอื่นอย่างไร ในการสนทนา ท่านสังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง(จากผลที่ได้รับการตอบรับ และท่าทาง(อวัจนภาษา)ของผู้มาปรึกษา บรรยากาศของการสนทนา)

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

3. ในฐานะที่ท่านเป็นผู้มาปรึกษาในการเล่นบทบาทสมมติ จากที่ผู้ให้การศึกษาได้ใช้การสะท้อนความและการสะท้อนความรู้สึกต่อท่าน ท่านมีความรู้สึกอย่างไร สังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลง และผลอะไรที่เกิดขึ้นบ้าง

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

4. ในชีวิตประจำวันท่านได้ใช้ทักษะการสะท้อนความและการสะท้อนความรู้สึก อะไรบ้าง

.....
.....

เอกสารชุดที่ 8 ทักษะการสรุปความ (Summarization)

ทักษะการสรุปความ(Summarization)

การสรุปความ ทั้งในส่วนของความรู้สึกและความคิด มีความเกี่ยวข้องกับการใส่ใจต่อผู้มาปรึกษาโดยการรับรู้อย่างแท้จริงต่อความรู้สึกและเนื้อหาที่ผู้มาปรึกษาแสดงออกและเป็นการรวมเอาการตอบสนองของผู้มาปรึกษาอย่างมีความหมายไว้ด้วย ซึ่งในการสรุปความผู้ให้การปรึกษาจะใส่ใจกับระยะห่างของเหตุการณ์ และข้อมูลมากกว่าในการสะท้อนความและการสะท้อนความรู้สึก อันเป็นทักษะในการรวบรวมประเด็นที่หลากหลายให้กลายเป็นประเด็นหลักที่มีความหมาย โดยรวมถึงการสังเกตพฤติกรรมเฉพาะสุภาพรวมทั้งหมดซึ่งผู้ให้การปรึกษาสรุปให้กับผู้มาปรึกษา และอาจหมายถึงการรวบรวมข้อความที่ได้จากการสะท้อนความของหลายๆครั้งซึ่งเป็นการสรุปเน้นความสำคัญของข้อความต่างๆ

วัตถุประสงค์ของการสรุปความ คือ การผูกความ หรือปะติดปะต่อข้อมูลต่างๆที่กล่าวโดยผู้มาปรึกษาให้มีจุดศูนย์รวมในประเด็นมากขึ้น เป็นความที่ร้อยเรียงต่อเนื่องกันเพื่อให้ความชัดเจนมากขึ้นหลังจากได้รับข้อมูลหลายครั้งแล้ว หรือเมื่อผ่านช่วงระยะเวลาของการสนทนาไปแล้วหลายครั้ง ผู้ให้การปรึกษาอาจใช้วิธีการสรุปความเป็นระยะๆเพื่อเป็นการขัดจังหวะในขณะที่ผู้มาปรึกษาพูดหลายประเด็น หรือใช้การสรุปความในการตอบรับผู้มาปรึกษาเพื่อช่วยให้ผู้มาปรึกษารู้ถึงความคืบหน้าในกระบวนการปรึกษา สามารถวกกลับสู่เรื่องเดิมได้และจดจ่ออยู่กับเรื่องนั้น แล้วสามารถเดินเรื่องต่อไปในการสำรวจความรู้สึกนึกคิดของตนเอง โดยทักษะนี้ใช้ในการมุ่งเน้นถึงความสำคัญที่เป็นการแสดงถึงความร่วมรู้สึก ความใส่ใจต่อผู้มาปรึกษา

ตัวอย่างและการนำไปใช้

ผู้มาปรึกษาเป็นนักเรียนอายุ 16 ปี กล่าวว่า “ผมไม่เข้าใจว่าทำไมพ่อแม่ถึงไม่สามารถอยู่ด้วยกันได้ ผมไม่โทษคนอื่น แต่เพียงแต่รู้สึกสับสนกับตัวเอง แล้วผมก็มีความหวังว่าเขาจะกลับมาอยู่ด้วยกันอีก แต่ผมก็รู้สึกเหมือนว่าเขาจะไม่กลับมาอยู่ด้วยกันอีกเพราะเขาต้องทนเพื่อผมมาก บางทีผมอาจเป็นสาเหตุที่ทำให้พ่อกับแม่ไม่อยู่ด้วยกัน”

ผู้ให้การปรึกษา : “ตอนแรกหนูบอกว่าหนูรู้สึกที่ไม่มีใครรับผิดชอบในการแยกทางกันของพ่อแม่ แต่ตอนนี้หนูก็ไม่ได้สนใจในสิ่งที่เกิดขึ้นแล้ว หนูรู้สึกว่าตนเองต้องเป็นคนรับผิดชอบต่อคนที่พ่อกับแม่แยกทางกัน”

วัชรวิ ฐวธรรม. (2533). ทักษะการให้คำปรึกษาจุลสาขา : Microcounseling. กรุงเทพมหานคร : โอ เอส พริ้นติ้งเฮ้าส์.

