

การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์เป็นกลุ่มและรายบุคคล
ที่มีต่อทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
โรงเรียนท่ายางวิทยา จังหวัดเพชรบุรี

ปริญญาานิพนธ์

ของ

ภัทรวรรณ อุ่มดอ


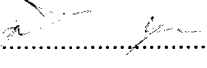
๒๕๓๖๒๕๓

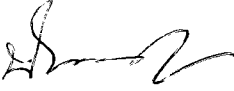
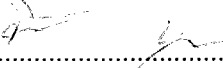
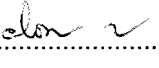
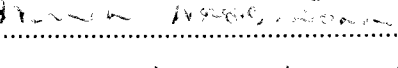
เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

พฤษภาคม 2541

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญาบัตรฉบับนี้
แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต
วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)
กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ จิราภรณ์ บุญส่ง)

คณะกรรมการสอบ ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)
กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ จิราภรณ์ บุญส่ง)
 กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์)
 กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรรณรัตน์ พลอยล้อมแสง)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญาบัตรฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)
วันที่ 10 เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2541

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้ด้วยความกรุณาอย่างสูงจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์ ประธานคณะกรรมการที่ปรึกษา ซึ่งได้ช่วยชี้แนะแนวทางและให้คำปรึกษาในการทำวิจัย ช่วยตรวจสอบเนื้อหาและความสมบูรณ์ แก้ไขข้อบกพร่องของงานวิจัยเป็นอย่างดี และผู้ช่วยศาสตราจารย์จิราภรณ์ บุญส่ง กรรมการที่ปรึกษาซึ่งได้ให้คำปรึกษาพร้อมทั้งช่วยเหลือในด้านการตรวจสอบเนื้อหางานวิจัย ข้อมูลสถิติ และแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ อย่างดี เป็นผลให้งานวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร.ส่องพรรณ เกิดพิทักษ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์พรรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง ซึ่งเป็นคณะกรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติมที่ได้ให้ความกรุณาชี้แนะข้อควรปรับปรุงแก้ไขเพิ่มเติม เพื่อให้งานวิจัยฉบับนี้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์กมลรัตน์ กรีทอง ที่กรุณาให้ข้อชี้แนะหัวข้อการทำวิจัยและ รองศาสตราจารย์ ดร.ธีระ ประพตกิจ และ อาจารย์รังสรรค์ เพ็งหนู ที่กรุณาให้ข้อชี้แนะหัวข้อการทำวิจัยและให้คำแนะนำการเขียนโปรแกรมการให้คำปรึกษา

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.เมธินันท์ ภิญโญชน ผู้ช่วยศาสตราจารย์พงษ์พันธ์ พงษ์โสภิตา และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ทศพร มณีศรีขำ ที่กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือโปรแกรมการให้คำปรึกษาของงานวิจัยนี้ให้มีความสมบูรณ์ และดร.จันทนา นนทิกร อาจารย์อัมพร ยัมแย้ม ที่กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือแบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัยให้มีความสมบูรณ์

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้อำนวยการโรงเรียนท่ายางวิทยา และคณาจารย์โรงเรียนท่ายางวิทยาทุกท่าน ที่ให้ความร่วมมือและอำนวยความสะดวก ตลอดเวลาที่ทดลอง และขอขอบใจนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างและให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการทำวิจัยครั้งนี้ และขอขอบคุณสมาชิกทุกคนในครอบครัวที่อยู่เบื้องหลังความสำเร็จของงานวิจัยในครั้งนี้

คุณค่าและประโยชน์จากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ขอมอบเป็นกตัญญูกตเวทิตาแก่บิดามารดา และบูรพาจารย์ผู้มีพระคุณของผู้วิจัย

ภัทรวรรณ อุ่มล่อ

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	5
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	5
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	6
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	10
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาเป็น รายบุคคล.....	13
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม.....	16
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีการให้คำปรึกษา แบบเหตุผล-อารมณ์.....	24
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติ.....	50
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับสารแอมเฟตามีน.....	66
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	69
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	69
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	70
วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ.....	70
แบบแผนการดำเนินการทดลอง.....	75
การดำเนินการทดลอง.....	76
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	76
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	77

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	78
สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์.....	78
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	78
5 บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	83
บทย่อ.....	83
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	83
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	83
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	84
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	84
การดำเนินการทดลอง.....	84
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	85
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	86
อภิปรายผล.....	86
ข้อเสนอแนะ.....	90
บรรณานุกรม.....	92
ภาคผนวก.....	98
ภาคผนวก ก.	99
ภาคผนวก ข.	161
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	166

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงแบบแผนการทดลอง RandomizedPretest-PosttestDesign.....	75
2 เปรียบเทียบทัศนคติของนักเรียนต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียน ก่อนและหลังการได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม.....	80
3 เปรียบเทียบทัศนคติของนักเรียนต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียน ก่อนและหลังการได้รับคำปรึกษาเป็นรายบุคคล.....	81
4 เปรียบเทียบทัศนคติของนักเรียนต่อสารแอมเฟตามีน หลังได้รับ การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคล.....	82
5 แสดงค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม ทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน.....	162
6 แสดงคะแนนทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ที่ 1 ก่อนและหลังการได้รับคำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเหตุผล-อารมณ์.....	163
7 แสดงคะแนนทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ที่ 2 ก่อนและหลังการได้รับคำปรึกษาเป็นรายบุคคลแบบเหตุผล- อารมณ์.....	164
8 แสดงผลต่างของทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนที่ได้รับ การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคล.....	165

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ประเทศไทยเป็นประเทศหนึ่งที่มีการแพร่ระบาดของสารแอมเฟตามีน โดยเริ่มแพร่ระบาดครั้งแรกในปี พ.ศ. 2510 โดย บริษัท โบโร เวลคัม จำกัด จากประเทศเกาหลี แอมเฟตามีนที่ส่งเข้ามาขายตอนแรกนั้นมีเครื่องหมายการค้าเป็นรูปหัวม้าและมีคำว่า London คนจึงเรียกชื่อตามสัญลักษณ์ที่ติดบนเม็ดยาเรื่อยมา กลายเป็น “ยาม้า” (สำนักงาน ป.ป.ส. 3) แอมเฟตามีน หรือที่เรียกกันว่า ยาม้า ยาขยัน หรือยาแก้ง่วง ปัจจุบันเรียกกันว่า “ยาบ้า” เป็นวัตถุที่ออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท จะออกฤทธิ์กระตุ้นประสาทส่วนกลาง ทำให้รู้สึกตื่นตัว บางคนอาจมีอาการตื่นเต้น นอนไม่หลับ ในระยะแรกผู้ใช้นี้คือ กลุ่มนักขับรถ สิบล้อ รถทัวร์ ต่อมาแพร่ระบาดไปตามบาร์ ในที่สุดแล้ว จากการสำรวจในปี พ.ศ. 2530 จนถึงปัจจุบัน พบสารแอมเฟตามีนแทบทุกจังหวัดในประเทศไทย จากการแพร่ระบาดของแอมเฟตามีนมาเป็นเวลายาวนาน ปัจจุบันก็แพร่ระบาดเข้าสู่ระบบโรงเรียน และทวีจำนวนเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ จากสถิตินักเรียนผู้เข้ารับการบำบัดรักษา พบว่า ปี พ.ศ. 2535 จำนวน 1,250 คน ปี พ.ศ. 2536 จำนวน 2,155 คน ซึ่งมีจำนวนเพิ่มขึ้น และพบว่าอายุของผู้ใช้ยาและสารเสพติดครั้งแรก ส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 15-19 ปี จำนวน 22,053 คน ร้อยละ 48.7 (นิตยสารก้าวไกล. 2537 : 16)

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเพชรบุรี ได้ศึกษาการใช้สารแอมเฟตามีนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา และระดับอาชีวศึกษา พบว่า จากการสุ่มตัวอย่างจากโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จำนวน 10 โรงเรียน โดยสุ่มกลุ่มตัวอย่าง 30% ของจำนวนนักเรียนทั้งหมดในแต่ละโรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง พบว่า นักเรียนชายจำนวน 2,446 คน พบสารเสพติด 80 คน คิดเป็นร้อยละ 3.27 นักเรียนหญิงจำนวน 524 คน พบสารเสพติด 3 คน คิดเป็นร้อยละ 0.57 ในสังกัดกรมอาชีวศึกษา จังหวัดเพชรบุรี พบว่า นักเรียนชายจำนวน 650 คน พบสารเสพติด 32 คน คิดเป็นร้อยละ 4.92 นักเรียนหญิงจำนวน 500 คน พบสารเสพติด 12 คน คิดเป็นร้อยละ 2.4 (สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเพชรบุรี. 2538) นอกจากนี้ จากสถิติ

การจับกุมผู้จำหน่ายและใช้สารเสพติดในท้องที่อำเภอท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี พบว่า ในปี พ.ศ. 2537 (มกราคม-ธันวาคม) มีการจับกุมผู้กระทำความผิดเรื่องต่าง ๆ 100 ครั้ง จับกุมได้ 120 คน ในปี พ.ศ. 2538 (มกราคม-ธันวาคม) มีการจับกุมผู้กระทำความผิดเรื่องต่าง ๆ 111 ครั้ง จับกุมได้ 116 คน (สถานีตำรวจภูธรอำเภอท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี. 2538) ในการจับกุมผู้กระทำความผิดแต่ละครั้งส่วนใหญ่เป็นสารแอมเฟตามีน ซึ่งแสดงให้เห็นถึงการแพร่ระบาดของสารแอมเฟตามีนที่กำลังขยายตัวเพิ่มมากขึ้น

สาเหตุที่เกิดการแพร่ระบาดของสารแอมเฟตามีนในประเทศไทย แบ่งได้เป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่หนึ่ง เสพเพราะใช้เพื่อให้สามารถขับรถได้ระยะทางไกล ๆ คนงานกรรมกรที่ต้องเร่งทำงานแข่งกับเวลา กลุ่มที่สอง เสพด้วยเหตุผลอื่น ๆ พบในวัยรุ่นทั้งในระบบและนอกระบบโรงเรียน เหตุผลในการใช้เนื่องจากต้องการคลายทุกข์หาทางออกที่ดีไม่ได้มีปัญหาความแตกแยกในครอบครัว วัยคะนองอยากลองอยากรู้ มีบุคลิกภาพที่อ่อนแอ ถูกชักจูงง่ายขาดความรอบคอบในการตัดสินใจ ใช้เป็นแฟชั่น กระแสนิยม ภาวะอิทธิพลจากกลุ่มเพื่อน กลัวถูกปฏิเสธจากกลุ่มซึ่งวัยรุ่นมักจะรักกลุ่มรักเพื่อน (ชาญชัย ปวงนิคม. 2538 : 4) นอกจากนี้ ปรีชา จำปารัตน์ (2537 : 13-14) กล่าวว่า มูลเหตุการใช้ยาของเยาวชนมีปัจจัยหลายประการที่จะทำให้หันไปเสพยา ประการที่หนึ่ง ถูกเพื่อนชักชวนแนะนำให้ใช้ยาขยัน หรืออยู่ในกลุ่มและสิ่งแวดล้อมที่มีเพื่อนฝูงใช้ยาเสพติด ประการที่สอง ถูกหลอกลวงให้หลงโดยคิดว่าจะเกิดผลดี ประการที่สาม อยากลอง อยากรู้ว่าเป็นจริงดังที่เคยได้ยินได้ฟังหรือไม่ ประการที่สี่ อยู่ใกล้ชิดกับผู้ขายหรือแหล่งที่มีการระบาด หรือเห็นคนอื่นใช้เป็นประจำ ประการที่ห้า ขาดความรักความอบอุ่นจากครอบครัว หรือมีความทุกข์ใจเมื่ออยู่กับครอบครัว เนื่องจากสภาพครอบครัวบ้านแตกสาแหรกขาด บิดามารดาต้องทำงานหนักไม่มีเวลาพูดคุยอบรมสั่งสอน บิดามารดาใช้คำพูดที่รุนแรง บิดามารดาร์กูกมาก ปกป้องลูก ให้เงินใช้จ่ายมาก ทำให้เกิดการฟุ้งเฟ้อ เทียวเตร่ เป็นเหตุให้ก้าวไปสู่สิ่งเสพติด

นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้สอบถามทัศนคติเกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 จำนวน 1,200 คน นักเรียนทุกระดับชั้นมีทัศนคติต่อสารเสพติดแอมเฟตามีนทั้งด้านบวกและ ด้านลบ จากการสำรวจ พบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 281 คน มีทัศนคติทางบวก 84 คน คิดเป็น 29.89% ทัศนคติทางลบ 197 คน คิดเป็น 70.10% ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 240 คน มีทัศนคติทางบวก 77 คน คิดเป็น 32.08% ทัศนคติทางลบ 163 คน คิดเป็น 67.92% ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 259 คน มี

ทัศนคติทางบวก 61 คน คิดเป็น 23.55% ทัศนคติทางลบ 198 คน คิดเป็น 76.45% ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 145 คน มีทัศนคติทางบวก 22 คน คิดเป็น 15.17% ทัศนคติทางลบ 123 คน คิดเป็น 84.82% ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 140 คน มีทัศนคติทางบวก 16 คน คิดเป็น 11.43% ทัศนคติทางลบ 124 คน คิดเป็น 88.57% ส่วนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 135 คน มีทัศนคติทางบวก 11 คน คิดเป็น 8.15% ทัศนคติทางลบ 124 คน คิดเป็น 91.85%

จากสถิติดังกล่าว นักเรียนที่มีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน นักเรียนมีความคิดว่าสารแอมเฟตามีนเป็นสิ่งที่น่าลอง ดิดแล้วก็เลิกได้ ไม่มีอันตรายร้ายแรงอะไร และยังช่วยให้นักเรียนเข้ากับกลุ่มเพื่อนของคนได้เป็นอย่างดี ส่วนนักเรียนกลุ่มที่มีทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนในทางลบ มีความคิดว่า สารแอมเฟตามีนเป็นสิ่งที่ไม่ดี น่ากลัวอันตราย ไม่ควรลองหรือเสพ เพราะจะทำให้เสียสุขภาพ เสียค่าใช้จ่าย และเป็นการทำลายอนาคตของตนเอง จากการสอบถามทัศนคติของนักเรียนต่อสารแอมเฟตามีนในครั้งนี้ ผู้วิจัยเห็นว่า การที่นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนเป็นสิ่งที่น่าสนใจ เพราะเป็นการแสดงให้เห็นถึงการมีความคิด ความรู้สึกที่ดีต่อสารแอมเฟตามีน ไม่กลัวพิษภัยของสารแอมเฟตามีน และอาจมีแนวโน้มในการที่นักเรียนดังกล่าวจะทดลองใช้สารแอมเฟตามีน ผู้วิจัยมีความประสงค์จะช่วยลดทัศนคติกับนักเรียนกลุ่มที่มีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน โดยทดลองกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2540 เนื่องจากเป็นกลุ่มที่มีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนในระดับที่สูงกว่าระดับชั้นอื่น ๆ

ปัญหาในการใช้สารแอมเฟตามีน กำลังเป็นปัญหาในระดับประเทศที่ต้องเร่งแก้ไขอย่างจริงจังและเร่งด่วน ผู้วิจัยจึงเห็นว่าควรมีการช่วยเหลือนักเรียนที่มีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน และมีแนวโน้มที่จะใช้สารแอมเฟตามีน โดยการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ ซึ่งทัศนคติสามารถเปลี่ยนแปลงได้ ดังที่ไทรแอนดิส (จูดีพร คล้ายพันธ์. 2538 : 16 ; อ้างอิงมาจาก Triandis. 1971) กล่าวว่า ทัศนคติสามารถเปลี่ยนแปลงได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ เช่น การได้รับข้อมูลใหม่จากบุคคลอื่น สื่อมวลชนหรือการได้รับประสบการณ์โดยตรง ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในองค์ประกอบทางด้านความคิด ความเข้าใจ และมีผลทำให้องค์ประกอบด้านความรู้สึกและพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปด้วย ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2520 : 81) ที่กล่าวว่า ทัศนคติของบุคคลสามารถเปลี่ยนแปลงได้หลายวิธี อาจจะโดยวิธีที่บุคคลได้รับข่าวสารต่าง ๆ ซึ่งข่าวสารนั้น

อาจมาจากบุคคลอื่น หรือมาจากอุปกรณ์สื่อมวลชนต่าง ๆ ข่าวสารที่ได้รับนี้ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงส่วนประกอบต่าง ๆ ทางทัศนคติ ทางด้านความรู้ (Cognitive Component) ที่เป็นที่ยึดมั่นว่า ถ้าประสบการณ์ส่วนหนึ่งส่วนใดเปลี่ยนแปลง ส่วนประกอบด้านอื่นก็มีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนด้วยเช่นกัน เช่น ถ้าองค์ประกอบทางด้านความรู้เปลี่ยนแปลง ก็มีแนวโน้มที่จะทำให้องค์ประกอบด้านอารมณ์ (Affective Component) และองค์ประกอบด้านการปฏิบัติ (Behavioral Component) เปลี่ยนแปลงด้วย

การเปลี่ยนแปลงทัศนคติอาจทำได้หลายวิธี เช่น การใช้สถานการณ์จำลอง การใช้กิจกรรมกลุ่ม การให้คำปรึกษา การเลียนแบบจากบุคคลที่ตนเคารพบูชา เป็นต้น (ประภาเพ็ญ สุวรรณ. 2520 : 143) ในที่นี้ผู้วิจัยสนใจที่จะใช้วิธีการให้คำปรึกษา โดยใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ ทั้งนี้เพราะผู้วิจัยเห็นว่า ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ เป็นวิธีการหนึ่งที่นักจิตวิทยายอมรับว่าสามารถเปลี่ยนแปลงความเชื่อ และทัศนคติได้ (Milton. 1974 : 458-459) เพราะทฤษฎีนี้มีพื้นฐานความเชื่อว่า พฤติกรรมของบุคคลนั้นเกิดจากการคิดที่ไร้เหตุผล ไม่สมเหตุผล ซึ่งฝังอยู่ในใจโดยที่อาจจะเรียนรู้หรือได้รับประสบการณ์ที่ไม่ดีมา กระบวนการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีนี้ จึงเน้นให้นักเรียนได้รู้จักวิเคราะห์ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม อันเนื่องมาจากความคิดที่ไม่สมเหตุผลได้แก่ การใช้สารแอมเฟตามีนแล้วทำให้ขยัน หรือเป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน และให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีแก้ปัญหาโดยใช้ความคิดที่มีเหตุผลมาเปลี่ยนแปลงความเชื่อและทัศนคติ ซึ่งจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่อไป

สำหรับการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาเปรียบเทียบระหว่างการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคล ทั้งนี้เพราะการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลนั้น เจียรนัย ทรงชัยกุล (2533 : 407) กล่าวว่า เป็นการให้คำปรึกษาที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษา โดยให้คำปรึกษาเป็นการส่วนตัวแก่บุคคลเฉพาะรายในแต่ละครั้ง เพื่อให้เขาเข้าใจในตนเองและสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น ผู้รับคำปรึกษาสามารถระบายความรู้สึก และแสดงออกถึงความคิดเห็น โดยปราศจากความกดดันใด ๆ ส่วนการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เป็นกระบวนการที่บุคคลซึ่งมีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรือต้องการจะแก้ปัญหาใดปัญหาหนึ่งร่วมกันมาปรึกษาหารือซึ่งกันและกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาซึ่งมีความรู้ความสามารถ และประสบการณ์ทางการศึกษาให้ความช่วยเหลือหรือร่วมให้คำปรึกษา วัชร ทรัพย์มี (2520 : 80) กล่าวว่า สมาชิกในกลุ่มมี

โอกาสได้แสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึก และความคิดเห็นของแต่ละบุคคล เป็นการระบายความรู้สึกขัดแย้งในจิตใจ ได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอมรับตนเอง กล้าที่จะเผชิญปัญหา และได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหา หรือปรับปรุงตนเอง กับทั้งได้ฟังความรู้สึก ความคิดเห็นของผู้อื่น และได้ตระหนักว่าคนอื่นก็มีความขัดแย้งหรือ มีความคิดเห็นเช่นเดียวกับตน ไม่ใช่ตนเองเท่านั้นที่มีปัญหา

จากเหตุผลดังกล่าว จะเห็นได้ว่าการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคล สามารถเปลี่ยนแปลงทัศนคติของนักเรียนได้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะเปลี่ยนแปลงทัศนคติของนักเรียน โดยเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคล ที่มีต่อทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนท่าสายวิทยา จังหวัดเพชรบุรี เพื่อศึกษาเปรียบเทียบว่า วิธีให้คำปรึกษาวิธีใดจะสามารถนำมาใช้ในการเปลี่ยนแปลงทัศนคติของนักเรียนต่อสารแอมเฟตามีน ได้แตกต่างกันมากน้อยเพียงใด

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เปรียบเทียบทัศนคติของนักเรียนต่อสารแอมเฟตามีน ก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์
2. เปรียบเทียบทัศนคติของนักเรียนต่อสารแอมเฟตามีน ก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์
3. เปรียบเทียบทัศนคติของนักเรียนต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์เป็นกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นรายบุคคล

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลง หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์
2. นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลง หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นรายบุคคล มีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลงแตกต่างกัน

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ จะทำให้ทราบถึงผลของการเปลี่ยนแปลงทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2540 ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ ซึ่งจะเป็แนวทางให้กับครูแนะแนว อาจารย์ และบุคคลที่เกี่ยวข้องที่มีความสามารถในการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ในการเลือกใช้วิธีการเพื่อเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนต่อไป

ขอบเขตในการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนท่าทางวิทยา จังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2540 ซึ่งยังไม่เคยใช้สารแอมเฟตามีน ตรวจสอบโดยการใช้สารตรวจปัสสาวะ ที่มีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทม์ที่ 75 ขึ้นไป จำนวน 60 คน จากจำนวนนักเรียนทั้งหมด 240 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนท่าทางวิทยา จังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2540 ซึ่งยังไม่เคยใช้สารแอมเฟตามีน ที่มีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน จำนวน 16 คน ที่ได้จากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร และสอบถามความสมัครใจ แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน

3. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

3.1 ตัวแปรอิสระ คือวิธีลดทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน แบ่งออกเป็น 2 วิธี คือ

- 3.1.1 การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นกลุ่ม
- 3.1.2 การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นรายบุคคล
- 3.2 ตัวแปรตาม คือ ทักษะคิดต่อสารแอมเฟตามีน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ หมายถึง กระบวนการความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษา ยอมรับซึ่งกันและกัน ไว้วางใจกัน เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้เข้าใจและยอมรับตนเอง ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิดที่ผิด ๆ ไม่สมเหตุสมผลต่อตนเอง และต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้น อันเป็นต้นเหตุของการมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน ให้เป็นความคิดที่สมเหตุสมผล เปลี่ยนแปลงทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน ในที่นี้ผู้วิจัยใช้การให้คำปรึกษา 2 วิธี คือ การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1.1 การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม หมายถึง กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ความช่วยเหลือแก่นักเรียนเป็นกลุ่ม ที่มีทัศนคติทางบวกกับสารแอมเฟตามีน เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มสำรวจตนเอง เรียนรู้ที่จะนำความคิดหรือประสบการณ์จากกลุ่ม ไปคิดวิเคราะห์อย่างสมเหตุสมผล เพื่อเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน การให้คำปรึกษารั้งนี้ แบ่งเป็น 3 ขั้นตอนดังนี้

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพกับสมาชิกในกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกคุ้นเคย เป็นกันเอง ไว้วางใจซึ่งกันและกัน เข้าใจในบทบาทของตนเอง และกล้าที่จะแสดงความคิดเห็น เกิดความมั่นใจในการที่จะแก้ไข เปลี่ยนแปลงทัศนคติของตนเอง

2. ขั้นดำเนินการ ผู้วิจัยให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นต่อสารแอมเฟตามีน หลังจากนั้นจึงให้ความรู้เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน โดยให้สมาชิกดูวีดิทัศน์เรื่อง ยาและสารเสพติด ต่อสารแอมเฟตามีน ผู้วิจัยให้คำปรึกษาแก่สมาชิกถึงลักษณะความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลต่อสารแอมเฟตามีน ทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน โดยให้สมาชิกได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้สึก และพฤติกรรมที่ไม่สมเหตุสมผล เพื่อให้สมาชิกค้นหาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่ไม่สมเหตุสมผล โดยการวิเคราะห์สิ่งที่เกิดขึ้น และผลกระทบที่เกิดตามมาในรูปแบบ ABC (ดูรายละเอียดในหน้า 26) ให้สมาชิกได้ช่วยกันวิเคราะห์ถึงเหตุการณ์ หรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็นผลจากการที่สมาชิกได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับสาร

แอมเฟตามีน และหาแนวทางการเปลี่ยนแปลงความเชื่อ ความรู้สึก และพฤติกรรมที่ไม่สมเหตุสมผล โดยใช้การฝึกคิดอย่างมีเหตุผล ตามรูปแบบ ABCDE (ดูรายละเอียดในหน้า 41)

3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยและสมาชิกในกลุ่มช่วยกันสรุปผลการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษา เพื่อเปลี่ยนแปลงทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน และแนวทางการที่จะนำไปใช้ในการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ ที่มีต่อสารแอมเฟตามีน ตลอดจนสำรวจการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเอง

วิธีการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ เป็นกลุ่มนี้ ผู้วิจัยใช้ในกลุ่มทดลองที่ 1

1.2 การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล หมายถึง กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ความช่วยเหลือเป็นรายบุคคลแก่นักเรียนที่มีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน เพื่อให้ให้นักเรียนได้เข้าใจตนเอง และมองเห็นแนวทางในการที่จะเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล แบ่งเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพกับนักเรียน เพื่อให้ให้นักเรียนเกิดความอบอุ่น คุ้นเคยเป็นกันเอง และเกิดความไว้วางใจผู้ให้คำปรึกษา กล่าวแสดงความคิดเห็น เกิดความมั่นใจในการที่จะเปลี่ยนแปลงทัศนคติของตนเอง

2. ขั้นดำเนินการ ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นต่อสารแอมเฟตามีน หลังจากนั้นจึงให้ความรู้เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน โดยให้นักเรียนดูวิดีโอทัศน์เรื่อง ยาและสารเสพติด ตอนสารแอมเฟตามีน ผู้วิจัยให้คำปรึกษาแก่นักเรียนถึงลักษณะความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลต่อสารแอมเฟตามีน และทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน โดยให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็น ความรู้สึก และพฤติกรรมที่ไม่สมเหตุสมผล โดยการวิเคราะห์สิ่งที่เกิดขึ้น และผลกระทบที่เกิดตามมาในรูปแบบ ABC ให้นักเรียนวิเคราะห์ถึงเหตุการณ์ หรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็นผลจากการที่นักเรียนมีความเชื่อไม่สมเหตุสมผล ผู้วิจัยให้นักเรียนวิเคราะห์หาแนวทางการเปลี่ยนแปลงความเชื่อ ความรู้สึก และพฤติกรรมที่ไม่สมเหตุสมผล โดยใช้การฝึกคิดอย่างมีเหตุผล ตามรูปแบบ ABCDE

3. ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปผลการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษา เพื่อเปลี่ยนแปลงทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน และแนวทางการที่จะนำไปใช้ในการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ ที่มีต่อสารแอมเฟตามีน ตลอดจนสำรวจการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเอง

วิธีการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ เป็นรายบุคคล
นี้ ผู้วิจัยใช้ในกลุ่มทดลองที่ 2

2. สารแอมเฟตามีน หมายถึง วัตถุที่ออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท จะออกฤทธิ์
กระตุ้นประสาทส่วนกลาง ทำให้รู้สึกตื่นตัว บางคนอาจมีอาการตื่นเต้น นอนไม่หลับ หัวใจ
เต้นเร็วและแรง ไม่รู้สึกง่วง ทำงานได้นานกว่าปกติ หวาดระแวง วิตกกังวล บางรายอาจ
มีอาการประสาทหลอน ไม่สามารถควบคุมตนเองได้ ในการวิจัยครั้งนี้ ศึกษาเฉพาะสาร
แอมเฟตามีนที่มีอยู่ในยาบ้า

3. ทักษะคิดต่อสารแอมเฟตามีน หมายถึง ความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มของ
พฤติกรรมของนักเรียนที่มีต่อสารแอมเฟตามีน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

3.1 ความคิดของนักเรียนที่เกี่ยวข้องกับสารเสพติดประเภทแอมเฟตามีน ได้แก่
สารแอมเฟตามีนทำให้เกิดการคลุ้มคลั่ง สร้างความเดือดร้อนให้แก่ตนเอง และผู้อื่น สามารถ
ทำงานได้มากขึ้น อ่านหนังสือได้นานขึ้น

3.2 ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อสารเสพติดแอมเฟตามีน ได้แก่ สารแอมเฟ-
ตามีนทำให้ผู้เสพอารมณ์ดี บุคคลที่เสพเป็นคนน่ารังเกียจ น่ากลัว

3.3 แนวโน้มในการแสดงออกทางพฤติกรรมของนักเรียน ที่เกี่ยวข้องกับสาร
เสพติดแอมเฟตามีน ได้แก่ การหลีกเลี่ยงจากบุคคลที่ใช้สารเสพติดแอมเฟตามีน หลีกเลี่ยงไม่
ใช้สารเสพติดแอมเฟตามีน ใช้เมื่อร่างกายอ่อนเพลีย เพราะช่วยให้เกิดความกระตือรือร้น

4. ทักษะคิดทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน ได้แก่ การที่นักเรียนคิดว่าสารแอมเฟตามีน
ช่วยให้เกิดความกระตือรือร้น เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน เสพแล้วทำให้สบายใจ อารมณ์ดี
ไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ

5. ทักษะคิดทางลบต่อสารแอมเฟตามีน ได้แก่ การที่นักเรียนคิดว่า สารแอมเฟตามีน
ไม่ดี ทำลายสุขภาพ ทำให้เกิดการคลุ้มคลั่ง รู้สึกว่าเป็นสิ่งที่น่ากลัว และไม่มีความต้องการที่
จะใช้สารแอมเฟตามีน

บทที่ 2

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยจัดเรียงตามลำดับดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์
 - 1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติ
 - 2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติ
 - 2.1.1 ความหมายของทัศนคติ
 - 2.1.2 ลักษณะและองค์ประกอบของทัศนคติ
 - 2.1.3 สาเหตุการเกิดทัศนคติ
 - 2.1.4 การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ
 - 2.1.5 เทคนิคการวัดทัศนคติ
 - 2.1.6 ประโยชน์การวัดทัศนคติ
 - 2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติ
3. เอกสารที่เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน
 - 3.1 ความหมายของสารแอมเฟตามีน
 - 3.2 รูปแบบการเสพติด
 - 3.3 ผลของแอมเฟตามีนต่อร่างกาย
 - 3.4 สถานบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

1.1.4 ความหมายของการให้คำปรึกษา

ได้มีผู้ให้ความหมายของการให้คำปรึกษาไว้ต่าง ๆ กันดังนี้

โครว์ และโครว์ (Crow and Crow. 1962 : 164) กล่าวว่า การให้คำปรึกษา หมายถึง การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้คำปรึกษา และผู้รับคำปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักและเข้าใจตนเอง ทำให้สามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาได้

โรเจอร์ส (Rogers. 1964 : 3) กล่าวว่า การให้คำปรึกษา หมายถึง การติดต่อสัมพันธ์โดยตรงระหว่างบุคคล โดยที่บุคคลหนึ่งต้องการความช่วยเหลือจากบุคคลหนึ่ง โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อที่จะเปลี่ยนเจตคติและพฤติกรรมต่าง ๆ ของเขา

เพิร์ซ (Perez. 1965 : 15) กล่าวว่า การให้คำปรึกษา คือ กระบวนการปะทะสัมพันธ์ระหว่างผู้รับคำปรึกษาที่ต้องการความช่วยเหลือ กับผู้ให้คำปรึกษาซึ่งได้รับการอบรมฝึกฝนและได้รับการศึกษาที่จะให้ความช่วยเหลือ

เบิร์คส์ และสเทฟเฟิล (Burks and Steffire. 1979 : 14) กล่าวว่า การให้คำปรึกษา หมายถึง สัมพันธภาพอันเป็นวิชาชีพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาที่ผ่านการฝึกฝนอบรมกับผู้รับคำปรึกษา โดยปกติสัมพันธภาพนี้จะเข้าไปในรูปแบบบุคคล แต่ในบางครั้งก็เกี่ยวข้องกับบุคคลมากกว่าสองคนขึ้นไป เป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจและมองชีวิตของตนเองได้ชัดเจนกระจ่างแจ้ง ตลอดจนเรียนรู้ที่จะก้าวไปสู่จุดมุ่งหมายที่ตนเป็นผู้ตัดสินใจเลือกด้วยทางเลือกและวิธีการที่เหมาะสม

จำเนียร ช่วงโชติ (2524 : 15-16) กล่าวว่า การให้คำปรึกษา หมายถึง ขบวนการที่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันระหว่างบุคคล โดยผู้ให้คำปรึกษาและผู้มารับคำปรึกษา ควรเป็นสัมพันธภาพของความช่วยเหลือ มีความร่วมมือ เข้าใจกัน มีความยกย่องนับถือกัน ทั้งนี้ เพื่อให้ผู้ให้คำปรึกษา รู้จักตนเอง ยอมรับตนเอง และรับรู้โลกถูกต้องยิ่งขึ้น จนสามารถนำไปสู่การเลือกและการตัดสินใจอย่างฉลาด และนำไปสู่การพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่

เจียรนีย์ ทรงชัยกุล (2529 : 373) กล่าวว่า การให้คำปรึกษา คือ กระบวนการช่วยเหลือ ซึ่งเกิดจากความสัมพันธ์ร่วมมือกันระหว่างบุคคลอย่างน้อย 2 คน ได้แก่ ผู้ให้บริการปรึกษา ซึ่งเป็นผู้ผ่านการฝึกอบรมในวิชาชีพมาโดยเฉพาะ ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับบริการ ซึ่งเป็นผู้ที่ประสบปัญหาที่มีความทุกข์ใจและต้องการความช่วยเหลือ เพื่อที่เขาจะมี

ความเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น มีทักษะและความสามารถในการตัดสินใจแก้ปัญหาด้วยตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสมและดำเนินชีวิตด้วยความสุข

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 124) กล่าวว่า การให้คำปรึกษา เป็นกระบวนการของการช่วยเหลือ และในกระบวนการนี้จะก่อให้เกิดสัมพันธภาพของการช่วยเหลือระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาจะเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถ และได้รับการฝึกฝนมา และพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือ เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น เกิดการเปลี่ยนแปลงเจตคติ ความรู้สึก ตลอดจนพฤติกรรมต่าง ๆ ในวิถีทางที่ดีขึ้นและสามารถวางโครงการในอนาคตของตนได้

อิงลิชและอิงลิช (อาภา จันทรสกุล. 2531 : 1; อ้างอิงมาจาก English and English. 1968) ได้ให้คำจำกัดความของการให้คำปรึกษาว่า เป็นสัมพันธภาพที่ผู้ให้คำปรึกษา ช่วยผู้ขอรับคำปรึกษาให้เข้าใจและสามารถแก้ไขปัญหาของตนเองได้

วัชร ทรัพย์มี (2533 : 5) กล่าวว่า การให้บริการปรึกษาเป็นกระบวนการของสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาซึ่งเป็นนักวิชาชีพที่ได้รับการฝึกอบรมกับผู้รับคำปรึกษาซึ่งต้องการความช่วยเหลือ เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น และเข้าใจสิ่งแวดล้อมเพิ่มขึ้น ได้ปรับปรุงทักษะในการตัดสินใจและทักษะในการแก้ปัญหา และการปรับปรุงความสามารถในการที่จะทำให้ตนเองพัฒนาขึ้น

อาภา จันทรสกุล (2533 : 2-3) กล่าวว่า การให้คำปรึกษา เป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือ โดยผู้ขอรับคำปรึกษาพบปะกับผู้ให้คำปรึกษา ภายใต้สัมพันธภาพที่ช่วยให้ผู้ขอรับคำปรึกษาเข้าใจเกี่ยวกับตน สภาพแวดล้อม และปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่ได้ดีขึ้น ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคและวิธีการทางจิตวิทยาช่วยให้ผู้มาขอรับคำปรึกษามีโอกาสสำรวจความรู้สึก ค่านิยม ตลอดจนข้อมูลต่าง ๆ เกี่ยวกับตนเองเพื่อนำไปสู่ทักษะในการแก้ปัญหาคำเนินชีวิตของตนเองได้อย่างเหมาะสม และมีประสิทธิภาพ

พรรณรัตน์ พลอยล้อมแสง (2535 : 106) กล่าวว่า การให้คำปรึกษา หมายถึงกระบวนการที่จะช่วยให้ผู้ประสบปัญหา สามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง รู้จักและเข้าใจตนเองได้เป็นอย่างดี สามารถเป็นผู้นำแห่งตนเองได้ และสามารถวางแผนทางของชีวิตในอนาคตได้ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมได้ และมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

รวีวรรณ ชินะตระกูล (2537 : 132) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการที่ผู้รับคำปรึกษาได้รับความช่วยเหลือด้วยการพูดคุยกัน เกิดจากบุคคลสองฝ่ายทำงานร่วมกัน คือ ฝ่ายให้คำปรึกษากับฝ่ายผู้รับคำปรึกษา โดยมีจุดประสงค์เพื่อช่วยเหลือฝ่ายผู้รับคำปรึกษาให้สามารถช่วยตนเอง แก้ปัญหาของตนได้ด้วยดี

จากความหมายของการให้คำปรึกษาดังกล่าว สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้ ความสามารถผ่านการฝึกฝนอบรมในวิชาชีพมาโดยเฉพาะกับผู้รับคำปรึกษา ซึ่งต้องการความช่วยเหลือ เพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเองและเข้าใจสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น มีทักษะและความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหาต่าง ๆ ของตนได้อย่างเหมาะสม และมีประสิทธิภาพเกิดการเปลี่ยนแปลงเจตคติความรู้สึกและพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้น นำไปสู่การพัฒนาตนเองอย่างเหมาะสม และดำเนินชีวิตด้วยความสุข

1.1.2 การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

1. ความหมายของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 179) ได้กล่าวถึง การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลว่า การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล เป็นสัมพันธภาพของการช่วยเหลือส่วนบุคคลระหว่างผู้ให้คำปรึกษา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยให้ผู้รับบริการเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม สามารถแก้ปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่และสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2529 : 407) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลว่าเป็นการให้คำปรึกษาที่ผู้ให้คำปรึกษา ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ขอรับคำปรึกษา โดยให้การปรึกษา เป็นการส่วนตัวแก่บุคคลเฉพาะรายในแต่ละครั้ง เพื่อให้เขาสามารถเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น สามารถวางโครงการชีวิตของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองได้อย่างเต็มขีดความสามารถ

สุจิตรา พรมนุชาธิป (2530 : 125) ได้กล่าวถึงสถานการณ์ที่เหมาะสมสำหรับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลดังนี้

(1) เมื่อผู้รับคำปรึกษามีปัญหาขั้นวิกฤต ซึ่งมีความยุ่งยากซับซ้อนมากทั้งในด้านสาเหตุและวิธีการแก้ไข

(2) เมื่อจำเป็นจะต้องรักษาความลับไว้อย่างมิดชิดที่สุด เพื่อป้องกันตัวผู้มารับคำปรึกษาและผู้อื่น

(3) เมื่อผู้มารับคำปรึกษามีความหวาดกลัวต่อการพูดคุยในกลุ่มอย่างมาก

(4) เมื่อผู้รับคำปรึกษา ขาดความสามารถในการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น

(5) เมื่อผู้รับคำปรึกษา มีความจำกัดอย่างมากในการตระหนักรู้ และเข้าใจต่อความรู้สึก แรงจูงใจ และพฤติกรรมของตนเอง หรือมีความยุ่งยาก สับสนจนรู้สึกหลงทาง และไม่อาจร่วมเปิดเผยความรู้สึกนึกคิดในกลุ่มได้

วัฒนา พัทธราวิช (2531 : 152) กล่าวถึงการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลว่า เป็นการช่วยผู้ประสบปัญหาให้สามารถแก้ไขได้ด้วยตนเอง เป็นผู้นำแห่งตนเข้าใจตนเอง วางแนวชีวิตในอนาคต สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม และมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

ทิพย์วรรณ กิตติพร (2535 : 7-8) กล่าวถึงการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลว่า เป็นกระบวนการช่วยเหลือผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งเป็นผู้ที่มีคุณสมบัติที่เหมาะสมคือ มีทักษะในการพัฒนาตนเอง และได้รับการศึกษาอบรมเกี่ยวกับทางการให้คำปรึกษา ช่วยผู้มาขอรับคำปรึกษาที่มีจำนวน 1 คน ซึ่งเป็นบุคคลที่ปกติแต่มีปัญหา และความคับข้องใจต่าง ๆ โดยมีผู้ให้คำปรึกษาทำหน้าที่เอื้ออำนวย ให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีและบรรยากาศที่ปลอดภัย เพื่อให้ผู้มาขอรับคำปรึกษารู้สึกไว้วางใจในการเปิดเผยความรู้สึกนึกคิด และเรื่องราวต่าง ๆ ที่เป็นปัญหา และด้วยความช่วยเหลือของผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้ผู้มาขอรับคำปรึกษาได้เกิดการสำรวจตนเอง การเข้าใจตนเอง และการลงมือปฏิบัติ เพื่อแก้ไขปัญหาหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงปรารถนา อันจะนำไปสู่การพัฒนาความเจริญงอกงามส่วนบุคคลต่อไป

รวีวรรณ ชินะตระกูล (2537 : 194) กล่าวถึงการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลว่า เป็นการช่วยเหลือเด็ก โดยมีการพบปะกันระหว่างให้ผู้คำปรึกษากับผู้รับบริการ ซึ่งเป็นการช่วยเหลือให้ผู้รับบริการเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อมแล้วนำไปสู่การป้องกันปัญหา ตัดสินใจแก้ปัญหา พัฒนาตนเองได้สมความปรารถนา

2. ข้อดีของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

เจียรนัย ทรงชัยกุล (2529 : 111) ได้กล่าวถึงข้อดีของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ดังนี้

