

การพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่ม
ด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตในนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
The Development of a Training Program to Develop the Ability to be a Group
Counselor in Life Skills Enhancement for Psychological Students,
Phranakhon Rajabhat University

กษศรณ์ นุชประสพ

Kasasorn Nuchprasop

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

Phranakhon Rajabhat University, Thailand

Corresponding Author E-mail: pow2554@gmail.com

Retrieved: December 27, 2022; Revised: April 29, 2023; Accepted: April 30, 2023

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตในนักศึกษา เป็นการวิจัยเชิงทดลอง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยคือ นักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา ระดับปริญญาตรี วิทยาลัยการฝึกหัดครู มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครที่มีคะแนนระดับความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มไม่เกินระดับปานกลางจำนวน 20 คน ใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอนแบ่งเป็นสองกลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมอบรมการปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการฝึกอบรมใด ๆ

ผลการวิจัยพบว่า 1) โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตในนักศึกษาพัฒนาจากแนวคิดกลุ่มฝึกอบรม กระบวนการให้คำปรึกษาแบบเน้นบุคคลเป็นศูนย์กลาง และองค์ประกอบของทักษะชีวิต มีกระบวนการฝึกอบรมทั้งหมด 12 ครั้ง และผ่านเกณฑ์การตรวจสอบเชิงคุณลักษณะมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 2) หลังการฝึกอบรม นักศึกษากลุ่มทดลองมีความสามารถในการให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) นักศึกษากลุ่มทดลองมีความสามารถในการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มฯ สูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4) ส่วนนักศึกษากลุ่มทดลองที่เคยและไม่เคยมีประสบการณ์เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษา มีความสามารถในการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มฯ หลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรมฯ ไม่แตกต่างกัน 5) นักศึกษากลุ่มทดลองมีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับมาก

คำสำคัญ: กลุ่มฝึกอบรม; การปรึกษากลุ่ม; ทักษะชีวิต



Abstract

This study purposed to develop a training program for developing the ability to be a group counselor in life skills enhancement of students as experimental research. The subjects were 20 students in the Department of Psychology, undergraduate, College of Teacher Education, Phranakhon Rajabhat University whose counseling ability scores were not over moderate. Multi-stage random was adopted and separated into two groups, i.e., an experimental group and a control group. Each group consisted of 10 students. An experiment group joined a program to develop the ability to be a group counselor in life skills, but a control group did not participate in any programs.

The results showed that 1) the training program to develop the ability to be a group counselor in life skills enhancement of students developed from the concept of training groups, the person-centered counseling process, and the components of life skills. The training processes had 12 sessions, the rate agreement index of IOC was between 0.67 - 1.00. 2) After the training, the experimental group's counseling ability scores were statistically significantly higher at .05. 3) The students in the experimental group had a higher level of counseling ability than the control group students, statistically significantly at .05. 4) The scores of counseling ability among experimental students who and never had training experience after participating in the training program were not significantly different. 5) The students in the experimental group had a high level of satisfaction with participating in the training program to develop the ability to be a group counselor in life skills enhancement.

Keywords: Training Groups; Group Counseling; Life Skills

บทนำ

ในยุคกระแสการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่เกิดขึ้นในศตวรรษที่ 21 ส่งผลกระทบถึงพฤติกรรม ความคิด ทัศนคติ วิธีการดำเนินชีวิต ความรู้ความสามารถ ค่านิยมและการบริหารจัดการของคนในสังคม โดยเฉพาะกลุ่มเด็กและเยาวชนกับการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในปัจจุบันได้สร้างความเสื่อมหรือการทำลายสังคมและวัฒนธรรมที่สั่งสมจากการรู้เท่าไม่ถึงการณ์หรือขาดฐานความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเหมาะสม ซึ่งเป็นที่ทราบกันว่าอนาคตของประเทศชาติจะเป็นอย่างไรนั้น ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับคุณภาพของเด็กและเยาวชนในวันนี้ที่จะเติบโตต่อไป การให้ความสำคัญต่อเด็กและเยาวชนจึงควรให้ทั้งการศึกษาอบรมเลี้ยงดูใส่ใจและวางแผนพัฒนาเพื่อวางรากฐานให้กลุ่มวัยดังกล่าวมีพัฒนาการสู่คุณลักษณะอันพึงประสงค์เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดีของประเทศชาติ โดยสมบูรณ์จึงเป็นสิ่งที่จำเป็น (สุวิชัย โกศัลยะวัฒน์, 2551) ซึ่งจากการศึกษาพบว่าทักษะชีวิตที่ดีจะทำให้เยาวชนรู้จักวิธีแก้ปัญหา ฉลาดคิดและฉลาดใช้ชีวิตเพื่อป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากภาวะเสี่ยงต่าง ๆ ที่อาจ

เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้ (วรรณภา พิพัฒน์ธนวศ์, 2557) นอกจากนี้ยังพบว่าปัญหาของเด็กและเยาวชนมีความหลากหลาย อาทิ ปัญหาการขาดความกระตือรือร้น ความรับผิดชอบและความเอาใจใส่ต่อการเรียน ขาดทักษะการค้นคว้าข้อมูลและความรู้ มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำและขาดเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน ขาดระเบียบวินัย และคุณธรรมจริยธรรมพื้นฐานในการอยู่ร่วมกันในสังคม เป็นต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาและหาแนวทางการพัฒนาทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชนทั้งด้านความคิด อารมณ์และพฤติกรรม เพื่อช่วยให้บุคคลเหล่านี้สามารถปรับตัวเปลี่ยนแปลงชีวิตและแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ตลอดจนอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างเหมาะสมและมีความสุข

การเสริมสร้างทักษะชีวิตให้เกิดขึ้นในเยาวชนมีหลายแนวทาง และการให้คำปรึกษากลุ่มเป็นวิธีการหนึ่งที่มีความเหมาะสมต่อการพัฒนาทักษะชีวิตเพราะเป็นกระบวนการคุณภาพที่มีแนวคิดทฤษฎีและเทคนิคการปรึกษาที่มีความยืดหยุ่นต่อสภาพปัญหาตามบริบทของผู้รับบริการและครอบคลุมทั้งด้านความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมในตัวบุคคล การปรึกษาแบบกลุ่มมีลักษณะพิเศษที่สามารถช่วยเหลือผู้ที่ประสบปัญหาได้ครั้งละหลาย ๆ คน ทำให้ช่วยลดภาระและทรัพยากร อีกทั้งยังเอื้อต่อการพัฒนาปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้เหมาะสมกับช่วงวัยของเด็กและเยาวชนในการได้มีพื้นที่ระบายสิ่งที่สับสนภายในจิตใจที่ไม่สามารถพูดกับครอบครัวได้ ช่วยทำให้บุคคลเห็นคุณค่าในตนเอง สามารถตัดสินใจอย่างมีเหตุผล รู้จักการปฏิเสธต่อรองและการจัดการกับอารมณ์ จะเห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถช่วยพัฒนาทักษะชีวิตทำให้บุคคลใช้ชีวิตอย่างมีความสุขได้ทั้งทางด้านร่างกายและอารมณ์ (ดุซงกี เล็บขาว, 2559; เพียงเพ็ญ เอี่ยมละออ, 2542; ทิมาพร ไชยสิงห์, 2557)