Cormier, W. & Cormier, S. L. (1985). Interviewing strategies for helpers: Fundamental skills and cognitive behavioral interventions (2nd ed). California: Brooks/Cole Publishing Company

Ivey, A.E.. (1994). Intentional Interviewing and Counseling: Facilitating Client Development in a Multicultural Society(3rd ed). California: Brooks/Cole Publishing Company.

แบบฝึกหัดการสรุปความ

1. จงเติมคำตอบระบุประโยคต่อไปนี้เป็นข้อเท็จจริง ข้อที่เป็นทักษะ Paraphase ให้ใส่อักษร P ข้อที่เป็น Reflection ให้ใส่อักษร R และข้อที่เป็น Summarization ให้ใส่อักษร S

_____ 1. " พรคิดถึงน้องสาว อยากให้กลับมาอยู่บ้านด้วยกัน แม้ว่าจะมีเรื่องบาดหมางใจกันอยู่ตอนนี้พรก็อภัยให้น้องแล้วค่ะ "

_____ 2. " เคยกังวลเรื่องงานที่บ้านและเรื่องเรียน ที่บ้านก็ต้องช่วยแม่ขายของนะคะ เรื่องเรียนก็ต้องสอบซ่อมสองวิชา และปัญหาที่เกิดขึ้นตอนนี้ก็เร่งให้เตยต้องรีบแก้ไขด้วยนะ "

_____ 3. " มื้อนี้เบื่อกินต้องมาหาอาหารกินเองทุกวันตั้งแต่ออกจากบ้านมาอยู่หอ "

_____ 4. " ล้มคิดเรื่องเงินรอบคอบแล้วจึงตัดสินใจซื้อชุดใหม่ "

_____ 5. " แอนเล่าว่าต้องรับผิดชอบแทนเพื่อนเวลาเพื่อนไม่ช่วยงาน แอนเหนื่อยและเบื่อกินต้องอยู่ในสภาพแบบนี้ อยากจะลาออกจากการเป็นประธานแล้ว แต่ยังคงคิดก็ยังไม่ตัดสินใจลาออกไม่ได้อยู่ดี เพราะงานนี้เป็นงานที่แอนรักมาก "

_____ 6. " ใหม่สนใจทั้งเต้นรำและร้องเพลงแต่ไม่รู้ว่าตนเองสนใจอะไรมากกว่ากัน พอดีต้องเลือกให้เรียนอย่างใดอย่างหนึ่งก็เลยรู้สึกว้าปากใจ "

_____ 7. " เนยเก็บเอาความรู้สึกของคนอื่นมาคิดให้ตนเองปวดหัวเสมอ "

_____ 8. " เมย์บอกว่ามีเรื่องคาใจอยู่นะคะ สงสัยว่าพี่สาวเมย์จะปิดบังเมย์เรื่องหนังสือของเมย์ที่หายไป แล้วเมย์ก็เริ่มสนใจมากขึ้นจากที่พี่พยายามออกจากบ้านก่อนเมย์ตื่นมาหลายวันแล้ว "

_____ 9. " วัลเริ่มเข้าใจพ่อมากขึ้นว่าท่านทำงานหนัก กลับมาก็เหนื่อยแล้วอยากจะทำกับท่านก็ต้องอดใจรอให้ท่านหายเหนื่อยก่อน "

_____ 10. " เด่นมองไม่เห็นว่าจะทำอะไรให้เพื่อนโกรธได้ ทั้งตอนที่เดินกลับบ้านด้วยกันก่อนเข้าเรียน และล่าสุดหลังเลิกเรียนก็ยังไม่มียกย่องที่ทะเลาะกันเลย ก็ยังงงอยู่เหมือนกัน "

2. ให้ท่านอ่านประโยคคำพูดของผู้มาปรึกษา แล้วเขียนคำพูดของท่านลงในช่องว่าง

2.1 ผู้มาปรึกษา : " หนูเพิ่งทะเลาะกับที่บ้านมาค่ะ ไม่รู้ว่าจะทำยังไงดีไม่อยากกลับบ้านเลยตอนนี้เค้าบอกว่าหนูเรียนไม่ดีให้เลิกเรียนไปทำงาน แล้วพ่อก็ตะเลาะกับแม่เรื่องหนูอีก ยังมีเรื่องพี่หนีออกจากบ้านอีก ตอนนี้บ้านเหมือนไม่ใช่บ้าน หนูไม่รู้จะหันหน้าไปทางไหนเลย "