- (1) ผู้รับคำปรึกษา ได้รับความช่วยเหลือในการแก้ไขปัญหาเฉพาะของเขาจากผู้ให้คำปรึกษาโดยตรงด้วยความละเอียด ครอบคลุมและรอบคอบอย่างเพียงพอ
- (2) ผู้รับคำปรึกษาเป็นจุดสนใจของผู้ให้คำปรึกษาแต่เพียงผู้เดียว ในการปรึกษาแต่ละครั้ง เขาจึงเป็นผู้ที่ควรจะได้รับประโยชน์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นอย่างเต็มที่
- (3) ผู้รับคำปรึกษากล้าที่จะเปิดเผยตนเองอย่างอิสระกับผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งจะช่วยให้การวินิจฉัยปัญหาและหาทางแก้ไข ได้ถูกต้องรวดเร็วขึ้น
- (4) ผู้รับคำปรึกษาไม่ต้องกังวลถึงความคิดเห็นและความรู้สึก หรือข้อเสนอแนะของผู้อื่น นอกจากของผู้ให้คำปรึกษาเพียงผู้เดียวระหว่างการให้คำปรึกษา
- (5) ผู้รับคำปรึกษาไม่ต้องกังวลถึงความไม่พร้อมทางด้านทักษะ ในเรื่องมนุษยสัมพันธ์ หรือบุคลิกภาพที่ไม่เหมาะสมของเขาในการแสดงออกกับผู้อื่น เพราะเขาจะมีความสัมพันธ์ เฉพาะกับผู้ให้คำปรึกษาแต่เพียงผู้เดียวในระหว่างการให้คำปรึกษา

3. ข้อจำกัดของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

เจียรนีย์ ทรงชัยกุล (2529 : 412) ได้กล่าวถึงข้อจำกัดบางประการของการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ดังนี้

- (1) ผู้รับคำปรึกษาซึ่งอยู่ในวัยรุ่น โดยทั่วไปมีความเชื่อว่าปัญหาที่ตนประสบนั้น เพื่อนรุ่นเดียวกันจะเข้าใจและหาทางออกให้ได้ดีกว่าความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่ต่างวัยและความคิดของเขา เช่น ครูแนะแนว เป็นต้น
- (2) ผู้รับคำปรึกษาซึ่งอยู่ในวัยรุ่นโดยธรรมชาติ ไม่ต้องการแสดงตนอย่างเปิดเผยว่า ไม่มีความสามารถในการแก้ปัญหาด้วยตนเองให้ผู้ใหญ่ได้รู้ เพราะเกรงจะเสียสถานภาพที่ตนจะถูกมองว่าเป็นเด็ก
- (3) ผู้รับคำปรึกษาเสียโอกาสอันดี ที่จะเสริมสร้างทักษะทางมนุษยสัมพันธ์และการปรับตัวต่าง ๆ กับเพื่อนคนอื่น ๆ ในวัยเดียวกัน ที่เผชิญปัญหาที่คล้ายคลึงกับตน
- (4) ผู้รับคำปรึกษาอาจจะเกิดความเคยชินที่จะไว้วางใจ และต้องการพึ่งพาความช่วยเหลือเฉพาะจากผู้ให้คำปรึกษาเท่านั้น
- (5) การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลเป็นกิจกรรมที่ต้องใช้เวลาและบุคลากรซึ่งมีอยู่จำกัด ดังนั้น นักเรียนบางคนที่ต้องการได้รับการให้คำปรึกษา จึงอาจจะไม่ได้รับบริการโดยทั่วถึง

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล เป็นการให้คำปรึกษาระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษาเป็นการส่วนตัวแก่บุคคลเฉพาะราย เพื่อผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเอง เข้าใจสิ่งแวดล้อม สามารถแก้ปัญหาที่ประสบอยู่และสามารถพัฒนาตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.1.3 การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

1. ความหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

เซอร์เชอร์ และสโตน (Shertzer and Stone. 1968 : 448-449) สรุปเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มไว้ดังนี้ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หมายถึง การที่กลุ่มมีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงตนเองในด้านใดด้านหนึ่ง หรือต้องการที่จะแก้ปัญหาใดปัญหาหนึ่งร่วมกัน มาปรึกษารือร่วมกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาเปลี่ยนจากผู้นำเป็นจุดศูนย์กลาง (Leader Centered) เป็นกลุ่มจุดศูนย์กลาง (Group Centered) สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสแสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของตนเอง กล้าที่จะเผชิญปัญหา ได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเอง ทั้งยังได้รับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่น และได้ตระหนักว่าผู้อื่นก็มีปัญหาเช่นกัน ไม่ใช่มีตนเองเพียงคนเดียว

แฮนเซน วอร์เนอร์ และสมิธ (Hansen, Warner and Smith. 1976 : 6) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม คือ กระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาสร้างสัมพันธภาพกับสมาชิก เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้สำรวจตนเองและสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับตนเองแล้วพยายามแก้ไขปรับปรุงทัศนคติและพฤติกรรมของตนเองให้เป็นไปในทางที่ดีขึ้น

วัชร ทรัพย์มี (2520 : 80) อธิบายว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เป็นกระบวนการที่บุคคลซึ่งมีความคิดที่จะปรับปรุงตนเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง มาปรึกษารือซึ่งกันและกันเป็นกลุ่ม โดยมีผู้ให้คำปรึกษาร่วมอยู่ด้วย สมาชิกในกลุ่มจะมีโอกาสได้แสดงออกเกี่ยวกับความรู้สึกและความคิดเห็นของแต่ละคน เป็นการระบายความรู้สึกขัดแย้งในจิตใจ ได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอมรับตนเอง กล้าที่จะเผชิญปัญหา และได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเอง กับทั้งได้ฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่น และได้ตระหนักว่าคนอื่นก็มีความขัดแย้ง หรือมีความคิดเห็นเช่นเดียวกัน ไม่ใช่ตนเองเท่านั้นที่มีปัญหา นอกจากนี้วัชร ทรัพย์มี (2522 : 173-178) ยังได้กล่าวถึงการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มนั้นมุ่งเปลี่ยน

พฤติกรรมของสมาชิกแต่ละคน สนใจความรู้สึก ทักษะคติ การรณรงค์ ซึ่งมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของสมาชิก จะมีการจัดสภาพแวดล้อมภายในกลุ่มให้เกิดบรรยากาศที่จะให้สมาชิกระบายความรู้สึก ทักษะคติของตนออกมา สมาชิกที่เข้ากลุ่มนั้นจะมาด้วยความสมัครใจ

วัชรวิ ชูระคำ (2524 : 170) ได้ให้ความหมายการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มว่า หมายถึง การที่ผู้แนะแนวให้ความช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาครั้งละมากกว่า 1 คน มุ่งที่จะช่วยให้สำรวจและประเมินตนเอง นำตนเองได้ สามารถเจริญและดำรงชีวิตที่รับผิดชอบต่อตนเองและสังคมได้ พร้อมทั้งสามารถนำสิ่งที่เรียนรู้ไปปฏิบัติให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรม

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 160) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เป็นกระบวนการของกลุ่มบุคคลที่มีปัญหาและความต้องการคล้าย ๆ กันมาปรึกษาหารือร่วมกัน โดยผู้ให้คำปรึกษาซึ่งมีความรู้ความสามารถ และประสบการณ์ทางการให้คำปรึกษาร่วมให้ความช่วยเหลือ ร่วมให้คำปรึกษา

จากความหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มที่ได้กล่าวมาแล้ว สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เป็นกระบวนการช่วยเหลือกลุ่มบุคคลที่มีปัญหาคคล้ายคลึงกัน มีความต้องการคล้ายกันมาปรึกษาหารือร่วมกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาคอยช่วยเหลือสนับสนุนสมาชิกได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน และให้กำลังใจซึ่งกันและกัน

2. ลักษณะสำคัญของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

ลักษณะสำคัญของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ไดเออร์และไวร์เอ็นด์ (Dyer and Vriend. 1957 : 136-142) ได้สรุปไว้ดังนี้คือ

- (1) สมาชิกแต่ละคนมีความสำคัญมากกว่าส่วนรวม จะไม่มีกลุ่มย่อย
- (2) ผู้นำจะเป็นผู้ให้คำปรึกษา ไม่ใช่เป็นสมาชิก
- (3) เป็นการให้คำปรึกษาแก่สมาชิกทุก ๆ คน ให้โอกาสสมาชิกได้เป็นตัวของตัวเองมากที่สุด
- (4) การให้คำปรึกษาไม่มีเป้าหมายร่วมกัน แต่ละคนจะมีเป้าหมายของตนเอง การบรรลุเป้าหมายจะเกิดจากความคิด ความรู้สึก และการกระทำ
- (5) การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลในกลุ่ม บางครั้งก็จำเป็นซึ่งจะเป็นประโยชน์แก่สมาชิกที่มีปัญหาคคล้ายคลึงกัน

(6) การมีปฏิสัมพันธ์กันมาก ๆ ในกลุ่ม ไม่ได้หมายความว่า เป็นกลุ่มที่มีประสิทธิภาพ

- (7) ผู้ให้คำปรึกษาไม่ควรเพิ่มความกดดันในกลุ่ม
- (8) การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ควรจะเน้นเฉพาะปัจจุบัน ไม่พูดถึงอดีต
- (9) ไม่กล่าวถึงบุคคลนอกกลุ่ม
- (10) สิ่งที่พูดในกลุ่มต้องเก็บเป็นความลับ
- (11) ตัวเองพูดปัญหาของตนเอง รับผิดชอบต่อตนเอง
- (12) ไม่ควรเน้นความรู้สึกมากกว่าความคิด
- (13) ความกระชับแน่นของกลุ่ม ไม่ใช่ความมุ่งหมายของการให้คำปรึกษา
- (14) การติดตามผลการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง ควรจะทำให้เป็นประสบการณ์เดียวกัน ก่อนที่จะเริ่มต้นครั้งใหม่ ควรเอ่ยถึงคราวที่แล้วว่า ได้ทำอะไรไปบ้าง
- (15) ในการให้คำปรึกษาแต่ละครั้งที่พบ ควรมุ่งช่วยเหลือสมาชิกคนหนึ่งหรือสองคนเป็นพิเศษ
- (16) สภาพการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม สมาชิกที่มีความไม่สบายใจ มีความวิตกกังวล เพราะได้รับการกระตุ้นให้มีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลง
- (17) อารมณ์ ความรู้สึกทางลบ ไม่ใช่สิ่งที่ดีที่ระบายออกมา
- (18) การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ไม่มีแบบแผนที่แน่นอน จะมีการยืดหยุ่นตลอดเวลา ผู้นำควรจะบอกจุดมุ่งหมาย วิธีการขึ้นอยู่กับสมาชิก จะไม่มีรูปแบบที่ตายตัว
- (19) พฤติกรรม ความคิด เหตุผล ไม่มีการตัดสิน ผิด ถูก ดี ไม่ดี แต่จะศึกษาว่ามีสาเหตุอะไร แก้อะไรอย่างไร จะทำอย่างไร
- (20) ความมีประสิทธิภาพของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม วัดจากความสำเร็จจากนอกกลุ่ม คอยสังเกตพฤติกรรมของสมาชิก

3. จุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

เคลแมน (รวีวรรณ พูลทอง. 2538 : 12 ; อ้างอิงมาจาก Kelman. 1963) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ดังนี้

- (1) ทำให้บุคคลไม่รู้สึกโดดเดี่ยว
- (2) ทำให้บุคคลรู้จักตนเองและยอมรับตนเอง

- (3) ทำให้บุคคลรู้จักปรับตัวและพัฒนาตนเอง
- (4) ทำให้เป็นตัวของตัวเองและกล้าแสดงความรู้สึกที่แท้จริง
- (5) ทำให้เกิดความรับผิดชอบในตนเอง และแก้ปัญหาของตนเองได้
- (6) เป็นการฝึกทักษะในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น
- (7) ช่วยให้บุคคลเปลี่ยนเจตคติและพฤติกรรม
- (8) นำทักษะและแนวคิดที่ได้จากกลุ่มไปปรับปรุงตนเองในชีวิตประจำวัน

โอลเซน (เฉลิมชัย หาญกล้า, 2537 : 26 ; อ้างอิงมาจาก Ohlsen, 1970 : 31) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีจุดมุ่งหมายให้บุคคลรู้จักแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น เป็นการป้องกันไม่ให้เกิดเหตุการณ์ร้ายแรงขึ้น ประสบการณ์ที่ได้จากกลุ่มจะทำให้เกิดความรู้และช่วยพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ คือ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

นอกจากนี้ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 180) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ดังนี้

- (1) เพื่อช่วยให้สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มรู้จักและเข้าใจตนเอง
- (2) เพื่อช่วยให้สมาชิกได้พัฒนาการยอมรับตนเอง และรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า
- (3) เพื่อช่วยให้สมาชิกแต่ละคนได้พัฒนาวิธีการต่าง ๆ ที่จะช่วยให้งานตามขั้นพัฒนาการของตนเป็นไปอย่างเหมาะสม

(4) เพื่อช่วยให้สมาชิกแต่ละคนพัฒนาแนวทางการแก้ปัญหาของตนเอง และสามารถตัดสินใจแก้ปัญหาที่ประสบได้อย่างมีประสิทธิภาพ

(5) เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนพัฒนาความเข้าใจเกี่ยวกับความต้องการและความรู้สึกของบุคคลอื่น ตระหนักถึงบทบาทและความรับผิดชอบของตนเองในการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นและเรียนรู้ที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกภายในกลุ่ม

- (6) เพื่อเสริมสร้างสัมพันธภาพระหว่างมวลสมาชิกให้มีความรัก ความสามัคคีกัน

จากจุดมุ่งหมายดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้บุคคลได้รู้จัก และเข้าใจตนเอง เรียนรู้ในการที่จะพัฒนาและแก้ไขปัญหของตน ตลอดจนสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับสมาชิกในกลุ่ม สามารถนำแนวคิดและประสบการณ์ที่ได้รับจากกลุ่มไปเป็นแนวทางในการแก้ไขและพัฒนาตนเองให้ดียิ่งขึ้น

4. การจัดตั้งกลุ่ม

การเลือกสมาชิกเข้ากลุ่ม

(1) อายุ ควรที่จะเลือกสมาชิกตามลำดับชั้นเรียน ระดับวุฒิภาวะ และอายุตามปฏิทินที่ไม่แตกต่างกันนัก เพื่อจะได้ไม่มีปัญหาทางด้านการสื่อความหมายและการเข้าใจซึ่งกันและกัน

(2) ความสามารถทางสติปัญญา ไม่ควรแตกต่างกันมาก เพื่อจะได้ไม่มีปัญหาในการสื่อความหมาย

(3) เพศ จะจัดเพศหญิง เพศชาย แยกจากกันหรือรวมกันนั้น ขึ้นอยู่กับวัยและปัญหาบางปัญหาอาจจะเหมาะสมกับกลุ่มที่มีทั้งสองเพศ แต่บางปัญหาเหมาะสมกับกลุ่มที่แยกเพศกัน

(4) มีปัญหาธรรมชาติคล้ายคลึงกัน ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกรู้สึกว่าเขาเป็นเจ้าของปัญหา และสามารถเข้าใจปัญหาได้ดี ได้ร่วมกันอภิปรายและช่วยให้สมาชิกแต่ละคนเลือกวิธีการแก้ปัญหของตน

5. ขนาดของกลุ่มที่เหมาะสม

โดยทั่วไปนิยมจัดกลุ่ม 6-8 คน แต่อาจขยายเป็น 10-12 คน ไม่ควรให้กลุ่มใหญ่เกิน เพราะจะทำให้โอกาสในการสื่อความหมายซึ่งกันและกันมีน้อยลง สอดคล้องกับมาห์เลอร์ (Mahler, 1969 : 54) ได้เสนอแนะว่า จำนวนสมาชิกในกลุ่มไม่ควรน้อยกว่า 7 คน และไม่ควรเกิน 10 คน ส่วน วัชรินทร์ (2531 : 105) มีความเห็นว่าการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม บุคคลที่จะเข้ากลุ่มจะต้องมีความสัมพันธ์ต่อกันเป็นอย่างดี ดังนั้นจำนวนสมาชิกในกลุ่มต้องไม่มากเกินไป คือ ประมาณ 6-10 คน

6. เวลาและจำนวนครั้งในการให้คำปรึกษา

เวลาที่ใช้ในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มโดยปกติ สำหรับวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่ จะใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง หรือ 1 ชั่วโมงครึ่ง แต่ถ้าเป็นกลุ่มเด็กประถมไม่ควรเกิน 1 ชั่วโมง จำนวนครั้งในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม จะให้คำปรึกษาสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ถ้าช่วงเวลาในการให้คำปรึกษามีน้อยอาจจัดสัปดาห์ละ 2 ถึง 3 ครั้ง เวลาไม่ควรต่ำกว่า 1 ชั่วโมง หรือไม่ควร

เกิน 2 ชั่วโมง สำหรับจำนวนครั้งที่พบควรกำหนดไว้ประมาณ 6-7 ครั้ง โดยถือเป็นกลุ่มที่ใช้ระยะเวลาสั้น ๆ (วัชรวิ ทรัพย์มี. 2522 : 182)

7. สถานที่ที่เหมาะสมต่อการทำกลุ่ม

ห้องที่เหมาะสมสำหรับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ควรเป็นห้องที่เล็กกะทัดรัด เหมาะกับจำนวนสมาชิกในกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกรู้สึกอิสระ และมีให้มีสิ่งภายนอกมารบกวน หรือป้องกันมิให้สมาชิกหันไปสนใจกับสิ่งภายนอก สมาชิกในกลุ่มจะรู้สึกสบายใจเมื่อนั่งเป็นวงกลมรอบโต๊ะ หรือมีโต๊ะตรงกลางวงมากกว่าที่จะเป็นวงกลมเฉย ๆ ห้องสำหรับการให้คำปรึกษาในบางแห่งจะติดตั้งเครื่องบันทึกเสียงไว้ด้วย (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภาน. ม.ป.ป. : 235)

8. ขั้นตอนในการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

ทองเรียน อมรชกุล (2520 : 113-120) ได้กล่าวถึงขั้นตอนการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มไว้ 4 ขั้นตอน คือ

(1) ขั้นริเริ่มการให้คำปรึกษา (The Involvement Stage) ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องชี้แจงวัตถุประสงค์ และสร้างสัมพันธภาพที่ดีให้เกิดขึ้นในกลุ่ม ซึ่งจะต้องใช้เวลาแก่สมาชิก

(2) ขั้นหัวเลี้ยวหัวต่อ (The Transition Stage) กลุ่มเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาขึ้นบ้าง สมาชิกเริ่มรู้สึกไว้วางใจกัน แต่ยังมีความตึงเครียด วิตกกังวลและเกิดการต่อต้าน ผู้ให้คำปรึกษาต้องชี้แจงให้สมาชิกได้กล้าที่จะอภิปรายปัญหาของตนเองอย่างเปิดเผย

(3) ขั้นปฏิบัติการ (The Working Stage) สมาชิกในกลุ่มจะมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน เต็มใจเปิดเผยเรื่องราวของตนเอง อภิปรายปัญหาความเป็นจริง ร่วมกันแก้ไขปัญหของกันและกัน นอกจากนี้สมาชิกทุกคนยังได้สำรวจตนเอง เข้าใจปัญหา และพร้อมจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

(4) ขั้นยุติการให้คำปรึกษา (The Ending Stage) เมื่อสมาชิกเข้าใจปัญหาอย่างชัดเจน เป็นตัวของตัวเอง รู้จักวิธีแก้ปัญห นำความคิดและประสบการณ์ไปใช้ในชีวิตประจำวันด้วยความเต็มใจ ไม่มีข้อข้องใจก็ยุติการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มได้

9. ข้อดีของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

เจียรนีย์ ทรงชัยกุล (2529 : 418-419) ได้กล่าวถึงข้อดีของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ดังนี้

(1) ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความเข้าใจใหม่ว่า ไม่เพียงแต่ตนเองเท่านั้นที่ประสบปัญหาผู้อื่นก็ประสบปัญหาที่คล้ายคลึงกันด้วย ทำให้ความรู้สึกโดดเดี่ยว ความล้าชวยและความรู้สึกแปลกประหลาดลดลง

(2) ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกยอมรับ และนับถือตนเองมากขึ้น เพราะการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกทุกคนมีส่วนร่วมในการช่วยแก้ไขปัญหของสมาชิกในกลุ่ม ดังนั้นสมาชิกแต่ละคนจะเกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า และมีความสามารถ

(3) ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ได้รับประสบการณ์ในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิกในกลุ่ม

(4) ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา มีประสบการณ์ที่กว้างขวางมากขึ้นในการเผชิญปัญหา และสามารถตัดสินใจเลือกทางแก้ไขปัญหาได้ถูกต้อง และรอบคอบขึ้น

(5) ช่วยแบ่งเบาภาระของผู้ปกครอง ครู เพราะสมาชิกในกลุ่มจะมีความรู้สึกยอมรับในความคิดเห็นและคำแนะนำของเพื่อนสมาชิกที่อยู่ในวัยเดียวกัน และที่เผชิญปัญหาคล้ายคลึงกับตนมากกว่าผู้อื่น

(6) เป็นการประหยัดเวลา บุคลากรและงบประมาณ เพราะสามารถให้คำปรึกษาแก่ผู้ที่มีปัญหาได้ครั้งละหลายคนในเวลาเดียวกัน

นอกจากนี้ แกซดา (สุวรรณา อนุสันติ. 2535 : 27 ; อ้างอิงมาจาก Gazda. 1967) ได้รวบรวมประโยชน์ คุณค่า และเอกลักษณ์ของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ดังนี้

(1) สมาชิกในกลุ่มได้พบว่า คนอื่น ๆ ก็มีปัญหาเช่นเดียวกับเขาเหมือนกัน

(2) การยอมรับ การสนับสนุนจากสมาชิกภายในกลุ่มจะกระตุ้นให้สมาชิกในกลุ่มยอมรับที่จะเผชิญกับปัญหาของเขา

(3) กลุ่มเป็นตัวแทนของสังคมจริง ๆ เป็นที่ซึ่งสมาชิกทุกคนมีโอกาสที่จะแสดงและทดลองพฤติกรรมบางอย่าง เช่น การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

(4) สมาชิกสามารถแสดงพฤติกรรมและความรู้สึกของตน ตลอดจนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนได้จากการที่ตระหนักถึงความปลอดภัย ความไว้วางใจจากสมาชิกอื่นภายในกลุ่ม

(5) สมาชิกเรียนรู้ที่จะมีการให้ และรับความช่วยเหลือตามบทบาทของคนภายในกลุ่ม

(6) สมาชิกมีโอกาสที่จะเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหาของสมาชิกคนอื่นด้วยการสังเกต

(7) การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มักจะทำให้สมาชิกในกลุ่มต้องการที่จะได้รับการช่วยเหลือเป็นรายบุคคล

(8) บรรยากาศแห่งความเป็นกันเองของกลุ่ม ทำให้สมาชิกรู้สึกเป็นครอบครัวเดียวกัน ทำให้นำไปสู่การเปิดเผยปัญหาทางครอบครัว

(9) การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ได้ผลมากสำหรับวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่แสวงหาเอกลักษณ์ของตนและต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน

(10) การที่นักจิตวิทยาการศึกษาได้พบปะกับสมาชิกหลายคนในเวลาเดียวกัน ช่วยประหยัดเวลา และเปิดโอกาสให้นักจิตวิทยาการศึกษาใช้เวลาสำหรับบุคคลอื่น ๆ ได้ทั่วถึงยิ่งขึ้น

10. ข้อจำกัดของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

เจียรนีย์ ทรงชัยกุล (2529 : 419) ได้กล่าวถึงข้อจำกัดบางประการของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ดังนี้

(1) การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มที่มีประสิทธิภาพขึ้นอยู่กับความสามารถ ความสนใจ และประสบการณ์ของผู้ให้คำปรึกษาเป็นส่วนใหญ่ เช่น การเลือกสมาชิกของกลุ่มที่เหมาะสมกับการควบคุมกิจกรรมของกลุ่มให้ดำเนินไปสู่เป้าหมาย

(2) การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ให้ความสำคัญกับปัญหาร่วมของสมาชิกในกลุ่ม ดังนั้นปัญหาเฉพาะของสมาชิกบางคนซึ่งต้องการวิเคราะห์และวินิจฉัยอย่างละเอียด จึงมีความสำคัญรองลงไป ด้วยเหตุนี้จึงอาจจะเป็นสาเหตุให้สมาชิกบางคนขาดกำลังใจและขาดแรงกระตุ้น เพื่อที่จะแก้ไขปัญหาหรือพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่

(3) การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มอาจจะไม่บังเกิดผลสำเร็จด้วยดี ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้ เพราะลักษณะและวิธีของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เป็นอุปสรรคต่อผู้รับคำปรึกษา ซึ่งประสบปัญหาจริง ๆ แต่ไม่กล้าเปิดเผยตัวเองอย่างเต็มที่ต่อสมาชิกของกลุ่ม เพราะกลัวว่าจะเสียสถานภาพของตนในกลุ่มเพื่อน เป็นต้น

1.1.4 ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีการการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ (Rational - Emotive Therapy) ซึ่งมีชื่อย่อว่า RET ผู้ให้กำเนิดทฤษฎีนี้คือ อิลเบิร์ต เอลลิส ทฤษฎีนี้เน้นการแก้ปัญหาด้วยสติปัญญา การขจัดความคิดที่ไม่มีเหตุผลไปยังความคิดที่มีเหตุผล หรือเป็นการเรียนรู้ที่จะคิดอย่างมีเหตุผล ได้มีผู้นำเอาทฤษฎีนี้มาใช้หรือเผยแพร่ทั้งในลักษณะของการให้คำปรึกษาและการบำบัดและได้เรียกชื่อที่แตกต่างกันออกไป เช่น ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบอารมณ์และเหตุผล ทฤษฎีการให้คำปรึกษาว่าด้วยเหตุผลและอารมณ์ ทฤษฎีให้คำปรึกษาแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ แต่ในที่นี้ผู้วิจัยใช้ชื่อว่า ทฤษฎีการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

1.1.4.1 ภูมิหลังของทฤษฎีการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

เอลลิสและไวท์เลย์ (Ellis and Whiteley, 1979 : 145) กล่าวถึงเบื้องหลังของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ว่า ได้รับอิทธิพลมาจากความคิดทางปรัชญา เช่น อีพิคตีสและมาร์กัส ออริเลียสและนักจิตบำบัด เช่น แอดเลอร์และเคลลี หรือจากความคิดของเชกสเปียร์ที่กล่าวว่า “ไม่มีอะไรที่จะดีหรือเลว แต่ความคิดจะทำให้สิ่งนั้นดีหรือเลว”

คมเพชร ฉัตรสุกกุล (2531 : 101) ก็ได้กล่าวถึงภูมิหลังของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ของเอลลิสนี้เกิดมาจาก ความคิดของนักปรัชญาและจากประสบการณ์ของเอลลิส ที่ได้ทำหน้าที่ในการช่วยเหลือผู้ที่มีปัญหา ซึ่งทำให้เอลลิสได้ข้อสรุปที่มีเหตุผลว่า การให้คำปรึกษาจะต้องทำให้ผู้มีปัญหาหยุดการสอนตัวเองในการกระทำตามความคิดที่ไม่มีเหตุผล ความคิดที่เก่า ๆ และผู้ให้คำปรึกษาจะต้องสอนให้เขาคิดอย่างมีเหตุผลเกี่ยวกับตนเองและโลกภายนอก

1.1.4.2 ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์

อาภา จันท์สุกุล (2531 : 232-234) ได้กล่าวถึงความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์แบบการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ซึ่งสามารถสรุปได้ ดังนี้

1. มนุษย์เป็นทั้งผู้ที่มีเหตุผลและไม่มีเหตุผล มนุษย์ที่มีเหตุผลจะใช้ความสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. มนุษย์มีความต้องการที่จะได้รับความสำเร็จในชีวิต ซึ่งถ้าความต้องการนั้นไม่สามารถเป็นไปได้ มนุษย์จะพยายามลงโทษทั้งตนเองและบุคคลอื่นที่มีส่วนเกี่ยวข้องเสมอ
3. มนุษย์มีความเข้าใจในขอบเขตความสามารถของตนเอง ค่านิยมของตนเองและแนวทางในการเปลี่ยนแปลงแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองได้เสมอ
4. เมื่อมนุษย์ได้รับการวางเงื่อนไขให้คิด และรู้สึกในแบบใดแบบหนึ่งแล้วเขามักจะยึดคิด รู้สึกในแบบนั้นเสมอ แม้ว่าจะเป็นการกระทำที่ทำร้ายตนเองก็ตาม
5. มนุษย์มีข้อจำกัด ไม่ได้เป็นผู้รอบรู้ไปหมด ดังนั้นในบางครั้งเขาอาจจะเอาชนะอุปสรรคและข้อจำกัดได้บ้างแม้จะไม่สมบูรณ์แบบก็ตาม
6. มนุษย์ทุกคนแม้ไม่รู้ว่าตายแล้วจะไปไหน หรือหลังจากตายแล้วจะเกิดอะไรขึ้นต่อไป ก็ควรจะทำแต่สิ่งที่ดีในขณะที่มีชีวิตอยู่ ไม่ใช่หวังจะไปตั้งต้นชีวิตใหม่ในชาติหน้าหรือปล่อยชีวิตไปตามยถากรรมในปัจจุบัน
7. ความสุขเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา แต่เนื่องจากมนุษย์เป็นสัตว์โลกที่มีอายุยืนยาวเฉลี่ยแล้ว 75 ปี หรือมากกว่านั้น ฉะนั้นควรมีจุดประสงค์เพื่อความสุขในระยะยาวดีกว่าระยะสั้น
8. มนุษย์มีเสรีภาพเป็นของตนเอง แต่ในขณะเดียวกันก็ต้องยอมรับข้อจำกัดเสรีภาพ การไม่ยอมรับข้อจำกัดของเสรีภาพเป็นสิ่งที่ทำลายตนเอง และทำให้สังคมสับสนวุ่นวาย
9. มนุษย์เกิดมามีความโน้มเอียงที่จะมีเหตุผลรักตนเอง และอยากพัฒนาตนเอง แต่บางขณะอาจเกิดการพ่ายแพ้ตนเองหรือทอดอโย หลีกเลียงที่จะใช้ความคิดที่รอบคอบเพราะถือเอาความพอใจในระยะสั้น
10. เนื่องจากความคิดมีอิทธิพลมากต่ออารมณ์และการกระทำ ดังนั้นการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ จะช่วยผู้รับคำปรึกษาได้ปรับปรุงชีวิตของตน เพื่อให้อารมณ์และการกระทำของตนเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่พึงปรารถนา
11. ในการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาพึงทำความเข้าใจกรอบแห่งความคิดของผู้รับคำปรึกษา เพราะคนเรามีกรอบแห่งความคิดหรือการรับรู้ที่เป็นของตนเอง
12. มนุษย์มักวางเงื่อนไขให้ตนเองรู้สึกไม่สบายใจหรือมีปัญหาโดยการพูดหรือบอกกับตนเองซ้ำซากด้วยความเชื่อที่ผิด ๆ เสมอ

1.1.4.3 ปรัชญาและหลักการของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

แนวความคิดพื้นฐานการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เอลลิสได้ประยุกต์มาจากแนวคิดเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยเน้นที่กระบวนการทางปัญญาของบุคคล ซึ่งเรียกว่าการบำบัดพฤติกรรมทางปัญญา (Cognitive Behavior Therapy) ซึ่งมีแนวคิดพื้นฐานว่ากระบวนการทางปัญญาของบุคคล ซึ่งได้แก่ การรับรู้ ความคิด ความเชื่อทัศนคติ เป็นสื่อกลางระหว่างสิ่งเร้ากับพฤติกรรม โดยมีกระบวนการทางปัญญานี้เป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของบุคคล (นิภา เลิศลือชาชัย. 2533 : 5) จากแนวความคิดในการเปลี่ยนพฤติกรรมที่เน้นกระบวนการทางปัญญา เอลลิส เชื่อว่า การที่บุคคลเกิดปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนไปมีสาเหตุมาจากบุคคลมีความเชื่อ หรือความคิดที่ไม่มีเหตุผลซึ่งสามารถอธิบายได้ตามทฤษฎี ABC ของเอลลิส (อัมพัน ทันสม. 2535 : 32-33; อ้างอิงมาจาก Ellis and Whiteley. 1979 : 15-16, 26) ดังนี้

A ย่อมาจาก Activating Experience or Event หมายถึง ประสบการณ์ หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

B ย่อมาจาก Beliefs หมายถึง ความเชื่อหรือความคิดที่มีต่อเหตุการณ์

C ย่อมาจาก Consequences หมายถึง ผลทางอารมณ์ หรือพฤติกรรมของบุคคล

เอลลิสได้อธิบายว่า เมื่อมีประสบการณ์หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น (A) บุคคลจะมีความเชื่อหรือความคิดเกี่ยวกับประสบการณ์ หรือเหตุการณ์นั้น (B) ซึ่งความเชื่อหรือความคิดของบุคคลต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นสาเหตุที่ทำให้บุคคลเกิดอารมณ์และพฤติกรรม (C)

แนวคิดในการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ถือว่าเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น (A) ไม่ได้เป็นสาเหตุให้บุคคลเกิดอารมณ์และพฤติกรรม (C) โดยตรง แต่ความเชื่อหรือความคิดของบุคคลต่อเหตุการณ์นั้น (B) เป็นสาเหตุให้บุคคลเกิดอารมณ์และพฤติกรรมดังกล่าว การช่วยให้บุคคลสามารถเปลี่ยนความคิดได้อย่างมีเหตุผล จะนำไปสู่อารมณ์และพฤติกรรมที่เหมาะสมมากยิ่งขึ้น (Ellis and Whiteley. 1979 : 16,45)

จากแนวความคิดที่เน้นว่า ความเชื่อหรือความคิดที่ไม่มีเหตุผลของบุคคลเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรม แต่เมื่อบุคคลสามารถเปลี่ยนความเชื่อหรือความคิดได้อย่างมีเหตุผล จะเป็นผลให้บุคคลมีอารมณ์และพฤติกรรมที่เหมาะสมยิ่งขึ้น จะเห็นได้ว่า ความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมของบุคคลมีอิทธิพลซึ่งกันและกันอย่างใกล้ชิด

ซึ่งแนวคิดเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมของบุคคลนั้น เอลลิสได้เสนอแนวคิดที่ว่าความคิด ความรู้สึก และการกระทำของมนุษย์มีปฏิสัมพันธ์กัน คือความคิดที่มีอิทธิพลของความรู้สึกและการกระทำ ความรู้สึกก็มีอิทธิพลต่อความคิดและการกระทำ และการกระทำมีอิทธิพลต่อความคิดและความรู้สึก ดังนั้นถ้าบุคคลปรับลักษณะใดลักษณะหนึ่งให้เปลี่ยนไป ก็จะทำให้ลักษณะอื่นเปลี่ยนแปลงไปด้วย (Ellis and Whiteley. 1979 : 44)

1.1.4.4 ลักษณะความคิดที่มีเหตุผลและไม่มีเหตุผล

ลักษณะความคิดที่มีเหตุผลและไม่มีเหตุผล มีความสำคัญต่อวิธีการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์เป็นอย่างมาก เพราะทฤษฎีนี้มีแนวคิดพื้นฐานที่เน้นว่าความเชื่อหรือความคิดที่ไม่มีเหตุผลของบุคคลเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหาทางอารมณ์ และพฤติกรรมเมื่อบุคคลสามารถเปลี่ยนความเชื่อหรือความคิดได้อย่างมีเหตุผล จะทำให้บุคคลมีอารมณ์และพฤติกรรมที่เหมาะสมยิ่งขึ้น เอลลิส และไวท์เลย์ (Ellis and Whiteley. 1979 : 3-4) จึงได้เสนอแนวความคิดที่ไม่มีเหตุผลของบุคคลไว้ 3 ลักษณะ คือ

แนวคิดที่ 1 ฉันต้องเป็นผู้มีความสามารถ มีความเหมาะสม และประสบความสำเร็จ ฉันต้องได้รับการยอมรับจากทุกคน ถ้าฉันทำสิ่งเหล่านี้ไม่ได้ มันเป็นเรื่องเลวร้ายมากสำหรับฉัน ฉันไม่สามารถทนต่อความล้มเหลวที่เกิดขึ้นได้ ถ้าฉันไม่สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่นแล้ว นั่นหมายความว่า ฉันเป็นคนใช้การไม่ได้

บุคคลที่ยึดมั่นในความคิดที่ไม่มีเหตุผลเช่นนี้ เขามีแนวโน้มที่จะรู้สึกว่าเขาเองไม่มีคุณค่า กังวลใจ และเกิดอารมณ์ซึมเศร้า กลัว มีความทุกข์ที่ฝังแน่นในจิตใจ ควบคุมจิตใจของตนเองไม่ได้ และอาจทำให้บุคคลมีอาการทางโรคประสาท

แนวคิดที่ 2 เมื่อฉันต้องการให้บุคคลอื่นทำอะไรให้แก่นัก บุคคลนั้นต้องปฏิบัติต่อฉันอย่างดี ให้ความยุติธรรมและถูกต้อง มันเป็นเรื่องที่เลวร้ายมากถ้าเขาไม่สามารถทำในสิ่งที่ฉันต้องการได้ ฉันไม่สามารถทนได้ ถ้าเขาแสดงความรังเกียจฉัน หากเขาไม่สามารถทำให้ฉันพอใจได้ เขาควรถูกตำหนิและกลายเป็นคนไม่มีคุณค่า

บุคคลที่ยึดมั่นในความคิดที่ไม่มีเหตุผลเช่นนี้ เขามีแนวโน้มที่เป็นคนโกรธง่าย ชอบตำหนิหรือประณามผู้อื่น คือร้อนแะมีความรุนแรง ทิฐิสูง อาฆาตพยาบาท คิดแก้แค้น และอาจกลายเป็นฆาตกรได้

แนวคิดที่ 3 ฉันต้องการได้รับทุกสิ่งทุกอย่างที่ฉันต้องการ ซึ่งสิ่งเหล่านั้นจะต้องดี เป็นไปในทางบวกและเป็นไปในทิศทางที่ฉันต้องการให้เป็น โดยปราศจากอุปสรรคและความยากลำบากใด ๆ ฉันไม่สามารถทนต่อสภาพคับข้องใจหรือไม่เป็นไปตามที่คิดได้

บุคคลที่มีความคิดไม่มีเหตุผลในลักษณะดังกล่าวนี้ เขาจะมีความรู้สึกโกรธง่าย ซึมเศร้า มีความอดทนต่ำมาก มีพฤติกรรมหลีกเลี่ยง ปล่อยเวลาโดยเปล่าประโยชน์ขาดวินัย และผลัดวันประกันพรุ่ง

นอกจากนี้ เอลเลียตยังได้เสนอลักษณะความคิดที่ไม่มีเหตุผลและลักษณะความคิดที่มีเหตุผล โดยได้จำแนกให้เห็นได้อย่างชัดเจน ดังนี้ (Patterson, 1966 : 110-112 ; อ้างอิงมาจาก Ellis, 1962 : 72-76)

1. ลักษณะความคิดไม่มีเหตุผล

(1) บุคคลต้องได้รับความรักและการยอมรับจากทุกคน ความคิดนี้ไม่มีเหตุผล เพราะไม่มีโอกาสเป็นจริงได้ หากบุคคลยังยึดมั่นในความคิดเช่นนี้ จะทำให้ขาดความเชื่อมั่นในตนเองและรู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัย

(2) บุคคลต้องมีความเพียบพร้อมสมบูรณ์แบบ มีความเหมาะสมและประสบความสำเร็จ ความคิดนี้ไม่มีเหตุผล เพราะจะทำให้บุคคลรู้สึกไม่มีคุณค่า กลัวความล้มเหลว

(3) บุคคลที่เป็นคนเลว น่ารังเกียจและชั่วร้าย ควรจะถูกตำหนิหรือลงโทษ ความคิดนี้ไม่มีเหตุผล เนื่องจากไม่มีมาตรฐานที่แท้จริงที่จะประเมินความเลวหรือความชั่วร้ายของบุคคล

(4) เป็นสิ่งเลวร้ายมาก ถ้าสิ่งต่าง ๆ ไม่เป็นไปตามที่บุคคลต้องการให้เป็น ความคิดนี้ไม่มีเหตุผลเนื่องจากความผิดหวังเป็นเรื่องธรรมดา การที่บุคคลถือว่าการผิดหวังเป็นสิ่งเลวร้ายที่ตนไม่สามารถทนได้นั้น จะทำให้บุคคลเกิดความเสียใจอย่างรุนแรง และอาจทำให้สถานการณ์นั้นเป็นเรื่องใหญ่และร้ายแรงกว่าที่เป็นอยู่

(5) อารมณ์ไม่เป็นสุขเกิดจากสภาพการณ์ภายนอกตัวบุคคล ซึ่งไม่สามารถควบคุมมันได้ ความคิดนี้ไม่มีเหตุผล เพราะความทุกข์นั้นเกิดขึ้นจากปฏิกิริยาของบุคคลที่มีต่อ

สภาพการณ์ภายนอกจะทุกข์มากเพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับความรู้สึกส่วนตัวของคุณคนเป็นสำคัญ บุคคลที่ไม่มีเหตุผลเช่นนี้ จะรู้สึกหงุดหงิดมีอาการจุกเสียด ขาดความเป็นตัวของตัวเอง ไม่กล้าตัดสินใจต่อสภาพการณ์ที่เกิดขึ้น

(6) บุคคลต้องวิตกกังวลต่อสิ่งที่เป็นอันตราย หรือน่ากลัวอยู่เสมอ ความคิดนี้ไม่มีเหตุผล เพราะความวิตกกังวลของคุณคนที่มีเกินเหตุ อาจทำให้เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นเรื่องใหญ่และร้ายแรงกว่าที่เป็นอยู่

(7) การหลีกเลี่ยงความยากลำบาก และความรับผิดชอบในตนเองเป็นสิ่งที่ทำได้ง่ายกว่าการเผชิญกับมัน ความคิดนี้ไม่มีเหตุผลเนื่องจากบุคคลที่หนึ่งงานยากลำบากอยู่เสมอ จะทำให้บุคคลสูญเสียความเชื่อมั่นในตนเอง