ทั้งนี้ องค์ประกอบที่สำคัญในการปรึกษาแบบกลุ่มให้ประสบความสำเร็จคือ ผู้ทำหน้าที่เป็นผู้ให้คำปรึกษาหรือผู้นำกลุ่มที่มีประสิทธิภาพ ผู้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต้องเป็นผู้ที่มีความรู้ด้านทฤษฎีและด้านการปฏิบัติเกี่ยวกับกลุ่ม มีความเชี่ยวชาญในทักษะและเทคนิคการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีพฤติกรรมและบุคลิกลักษณะที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของสมาชิกในกลุ่มให้เจริญงอกงาม อีกทั้งควรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาของบุคคลที่มาขอความช่วยเหลืออย่างลึกซึ้ง คุณลักษณะเหล่านี้จะเอื้ออำนวยให้การปรึกษากลุ่มบรรลุเป้าหมาย (กษศรณ นุชประสพ, 2560) การอบรมให้กับผู้ทำหน้าที่ให้คำปรึกษาจึงมีความสำคัญต่อนักศึกษาสาขาจิตวิทยาและสาขาอื่น ๆ เช่น ครุศาสตร์ ศึกษาศาสตร์ เป็นต้น ทั้งนี้เพราะการให้คำปรึกษาอยู่ในศาสตร์จิตวิทยาและการแนะแนวที่นักศึกษาเหล่านี้ต้องนำไปใช้ในการประกอบวิชาชีพ และหากนักศึกษามีความรู้ความสามารถในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มก็จะทำให้การพัฒนาหรือช่วยเหลือผู้ที่ประสบปัญหาได้เป็นอย่างดีโดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กและเยาวชนซึ่งเป็นกลุ่มบุคคลที่นักศึกษาจะต้องพบเจอจากการฝึกประสบการณ์วิชาชีพในสถานศึกษาหรือหน่วยงานภายนอกอื่น ๆ ซึ่งโปรแกรมฝึกอบรมที่นำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นโปรแกรมที่บ่งชี้เฉพาะถึงความสามารถในการให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตเป็นสำคัญ ดังนั้นผลที่ได้นอกจากช่วยนักศึกษาในด้านการพัฒนาวิชาชีพผู้ให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพให้เกิดขึ้นแล้ว ยังทำให้ผู้ที่ผ่านการฝึกอบรมโปรแกรมฯ ได้นำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไปพัฒนาทักษะชีวิตให้แก่เด็กและเยาวชนให้สามารถเผชิญปัญหาและดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพในสังคมต่อไป

บทความวิจัยนี้จึงนำเสนอ การพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร ทั้งนี้ ผลที่ได้



จากโปรแกรมฝึกอบรมฯ ในการใช้พัฒนานักศึกษาเพื่อทำหน้าที่ให้คำปรึกษากลุ่มนั้น ผู้วิจัยเล็งเห็นว่าการพัฒนานี้ก็เปรียบเสมือนการเพิ่ม “ทรัพยากรที่ล้ำค่า” ให้กับวงการวิชาชีพการให้คำปรึกษาและเป็นการส่งต่อความช่วยเหลือให้แก่ผู้ที่มีปัญหาอันจะเป็นคุณประโยชน์อย่างยิ่งต่อสังคมทั้งปัจจุบันและในอนาคต

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตในนักศึกษา
2. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษากลุ่มทดลองก่อนและหลังการฝึกอบรม
3. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการฝึกอบรม
4. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษากลุ่มทดลองหลังการฝึกอบรมจำแนกตามประสบการณ์เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษาและกลุ่มควบคุม
5. เพื่อศึกษาระดับความพึงพอใจของนักศึกษาต่อการเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากรเป็นนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา ระดับปริญญาตรี ภาคปกติ วิทยาลัยการฝึกหัดครูที่กำลังศึกษาอยู่ในปีการศึกษา 2564 จำนวน 140 คน
2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ผู้วิจัยได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Random Sampling) จากการสุ่มชั้นเรียนสาขาวิชาจิตวิทยาชั้นปีที่ 1-4 โดยสุ่มอย่างง่ายจากการจับสลากได้นักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา 2 ชั้นปี แล้วเลือกเฉพาะนักศึกษาที่มีระดับคะแนนเฉลี่ยไม่เกินระดับปานกลางจากการตอบแบบประเมินความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต จากนั้นทำการสุ่มแบบแบ่งชั้นไม่ตามสัดส่วน (Disproportional Stratified Random Sampling) ตามประสบการณ์เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษาโดยการจับสลากเข้ากลุ่มทดลอง 10 คนและกลุ่มควบคุม 10 คน เป็นจำนวนกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งสิ้น 20 คน

เครื่องมือในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย

1. โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต ที่ผู้วิจัยพัฒนาจากเอกสารตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับการฝึกอบรม การปรึกษากลุ่มและการพัฒนาทักษะชีวิต
2. แบบประเมินความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต ที่ผู้วิจัยพัฒนาจากเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับทักษะชีวิตร่วมกับการพัฒนาแบบประเมินความสามารถในการให้คำปรึกษาของ วจิ ปัญญาใส (2554)
3. แบบประเมินความพึงพอใจของนักศึกษาต่อการเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) โดยใช้แบบทดลองแท้ (True experimental research) แบบแผน Randomized Control Group Pretest-Posttest Design โดยมีการดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. การดำเนินการทดลอง แบ่งออกเป็น 3 ระยะ
 - 1.1 ระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยนำแบบประเมินความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตไปเก็บข้อมูลกับนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยาในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (Pretest)
 - 1.2 ระยะทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้เวลาในการฝึกอบรม 12 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง 30 นาทีต่อสัปดาห์ โดยให้นักศึกษากลุ่มทดลองฝึกปฏิบัติเป็นผู้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตตามกิจกรรมที่กำหนดไว้ในโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต
 - 1.3 ระยะหลังการทดลอง นักศึกษาทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองประเมินความสามารถในการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตของตนเอง และผู้วิจัยบันทึกเป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

