



ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษา แบบผู้รับการศึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers ต่อการปรับตัวด้านการเรียน ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี

ชวนพิศ เปรมกมล, ศรีสมร สุริยาศศิณ
 สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยรามคำแหง
 อีเมล: Chuanphit@gmail.com

Received: April 1, 2019 Revised: April 12, 2019 Accepted: April 18, 2019

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการศึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers ต่อการปรับตัวด้านการเรียน ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี ที่เข้าร่วมและไม่ได้เข้าร่วมรับการปรึกษาแบบกลุ่ม (2) เปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการศึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers ต่อการปรับตัวด้านการเรียน ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี เป็นกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง (3) เปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการศึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers ต่อการปรับตัวด้านการเรียน ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ระหว่าง หลังการทดลอง และเมื่อสิ้นสุดระยะเวลาการติดตามผล 2 สัปดาห์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2560 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ ที่มีคะแนนผลการเรียนต่ำกว่า 2.00 ในภาคเรียนที่ 1 มีคะแนนการปรับตัวด้านการเรียนในระดับต่ำ และมีความสมัครใจที่จะเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 16 คน และทำการสุ่มอย่างง่ายเพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คนและกลุ่มควบคุม 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบวัดการปรับตัวด้านการเรียนและโปรแกรมการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการศึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers วิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ ได้แก่ สถิติ Independent t-test และสถิติ Dependent t-test

ผลการวิจัย พบว่า (1) นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่เข้าร่วมและไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการศึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers มีการปรับตัวด้านการเรียน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (2) นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่ได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ก่อนและหลังการเข้าร่วมรับการปรึกษาแบบกลุ่มมีการปรับตัวด้านการเรียน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (3) นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่ได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หลังการเข้าร่วมรับการปรึกษาแบบกลุ่มและเมื่อสิ้นสุดระยะเวลาการติดตามผล 2 สัปดาห์ มีการปรับตัวด้านการเรียน ไม่แตกต่างกัน

คำสำคัญ: การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม, ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการศึกษาเป็นศูนย์กลาง, การปรับตัวด้านการเรียน, นักศึกษาระดับปริญญาตรี



THE EFFECTS OF GROUP COUNSELING BASED ON CLIENT-CENTERED THEORY OF CARL R. ROGERS ON LEARNING ADJUSTMENT OF UNDERGRADUATE STUDENTS

Chuanphit Premkamol, Srisamorn Suriyasasin
Ramkhamhaeng University
Email: Chuanphit@gmail.com

ABSTRACT

In this quasi-experimental research investigation, the researcher compares (1) the effects of group counseling based on client – centered theory of Carl R. Rogers on learning adjustment of undergraduate students participating in group counseling with those who do not participate. The researcher also compares (2) the effects of group counseling based on client – centered theory of Carl R. Rogers on learning adjustment of undergraduate students is an experimental groups, prior to the commencement and after the completion of the experiment. Finally, furthermore, the researcher compares (3) the effects of group counseling based on client – centered theory of Carl R. Rogers on learning adjustment of undergraduate students after the completion of the experiment and at the end of the 2 –week follow-up period The sample population consisted of sixteen first-year undergraduate students with the GPA lower than 2.00 for the first semester of academic year 2017 at Rajamangala University of Technology Suvarnabhumi. The simple random sampling method was used to divide the students into an experiment group and a control group of eight each. The research instruments consisted of a form on learning adjustment and a group counseling program the effects of group counseling based on client – centered theory of Carl R. Rogers Through applications of a computer software program, the researcher analyzed the data collected by means of an independent t- test and a dependent t- test.

Findings are as follows: (1) Undergraduate students the effects of group counseling based on client – centered theory of Carl R. Rogers on learning adjustment of undergraduate students participating in group counseling with those who do not participate on learning adjustment different at the statistically significant level of .05. (2) Undergraduate students who participated in group counseling before and after participating in group counseling, there is an adjustment in learning. Differing significantly at the level of .05 (3) Undergraduate students who participated in group counseling After joining the group counseling and at the end of the 2-week follow-up period, there is an adjustment of learning not different

Keywords: Group Counseling, Client– Centered Theory, Learning Adjustment, Undergraduate Students.