จากประโยคคำพูดของผู้มาปรึกษาข้างต้น ในฐานะที่ท่านเป็นผู้ให้การปรึกษาให้ท่านเขียนคำพูดของท่านดังนี้คือ

ประโยคคำพูดในลักษณะของการสรุปความ

"

2.2 ผู้มาปรึกษา : " วันนี้ฉันพลาดไปประชุมไม่ทัน เรื่องที่เตรียมมาช่วยกันแก้ปัญหา ก็เลยไม่ได้
 เสนอ รู้สึกว่าตัวเองไม่ได้ช่วยอะไรเพื่อนเลยคะ ก็เลยมานั่งคิดว่าถ้าไปทันคงดี อืม...หรือว่าพรุ่งนี้จะ
 ลองไปคุยด้วยใหม่ เพื่อยังช่วยอะไรทันได้บ้าง "

จากประโยคคำพูดของผู้มาปรึกษาข้างต้น ในฐานะที่ท่านเป็นผู้ให้การปรึกษาให้ท่านเขียนคำพูด
 ของท่านดังนี้คือ

ประโยคคำพูดในลักษณะของการสรุปความ

"

2.2 ผู้มาปรึกษา : " แม่บอกให้ผมไปสมัครสอบที่อื่นด้วย แต่ผมไม่อยากไปเลยมันไม่มีอะไรดีขึ้นมา
 หรอก ยังไงผมก็ตัดสินใจเรียนที่นี่แล้ว ที่นี่ทั้งเพื่อนและอาจารย์ก็ลงตัวสำหรับผม แต่แม่ต่างหากที่
 ไม่เข้าใจผมอยากให้ผมเรียนที่ดีกว่า ผมว่าเรียนที่ไหนก็เหมือนกันนะ"

จากประโยคคำพูดของผู้มาปรึกษาข้างต้น ในฐานะที่ท่านเป็นผู้ให้การปรึกษาให้ท่านเขียนคำพูด
 ของท่านดังนี้คือ

ประโยคคำพูดในลักษณะของการสรุปความ

"

เอกสารกรให้ข้อมูลป้อนกลับต่อการสรุปความ

(วันที่) _____

(ชื่อผู้ให้การปรึกษา)_____
(ชื่อผู้กรอกแบบฟอร์ม)

คำสั่ง จงเขียนคำพูดของผู้ให้การปรึกษามากที่สุดจากที่ท่านได้สังเกตการณ์

ตัวอย่าง

ประโยคการสรุปความของผู้ให้การปรึกษา
1. จำไม่ไหวที่เพื่อนมากล่าวหาว่าจำเอาของไป อธิบายแล้วก็ไม่มีใครสนใจฟัง ทำให้จำเสียใจที่เพื่อนเข้าใจผิด แต่จำก็ไม่ยอมให้ใครมามองจำไม่ดีจึงพยายามหาทางพิสูจน์ตนเองด้วยการให้เพื่อนค้นห้องคืนนี้

ประโยคการสรุปความของผู้ให้การปรึกษา
1.
2.
3.
4.
5.
6.

แบบประเมินตนเองและการสังเกตการณ์

1. ให้ท่านเขียนความหมายของการสรุปความ และยกตัวอย่าง

.....

.....

.....

.....

.....

2. ในฐานะที่ท่านเป็นผู้ให้การศึกษาในการเล่นบทบาทสมมติ ให้ท่านระบุผลของการใช้การสรุปความ ว่ามีผลต่อผู้มาปรึกษาอย่างไร หรือต่อบุคคลอื่นอย่างไร ในการสนทนา ท่านสังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง(จากผลที่ได้รับการตอบรับ และท่าทาง(อวัจนภาษา)ของผู้มาปรึกษาบรรยากาศของการสนทนา)

.....

.....

.....

.....

.....

3. ในฐานะที่ท่านเป็นผู้มาปรึกษาในการเล่นบทบาทสมมติ จากที่ผู้ให้การศึกษาได้ใช้สรุปความต่อท่าน ท่านมีความรู้สึกอย่างไร สังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลง และผลอะไรที่เกิดขึ้นบ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

4. ในชีวิตประจำวันท่านได้ใช้ทักษะการสรุปความ อะไรบ้าง

.....

.....

ภาคผนวก ง.