2. การเก็บรวบรวมข้อมูลและการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยเสนอโครงการวิจัยต่อคณะกรรมการวิชาการและจริยธรรมของมหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร เพื่อขอรับความเห็นชอบและตรวจสอบด้านจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ โดยได้รับการรับรองเอกสารที่เกี่ยวข้องกับโครงการวิจัยตามแนวทางหลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ที่เป็นมาตรฐานสากล เลขที่โครงการวิจัย 64/03 เมื่อผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่าง แนะนำตัว อธิบายวัตถุประสงค์และขั้นตอนการวิจัย และทำการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างโดยถามความสมัครใจเข้าเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองและลงนามในหนังสือยินยอม โดยผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลของผู้ร่วมวิจัยเป็นความลับ ตลอดจนชี้แจงสิทธิที่กลุ่มตัวอย่างสามารถเข้าร่วมการวิจัยหรือสามารถปฏิเสธที่จะไม่เข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้ได้โดยไม่ส่งผลกระทบต่อการเรียนการสอนและการประเมินผลการเรียนของนักศึกษา ทั้งนี้ข้อมูลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้จะไม่มีการเปิดเผยให้เกิดความเสียหายแก่

กลุ่มตัวอย่างที่ทำการวิจัยโดยผู้วิจัยจะนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวมและนำมาใช้ประโยชน์ในการศึกษาเท่านั้น ผู้วิจัยดำเนินการทดลองทั้งหมด 12 ครั้งตามกำหนดการในโปรแกรมฯ ทำการรวบรวมและ ตรวจสอบความครบถ้วนสมบูรณ์ของข้อมูล และนำมาวิเคราะห์โดยวิธีการทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ด้วยสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
2. วิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตก่อนและหลังการทดลองจากสถิติ t-test แบบกลุ่มตัวอย่างไม่อิสระต่อกัน (Dependent sample t-test)
3. วิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตก่อนการทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจากสถิติ t-test แบบกลุ่มตัวอย่างที่อิสระต่อกัน (Independent sample t-test)
4. วิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตหลังการทดลองของกลุ่มทดลองกับและกลุ่มควบคุมโดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) จากตัวแปรประสบการณ์เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษา และเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีการ HSD ของ Tukey

ผลการวิจัย

1. ผลการพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต มีรายละเอียดดังนี้

จากวัตถุประสงค์ที่ 1 ผลการวิจัยพบว่า ในการพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตได้นำ 1) กระบวนการให้คำปรึกษาแบบเน้นบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของ Roger (1967 อ้างถึงใน เสาวณี เตชะพัฒนางษ์, 2553) โดยใช้โปรแกรมลำดับขั้นของกระบวนการกลุ่ม 15 ขั้นตอนเป็นแนวทางในการพัฒนากลุ่มให้เจริญงอกงามเน้นการสร้างบรรยากาศที่สมาชิกแต่ละคนเรียนรู้ที่จะสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน 2) องค์ประกอบของการพัฒนาทักษะชีวิตของ Mangrulkar, Whitman, and Posner, (2001) คือ องค์ประกอบทักษะทางสังคม องค์ประกอบทักษะทางความคิดความเข้าใจ และองค์ประกอบทักษะการเผชิญทางอารมณ์ และ 3) แนวคิดกลุ่มฝึกอบรม (Training Group) ของ Nelson-Jones (1992) ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ขั้นเริ่มต้นหรือขั้นนำ 2) ขั้นดำเนินการ 3) ขั้นยุติการฝึกอบรม มาเป็นแนวทางในการพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตซึ่งเป็นโปรแกรมที่จะช่วยให้ผู้ที่ทำหน้าที่ให้คำปรึกษากลุ่มสามารถนำไปใช้ในการช่วยเหลือหรือพัฒนาเด็กและเยาวชนให้มีทักษะที่จำเป็นและเหมาะสมกับความเจริญเติบโต และเมื่อตรวจสอบโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยใช้การวิเคราะห์จากหลักฐานเชิงคุณลักษณะ (Qualitative) โดยให้ผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ตรวจสอบ

และพิจารณาความถูกต้องของความสอดคล้องทั้งในเนื้อหาแนวคิด ทฤษฎี เทคนิค วัตถุประสงค์ และวิธีดำเนินการ พบว่าโปรแกรมฝึกอบรมฯ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 ซึ่งเกณฑ์ประเมินว่าค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ที่มีค่าตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป แสดงว่าโปรแกรมอบรมฯ ผ่านเกณฑ์การตรวจสอบเชิงคุณลักษณะ ทั้งนี้ โปรแกรมฝึกอบรมมีองค์ประกอบสำคัญ 2 ส่วนคือ โปรแกรมอบรมการปรึกษากลุ่มและโปรแกรมอบรมเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตทั้งนี้จากการบูรณาการเป็นโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต

ตารางที่ 1 โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต

ครั้งที่	เรื่อง	รายละเอียด/กิจกรรม
1	การปฐมนิเทศ ความรู้เกี่ยวกับการปรึกษากลุ่ม	1. ปฐมนิเทศและสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้อบรมกับนักศึกษาที่เข้ารับการอบรม 2. ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการให้คำปรึกษากลุ่ม
2	ทักษะพื้นฐานการให้คำปรึกษากลุ่ม	1. ความรู้เกี่ยวกับทักษะการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม 2. ฝึกปฏิบัติทักษะพื้นฐานการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
3	ทักษะการเป็นผู้นำกลุ่ม	ฝึกปฏิบัติทักษะการเป็นผู้นำกลุ่ม
4	ทักษะดำเนินการเปิดและปิดกลุ่ม	ฝึกปฏิบัติทักษะดำเนินการเปิดและปิดกลุ่ม
5	ความรู้เกี่ยวกับทักษะชีวิต	1. การเรียนรู้ทักษะชีวิตและความสำคัญของทักษะชีวิต 2. เทคนิคการพัฒนาทักษะชีวิต
6	การสร้างสัมพันธภาพที่ดี	1. การสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาหรือผู้นำกลุ่มกับสมาชิกกลุ่ม/ผู้รับคำปรึกษา 2. แจ้งเป้าหมายและข้อตกลงสำหรับการเข้ากลุ่ม
7	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านจิตใจ (1)	การตระหนักรู้ในตนเอง
8	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านจิตใจ (2)	การจัดการกับอารมณ์และความเครียด
9	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านสังคม (1)	ความเข้าใจในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
10	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านสังคม (2)	การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
11	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านความคิด	การคิดและการจัดการปัญหา
12	การยุติกลุ่ม	1. การยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม 2. การปิดการอบรม