บทนำ

ในปัจจุบัน การศึกษาในระดับอุดมศึกษานั้น นักศึกษาจะต้องเป็นผู้ที่ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ต้องรับผิดชอบต่อการเรียน มีความมุ่งมั่น พยายามทุ่มเทให้การเรียนมากกว่าการเรียนในระดับมัธยมศึกษา นักศึกษาที่เข้ามาเรียนในมหาวิทยาลัยในปีแรกๆ ต้องเผชิญกับ ปัญหาด้านการเรียน เนื่องจากยังขาด ประสบการณ์และความเข้าใจวิธีการศึกษา ไม่เข้าใจวิธีการเรียน ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 17 - 25 ปี ซึ่งเป็นวัยรุ่นตอนปลายอยู่ในระยะมีการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสภาพแวดล้อม วิธีการเรียน การสอน การใช้ชีวิตด้านต่างๆ อาจก่อให้เกิดความเครียด และมีปัญหา การปรับตัวได้ง่าย เพราะนักศึกษาในปีแรกต้องเจอกับ การเปลี่ยนแปลงด้านการเรียน การสอน ซึ่งอาจ ไม่คุ้นเคย ทำให้เกิดความสับสน ท้อแท้ ต่อการเรียนและยังต้องคิดตัดสินใจด้วยตนเอง ต้องเรียนรู้ในการ สร้างสัมพันธภาพกับอาจารย์ การคบเพื่อน ทั้งในเพศเดียวกันและต่างเพศ การพบกลุ่มเพื่อนใหม่ที่มีพื้น ฐานต่างกัน การที่ต้องพักอยู่กับบุคคลอื่น โดยเฉพาะนักศึกษาชั้น ปีที่1 ในมหาวิทยาลัยเป็นก้าวแรกและ ก้าวสำคัญสำหรับชีวิตทางการศึกษา เป็นช่วงชีวิตแห่งการปรับตัว เพื่อก่อให้เกิดความพร้อมต่อการเป็น ผู้เรียนในระดับอุดมศึกษาและ พร้อมที่จะก้าวอย่างมั่นคงต่อการเรียนรู้ใน วิชาชีพในระดับที่สูงขึ้น จึงถือ ได้ว่าเป็นก้าวแรกแห่ง การวางรากฐานชีวิตการเรียนรู้ซึ่งแนวทางในการปรับตัวจากชีวิตนักเรียนมาสู่ชีวิต การเป็นนักศึกษาระดับอุดมศึกษาการปรับตัวของนิสิตนักศึกษาในช่วงเริ่มต้นการศึกษาใหม่มีหลายประการ ด้วยกัน ดังที่ จิรวัดน์ วิวัชร.(2548 น. 69 - 70) ได้กล่าวไว้ในคัมภีร์ชีวิตนิสิตใหม่ว่า นักศึกษาต้องปรับ ทัศนคติตนเองให้สอดคล้องกับความเป็นผู้เรียนในระดับอุดมศึกษา เพื่อจะได้วางแผนการ เรียนรู้ของ ตนเองให้บรรลุเป้าหมาย ต้องปรับพฤติกรรมใช้ชีวิตทางการศึกษาทางการศึกษาที่เหมาะสม ด้วยการ แสวงหาประสบการณ์การ เรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมเสริมหลักสูตรหรือกิจกรรมทวีปัญญาที่หน่วย งานของมหาวิทยาลัยจัดขึ้น การฝึกบริหารเวลา การใช้ชีวิตในรูปแบบการจัดทำแผน สร้างโอกาสในการ เปิดตนเองให้มีกลุ่มเพื่อนเพิ่มมากขึ้นทั้ง ภายในสาขาวิชา ต่างสาขาวิชา ต่างคณะ และต่างสถาบัน การ พัฒนาตนเองจากเดิมที่เคยพึ่งพาผู้อื่นในเรื่องการ เรียนไปสู่การพึ่งตนเองมากขึ้นและต้องปรับรูปแบบการ เรียนรู้ให้เหมาะสมกับการเรียนรู้ ยุคใหม่ เนื่องจากการเรียนรู้ในปัจจุบันเป็นการเรียนรู้ที่ไร้พรมแดน แหล่ง ความรู้มีอยู่ทั่วโลกที่นักศึกษาสามารถเข้าถึงได้ ดังนั้นนักศึกษาจึงต้องปรับเปลี่ยนท่าทีการเรียนรู้ใหม่ จาก เดิมที่พึ่งพาความรู้จากอาจารย์ ตำราเรียน และห้องสมุดของสถาบันเป็นหลักไปสู่การเรียนรู้ด้วยตนเอง จากแหล่งการเรียนรู้ทั่วโลก มีการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของตน ให้เหมาะสมกับการเรียนรู้ยุคใหม่ เช่น ทักษะการคิดเชิงวิเคราะห์และสังเคราะห์ ทักษะการนำเสนอ มีการพัฒนาทักษะการใช้ภาษาต่างประเทศ โดยเฉพาะภาษาอังกฤษ เพื่อสร้างศักยภาพในการเข้า ถึงข้อมูลข่าวสาร การพัฒนาทักษะ การแสวงหา ความรู้ เพื่อให้สามารถเข้าถึงแหล่งความรู้ผ่านระบบเครือข่ายของมหาวิทยาลัยและเครือข่ายอื่นๆ พัฒนา นิสัยใฝ่เรียนรู้ที่เกิดขึ้นในตนเอง โดยพัฒนาการมองเห็นเหตุการณ์สภาพการณ์รอบตัวในเชิงการเรียนรู้ และ พัฒนาตนเองให้ก้าวทันกับข้อมูลความเคลื่อนไหวเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับศาสตร์ที่ตนศึกษา และเมื่อเข้า มาศึกษาในระดับอุดมศึกษาต้องมีการปรับตัวในทุกๆ ด้าน เพื่อให้ประสบความสำเร็จ ทั้งด้านการเรียน ด้านผู้สอน ด้านกลุ่มเพื่อน ด้านสภาพแวดล้อม และด้านกิจกรรม ดังนั้นวิธีการแก้ปัญหาดังกล่าว