(8) บุคคลควรพึ่งพาผู้อื่นและต้องมีคนเข้มแข็งกว่าเป็นที่พึ่ง ความคิดนี้ไม่มีเหตุผล เนื่องจากการพึ่งพาผู้อื่นโดยไม่จำเป็น จะทำให้บุคคลประสบความล้มเหลวในการเรียนรู้ ปราศจากความมั่นใจ และนำไปสู่การพึ่งพาผู้อื่นมากขึ้น

(9) ประสบการณ์และเหตุการณ์ในอดีต เป็นเครื่องตัดสินพฤติกรรมในปัจจุบัน และอิทธิพลของประสบการณ์ในอดีต ไม่สามารถลบล้างหรือกำจัดได้ ความคิดนี้ไม่มีเหตุผล เนื่องจากพฤติกรรมที่ถือว่าสำคัญในอดีต อาจไม่เป็นพฤติกรรมที่สำคัญในปัจจุบันและวิธีการแก้ปัญหาในอดีตอาจไม่สัมพันธ์กับวิธีการแก้ปัญหาในปัจจุบัน อิทธิพลของประสบการณ์ในอดีตอาจถูกนำมาเป็นข้ออ้างที่จะไม่ยอมเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในปัจจุบัน

(10) บุคคลควรเป็นทุกข์ต่อปัญหาของผู้อื่น ความคิดนี้ไม่มีเหตุผล ปัญหาของใครก็เป็นเรื่องของคนนั้น การกังวลกับปัญหาของผู้อื่นมากเกินไปก็ไม่สามารถแก้ไขปัญหานั้นได้

(11) ปัญหาทุกปัญหาจะต้องมีหนทางแก้ไขได้อย่างสมบูรณ์แบบ ความคิดนี้ไม่มีเหตุผล เพราะในความจริงจะไม่มีวิธีแก้ปัญหาก็สมบูรณ์แบบ บุคคลที่ยึดมั่นในความคิดที่ไร้เหตุผลเช่นนี้ จะนำไปสู่ความวิตกกังวลและความกลัว

2. ลักษณะความคิดที่มีเหตุผล

(1) บุคคลปรารถนาที่จะได้รับความรัก และการยอมรับจากผู้อื่น แต่มิได้หมายความว่าต้องทุ่มเทความสนใจและความปรารถนาที่จะได้รับแต่เพียงอย่างเดียว แต่จะกระทำในสิ่งที่เป็นการให้ความรักและคิดที่เป็นประโยชน์และสร้างสรรค์

(2) บุคคลจะกระทำการใด ๆ อย่างเต็มที่ เนื่องมาจากความต้องการที่จะทำมากกว่าที่จะทำเพื่อให้ดีกว่าคนอื่น การทำงานก่อให้เกิดการเรียนรู้ ซึ่งอาจจะเกิดการผิดพลาดได้

(3) ทุกคนอาจจะพบกับความล้มเหลวหรือความผิดพลาดได้ จึงไม่มีเหตุผลใดที่จะกล่าวโทษตนเองหรือผู้อื่น แต่ยอมรับความล้มเหลวนั้น และพยายามไม่ให้มันเกิดขึ้นอีก

(4) บุคคลจะไม่ทำให้สภาพการที่ไม่พึงพอใจให้เป็นเรื่องใหญ่ขึ้น ถ้าเป็นไปได้ ควรปรับปรุงสภาพการณ์นั้นให้ดีขึ้น แต่ถ้าไม่สามารถทำได้ก็ควรยอมรับมันและไม่ถือว่าเป็นสิ่งเลวร้ายแต่อย่างใด

(5) ถ้าบุคคลยอมรับว่าสิ่งที่ไม่พึงพอใจและสภาพทางอารมณ์ที่เกิดขึ้น มีสาเหตุมาจากการรับรู้การประมาณค่าของเขานเอง สิ่งเหล่านั้นก็จะสามารถควบคุมหรือเปลี่ยนแปลงได้

(6) บุคคลเห็นความจริงว่า อันตรายที่มีอยู่ไม่เป็นสิ่งเลวร้ายเหมือนอย่างที่เขากลัว ควรรู้ว่าความวิตกกังวลเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดความกลัวมากกว่าเหตุการณ์ที่น่ากลัวจริง ๆ

(7) การเผชิญกับความยากลำบากและความรับผิดชอบ จะเป็นประโยชน์ต่อตนเองในระยะยาวมากกว่าที่จะหลีกเลี่ยงมัน

(8) บุคคลมีความพยายามที่จะเป็นตัวของตัวเอง และมีความรับผิดชอบ แต่ควรจะพึ่งพาผู้อื่น หรือการยอมรับความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อมีความจำเป็น

(9) บุคคลยอมรับว่าประสบการณ์ในอดีตมีความสำคัญ แต่ก็ตระหนักว่าเหตุการณ์ในปัจจุบันสามารถเปลี่ยนแปลงได้ โดยการวิเคราะห์หรืออิทธิพลจากอดีต การพิจารณาความเชื่อที่เป็นโทษเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการปรับปรุงตนเองต่อไป

(10) เมื่อบุคคลอื่นเป็นทุกข์ หรือถูกรบกวน ควรพยายามหาทางช่วยเหลือเขาถ้าทำได้ ถ้าทำไม่ได้ก็ควรยอมรับมันและทำเท่าที่จะทำได้ให้ดีที่สุด

(11) บุคคลควรค้นหาหนทางในการแก้ปัญหาที่มีโอกาสเป็นไปได้หลาย ๆ ทาง และเลือกทางที่เหมาะสมที่สุดและยอมรับว่าไม่มีคำตอบ หรือหนทางแก้ไขที่มีโอกาสเป็นไปได้หลาย ๆ ทาง และเลือกทางที่เหมาะสมที่สุด และยอมรับว่าไม่มีคำตอบ หรือหนทางแก้ไขที่สมบูรณ์แบบที่สุดในแต่ละปัญหา

จากที่กล่าวมา อัมพัน ทันสม (2535 : 38) สรุปลักษณะความคิดที่ไม่มีเหตุผลได้ 11 ลักษณะ ดังต่อไปนี้

- (1) บุคคลต้องได้รับความรักและการยอมรับจากทุกคน
- (2) บุคคลต้องมีความเพียบพร้อมสมบูรณ์แบบ มีความเหมาะสม และประสบผลสำเร็จ
- (3) บุคคลที่เป็นคนเลวน่ารังเกียจและชั่วร้าย ควรจะถูกตำหนิ หรือลงโทษ
- (4) เป็นสิ่งเลวร้ายมากถ้าสิ่งต่าง ๆ ไม่เป็นไปตามที่บุคคลต้องการให้เป็น
- (5) อารมณ์ไม่เป็นสุข เกิดจากสภาพการณ์ภายนอกตัวบุคคล ซึ่งไม่สามารถควบคุมได้
- (6) สิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นมักเป็นสิ่งที่อันตรายและน่ากลัว เราควรจะระมัดระวังและวิตกกังวลอยู่ตลอดเวลา
- (7) การหลีกเลี่ยงความยากลำบากและความรับผิดชอบในตนเองเป็นสิ่งที่ทำได้ง่ายกว่าการเผชิญหน้ากับมัน
- (8) บุคคลควรพึ่งพาผู้อื่นและต้องมีคนที่เข้มแข็งกว่าเป็นที่พึ่ง
- (9) ประสบการณ์และเหตุการณ์ในอดีต เป็นเครื่องตัดสินพฤติกรรมในปัจจุบัน และอิทธิพลของประสบการณ์ในอดีตไม่สามารถกำจัดได้
- (10) บุคคลควรเป็นทุกข์ต่อปัญหาของผู้อื่น
11. ปัญหาทุกอย่างจะต้องมีหนทางแก้ไขได้อย่างสมบูรณ์แบบ
- ในการวิจัยครั้งนี้ ถ้าบุคคลมีความคิดในลักษณะใดลักษณะหนึ่ง ก็ถือว่าเป็นผู้ที่มีความคิดไม่มีเหตุผล ซึ่งเกณฑ์นี้ได้จาก เอลลิส (Patterson. 1966 : 113-114 ; อ้างอิงมาจาก Ellis. 1962 : 76) และ นัตฤทัย บูรณากาญจน์ (2539 : 43-44)

1.1.4.5 เป้าหมายของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

เอลลิส และไวท์เลย์ (Ellis and Whiteley. 1979 : 54-57) ได้กำหนดเป้าหมายของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

1. ช่วยให้บุคคลมีอารมณ์มั่นคง เหมาะสม และระงับอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม ซึ่งการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีนี้ จะได้จำแนกอารมณ์ที่เหมาะสมกับอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมออกจากกันอย่างชัดเจน คือ

1.1 อารมณ์ที่เหมาะสม (Appropriate Feeling) คือ ภาวะอารมณ์ที่ช่วยผลักดันให้บุคคลสามารถตอบสนองต่อสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นไปสู่เป้าหมายที่ต้องการได้ อารมณ์ที่เหมาะสมประกอบด้วย

อารมณ์ที่เหมาะสมในทางบวก (Appropriate Positive Emotions) เป็นอารมณ์ที่แสดงถึงความต้องการ ความปรารถนา และความชอบต่าง ๆ ของมนุษย์ต่อสภาพการณ์ที่เกิดขึ้น ได้แก่ อารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับความรัก ความสุข ความพึงพอใจ และความอยากรู้อยากเห็น เป็นต้น

อารมณ์ที่เหมาะสมในทางลบ (Appropriate Negative Emotion) เป็นอารมณ์ที่แสดงถึงความต้องการ ความคับข้องใจ หรือไม่พึงพอใจต่อสภาพการณ์ที่เกิดขึ้น ได้แก่ อารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับความเสียใจ คับข้องใจ รำคาญใจ ไม่พึงพอใจ ซึ่งอารมณ์ด้านลบนี้ จัดอยู่ในประเภทอารมณ์ที่เหมาะสม เนื่องจากอารมณ์ประเภทนี้จะช่วยกระตุ้นให้บุคคลพยายามเปลี่ยนแปลงสภาพการณ์ที่ก่อให้เกิดอารมณ์ทางลบไปสู่อารมณ์ที่ตนต้องการได้ เช่น สภาพการณ์ที่บุคคลถูกปฏิบัติหรือประสบความล้มเหลวในการทำงาน จะทำให้บุคคลเป็นทุกข์และเสียใจ ซึ่งอารมณ์นี้จะกระตุ้นให้บุคคลมีความพยายามในการทำงานเพิ่มขึ้น เพื่อให้ได้สิ่งที่ตนต้องการ

1.2 อารมณ์ที่ไม่เหมาะสม (Inappropriate Emotion) คือภาวะอารมณ์ที่ขัดขวางการตอบสนองต่อสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นของบุคคลมิให้ไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ ได้แก่ อารมณ์ที่แสดงถึงความวิตกกังวล ซึมเศร้า ท้อแท้ สิ้นหวังและรู้สึกไม่มีคุณค่า อารมณ์ประเภทนี้จัดเป็นอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม เนื่องจากอารมณ์เหล่านี้ ไม่ได้ช่วยผลักดันให้บุคคลพยายามเปลี่ยนแปลงสภาพการณ์ที่ก่อให้เกิดอารมณ์ที่เหมาะสมไปสู่สภาพการณ์ที่ตนต้องการ แต่กลับทำให้สภาพการณ์เหล่านั้นเลวร้ายลง เช่น บุคคลที่เกิดอารมณ์ซึมเศร้าเมื่อถูกปฏิบัติหรือประสบความล้มเหลวในการทำงาน อาจทำให้บุคคลนั้นไม่กระตือรือร้น เฉื่อยชา และไม่คิดจะปรับปรุงตนเองเพื่อให้ได้รับในสิ่งที่ตนต้องการ

2. ช่วยให้บุคคลมีความสนใจตนเอง สามารถเข้าใจตนเองได้อย่างแท้จริง ถ่องแท้ และเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น

3. ช่วยให้บุคคลมีความสนใจสังคม ซึ่งจะช่วยให้บุคคลสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่น และมีความสุขมากกว่าอยู่อย่างโดดเดี่ยว

4. ช่วยให้คุณสามารถกำหนดทิศทางให้กับตนเองได้ สามารถดำเนินชีวิต และแก้ปัญหาต่าง ๆ ด้วยตนเอง

5. ช่วยให้คุณมีความอดทนและมีความเป็นผู้ใหญ่ สามารถมองสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง ให้อภัยในความผิดพลาดของผู้อื่น จะไม่ประณามหรือซ้ำเติมแม้ว่าจะไม่เห็นด้วยกับพฤติกรรมที่บุคคลอื่นแสดงออกมาก็ตาม

6. ช่วยให้คุณมีความยืดหยุ่น ยอมรับว่าความคิดต่าง ๆ อาจเปลี่ยนแปลงได้ไม่ถือทิฐิ คำนึงถึงความคิดเห็นที่แตกต่างจากตน ไม่ยึดมั่นตายตัวกับกฎเกณฑ์ที่กำหนดขึ้น

7. ช่วยให้คุณยอมรับความไม่แน่นอน ยอมรับข้อเท็จจริงว่าเราอยู่ในโลกของความไม่แน่นอน ซึ่งไม่ใช่สิ่งที่น่ากลัว แต่กลับจะกระตุ้นเร้าใจให้คุณเกิดความตื่นตัว ทำทนายที่จะดำเนินชีวิตอยู่ในโลกที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา

8. ช่วยให้คุณมีความมุ่งมั่น มีความตั้งใจจริงที่จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่เขาสนใจ และเห็นความสำคัญ

9. ช่วยให้คุณมีความคิดที่เป็นวิทยาศาสตร์ มีความเป็นปรนัยและมีเหตุผลมากขึ้น

10. ช่วยให้คุณยอมรับตนเองและสามารถแสวงหาความสุขให้แก่ตนเองได้

11. ช่วยให้คุณกล้าที่จะเสี่ยง ตัดสินใจ หรือเสี่ยงกระทำการต่าง ๆ ด้วยความคิดของตนเอง

12. ช่วยให้คุณอยู่ในโลกแห่งความเป็นจริง ยอมรับข้อเท็จจริงว่ามนุษย์ทุกคนไม่สามารถประสบความสำเร็จในทุก ๆ สิ่งที่คุณต้องการและไม่สามารถหลีกเลี่ยงทุก ๆ สิ่งที่คุณไม่พึงพอใจ ช่วยให้คุณตระหนักว่าทั้งตนเองและบุคคลอื่นมีข้อบกพร่อง และมีโอกาสกระทำผิดได้ ความต้องการที่จะมีสุขภาพจิตสมบูรณ์แบบเป็นเพียงความเพ้อฝันเท่านั้น

ฟอร์แมนและฟอร์แมน (ประดิษฐ์ เอกทัศน์. 2527 : 11 ; อ้างอิงมาจาก Forman and Forman. 1980 : 91) ก็ได้กล่าวถึงจุดหมายในการช่วยเหลือบุคคลไว้ 3 ลักษณะ คือ

1. ช่วยให้คุณยอมรับข้อผิดพลาดของตน ความคิดที่ไม่มีเหตุผล และความคิดที่ทำลายตนเอง

2. ช่วยให้คุณพัฒนาความคิด การรับรู้ การตีความหมายต่อตนเองและสิ่งแวดล้อมให้เป็นไปตามความจริงและมีเหตุผล

3. ช่วยให้คุณปรับพฤติกรรมให้เป็นไปอย่างเหมาะสม

วัชรวิ ทรัพย์มี (2533 : 109-111) ได้กำหนดเป้าหมายของการให้คำปรึกษาตาม ทฤษฎีการใช้เหตุผล-อารมณ์ ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตระหนักว่าการครุ่นคิดแบบผิด ๆ ก่อให้เกิดปัญหา ด้านอารมณ์ ผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีอารมณ์ที่มั่นคงเหมาะสม และ ระวังอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม หรืออารมณ์ที่จะก่อให้เกิดการพ่ายแพ้แก่ตนเอง หรือนำความ เสื่อมเสียมาสู่ตนเอง ผู้ให้คำปรึกษาแบบนี้จะพิจารณาแบ่งอารมณ์ออกเป็น 2 ประเภท คือ

1.1 อารมณ์ที่เหมาะสม (Appropriate Feeling) ซึ่งประกอบไปด้วย

อารมณ์ที่เหมาะสมในทางบวก (Appropriate Positive Emotions) เช่น อารมณ์รัก มีความสุข กระตือรือร้น อยากรู้ อยากเห็น

อารมณ์ที่เหมาะสมในทางลบ (Appropriate Negative Emotion) เช่น อารมณ์เสียใจ คับข้องใจ รำคาญ ไม่มีความสุข ขุ่นเคือง แม้จะเป็นอารมณ์ด้านลบ แต่ก็จัดอยู่ ในอารมณ์ที่เหมาะสม เพราะการมีอารมณ์ประเภทนี้เป็นสิ่งที่มีประโยชน์อันจะผลักดันให้ บุคคลพยายามต่อสู้เปลี่ยนแปลงสภาพการณ์ที่ทำให้เกิดอารมณ์เหล่านั้น

1.2 อารมณ์ที่ไม่เหมาะสม (Inappropriate Emotion) เช่น ความรู้สึกทุกข์โศก อย่างหนัก (Depression) ท้อแท้สิ้นหวัง (Despair) ความรู้สึกมุ่งร้าย (Hostility) ความรู้สึก ไร้ค่า (Worthlessness) อารมณ์เหล่านี้เป็นอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม เพราะไม่ได้ก่อให้เกิดกำลัง ใจต่อสู้กับสภาพการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ แต่จะทำให้สภาพการณ์เหล่านั้นกลับเลวร้ายลง

2. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีความสนใจทั้งตนเองและผู้อื่น เนื่องจากมนุษย์ต้องอยู่ ในโลกกับบุคคลอื่น ฉะนั้นเราจึงไม่ควรสนใจเฉพาะตนเอง แต่ควรให้ความสนใจและเมตตา ต่อผู้อื่นด้วย

3. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีความรับผิดชอบต่อตัวเอง สามารถเลือกดำเนินชีวิตได้ ด้วยตนเอง

4. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาใจกว้าง ให้มีแนวความคิดว่าทุกคนย่อมมีโอกาสที่จะ ผิดพลาดได้ เมื่อเห็นว่าผู้ใดมีพฤติกรรมไม่พึงปรารถนาก็ไม่ควรประณามเขา

5. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา ยอมรับความไม่เที่ยงแท้ต่าง ๆ และช่วยให้มีอารมณ์ มั่นคง ยอมรับว่าเราอยู่ในโลกของความไม่แน่นอน เพราะฉะนั้นไม่ควรยึดมั่นถือมั่น และเมื่อ เกิดความเปลี่ยนแปลงใด ๆ ก็ไม่ควรหวั่นไหวเกินกว่าเหตุ

6. ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับความช่วยเหลือให้มีความยืดหยุ่นของความคิด โดยยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลที่มีแนวคิดต่างกัน

7. ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับความช่วยเหลือให้มีความมุ่งมั่นในการทำสิ่งที่เขาคิดว่าเขาเห็นความสำคัญและสนใจ

8. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษายินดีที่จะมีชีวิตอยู่ในโลกนี้ และยอมรับตนเอง หากมีความสุขส่วนตัวได้ โดยไม่นำความเดือดร้อนมาสู่คนอื่น

9. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาพิจารณาสิ่งต่าง ๆ อย่างรอบคอบ เต็มไปด้วยวิจารณญาณ นอกจากนี้ อาภา จันทรสกุล (2531 : 236-238) ได้กล่าวถึงเป้าหมายของการให้คำปรึกษา ซึ่งพอจะสรุปได้ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจว่า การเฝ้าบอดตนเองอย่างไม่มีเหตุผล หรือการกล่าวโทษตนเองเป็นสาเหตุของปัญหาทางอารมณ์ ฉะนั้นผู้รับคำปรึกษาจึงต้องเรียนรู้ที่จะควบคุม ระวังอารมณ์รุนแรงที่ก่อให้เกิดปัญหา หรืออารมณ์ที่ไม่เหมาะสม เปลี่ยนความเชื่อและทัศนคติที่ผิด ๆ เสียใหม่ด้วยการคิดที่มีเหตุผล

2. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษารับผิดชอบต่อตนเอง พึ่งพาตนเองให้เต็มความสามารถที่มีอยู่ และเมื่อต้องการความช่วยเหลือจากผู้อื่น ก็รู้จักขอร้องอย่างเหมาะสม

3. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีแนวความคิดกว้าง ๆ สามารถเห็นวิธีการแก้ปัญหาได้หลาย ๆ วิธี ตลอดจนรู้จักมองความเป็นจริงของเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้หลาย ๆ ทาง และยอมรับความผิดพลาดที่อาจเกิดกับทุกคนได้

4. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาไม่ยึดมั่นต่อการเปลี่ยนแปลงของสิ่งต่าง ๆ แต่ให้พิจารณาทำความเข้าใจกับสิ่งเหล่านั้น ด้วยการใช้เหตุผลและสติปัญญา

5. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาให้มีความสนใจยอมรับตนเองและบุคคลอื่น เพื่อจะสามารถปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

6. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาใจกว้าง ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

7. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา สามารถวางแผนหาแนวทางที่จะทำให้เป้าหมายชีวิตประสบความสำเร็จได้

8. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษากลับมาตัดสินใจ กลับมารับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง และกล้าเสี่ยงที่จะพัฒนาตนเองไปให้เต็มศักยภาพ

9. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเอง รู้ถึงสิ่งหรือสภาพการณ์ที่ตนเองมีความสุข โดยไม่ทำให้ผู้อื่นได้รับความเดือดร้อน

10. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาที่มีความมั่นใจในตนเอง มีความเป็นตัวของตัวเอง โดยไม่ยึดเกณฑ์ภายนอก หรือบรรทัดฐานทางสังคมมากเกินไป

นอกจากนี้ เจียรนัย ทรงชัยกุล (2533 : 64) ได้กล่าวถึงเป้าหมายการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ ซึ่งพอสรุปได้ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักว่า ความคิดความเชื่อที่ไร้เหตุผล ก่อให้เกิดปัญหาด้านอารมณ์ ความรู้สึกที่ไม่เหมาะสม และจะส่งผลให้มีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมด้วย

2. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา สามารถแก้ไขปัญหาอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้นในอนาคตด้วยตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา มีความรับผิดชอบต่อชีวิตของตนเอง พึ่งพาตัวเอง และสามารถแก้ไขปัญหาอุปสรรคได้ด้วยตนเอง

4. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสนใจและยอมรับในคุณค่าของตนเอง และของบุคคลอื่น ซึ่งช่วยให้สามารถปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

5. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีวิธีคิดเชิงวิทยาศาสตร์

6. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาที่มีความเข้าใจในตนเอง และยอมรับตนเองตามความเป็นจริง มีความพึงพอใจ และรู้จักแสวงหาความสุขให้กับชีวิตโดยที่ไม่ทำความเดือดร้อนให้แก่ผู้อื่น

7. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษารู้จักวิเคราะห์เหตุการณ์ และสิ่งต่าง ๆ อย่างเป็นระบบรอบคอบ มีเหตุผล และด้วยสติปัญญา สามารถยอมรับในความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้

8. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาที่มีความอดทนอดกลั้นต่อความผิดพลาดของผู้อื่นได้

9. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาที่มีความยืดหยุ่นทางความคิด เปิดกว้างยอมรับในความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคล

10. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษากล้าเสี่ยง กล้าเสี่ยงในความคิด กล้าเสี่ยงในสิ่งต่าง ๆ ตามศักยภาพของเขา โดยไม่กังวลถึงความผิดพลาดล้มเหลวที่เกิดขึ้นได้มากจนเกินไป

เป้าหมายของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ที่กล่าวมา อาจสรุปประเด็นสำคัญได้ว่า เป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้ตระหนักถึงว่าความคิดไร้เหตุผลและความเชื่อผิด ๆ ของตนเอง เป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดปัญหาหรือความทุกข์ใจ จึงต้องช่วยให้

เปลี่ยนความคิดไว้เหตุผลและความเชื่อผิด ๆ นั้นให้ถูกต้องและมีเหตุผลมากยิ่งขึ้น และให้หันมาเผชิญกับปัญหาที่แท้จริงที่เกิดขึ้น และผลักดันให้แก้ปัญหาให้ตรงจุดโดยใช้สติปัญญา

1.1.4.6 ขั้นตอนการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

ในการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ผู้ให้คำปรึกษาต้องช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาจัดความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล หรือความคิดที่ไม่มีเหตุผล แล้วแทนที่ด้วยความคิดที่สมเหตุสมผล ซึ่ง เอลลิส (Patterson. 1966 : 115 ; อ้างอิงมาจาก Ellis. 1962 : 78-80) ได้กล่าวถึงขั้นตอนในการให้คำปรึกษา ดังนี้

1. แสดงให้ผู้รับบริการเห็นว่า เขามีความคิดที่ไม่มีเหตุผล จะต้องช่วยให้เขาเข้าใจว่า ทำไมจึงมีความคิดเช่นนั้น ทำให้เข้าใจเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความคิดที่ไม่มีเหตุผลกับอารมณ์ไม่เป็นสุขกับพฤติกรรมที่เกิดขึ้น

2. ทำให้ผู้รับบริการเข้าใจว่า อารมณ์ไม่เป็นสุขจะมีอยู่ต่อไป เพราะเขายังคงมีความคิดที่ไม่มีเหตุผลอยู่

3. ทำให้ผู้มาขอรับบริการเปลี่ยนความคิดของเขา โดยจัดความคิดที่ไม่มีเหตุผลแล้วทดแทนขึ้นด้วยความคิดที่มีเหตุผล

4. วางแผนในการพัฒนาพฤติกรรมาได้ตอบที่มีเหตุผลของผู้รับบริการ เพื่อพัฒนาพฤติกรรมที่มีเหตุผล หรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้มั่นคงต่อไป

ส่วน วัชร ทรัพย์มี. (2533 : 112) ก็ได้กล่าวถึงขั้นตอนในการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ซึ่งกล่าวไว้ 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่หนึ่ง ผู้ให้คำปรึกษาชี้ให้ผู้มารับคำปรึกษาตระหนักว่า ความคิดของผู้รับคำปรึกษาเป็นความคิดที่ไร้เหตุผลอย่างไร และความคิดที่ไร้เหตุผลเช่นนั้นทำให้เกิดปัญหาทางอารมณ์ได้อย่างไร ขั้นตอนนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะพยายามช่วยให้ผู้มารับคำปรึกษาเรียนรู้ที่จะแยกความเชื่อที่มีเหตุผลจากความเชื่อที่ไร้เหตุผล

ขั้นที่สอง ผู้ให้คำปรึกษา กระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักว่าเขาต้องรับผิดชอบต่อปัญหาของตนเอง อันเนื่องมาจากการเฝ้าคิดอย่างไร้เหตุผล

ขั้นที่สาม ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเปลี่ยนความคิด โดยการขจัดความคิดอัน ไร้เหตุผล ด้วยกลวิธีแบบนำทาง ชักชวนและชี้แจงเหตุผล

ขั้นที่สี่ ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้มารับคำปรึกษามีความคิดที่มีเหตุผลในเรื่องต่างๆ ไป ซึ่งไม่เกี่ยวกับปัญหาในปัจจุบันของตนเอง เพื่อให้ผู้มารับคำปรึกษามีปรัชญาชีวิตที่เต็มไปด้วยเหตุผล และไม่ตกเป็นเหยื่อของความคิดอันไร้เหตุผล

1.1.4.7 เทคนิคในการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

การที่ผู้ให้คำปรึกษาจะสามารถช่วยเหลือให้ผู้รับคำปรึกษาเปลี่ยนความคิดที่ไม่มีเหตุผล เป็นความคิดที่มีเหตุผลนั้น ผู้ให้คำปรึกษาต้องอาศัยเทคนิคการให้คำปรึกษาต่าง ๆ มาใช้เพื่อให้ผู้มาขอรับคำปรึกษาสามารถเปลี่ยนความคิดได้อย่างมีเหตุผล มีอารมณ์ที่เหมาะสม และพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ซึ่งการเลือกใช้เทคนิคนั้นขึ้นอยู่กับความเหมาะสมของผู้รับการบำบัดตามความเชื่อ ลักษณะของอารมณ์ และพฤติกรรมที่เกิดขึ้น เทคนิคที่นำมาใช้เพื่อพัฒนาความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมของบุคคล คือ (Ellis and Whiteley. 1979 : 66-68, 73-94)

1. เทคนิคทางปัญญา (Cognitive Technique) เป็นเทคนิคที่นำมาใช้ในการพัฒนาความคิดของผู้รับการให้คำปรึกษา เพื่อให้ผู้รับการให้คำปรึกษาสามารถจัดความคิดที่ไม่มีเหตุผลให้หมดสิ้นไป และพัฒนาความคิดที่มีเหตุผลขึ้นแทน อันได้แก่

1.1 การพูดถึงตนเองอย่างมีเหตุผล (Employ New Self-Statement) เป็นวิธีที่ผู้ให้คำปรึกษาสอนให้ผู้รับคำปรึกษาเปลี่ยนคำพูดของตนเองใหม่โดยใช้เหตุผลแทนคำพูดเดิมที่ไม่มีเหตุผล

1.2 การบ้านเพื่อฝึกทางปัญญา (Cognitive Homework) เป็นวิธีการที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้มารับคำปรึกษาทำการวิเคราะห์ ความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมของตนตามรูปแบบ ABCDE ของ Ellis โดยให้ผู้รับการให้คำปรึกษากรอกข้อความ หรือประโยคตั้งแต่หัวข้อ A ถึง B ลงในแบบฟอร์ม การฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง (Rational Self Help Form) เมื่อเผชิญกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดอารมณ์ไม่เป็นสุข แล้วให้ผู้รับการให้คำปรึกษานำข้อความหรือประโยคที่บันทึกในแบบฟอร์มดังกล่าวมาตรวจสอบและวิเคราะห์ร่วมกันกับผู้ให้คำปรึกษา เพื่อให้ผู้รับการให้คำปรึกษาจัดความคิดที่ไม่มีเหตุผลให้หมดสิ้นไปและสามารถพัฒนาความคิดที่มีเหตุผลขึ้นทดแทน มีความรู้สึกและอารมณ์ที่เหมาะสมและแสดงพฤติกรรมได้อย่างถูกต้อง

2. เทคนิคทางอารมณ์ (Emotive Techniques) เป็นเทคนิคที่นำมาใช้ในการพัฒนาทางอารมณ์ของผู้รับการให้คำปรึกษา อันได้แก่

2.1 การจินตนาการในการใช้เหตุผลและอารมณ์ (Rational Emotive Imagery) เป็นวิธีการให้ผู้รับการให้คำปรึกษาสร้างจินตนาการที่มีต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษารับรู้ถึงความรู้สึกและอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมของตนเอง และให้ผู้รับการให้คำปรึกษาจัดความคิดที่ไม่มีเหตุผลให้หมดสิ้นไป อันจะเป็นผลให้เกิดความรู้สึก หรืออารมณ์ที่เหมาะสมขึ้นแทน

2.2 การแสดงบทบาทสมมุติ (Role Playing) เป็นการทดลองให้ผู้รับการให้คำปรึกษาสวมบทบาทผู้อื่น เพื่อให้ได้รับรู้ถึงความรู้สึกและอารมณ์ในบทบาทของผู้อื่นและเปลี่ยนความคิดของตนได้อย่างมีเหตุผล

2.3 การฝึกการจัดการกับความอาย (Shame Attacking Exercises) เป็นวิธีการลดความอายของผู้รับคำปรึกษา โดยผู้ให้คำปรึกษาฝึกให้ผู้รับคำปรึกษากลับที่จะแสดงพฤติกรรมที่ตนรู้สึกอาย ให้ปรากฏโดยไม่รู้สึกอายอีกต่อไป เช่น กล้าพูดในที่สาธารณะ เป็นต้น

3. เทคนิคทางพฤติกรรม (Behavioral Techniques) เป็นเทคนิคที่นำมาใช้ในการพัฒนาพฤติกรรมของผู้รับการให้คำปรึกษาให้มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ยิ่งขึ้น อันได้แก่

3.1 การฝึกทักษะ (Skill Training) เป็นวิธีการฝึกให้ผู้รับการให้คำปรึกษาเกิดทักษะ ในการแสดงออก เช่น ทักษะการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมเพื่อช่วยให้ผู้รับการให้คำปรึกษารับรู้ตนเองได้อย่างถูกต้อง ซึ่งจะนำไปสู่การคิดอย่างมีเหตุผลและการแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ต่อไป

3.2 การวางเงื่อนไขแบบการกระทำ (Operant Conditioning) เป็นเทคนิคที่นำมาใช้ในการให้คำปรึกษาเทคนิคหนึ่งโดยผู้ให้คำปรึกษานำผลกรรมมาเป็นตัววางเงื่อนไข แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ในการวางเงื่อนไขผลกรรมที่นิยมใช้ส่วนใหญ่ จะเป็นการวางเงื่อนไขโดยให้การเสริมแรง ซึ่งการวางเงื่อนไขโดยให้การเสริมแรงนี้เป็นวิธีการฝึกให้ผู้รับการให้คำปรึกษาสามารถแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และผู้ให้คำปรึกษาให้การเสริมแรงเมื่อผู้รับการให้คำปรึกษาแสดงพฤติกรรมตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ อันเป็นผลให้บุคคลแสดงพฤติกรรมเป้าหมายเพิ่มขึ้น

วัชรวิทย์ ทรัพย์มี. (2533 : 113-116) ได้รวบรวมเทคนิควิธีการในการให้คำปรึกษา ซึ่งมีดังต่อไปนี้

1. การสอน หรือการอธิบายโดยตรง (Direct Teaching) ผู้ให้คำปรึกษาจะอธิบาย หรือชี้แจงแก่ผู้รับคำปรึกษาโดยตรง เพื่อแก้ความคิดไว้เหตุผลของผู้รับบริการ

2. การกำหนดงานให้ทำ (Homework Assignment) ผู้ให้คำปรึกษาจะมอบหมายงานให้ผู้รับคำปรึกษาไปทำในเวลาทีนอกเหนือไปจากการให้คำปรึกษา เช่น ผู้รับคำปรึกษามีความเชื่อที่ผิดว่าการเป็นผู้สนทนาที่ดีจะต้องรู้หัวข้อสนทนาต่าง ๆ อย่างลึกซึ้ง ผู้ให้คำปรึกษา จึงให้ผู้รับคำปรึกษาไปบันทึกหัวข้อสนทนาที่เขาเคยได้ฟังมาเป็นเวลา 1 สัปดาห์ ซึ่งก็ปรากฏว่าหัวข้อสนทนาที่เขาได้มานั้นเป็นเรื่องธรรมดา ไม่ได้ลึกซึ้งอย่างที่ตนเองคิด

3. การใช้ตรรกวิทยา (Logic) ผู้ให้คำปรึกษาหัดให้ผู้รับคำปรึกษาใช้ตรรกวิทยาในการสรุปหรือโยงข้อมูลที่เกี่ยวข้องได้

4. การทดลองสวมบทบาท (Role Play) ผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษาจะทดลองสวมบทบาทเพื่อชี้ให้ผู้รับบริการได้ตระหนักว่าความคิดผิด ๆ ของเขาคืออะไร และความคิดนี้ส่งผลอย่างไรต่อการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น

5. การแสดงตัวแบบ (Modeling) ในระหว่างการให้คำปรึกษาพฤติกรรมของผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นตัวแบบแก่ผู้รับบริการ เช่น ผู้ให้คำปรึกษาจะไม่แสดงอารมณ์ฉุนเฉียว หรือเมื่อผู้ให้คำปรึกษามีการกระทำที่ผิดพลาด เขาจะยอมรับความผิดพลาดนั้นโดยไม่โทษสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างไรก็ตาม ไร้เหตุผล หรือแสดงอาการเสีหน้าและความด้อยจากการกระทำ ความผิดพลาดนั้น

6. การผ่อนคลายความเครียด (Relaxation) เมื่อผู้รับคำปรึกษาแสดงความเครียด ผู้ให้คำปรึกษาควรให้ผู้รับบริการได้คลายความเครียดเสียบ้าง โดยให้ออกไปเดินยืดแข้งยืดขา แล้วกลับมาใช้เหตุผลใคร่ครวญใหม่

7. ให้จินตนาการในการใช้เหตุผลและอารมณ์ของตน (Rational - Emotive Imagery) ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้รับคำปรึกษาจินตนาการถึงเหตุการณ์ต่าง ๆ เช่น คำวิจารณ์ของพ่อแม่แล้วถามความรู้สึกของเขาว่ารู้สึกอย่างไร

8. ยกตัวอย่างชีวประวัติ (Bibliography) เป็นการชี้ให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักว่าคนเราแม้จะมีข้อจำกัด อุปสรรค หรือความบกพร่องก็เป็นเรื่องธรรมดา และอาจมีโอกาประสบความสำเร็จได้ดังตัวอย่างประวัติบุคคลต่าง ๆ

9. การฝึกให้ผู้รับคำปรึกษาคิดอย่างมีเหตุผล โดยทำแบบฝึกการคิดอย่างมีเหตุผล (Rational Self Help Form) ในแบบฝึกหัดนี้จะมีที่ว่างให้ผู้รับคำปรึกษาเติมข้อความโดยเริ่มจากเหตุการณ์ A แล้วให้ผู้รับคำปรึกษากรอกข้อความตั้งแต่หัวข้อ B ถึง E ดังต่อไปนี้คือ

- A = Activating Experiences (or Events) คือ เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น
- iB = irrational Belief คือ ความเชื่อไร้เหตุผลอันสืบเนื่องมาจากเหตุการณ์นั้น
- UeC = Undesirable Emotional Consequences (inappropriate feeling) คือ อารมณ์ที่ไม่เหมาะสมอันเนื่องมาจากความเชื่อที่ไร้เหตุผล
- D = Disputing or Debating your Irrational Beliefs คือ การคิดวิจารณ์ความคิด หรือ ความเชื่อที่ไร้เหตุผล
- E = Effect or Disputing or Debating you Irrational Beliefs คือ ผลที่ตามมาจากการวิจารณ์ความคิดที่ไร้เหตุผลของตนเอง ซึ่งให้ผลทั้งแง่ความคิด อารมณ์ และ พฤติกรรมที่เหมาะสม

10. การให้วิเคราะห์คำพูดของตนเองจากแถบบันทึกเสียง (Tape Recording) ในระหว่างการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้ผู้รับบริการได้ระบายอารมณ์และแสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่แล้วบันทึกเสียงไว้ ต่อมาจึงนำมาเปิดให้ฟัง แล้วให้ผู้รับบริการวิเคราะห์คำพูดของตนเองว่ามีเหตุผลมากน้อยเพียงใด

จากที่ได้กล่าวมา เทคนิคต่าง ๆ เหล่านี้ เป็นส่วนหนึ่งของเทคนิคในการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์เท่านั้น เอลลิสและไวท์เลย์ (Ellis and Whiteley, 1979 : 66-67) ได้กล่าวว่า ในการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีนี้ ผู้ให้คำปรึกษาอาจจะนำเทคนิคอื่น ๆ ในการให้คำปรึกษามาใช้เพื่อให้บุคคลเปลี่ยนความคิดที่ไม่มีเหตุผลไปสู่ความคิดที่มีเหตุผล ผู้ให้คำปรึกษาอาจจะนำเทคนิคมาใช้ได้ประมาณ 40-50 เทคนิคมาประยุกต์ใช้ตามความเหมาะสมกับผู้รับคำปรึกษาตามลักษณะอารมณ์และพฤติกรรมที่เกิดขึ้น และในที่นี้เทคนิคที่ผู้วิจัยจะนำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ การสอน การชี้แนะ การชักชวน การกำหนดงานให้ทำ การฝึกให้คิดอย่างมีเหตุผล โดยการทำแบบฝึกการคิดอย่างมีเหตุผล

1.1.4.8 หน้าที่และบทบาทของผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

อาภา จันทรสกุล (2535 : 256-257) ได้กล่าวถึงบทบาทหน้าที่ที่สำคัญของผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ คือการช่วยให้ผู้มารับคำปรึกษาหลุดพ้นจากความคิด ความเชื่อที่ไม่มีเหตุผล อันทำให้เกิดอารมณ์รุนแรง ทำร้ายตนเอง โดยผู้ให้คำปรึกษา ใช้วิธีการให้

คำปรึกษาที่รวดเร็ว และนำทาง ชี้นำ สั่งสอน สาธิต โต้แย้ง ทำทนายให้ผู้มารับคำปรึกษาเห็นว่า ความเชื่อส่งผลให้เกิดอารมณ์ทางลบที่รุนแรงตามมา สาเหตุของอารมณ์ทางลบที่รุนแรงเกิดจากความเชื่อ ทักษะที่มีต่อสถานการณ์นั้น ๆ ไม่ใช่เกิดจากสิ่งเร้าหรือสถานการณ์โดยตรง ฉะนั้นผู้ให้คำปรึกษาต้องให้ผู้มารับคำปรึกษาเปลี่ยนแปลงความคิด การให้ความหมายต่อสถานการณ์ที่ทำให้เขาเกิดอารมณ์รุนแรงทางลบเสียใหม่ โดยการใช้สติปัญญาหาเหตุผลรับรู้สถานการณ์ในแนวความคิดใหม่ ผู้ให้คำปรึกษาทำทนายให้ผู้มารับคำปรึกษาสำรวจปรัชญาความเชื่อ แนวทางในการดำเนินชีวิตของตนเองโดยใช้สติปัญญาเข้าพิจารณาถึงความเหมาะสม การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ จึงเป็นเสมือนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ การให้ความรู้ ความเข้าใจในเรื่องของอารมณ์ บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาจึงเปรียบเสมือนครูชี้นำสั่งสอน ชักจูง ทำทนายให้ลองคิดใช้ทักษะการคิดอย่างมีระบบในการแก้ปัญหา