จากตารางที่ 1 โปรแกรมอบรมการปรึกษากลุ่มและส่วนของโปรแกรมอบรมเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตใช้เวลาในการฝึกอบรม 12 ครั้ง รวมระยะเวลาทั้งสิ้น 30 ชั่วโมง ในการอบรมแต่ละครั้งมีกิจกรรมดังนี้ ครั้งที่ 1 เป็นการปฐมนิเทศและสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้อบรมกับนักศึกษาที่เข้ารับการอบรม รวมทั้งการอบรมความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 2 เป็นการอบรมความรู้เกี่ยวกับทักษะการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและฝึกปฏิบัติทักษะพื้นฐานการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ครั้งที่ 3 ฝึกปฏิบัติทักษะการเป็นผู้นำกลุ่ม ครั้งที่ 4 ฝึกปฏิบัติทักษะดำเนินการเปิดและปิดกลุ่ม ครั้งที่ 5 การเรียนรู้ทักษะชีวิต ความสำคัญของทักษะชีวิต และเทคนิคการพัฒนาทักษะชีวิต ครั้งที่ 6 การอบรมการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาหรือผู้นำกลุ่มกับสมาชิกกลุ่ม/ผู้รับคำปรึกษา และแจ้งเป้าหมายและข้อตกลงสำหรับการเข้ากลุ่ม ครั้งที่ 7 การเสริมสร้าง

ทักษะชีวิตด้านจิตใจในหัวข้อ การตระหนักรู้ในตนเอง ครั้งที่ 8 การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านจิตใจหัวข้อ การจัดการกับอารมณ์และความเครียด ครั้งที่ 9 การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านสังคมหัวข้อ ความเข้าใจในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ครั้งที่ 10 การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านสังคมหัวข้อ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ครั้งที่ 11 การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านความคิดหัวข้อ การคิดและการจัดการปัญหา และครั้งที่ 12 เป็นการยุติการให้คำปรึกษากลุ่มและปิดการอบรม

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการใช้โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตในนักศึกษา

จากวัตถุประสงค์ที่ 2 ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองมีความสามารถในการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตก่อนและหลังการฝึกอบรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มฯ ของนักศึกษากลุ่มทดลองก่อนและหลังการฝึกอบรม

กลุ่มทดลอง	N	$\bar{X}$	D	t	p
ก่อนการฝึกอบรม	10	2.55	-1.88	-21.026*	.000
หลังการฝึกอบรม	10	4.43			

* $p < .05$

จากตารางที่ 2 หลังการฝึกอบรมนักศึกษากลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มฯ ($\bar{X} = 4.43$) สูงกว่าคะแนนก่อนการอบรม ($\bar{X} = 2.55$)

จากวัตถุประสงค์ที่ 3 ผลการวิจัยพบว่า ความสามารถในการให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตนักศึกษาของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการฝึกอบรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มฯ ระหว่างนักศึกษากลุ่มทดลองหลังการฝึกอบรมและกลุ่มควบคุม

กลุ่มตัวอย่าง	N	$\bar{X}$	S.D.	t	p
กลุ่มทดลอง	10	4.43	.21	23.856*	.000
กลุ่มควบคุม	10	2.52	.13		

* $p < .05$

จากตารางที่ 3 หลังการฝึกอบรมนักศึกษากลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มฯ ($\bar{X} = 4.43$) สูงกว่าคะแนนของนักศึกษากลุ่มควบคุม ($\bar{X} = 2.52$)

จากวัตถุประสงค์ที่ 4 ผลการวิจัยพบว่า ระดับความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตหลังการฝึกอบรมของนักศึกษากลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมตามประสบการณ์เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มๆ ของนักศึกษากลุ่มทดลองหลังการฝึกอบรมจำแนกตามประสบการณ์เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษาและกลุ่มควบคุม

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	P
ปฏิสัมพันธ์	3	18.15	6.05	195.17*	.000
ภายในกลุ่ม	16	.50	.03		
รวม	19	18.64			

* $p < .05$

จากตารางที่ 4 เมื่อพิจารณาความแปรปรวนระหว่างกลุ่มหลังการอบรม ($MS_b = 6.05$) มีความแตกต่างจากความแปรปรวนภายในกลุ่มหลังการอบรม ($MS_w = .03$) มาก แสดงว่า คะแนนระดับความสามารถในการให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตที่เพิ่มขึ้นหลังการทดลองมีผลมาจากตัวแปรอิสระที่ศึกษา (สุวิมล ติรกานันท์, 2549: 268) ดังนั้น ผู้วิจัยจึงนำค่าเฉลี่ยของคะแนนระดับความสามารถในการให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตหลังการอบรมของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมาวิเคราะห์โดยเปรียบเทียบรายคู่ด้วยวิธีการ HSD ของ Tukey ทั้งนี้เพื่อดูว่าคู่ใดมีความแตกต่างกัน

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มๆ ของนักศึกษาหลังการฝึกอบรมของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตามประสบการณ์เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษาที่ต่างกัน

ประสบการณ์เข้ารับการอบรมฯ	$\bar{X}$	กลุ่ม	1	2	3	4	P
กลุ่มทดลอง-เคยรับการอบรม	4.51	1	-	.17	2.01*	1.96*	.000
กลุ่มทดลอง-ไม่เคยรับการอบรม	4.34	2		-	1.84*	1.79*	.000
กลุ่มควบคุม-เคยรับการอบรม	2.49	3			-	.05	.647
กลุ่มควบคุม-ไม่เคยรับการอบรม	2.55	4				-	

* $P < .05$

จากตารางที่ 5 หลังการอบรม นักศึกษากลุ่มทดลองที่เคยและไม่เคยมีประสบการณ์รับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษามีระดับความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตแตกต่างกับนักศึกษากลุ่มควบคุมที่เคยและไม่เคยมีประสบการณ์รับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มๆ ของนักศึกษากลุ่มทดลองที่เคยและไม่เคยรับการอบรมฯ ($\bar{X} = 4.51$ และ 4.34 ตามลำดับ) สูงกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มๆ ของนักศึกษากลุ่มควบคุมที่เคยและไม่เคยรับการอบรมฯ ($\bar{X} = 2.49$ และ 2.55 ตามลำดับ) ส่วนนักศึกษากลุ่มทดลองที่เคยและไม่เคยมีประสบการณ์รับการอบรมฯ มีความสามารถในการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มฯ หลังเข้าร่วมโปรแกรมอบรมการปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตไม่แตกต่างกัน

จากวัตถุประสงค์ที่ 5 ผลการวิจัยพบว่า หลังการฝึกอบรมนักศึกษากลุ่มทดลองมีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรมฯ ของนักศึกษาหลังการทดลอง