โดยการใช้วิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มซึ่งมีประโยชน์มาก เพราะสามารถลดความวิตกกังวล ลดความตึงเครียด ลดความคับข้องใจ ของนักศึกษาให้สามารถปรับตัวได้ ทำให้รู้จักตนเอง กล้าเผชิญปัญหา และหาวิธีการแก้ไขปัญหาได้ การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถนำมาใช้ในการบริการช่วยเหลือ โดยมุ่งช่วยให้สำรวจและประเมินตนเอง เรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง นำตนเองไปสู่ความสำเร็จและความสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

จากสภาพปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ ศูนย์พระนครศรีอยุธยา หันตรา พบว่า มีการลาออก ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 เป็นจำนวนมากในภาคการศึกษาที่ 2 เพื่ออธิบายให้นักศึกษามีทางเลือก แทนการลาออก ผู้วิจัยจึงสนใจนำวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมาช่วยการปรับตัวด้านการเรียน ซึ่งคาดหวังว่า ผลการศึกษาจะเป็นแนวทางในการวางแผน ป้องกันแก้ไขปัญหา และการให้ความช่วยเหลือ นักศึกษา ให้มีการปรับตัวด้านการเรียนดีขึ้น จะส่งผลให้นักศึกษาได้มีการพัฒนาทางด้านการเรียนให้ดียิ่งขึ้น สำเร็จเป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพในอนาคต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษา เป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers ต่อการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่เข้าร่วมรับการปรึกษาแบบกลุ่มและไม่ได้เข้าร่วมรับการปรึกษาแบบกลุ่ม
2. เพื่อเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษา เป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers ต่อการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ซึ่งเป็นกลุ่มทดลอง ระหว่างก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง
3. เพื่อเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers ต่อการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ระหว่างหลังการทดลอง และเมื่อสิ้นสุดระยะเวลาการติดตามผล 2 สัปดาห์

สมมุติฐานการวิจัย

1. นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่รับและไม่ได้เข้าร่วมรับการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers มีการปรับตัวด้านการเรียนแตกต่างกัน
2. นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่ได้เข้าร่วมก่อนและหลังเข้าร่วมรับการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers มีการปรับตัวด้านการเรียนแตกต่างกัน



3. นักศึกษาระดับปริญญาตรี หลังจากการเข้าร่วมรับการปรึกษาแบบกลุ่ม และเมื่อสิ้นสุดระยะการติดตามผล 2 สัปดาห์ มีการปรับตัวด้านการเรียนไม่แตกต่างกัน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม หมายถึง กระบวนการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา จำนวนตั้งแต่สองคนขึ้นไป ซึ่งมีความต้องการตรงกันที่จะปรับปรุงหรือแก้ไขปัญหา ร่วมกัน มาปรึกษาหารือกันเป็นกลุ่มโดยมีผู้ให้บริการปรึกษาเอื้ออำนวยให้กระบวนการกลุ่มดำเนินไปอย่างราบรื่น สมาชิกในกลุ่มแต่ละคนมีโอกาสแสดงความรู้สึกและความคิดเห็น ได้สำรวจตนเองยอมรับตนเอง กล้าที่จะเผชิญ ปัญหา ได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหาหรือปรับปรุงตนเอง อีกทั้งได้ฟังความรู้สึกและความคิดเห็น ของผู้อื่นทำให้สามารถมองเห็นช่องทางในการแก้ไขปัญหาของตน เนื่องจากได้รับคำแนะนำหรือความคิดเห็นจากสมาชิกในกลุ่มภายใต้บรรยากาศแห่งการยอมรับและอบอุ่น มีการไว้วางใจกัน

2. ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers หมายถึง การสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษาในงานวิจัยนี้ จะยึดแนวความคิด ของ Carl R. Rogers เป็นพื้นฐาน ประกอบด้วย ความเชื่อ ความมีเหตุผลของมนุษย์ มนุษย์ทุกคนใฝ่ดี มีความคิดสร้างสรรค์ สามารถปรับปรุงตนเอง สามารถเปลี่ยนแปลงตนเอง จัดการและควบคุมตนเองได้

3. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers ต่อการปรับตัวด้านเรียนของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี หมายถึง โปรแกรมที่สร้างขึ้นเพื่อช่วยเหลือให้นักศึกษาที่เข้ากลุ่มได้รับการดูแล มีความคิดที่จะปรับปรุงและสำรวจตนเอง นำไปสู่การปรับตัวในด้านการเรียนได้ มีทั้งหมด 9 ครั้ง

4. การปรับตัวด้านการเรียน หมายถึง การปรับตัวและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนให้สอดคล้องกับการเรียนในระดับอุดมศึกษา

5. กลุ่มทดลอง หมายถึง กลุ่มนักศึกษาที่เข้าร่วมรับการปรึกษาแบบกลุ่ม

6. กลุ่มควบคุม หมายถึง กลุ่มนักศึกษาที่ไม่ได้เข้าร่วมรับการปรึกษาแบบกลุ่ม

7. นักศึกษา หมายถึง นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2560 ของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ ศูนย์พระนครศรีอยุธยา หันตรา

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผลการวิจัยจะเป็นข้อมูลแก่ คณะ อาจารย์ที่ปรึกษา กองพัฒนานักศึกษา และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ได้รับทราบถึงสภาพปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 และเป็นแนวทางในการนำวิธีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มมาใช้ในการแก้ปัญหการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ซึ่งเป็นช่วงปีแรกของการเข้าศึกษาระดับอุดมศึกษา



2. เพื่อเป็นประโยชน์แก่นักศึกษาที่มีปัญหาในการปรับตัว ให้สามารถเข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถปรับตัวได้ดีขึ้น ชะลอปัญหาด้านต่างๆ ลง ซึ่งจะช่วยให้นักศึกษามีประสิทธิภาพในการศึกษามากยิ่งขึ้น

3. ผลการวิจัยเป็นข้อมูลเสนอแนะต่อหน่วยงานที่นำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์โดยตรง ได้แก่ สำนักส่งเสริมวิชาการและงานทะเบียน กองพัฒนานักศึกษา เพื่อใช้เป็นแนวทางในการป้องกัน แก้ไข และพัฒนานักศึกษา

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้นำเสนอเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังต่อไปนี้

1. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

Rogers (1972 อ้างถึงใน จุมจินต์ สลัดทุกซ์,2543) ผู้นำทฤษฎีว่าด้วยตน และทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ได้พิจารณาการปรับตัวในแง่ของการปรับตัวตามภาพในตนโดยเขาเชื่อว่ามนุษย์ ทุกคนเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์ต่างๆรอบตัวซึ่งเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ส่วนหนึ่งของประสบการณ์ที่บุคคลได้รับรู้และมีการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น รวมทั้งการประเมินผลจากการมีปฏิสัมพันธ์นั้นก่อให้เกิดตัวเรา(Self) หรือ “โครงสร้างของตน” ขึ้นมาเป็นการรับรู้เกี่ยวกับตนในด้านต่างๆ เช่น บุคลิกลักษณะความสามารถของตน บทบาทต่างๆของตนในการเกี่ยวข้องกับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม ทัศนคติ และค่านิยมต่างๆ ของตนประสบการณ์ที่แต่ละบุคคลได้รับ ล้วนมีส่วนสำคัญในการกำหนดบุคลิกภาพของบุคคลให้แตกต่างกัน โดยที่แต่ละคนจะเข้าใจและรู้จักโลกส่วนตัวของเขาได้ดีที่สุด บุคคลที่ปรับตัวได้ คือ บุคคลที่เป็นตัวของตัวเอง เข้าใจและยอมรับตนเองและผู้อื่นรวมทั้งสามารถรับรู้ประสบการณ์ต่างๆตามความเป็นจริง และนำประสบการณ์นั้นมาจัดให้สอดคล้องกับโครงสร้างหรือบุคลิกบอกลักษณะของตนอย่างไม่ขัดแย้งหรือบิดเบือน รวมถึงมีการรับรู้และความคิดเกี่ยวกับตนเองในทางบวก ส่วนบุคคลที่ปรับตัวไม่ได้จะมีความขัดแย้งระหว่างความคิดเกี่ยวกับตน และประสบการณ์ที่เกิดขึ้นมาใหม่ทำให้เกิดความตึงเครียด วิตกกังวล สับสน ไม่แน่ใจ สูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง และจะมีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเป็นไปในทางลบ

ปรัชญาและหลักการของทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

Rogers (1972) มองว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาควรจะเข้าใจทัศนะเกี่ยวกับมนุษย์ให้เข้าใจเสียก่อน เพื่อง่ายต่อการให้คำปรึกษา ซึ่ง Rogers ได้ให้ทัศนะของมนุษย์ดังต่อไปนี้

1. โดยพื้นฐานแล้วมนุษย์มีเหตุผล มีความพร้อมที่จะปรับปรุงตนเองให้อยู่ร่วมกันกับผู้อื่น ได้มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเองและมีความสามารถที่จะมองทุกสิ่งตามความเป็นจริง อารมณ์ของบุคคลที่มีลักษณะต่อต้านสังคม เช่น อารมณ์อิจฉา ไม่ได้เป็นแรงกระตุ้นทางธรรมชาติ ที่จะต้องควบคุมหรือบังคับไว้ เนื่องจากอารมณ์เหล่านี้เป็นเพียงปฏิกิริยาตอบสนองที่เกิดขึ้น จากการที่มนุษย์ไม่ได้รับการตอบสนอง



ความต้องการขั้นพื้นฐาน ได้แก่ ความต้องการความรัก การเป็นของความมั่นคง เป็นต้น

2. โดยพื้นฐานมนุษย์มีความสามารถจะร่วมมือกัน มีการกระทำและความคิดในลักษณะสร้างสรรค์ และน่าเชื่อถือ เมื่อใดก็ตามที่บุคคลมีอิสระจากการป้องกันตนเอง ปฏิกริยาเขาจะพัฒนาให้เป็นไปในแนวทางที่ดีงามและสร้างสรรค์ ไม่ต้องควบคุมความก้าวร้าว หรือแรงกระตุ้นที่จะต่อต้านสังคมของบุคคล เพราะเขาสามารถที่จะควบคุมตนเองได้ และสามารถที่จะจัดความสมดุลระหว่างความต้องการของตนเองและผู้อื่นได้ ความต้องการความรัก ความต้องการเพื่อน จะเป็นตัวถ่วงสมดุลความก้าวร้าว หรือ ความต้องการใดๆ ก็ตาม ที่จะละเมิดและรบกวนผู้อื่น

3. มนุษย์สามารถที่จะเรียนรู้ถึงปัจจัยทำให้เกิดการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม และสามารถเคลื่อนย้ายตนเอง เพื่อให้อยู่ในภาวะของการปรับตัวที่เหมาะสมได้ ความสามารถนี้เกิดขึ้นได้ในบรรยากาศของสัมพันธภาพที่มีลักษณะของการบำบัดรักษา และแนวโน้มนำไปสู่ภาวะที่ปรับตัวที่ดีขึ้น คือ มนุษย์มุ่งไปสู่การเป็นมนุษย์ที่แท้จริง ดังนั้นการให้คำปรึกษาจึงเน้นความสัมพันธ์ ที่เอื้อให้มนุษย์ปลดปล่อยความสามารถนี้ของบุคคลออกมา

