

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

บทความ

- บุญนิจ คัดโนภาส. "การแนะแนวหมู่." วารสารแนะแนว ๑๒ (สิงหาคม - กันยายน ๒๕๒๑) : ๕๔.
- สุธีรพันธ์ กรลักษณ์. "การฝึกฝนประสาทรับรู้ลึก." วารสารจิตวิทยาคลินิก ๔ (มกราคม ๒๕๑๖) : ๑๗ - ๒๓.
- อำนวยการ ทะพินค์แก. "การศึกษาอิทธิพลของการให้คำปรึกษาหารือต่อผลการเรียนของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่." วารสารแนะแนว ๕ (มกราคม - มีนาคม ๒๕๑๓) : ๖๖ - ๗๒.

ภาษาอังกฤษ

Books

- Ausubel, David P. Theory and Problems of Adolescent Development.
New York : Grune & Stratton, 1954.
- Brown, Frederick G. Principles of Educational and Psychological Testing, 2 nd ed. New York : Holt Rinehart and Winston, 1976.
- Cameron, Norman Alexander. The Psychology of Behavior Disorders :
a biological interpretation Boston : Houghton Mifflin, 1947.

- Gawrys, John Jr. and Brown, O Bruce. Group Guidance and Counseling in the Schools. New York : McGraw - Hill Book Co., 1974.
- Gordon, Ira J. Human Development Bombay : D.B Taraporelvala, Sons and Co. Private Ltd., 1970.
- Gronlund, Norman Edward. Sociometry in the Classroom New York : Harper, 1957.
- Jennings, Helew Hall. Sociometry in Group Relation Washington D.C. : American Council on Education, 1959.
- Nunnally, Jum C. Psychometric Theory New York : McGraw - Hill Book Company, Inc., 1967.
- Rogers, Dorothy. The Psychology of Adolescence New York : Appleton Century Crofts, 1962.
- Strang, Ruth. Counseling Technique in College and Secondary School. New York : Harper & Brothers, 1949.
- Winer, B.J. Statistical Principles in Experimental Design New York : McGraw - Hill Book Company, Inc., 1971.
- Verville, Elinor. Behavior Problems of Children. London : W.B. Saunders Co., 1968.

Articles

- Anderson, John R. "An Investigation of the Effect of Group Social Skill Training on the Inappropriate Social Behavior of Mentally Retarded Adults." Dissertation Abstracts International 39 (December 1978) : 3460-A.

- ๖๑
- Arbuckle, D.S. and Boy, A.V. "Client - Centered Therapy in Counseling Students with Behavior Problems." Journal of Counseling Psychology 8 (November 1961) : 136 - 139.
- Astrachan, M. "Group Psychotherapy with Mental Retarded Femal Adolescents and Adults." Journal of Mental Deficiency 60 (February 1955) : 152 - 161.
- Booney, M.E. "Personality Traits of Socially Successful and Socially Unsuccessful Children." Journal of Educational Psychology 34 (March 1943) : 449 - 473.
- Bryan, G.R. and Yaunker, E.M. "Counseling and Learning Through Small - Group Diseussion." A Multiple Counseling Project for Predelinquent Eight Grande Girls. In H.I. Driver ZEd.) Madison : Monona Publication, 1962.
- Caplan, S.W. "The Effect of Group Counseling on Junior High School Boys's Concept of Themselves in School." Journal of Counseling Psychology 4 (February, 1957) : 124 - 128.
- Desrats, Richard George. "The Effects of Developmental and Mondeling Group Counseling on Adolescents in Child Care Care Institutions." Dissertation Abstracts International 36 (November 1975) : 2625-A.

- Gilbreath, Stuart H. "Appropriate and Inappropriate Group Counseling with Academic Underachievers." Journal of Counseling Psychology 15 (November 1968) : 506.
- Guyer, Charles Grayson. "The Effects of Nonverbal Warm Up Exercises Upon Group Counseling Effectiveness with Adolescent Groups." Dissertation Abstracts International 39 (November 1978) : 2754-A.
- Kuhlen, R.G. and Bretsch, H.S. "Sociometric Status and Personal Problems of Adolescents." Sociometry 10 (October 1947) : 122 - 132.
- Laxer, R.M. Quarter, J.J. Isnor, Catherine and Kennedy, D.R. "Counseling Small Groups of Behavior Problem Student in Junior High Schools." Journal of Counseling Psychology 14 (March 1967) : 454 - 457.
- Lee, Don Yul. "Evaluation of a Group Counseling Program Design to Enhance Social Adjustment of Mentally Retarded Adults." Journal of Counseling Psychology 24 (March 1977) : 318 - 323.
- Northway, M.L. "Outside; A Study of the Personality Patterns of Children Least Acceptable to Their Age Mates." Sociometry 9 (July 1944) : 10 - 25.
- O' Donnell, William Edward. "The Relative Effectiveness of Transactional Analysis Group Counseling V.S. Gestalt Group Counseling in Effecting Change in Male Junior High School Truants." Dissertation Abstracts International 38 (May 1978) : 6542-A. .

- Rutledge, Pearl Black. "Effects of Short - Term Multiple Treatment Group Counseling on Social Interaction Grade." Dissertation Abstracts International 36 (September 1975) : 1315-A.
- Samulewicz, Edward. "The Effects of Critical Thinking and Group Counseling Upon Behavior Problem Students." Dissertation Abstracts International 36 (November 1975) : 2645 - A.
- Wilcox, G.T. and Guthrie, G.M. "Change in Adjustment of Institutionalized Female Defectives Following Group Psychotherapy," Journal of Clinical Psychology 13 (May 1957) : 9 - 13.
- Ulman, C.A. "Teacher Peers and Tests as Predictors of Adjustment." Journal of Education Psychology 4 (August 1957) : 257 - 267.
- Vernot, Gerald Gratian. "A Study of the Effectiveness of Group Counseling Using a Human Relation Treatment Program With Disruptive Tenth Grade Boys." Dissertation Abstracts International 36 (December 1975) : 3420-A.

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ก.

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์แบบทดสอบ



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์แบบทดสอบ

๑. หาความเที่ยง (Reliability) ของแบบสำรวจเพื่อประมาณค่าการปรับ
ศิวทางสังคม โดยใช้วิธีหาความคงที่ภายในของแบบทดสอบครึ่งฉบับ (Split -Half)

$$\text{สูตร } r_{xy} = \frac{\sum xy}{\sqrt{\sum x^2 \sum y^2}}$$

r_{xy}	แทน ความเที่ยงของแบบสำรวจครึ่งฉบับ
$\sum xy$	แทน ผลบวกของผลคูณระหว่างคะแนนข้อคู่และข้อคี่
$\sum x^2$	แทน ผลบวกของกำลังสองของคะแนนในข้อคี่
$\sum y^2$	แทน ผลบวกของกำลังสองของคะแนนในข้อคู่

แล้วหาความเที่ยงของแบบสำรวจนี้ทั้งฉบับ โดยใช้สูตร Spearman - Brown

Formula

$$r_{tt} = \frac{2r_{xy}}{1+r_{xy}}$$

r_{tt}	แทน ความเที่ยงของแบบสำรวจทั้งฉบับ
r_{xy}	แทน ความเที่ยงของแบบสำรวจครึ่งฉบับ

๒. หาความเที่ยง (Reliability) ของแบบประเมินการให้คำปรึกษา แบบ
วิเคราะห์พฤติกรรมตนเอง และแบบประเมินผลตนเอง โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์ แอลฟา
(Coefficient Alpha)

$$\text{สูตร } \alpha = \frac{n}{n-1} \left(1 - \frac{\sum d_i^2}{\sum x^2} \right)$$

- σ แทน ความเที่ยงของแบบสอบ
- σ_i^2 แทนความแปรปรวนของคะแนนของข้อสอบแต่ละข้อ
(Single item variance)
- σ_x^2 แทน ความแปรปรวนของคะแนนจากข้อสอบทั้งหมด
(Total test variance)
- n แทน จำนวนข้อในแบบทดสอบ



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ข.