ฉะนั้นบทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ พอสรุปได้ดังนี้

1. ชี้นำให้ผู้มารับคำปรึกษา เข้าใจถึงสาเหตุที่ก่อให้เกิดอารมณ์ทางด้านลบด้วยทฤษฎีบุคลิกภาพ A-B-C
2. ระบุให้ผู้มารับคำปรึกษาเกิดการรับรู้ และตระหนักถึงความคิดไร้เหตุผลที่เขาถืออยู่อันเป็นผลให้เกิดอารมณ์รุนแรงทางลบ และทำให้เขาแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ทำให้ตนเองไม่มีความสุข
3. สอนวิธีการคิดที่มีเหตุผล ทักษะการคิดที่เป็นระบบตามหลักวิทยาศาสตร์ให้ผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้ผู้มารับคำปรึกษาจัดความคิดที่ไร้เหตุผล ลงโทษตนเองออกไป และช่วยผู้มารับคำปรึกษาได้สำรวจปรัชญาในการดำเนินชีวิตของตนเองเสียใหม่อย่างมีเหตุผล เพื่อให้ผู้มารับคำปรึกษาเข้าใจในตนเอง และสามารถใช่วิธีการคิดอย่างมีเหตุผลไปแก้ปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตได้

นอกจากนี้ แฮนเซน (Hansen. 1986 : 200) ก็ได้กล่าวถึงหน้าที่และบทบาทของผู้ให้คำปรึกษา ดังนี้

1. ผู้ให้คำปรึกษาจะปฏิบัติตนเหมือนนักต่อต้านที่เปิดเผยมุมมองที่ขัดแย้งและเผชิญหน้ากับความเชื่อและการพุดกับตนเองที่ไม่สมเหตุสมผลของผู้มารับคำปรึกษา
2. ผู้ให้คำปรึกษาจะให้กำลังใจ โน้มน้าวจิตใจ หลอกล่อและออกคำสั่งให้ผู้รับคำปรึกษา ได้เข้าไปเกี่ยวพันในพฤติกรรมของตนเอง

จากบทบาทและหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาที่ได้กล่าวมา จะเห็นได้ว่าผู้ให้คำปรึกษามีบทบาทที่ค่อนข้างจะนำทาง และจะมีบทบาทเหมือนครูที่ทำการสอนผู้รับบริการซึ่งให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักถึงความคิดที่ไร้เหตุผลของเขา และอธิบายวิธีเปลี่ยนแนวความคิดเพื่อให้เกิดความคิดที่มีเหตุผลขึ้น

1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

1.2.1 การวิจัยต่างประเทศ

ในต่างประเทศ ได้มีผู้ทำการศึกษาเกี่ยวกับประสิทธิภาพของทฤษฎีการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ในเรื่องต่าง ๆ ดังนี้

เคลเลอร์และโครค (Keller and Croake. 1975 : 54-57) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผล-อารมณ์ ในการลดความวิตกกังวลของผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่มีความวิตกกังวล หรือมีความรู้สึกลบต่ออายุของตนเอง จัดเข้ากลุ่มทดลอง 15 คน และกลุ่มควบคุม 15 คน ให้กลุ่มทดลองเข้ารับการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผล-อารมณ์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 2 ชั่วโมง ติดต่อกัน 4 สัปดาห์ วัดผลการวิจัยโดยใช้แบบสำรวจความคิดของผู้ใหญ่ (The Adults Ideas Inventory) และแบบวัดความวิตกกังวลของ Spieibeger (The State-Trait Anxiety Inventory) ผลการวิจัยปรากฏว่า กลุ่มควบคุมยอมรับความคิดที่ไม่มีเหตุผล และมีระดับความวิตกกังวลลดลงอย่างไม่มีนัยสำคัญ แต่กลุ่มทดลองไม่ยอมรับความคิดที่ไม่มีเหตุผล และมีระดับความวิตกกังวลลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่ากลุ่มที่ได้รับการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผล-อารมณ์ มีความคิดที่มีเหตุผลเพิ่มขึ้น และทำให้ความวิตกกังวลของผู้สูงอายุลดลง

มิลตัน (Milton. 1976 : 458-461) ได้ศึกษาการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ที่มีต่อการเอาชนะความคิดที่เป็นอุปสรรคต่อการเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 2 จำนวน 10 คน ที่มีความเชื่อและทัศนคติที่ไม่ดีต่อการเรียน ไม่มีแรงจูงใจในการเรียน นักศึกษาที่เข้าร่วมการทดลองจะมาโดยความสมัครใจ และจะได้รับ 1 หน่วยกิต สำหรับการเข้าร่วมโครงการ กลุ่มตัวอย่างได้รับการให้คำปรึกษา จำนวน 8 ครั้ง ๆ ละ 90 นาที เป็นเวลา 4 สัปดาห์ ผลปรากฏว่า นักศึกษาที่เข้าร่วมโครงการ มีทัศนคติในการเรียนดีขึ้น และมีเกรดเฉลี่ยสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

บล็อก (Block. 1978 : 61-65) ได้จัดโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบใช้เหตุผล-อารมณ์ เพื่อเพิ่มคะแนนเรียน ลดพฤติกรรมรบกวนในชั้นเรียน และลดพฤติกรรมหนีเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 10 และ 11 จำนวน 40 คน ซึ่งเป็นผู้ที่มีประวัติการเรียนในปีที่ผ่านมา ดังนี้คือ เป็นผู้ที่มีผลการเรียนเท่ากับ 65 หรือต่ำกว่า ขาดเรียน 40 ครั้ง หรือมากกว่า เข้าเรียนสาย 25 ครั้ง หรือมากกว่า หนีเรียน 25 ครั้ง หรือมากกว่า ถูกกระชากอาจารย์ว่ามีพฤติกรรมรบกวนในชั้นเรียน 5 ครั้ง หรือมากกว่า นอกจากนี้ยังมีระดับสติปัญญาและความสามารถเท่ากับนักเรียนเกรด 8 ผู้วิจัยได้แบ่งกลุ่มตัวอย่าง เป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการใช้เหตุผล-อารมณ์ จำนวน 16 คน เป็นชายและหญิงเท่า ๆ กัน กลุ่มที่ 2 ได้รับการฝึกมนุษยสัมพันธ์ จำนวน 16 คน เป็นชายและหญิงเท่า ๆ กัน ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการทดลองแต่อย่างใด กลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มได้รับการทดลองติดต่อกัน 12 สัปดาห์ ๆ ละ 5 ครั้ง ๆ ละ 15 นาที ผลการวิจัยปรากฏว่านักเรียนในกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการใช้เหตุผล-อารมณ์ มีคะแนนเรียนเพิ่มขึ้น ส่วนพฤติกรรมรบกวนในชั้นเรียน และพฤติกรรมหนีเรียนมีความถี่ลดลงมากกว่ากลุ่มที่ได้รับการฝึกมนุษยสัมพันธ์

เทร็กซ์เลอร์และคลาส (Ellis and Whiteley. 1979 : 21-22 ; อ้างอิงมาจาก Trexler and Karst. 1972 : 60-67) ได้ศึกษาเปรียบเทียบการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์กับการผ่อนคลายความเครียด ในการลดความวิตกกังวลในการพูดที่สาธารณะ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัย 33 คน ผู้วิจัยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 ได้รับการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ จำนวน 11 คน กลุ่มที่ 2 ได้รับการฝึกผ่อนคลายความเครียด จำนวน 10 คน กลุ่มควบคุมไม่ได้รับการบำบัดใด ๆ จำนวน 12 คน ผู้วิจัยทำการวัดผลการทดลองโดยการสังเกตพฤติกรรม การวัดความวิตกกังวล จาก Finger Sweat Print (FSP) แบบวัดความวิตกกังวล (Anxiety Scale) รายงานส่วนตัวต่อความเชื่อมั่นในการเป็นนักพูด และแบบวัดความวิตกกังวลในการพูดที่สาธารณะทั่วไป ผลการวิจัยปรากฏว่ากลุ่มที่ได้รับการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ สามารถลดความวิตกกังวลในการพูดในที่สาธารณะได้มากกว่ากลุ่มที่ได้รับการฝึกผ่อนคลายความเครียดและกลุ่มควบคุม แต่เมื่อกลุ่มที่ได้รับการฝึกผ่อนคลายความเครียดและกลุ่มควบคุม ทำการฝึกบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ ก็พบว่ากลุ่มทั้งสองสามารถลดความวิตกกังวลในการพูดในที่สาธารณะได้เท่ากับกลุ่มที่ได้รับการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์

โซลิก สโตน และเลอร์ (Zolic, Stone and Lehr. 1980 : 80-85) ได้ศึกษาโปรแกรมการบำบัดด้วยพฤติกรรมที่มีเหตุผล (Rational Behavior Therapy) ต่อการเพิ่มพฤติกรรมมีระเบียบวินัยในชั้นเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอเมริกันผิวขาวและผิวดำ จำนวน 60 คน โดยผู้วิจัยได้แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น กลุ่มทดลอง 30 คน จัดให้กลุ่มทดลองเข้าโปรแกรมการบำบัดด้วยพฤติกรรมที่มีเหตุผลติดต่อกันเป็นเวลา 6 สัปดาห์ ผลการวิจัยปรากฏว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมมีระเบียบวินัยเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะพฤติกรรมสนใจการทำงานในชั้นเรียน และการทำการบ้านเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.05

เบคเซอร์เลอร์ (อำพัน ทันสม. 2535 : 54 ; อ้างอิงมาจาก Becherer. 1982 : 154) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาวิทยาลัยชุมชนแห่งหนึ่ง ซึ่งอยู่ในระหว่างการภาคทัณฑ์ทางการเรียน จำนวน 141 คน ซึ่งนักศึกษาทั้งหมดต้องเข้ารับการสัมมนา เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพทางการเรียน ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ห้อง ผู้วิจัยได้สุ่มตัวอย่างออกมาจำนวน 42 คน แล้วแบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์และการฝึกทักษะทางการเรียนและกลุ่มควบคุมได้รับการฝึกทักษะในการเรียนแต่เพียงอย่างเดียว การทดลองใช้เวลาในการทดลอง 90 นาที ต่อสัปดาห์ รวม 8 สัปดาห์ เกณฑ์ที่ใช้วัด คือ เกรดเฉลี่ย (GPA) และคะแนนที่ได้จากแบบสำรวจนิสัยและทัศนคติในการเรียน และความคงทนในการเรียน ผลการศึกษาพบว่า เกรดเฉลี่ยและคะแนนนิสัยและทัศนคติในการเรียนก่อน และหลังจากการทดลองของกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สำหรับกลุ่มทดลอง พบว่าคะแนนนิสัยและทัศนคติในการเรียนของกลุ่มทดลองแตกต่างจากคะแนนของกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าโปรแกรมในการทดลองสามารถเพิ่มประสิทธิภาพในการเรียนได้ แต่จะใช้ได้สำหรับนักศึกษาที่ยอมรับที่จะเปลี่ยนรูปแบบของการเรียนเท่านั้น

เมคคิบบิน (อำพัน ทันสม. 2535 : 55 ; อ้างอิงมาจาก Mekibbin. 1989 : 189) ได้ศึกษาผลของการเข้ากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล-อารมณ์ที่มีต่อการปรับตัวในด้านต่าง ๆ ในโรงเรียนสำหรับเด็กที่ด้อยความสามารถ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 12 คน เป็นนักเรียนที่ด้อยความสามารถในการปรับตัวในเรื่องการเรียน บทบาทการวางตัวในสังคม การไม่เห็นคุณค่าของตนเอง การทดลองแบ่งกลุ่มออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองได้เข้ากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล-อารมณ์ ได้รับการบรรยาย การเล่น การอภิปราย การกำหนดงานให้ทำ รวมทั้งการออกกำลังกาย เพื่อคลายความเครียด และนอกจากนี้ก็ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการ

ใช้ การวางตัวในสถานการณ์ต่าง ๆ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีความสามารถที่จะเรียน มีความจำ สามารถใช้ความคิดอย่างเหมาะสม มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้น มีพฤติกรรมทางการเรียนดีขึ้น สามารถมีปฏิสัมพันธ์กับคนในสังคมได้ดีขึ้น

วัตสันและคอดด์ (Watson and Dodd. 1984 : 257-266) ก็ศึกษาการลดความวิตกกังวลในการติดต่อสัมพันธ์ หรือการพูดในที่สาธารณะ โดยทำการเปรียบเทียบกับวิธีการอื่น ๆ การทดลองครั้งนี้แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 สร้างทักษะในการติดต่อสัมพันธ์โดยใช้การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ กลุ่มที่ 2 ใช้การฝึกทักษะโดยเฉพาะควบคู่ไปกับการกำจัดความรู้สึกอ่อนไหวอย่างเป็นระบบ (Desensitization) และเทคนิคการผ่อนคลายความเครียด และกลุ่มที่ 3 ทำการฝึกทักษะแต่เพียงอย่างเดียว ผลการวิจัยปรากฏว่ากลุ่มการทดลองทั้ง 3 กลุ่ม สามารถลดความวิตกกังวลในการติดต่อสัมพันธ์และการพูดในที่สาธารณะได้ และยังพบอีกว่ากลุ่มทดลองทั้ง 3 กลุ่มนั้น สามารถลดความวิตกกังวลได้ไม่แตกต่างกัน ซึ่งผลของการวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ เออร์และโฮฟ (Ayer and Hopf. 1987 : 236-240) ที่พบว่า การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผล-อารมณ์ การกำจัดความรู้สึกอ่อนไหวอย่างเป็นระบบ และการจินตนาการสามารถลดความวิตกกังวลในการติดต่อสัมพันธ์ของบุคคลได้ผลไม่แตกต่างกัน

แอนโทนี (Anthony. 1988 : 205) ก็ได้ทำการศึกษาผลของโปรแกรมการศึกษาอารมณ์และเหตุผล ซึ่งในที่นี้เรียกว่า โปรแกรมการเรียนรู้ทางอารมณ์ (Program for Affective Learning) มีชื่อย่อว่า PAL โดยทำการเปรียบเทียบกับกลุ่ม การตระหนักรู้ทางอารมณ์ (Emotional Awareness Training) มีชื่อย่อว่า EAT ที่มีต่ออัตมโนทัศน์ ความคิดที่ทำร้ายต่อตนเอง ความวิตกกังวล และทัศนคติต่อโรงเรียน กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนเกรด 3 จำนวน 97 คน แล้วแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับโปรแกรมการศึกษาเหตุผล-อารมณ์ (PAL) กลุ่มทดลองที่ 2 จะได้รับโปรแกรมการศึกษา เหตุผล-อารมณ์ (PAL) การตระหนักรู้ทางอารมณ์ (EAT) กลุ่มที่ 3 เป็นกลุ่มควบคุม ผลของการศึกษาสรุปได้ดังนี้

1. การทดลองนี้ไม่สามารถพัฒนาอัตมโนทัศน์ของนักเรียนได้
2. กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการศึกษาเหตุผล-อารมณ์ (PAL) และกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการศึกษาเหตุผล-อารมณ์ กับการฝึกการตระหนักรู้ทางอารมณ์ (PAL + EAT) สามารถลดความวิตกกังวลได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3. กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการศึกษาเหตุผล-อารมณ์ (PAL) และกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการศึกษาเหตุผล-อารมณ์ กับการฝึกการตระหนักรู้ทางอารมณ์ (PAL + EAT) สามารถลดความคิดที่เป็นผลร้ายต่อตนเองได้
4. กลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการศึกษาเหตุผล-อารมณ์ (PAL) และกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการศึกษาเหตุผล-อารมณ์ กับการฝึกการตระหนักรู้ทางอารมณ์ (PAL + EAT) มีความรู้สึกทางบวกต่อโปรแกรมการออกกำลังกายที่แตกต่างกันมากกว่ากลุ่มทดลองอื่น
5. ผลการศึกษา ทำให้ทราบว่าโปรแกรมการศึกษาเหตุผล-อารมณ์ สามารถใช้กับเด็กเล็กได้
6. โปรแกรมการศึกษาเหตุผล-อารมณ์ สามารถใช้ได้ดีกับการฝึกการตระหนักรู้ในอารมณ์

1.2.2 การวิจัยในประเทศ

สำหรับการวิจัยที่เกี่ยวกับการให้คำปรึกษาเหตุผล-อารมณ์ในประเทศนั้น ได้มีผู้ทำการศึกษาน้อยมาก ดังนี้

ประดิษฐ์ เอกทัศน์ (2529 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการให้การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ต่อการลดพฤติกรรมไม่เอาใจใส่การเรียนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 10 คน โดยผู้วิจัยแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มทดลอง 5 คน และกลุ่มควบคุม 5 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างดังกล่าว เป็นนักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่เอาใจใส่การเรียนในชั้นเรียน จากรายงานของอาจารย์ผู้สอนวิชาภาษาไทย และจากการสังเกตพฤติกรรมของผู้สังเกต พฤติกรรมจะเป็นผู้ที่มีความคิดไม่มีเหตุผลต่อการเรียนวิชาภาษาไทย โดยการสัมภาษณ์และตอบแบบสอบถาม ผลการทดลองปรากฏว่าการให้การบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ สามารถลดพฤติกรรมไม่เอาใจใส่ในการเรียนในชั้นเรียนของกลุ่มทดลองได้ ทั้งในระยะที่ให้การบำบัดและระยะติดตามผล

เด่นดวง วราเวทย์ (2529 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มเน้นทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล-อารมณ์ เพื่อปรับเปลี่ยนมโนภาพเกี่ยวกับตนเองด้านส่วนรวมและในแต่ละด้าน คือ ด้านวิชาการ ด้านการปรับตัวทางอารมณ์ และด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2529 วิทยาลัยครูอุดรดิตถ์ จำนวน 16 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับ

การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มเน้นทฤษฎีการพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง หรือ 1 ชั่วโมง 30 นาที เป็นเวลา 1 เดือนครึ่ง ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการฝึกแต่อย่างใด ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เน้นทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล-อารมณ์ มีผลต่อการปรับเปลี่ยนมโนภาพเกี่ยวกับตนเอง ทั้งด้านส่วนรวม ด้านวิชาการ ด้านการปรับตัวทางอารมณ์และด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล แตกต่างจาก นักศึกษาที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

นิภา เลิศลือชา (2533 : ง) ได้ศึกษาผลของการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ที่มีต่อความวิตกกังวลในการสอบของนักศึกษาเลขานุการ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาเลขานุการ ชั้นปีที่ 4 มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย จำนวน 20 คน โดยผู้วิจัยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน ซึ่งมีคะแนนจากแบบวัดความวิตกกังวล STAT สูงกว่า 40 คะแนนขึ้นไป กลุ่มทดลองได้รับการฝึกกระบวนการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์เป็นเวลา 5 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ในขณะที่กลุ่มควบคุมไม่ได้รับการฝึกหลังจากสิ้นสุดระยะการทดลอง ให้นักศึกษากลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดความวิตกกังวล STAT ซ้ำ ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ผลการวิจัยพบว่า ระดับความวิตกกังวลในการสอบของนักศึกษากลุ่มที่ได้ฝึกการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ต่ำกว่า ระดับความวิตกกังวลในการสอบของนักศึกษากลุ่มที่ไม่ได้ฝึกการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผล-อารมณ์ ทั้งในระยะหลังการทดลองและในระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อำพัน ทันสม (2535 : 77-79) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ ที่มีต่อทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 2 โรงเรียนเมืองสรวงวิทยา ปีการศึกษา 2534 ที่มีทัศนคติในการเรียนต่ำ จำนวน 16 คน แล้วแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับข้อเสนอแนะ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีแบบเหตุผล-อารมณ์ มีทัศนคติในการเรียนดีกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ประภาส ณ พิบูล (2537 : 72) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการใช้เหตุผล-อารมณ์ ที่มีต่อทัศนคติต่อความเป็นหญิงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนดำรงราษฎร์สงเคราะห์ จังหวัดเชียงราย ที่มีทัศนคติต่อความเป็นหญิง จำนวน 14 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาตาม

ทฤษฎีการใช้เหตุผล-อารมณ์ จำนวน 16 ครั้ง ครั้งละ 1.30 ชั่วโมง (ยกเว้นครั้งที่ 5-11) ใช้เวลา 50 นาที) ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับข้อสนเทศ 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีทัศนคติต่อความเป็นหญิงดีกว่านักเรียนที่ได้รับข้อสนเทศอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นงเยาว์ ชมภูทอง (2537 : 64) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ที่มีทัศนคติต่อการเป็นโสเภณีของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนระดับประถมศึกษาในอำเภอหนึ่งของจังหวัดหนึ่งทางภาคเหนือตอนบน ที่มีทัศนคติต่อการเป็นโสเภณี จำนวน 7 คน โดยเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนของกลุ่มทดลองระหว่างก่อนและหลังการทดลองโดยใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ จำนวน 7 ครั้ง โดยให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลและกลุ่ม ครั้งที่ 1 และ 7 ให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ใช้เวลาครั้งละ 50 นาที ครั้งที่ 2-4 ให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ใช้เวลาครั้งละ 50 นาที ครั้งที่ 5-6 ให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ใช้เวลาครั้งละ 1.30 ชั่วโมง เป็นเวลา 4 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อการเป็นโสเภณีลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ฉัตรฤทัย บุรณากาญจน์ (2539 : 87) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ที่มีต่อทัศนคติในการเล่นการพนัน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดนิเวศน์ธรรมาราม จังหวัดสุพรรณบุรี ปีการศึกษา 2538 ที่มีทัศนคติทางบวกในการเล่นการพนัน จำนวน 14 คน แล้วแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ และกลุ่มควบคุมได้รับการให้ข้อสนเทศ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ มีทัศนคติต่อการเล่นการพนันลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลการวิจัยทั้งต่างประเทศและในประเทศ จะเห็นได้ว่า การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ สามารถปรับเปลี่ยนพัฒนาความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคลให้เหมาะสมยิ่งขึ้น โดยเฉพาะสามารถนำมาใช้เกี่ยวกับการแก้ไขปัญหาเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึกที่ไม่สมเหตุสมผลได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงคาดหวังว่า การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ สามารถลดทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนได้

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติ

2.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติ

2.1.1 ความหมายของทัศนคติ

ทัศนคติ (Attitude) เป็นคำศัพท์ที่มาจากรากศัพท์ภาษาละตินว่า “Aptus” แปลว่า ความโน้มเอียงที่เหมาะสม นำมาใช้ในความหมายของทัศนคติ หมายถึง ท่าทีแสดงออกของบุคคลซึ่งบ่งบอกถึงสภาพจิตใจ ได้แก่ ความรู้สึกหรืออารมณ์ที่มีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด (Allport. 1967 : 3) และคำว่าทัศนคตินี้มีผู้ใช้คำอื่นในความหมายเดียวกัน เช่น “เจตคติ” ซึ่งนักการศึกษาและนักจิตวิทยาให้นิยามหรือคำจำกัดความมากมาย ดังนี้

เธอร์สโตน (Thurstone. 1974 : 49) กล่าวว่า ทัศนคติเป็นตัวแปรทางจิตวิทยาอย่างหนึ่งที่สังเกตได้ไม่ง่าย เป็นความโน้มเอียงภายใน แสดงออกให้เห็นได้โดยพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง ทัศนคดียังเป็นเรื่องของความชอบ ไม่ชอบ ความลำเอียง ความคิดเห็น ความรู้สึก และความเชื่อในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

โรคิช (Rokeach. 1970 : 112) กล่าวว่าทัศนคติเป็นการผสมผสานหรือการจัดการระเบียบของความเชื่อที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง ผลรวมของความเชื่อนี้จะเป็นตัวกำหนดแนวโน้มของบุคคลในการที่จะมีปฏิกิริยาตอบสนองในลักษณะที่ชอบหรือไม่ชอบ แอลพอร์ต (ประภาเพ็ญ สุวรรณ. 2520 : 1 ; อ้างอิงมาจาก Gordon Allport. 1935 : 810) อธิบายถึงความหมายทัศนคติว่าเป็นสภาวะของความพร้อมทางจิต ซึ่งเกิดจากประสบการณ์ สภาวะความพร้อมนี้จะเป็แรงที่กำหนดทิศทางของปฏิกิริยาของบุคคลที่จะมีต่อบุคคล สิ่งของ หรือสถานการณ์ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งสอดคล้องกับเชฟเวอร์ (รวีวรรณ อังคนุรักษ์พันธ์. 2523 : 9 ; อ้างอิงมาจาก Shaver. 1977 : 769) ได้กล่าวว่าทัศนคติ หมายถึง สภาพความพร้อมของจิตใจและประสาท ซึ่งเกิดจากการได้รับประสบการณ์อันมีผลโดยตรงต่อการตอบสนองของบุคคลต่อสรรพสิ่งและสถานการณ์ที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับบุคคลนั้น

ฟรีดแมน ซิมบาร์โดและเอ็บบเมเซน (กมลรัตน์ หล้าสุวงษ์. 2527 : 169 ; อ้างอิงมาจาก Freeman. 1970, Zimbardo and Ebbesen. 1970) ให้ความหมายของทัศนคติไว้อย่างสอดคล้องกันว่า ทัศนคติ คือ ระบบที่มีลักษณะมั่นคงถาวร ซึ่งประกอบด้วยองค์ประกอบด้านความรู้ ได้แก่ ความเข้าใจหรือการรับรู้สิ่งต่าง ๆ ด้านอารมณ์ หรือความรู้สึก ได้แก่ การชอบ ไม่ชอบ และด้านการแสดงออกทางพฤติกรรม ได้แก่ การเข้าไปหา หรือถอยหนีจากบุคคล

หรือสิ่งของนั้นๆ นิวโคมบ์ (รวีวรรณ อังคนุรักษ์พันธ์. 2523 : 10 ; อ้างอิงมาจาก Newcomb. 1954 : 128) ได้กล่าวถึงทัศนคติซึ่งเป็นความรู้สึกหรืออารมณ์ไว้ว่า ทัศนคติหมายถึงความรู้สึกเอนเอียงของจิตใจที่มีต่อประสบการณ์ที่คนเราได้รับ อาจมาก หรือน้อยก็ได้ ทัศนคติแสดงออกได้ทางพฤติกรรม ซึ่งแบ่งออกได้เป็น 2 ลักษณะ คือ แสดงออกในลักษณะพึงพอใจ เห็นด้วยหรือชอบ ถ้าคนมีลักษณะต่อสิ่งเร้าอย่างใดอย่างหนึ่ง ทำให้เกิดความเบื่อหน่าย ซักช้า อยากหนีให้ห่างต่อสิ่งนั้น ลักษณะนี้เรียกว่า ทัศนคติเชิงนิเสธ หรือถ้าจะแบ่งให้ละเอียดก็น่าจะมีทัศนคติอีกแบบหนึ่ง คือรู้สึกเฉย ๆ ไม่ถึงกับชอบหรือเกลียดชัง เรียกว่า ทัศนคติแบบกลาง ส่วน กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ (2527 : 172) ได้ให้ความหมายเพิ่มเติมว่า ทัศนคติ หมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่ได้จากการเรียนรู้และประสบการณ์ แล้วแสดงสถานะของร่างกายและจิตใจ ในด้านความพร้อมที่จะตอบสนองต่อบุคคลหรือสิ่งของต่าง ๆ ในลักษณะใดลักษณะหนึ่งใน 2 ลักษณะ กล่าวคือ แสดงความพร้อมที่จะเข้าไปหาเมื่อเกิดความรู้สึกชอบ เรียกว่า ทัศนคติทางบวก หรือแสดงความพร้อมที่จะหลีกเลี่ยงเมื่อเกิดความรู้สึกไม่ชอบ เรียกว่า ทัศนคติไม่ดีหรือทางลบ

สุรางค์ จันทน์เอม (2524 : 40) กล่าวว่า ทัศนคติ คือ สภาพจิตใจของบุคคลแต่ละคนที่เกิดจากประสบการณ์หรือการเรียนรู้ อันมีอิทธิพลต่อความคิดเห็นและพฤติกรรมของบุคคลนั้น ๆ

ในงานองเดียวกันนี้ พวงรัตน์ ทวีรัตน์ (2530 : 193) ได้ให้ความหมายของทัศนคติว่า เป็นความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งต่าง ๆ อันเป็นผลเนื่องมาจากการเรียนรู้ ประสบการณ์ และเป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมหรือแนวโน้มที่จะตอบสนองต่อสิ่งเรานั้น ๆ ไปในทิศทางใดทิศทางหนึ่ง อาจจะเป็นไปในทางสนับสนุนหรือคัดค้านก็ได้

จากความหมายดังกล่าว อาจสรุปได้ว่า ทัศนคติ หมายถึง ความคิด ความรู้สึกของบุคคล ซึ่งเป็นผลมาจากการเรียนรู้ ประสบการณ์ หรือสิ่งหนึ่งสิ่งใดที่บุคคลได้รับ หรือพร้อมที่จะแสดงพฤติกรรมตอบสนองต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง สถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่งในทิศทางที่พร้อมจะเข้าไปหาเมื่อเกิดความรู้สึกชอบ และพร้อมที่จะหลีกเลี่ยงเมื่อเกิดความรู้สึกไม่ชอบ อันจะมีอิทธิพลต่อความคิดเห็นและพฤติกรรมของบุคคลนั้นๆ โดยมีแนวโน้มที่จะตอบสนองพฤติกรรมออกมา

2.1.2 ลักษณะและองค์ประกอบของทัศนคติ

2.1.2.1 ลักษณะของทัศนคติ

ส.วาสนา ประवालพฤษ์ (2524 : 5) ได้สรุปและอธิบายลักษณะสำคัญของทัศนคติไว้ดังนี้คือ

1. ทัศนคติเป็นการเตรียม หรือความพร้อมในการตอบสนองต่อสิ่งเร้าในทางที่ชอบหรือไม่ชอบต่อสิ่งนั้น ๆ ซึ่งการเตรียมนี้เป็นการเตรียมภายในของจิตใจมากกว่าภายนอกที่จะสังเกตเห็นได้

2. สภาวะความพร้อมที่จะตอบสนอง เป็นลักษณะที่ซับซ้อนของบุคคลที่จะยอมรับหรือไม่ยอมรับ ชอบหรือไม่ชอบต่อสิ่งนั้น ๆ จะเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับอารมณ์ด้วย ซึ่งเป็นสิ่งที่อธิบายไม่ค่อยได้ และบางครั้งไม่มีเหตุผล

3. ทัศนคติไม่ใช่พฤติกรรม แต่เป็นสภาวะของจิตใจที่มีอิทธิพลต่อความรู้สึกนึกคิด และเป็นตัวกำหนดแนวทางในการแสดงออกของพฤติกรรม

4. ทัศนคติไม่สามารถวัดได้โดยตรง แต่สามารถสร้างเครื่องมือวัดพฤติกรรมที่แสดงออกมา เพื่อใช้เป็นแนวทางในการทำนายหรืออธิบายทัศนคติได้

5. ทัศนคติเกิดจากการเรียนรู้และประสบการณ์ บุคคลจะมีทัศนคติในเรื่องเดียวกันแตกต่างกันไปด้วยสาเหตุหลายประการ เช่น สภาพแวดล้อมทางเศรษฐกิจและสังคม ระดับอายุ เชื้อชาติ ปัญญา เป็นต้น

6. ทัศนคติมีความคงที่แน่นอนพอสมควร แต่อาจเปลี่ยนแปลงได้ เนื่องจากทัศนคติเป็นสิ่งที่เกิดจากการเรียนรู้และประสบการณ์ ถ้าการเรียนรู้และประสบการณ์นั้นเปลี่ยนแปลงไป ทัศนคติก็อาจเปลี่ยนแปลงได้

สุชา จันท์ธอม และสุรางค์ จันท์ธอม (2518 : 100-101) ได้สรุปแนวความคิดเกี่ยวกับทัศนคติ มีธรรมชาติและลักษณะที่สำคัญดังต่อไปนี้

1. ทัศนคติเป็นสิ่งที่เกิดจากการเรียนรู้หรือเกิดจากประสบการณ์ของบุคคล ไม่ใช่เป็นสิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิด คนเราได้รับทัศนคติจากประสบการณ์ต่าง ๆ ในชีวิต บางครั้งยังได้รับจากการเอาอย่าง ซึ่งเริ่มตั้งแต่เด็ก ๆ ยังอยู่ในวัยที่มีอายุน้อย ๆ สิ่งต่าง ๆ รอบตัวเด็ก เช่น บิดา มารดา สัตว์เลี้ยงต่าง ๆ ตลอดจนเพื่อนฝูงของเด็ก มีอิทธิพลต่อการสร้างเจตคติของเด็กในระยะเริ่มต้นทั้งสิ้น

2. บุคคลแต่ละคนย่อมมีทัศนคติต่อสถานการณ์เดียวกัน หรือต่อบุคคลเดียวกัน แตกต่างกันไปได้หลายลักษณะ แล้วแต่ประสบการณ์ของบุคคลนั้น

3. ทัศนคติของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งนั้น อาจจะเป็นสิ่งที่ถาวรตลอดไป หรือชั่วคราวก็ได้ ทัศนคติบางอย่างอยู่ในสภาพไม่มั่นคง ก็พร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงได้ ส่วนทัศนคติที่มั่นคงถาวร ย่อมมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมและบุคลิกภาพของบุคคลมาก และการเปลี่ยนแปลงย่อมมิได้ยาก อย่างไรก็ตามการแนะนำที่ดี ตลอดจนวิธีการสอนที่ดีของครู ย่อมทำให้เด็กเปลี่ยนทัศนคติไปในทางที่พึงประสงค์ได้เช่นเดียวกัน

รวิวรรณ อังคนุรักษ์พันธุ์ (2533 : 14-15) ได้สรุปลักษณะทั่วไปของทัศนคติไว้ดังนี้คือ

1. ทัศนคติเป็นเรื่องของอารมณ์ (Feeling) อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามเงื่อนไขหรือสถานการณ์ต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง บุคคลจะมีการกระทำที่เสแสร้ง โดยแสดงออกไม่ตรงกับความรู้สึกของตน เมื่อเขารู้ตัวหรือรู้ว่ามีคนสังเกต

2. ทัศนคติเป็นเรื่องเฉพาะตัว (Typical) ความรู้สึกของบุคคลอาจเหมือนกัน แต่รูปแบบการแสดงออกต่างกันออกไป หรืออาจมีการแสดงออกที่เหมือนกัน แต่ความรู้สึกต่างกัน

3. ทัศนคติมีทิศทาง (Direction) การแสดงออกของความรู้สึกสามารถแสดงออกได้สองทิศทาง เช่น ทิศทางบวกเป็นทิศทางที่สังคมปรารถนา และทิศทางลบเป็นทิศทางที่สังคมไม่ปรารถนา

4. ทัศนคติมีความเข้ม (Intensity) ความรู้สึกของบุคคลอาจเหมือนกันในสถานการณ์เดียวกันแต่อาจแตกต่างกันในเรื่องความเข้มที่บุคคลรู้สึกมากน้อยต่างกัน เช่น รักมาก รักน้อย

5. ทัศนคติต้องมีเป้า (Target) ความรู้สึกจะเกิดขึ้นลอย ๆ ไม่ได้ เช่น รักพ่อแม่

2.1.2.2 องค์ประกอบของทัศนคติ

เซฟเวอร์ (Shaver, 1977 : 168-170) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของทัศนคติไว้ 3 ด้านคือ

1. องค์ประกอบทางด้านความรู้ (Cognitive Component) หมายถึง การรับรู้ของบุคคลที่เกี่ยวกับวัตถุหรือเหตุการณ์ต่าง ๆ รวมทั้งด้านความเชื่อของบุคคลที่มีต่อสิ่งเรานั้น

2. องค์ประกอบทางด้านความรู้สึก (Affective Component) เป็นความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งเร้าที่เขารับรู้ อาจจะเป็นในทางดีหรือไม่ดี ถ้าบุคคลมีความรู้สึกไม่ดีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง บุคคลก็จะไม่ชอบสิ่งนั้น ถ้าบุคคลมีความรู้สึกที่ดีต่อสิ่งใด ก็จะเกิดความชอบต่อสิ่งนั้น

3. องค์ประกอบทางด้านแนวโน้มที่จะกระทำ (Behavioral Component) หมายถึง ความโน้มเอียงของบุคคลที่จะแสดงพฤติกรรมให้สอดคล้องกับความรู้สึกของตนหรือไม่ยอมรับปฏิบัติหรือไม่ปฏิบัติ

นอกจากนี้ ซิมแบนโดและเอ็บบเซน (กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ. 2527 : 183-184 ; อ้างอิงมาจาก Zimbardo and Ebbesen. 1970) ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า ถ้าจะอธิบายถึง ทักษะคิดอย่างละเอียดลึกซึ้ง ละเอียดถี่ถ้วนแล้ว จะแบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบ คือ

1. องค์ประกอบทางด้านความรู้หรือความคิด (The Cognitive Component) คือการที่บุคคลมีความรู้สึกนึกคิดหรือมีมโนคติ (Concept) เกี่ยวกับเรื่องราวต่าง ๆ ซึ่งอาจเป็นจริงหรือไม่เป็นจริง รวมทั้งความเชื่อต่าง ๆ ต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือบุคคลใดบุคคลหนึ่ง เช่น นักเรียนได้รับข่าวว่าครูประจำชั้นคนใหม่ใจดีมาก ฉะนั้นเมื่อเขาเห็นหน้าครูประจำชั้นครั้งแรกก็คิดในใจว่าครูคนนี้ต้องใจดี ซึ่งอาจจะใจดีจริงตามคำเล่าลือ หรืออาจไม่ใจดีจริงก็ได้

2. องค์ประกอบทางด้านความรู้สึก (The Affective Component) คือ การที่บุคคลมีการประเมินค่า ประมาณความรู้สึก ความชอบหรือการสนองตอบทางอารมณ์ของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือบุคคลใดบุคคลหนึ่ง เช่น นักเรียนคิดว่าครูใจดี จะเริ่มมีความรู้สึกชอบครู ก่อนที่ครูจะแสดงความใจดี

3. องค์ประกอบทางด้านพฤติกรรม (The Behavioral Component) คือ การแสดงของบุคคลใดบุคคลหนึ่งต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือบุคคลใดบุคคลหนึ่ง เช่น เด็กที่คิดว่าครูใจดี จึงเกิดความชอบและในที่สุดจะแสดงพฤติกรรมโดยการเข้าไปหาครูคนนั้น หรือยิ้มทักทาย หรือทำความเคารพอย่างนอบน้อม

เนลิมพล ศรีหงษ์ และ เสถียร เหลืองอร่าม (2521 : 10) สรุปว่าทัศนคติมีส่วนประกอบที่สำคัญ 3 ประการ คือ

1. องค์ประกอบทางด้านความคิด หรือสติ และเหตุผล หมายถึงความเชื่อ หรือความคิดเห็นเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ ซึ่งเป็นเรื่องของการใช้เหตุผลของบุคคลในการจำแนกแยกแยะความแตกต่าง ตลอดจนผลต่อเนื่อง ผลได้ผลเสีย ซึ่งถ้าพิจารณาอย่างลึกซึ้ง ก็คือ การที่บุคคล

จะสามารถนำเอาคุณค่าทางสังคมที่ได้รับการอบรมสั่งสอนและถ่ายทอดมา เข้าไปใช้ในการวิเคราะห์พิจารณาประกอบเหตุผลของการที่ตนจะประเมิน และการพิจารณาของบุคคลใน ส่วนที่จะมีลักษณะปราศจากอารมณ์ แต่จะเป็นเรื่องของเหตุผล อันสืบเนื่องมาจากความเชื่อของบุคคล

2. องค์ประกอบทางด้านอารมณ์หรือความรู้สึก หมายถึง ความรู้สึกทางอารมณ์เกี่ยวกับความเชื่อในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เช่น ความรู้สึกชอบ ไม่ชอบ รัก เกลียด กลัว เป็นต้น ซึ่งจะแสดงออกทางสีหน้า ท่าทาง เมื่อคิดหรือพูดถึงสิ่งนั้น

3. องค์ประกอบทางแนวโน้มของการกระทำหรือพฤติกรรม หมายถึงแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมหรือความพร้อมที่จะตอบสนองต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยเฉพาะเจาะจง ซึ่งแนวโน้มของการกระทำ หรือพฤติกรรมนี้จะมีความสัมพันธ์ต่อกัน ความคิดหรือสติ และเหตุผล อารมณ์หรือความรู้สึก

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า องค์ประกอบทั้ง 3 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบทางด้านความคิด องค์ประกอบทางด้านความรู้สึก และองค์ประกอบทางด้านแนวโน้มที่จะกระทำหรือด้านพฤติกรรมจะมีความสัมพันธ์กัน หรือสอดคล้องกัน

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2523 : 5-7) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของทัศนคติว่ามี 3 องค์ประกอบด้วยกันคือ

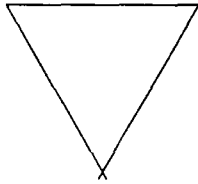
1. องค์ประกอบทางด้านความรู้หรือความคิด (Cognitive Component) หมายถึง ทัศนคติของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งนั้น จะต้องประกอบด้วยความรู้เกี่ยวกับสิ่งนั้นเป็นอันดับแรก และเป็นความรู้เกี่ยวกับสิ่งนั้นทางด้านที่ว่า สิ่งนั้นมีคุณหรือโทษมากน้อยเพียงใด เป็นความรู้หรือความเชื่อถือที่ใช้ประเมินค่าสิ่งนั้นได้

2. องค์ประกอบทางด้านความรู้สึก (Affective Component) หมายถึง ความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบสิ่งนั้น พอใจหรือไม่พอใจสิ่งนั้น ความรู้สึกนี้จะเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ เมื่อบุคคลมีความรู้เกี่ยวกับคุณหรือโทษของสิ่งนั้นแล้ว

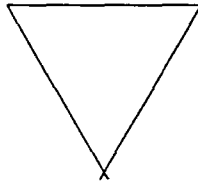
3. องค์ประกอบทางด้านความพร้อมจะกระทำ (Action Tendency Component) หมายถึง ความพร้อมหรือความโน้มเอียงที่บุคคลจะประพฤติปฏิบัติเมื่อบุคคลมีความรู้เชิงประเมินค่า และมีความรู้สึกชอบไม่ชอบสิ่งนั้นแล้ว สิ่งซึ่งสอดคล้องกันซึ่งติดตามมาคือความพร้อมที่จะกระทำทำให้สอดคล้องกับความรู้สึกของตนต่อสิ่งนั้นด้วย

ไทรแอนด์ซิส (ประภาเพ็ญ สุวรรณ. 2526 : 5 ; อ้างอิงมาจาก Triandis. 1971 : 3)
ได้เสนอแผนภูมิองค์ประกอบของทัศนคติ ดังนี้