ครั้งที่	กิจกรรม	กลุ่มทดลอง (N=10)		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
1	ปฐมนิเทศความรู้เกี่ยวกับการปรึกษากลุ่ม	4.40	.52	มาก
2	ทักษะพื้นฐานการให้คำปรึกษากลุ่ม	4.40	.52	มาก
3	ทักษะการเป็นผู้นำกลุ่ม	4.50	.53	มาก
4	ทักษะดำเนินการเปิดและปิดกลุ่ม	4.50	.71	มาก
5	ความรู้เกี่ยวกับทักษะชีวิต	4.20	.79	มาก
6	การสร้างสัมพันธภาพที่ดี	4.60	.52	มากที่สุด
7	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านจิตใจ (1)	4.30	.67	มาก
8	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านจิตใจ (2)	4.00	.67	มาก
9	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านสังคม (1)	4.10	.74	มาก
10	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านสังคม (2)	4.30	.67	มาก
11	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านความคิด	4.30	.67	มาก
12	การยุติกลุ่ม	4.30	.67	มาก
13	ความพึงพอใจโดยรวม	4.34	.63	มาก

จากตารางที่ 6 หลังการฝึกอบรมนักศึกษากลุ่มทดลองมีความพึงพอใจกิจกรรมการสร้างสัมพันธภาพที่ตีมากที่สุด รองลงมาคือ ความพึงพอใจในระดับมากต่อกิจกรรมทักษะการเป็นผู้นำกลุ่มและกิจกรรมทักษะดำเนินการเปิดและปิดกลุ่ม

อภิปรายผล

1. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่าโปรแกรมอบรมฯ ผ่านเกณฑ์การตรวจสอบเชิงคุณลักษณะ และสามารถนำไปใช้ในการพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตในนักศึกษาได้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผู้วิจัยได้สร้างโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยบูรณาการแนวคิดกลุ่มฝึกอบรม (Training Group) ของ Nelson-Jones (1992) กระบวนการให้คำปรึกษาแบบเน้นบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของ Roger (1967 อ้างถึงใน เสาวณี เตชะพัฒนาวงษ์, 2553) และองค์ประกอบของการพัฒนาทักษะชีวิตของ Mangrulkar, Whitman, and Posner (2001) มาใช้เพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้าน

การเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา ซึ่งโปรแกรมฝึกอบรมฯ ดังกล่าวนี้นี้ได้มีการปรับปรุงและพัฒนาโดยผ่านการตรวจสอบความต้องเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ มีการนำไปทดลองใช้กับกลุ่มที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างแล้วนำมาปรับปรุงก่อนนำไปใช้กับกลุ่มทดลองโดยเข้าร่วมโปรแกรมอบรมฯ 12 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง 30 นาที ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการอบรม เมื่อทดลองเสร็จผู้วิจัยนำคะแนนระดับความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมาวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐาน ซึ่งผลการวิจัยที่ได้เป็นไปตามวัตถุประสงค์และสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ด้วยเหตุนี้คุณลักษณะของโปรแกรมฝึกอบรมฯ จึงเป็นไปตามแนวคิดของ Nelson-Jones (1992 อ้างถึงใน สกล วรเจริญศรี, 2550) ที่เสนอไว้ว่ากลุ่มฝึกอบรมที่มีประสิทธิภาพควรประกอบด้วยขั้นตอนในการฝึกอบรมแต่ละครั้ง 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นเริ่มหรือขั้นนำ (Initial Stage) ขั้นดำเนินการ (Working Stage) และขั้นยุติหรือขั้นสรุป (Ending Stage) อีกทั้งควรมีการกำหนดระยะเวลาในการฝึกและจำนวนครั้งที่เหมาะสม โดยมีระยะเวลาในการฝึกประมาณ 6-12 ครั้ง และแต่ละครั้งควรใช้เวลาในการฝึกไม่ควรเกิน 2-3 ชั่วโมง และควรมีการพิจารณาเลือกใช้เนื้อหาตลอดจนวิธีการต่าง ๆ ในการฝึกอบรมที่ดีมีความเหมาะสม โดยมีการนำเทคนิคและวิธีการต่าง ๆ มาใช้ เช่น การสอนและการบรรยาย การสาธิต การฝึกสอน การฝึกซ้อม การให้ข้อมูลย้อนกลับ การใช้แบบฝึกหัด การใช้เกม การอภิปราย และการให้การบ้าน เป็นต้น อีกทั้งผู้วิจัยได้นำทฤษฎี เทคนิคและกระบวนการให้คำปรึกษาแบบเน้นบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของ Roger (1967 อ้างถึงใน เสาวณี เตชะพัฒนางษ์, 2553) มาประยุกต์ใช้ในโปรแกรมอบรมการปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษาในแต่ละครั้ง ซึ่งสอดคล้องกับที่ Nelson-Jones (1997 อ้างถึงใน สกล วรเจริญศรี, 2550) กล่าวว่า การฝึกอบรมเพื่อพัฒนานั้น จำเป็นอย่างยิ่งในการนำแนวความคิด กรอบแนวคิดในเชิงทฤษฎีต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้เพื่อเป็นโปรแกรมของการฝึกปฏิบัติ ส่วนในด้านเนื้อหาของทักษะชีวิตในโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตนั้นประกอบด้วย 1) การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านจิตใจ ได้แก่ การตระหนักรู้ในตนเอง และการจัดการกับอารมณ์และความเครียด 2) การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านสังคม ได้แก่ ความเข้าใจในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น และการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ และ 3) การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านความคิด ได้แก่ การคิดและการจัดการปัญหา ซึ่งเป็นไปตามที่ Mangrulkar, Whitman, and Posner (2001) ได้กล่าวถึงเนื้อหาที่สำคัญของการพัฒนาทักษะชีวิตไว้ 3 ทักษะ คือ ทักษะด้านสังคม (Social Skills) ทักษะทางความคิด (Cognitive Skills) และ ทักษะการเผชิญทางอารมณ์ (Emotional Coping Skills)

2. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตสามารถพัฒนานักศึกษากลุ่มทดลองให้มีความสามารถในการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรมฯ เพิ่มขึ้นสูงกว่าก่อนการฝึกอบรม ทั้งนี้อาจเป็นเพราะโปรแกรมฝึกอบรมฯ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมานั้นอยู่บนพื้นฐานตามหลักวิชาการ แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มฝึกอบรม การให้คำปรึกษากลุ่ม (group counseling) และทักษะชีวิต (life skills) เมื่อนำมาใช้อบรมให้กับนักศึกษาโดยมีการเรียนรู้และทดลองปฏิบัติในแต่ละขั้นตอนทำให้นักศึกษาเกิดความรู้ความเข้าใจ มีประสบการณ์ และความมั่นใจในการทำหน้าที่เป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้าน