แบบสำรวจเพื่อประมาณค่าการปรับตัวทางสังคม

แบบประเมินการให้คำปรึกษา

แบบวิเคราะห์พฤติกรรมตนเอง

และ

แบบประเมินผลตนเอง



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



แบบสำรวจเพื่อประมาณค่าการปรับตัวทางสังคม

แบบสำรวจนี้เพื่อให้ นักเรียนได้ลองประมาณค่าตนเองดู จะได้ว่าตนเองเป็นอย่างไร นักเรียนพอใจในสภาพของตัวเองแล้วหรือยัง ซึ่งจะไม่เกี่ยวกับ ะแนนความประพฤติหรือคะแนนใด ๆ ทั้งสิ้น ฉะนั้นเวลาที่นักเรียนทำ จึงควรพิจารณาตัวเองตามความเป็นจริง ไม่ควรฝืนความรู้สึกที่แท้จริง ผลที่ได้จะช่วยให้เราทราบสิ่งที่เราต้องแก้ไขปรับปรุงตัวเอง เพื่อปรับปรุงให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

วิธีการ

๑. ขอให้นักเรียนพิจารณาตัวเองเป็นข้อ ๆ แต่ละข้อนักเรียนรู้สึกว่าตัวเองมีลักษณะตรงกับข้อ ก หรือข้อ ข หรือข้อ ค หรือข้อ ง หรือข้อ จ ก็ให้เขียนวงกลมล้อมรอบข้อนั้น ๆ

๒. ตอนท้ายของทุกข้อเป็นการถามความรู้สึกว่านักเรียนมีความพอใจในลักษณะของตนเอง ตามที่ได้วงกลมไว้แล้วเพียงไร กล่าวคือมีความพอใจ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

ให้นักเรียนเลือกขีด ✓ ได้คำใดคำหนึ่งตามความรู้สึกพอใจจริง ๆ ของนักเรียน

ถ้านักเรียนมีความพอใจในลักษณะที่วงกลมไว้มากที่สุด ก็ให้ขีด ✓ ได้คำว่า มากที่สุด

ถ้านักเรียนมีความพอใจ ก็ให้ขีด ✓ ได้คำว่า

มาก

ถ้านักเรียนรู้สึกเฉย ๆ พอใจปานกลาง หรือไม่แน่ใจว่าอย่างไรแน่

ก็ให้ขีด ✓ ได้คำว่า

เฉย ๆ

ถ้านักเรียนรู้สึกพอใจน้อย ก็ให้ขีด ✓ ได้คำว่า

น้อย

ถ้านักเรียน มีความพอใจน้อยที่สุด ก็ให้ขีด ✓ ได้คำว่า

น้อยที่สุด

ตัวอย่าง

(0) ฉันเป็นคน

ก. ดีมาก

ข. ค่อนข้างดี

ค. ไม่ดีไม่เลว

ง. ค่อนข้างเลว

จ. เลว

ฉันพอใจตัวฉันในเรื่องนี้

มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

อธิบาย

จากตัวอย่างข้อ (0) เมื่อนักเรียนอ่านข้อความในตอนแรก และมาพิจารณาตัวเองดูแล้วเห็นว่า ข้อ ข. ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด คือ เป็นคนดีแต่ไม่ถึงกับดีมาก จึงวงกลมล้อมรอบข้อ ข. ค่อนข้างดี

เมื่อพิจารณาอีกครั้งหนึ่งในตอนที่สอง เกี่ยวกับความพอใจของตนที่วงไว้ว่าเป็นคนค่อนข้างดี นั้น ตนเองพอใจตัวเองขนาดไหน ถ้าพอใจน้อยก็ขีด ✓ ได้คำว่า น้อย หมายถึง นักเรียนจะเลือกวงกลมข้อใดก็ได้ตามความเป็นจริงที่นักเรียน เป็นอยู่เวลานี้

ลักษณะทางร่างกายที่มีผลต่อการปรับตัวทางสังคม

๑. ฉันเป็นคนมีร่างกาย

ก. แข็งแรงดี

ข. ค่อนข้างแข็งแรง

ค. ไม่แข็งแรงแต่ไม่อ่อนแอ

ง. ค่อนข้างอ่อนแอ

จ. อ่อนแอ

ฉันพอใจตัวของฉันในเรื่องนี้

มากที่สุด

มาก

เฉย ๆ

น้อย

น้อยที่สุด

๒. ฉันเป็นคนที่

ก. เชื่องช้ามาก

ข. ค่อนข้างเชื่องช้า

ค. ไม่ว่องไวแต่ก็ไม่ช้า

ง. ค่อนข้างว่องไว

จ. ว่องไว

ฉันพอใจตัวฉันในลักษณะที่วงไว้

มากที่สุด

มาก

เฉย ๆ

น้อย

น้อยที่สุด

๓. ฉันเป็นคนมีรูปร่าง

- ก. สวยหรือหล่อมาก ข. ค่อนข้างสวยหรือหล่อ ค. ปานกลาง
ง. ค่อนข้างไม่สวย จ. ไม่สวยเลย

ฉันพอใจรูปร่างของฉันตามที่วงไว้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๔. ฉันมักเป็นคน

- ก. ป่วยบ่อย ๆ ข. ค่อนข้างป่วยบ่อย ค. ปานกลาง
ง. ค่อนข้างสมบูรณ์ จ. สมบูรณ์ดี

ฉันพอใจตัวฉันเองในข้อที่วงไว้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๕. ฉันเป็นคนมีลักษณะ

- ก. อ้วน ข. ค่อนข้างอ้วน ค. ไม่อ้วนไม่ผอม
ง. ค่อนข้างผอม จ. ผอม

ฉันพอใจตัวฉันเองในลักษณะที่วงไว้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๖. ฉันเป็นคนมีผิวกาย

- ก. ดำ ข. ค่อนข้างดำ ค. ไม่ดำไม่ขาว
ง. ค่อนข้างขาว จ. ขาว

ฉันพอใจผิวกายของฉัน มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๗. ฉันเป็นคนมีใบหน้า

- ก. เก๋สวย ข. ค่อนข้างเก๋สวย ค. ไม่เก๋สวยนักแต่ไม่ขรุขระ
ง. ค่อนข้างขรุขระ จ. ขรุขระ

ฉันพอใจใบหน้าของฉัน มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๑๓. ฉันเป็นคน

ก. สนุกสนานเฮฮา ข. ค่อนข้างสนุกสนาน ค. ไม่สนุกแต่ก็ไม่หงอย

ง. ค่อนข้างหงอย จ. หงอยเหงา

ฉันพอใจตัวฉันในข้อนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๑๔. ฉันเป็นคน

ก. หงุดหงิด ข. ค่อนข้างหงุดหงิด ค. ไม่หงุดหงิดแต่ก็ไม่ค่อย-
ยิ้มแย้ม

ง. ค่อนข้างยิ้มแย้ม จ. ยิ้มแย้มเสมอ

ฉันพอใจตัวฉันในข้อนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๑๕. ฉันเป็นคน

ก. รักใคร่ง่าย ๆ ข. ค่อนข้างรักง่าย ค. รักง่ายเกลียดง่าย

ง. ค่อนข้างเกลียดง่าย จ. เกลียดง่าย

ฉันพอใจตัวฉันในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๑๖. ฉันรู้สึกว่าเป็นคน

ก. ประหม่าเก่ง ข. มักจะประหม่า ค. บางทีก็ประหม่าบางทีก็-
ไม่ประหม่า

ง. ค่อนข้างจะควบคุมจิตใจได้ดี จ. ควบคุมจิตใจได้ดี

ฉันพอใจตัวฉันเองในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๑๗. ฉันรู้สึกว่าเป็นคนที่มี

ก. ความเป็นสุขใจ ข. ค่อนข้างเป็นสุข ค. สุขบ้างกังวลบ้าง

ง. ค่อนข้างกังวล จ. กังวลใจเสมอ

ฉันพอใจตัวเองในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๒๗. ฉันรู้สึกว่าคุณตัวฉันเองเป็นคน

- | | |
|--------------------------------------|--------------------|
| ก. มีค่า | ข. ค่อนข้างมีค่า |
| ค. บางทีก็รู้สึกมีค่าบางทีก็ไม่มีค่า | ง. ไม่ค่อยมีค่านัก |
| จ. ไม่ค่อยมีค่าเสียเลย | |

ฉันพอใจตัวฉันเองในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๒๘. ฉันเป็นคน