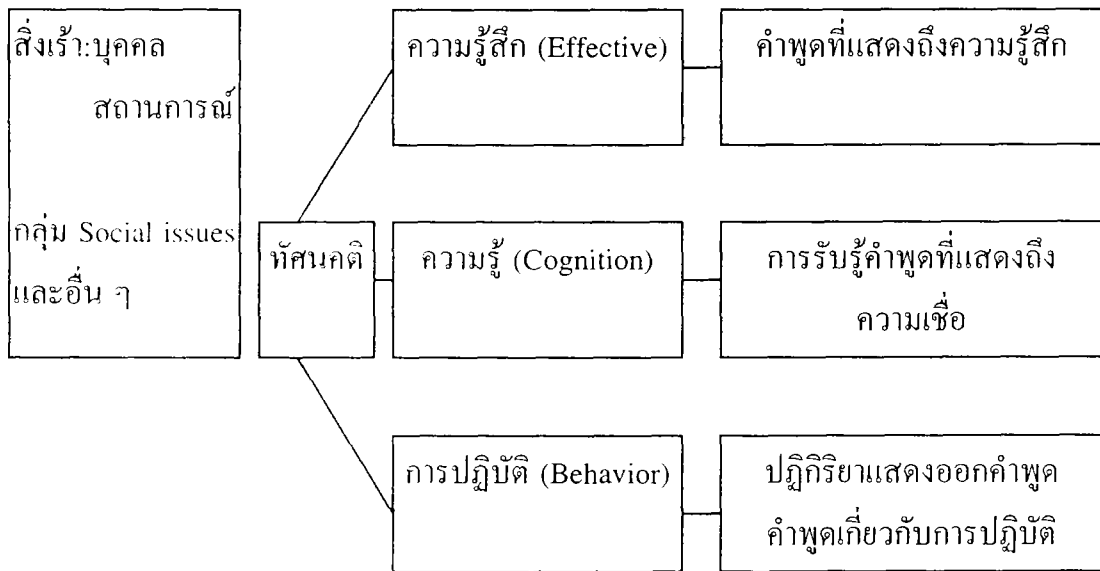
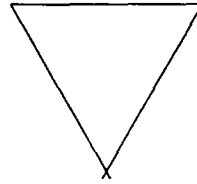
ตัวแปรอิสระที่วัดได้



ตัวร่วม



ตัวแปรตาม



2.1.3 สาเหตุการเกิดทัศนคติ

สาเหตุการเกิดทัศนคติ เซอร์ฟ และ เซอร์ฟ (สาริณี พงษ์เจริญไทย. 2524 : 28 ; อ้างอิงมาจาก Sherif and Sherif. 1969) ได้ให้ความเห็นว่า ทัศนคติของบุคคลไม่ใช่สิ่งที่มีมาแต่กำเนิด แต่การที่บุคคลเกิดทัศนคติขึ้นได้นั้นเกิดจากการเรียนรู้และได้รับจากประสบการณ์ทั้งสิ้น

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2526 : 91-93) กล่าวถึงแหล่งที่ทำให้เกิดทัศนคติไว้ดังนี้คือ

1. ประสบการณ์เฉพาะอย่าง (Specific Experiences) วิธีการหนึ่งที่เราเรียนรู้ทัศนคติคือ จากการมีประสบการณ์เฉพาะอย่างกับสิ่งที่เกี่ยวข้องกับทัศนคตินั้น เช่น ถ้าเรามีประสบการณ์ที่ดีในการติดต่อกับบุคคลหนึ่ง เราจะมีความรู้สึกชอบบุคคลนั้น ในทางตรงกันข้าม ถ้ามีประสบการณ์ที่ไม่ดี เรามักมีแนวโน้มที่จะไม่ชอบบุคคลนั้นได้

2. การติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่น (Communication From Others) โดยเฉพาะอย่างยิ่งจากบุคคลในครอบครัวที่เขายกย่องนับถือ จะมีผลต่อความเชื่อถือและทัศนคติของเขาได้ เช่น เด็กได้รับการสั่งสอนหรือบอกจากผู้ปกครองเสมอว่า การฉกฉวยสิ่งของของคนอื่นไม่ดี เด็กจะมีทัศนคติเช่นนั้น

3. สิ่งที่เป็นแบบอย่าง (Model) ทัศนคติบางอย่างสร้างขึ้นมาจากการเลียนแบบอย่างคนอื่น เช่น มารดาของเด็กชาย ก กลัวเสียงฟ้าร้อง เด็กชาย ก ก็จะมีทัศนคติต่อเสียงฟ้าร้องว่าเป็นสิ่งน่ากลัว

4. องค์กรประกอบที่เกี่ยวข้องกับสถาบัน (Institutional Factors) ทัศนคติของบุคคลหลายอย่างเกิดขึ้นสืบเนื่องมาจากสถาบัน เช่น โรงเรียน สถานที่ประกอบพิธีทางศาสนา หน่วยงานต่าง ๆ สถาบันเหล่านี้จะเป็นทั้งแหล่งที่มีและสิ่งช่วยสนับสนุนให้เกิดทัศนคติบางอย่างได้

2.1.4 การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ

ซิมบาร์โด (สุดฤทัย มุขยวงศา. 2533 : 8 ; อ้างอิงมาจาก Zimmardo. 1979 : 643) สรุปความคิดเห็นเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทัศนคติว่าควรจะเป็นไปโดยการให้ข้อมูลใหม่ๆ การสังเกตตัวแบบ การพิจารณาผลที่ตามมาของการกระทำของเรา การเปลี่ยนแปลงการให้รางวัลต่อทัศนคติที่มีอยู่เดิมและการแก้ปัญหาคความขัดแย้งทางจิตใจ

ไทรแอนดิส (Triandis. 1979 : 143) ได้กล่าวถึงทัศนคติที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ เช่น การได้รับข้อมูลใหม่จากบุคคลอื่น สื่อมวลชน หรือการได้รับประสบการณ์โดยตรง ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในองค์ประกอบทางด้านความคิด ความเข้าใจ และมีผลทำให้องค์ประกอบด้านความรู้สึกและพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปด้วย

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2520 : 121) ในการที่จะเปลี่ยนแปลงทัศนคติหรือสร้างให้เกิดทัศนคติใหม่ขึ้นในกลุ่มหรือในบุคคลนั้น จะต้องอาศัยระยะเวลา และกระบวนการหลายอย่าง ซึ่งแต่ละกระบวนการจะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงและสร้างให้เกิดทัศนคติแตกต่างกัน เช่น การให้ข้อเท็จจริงจะช่วยสร้างทัศนคติให้กับบุคคล ถ้าบุคคลนั้นยังไม่ค่อยเข้าใจรายละเอียดเกี่ยวกับสิ่งนั้น การสื่อข่าวสารชนิดให้ข้อคิดเห็นทั้งสองด้าน(ด้านดีและด้านไม่ดี) ก็จะช่วยทำให้เกิดทัศนคติดีกว่าให้ข้อคิดเห็นด้านเดียว และลักษณะของผู้ส่งข่าวสารก็มีอิทธิพลอย่างมากต่อการเกิดทัศนคติ

สุณีย์ ธีรดากร (2525 : 158-159) ได้ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีเปลี่ยนทัศนคติว่าสามารถทำได้หลายวิธี ได้แก่

1. เปลี่ยนส่วนประกอบทางด้านความรู้ความเข้าใจ (Cognitive) ของผู้เรียน เพราะถ้าทัศนคติทางด้านความรู้เปลี่ยนแปลง ก็มีแนวโน้มที่จะทำให้ส่วนประกอบทางด้านความรู้สึกและทางการกระทำเปลี่ยนแปลงด้วย ทำได้โดย

1.1 ใช้วิธีแนะแนว เช่น การอภิปราย ชี้แจง จัดอภิปรายหรือเชิญวิทยากรมาบรรยาย เพื่อให้ผู้เรียนทราบข้อเท็จจริงที่ถูกต้อง

1.2 ให้ผู้เรียนได้รับประสบการณ์ตรงเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ เช่น ผู้สอนรู้ว่าผู้เรียนไม่ชอบวิชาใด เพราะเรียนวิชานั้นไม่เข้าใจ ผู้สอนก็พาผู้เรียนไปชมของจริง วิธีทำจริง ๆ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจและอยากเรียนวิชานั้นต่อไป

2. เปลี่ยนโดยใช้ทฤษฎีทางการเรียนรู้ เช่น

2.1 ใช้วิธีวางเงื่อนไขแบบคลาสสิก พาฟลอฟ (Classical Conditioning Learning) ใช้วิธีเชื่อมโยงสิ่งเร้า 2 อย่างขึ้นไป เช่น ต้องการให้ผู้เรียนเห็นโทษของยาเสพติดว่าเป็นสิ่งไม่ดี ไม่ควรปฏิบัติ ก็นำภาพคนติดยาเสพติดที่ดูแล้วน่ารังเกียจน่ากลัวไปคู่ยาเสพติด ทุกครั้งที่ผู้เรียนรับรู้เกี่ยวกับยาเสพติดก็ต้องรับรู้โทษของยาเสพติดที่มีคนในภาพน่ารังเกียจน่ากลัว

ทุกครั้ง จนกระทั่งผู้เรียนเกิดความรู้สึกเชื่อมโยงระหว่างยาเสพติดและโทษของยาเสพติด ก็จะทำให้เกิดความรู้สึกเกรงกลัว ไม่กล้าแตะต้องยาเสพติด

2.2 ใช้วิธีการวางเงื่อนไขแบบการกระทำของสกินเนอร์ (Operan Conditioning Learning) วิธีทำให้แรงเสริมต่อทัศนคติที่ดี และงดให้แรงเสริมทัศนคติที่ไม่ดี ต้องการให้ผู้เรียนแสดงพฤติกรรม ทำได้ดังนี้

2.2.1 ให้ผู้เรียนแสดงพฤติกรรมในสถานการณ์ที่เป็นจริง

2.2.2 จำลองสถานการณ์แล้วให้ผู้เรียนแสดงบทบาทสมมุติ

3. เปลี่ยนแปลงโดยอาศัยอิทธิพลของกลุ่ม (Group Pressure) โดยการให้ผู้เรียนได้เข้าไปร่วมในกลุ่มผู้เรียนที่ทำตนเป็นประโยชน์ต่อสังคม เพื่อให้ผู้เรียนตระหนักว่าการกระทำของตนไม่เหมือนกลุ่ม จึงพยายามเปลี่ยนพฤติกรรมของตนให้สอดคล้องกับสมาชิกในกลุ่ม หรืออาจจะใช้วิธีออกกฎ ระเบียบ ข้อบังคับ ให้ผู้เรียนปฏิบัติตามก็ได้

เอคเวอร์ด (จูดีพร กล้ายพันธ์. 2538 : 16 ; อ้างอิงมาจาก Edward. 1957) ได้กล่าวถึงลักษณะการเปลี่ยนแปลงทัศนคติไว้ 4 ประการ สรุปได้ดังนี้

1. ทัศนคติจะเปลี่ยนแปลงได้ เมื่อได้รับการจูงใจใหม่
2. ทัศนคติจะเปลี่ยนแปลงได้ เมื่อเกิดการเรียนรู้และได้รับประสบการณ์โดยตรง
3. ทัศนคติจะเปลี่ยนแปลงได้ เมื่อบุคคลได้รับความรู้ใหม่เพิ่มเติมขึ้น และยอมรับในคุณสมบัติหรือสถานการณ์ของสิ่งนั้น ๆ
4. ทัศนคติจะเปลี่ยนแปลงได้ เมื่อมีการกระทำและมีส่วนร่วมในการปฏิบัติจริง

ไพบูลย์ อินทวิชา (2517 : 47) สรุปแนวคิดในการเปลี่ยนแปลงทัศนคติว่าทัศนคติเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้โดยการจัดสภาพการณ์ให้ใหม่ สร้างแรงจูงใจ หรือให้ข้อเท็จจริงที่ถูกต้องในเรื่องเหล่านั้นใหม่ ด้วยเหตุผล ด้วยการกระทำ หรือจัดสภาพแวดล้อมทางสังคมให้สัมพันธ์กับบุคคล เพื่อให้มีทัศนคติที่พึงปรารถนา

2.1.4.1 ทฤษฎีเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ

1. ทฤษฎีความไม่สอดคล้องทางความคิด

เฟสทิงเจอร์ (เกษณีย์ สีมหาศาล. 2531 : 3-43 ; อ้างอิงมาจาก Festinger. 1957) ได้ตั้งทฤษฎีเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ โดยอธิบายถึงความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติและพฤติกรรมซึ่งเกิดจากกลไกการปรับตัวของบุคคล 2 ประการ คือ

1.1 การเกิดความขัดแย้ง เมื่อการรู้การเข้าใจของบุคคลส่วนหนึ่งขัดแย้งกับการรู้การเข้าใจอีกส่วนหนึ่ง เนื่องจากได้รับข้อมูลใหม่หรือเหตุการณ์ใหม่ เป็นภาวะที่บุคคลไม่สบายใจและไม่สามารถทนต่อสิ่งที่ขัดแย้งกันได้ จะเกิดภาวะงูใจให้บุคคลพยายามลดความขัดแย้งหรือขจัดความขัดแย้งให้หมดไปโดยการกระตุ้นให้บุคคลมีกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งและนำทางให้บุคคลมีปฏิกิริยาไปในทิศทางใดทิศทางหนึ่ง

1.2 เมื่อเกิดความขัดแย้งขึ้น นอกจากบุคคลจะพยายามลดความขัดแย้งแล้วยังพยายามที่จะหลีกเลี่ยงสถานการณ์หรือข่าวสารที่อาจก่อให้เกิดความขัดแย้งขึ้นได้

การลดความขัดแย้งนี้ เฟสทิงเจอร์ กล่าวว่าหลักการที่บุคคลทำได้มี 3 วิธี

1.2.1 เปลี่ยนการรู้การเข้าใจที่มีต่อพฤติกรรม

1.2.2 เปลี่ยนการรู้การเข้าใจที่มีต่อสภาพแวดล้อม

1.2.3 เพิ่มการรู้การเข้าใจใหม่ขึ้น

2.1.4.2. ทฤษฎีความสอดคล้องทางความคิด

ไฮเดอร์ (เกมลรัตน์ หล้าสูงษ์. 2527 : 204 ; อ้างอิงมาจาก Heider. 1946) กล่าวว่า ถ้าสมาชิกในสังคมหรือกลุ่มใด ๆ ก็ตาม ถ้ามีความรู้สึกที่สอดคล้องกันก็จะสามารถอยู่ด้วยกันได้ แต่ถ้ามีความรู้สึกที่ไม่สอดคล้องกันเมื่อใด หรือไม่สอดคล้องกับกลุ่มใดเมื่อใด บุคคลหึงเปลี่ยนแปลงความรู้สึกเดิมให้เปลี่ยนไปสอดคล้องกับกลุ่ม เมื่อนั้นจึงจะอยู่ด้วยกันได้ ความสอดคล้องเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นในตัวบุคคล เป็นภาวะที่ทุกสิ่งทุกอย่างกลมกลืนกัน ไม่มีความกดดันหรือขัดแย้งทางใดทางหนึ่ง แต่ถ้าเกิดความไม่สอดคล้องขึ้นจะมีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ (Insko. 1967 : 199)

การเปลี่ยนแปลงทัศนคติโดยวิธีการเปลี่ยนแปลงให้เป็นภาวะที่สอดคล้องของไฮเดอร์นี้ เป็นพื้นฐานให้ อเบลสันและโรเซนเบิร์ก (เฉลิมศักดิ์ รวยอารี. 2523 : 21-22 ; อ้างอิงมาจาก Abelson and Rosenburg. 1960) ได้ตั้งทฤษฎีความสอดคล้องระหว่างความรู้สึกและความคิด ความเข้าใจ ซึ่งกล่าวว่า ความสอดคล้องหรือความสมดุลจะเกิดขึ้นในลักษณะที่ความคิดกับความรู้สึกของบุคคลสอดคล้องกัน ทัศนคติต่อสิ่งต่าง ๆ จะคงที่แต่ความคิดกับความรู้สึกขัดแย้งกันมากจนถึงระดับที่บุคคลไม่สามารถจะทนได้ บุคคลจะลดความขัดแย้งให้อยู่ในภาวะที่สมดุล โดย

2.1 ทักษะทัศนคติเดิมของตนไว้โดยไม่รับข้อมูลใด ๆ ที่ก่อให้เกิดความขัดแย้งหรือเลือกรับแต่เฉพาะข้อมูลที่สอดคล้องกับความรู้สึกและความคิดเห็นของตน

2.2 เปลี่ยนทัศนคติไป จากข้อมูลใหม่ที่ได้รับ

ในปีต่อมา นิวคอมบ์ (Newcomb. 1961 : 123) กล่าวถึงความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและอิทธิพลของกลุ่มที่บุคคลนั้นเป็นสมาชิกอยู่ โดยกล่าวว่า บุคคลอาจจะเปลี่ยนทัศนคติไปตามสภาพการณ์ใหม่ ๆ ที่เกิดขึ้นตามความกดดันของกลุ่ม เช่น การเข้าร่วมเป็นสมาชิกกับกลุ่มใหม่ ทำให้บุคคลต้องปฏิบัติตามกฎข้อบังคับของกลุ่มใหม่ ซึ่งอาจจะขัดกับทัศนคติเดิมที่เขามีอยู่ทำให้บุคคลนั้นเกิดภาวะไม่สมดุล ต้องแสวงหาความสอดคล้องระหว่างพฤติกรรมกับความรูสึกนึกคิดของตน ภาวะนั้นจะทำให้บุคคลเปลี่ยนทัศนคติไปตามสภาพการณ์นั้น ๆ ที่ได้รับก็ได้

2.1.4.3 ทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงทัศนคติเพื่อการปรับตัวให้เข้ากับสังคม

เซอร์ฟีและฮอฟแลนด์ (นงเยาว์ ชมภูทอง. 2537 : 43; อ้างอิงมาจาก Sherif and Hovlan. 1961 : 157-167) กล่าวว่า ทฤษฎีนี้เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบของทัศนคติด้านพฤติกรรม หรือการปฏิบัติ โดยขึ้นกับบรรทัดฐานของสังคม โดยเชื่อว่าในกระบวนการเปลี่ยนแปลงทัศนคตินั้นมีอยู่ 2 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 บุคคลจะตัดสินใจและให้การวินิจฉัยข้อมูลใหม่ที่ได้รับ โดยเอาความรู้หรือข่าวสารค่านิยมที่เขาเคยได้รับมามีส่วนเกี่ยวข้องด้วย

ขั้นที่ 2 ทัศนคติจะเกิดขึ้นภายหลังจากการได้ทำการวินิจฉัยเปรียบเทียบ หรือตัดสินใจ

นอกจากนั้นทิศทางของทัศนคติจะเปลี่ยนไปตามข้อมูลใหม่ที่ได้รับ ถ้าความขัดแย้งระหว่างทัศนคติกับข้อมูลใหม่น้อย และทิศทางเปลี่ยนไปตรงกันข้ามกับข้อมูลใหม่หากความขัดแย้งมีมาก ทัศนคติและการเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคล อาจทำได้โดยการสร้างสถานการณ์ให้เกิดการมีส่วนร่วมกิจกรรมกลุ่มด้วยตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ เนื่องจากความคิดเห็นและความเชื่อส่วนใหญ่ของกลุ่มจะเป็นข้อมูลใหม่อันจะมีผลต่อการเปลี่ยนพฤติกรรมและความคิดเห็นของบุคคลได้ ดังนั้นเมื่อบุคคลได้รับข่าวสารใหม่ บุคคลนั้นจะเผชิญกับการตัดสินใจโดยการเชื่อมข้อมูลให้สัมพันธ์กับความรู้สึกเดิม ซึ่งอาจทำให้บุคคลต้องเปลี่ยนส่วน

ประกอบของทัศนคติก็ได้รับความคิดเห็นหรือความเชื่อที่บุคคลได้รับจากกลุ่มมี 3 ลักษณะ คือ (Greenwald. 1968 : 147-170)

2.1.4.5 ทฤษฎีการเสริมแรง

ฮอฟแลนด์ เจนนิส และเคลลี (เกษณีชัย สัมมาสาธิต. 2532 : 47 ; อ้างอิงมาจาก Hovland, Janis and Keley. 1953 : 6-10) กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงทัศนคติตามทฤษฎีการเสริมแรงว่า ทัศนคติของบุคคลจะเปลี่ยนไปเมื่อบุคคลเปลี่ยนความคิดเห็นอันเนื่องมาจากการได้รับประสบการณ์ ถ้าบุคคลมีประสบการณ์ที่ดีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เนื่องจากได้รับการเสริมแรง บุคคลจะมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อสิ่งนั้น การให้การเสริมแรงทั้งทางด้านบวกและลบ จึงมีผลต่อการเปลี่ยนทัศนคติของบุคคล นอกจากนี้ทัศนคดียังขึ้นอยู่กับความสนใจ ความเข้าใจ การยอมรับและสิ่งล่อใจด้วย จากแนวความคิดในการเปลี่ยนแปลงทัศนคติดังกล่าวข้างต้น จะเห็นได้ว่า ในการเปลี่ยนแปลงทัศนคตินั้น จะต้องให้ความสำคัญต่อการเปลี่ยนแปลงองค์ประกอบทั้ง 3 ด้านของทัศนคติ คือ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมบุคคล ซึ่งมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ดังที่ เอลลิสและไวท์เลย์ (Ellis and Whiteley. 1979 : 44) กล่าวว่า ความคิดมีอิทธิพลต่อความรู้สึกและการกระทำ ความรู้สึกมีอิทธิพลต่อความคิดและการกระทำ พฤติกรรมมีอิทธิพลต่อความคิดและความรู้สึก ดังนั้น ถ้าบุคคลปรับลักษณะใดลักษณะหนึ่งให้เปลี่ยนไป ก็จะทำให้ลักษณะอื่นเปลี่ยนแปลงไปด้วย

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แสดงให้เห็นว่าการเปลี่ยนแปลงทัศนคติของบุคคลสามารถเกิดขึ้นได้ โดยการจัดสภาพการณ์ให้ใหม่ การให้มีส่วนร่วมในการปฏิบัติจริง การได้รับความรู้หรือประสบการณ์ใหม่ ๆ ตลอดจนการได้เรียนรู้ในสิ่งแวดล้อมทางสังคม มีส่วนทำให้บุคคลเปลี่ยนแปลงทัศนคติของตนเองให้มีความเหมาะสม ในทำนองเดียวกัน ทัศนคติของนักเรียนที่มีต่อสารแอมเฟตามีนก็สามารถเปลี่ยนแปลงได้ด้วยวิธีการและกระบวนการต่าง ๆ ที่มีความเหมาะสม

2.1.5 เทคนิคการวัดทัศนคติ

ในการสร้างเครื่องมือวัดทัศนคติ สามารถทำได้หลายวิธี ซึ่งแตกต่างกันไป ได้แก่

1. ใช้วิธี Equal Appearing วิธีนี้ เซอร์สโตน (Thurstone. 1970 : 128) ได้ใช้วัดทัศนคติของบุคคลโดยอาศัยกฎแห่งการเปรียบเทียบเพื่อตัดสินใจ (Law of Comparative

Judgement) คือ ให้ผู้ตอบตัดสินใจแสดงถึงทัศนคติต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งว่าเห็นด้วย (Accept) หรือไม่เห็นด้วย (Rejected) ในข้อความเหล่านั้นอย่างน้อยเพียงใด โดยให้กลุ่มผู้ตัดสินพิจารณาว่าข้อความแต่ละข้อความที่เสนอนั้นควรจะอยู่ตรงไหน เมื่อแบ่งความคิดเห็นทั้งหมดตั้งแต่ เห็นด้วยมากที่สุด ไปจนถึงไม่เห็นด้วยมากที่สุด ออกเป็น 11 กลุ่ม เท่า ๆ กัน เมื่อกลุ่มผู้ตัดสินได้พิจารณาตัดสินหมดทุกข้อความแล้ว ก็นำแต่ละค่ามาหาค่าสเกล (Scale Value) นั่นคือ หาดำแหน่งมัธยฐานของแต่ละสเกลสำหรับวัดทัศนคติต่อไป

2. วิธี Summated Rating หรือ Likert Method ซึ่งสร้างขึ้นโดย ลิเคอร์ท (Likert. 1970 : 150-151) เป็นวิธีการวัดทัศนคติโดยการนำเอาข้อความที่จะใช้วัดทัศนคติไปให้ผู้ตอบลงความเห็นว่ามีความรู้สึกต่อข้อความเหล่านั้นอย่างไรบ้าง เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย หรือไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง แล้วมีการกำหนดคะแนนให้ อาจเป็น 5 4 3 2 หรือ 1 ตามลำดับ หากเป็นข้อความในทางลบ (Negative Statement) ก็จะให้คะแนนตรงกันข้าม จากนั้นนำข้อความทั้งหมดไปวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนก (Item Analysis) โดยเลือกข้อความที่สามารถจำแนกกลุ่มที่มีทัศนคติที่ดีและทัศนคติที่ไม่ดี เพื่อนำไปใช้วัดทัศนคติต่อไป

3. วิธี Semantic Differential ของ ออสกู๊ด (Osgood. 1957 : 189) ซึ่งใช้วิธีนี้เพื่อวัดความหมายของมโนทัศน์ (Concept) ในรูปความหมายของคำคุณศัพท์ (Adjective) โดยให้บุคคลทำเครื่องหมายแสดงความคิดเห็นลงในสเกล ซึ่งอยู่ระหว่างคำคุณศัพท์ที่มีความหมายตรงข้ามกันคู่หนึ่ง ๆ เช่น ดี-ไม่ดี ชอบ-ไม่ชอบ ฯลฯ ผู้ตอบจะพิจารณาว่ามโนทัศน์ที่ตนเห็น มีความหมายสอดคล้องกับคุณศัพท์ในแต่ละสเกลอย่างไร มากน้อยแค่ไหน แล้วกรอกข้อความเห็นลงในสเกล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เลือกใช้ระเบียบวิธีวัดทัศนคติของลิเคอร์ท เนื่องจากเหตุผลที่ว่า แบบของลิเคอร์ทนั้นเป็นที่นิยมใช้กันโดยทั่วไป และในการให้น้ำหนักของคะแนน 5 ระดับนั้น ช่วยทำให้สามารถหาระดับทัศนคติของกลุ่มตัวอย่างได้สะดวกกว่าแบบอื่น ๆ

2.1.6 ประโยชน์ของการวัดทัศนคติ

ชัยยงค์ ขามรัตน์ (2523 : 17-18) ได้สรุปไว้ว่า ประโยชน์ของการวัดทัศนคตินี้มีดังนี้
คือ

1. วัดเพื่อทำนายพฤติกรรม เนื่องด้วยทัศนคติต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดของบุคคล ย่อมเป็นเครื่องแสดงว่า เขามีความรู้สึกทางด้านที่ดี หรือไม่ดีเกี่ยวกับสิ่งนั้นมากน้อยเพียงใด และเขามีความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบสิ่งนั้นเพียงใด ทัศนคติของบุคคลต่อสิ่งนั้นจึงเป็นเครื่องทำนายว่า บุคคลนั้นจะมีการกระทำต่อสิ่งนั้นไปในทำนองใดด้วย ฉะนั้นการทราบทัศนคติของบุคคล ย่อมช่วยให้สามารถทำนายการกระทำของบุคคลนั้นได้ แม้จะไม่ถูกต้องเสมอไปก็ตาม

2. วัดเพื่อหาทางป้องกัน โดยทั่วไปการที่บุคคลจะมีทัศนคติต่อสิ่งใด อย่างไรนั้น เป็นสิทธิของเขา แต่การอยู่กันด้วยความสงบสุขของสังคมย่อมจะเป็นไปได้ เมื่อพลเมืองมีทัศนคติต่าง ๆ คล้ายคลึงกัน ซึ่งจะเป็แนวทางให้เกิดความร่วมมือร่วมใจกัน และไม่เกิดความแตกแยกในสังคม

3. วัดเพื่อหาทางแก้ไขทัศนคติของบุคคลที่มีต่อเรื่องใดเรื่องหนึ่ง อาจแตกต่างกัน แต่ในบางเรื่องจำเป็นต้องได้รับความคิดเห็นและทัศนคติที่สอดคล้องกัน เพื่อป้องกันปัญหาข้อขัดแย้งในเรื่องต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้น

4. วัดเพื่อหาสาเหตุและผล ทัศนคติเปรียบเสมือนสาเหตุภายในที่ผลักดันให้บุคคลกระทำสิ่งต่าง ๆ กัน และสาเหตุภายในหรือทัศนคติต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งของบุคคลนี้ อาจได้รับผลกระทบมาจากสาเหตุภายนอกอีกส่วนหนึ่ง ฉะนั้นการจะเข้าใจอิทธิพลของสาเหตุภายนอกที่มีต่อการกระทำของบุคคลต่าง ๆ ให้ชัดเจน บางกรณีอาจจำเป็นต้องวัดทัศนคติของบุคคลต่าง ๆ ให้ชัดเจน บางกรณีอาจจำเป็นต้องวัดทัศนคติของบุคคลต่าง ๆ ต่อสาเหตุภายนอกนั้นด้วย

2.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติ

โคแกนและเลวิน (Cogan and Levin. 1958 : 135-139) ได้ศึกษาพบว่า ความสัมพันธ์แบบอบอุ่นเป็นมิตร ระหว่างครูและนักเรียน จะทำให้การเรียนของนักเรียนดีขึ้น ครูและนักเรียนมีความสัมพันธ์ดีต่อกันมากเท่าไร จะทำให้นักเรียนมีทัศนคติที่ดีต่อการเรียนและศรัทธาในตัวครูมากเพียงนั้น

โคเวลล์ และ เอ็นทวิสเติล (ศิริรัตน์ ภูสกลเจริญศักดิ์. 2531 : 41 ; อ้างอิงมาจาก Cowell and Entwistle. 1971 : 85-89) ศึกษาพบว่า ผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัวมีวิธีการเรียนและทัศนคติดีกว่าผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบแสดงตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

อาดอร์โน และคนอื่น ๆ (ประภาเพ็ญ สุวรรณ. 2526 : 66 ; อ้างอิงมาจาก Adorno and others. 1959) ศึกษาการอบรมเลี้ยงดูที่มีผลต่อการเกิดทัศนคติว่าบุคคลที่มีบิดามารดาไม่ใกล้ชิด ชอบเกรี้ยวกราด ชอบลงโทษ อบรมบุตรแบบอัตตาธิปไตย หรือเผด็จการ บุคคลนั้นจะมีบุคลิกภาพแบบอัตตาธิปไตย มีอคติ ไม่เป็นมิตรกับบุคคลอื่น และจะมีทัศนคติ การรับรู้ ความคิดเห็น และรูปแบบของพฤติกรรมในลักษณะเดียวกับบิดามารดาด้วย

ดวงเดือน พันธุนาวิน (2518 : 6-7) ศึกษาเกี่ยวกับทัศนคติต่อเพื่อนของเด็กวัยรุ่น พบว่า นักเรียนชายมีทัศนคติที่ดีต่อเพื่อนเพศเดียวกันตั้งแต่เป็นเด็กจนถึงวัยรุ่น แต่ทัศนคติที่ดีต่อเพื่อนต่างเพศของเด็กชายจะมีมากเมื่ออายุน้อย และน้อยลงเมื่ออายุมากขึ้น นอกจากนี้ นักเรียนชายยังมีทัศนคติที่ดีต่อเพื่อนต่างเพศมากกว่าเพศเดียวกันด้วย ส่วนนักเรียนหญิงมีทัศนคติที่ดีต่อเพื่อนเพศเดียวกันมากกว่าเพื่อนต่างเพศ แต่ทัศนคติที่ดีต่อเพื่อนเพศเดียวกันจะมีน้อยลงเมื่ออายุมากขึ้น ในขณะที่ทัศนคติที่ดีต่อเพื่อนต่างเพศของนักเรียนหญิงจะเพิ่มขึ้นตามอายุ และยังพบอีกว่าเด็กวัยรุ่นส่วนมาก อยากรคบเพื่อนที่มีความประพฤติดี เป็นเพศเดียวกับตน เด็กวัยรุ่นส่วนมากเลือกคบคนที่นิสัยและทัศนคติคล้ายกับตน

นอกจากนั้น สาริณี พงษ์เจริญไทย (2534 : 190) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีทัศนคติทางบวกต่อการสูบบุหรี่ จำนวน 30 คน เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน โดยให้กลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม และให้ข้อเสนอแนะ ซึ่งมีเนื้อหาเช่นเดียวกับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มของกลุ่มควบคุม ผลจากการศึกษา พบว่า ภายหลังจากการทดลอง กลุ่มทดลองมีทัศนคติทางบวกต่อการสูบบุหรี่ลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กลุ่มควบคุมมีทัศนคติทางบวกต่อการสูบบุหรี่ลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และกลุ่มทดลองมีทัศนคติทางบวกต่อการสูบบุหรี่ลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับทัศนคติดังกล่าวข้างต้น เป็นการศึกษาเกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจ ความคิด และการแสดงพฤติกรรมของบุคคล ต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดที่อาจจะ เป็นบุคคลหรือสิ่งของ ซึ่งแสดงออกในรูป 2 ลักษณะ คือ ทัศนคติทางบวก เป็นสิ่งที่บุคคลปรารถนา แต่อีกลักษณะหนึ่ง คือ ทัศนคติทางลบ ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่ต้องการของบุคคล แต่

อย่างไรก็ตามทัศนคติก็เป็นสิ่งที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ไปตามสภาพแวดล้อม ดังนั้น บุคคลจึงสามารถเสริมสร้างทัศนคติให้สูงขึ้นได้ โดยอาศัยเทคนิคและวิธีการปรับเปลี่ยนทัศนคติ

3. เอกสารเกี่ยวกับแอมเฟตามีน

3.1 ความหมายของแอมเฟตามีน

แอมเฟตามีน หรือ ยาม้า หมายถึง วัตถุที่ออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท จะออกฤทธิ์กระตุ้นประสาทส่วนกลาง ทำให้รู้สึกตื่นตัว บางคนอาจมีอาการตื่นเต้น นอนไม่หลับ

ลักษณะทั่วไปของแอมเฟตามีน หรือยาม้า มีลักษณะเป็นผงผลึกสีขาว ไม่มีกลิ่น รสขม มีฤทธิ์ในการกระตุ้นประสาทส่วนกลาง มีชื่อเรียกทางการค้าต่างๆ กัน เช่น เบนซีทริน เด็กซีทริน ฟินามีน เป็นต้น แต่ในกลุ่มผู้ใช้หรือเสพนิยมเรียก ยาม้า ยาขยัน ยาแก้ง่วง ยาได้ป เมื่อนำมาผลิตอัดเป็นเม็ดยาแล้ว จะมีลักษณะเม็ดยาหลายลักษณะ เช่น เม็ดกลมแบน รูปเหลี่ยม หรืออาจเป็นแคปซูล มีสีต่าง ๆ กัน เช่น สีขาว สีน้ำตาล สีเหลือง สีกระน้ำตาล แต่ที่พบส่วนมากจะเป็นสีขาว เม็ดกลมแบน มีสัญลักษณ์บนเม็ดยา เช่น รูปหัวม้า London 99 ฯลฯ

3.2 รูปแบบการเสพ

3.2.1 โดยรับประทาน โดยมากมักจะรับประทานกับเครื่องดื่มชูกำลัง หรือน้ำอัดลม หรือกาแฟ หรือน้ำเปล่า

3.2.2 ละลายเสร็จ โดยทำให้ละลายใส่ในขวดเครื่องดื่มชูกำลัง เรียกว่า “ยาแดง” หรือผสมใส่น้ำให้คนงานดื่ม เช่น ชาวประมง ชาวตัดอ้อยในไร่

3.2.3 บดและฉีดหรือสูบ เป็นวิธีที่อันตรายมาก อาจเสียชีวิตได้ ซึ่งพบมีการนำไปบดละลายน้ำแล้วฉีดเข้าสู่ร่างกาย หรือบดแล้วใส่ฟอยล์บุหรีแล้วลนไฟสูบเอาควันเหมือนเสพเฮโรอีน

3.3 ผลของแอมเฟตามีนต่อร่างกาย

3.3.1 ในรายที่ไม่เคยได้รับยา หรือเคยได้รับแต่ใช้ในปริมาณสูง

อาการทางกาย

- ระบบประสาทส่วนกลาง (สมอง)

ออกฤทธิ์กระตุ้นทำให้พูดมาก พูดเก่ง อารมณ์ดี บางรายมีนั่งง สับสน นอนไม่หลับ ตาพร่า บางรายปวดศีรษะได้

- ระบบหัวใจและการไหลเวียนของเลือด

ทำให้หัวใจเต้นเร็ว เต้นไม่เป็นจังหวะ ความดันโลหิตสูง

- ระบบทางเดินหายใจ

หายใจเร็ว บางรายหายใจลำบาก

- ระบบทางเดินอาหาร

ปากแห้ง เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย

- อาการอื่น ๆ

กล้ามเนื้ออ่อนแรง ผิวหนังซีด ไข้สูง เหงื่อออก ปัสสาวะลำบาก ผู้ป่วยอาจตายได้จากภาวะหัวใจล้มเหลว หรือเส้นเลือดแตกในสมอง

- อาการทางจิต

ผู้ป่วยบางรายกระสับกระส่าย สับสน ตึงเครียด วิตกกังวลมาก กังวลสุดขีด การควบคุมตัวเองเสียไป พฤติกรรมก้าวร้าว หวาดระแวง หลงผิด คิดว่าถูกปองร้าย หนูแว่ว ประสาทหลอน ทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ เกิดอาชญากรรมได้ คิดฆ่าตัวตาย

3.3.2 กรณีผู้ใช้ยาปริมาณน้อย

อาการข้างต้นจะมีไม่มาก ผลข้างเคียงต่าง ๆ จะเกิดความเคยชินชา จะไม่รบกวนผู้เสพมากนัก ทำให้พอใจในการใช้ เพราะทำให้อารมณ์ดี สบายใจ ไม่กลัว กล้า ไม่อาย แต่เมื่อใช้ไประยะยาว ก็จะทำให้เกิดปัญหาเรื่องการนอน เบื่ออาหาร วิตกกังวล หวาดระแวงง่าย เกิดโรคจิตระแวงได้เช่นกัน

3.4 สถานบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด

ในเขตกรุงเทพมหานคร ได้แก่

- โรงพยาบาลราชวิถี
- โรงพยาบาลทหารเรือกรุงเทพ
- โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า

ในส่วนภูมิภาค ได้แก่

- โรงพยาบาลธัญญารักษ์ จังหวัดปทุมธานี
- โรงพยาบาลประจำจังหวัดต่าง ๆ

- ศูนย์บำบัดรักษาผู้ติดยาประจำภาคเหนือ จังหวัดเชียงใหม่
- ศูนย์บำบัดรักษาผู้ติดยาประจำภาคใต้ จังหวัดสงขลา
- ศูนย์บำบัดรักษาผู้ติดยาประจำภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จังหวัดขอนแก่น

หรือที่คลินิกยาเสพติดในศูนย์บริการสาธารณสุข สำนักงานอนามัย กรุงเทพมหานครทุกศูนย์

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนท่ายางวิทยา อำเภอท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2540 ที่ไม่เคยใช้สารแอมเฟตามีน และมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 75 ขึ้นไป จำนวน 60 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนท่ายางวิทยา อำเภอท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2540 ที่ไม่เคยใช้สารแอมเฟตามีน และมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 75 ขึ้นไป จำนวน 16 คน ที่สมัครใจเข้าร่วมการทดลอง และได้มาโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากประชากร โดยมีขั้นตอนการเลือกกลุ่มตัวอย่างดังนี้

1. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน ให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนท่ายางวิทยา อำเภอท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี จำนวน 240 คน ตอบ แล้วตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด หลังจากนั้นนำคะแนนมาเรียงลำดับจากสูงไปหาต่ำ แล้วคัดเลือกเฉพาะนักเรียนที่ได้คะแนนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 75 ขึ้นไป ให้นักเรียนจำนวน 60 คน

2. ผู้วิจัยสอบถามความสมัครใจ นักเรียนที่จะเข้าร่วมการทดลอง มีจำนวน 40 คน แล้วจึงใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) มาจำนวน 16 คน เพื่อเป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้

3. ผู้วิจัยสุ่มอย่างง่าย จากนักเรียนในข้อ 2 อีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. แบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ เป็นกลุ่ม
3. โปรแกรมการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ เป็นรายบุคคล

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ

1. แบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน ผู้วิจัยดำเนินการสร้างแบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน ตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1.1 ศึกษาหลักการ ทฤษฎี ตำราเอกสารต่าง ๆ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติต่อสิ่งเสพติด และศึกษาตัวอย่างแบบสอบถามทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย ของ สาริณี พงษ์เจริญไทย (2534 : 176-181) แบบสอบถามทัศนคติในการเล่นการพนัน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดนิเวศน์ธรรมาราม ของ ฉัตรฤทัย บุรณากาญจน์ (2539 : 103-116) เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างข้อคำถาม และปรับปรุงภาษาให้เหมาะสมสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ

1.2 สร้างแบบสอบถาม ทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน ที่มีลักษณะเป็นข้อความเกี่ยวกับความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มของพฤติกรรมที่จะใช้สารแอมเฟตามีน ซึ่งเป็นแบบลิเคิร์ต (Likert Type) โดยใช้มาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 68 ข้อ

1.3 นำแบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนที่สร้างขึ้น ไปตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 คน ได้แก่ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ทศพร ศรีมณีจำ ดร.จันทนา นนทิกร และ อาจารย์อัมพร ยิ้มแย้ม ตรวจสอบ

สอบทั้งด้านเนื้อหา ข้อคำถาม และภาษาที่ใช้ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วผู้วิจัยนำไปปรับปรุง แก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

1.4 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนชะอำคุณหญิงเนื่องบุรี อำเภอลำลูกเกด จังหวัดเพชรบุรี จำนวน 100 คน แล้วนำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยใช้เทคนิค 25 เปอร์เซนต์ กลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ แล้วนำค่าเฉลี่ยรายข้อที่ได้มาทดสอบนัยสำคัญทางสถิติ โดยใช้ t-test และเลือกข้อที่ได้ค่า t ระหว่าง 2.75-6.61 มาใช้ในการทดลอง ได้ 48 ข้อ ด้านความคิด 22 ข้อ ด้านความรู้สึก 15 ข้อ และด้านแนวโน้มที่จะกระทำ 11 ข้อ