การเสริมสร้างทักษะชีวิต และเมื่อพิจารณาเนื้อหาสาระในโปรแกรมฝึกอบรมแต่ละครั้งจะพบว่ามีความสอดคล้องต่อการพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษาด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตให้เกิดขึ้นได้ ประเด็นต่อมาคือ โปรแกรมฝึกอบรมฯ นี้ได้รับการพัฒนาและดำเนินการอย่างเป็นระบบ มีวัตถุประสงค์หรือเป้าหมายชัดเจนคือ มุ่งเน้นความเป็นประโยชน์ต่อนักศึกษาผู้เข้ารับการอบรมอย่างแท้จริงด้วยการพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต มีการกำหนดทั้งเป้าหมายโดยทั่วไปของการอบรมและเป้าหมายเฉพาะบุคคลของการพบกันในแต่ละครั้งเพื่อป้องกันปัญหาความต้องการที่แตกต่างกันหรือเกิดความสับสนความเบื่อหน่ายของนักศึกษา โดยผู้วิจัยจะชี้แจงให้นักศึกษาได้ทราบเพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันและสอบถามเพื่อตรวจสอบว่าเป้าหมายของการอบรมมีความสอดคล้องกับความต้องการของนักศึกษาที่รับการอบรมหรือไม่ ดังที่ Jacobs, Masson, and Harvill (2009 อ้างถึงใน ศิริบุรณ์ สายโกสม, 2555) ได้ให้ความเห็นว่าผู้จัดตั้งหรือผู้นำกลุ่มต้องทำความเข้าใจเกี่ยวกับเป้าหมายโดยนิยามเป้าหมายให้ชัดเจน โดยเสนอกิจกรรมหรือการตั้งคำถามที่สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายและตัดการอภิปรายที่ไม่เกี่ยวข้องออกไป อีกทั้งกระบวนการอบรมของโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตซึ่งนอกจากช่วยพัฒนาความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาสาระเกี่ยวกับการปรึกษากลุ่ม ทักษะชีวิต และการฝึกปฏิบัติแล้ว แต่ละครั้งของการฝึกอบรมยังเปิดโอกาสให้นักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ มีปฏิสัมพันธ์ต่อกันอย่างสม่ำเสมอจากการรับฟังอย่างตั้งใจ การเปิดเผยตนเองจากการเล่าประสบการณ์ การแสดงความคิดเห็นอย่างจริงใจ การให้ข้อมูลย้อนกลับอย่างตรงไปตรงมา การให้ข้อเสนอแนะด้วยความปรารถนาดี การช่วยเหลือหาแนวทางแก้ไขปัญหาร่วมกัน การให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ฯลฯ สิ่งเหล่านี้สะท้อนให้เห็นถึงพัฒนาการ ความสามารถและประสบการณ์การให้คำปรึกษาตั้งแต่แรกเริ่มจนสำเร็จผล ดังที่ Roger (1967 อ้างถึงใน เสาวณี เตชะพัฒนางษ์, 2553) เสนอว่ากระบวนการกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางสะท้อนให้เห็นลักษณะพื้นฐานความต้องการมนุษย์ สัมพันธภาพระหว่างบุคคล ตลอดจนความสำเร็จในการแก้ปัญหา และ Corey (2004) เห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นกระบวนการระหว่างบุคคลที่เน้นในเรื่องความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมที่เกิดขึ้นของสมาชิกกลุ่ม อีกทั้งเป็นการส่งเสริมให้สมาชิกเกิดการพัฒนาตนเองจากการค้นหาคำถามและจุดเด่นที่มีอยู่ได้ นอกจากนี้ผู้วิจัยได้จัดให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความคล้ายคลึงกันทางด้านความสามารถให้คำปรึกษาจากผลประเมินความสามารถที่ได้จากการทำแบบประเมินที่อยู่ในระดับใกล้เคียงกันและกำหนดให้กลุ่มอบรมเป็นแบบกลุ่มปิดคือสมาชิกเป็นคนเดิมตั้งแต่เริ่มต้นการอบรมจนกระทั่งถึงขั้นปิดการอบรมทำให้เกิดความต่อเนื่องในการเข้าการอบรมและผู้รับการอบรมมีความรู้สึกมั่นคง ไม่ต้องปรับตัวใหม่และเกิดความสามัคคีในกลุ่ม ทั้งนี้ก่อนดำเนินการอบรมได้มีการเตรียมตัวนักศึกษาที่จะเข้ารับการอบรมโดยอธิบายรายละเอียดประเด็นสำคัญต่าง ๆ ตลอดจนบทบาทของนักศึกษาในขณะเข้ารับการอบรมเพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมและคลายความกังวล ซึ่งการจัดการกลุ่มอบรมเช่นนี้ย่อมเป็นการส่งเสริมให้นักศึกษาที่เข้าร่วมการอบรมสามารถพัฒนาระดับความสามารถให้คำปรึกษากลุ่มของตนให้สูงขึ้นได้ ดังที่ Ohlsen (1970) ได้เสนอว่าการจัดสมาชิกเข้ากลุ่มจึงควรคำนึงถึงอายุ วุฒิภาวะ ความสามารถทางสติปัญญา ลักษณะของปัญหาและเพศ และ ศิริบุรณ์ สายโกสม (2555) เห็นว่าการเปลี่ยนแปลงสมาชิก

บ่อยครั้งจะส่งผลกระทบต่อความสามัคคีในกลุ่มเพราะสมาชิกใหม่อาจต้องใช้เวลาปรับตัวจึงควรพิจารณาเปรียบเทียบข้อดีข้อด้อยของลักษณะกลุ่มว่าจะส่งผลกระทบต่อกลุ่มอย่างไร

3. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 3 พบว่า โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตสามารถพัฒนานักศึกษากลุ่มทดลองให้มีระดับความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตหลังการฝึกอบรมสูงกว่ากลุ่มควบคุม ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตเป็น โปรแกรมฝึกอบรมที่นักศึกษากลุ่มทดลองทุกคนจะได้พัฒนาความสามารถต่าง ๆ โดยการฝึกปฏิบัติจริงตลอดทั้งโปรแกรม ซึ่งการได้ฝึกปฏิบัติเช่นนี้ย่อมทำให้นักศึกษาเกิดความกระตือรือร้นและมีความเข้าใจชัดเจนยิ่งขึ้นเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่ม พฤติกรรมของสมาชิกกลุ่ม ทักษะการให้คำปรึกษากลุ่มและการพัฒนาทักษะชีวิตโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม จนนำไปสู่การเกิดความเชื่อมั่นในตนเองของนักศึกษาในการเป็นผู้นำกลุ่มตลอดจนมีความมั่นใจว่าตนเองก็สามารถนำขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตไปดำเนินการกับกลุ่มอื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพเช่นกัน ในขณะที่นักศึกษากลุ่มควบคุมไม่มีโอกาสได้รับการอบรมในแบบเดียวกันด้วยเหตุนี้จึงทำให้นักศึกษากลุ่มทดลองมีความสามารถในการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตหลังการเข้าร่วมโปรแกรมอบรมฯ สูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุม สอดคล้องกับผลการวิจัยของ วจิ ปัญญาใส (2558) ที่รายงานว่าการฝึกปฏิบัติจริงในทุกขั้นตอนจะทำให้นักศึกษาได้สร้างความรู้และประสบการณ์ รวมถึงความมั่นใจในการทำหน้าที่ผู้ให้คำปรึกษาในกลุ่มเพื่อน โดยจะเห็นได้จากนักศึกษามีทักษะการให้คำปรึกษาเพิ่มขึ้นหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมฯ และผลการวิจัยของ ทิมาพร ไชยสิงห์ (2557) ที่ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อการพัฒนาทักษะชีวิตของวัยรุ่นก็พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตมีคะแนนทักษะชีวิตหลังจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้ารับการให้คำปรึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

4. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 4 พบว่า โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตสามารถพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตได้ทั้งในนักศึกษากลุ่มทดลองที่เคยและไม่เคยมีประสบการณ์รับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษามาก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ นี้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตที่พัฒนาขึ้นนี้ผู้วิจัยได้เลือกใช้ทฤษฎีการปรึกษากลุ่มแบบศูนย์กลางที่บุคคลเป็นพื้นฐานในการพัฒนาโปรแกรมซึ่งทฤษฎีนี้มีความเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนไม่ว่าเป็นใครล้วนแต่มีความสามารถและมีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเองได้เต็มตามศักยภาพถ้าอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการเจริญงอกงาม (Sharf, 2000) ซึ่งเทคนิควิธีการให้คำปรึกษาแบบศูนย์กลางที่บุคคลถือว่าสัมพันธ์ภาพเป็นแก่นสำคัญโดยเฉพาะคุณลักษณะที่มีผลต่อสัมพันธ์ภาพคือ ความจริงใจเป็นตัวของตัวเอง (genuineness) ความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง (empathy) และการยอมรับโดยปราศจากเงื่อนไข (unconditioning positive regard) ซึ่งได้รับการพิสูจน์แล้วว่าทุกคนทุกระดับสามารถเรียนรู้และนำไปใช้ได้ ดังนั้นผู้ใดที่เข้ารับการอบรมตามโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตไม่ว่า



จะเป็นนักศึกษาที่เคยและไม่เคยมีประสบการณ์รับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษามาก่อนเข้าร่วมโปรแกรมหรือไม่ก็ตาม ภายหลังการอบรมก็จะมีความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตได้เช่นเดียวกัน และยังมีความสามารถสูงกว่าผู้ที่ไม่เข้าร่วมโปรแกรมฯ อีกด้วย ดังที่ Corey (1996) และ Nelson-Jones (1998) ได้เสนอว่า การให้คำปรึกษาแบบเน้นบุคคลเป็นศูนย์กลางควรสร้างบรรยากาศของการให้คำปรึกษา ได้แก่ สร้างสัมพันธภาพที่ดีให้การยอมรับสมาชิกกลุ่มโดยปราศจากเงื่อนไข มีความจริงใจ เห็นอกเห็นใจ เข้าใจความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่ม ตลอดจนเป็นต้นแบบให้สมาชิกกลุ่มรู้จักและเข้าใจโลกพร้อมที่จะสร้างสรรค์ชีวิตให้เจริญงอกงามขึ้น สอดคล้องกับการวิจัยของ Cunningham (2006) ที่ศึกษาพบว่า ความหลากหลายภายในกลุ่มไม่มีผลต่อการรับรู้ของกลุ่ม และดังที่ คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2546) เสนอไว้ว่า การดำเนินการกลุ่มที่ดีสมาชิกกลุ่มต้องมีทั้งบุคคลที่มีลักษณะแตกต่างกันและลักษณะเหมือนกัน ความเหมือนกันเหล่านี้จะทำให้กลุ่มมีความราบรื่น ส่วนความแตกต่างกันของสมาชิกทำให้ได้เรียนรู้ความคิดความรู้สึกของบุคคลอื่น

5. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 5 พบว่า ปัจจัยที่ทำให้นักศึกษามีความพึงพอใจต่อโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตในระดับมากนั้นมีหลายประการ ทั้งเนื้อหาสาระและกระบวนการของโปรแกรมฯ บทบาทของผู้อบรมหรือผู้นำกลุ่ม ตลอดจนบทบาทของผู้รับการอบรมหรือสมาชิกกลุ่มที่ได้อภิปรายไว้บ้างแล้วในประเด็นข้างต้น ในส่วนนี้จึงขออภิปรายเพิ่มเติมจากผลการวิจัยที่พบว่า นักศึกษามีความพึงพอใจเกี่ยวกับการสร้างสัมพันธภาพที่ดีในระดับมากที่สุดว่าอาจเป็นเพราะการอบรมหัวข้อการสร้างสัมพันธภาพที่ดีตามโปรแกรมฯ กิจกรรมนี้จะเป็นระยะเริ่มต้นของการฝึกให้คำปรึกษากลุ่มซึ่งจะมีการจัดกลุ่มการปรึกษาโดยให้นักศึกษาได้เรียนรู้ตัวแบบผู้นำกลุ่มจากผู้อบรมและเกิดความเข้าใจความรู้สึกและบทบาทของสมาชิกกลุ่มได้ดียิ่งขึ้นจากกิจกรรมและเทคนิควิธีการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิกที่ให้นักศึกษาได้ฝึกปฏิบัติจริง ในการดำเนินการอบรมในขั้นตอนนี้ผู้นำกลุ่มจะมีบทบาทสำคัญในการทำให้สมาชิกกลุ่มรับรู้ถึงบรรยากาศที่อบอุ่นปลอดภัย ไว้วางใจและเชื่อมั่นว่าผู้นำกลุ่มจะนำพากลุ่มให้บรรลุเป้าหมายได้อย่างราบรื่น ดังที่ Shertzer and Stone (1974 อ้างถึงใน คณะกรรมการกลุ่มผลิตชุดวิชาเทคนิคการปรึกษาเบื้องต้น, 2533) ได้เสนอไว้ว่าผู้นำกลุ่มมีความสำคัญต่อกระบวนการกลุ่มในการสนับสนุนสมาชิกได้เปิดเผยความรู้สึก ช่วยเพิ่มความเชื่อมั่นในศักยภาพของสมาชิกให้พร้อมเผชิญหน้ากับปัญหา และเสริมสร้างสัมพันธภาพให้เกิดขึ้นในกลุ่ม บทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่มจึงควรมีลักษณะเป็นการเอื้อ (facilitate) มากกว่าการบังคับ (directed) สมาชิกจึงจะมีอิสระในการเลือกด้วยตนเองผ่านการสะท้อนความคิดเห็นของสมาชิกและผู้นำกลุ่มเพื่อไปสู่ความเจริญงอกงามของชีวิตได้