เกณฑ์ที่ใช้ในการประเมินระดับความร่วมมือผู้ฝึก

เกณฑ์การให้คะแนนระดับความร่วมมือรู้สึกตามการตอบสนองจริงของผู้รับการฝึก

ระดับ	เกณฑ์วัดระดับความร่วมมือรู้สึกของคาร์คัพพี	การตอบสนองที่เป็นเกณฑ์ในการประเมินความร่วมมือรู้สึกในการวิจัย	ตัวอย่างของการตอบสนองจริง
1	ผู้ให้การปรึกษาแสดงออกถึงความไม่ใส่ใจและตอบสนองอย่างไม่มีประสิทธิภาพสอดคล้องกับสิ่งที่ผู้มาปรึกษาสื่อ หรือไม่ได้แสดงว่าตนรับรู้และเข้าใจต่อเนื้อหาสาระ ความรู้สึกที่ผู้มาปรึกษาสื่อถึงความรู้สึกและประสบการณ์ของผู้มาปรึกษาน้อยกว่าที่ผู้มาปรึกษาสื่อ	เป็นการตอบสนองต่อคู่สนทนาโดยไม่ได้มีความใส่ใจต่อความรู้สึกหรือเรื่องราวที่ผู้มาปรึกษาสื่อ โดยมีลักษณะของการตอบสนอง ดังนี้ 1. คำแนะนำที่มาจากคำพูดของผู้พูด 2. คำถามเพื่อหาข้อมูลเพิ่มเติมหรือเพื่อความอยากรู้อยากเห็น	"ก็หาหลักฐานให้แม่เขาดูก็ได้ หรือไม่ก็พามาดูตอนเราทำกิจกรรม"
2	ผู้ให้การปรึกษาดูตอบสนองต่อผู้มาปรึกษาด้วยตระหนักและเข้าใจในเนื้อหาสาระที่ผู้มาปรึกษาสื่อ ซึ่งเนื้อหาที่ตอบสนองออกมานั้นยังขาดความเข้าใจในความรู้สึกและความหมายที่แท้จริงของผู้มาปรึกษาการตอบสนองจึงไม่ได้แสดงถึงความรู้สึก	มีการสะท้อนความในระดับเนื้อหาอันได้แก่ 1. การกระจ่างความ 2. การสะท้อนความ	"เพื่อนบอกว่าจะมาช่วยงานแต่เพื่อนไม่มา เพื่อนคนอื่นๆ ต้องทำแทน เพื่อนคนนี้ทำเกินไปแล้ว"
3	ผู้ให้การปรึกษาดูตอบสนองต่อเนื้อหาความรู้สึกของผู้มาปรึกษา ในระดับเดียวกันกับที่ผู้มาปรึกษาสื่อโดยที่ไม่ได้ลด หรือเพิ่มสิ่งที่ผู้มาปรึกษาแสดงออก และไม่ได้ตอบสนองต่อความรู้สึกซ่อนเร้นอยู่ภายใต้คำพูดของผู้มาปรึกษา	มีการสะท้อนความรู้สึกของผู้มาปรึกษาในระดับเดียวกันกับผู้มาปรึกษาสื่อ	"เธอรูสึกว่าตอนนี้เธอ อ ย่ มาก เพราะว่ามีหลายเรื่องที่ทำให้เธอไม่สบาย เธอรูสึกเหมือนกับว่าปัญหาทุกอย่างอยู่กับเธอ"
4	ผู้ให้การปรึกษาดูตอบสนองต่อความรู้สึกที่ซ่อนเร้นอยู่ภายใต้คำพูดหรือพฤติกรรมที่ผู้มาปรึกษาสื่อ โดยเป็นการแสดงความรู้สึกระดับที่ลึกกว่าที่ผู้มาปรึกษาแสดงออกมา	มีการสะท้อนความรู้สึกที่แฝงเร้นอยู่ภายใต้คำพูดของผู้มาปรึกษา	"การ อยู่ ห อ ของน้อยทำให้เหนื่อย อึดอัดใจ รู้สึกว่าไม่เป็นส่วนตัวและรู้สึกลำบากใจที่ต้องได้อยู่ร่วมกับคนที่ไม่รู้จัก"
5	ผู้ให้การปรึกษาดูตอบสนองต่อความรู้สึกที่ซ่อนเร้นอยู่ภายใต้คำพูดหรือพฤติกรรมที่ผู้มาปรึกษาสื่อ และสามารถเอื้อให้ผู้มาปรึกษาได้สำรวจตนเองในสิ่งที่ผู้มาปรึกษาไม่เคยสำรวจมาก่อนได้อย่างลึกซึ้ง ซึ่งผู้มาปรึกษาจะรู้สึกว่าคุณให้การปรึกษายู่กับเขาอย่างเข้าใจเขามากที่สุด	มีการสะท้อนความรู้สึกที่แฝงเร้นอยู่ภายใต้คำพูดของผู้มาปรึกษา และการสำรวจสิ่งที่ผู้มาปรึกษาไม่เคยตระหนักมาก่อน	-