1.5 นำแบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน ที่คัดเลือกไว้ในข้อ 1.4 มาหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.94

ตัวอย่างแบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน

แบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความในแบบสอบถามแต่ละข้อ แล้วพิจารณาตอบให้ตรงกับความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มของพฤติกรรมที่เป็นจริง โดยทำเครื่องหมาย (✓) ในช่องหลังข้อความที่กำหนดไว้ โดยแบ่งน้ำหนักไว้ 5 ระดับ ในการตอบแบบสอบถามนี้จะไม่เกิดผลเสียใด ๆ ต่อนักเรียน ขอให้นักเรียนตอบให้ตรงกับความเป็นจริงให้มากที่สุด

แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ด้าน

ก. ด้านความคิด

คำชี้แจง

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดของนักเรียน มากที่สุด
เห็นด้วย	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดของนักเรียน มาก
ไม่แน่ใจ	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดของนักเรียน บางครั้งก็ไม่ตรงกับความคิดของนักเรียน
ไม่เห็นด้วย	หมายถึง ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดของนักเรียน มาก
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายถึง ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดของนักเรียน มากที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
0	ยาบ้าช่วยให้ผู้เสพเกิดความ กระตือรือร้นในการทำงาน					

ข. ด้านความรู้สึก

คำชี้แจง

มากที่สุด	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของนักเรียน มากที่สุด
มาก	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของนักเรียน มาก
ปานกลาง	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของนักเรียน ปานกลาง
น้อย	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของนักเรียน น้อย
น้อยที่สุด	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของนักเรียน น้อยที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
00	รู้สึกว่าการเสพยาบ้าเป็นสิ่งที่น่าสนใจ					

ค. ด้านแนวโน้มที่จะกระทำ

คำชี้แจง

เป็นประจำ	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับที่นักเรียนตั้งใจที่จะกระทำ ทุกครั้ง
บ่อยครั้ง	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับที่นักเรียนตั้งใจที่จะกระทำ เกือบ ทุกครั้ง
บางครั้ง	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับที่นักเรียนตั้งใจที่จะกระทำบ้าง ไม่ กระทำบ้าง เท่า ๆ กัน
นาน ๆ ครั้ง	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับที่นักเรียนตั้งใจที่จะกระทำ น้อย ครั้งมาก
น้อยครั้งที่สุด	หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับที่นักเรียนตั้งใจที่จะแทบไม่กระทำ เลย

ข้อที่	ข้อความ	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	น้อยครั้งที่สุด
000	ถ้าพบเพื่อนเสพยาบ้า ข้าพเจ้าจะไปบอกครู					

เกณฑ์การตรวจให้คะแนน มีดังนี้

ถ้าเป็นข้อความทางบวก เช่น ยาบ้าเป็นอันตรายต่อสุขภาพ ให้คะแนนดังนี้

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	มากที่สุด	เป็นประจำ	ให้ 5 คะแนน
เห็นด้วย	มาก	บ่อยครั้ง	ให้ 4 คะแนน
ไม่แน่ใจ	ปานกลาง	บางครั้ง	ให้ 3 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	น้อย	นาน ๆ ครั้ง	ให้ 2 คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	น้อยที่สุด	น้อยครั้งที่สุด	ให้ 1 คะแนน

ถ้าเป็นข้อความทางลบ เช่น เสพยาบ้าแล้วทำงานได้มากขึ้น ให้คะแนนตรงกันข้ามกับข้อความทางบวก

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ผู้วิจัยดำเนินการสร้างดังนี้

2.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์เป็นกลุ่ม ตลอดจนประสบการณ์จากการได้ฝึกปฏิบัติการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคล เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดขั้นตอนในการสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษา ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นกลุ่ม ให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการวิจัย

2.2 สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นกลุ่ม ให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการทำวิจัยครั้งนี้

2.3 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นกลุ่ม ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน คือ รองศาสตราจารย์ ดร.เมธินันท์ ภิญโญชน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา และผู้ช่วยศาสตราจารย์ทศพร ศรีมณีขำ ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ เนื้อหา วิธีดำเนินการและการประเมินผล แล้วผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

2.4 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนท่ายางวิทยา อำเภอท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 8 คน เพื่อตรวจสอบข้อบกพร่องและแก้ไขก่อนนำไปใช้จริง

โปรแกรมการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นกลุ่ม ผู้วิจัยใช้เวลาทดลอง 12 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 วัน วันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที คือ วันศุกร์ เวลา 15.00-16.00 น. ตั้งแต่วันศุกร์ที่ 26 ธันวาคม 2540 - วันศุกร์ที่ 13 มีนาคม 2541 (ดังรายละเอียดในภาคผนวก)

3. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ผู้วิจัยดำเนินการสร้างดังนี้

3.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นรายบุคคล ตลอดจนประสบการณ์จากการฝึกปฏิบัติให้คำปรึกษา เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดขั้นตอนในการสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นรายบุคคล ให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการวิจัย

3.2 สร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นรายบุคคล ให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการทำวิจัยครั้งนี้

3.3 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นรายบุคคล ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน คือ รองศาสตราจารย์ ดร.เมธินันท์ ภิญโญชน ผู้ช่วยศาสตราจารย์พงษ์พันธ์ พงษ์โสภะ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ทศพร ศรีมติขำ ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ เนื้อหา วิธีดำเนินการและการประเมินผล แล้วผู้วิจัยนำมาปรับปรุง แก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

3.4 นำโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลที่ปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนท่ายางวิทยา อำเภอท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 8 คน เพื่อตรวจสอบข้อบกพร่องและแก้ไขก่อนนำไปใช้จริง

โปรแกรมการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นรายบุคคล ผู้วิจัยใช้เวลาทดลอง 12 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4 วัน วันละ 2 คน คนละ 1 ครั้งต่อสัปดาห์ ครั้งละ 50 นาที ตั้งแต่วันจันทร์ที่ 22 ธันวาคม 2540 - วันพฤหัสบดีที่ 12 มีนาคม 2541 เวลา 07.30-08.20 น. และเวลา 15.30-16.20 น. (ดังรายละเอียดในภาคผนวก)

การดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยใช้แบบแผนการวิจัยแบบ Randomized Group Pretest-Posttest Design (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2528 : 77) ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงแบบแผนการทดลอง Randomized Group Pretest-Posttest Design

กลุ่ม	ทดสอบก่อน	ทดลอง	ทดสอบหลัง
RE1	T1E1	X1	T2E1
RE2	T1E2	X2	T2E2

ความหมายของสัญลักษณ์

RE1	แทน	กลุ่มตัวอย่างที่ถูกสุ่มเป็นกลุ่มทดลองที่ 1
RE2	แทน	กลุ่มตัวอย่างที่ถูกสุ่มเป็นกลุ่มทดลองที่ 2
T1E1	แทน	ทดสอบก่อนในกลุ่มทดลองที่ 1
T1E2	แทน	ทดสอบก่อนในกลุ่มทดลองที่ 2
X1	แทน	การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นกลุ่ม ซึ่งใช้ในกลุ่มทดลองที่ 1
X2	แทน	การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นรายบุคคล ซึ่งใช้ในกลุ่มทดลองที่ 2
T2E1	แทน	ทดสอบหลังในกลุ่มทดลองที่ 1
T2E2	แทน	ทดสอบหลังในกลุ่มทดลองที่ 2

วิธีดำเนินการทดลอง

1. ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยใช้คะแนนที่กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest)

2. การดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลองแก่นักเรียนในกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 กลุ่มทดลองที่ 1 ดำเนินการให้คำปรึกษา โดยการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ โดยใช้เวลา 12 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง ในวันศุกร์ เวลา 15.00-16.00 น. ตั้งแต่วันที่ 26 ธันวาคม 2540 ถึงวันที่ 13 มีนาคม 2541

2.2 กลุ่มทดลองที่ 2 ดำเนินการทดลองโดยการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ โดยให้คำปรึกษา 12 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 8 คน คนละ 1 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที คือ ในวันจันทร์ ถึงวันพฤหัสบดี เวลา 07.30-08.20 น. และเวลา 15.30-16.20 น. สลับกันไปในแต่ละสัปดาห์ ตั้งแต่วันที่ 22 ธันวาคม 2540 ถึงวันที่ 12 มีนาคม 2541

3. หลังการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน ชุดเดียวกับฉบับที่สอบก่อนทดลอง แล้วเก็บคะแนนไว้เป็นคะแนนหลังทดลอง (Posttest)

4. นำข้อมูลที่ได้จากข้อ 1 และข้อ 3 ไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของกลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษา เป็นกลุ่ม

2. เปรียบเทียบทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของกลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษา เป็นรายบุคคล

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของทัศนคติทางบวก ที่มีต่อสารเสพติดแอมเฟตามีน ของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษา เป็นกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษา เป็นรายบุคคล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่

1.1 ค่ามัธยฐาน

1.2 ค่าความเบี่ยงเบนควอไทล์

2. สถิติสำหรับวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือ

2.1 หาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน โดยใช้การทดสอบค่าที (t-test) แบบเทคนิค 25 เปอร์เซนต์ กลุ่มสูง-ต่ำ (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2531 : 185-186)

2.2 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) ของครอนบาค (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2531 : 170-171 อ้างอิงมาจาก Cronbach)

3. สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

3.1 ทดสอบความแตกต่างของทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน ของนักเรียนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 โดยใช้การทดสอบของ วิลคอกซัน (The Wilcoxon's Matched Pairs Signed-Ranks Test) (นิภา ศรีไพโรจน์. 2533 : 91-97)

3.2 ทดสอบความแตกต่างของทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน ของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 โดยใช้การทดสอบของ แมน วิทนี (The Man Whitney U Test) (นิภา ศรีไพโรจน์. 2533 : 120-128)

บทที่ 4

ผลของการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลความหมายผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ ที่ใช้แทนความหมายดังต่อไปนี้

N	แทนจำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
Mdn	แทนค่ามัธยฐานของทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน
Q.D.	แทนส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์ของทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน
Mdn _(diff)	แทนค่ามัธยฐานของผลต่างทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน ก่อนและหลังการทดลอง
Q.D. _(diff)	แทนส่วนเบี่ยงเบนควอไทล์ของผลต่างทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน ก่อนและหลังการทดลอง
U	แทนค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของ แมน-วิทนีย์
T	แทนค่าสถิติที่ใช้พิจารณาในการทดสอบของ วิลคอกชัน
p	แทนค่าความน่าจะเป็นของค่าสถิติทดสอบ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับดังนี้

1. เปรียบเทียบทัศนคติของนักเรียนต่อสารแอมเฟตามีน ก่อนและหลังการได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์
2. เปรียบเทียบทัศนคติของนักเรียนต่อสารแอมเฟตามีน ก่อนและหลังการได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

3. เปรียบเทียบทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียน ที่ได้รับการให้คำปรึกษา เป็นกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังแสดงในตาราง 2, 3 และ 4 ตามลำดับ ดังนี้

ตาราง 2 เปรียบเทียบทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียน กลุ่มทดลองที่ 1 ก่อนและ
หลังได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

กลุ่มทดลองที่ 1	N	Mdn	Q.D.	T	p
ก่อนทดลอง	8	131	5		
หลังทดลอง	8	106.5	6.5	0**	.004

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 2 แสดงว่า ภายหลังจากทดลอง ทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนลดลงหลังจากได้รับคำปรึกษาเป็นกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นั่นคือการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ทำให้นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 1

ตาราง 3 เปรียบเทียบทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียน กลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

กลุ่มทดลองที่ 2	N	Mdn	Q.D.	T	p
ก่อนทดลอง	8	132	3.5		
หลังทดลอง	8	104	13	0**	.004

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 3 แสดงว่า ภายหลังจากทดลอง ทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนลดลงหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นั่นคือ การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ทำให้นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อที่ 2

ตาราง 4 เปรียบเทียบทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ในกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ในกลุ่มทดลองที่ 2 ตามทฤษฎี เหตุผล-อารมณ์

กลุ่มตัวอย่าง	N	Mdn _(diff)	Q.D. _(diff)	U
กลุ่มทดลองที่ 1	8	26.5	4.5	32
กลุ่มทดลองที่ 2	8	29.5	6.5	

จากตาราง 4 แสดงว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และรายบุคคลตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ มีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลงแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มกับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ทำให้นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลงไม่แตกต่างกัน

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

เพื่อศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มกับรายบุคคลที่มีต่อทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนท่ายางวิทยา จังหวัดเพชรบุรี ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. เพื่อเปรียบเทียบทัศนคติของนักเรียนต่อสารแอมเฟตามีน ก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์
2. เพื่อเปรียบเทียบทัศนคติของนักเรียนต่อสารแอมเฟตามีน ก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์
3. เพื่อเปรียบเทียบทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียน ที่ได้รับการให้คำปรึกษา ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นรายบุคคล

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลง หลังจากได้รับคำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์
2. นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลง หลังจากได้รับคำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์
3. นักเรียนที่ได้รับคำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นกลุ่มและรายบุคคล มีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลงแตกต่างกัน

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนท่าสายวิทยา จังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2540 ซึ่งยังไม่เคยใช้สารแอมเฟตามีน ตรวจสอบโดยการใช้สารตรวจปัสสาวะ ที่มีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 75 ขึ้นไป จำนวน 60 คน จากจำนวนนักเรียนทั้งหมด 240 คน ซึ่งตอบแบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนท่าสายวิทยา จังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2540 ซึ่งยังไม่เคยใช้สารแอมเฟตามีน ที่มีคะแนนทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน จำนวน 16 คน ที่ได้จากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากร และสอบถามความสมัครใจ แล้วสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง เป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มละ 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. แบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
3. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

การดำเนินการทดลอง

1. ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ตอบแบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน แล้วเก็บคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามในช่วงของการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม เก็บไว้เป็นคะแนนก่อนทดลอง (Pretest)
2. การดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลอง ทั้ง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาเหตุผล-อารมณ์ ตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ โดยให้คำปรึกษา 12 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที ในวันศุกร์ เวลา 15.00-16.00 น. ตั้งแต่วันศุกร์ที่ 26 ธันวาคม 2540 ถึงวันศุกร์ที่ 13 มีนาคม 2541

2.2 กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษา เป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาเหตุผล-อารมณ์ ตามโปรแกรมที่กำหนดไว้ โดยให้คำปรึกษา 12 สัปดาห์ ๆ ละ 4 วัน วันละ 2 คน คนละ 1 ครั้งต่อสัปดาห์ ครั้งละ 50 นาที ตั้งแต่วันจันทร์ถึงวันพฤหัสบดี เวลา 07.30-08.20 น. และเวลา 15.30-16.20 น. สลับกันไปในแต่ละสัปดาห์ ตั้งแต่วันจันทร์ที่ 22 ธันวาคม 2540 ถึงวันพฤหัสบดีที่ 12 มีนาคม 2541

3. หลังการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ตอบแบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน ชุดเดียวกับฉบับที่สอบก่อนการทดลอง แล้วเก็บไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

4. นำข้อมูลที่ได้จากข้อ 1 และข้อ 3 ไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบทัศนคติของนักเรียนต่อสารแอมเฟตามีน ก่อนและหลังการให้คำปรึกษา เป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

2. เปรียบเทียบทัศนคติของนักเรียนต่อสารแอมเฟตามีน ก่อนและหลังการให้คำปรึกษา เป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของทัศนคติที่มีต่อสารแอมเฟตามีน ของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นกลุ่ม และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษา ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นรายบุคคล

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาค้นคว้าสรุปผลได้ดังนี้

1. นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลง หลังจากได้รับการให้คำปรึกษา เป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลง หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ กับนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ มีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลงไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผลการศึกษาค้นคว้า

จากการศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาดังกล่าวตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ที่มีต่อทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนท่ายางวิทยา จังหวัดเพชรบุรี ปรากฏผลดังนี้

1. เปรียบเทียบทัศนคติของนักเรียนต่อสารแอมเฟตามีน ก่อนและหลังการให้คำปรึกษา เป็นกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ พบว่า นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลงภายหลังได้รับการให้คำปรึกษาดังกล่าวตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1 แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษา ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เป็นกลุ่ม เป็นวิธีการหนึ่งที่ใช้พัฒนาทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนได้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ เป็นกลุ่มเป็นกระบวนการช่วยเหลือนักเรียนเป็นกลุ่ม ที่มีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน โดยให้นักเรียนที่เป็นสมาชิกในกลุ่มได้เรียนรู้การวิเคราะห์ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมจากสภาพการณ์หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นต่อสารแอมเฟตามีนอย่างเสรี เช่น การกล่าวถึงลักษณะของสารแอมเฟตามีน ภายใต้อากาศที่อบอุ่น ไร้กังวล และสัมพันธ์ภาพที่ดี ระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่ม ช่วยให้ผู้ให้คำปรึกษาเกิดความรู้สึกยอมรับซึ่งกันและกัน เข้าใจกัน มีความมั่นใจที่จะเปิดเผยเรื่องราวต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับตนเองต่อกลุ่มและรับฟังปัญหาเรื่องราวของ

สมาชิกในกลุ่ม มีการให้กำลังใจซึ่งกันและกัน โดยมีผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้อำนวยความสะดวกให้สมาชิกในกลุ่มได้สำรวจตนเอง รู้จักและ เข้าใจตนเองมากยิ่งขึ้น เช่น ในการเข้ากลุ่มแต่ละครั้ง เมื่อสมาชิกในกลุ่มได้แสดงความคิดเห็น ถ้าเพื่อนสมาชิกคนใดมีความคิดเห็นเหมือนกับสมาชิกคนอื่น ก็จะแสดงการยอมรับว่าเหมือนกับความคิดเห็นของตน แต่ถ้ามีความคิดเห็นไม่สอดคล้องกันก็ไม่แสดงการปฏิเสธหรือการไม่ยอมรับในความคิดเห็นของเพื่อนสมาชิกคนอื่น เมื่อสมาชิกได้เข้ากลุ่มร่วมกันแสดงความคิดเห็นมากขึ้น ก็เริ่มมีการยอมรับในเหตุและผลของเพื่อนสมาชิกในกลุ่มและเริ่มเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน เช่น สารแอมเฟตามีนเป็นสิ่งที่น่าลอง หรือทำให้กลุ่มยอมรับ ความคิดลักษณะนี้เปลี่ยนแปลงไปมองเห็นถึงโทษของสารแอมเฟตามีน นอกจากนั้นสมาชิกในกลุ่มสามารถตัดสินใจร่วมกัน แก้ไขปัญหาและเรียนรู้ที่จะนำข้อคิดเห็น ข้อเสนอแนะต่าง ๆ จากกลุ่มไปปฏิบัติ เพื่อเปลี่ยนแปลงทัศนคติทางบวกของตนเองที่มีต่อสารแอมเฟตามีนให้ลดลง

ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ อำพัน ทันสม (2535 : 81) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ ที่มีต่อทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสรวงวิทยา จังหวัดร้อยเอ็ด ที่มีทัศนคติในการเรียนต่ำ ผลการศึกษพบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ มีทัศนคติในการเรียนดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คอร์นฟีลด์ (Kornfield. 1996 : 119) ได้ศึกษาการใช้สื่อคอมพิวเตอร์เพื่อปรับความเชื่อถือในตนเองในกลุ่มวัยรุ่น โดยการเปลี่ยนแปลงความเชื่อที่ไม่มีเหตุไม่มีผล พบว่า หลังจากดำเนินการทดลอง กลุ่มที่ได้รับการทดลองโดยใช้สื่อคอมพิวเตอร์ มีความคิดที่ไร้เหตุผลลดลงอย่างมีนัยสำคัญ และมีความเชื่อถือในตนเองสูงขึ้น

จากผลการวิจัยในครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษาตามแบบเหตุผล-อารมณ์เป็นกลุ่ม สามารถนำมาใช้ลดทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนได้

2. เปรียบเทียบทัศนคติของนักเรียนต่อสารแอมเฟตามีน ก่อนและหลังการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ พบว่า นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลง ภายหลังจากได้รับคำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน ข้อ 2 แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีนี้พัฒนาทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนได้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล เป็นกระบวนการช่วยเหลือเป็นรายบุคคล แก่นักเรียนที่มีทัศนคติทาง

บวกต่อสารแอมเฟตามีน โดยที่นักเรียนมีโอกาสสำรวจความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองที่มีต่อสารแอมเฟตามีน เช่น เมื่อนักเรียนมีความคิดว่าสารแอมเฟตามีนเป็นสิ่งที่น่าลอง เสพเข้าไปแล้วก็ไม่มีความเสียหายใดๆ ต่อร่างกาย จะเลิกเสพเมื่อใดก็ได้ แต่เมื่อนักเรียนได้เรียนรู้การวิเคราะห์ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม จากสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น และเห็นความสำคัญของความคิดที่มีต่อ สภาพการณ์หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น กล่าวคือ ได้เรียนรู้ว่า ความคิดมีอิทธิพลต่อความรู้สึก และพฤติกรรมของเรา เมื่อพบว่ามีความคิดไปในทางไม่ดี ไม่เหมาะสม ก็จะหาวิธีการที่จะเปลี่ยนความคิดนั้นเสียใหม่ เมื่อนักเรียนได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ จึงสามารถนำเอาประสบการณ์และความรู้ที่ได้รับจากการให้คำปรึกษา ไปเปลี่ยนทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนทางบวกของตนเองให้ลดลง

เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาเปรียบเทียบเป็นรายบุคคล ยังไม่มีงานวิจัยชิ้นใดสนับสนุนได้ตรงประเด็น มีแต่งานวิจัยที่ศึกษาผลของการใช้ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ ที่เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุมและจากผลของการวิจัยนั้น พบว่าในกลุ่มทดลองที่ใช้การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ สามารถพัฒนาตัวแปรตามได้ ดังเช่น การศึกษาของนางเยาว์ ชมภูทอง (2537 : 64) ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ที่มีต่อทัศนคติต่อการเป็นโสเภณี ของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนประถมศึกษาในอำเภอหนึ่งของจังหวัดหนึ่งทางภาคเหนือตอนบน พบว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ มีทัศนคติทางบวกต่อการเป็นโสเภณีลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของฉัตรฤทัย บูรณากาญจน์ (2539 : 87) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษา ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ที่มีทัศนคติต่อการเล่นการพนันของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดนิเวศน์ธรรมาราม จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการใช้เหตุผล-อารมณ์ มีทัศนคติในการเล่นการพนันลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และจากการวิจัยครั้งนี้ การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล กับนักเรียน 8 คน พบว่า พฤติกรรมหรือความเชื่อที่ผิด ๆ ต่อการใช้สารแอมเฟตามีน โดยเชื่อหรือคิดว่าการใช้สารแอมเฟตามีนทำให้ขยันมีความกระตือรือร้น ขยันเรียน อ่านหนังสือได้นาน หรือเข้ากับกลุ่มเพื่อนของตนได้ดี หลังจากการให้คำปรึกษา ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ พบว่า นักเรียนมีความเชื่อ ความ

คิดเปลี่ยนไป นั่นคือ การมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลง หลังจากที่ได้รับ การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์

3.เปรียบเทียบความแตกต่างของทัศนคติที่มีต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนที่ได้รับ การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์เป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคล พบว่า นักเรียนมี ทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลงไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า นักเรียน ได้รับการส่งเสริมให้คิดอย่างมีเหตุผล และจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาทั้งการให้คำ ปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคล มีจุดมุ่งหมายที่เหมือนกัน คือ ลดทัศนคติทางบวกต่อสาร แอมเฟตามีนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เช่นกัน

ผลของการศึกษาครั้งนี้ สอดคล้องกับพ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529 : 180) ที่กล่าวว่า จุดมุ่งหมายในการให้คำปรึกษา เป็นกลุ่ม นั้น เพื่อช่วยให้สมาชิกของกลุ่มแต่ละคน รู้จักและ เข้าใจตนเอง พัฒนาแนวทางแก้ไขปัญหาของตนเอง และตัดสินใจแก้ปัญหาที่ประสบได้อย่าง มีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับ วัชร ทรรศย์มี (2533 : 272) ที่กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มว่า เป็นการช่วยเหลือให้บุคคลได้รู้จักตนเอง ยอมรับตนเอง กล้า เปิดเผย มีสัมพันธภาพกับผู้อื่น สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาของตนด้วยความมั่นคง ซึ่ง สอดคล้องกับหลักสำคัญของไดเออร์และวีรินด์ (Dyer and Vriend. 1975 : 136-142) ที่กล่าว ว่าการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มนั้น สมาชิกแต่ละคนต่างมีความสำคัญเท่าเทียมกัน โดยสมาชิก แต่ละคนได้พูดถึงปัญหาของตน ทำให้รู้จักตนเอง และสามารถเปลี่ยนแปลงตนเองได้ ส่วน การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลนั้น ผู้รับคำปรึกษาทุกคนต่างมีจุดมุ่งหมายที่จะพัฒนา และแก้ ปัญหาของตนเองเช่นกัน ดังนั้น เมื่อทุกคนต่างได้บรรลุจุดมุ่งหมายในการลดทัศนคติทาง บวกที่มีต่อสารแอมเฟตามีน จึงทำให้ผลของการให้คำปรึกษาทั้งสองวิธีไม่แตกต่างกัน

ส่วนวิธีดำเนินการให้คำปรึกษาทั้งกลุ่มและรายบุคคล แม้ว่าจะมีวิธีการให้คำปรึกษา ที่แตกต่างกัน แต่ผู้วิจัยก็มุ่งที่จะให้นักเรียน ได้เปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนใน ทางบวกให้ลดลง อีกทั้งทฤษฎีที่ใช้ในการให้คำปรึกษา ก็เป็นทฤษฎีเดียวกัน คือ ทฤษฎีการ ให้คำปรึกษาเหตุผล-อารมณ์ ซึ่งทฤษฎีนี้เชื่อว่า ความคิดที่ไม่มีเหตุผลของบุคคล เป็นสาเหตุที่ ทำให้เกิดปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรม และเมื่อบุคคลเปลี่ยนความเชื่อหรือความคิดได้ อย่างมีเหตุผล จะทำให้บุคคลมีอารมณ์ และพฤติกรรมที่เหมาะสมยิ่งขึ้น (อำพัน ทันสม. 2535 : 34-35 ; อ้างอิงมาจาก Ellis and Whiteley) ส่วนในด้านการจัดสภาพการณ์นั้น ผู้วิจัย ได้จัดสภาพการณ์ที่เหมาะสม มีสถานที่เป็นส่วนตัวเป็นกันเอง และได้รับความสนใจจาก

นักเรียนในขณะให้คำปรึกษาเป็นอย่างดี นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ต่างอภิปรายและแสดงความคิดเห็น ตลอดจนประสบการณ์ที่ได้รับซึ่งกันและกัน ทำให้บรรยากาศเป็นกันเอง ใ่วางใจกัน กล้าเปิดเผยตนเอง ทำให้สมาชิกของกลุ่มเกิดความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม จนสามารถเปลี่ยนแปลงทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนให้ลดลงได้ดี

ส่วนนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ในขณะที่ดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยสร้างบรรยากาศของความอบอุ่นและเป็นกันเองระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียน เอาใจใส่ ยอมรับ และเข้าใจ ทำให้นักเรียนกล้าเปิดเผยตนเอง รู้จักคิด วิเคราะห์มากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ยังมีความกระตือรือร้น และให้ความร่วมมือในการให้คำปรึกษาเป็นอย่างดี ทำให้นักเรียนสามารถเปลี่ยนแปลงทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนให้ลดลงได้ดี เช่นเดียวกับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

จากการวิจัยครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษาทั้งกลุ่มและรายบุคคล สามารถนำมาลดทัศนคติทางบวกที่มีต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนได้ทั้งสองวิธี แล้วพบว่า ทั้งสองวิธีสามารถนำมาลดทัศนคติทางบวกของนักเรียนได้ไม่แตกต่างกัน สำหรับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม เหมาะสมกับการนำไปใช้กับนักเรียนที่กล้าแสดงความคิดเห็นต่าง ๆ กล้าแสดงออก กล้าเปิดเผยเรื่องราวของตนเองในกลุ่ม ส่วนการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล เหมาะสมกับการนำไปใช้กับนักเรียนที่มีความขุ่นเคือง ใ่วางใจผู้ให้คำปรึกษามาก่อน หรือกับนักเรียนที่ไม่กล้าแสดงความคิดเห็น เพราะผู้ให้คำปรึกษาสามารถช่วยกระตุ้นให้นักเรียนกล้าแสดงความคิดเห็นได้มากยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 ครูแนะแนวหรือบุคคลทั่วไป ที่จะนำเอาวิธีการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ไปใช้ ควรจะได้มีการศึกษา หรือฝึกอบรมเกี่ยวกับเทคนิควิธีการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์

1.2 ครูแนะแนวหรือบุคคลที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน ที่ผ่านการฝึกการให้คำปรึกษา ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ ไปเป็นแนวทางในการลดทัศนคติทางบวก ต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนในระดับอื่นต่อไป

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัย

2.1 ควรมีการทดลองให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ เพื่อลดทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนในระดับอื่น ๆ

2.2 ควรนำวิธีการให้คำปรึกษา ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ การให้คำปรึกษาแบบเหตุผล-อารมณ์ไปใช้ในการพัฒนาตัวแปรอื่น ๆ เช่น การคบเพื่อน การหนีเรียน

2.3 ควรมีการติดตามผลภายหลังการทดลอง เพื่อติดตามว่าทัศนคติของนักเรียน ที่ได้รับการให้คำปรึกษาไปแล้ว เปลี่ยนแปลงมากน้อยเพียงใด

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ. จิตวิทยาสังคม. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2527.
- เกษนีย์ สีมหาศาล. ผลของการให้คำปรึกษาด้านอาชีพเป็นรายบุคคลที่มีต่อทัศนคติในการเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนจิระประวัตติวิทยาคม จังหวัดนครสวรรค์. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2531. อัดสำเนา.
- คมเพชร นัตรสกุล. การแนะแนวเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2529.
- จำเนียร ช่วงโชติ และ นวลศิริ เปาโรหิตย์. เทคนิคการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2521.
- เจียรนัย ทรงชัยกุล. เอกสารการสอนชุดวิชาการแนะแนวในระดับมัธยมศึกษา หน่วยที่ 1-7 นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2529.
- เฉลิมศักดิ์ รวยอารี. แนวโน้มของการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่ออาชีพครูและมูลเหตุจูงใจในการประกอบอาชีพครู ของครูประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ก.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530. อัดสำเนา.
- นัตร์ฤทัย บุรณากาญจน์. ผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ที่มีต่อทัศนคติในการเล่นการพนันของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดนิเวศน์-ธรรมาราม จังหวัดสุพรรณบุรี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2539. อัดสำเนา.
- ชัยยงค์ ขามรัตน์. เจตคติของนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษาที่มีต่อการเรียนวิชาเอกสุขศึกษา. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2523. อัดสำเนา.
- ชูศรี วงศ์รัตน์. แบบแผนการทดลองและสถิติ. กรุงเทพฯ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2528.
- ดวงเดือน พันธุมนาวัน. การวัดทัศนคติและบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2523.

- เด่นดวง วราเวทย์. ผลการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มเน้นทฤษฎีการพิจารณาเหตุผล-อารมณ์ เพื่อปรับเปลี่ยนมโนภาพเกี่ยวกับตัวเอง. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. พิษณุโลก : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก, 2529. อัดสำเนา.
- ทิพย์วรรณ กิตติพร. การให้คำปรึกษากลุ่ม. พิษณุโลก : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร, 2535.
- นางเยาว์ ชมภูทอง. ผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ ที่มีต่อทัศนคติต่อการเป็นโสเภณี ของนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนระดับประถมศึกษา ในอำเภอหนึ่งของจังหวัดหนึ่งทางภาคเหนือตอนบน. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2531. อัดสำเนา.
- นิภา เลิศลือชาชัย. ผลของบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ที่มีต่อความวิตกกังวลในการสอบของนักศึกษาเลขานุการ. วิทยานิพนธ์ ก.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533. อัดสำเนา.
- นิภา ศรีไพโรจน์. สถิตินอนพาราเมตริก. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โอเอพรีนติ้งเฮ้าส์, 2533.
- ประคิษฐ์ เอกทัศน์. ผลของการบำบัดแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ที่มีต่อพฤติกรรมไม่เอาใจใส่ในการเรียนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น. วิทยานิพนธ์ ก.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2527. อัดสำเนา.
- ประภาส ณ พิกุล. ผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีการใช้เหตุผล-อารมณ์ต่อทัศนคติต่อความเป็นหญิงของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนดำรงราษฎร์สงเคราะห์ จังหวัดเชียงราย. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2537. อัดสำเนา.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. ทัศนคติ : การวัด การเปลี่ยนแปลง และพฤติกรรมอนามัย. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, 2526.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. การแนะแนวและการให้คำปรึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา. กรุงเทพฯ : บัณฑิตการพิมพ์, 2529.
- พรรณรัตน์ พลอยล้อมแสง. เอกสารประกอบการสอนวิชา นน. 301 การแนะแนวเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปทุมวัน, 2535.

- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. กรุงเทพฯ :
ฟิงเกอร์ปรีน แอนด์ มีเดีย จำกัด, 2536.
- ไพบูลย์ อินทรวินา. หลักและวิธีการวัดเจตคติ. เอกสารเพื่อการวิจัย กรุงเทพฯ : กองการ
วิจัยการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, 2517.
- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. การแนะนำและการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์
พิทักษ์อักษร, 2527.
- ไพศาล หวังพานิช. การวัดผลการศึกษา. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2526.
- รวิวรรณ อังคนุรักษ์พันธุ์. เอกสารการสอนวิชา วศ 306 การวัดทัศนคติเบื้องต้น. ชลบุรี :
ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา, 2533.
- รวิวรรณ ชินะตระกูล. หลักการแนะแนว. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง, 2537.
- วัชรีย์ ชูระคำ. จิตวิทยาแนะแนวให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ : จงเจริญการพิมพ์, 2524.
- วัชรีย์ ทรัพย์มี. ทฤษฎีและกระบวนการให้บริการปรึกษา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ภาพพิมพ์,
2533.
- วัฒนา พ็ชรพานิช. หลักการแนะแนว. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา, 2531.
- ส. วาสนา ประवालพฤกษ์. “ทัศนคติในแง่ของจิตวิทยา,” วัดผลการศึกษา. 3 : 1-6 ;
พฤษภาคม 2524-เมษายน 2525.
- สาริณี พงษ์เจริญไทย. ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ของนักเรียนชาย
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสันติราษฎร์วิทยาลัย กรุงเทพมหานคร.
ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2534. อัดสำเนา.
- สุชา จันท์เอม และ สุรางค์ จันท์เอม. จิตวิทยาวัยรุ่น. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ :
แพร่พิทยา, 2529.
- สุดฤทัย มุขยวงศา. ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโดยแนวความคิดแบบพิจารณา
ความเป็นจริงที่มีต่อนิสัยและทัศนคติในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.
วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2523. อัดสำเนา.
- อาภา จันทรสกุล. ทฤษฎีและวิธีการให้คำปรึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : ภาควิชา
การศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2535.

อำพัน ทันสม. ผลของการให้คำปรึกษาแบบเหตุผลและอารมณ์ที่มีต่อทัศนคติในการเรียน
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเมืองสรวงวิทยา จังหวัดร้อยเอ็ด.
 ปริญญาโท กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
 2535. อัดสำเนา.

Bacherer, Jack John. The Effects of Rational Emotive Therapy on Academic
Achievment for Community College Probation Students Participating in a
Study Skill Class. The College of William and Mary, Education, Guidance and
 Counseling, 1982.

Burke, H.M. and B. Steffier. Theories of Counseling. 3rd ed. New York : McGraw-Hill
 Company, 1979.

Charles Anthony, De Stefano. Effect of Rational Emotive Education and Emotion
Awarness Training on Self-Concept, Anxiety, School Attitudes, and Coping
Skills : Fordham University. Educational Psychology, 1988.

Crow, Alice and Lester D. Crow. An Introduction to Guidance : Principle and Practice.
 New York : American Book Company, 1962.

Ellis, Albert and John M. Whiteley. The Theoretical and Empirical Foundations of
Rational - Emotive Therapy. California : Brooks/cole Publishing Company.
 1979.

Hansen, James G. Counseling : Theory and Process. New York : State University of
 New at Buffalo, 1986.

Insko, Chester A. Theories of Attitude Change. New York : Appoleton - Century -
 Grofts, 1967.

Keller, James F. and J.W. Croake “Effects of a Program in Rational Thinking of
Anxieties in older Person,” Journal of Counseling Psychology. 22 : 54-57;
 1975.

- Kornfield, Sharon. A Computerized Multimedia Intervention to Improve Self-Esteem in Adolescents by Modifying Irrational Beliefs. (Rational Emotive Therapy) Arizona State University, 1996.
- Milton, H. Tayler. A Rational - Emotive Workshop on Overcoming Study Blocks. South Carolina : Ainstone College in Gaffney, 1974.
- Patterson, C.H. Theories of Counseling and Psychotherapy. New York : Harper and Row, 1966.
- Rogers, Carl R. Counseling and Psychotherapy. Cambridge : Winthrop Publishers, 1977.
- Zolic, Karen, I. Christopher and Lehr Ellen. "Cognitive Behavioral Intervention in School Discipline : A Preliminary Student," The Personnel and Guidance Journal. 59; 1980.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก.