- | | |
|-----------------------------|----------------------------|
| ก. ชอบอยู่คนเดียว | ข. ชอบอยู่กันเพียงสองสามคน |
| ค. ชอบอยู่กับเพื่อนพอสมควร | ง. ชอบอยู่กับเพื่อนหลายคน |
| จ. ชอบอยู่กับเพื่อนเป็นหมู่ | |

ฉันพอใจในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๒๙. ฉันเป็นคน

- | | |
|--|--------------------------|
| ก. ชอบจ้อเพื่อนก่อน | ข. เคยจ้อเพื่อนก่อนบ้าง |
| ค. เคยจ้อเพื่อนและให้เพื่อนจ้อพอ ๆ กัน | ง. มักจะให้เพื่อนจ้อก่อน |
| จ. ต้องให้เพื่อนจ้อก่อน | |

ฉันพอใจตัวฉันเองในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๓๐. ฉันเป็นคน

- | | |
|-------------------------------------|------------------------------|
| ก. เกลียดการประชุมมาก | ข. ค่อนข้างจะเกลียดการประชุม |
| ค. บางทีก็เกลียดบางทีก็ชอบการประชุม | ง. มักจะชอบเข้าประชุม |
| จ. ชอบเข้าประชุมเสมอ | |

ฉันพอใจตัวฉันเองในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๓๑. เกี่ยวกับการแต่งกายของคุณ คุณเคย

ก. ได้รับคำชมบ่อย ๆ

ข. ได้รับคำชมบ้าง

ค. ได้รับคำชมและตำหนิพอ ๆ กัน

ง. มักจะถูกตำหนิ

จ. ถูกตำหนิบ่อย ๆ

คุณรู้สึกพอใจตัวคุณในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๓๒. เกี่ยวกับเพื่อนคุณมักจะ

ก. ทักเพื่อนก่อนเสมอ

ข. มักจะทักเพื่อนก่อน

ค. ไม่แน่

ง. มักจะรอให้เพื่อนทักก่อน

จ. ต้องให้เพื่อนทักก่อนเสมอ

คุณพอใจตัวคุณในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๓๓. คุณอยากจะ

ก. เป็นหัวหน้า

ข. บางครั้งก็นึกอยากเป็นหัวหน้า

ค. รู้สึกว่าเป็นหัวหน้าหรือลูกน้องก็เหมือนกัน

ง. ค่อนข้างจะชอบเป็นลูกน้องมากกว่า

จ. ชอบเป็นลูกน้องอย่างเดียว

คุณพอใจตัวเองในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๓๔. คุณมักจะ

ก. ไม่สนใจคนแปลกหน้า

ข. ค่อนข้างจะไม่สนใจคนแปลกหน้า

ค. บางครั้งก็สนใจบางครั้งก็ไม่สนใจ

ง. มักจะสนใจคนแปลกหน้า

จ. สนใจคนแปลกหน้าเสมอ

คุณพอใจตัวคุณเองในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๓๙. เกี่ยวกับการกระเช้าเข้าหาแม่เพื่อน ฉันเห็นว่า

- | | |
|----------------------------|--------------------|
| ก. สนุกดี | ข. ค่อนข้างสนุก |
| ค. บางทีก็สนุกบางทีก็รำคาญ | ง. ค่อนข้างจะรำคาญ |
| จ. รังเกียจการเข้าหา | |

ฉันรู้สึกพอใจตัวฉันเองในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๔๐. เกี่ยวกับเพื่อนฝูงแล้ว ฉันมักจะ

- | | |
|---------------------------------|---------------------------------|
| ก. พยายามหาเวลามาคุยด้วยเสมอ | ข. หาเวลามาคุยด้วยเป็นครั้งคราว |
| ค. แล้วแต่โอกาสเอาแน่ไม่ค่อยได้ | ง. ไม่ค่อยมีเวลาคุยกับเพื่อน |
| จ. มีเวลาคุยกับเพื่อนน้อยที่สุด | |

ฉันพอใจตัวฉันเองในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๔๑. รู้สึกว่าตัวฉันมักจะเป็นคนที่พูด

- | | |
|----------------------------------|-------------------------|
| ก. อ่อนหวานมากที่สุด | ข. ค่อนข้างอ่อนหวาน |
| ค. บางทีก็อ่อนหวานบางทีก็กระด้าง | ง. ค่อนข้างไปทางกระด้าง |
| จ. มักจะกระด้าง | |

ฉันพอใจตัวฉันเองเกี่ยวกับเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๔๒. เกี่ยวกับความไม่โหง่และใจเย็น ฉันมักจะเป็นคน

- | | |
|--------------------|-------------------------|
| ก. โหง่มาก | ข. ค่อนข้างจะโหง่ |
| ค. เอาแน่ไม่ได้ | ง. ค่อนข้างเป็นคนใจเย็น |
| จ. เป็นคนใจเย็นมาก | |

ฉันพอใจ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๔๗. เกี่ยวกับคำพูดฉันเคยใช้คำเหล่านี้เสมอ

- | | |
|-------------------------|----------------------|
| ก. พูดแต่คำสุภาพโดยตลอด | ข. ค่อนข้างสุภาพ |
| ค. สุภาพปนหยาบ | ง. ค่อนข้างพูดคำหยาบ |
| จ. ชอบพูดคำหยาบเสมอ | |

ฉันพอใจตัวฉันเองที่ใช้คำพูดเช่นนั้น มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๔๘. ฉันรู้สึกว่

- | | |
|-----------------------|-------------------------|
| ก. เป็นคนที่ไม่น่ารัก | ข. ค่อนข้างจะไม่น่ารัก |
| ค. เป็นคนปานกลาง | ง. เป็นคนค่อนข้างน่ารัก |
| จ. เป็นคนที่น่ารักมาก | |

ฉันพอใจตัวฉันเองในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๔๙. เกี่ยวกับเรื่องการศึกษา ฉันเป็นคนที่

- | | |
|--------------------------|---------------------|
| ก. สนใจกีฬามากที่สุด | ข. สนใจค่อนข้างมาก |
| ค. สนใจพอสมควร | ง. สนใจค่อนข้างน้อย |
| จ. ไม่สนใจเรื่องการศึกษา | |

ฉันพอใจตัวฉันเองในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๕๐. เมื่อฉันเห็นของแปลก ๆ ใหม่ ๆ ฉันมัก

- | | |
|-----------------|---------------------|
| ก. ชอบชมเสมอ | ข. ชอบชมเป็นส่วนมาก |
| ค. ชมด้วยดีด้วย | ง. ชอบดีเป็นส่วนมาก |
| จ. ดีเสมอ | |

ฉันพอใจตัวฉันใน เรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๕๑. ฉันรู้สึกว่าคุณเป็นคน

- | | |
|------------------------|----------------------------|
| ก. ว่าอ่อนส่อนง่าย | ข. ค่อนข้างว่าอ่อนส่อนง่าย |
| ค. เป็นคนระดับกลาง | ง. ค่อนข้างว่ายากส่อนยาก |
| จ. เป็นคนว่ายากส่อนยาก | |

ฉันพอใจตัวฉันเองในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๕๒. ฉันรู้สึกทำงาน

- | | |
|--------------------|------------------|
| ก. สกปรก | ข. ค่อนข้างสกปรก |
| ค. สกปรกและสะอาดพอ | ง. ค่อนข้างสะอาด |
| จ. สะอาดดี | |

ฉันพอใจตัวฉันเองในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

สติปัญญาและความสามารถทางการเรียนที่มีผลต่อการปรับตัวทางสังคม

๕๓. เกี่ยวกับการเรียน ฉันเป็นคน

- | | |
|--------------|-----------------|
| ก. เรียนเก่ง | ข. ค่อนข้างเก่ง |
| ค. ปานกลาง | ง. ค่อนข้างอ่อน |
| จ. อ่อน | |

ฉันพอใจเกี่ยวกับเรื่องการ-

เรียนของฉัน มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๕๔. เกี่ยวกับเขาวินัย ฉันเป็นคน

- | | |
|----------------|----------------|
| ก. สมองซ้ำ | ข. ค่อนข้างซ้ำ |
| ค. ปานกลาง | ง. ค่อนข้างไว |
| จ. สมองไวดีมาก | |

ฉันพอใจตัวฉันเกี่ยวกับเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๔๕. เกี่ยวกับความขยันในการเรียน ฉัน เป็นคนที่