หมายเหตุ การกำหนดเกณฑ์ค่านึงถึงข้อจำกัดในการฝึกคือระยะเวลาและพื้นฐานของผู้รับการฝึกซึ่งไม่เคยมีความรู้ทางจิตวิทยามาก่อน

ภาคผนวก จ.
การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

การตรวจสอบแบบวัดความร่วมมือรู้สึกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

ตารางที่ 9 แสดงผลการวิเคราะห์รายข้อ โดยการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์รายข้อระหว่างข้อแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆในแบบประเมิน (Corrected Item-total correlation : CITC) และการหาค่า mean square จาก Oneway ANOVA นำมาหาค่าความสัมพันธ์หรือความสอดคล้องระหว่างผู้ประเมินทั้งสามคนได้ค่า $r \alpha$ (Cronbach's Alpha Coefficient of Internal Consistency) ในขั้นการสร้างแบบประเมิน

ข้อ ที่	สถานการณ์	Corrected Item-total correlation (CITC)	ค่าที (t-test) n=68	r_{α}
1	นิสิตชายปี 3: ผมไม่รู้ว่าจะเกิดอะไรขึ้นกับผม ตอนนี้ผมรู้สึกแย่มาก ทั้ง สอบตกทั้งเงินหมด ทะเลาะกับพ่ออีก ปัญหาอะไรมารุมผมเต็มไป หมดเลย โอ้ย(ร้องเสียงดัง)...ผมควรทำไงดี ผู้ให้การปรึกษา :8942	25.195**	.8981
2	ผู้ให้การปรึกษา : ได้ข่าวว่าเธอไปพักอยู่ที่หอเป็นครั้งแรกเป็นไงบ้างละ หน่อย : ฉันไม่อยากอยู่ที่หอเลยละ อยู่ร่วมห้องกับคนที่ไม่รู้จักรู้สึกไม่ เป็นส่วนตัว ทำอะไรก็ลำบาก แต่ก็ต้องจำใจอยู่ เอ้อ(ถอนหายใจ)... ผู้ให้การปรึกษา :9230	29.951**	.9344
3	ผู้ให้การปรึกษา : บ๊อบอกว่า ตอนนี้มีเรื่องกลุ่มใจเพราะ แม่ไม่เข้าใจปี ปี : ค่ะ แม่ไม่เข้าใจหนูเลยหาว่าหนูกลับบ้านดึกเพราะติดเกี่ยวกับ เพื่อน ทั้งที่จริงๆแล้วหนูต้องทำกิจกรรมที่คณะ หนูเบื่อกับที่ต้องอธิบาย เรื่องนี้ให้ฟังแล้ว พูดไปก็ไม่รับฟัง พี่ก็ยังมาซ้ำเติมอีก พวกเขาไม่เข้าใจ หนูเลย ผู้ให้การปรึกษา :9085	21.312**	.8759
4	ต้อม : เพื่อนฉันเขาไม่สนใจตัวเองเลย ฉันพยายามช่วยเขาแล้ว จนไม่ รู้จะทำยังไงอีก ตอนนี้ฉันก็แค่กลัวว่าเขาจะไม่มีโอกาสได้เรียนต่อ เพราะเกรดไม่ถึง แต่ดูเขาไม่ฟังฉันเลย นี่ฉันทำเพื่อเขาอะ ผู้ให้การปรึกษา :9475	35.612**	.9751
5	อ้อม : พ่อบอกให้ผมเข้มแข็ง คนเราเกิดมาไม่มีใครสลายตลอดหรอก ผมยังคิดถึงคำพูดของพ่ออยู่เลยครับแต่ก็ทำไม่ได้สักที ผู้ให้การปรึกษา :7728	13.392**	.9453
6	นิสิตชายปี 2 : เขาบอกกับผมว่า เขาจะมาช่วยงานผมแต่เขาก็ไม่มา ทำงานไว้ให้ เพื่อนคนอื่นต้องมาทำแทน แบบนี้ผมว่ามันเกินไปแล้ว ผู้ให้การปรึกษา :8678	21.662**	.9887
7	นิสิตหญิงปี 1 : ฉันกลุ่มใจเรื่องสอบครั้งนี้มาก อาจารย์บอกว่าคุณ จะต้องผ่านเกณฑ์ให้ได้ไม่อย่างนั้นฉันต้องเรียนซ้ำ(ร้องไห้) ผู้ให้การปรึกษา :8683	27.391**	.9894
8	ป้อม : เพื่อนบอกให้หนูไปทำกิจกรรมบ้าง แต่ที่บ้านเขาไม่ยอมหรอก บอกให้กลับบ้านไปช่วยงาน หนูไม่รู้จะทำยังไง ไม่อยากให้เพื่อนต้อง มองหนูไม่ดีเลย ผู้ให้การปรึกษา :9164	20.187**	.9707