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม
2. โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล
3. แบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน

โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	ปฐมนิเทศและ เริ่มต้นการให้ คำปรึกษา	<p>1. เพื่อให้สมาชิกเกิดความ อบอุ่นไว้วางใจและรู้จัก คุ้นเคยกันกับสมาชิกใน กลุ่มและผู้ให้คำปรึกษา</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกทราบ วัตถุประสงค์ กฎระเบียบ ข้อผูกพัน วันเวลา จำนวน ครั้งที่รับคำปรึกษา ตลอดจนรายละเอียดเกี่ยว กับวิธีการ บทบาท หน้าที่ ของผู้ให้คำปรึกษา และ สมาชิก ตลอดโปรแกรม การให้คำปรึกษา</p> <p>3. เพื่อเปิดโอกาสให้ สมาชิกแสดงความรู้สึก อย่างเสรีเกี่ยวกับทัศนคติ ต่อสารแอมเฟตามีน</p>	<p>1. ผู้ให้คำปรึกษาแนะนำตนเองและ ให้สมาชิกแต่ละคนแนะนำตนเอง โดยใช้กิจกรรม “มารู้จักกัน” ซึ่งมี ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรมดังนี้</p> <p>1.1 นำป้ายชื่อสมาชิกที่เตรียมไว้ แล้วให้สมาชิกคิดให้เรียบร้อย หลัง จากนั้นยื่นเป็น 2 แถว หันหน้าเข้าหา กันเป็นคู่ ๆ</p> <p>1.2 ให้สมาชิกคุยกันระหว่างคู่ ทักทายพูดคุยกันถึงเรื่องต่างๆที่ เกี่ยวกับตนเองและคู่สนทนา เช่น ถามชื่อ ถามประวัติเล็กน้อย ชอบทำ อะไร มีความรู้สึกอย่างไรที่มาเข้า กลุ่ม</p> <p>1.3 ให้สัญญาณเปลี่ยนคู่แต่ละคู่ ใช้เวลา 2 นาที โดยฟังสัญญาณ นก หวีดจากผู้ให้คำปรึกษา ปฏิบัติเช่นนี้ จนกว่าจะครบทุกคน</p> <p>1.4 ผู้ให้คำปรึกษาใช้คำถาม กระตุ้นสมาชิก ดังต่อไปนี้</p> <p>ก. สมาชิกรู้สึกอย่างไร เมื่อได้ รู้จักคนอื่น หรือเมื่อได้แนะนำตนเอง</p> <p>ข. คนที่สมาชิกได้พูดคุยนั้น แต่ละคนเหมือนกันหรือไม่</p> <p>ค. สมาชิกได้อะไรบ้างจาก ประสบการณ์ครั้งนี้</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2-3	ความรู้เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน	<p>1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้รับความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มบอกถึงโทษและพิษภัยของสารแอมเฟตามีนได้</p>	<p>2. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ กฎระเบียบ ข้อผูกพัน วันเวลา จำนวนครั้งที่รับคำปรึกษา ตลอดจนรายละเอียด บทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษา และสมาชิกทุกคน</p> <p>3. ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้สมาชิกถามข้อสงสัยในการรับคำปรึกษา</p> <p>4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมกันสรุปวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและความร่วมมือของสมาชิกทุกคน</p> <p>5. ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นต่อสารแอมเฟตามีนอย่างอิสระ</p> <p>6. สมาชิกสรุปเรื่องที่สนทนา และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมเพื่อให้สมาชิกเข้าใจยิ่งขึ้น</p> <p>7. ผู้ให้คำปรึกษาแจกตารางการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มให้กับสมาชิกพร้อมทั้งนัดหมายครั้งต่อไป</p> <p>1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกในกลุ่ม และทบทวนเรื่องที่พูดคุยไปในครั้งที่แล้ว</p> <p>2. ผู้ให้คำปรึกษาให้ความรู้เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีนพร้อมทั้งให้สมาชิกในกลุ่มคู่มือทัศนเรื่องยาและสารเสพติด</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
4	แนวคิดในการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน	1. เพื่อให้สมาชิกเกิดความมั่นใจในตนเองในการเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก ที่มีต่อสารแอมเฟตามีนในทางบวกได้ด้วยตนเอง โดยมีผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือ	<p>ตอนสารแอมเฟตามีน (ที่มา: สำนักงาน ป.ป.ส. กรุงเทพฯ)</p> <p>3. ให้สมาชิกในกลุ่มร่วมกันอภิปรายและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน</p> <p>4. ให้สมาชิกดูวีดิทัศน์ เรื่องยาบ้าในสถานศึกษา (ที่มา: สำนักงาน ป.ป.ส. กรุงเทพฯ)</p> <p>5. สมาชิกในกลุ่มร่วมกันอภิปรายและแสดงความคิดเห็นต่อสารแอมเฟตามีน</p> <p>6. ให้สมาชิกในกลุ่มช่วยกันสรุปเรื่องที่สนทนา และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม</p> <p>7. ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป</p> <p>1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกและทบทวนการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมา</p> <p>2. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแสดง ความเชื่อที่ผิด ๆ เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีนอย่างอิสระ เช่น สารแอมเฟตามีนทำให้อ่านหนังสือได้นาน โก๋ ทำทายดี เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		<p>2. เพื่อให้สมาชิกได้รู้ถึงความเชื่อของตนเองต่อสารแอมเฟตามีนว่าเป็นความเชื่อที่สมเหตุสมผลหรือไม่ ควรได้รับการแก้ไขอย่างไร</p>	<p>3. ผู้ให้คำปรึกษาแจกกระดาษ ดินสอ ยางลบ ให้สมาชิกคนละ 1 ชุด แล้วให้สมาชิกวาดภาพ 1 ภาพ เป็นภาพเกี่ยวกับอะไรก็ได้ ใช้เวลา 10 นาที</p> <p>4. ให้สมาชิกแต่ละคนอธิบายภาพที่ตนเองวาด เป็นภาพเกี่ยวกับอะไร เกี่ยวข้องกับตนเองอย่างไร</p> <p>5. ให้สมาชิกระบายสีแต่งเติมภาพของตนเองใหม่ ใช้เวลา 10 นาที</p> <p>6. ให้สมาชิกแต่ละคนอธิบายภาพที่ตนเองแต่งเติมใหม่ว่าแตกต่างจากภาพแรกหรือไม่อย่างไร</p> <p>7. ผู้ให้คำปรึกษาซักถามสมาชิกว่า ภาพวาดครั้งที่ 1 และ 2 เปลี่ยนแปลงไปได้อย่างไร เพราะใคร มีสาเหตุมาจากอะไร</p> <p>8. ผู้ให้คำปรึกษาเปรียบเทียบให้สมาชิกเห็นว่า การเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก ของคนเรา สิ่งสำคัญคืออะไร ใครเป็นบุคคลสำคัญ และผู้ให้คำปรึกษาสรุป ดังนี้ ความคิด ความรู้สึกของคนเรา สามารถเปลี่ยนแปลงได้ และผู้ที่มีอิทธิพลในการเปลี่ยนแปลงมากที่สุด คือ ตัวเรา</p> <p>9. ผู้ให้คำปรึกษาแจกบทความเกี่ยวกับยาเสพติด แล้วให้สมาชิกช่วยกันวิเคราะห์บทความ</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
5	ความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลต่อสารแอมเฟตามีน	1. เพื่อให้สมาชิกเข้าใจถึงความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลของตนเองที่มีต่อสารแอมเฟตามีน ได้แก่สารแอมเฟตามีนช่วยให้อ่านหนังสือได้นาน ทำงานได้มากขึ้น มีเพื่อนมากขึ้น อันเป็นต้นเหตุของการมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน ทั้งนี้ยึดแนวคิดที่	<p>10. ให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นและช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้รับ</p> <p>11. ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายแนวทางการเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึกที่สมาชิกมีต่อสารแอมเฟตามีน โดยให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นของตนเอง ด้านความคิด ความรู้สึก ที่มีต่อสารแอมเฟตามีน</p> <p>12. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการเข้ากลุ่ม และผู้ให้คำปรึกษาให้การบ้านสมาชิกไปเขียนเล่าถึงความกังวลของตนเองที่ชอบคิดซ้ำ ๆ อยู่เสมอในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง</p> <p>13. ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป</p> <p>1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกและทบทวนสิ่งที่ได้สนทนาไปครั้งที่แล้ว</p> <p>2. ให้สมาชิกในกลุ่มเล่าถึงความกังวลของตนเองที่ชอบคิดซ้ำ ๆ อยู่เสมอ แล้วให้สมาชิกในกลุ่มช่วยกันแสดงความคิดเห็น</p> <p>3. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิก ช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้รับจากการช่วยกันวิเคราะห์ความกังวลของตนเองที่ชอบคิดซ้ำ ๆ</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
6	ความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลต่อสารแอมเฟตามีน	<p>ไม่สมเหตุสมผลของเอลลิสเป็นหลัก จากข้อ 1-11</p> <p>1. เพื่อให้สมาชิกได้เข้าใจถึงความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลของตนเองที่มีต่อสารแอมเฟตามีน</p>	<p>4. ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายให้สมาชิกเข้าใจถึงลักษณะความคิดที่ไม่มีเหตุผลของเอลลิส โดยใช้กิจกรรมทุกคนมีคุณค่า</p> <p>5. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเกี่ยวกับความคิดที่ไม่มีเหตุผลตามแนวคิดของเอลลิส</p> <p>6. ผู้ให้คำปรึกษาให้การบ้านแก่สมาชิกไปเขียนรายงาน ความคิดเห็นความรู้สึกร่างกายของตนเองที่มีต่อสารแอมเฟตามีน</p> <p>7. ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายครั้งต่อไป</p> <p>1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทบทวนการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา</p> <p>2. ผู้ให้คำปรึกษารวบรวมรายงานที่ให้สมาชิกกลับไปทำเป็นการบ้าน แล้วให้สมาชิกแต่ละคนเล่าความคิดเห็นและความรู้สึกของตนเองที่มีต่อสารแอมเฟตามีน แล้วสมาชิกในกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์ความสมเหตุสมผลในด้านความคิด ความรู้สึกที่เพื่อนสมาชิกมีต่อสารแอมเฟตามีน</p> <p>3. ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายให้สมาชิกได้เข้าใจถึงลักษณะความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลของเอลลิส โดยใช้กิจกรรมใครกำหนด</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
7-9	ทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน	<p>1. เพื่อให้สมาชิกได้ค้นหาความคิด ความรู้สึก ที่ไม่สมเหตุสมผล ที่มีต่อสารแอมเฟตามีน</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ทำให้สมาชิกมีแนวโน้มใช้สารแอมเฟตามีน</p>	<p>4. สมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการเข้าร่วมกันแสดงความคิดเห็น และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม</p> <p>5. ผู้ให้คำปรึกษามอบหมายงานให้สมาชิกเขียนรายงานถึงประสบการณ์ที่เคยได้รับฟังหรือเคยพบเห็น ผู้เสพยาบ้าว่ามีความคิดเห็นอย่างไร ต่อเรื่องที่เคยรับฟัง หรือความรู้สึกที่มีต่อพฤติกรรมของผู้เสพยาบ้า</p> <p>6. ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการเข้ากลุ่มครั้งต่อไป</p> <p>1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก และทบทวนผลการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา</p> <p>2. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกเล่าถึงประสบการณ์ที่เคยได้รับฟัง หรือพบเห็นคนที่เสพยาบ้าให้เพื่อนสมาชิกฟัง แล้วให้สมาชิกในกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์สิ่งที่เพื่อนสมาชิกเล่าให้ฟัง</p> <p>3. ผู้ให้คำปรึกษาแจกบทความเกี่ยวกับสารแอมเฟตามีนให้สมาชิกอ่าน แล้วสมาชิกช่วยกันวิเคราะห์บทความที่ได้รับ</p> <p>4. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกวิเคราะห์สิ่งที่เกิดขึ้น และผลที่ตามมาในรูปแบบ ABC จากบทความที่ได้อ่าน</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
10-11	การเปลี่ยน ความคิดที่ไม่ สมเหตุสมผล ต่อสารแอม เฟ-ดามีน	1. เพื่อให้สมาชิกมี ทัศนคติที่ไม่ดีต่อสาร แอมเฟดามีน โดยแก้ไข ความคิดที่ไม่สมเหตุ- สมผล เป็นความคิดที่ สมเหตุสมผลมากยิ่งขึ้น	<p>5. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกในกลุ่มดู วิดีโอทัศนคติตัวอย่างผู้ใช้สารแอมเฟ- ดามีน (ที่มา : สำนักงาน ป.ป.ส. กรุงเทพฯ) จากนั้นให้สมาชิกในกลุ่ม ช่วยกันแสดงความคิดเห็นต่อ กรณีตัวอย่างนั้น</p> <p>6. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกช่วยกัน สรุปสิ่งที่ได้สนทนาไปแล้ว ผู้ให้ คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม</p> <p>7. ผู้ให้คำปรึกษามอบหมายการบ้าน ให้สมาชิกไปอ่านละครเรื่อง น้ำพุ</p> <p>8. ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายครั้งต่อไป</p> <p>1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก และทบทวนการให้คำปรึกษา ครั้งที่ ผ่านมา</p> <p>2. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกช่วยกัน วิเคราะห์บทละคร เรื่อง น้ำพุ ที่ให้ สมาชิกแต่ละคนไปอ่านมา</p> <p>3. สมาชิกในกลุ่มช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้ จากการวิเคราะห์บทละคร เรื่อง น้ำพุ แล้วผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม</p> <p>4. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแต่ละคน บอกปรัชญาชีวิตของตน แล้วให้ สมาชิกในกลุ่มช่วยกันแสดงความคิด เห็น วิเคราะห์ลักษณะปรัชญาชีวิต ของแต่ละคน</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
12	ปัจฉิมนิเทศ และยุติการให้ คำปรึกษา	1. เพื่อให้สมาชิกสรุป ผลของการเข้าร่วม โปรแกรมการให้คำ ปรึกษา	<p>5. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกในกลุ่ม ช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้รับจากการวิเคราะห์ ปรัชญาชีวิต</p> <p>6. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกช่วยกันแสดง ความคิดเห็นในประเด็นการใช้ยาบ้า เพื่อ ให้เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน ยาบ้าช่วย ให้อ่านหนังสือได้นาน และร่วมกัน วิเคราะห์หาแนวทางการเปลี่ยนความคิด ที่ไม่สมเหตุสมผลต่อสารแอมเฟตามีน ให้เป็นความคิดที่สมเหตุสมผลมากขึ้น โดยใช้แบบฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วย ตนเอง ตามรูปแบบ ABCDE ซึ่งจะช่วย ให้สมาชิกเปลี่ยนทัศนคติทางบวกต่อสาร แอมเฟตามีน</p> <p>7. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกสรุปสาเหตุ เกี่ยวกับการมีทัศนคติทางบวกต่อสาร แอมเฟตามีน และแนวทางแก้ไข ผู้ให้คำ ปรึกษาสรุปเพิ่มเติม</p> <p>8. ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายครั้งต่อไป</p> <p>1. ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนผลของการให้ คำปรึกษาทั้งหมด</p> <p>2. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกในกลุ่มสรุป ผลของการเข้าร่วม โปรแกรมการให้คำ ปรึกษา</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		<p>2. เพื่อให้สมาชิกเกิดความเข้าใจและสามารถแก้ไขเปลี่ยนแปลงทัศนคติ ความคิด ความเชื่อที่ไม่สมเหตุผลต่อการใช้สารแอมเฟตามีน</p> <p>3. เพื่อให้สมาชิกลดทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนได้</p>	<p>3. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกช่วยกันสรุปวิธีการ และแนวทางการนำไปใช้ลดทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนได้อย่างเหมาะสม</p> <p>4. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมถึงโทษและพิษภัยของการใช้สารแอมเฟตามีน</p> <p>5. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอใจสมาชิกในกลุ่ม และกล่าวปิดการทดลอง</p>

รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม

ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศ และเริ่มต้นการให้คำปรึกษา

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกเกิดความอบอุ่น ไว้วางใจและรู้จักคุ้นเคยกันกับสมาชิกในกลุ่มและผู้ให้คำปรึกษา
2. เพื่อให้สมาชิกทราบวัตถุประสงค์ กฎระเบียบข้อผูกพัน วันเวลา จำนวนครั้งที่จะได้รับคำปรึกษา ตลอดจนรายละเอียดเกี่ยวกับวิธีการ บทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิก
3. เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิก แสดงความรู้สึกอย่างเสรีเกี่ยวกับทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับสมาชิกและแนะนำตนเองแก่สมาชิก
2. ผู้ให้คำปรึกษา ให้สมาชิกแนะนำตนเองโดยใช้กิจกรรม มาตรฐาน
3. ผู้ให้คำปรึกษานำป้ายชื่อสมาชิกให้กับสมาชิกติด แล้วให้ยืนเป็น 2 แถวหันหน้าเข้าหากัน จับมือกันเป็นคู่ ๆ
4. ให้สมาชิกคุยกันระหว่างคู่ในเรื่องต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับตนเอง และคู่สนทนา เช่น ชอบทำอะไร ชอบเรียนวิชาอะไร รู้สึกอย่างไรที่เข้ากลุ่ม
5. ผู้ให้คำปรึกษา ให้สัญญาณเปลี่ยนคู่ แต่ละคู่ใช้เวลา 2 นาที โดยฟังสัญญาณนกหวีดจากผู้ให้คำปรึกษา ปฏิบัติเช่นนี้จนครบทุกคู่
6. ผู้ให้คำปรึกษา ถามสมาชิกรู้สึกอย่างไรเมื่อได้แนะนำตนเอง ได้รู้จักคนอื่นสมาชิกแต่ละคนเหมือนกันหรือไม่
7. ผู้ให้คำปรึกษาถามความรู้สึกของสมาชิกรู้สึกอย่างไร ในการเข้ากลุ่ม และได้อะไรบ้างจากประสบการณ์ครั้งนี้
8. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงถึงวิธีการ วัตถุประสงค์ กฎระเบียบของกลุ่ม รวมทั้งอธิบายถึงบทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษา และสมาชิก

9. ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามและแจกตารางโปรแกรมการให้คำปรึกษา

10. ผู้ให้คำปรึกษานัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ ในการเข้ากลุ่มครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตการร่วมแสดงความคิดเห็นและความตั้งใจในการเข้าร่วมกิจกรรม

ครั้งที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้รับความรู้ และมีความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน
2. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มบอกถึงโทษและพิษภัยของสารแอมเฟตามีนได้

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษา กล่าวทักทายสมาชิกในกลุ่ม
 - 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนเรื่องที่พูดคุยไปในครั้งที่แล้ว
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้ความรู้เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน พร้อมทั้งให้สมาชิกในกลุ่มควิทัศน์ เรื่องยาและสารเสพติด ตอนสารแอมเฟตามีน
 - 2.2 สมาชิกในกลุ่มร่วมกันอภิปราย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน ในเรื่องความรู้เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีนที่สมาชิกแต่ละคนเคยได้รับรู้มาก่อน ความรู้ที่เคยรับรู้มานอกเหนือจากวิทัศน์ และสิ่งที่รับรู้เพิ่มเติมหลังจากที่ดูวิทัศน์
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 สมาชิกในกลุ่ม ร่วมกันแสดงความคิดเห็นถึงประโยชน์และโทษของสารแอมเฟตามีน และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม
 - 3.2 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการเข้ากลุ่มครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความสนใจในการดูวิทัศน์

ครั้งที่ 3 ความรู้เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกได้รับความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน
2. เพื่อให้สมาชิกบอกถึงโทษและพิษภัยของสารแอมเฟตามีนได้

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก
 - 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนเรื่องที่พูดคุยกันไปในครั้งที่ผ่านมา
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษา ให้ความรู้เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน พร้อมทั้งให้นักเรียนดู วิดิทัศน์ เรื่อง ยาและสารเสพติด ตอนสารแอมเฟตามีน
 - 2.2 ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกดูวิดิทัศน์ เรื่อง “ยาบ้าในสถานศึกษา”
 - 2.3 สมาชิกในกลุ่มร่วมกันอภิปราย และแสดงความคิดเห็นถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในสถานศึกษาเกิดเพราะอะไร จะแก้ไขได้อย่างไร และถ้าเปลี่ยนเหตุการณ์นั้นได้จะเปลี่ยนเป็นอย่างไร ทำไมจึงเปลี่ยนเป็นเช่นนั้น และผลกระทบที่เกิดตามมาจกเหตุการณ์นั้น
 - 2.4 สมาชิกในกลุ่ม ช่วยกันแสดงความคิดเห็นถึง ประโยชน์และโทษของสารแอมเฟตามีน
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1. สมาชิกในกลุ่มช่วยกันสรุปเรื่องที่ร่วมกันอภิปรายและผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม
 - 3.2 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการประเมินผล และการเข้าร่วมกิจกรรม

ครั้งที่ 4 แนวคิดในการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกเกิดความมั่นใจในตนเองในการเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึกที่มีต่อสารแอมเฟตามีนในทางบวกได้ด้วยตนเอง โดยมีผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือ
2. เพื่อให้สมาชิกได้รู้ถึงความเชื่อของตนเองต่อสารแอมเฟตามีนว่าเป็นความเชื่อที่สมเหตุสมผลหรือไม่

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก
 - 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนถึงการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นถึงความเชื่อที่ผิดๆ เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีนอย่างอิสระ เช่น สารแอมเฟตามีนทำให้อ่านหนังสือได้นาน โก๋ ทำหายดี เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน แล้วสมาชิกช่วยกันวิเคราะห์ถึงความสมเหตุสมผลถึงความเชื่อนั้น
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาแจกกระดาษ ดินสอ ยางลบ ให้สมาชิกคนละ 1 ชุด ให้สมาชิกวาดภาพ 1 ภาพ เป็นภาพเกี่ยวกับอะไรก็ได้ ใช้เวลา 10 นาที
 - 2.2 ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแต่ละคนอธิบายภาพที่ตนเองวาด ว่าเป็นภาพเกี่ยวกับอะไร เกี่ยวข้องกับตนเองอย่างไร
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแต่งเติมภาพที่ตนเองวาดใหม่ และให้ระบายสีภาพนั้นได้ ใช้เวลา 10 นาที
 - 2.4 ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกอธิบายว่า ภาพที่วาดทั้งสองครั้งนั้นต่างกันหรือไม่อย่างไร
 - 2.5 ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกแต่ละคนอธิบายภาพที่ตนเองวาดแต่งเติมใหม่นั้นว่าแตกต่างจากภาพแรกอย่างไร ภาพนั้นเปลี่ยนแปลงเพราะใคร อะไรทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ผู้ให้คำปรึกษาจะพยายามกระตุ้นให้สมาชิกตอบว่า เพราะตนเอง

2.6 ผู้ให้คำปรึกษาเปรียบเทียบให้สมาชิกเห็นว่า การเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึกของคนเราสิ่งสำคัญคืออะไร ใครเป็นบุคคลสำคัญ ให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นต่อ กลุ่ม และช่วยกันสรุป ผู้ให้คำปรึกษาช่วยสรุปเพิ่มเติม

2.7 ผู้ให้คำปรึกษาแจกบทความเกี่ยวกับยาเสพติด แล้วให้สมาชิกช่วยกัน วิเคราะห์บทความนั้น ถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น สาเหตุที่ทำให้เกิดเหตุการณ์นั้น ผลกระทบที่อาจ เกิดตามมา และแนวทางการเปลี่ยนแปลงหรือการแก้ไข

2.8 ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายแนวทางในการเปลี่ยนแปลง ความคิด ความรู้สึก ที่ สมาชิกมีต่อสารแอมเฟตามีน โดยให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นของตนเอง ด้านความคิด ความรู้สึกที่มีต่อสารแอมเฟตามีน และผู้ให้คำปรึกษาสรุปการวิเคราะห์ปัญหาของสมาชิก

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา

3.1. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิก ช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการเข้ากลุ่ม และผู้ให้ คำปรึกษา ให้สมาชิกไปเขียนเล่าถึงความกังวลของตนเองที่ชอบคิดซ้ำ ๆ อยู่เสมอ

3.2 ผู้ให้คำปรึกษา นัดหมายการเข้ากลุ่ม ครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการเข้าร่วมกิจกรรม

ครั้งที่ 5 ความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลต่อสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกเข้าใจถึงความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลของตนเอง ที่มีต่อสารแอมเฟตามีน ได้แก่ สารแอมเฟตามีนช่วยให้อ่านหนังสือได้นาน ทำงานได้มากขึ้น มีเพื่อนมากขึ้น อันเป็นต้นเหตุของการมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน โดยยึดแนวคิดที่ไม่สมเหตุสมผลของเอลลิส

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก
 - 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนสิ่งที่ได้เข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมา
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษารวบรวมงานที่มอบหมาย ให้สมาชิกเขียนเล่าถึงความกังวลของตนเองที่ชอบคิดซ้ำ ๆ อยู่เสมอ โดยให้สมาชิกเล่าให้กลุ่มฟังทีละคน แล้วให้สมาชิกในกลุ่มช่วยกันแสดงความคิดเห็น ถึงเหตุการณ์ที่ทำให้ชอบคิดซ้ำ ๆ สาเหตุของการเกิดความคิดซ้ำ ๆ เพราะอะไร และการคิดซ้ำ ๆ มีผลกระทบต่อตนเองอย่างไร เปลี่ยนแปลงแก้ไขได้หรือไม่ อย่างไร และความกังวลของตนเองที่ชอบคิดซ้ำ ๆ เป็นความคิดที่สมเหตุสมผลหรือไม่ เพราะอะไร
 - 2.2 ผู้ให้คำปรึกษา และสมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้รับจากการช่วยกันวิเคราะห์ความกังวลของตนเองที่ชอบคิดซ้ำ ๆ
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายให้สมาชิกเข้าใจ ถึงลักษณะความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลของเอลลิส โดยใช้กิจกรรมทุกคนมีคุณค่า
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเกี่ยวกับความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลตามแนวของเอลลิส
 - 3.2 ผู้ให้คำปรึกษาให้การบ้านแก่สมาชิกไปเขียนรายงานความคิดเห็น ความรู้สึกของตนเองที่มีต่อสารแอมเฟตามีน
 - 3.3 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการเข้ากลุ่มครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการเข้ากลุ่มและการร่วมแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมทุกคนมีคุณค่า

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เกิดการยอมรับบุคคลอื่น
2. เพื่อให้เกิดการยอมรับตนเองและมองเห็นคุณค่าของตนเอง และของผู้อื่น

ผู้เข้าร่วมกิจกรรม 8 คน

อุปกรณ์

1. ส่วนประกอบชิ้นส่วนบ้าน 8 ชิ้น

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาแจกบัตรรูปชิ้นส่วนบ้านให้สมาชิกเลือกหยิบ คนละ 1 ใบ
2. ผู้ให้คำปรึกษาคว่ามีสมาชิกคนใดเลือกรูปเหมือนกันหรือไม่ ถ้ามีให้มานั่งใกล้กัน
3. ผู้ให้คำปรึกษาถามสมาชิก ทำไมเลือกชิ้นส่วนที่เหมือนกัน เพราะอะไร
4. ให้สมาชิกบอกเหตุผล ทำไมถึงเลือกชิ้นส่วนชิ้นนั้น และชิ้นส่วนที่ตนเองเลือกมีความสำคัญกว่าชิ้นส่วนอื่นอย่างไร
5. ผู้ให้คำปรึกษาถามสมาชิกคนอื่น ที่เลือกชิ้นส่วนของภาพไม่เหมือนคนอื่นเพราะอะไร
6. ผู้ให้คำปรึกษาซักถามสมาชิกว่าชิ้นส่วนภาพของแต่ละคน ใครสำคัญกว่าของใครหรือไม่
7. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกเปรียบเทียบ ชิ้นส่วนภาพที่ตนเองเลือก เปรียบได้กับส่วนใดของร่างกาย ทำไมจึงเปรียบเทียบกับส่วนนั้นของร่างกาย และถ้าร่างกายขาดส่วนนั้นไป จะเกิดอะไรขึ้น เพราะอะไร
8. ผู้ให้คำปรึกษาเปรียบเทียบ ถ้าภาพนั้นเป็นคน สมาชิกได้ข้อคิดอะไรจากกิจกรรมนี้บ้าง
9. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกช่วยกันสรุปว่า กิจกรรมนี้ให้ข้อคิดอะไรแก่เราบ้าง

10. ผู้ให้คำปรึกษา และสมาชิกช่วยกันสรุปข้อคิดที่ได้ และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมและสรุปความคิดที่ไม่มีเหตุผล ตามแนวคิดของเฮลลิสที่ว่า บุคคลทุกคนจะไม่ได้รับการยอมรับ หรือความรักจากทุกคน และในขณะเดียวกัน บุคคลแต่ละคนก็ได้มีความเพียบพร้อม สมบูรณ์แบบไปทุกอย่าง และบุคคลทุกคนก็มีใช้ว่าจะต้องประสบผลสำเร็จในสิ่งที่กระทำเสมอไป

สิ่งที่ได้รับจากกิจกรรม

1. สมาชิกเข้าใจถึงคุณค่าของตนว่าแต่ละคนมีคุณค่าในตนเอง
2. สมาชิกเกิดการยอมรับในตัวบุคคลอื่น และเห็นถึงความสำคัญของผู้อื่น

ครั้งที่ 6 ความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลต่อสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกได้เข้าใจถึงความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลของตนเอง ที่มีต่อสารแอมเฟตามีน

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นให้คำปรึกษา

1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก

1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา

2. ขั้นให้คำปรึกษา

2.1 ผู้ให้คำปรึกษารวบรวมรายงานที่สมาชิกกลับไปทำเป็นการบ้าน แล้วให้สมาชิกแต่ละคนเล่าความคิดเห็นและความรู้สึกของตนเองที่มีต่อสารแอมเฟตามีน แล้วให้เพื่อนสมาชิกในกลุ่ม ช่วยกันวิเคราะห์ความสมเหตุสมผลในด้านความคิด ความรู้สึกที่เพื่อนสมาชิกมีต่อสารแอมเฟตามีน

2.2 ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายให้สมาชิกได้เข้าใจถึงลักษณะ ความคิดที่ไม่มีเหตุผลของเอลลิสโดยใช้ กิจกรรมใครกำหนด

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา

3.1 สมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการเข้าร่วมกลุ่มกันแสดงความคิดเห็นและผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม

3.2 ผู้ให้คำปรึกษามอบหมายงานให้สมาชิกเขียนรายงานถึงประสบการณ์ที่เคยได้รับฟัง หรือเคยพบเห็นผู้เสพติด ว่ามีความคิดเห็นอย่างไรต่อเรื่องที่เคยรับฟัง หรือความรู้สึกที่มีต่อพฤติกรรมของผู้เสพติด

3.3 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการเข้ากลุ่มครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมกลุ่มและการร่วมแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมใครกำหนด

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกมีความเข้าใจในพฤติกรรมของตนเอง
2. เพื่อให้สมาชิกยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น และเรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลง

พฤติกรรม

จำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรม 8 คน

อุปกรณ์

1. ปากกา
2. กระดาษเปล่า 1 แผ่น

วิธีการดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกในกลุ่มนึกถึงฉายาที่เคยได้รับจากเพื่อน ๆ หรือครู ผู้สอนหรือบุคคลอื่น ๆ ที่คุ้นเคยเกี่ยวกับพฤติกรรมการแสดงออกของสมาชิก
2. ผู้ให้คำปรึกษา ให้สมาชิกเขียนฉายาที่ได้รับลงในกระดาษเปล่าที่แจกให้ แล้วให้สมาชิกทุกคนพิจารณาฉายาที่ตนเองได้รับว่าตรงกับลักษณะของตนเองหรือไม่ และฉายานั้น ๆ มีอิทธิพลต่อความรู้สึกหรือไม่ อย่างไร
3. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกพิจารณาถึงฉายาที่ได้รับว่า มีประโยชน์หรือโทษต่อตนเองอย่างไร กลุ่มเพื่อนยอมรับในฉายานั้นหรือไม่
4. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกพิจารณาว่าทำไมตนเองถึงได้รับฉายา สมาชิกคนอื่นมีใครได้รับฉายาบ้าง เพราะอะไร และถ้าไม่ได้รับฉายา คิดว่าเป็นเพราะอะไร ฉายาที่ได้รับมีผลกระทบต่อตัวเราหรือไม่ อย่างไร
5. ผู้ให้คำปรึกษาซักถามสมาชิกถ้าเราไม่ต้องการให้คนอื่น ๆ ให้ฉายาเราจะทำได้หรือไม่ ถ้าได้ทำอย่างไร ถ้าไม่ได้เป็นเพราะอะไร
6. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกช่วยกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้
7. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปความคิดที่ไม่มีเหตุผลของเอลิส ถึงลักษณะประสบการณ์ในอดีตทำให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้นๆ ไม่ได้ เนื่องจากพฤติกรรมที่สำคัญในอดีต อาจไม่ใช่พฤติกรรมที่สำคัญในปัจจุบัน

สิ่งที่ได้รับจากกิจกรรม

- 1 สมาชิกในกลุ่ม เกิดการยอมรับในลักษณะพฤติกรรมของตน
- 2 สมาชิกรู้จักการยอมรับในความคิดเห็นของผู้อื่น

ครั้งที่ 7 ทักษะคิดต่อสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกได้ค้นหา ความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล ที่มีต่อสารแอมเฟตามีน
2. เพื่อให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ทำให้สมาชิกมีแนวโน้มในการใช้สารแอมเฟตามีน

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก
 - 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษา รวบรวมรายงานที่ให้ผู้สมาชิกกลับไปทำมา แล้วให้ผู้สมาชิกแต่ละคนได้เล่าถึงประสบการณ์ที่เคยได้รับฟังหรือเคยพบเห็น คนที่เสพยาบ้าให้เพื่อนสมาชิกฟัง แล้วผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้สมาชิกในกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์สิ่งที่เพื่อนสมาชิกเล่าถึงสิ่งที่เกิดขึ้นและผลกระทบที่เกิดตามมา
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้สมาชิกช่วยกันสรุปเรื่องที่ได้พูดคุยกัน แล้วผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม
 - 3.2 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการเข้ากลุ่มครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตการแสดงความคิดเห็นของสมาชิกในกลุ่ม และความตั้งใจในการร่วมกิจกรรม

ครั้งที่ 8 ทักษะคิดต่อสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกได้ค้นหาความคิด ความรู้สึกที่ไม่สมเหตุสมผลที่มีต่อสารแอมเฟตามีน
2. เพื่อให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาทำให้สมาชิกมีแนวโน้มในการใช้สารแอมเฟตามีน

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก
 - 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกอ่านบทความสารเสพติดแอมเฟตามีน
 - 2.2 ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกวิเคราะห์เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น มีสาเหตุมาจากอะไร และผลที่เกิดตามมาเป็นอย่างไร
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 ผู้ให้คำปรึกษา ให้สมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการวิเคราะห์บทความ แล้วผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม
 - 3.2 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการเข้ากลุ่มครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตการแสดงความคิดเห็นและความตั้งใจในการเข้าร่วมกิจกรรม

ครั้งที่ 9 ทักษะคิดต่อสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกได้ค้นหาความคิด ความรู้สึกที่ไม่สมเหตุสมผล ที่มีต่อสารแอมเฟตามีน
2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ทำให้นักเรียนมีแนวโน้มในการใช้สารแอมเฟตามีน

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก
 - 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษา ให้สมาชิกดูวีดิทัศน์ กรณีตัวอย่างผู้ใช้สารแอมเฟตามีน
 - 2.2 ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกในกลุ่มช่วยกันแสดงความคิดเห็นต่อกรณีตัวอย่างนั้นว่าเกิดเหตุการณ์อะไรขึ้น เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นเพราะอะไร มีสาเหตุมาจากอะไร และเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเปลี่ยนแปลงได้หรือไม่เพราะอะไรถ้าเปลี่ยนแปลงได้สมาชิกแต่ละคนต้องการให้เปลี่ยนแปลงเป็นอย่างไร ผลกระทบที่เกิดตามมาจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นอย่างไร สมาชิกมีความรู้สึกอย่างไรต่อ เหตุการณ์ในกรณีตัวอย่างผู้ใช้สารแอมเฟตามีน
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 ผู้ให้คำปรึกษา ให้สมาชิกช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการช่วยกันวิเคราะห์ แล้วผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม
 - 3.2 ผู้ให้คำปรึกษามอบหมายการบ้านให้สมาชิกไปอ่านละครเรื่องน้ำพุ
 - 3.3 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการเข้ากลุ่มครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมกลุ่มและการร่วมแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 10 การเปลี่ยนความคิดที่ไม่มีเหตุผลที่มีต่อทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อสารแอมเฟตามีน โดยเปลี่ยนแปลงความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล เป็นความคิดที่สมเหตุสมผลยิ่งขึ้น

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นให้คำปรึกษา

1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก

1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนผลการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา

2. ขั้นให้คำปรึกษา

2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกในกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์ บทละคร เรื่องน้ำพุ ที่ให้สมาชิกแต่ละคนไปอ่านมา ตามแนวการวิเคราะห์ คือ เกิดเหตุการณ์อะไรขึ้นในเรื่องน้ำพุ เหตุการณ์นี้เกิดขึ้นเพราะอะไร มีสาเหตุมาจากอะไร เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นแก้ไขได้หรือไม่อย่างไร สมาชิกแต่ละคนมีความรู้สึกอย่างไรต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นและจากเรื่องน้ำพุ ผลกระทบที่ตามมาเป็นอย่างไร

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา

3.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกในกลุ่ม ช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากการวิเคราะห์บทละครเรื่องน้ำพุ แล้วผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม

3.2 ผู้ให้คำปรึกษาให้การบ้านสมาชิก ให้สมาชิกแต่ละคน เขียนปรัชญาชีวิตของตนเอง หรือปรัชญาชีวิตของบุคคลอื่นที่ตนชอบมาคนละ 1 ปรัชญา

3.3 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการเข้ากลุ่มครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการร่วมแสดงความคิดเห็นและการเข้ากลุ่ม

ครั้งที่ 11 การเปลี่ยนแปลงความคิดที่ไม่มีเหตุผลที่มีต่อสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อสารแอมเฟตามีน โดยเปลี่ยนแปลงความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลเป็นความคิดที่สมเหตุสมผลยิ่งขึ้น

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นให้คำปรึกษา

1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก

1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา

2. ขั้นให้คำปรึกษา

2.1 ผู้ให้คำปรึกษานำการบ้านที่ให้ผู้สมาชิกแต่ละคนไปเขียนปรัชญาชีวิตของตนหรือปรัชญาชีวิตของผู้อื่นที่ตนชอบ บอกให้ผู้สมาชิกในกลุ่มฟัง

2.2 ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้สมาชิกในกลุ่มช่วยกันแสดงความคิดเห็น วิเคราะห์ลักษณะปรัชญาชีวิตของแต่ละคนถึงลักษณะปรัชญาชีวิตว่าเป็นอย่างไร มีความเป็นไปได้ในการนำไปปฏิบัติ ในชีวิตจริงได้เพียงใด ทำไมสมาชิกแต่ละคนจึงคิดเช่นนั้น ความคิดนั้นสมเหตุสมผลหรือไม่ ผลกระทบที่ตามมาหรือไม่ อย่างไร

2.3 ผู้ให้คำปรึกษา และสมาชิกในกลุ่มช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้รับจากการวิเคราะห์ปรัชญาชีวิต

2.4 ผู้ให้คำปรึกษาให้ผู้สมาชิกช่วยกันแสดงความคิดเห็น ในประเด็นการใช้ยาบ้า เพื่อให้เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน ว่าเหตุการณ์ลักษณะนี้เกิดขึ้นเพราะอะไร มีสาเหตุมาจากอะไร ผลกระทบที่อาจเกิดตามมาเป็นอย่างไร และความคิดลักษณะนี้ถูกต้องหรือไม่ มีความสมเหตุสมผลเพียงใด สมาชิกแต่ละคนมีความคิดเห็นอย่างไร ต่อการที่เพื่อนใช้ยาบ้าเพื่อให้ได้รับการยอมรับจากเพื่อน

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา

3.1 ผู้ให้คำปรึกษา และสมาชิกในกลุ่ม ช่วยกันสรุป เรื่องที่ได้ร่วมกันแสดงความคิดเห็นและร่วมกันวิเคราะห์หาแนวทางการเปลี่ยนความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลต่อสารแอมเฟตามีน

3.2 ผู้ให้คำปรึกษา นัดหมายการเข้ากลุ่มครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมกลุ่มและการร่วมแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 12 ปัจฉินนิเทศ และยุติการให้คำปรึกษา

เวลาที่ใช้ 60 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกสรุปผลของการเข้าร่วมโปรแกรม การให้คำปรึกษา
2. เพื่อให้สมาชิกเกิดความเข้าใจ และสามารถเปลี่ยนแปลงทัศนคติ ความคิด ความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล ต่อการใช้สารแอมเฟตามีน
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถลดทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนได้

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิก
2. ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนผลของการให้คำปรึกษาทั้งหมด
3. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกในกลุ่ม สรุปผลของการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษา
4. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกร่วมกันสรุปวิธีการ และแนวทางในการนำไปใช้ลดทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนได้อย่างเหมาะสม
4. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมถึงโทษ และพิษภัยของการใช้สารแอมเฟตามีน
5. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอจบใจสมาชิกในกลุ่มและกล่าวปิดการทดลอง

การประเมินผล

สังเกตจากการร่วมแสดงความคิดเห็นและการตอบแบบสอบถาม

โปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1	ปฐมนิเทศและ เริ่มต้นการให้ คำปรึกษา	1. เพื่อให้นักเรียนเกิดความ อบอุ่น ไว้วางใจ 2. เพื่อให้นักเรียนทราบวัตถุประสงค์ วัตถุประสงค์ กฎระเบียบ ข้อ ผูกพัน วันเวลา จำนวนครั้ง ที่จะรับคำปรึกษา ตลอดจน รายละเอียดเกี่ยวกับวิธีการ บทบาท หน้าที่ ของผู้ให้คำ ปรึกษา และผู้รับคำปรึกษา ตลอดโปรแกรมการให้คำ ปรึกษา 3. เพื่อเปิดโอกาสให้นักเรียน แสดงความรู้สึกอย่างเสรี เกี่ยวกับทัศนคติต่อสาร แอมเฟตามีน	1. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำ ปรึกษาแนะนำตนเอง 2. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ วัตถุประสงค์ กฎระเบียบ ข้อผูกพัน วันเวลา จำนวนครั้งที่จะให้คำ ปรึกษา ตลอดจนรายละเอียด เกี่ยวกับวิธีการ บทบาทหน้าที่ ของผู้รับคำปรึกษา และผู้ให้คำ ปรึกษาตลอดโปรแกรม 3. ผู้ให้คำปรึกษาแจ้งโปรแกรม ทั้งหมดในกระบวนการให้คำ ปรึกษาให้นักเรียนทราบ 4. ผู้ให้คำปรึกษาทักทายและ สอบถามสภาพทั่วไปของ นักเรียน 5. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ข้อสงสัยในการรับคำปรึกษา 6. นักเรียนแสดงความคิดเห็นต่อ สารแอมเฟตามีนอย่างอิสระ 7. นักเรียนสรุปเรื่องที่สนทนา และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม เพื่อให้ นักเรียนเข้าใจตนเองดียิ่ง ขึ้น 8. ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายครั้งต่อไป

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
2-3	ความรู้เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน	1. เพื่อให้นักเรียนได้รับความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน 2. เพื่อให้นักเรียนบอกถึงโทษและพิษภัยของสารแอมเฟตามีนได้	1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน และทบทวนเรื่องที่พูดคุยไปในครั้งที่แล้ว 2. ผู้ให้คำปรึกษาให้ความรู้เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน พร้อมทั้งให้นักเรียนดูวีดิทัศน์เรื่องยา และสารเสพติด ตอนสารแอมเฟตามีน (ที่มา: สำนักงาน ป.ป.ส. กรุงเทพฯ) 3. ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน 4. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนดูวีดิทัศน์เรื่อง ยาบ้าในสถานศึกษา (ที่มา : สำนักงาน ป.ป.ส. กรุงเทพฯ) 5. นักเรียนแสดงความคิดเห็นต่อสารแอมเฟตามีน 6. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปเรื่องที่พูดคุยกัน แล้วผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม 7. ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป
4	แนวคิดในการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน	1. เพื่อให้นักเรียนได้รู้ถึงความเชื่อของตนเองต่อสารแอมเฟตามีนว่า เป็นความเชื่อที่สมเหตุสมผล	1. ผู้ให้คำปรึกษา กล่าวทักทายนักเรียน และทบทวนการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		<p>หรือไม่ ควรได้รับการแก้ไขอย่างไร</p> <p>2. เพื่อให้นักเรียนเกิดความมั่นใจในตนเองในการที่จะเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก ที่มีต่อสารแอมเฟตามีนในทางบวกได้ด้วยตนเอง โดยมีผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือ</p>	<p>2. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนแสดง ความเชื่อที่สมเหตุสมผลเกี่ยวกับสารแอมเฟตามีนอย่างอิสระ เช่น สารแอมเฟตามีน ทำให้อ่านหนังสือได้นาน โก๋ ทำทนายดี เป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อน</p> <p>3. ผู้ให้คำปรึกษาแจกกระดาษ ดินสอ ยางลบ ให้นักเรียนคนละ 1 ชุด ให้วาดภาพ 1 ภาพ เป็นภาพเกี่ยวกับอะไรก็ได้ ใช้เวลา 10 นาที</p> <p>4. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนอธิบาย ภาพที่นักเรียนวาด เป็นภาพเกี่ยวกับอะไร เกี่ยวข้องกับนักเรียนอย่างไร</p> <p>5. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนระบายสี แต่งเติมภาพที่วาดใหม่ ใช้เวลา 10 นาที</p> <p>6. นักเรียนอธิบายภาพที่ตนเองแต่งเติมใหม่ว่าแตกต่างจากภาพแรกหรือไม่อย่างไร</p> <p>7. ผู้ให้คำปรึกษาซักถามนักเรียนว่า ภาพวาดครั้งที่ 1 และ 2 เปลี่ยนแปลงได้อย่างไร เพราะใครมีสาเหตุ มาจากอะไร</p> <p>8. ผู้ให้คำปรึกษาเปรียบเทียบให้นักเรียนเห็นว่า การเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก ของคนเรา</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			<p>สิ่งสำคัญคืออะไร ใครเป็นบุคคลสำคัญ และผู้ให้คำปรึกษาสรุปดังนี้</p> <p>ความคิด ความรู้สึกของคนเราสามารถเปลี่ยนแปลงได้ และผู้ที่มีอิทธิพลในการเปลี่ยนแปลงมากที่สุดคือตัวเรา</p> <p>9. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนอ่านบทความยาเสพติด แล้วให้นักเรียนวิเคราะห์บทความนั้น</p> <p>10. ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น แล้วผู้ให้คำปรึกษาและนักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้รับ</p> <p>11. ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายแนวทางในการเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึกที่นักเรียนมีต่อสารแอมเฟตามีน โดยให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นของตนเองด้านความคิด ความรู้สึก ที่มีต่อสารแอมเฟตามีน</p> <p>12. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้พูดคุย แล้วให้การบ้านนักเรียนไปเขียนเล่าถึงความกังวลของตนเองที่ขอบคิดซ้ำ ๆ อยู่เสมอในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง</p> <p>13. ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
5	ความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลต่อสารแอมเฟตามีน	<p>1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจถึงความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลของตนเองที่มีต่อสารแอมเฟตามีน ได้แก่ สารแอมเฟตามีนช่วยให้อ่านหนังสือได้นาน ทำงานได้มากขึ้น มีเพื่อนมากขึ้น อันเป็นต้นเหตุของการมีทัศนคติทางบวกต่อแอมเฟตามีน โดยยึดแนวความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลของเอลลิส</p>	<p>1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน และทบทวนสิ่งที่ได้พูดคุยไปครั้งที่แล้ว</p> <p>2. ผู้ให้คำปรึกษานำการบ้านที่นักเรียนตอบมา ได้เล่าถึงความกังวลของตนเองที่ชอบคิดซ้ำ ๆ อยู่เสมอ แล้วให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น</p> <p>3. ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายให้นักเรียนเข้าใจถึงลักษณะความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลของเอลลิส โดยกระตุ้นให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น โดยใช้กิจกรรมคนมีคุณค่า</p> <p>4. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียน สรุปสิ่งที่ได้คุยกันไปแล้ว ได้รับอะไรบ้าง และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม</p> <p>5. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปความคิดที่ไม่มีเหตุผล ตามแนวคิดของเอลลิส</p> <p>6. ผู้ให้คำปรึกษาให้การบ้านนักเรียนไปเขียนรายงานความคิดเห็น ความรู้สึกของตนเองที่มีต่อสารแอมเฟตามีน</p> <p>7. ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายครั้งต่อไป</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
6	ความคิดที่ไม่มีเหตุผลต่อสารแอมเฟตามีน	1. เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจถึงความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลของตนเองที่มีต่อสารแอมเฟตามีน	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทบทวนการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา 2. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนเล่าความคิดเห็นและความรู้สึกของตนเองที่มีต่อสารแอมเฟตามีน แล้ววิเคราะห์ถึงความสมเหตุสมผลที่มีต่อสารแอมเฟตามีน 3. ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายให้นักเรียนได้เข้าใจถึงลักษณะความคิดที่ไม่มีเหตุผลของเอลลิส โดยใช้กิจกรรมใครกำหนด 4. นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้จากการพูดคุย และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม 5. ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป
7-9	ทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้นักเรียนได้ค้นหาความคิด ความรู้สึกที่ไม่สมเหตุสมผล ที่มีต่อสารแอมเฟตามีน 2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหาทำให้นักเรียนมีแนวโน้มในการใช้สารแอมเฟตามีน 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน และทบทวนผลการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา 2. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนเล่าถึงประสบการณ์ที่เคยรับฟัง หรือเคยพบเห็นคนใช้สารแอมเฟตามีน 3. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนอ่านบทความสารเสพติดแอมเฟตามีน แล้วให้แสดงความคิดเห็นต่อบทความนั้น