- | | |
|-----------------|------------------------|
| ก. ขยันเรียนมาก | ข. ค่อนข้างขยัน |
| ค. ปานกลาง | ง. ค่อนข้างไม่ยากเรียน |
| จ. ไม่อยากเรียน | |

ฉันพอใจตัวฉันเองในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๔๖. เกี่ยวกับการทำงาน ฉัน เป็นคนที่

- | | |
|----------------|----------------------|
| ก. สะเพร่าเสมอ | ข. ค่อนข้างจะสะเพร่า |
| ค. ปานกลาง | ง. ค่อนข้างรอบคอบ |
| จ. รอบคอบดี | |

ฉันพอใจตัวฉันเองเกี่ยวกับเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๔๗. เกี่ยวกับความสามารถโดยทั่วไป ฉัน เป็นคนที่

- | | |
|---------------------------|-----------------------------|
| ก. มีความสามารถมาก | ข. มีความสามารถค่อนข้างมาก |
| ค. มีความสามารถปานกลาง | ง. มีความสามารถค่อนข้างน้อย |
| จ. มีความสามารถน้อยที่สุด | |

ฉันรู้สึกพอใจกับตัวฉันในเรื่อง-

ความสามารถนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๔๘. เกี่ยวกับการทำงานบ้านที่ได้รับ ฉันมักจะ

- | | |
|---------------------------|--------------------|
| ก. ไม่ค่อยมีเวลาทำเสียเลย | ข. มีเวลาทำน้อยมาก |
| ค. มีเวลาทำปานกลาง | ง. ทำแทบทุกครั้ง |
| จ. ทำทุกครั้ง | |

ฉันพอใจการทำงานของฉัน มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๕๙. เวลาเรียน ฉันเป็นคนที่

- | | |
|--------------------------------|----------------------------|
| ก. ใจลอยจนบางครั้งไม่รู้เรื่อง | ข. ค่อนข้างใจลอยในบางครั้ง |
| ค. ตั้งใจเรียนดีปานกลาง | ง. ค่อนข้างตั้งใจเรียนดี |
| จ. ตั้งใจเรียนดี | |

ฉันพอใจตัวฉันในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

๖๐. เกี่ยวกับการลืมฉันเป็นคนที่

- | | |
|------------------|---------------------|
| ก. ลืมง่ายที่สุด | ข. ค่อนข้างลืมง่าย |
| ค. ปานกลาง | ง. ความจำค่อนข้างดี |
| จ. มีความจำดีมาก | |

ฉันพอใจตัวฉันในเรื่องนี้ มากที่สุด มาก เฉย ๆ น้อย น้อยที่สุด

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กระดาษคำตอบ

					มากที่สุด	มาก	เฉย ๆ	น้อย	น้อยที่สุด
๑. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๒. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๓. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๔. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๕. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๖. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๗. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๘. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๙. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๑๐. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๑๑. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๑๒. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๑๓. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๑๔. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๑๕. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๑๖. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๑๗. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๑๘. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๑๙. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๒๐. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๒๑. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๒๒. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๒๓. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)

					มากที่สุด	มาก	เฉย ๆ	น้อย	น้อยที่สุด
๒๔. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๒๕. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๒๖. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๒๗. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๒๘. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๒๙. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๓๐. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๓๑. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๓๒. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๓๓. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๓๔. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๓๕. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๓๖. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๓๗. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๓๘. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๓๙. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๔๐. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๔๑. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๔๒. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๔๓. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๔๔. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๔๕. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๔๖. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๔๗. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)

					มากที่สุด	มาก	เฉย ๆ	น้อย	น้อยที่สุด
๔๘. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๔๙. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๕๐. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๕๑. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๕๒. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๕๓. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๕๔. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๕๕. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๕๖. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๕๗. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๕๘. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๕๙. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)
๖๐. ก	ข	ค	ง	จ	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)	(.....)

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางคะแนนประจำลักษณะ ก. ข. ค. ง. จ. ของแต่ละข้อในแบบ

ทดสอบการประมาณค่าการปรับตัวทางสังคม ซึ่งได้มาจากความเห็นของเด็กส่วนใหญ่ ในระดับ
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ เพื่อใช้เป็นเกณฑ์การให้คะแนนใน Semantic Differential Scale

ข้อ	ก	ข	ค	ง	จ	ข้อ	ก	ข	ค	ง	จ	ข้อ	ก	ข	ค	ง	จ
๑	๔	๔	๓	๒	๑	๒	๑	๒	๓	๔	๕	๓	๓	๔	๕	๒	๑
๔	๑	๔	๔	๓	๒	๖	๑	๓	๔	๔	๒	๓	๔	๔	๓	๒	๑
๗	๔	๔	๓	๒	๑	๑๐	๑	๒	๓	๔	๕	๑๑	๔	๔	๓	๒	๑
๑๓	๔	๔	๓	๒	๑	๑๔	๑	๒	๓	๔	๕	๑๕	๔	๔	๓	๒	๑
๑๖	๔	๔	๓	๒	๑	๑๖	๑	๒	๓	๔	๕	๑๗	๔	๔	๓	๒	๑
๒๑	๔	๔	๓	๒	๑	๒๒	๒	๔	๔	๓	๑	๒๓	๔	๔	๓	๒	๑
๒๔	๔	๔	๓	๒	๑	๒๖	๕	๔	๓	๒	๑	๒๗	๓	๔	๔	๒	๑
๒๕	๓	๒	๑	๔	๕	๓๐	๕	๓	๑	๒	๔	๓๑	๓	๔	๔	๒	๑
๓๓	๔	๓	๑	๒	๕	๓๔	๑	๔	๕	๓	๒	๓๕	๔	๔	๓	๒	๑
๓๗	๓	๔	๔	๒	๑	๓๘	๑	๓	๔	๕	๒	๓๙	๓	๔	๔	๒	๑
๔๑	๓	๔	๔	๒	๑	๔๒	๑	๒	๓	๔	๕	๔๓	๔	๔	๓	๒	๑
๔๕	๓	๑	๕	๔	๒	๔๖	๑	๒	๓	๔	๕	๔๗	๔	๔	๓	๒	๑
๔๙	๓	๔	๕	๒	๑	๕๐	๔	๕	๓	๒	๑	๕๑	๔	๔	๓	๒	๑
๕๓	๓	๔	๕	๒	๑	๕๔	๑	๒	๓	๔	๑	๕๕	๑	๒	๓	๔	๕
๕๗	๔	๓	๕	๒	๑	๕๘	๑	๒	๓	๔	๑	๕๙	๑	๒	๓	๔	๕

แบบประเมินการให้คำปรึกษา

ตอนที่ 1 ต่อไปนี้จะเป็นรายละเอียดของมาตราการในการที่จะประเมินผู้ให้คำปรึกษา ของนักเรียน
 สิ่งที่นักเรียนจะต้องทำก็คือ ให้นักเรียนประเมินว่า ผู้ให้คำปรึกษาของนักเรียนเรื่องต่อไปนี้
 มากน้อยเท่าใด ขอให้นักเรียนตัดสินใจประเมินไปตามที่นักเรียนรู้สึกเจนนั่น เช่น

ตัวอย่าง

ความเอาใจใส่X.....	ความไม่เอาใจใส่
เคร่งขรึมX.....	ร่าเริง

ขอให้นักเรียนกาเพียงคำตอบเดียวในแต่ละข้อ จากประสบการณ์ที่นักเรียนได้รับ
 ในขณะที่เข้ารับบริการให้คำปรึกษา ที่นักเรียนรู้สึกว่า ผู้ให้คำปรึกษาของนักเรียนเป็นเช่นนั้น

ความไวในการรับรู้	ไม่สามารถในการรับรู้
ความต่อเนื่อง	ความไม่ต่อเนื่อง
ความเอาใจใส่	ความไม่เอาใจใส่
รู้สึกไม่สะดวกสบาย	สะดวกสบาย
รู้สึกสับสน	สามารถทำให้กระจ่าง
ความสามารถในการ	ความเชื่อมั่น
การเคา		
ความพอใจ	ความไม่พึงพอใจ
ความจริงใจ	ความไม่จริงใจ
การรู้สึกเห็นอก- เห็นใจ	การไม่เห็นอกเห็นใจ
การเอาอกเอาใจ	การไม่เอาอกเอาใจ
ไม่มีประสิทธิภาพ	มีประสิทธิภาพ
การยอมรับ	การปฏิเสธ
รู้สึกพึงเครียด	รู้สึกผ่อนคลาย