4. มนุษย์มีความสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง สามารถจัดการและควบคุมตนเองถ้าอยู่ในสภาพการณ์ที่เหมาะสม เมื่อบุคคลอยู่ในสภาพการณ์ หรือบรรยากาศที่เหมาะสมสำหรับการเติบโตเขาจะพัฒนาศักยภาพของเขาอย่างสร้างสรรค์ Rogers (1972) เชื่อว่า บุคคลมีศักยภาพในการที่จะเข้าใจตนเอง เปลี่ยนแปลงโครงสร้าง “ตน” โครงสร้าง “ตน” หมายถึง การรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับตนเอง หรือความรู้สึกนึกคิดที่เกี่ยวกับตนเองว่าเป็นคนอย่างไร และโครงสร้างของตนจะค่อยๆ พัฒนาจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งปฏิสัมพันธ์ในเชิงของการประเมินเปรียบเทียบกับผู้อื่นจากประสบการณ์ของเขา หรือในการปรับเปลี่ยนทัศนคติพื้นฐาน และในการกำหนดทิศทางของพฤติกรรมด้วยตนเองเพื่อมุ่งไปสู่การเติบโต กลายเป็นคนที่มีความมั่นคง สุขภาพจิตดี Rogers ได้อธิบายไว้ว่า การเข้ากลุ่มให้คำปรึกษาทางจิตวิทยา เป็นการทำให้บุคคลเกิดความเป็นอิสระพึ่งตนเองได้ ถ้าเปิดเผยความรู้สึก นำไปสู่ความปรารถนาที่จะรับรู้สิ่งใหม่ๆ ในชีวิตมากขึ้น และโรเจอร์สเชื่อว่า กลุ่มสามารถจะพัฒนาศักยภาพของสมาชิก โดยใช้แนวทางของการเอื้ออำนวยมากกว่าการชี้นำ เพราะกลุ่มนั้นมีคล้ายคลึงกับชีวิต คือ สามารถเติบโตองงาม และมีทิศทางเจริญเติบโตของตนเอง ด้วยการเอื้ออำนวยให้เกิดบรรยากาศของความอบอุ่น ความรู้สึกภายในอย่างแท้จริง และการยอมรับซึ่งกันและกัน จะทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม และในแต่ละขั้นตอนของกระบวนการกลุ่มจะมีพลังแห่งการบำบัดรักษาเกิดขึ้น เพื่อให้สมาชิกกลุ่มบรรลุเป้าหมายของตนเอง

วิธีการศึกษา

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็น นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2560 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ ศูนย์พระนครศรีอยุธยา หันตรา ที่มีผล



การการเรียนรู้ อยู่ในระดับ ต่ำกว่า 2.00 มีจำนวน 78 คน

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยใช้การทดลองรูปแบบวัดก่อนการทดลองและหลังการทดลอง (Pre-test-Post-test Control Group Design) ใช้ระยะเวลาที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง 9 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 วัน คิดเป็นจำนวน 9 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้

1. โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
2. แบบสอบถามเกี่ยวกับการปรับตัว

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers ต่อการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 2 ประกอบด้วยกลุ่มทดลองเข้าร่วมรับการปรึกษาแบบกลุ่ม จำนวน 8 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 8 คนไม่ได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ใช้เวลาดำเนินการ ในช่วงเดือน พฤษภาคม ถึง กันยายน พ.ศ. 2560 เมื่อเสร็จสิ้นการทดลอง ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทำแบบวัดการปรับตัวด้านการเรียน หลังสิ้นสุดโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และสิ้นสุดการติดตามผล 2 สัปดาห์ โดยผู้วิจัยเป็นผู้เก็บข้อมูลด้วยตนเองและนำผลมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติและทดสอบสมมติฐาน

การวิเคราะห์ข้อมูล

เปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers ต่อการปรับตัวด้านการเรียน ของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี ระหว่างกลุ่มที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและไม่ได้เข้าร่วมรับการปรึกษาแบบกลุ่ม โดยระยะการทดลอง หลังการทดลอง และสิ้นสุดการทดลอง ทดสอบสมมติฐาน ด้วยสถิติ Independent t-test และ Dependent t-test

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัย ดังต่อไปนี้

1. นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่ได้เข้าร่วมและไม่ได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers มีการปรับตัวด้านการ



เรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่ได้เข้าร่วม ก่อน - หลัง การรับคำปรึกษาแบบกลุ่มตาม ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers มีการปรับตัวด้านการ เรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. นักศึกษาระดับปริญญาตรี หลังการเข้าร่วมรับการปรึกษาแบบกลุ่มและเมื่อสิ้นสุดระยะ การติดตามผล 2 สัปดาห์ มีการปรับตัวด้านการเรียน ไม่แตกต่างกัน

การอภิปรายผล

สมมติฐานที่ 1 พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่เข้าร่วมและไม่ได้เข้าร่วมรับการให้คำปรึกษา แบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers มีการปรับตัวด้านการเรียน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน เนื่องจาก นักศึกษาที่เข้ากลุ่มให้ความสนใจ ตั้งใจเข้าร่วมการให้การศึกษาแบบกลุ่มอย่างสม่ำเสมอทุกครั้ง ตามกำหนดและปฏิบัติตัวตามข้อตกลง ตั้งใจที่จะปรับตัวด้านการเรียนอย่างเต็มความสามารถ มีการไว้วางใจซึ่งกันและกัน บรรยากาศเป็นกันเอง ยอมรับตนเองและผู้อื่นมากขึ้น กล้าแสดงออกถึงความ รู้สึกต่างๆ เปิดเผยตัวเอง ทำให้กระบวนการ ให้การศึกษาแบบกลุ่มเกิดประสิทธิภาพสูงสุด สอดคล้อง กับ เสาวณี เตชะพัฒน์วงศ์ (2553) กล่าวว่า สมาชิกกลุ่มมีความต้องการตรงกันจะปรับปรุงหรือแก้ไข ปัญหาาร่วมกัน สมาชิกในกลุ่มแต่ละคนมีโอกาสแสดงความรู้สึกและความคิดเห็น ได้สำรวจตนเองยอมรับ ตนเอง กล้าที่จะเผชิญ ปัญหา ในขณะเดียวกันนักศึกษาที่ไม่ได้เข้าร่วมรับการปรึกษาแบบกลุ่มจะไม่ได้รับ ประสบการณ์เหล่านี้ ซึ่งทำให้คะแนนการปรับตัวด้านการเรียนต่ำกว่า

สมมติฐานที่ 2 พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่ก่อนและหลังเข้าร่วมการปรึกษาแบบกลุ่ม ตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers มีการปรับตัวด้าน การเรียนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้ นักศึกษากลุ่มทดลอง ที่เข้าร่วมการให้การศึกษาแบบกลุ่ม ได้สำรวจตนเอง และเข้าใจตนเองมากขึ้น สมาชิกกลุ่มร่วมกันสำรวจ พฤติกรรมความรับผิดชอบด้านการเรียนของตน แสดงความคิดเห็นและ เกิดการรับรู้และเรียนรู้ขึ้น มีการ ตัดสินคุณค่าพฤติกรรมด้านการปรับตัวและวางแผน แนวทางในการแก้ไขพฤติกรรมด้านการเรียน แล้ว กำหนดเป็นแนวทางที่ปฏิบัติชัดเจน

สมมติฐานที่ 3 พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรี หลังจากการเข้าร่วมรับการปรึกษา และเมื่อ สิ้นสุดระยะการติดตาม 2 สัปดาห์ การปรับตัวด้านการเรียนไม่แตกต่างกัน เนื่องจากนักศึกษา กลุ่ม ทดลองที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers เกิดการสำรวจพฤติกรรมของตนเองยอมรับความเป็นจริงที่เกี่ยวกับตนเองอย่าง แท้จริง จากการที่ผู้รับให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจสาเหตุที่ทำให้มีปัญหาด้านการเรียน เรียนไม่ดี เพราะขาด ความขยัน อดทน การเสริมสร้างให้สมาชิกกลุ่มได้ตระหนักถึงตัวตนของตน ซึ่งเท่ากับเป็นการตอกย้ำ



ทำให้เกิดความเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง เมื่อเข้าใจแล้วไม่ว่าเวลาจะยาวนานเพียงใด ความรู้ครั้งนี้ ก็ไม่เปลี่ยนแปลง ซึ่งส่งผลให้เมื่อสิ้นสุดการเข้ากลุ่มและสิ้นสุดการติดตามผล 2 สัปดาห์ ผลของการปรับตัวด้านการเรียนยังคงเดิมสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ ศรีแพรว โปธิกุล (2555) ซึ่งพบว่า การตระหนักผู้มีความสำคัญต่อความเข้าใจในสิ่งแวดล้อม

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ของ Carl R. Rogers ช่วยให้นักศึกษาได้รู้จักตนเอง เชื่อว่าตนสามารถพัฒนาผลการเรียนให้ดีขึ้นได้ ทำให้เกิดการใฝ่รู้ ใฝ่เรียน ก่อให้เกิดประโยชน์กับนักศึกษา ที่มีปัญหาด้านการเรียนได้

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาการปรับตัวของนักศึกษา ในระดับปริญญาตรี ในด้านอื่นๆ เช่น ด้านกลุ่มเพื่อน ด้านผู้สอน ด้านสภาพแวดล้อมภายในมหาวิทยาลัย และด้านกิจกรรม เป็นต้น

2. ควรศึกษาผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ตามแนวคิดและทฤษฎีอื่นๆ ต่อการปรับตัว เช่น ทฤษฎีของ Alfred Adler เป็นต้น

บรรณานุกรม

- กิดานันท์ ชำนาญเวช. (2551). *การปรึกษาเบื้องต้น*. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม.
- กาญจนา ไชยพันธุ์. (2541). *การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม*. ขอนแก่น : ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- กาญจนา ไชยพันธุ์. (2549). *การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม*. กรุงเทพฯ : รวมสาส์น.
- คมเพชร ฉัตรศุภกุล. (2530). *กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- จุฑารัตน์ ฉัตรพงษ์สวัสดิ์. (2553). *ปัจจัยคัดสรรที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษา ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา*. วิทยานิพนธ์มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา.
- จิน แบรี่. (2538). *คู่มือการฝึกทักษะการให้คำปรึกษา*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จิราภรณ์ อารยะรังสฤษฎ์. (2539). *จิตวิทยาการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม*. เชียงใหม่: ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ชูชัย สิทธิไกร. (2527). *การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม*. เชียงใหม่ : ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.