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
10-11	การเปลี่ยนแปลงความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลที่มีต่อสารแอมเฟตามีน	1. เพื่อให้ นักเรียนมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อสารแอมเฟตามีน โดยเปลี่ยนแปลงความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล เป็นความคิดที่สมเหตุสมผลมากยิ่งขึ้น	<p>4. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวิเคราะห์สิ่งที่เกิดขึ้น และผลที่ตามมาในรูปแบบ ABC จากบทความที่อ่าน ที่เคยได้รับฟัง หรือเคยพบเห็นคนที่เสพยาบ้า แล้วแสดงความคิดเห็นหรือความรู้สึกที่มีต่อเหตุการณ์นั้น</p> <p>5. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนดูวีดิทัศน์กรณีตัวอย่างผู้ใช้สารแอมเฟตามีน (ที่มา : สำนักงาน ป.ป.ส. กรุงเทพฯ) แล้วให้แสดงความคิดเห็นต่อกรณีตัวอย่างนั้น</p> <p>6. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปเรื่องที่ได้พูดคุยกัน แล้วผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม</p> <p>7. ผู้ให้คำปรึกษามอบหมายการบ้านให้นักเรียนไปอ่าน เรื่องน้ำพุ</p> <p>8. ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป</p> <p>1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน และทบทวนการให้คำปรึกษา ครั้งที่ผ่านมา</p> <p>2. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวิเคราะห์บทละคร เรื่องน้ำพุ ที่ให้ไปอ่านมา</p> <p>3. นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้จากการวิเคราะห์บทละคร เรื่องน้ำพุ ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
			<p>4. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนบอกปรัชญาชีวิตของตน และแสดงความคิดเห็นถึงลักษณะปรัชญาชีวิตของตนเอง</p> <p>5. นักเรียนและผู้ให้คำปรึกษาสรุปสิ่งที่ได้รับจากการวิเคราะห์ปรัชญาชีวิตของตนเอง</p> <p>6. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นต่อประเด็นการใช้ยาบ้า เพื่อให้เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน และยาบ้าช่วยให้อ่านหนังสือได้นาน และวิเคราะห์หาแนวทางการเปลี่ยนความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลต่อสารแอมเฟตามีน ให้เป็นความคิดที่สมเหตุสมผลมากยิ่งขึ้น โดยใช้แบบฝึกคิดอย่างสมเหตุสมผลด้วยตนเอง ตามรูปแบบ ABCDE ซึ่งจะช่วยให้ นักเรียนเปลี่ยนทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน</p> <p>7. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปสาเหตุเกี่ยวกับการมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน และแนวทางการเปลี่ยนแปลง แล้วผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม</p> <p>8. ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
12	ปัจจัยนิเทศและ ยุติการให้คำ ปรึกษา	<p>1. เพื่อให้นักเรียนสรุป ผลของการเข้าร่วม โปรแกรมการให้คำ ปรึกษา</p> <p>2. เพื่อให้นักเรียนเกิด ความเข้าใจและสามารถ แก้ไขเปลี่ยนแปลง ทัศนคติ ความคิด ความ เชื่อที่ผิด ๆ ต่อการใช้ สารแอมเฟตามีน</p> <p>3. เพื่อให้นักเรียน สามารถลดทัศนคติทาง บวกต่อสารแอมเฟตามีน ได้</p>	<p>1. ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนผลของการ ให้คำปรึกษาทั้งหมด</p> <p>2. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปผล ของการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำ ปรึกษา</p> <p>3. ผู้ให้คำปรึกษาและนักเรียนช่วยกัน สรุปวิธีการ และแนวทางการนำไป ใช้ลดทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนได้ อย่างเหมาะสม</p> <p>4. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมถึงโทษ และพิษภัยของการใช้สารแอมเฟ- ตามีน</p> <p>5. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอจบใจ นักเรียนและกล่าวปิดการทดลอง</p>

รายละเอียดโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศและเริ่มต้นการให้คำปรึกษา

เวลาที่ใช้ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเกิดความอบอุ่นไว้วางใจ
2. เพื่อให้นักเรียนทราบวัตถุประสงค์ กฎ ระเบียบ ข้อผูกพัน วันเวลา จำนวนครั้งที่
จะรับคำปรึกษาตลอดจนรายละเอียดเกี่ยวกับวิธีการ บทบาท หน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษา และ
ผู้รับคำปรึกษาตลอดโปรแกรมการให้คำปรึกษา
3. เพื่อเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความรู้สึกอย่างเสรีเกี่ยวกับทัศนคติต่อสารแอม-
เฟตามีน

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาแนะนำตนเอง
2. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงวัตถุประสงค์ กฎ ระเบียบ ข้อผูกพัน วันเวลา จำนวนครั้งที่
จะให้คำปรึกษา ตลอดจนรายละเอียดเกี่ยวกับวิธีการ บทบาท หน้าที่ของผู้รับคำปรึกษาและ
ผู้ให้คำปรึกษาตลอดโปรแกรม
3. ผู้ให้คำปรึกษาแจ้งโปรแกรมทั้งหมด ในกระบวนการให้คำปรึกษาให้นักเรียน
ทราบ
4. ผู้ให้คำปรึกษาทักทายและสอบถามสภาพทั่วไปของนักเรียน
5. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัยในการรับคำปรึกษา
6. นักเรียนแสดงความคิดเห็นต่อสารแอมเฟตามีนอย่างอิสระ
7. นักเรียนสรุปเรื่องที่สนทนาและผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมเพื่อให้ นักเรียนเข้าใจ
ตนเองดียิ่งขึ้น
8. ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

ครั้งที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้รับความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน
2. เพื่อให้นักเรียนบอกถึงโทษและพิษภัยของสารแอมเฟตามีนได้

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนเรื่องที่เคยคุยกันไปในเรื่องที่ผ่านมา
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษา ให้ความรู้เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน พร้อมทั้งให้นักเรียน
คู่มือทัศน เรื่อง ยาและสารเสพติด ตอนสารแอมเฟตามีน
 - 2.2 ผู้ให้คำปรึกษา กระตุ้นให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสารแอมเฟตามีนที่นักเรียนเคยได้รับรู้มาก่อน ความรู้ที่เคยรับรู้มานอกเหนือจากคู่มือทัศน และสิ่งที่รับรู้เพิ่มเติม หลังจากคู่มือทัศน
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนแสดงความคิดเห็นถึงประโยชน์และโทษของสารแอมเฟตามีน ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม
 - 3.2 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตความสนใจในการคู่มือทัศน

ครั้งที่ 3 ความรู้เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้รับความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน
2. เพื่อให้นักเรียนบอกถึงโทษและพิษภัยของสารแอมเฟตามีนได้

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนเรื่องที่พูดคุยกันไปในครั้งที่ผ่านมา
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษา ให้นักเรียนดูวีดิทัศน์ เรื่อง “ยาบ้าในสถานศึกษา”
 - 2.2 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในสถานศึกษา เกิดเพราะอะไร จะแก้ไขได้อย่างไร ถ้าเปลี่ยนเหตุการณ์นั้นได้จะเปลี่ยนเป็นอย่างไร ทำไมจึงเปลี่ยนเป็นเช่นนั้น และผลกระทบที่เกิดตามมาจากเหตุการณ์นั้น
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนสรุปความคิดเห็นและสิ่งที่ได้จากการดูวีดิทัศน์ และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม
 - 3.2 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 4 แนวคิดในการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเกิดความมั่นใจในตนเองในการเปลี่ยนแปลง ความคิด ความรู้สึก ที่มีต่อสารแอมเฟตามีนในทางบวกได้ด้วยตนเอง โดยมีผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือ
2. เพื่อให้นักเรียนได้รู้ถึงความเชื่อของตนเองต่อสารแอมเฟตามีนว่าเป็นความเชื่อที่ สมเหตุสมผลหรือไม่ ควรได้รับการแก้ไขอย่างไร

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นการให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนการให้คำปรึกษาในครั้งที่ผ่านมา
 - 1.3 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนแสดงความเชื่อที่ผิด ๆ เกี่ยวกับสารแอมเฟตามีน อย่างอิสระ เช่น สารแอมเฟตามีนทำให้อ่านหนังสือได้นาน โก๋ ทำท่ายดี เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน แล้วให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นถึงความสมเหตุสมผลของความคิดนั้น
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาแจกกระดาษ ดินสอ ยางลบ ให้นักเรียน 1 ชุด ให้นักเรียน วาดภาพ 1 ภาพ เป็นภาพเกี่ยวกับอะไรก็ได้ ใช้เวลา 10 นาที
 - 2.2 ผู้ให้คำปรึกษา ให้นักเรียนอธิบายภาพที่นักเรียนวาดเป็นภาพเกี่ยวกับอะไร เกี่ยวข้องกับนักเรียนอย่างไร
 - 2.3 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนระบายสีแต่งเติมภาพวาดใหม่ ใช้เวลา 10 นาที
 - 2.4 นักเรียนอธิบายภาพที่ตนเองแต่งเติมใหม่ว่า แตกต่างจากภาพแรกหรือไม่ อย่างไร
 - 2.5 ผู้ให้คำปรึกษาซักถามนักเรียนว่า ภาพวาดครั้งที่ 1 และ 2 เปลี่ยนแปลงได้ อย่างไร เพราะใคร มีสาเหตุมาจากอะไร
 - 2.6 ผู้ให้คำปรึกษาเปรียบเทียบให้นักเรียนเห็นว่า การเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึกของคนเราสิ่งสำคัญคืออะไร ใครเป็นบุคคลสำคัญ และผู้ให้คำปรึกษาสรุปดังนี้

ความคิด ความรู้สึกของคนเราสามารถเปลี่ยนแปลงได้ และผู้ที่มีอิทธิพลในการเปลี่ยนแปลงมากที่สุดคือตัวเราเอง

2.7 ผู้ให้คำปรึกษา ให้นักเรียนอ่านบทความยาเสพติด แล้วให้นักเรียนวิเคราะห์บทความนั้นถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น สาเหตุที่ทำให้เกิดเหตุการณ์นั้น ผลกระทบที่อาจเกิดตามมา และแนวทางการเปลี่ยนแปลงหรือแก้ไข

2.8 ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น แล้วผู้ให้คำปรึกษาและนักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้รับ

2.9 ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายแนวทางในการเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึกที่นักเรียนมีต่อสารแอมเฟตามีน โดยให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นของตน

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา

3.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้พูดคุย แล้วให้การบ้านนักเรียนไปเขียนเล่าถึงความกังวลของตนเองที่ชอบคิดซ้ำ ๆ อยู่เสมอในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง

3.2 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากความร่วมมือในการแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 5 ความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลต่อสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจถึงความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลของตนเองที่มีต่อสารแอมเฟตามีนได้แก่ สารแอมเฟตามีนช่วยให้อ่านหนังสือได้นาน ทำงานได้มากขึ้น มีเพื่อนมากขึ้น อันเป็นต้นเหตุของการมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน โดยยึดแนวคิดที่ไม่มีเหตุผลของเอลลิส

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นให้คำปรึกษา

1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน

1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนสิ่งที่ได้พูดคุยในครั้งที่ผ่านมา

2. ขั้นให้คำปรึกษา

2.1 ผู้ให้คำปรึกษานำการบ้านที่นักเรียนตอบมาที่ได้เล่าถึงความกังวลของตนเองที่ชอบคิดซ้ำ ๆ อยู่เสมอ แล้วให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นถึงเหตุการณ์ที่ทำให้ชอบคิดซ้ำ ๆ สาเหตุของการเกิดความคิดซ้ำ ๆ เพราะอะไร และการคิดซ้ำ ๆ มีผลกระทบต่อตนเองอย่างไร เปลี่ยนแปลงแก้ไขได้หรือไม่ อย่างไร และความกังวลของตนเองที่ชอบคิดซ้ำ ๆ เป็นความคิดที่สมเหตุสมผลหรือไม่ เพราะอะไร

2.2 ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายให้นักเรียนเข้าใจถึงลักษณะความคิดที่ไม่มีเหตุผลของเอลลิส โดยกระตุ้นให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น โดยใช้กิจกรรม “ทุกคนมีคุณค่า”

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา

3.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้คุยกันไปแล้ว ได้รับอะไรบ้าง และผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม

3.2 ผู้ให้คำปรึกษาสรุป ความคิดที่ไม่มีเหตุผล ตามแนวคิดของเอลลิส

3.3 ผู้ให้คำปรึกษาให้การบ้านนักเรียนไปเขียนรายงาน ความคิดเห็น ความรู้สึกของตนเองที่มีต่อสารแอมเฟตามีน

3.4 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการร่วมแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมทุกคนมีคุณค่า

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เกิดการยอมรับบุคคลอื่น
2. เพื่อให้เกิดการยอมรับตนเองและมองเห็นคุณค่าของตนเองและของผู้อื่น

อุปกรณ์

1. ส่วนประกอบชิ้นส่วนบ้าน

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนเลือกชิ้นส่วน 1 ใบ
2. ผู้ให้คำปรึกษาคว่านักเรียนเลือกชิ้นส่วนใด
3. ผู้ให้คำปรึกษา ถามนักเรียนทำไมเลือกชิ้นส่วนนั้น เพราะอะไร ชิ้นส่วนที่เลือกมีความสำคัญกว่าชิ้นส่วนอื่นอย่างไร

ความสำคัญกว่าชิ้นส่วนอื่นอย่างไร

4. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนเปรียบเทียบชิ้นส่วนที่ตนเองเลือก เปรียบได้กับส่วนใดของร่างกาย ทำไมจึงเปรียบเทียบกับส่วนนั้นของร่างกาย และถ้าร่างกายขาดส่วนนั้นไปจะเกิดอะไรขึ้น เพราะอะไร

5. ผู้ให้คำปรึกษาเปรียบเทียบ ถ้าภาพนั้นเป็นคน นักเรียนได้ข้อคิดอะไรจากกิจกรรมนี้บ้าง

6. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปว่ากิจกรรมนี้ให้ข้อคิดอะไรแก่นักเรียนบ้าง

สิ่งที่ได้รับจากกิจกรรม

1. นักเรียนเข้าใจถึงคุณค่าของตนว่าแต่ละคนมีคุณค่าในตนเอง
2. นักเรียนเกิดการยอมรับในตัวบุคคลอื่นและเห็นถึงความสำคัญของผู้อื่น

ครั้งที่ 6 ความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลต่อสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจถึงความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลของตนเอง ที่มีต่อสารแอมเฟตามีน

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษาทักทายนักเรียน
 - 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนเล่าความคิดเห็น และความรู้สึกของตนเองที่มีต่อสารแอมเฟตามีน แล้ววิเคราะห์ถึงความสมเหตุสมผลที่มีต่อสารแอมเฟตามีน
 - 2.2 ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายให้นักเรียนได้เข้าใจลักษณะความผิดที่ไม่มีเหตุผลของเอลลิสโดยใช้กิจกรรมใครกำหนด
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้จากการพูดคุยและผู้ให้คำปรึกษา สรุปเพิ่มเติม
 - 3.2 ผู้ให้คำปรึกษามอบหมายงานให้นักเรียนเขียนเล่าถึงประสบการณ์ที่เคยได้รับฟัง หรือเคยพบเห็นผู้เสพยาบ้า ว่ามีความคิดเห็นอย่างไรต่อเรื่องที่เคยรับฟัง หรือความรู้สึกที่มีต่อพฤติกรรมของผู้เสพยาบ้า
 - 3.3 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

กิจกรรมใครกำหนด

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีความเข้าใจในพฤติกรรมของตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น และเรียนรู้ในการที่จะ

เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

อุปกรณ์

1. ปากกา
2. กระดาษเปล่า 1 แผ่น

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนลองนึกถึงฉายาที่ได้รับจากเพื่อนๆ หรือครูผู้สอนหรือบุคคลอื่น ๆ เกี่ยวกับพฤติกรรมการแสดงออกของตนเอง
2. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนพิจารณาฉายาที่ตนเองได้รับ ว่าตรงกับลักษณะของตนเองหรือไม่ และฉายานั้น มีอิทธิพลต่อความรู้สึกหรือไม่ อย่างไร
3. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนพิจารณาถึงฉายาที่ได้รับว่า มีประโยชน์ หรือ โทษต่อตนเองอย่างไร เพื่อน ๆ ยอมรับในฉายาที่ตนเองได้รับหรือไม่
4. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนพิจารณาว่า ทำไมตนถึงได้รับฉายา นักเรียนคนอื่น ๆ ได้รับฉายาหรือไม่ เพราะอะไร และถ้าไม่ได้รับฉายาเป็นเพราะอะไร ฉายาที่ได้รับมีผลกระทบต่อตัวเราหรือไม่ อย่างไร
5. ผู้ให้คำปรึกษาซักถามนักเรียน ถ้าเราไม่ต้องการให้คนอื่น ๆ ให้ฉายาเราจะทำได้หรือไม่ ถ้าได้ทำอย่างไร ถ้าไม่ได้ เป็นเพราะอะไร
6. ผู้ให้คำปรึกษาและนักเรียนช่วยกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้

สิ่งที่ได้รับจากกิจกรรม

1. นักเรียนเกิดการยอมรับในลักษณะพฤติกรรมของตน
2. นักเรียนรู้จักการยอมรับในความคิดเห็นของผู้อื่น

ครั้งที่ 7 ทศนคติต่อสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้ค้นหาความคิด ความรู้สึกที่ไม่สมเหตุสมผล ที่มีต่อสารแอมเฟตามีน
2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ทำให้นักเรียนมีแนวโน้มในการใช้สารแอมเฟตามีน

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนผลการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนเล่าถึงประสบการณ์ที่เคยได้รับฟังหรือเคยพบเห็นคนที่ใช้สารแอมเฟตามีน แล้วให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น หรือความรู้สึกที่มีต่อเหตุการณ์นั้น และผลกระทบที่เกิดตามมา
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปเรื่องที่ได้พูดคุยกัน แล้วผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม
 - 3.2 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

ครั้งที่ 8 ทศนคติต่อสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้ค้นหาความคิด ความรู้สึกที่ไม่สมเหตุสมผล ที่มีต่อสารแอมเฟตามีน
2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ทำให้นักเรียนมีแนวโน้มในการใช้สารแอมเฟตามีน

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนผลการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนอ่านบทความสารเสพติดแอมเฟตามีน
 - 2.2 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนวิเคราะห์เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นว่า มีสาเหตุมาจากอะไร และผลที่เกิดตามมาเป็นอย่างไร
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้จากการวิเคราะห์บทความ แล้วผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม
 - 3.2 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน และความตั้งใจในการร่วมกิจกรรม

ครั้งที่ 9 ทศนคติต่อสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้ค้นหาความคิด ความรู้สึกที่ไม่สมเหตุสมผล ที่มีต่อสารแอมเฟตามีน
2. เพื่อให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ทำให้นักเรียนมีแนวโน้มในการใช้สารแอมเฟตามีน

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นให้คำปรึกษา
 - 1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
 - 1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนผลการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา
2. ขั้นให้คำปรึกษา
 - 2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนดูวิดีโอทัศน์กรณีตัวอย่าง เรื่องผู้ใช้สารแอมเฟตามีน แล้วให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นต่อกรณีตัวอย่างนั้น
 - 2.2 ผู้ให้คำปรึกษาถามนักเรียนว่าเกิดเหตุการณ์อะไรขึ้น เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นเพราะอะไร มีสาเหตุมาจากอะไร และเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเปลี่ยนแปลงได้หรือไม่ เพราะอะไร ถ้าเปลี่ยนแปลงได้ นักเรียนต้องการให้เปลี่ยนแปลงเป็นอย่างไร ผลกระทบที่เกิดตามมาจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เป็นอย่างไร นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรต่อเหตุการณ์ในกรณีตัวอย่าง
3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา
 - 3.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปเรื่องที่ได้พูดคุยกัน แล้วให้ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม
 - 3.2 ผู้ให้คำปรึกษามอบหมายการบ้านให้นักเรียนไปอ่านเรื่องน้ำพุ
 - 3.3 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตการแสดงความคิดเห็นของนักเรียนและความตั้งใจในการร่วมกิจกรรม

ครั้งที่ 10 การเปลี่ยนแปลงความคิดที่ไม่สมเหตุสมผลที่มีต่อสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อสารแอมเฟตามีน โดยเปลี่ยนแปลงความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล เป็นความคิดที่สมเหตุสมผลมากยิ่งขึ้น

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นให้คำปรึกษา

1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน

1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา

2. ขั้นให้คำปรึกษา

2.1 ผู้ให้คำปรึกษา ให้นักเรียนวิเคราะห์บทละคร เรื่อง น้ำพุ ที่มอบหมายให้ไปอ่านมา ตามแนวการวิเคราะห์คือ เกิดเหตุการณ์อะไรขึ้นในเรื่องน้ำพุ เหตุการณ์นี้เกิดขึ้นเพราะอะไร มีสาเหตุมาจากอะไร เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นแก้ไขได้หรือไม่อย่างไร นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น และจากเรื่องน้ำพุ ผลกระทบที่ตามมาเป็นอย่างไร

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา

3.1 นักเรียนสรุปข้อคิดที่ได้จากเรื่องน้ำพุแล้วผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม

3.2 ผู้ให้คำปรึกษามอบหมายการบ้าน ให้นักเรียนไปเขียนปรัชญาชีวิตของตนหรือปรัชญาชีวิตของผู้อื่นที่ตนชื่นชอบ มา 1 ปรัชญา

3.3 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 11 การเปลี่ยนแปลงความคิดที่ไม่ดีต่อสารแอมเฟตามีน

เวลาที่ใช้ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อสารแอมเฟตามีน โดยเปลี่ยนแปลงความคิดที่ไม่ดีต่อสารแอมเฟตามีน เป็นความคิดที่สมเหตุสมผลมากยิ่งขึ้น

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นเริ่มต้นให้คำปรึกษา

1.1 ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน

1.2 ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนการให้คำปรึกษาครั้งที่ผ่านมา

2. ขั้นให้คำปรึกษา

2.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนนำปรัชญาชีวิตของตนหรือปรัชญาชีวิตของบุคคลอื่นที่ตนชอบ มาเล่าให้ฟัง

2.2 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น วิเคราะห์ลักษณะปรัชญาชีวิตของตนว่าเป็นอย่างไร มีความเป็นไปได้ในการนำไปปฏิบัติในชีวิตจริงได้เพียงใด ทำไมนักเรียนจึงคิดเช่นนั้น ความคิดนั้นสมเหตุสมผลหรือไม่ ผลกระทบที่ตามมาหรือไม่อย่างไร

2.3 นักเรียนและผู้ให้คำปรึกษาสรุปสิ่งที่ได้จากการวิเคราะห์ปรัชญาชีวิตของตน

2.4 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นต่อประเด็นการใช้ยาม้า เพื่อให้เป็นที่ยอมรับจากเพื่อน และยาม้าช่วยให้อ่านหนังสือได้นาน และวิเคราะห์หาแนวทางการเปลี่ยนความคิดที่ไม่ดีต่อสารแอมเฟตามีนให้เป็นความคิดที่สมเหตุสมผลมากยิ่งขึ้น โดยใช้แบบฝึกคิดอย่างมีเหตุผลด้วยตนเอง ตามรูปแบบ ABCDE ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนเปลี่ยนทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีน

3. ขั้นยุติการให้คำปรึกษา

3.1 ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปสาเหตุเกี่ยวกับการมีทัศนคติทางบวก ต่อสารแอมเฟตามีนและแนวทางแก้ไขแล้วผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติม

3.2 ผู้ให้คำปรึกษานัดหมายการให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

การประเมินผล

สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 12 ปัจฉิมนิเทศและยุติการให้คำปรึกษา

เวลาที่ใช้ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสรุปผลของการร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษา
2. เพื่อให้นักเรียนเกิดความเข้าใจและสามารถแก้ไข เปลี่ยนแปลงทัศนคติ ความคิด ความเชื่อที่ไม่สมเหตุสมผล ต่อการใช้สารแอมเฟตามีน
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถลดทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนได้

วิธีการดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายนักเรียน
2. ผู้ให้คำปรึกษาทบทวนผลของการให้คำปรึกษาที่ผ่านมาทั้งหมด
3. ผู้ให้คำปรึกษาให้นักเรียนสรุปผลของการเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษา
4. ผู้ให้คำปรึกษาและนักเรียนช่วยกันสรุปวิธีการ และแนวทางการนำไปใช้ลดทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนได้อย่างเหมาะสม
5. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปเพิ่มเติมถึงโทษและพิษภัยของการใช้สารแอมเฟตามีน
6. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบใจนักเรียนและกล่าวปิดการทดลอง

การประเมินผล

สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นและการตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความในแบบสอบถามแต่ละข้อ แล้วพิจารณาตอบให้ตรงกับความคิด ความรู้สึก และแนวโน้มของพฤติกรรมที่เป็นจริงโดยทำเครื่องหมาย (✓) ในช่องหลังข้อความที่กำหนดไว้ให้ โดยแบ่งน้ำหนักไว้ 5 ระดับ ในการตอบแบบสอบถามนี้จะไม่เกิดผลเสียใด ๆ ต่อนักเรียน ขอให้นักเรียนตอบให้ตรงกับความเป็นจริงให้มากที่สุด

แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ด้าน

ก. ด้านความคิด

คำชี้แจง

- เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดของนักเรียน มากที่สุด
- เห็นด้วย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดของนักเรียน มาก
- ไม่แน่ใจ หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความคิดของนักเรียน บางครั้ง
ก็ไม่ตรงกับความคิดของนักเรียน
- ไม่เห็นด้วย หมายถึง ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดของนักเรียน มาก
- ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง ข้อความนั้นไม่ตรงกับความคิดของนักเรียน มากที่สุด

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1. การเสพยาบ้าทำให้เสีย อนาคต					
2. การเสพยาบ้าทำให้มี เพื่อนมากขึ้น					
3. คนที่ทำงานแล้วเสพยา บ้าไม่ใช่เรื่องน่าเสียหาย					
4. ยาบ้ามีผลทำให้ผู้เสพ สบายใจขึ้น					
5. การเสพยาบ้าก่อให้เกิด การทะเลาะวิวาทใน กลุ่มเพื่อน					

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
6. ยาบ้ามีผลกระทบต่อ สุขภาพวัยรุ่นน้อยมาก เพราะวัยรุ่นมีสุขภาพ แข็งแรง					
7. การเสพยาบ้าทำให้เสีย การเรียน					
8. ยาบ้ามีผลกระทบต่อ ร่างกายในระยะสั้น ๆ เท่านั้น					
9. การเสพยาบ้าช่วยลด อาการอ่อนล้าทาง ร่างกายได้					
10. การเสพยาบ้าครั้งแรก ไม่ได้ทำให้อยากเสพ อีกเพราะยาบ้าไม่ใช่ สารเสพติด					
11. ผู้ที่ติดยาบ้ารักษาให้ หายได้ง่ายกว่าสาร เสพติดประเภทอื่น ๆ					
12. การเสพยาบ้าเป็นสิ่ง ไม่ดี เพราะก่อให้เกิด ความเดือดร้อนแก่ ตนเองและผู้อื่น					

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
13. ยาบ้ามีส่วนช่วยให้ ผู้เสพอ่านหนังสือได้ นาน ๆ					
14. ยาบ้ามีโทษต่อร่างกาย แม้จะเสพเพียงเล็กน้อย					
15. ยาบ้าเป็นสารกระตุ้นให้ เกิดความขยัน					
16. การเสพยาบ้าไม่ได้ สร้างความดีใจหรือ ให้แก่ผู้อื่น					
17. การเสพยาบ้าเป็น แนวทางไปสู่การใช้ สารเสพติดประเภทอื่น					
18. ยาบ้าช่วยให้ผู้เสพขยัน เรียนมากขึ้น					
19. ยาบ้ามีส่วนของสารที่ เป็นอันตรายต่อสุขภาพ					
20. การเสพยาบ้าทำให้ สุขภาพเสื่อมโทรม					
21. ยาบ้าทำให้ร่างกาย อ่อนแอเมื่อเสพเข้าไป มาก					
22. คนจิตใจอ่อนแอเท่านั้น ที่เสพยาบ้า					

ข. ด้านความรู้สึก

คำชี้แจง

มากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของนักเรียน	มากที่สุด
มาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของนักเรียน	มาก
ปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของนักเรียน	ปานกลาง
น้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของนักเรียน	น้อย
น้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของนักเรียน	น้อยที่สุด

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. รู้สึกไม่สบายใจที่ยาบ้ามี การระบาคมาก					
2. ไม่สบายใจที่บุคคลบาง กลุ่มใช้ยาบ้าเพื่อแก้ ปัญหาชีวิต					
3. น่าเสียดายอย่างยิ่งที่ เยาวชนไทยส่วนหนึ่ง ติดยาบ้าโดยรู้เท่า ไม่ถึงการณ์					
4. ผู้ที่เสพยาบ้าเป็นคน อารมณ์ดี					
5. รู้สึกสบายใจที่ทาง ราชการให้ความสนใจ ต่อปัญหาการระบาคของ ยาบ้า					
6. คนที่เสพยาบ้าเป็นคน อารมณ์ดี					
7. คนที่เสพยาบ้า เป็นคนที่ น่ารังเกียจของบุคคล ทั่วไป					

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
8. คนที่ติดยาบ้าเป็นคนที่ น่าเห็นใจ					
9. รู้สึกรำคาญที่คนพูดถึง พิษภัยของยาบ้ามาก เกินไป					
10. รู้สึกเศร้าใจที่เยาวชน ไทยใช้ยาบ้ากันมากขึ้น					
11. รู้สึกรังเกียจคนที่เสพ ยาบ้า					
12. ขำพเจ้าใจที่มีคน ต่อต้านการเสพยาบ้า					
13. ขำพเจ้าไม่สนใจเมื่อได้ ยินว่ามีคนเสพยาบ้า กันมากขึ้น					
14. รู้สึกไม่สบายใจเมื่อ เพื่อน ๆ คุยกันเรื่อง การลองเสพยาบ้า					
15. การมียาบ้าอยู่ใน ครอบครอง โก้และ ทำทายดี					

ค. ด้านแนวโน้มที่จะกระทำ

คำชี้แจง

เป็นประจำ หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับที่นักเรียนตั้งใจที่จะกระทำ ทุกครั้ง

บ่อยครั้ง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับที่นักเรียนตั้งใจที่จะกระทำ เกือบทุกครั้ง

บางครั้ง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับที่นักเรียนตั้งใจที่จะกระทำบ้าง

ไม่กระทำบ้าง เท่า ๆ กัน

นาน ๆ ครั้ง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับที่นักเรียนตั้งใจที่จะกระทำ น้อยครั้งมาก

น้อยครั้งที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับที่นักเรียนตั้งใจที่จะแทบ ไม่กระทำเลย

ข้อความ	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	น้อยครั้งที่สุด
1. เมื่อเพื่อน ๆ ชวนให้ลองเสพยาบ้า ข้าพเจ้าจะปฏิเสธทันที					
2. ข้าพเจ้าพูดห้ามปรามเมื่อเห็น เพื่อนๆ เสพยาบ้า					
3. ถ้าพบเห็นเพื่อนเสพยาบ้า ข้าพเจ้า จะไปบอกครู					
4. ข้าพเจ้าบอกเพื่อน ๆ ว่าการเสพ ยาบ้าเป็นสิ่งที่ไม่ควรทำ					
5. การคบเพื่อนที่ใ้ยาบ้า จะทำให้ ถูกชักจูงไปสู่การใ้ยาบ้า					
6. ข้าพเจ้ารู้จักวิธีป้องกันตนเองให้ หลีกเลี่ยงจากยาบ้า					
7. อ่านเอกสารหรือบทความเกี่ยวกับ ยาบ้าเสมอ ๆ					
8. เมื่อรู้สึกอ่อนเพลีย ข้าพเจ้าจะใช้ ยาบ้าเพื่อช่วยให้เกิดความ กระตือรือร้น					

ข้อความ	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	นาน ๆ ครั้ง	น้อยครั้งที่สุด
<p>9. เมื่อมีครุฑมาถึงพฤติกรรมของเพื่อนที่เสพยาบ้า ข้าพเจ้าจะช่วยเพื่อนปกปิด</p> <p>10. เดือนตัวเองอยู่เสมอ ๆ ว่ายาบ้ามีอันตราย</p> <p>11. ให้คำแนะนำกับเพื่อนหรือสมาชิกในครอบครัวเกี่ยวกับผลเสียต่อร่างกายที่ผู้เสพจะได้รับ</p>					

ภาคผนวก ข.

1. ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถาม ที่สนกติดูสารแอมเฟตามีน
2. ค่าคะแนนดิบของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 5 แสดงค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทัศนคติต่อ

สารแอมเฟตามีน

ข้อที่	ค่า t	ข้อที่	ค่า t
	ก. ด้านความคิด	3	4.04
1	4.32	4	3.86
2	3.16	5	3.38
3	3.86	6	2.94
4	3.40	7	3.39
5	3.48	8	2.97
6	3.17	9	3.16
7	4.34	10	4.12
8	4.37	11	4.06
9	4.32	12	4.43
10	5.42	13	3.17
11	3.33	14	4.05
12	4.64	15	3.46
13	3.31		ค. ด้านแนวโน้มที่จะกระทำ
14	3.97	1	4.91
15	3.27	2	3.79
16	3.90	3	3.79
17	3.56	4	4.29
18	6.61	5	2.75
19	4.84	6	4.13
20	5.31	7	3.20
21	4.21	8	2.80
22	3.54	9	3.88
	ข. ด้านความรู้สึก	10	3.64
1	4.76	11	6.53
2	3.55		

ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ = .94 ค่าอำนาจจำแนกทั้งฉบับตั้งแต่ 2.75-6.61

ตาราง 6 แสดงคะแนนทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียน กลุ่มทดลองที่ 1
ก่อนและหลังการได้รับคำปรึกษา เป็นกลุ่ม แบบเหตุผล-อารมณ์

คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ผลต่างของคะแนนทัศนคติ
1	132	104	28
2	135	110	25
3	144	109	35
4	129	88	41
5	125	97	28
6	121	98	23
7	153	121	32
8	130	117	13

ตาราง 7 แสดงคะแนนทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียน กลุ่มทดลองที่ 2 ก่อนและ
หลังการได้รับคำปรึกษาเป็นรายบุคคล แบบเหตุผล-อารมณ์

คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ผลต่างของคะแนนทัศนคติ
1	118	85	33
2	134	113	21
3	132	110	22
4	136	87	49
5	132	98	34
6	143	117	26
7	127	115	12
8	129	92	38

ตาราง 8 แสดงผลต่างของทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษา
เป็นกลุ่ม และรายบุคคล

คนที่	กลุ่มทดลองที่ 1		ผลต่าง	กลุ่มทดลองที่ 2		ผลต่าง
	ก่อนการ ทดลอง	หลังการ ทดลอง		ก่อนการ ทดลอง	หลังการ ทดลอง	
1	132	104	28	118	85	33
2	135	110	25	134	113	21
3	144	109	35	132	110	22
4	129	88	41	136	87	49
5	125	97	28	132	98	34
6	121	98	23	143	117	26
7	153	121	32	127	115	12
8	130	117	13	129	92	37

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ นางสาวภัทรวรรณ อุ่มลออ
 วัน เดือน ปี เกิด 24 เมษายน 2502
 สถานที่เกิด อำเภอท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี
 สถานที่อยู่ปัจจุบัน 580 หมู่ 1 ตำบลท่ายาง อำเภอท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี

ประวัติการทำงาน

พ.ศ. 2524-2530 เป็นอาจารย์แนะแนวโรงเรียนหนองโพนวิทยา
 อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี
 พ.ศ. 2531-ปัจจุบัน เป็นอาจารย์แนะแนว โรงเรียนท่ายางวิทยา
 อำเภอท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2519 จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5
 โรงเรียนพรหมานุสรณ์จังหวัดเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี
 พ.ศ. 2523 วิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาจิตวิทยาและการให้คำปรึกษา
 มหาวิทยาลัยรามคำแหง
 พ.ศ. 2541 การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการแนะแนว)
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์เป็นกลุ่มและรายบุคคล
ที่มีต่อทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
โรงเรียนท่ายางวิทยา จังหวัดเพชรบุรี

บทคัดย่อ

ของ

ภัทรวรรณ อุ่มล่อ

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

พฤษภาคม 2541

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎี เหตุผล-อารมณ์ เป็นกลุ่มและรายบุคคล ที่มีต่อทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน ของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนท่ายางวิทยา จังหวัดเพชรบุรี

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ไม่เคยใช้สารแอมเฟตามีนมาก่อน และมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 ขึ้นไป จำนวน 16 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน โดยกลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาเป็น กลุ่ม และกลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามทัศนคติต่อสารแอมเฟตามีน ซึ่งมีค่า ความเชื่อมั่น 0.94 และโปรแกรมการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม และรายบุคคล สถิติที่ใช้ในการ วิเคราะห์ข้อมูล คือ การทดสอบของวิลคอกชัน และการทดสอบของแมน วิทนี

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลง หลังจากได้รับการให้คำ ปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อสารแอมเฟตามีนลดลง หลังจากได้รับการให้คำ ปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ กับนักเรียน ที่ได้รับการให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล ตามทฤษฎีเหตุผล-อารมณ์ มีทัศนคติทางบวกต่อสาร แอมเฟตามีนลดลงไม่แตกต่างกัน

A COMPARISON OF THE EFFECTS OF GROUP AND INDIVIDUAL BASED ON
RATIONAL-EMOTIVE APPROACH ON THE ATTITUDE TOWARDS
AMPHETAMINE OF MATHAYOM SUKSA II STUDENTS OF
THAYANGWITTAYA SCHOOL IN AMPHOE THAYANG,
CHANGWAT PHETCHABURI

AN ABSTRACT

BY

PATARAWAN UMLAOR

Presented in partial fulfillment of the requirements for the Master of Education degree
in Guidance and Counselling Psychology
at Srinakharinwirot University

May 1998

The purpose of this experimental research was to compare the effects of group counseling and individual counseling based on Rational-Emotive Approach on the attitude towards Amphetamine of Mathayom Suksa II students of Thayangwittaya School in Amphoe Thayang, Changwat Phetchaburi.

The subjects of sixteen Mathayom Suksa II students, no record of using the Amphetamine before, were random by selected from the students whose positive attitude towards Amphetamine were lower than seventy fifth percentile. The subjects were then randomly divided into two experimental groups, each group consisted of 8 students. The experimental group I participated in the Rational-Emotive group counseling program while the experimental group II was exposed to the individual Rational-Emotive counseling program. The instruments were the questionnaire of the attitude towards Amphetamine and the group counseling and the individual counseling programs based on Rational-Emotive Theory. The data were analyzed by the Wilcoxon's Matched-Pairs Signed-Ranks Test and the Mann-Witney U Test.

The results were as follows :

1. The positive attitude towards Amphetamine of the students participated in the Rational-Emotive group counseling program significantly decreased at .01 level.
2. The positive attitude towards Amphetamine of the students exposed to the individual Rational-Emotive counseling program significantly decreased at .01 level.
3. No significant difference was found the positive attitude towards Amphetamin between the students participated in the Rational-Emotive group counseling program and thosed exposed to the individual Rational-Emotive counseling.