ข้อ ที่	สถานการณ์	Corrected Item-total correlation (CITC)	ค่าที (t-test) n=68	r α
9	อ้อ : น้องของหนูช๊ะชอบมารบกวนเวลาหนูทำงานอยู่เรื่อย งานที่ทำ ก็ไม่เสร็จซักที แล้วแม่มายังมาบอกให้หนูช่วยทำงานบ้านต่ออีก จะเอา เวลาที่ไหนเป็นของตัวเอง ผู้ให้การปรึกษา :8617	18.543**	.503
10	นิสิตหญิงปี 1 : เวลาที่หนูทำเรื่องอะไรดี ๆ พอกับแม่ไม่เห็นเขา แสดงออกอะไรเลย ว่าดีใจกับหนูด้วย ผู้ให้การปรึกษา :9173	24.908**	.4226
11	นิสิตชายปี 2 : ผมว่าตัวเองไม่เก่งเท่ากับเพื่อนคนอื่น คิดไม่ทันเขา ไม่รู้ จะแข่งอะไรกับเขา ที่เรียนไปก็รู้เท่าที่เรียน ผู้ให้การปรึกษา :7825	12.536**	.4425
12	ดาว : ฉันกับเพื่อนเรียนกันคนละที่ เวลาที่เราไม่เจอกันก็โทรคุยกัน เวลาที่ฉันมีปัญหาเขาก็เป็นคนเดียวที่เข้าใจฉัน ตอนนี้อันเหมือนไม่มี ใครเลย เพราะฉันไม่ได้ติดต่อกับเขามานานแล้ว อยากคุยอยู่ เหมือนกัน ผู้ให้การปรึกษา :8471	20.783**	.9188
13	นิสิตปี 1 : พวกเราเหนียวกันแทบตาย รุ่นพี่ยังจะมาสั่งให้เราทำนั่นทำ นี่อีก บางทีก็คิดว่า เอ...แล้วเราต้องมาทำงานแบบนี้แค่กลุ่มเราหรือ คนอื่นไปไหนหมด ยังเป็นเพื่อนกันอยู่หรือเปล่า ผู้ให้การปรึกษา :8430	18.120**	.9584
14	นิสิต : ผมรู้สึกที่ตัวเองกำลังไม่ชอบเพื่อนคนหนึ่งอยู่ เขารู้จักชั้น ยัง ใกล้ก็ยิ่งรู้สึก ไม่รู้จะหาวิธีไหนให้หายรำคาญใจ ผู้ให้การปรึกษา :7912	16.415**	.9625
15	นิสิต : หนูเก็บไปคิดตั้งหลายวันว่าจะบอกเรื่องนี้กับเขายังไงดี หนูก็ เข้าใจที่เขาไม่สบายมาทำกิจกรรมไม่ได้ แต่หนูก็คิดขึ้นมาว่าแล้วทำไม ต้องมาตกอยู่ที่หนูด้วย มันเป็นเรื่องของหนูหรือ ผู้ให้การปรึกษา :8565	16.601**	.7895
16	นิสิต : หนูเพิ่งมาอยู่หอเป็นครั้งแรก เพื่อนก็ยังไม่ค่อยมี รู้สึกว่าตัวเอง ตัวคนเดียวจริงๆ บางทีก็ร้องไห้อยากกลับบ้านคะ ไม่รู้จะอยู่คนเดียว ได้อย่างไร ผู้ให้การปรึกษา :9376	45.545**	.8551
17	นิสิต : หนูอยากรู้ว่าเขาคิดยังไงที่หนูไม่ได้ช่วยงานกลุ่ม หนูรู้สึกว่าเขา ดูห่างๆไป หนูเองก็ไม่กล้าจะเข้าไปพูดหรือก หน้าเขาไม่ยิ้มรับเลยละ	.8974	27.619**	.8271