รู้สึกไม่สนใจ	รู้สึกสนใจ
เต็มไปด้วยความ ช่วยเหลือ	ไม่ให้ความช่วยเหลือ
เต็มไปด้วยการ ยอมรับ	ไม่ยอมรับ
สนใจจริง	แสร้งสนใจ

ตอนที่ 2 ข้างล่างนี้ จะให้นักเรียนจัดลำดับถึงปฏิกริยา ที่นักเรียนมีต่อคำถามในขณะที่เข้ารับการให้คำปรึกษา

1.1 ผลจากการได้รับประสบการณ์ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาในครั้งนี้ ข้าพเจ้าได้รับรายละเอียด หรือ เกิดความเข้าใจ เกี่ยวกับตัวของข้าพเจ้าเองในแง่ต่างๆ ต่อไปนี้ คือ

	ไม่ได้รับเลย	ได้รับมาก
ความสามารถ
ชีวิตจำกัด
พฤติกรรม
ความรู้สึกเกี่ยวกับ"ฉัน"
ความสนใจ
เป้าประสงค์
บุคลิกภาพ
ทัศนคติ หรือ ค่านิยม
การตัดสินใจ
การเลือกอาชีพ
ความสัมพันธ์กับผู้อื่น
เนื้อหาทางวิชาการ
อื่นๆ (ระบุ)

1.2 ผลจากการที่ได้รับประสบการณ์ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาในครั้งนี้อย่างไรบ้าง
แก้ไขเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ เกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าเอง คือ

ไม่ได้รับเลย ได้รับมาก

- ความสามารถ
- ขีดจำกัด
- พฤติกรรม
- ความรู้สึกเกี่ยวกับ"ฉัน"
- ความสนใจ
- เป้าหมาย
- บุคลิกภาพ
- ทัศนคติ หรือ ค่านิยม
- การตัดสินใจ
- การเลือกอาชีพ
- ความสัมพันธ์กับผู้อื่น
- เนื้อหาทางวิชาการ
- อื่นๆ (ระบุ)

2.1 ผลจากการที่ได้รับประสบการณ์ในการเข้ารับการให้คำปรึกษาในครั้งนี้อย่างไรบ้าง
พัฒนาทักษะบางด้านในตัวข้าพเจ้า คือ

ไม่ได้รับเลย ได้รับมาก

- การตัดสินใจ
- ความสัมพันธ์ระหว่าง
- บุคคล
- อื่นๆ (ระบุ)

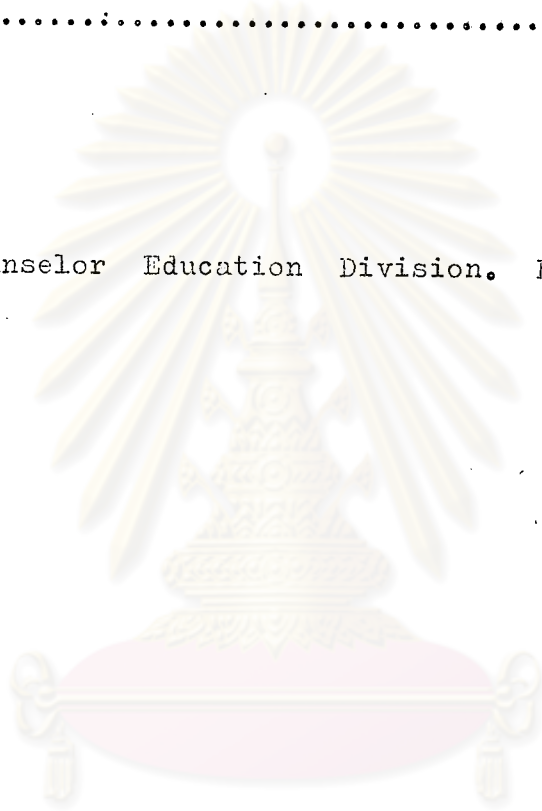
2.2 นักเรียนจะใช้ทักษะเหล่านี้ ในสถานการณ์เช่นไร ในอนาคต

.....
.....

2.3 ในอนาคต ข้าพเจ้าหวังว่า ผู้ให้คำปรึกษาของข้าพเจ้า จะ

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

เอกสารโรเนียว Counselor Education Division. Northern Illinois University. 1975.



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ขอให้นักเรียนพยายามระลึกถึงประสบการณ์ที่นักเรียนได้รับในกลุ่ม และให้คะแนนตัวเองจากพฤติกรรมที่นักเรียนได้กระทำไป

คำชี้แจง

- คะแนน ๐ หมายถึง นักเรียนไม่ได้แสดงพฤติกรรมนั้นเลย
- คะแนน ๑ หมายถึง นักเรียนแสดงพฤติกรรมนั้นเล็กน้อย
- คะแนนที่มากขึ้น หมายถึง การแสดงพฤติกรรมนั้นมากขึ้นตามลำดับ

๑.	เสนอความคิดเห็นในเชิงสร้างสรรค์ต่อกลุ่ม	๐	๑	๒	๓	๔	๕
๒.	มีความพร้อมที่จะยอมรับผู้อื่น	๐	๑	๒	๓	๔	๕
๓.	พยายามที่จะเป็นผู้ควบคุมการสนทนาในกลุ่ม	๑	๑	๒	๓	๔	๕
๔.	มีความสามารถที่จะสนใจอย่างต่อเนื่องในหัวข้อที่กำลังถกเถียงกันอยู่	๐	๑	๒	๓	๔	๕
๕.	มีความสามารถที่จะบรรยายความคิดออกมาเป็นคำพูดให้ผู้อื่นเข้าใจได้กระจ่าง	๐	๑	๒	๓	๔	๕
๖.	มีความสามารถที่จะเสนอแนวคิด และทำให้กลุ่มยอมรับได้	๐	๑	๒	๓	๔	๕
๗.	มีความสามารถที่จะฟังด้วยความเข้าใจถึงแนวความคิดและความหมาย	๐	๑	๒	๓	๔	๕
๘.	มีความเข้าใจ ในความรู้สึกของผู้อื่น	๐	๑	๒	๓	๔	๕
๙.	มีความเข้าใจจากตนเองกำลังพูดอะไร และทำอะไร	๐	๑	๒	๓	๔	๕
๑๐.	แสดงออกถึงอารมณ์ความรู้สึกอย่างพหุอารมณ์หรือความรู้สึกนั้น	๐	๑	๒	๓	๔	๕
๑๑.	มีแนวโน้มที่จะวิพากษ์วิจารณ์หรือประเมินพฤติกรรมของผู้อื่น	๐	๑	๒	๓	๔	๕
๑๒.	เมื่อพฤติกรรมของข้าพเจ้าได้รับการประเมินหรือแนะนำ ข้าพเจ้าจะครุ่นคิดเกี่ยวกับข้อวิจารณ์นั้น	๐	๑	๒	๓	๔	๕
๑๓.	ยอมรับความคิดเห็นที่ตรงข้ามกับตน	๐	๑	๒	๓	๔	๕
๑๔.	เมื่อมีการแสดงออกถึงความขัดแย้งในกลุ่ม ข้าพเจ้ารู้สึกชอบ	๐	๑	๒	๓	๔	๕
๑๕.	เมื่อมีการแสดงออกถึงความเข้าใจในใจในกลุ่ม ข้าพเจ้ารู้สึกชอบ	๐	๑	๒	๓	๔	๕

แบบประเมินผลตนเอง

1. นักเรียนคิดว่า การให้คำปรึกษาแนะแนวกลุ่มครั้งนี้ได้ผล
2. นักเรียนสนใจการให้คำปรึกษาแนะแนวกลุ่มในครั้งนี้
3. นักเรียนสนใจ และตั้งใจฟังในขณะที่เพื่อนพูด
4. เพื่อนๆสนใจ และตั้งใจฟังในขณะที่นักเรียนพูด
5. นักเรียนคิดว่า นักเรียนวิจารณ์เพื่อนได้ตรงกับความเป็นจริง
6. เพื่อนวิจารณ์นักเรียนได้ตรงกับความเป็นจริง
7. ความเข้าใจตนเองและยอมรับตนเองของนักเรียนหลังการเข้ากลุ่มให้คำปรึกษา
8. ความเข้าใจเพื่อนและยอมรับเพื่อนของนักเรียนหลังการเข้ากลุ่มให้คำปรึกษา
9. นักเรียนรู้สึกว่ามีโอกาสได้ระบายความในใจอย่างเต็มที่
10. นักเรียนคิดว่าเพื่อนเข้าใจและยอมรับนักเรียน
11. นักเรียนคิดว่าผู้ให้คำปรึกษา เข้าใจและยอมรับนักเรียน

มาก	ปานกลาง	น้อย

ข้อเสนอแนะอื่นๆ ที่นักเรียนคิดว่า ควรจะมีในกิจกรรมครั้งนี้

.....