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตมาจากการบูรณาการองค์ความรู้ที่สำคัญได้แก่ การให้คำปรึกษาแบบเน้นบุคคลเป็นศูนย์กลาง การพัฒนาทักษะชีวิต และกลุ่มฝึกอบรม จนเป็นโปรแกรมใหม่ที่มีประสิทธิภาพต่อการพัฒนาความสามารถในด้านความรู้

และประสบการณ์ ด้านบทบาทของผู้นำกลุ่ม และด้านกระบวนการกลุ่ม ตลอดจนมีลักษณะเฉพาะเหมาะสมต่อการนำมาใช้อบรมผู้ที่ต้องการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1.1 ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1-3 พบว่า แสดงให้เห็นถึงประสิทธิภาพของโปรแกรมฝึกอบรมฯ ในการพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตได้ ดังนั้นหน่วยงานด้านทางจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนวในสถาบันการศึกษาจึงสามารถนำผลการวิจัยและโปรแกรมฝึกอบรมฯ นี้ไปปรับใช้เพื่อพัฒนานักเรียนนักศึกษาให้เป็นผู้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีประสิทธิภาพเพื่อเป็นกำลังสำคัญในการเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับบุคคลต่าง ๆ ได้ต่อไป

1.2 ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 4 พบว่า โปรแกรมฝึกอบรมฯ สามารถพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตได้ทั้งในนักศึกษากลุ่มทดลองที่เคยและไม่เคยมีประสบการณ์รับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษามาก่อน ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจึงสามารถนำโปรแกรมฝึกอบรมฯ ไปใช้ฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความมั่นใจในการเป็นผู้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มได้ทั้งในกลุ่มคนที่มีและไม่มีประสบการณ์ด้านการปรึกษา

1.3 ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 5 พบว่า นักศึกษามีความพึงพอใจเกี่ยวกับการสร้างสัมพันธภาพที่ดีในระดับมากที่สุด ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรนำโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตไปใช้ ควรให้ความสำคัญต่อการสร้างสัมพันธภาพและสร้างสรรคบรรยากาศที่อบอุ่นเป็นมิตรให้เกิดขึ้นตลอดกระบวนการอบรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในขั้นตอนการปฐมนิเทศการอบรมและการเปิดกลุ่มการปรึกษาซึ่งจะเป็นการวางรากฐานที่ดีให้กับขั้นตอนอื่นของการให้คำปรึกษากลุ่มต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยนี้ได้ข้อค้นพบแนวทางการการพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต และสามารถนำไปใช้พัฒนานักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยาได้อย่างมีประสิทธิภาพ สำหรับประเด็นในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำวิจัยในประเด็นต่าง ๆ ดังนี้

2.1 ควรมีการนำโปรแกรมอบรมฯ ไปพัฒนาหรือปรับปรุงให้เป็นโปรแกรมการปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตแก่กลุ่มบุคคลต่าง ๆ

2.2 ควรมีการวิจัยติดตามผลการให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตแก่วัยรุ่นหรือเยาวชนของนักศึกษาที่ผ่านการอบรม

2.3 ควรศึกษาตัวแปรทางด้านการปรึกษาและทักษะชีวิตด้วยระเบียบวิธีวิจัยที่หลากหลาย เช่น การวิจัยเชิงคุณภาพ การวิจัยแบบผสมวิธี เป็นต้น เพื่อให้ได้ข้อค้นพบจากการวิจัยมีความชัดเจนยิ่งขึ้น



เอกสารอ้างอิง

- เกษรณ นุชประสพ. (2560). *ตำราการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม*. กรุงเทพฯ: วิทยาลัยการฝึกหัดครู มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร.
- คมเพชร ฉัตรศุภกุล. (2546). *กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน*. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์พัฒนาศึกษา.
- คณะกรรมการกลุ่มผลิตชุดวิชาเทคนิคการปรึกษาเบื้องต้น. (2533). *เทคนิคการปรึกษาเบื้องต้น*. เอกสารการสอนชุดวิชา. นนทบุรี: สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ดุขฎี เล็บขาว. (2559). *การพัฒนาเยาวชนสังคมของนักเรียนวัยรุ่นโดยการปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ* (ดุขฎีนิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา.
- เพียงเพ็ญ เอี่ยมละออ (2542). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการพัฒนาทักษะชีวิตในเยาวชนที่กระทำผิดซ้ำ* (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ทิมาพร ไชยสิงห์. (2557). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อการพัฒนาทักษะชีวิตของวัยรุ่นโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 50 จังหวัดขอนแก่น* (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- วชิ ปัญญาใส. (2558). *การพัฒนาโปรแกรมการปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะผู้ให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์*. *วารสารดุขฎีบัณฑิตทางสังคมศาสตร์* (ฉบับมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์), 5(1), 71-85.
- วรรณภา พิพัฒน์ธนวศ์. (2557). *ทักษะชีวิตวัยรุ่นไทยในศตวรรษที่ 2*. *วารสารมหาวิทยาลัยพายัพ*, 24(2), 42-48.
- ศิริบุรณ์ สายโกสุม. (2555). *การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- สกล วรเจริญศรี. (2550). *การศึกษาทักษะชีวิตและการสร้างโมเดลกลุ่มฝึกอบรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น* (ปริญญาานิพนธ์การศึกษาดุษฎีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุวิชัย โกศัยยะวัฒน์. (2551). *วันเด็กแห่งชาติ: พัฒนาการและความสำคัญต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์*. *วารสารการศึกษาและพัฒนาสังคม*, 4(2), 1-17.
- สุวิมล ติรณานันท์. (2549). *การใช้สถิติในงานวิจัยทางสังคมศาสตร์: แนวทางสู่การ-ปฏิบัติ* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เสาวณี เตชะพัฒนางษ์. (2553). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ* (สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- Corey, G. (1996). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Monterey: Brooks and Cole.
- Corey, G. (2004). *Theory and practice of group counseling* (6th ed.). Belmont, California: Thomson Brooks/Cole.
- Cunningham, G. B. (2006). The influence of group diversity on intergroup bias following recategorization. *The Journal of Social Psychology*, 146(5), 533-547.
- Mangrulkar, L., Whitman, C. & Posner, M. (2001). Life Skills Approach to Child and Adolescent Healthy Human Development. *Adolescent Health Unit*, 6, 23-31.

Nelson-Jones, R. (1992). *Group Leadership: A Training Approach*. California: Brook/Cole.

Nelson-Jones, R. (1998). *Theory and practice of counseling*. New York: Holt, Rinehart and Winston Ltd.

Ohlsen, M. M. (1970). *Group counseling*. New York: Holt, Rinehart, & Winston.

Sharf, R. S. (2000). *Theories of psychotherapy and counseling concepts and cases*. Belmont, California: Wadsworth/Thomson Learning.