- ณัฐชยา สแตนตัน. (2557). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการปรับตัวของหญิงไทยที่สมรสกับชาวต่างชาติในจังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการให้คำปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ดวงฤดี พ่วงแสง. (2548). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวของนิสิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- ทิมาพร ไชยสิงห์. (2557). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อการพัฒนาทักษะชีวิตของวัยรุ่นนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 50 จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- นิภา ศรีไพโรจน์. (2528). สถิตินอนพาราเมตริก. มหาสารคาม. ภาควิชาพื้นฐานการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นนทิชา บุญละเอียด. (2554). การปรับตัวนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. ปัญหาพิเศษ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- นิรมล สุวรรณโคตร. (2553). การปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร. วิทยานิพนธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นิลญา อารณกุล. (2557). การปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์แห่งหนึ่ง ในประเทศไทย. วิทยานิพนธ์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พนม ลีอารีย์. (2546). การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม. มหาสารคาม : ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2531). วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. กรุงเทพฯ : สำนักงานทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- มาริสา รัตน์โสภา. (2550). ศึกษาผลการใช้กระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิตต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านค้อ อำเภอนนทบุรี จังหวัด หนองบัวลำภู. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิตสาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการให้คำปรึกษา บัณฑิต วิทยาลัยมหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ลักขณา ศรีวัฒน์. (2551). การให้คำปรึกษากลุ่ม. ขอนแก่น: ขอนแก่นการพิมพ์.
- ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. (2528). หลักการวิจัยทางการศึกษา. กรุงเทพฯ : ศึกษาพร.
- วัชร ทรัพย์มี. (2550). กระบวนการปรึกษาขั้นตอนสัมพันธ์สภาพทักษะ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่ง จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วัชร ทรัพย์มี. (2554). ทฤษฎีการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ: รวมสาส์น



- วราภรณ์ ตระกูลสุชาติ. (2549). *จิตวิทยาการปรับตัว*. กรุงเทพฯ : ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- วรรณภา กัญยาวงค์. (2551). *ลักษณะสถานการณ์ทางสังคมในงานอาชีพและลักษณะทาง จิตใจที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของผู้บริหารสตรีในองค์กรเอกชน*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วรรณศรี แวงงาม. (2539). *การศึกษาปัญหาการปรับตัว และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ศจีแพรว โปธิกุล. (2555). *การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สิรินทร์ สิมารักษ์ และคณะ. (2556). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการเกษตร มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนาในการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่ประชาคมอาเซียน*. วิทยานิพนธ์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา พิษณุโลก.
- เสาวนีย์ เตชะพัฒน์วณิช. (2553). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ*. สารนิพนธ์สาขาวิชาจิตวิทยาแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุภาพร ชูสาย. (2556). *การศึกษาศักยภาพและความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์*. วิทยานิพนธ์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์.
- อรพรรณ ลือบุญธวัชชัย. (2553). *การให้คำปรึกษาทางสุขภาพ*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Corey, G. (1985). *Theory and Practice of Group Counseling*. 2nd ed. Monterey: Brook/Cole Publishing.
- Corey, G. (2000). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Brook Cole Publishing Company: Pacific Grove, CA.
- Corey, G. (2004). *Student manual: Theory and practice of group counseling (6th ed.)*. Belmont, CA: Thomson.
- Mahler, C.A. (1969). *Group Counseling in School*. Boston: Houghton Mifflin.



- Corey, G. Trotzer, James P. (1999). *The Counselor and the Group: Integrating Theory, Training, and Practice*. 3rd ed. Philadelphia: Taylor & Francis.
- Roy, Mayer. (1976). *Applying Behavior-Analysis Procedures with Children and Youth*. New York: Rinehart.
- Rogers, C. R. (1942). *Counseling and psychotherapy; newer concepts in practice*. New York: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1962). *On becoming a person*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1970). *Carl Rogers on encounter groups*. New York: Harper & Row.
- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the self*. New York: Basic Books.
- Sasse, C. R. (1978). *Person to person*. Peoria, IL: Benfit.
- Trotzer, J. P. (1977). *The counselor and the group: Integrating theory, training and practice (2nd ed.)*. Monterey, CA: Brooks.