.....

.....

.....

.....

ภาคผนวก ค

รายละเอียด กิจกรรมการฝึกการรับความรู้สึกก่อน ๕ กิจกรรม

และ

ตัวอย่างการสนทนาในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

การฝึกรับความรู้สึกก่อน

การฝึกการรับความรู้สึกก่อน ประกอบด้วยกิจกรรมที่เสริมสร้างสมรรถภาพในการสื่อสาร ความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น ๕ กิจกรรม คือ

๑. การมองโลกของมนุษย์ (Human Perception) จากกิจกรรมนี้จะช่วยให้สมาชิกเข้าใจถึงการมองโลกของมนุษย์ ว่ามนุษย์ไม่สามารถที่จะเข้าใจโลกได้ทุกแง่มุม ทั้งนี้เพราะมนุษย์มีขีดจำกัดในการรับรู้ นอกจากนี้มนุษย์ยังมีอคติ และทัศนคติที่แตกต่างกันออกไป การที่มนุษย์สนใจและไม่สนใจ ชอบและไม่ชอบ การอบรมเลี้ยงดูที่แตกต่างกัน สิ่งเหล่านี้จะทำให้มนุษย์มองโลกแตกต่างกันไปอีกด้วย ให้ผู้มาอบรมไม่เหมือนตาบอดคลำช้าง ใครคลำถูกหางช้างก็ว่าช้างนั้นเหมือนแสหรือเชือก ใครคลำถูกขาช้างก็ว่าช้างนั้นเหมือนเสา

- วิธีการ
- ๑.๑. ขออาสาสมัคร ๔ คน ออกมาทำการสาธิตแบบฝึกหัด
 - ๑.๒. ใช้ผ้าผูกตาอาสาสมัครทั้ง ๔ แล้วให้คลำมมแผ่นกระดาษ (ซึ่งมีมมทั้ง ๔ ไม่เหมือนกัน) คนละ ๒ มม วนกันไป ซึ่งแต่ละคนจะได้คลำมมซ้ำกัน ๑ มม
 - ๑.๓. เปิดผ้าผูกตา แล้วให้แต่ละคนเขียนรูปที่ตนคลำได้ให้สำเร็จ
 - ๑.๔. ให้ทั้ง ๔ คน ปรึกษากัน แล้วออกมาเขียนรูปที่สำเร็จบนกระดานดำ
 - ๑.๕. อภิปรายถึงสิ่งที่ได้รับจากการสาธิตแบบฝึกหัด

๒. ข่าวลือ (Indirect Communication) เป็นกิจกรรมที่แสดงให้เห็นถึงการเกิดขึ้นของข่าวลือ ซึ่งเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงได้ยาก แสดงถึงการที่ข่าวถูกบิดเบือนและตัดตอนต่อเติมได้อย่างไรผลของการฝึกจะช่วยลดการเชื่อถือข่าวลือ และจัดหาวิธีการเพื่อให้มีการสื่อสารโดยตรง ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการประชาสัมพันธ์และมนุษย์สัมพันธ์

- วิธีการ
- ๒.๑. ขออาสาสมัคร ๕ คน ให้แต่ละคนคิดนิทานที่จะมาเล่าให้เพื่อนฟัง คนละ ๑ เรื่อง

- ๒.๒. อาสาสมัครคนที่ ๑ ออกมาแล้ว โดยให้อาสาสมัครคนที่ ๒ นั่งฟัง อยู่ด้วย ส่วน ๓ คนที่เหลือจะถูกแยกออกไปอีกห้องหนึ่ง
- ๒.๓. เมื่ออาสาสมัครคนที่ ๑ เล่าจบ ให้อาสาสมัครคนที่ ๒ ออกมาแล้ว เรื่องที่อาสาสมัครคนที่ ๑ เล่า โดยให้อาสาสมัครคนที่ ๓ นั่งฟัง อยู่ด้วย
- ๒.๔. ที่เหลือทำเช่นเดียวกันจนครบ
- ๒.๕. อภิปรายถึงสิ่งที่ได้รับจากกิจกรรมนี้

๓. การฝึกทักษะในการฟัง (Listening Skill or Direct Communication) เป็น กิจกรรมที่ช่วยในการฝึกการเป็นผู้ฟังที่ดี โดยใช้ขบวนการที่ว่า ก่อนที่ผู้ฟังจะแสดงความคิดเห็น โดยโต้แย้งคู่สนทนา จะต้องทวนเนื้อหาและใจความที่ได้รับฟังมาอย่างละเอียดหรือสมควรจนเป็นที่พอใจของคู่สนทนาเสียก่อน

วิธีการ

- ๓.๑. ขออาสาสมัคร ๓ คน ออกมาทำการสาธิตแบบฝึกหัด
- ๓.๒. ให้อาสาสมัครคนที่ ๑ เป็นผู้พูด คนที่ ๒ เป็นผู้ฟัง และคนที่ ๓ เป็นกรรมการ โดยให้ผู้พูดและผู้ฟังเลือกหัวข้อที่จะโต้เถียงกัน
- ๓.๓. ผู้นำกลุ่มอธิบายกติกา คือ
 - ผู้พูด พูดในกำหนดเวลา ๑ นาที
 - ผู้ฟัง ทวนข้อความทั้งหมดที่ผู้พูดพูด จนเป็นที่พอใจของผู้พูดและกรรมการแล้ว ผู้ฟังโต้แย้งกลับ เป็นเวลา ๑ นาที เช่นเดียวกัน
 - ผู้พูด ทวนข้อความ แล้วจึงโต้แย้งกลับบ้าง ทำเช่นเดียวกันนี้โดยจะมีการผลัดกัน เป็นผู้พูดและผู้ฟัง(ทวน) คนละ ๓ ครั้ง
 - กรรมการ เป็นผู้จับเวลา ขณะที่ผู้พูดพูด แต่ตอนที่ผู้ฟังทวน ไม่ต้องจับเวลา และคอยจดข้อความที่ผู้พูดพูด และตรวจสอบว่าผู้ฟังทวน ได้ครบถ้วนหรือไม่
- ๓.๔. อาสาสมัครทั้ง ๓ คน จะสลับหน้าที่กันเป็นผู้พูด ผู้ฟัง และกรรมการ จนครบทั้ง ๓ หน้าที่

๓.๕. เมื่ออาสาสมัครสาธิตวิธีการจบลง ให้สมาชิกที่เหลือทั้งหมดจับกลุ่มเป็น ๓ แล้วดำเนินการเช่นเดียวกับที่ได้สาธิต

๔. การยอมรับและการปฏิเสธ (Rejecting and Accepting) กิจกรรมนี้จะช่วยให้สมาชิกได้รับรู้ถึงพลังหรืออิทธิพลของกลุ่มหรือสังคม ที่มีต่อความรู้สึก นึกคิด และการแสดงออกของตน ในขณะที่ได้รับการยกย่อง ชมเชย หรือการได้รับการยอมรับจากกลุ่ม' กับการที่ตนเองถูกกีดกัน ละเลย หรือไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่ม