ข้อ ที่	สถานการณ์	Corrected Item-total correlation (CITC)	ค่าที (t-test) n=68	r α
	หนูควรทำไงดี ผู้ให้การปรึกษา :			
18	นิสิต : ผมว่ามาเรียนที่นี่ผมก็ต้องพยายามมากขึ้น ดูตนเองไม่ยอม เป็นภาระของครอบครัว ผมคิดว่ายังไงก็ต้องเรียนให้จบ แต่ก็ทำไม่ได้ สักที ผู้ให้การปรึกษา :8099	14.871**	.6646
19	นิสิต : กว่าหนูจะผ่านมาได้ ต้องพยายามอย่างมาก ตอนแรกเกือบไม่ รอดแต่ก็ได้แม่กับเพื่อนกับน้อง ช่วยอยู่ตลอดบอกว่าหนูต้องทำได้ ทั้ง ที่หนูเองก็คิดไม่เอาแล้วหลายรอบแต่ก็ผ่านมาได้ นึกแล้วก็รู้สึกว่ามัน ขนาดนั้นเรายังผ่านมาได้ ผู้ให้การปรึกษา :8850	22.129**	.9445
20	นิสิต : ผมรู้ว่าพอกับแม่เสียใจที่ผมโดนรีไทร์ ผมก็เลยไปทำงานทำแต่ก็ ไปไม่รอด กลับมาเรียนต่อที่นี่ใหม่ นี่ผมก็พยายามแล้วแต่ก็สอบตกอีก ผู้ให้การปรึกษา :8346	17.694**	.9148
21	นิสิต : ผมไม่ชอบวิชานี้เลย ยิ่งเรียนยิ่งไม่มีอะไรดีขึ้น อาจารย์ก็ชอบให้ งานเยอะอีก ผมไม่รู้เพื่อนๆทนเรียนกันไปได้อย่างไร ผู้ให้การปรึกษา :8331	14.515**	.9854
22	ว่าน : หนูไม่รู้จะทำยังไงดี (ร้องไห้) แม่หนูไม่สบายหนูอยากกลับไป ดูแลแม่ แต่ก็ติดสอบอยู่ แฮ่...หนูควรทำยังไงดี ผู้ให้การปรึกษา :8949	22.722**	.8751
23	เอ : ผมเพิ่งรู้ว่าตัวเองสนใจเรียนอีกสาขาหนึ่ง ผมอยากเปลี่ยนสาขา เรียนตอนนี้แต่มันสายไปปี 3 แล้ว(แฮ่..) ผมว่าสาขาเดิมนี่ยิ่งเรียนก็ยิ่ง ไม่มีความสุขเอาเลย ผู้ให้การปรึกษา :8523	15.386**	.6555
24	นิสิต : หนูไม่อยากพูดเรื่องนี้แล้ว ไม่ว่าจะพูดยังไงก็ถูกมองว่าไม่ เรียบร้อยอยู่ดี หนูก็เป็นของหนูอย่างนี้ ผู้ให้การปรึกษา :7829	13.882**	.9884

**p< .01

จากการพิจารณาจากค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์รายข้อ(CITC) ค่าที(t-test) และค่าความเที่ยงของ
ผู้ประเมิน(r α) ทำให้ได้ข้อคำถาม 12 ข้อคือ ข้อที่ 1, 2, 3, 5, 6, 8,12, 13, 19, 20, 21 และ 24

ภาคผนวก ฉ.
สถิติที่ใช้ในการวิจัย

สถิติที่ใช้ในการวิจัย

1. การหาค่าความเที่ยงของเครื่องมือ

สูตรที่ใช้ในการหาค่าความเที่ยงของเครื่องมือ(Reliability) ใช้สูตรค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค(Cronbach's alpha coefficient)(ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ, 2538)

$$\alpha = \left(\frac{n}{n-1} \right) \left(1 - \frac{\sum s_i^2}{s_r^2} \right)$$

α	คือ	ค่าสัมประสิทธิ์แห่งความเที่ยงหรือความเชื่อมั่น
n	คือ	จำนวนข้อของเครื่องมือวัด
$\sum s_i^2$	คือ	ผลรวมของความแปรปรวนเป็นรายข้อ
s_r^2	คือ	คะแนนความแปรปรวนของเครื่องมือทั้งฉบับ

2. การหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2.1 ค่าเฉลี่ย (Mean)(ชูศรี วงศ์รัตนะ, 2541) ใช้สูตร

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

\bar{X}	คือ	ค่าเฉลี่ยหรือมัธยฐานเลขคณิต
$\sum X$	คือ	ผลรวมของคะแนนของตัวอย่างประชากร(N จำนวน)
N	คือ	จำนวนข้อมูลในกลุ่มตัวอย่าง

2.2 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน(Standard deviation)(ชูศรี วงศ์รัตน์, 2541) ใช้สูตร

$$S.D. = \sqrt{\frac{N\sum x^2 - (\sum x)^2}{N(N-1)}}$$

S.D.	คือ	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
$\sum x$	คือ	ผลรวมทั้งหมดของคะแนนแต่ละตัว
$\sum x^2$	คือ	ผลรวมทั้งหมดของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง
N	คือ	จำนวนข้อมูลในกลุ่มตัวอย่าง

3. การหาค่า Intraclass Correlation Coefficient ใช้สูตรของ Bakeman และ Gottman (1986)(Suen, H. และ Ary, D., 1989)

$$r_\alpha = \frac{MS_S - MS_E}{MS_S + MS_E}$$

r_α	คือ	Intraclass Correlation Coefficient
MS_S	คือ	ค่าความแปรปรวนของสิ่งทดลอง(ตัวแปรอิสระ)
MS_E	คือ	ค่าความแปรปรวนของส่วนที่เหลือ(ความคลาดเคลื่อน)

4. การวิเคราะห์หาค่าความแปรปรวนโดยใช้สูตรเอฟ (F- test) หรือ ANOVA (ชูศรี วงศ์รัตน์, 2541) มีสูตรดังนี้

$$F = \frac{MS_B}{MS_W}$$

$$df = N - 1$$

F	คือ	ค่าความแปรปรวน
MS_B	คือ	Mean square between-groups

MS_w คือ Mean square within-group

N คือ จำนวนข้อมูลในกลุ่มตัวอย่าง

5. การทดสอบค่าเฉลี่ยในสองตัวอย่าง(Two –samples test on means)

5.1 การหาความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยสองค่าที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มเป็นอิสระจากกัน(Independent Samples) โดยการทดสอบค่าที่ (t-test)(ชูศรี วงศ์รัตน์, 2541) มีสูตรดังนี้

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{(n_1-1)S_1^2 + (n_2-1)S_2^2}{n_1+n_2-2} \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}}$$

$$df = n_1 + n_2 - 2$$

t คือ ค่าความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยสองค่าที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มเป็นอิสระจากกัน

x_1 คือ ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง 1

x_2 คือ ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง 2

S_1^2 คือ ค่าความแปรปรวนของกลุ่มตัวอย่าง 1

S_2^2 คือ ค่าความแปรปรวนของกลุ่มตัวอย่าง 2

n_1 คือ จำนวนข้อมูลในกลุ่มตัวอย่าง 1

n_2 คือ จำนวนข้อมูลในกลุ่มตัวอย่าง 2

5.2 การหาความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยสองค่าที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มที่ไม่เป็นอิสระจากกัน(Dependent Samples) โดยการทดสอบค่าที่ (t-test)(ชูศรี วงศ์รัตน์, 2541) มีสูตรดังนี้

$$t = \frac{\Sigma D}{\sqrt{\frac{n\Sigma D^2 - (\Sigma D)^2}{n-1}}}$$

$$df = n - 1$$

t คือ ค่าความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยสองค่าที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มไม่เป็นอิสระจากกัน

ΣD คือ ผลรวมความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่

ΣD^2 คือ ผลรวมความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่ยกกำลังสอง

n คือ จำนวนคู่

ภาคผนวก ซ.

ค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มตัวอย่างแต่ละคน

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความร่วมมือรู้สึกของกลุ่มควบคุม(n=20)และกลุ่มทดลอง(n=20) แต่ละคนในโปรแกรมการฝึกทักษะเบื้องต้นในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาก่อนการทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 คน

คนที่	กลุ่มควบคุม		กลุ่มทดลอง	
	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง
1	12	12	12	45.34
2	12	12	12	41.66
3	12	12	12	37.34
4	12	12.67	12.33	43.34
5	12	12	12	31.00
6	12	12	12	45.00
7	12	12	12	47.34
8	12	12	12	45.67
9	12	12	12	47.67
10	12	12	12	35.99
11	12	12	12	43.00
12	12	12	12	44.34
13	12	12	12	46.01
14	12	12	12.33	44.67
15	12	12	12	46.67
16	12	12	12	47.34
17	12	12	12	40.68
18	12	12	12	42.34
19	12	12.33	12	46.33
20	12	12	12	43.67
\bar{x}	12	12.0500	12.0330	43.2700
S.D.	0.00000	0.16348	0.10157	4.26851
ระดับความ ร่วมรู้สึก	1.00000	1.00417	1.00275	3.605833



ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวปรีษา มณีวรรณ เกิดเมื่อวันที่ 17 สิงหาคม พ.ศ. 2524 ที่กรุงเทพมหานคร สำเร็จการศึกษาหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาจิตวิทยา จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ในปีการศึกษา 2544 เข้าศึกษาต่อในสาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีการศึกษา 2545

ประสบการณ์ในทางวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษา

กลุ่มพัฒนาตนจำนวน	7	กลุ่ม
กลุ่มจิตสัมพันธ์จำนวน	4	กลุ่ม
การปรึกษารายบุคคลจำนวน	3	ราย
การศึกษานำร่องโปรแกรมการฝึกทักษะเบื้องต้น		
ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยาจำนวน	8	กลุ่ม
ประสบการณ์ในการนิเทศก์ทางจิตวิทยาการปรึกษา		
จำนวน	4	ราย