- วิธีการ
- ๔.๑. แบ่งสมาชิกเป็น ๒ กลุ่ม ๆ ละ ๘ คน แต่ละกลุ่มเลือกตัวแทนกลุ่มละ ๒ คน โดยให้ ๒ คน ในกลุ่มเดียวกันเลือกหัวข้อที่จะโต้เถียงกัน
 - ๔.๒. ตัวแทนกลุ่มละ ๒ คนนั้น จะถูกแยกออกจากกลุ่ม ผู้นำกลุ่มจะตกลงกับสมาชิกที่เหลือว่า จะเลือกสนับสนุนสมาชิกคนหนึ่ง และได้แย้งอีกคนหนึ่ง
 - ๔.๓. ตัวแทนทั้งสองกลับมาเข้ากลุ่ม โดยจะได้รับคำบอกให้ให้ใช้วาทะศิลป์ให้เต็มที่ ที่จะชักจูงใจผู้ฟังให้เห็นด้วยกับตน โดยผู้ฟังจะเป็นผู้ตัดสินว่าใครพูดได้ดีกว่ากัน ตัวแทนทั้งสองเริ่มโต้เถียงกันโดยพูดทีละคน
 - ๔.๔. อภิปราย ชักถาม ความรู้สึกของผู้โต้เถียง และผู้ฟัง รวมทั้งพลังที่สมาชิกได้รับจากกิจกรรมนี้

๕. การแสดงบทบาทตรงข้ามกับบุคคลิกภาพ (Role Play against Personality)
จากกิจกรรมนี้ จะช่วยให้สมาชิกมองเห็นตนเองได้ชัดเจนขึ้น และได้รับรู้ว่าการที่คนเราจะต้องแสดงบทบาทที่ขัดแย้งกับบุคลิกภาพของตนนั้น มีความลำบากเพียงไร

วิธีการ ๕.๑. ผู้นำกลุ่มเลือกสมาชิก ๘ คน ที่คิดว่ามีบทบาทตรงข้ามกับบทบาท

ที่มอบหมายให้ ๘ บทบาท คือ

ประธานในที่ประชุม (หัวหน้าฝ่ายเสนอ)

ผู้สนับสนุนฝ่ายเสนอ

หัวหน้าฝ่ายค้าน

ผู้สนับสนุนฝ่ายค้าน

ผู้ไกล่เกลี่ยการประชุม

ขุนพลอัยยัก

ผู้เป็หน้าายการประชุม

ผู้ก่อการประชุม

๕.๒. ผู้นำกลุ่มอธิบายบทบาทให้สมาชิกทราบทีละคน ซึ่งจะต้องเก็บรักษาเป็นความลับ ไม่ให้ผู้อื่นทราบว่าตนรับบทบาทอะไร แต่จะต้องแสดงให้สมาชิกที่เหลือ ซึ่งจะ เป็นผู้สังเกตการณ์ทราบว่า ตนแสดงบทบาทอะไร

๕.๓. ในขณะที่ผู้นำกลุ่มกำลังอธิบายบทบาทให้ตัวแทนทั้ง ๘ อยู่ นั้น ผู้ช่วยผู้นำกลุ่มจะอธิบายให้สมาชิกที่เหลือทราบถึงเค้าโครง เรื่องที่จะแสดง คือจะสมมติเป็นที่ประชุมครู ซึ่งประชุมหาข้อตกลงที่จะซื้อของขวัญ ให้ครูสนใจ ซึ่งกำลังจะปลดเกษียณ และเดินทางไปเที่ยวต่างประเทศ และมอบหมายให้สมาชิกที่เหลือเป็นผู้สังเกตว่าสมาชิกคนใดเล่นบทบาทอะไร โดยตกลงว่า ใครจะเป็นผู้สังเกตใคร

๕.๔. สมาชิกกลับ เข้ากลุ่ม แล้ว เริ่มแสดงบทบาทของตน

๕.๕. ผู้สังเกตทายว่า ผู้ที่ตนสังเกตรับบทบาทใด บอกรายละเอียดและเหตุผล แล้วผู้แสดงบทบาทอ่านบทบาทของตนให้สมาชิกในกลุ่มฟัง

๕.๖. อภิปรายซักถามความรู้สึกของผู้รับบทบาทต่าง ๆ และสิ่งที่สมาชิกได้รับจากกิจกรรมนี้

ตัวอย่างของการสนทนาในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ของกลุ่ม E_{๑ก}

ครั้งที่ ๔

สถานที่ ห้องประชุมอาจารย์โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
 เวลา ๑๕.๔๐ - ๑๖.๔๐ น.
 สมาชิกที่มา ๘ คน ชาย - คน

.....

ค.ช. ก : "ผมรู้สึกว่า คุณจะไม่ค่อยพูด ในกลุ่มเพื่อน พูดน้อยที่สุด"

ค.ช. ข : "ผมไม่รู้จะพูดอะไร"

.....

ค.ช. ข : "คือ... ผมเป็นยังงี้มาตั้งแต่เด็ก ๆ ผมแยกกับพ่อแม่ตอนอยู่ ป.๓
 พ่อแม่ผมค้าขาย ต้องย้ายไปเรื่อย ไม่ค่อยเจอกัน ผมไม่ค่อยมีเพื่อนเล่น
 นึก ตอน ป.๖ ไปอยู่ต่างจังหวัด ไม่ค่อยสนิทกับใคร เพราะแถวบ้านมีแต่
 เด็กเกเร ชอบมาหาเรื่องผมก่อน ผมเลยหงอยไป ผมเริ่มเก็บตัว ไม่
 ค่อยสนิทกับใครง่าย ๆ"

ค.ญ. ค : "คุณไม่มีพี่น้องที่จะพูดคุยกันได้เลยหรือ"

ค.ช. ข : "ผมเป็นคนโต มีน้อง ๓ คน แต่ไม่ได้อยู่ด้วยกัน เพราะพ่อแม่ต้องเดินทาง
 บ่อย ๆ ฝากผมไว้กับลุง เวลา มีเรื่องกลุ้มใจ ผมไม่รู้จะปรึกษาใคร"

ค.ช. ง : "คุณไม่มีเพื่อนเลยหรือ"

ค.ช. ข : "ไม่มีเลย คง เป็น เพราะผมพูดไม่เก่ง"

ผู้ให้คำปรึกษา : "รู้สึกว่า คุณจะกังวลในเรื่องนี้มาก คราวที่แล้วก็บอกพวกเรานี่หนึ่งแล้ว
 คุณรู้สึกว่าตนเองขาดเพื่อน เพราะพูดไม่เก่ง"

ค.ช. ข : "อะ ผมอยากมีเพื่อนมาก ๆ"

ค.ญ. ค : "เราว่า คนที่จะมีเพื่อนมาก ไม่จำเป็นต้องพูดเก่ง"

- ด.ช. ง "ผมก็ว่ายังงั้น อย่างผมตีปากเสีย เตี้ยวก็เกิดเรื่อง"
- ด.ช. ก "ผมคิดว่าขึ้นอยู่กับว่า เราให้คำจำกัดความของคำว่า เพื่อนว่าอะไร คนที่มาคุยกับเราเท่านั้นหรือ ผมว่าเพื่อนไม่ใช่อย่างนั้น ผมคิดว่าเรา ต้องรู้จักกัน การที่เราจะคุยสนุกกับใคร ใช่อะ อาจจะเรียกว่าเพื่อนก็ได้ แต่ผมว่าความหมายมันน่าจะมากกว่านั้น"
- ด.ช. จ "แต่ผมว่าบางทีก็จำเป็น คนพูดเก่งใคร ๆ ก่ชอบ"
- ผู้ให้คำปรึกษา "ค่ะ การพูดเก่งก็อาจจะ เป็นคุณสมบัติอันหนึ่งที่ทำให้เพื่อนชอบ พวกเรา ว่ามีคุณสมบัติอะไรอีกบ้างคะ ที่ทำให้เพื่อนชอบ"
- ด.ญ. ค "หนูคิดว่าคุณสมบัติประจำตัวของเราที่ดึงดูดความสนใจจากเพื่อน เช่น รุปลหล่อ เรียบเก่ง เล่นกีตาร์ได้ ร้องเพลงเพราะ อย่างคุณก็เล่นกีฬา เก่งใจล่ะ วันก่อนเรายังดูคุณวิ่ง ๑๕๐๐ เลย"
- ด.ช. ข "แต่วันนั้นผมไม่ได้ที่ ๑"
- ด.ช. ฉ "ก็หุดหืดไปล่ะ ผมได้ยืนผู้หญิง เขาเชียร์คุณกันใหญ่ ยายทรศณีย์เสียงดัง กว่าเพื่อน"
- ด.ช. ช (ยิ้ม) "ที่จริงผมสนใจกีฬามาก แต่ไม่ค่อยมีโอกาสได้เล่น ตอนเด็ก ๆ จำได้ว่า เคยเข้าไปขอเด็กรุ่นพี่ เล่นฟุตบอล เลยถูกเขาผลักออกมา ตั้งแต่นั้นผม เลยเข็ด ไม่กล้าไม่ขอใครเขาเล่นอีก เพิ่งจะมาอยู่ที่โรงเรียนนี้แหละที่ ได้เล่นกีฬาจริง ๆ ชิง ๆ"
- ด.ญ. ค "ที่จริงคุณยิ้มสวนนะ หน้าตาสดใสขึ้นเป็นกอง ทำไมหวงยิ้มนักล่ะ จำได้ว่า ตั้งแต่เจอคุณ ยังไม่เคยยิ้มให้เราซักที"
- ด.ช. ก "นั่นสิ ผมคิดว่า การยิ้มนี้สำคัญเหมือนกันนะ ถ้าทำหน้าเฉย ๆ ก็คงไม่มี ใครกล้าหยม"
- ด.ช. ฉ "มิน่า คุณถึงได้แจ่มยิ้มไปทั่ว"

.....

ตัวอย่างของการสนทนาในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ของกลุ่ม ๕๒๒

ครั้งที่ ๗

สถานที่ ห้องประชุมอาจารย์โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
 เวลา ๙.๕๐ - ๑๐.๕๐ น.
 สมาชิกที่มา ๘ คน ชาย - คน

ผู้ให้คำปรึกษา : "เป็นยังไงคะวันนี้ สอบสังคมยากไหม ?"
 ค.ช. ก : "พอทำได้ค่ะ"
 ค.ช. ข : "เจ็บใจ ผิดข้อที่ไม่มาผิด"
 ค.ญ. ค : "หนูแยเลยคะ ดูมา แต่ทำไมทำไม่ได้ก็ไม่รู้"
 ค.ช. ง : "ก็พอ ๆ กันแหละ ผมก็ไม่ค่อยได้เหมือนกัน นี่ก็เป็นข้อเสียอีกข้ออะ
 ดูหนังสือเท่าไรก็ไม่รู้จักจำ"
 ค.ญ. ค : "ของหนูก็มีอีกคะ แต่พูดไปก็ไม่มีความหมาย คงแก้ยาก"
 ผู้ให้คำปรึกษา : "...คิดว่าจะลองเล่าให้กลุ่มฟังไหมคะ"
 ค.ญ. ค : "อยากจะเล่าคะ คือ...แต่แหม...หนู..."
 ผู้ให้คำปรึกษา : "หนูรู้สึกอีต๊อดใจที่จะเล่าให้กลุ่มฟัง"
 ค.ญ. ค : "(พยักหน้า ทั้งหมด ที่ก้มหน้าอยู่) "คะ"
 ค.ญ. จ : "ค่อย ๆ เล่าก็ได้ค่ะ"
 ค.ช. ข : "พวกเราอยากฟัง"
 ค.ญ. ค : (ก้มหน้า) "คือยังซีคะ คือ...หนูเป็นคนทีพูดแล้วไม่ค่อยมองหน้าคน"
 ค.ช. ฉ : "ถ้าคุณไม่บอก ผมก็ไม่สังเกตเห็น"
 ค.ญ. จ : "นั่นนะซี ไม่เห็นเป็นยังงั้นเลย"
 ค.ญ. ค : (เงยหน้าขึ้นมอง ค.ช. ฉ) "เดี๋ยวนี้ดีขึ้นบ้าง แต่ก่อนยิ่งกว่านี้เยอะ"
 ค.ช. ข : "ทำไมล่ะ"

- ค.ญ. ค : "คือ แต่ก่อนนะ เวลาพูด เราจะไม่ยอมมองหน้าใครเลย เพื่อน ๆ ก็รู้ ไข่ใหม่ ว่าเราเป็นคนปากเสีย ไม่ค่อยระวังคำพูด พอใครว่าเราเราก็ แกรงกลับไป แต่เรามันคนใจอ่อน พอว่าให้ใครเขาเจ็บ ก็ไม่ยอมมอง หน้าเขา เราจะได้ไม่ต้องสะเทือนใจ เวลาเห็นสีหน้าเต้านะซี พอไม่ กล้ามองตอนแรก ๆ ทีหลังก็เลยติด ไม่มองตลอดเวลา"
- ค.ช. ก : "คุณรู้สึกยังไงบ้าง เวลาพูดแล้วไม่มองหน้าคน"
- ค.ญ. ค : "รำคาญตัวเองจะตาย ไม่อยากจะทำอย่างนั้นเลย เวลาเราพูดเราก็ อยากจะรู้ว่าเขารู้สึกยังไง ก็เลยต้องก้ม ๆ เงย ๆ จะเงยหมดมันก็ไม่ กล้า จะก้มหมดก็อยากจะรู้"
- ค.ช. ฉ : "คุณคิดว่าคนอื่น เขารู้สึกยังไงกับคุณเวลาที่พูดกับเขา แล้วไม่ยอมมอง หน้าเขา"
- ค.ญ. ค : "ไม่รู้นะ แต่คิดว่าคงเขื่อ เพราะเราไม่เคยพูดกับใครได้นาน ๆ ซักที"
- ผู้ให้คำปรึกษา : "เมื่อก็ได้ยินหนูบอกว่า เตี้ยนี่ดีขึ้นกว่าแต่ก่อน พอจะบอกได้ไหมคะว่า ทำอย่างไรถึงดีขึ้นได้"
- ค.ญ. ค : "ค่ะ คือตอนที่กลุ่มพูดถึงข้อเสียของแต่ละคน หนูก็จะบอกข้อเสียข้อนี้เหมือน กัน แต่ไม่กล้า แล้วจะโดนล้อ แต่... หนูมาคิดว่า ข้อเสียอันนี้น่าจะ แก่ได้ แล้วหนูก็อยากจะทำด้วย มันไม่ดีเลยนะคะ เวลาที่เราพูดกับใคร แล้วไม่ยอมมองหน้าเค้า"
- ค.ช. ง : "ไม่ดียังไง"
- ค.ญ. ค : "ก็ คนที่เราพูดด้วย เขาอาจจะคิดว่า เราเขื่อไม่อยากจะพูดกับเขา แล้ว เราก็ไม่รู้ด้วยว่า เขารู้สึกยังไงกับคำพูดของเรา ถ้าเราไม่มองหน้าเขา"
- ผู้ให้คำปรึกษา : "ค่ะ"
- ค.ญ. ค : "หนูก็เลย พยายามมองหน้าคนอื่น แต่ก็ยังไม่ได้เหมือนคนทั่ว ๆ ไป"
- ผู้ให้คำปรึกษา : "... เป็นตัวอย่างที่ดี ของคนที่พยายามปรับปรุงตนเอง แต่ถึงแม้จะยังไม่ ดีเท่าที่คิด แต่ในบางครั้ง การเปลี่ยนแปลงก็ต้องใช้เวลา ครูคิดว่าเพื่อน ๆ ทุกคน รวมทั้งครู เอาจใจช่วยหนูให้ปรับปรุงในเรื่องนี้"

ด.ช. ช : "ฮะ ผมได้ยิน เขาว่ากันว่า ถ้าเริ่มต้นดี ก็สำเร็จไปแล้วครึ่งหนึ่ง"

ผู้ให้คำปรึกษา : "เอาล่ะ ในช่วงนี้ครูมีกิจกรรมที่น่าสนใจอันหนึ่งจะให้นักเรียนทำ เริ่ม
เลยนะคะ ครูคิดว่า เริ่มจากคนทางขวาของครู ด.ช. ก ดีไหมคะ
เอาล่ะ ค ลุกขึ้น เดินไปหยุดตรงหน้าเพื่อน แล้วสบตาเขา สักครูจึ่ง
ค่อยเดินต่อไปนะคะ"



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ประวัติผู้เขียน

นางสาว วราภรณ์ สีมสุวัฒน์ เกิดที่กรุงเทพมหานคร สำเร็จการศึกษาดุษฎีศาสตรบัณฑิต จากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา ๒๕๑๗ ปัจจุบันรับราชการในตำแหน่ง อาจารย์แนะแนว โรงเรียนบางกรวย อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี.



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย